مجلة الحكمة للدراسات الفلسفية
Eissn :2602-5264 Issn : 2353-0499
المجلد10/العـدد: 01 (2022)، ص 135- 160

# العلاج النفسي عند الغزالي

# Al-Ghazali's Psychotherapy

د. جازولي نادية[1]

[1]جامعة الجزائر 2 (الجزائر)، djaz_nad@yahoo.fr

تاريخ الاستلام: 2021/12/02 تاريخ القبول: 2021/12/02 تاريخ النشر:2022/01/23

**ملخص:**

تعتبر هذه الدراسة من الدراسات الأصيلة النظرية التي تهتم بالتراث، تناولنا فيها موضوع التخلية والتحلية عند الغزالي كطريقة علاج، حيث بينا مفهومها والأسس العلمية التي تقوم عليها، بعد التعرف على مفهوم الصحة والمرض عند الغزالي، ثم وضحنا موقع هذه الطريقة من الطرائق العلاجية الغربية. فكما أن لمفهوم العلاج أبعاد معروفة في النظريات الغربية، فإن للتراث الإسلامي في هذا المجال مفاهيمه الخاصة المستمدة من القرآن والسنة. ذلك ما وجدناه بعد تحليلنا لأفكار الغزالي حيث مكنتنا هذه الدراسة من استخراج نسق معرفي منظم في موضوع العلاج النفسي عنده.

**كلمات مفتاحية:** التحلية، التخلية، الكبت، الضبط، المقاومة.

**Abstract:**

This genuine theoretical study tackles heritage. It addresses the topic of "sweetening and vacuuming" with Alghazali as a way of cure. We demonstrate its concept and its scientific basics, after identifying the concepts of health and illness with Alghazali and clarifying this curing way. The concept of cure has known dimensions in Western theories, the Islamic heritage, in this field, has also its own concepts deduced from Quran and Sunna. This is what we've found after analysing Alghazali's ideas; this study has enabled us to extract a systematic cognitive consistency in the topic of psychological therapy with Alghazali

**Keywords:** sweetening, vacuuming, repression, adjustment, resistance.

---

**المؤلف المرسل:** د. جازولي نادية،

**1. مقدمة:**

إن حركة العلاج النفسي في القرن الواحد والعشرين تطورت تطورا كبيرا لكن ظاهرة المرض النفسي تزداد اتساعا حيث بلغت ذروتها في هذا العصر كما وكيفا، حتى عدّه بعض العلماء والباحثين أسوأ قرن في التاريخ، إذ امتدت الأمراض بأشكالها المختلفة إلى أجزاء مخفية من حياتنا السلوكية، فطبعت النفس المعاصرة بصبغتها وطابعها المرضي الخاص.

وإذا رجعنا إلى النظريات فيما يخص الصحة والمرض، فإننا نجدها تتعدد وتتنوع. فكل نظرية قدمت لنا ضمن إطارها المرجعي علاجا خاصا للأمراض النفسية، لكن معظمها أخذ أجزاء متفرقة من الإنسان وركز عليها ثم فسرها بعيدا عن خالقها.

لكن تجربة العلاج النفسي في الغرب أدركت هذا النقص واعترفت بإهمال النظريات للقيم الدينية والمبادئ الروحية والأخلاقية، لذلك ظهرت بوادر حركة جديدة ونمو اتجاه مذهب جديد في العلاج النفسي يعتمد القيم والمبادئ ويقر بأهميتها في العلاج النفسي على الأقل، حيث ظهرت مدرسة علم النفس الإنساني بزعامة أبراهام ماسلو لحل هذه المشكلة والنظر للإنسان نظرة تحاول أن تفهمه ككيان متكامل غير مجزأ.

ومع أننا لا ننكر أن لكل نظرية نصيب من الواقعية حين تطبق على حالة الإنسان، ولكن لا توجد حتى الساعة نظرية يمكن أن تدعي القدرة على الاستيعاب الكامل وتقديم التفسير الكل المتكامل للوجود الإنساني (حجازي، 2004 ،ص32).

والإشكالية التي يطرحها علماء الغرب اليوم هو أن معظم المؤشرات الاكلينيكية تعكس نموذجا لمرض. ونموذج المرض هو مفهوم لحالة مرضية ممثلة بعلامات وأعراض. أما الحالة المرضية للإنسان فهي ممثلة بالشعور بالألم وعدم الارتياح أو توقع التغير في الوظائف والشعور المعتادة. والمرض ناتج للتغيرات المرضية، لكنه ليس بالضرورة كذلك، حيث يمكن أن يشعر بالمرض دون أن ينجح علم الطب في أن يحدد المرض. وما يهم في القرن الواحد والعشرين هو ما يشعر به المريض وليس ما يشعر به المتخصصون.(آن بولنج،2007،ص:24) ، مما شكل تحديا كبيرا أمام العلم والعلماء، إذ تطلب مضاعفة المجهودات وتنوع النشاطات العلمية لمواجهة هذا الإشكال، فظهر ما يسمى علم نفس الصحة أو علم نفس الصحي وعلم النفس الإيجابي اللذان يهدفان إلى تحسين الصحة أي مساعدة الناس على ممارسة السلوك الصحي الجيد، فكان هدف الأخصائيين فيه هو التدخل مع الأصحاء أكثر من التدخل مع المرضى.

وكما ظهر ما يسمى علم النفس الصحي في الغرب، ظهر ما يسمى علم النفس الإسلامي، أو أسلمة علم النفس أو التوجيه الإسلامي لعلم النفس، أو التأصيل الإسلامي لعلم النفس. وكانت الدراسات النفسية فيه تجري في مسارين مسار نظري أساسيين، أحدهما نظري يهتم بتوضيح وجهة نظر الإسلام في بعض الموضوعات والمفاهيم النفسية، وبمعرفة آراء وإسهامات العلماء المسلمين السابقين في موضوعات علم النفس كابن سيناء والغزالي...، أما المسار الثاني فهو ميداني تجريبي يهتم بإجراء بحوث ميدانية وتجريبية لإيجاد الحلول للمشكلات النفسية والسلوكية في هذا العصر.

ودراسة العلاج النفسي عند الغزالي تدخل في إطار هذه السلسلة، وموضوعها يشمل المسار الأول منه، حيث لا نطمح في هذا المقال إلى تقديم دراسة ميدانية، فغايته ليست تطبيقية إجرائية، ولكن لا تقل أهمية عن ذلك، لأنها

تهدف إلى إخراج بعض المفاهيم الخاصة بالعلاج النفسي عند الغزالي من التراث القديم، وإعطائها حق الدراسة العلمية وإيجاد لها مدخلا بين الدراسات الغربية الحديثة.

ولتحقيق هذه الأهداف، قسمنا المقال إلى العناصر التالية: العنصر الأول خصصناه لمنشأ الصحة والمرض عند الغزالي، حيث وضحنا فيه مفاهيم الصحة والمرض عنده، ليتسنى لنا فهم العناصر الأخرى باعتبارها الأساس الذي تقوم عليه عملية العلاج النفسي. أما العنصر الثاني فهو خاص بالتحلية والتخلية عند الغزالي، حيث بينا حقيقتها و موقعها من أنواع العلاج النفسي في النظريات الغربية، والعنصر الثالث تناولنا فيه بعض المفاهيم المرتبطة بالعلاج وفي الأخير ختمنا الموضوع بحوصلة عامة لعناصر المقال بينا فيها قوة فكر الغزالي في العصر الحديث.

## 2- منبع الصحة والمرض عند الغزالي:

إن النفس الإنسانية عند الغزالي عبارة عن شحنة من الطاقة الغريزية الفطرية التي تنجز العمل النفسي، عبر عنها بالقوى النفسية أو الجند (الغزالي، (د) ص: 3 – 5). وتنقسم هذه القوى إلى قسمين: قوى حيوانية (شهوية وغضبية)، وقوى إنسانية (عقلية) وهي تنمو في إطار صراع بينها، يعتبره الغزالي ضروري للنمو، وبالتالي تصبح هذه القوى مسؤولة عن كل ما يصدر عن الإنسان من سلوكات. والصراع عند الغزالي لا يؤدي حتما إلى المرض أو القلق، فهو عبارة عن تفاعل نفسي بين القوى الحيوانية والقوى الإنسانية، ومن هذا التفاعل تنشأ الرذائل والفضائل.

بمعنى أن الصراع النفسي يؤدي إلى طريقين: طريق الفضائل الذي يعتبر مسلكا للصحة النفسية وطريق الرذائل الذي يعد مسلكا تتشعب منه كل

الإنحرافات والسلوكات غير السوية وكل الأمراض النفسية والعقلية.(لغزالي، ج، ص: 46-48).

فالغزالي يتكلم عن قلق إيجابي، بدايته ألم، ونهايته أمن واستقرار وصحة نفسية، لذلك نجده يتكلم عن عملية نفسية واعية ينظم بها الإنسان هذا الصراع في نفسه وهي عملية الضبط النفسي التي تتولاها القوى العقلية في النفس. (الغزالي، ج، ص 82-83).فكلما تمكنت هذه القوى من السيطرة على القوى الحيوانية، كلما تحققت العدالة بين هذه الطاقات، وظهرت بالتالي قيم الفضيلة التي تعتبر بوابة الصحة النفسية، أما إذا سيطرت القوى الحيوانية على القوى العقلية، اختل التوازن في النفس، وظهرت بالتالي قيم الرذيلة التي تعتبر بوابة الأمراض النفسية.

ويعتبر العقل الباطن المخزن الوظيفي لتصرفات الإنسان وسلوكاته بحيث تنعكس آثار هذا التخزين فيما بعد على الشخصية ككل، إذ تظل تعمل من بعيد في عملية التوجيه والفعل والسلوك. فإمَّا آثار مذمومة، وإمَّا آثار محمودة، حسب المسلك الذي تتبعه النفس. لذلك كان العقل الباطن عند الغزالي مَصْدَرَ النقيضين: الصحة مع الضبط النفسي (وهذه تعكس الفطرة)، والمرض مع الكبت النفسي (وهذه تعكس الخروج عن الفطرة)، أما الكيفيات النفسية لهذا العقل الباطن، فهي: لا شعور إيجابي يفرز الصحة ولا شعور سلبي يفرز المرض (جازولي، 2012ص: 206-216)وبهذه الإزدواجية في الوظائف، في الوظائف، يسلك الإنسان –حسب الغزالي- أحد المسالك التالية:

إما أن يسلك طريق الفضائل، وإما أن يسلك طريق الرذائل وإما أن يبقى بين هذا وذاك (غافلا)، لا هو حسن خلق ولا هو سيء خلق. والمسلك الأول يعتبر بوابة الصحة النفسية حيث يقول الغزالي: "الاعتدال في الأخلاق هو صحة النفس" (الغزالي، ج،ص: 32).

أما المسلكان الثاني والثالث، فيمثلان حقيقة المرض النفسي. يقول الغزالي: "الأخلاق الخبيثة هي أمراض القلوب وأسقام النفوس" (الغزالي، ج، 42). ويرى أن مجموعها يشكل سوء الخلق (الغزالي،ج،ص:46-47)، أما القلوب الخالية من الهوى والصفات المذمومة، فإن المرض يطرقها لا للشهوات بل لخلوها بالغفلة عن الذكر والتوحيد (الغزالي،ج،ص:32).

نستنتج مما تقدم، أن الأمراض عند الغزالي نوعان: مرض الغفلة وأمراض الرذائل . أما الأول فيعني به الغزالي خلو القلب عن القيم المرتبطة بالتوحيد (أي الفضائل)، فالغافل مريض، كافرا كان أو مشركا أو منافقا أو حتى مؤمنا، ولو خلا القلب من الصفات المذمومة (الأخلاق السيئة)، وذلك بسبب ضعف الذكر أو التوحيد أو انعدامها فقيم الغافل لا ترقى إلى درجة الفضيلة، فلا هو حسن الخلق، ولا هو سيء الخلق. أما النوع الثاني من المرض، فهو خاص بأمراض الرذائل. والرذائل عند الغزالي هي الأخلاق السيئة، وهي أمراض القلوب وأسقام النفوس التي لا يشعر بها صاحبها غالبا، ويلخصها الغزالي في تسع رذائل أساسية: (الغضب، العجب، الكبر، الغرور، البخل، الجاه والرياء، عيوب اللسان، عيوب البطن والفرج)، وتتفرع منها رذائل فرعية يشكل مجموعها سوء الخلق، وهو عبارة عن هيئة راسخة تصدر عنها الأفعال السيئة بسهولة ويسر وبغير حاجة إلى فكر وروية، وذلك بسبب عدم اعتدال قوى النفس الباطنية أي القوى العقلية والقوى الشهوية والغضبية. أما الصحة النفسية عند الغزالي فهي ترتبط بحسن الخلق، الذي يجمع بين أمرين: التخلي عن الرذائل والتحلي بالفضائل، ويعرفه الغزالي على أنه "هيئة راسخة في النفس تصدر عنها الأفعال الحسنة بسهولة ويسر" (الغزالي، ج،ص:47).

لكن ماهي الطريقة العلاجية التي اقترحها الغزالي في علاج الأمراض وبلوغ درجات الصحة النفسية؟ ذلك ما سوف نعالجه في العناصر اللاحقة.

## 3- التخلية والتحلية:

لما كان العقل الباطن هو مستودع الصحة والمرض ، كان لابد من البحث في أعماقه عن حقيقة هذين الأمرين: (الصحة والمرض) وذلك باستئصال عناصر المرض فيه، وتثبيت عناصر الصحة فيه وتطويرها، فلا يكفي في رأي الغزالي أن نفرغ النفس من الرذائل لأن الفراغ في حد ذاته غفلة، والغفلة مرض أيضا، بل لابد من تعبئة النفس بالفضائل لتكون بمثابة مناعة نفسية صحية، لذلك سمى الغزالي طريقته في علاج الأمراض بالتحلية والتخلية، وهي طريقة علاجية تجمع بين الطرائق العلاجية التالية: العلاج التحليلي والسلوكي والمعرفي الانفعالي، بالإضافة إلى العلاج البيولوجي الذي خصصنا له مقالا آخر مستقلا.

### 3-1العلاج التحليلي:

يرى الغزالي أن العلاج التحليلي ضروري لتطهير النفس من الرواسب السلبية (الرذائل والغفلة) التي تمثل الأمراض النفسية، والفكرة الأساسية التي ينطلق منها في تحقيق ذلك هي فهم النفس ومعرفة خصائصها وأسرارها وخفاياها، وتفهم تركيبها أي مكوناتها وتتبع صيرورة القوى الموجودة فيها، للتعرف على مواطن النيل فيها ومواطن الدمار، أي معرفة الشهوات والنزعات التي قد تسيطر عليها وتتملكها، والدوافع التي تستطيع التأثير على اتجاهها، وكيف يمكن ضبط كافة هذه الشهوات والدوافع والرغبات لتؤدي عملها بصورة سليمة مما يعطي دفعا قويا للتغيير والتعديل، ولا يتسنى ذلك للإنسان إلا إذا اختبر الإنسان وهو في حالة التجربة طبيعة التناقضات والتباينات في نفسه، فالخبرات تساعده على زيادة تفهمه للتناقضات وذلك من خلال التجارب التي يمر بها الإنسان عبر مراحل نموه، والتي تدفعه للقيام بمجهودات كبيرة للتغلب على العقبات المختلفة التي تعترض في الطريق، مما يشحذ بصيرته، ويتعمق في الأمور التي لم يصل إليها العقل. فالتجارب الذاتية ضرورية لمعرفة حقيقة النفس، وتحقيق النمو نحو الانسجام الكامل ذلك ما

نستخلصه من التجربة العميقة والعنيفة التي مرّ بها الغزالي (الغزالي، 1984،ص: 83).

والمسار الذي توجه فيه عمل الغزالي في ميدان معرفة النفس يثبت أنه مارس عملية التحليل النفسي ويبدو ذلك في نقاط كثيرة: فهو يؤمن بضرورة الرجوع إلى الماضي للبحث عن أسباب المرض. ((فعلى العبد أن يرد إلى أول يوم بلغ فيه بالسن أو بالاحتلام ويفتش عما مضى من عمره، سنة سنة، و شهرا شهرا، ويوما يوما، ونفسا نفسا وينظر إلى الطاعات، ما الذي قصر فيه منها، وإلى المعاصي ما الذي فارفه منها...،فيجب أن يفتش من أول بلوغه عن سمعه وبصره ولسانه وبطنه ويده ورجله وفرجه وسائر جوارحه...فيطلب لكل معصية حسنة تناسبها فيأتي من الحسنات بمقدار تلك السيئات فيكفر السيئة بحسنة تضادها والمقصود في الأخير هو سلوك طريق المضادة)) (الغزالي ،(د) ص:31).

وما نلاحظه في هذا النص هو أن أسباب المرض لا تكمن في الحوادث التي مر بها الإنسان ولكن في كيفية الاستجابة لهذه الأحداث، فماهي أقوال الإنسان فيها؟ وماهي نواياه؟ وماهي ردود أفعاله؟

وعند هذه النقطة نلاحظ أن كيفية الاستجابة للأحداث عند الغزالي لا تتضمن الحتمية التي أشار إليها فرويد سيجموند والتي شكلت الإطار العام للشخصية في الطفولة، والتي تنحصر في الأمرين: إما الإشباع الحر (الذي لا شذوذ فيه) وإما الكبت الضار الذي يتحول إلى آليات دفاع أو إلى أمراض صريحة، وإنما تتضمن بالإضافة إلى ذلك استجابة ثالثة هي الضبط النافع الذي يؤدي إلى الصحة بفضل التوجيه التربوي الصحيح، ومن ثم فطبيعة الاستجابة لهذه الأحداث لا تترك دائما الأثر السلبي، وإنما تترك أيضا الأثر الإيجابي، فتكون وعاءا حيويا نافعا، ومن ثم فمهمة المحلل النفسي عند الغزالي تتمثل فيالكشف عن هذه الأخطاء في الاستجابة لهذه المواقف في المراحل الأولى من النمو وفي المراحل اللاحقة من فترات النمو، وذلك لاستئصالها

من منبعها، أي قطع جذور كل الرواسب السلبية المتراكمة وتثبيت العناصر الإيجابية.

ويعتبر الغزالي أن التحليل النفسي مسؤولية كل فرد، ولذلك نجده يتكلم عن التحليل النفسي الذاتي، وهذا النوع من العلاج يتم بين الفرد ونفسه بدون الاستعانة بالمحلل النفسي. يسمي الغزالي هذه الطريقة بطريقة التأمل الباطني، وهي طريقة تعتمد على فهم الذات، وملاحظتها ومراقبة أحوالها المتغيرة. ولا يمكن القيام بهذا العمل إلا إذا اختبر الإنسان وهو في حالة التجربة طبيعة التناقضات الموجودة في داخله كما سبق الإشارة إلى ذلك، لكن الغزالي تنبه إلى العراقيل التي تحول بين الإنسان وبين معرفته لنفسه، فأشار إلى ضرورة الاستعانة بثلاثة أمور هي: صديق صدوق ينبهه بعيوب نفسه وأمراضها، وعدو ينتقده فيها، ومخالطة الناس والتعرف على عيوبهم وقياسها على النفس.(الغزالي،ج،ص55-56).

وفي هذه النقطة يشير الغزالي إلى طريقة أخرى لفهم النفس وأخذ صورة واضحة عنها، وهي ملاحظة سلوك الآخرين .(اعبد الكريم،1981،ص:28).

نصل إلى القول أن النفس عند الغزالي تدرك من داخل الإنسان التأمل الباطني، ومن خارج: ملاحظة الآخرين.

لكن الغزالي يرى أن هذا النوع من العلاج ليس في متناول الجميع لأنه يعتمد على قوة وعي المريض في معرفة نفسه، ومادام أغلب المرضى لا يشعرون بالمرض ، فإنه يتعذر عليهم استعمال هذه الطريقة دون الاستعانة بالطبيب النفسي، حيث لا يتوصل المريض إلى معرفته بنفسه التي هي غائبة عن إدراك احس إلا بجد وتيقظ وقوة مفكرة، ولذلك يتكلم الغزالي عن نوع ثاني من العلاج وهو علاج تحليلي بملازمة الطبيب. ويرى الغزالي أنه ضروري للإنسان، فمن لم يكن له طبيب يتابعه ويساعده على تفقد أحوال قلبه قادته غرائزه وصرفت طاقات نفسه في عملياتها فأوقفته في المرض من حيث لا يشعر(الغزالي،د،ص120).

إن العلاج التحليلي بنوعيه (الذاتي، و بملازمة الطبيب) عند الغزالي يعطي دورا إيجابيا للمريض، بحيث يوجه المريض في تحديد أمراضه في حدود خبرته بنفسه، ويحاول أن يفسر بواعث سلوكه ويتتبع الخاطر الأول ليدفعه إن كان لا يليق، ويتعرف على الصفات الرذيلة ويستأصلها من منبتها... وهذا إنما يدل على أن الغزالي يوظف قدرات الفرد ويحرك إرادته، ويساعده في الوصول إلى حقيقة نفسه في سيرورتها الدائمة مع عناصر الذات الأخرى المتمثلة في العقل والروح والقلب والجسد، حتى يتسنى له أخذ صورة واضحة عن حقيقة الذات. وبهذا يصبح العلاج التحليلي عند الغزالي يهدف إلى النقاط التالية:

1. أخذ صورة واضحة عن مفهوم النفس كقوانين عامة يشترك فيها كل الناس.
2. مفهوم أحوال النفس كما هي عليه الآن، من حيث الرواسب الإيجابية والرواسب السلبية.
3. تطهير النفس من حيث هذا التطهير يهيئ لمعرفة الله التي هي خاصية النفس الأساسية، التي من أجلها خلقت (من عرف نفسه، عرف ربّه)،وينعكس هذا التطهير على الذات ككل.

ومن هنا، نخرج بمفهوم الذات عند الغزالي، من حيث هو مفهوم غير مرتبط بقدرات الذات وإمكانياتها من أجل المعرفة بصفة عامة، ومن أجل النجاح والإبداع والتفوق والإنجاز كما هو الحال عند أصحاب الاتجاه الإنساني (أي من أجل قيمة أو قيم مرتبطة بالحياة الدنيا، وإنما مفهوم الذات، مرتبط بمعرفة خالق الأشياء وخالق المعارف كلها وموجدها، أي بمعرفة الله، ومن ثم فتحقيق الذات عند الغزالي مرتبط بتحقيق كمال التوحيد.

وبهذا نخرج بمفهوم للصحة النفسية عند الغزالي، وهي أنها غير مرتبطة بالصحة الجسمية ولا القوة ولا المال ولا الغنى ولا الشهرة ولا حتى الذكاء والعلم

والنجاح والتفوق، ولا غير ذلك من نعم الدنيا وإنما هي مرتبطة بمعرفة الله. وهذه المعرفة يسعد بها الإنسان ولو فقد كل شيء، ذلك ما يؤكد عليه الغزالي.

ومن ثم تصبح الصحة النفسية، ليست حكر فئة معينة، فهي ليست نسبية، وإنما هي متاحة للجميع، لأن معرفة الله خاصية النفس التي من أجلها خلقت (بالفطرة)، ولكن إذا دفع الإنسان ثمنها المتمثل في المجاهدة، أي إتباع طريق المضادة (العلاج بالأضداد)، وما يتطلبه من معاناة، وهنا يشير الغزالي إلى طريقة علاجية أخرى، وهي العلاج السلوكي. فالتحليل النفسي يمثل بداية العلاج ويتبع مباشرة بطريقة علاجية ثانية.

## 2-3 العلاج السلوكي:

تعتمد هذه الطريقة على مجاهدة النفس لأنها تقتضي استبدال عادة بعادة مضادة، وهذه عملية شاقة على النفس، ولذلك سمى الغزالي المرحلة الأولى لهذه الطريقة بمرحلة تكليف الأفعال، أما المرحلة الثانية فهي ثبات العادة الجديدة. وفي هذه النقطة يلتقي الغزالي مع السلوكيين حيث التلقائية والآلية وسهولة الأداء والإتقان، من حيث هي نهاية التقدم في نمو العادات في مفهوم السلوكيين، لكن الغزالي يتجاوز هذا المفهوم ليصل إلى البواعث والدوافع، فمن يصدر عنه بذل المال على النذور لحاجة عارضة لا يقال له خلقه السخاء ما لم يثبت ذلك في نفسه ثبوت رسوخ والأهم من ذلك أن يصدر السلوك عن نية خالصة لله لا مجال فيها لبواعث الدنيا كالرياء والجاه وغيرها من الحالات المرضية التي تنتظر غفلة من الإنسان لتقتحم إلى نفسه وتشوه بواعث حركتها، الأمر الذي يفسر ضرورة استمرارية المجاهدة حتى آخر العمر لمقاومة تسرب هذه الشوائب إلى النفس، هذا من جهة ومن جهة أخرى تأهيل الإنسان إلى الارتقاء في سلم المقامات، يقول الغزالي: "فليس بعد مقام اليقين مقام سوى الخوف والرجاء، ولا بعدهما مقام سوى الصبر وبه المجاهدة والتجرد لله ظاهرا وباطنا، ولا مقام بعد المجاهدة لمن فتح له الطريق إلى الهداية

والمعرفة، ولا مقام بعد المعرفة إلا المحبة والأنس، ومن ضرورة المحبة الرضا بفعل المحبوب والثقة بعنايته وهو التوكل(الغزالي،د،ص:145)، هذا بالنسبة للتطور من من مقام إلى مقام، وكذلك في المقام الواحد من خلق إلى آخر، فالكاظم للغيظ قد ينتقل من الكظم إلى الحلم ثم العفو ثم الإحسان، والكريم ينتقل من الكرم إلى الإيثار ثم إلى إنكار الذات.

والغزالي إذ يركز على الظاهر أي السلوك، لكنه لا يعتبره أفضل من الباطن، يقول في هذا الصدد "لاح للناظرين في الظواهر أن العلوم تراد للأحوال والأحوال تراد للأعمال، والأعمال هي الأفضل، وأما أرباب البصائر، فالأمر عندهم بالعكس من ذلك، فإن الأعمال تراد الأحوال، والأحوال تراد للعلوم، فالأفضل العلوم، ثم الأحوال ثم الأعمال لأن كل مراد لغيره، فذلك الغير لا محالة أفضل منه، وفائدة إصلاح العمل، إصلاح حال القلب، وفائدة إصلاح حال القلب، أن ينكشف له جلال الله تعالى في ذاته وصفاته وأفعاله، (الغزالي، (د)،ص119). فالسلوك عند الغزالي يؤثر في صفاء القلب "فبذل المال عمل وهو الإنفاق، ويحصل به حال، وهو زوال البخل وخروج حب الدنيا من القلب، ويتهيا القلب بسبب خروج حب الدنيا منه لمعرفة الله وحبه، فالأفضل المعرفة، ودونها الحال، ودونها العمل" (الغزالي، (د)،ص120).

ولذلك نجد الشرع يحث على الأعمال ويبالغ في ذكر فضلها حتى أنه طلب الصدقات بقوله: ﴿مَنْ ذَا الَّذِي يُقْرِضُ اللَّهَ قَرْضًا حَسَنًا﴾ (البقرة، 245)، وقوله أيضا: ﴿وَيَأْخُذُ الصَّدَقَاتِ﴾ (التوبة، 104)، لا لأنها أفضل أو أنها الغاية ولكن لأنها تطهر القلب من الرذائل (الغزالي، (د.ت)، (د)، 120).

### 3-3 العلاج المعرفي:

يتبين لنا مما تقدم، أن الغزالي يحيط بالمرض ويحتويه، إذ تجمع طريقة التخلية والتحلية بين العلاج التحليلي والعلاج السلوكي، لكنه يشترط لنجاح ذلك،

استعمال العلم والمعرفة، وهو ما يسمى في علم النفس الحديث علم النفس المعرفي.

ويقصد بالعلم والمعرفة أن يصل إلى المريض معرف عن حقيقة المرض أو الخلق السيئ الذي يعاني منه (وإن كان لا يشعر به في الغالب)، وكيف يتسرب إلى الباطن، وماهي عواقبه وآثاره في الدنيا والآخرة، ويستعمل الغزالي في ذلك أسلوب الترغيب والترهيب لإحداث انفعال في النفس يستثير روح كراهة السلوك المنبوذ، ويستثير روح المحبة للسلوك المرغوب، ويستثير أيضا الطاقات المكبوتة في اللاشعور، فيتفطن المريض إلى علته، فتحثه تلك المعرفة على العلاج وتحمل أعبائه من مجاهدة ومقاومة.

وهذا يبدو واضحا في كتابه إحياء علوم الدين، حيث ركز على هذا الجانب المعرفي عند حديثه لكل رذيلة وكل فضيلة، فبين أن هذه المعرفة هي القاعدة والاساس في دفع الطريقة التحليلية والسلوكية إلى الأمام، والأهم من ذلك أن هذه الطرائق العلاجية تعملان معا بحيث أننا لا يمكن أن نفصل بينهم، كما أن كل فضيلة وكل رذيلة لها علمها الخاص ،ولا يسعنا في هذا المقال أن نتطرق إلى ذلك بالتفصيل، ولكننا ناخذ مثالا لرذيلة الرياء حيث ذكر الغزالي أن علاجه يكون كالآتي:

- **الأدوية العلمية:**

1- معرفة المرائي لمضرة الرياء في الدنيا و الأخرة. أما في الدنيا : فالرياء يعرض صاحبه لتشتت الهم بسبب ملاحظة قلوب الخلق، لأن إرضاء الناس غاية لا تدرك، أما في الأخرة، فيصيبه الخزي، حيث ينادى على رؤوس الخلائق، يا فاجر، يا غادر، يا مرائي. فالتفكير في هذا الموقف عن بصيرة يفتر الرغبة في الظهور .

2-معرفة المرائي أن الناس لو علموا ما في باطنه من الرياء لمقتوه، و أن الله كاشف سره لا محالة حتى يبغضه إلى الخلق.

- **الأدوية العملية :**

1- إخفاء الرائي لأعماله .

2- الصبر على ذلك مدة بالتكلف حتى يصير ذلك عادة.

لم يتوقف الغزالي عند هذا الحد، لأن هذه الأمراض (الرذائل)تنتظر غفلة من الإنسان ليقع فيها، ونفسه دائما تهفو إلى اللذات، ولذلك ينتقل إلى الخطوة الثالثة وهي:

3- دفع ما يتعرض إليه الرائي عند إخفائه للأعمال ،ما يسمى بخطرات الرياء وهي نزعاته وهوى نفسه التي قد تخطر دفعة واحدة كالخاطر الواحد، وقد تترادف على التدريج:

-العلم بإطلاع الخلق ورجاء إطلاعهم، وهذه تسمى معرفة .

-هيجان الرغبة من النفس في حمدهم وحصول المنزلة عندهم، و هذه حالة للنفس تسمى الشهوة والرغبة.

-هيجان الرغبة في قبول النفس له و الركون إليه و عقد الضمير على تحقيقه، وهذا ما يسمى العزم و تصميم العقد.

ويرى الغزالي أن كمال قوة الإنسان في دفع الخاطر الأول و رده قبل يتلوه الثاني، فإن لم يستطع وإنزلق إلى الخاطر الثاني، حيث هاجمت الرغبة إلى لذيذ الحمد، إستمر في دفعه بتذكر آفة الرياء، و تعرضه للمقت عند الله يوم القيامة، و خيبته في أحوج أوقاته إلى أعماله، فاستحضار هذه المعرفة من شأنه أن يستثير طاقة في النفس هي الكراهة لتقابل طاقة الشهوة و الرغبة في الرياء، فيحدث الصدام الصراع بين الأضداد، فالشهوة تدعو إلى القبول، و الكراهة تدعو إلى الإباء، والنفس تطاوع لا محالة أقواهما وأغلبهما، و بهذا يقرر الغزالي، أن خواطر الرياء الثلاثة يدفعها أمور ثلاثة هي : المعرفة و الكراهة والأباء.

مما تقدم يبدو جليا أن العلاج المعرفي عند الغزالي هو القاعدة والاساس في دفع الطريقة التحليلية والسلوكية إلى الأمام، والأهم من ذلك أن هذه الطرائق العلاجية تعملان معا بحيث أننا لا يمكن أن نفصل بينهم.

وكما أن معرفة إطلاع الناس تثير شهوة و رغبة في الرياء، فكذلك معرفة أفات الرياء تثير الكراهة له ، وهذه تدفع للإباء، هذا هو التسلسل الطبيعي للطاقات المضادة لخواطر الرياء، عند من كانت قواه العقلية أقوى من قواه الشهوية، أما إذا كان العكس، يكون القلب ممتلىءا بخوف الذم و حب الحمد والحرص على ذلك، بحيث لم يبق موقع في القلب خال عن هذه الشهوات، فإن ذلك يؤدي إلى :

3- نسيان المعرفة السابقة لآفات الرياء التي عزم أن يستحضرها قبل الإتيان بالعمل، فلا تحضره هذه المعرفة، ولا الكراهة التي كان الضمير منطويا عليها.

4- قد تحضره هذه المعرفة فيتذكرها، لكن تشتد الشهوة ، فتستولي حلاوة الشهوة على القلب بدلا من الكراهة .

5- قد تحضر المعرفة مع الكراهة، و مع ذلك يقبل الإنسان داعي الرياء و يعمل به لكون الكراهة ضعيفة بالإضافة إلى قوة الشهوة، والكراهة حينئذ لا تنفع إذا لم تدفع للإباء.

6- قد تحضر المعرفة مع الكراهة والإباء، ولكن لا يخلو الإنسان عن ميل الطبع إلى الرياء وحبه له ومنازعته إياه، لكنه كاره لذلك ، فذلك لا يضره ما دام توقف عن الفعل، فليس في طاقة العبد منع الشيطان عن نزعاته، ولا قمع الطبع حتى لا يميل إلى الشهوات ولا ينزع إليها(الغزالي،ج،ص268-271).

مما تقدم يبدو جليا أن العلاج المعرفي عند الغزالي هو القاعدة والاساس في دفع الطريقة التحليلية والسلوكية إلى الأمام، والأهم من ذلك أن هذه الطرائق العلاجية تعملان معا بحيث أننا لا يمكن أن نفصل بينهم.

**4- الكبت والمقاومة السلبية:**

إن المؤشرات التي تدل على حدوث عملية الكبت في نظرية فرويد هي غياب الوعي وسيطرة الدوافع الغريزية (الهو) في الساحة النفسية والمقاومة.

إن التأمل في تحليل الغزالي للأمراض النفسية يجعلنا نفهم أن هذه العناصر الثلاثة موجودة في فكره، حيث لاحظنا أن الغزالي أشار في نصوص كثيرة إلى أن الأمراض النفسية لا شعورية وذلك بصريح العبارات مثل: "..ومن مرض القلوب مما لا يشعر ب غالبا، فهو كبرص على وجه من لا مرآة معه، فإنه لا يشعر به، ولو ذكر له لا يصدق به، والسبيل معه المبالغة في الثناء على غسل الوجه بماء الورد مثلا إن كان ماء الورد يزيل البرص حتى يستحثه فرط الثناء على المواظبة عليه فيزول مرضه، فإنه لو ذكر له أن المقصود زوال البرص عن وجهه ربما ترك العلاج وزعم أن وجهه لا عيب فيه (الغزالي،د،ص120).

وفي نص آخر يقول: "فإن مرضى القلوب لا يعرفون مرضهم، كما أن الذي ظهر على وجهه برص ولا مرآة معه، لا يعرف برصه، ما لم يعرف غيره" (الغزالي،د،45).

وفي حديثه عن أسباب انتشار الأمراض النفسية يقول: "...وإنما صار مرض القلوب أكثر من مرضى الأبدان لثلاث علل أحدهما: أن المريض لا يدري أنه مريض..." (الغزالي، د،ص:43).

إن هذه النصوص تشير بصريح العبارة إلى اللاشعور وعلاقته بالأمراض، ونحن نعلم أن اللاشعور عند فرويد مرتبط بعملية الكبت النفسي، لكن الغزالي لم يذكر هذا المصطلح. ومن ثم فالسؤال المطروح حينئذ هو كالآتي: ما مفهوم اللاشعور عند الغزالي وماهي الآلية العملية له في النفس؟

بالرغم من أن الغزالي لم يذكر مصطلح الكبت في مؤلفاته، لكن الباحثة ترى أنه أشار إلى الكبت كعملية ديناميكية، لكنه لم يقر بحتميتها مثل ما فعل

فرويد، حيث نجده يؤمن بوجود قوة عميقة كامنة للنفس وهي قوة الغرائز الحيوانية التي تسيطر على العقل فتفقده وعيه حيث تحل محله، "فيقبل المرء على أمر يظن أنه خير وحسنة، فيحسن ذلك في قلبه بخفي الهوى، فيقدم عليه كالراغب في الخير، فيخرج الأمر بعد ذلك عن اختياره، ويجره البعض إلى البعض، بحيث لا يجد محيصا" (الغزالي، ج،ص67).

نفهم من هذا النص أن الغرائز الحيوانية لها من القوة ما يدفع الإنسان إلى السلوك دفع قويا لا يملك إزاءه حول ولا قوة، ولذلك يركز الغزالي عل ضرورة مراعاة أوائل الأمور، أي التنبه لأولى الخواطر في النفس لأن تراكماتها يشكل رواسب سلبية تقوى وتشتد مع الوقت، وتقود صاحبها من حيث لا يشعر في غالب الأحيان.

وإذا رجعنا إلى الرذائل التي يعتبرها الغزالي أمراضا لا شعورية، فإننا نجد أن كل رذيلة هي نتيجة رغبات وحاجات غير مشبعة. فالبخل مثلا تشكل في قاع النفس بسبب حب الشهوات التي لا وصول لها إلا بالمال، أو توقع الفقر والخوف منه، والجاه يعتبر وسيلة لإشباع رغبة التواصل إلى المال، أو رغبة انتشار الصيت والذكر، والرياء وسيلة لتحقيق لذة المحمدة والفرار من ألم الذم... فكل الرذائل تحمل في طياتها رغبات نفس كامنة. وهذه الرغبات غير المشبعة، إذا لم تضبط على مستوى الشعور، انزلقت إلى منطقة عميقة من العقل الباطن فتقع في قبضة الغرائز الحيوانية، بحيث تصرفها في عمليات غير متعلقة، وتراكمات هذه الرغبات في هذه المنطقة يشكل مواد لرذائل مختلفة، تختزن في العقل الباطن، ثم تظهر على شكل أفكار وسلوكات، تختلف باختلاف الرذائل، وأحيانا تظهر بشكل واضح وتعبر عن الرذيلة بأسلوب مباشر، حيث يخرج الأمر عن اختيار العبد "كالذي يتورع عن بعض الأشياء، ولكنه وإذا رأى وجها حسنا لم يملك عينه وقلبه، وطاش عقله، وسقط مساك قلبه، أو كالذي لا يملك نفسه فيما فيه الجاه والرياسة

والكبر، لا يبقى معه مسكة للتثبت عند ظهور أسبابه، أو كالذي لا يملك نفسه عند الغضب، مهما استحقر وذكر عيب من عيوبه، او كالذي لا يملك نفسه عند القدرة على أخذ درهم أو دينار، بل يتهالك عليه تهالك الواله المستهتر، فينسى فيه المروءة والتقوى، فكل ذلك لتصاعد دخان الهوى إلى القلب، حتى يظلم وتنطفئ منه أنواره، فينكفئ نوء الحياء والمروءة والإيمان، وكل ذلك حصل "لانحباس جند العقل عن مدافعته" (الغزالي، ج،ص41:).

وأحيانا تظهر الرذائل بشكل غير مباشر، أو في صورة جديدة حيث تستعمل الذات حيلا في إخفاء الرذيلة، ذلك ما لاحظناه في تحليلات الغزالي، نذكر بعضها:

-**إخفاء رذيلة بإظهار فضيلة:** وهذا ما أشار إليه فرويد حين تكلم عن التكوين العكسي أو رد الفعل. يقول الغزالي وهو يصف بدقة سلوك المتكبر ويستنفذ إلى حيلته الدفاعية التي يلجأ إليها سلوك المتكبر ويستنفذ إلى حيلته الدفاعية التي يلجأ إليها (إن المتكبر يجلس في صف النعال، أو يجلس بينه وبين الأقران بعض الأراذل، فيظن أن ذلك تواضعا، وهو عين الكبر، فإن ذلك يخف على نفوس المتكبرين إذ يوهمون أنهم تركوا مكانهم بالاستحقاق والتفضيل، فيكون قد تكبر، وتكبر بإظهار التواضع أيضا، بل ينبغي أن يقدم أقرانه ويجلس بينهم بجنبهم، ولا ينحط عنهم إلى صف النعال، فذلك هو الذي يخرج خبث الكبر الباطن" (الغزالي، ج،ص:316-317).

-**الأقيسة الفاسدة:** حيث أشار إليها الغزالي في رذائل كثيرة، مثل الغرور حيث قال: "أما من غرتهم الحياة الدنيا، فهم الذين قالوا النقد خير من النسيئة، والدنيا نقد والآخرة نسيئة، فهي إذن خير، فلابد من إيثارها، وهذه أقيسة فاسدة (الغزالي، ج،ص:327). فالغزالي يشير إلى فساد هذا القياس الذي نظمته الذات الباطنة وركنت إليه، وإن كان صاحبها لا يشعر به. وهذا ما يسميه الغزالي خدع

النفس. يقول في هذا الصدد: "وأغمض أنواع المعاملة الوقوف على خدع النفس" (الغزالي، ج،ص26).

إن تراكمات الرغبات غير المشبعة يشكل رواسب سلبية، وهي عبارة عن مواد لرذائل مختلفة تقوى وتشتد، وأثناء العلاج تظل تزداد شدة حيث تظل تضغط على صاحبها بشدة وتقاوم رغبة الذات في تأصيل الجديد. وعند هذه النقطة ننتقل من مفهوم الكبت عند الغزالي إلى مفهوم مرتبط به، وهو المقاومة، أي مقاومة المريض للبديل الجديد والبديل العلاجي، وذلك يحدث حينما تقوى الدوافع الغريزية وتكون هي القائدة، حيث تقاوم من أجل أن تكون لها السيادة في الحكم والفعل محاولة تجاوز القوى العقلية.

فالغزالي إذن يؤمن بوجود قوة عميقة في النفس تلبس لباس العقل وتظهر بمظهره، وهي التي لا تقود وتسير حركات الذات حيث تنساق الذات وراء الغرائز، وهي لها من القوة ما يجعل العقل يزيغ عن الجادة، حيث يرى صاحبها الخطأ صوابا والصواب خطأ من حيث لا يشعر.

إن عملية العلاج تجعل الإنسان يواجه مقاومة من داخل نفسه، ولذلك تتفاوت قدرات الناس وإمكاناتهم الذاتية في تجاربهم التغييرية. وتزداد قوة المقاومة بعوامل كثيرة نذكر منها، امتداد عمرها التاريخي، وتمكنها في الذات بحكم العادة، ونلمس ذلك في قول الغزالي: "الجبلات مختلفة، بعضها سريع القبول، وبعضها بطيئة القبول، ولاختلافهما سببان: أحدهما قوة الغريزة في أصل الجبلة، وامتداده مدة الوجود، فإن قوة الشهوة والغضب والتكبر موجودة في الإنسان ولكن أصعبها أمرا وأعصاها على التغيير قوة الشهوة، فإنها أقدم وجودا، وإذ الصبي في مبدأ الفطرة تخلق له شهوة، ثم بعد سبع سنين يخلق له الغضب، وبعد ذلك يخلق له قوة التميز (الغزالي، ج،ص:48).

ولقد أشار الغزالي للصراع الذي تعيشه النفس والمقاومات التي تصدر منها في تحليله للكثير من الرذائل والفضائل حيث بين قوة الدوافع الغريزية وشدة مقاومة الذات في التخلي عن الشهوة، وما يزيد المقاومة قوة، أنها تريد أن تبقى لتلقى إشباعا بوسائل أخرى غير الشعور أو الظهور العلني من خلال استعمال وسائل خداعية كما أشرنا إلى ذلك فيما سبق.

فالمقاومة عند الغزالي هي دفعات مرضية تنبعث من العقل الباطن بكيفية لا شعورية عند غالبية المرضى لتقاوم الجديد والبديل العلاجي، مما يؤثر على الاستجابة السهلة، وهذه نتيجة متوقعة حينما تشتد الغرائز، لكن غير الطبيعي هو اعتبار الإنسان من الرواسب السلبية، مهما كانت قوتها، وما يساعد على ذلك نمو القدرات العقلية واكتمال النضج بالإضافة إلى الصحة، وهذا من شأنه أن يلغي قانون الحتمية الذي جاء في النظرية الغربية.

والفطرة عند الغزالي تعتبر مسلمة في فكر الغزالي، وهي تمثل الجانب الإيجابي في كل الغرائز الموجودة في النفس، وما يخالف الفطرة يمثل الجانب السلبي.

وانطلاقا من هذه المسلمة يتكلم الغزالي عن مفهوم آخر للمقاومة، فهو يفرق بين المقاومة السلبية التي ترتبط بعملية الكبت وبين المقاومة الإيجابية المزدوجة التي ترتبط بعملية أخرى هي عملية الضبط.

فما هو مفهوم هذه المقاومة؟ وما مفهوم عملية الضبط؟

## 5-المقاومة الإيجابية المزدوجة والضبط النفسي:

إن في النفس البشرية صراع ومقاومة بين قوتين، وهو صراع طبيعي تقتضيه طبيعة الإنسان المزدوجة. فالغرائز الحيوانية تشتد والغرائز العقلية تقاوم وتمنع بتوجيه من الشرع لتضبط حركة ونشاط الأولى. فالضوابط عند الغزالي لا تقوم بدور المنع والقمع من أجل قلع هذه الغرائز الدافعة بل من أجل تنظيمها.

إنها القوات النفسية المضادة التي تقف في طريق التيار المندفع، لا لتمنعه من أصله بل لتضبط انطلاقه.

والرغبات غير المشبعة التي لم تحد منفذا للتصريف على مستوى الشعور، تنزلق إلى منطقة عميقة من العقل الباطن، فتكبت، أي أنها تقع في قبضة الغرائز الحيوانية فتصرفها هذه الأخيرة في عملياتها من حيث هي عمليات غير متعلقة. فالغرائز الحيوانية هي المسؤولة عن عملية الكبت، أما عملية الضبط، فالمسؤول عنها هي القوى العقلية الموجودة بالفطرة في الإنسان بحيث تصرف الرغبات غير المشبعة في عملياتها الذهنية المتعلقة، فتنبعث منها دفعات شعورية صحية لتقاوم المرض إن كان موجودا، او لتقاوم الخواطر السلبية الأولى قبل أن تتحول إلى مادة سامة فتسبب المرض، فعملية الضبط إذن تحمل معنى المقاومة الإيجابية للمشاكل والضغوطات والأمراض.

وهذا المصطلح مقاومة إيجابية يعبر عنه في علم الصحة النفسية بالمرونة أو الإرجاعية(Resilience)، فالمقاومة السلبية تحمل معنى المرض، أما الثانية (الإيجابية) تحمل معنى الصحة.

لكن الإرجاعية حسب كابلان (Kaplan, 1999)، مصطلح يكتنفه الغموض في التعريف والقياس، ويساهم في النقد العلمي فيما يتعلق بأهمية الإرجاعية كبناء للنظرية (Barbara Resnich, 2008, 1).

ونظرا لأهمية هذه العملية (الإرجاعية) في علم الصحة النفسية، ونظرا لعلاقتها مع عملية الضبط النفسي عند الغزالي، رأينا أن نذكر أهم التعاريف الخاصة بها.

ورد في مؤلف "Barbara Resnich" (2008) تعاريف للإرجاعية نذكر أهمها فيما يلي:

– الإرجاعية حسب (Wagnild et al, 1993) هي ميزة أو قدرة على المواجهة بنجاح مع التغيير وسوء الحظ، وهي عملية ديناميكية متعلقة بخمسة عوامل هي: الاتزان، المثابرة، الاعتماد على الذات، مشاعر الوحدة الوجودية، الروحانية.

– الإرجاعية حسب (Hilgeman et al, 2007) هي كفاءة الأفراد المتزايدة في مستويات المخاطرة العالية.

– الإرجاعية حسب (Luhar et al, 2003) هي عملية دينامية وليست سمة ثابتة.

– الإرجاعية حسب (McEwen et al, 2003) هي الحفاظ على الاستقرار من خلال التغيير.

– الإرجاعية حسب (Pampel et al, 2004) هي عنصر تنموي لمحاولة الحفاظ على سير التكيف بما يتناسب مع تعريف الواحد لنوعية الحياة، بالرغم من زيادة القيود الوظيفية وكذا الأمراض المزمنة، وتساهم العوامل الاجتماعية، كالامتياز الاجتماعي والاقتصادي في الفوارق الصحية من خلال الإرجاعية الفيزيولوجية.

– الإرجاعية حسب (Folkman et al, 2008) هي المواجهة القائمة على المعنى، فهي تتضمن إعادة تقييم إيجابي، أهداف منقحة، أحداث إيجابية أو نشطة ومعتقدات دينية وروحية، بأنها بمثابة عملية مرنة للتخفيف من آثار الأحداث السلبية مثل المرض والعجز وتؤدي إلى تجربة مشاعر إيجابية.

– وأخيرا نجد أن مفهوم الإرجاعية حسب (Margot Phaneuf, 2005, 23) هي استرجاع التوازن والحالة الصحية بعد معاناة قاسية وشديدة حدثت في الطفولة أو في أي مرحلة عمرية أخرى.

وهكذا تتعدد تعاريف الإرجاعية كما تتعدد مجالاتها، فهناك الإرجاعية الجسدية والوراثية والشخصية والعاطفية والإبداعية والروحية، ولكن التعريف

الأكثر شيوعا والذي يجمع بين هذه التعاريف هو أن الإرجاعية هي العملية الديناميكية للتكيف مع الشدائد (Barbara Resnich, 2008, 1)، وفي هذه النقطة يلتقي مفهوم الضبط مع الإرجاعية.

إن مصطلح الضبط ليس مرادفا لمصطلح الإرجاعية، ولكنه يحمل كل المعاني التي اشتمل عليها مصطلح الإرجاعية، فالضبط يشمل الإرجاعية باعتباره مقاومة إيجابية للشدائد، ولكنه يتجاوزه بالمميزات التالية:

1. الضبط مقاومة إيجابية مزدوجة، لا تقتصر على الخارج فقط كما نفهمه من تعاريف الإرجاعية المختلفة، وإنما هو مقاومة صحية داخلية باطنية بالدرجة الأولى (مواجهة قوة الغرائز الحيوانية) أي مقاومة المقاومة، ثم تليها المقاومة الخارجية (مقاومة الضغوطات والشدائد الخارجية) أي منع أي تسرب جديد من شانه أن يقوي الغرائز الحيوانية، فالغزالي لا يتوقف عند مقاومة المريض للخلق الجديد بسبب قوة الغرائز المكبوتة كما جاء عند فرويد، بل يتجاوزه إلى نقطة مهمة، إلى مفهوم آخر للمقاومة وهي مقاومة المريض للخلق القديم ويستعمل لفظ "كسر" المهلكات ليبين قدرة المريض بالمجاهدة على اختراق ما ثبت في قاع النفس وما كبت.يقول الغزالي في هذا الصدد: "ولكن الأعمال علاج لمرضى القلوب مما لا يشعر به غالبا (الغزالي، د،ص:120)، والمجاهدة عند الغزالي لا تكسر الخلق القديم فقط، بل تمنع وتقاوم أي محاولة لتسرب جديد من شانه أن يقوي الغرائز الحيوانية، فكمال قوة الإنسان في دفع الخاطر الأول قبل أن يتلوه الثاني، وهذا يتطلب شدة التفقد والمراقبة لما يجري في النفس من دوافع وما يجري في الخارج من بواعث.

2. مفهوم الضبط يتجاوز الإرجاعية في الدقة والتحديد لأنه انتقاء لقيم معينة لا تقبل الزيادة أو النقصان، فأخف زيادة أو نقصان يخرج عملية الضبط من

الوظيفة الخاص بها. فالمقاومة الإيجابية في إطار الضبط مضبوطة ومحددة، لأنها تعمل وفق منهج محدد هو منهج الأضداد.

3. عملية الضبط مرتبطة بانتقاء قيم مطلقة غير نسبية، مما يعطي تصورا واضحا متماسكا عن خصائص الصحة النفسية الأمر الذي لا نجده عند فرويد، ولا حتى عند المحدثين من علماء النفس وعلى رأسهم أبراهام ماسلو وروجرز، الذين تنبهوا لأهمية القيم الروحية كالعدل والخير والجمال والحب والنظام... وذلك لافتقارهم لميزان صحيح للخير، فتاهوا في جزئيات لا حد لها ولا نهاية.

ولذلك ترى الباحثة أن مصطلح الضبط النفسي أشمل من الإرجاعية وأدق وأكثر تحديدا وبالتالي قد يصلح ليكون قاعدة لبناء نظرية في الصحة النفسية ، فقط يحتاج إلى القياس والتطبيق ومن ثم يبقى رهن انتظار دراسات امبريقية لاحقة.

**خاتمة:**

إن التخلية والتحلية هي طريقة علاج متكاملة موجهة إلى الإنسان ككل وليس كجزء، وهي لا تعني المريض فقط، وإنما هي تعني أيضا الإنسان العادي من جانب وقائي، وهذا يدخل ضمن إطار ما يسمى عند الغرب بعلم الصحة النفسية، حيث يركز الغزالي فيها على ضرورة أن يتدرب كل إنسان على برامج تربوية، يتعلم من خلالها كيف يكتسب مناعة جسمية ونفسية تقيه من الوقوع في الأمراض، وتسير به إلى مدارج الصحة النفسية، ومهمة الطبيب المختص ليس علاج المرض الموجود لدى الحالة فقط، وإنما تدريبه على هذه الطرائق العلاجية، حتى تصبح منهج حياته إلى الممات، وذلك بعد أن يعيها ويستوعبها، لأن الأمراض التي ذكرها الغزالي تنتظر غفلة من الإنسان لتقتحم نفسه التي تكون على الدوام مستعدة لقبول الجديد دون أن تميز بين حسنه وقبيحه، وطريقة التخلية والتحلية تجمع بين طرائق فرعية هي العلاج التحليلي والسلوكي والمعرفي الانفعالي وفق نسق معرفي كل متكامل قائم على مفاهيم علمية مميزة خاصة بالغزالي، فالعلاج السلوكي

مرتبط بالعلاج التحليلي، فهو وجهة لعملة واحدة، فالتحليلي يكشف عن الأمراض الموجودة في النفس (الغفلة والرذائل)، وهو قائم على عمليتين نفسيتين هما:

- **عملية الكبت مع عناصرها:** المقاومة السلبية وتراكمات الرواسب السلبية.
- **عملية الضبط مع عناصرها:** المقاومة الإيجابية المزدوجة وتراكمات الرواسب الإيجابية.

ويتبع العلاج التحليلي بالعلاج السلوكي الذي يقوم على تعبئة النفس بالفضائل عن طريق العمل والممارسة والمجاهدة، وعلى تثبيت كل الرواسب الإيجابية الموجودة أصلا في النفس، وفق منهج محدد هو منهج الأضداد، باستعمال عملية نفسية هي الضبط النفسي، ولدفع العلاج السلوكي والمثابرة عليه وتحمل مشاقه، وأيضا لعدم الغفلة عن العلاج التحليلي وما يستلزمه من فطنة، يشترط الغزالي مرافقة العلاجين بالعلاج المعرفي الانفعالي.

إن هذه المفاهيم الخاصة بالعلاج عند الغزالي، واضحة المعالم وقابلة للتحقيق ويمكن أن تكون قاعدة لنظرية في علم النفس فقط تحتاج إلى تطوير وإثراء، ولذلك قال فيه فاد الأهواني أنه مؤسس علم النفس الإسلامي،.(عبد الكريم العثمان،1981ص1).وأن ماينقصه هو المنهج الإحصائي ومنهج القياس النفسي والتجارب العملية.

**المراجع**

1- بولنج آن.(2007). **قياس الصحة النفسية.** ترجمة حشمت حسين،ط1،القاهرة:مجموعة النيل العربية

2- جازولي نادية، الصحة النفسية عند أبي حامد الغزالي وسيجموند فرويد دراسة ابستيمولوجية مع دراسة ميدانية للصحة النفسية عند أبي حامد الغزالي. **أطروحة دكتوراه في علوم التربية**، جامعة الجزائر.

3- حجازي مصطفى.(2004). **الصحة النفسية** . (ط2). بيروت لبنان.

4- العثمان عبد الكريم. (1981).**الدراسات النفسية عند العلماء المسلمين والغزالي بوجه خاص.** (ط2).دار غريب للطباعة .

5- العثمان عيسى.(د.ت) **الإنسان عند الغزالي**. ترجمة خيري حماد، مكتبة الأنجلو مصرية.

6- الغزالي أبو حامد (1984).**المنقذ من الضلال**. ط1.الدار التونسية للنشر.

7- الغزالي أبو حامد (د.ت) **إحياء علوم الدين**، تحقيق الإمام العراقي، الجزء الثالث (ج)، دمشق مكتبه عبد الوكيل الدروبي.

8- الغزالي أبو حامد. (د.ت) **إحياء علوم الدين**. تحقيق الإمام العراقي. الجزء الرابع (د). دمشق: مكتبه عبد الوكيل الدروبي

**المراجع باللغة الإنجليزية:**

9- Resnick Barbara et al, Resilience In Aging ,springerverlag Newyork,2008