

الإرشاد النفسي التربوي في الفكر الإسلامي - دراسة تحليلية لأسس الصحة النفسية عند مسكويه

مروان أبو حويج*

* حصل على دكتوراه الدولة في فلسفة التربية من جامعة سان جوزيف، بيروت ١٩٨٣.
يعمل مدرسا منتدبا بقسم أصول التربية بجامعة الكويت.

الملخص

أصبحت الصحة النفسية في العصر الحديث، تمثل ركيزة أساسية لواحد من العلوم الإنسانية بدأ يدخل مؤسساتنا التربوية من أوسع الأبواب، ونقصد بذلك الإرشاد النفسي والتربوي.

لقد أخذ هذا العلم يستقطب همّة العلماء والدارسين في العالم العربي. سعيا للبحث عن تحديد هويته المميزة، باعتباره مجالا مستقلا من مجالات العمل الإنساني، وعلمًا إنسانيا له حدوده وضوابطه.

وإيماننا بالسعي نحو بناء منهج إرشاد نفسي تربوي — ذاتي ومفتوح — في آن واحد، ويستند إلى قواعد في الصحة النفسية ذات جذور ثابتة، نضعه بين أيدي العاملين في مجالات الإرشاد النفسي والتربوي في البلاد العربية، فقد وقع الاختيار في هذه الدراسة على استقراء ما خلص إليه عالم الأخلاق الإسلامي (أحمد بن يعقوب الملقب بمسكويه) ^(١) في كتابه (تهذيب الأخلاق وتطهير الأعراق) ^(٢) من قواعد وأسس للصحة النفسية، ثم الربط بين أفكار مسكويه وأفكار المحدثين في هذا المجال، باعتبار أن مسكويه من أوائل الذين حاولوا التعرف على محركات السلوك الإنساني، ومن علماء المسلمين الذين نجحوا إلى درجة ملحوظة في المساهمة بوضع أسس الصحة النفسية.

مدخل الدراسة

تميزت ندوة (الإرشاد النفسي والتربوي من أجل التنمية في دولة الكويت) (٣) عن غيرها من الندوات التربوية العديدة بكونها الأولى من نوعها في العالم العربي، التي انعقدت في النصف الأخير من القرن العشرين للبحث عن (هوية مميّزة) للإرشاد النفسي والتربوي، باعتباره مجالاً مستقلاً من مجالات العمل الإنساني، وعلماً إنسانياً له حدوده وضوابطه.

وقد جاء العديد من الدراسات التي طرحت الموضوع على بساط البحث، بالقدر الكافي من المساهمة في استعراض تطور مفهوم الإرشاد النفسي، واستجلاء وجهات نظر مستقبلية لما ينبغي أن تكون عليه أية خطط أو برامج تهدف إلى توفير خدمات الإرشاد النفسي على كافة مستوياته.

ولقد انصبّت اهتمامات معظم هذه الدراسات على الأخذ بالمنظور الحديث لمفهوم الإرشاد، مع وجود تباين في الآراء حول طبيعة النشأة والنمو.

فمن الدراسات من أشار إلى أن الإرشاد ظاهرة نشأت ونمت في الولايات المتحدة الأمريكية. حيث أن هناك عوامل ثقافية يتميز بها المجتمع الأمريكي، ساعدت على إنشاء ونمو الإرشاد النفسي، مع التأكيد على أن جذور علم النفس الإرشادي قد وجدت ونمت منذ أواخر القرن الماضي، وأن الخمسينيات قد شهدت مولد مهنة الإرشاد ونموها السريع، حيث برز في تلك الفترة اهتمام الإرشاد بتنمية الجوانب الإيجابية في النمو السوي، والعمل على تحقيق نوع من التوازن والتكامل للفرد. (سليمان، ١٩٨٦: ٢٥).

ومن الدراسات ما يشير إلى أن السبعينيات والثمانينيات تؤكد على أن هدف الإرشاد هو تيسير فاعلية سلوك الفرد والجماعة، في إطار إنمائي بواسطة التعرف على إمكانيات الفرد والجماعة والعمل على تشجيع نموها (سليمان، ١٩٨٦: ٤٢).

وهناك دراسات ناقشت نشأة الإرشاد النفسي في القرن العشرين في أمريكا، وبيّنت ظروف نموه وتطوره وانتقاله إلى كثير من دول العالم النامية، وبيّنت إيجابيات وسلبيات هذا النقل، مع الأخذ بعين الاعتبار الفروق الثقافية والدينية والاجتماعية بين مجتمع وآخر، إضافة إلى اختلاف أسلوب حياة الفرد وقيمه وطموحاته وفلسفته في الحياة (مرسي والرشيدي، ١٩٨٦: ٢٧٩).

ومن جانب آخر هنالك دراسات نبهت الأذهان إلى التحديات التي تواجه الإرشاد النفسي في موطنه الأصلي — الولايات المتحدة — باعتباره (من منتجات المجتمع الأمريكي، ومن طبيعة بنائه الاجتماعي والاقتصادي، وإن مهنته تعبر عن أزمة الفرد في هذا المجتمع) (فطيم، ١٩٨٦ : ٩١).

ومن هذه الدراسات من يخرج بمقولة أنه (إذا كان حال الإرشاد النفسي في موطنه الأصلي مازال موضع نقاش فيما يتعلق بمفاهيمه ومواصفات وواجبات القائمين عليه، فمن المنطقي أن تنعكس هذه الحالة على البلاد العربية، حيث لم تظهر مقررات الإرشاد النفسي في كليات التربية إلا منذ سنوات قليلة.. إضافة إلى أن هناك أقساما لعلم النفس بكليات الآداب اعترفت به ووضعت ضمن مقرراتها. وهناك من لم يعترف به حتى اليوم) (فطيم، ١٩٨٦ : ٩٨ — ٩٩).

ومن الدراسات ما يعترف بأن الإرشاد التربوي يمر بأزمة الهوية، وتطالب بتواجد مربين نفسيين في المدارس وليس مرشدين تربويين. (فطيم، ١٩٨٦ : ٩٩ — ١٠٠).

وهنالك من الدراسات التي تقر وتعترف بتأخر إدخال نظام التوجيه التربوي والإرشاد النفسي في المدارس العربية. وتطالب باعتماده مستندة في ذلك إلى نظريات إرشادية عند مرتين غربيين. وتخرج بنتائج وتوصيات نابعة من هذه النظريات (٤).

إن الفاحص لتلك الدراسات موضع الإشارة، يجد أن معظمها قد جند البحث عن هوية الإرشاد النفسي والتربوي مستندا إلى كون مفاهيمه هي وليدة الأمس القريب في أحضان الغرب الحديث.. دون الالتفات — ربما عن غير قصد — إلى العمق التاريخي لمفاهيم هذا العلم العريق، ودونما بذل المحاولات الجادة للتوفيق والربط المحكم بين الأصالة والتجديد.. إلا أن ذلك لا يمحو البصمات الدالة على أن الأولين قد خاضوا غمار الإرشاد وسبروا أعماقه، ولنا في زوايا الفكر الإسلامي ما يؤكد أن علماء المسلمين الأوائل قد خاضوا غمار الإرشاد النفسي والتربوي، وخرجوا بقواعد ذات جذور راسخة لهذا العلم الإنساني النبيل.

تحديد المشكلة

من هنا بدء الإحساس بالمشكلة، إذ كيف يتم التوفيق بين الأصالة والحداثة، عند البحث عن الهوية المميزة للإرشاد النفسي والتربوي، وذلك كمحاولة جادة للإنصاف في تتبع المنهجية التاريخية لنشأة الإرشاد.

الأهداف وأسباب الاختيار

إيماناً بالسعي نحو بناء منهج إرشاد تربوي نفسي — ذاتي ومتفتح — في آن واحد، نضعه بين أيدي العاملين في مجالات الإرشاد النفسي والتربوي في البلاد العربية، فقد جاء الاختيار في هذه الدراسة منصبا على استقراء شريحة من الفكر الإسلامي، ممثلة بجوانب من القواعد والأسس النفسية التي وضعها عالم الأخلاق الإسلامي (أحمد بن يعقوب الملقب بمسكويه) (مسكويه، ١٩٦٦: ١٧٥ — ٢٢٢)، وخاصة ما يتعلق منها بالصحة النفسية التي هي أكثر التصاقاً بالإرشاد النفسي والتربوي، ومن حيث كونها واحدة من أبرز علومه. ومن ثم استنباط ما أمكن من هذا الجانب — إحياء وتحديثاً — للتوفيق بين الأصالة والتفتح في علم بدأ يدخل مؤسساتنا التربوية من أوسع الأبواب، هذا بالإضافة إلى محاولتنا الربط بين أفكار مسكويه والأفكار الحديثة في التوجيه والإرشاد النفسي، باعتبار مسكويه من أوائل الذين حاولوا التعرف على محركات السلوك الإنساني. ومن علماء المسلمين الذين نجحوا إلى درجة ملحوظة في المساهمة بوضع أسس الصحة النفسية التي تمثل ركيزة من ركائز الإرشاد.

حدود الدراسة

تحدد هذه الدراسة في إطار ما أورده مسكويه عن أسس للصحة النفسية بالمقالة السادسة من كتابه (تهذيب الأخلاق وتطهير الأعراق) والمتمثل في جانبين:

الأول: وقائتي تحت عنوان (حفظ صحة النفس).

الثاني: علاجي تحت عنوان (رد الصحة على النفس إذا لم تكن حاضرة) (مسكويه،

١٩٦٦: ١٧٧ — ١٩١).

حيث يعرض مسكويه فناً علمياً أخلاقياً يراد به إصلاح الأخلاق، ويصفه على صورة الطب في زمانه، فيذكر في تلك المقالة شفاء الأمراض التي تلحق نفس الإنسان وعلاجاتها، كما يأتي على ذكر الأسباب والعلل التي تولدها وتحدث عنها.

وبناء عليه، فقد جعلنا هذه الدراسة في مبحثين، خصصنا الأول منها للجانب الوقائي والثاني للجانب العلاجي، وحرصنا على أن نستجلي جانباً من نظريات وآراء واتجاهات العديد من علماء النفس المحدثين في مجالات الصحة النفسية بالمقارنة مع آراء واتجاهات مسكويه في هذا المضمار.

المبحث الأول

حفظ صحة النفس

يبدأ مسكويه بعرض الصفات المميزة للنفس الحرة الفاضلة، والشروط الواجب توفرها في الإنسان المالك لهذه النفس فيقول: (إذا كانت النفس خيرة فاضلة تحب نيل الفضائل وتحرس على إصابتها وتشتاق إلى العلوم الحقيقية والمعارف الصحيحة، فيجب على صاحبها أن يعاشر من يجانسه ويطلب من يشاكله، ولا يأنس بغيرهم ولا يجالس سواهم، ويحذر كل الحذر من معاشرة أهل الشر والنقص من المجان والمجاهرين بإصابة اللذات القبيحة وركوب الفواحش والمفتخرين بها المنهمكين فيها، ولا يصغى إلى أخبارهم مستطيباً ولا يروى أشعارهم مستحسنًا، ولا يحضر مجالسهم مبتهجا، وذلك إن حضور مجلس واحد من مجالسهم، وسماع خبر واحد من أخبارهم، ورواية بيت واحد من أشعارهم يعلق من وضره ووسخه بالنفس مالا يغسل عنها إلا بالزمان الطويل العلاجات الصعبة).

ويتبين من النص أن مسكويه يعرض أسس التربية الواجبة للحفاظ على النفس خيرة فاضلة، كما يعرض النتائج المتوخاة من مغبة الانحراف عن هذه الأسس، إذ يؤدي الانحراف في النهاية إلى إصابة النفس بأمراض الرذيلة (°).

ثم يعلل مسكويه أسباب حصول الانحراف في النفس فيقول: (والعلة في ذلك أن محبة اللذات البدنية والراحات الجسمية طبيعة للإنسان لأجل النقائص فيه، فنحن بالجهلة الأولى والفطرة السابقة إلينا نميل إليها ونحرص عليها).

إذن فالإنسان بفطرته مهياً للسلوك الانحرافي، ولديه الاستعداد النفسي للانحراف إذا لم يتحصن بالوجهة التربوية السليمة، وأفضل سبل التحصين كما يقول مسكويه: «إن نزم انفسنا عنها (أي عن محبة اللذات البدنية والراحات الجميلة) بزمام العقل حتى نقف عند ما يرسم لنا، ونقتصر على المقدار الضروري منها».

ويتبين من هذا القول أن العلاج لا يطلب من خارج، بل هو في الإنسان وبداخله، فالإنسان يمتلك الضدين المتمثلين بالسلوك الانحرافي وهو الاستعداد الفطري لديه، وبالعقل الذي يحكم ويميز بين المنحرف والسوي من الأعمال، فهو القاسم المشترك الأعظم في عملية التوجيه التربوي السليم المؤدية إلى حفظ صحة النفس.

وقد ازداد العلماء يقينا مع مضي الزمن — إلى عصرنا هذا — بأن خير الطرق لدراسة الحياة العقلية، إنما يكون بدراسة الحياة العقلية نفسها (القوسي، ١٩٧٥ : ٢٥)، وهي حياة قائمة في داخل الإنسان وفي ذاته.

ومسكويه يضع الإرشادات العلاجية الواقية من مغبة الوقوع في الانحراف ويوردها على شكل نصائح لطالب حفظ صحة نفسه، ويمكن إجمالها بما يلي:

أولا : الرياضة الفكرية

يقول مسكويه : (ومما يؤخذ به من يحفظ صحة نفسه أن يلتزم وظيفة من الجزء النظري والجزء العملي، ولا يسوغ له الاخلال بها البتة لتجري للنفس مجرى الرياضة التي تلتزم في حفظ صحة البدن فإن الأطباء يعظمون أمر الرياضة في حفظ البدن / وأطباء النفوس أشد تعظيما لها في حفظ صحة النفس).

يستخلص من ذلك أن من يريد الحفاظ على صحة نفسه أن يركن إلى غاية تتفق وطبيعته الخاصة أي طبيعة العقل والتفكير، وتمثل في محبة العلم التي يكتمل فيها نصاب النظر وغياب العمل، كما يحذر مسكويه من مغبة الكسل الفكري والانقطاع عن متابعة شحذ الأذهان بالعلم والمعرفة المؤديين إلى الخير. فالفكر هنا شأنه شأن عضلات البدن، فإذا ما حافظ الإنسان على ممارسة الرياضة البدنية فإن جسمه سيبقى سليما معافى، وإذا ما أهمل ذلك فستضعف عضلاته ويصبح عرضة للأمراض، وكذلك الأمر بالنسبة للفكر الإنساني.

ويلاحظ أن مسكويه يعقد مقارنة بين الصحة النفسية والصحة الجسمية، وهو بذلك يحاكي المحدثين من علماء النفس الذين يرون أن (من المفيد أن نقيم بعض الموازنة بين الصحة النفسية والصحة الجسمية — من حيث مناهج كل منهما — حتى تفهم الأولى على ضوء الثانية) (القوسي، ١٩٧٥ : ٤).

فالمحدثون يذهبون إلى القول بثلاثة مناهج موصلة إلى الصحة الجسمية :

أولها : المنهج العلاجي (REMEDIAT) وهو ما يتبعه الفرد العادي للتخلص من مرض أو انحراف.

وثانيها : المنهج الوقائي (PREVENTIVE) وهو ما يتبعه الفرد عادة لكي يتجنب الإصابة بمرض ما.

وثالثهما: المنهج الإنشائي أو الإيجابي (POSITIVE OR COSTRUCTIVE) وهو ما يتبعه الفرد العادي حتى تقوى صحته، ويزيد نشاطه، ويتمتع بالشعور بالقوة والحياة، وهذه المناهج الثلاثة ليست منفصلة تماما عن بعضها، ولكنها متداخلة تداخلا كبيرا.

كذلك الصحة النفسية لها ثلاثة مناهج كالسابقة تماما، فهناك المنهج العلاجي، وهو المتبع لعلاج الفرد من الانحراف في الصحة العقلية حتى يعود إلى حالة الاعتدال. والمنهج الوقائي وهو الطريق الذي يسلكه الفرد مع نفسه ومع غيره حتى يقي نفسه وغيره الوقوع في حالة اضطراب نفسي. والمنهج الإنشائي وهو ما يحتذيه المرء ليزيد شعوره بالسعادة ويزيد كفاءته إلى أقصى حد مستطاع (القوسي، ١٩٧٥: ٥ - ٨). وهذا ما يلاحظ على ما التزم به مسكويه في إرشاداته للرياضة الفكرية، وقاية وعلاجاً وإنشاء.

ومسكويه يستعرض النتائج الناجمة عن التقصير - إذا ما حدث - في السعي إلى الرياضة الفكرية فيقول: (وذلك أن النفس متى تعطلت من النظر، وعدمت الفكر والغوص على المعاني، تبلدت وتبلهت، وانقطعت عنها مادة كل خير، وإذا ألفت الكسل وتبرمت بالروية واختارت العطلة، قرب هلاكها لأن في عطلتها هذه انسلخا من صورتها الخاصة بها، ورجوعها منها إلى رتبة البهائم وهذا هو الانتكاس في الخلق نعوذ بالله منه).

وهذا القول يعتبر تحذيرا من مسكويه للإنسان العاقل من مغبة تعطيل عقله وفكره عن الغوص في بحار المعرفة المؤدية دوماً إلى سبل الخير.

ثم يتابع مسكويه فيستعرض النتائج المتوخاة من التزام الإنسان بالرياضة الفكرية فيقول: (وإذا تعود الحدث الناشئ من مبدأ كونه الارتياض بالأمر الفكرية، ولازم التعاليم الأربعة^(٦))، ألف الصديق واحتمل ثقل الروية والنظر. وانسى بالحق وبنا طبعه عن الباطل وسمعته عن الكذب، فإذا بلغ أشده وانتقل إلى مطالعة الحكمة استمر طبعه فيها وتشرب ما يستودع منها ولم يرد عليه غريب ولا يحتاج إلى كثير تعب في فهم غوامضها واستخراج دقائنها).

ويتبين من النص أن الالتزام الرياضي للفكر هو عادة تنشأ مع الإنسان منذ طفولته، فإذا ما عودها فإنه يواظب عليها طوال سني حياته، الأمر الذي يستقيم معه ميزان النظر والعمل في مقاييس العقل السليم، وإذا ما بلغ الإنسان هذه المرحلة من النضوج والتزم بالإرشادات الواردة بالنص فإنه بالغ الحكمة المنشودة بعد أن تكون قد وضحت أمامه سبل

الوصول. وبناء عليه ينصح مسكويه أن تغرس الرياضة الفكرية في أذهان الناشئة كي تسهل عليهم عند الكبر حيث تأتي حصيلة أفكارهم مطابقة للوجهة التربوية السليمة دون عناء أو مشقة.

ويستخلص من ذلك أن مسكويه أدرك ما توصل إليه العلماء حديثا من أن علم الصحة النفسية يبحث في تكوين الأفراد، وفي علاجهم، وفي وقايتهم من العيوب السلوكية أو النفسية في مراحل نموهم المختلفة (القوسي، ١٩٧٥: ١٠).

وفي الوقت ذاته، أدرك أن القياس العلمي للصحة النفسية هو — التوافق الداخلي المصحوب بحسن التكيف مع البيئة، بحيث يؤدي إلى أقصى درجة ممكنة من الكفاية والسعادة، وهذا هو أحدث تعريف للصحة النفسية (القوسي، ١٩٧٥: ١٠) فهو يلتقي مع علماء النفس في تأكيد فكرة العلاقة القائمة بين الفرد والبيئة من جانب، وفي انعدام النزاع الداخلي في الإنسان ذاته من جانب آخر، وهذا الشرط يمثل ركنا أساسيا من أركان الصحة النفسية (٧).

ومسكويه يطالب حافظ الصحة: (وان كان قد توحّد في العلم وبرع، فلا يحمله العجب بما عنده على ترك الازدياد، فإن العلم لا نهاية له، وفوق كل ذي علم عليم، ولا يتكاسلن عن معاودة ما علمه وأتقنه على سبيل الدرس له، فإن النسيان آفة العلم).

ثانيا : الحفاظ على مواهب النعم الذاتية

ينبّه مسكويه حافظ صحة نفسه إلى أهمية المواهب الجليلة التي حباها الله تعالى نفس الإنسان فيقول :

(وليُعلم أيضا حافظ هذه الصحة على نفسه أنه إنما يحفظ عليها نعمة شريفة موهوبة لها وكنوزا عظيمة مذكورة فيها، وملابس فاخرة مفرغة عليها، وإن من كانت هذه المواهب الجليلة موجودة له / في ذاته — لا يحتاج إلى تطلبها من خارج، ولا بذل الأموال فيها لغيره، ولا تكلف العناء والمؤن الثقال في تحصيلها — ثم أعرض عنها وأهمل أمرها حتى انسلخ عنها وعزى منها للوم في فعله، مغبون في رأيه، غير رشيد ولا موفق، لا سيما وهو يرى طالبي النعم الخارجة كيف يتجشمون الأسفار البعيدة الخطرة، ويقطعون السبل المخوفة الوعرة، ويتعرضون لضروب المكاره وأنواع التلف من السباع العادية وطبقات الأشرار الباغية، وهم يحبون في أكثر الأحوال مع مقاساة هذه الأهوال، وربما عرضت لهم التندامات المفرطة والحسرات المعطبة التي تقطع أنفاسهم وتفصل أعضاءهم).

ويلاحظ أن مسكويه يبرز نوعين من النعم :
النوع الأول : النعم الداخلية ، وهي نعم شريفة وهبها الله تعالى للإنسان وجعل موطنها النفس الإنسانية .

النوع الثاني : النعم الخارجية ، وهي موجودة خارج الذات الإنسانية .

ثم يستعرض المؤلف أوصاف النوع الأول وفضائله ، ويحث الإنسان الحافظ لصحة نفسه أن يداوم على طلب تلك النعم الداخلية وأن يحافظ عليها ، لأنها هبة له من عند الله تعالى ، إذ لا يحتاج إلى جهد أو عناء لنوالها ، فمن طلبها وحصل عليها فقد بلغ مرحلة التكيف مع النعماء الشريفة والكنوز العظيمة المدخرة في ذاته ، وفي ذلك ما يغنيه عن طلب النوع الثاني من النعم الخارجية عنه ، لأن طريقها — كما يبين النص — وعر وشاق ، ونتائج المغامرة في طلبها غير مضمونة الصحة والسلامة .

إذن فمسكويه يدعو الإنسان إلى البحث عن إنسانيته الكامنة في ذاته لكشف ذخائرها .

وهذا يذكرنا بنظرية الذات التي نادى بها كارل روجرز (Rogers, 1951, CH. 11) حيث اعتبر الذات هي المحور الرئيسي للخبرة التي تحدد شخصية الفرد ، وبمعنى آخر ، فهي ذلك الجزء من المجال الظاهري الذي يتحدد على أساسه السلوك المميز للفرد ، فيمثل ما يحدد إدراكنا للمواقف الخارجية نوع الاستجابات الخاصة إزاء هذه المواقف ، كذلك فإن فكرتنا عن ذاتنا أو الطريقة التي ندرك بها ذاتنا ، هي التي تحدد نوع شخصيتنا ، ويرجع ذلك إلى المواقف والأحداث التي يدرك بها الإنسان نفسه ، ففكرة الشخص عن ذاته إذن هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها الشخصية (مرسي ، ١٩٧٥ : ١١) .

ثم يمضي مسكويه فيتابع وصفه لحالة طالبي النعم الخارجية فيقول فيهم :

(فإن ظفروا بشيء من مطالبهم كان لا محالة زائلا عن قرب أو معرّضا للزوال وغير مطموع في بقائه ، لأنه من خارج وما كان خارجا عنا فهو غير ممتنع عما يطرقه من الحوادث التي لا تحصى كثرة وصاحبه مع هذه الحال شديد الوجل دائم الإشفاق / متعوب الجسم والنفس ، يحفظ مالا يجد إلى حفظه سبيلا ويحذر على ما لا يغني فيه الحذر فتिला) .

ثم يصف مسكويه حالة السلاطين أو أصحاب السلطان الذين يسعون في طلب الأشياء الخارجية عن سلطان ذاتهم ومواهب أنفسهم فيقول :

(وإن كان طالب هذه الأشياء الخارجة عنا سلطاناً أو صاحب سلطان، تضاعفت عليه هذه المكارة أضعافاً كثيرة بقدر ما يلبسه وبحسب ما يقاسيه من الأضداد والحساد على البعد ومن القرب وبكثرة ما يحتاج إليه من المؤن في استصلاح من يليه ويلى من يليه ومدارة من يواليه ويعاديه.. فهو غير آمن على نفسه من جهتهم مع التحاسد الذي بينهم من مكاتبه الأعداء إياهم ومواطأة الحساد لهم، وكلما ازداد من الأعوان والأعضاء زادوه في شغل القلب، وجلبوا له من المكارة ما لم يكن عنده، فهو غني عند الناس وهو أشدهم فقراً، ومحسود وهو أكثرهم حسداً، وكيف لا يكون فقيراً وحده الفقر هو كثر الحاجة؟ فأكثر الناس حاجة أشدهم فقراً، كما أن أغنى الناس أقلهم حاجة).

والنص يبين أن لا محالة أمام صاحب الجاه الذي ابتعد عن كنه ذاته ومقادير نفسه التي وهبها إياه رب العالمين سوى المعاناة من سوء الاختيار، والخوف من مغبة الوقوع في مزالق المكارة، فيصبح بدرجة الأمن حيث تنعدم ثقته بمن هم حوله من الأقربين لأنه منذ البداية عمل على فقدان ثقته بنفسه فلم يسبر غورها ولم يكشف جواهرها القيمة.

ويمكن اعتبار قول مسكويه هنا بمثابة تحذير لأصحاب الجاه والسلطان من الانقياد وراء الأشياء الخارجة عن نطاق أنفسهم الموهوبة، ومن فعل ذلك منهم فسوف يلزمه الفقر، — والمقصود بالفقر هنا فقر النفس — وسيصبح بحاجة إلى غيره دون نفسه.

وبناء عليه يحكم مسكويه حكماً صادقا (إن الله تعالى أغنى الأغنياء لأنه لا حاجة به إلى شيء من الأشياء... وإن أعظم الملوك هم أشد الناس فقراً لكثرة حاجته إلى الأشياء).

ويلخص مسكويه بالعودة إلى تنبيه الأذهان إلى أن النعم الأولى أي (النعم الداخلية): (موجودة عندنا وفيها، وهي غير مفارقة لنا لأنها موهبة الله الخالق عز وجل، وقد أمرنا باستثمارها والترقي فيها، فإذا قبلنا أمره أثمرت لنا نعماً بعد نعم، ورقينا في درجة فوق درجة حتى تؤدينا إلى النعيم الأبدي).

إذن فالعمل على طلب النعم الداخلية هو مطلب إلهي، وكل ما يتعلق بالله سبحانه من أوامر هو مراقبة للسعادة الأزلية.

ويبدو أن ما يقصده مسكويه من تقسيمه للنعم إلى نوعين إحداها داخلية والأخرى خارجية، هو بيان الأثر النسبي للوراثة والبيئة على الإنسان، باعتبار أن النعم الداخلية هي أقرب ما تكون إلى العوامل الوراثية، فهي نابعة من سلطان الذات ومواهب النفس، أما

النعم الخارجية فهي الموجودة خارج الذات الإنسانية وأقرب ما تكون إلى العوامل البيئية . ومن ثم نجد مسكويه يحدد مفاهيم كل نعمة على حدة ، ويرسم المنهج الداعي للإنسان إلى البحث عن إنسانيته عن طريق التمييز الوضعي لكل نعمة .

إن هذا المطلب الإنساني الذي يطرحه مسكويه ، يلتقي فيه مع المحدثين على ضرورة وضع منهج علمي يقضي بتسوية ظروف البيئة ، ما أمكن فتكون الفروق الناتجة بين الأفراد في مظاهر الحياة راجعة إلى فروق في الوراثة ، أو بتسوية العوامل الوراثية ، وبذا تكون الفروق البادية في مظاهر الحياة راجعة إلى فروق بين آثار مختلف البيئات ، وذلك تمهيدا للوصول إلى القواعد العامة لأثر العوامل الوراثية والبيئية (القوصي ، ١٩٧٥ : ١٦) .

ومن جانب آخر ، نجد أن منهج مسكويه في البحث عن السعادة يتماثل مع المنهج الذي وضعه مكدوجل — MCDUGALL ^(٨) لفهم السعادة ويتفق معه على أن السعادة تكمن في تكامل الشخصية ، حيث أن مكدوجل ، يشترط على الإنسان الذي يريد الوصول إلى المفهوم الحقيقي للسعادة أن يفرق بين نوعين من المعاني :

الأول : معاني كل من اللذة أو الطرب (JOY) وهي تقابل ما أطلق عليه مسكويه مصطلح النعم الخارجية .

الثاني : معاني السعادة (HAPPINESS) وهي تقابل ما أطلق عليه مسكويه مصطلح النعم الداخلية .

وهذه المظاهر — حسب رأي (مكدوجل) — تمثل مراحل تصاعدية لأمر واحد ، فاللذة قصيرة المدى وزائلة ، وكثيرا ما ترتبط بالناحية المادية الجسمية ، كاللذة الصادرة عن المأكول والمشرب والملبس وغير ذلك ، أما السعادة فإنها أطول عادة في عمرها من عمر اللذة أو الطرب أو السرور ، فقد تستمر مع الشخص مدى حياته ، والإنسان يسعد عادة لقيامه بواجب يؤمن به ، متى ظهرت فكرة الواجب الذي يؤمن به الشخص ، وظهرت فكرة عاطفة اعتبار الذات ، أي فكرة أن أداء هذا الواجب يحقق فكرة المرء عن نفسه ويشعر بالسعادة تبعاً لذلك ، فالسعادة نتيجة لتحقيق الذات ، وبعبارة أخرى هي نتيجة لوضع النزعات التي تعز بها الذات موضع التنفيذ العملي (القوصي ، ١٩٧٥ : ٣٢ — ٣٣) .

ثالثا : سبل الكفاية والقصد

— ما معنى الكفاية وما معنى القصد ؟

يقول مسكويه :

(إن الإنسان مادام في هذا العالم فإنه محتاج إلى حسن الحال الخارجة منه، ولكن لا ينبغي أن ينصرف إلى طلب ذلك بقوته كلها ولا يطلب الاستكثار منه، فقد يصل إلى الفضيلة من ليس بكثير المال ولا ظاهر اليسار، فإن الفقير من المال والأملأك قد يفعل الأفعال الكريمة).

ويتبين من النص أن لا مندوحة للإنسان من السعي قاصدا ما هو خارج عن ذاته وموجود في هذا العالم الواسع، وذلك لبلوغ التحصيل الكافي لمطالبه، ولكن مسكويه يؤكد على الإنسان هنا ألا يبالغ في طلب ما هو خارجي مادي لبلوغ الكمال الفضيلي، لأن القضية هنا قضية كيف وليست قضية كم، فالمادة ليست كافية لبلوغ القصد، ومثال ذلك وجود الكرم عند الناس الفقراء ماديا، اذن فمسكويه يحث هنا على وجوب الاعتدال في السعي كي يكون نتاج تحصيله متلائما مع درجة اعتدال سعيه، عن طريق إحكام العقل بالفضيلة.

ومسكويه يستشهد بما قاله الحكماء في هذا الأمر إذ قالوا (إن السعداء هم الذين رزقوا القصد من الخيرات الخارجة عنهم، وفعلوا الأفعال التي تقتضيها الفضيلة وإن كانت قنيتهم قليلة).

ثم يمضي مسكويه في تبيان الغرض الأساسي من طلب الكفاية والقصد وإيضاح السبل الواجب اتباعها في طلبهما والحفاظ عليهما فيقول:

(ينبغي لمن رزق الكفاية وجد القصد من السعادة الخارجة ألا يشتغل بفضول العيش فإنها بلا نهاية، ومن طلبها أوقعته في مكاره لا نهاية لها، وقد علمناك فيما تقدم ما الكفاية والقصد، وإن الغرض الصحيح منهما هو مداواة الآلام والتحرز من الوقوع فيها، لا التمتع وطلب اللذة، فإن من عالج الجوع والعطش اللذين هما مرضان وألمان حادثان، لا ينبغي له أن يقصد لذة البدن بل صحته، فإنه سيلتذ لا محالة فإن طلب بالعلاج اللذة لا الصحة، لم تحصل له الصحة ولم تبق له اللذة).

ويبين النص أن الإنسان المتطلع إلى خارج ذاته إنما يسعى في الحقيقة إلى إشغال نفسه في الحصول على سعادة وهمية، لأن سعيه أي (قصده) وكذلك تحصيله أي (كفايته) سيحصلان فضول عيش لا نهاية لها، وهذا أمر غير مرغوب ومؤلم، إذ أن الغرض من الكفاية والقصد (مداواة الآلام والتحرز من الوقوع فيها) إذن فعلى الإنسان أن ينشد

السعادة المرجوة من خارج ذاته ومن وراء مواهب نفسه ، وإلا فسيكون شأنه شأن من التذ بالمباهج العرضية وترك الجوهر المتمثل بصحة النفس النافذة إلى اللذة الحقيقية لا محالة .

وأما إذا كان الإنسان غير حاصل على كفايته واضطر إلى السعي إليها وطلبها من الخارج فيقول فيه مسكويه :

(فأما من لم يرزق الكفاية واحتاج إلى السعى والاضطراب في تحصيلها، فيجب عليه ألا يتجاوز القصد وقدّر حاجته إلى ما يضطر معه إلى السعى الحثيث والحرص الشديد والتعرض لقبح المكاسب وضروب المهالك والمعاطب، بل يجعل في طلبها اجمال العارف بخصاصتها، وانه يضطر إليها لنقصانه فيطلب منها ما يطلب سائر الحيوان من ضروراتها).

ويظهر من النص أن مسكويه لا ينكر على الإنسان أن يقصد كفايته من الخارج إذا كان مضطرا لذلك شريطة أن لا يبالغ في طلبه إلى حد يتجاوز معه الأصول المرعية لمفهوم الكفاية والقصد . فإن بلغ حد التجاوز فهو هالك لا محالة .

إن مبدأ الكفاية والقصد الذي أورده مسكويه يقترب إلى حد كبير مع ما أراده علماء النفس، عندما وصفوا الصحة النفسية بأنها (هي الشرط أو مجموع الشروط اللازم توفرها حتى يتم التكيف بين المرء ونفسه، وكذلك بينه وبين العالم الخارجي، تكيفا يؤدي إلى أقصى ما يمكن من الكفاية والسعادة لكل من الفرد والمجتمع الذي ينتمى إليه هذا الفرد) (القوسي، ١٩٧٥: ٧)، (مرسي، ١٩٧٥: ١٨).

ومن جانب آخر، يتضح أن مسكويه يطالب الإنسان بأن يتقبل نفسه بواقعية. وذلك باتباع الاعتدال في السعى عن طريق إحكام العقل بالفضيلة، وفي هذا دعوة لتعديل السلوك، وبهذا أيضا يكون مسكويه قد وقع على شرط هام من الشروط التي توصل إليها علماء النفس المحدثين لتحقيق التكيف (ADJUSTMENT) الذي عرّفوه بأنه (عملية ديناميكية مستمرة يستهدف بها الشخص تعديل سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا مع بيئته. ويرون أن بين العوامل الأساسية التي لها أكبر الأثر في إحداث التكيف، أن يتقبل الإنسان نفسه بواقعية) (مرسي، ١٩٧٥: ١٢)، (فرج وصبري، ١٩٦٤).

رابعا: ضبط حركة قوتى الشهوة والغضب في النفس
يقول مسكويه :

(وينبغي لحافظ الصحة على نفسه أن لا يحرك قوته الشهوية ولا قوته الغضبية بتذكر ما أصاب منهما فوجد لذة بهما، بل يتركهما حتى يتحركا بانفسهما وأعنى بهذا أن الإنسان ربما تذكر لذاته من إصابة الشهوات وطبيها، أو مراقبة من كرامة السلطان وعزها، فاشتاق إليها، وإذا اشتاق إليها تحرك نحوها، وإذا تحرك نحوها فقد جعلها غرضاً له فيضطر إلى استعمال الروية واستخدام النفس الناطقة فيه لتدبر له الوصول إليه. وهذه صورة من يثير بهائم عادية ويهيج سباعاً ضارية ثم يلتمس معالجتها والخلاص منها، وليس يختار العاقل لنفسه هذه الحال).

ويفهم من النص أن الإنسان قد لا يقبل على اللذات بالفعل، وإنما يأتيها في نفسه بإثارة ذكرياتها إليه وتحريك الذاكرة نحوها لتغمر النفس فيسودها الاضطراب لأن هذه الذكريات تتعلق عادة بالقوة الشهوية والقوة الغضبية للنفس، وهي قوى ترتبط كل الارتباط بالجسم والمادة ولا منفعة منها إلا إذا سادها العقل، فتحريك هذه الذكريات يجعل النفس تشتاق إليها، وإذا اشتاقت إليها اضطربت واختل توازن قواها، ومسكويه يمثل من يفعل ذلك بـ: (صورة من يثير بهائم عادية ويهيج سباعاً ضارية ثم يلتمس معالجتها للخلاص منها). وهذا ما لا يرضاه العاقل على نفسه.

لذلك يجب أن لا نشير ذكريات اعمال هاتين القوتين، بل يجب تركهما إلى أن ينبثق بالطبيعة وحيث يجب أن يتدخل الفكر لضبط حركتهما من أجل محو عليتهما مع تقدير ما يسمح به لهما في الأمور الضرورية.

أما مصدر هاتين القوتين — أي القوة الشهوية والقوة الغضبية — فيعلنه مسكويه بقوله:

(إن الله تعالى وتقدس إنما وهب هاتين القوتين لنا لنستخدمهما عند حاجتنا إليهما، لا لنخدمهما، ونتعبد لهما، فكل من استعمل النفس الناطقة في خدمة عبيدها، فقد تجاوز أمر الله وتعدى حدوده وعكس تقديره، وذلك أن خالقنا عز وجل رتب لنا هذه القوى بتدبيره وتقديره، ولا عدل أشرف وأفضل من ترتيبه وتقديره، فكل من خالفه وعدل عنه فهو أعظم جائر على ذاته وأكبر ظالم لنفسه).

ويحرص مسكويه هنا على التذكير بأن الله سبحانه وتعالى هو خالق هاتين القوتين، إذن فهما موهبة من عنده للإنسان، وقد سخرهما الله له لمساعدته في قضاء حاجاته — أي لخدمته — إذا ما اقتضت الضرورة ذلك، فما بالنا بالإنسان إذا ما عكس الأمر وأصبح هو في خدمة هاتين القوتين إنه بذلك سيكون قد خالف الناموس الإلهي وعارض التدابير السماوية.

والدارس يستخلص أن مسكويه يحدد كلا من غريزتي الشهوة والغضب كعاملين وراثيين أساسيين يدخلان في تحديد سلوك الإنسان. وهذا ما فطن إليه أصحاب علم النفس الحديث. عندما صرحوا (بأن الخلق — بضم الخاء — هو سلوك الإنسان في مجموعة، ويدخل في تحديده عوامل وراثية من أنواع مختلفة) (القوصي، ١٩٧٥: ٢٣). وفي الوقت ذاته أرجعوا مصدر الخلق إلى أساسين وراثيين مهمين غير الذكاء وهما الغرائز والمزاج. (القوصي، ١٩٧٥: ٢٣)، (جلال، ١٩٥٧)، (هنا، ١٩٥٨).

وأيضاً نجد مسكويه يربط توجيه الغرائز نحو الخير أو الشر بالتعليم والبيئة، فكأنه يريد أن يخبرنا أن أساس الخلق وراثي، ولكن اتجاه الخلق في الطريق المقبول أو غير المقبول متوقف على البيئة. وهذا ما أدركه وأكد عليه الكثيرون من علماء النفس^(٩). ولئن كان العديد من هؤلاء يرى صعوبة في الفصل بين أثر الوراثة وأثر البيئة على السلوك، حيث يذهب البعض منهم إلى تأكيد أنه (ليس من السهل — عادة — في دراسة الحالات الإنسانية أن ننسب السلوك إلى الوراثة أو إلى البيئة. فإذا أخذنا مثلاً سرعة الغضب. أو الجبن، أو عدم الاستقرار، أو غير ذلك، فإنه ربما كانت الصفة الخلقية راجعة في أساسها إلى صفة وراثية مزاجية، وربما كانت قد انتقلت إلى الطفل من الكبار المحيطين به، فعن طريق المحاكاة غير المقصودة بأنواعها المختلفة من التأثير بالإيجاب. والمشاركة الوجدانية، والتقليد، تنتقل الآراء والانفعالات، وأنواع السلوك من فرد إلى فرد، ومن الآباء بنوع خاص إلى الأبناء) (القوصي، ١٩٧٥: ٢٤).

إلا أنه يمكن تدارك مثل هذه الصعوبات كما هو حاصل في شروحات مسكويه حول ضبط حركة قوتي الشهوة والغضب وأيضاً في عرضه لما يطلق عليه ملكات النفس الثلاث، وهي العادة والتقليد والانتباه.

خامساً: معرفة ملكات النفس

وينبغي على الحافظ لصحة نفسه معرفة ملكات هذه النفس، وهي ثلاث، فإذا عرفها واهتم بها عرف الطريق إلى الصلاح والإرشاد وإلى السعادة. وإذا أهملها كانت سبباً في فساد خلقه.

أما أولى هذه الملكات النفسية فهي (العادة) وفيها يقول مسكويه:

(وينبغي لحافظ الصحة على نفسه أن يلطف نظره في كل ما يفعل ويدبر، ويستعمل فيه آلات بدنه ونفسه لئلا يجري فيها على عادة تقدمت له مخالفة لما يوجبه تمييزه ورويته،

فما أكثر ما يعرض للإنسان أن يبدر منه فعل مخالف لما قدم فيه عزمته وعقد عليه رأيه. فمن عرض له مثل هذا فيجب عليه أن يضع لنفسه عقوبات يقابل بها أمثال هذه الذنوب. فإذا أنكر من نفسه مبادرة إلى طعام ضار أو ترك حية قد كان استشعرها، أو تناول فاكهة غير موافقة أو حلواء، كذلك عاقب نفسه بصوم لا يفطر فيه إلا على الطيف ما يقدر عليه أو أقله).

وبين المؤلف في النص أنه قد يحدث للإنسان أن يصمم على القيام بفعل معين ويتأهب لتحقيقه بعد أن أكدته بإرادته واختياره. ولكن تحكم العادة يفسد هذا التصميم ويذهب بهذه الإرادة لأن الأثر الآلى والتردد المستمر فعليهما أقوى فتكون النتيجة (مخالفة لما يوجبه تمييز الإنسان ورويته) كحال من تناول طعاما لا يرغب فيه لأنه وقف على عادة ضرره. وفي مثل هذه الأحوال يجب على الإنسان كما يقول مسكويه أن (يعاقب نفسه بصوم لا يفطر فيه إلا على الطيف ما يقدر عليه وأقله).

وكذلك حال الإنسان (إن أنكر من نفسه مبادرة إلى غضب في غير موضعه من أو على من لا يستحقه أو زيادة على ما يجب منه، فليقابل ذلك بالتعرض لسفيه يعرفه بالبذاء، ثم ليتحمله أو ليتذلل لمن يعرفه بالخيرية ممن كان لا يتواضع له قبل ذلك. أو ليفرض على نفسه مالا يخرج صدقة، وليجعل ذلك نذرا عليه لا يخل به).

وكذلك حال الإنسان. (إن أنكر من نفسه كسلا وتوانيا في مصلحة له، فليعاقب نفسه بسعى فيه مشقة، أو صلاة فيها طول. أو بعض الأعمال الصالحة التي فيها كد وتعب).

ومقابل ذلك يرى مسكويه. أن الإنسان إذا (تعود في مبدأ نشوئه وحدثان شبابه ضبط النفس عن شهواته والحلم عند ثورة غضبه. وحفظ لسانه واحتمال أقرانه خف عليه ما يثقل على غيره ممن لا يتأدب بهذه الآداب).

وثانية هذه الملكات النفسية هو (التقليد)

وفيه يقول مسكويه:

(ويجب على حافظ الصحة على نفسه/ أن يتشبه بالملوك الموصوفين بالحزم، فإنهم يستعدون للأعداء بالعدة والعتاد والتحصن قبل هجوم العدو. وهم في مهلة من زمانهم وفي اتساع من نظرهم ولو أغفلوا ذلك إلى أن تجربهم المكاره وتطرقهم الشدائد، لأذهلهم الأمر عن الحيلة وعن الرأي السديد. فعلى هذا الأصل يجب أن نبني أمورنا في الاستعداد لأعدائنا من الشر والغضب وسائر ما يزيلنا عن أغراضنا من الفضائل، بأن نتعود الصبر على ما يجب الصبر

عليه، والحلم عمن ينبغي أن يحلم عنه، ونضبط النفس عن الشهوات الرديئة، ولا ننتظر لدفع هذه الرذائل وقت هيجانها، فإن الأمر عند ذلك صعب جدا، / ولعله غير ممكن البتة).

ويبدو من النص أن التقليد الذي يقصده مسكويه معناه هنا محاكاة من هم أعلى مرتبة وأرفع مكانا كالملوك الموصوفين بالحزم، وغيرهم من أصحاب الرأي السديد، لأن التقليد هنا يجعل الإنسان في مأمن من شرور الأشرار، ويضعه على أحسن استعداد لمواجهة شؤون الحياة بتصر وحزم، كما يؤدي هذا التقليد بفهمه المسكوي إلى كسب التجربة وبعد النظر، ومن أهم شروطه كما بين النص — التحلى بالصبر والحلم وضبط النفس عن الشهوات).

وثالثة ملكات النفس هو (الانتباه)

وفيه يقول مسكويه:

(ويجب على حافظ الصحة على نفسه أن يتطلب عيوب نفسه باستقصاء شديد، ولا يقنع بما قاله جالينوس في ذلك. فإنه ذكر في كتابه المعروف بـ (تعريف المرء عيوب نفسه): أنه لما كان كل إنسان يحب نفسه خفيت عليه معاييه، ولم يرها وإن كانت ظاهرة) (١).

ويتضح هنا أن مسكويه يخالف جالينوس رأيه فيما يتعلق بمراقبة النفس بالذات / فالنفس في رأي مسكويه لا يخفى عليها عيوبها وأخطاؤها بل تعرفها بالانتباه. رغم أنها تحتاج إلى تدريب طويل وهذا ما قصده مسكويه (بالاستقصاء الشديد).

ومسكويه يورد نصا آخر لجالينوس من الكتاب المذكور نفسه، يشير فيه جالينوس على من يجب أن يبرأ من العيوب (أن يختار صديقا كاملا فاضلا، ويأخذ عهده على ذلك، ولا يرضى منه إذا قال له لا أعرف لك عيبا، بل يعتب عليه وينكر ما يقول ويعلمه أنه قد اتهمه بالخيانة، ويعاود مسأله والإلحاح عليه، / فإن لم يخبره بشيء من عيوبه زاد قليلا، / فإذا أخبره ببعض ما يعثر عليه منه، فلا يظهر له في وجهه أو كلامه كراهية ولا انقباضا، بل ييسط له وجهه ويظهر السرور بما أخرجه إليه ونبهه عليه..).

ويعقب مسكويه على هذا الرأي بقوله:

(وهذا الذي أشار به جالينوس معوز غير موجود ولا مطموع فيه، ولعل العدو في هذا الموضع أنفع من الصديق، فإن العدو لا يحشمننا في إظهار عيوبنا بل يتجاوز ما يعرف منا إلى

التحصر والتكذب فيها، فنتنبه على كثير من عيوبنا من جهتهم/ بل نتجاوز ذلك إلى أن نتهم نفوسنا بما ليس فيها).

يتبين هنا أن مسكويه يخالف رأي جالينوس الخاص بكيفية اختيار الصديق، بعد أن خالفه كما رأينا- في رأيه حول موضوع مراقبة النفس للشهوات.

ومن جهة أخرى نلاحظ أن مسكويه يستشهد بما اختاره (أبو يوسف يعقوب بن إسحق الكندي) حول ما ينبغي لطالب الفضيلة - الحافظ لصحة نفسه. إذ يقول الكندي: (ينبغي لطالب الفضيلة أن يتخذ صور جميع معارفه من الناس مرائي له، تراه صورة كل واحد منهم عندما يعرض له من الآلام التي تثمر السيئات، حتى لا يغيب عنه شيء من السيئات التي له، وذلك أن يكون / متفقدا سيئات الناس فمتى رأى سيئة بادية من أحد ذم نفسه عليها كأنه هو فعلها، وأكثر عتبه على نفسه من أجلها. ويعرض على نفسه في آخر كل يوم وليلة جميع أفعاله حتى لا يشذ عنه شيء.. وإذا تصفحنا أفعال غيرنا ووجدنا فيها سيئة، عاتبنا أيضا نفوسنا عليها، فإن النفس ترتدع حيثذ عن المساوىء وتألف الحسنات، وتكون المساوىء أبدا منا ببال لا ننساها، ولا يأتي عليها زمان طويل فيعفى ذكرها. وكذلك ينبغي أن نعمل في الحسنات لتسرع إليها ولا يفوتنا عنها شيء).

ويقول الكندي أيضا (وينبغي أن لا نقنع بأن نصير أشباه الدفاتر والكتب التي تفيد غيرها معاني الحكمة وهي عادمة اقتنائها. أو كاللسان التي تشذ ولا تقطع، بل تكون/ كالشمس المفيد القمر كلما أشرقت عليه/ أنار من فيض نورها. فتفعل له تماما حتى يكون لها شبيهها وإن قصر عن نورها. فهكذا ينبغي أن يكون حالنا إذا افدنا غيرنا الفضائل).

ومسكويه يؤيد رأي الكندي بشأن الأصول التربوية الواجبة على حافظ صحة نفسه. سواء من حيث مراقبة النفس بالذات أو حسن اختيار الصديق. فهو يعقب على ما أورده الكندي بقوله (وهذا الذي ذكره الكندي في ذلك أبلغ مما قاله من تقدمه ويقصد جالينوس).

المبحث الثاني

(رد الصحة على النفس إذا لم تكن حاضرة)

يقصد مسكويه بالقول في رد الصحة على النفس إذا لم تكن حاضرة بأنه (قول في علاج أمراضها) ومرد ذلك أن مسكويه يفترض وجود أمراض نفسه يصح أن تنتاب النفس، وأن

هذه الأمراض لها مسببات نفسية إذا ما عرفت أمكن أن تشفى النفس وتتحرك من المرض إلى الصحة وينجو الإنسان من الشرور ليحيا حياة عمادها التربية السليمة.

ومن الممكن حصر مضمون هذا البحث في نقطتين أساسيتين:
الأولى: تشخيص الأمراض التي يمكن أن تصيب النفس.
الثانية: وضع العلاج اللازم للشفاء.

وبناء عليه يتبدى مسكويه (بذكر أجناس هذه الأمراض العالية، ثم ب مداواة الأعظم فالأعظم منها نكاية. والأكثر فالأكثر منها جناية، أما أجناسها العالية فهي مقابلات الفضائل الأربع التي أحصينا في مبدأ الكتاب) (١١).

إذن فالمقصود بالأجناس العالية لأمراض النفس هو رذائلها المتمثلة بأطراف الفضائل المتجاوزة لفيض الوسط (١٢).

ويرتب مسكويه الأجناس العالية للأمراض النفسية التي هي أجناس الرذائل بجعلها ثمانية (١٣) (لأنها ضعف الفضائل الأربع التي هي: التهور والجن طرفان للوسط الذي هو/ الشجاعة. الشره والخمود طرفان للوسط الذي هو/ العفة. الجهل والدهاء طرفان للوسط الذي هو/ الحكمة. الجور والمهانة، أعني الظلم والانظلام، طرفان للوسط الذي هو/ العدالة. ويرى مسكويه أن أهم الأسباب المولدة لهذه الأمراض ينحصر في ثلاثة أمور هي:

الغضب والخوف والحزن

وهو يفرد لهذه الأسباب جانبا واسعا من المقالة السادسة في كتاب التهذيب، حيث يصفها ثم يبين حدودها وسبل علاجها، فلننظر في ذلك: **الغضب:**

أولا: تعريفه وحدوده ولواحقه

يعرف مسكويه الغضب بأنه (حركة النفس يُحدثُ بها غليانُ دم القلب شهوة الانتقام).

ثم يشرح هذه الحركة فيقول: (فإذا كانت هذه الحركة عنيفة، أجمت نار الغضب وأضرمتها فاحتد غليان دم القلب وامتألت الشرايين والدماغ دخانا مظلما مضطربا يسوء منه

حال العقل ويضعف فعله. ويصير مَثَلُ الإنسان عند ذلك على ما حكته الحكماء مثل كهف ملء حريقاً وأضرم ناراً، فاختنق فيه اللهب والدخان وعلا منه الأَجَج والصوت المسمى وحى النار، فيصعب علاجه ويتعذر اطفأؤه ويصير كل ما تدنيه منه للإطفاء سبباً لزيادته ومادة لقوته) ويترتب على ذلك أن (يعمى الإنسان عن الرشد ويصم عن الموعظة، ومادة للهب والتأجج، وليس يرجى له في تلك الحال حيلة).

ويحد مسكويه الغضب (يذكر التهور والجبن اللذين هما طرفا الشجاعة وهي فضيلة النفس وصحتها) فيعزو أسبابهما ومبدأهما (إلى النفس الغضبية) وبناء عليه يخرج بنتيجة أن (الثلاثة صارت بأسرها من علائق الغضب).

وهو يرى أن الغضب في بداية أمره ليس واحداً في كل الناس (وإنما يتفاوت الناس في ذلك بحسب المزاج فإذا كان المزاج حاراً يابساً كان قريب الحال من حال الكبريت الذي إذا أدنيت منه الشررة الضعيفة التهب، وإن كان بالضد صارت حالة بالضد. وهذا في مبدأ أمره وعنفوان حركة الغضب به، فأما إذا احتدم فيكاد الحال يتقارب فيه).

ويتبين من النص أن الغضب يختلف حسب المزاج الخاص، فمن كان مزاجه عنيفاً حاراً كان الغضب إليه أسرع وأقرب أما صاحب المزاج الهادئ فحاله على العكس من ذلك، وهذا في أول الغضب ومبدئه ولكن الحال تكاد تتقارب عند كل منهما إذا اشتد الغضب واحتدم، ومسكويه يمثل على ذلك فيقول:

(وتصور ذلك من الخطب اليابس والرطب، وتمثل مبدأ اشتعال النار بسرعة وشدة الكبريت والنفط ثم انحدر منها إلى الأذهان المتوسطة التي تنتهي إلى الاحتكاك، فإن الاحتكاك وإن كان ضعيفاً في توليد النار فرمياً قوى حتى تلتهب منه الأجمة والغیضة الآشبه الملتفة، وكذلك مثل السحاب الذي هو من البخارين يحترق حتى تنفدح بينهما النيران، وتنزل منها الصواعق التي لا يثبت لئارها شيء من المواد، ولا تفارق ما تتعلق به حتى تصيره رميماً، وإن كان جبلاً أطلس وحجراً أصم) (١٤).

ومن لواحق الغضب (الندامة وتوقع المجازاة بالعقاب عاجلاً وأجلاً، وتغير المزاج وتعجل الألم وذلك أن الغضب جنون ساعة وربما أدى إلى التلف باختناق حرارة القلب فيه، وربما كان سبباً لأمراض صعبة مؤدية إلى التلف).

ومن لواحقه أيضاً (مقت الأصدقاء وشماتة الأعداء واستهزاء الحساد والأرذال من الناس).

ثانيا: الأسباب المولدة للغضب وعلاجاتها

يرى مسكويه أن أسباب الغضب تنحصر في عشرة هي:

(العُجب والافتخار والمراء واللجاج والمزاج والتهيه والاستهزاء والغدر والضيم وطلب الأمور التي فيها عزة ويتنافس فيها الناس ويتحاسدون عليها. وشهوة الانتقام غاية لها لأنها بأجمعها تنتهى إليه).

ومسكويه يضع علاجاً لكل واحد من الأسباب الواردة الذكر (يبدأ به حتى يقطع من أصله) وذلك أننا — حسب رأي مسكويه — (إذا تقدمنا بحسم هذه الأسباب وإماطتها، فقد أوهنا قوة الغضب وقطعنا مادتها وأمنا غائلتها، فإن عرض لنا منه عارض بحيث نطيع العقل ونلتزم شرائطه، وحدثت فضيلته، أعنى الشجاعة، فيكون حينئذ إقدامنا على ما نقدم عليه كما يجب، وبحيث يجب، وبالمقدار الذي يجب، وعلى من يجب).

ويحرص مسكويه، قبل وضع العلاج — على إبراز حقيقة كل سبب من أسباب الغضب مع تبيان حدوده وهو يخص جزءاً كبيراً من المقالة السادسة في كتابه التهذيب لهذا الأمر، ولا غرو من الوقوف على الأسلوب الذي اعتمده مسكويه في علاجه لأسباب الغضب، فلننظر في ذلك:

يبدأ مسكويه بالعُجب فيقول فيه:

(أما العُجب فحقيقته، إذا حددناه، أنه ظل كاذب بالنفس في استحقاق مرتبة غير مستحقة لها وحقيق على من عرف نفسه أن يعرف كثرة العيوب والنقصانات التي تعتورها، وأن الفضل مقسوم بين البشر وليس يكمل الواحد منهم إلا بفوائده، وكل من كانت فضيلته عند غيره فواجب عليه أن لا يعجب نفسه.

وكذلك الافتخار: فإن الفخر هو المباهاة بالأشياء الخارجة عنا، ومن باهى بما هو خارج عنه فقد باهى بما لا يملكه، وكيف يملك ما هو معرض للآفات والزوال في كل ساعة ولحظة، ولسنا على ثقة منه في شيء من الأوقات. واضح الأمثال وأصدقها فيه ما قال الله عز وجل حيث يقول: (واضرب لهم مثلاً رجلين جعلنا لأحدهما جنتين من أعناب) إلى قوله (فأصبح يقلب كفيه على ما أنفق فيها وهي خاوية على عروشها). وأما المفتخر بنسبه فأكثر ما يدعيه إذا كان صادقاً أن أباه كان فاضلاً فلو حضر ذلك الفاضل وقال إن الفضل الذي تدعيه لي أنا مستبد به دونك، فما الذي عندك منه مما ليس عند غيرك، لأفحمه وأسكته، وقد روى

عن رسول الله صلى الله عليه وسلم في هذا المعنى أخبار كثيرة وصحيحة، منها أنه قال عليه السلام: (لا تأتوني بأنسابكم وأتوني بأعمالكم) أو ما هذا معناه.

وأما المراء واللجاج: فهما يولدان الشتات والتفرقة والتباغض بين الاخوان.

وأما المزاح: فإن المقدار المعتدل منه محمود، وكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يمزح ولا يقول إلا حقاً... ولكن الوقوف على المقدار المعتدل منه صعب، وأكثر الناس يتبدى به ولا يدري أين يقف منه، فيخرج عن حده، ويروم الزيادة فيه على صاحبه حتى يصير سبباً للوحشة فيثير غضباً كامناً ويزرع حقداً باقياً، فلذلك عددناه في الأسباب (أي من أسباب الغضب)، فينبغي أن يحذره من لا يعرف حده.

وأما التيه: فهو قريب من العجب، والفرق بينهما أن المعجب يكذب نفسه في ما يظن بها والتياه يتيه على غيره ولا يكذب نفسه، إلا أن علاجه علاج المعجب بنفسه، وذلك بأن يعرف أن ما يتيه به لا مقدار له عند العقلاء، وأنهم يعتدون به لحساسة قدره ووزارة حظه من السعادة، ولأنه متغير زائل غير موثوق ببقائه.

وأما الاستهزاء: فإنما يستعمله المجان من الناس والمساخر، ومن لا يبالي بما يقابل به لأنه قد وضع نفسه احتمال مثل ذلك وأضعافه، فهو ضاحك قرير العين بضروب الاستخفافات التي تلحقه، وإنما يتعيش بالدخول تحت المذلة والصغار، بل إنما يتعرض بقليل ما يتبدى به لكثير ما يعامل به ليضحك غيره، وينال اليسير من برّه، والحر الفاضل بعيد عن هذا المقام جداً، يكرم نفسه وعرضه عن تعرضهما للسفهاء وبيعهما بجميع خزائن الملوك فضلاً عن الحقير التافه.

وأما الغدر، فوجوهه كثيرة، أعنى أنه قد يستعمل في المال وفي الجاه وفي الحرم وفي المودة، وهو على كثرة وجوهه مذموم بكل لسان ومعيب عند كل أحد، ينفر السامع من ذكره، ولا يعترف به إنسان، وإن قل حظه من الإنسانية.

وأما الضيم: فهو تكليف احتمال الظلم، والغضب إنما يعرض إنفة منه وشهوة الانتقام... فينبغي أن لا تتسرع إلى الانتقام عند ضيم يلحقنا حتى ننظر فيه، ونحذر أن لا يعود علينا الانتقام بضرر أعظم من احتمال ذلك الضيم، وهذا النظر والحذر هو استشارة العقل، وهو العلم بعينه.

وأما طلب الأمور التي منها عزة ويتنافس فيها الناس: فهو خطأ من الملوك والعظماء، فضلاً عن أوساط الناس، وذلك أن الملك إذا حصل في خزانته علق كريم أو جواهر نفيس، فهو متعرض به للجزع عليه عند فقده، ولابد من حلول الاناث به لما عليه طبيعة العالم، أعنى عالم الكون والفساد، من تغيير الأمور وإحالتها، وإدخال الفساد على كل ما يدخر ويقتنى. فإذا فقد الملك ذخيرة عزيزة الوجود ظهر عليه ما يظهر على المفجوع المصاب بما يعز عليه، وتبين فقره إلى نظيره الذي لا يجده فيطلع الصديق والعدو على حزنه وكآبته، فأما أوساط الناس فإنهم متى ادخروا آلة كريمة أو جواهر نفيساً أو اتخذوا مركوباً فارهاً أو ما شبه هذه الأشياء التمسها منه من لا يمكنه رده عنها. فإن حاجزه عنها وبخل عليه بها فقد عرض نفسه ونعمته للبوار، وإن سمح بها لحقه من الجزع والغم ما كان مستغنياً عنه.

تلك هي مجمل أسباب الغضب والأمراض الناجمة عنه، وتلك هي العوامل المساعدة على إثارته والدافعة الإنسان إليه سريعاً، وذلك كما عرضها مسكويه مع ذكر علاجاته وتحذيره من أسبابها والوقوع فيها والتي في صميمها عائدة إلى عدم التخلق بالعدالة لأن (من عرف العدالة وتخلق بها سهل عليه علاج هذا المرض، لأنه جور وخروج عن الاعتدال. ولذلك لا ينبغي أن نسميه بأسماء المديح، وأعنى بذلك أن قوماً يسمون هذا النوع من الجور، أعنى الغضب في غير موضعه، رجولية وشدة شكيمة، ويذهبون به مذهب الشجاعة التي هي بالحقيقة اسم مدح، وشتان بين المذهبين) (١٥).

ومن جانب آخر، نجد المحدثين من علماء النفس يعرفون الغضب بأنه حالة نفسية يشعر بها كل إنسان، وأن استعداد الإنسان للغضب في مواقف معينة استعداد فطري الأصل، أي أنه موجود بالطبيعة، (عاقل، ١٩٦٩: ٣٤٥ - ٤٠٦). ومسكويه يتفق مع هؤلاء عندما يعرف الغضب بأنه (حركة النفس يُحدثُ بها غلياً دم القلب شهوة الانتقام) ويعزوه في أسبابه ومبدئه إلى النفس العصبية.

ولما كان الغضب هو حالة نفسية، فإن المحدثين يرون وجود اختلاف في المواقف المثيرة له من فرد إلى آخر، مع اختلاف أساليب التعبير عن الغضب من فرد إلى آخر بشكل واضح — سواء في نوعها أو في درجتها — وكذلك تختلف في ترددها وشدتها من شخص إلى آخر. (عاقل، ١٩٦٩: ٣٤٥ - ٤٠٦).

وهذا الرأي يتطابق مع ما ذكره مسكويه من أن الغضب في بداية أمره ليس واحداً في كل الناس (وإنما يتفاوت الناس في ذلك بحسب المزاج، فإذا كان المزاج حاراً يابساً كان قريب الحال من حال الكبريت إذا أدنيت منه الشررة الضعيفة التهب. وإن كان بالصد

صارت حاله بالصد، وهذا في مبدأ أمره وعنفوان حركة الغضب به، فإذا ما احتدم فيكاد الحال يتقارب فيه).

ولئن كان المتحدثون يتفقون مع مسكويه على كون الغضب هو استعداد فطري، فهم أيضا يشترطون وجوب أن يكون الموقف نحو الغضب متصفا بالتعهد والتوجيه والإيماء في اتجاه الصالح، ولا يصح أن يكون موقف استئصال بحال من الأحوال، فالنزوع للغضب والمقاتلة — كما يرى المتحدثون — ليس أمرا يغرس أو ينزع، وإنما هو ناشيء عن مصدر ثابت للطاقة لا يمكن القضاء عليه، وتفسير ذلك أن لانفعال الغضب وغريزة المقاتلة قيمة حيوية كبرى لحياة الفرد، وغاية نشاط دون تحقيق التغلب على ما في بيئة الكائن الحي من عوامل تقف دون تحقيق الغايات الحيوية الأخرى، ولها — كما لبعض الغرائز الأخرى — وسائلها وأسلحتها، ولها عند الإنسان بعض هذه الأسلحة (القوصي، ١٩٧٥: ٣٧٠ — ٣٧١).

وفي هذا الصدد، نجد مسكويه يعزو التهور والجبن اللذين هما عنده طرفا الشجاعة، يعزو هذه الثلاثة إلى علائق الغضب. ويرى أنه لما كان كل من الجبن والتهور هما طرفان للوسط الذي هو الشجاعة، فبالإمكان تعديلهما إلى هذا الحد الوسط الذي يمثل فضيلة من فضائل النفس الإنسانية، ويعتبر واحدا من معطيات صحتها.

ومن جانب آخر فإن الدارس يستشف من هذا التحليل لمفهوم الغضب. أن مسكويه قد أدرك المتغيرات الجسمية المصاحبة للانفعال، فجاء بمحاولة ناجحة لشرح العلاقة القوية بين الحالات الجسمية والنفسية. ومعروف أن هذه العلاقة أثارت نقاشا وبحوثا كثيرة. منها النظرية المشهورة لـ «جيمس» (JAMES) (١٦) التي أشارت إلى أن الحالة الانفعالية هي الاحساس بالتغيرات الفسيولوجية، ولكن الأدلة التي قدمها كانون (CANNON) (١٧) وأمثاله ترجح أن الانفعال حالة تنشأ في شعور الكائن الحي بعد إدراكه نفسه في مجال معين أو ترجح كذلك أن التغيرات الفسيولوجية تتبع ذلك مباشرة، ووظيفتها حسب رأي (مكدوجل) (١٨) أنها تساعد العقل الغريزي ليتم على أكمل وجه ممكن، فإذا ما أثيرت غريزة الهرب، فإن غرض الغريزة يتحقق بسرعة الهرب، ولأجل أن يتم ذلك على أكمل وجه ممكن، فإن الأعضاء الداخلية تتكيف لتساعد هذه العملية وهي عملية الهرب، فيسرع القلب في عمله ليوزع الدم على أجزاء الجسم، وتسرع الرئتان في عملهما لأخذ الهواء النقي وطرد الفاسد، حتى تتم عملية الاحتراق بسرعة، ويتوزع الدم بحيث يترك المعدة والأمعاء، إذ يمكن لهاتين أن تكفا عن عملهما بعضه أو كله في هذه اللحظة، وذلك لأن الجسم في حاجة إلى ما به من نشاط. ويتوزع الدم أيضا بحيث ينتشر في المخ وفي العضلات الكبيرة التي تساعد الفرد على الهرب (القوصي، ١٩٧٥: ٣٢).

إن هذا الشرح يدلنا (على أن الحالات الانفعالية — وهي حالات نفسية صرفة — يصحبها ويتبعها مباشرة تغيرات فسيولوجية ضرورية للحالة النفسية، أي أن هناك علاقة قوية بين الحالات النفسية والجسمية عند حدوث الشعور الانفعالي). (القوسي، ١٩٧٥: ٣٢ — ٣٣).

وهذا ما أدركه مسكويه عند تعريفه للغضب وحدوده ولواقعه وبيان أسبابه، في الوقت الذي سبق المحدثين في الحكم على كون الغضب يمثل قيمة حيوية كبرى لحياة الفرد (مراد، ١٩٦٢).

الخوف

أولاً: تعريف الخوف وحدوده، أسبابه ولواقعه
يعرف مسكويه الخوف بأنه (سبب الكسل ومجة الراحة — اللذين هما سببا كل رذيلة) (وبأنه سكون النفس عندما يجب أن يُتَحَرَّك فيه، وبطلان شهوة الانتقام).

أما حدوده فإن مسكويه يعتبر الجبن بمثابة الطرف الآخر من صحة النفس. حيث أن الطرف الأول هو الغضب الذي حدده بأنه (حركة للنفس عنيفة قوية يَحْدُثُ عنها غليان دم القلب وشهوة الانتقام) ولما كانت الاضداد يعرف بعضها من بعض (إذن) فقد عرفنا مقابله ويعنى مسكويه بذلك الخوف الذي هو (الطرف الآخر الذي هو سكون النفس عندما يجب أن يُتَحَرَّك فيه، وبطلان شهوة الانتقام) وإلى هذا يعزو مسكويه (سبب الجبن والخور، ويتبعه مهانة النفس وسوء العيش وطمع الأندال وغيرهم من الأهل والأولاد وسائر العاملين، وقلة الثبات والصبر في المواطن التي يجب فيها الثبات).

ومن لواحق الخوف الاستحذاء لكل أحد، والرضى بكل مذلة وضميم، والدخول تحت كل فضيحة في النفس والأهل والمال، وسماع كل قبيحة وفاحشة من الشتم والقذف، واحتمال كل ظلم من كل معامل، وقلة الأنفة مما يأنف منه الناس الأحرار.

ومسكويه يدرك هنا ما أدركه المحدثون من العاملين في مجالات العلاج النفسي من حيث بيان أن الخوف لا يقتصر فقط على بعض المشكلات، وإنما يوجد في كل حالات اضطراب الشخصية، فالخوف بصورة إما صريحة وإما مقنعة يظهر — بحسب رأي اليرز (ALIERS) (١٩) في مشكلات السلوك بمختلف أنواعها، إضافة إلى اتفاق المحدثين مع

مسكويه فيما يولده الخوف من ضعف بالثقة في النفس، ومن شعور بالنقص وضعف الروح الاستقلالية. (القوصي، ١٩٧٥: ٣٢٣).

ونجد أيضا في علم النفس الحديث، ما يشير إلى أن من مظاهر ضعف الثقة بالنفس ما يوصف بالجبن والانكماش، والتردد، وتوقع الشر، وعدم الاهتمام بالعمل، والخوف منه، واتهام الظروف عند الاخفاق فيه، وأحيانا يكون من مظاهره التشدد والمبالغة بالرغبة في الاتفاق للوصول إلى درجة الكمال، وهذا الاندفاع للكمال يدل في مثل هذه الأحوال على ما تحته من خوف حيال فقد الآخرين، ومن مظاهره أيضا أحلام اليقظة وسوء السلوك، والمبالغة في التظاهر بطيب الخلق، والحالات العصبية والمرضية، ومعنى ذلك أن ضعف الثقة بالنفس — مع اختلاف العوامل المؤدية لظهوره — قد يؤدي إلى أساليب تعويضية، كالنقد والسخرية والتحكم والتهكم والتستر وراء الوقار المصطنع.. إلخ، وقد تظهر هذه الأساليب السلوكية بنوعها في صور أمراض للنفس الإنسانية (القوصي، ١٩٧٥: ٣٣٦ — ٣٣٧).

إن الكثير من هذه الاستنتاجات يمكن أن تستقصى جذورها فيما أورده مسكويه عن حدود الخوف ولواحقه.

ثانيا: علاج الخوف

يخصص مسكويه علاجاً لكل واحد من أسباب الخوف ولواحقه، ونوع العلاج هنا هو (العلاج بالضد) إذ يكون باضداد أسباب الخوف ولواحقه، ويمكن حصره في ثلاثة أشكال هي كالتالي:

١ — مقاومة الكسل

(وذلك بأن توقظ النفس التي تمرض هذا المرض بالهز والتحرك). فمسكويه يطالب الإنسان بأن يوقظ نفسه عن طريق إثارة نشاطه الخاص، حيث أن الإنسان في رأيه (لا يخلو من القوة الغضبية رأساً حتى تجلب إليه من مكان آخر. ولكنها تكون ناقصة عن الواجب، فهي بمنزلة النار الخاملة التي فيها بقية لقبول الريح والنفخ، فهي تتحرك لا محالة إذا حركت بما يلائمها وتبعث بما في طبيعتها من التوقد والتلهب).

ويتبين من النص أن القوى الغضبية كامنة في الإنسان ولكن ينقصها المران وعادة التحقيق بالفعل، ومسكويه يضرب على ذلك مثلاً أن بعض الفلاسفة (كان يعتمد مواطن الخوف فيقف فيها، ويحمل نفسه المخاطر العظيمة بالتعرض لها، ويركب البحر عند

اضطرابه وهيجانه ليعود نفسه الثبات في المخاوف، ويحرك منها القوة التي تسكن عند الحاجة إلى حركتها، ويخرجها عن رذيلة الكسل ولواحقه).

٢ - كثيرا ما يكون الخوف ناتجا عن توقع حدوث مكروه في المستقبل أو انتظار محذور، وهذه الأحداث المتوقعة المنتظرة (ربما كانت عظيمة، وربما كانت بسيرة، وربما كانت ضرورية، وربما كانت ممكنة، والأمور الممكنة ربما كنا نحن أسبابها، وربما كان غيرنا سببها). فجميع هذه التوقعات كما يقول مسكويه (ليس ينبغي للعاقل أن يخاف منها) فالأمور الممكنة (مترجمة بين أن تكون وبين أن لا تكون، وليس يجب أن يصمم على أنها تكون، فيستشعر الخوف منها ويتعجل مكروه التألم بها، وهي بعد لم تقع ولعلها لا تقع).

إذن فمسكويه هنا يدعو إلى ترك التشاؤم لأن توقع المكروه وظن السوء بالمستقبل والخوف من نوعه عاجلا أم آجلا من شأنه أن يحيل الحياة إلى غم ونكد دائمين، ويحث مسكويه مقابل ذلك على الركون إلى الظن الجميل والأمل القوي، وهو في هذا يقول: (وانما يحسن العيش وتطيب الحياة بالظن الجميل والأمل القوي وترك الفكر في كل ما يمكن أن لا يقع من المكاره).

٣-وجوب التروي وحسن الاختيار في الامور الممكنة

وفي هذا يقول مسكويه: (وأما ما كان سببه سوء اختيارنا وجنائتنا على أنفسنا، فينبغي أن نحترز منه بترك الذنوب والجنايات التي نخاف عواقبها، ولا نقدم على أمر لا نأمن غائلته، فإن هذا مثل من نسي أن من الممكن هو الذي يجوز أن يكون ويجوز أن لا يكون).

وإذن فمسكويه يوصي بالتروي وبتقدير عواقب الأمور الممكنة إذا ما كان اختيارها في البداية سيئا كما لا يجب الإقدام عليها إلا بعد تأن وتفكير.

أما الامور الضرورية والملازمة للإنسان مثل كبر السن، فإن علاج الخوف منها كما يوصي مسكويه (أن تعلم أن الإنسان إذا أحب طول الحياة فقد أحب لا محالة الهرم، واستشعره استشعار ما لا بد منه).

ثم يقف مسكويه على مستلزمات الشيخوخة فيقول، (ومع الهرم يحدث نقصان الحرارة الغريزية والرطوبة الأصلية التابعة لها، وغلبة ضديهما من البرد واليبس، وضعف من الأعضاء الأصلية كلها ويتبع ذلك قلة الحركة وبطلان النشاط وضعف آلات الهضم،

وسقوط آلات اللحن ونقصان القوى المدبرة للحياة، أعنى القوة الجاذبة والدافعة والممسكة والغاذية، وسائر ما يتبعها من مواد الحياة).

وجميع هذه المستلزمات — حسب رأي مسكويه — هي أمراض وآلام إذ (ليست الأمراض والآلام شيئا غير هذه الأشياء).

(ثم يتبع ذلك موت الأحباب وفقد الأثرة).

أما واجب الإنسان تجاه هذه المستلزمات فيقول مسكويه (والمستشعر لها الملتزم لشرائطها في مبدأ كونه لا يخاف منها، بل ينتظرها ويرجوها ويدعى له بها ويرغب إلى الله تعالى فيها عند الصلوات وفي المساجد والمشاهد).

ثالثا: الخوف من الموت، أسبابه وعلاجه

بعد الوقوف مع مسكويه في جملة ما درسناه عن الخوف المطلق، ولما كان الخوف من الموت — حسب رأي مسكويه — (أشد وأبلغ من جميع المخاوف) لذلك نجده يفرد مكانة خاصة لهذا الأمر في المقالة السادسة من كتابه (التهذيب).

يبدأ مسكويه بتعريف الموت فيقول (إن الموت ليس بشيء أكثر من ترك النفس استعمال آلاتها وهي الأعضاء التي مجموعها يسمى بدنا، كما يترك الصانع استعمال آلاته)، فالنفس عند مسكويه (جوهر غير جسماني وليس عرضا، وأنها غير قابلة للفساد)، وهي أيضا (جوهر مفارق لجوهر البدن مباين له كل المباينة بذاته وخواصه وأفعاله وآثاره، وإذا فارق البدن كما قلنا وعلى الشريطة التي شرطنا بقى البقاء الذي يخصه ونقي من كدر الطبيعة وسعد السعادة التامة، ولا سبيل إلى فنائه وعدمه فإن الجوهر لا يفنى من حيث هو جوهر ولا تبطل ذاته، وإنما تبطل الأعراض والخواص، والنسب والإضافات التي بينه وبين الأجسام بأضدادها، فأما الجوهر فلا ضد له. وكل شيء يفسد فإنما فساده من ضده).

أما الخوف من الموت، فيرى مسكويه أن كل من يخاف من الموت إنما هو إنسان (لا يدري ما الموت على الحقيقة أو لا يعلم أين تسير نفسه. أو لأنه يظن أن بدنه إذا انحل وبطل تركيبه، فقد انحل ذاته وبطلت نفسه بطلان عدم ودثور وإن العالم سيبقى بعده موجودا وليس هو موجود فيه كما يظنه من يجهل بقاء النفس وكيفية المعاد، أو لأنه يظن أن للموت ألما عظيما غير ألم الأمراض التي ربما تقدمته وأدت إليه وكانت سبب حلوله، أو لأنه يعتقد عقوبة تحل به الموت، أو لأنه متحير لا يدري على أي شيء يقدم به بعد الموت، أو لأنه يأسف على ما يخلفه من المال والفتيات).

وهذه كلها — حسب رأي مسكويه — (ظنون باطلة لا حقيقة لها).
أما الأسباب الموجبة للخوف من الموت فيحددها مسكويه واضعا لها العلاج اللازم
للشفاء فيما يلي:

١ — يرى مسكويه أن الجاهل مدعاة للخوف من الموت، فالإنسان الجاهل يخاف الموت
(لأنه لا يعلم إلى أين تسير نفسه، أو لأنه يظن أن بدنه إذا انحل وبطل تركيبه فقد
انحل ذاته وبطلت نفسه، وجهل بقاء النفس وكيفية المعاد، فليس يخاف الموت على
الحقيقة، وإنما يجهل ما ينبغي أن يعلمه فالجاهل إذن هو المخوف، وهذا الجاهل هو
الذي حمل الحكماء على طلب العلم والتعب به، وتركوا لأجله لذات الجسم وراحات
البدن، واختاروا عليه التعب والسهر، ورأوا أن الراحة التي يستراح بها من الجاهل
هي الراحة الحقيقية، وإن التعب الحقيقي هو تعب الجاهل، لأنه مرض مزمن للنفس
والبرء منه خلاص لها وراحة سرمدية ولذة أبدية، فلما تيقن الحكماء ذلك واستبصروا
فيه وهجموا على حقيقته ووصلوا إلى الروح والراحة به، هانت عليهم أمور الدنيا كلها
واستحققوا جميع ما يستعظمه الجمهور من المال والثروة واللذات الحسنة والمطالب التي
تؤدي إليها).

٢ — ومن الأسباب الموجبة أيضا الاعتقاد القائل بأن للموت ألما عظيما يختلف عن
الأمراض التي سبقته وكانت سببا له، وصاحب هذا الاعتقاد يقول فيه مسكويه:
(فأما من ظن أن للموت ألما عظيما غير ألم الأمراض التي ربما تقدمته وأدت إليه،
فعلاجه أن يبين له أن هذا ظن كاذب، لأن الألم إنما يكون للحَيِّ والحيِّ هو القابل
أثر النفس، فأما الجسم الذي ليس فيه أثر للنفس فإنه لا يألم ولا يحس، فإذا الموت
الذي هو مفارقة النفس البدن لا ألم له، لأن البدن إنما كان يألم ويحس بالنفس
وحصول أثرها فيه فإذا صار جسما لا أثر فيه للنفس/ فلا حس له ولا ألم، فقد تبين
أن الموت حال للبدن غير محسوس عنده ولا مؤلم لأنه فراق ما به كان يحس
ويتألم).

٣ — وسبب آخر هو الخوف من العقاب الذي يأتي بعد الموت، ومسكويه يبين للخائف
هنا أنه (ليس يخاف من الموت بل يخاف من العقاب) والعقاب إنما يكون على شيء
باق بعد البدن الدائر، ومن اعترف بشيء باق بعد البدن فهو لا محالة سيعترف بذنوب
له وأفعال سيئة يستحق عليها العقاب وهو مع ذلك يعترف بحاكم عدل يعاقب على
السيئات لا على الحسنات، فهو إذن خائف من ذنوبه لا من الموت، ومن خاف
عقوبة على ذنب، فالواجب عليه ان يحذر ذلك الذنب ويحتميه).

وخلاصة القول أن مسكويه يبرهن بما تقدم (أن الموت ليس بردى كما يظنه جمهور

الناس، وإنما الردىء هو الخوف منه، وإن الذي يخاف منه هو الجاهل به وبذاته).

فمسكويه يتطرق إلى نوع من الخوف هو في غاية الخطورة — حسب رأي المحدثين — الذين يصفونه بأنه اعمق أثرا في حياة الفرد من الخوف من المحسوسات، ويطالبون بعدم إثارته إطلاقا، وإذا كان موجودا فيجب البحث عن سبب تكوينه وإزالته من أساسه، مع شرح حقيقته — قدر الإمكان — بما يلائم عقل الفرد، أو السماح له على الأقل بالتحدث فيه وعدم كبتة باعطاء الموقف الصحيح إزاءه.. وهذا هو ما يطالب به مسكويه (القوسي، ١٩٧٥: ٣٢٣).

الحزن

يختتم مسكويه المقالة السادسة من كتاب (التهذيب) بالوقوف على مفهوم الحزن، وبالتحديد الأسباب الموجبة له، ثم بتشخيص العلاج للخلاص من حالات الحزن، وهو يعرف الحزن بأنه (ألم نفسي يعرض لفقد محبوب أو فوت مطلوب)، ومن الأسباب الموجبة للحزن (الحرص على القنيات الجسمانية والشره إلى الشهوات البدنية، والحسرة على ما يفقده أو يفوته منها).

ويأتي الحزن أيضا إما نتيجة لفقد الإنسان أحباءه أو لعدم حضور كل ما يطلب من أشياء دنيوية خارجية، ظنا منه (أن ما يحصل له من محبوبات الدنيا يجوز أن يبقى ويثبت عنده، وأن جميع ما يطلبه من مفقوداتها لا بد أن يحصل له ويصير في ملكه). ولأمثال هؤلاء يؤكد مسكويه أن ما ينشده هو العرض الزائل ودونه والجوهر الثابت المتأصل، والإنسان في مثل هذه الأحوال (إذا أنصف نفسه وعلم أن جميع ما في عالم الكون والفساد غير ثابت ولا باق — وإنما الثابت الباقي هو ما يكون في عالم العقل — لم يطمع في المحال ولم يطلبه، وإذا لم يطمع فيه لم يحزن لفقد ما يهواه ولا لفوت ما يتمناه في هذا العالم، فصرف سعيه إلى المطلوبات الصافية واقتصر بهمة على طلب المحبوبات الباقية، وأعرض عما ليس في طبعه أن يثبت ويبقى. وإذا حصل له منها شيء بادر إلى وضعه في موضعه وأخذ منه مقدار الحاجة إلى دفع الآلام التي أحصيناها من الجوع والعري والضرورات التي تشبهها، وترك الادخار — والاستكثار والتماس المباهاة والافتخار، ولم يحدث نفسه بالمكاثرة بها والتمنى لها. فإذا فارقه لم يأسف عليها ولم يبال بها، فإن من فعل ذلك آمن فلم يجزع وفرح فلم يحزن وسعد فلم يشق، ومن لم يقبل هذه الوصية، ولم يعالج نفسه بهذا العلاج لم يزل في جزع دائم وحزن غير منتقص، وذلك أنه لا يعدم في كل حال فوت مطلوب أو فقد محبوب، وهذا لازم لعالمنا هذا لأنه عالم الكون والفساد، ومن طمع من الكائن الفاسد أن لا يكون ولا يفسد، فقد طمع في المحال، ولم يزل خائبا، والخائب أبدا محزون، والمحزون شقي).

الخلاصة

رأينا أن المقالة السادسة من كتاب مسكويه في تهذيب الأخلاق تقوم على مقدمة وأمرين أساسيين. ففي المقدمة يحدد أمراض النفس وصلتها بأمراض البدن وفي الأمر الأول يتحدث عن حفظ صحة النفس أو وقايتها وتهذيبها التربوي لتبلغ كما لها الأخلاقي أو لتظل محافظة عليه، وفي الأمر الثاني يتحدث عن رد صحة النفس أو علاجها ومداواة مرضها للعودة بها إلى ما كانت عليه من صحة.

وهو بهذا كله يوضح السبل أمام العاقل المحب لنفسه والمجاهد لخلاصها من آلامها ونجاتها من مهالكها كي يستعرض الأمراض المتدرجة تحت الأجناس المشروحة في هذه الدراسة، وذلك لمداواة نفسه منها ولوضع العلاج اللازم. وقد حرصنا أن نقف على هذه الأمور موضحين القصد الذي ينشده مسكويه من وراء الحفظ والرد، مبرزين الوجهة التربوية الإرشادية في هذا التذوق الأخلاقي الذي يراد به إصلاح طباع الإنسان الذي شط عن الأسس التربوية للفضيلة الأخلاقية، للعودة به إلى بيعة الخير — كل ذلك انطلاقاً من مفهوم المنهج المسكوي الذي يرى التربية نوعاً من زيادة الخلق، والفضيلة نوعاً من الفيض فيه.

وهو في ذلك كله، لم يكن بعيداً عن مسيرة علم النفس الحديث، حيث يتفق مع علمائه بأن الصحة النفسية هي علم توافق نفسي يستهدف تماسك الشخصية ووحدتها، وتقبل الفرد لذاته وتقبل الآخرين له (مرسي، ١٩٧٥: ١١).

كما أن مسكويه في تصوره للشخصية على أساس أخلاقي، يلتقي مع المحدثين على ضرورة أن يكون هذا الأساس نفسه مستمداً من فلسفة طبيعية تجريبية، ومتفقاً مع ما أفاده الإنسان من حكمة جمعها عبر سنين حياته (مرسي، ١٩٧٥: ١٨)، فلا غرو من التصريح بأن هذا المذهب المسكوي قد رفع صاحبه إلى مصاف السابقين في التصرف على محركات السلوك الإنساني.

الهوامش

- (١) أحمد بن محمد بن يعقوب الملقب بمسكويه، والمكنى بأبي علي، ولد في الري سنة ٢٢٥ هجرية، وعمر طويلاً حتى بلغ السادسة والتسعين، وتوفي في مدينة أصفهان، قرأ لائحة الفلاسفة القدامى، وتجل اهتمامه بشكل خاص بالأخلاق، فجعلها موضوعاً لكتابه (السعادة) و (تهذيب الأخلاق). واهتمامه بالوجهة الأخلاقية لم يمنعه من أن يطرق سائر أبواب العلوم الفلسفية وفروعها، وفي هذا دلالة على أن تفكير مسكويه لم يكن جزئياً، بل هو تفكير قوي وعام، تغذى بمصادر أصيلة متعددة، وطرق أبواب مواضيع علمية تربوية متباينة، لها أصولها العامة، وتلتقي في نهايتها بالوحدة والترابط، — انظر المراجع العربية والأجنبية.

- (٢) كافة نصوص مسكويه الواردة في هذه الدراسة منقولة عن كتابه (تهذيب الأخلاق وتطهير الاعراق) المقالة السادسة، ص ١٧٥ — ٢٢٢. تحقيق قسطنطين زريق، الجامعة الأمريكية، بيروت ١٩٦٦م.
- (٣) عقدت هذه الندوة في الفترة من ١٩٨٤/٣/١٩ إلى ١٩٨٤/٣/٢٢ بإشراف جامعة الكويت. وبالتعاون مع مؤسسة الكويت للتقدم العلمي، أنظر بحوث ندوة الإرشاد النفسي والتربوي بدولة الكويت من أجل التنمية — إصدار مؤسسة الكويت للتقدم العلمي — ١٩٨٦م.
- (٤) أنظر في أبحاث ندوة الإرشاد النفسي والتربوي بدولة الكويت: بحث (برنامج مقترح لإعداد المدرس المرشد في المدرسة الابتدائية بالكويت ص ٤٦٤) وأيضاً بحث (إعداد المرشد النفسي للقرن الحادي والعشرين ص ٥٤٤).
- (٥) ان اعتبار الرذائل أمراضاً للنفس، وتهذيب الأخلاق وسيلة لشفائها، يتردد في الكتب الأخلاقية الإسلامية، ويؤكد بخاصة عند المتصوفة بالعودة مثلاً إلى ما ورد في الربع الثالث من (إحياء علوم الدين — القاهرة: ١٣٥٢، ج ٣، ص ٥٢) فما بعد، ومنه ص (٥٢): (فلتتخذ البدن مثلاً فتقول مثال النفس في علاجها بمحو الرذائل والأخلاق الرديئة عنها وجلب الفضائل والأخلاق الجميلة إليها مثال البدن في علاجه بمحو العلل عنه وكسب الصحة له وجلبها إليه).
- (٦) أي علوم العدد، الهندسة، النجوم، والموسيقى، انظر مقدمة ابن خلدون، ص ٤٧٨، بيروت، ١٩٠٠م.
- (٧) أنظر: القوسي أسس الصحة النفسية ص ١٠، ويلاحظ أن ما نقلناه عن القوسي من الصفحات ٤، ٥، ٨، ٩، ١٠ يستند فيه إلى ثلاثة عشر مرجعاً أجنبياً مثبتة في الصفحة رقم ١٢ من كتابه.

(٨) التعرف على منهجه يمكن الرجوع إلى:

— MC DOUGALL: AN OUTLINE OF PSYCHOLOGY, CH. 11

(٩) يمكن الرجوع إلى ما يلي:

— MC DOUGALL: AN OUTLINE OF PSYCHOLOGY, P. 104.

— C. BURT: THE YOUNG DE INQUENT, P. 58.

— HADFIELD: PSYCHOLOGY AND MORALS, CH. 11.

- (١٠) أورد ابن النديم في (الفهرست) — ج ١، ص ٢٩١ ثلاثة كتب لجالينوس تتعلق بالأخلاق وهي:
أ — كتاب تعريف المرء عيوب نفسه، ترجمة توما وصلاح حنين، مقالة.
ب — كتاب الأخلاق، نقل حبشي، أربع مقالات.
ج — كتاب انتفاع الأخبار بأعدائهم، نقل حبشي، مقالة.

وراجع مقالة: MAX MYERHOF (NEW LIGHT ON HUNAIN IBN ISHAQ AND HIS PERIOD) ISIS, V: 11 (1926) PP. 685 - 724.

فالمقالة متضمنة تحليلاً لرسالة (حنين بن إسحق) إلى (علي بن يحيى) في ذكر ما ترجم من كتب جالينوس بقلمه وبعض ما لم يترجم، ص ٧٠٠. وقد نشر (كراوس) مختصراً لكتاب الأخلاق لجالينوس مع مقدمة تحقيقية في مجلة كلية الآداب بالجامعة المصرية، المجلد الخامس، الجزء الأول، مايو ١٩٣٧، ص ١ — ٥١.

(١١) المقصود هنا كتاب (التهذيب) لمسكويه.

(١٢) انظر: (مفهوم الوسط) في المقالة الأولى من كتاب (التهذيب) ص ٢٥.

- (١٣) من الرذائل الرئيسية الثمانية، لا يتناول مسكويه بالتفصيل سوى رذيلتي النفس الغضبية وهما التهور والجبن، على أنه لا يهتم بالرذيلتين ذاتهما، بل بالمهيات النفسية أو (الأمراض) المصاحبة لها وهي: الغضب والخوف والحزن.
- (١٤) يتابع مسكويه فيورد مؤيداً متسبباً لرأيه وهو ما ذكره سقراطيس إذ قال (انني للسفينة إذا عصفت بها الرياح وتلاطمت عليها الامواج. وقذفت بها اللجج التي فيها الجبال، أرجى مني للغضبان الملتهب، وذلك أن السفينة في تلك الحال يلفظ لها الملاحون ويخلصونها بضروب الحيل، فأما النفس إذا استشاطت غضباً فليس يرجى لها حيلة

البيئة، وذلك أن كل مارقى به الغضب من التضرع والموعظة والخضوع يصير له بمنزلة الجزل من الخطب بوجهه ويزيده استعاراً).

١٥) بالإمكان مقابلة ما ورد عن الغضب هنا بما جاء في (إحياء علوم الدين) ج ٣ في (بيان حقيقة الغضب) ص ١٤٤ - ١٤٥.

١٦) ويمكن الاطلاع عليها في:

JAMES: PRINCIPLES AT PSYCHOLOGY, VOI, 15

١٧) وكذلك يمكن الاطلاع على:

CANNON: BODILY CHANGES IN PAIN, HUNGER, FEAR AND RAGE

١٨) يمكن الاستزادة بالرجوع إلى:

MC DOUGALL: AN OUTLINE AT PSYCHOLOGY, CH, 10

١٩) لمزيد من التفصيل يمكن الرجوع إلى:

ALIERS: THE PSYCHOLOGY OF CHARACTER. P. 115

المراجع العربية

- ابن أبي أصيبعة، موفق الدين أبو العباس ابن الأثير، علي بن أبي الكرم محمد جلال، سعد ابن خلدون، عبد الرحمن بن محمد ابن النديم، أبو يعقوب محمد بن إسحق أبو ريذة، محمد عبد الهادي ارسطوطاليس
- أفلاطون أمين، أحمد بروكلمان، كارل البيهقي، ظهير الدين التوحيدى، أبو حيان علي بن محمد العباس الثعالبي، أبو منصور حسين، طه الحموي، ياقوت الخضري، محمد الخوارزمي، أبو بكر
- عيون الأنباء في طبقات الأطباء، شرح وتحقيق: تزار رضا، بيروت: دار مكتبة الحياة، ١٩٦٥.
- الكامل في التاريخ، بيروت: دار الفكر، ١٩٥٥.
- التوجيه النفسي والتربوي والمهني، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية، ١٩٥٧ م.
- المقدمة، بيروت: دار مكتبة الهلال، ١٩٧٨.
- الفهرست، بيروت: مكتبة الخياط، ١٩٦٤.
- رسائل الكندي الفلسفية، القاهرة: دار الفكر العربي، ١٩٥٠.
- الأخلاق النيقوماخية (نيقوماخيا)، نقله إلى العربية أحمد لطفي السيد، القاهرة: ١٩٢٤.
- الجمهورية.
- الأخلاق، موسوعة أحمد أمين الأدبية، بيروت: دار الكتاب العربي، ١٩٦٩.
- تاريخ الأدب العربي، نقله إلى العربية د. عبد الحليم النجار وآخرون، القاهرة: دار المعارف، ابتداء من ١٩٦١ في (٦ أجزاء).
- تاريخ حكماء الإسلام، مخطوط محقق مصور، دمشق: نشر محمد كرد علي، ١٩٤٦.
- الإمتاع والمؤانسة، القاهرة: مطبعة لجنة التأليف والنشر، ١٩٥٢.
- يتيمة الدهر، القاهرة: مطبعة الصاوي، ١٩٢٤.
- تجديد ذكرى أبي العلاء، ط القاهرة: ١٩٣٧ م.
- معجم الأدباء، القاهرة: البابي الحلبي، ١٩٢٨.
- تاريخ الأمم الإسلامية، القاهرة: ١٩٣٤.
- الرسائل، الترجمة المصرية، القسطنطينية: ١٢٩٧ هـ.

- الزركلي، خير الدين
سليمان، عبدالله محمود
- عاقل، فاخر
عبدالعزيز، عزت
الغزالي، الإمام أبو حامد
فطيم، لطفي محمد
- القشيري، أبو القاسم عبدالكريم
القفطي،
القوصي، عبدالعزيز
منز، آدم
مراد، يوسف
مرسي، سعيد عبدالحميد
مرسي، كمال إبراهيم
والرشدي، بشير
- مسكويه، أبو علي أحمد بن محمد
- ميرل، أولسن
- هنا، عطية محمود وآخرون
يحيى بن عدي
- قاموس تراجم الأعلام، ط ٣، بيروت: مطبعة كوفاتوماس، ١٩٥٥.
«تطور مفهوم الإرشاد النفسي» في ندوة الإرشاد النفسي والتربوي بدولة الكويت من أجل التنمية، الكويت: مؤسسة الكويت للتقدم العلمي، ١٩٨٦م.
علم النفس دراسة التكيف البشري، بيروت: دار العلم للملايين، ١٩٦٩م.
مسكويه، حياته، آثاره — القاهرة: مطبعة السعادة، ١٩٤٢م.
إحياء علوم الدين، القاهرة: ١٩٥٢م.
«التحديات التي تواجه الإرشاد النفسي» في ندوة الإرشاد النفسي والتربوي بدولة الكويت من أجل التنمية، الكويت: مؤسسة الكويت للتقدم العلمي، ١٩٨٦م.
الرسالة القشيرية، القاهرة: دار الكتب العربية الكبرى، ١٣٧٦ هـ.
اختيار العلماء بأخبار الحكماء، القاهرة: ١٣٢٩ هـ.
أسس الصحة النفسية، ط ٥، القاهرة: مطبعة السعادة، ١٩٧٥م.
الحضارة الإسلامية، الترجمة المصرية، ١٩٤٠ — ١٩٤١.
مبادئ علم النفس العام، الطبعة الرابعة، القاهرة: دار المعارف، ١٩٦٢م.
الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي والمهني، القاهرة: الخانجي، ١٩٧٥م.
«التوجيه والإرشاد، فلسفته وأخلاقياته في المجتمعات الإسلامية، في ندوة الإرشاد النفسي التربوي بدولة الكويت من أجل التنمية، الكويت: مؤسسة الكويت للتقدم العلمي، ١٩٨٦م.
— تهذيب الأخلاق وتطهير الأعراق، تحقيق قسطنطين زريق، بيروت: الجامعة الأمريكية، ١٩٦٦.
— الفوز الأصغر، القاهرة: مطبعة السعادة، ١٩٠٧.
— السعادة، مرجليوت: مطبعة اكسفورد، ١٩٢٠ — ١٩٢١م.
(التوجيه: فلسفته وأأسسه ووسائله) ترجمة عثمان لييب قراج ومحمد نعمان صبري، القاهرة: دار النهضة العربية، ١٩٦٤م.
الشخصية والصحة النفسية، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية، ١٩٥٨م.
تهذيب الأخلاق، القاهرة: ط جرجس عوض، ١٩١٢م.

المراجع الأجنبية

- Allers
Burt, C.
Cannon
Dyal, James, A
Max Meyerhof
MC Dougall
Rogers, Carl
Walzer, Richard
- The Psychology of Character.**
The Young Delinquent, London Press. 1964.
Bodily Changes in Pain, Hunger, Fear and Rage.
Reading in Psychology understanding human Behaviour
2nd ed New York: McGraw-Hill. 1967.
"New Light on Hunain Ibn Ishaq and his Period" **ISIS** Vill 1962
An Outline of Psychology, 1923.
Client- Centered Therapy. New York Hoghton. 1951. CH. 11.
"New Light on Galen's Moral Philosophy" **The Classical Quarterly** XL 111 1949