الحسد دراسة نظرية

الدكتور سفيان صائب المعاضيدي — **السيد جبار فريح شريدة**
دكتوراه شخصية و صحة نفسية — **ماجستير باراسايكولوجي**

ملخص البحث :

يعد الحسد من المشكلات النفسية الكبيرة التي تؤدي بصاحبها إلى التفكير ليلا ونهارا بتمني زوال نعمة الغير و من هنا فإن الحاسد لن يهنأ بالحياة الحرة الكريمة التي يعيشها أقرانه ، لقد ذكر الحسد في الآيات القرآنية الكريمة و الأحاديث النبوية الشريفة وفي سير صحابة الرسول الكرام و آل بيته الأكرام . كما أن الدراسات النفسية المختلفة ودراسات البارسايكولوجي لم تغفل هذه الناحية من حياة البشر بل تعدتها إلى الدراسات الفيزيائية التي حاولت الربط بين جوانب إنسانية مختلفة .

فقد تمت دراسة هذه الظاهرة من قبل علماء الدين بشكل نظري و حاولوا إيجاد المقتربات التي تخفف من شدته ، كما بدأ علماء النفس في القرن التاسع عشر دراسات جادة في هذا الميدان بدأت بتأسيس الجمعية البريطانية للبحوث الروحية عام ١٨٨٢ ، الجمعية الأمريكية للبحوث الروحية عام ١٨٨٥ . و حاول بعض علماء الفيزياء إدخال هذه الظاهرة إلى المختبر و محاولة تتبع مجرياتها فنجحوا إلى حد ما في نتائج البحوث التي أظهرت أشارات دماغية و موجات صادرة من الدماغ أثناء الحسد تؤذي الشخص المحسود ماديا و بشكل ظاهر للعيان عن طريق وضع أقداح على سبيل التجربة أو مصابيح و معرفة نتائج التحريك النفسي (PK Psychokenisis) على الحاجة الموضوعة أمام الشخص موضوع التجربة .

و يهدف البحث الحالي إلى دراسة الحسد دراسة نظرية و محاولة إيجاد السبل والوسائل المعينة على إتقاء شره عملا بالمقولة المأثورة (الوقاية خير من العلاج) ، إذ وجد الباحثان في كتب التراث كنزا ثمينا من المعلومات في هذا الميدان كما وجدوا في كتب المحدثين آثارا كثيرة دالة على هذا المضمون ، و ليس أدل على ذلك مما كتبه أستاذنا المرحوم الدكتور علي الوردي حول الحسد و ما أسماها العائنية أي الإصابة بالعين كما وردت في كتب التراث العربي .

من هنا يرى الباحثان أهمية دراسة هذا الموضوع في العلوم النفسية و قد خلصوا في نهاية البحث إلى ضرورة العمل على علاج هذه الآفة عن طريق عدد من الوسائل النفسية المساعدة في التخلص منها .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

Jealousy
A theoretical Study

D.r **A.Instructuer**
Sufian. Saeb.Al-Maddidi **Jabbar.F.Al-lami**

Jealousy is a big Psychological Problem wich let the envious think all day and night wish others wealth vanishes, Thus the envious never live a comfortable life like his mates.

Jealousy is mentioned in the Holly Quran and the speeches of prophet Mohammed and his Sahaba and AL-Al-bait biography . Also different psychological and parapsycholigical studies tackled this subject .

Jealousy has been studies by the clerics theoretically they tried to find proximities which lighten its intensity .

Psychologists conduct studies in the 18 Th century , these studies began the foundation of British society for spiritual researches 1885 .

Some physicist tried to introduce the subject of jealousy to the lab they in their researches to some extent . which showed brain signals and waves coming up from the brain during jealousy wich harm the envied person by using a glass or light in order to get the result of the P K psychokenisis of the subject in experiment .

The research aims at studies jealousy theoretically and trying to find ways to avoid its evil . The two researchers find presume the assure in the heritage books related to this field , such as : What had been found in the writing of Dr.Ali Al – Wardi about jealousy ,which he called (al-aeneya).

Thus, the researcher find it important to study this subject in psychology and necessity to that this problem by many psychological methods .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المبحث الأول:

أهمية البحث و مشكلته :

يعد الحسد من المشكلات النفسية التي تعتري الفرد و يضطرب بسببها سلوكه ، وتجعله في حالة من الخلل النفسي الذي يؤدي بالفرد إلى التوتر و الاضطراب النفسي .

إن النفس الإنسانية تعج بوساوس الشر وتضطرب بها أساليب الفكر، وتعتريها مشكلات العصر بيد أنها لا تستمر طويلاً على حالها فتصطدم بواقع رديء فتفيق إلى رشدها ويتمزق الحجاب من أمامها لتعلم عجزها عن تحقيق هدفها وفشل تخطيطها وذهاب أحلامها ، فلا تجد هذه النفس إلا الحقد أو الغضب اللذين يؤديان إلى الحسد فالحسد يأكل الحسنات ويذهب الأعمال ، فيجب على الإنسان أن ينظر إلى سلوكه من حين لآخر فالحياة تغير منها الكثير ، والتقدم الحضاري يباين الفعال والسلوك الفردي والجماعي. فيعرف الإنسان خطواته وهو يجتاز الحاضر مستفيداً من التجارب والمعارف نعم يجب أن تتحطم جدران السجون التي يعيش فيها كثير من الناس ، فلا يرون الاماهم فيه . (الجمل،١٤٠٢هـ ، ص١)

قال سيدنا رسول الله (صلى الله عليه و سلم) : أياكم و الحسد فان الحسد ياكل الحسنات كما تأكل النار الحطب ، و قال الإمام الصادق عليه السلام عن النبي محمد (صلى الله عليه و سلم) : (آفة الدين : الحسد ، والعجب ، والفخر) وعنه عليه السلام قال (المؤمن يغبط ولا يحسد ، والمنافق يحسد ولا يغبط وعنه أيضا عليه السلام قال (بينما موسى بن عمران يناجي ربه ويكلمه إذ رأى رجلاً تحت ظل عرش الله ، فقال : يارب من هذا الذي قد أظله عرشك ؟ فقال : يا موسى هذا ممن لم يحسد الناس على ما أتاهم الله من فضله) وروي عنه عليه السلام : الحاسد مضر قبل أن يضر بالمحسود، كإبليس أورث بحسده لنفسه أللعنة (الموسوى ، ٢٠٠٥م ، ص١٠٦) .

لقد تمت دراسة الحسد عبر العصور من عدة نواحي منها التاريخية و ما وجد على الرقم الطينية في آثار بابل و الآثار الفرعونية ، و منها الاجتماعية التي ركزت على مدى تأثيره في المجتمع من جانب اجتماعي ، و هناك دراسات أنثروبولوجية تناولته منذ وجود الخليقة و علاقة الدراسات الإنسانية بالحسد ، كما تناولته الدراسات النفسية في وقت متأخر من ظهور علم النفس و تحديدا منذ بدايات القرن العشرين و تحديداً أكثر بعد نشوء الباراسايكولوجي علما مستقلا بذاته في العلوم الإنسانية . و لم تغفل الأديان على تنوعها أهمية البحث في الحسد فقد تناولته الأديان السماوية بالبحث و التقصي إذ نجد في تعاليم السيد المسيح (عليه السلام) و في الإنجيل إشارات كثيرة إلى موضوع الحسد. و الدين الإسلامي الحنيف من الأديان التي اهتمت بدراسة أسبابه و دوافعه عن طريق الآيات الكريمة و

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

أحاديث النبي محمد (صلى الله عليه و سلم) و آل البيت الأطهار عليهم سلام الله و رضوانه و الصحابة الأخيار رضي الله عنهم جميعا.

و يجد الباحثان (ليس من باب المغالاة و المزايدة في الفكر) و إنما عن طريق قراءتهما للموضوع بجدية و تمحيص، أن للدين الإسلامي أثر كبير في دراسة الحسد و البحث بأسبابه و الوسائل المعينة على التخلص من آثاره ، التي لو تم الأخذ بأسبابها (و الله أعلم) سيرى الإنسان أن العلاج موجود بآيات القرآن الكريم .

إن الحسد بنفسه داء منهك ومرض عضال ، ولشدة أثره ، أمر الجليل تعالى بالتعوذ من صاحبه بقوله من سورة الفلق: (ومن شر حاسد إذا حسد) وهذا من أجمل الطرق لبعث الحاسد على الإقلاع عن الحسد ، لأنه يعرف أن الحسد يكون شراً إذا أراد صاحبه أنزال الضرر بالمحسود ، ومن الذي يريد أن يفعل الشر معلناً ، و بسبب قبح هذه الخصلة تساءل الله سبحانه و تعالى في كتابه العزيز (أم يحسدون الناس على ما أتاهم الله من فضله) ، (سورة النساء: ٥٣) (المظفر،١٩٦٤م،ص١٠٠) .

ومن هنا تأتي أهمية البحث الحالي ، أذ يرى الباحثان ان معرفة ماهية الحسد لها أثر في الوقاية منه. كما تعد المعرفة العلمية للحسد احد الاسباب الدافعة الى تأكيد ماتم ذكره من آراء عقائدية ودينية تذهب به الى كونه شراً وآفة من آفات الحياة . فمتى تم التعرف على هذه الآفة علمياً تمكن الفرد من اتقاء شرورها سواء بالنسبة للحاسد أو المحسود على حد سواء.

و تأتي مشكلة البحث من وجود هذه الظاهرة العجيبة في فعلها على مر الدهور و الأزمان فالحسد مخلوق منذ وجد الأنسان على الأرض و لا نبالغ ان قلنا قبل ذلك اذ تبين الآيات القرآنية ان ابليس عليه اللعنة قد حسد و تحاسد مع سيدنا آدم عليه السلام قبل نزول سيدنا آدم للأرض . و هذا بحد ذاته يجعل المشكلة بحاجة الى حلول علمية و عقائدية سليمة تمكن الباحثين من الخروج بنتيجة .

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

أهداف البحث:-

- التعرف على المقصود بالحسد.
- دراسة الحسد دراسة وصفية
- التوصل الى سبل الوقاية والعلاج

حدود البحث

لقد تحدد البحث الحالي ، بالإطار النظري والأدبيات السابقة التي تناولت هذا المفهوم

تحديد المصطلحات

الحسد:Jealous الحسد لغة من حسد يحسد فهو محسود وهو تمنى زوال النعمة من الغير حسبما ترى قواميس اللغة العربية.وفي اللغة الإنكليزية Jealous تعني حسود و Jealously تأتي بمعنى يحسد، و Jealousy تأتي بمعنى الحسد أو الغيرة. (قاموس أكسفورد ، ٢٠٠٤ ص٤١١)

الحسد:

- ❖ هو تمني زوال نعمة المحسود ، وانتقالها للحاسد ، فأن لم يتمن زوالها بل تمنى نظيرها، فهو غبطة، وهي ليست ذميمة. (الصدر،١٣٩٠هـ ، ص١٤٦) .
- ❖ هو حالة من عدم الرضا بالموجود و التطلع لما هو أعلى (كورباك ، ١٩٨٠ ، ص ٤٣).
- ❖ تنافس غير شريف على منصب أو جاه أو مادة و يكون سببا في التباغض (الحفني ، ١٩٨٤ ، ص ٧٨).
- ❖ معادلة غير موضوعية تجعل المال و المنصب و الجاه بكفة و التطلع الى ما عند الناس بالكفة الأخرى و تصيب الفرد بالأحباط و عدم الراحة (السيد ، ١٩٨٤ ، ص ٢٣٥) .
- ❖ شعور الفرد بالقلق من الحالة التي يعيشها (اجتماعية ، نفسية ، مادية ، ...الخ) و تطلعه لما هو أعلى دون النظر لقدراته العقلية و الجسمية (العقابي ، ١٩٩٦ ، ص ١٦٥) .
- ❖ احباط يصيب القدرات العقلية للفرد فيتمنى زوال النعمة من الآخرين (العاني ، ٢٠٠٥ ، ص ١٨٩).

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

❖ هو حالة من عدم الرضا يتبعها تمني زوال النعمة من كل الأفراد الآخرين (العاني، ٢٠٠٦ ، ٣٤).

و يعرفه الباحثان (شعور الفرد النفسي بتمني النعمة رغم عدم مقدرته الوصول اليها بقدراته البدنية و النفسية و هذا ما يولد لديه احباطا فيتمنى زوالها من جميع الأفراد المحيطين به) .

المبحث الثاني

الإطار النظري:

بما أن موضوعا كالحسد أشبع دراسة في الدراسات الدينية فقد وجد الباحثان البدء بالمنظور الديني للحسد و خاصة في القرآن الكريم و السنة النبوية الشريفة .

- الحسد في المنظور الإسلامي .

يعد الحسد من نتائج الحقد والحقد من نتائج الغضب فهو فرع من فروعه ، والغضب أصل أصله، والحسد دليل على ضعف النفس البشرية وعلة عللها، وضياع بهائها، فلو عقل إنسان أمر الدنيا وما عليها ولو وصل إلى درجة من العلم يدرك عندها بعض الحقائق لانتفى الحسد منه وكان ابعد شئ إليه.

وكما في قوله تعالى:(وإذ قلنا للملائكة اسجدوا لأدم فسجدوا إلا إبليس) (البقرة:٢٦)، (إذ قالو ليوسف وأخوه أحب إلي أبينا منا ونحن عصبة أن أبانا لفي ضلال مبين ، اقتلوا يوسف أو اطرحوه أرضاً يخل لكم وجه أبيكم) (يوسف : ٩)، (وما اختلف الذين أوتوا الكتاب إلا من بعد ما جاءهم العلم بغياً بينهم) (أل عمران : ١٩) ، (ودوا ما عنتم قد بدت البغضاء من أفواههم وما تخفي صدورهم أكبر)(آل عمران : ١١٨) .

كما نجد في احاديث الرسول الاكرم (ص) الكثير منها ينصب في موضوع الحسد ومن هذه الاحاديث:-

قال رسول الله (ص) " الحسد يأكل الحسنات ، كما تأكل النار الحطب"

قال رسول الله(ص) " ألا أنه قد دب أليكم داء الأمم من قبلكم وهو الحسد ليس بحالق الشعر ، لكنه حالق الدين ، وينجي منه أن يكف الإنسان يده ، ويخزن لسانه ، ولا يكون ذا غمز على أخيه المؤمن"وفي حديث آخر" لا تحاسدوا ولا تقاطعوا ولا تباغضوا ولا تدابروا وكونوا عباد الله أخواناً"وقال (ص) أنه سيصيب أمتي داء الأمم قالوا : وما داء الأمم ؟ قال : الأشر والبطر والتكاثر، والتنافس في الدنيا ، والتباعد ، والتحاسد حتى يكون البغي ثم الهرج" كما قال (ص) "أخوف ما أخاف على أمتي أن يكثر فيهم المال فيتحاسدون

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

ويتقاتلون" وقال (ص) " أن لنعم الله أعداء، فقيل ومن هم ؟ فقال الذين يحسدون الناس على ما أتاهم الله من فضله".

من هنا يرى الباحثان ان الحسد من الاشغال الشاغلة للبعض وبالتالي نرى هذه الصفة الذميمة تأخذ من وقت وجهد وتفكير الانسان الشئ الكثير.

والحسد من الصفات الذميمة ، و الانحرافات النفسية الكبيرة ، فالحسود لاينفك عن الهم والعناء ساخطاً على قضاء الله سبحانه في رعاية عبيده وآلائه عليهم ، حانقاً على المحسود ، جاهداً في كيده ، فلا يستطيع ذلك ، فيعود وبال حسده عليه ويرد كيده في نحره (الصدر ١٣٩٠هـ ، ص ١٤٥)

وللحسد مساوئ عديدة من الممكن اجمالها بالاتي-:

يختص الحسد بين الإمراض الخلقية بأنه أشدها ، وأسوأها مغبةً في دين الحاسد ودنياه.

وتكمن أضراره النفسية في الحاسد ، أنه يكدر عليه صفو الحياة ويجعله قرين الهم والعناء ، لتبرمه بنعم الله على عباده، وهي عظيمة وفيرة ، وذلك ما يشقيه، ويتقاضاه علا صحية ونفسية.

وأكثر الناس استهدافاً للحسد ، ومعاناة لشروره وإخطاره، اللامعون المتفوقون من أرباب العلم والفضائل ، لما ينفثه الحساد عليهم من سمو المنزلة، وجلالة القدر ، فيسعون جاهدين في ازدرائهم واستنقاصهم ، وشن الحملات الظالمة عليهم.

(المصدر،١٣٩٠هـ ، ص١٤٨)

- الحسد و المنافسة :

وأما المنافسة فليست بحرام بل هي إما واجبة ، أو مندوبة وإما مباحة وقد يستعمل الحسد بدل المنافسة والمنافسة بدل الحسد ، والمنافسة في اللغة مشتقة من النفاسة والذين يدل على إباحة المنافسة قوله تعالى :(وفي ذلك فليتنافس المتنافسون) ،(المطففين ، ٢٦)، وقال تعالى :(سابقوا إلى مغفرة من ربكم) ،(سورة الحديد، ٢١)،(الجمل١٤٠٢ه ، ص٧١)

أشارت بعض الأدبيات إن الحسد إنما يكثر بين قوم تكثر بينهم الأسباب التي ذكرناها، وإنما يقوى بين قوم تجتمع جملة من هذه الأسباب فيهم ، فالعالم يحسد العالم دون العابد والعابد يحسد العابد دون العالم والتاجر يحسد التاجر بل الاسكافي يحسد الاسكافي ولا يحسد البزاز لا بسبب أخر سوى الاجتماع في الحرفة ويحسد الرجل أخاه وابن عمه أكثر مما يحسدالاجانب والمرأة تحسد ضرتها وسرية زوجها أكثر مما تحسد . أم الزوج وأبنته .

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

وكذلك الشجاع يحسد الشجاع ولا يحسد العالم ، لان مقصده أن يذكر بالشجاعة ، ويستثمر بها وينفرد بهذه الخصلة ولا يزاحمه العالم على هذا الغرض وكذلك يحسد العالم العالم، ولا يحسد الشجاع(الجمل ، ١٤٠٢هـ ، ص٨٤)

- أسباب الحسد في الآيات القرآنية و السنة النبوية الشريفة :

للحسد أسباب ودوافع كثيرة من أهمها :

١. العداوة والبغضاء للمحسود . كأن يكون قد آذاه لسبب من الأسباب فهو يبغضه ويحب زوال النعمة عنه .

٢. التعزز : وهو كراهية أن يترفع عليه بعض أقرانه بسبب النعمة

٣. الكبر : فمن كان في طبعه التكبر والترفع على الآخرين ، واستصغارهم خاف من إن تكون لهم نعم وخيرات لا يستطيع معها استصغارهم ويصعب عليه أن يتكبر عليهم.

٤. التعجب : كما في تعجب الأمم السالفة من نيل أحدهم فضيلة النبوة وقولهم (أبعث الله بشراً رسولاً)،(الإسراء :٩٤)،(وما أنتم إلا بشراً مثلنا) (يس : ١٥) ، فيعجبون من فوز أحدهم بمثل هذه الكرامة ويتمنون زوالها.

٥. الخوف : ويكون هذا في المتزاحمين والمتنافسين كالضرتين تحسد أحداهما الأخرى في حال فوز أحداهما بقلب الزوج كما يكون بين المخترعين والمكتشفين أيضاً.

٦. حب الرياسة والجاه والتفرد بالعنوان ، كما يكون ذلك بين العلماء أو الفنانين أو الكرماء إذا كانت غايتهم ثناء الناس والمنزلة والمكانة في قلوبهم من دون إن يكون هناك عداء أو تعزيز أو تكبر أو خوف .

٧. حب النفس وسوء سريرتها وشحها بالخير على الآخرين .

وقد تجتمع هذه الأسباب كلها أو بعضها في الحاسد فيتراكم على قلبه الحسد ويتضاعف فيظهر على شكل عداوة وصراع مرير وبغضاء منتنة (القبانجي، ٢٠٠٣م، ص٢٢١)

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

المبحث الثالث

المنظور النفسي للحسد:

- الحسد: Jealous

الحسد لغة من حسد يحسد فهو حسود وهو تمنى زوال النعمة من الغير حسبما ترى قواميس اللغة العربية وفي اللغة الإنكليزية Jealous تعني حسود jealously تأتي بمعنى يحسد، و jealousy تأتي بمعنى الحسد أو الغيرة (قاموس أكسفورد ،٢٠٠٤ ص٤١١)

ويمكن عد الحسد من الدوافع القهرية لدى الإنسان إذ انه من طبيعة البشر . وتختلف شدته بين الأفراد تبعاً للعوامل النفسية والاجتماعية.

- نظريات في الحسد:

يرى عالم النفس (فرويد) إن اولى أسباب الحسد هي عدم إشباع الحاجة الغريزية الأمر الذي يؤدي إلى إنشاء فرد حاسد يتمتع بقوة حسده (www. Yahoo. Com jealousy)

ومن الفرويديين الجدد نرى (أدلر) يعزو الحسد إلى التسلسل الولادي إذ يرى إن الطفل الأول لوالديه يكون محسوداً بشكل دائم (شلتز، ١٩٨٩، ص٨١) .

بينما تذهب هورناي إلى إن سبب الحسد هو نتيجة طبيعية للقوى الاجتماعية – البيئية التي يواجهها الفرد في طفولته (الحلي،٢٠٠٥ص٣)

يذهب علماء الباراسايكولوجي ومنهم (جاكوبسون وسيرغييف) إلى نتيجة في نظرياتهم مفادها . إن الحسد بكافة أنواعه نتاج الأمواج الكهرومغناطيسية(الكهرباء المغناطيسية) التي تصدر من الدماغ على شكل موجات متعاقبة ، وكلما كانت تلك الموجات أقوى عند صدورها كلما كانت قادرة على تحريك الأشياء (عبيد ، ١٩٨٥، ص٢٤٣) ومن هاتين النظريتين اتجه علماء الباراسايكولوجي إلى مصطلح (P K) (Psycho-Kinesis) وهو ما اصطلح عليه فيما بعد في اللغة العربية بالتحريك النفسي.

ان التفسير النفسي للحسد لا يذهب أبعد من التفسيرات الدينية و العقلية الأخرى فالحسد ظاهرة معروفة في النفس البشرية و هو عنوان للحاسد به تكون له مزايا و صفات خاصة تمكنه من التأثير على الآخرين و هذه المزايا و الصفات لا تختلف كما في الظواهر النفسية الأخرى بل تراها موحدة في جميع ثقافات العالم ، و من هذا نرى المثل الأنكليزي (Touch The Wood) و الذي انتقل للثقافة العربية (امسك الخشب أو دق على الخشب... الخ) .

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

يقول العالم البشري والنفسي الدكتور (بيترشتا فيركدون) إن الحسد أشبه بساحرة لها ثلاثة رؤوس أحدهما الحسد ، أما الاثنان فهما الحقد والغيرة . وإينما وجدت واحداً من هذه الثلاثة فلابد حتماً أن تجد شقيقه فمتى وجد الحسد في نفس شخص فلابد أن تتولد فوراً معه الحقد والغيرة وأينما استشعرت في إنسان الحقد والغيرة فأعلم أن الحسد موجود فيه.

ويقول الدكتور (فيكتو ر بوشيه) أن الحسد والغيرة والحقد أقطاب ثلاثة لشئ واحد وانها آفات تنتج سموماً تضر بالصحة وتقضي على جانب كبير من الطاقة والحيوية اللازمتين للتفكير والعمل.

فالحاقد يظل طول وقته لا يفكر ألا في النيل من الذي يحقد عليه فقد يكذب عنه وقد يتقول عنه ما لم يقله وقد يضر به ولا يصاب في سبيله ذلك ما يفعل والغيور وهو ذلك الذي تعمى الغيرة بصره وبصيرته لا يرى في لوحة أفقه ألا من يغار منه وهو لا يهدأ حتى يسلبه ما يغار منه بسببه سواء أكان عملاً أم مالاً أم مركزاً والحاقد والغيور وهما الشخص الحاسد يعاني في سبيل ذلك من المحن والألم ما يجعله ليفكر في التعجيل بالتنكيل بمن يحسده وأذا ما فقد هذا الحاسد جانباً من طاقة وحيوية أعتل في تفكيره وهذا الاعتلال في التفكير يكون مرحلة من مراحل الجنون التي لا يدري فيها الإنسان ماذا يفعل ولذلك سمعنا كثيراً عن غيور قتل من يغار منه ومن حاقد أعماه الحقد ، فلم يجد إلا الحياة ينزعها عمّن يحقد عليه.

إما الوشاية فهي التي يقوم بها الحاسد .. للإيقاع بالمحسود .. أما ترتيب الضرر الذي يمضي الحاسد حياته في تدعيم أركانه ضد المحسود ، فهو أقل الشرور التي تقع من الحاسد أذا حسد.

وهذا ما طلب الله سبحانه وتعالى أن نستعيذ به منه ... فلا شر للحاسد ألا أذا حسد .. وهذه هي جوانب شره التي تتساوى مع شرور الخلق .. وشرور ما يأتي به الليل أذا توغل .. والنميمة بين الأزواج والأهل .. وهكذا يضع التقدم العلمي في علوم النفس تفسيراً علمياً لسورة الفلق ليثبت أن القران الكريم يسبق العلم في كافة اتجاهاته وسيظل كذلك إلى أن تقوم الساعة .. فهو تنزيل من رب العالمين... ووحيه سبحانه إلى سيد المرسلين. و هذا مما لا يتناقض مع الفطرة السليمة و علوم النفس اذ أكدت الدراسات النفسية أن عدم انشغال تفكير الفرد في أمر معين بحد ذاته يدعوا الى تركيز الأنتباه و من ثم تركيزه في أمور لا طائل من ورائها و منها الحقد و الحسد ... الخ من النواحي التي لا تجعل الأنسان يفكر بصورة منطقية .

لقد جاءت الأديان السماوية لترسخ وحدة الخالق وجاء الإسلام بعدد من الفضائل لتستقر حياة البشر وسبق العلم الحديث بتشريعه وفصله في الأمور .. فإذا ما وصل العلم إلى

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

حقيقة وجد على الأقل أشارة لها في تشريع الإسلام... ولذلك فأن الناس قد تخبطت حياتهم حينما بعدوا عن الإسلام . وان المسلمين أصبحو كتلة هوت تحت ضربات الزمان. لبعدهم عن روحه ومنهجه .. ولقد ألمت بالمسلمين أمراض النفس المستعصية في زماننا في حين كان أسلافنا يتمتعون بشيء كبير من الاستقرار النفسي والهدوء العصبي.(الجمل١٤٠٢هـ ، ص٨٩ - ٩١)

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

المبحث الرابع
الوقاية و العلاج

التخلص من الحسد :

يتلخص علاج الحسد في ثلاثة محاور العلمي والعملي والنفسي ، أما العلاج العلمي فهو أن يتفكر الإنسان فيما تقدم من مفاسد الحسد الدنيوية والأخروية وأنه الخاسر الأول والأخير على كل الأحوال سواء زالت النعمة عن المحسود أم لا ، وذلك لما ثبت بالتحليل النفسي أن النفس الحقيقية في الإنسان تمثل كل أفراد المجتمع على السوية ، وليس فيها أنا وأنت ، فكل نعمة على أي فرد من أفراد المجتمع إنما هي نعمة على الشخص بالذات وهذا المعنى وان كان عسير الفهم وصعب الإدراك إلا أنه مما قامت عليه الأدلة العقلية كقوله تعالى" من قتل نفساً بغير نفس أو فساد في الأرض فكأنما قتل الناس جميعاً" (سورة المائدة إيه ٣٢) ، و بهذا يبرز الدور التربوي و الأرشادي و النفسي في تغليب جانب الخير في النفس الأنسانية على جانب الشر ، فإذا تخلص المرء من ألانا الفردية ونفسة الأمارة بالسوء ، أدرك هذا المعنى بوضوح ، فحينئذ يشكر الله تعالى على كل نعمة أنعمها على أحد من خلقه وكأنها نعمة عليه واليه في قوله تعالى حكاية عن يوسف عليه السلام.(ما كان لنا إن نشرك بالله من شئ ذلك من فضل الله علينا وعلى الناس ولكن أكثر الناس لا يشكرون)،(سورة يوسف: ٣٨) .

فجعل النعمة عليه بنفسها نعمة على الناس كافة فحسد أخوة يوسف له لم يكن في محله ، لأنهم قد حسدوا نعمة أنعمها الله عليهم، ولكنهم لا يعلمون فالحاسد أنما يحسد نفسة الحقيقية ويتمنى زوال النعمة عنها ، وإذا تمناها لنفسه تضاعفت جريمته ، لأنه أنما يأخذ من نفسه الحقيقية ليضيفها إلى نفسه الفردية ويقويها ، ويزيد ها عنواناً من العنوانات ، ولذة وهمية من اللذات فيتضخم الحجاب على قلبه وتترسب الصفات الذميمة في نفسه وفي الوقت نفسه تضعف نفسه الحقيقية وبعد ألامعان في التفكير في مساؤى الحسد المذكور ، والتهيؤ النفسي إلى نبذ هذه الخصلة الذميمة ينتقل إلى المحور الثاني في العلاج وهو (العلاج العملي) للحسد ، وذلك بأن يداوي هذه الرغبات المنحرفة بضدها فإذا كان يتمنى زوال نعمة بادر إلى الدعاء له بزيادتها ووفر البركة فيها ولو كان على رغم أنفه ، وإذا دعته نفسه للكيد بالمحسود والتشهير به واتهامه وتسقيطه بادر إلى مخالفة نفسه وذلك بمدحه والثناء عليه أمام الآخرين وإجلاله واحترامه عند حضوره في المجالس وإذا كان من التجار والكسبة، دعا إلى تقديم النصح والرعاية له وتعريف الناس به ويستمر على هذا الحال ويكرر هذا العمل عدة مرات حتى تخف في قلبه حدة الحسد ، وتحل محلها المودة والألفة والمحبة.

كما أن للعلاج النفسي دور كبير في التخلص من هذه المشاكل النفسية فهناك أنواع متعددة من العلاج لها دور كبير في تخفيض التوتر النفسي الناشيء عن الحسد ، كما ان

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

للمهارات و الوسائل المساعدة على الأسترخاء و التركيز دور كبير في التخفيف من القلق و التوتر الناجم عن الحسد و بهذا يمكن للعلاج النفسي أن يأخذ دوره و للمعالج النفسي أن يمارس اختباراته النفسية و العلاجية على صاحب المشكلة .

ومنه العلاج العملي الديني الذي يتماشى بشكل كبير مع العلاج النفسي و لا يعمل بدونه بل هو جزء مهم من أجزاء العلاج النفسي فالدعاء والتوسل إلى الله تعالى بإنقاذه من هذه الصفة المشؤومة وقراءة القران الذي فيه الشفاء لما في الصدور من حب الدنيا والعداوة والحسد وغيرها من الرذائل الأخلاقية هي من الأعمال الضرورية التي تخفف المشكلة ، ويبقى على الأنسان ان يقوي داخله و يقوي قدراته العقلية المهمة في حياته فإذا قويت ونشطت فسوف تتكفل إزالة الاوساخ والأدران المعنوية من بيتها وهو قلب الإنسان.

والملاحظة المهمة في دائرة علاج الحسد والتخفيف من أثاره السلبية هي أن يتحرك الوالدان على مستوى تربية الأطفال من موقع النظر إلى الكمال الواقعي لا النسبي ، فلا ينبغي تشويق الطفل إلى الأخلاق الحسنة وأثارة مشاعر الخير في نفسه عن طريق الضرب على وتر المنافسة والمقارنة مع أطفال الجيران فأن ذلك من شأنه إن يثير دوافع الحسد ومكامن الحقد على الطرف الأخر ، في حين إن الوالدين يقصدان من ذلك تحريك القوى الايجابية في الطفل وتنشيط نقاط القوة فيه ولا أقل من ذلك تحريك القوى الايجابية. في الطفل وتنشيط نقاط القوة فيه ، ولا أقل من شعور الطفل بالحزن والكآبة من جراء هذا التقريع المبطن، فلكل طفل ظروفه الخاصة به من تدخل عوامل الوراثة والتربية والمحيط الاجتماعي في صياغة الشخصية وتوجيه السلوك ، والمفروض أن نأخذ كل هذه الظروف والعوامل التي لا يشارك فيها غيره من الأطفال بنظر الاعتبار ، من دون مقايسة مع الأطفال الآخرين ، وبالتالي نأمن من إثارة عنصر الحسد في نفسه، وأساسا فان الطفل في حالة المقارنة بينه وبين الأطفال الآخرين يمكنه إن يختار من هو أدنى منه في الفصل والصفات الايجابية ، وبذلك يفقد هذا الأسلوب التربوي قوة التحريك للطفل ، أي بإمكان الطفل أن يقول لامه: صحيح أن ابن خالتي أفضل مني في النظافة والدروس. ولكن انظري لفلان وفلان من أبناء الأقارب والجيران أومن زملائي في المدرسة فأني أفضل منهم بكثير فلماذا يتم القياس مع من هو أفضل مني دون العكس ؟ ومن الطبيعي أن يسلك الطفل مثل هذا السلوك الملائم لرغباته وميوله ، وتعظيم العيوب ونقاط الضعف فيهم ليشعر بالراحة من ألم التوتر الذي يفرض الصراع (القبانجي ٢٠٠٣م، ص٢٢٤-٢٢٧) .

كما أن العفو والإحسان سبيل إلى الخروج من أفات النفوس وطريق للقضاء على وساوس الشيطان ، وبرهان على قتل الحسد والحقد في النفس البشرية ويقول الشيخ أبو حامد الغزالي: أعلم أن معنى العفو يستحق حقاً فيسقطه ويبرئ عنه من قصاص أو غرامة ، وهو غير الحلم وكظم الغيظ قال تعالى : (وأن تعفواهو اقرب للتقوى)،(سورة البقرة ، ٢٣٧)

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

قال الشيخ الغزالي (رحمه الله) : اعلم أن الحسد من الإمراض العظيمة للقلوب ولا تداوي أمراض القلوب إلا بالعلم والعمل والعلم النافع لمرض الحسد هو أن تعرف تحقيقاً أن الحسد ضرر عليك في الدنيا والدين ، وأنه لا ضرر منه على المحسود في الدنيا والدين بل ينتفع به فيهما ومهما عرفت هذا على بصيرة ولم تكن عدو نفسك وصديق عدوك فارقت الحسد لا محالة. أما كونه ضرراً عليك في الدين فهو أنك بالحسد سخطت قضاء الله تعالى وكرهت نعمته التي قسمها بين عباده وعدله الذي إقامه في ملكه بخفي حكمته فاستنكرت ذلك واستبشعته وهذا جناية على حدقة التوحيد وقذى في عين الأيمان ، و فيهما جناية على الدين ، وقد أضيف على ذلك أنك غششت رجلاً من المؤمنين وتركت نصيحته وفارقت أولياء الله وأنبياءه في حبهم الخير لعباده تعالى ، وشاركت إبليس وسائر الكفار في محبتهم للمؤمنين البلايا وزوال النعم وهذا خبائث في القلب تأكل حسنات القلب كما تأكل النار الحطب ، وتمحوها كما يمحو الليل النهار وأما كونه ضرراً عليك في الدنيا : فهو أنك تتألم بحسدك في الدنيا أو تتعذب به وما تزال في كمد وغم اذ أعداؤك لا يخليهم الله تعالى عن نعم يفيضها عليهم فلا تزال تتعذب بكل نعمة تراها وتتألم بكل بلية تنصرف عنهم فتبقى مغموماً محروماً متشعب القلب ضيق الصدر قد ترك بك ما يشتهيه الأعداء لك ، و تشتهيه لأعدائك فقط كنت تريد لعدوك فأنجزت في الحال محنتك وغمك نقداً ومع هذا فلا تزول النعمة عن المحسود ولو لم تكن تؤمن بالبعث والحساب لكان مقتضى الفطنة إن كنت عاملاً أن تحذر من الحسد لما فيه من ألم القلب ومساءلته مع عدم النفع فكيف وأنت عالم بما في الحسد من العذاب الشديد في الأخر فما أعجبت من العاقل كيف يتعرض لسخط الله تعالى من غير نفع يناله بل مع ضرر يحتمله وألم يقاسيه فيهلك دينه ودنياه من غير جدوى ولا فائدة (الجمل ١٤٠٢هـ، ص ١١٣- ١١٤)

علاج الحسد :

- ترك تطلع المرء إلى من فوقه سعادة ورخاء وجاهاً ، والنظر إلى من دونه في ذلك ليستشعر عناية الله تعالى به ، فتخفف بذلك نوازع الحسد وميوله الجامحة
- تذكر مساوئ الحسد ، وغوائله الدينية والدنيوية وما يعانيه الحساد من صنوف المكاره والأزمات .
- مراقبة الله تعالى ، والأيمان بحكمة تدبيره لعباده ، والاستسلام لقضائه ، كما قال (ص) : (وينجي منه أن يكف الإنسان يده ، ويخزن لسانه ، ولا يكون ذا غمز على أخيه المؤمن)

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

ولو لم يكن في نبذ الحسد إلا استهجان ، والترفع عن الالتصاق بمثالبه المقيتة لوجب نبذه ومجافاته وجدير بالآباء أن لايميزوا بين أبنائهم في شمول العناية والبر فيبذروا في نفوسهم سموم الحسد ودوافعه الأثيمة. (الصدر ١٣٩٠هـ ، ص١٤٨) .

المبحث الخامس

الاستنتاجات و التوصيات و المقترحات:

يستنتج الباحثان من هذا كله أن للحسد مفاهيم كبيرة تغيب أحيانا عن فهم الإنسان و عملية تكميمها و قياسها من الوسائل المساعدة في إظهارها بالصورة العلمية الدقيقة كما أن الاعتماد على ما جاء في الديانات السماوية حول الموضوع يجعل من الواجب علينا وضعه منهاج عمل و إطار نظري لما نحن بصدد دراسته ، على أن يترافق ذلك مع اعتماد وسائل التربية السليمة بأهداف تربوية واضحة و محددة ، و من ذلك تتضح للباحثين التوصيات الآتية:

التوصيات :

١. اعتماد الجانب النفسي في التربية أمر ضروري لبناء المجتمع السليم .
٢. وضع الأهداف التربوية المحفزة على المنافسة الشريفة التي تحفز التفكير و الأبداع و ليست التي تربي الحقد و الضغينة و الغيرة .
٣. أهمية بناء جيل واع قادر على بناء العراق .
٤. اعداد دراسات نفسية معمقة في التنافس بين الأفراد و كيفية تغليب جانب الخير على الجوانب الأخرى في المنافسة .
٥. بناء فلسفة تربوية جديدة تتماشى مع التطور العالمي تراعي الجوانب النفسية بكافة أبعادها .

المقترحات :

١. اعداد دراسة مماثلة مع التعمق بالجانب التجريبي لدراسة الحسد .
٢. اعداد مقياس يتضمن معرفة الجوانب السلبية و الأيجابية في الحسد .
٣. بناء مفاهيم تربوية ضمن المناهج الدراسية تدعوا الى اعتماد المنافسة الشريفة بين الطلاب و عدم اعتماد مبدأ الغيرة و التحاسد في التعليم .

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

٤. اعتماد المختبرات النفسية و العلمية في دراسة الحسد دراسة علمية معمقة مبنية على التراث الباراسايكولوجي العالمي .

المصادر

١. الحفني ، سيد عبد الكريم (١٩٨٤) ، مفاهيم نظرية للحسد ، مجلة الفيصل ، العدد ٤٦ ، مطبعة الرياحين ، الرياض.
٢. الحلي ، علي بن موسى، مجالسناwww.majalisna.com.http ٢٥-٤-٢٠٠٥
٣. الجمل ، إبراهيم محمد، الحسد وكيف نتقيه ، دار التربية للطباعة والنشر والتوزيع ، ١٤٠٢ه
٤. السيد ، محمد علي (١٩٨٤) دراسات في العقائد و الشريعة الأسلامية ، دار النهضة ، القاهرة .
٥. شلتز ، دوان (١٩٨٣) نظريات الشخصية ، ترجمة . عبد الرحمن القيسي وحمد دلي الكربولي ، مطبعة جامعة بغداد
٦. الصدر ، السيد مهدي ، أخلاق أهل البيت، دار الكتاب الإسلامي، ١٣٩٠ه
٧. العاني، حنان (٢٠٠٥) ، في نظريات الشخصية ، مطبعة الفكر ، دمشق .
٨. عبيد، رؤوف (١٩٨٥) من السيكولوجي إلى الباراسايكولوجي ، مطبعة مدبولي القاهرة
٩. العقابي ، عبد الله (١٩٩٦)، المرض النفسي و علاقته بالحسد ، دراسة نفسية طبية ، مجلة اهل البيت ، النجف الأشرف .
١٠. القبانجي ، الإسلام والصحة النفسية ، مؤسسة دار الكتاب الإسلامي ط٢ ٢٠٠٣م
١١. قاموس أكسفورد الحديث لدراسة اللغة الإنكليزية (٢٠٠٤) مطابع الجمهورية الإسلامية الإيرانية.
١٢. كورباك ، كوشنير (١٩٨٠)، الحسد (دراسة وصفية) ، ترجمة : محمد البيروني ، المطبعة الموحدة ، تونس .
١٣. المظفر ، محمد الحسين، الإسلام نشؤه وارتقاؤه ، المطبعة الحيدرية النجف ، ١٩٦٤م
١٤. الموسوي ، السيد أمير، أهل البيت، دار الحسام – بيروت، ٢٠٠٥م
١٥. المحنك ،هاشم حسين ناصر ، علم النفس في نهج البلاغة، دار الوفاق النجف الاشرف ط١، ١٩٩٠ م

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com