دار المنظومة
DAR ALMANDUMAH
الرواد في قواعد المعلومات العربية

العنوان:	خداع النفس ظاهرة طبيعية يومية
المصدر:	رسالة المعلم
الناشر:	وزارة التربية والتعليم - إدارة التخطيط والبحث التربوي
المؤلف الرئيسي:	القوصي، عبدالعزيز حامد
المجلد/العدد:	مج 12, ع 2
محكمة:	لا
التاريخ الميلادي:	1968
الشهر:	تشرين الثاني - كانون الأول
الصفحات:	14 - 19
رقم MD:	76696
نوع المحتوى:	بحوث ومقالات
قواعد المعلومات:	EduSearch
مواضيع:	التحليل النفسي، علم النفس، الاضطرابات النفسية، الأمراض النفسية، الصحة النفسية، خداع النفس، الثقة بالنفس، تقدير الذات، الشك، الغيرة، القيم الأخلاقية
رابط:	http://search.mandumah.com/Record/76696

© 2021 دار المنظومة. جميع الحقوق محفوظة.
هذه المادة متاحة بناء على الإتفاق الموقع مع أصحاب حقوق النشر، علما أن جميع حقوق النشر محفوظة. يمكنك تحميل أو طباعة هذه المادة للاستخدام الشخصي فقط، ويمنع النسخ أو التحويل أو النشر عبر أي وسيلة (مثل مواقع الانترنت أو البريد الالكتروني) دون تصريح خطي من أصحاب حقوق النشر أو دار المنظومة.

خداع النفس
ظاهرة طبيعية يومية

بقلم : الدكتور عبد العزيز القوصي

« كثيراً ما يخادع المرء نفسه ، ولست اقول ان خداع النفس نوع من ضعف الخلق او سوء السلوك، او ان خداع النفس نوع من حسن الخلق . وانما اريد ان اعالج الموضوع على انه ظاهرة نفسية طبيعية يومية عادية ، شأنها شان الظواهر الطبيعية اليومية الاخرى ، مثل شروق الشمس وغروبها كل يوم .. » .

هروب وتمويه :

قد يصفني الناس احيانا انني رجل قاس ، ولكنني اقول عن نفسي انني حازم دقيق . وقد اصف شخصاً بانه ضعيف رخو، ولكنه يرى في نفسه صفات الحنو والطيبة ورقة العاطفة والانسانية وانفتاح القلب. وقد يقول الناس اني بخيل، ولكني أؤكد انني حريص بعيد النظر، لا اصرف المال الا حيث يجب ان يصرف، ثم اني اعمل حسابا للمستقبل . ولا يجوز للانسان على اي حال ان يبسط يده كل البسط فيقعد ملوما محسوراً.. وقد يصفني الناس اني مسرف، ولكنني اقنع نفسي اني لا بد ان اعيش في المستوى الذى يليق بمقامى ، او اني رجـــل كريم النفس أميل لمساعدة الغير وفعل الخير .او اني لن اعيش الى الابد، فمن الضرورى ان امتع نفسي واقنعها بالقول المأثور : « فلك الساعة التي انت فيها » . واستشهد بان الانسان لا يجوز ان يجعل يده مغلولة الى عنقه .

كذلك قد يصفني صديقي باني اهوج متهور ، ولكني اقنع نفسي بان هذه شجـاعة وجرأة . وهكذا نجد انساناً قد يصف غيره بانهم جبناء ويوهم نفسه بان هذا صحيح، ولكنه يصف نفسه بانة حذر وان لاداعي لان يلقي الانسان بنفسه الى التهلكة . ويصف النـاس توهما منه بانهم ماجنون ، بينما هو يرى انه يجب ان يكون مرحا سعيـداً ، فالحياة قصيرة ويجب ان تكون كلها مرحاً وسعادة .

وهكذا نجد أن الانسان قد اخترع في لغته عبارات تسمحله بالهروب والتمويه وخداع نفسه وخداع غيره، فالذى يسميه حرية في بعض الاحيان قد يسميه فوضى في احيان اخرى. والذى يسميه البعض استبداداً نسميه نحن نظاماً ، ويوصف بعض الحكام في بعض الصحف بانهم منظمون مصلحون، وفي بعض الصحف الأخرى بانهم طغاة مستبدون، والذي يسمى احياناً طاعة يسمى احياناً اخرى خنوعا واستسلاما ، والذى يسميه بعض الناس نفاقا يسميه البعض الآخر دبلوماسية واداباً اجتماعية .

مسألة سلـوك :

وليست المسألة مسألة لغة ، وانما هي مسألة سلوك . فالرجل المفرط الذكـاء تجده في العادة طيباً واضحاً صريحاً . واما الرجل الذي تجده متوسط الذكاء ويجد نفسه اقل ذكاء ممن حوله فانك تجده على شيء من الخبث والمكر والسرية . فتجده يميل الى التكتم ، وقد يدعم نفسه بالحكمة القائلة : « استعينوا على قضاء حوائجكم بالكتمان » . وعندما اقول يدعم نفسه، اقصد انه يسندنفسه ويقنعها . واقناع النفس للنفس من ضرورات الحيـاة الهادئة المتزنـة، الخالية من الهزات والاضطرابات .

والى جانب هذا : نجد شخصاً يغار غيرة شديدة من زميله، ويدبر له المكايد، خصوصا اذا نال الزميل ربحاً كبيراً او ترفيعاً . او أصبح مرموقا ممن حوله، او زادت شهرته . ولكن هل يعترف (الغيران) ـ اي : الحسود ـ بأنه كذلك ؟ كلا ، ولكن كل الآخرين يلحظون فيه اعراض الغيرة. والشخص (الغيران) لا يكتفي بأن ينكر امام الناس وامام نفسه بأنه (غيران)، وانما يبالغ في التظاهر بعدم الاهتمام ، بل ويبالغ احياناً في التظاهر بما لديه مما يفوق ما حصله زميله . هذا كله يحدث غالباً دون ان يشعر .

وكذلك: نجد سيدة وزوجها ، وللسيدة امها وللزوج والدته ، اي ان هناك حماتين ، احداهما ام الزوجة ، والأخرى أم الزوج . ثم نجد غيرة ام الزوج من ام الزوجة اذا اظهر الولد نحو حماته عطفا . وكثيراً ما تسمع حماة احدى الزوجات تشكو من ان ابنها يتقرب لحماته . وانها في غنى عن علاقتها بابنها ، وانها تعبت في تنشئته . . وزوّجته ، والان كل ما يهمها هو ان تسمع — من بعيد — انه سعيد ، ثم هي تحلف لنا الايمان دون ان نطلب منها ان تحلف ، بانه : « لا يهمها شيء ولا تريد الا سعادة ابنها . . ! ! » .

والسر في هذا :

ان الشخص (الغيران) الحسود لا يحرف ولا يعترف بأنه (غيران) ، والسبب بسيط للغاية ، ولكي نفهم ذلك لابد ان نفهم معنى الغيرة او الحسد . هناك بالطبع اشخاص حساسون اكثر من غيرهم لانفعال الغيرة والحسد . ولفهم الفرق بين الأشخاص من حيث استعدادهم للغيرة وحساسيتهم لها ، ولا بد من دراسة مطولة ترجع بنا الى طفولة هؤلاء الاشخاص ، وهذا مالا يتسع له المجال .

اجزاء ثلاثة :

ويمكننا على وجـــه العموم ان نقول ان الغيرة تظهر في الشخص الحسود ، حين يرى زميلا له — مثلا — حصل على شيء كان يجب ان يحصل عليه هو ، كالحصول على مال او مركز او شهرة او زوجة او ميراث . والانفعال هنا يتركب من اجزاء ثلاثة ، اولها الشعور بالنقص او الخيبة او العجز . وثانيها الشعور بالغيظ من نفسه ، او من الدنيـــا ، او من حظه العاثر ، او احيانـــاً من مالك الملك ، والثالث الشوق للتملك . وحين نقول ان الغيرة شعور متميز مركب من هذه المشاعر الثلاثة ، نجد ان اهم هذه المشاعر هو الشعور بالعجز او النقص او ضعف الثقة في النفس ، فالشخص المملوء ثقة في نفسه هو الشخص الذي قلما يشعر بالغيرة او الحسد . ففي غيرة الأزواج نجد ان الزوجة التي تثق بزوجها ، وتثق بنفسها ، وتطمئن الى مقدراتها ومميزاتها ، قلما تشعر بالغيرة . فالغيرة والشعور بالقوة الذاتية لا يجتمعان ابـــداً . وعلى هذا كان من اسس الغيرة اهتزاز في شعور المرء بقوته وثقته بنفسه ، او شعوره بنقصه وضعفه وخذلانه ، وحين وازن (اخوة يوسف) بين مركزهم ومركز (يوسف) عند ابيهم ، تآمروا على التخلص منه ، حتى يخلو لهم وجه ابيهم ، ويكونوا من بعده قوماً صالحين .

ولان الغيرة مبنية على الشعور بالنقص، ولان الشعور بالنقص امر لايعترف به الانسان، اتجه الفرد الى ان يكبت - دون ان يقصد - ما عنده من شعور ، وان لا يعترف به لنفسه او يعترف به كذلك لغيره .

ولذلك :

فاننا بالنسبة لمن يغار ، نجد ان الناس جميعاً يعرفون انه يعاني من الغيرة ، ويشعرون بذلك تمام الشعور ، اما هو فلا يعترف بغيرته ، ولا يعرف انها موجودة لديه البتة .

وان اقسى انواع الغيرة ما نشأ عن شعور بالنقص، مصحوب بعدم امكان التغلب عليه، كنقص خلقي في الجمال ، او عاهة مستديمة ، او مرض مزمن ، او نقص في القدرة الجسمية او الحسية او العقلية . وفي هذه الحالات تتكون خصال دائمة ، تغطي النقص وتعيد التوازن بطريقة او بأخرى وعلى العموم نجد الشعور بالنقص مصحوباً بالغيرة ، ونجد الغيرة مصحوبة بشعور بالنقص ، ونجد ان كلا من الغيرة والشعور بالنقص ، يكوّن مع الآخر حلقة متصلة الاجزاء، يؤثر كل جزء منها في الآخر ويتأثر به .

ولم نقصد ان نستطرد في موضوع الغيرة او الحسد بالذات، فهو موضوع طويل واكثر تعقيداً مما بسطناه ، ولكن موضوع الغيرة له علاقة وثيقة بموضوعنا من حيث وضوح مظاهر الخداع فيه . واضيف : اننا نلاحظ ان الانسان في حالة الغيرة يبدو احيانا بانه غير مكترث ، ويقنع نفسه : بأنه لو كان قد بذل جهداً بسيطا لحصل على نفس الشيء واكثر منه ، او يقنع نفسه : بانه احسن الناس وارقاهم عقلا . . . وغير ذلك ! !

والمهم هنا وفي كل حالة نقص ، ان الانسان في مثل هذه الحالات يخدع نفسه دون ان يقصد ان يخدعها . فاذا كانت هناك فتاة ينقصها الجمال ، او كانت قبيحة الوجه، فان الناس يقارنونها باخواتها وزميلاتها ، ويرون انها قبيحة ، وهي تشعر ضمنا او صراحة بأن الناس يسلكون كما لو كانوا يتولون انها غير جميلة ، ولكن قد يراها اهلها انها عادية ، ولكنها قد تنمي في نفسها شيئا من رجاحة العقل ، والانكباب على الدراسة او التدين او المثالية ، او الخدمة العامة ، او تنمي في نفسها شيئاً من لباقة اللسان ، ولذاعة النكتة ، مما يجعلها تهاجم الغير بنكتها او بقلمها ، او تستولي على المجالس بأحاديثها العذبة او اللاذعة . ولذلك تصبح في

نظر نفسها او نظراهلها (لبقة او مسلية) . وقد تنمي في نفسها فكرة مؤداها : ان الجمال أمر سطحي وان الجمال أمر يزول .. ولكن يبقى العلم وتبقى الاخلاق وتبقى العبقرية . والسبب في هذا الاتجاه ان الفتاة القبيحة لا يمكن ان تعيش متقبلة فكرة كونها قبيحة ، فلا بـــد من احداث توازن حقيقي ، او توازن خداعي ، او النوعين معـــا ، حتى تتمكن من ان تعيش بينها وبين نفسها وبينها وبين الناس .

ولي صديق قصير القامة الى درجة القزمة ، وقبيح الوجه الى درجة انه يمكن ان يعد دميم الخلقة . وهذا الصديق فنان من الطراز الاول ، وهو يرسم بالقلم الرصاص ولا يستعمل الفرشاة رغم اتقانه لاساليبها ، ويختار في رسومه الاشياء التي نعدها عادة قبيحة ، او حتى على الاقل غير جميلة ، فهو يرى الجمال في العقارب والثعابين والحشرات ، ويراه في الذبابة والسلحفاة والجربوع والنمأر والبوم ، بل ويرى الجمال في حركاتها واصواتها ، وتراه يجمع الطين والآجر والحجارة ويرى جمالا فيما لا يرى فيـــه الناس – وحتى الفنانين والمثقفين – اي جمال . . ! !

وعندما جلست الى صديق آخـــر من المشتغلين بعـــلم النفس ، لنحلل هذا الشخص معاً ، ونعرف السر في اتجاهاته الفنية ، وصلنا الى ان صديقنا الذي ندرسه يريد ان يقنع نفسه : بان في القبح جمالا ليس بعده جمال ، لانه هو قبيح الخلقة . وقد بنى هذا الفنان لنفسه بيتا من الطين الاسود يعيش فيه ، وهذا الانسان عجيب حقا ، فبينما يتكلم دائما عن المثل والمباديء والخلق والسموفية والترفع عن الماديات ، فانه قد تزوج بسيدة غنية اجنبيـــة ، وكونها اجنبية مهم في موضوعنا ، لانه يباعد بين نفسه وبين الذي لايعجبه . واستولى على كل ثروتها ثم تخلص منها . ومع ذلك فانه يخدع نفسه ويخدع الناس باكثر من طريقة . والمهم في هذا انه انما يفعل ذلك دون ان يدري حقيقة ما يفعل ، فهو بينه وبين نفسه في حالة توازن واستقرار ، وهو يخدع نفسه ويخدع غيره دون قصد .

ظروف قاهرة :

ولكن خداع النفس – وان وجدناه بطرق شاذة في الحالات غير العادية – فنحن نراه كل يوم في حياتنا العادية ، بل وفي حياة كل شخص منا .

فهناك من يرى نفسه انه يكاد يكون المصلح الاول ، وان كل عمل طيب تم في ميدانه انما يرجع اليه . وقريب من هذه الحالة اذكر حالة لطالب كان في كلية الزراعة ، وكان كثير الرسوب . وقد شعر بتوعك قبل الامتحان في سنة من السنوات ، فقرر الايدخل الامتحان . ويلاحظ : ان التوعك قد يكون حيلة لاشعورية ذات اعراض بدنية ، غايتها حماية الشخص من دخول الامتحان ، مع التماس العذر الكافي له . ودخل زملاؤه الامتحان . ونجحوا ، فتألم الطالب ثم كبت المه ، وكبت مشاعره ، وصار يردد احيانا : « وماقيمة التعليم ؟! ». واحيانا اخرى يقول : « ان زملائي اصبحوا احسن مني ! ! » . ثم صار شديد التبرم والحنق ، شديد الاحتقار للناس اجمعين . ثم قرر ان معاشرة الناس لا قيمة لها ، لسوء خلقهم وانحطاط عقلياتهم ، ثم تطور به الامر ، فتدين وابتعد عن الناس ، وقد تمكن باحتقاره الناس ، واحتقاره التعليم ، ان يحتفظ باحترامه لنفسه . اي ان يخدع نفسه ، بان جوهره طيب ، وان الخطأ ليس فيه ، وانما هو في التعليم ، وفي الناس .

وحيث ان الامر كله . مبني على شعور ـ مكبوت ـ بالنقص ، يصاحبه قلق ، فقد كون لنفسه اتجاها دينيا ، يشتق منه شعورا بالطمأنينة ، واصبح ـ حسب رأيه في نفسه ـ متصلا بالله ، ولا يفصله عنه حجاب ! !

وقد يقال :

ولكن لم سلك هذا الطالب هـذا الطريق بالذات ؟ وللرد على هـذا السؤال لا بد من دراسة طويلة لطفولته ، ولوضعه في اسرته وتربيته الاولى . فقد ظـل طـول حياته الابن الوحيد لام قلقة عليه ، لأنها فقدت بقية ابنائها ـ وهم صغار ـ واحداً بعد واحد .

وبينما غلف الولد حياته بهذه الاغلفة ، فان الوالدين قد نسبا كل ما حدث لابنهما الى سوء الحظ وعين السوء والحسد . وبذلك ايضا نسبا كل ما حدث لأمور خارجة عنهما وعن ابنهما . وظروف قاهرة لا علاقة لهم جميعاً بها .. وهذا خداع آخر . وقد اهتما بعلاجه ـ بعد ان فشل الطب الحديث ـ بواسطة التمائم والأدعية ، وزيارة المشايخ واولياء الله ... وما الى ذلك ! !

بيروت ـ المركز الأقليمي : الدكتور عبد العزيز القوصي