

## احترام إنسانية الإنسان



«كُرِّمَ الإنسان كإنسان عند الله وأعطيت له مكانة عظيمة أهله لخلافة الله في الأرض وأما ما تشرَّب بروح الإيمان فمكانته أسمى وأرقى من سائر آدميين.

الاحترام الإنساني لكلِّ البشر مكفول من رب رؤوف رحيم كريم فدين الله لا يسمح بهتك حرمة المؤمنين والاعتداء على حياتهم وكرامتهم فيمجرد انعقاد نطفة الإنسان في بطن أمِّه تبدأ حصانته الإلهية وكفالة حرمة الإنسانية ورعاية حقوقه الإنسانية فحتى أبواه لا يجوز لهما القيام بأي تصرف يؤذيه أو يشكل اعتداء على حياته ولذلك حرَّم الإسلام الإجهاض - إسقاط الجنين.

فالإسلام يكفل احترام الإنسان حتى بعد ممات الإنسان ولذا يحرَّم إهانة الميت والتمثيل به جسدياً أو الاستهزاء به ولو كان مجرماً فاسداً.

يقول أمير المؤمنين (ع) في وصيته لولديه الحسن والحسين (عليهما السلام) عند شهادته: "ألا تقتلوا بي إلا قاتلي، انظروا إذا أنا مت من ضربته هذه فاضربوه ضربة بضربة ولا يمثل بالرجل فإني سمعت رسول الله (ص) يقول: "إياكم والمثلة ولو بالكلب العقور".

### الإنسان واحتقار الذات:

مع أن الله عزَّ وجلَّ رفع هذا الإنسان إلى مكانة عالية وكرَّمه دون سائر المخلوقات وأوجب احترامه لنفسه واحترام الآخرين له. مع كلِّ ذلك فإنَّه غالباً ما لا يعرف قيمة نفسه ويهين ذاته ويتنازل عن حقه في الكرامة، ليعيش صغيراً ناقصاً في هذه الحياة متلبساً بثوب الإحباط والذل والاستسلام والخنوع واليأس.

## 1- التحقير الذاتي:

هناك داء نفسي واضطراب قهري يصيب البعض فيجعلهم يتنازلون عن مكانتهم ومقامهم الآدمي وكرامتهم الإنسانية. يطلق علماء النفس على هذه الحالة المرضية مسمى الحقارة الذاتية. (ملاحظة التحقير الذاتي لا يعني التنكر للذات بل هو جلد للذات لما يترتب عليه من اضطرابات نفسية وخيمة).

## 2- ما هو التحقير الذاتي:

التحقير الذاتي حالة نفسية تسيطر بصورة قهرية على البعض تجعلهم يشعرون بالنقص المرضي والذل والضعف. الحقارة الذاتية من أخطر الأمراض النفسية التي تصيب كيان الإنسان فتجعله يتنازل بطوعه واختياره عن قيمته وعن مكانته المعدّة له.

## 3- أعراض التحقير الذاتي:

صورة ذهنية تحكم فكر الإنسان وتحد رؤيته الإيجابية لنفسه وترسي مشاعر القصور والنقص والعجز لديه، وتثبت اعتقاداً وهمياً لديه أنه أقل قيمة وقدرة ومكانة من الآخرين.

والبعض يعرف هذه الحالة بالهزيمة النفسية، وهي حالة وهم قهري يسيطر على عقل الإنسان ويقنعه بعجزه عن فعل ما يفعله الآخرون.

ويعالج الإسلام هذه الأمراض بتحفيز الإنسان عن طريق بيان وإرساء وتذكير قيمته ومكانته عند الله وبتوجيهه إلى معرفة ذاته واكتشاف قدراته وطاقاته المودعة في شخصيته.

ومعرفة النفس هي الطريق لتفكيك كل الأمراض والاضطرابات النفسية التي تهوي بالإنسان وهي السبيل لتجاوز هذه الحالات الخطيرة على المجتمع الإنساني.

قال الإمام عليّ (ع) في خطبة له: "من عرف نفسه فقد انتهى إلى غاية كل معرفة وعلم".

وعنه أيضاً في خطبة أخرى قال: "هلك امرؤ لم يعرف قدره".

وعنه أيضاً قال: "نال الفوز الأكبر، من طفر بمعرفة النفس".

"من جهل قدره جهل كل قدر".

"العالم من عرف قدره، وكفى المرء جهلاً أن لا يعرف قدره".

وعن الإمام الصادق (ع): "إنّ الله يفوض للمؤمن أموره كلها ولم يفوض إليه أن يذل نفسه".

## صفات تحقير الذات:

قراءة 95% من الناس يشكون أو يقللون من قيمة ذواتهم فهم يقارنون أنفسهم بالآخرين، ويعتقدون أنّ الآخرين أفضل منهم على المستوى المهاري والعلمي والعقلي والتقني والاجتماعي والثقافي وغيره، فهم بهذه النظرة الوهمية التي في الغالب لا تكون مبنية على دراسة موضوعية يدمرون ذواتهم دون قصد ويقضون على ما لديهم من قدرات وطاقات، ويمكن أن تكون النظرة السلبية التشاؤمية للوجود من السيطرة عليهم. وفي الغالب يؤدي هذا إلى الاكتئاب والإرهاب الاجتماعي والقلق المرضي وكثير من الاضطرابات

الخطيرة علماً أن غالبية حالات الانتحار لها علاقة بالاكتئاب النابع من الازدراء الذاتي.

مؤشرات للإصابة بتحقيق الذات:

1- الشعور بالنقص إتجاه النفس:

الشعور بالنقص إتجاه النفس بحيث يشكل الإنسان في قدراته ومهاراته وعقله وأسلوبه في التعامل مع الآخرين وفي بعض الحالات المستعصية يمتلك البعض شعور نقص مدمر، مهلك لهم؛ فعند شتمهم أو إهانته لا يدافعون عن أنفسهم لأنهم يشعرون أنهم يستحقون ذلك.

2- الشعور بالغضب ورغبة الانتقام من الوجود:

تخيم عليهم صورة المظلومية من الوجود ولذا يسعون للانتقام من الظالم والظالم هو في الغالب المجتمع والناس. دائماً يبحثون عن الأخطاء، ولا يرون إلا السلبيات، ويجدون سروراً غامراً لأخطاء الآخرين ومشاكلهم.

يعانون من:

1- تحقيق الذات أو عدم مكانتهم في الوجود.

2- الشعور باللامبالاة المبنية على غياب الهدفية.

3- الاعتذار المستمر عن كل شيء.

4- الاعتقاد بعدم الاستحقاق لمكانة أو قيمة ذاتية.

5- عدم الشعور بالكفاءة في دور الأبوة أو في دور الزوجية.

6- يميلون إلى سحب أو تعديل رأيهم خوفاً من سخرية ورفض الآخرين.

7- اضطراب على مستوى الإيمان لغياب الطمع في نيل المكاسب المعنوية والوصول إلى الدرجات الإيمانية العالية.

أنعم الله على عباده ووهبهم المقدرة على:

1- معرفة الذات.

2- القدرة على معرفة مفردات النفس في الشخصية.

3- القدرة على تحديد القدرات الذاتية والقابليات المعنوية.

4- القدرة على تحفيز دواعي الخير في الوجدان.

## تحديد عيوب النفس:

"إذا أراد الله عز وجلّ بعبدي خيراًً بصره بعيوب نفسه...".

فمن كانت بصيرته نافذة لم تخفّ عليه عيوبه، فإذا عرف العيوب أمكنه العلاج، ولكن أكثر الخلق جاهلون بعيوب أنفسهم.

السالك الذي يبغى استئصال جذور الرذائل من شخصيته وتحلية شخصيته بفضائل الأخلاق، بإمكانه اتباع السبل التالية في سبيل تحديد عيوب النفس ومداخل الشيطان للسيطرة على الشخصية والتحكم بالتالي في سلوكياتها.

## السبل لمعرفة عيوب النفس:

- 1- أن يجلس بين يدي شيخ عارف مربي بصير بعيوب النفس، مطلع على خفايا الآفات، ويتبع إشارته في مجاهدته - وهذا شأن التلميذ مع أستاذه، فيعرّفه أستاذه عيوب نفسه، ويعرّفه طريق علاجها.
- 2- أن يطلب صديقاً بصيراً معنوياً متديناً، يلاحظ أحواله وتقلبات قلبه وأفعاله، فما كره من أخلاقه وأفعاله وعيوبه ينبهه عليها، فهكذا يفعل الأكابر من أهل السلوك والتهذيب. وقد آل الأمر في أمثالنا من أهل الدنيا والتعلق بزخارفها وآمالها إلى أن أبغض الخلق إلينا من ينصحننا ويعرفنا عيوبنا، ويكاد هذا أن يكون مفصلاً عن ضعف الإيمان؛ فإن الأخلاق المذمومة والرذائل كلها حيّات وعقارب مسمومة، فلو نددنا من أهل الإيمان على أن تحت ثوبنا عقرباً لتقلدنا منه منةً وفرحنا به، واشتغلنا بإزالة العقرب وقتلها.
- 3- أن لا يهمل التأمل في كلام الذم حتى ممن لا تربطه به علاقة إيجابية في إمكان السالك في بعض الأحيان تحديد عيوب نفسه من السنة أعدائه. والواقع أن الطبع البشري مجبول على تكذيب الأعداء، ولكن السالك البصير لا يخلو من الانتفاع بقول أعدائه ويوزنها لربما تعنيه في تحصيل الفضائل أو التخلص من الرذائل غير البارزة أمامه.
- 4- أن يطيل من جلسات المحاسبة والتأمل والغوص في أعماق النفس لتحليل الدوافع التي دفعته إلى سلوك مذموم أو تصرف محرم. هذه الجلسات تهب الإنسان القدرة على الارتباط مع النفس، وتدريب النفس على المحاسبة لبدأ الجهاز النفسي عند الإنسان بالتكيف وينسجم مع أجواء المراقبة والمحاسبة والمشاركة. المٌشكل الملحوظ عند البعض أنهم لا يعتادوا ولم يبادروا حتى مرّة واحدة لجلسة محاسبة للنفس في أجواء هادئة متناسبة مع المهنة الحساسة والاتصال العميق مع الوجدان.

المصدر: كتاب التحفيز الإيماني