Contemporary Studies Journal in Education and Psychology
مجلة الدراسات المعاصرة في التربية وعلم النفس
P-ISSN: 3079-773X || E-ISSN: 3080-3772 || ISI: 0.746 || SJIF: 3.251 || SAJI 1.81
Vol 1, Issue 6, December 2025

التربية الصّوفية وبناء النّفس المطمئنّة: مقاربة بسيكولوجية

*Sufi Education and the Construction of the Tranquil Self: A Psychological Approach**

د. محمّد العزيز بن زاكور: دكتور في اللغة العربية وآدابها والحضارة الإسلامية، وباحث مختص في التصوف الإسلامي، معهد الصديقي، تونس.

Dr. Mohamed Aziz ben Zakour: PhD in Arabic Language, Literature, and Islamic Civilization, and Researcher in Islamic Sufism, Al-Sadiqi Institute, Tunis.

Email: azizbenzakour95@gmail.com

* Receiving date: 07-10-2025.
* Accepting date: 25-10-2025.
* Publishing date: 15-12-2025.

Contemporary Studies Journal in Education and Psychology
مجلة الدراسات المعاصرة في التربية وعلم النفس
P-ISSN: 3079-773X || E-ISSN: 3080-3772 || ISI: 0.746 || SJIF: 3.251 || SAJI 1.81
Vol 1, Issue 6, December 2025

الملخص:

تتناول هذه الدراسة موضوع «التربية الصوفية وبناء النفس المطمئنّة» من منظور نفسي تربوي تحليلي، وتسعى إلى دراسة كيفية مساهمة التربية الصوفية في تحقيق توازن داخلي للنفس الإنسانية، وإمكانية الاستفادة من هذا النموذج الروحي في الحقول النفسية المعاصرة. وينطلق الباحث من إشكالية مركزية مفادها: هل يمكن اعتبار التجربة الصوفية نموذجًا فعّالًا لإعادة بناء النفس من الداخل في زمنٍ تفشّى فيه القلق والتوتر والاغتراب الروحي؟ اعتمدت الدراسة على المنهج التحليلي المقارن، من خلال إبراز تقاطع مفاهيم علم النفس الحديث، مثل «الذات المتصالحة» و«التوازن النفسي» و«البحث عن المعنى»، مع مفاهيم صوفية أساسية، مثل «الذكر» و«الرضا» و«المحبة». وقد أظهر التحليل أنّ الممارسات الصوفية، كالذكر والمراقبة والخلوة والصحبة التربوية، لا تُعدّ أدوات روحية فحسب، بل هي وسائل فعّالة لترميم الداخل النفسي وتحقيق التوازن الوجداني. كما أبرزت الدراسة أوجه التقاطع بين مفهوم النفس المطمئنّة في التربية الصوفية والمفاهيم السيكولوجية الحديثة المتعلقة بالصحة النفسية، داعيةً إلى النظر إلى التراث الصوفي ليس فقط بوصفه إرثًا عاطفيًا وروحيًا، بل منهجًا عمليًا لبناء الإنسان المتّزن القادر على مواجهة أزمات العصر.

الكلمات المفتاحية: التصوف، النفس المطمئنّة، الذكر، التربية الروحية، الصحة النفسية، المعنى، الذات المتصالحة.

P-ISSN: 3079-773X || E-ISSN: 3080-3772 || ISI: 0.746 || SJIF: 3.251 || SAJI 1.81
Vol 1, Issue 6, December 2025

Abstract:

This study addresses the topic of "Sufi Education and the Construction of the Tranquil Self" from an analytical psycho-educational perspective. It seeks to examine how Sufi education contributes to achieving inner balance within the human psyche, and the possibility of benefiting from this spiritual model in contemporary psychological fields. The researcher starts from a central question: Can the Sufi experience be considered an effective model for rebuilding the self from within at a time marked by the spread of anxiety, tension, and spiritual alienation? The study adopts a comparative analytical methodology by highlighting the intersections between concepts from modern psychology—such as the "reconciled self," "psychological balance," and the "search for meaning"—and core Sufi concepts such as dhikr (remembrance), contentment, and love. The analysis shows that Sufi practices like remembrance, self-observation, retreat, and formative companionship are not merely spiritual tools, but also effective means for restoring the inner psychological state and achieving emotional balance. The study also highlights points of convergence between the concept of the tranquil self in Sufi education and modern psychological concepts related to mental health, calling for the Sufi heritage to be viewed not only as an emotional and spiritual legacy, but as a practical methodology for building a balanced individual capable of confronting the crises of the modern age.

Keywords: Sufism, Tranquil Self, Dhikr (Remembrance), Spiritual Education, Mental Health, Meaning, Reconciled Self.

المقدّمة:

في إطار قناعة راسخة قعساء بما للتصوف من قدرة عجيبة على تزكية الأفراد وتصفية بواطنهم وتنقية أنفسهم من بذرات شرورها وإحلال السّكينة في قلوبهم وتخليصهم **من** الضيق والأكدار وإخراجهم من ظلمات الوهم إلى مشارق الأنوار، اخترت لهذه الورقة البحثية عنوان: **"التّربية الصّوفية وبناء النفس المطمئنة مقاربة بسيكولوجية".**

ولا يخفى على أحد منّا أنّنا نعيش في عالم عظمت فيه الشّرور وخبثت الأنفس، وإنّ عالمنا هذا لعالم تزداد فيه مؤشرات القلق وتتعاظم فيه صور التوتر النفسي والاغتراب الوجودي **وتكاد** تتصدع فيه صله الانسان بذاته وبالآخر وبالكون، وأمام هذا الواقع المربك تصبح الحاجة إلى نماذج وحلول ومقترحات تربوية وروحية تهذّب الأنفس وترمّم الباطن ضرورة محتّمة لا ترفا ورفاها فالمجتمعات الحديثة لم تفلح غالبا في إصلاح النفوس الخبيثة وتقويم المعوجّ منها على الرغم من التقدم في المجال التكنولوجي والعلمي. كما أنّها لم تنجح في معالجة التصدعات النفسية التي أخذت تتفشى بصور متعددة منها: الاكتئاب والانهيار العصبي والشعور العميق بانعدام المعنى، وقد أصبحت مفاهيم عديدة مثل " الصحة النفسية " و" التوازن الوجداني" و" الرفاه الروحي" من أكثر المفردات ترددا في الحقول النفسية والتربوية المعاصرة مما يدلّ على إدراك متزايد ومتنام للحاجة إلى عودة الإنسان إلى عالمه الباطني لاكتشاف ذاته ومصالحتها، وفي هذا السياق تبرز التربية الصوفية بوصفها تجربة إنسانية ثريّة لا تعنى فقط بتنقية النفس وتزكيتها وفق منطق دينيّ بل إنّ جهودها أيضا تهدف إلى بناء كيان إنساني متوازن يحقق ما سمّاه المتصوفة " النفس المطمئنة" وهي نفس تجاوزت صراعاتها الداخلية وتصالحت مع ذاتها وخالقها ووجودها واستقرت في حالة من الطمأنينة والوعي والرّضا. وإنّ هذه النفس المطمئنة تمثل غاية المسار الصوفي وتعدّ من منظور علم النفس الحديث – دون التسمية ذاتها – تجسيدا لحالة الصحة النفسية المستمرة التي يتحقق فيها التوازن بين الانفعالات والسلوك.

إشكالية الدراسة:

إنّ السؤال الرّئيس في هذا المقام هو: هل يمكن اعتبار التربية الصوفية نموذجا عمليا صالحا لإعادة بناء النفس في ظل أزمات الانسان المعاصر؟ وما مدى قابلية مفهوم النفس المطمئنة لأن يستثمر في مقاربات علم النفس الحديث كصورة مثالية للنمو الروحي والصحة النفسية؟ وهل بوسعنا أن نعيد قراءة بعض المفاهيم الصوفية من محبة ومراقبة وخلوة وصحبة وذكر... وغيرها من عناصر المسار التربوي الصوفي على أنها وسائل نفسية علاجية يمكن

الاستفادة منها خارج الحقل الديني أي ضمن إطار علم النفس الإنساني أو العلاجي أو التربوي الحديث؟

منهج الدراسة:

إنّ هذه الإشكالية لا تسعى الى تقديم إجابات يقينية أو نهائية بقدر ما تهدف الى اقتراح مسار مقارن يقيم جسورا بين علم النفس الحديث لا سيّما فروعه المهتمة بالمعنى والهوية والطمأنينة وبين التجربة الصوفية في بعدها التربوي والروحي وسيعتمد هذا البحث منهجا تحليليّا مقارنا يقارب بين مفاهيم علم النفس وبين بعض المفاهيـم الصوفية.

أقسام الدراسة:

تنتظم الدراسة في مبحثين اثنين:

- المبحث الأول: يتناول مفهوم النفس المطمئنة وخصائصها في ضوء التراث الصّوفي.
- المبحث الثاني: يقدّم دراسة مقارنة بين مفاهيم صوفية وأخرى نفسية حديثة ويبيّن أوجه التقاطع بين المفاهيم الصوفية ومفاهيم علم النفس.

المبحث الأوّل: النفس المطمئنّة وخصائصها في ضوء التراث الصوفي:

1- الفرق بين النفس والروح:

تجدر الإشارة بدءًا إلى وجود خلط كبير لدى العامة بين النفس والروح وهما دون ريب شيئان مختلفان:

أمّا الروح (بالفرنسية فهي L'âme spirituelle/ L'esprit وبالإنجليزية Spirit, Spirituel soul) فهي ما يدل على عنصر الحياة الذي لا يرى ولا يدرك بالحواس وهي التي تفارق الجسد عند الموت وهي عند الفلاسفة وعلماء الكلام جوهر مجرّد (بمعنى غير مادي) مخالف للنّفس، والرّوح مفهوم ميتافيزيقي مرتبط بما وراء الطبيعة، وحسب التفسير القرآني للرّوح فإنها تمثل تلك النفخة الإلهية التي بها تكون الحياة ورد في القرآن الكريم: (وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي خَالِقٌ بَشَرًا مِّن صَلْصَالٍ مِّنْ حَمَإٍ مَّسْنُونٍ (28) فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِن رُّوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ (29)) [الحجر: 28-29] وهي محلّ تشريف وترجيب باعتبار أنّ ما يستوجب السجود هو نفخة الروح الإلهية في الإنسان وإنّما ذكر للملائكة المادة التي منها خلق البشر وهي هذا الطين الحقير ليعلموا أنّ شرف الموجودات بمزاياها لا بمادة تركيبها والمزيّة في **هذا** السياق تتمثل في نفخ الروح الإلهية في هذا الإنسان (ابن عاشور،

1984: ج 14، ص44). وتشريف الروح بنسبتها إلى الإله الخالق البارئ المصور متواتر في آي القرآن: فقد ورد في سورة مريم: (**فَاتَّخَذَتْ مِن دُونِهِمْ حِجَابًا فَأَرْسَلْنَا إِلَيْهَا رُوحَنَا فَتَمَثَّلَ لَهَا بَشَرًا سَوِيًّا (17)**)[مريم: 17] كما جاء في سورة الأنبياء: (**والتي أحصنت فرجها فنفخنا فيها من روحنا وجعلناها وابنها آية للعالمين**)[الأنبياء: 91] وجاء في سورة الإسراء: (**ويسألونك عن الروح قل الروح من أمر ربي**))[الإسراء: 85].

ومعنى هذه الآية كما جاء في تفسير التحرير والتنوير للشيخ محمد الطاهر ابن عاشور أي أنّ الروح بعض الأشياء العظيمة التي هي لله (ابن عاشور، 1984: ج 16، ص199).

وأما النفس (بالفرنسية: L'âme psychique / Le Soi وبالإنجليزية : Psyche, Self) فهي مجموعة القوى الداخلية التي تتضمن الغرائز والرغبات والانفعالات والإرادة وهي التي تحمل اللذة والألم، وفي القرآن كثيرا ما نعتت هذه النفس بذميم الصفات ومرذول الخلق فهي النفس الظالمة كما جاء في سورة يونس: (**ولو أنّ لكلّ نفس ظلمت ما في الأرض لافتدت به وأسرّوا الندامة لمّا رأوا العذاب**)[يونس: 54]. وهي النفس التي تسوّل بمعنى تطوّع لصاحبها ارتكاب كبائر الذنوب مثلما جاء في سورة المائدة:" فطوّعت له نفسه قتل أخيه فقتله فأصبح من الخاسرين"[المائدة: 30].

وهي النفس التي تبالغ في الأمر بالسوء كما ورد في سورة يوسف: (**وما أبرّئ نفسي إنّ النّفس لأمّارة بالسوء إلاّ ما رحم ربي**)[يوسف: 53].

ولكنّ هذا النفس قد تكون محلّ فجور وقد تكون محلّ تقوى قال الله تبارك وتعالى في سورة الشمس: (**ونفس وما سوّاها فألهمها فجورها وتقواها قد أفلح من زكّاها وقد خاب من دسّاها**)[الشمس: 7-10]. ومعنى دسّاها أي حال بينها وبين فعل الخير وأفسدها بالمعصية وترك التزكية (ابن عاشور، 1984: ج 30، ص371).

والنّفس هي التي تبعث وتعذّب وليست الروح، جاء في سورة الأنعام قوله تعالى:" ولو ترى إذ الظالمون في غمرات الموت والملائكة باسطوا أيديهم أخرجوا أنفسكم اليوم تجزون عذاب الهون بما كنتم تقولون على الله غير الحق وكنتم عن آياته تستكبرون"[الأنعام: 93] ولذلك حذّر القرآن المؤمنين من تعريض النّفس والأهل لعذاب النار فجاء في سورة التحريم: (**يا أيّها الذين آمنوا قوا أنفسهم وأهليكم نارا وقودها الناس والحجارة**)[التحريم: 6] وما من سبيل إلى وقاية هذه النفس البشرية من النّار إلاّ بتزكيتها وترقيتها إلى مرتبة النفس المطمئنة، فماذا عن خصائص هذه النفس في ضوء التراث الصوفي؟

Contemporary Studies Journal in Education and Psychology
مجلة الدراسات المعاصرة في التربية وعلم النفس
P-ISSN: 3079-773X || E-ISSN: 3080-3772 || ISI: 0.746 || SJIF: 3.251 || SAJI 1.81
Vol 1, Issue 6, December 2025

2- معنى النفس المطمئنّة عند الصوفية:

لقد أشار القرآن في آياته إلى أنّ للنفس مراتب ثلاثا: أوّلها النّفس الأمّارة بالسوء التي قال عنها في سورة يوسف: (وما أبرّىء نفسي إنّ النّفس لأمّارة بالسوء إلاّ ما رحم ربّي)[يوسف: 53]. وثانيها النّفس اللوّامة التي أشار إليها القرآن بقوله في سورة القيامة: (ولا أقسم بالنّفس اللوّامة)[القيامة: 2] وثالثها النفس المطمئنة التي ذكرها القرآن في سورة الفجر في قوله تعالى: (يا أيتها النّفس المطمئنّة ارجعي إلى ربّك راضية مرضيّة فادخلي في عبادي وادخلي جنّتي')[الفجر: 27-30].

ويعتبر المتصوفة من خلال ما أشار إليه القرآن من مراتب النفس الثلاث أنّ دور التصوف يتمثل في الارتقاء بنفس الصوفي من نفس أمّارة بالسوء الى نفس لوّامة الى نفس مطمئنة ولا تتم هذه العملية إلاّ بمجاهدة النّفس ومكابدة الأهواء وهو ما عبّر عنه الصوفية بالجهاد الأكبر على ما روي في الخبر أنّ رسول الله صلى الله عليه وسلّم قال حين رجع من بعض غزواته:" رجعنا من الجهاد الأصغر إلى الجهاد الأكبر"[1].

ولنا أن نتساءل عمّا تعنيه كلّ نفس من هذه الأنفس الثلاثة؟

أمّا النفس الأمّارة بالسّوء فهي التي تميل إلى الطّبيعة البدنية وتأمر باللذات والشهوات الحسية وتجذب القلب الى الجهة السفلية فهي مأوى الشرور ومنبع الأخلاق الذميمة[2]، وهي عينها التي أشار إليها الإمام البوصيري في بردة المديح داعيا إلى عصيانها ومخالفتها ومحذّرا من مغبّة الانصياع لها بالطاعة فقال:

وخالف النفس والشيطان واعصهما *** وإن هما محّضاك النّصح فاتّهم

ولا تطع منهما خصما ولا حكمـا *** فأنت تعرف كيد الخصم والحكم[3].

وأمّا النّفس اللوّامة فهي التي تنوّرت بنور القلب قدر ما تنبّهت به عن سِنَةِ الغفلة كلّما صدرت عنها سيئة بحكم جبلّتها الظّلمانية أخذت تلوم نفسها وتتوب عنها[4].

وأمّا النّفس المطمئنة فهي التي تمّ تنوّرها بنور القلب حتى انخلعت عن صفاتها الذميمة وتخلقت بالأخلاق الحميدة[5]. وحسب التفسير الإشاري الصوفي تعتبر النّفس المطمئنة

[1] أبو حفص عمر السهروردي، 1983: ص105.
[2] علي الجرجاني: التعريفات، دار الكتب العلمية بيروت ط1، 2000، ص 239
[3] بدر الدين محمد الغزّي: الزّبدة في شرح البردة، الشركة الوطنية للنشر والتوزيع الجزائر، ص57.
[4] الجرجاني: مصدر سابق، ص39.
[1] المصدر السابق، ص239.

في أعلى درجات تزكية النّفس لأنّها بلغت مقام المعرفة الربّانية فسكنت وثبتت وخرجت من صراعات الهوى.

واتحدت إرادتها مع مراد الله، وحسب الشيخ محيي الدين ابن عربي إنّ النّفس المطمئنة هي النّفس التي سكنت بالله واطمأنت بذكره فانقطعت عن التعلق بالعالم واستقرت في حضرة الحق فهي ليست مطمئنة لشيء من الخلق بل بالله وحده وهي نفس تجاوزت التلوين (تقلبات الأحوال (الروحية) إلى التمكين (الثبات في التوحيد) وتحققت بالرضا والتسليم فلا تعترض ولا تجزع بل ترى الفعل الإلهي في كل شيء.

يقول الشيخ محيي الدين بن عربي في الفتوحات المكية عن رجوع النفس المطمئنّة إلى مولاها بحصول المعرفة بالمعنى الصوفي في الحياة الدنيا:" وإذا رجعت راضية فهي النفس العالمة المرضيّة عند الله، فدخلت في عباده فلم تنسب ولا انتمت إلى غيره ممّن اتخذ إلهه هواه ودخلت في جنّته أي في كنفه وستره"[1]. وحسب ابن عربي إنّ رجوع النّفس المطمئنة إلى الله هو رجوع شهودي معرفي وليس بمجرّد مفارقة الروح الجسد، وفي تفسير ابن عربي الآية القرآنية: "وادخلي جنّتي"[الفجر: 30] يعتبر أنّ النّفس عند رجوعها الى الله تدخل مقامها الأصليّ النورانيّ فتكون هي الحاكمة بينما يبقى الجسد المادّي مستورا خلفها لأنّها ظهرت على حقيقتها واتّحدت بالحقّ ظهورا لا حلولا فكان الحكم والظّهور لها، يقول ابن عربي في الفتوحات مفسّرا هذه الآية:" مقام الروح للجسم الصوريّ فإنّه ستر عليه فالجسم المشهود والحكم للروح"[2]. وتجدر الإشارة في هذا السياق من خلال هذه القولة إلى أنّ ابن عربي يرى أنّ النّفس إذا تزكّت وبلغت مرتبة النفس المطمئنة وتحققت بالمعرفة صارت روحا أي ارتقت من مرتبة الغرائز إلى مرتبة النّور، فيسوّي بين النّفس والرّوح في مقام الكمال وتزول الفوارق الاصطلاحية وتصبح النّفس هي الرّوح في حقيقتها.

و إنّ مفهوم هذه النّفس المطمئنة حسب المعتقد الصوفي يعكس نفسا يتّسم صاحبها بحالة من الطمأنينة والسكينة والاستقرار والأمن الداخلي والتوازن الانفعالي فهي نفس تأنس الخلوة

ولا تستوحش منها لأنسها بالله وتتحرر من الخوف من المستقبل والحزن على الماضي لعظيم ثقتها بالله وهي بذلك في انسجام وتناغم مع هدف العلاج النفسي المعاصر الذي يسعى إلى تحرير الإنسان من القلق الزمني، ومن هذه النقطة تحديدا نلاحظ إمكانية تقاطع

[1] بن عربي، محيي الدّين (1999): الفتوحات المكيّة، ط1، بيروت: دار الكتب العلمية، مجلّد 4، ص38.
[2] المصدر السابق، ص38.

مفهوم النّفس المطمئنّة الصوفي مع أهداف علم النّفس الحديث ويكون انتقالنا إلى المبحث الثاني المتعلق بأوجه التقاطع والتقارب بين عديد المفاهيم الصوفية ومفاهيم علم النّفس.

المبحث الثاني: التقاطع بين المفاهيم الصوفية ومفاهيم علم النّفس

يجلّي التحرير المقارن بين مفاهيم التصوف ومفاهيم علم النّفس الحديث تقاطعات عديدة في محاور تتعلق ببناء الذات وإصلاحها وتقويمها والتصالح معها وبالاتّزان الوجداني وتحقيق المعنى، فلا مراء في أنّ التصوف وعلم النّفس يشتركان في السعي الى فهم باطن الإنسان وتوجيهه نحو الكمال النّفسي أو الروحي، كلّ من منظوره وفي هذا المبحث سأستعرض بعضا من المفاهيم الصوفية الجوهرية مقارنا إيّاها بنظيراتها النفسية الحديثة.

1. التقاطع بين تجربة الغزالي الوجودية ونظرية فرانكل Frankl في المعنى:

تعدّ تجربة أبي حامد الغزالي (ت505 هـ) في البحث عن الحقيقة والمعنى من أعمق التجارب الوجودية في الفكر الإسلامي وقد عايش فيها أزمة روحية وجودية معرفية شبيهة بما وصفه فيكتور فرانكل (1905– 1997)[1] في سياق الفراغ الوجودي الذي يصيب الإنسان حين يفقد المعنى في حياته، فالغزالي رغم بلوغه قمّة المجد العلمي والوجاهة الاجتماعية فقد اعترف في كتابه المنقذ من الضّلال بأنه كان غارقا في طلب الحقيقة غرقا لا ساحل له حتى أصيب بانقباض داخلي وقلق وجوديّ حادّ أقعده عن التدريس وغيّبه عن ملذّات الدنيا وطيّباتها وجعله في حالة اكتئاب واغتراب وهو القائل في وصف تلكم الحالة: "فكان لا ينطق لساني بكلمة واحدة ولا أستطيعها البتّة حتّى أورثت هذه العقلة في اللسان حزنا في القلب بطلت معه قوّة الهضم ومراءة الطعام والشراب فكان لا ينساغ لي ثريد ولا تنهضم لي لقمة وتعدّى إلى ضعف القوى حتى قطع الأطباء طمعهم من العلاج وقالوا هذا أمر نزل بالقلب ومنه سرى إلى المزاج فلا سبيل إليه بالعلاج إلاّ بأن يتروّح السرّ عن الهمّ الملمّ"(الغزالي، 2003: ص87)[2]. وهذه الحالة من القلق الوجودي والفراغ الروحي تشبه تماما ما وصفه فرانكل بالفراغ الوجودي Existential Vacuum الذي يرى أنه ناجم عن فقدان الهدف أو التّساؤل عن جدوى الحياة.

[1] فيكتور فرانكل Victor Frankl(1905–1997) طبيب نفسي نمساوي ومؤسس مدرسة العلاج بالمعنى Logotherapy وهي مدرسة وجودية " تؤكد أنّ الدافع الأساسي في الإنسان هو البحث عن معنى لحياته، نجا من معسكرات الاعتقال النازيّة ودوّن تجربته الشهيرة في كتابه الشهير الإنسان يبحث عن معنى Man's Search for Meaning الذي يعدّ من أهمّ مؤلّفات القرن العشرين في علم النّفس الوجودي.

[2] أبو حامد الغزالي: المنقذ من الضّلال، دار الجيل بيروت، ط1، 2003، ص87.

Contemporary Studies Journal in Education and Psychology
مجلة الدراسات المعاصرة في التربية وعلم النفس
P-ISSN: 3079-773X || E-ISSN: 3080-3772 || ISI: 0.746 || SJIF: 3.251 || SAJI 1.81
Vol 1, Issue 6, December 2025

يقول فرانكل:" إنّ الفراغ الروحي هو وباء العصر فالنّاس لا يعانون من العصاب بقدر ما يعانون من انعدام المعنى"[1]، فالإمام الغزالي لم يبحث عن السعادة أو اللذة بل عن اليقين والمعنى وقد خاض رحلة شاقّة من الشكّ إلى اليقين ومن الجدل الكلامي إلى الذوق الصوفي حتى وجد السكينة في التوجه إلى الله عبر طريق التصوّف العملي والتربوي يقول الإمام الغزالي في المنقذ من الضلال :" ثم دخلت الشام وأقمت به قريبا من سنتين لا شغل لي إلاّ العزلة والخلوة والرياضة والمجاهدة اشتغالا بتزكية النفس وتهذيب الأخلاق وتصفية القلب لذكر الله تعالى"(الغزالي، 2003: ص87)[2] ومن جهته يؤكّد فرانكل أنّ الإنسان لا يجد ذاته إلاّ عندما يتجاوز هذه الذات، ومعنى هذا أنّ الإنسان يحقّق إنسانيته الحقيقية حين يخرج من أنانيّته ورغباته الضيّقة ويتّجه نحو معنى أعلى كالقيم السامية فيها محبّة الآخرين أو التضحية من أجل قضيّة ذات شأن وشأو.

يقول فرانكل:" إنّ الانسان الذي ينكر البعد الروحي في وجوده يفقد نفسه القدرة على تحمل الألم بينما من له هدف أعلى يمكنه تحويل الألم إلى معنى"[3] والجدير بالملاحظة أنّ الغزالي قد وجد خلاصه في تحقيق التوحيد الذوقي ومجاهدة النّفس والتطهّر من التعلّقات الدنيوية إلى أن فتح الله عليه فتح العارفين وقذف في صدره النّور المبين وهو القائل معبّرا عن هذا النّور شارح الصّدر وواضع الوزر:

وكانَ ما كان مِمّا لست أذكُره *** فظُنَّ خيرًا ولا تسأل عن الخَبرِ

(الغزالي، 2003: ص98)

في حين يرى فرانكل أنّ الخلاص يتحقق في تجاوز الإنسان ذاته نحو قيم أسمى ومبادئ أرقى، وبذلك يلتقي الطرفان رغم اختلاف السياق الديني عن سياق علم النّفس في كون المعنى الروحي أسمى دواء وترياق للقلق الوجودي.

وبذلك أخلص إلى أنّ تجربة الغزالي الوجودية تؤكد قبل قرون ما جاء به فرانكل لاحقا أنّ الإنسان إذا افتقد المعنى أصابه الاضطراب والانهيار وفي حالة وجود هذا المعنى فإنه يصير قادرا على تجاوز أعقد المحن بل تحويلها إلى مدارج للارتقاء الروحي في نشوة روحية لا توصف، ولله درّ الشاعر الصوفيّ أبو الحسن الششتري[4] القائل في زجله معبّرا عن منتهى

[1] Victor Frankl: Man's Search for Meaning, beacon Press, 2006, P106.

[2] أبو حامد الغزالي: م.س.ص 87.

[3] Victor Frankl :Ibid ، P110 –

[4] أبو الحسن الششتري (610 هـ – 668 هـ) شاعر زجّال من الأندلس كان من أهل الزهد وصفه لسان الدين بن الخطيب في الإحاطة بقوله: "عروس الفقراء وأمير المتجرّدين وبركة الأندلس لابس الخرقة أبو

سعادته وشفاء نفسه التي صارت بعد الضياع والحيرة وفقدان المعنى في اطمئنان وسكينة ونشوة وبهجة:

كلّ وقت من حبيبـــي *** قدرُه كألف حجّـةْ

فاز من خلّى الشواغل *** ولمولاه توجّـه

كنتُ قبل اليوم حائـرْ *** في زوَايا الكون دائرْ

في بحار الفكرمُلقى *** بينَ أمواج الخواطِرْ

جمع الله شتاتـــي *** وتوالت فرحاتي

وغدا محبوبَ قلبي ***عينَ ذاتي وصفاتي

لم أزَل بين الصّحاةِ *** مُتوالي السكراتِ

غائبا عن كلّ أيْنٍ *** في جميع الخطرات

أنا من عُشّاق وقتي *** في الهوى أصَدقُ نهْجَهْ

فاز من خلّى الشواغل *** ولِمولاه توجَّـه[1]

ولئن حقّق الغزالي لوجوده معنى كالذي أكّده علم النفس الحديث مع فرانكل وبعد خوض تجربة وجوديّة حادّة انتهت بوصوله إلى المعرفة بعد أن سلك طريق التزكية والمجاهدة والمكابدة فإنّ طريقته في علاج النّفس وتقويمها وتزكيتها تتقاطع أيضا بل تتطابق مع بعض الطرق الحديثة في العلاج النفسي مثل العلاج بالضدّ.

2. العلاج بالضدّ بين الغزالي وعلم النّفس الحديث: تقاطع في مقاربة أمراض القلوب:

تعدّ معالجة أمراض النّفس من أهمّ المحاور في مشروع الإمام الغزالي التربوي الصوفي، ولم يشذّ في ذلك عن جمهور شيوخ التربية الصوفيّة فقد أفرد في مصنّفه إحياء علوم الدين كتابا كاملا سمّاه: "كتاب رياضة النفس وتهذيب الأخلاق ومعالجة أمراض القلب"، وقال في مفتتحه:

الحسن، من أهل ششتر قرية من عمل وادي آش معروفة وزقاق الشّشتري معروف بها وكان مجوّدا للقرآن وقائما عليه عارفا بمعانيه من أهل العلم والعمل".

[1] أبو الحسن الششتري: الديوان.

Contemporary Studies Journal in Education and Psychology
مجلة الدراسات المعاصرة في التربية وعلم النفس
P-ISSN: 3079-773X || E-ISSN: 3080-3772 || ISI: 0.746 || SJIF: 3.251 || SAJI 1.81
Vol 1, Issue 6, December 2025

" ومهما اشتدت عناية الأطباء بضبط قوانين العلاج للأبدان وليس في مرضها إلا فوت الحياة الفانية فالعناية بضبط قوانين العلاج لأمراض القلوب وفي مرضها فوت حياة باقية أولى وهذا النوع من الطب واجب تعلّمه على كل ذي لبّ إذ لا يخلو قلب من القلوب عن أسقام لو أهملت تراكمت وترادفت العلل وتظاهرت، فيحتاج العبد إلي تأنّق في معرفة عللها وأسبابها ثم إلى تشمير في علاجها وإصلاحها فمعالجتها هو المراد بقوله تعالى:"قد أفلح من زكّاها"، وإهمالها هو المراد وبقوله:" وقد خاب من دسّاها"[1].

فالإمام الغزالي يشخّص مرضا في هذا الشاهد القولي وهو مرض نفسي باطني يصيب القلوب ويحذّر الغزالي من خطر هذا المرض ومن تبعاته في حالة إهمال العلاج ويدعو إلي الجدّ والحزم في المعالجة، وما يلفت الانتباه هو أنّ الغزالي قد اعتمد منهجا علاجيا علميا دقيقا يقوم في جوهره علي ما يعرف حديثا بمبدإ " العلاج بالضدّ " أي مواجهة الانفعال أو السلوك السلبي باستجابة مناقضة ومضادّة له إلى أن تزول تلك العلّة أو تضعف قوّتها، يقول الإمام الغزالي في كتاب الإحياء:" وكما أنّ العلّة المغيّرة لاعتدال البدن الموجبة للمرض لا تعالج إلاّ بضدها فإن كانت من حرارة فبالبرودة وإن كانت من برودة فبالحرارة وكذلك الرذيلة التي هي مرض القلب علاجها بضدّها فيعالج مرض الجهل بالتعلّم ومرض البخل بالتسخّي ومرض الكبر بالتواضع ومرض الشّره بالكفّ عن المشتهى تكلفا "[2]ويشير الغزالي في موضع آخر إلى أنّ عملية التداوي تهدف إلي شفاء هذه القلوب العليلة من أسقامها ليست بالأمر الهيّن ولكنها تحتاج إلي صبر وجلد وأناة، يقول الغزالي:" وكما أنّه لا بد من الاحتمال لمرارة الدواء وشدة الصّبر عن المشتهيات لعلاج الأبدان المريضة فكذلك لا بدّ من احتمال مرارة المجاهدة والصبر لمداواة مرض القلب، بل أولى فإنّ مرض البدن يخلص منه بالموت ومرض القلب والعياذ بالله تعالى مرض يدوم بعد الموت أبد الآباد[3] . إنّ هذه الطّريقة التّي ضبطها الغزاليّ في كتاب الإحياء والمتمثّلة في السّلوك المضادّ مع المداومة والاستمرار حتّى تتأثّر النّفس وتنقلب حالتها الدّاخليّة فتتماثل للشّفاء تتطابق بشكل لافت مع ما أسّسه عالم النّفس الأمريكي جوزيف وولبي [4] Joseph Wolpe في خمسينات القرن العشرين من خلال مفهوم :« الكفّ المتبادل» Reciprocal Inhibition حيث يواجه الانفعال غير المرغوب باستجابة مناقضة له(كأن يواجه الخوف بالاسترخاء أو الحقد بالشّفقة) ولا يمكن للاستجابتين أن تتواجدا معا في وقت

[1] أبو حامد الغزالي: إحياء علوم الدّين، دار الكتاب العربي، الجزء 8، ص ص 88-89.

[2] المصدر السابق، ج 8، ص110.

[3] المصدر السابق، ص110.

[4] جوزيف وولبي: Joseph Wolpe : طبيب نفسي جنوب إفريقي (1915 – 1997) من أبرز مؤسّسي العلاج السّلوكي الحديث، اشتهر بتطوير تقنية "الكفّ المتبادل" لمعالجة القلق والانفعالات السّلبيّة عبر تدريب المريض على استجابات مضادّة كاستبدال الخوف بالاسترخاء.

واحد[1]، كما يتقاطع منهج الغزالي مع ما يعرف اليوم بالعلاج المرتكز على الرحمة –Compassion) Focused therapy) الذّي أسّسه بول غيلبرت Paul Gilbert[2]

ويقوم على مواجهة مشاعر مثل الحسد أو الغضب أو الكراهية عبر تدريب النّفس على الرّحمة والتّعاطف والقبول وهي مشاعر مضادّة تحدث تحوّلا داخليّا طويل المدى في البناء العاطفي للفرد. يقول غيلبرت Gilbert:" المشاعر المؤذية لا تواجه بالمنع أو القمع بل تعالج بزرع مشاعر مضادّة لها من نمط الرحمة والقبول."[3]

ونستنتج من هذا كلّه أنّ الغزالي قد سبق العلماء النّفسيّين المحدثين في إدراك أثر المشاعر والسلوكيّات المضادّة في علاج الانفعالات المرضيّة وذلك في إطار دينيّ تربويّ روحيّ متكامل باعتبار أنّ الشيخ الصّوفي المربّي دليل المريد وصاحبه وإمامه وللصحبة مقام رفيع في الطّريق الصّوفي فإنّ رفقة الصّالحين والعارفين الدّالّين على الله وسيلة لنيل البركات وإحلال السّكينة في القلوب، ولله درّ من قال:

ومن لم يكن خلف الدّليل مسيره *** كثرت عليه مسالك الأوهام

وقد خصّص الشيخ أبو طالب المكّي في كتابه قوة القلوب في معاملة المحبوب فصلا كاملا في الأخوة في الله والصحبة والمحبة للإخوان، وختم هذا الفصل بقوله:" فمن رزقه الله أخا صالحا تطمئنّ به نفسه ويصلح معه قلبه فهي نعمة من الله عزّ وجلّ مضافة إلي محاسن نعمه"[4] وإنّ صحبة المريد لشيخه وتعلّقه به تعلّق العليل بطبيبه في علاقة قوامها الثّقة المطلقة والمحبّة الصّادقة تشبه تماما ما يعرف في علم نفس الحديث بالعلاقة العلاجيةTherapeutic Alliance وهي حجر

[1] Wolpe, J, Psychology by Reciprocal Inhibition, Stanford University Press, P 70–73.

[2] بول وولبي: Paul Gilbert: عالم سريري بريطاني معاصر ومؤسّس العلاج المرتكز على الرّحمة Compassion–focused therapy يركّز على معالجة المشاعر السّلبيّة كالحسد والعدوان عبر تنمية التعاطف والرّحمة الذّاتيّة.

[3] Gilbert, P, The compassionate Mind, New Harbinger Publication, P45.

[4] – أبو طالب المكي: قوت القلوب في معاملة المحبوب، بيروت: دار صادر، 2010، ج 2، 455

الأساس في نجاح العلاج النفسي حيث يؤكّد كارل روجر **Carl Rogers**[1] أهمية العلاقة الصادقة بين الطبيب والمريض لنجاح العلاج[2].

الاستنتاجات:

إنّ التصوّف الإسلامي يمثّل نظاما نفسيا عميقا يلتقي في مقاصده ووظائفه مع العديد من نظريات العلاج النفسي الحديث كما تبرز التربية الصوفية بوصفها نموذجا روحيا وتربويّا متكاملا قادرة على المساهمة في بناء النفس المطمئنة وتحقيق نوع من الاتّزان الداخلي في خضمّ ما يعيشه الإنسان المعاصر من اضطرابات نفسيّه وضغوطات وجودية ومشاكل اجتماعية وفراغات روحية.

أظهرت المقارنة في هذه الورقة البحثية بين مفاهيم الصوفية ومفاهيم علم النفس مدى التقاطع في الأهداف والوظائف رغم اختلاف المرجعيات.

كما أنّ التربية الصوفية (التي تسعي إلى تزكية النفس البشرية وترقيتها من نفس أمّارة بالسوء إلى نفس لوّامة ثم إلى نفس مطمئنة ساكنة راضية مرضيّة) ليست خطابا أخلاقيا تربويا فحسب بل هي منظومة علاجية لعديد الأمراض والعلل النفسية التي عبّر الغزالي عن بعضها بأمراض القلوب، وهو ما يجعل من التصوّف إطارا استئناسيّا في الممارسة العلاجية البسيكولوجية.

التوصيات:

يوصي الباحث بعد هذه الدراسة العلمية (التي قامت على مقاربة بسيكولوجيّة لبناء النفس المطمئنّة من خلال إقامة جسور وربط الصّلة بين علم النفس في بعده العلاجي والتصوّف في بُعده التربوي الروحي) بـ :

- تعزيز البحث الجادّ بين علم النفس والعلوم الشرعيّة وبالخصوص في مجال التربية الصوفية.
- بعث مشاريع بحثية تطبيقية تستثمر النموذج الصّوفي في الإرشاد النفسي في السياقات الثقافية الإسلامية على وجه الخصوص لأنّ التصوّف يقترح نموذجا علاجيا وقائيا يعنى بتقوية البنية

[1] كارل روجرز (1902 – 1987) عالم نفس امريكي من مؤسس المدرسة الإنسانية طوّر العلاج المتمركز حول الشخص الذي يركّز على التعاطف والقبول غير المشروط بوصفها أدوات أساسيّة للنمو النفسي. (وهذا المفهومان أساسيان بين المعالج النفسي والمريض عند روجرز.)

[2] Rogers, C, The Necessary and Sufficient conditions of therapeutic Personality change, Journal of consulting psychology, PP95-16

النفسيّة من الداخل بإعادة صياغة العلاقة بين الإنسان ونفسه وبين الإنسان ومحيطه وبين الإنسان وربّه.

- في المقابل يجب أن ننتبه إلى أنّه لا يجب تقديس التصوّف وتقديمه كحلّ سحريّ شامل بديل لكلّ العلاجات النفسيّة بل يجب إخضاعه للنقد والفحص والتحقيق العلمي.
- من جهة أخرى لا يصحّ اختزال التصوّف في وظائف علاجيّة وأدوات استهلاكيّة كما تفعل بعض المدارس الغربيّة التي " تعلمن " الروحانيّات وتحوّلها إلى "يوغا" نفسيّة، فلا بدّ من التعامل مع التصوّف بمنهجيّة علميّة تراعي خصوصيّته الروحيّة وسياقه الدّيني الإسلامي.

قائمة المصادر والمراجع:

- **المصادر العربيّة:**

- القرآن الكريم.
- أبو الحسن الشّشتري: الديوان.
- أبو حامد الغزالي: إحياء علوم الدّين، دار الكتاب العربي.
- أبو حامد الغزالي: المنقذ من الضّلال، دار الجيل بيروت، ط1، 2003.
- أبو حفص عمر السهروردي: عوارف المعارف، دار الكتاب العربي، بيروت ط 2.
- أبو طالب المكي: قوت القلوب في معاملة المحبوب، طبعة دار صادر بيروت 2010.
- بدر الدين محمد الغزّي: الزّبدة في شرح البردة، الشركة الوطنية للنشر والتوزيع الجزائر.
- علي الجرجاني: التعريفات، دار الكتب العلمية بيروت ط1، 2000.
- محمد الطاهر ابن عاشور، تفسير التحرير والتنوير، الجزء الرابع عشر، الدار التونسية للنشر، تونس 1984.
- محيي الدّين بن عربي: الفتوحات المكيّة، دار الكتب العلمية بيروت لبنان ط1، 1999.
- مختارية، مكناس & الجيلالي، كرايس (2021). الزوايا والتصوف في الجزائر بين المؤسسة دينية والمرجعية هوياتية –الزاوية العلاوية وثنائية البعد الروحي والوظائف الاجتماعية. مجلة ابن خلدون للدراسات والأبحاث, 1(3). https://doi.org/10.56989/benkj.v1i3.1167

- اليساري، حيدر. (2023). دور المتصوفة في حركة الجهاد الإسلامي ضد الممالك الصليبية الإسبانية ببلاد الأندلس: دراسة تاريخية. مجلة ابن خلدون للدراسات والأبحاث, 3(7). https://doi.org/10.56989/benkj.v3i7.453

المصادر الأعجمية:

- Victor Frankl: Man's Search for meaning, beacon Press, 2006.
- Wolpe, J, Psychology by Reciprocal Inhibition, Stanford University Press.
- Gilbert Paul, The compassionate Mind, New Harbinger Publication.
- Rogers Carl, The Necessary and Sufficient conditions of therapeutic Personality change, Journal of consulting psychology.