

سوية المؤمن

التفاؤل

مقدمة :

- هذه الحلقات موجهة إلى الشاب المستقيم الباحث عن سلامته ونجاته الشخصية في طريقه إلى الله، والباحث عن تقديم شيء إلى الأمة الإسلامية.
- أي إنسان يتلمس معرفة الإنسان دون أن ينظر في كلام خالق الإنسان = ستكون معرفته ناقصة.
- تكلم القرآن عن موضوع التفاؤل والتشاؤم، قال تعالى: "إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا - إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا - وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا"،
فالطبيعة البشرية = طبيعة يأس وقنوط، والتفاؤل ليس هو الأصل،
وبالتالي لابد أن يضع الإنسان نفسه على الجادة ليكون متفائلاً تفاؤلاً حسناً.

- تقسيم الناس إلى أصناف في الطبائع أو في التعامل النفسي تجاه قضايا معينة = له أصل نبوي، فقد قسم النبي ﷺ الناس إلى أقسام في قضية الغضب والرضا فقال ﷺ: "أَلَا وَإِنَّ مِنْهُمْ الْبَطِيءَ الْغَضَبِ سَرِيعَ الْفَيْءِ، وَمِنْهُمْ

سَرِيعُ الْغَضَبِ سَرِيعُ الْفَيْءِ، فَتِلْكَ بِتِلْكَ، أَلَا وَإِنَّ مِنْهُمْ سَرِيعَ الْغَضَبِ بَطِيءُ الْفَيْءِ، أَلَا وَخَيْرُهُمْ بَطِيءُ الْغَضَبِ سَرِيعُ الْفَيْءِ، أَلَا وَشَرُّهُمْ سَرِيعُ الْغَضَبِ بَطِيءُ الْفَيْءِ".

• أصناف المتشائمين:

١- متشائمون تشاؤمًا تامًا مُطَبَّقًا:

- فلا يوجد ذرّة أمل لا في الحاضر ولا في المستقبل بل والماضي كذلك!
- وهذا الصنف أكثر صنف مهدد بعدم الثبات والانتكاس بل والإلحاد، وخاصةً إذا كان سابقًا لديه سقف عالي من التفاؤل، فطبيعته حدّية جدًا.
- سبب هذا التشاؤم = خيبات أمل وإحباطات وصدمات في أشخاص أو جماعات أو أعمال، نتيجةً للتطرف في الأمل أصلًا.
- الوقاية من ذلك مهما كان الواقع سيئًا: أن يكون لك خطّ خلفي تستند إليه مهما كان لديك من هموم، وهذا الخط هو الإيمان بالله واعتمادك عليه وصدقك معه والدار الآخرة.

٢- متشائمون يُبطنون التشاؤم "ربّك يفرجها وخلص":

- لا يدركون أنهم متشائمون، كان لديهم بعض الصدمات في التعلق بأعمال معينة لكنها لم تحصل، ولكن لم يكن لديهم تعلق مفرط بالأمل وبالتالي لم يحدث لديهم تشاؤم مفرط.
- غالبًا ما يكون هناك نقص في التكوين ونقص في التصرّور.

- هذه الصورة موجودة بكثرة اليوم، في ترك الطريق، في الإنتكاسات الجزئية، في فطور الهم بعد علّوها، في استصعاب الطريق واستطالة مرآله.

• هناك فرق بين الحزن والتشاؤم:

فمن الممكن أن يحزن الإنسان لسنوات طويلة جدًا ولا يكون متشائمًا، ومثلاً على ذلك يعقوب عليه السلام، فمهما كانوا يبئسونه كان يقول: (إنما أشكو بثي وحزني إلى الله وأعلم من الله ما لا تعلمون).

• من صور التشاؤم الجيدة:

١- خفض مستوى التوقعات وما تنتظره من الآخرين، ويحتاج إلى توازن كبير، فتقليل مستوى الأمل لا يعني أن تُسيء الظن في إنسان بعينه.

٢- توقع الأسوء في بعض الأمور، حتى إذا جاء الأسوء تكون قد مهدت له وإذا جاء الأحسن يكون فرحك مضاعفًا.

