«الحسد» تعطيل للطاقات وتجميدها

تحليل الحسد

ما هي هذه الحالة النفسية التي تجتاح الحسود حينما يرى النعمة على أخيه أو صديقه فلا يقر له قرار حتى تزول عنه نهائياً؟ وكيف تتشكل هذه الغيمة السوداء التي تغطي سماء القلب فتحجب عنه الرؤية فلا يرى سوى الخبث واللؤم؟

إنّ الحاسد هنا كما أنّه (عاطل) عن تلك النعمة ولا يتمتع بها، فإنّ نفسه تحدّثه بـ(تعطيل) ما لدى الغير من نعمة أو مزيّة أو موهبة. وقد تبيّن من الأمثلة – السالفة الذكر – أنّ الحسد ينجم عن فقدان الحاسد لمزيّة أو أكثر من مزايا المحسود، وهو عوضاً عن تحصيلها أو الإقتداء بها، يعمل من أجل تحطيمها عند مَن يتّصف بها، ويشعر بالسرور والارتياح إذا نقضت أو زالت، وكأنّه يرى في المحسود إنساناً مزاحماً أو منافساً يعترض طريقه، فلابدّ من إزاحته عن الطريق.

والمحسود – كما في كلّ الأمثلة – إنسان بريء لا يعمل عادةً على إغاظة الحاسد أو استثارة مشاعره، فلمجرد أن يفوقه في شيء ما ربّاني أو مكتسب، تراه يقع ضحيّة حسده وربّما شرّه المتمخض عن هذا الحسد، ذلك أنّ الحسد إذا تفاقم واستشرى لا يبقى في حدود الحالة النفسية التي تتميّز غيظاً وتتمنّى بخبث زوال النعمة التي يتمتع بها المحسود، بل ينطلق الحاسد ليدمّر محسوده، ولعلّ هذا هو سرّ التعوّذ القرآني من شرّ الحاسد الذي لا يقف عند مجرد الخواطر النفسية (قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ * مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ * وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ * وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ * وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ) (سورة الفلق).

فالحسد قد ينقلب إلى جريمة والحاسد إلى مجرم، والمحسود – في الغالب – بريء لا دخل له فيما تُحدّث به نفسُ الحسود، وإلّا فما ذنب (هابيل) إذا كان الله قد تبقّل قربانه ولم يتقبّل قربان أخيه، هل هو الذي طلب من الله ذلك؟ هل كان يتمنّى أن يُقبل قربانهُ ويُرفض قربانُ أخيه؟ هل استثار أو استفزّ أخاه بعدما رفض الله قربانه، بأن عيّره أو سخر منه أو انتقص من قدره؟

لم يحصل من ذلك شيء، فلماذا إذن أقدم قابيل على قتله؟

للجواب على ذلك لابدّ من تتبّع حالة الحسد ابتداءً من نشوئها كخاطر يجول في النفس، فالحسد حالة شيطانية تسير ضمن خطوات متلاحقة، وعلى النحو التالي:

خاطر الشعور بالحسد والانقباض لما يمتلكه الآخر ← حالة من الكُره أو عدم الارتياح النفسي له ← حالة من الكُره أو عدم الارتياح النفسي له ← الكذب والافتراء عليه واغتيابه والتقليل من شأنه والطعن بإيجابياته ← الكيد والمكر والتآمر.

فالحسد قد يتحرّك كحالة نفسية تدفع إلى تمنّي زوال النعمة ممّن أنعم الله عليه ونال حظاً أوفر من متع ومقامات الدنيا، وقد لا يريد الحاسد انتقالها إليه، وهذه الحالة مرضية ينبغي على مَن يصاب بها أن لا يتركها دون علاج وإلّا تحوّل (الحسد) إلى (حقد) أعمى.

من ذلك نخلص إلى أنّ للحسد حالتين: داخلية تعتمل في النفس فتكدّر صفو الحسود وتؤرّق ليله ولكنّه يحبسها ولا يتركها تندفع إلى الخارج.

وأخرى خارجية تطفح على السطح، تعبّر عن نفسها بمظاهر عديدة أشدّها وأخطرها ليس تمنّي زوال نعمة الآخر بل زواله هو من الوجود، كما فعل (قابيل) وذلك لكي لا يشكل المحسود حالة تذكيرية أو استفزازية دائمة للحاسد.

وعلى ضوء هذه النظرة التحليلية للحسد، يمكن القول إنّ الحسد يتناقض – إلى أقصى حدّ – مع الإيمان، لأنّه إساءة ظنّ بالله وبعدالته وحكمته، ثمّ أنّ المؤمن – كما يُفترض فيه – لا يبغي ولا يستبطن الشرّ ولا يريد السوء بإخوانه وأصدقائه وغيرهم ممّن أنعم الله عليهم، ولذلك اعتبر الحديث الشريف الحسد كشفرة الحلاقة الحادّة التي لا تبقي شعرة واحدة على البشرة فأطلق عليه اسم "حالق الدين"!

أسباب الحسد:

على ضوء هذه النظرة للحسد، فإنّنا يمكن أن نشخّص العوامل والأسباب الرئيسة التي تخلق حالة الحسد في النفس، وكما هو معلوم طبياً فإنّ التشخيص نصف العلاج:

1- اللؤم والخبث وسوء الطباع:

إنّ النفس أمّارة بالسوء إلّا ما رحم ربّي، فالذي تحزنه أفراح الناس ويسرّه شقاؤهم، ويتمنّى – من أعماقه – لو تمحق النعمة التي أنعم الله بها عليهم، أو اكتسبوها بجهدهم الجهيد، إنسان سيّئ السريرة، أي انّه يعيش حالة من المرض الأخلاقي الذي يجعله يرى النقص والذلّ في نفسه، ويرى الآخر وهو منعّم بما هو محروم منه فيحسده تارة بالرغبة بأن تنتقل النعمة إليه، وتارة بأن تتلاشى آثار النعمة عنه، وكلا التمنيين خبث ودليل على الطبع السقيم.

2- التنافس والمزاحمة:

ولمّا كانت الدنيا دار لهو ولعب وتفاخر وتكاثر، فإنّ السباق فيها محموم لدرجة الرغبة الطاغية لدى بعض المتسابقين أن يروا منافسهم مصاباً بإصابة معيقة حتى لا يدخل معهم ميدان السباق. فالتنافس إمّا أن يكون شريفاً بحيث يقود إلى النتائج الطيبة ويستنفر الطاقات ويطوّر الإمكانات والمواهب في طريق الخير والإبداع وهو الذي عبّر عنه القرآن الكريم بقوله تعالى: (وَفِي ذَلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ) (المطففين/ 26).

وإمّا أن يكون تنافساً مريضاً يؤدي إلى الحسد والبغضاء والتحاقد وربّما انتهى إلى الثأر والانتقام. ولذا تجد أنّ التحاسد بين أصحاب الحرفة أو المهنة الواحدة على أشدّه، لأنّهم يتنافسون على الزبائن وكسب السمعة وزيادة الأرباح، وإزالة المنافسين عن الطريق باتباع أساليب رخيصة في التشويش والتشويه، فما لم يتمكّنوا من تحقيقه في خط مستقيم لا يتورعون عن بلوغه في السير بخط مائل.

3- الأنانية:

فالحسود لا يفكّر إلّا بنفسه حتى وهو يفكّر بالمحسود، ذلك لأنّ تفكيره ينصبّ على مزايا الشخص المحسود لأنّه يشعر بالنقص ويرى الكمال في محسوده، في الوقت الذي يتوق فيه بل يتحرّق إلى أن يكون المتفوّق المتفرّد بين أصحابه وأقرانه، ولأنّه لا يرى إلّا نفسه فهو لا يطيق رؤية غيره أفضل منه حتى ولو كانت أفضليته في شيء تافه أو حطام دنيوي لا قيمة معتبرة له.

4- استكثار النعمة:

فالحسود يستكثر النعمة التي يتمتع بها المحسود، وربّما رأى أنّه لا يستحقها وبالتالي فهو يتهم ا في عدالته، وكنتيجة لذلك تراه يزدري الحسود وينتقص من قدره، ويحاول بصورة وبأخرى أن يشوّه نصاعة النعمة أو المزيّة التي يمتاز بها محسوده في محاولة خبيثة لذرّ الرماد في العيون حتى لا يرى غيره حسنات محسوده فيعجبون به ويميلون إليه.

5- التقدير السيّئ للأمور:

الحسود لا ينظر إلى الأمور نظرة طبيعية، فالحسد الذي يغلي في داخله يجعله يبالغ في تقويم النعم والمزايا والمواهب التي يمتلكها الآخرون للدرجة التي يتصور معها أنّه يتعذّر عليه الوصول إلى ما وصلوا إليه، وهذا هو السبب الذي يدفعه إلى أن يتمنّى نسف تلك المزايا والنعم عنهم حتى لا يبدو الفارق كبيراً بينه وبين محسوديه.

ولو أنّ الحسود أعاد النظر في الأمور المبالغ فيها، ورأى أنّها تقع في حدود الإمكان، وأنّه وإن افتقد بعض ذلك، فهو يمتاز على غيره بما يفتقدونه، وبالتالي فإنّ هذه النظرة المتوازنة سوف تجعله يحاصر خواطر الحسد في نفسه بل ويحاسبها عليها حتى لا تتحوّل إلى حالة سلبية ضاغطة تتحكم في مشاعره وسلوكه.

أضرار الحسد:

هناك نقطة جوهرية تسترعي انتباه الشبان والفتيات إليها، ليس في الحسد وحده بل في سائر الأمراض الأخلاقية الأخرى، وهي أنّ أيّ مرض من هذه الأمراض، ونسمّيه مرضاً لأنّه ليس حالة طبيعية أو سويّة أو صحّية، هو مرض نفسي أو روحي، وقد ثبت علمياً أنّ المرض النفسي ذو انعكاسات سلبية – طفيفة أو حادّة – على سلامة الجسم وأجهزته العضوية.

فما من مرض نفسي أو أخلاقي يصاب به الإنسان إلا وتطفو آثاره على الجسد مرضاً ما. وقد يستخفّ البعض من المرضى بتشخيص الطبيب إذا قال له: إنّ هذا المرض الذي تعاني منه ولنفترض أنّه (القرحة المعوية) هو مرض نفسي، أو أنّ (الأرق) الذي يلازمك له أسباب نفسية. فقد تكون هناك أسباب وعوامل

أخرى تؤثر على الصحّة البدنية، إلّا أنّ (الحسد) مثلاً يخلق حالة من التسمّم النفسي الذي يؤثر على إفرازات المعدة وأدائها فيربك عمليات الهضم والتمثيل، وإذا اضطربت المعدة جرّاء الوضع النفسي الذي ينتجه الحسد أو غيره، فإنّ ذلك سينعكس كمرض عضوي في واحد أو أكثر من أجهزتها الدقيقة والمتأثرة بما يجري في الخارج، حيث ثبت أيضاً أنّ الأمراض المذكورة تزول بزوال المؤثر، وقد لا تنفع معها الأدوية والعقاقير والمسكّنات، فيما تنفع معها أساليب العلاج النفسي والابتعاد – ما أمكن – عن مواطن الإثارة، وإلّا ما الربط بين (الأرق) وبين قراءة القرآن، أو الإكثار من الذكر، أو الصلاة، أو قراءة بعض الأحاديث والروايات، أو بعض الأدعية؟!

من ذلك نخلص إلى أنّ أضرار الأمراض الأخلاقية لا تنحصر في التسبّب باضطرابات نفسية وإنّما لها أعراض جانبية جسدية أيضاً، ويمكنك التأكّد من ذلك من خلال قراءة المجّلات أو النشرات الطبية والصحية المتخصصة التي تقدّم نتائجها على ضوء دراسات ميدانية أو سريرية أو استبيانية كاشفة عن ذلك.

فمن الأمراض النفسية التي يتسبّب بها الحسد:

1- الشقاء النفسي:

لعلّك سمعت المقولة الشائعة التي تقول: "الحسود لا يسود" فهل سألتَ نفسك هذا السؤال: لماذا لا يسود الحسود؟

لا يسود، لأنّه لا يصل إلى ما يريد، فتراه يعيش السخط والحسرة والحقد والألم، وكلّ هذه الأشياء مانعة من أن يصل الإنسان إلى السيادة التي تتطلب نفساً كبيرة وصدراً رحباً وقلباً محبّاً للناس.

فحياة الحسود، أيامه ولياليه، مكدّرة دائماً لأنّه يعيش الاضطراب والعبوس والقتامة طالما هو في لقاء مع الناس، وإذا استشرت حالة الحسد عنده فلا يسلم من حسده أحد حتى الأطفال الصغار الأبرياء الذين يراهم يلهون بانشراح وحبور، ولأنّه يعيش الكآبة الدائمة، فإنّه يحسدهم على ما هم فيه من نعيم! فتصوّروا!!

يقول الإمام عليّ (ع): "ما رأيتُ ظالماً أشبه بمظلوم من الحاسد: نفسٌ دائم، وقلبُ هائم، وحزنٌ لازم".

إنّ الحسّاد يُعذّبون أنفسهم بأنفسِهم كلّما فسحوا المجال للحسد في أن يأكل قلوبهم ويسوّد الدنيا بأعينهم، ذلك أنّ الحسد – كما شبّهه أحد الشعراء – كالنار تأكل بعضِها إن لم تجد ما تأكله، فهل شقاء وعذاب نفسيّ أكبر من هذا؟

2- تلوّث السمعة:

قد يكتم الحاسد حسده في نفسه فلا يظهره في فلتات لسانه وملامح وجهه وتصرّفاته وأفعاله، ولكنّ بعض الحسّاد لا يتمكنون من إخفاء حسدهم، الأمر الذي يجعل المقربين منهم يشعرون بما يعانون منه فيخشون على أنفسهم من هؤلاء الحسّاد، ولذا فلا ترى حسوداً محبوباً أو ممدوحاً أو لديه أصدقاء كثيرون، بل على العكس من ذلك، تراه موضع هزء وسخرية وامتعاض ونفور من قبل الآخرين الذين يتقون الحاسد ويهربون من شروره، وقد يُحاصَر الحسود فيُعتزَل لأنّه لا يجد مَنْ يؤيده في موقفه، ولذا يعيش محتقراً منبوذا.

3- التخطيط للإيقاع بالمحسود:

سبقت الإشارة إلى أنّ الحسد الذي يبقى في دائرة الخواطر النفسية لا خطورة فيه لأنّ صاحبه لا يرتّب على خواطره أثراً، أمّا إذا استحكمت عقدة الحسد عند الحاسد فإنّه يُعمل ذهنه من أجل التخريب والإيقاع بالمحسود وتهشيم سمعته وكرامته وتمريغ مزاياه بالوحل. فتراه ينسج الأكاذيب والتهم الملفّقة والفتن الغريبة للتفريق بين محسوده وبين محبيه ومريده، وهذه الأمور لا تنبعث إلّا من نفس شيطانية قاتمة سوداء محتقنة.

4- الشعور بالتكبّر:

لا غرابة في أن تجد بعض الأمراض الأخلاقية تنفّذ بعضها على البعض الآخر، فتصبح كالأمراض المركبة التي تستعصي على العلاج، لأنّ اجتماع الشرور والخبائث والمساوئ في النفس يجعلها عرضة للأمراض المستديمة، فترك المرض الأخلاقي من غير علاج يجعل علاجه في المستقبل صعباً، كما أنّه يشكّل تربة خصبة أو بؤرة لأمراض أخرى.

فالحسود حينما يستفحل حسده فإنّه لا يكتفي بأمنياته القديمة في زوال النعم التي يتمتع بها محسودوه، بل يصل به الأمر إلى التكبّر عليهم، كالجاهل الذي يتكبّر على العالِم فلا يحضر دروسه ومواعظه حسداً من عند نفسه.

5- منفذ اختراق:

وقد يستغل البعض ممّن يحمل ثأراً معيّناً من شخص ما حسدَ الحاسدين له فيتخذون من حسدهم نقطة اختراق ينفذون منها لتدمير الشخصيات البارزة أو ذات الموقع الاجتماعي والثقافي المؤثر أو أي إنسان مرموق، أي أنّ النوايا السيئة تلتقي عند الأعداء وعند الحاسدين ليشتركا في تحطيم المحسودين.

6- التعرّض لسخط الله:

وبالإضافة إلى ما يعانيه الحسود في الدنيا من متاعب نفسية جمّة، فإنّه سيفد على الله ونفسه محمّلة بالآثام والأوزار، فلقد أساء الظنّ بالله وطعن بعدالته وسخط على مشيئته، وقد تعرّض لأولياء الله من المؤمنين والعاملين أو الذين أنعم الله عليهم، بالسوء والإفتراء والغيبة والمكر والتآمر وربما تحطيم حياتهم. وربما تعرّض الحسود إلى محبّي ومريدي المحسود فنالهم منه شرٌّ مستطير، هو أخطر أنواع الحسد وأشدها إذ لا يقتصر على المحسود فقط، ولذا قال الإمام الحسن (ع): "الحسد رائد السوء ومنه قتل قابيل هابيل".

أمّا أضرار الحسد (العملية) فيمكن تلخيصها بكلمة واحدة: الحسد عجز وركودٌ وتناقض. فكيف ذلك؟

إنّ الحسود وهو دائم الهمّ والحزن والإنشغال بتحطيم نفسه وتحطيم (غريمه) و(خصمه) و(منافسه) البريء الذي يسلّط عليه نيران حقده وحسده، إنّما يعطّل طاقاته ويجمّدها، أو لنقل إنّه يجعلها تسير في اتجاه واحد فقط وهو خط السوء والبغضاء والشرّ والانتقام، ولذا فإنّه (ينمو) في الجانب السلبي حيث يتفق ذهنه عن اجتراح المنكرات والأساليب الانتقامية والتدميرية التي يخوض بها معركة التخلّص من محسوده.

وفي موازاة هذا (النمو) السلبي تراه يأخذ بالتناقص والانحدار والتداعي في قواه الخيّرة، ذلك أنّ النباتات الضارّة إذا نبتت في حديقة القلب حجبت الكثير من الماء والهواء والضوء عن النباتات

النافعة.