

التفاؤل في مدائح المتنبي؛ دراسة في الاتجاه السيكولوجي لسليجمن

كبرى صفري*

حسن شوندى (الكاتب المسؤول)**

الملخص

في النصف الثاني من القرن العشرين، ابتكر عالم النفس الأمريكي مارتن سليجمن نظرية جديدة في علم النفس واتخذ اتجاهًا جديدًا في هذا العلم. في هذا الاتجاه الجديد أخذ علماء النفس النظر في النصف الممتلئ من الكأس (التفاؤل) بدلاً من النظر في النصف الفارغ منها (التشاؤم)، ويسعى من خلال تنمية مواهب الأشخاص وقدراتهم إلى تنوير جو الأفكار والأنفس. والتفاؤل في هذا الاتجاه ينقسم إلى قسمين، التفاؤل الطبيعي والتفاؤل التبييني. والتفاؤل الطبيعي هو أنّ الشخص يرى كل شيء في المستقبل متفائلاً ويبرّره للتخلص من الضغوط النفسية. أمّا التفاؤل التبييني فهو أن ينسب الشخص النجاح إلى قواه النفسية وأسباب نفسية داخلية وأن ينسب الفشل في حياته إلى أسباب خارجية. إنّ معرفة الكاتب لهذا الاتجاه السيكولوجي ساقه إلى البحث عن هذا الاتجاه حتى يتطرق البحث إلى دراسة شعر المتنبي معترفاً بفرضية أنّ المتنبي يتسم بنظرة إيجابية وتسليط الضوء على موضوع التفاؤل في مدائحه وفق اتجاه سليجمن السيكوجي في ظل دراسات متعددة التخصصات. واعتمد البحث منهج الدراسات المكتبية وجمع المعلومات والبيانات وإثبات الفرضية المذكورة، متوصلاً إلى الإجابة على سؤال ركز عليه البحث حول التفاؤل إذا ما كان قد ظهر في مدائح المتنبي وفق الاتجاه السيكولوجي الذي سلكه سليجمن، وقد توصل البحث إلى أن هناك نوعين من التفاؤل في شعر المتنبي وهما كما مضى؛ التفاؤل الطبيعي أو الفطري والتفاؤل التبييني (الخارجي).

الكلمات الدلالية: المتنبي، التفاؤل، سليجمن، الإيجابية، مدائح المتنبي، الاتجاه السيكولوجي.

*. طالبة دكتوراه في اللغة العربية وآدابها، فرع كرج، جامعة آزاد الإسلامية، كرج، إيران
m_m_safari@yahoo.com

** .أستاذ مساعد في اللغة العربية وآدابها، فرع كرج، جامعة آزاد الإسلامية، كرج، إيران
hsh50165@yahoo.com

تاريخ القبول: ١٣٩٨/٨/٥ش

تاريخ الاستلام: ١٣٩٨/٣/١ش

المقدمة

مع ظهور نهج جديد فى علم النفس يسمى علم النفس الإيجابى، فتحت نافذة جديدة فى علم النفس. قد ابتكر هذا النوع من علم النفس مارتن سليجمن الذى «ولد فى ١٢ أغسطس ١٩٤٢ فى ألبانى، إحدى ولايات المتحدة الأمريكية وعاصمة ولاية نيويورك. لا توجد معلومات عن حياة مارتن فى مرحلة الطفولة والمراهقة. قد يكون ذلك بسبب اعتقاده الراسخ بمبدأ "هنا والآن". حتى فى مراسلاتى معه بطلب معلومات حول هذا الموضوع، أجاب على جميع الأسئلة ما عدى معلومات حول ماضيه.» (كرى، ١٣٨٩ش: ٢٤)

«نما مارتن سلجمن فى أسرة لها معتقدات طائفية-مسيحية صانها سليجمن خلال حياته حتى اليوم وأثر هذه المعتقدات بينة فى آثار البروفسور سليجمن بحيث تعمقت استنباطاته من الانجيل وهو يرغب فى تبين نظريته النفسية بالأخذ من الكتاب المقدس.» (نفس المصدر: ٢٥). «وركز سليجمن دراساته منذ سنة ٢٠٠٠م على قبول علم النفس الإيجابى الذى تبتنى أصولها على دراسة العواطف الإيجابية والصفات الإيجابية الشخصية والأنظمة الإيجابية والتحقيق حولها. وعلى أن علماء النفس الإيجابيين والسريريين يسعون إلى الحياة الممتعة. مع ذلك يفترق كلا الفريقين من الآخر باختلاف أساسى وهو أن علماء النفس الإيجابيين ركزوا جهودهم على تنمية البهجة النفسية بينما علماء النفس السريريين مرتكزون على تخفيض الاكتئاب والغموم.» (نفس المصدر: ٣٣)

فلهذا نرى سليجمن يحنج على علم النفس السلبى قائلا: «إن علم النفس علمنا حول كثير من الأمراض من المعاناة والجرائم وكيفية المواجهة بالغموم والاضطرابات ولكنه ترك البهجة النفسية وسرورها للمتفرجات وشركة هاليوود وتجارة الأشربة الكحولية فكأنه لا دور لعلم النفس فيها.» (نفس المصدر: ٤٥) بعبارة أخرى «هذه النزعة الجديدة فى علم النفس تبحث عن كيفية الحصول على أفضل الأساليب فى التفكير والتنفيذ بدلا من الأساليب للتخلص من الاستيصال والبؤسة. فالتفاؤل هو ظاهرة قيمة لحياة معنوية يمكن خدمة النفس بتوثيق المعتقدات الإيجابية حيال المستقبل.» (نفس المصدر:

٤٦) ثمَّ يجيب سليجمن عندما يسأل عن علم النفس الايجابي بأنه هل يفرض علم النفس المعروف قائلاً: «إنَّ علم النفس المعروف كان يتركز على المشاكل النفسية ممَّا أنتج فهم الأمراض النفسية ودركها بينما هدف علم النفس الايجابي تعديل تلك الرؤية والتحريض على دراسة الجوانب الأخرى للنفوس للبشرية.» (نفس المصدر: ٥٤)

هذا النوع من علم النفس «يبدأ بتحوُّل في الطريقة التي يتعامل بها علم النفس من انشغال البال بأسوء الأحداث إلى المواقف الإيجابية.» (محمد على زاده، ١٣٩٤ش: ٧٨) اتجه منهج سليجمن من التركيز على الأفكار المظلمة وضعف النفس إلى التركيز على الصفات الإيجابية وتنمية الجدارات والمواهب. «توصَّل سليجمن إلى الهندسة العكسية ومن خلال النظر إلى التدايعات السلبية مثل الاكتئاب توصَّل في الواقع إلى حلول وقائية تسمى التفاؤل.» (كريمي، ١٣٨٩ش: ٢٧) وفقاً لوجهة نظر المعالجين الإيجابيين، يمكن للمرء تحريك مشاعره في اتجاه واحد عن طريق تغيير مشاعره ومواقفه. (يدالله بور والآخرون، ١٣٩٢ش: ٨٢) وبعبارة أخرى، «كان تركيز علماء النفس السريري (الإكلينيكي) سابقاً يتجه نحو علاج حالات العجز لعلاج الإعاقة والضعف. لكن علماء النفس الإيجابيون يؤكدون على ضرورة زيادة نسبة الابتهاج والصحة والدراسة العلمية حول دور القدرات الشخصية والأنظمة الاجتماعية الإيجابية في تنمية الصحة المثالية.» (كار، ١٣٨٥ش: ٥) بناء على ذلك، «السؤال هنا لا يكمن في كيفية تعديل نقاط الضعف لدى الأشخاص، ولكن في كيفية تنمية الأشخاص وترقيتهم. يسعى علم النفس الإيجابي إلى جعل الناس أكثر قوة وأكثر إنماء حتى يؤدي ذلك إلى ازدهار مواهبهم وقدراتهم الكامنة.» (ريو، ١٣٨٣ش: ٦٣)

فمن هنا «يستدعى سليجمن علماء النفس بالعودة إلى الذات ليهتمّوا بكشف المواهب وتنميتها إلى جانب معالجة المصابين بالأمراض النفسية.» (مكيار، ١٣٩١ش: ٢٠) وهذا الاستدعاء من جانب سليجمن هو دعوة إلى كشف العواطف الإيجابية إلى جانب الاعتناء بالعواطف السلبية. فالاعتناء بالعواطف السلبية دون العناية بالعواطف الإيجابية هي بنفسها تشاؤم يغفل علماء النفس من المواهب والمقدرات النفسية للإنسان و يجرّهم إلى مجرى ضيق. «فالإنسان عندما يجرب العواطف السلبية دون

العواطف الايجابية يتعود على رؤية ضيقة المنظر تحدّد نطاق مفروضات العمل وتناول الامكانيات له.» (نفس المصدر: ٣٦) و«هذا المنظر الضيق ينتهي غالبا إلى فكرة سلبية متشائمة تنجرّ إلى عاطفة أكثر سلبية وهذا التآثر المتبادل بين الفكرة والعاطفة السلبيتين تزيل الحواجز أمام العيون وتفسح المفروضات والفرص أمام التفكير المتفائل.» (نفس المصدر: ٣٣)

فعلماء النفس مع أنّهم خطوا خطوات واسعة في مجال معالجة الأمراض النفسية ولكنهم بمنظرهم الضيق لمعالجة الأمراض أى بمنظر كشف الأمراض دون الاهتمام بالمواهب فقدوا مجال استخدام الاساليب والعواطف التي تحفّف شدة العواطف السلبية وحدّتها عند إثارتها. (نفس المصدر: ٣١) ففي الحقيقة «إنّ سليجمن في نزعته النفسية الجديدة يبحث عن كشف المقدرات المكوّنة في الذات ثم عن أساليب تنميتها بشكل متنظّم تزيد شوق الإنسان إلى حياة أكثر سرورا ونشاطا.» (نفس المصدر: ٢٤)

إن معرفة الكاتب بعناصر علم النفس الإيجابي والقواسم المشتركة بينه وبين التعاليم الدينية والشعبية، ساقه إلى التفكير في دراسة وقراءة قصائد المتنبي المتعلقة بالمعايير النفسية الإيجابية. يمتاز علم النفس الإيجابي بمبادئ وقواعد أساسية. ويرى علماء النفس الإيجابيون، أن البشر لديه فضائل وقدرات ومواهب. «الفضيلة هي أحد أكثر المواضيع التي تم نقاشها بعمق في تاريخ الفكر الإنساني ونظرية المعرفة الإنسانية. ويرى أرسطو أن الفضيلة تكمن في الذات الإنسانية.» (محمد عليزاده ، ١٣٩٤ش: ١٠٠)

يشير علم النفس الإيجابي على وجه التحديد إلى الفضائل الست باعتبارها فضائل عامة شاملة وهي «الشجاعة، والحكمة، والاعتدال، والتعالى، والسمو، والعدالة والإنسانية.» (المصدر نفسه: ١٠٠)

بمعنى آخر، فإن الفضائل المذكورة هي سمات متأصلة في البشر، وكل المواهب والقدرات تنبثق عنها. بعبارة أخرى، «إن القدرات تنفرع عن مجموعة من السمات الشخصية التي نقيس عليها القيم الأخلاقية. على سبيل المثال، تعدّ الانطوائية والانفتاحية من الصفات التي تفتقد لأية معيارية أخلاقية، ولكن في المقابل، نرى أن الشفقة والمودة والعمل الجماعي لها قيمة أخلاقية.» (المصدر نفسه: ١٠٠) كما أن

للفضائل فئات مختلفة على النحو التالى:

- الحكمة تشمل؛ الابداع، حب الاستطلاع، الشجاعة، وحب التعلم واتساع النظر.
- الشجاعة تشمل؛ الثقة بالنفس، الاستقامة، الكمال والحيوية.
- حب النوع (الإنسانية) تشمل؛ الحب والعطف والذكاء الاجتماعى.
- السعى لتحقيق العدالة، بما فى ذلك احترام المواطنة والحيادية فى القيادة.
- الاعتدال ينطوى على التسامح والشفقة والتواضع والعفة والحذر والانضباط فى إنجاز الأعمال.

- السمو والروحانية يشمل معرفة تقييم الجمال والمشاهد الإجلالية، والامتنان والأمل والتفاؤل والظرافة والروحانية. (كار، ١٣٨٥ش: ١١٧)

يلاحظ أن التفاؤل يدخل ضمن فئة "السمو والروحانية" من الفضيلة وستتم دراسته فى هذا المقال تحت عنوان "التفاؤل فى مدائح المتنبي على أساس اتجاه سليجمن النفسى".

ضرورة البحث

نظراً لضرورة إنجاز وتطوير دراسات متعددة التخصصات، من جهة وتأسيس علم النفس الإيجابى وعلاقته بالعاليم والمعتقدات الشعبية والدينية، من جهة أخرى، فإن معالجة النقاط المشتركة فى الأدب وعلم النفس الإيجابى يمكن أن يوسع نطاق البحوث متعددة التخصصات. وقد دُرس الأدباء وحياتهم وأدبهم طوال القرون المتتالية من زوايا مختلفة عرفها العلماء طوال سنوات طويلة من العلوم الشكلية الفنية إلى المعارف المضمونية الموضوعية حتى أصبح المداخل إلى دراسة الأدب مداخل متكررة دون إبداع أو بأقل ابتكار وإبداع. فهذه الدراسة تحاول تسليط ضوء جديد وتعريف مدخل حديث للباحثين فى سبيل تطوير دراسات متعددة التخصصات.

خلفية البحث

تم إجراء عدد قليل من الدراسات على ضوء علم النفس الإيجابى فى الأدب

الفارسي. أمّا في الأدب العربي فلم نعثر على دراسة جدير بالذكر. ولكن حول علم النفس الإيجابي، كان هناك العديد من الأبحاث، مثل "الازدهار" لمارتن سليجمن، "الدافع والإثارة" بقلم مارشال ريو، "علم النفس الإيجابي" بقلم آلان كار. وفيما يخص الشاعر المتنبي، ركّز البحث على ديوانه، وبما أن ديوانه يمتاز بقدرة فنية ومضامين عالية ومعبرة، فقد حظى باهتمام كبير من النقاد والأدباء والكتّاب، وقد أنجز العديد من الأعمال حول المتنبي وديوان أشعاره.

أسئلة البحث

عرف المتنبي بأنّه شاعر فخور على نفسه معتزّ عليها غلب على شعره روح الفخر والحماس كما عرف بمدح الكبار لاسيما سيف الدولة والكافور. ودرس شعره شكلا و مضمونا دراسة كاملة. تعرّف الكاتب بالاتّجاه الجديد السيكلوجي المسمّى بعلم النفس الإيجابي أو السيكلوجية الايجابية التي يعدّ التفاوض من إحدى محاورها الأساسية. فتسعى هذه الدراسة إلى الإجابة عن الأسئلة التالية: هل يشمل مدائح المتنبي التفاوض من منظور تعريف علم النفس الإيجابي؟ وهل محتوى قصائد مدائحه يحتوي على تفاؤل من منظور علم النفس الإيجابي؟

فرضية البحث

نظراً لما يمتلكه المتنبي من روح الثقة بالنفس العالية، فجاءت فرضية البحث هنا بناء على الاعتقاد بأن الشاعر متفائل جداً بالمستقبل وأن تحقيق رغباته متيسرة دائماً، وهذا ما انعكس في شعره بصورة جلية. وروح الثقة والاعتزاز بالنفس في الشاعر يجعله في مقدمة أصحاب التفاوض التبييني الذي يقوم بانتساب النجاحات في الحياة إلى النفس والمقدرات الذاتية النفسية، كما يقوم بانتساب الهزائم في مسار الحياة إلى الأسباب الخارجة عن النفس.

منهج البحث

قد اعتمد البحث على دراسات المكتبة والمنهج الوصفي التحليلي، مسلطاً الضوء

على مقارنة الشواهد الشعرية المستخرجة من ديوان المتنبي باتجاه علم النفس الإيجابي. فالكاتب جمع مادّته من طيات الكتب في علم النفس و تسليط ضوءها على آيات المتنبي، ثمّ قام بالتحليل الوصفي لها و الاستنتاج منها.

التفاؤل في مدائح المتنبي في ضوء اتجاه سليجمن النفسى

يرى سليجمن، أن «الأمل والتفاؤل يحددان التوقعات والأحداث الإيجابية والشعور بأن المساعي والتخطيط يوفران العديد من الفرص التي تؤدي إلى السعادة والاستقامة والحياة الهادفة. بمعنى آخر، إن الأمل والتفاؤل بالمستقبل والتوجه نحوه، يعبران عن الحالة المعرفية للعمل والمثابرة نحو المستقبل.» (محمد عليزاده، ١٣٩٤ش: ١٠٩)

«التفاؤل عادة عبارة عن نتيجة لرؤية الكأس الممتلئ ... إن مبدأ رؤية المتفائلين تؤكد لنا تكرار عبارة متفائلة مثل "كل يوم أنا في تحسّن"، و"سأحقق الهدف دائماً". وهذه تشكل جزءاً من علامات التفاؤل، لأن التفاؤل شىء أعمق من ذلك. لقد بحث خلال ٢٠ عاماً في هذا المجال أسس التفاؤل التي اكتشفها الباحثون، فتوصلت إلى أن أساس التفاؤل ليس في تكرار الكلمات الإيجابية أو مجرد التفكير بالنجاح ولكن في أسلوب التفكير الواضح في الأسباب.» (سليجمن، ١٣٧٩ش: ٧٧)

كان التفاؤل موضوعاً ذا أهمية كبيرة للشعراء وتقاد الأدب العربى، الفتوا إليه بشكل ملحوظ. وقصائد المتنبي لم تكن حافلة بالتفاؤل فحسب، بل تعكس النظرة التفاؤلية للمتنبي نظراً للاهتمام الخاص الذى يوليه الشاعر لصفات الممدوح الحميدة، بعبارة أخرى، إن المدح الصادق يعتمد فى جوهره على التفاؤل. لذلك، كلما وجدت قصيدة شعر أثنى فيها المتنبي على الآخرين، يمكن أن تجد فيها التفاؤل.

قبل معالجة التفاؤل فى الشعر المتنبي، نشير أولاً إلى شواهد شعرية قديمة تحمل روح التفاؤل والأمل. من جملة هذه الأشعار نشير إلى بيت للشاعر الصعلوك عروة بن الورد الذى لم يفقد الأمل على الرغم من صعوبات الحياة.

فسر في بلاد الله والتمس الغنى تعيش ذا يسار أو تموت فتعذرا

(ابن سكييت، ١٩٢٦م: ١٩١)

إنه يرى أن الموت أمر لا مفرّ منه ويقنع به، لذلك ينادى بالأمل والتفاؤل ويدعو إلى السير في الأرض حتى الوصول إلى مرحلة الغنى. فى مكان آخر يقول:
فلا أنا ممّا جرت الحرب مشتك ولا أنا ممّا أحدث الدهر جازع
(المصدر نفسه: ١٧٩)

ومن شعراء الصعاليك أيضاً يمكن أن نشير إلى الشاعر تأبط شراً الذى يتشكّى من صعوبات الدهر ومتاعب الحياة، ولكن هذه المصاعب لا تحدّ من التفكير بالأهداف وطرق الوصول إليه وتحقيقه، بل يرى الحياة جارية ويقول:

قليل التشكّى للمهمّ يصيبه كثير الهوى شتى النوى والمسالك

(تأبط شرا، ١٩٨٤م: ١٥١)

وكان التفاؤل فى الشعر العربى المعاصر موضع اهتمام كبير، وظهر فى شعر إيليا أبو ماضى وسائر الشعراء حيث كان موضع اهتمام النقاد والأدباء ولكن نطاق البحث لا يتسع فيه ولا يقتضيه.

١- التفاؤل الطبيعى (الفطرى)

ينقسم التفاؤل إلى نوعين من وجهة نظر علماء النفس الإيجابى. التفاؤل الطبيعى أو الفطرى والتفاؤل التبيينى. «التفاؤل الطبيعى أو الفطرى هو توقع عام بأن الحوادث الجيدة ستحدث فى المستقبل أكثر من الأحداث السيئة... ويستمر المتفائلون فى متابعة أهدافهم السامية والعمل من خلال استراتيجيات خاصة بالتأقلم المؤثر والفعال، يقومون بتعديل أنفسهم وتنظيم مزاجهم الشخصى حتى يتمكنوا من تحقيق أهدافهم.» (كار، ١٣٨٥ش: ١٧٠)

وقد عبّر شعر المتنبى عن هذا النوع من التفاؤل بشكل عام، وغالبا ما توجد دلالات لهذا النوع من التفاؤل فى شعر المتنبى الذى يعتمد على التأقلم المؤثر وتعديل الحالات النفسية وتخلّص الفكر والنفس من العقد والأفكار السيئة. يقول المتنبى فى هذا الاتجاه:

لو كانَ سَكْنائى فيه منقصةٌ لم يكن الدّرُ ساكنَ الصدفِ

(المتنبى، ١٣٦٨ش: ٤٣٩)

في هذا البيت، يخلص الشاعر من أى مأزق نفسى وفكرى، وفي نظرة إلى المستقبل بنظرة تفاؤلية رغم أنه عائم في المشاكل فيبطل جميع العوامل المزعجة والعائقة داخلية كانت أو خارجية. ويقنع بالوضع الحالى ويتعامل معه بفعالية. ويقول الشاعر في مكان آخر:

ما أنا منهمُ بالعيشِ فيهم ولكن معدنُ الذهبِ الرغامُ

(المتنبي، ١٣٨٦ش: ١٩١)

في هذا المقطع، يختار الشاعر أيضاً طريقة فعالة للتعامل مع حالاته النفسية، ويخلص نفسه من كل الحوادث والحالات المشائمة التي تحيط به وتستولى على حياته بنظرة عامة وحكيمة. نجد هذا المعنى في البيت التالى أيضاً:

فإن تفق الأنامُ وأنتَ منهم فإنَّ المسكُ بعضُ دمِ الغزالِ

(المصدر نفسه: ١٥٤)

فهو يضع اليأس والتشاؤم جانباً وبنظرة تفاؤلية يجتاز مرحلة عدم تجاوب الظروف والناس. وهذا لا يجعله في موقف ضعف وعجز وإنما يتأقلم مع الظروف الصعبة ويقنع بها بشكل فعال ومؤثر.

يرى سليجمن أن مجرد التفكير بعمق في الأسباب والعلل واعتبارها واضحة بينة بدل اعتبارها عويصة غامضة، يؤدى إلى التفاؤل وبعث الأمل في النفس. ويؤدى هذا التفكير المتعمق والمتجذر فى اكتشاف الأسباب، إلى تحرر فكر الشاعر وتهدئة نفسيته من أى حدث تتوالد عنه أفكار تشاؤمية.

وفي بيت آخر يجعل الشاعر الحوادث المشائمة سهلة ومقبولة، مما يمهّد الطريق نحو المستقبل، ويجعل المستقبل أكثر إشراقاً والوصول إليه ميسوراً وسهلاً فيقول:

بذا قضتِ الأيامُ ما بينَ أهلها مصائبُ قومٍ عند قومٍ فوائدُ

(المتنبي، ١٣٨٢ش: ٥٨٠)

هذا النوع من الموقف المتفائل والإيجابي، قد أثبتته العديد من الناس من خلال تجاربهم المتعددة فى الحياة اليومية. كأن المتنبي تعلم أنه فى خضم المصائب والمتاعب، هناك فوائد فى المستقبل على المرء أن ينتبه إليها ولا يتجاهلها، ولا ييأس من المستقبل بل قد اجتاز

جميع المآزق والمتاعب بروح تفاؤلية رحبة متطلّعاً إلى مستقبل مشرق متألّق.
بالإضافة إلى الأمثلة المذكورة آنفاً، فإن النظرة التفاؤلية والاستنباط العقلاني يتسم
أحياناً بلون اجتماعي، كما في النص أدناه، حيث يدعو إلى التفاؤل في مواجهة
بعض الأفكار السيئة التشاؤمية وتدعو بشكل غير مباشر إلى الإنصاف والعدل. ويمزج
الواقعية بالتفاؤل ويقول:

وما كل بمعذور ببخل ولا كل على بخل يلام

(المصدر نفسه: ١٩٣)

فهو لا يغتفر لثرى ببخل، ولا يقبل اتهام أى فقير بالبخل وإلقاء اللوم عليه. ويدعو
الشاعر في هذا البيت الذى تحوّل إلى أحد الأمثال العربية إلى تعديل الحالات النفسية
والتلاحم الفعال والمؤثر مع الظروف.

وأحياناً يظهر التفاؤل الفطرى والطبيعى بفلسفة تعبّر عن عدم استمرار كل من
الارتياح والاكئاب، وعدم الجدوى من الحزن والكآبة فى ديوان المتنبي:

لا تلقَ دهرَكَ إلا غيرَ مُكثَرٍ مادامَ يَصْحَبُ فى رَوْحِكَ البدنُ
فما يدومُ سرورٌ ما سُررتَ به ولا يَردُّ عليكِ الفاتتَ الحزنُ

(المصدر نفسه: ٣٦٤)

يجتاز الشاعر بسهولة المرارة والحلاوة ومواطن الفرح والحزن لتحقيق أهدافه معتمداً
على التفاؤل الطبيعى أو الفطرى. ولا تمنعه تلك الأحداث من هدفه وغايته فى شىء.
توجد أيضاً فى الأبيات التالية المساعى الرامية إلى تحقيق الأهداف والمآرب،
والتحكم فى النفس، والتصالح والتوصل إلى تعديل السلوك لتحقيق الرغبات، وتجاوز
المشاعر العادية والعابرة التى تعبّر جميعها عن تواجد روح تفاؤلية فى نفسية الشاعر.

غنى عن الأوطانِ لا يستفزنى إلى بلدٍ سافرتُ عنه إيابُ
وعن دَمَلانِ العيسِ إن ساحتَ به وإلا ففى أكوارِهِنَّ عقابُ
وأصدى فلا أبدي إلى الماءِ حاجةٌ وللشمسِ فوق البِعمَلاتِ لُعبُ
وللسرِّ منى موضعٌ لا ينالهُ نديمٌ ولا يفضى إليه شرابُ
وللخودِ منى ساعةٌ ثمَّ بيننا فلاةٌ إلى غيرِ اللقاءِ تجابُ

وما العشقُ إلا غرّةٌ وطماعةٌ يُعرّضُ قلبٌ نفسه فيصابُ
وغيرُ فؤادى للغوانى رميّه وغيرُ بنانى للزجاج ركابُ

(المتنبي، ١٣٨٢ش: ٤٢٣-٤٢٧)

لقد ترك الشاعر الوطن سعياً إلى تحقيق رغباته، يمتطي مركباً مذلاً الصعاب والعقبات وإذا لم يسعفه الدهر في الوصول إلى غايته لا يدخل اليأس قلبه ولا يتشاءم أبداً، ولكنه يخلّق في السماء كالنسر الشامخ غير متشائم ولا عاثر. ومن هنا تأتى السيطرة على الوضعية الصادمة التى تؤدى إلى المقاومة والمناعة ضد الاستسلام والتفاؤل والخلاص. ولا يمنع شىء في هذا الطريق الوعر بل يزداد قوة وقدرة على مواجهة التحديات مهما كانت أنواعها ويزوّده التفاؤل بطاقة العمل مدّة أطول وبذل جهد أكبر انطلاقاً من ثقته بجدوى العمل لتحقيق الهدف والغاية المنشودة. فمرافقة الغانية الفاتنة لا تفسد عليه أمره في طلب أمنياته وتحقيق طموحاته بل يتخلّى عنها بكل هوادة ويخطو خطواته نحو الهدف والعالية غير متوان ولا متهاون. فهو ليس بمحب يملك الحبيب قلبه ولا المجنون والقدح والتبيذ يسلب عقله وفكره. يتحكم الشاعر بشكل كامل في حالاته، ولتحقيق أهدافه يتحمّل العربة ويقتنع بالصعوبات والعقبات متخلياً عن كل المذات. تراه يتماشى مع الظروف الصادمة باعتبارها استراتيجية أساسية لتحقيق الغاية. فإذا تم تغيير ما يجول بداخلك من حوارات لا بد أن تصل إلى نتائج مذهلة.

ويقترّب الشاعر هنا من وجهة نظر سليجمن القائلة "أنا متفائل دائماً بمستقبلى"

ويقول:

أرى لى بقربى منك عينا قريرةً وإن كان قريباً بالبعد يشابُ

(المصدر نفسه: ٤٣٨)

إنه يأمل في الحصول على التقرب ولقاء الحبيب فى الوقت الذى يمتزج القرب بالبعد، ويرى ذلك قرّة عين له.

٢- التفاؤل التبييني (الخارجي)

ينسب الشخص فى هذا النوع من التفاؤل المشاكل والمجربّات النفسية وعللها

إلى اسباب خاصة عابرة خارجة عن النفس وفقاً للحالات السائدة على النفس. أما المتشائمون فإنهم يبينون المشاكل والمجربّات السلبية النفسية بانتساب العلل إلى أسباب ثابتة عامة كفشل شخصي. فعلى سبيل المثال إنّ المتفائل عند فشله في الامتحان لا يتّهم نفسه ولا يلومها بل يتّهم أسئلة كانت غير صحيحة أو يتّهم صالة تمنع تركيز الأفكار عند الامتحان. أما المتشائم ينسب الفشل إلى عدم أهليته للدخول في الجامعات أو ينسبه إلى فقد المواهب النفسية عنده. (كار، ١٣٨٥ش: ١٧٢) فمن علامات الأشخاص المتفائلين أنهم لا يرون أسباب الفشل في داخل أنفسهم ولكن خارج نطاق أنفسهم. يطلق على هذا النوع من التفاؤل التباؤل التبييني، وبناءً على التباؤل التبييني، يبحث الشخص عن أسباب التجارب السلبية والحوادث الصادمة في خارج نفسه. (كار، ١٣٨٥ش: ١٧٢)

وللتفاؤل دور كبير في مجال تربية الأطفال تربية راقية تعطي لهم ثقة واعتزازاً لها. وانتساب النجاح في الحياة إلى أسباب نفسية عامة ثابتة أو انتساب الفشل إلى أسباب خاصة عابرة خارجة عن النفس تجعل الأسرة أسوة حسنة للأطفال في حياتهم. فالتفائلون هم من أسر تدركون فشلهم و تنسبونها إلى اسباب خارجة عن أنفسهم لا على أسباب نفسية داخلية. (نفس المصدر: ١٧٤)

وللتفاؤل علاقة بتأجيل الرضا الناتج عن المصالح القصيرة المدى في الحياة رجاء للحصول على الأهداف البعيدة المدى. لأنّ المتفائلين يعتقدون على أنّ الأهداف البعيدة في متناول الأيدي. فعلم دراسات المستقبل والماضي والدراسات حوله يدلّ على أنّ أصحاب أسلوب التفاؤل التبييني عند مواجهة مشاكل الحياة و ضغوطها أقلّ إصابة بالكآبة النفسية والوهن الجسمي بالنسبة إلى الآخرين. (نفس المصدر: ١٧٤)

يعتقد المتنبئ أيضاً أنه في كثير من الحالات، حتى عندما يكون سبب الفشل داخلياً نوعاً ما، فإنه يربطه بعوامل خارجية وعوامل أخرى غير نفسه بمهارة كبيرة. بعبارة أخرى، في حال الشعور بالضعف والعجز في مظهره يعزو نقاط الضعف والعجز إلى مظهره، مبرراً نفسه من تلك نقاط الضعف ويقول:

جلا اللون عن لون هدى كل مسلكٍ كما انجاب عن ضوء النهار الضباب

وفي الجسمِ نفسٌ لا تشبُّ بِشَبِيبةٍ ولو أنَّ ما في الوجهِ منه حرابٌ
لها ظفرٌ إنَّ كلَّ ظفرٍ أعدّه ونابٌ إذا لم يبقَ في الفمِ نابٌ
يغيرُ منِّي الدهرُ ما شاءَ غيرَها وأبلغُ أقصى العمرِ وهى كعابٌ

(المتنبي، ١٣٨٢ش: ٤٢٠-٤٢٢)

يرى الشاعر نفسه قادراً على تحقيق غرضه، وعلى الرغم من أن أعراض الشيخوخة ظهرت عليه ولكنه يصور نفسه بمظهرين؛ إحداها ظاهرة في شخصه كهيئة وصورة والأخرى تعبر عن نفسه. وهو لا يعزو نقاط ضعفه وعجزه إلى نفسه، ويعتبر الأهداف إنما تتحقق بالتفاؤل والثقة بالنفس، وإنما يعزو نقاط ضعفه وعجزه إلى مظهره فحسب. من خلال التفاؤل التبييني، فيعتبر أسباب الفشل تأتي من خارج نفسه وليست تابعة عن نفسه.

وبالتالي، إذا رأى أن فترة حياته تدنو إلى المشيب والشيخوخة، فهو يرى نفسه شاباً أكثر حيوية، ويرى أن شبابه الداخلي لم يطله الزمن. ويعدّ هذا التفاؤل الداخلي إزاء نفسه أحد عناصر التفاؤل التبييني.

وفي الأبيات التالية، يشير الشاعر أيضاً إلى هذا التفاؤل التبييني بشكل آخر حيث يقول:

يهونُ علىّ مثلى إذا رامَ حاجةً وُفوعُ العوَالى دونَها وَالقَوَاضِيبِ
كثيرُ حياةِ المرءِ مثلُ قليلِها يزولُ وباقى عيشِهِ مثلُ ذاهِبِ
إليكَ فإنِّي لستُ مَن إذا اتَّقَى عِضاضُ الأفاعى نامَ فوقَ العقارِبِ

(المصدر نفسه: ٣٤٥-٣٤٤)

يرى الشاعر العقبات والمتاعب تنزل عليه مثل الرماح والسيوف من الخارج، لكنه متفائل لما يمتلك من قدرة وإرادة قويين للوصول إلى أهدافه. إنه لا يرى أى صعوبة فى قبول الصعاب وهو فى طريقه إلى تحقيق مآربه. ويأتى بالحجة التفاؤلية فى البيت الثانى، قائلاً إن العمر الطويل كالعمر القصير، وباقى العمر سيمرّ كما مرّت سنينه فى الماضى، لا فرق بينهما. فتفاؤله بنفسه الذاتية فى مواجهة الشدائد واضحة تماماً فى هذه الأبيات، حيث يرى الصعاب والأحداث الصادمة عوامل خارجية لا تمت أى صلة

بنفسه وشخصه.

في المقطع التالي أيضاً يعزو الشاعر أسباب الفشل إلى عوامل خارجية:
لقد لعبَ البينُ المُشْت بها وبى وزوَدنى في السيرِ ما زوَدَ الضُّبا

(المصدر نفسه: ١٥٨-١٦٠)

يصور الشاعر المتنبى حالة فشله ويعتبرها فعلا من أفعال الزمن ونتاجة عن غدر الزمن وخيانتة التي تركت يد الشاعر في حالة عجز حالت دون لقائه الحبيب ولم تترك له سوى الحيرة والدهشة والخوف.

النتيجة

كما مضى فإنّ التشاؤم هو النظر في الحياة من منظر ضيق يحبس الأفكار ممّا يزيد الإنسان يأسا وضجرا وأما ويخوّفه من الفشل فيغلق أبواب المستقبل أمامه ويجرّه إلى حياة مليئة من الخوف الدائم واليأس المتواصل والقلق المستمر. فعندما يترك علماء النفس الكشف عن الصفات السامية المكوّنة في نفس الإنسان ويتناولون البحث عن الأمراض ومعالجتها فقط فإنّهم لا يعوضون إلا في بحر من نقصان وظلام نفسى وبذلك يمكن القول إنّ علم النفس الباحث عن الأمراض والمعالج لها هو في الواقع علم النفس المتشائم لا يخرج من التشاؤم إلا توسيع المجال أمامه باستخدام الرؤية المتفائلة. فالتفاؤل هو ترك النظر في الحياة من منظر ضيق ممّا يؤدّي إلى فسح المجال أمام الإنسان بكشف المواهب والقوى الكامنة في نفسه ليجعله قويا نشيطا ويخرجه من تحت الحواجز الوهمية غير الواقعية التي أوجدتها تشاؤم الأفكار. فالتفاؤل يضيئ المستقبل أمام الإنسان ويثيره إلى الأمام. فعلم النفس الإيجابي خلافا لنظيره السلبي يقوم بعلاج الأمراض النفسية إلى جانب إبراز المقدرات الكامنة في النفس وتوضيحها وتقوية العواطف الايجابية. ومن العواطف الايجابية التي تتجذّر في المستقبل هو التفاؤل بقسميه التفاؤل الفطرى والتفاؤل التبيينى. فالتفاؤل الفطرى في الحقيقة تفاؤل منفعل يرى الإنسان به كلّ شيء في المستقبل إيجابيا. أمّا التفاؤل التبيينى فهو تفاؤل فعال ينسب به النجاح إلى الأسباب الداخلية النفسية كما ينسب الفشل إلى أسباب خارجية

عن النفس.

وترك الشاعر في ديوانه العديد من علامات التفاؤل، فأثناء معالجته للتفاؤل الطبيعي أو الفطري قد عبّر المتنبي عن هذا النوع من التفاؤل بشكل عام، وغالبا ما توجد دلالات لهذا النوع من التفاؤل في شعر المتنبي الذي يعتمد على التأقلم المؤثر وتعديل الحالات النفسية وتخلص الفكر والنفس من العقد والأفكار السيئة بطريقة فعالة للتعامل مع حالاته النفسية، ويخلص نفسه من كل الأحداث والحالات المتشائمة التي تحيط به وتستولي على حياته بنظرة عامة وحكيمة. وهناك أيضا العديد من الأبيات والقصائد عبّرت في طياتها عن التفاؤل التبييني. ثم إن الاعتزاز والثقة بالنفس من الأمور التي كثيراً ما نشاهده في قصائده وهي تعتبر في ذاتها نماذج واضحة للتفاؤل التبييني، حيث لا يرى نفسه عاجزاً ولا مرتبكاً في طريقه إلى تحقيق أهدافه وعندما لا يصل إلى الغاية لا يجد لفشله عاملاً إلا في خارج نفسه ولا ينسى أبداً ما تحمل نفسه من تفاؤل ذاتي قائم بنفسه مؤكداً عليه بصورة مباشرة.

المصادر والمراجع

- ابن سكيت. (١٩٢٦م). شرح ديوان عروة بن الورد العبسي. الجزائر: جولد كربول.
- البرقوقي، عبد الرحمن. (١٣٦٨ش). شرح ديوان المتنبي. ط ١. قم: امير.
- _____ (١٩٨٦م). شرح ديوان المتنبي. بيروت: دار الكتب العربي.
- _____ (١٣٨٢ش). شرح ديوان المتنبي. ترجمة عليرضا منوچهریان. ط ١. همدان: نور علم.
- _____ (١٣٨٧ش). شرح ديوان المتنبي. ترجمة عليرضا منوچهریان. ط ١. تهران: زوار.
- ريو، مارشال. (١٣٨٠ش). انگيزش و هيجان. ترجمة يحيى سيد محمدی. طهران: ويرايش.
- على ذوالفقار، شاکر. (١٩٨٤م). تأبط شراً وأخباره. بيروت: دار الغرب الإسلامي.
- کار، آلان. (١٣٨٥ش). روانشناسی مثبت. ترجمة حسن پاشا شريفی. ط ١. طهران: سخن.
- کريمی، رامین. (١٣٨٩ش). مارتین سليگمن. ط ١. طهران: دايره للنشر.
- مگيار-موئی، جينا. ال. (١٣٩١). فنون روانشناسی مثبتگرا. ترجمة فريد براتی سده. ط ١. طهران: رشد.
- محمد عليزاده، ناهيد و همکاران. (١٣٩٤ش). اعتياد از نگاه روانشناسی مثبت گرا. ط ١. طهران: سيمای دانش.

معروف، يحيى. (١٣٩٢ش). «دراسة نقدية لدوافع التشاؤم بالغراب بين الفارسية والعربية». مجلة إضاءات نقدية في الأدبين العربية و الفارسية. السنة الثالثة. العدد ١٠. صص ١٥٣-١٣٣.
يدالله پور، محمدادی و همکاران. (١٣٩٢ش). «بررسی تطبیقی بهبود کیفیت زندگی از منظر اسلام و روانشناسان مثبتگرا». مجله دین و سلامت. السنة الأولى. العدد ١. صص ٧٢-٨٣.