

النمو الروحي والطمأنينة الوجودية (دراسة تأويلية للعلاج بالفلسفة.. كيركجور نموذجاً)

أ.م.د/ دعاء محمد عبدالنظير حماد⁽¹⁾

الملخص باللغة العربية

إن المهمة الأساسية للفلسفة هي تنمية القدرة على الحياة، وتحقيق النمو الروحي والذي يعني تحقيق ذاتك، وإيجاد هذه الذات، بل وإعادة اكتشاف هذه الذات، علاوة على أن موضوع الفلسفة ليس هو العالم، ولكن رؤيتنا للعالم، إذ إن غاية الفلسفة تنمية قدرتنا على العيش الجيد، وإصلاح الكينونة، بناء على الوعي الذاتي، وتحقيق الذات بمعناها الروحي. فإذا كان النمو إجمالاً حاجة حيوية لدى كل الكائنات، فإن النمو الروحي هو الحاجة الأكثر إنسانية. وهنا يكون دور الفلسفة في تذليل العقبات أمام النمو الروحي للذات، والنوع البشري. وهذا يرتبط بما نسميه اليوم بالعلاج الفلسفي، مما يساعدنا على تحقيق هدفنا المنشود. إذ يترتب على هذا العلاج الفلسفي تغيير مفاهيمنا. فنحن لا نفكر بواسطة اللغة فقط، ولكن بواسطة المفاهيم، وإعادة صياغة هذه المفاهيم، وذلك للنجاة من سطوة مشاعر الخوف والغضب والحزن، من أجل الشعور بالسلام والسكينة والطمأنينة الوجودية (الأتاراكسيا) التي ترشدنا كيف نعيش الحياة على نحو جيد. ولذا فإن الأتاراكسيا تشمل معاني التوازن النفسي، اطمئنان القلب، سكينة الروح، السلام الداخلي، الطمأنينة، أو بالأحرى الطمأنينة الوجودية التي تتحقق في وجود النمو الروحي. ونقصد بالطمأنينة الوجودية تحقيق الذات في تفاعلها مع الآخر، في لغة مشتركة من الحوار والتعايش وتحقيق نوع من التوازن المشترك والذي ينعكس على الأشخاص وعلى المجتمع بل وعلى الحضارة، وهنا يظهر مدى ارتباط النمو الروحي بالطمأنينة الوجودية، بمعنى أن تحقيق الذات واكتشافها يحمل بعداً من النمو الروحي والسلام والتوازن النفسي، ومن ثم تحقيق قدرة الإنسان على العيش الجيد.

الكلمات المفتاحية

الأتاراكسيا - الطمأنينة - كيركجور - الفينومينولوجيا - السعادة.

Spiritual Growth and Existential Ataraxia

(An Interpretive Study of the Philosophical Therapy)

Abstract:

(1) أستاذ مساعد الفلسفة الحديثة والمعاصرة، كلية الآداب، جامعة الإسكندرية.

The primary task of philosophy is to develop the ability to live, achieve spiritual growth, which means realizing yourself, finding this self, and even rediscovering this self, in addition to that the subject of philosophy is not the world, but our vision of the world, as the goal of philosophy is to develop our ability to live well , and the reform of being, based on self-awareness, and self-realization in its spiritual sense. If growth in general is a vital need for all beings, then spiritual growth is the most human need. And here is the role of philosophy in overcoming the obstacles to the spiritual growth of the self and the human kind. This is related to what we call today philosophical therapy, which helps us achieve our desired goal. This philosophical treatment entails changing our concepts. We do not think by means of language only, but by means of concepts, and reformulating these concepts, in order to escape the sway of feelings of fear, anger and sadness, in order to feel peace, tranquility and existential reassurance (Ataraxia) that guide us how to live life well. Therefore, ataraxia includes the meanings of psychological balance, reassurance of the heart, tranquility of the soul, inner peace, tranquility, or rather the existential reassurance that is achieved in the presence of spiritual growth. By existential reassurance, we mean realizing the self in its interaction with the other, in a common language of dialogue and coexistence and achieving a kind of common balance that is reflected in people, society and even civilization. Peace and psychological balance, and then achieve the human ability to live well.

keywords

Philosophical therapy – Existential therapy – Spiritual growth – Ataraxia (tranquility) – The will to live – Self-awareness – Self-realization – Peace – Dialogue – Coexistence – The other – Hermeneutics – Criticism – Phenomenology – Philosophical counseling – The will to change – Happiness.

مقدمة

يعاني الإنسان من توتر وجودي مزمن قد يؤثر على مجمل خياراته الحياتية، فذاتك عبارة عن نقطة تقاطع بين تيارات جارفة ومتصادمة، هذه التيارات إما مخاوف وأحزان، وإما إحباطات نفسية. وهنا تكمن مهمة الفلسفة وهي حفظ الأمن الروحي والنمو الروحي والطمأنينة الوجودية. إذن مهمة الفلسفة الأساسية هي تنمية القدرة على الحياة الجيدة، علاوة على أن موضوع الفلسفة ليس العالم، ولكن رؤيتنا للعالم. وحينما يقول سقراط: "اعرف نفسك بنفسك" معناه أنك لن تعرف نفسك إلا عن طريق فهم اختلافك عن غيرك. اعرف نفسك معناها إيجاد ذاتك وإعادة اكتشاف هذه الذات بناء على الوعي، فالإنسان يحتاج للشعور بذاته ووجود ذاته على وجه التحديد، وهذا النمو يحمل بعدا روحيا وعقليا للذات في سبيل تحقيقها.

ومن هنا فإن كل الأحكام قابلة للتعديل أو إعادة التأويل ولذا فإن اضطراب الروح ينجم عن عدم الفهم، أو الفهم غير الصحيح، مما يهدد النفس أو الروح. فالتفكير الجيد يعني حياة جيدة، فنحن لا نفكر بواسطة اللغة فقط، لكننا نفكر بالأحرى بواسطة المفاهيم. ولذا تعود أهمية البحث لبيان كيف أن العلاج الوجودي يتضمن علاج الروح، وهو ما يدخل في إطار النمو الروحي الذي يعني أيضا تحقيق الذات الفردية، بل وتحقيق النمو الحضاري للبشرية، هذا العلاج الوجودي، أو بالأحرى العلاج الفلسفي الوجودي، وهذا النمو الروحي يطرح مشروعا لتحسين الحياة، والقدرة على الحياة الجيدة، وخاصة عند كيركجور، ولذا فإن المقصود بالعلاج الفلسفي الوجودي، ذلك العلاج الذي يسعى لتحقيق النمو الروحي والطمأنينة الوجودية.

فإذا كان النمو الروحي هو الحاجة الأكثر إنسانية لدى الإنسان، هنا يكون دور الفلسفة هو تذليل العقبات أمام النمو الروحي للذات والنوع البشري. إننا نتحدث هنا عن أمراض الكينونة التي يتوجب على الفيلسوف تشخيصها باعتبارها طبيب الروح، ومن ثم يكون الهدف من العلاج الفلسفي، أو العلاج الفلسفي الوجودي هو تحقيق ذاتك أو تدبير ذاتك، وإدارة هذه الذات "وهذا ما نعنيه بالطمأنينة الوجودية التي تهتم بسعادة الإنسان وتحقيق قدرته على العيش الجيد". وذلك بإعادة صياغة مفاهيمنا وتصورتنا لتتحول انفعالاتنا السلبية كالحزن والخوف إلى انفعالات إيجابية تساعدنا على تحقيق الطمأنينة الوجودية، كما هي الحال عند كيركجور.

إشكالية البحث

يترتب على ما سبق أن تكون إشكالية البحث على النحو التالي: كيف تستدعي القدرة على الحياة القدرة على التفكير؟ وكيف تستطيع مقاومة سطوة مشاعر الخوف والغضب والحزن أن تؤدي إلى تحقق السلام؟ وكيف تكون هذه النجاة ثمرة أسلوبك في الحياة؟ وما مدى دور العقل في تغيير مفاهيمنا وتصورتنا وآرائنا وانطباعاتنا ومواقفنا؟ وكيف تكون لدينا حقا إرادة التغيير؟

فإذا أردنا تحقيق الذات عن طريق العلاج الوجودي، وجدنا أن هذا الهدف يهتم بمفهوم أوسع شمولاً ألا وهو مفهوم الحياة، وكيف نعيش الحياة، فهنا نتحقق الأنتاراكسيا، والتي تشتمل على ما يلي: الأمن الروحي، السكينة النفسية، التوازن النفسي، اطمئنان القلب، سكينة الروح، السلام الداخلي، النمو الروحي، الطمأنينة، أو بالأحرى الطمأنينة الوجودية، التي لن تتحقق إلا عند تحقيق الذات وبكامل الوعي الذي يحقق النمو الروحي للفرد، وللنوع البشري أيضا. هذا وسترابط هذه المفاهيم بالاستشارة الفلسفية وبالتالي بالعلاج الفلسفي عند كيركجور.

تساؤلات البحث

س1: هل نغير الحياة أم نغير التفكير؟

س2: ما العلاقة بين العلاج الفلسفي والعلاج النفسي؟
 س3: ما العلاج الوجودي، وكيف تحقق عند كيركجور، وبصيغة أخرى كيف تحقق النمو الروحي والطمأنينة الوجودية لديه؟
منهج البحث:

هو المنهج الهيرمينوطيقي "التأويلي"، وكذلك المنهج النقدي، والتحليلي كلما اقتضى الأمر.
محتويات البحث:

يحتوي البحث على مقدمة وعناصر البحث الأساسية وخاتمة ونتائج البحث، وقائمة المصادر والمراجع.
عناصر البحث:

أولاً: العلاج الفلسفي.. مفهومه وأهدافه.

ثانياً: العلاقة بين العلاج الفلسفي والعلاج النفسي.

ثالثاً: العلاج الفلسفي الوجودي عند كيركجور.

أولاً: العلاج الفلسفي.. مفهومه وأهدافه:

أ- مفهوم العلاج الفلسفي:

يشير مصطلح العلاج الفلسفي philosophical treatment إلى وجود نوع من المعاناة للتعامل معها بشكل علاجي، وبالتالي فإن أقصر تعريف للفلسفة هو أنها وسيلة لعلاج أو تقليل المعاناة، ولكن ليس بالضرورة أن تؤدي إلى حالة من السعادة happiness. فنحن نمتنع عمداً عن وصف الفلسفة على أنها وصفة واعدة بالسعادة. كما يشمل مصطلح العلاج أنواعاً أخرى من الخدمات، لاسيما رعاية الجسم والروح⁽¹⁾.

إن المكون الأول للعلاج الفلسفي هو الوعي. فمعظم طالبي الاستشارة لديهم أنماط من السلوك أو الأفكار أو المشاعر التي لا يمكن ملاحظتها بسهولة، ويمكن أن يكون هذا هو السبب في أن يواجه المعالج نفس المشاكل في علاقته بطالب الاستشارة. ولذا فالمعالج سيعمل متعاوناً معه، لاستكشاف مجالات مختلفة من حياته: حين يكافح، حين يبلى بلاء حسناً. فإذا تمكن المعالج من اكتشاف سبب سير الأمور بشكل جيد في بعض مجالات حياة طالب الاستشارة، فقد وصل لتعديلات إبداعية في السلوك. إما للتكيف مع البيئة أو البقاء على قيد الحياة، أو ابتكار طرق جديدة للانخراط في الحياة وبناء حلول جديدة⁽²⁾.

ب- أهداف العلاج الفلسفي:

إن هدف الفلسفة تحسين الروح الإنسانية والعمل على نموها من خلال تخليصها من الأفكار الخاطئة التي تمرضها.. ثم أصبح هذا التحدي الأساسي للفلسفة. تولت العديد من المدارس السقراطية والهلينستية Hellenistic خلال فترة سقراط (470 ق.م

(1) Banicki konrad, 2014; philosophy as a therapy Towards a conceptual model, Philosophical Papers, vol 43, Routledge, south africa, pp.9,10.

(2) Counseling service, 2022; our treatment philosophy, p. 2 <https://focusforwardcc.com/about/treatment-philosophy>.

– 399 ق.م) مهمة إيجاد حل لهذا التحدي. وكذلك المدرسة الأبيقورية Epicureanism، والمدرسة الرواقية Stoicism. وقد قامت هذه المدارس بمحاولات جادة لتشخيص مشاكل الإنسان وتقديم بعض العلاجات لها. فقد أرسى أبيقور Epicurus (341 ق.م – 270 ق.م) أساس الفلسفة كعلاج. ويرى أنه: لا فائدة من الخبرة الطبية، إذا لم تعالج الأمراض الجسدية، كذلك أيضا لا فائدة من الفلسفة إذا لم تطرد معاناة الروح⁽¹⁾.

كما تعني الأتاراكسيا Ataraxia أيضا التحرر من اضطراب الانفعال emotional disturbance والقلق anxiety وتحقيق حالة الهدوء Tranquility⁽²⁾. ونقصد هدوء الروح، ولذا أطلق على الأتاراكسيا مفهوم الطمأنينة التي تشمل كل المعاني.

بوسعنا أن نترجم مفهوم الأتاراكسيا، بناء على ما سبق، بصيغ كثيرة، مثل التوازن النفسي، اطمئنان القلب، سكينة الروح، السلام الداخلي (الطمأنينة). حيث يحاول كل أمرئ أن يهرب من نفسه، ومثلما يحدث دائما فإنه لا يستطيع بالطبع الفرار منها، بل إنه يتشبث بها رغما عنه ويكرهها، وعلى ذلك فإنه يعد رجلا مريضا، لأنه لا يدري سبب علته... في طبيعة الأشياء⁽³⁾.

إن ما نسيمه عادة بتحقيق الذات، أو الرغبة في تحقيق الذات، لهو التعبير الشائع عن مفهوم في منتهى الدقة، ألا وهو: إرادة النمو، أي رغبة الذات في تحقيق نموها. وهذا هو المطلب الذي حين تغفله النظم التربوية والثقافية والتنموية، فإنها تخلق أشخاصا مشوهين. ومن هنا فإن الأمن الروحي يتحقق عبر هدفين هما من صميم الاشتغال الفلسفي: من جهة أولى هناك هدف أول تحققه الحكمة، ويتمثل في المصالحة مع الذات، ومن جهة ثانية هناك هدف آخر تحققه الفضيلة، ويتمثل في الإخلاص للنوع البشري⁽⁴⁾. وهذا ما نعنيه بالطمأنينة الوجودية كما سيتضح ذلك عند كيركجور.

فإذا كان النمو إجمالا حاجة حيوية لدى كل الكائنات كما يرى (سبينوزا Baruch spinaza (1632 – 1677)، نيتشه Nietzsche (1844 – 1900م)، فرويد Freud (1856 – 1939) برجسون Bergson (1859 – 1941م) فإن النمو الروحي هو الحاجة الأكثر إنسانية لدى الإنسان. هنا يكون دور الفلسفة في تذليل العقبات أمام تحقيق الذات وهو ما نعنيه بالنمو الروحي للذات والنوع البشري، ذلك أن عقبات نمو الذات، ومن ثم نمو النوع البشري، تندرج ضمن الأمراض التي يتوجب على الفيلسوف تشخيصها، باعتباره "طبيب الروح" بالمعنى الرواقي في حالة أمراض الكينونة، كما سنرى فيما بعد العلاج الفلسفي الوجودي لدى كيركجور.

(1) Bellarmine U.Nneji: philosophical counselling, praxis and pedagogy, p.4.

(2) Webster' s New world college Dictionary, 4th edition copy right © 2010 by Houghton mifflin Harcourt.

(3) سعيد ناشيد ، الطمأنينة الفلسفية، دار التنوير، 2019، ص ص 6، 10.

(4) المرجع نفسه، ص 43.

ومن أهداف العلاج الفلسفي أيضا عند كيركجور تحقيق السعادة، حيث تقوم السعادة عند عموم الفلاسفة على مبدأ السلام، سواء تعلق الأمر من جهة أولى بالسلام الداخلي، في علاقة الشخص بذاته، وهو ما يسمى عند الأبيقوريين القدماء بالأتاراكسيا (السلام الروحي - الطمأنينة)، وهو ما يعني القدرة على تدبير الذات، أو تعلق الأمر من جهة ثانية بالسلام الأهلي بين الأشخاص، ما يعني القدرة على تدبير المجتمع، ذلك أن الفيلسوف هو الإنسان الذي يقبل أن ترتبط السعادة بالحد من الشقاء دون اللجوء إلى الخداع، أو العنف. ما يعني أن السعادة الفلسفية تستند إلى كل من مبدأ الحقيقة، ومبدأ السلام⁽¹⁾.

السعادة إذن قدرة وليست قدرا.. إنها من بين القدرات الذاتية للإنسان، والتي يمكن تسميتها، كما يمكن إضعافها. أما العامل الأساسي في ذلك كله فهو نمط التفكير، والذي سرعان ما يؤثر في أسلوب الحياة. كيف نفكر؟، هي التي تحدد كيف تعيش، القدرة على السعادة هي بالدرجة الأولى قدرة على بناء الذات على نحو أصيل، من خلال بناء العقل والمشاعر والغرائز، والتي تمثل مقومات التفكير. فالمطلوب هو توفير الحد المعقول من شروط البحث الوجودي عن السعادة الذاتية⁽²⁾. مما يحقق الطمأنينة الوجودية بنوع من التوازن النفسي، والسلام، وتقليل المعاناة، ومن ثم النمو الروحي.

ج - كيف نغير مفاهيمنا؟

يمكن للفلسفة أن تغير طريقة حياتنا. وسنربط مثل هذا التغيير بمصطلح التحول الذاتي self-Transformation، لأنه يتضمن تغييرا في شخصية الفرد، وليس مجرد تغيير في البيئة الخاصة به، حيث يغير التحول الذاتي النزعة الداخلية التي تحدد الطريقة التي يستجيب بها المرء للأحداث الخارجية⁽³⁾. بشرط أن تكون لدينا إرادة التغيير، وهذا ما يسعى إليه كيركجور.

إن الهدف الأساسي هنا هو التطور المفاهيمي، أو التطوير في إطار مفاهيمي مدروس جيدا أو مقنع. يتم من خلاله تحديد فكرة الفلسفة كنوع من العلاج حرفيا أو تحقيق نتائج بشكل مثمر. ومن المهم أن يكون إطار العمل واسعا بما يكفي ليشمل العلاجات الفلسفية القديمة بالإضافة إلى تمكين المرء من إجراء مقارنات متعددة التخصصات بين العلاج الفلسفي والعلاجات غير الفلسفية. مثل تلك المناسبة للعلاج النفسي والطب النفسي، والطب الجسدي أثناء تطوير نموذج مفاهيمي للفلسفة يفهم على أنه علاج، مع عدم تجاهل المقترحات المقدمة بالفعل في هذا المجال⁽⁴⁾.

الخيار واضح عند كيركجور، فقط علينا أن نبدأ من حيث يجب ويمكن البدء. علينا أن نبدأ من مجال سيادتنا، وهو المجال الذي نتوقف علينا: آراؤنا، مواقفنا، انطباعاتنا، تصوراتنا،

(1) سعيد ناشيد، الطمأنينة الفلسفية، ص 81.

(2) المرجع نفسه، ص 83.

(3) Baniki konrad: philosophy as a therapy, p. 11

(4) Banicki konrad, 2014; Jagiellonion university in krakow, p.9. <https://www.researchgate.net/profile/Konrad-Banicki>

أفكارنا، مفاهيمنا... إلخ وبهذا النحو نكون أمام المدخل الأساسي إلى تحسين قدرتنا على الحياة. تحديداً بوسعنا أن نبدأ من تغيير طريقة تفكيرنا(*) . بكل بساطة نقول إننا لا نستطيع تغيير العالم كما ينبغي، لكننا نستطيع تغيير نظرتنا إلى العالم كما ينبغي، وبالنحو الذي يمنحنا قدرة أفضل على الحياة، هذا ما يتسنى لكل واحد منا أن يفعله بكل سلاسة واستقلالية⁽¹⁾.

هنا يكون دور التأمل، والبحث عن إمكانات الأمل، ليس في العالم الخارجي الذي يظل خارج نطاق سيطرتنا، وإنما داخل ذواتنا. وعبر التأمل نتمرن على تطوير مهارة التفكير النقدي الهادئ والمتحرر من سطوة الانفعالات السلبية، وبالتالي فإن إمكانية التأمل تعني إمكانية العيش بأسلوب صحي وسليم، وتعني تعلم مهارة التفكير والتدبر. كما أن أهم شرط للعيش الحكيم هو التحكم في الانفعالات، فالانفعالات هي التي تجعلنا في حالة غضب أو هدوء في حالة حزن أو فرح، في حالة ميل أو نفور، في حالة حب أو كراهية.. إلخ. والانفعالات تأتي من الأفكار التي تعكس تصوراتنا للوقائع والأشياء، وهنا تكمن مهمة الفلسفة، ذلك أن الفلسفة هي الحقل الذي يتعامل مع الأفكار، إنها في جوهرها: علم التعامل مع الأفكار، وفن التعامل مع الحياة⁽²⁾.

فليس موضوع الفلسفة هو العالم، بل رؤيتنا للعالم. إذ إن غاية الفلسفة تنمية قدرتنا على العيش في هذا العالم. لأجل ذلك، تتمثل وظيفة الفلسفة في إصلاح الكينونة في كل أبعادها العقلية والروحية. ويتضمن إصلاح العقل إخراجه من حالة الخمول والعجز والتسليم، حيث بوسعنا أن نلتقي بالعديد من المشاريع الفلسفية من ضمنها على سبيل المثال، مشروع ديكارت (قواعد من أجل توجيه العقل)، ومشروع سبينوزا (رسالة في إصلاح العقل)، ومشروع نيتشه (هكذا تكلم زرادشت)، و(هذا هو الإنسان). ومن ثم يغدو الهدف من إصلاح العقل تحقيق الطمأنينة المرتبطة، بالأساس، بالتنمية الروحية أو النمو الروحي، والمرتبطة أيضاً بتنمية أسلوب التفكير ذاته⁽³⁾.

في كل الأحوال هناك مسألة لا ينبغي نسيانها: أن نعيش الحياة معناها أن نعيش تأويلنا للحياة. فالوقائع تمحى وتنتفى، ولا يبقى سوى أفكارنا عنها وتأويلاتنا لها. هذا ما قد يسعدنا أحياناً، وقد يتعسنا أحياناً أخرى⁽⁴⁾.

(*) وهذا يذكرنا بموقف وليم جيمس البراجماتي الذي يرى أننا نكيف الحياة وفقاً لرؤيتنا لها، ونصنع عالماً خيراً لأننا نراه كذلك.

(1) سعيد ناشيد، الطمأنينة الفلسفية، ص 18. قارن: مصطفى النشار، العلاج بالفلسفة، بحوث ومقالات الفلسفة التطبيقية، وفلسفة الفعل، القاهرة، منتدى سور الأزبكية، الدار المصرية السعودية للطباعة والنشر والتوزيع، 2010، ص 40.

(2) سعيد ناشيد، الطمأنينة الفلسفية، ص ص 18، 108.

(3) سعيد ناشيد، الطمأنينة الفلسفية، ص ص 56-57.

(4) سعيد ناشيد، التداوي بالفلسفة، دار التنوير، ط1، 2018، ص 40.

ثانياً: العلاقة بين العلاج الفلسفي والعلاج النفسي psychological Treatment:

العلاج النفسي^(*) يطلق عليه العلاج بالكلام أو "العلاج" بمعناه الذي يهدف إلى تخفيف الضيق العاطفي ومشاكل الصحة العقلية. يتم على يد مجموعة من المهنيين المدربين والأطباء النفسيين، وعلماء النفس، والأخصائيين الاجتماعيين. كما يأتي دور المستشار الفلسفي (المعالج الفلسفي) المرخص، الذي يعمل على فحص واكتساب نظرة ثاقبة على خيارات الحياة، والصعوبات التي يواجهها الفرد. ومن هنا يأتي التعاون بين العلاج النفسي والعلاج بالفلسفة⁽¹⁾.

إن ممارسة الفلسفة والفروع المختلفة لما يمكن تسميته بالممارسة النفسية موجودة منذ فترة طويلة. فقد كانت الفلسفة كممارسة مهتمة في الأصل بكيفية عيش حياة جيدة والاستجابة لتعقيدات الحياة البشرية. وقد تركت هذه الاهتمامات في نواح كثيرة، الفلسفة المهنية، ووجدت نفسها في مجال الممارسة النفسية. ولذا فهناك صلة بين العلاج الفلسفي والعلاج النفسي أو (الممارسة الفلسفية) و (الممارسة النفسية)⁽²⁾.

فإذا أشرنا إلى المجالات المرتبطة بالممارسة، فنجد أن لها توجهها إكلينيكي يركز على طريقة عمل ما يشير إلى العقل أو الذهن أو النفس، أو ما هو نفسي على وجه العموم. وهذا يشمل ممارسات مثل علم النفس الإكلينيكي، والعلاج النفسي، والطب النفسي، والتحليل النفسي، والعمل الاجتماعي، والاستشارات، والصحة العقلية، كما أن تاريخ العلاج النفسي له صلات طويلة بالفلسفة⁽³⁾.

كما أن العلاج النفسي الوجودي هو في نواح كثيرة كبير الصلة بالفلسفة الوجودية. ومن هنا نستطيع استكشاف مساهمات الفلسفة والتفكير الفلسفي لتقديم الممارسات النفسية من خلال فحص العلاج النفسي الذي يتم إجراؤه بروح الاستفسار الفلسفي⁽⁴⁾. وهذا هو

(*) لم يكن العلاج النفسي والفلسفي دائماً تخصصات منفصلة. وهنا يكشف دونالد روبرتسون العلاقة بين الفلسفة اليونانية القديمة والعلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث. حيث وصف مؤسسو العلاج السلوكي المعرفي (CBT) Cognitive Behavioural Therapy وصفوا الرواقية بأنها توفر الأصول الفلسفية لمنهجهم. ويمكن العثور على العديد من أوجه الشبه بين الرواقية وبين (CBT) من حيث النظرية والممارسة. وكذلك أثر ذلك على العلاج السلوكي العقلاني الانفعالي (REBT) Rational emotive behavioural therapy فهناك تأثير للفلسفة الرواقية على العلاج النفسي الحديث، يقدم نظرة ثاقبة رائعة حول إحياء الاهتمام بالفلسفة الغربية القديمة كدليل مرشد للحياة الحديثة، يتضمن العديد من المفاهيم والتقنيات التي يمكن تطبيقها بسهولة في العلاج النفسي الحديث أو المساعدة الذاتية.

Donald Robertson, 2019; The philosophy of cognitive behavioural Therapy (CBT), stoic philosophy as Rational cognitive psychology, 2nd edition, eBook published 13 December, pub, location, London, in print Routledge.

(1) what is therapy?. P. 1.

(2) Donald Robertson: The philosophy of cognitive behavioural Therapy, p. 17.

(3) Ibid, p. 17.

(4) Ibid, p. 17.

حال الفلسفة عند كيركجور، والذي يحمل طيلة الوقت طابعا نفسيا، بوصفه عالم نفس، وليس فقط فيلسوفا.

إن مشاعر الغضب والتذمر والخوف التي تستبد بنا أحيانا، مجرد أعراض لمعضلة وجودية، فالبحث عن منصب أو لقب، أو رصيد تملكه هو استعاضة عن وعي الوجود بوعي المنصب أو اللقب أو الرصيد.. الخ. ولذا ينبغي ألا نربط البناء الأصلي لكيونوتنا بأهداف لا تدخل ضمن هذا البناء. وهذا ما يجعلنا ننظر لمفاهيمنا وآرائنا وتصوراتنا عن الأشياء، فنعيد تأويلها، لننتحرر من بعض مفاهيمنا الخاطئة، ولذا فإن برامج العلاج الوجودي تهتم في المقام الأول بتتمية الوعي بالذات، من أجل بناء الكينونة المرتبطة بالمسؤولية.

ولذا فإن رؤيتنا للعالم مرتبطة بتصحيح مفاهيمنا من أجل البحث عن العيش الجيد أو بالأحرى فن العيش الجيد، الذي هو علاج للروح، يعمل على نموها، كما يعمل على توفير الشعور بالسلام والراحة والسكينة، والفرح والسعادة. ومن هذا تتحقق الكينونة، ويتحقق وجود الذات، وبناء عليه تتحقق الطمأنينة الفلسفية أو بالأحرى الطمأنينة الوجودية- لوجود الذات- وهذا ما تناوله سقراط وأفلاطون وأرسطو في الفلسفة اليونانية، وكذلك في الأبيقورية، وفي الرواقية لدى سينيكا وإبكتيتوس في فن العيش الجيد، في الفلسفة الرومانية.

كل هذه الفلسفات تسعى للتقليل من الشقاء، والبحث عن حياة أفضل. ومن ثم فإن الشقاء هو الشقاء الوجودي، كما أن الطمأنينة (والسلام وراحة النفس) هي الطمأنينة الوجودية. فالحياة لكي تكون جديرة بأن تعاش ينبغي أن نبحت فيها عن السعادة أو على الأقل تقليل الشقاء، ونبحت فيها عن السكينة والسلام وراحة النفس، لأننا دائما في علاقة مع الذات، ولن نتحقق الذات إلا بوعينا بإصلاح كينونتنا، وهذا لا يتسنى إلا بالعلاج الوجودي الفلسفي الذي يحقق النمو الروحي والطمأنينة الوجودية.

ثالثاً: العلاج الفلسفي الوجودي عند كيركجور:

أ- العلاج الفلسفي الوجودي وتحقيق الذات الإنسانية:

إذا كان العلاج الفلسفي قد ارتكز، في أساسه، على مبادئ رواقية وأبيقورية، فإنه أيضاً، قد ارتكز في عصرنا الحديث على مبادئ مستقاه من فلسفة كيركجور وشوبنهاور ونيتشة، تلك الفلسفة الوجودية ذات الأبعاد النفسية، علاوة على أبعادها الفلسفية، ومن ثم يأتي دور العلاج الفلسفي الوجودي عند كيركجور كركيزة أساسية لهذا البحث.

تتركز أفكار كيركجور حول تحقيق الذات الإنسانية، على نحو وجودي، ونمو هذه الذات نموا روحيا وذلك بتوفير سبل العيش الجيد، من وجهة نظر كل من كيركجور، وبمعنى أدق ما يتعلق بإرادة النمو لدى كيركجور. ومن هنا فإن إرادة النمو لديه تعني تحقيق الذات الإنسانية ونموها نموا روحيا، مما يحقق لها نوعا من الطمأنينة الوجودية، وهذا يرتبط أشد الارتباط بالعلاج الفلسفي الوجودي.

ويمكن التركيز في هذا على: كيف يكون العلاج الفلسفي علاجاً وجودياً للذات الإنسانية، وهنا نضع أيدينا على نموذج كيركجور العلاجي الوجودي للذات الإنسانية، والغوص في أعماقها من الناحية السيكلوجية، ولذا يمكن تسميته بالعلاج الفلسفي النفسي الوجودي. إن السمة المميزة للعلاج الوجودي هي أن الفلسفة أصبحت ممارسة تطبيقية عملية. ومن ثم فإن هدف العلاج الوجودي هو إيقاظ الوعي الذاتي، واكتشاف مكانة الفرد في العالم⁽¹⁾. وإذا كان العلاج الفلسفي، أو العلاج الفلسفي الوجودي، هدفه تحقيق النمو الروحي، والحصول على الطمأنينة الوجودية، بما يحققه الإنسان من طريقة العيش الجيد والحياة الناجحة القائمة على المحبة، الرضا عن الذات، الأمان، الرحمة... إلخ، فإنه يمكن أن نوجه رسالة إلى كل منا وهي: اجعل ذاتك تحقق نموها. ومن هنا يتسق تحقيق الذات مع تحقيق النمو الروحي للذات.

ب - إعاقة البدن وإعاقة الإرادة:

قد تعاني من إعاقة في موضوع جسدك ، أو في إحدى حواسك ، أو في إمكانياتك، فتلقي باللائمة على ما تظنه موضع الإعاقة، وتشقى لأجل ذلك اللوم شقاء كبيراً. غير أنك تنسى ما يلي: كرة الحياة لا تقذف بالأرجل، بل تقذف بالإرادة.⁽²⁾ لذا فإن إبتكيوس يعتبر أن المرض إعاقة للبدن، ولكن ليس للإرادة، إلا إذا اختارت الإرادة ذلك. العرج إعاقة للأرجل وليس للإرادة. كما أن هناك مفاهيم وقيماً تضعف القدرة على الحياة والنمو، ومن ثم تسبب الشقاء. فإذا لم تمنحك المعرفة شعوراً بالفرح، فمعناه أنها لم تصبح جزءاً منك، ولم تساعدك على النمو⁽³⁾. معنى ذلك أن كل إنسان يولد مزوداً بإرادة النمو، كما يرى كيركجور، وعليك بإرادتك أن تختار ذاتك.

ج - ملامح العلاج الفلسفي الوجودي عند كيركجور:

يقصد كيركجور إلى توجيه الفرد إلى الوعي بالذات، وهذا يتطلب إرادة قوية، فكلما زادت الإرادة، زاد معها الشعور بالذات⁽⁴⁾ وعندما نتساءل: ما سبيل العلاج الفلسفي في فلسفة كيركجور الوجودية؟ فنكون الإجابة أن اليأس despair هو رحلة الوعي في البحث عن الذات. فالنفاق مرض يصيب الروح، وتكون المعاناة قاسية جداً وأشد ألماً من البؤس والأسى والمحن والقلق⁽⁵⁾.

(1) Simon du Plock, Greg Madison, (2014); Existential Analysis: The Journal of society for existential Analysis, published by: The society of existential analysis, B M existential, London, p.12

(2) سعيد ناشيد، الطمأنينة الفلسفية، ص 91.

(3) المرجع نفسه، ص ص 91-92، 83، 100.

(4) Søren Kirkegaard, (1954); The sickness unto death, Translated with introduction and Notes by walter lowrie, Dubeday Ankor Books, 1954, p p. 159-160.

وكذلك انظر: فريتيوف برانت، كيركجور، ترجمة: مجاهد عبد المنعم مجاهد، سلسلة أعلام الفكر العالمي، بيروت، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، ط1، 1981، ص ص 126-128.

(5) Ibid, pp. 133-134.

ولكن هل نحن على وعي بامتلاك الذات، أو بالأحرى بتحقيق الذات، يرى كيركجور أنه ينبغي أن نحقق ذاتنا، ولهذا يشعر الإنسان بالقلق Anxiety. والوعي بالذات يسميه باليأس. يقول كيركجور: "إن اليأس مرض يصيب الروح وبالتالي يصيب الذات، ولذا فإنه يتضمن ثالوثا ما: ففي اليأس لا يكون هناك وعي بامتلاك الذات. وهذا يأس خاطئ وغير ملائم. واليأس هو عدم إرادة أن تكون ذاتك، وفي اليأس إرادة أن تكون ذاتك"⁽¹⁾. ولذا لم يجانب كيركجور الصواب في اعتقاده بأن اليأس هو الشرط الأساسي للوعي⁽²⁾.

فعند كيركجور، من أجل امتلاك الذات الإنسانية، يكون الله هدفا مطلقا، ولذا فقد أكد كيركجور أنه ما من أحد من رجال الدين، الذين تحدث عنهم، شاهد على الحقيقة، ولذا فقد كان كتاب "المرض حتى الموت" يتضمن خطابا تنويريا، ويوضح مباشرة ما المسيحية؟ ولم يكتف بتشخيص الداء، بل كان يرى أن العلاج يكمن في الدين، وهو ما يحتاج إليه الإنسان من أجل التداوي من المرض الذي يصيب الذات.

ولذا فإن العقيدة هي القوة الكافية والدافعة للتداوي⁽³⁾. إن العقيدة تقوم على أساس من الانفعال، فهي عاطفة مشبوبة بالألم من ناحية، والأمل في السعادة الأبدية من ناحية ثانية⁽⁴⁾.

وهنا يتضح نموذج العلاج الفلسفي الوجودي لدى كيركجور، وهو تداوي الذات الإنسانية من أمراض الروح، والبحث عن هذه الذات، وسبيل كيركجور في ذلك هو تجربته الدينية مع الله، وعندما تتحقق الذات يشعر الفرد بنموه الروحي، كما يشعر بالطمأنينة في سعيه نحو الاتحاد بالأبدية، حتى ولو لم يصل إليها، فهو في توق دائم (للحظة) Instance، مما يحقق له السعادة والطمأنينة الوجودية. هذه هي رؤية كيركجور نفسه.

ولكن هناك نموذج علاجي تطبيقي معاصر يرتكز على أفكار كيركجور وفلسفته العلاجية الوجودية. وفيما يلي من صفحات عرض لهذا النموذج المعاصر بعنوان: تحول الإرادة: الذات الكيركجورية بقلم: تمار إيلات ياغوري.

د - تحول الإرادة.. الذات الكيركجورية (نموذج تمار إيلات ياغوري):

يبدو أن اليأس عند كيركجور استسلام وخيبة أمل، كمريض لا يرجى شفاؤه، ولكنني يجب على أن أقف أمام المرض متحديا له فأنا أركز على ذاتي، والدين هو سبيلي في الحفاظ على هذه الذات، خاصة إذا كنت أبحث عن مصيري ووجودي الحقيقي. ومن ثم لا ينبغي أن يغيب الأمل عن بالنا، فبالأمل نشارك في نسج الخبرة العملية، مع الوضع في الاعتبار أن الأمل يشمل العلاقة الأساسية للوعي في تجربتنا الإنسانية.

(1) Søren Kirkegaard: The sickness unto death p. 146.

(2) سعيد ناشيد، التداوي بالفلسفة، ص 58.

(3) Ibid pp.138-139.

(4) Søren Kirkegaard, 1944; concluding unscientific postscript, translated from the Danish by David f. Swensan, completed after his death and provided with introduce on and notes by: walter lowrie, Princeton university press, pp 28-30.

بذلك يتبدد اليأس في حالة معينة بمعنى الوعي، فالأمل هو التحدي Challenge، والتحدي يرتبط بالتجربة الروحية، وهدفنا هو الحفاظ على القوى الروحية، تلك القوى الداخلية الإيجابية للذات الحقيقية. هذا الأمل فضيلة، والعيش في الأمل معناه الحصول على الذات، خاصة إذا كانت الذات تتوجه بعشقها نحو الله⁽¹⁾.

اليأس عند كيركجور، نوعان: الأول هو يأس الضعف، والذي يكون فيه الإنسان ليس على استعداد لأن يكون نفسه، أو حتى مجرد إمكانية، يرفض كيركجور هذا النوع من اليأس وهو ألا تريد أن تكون ذاتك. والثاني: يأس القوة والتحدي، وهو الرغبة في أن يكون الإنسان نفسه المهم في ذلك هو الوعي بالرغبة في تحقيق الذات، وهو ما يسعى إليه كيركجور. وهذا يتطلب قراراً أخلاقياً، وقدرة على اختيار الذات، خاصة إذا كان قراره الأخلاقي يعبر عن حرية تتشد المطلق الأبدي في حقيقة ارتباطه بالله⁽²⁾.

حدثنا تمار إيلات ياجوري^(*) عن الذات ككيان للوجود والضرورة، يتم الكشف عنها كديناميكية في عملية التغيير المستمر. وطبيعة هذه العملية، وهذا الهيكل للذات في فلسفة كيركجور يتخذ أكثر من شكل في تطوره الفكري. فليس هناك خط ثابت لبنية الذات، حيث إن تكوين الذات يتغير مع تغير محتواه. وهذا الجزء، أو هذا النموذج، توضيح لوجهة نظر كيركجور المبكرة لبنية الذات. وتأكيد للتغيير الدرامي الذي نجده في المرض حتى الموت، حيث تتغير الذات في البناء والمحتوى⁽³⁾.

في كتاب كيركجور "إما .. أو" Or .. Either.. يشير إلى أن الإرادة تشكل الوجود. وترتبط الإرادة جوانب الذات المختلفة. أما في كتابه "التكرار" Repetiton يشير إلى أن كليماكوس Climacus يريد أن يصبح مسيحياً وأن يحقق السعادة الأبدية eternal Happiness. إن كليماكوس يحتاج إلى بناء نفسية مختلفة من: الإرادة will، والخيال imagination حس الفكاهة والمرح sense of Humour كبناء جديد للذات. كيف تدرك الذات نفسها؟ الإرادة هي العامل المحدد للذات. ويتساءل كليماكوس: ماذا أريد أن أكون باختيار حر؟ أين أنا وماذا أهدف من حياتي؟ وهذا يجعل الإرادة العنصر الحاسم في الذات داخل مدارج الحياة. وهذا ما يصنع كليماكوس في المجال الأخلاقي الديني⁽⁴⁾.

وإذا كانت الإرادة هي العنصر الأول، فإن الخيال هو العنصر الثاني في الروح البشرية. إنه أجنحة تمنح للبشر لترتقي بأنفسهم، ذلك أن هدف كليماكوس يتجه نحو

(1) Gabriel Marcel, 1951; Homo viator: Introduce to Metaphysics of Hope, Translated by: Emma crafurd Henry pegnery compoany, Chicago, p p 37-39. And: Gabriel Marcel, 1950; The Mystery of Being, Reflection & Mystery, Henry Régenery company of Aberdeen, English Traslation by: G. S. Fraser, great Britain, p. 219. And: Jill Garper, 2011; Gabriel Marcel: Ethics of hope, Hernanding Group, London, NewYork, p. 72.

(2) فريتيوف برانت، كيركجور، ص ص 129-130.

(*) Dr Tamar Aylat. Yaguri من قسم الفلسفة في جامعة تل أبيب. مؤلفة كتاب "حوار الإنسان مع المطلق" 2008. تدرس أيضاً في برنامج الإرشاد الوجودي في كلية كيبوتازيم Kibbutzim بإسرائيل simon du plock, Greg Madison, Existential analysis, p. 127.

(3) simon du plock, Greg Madison, Existential analysis, p. 118.

(4) Ibid, p p 118-119.

السعادة الأبدية. إذن دعونا نفكر في كليماكوس، لنرى دستوراً نفسياً لبناء الذات التي يستخدمها كيركجور في مقدمة الحاشية: "أنا يوهانس كليماكوس، ولدت وترعرعت في هذه المدينة، وأنا الآن في الثلاثين، إنسان عادي مثل معظم الناس، يفترض أسمى خير، يسمى السعادة الأبدية. لقد سمعت أن المسيحية شرط أساسي لهذا الخير. أسأل الآن كيف أدخل في علاقة مع هذه العقيدة؟" إن روابط الوجود المفقودة في تفكيره الديالكتيكي، والأكثر تماسكا يعتمد على تخيل السعادة الأبدية⁽¹⁾.

فإذا كانت الإرادة هي العنصر الأول في تكوين الذات، والخيال هو العنصر الثاني، فإن الفكاهاة هي العنصر الثالث، إن التفكير يرتبط بالتحليل الديالكتيكي (الذي يلعب فيه الخيال دوراً رئيساً) من خلال الفكاهاة مع واقع الحال هنا والآن. في مواجهة المعاناة على سبيل المثال، يمكن للضحك (وليس السخرية)، ونقصد هنا روح الدعابة والمرح، أن يرى العالم من خلال هذه الدعابة. فبالنسبة لكليماكوس حس الفكاهاة والمرح هو جسر وسيط بين البناءات الخيالية وتصورات الواقع. فهذا الجسر من الفكاهاة يعطي القدرة على تخيل الواقع المطلوب، ويوضح أن الواقع وجود محتمل. ولكن هذه القدرة هي أيضاً مصدر ألم. فمن المؤلم التأكيد على الفجوة بين المرغوب فيه، وما هو موجود. فالخيال يعزز أو يسلط الضوء على كل ما لم يتم بعد، ولم يتحقق⁽²⁾.

تخيل ما يمكن أن يخلق فجوة واسعة بين ما يرغبه كليماكوس في أن يكونه، في هذه المرحلة الحساسة يمكن لليأس أن يتولى زمام الأمور. وهنا تصبح الفكاهاة مهمة في مراقبة اليأس. وبدون خيال كليماكوس للوصول للسعادة الأبدية، سيتم كسر إرادته، وسوف تتغلب المعاناة. كما أن الفكاهاة تجعله يكسر الهوة بين الخيال والواقع، وإلا سيبقى في معارضة نهائية. فبمجرد الخيال يتم دمج الواقع. فيصل الإنسان إلى الإيمان، وعندما يصل كليماكوس إلى المسيحية (هذا إذا فعل ذلك)، فلم تعد هناك حاجة إلى الدعابة⁽³⁾. أو حس الفكاهاة المرحة.

س: هل هناك نهج جديد للموت؟

دعونا الآن ننقل إلى الاسم المستعار Anticlimacus (ضد - كليماكوس) (أو مكافحة كليماكوس). حيث تختلف وجهة نظر الذات عن وجهة نظر كليماكوس، وعن وجهة نظر الأسماء المستعارة السابقة. لم يعد يكفي مواءمة العناصر المكونة للذات من خلال: العاطفة والإرادة والخيال والفكاهاة. ما هو مطلوب الآن من الذات (من أجل أن تكون ذاتاً) هي فكرة جديدة تماماً عن الموت - ومن هنا تأتي فكرة جديدة تماماً عن الحياة. بالإضافة إلى ذلك، مطلوب تكوين نفسي مختلف. فالذات لا تقف في الخارج، خارج العالم، ولكنها منغمسة في العالم⁽⁴⁾.

وبناء على ما سبق يمكن الإجابة عن السؤال المطروح آنفاً: نعم هناك نهج جديد للموت. إن الموت هو حد الحياة، ونهاية كل شيء، بما في ذلك الأمل، وهذه وجهة نظر

(1) Ibid, p. 119.

(2) simon du plock, Greg Madison, Existential analysis, p. 120.

(3) Ibid, p. 120.

(4) Ibid, p. 121.

غير المسيحيين، ولكن بالنسبة للمسيحي المؤمن، فإن الموت ليس نهاية العالم. إنه ليس التهديد الأكبر للحياة، لأن المؤمن يؤمن بالقيامة والآخرة. والخطر الأكبر ليس الموت، بل اليأس في هذه الحياة، اليأس من الفشل في أن نكون ذاتنا. إذ يمكن للمسيحي أن يستمر في الخوف من كل شيء يقع تحت اسم المعاناة الأرضية والزمنية والأمور الدنيوية. وحده المسيحي يعرف ما المقصود بالمرض والموت. إنه مرض في مواجهة الذات⁽¹⁾.

إن الموت يأخذ مفهوماً جديداً في "المرض حتى الموت". فالذات الوجودية هي الذات المعنية، يجب أن تكون الذات هي الفرد (الفريد) من خلال مجموعة من المحاور: النظرة الجمالية والأخلاقية الدينية للعالم، المتناهي Finite واللامتناهي Infinite، الزمانية والأبدية eternity، الضرورة necessity والإمكان probability، الجسدي والنفسي وكلها مركبة بطريقة معينة في تكوين ذات بعينها⁽²⁾. وهذا مرتبط بالذات المسيحية.

فالنظرة الجمالية للوجود تؤكد على المحدود والزمني، الضروري والواقعي، والأقطاب المادية. أما النظرة الأخلاقية والدينية تؤكد على اللامتناهي وتوسعياً للأبدية والحرية. فما يريد كليماكوس هو السعي نحو الأبدية بتوق وشغفٍ لا حدود لها. فيتغلب على الخيال والفكاهة بفعل الإرادة. وهذا يتطلب جهادا ونضالا للحصول على الذات، حيث يجد Anti-climacus نفسه مفتحا على عالم مشبع بما يسميه قوة مطلقة للتحدث والإبداع⁽³⁾.

ومن هنا يكون السعي نحو الأبدية هو مصدر الإلهام والإبداع.
س: كيف تصبح ذاتك؟ وكيف أصبح التحليل الوجودي لكيركجور مصدرا للممارسة العلاجية من منظورها النفسي؟

أن تكون لديك رغبة وجودية للعيش الفعلي، الواقعي، فحقيقة الصورة بشكل صحيح وجودية، عملية. والديناميكية التي يوجد فيها واليأس الذي يشتمل على المشاهد ورؤية الإنسان للعالم. هذا اليأس الذي يغذي الذات، ومن خلاله تتحقق الذات بالوعي. فالليأس هو البحث عن الذات الحقيقية، والذات المسيحية تدرك ذلك جيدا⁽⁴⁾. وهذا ما نقصده بالنمو الروحي ومن ثم الطمأنينة الوجودية.

وقد ألهمت آراء كيركجور في القلق والذات self والوجود Existence، واليأس والذات الفردية في علاقتها بالأنت (أي بالمطلق اللامتناهي ونقصد به الله) في علاقة الأنا - أنت المطلق، كل هذا ألهم التحليل والممارسة الظاهراتية الوجودية، وعلم النفس والتحليل الوجودي، والممارسة العلاجية، وأهميتها القصوى للعميل (طالب المشورة) لتحقيق "الذات الحقيقية"⁽⁵⁾. لقد استند كيركجور إلى علاقة الأنا - أنت (الله المطلق)، الذات الدينية، التي تتغمس في عالم تكون فيه الذات في حالة هدوء وتقبل. كل من الذات والعالم، من الناحية المسيحية، فعلى إنن أن أختار ذاتي. وهذا الهدوء والتقبل هو مرحلة الطمأنينة الوجودية في أقصى تجلياتها عند كيركجور.

(1) Ibid, pp 121-122.

(2) simon du plock, Greg Madison, Existential analysis, p. 123.

(3) Ibid, p.124.

(4) Ibid, pp 124-125.

(5) Ibid, p. 127.

إذن المعالج الفلسفي الوجودي إذا كان عليه أن يتعلم من كيركجور، فيجب أن يتقبل فكرة أن هناك أكثر من بنية ذاتية ممكنة متاحة للعميل (أو طالب المشورة كما نسميه) فيزدهر وينمو (نموا روحيا) داخل هيكل مكافحة النفس أو جهاد النفس ومعاناتها. وينمو العميل داخل هيئة الذات المستقبلية التي تتميز بالإرادة وسيقوم المعالج الوجودي بدعم (طالب المشورة) في المناسبات التي تكون فيها إرادة الجهاد على أفضل نحو ممكن تشجيعه، وعلى طالب المشورة الرغبة في تقبل تحقيق ذاته المستقبلية⁽¹⁾. من هنا فإن سعيه نحو تحقيق ذاته، ونقص ذاته الروحية، هو سعيه نحو النمو الروحي والطمأنينة الوجودية والتي تتحقق عند كيركجور في علاقة الأنا-أنت المطلق. فتحقيق الذات هو المطلوب الوجودي لنمو هذه الذات، من أجل حياة جيدة تسعى للسعادة الأبدية، للحرية، مما يحقق سلاما نفسيا وجوديا ونموا روحيا، أو كما سبق القول الطمأنينة الوجودية.

نتائج البحث:

- 1- علينا البدء من مجال سيادتنا، وهو المجال الذي يتوقف علينا، وتتوقف عليه آراؤنا ومواقفنا وانطباعاتنا وتصوراتنا ومفاهيمنا. ولذا فنحن لا نستطيع تغيير العالم، ولكننا نستطيع تغيير نظرتنا عن العالم، وعلى النحو الذي يمنحنا قدرة أفضل على الحياة. ولذا فنحن لا نستطيع تغيير الحياة، ولكننا نغير تفكيرنا فعلى كل فرد أن يخلق قيمه الخاصة بما يحقق نموه الروحي الفردي ونمو الجماعات.
 - 2- إن الغاية القصوى للوجود الإنساني عند كيركجور هي تحقيق السعادة، والسعادة قدرة وليس قدرا، والقدرة على السعادة، هي القدرة على بناء الذات وتنمية الوعي بالذات، بل وتحقيق الذات بالمعنى الوجودي. لذا التمس السعادة من ذاتك وليس خارجها.
 - 3- أما العلاقة بين العلاج الفلسفي والعلاج الوجودي فيمكن القول إن ممارسة كل من العلاج الفلسفي والعلاج النفسي عمليتان مبنيتان على التأمل الذاتي، ومعرفة الذات، كما أن علم النفس السريري يحتاج لتحديد المفاهيم، وهذا هو دور الفلسفة.
 - 4- ظهر العلاج الوجودي جليا عند كيركجور، وكان القصد من تناول هذه الشخصية بالذات هو تأصيل المبادئ الفلسفية للعلاج الفلسفي. وكيف تحقق لديه معنى النمو الروحي والطمأنينة الوجودية بصورة مختلفة. والهدف من العلاج الوجودي: تبرير ذاتك، وإعادة اكتشاف ذاتك، وإدارة ذاتك، وتحقيق اطمئنان القلب والتوازن النفسي والسلام الداخلي، وتحقيق الطمأنينة الوجودية.
- عند كيركجور: كان يقصد لتوجيه الفرد للوعي بالذات وتحقيق الذات، وهذا يتطلب إرادة قوية. فكلما زادت الإرادة، زاد معها الشعور بالذات. واليأس هو رحلة الوعي في البحث عن الذات، وهو الشرط الأساسي للوعي من أجل امتلاك الذات الإنسانية. وكان علاج كيركجور يكمن في الدين من أجل التداوي من المرض الذي يصيب الروح (ألا وهو النفاق). ولذا كانت العقيدة هي القوة الكامنة والدافعة للتداوي، أملا في السعادة الأبدية، فيشعر الفرد بنموه الروحي، كما يشعر بالطمأنينة في سعيه نحو الأبدية. كما أن النمو عند كيركجور: هو نمو الوعي، نمو الإرادة، نمو الروح.

(1) simon du plock, Greg Madison, Existential analysis, p. 127.

مصادر ومراجع البحث

أولاً: المصادر الأجنبية

1. Badiou Alain. A ,(2010); what is philosophy, Atropos press.
2. Marcel Gabriel ,(1950); The Mystery of Being, Reflection & Mestery, Henry Regenery company of aberdeen, English Translation by: G. S. Fraser, great Britain.
3. —, (1951); Homo viator: Introduce to Metaphysics of Hope, Translated by: Emma crafurd, Henry Regenery compony, Chicago.
4. Kierkegaard Søren ,(1944); concluding unscientific postscript, translated from the Danish by David f. Swensoan, completed after his death and provided with introduce on and notes by: walter lowrie, Princeton university press.
5. —, (1954); The sickness unto death, Translated with introduction and Notes by walter lowrie, Dube day Ankor Books.

ثانياً: المراجع الأجنبية

6. konrad Banicki (2014); Jagiellonian university in Krakow. <https://www.researchgate.net/profile/Konrad-Banicki>.
7. —(2014); philosophy as therapy– towards a conceptual model, Philosophical Papers, vol 43, Routledge, south Africa.
8. Bellarmine. U Nneji (2013); philosophical counseling, praxis and pedagogy, vol (9).
9. Counseling service ,(2022); our treatment philosophy. <https://focusforwardcc.com/about/treatment-philosophy>.
10. De Deneddia, Miranda de Almedia (2006); Nietzsche and paradox, Translated by: Marks. S. Robert, state university.
11. Donald, Robertson (2019); The philosophy of cognitive behavioural Therapy (CBT), stoic philosophy as Rational cognitive psychology, 2nd edition, eBook published 13 December, 2019, pub, location, London, inprint Routledge.
12. Jill Garper; Gabriel Marcel(2011); Ethics of hope, Hernanding Group, London, New York.
13. Simon du Plock, Greg Madison, (2014); Existential Analysis: The Journal of society for existential Analysis, published by: The society of existential analysis, B M existential, London.

ثالثاً: المراجع العربية:

14. سعيد ناشيد ، التداوي بالفلسفة ، دار التنوير ، ط1، 2018.
15. — ، الطمانينة الفلسفية، دار التنوير، 2019.
16. فريتيوف برانت، كيركجور، ترجمة: مجاهد عبد المنعم مجاهد، سلسلة أعلام الفكر العالمي، بيروت، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، ط1، 1981.
17. مصطفى النشار: العلاج بالفلسفة، بحوث ومقالات في الفلسفة التطبيقية وفلسفة الفعل، القاهرة، منتدى سور الأريكية، الدار المصرية السعودية للطباعة والنشر والتوزيع، 2010.
18. وفيق غريزي، شوبنهاور وفلسفة التشاؤم، بيروت، لبنان، دار الفارابي، 2008.

رابعاً: القواميس ودوائر المعارف الأجنبية

19. Collins English dictionary, copy right© 2020 Harper Collins publishers. Most Material©2005 1997, 1991 by penguin Radom House.
20. Webster' s New world college Dictionary, 4th edition copyright © 2010 by Houghton mifflin Harcourt.