مقدمة لكتاب جلسة مع النفس

تساءل القديس أوغسطينوس، في كتابه "الاعترافات"، عن سرّ حقيقة نفسه، قائلا: " لقد اصبحت سؤالا لنفسي. ما هذا السر المخيف يا الهي؟ هل هذه هي النفس؟ هل هذا هو انا ؟ ماذا انا يا رب؟ أي نوع من الخليقة هو انا ؟ من انا يا رب امامك؟ ما هي هويتي؟"

هناك نظريتان لاهوتيتان حول تكوين الانسان: الأولى تفيد، أن الانسان مكوّن، من ثلاثة عناصر، هي: الجسد، والنفس، والروح. والثانية، تفيد أن الانسان مكوّن من عنصرين، هما: الجسد، والروح أو النفس، اذ أن كتّاب الكتاب المقدس، يستخدمون في كثير من الأحيان، كلمتي: النفس والروح، للاشارة، الى نفس المكوّن. الاّ أن الكتاب المقدس ينظرالى الانسان كوحدة متكاملة.

عرّف الفيلسوف أفلاطون، "النفس" على أنها الكيان الداخلي، الذي يتمتع بالادراك، وله القدرة على التنظيم والعقلنة بحريّة، ولي وحدي امكانية الوصول إليه. تتعمق معرفتنا عن أنفسنا، عند التواصل بصدق مع أنفسنا ومع الآخرين. والقديس أوغسطينوس اعتقد، أن النفس هي منظومة الفكر التي تحكم الجسد. في مقالته "عناية المصلح مارتن لوثر بالنفس في زمننا"، يعرّف الكاتب رينهارد شينيزكا "النفس" على أنها، " ذلك الوعي واللاوعي، اللذان يحرّكان تفكير الانسان ومشاعره ورغباته". وعالم النفس كارل روجرز، رأى في تعبير "النفس"، اشارة الى المعتقدات والمعلومات التي للإنسان، حول طبيعته وسلوكه وفرادته.

قال الفيلسوف اليوناني سقراط، "الانسان الذي لا يعرف نفسه، لا يستحق العيش". وعندما سئل، كيف يلخّص الوصايا الفلسفية؟ أجاب: "اعرف نفسك". تتكون صورتنا عن انفسنا من نوعية أفكارنا وتصوراتنا عن أنفسنا. ينظر الكتاب المقدس الى الانسان، على أنه انسان خاطىء بكامل مكوناته، وذلك بسبب الخطيئة، التي شوّهت صورة الله فيه، وأجرت دمارا كبيرا على كامل مكوناته، وجعلته غير قادر على الخروج من حالته الخاطئة، دون النعمة الالهية التي تعيد صورة الله اليه. وبالتالي، النفس البشرية هي مشوّهة بالخطية والميول الشريرة.

منذ السقوط في الخطية، ما برىء يحاول الانسان، التغلّب على مشاعر الدونية، بتطوير ميكانيكيات، للدفاع عن نفسه، وحماية أنانيته، بشتى الوسائل الممكنة. يذكر سفر التكوين، أنه بعد السقوط ،أدرك آدم وحواء، أنهما عريانين، فحتى لا يشعرا بالدونية، والذنب الكثير أمام الله، "خاطا أوراقًا وصنعا لنفسيهما مآزر" (تكوين٣: ٧). يذكر كاتب مسيحي، أن النظرة الدونيّة للنفس، هي السبب الرئيسي وراء: الأنانية، والغيرة، والكآبة، والتصرفات الشريرة.

لهذا، يدعونا الكتاب المقدس الى امتحان انفسنا أمام الله. طلب المرنم من الله أن يختبره، ويمحّص أفكاره، ويطّهره باخراج أية طرق باطلة منه. صلى قائلا، "اختبرني يا الله، واعرف قلبي. امتحني واعرف أفكاري، وانظر ان كان فيّ طريق باطل، واهدني طريقا أبديا كالا" (مزمور ١٣٩: ٢٣-٢٤). والرسول بولس دعا أعضاء كنيسة غلاطية الى امتحان انفسهم، قائلا: "ولكن ليمتحن كل واحد عمله، وحينئذ يكون له الفخر، من جهة نفسه لا من جهة غيره" (غلاطية٦: ٤).

في كتابه "صورة الانسان المسيحي عن نفسه" يقول الكاتب كينزر، أنه يجب أن ينظر المسيحيون الى انفسهم، كما يريدهم الله أن ينظروا. لهذا، من المهم أن يكون الإنسان مدركًا لمن هو، أمام نفسه وأمام الله، لأن هذه العملية تقوده للتغيير في حياته وتصرفاته، بعمل نعمة الله.

القس سهيل سعود