



من الآفاق التي ارتادها «علماء النفس» في عصرنا الحالي، اشتراكهم في الحرب الضارية ضد مرض الإيدز، وأخذوا يعملون في أكثر من جبهة ضد هذا الوباء للعين:

الجهة الأولى: ومهمتها تقديم
الاستشارات لعلاج الأفراد المصابين
بفيروس الإيدز والتركيز على
المشكلات النفسية والصحية لدى
هؤلاء الأفراد، حيث إن حاملي
هذا المرض يتعرضون للطرد من
بيوتهم وأعمالهم، وقد يفقدون
التأمين الصحي والاجتماعي

ويتعين عليهم أن يتأقلموا مع الأوضاع غير الثابتة لهذا المرض، وانتظار الموت في أقرب وقت، ومن ثم يحتاج الأمر من جانب علماء النفس، مساعدة هؤلاء الأفراد على مجابهة هذه

الظروف العصيبة واستخدام
أساليب علاجية مستحدثة.

استخدم العلماء بعض العمليات والممارسات الفعالة على النماذج البيولوجية أثناء قيامهم ببحث الوسائل العملية والتطبيقية لمواجهة انتقال الفيروس ومن ثم أمكنهم الوصول إلى نوع من الأمصال يمكن استخدامه كوقاية ضد الإصابة بمرض الايدز.

A man in a dark suit and white shirt is laughing heartily, his head tilted back. Numerous US dollar bills are falling around him, creating a sense of wealth and success. The image is used as a background for the 'مراجعة' (Review) section header.

سر السعادة

تأتى الأيام وتضى وكل مهموم بحياته وحاله يسعى فى الأرض
لتحصيل الرزق، كل يسعى ليكون يومه أفضل من الأمس وغده أفضل من
اليوم، بعضنا يسعى ويكون همه فى تحصيل المال وآخر يلهث وراء المنصب
والجاء والبعض يسعى للنجاح الدراسى أو الوظيفى .

لكن كل ما سبق ليس غاية ولكنه وسيلة فليس المال والحصول عليه غاية فما يفيد المال إذا لم نستطع صرفه والاستمتاع به، وما يفيد المنصب والجاه إذا لم يعد بفاعدة على صاحبه إذن هذه الأشياء وسيلة وليست غاية، وسيلة لتحقيق غاية كبرى وهى السعادة ، فهذه الأشياء إن لم يتحقق معها معنى السعادة فإنها لا تنفيد بل أحياناً تأتي بالهم والحزن الضرر.

البعض يكون همه جمع المال ويأتى بمال وفير ولا يكون سعيداً وآخر يكون عنده القليل من المال ويكون سعيداً إذن السعادة هى الراحة النفسية، هى البعد عن الصراع النفسى، فالصراع النفسى موجود بداخلنا جميعاً وهو صراع بين مكونات النفس بين الرغبات والشهوات والاحتياجات الدنيوية وبين الضمير والقيم الاجتماعية والدينية.

فعندما يحدث داخل النفس توازن بين كفتي الصراع يحدث انطمئنان داخلي فنصل بالنفس إلى حالة النفس المطمئنة، النفس السعيدة، أما إذا مالت كفت الصراع نحو الرغبات والشهوات تكون النفس نفس أمارة بالسوء. وإذا مالت ناحية الضمير والقيود الاجتماعية تكون النفس نفس لوامة.

إذن التوازن بين كفتي الصراع «الوصول إلى حالة النفس المطمئنة» هو المطلب لتحقيق السعادة. وللوصول إلى النفس المطمئنة يجب أن يتحلى الشخص بالرضا والاطمئنان لقدر الله مع السعي في الرزق والأخذ بالأسباب وهذا هو سر السعادة. ومما يعين على الرضا الصلاة وقراءة القرآن بخشوع وتدبر والتفكير في خلق الله وحكمة الله في خلقه.

إذن السعادة فى استطاعتنا جميعا والوصول إليها ليس بالصعب ولكن يجب تدريب النفس وتطويعها على التحلى بالرضا والاطمئنان لقدر الله.

قَالَ تَعَالَى ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا﴾ (٧) فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴿٨﴾ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ﴿٩﴾ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ﴿١٠﴾ (آية ٧-١٠ سورة الشمس)