

## التركيز على ما نكره يأتي بنا نكره!!

<http://www.arabpsynet.com/Documents/DocSamarraiWhatWeHate.pdf>

د. صادق السامرائي  
أمريكا - العراق  
[sadiqalsamarrai@gmail.com](mailto:sadiqalsamarrai@gmail.com)



البشر بطبعه ميّال للتشكي والتذمر ورؤية ما هو سيئ وإغفال ما هو جيد وفاعل في دقائق أيامه , وبهذا يساهم في صناعة الواقع الذي يكون فيه , لأن أي واقع إنما هو مرآة لذوات أهله.

والإمعان بالنظر إلى ما نكره يساهم في صياغة النفس السلبية بطاقتها التدميرية المؤثرة بالسلوك , والمؤسسة لصيرورات ذات تفاعلات خسرانية قاسية.

والمجتمعات القوية هي التي يعمل أبنائها على التركيز على ما يحبونه , ويجتهدون في صناعة الواقع الجميل المستوعب له والقادر على تميته , وبذلك تجد بيئتهم المحيطة ذات إبداع وجمال و عمران , ويعم فيها اللون الأخضر.

وفي المجتمعات التي يسود فيها الويل والوجيع , تجد أن الحال مرهون بأفكار الكراهية وتصوراتها , وما يتوالد منها وينجم من أعمال وتفاعلات مضرّة بالمجتمع.

ذلك أن التركيز على ما نكره طاقة ذات اتجاهات حث وتوليد لمتواليات طاقوية , تساهم في صياغة التأثيرات المتركمة والمتعاضمة الكفيلة بتحويل أي واقع إلى جحيم.

فالنفس البشرية مَعين مطلق لأفياض المشاعر المتنوعة المتأججة المتأهبة للإلتهاب والإنطلاق الهائل من معاقلها ومكامنها المضغوطة , وشدة ظهورها تتناسب طردياً مع قوة الضغط المسلطة عليها , ودرجة الحرارة الموجهة نحوها , وآليات تأجيجها وإفقادها.

وفي واقع المجتمعات المنكوبة تسري نيران النفوس البغضائية بسلسلة تفاعلات متسارعة بأحداثها ومعطياتها الإنفعالية , مما يجعل من الواقع ميدان أحطاب منشوقة للإحترق والإحراق , فيسود التواصل بالنيران , بل تكون هي المُبتَغى والعنوان , لأن النيران تمثل أقصى درجات التعبير عن الكراهية والعدوان على الإنسان.

ولا يمكن إطفاء النيران إلا بحجب الوقود عنها وحرمانها من الأوكسجين , وهذا يتأتى بالتركيز على ما هو جيد وطيب , وطرّد الخبيث من الرؤوس والنفوس والأرواح , والتأكيد على أن الحياة ذات قيمة ومعنى , وعلى الإنسان أن يساهم بعباءته فيها , ويترك بصمته الإيجابية على مسيرتها.

البشر بطبعه ميّال للتشكي والتذمر ورؤية ما هو سيئ وإغفال ما هو جيد وفاعل في دقائق أيامه

الإمعان بالنظر إلى ما نكره يساهم في صياغة النفس السلبية بطاقتها التدميرية المؤثرة بالسلوك , والمؤسسة لصيرورات ذات تفاعلات خسرانية قاسية

المجتمعات القوية هي التي يعمل أبنائها على التركيز على ما يحبونه , ويجتهدون في صناعة الواقع الجميل المستوعب له والقادر على تميته

في المجتمعات التي يسود فيها الويل والوجيع , تجد أن الحال مرهون بأفكار الكراهية وتصوراتها

في واقع المجتمعات المنكوبة تسري نيران النفوس البغضائية بسلسلة تفاعلات متسارعة بأحداثها ومعطياتها الإنفعالية

لا يمكن إطفاء النيران إلا بحجب الوقود عنها وحرمانها من الأوكسجين , وهذا يتأتى بالتركيز على ما هو جيد وطيب , وطرّد الخبيث من الرؤوس والنفوس والأرواح

وفي تراث أي مجتمع الكثير من القصص والشواهد والأدلة التي تعزز المحبة والألفة وتنبذ الكراهية والأحقاد والبغضاء , وفي جميع الديانات ما يدعو لتوطيد الأواصر الإنسانية , والتكافل الرحيم ما بين الناس أجمعين.

وكم إنتصرت الأمم والشعوب على آفة الكراهية الفتاكة وقبرتها وحررت أجيالها من آثارها , فتأكدت إرادتها الطيبة وحققته إنجازاتها الحضارية المتميزة الرائعة.

وعليه فأن مجتمعاتنا تحتزن القدرة المطلقة لصناعة حاضرها الأفضل ومستقبل الأسطع , حالما تعود إلى ذاتها وتطهرها من نيران الكراهية والعدوان على نفسها وما حولها.

فهل من قدرة على إخماد نيران النفوس وتطهير الرؤوس من الخناس!!؟

\*\*\* \*\*

كم إنتصرت الأمم والشعوب على آفة الكراهية الفتاكة وقبرتها وحررت أجيالها من آثارها , فتأكدت إرادتها الطيبة وحققته إنجازاتها الحضارية المتميزة الرائعة

هل من قدرة على إخماد نيران النفوس وتطهير الرؤوس من الخناس!!؟

## سلسلة " وما سوهما " ... أفكار نفسية لعيادة

فلنعيّنـه حياة طيبة  
صادق السامرائي

" بوستر " سلسلة " وما سوهما "

<http://www.arabpsynet.com/AFP-PubBr/APF.WaMaSawahaPubBr.pdf>

سلسلة " وما سوهما " على المتجر الإلكتروني

[http://www.arabpsyfound.com/index.php?id\\_category=19&controller=category&id\\_lang=3](http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=19&controller=category&id_lang=3)

سلسلة اصدارات " وما سوهما " على شبكة علوم النفس العربية

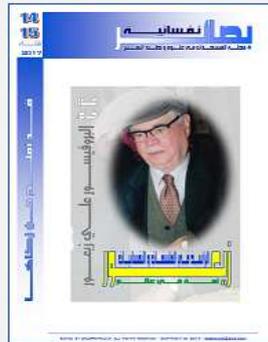
<http://arabpsynet.com/Samarrai/Index.eBSamarrai.htm>

\*\*\* \*\*

## مجلة "بطائر نفسانية"

محدد خاص: زيجور الراسخ في الفلسفات و النفسانيات ... أمة في عالم

العدد 14-15 ( محدد خاص )



إرتباط العدد

[http://www.arabpsyfound.com/index.php?id\\_product=278&controller=product&id\\_lang=3](http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_product=278&controller=product&id_lang=3)

الفرس & الإفتتاحية

[http://www.arabpsyfound.com/index.php?id\\_product=277&controller=product&id\\_lang=3](http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_product=277&controller=product&id_lang=3)

رابط الدليل

[http://www.arabpsyfound.com/index.php?id\\_product=51&controller=product&id\\_lang=3](http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_product=51&controller=product&id_lang=3)