



The Problematic of Happiness between the Philosophical Approach and the Perspective of Human Development

Ahjeelah Alsayd Alatrash *

Department of Philosophy, Faculty of Arts, Bani Waleed University, Libya.

إشكالية السعادة بين الطرح الفلسفي ومنظور التنمية البشرية

احجية الصيد الأطرش سالم*

قسم الفلسفة، كلية الآداب، جامعة بني وليد، ليبيا

*Corresponding author: J24179151@gmail.com

Received: 16-02-2026

Accepted: 15-04-2026

Published: 25-04-2026

Abstract

This study examines the problem of happiness between the philosophical approach and the perspective of human development. It explores happiness as one of the central concepts in human thought, both ancient and modern. In Greek philosophy, happiness was closely associated with wisdom, virtue, and the highest good, while in Islamic thought it was connected with the perfection of the soul, righteous action, and the balance between spiritual and bodily needs. In modern philosophy, happiness acquired various dimensions related to reason, duty, freedom, utility, and self-realization.

The study aims to clarify the transformation of the concept of happiness from a deep ethical and existential goal in philosophical thought into a life skill and behavioral practice that can be developed within the discourse of human development. It also discusses the relationship between happiness and virtue, pleasure and pain, satisfaction, inner peace, optimism, positive thinking, and mental health. The research adopts both the historical philosophical method and the descriptive analytical method in order to trace the development of the concept of happiness and analyze its theoretical and practical dimensions.

The study concludes that happiness is a multidimensional concept that cannot be limited to pleasure, material success, or individual achievement alone. Rather, it is a complex state that combines inner satisfaction, psychological balance, ethical awareness, and the ability to face life positively. The study also concludes that human development has contributed to bringing the concept of happiness closer to practical life; however, it still needs to be grounded in philosophical and ethical depth so that happiness does not turn into mere quick formulas or superficial slogans.

Keywords: Happiness, Problem of Happiness, Philosophy, Human Development, Virtue, Pleasure and Pain, Positive Thinking, Inner Peace, Mental Health.

المخلص

يتناول هذا البحث إشكالية السعادة بين الطرح الفلسفي ومنظور التنمية البشرية، من خلال دراسة مفهوم السعادة بوصفه أحد المفاهيم المركزية في الفكر الإنساني قديماً وحديثاً. فقد شغلت السعادة اهتمام الفلاسفة منذ الفكر اليوناني، حيث ارتبطت بالحكمة والفضيلة والخير الأسمى، كما ظهرت في الفكر الإسلامي مرتبطة بكمال النفس، والعمل الصالح، والتوازن بين مطالب الروح والجسد. أما في الفلسفة الحديثة فقد اتخذت السعادة أبعاداً متعددة، تراوحت بين العقل، والواجب، والحرية، والمنفعة، وتحقيق الذات.

ويهدف البحث إلى بيان التحول في فهم السعادة من كونها غاية أخلاقية ووجودية عميقة في الفكر الفلسفي، إلى كونها مهارة حياتية وممارسة سلوكية قابلة للتنمية في خطاب التنمية البشرية. كما يناقش البحث العلاقة بين السعادة والفضيلة، واللذة والألم، والرضا، والسلام الداخلي، والتفاؤل، والتفكير الإيجابي، والصحة النفسية. وقد اعتمد البحث على المنهج الفلسفي التاريخي والمنهج الوصفي التحليلي، بهدف تتبع تطور مفهوم السعادة وتحليل أبعاده النظرية والتطبيقية.

وتوصل البحث إلى أن السعادة مفهوم متعدد الدلالات، لا يمكن حصره في اللذة أو النجاح المادي أو الإنجاز الفردي فقط، بل هي حالة مركبة تجمع بين الرضا الداخلي، والتوازن النفسي، والوعي الأخلاقي، والقدرة على مواجهة الحياة بإيجابية. كما خلص البحث إلى أن التنمية البشرية أسهمت في تقريب مفهوم السعادة إلى الواقع العملي، لكنها تحتاج إلى أن تستند إلى عمق فلسفي وأخلاقي حتى لا تتحول السعادة إلى مجرد صفات سريعة أو شعارات سطحية.

الكلمات المفتاحية: السعادة، إشكالية السعادة، الفلسفة، التنمية البشرية، الفضيلة، اللذة والألم، التفكير الإيجابي، السلام الداخلي، الصحة النفسية.

المقدمة:

موضوع بحثنا " إشكالية السعادة بين الطرح الفلسفي ومنظور التنمية البشرية " واخترناه لما للسعادة دور في تربية الفرد وبناء المجتمع. كما أن البحث عن السعادة شغل بال الإنسان في كل العصور، ولا سيما في زمننا هذا الذي يسوده القلق والكآبة والفراغ الروحي. السعادة ضوء يجد بنا ويحفزنا على النجاح، والبحث فيها لا يُعد من الموضوعات السهلة اليسيرة، فكم نجد تصورات مختلفة ومتضاربة حولها، بالإضافة إلى أن البحث فيها يرتبط بدراسة العديد من المجالات والنظريات الأخرى كمسألة النفس الإنسانية، وما يتعلق بإثبات وجودها، وخلودها، وشغلت فكرة السعادة مفكري الأخلاق بصفة خاصة ومرد ذلك أنه إذا كانت اللذة غاية الطبيعة الإنسانية، والخير غاية الإرادة، والحقيقة غاية العقل؛ فإن السعادة غاية عامة للإنسانية كلها، ومن هنا يُعد مفهوم السعادة، بالفعل، من أبرز الموضوعات التي تهتم بها الفلسفة.

ويطرح جدالية السعادة فجوة عميقة بين الفلسفة التي تعتبرها غاية أخلاقية مرتبطة بالفضيلة والزهد، وبين التنمية البشرية التي تصفها لحالة نفسية قابلة للتحقيق عبر تقنيات النجاح المادي ولتحفيز الذاتي وتمكن الإشكالية في تحويل السعادة من " تأمل وجودي"، طويل الأمد إلى منتج استهلاكي سريع، مما يخلق صدأ ما بين عمق المعنى، وسطحية الحلول المقترحة كما تعد السعادة الغاية القصوى التي، يسعى الإنسان لإدراكها عبر العصور إلا أنها تظل مفهوم زئبقياً بين التجريد الفلسفي، والواقع التطبيقي، وتطرح هذه الدراسة إشكالية السعادة بوصفها صراعاً بين الرؤية الفلسفية التي بحثت في ماهية الفضيلة والخير الأسمى، وبين منظور التنمية البشرية التي يحولها إلى ممارسات سلوكية وأدوات قابلة للقياس والتحقيق.

وتعتبر السعادة المحور الجوهرية للوجود الإنساني، إلا أنها تثير انقساماً معرفياً بين العمق الفلسفي، الذي يبحث في ماهيتها كغاية أخلاقية وقيمة وجودية وبين منظور التنمية البشرية الذي يحولها إلى ممارسات سلوكية وأدوات إجرائية للتحسين الذاتي، تمكن الإشكالية في التوتر القائم بين اعتبار السعادة نتيجة للتأمل الفكري والفضيلة لدى الفلاسفة، وبين كونها " صناعة " تعتمد على التفكير الإيجابي والذكاء العاطفي في ادبيات التنمية البشرية.

تساؤلات البحث :

هل السعادة غاية قصوي للإنسان او هي مجرد وسيلة لتحقيق فاعلية اجتماعية وعملية؟
ما الفرق بين السعادة كاتأمل فلسفي، وبينها كمهارة مكتسبة؟
هل السعادة استحقاق فردي ، ام مسؤولية جماعية ؟
هل نجحت التنمية البشرية في تبسيط الفلسفة العميقة للسعادة ام لا؟

منهج البحث:

المنهج الذي استخدمناه في البحث يتراوح ما بين المنهج الفلسفي - التاريخي، والمنهج الوصفي - التحليلي.

أهداف البحث:

1. إلقاء الضوء على دلالات السعادة اللغوية والاجتماعية والفلسفية.
2. بيان تطور مفهوم السعادة في تاريخ الفكر الفلسفي، بدءاً من الفكر اليوناني ومروراً بالإسلامي وانتهاءً بالفكر الحديث والمعاصر.
3. توضيح مدى ارتباط السعادة في الحياة العملية من خلال فلسفة التنمية البشرية، وبخاصة البرمجة اللغوية العصبية.

الفصل الأول: مفهوم السعادة في الفكر الفلسفي

المبحث الأول: السعادة لغة واصطلاحاً

أولاً لغة : كلمة السعادة لغة مشتقة من الجذر (س ع د) وهي نقيض الشقاء وتدل على اليمين والخير والبركة وتعرف في المعاجم بأنها معاونة لأمر الإلهية للإنسان على نيل الخير وتطلق على الفرح والابتهاج والرضا.

ثانياً اصطلاحاً : هي حالة نفسية من الرضا التام وتتحقق لدى الفرد عند الشعور بالسكينة وطمأنينة القلب أو بوصول النفس التي كما لها من خلال الفضيلة والعمل الصالح وهي تختلف باختلاف الفلسفات فمنهم من يراها في اللذة، ومنهم من يراها في الفضيلة او القناعة .

ما يمكن استنتاجه من تلك الدلالات هو :

اجتماعياً :

تتعدد دلالات السعادة ومدلولاتها بحسب حاجات الناس، فالمرضى يراها في اكتساب الصحة، والمعوز في اكتساب الحال والغريب في العودة لوطنه والوحيد في الصداقة، مما يضيف على السعادة بعداً ذاتياً. فالتمثل الاجتماعي للسعادة يهيمن عليه الطابع المادي وهو ما يفرض السؤال: أليس الجانب الروحي ضرورياً لاكتساب السعادة وتحصيلها؟.

فلسفياً :

وفي موسوعة " لالاند الفلسفية" السعادة حالة رضا تام تستأثر بمجامع الوعي⁽²⁾ ويعرفها جميل صليبا في معجمه الفلسفي بأنها الرضا التام بما تناله النفس من الخير.

ويكون الفرق بينها وبين اللذة أن السعادة حالة خاصة بالإنسان، وأن رضا النفس بها تام إذ تضمن شرط السعادة أن تكون ميول النفس كلها راضية مرضية، وأن يكون رضاها بما حصلت عليه من الخير تاماً ودائماً. في حين أن اللذة حالة مشتركة بين الإنسان والحيوان، وأن رضا النفس بها مؤقت. وإذا كانت السعادة هي حالة إرضاء وإشباع وارتياح تام للرغبات يتسم بالثبات، فإنه متى سميت إلى مستوى الرضا الروحي ونعيم التأمل والنظر، وأصبحت غبطة، وإن كانت هذه أسمى وأدوم⁽³⁾.

وللفلاسفة في حقيقة السعادة آراء مختلفة فمنهم من يقول إن السعادة هي إتباع الفضيلة (أفلاطون)، ومنهم من يقول إنها في الاستمتاع بالملذات الحسية (القورينائيون) أما أرسطو فقد وحد الخير الأعلى والسعادة،

(1) أندريه لالاند، الموسوعة الفلسفية، ترجمة خليل أحمد خليل، إشراف أحمد عويدات، منشورات عويدات، الطبعة الثانية، بيروت باريس، 2001، ص1550 .

(2) جميل صليبا، المعجم الفلسفي، دار الكتاب اللبناني، بيروت، 1978، ص 491

وجعل اللذة شرطاً ضرورياً للسعادة لا شرطاً كافياً. وعين الأمر يقول به أبيقور الذي اعتبر اللذة غاية الحياة، وإن أقام فروقاً بين اللذات. أما الرواقيون فإنهم يرجعون السعادة إلى الفعل الموافق للعقل، وهي في نظرهم، غير ممتنعة عن الحكم، وإن كان طريقها محفوظاً بالألم.

إذا كانت السعادة في الدلالة اللغوية تتحدد كمقابل للنحس والشقاوة فإنها، كمفهوم فلسفي، تتأسس على جملة من التقابلات سعادة / شقاء / فضيلة / رذيلة / خير / شر، وينظر فلسفياً إلى السعادة كحالة إرضاء تام للذات يتسم بالديمومة. غير أن مفهوم السعادة متعدد الدلالات وتتداخل فيه عوامل مختلفة بيولوجية نفسية دينية اجتماعية، سياسية، فضلاً عن أنه يتأخر جملة من المفاهيم الفلسفية الأساسية كاللذة والألم والفضيلة والخير الأعلى والعقل والنفس والسياسة والعدالة والخيال والفطرة والمحاكاة والواجب والغير والإرادة.

يختلف الناس والفلاسفة على السواء في تمثيلهم للسعادة. فالعوام يربطونها بالثروة والجاه والنفوذ وتحقيق المتعة في شتى أشكالها. أما الفلاسفة فيختلفون أيضاً في تمثيلهم للسعادة، فمنهم من يراها في علاقتها بالفضيلة والتأمل العقلي كفلاسفة الإسلام الذين حاولوا التوفيق بين التأمل العقلي وما هو ديني، أي السعادة الأخروية، وهناك من يرى أن كل هذه التمثيلات حسية وجزئية، أما عندما نتحدث عن مفهوم السعادة تكون محتاجين إلى "الكل المطلق". وهناك من الفلاسفة من يعتبرها فردية، ومنهم من يعتبر أن السعادة لا تكون إلا داخل دولة وآخرون يقولون بأنه من المستحيل أن نستدل على وجود السعادة بل يجب أن نعمل على تحصيلها فهي ممارسة⁽⁴⁾.

إذن، تثير السعادة، كإشكالية فلسفية، عدداً كبيراً من الأسئلة أكثر مما نعد بتقديم إجابات شافية، وفي مقدمة تساؤلات متعلقة بماهية السعادة من جهة، وعلاقتها بكل من الأخلاق والدين، والتصوف والسياسة، والاجتماع، والإنسان من جهة أخرى. كذلك يبرز تساؤل مشابه في الفلسفة حول علاقتها بالنفس واللذة والخير والمنفعة، والمعرفة، على أن البعض قد يتساءل عن مدى أهمية التعرف على المذاهب الفلسفية المتعلقة بإشكالية السعادة وعن جدواها في عصر العولمة، خاصة مع تعذر تحققها عملياً، بحسب ما هي وردت في تصورات الفلاسفة. إلا أن هذه التصورات رغم الفوارق بينها جاءت متفقة في سعيها الدائب نحو التقدم الاجتماعي العام، نحو مجتمع المحبة والسلام والرفاهية، نحو سعادة الناس جميعاً، بغض النظر عن أي اعتبارات تمييزية.

المبحث الثاني: علاقة الحكمة بالسعادة في الفلسفة اليونانية

- مرحلة ما قبل سقراط:

اعتقد فيثاغورس بأن الحكمة لا تضاف لغير الآلهة، ولهذا اعتبر نفسه محباً للحكمة، ومن هنا جاء لفظ الفيلسوف بمعنى المحب للحكمة.

وفي محبة الحكمة عند فيثاغورس وأتباعه تكمن السعادة كل السعادة؛ فقد أمن الفيثاغوريون بأن الطريق إلى طهارة النفس إنما يكون بالعلم والتأمل الفلسفي، فضلاً عن التمسك بالأخلاق والزهد في مطالب الحياة المادية للجسد. وبدا ذلك تماماً حينما اختاروا في ديانتهم عبادة الإله أبولون (إله العقل) بدلاً من الإله ديونيسيوس الذي عبده أتباع أورفيوس. لقد اكتسبت رؤية فيثاغورس والفيثاغوريين في التوحيد بين الحكمة والسعادة مسحة صوفية زاهدة بدت في توجههم الكامل، بعد تطهير النفس بالعلم والتأمل، إلى الإله والتماس الخير منه وحده⁽⁵⁾.

(3) نفس المرجع، ص 512.

(4) يوسف كرم، تاريخ الفلسفة اليونانية، مكتبة الثقافة، القاهرة، 2009، ص 22.

(5) انظر: بارمنيدس في الطبيعة، ترجمة أحمد فؤاد الأهواني في كتابه فجر الفلسفة اليونانية قبل سقراط، دار إحياء الكتب العربية، القاهرة، 1954، ص 130.

(6) ولتر سنيس، تاريخ الفلسفة اليونانية، ترجمة مجاهد عبد المنعم مجاهد، المؤسسة الجامعية للمدرسات، بيروت، 1997، ص 140 وللمزيد حول محاكمة سقراط انظر محاورات أفلاطون محاورات الدفاع، محاورات أفريطون، محاورات فيدون، ترجمة زكي نجيب محمود، اللجنة التأليف والترجمة والنشر، القاهرة، 1966.

وقد تدعمت هذه المسحة الصوفية في الربط بين الحكمة والسعادة في فلسفة بارمنيدس رغم أنه لم يذكر الإله في قصيدته الشهيرة في الطبيعة وفضل الحديث فيها عن الوجود مدعياً أنه استلهم ذلك من آلهة العدالة، كما بدا في مقدمة تلك القصيدة التي امتلأت بالرموز الصوفية؛ حيث قال فيها أنه قد اتجه في عربة تجرها الجياد وتفودها العرائس بنات الشمس إلى حيث الأبواب التي تفصل بين النهار والليل أو النور والظلام، ولما اجتاز الطريق الإلهي حدثته الألهة قائلة: مرحى أيها الشاب يا رفيق الهاديات والخالدات اللاتي أرشدن عربتك مرحى لقد أرسلت في هذا الطريق بالأمر الإلهي لا بالقدر السيء. وعلى كل حال فإن سعادة المرء وحكمته عند بارمنيدس تكمن في إدراكه العقلي لحقيقة هذا الوجود الواحد وما عدا ذلك مجرد أو هام وظنون يحيا بها الإنسان ويسير من خلالها في طريق لا يعرف فيه المعنى الحقيقي للوجود والطريق الحقيقي للسعادة⁽⁶⁾.

والطريف في تاريخ الفلسفة اليونانية قبل أفلاطون أن تتوافق رؤية الذريين مع رؤية فيثاغورس وبارمنيدس في محال الربط بين الحكمة والسعادة رغم مثالية الأخيرين ومادية ديمقريطس وأتباعه الذين تبنا مذهباً مادياً في تفسير العالم الطبيعي يعتمد على رده إلى الذرات وليس إلى العناصر الأربعة، وحتى النفس عند ديمقريطس ذرات مادية، كما أن الأشياء والأجسام والعناصر ذرات حتى الألهة نظر إليها على أنها مركبات ذرية لطيفة، ومع ذلك فإن فلسفته الأخلاقية جاءت مختلفة عن هذا الطابع المادي العام لفلسفته، حيث بدأها بالتأكيد على أن قوة الجسم لدى الإنسان لا تعنى شيئاً، فقوة الجسم لا تكون من أسباب النيل إلا في دواب النقل، بينما قوة العقل وقوة الخلق هي كل شيء بالنسبة للإنسان؛ لأن "قوة الخلق هي سبب النيل في الإنسان" على حد تعبيره. وإذا سألنا عن جوهر السعادة عنده لقال بما أسماه "اعتدال المزاج"، فذلك الذي يؤدي بالإنسان إلى الشعور بالبهجة والتفاؤل، إذ أن قوة النفس واعتدال مزاجها يعنى في رأيه معرفتها للخير وتوجيه الإرادة إلى سلوك طريقه، وهذا ما يسميه ديمقريطس ما يجب عمله فما يجب عمله بالنسبة للنفس الإنسانية يبدأ بمحاولتها كبح جماح الرغبات والشهوات الحسية والجسدية، ولن يكون ذلك إلا بالعمل الجاد وتحمل الشدائد بشجاعة، ولا يتأتى للمرء ذلك إلا عن طريق الثقافة والتعليم، فيهما وحدهما يعتدل مزاج الإنسان ويتجه إلى طريق الخير والسعادة.

وقد جاء السفسطائيون بعد ذلك ليضعوا هذا التوحيد أو الربط بين الحكمة والسعادة موضع الشك والجدل، حيث اعتبروا، منذ إعلان زعيمهم بروتاجوراس أن "الإنسان الفرد معيار كل شيء"، وأن السعادة مسألة فردية، ومن ثم فقد أصبحت الفضيلة والسعادة مسألة نسبية تختلف باختلاف تصورات ومصالح الأفراد. لقد غلب على الرؤية السفسطائية لا التوحيد بين الحكمة والفضيلة والسعادة، بل بين المنفعة والفضيلة والسعادة، فما ينفعني هو ما يسعدني، فالخير إذن في النافع والمفيد بالنسبة لي كفرد، ومادامت المصالح والمنافع تختلف من شخص إلى آخر، فإن طريق السعادة إذن يختلف من شخص إلى آخر وكذلك مفهوم الخير والحكمة.

مرحلة ما بعد سقراط :

لقد كان سقراط يجد سعادته في توعية الناس بالطريق الحق للفضيلة، ذلك الطريق الذي يبدأ بأن يسأل كل منهم عن ماهية ما يدعى العلم به وخاصة في مجال الفضيلة، فإن كان يدعى أنه أنقى الناس فليسأل نفسه: ما هي التقوى أو ما الذي يجعل الفعل التقى تقياً؟ وإن كان يدعى أنه أشجع الناس فليسأل نفسه عن ماهية الشجاعة، أي ما الذي يجعلنا نصف أي فعل من أفعالنا بأنه شجاعة؟ إن معرفة ماهيات الفضائل ستقودنا حتماً إلى سلوك طريق الفضيلة؛ لأن من عانى في إدراك ماهية أي من هذه الفضائل سيسلك طريقها حتماً بعكس من يتعلمها من المتعلمين دون أن يكابد مشقة البحث العقلي بنفسه.

ولذلك كانت مقولته الشهيرة: أن الفضيلة علم لا يعلم، وما ذلك إلا لأنه يعتقد بأن الفضيلة هي علم كامن في النفس يملكه كل الناس بشرط أن يبذلوا جهدهم العقلي في التساؤل وفي البحث داخل النفس وباستفتاء ضميرهم الأخلاقي والقارئ لحياة سقراط يجدها مليئة بالمواقف التي تؤكد أنه كان يجد السعادة في التوحيد بين المعرفة بحقيقة الفضيلة وسلوك طريقها أي كانت النتائج المترتبة على ذلك. ولعل أبرز هذه المواقف الكاشفة خضوعه المحاكمة نتيجة عدة تهم ظالمة، كما بدا في دفاعه عن نفسه أمام المحكمة الأثينية، ومع أنه نجح في رد هذه التهم عن نفسه وكشف لهيئة المحكمة أنها غير صحيحة وملفقة، إلا أنه حينما استقرت

المحكمة على إدانته قال جملته المشهورة: "أنا إلى الموت وأنتم إلى الحياة. والإله وحده أعلم بأيهما هو الخير" (7).

وحينما نصل في استعراضنا هذا إلى أفلاطون سنجد أنه قد واصل طريق أستاذه سقراط في التوحيد بين الفضيلة والمعرفة، وبدا ذلك بوضوح منذ المحاورات السقراطية التي خلد فيها أفلاطون ذكرى أستاذه حتى محاورات النضج التي كتبها معيراً عن فلسفته هو. فالمعرفة لا تكون إلا بمعرفة عالم المثل الذي هو عالم المبادئ المعقولة لكل ما في الوجود المحسوس، سواء كانت أشياء مادية أو مفاهيم أخلاقية وبالطبع فإن هذه المعرفة النظرية بمعنى الفضيلة هي الأكثر تحقيقاً لمعنى السعادة عند أفلاطون لأنها تمثل الفضيلة الفلسفية التي اختص بها الفلاسفة الذين لا يسلكون إلا وفقاً لمعرفتهم بالمبادئ العقلية للفضيلة؛ فلقد ميز أفلاطون، فيما يرى ستيس بين الفضيلة الفلسفية والفضيلة الاعتيادية؛ فالأولى هي الفضيلة الحقة التي تقوم على معرفة المبادئ العقلية للخير، أما الثانية فهي الفضيلة بمعناها الشائع عند الناس، وتتطلب من أسس أخرى مثل العادة والعرف والتقاليد، أو من الدوافع الخيرة والمشاعر الغريزية نحو الخير⁽⁸⁾.

لا تتحقق السعادة الحقيقية عند أفلاطون إلا لأولئك الفلاسفة المتأملين الذين تحرروا من كل ما هو أرضي وحسدي؛ ليعيشوا وفقاً لما هو حقيقي وإلهي، فالحكمة رأس الفضائل سواء كانت نظرية فلسفية، أو تلك الحكمة التي يتمتع بها الإنسان الفاضل في الحياة الاجتماعية والسياسية وينجح من خلالها في إقامة التوازن بين مطالب قوى نفسه المتصارعة داخل جسده الفاني فيمارس الشهوة باعتدال ويمارس الغضب باعتدال. وما ذلك إلا لأن نفسه العاقلة تتحلى بالحكمة، وبالحكمة يستطيع المرء ماذا يشتهي؟ ومتى ذلك وإلى أي حد؟ وكذلك قادر أن يعرف لماذا يغضب وإلى أي مدى؟ فالسعادة في كل الأحوال قرينة الحكمة ولا تتحقق أبداً إلا لدى الإنسان الحكيم، وإذا لم تتوافر الحكمة أصبح الإنسان فاقداً للشرط الضروري للسعادة الحقيقية، سواء في حياته الاجتماعية والسياسية أو في حياته الفردية وفي علاقته بالله وبالعالم من حوله⁽⁹⁾.

سار أرسطو على نهج أستاذه حينما بدأ كتابه الأخلاق "إلى نيقوما خوس" بنقد كل صور السعادة الشائعة عند عامة الناس ورفض الآراء التي تقول بأن السعادة تكمن في اللذة أو في حياة الجاه والسلطان أو في الثروة والمال... إلخ. وأكد في المقابل على التوحيد بين الفضيلة والسعادة، وكان حاسماً حينما أكد على أن الفضيلة فعل عقلي؛ فالإنسان في رأيه جزءان جزء عاقل وجزء غير عاقل، وفضيلة الإنسان تبدأ حينما يتحكم الجزء العاقل في الجزء غير العاقل وغاية الوجود الإنساني ليست الأكل أو الشرب أو الجري وراء الملذات الحسية وإشباع الشهوات، وإنما التأمل. ولذا فضل أرسطو العقل المتأمل واعتبره فضيلة الفضائل الإنسانية، وأكد على أنه إذا كانت الحياة السعيدة هي الحياة المطابقة للفضيلة، وإذا كانت السعادة تكمن في الفعل المطابق للفضيلة، فمن الطبيعي أن تكون في الفعل المطابق للفضيلة العليا، بمعنى أنها الفعل المطابق للجزء الأحسن من ذات الإنسان، وهو العقل الفاهم المتأمل المعد ليأمر ويقود وليكون له فهم الأشياء الجميلة والقدسية، على حد تعبير أرسطو⁽¹⁰⁾. وبناءً على ذلك فإن فعل هذا العقل المتأمل هو المطابق للفضيلة وفيه تكون السعادة الكاملة والحقيقة أن أرسطو قد أجهد نفسه في بيان ذلك التوحيد بين فعل التأمل للعقل النظري وبين السعادة الكاملة، ليس فقط على مدار كتابه "الأخلاق إلى نيقوما خوس"، وإنما أيضاً على مدار الكتاب الثالث من كتاب "النفوس" الذي أكد فيه على أن القوة النظرية من العقل الإنساني هي الجانب القدسي من الإنسان لأنها القوة القادرة على مفارقة وجوده المادي لتأمل ما وراء هذا الوجود وإدراك الحقيقة القسوى للوجود، الوجود الإلهي⁽¹¹⁾.

(7) ولتر ستيس: تاريخ الفلسفة اليونانية، ص 146-147.

(8) ولتر ستيس، تاريخ الفلسفة اليونانية، ترجمة مجاهد عبد المنعم مجاهد، المؤسسة الجامعية للمدرسات، بيروت، 1997، ص 140 وللمزيد حول محاكمة سقراط انظر محاورات أفلاطون محاورات الدفاع، محاورات أفريطون، محاورات فيدون، ترجمة زكي نجيب محمود، اللجنة التأليف والترجمة والنشر، القاهرة، 1966.

(9) انظر: أفلاطون، محاورات فيدون، ترجمة عزت قربي مكتبة الحرية الحديثة، جامعة عين شمس، القاهرة 1979، ص 206-210.

السعادة متعة عقلية عند الرازي والفارابي :

تتحدد رؤية فلاسفة الإسلام إلى موضوع السعادة وفق المعالم الآتية: النظر إلى الإنسان من خلال ثنائية (نفس جسد) مع تمجيد النفس العاقلة واحتقار الجسد باعتباره عائقاً أمام تحصيل السعادة، فالنفس جوهر والجسد مادة ومتطلبات الجوهر ليست هي متطلبات المادة، ويستمد هذا التصور من الفلسفة اليونانية، فلقد اعتبر الرازي اللذة الجسدية لذة بهيمية، في مقابل اللذة الحقيقية، أو اللذة العقلية كلذة تامة وشريفة لا تمل، وهو ما يجعلها تطلب لذاتها. وهاجم الرازي أولئك الذين يحصرون السعادة في اللذة الحسية بقوله: "الاشتغال بقضاء الشهوات ليس من السعادات والكمالات، بل من دفع الحاجات"، فالسعادة لا تتحقق بقضاء الشهوات والانغماس فيها، ولو كان كذلك لكان الحيوان أكثر سعادة من الإنسان وأبرز الرازي حجة العشر الداعمة لفكرته حول أن السعادة لذة عقلية، ثم النظر إلى السعادة الحقيقية من منظور عقلاني، حيث الحكمة العقلية هي الطريق الأمثل لتحقيق كمال النفس عندما أكد أن فضيلة النفس تكمن في التشوق إلى العلوم والمعارف، وبذلك تصبح الفلسفة الطريق السالك إلى السعادة⁽¹²⁾.

أما الفارابي فاعتبر السعادة غاية في ذاتها ما دامت تطلب لذاتها بعيداً عن أية مصلحة، لأن السعادة لا ترتبط بالبدن وليست إشباعاً للمدة بدنية، لأن هذا الإشباع هو فعل مشترك مع الحيوان، لذا يصبح الفعل العقلي التأملي هو ما يميز الإنسان، فالسعادة لا ترتبط بعالم الحس والجسد، وإنما هي لذة عقلية لكن السؤال الأساس عند الفارابي هو كيف تحصل هذه السعادة، ما دامت غير متوفرة في عالم الحس والإحساس؟ لا نولد سعداء وإنما نصبح كذلك هو ما يعني أن تحصيل السعادة فعل مشروط بعملية عقلية تأملية تحترس من الجسد وتتجاوز رغباته. وهو ما يعني ممارسة فعل التفكير والتأمل والاحتكام إلى المنطق لأن السعادة، لا تحصل إلا بجودة التمييز بين الصحيح والخطأ.

وبهذا تصبح السعادة أمراً إنسانياً مكتسباً ما دام الإنسان يملك عقلاً يتأمل به، وبواسطته يستطيع الوصول إلى عالم الحكمة والمعرفة، فالحكيم وحده سعيد والجاهل حتماً تعيس، لأن ممارسة فعل التأمل والتفكير يعني لحظة خاصة في حياة الفيلسوف، لحظة الخروج من عالم الحس وعدم الثقة في الجسد والابتعاد عن الإحساس بالتأمل والتفكير يستطيع الحكيم أن يتصل بالعقل الفعّال ويرى الصور النقية الخالصة الطاهرة قبل أن تمتزج بالمادة بعد. نزولها إلى العالم الأرضي.

السعادة متعة جسدية وعقلية عند ابن مسكويه :

يؤكد ابن مسكويه أن السعادة الحقيقية لا تكون إشباعاً لحاجات البدن، وأن الداعين إلى السعادة استناداً إلى الجسد ظلوا عند مستوى البهيمية، فالسعادة تتحقق في إشباع البدن والنفس معاً لأن الإنسان في حقيقته وحدة واحدة فالإنسان يملك كمالان: كمال ككائن عامل وعالم في الوقت ذاته وحدة العلم والعمل، فبقوة العلم والنظر يصل إلى الحقيقة وبقوة العمل يرتب الأمور وينظمها، والجمع بين هذين الكمالين هو السعادة المطلقة. السعيد في نظر ابن مسكويه هو الإنسان العالم والعامل والسعادة تحقيق للقوتين معاً: العلم والعمل والعلم مبدأ والعمل تمام فالسعادة بلوغ للكمال النظري والكمال الأخلاقي العملي، فهي إشباع لمطالب البدن وكذلك إشباع لمطالب الروح، فالذين يحضرون السعادة في اللذة البدنية هم جهال لأنهم جعلوا النفس خادمة وتابعة للجسد فالسعادة اجتماع القوتين العاقلة باعتبارها التشوق إلى المعرفة وعاملة باعتبارها تدبير الأمور الحياتية فالإنسان ذو طبيعة مزدوجة نفس وجسد، لذا لا بد من تحقيق انسجام وتوازن بين هاتين القوتين، ويؤكد ابن مسكويه أن السعيد هو كل من توفر له الحظ من الحكمة لأنه مقيم بروحانيته في الملء الأعلى، ويستنير بالنور الإلهي، لكنه في الوقت ذاته لا يستطيع التخلص من جسده تصور ابن مسكويه مستمد من فلسفة أرسطو الذي ينظر إلى الإنسان ككائن مركب من نفس وحسد والسعادة في نظره انسجام التام بين مطالب الجسد ومطالب النفس والعمل بمقتضى الوسط الذهبي كمبدأ: لا إفراط ولا تقريط⁽¹³⁾.

(10) سعيد مراد نظرية السعادة عند فلاسفة الإسلام، عين المدرسات والبحوث الاجتماعية والإنسانية العين الإمارات) 2001 ص 143 .

(11) عزت عبد العزيز، فلسفة الأخلاق عند ابن مسكويه مكتبة الأزهر، القاهرة 1986، ص 132

السعادة متعة قلبية في الصوفية :

بداخل الفلسفة الإسلامية ثمة اتجاه صوفي عرفاني يقر أن طريق السعادة ليس العقل ولا الجسد، وإنما تتأتى عن طريق المجاهدة من أجل تحرير النفس من رغباتها وشهواتها من خلال عمليتي التخلية والتخلي (التخلي عن الرذائل والتخلي بالفصائل) من أجل الوصول في النهاية إلى السعادة الحقيقية، سعادة المشاهدة القلبية لأنوار الحقيقية الإلهية، حيث ترفع الستائر عن العابد أمام الحقائق الإلهية، وهو ما يسميه أهل التصوف بالإشراق. يؤمن أصحاب التصوف بوجود سعادة باطنية لا يدركها أصحاب النظر لأن السعادة هي فيض إلهي يملأ القلب. فالصوفي يروم إلى تأسيس تقليد مغاير للحظة النبي إبراهيم، حيث يصر على أن يفدي ذاته وتقديم جسده رغبة في الخلود مما يعني الابتعاد عن الملذات وطلب الخلو والانقطاع عن الحياة والمتعة رغبة في الوصول إلى لحظة المشاهدة والكشف، حيث احتقار الجسد، الذكر، السماع، العبادة، التأمل، الحسد، الخلو، وكلها مدارج للوصول إلى الفناء الموعود والخلود المنشود بالخالق لحظة اتحاد العابد المتصوف بالذات الإلهية وحدة الوجود) وقد لخص الغزالي هذه التجربة في قوله: "الخلو بالنفس في زاوية واقتصار العبادة على الفرائض والرواتب والجلوس بقلب فارغ مجموع الهمة مقبلاً على ذكر الله من أجل الاطلاع على عالم الملكوت والاطلاع على اللوح المحفوظ⁽¹⁴⁾ .

لكن يجب التمييز بين التصوف السني والتصوف الفلسفي، فإذا كان التصوف السني كطريق وأسلوب في العبادة لم يتصادم مع الشريعة الإسلامية، فإن التصوف الفلسفي الذي يحمل رؤية فلسفية متأثرة بالمذاهب والتصورات الثقافية المغايرة، خصوصاً الاتجاهات الباطنية قد خلق عدة إشكالات داخل البنية الإسلامية، مع ابن عربي الحلاج، البسطامي، ذو النون المصري، السهروردي ورغم اشتراكهم في أن الوصول إلى الحقيقة يكون عبر ممارسة وجدانية بعيداً عن العقل والنقل، أو الحكمة والشريعة وإنما الوصول إلى الحقيقة يكون نتيجة عملية وجدانية شاقة لا علاقة لها بالتأمل ولا توجد في نصوص الشرع والقرآن، وهي تجربة فردية خاصة، سرية حين تتأسس وفق لحظات ثلاث تخلية تخلية وتجليه، أي حينما تتحلى الذات الإلهية أمام المتصوف سأل ابن رشد ابن عربي: كيف وجدتم الأمر بين الكشف والفيض الإلهي، هل هذا ما أعطاه لنا النظر؟ أجاب ابن عربي: نعم، ولا وبين نعم ولا تطير الأرواح من موادها والأعناق من أجسادها⁽¹⁵⁾ .

هكذا تتحدد رؤية ابن عربي لإدراك الحقيقة والمنهج الموصل إليها، فهو ليس تأملاً وليس وحياً. وتقوم نظريته على وحدة الوجود سبحانه من أظهر الأشياء وهو عينها، فالموجودات هي تجليات للذات الإلهية والمتصوف يقوم برحلة معاكسة حيث الحنين والعودة إلى الأصل، والخلود في الذات الإلهية عن طريق تجربة باطنية صوفية تلغي الجسد وتلغي العقل والحواس، بحيث تصبح المعرفة نوراً يقذف في القلب.

- السعادة وضوح في فلسفة اسبينوزا :

تطرق اسبينوزا في كتابه "الأخلاق" إلى إشكالية السعادة، طارحاً السؤال التالي: ما السبيل إلى تحصيل السعادة؟ لقد كان أسبينوزا من بين الفلاسفة القلائل، الذين استطاعوا تقديم إجابة مرضية لهذا السؤال المغرق في القدم، حيث ذهب إلى أن السعادة لا يمكن أن تتحقق إلا باستبعاد كل ما هو غامض لهذا استعان بالمنهج الهندسي لتوضيح أفكاره.

الهدف من كتابه "الأخلاق" هو تحقيق سعادة النفس عن طريق الحب وإبراز القوة الأخلاقية. يدرك المرء بدهشه سعيدة أن كل ما في هذا الوجود إنما هو تعبير عن جوهر لامتناهي، جوهر يشكل طاقة الكون، وبما أن هذا الموجود هو أساس باقي الموجودات، فإن كل ما في الكون له معنى. ولما كان الله أو الجوهر هو الموجود المطلق والكامل فإن حبه هو سعادة الإنسان، إذ أن هذا الحب لا يترك مجالاً للآلام والانفعالات، وبالتالي يصير الإنسان متحرراً من الخوف⁽¹⁶⁾ .

إذا نظرنا إلى فلسفة اسبينوزا بعمق سنجد أن أول هدف وضعه هو الكشف عن حياة الإنسان السعيدة، الأمر الذي يتحقق عن طريق الحب العقلي لله. إن هذا الحب هو الغاية القصوى لبني الإنسان، وذلك لأننا كلما

(12) عبد الدرويش، فلسفة التصوف الإسلامي، دار طلاس، دمشق، 2006، ص87،90.

(13) نفس المرجع، ص197.

(16) اسبينوزا، علم الأخلاق، ترجمة خلال الدين سعيد، دار الجنوب للنشر، تونس، 1999، ص211

ارددنا حباً له، كلما تحررنا من مخاوفنا وانفعالاتنا. إن السعادة لا تكمن في المال ولا في الشهوة أو النساء، وذلك لأن المال زائل لا محالة، أما الشهوة فإنها تجعل صاحبها يفقد طمأنينته، حيث يصير شقيماً في سعيه إليها. والحق أن السعادة تتحصل للرجل الذي تحمله نفسه على حب الحياة، لأن هذا هو المبدأ الذي يجب أن يسير على هديه الحكيم الذي يتأمل في الحياة لا في الموت، إذ يحس أنه مشارك في وحدة الكون بما هو جزء من الله، أي من حيث هو فكر وامتداد لهذا، لا تتأتى السعادة من الإيمان بالمفارقة، بل من الاعتقاد أن الله محايث للطبيعة، وأنه الطاقة الحيوية التي تحرك الكون، وتمده بقوانين عقلانية صارمة لا يحيد عنها قيد شعرة.

تتحقق السعادة القصوى عن طريق المعرفة العقلية لله، وهي لا تتحقق بالرغبات المادية، بل إن الرجل الغارق في الشهوات لا يرى في هذا الأمر إلا ضرباً من السخافة وذلك لأنه اعتاد على الغرق في ملذاته. غير أن حب الله، لا يجب أن يصدر عن مصلحة، فيجب أن أحب الله لا لشيء آخر، بل لأنه العلة السببية للكون، فإذا ما توصلت إلى هذا الحب، زال الغموض الذي من شأنه أن يساور العقل مما لا شك فيه أن الإنسان يسعى للحفاظ على وجوده وكيانه، وهذا هو المصدر الأول للفضيلة، وتبعاً لذلك فكل ما يساهم في هذا الغرض هو خير بلا شك، وكل ما يهدده فهو شر، لذلك كان لزاماً على المرء أن يلتزم السبل التي من شأنها أن تحقق له الفرح والسرور، وأن يجتنب كل ما يعكر صفوة حياته، وإن الرجل الحكيم ليدرك أن لا حول له ولا قوة أمام الطبيعة، أو الله، وذلك لأنه مسير من قبل عقل الله. لذلك كانت معرفة الله معرفة عقلية خير أسمى الذي لا يستطيع أي خير آخر أن يعادله، وبعبارة أخرى السعادة تكمن في معرفة القوانين الأزلية التي تسير الطبيعة.

السعادة كخير أسمى عند كانط :

يرى كانط في السعادة غاية كل فعل إنساني، لأنها الخير الأسمى. وهو يلاحظ في الوقت ذاته، أن السعادة، بما هي حالة كمال، مفهوم غامض لأنه يرتبط بالتجربة، فالسعادة عنده مثال أعلى لا للعقل، بل للتخيل الذي يقوم على مبادئ خيرية فحسب. فالسعادة، إذن، ليست مفهوماً عقلياً، ومحالها ليس الأخلاق، وإنما الدين، لأن السعادة موضوع أمل ومن حق الإنسان ككائن رغبة أن يأمل في أن يكون سعيداً دون أن يناقض ذلك الواجب. فما هو أولي بالنسبة لكانط هو الأخلاق الكونية، ولا يهدف أي فعل في المجال العملي إلا إلى تحقيق الفضيلة باعتبارها طاعة الأمر القطعي. لكن ذلك لا يمنع من أن تكون مقولات العقل العملي مقبولة في حقل الأخلاق، وهو ما يصفى مشروعياً على البحث عن السعادة. فالأخلاق ليست نظرية تعلمنا كيف يجب أن نكون سعداء، ولكن تعلمنا كيف يجب أن تكون جديرين بالسعادة، ذلك أننا لا نأمل في تحقيق السعادة إلا بتدخل الدين. وهكذا يكون البحث عن السعادة عند كانط أمراً مشروعاً وواجباً بما أن التعاسة ليست ظرفاً مناسباً للقيام بالواجب السعادة كموضوع أمل لا تتحقق في الأرض وتبقى موضوع أمل مشروع ليس إلا. وهكذا يرتبط كانط الحرية بالعقل، فالإرادة الخيرة هي التي تخضع لإرادة القانون العقلاني والكوني، أما الإرادة التي تخضع للرغبات الحسية فهي إرادة مرضية، أي لا تخرج عن تأثير الحواس، فالحرية والعقل لا ينفصلان، لأن الحرية خاصة إرادة كل كائن عاقل، وبالتالي لا تكون السعادة شأنًا عقلياً⁽¹⁷⁾.

إذا كانت الرواقية قد رأت أن الطريق الموصل إلى السعادة هو الخضوع للقانون الطبيعي، فإن كانط يرى أن هذا القانون أخلاقياً وليس طبيعياً وليس مستمداً من الميول الأساسية عند الإنسان السعادة لا يمكن أن تكون مستقلة عن القانون الأخلاقي وعن مبدأ الواجب، لأن ميدان الأخلاق والذي تعتبر السعادة غايته، ليس ميداناً لتحليل العواطف الإنسانية، كما ذهب إلى ذلك هيوم، وإلا لكانت المبادئ الأخلاقية مبادئ متنازع عليها. كما أنه لا يمكن أن يكون مستمداً من الميول الأساسية التي وضعتها الطبيعة في الإنسان كما ذهبت إلى ذلك الرواقية. من هذا المنطلق صرح كانط أن السعادة باعتبارها كل مطلق مركب من مجموعة من الرغبات يصعب تحقيقها أو تعريفها لأن جميع العناصر التي تولفها هي في جملتها مستعارة من التجربة مما يجعلها مفهوماً للخيال وليس للعقل، في حين تجد الإنسان لكونه كائن متناه عاجز عن تحقيق تصور محدد لما يريد، ولكن لو انتقلنا من تصور يشرط السعادة بتحقيق رغبة ما أو إقصائها إلى تصور يجعل منها

(17) مصطفى حلمي، فلسفة كانط الأخلاقية، المكتبة المصرية، القاهرة، 2002، ص143.

عادية تبنى داخل محال العلاقات الإنسانية ويجعله منها أيضاً موجهاً لتصرفاته سواء نحو ذاته أم نحو الغير،
لأمكن الأمل فيها متى كنا مؤهلين لها بقانون أخلاقي.

الفصل الثاني: السعادة وفلسفة التنمية البشرية المبحث الأول: السعادة والبرمجة اللغوية العصبية

السعادة من أجمل المواضيع المحببة للإنسان لأنها كانت وما زالت هدف الإنسان في كل مسعاه، وقد وعدنا الله تعالى بالسعادة الأبدية في الدار الثانية على أن يكون الإنسان خلال مسيرة حياته شاكراً وصابراً من جهة، ومن جهة ثانية مؤمناً ونافعاً وطيباً ومحباً وإيجابياً ومتفائلاً. من أهم واجبات الإنسان أن يكون سعيداً ويتيح الفرص أمام الآخرين ليكونوا سعداء، ولا يعني ذلك التغاضي عن مآسي الحياة، بل التحرر من تأثيرها وسيطرتها علينا فالسعادة حق من حقوق الإنسان.

السعادة، كاللؤلؤة في أعماق البحار، تحتاج إلى غواص ماهر يتقن صنعة الاكتشاف والغوص، هي مواقف وكلمات وتطلعات ونظرات في الحياة بواقعية وأمل وتطلع وإشراق. وثمة سبيلان للسعادة، فإما أن تقلل من حاجاتنا، أو أن نزيد من إمكانياتنا، فكلاهما يحقق رغباتنا، ولأن زيادة الإمكانيات ليست متوفرة دائماً فإن القناعة بما عندنا تبقى هي الوسيلة المتاحة للسعادة. تحمل السعادة الكثير من معنى الاكتفاء والهدوء، فهي ليست بسبيل إلى الضحيق والصخب. السعادة ذوق، ووجد، وإحساس في داخل المرء في قلبه، في ضميره لا يمكن أن نضع للسعادة تعريفاً حاسماً، كما يوضع عادة في كتب العلم، السعادة لا ترسم بالحدود والتعريفات(18).

ربما تطرق السعادة بآبنا، لكنها متكررة فلا نعرفها، ولذلك لا نفتح لها. وربما تأتي السعادة ويعيشها الإنسان بكل قواه العقلية والنفسية والبدنية، ولكنه لا يشعر بها، كسعادة الأطفال الصغار الذين يسعدون بحياتهم ولهوهم وبراعتهم وألعابهم وبساطتهم، ومع ذلك ربما لا يشعرون بهذه السعادة، فإذا كبروا وقرأوا وعقلوا سمعوا عن شيء اسمه السعادة، فبدؤوا يبحثون عنه وكأنه شيء مفقود لو كانت السعادة بالمال والذهب والفضة والرصيد لكانت الجبال والمناجم أخرى بالسعادة منا، ففيها الشيء الكثير من ذلك. لو كانت السعادة بالجمال والنصرة والحسن والزينة والبهاء لكانت الطواويس أخرى منا بالسعادة، ولكانت الورود والزهور والرياحين والشقائق أجدر منا بها. ولو كانت السعادة بالبطش والقوة، وجهارة الصوت والصولجان لكانت الوحوش أتم سعادة من الإنسان. وإذا كانت السعادة هي الأخلاق الفاضلة، والأقوال الرشيدة، والأعمال الصالحة، والجاه العظيم، والعقل الراشد؛ فإن الإنسان أحق بها.

لا بد من أن يكون الإنسان سعيداً في حياته حتى يكون فاعلاً في مجتمعه ناجحاً في حياته مفيداً لمن حوله وانطلاقاً من هذه الأهمية البالغة كان لا بد من إعادة النظر بقوانين السعادة ونقلها من ساحة الآراء والنظريات العاطفية إلى ساحة منهجية واعية يستطيع الفرد فيها أن يبني سعادته على أسس مدروسة زمننا الذي نعيش زمن التعاسة والكآبة بامتياز، والبرمجة اللغوية العصبية تساعدنا على الحصول على حياة سعيدة، لأنها تسعى في المقام الأول الخلق الظروف والأجواء لتكون إنساناً سعيداً، وبالتالي ناجحاً. يُعد السعادة أهم وأفضل طريقة لتحقيق النجاح، فالذي لا يشعر بالسعادة لا يمكن أن يبني وينتج، وأن يتقن فن النجاح. كثير من الناس يركضون وراء السعادة المزيفة ظناً منهم أنها السعادة الحقيقية، كالحصول على الشهرة، فقد أثبتت الدراسات أن كثيراً من المشاهير أشقياء في حياتهم، فقد انتحروا فنانيين كبار، ومعظم الممثلين العالميين يخرجون من حالة طلاق إلى أخرى، ومن مركز تأهيل إلى انهيار عصبي.. فلا تلهث وراء الشهرة وتعنون بها سعادتك المزعومة، ولا تجعلها هدفاً بحد ذاتها. وأيضاً السعادة الكاذبة تكمن في التفاخر بالثراء أو بالمنزل الجميل والتغني بالوسامة، كل هذه السعادات المزيفة وغيرها، لا أقول أنها لا تعطي سعادة فقط، بل وتسلبها(19).

(18) ستيفن كوفي، العادة الثامنة، ترجمة ياسر العبيتي، دار الفكر، دمشق، 2006، ص 425.

(19) نفس المرجع، ص 430-435.

أكثر الناس سعادة في حياتهم أقدرهم على توجيه رسائل عقلية إلى الآخرين، وهم نوع نادر من القدرة، لا بسبب ندرة من يمتلكون تلك المقدرة، ولكن بسبب تقاعس الكثيرين بالفطرة عن استغلال كل قدراتهم التي منحها الله لهم. وسيظل أقل الناس سعادة من يعيش حياته ولا يملك المقدرة على أن يرسل رسائل عقلية إلى الآخرين ويكتفي بالحسرة على رغباته غير المتحققة. وبالطبع فإن أكثر الناس تعاسة هو ذلك الطرف الآخر الذي لا يفعل في حياته أكثر من أن ينفذ بدقة كل ما يطلبه منه الآخرون عبر رسائلهم العقلية ويحقق لهم رغباتهم، ليس فقط بسبب عجزه أو عدم قدرته على الإرسال فحسب، وإنما أيضاً بسبب نشاطه العقلي الزائد في مجال الاستقبال فقط، وهو نشاط أكثر انهاكاً من النشاط الإيجابي المرتبط بالقدرة على الإرسال.

المبحث الثاني: أركان السعادة وعلاقتها باللذة والألم

1- الرضا: السعادة تتبخر في اللحظة التي نتمنى فيها أن نكون أسعد حالاً مما نحن فيه، إذا سلمنا أن لكل شخص جانباً صحيحاً ومادياً ومهنياً واجتماعياً وأسرياً، فسيكون الرضا أن تكون راضياً عن هذه الجوانب كلها. الرضا أن تشعر أن المستوى الذي وصلت إليه، من ناحية هذه الجوانب رائعاً، مع في إرادتك التحسن المستمر، وأنت ناجح في محبتك وتعاملك مع أسرتك والمجتمع، وناجح في مهنتك، وأن روحك مطمئنة وهادئة. ولكن للأسف تجد معظم الناس يضع كل انتباهه وتركيزه على الركن المهني والمادي، لذلك تجدهم لا يهتمون بصحتهم ولا عائلاتهم. فالرضا من أكثر العوامل المسببة للشعور بالسعادة، رضا الإنسان عن ذاته وحياته وانجازاته ونجاحاته، بل وتقبل لحظات واخفاقاته ومحاولة الاستفادة من خبراته ورفاقه لأعز الأعباء.

2- الأمان والسلام الروحي: إن الهم يسلب طاقة الإنسان، ويوصلها إلى أدنى درجاتها، وينقل صاحبه إلى أعلى حالات التوتر التي تؤدي إلى العصبية والضغط النفسي، فتزى المهموم ثقيل الحركة، يتعب من أدنى عمل. إن الهم أعتى عدو للإنسان، ولكي تكافح الهم تذكر أن لا تتقف مكتوف الأيدي حياله، وقم بحركة ما يومياً، حتى ولو كانت بسيطة للتخلص منه، إذاً، الأمان يعني السلام الروحي الخالي من الهم. من لا يرتاح جيداً لا يعمل جيداً، والسلام لا يعني الخمول والكسل أبداً، وإنما السلام الذي يقضي على التوتر والهم فالأكثر نشاطاً هو الأكثر سعادة. عندما يكون كيانك الداخلي في سلام، وتكون متصلاً بذاتك الحقيقية وبعيداً عن الأنا السلبية وقيودها، وعندما تسمح لقوة الحب بأن تملأ قلبك وروحك فإن كيانك الداخلي سيجعل مقاومتك شديدة ضد تأثيرات وأحداث العالم الخارجي السلبية، وستتمتع بالنوم العميق الهادئ بصرف النظر عن الأحداث التي مررت بها (20).

السلام الداخلي وخلو النفس من الصراعات والغيرة والأحقاد أسباب أخرى تلازم السعادة وتعتبر السعادة نتيجة حتمية لها، فكل من يتمتع بالسلام الداخلي وقبول ذاته وامكانياته وتدعيم نقاط قوته ومعالجة نقاط ضعفه دون النظر إلى امكانيات الآخرين وأملاكهم، يتمتع بالسعادة وراحة البال. وهناك حقيقة لا بد من إدراكها وهي أن السلام الداخلي قد يكون سبباً للسعادة، بل وأهم منها في بعض الأحيان، فالسعادة تحتاج إلى شروط ومقاييس وقوانين لا بد من القيام بها حتى نستطيع الحصول عليها، أما السلام الداخلي فهو أبسط من السعادة فهو لا يحتاج إلا لتقبل الذات والشعور بالرضا عن الحال وراحة البال، وهذا ليس معناه الاستسلام والضعف، ولكن معناه صفاء الروح وعذوبتها، بل والرغبة في عيش حياة هادئة مع القدرة على مواجهتها فالسلام الداخلي يعترف بأن هناك أمور خارج سيطرة الإنسان لا يستطيع التحكم فيها ولكنه لا يعرف عن المحاولة دون لقاء الذنب على الشخصية ذاتها.

3- التفاؤل: التفاؤل يجعلك تكمل عملاً شاقاً، وهو رفيق الطموح، لأنه بلا توقع النتائج المرجوة لا يمكن أن تنجز عملاً، وهو القاعدة المتينة والصحيحة التي تبني عليها السعادة.

من الممكن أن تسأل نفسك: هل يمكنني الشعور بالتفاؤل رغم وجود مشكلة كبيرة تنتاب حياتي ليس لدي حل تجاهها؟ الجواب: نعم يمكنك، وذلك بمعرفه أنه سيأتي اليوم الذي ستتمكن فيه من حل مشكلتك. إن السعادة والتفاؤل، وبخاصة في مقتبل العمر، تكون عوامل قادرة على مقاومة الأمراض وإطالة العمر، والشعور بالاكئاب والعدوانية تقود إلى أمراض عضوية خطيرة مشاعر الحزن والغضب والخوف مشاعر

(20) ديفيد نيفين، مئة سر بسيط من أسرار السعادة، ترجمة ابتسام الخضراء، مكتبة العبيكان، الرياض، 2001، ص 198

انسانية تتعرض لها جميعاً ، ولكن لا بد أن نعترف أنها بمثابة العدو اللدود الذي يقف حائلاً بيننا وبين السعادة ، وعلى النقيض ، يأتي التفاؤل والاتزان الانفعالي الذي تسببه مشاعر الثقة بالنفس التي تجعل الإنسان شعلة من النشاط والاجتهاد والحيوية⁽²¹⁾ .

4- التفكير الإيجابي: يترجم الذكي الأمور التي تحدث له لصالحه، والأحمق يترجمها ضده. التفكير الإيجابي يجعل حياتك كلها إيجابية، وبالتالي سعيدة هناك اختلافات بسيطة وأخرى كبيرة بين الناس، فالاختلافات البسيطة هي النظرة تجاه الأشياء، أما الاختلافات الكبيرة فهي كونها سلبية أو إيجابية، فالشيء الوحيد الذي يميز بين شخص وآخر هو النظرة السليمة تجاه الأشياء. كلما تمكنت من الإيمان بتلك القوة التي بداخلك، ازدادت حظوظك من الحرية والسعادة والبهجة والثقة بالنفس يجب أن نكون راغبين حقاً في التخلص من أنماط تفكيرنا وعاداتنا وسلوكنا وأقوالنا السلبية التي خلقت لنا هذا الذي وصلنا إليه من عسر في الحياة، وضيق في النفس وأزمات مادية وقلبية، تتدفق كالسيل فلا تترك في القلب بمحة أو سعادة، ولا تفتح في جدار الحاضر أو المستقبل ثغرة لنور الأمل. تماماً كما يجهد الفلاح في أن يستزرع الأرض، يقوم أول الأمر بتنظيفها من الأشواك والأدران وقلبها رأساً على عقب، وتركها برهة للشمس كي تعقمها، ثم يقوم بعد ذلك بتسويتها مجدداً وتفصيلها، ثم نثر البذور ولدونها وسقيها، ثم لا شيء إلا الانتظار لموسم الحصاد. كذلك نفعل نحن مع ذواتنا، أن نؤمن بأن القوة في الداخل كما قوة الأرض في جوفها، ثم نقوم بتنظيف هذا الداخل من شوائب التصورات والأفكار السلبية وأنماط العيش السلبي التي تعودنا عليها، ثم نقوم عقب ذلك بزرع بذور الأفكار الإيجابية والرغبات والأمنيات السليمة النظيفة المحملة بالخير في داخل هذا الجوهر، وننتظر أوان الحصاد.

5- الصحة النفسية تبني الصحة النفسية ذاتها وتنهض على الصحة الجسدية، فعليك بالنظام الغذائي الصحي والرياضة، والابتعاد عن العادات السيئة كالاستيقاظ متأخراً والتدخين، الناس الذين يمتلئون بالطاقة والسعادة ويميلون إلى الاسترخاء أقل تعرضاً للإصابة بالأمراض، وأولئك الذين يعانون الإحباط وتنتابهم حالات الغضب والعصبية أكثر تعرضاً للأمراض يوجد بأجساده الأشخاص السعداء هرمون يسيطر على تدفق المواد الكيماوية المسببة للأمراض، كما أن الإحباط والاكتئاب يؤديان إلى ضعف الجهاز المناعي وتقلص قدرته على مقاومة العدوى السعادة لا تؤخر الأجل لكنها تحمي السعداء من الأمراض، وبالتالي تطيل أعمارهم. الابتسام كالعدوى تنتقل للغير بسهولة دون أن تكلفنا أي شيء وفوائدها عظيمة، لدرجة أن الأطباء أخذوا في تطبيق العلاج على بعض المرضى مستخدمين تأثير الضحك في شفائهم، وكانت الأفلام الكوميديّة أحد البنود التي كان الأطباء ينصحون بها مرضاهم وكانت النتائج مذهلة.

السعادة واللذة والألم

السعادة مكافأة على استجابة أو تلبية دافع أو تصرف مفيد تم القيام به وإنجازه، والألم هو بمثابة عقوبة لتصرف أو استجابة أو فعل ضار ثم القيام به. وليس كل إحساس لذيق يمكن أن يولد السعادة، فالمخدرات والمسكرات هما مصدر اللذة ولكنهما ضارين بالجسم والشخص، لذلك يتم تحاشيهما ولا يعتبران مصدر السعادة. إننا مدفوعون لتحقيق الكثير من الدوافع، كما أنه تنشأ لدينا وبشكل مستمر دوافع جديدة، ونحن نشعر بالسعادة عند تحقيق دوافعنا ونشعر بالألم والإحباط عند عدم تحقيقها. والقضية الأساسية التي تسبب الفشل والإحباط، وبالتالي الألم والمعاناة، هي محاولة تحقيق مجموعة دوافع أو أهداف في نفس الوقت، لأن بعض هذه الدوافع متضارب ومتناقض مع بعضها ولا يمكن تحقيقها جميعاً في نفس الوقت، ونحن لا نتبين أو ندرك ذلك لأنه غير واضح لدينا، وكذلك اختيار أهداف يصعب تحقيقها أو أن احتمال تحقيقها منخفض نظراً لإمكاناتنا أو ظروفنا يمكن أن يسبب لنا الألم والمعاناة، لذلك يكون من المهم تنظيم الدوافع والأهداف، وتوفير تحقيقها، لكي نتمكن من خفض نسبة الفشل والإحباط إلى أقل حد ممكن، وبالإضافة إلى ذلك الاهتمام بتحقيق أكبر قدر من دوافعنا الأساسية والهامة. ولكن كيف تحدد هذه الدوافع الأساسية الهامة؟ إن هذا ليس بالأمر السهل أبداً، فأغلب الناس في الوقت الحاضر لا ينتبهون لذلك، فهم يضعون أو يخلقون كثيراً من

(21) نفس المرجع، ص 190.

الأهداف غير المناسبة لهم، أو هم يدفعون لتحقيق أهداف لا يستطيعون تحقيقها. وأهم الأمور كيف تتعامل مع الخسارة الحقيقية وما تسببه من معاناة واستيعابها والسعي لتخفيف تأثيراتها الضارة والسلبية⁽²²⁾. إن إحساس اللذة والألم هما غالباً مرتبطين ببعضهما، وهما من ضروريات لتوجيه وحماية الفرد وتطوره نحو الأفضل. ولكن نجد أن أغلب الأهداف الاجتماعية، والعقائد والأديان تسعى إلى تقليل الألم والمعاناة، ولكننا نجد أن اللذة والألم وباقي الأحاسيس والانفعالات وما تنتجه من تأثيرات حسية وعاطفية بأنواع وأشكال كثيرة قد نشأت وتطورت لأنها حققت فاعلية في توجيه الكائن الحي ليحقق بقائه بتكيف مع الواقع الموجود فيه، إن كان مادياً أو اجتماعياً. فاللذة أو الألم والانفعالات والعواطف كالغضب والخوف والحب والكرهية والشجاعة والغيرة والتنافس على المكانة وعلى التفوق لهم الدور الهام والفعال في توجيه وتكيف الفرد مع البيئة ومع الأوضاع الاجتماعية. إن دور اللذة فعال جداً للحفاظ على الكائن الحي وعلى نموه، فاللذة والألم هما حاميان ومنظمان الجسم الكائن الحي.

الخاتمة

في نهاية بحثنا حول "إشكالية السعادة في الفلسفة وفي فلسفة التنمية البشرية" نود استعراض أهم النتائج التي توصلنا إليها.

1- بالرجوع إلى معاجم اللغة العربية، نلاحظ أن ثمة تصوراً تقليدياً يسود أغلبها، التقليد المتحسد في الثقافة العربية الإسلامية، فالسعادة ضد الشقاوة، أو هي نيل الخير، أو الرضا والاطمئنان. ولعل ذلك يفسر لنا كيف كان استخدام لفظة السعادة أقل انتشاراً من استخدام كلمة السعد أو اليمين في البيئات العربية المختلفة، ثم تطور استعمال الكلمة للدلالة على نيل الخير أو طيب النفس وصلاح الحال والحال أن متابعة تطور اللفظة في إطار اللغة الحضارية من شأنها أن تضعنا مباشرة في خضم مشكلة السعادة؛ إذ سرعان ما يدفعنا ذلك لأن نتساءل عما إذا كانت السعادة ذات مصدر داخلي أم خارجي؟ وهل هي حالة شعورية تمتلك الفرد السعيد، أم أنها تعني تملك شيء ما وحيارته؟ وتبعاً لذلك؛ استنتجنا، من خلال استقراء مدلولات اللفظة في المعاجم العربية، أولاً على الاتجاه الحرافي، كما يتضح من صلة السعد باليمين وبالتالي من اليمين والشمال، ومن ثم تعريف السعد بأنه ضد النحس. ثانياً. أن السعادة تعني في جوهرها حظاً طيباً يأتي على المرء من الخارج، أي بنيله أو حيازته لشيء ماء والنظرة إليها إذن نظرة شنيئة وخارجية، وأخيراً هناك فقراً شديداً في الانتباه إلى ذاتية السعادة.

2- لم تعب السعادة يوماً عن التفكير العربي، بدءاً من الفكر الفلسفي اليوناني، فقد ذهب فلاسفة ما قبل سقراط إلى أن السعادة تنحصر في الكمالات النفسية، وهم رأوا أن أساس السعادة الإنسانية يكسر في الحكمة والشجاعة والعفة والعدالة. فمن كان واحداً لهذه الصفات كان سعيداً، ومعها لا حاجة إلى الكمالات الجسدية وسلامة الجسم أو أمور خارجة عن البدن. وكانت السعادة بنظر سقراط معطى داخلي مماثل للفصيلة وليست السعادة، بحسب أفلاطون، شأناً شخصياً بقدر ما هي قضية تتعلق بالمدينة ككل، وبالتالي لا يمكن تحقيق الكمال إلا في مدينة محكمة التنظيم. أما أرسطو فحولها إلى عمل خارجي في خدمة العقل ونظر أنصار مذهب المتعة، أن الغبطة تكمن في اللذة، واللذة تحدد السعادة. ودعا الأبيقوريون إلى التمتع بالحياة الخارجية، وأن اللذة هي مبدأ الحياة السعيدة وغايتها، لكنهم حذروا من الاستسلام كثيراً لمداعباتها. أما السعادة، بالنسبة إلى الرواقيين، فتكمن في اتباع العقل والرضا بالمصير، وفي الاستقامة ونجح السلوك الأخلاقي الفاضل، وفي التحرر من سيطرة الرغبات والأحاسيس الغريزية الحيوانية، وذلك عن طريق الاستعمال السليم للعقل.

3- وجدنا صعوبة في تحديد معنى السعادة وذلك بسبب تعدد ارتباطاتها واتصالها الوثيق بأكثر من مجال فكري، ولا شك أن مفهومها ليس مفهوماً مطلقاً، فمن الملاحظ اختلاف مضمونه من حضارة لأخرى؛ تبعاً لمعطيات كل حضارة وخصائصها. فقد غلب على مفكري الإسلام الإحساس بدائية السعادة، بمعنى أنها تمثل غاية في حد ذاتها، وليست مجرد وسيلة يسعى المرء من خلالها إلى نيل غايات أخرى وتبعاً لذلك؛ لا ترتبط السعادة بمبادئ اللذة أو المنفعة، وإنما ترتبط، أولاً وأخيراً، بمنظومة الجزاء الإلهي. صحيح أن

(22) فيكتور فرانكل الإنسان يبحث عن المعنى، ترجمة طلعت منصور، دار القلم الكويت، 1982، ص 265

فلسفة الإسلام قد أخذوا بالموقف الأرسطي إزاء السعادة، على نحو ما عرفها أرسطو بأنها الحياة النشطة المتوافقة مع الفضيلة، لكن تأثرهم بالتراث اليوناني لم يقف بهم عند حد الإعجاب بهذا التراث فحسب؛ وإنما ربطوا بينه وبين التراث الإسلامي. ولهذا وجه الكندي نداءً حاراً إلى الإنسان، محذراً إياه من تتبع الخيرات الجزئية البسيطة، وإعفال سعادته الأخروية الكلية. وهكذا الحال بالنسبة إلى المتصوفة الذين أكدوا أن الإنسان السعيد على الإطلاق، هو ذلك الذي قيل التكليف الإلهي وعمل به. وأكد الفارابي على أن غاية الوجود الإنساني هي بلوغ السعادة عن طريق إدراك المعقولات أو المبادئ التي يتأسس عليها وجود الكون والإنسان وهذه المعقولات موجودة لدى جميع الناس أصحاب الفطر السليمة. واعتبر السعادة غاية يتوقها كل إنسان، وأنها أعظم الخيرات جميعاً؛ ونهاية الكمال الإنساني.

4- أما في العصور الحديثة، فنجد مواقف فلسفية متعددة من إشكال البحث عن السعادة وطرق بلوغها، فاعتبر روسو السعادة حنيناً إلى حالة الطبيعة الأولى. وإذا كان روسو يعتقد أن الحصول على السعادة متعذر في إطار الاجتماع البشري، فإن هيوم يمنحنا بعض الأمل في الحصول عليها، والسبيل إلى ذلك يكمن في رهافة الإحساس من جهة، ورهافة الذوق ورقته من جهة أخرى. لذلك دعا إلى نوع من التربية الجمالية عن طريق دراسة الأعمال الإبداعية الجميلة والراقية، لأن من شأن هذه التربية أن تهذب إحساسنا وذوقنا، وتجعلنا نحس أكثر بالسعادة. ومنح النفعيون الإنكليز السعادة معناها الأكثر حداثة ومباشرة وعفوية، حيث يتمهي الجيد بالنافع. لكن التنويريون الفرنسيون كرسوا المعنى الأكثر تداولاً للسعادة في الغرب، الذي نفع عليه في القوانين والديساتير الغربية التي تمنح المواطنين الحق في السعادة، أو على الأقل حق البحث عنها، وإذا كان الخير الأسمى هو المطلب الأساسي في الفعل الأخلاقي، فهو يتمثل في الخضوع لأوامر الواجب عند كائنه، الذي يؤدي إلى تحقيق السعادة.

5- السعادة الدافع السري الذي يحرك الإنسان ويقوده بالحياة، وهي، في فلسفة التنمية البشرية، الشعور الداخلي بالرضا والقناعة عن الحياة وعن النفس. كما أن الطبيعة ورقة القلب والصدق مع الآخرين، والإخلاص في المشاعر، والعطاء، كلها مفاتيح للوصول إلى السعادة. ولكي تغير حياتك من التعاسة إلى السعادة، لا تبحث عن مبررات لترمي عليها خيبة أملك وتعاستك. فلا بد أن تتحمل المسؤولية الكاملة في قراراتك، ولا تنتظر الآخرين يقررون لك، أو يختارون مستقبلك، بل قف وقرر بنفسك ونفذ ما قررت، وتوقف عن رؤية نفسك بصورة سلبية، وعن وضع العقبات أمام نفسك وإقفال كل أبواب النجاح، بل تحرك، وجرب أن تكون إيجابياً في حياتك، ولا تبحث عن المشاكل، بل جرب الحلول لمشاكلك ولا يهم إن أصبت أو لم تصب، بل المهم أن تتعلم من أخطائك.

المراجع

1. ابن منظور، تهذيب لسان العرب المكتب الثقافي التحقيق التراث، دار الكتب العلمية، بيروت، 1993، ص 325
2. اسبينوزا، علم الأخلاق، ترجمة خلال الدين سعيد، دار الجنوب للنشر، تونس، 1999، ص 211
3. أندريه لالاند، الموسوعة الفلسفية، ترجمة خليل أحمد خليل، إشراف أحمد عويدات، منشورات عويدات، الطبعة الثانية، بيروت باريس، 2001، ص 1550 .
4. انظر: أفلاطون، محاوره فيدون، ترجمة عزت قربي مكتبة الحرية الحديثة، جامعة عين شمس، القاهرة 1979، ص 206-210
5. انظر: بارمنيدس في الطبيعة، ترجمة أحمد فؤاد الأهواني في كتابه فجر الفلسفة اليونانية قبل سقراط، دار إحياء الكتب العربية، القاهرة، 1954، ص 130.
6. جميل صليبا، المعجم الفلسفي، دار الكتاب اللبناني، بيروت، 1978، ص 491
7. ديفيد نيفين، مئة سر بسيط من أسرار السعادة، ترجمة ابتسام الخضراء، مكتبة العبيكان، الرياض، 2001، ص 198
8. ستيفن كوفي، العادة الثامنة، ترجمة ياسر العيتي، دار الفكر، دمشق، 2006، ص 425.

9. سعيد مراد نظرية السعادة عند فلاسفة الإسلام، عين المدرسات والبحوث الاجتماعية والإنسانية العيين (الإمارات) 2001 143 ص
10. عزت عبد العزيز، فلسفة الأخلاق عند ابن مسكويه مكتبة الأزهر، القاهرة 1986، ص 132
11. عيد الدرويش، فلسفة التصوف الإسلامي، دار طلاس، دمشق، 2006، ص 87، 90.
12. فيكتور فرانكل الانسان يبحث عن المعنى، ترجمة طلعت منصور، دار القلم الكويت، 1982، ص 265
13. مصطفى حلمي، فلسفة كانط الأخلاقية، المكتبة المصرية، القاهرة، 2002، ص 143.
14. ولتر سنييس، تاريخ الفلسفة اليونانية، ترجمة مجاهد عبد المنعم مجاهد، المؤسسة الجامعية للمدرسات، بيروت، 1997، ص 140 وللمزيد حول محاكمة سقراط انظر محاورات أفلاطون محاورة الدفاع، محاورة أفريطون، محاورة فيدون، ترجمة زكي نجيب محمود، الجنة التأليف والترجمة والنشر، القاهرة، 1966.
15. يوسف كرم، تاريخ الفلسفة اليونانية، مكتبة الثقافة، القاهرة، 2009، ص 22

Compliance with ethical standards

Disclosure of conflict of interest

The authors declare that they have no conflict of interest.

Disclaimer/Publisher's Note: The statements, opinions, and data contained in all publications are solely those of the individual author(s) and contributor(s) and not of **LJERE** and/or the editor(s). **LJERE** and/or the editor(s) disclaim responsibility for any injury to people or property resulting from any ideas, methods, instructions, or products referred to in the content.