Journal of
Studies on Arabic Language and Literature

https://lasem.semnan.ac.ir/ Vol. 16, No 41, 2025 ISSN (Online): 2538-3280 ISSN (Print): 2008-9023

Analysis of the novel “Show Yourself to Me That I May Look at You” by Khawla Hamdi based on Irvin Yalom's Existential Psychology Theory

Leila Sadeghi Naghdeali[*]; **Narges Ansari**[**]; **Abdolali Alebooyeh Langeroodi**[***]; **Mostafa Parsaeipour**[****]

Scientific- Research Article **PP: 299-336** **DOI: 10.22075/lasem.2025.36787.1465**

How to Cite: Sadeghi Naghdeali, L., Ansari, N., Alebooyeh Langeroodi, A., Parsaeipour, M. Analysis of the novel “Show Yourself to Me That I May Look at You” by Khawla Hamdi based on Irvin Yalom's Existential Psychology Theory .*Studies on Arabic Language and Literature* ,2025 ;16(41) :299-336 .DOI: 10.22075/lasem.2025.36787.1465

Abstract:

In recent years, the existential approach in psychology has become one of the prominent and influential approaches, gaining special attention not only among psychological fields but also across interdisciplinary studies, particularly in literature. This approach delves deeply into the fundamental concepts of human life and emphasizes the necessity of finding meaning and consciously confronting existential challenges. Issues such as death,

[*]- Ph.D student of Arabic language and literature, Imam Khomeini International University, Qazvin, Iran. (Corresponding Author) E-mail: l_sadeghi64@yahoo.com

[**]- Associate Professor, Department of Arabic Language and Literature, Imam Khomeini International University, Qazvin, Iran. n.ansari@hum.ikiu.ac.ir

[***]- [***] Professor of the Department of Arabic Language and Literature, Imam Khomeini International University ,Qazvin, Iran. alebooye@hum.ikiu.ac.ir

[****]- Assistant Professor, Department of Arabic Language and Literature, Imam Khomeini International University, Qazvin, Iran.parsaeipour@hum.ikiu.ac.ir

Receive Date: 2025/02/03 **Revise Date:** 2025/07/02 **Accept Date:** 2025/08/13.

©2025 **The Author(s):** This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, as long as the original authors and sources are cited. No permission is required from the authors or the publishers.

freedom, responsibility, absurdity, and meaning constitute the main concerns of existential psychology, with the way individuals face these crises determining the quality of their psychological life. In this perspective, fictional characters are not merely reflections of external events but represent existential concerns and the quest to create meaning for life in a world full of fundamental challenges. The present study, using a descriptive–analytical method, reviews the core concepts of existential psychology as a framework to analyze the character of "Malik" in Khawla Hamdi's novel *"Show Yourself to Me That I May Look at You"*. The findings indicate that after a long search, Malik realizes that the meaning of life is neither fixed nor predetermined, and that absurdity is an inseparable part of it. By accepting this reality, he attains a form of personal and direct faith in God that transcends traditional beliefs. Malik's awareness of his fundamental separation from others, and even from himself, manifests as alienation from society, religion, and human relationships, which intensifies his psychological and spiritual isolation. By embracing the pains and contradictions of life, instead of fleeing from them, Malik seeks to create personal meaning for himself. From an existential perspective, this pursuit reflects his psychological well-being, as he actively seeks answers to existential questions rather than denying or escaping them.

Keywords: Existential Psychology; Ultimate Concerns; Meaning of Life; Irvin Yalom; *"Show Yourself to Me That I May Look at You".*

Extended summary

1.Introduction

Existential psychotherapy is one of the most significant psychodynamic theories after Freud, which considers the roots of human's inner conflicts in their confrontation with fundamental existential issues. These concerns are often hidden in the unconscious and masked by mechanisms such as repression and denial. From this perspective, the quality of an individual's confrontation with crises such as death, freedom, responsibility, loneliness, and the search for meaning determines their psychological health or disorder. This approach is rooted in both philosophy and psychology and, in connection with the teachings of ancient philosophy -such as Socrates' dictum "Know thyself"- emphasizes human agency and their endeavor to find purpose and meaning.

The application of this approach in literary criticism provides an interdisciplinary method to explore the inner experiences of characters and to reveal how they face fundamental existential challenges. In this study, the novel *"Show Yourself to Me That I May Look at You"* by Khawla Hamdi is reviewed from this viewpoint. The novel's main character, "Malik," struggles with concerns such as loneliness, freedom, responsibility, and the fear of meaninglessness. His behaviors and inner whispers reflect these crises. This analysis is closely related to the theories of Irvin Yalom, who in his works has addressed issues such as death, meaning, and lonliness. Ultimately, the novel illustrates that Malik, in the midst of these conflicts, seeks a new meaning for life.

2. Methods:

The present study, using a descriptive–analytical method, reviews the novel *"Show Yourself to Me That I May Look at You"* by Khawla Hamdi based on Irvin Yalom's existential psychology. In the first stage, the research data were collected through direct reading of the novel's text and the passages reflecting fundamental existential concerns and conflicts of the main character, "Malik", wre selected. Then, the data were analyzed and categorized within Yalom's theoretical framework, which is based on the four main existential concerns: death, freedom, lonliness, and absurdity/the search for meaning.

In the second stage, a qualitative analysis was conducted based on Yalom's key concepts in order to clarify how the character confronts these fundamental existential issues and the strategies he employs to cope with them. In this process, alongside the psychological analysis, attention was also given to the literary and narratological dimensions of the text, in order to reveal the relationship between narrative structure and the representation of character's existential crises.

The method applied is interdisciplinary, trying to combine existential psychology's approach with literary criticism to provide a comprehensive portrayal of the main character's existential experiences. Therefore, the study contributes both to the enrichment of literary studies and to a deeper understanding of existential psychology.

3.Research findings:

Within the framework of existential psychology, key concepts include death, freedom and responsibility, lonliness, absurdity and meaninglessness, and existential anxiety. Death, as an unavoidable reality, is considered a

primary source of existential anxiety; Malik faces the death of his beloved Reem and experiences a sense of absurdity and lack of meaning, which leads him to search for meaning through spiritual experiences and travel, such as practicing yoga. Freedom and responsibility are understood as the idea that human is free but must bear responsibility for their choices and actions; Malik distances himself from traditional beliefs and makes new choices, such as abandoning certain religious practices. He accepts responsibility for these decisions and strive to create personal meaning in his life. Lonliness as the sense of separation from oneself, others and the world, deepens for Malik after Reem's death, causing him to withdraw from others. However, he attempts to mitigate this sense of separation by forming new relationships and seeking meaning through interactions with others. Absurdity and meaninglessness become apparent to Malik in the face of failures, such as losing his job or educational status, prompting him to search for meaning in various religions and philosophies, including studying jurisprudential (Fiqh) and Sufi texts. Finally, existential anxiety arises from confronting fundamental realities of life, such as death, freedom, lonliness, and absurdity; Malik addresses these anxieties, particularly through spiritual practices like meditation and worship in Mecca, in his quest for peace and meaning.

4. Conclusion:

The findings of this study indicate that the protagonist seeks existential freedom by attempting to break free from religious and social constraints. However, this freedom not only liberates him but also confronts him with the responsibilities result from his free choices, leading to psychological crises and deep anxiety. These responsibilities weigh heavily on him, intensifying his sense of psychological instability and doubts.

Malik experiences a loneliness deeper than social isolation, realizing that no one can fully understand his inner experiences. This fundamental sense of separation from others, and even from himself, manifests as alienation from society, religion and human relationships, further deepening his psychological and spiritual lonliness.

The death of "Reem" forces Malik to confront the inevitable reality of death and life's instability. This experience intensifies his existential anxiety and raises fundamental questions about meaning, values, and the absurdity of life, with death like a mirror reflecting life's fragility and instability.

Ultimately, Malik comes to accept that there is no absolute or predetermined meaning to life. By embracing absurdity as a part of life, he attains a form of existential faith—a personal and direct relationship with God beyond traditional frameworks. This approach allows him to accept existential contradictions and sufferings as human realities and to create his own personal meaning in this process.

From an existential perspective, Malik's continuous search for life's meaning reflects his psychological well-being, as he actively confronts existential questions rather than denying or avoiding them and tries to find answer to them.

In the end, given the depth and originality of existential psychology in exploring the inner aspects of the human spirit, it is also recommended to consider references and works found in classical Arabic texts. This approach deals with fundamental issues of the human soul by going beyond limitations of time and place and can serve as a valuable tool for understanding and resolving the psychological challenges of contemporary life.

The Sources and References:

First: Arabic Sources and References

A: books

1. Allan, Lesli, **The Problem of evil, Rational Realm**, 28 july 2015 AD. [In Persian].
2. Al-Qayoumi, Mohammad Ibrahim, **Existentialism: The Philosophy of Human Illusion**, Cairo: Anglo-Egyptian Library,1983 AD. [In Arabic].
3. Batiani, Alexander & Netzer, Penninita Russo, **Meaning from the Perspective of Positive Psychology and Existential Psychology**, translated by Seyed Peyman Rahimi Nejad & Faezeh Pardakhti, 3rd edition, Tehran: Psychology and Art,2014 AD. [In Persian].
4. Collins, J, Jeff and Selina, Howard, **The first step: Heidegger**. (Saleh. Najfi, Trans.). Tehran: Pardis Danesh,2006 AD. [In Persian].
5. Craig, Erik, **Remembering Medard boss. The Humanistic Psychologist**, American Psychological Association,1993 AD. [In Persian].

6. Ghaloush, Mustafa, **Existentialism in the Balance**, Issue 4, Cairo: Ministry of Awqaf, Supreme Council for Islamic Affairs,1985 AD. [In Arabic].
7. Ghiasi Kermani, Mohammad Reza, **Existentialism, the Philosophy of Rebellion and Revolt**, Qom: Author,1996 AD. [In Persian].
8. Hamdi, Khawla, **Show Me to Look at You**, Cairo: Kiyan for Publishing and Distribution,2020 AD. [In Arabic].
9. Kelland, Mark, **Rollo May and existential psychology**, openstax, cnx,2020 AD. [In Persian].
10. May, R, **Existence: A New Dimension in Psychiatry and Psychology**, United States: Basic Books,1958 AD. [In Persian].
11. May, Rollo & Yalom, Irvin, **Existential psychotherapy**, translated by Adel Mustafa, 4th edition, Cairo: Ruya for Publishing and Distribution,2015 AD. [In Persian].
12. May, Rollo, **Man's Search for Himself**, translated by Seyed Mehdi Thoria, 3rd edition, Tehran: Danjeh,2013 AD. [In Persian].
13. Sartre, Jean-Paul, **being and nothingness**, translation to English: Hazel E. Barnes,1956 AD. [In Persian].
14. Wadlington, Will**, Otto Rank 1884–1939**, Penn State University, University Park, PA, USA.,2011 AD. [In Persian].
15. Yalom, I, **Existential Psychotherapy**, United States: Basic Books,1980 AD. [In Persian].
16. Yalom, Irvin D. & Yalom, Marilyn, **A Matter of Death and Life: Love, Loss and What Matters in the End**, translated by Mehdi Aziz, 2nd edition, Tehran: Dang,2022 AD. [In Persian].
17. Yalom, Irvin, **Existential psychotherapy.** (S. Habib, Trans.). Tehran: Nashr-e Ni,2010 AD. [In Persian].
18. Yalom, Irvin, **Schopenhauer's therapy**. (S. Habib, Trans.). 32nd ed. Tehran: Ghatreh.2024 AD. [In Persian].
19. Yalom, Irvin, **Staring at the Sun: Overcoming the Terror of Death**, translated by Mehdi Ghabrayi, 2nd edition, Mashhad: Nikoo Nashr,2010 AD. [In Persian].
20. Yalom, Irvin, **The gift of therapy (K. Parsai, Trans.).** Tehran: Jamii,2015 AD. [In Persian].

21. Yalom, Irvin, **The gift of therapy: An open letter to a new generation of therapists and their patients**. (M. Yasayi, Trans.). 8th ed. Tehran: Ghoghnus,2023 AD. [In Persian].
22. Yasspers, Karl, **Spinoza,** translated by Mohammad Hassan Lotfi, 7th edition, Tehran: Tarh-e No,2022 AD. [In Persian].

B: Magazine

23. chalsari, Arezoo, Asvadi, Ali, Akhondi, Tayyebeh, khezri, Mohammad Reza, Conceptual Metaphor in the Existentialist Reading of the Concepts of Freedom and Death in Khalil Hawi's Poems: Journal of **ADAB-E-ARABI (Arabic Literature)** (Scientific),2023 AD. Vol. 15, No. 3, Serial No. 37- Autumn, p (81-97).[In Persian].

C: Websites

24. Iran Ketab, "Khawla Hamdi," Iran Ketab website, https://www.iranketab.ir/profile/22298-khawla-hamdi, accessed 20/04/1404 SH (corresponding to 11/07/2025 AD).

دراسات في اللغة العربية وآدابها
(مجلة دوليّة محكّمة)

مجلة دراسات في اللّغة العربيّة وآدابها، نصف سنويّة دوليّة محكّمة

السنة الخامسة عشرة، العدد الحادي والأربعون، ربيع وصيف ١٤٠٤هـ ش/٢٠٢٥م

تـحليل رواية "أرني أنظر إليك" لخولة حمدي بناءً على نظرية علم النفس الوجوديّ لإرفين يالوم

ليلا صادقي نقدعلي *؛ نرگس أنصاري **؛ عبدالعلي آل‌بويه لنگرودي *** ؛ مصطفى پارسايي‌پور ****

مقالة علميّة محكّمة

صص ٣٣٦- ٢٩٩

DOI: 10.22075/lasem.2025.36787.1465

الملخّص:

شهدت السنوات الأخيرة بروزاً ملحوظاً للاهتمام بالمنظور الوجوديّ في علم النفس، حيث أصبح أحد أبرز التيارات التي حظيت باهتمام كبير ليس فقط في المجال النفسي، بل في الدراسات المتعددة التخصصات، وخاصة في مجال الأدب. وقد أولى هذا المنظور اهتماماً عميقاً للمفاهيم الأساسية للحياة الإنسانية وأكد على ضرورة البحث عن المعنى والمواجهة الواعية للتحديات الوجوديّة. وتشكل مسائل مثل الموت والحرية والمسؤولية واللاجدوى والمعنى محاور أساسية في علم النفس الوجوديّ، حيث يرى أن طريقة مواجهة الإنسان لهذه الأزمات تحدد نوعية حياته النفسية. وفي هذا المنظور، لا تُعتبر الشخصيات الروائية مجرد انعكاس للأحداث الخارجية، بل تمثل تجسيداً للهموم الوجوديّة والسعي لإضفاء معنى على الحياة في عالم مليء بالتحديات الأساسية. تهدف هذه الدراسة، باستخدام المنهج الوصفي - التحليلي، إلى تحليل شخصيّة مالك، في رواية «أرني أنظر إليك» لخولة حمدي اعتماداً على المفاهيم الأساسية لعلم النفس الوجوديّ لإرفين يالوم. وتشير نتائج الدراسة إلى أن مالك، بعد بحث طويل، توصل إلى أن معنى الحياة ليس شيئاً ثابتاً أو محدداً سلفاً، وأن اللاجدوى جزء لا يتجزأ منها. وقد أدى قبوله لهذه الحقيقة إلى نوع من الإيمان الشخصي المباشر بالله يتجاوز المعتقدات التقليدية. شعور مالك بالانفصال الجوهري عن الآخرين، وحتى عن نفسه، يتجلى كاغتراب عن المجتمع والدين والعلاقات الإنسانية، مما يعزز من عزلته النفسية والروحية. ومع قبول آلام وتناقضات الحياة، يسعى مالك إلى خلق معنى شخصي لنفسه بدلاً من الهروب منها. ومن منظور الوجوديّة، فإن هذا البحث يدل على صحته النفسية؛ لأنه بدلاً من إنكار الأسئلة الوجوديّة أو الهروب منها، يسعى بنشاط للعثور على إجابات لها.

كلمات مفتاحيّة: علم النفس الوجوديّ؛ الهموم الوجوديّة؛ معنى الحياة؛ إرفين يالوم؛ رواية «أرني أنظر إليك».

---

* - طالبة الدكتوراه في اللغة العربيّة وآدابها بجامعة الإمام الخميني الدوليّة،قزوين،إيران. (الكاتبة المسؤولة) l_sadeghi64@yahoo.com

** - أستاذة مشاركة في اللغة العربية وآدابها بجامعة الإمام الخميني الدولية، قزوين، إيران.

*** - أستاذ في اللغة العربية وآدابها بجامعة الإمام الخميني الدوليّة، قزوين، إيران.

**** - أستاذ مساعد في اللغة العربية وآدابها بجامعة الإمام الخميني الدوليّة، قزوين، إيران.

تاريخ الوصول: ١٤٠٣/١١/١٥ هـ.ش= ٢٠٢٥/٠٢/٠٣م- تاريخ القبول: ١٤٠٤/٠٥/٢٢هـ.ش= ٢٠٢٥/٠٨/١٣م.

المقدمة

العلاج النفسي الوجوديّ[١] هو أحد أكثر النظريات الديناميكية[٢] تأثيراً بعد فرويد[٣]، حيث يتناول أصل التوترات الداخلية للإنسان. ويفترض هذا المنظور أن الفهم الدقيق والكامل لأعمق الصراعات الداخلية لكل فرد ليس متاحاً بالكامل للمحلل النفسي، وذلك لأن هذه المخاوف الأساسية لا تظهر على مستوى الوعي، بل يتم دفنها في أعماق اللاوعي من خلال آليات دفاعية مثل القمع[٤]، والإنكار[٥]، والإزاحة[٦]، والرمزية[٧،٨].

ويؤكد هذا المنظور على أن الصراعات الداخلية للإنسان «لا تنشأ فقط من صراع الغرائز المكبوتة، أو الأشخاص المهمين المتأصلين، أو الذكريات المؤلمة المنسيّة، بل تنبع أيضاً من مواجهة الإنسان لمسائل أساسية وبديهية للوجود[٩]».

ويرى علم النفس الوجوديّ أن جودة مواجهة الإنسان للأزمات الوجوديّة تحدد صحته النفسية أو اضطرابه. فـ«الإنسان كـ"ذات فردية" في الفلسفة الوجوديّة هو محور البحث والدراسة. والموت والخطيئة والقلق والمخاطرة تشكل أركان وجوده، بينما الحرية والمسؤولية والاختيار هي مفاهيم أساسية في حياته[١٠]».

---

[1]. Existential Psychotherapy

[2]. Psychodynamic Approach

[3]. Sigmund Freud

[4]. Repression

[5]. Denial

[6]. Displacement

[٧]. يالوم، **روان‌درمانی اگزیستانسیال**، صص٢٧-٢٩.

[8]. Symbolization

[٩]. يالوم، **موهبت درمان**، ص ١٤.

[١٠]. غلوش، **الوجودية في الميزان**، ص ٢٠.

ويعتمد المنظور النفسي الوجوديّ، بتأكيده على دور الفاعلية الإنسانية في التفاعل مع العالم وخلق معنى للحياة، على جذور عميقة في الفلسفة وعلم النفس. وكما يقول سقراط في عبارته الشهيرة «اعرف نفسك[١]»، فإن هذا يعكس نهجاً نحو فهم الذات والطبيعة الوجوديّة للإنسان. وهذه الصلة بين الفلسفة القديمة وعلم النفس الحديث تدل على السعي البشري المستمر لفهم الذات والعثور على معنى وهدف في الحياة، وهو ما «يعتبر مفتاح الصحة النفسية والنمو الشخصي[٢]».

يعدّ تحليل الأدب من منظور علم النفس الوجوديّ أحد المناهج لتداخل التخصصات الجذابة التي تسعى إلى استكشاف الأعماق المعنوية والتجارب الإنسانية في النصوص الأدبية. وبدلاً من التركيز على البنية الخارجية للسرد فقط، يركز هذا النهج على التجارب الداخلية للشخصيات وكيفية تفاعلها مع التحديات الوجوديّة الأساسية. وتشكل أزمات مثل الموت والعزلة والحرية والمسؤولية والبحث عن المعنى المحاور الرئيسة لهذا النوع من التحليل.

يشبه عمل الناقد الأدبي عمل المعالج النفسي إلى حد كبير، حيث يركز كلاهما على الهموم والتوترات الأساسية، لكنّ مهمة الناقد تنحصر في التشخيص والتحليل فقط، وليس العلاج. تسعى هذه الدراسة، من خلال هذه النظرية الجديدة، إلى التركيز على المرحلة التشخيصية لرواية «أرني أنظر إليك» وهي إحدى روائع خولة حمدي، الكاتبة التونسية. والهدف هو إظهار أن الشخصيّة الرئيسة في القصة كانت تعاني من نفس هذه الهموم والتوترات الوجوديّة، وأن سلوكها وأقوالها وأفكارها متأثرة بهذه التحديات.

إن تحليل رواية أرني أنظر إليك من منظور علم النفس الوجوديّ يقترب من نظريات إرفين يالوم[٣]. يالوم، الطبيب النفسي الوجوديّ البارز والمهم في العصر الحديث، يُعتبر شخصيّة مؤثرة ومهمة. من بين أعماله

---

[١]. چالسری و همکاران، **استعاره مفهومی در خوانش اگزیستانسیالیستی مفاهیم آزادی و مرگ در اشعار خلیل حاوی**، ص ٨٣.

[٢]. می، **انسان در جستجوی خویشتن**، ص٤٩.

[3]. Irvin David Yalom

البارزة يمكن الإشارة إلى "العلاج النفسي الوجوديّ[١]"، "فن العلاج[٢]"، "ماما ومعنى الحياة[٣]"، "التحديق في الشمس[٤]"، "علاج شوبنهاور[٥]"، و"عندما بكى نيتشه[٦]". يمكن القول إنه قد أنشأ رابطاً بين العلاج النفسي وعلم الطب النفسي من جهة، والفلسفة من جهة أخرى، حيث يمكن من خلال مراجعة كتاباته استكشاف جوانب العلاج النفسي وكذلك الزوايا الفلسفية لفكره. يتحدث يالوم في أعماله، من خلال استعراض الهموم الوجوديّة الأساسية لحياة الإنسان، عن قضايا مثل إيجاد المعنى في الحياة، مواجهة الموت، والعزلة، وهي أمور تتجاوز نطاق الطب النفسي التقليدي. وقد تمكنت حمدي في هذا العمل من تصوير هموم ومخاوف الإنسان الأساسية من خلال شخصيّة "مالك"، بطل القصة، حيث تواجه القارئ أحاديثه المستمرة التي تكشف عن ثقل هذه الوحدة. بالإضافة إلى ذلك، يمكن ملاحظة هموم مثل الحرية والاختيار والمسؤولية الناشئة عنها، ورهبة الفراغ واللامعنى في الحياة في أفكار مالك وأحاديثه الداخلية بوضوح. ومع ذلك، فإنه في مواجهة هذه الصراعات الوجوديّة، يسعى في النهاية إلى البحث عن معنى للحياة.

لذا فإن الهدف الرئيس لهذه الدراسة هو استكشاف عمق التجارب الوجوديّة لشخصيّة مالك في الرواية المذكورة وكيفية مواجهتها. كما تسعى هذه الدراسة، من خلال المنهج الوصفي – التحليلي، إلى الإجابة عن السؤالين التاليين:

– كيف يتعامل مالك مع المخاوف الوجوديّة الأساسية مثل الحرية والمسؤولية والموت والعزلة في ضوء مفاهيم يالوم؟

---

[1] . Existential Psychotherapy

[2] . The gift of therapy

[3] . Momma and the Meaning of Life

[4]. Staring at the Sun

[5] . The Schopenhauer Cure

[6]. When Nietzsche Wept

– ما هي الاستراتيجيات التي يتبعها مالك لمواجهة المخاوف الوجوديّة والعثور على معنى للحياة وفقاً لرؤية يالوم؟

ونفترض أنّ مالك، الشخصية الأصلية في القصة، يواجه المخاوف الوجوديّة الأساسية مثل الحرية والمسؤولية والموت والعزلة من خلال التأمل الذاتي والسعي نحو التصالح مع ذاته، مستعيناً بمواقفه الدينية والفلسفية. وهو يتبع استراتيجيات متعددة للتعامل مع هذه المخاوف، مثل بناء علاقات إنسانية عميقة، السعي نحو تحقيق أهداف ذات قيمة، والتواصل مع الجوانب الروحية لفهم المعنى الحقيقي للحياة. ويمكن للدراسات البينية ومفاهيم علم النفس الوجوديّ أن تُثري فهم النص من خلال الكشف عن الأبعاد النفسية العميقة للشخصيات وعلاقتها بمعنى الحياة والوجود.

خلفيّة البحث

أظهرت الدراسات السابقة أن هذه النظرية وتطبيقها في النقد الأدبي أمر جديد للغاية، وخاصة فيما يتعلق بهذه الرواية، حيث لم يتم القيام بأي بحث من هذا المنظور، ولكن تم إجراء بعض الأبحاث حول أعمال أخرى للكاتبة، كما كتبت أبحاث وفق نظرية يالوم، منها ما يلي:

– تناول مرادي وچالاک (١٤٠١ش/٢٠٢٢م) في مقال بعنوان «اصول و شيوه‌هاى نگارش نقد روان‌شناسانه با استفاده از رويكرد روان شناسى وجودى» (أصول وأساليب كتابة النقد النفسي باستخدام المنهج النفسي الوجوديّ)، عن طريق دراسة أسس علم النفس الوجوديّ مع التركيز على الهموم الأربعة الرئيسة لإرفين يالوم، مجموعةً من الأسئلة التي يمكن للناقد المهتمّ بالمنهج النفسيّ الوجوديّ أن يستند إليها في تحليل النصوص، ولا سيّما في هذا المجال.

وخلال العقود الأخيرة، أُنتِجت أعمال عديدة في الأدب الإيراني والعالمي بأشكال متنوّعة مثل الروايات، القصص القصيرة، المسرحيات والأفلام محورها القضايا الجوهرية للوجودية؛ ومن ثمّ فإنّ كتابة نقدٍ منهجيّ وبنيويّ حول هذه الأعمال تستلزم الالتزام بإطار محدّد تسعى هذه المقالة إلى تقديمه. وتُظهِر

النتائج أنّ مفاهيم مثل الموت، المسؤولية، الاختيار، العزلة، العبث، الأصالة والمعاناة تُعَدّ من أبرز المحاور التي يركّز عليها النقّاد المهتمّون بهذا الحقل في تحليلاتهم.

– وصلت دراسة اميري وعليزماني (١٣٩٧ش/٢٠١٨م) بعنوان «بررسی تنهایی اگزیستانسیال در دنیای مدرن و روش‌های مواجهه با آن با تکیه بر آرای اروی یالوم» (دراسة العزلة الوجوديّة في العالم الحديث وطرق التعامل معها بالاعتماد على آراء إرفين يالوم)، إلى أن تجربة العزلة الوجوديّة، من منظور يالوم، تشبه أيّ شكلٍ من أشكال الملل، إذ تولّد حالةً ذهنيّة غير سارة يصعب على الفرد تحمّلها لفترة طويلة. ويرى أنّه لا توجد أيّ علاقة قادرة على إزالة هذا الشعور بشكل كامل، لأنّ كلّ واحدٍ منّا وحيدٌ في الوجود على نحوٍ جوهري. ومع ذلك، يمكننا أن نشارك هذه العزلة مع الآخرين، تماماً كما أنّ الحبّ يستطيع أن يخفّف إلى حدٍّ ما من ألم الوحدة. ويشرح يالوم هذه الحالة من خلال مثالٍ واضح: فكلّ واحدٍ منّا أشبه بقاربٍ وحيد في ظلام البحر، غير أنّه يمكننا رؤية أضواء القوارب الأخرى التي تعيش ظروفاً مماثلة، وهذا بحدّ ذاته يمنحنا قدراً من السكينة والتعزية.

– تهدف مقالة عزيزي وعليزماني(١٣٩٤) «بررسی دیدگاه اروین یالوم درباره ارتباط دغدغه‌های وجودی مرگ‌اندیشی و معنای زندگی» (دراسة وجهة نظر إرفين يالوم حول العلاقة بين الهموم الوجوديّة؛ الموت ومعنى الحياة)، إلى تحليل رؤية إرفين يالوم حول تأثير «الهموم الوجودية»؛ «الموت» و«معنى الحياة» وتأثرها بـالفلسفة الوجوديّة. أولاً، يُعرَّف علم النفس الوجوديّ كمذهب يالوم الفكري مع شرح مكونات المنهج الوجوديّ في فكره. ثانياً، يُقدَّم تحليله لـلخوف من الموت (متأثراً بأفكار إبيكور[1] ونيتشه[2] وهايدغر[3]) شاملاً تصنيف أنواع هذا الخوف، العوامل المكثفة له، والاختلافات الجوهرية مع نظرية فرويد، خاصةً مفهوم «غريزة الموت». ثالثاً، تُستعرض رؤية يالوم عن معنى الحياة وإشكالية «اكتشاف المعنى» مقابل «خلق المعنى»، مع نقد آراء فرانكل (مؤسس العلاج بالمعنى). في الخاتمة، يُطرح الحل اليالومي

[1] . Ἐπίκουρος Epíkouros

[2] . Friedrich Nietzsche

[3] . Martin Heidegger

للإشكال الفلسفي الناشئ عن ترابط الموت والمعنى عبر نظرية «التأثير التموجي[1]» المرتبطة بـ«الالتزام الوجوديّ[2]»، ويُختتم بعرض نقدين جوهريين على رؤيته.

بناءً على نتائج هذه الأبحاث والتفكير في الخلفية، يتبين أنه لم يتم إجراء بحث مستقل وشامل حول تحليل البحث عن الهموم الوجوديّة والبحث عن معنى الحياة في رواية "أرني أنظر إليك" لخولة حمدي بناءً على منهج إرفين يالوم. لذلك، فإن هذا الموضوع جديد ومبتكر، ويمكن أن تقدم دراسة محتواه نهجاً جديداً لتفسير الأبعاد النفسية للبحث عن المعنى في الأدب المعاصر.

خولة حمدي

خولة هادي عبد الله حمدي، كاتبة وباحثة وأستاذة جامعية، وُلدت عام ١٩٨٤ في تونس. أكملت خولة تعليمها الابتدائي والثانوي في تونس، وفي عام ٢٠٠٤ حصلت على منحة من الحكومة الفرنسية وسافرت إلى فرنسا. وفي عام ٢٠٠٨ نالت شهادة في هندسة الصناعات وماجستيراً في الإدارة من كلية إدارة الأعمال في مدينة سانت-إتيان الفرنسية. واصلت دراستها في تخصص الرياضيات التطبيقية بتركيز على بحوث العمليات، وحصلت عام ٢٠١١ على درجة الدكتوراه من جامعة التكنولوجيا في تروا (فرنسا). بعد إنهاء دراستها، عادت إلى محيطها الثقافي وبدأت نشاطها الأكاديمي كأستاذة في الرياضيات وتكنولوجيا المعلومات. ومنذ عام ٢٠١٣، عملت في إحدى جامعات مدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية. أحبت خولة الكتابة منذ سنوات المراهقة، وفي السابعة عشرة من عمرها كتبت أول رواية لها بعنوان «أحلام الشباب» (٢٠٠٦) أو «يوميات فتاة مسلمة». نُشرت هذه الرواية أولاً عبر الإنترنت في المنتديات الإلكترونية العربية، وكانت تصور هموم فتاة مسلمة تدرس الطب، وما تعيشه من صراعات فكرية وعاطفية وتجارب اجتماعية. في عامي ٢٠١٢ و٢٠١٣، حصلت خولة حمدي على لقب أفضل كاتبة تونسية بفضل روايتها «في قلبي أنثى عبرية» (٢٠١٢). وقد عكست هذه الرواية بأسلوب قصصي واجتماعي هموم الهوية

[1] . rippling

[2] . Existential commitment

والدين والإنسانية، وحصدت بفضلها عدة جوائز من جامعات وجمعيات أدبية تونسية.[1] بعد ذلك، صدر كتاب «غربة الياسمين» عام ٢٠١٥ لهذه الكاتبة، ويتناول بشكل أساسي مشاكل اللاجئين العرب في فرنسا. أما كتابها التالي فكان «أن تبقى»، الذي نُشر عام ٢٠١٦، وركز على قضايا اللاجئين العرب في أوروبا وما يواجهونه من إشكالية الهوية المزدوجة. وجاء بعده كتاب «أين المفر» الذي صدر عام ٢٠١٨، ويتناول الثورات التي حدثت في العالم العربي، وخاصة في تونس، ضمن إطار سردي قصصي.

ملخص الرواية

تُعدّ رواية «أرني أنظر إليك» (٢٠٢٠) من أبرز أعمال حمدي وأكثرها انتشاراً وعرضاً. تستند هذه الرواية إلى أحداث حقيقية وتروي قصة حياة شاب يُدعى «مالك»، طالب طب نشأ في بيئة دينية وتشرّب المبادئ الإسلامية. عاش مالك في البداية حياة هادئة، لكنه اعتُقل فجأة وسُجن. وقد تركت تجربة السجن، بما فيها من تعذيب وعزلة ويأس واكتئاب أثراً عميقاً في نفسه. وبعد الإفراج عنه، حاول الهروب من ذكرياته المؤلمة فلجأ إلى الهجرة غير الشرعية، لينتقل بذلك إلى عالم جديد تختلف ثقافته وقيمه اختلافاً كبيراً عن معتقداته الدينية. وقد ولّد هذا الاحتكاك صراعاً داخلياً حاداً كاد أن يفقده إيمانه، غير أنّ قوة معتقداته الدينية أنقذته في النهاية وأعادته إلى الطريق المستقيم. لا تقتصر الرواية على تصوير هذه الأحداث الخارجية فحسب، بل تغوص أيضاً في أعماق شخصيّة مالك. فهو شخص متأمل ومنطوٍ على ذاته، يقضي معظم وقته في حوارات داخلية مع نفسه، ومع الله، وأحياناً مع الآخرين، بينما يقلّ تفاعله مع محيطه الخارجي. إن تجاربه المؤلمة، وخيباته العاطفية، وشعوره بالرفض تدفعه إلى طرح تساؤلات عميقة حول الهوية، والإيمان، ومعنى الحياة، وعلاقة الإنسان بالله. أما الشخصيات الأخرى في الرواية، سواء كانت واقعية أم رمزية، فهي غالباً انعكاسات لصراعاته وأزماته الداخلية. وتقدّم الرواية الحبّ لا باعتباره مجرد علاقة عاطفية، بل كوسيلة لاكتشاف الذات والسير نحو الروحانية والكمال. وتُظهر الأحداث أن الحبّ الأرضي يظلّ ناقصاً، وأن الوصول إلى الطمأنينة والمعنى والاستقرار الداخلي لا يتحقق إلا بتجاوزه نحو حبّ أسمى، هو الحبّ الإلهي. من الناحية الفنية، تتميز الرواية بأسلوب سردي مختلف؛ إذ تأتي بزاوية خطاب ضمير المخاطب «أنت»، ما

[1]. https://www.iranketab.ir/profile/22298-khawla-hamdi

يجعل القارئ شريكاً مباشراً في صراعات مالك الفكرية والنفسية. وبهذا الأسلوب لا يكتفي القارئ بدور المتفرج، بل يصبح مشاركاً في التجربة الذهنية والعاطفية للشخصيّة.

نبذة عن نظرية علم النفس الوجوديّ

في أوائل القرن العشرين، حاول علماء النفس الوجوديّون إدخال مفاهيم الفلسفة الوجوديّة إلى مجال علم النفس. وكان من أبرز روّاد هذا المسار لودفيغ بنسوانغر[١]، الطبيب النفسي السويسري، الذي استعان بأفكار هايدغر ليخطو أولى الخطوات نحو دمج الفلسفة الوجوديّة بالعلاج النفسي. وقد أسّس منهجاً جديداً عُرف باسم «التحليل الوجوديّ». وكان يؤمن بأنّ كلّ إنسان يوجد في العالم بطريقة فريدة، وأنّ خبراته الوجوديّة يجب أن تُفهَم ضمن هذا السياق الخاص. ومن بين المفكرين المهمين في هذا المجال أيضاً مدارد بوس[٢]، الذي اعتمد على أفكار فرويد ويونغ[٣] وهورناي[٤]، واستفاد بشكل خاص من مراسلاته الفلسفية القريبة مع مارتن هايدغر ليُدخل رؤى هايدغر إلى العلاج النفسي. إنّ فكرة هايدغر حول «الدازاين» (الكينونة-الوعي) كان لها تأثير عميق في المنهج العلاجي لبوس، إذ استفاد منها في تحليل الشخصيّة وفق مفاهيم وجودية. ويرى بوس أنّ على الإنسان أن يعيد توجيه انتباهه نحو ذاته وأن يتجنب الغفلة عنها[٥].

في خمسينيات وستينيات القرن العشرين، توسع علم النفس الوجوديّ بشكل أكثر تنظيماً من خلال جهود معالجين نفسيين مثل رولو ماي[٦] وفيكتور فرانكل[٧]. ركّز ماي على خبرات الإنسان اللحظية وتأثير الحرية الفردية في تشكيل المعنى والمعاناة الإنسانية. كان يعتقد أنّ مصدر المعاناة لا يقتصر على الأحداث الخارجية، بل يتحدد أساساً بطريقة مواجهة الفرد لها وبالقرارات التي يتخذها إزاءها؛ وهو منظور نراه أيضاً

[1] . Ludwig Binswange

[2] . Medard Boss

[3] . Carl Gustav Jung

[4] . Karen Horney

[5] . Craig, **Remembering Medard boss. The Humanistic Psychologist**, p 9.

[6] . Rollo May

[7] . Viktor E. Frankl

في أعمال يالوم وتجارب فرانكل. في كتابه المهم «معنى القلق[١]»، درس ماي أفكار مفكرين مثل فرويد وكيركغارد[٢] وهورناي، وتوصّل إلى أنّ القلق هو الجذر الأساسي للأزمات الوجوديّة للإنسان. وقد رأى، مستنداً إلى كيركغارد، أنّ القلق هو خوف من العدم وتهديد للقيم الأساسية لوجود الإنسان، سواء كانت صحته الجسدية، أو حريته الفردية، أو هويته الداخلية. وبحسب ماي، يكمن الفرق بين الخوف والقلق في أنّ الخوف يرتبط بشيء محدد، بينما القلق حالة غامضة وشاملة لا يستطيع الإنسان بلوغ النضج والنمو إلا بمواجهتها بنجاح[٣].

وفي هذا الإطار، لا يمكن تجاهل دور أوتو رانك[٤]، المحلل النفسي النمساوي البارز، الذي أسهم بتقديم نظريات أساسية حول الإرادة في توسيع أسس العلاج النفسي الوجوديّ، ويُعدّ من أوائل النيو-فرويديين. كان رانك في البداية من أقرب المتعاونين مع فرويد، لكنه اتخذ مساره المستقل تدريجياً مؤكداً أسبقية الإرادة على الغرائز. وعلى عكس فرويد، اعتبر العلاج عملية إنسانية مباشرة وجهاً لوجه، ورأى في الإرادة قوة أساسية للإبداع واتخاذ القرارات في مسار الحياة[٥].

وفي السياق نفسه، قسّم إرفين يالوم، استناداً إلى أعمال رانك، الإرادة إلى ثلاثة أنواع: إرادة متعارضة، وهي رد فعل مقاوم للسلطة؛ وإرادة إيجابية، تتسم بالتكيّف والسعي إلى إرضاء الآخرين؛ وأخيراً إرادة خلاقة، تقوم على الدوافع والقيم الداخلية وتشكل أساساً للنمو الأصيل والاستقلال الوجوديّ للإنسان[٦].

قدّم فيكتور فرانكل نظريته «العلاج بالمعنى[٧]»، التي أكدت بشكل خاص على معنى الحياة وأهمية إيجاد المعنى في مواجهة المعاناة والموت، ليصبح أحد أبرز الأسماء في علم النفس الوجوديّ. ومن خلال

---

[1] . The Meaning of Anxiety

[2] . Søren Kierkegaard

[3] . Kelland, **Rollo May and existential psychology**, p 2-4.

[4] . Otto Rank

[5] . Wadlington, **Otto Rank 1884-1939**, p 281.

[٦] . يالوم، **روان‌درمانی اگزیستانسیال**، ص ٤١٤.

[7] . Logotherapy

تركيزه على البحث عن المعنى باعتباره القوة المحركة الأساسية للإنسان، أضفى بعداً إنسانياً أعمق على هذا الاتجاه.

وفي العقود الأخيرة من القرن العشرين وبداية القرن الحادي والعشرين، ترسّخ علم النفس الوجوديّ كمنهج مستقل ومتعدد الأبعاد في العلاج النفسي. فقد تناول إرفين يالوم في أعماله المؤثرة، ومن أبرزها «العلاج النفسي الوجوديّ»، مفاهيم أساسية مثل الموت، والحرية، والوحدة، والبحث عن المعنى، وحللها تحليلاً عميقاً وأدخلها إلى الممارسة العلاجية. ومن خلال دمجه بين الفلسفة وتقنيات العلاج النفسي، جعل من هذا الاتجاه وسيلة فعّالة لفهم المعاناة الإنسانية والتعامل معها.

لقد كان علم النفس الوجوديّ في جوهره رداً على علم النفس الحتمي والميكانيكي، واستفاد من الأسس التي وضعتها الفلسفة الوجوديّة. فقد اكتسبت مفاهيم مثل الحرية، والمسؤولية، والقلق، والمعنى، والموت، والوحدة، والأصالة، والذاتية، والهروب من الذات مكانة محورية في هذا المنهج، بعد أن كانت قد طُرحت أولاً في تأملات فلاسفة مثل كيركغارد، ونيتشه، وهايدغر، وياسبرز، وسارتر[1]. ويرى هؤلاء الفلاسفة أنّ الإنسان كائن يواجه أزمات المعنى، وخيارات مصيرية، وحالات وجودية حدّية، وأنه مطالب بصنع معنى لحياته لا باكتشافه فحسب.

أدخل معالجون نفسيون مثل فرانكل وررولو ماي ويالوم وآخرون هذه المفاهيم الوجوديّة إلى الممارسة السريرية، واعتبروا المعاناة، والموت، والفراغ الوجوديّ، والفقدان، وأزمات اتخاذ القرار ليست اضطرابات بل فرصاً للنمو النفسي والروحي. ووفقاً لهذا الاتجاه، لا يقتصر هدف العلاج على تقليل الأعراض، بل يتجاوز ذلك إلى مواجهة أصيلة مع الوجود، واتخاذ قرارات واعية، وخلق معنى شخصي للحياة[2].

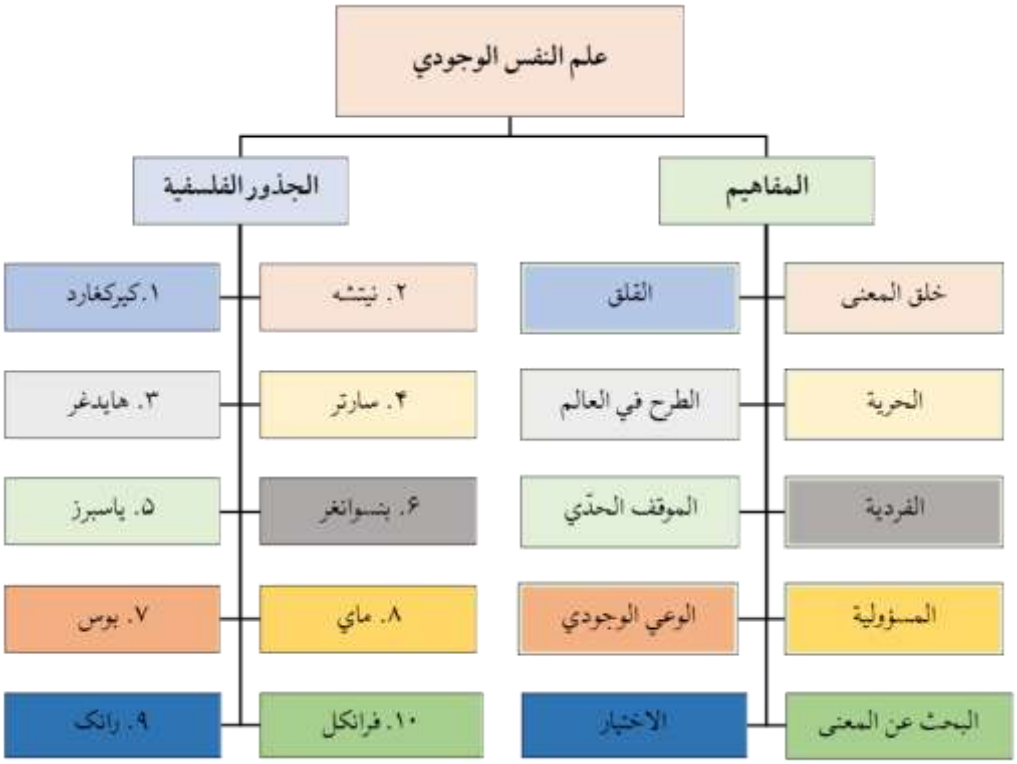
وفي النهاية، يُعدّ علم النفس الوجوديّ اتجاهاً فلسفياً-علاجياً عميقاً يرافق الإنسان في مسار تحقيق أصالته وذاتيته، من خلال التركيز على الوعي بالذات، وتحمل المسؤولية، والبحث عن المعنى.

---

[1] . Jean-Paul Sartre

[2] . يالوم، **روان‌درمانی اگزیستانسیال**، ص ٢٣-٢٨.

المخطط أدناه يوضح الخريطة المفاهيمية لعلم النفس الوجوديّ وصلته بالمفكرين الرئيسين[١]:



مخطط: المسار التاريخي لعلم النفس الوجودي: من الجذور الفلسفية إلى العلاج السريري

المناقشة والتحليل

سيتم في ما يلي تحليل الهموم الأربعة بشكل منفصل وموثق.

[١] . على الرغم من أنّ يالوم يقرّ بأن شجرة نسب العلاج الوجودي، إضافةً إلى فروعها التي تعود إلى كبار الفلاسفة وعلماء النفس الإنسانيين والتحليليين ذوي التوجّه الإنساني، تحتوي على فرع مهم آخر يضمّ كتّاباً كباراً. هؤلاء الكتّاب، الذين تناولوا القضايا الوجودية وحلّلوها وفسّروها، ليسوا أقلّ اهتماماً بها من المتخصصين في مجال علم النفس، بل وربما فاقوهم في ذلك؛ ومن أبرز هذه الأسماء: دوستويفسكي، تولستوي، كافكا، كامو، والعديد من المفكرين والأدباء البارزين الآخرين.

الموت[1]

الموت هو واحد من أكثر هذه الهموم النهائية وضوحاً وجلاءاً. فطالما كان الموت، كحقيقة لا مفر منها، أحد أهم اهتمامات الإنسان. وعلى الرغم من أن الإنسان مغمور في نسيج الوجود، إلا أنه يشعر بمسافة عميقة تفصله عن هذا الوجود. هذه المسافة التي هي شقاق بين الإنسان والعالم، هي ما يطلق عليه الوجوديّون «القلق الوجوديّ». فوجودنا يخضع دائماً لتأثير معرفتنا بأننا نرتقي ونزدهر وسنذبل ونموت يوماً ما[2]. وعلى الرغم من أن هذا القلق قد يولد مشاعر سلبية، إلا أنه من ناحية أخرى، يعتبر قوة دافعة للنمو الشخصي والبحث عن معنى في الحياة.

يُعتبر الموت في علم النفس الوجوديّ نقطة محورية في حياة الإنسان. فإن وعي الموت كحقيقة مؤكّدة يولد القلق والخوف وقد يجعل الفرد يشعر باللاجدوى. فالموت، من وجهة نظر يالوم، يرتبط بالحياة ارتباطاً وثيقاً؛ فالموت يدمرنا، ولكن التفكير فيه يمكن أن يكون منقذاً. هذا الوعي يغير نظرة الإنسان للحياة بشكل جذري، وينقله من مستوى الحياة الذي يتسم بالتظاهر والاهتمامات السطحية إلى مستوى أعمق وأكثر وعياً[3].

يُشير الفلاسفة، وفقاً ليالوم، إلى «التجارب القريبة من الموت»، وهي تجارب حيوية تخرجنا من «الروتينية» وتدفعنا إلى التفكير في «الوجود». وأقوى هذه التجارب هي مواجهة الفرد المباشرة لموته. يؤكد يالوم أن موت الآخرين يمكن أن يواجهنا أيضاً بموتنا بطريقة قاسية ومؤلمة. ويشير إلى أن الموت والفناء هما محور العديد من النقاشات المتعلقة بالشيخوخة والتغيرات الجسدية ومراحل الحياة وغيرها من علامات عدم استقرار الحياة. ويضيف أن كل كابوس يحمل بصمة الموت الحتمية[4].

---

[1] . Death

[2] . أنظر، ماي ويالوم، **مدخل إلى العلاج النفسي الوجودي**، ص ١٠٢.

[3] . أنظر، يالوم، **خيره به خورشيد؛ غلبه بر هراس از مرگ**، ص ٧١.

[4] . أنظر، يالوم، **موهبت روان‌درمانگرى**، صص ١٤٢ و ١٤٣.

يشير يالوم في نقده لاستعارات شوبنهاور حول الخوف من الموت إلى أن شوبنهاور يعتبر الحياة مزيجاً من المعاناة والشر، وبالتالي يتساءل كيف يمكن أن يكون فقدان شيء شرير أمراً سيئاً؟ يقدم شوبنهاور الموت كنوع من التحرر من معاناة الوجود الأبدية ويرى فيه نهاية لسلسلة المصائب التي يعاني منها البشر[١].

ومع ذلك، يسعى يالوم لإظهار أن استعارات شوبنهاور مليئة بخوفه من الموت. فهو يصف هذه الاستعارات على النحو التالي: يشبه البشر الأغنام التي تتجول بمرح في مرعى تحت مراقبة جزار قاسٍ يختارهم دون مبالاة. ونحن كأطفال متحمسين نجلس في قاعة المسرح في انتظار بدء العرض، غير مدركين للمصيبة التي ستحل بنا. أو كبحارة نقود سفننا بحماس لتجنب الصخور والدوامات، ولكننا نتجه دون خطأ نحو سفينة الغرق ومصيبة لا مفر منها[٢].

في رواية أرني أنظر إليك، ينشغل ذهن الشخصيّة بسؤال عميق حول الموت ومصير الروح بعده. هذا التردّد بين التعليق في الفضاء المادي والذهاب إلى "البرزخ" يصوّر توتراً بين المحسوس وما وراء الطبيعة: «ريم... هل فارقتْها الروحُ؟ وأين تكونُ إن فعلتْ؟ مُحلِّقَة في فضاء الغرفةِ؟ أم في البرزخ؟ أين تذهبُ بعد ذلك؟ ما مصيرُ الروحِ إن فارقتْ صاحبَها؟[٣]». هذه التجربة هي ما يسميه يالوم «التجارب القريبة من الموت». هذه المرحلة من حياة مالك هي حافز لنموه الشخصي، على الرغم من أنها مصحوبة بمشاعر سلبية مثل الحزن والندم واليأس. إن طرح هذه الأسئلة يعكس صراعاته الداخلية وتأملاته العميقة حول الموت والمفاهيم المرتبطة به. ومن منظور يالوم، تُعَدّ مثل هذه التساؤلات تجلياً مباشراً للقلق الوجوديّ الناجم عن العدم وعدم استقرار الوجود. فهو يرى الموت نهايةً حتمية للوعي، ويعتبر الروح مفهوماً يفتقر إلى الأساس العلمي والتجريبي. وبالتالي، فإن ما تختبره الشخصيّة يُعَدّ علامةً على رعب الفناء والمواجهة المؤلمة مع اللامعنى الجوهري للموت[٤]».

---

[١] . أنظر، يالوم، **درمان شوپنهاور**، ص ٤١٦.

[٢] . أنظر، ماي ويالوم، **مدخل إلى العلاج النفسي الوجودي**، ص ١٠٧.

[٣] . حمدي، **أرني أنظر إليك**، ص ٢١٤.

[٤] . يالوم و يالوم، **مسئله مرگ و زندگی؛ عشق، فراق و آنچه در پایان عمر اهمیت دارد**، ص ٢٥٩.

تُعتبر أحاديث مالك انعكاساً لاضطراب الفراق. إن فقدان ريم يعني فقدان «نصف وجوده»، وهذا يجعله يشعر باللاجدوى والغربة: «كنتَ أنتَ نصف ميّت. بل لعلّكَ ميّت بحق. لم تعُد لديك أدنى رغبة في هذه الحياة دون ريم. الحبلُ الذي يربطك بالسماء كان قد انقطع. لقد حسبتَ روحَك قد استيقظتْ، حين أجرَى اللهُ على لسانك ما أجرى من ابتهال ودعاء. لكنَّ كلَّ شيء انتهى بعد لحظاتٍ، وخلَّفتْك المأساةُ فارغاً من كلِّ شعور.. فتزدادُ كآبَتُك[١]».

يشعر بطل القصة بفقدان «نصف وجوده» بعد فقدان ريم. هذا الشعور، المشابه لما وصفه جون هارود هيك بـ «الشر كغياب[٢]»، يعكس تجربة مباشرة للبطل باللاجدوى والفراغ في الحياة بدون حبيبه. إن انقطاع صلة البطل بالمعنى والهدف في الحياة هو ما يسميه ياسبرز[٣] «موت الروح[٤]». يواجه مالك في هذه الحالة شعوراً باللاجدوى واللامعنى ويبحث عن معنى جديد لمواصلة حياته. في اللحظات الأولى شعر بصحوة روحية. ولكن هذه الصحوة كانت عابرة وانتهت بالإحباط والاكتئاب الشديد. هذه التجربة تظهر التقلبات العاطفية الشديدة التي تحدث عند مواجهة وفاة أحباء؛ على الرغم من أنها مؤلمة، إلا أنها يمكن أن تكون فرصة للنمو الشخصي والروحي كما يرى يالوم. هذه الصورة تجسيد سردي للحظةٍ يصفها يالوم بأنها مواجهة مباشرة مع الحالة النهائية للوجود؛ حالة يفقد فيها الفرد نقطة ارتكازه (سواء كانت حبّاً، أو معنى، أو إيماناً) فينزلق إلى أكثر حالات وجوده فراغاً. ويرى يالوم أنّ هذا الانهيار ليس مجرّد طريق مسدود، بل يمكن أن يكون بداية أيضاً، إذ إنّ المواجهة الأصلية مع الألم والقلق قد تشكّل عتبةً للتحوّل والوعي الوجوديّ.

الحرية ومسؤولية الاختيار [٥]

---

[١] . **المصدر السابق**، صص ٢١٣-٢١٤.

[2] . Allan,**the Problem of evil**, P 18.

[3] . Karl Jaspers

[٤] . ياسپرس، **اسپينوزا**، ص ٨٦.

[5] . freedom and responsibility

يعتبر يالوم هذا القلق الأساسي أقل قابلية للفهم؛ لأنه «لا يوجد ارتباط واضح أو سهل الفهم بين الحرية والقلق؛ لأن الحرية في المظهر الأول لها معنى إيجابي تماماً[١]». بمعنى آخر، الإنسان الحر هو الذي يستمع إلى صوته الداخلي ويتصرف وفقاً لرغباته الحقيقية بعيداً عن أي إكراه أو فرض خارجي. في هذا النوع من الحرية، يكون الإنسان مسؤولاً عن جميع اختياراته وأفعاله ولا يمكنه إلقاء اللوم على الآخرين أو الظروف في إخفاقاته وأخطائه. هذه الرؤية تضع الأفراد في مركز البحث عن معنى للحياة. يمكن للبشر أن يختاروا البحث عن معنى للحياة أو تجاهله. في حين أن «هذا المذهب يشدد على المسؤولية المصاحبة لحرية البحث عن المعنى[٢]».

من الناحية المفاهيمية، لا تمتلك «الحرية» عند الوجوديّين بنية محددة وخارجية؛ بحيث يدخل الفرد، على عكس تجاربه اليومية الأخرى، إلى عالم منظم وله بنية محددة ومعالجة وطبيعة، بل يخرج منه ويتركه. بدلاً من ذلك، يكون الفرد مسؤولاً بالكامل أو بصورة أخرى مؤلفاً لعالمه، ونظامه للحياة، واختياراته وأفعاله[٣]. فالحرية الوجوديّة ليست بالمعنى العرفي والسياسي والفلسفي، بل هي بمعنى الأصالة أو التفرد. بمعنى أن كل فرد يتصرف في أي ظرف وفقاً لطبيعته، وطريقة معرفة ذلك هي حدسية وبالعودة إلى الذات، أي أن الإنسان لو كان وحيداً في الكون، فما هي رغباته[٤].

الاختيار (الإرادة) هو الجسر الذي يؤدي من المسؤولية إلى الفعل. تتكون الإرادة من جزأين: الرغبة أولاً ثم اتخاذ القرار. الرغبة هي الميل إلى القيام بشيء ما، والقرار هو الاختيار الواعي للقيام بذلك الشيء. ولكي يكون الفعل حراً، يجب أن يعتمد على الإرادة. هذا يعني أن الفرد يجب أن يفهم مسؤولية موقفه ويختار بوعي ما سيفعله.

---

[١] . يالوم، **موهبت درمان**، ص ١٥٤.

[٢] . باتيانى ونتزر، **معنا از ديدگاه روان‌شناسى مثبت نگر و روان‌شناسى اگزيستانسيال**، ص ١٩٧.

[٣] . أنظر، يالوم، **روان‌درمانى اگزيستانسيال**، صص ٢٤ و ٢٥.

[٤] . أنظر، غياثى كرمانى، **اگزيستانسياليسم، فلسفه عصيان و شورش**، ص ٦٦.

هناك توتّر ديناميكي بين وعي الإنسان بإنعزاله الجوهري ورغبته في التغلب عليه، والاندماج والذوبان وتحويل نفسه إلى جزء من كل أكبر. من ناحية، الإنسان كائن منفصل وفريد. ومن ناحية أخرى، «يرغب الإنسان في الانتماء إلى شيء أكبر من نفسه[١]». هذا التوتر هو الدافع وراء العديد من السلوكيات البشرية، بما في ذلك البحث عن معنى للحياة والانتماء والحب.

تُعتبر قرارة مالك، وهو طالب مسلم، بالتخلي عن معتقداته الدينية التقليدية والبحث عن معنى جديد للحياة، مثالاً صارخاً على مفهوم الحرية الوجوديّة. يقول: «أنتَ لم تُصلِّ اليوم! منذ التزمتَ بالصلاة قبلَ بلوغِك السابعة، لم تفرِّطْ في فرضٍ واحدٍ، فضلاً عن السّنن الّتي واظبتَ عليها حتّى وراء القضبانِ. أنتَ لم تَنسَ ولم تَنشَغلْ، ولكنّك اخترتَ ألّا تصلّي. هل هذه الحرّيّة الّتي يتحدّثون عنها؟ هل هذا التّمرّدُ؟[٢]». المثال المذكور يتجاوز كونه فعلاً بسيطاً ليعبر عن اختيار عميق وواعٍ من قِبَل مالك للانفصال عن الروتين المعتاد والتحرك نحو المجهول كرمز للحرية الوجوديّة. تساؤلات الراوي تُظهر محاولته لفهم الدوافع وراء هذا الاختيار وتأثيراته على حياة مالك، مما يدفع القارئ للتفكير في طبيعة الحرية ونتائج اختيارات الإنسان.

يمارس مالك حريته باختياره عدم القيام بالواجب الذي التزم به لسنوات. هذا الاختيار يمثل تحدياً للقواعد والمعتقدات التقليدية التي كان يتبعها، ويحثّه على التأمل في مفهوم الحرية ونتائجها. يرى يالوم أن هذا التوتّر يشكل حافزاً للبحث عن معنى الحياة. وهذا الاختيار، أبعد من مجرد فعل بسيط، هو رمز لمواجهة مالك مع ذاته الداخلية. ويعتقد يالوم أن مثل هذه اللحظات من "المسؤولية المطلقة" تسبب فجوة في الروتين التقليدي وتبدأ رحلة البحث عن المعنى. يسعى مالك خلال عملية التخلي عن المعتقدات السابقة للعثور على معنى جديد لحياته. هذه التجربة «تمثل مثالاً على الحرية الوجوديّة التي تدفع الفرد إلى إعادة تشكيل معنى حياته[٣]». وفي منطق الوجوديّة لدى يالوم، يمثّل هذا القرار علامةً على حرية الإنسان

[١]. ماي ويالوم، **مدخل إلى العلاج النفسي الوجودي**، ص ٩٩.
[٢]. حمدي، **أرني أنظر إليك**، ص ١٥٢.
[٣]. ماي ويالوم، **مدخل إلى العلاج النفسي الوجودي**، ص ١٥٤.

الجوهرية في تحديد مساره. يعتقد يالوم أنّ الفرد لا يبلغ حياةً أصيلة إلا حين يتمكّن من اتخاذ قرارٍ مخالف للتيار حتى في مواجهة الأنظمة الدلالية الراسخة، شرط أن يكون هذا القرار نابعاً من الوعي، وتحمل المسؤولية، والسعي إلى بناء المعنى[١].

إنّ لحظةَ عدم أداء الصلاة، من هذا المنظور، ليست دليلاً على انعدام الإيمان، بل نوعاً من الاختبار الوجوديّ: فالشخصيّة، لأول مرة، تختار ألا تفعل شيئاً لا بدافع العادة أو الإكراه أو الخوف، بل بدافع الوعي. هذا الصمت، هذا الترك، في إطار يالوم، هو نفيٌ للتلقائية وبداية يقظة جذرية؛ خطوة نحو ما يسميه «أصالة القرار».

العزلة [٢]

يؤمن يالوم بأن ثالث أكبر اهتمامات الوجوديّة هو العزلة الوجوديّة. يقسم العزلة إلى ثلاثة أنواع: بين شخصيّة، وداخلية، ووجودية. العزلة بين الشخصيّة ناتجة عن عوامل مثل العزلة الجغرافية، ونقص المهارات الاجتماعية، والشعور بعدم الكفاءة، وتُشير إلى انفصال الفرد عن أقرانه. أما العزلة الداخلية فتشير إلى الانفصال الداخلي للإنسان، حيث يفقد صلته بمشاعره وعواطفه ويواجه نوعاً من الغربة النفسية. تصل هذه التوترات في النهاية إلى العزلة الوجوديّة، والتي تنبع من إدراك الفرد لانفصاله الجوهري عن العالم والآخرين. وعلى عكس الأنواع الأخرى من العزلة، لا تنشأ هذه العزلة من نقص العلاقات الاجتماعية أو الانفصال الداخلي، بل تشير إلى تجربة عميقة للعزلة الوجوديّة[٣]. على سبيل المثال، «قد يعاني الأشخاص المصابون باضطراب الشخصيّة الحادة أو الانطوائية في لحظات الوحدة من رعب ذوبان حدود الذات وحتى التشكيك في وجودهم[٤]». تُظهر هذه التجربة أن العزلة الوجوديّة يمكن أن تختلط بتحديات نفسية أخرى لتتحول إلى تجربة متعددة الأبعاد. وفي هذا النوع من العزلة، يواجه الفرد حقائق أساسية مثل العزلة

---

[1] . Yalom, **Existential Psychotherapy**, p 229.

[2] . isolation

[٣] . أنظر، يالوم، **خيره به خورشيد؛ غلبه بر هراس از مرگ**، صص ٦٥- ٧٢.

[٤] . يالوم، **روان‌درمانی اگزیستانسیال**، ص ١٠٣.

المطلقة[١]، والمسؤولية المطلقة، والبحث عن معنى مطلق. حالات الوعي هذه، على الرغم من أنها قد تكون مخيفة، إلا أنها قد تكون أيضاً حافزاً للنمو الشخصي واكتشاف الهوية الحقيقية للفرد. يقول سارتر: «يمكن اعتبار مواجهة هذه الحقائق بمثابة ولادة حقيقة نابضة بالحياة[٢]». ويؤمن القيومي أيضاً أن «هذه الوعيات يمكن أن تؤدي إلى النمو والأصالة[٣]». بمعنى آخر، الوحدة الوجوديّة، على الرغم من كونها تحدياً صعباً، إلا أنها فرصة للنمو والازدهار الفردي.

في رحلة الحياة، يولد الفرد الأصيل وسط الآخرين وينمو في أحضان الظروف، ويمر في النهاية بالموت. هذا الكائن البشري، الذي كل واحد منا هو، يواجه في مسيرته خيارات وإمكانيات لا يوجد من يحلها بدلاً عنه. هذا الوجود البشري الذي يواجه وحدته وإمكاناته الأساسية، يدرك في خصوصيته هذه الحقيقة: «أنا موجود». «هذا الوعي بوجود الذات، بكل ما يحمله من عزلة ومسؤولية، هو جوهر البحث عن معنى الحياة وتحقيق الهوية الأصيلة للإنسان[٤]».

العزلة بين الشخصيّة: في أجزاء من الرواية، يتحدث مالك صراحةً عن يأسه من الآخرين وفشله في علاقاته: "لقد توقفتُ عن الإيمان بالأشخاص منذ سنين، منذ خيبتي الأولى[٥]». هذه العزلة ناتجة عن يأس مالك في العلاقات الإنسانية وفقدانه الثقة بالآخرين. يشعر بالانفصال عن الآخرين وهذا الانفصال هو جزء من العزلة بين الشخصيّة التي يراها يالوم نتيجة لعوامل خارجية مثل الفشل العاطفي والعزلة الاجتماعية.

---

[١] . العزلة المطلقة: يولد كل فرد وحيداً، ويعيش وحيداً، ويموت وحيداً. لا يستطيع أحد أن يفهم تجربتنا الداخلية بشكل كامل أو يشترك معنا فيها. المسؤولية المطلقة: نحن مسؤولون عن خياراتنا وأفعالنا في الحياة. لا يمكن لأحد أن يتحمل هذه المسؤولية عنّا أو يتخذ قرارات بدلاً منا. المعنى المطلق: علينا أن نكتشف معنى حياتنا بأنفسنا. لا توجد إجابة جاهزة، وعلى كل فرد أن يسلك طريقه الخاص للعثور على المعنى والهدف.

[2] . Sartre, **being and nothingness**, P 545.

[٣] . القيومي، **الوجودية فلسفة الوهم الانساني**، ص ١٠١.

[٤] . كاليز وسيلينا، **قدم اول: هايدگر**، ص ٥٣.

[٥] . حمدي، **أرني أنظر إليك**، ص ٢٢.

العزلة الداخلية: يتحدث مالك في أحاديثه عن الشعور بالانفصال الداخلي والغربة عن نفسه: «الشكوك تملؤني. أحتاجُ إلى العزلة والابتعاد عن كلِّ المؤثِّرات[١]». لم يعد مالك قادراً على الاعتماد على معتقداته وقيمه، ونتيجة لذلك، انقطع صلته بهويته الداخلية ومشاعره. هذه الحالة هي ما يصفها يالوم بالانفصال النفسي أو الغربة الداخلية، حيث لم يعد الفرد قادراً على العيش بسلام مع نفسه.

العزلة الوجوديّة: العزلة الأعمق التي يعاني منها مالك هي عزلته الوجوديّة التي تنعكس في بحثه عن معنى للحياة: «أنتِ شخص فانٍ كالآخرين. وقد تخذلينني مثلَهم؟[٢]». هذا النوع من العزلة ناتج عن إدراك الانفصال الجوهري للإنسان عن العالم وفنائه. مع وفاة ريم، يواجه مالك حقيقة الموت القاسية وعدم الاستقرار واللامعنى في الحياة. يبحث عن معنى في العلاقات الإنسانية، لكنه في الوقت نفسه يعلم أن هذا المعنى قد يكون عابراً وفانياً. يؤكد يالوم أن هذا النوع من الوعي، على الرغم من أنه يثير القلق، إلا أنه يمكن أن يكون حافزاً للنمو الشخصي والبحث عن معنى حقيقي للحياة.

على الرغم من تجربة العزلة العميقة، يحاول مالك إيجاد معنى للحياة من خلال التواصل مع الآخرين: «أعلِّق قلبي بك عمداً، كمرساة تَشُدُّني إلى الحياة. حتَّى لا أفقدَ الأمل، مرّة أخرى[٣]». عبارة تعبر عن محاولة مالك لمواجهة الوحدة والعثور على معنى في العلاقات. بحثاً عن الاتصال والمعنى، يعود مالك إلى التفاعلات البشرية ويحاول إنشاء اتصالات جديدة بوعي. وهذا البحث عن إعادة بناء الروابط الإنسانية هو وسيلة للتغلب على عزلته الوجوديّة. يرى علاقته بالفتاة التي يحبّها كوسيلة للاتصال بالحياة والأمل. هذا البحث عن المعنى هو ما يعتبره يالوم وغيره من علماء علم النفس الوجوديّ جوهر سعي الإنسان للتغلب على العزلة الوجوديّة.

---

١. **المصدر نفسه**، ص ١٥٣.

٢. **المصدر نفسه**، ص ٢٢.

٣. حمدي، **أرني أنظر إليك**، ص ٢٢.

اللامعنى والعبث في الحياة[1]

يرى يالوم أن رابع حقيقة لا يمكن إنكارها في الوجود أو الشاغل الأساسي للإنسان هو الشعور باللامعنى والعبث. فإذا كان الإنسان محكوماً بالموت، وإذا كان عليه بناء عالمه بنفسه، وإذا كان كل فرد يعيش في عالم غير مبالٍ به ومطلق العزلة، فما هو معنى هذه الحياة؟ ولماذا يعيش الإنسان؟ وكيف يجب أن يعيش؟ إذا لم يكن هناك هدف محدد ومسبق التحديد، فعلى كل فرد أن يخلق معنى حياته بنفسه، ولكن هل يمكن لكل فرد أن يخلق معنىً للحياة يكون مقنعاً له ويحفزه على الاستمرار؟ هذا التناقض الوجوديّ الجوهري ينبع من كون الإنسان كائناً يبحث عن معنى في عالم خالٍ من المعنى[٢].

عندما أدت الأنشطة السياسية لمالك إلى سجنه وحرمته من تحقيق حلمه في أن يصبح طبيباً، شعر بأنه أضاع سنوات شبابه الثمينة ولم يحقق أي شيء. فقد وظيفته وهيبته وأمله، ووصل إلى شعور باللامعنى التام: «تذَكَّرَ الآن تلك الفترةَ بمزيج من الألم والحقد. ما جدوى نِضالك السّياسي وقد نُفِيَ القادةُ وهُجِّروا إلى أوروبا وخَلّفوا أمثالَك من الشباب المُندفع حُطاماً؟ لا أنتَ الحريةُ التي مِن أجلها دفعتَ سنواتِ شبابك، ولا أنتَ نجحتَ في مشوارك التعليمي وأصبحت طبيباً. لا تزالُ هزيمةُ انتخاباتِ ١٩٨٩ مرَّة في حلقك، بطعم الخبزِ الكالحِ الذي يقدِّمونه في الحبس[٣]». الجروح الجسدية والنفسية وفقدان الأمل تدل على عبثية جهوده. كان يرى نفسه كأنه أسد يجول في فناء الجامعة، ولكنّه أصبح الآن عاطلاً عن العمل ومنعزلاً. هذا التناقض يعكس فقدان كرامته وهيبته. ومن منظور الوجوديّة عند يالوم، تمثّلُ هذه الحالةُ مثالاً واضحاً لـ «أزمة المعنى» أو الفجوةِ الوجوديّة؛ تلك اللحظة التي يكتشف فيها الإنسانُ أن حياتَه كانت مرتبطةً بأهدافٍ إمّا فشلت أو فقدت قيمتَها. يرى يالوم أنّ واحدةً من أكثرِ التجارب الإنسانية إيلاماً هي مواجهةُ عبثيةِ النضالاتِ الماضية، خصوصاً إذا كانت هذه النضالاتُ نابعةً من حماسةٍ وإيمانٍ عميقين، ولكنها لم تثمر إلا

[1] . meaninglessness

[٢] . أنظر، ماي ويالوم، **مدخل إلى العلاج النفسي الوجودي**، ص ٥٨٥.

[٣] . **المصدر السابق**، ص ٤٩.

هزيمةً وحسرةً[١]. ومن وجهة نظره، إمّا أن ينحدر الإنسانُ في مثل هذه الظروف إلى السلبية والاكتئاب، أو أن يعيد بناء ذاته من خلال قبول مسؤولية الحاضر وصناعة معنى جديد. في هذه الرواية، ما يزال البطل في مرحلة السلبية المُرّة والحزن؛ فالحريةُ التي ناضل من أجلها لم تتحقق، ومسارُه الأكاديميُّ لم يكتمل. هذه الثنائيةُ في الإخفاق تُضاعف عمق الإحساس بالعبث.

يتحدث مالك عن تجربته الفاشلة واكتئابه خلال مسيرته التعليمية، وكيف أدت به هذه التجارب إلى الاعتقاد بأن الجهد والسعي لا فائدة منهما وأن الحياة بلا معنى: «حين حُرِمتُ من مُواصَلة الدراسة، ورأيتُ آمالَ المستقبل تَتَحَطّمُ أشلاء، غلبتِ المرارةُ على طعم البطولة المَوهومة. ها أنني قد دفعتُ سنين الشباب الغالية لأَحصُدَ علاماتٍ شائهة على البدن، وجروحاً غائرة في الكرامة، ونزيفاً مستمرّاً للأمل. بعد أن كنتُ أسَدَاً يصولُ ويجولُ في ساحة الكُلّية، أصبحتُ عاطلاً متبلداً لا يغادرُ غرفتَه. هل يبقى للحياة معنى بعدَ ذلك؟[٢]». من خلال طرح أسئلة مثل «هل يبقى للحياة معنى بعد ذلك؟»، يشير مالك بوضوح إلى هذه المسألة التي تواجه الإنسان في عالم لا يقدم معنىً جوهرياً له.

مع هذا الانهيار المعنوي، انهارت الأسس التي بنيت عليها حياة مالك: «وبعد أيام طويلة من البحث، تناثرتِ الحجيراتُ الأولى، منذرةً بانهيار جَبَليٍّ مُزَلزل. كنتَ تخوضُ في متاهات لا نهايةَ لها، تقرأُ تفسيراتِ العلماء واجتهاداتِ المجتهدينَ لمعضلة الإنسان المخَيَّر والمسيَّر، ولا تجدُ ما تقرُّ به عينك[٣]». يتجول البطل في متاهات التناقضات والشكوك بحثاً عن إجابة واضحة وقاطعة، لكنه لا يجد شيئاً يرضيه. هذا البحث العقيم يدفعه تدريجياً إلى اليأس واللامعنى.

ينبع انهيار المعنى في هذا النص من التناقض بين رغبة الإنسان في المعنى واللامعنى الجوهري للعالم. يبحث مالك، مثل أي إنسان آخر، عن معنى لحياته. يبحث في النصوص الدينية والفلسفية عن إجابة، لكن

---

[1] . Yalom, **Existential Psychotherapy**, p 430.

[٢] . **المصدر نفسه**، ص ٢٤.

[٣] . حمدي، **أرني أنظر إليك**، ص ١٤٤.

لا شيء يقنعه. هذا التناقض العميق يؤدي إلى انهيار إيمانه ومعتقداته. يصل إلى نتيجة مفادها أنه لا توجد إجابة مطلقة على الأسئلة الوجوديّة، وأن كل فرد يجب أن يجد معناه الخاص في الحياة.

إن الشعور بانعدام المعنى أمر أساسي في صراعات مالك الوجوديّة. وهو الذي وصل إلى نوع من الفراغ بسبب إخفاقاته السياسية والشخصيّة، يصف هذا الشعور كالتالي: «وما الجدوى من حياة لا نكون فيها جزءاً من شيء عظيم؟[١]». من وجهة نظر علم النفس الوجوديّ، فإن السؤال المطروح هو سؤال أساسي وجذري في وجود الإنسان. هذا السؤال يبرز تحدي العثور على معنى وهدف في الحياة في ظل الشعور بفقدان الانتماء إلى شيء أكبر.

هذا السؤال هو جوهر ما يؤكده علم النفس الوجوديّ، وقد تطرق إليه إرفين يالوم في أعماله. يمكن ملاحظة العديد من الأمثلة في هذا النص تدعم وجهة نظر يالوم.

من وجهة نظر يالوم، اللامعنى، ليس بالضرورة تجربة سلبية ومؤلمة، بل يمكن أن يكون فرصة للنمو والاكتشاف الذاتي. من خلال مواجهة اللامعنى وقبوله كجزء من الحياة، يمكن البحث عن معنى خاص بنا وبناء حياة أصيلة ومرضية[٢]. هذه الفرصة هي التي دفعت مالك، بعد أن كان متديناً متشدداً، إلى الشك في معتقداته والبحث عن معنى للحياة في معتقدات وأفكار وأديان مختلفة: «والشك ليس عيباً، ليس جرماً، ليس ذنباً. إن لم تشُكَّ ولم تتساءلْ ولم تعاين إيمانَكَ بنظرات ثاقبة، فأنت مؤمن بالوِراثة، لأنك وُلدتَ مسلماً، لِأبوين مُسلمَينِ في محيط مسلم. أمّا أن تشكَّ وتعبر رحلةَ الإيمان مِن بدايتها، فذلك عَينُ الشجاعة. أن تشكَّ وتبحثَ فتهتدي، فتصيرَ أقوى وإيمانُك أقومُ وأبهَى[٣]». يمثّل هذا النصّ مساراً وجودياً لإنسان يبحث في قلب الشكّ عن المعنى وأصالة الإيمان. هذا القول يتحدّى اعتقاداً راسخاً مفاده أنّ الشكّ أمر سلبيّ وعلامة على ضعف الإيمان، بينما يرى مالك برؤية أعمق أنّ الشكّ ليس عدوّ الإيمان، بل بوّابةٌ للوصول إلى إيمان أكثر أصالة. هذه النظرة تتوافق مع فكر إرفين يالوم؛ فهو أيضاً يعتقد أنّ قبول القلق والشكوك الوجوديّة

١. **المصدر نفسه**، ص ٢٣.
٢. أنظر، يالوم، **روان‌درمانی اگزیستانسیال**، ص ٥٩٦.
٣. حمدي، **أرني أنظر إليك**، ص ١٥٥.

خطوةٌ أساسية في مسار معرفة الذات والبحث عن المعنى. ويرى يالوم أنّ مواجهة الشكّ والموت والوحدة لا تؤدي بالضرورة إلى انهيار نفسيّ، بل يمكن أن تكون دافعاً للنموّ الداخلي، واليقظة الفردية، وتكوين المعنى.

لقد كان مالك يبحث عن الحقيقة منذ صغره، وكان هذا البحث هو هدف حياته: «كنتَ تحسب نفسك منذ الصبا «باحثاً عن الحقيقة ... ولم يكن هدفك سِوى الوصول إلى الحقيقة»[١]». وللبحث عن الحقيقة، استند إلى مصادر فكرية ودينية مختلفة: «أقبلتَ على المُؤلّفات الفقهية وكتبِ التراث الإسلاميِّ لفِرَق متعددة كالمعتزلة والأشاعرة والماتريدية وغيرهم[٢]». في البداية، كان متحمساً جداً للبحث عن الحقيقة ولم يدخر جهداً لتحقيقها. ولكن مع مرور الوقت ودراسة مصادر مختلفة، زادت شكوكه حتى وصل إلى حالة من عدم اليقين: «ووجدتَ نفسَك في سلة "اللاأدريين". لم تكن تدري بعد أي موقف ستتخذه من الألوهية والفلسفة الكونية[٣]». لكن مالك كان يبحث عن تجربة روحانية جديدة، شيء يهز أعماقه ويوقظ رماد داخله، لذلك لجأ إلى صوفيين أغوري[٤] في الهند وتعلم اليوغا للعثور على ذاته: «واليوغا هي سبيلُ تحقيق الذات. يمكنك من خلالها التحكم بالعقل والحواس قبل العثور على الذات العليا داخل القلب[٥]».

وفي النهاية، وجد نفسه في الحرم المكي وهو يطوف حول الكعبة: «تداعتْ في ذاكرتِك صُورٌ من تجاربك الحديثة مع التأمل: معبد اليوغا الخيالي، موازَنة الأحجار في جزيرة نائية، حركات التاي تشي البطيئة والحكيمة، الصلاة الربية، والدَّوَران الصوفي. ابتسمتَ. كم كنتَ ساذجاً. كيف خدعتْك تلك

---

١. **المصدر نفسه**، ص ١٣٩.

٢. **المصدر نفسه**، ص ١٤٤.

٣. **المصدر نفسه**، ص ١٧٦.

4. Aghori

٥. حمدي، **أرني أنظر إليك**، ص ٢٥٤.

السكينةُ الوهميّة وتركتَ نفسَك للنزهات السخيفة! لا شيءَ من كلِّ ذلك يماهي ولو قليلاً جَلْسَتَك بين يَدَي الله، مُناجياً إيّاه، في الوقت الأَحبِّ إليه وفي المكان الأكثر قدسيّةً على الأرض[١]».

الشخصيّة الأصلية للقصة تتجول بين المذاهب الفكرية والتجارب الروحية المختلفة بحثاً عن حقيقة مطلقة. إن إيجاد إجابة لسؤال لماذا نعيش هو من اهتمامات الباحثين عن الحقيقة. حقيقة ثابتة لا تتغير ولا تتشوه، تتجاوز الزمان والمكان، حقيقة تشمل الكون كله وتعتبر لغزاً عظيماً بسبب خفائها. يسافر طالب الحقيقة في رحلة محفوفة بالمخاطر بحثاً عن إجابات لأسئلته، ولا يتردد في مواجهة الصعاب والتحديات. بل يستمتع باكتشاف الحقيقة ومعرفة أسرار الوجود. لكنه في النهاية يدرك أنه لا توجد إجابة قاطعة ومطلقة لأسئلة الوجود الإنساني. ومع ذلك، يجد مخرجاً من هذا الفراغ: حواراً حميماً مع الله في مكان مقدس. هذا الحل يجسد نوعاً من الإيمان الوجوديّ. في هذا النوع من الإيمان، يتواصل الفرد مباشرة مع الله بدلاً من الاعتماد على العقائد الدينية والفلسفية، ويجد معنى حياته وذاته من خلال هذا التواصل.

وفي الجدول التالي، قامت الدراسة بمقارنة مفاهيم علم النفس الوجوديّ وكيفية مواجهة مالك وإستراتيجياته.

جدول: مفاهيم علم النفس الوجوديّ وكيفية مواجهة مالك

مفهوم علم النفس الوجوديّ	شرح المفهوم	كيفية مواجهة مالك	استراتيجيات مالك
الموت	الموت حقيقة لا مفرّ منها ومصدر للقلق الوجوديّ.	مالك يواجه موت ريم (حبيبته) ويشعر بالعبثية وانعدام المعنى.	البحث عن معنى في الحياة من خلال التجارب الروحية والسفر (مثل ممارسة اليوغا).
الحرية	الإنسان حرّ ولكن عليه تحمل مسؤولية خياراته	مالك يبتعد عن معتقداته التقليدية	قبول مسؤولية خياراته والبحث عن معنى

[١]. **المصدر نفسه**، ص ٤١٧.

والمسؤولية	وأفعاله.	ويتخذ خيارات جديدة (مثل التوقف عن الصلاة).	شخصي في الحياة.
العزلة	الشعور بالانفصال عن الذات والآخرين والعالم.	مالك يشعر بعزلة عميقة بعد موت ريم ويبتعد عن الآخرين.	محاولة إقامة علاقات جديدة والبحث عن معنى في التواصل مع الآخرين.
العبثية وانعدام المعنى	البحث عن معنى في عالم يبدو بلا معنى.	مالك يشعر بالعبثية بعد تجارب الفشل (مثل فقدان العمل والدراسة).	البحث عن معنى في الأديان والفلسفات المختلفة (مثل دراسة النصوص الفقهية والصوفية).
القلق الوجوديّ	القلق الناتج عن مواجهة الحقائق الوجوديّة مثل الموت، الحرية، العزلة، والعبثية.	مالك يواجه قلقاً وجودياً ناتجاً عن موت ريم وعبثية الحياة.	البحث عن السلام من خلال التجارب الروحية (مثل التأمل والعبادة في مكة).

يوضح الجدول المقارن كيف تعامل مالك، كفرد يعاني من أزمات وجودية، مع مفاهيم علم النفس الوجوديّ. يستخدم إستراتيجيات مثل البحث عن المعنى، وتحمل المسؤولية، والتجارب الروحية للتغلب على هذه التحديات. هذه العملية لا تساعده فقط على التغلب على الأزمات الوجوديّة، بل تقوده أيضاً نحو حياة أصيلة وذات معنى.

النتيجة

تُظهر نتائج هذه الدراسة أن:

– بطل القصة يسعى للتحرر من القيود الدينية والاجتماعية بحثاً عن الحرية الوجوديّة. ومع ذلك، هذه الحرية لا تؤدي إلى التحرر فحسب، بل تضعه أمام مسؤوليات اختياراته الحرة، مما يدفعه إلى أزمات نفسية وقلق عميق. هذه المسؤوليات تُثقل كاهله وتشعره بعدم الاستقرار النفسي وزيادة الشكوك.

– يعاني مالك من وحدة أعمق من العزلة الاجتماعية، مما يقوده إلى إدراك أن لا أحد يستطيع فهم تجربته الداخلية بالكامل. هذا الشعور بالانفصال الجوهري عن الآخرين، وحتى عن نفسه، يتجلى كاغتراب عن المجتمع والدين والعلاقات الإنسانية، مما يعزز من عزلته النفسية والروحية.

– وفاة ريم تجبر مالك على مواجهة حتمية مع حقيقة الموت وعدم استقرار الحياة. هذه التجربة تزيد من قلقه الوجوديّ وتبرز تساؤلات أساسية حول المعنى والقيم وعبثية الحياة. الموت يعمل كمرآة تعكس له هشاشة الحياة وعدم استقرارها.

– الشخصيّة الرئيسة تصل في النهاية إلى قناعة بعدم وجود معنى مطلق ومحدد مسبقاً للحياة. تتقبل العبث كجزء من الحياة، ويقودها هذا التقبل إلى نوع من الإيمان الوجوديّ؛ علاقة شخصيّة ومباشرة مع الله تتجاوز الأطر التقليدية. هذا النهج يتيح لها قبول التناقضات والمعاناة الوجوديّة كحقائق إنسانية، ومن خلال هذه العملية، تخلق معناها الخاص للحياة.

– البحث المستمر لمالك عن معنى الحياة، من منظور الوجوديّة، يعكس صحته النفسية. هذا يُظهر أنه بدلاً من إنكار أو الهروب من الأسئلة الوجوديّة، يواجهها بفعالية ويسعى للإجابة عليها.

في النهاية، يُقترح أنه بالنظر إلى عمق وابتكار نظرية علم النفس الوجوديّ في استكشاف أعماق الروح الإنسانية، يجب أخذ الأعمال والإشارات الموجودة في النصوص العربية القديمة بعين الاعتبار. هذا النهج، بتجاوزه حدود الزمان والمكان، يعالج القضايا الأساسية للنفس البشرية، ويمكن أن يُستخدم كأداة قيمة لفهم وحل تحديات النفس البشرية في العصر الحديث.

قائمة المصادر والمراجع

أولا: المصادر العربيّة

أ. الكتب

١. غلوش، مصطفى، **الوجودية في الميزان**؛ العدد الرابع، القاهرة: وزارة الأوقاف، المجلس الأعلى للشؤون الإسلامية، ١٩٨٥م.
٢. حمدى، خولة، **أرني أنظر إليک**؛ القاهرة: كيان للنشر والتوزيع، ٢٠٢٠م.
٣. القيومي، محمد ابراهيم، **الوجودية فلسفة الوهم الانساني**؛ القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٨٣م.
٤. ماي، رولو / إرفين يالوم، **مدخل إلى العلاج النفسي الوجوديّ**؛ ترجمة: عادل مصطفى، الطبعة الرابعة، القاهرة: رؤية للنشر والتوزيع، ٢٠١٥م.

ثانياً: المصادر الفارسية

أ. الكتب

٥. باتيانى، الكساندر / پنينيت روسو نتزر، **معنا از ديدگاه روان‌شناسى مثبت نگر و روان‌شناسى اگزيستانسيال**؛ ترجمه: سيد پيمان رحيمى‌نژاد و فايزه پرداختى، چاپ سوم، تهران: روان شناسى و هنر، ١٤٠٣ه.ش.
٦. غياثى كرمانى، سيد محمدرضا، **اگزيستانسياليسم، فلسفه عصيان و شورش**؛ قم: مؤلف، ١٣٧٥ه.ش.
٧. كالينز، جف / هاوارد سلينا، **قدم اول: هايدگر**؛ ترجمه: صالح نجفى، تهران: پرديس دانش، ١٣٨٥ه.ش.
٨. مى، رولو، **انسان در جستجوى خويشتن**؛ ترجمه: سيد مهدى ثريا، چاپ سوم، تهران: دانژه، ١٣٩٢ه.ش.
٩. ياسپرس، كارل، **اسپينوزا**؛ ترجمه: محمد حسن لطفى، چاپ ٧، تهران: طرح نو، ١٤٠٢ه.ش.
١٠. يالوم، اروين، **روان درمانى اگزيستانسيال**؛ ترجمه سپيده حبيب، تهران: نشر نى، ١٣٨٩ه.ش/الف.

١١. _____،**خيره به خورشيد، غلبه بر هراس از مرگ**؛ ترجمه: مهدی غبرایی، چاپ دوم، مشهد: نیکو نشر، ١٣٨٩ه.ش/ب.

١٢. _____ ، **موهبت روان‌درمانگری (نامه سرگشاده‌ای به نسل امروز روان‌درمانگران و بیماران آن‌ها)**؛ ترجمه: مهشید یاسایی، چاپ هشتم، تهران: ققنوس، ١٤٠٢ه.ش.

١٣. _____ ، **درمان شوپنهاور**؛ ترجمه: سپیده حبیب، چاپ سی و دوم، تهران: قطره، ١٤٠٣ه.ش.

١٤. _____ ، **موهبت درمان**؛ ترجمه: کیومرث پارسای، تهران: جامی، ١٣٩٤ه.ش.

١٥. یالوم، اروین دی / مریلین یالوم، **مسئله مرگ و زندگی؛ عشق، فراق و آنچه در پایان عمر اهمیت دارد**؛ ترجمه: مهدی عزیزی، چاپ دوم، تهران: دنگ، ١٤٠١ه.ش.

ب. المجلّات

١٦. چالسری، آرزو/ علی اسودی/ طیبه آخوندی/ محمدرضا خضری، «استعاره مفهومی در خوانش اگزیستانسیالیستی مفاهیم آزادی و مرگ در اشعار خلیل حاوی». **ادب عربی**،١٤٠٢ه.ش، ١٥(٣)،صص ٨١-٩٧.

ج. المواقع الإلكترونية

١٧. ایران کتاب، «خوله حمدی»، **موقع ایران کتاب**، https://www.iranketab.ir/profile/22298-khawla-hamdi، تاريخ ١٤٠٤/٠٤/٢٠ه.ش الموافق ٢٠٢٥/٠٧/١١م.

ثالثاً: المصادر الإنجليزيّة:

أ. الكتب

18. Allan, Leslie , The Problem of evil, **Rational Realm,** 28 july 2015 AD. [In Persian].

19. Craig, Erik, **Remembering Medard boss. The Humanistic Psychologist**, American Psychological Association,1993 AD. [In Persian].

20. Kelland, Mark, **Rollo May and existential psychology**, openstax, cnx,2020 AD. [In Persian].

21. May, R, **Existence: A New Dimension in Psychiatry and Psychology**, United States: Basic Books,1958 AD. [In Persian].

22. Sartre, Jean-Paul, **being and nothingness**, translation to English: Hazel E. Barnes,1956 AD. [In Persian].

23. Wadlington, Will,**Otto Rank 1884-1939**, Penn State University, University Park, PA, USA.,2011 AD. [In Persian].

24. Yalom, I, **Existential Psychotherapy**, United States: Basic Books,1980 AD. [In Persian].

دراسات في اللغة العربية وآدابها
(مجلة دوليّة محكّمة)

تحليل رمان " أرني أنظر إليك " اثر خولة حمدى بر مبناى نظريه روان‌شناسى اگزيستانسيال اروين يالوم

ليلا صادقى نقدعلى *؛ نرگس انصارى **؛ عبدالعلى آل‌بويه لنگرودى *** ؛ مصطفى پارسايى‌پور ****

مقاله علمى-پژوهشى صص ٣٣٦- ٢٩٩ DOI: 10.22075/lasem.2025.36787.1465

چكيده:

در سال‌هاى اخير، رويكرد اگزيستانسيال در روان‌شناسى به يكى از رويكردهاى برجسته و مورد توجه تبديل شده است كه نه‌تنها در عرصه‌هاى روان‌شناختى، بلكه در مطالعات ميان‌رشته‌اى به‌ويژه در حوزه ادبيات جايگاه ويژه‌اى يافته است. اين رويكرد به بررسى عميق‌تر مفاهيم بنيادين زندگى انسان پرداخته و بر ضرورت يافتن معنا و مواجهه آگاهانه با چالش‌هاى وجودى تأكيد مى‌كند. مسائلى چون مرگ، آزادى، مسئوليت، پوچى و معنا محورهاى اصلى روان‌شناسى اگزيستانسيال هستند و نحوه مواجهه انسان با اين بحران‌ها را تعيين‌كننده كيفيت زندگى روانى او مى‌داند. در اين رويكرد، شخصيت‌هاى داستانى نه صرفاً بازتابى از وقايع بيرونى، بلكه نمودى از دغدغه‌هاى وجودى و تلاش براى معنا بخشيدن به زندگى در جهانى مملو از چالش‌هاى بنيادين به تصوير كشيده مى‌شوند. پژوهش حاضر با بهره‌گيرى از روش توصيفى-تحليلى، مفاهيم بنيادين روان‌شناسى اگزيستانسيال را به‌عنوان محورى براى تحليل شخصيت «مالک» در رمان "أرني أنظر إليك" اثر خولة حمدى مورد بررسى قرار داده است. يافته‌هاى پژوهش حاكى از آنست كه مالک پس از جستجويى طولانى به اين نتيجه مى‌رسد كه معناى زندگى يک امر ثابت و از پيش تعيين شده نيست و پوچى بخشى جدايى‌ناپذير از آن است. او با پذيرش اين واقعيت، به نوعى ايمان شخصى و مستقيم به خدا دست مى‌يابد كه فراتر از باورهاى سنتى است. آگاهى مالک از جدايى بنيادى از ديگران و حتى از خودش، به‌صورت بيگانگى از جامعه، دين و روابط انسانى نمود پيدا مى‌كند و اين امر انزواى روانى و روحى او را تشديد مى‌نمايد. با پذيرش رنج‌ها و تناقضات زندگى، مالک به جاى فرار از آن‌ها، به دنبال خلق معناى شخصى براى خود مى‌گردد. از نظر اگزيستانسيال، اين جستجو نشان‌دهنده سلامت روانى اوست؛ چرا كه به جاى انكار يا فرار از پرسش‌هاى وجودى، به طور فعال به دنبال پاسخ آن‌هاست.

كليدواژه‌ها: روان‌شناسى اگزيستانسيال، دلواپسى‌هاى غايى، معناى زندگى، اروين يالوم، رمان "أرني أنظر إليك".

---

* – دانشجوى دكترى زبان وادبيات عربى دانشگاه بين‌المللى امام خمينى(ره)،قزوين،ايران. (نويسنده مسؤول) l_sadeghi64@yahoo.com

** – دانشيار گروه زبان و ادبيات عربى دانشگاه بين‌المللى امام خمينى (ره)، قزوين، ايران.

*** – استاد گروه زبان و ادبيات عربى دانشگاه بين‌المللى امام خمينى (ره)، قزوين، ايران.

**** – استاديار گروه زبان و ادبيات عربى دانشگاه بين‌المللى امام خمينى (ره)، قزوين، ايران.

تاريخ دريافت: ١٤٠٣/١١/١٥ هـ.ش= ٢٠٢٥/٠٢/٠٣م- تاريخ پذيرش: ١٤٠٤/٠٥/٢٢هـ.ش= ٢٠٢٥/٠٨/١٣م.