

الفصل الثالث والثمانون

كفى عيوباً متعبة

غريب أمر الكمال، فمن سخریات الحياة أن
الكمال، الذي نسعى إليه جميعاً، يُفضّل أن
يبقى مستحيل المنال.

سومرست موم

إذا أردت استكمال وضعك الحاضر، عليك عدم إغفال جسدك أيضاً. الجسم الكامل ليس سليماً ولاثقاً وحسب، بل هو يعكس شخصيتك أيضاً. فالجسم والعقل يشكّلان وحدة واحدة. هل يزعجك شيء ما في جسمك؟ إذا، اهتمّ بالأمر. إذ إن هذا النقص يكلفك طاقةً ويمنعك من أن تجعل من نفسك أفضل شيءٍ ممكن. إن شعورك بأنك على ما يرام جسدياً ينعكس نحو الخارج أيضاً، ولكن هذا لا يعني أن يكون جسمك كجسم عارض أو عارضة الأزياء. فعارضات الأزياء لسن كاملات، وصورهن التي نراها يومياً هي صور منمّقة ومعالجة، حتى بطن سيندي كروفورد يُعالج في كل مرة.

جسمك مرآة شخصيتك. إن كنت غير راضٍ عن جزءٍ معين من جسمك، فهذا يعيق تعاملك مع الآخرين. كان أحد أسناني الأمامية متموّتاً منذ أيام المدرسة، ولذلك بهت لونه بمرور السنين. طبيعياً أن أحداً لم يكن ينتبه إليه، ومع ذلك كنت أخجل به. إنه مثال جليّ على عيب مزعج، فقد كان السنّ يكلفني طاقةً بغير موجب، ويحول دون إعطائي أفضل ما عندي. لم أعد أجروّ على الابتسام إطلاقاً. إلى أن راجعتُ أخيراً طبيب الأسنان الذي لبس لي هذا السن. واليوم لم أعد أشغل فكري في ذلك أبداً، وبإمكاني التركيز على حلقاتي الدراسية.

إذا كان لديك عيب مشابه، قم بإصلاحه، استأصل الوحمة المزعجة، الأمر

يستحق. أما إذا كانت الوحمة لا تشكّل لك أيّ مشكلة، فدعها على حالها. وإذا كان لديك 25 كغ وزناً زائداً، وتشعر أنك على ما يرام، فلا بأس في ذلك. لا يغدو الوضع إشكالياً إلاّ عندما يعرقل العيب تعاطينا مع الغير، ولكن هذا لا يعني، سيدتي، تكبير صدرك أو تصغير أنفك الكبير. حسبك أن تتذكّري باربرا سترايساند. فهي في منتهى الجاذبية، على الرغم من كبر أنفها. ركّزي على الأمور التي تزعجك فعلاً، ويمكنك أن تفعلي شيئاً لمواجهةها. اشترى لنفسك نظارات جميلة أو عدساتٍ لاصقة، انزعي الشعر المزعج، فهذا يزيد من ثقتك بنفسك ومن جاذبيتك للعالم وللنجاح.

