نصيـــــن
مقسومـــــــــة

اسم الكتاب: مقسومة نصين

تأليف: مروة أسعد عمر

تدقيق لغوي: يوسف محمد حسين.- هاجر علي

تصميم الغلاف: ضياء إبراهيم

تنسيق داخلي: أسماء عطا

رقم الإيداع: ٢٠٢١/٢٢٨٥

الترقيم الدولي: ٦-١٠٦-٨٤٤-٩٧٧-٩٧٨

جميع الحقوق محفوظة للناشر

وأي اقتباس أو تقليد، أو إعادة طبع أو نشر دون موافقة كتابية يعرض صاحبه للمساءلة القانونية والآراء والمادة الواردة

وحقوق الملكية الفكرية بالكتاب خاصة بالكاتب فقط لا غير.

E.mail:EBHARPUPLISHING@GMAIL.COM

MOBILE: 01060267401

مروة أسعد عمر

نصيـــــن مقسومـــــــة

إبهار
للنشر والتوزيع

ما في الحياة من خير أو شرّ إنما هو أثر لما
يقع بين عوامل الحياة والنفس الإنسانية
من تفاعل

محمد حسين هيكل

إهداء خاص

إهداء لمن كان الحافز والدافع لظهور
هذا الكتاب للنور...
إلى الشعاع الذي نفذ إلى قلبي فأبصرت
النور...
إلى المهندس المغفور له بإذن الله/
ياسر عبد المنعم إسماعيل
أهدي لروحك الطاهرة النقية المُحبة هذا
الكتاب..

إهداء

«إلى الباحثين عن مَنْ يفكّ بعض طلاسم النفس البشرية أهدي إليكم كلماتي... مشاعري... أحاسيسي لعلها نقطة في محيط، ولكن من النقطة يتكون المحيط»

مروة أسعد عمر

المقدمة

النفس البشرية هي ما خلقها الله وأودع سرّها بنا، وتارة نرفع من شأنها، وتارة أخرى ننزل بها لأسفل سافلين، بدون وعي منا، أو بوعي وإرادة تامة لاتباع صوت الشيطان داخل النفس.

النفس دهاليز من الأسرار لا يعلم مستقرها ومستودعها إلا الله، وما نحيط به هو الظاهر لنا من سلوك ظاهري، قد يشقينا وقد يسعدنا، إلا أنه يظل سرها الكامن مع الله وحده، وجزء من السرّ مع الشخص ذاته.

البعض يشقينا بآلامه وجروحه النفسية عندما نقترب منه، والبعض الآخر واحة من الأمان والاطمئنان لنفوسنا، وإن كان هو ذات نفسه مجروح، فلا نعلم على وجه التحديد والدقة ما يجعل الإنسان يعطي بسخاء، وما يجعل الآخر يجرح بسخاء أيضًا، كل ما نعلمه أن السعادة والشقاء إنسان، ونظل بين دائرة الملائكية والشيطانية إلى أن تقوم الساعة ثم يحكم بيننا أعدل وأحكم الحاكمين.

وما سردته في هذا الكتاب ما هي إلا مقتطفات وأوراق تلخص نفوس بشرية تعيش معنا وبيننا.

وربما لن نفطن لذلك سوى ونحن نقرأ سطورها وآلامنا بين ثنايا هذا الكتاب.

ولا أستطيع أن أدين النفس البشرية بشكل كامل ولا إبراءها من كل ذنب تقترفه، فلست بصدد الأحكام النهائية القاطعة، ولكني وددت لو استطعت أن أضيف أى إضافة داخل هذا العالم الزاخر الذي لا ينضب معينة إلى قيام الساعة، فقد أورث الله الإنسان الأرض، وهو يعلم إلى ما ستؤول إليه نفسه ومصيره، وما سطرته في هذا الكتاب ما هو

إلا سطور من أوراق حياتي وحياة آخرون، وقد تجدون أنفسكم بين سطورهم وقد لا تجدون، فحتى أحاسيس ومشاعر البشر تختلف باختلاف وجدانهم وفلسفتهم في الحياة.

فلنبدأ الرحلة بسبر أغوار النفس البشرية من خلال عدة مقالات تكشف الحيل النفسية والدفاعية والسمات النفسية لبشر يعيشون معنا على نفس الأرض، فقد تجد نفسك أحد هؤلاء أو قد تجد حولك أحد أنماط هؤلاء.

فهيا بنا نبحر في نفوس البشر حتى يتسنى لنا الإبحار للوصول إلى ميناء وشاطئ ومرفأ أمان.

مروة أسعد عمر

(١) أول قطفة

دائمًا أوائل الأشياء والمشاعر تحمل لنا طعم ونكهة لا يمكن أن تتكرر رغم تعدد وتكرار الخبرات والتجارب.

فأول شعور هو إحساس يُولد حتى وإن كان شعورك به غير مكتمل بحكم صغر السن، أو نقص الخبرة، إلا أنه يظل تاركًا أثرًا داخلك، وهذا الأثر يؤثر على شعورك ومشاعرك تجاه الشيء بشكل عام.

بمعنى أنه إن كان أول حب صادقًا وعميقًا وحمل لك السعادة ستظل صورة الحب راسخة داخلك في هذا التصور والشعور، وستجد صعوبة في أن ترى الحب بصورة أخرى غير ذلك.

أما إن كان أول حب لك عبارة عن ألم وخذلان وعذاب وهجر فستظل ترى الحب داخل هذا التصور والإطار، ومن الصعوبة أن ترى صورة وتصور آخر للحب، وعند مواجهة أول ألم في حياتنا نظل نعتقد أننا خلقنا لتلقي الألم ثم لا نلبث أن نكتشف أن الألم جزء من الحياة ولكنه ليس كل الحياة، وأول لقاء لنا مع من نحب يظل ملازمًا لنا بتفاصيله وإحساسه من حيث مشاعر القلق والتوتر والارتباك إلا أنه يظل من أصدق اللقاءات؛ لأن تلك العلاقة لم تطلها الشوائب بعد، وكذلك أول مولود لنا عندما نحمله بين أيدينا، ونستشعر وجود امتداد لنا؛ حيث يشعرنا ببقائنا وخلودنا في كيان آخر.

جميع الأحاسيس والمشاعر الأولى يظل لها طعم ونكهة مختلفة نبحث عنها في تجاربنا السلبية أو الإيجابية؛ لأن الإحساس الأول يظل منطبعًا في الذاكرة؛ متأهبين أن يظهر لنا في كل لقطة من تجاربنا، ولكن

الحيـاة ليسـت دائمًـا تكـرر لقطاتهـا ومشـاهدها مـرة أخـرى في تجاربنـا التاليـة: سـواء إن كانـت تجـارب سـلبية أم إيجابيـة؛ لأن التجـارب الإيجابيـة: تتواجـد لـكي تمدنـا بمتعة الحيـاة أما السـلبية تتواجد كي تمدنـا بخبرة تنقصنا سـواء عـن أنفسـنا أو عـن الأسـلوب الأمثـل في تعاملاتنـا مـع الآخريـن.

فـكل شـعور وإحسـاس مـرّ بـك هـو رسـالة لـك وحتـى إن تكرر فسـيأتي بخـبرة وشـعور مختلـف عـن السـابق؛ لأن أول شـعور يمثـل لحظـة .. لا ولن تتكرر .

(٢) سرّ الأنوثة

كل فتاة وامرأة سواء إن كانت شابة أم ناضجة يشغلها اكتشاف سرّ الأنوثة، فترى منهم من تعتقد أن الأنوثة في اللفتة والحركة والمشية المتغنجة، ومنهم من ترى الأنوثة في الكشف أكثر من الستر، فتتفنن في ارتداء ما يبرز الملامح الأنثوية في جسدها لمحاولة لفت النظر لتفاصيلها الأنثوية التى تمتلكها، ومنهم من ترى إن الأنوثة في ستر جسدها، حيث ترى أن الإثارة تتمثل في اللامكشوف أكثر من المكشوف للعين، فاللامكشوف قد يثير الفضول والحيرة والرغبة في اكتشافه، وتراها تلعب على ذاك الوتر للرجال، سواء بوعى منها أو بدون وعي، وهناك من ترى الأنوثة في وضع مساحيق التجميل، فتتفنن في إبراز ملامح وجهها أو إخفائها إذا اقتضى الأمر!

والنساء كلهن تردن أن تكتشفن سرّ الأنوثة الذي لا يذبل، فهل فعلًا الأنوثة سر؟ وهل كل فتاة وامرأة تمتلك الأنوثة؟ وهل الأنوثة فطرة أم سلوك وطبع مكتسب؟

كلها أسئلة محيرة، ولكن مما لا شك فيه، أن كل امرأة تمتلك جزء من الأنوثة يخصها وحدها.

وهناك نساء خلقن للأنوثة، والأنوثة خلقت لهن تحديدًا، وهؤلاء جمعن ملامح كل النساء في امرأة واحدة!

وذلك ليس بشيء قد اكتسبنه، بل هو شيء خلق في چيناتهن وتفاصيلهن الأنثوية فتراها جمعت بين الهدوء والصخب، والحياء والجرأة، والعقل والجنون، والانفعال والحكمة، والحنان والقسوة، والعتاب والصمت،والبهجة والشجن، والحياة والسكون، والليل والنهار، والصيف والشتاء.. فتجد بها كل نساء الأرض

مجتمعين في امرأة واحدة، هؤلاء النساء جزء من الجنة، فهن جمعن الضدين وحياتين في حياة واحدة، ومئة وجه في وجه!

إن المرأة جزء من الجنة على الأرض، ولا نبالغ إن قلنا أن ثلاث أرباع الجمال في الأرض تمتلكه النساء، فهن الأوطان والعنوان والسكن والسكينة، وبدونهم تتحول الحياة للوحة صماء.. جامدة.. خالية من الألوان والتفاصيل والملامح.

والأنوثة إحدى أسرار الكون، ولكن يظل سر وسحر الأنوثة الكامل مع قلة نادرة من النساء، يمتلكن عزف تلك النغمة بانفراد وتفرد وغموض وسحر لا ينتهي.

[٣] اللامنتمي

ما الذى يُفسد الفطرة التي خلقنا الله عليها؟

دائمًا ما نبحث عن الأمان والدفء في علاقاتنا مع الآخرين، إلا أننا قلما نجده، وإن وجدناه فقد ينسحب منا في أية لحظة!

فما الذى يشوه فطرة البشر ونقائها؟ وأين الحب والرحمة والتضحية وجميع القيم والمبادئ والأحاسيس التي تلاشت وخفتت داخلنا وبالتالى فقدناها على أرض الواقع؟!

أعتقد أن السرَّ يكمن في مفهوم الانتماء، فالانتماء لم يعد ذو قيمة داخلنا مثلما كان من قبل، ومعنى الانتماء: أن جزءًا مني ينتمي إلى ما أنتمي إليه.

وتعد أكبر صور وأشكال الانتماء، هو الانتماء للوطن، فهو الصورة الأولى التي ينمو من خلالها وجداننا ويتشكل بمعنى حروفه، فنرى البشر والعلاقات من خلاله، وكيف لا والوطن يحمل أسماءنا وسماءنا وأرضنا، إننا نشعر بمعنى الانتماء من خلال أوطاننا، وعندما يتبدد ويتشتت هذا الوطن أو معناه لدينا، يتبدد مفهوم الانتماء داخلنا، ونقتلع أولى جذوره وأعماقه.

وقد يتبدد هذا المفهوم بالظلم وعدم العدالة والديكتاتورية وكبت الحريات وسلب الحقوق وهضمها، والخوف من الوطن لا عليه.

كذلك عندما لا أجدُ الأمان به، والسكن ولا الشعور بالسكينة، وآكل ولا أشبع، وأنام ولا أستريح، وأظمأ لا أرتوي، وأنتظر الأمل فلا يأتي، إنها صور تقتل الانتماء في داخلنا.

ومن بداية هذه الدائرة تتشكل مزيد من دوائر اللا انتماء، وكذلك قد تتأثر دوائر أخرى من خلاله، حيث أنه بدون وعي منا ينتقل اللا انتماء إلى علاقاتنا بالأهل والأصدقاء والأقارب؛ حيث نشعر أننا غير مشبعين بدائرة ومنبع الانتماء الأساسي والأولي، وهو الدائرة الأم، فالوطن اللبنة الأولى التي نرتشف منها معنى الانتماء، وبالتالي نظل نخترق العلاقات والدوائر الأخرى فمن لا يجد في وطنه مكانًا له، فلن يجد في قلبه مكانًا لشخص يستوطنه، فكلاهما يشكلان دائرة انتماء.

ثم نأتي إلى دائرة أزواجنا وأبنائنا، فنشعر أنهم جزء من تلك المنظومة، ويشكلون قيدًا علينا وأسرًا لنا، فنضعهم في دائرة اللا انتماء الأولية، فالوطن هو البذرة واللبنة الأولى لتشكيل أعلى وأسمى مراتب الانتماء.

إن الغرب يعي تمامًا أبعاد الدائرة، وما ستؤول إليه، وكيف يفكك عناصر الانتماء من جذورها، فلا يبقى إلا مشاعر الوحشة والغربة واللا انتماء.

إن سياسة اللا انتماء تنبع من سياسة أنا ومن بعدى الطوفان، فإذا كنتُ لا أنتمى فكيف سأعطى وأهب؟ ولمن أعطي؟ ولماذا أعطي؟ ولكن لكي أحقق معادلة اللا انتماء لابد أن أسلب منك حقوقك المادية والمعنوية، وسلب الحقوق المادية يتشكل عندما أجعلك دائم اللهاث بين ما ترغبه وما تمتلكه بالفعل، وسلب الحقوق المعنوية يتشكل عندما أجعل منك آلة لا تدور إلا في فلك صانعها.

إن فكرة سلب مفهوم الانتماء، هي فكرة مدبرة وليست عبثية، والبشر يظلون يلهثون ولا يفطنون إلا لما تحت أرجلهم، وكيف لا والأرض من تحت أقدامهم تهتزّ.

إن الدول والبشر لكي تتقدم، لابد أن تجعل الفرد يعي قيمة الانتماء، وليعى قيمة الانتماء، لابد أن يتواجد في بيئة آمنة مستقرة، تحقق له الحد المعقول من احتياجاته الإنسانية الطبيعية، فلا يمكن أن يصبح

الـزواج والإنجـاب رفاهيـة في ظـل ظـروف اقتصاديـة ضاغطـة، فكيـف أعطـي وأنـا لا أشـعر بالإشـباع الـذاتى.

وهو حق طبيعى ومشروع، وحق أولى وليس ثانوى.

إن البـشر الـلا منتميـين هـم أتعـس البـشر؛ حيـث يُسـلب منهـم جـزء مـن أنفسـهم يصعـب اسـترداده بعلاقـات أخـرى، فكيـف أعطـي وأنـا لا أشـعر بالإشـباع الـذاتي الـذى يحقـق لى أدنى متطلبـات الحيـاة الإنسـانية.

والبعـض يعتقـد أن الحاجـة إلى الانتـماء رفاهيـة، ولكنـى أرى أن أُولَى بـذور الحـب هـو الانتـماء، سـواء الانتـماء لوطـن أو لقلـب!

الـلا منتمـى شـخص فقـدَ جـزء منـه، وأصبـح مـا يشـغله هـو اسـترداده، ونـسي وتنـاسى معـه غايتـه الأساسـية في البنـاء والعطـاء.

فالـلا انتـماء هـي سياسـة التعسـاء وفاقـدى الأمـل والرحمـة والحـب، فكيـف ننتمـى لأوطان هجرتنـا وسربتنـا كالطيـور المهاجـرة وأسراب الحمام الزاجـل!!

[٤] عفوًا لقد نفد رصيدكم

فى العلاقات الإنسانية لا يصلح ادخار اللحظات.. المواقف.. المشاعر، وكذلك الصلح بين الأفراد، فما يستنفد في صدّ وصدع وخسة ونذالة وهجر، لا يمكن أن ينمحى من الذاكرة، وإن انمحى ظاهريًا سيعاود الظهور مع أول ألم وموقف مشابه!

يا ليت البشر يدركون ذلك جيدًا قبل اتخاذ مواقف ظالمة ومعادية، فما ينكسر في العلاقات لا يُرمم، ويعتقد بعض البشر واهمين أن اتخاذ موقف قاس أو عدواني لا يستلزم إلا التراجع عنه وقتما شاء.. كيفما شاء، وأنه سيجدك دائمًا تمدّ إليه ذراعيك بكل التقبل والود والحبّ، وذلك بعيد عن المنطق والطبيعة البشرية، التي تتعامل طبقًا لاحتياجاتها ورصيدك الإنسانى لديها، وبالتالي ففى أفضل المواقف وأنبلها لدى المتضرر، فإنه قد يسامح الشخص الذى أذاه ولكنه لا ينسى، فالألم يعتصر النفس والجسد، وإحساس القهر والظلم لا ينمحى من القلب والذاكرة.

فقبل أن تتخذ موقف إيذاء وصد وصدع وهجر، فاعلمْ أنه وإن كان موقف مؤقت لك، فقد يصبح موقف دائم فيما بعد لدى الشخص الآخر، إن استنفدت منه كل رصيدك لديه، واعلمْ أن الشخص الذى يتحمل الهجر والأذى النفسى، عندما يرحل لا يعود، وإن عاد لا يرجع كما سبق وعاهدته.

فالنفـوس البشريـة كالزجـاج، يسـهل كسرهـا، ويصعـب إصلاحهـا.. حتى إن أصلحـت تظـل علامـات الـشروخ في ثناياهـا.

[٥] الإبداع والخوف

أتذكر في طفولتي أنني كنت أهوى قراءة الشعر وكتابته، وأجد بين جنبات الحروف متنفس لطاقات خلاقة تود التحرر، فكان يستهوينى أن أكتب الشعر بين صفحات دفترى، ولكنى كنت أهاب أن يقرأه المقربون، ومن ثَمّ ينهالون علىّ بالأسئلة وربما التوبيخ على ما أقوم به من ضمّ ورصّ كلماتى بلا قيود ولا حدود، فكنت أتخوف من نوعية أسئلة، لمن هذا؟ ولماذا هذه المفردات؟ ولا ينبغي ولا يصح أن تكتبى ذلك، وغيرها من الكلمات الكفيلة بإفساد فرحتى بما أكتب وما يختلج صدرى من مشاعر وانفعالات تود التحرر على الورق. ربما كأضعف الإيمان!

فكنت دومًا أهرب من ملاحقتى بتلك الأسئلة، بأن أنتزع الأوراق وأمزقها قبل أن يراها الآخرون ويوبخوننى.

نعم كنت أنتزعها كإجهاض الجنين من أحشاء أمه قبل اكتماله! ويا له من شعور بأن تشعر: أنه ما تعبت لأجله سقط منك في لحظة!

ولذلك ماتت الموهبة لدىّ قبل أن تولد!

وظللت على هذه الحال، أن أُحبُّ أشياءً كثيرة وتستهوينى، ولكنى خائفة من مواجهة الآخرين بما أُحبّ، بدءًا من شغفي بالشعر ومرورًا بحبى للتمثيل ثم إنه في خلال دراستى كان قد استهوانى قسم مختلف عما درست به ولكن كان أغلب الملتحقين به فتيان وليسوا فتيات، فابتعدت عنه بدعوى المقربين أنه لا يصلح لفتاة مثلي!

ولقد ندمت بعدها بأني لم أتشبث بحلمي وقتها، ولكنه لم يكن أول حلم يجهض بدون إرادتي، إذ أننى كنت دومًا أصطدم بالواقع وأتخوف

مـن نظـرات وتهكـمات الآخريـن، فأتقوقـع داخـل ذاتي، معلنـة عـن عـزف منفـرد، لا يسـمعه غـيري، حتـى لا أحاسـب عـلى مـا أحـب!

ولاشـك أن الإبـداع يتطلـب الشـجاعة والمواجهـة والتمسـك بـه، فلابـد أن يكـون المبـدع إنسـانًا شـجاعًا، لا يهـاب تعنـت الآخريـن ونظراتهـم إزاء إبداعـه، وإن انتقـده الآخـرون، فلابـد أن يصبـح ذلـك زاده ووقـوده، وأداة تحفيـز، لا أداة هـدم وابتعـاد عـما يبغـى، فهكـذا ينبغـي أن يكـون، ولكننـا وللأسـف، نـتربى منـذ الصغـر عـلى الخـوف مـن ظلنـا وظلالنـا، عـن طريـق إيهامنـا بـأن كل فعـل حـرام وعيـب ولا ينبغـى، فندفـن مواهب كثـيرة، ربما كانـت قـد أصبحـت ذات شـأن إن دعناهـا وشـأنها.

فـإن كنـت مبدعًـا حقًـا، فلابـد أن تعلـم أن للإبـداع شروط وثمـن، وإن توافـرت لديـك الـشروط، فالثمـن والضريبـة هـى الشـجاعة والمواجهـة والتشـبث بحلمـك وهدفـك مهـما كان الثمن، ففـي ذلك يكمـن سر الإبداع الأول.

[٦] الشخص النرجسي

في البداية دعونا نعرف من هو الشخص النرجسي حتى يتسنى لنا الإجابة عن باقي التساؤلات.

النرجسي هو المحب لذاته لدرجة الأنانية والتمركز حول الذات، والتعالي والغرور والشعور بالأهمية ومحاولة الكسب ولو على حساب الآخرين، وهذه الكلمة (النرجسية) نسبة إلى أسطورة يونانية ورد فيها: إن الشاب نركسوس كان آية في الجمال وقد عشق نفسه حتى الموت عندما رأى صورة وجهه في الماء!

لكن هل حقًا النرجسي عاشق لذاته أم أنه مفتقد الحب لذاته فيتمحور حولها ليقدسها غيره بقوة نرجسيته؟!

في البداية أعتقد أن هناك العديد من أنواع النرجسية.

فهناك النرجسي الذي نشأ وتربى على الأنا العليا، أي أن ذاته أولًا ثم الأخرين، فقد تعود أن يعطي ذاته الأولوية في الاهتمام، والأخذ من الغير، وأن يدور الكل في فلك رغباته واحتياجاته، وإن لم يجد تلك المعاملة انسحب وتقوقع على نفسه على أقل تقدير.

وهناك النرجسي العاشق لذاته ولكنه لا يجد العشق والحب الكافي من الآخرين فيمجد في ذاته، ويعلو بها أبعد من حدود قدراته ومؤهلاته، حتى تصبح عنصر جذب للآخرين، مثلما يعتقد ذلك في نفسه، وهذا النوع من الشخصيات النرجسية غالبًا لم يجد الدعم والمساندة في صغره، وكذلك لم يحصل عليه بالقدر الذى يبتغيه في كبره، فيظل يبحث عنه ويصنعه بالنرجسية الزائفة، التي لا تعبر سوى عن

الخـواء النفـسى والروحـي، فهـو في حقيقـة الأمـر لا يعشـق ذاتـه إلا مـن خـلال عيـون الآخريـن.

أي أننـا إذ تطلعنـا إلى النرجـسى فسـنجد أنـه نتـاج كـثرة اهتـمام وتقدير، وكذلـك ربمـا نتـاج قلـة اهتـمام واحتـواء، فكثـيرًا مـا يخلـق الضـد نفـس المعنى!!

ولذلـك لا تحكـم عـلى شـخص مـن خـلال سـمة واحـدة، فهي قـد تكون غـير مكتملـة لـك مـن حيـث أسـباب نشـوءها لديـه، وبالتـالي ينتفـي لديك أسـلوب التعامـل الأمثـل عن طريـق تقييم نسـبتها والأمـل في درجة تغييرها ولـو نسـبيًا، وللأسـف كذلـك فإننـا إن نظرنـا لأنمـاط التربيـة في مجتمعاتنـا العربيـة فسـنجدها إمـا إلى أقـصى اليمـين، أو إلى أقـصى اليسـار، ونـادر مـن ينحـاز للمنطقة الوسـطى السـوية.

وبالتـالي الأحـكام والتقديـرات النفسـية للغـير تتطلـب القرب الشـديد أو التعامـل بكـثرة مع الشـخص حتـى تصبـح اسـتنتاجاتنا لتصرفات الأشـخاص الآخريـن وكذلـك تقديرنـا لمداهـا وأبعادهـا المسـتقبلية مبنيـة عـلى رؤيـة وتصـور واضـح وليـس مجـرد تكهنـات فليـس كل نرجـسي عاشـق لذاتـه بالفعـل، وليـس كل مـن ليـس بنرجـسى عاشـق ومحـب لغـيره.

فالأمـر يحتـاج لأكـثر مـن رؤيـة وتـروي منـا حتـى تكتمـل الصـورة بملامحهـا.

[٧] رؤية ضبابية

نحن لا نقتنع ولا نصدق الكلام إلا حينما نحسه ونستشعره، وأية كلمات وعبارات توجيه لنا خارج دائرة إحساسنا يظلّ بالنسبة إلينا مجرد كلام بلا معنى.. وليس له القدرة على التأثير في مشاعرنا.. الدليل على ذلك أننا لا ننفذ نصائح الغير رغم أنها كثيراً ما تكون عن خبرة ووعي ورؤية عقلانية يفتقدها الشخص المتواجد في قلب الحدث؛ لأنه ينظر للأمور في حينها من منظور عاطفي بحت مفتقراً للعقلانية كثيراً، وما يجعلنا حينها لا ننفذ النصائح أننا لا نحسّها ولا نشعرها؛ لأن الإحساس يأتي من الشعور، والشعور يأتي من اكتمال الخبرة والتجربة، وطالما التجربة لم تكتمل إلى النهاية فمعناه أننا لم نحسّها بشكل يتيح لنا تغيير فكرنا وبالتالي لا نصدق للأسف حتى ولو كانت الحقيقة واضحة وضوح الشمس، ولأن الوصول إلى مرحلة الشعور التام يتطلب منك أن تنزل إلى أعمق أعماق الأشياء والخبرات.

والعمق قد يعني الخطورة عليك ومع ذلك قد تنجو به، وإن كان هناك خطورة فستخرج منه صاحب ألم وخبرة.. والخبرة نتاج الألم والألم نتاج الخبرة.

وهناك نوعان من البشر متضادان في تفكيرهما نتاج شعورهما وأظن أن الفئة الأندر منهما هي من تكتفي بالنظر على الشاطئ وليس أبعد وأعمق أعماق الأشياء والعلاقات؛ فهولاء يخافون ويهابون المجازفة والمخاطرة، ويكون عقلهم وخوفهم المسيطران بشكل أكبر على سماتهم الشخصية والنفسية، بمعنى أنهم يكتفون بمعطيات العقل وليس شرطًا

بالنسبة إليهم أن يحسوا ويشعروا حتى يصدقوا النتائج أي يخوضون التجارب بعقلهم فقط، وربما أن هؤلاء جروحهم أقل ومشاعرهم أصلب لكن ذلك لا يمنع أن كثيراً ما يخونهم ويخذلهم عقلهم؛ لأن العقل يمدك بالمعطيات والقلب يمدّك بالإحساس.

والواقع أننا جميعًا نحتاج العقل والقلب وليس إعمالًا لشيء على حساب آخر؛ لأن من يستخدم العقل فقط يفتقد عنصر المجازفة والإحساس بمعنى وروح الحياة، ومن يستخدم القلب فقط كثيراً ما يجازف دون أن يخطط بما ستؤول إليه مجازفته في حالة إن خاب ظنه وإحساسه، وبالتالي فالتوازن مطلوب لكن للأسف عنصر التربية يلعب دورًا هامًا جدًا في تشكيل الشخصية وسماتها النفسية بإحدى النمطين.. رغم أن الله-سبحانه وتعالى- قد مدّنا بملكتيّ العقل والقلب لاستخدامهما كل في وقته وحينه، مما يعني أن العقل لا يلغي القلب و القلب لا يلغي العقل بل هما مكملان بعضهما البعض ومتلازمان.

[٨] تعلمت من الكيبورد

عندما أهمّ بالكتابة من خلال لوحة المفاتيح على الحاسب الشخصي الخاص بي فإنني كثيرًا ما أجد نفسي عند كتابة كلمة «أنت» أجد نفسي أكتب كلمة «أنا»... وغالبًا ما تحدث معي هذه الإشكالية دون العلم بالسبب بشكل قاطع... لكني بما أني أميل إلى التحليل النفسي والاقتراب من خلجات النفس وأسرارها، فإني أعتقد أن السائد في العقل الباطن لنا يكون هو المسيطر على أفكارنا.. وبما أن «الأنا» هي الغالبة والسائدة على كل شخص منا حيث أنها أول شيء تمدنا به «نفسنا».. فحاول أن تقوم باسترجاع «كتابة» لك سواء كانت رسالة أو مقالًا أو محادثة عبر شبكة الإنترنت.. وتمعن في مراجعة ما كتبته خطأ وأنت شارد الذهن فستفاجأ بمعان ومفردات داخلك ظهرت على السطح، وسترى أن جزءً كبيرًا من شخصيتك قد ظهر في المعاني الغائبة التي بدت فجأة بين سطور كتابتك.

فالعقل الباطن كجهاز الحاسوب تمامًا أي مخزن به ملفات كثيرًا ما تظهر في أوقات مفاجئة، ولو أن عقلك الواعي لم يكن مسيطرًا في اللحظة المناسبة فسيحدث خللًا في النتائج.

الخلاصة: أنك تستطيع أن تكتشف نفسك في ظل سرحانك وشرودك أكثر ما تكتشفها في لحظات الوعي والإدراك؛ لأن العقل الباطن مخزن ومستودع لكل أفكارنا ومشاعرنا وخبراتنا وحقيقة ذواتنا بلا تجميل ولا تزييف.

فالعقل الباطن جزء من العقل الواعي أو ربما أنه الجزء الأصدق والأدق والترمومتر بما يطفو على السطح.. فالعمق هو أصل الأشياء

والسطح ما هو إلا انعكاس له، والسطح قد يعكس صورة صادقة أو غير صادقة؛ لأن درجة الوعي تختلف من شخص إلى آخر وكذلك ما قد يمارسه الفرد منا من حيل نفسية دفاعية تجعل من الصعوبة كشف الصورة كاملة إلا لمن ينظر لعمق الأشياء لا لسطحها.. فانظر لذاتك من منظورين لا من منظور واحد قد تفاجأ وتكتشف أشياء تذهلك أنت شخصيًا .

[٩] قوة الضعف

انتشر مؤخرًا وبشدة مصطلح (Strong independent woman) أو بالمعنى الحرفي للكلمة (امرأة قوية مستقلة)، فهل بالفعل المرأة قوية من الداخل بكل تلك القوة التي تظهر بها؟ أم أن مقتضيات المعيشة والحياة وما وجدت نفسها مسؤولة عنه جعلت منها تلك المرأة؟

الحقيقة -بلا شك- أن العصر تغير والرجل تغير وبالتبعية تغيرت المرأة، ومن المعروف أن عند تغير نمط الحياة فمن يعاني أكثر هو العنصر الأضعف، سواء كان ضعف جسماني أو ضعف نفسي أو حتى ضعف مجتمعي، أي ناتج من الصورة والإطار الذى وضعه المجتمع لأفراده.

ولكن إن نظرنا لأمر ضعف المرأة جسمانيًا، فربما أن الرجل هو الأقوى جسديًا بحكم تكوينه الفسيولوچى، ولكن على مستوى الضعف النفسى أو السيكولوچى للمرأة هل تعتبر المرأة الأضعف كتكوين نفسى؟ الحقيقة لا أستطيع الإجابة على هذا السؤال دون وجود أدلة قاطعة ولكن سأحاول تحليل الأمر بشكل عام وأترك الإجابة لكم.

يختلف الرجل والمرأة في طريقة التعبير عن المشاعر وفى الطريقة التى يتعاملون بها مع معطيات الأمور والمشاكل، فنجد المرأة تعبر عن مشاعرها ولا تكبتها مثل الرجل، فالرجل يعتبر الشكوى تقليل منه، وأنه غير جدير بتحمل العبء والمسؤولية، أما المرأة فهي تعبر عن مشاعرها ومشاكلها بصوت عال مسموع وتعتبر ذلك لا ينتقص من أنوثتها، بل قد تجده يضيف لأنوثتها!

ولكن هل هناك علاقة بين التعبير عن المشاعر وطرق إدارة المشاعر بشكل عملي وفعلي على أرض الواقع؟ المقصد أن المرأة قد أدركت بمشاعر وفطرة الأنثى أن الرجل لم يعد كسابق عهده يستطيع تحمل المسؤولية وحده، سواء على المستوى المادي أو حتى المعنوي، وذلك راجع لظروف اقتصادية واجتماعية، فكل يصب على الآخر، وعندما تيقنت المرأة من ذلك، وأنه لن ينقذها سوى نفسها، أدارت ما شعرت به في سلوك مجسد على أرض الواقع، بأن استقوت، رغم أنها تعلم أنها تقوم بشيء عكس طبيعتها الأنثوية، ولكنها علمت أنها إن لم تفعل ذلك، لن تجد من يفعله نيابة عنها والرجل شعر بنية المرأة في تحمل جزء من العبء عنه، فسلم زمام الأمور لمن يستطيع إدارتها نيابة عنه، وهو متربع على عرشه اسمًا، لا فعلًا بحكم المجتمع.

وكل ذلك دفع المرأة إلى أن تشكو من انعدام رجولة الرجال كسابق عهدهم، وكذلك أصبح الرجال يشكون من أن النساء أصبحن يصارعونهم في الحياة المهنية والمعيشية بشكل عام.

مع أن سلوكيات المرأة ما هي إلا نتاج لتصرفات الرجل، وأكاد أجزم أن أغلب النساء يودون ترك حلبة الصراع تلك والتسليم لرجلها، ولكن أين هذا الرجل الذى يعتبر سند وعون وليس عبء على المرأة ؟!

الحقيقة أن المرأة مظلومة مهما بدا من وجود امتيازات وحقوق لها إلا أنها فقدت أهم ما يميزها، ألا وهو أنوثتها، فقوة المرأة ما هي إلا ضعف مستتر.

[١٠] زمّار الحي لا يطرب

تلك المقولة الشائعة ربما قد تكون صحيحة بالفعل.

فالقريب منا بشدة ربما لا نلتفت له، وننظر ونتطلع للأبعد، الذي لم تطأه أقدامنا ونظراتنا بعد، وربما يتشابه مع مقولة زمار الحي لا يطرب مقولة الممنوع مرغوب، فكلاهما ترميان وتوحيان بالفضول الإنساني، الذى يجعلنا نتطلع للمخبوء والمستور عنا.

انظر إلى ذاتك وفى محيطك، فسترى أنك تهرول إلى كل ما هو بعيد عنك، بدءًا من محلات الملابس المحيطة بك وتطلعك دائمًا للأبعد عنك، تصورًا منك أنها الأفضل، ومرورًا بمشاركة تفاصيل حياتك مع البعيدين قبل المقربين، فالمقربون قد يكونون مفضلين لدى الآخرين البعيدين، و البعيدون قد يكونون الأقرب لنا، وترى كذلك الزوج ينظر بانبهار لكل النساء إلا زوجته التى يراها في صورة أقل من باقى النساء!

وترى الأب والأم كذلك يرون أبناء الآخرين أكثر برًا من أبنائهم هم.

حيث أنهم لا يرون إلا ما يظهر لهم وأمامهم من بر وحنان ولا ينظرون بأعينهم لما هو أبعد من ذلك في أبناء الآخرين.

حتى موهبتك وتميزك، يراها المقربون شيء لا يستدعى ويسترعي الانتباه ولكن ربما يراها الآخرون البعيدون عنك عبقرية!

إن ما يجعلنا نرى الأشياء بتميز وانبهار هو درجة بعدها وليس قربها، فكل قريب منا نعتبره جزءًا من محيطنا فنفقد الإحساس به؛ لأنه متواجد حولنا دائمًا، أما البعيد فهو صعب المنال، فنجري ونلهث وراءه على أمل الظفر به.

وكذلك ما هو قريب منا.. ربما نرى بعض قصوره الذاتي البشري الطبيعي أما البعيد فلا نرى سوى بريقه، لا لحظات ضعفه وسقطاته، ربما تكون هذه بعض الأسباب وليست كلها، ولكن هل عرفتم الآن لما زمار الحي لا يطربكم؟!

[١١] ملامح غير مكتملة

كثيراً ما نتعرف على أشخاص ويتعرفون علينا.. وفي بداية التعارف بيننا نعطي أو نكوّن صورة خاطئة عن ذواتنا، ومن الوارد أن تكون تلك الصورة أبعد ما يكون عن ذاتنا الحقيقية فلماذا يحدث ذلك؟! وما هي أسبابه؟! وكيف نتجنبه؟! وكيف نكتشفه؟! وكيف نتعامل معه؟! سأحاول أن أوضح ما أقصده بشكل أكثر تفصيلًا:

دائمًا وأنت تتعامل مع البشر ستجد أناسًا تعطي صورة مثالية عن ذاتها وشخصيتها وهي أبعد ما تكون عن المثالية أو من الممكن أن تكون على النقيض من المثالية؛ بمعنى أنها تكون غير جديرة بالتعامل والتقرب منها.

فما اعتقادكم؟ ما هو الذي يجعل الشخص يعطي ويكوّن صورة وانطباعًا على غير حقيقته؟!

في البداية نتحدث عن نمطين يمثلان القاعدة الأساسية؛ النمط الأول: يكون شخصًا مخادعًا يريد أن يحصل على امتيازات من الشخص الذي يتعامل معه وهو يعرف ومتأكد أنه لن يصل لمصالحه وأهدافه إن أظهر شخصيته الفعلية والحقيقية وخاصة إن كان الطرف المقابل له على النقيض تمامًا، وعندها ليس أمامه حل إلا ادعائه المثالية المزيفة.. هذا الأمر وارد وكثيراً ما يحدث معنا وحولنا.. كذلك من الممكن أن يكون ذاك الشخص يتمنى أن يكون شخصًا مثاليًا بالفعل إلا أنه ليس لديه المقدرة على ذلك فيحاول أن يطمئن الشخص المقابل عن طريق ادعاء المثالية المزيفة بمعنى أنه وارد أن يكون هناك أكثر من سبب وتحليل للأمر مع أني أرجح أن السبب الأول هو الأقرب لنمط تلك الشخصيات..

أما النمط الثاني من القاعدة الأساسية التي قمت بذكرها والتي أعتبرها الأكثر غرابة والأشد ندرة هو: أن يكون هناك شخص شبه مثالي بالفعل لكنه يوصل للآخرين صورة مشوهة وغير معبرة عن ذاته الحقيقة.. ذلك النمط هو الغريب أو النادر رغم وجوده حولنا..

فما هو اعتقادكم عن ذلك الشيء أو الأمر الذي يجعل شخص مثالي يقدم صورة مشوهة عن ذاته؟! لأن الطبيعي أن الإنسان يعدل من صورته الذاتية حتى وإن كانت مشوهة وغير مقبولة لدى المجتمع، وذلك إن لم يكن لأجل الشخص ذاته فسيكون لأجل المجتمع الذي يتعامل معه، وحتى يتقبله ويتعامل معه.. أقصد أن الطبيعي تقديم صورة شبه متكاملة ومقبولة مجتمعيًا للغير؛ لأن حكم الغير علينا سيحدد لاحقًا أسلوب التعامل معنا في المحيط الذي نتعامل معه.. فلماذا يقدم هذا النمط تلك الصورة عن نفسه رغم أنه الأقرب للكمال.. وهل هو على دراية بما يفعله في ذاته؟!.. الحقيقة أعتقد أن الشخص الذي يقدم صورة ذاتية مشوهة عن نفسه أو أقل كثيرًا من حقيقته هو شخص غير متسامح أو جلاد لذاته.

وبالتالي فهو في اللاوعي يقدم تلك الصورة لذاته قبل غيره بمعنى أنه غير قادر على مسامحة ذاته وبالتالي لن يستطيع أن يجعل من أمامه يتسامح معه فيقدم له تلك الصورة المشوهة المختبئ خلفها ذاته الحقيقة؛ لأن للأسف صورته عن ذاته مهترئة.. مهزوزة.. مشوشة.. منقوصة.. فلن يستطيع أن يوصل صورته الحقيقية في تصرفاته وانفعالاته وردود أفعاله.

الواقع أن تلك الشخصية يكون من العسير جدًا على الشخص الذي يتعامل معها معرفة ما بداخلها من خير إلا في حالة أنه استطاع أن يعرف أسباب العرض وبالتالي يستطيع أن يشخص المرض أو الاضطراب بشكل صحيح وبالتبعية يستطيع أن يساعد الشخص على إظهار سماته الشخصية في إطار يليق بها، ويمكن أن تكون تلك الحالة التي أتحدث

عنها هي الأندر بين أصحاب السلوكيات المريضة لكن غالبًا ما تكون تلك الشخصية حساسة جدًا أو لديها نزعة مثالية محبة للكمال والاكتمال لأنها لم تتقبل فكرة بشريتها وبالتالي أخطاءها ولم تستطع أن تتعامل مع مبدأ الخطأ.. أنه من صميم بشريتها وبالتالي لم تسامح نفسها على أخطائها وظلت راسخة في اللاوعي ولم تبرح خيالها مما سبب لها ألم نفسي مستتر ومستمر والنتيجة تكوين صورة ذاتية مشوهة عن النفس وتمريرها للآخرين بشكل ينتقص من قدرها.

الحقيقة وما أريد توضيحه أننا لابد أن نكون واعين طوال الوقت بالرسائل التي نوصلها للآخرين عن ذواتنا، وكذلك الآخرون لابد أن يكونوا واعين لرسائل الآخرين المعبرة عن ذواتهم بعيدًا عن ادعاء المثالية المفرطة الغير موجودة في صميم شخصياتهم وكذلك أن نكون على دراية بالأنماط التي تقدم رسائل سلبية مشوهة عن ذواتهم وهم أشخاص جديرون بالحب والاحترام والاحتواء.

[١٢] اللّه والبشر

في جميع مراحل حياتي أراد الله أن يبعدني عن فكرة أن يكون البشر مصدر دعم وأمان لي.. لا أعلم السبب تحديدًا ولكني دومًا كنت أشعر بمشيئة الله في إبعاد البشر عني كمصدر للأمان؛ لأنني شخصية حساسة لأقصى حد ودائمًا ما أحتاج أن أحتمي ببشر فشاءت إرادة الله أن تكون نشأتي لا تتصل باستمداد الأمان من البشر نهائيًا بدءًا من الأب رحمة الله عليه، والابتعاد نفسيًا عنه كمصدر للأمان ومرورًا بالأصدقاء ثم الزوج ثم الرغبة في الرفيق مع الطريق لكن لا جدوى.. فدائمًا عندما أقترب بشدة يحدث ما يزلزل كياني ويجعلني أبتعد بشدة كما اقتربت بشدة.. فأجد البشر يبعدونني عنهم بتصرفاتهم وخذلانهم فلا أجد سوى الملأوى الذي ألجأ إليه دومًا وهو: «الله»، وأعترف الآن أنني أصبحت ألجأ إلى الله أولًا.. أما البشر لا أجعلهم سوى سطور في حياتي.. أحببت حب الله لي ورغبته في الاستئثار بمشاعري ومشاكلي ولحظات ضعفي له وحده.. وسابقًا حاولت أن أهرب كثيرًا ولكن مع كل هروب كنت أجد صدمات وخذلان تجعلني أرجع إليه بلا لحظة تفكير وأجد بابه مفتوحًا مرحبًا بي.. ولم أجد ذلك في البشر.

أشكرك يا إلهي على كل لحظة بعدت عنك فقربتني منك.. وأعطيتني درس العمر كله .

صدقًا إن البشر لحظات والله هو عمري كله.

[١٣] الغث والسمين

الكثير من البشر لا يستطيعون التفريق والفصل بين ردات فعل الآخرين ونواياهم؛ لأنه وللأسف أمر يحتاج خبرة كبيرة بالأشخاص والحياة بشكل عام.

ما وددت قوله أنه ليس شرطًا البتة أن يكون كل فعل ورد فعل معبر عن نفس السمات عند كافة البشر.. وسأحاول أن أوضح الأمر بصورة أكثر بساطة حتى يكون القول على بينة.

فكثيرًا ما تجد رد فعل الشخص المخذول والمتألم من الآخرين هو نفس رد فعل الشخص النرجسي أو الأناني؛ بمعنى أوضح ستجد الشخص المخذول المتألم من الآخرين متقوقع ومنزوي داخل ذاته وغير مهتم إلا بأمر نفسه واحتياجاته من كثرة تألمه وخذلانه من الآخرين.. وعلى نفس المنوال ستجد نفس تلك السمات والملامح النفسية لدى الشخص الأناني النرجسي من حيث التمحور حول الذات وتلبية احتياجاته هو في المقام الأول لكن كل شخصية لها دوافع مختلفة تمامًا وبالتالي تتطلب أسلوب تعامل معها يختلف عن الشخصية الأخرى؛ لأن الشخص الأول المخذول من الآخرين يحتاج الطمأنة والاحتواء النفسي، والشخص الآخر -أي الأناني النرجسي- يحتاج محاولة إفهامه أن حوله أشخاص آخرين لهم احتياجات ومتطلبات مثله تمامًا، وبالتالي لابد أن يراعيهم ويقلص حجم الأنانية لديه.

قِس على ذلك ردات فعل كثيرة تعبر عن أنماط شخصيات مختلفة، فنرى الشخص الخجول والشخص المغرور يخلط بينهما كثير من الناس من حيث التفرقة بين ردات فعل الشخصيتين مع أنهما مختلفان تمامًا من

حيث السمات النفسية، وبالتالي سيختلف أسلوب التعامل الأمثل معهما.

ومن الوارد أن الناس تخلط في أمر التفرقة بين ردات أفعالهما؛ لأن كلتا الشخصيتين تقتصران في تعاملاتهما مع البشر.. لكن الخجول يقوم بذلك بدافع خجله وتلعثمه واضطرابه في وجود التجمعات والحشود، والمغرور كنوع من التعالي على الآخرين ومحاولة كسب ودهم دائمًا من خلال لفت نظر الآخرين إليه.. وشتان بين الشخصيتين من حيث الأسلوب الأمثل في التعامل معهما.

فالأول يحتاج بث الثقة لديه، والآخر يحتاج نزع الأنا المتضخمة لديه..

من خلال ما ذكرته من أمثلة أمامكم وما أردت أن أوصله: أن نبتعد عن الحكم القاطع على ردات فعل الآخرين قبل أن نقترب من سماتهم الشخصية ككل، فليس كل ما يلمع ذهبًا، وليس كل ما خفت بريقه نحاسًا.

[١٤] السم في العسل

انتبه فقد تجد الكثير من البشر يضعون لك السم في العسل... بمعنى أنك قد تجد أبًا وأمًا متسلطين مع أبنائهم منذ الصغر... ودائمًا ما كانا يحاولان إقناعهم أن ذلك من باب الخوف عليهم وحمايتهم... وعندما يشب الأبناء عن الطوق ويبدؤون بدراية ما يدور حولهم فيعرفون أنها كانت مجرد نزعة سلطوية متسلطة للخوف من انفلات زمام الأمور من أيديهما والتمرد عليهما وليس بهدف الحماية والرعاية كما ادعيا لأبنائهم.

ولا أنعت كل الآباء بانتهاج هذا السلوك ولكن بعض الآباء يهابون من قوة الأبناء واستقلال شخصياتهم وتمردهم فيلجؤون لكبتهم والحد من استقلالهم تحت ادعاء الحماية والرعاية، وقد لا يستطيع الأبناء تمييز هذا السلوك إلا بعد أن يشبوا عن الطوق ويستطيعوا تمييز المشاعر والانفعالات والسلوكيات، وقد تجد هؤلاء الآباء قد تم التعامل معهم في صغرهم بنفس طريقة وأسلوب التربية وبالتالي يحاول جاهدًا أن يربي ابنه بنفس الطريقة بدون وعي كامل بتبعات هذا الأسلوب في التربية، فهم نتاج تربية خاطئة ولم يكتفوا بتشوهاتهم النفسية وإنما يخلقون جيلًا آخر لا يخلو من هذه التشوهات النفسية وكذلك قد تجد الزوج الذي يغير على زوجته من الهواء الطائر ويقيد حريتها ويتدخل في أدق خصوصياتها بدعوى حمايتها، وهو في حقيقة الأمر قد يكون خائفًا من تمردها واستقلالها أو مقارنة حياتها بالغير، فيحاول أن يحمي ذاته بالغيرة المبالغ فيها أو التضييق الزائد عليها، والمرأة قد تصدق في بادئ الأمر وتعتبره يحميها ويخاف عليها بالفعل حتى تكتشف أن غيرته وحمايته المتزايدة ما هي إلا الوجه الآخر للخوف من

اسـتقلالها وربمـا تمردها.

الفكـرة أننـا كثـيرًا مـا نصـدق البـشر مـن الوهلـة الأولى وخاصـة إن لم تكـن لنـا خـبرات وتجـارب كافيـة تدعـم وجهة نظـر مختلفة ورؤيـة الأمـور في نصابها الصحيـح ولكـن عندمـا تمـرّ الأيـام وتتكـرر المواقـف وردود الأفعـال عندها فقط نفطـن بأننـا كنـا مخدوعين، وأننا طـوال الوقت كان يوضع لنا السـم في العسـل.. وأننـا كننـا نتلـذذ بمذاقـه إلى أن ننتبه أن ذاك العسـل كان مطعمًا بالسـم، فانتبه دومًـا هـل الآخـر يناولـك العسـل بالفعـل أم عسـلًا مطعـمًا بجرعـة لا بـأس بها مـن السـم إلى أن تبـدأ في اكتشـاف أنهـم طـوال الوقـت كانـوا يهابون مـن قوتك ولم يكـن مقصدهـم تقويـة ضعفك.

[١٥] تشكيل الوجدان

لا يوجد إنسان لا يشعر أو يحس ولكن كيف يمكن أن تتحرك مشاعره وأحاسيسه.. ويمكن التأثير عليه من خلالها؟! فذلك هو مربط الفرس، وما يحيرنا جميعا في تعاملاتنا مع الآخرين، بمعنى أننا جميعًا نمتلك مشاعر وأحاسيس ولكن شُكلت بطريقة مختلفة لأنها نتاج تربية ومواقف وخبرات وبيئة مختلفة يتعرض لها كل فرد منا وتؤثر في تشكيل وجدانه.. بمعنى آخر ستجد بشرًا وجدانهم ومشاعرهم قائمة على العطاء والحب والتفهم والاحتواء والتسامح، وستجد بشرًا آخرين مشاعرهم ووجدانهم لا يتحرك إلا في اتجاه مصالحهم والأخذ منك أكثر من العطاء.

والواقع أن كلتا الفئتين تمتلكان إحساسًا لكن شتان بين الإحساسين والشعورين؛ لأن هناك بشر كي يشعروا ويحسّوا لابد أن يربطوا شعورهم ومشاعرهم بعقلهم ومصالحهم بشكل قوي جدًا.. بمعنى مهما حاولت أن تمدهم بمشاعر وأحاسيس منك فلابد أن يكون عقلهم هو من يحبك ويشعر بك وليس قلبهم؛ لأن حب القلب ليس له أسباب ومسببات ملموسة ولا يعني ذلك أن القلب بلا حسابات.

لابد أن للقلب حسابات ولكنها حسابات تختلف عن العقل الصرف، لكن مع أنماط هؤلاء البشر ما الذي يخلق التفاوت الرهيب في المشاعر والأحاسيس؟!

الحقيقة أن احتياجاتنا كبشر هي أول شيء يؤثر على مسار مشاعرنا بمعنى أنك ستجد شخصًا لا يمكن أن تتحرك مشاعره إلا لشخص يدعمه نفسيًا لأن احتياجه هو الإشباع النفسي في المقام الأول، وهناك إنسان آخر لا يمكن أن تتحرك مشاعره إلا لشخص مبهر وملفت اجتماعيًا لأنه من

أولى احتياجاته هو الإشباع المادي الملموس من قبل الأشياء والأشخاص.. وليس الإشباع النفسي أو الروحي، وقس على ذلك كل أسباب الانجذاب والمشاعر بين البشر، لكن هل من الممكن أن نجزم أن ذلك الحب فاشل أو قصير المدى لأنه لا يمس إلا احتياجات معينة ولا يركز على سمات الشخص ككل؟!

الحقيقة لا نستطيع أن نجزم بشكل قاطع بنجاح أو فشل تلك العلاقة والحب لأن الشخص واحتياجاته هما أهم عنصر لإنجاح العلاقة أو فشلها.

ولكن هل يعنى ذلك أيضًا أن الحب الغير مشروط بين البشر هو مجرد وهم؟

كذلك لا نستطيع أن نجزم بذلك لأن هناك بشر تحب الحب لأجل استشعار حالة الحب في حد ذاتها بعيدًا عن تلبية احتياجاتها ككل من العلاقة.

ما أريد قوله وتوضيحه: أننا جميعًا نمتلك مشاعر وأحاسيس وقلبًا ينبض لكن كيف ولمن ولما ينبض؟! فهذا ما يوجد به اختلاف شديد بتعداد البشر.

[١٦] العدو الداخلي والخارجي

هل وجود الأعداء شيء سلبى أم إيجابي؟

الواقع أنه غالبًا لا تخلو حياة شخص منا من شخص يعاديه، قد يكون شخصًا مقربًا منه أو شخصًا بعيدًا عنه، ولكن هل العدو شيء سلبى أم إيجابي بالنسبة للشخص المعادَى؟ الحقيقة حاولت أن أستخلص نتيجة ربما تجيب عن بعض الأسئلة لدينا.

أولا : لماذا نُعادَى؟

ربما يكون هناك سبب وجيه لمعاداة الآخرين لنا وربما لا يوجد سبب وجيه سوى الحقد داخل قلب المعادِى لنا، فقد تتفوق أنت عنه في أشياء فتخلق الغيرة داخله.. فربما تتميز عنه بمال أو جمال أو نفوذ أو حتى قيم ومبادئ لا يحملها هو، فتبدأ من هنا العداوة، وللأسف أن العداوة لا تفرق بين قريب وغريب إن وجدت، فالشخص الحاقد الحاسد المعادى لنا يعتدى على الأخضر واليابس من العلاقات.

وعلى الجانب الآخر فربما يعاديك آخرون لأنك شخص أنانى، متسلط، فيبدؤون العدوان عليك، ولكني أرى دائما أن الشخص الأناني المتسلط من النادر أن يكون معتدَى عليه لا معتدِى، وبالتالي أتكلم عمّن يعاديهم الآخرون لمميزاتهم لا لعيوبهم.

وكذلك لا يمكن أن ننكر أن الشخص المختلف المتميز ربما يخلق أعداء كثير له وخصوصًا من الأشخاص التقليديين الماسخين النسخ المكررة، الذين لا يستطيعون الخروج عن القطيع فيبدؤون بمعاداة مَن خرج.

ولكن هل الأعداء ليس لهم أى فائدة لنا؟!

الحقيقة أن الأعداء وجدوا لسبب، نعم إن الله يسبب الأسباب لحكمة ما، فربما ما ينقصنا نتعلمه من خلال أعدائنا!

لا تتعجب فبعض عيوب شخصياتنا لا يعالجها سوى أعدائنا!، وربما لا نجد لها علاج إلا تحت ضغوط، ربما تقوينا ولا تصهرنا.

فقد تكون شخص حساس بشكل كبير وتحتاج التغلب على حساسيتك المفرطة فيخلق الله لك الأعداء لتستمد بعض الصلابة النفسية.

وقد تكون شخص عصبى تستثار لأتفه الأسباب، فيخلق الله لك الأعداء لتصبح أقل عصبية وحدة تجاه ضغوطات الحياة.

وقد تكون شخص تحتاج للمزيد من الخبرات الحياتية والمعاملاتية في الحياة وأن تفصل بين أسلوب معاملة الطيبين ومعاملة السيئين، فيبعث الله لك الأعداء لتغيرك، وربما وربما.. إلا أنه لابد من وجود حكمة للحكيم، فلا شيء يحدث عبثًا

إلا أن غياب الحكمة عنا، قد يجعل البعض منا يظل يدور في دائرة مفرغة من الألم بلا محاولة لمعرفة واستئصال مصدر الألم، فربما أراد الله أن يرسل لك الدواء عن طريق داء! فبعض الآلآم تصقلك وتقويك، فحاول أن تستخلص الحكمة من وجود عدوك، فربما كان عدوك الداخلى أشد فتكًا بك وأنت لا تدرى!!

[١٧] كتالوج الحب

لماذا أصبحت أغلب المقالات والكتب والبرامج التليفزيونية تتحدث عن الحب؟! وهل الحب يحتاج إلى كتالوج بالفعل؟! ولمَ تم حصر مفهوم الحب في العلاقة بين الرجل والمرأة؟!

جميعها أسئلة دارت بخلدي كثيرًا ولم أستطع أن أخرج بنتيجة مؤكدة تجاه تلك التساؤلات، لكن إن أردنا تحليل الأمر من منظور منطقي سنجد أن الحب فطرة وغريزة أودعها الله في قلوب البشر وما يمكنه تغيير الفطرة السوية هو كثرة الذنوب والبعد عن مركزية الله داخل ذواتنا.

المقصد بأننا دائما ما نبعد الحب عن طريقنا ونظل نبحث عنه وندور حوله بدون المقدرة على تلمسه واستشعاره، ثم نبدأ نلعن الزمن والبشر ونتغنى بالماضي والحب المفقود.

والحقيقة أننا بارعون في الندب والبكاء على اللبن المسكوب، وبأن نُشعِر أنفسنا والآخرين بأننا مظلومون، والزمان يقف لنا بالمرصاد تجاه كل شيء جميل حتى نقوم بخنقه ونميته ثم نتغنى عليه.

والحب إن لم يكن موجودًا داخلنا في كل زمان ومكان، فلن نستطيع خلقه بمائة كتالوج ولا بمائة نصيحة لأن كل ما هو فطري وغريزي لا يحتاج للتعلم، وحتى إن تعلمناه سيخضع للواقع المادي فقط وينفصل عن الواقع المعنوي.. ماذا يعني هذا الكلام ؟!.. يعني أن الإنسان عندما يرسم للمشاعر والأحاسيس خطًا ومسارًا إن خرجت عن المسار المتوقع لها يزهد فيها لأنه رسم لها مسارًا واتجاهًا معينًا، وعندما حادت عنه زهد فيها ومثال لذلك: شخص تزوج فتاة جميلة وبعد زواجه منها حدث لها حادث فأدى لتشوه وجهها وفقدت جمالها الذي أحبها

الشخص بسببه فبدأ أن يزهد فيها ويشعر بأن مشاعره قد تغيرت لأنه رسم لها مسارًا واتجاهًا معينًا والمتمثل في جمالها وعندما فقدته زهد عنها .

إننا قد نرسم مسارًا واتجاهًا لقطار أو طائرة ولكن من الصعوبة البالغة أن نرسم مسارًا لأحاسيسنا ومشاعرنا لأن كل ما هو فطري وغريزي لا يحتاج لإعمال العقل، فنحن نستخدم العقل عندما نفقد السيطرة على الواقع أو عندما نحاول تسخيره لأجلنا.. لكن هل إرضاع الأم لوليدها يحتاج إلى التعلم؟! وهل حبها لابنها يحتاج إلى كتالوج؟!

إن كفاءة المشاعر تعتمد على جريانها بانسيابية وتبسط، أما كفاءة العقل فتعتمد على إيجاد مسارات واتجاهات، فإن أردتم التنقيب عن الحب فابحثوا عنه داخل ذواتكم لا داخل كتالوجات معدَّة من قبل الآخرين المختلفين عنكم جملةً وتفصيلًا وتشكيلًا وشعورًا.

[١٨] النقص اكتمال

إنك إن حكمت على البشر من خلال جزئية واحدة من سمات شخصيتهم فسوف تظلمهم، وإن حكمت عليهم بدون النظر أنهم بشر -لهم مزايا وعيوب- فسوف تظلم نفسك.

الحقيقة أن البشر لا يكتملون ولن يكتملوا، ولا يصلحوا أن يكونوا قدوة مطلقة لنا، فلا يوجد قدوة مطلقة من غمار البشر، فمهما بدوا لنا مكتملين فهم ناقصون، ومهما بدوا لنا ناقصين، فقد تجد صفة أو أكثر إيجابية لديهم، ولكن كن حريصًا في انتقاء ما يصلح لك من صفاتهم وسماتهم وأشد حرصًا في الترك! فقد تجد فيهم ما ينقصك وتحتاجه، وقد تجد فيهم ما يجب أن تتجنبه فيك.

فإنك إن أخذت البشر زمرة واحدة خسرت الكثير، وإن أخذتهم على علتهم بلا فرز وتدقيق وتمحيص خسرت أكثر.

إن البشر ذوات يحملون الخير والشر والسلبى والإيجابي والظلام والنور.

إنهم كالحياة لا يمكن أن تظل على وتيرة واحدة وحالة ثابتة وإلا استكانت وفقدت ما يميزها.

فالتناقض سمة الحياة والبشر، ولا أعلم تحديدًا هل ما يمد الحياة بالتناقض هم البشر، أم أن الحياة هي ما تمد البشر بالتناقض!

لكن وفى كل الأحوال اتخذْ البشر بوصلة لا طريق، فهم قد يوجهون مسارك في وقت ما، ومن خلال صفة ما تجدهم يحملونها وتحتاجها بشدة، ولكن أنت من يجب أن تقرر أيهما تختار منهم وفيهم، مع الوضع في الاعتبار أنهم غير كاملين، فهذا الاعتقاد قد يدمرك في يوم ما إن توسمت

فيهم المثالية والكمال والملائكية ثم اكتشفت أنهم بشر!.. مثلك مثلهم! فاجعل نظرتك لهم واقعية تلمس الواقع، لا ملائكية ولا سماوية، واعلم أنك ربما تكون لإحداهما قدوة، ولكن هل تعتقد أنك كامل بالفعل؟

ربما إجابتك على نفسك قد تهون عليك الكثير في نظرتك للآخرين.

فالبشر ليسوا ذوات ملائكية. فلتكن نظرتك لهم معتدلة بلا إفراط ولا تفريط، واعلم أن البشر في محاولة سعيهم للكمال لن يكتملوا! فالكمال لله وحده، ولتعلم أن في نقص البشر اكتمال.

[١٩] لحظة الاكتشاف

التقيا صدفة بنية الارتباط والزواج، ولم يكونا يعرفان بعضهما من قبل، ولكنها رفضته، فقال لها: لماذا رفضتيني وأنا معجب بك، وماذا تودين أن يكون في الشخص الذي ترغبين في الاقتران به حتى أصبح أنا بديل لما تبغينه في الشخص الذى تودين الارتباط به؟!.

هذا التساؤل أثار حيرتها ولم تعرف بماذا تجيب للوهلة الأولى حتى تماسكت وردت عليه: لا أعلم، كل ما أعلمه أننى عندما أجد ذاك الشخص سأعرف ما أريد فيه، فهل حقًا نحن نختار من نحبه أم هو من يختارنا أم القدر من يختاره لنا؟! وهل هناك مواصفات قياسية لمن سوف نرتبط به تصلح لأن ندونها في سجل يذكرنا بما نبغيه؟! الأرجح أننا نلمس صفاتنا مع الآخر وقبله لا نستطيع أن نجزم بما نمتلكه من صفات وبالتالي بما نريده في الآخر، ومعه نعي نقاط ضعفنا وقوتنا وقبله نتوهم في أنفسنا إما الضعف الشديد أو القوة الشديدة، أن الحب يشكلنا، يهذبنا، يخلقنا، ويفتح لنا آفاق من العلم والمعرفة بذواتنا ثم بالآخرين.

إن الحب حالة فريدة من الدخول لأعماق الذات من خلال الآخر.

إنه يجعلنا نرى ذواتنا بشكل مختلف عما ألفناه، إنه ينير بصائرنا وضمائرنا، والحب الذى يبعدك عن ذاتك الحقيقية ليس بحب، بل هو أنانية طرف على حساب آخر، الحب الذى لا يحررك حتى منه، لا يسمى حبًا، بل هو حب امتلاك تحت مسمى الحب، إن الحب الحقيقى يسمو بنا، ويجعل منا ذوات حرة مستقلة ذات نزوع إلى المثالية والملائكية.

إن الحـب الحقيقـى قـوة عظمـى يهبهـا اللـه لمـن أحبـه في الأرض ليظـل يلامـس السـماء!

[٢٠] أنا لا أكذب ولكني أتجمل

هل يمكن أن يكون الإنسان شديد الصدق في كذبه؟! نعم، هذا وارد، وتلك الحالة رغم أنها غريبة ولكنها في ذات الوقت موجودة ومنتشرة حولنا ومن الممكن أن تكون داخلنا جميعًا ولكن بنسب مختلفة فيمكن أن تكذب الكذبة وتصدقها لأجل ألّا تدين نفسك وتكرهها بدلًا من أن تواجه نفسك وتعترف أنك كنت شخصًا غدارًا أو أنانيًا أو متسلطًا أو وقحًا أو غيرها من الصفات المشينة فتختار أن تكذب على نفسك وتقول أنك ضحية الظروف أو ضحية لشخص ما وتبدأ في تقمص دور المجروح أو المغدور به أو الشخص المخان بدلا من الخائن وليس فقط تتقمص الدور بل تعيش فيه وتصدقه، والطرف الآخر إن لم يكن واعيًا لذلك يصدقك ويعتقد في نفسه ما تصفه به.

إنها حيل نفسية معروفة وقديمة قدم الإنسان وتتمثل في الإنكار والتبرير وإسقاط سلوكك على الغير، ويمكن أن نقول أن تلك الحيل والميكانيزمات الدفاعية أكثر حيل يلجأ إليها البشر للدفاع عن ذواتهم أمام غيرهم وأمام أنفسهم.

أي أنهم يقومون بحماية ذواتهم من الانهيار النفسي لأن الإنسان إن واجه نفسه بحقيقة كل مشاعره وأفكاره وسقطاته ونقائصه فسيكتئب أو سينتحر من صورة ذاته المشوهة فتلجأ النفس البشرية لخداع ذاتها بذاتها.

لكن ما تأثير تلك الحيل النفسية على الإنسان على المدى البعيد؟! وهل يمكن أن تصبح منفذًا للإصلاح مثلما يعتقد صاحبها أنه بكذبه

على نفسه يخرج من المأزق والمشكلة ويجد الحل؟!

حسنًا دعونا نفكر بصوت مسموع: أولًا كيف سنعالج سمات وسلوكيات ونحن غير معترفين بها من الأساس وكذلك نسقطها على غيرنا؟! وهل إسقاط سلوكياتنا على الآخر ينفي قيامنا بها ووجودها داخل ذواتنا؟! وهل يعالج الكذب بالكذب أم بالبعد عنه.

الحقيقة بلا شك أن بداية إصلاح الإنسان لذاته يتمثل في المواجهة والمكاشفة وأي دواء آخر سيسبب انتكاسة لصاحبه في أقرب وقت ومن يختار الإنكار والتبرير والإسقاط هو شخص ضعيف هش مهما بدا عكس ذلك.

هل تعلم ماذا فعل؟!

إنه ألبسك ذنبه وجريمته ثم طلب منك بدلًا من مواجهته بأخطائه أن تواجه نفسك وكأنك المذنب والمتهم، أي قمة الضعف والخنوع والسلبية، وهو وإن كان أعمل عقله في إصلاح ذاته وقصوره الذاتي بدلًا من اتهام غيره بأفعاله كان سيصبح شخصًا جديرًا بالاحترام ومسئولًا، لكن الحقيقة أنه شخص جبان خائف من مواجهة نفسه لأنه يعلم أن نفسه دنيئة لا تنوي الإصلاح والصلاح.

فإن وجدت شخصًا بارعًا في الكذب على نفسه فعليك أن تفر منه فرارك من الأسد لأن ذلك الشخص سيرمي كل جروحه وتشوهاته النفسية عليك وسيشعرك في كل لحظة بنقصه وعقده على أنه شيء يخصك أنت، فلو كنت غير مدرك لذلك فستصدق الكذبة، وإلى أن تدرك أنه يكذب عليك ستكون قد خسرت أشياءً كثيرة أولها نفسك.

[٢١] المبدأ والشخص

عندما يسألنى الآخرون سؤالًا وأهمُّ بالإجابة عنه، قد أجد إجابتي لا تتفق عما يؤمن به الشخص، ويحاول أن يضعنى في بؤرة نظرته وتصوره للأمر، ولكن لماذا دائمًا ما نقع في تلك الإشكالية، وهل الحقيقة واحدة أم أن هناك أكثر من وجهة نظر ورؤية وزاوية ينظر منها كل منا؟

سأحاول أن أقرب المثال إليكم لكى يتسنى لكم محاولة فهمى حتى لا أقع بشكل أو بآخر في تلك الإشكالية، فقد سألنى البعض في إحدى المرات إن كان حبنا لشخص ما يمكن أن ننساه؟... فأجبت بأن الحب الحقيقى لا ينسى، فرد البعض على بمقولة (اللى ميعرفش يقول عدس)، والبعض الآخر رد على بقوله (لا عادى كله بيتنسي).

فهل أنا من أخطأت في تصورى أم هم من أخطؤوا في تصورهم؟!

الحقيقة أنني في إجابتى قد استخدمت المبدأ وليس الأشخاص، والمبدأ يقول ويحتم أن الحب الحقيقى لا ينسى لأن الشخص يظل شاخصًا في الوجدان بدون أدنى تحكم منا، فالحب شيء غير مشروط وإن وضع له شروط أصبح حبًا مقترنًا بالشرط لا بالحب في ذات نفسه وذلك وضع آخر يختلف عن الحب الحقيقى.

وأنا هنا قد أجبت على سؤالهم بشكل مطلق ولا دخل لى لأن أنظر لقلوب ملايين البشر مع اختلاف نوازعهم وتصوراتهم ورؤيتهم للحب قبل أن أجيب عن هذا السؤال؛ لأن الأشخاص متغيرة أما المبدأ فراسخ، وبالتالي فحكمى هنا على المبدأ وليس الأشخاص.

وكذلك عندما يهم البعض ويسألنى هل الزواج لعنة أم نعمة؟ فإننى

سأجيب بشكل عام وحسب المبدأ والنص القرآني كأول تقدير لتصورى وهو أن الزواج مودة ورحمة، فهل المودة والرحمة لعنة؟ أما إن سألتنى عن هذا المبدأ إزاء كل البشر، فستختلف إجابتى بتعداد البشر ونوازعهم وتصوارتهم، وبالتالى سينتفى هنا المبدأ ويحلّ محله الأشخاص في إجابتى ولذلك عندما تهم بسؤال شخص ما فكن على بينة هل تبغى المبدأ أم تبغى معرفة طبيعة البشر تجاه استخدام هذا المبدأ.

[٢٢] التعلق المَرضِي

كثر في الآونة الأخيرة الحديث عن ضرر التعلق بالأشخاص بشكل مبالغ فيه، ولكن لا أحد حاول أن يحلل لِمَ يحدث التعلق؟ وكيف أتجنب التعلق الزائد بالأشخاص؟

أولًا: لابد أن نعرف أن التعلق بالأشخاص شيء غريزى وفطرى في الإنسان أو في صميم طبيعته وتكوينه النفسى، ويبدأ منذ لحظة الميلاد للطفل، من حيث تعلقه بأمه ومرورًا بتعلقه بالبيئة المحيطة به من أصدقاء وأقارب ومرورًا بتعلقه بالمحبوب وغيره من صور التعلق النفسى بالآخرين.

ولكن لِمَ يتعلق الإنسان بغيره من البشر؟

فى البداية يتعلق المولود بأمه كنوع من الأمان النفسى لإشباع غريزة مادية ومعنوية في آن واحد، حيث تتمثل الغريزة المادية في إشباع غريزة الجوع من حيث إرضاع الأم للطفل، وكذلك يتمثل الإشباع المعنوى في الإحساس بالأمان النفسى والحنان الذى يحتاج إليه المولود وخصوصًا في سنواته الأولى، ولكن كيف يتم فصل الطفل عن التعلق بأمه نفسيًا؟ وهل بالفعل يتم الفصل النهائي على المستوى النفسى؟

إن ما يجعل الطفل ينفصل ولو جزئيًا عن أمه هو تعلقه بالمجتمع وما يحويه من أفراد آخرين، فيحدث حين ذاك أن ينتقل التعلق من الأم إلى التعلق بالمجتمع ككل، فيتناسى الطفل إلى حد ما تعلقه بأمه من حيث الإشباع النفسى والمادى القائم على الأم كوسيلة لحصوله على الطعام والأمان النفسى ويستعيض عنه بكل الوسائل الأخرى المشبعة له على هذين المستويين.

وأعتقد أن أي خلل في المراحل الأولى من حياة الطفل في جزئية تعلقه بمن حوله سواء الأم أو الأب كوسيلتين للحنان والأمان يظل يؤثر على جزئية التعلق لدى الفرد على مدار سنوات حياته، بمعنى ستجد من عانى انفصاله عن أمه في سنوات حياته الأولى بشكل غير مرضي ومشبع له سيظل يلازمه متلازمة التعلق بالأفراد على مدار سنوات حياته، وكذلك إن كانت علاقته بوالده منذ الصغر مبتورة أو متزايدة بشكل مرضي سيظل يلاحقه مبدأ التعلق بالأشخاص بشكل مبالغ فيه.

أى أن التعلق المرضى بالأشخاص يعبر في صميمه وجوهره عن عدم الإحساس بالأمان النفسى أو الرهاب النفسى من فكرة الانفصال التام في العلاقات وبالتالي مبدأ التعلق قائم على غريزة غير مشبعة منذ الصغر أو أشبعت بإفراط وعدم اتزان وظلت ملازمة الفرد للكبر.

ولكن هل كل الأفراد الغير مشبعين على المستوى النفسى يتعلقون بغيرهم بشكل مرضي؟

الحقيقة لا أستطيع أن أجزم بذلك، فقد يمارس الشخص سلوكًا عكس ما هو متوقع منه، على سبيل حماية الذات من تكرار نفس الألم، وبالتالي قد يلجأ للتقوقع والتمحور حول الذات والتعلق المرضى بها وليس بالأخرين، وذلك مريض ومضطرب أيضًا وكذلك النمط الأول يعاني من اضطراب ما، ولكن التعلق الأول تمحور حول الآخرين والتعلق الآخر تمحور حول الذات.

وقد يكون الشخصان وجهين لعملة واحدة ألا وهى عملة عدم التوازن العاطفى ولكن ربما يختلف رد الفعل إزاء الصدمة تبعًا لسمات الشخص النفسية، ومن هنا وجب التنويه أن التعلق المرضى بالأفراد له جذوره النفسية العميقة، والحل العملى له هو الإشباع النفسى للشخص على جميع المستويات ولكن بأسلوب متزن وغير مبالغ فيه حتى يستطيع

الفرد تجاوز أزمة التعلق وتصبح علاقته بالأشخاص قائمة على التوازن وليس الذوبان، حيث إن فقد الأشخاص فقد ذاته معهم!

ولكن هل التعلق بالأشياء وليد فكرة التعلق بالأشخاص؟

أعتقد أن هناك علاقة وطيدة بين الحالتين وإن لم يمارسا معًا، فالتعلق بالأشياء يعبر أيضًا عن الخواء النفسى والروحى وافتقاده في العلاقة مع الآخرين، فيبدأ الشخص في التعلق بالأشياء ويعطيها نفس قيمة الأشخاص الذين افتقدهم في حياته، بمعنى أن تعلقه هنا أصبح ماديًا ملموسًا بديلًا عن التعلق العاطفى المحسوس، وكذلك من الممكن أن يتعلق شخص بمخدر أو كحوليات وغيره من صور وأنماط الإدمان الأخرى، فكلها أنماط تعلقية مرضية تعبر عن احتياج غير ملبَى ومشبع، فيستدمجه الشخص في صور أخرى معبرة ومعلنة عن احتياجاته، وقد يعبر عنها بشكل يقبله المجتمع (أى التعلق بأشخاص أو أشياء) أو قد يعبر عنها بشكل يستهجنه ويرفضه المجتمع (تعلق بمخدر أو كحوليات في إطار يرفضه مجتمعيًا) وفى الحالة الأولى الشخص يعبر عن احتياجاته في إطار مقبول مجتمعيًا كنوع من حماية ذاته من الهجوم المجتمعى عليه، أما النوع الآخر من أشكال التعبير عن طريق إدمان مخدر أو شرب كحوليات فهو تعبير فج صارخ يعبر عن شخصية هيستيرية مضطربة، وسمات الشخص النفسية تلعب دورًا كبيرًا في وسيلة تعبيره.

الخلاصة أن التعلق المرضي مختلف عن العلاقة الصحية المتزنة التي يكون فيها احتياج الشخص تكميلي وليس تعويضي معبرًا عن علاقة مجهضة منذ زمن.. ولابد أن يعرف كل إنسان عن ماذا يبحث في علاقاته، وهل هو يبحث عن تعويض نفسي ومعنوي أم علاقة صحية تكتمل بها الحياة ولا تلغي حياة الطرفين وتتيح الاستقلالية لا التوقف، والنمو لا الذبول والذوبان.

وأخـيراً كل تعلـق مـرضي يجهـض العلاقـة، وكل علاقـة صحيـة تـثري وتنمـى العلاقـة والأشـخاص الذيـن يـدورون في إطارهـا.

[٢٣] أبي الروحي

أبي الروحي.. دكتور عادل صادق، أستاذ الطب النفسى، تعلمت منك أبجديات الحياة، فقد تعلمت منك كيف أحتفظ بإنسانيتى في أحلك الظروف والمواقف، كم تمنيت لو التقينا؟! أو عشت نفس لحظاتك؟! ولن أقول زمانك، لأني عاصرتك ولكنى لم أعرفك وأقرأ كتبك إلا بعد رحيلك للأسف، وحتى إرثك الذى كنت قد تركته لنا، أي ابنك الذى كان يعمل أيضًا بالطب النفسى تركنا وتوفي في سن الشباب، تعلمت منك وعنك، أن الأرواح تلتقى بالفعل بدون أن تلتقى! وأن الإنسان لا يصبح في عداد البشر إلا إذا ارتقى بنفسه وإنسانيته، تعلمت منك أن التغيير صعب وليس بمستحيل، وتعلمت منك أن الإنسان قوى بالله وأن ألا بذكر الله تطمئن القلوب، وتعلمت منك أن علم النفس لا يستطيع سبر أغواره ودهاليزه إلا إنسان مرهف الحس والإحساس، وأن ليس كل من يعمل به جدير به وبما يمليه عليه هذا التخصص الإنسانى، وتعلمت منك أن الفن رقي، والحب حياة، وأن البشر قد يكونون سبب سعادة أو شقاء، تعلمت منك الكثير، ونهلت من بحر علمك وأخلاقك، وأكاد أجزم أنك أحد مؤسسي علم النفس وأهم أعمدته وأركانه، كنت أتمنى أن تكون لى أبًا، فبكل تأكيد لم أكن لأعاني كل تلك المعاناة إن كنت أبًا لي، إنك جدير بكل السمو والرفعة، وليس كل من غادروا غادرونا، وليس كل من بيننا أحياء داخلنا، العبرة بالتأثير والأثر وليس بمدى القرب، والمسافات ما هى إلا أكذوبة وبدعة، وحتى فكرة الموت تصبح هزلية إن التقت الأرواح، وقد صادف أن قرأت أولى كتبك وأنا إنسانة جديدة

بـروح جديـدة، وأتمنـى أن تظـل كتبـك بجـوارى حتـى مـماتى، لأنهـا كنـوز، أحببـت روحـك بـلا لقـاء، وعـلى أمـل اللقـاء في العـالم الآخـر، حيـث تتـلاشى المسـافات والزمـان والمـكان وتلتقـي الأرواح والوجـوه بـلا شـتات وفرقـة، فحتـى يـأذن الرحمـن باللقـاء، سـلامي لروحـك الطاهـرة، وأدعـو لـك مـن عالمنـا، علـك تصلك همسـاتى ودعواتى، طيـب الله ثـراك أبى الروحـي، ودمت في كنـف اللـه حتـى ألقـاك.

[٢٤] توبة الفنانين

لماذا يتوب الفنانون عن ممارسة الفن؟!.. من المعروف أنه يكون من بالغ الصعوبة أن يحب الإنسان شيئًا ما وهواية ويكون هذا الشيء يمثل له أهمية كبيرة، ويجري في دمه ويتخلى عنه بسهولة، وإن تخلى عنه لفترة فسيرتد إليه بعدها بقوة أشد؛ لأنه قد لغى جزء من روحه وشخصيته بفقده إلا إذا كان قد مارس تلك الهواية لفترة طويلة تشبع داخله طاقته كلها ثم قرر بعدها أن يتفرغ للعبادة أو يتفرغ لنفسه وشئونه الخاصة.. لكن السؤال المُلح: لماذا يتوب الفنانون بوجه عام والفنانات بوجه خاص تعلن توبتهن وتبريهن من الفن بعد مدة من عملهن به؟! وهل الفن كله حرام ؟! وهل الفن إن قُدم كرسالة وقيمة يظل حرامًا؟..

أعتقد أن الفنانين يتوبون من ذنب أُقترف باسم الفن مثل شخصين يمتلكان أسلحة أحدهما قتل به العدو والآخر قتل به صديقه، فالسلاح هنا ليس المتسبب في الجريمة ولكن طريقة استخدام كل شخص له هو ما جعل منه شيئا سلبيًا أم إيجابيًا؟! حلالًا أم حرامًا؟! والفن نفس الشيء.

وكثيراً ما نجد أشخاصًا يقدمون فنهم وموهبتهم من خلال رسومات: إحداهما حلال والآخر حرام، بمعنى أنه قد تجد أحدهما رسوماته تمثل زهور وسماء والآخر رسوماته تمثل امرأة عارية.. شتان بين اللوحتين رغم أنهما مصنفتان في نفس المضمار ألا وهو الفن.

الفكرة أن المنع والإباحة يتم بشكل جذري وقاطع وكلي، وهذا يلغي كيان ووجود إنسان ككل، وللأسف يسبب له كبت وضغط نفسي رهيب لأن الفن متنفس وإلهام وخيال وحياة، وعندما نلغي ذلك من

صميم وتكوين شخص يؤثر عليه على المستوى النفسي وبالتالي الأدائي.

أعتقد أننا لا نحتاج رجال دين تحرم وتحلل بقدر ما نحتاج أن نضع مسميات صحيحة لكل شيء في حياتنا تجعلنا قبل أن ندخل في مجال ما مدركين: ما الذي يجب أن نقدمه في هذا المجال؟ ولم نقدمه؟ وتبعات ما سنقدمه؟ وهل بعد عشر أو عشرين عامًا سنراه ويراه غيرنا كإضافة لهذا المجال أم شيء يستحق حذفه والتبري منه؟!

بوجه عام إن كل ما يحدث يتكرر لأننا لا نقف لبرهة ونسأل أنفسنا بكل صدق نحن والمجتمع ماذا نريد؟! وماذا نحتاج؟! فدائمًا ما نلغي شيئا على حساب شيء آخر، أي أن أنظر لذاتي ومؤهلاتي فقط وأتطلع لمَ يجعلني أخطو مائة خطوة للأمام متناسيًا حسابات المجتمع وما يفيده أم أنظر للمجتمع فقط وألغي نفسي لحسابه.

أعتقد أننا نحتاج إلى منطقة وسطى ما بين ذواتنا والمجتمع تجعلنا لا نشعر بالذنب وتأنيب الضمير طيلة الوقت وأننا نقوم بارتكاب ذنوب ومعاصي ولابد أن يأتي الوقت ونتوب عنها وإن لاحظنا سنجد أن أغلب مشاكل المجتمع أصبحت تنبع من قناة واحدة فقط وهي أن المجتمع أصبح تفككه هو السمة الغالبة على أفراده، وبالتالي ما يقدمه الأفراد، ويمكن أن يكون سابقًا عن عدم وعي، وحاليًا عن عدم اتزان وتوازن لأن ضغوط الحياة المعاصرة لم تجعل لدينا الوقت الكافي لسؤال أنفسنا: ماذا أقدم؟ ولم أقدمه؟!

فالتساؤلات كلها أصبحت مؤجلة لبعد الفعل لا قبله، فهل آن الأوان لمعرفة ما وراء الظواهر حتى لا نصل في كل مرة لذات المكان والمشهد؟!

[٢٥] موج البحر

مـن أصعـب وأسـوأ الأشـياء أن تكون شـخصًا «موديًـا» أي متغير ومتقلب المـزاج صعـب المـراس، كلمـة تُحييـك وكلمـة تُميتـك.. تسـتيقظ يومًـا لا ترى إلا شروق الشـمس ويومًـا آخـر تسـتيقظ فـلا تـرى إلا الظلام في أوج سـطوع الشـمس، وأحيانًـا تشـعر أن الحيـاة جنـة، وكثيرًا مـا تستشـعرها أبشـع من النـار وأوقاتًـا تشـعر بأنـك أسـعد إنسـان في الكـون، وكثـيرًا مـا تشـعر أنـك الأتعس.

فالشـخص المـودي أو المتقلـب المـزاج لا يسـتقر عـلى حـال، إنـه كمـوج البحـر مـن حيث عـدم اسـتقراره وعـدم التنبوء بتقلباتـه، والشـخص المودي تـرى معـه فصـول السـنة كلهـا في يـوم واحد، ومـن المؤكـد أن ذاك الشـخص إن كان كاتبًـا فالأمـر سـيكون بالـغ الصعوبـة مـن حيـث أنـه لديـه القـدرة عـلى أن يشـدك مـن أقـصي اليمـين لأقـصى اليسـار، وفي الحالتـين سـتصدقه لأنـه بالفعـل يعيـش الحالتـين داخلـه، ولكـن المصيبـة الأكـبر إن راودتـه فكـرة تأليـف كتـاب لأنـه حتـى يتمـم تلـك الفكـرة وتصلـك يكـون قـد مـر بحـروب نفسـية مـع نفسـه حتـى يسـتطيع إنجـاز هـذا العمـل، ومتقلبـي المـزاج يكـون بـلا إرادة منهـم تقلـب وتغـير مودهـم وانفعالاتهـم لأنهـم حساسـون أكـثر مـن الإحسـاس ذات نفسـه، ويشـعرون بالبـشر أكـثر مـن إدراك البـشر لأنفسـهم، ويـرون ويلاحظـون ما لا يسـتطيع غيرهم ملاحظته، إنهـم متعبـون في التعامـل معهـم ومـع ذلـك فهـم أطيـب القلـوب وأنقاهـا لصدقهـم في مشـاعرهم وشـعورهم ولا يزيفـون تلك المشـاعر كغيرهم، ومن

الممكـن أن يخلـق ذلـك مشـاكل مع غيرهـم، متقلبو المـزاج، يشـبهون البحر والحيـاة في تقلباتهـم رغـم أن الحيـاة لا ترفـق بهـم.

[٢٦] الجوهر و السلوك

للأسف هناك بشر يعتقدون واهمين أنهم يستطيعون أن يغيروا من طبيعة الشخص الذي يتعاملون معه، لكن حتى نكون على بينة دعونا نتعرف على الفرق بين (جوهر الشخص وسلوكه). جوهر الشخص نعني به چيناته ومدى تأثره بالبيئة التي نشأ بها، وجميع ذلك يصنع جوهر الشخص، والعامل الأساسي في صناعته هو چينات الشخص.. فهل تستطيع أن تغير من چيناتك أو چينات من تتعامل معه؟! إن كانت إجابتك بنعم، فأهنئك أنك تمتلك القدرة على تغيير جوهر من تتعامل معه.. ولكن هل طوال عمرك رأيت البطيخ أصبح تفاحًا؟! أو جوافة أصبحت برتقالًا؟! الخلاصة وما أعنيه أن جوهر الشخص لا يتغير، فهو شيء ثابت راسخ ينتهي مع طلوع الروح.. فلا تحاول تعذيب نفسك في شيء لا يمكن تغييره؛ لأن الجوهر هو صميم الشخص، ولبه الداخلي وليس قشرته الخارجية التي تستطيع بمجرد تقشيرها الحصول على شخص آخر..

لكن ما هو الشيء الذي يمكنك تغييره بشروط مع أشخاص معينة وليس كل من تتعامل معهم؟! إنه السلوك لكن ما هو السلوك؟!

السلوك هو التصرفات التي يستمدها الشخص من البيئة التي نشأ فيها، والتربية التي تلقاها، والخبرات التراكمية له.. فكل ذلك يكون ما يسمى السلوك الظاهري الذي يتعامل به مع الغير.. بمعنى آخر هو القشرة الخارجية الظاهرة لك من الشخص.. فهل ممكن أن يتغير السلوك؟!

الحقيقة أنه وارد أن يتغير السلوك بشكل جزئي أو نسبي وأحيانًا بشكل كلي في حالة أن الشخص كان مستبصرًا أنه يعاني من مشكلة ما.. ويحاول أن يوعي ويثقف نفسه في إطار يسمح له بالتعامل الصحيح مع ما يعانيه من

سلوكيات مرفوضة، فوقتها وارد جدًا أن يحدث التغير والذي لابد أن يكون نابع من الشخص.. فهو الأساس في عملية التغير، وقد قالها الله -سبحانه وتعالى- صريحة في كتابه:

(إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ) سورة الرعد.

بمعنى أن النفس هي المسيطرة على السلوك.

وأعتقد من خلال المذكور سلفًا بأن الحديث في ذلك الأمر محسوم، فلا يصلح أن يسأل شخصٌ إن كان بإمكانه تغيير شخص ما — سواء كان مجرمًا أم معدنه رديئًا — ومن ثم تعتقد واهمًا أن الحب ما سيغيره، فحينها أنت من ستتغير وليس هو.

***

[٢٧] استراحة محارب

إن لم تكن مؤمنًا بنفسك فلا يمكن أن يؤمن بك أي شخص آخر.. إنها حقيقة جلية واضحة وضوح الشمس فهل تعلم لماذا؟! لأن الشخص الآخر وارد جدًا أن تكون فلسفته في الحياة مختلفة، فأنت تؤمن بالقيمة وهو يؤمن بالمادة، أو أنك تؤمن بالاتكال على الله وهو يؤمن بالتواكل على الآخرين.. أو أنك تؤمن بالجانب الحسي الوجداني وهو يؤمن بالجانب المادي العملي؛ ولذلك فإنه لن يرى الأمور من زاويتك ومنظورك حيث يختلف عنك كليًا لا جزئيًا... فلا تطلب منه أن يكون عينك ولا سمعك، أنت فقط من تستطيع أن تحكم على نفسك بشكل منصف؛ لأنك تعلم ما يسعدك وما يحزنك، وكذلك ما يمكن أن يحفزك وما يمكنه أن يثبط همتك، حيث أن حكم الآخرين دائما منقوص لأنهم ليسوا نحن، ونحن لسنا هم.. لذا فالشيء الوحيد الذي لابد أن تحافظ عليه هو إيمانك بنفسك وقدراتك وأن تتعلم من أخطائك، وأن يكون البشر في حياتك مجرد علامات وإشارات لمَ ينقصك ويرشدونك إليه، لكن لا يكونون قائدين لسفينتك وأن تتركهم يتحكمون في مصيرك.. فلا تجعل مصيرك في يد شخص إلا نفسك .. فالبشر غالبًا ما يتحكم في آرائهم وحكمهم عليك هو مصالحهم وإن تعارضت مصالحهم مع آرائهم فيك فسيختارون مصالحهم وهذا هو الطبيعي والواقعي.

لا أقصد أن البشر شياطين لكنهم كذلك ليسوا ملائكة؛ لأن الإنسان يسعى أن يقدم مصلحته في المقام الأول ويحاول جاهدًا أن يحرك الآخرين في اتجاه مصلحته، وليس شرطًا أنه يسعي كي يخسرك لكن كي تظل له

اليـد العليـا دائمًـا.. لـذا آمِـنْ بنفسـك حتـى في عـزّ ضعفـك آمـنْ بأنـك قوي وسـتقوم ولـن تستسـلم وأنهـا كانـت مجرد اسـتراحة محـارب.

[٢٨] أخطاء لا تغتفر

هناك بشر مهما حاولت أن تلتمس لهم الأعذار وتتذكر أخطاءك معهم مقارنة بأخطائهم حتى تستطيع أن تغفر وتصفح عنهم لن تستطيع ذلك؛ حيث أنهم من المفترض أن يكونوا الدوائر المقربة لك التي تحمي وتصون بحكم أنهم الأكبر سنًا أو الأقرب دمًا لك، لذا لابد أن يكونوا صمام أمان وليس مصدر غدر وخذلان.. ويمكن لأن خذلانهم لك أكبر من قدرة احتمالك.. ويمكن لأن في أوج ما كنت تمدّ يدك إليهم لتنقذهم كانوا يحاولون جاهدين إيقاعك وإسقاطك نفسيًا، لكن لماذا هناك بشر نستطيع أن نغفر لهم وآخرون لا نستطيع أن نغفر لهم مهما مرّت الأيام والسنوات؟!

الواقع بأنني قد سألت نفسي ذلك السؤال كثيراً ووجدت أن درجة القرب والقرابة ونوع الأخطاء هو ما يحدد من نستطيع أن نسامحه ومن لا نستطيع.. بمعنى أنه إن كان شخصًا من لحمك ودمك يختلف عن شخص لا يوجد بينكما أي رابطة دم وقرابة، وكذلك توقيت خطأ الشخص عليه عامل كبير لمسامحته.. بمعنى لا يصلح أن تكون غارقًا في مشكلات وهو يغرقك أكثر ثم يطلب منك أن تسامحه وكأنه لم يخطئ.

ومن المؤكد أن أهم الأشياء التي تجعلك تسامح الآخر أم لا هو نوع خطأ الشخص أي لو شخص لم يجاملك في مناسبة أو قصر في واجب يختلف عن خطأ شخص يتعمد جرحك أو قهرك ومضايقتك.

فمن المؤكد أننا جميعًا خطاؤون لكن ما يفرق بين خطأ وآخر وشخص وآخر هو خطؤه الأساسي في حق نفسه.. فأخطاؤنا في حق أنفسنا ما هي

إلا تكملة لأخطائنا مع الآخرين.

نعم لا تتعجب إننا كما نرى أنفسنا نتعامل مع الآخرين، فمن يرى نفسه شخصًا ضئيلًا ولا قيمة له يتعامل مع الآخرين بضآلة ووضاعة، ومن يرى نفسه كبيرًا في عين نفسه يعامل الآخرين بتقدير وعزة، فإن استطعت أن تعرف ما هو خطأ الشخص في حق نفسه فستستطيع بسهولة التكهن بشكل أخطائه المستقبلية معك من حيث نوعيتها، وبالتالي تتجنب خذلانه من البداية فأخطاء الآخرين في حقوقنا ما هي إلا صورة من أخطائهم في حق أنفسهم.

[٢٩] روح التجربة

هل يستطيع الإنسان أن يعبر ويسرد عن تفاصيل شعور لم يعشه؟ بمعنى هل كل ما نقوم بسرده والتحدث عنه لابد أن نكون عشناه أو نعيشه ؟

باعتقادي الشخصى أنه لا يوجد إنسان سوف يعبر بدقة شديدة عن حدث وإحساس لم يمر به، فمن عاش الحدث والشعور يكون كمن نزل أعمق أعماق البحار والمحيطات، أى أنه يحمل الدرر والأصداف واللآلئ وكذلك الأحجار!

أما من لم يعش التجربة فإنه يكون كمن وقف على الشاطئ، لا يستطيع سوى أن يسرد لونه وشكله وليس ملمسه ورائحته وإحساسه وما يحمله في طياته وما صادفه داخله من إحساس بالسعادة أو الرهبة!

إنك بمنتهى السهولة تستطيع أن تكتشف من مارس وخاض شيئًا بالفعل ثم كتب عنه، ومن لم يمارس أو يخض الشيء بالفعل ولكنه تكلم عنه!

فكل ما يفتقر للروح يظهر لنا جليًا بوضوح، والتجربة الحية تصقل الإنسان وتمده بمعنى الروح، حيث أنها تعطي التجربة الحركة والنبض والجريان وكذلك الذوبان في تفاصيلها.

فإن وجدت ما تقرأه لشخص ما معبرًا عن موقف ما قد افتقر لمعنى الروح فاعلم أنه لم يمر بالتجربة، أو ربما مر على سطح الأشياء ولم يدخل في دهاليزها، وبالتالي فإن حكمه على الأشياء حكم منقوص لا يعتد به بشكل كامل.

إن أعماق الأشياء هى التي تظهر المعانى بتجلي، فمن ذاق قمة الألم غالبًا هو الأكثر حكمة، ومن ذاق قمة الحب هو الأكثر سعادة وربما الأكثر تعاسة، فذلك يعتمد على ما آل إليه حبه، ومن ذاق قمة القهر والكبت هو الأكثر عدوانية وشراسة.

وتستطيع أن تكتشف كنهة وأصل الأشياء من ردات فعل البشر وكذلك كلماتهم، فمن وصل لمنتهى الأشياء والأحداث ليس كمن لم يصل، ويظل السر في روح التجربة!

[٣٠] التكوين العاكس للمجتمع

قد تجد فتاة جميلة بالفعل ومصدر جذب ولفت انتباه للشباب المحيطين بها، ولكن لا أحد يجرؤ على الاقتراب منها والتودد إليها للزواج والظفر بها كزوجة، ويظل السؤال الحائر لماذا وكيف وإلى متى؟! والكل في حيرة ويتمنى أن يعرف الإجابة، وربما هى شخصيًا قد تجهلها، ولكن ببساطة شديدة وبدون تحير، قد تكون تلك الفتاة لا تتناسب مع كل متغيرات العصر والمحيط الذى تعيش فيه ولمن يتواجدون في دائرتها ومحيطها ووسطها الاجتماعى، فقد تكون خجولة ومتحفظة جدًا والمحيطون بها منفتحين بشكل مبالغ فيه ولا يتوافقون مع طبيعتها الحيائية والحياتية، أو ربما تكون لا تعمل، ومن في محيطها ودائرتها إمكانياتهم المادية محدودة ولا تسمح لهم بالزواج من فتاة لا تعمل والتكفل بها وإعالتها من الألف للياء، لأن ذلك ليس بمقدورهم واستطاعتهم المادية، وذلك مثال بسيط لما أود أن أشير إليه.

إننا بشر لا يكفى أن نؤثر في المجتمع، بل يجب أن نتأثر به في حدود ما يمكّننا من التعامل معه والتكيف والتأقلم بأقل الخسائر وأكبر الأرباح النفسية على أقل تقدير، فلا مفرّ من صراع الإنسان على الأرض وإن صارع فليصارع بشرف وكرامة حتى لا يخسر نفسه وكذلك حتى لا يخسر حياته على الأرض.

إن التكوين العاكس للمجتمع ما هو إلا مجموعة من المستجدات والتحديات والإمكانات التى تتلائم في فترة بعينها وقد لا تتلاءم مع ما قبلها أو ما بعدها، إلا أنه سيظل مصطلح متجدد قد لا يدركه الكثير،

وإن أدركه فقد لا يستطيع التجاوب الفعلى والعملى معه، إننا لكى نعيش على أرض خلقت لنا، لابد أن نحاول بنائها تبعًا لطبيعة الأرض التى نسكنها فلا يمكن زرع نباتات في أرض صحراوية، ولا يمكن أن تعيش نباتات بلا ماء!

إنها عملية متشابكة، شديدة التعقيد والمنهجية، والبعض يدركها مبكرًا فينجو ويخلق أرضًا جديدة صالحة للعيش، والبعض الآخر لا يدركها ويفطن إليها فتظل أرضه بور لا تصلح للحياة!

إن التكوين العاكس للمجتمع يظل رؤية متجددة قابلة للحذف والإضافة ولكنها تعكس الواقع المعاش.

[٣١] الغموض

الغموض ليس مقياسًا لثراء الشخصية، ولا الوضوح مقياسًا لعدم غموضها في المطلق وبأنها شخصية لا تحوي أبعادًا كثيرة، حيث أن هناك بشر يعتقدون أن الشخص الذي يقوم بتصرفات غامضة وغير مفهومة ويحير من يتعامل معه أن ذلك يعطي له ثقل وذات عميقة محيرة تسترعي الانتباه؛ لكن الحقيقة أن الغموض ليس دائمًا مقترنًا بعمق وثراء الشخصية بل بالعكس حيث أن هناك احتمالية أن يكون الشخص الغامض يوقعك في الفخ حتى يدخلك إلى عالمه وعندما تدخله تكتشف أن داخله خاو ولذلك فهو حاول أن يوهمك بأنه شخص غامض وعميق ومحير وشخصية جاذبة لفك طلاسمه حيث أن الشيء الغامض يثير فضولك لاكتشافه؛ لذا فهو قد اعتمد على غريزة الفضول لدى البشر، وأنت قد التقطت الطعم.

تلك هي الحكاية لأن الغموض الحقيقي يكون غير مفتعل؛ لكن أن يفتعل الشخص مواقف لإثارة فضولك وحيرتك فتأكد أنه شخص أجوف من داخله وليس لديه ما يقدمه لك سوى إشعال غريزة الفضول لديك؛ لأنه يعلم جيدًا أن ذلك الطعم هو ما يستطيع به اصطياد الآخرين لعالمه.

على الجانب الآخر ليس شرطًا أن يكون الشخص الواضح الصريح لا يحمل طابع الغموض في شخصيته بشكل كلي؛ لأنه من الممكن أن تكون أفعاله وأقواله صريحة وواضحة لكن نمط شخصيته محير بدون نية مقصودة منه؛ وذلك لأنه يحمل داخله تناقضات كثيرة ولست

بصدد مناقشة أسباب التناقضات في الشخصية لكن ما وددت أن أنوه عنه ألا تحكم على البشر بشكل متسرع من خلال عدة مواقف مفتعلة وأصبحت معروفة للجميع من كثرة تكرارها لأن ما بين الغموض والوضوح شعرة.

[٣٢] حتى لا تحترق الفراشات

هناك طائفة من البشر لا يستطيع الآخرون الاقتراب منهم رغم بهاء وجاذبية نفوسهم وتميزهم إلا أنك تخشى الاقتراب منهم.

إنهم كالفراشات الملونة، الجاذبة للنظر، التي تشدك بألوانها وأجنحتها وتود لو تطير معها ولكنك لا تستطيع التحليق! ربما شدة وهجهم ونورهم وتألقهم عامل جذب للاقتراب منهم، ولكنك لا يمكن أن تدفع ضريبة قربهم!

حيث أن شدة إحساسهم وشعورك بأنك أضعف من أن تحتويهم عامل هروب منهم، وقد يكون خوفك عليهم منك، ومن أسلوبك وسماتك المختلفة عنهم تمامًا عامل يبعدك عنهم، لأنهم خارج دائرتك النفسية التى لا تستطيع التعامل مع رهافة مشاعرهم وقد وقد..! ولكن النتيجة واحدة، وهى أن القرب منهم مجازفة غير محددة العواقب، وكذلك البعد عنهم موت للحياة داخلك!

إن النور أكثر عنصر جذب، ولكن النور شديد السطوع قد يرهبك، يربكك، ويشتتك، ويجعلك حائرًا، فهل تقترب وتتحمل وهجه؟ أم تبتعد فلا تلبث أن ترى كل ما دونه ظلام دامس؟!!

[٣٣] آسفة أرفض الطلاق

هناك نوع من النساء عندما يخونها زوجها تفقد صوابها وعقلها وتتصرف تصرفات تؤخذ عليها وليس على زوجها الخائن.. وللأسف فقد صادفت تلك النوعية على أرض الواقع رغم أن المجتمع يعفو ويتسامح مع خيانة الرجل ويقدم لها التبريرات والأعذار لكنه يُدين خيانة المرأة ويعلق لها المشانق أيًا كان السبب والدافع ولكن لأن المرأة تكون مثل المذبوحة من خيانة زوجها وإعراضه عنها عن ذي قبل وخاصة إن كان زواجها نتاج قصة حب فذلك يعذبها بشكل أكبر، ومن ثم تبدأ بفعل تصرفات غير محسوبة تؤخذ عليها وتهدد حياتها الزوجية التي تزلزلت ككل؛ لأن المرأة عندما تُخان تشعر أنها فقدت عرش أنوثتها وبعدها تصبح الأمور غير فارقة معها من حيث أنها لن تفقد أكثر مما فقدته.

كلنا يعرف أن المرأة كائن عاطفي وحساس قابل للشروخ والجروح النفسية لأنهن بالفعل قواريرمن سهولة خدش مشاعرهن إلا ما ندر منهن .

وما لاحظته أن هناك نوعًا من السيدات عندما يخونها زوجها تحاول أن تثبت للمجتمع المحيط بها أنها هي الخائنة وأنها سيئة السلوك وزوجها هو المظلوم معها.. أي تلصق بنفسها تهمة أنها امرأة خائنة بدلًا من أن يثبت عليها أنها فقدت بريق وعرش أنوثتها في عين زوجها ومن الممكن أن تكون خانت بالفعل بناءً على خيانة زوجها لها كنوع من رد الصاع صاعين، وكذلك وارد أن تكون قد اقتربت من منحنى الخيانة ولم تقترفها كاملة وذلك بدافع انتقامي بحت وليس بدافع

شـهواني محـض.

لكـن هـل بقـدر ذلـك المـرأة ضعيفـة هشـة؟! حيـث أنـه قمـة الضعـف أنـه بـدلًا مـن أن أعالـج الخلـل أو أبـتره أن ألجـأ للخيانـة كحـل يذبحنـي أنـا شـخصيًا قبـل غـيري، والمـرأة لا تلجـأ لذلـك الحـل إلا إن كانـت تعـرف ومتأكـدة أن علاقتهـا بزوجهـا صعبـة ومسـتحيل أن تحيـا مـرة أخـرى، وفي نفـس الوقـت صعـب أن تتركـه وتنفصل عنه سـواء لدافـع مـادي أو معنوي أو مجتمعي.

كذلـك مـن الـوارد أن يكـون هنـاك اتفـاق ضمنـي بينهـا وبـين زوجهـا عـلى أن كليهـما يعيـش حياتـه بالطريقـة التـي ترضيـه وتريحـه لأن المـرأة لـن تلجـأ لذلـك الحـل إلا إن كانـت تعلـم أن مفهـوم الـشرف لـدى زوجهـا هـش ومغلـوط.

الواقـع أن الحيـاة بهـا الكثـير مـن أنمـاط البـشر والعلاقـات التـي توضـع تحـت بنـد الشـذوذ ومـع ذلـك فإنهـا قائمة ومسـتمرة، وهنـاك بيـوت كثيرة أهـون مـن بيـت العنكبـوت ومـع ذلـك مسـتمرة كشـكل اجتماعـي ليـس إلا، وأنـا هنـا لسـت بصـدد الدفـاع عـن المـرأة التـي تفكـر وتتعامـل بهـذا المنطـق وليسـت تلـك قضيتـي لأن كل إنسـان يتبـع مبادئًـا وقيـمًا معينـة في حياتـه تعـبر عـن صميـم جوهـره.. ولكـن السـؤال الـذي يشـغلني لمـاذا هنـاك بـشر كثـيرون بـدلًا مـن أن يواجهوا مشـاكلهم يضاعفونهـا وينتظرون الحل؟!

[٣٤] الطفولة الممتدة

هل تعلمون أننا لا نكبر أبدًا، إن بحثت داخل نفسك ستجد أن صفاتك وسماتك الشخصية مازالت كما هي من أيام الطفولة، والتغيير الذي طرأ عليها طفيف نسبيًا، ويخضع لدرجة وعي الشخص بذاته أي أن يكون مدركًا لسلوكه، ومن ثَّمَّ يحلله ويسمو به أو يهبط به أو يظل كما هو، بمعنى آخر أنك ستجد الطفل العنيد في صغره ما زال كذلك عندما كبر لكن أسلوب عِنده هو ما اختلف تبعًا لموقعه في الحياة، أي أنه إنْ كان أبًا ستجده يحاول السيطرة على أبنائه بأفكاره ورؤيته طوال الخط ولا يتقبل النصائح والمشورة من الآخرين، وكذلك ستجد الطفل الذي كان يغش في صغره سيظل يغش في كبره سواء كان غشًا ماديًا أو معنويًا أي في علاقاته.. المهم أنه سيظل يمارس نوعًا من أنواع الغش.

المقصد أن سمات الطفولة تعبر جدًا عن شكل مستقبل سمات الفرد عندما يكبر حتى وإن تغير الشخص لفترة لسبب ما، سواء بسبب ضغط المجتمع عليه للحفاظ على مبادئ وموروثات المجتمع أو لأي سبب آخر.

المهم أنه وارد بشكل كبير أن يعود بعد فترة لسماته الأصلية والمتأصلة التي ترسخت من أيام الطفولة حيث أن مرحلة الطفولة كالنقش على الحجر، ومن الصعوبة البالغة أن تنمحي من الذاكرة والوجدان والسلوك لكن المشكلة أن الأباء والأمهات لا يفطنون لتلك الجزئية إلا متأخرًا جدًا بعد أن يكون الطفل قد تشكل وتكون وسيصبح من الصعوبة البالغة تغييره.. وقتها يبدؤون في البحث عن مواقع الخطأ والخلل محاولين إصلاحه.. إلا أنهم يدركون أن الوقت قد تأخر كثيرًا في الإصلاح.

وغالبًا المشكلة الكبرى أن تلك السلوكيات تكون مستمدة من سوء تربيتهم له، وبالطبع هم ينكرون في محاولة لحماية أنفسهم من اللوم والعتاب وتأنيب الضمير، لكن الحقيقة والواقع أن الطفل مثل الورقة البيضاء تمامًا أنت من تكتب عليها ما تريد كتابته والطفل مجرد متلق.

أي نعم أنه من الصحيح أن درجة استجابة الأطفال مختلفة بمعنى أن تأثير التربية عليهم يختلف باختلاف سماتهم السيكولوجية والفسيولوجية إلا أنه في النهاية يظل هناك درجة تأثير وتأثر لا يمكن تجاهلها.

ما أريد التنويه عنه أن مرحلة الطفولة تظل هي أخطر مرحلة في حياة الإنسان وتشكل معظم سلوكه المستقبلي.

فمن لحظة ميلاد الطفل لابد أن تكون واعيًا لذلك ويقظًا في كل حرف وسلوك تمده للطفل؛ لأنك بالنسبة له تكون كالكتاب الذي يتلقى ويقرأ المكتوب فيه بحذافيره، وانتبه لأن الطفل ذكي جدًا ويقرأ المكتوب وغير المكتوب وما بين السطور كذلك وإن كان مازال يجهل القراءة على أرض الواقع؛ لأن الطفل على الفطرة، والفطرة لا تقبل التلون، وبالتالي فإن الطفل يتعامل بما يرى ويسمع وليس بما أتمناه له.

فيا ليت أن ترفقوا بأطفالكم قبل أن تمدوهم بالحياة، ويصبح ذلك هو أعظم إنجاز لكم في عرفكم رغم أنه من الممكن أن يكون أسوأ انجاز إن ربيتوهم بشكل خاطئ.

فالتربية مسئولية في المقام الأول، ومسئولية جسيمة كمن يبني دولة بالضبط؛ لأن بالفعل هؤلاء الأطفال من المفترض بأنهم من سيبنون الدول بعد ذلك، فلا تقلل من فكرة تربية طفل، لكن إن وجدت أنك تحتاج إلى التربية أنت أولًا فأرجوك لا تأتي بأطفال ليس لهم ذنب سوى قصورك الذاتي.. اللهم بلغت اللهم فاشهد.

[٣٥] شعب متدين بطبعه

هل تعلمون ما هي مشكلتنا كمجتمع شرقي متدين بطبعه على حد القول أننا لا نلجأ للدين إلا كمخرج وليس كمدخل.. هل تدركون ماذا أعني؟! أعني أنك ستجدنا عندما يحدث لنا مشاكل نبدأ بالبحث عن الدين ونقول قال الله وقال الرسول.. عفوًا لكن أين كان قول: قال الله وقال الرسول وقت الخطأ في حد ذاته، وكمثال قد تجد فتاة تزوجت عرفيًا... ثم حملت... وعندما تملص الأب من ذلك ورفض الاعتراف تبدأ بالبحث عن حقها الشرعي من خلال رأي ووجهة نظر الشرع والدين... أليس الأدعى إن كانت بحثت عن رأي الشرع والدين قبل الدخول في سراديب تلك الزيجة؟! أنها تبحث عن مخرج لمشكلتها ولكنها لم تفكر في المدخل الديني للقصة من بدايتها... وقس على ذلك قصصًا عديدة حولنا تؤكد أننا لا نبحث عن الدين إلا كمخرج لمشاكلنا وليس مدخلًا لحياتنا حتى يبارك الله لنا فيها.. وبالتأكيد فإني لا أدين الجميع فليس الكل على نفس الشاكلة.. لكني أرى بأننا إن كنا سننعت أنفسنا بأننا مجتمع متدين بطبعه فسيكون من الأصدق أن نعترف أننا مجتمع لا يهمه إلا قشور الدين وما يظهر منا للناس من حولنا..

أعني أن القاعدة الدينية التي تحكمنا هي: خاف من البشر قبل رب البشر.. أى أننا نمتلك القصور في التفكير تجاه الدين وحتى الرجال لا يريدون أن يطبقوا من الشرع إلا مثنى وثلاث ورباع.. أليس الأدعى أن تعرف الناتج الديني من الآية؟! وما سيؤول إليه من حيث «ولن تعدلوا»؟! بمعنى أنك حتى إن تزوجت ثانية وثالثة لابد أن تعرف بأنك

ستضيف أعباءً عليك ولن تقضي ليالٍ عاطفية ورومانسية بدون أن تدفع ثمنها وضريبتها، أي أنك قد اخترت الأصعب وليس الأسهل.. أي أنك اخترت أن تكون اثنين في واحد.. أعنى أعباء بيتين.. فلماذا تنظر للمخرج بدون أن ترى ما أنت مقبل عليه.

إنني أضع نماذجًا لنمط أفكار حولنا، وأعتقد أنها أفكارًا تخص قطاعًا كبيرًا من البشر وليست حالات فردية معدودة.

فنحن الدين بالنسبة إلينا ما هو إلا مخرج لمشاكلنا، لذلك كانت العبارة التي قد استخدمناها لوصف شعبنا أنه شعب متدين بطبعه وليس مؤمنًا بطبعه، لأن التدين ما هو إلا قشور ومظاهر الدين أما الإيمان فهو لب وعمق الدين، والإيمان هو المطلب الأساسي من الدين وليس التدين الظاهري المعتمد على ما سنظهره للناس.

[٣٦] البريسيز

شاء القدر أن أقوم بتجربة تقويم الأسنان بعد جهد جهيد ونية مبيتة منذ فترة طويلة، وحاليًا فهو ما زال يلازمني وأتمنى ألا يستمر معي بمقدار فترة النية المبيتة لأن أضعه على أسناني.

المهم وما جعلني أذكر تلك التجربة هما شيئان هامان ألا وهما: أن كل شيء بأوان بالفعل مهما حاولت أن تسعى له أو تفكر فيه، وأن تصبر على حلم أو هدف مهما طال بك الوقت، والجزئية الثانية التي وددت أن أذكرها هي أنني قد توقعت أن تقويم الأسنان يعتمد على فكرة مختلفة تمامًا عما كانت في تصوري حيث أنني كنت أعتقد أنه مجرد سلك يوضع على الأسنان وبمرور الوقت وبدون مجهود ولا تدخل مني يبدأ الفك والأسنان للرجوع لأماكنها الطبيعية، وبالطبع عندما قمت بتركيبه اكتشفت كم كان تصوري ساذجًا وأن فكرته تعتمد على تصور مختلف تمامًا عما كان في ذهني تجاهه.

الخلاصة وما أود لفت الانتباه إليه: أن توقعاتنا وتصوراتنا عن الأشياء تحد من مدى قبولنا لها وتخلق داخلنا صراعًا مؤقتًا بين ما تصورته وما هو قائم بالفعل وحياتنا بأكملها قائمة على نفس الفكرة سواء في الزواج و العمل أو الصداقة أو غيرها من العلاقات والأشياء .

فحاول ألا تبني توقعات لأن العقل يعمل في اتجاه تصوراته ويحد من قدراته إن وضع نفسه داخل تصور وإطار معين، والحياة أوسع وأشمل من تصوراتك وحدود عقلك القاصر مهما بدا كاملًا ومكتملًا.

فادعوا لي أن أزيل البريسيز والتوقعات.

[٣٧] الأخطبوط

لا تأخذك المظاهر البراقة اللامعة، فليس كل ما يلمع ذهبًا، وليس كل من يقدم لك خدمة أو يسدى إليك بنصح يبغي مساعدتك بالفعل، فالبعض لا يلمع إلا بإطفاء الآخرين، ولا يقدم مساعدته وخدماته إلا لإنقاذ نفسه.

نعم.. هناك نوع من البشر يعطي ليأخذ أكثر بكثير من عطائه لك، ويوعد ليوفى الآخرون بوعوده من أعصابهم وروحهم وأحيانًا ضمائرهم، فهو إن ساعد فلأجل نفسه، وإن ادعى الحب فلإرضاء طموحاته التي لا سقف لها، منعدم الشعور، بليد الإحساس، سعادته في شقاء الآخرين، يتمنى أن يصبح الجميع صورة منه في الغل والحقد والكره حتى يتسنى له اللعب على جميع الحبال بلا ضابط أو رابط ولا متخذ موقف إزاء تجاوزاته، إنه الشيطان والشر على الأرض، لا وازع، لا ضمير، لا مشاعر.. من يقترب منه يموت وهو على قيد الحياة، ومن سانده يغدر به، ومن أعزه يذله، لا شذوذ واضح عليه من أولى التعاملات معه، وهنا تكمن المشكلة، حيث يسهل ذلك خداعة للأخرين.

إنه كالحرباء يتلون بجميع الألوان لتنفيذ مخططاته، ويكذب لحد أن تعتقد أنت في نفسك الكذب، ويوهمك بالمرض النفسى لك، لا له، حتى ترضخ لمطالبه منك، له مئات الأذرع التى تلتف حول ضحاياه كالأخطبوط، لا يمكن أن تأمن له ولقربه، لا يتوانى عن إيذاء من ساعده، ولا تتعجب من إيذائه للمقربين بحكم مصالحه، هو الظلام وسط النور، والعفن وسط الثمار، يعطيك الفتات ويقنعك أنه قمة العطاء،

وبأنه يضحى لأجلك، وهو بكل لحظة لا يضحى سوى بك، ولا يتورع عن إيذاء أقرب من له بدافع الانضمام إلى حزبه وأفعاله الكريهة، وكل من يشذ عن ذلك يحاول أن يضمه إليه باللعب على نقاط ضعفه التى صنعها هو له حتى يتمكن من السيطرة عليه.

يجيد جيدًا أداء دور القديس والشهم وحامى حمى الديار حتى يخربها من الداخل من حيث استطاع أن يدخلها بالقناع الذى ارتداه لأصحابها حتى يصدقوه في البداية إلى أن ينكشف أمره ثم يفاجئوا أنهم تورطوا معه في شره من حيث لا يدرون أو فطنوا لذلك متأخرًا، هو عون الشيطان وعينه وذراعه، نوع من البشر لا يرتقى أن نطلق عليه بشر، فهو أدنى من الحيوانات، حيث أن الحيوان يتعلم بالتجربة والخطأ، أما هو فالتجربة بالنسبة له ما هي إلا فرصة ليتعلم كيف يوقع بضحاياه، ولا تأمنه على سرك ولا على بيتك وعملك، كل ما تستطيع فعله هو أن تبتعد عنه، فالقرب منه خسارة فادحة في الصحة والأعصاب، إنه عدو الحياة، كاره نفسه وكاره من حوله، لا يمكن أن يحب ولا أن يقع في الحب، وكيف يحب وهو بلا إحساس ولا وجدان؟

هو مجرد أداة ووسيلة وبنك في عرف المقربين منه، وحتى إن لم يظهروا ذلك فهو يعلم ذلك، وهم أيضًا يعلمون أنه يعلم ذلك، إلا أنهم قد دفعوا الثمن من روحهم وأعصابهم وهو من دفّعهم ودفَعهم لذلك.

ولكن كيف يقنع ضحاياه بأفكاره وأفعاله؟.. إنه يدخل لهم للوهلة الأولى في صورة منقذهم، ثم ينكشف لهم وجهه الآخر حين يقنعهم بأن الغاية تبرر الوسيلة، فيبدأ بأفعال صغيرة ثم تكبر تلك الأفعال بمرور الوقت حيث أنه يبدأ بجرعات مخففة من تعليمهم إسكات ضمائرهم حتى يستحلوا الحرام ويعتقدوا أنه شيء عادى وليس بإثم أو ذنب، ويحاول بشتى الطرق ضم الكثير لدائرته حتى يصبح أسلوبه هو السائد فلا يظهر شذوذ سلوكه بينهم، ولا تأمل في تغييره أو أن يكف

عـن أفعالـه.

فهل رأيت شيطانًا يتوب ويتعظ؟

هـذه الشـخصية لا أمـل في علاجهـا، وإن حاولـت إصلاحهـا فتأكـد أنـك مصـاب بالعـدوى لا محالـة.

***

[٣٨] الشخص الحالم

يعتقد البشر أن الشخص الأقدر على الخوض في علاقات الحب والغرام هو الشخص الرومانسى، ولكن في حقيقة الأمر فالشخص الرومانسى وخصوصًا الحالم هو من أصعب الأنماط دخولًا في العلاقات العاطفية، وكذلك نجد صعوبة التعامل معه في تلك العلاقات.. ولكن لما؟!

ربما لأن الشخص الرومانسى لا يدخل دائرة الحب إلا مع الشخص الصادق تمامًا وقلما نجد شخص صادق مع نفسه ومع الآخرين، وبالتالى تضيق عليه دائرة الاختيار، حيث أن معظم العلاقات قائمة على التصنع وربما الزيف!

وكذلك هو لا يستطيع أن يقول أحبك إلا إذا شعر بها بكل نبضه وكيانه وبالتأكيد لكى يقولها يتحتم وجود أمر من اثنين ألا وهما: إما أن يحب الحب الذى يخطف من النظرة الأولى بدون أسباب ومسببات ملموسة، أى فعلية، قائمة على أرض الواقع، أى أنه يحب لأجل الحب الغير مشروط.

وإما أن يحب شخص يستحق الحب بالفعل من خلال أفعاله معه وبالطبع الحالتين ليس من اليسير الحصول عليهم.

ولذلك قد تجد الشخص الرومانسى يتغنى بالحب أكثر من ممارسته، فهو يحب الحب لذاته، ويظل يبحث عنه، وربما يجده وربما لا، ولكن ذلك لا يقلل من قيمة الحب داخله.

إن الأشخاص الحالمين لهم عالمهم الخاص، ولكى تقترب منه لابد أن تمشى على أطراف أصابعك ومشاعرك، فموقف واحد قادر على إشعال نيران الحب داخلهم، وكذلك موقف أخر قادر على إخماده.

إنهم متطرفون في مشاعرهم، وقد تجد الضدين والنقيضين بهم، ولكنهم إن أحبوا.. أحبوا بصدق، وبكل ذرة مشاعر داخلهم، مما يجعل من الصعب نسيانهم أو التفريط في حبهم.

والشخص الرومانسى الحالم يعطى في الحب أكثر مما يأخذ، ولكن إن خانه من وهب له مشاعره، فقد يختفى من حياته للأبد مهما كان الثمن.

والشخص الرومانسى الحالم لا يستطيع الزواج من أى شخص، إلا إذا كان توقيت زواجه لا يحمل النضوج الكافى لاختيار الزوج.

هم نيران وماء وسماء وأرض، وهم أقصى اليمين وأقصى اليسار وهم البهجة والحزن، والحياة والموت، لأنهم صادقون حتى الثمالة!

[٣٩] حتى لا تصطدم بالإجابة

كثيرًا ما نسأل الآخرين سؤالًا فيجيبون إجابة قد تبدو لنا قريبة أو بعيدة عن سؤالنا، فهل يا ترى حقًا هم يجيبون إجابات قريبة أم بعيدة، أم نحن من يخيل إلينا ذلك؟

الحقيقة أن كل إنسان عالم بذاته، ويجيب من خلال عالمه ومحيطه سواء كان عالم ضيق الأفق ومحدود أو عالم ثرى ومتسع الأفق.

فلا تتعجب إن سألت أحدهم سؤال وأجابك إجابة لا تتوقعها ولم ترسم لها تخيل، وكيف ترسم لها مسارًا ومسارها مختلف عنك؟

إنه يجيبك من عالم مختلف، قد تتشابه بعض مداراته ومجراته، ولكنه حتمًا يختلف عن عالمك في تفاصيله، لأن ما اعترى عالمه ومداراته من عوائق وتحديات وأحداث وتفاصيل يختلف عن عالمك كليًا.

فإن سألت أحدهم سؤالًا، فلا تتعجب إن أجابك إجابة غير مألوفة لسؤال يبدو مألوفًا، فربما عالمه لم يجبه بعد إجابة تتلاقى مع عالمك.

ويقال إن اثنين لا يغيران رأيهما هما: الموتى والمجانين.

فالإنسان يوميًا يخلق واقعًا وعالمًا جديدًا داخله وخارجه، فربما تجد شخص يجيبك بما يفتقده أو بما يشعر به وإن كان غير موجود في محيطه وواقعه إلا أنها إجابات تحمل عالمه الخاص.

والواقع أنه ليس هناك إجابات صائبة وخاطئة، بما يضمن عدم وجود إجابات بديلة.

إن عالمنا الداخلي عالم قائم بذاته، لا يشبهه عالم آخر، وربما هناك التقاء، لا تشابه، هكذا خلقنا وهكذا سنظل وهكذا نبدع ونفكر ونثرى.

إنـك حتـى إن سـألت نفسـك سـؤالًا، فربمـا إجابتـك اليـوم تختلـف عـن إجابتـك غـدًا وعـن بعـد غـد، فحتـى لا تصدمـك الإجابـات لا تنظـر إليهـا مـن عالمـك.. بـل مـن عـوالم الآخريـن، فربمـا تكتشـف عـالم لم تـره بعـد..

[٤٠] البطل الأول

الأب هو أول حب في حياة الفتاة، وهو الذى يكون وعيها عن تصورها لزوجها المستقبلى، وتظل الفتاة طيلة عمرها تبحث عن صورته بين جميع الرجال، فتارة ترى في فتى أحلامها الأب الحنون الذى يحتويها، وتارة تراه الأب الذى تصورته في والدها ولم تجده، فتبحث عنه في كل رجل إلى أن تجده، وتارة تستدمج صورة والدها القاسى في صورة رجل قاسى أيضًا ولكنها تريد تغييره باللعب على أوتار أنوثتها، التى لم تتمكن من لفت نظر أبيها من خلالها فتسعى إلى رجل يرضخ لأنوثتها ودلالها.

الأب شمس لا تغرب عن خيال البنت، وتظل تلاحقها طوال سنوات عمرها، سواء كان أب قاسى أم أب حنون، إلا أن تأثيره يظل يلاحقها في علاقتها بكل رجل.

وكيف لا وهو أول وجه رجولى نظرت إليه فعرفت أن هناك اختلاف بين الرجل والمرأة، وكيف لا وهو من أعطاها النصائح والثقة والأمان كله بلا مقابل سوى رضاها.

إن الأب هو أول لوحة كاملة وترنيمة خالدة في حياة البنت، وسواء كانت الصورة التى كونتها سلبية أم إيجابية إلا أنها لا تنمحى أثارها من وجدانها.

إن دور الأب دور عظيم في حياة كل فتاة، وليت الأب يفطن ويعى ذلك ليعلم مدى تأثيره سواء الإيجابى أو السلبى في حياة بناته تحديدًا؛ لأن الفتاة تتأثر بشكل مختلف عن الفتى، من حيث تأثرها الوجدانى والعاطفى الأعلى.

فإن كانت الأم هي منبع الحنان، فالأب هو منبع الأمان للفتاة وهو

الـذى يعطيهـا الثقـة لمواجهـة العـالم، ومـن رزقـت بـأب حنـون ومتفهـم لـن تسـتطيع الحيـاة كسرهـا يومًـا مـا، لأن المشـاعر والأحاسـيس التـى ترسـخت في مرحلـة الطفولـة لا يمكـن محوهـا بسـهولة.

فرسـالتى لـكل أب أن يحتـوى بناتـه ويشـبعهن حنانًـا وحبًـا وأمانًـا، فالأمـان احتيـاج نفـسى أولى لا غنـى عنـه للبـشر بشـكل عـام ولـكل فتـاة بشـكل خاص، فقـوة الفتـاة تسـتمد مـن استشـعارها للأمـان في كنـف والدهـا، وإن هـي افتقـدت الأمـان فسـتظل لعنـة تصاحبهـا العمـر كلـه!

***

[٤١] ضعف الظالم

على عكس الشائع والمتعارف عليه أرى أن الظالم شخص ضعيف.. هش.. داخله مهترئ ومشوش، فالذى يظلم لم يستطيع كبح زمام نفسه وترميم جراحه فرمى بها لأبعد مكان ألا وهو من يظلمه، وبالتالى الظالم شخص ضعيف وليس قويًا كما يتوهم البعض، والذى يعتقد فيه قوته رآها من منظور أنه لا يتورع عن الإيذاء ولا يؤنبه ضميره على ظلمه، وينام ويعيش قرير العين، هانئ البال، وينسى ضحاياه، وذلك ما يوهم البعض بجبروته وتجبره، إلا أنه في حقيقة الأمر لا يشعر ببشاعة أفعاله لأنها جزء منه، فهل أريت من يلعن ويدين جزء منه؟! أننا لا نرى إلا أخطاء الأخرين، أما أخطاؤنا فلا نقوى على إدانتها، بل ننكر ونبرر.

والذى يظلم يحاول أن يرمم جراحه على حساب غيره، ولكن هيهات، فإنه يضيف لجراحه أضعافًا مضاعفة، فالظلم ليس شفاء لجروحنا، والظالم قد يكون يرد على من ظلمه من خلالك، سواء إن كان من ظلمه فرد أو مجتمع .

إنه يختزل كل ما مر به من ظلم ويوجهه لأفراد آخرين، حيث لم يستطع رد الظلم لصاحبه فظلم غيره!

ولا أستطيع بالطبع أن أجزم بأن كل من ظُلم يَظلم، ولكن ربما يكون الأرجح أن من يظلم يرد صدى ظلم ما زال داخله ويتفنن في تبرير أفعاله حتى لا يشعر بتأنيب الضمير، ولكن إن ربك لبالمرصاد ولا مبرر للظلم ولا للظالم فلا يوجد إنسان لم يتعرض للظلم على مدار حياته ومشواره، ولكن هناك من يتخذه ذريعة لتحقيق العدل في الحياة وهؤلاء أولي العزم والقوة، وهناك من يتخذه ذريعة لتحقيق الظلم في الدنيا وهؤلاء حزب الشيطان.

فالحياة ما هي إلا دار اختبار، وهناك من يعي ويفطن لذلك، وهناك من يكذب ويبرر لنفسه وغيره، فيظلم نفسه وغيره.

إن الظالم شخص ضعيف، مهزوم، يحاول أن يداوي جراحه على حساب آلام الآخرين، ولكنه لا يدرى أنه يزيدها تقرحًا ولهيبًا، فلا تسمح لشخص بأن يعالج جراحه من خلالك، ويكفى أن تعلم بأنه مجروح من شيء ما وتوجهه لمكان جرحه وكفى!!

[٤٢] ما لزماننا عيب سوانا

لماذا دائمًا ما نحتار في شعورنا ومشاعرنا ونحتاج وقتًا طويلًا حتى نفهم أنفسنا رغم أن الطبيعي أن نفسنا جزء منا وبالتالي من المفترض أن تكون أقرب شيء لنا وندركها ونفهمها جيدًا وندرك أبعادنا النفسية كاملة.

لكن الواقع أن ما يشتتنا ويربكنا هما الأهل والمجتمع، فمنذ مولدنا ومع بلوغنا يفرض علينا الأهل والمجتمع صورة مثالية لا يصلح أن يحيد عنها أحد منا حتى إن لم تكن صورة موجودة على أرض الواقع.. المهم أن نلتزم بها حتى لا يقول الآخرون شيئا عن أهلنا ومن ثم نصبح مجالًا للنقد والسخرية وتظل الدائرة تدور بنا ونحن نضحك على أنفسنا ويضحك أهلنا علينا، ونظل جميعًا في دوائر الكبت تلك، ونستمر في صراع نفسي بين ما يجب وما أحب، ونادرًا ما نجد من يشذ عن تلك المنظومة ويرفضها ويغيرها.

من الممكن أن تكون ثقافة شعب تربى على مفاهيم مغلوطة، وأن أهم شيء مسايرة المجتمع حتى إن كان المجتمع يسير في اتجاه خاطئ، ومن الممكن أيضًا أن تكون ثقافة مجتمع يدعم ويؤيد سياسة القطيع لأنها الأضمن وإن لم تكن الأصح ولكن من الواضح أن الأغلب يدور في نفس الدائرة ويمكن أن يكون ذلك ما يجعلنا نختار كليات لا نبغيها ولكنها تروق للمجتمع أكثر من مدى تقبلنا لها، وكذلك نختار وظائف لا تتوافق مع أهوائنا لمسايرة المجتمع ثم الأخطر والأدهى أن نتزوج أشخاصًا لا نريدهم حتى نرضي المجتمع والأهل وتطفلات البشر ثم

تـدور الحلقـة وننجـب أطفـالًا نرفـض أن يشـذوا عـن تلـك المنظومـة، وإن حـاول أحـد الأشـخاص الخـروج مـن تلـك الدائـرة نجعلـه يشـعر بأنـه خرج عـن الملـة وكفـر - والعيـاذ باللـه- حتـى يشـعر بتأنيـب الضمـير ويعـود لسياسـة القطيع صاغـرًا.

والحقيقـة أننـا نحتـاج أن نواجـه أنفسـنا لأننـا إن ظللنـا نـدور في تلـك الدائـرة فلـن يغـير مـن الواقـع شيء لأن من غـير المنطقي ألا نسـتطيع تغيير واقـع نفوسـنا ونغـير الواقـع حولنـا.. فليتنا نتمرد على أنفسـنا قبـل أن نتمرد عـلى الغـير، ووقتهـا صدقنـا مـع ذواتنـا سـيصب عـلى الواقـع ثـم نحركـه لصالحنـا؛ لأن المجتمـع هـو نحـن ونحـن نمثـل المجتمـع، ولا يصـح فصلهـما عـن بعضهـما البعـض ونعيـب زماننـا والعيب فينـا ومـا لزماننا عيب سـوانا.

[٤٣] لغة الأرواح

نظل نبحث عن من يجمعنا بهم لغة مشتركة في العلاقات الإنسانية، إننا نبحث عن لغة لم تدرج ضمن قائمة اللغات الحية، ولكنها تحمل كل معاني اللغات، ألا وهي لغة الأرواح، إن لغة الأرواح هي لغة شفافة، رقراقة، صامتة، نفاذة، نافذة، نقية، بهية، هامسة، مؤنسة، خارقة، مخترقة.

إن كل روح تحمل بصمة مختلفة عن مثيلاتها من الأرواح، ولذلك نألف أشخاص وننفر من آخرين، ونقترب من البعض ونبتعد أميال عن الآخرين، ونعزف النغمات مع أشخاص وننشز مع آخرين، وما يشدنا أو يفصلنا عن الآخرين ليس سوى الروح.

إن لغة الأرواح لغة لا تخطيء، حيث تخضع للشعور والإحساس والبعد الغير مرئي، ويظل الشعور هو الرادار الذي لا يقبل التفاوض معه، فلا يمكن أن تحب ما تكره وتكره ما تحب بلغة الأرواح.

وعندما تلتقى الأرواح تتلاشى المسافات واللهجات والديانات والتوجهات والمعتقدات، ويصبح البعيد قريب وأحيانًا القريب بعيد.

والأرواح تتآلف بلا مقدمات وبدون حسابات وبلا نيات مبيتة، تتآلف بأمر من السماء، وبوحى يوحى إليها فيجعلنا أقرب لأنفسنا من خلال أشخاص بعينهم، لا بديل عنهم، وإن حاولنا البحث عن بديل عنهم فإننا نقتل الروح داخلنا!

والبشر مثل بصمات الأصابع يختلفون مهما تشابهوا للوهلة الأولى، إلا أن هذا الاختلاف يصبح اتفاق مع من يشبهون أرواحنا.

فكل منا يحمل سمات وخصائص ينفرد بها ويتميز ولا تجد شخص آخر يحمل جميع سماتك دفعة واحدة، فكل روح حالة خاصة ومنفردة، حالة غير قابلة للتكرار، إلا أن الروح تأتي وتلتقط روح أخرى تمدك بسمات ربما تختلف عنك ولكنها تكملك.. تفهمك بلا كلمات، فحتى الصمت يحييها ولا يثنيها عن الذات الأخرى.

إن لغة الأرواح لغة غامضة.. مبهمة، ولا يستطيع فك رموزها وطلاسمها إلا من أتقن لغتنا.

ولغة الأرواح كأية لغة أخرى، هناك من يمتلك ناصية اللغة، وهناك من يمتلك لغة ركيكة، فالأرواح والنفوس لا تتشابه أبدًا، إلا أنها في نهاية الأمر لا تمدنا سوى بأنفسنا من خلال الآخر.

[٤٤] الأرنب والصقر

لم تكن ترى في أرجاء غرفتها سوى صورة الأرنب الذى يرتجف من الخوف هروبًا من الصقر الذى يحاول الانقضاض عليه، نعم.. لم تكن عدسة عيناها تلتقط سوى ملامح الذعر البادية على وجه الأرنب ورعشاته وخفقان قلبه الذى كان يدب بين أوصالها قبله..! وتزامن ذلك مع ذعرها وخوفها هى شخصيًا ونبضات قلبها المتسارعة التى تود الهروب من الزمن ولكن..!!

ولكنها كانت خائقة.. يداها مرتعشة.. نظراتها تائهة.. خطواتها متثاقلة.. عيونها ذابلة، أرجلها لا تقوى على حملها، وتمر الأيام عليها ومن موقف لآخر ومن حزن لآخر ومن ذعر لآخر ومن إيذاء لآخر ومن صمود لصعود، تشكلت وتكونت شخصية أخرى. ربما هي نفسها لم تكن تعلم عنها شيئا.. فما هي تلك الشخصية يا ترى؟!

ربما لم تكن لتدري.. سوى أنها وجدت نفسها ذات يوم وعيناها تتفتح على اللوحة التى تحويها حجرتها فلم تعد ترى سوى صورة الأرنب!! نعم.. وتخيلته ينقض على شيء ما.. ألا وهو الشر!

نعم.. أصبحت ترى الأرنب ينقض على الشر.. منذ تشكلت قوتها، وقتها فقط أيقنت كم أصبحت قوية، ولماذا هذه اللوحة بالذات تواجدت بحجرتها.. وربما علمت وقتها أنها لم تكن صدفة أبدًا وجود تلك اللوحة بحجرتها!!.

[٤٥] نوايا البشر

على الرغم من سهولة تحديد مدى خير وشر الشخص الذي نتعامل معه وذلك في عرفنا على الأقل من خلال مبادئنا وتصوراتنا إلا أنه من الصعوبة البالغة أن نعرف نوايا البشر في كل موقف بشكل قاطع ومؤكد، وذلك بسبب بسيط جدًا، أن كل موقف وفعل يحمل خبرة وتجربة مختلفة تخص الشخص وتذكره بحدث ما في عقله الباطن وفعله ورد فعله يختلف باختلاف خبرته إزاء الحدث، وبالتالي لا تتشابه الأفعال وردود الأفعال من شخص لآخر.

بمعنى أنك قد تجد شخصًا يغير منك في موقف لا يستدعي الغيرة في نظرك، وهناك شخص آخر لا يغير منك في موقف يستدعي الغيرة من وجهة نظرك، وذلك يرجع لسبب بسيط وهي أن خبرتهم إزاء التجربة مختلفة كمثال ذلك: إن كان هناك شخص غير سعيد في حياته الزوجية وصادف شخصًا سعيدًا في حياته الزوجية والعاطفية وارد جدًا أن يغير منه على الرغم من أنه ليس من طبعه الغيرة، ومن الممكن أن يكون هناك شخص آخر يمتلك نفس الميزة وهي سعادته وهناه في حياته الزوجية والعاطفية فلا يغير من الشخص الأول لأن خبرته إيجابية في ذاك الجانب وبالتالي يمتلك حالة من الإشباع النفسي والعاطفي، بجانب أن الشخص ذات نفسه قد لا يدرك دائمًا ردات فعله إزاء المواقف إلا إن مر بها

وكذلك هناك عامل آخر خفي وهو ما يحمله الشخص من مشاعر حب أو كره لك قد تكون وتشكل رد فعله معك.

المقصد أن هناك عدة عوامل تتداخل مع بعضها وتجعل من الصعوبة البالغة الحكم بشكل قاطع في بعض المواقف.. رغم أنه كثيراً ما نشعر ونحس نوايا من أمامنا بدون معرفة التفاصيل عنه، لكن ما أريد التنويه عنه ألّا تحاول أن تكون كتابًا مفتوحًا مع كل البشر حيث أنك لا تعرف ماضي ولا حاضر الشخص الذي تتعامل معه وكذلك لا تدرك شعوره وأحاسيسه إزاء كل التجارب والخبرات حتى تتكهن متى يظهر لك شره أو خيره ، وربما حسده لك في ميزة وامتياز تمتلكه.

لا أقول أن نحذر من البشر إلى درجة الوسوسة والشك ولكن كذلك لا نكون كتابًا مفتوحًا قابلًا لتمزيقه وحرقه في أي وقت..

أي نكون صادقين واضحين لكن حريصين على أدق تفاصيل حياتنا لأنه ليس كل البشر تملك ما نملكه وليس كل البشر تتوافق ردود أفعالهم معنا وتكون لصالحنا أي خير الأمور الوسط..

لا تكن شخصًا منغلقًا تمامًا مع الآخرين ولا تكن شخصًا منفتحًا تمامًا فيتم اختراقك، فالوسطية مطلوبة في علاقاتك مع الناس؛ لأنك لا يمكن أن تلم بجوهر إنسان بنسبة مائة في المائة لأن الإنسان كائن متغير بطبعه فحاول أن تكون أذكى من أن تصبح كتابًا مفتوحًا وكذلك لا تكن كتابًا بلا سطور ومعان.

[٤٦] الطير المهاجر

تجاربها بالحياة علمتها أن تصبح كالطير المهاجر، لا تلبث أن تستقر في مكان من القلب إلا وتضطر أن تغادره قبل أن يغادرها.

فقد أيقنت أن البشر ليسوا بالملاذ الآمن لمشاعرها وأحاسيسها وثوارنها وفوارنها وحكمتها وجنونها وطيبتها وشراستها وغضبها وحلمها وحنانها وقسوتها! إنها كتلة من مشاعر الوهج والإنطفاء والليل والنهار والصيف والشتاء.

وكيف لا وهي من اقترنت المشاعر والأحاسيس باسمها وكأنها خلقت لأجلها وكيف لا وهى من نسجت الشمس خيوطها لأجل عيناها وبين كفيها.

ورغم ذلك ظلت متيقنة أن في البعد حياة والقرب ذوبان، وكيف تسمح لهم بأن تصبح عادة لا عبادة، وهى من قدست العلاقات حتى أصبحت تعلم أن الحفاظ عليها بالاقتراب لا الذوبان، فأبت إلا أن تكون طيراً مهاجراً وقمراً ساطعًا لا يلبث أن يذوب في شمس النهار.

وعند هذه النقطة، ذهبت ولم تغب وأشرقت ولم تنطفئ وأحبت ولم تنهل وودعت ولم تغادر وطارت ولم تهاجر إلا منه إليه.

[٤٧] المرأة كل المجتمع

الأم مدرسة إذا أعددتها أعددت شعبًا طيب الأعراق.. والمرأة نصف المجتمع والنساء شقائق الرجال.

لا شك بأن هذا الكلام صحيح.. ولكن هل تأثير المرأة في الأسرة أقوى من تأثير الرجل؟! أو هل يجب أن يكون كذلك؟!

الحقيقة ربما الغالبية يعتقد ذلك ويؤمن بهذا الفكر والرأى.. ولكن أرى أن الرجل أساس وصلب الأسرة..

والمرأة رد فعل لهذا الأساس، وربما كان رد الفعل ضعيف أو قوى تبعًا لشخصيتها، إلا أنها غالبًا أو المؤكد أنها رد فعل لطبيعة وشكل وجود الرجل في الأسرة، وسواء كان دور الرجل في الأسرة حيوي أم مهمش وسلبى أم إيجابى فإن المرأة تتشكل من تكوينه، فالمرونة أو التصلب والرجعية أو التحضر والعطاء أو الأنانية والحنان أو القسوة في تكوين الرجل، كلها سمات تنتقل إلى المرأة بالعدوى ولا ننكر أن المرأة حاليا تبوأت أهم وأعظم المناصب وأصبح لها أنيابًا وأظافر ولكن هل هى راضية عن ذلك أم أن تخاذل الرجل في القيام بدوره على الوجه الأكمل أرغمها على ذلك حين وجدت نفسها مجبرة أن تصارع أمواج الحياة سواء وحيدة أو في ظل وجود رجل لا يقوم بدوره كما ينبغى، إن تغير المرأة حاليًا نابع من تغير الرجل بلا شك، ولكن هل هذا أمر صحي للمجتمع بأسره؟

الحقيقة لا أعتقد إطلاقًا أن قوة المرأة الوهمية هى المخرج لمشاكلنا المجتمعية، بل ربما يزداد الأمر سوءًا، لأن القوة الوهمية ما هى إلا طاقة مكبوتة غير موجهة توجيهًا سليمًا، حيث أنها لا تنبع من الشخص

وطبيعته الفطرية، بل تنبع من ظروفه وما يواجهه من تغيرات وضغوط، والمرأة حاليًا أصبحت تبغى المساواة مع الرجل في كل شيء بدءًا من العمل حتى الميراث!

فهل يعقل ذلك؟ وهل نفطن أن التغيرات الصغيرة ربما تنبؤ بتغيرات طاحنة في صميم ولبنة المجتمع؟ إن المرأة تدور في طاحونة ولا تعلم نتاج قوتها المصطنعة، فليس لديها وقت لذلك، والرجل لا يريد أن يعلم شيء، فالرجل أصبح لا يريد المواجهة، لأنه يعلم تبعاتها وضريبتها التى ربما لا يستطيع سدادها!

وأنا لا أنكر على المرأة دورها في المجتمع وأهميته، ولكن هل إن تخلت عن دورها الأساسى أصبح دورها الثانوى في نفس ذات الأهمية؟

وأقول هنا دورها الثانوى لأن هناك أعباء ليست من صلب اختصاصات المرأة ولكنها أصبحت تقوم بها نيابة عن الرجل.

إن الأمر ليس بصراع مهام وسلطات ولكن لكل شيء ثمن وضريبة، ولا يوجد من يسكت عن حقه الآن، فالمرأة أصبحت تعلم تمام العلم أن دور الرجل في حياتها أصبح شبه ثانوى أو هامشى، وكذلك دوره مجتمعى من حيث نظرة المجتمع للأسرة ككيان ومؤسسة لابد من قيامها بغض النظر عن مدى نجاح العلاقة برمتها.

فهل ننظر لهذا الأمر كليًا بنظرة منصفة ونعرف الدور الأساسى لكل من الرجل والمرأة حتى لا تتداخل المهام ويصبح من العسير فصلها بعد ذلك، وكذلك يصير ما هو حق مكتسب واجب!

ولا يخفى علينا أن مجتمعاتنا العربية ككل، لا تنظر للكارثة إلا بعد حدوثها، ووقتها سيصعب التعامل معها، حيث أن المشكلة يصبح لها أكثر من طرف وتابع.

فهل آن الأوان لننظر لكل من دور الرجل والمرأة نظرة منصفة عادلة قبل أن يكون قد فات الأوان كليًا!

[٤٨] دائـرة الألم

تظـل النفـس في دوائـر الـصراع والألم.. تعـاني.. تـئن.. تتوجـع.. تتألم..تصرخ، تهـرب.. تسـقط.. تفشـل.. توهـن.. تخفـت.. تذبل.. تشـكو.. تغـترب.. وتظل دائمًـا تواجـه تلـك الصراعـات داخلها.

ولكـن لِـمَ تنشـأ هـذه الصراعـات داخلهـا؟ وهـل هـو الاغـتراب الروحـى أم الألم النفـسى أم عـدم تحديـد الهـدف والرؤيـة في الحيـاة أم هـو نزيـف الـروح والاغـتراب النفسى؟

الواقـع أنـه لا يوجـد إنسـان يخلـو مـن ضغوطـات وتحديـات الحيـاة، فكلنـا نتـألم وأحيانـا نـؤلم الأخريـن مـن جـراء أفعالنـا، فالاختـلاف بـين البشر يخلـق الخـلاف وبالتـالي الـصراع وبالتبعيـة الألم النفـسى، ولكـن لا مفـر مـن إقامـة علاقـات مـع الآخريـن، فنحـن نشـعر بذواتنـا مـن خلالهـم ورؤيتهـم لنـا، وهـم يشـعرون بأنفسـهم مـن خلالنـا، إنهـا عمليـة تبادلية شـعورية لا يمكـن الاسـتغناء عنهـا، وإن اسـتغنينا عنهـا نكـون قـد فقدنـا مـذاق وبهجة ومعنـى الحيـاة، وذلـك عـلى الرغـم مـما قـد يسـببه لنـا مـن ألم نفـسى جراء سـوء التواصـل بيننـا وبينهـم أحيانًـا .

ولكـن قـد لا يسـتطيع الإنسـان التواصـل المسـتمر مـع مصـادر قـد تؤلمـه فيلجـأ للعزلـة والانعـزال مـن آن لآخـر، حتـى يسـتطيع أن يسـتجمع شـتات نفسـه وروحه ثـم يعـود بـروح قويـة متجـددة مـع الآخريـن.

ولكـن مـا بـين الحالتـين تتوجـع الـروح وتـئن وتبتعـد وتكتئـب وتخمـد وتهمـد حتـى تسـتطيع التقـاط أنفاسـها مـرة أخـرى، ولكـن كيـف تسـتطيع الخـروج مـن تلـك الحالـة بأقـل الخسـائر؟

أعتقد أن أولى تلك الخطوات هى طمأنة النفس وإعلامها بأن ما يحدث معها شيء طبيعى ووارد ومجرد حدث عارض وعابر، وهذا التصور يخلق هدوء وهدنة نفسية لدى الشخص حتى يستطيع تجاوز الألم وعبوره، حيث أننا إن قاومنا مبدأ الألم لدينا بشكل قاطع.. زاد توحشًا، ولكن أحيانًا يكون تقبل فكرة الألم أسلم للانتهاء منه بشكل أسرع.

ومن الممكن أن تتجه للقيام بأشياء محببة إليك ولكن ليست شغفك الأساسى والمحورى في حياتك، فقد يكون شغفك القراءة أو الكتابة، ولكن حاول أن تغير نمط شغفك في تلك المرحلة، فذلك ملهم للنفس لإشباع مداها وبراحها وعدم كتمها حتى لا تنفجر من الضغط عليها.

وحاول تجنب الصراع والجدال مع الآخرين في تلك الفترة؛ لأنك حتمًا ستخسرهم لأنك تنزف وتئن، فكيف يمكن أن تداوي أو تطيب الآخرين؟!

وحاول قدر الاستطاعة تغيير نمط حياتك الروتينى، حتى تشعر أن الحياة متسعة ولا تنغلق بك على ألمك، فلا تقيد نفسك بطقوسك المرهقة، فالطقوس ترهقك وتضغطك ذهنيًا ونفسيًا، حاول أن تفك قيودك حتى تستطيع السيطرة على مزاجك النفسى، لا تخجل من ذلك، ولا تستحى من فكرة الألم، بل حاول أن تجعل منه فترة نقاهة لك حتى تخرج منه بشكل أسرع وأقوى.

وابتعد عن ضجيج الآلات والأجهزة والبشر.. ويكفى ما بداخلك من أصوات تشوش عليك تفكيرك.

وحاول أن تسافر بعيدًا.. وأعطي نفسك الفرصة كاملة قبل أن تعاود التواصل مع محيطك والمقربين منك، ولا تتعجل الخروج من الحالة حتى لا تطول معك، أعطِ لنفسك هدنة ومدة لشفاء جروحك وآلامك داخلك، حتى لا تعاود الظهور والتكرر بصورة أكثر شراسة.

واعلم أنك بشر، ومن ضعفك تستمد قوتك ومناعتك النفسية

والروحيـة ولا تعتقـد أن الآخريـن بمنـأى عـن تلـك المشـاعر والآلام والأحزان، فكلنـا بـشر، والبشريـة تعنـى الضعـف أحيانًـا، والألم جـزء مـن بشريتـك، ومـن الحكمـة أن تحـرر ألمـك لا أن تنكـره عـلى ذاتـك.

[٤٩] كفر أم إيمان

هناك نوع من البشر يعتقد أن التمرد وعدم الرضوخ والإذعان كفر -والعياذ بالله- ولكن متى نعتبر التمرد كفرًا؟! ومتى نعتبره عن إيمان ووعي؟!

في البداية لابد أن نعلم أن التمرد سلوك ينتج عن الكبت والضغط النفسي لفترات طويلة كنتيجة طبيعة للألم النفسي المؤدي للتمرد وربما التطرف أو الكبت النفسي الغير معلن، ولكن ستجد أن التمرد يتبعه الشخصيات الجريئة والقوية، والكبت النفسي تتبعه الشخصيات الضعيفة الهشة، وبالطبع السمات الشخصية لكل فرد منا تتأثر بعاملي الوراثة والبيئة اللذين يُعتبران العاملان الأساسيان في تحول الشخص لأحد النمطين من حيث السلوك.

وأعتقد أن التمرد يظل أمر صحي في حالة أن الشخص يحاول تغيير واقع مؤلم أو أنه يقاوم ظلمًا و استغلالًا ما، بمعنى أنه يتخذ رد فعل معلن وصريح تجاه أوضاع أصحابها يرفضون مبدأ تغييرها لأنها تتوافق مع أهوائهم ومصالحهم بدون النظر للمصلحة الجماعية والعامة ، ومن الممكن اعتبار التمرد سلوك غير صحي في حالة إنه تمرد لأمر يخص الشخص بذاته فقط وليس لأجل القيم العليا، مثل تمرد الشخص على مستواه الاجتماعي الذي يحاول التملص منه، ولكنه ليس بدافع النهوض والتطور، مع العلم أن المستوى الاجتماعي للشخص يعبر عن كل ذويه وليس هو فقط، أي أنه ناقم على بيئته وعشيرته وما وجد عليه أباءه وأجداده وليس مجرد تمرد على وضع مادي متدني.

وهناك كذلك تمرد الأبناء على أهلهم لأجل التمرد وليس لأسباب مقنعة، فكل هذه الأنماط تعبر عن التمرد الغير سوي أو المقصد أنه تمرد ربما يؤذي أطرافًا أخرى إلا أنه يصب لصالح الشخص فقط ووقتها يصبح التمرد أمرًا سلبيًا وكفرا بالنعمة، وما بين حالات التمرد عن كفر أو إيمان خط رفيع الشخص فقط هو من يستطيع قياس المسافة بين الحالتين، فلو أنك شخص متمرد سَلْ نفسك بصدق هل عن كفر أم إيمان؟!

[٥٠] رسائل الفشل

ربما لن تدرك أهمية رسائل الفشل إلا إذا نجحت، فالفشل يمدك بما ينقصك وتحتاجه بشدة.

وكل رسالة فشل هى رسالة لا تخطئك ولا تجاملك، فالفشل ربما يكون أصدق من النجاح.

فالنجاح قد يكون صدفة أو ضربة حظ أو قد يكون ليس لك يد فيه سوى أن يدًا أخرى امتدت لك لتنجحك..

أما الفشل فهو بصمتك التى لم تبصمها، ووقتك الذى لم تنفقه، ونجاحك الذى أجهض قبل أن يكتمل نموه.

فالطالب الذى لا يذاكر يأتي رسوبه وفشله ليذكره بما أهمله وتقاعس عنه والزوج والزوجة اللذان يفشلان في حياتهم الزوجية يأتي الفشل ليبرز لهما لمَ فشلا وماذا ينقصهما لينجحا.

إن الفشل ككل الرسائل التى تمدنا بها الحياة، ولكن البعض منا يقرؤها جيدًا، فيتعلم ماذا ينقصه ويتمه حتى ينجح، والبعض الآخر يجهل قراءة رسائل فشله أو لا يهتم بمضمونها، فيظل من فشل إلى فشل إلى ما لا نهاية وبالتالي قد يصبح الفشل بداية لمعرفة طريق النجاح وليس سوى محطة، وقد يصبح الفشل عنوان دائم لك.. فعليك بالاختيار..

[٥١] مقسومة نصين

لماذا تنقسم بعض الشخصيات لقسمين أو جزئين؟ أو بمعنى أكثر وضوحًا وأدق تفسيرًا تشعر بأنك تتعامل مع شخصين في نفس الشخص الواحد!

في البداية وبشكل عام كلنا كشخصيات نحمل التناقض داخلنا كجزء من تكويننا البشرى الذى يتشكل هكذا كنتاج طبيعى للتربية التى نتلقاها منذ الصغر والرسائل المباشرة والغير مباشرة من الآخرين التى تشكل وجداننا، والتي تحمل الضدين أحيانًا كثيرة، وكذلك سلوكيات البشر من حولنا بشكل عام التى تحمل النقيضين في آن واحد، فنتلقى هذا التكوين النفسى بدون أن نعى أنه يخلق التناقض داخلنا الذى ما يلبث وأن يصبح سمة بارزة لدينا.

إلا أن هناك شخصيات تحمل التناقض بشكل يقسم أجزاء الشخصية لقسمين وليس مجرد تناقضات يحملها كل البشر، فلِمَ يا ترى تحمل هذه الشخصيات هذا الانقسام المحير والمرهق لها أولًا وللآخرين ثانيًا وربما العكس!

إن ما يقسم أجزاء الشخصية لشخصيتين على النقيض هو «الانقسام الشعورى»، فالشعور يتحول لأفكار والتى بدورها تتحول لسلوك، وبالتالي يكون لدى الشخص شعورين داخله وكل شعور يشده ويجذبه في اتجاهين متناقضين، كمن يشعر بالحب والكره الشديد، أو الطهر والدناسة، أو الطيبة والشر، كلاهما مشاعر متضاربة ومتناقضة تدفع بالإنسان تارة من أقصى اليمين لأقصى اليسار، فالشخص المتناقض

يحمل بدوره مثل انعكاس لتلك المشاعر، أى بداخله شعوران متناقضان يجتذبانه ويسيطران عليه وتارة يظهر بإحدى الوجهين..

فأحيانًا تراه يحب بشدة أو يكره بعنف وتارة تراه يحمل طهر الدنيا ثم طورًا آخر ترى فيه الدنس، أى أنك ترى فيه النقيضين بشكل صارخ وواضح، فلا تلبث أن تقتنع بأنه يحمل صفة من التى تراها منه، ثم لا تتردد أن تقتنع أنه يحمل نقيض الصفة داخله، ويظهر ذلك بشكل لا شعورى لديه أو قد يكون غير قادر على السيطرة على نزعاته الداخلية، فيصبح أمره محير لك.

وتلك الشخصيات تكون قد عانت من ألم نفسى مكبوت بداخلها، جعلها تظهر بهذه السمات المتناقضة.

كمثال نفسي توضيحي:

الشخص المعتدى عليه جنسيًا قد يشعر بالخزى والعار من نفسه وأحيانًا يشعر أنه جانى وليس مجنى عليه، فيكره نفسه، ويتصرف تصرفات قد تدينه هو، رغم أنه في داخله يحمل الطهر لا الدنس، إلا أن تكوينه النفسى لم يتحمل الصدمة فتعامل معها بشكل خاطئ مؤذى له أولًا قبل غيره، حيث أنه حمل الكره لنفسه ووجهه لذاته، وبالتالي يحاول إيذاءها بشكل لا شعورى وربما شعورى كنوع من تفريغ الألم المكبوت.

وهذا مثال بسيط لما أود أن أوضحه.

وبما أن التناقض البشرى سمة عامة عند البشر، إلا أنه ما قد لا يلتفت إليه البشر أو لا يستطيعون تفسيره أن هناك تناقض صارخ يظهر لدى البعض ولا علاقة له بالتناقض العادى الذى يحمله كافة البشر إلا أنه ينم عن جرح غائر قد يندمل بصعوبة وقد لا يندمل إطلاقًا.

[٥٢] لغة سرمدية

إنني أشعر بالاستمتاع حينما أشتري كتابًا.. ألمسه.. أضمه أتجول بين صفحاته ومفرداته أتحسس ملمس ورقه.. أتأمل تصميم غلافه.. أشعر مع كاتبه.. أشاركه فرحه وحزنه وجنونه وعقله وحكمته وكلماته وصمته بين السطور وبمَ شعر وهو يكتب؟! ولمَ يكتب؟! وماذا يبغي أن يقول؟! هل كان يشعر بالأريحية وهو يكتب؟! أم أنه كان خائفًا بألا تصل كلماته لقارئيه؟!

إن عالم القراءة عالم ساحر.. خلاب.. جذاب.. يأخذك لأبعد العالم ويأتي لك بأقرب القلوب لتقدم لك أدق التفاصيل والمشاعر، ليجعلك تندهش، تفكر، تنطلق، تتحرر، تود أن تكتب، تعبر، تلغى العقل وتطلق العنان للخيال، أو تترك الخيال وتحكّم العقل، فالأمر سيان لدى الكاتب، لأنه يأتى إليك بجزء من روحه وروحك ويقدمه بين يديك ليجعلك تشعر آلاف المرات في بضع صفحات.

إن القراءة أشبه بعالم ألف ليلة وليلة، تجعلك في شوق وتلهف لمعرفة ماذا بعد وماذا قبل وما النهاية وأين البداية؟!

إن الكتابة متعة للقارئ والكاتب، فمتعة الكاتب في حالة الكتابة ومشاركة الآخرين أفكاره ومشاعره وجزء من روحه، أما متعة القارئ فتتمثل في حالة القراءة وإحساسه بأنه ليس وحيدًا ومغتربًا.

إن الكتب سيمفونية لا تنتهي وحياة أبدية ولغة سرمدية.

[٥٣] تواري السمات

ربما تتوارى الصفات والسمات الشخصية لفترة زمنية ولكنها لا تذبل أو تموت للأبد.

استحضرتنى تلك العبارة عندما همّت الطبيبة لتستشيرنى في إجراء جراحة صغيرة أو أن أصرف نظري عنها في حالة خوفى من نتائج غير مرضية لى، وقد وافقت بلا تردد وتفكير طويل، وعندها أيقنت أننى ما زلت أحتفظ بروح المجازفة، رغم تصوري أنها سمة قد تلاشت لدي تمامًا، ربما من كثرة الخيبات أو تجنبًا للألم والإيلام، حيث أن المجازفة تتطلب الجرأة والقدرة على المواجهة وتحمل أبعاد القرارات ونتائجها مهما كانت، وكنت أعتقد أننى بت أخاف المجازفة بجميع صورها، ولكني أيقنت أنني ما زلت أحمل روح المجازفة.

وقد همّت الطبيبة بأن تقول لى عند مجيئي لإجراء الجراحة، أقررتي المجازفة بإجراء الجراحة؟! وعندها لم يخالجني شكّ في أن السمات الشخصية ربما تستتر وتحتجب بفعل الخبرات السيئة أو ما شابه، ولكنها ما تلبث أن تظهر مرة أخرى، ولكن ربما في اتجاهات وتوجهات أخرى.

ولكني في الحقيقة كنت قد سعدت جدًا بأني قد عدت لجزء من نفسى القديمة البكر التي لا تعرف إلا الأمان تجاه الأشياء، وعندها أيقنت أن المجازفة جزء من صميم وروح الحياة.

ربما إلى الآن لا أعلم نتاج مجازفتى ولكنى سعيدة باستعادة جزء من روحى وصميم شخصيتي.

[٥٤] لعنة الذكاء

ربما يتبادر لنا للوهلة الأولى أن الذكاء يتيح للشخص الحصول على النصيب الأوفر حظًا من الحياة وجميع الامتيازات.

ولكن هل يمكن أن يصبح الذكاء لعنة؟!

الحقيقة ربما أصبح الذكاء لعنة إذ أصبح يتيح لك قراءة أفكار ومشاعر الآخرين حتى الثمالة، فهناك بشر قادرون على قراءة أفكار الأخرين أكثر ما يستطيع هؤلاء الآخرون قراءة أنفسهم، وذلك ما نطلق عليه الذكاء الوجداني، وهو الشعور بالآخرين بشكل يشلّ صاحبه أحيانًا عن التعايش السلمي معهم.

والقدرة على النفاذ لداخل الأشخاص ليست قدرة مكتسبة، بل هى قدرة فطرية يولد بها بعض الأشخاص، ربما هم من يحملون فطرة نقية لم تلوث بعد، أو ربما هم من يحملون جهاز عصبى حساس جدًا يلتقط الإشارات والسكنات والتفاصيل «كرادار»! لا أعلم على وجه التحديد والدقة ما الذى يجعل شخص يشعر أكثر من غيره بملايين المرات ولكنها لعنة على الأرجح!

إذ أن صاحب هذه الشخصية يصبح كمن تجرى له جراحة ولكن بدون بنج فهو يشعر بكل وخزة ألم ووجع ونفس وخطر، ولكن لا يستطيع سوى أن يشعر ويحس ويتألم!.. وإن هو فقد الشعور.. فقد نفسه كلها.

ولكن هل من مخرج لهذه اللعنة؟.. وهل هى لعنة أبدية قُدِرَت على بعض البشر؟

صدقًا.. إنه لا مخرج لهؤلاء سوى التعامل مع اكتشاف نوايا الآخرين

عـلى أنهـا مسرحيـة هزليـة سـتنتهي يومًـا مـا، وأنّ كل فعـل قبيـح مـن الآخـر لا ينـمّ سـوى عـن ضعـف نفسـه وقلـة حيلتـه، فحـاول أن تقـوي نفسـك بضعف نفـوس الآخريـن ولا تجعـل ضعـف نفوسـهم يضعفـك، فأنت بذلـك تزيد عليك الأمـر سـوءًا، فاعمـل عـلى أن تقلـب الكفـة لصالحـك وتجعـل من اللعنـة فرصة لـك للترقـى والصعـود، حتـى لا تصبـح اللعنة لعنتـين..!

[٥٥] حجاب العقل

في الآونة الأخيرة طفا على السطح تناول أمور الحجاب والنقاب وغيره من مظاهر التدين الظاهري، وعلى وجه الأخص تناولوا مدى فرضية الحجاب من عدمها، وفي كلا الجبهتين تواجد من يدافع عن وجهة نظره باستماته، ولكن من الملاحظ أن في خضم هذا الصراع، صارت الأخلاق بشكل عام في تراجع، وأصبح التراشق والتدافع على ظاهر التدين ومظاهره و طقوسه على أوج شدته، وفي ظل هذا التناقض كان لابد أن نفكر: لمَ تواجد هذا التناقض وبشدة خصوصًا في عصرنا الراهن؟!

بمعنى أنه سابقًا كانت الأخلاق أرقى وأنبل، والناس كانوا بمنأى عن شكليات ومظاهر التدين ولا أتحدث هنا عن مدى فرضية الحجاب، لأني لست برجل دين حتى أفتي في الأمر من منظور ديني ولكني أتحدث هنا من منظور ظاهرة إنسانية مجتمعية تتصل بالنفس البشرية دون التدخل في حيثيات وأحكام ومدى حرمانية.

مبدئيًا وبدون إدانة أطراف بعينها ولا محاولة نصرة طرف على آخر، فإن التدين والإيمان شيء شخصي بحت، ولا يجوز أن تصبح علاقتي بالله مجالًا لإثبات وجهة نظر؛ لأن الملاحظ إن جزئية الحجاب أو النقاب في بلدنا يتدخل فيها عوامل كثيرة والعامل الديني يكاد يكون آخر عامل يُنظر له!.. وذلك بعد العامل المجتمعي والنفسي والسياسي وغيره من العوامل الأخرى.

ولا أستطيع أن أقول أن كل من يتحجبن أو ينتقبن أن الحجاب أو النقاب فُرض عليهن من قِبل أشخاص آخرين، ولكن المجتمع ككل من الممكن أن يفرض وصاياه بدون التدخل الجبرى المباشر، أي عن طريق

اتجاهات الموضة ومستوى الوعى والبيئة المحيطة بالأشخاص تشكل جزءًا كبيراً من مستوى وعيهم وإدراكهم وبالتالي مشاعرهم وبالتبعية قرارتهم وإن كان الحجاب قد فُرض عندما ارتديناه.. فلمَ عندما انتشرت ظاهرة خلعه.. الكثير قد خلعوه؟!

الإجابة عن هذا السؤال توضح لنا وبكل أريحية أن العامل المجتمعى أقوى من العامل الدينى عند الأغلبية، رغم مقولة أننا شعب متدين بطبعه، لكن الحقيقة أن تديننا ظاهري أجوف خالٍ من المعنى والمضمون والهدف، ولمَ نحن كشعب-دائمًا- ما ننتظر مَن يفكر نيابة عنا؟! ولماذا -دائمًا- نستسهل الاختيار الذي لا يكلفنا البحث وراءه؟.. الحقيقة أن «هوجة» خلع الحجاب قد أثبتت أشياءً كثيرةً داخلنا وحولنا وأننا مشوهون نفسيًا لأقصى حدّ، وأننا قابلون للإيحاء في كل لحظة وفى كل تصرف، وأننا أسهل شعب ينقاد بلا روية وتبصر واستبصار، وأننا في حاجة دائمة لثورة ضد نفوسنا قبل الثورة ضد الأخرين!

فالمعنى أعمق كثيراً من ظاهرة إنسانة خلعت حجابها، ونحن إن تناولنا كل ظاهرة من منظور التحليل النفسى سنصلح أشياءً كثيرة حولنا، لأننا لا نحتاج حجاب للرأس بقدر ما نحتاج لنزع الجهل والتخلف من عقولنا ونفوسنا وأن نواجه نفوسنا بنوايانا وضمائرنا، وليس أن نلبس الحجاب ثم نسأل أنفسنا بعد خلعنا له.. لمَ لبسناه سابقًا؟ فالأدعى أن التفكير يسبق الفعل.. وليس الفعل يسبق التفكير، وإن كان ذلك قد حدث منكِ فتأكدي أن المجتمع من فكر لكِ وليس أنتِ!!

وأنكِ كنت مجرد منفذ لسيناريو لأشخاص آخرين، وهؤلاء الأشخاص كلما حركوا عقولهم ونواياهم، أنتِ كذلك كنت تحركين عقلك في نفس اتجاههم، ولو تراجعوا عن كلامهم، ليس بعيدًا أن تتراجعي أنتِ الأخرى! فلا تكوني مجرد عروسة ماريونيت في أيدي غيرك، وذاك مبدأ وسياسة عامة لابد أن تنتهجيها في كل أمور حياتك..

أي أن تكونى الفعل ورد الفعل.. فلا تجعلى من نفسك دائمًا رد فعل!

والحقيقة أن مسألة الحجاب قد كشفت عورات المجتمع ككل، وأثبتت لنا أننا شعب منقاد بطبعه وليس متدينًا بطبعه، لأن التدين يدعوك للتفكر والتدبر وألا تأخذ الأمور على علتها!

وفى النهاية سواء تمسكتِ بحجابك أم خلعتيه، فالمطلوب منكِ في كل الأحوال أن تكونى مقتنعة لم أنتِ متمسكة بإحدى الجبهتين وألا تكوني مجرد أداة لسيناريو محبوك وما أنتِ إلا كومبارس!

[٥٦] خسائر في الأرواح

مِن البشر مَن يحثك على الذل والخنوع لأنهم قبلوا به، وأى محاولة منك لنيل حقوقك من الآخرين يعتبرونها محاولة تعدي على كرامتهم المهدرة؛ لذلك يحاربون مَن يمتلك الكرامة ويحاول الحفاظ عليها بكل قوة.

الواقع أن كلنا كبشر يُعتَدى على حقوقنا ونُظلَم في مراحل من حياتنا، تلك طبيعة البشر والحياة كما جاء في قوله تعالى في سورة البقرة:(وَقُلْنَا اهْبِطُوا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ وَلَكُمْ فِي الْأَرْضِ مُسْتَقَرٌّ وَمَتَاعٌ إِلَى حِينٍ (٣٦))، لكن من الذي سيصمد ويدافع ويعافر حتى يأخذ حقوقه، ومن الذي يستسلم ويسلم ويريد عدوى الآخرين بذله وخنوعه، ذلك مربط الفرس وما يميز شخصًا عن آخر، ولابد أن تعي أن من يقبل الذل على نفسه، لا يمكن أن يقف معك ضد ظالم أو معتدي لأنه يتلذذ أن يراك ضعيفًا مثله، ويستمد وقوده من ضعفك واستسلامك وسلبيتك، وإن شعر بقوتك ينهار أمام نفسه قبل غيره، ومن المعروف أن القوي هو من يقوي من حوله، والضعيف دائمًا من يريد إضعافهم وبث الخوف داخل نفوسهم من أن يتخذوا موقفًا ورد فعل، ولكن لِمَ البعض يقبل الضعف والخنوع ويستسلم ويعتقد أنه لا بديل لضعفه وخنوعه؟.. ومع ذلك وعلى الجانب الآخر لماذا هناك من يرفض الضعف والاستسلام ويتخذ رد فعل وموقفًا حاسمًا؟ غالبًا الشخص الذي يقبل الضعف والخنوع، كانت له تجارب وخبرات سلبية إزاء اتخاذ رد فعل معلن وخسر من خلالها فترسخت لديه قناعة: أن اتخاذ رد فعل يخسره فأبى

اتخاذ موقف ورد فعل على الدوام وأصبحت سمة ملازمة له كظله..!!

أما الشخص الذي يأخذ موقفًا ورد فعل فهو قد اتخذ من السكوت مسلكًا سابقًا وعرف بالتجربة أنه يخسره على المدى البعيد فأبى إلا أن يتخذ رد فعل إزاء التجاوزات والظلم.

أي أنها اختلاف فلسفات وسمات شخصية جعلت لكل من الشخصيتين رد فعل مختلف.

الفكرة أننا لابد أن نوازن بين متى نتكلم وندافع عن حقوقنا؟! ومتى نلين للعاصفة حتى تمرّ بدون خسائر وضرر لجميع الأطراف؛ ولكن من الواضح أن أغلبنا يتعامل مع كل المواقف بنفس رد الفعل؛ لأنه قد تبرمج على ذلك منذ صغره ولم يعمل عقله حتى يأتي بنتائج منطقية بعيدًا عن وصايا الغير، وكلنا معرضون لهضم حقوقنا من قبل الغير، فدائمًا كن مستعدًا للدفاع بلا خسائر في الأرواح.

[٥٧] منبع الحب

يعتقد البعض أنه لكي ينال الحب يكفي أن يحب شخصًا واحدًا فقط من خلال علاقة عاطفية، ولكن تلك أقل مراتب الحب، فربما يكون مبنيًا على حب تملك وشهوة ليس إلا!.

إن المحب الحقيقى هو من يحب الكون بأسره والبشر أجمعين، ويراهم كجزء ممن يحبهم فيتمنى لهم النجاح والفلاح والسعادة، أما من يحب شخصًا واحدًا فقط ويدخر كل الامتيازات والأمنيات الطيبة له فقط فهو في حقيقة الأمر لا يحب سوى ذاته وما يحققه له هذا الشخص من استفادة، قد تكون مادية أو معنوية.. فالحب هو الخير والجمال والحق والعدل والإيمان، وكل القيم الإنسانية السامية التى تبدأ وتنتهي في صالح المجتمع ككل.

والشخص المحب هو شخص فعال، يحمل هَمّ المجتمع والبشر أجمعين، ويسعد لسعادتهم ويحزن لآلامهم، أما الشخص الأنانى فهو لا يحب سوى نفسه ويسعى لمصلحته هو فقط، حتى وإن تعارضت مع مصالح الآخرين.

إن الله يبعث بالحب لمن يستحقه، ومن يستحقه هو من يحب الله، ومن يحب الله هو من يقيم حدوده، فلا يغرنك مبدأ أن الزواج قسمة ونصيب، فنصيبك ما هو إلا جزء من أفعالك، ولا يمكن أن يستوي من يعمل لصالح الكل، ومن يعمل الكل لصالحه، إن الله عادل، يعطي لنا بمقدار ما تحمله قلوبنا ونوايانا وضمائرنا، فإن أردت أن تكون محبًا ومحبوبًا فتمنى الخير للجميع واسْعَ لصالح المجموع، لا لصالحك أنت

فقـط، إنـك لـن توهـم اللـه كـما توهـم البـشر فاللـه مطلـع عـلى الأفئـدة دون أن تتكلـم، ولا شيء يحـدث عبثًـا، وكل مـا يلـم بنـا مـن مصائـر هـو نتـاج نفوسـنا، فنحـن مـن نختـار ونظل واهمـين أن ذلـك قدرنـا ونصيبنا ولا منـاص منـه، والحقيقـة أن قدرنـا ونصيبنـا قـد قمنـا باختيـاره قبـل أن نـأتي إلى الحيـاة، فلقـد اخترنـا خيرنـا وشرنـا، وبقـدر مـا تحملـه قلوبنا نجـده على أرض الواقـع مجسـدًا لنـا.

الحب سر من أسرار الله، والله لا يعطى سره إلا لمن أحبه.

فـإن أردت الحـب يومـا فأحـب اللـه أولًا، فهـو منبـع الحـب الأول الـذى تتفـرع منـه باقـى فـروع الحـب.

[٥٨] انحراف الاستقامة

لا تتعجب.. فهناك فئة من البشر لا تود القيام بفعل الأخطاء والمصائب، لكنها تتلذذ بمرافقة من يفعلونها، ومع ذلك لا تقوم هي بفعلها!.. قد يكون نوع من الفضول للتجربة بدون تجربة!، وقد يكون الرغبة في اكتساب الخبرات الانحرافية بلا انحراف فعلى.

ولكن هل هناك وزر يقع على مصاحبة من يقوم بالانحراف؟

مبدئيًا لا أود الحكم من منظور دينى على الأمر، ولكني أرى أن الشخص يظلم نفسه أولًا بهذا السلوك، ويظلم الشخص الذى يقوم بفعل السلوك المشين.

فهو يظلم نفسه عن طريق الاقتراب من الشبهة حتى تكاد تلتصق به أو تطوله بضعفه الإنسانى، وكذلك يظلم الشخص المنحرف، لأن مؤازرة السلوك الانحرافى تعطي ثقة للشخص المنحرف فتجعل قلبه يقوى تجاه الخطأ والانحراف.

إن اجتناب المنحرف نوع من أنواع الرفض لسلوكه، ولكن أن أرفض سلوكه في العلن وأنضم له في الخفاء فهو سلوك مشين وغير مقبول، وكذلك المرء على دين خليله فلينظر أحدكم من يخالل.

ومن وقع في الشبهات وقع في الحرام، كالراعي يرعى حول الحمى يوشك أن يرتع فيه.

والبشر لهم بظاهر الأمر، فلا تلم غيرك إن نعتك بصفات من ترافقه وتصطحبه.

إن الإنسان مخير دومًا في أفعاله، ولكن المنطقة الوسطى في الخيارات

لا ترتقـى أن تكـون منطقـة آمنـة، فهى ليسـت بمنـأى عن الانحـراف وكذلك ليسـت تعنـي الانحـراف الـكلي ولكـن الإنسـان القوي يتخـذ موقفًـا واضحاً، صريحًـا مـع نفسـه والآخريـن، فـلا ينبغـي أن يلعـن الانحـراف وعـدم الاسـتقامة ثـم يمـد يـده إليـه ويدعـى أنـه ينقـذه!

فالإنقـاذ الوحيـد هنـا، هـو إنقاذ نفسـك بالبعد عنـه، وأي محاولـة أخرى قـد تـضرك وتـضر المنحـرف بشـكل أكبر.

فهل وصلت الرسالة؟!

[٥٩]فقد الذات

كلنا نمر بمراحل متعددة في تكويننا ونمونا النفسي الإنساني، والبعض منا مدرك لها، والبعض الآخر غير مدرك لما ينتابه من تغيرات مرحلية إنسانية طبيعية تعتريه، فنجد أنفسنا قبل مرحلة المراهقة فاقدين لهويتنا الذاتية الإنسانية، فلا نعرف من نحن وما المطلوب منا في الحياة ولماذا خلقنا الله؟ وكيف ننمي ذواتنا وفي أي اتجاه؟ ثم لا نلبث أن تتشكل شخصياتنا ما بين سن المراهقة وما بعدها، فيجد البعض منا ذاته ويعرف إلى أين يتجه، والبعض الآخر لا يعلم عن ذاته إلا أقل القليل، فيتخبط هنا وهناك بحثًا عن مدخل ومخرج لذاته! والتربية والبيئة المحيطة بالشخص تشكل درجة وعيه بنسبة كبيرة في تلك المرحلة، ثم تأتي مرحلة الاختيارات المصيرية في الحياة سواء في نطاق العمل أو الزواج، ويكون اختيارنا لهم نتاج ما تكون وتشكل في وجداننا في مرحلة المراهقة، فنجد الاختيارات معبرة عما تعلمناه سابقًا في مرحلة المراهقة وما بعدها، ونفاجأ باكتشافنا لذواتنا مرة أخرى من خلال اختياراتنا سواء في العمل أو الزواج، والبعض منا يرى أن اختياره كان موفق وفق معطياته وتشكيله لذاته، والبعض الآخر يصطدم بنفسه من خلال اختياراته، ويعلم أنه لم يفهم ذاته، حتى يعرف لما اختار الآخر؟!

وهنا يأتي الصراع الداخلي بين الذات والآخر، الذى ما يلبث أن يتحول إلى صراع حي قائم على أرض الواقع بين الذات والآخر.

ويتأكد الشخص أنه لم يفهم ويفطن لنفسه جيدًا، حتى يأتي اختياره

عـن بينـة ووعـي، ويحـدث أن يسـتمر في زيجـة أو عمـل بـلا روح وشـكل يـرضى عنـه، أو يقـرر الانفصـال أو الهجـر أمـلًا في اختيـار عـن وعـى وبينـة، وبالتـالى امتـلاك زمـام ذاتـه وروحـه مـن خـلال اختياراتـه.

وتعتـبر مرحلـة الثلاثينيـات هـي بدايـة الوعـي الفعـلي بالـذات والآخـر، ففيهـا تـدرك أبعـاد شـخصيتك وأبعـاد شـخصيات الآخريـن، وحتـى إن لم تعـرف أن تديـر ذاتـك فأنت مـدرك لكنهتها وطبيعتهـا وماذا تحتاجـه وماذا يشبعها .

فمرحلـة الثلاثينيـات هـى مرحلـة اكتشـاف الـذات والآخريـن، وبالتـالى التعامـل يكـون عـن وعـي وبينة وتجـارب وخـبرات راسـخة غير قابلـة للتفاوض حولها!

ثـم تـأتي مرحلـة الأربعينيـات أو ربيـع العمـر حيـث أنـه قمـة العطـاء النفـسي للـذات وللآخـر ففيهـا نصـل لأبعـد مـن إدراك الـذات، حيـث ندرك كيـف نديـر ذواتنـا وتلـك أعـلى مراحـل النضـج والفهـم والتفهـم.

وتظـل الدائـرة تـدور بنـا، مـا بين تشـكيل قد تـم، ثـم إدراك، ثـم التعامل مـع مـا أدركنـاه والبعـض منـا مـدرك لمـا يعتريـه مـن مشـاعر وانفعـالات داخليـة، والبعـض الآخـر ينكرهـا عـلى ذاتـه فـلا يصـل لأبعـد مـما بـدأ، ويظـل في دائـرة فقـد الـذات وتلـك أبشـع مـا يمكـن أن يشـعر ويمـر بـه الإنسـان، فحـاول دومًـا أن تتجـه لبوصلـة ذاتـك قبـل الآخرين، فهـى البداية والنهايـة، والمقـر والمسـتودع، ولا تحسـب أنـك جُـرم صغـير، ففيـك العـالم الأكـبر انطـوى..

[٦٠] القدوة

كثيراً ما يتردد على مسامعنا كلمة (القدوة)، ويري البعض أنه لابد من وجود القدوة في حياتنا، وخاصة لدى الشباب، حيث أن القدوة الحسنة هي ما تكون لديه رؤية واضحة المعالم، مؤدية لنمو شخصيته في اتجاه إيجابي مرصع بتجارب سابقة ونجاحات معلنة.

ولكن هل كل قدوة تصلح أن نقتدي بها؟ وما الأفضل أن تكون القدوة قريبة منا أم بعيدة عنا؟ وهل تأثير كلاهما مختلف أم لهما نفس الأثر على النفوس؟

الحقيقة أني أرى أنه ليس كل قدوة تصلح أن نقتدي بها على مستوى شخصياتنا ككل، لأننا نحمل شخصيات وسمات مختلفة، وبالتالي كل إنسان خلق لغرض وإيصال رسالة مختلفة عن غيره، ولكن ربما نأخذ من كل شخص أفضل ما لديه ويملكه في شخصيته، ثم نكون شخصياتنا ورؤيتنا الخاصة، والتي تتيح لنا وضع بصمة متفردة، وبالتالي ليس كل قدوة تصلح أن نقتدي بها بحذافيرها.

أما عن جزئية أيهما أفضل.. أن تكون القدوة علي مرمي البصر والقرب منا أم أن تكون بعيدة عنا ولو جزئيًا؟

فإنني أرى أن لكل منهما مميزات وعيوب، فالقدوة القريبة جدًا، من مميزاتها أنها ملاصقة لنا، وبالتالي أسهل في محاكاتها وتقليدها، أما عن مساوئها، فالقدوة الملتصقة القرب ربما تجعلنا متقاربين معها لدرجة محو شخصياتنا وطمس ملامحها المتفردة.

وبالتالي قد نرى البعض ممن يجعلون والدهم مثلهم الأعلى في

تخصص وتوجه ما، أننا لا نكاد نميز بين الأب وابنه من حيث ملامح شخصياتهم، فالرؤية واحدة وبالتالي البصمة واحدة، مما يجعلنا نتذكر البصمة الأولي للأب وتنمحي لدينا البصمة الأخرى للابن، وهذا يظلم الشخص الآخر بدون وعي من الشخص الأول!

أما إن كانت القدوة بعيدة عنا.. فإننا نكاد لا نرى إلا محاسنها، وقد تكون صورة خيالية بعيدة عن الواقع، حيث أن المثالية ليست هي طبيعة الأشياء والأشخاص، وبالتالي قد تصطدم الصورة المثالية عند أول تعارض فعلي لها مع أرض الواقع، مما يخلق لدينا الإحباط!

أما عن محاسن القدوة البعيدة عنا، أنها تنصح بلا نصيحة وتدرس بلا تدريس وتشكل بلا مشاكل، إذ أنها تمدنا بالخبرات بسلاسة ويسر، فنمتزج مع روحها بلا تقارب فعلي، سوى الأفكار والرسائل التي تنسجم معنا.

إن القدوة قد تكون سلاح ذو حدين، ولكنها حتمًا مؤثرة في حياتنا، ونادرًا ما ترى شخصًا ناجحًا بلا قدوة وجهته وخلقت منه بصمة منفردة ومتفردة.

[٦١]إشكالية الزواج

دار حوارٌ بيني وبين صديقة لي وهي مقتنعة أن الزواج الذي يتم عن طريق الاختيار العقلي هو الأصح وعين العقل والصواب.

وأنا مقتنعة أن الزواج لابد أن يتم عن طريق القبول للشخص وجزء من المشاعر مع عدم إغفال حسابات العقل بشكل تام.

والواقع أنها قد قامت بذكر أمثلة ونماذج تراها عن مدى نجاح حسابات زواج العقل وأنه أضمن للسعادة والاستقرار؛ لأنه قائم على حسابات ملموسة وليست خيالات محسوسة من المحتمل أنه عندما تصطدم بالواقع تتحول المشاعر للنقيض، وعلى الجانب الآخر ومن ناحيتي فإنني قد ذكرت لها ما صادفته وشاهدته على أرض الواقع من نماذج لقصص زواج مبنيًا على حسابات العقل فقط ومع ذلك تعيس، ولن أقول مجازًا أنه فاشل لأن المجتمع يعتبر الاستمرارية في الزواج جزء من تأكيد عدم فشله.

وبعد ما دار بيني وبين صديقتي من حوار هممت بطرح سؤال على نفسي وهو: لِمَ هناك عدد لا بأس به من الناس يؤيدون زواج العقل، وعلى الجانب الآخر هناك من يرفضه رفضًا باتًا؟! ولماذا كل حزب منهم مقتنع أن وجهة نظره هي الأصح في المطلق؟!

حاولت أن أبحث عن إجابات وأسباب مقنعة لي على أقل تقدير تجعلني أستطيع أن أفهم لِمَ نحن نؤيد تمامًا أو نرفض تمامًا؟!

وصلت بعد تفكير عميق لنتيجة مؤداها: أننا نمتلك الكثير من اللغط في المفاهيم وبالتالي في النتيجة، أي أنه من يتزوج عن حب معتقدًا أنه لابد

أن يلغي العقل تمامًا وهو يختار شريك حياته، ولكن هل ذلك معنى زواج الحب بالفعل ؟!..

الحقيقة وفي هذه الحالة لن تصبح المشكلة في المعنى أبدًا بل تصبح المشكلة في توصيفك وتشكيلك للمعنى الذي أدى لأن يصبح اختيارك خاطئًا؛ لأنه مبني على ركن وجانب واحد فقط من أركان الاختيار في الزواج ألا وهو الحب، وبالتالي فإن النتيجة والخبرة التي ستحصل عليها أنك سترى أن كل زواج مبني على الحب فاشل ولكن هل ذلك حقيقي؟!.. أي هل كل زواج مبني على الحب فاشل أم أن توصيفك للمعنى هو ما كان يحمل الكثير من اللغط والقصور في التصور؟!

كذلك على الجانب الآخر هناك من يرى أن زواج العقل فاشل حيث أنه معتقد أن زواج العقل يعني أن تغلق كل مسام مشاعرك وتتعامل بالحسابات الصرفة وكأنك تخطط لحرب وليست حياة زوجية تحمل السكن والمودة... إذن هل تعتقد أن المشكلة في زواج العقل أم في تصورك ورسمك لملامحه وتفاصيله؟! الواقع أن زواج العقل من وجهة نظري: ألا تغفل القصور البشري في الآخر وبالتالي تتعامل مع الواقع وأنت تختار الآخر، ولكن ليس أن تتزوج عن حب وتتجاوز عن كل الاختلافات سواء المادية أو الاجتماعية أو حتى المذهبية بينك وبين الطرف الآخر.

وفي النهاية إني لا أفضل تصنيف الزواج لعقل وحب وصالونات.. ومثل تلك التوصيفات؛ وذلك لسبب بسيط أن الله خلق لنا مَلَكتيّ العقل والقلب للعمل بهما سويًا وليس التعامل بجانب ومَلَكة واحدة فقط على حساب الأخرى.. أي إنك تحتاج اثنيهما حتى يكون اختيارك كاملًا فلا تعش نصف حياة وتتعامل بنصف روح.

[٦٢] اللّه لا يكترث للأغبياء

لماذا يهمّ العرب بتعليم أبنائهم ممارسة طقوس العبادات الدينية قبل تعليمهم مبادئ الأخلاق والمعاملات؟!

هل سألت نفسك هذا السؤال من قبل؟ وهل جرؤت علي التحاور مع شخص لماذا يهم بتعليم ابنه الصلاة قبل تعليمه المبدأ الأخلاقي والديني (حب لأخيك ما تحبه لنفسك).

ولماذا يسارعون بإلباس بناتهم الحجاب قبل إلباسهم ثوب تقوى الله ومراعاته في كل صغيرة وكبيرة؟ أعتقد أن في إجابة السؤال يكمن أسلوب تفكير العرب ككل.

وهو أن العرب لا يبحثون سوى عن قشور الأشياء وظاهرها ولا يأبهون إلا لمَا يقوله الآخرون عنهم، ولا يهمهم ماذا يقولون هم عن أنفسهم لأنفسهم!

فالآخر هو ما يَشغلهم و يُشغلهم.. أما هم فلا يجدون إلا اشتغال بعضهم البعض ويخلقون من الآخر خبر وسلعة ووظيفة!

فلا تتعجب إذ أن الغرب سبقونا بملايين السنين رغم وجودنا في نفس العصر والآوان!

فالغرب قد عرفوا مبادئ ديننا وما يستحثه من أخلاقيات فطبقوها بلا اعتناق كامل للدين، ونحن اعتنقنا الدين وسلبنا منه روحه، أي أخلاقه فتخلفنا مئات السنين.

إن الغرب بارعون في الأخذ من الشيء أحسنه، ونحن بارعون في التحايل علي الأحسن لتقبيحه بأفعالنا وتعاملنا معه.

فلا عجب أننا أصبحنا في ذيل الأمم.. حيث لا مكان لمن يضحك

عـلي نفسـه وينتظـر مـن الآخريـن التصفيـق والإشـادة.

ولكن هل تعتقد أن الغرب يحاربنا؟

ربمـا سـتصدمك الإجابـة إن أيقنـت أن السياسـة ما هي إلا لعبـة مصالح.. ولسـت وحـدك الهـدف المنشـود مـن تلـك الألاعيـب والمصالـح التـي لم ولن تنتهـي، والفـرق بينـك وبـين غيرك، هـو أنك تسـاعد غيرك لمحاربتـك، فتمهد لـه الطريـق وتقـدم لـه ثغراتـك عـلي طبـق مـن ذهـب، فلا يبقـي لـه إلا أن يغـترف مـن الطبـق ويلتهم!

فـإن أردتـم أن يكـون لكـم مكانًـا عـلي خارطـة العـالم فتشـبثوا بأخـلاق ومبـادئ دينكـم، ودعكـم مـن اللحـي والجلاليـب وحجـاب العقـل قبـل حجـاب الـرأس فالديـن وضـع بهـدف إكـمال مـكارم الأخلاق وليسـت مجرد طقـوس بلهـاء تمارسـونها لإسـكات الـرّب وإسـكات ضمائركـم.

فالله والآخرون لا يكترثون للأغبياء!!

[٦٣] عفوًا السمة غير مفعلة

وارد في وقت ما أن تقرأ قصة أو رواية عاطفية ولا تتأثر وتشعر بها وتعتقد في نفسك بأنك شخص أبعد ما يكون عن العاطفة.. ووارد كذلك في وقت ما أن تقرأ كتابًا يحوي أفكارًا عقلانية وعملية صرفة فتشعر من خلال قراءتك له أنك شخص أبعد ما يكون عن الطابع العملي والعقلاني ثم تشاء الظروف والقدر بعد فترة أن تقرأ كتابًا عاطفيًا أو عقلانيًا ثم تجد نفسك في أحدهما بشكل قوي فتقول لنفسك هامسًا: يا له من أمر غريب حيث أنني كنت أعتقد أنني أبعد ما يكون عن سمة العاطفية أو العقلانية؟! فيا ترى ما الذي يجعلنا نشعر بوجود سمة معينة لدينا وأحيانًا أخرى نشعر أننا لا نمتلكها البتة؟!

الحقيقة أنني أعتقد أن زاوية تناول الأمور هو ما يكشف لنا سمة لدينا، بمعنى آخر من الممكن أن تكون العاطفة في عرف شخص هي الأفعال وليست مجرد الكلمات بدون أفعال تبرهن حبه، والواقع أنه هكذا يعتبر بالفعل شخص عاطفي ويعبر عن حبه بالأفعال لا بالكلمات فقط لكن أسلوب تناوله لمفهوم العاطفة هو ما يجعل البعض وحتى هو ذات نفسه قد يشعره بأنه شخص غير عاطفي.

وكذلك قد يظهر شخص أنه عاطفي وحالم أو غير واقعي بالمرة ومن ثم تأتي المواقف التي تظهر فيه الجانب العقلاني جليًا وواضحًا للجميع حيث أن عقلانيته كانت مغلفة بصيغة المشاعر والأحاسيس وبالتالي لم تكن واضحة للجميع للوهلة الأولى..

ما أريد قوله أنه ليس دائمًا الشخص الذي لا تظهر لديه سمة

واضحة لنا يعني أنه لا يمتلكها نهائيًا.. فالمحتمل والوارد أن يكون أسلوب تناوله للمفهوم هو ما يختلف عنك فلا داعي للحكم على الأشخاص بشكل سريع لأن البشر هم أنفسهم أحيانًا لا يدركون امتلاكهم لسمة ما وبالتالي قد تجد أقربهم للعقلانية والعملية هو أكثرهم عاطفة وأقربهم للعاطفة و المشاعر ظاهريًا هو أبعدهم عنها.

[١٤]جوهر الإبداع

إن تكوين وتشكيل نمط شخصيتك يتطلب نوع من الإبداع، بل قد يكون الإبداع في أرقى وأروع صوره.

لا تندهش فكلنا قد نتربى وتتشكل شخصياتنا في بيئات قد لا تعبر عن صميم رغباتنا واحتياجاتنا وبصماتنا الشخصية.

فنرى الأب يورث الابن مهنته لأنه يريده مثله طبيب أو مهندس أو ما شابه.

ونرى الأم تربي ابنتها على الخجل والتحفظ المبالغ فيه لأنها تهاب نظرات المجتمع والقيل والقال، أو ربما تربيها بشكل متحرر مبالغ فيه لأنها قد تربت علي ذلك أو ربما كانت قد تربت علي القهر والكبت فتريد أن تصبح ابنتها علي عكس ما كرهته فتنمى لديها التحرر والانفلات المبالغ فيه وليس الحرية المقبولة مجتمعيًا.

كلها أنماط نراها حولنا، ولكن ليس لدينا وقت لتبرير سلوكيات وتصرفات الآخرين تجاه ذويهم وتجاه أنفسهم.

ويظل الغالبية في تلك البؤرة والدائرة ولا يشذ عنها إلا النادر من البشر، الذين ينظرون حولهم في كل لحظة ويراجعون أنفسهم، ويقررون بعقل وقلب واع ماذا يريدون حقًا، بعيدًا عن سلوكيات وأنماط أحبوها أو كرهوها في حياتهم الماضية أو حياة غيرهم، وبمنأى عن حياة أعدت لهم سلفًا ومصير تقرر من قبل أشخاص آخرين، وسواء إن كان سلبيًا أم إيجابيًا إلا أنه يعبر عن ذويهم، لا عنهم، وعندما نكبر وتتبلور شخصياتنا، هناك من يرضخ لما أملاه عليه الآخرون، وهناك من يتمرد علي ما وجده في الآخرين وما

وجده في نفسه وغير مقتنع به، فيغير من نفسه وقناعاته وتوجهاته وكذلك طموحه وأحلامه وما يود أن يتركه من بصمة شخصية متفردة، وهذا النوع هو النمط الغير شائع من حيث أنه رأى.. فتفكر.. فأيقن.. فصنع.. فجود.. فغير.. فأبدع.

نعم إنه قمة الإبداع أن تصنع من نفسك أفضل صورة لها، والكثير منا يعيش ويموت في أسوأ صورة له، ولا يفطن أنه كان بإمكانه صناعة صورة جديدة له، فلديه كل الإمكانيات المتاحة داخله.

فكل البشر لديهم إمكانات ومهارات وملكات خاصة بهم، ولكن هناك من يستغلها لتطوير نفسه، وهناك من يستخدمها لهدم نفسه، ولا عجب فالإفناء والإبداع منا وليس من أحد سوانا.

***

[٦٥]الانطباعات الأولى

يقول الكثيرون أن الانطباعات الأولي التي نأخذها عن الأشخاص للوهلة الأولي تدوم، فهل هم محقون في هذا المعنى والتصور؟

الواقع أن الانطباعات الأولي كثيراً ما تكون ظالمة، وكذلك كثيراً ما تظلمنا مع الآخرين أو تظلم الآخرين معنا، حيث أن بعض البشر يتقنون رسم أدوار أبعد ما تكون عن حقيقتهم الفعلية في المقابلات الأولي مع غيرهم من البشر، فيتفننون ويبادرون في إظهار الذوق والكياسة والطيبة أو الوداعة، ثم لا تلبث أن تتضح الحقيقة جلية مع مرور الأيام، ونفاجأ بأنهم أبعد ما يكونون عن ما تصورناهم في البداية، ونبدأ في سؤال أنفسنا هل ظلمناهم أم أننا خُدعنا فيهم، حيث أن ما أظهروه لنا في البداية كان مختلفًا تمامًا!

إلا أن هناك فئة من البشر نظلمهم عند تصنيفهم للوهلة الأولي من مقابلاتنا لهم، حيث أنهم قد يظهرون بصورة تختلف عن حقيقتهم، سواء ظهروا لنا للوهلة الأولي بصورة حدية أو متعجرفة أو عصبية، ثم ما نلبث أن نقترب منهم ونرى حقيقتهم عن قرب والتي أخفوها حتى عن أنفسهم.

ولا عجب فكثرة الصدمات تجعل الإنسان يخفي حقيقته أو بمعني أدق تخفيه الصدمات حتى عن نفسه، إلي أن يستطيع أن يستردها مرة أخرى من خلال بشر يدركون معنى الإنسانية.

إن الانطباعات الأولي قد تكون ظالمة وقد تكون منصفة، وذلك يعتمد لحد كبير علي مدى ذكائك الوجداني لكشف أبعاد شخصية من

أمامك، وهل صفاته البشرية البارزة لك هي صفات أصيلة ومتأصلة به أم أنها مجرد قشرة خارجية قد تخفي تحتها الكثير سواء من الطيبة أو الخبث؟!

مما لا شك فيه أن الانطباعات الأولي قد تظل راسخة في وجداننا لفترات طويلة ولكن تطلع جيدًا للشخص قبل أخذ انطباع عنه، فقد تجد بين جنبات نفسه ما يجعلك تغير هذا الانطباع!

[٦٦]الغائب الحاضر

إليك أنت يا من حتى في غيابك يلغي حضور الحاضرين.. إلى كل شخص نتذكر كلماته وتصبح لنا ضياءً ينير جنبات نفوسنا المظلمة.. لابد أنك صادفته أو ربما ستصادفه.

ذلك الشخص الذي تتذكر كلماته حين تنغلق أبواب الحياة في وجهك، فتجد عباراته خروجًا لك من محنتك، ربما كان بعيدًا عنك، ولكنه قريب من ملامح روحك ومبادئك، فتجد نفسك تهتدي بكلماته فتتأكد أنك علي الصراط المستقيم أو ربما حدت عنه، فتأتي كلماته لتذكيرك بما يجب ولابد أن يكون، فكثيراً ما نعرف الإجابة ولكننا نجهل أو نتجاهل العمل بها، وهنا يأتي دور رفيق الروح، فيهديك روحك التي ضلت عنك مرة أخرى.

إن للبشر أدوارًا ورسائل في حياتنا، ولكن هناك شخص ما.. تدين له بروحك وتفاصيل حياتك، إنه أنت ولكن في مكان آخر وجسد آخر وروح أخرى، إنه يؤمن بما تؤمن به، ويهديه إليك في لحظات ضعفك وتعثرك وتخليك عن ما تؤمن به في تلك اللحظات من الضعف الإنساني.

فكثيراً ما نفقد أنفسنا في محطات ورحلة الحياة، حتى يأذن الرحمن ونستردها معه لماذا هو بالذات، وكيف تنصت له دونًا عن الآخرين؟

إن ما يجعلنا نصغي للآخرين هو أنهم نحن، يحملون جزء من أرواحنا وملامحنا النفسية، ولكنهم يتعاملون مع الأمور بمنظور مختلف عنا، ربما نفتقده أو فقدناه في خضم الحياة، إلا أنه متأصل فينا.

فهل وجدت رفيق روحك ودربك؟!

[٦٧] الحب الغير ضائع

كنت قد قرأت منذ فترة قصة على «السوشيال ميديا» ترويها إحدى السيدات، وهي قصة شبيهة بفيلم «الحب الضائع» للفنانين: سعاد حسني وزبيدة ثروت ورشدي أباظة.. هذا الفيلم يعتبر من كلاسيكيات السينما وقصته معروفة لدى الغالبية.. وبالنسبة لمن لا يعرفه فسيستطيع أن يستشف قصته من الأحداث التي سأقوم بسردها على لسان صاحبة القصة الواقعية، وباختصار تقول صاحبة القصة: «أنها كانت تعيش مع زوجها وأبنائها في حب وسلام حتى أدخلت صديقتها في حياتها وأصبحت صديقة ملازمة للأسرة.. تدخل بيت الزوجية بحكم علاقة الصداقة بالأسرة ثم تطور الأمر بعلاقة بين الصديقة والزوج حتى وقع المحظور وخان الزوج زوجته مع تلك الصديقة..»

والحقيقة أن نمط تلك القصة والواقعة ما زال يحدث حتى وقتنا هذا على الرغم من مدى الوعي الذي تزايد بشكل عام في أوجه الحياة كافة كنتاج طبيعي للانفتاح التام على جميع العقليات والثقافات..

والواقع أن تلك القصة ليست قضيتي الأساسية من حيث تناولها ولكن ما وددت لفت الانتباه له وعنه هو جزئية التسامح في تلك الواقعة، حيث أن صاحبة القصة رددت أنها فضلت الرجوع لزوجها وكأن شيئًا لم يكن.

إن الغالبية ربما تندهش ويستنكرون موقفها وخاصة بأنها قد أعلنت القصة على الملأ، فهل يا ترى من الممكن أن يصل التسامح لأعلى مراحله كما في تلك القصة والحالة؟! وما الذي يجعل أشخاص

يتسامحون وآخرون لا يتسامحون؟! ولمَ كل شخص منهم ينعت الآخر بالجنون خصوصًا في مثل تلك الحالات، حيث أن الخيانة تمس الكرامة، أي أكبر وأعمق من الخطأ العادي الهين الذي يمكن أن نتسامح ونعفو عنه..

أما بالنسبة لتلك القصة فأنا أعتقد بأن صاحبة القصة كي تسامح قد أدانت نفسها من حيث أنها السبب في التقريب بين زوجها وصديقتها.. وبالتالي فهي قد حملت جزءًا من الذنب عليها، وكذلك هي قد شعرت بأن حاجتها لزوجها وأولادها أكبر من فكرة عدم التسامح مع زوجها.. وبالتالي قد لغت فكرة البعد أو الانفصال عن زوجها، وكذلك ومن المحتمل أن تكون قد فكرت وجال بخاطرها أن زوجها من الوارد أن يقترن بصديقتها بشكل رسمي ووقتها ستخسر كل شيء للأبد.. ولو أن ذلك غير وارد في مجتمعاتنا الشرقية حيث أن الرجل لا يأمن لامرأة قد خانت صديقتها وقبلها عائلتها بإقامة علاقة غير شرعية في الخفاء.

وهناك نقطة أود أن أشير إليها ربما كان لها بالغ الأثر في ترجيح كافة المسامحة لدى تلك الزوجة، وهي أن والدتها في تلك المرحلة كانت تمر بوعكة صحية قد ألمت بها بالإضافة إلى وفاة والدها.. ويمكن أن تكون تلك الأسباب جعلت المرأة تعفو وتسامح لعدم امتلاك الدعم والسند الكافيين لمواجهة الحياة وحيدة وبالتالي فضلت التجاوز والرجوع لأحضان بيتها وزوجها.. ومن الوارد أن تكون كل تلك التحليلات النفسية قد دارت بخلد الزوجة..

ما وددت الإشارة إليه أن تلك الزوجة ليست غبية، ومن لا يسامح ليس غبيًا؛ لأنها أولًا قدرات نفسية أي هناك من يستطيع التجاوز والتسامح وهناك من لا يستطيع.

وكذلك هناك فئة قد تعفو وتسامح لوهلة وتستعيد حياتها مع من سامحته ثم تكتشف مرة أخرى بالمعاشرة أنها لا تستطيع التجاوز فعليًا

فتلجأ للانفصال مرة أخرى حين تشعر أن النسيان مستحيل والجرح غائر لا يندمل؛ لأن جرح الخيانة يمس جوهر وصميم العلاقة، ومن الأسباب التي تجعل البشر يتفاوتون في مقدار مسامحتهم وعفوهم أن احتياجات البشر بشكل عام مختلفة أي أن هناك شخص احتياجاته المادية أهم احتياج وأولوية عنده.. ومن الممكن أن يتحمل أي شيء في سبيله، وهناك شخص آخر الاحتياج المعنوي أهم وأعلى احتياج لديه ومن الممكن أن يتحمل أي شيء في سبيله إلا الوحدة والفراق عن من يحبهم؛ لذلك لا أستطيع أن أضع البشر في بوتقة واحدة وأضيق وأحدد اختياراتهم ثم أقول لهم من لا يفعل ذلك يعتبر مجنونًا..

فالواقع أن البشر مختلفون ومتنوعون في عقلياتهم واحتياجاتهم وأساليبهم ورؤيتهم للأمور؛ لأن كل إنسان نشأ في بيئة مختلفة وحتى چيناته وعاداته وموروثه مختلف عنك.. وكذلك هناك عامل هام يؤثر في اختيارات الإنسان وتقرير مصيره وهو يتمثل في الأشخاص الذين يحيطون به في وقت اتخاذه القرار.. أي أن هناك أناس قد يشجعونك على قرارك وبالتالي ستتأثر برأيهم وتفعله.. وهناك بشر ينفرونك من قرار ما فتحيد عنه وتكرهه..

صدقًا لا أعرف تطورات ونهاية القصة ولو أني أرجح أن تلك المرأة احتياجها للالتحام مع زوجها وأولادها أعلى من احتياجها للتحرر منه.. ولا أستطيع أن أدينها وكذلك لا أستطيع أن أقول أنها على صواب تمامًا؛ لأنه في نهاية الأمر المسألة تتعلق بالقدرات والاحتياجات والقناعات.

[٦٨] النسبية والضد

لا يظهر مدى قبح وجمال الأشياء إلا بالضد، ولا يظهر الشر جليًا إلا من خلال رؤية الخير، وهنا تظهر النسبية المعنوية بأجلّ صورها، حيث أن رؤية العين للأشياء وتصورها لها تختلف عن الرؤية العامة المطلقة.

فنحن لا نشعر إلا بمن يختلف عنا، وكل من يعزف علي نفس «سمفونياتنا» لا يرينا خارج حدود ذواتنا.

إن ما يثري الإنسان هو رؤية ما هو ضد طبيعته وحدوده وتصوراته، وقد يكون الضد يبرز شيئا سلبيًا أو إيجابيًا لنا، إلا أنه يعطي بُعدًا صحيحًا للأشياء، بغض النظر عن اتفاقنا أو اختلافنا معه.. ولذلك وبشكل شخصي أعتقد أن أنجح العلاقات علي المستوي الإنساني، هي العلاقات التي تكملنا وليست التي تشبهنا فالشبه ما هو إلا نسخة منك، تنظر من نفس الاتجاه والتصور، أما الاكتمال فهو اثنان يفكران في اتجاهين متوازيين، وبالتالي يثري العلاقة ويعطي لها أكثر من بعد.

وعندما نهم بالسفر إلي إحدى البلدان التي لا تشبه عاداتنا وتقاليدنا قد نستهجن بعض التصرفات، وقد نحترم البعض الآخر، إلا أنها في كل الأحوال تجعلنا ننظر للأشياء بمنظور مختلف، وقد نقدر ما بين أيدينا أكثر أو قد نلعنه، إلا أنه في كلتا الحالتين جعلتنا نري بُعدًا آخر للأشياء والأشخاص والحياة بوجه عام، ولكن إن أصبحنا جميعًا نحمل نفس السمات والبصمات والرؤى لما شعرنا ببعضنا البعض، ولما احتاج بعضنا لبعض .

لكن لا يوجد إنسان ولا مكان ولا شيء يحمل جميع المزايا مجتمعة،

فالكل يحمل الأمرين، ولكن عليك أن تعرف ما تختاره من سمات ومزايا قد تحتاجها من الطرف الآخر، وكذلك لا تنسى أن تضيف له شيئًا جديدًا من بصمتك الشخصية الخاصة ورؤيتك الفريدة، فأنت أيضًا تحمل الوجهين والضدين داخلك من المزايا والعيوب، فاجعل اختلافك تميز .

[٦٩]معين لا ينضب

من السمات والصفات التي أعتبرها أسمي وأرقي الصفات هي العطاء، وأعتقد أن من يحمل تلك السمة داخله، ستجد منه الخير الكثير والوفير، ولا أبالغ إن قلت أنك بالتبعية ستجد أغلب السمات النبيلة داخله.

فالشخص المعطاء هو كالنهر الجاري المتدفق الثري الذي لا ينضب معينه، أنه متجدد.. نقي.. صافي والشخص المعطاء لا يكون معطاءً في الجانب المادي فقط، بل كذلك في الجانب المعنوي، فتجده لا يتواني عن تقديم المساعدة ومد يد العون لكل من يقابله، فإنه لا يجد سعادته سوى في أن يكون مصدر خير ونماء لمن حوله، إنه يعطي أكثر مما يأخذ، وإن أخذ يأخذ علي استحياء، أما علي النقيض فالشخص الأناني يجد سعادته في عدم العطاء، وتجده يدخر عطاءه لوقت يحتاج فيه لمصلحة من شخص ما، فيقايض عطاءه بالأخذ، أي لا يعطي إلا ليأخذ، وإن لم يجد ما يأخذه لا يتواني عن أخذ ما أعطاه بالحيله والمكر، وتجده بخيل بكلماته، فهو يخاف أن يستفيد الآخرين من كلماته وأفكاره، إنه كالنهر الجاف الذي لا أمل في جريانه وتدفقه، ولا يصلح سوى أن تضع فيه كل ما هو صناعي وليس طبيعي، فالعطاء الطبيعي يقوم علي البراءة والعفوية والتلقائية، ولكن العطاء المتصنع يقوم علي التخطيط والمكر والحيلة، وشتان بين من يعطي لله ومن يعطي لنفسه.

ولذلك إن وجدت شخصًا معطاءً فلا تجعله يندم علي عطائه وخيره،

وكـن أرقـي مـن أن تنكـر نبله وعطـاءه ، وإن لم تسـتطع أن تعطـي مثله فلا تجعـل جريانه يتوقف بسـوء أفعالـك اتجاهه.

[٧٠] مليون إحساس

هناك فئة من البشر لا يصلح أن يقتربوا كثيرًا من غيرهم من البشر؛ وذلك راجع لسهولة جرحهم.. هؤلاء البشر شديدو الحساسية، الذين يتأثرون بكل كلمة أو فعل أو رد فعل تأثرًا شديدًا ويحدث داخلهم زوبعة قادرة على قلب كيانهم كله.

والحقيقة أنهم أكثر بشر يشعرون ويحسون ويمدون الآخرين بمعنى الحياة من خلال بث مشاعرهم وانفعالاتهم الجياشة، ومع ذلك وعلى الوجه الآخر هم أكثر بشر قادرون على سلب إحساسك بالحياة من شدة إحساسهم وتأثرهم فهم «رادار» لقياس أفعال وتصرفات البشر يسجلون كل صغيرة وكبيرة ويخزنونها في أعماقهم ويرون الأشياء والمشاعر بنظارة مكبرة ويشعرون باللفتات البسيطة وينتشون منها وكذلك يحسون بالأفعال والتصرفات الكبيرة سواء كانت سلبية أم إيجابية، ولا تنمحي من داخلهم وتظل مؤثرة معهم وعليهم عمرًا بأكمله.. كل هذا يحدث ليس بإرادتهم أو بادعاء منهم بأنهم يشعرون ويحسون ويتأثرون بشدة.. هم بشر مختلفون، يمتلكون جهازًا عصبيًا حساسًا وذاكرة مرتبطة بالإحساس فتخيل أن يكون إنسان عقله وقلبه يوصلان له مشاعر وأفكار طوال الوقت.. فيا ترى ذاك الشخص سيكون على أية حال ودرجة إحساس؟!

هؤلاء البشر متميزون بإحساسهم وتعساء في ذاك الوقت لدرجة لا يمكن أن تتخيلها وتشعر بها طالما كنت مختلفًا عن طبيعتهم ومن الصعوبة البالغة أن تفهمهم إلا بعد مجهود مضني يجعلك قادرًا على

التأقلم والتكيف مع أسلوبهم وأفكارهم ومشاعرهم؛ لأنك في البداية ستعتقد أنهم يضخمون الأمور ويزيدونها تعقيدًا.. لكن الواقع أن رؤيتهم للأمور تكون مرتبطة بنمط شخصيتهم وإحساسهم وبالتالي يكون شيئا خارجًا عن إرادتهم، وتكوينهم النفسي هذا يكون مرهقًا لهم قبل غيرهم وذلك كله راجع إلى أن عقلهم مرتبط بإحساسهم وإحساسهم مرتبط بعقلهم بشكل قوي..

هؤلاء الأشخاص يكون من الصعوبة البالغة أن يتغيروا.. لكن من الممكن أن يديروا أنفسهم بشكل لا يسبب لهم ألمًا أو لغيرهم.. وذلك يمكن أن يحدث إن كانوا واعين ومدركين لمشكلتهم حيث أنه من الصعوبة البالغة أن كل موقف وحدث يمر بإنسان يؤثر فيه ولا ينمحي من وجدانه لأن الطبيعي للإنسان العادي أن يأخذ الموقف وقته ويمر مرور الكرام، وخاصة إن كان موقفًا لا يستدعي الوقوف أمامه كثيرًا.. لكن هؤلاء الأشخاص الوقت يمرّ عليهم وما يسكن داخلهم وارد أن يزيد وليس أن ينمحي فيكونون مثل الجهاز الذي يعمل أربعًا وعشرون ساعة دون توقف، ولأنهم لا يفصلون شعورهم فهُم عرضة لاحتراق أعصابهم، وهم يحملون أسرار الحياة كافة لأنهم مثل السجل التاريخي يسجلون كل لقطة وإحساس داخلهم.. ستجدهم يحبون الفن والإبداع والجمال لأنهم يشعرون ويحسون بشدة وعندما يقعون في الحب يحبون بكل ما أوتوا من ذرة مشاعر وأحاسيس.. وحبهم مثل البركان وكذلك كرههم مثل الإعصار وقربهم جنة ونار وحتى إن كان منطقهم وإحساسهم صادقًا فهو لا يتم التعامل به لأنهم ببساطة يقرؤون البشر والسطور وما بين السطور.

والبشر عادة يرفضون قراءة السطور بلا حذف وحَذَر وحظر... فهل تعتقد أنه يمكن لبشر آخرين أن يقرؤوا ويشعروا معهم بما بين السطور؟!

هـؤلاء البـشر مظلومـون كثـيراً لتكوينهـم النفـسي ولكـن عـزائي الوحيـد لهـم أنهـم غـير مزيفـين، ويعيشـون مائـة عمـر في عمـر؛ لأنهـم يمتلكـون مائـة إحسـاس وشـعور ورغـم صدقهـم ومثاليتهـم وتميزهـم إلا أن تكوينهم النفـسي يصعـب التعامـل معـه.. وإن صادفـت شـخصًا منهـم فاعـرف أنـك سـتعيش مليـون حـال في السـاعة والثانيـة لأن إحساسـهم هـو بوصلتهـم وهـو مـا يتحكـم في مزاجهـم المتقلـب.

وفي النهايـة هـم جنـة ونـار وشـتاء وصيف وسـعادة وحـزن وليـل ونهار.. هـم حيـاة كاملـة بالفعل.

[٧١] مكاسب الخسارة

التصالح مع مبدأ الخسارة في أحيان كثيرة يكون ذكاءً شديدًا منا، ولكن ما المقصود بمبدأ التصالح مع الخسارة؟! معناها: أن خسارتك لشيء أو لشخص أو لموقف سيعود عليك بمكسب أكبر من خسارته من حيث أنك عندما تخسر شخصًا سيئًا أو خائنًا أو يدمرك نفسيًا أو سيوصلك لمرحلة سيئة في شخصيتك ومبادئك وقيمك فوقتها تعتبر خسارتك له أكبر مكسب.. وعندما تخسر شيئًا ماديًا يجعلك قد تخسر قيمك ومبادئك لأجل الوصول له فوقتها خسارتك له أكبر مكسب لك على المدى البعيد وكذلك عندما تخسر موقفًا وارد أن يوصلك لأبعد وأكبر نقطة نجاح وانطلاق لأجل ألا تخسر قيمة أكبر مثل ستر شخص أو تجنب الغيبة و النميمة وغيرها من القيم التي تؤمن بها فخسارتك هنا أكبر مكسب لك على المدى البعيد.

الحقيقة أن المكسب والخسارة يعتبران شيئًا نسبيًا لا يصلح أن نقيسه بمقياس واحد؛ لأن كل منا له مبادئه وقيمه وفلسفته في الحياة التي تجعلنا ننظر للأمور بمنظور مختلف، ولكن أيضًا ليس كل ما نكسبه يعتبر مكسبًا لنا على المدى البعيد؛ لأن من الممكن أن نخسر معه قيمة أعلى.. كقيمة احترامنا لأنفسنا أو الحفاظ على نقاء ضمائرنا وصفاء سريرتنا، فحاول دائمًا أن توازن بين مكاسبك وخسائرك قبل أن تخسر شخصًا أو موقفًا أو شيئًا ما لأن هناك أشياء خسارتها أكبر مكسب ومكسبها أكبر خسارة

[٧٢]اقرأ ذاتك

لكل إنسان فلسفة خاصة به تكونت وتشكلت من خلال تجاربه وبيئته المحيطة به، من أسرة وأصدقاء وأقارب، ومن خلال رؤيته الذاتية ومنظورة للأشياء والأمور، وتلك الفلسفة شُكلت مع مراحل تكوينه، أي أنها صلبة، قوية، متشعبة في أعمق أعماقه، وتغييرها كنقل جبل من مكانه، إذ أنها تصاحبه في صحوه ومنامه وفي أصغر وأكبر قراراته، وبالتالي إن رأيت إنسانًا يختلف عنك في فلسفته الخاصة ونظرته للأمور بشكل كلي، فلا تلومه، فربما كنت قد وضعت مكانه وصاحبتك نفس الظروف وبالتالي نفس الفلسفة!

تلك المقدمة بداية لما أود قوله، وإن كنت لا أدين الشخص في مقدمتي الأولي بشكل كامل، إلا أني ربما أدينه في السطور القادمة، إذ أن العالم أصبح زاخرًا بالمعارف والانفتاح التام علي كل الثقافات والعقول سواء الشرقية أو الغربية، فالعالم أصبح حجرة صغيرة بالفعل، ولم يعد حتى قرية صغيرة!

إن أصوات أنفاسنا أصبحت معدودة علينا وكلماتنا تخترق الواقع من خلال اللاواقع والعالم الافتراضي من خلال التكنولوجيا الحديثة، سواء إنترنت أو كتب وكُتاب وكذلك أفراد عادية.

إن الأفكار أصبحت تصب علينا من كل صوب واتجاه، ولكن هل سألت نفسك لمرة واحدة، هل كل الأفكار قابلة لأن تصبح جزءًا منا ومن واقعنا؟

وهل كل ما يناسب شخص من أقصي الشرق هو ما يناسب شخص

آخـر مـن أقـصى الغرب؟

إن العـالم أصبـح مجنونًـا بالفعـل.. فـلا وقـت لالتقـاط الأنفـاس لنسـأل أنفسـنا هـل كل مـا أتلقـاه مـن أفـكار ومعلومـات وكتـب وكُتـاب يناسـب طبيعتـي ومحيطـي وفلسـفتي الخاصـة؟ كلنـا ندّعـي الحكمـة والفلسـفة ولكـن هـل كلنـا نحملهـا بالفعـل؟

وإن كنـا نحمـل چيناتهـا بالفعـل.. فلـماذا كل هـذا الكـم الهائـل مـن التخبـط والعشـوائية في حياتنـا؟

إن الإنسـان بـارع في النصـح والحكمـة.. ولكـن هـل كل حكمـة تعتـبر حكمـة بالفعـل؟ أم أن زمـار الحـي لا يطـرب، فنـود أن نطـرب أنفسـنا بأيـة أنغـام حتـى وإن كانـت نشـازًا؟

عزيـزي إن كنـت تبحـث عـن المعلومـة والكتـب، فابحـث عـن ذاتـك داخلهـا ثـم قـرر هـل تصلـح لـك تلـك المعلومـة والحكمـة والفلسـفة ثـم تنـاول كتابـك واقـرأ..!!

[٧٣]طموح لا ينتهي

الواقع يقول ويثبت أنه كلما كبرت الفتاة سنة من عمرها ولم ترتبط بعد فطموحاتها تجاه الرجل الذي تتمنى الارتباط به تزيد ولا تقل على الرغم من أن المجتمع يرى بأنها من المفترض أن تقبل بأي رجل حيث أنها قد تأخرت في سن الزواج المتعارف عليه مجتمعيًا، ولكن الواقع يقول بأنها من كثرة ما عانته من تعنت المجتمع واضطهاده لظروفها فهي تستطيع المحاربة من أجل الوصول لما تبغيه، ولكن هل تعلمون لما الفتاة عندما تكبر في العمر طموحاتها تجاه الرجل الذي تود الاقتران به تزيد ولا تقل؟!

أولًا إن الفتاة عندما تكون شابة صغيرة يصبح أقصى طموحاتها شخص يحبها ويشعرها بأنوثتها وتعيش معه معنى الحب حتى وإن لم يكن حبًا حقيقيًا لأن رغبتها في استشعار أنوثتها يكون أعلى من أي طموح واحتياج آخر ووارد جدًا عندما تنضج وتكبر أكثر أن تعرف أن ذاك الحب كان وهمًا وسرابًا، وأنها لم تحب إلا نفسها في عيون الآخر وأحبت إحساس أنها تعيش قصة حب حتى ولو كانت موهومة.. وبعد مجيء مرحلة أخرى من العمر والنضوج الأعلى للفتاة يصبح طموحها أن تُحِب وتُحَب أي أن تصبح فاعلة وفعالة في العلاقة وليست مجرد مفعول به؛ ولكي تحصل على علاقة تسير في هذا المسار فذلك ليس الأمر الهين والسهل أبدًا حيث أن العلاقات قدرية في المقام الأول وإن فاتتها تلك المرحلة والحالة فالفتاة لا تتجاوزها بل تظل ملازمة لها وبجانبها طموحات أخرى من العلاقة مثل أن تكون العلاقة متكافئة

عـلى جميـع المسـتويات وأن يكـون بالعلاقـة أخـذ وعطـاء وأن يحترمهـا الرجـل ويقدرهـا ويصـدق معهـا لأن خبراتهـا وتجـارب مـن حولهـا تعلمهـا أشـياءً كثـيرة حتـى وإن حـاول الآخـرون عـدم إعـلان خيبتهـم عـلى المـلأ فـردود أفعالهـم كفيلـة بإعلانهـا وإعلامهـا.

مـا أريـد التنويـه عنـه إن تأخـر الفتـاة في الـزواج عيـب وميـزة، ولا يوجد أمـر في الحيـاة بـلا وجهـين إحداهـما سـلبي والآخـر إيجـابي، ولكـن الأمـر المهـم في كل الأحـوال أن تكـون الفتـاة صادقـة مـع نفسـها وتختـار الأنسـب لهـا لأنهـا هـي مـن سـتعيش سـواء عـلى الحلـوة أو المـرة.

[٧٤] العقم النفسي

كما أن هناك عقم جسدي فهناك أيضا عقم نفسي.. نعم، لا تتعجب ولكن الفرق بين العقم الجسدي والنفسي أن العقم الجسدي بدون إرادة وتدخل من الشخص أما العقم النفسي فالشخص له يد فيه ولكن ماذا أقصد بالعقم النفسي أولًا؟!

العقم النفسي هو أن تكون شخصًا أبتر نفسيًا وخاليًا من مضمون ومعنى العطاء أي تكون شخصًا أنانيًا ومتمحورًا حول ذاته ورغباته واحتياجاته فقط وليس بالشيء البعيد أن يضر الآخرين في بعض الأحيان لأجل مصلحته ولكن هل العقم النفسي شيء قابل للعلاج؟!

في اعتقادي الشخصي أنه حالات قليلة جدًا القابلة للعلاج وهم الأشخاص الذين يرون مشكلة في سلوكهم وأنهم حادوا عن السلوك السوي أو بمعنى أدق الشخص الذي يمتلك بقايا ضمير ولكن يشوبه بعض غبار الحياة ويحتاج فقط إلى جلي وتلميع حتى يعاد رونقه مرة أخرى، ولكن تظل تلك هي النسبة الأقل كثيراً من حالات العقم النفسي القابلة للعلاج والشفاء.

الحقيقة أن النفس والجسد لهما احتياجات ومتطلبات ولكن نحن قد تعودنا على تلبية متطلبات الجسد فقط وإلغاء متطلبات واحتياجات النفس رغم أن النفس هي ما تقود الجسد وتؤثر على أدائه ولكن مازال في عالمنا العربي النسبة الأكبر تعتبر أن الكلام عن النفس والبحث في أغوارها رفاهية أو مرض وجنون ، وأنه شيء غير سوي وغير صحي مع أن العكس هو الأصح وأن محو فكرة تأثير النفس على سلوكيات

الإنسان هو المرض والجنون بعينه والله قد ذكر النفس في أكثر من موضع في كتابه الكريم وتلك تعتبر رسالة إرشادية وتوجيهية لنا توضح أهمية النفس وتأثيرها علينا وعلى سلوكنا وكل محاور حياتنا بالتبعية.

ومن الممكن أن يكون من أسباب العقم النفسي عند البعض هو إلغاء فكرة التحاور حول هذا الشق والجانب من الإنسان واعتبار الكلام عنه لا يصح ولا يجوز وضرب من الجنون..

وما يجب أن نعرفه أنه ما بين العقم النفسي والثراء النفسي هو الوعي لدور وتأثير النفس علينا وأن دورها قد يزداد أهمية عن تأثير الجسد فقد تجد شخصًا عاجزاً جسديًا ولكنه يمتلك روح وإرادة وثراء نفسي يعجز الشخص القادر السوي جسديًا عن بلوغه.

إن الروح والنفس والجسد هي عناصر تكوين الإنسان وإهمال جانب على حساب آخر لا يأتي لنا بمعادلة سوية وذات نتائج سوية.

[٧٥] أطفال الجيران يتشابهون

(أطفال الجيران يتشابهون).. كلما هممت بالتعامل مع فئات من طبقة أو وظيفة واحدة.. تذكرت تلك المقولة فهي بالفعل صحيحة، فكل أبناء طبقة أو وظيفة واحدة متشابهة، ستجدهم في الغالب يتشابهون في تصرفاتهم ومبادئهم وأحيانًا ردات فعلهم، فستشعر بأنه قد تم توزيع كتالوج عليهم للتعامل بنمط سلوكي متشابه وكذلك لغة حوار ومفردات تجمعهم وبالتالي تستطيع أن تتنبأ بردات الفعل والسلوكيات الصادرة منهم.

وأنا لا أقلل من قيمة طبقة علي حساب أخرى ولا من قيمة وظيفة مقارنة بوظيفة أخرى، ولكني لمست هذه الظاهرة في تعاملاتي، وإن كنت سابقًا لا أعيرها اهتمامًا وأتعامل بطبيعتي لا بطبيعة الآخر، ولكني فطنت بأنني ربما سأخسر جولات وجولات إن لم أستشعر أسلوب التعامل الأمثل مسبقًا.

ولكن لما يتعامل أصحاب الطبقات والوظائف الواحدة بشكل متماثل؟

هل لأننا نعاملهم بأسلوب واحد؟ أم أنهم يتوقعون معاملتهم بشكل ما فيتصرفون بشكل مسبق هم كذلك؟

أعتقد أن الطبقات والفئات الاجتماعية ترضخ لأفكار ومعتقدات واحدة وهذه دائرة صغيرة من دوائر الأحزاب والطوائف علي المستوي الأقل تأثيراً، ولكن هل هذه ظاهرة صحية علي مستوي الأفراد والمجتمع؟ بمعني هل اختلافنا برغم خلافنا مع الآخر أحيانًا ظاهرة

تستدعي تجاوزها أم النيل منها؟

الواقع أن البشر مثل بصمات الأصابع من المستحيل أن يتشابهوا ويجتمعوا علي أمر ما طوال الوقت، ولكن هناك الاختلاف الذي يثري الحياة وهناك الاختلاف الذي يخلق الخلاف المعيق للحياة، ولكن هل نحن من نقرر ذلك بشكل وتقدير شخصي منا أم أن القيم العليا التي تحمي المجتمع ككل هي من يجب أن يقرر ذلك؟

أعتقد أننا إن رضخنا للتقدير الشخصي فلن يحل الأمر بتاتًا للتباين الرهيب بين الأفراد وعيًا وموروثًا وعرفًا.. أما علي مستوي المجتمع فهناك خطوط حمراء تخص المجتمع لا يجب تجاوزها، وتلك تصب في الصالح العام وليس الخاص والمقصد أن يكون النظام القيمي والمجتمعي هو الرادع وليس الاختلاف الفردي هو المعيار التقديري. فاختلاف الأفراد وإن كان رحمة فهو أحيانًا جور وعتو.

لأنه إن تحوّل الاختلاف لخلاف مجتمعي انقلب المجتمع لأحزاب وطوائف قادرة علي تفتيت الوحدة الوطنية بين أبناء الشعب الواحد.

ما أود التنويه عنه أن الفيصل في الحكم علي الأفراد وإدانتهم هو المجتمع وليس أفراد بعينهم يرضخون لمصالحهم في نهاية الأمر.. فإن أردت الحكم علي الأمور من منظور عقلاني معتدل فاجعل بؤرة اهتمامك هو المجتمع ككل قبل تناولك للأمور من منظور ذاتي بحت.. وإن كانت الموضوعية تحمل بعض الذاتية فلتربط موضوعيتك بأكثر من مرجعية حتى لا تقع في دائرة الذاتية والشخصنة للأمور.

[٦ ٧] اليد الممتدة

هل حقًا نحن نريد من يفهمنا أم من يجهلنا ؟

الحقيقة وجدت أن أغلبنا يشكو من عدم فهم الآخرين له.. ولكن هل نحن حقًا نبحث عن من يفهمنا؟ إنني أرى أننا نريد من الآخر أن يفهم ما وراء تصرفاتنا.. لا أن يفهم تصرفاتنا بشكل أحكام علينا تزيد آلامنا وجراحنا.

ولكن هل هناك من يتقبل نقصنا وتعثراتنا وعقدنا النفسية بصدر رحب ويد ممتدة على الدوام بلا تأفف وضجر؟

أعتقد أننا لابد أن نساعد الآخرين في شفاء جراحنا.. حتى لا نكون سبب لاحق في الإساءة إليهم بأضرار نفسية علي المدي البعيد بدون وعي منا.

فإننا جميعًا لدينا جروح وصدمات وتصدامات مع الحياة والآخرين، ولكن هناك من يركن لذلك ولا يساعد نفسه، وهناك من يحاول أن يتخلص من آثار تلك الجروح والصدمات، حتى يستطيع التعايش السلمي مع نفسه أولًا ثم الآخرين بالتبعية.

ولكن كيف نتخلص من جراحنا وآلامنا؟.. لابد في البداية أن نتقبل فكرة الألم، وأن الألم جزء من خبرة النضوج في الحياة، فذلك يساعدنا كثيرًا علي الإحساس بأننا لسنا الوحيدين علي هذا الكوكب الذين نعاني، وبعد أن نضمد جراحنا علينا أن ننشغل بالحياة والعمل أكثر من انشغالنا بذواتنا وجراحنا النفسية، فذلك ربما يساعدنا علي التجاوز والتناسي، أما أن ترفض الألم فأنت تزيده داخلك، فهل وجدت من

يطفئ النيران بالنيران؟!.. فيجب أن تكون رحيمًا بنفسك ولتعلم أن البداية والنهاية منك قبل أى شخص آخر، واليد التي ربما تمتد لتنهض بك تنهض بمساعدة ومدّ يدك أولًا.

[٧٧]رسائل مشفرة

بعض البشر يظلون طوال الوقت يرسلون إليك برسالات وعبارات لست أنت المقصود بها، ولكن من يا هل ترى المقصود؟ ولما لم يرسلها إلى أصحابها؟

الحقيقة أن ربما كانت تلك الرسائل لشخص ظلمهم أو جار علي حقوقهم أو ربما كذلك كانوا قد أحبوه ولم يستطيعوا البوح بمكنونات أنفسهم له، فظلت تلك الرسائل قابعة داخل عقولهم لم تبرح حتى تسنت الفرصة لهم بالبوح بها لأي شخص كان!

فلا تتعجب إن رأيت البعض ينعتك بصفات ليست بك سواء كانت سلبية أم إيجابية، أو ربما تجده يرحل إليك موقفًا برمته بدلًا من غيرك.. وكذلك ربما تجد من يبث إليك مشاعره الجياشة بغير أن تمثل له كل تلك الأهمية المزعومة، إلا أنه يوهم نفسه بتلك المشاعر حيث يحاول استعادة وإحياء مشاعره القديمة التي لم يحالفه الحظ ويستمر بها ومعها.

إن البشر كائنات منغلقة علي ماضيهم وحاضرهم، ولا يمكن الفكاك منه دائمًا، فكثيراً ما نستعيد من الماضي شريط ذكريات لا ينمحي من عقولنا ونظل نردده في مواقف أخرى كنوع من تسكين الألم النفسي أو محاولة الاتزان والبوح لمن يعي بدون التحدث في الأمر مباشرة.

ولكن هناك من يستطيع أن يدرك ذلك بكل سهولة من خلال التعامل معك وهناك من لا يفهم ماذا تعني كلماتك له وماذا تمثل له ولك تلك الكلمات ويظل مقدار الفجوة يتشكل طبقًا لمدى وعيك

وتحملك لتلك المواقف التي تمثل ماضي الشخص، ولا شك أن طبيعة العلاقة بينك وبين الشخص ومدى معزته وغلاوته لديك تشكل رده فعلك تجاهه، فهناك من يرفض بشدة أن يكون متنفس لآلامك وجروحك السابقة، فيبتعد عنك بلا رجعة وبغير أسف أو محاولة تفهم لدوافعك النفسية في ردود أفعالك الغير معلنة بوضوح أمامه وهناك من يستشعر طيبتك وألمك من وراء جرحك وانفعالاتك فيتمسك بك حتى يستطيع تفهم دوافعك وتحريرك من شبح آلام ماضيك.

[٧٨]وأد الروح

من الممكن أن يكون هذا المصطلح غريبًا عنك وغير متداول في محيطك، ولكن كيف نَئِد روح شخص ما؟!

وأد الروح هو أنك تمنعها من أن تتنفس وتعبر عن نفسها بجرأة وشجاعة، وكذلك أن تلغيها.. تكبتها.. تعذبها.. تخونها.. كل تلك المعاني تمثل وأدًا للروح وكثيرًا ما نرى أباءً وأمهات يلغون مشاعر وشعور أبنائهم نحو اختياراتهم في حياتهم -سواء بدافع التسلط أو الخوف المرضي عليهم أو بسبب افتقاد الذكاء الوجداني لديهم من حيث مدى إحساسهم بأبنائهم ومتطلباتهم النفسية أو بسبب أي دافع لهم- المهم أن النتيجة أنهم يَئِدون أسمى ما في الإنسان ألا وهي»الروح».

وحتى بلوغ مرحلة وصول هؤلاء الأبناء للنضوج والمعرفة يكونون قد فقدوا الكثير من بصمات أرواحهم ولكي يستطيعوا استرداد أرواحهم المكبوتة ويدركون أنها كانت مَوءودة ملغية.. يأخذون وقتًا طويلًا حتى يستطيعون تحريرها وفك أسرها، ومن الممكن أساسًا أن يكون الشخص الموءود الروح غير مدرك لكنهة المشكلة وأبعادها وبالتالي حلها، وليس فقط الآباء هم من يئدون أرواح أبناءهم ولكن هناك أزواج كثيرين يوئدون أرواح زوجاتهم سواء عندما يريدون حبسهم في قالب وشكل معين وينسون ويتناسون أن لهم متطلبات واحتياجات مختلفة عنهم أو في حالة أنه يخونها ويشككها في أنوثتها أو يقارنها بنساء أخريات فبعد فترة الزوجة تذبل روحها وتنطفئ وتشيخ وتموت وهي على قيد الحياة؛ لأن الروح لا تقل عن الجسد من حيث إمداد الشخص بالحركة والنماء إذ أنها المحرك الأساسي لحركة الجسد

فكل من الروح والجسد يمرض ويئن ويتوجع ويذبل ويموت إلا أن موت الجسد ينهي آلامه أما موت الروح وهي حية فهو موت غير رحيم، وليست تلك النماذج هي الأمثلة الوحيدة لوأد الروح، فهناك نماذج أخرى كثيرة منها: مَن يدرس شيء لا يبغيه توءد روحه ، والذي يتزوج شخصًا لا يحبه ولا يشعر به توءد روحه ، ومن يعمل بوظيفة لا تحقق شغفه توءد روحه، والذي يظهر بمشاعر لا تعبر عنه توءد روحه.

إن الروح أسمى وأنقى ما في الإنسان فحاول دومًا أن تحرر روحك من كل ما يشوبها و يعتريها من تصادمات وصراعات مع الحياة حتى تخرج منها كما جئت إليها بقلب وروح سليمة.

[٧٩] مسار إجباري

كلنا من الوارد أن نخطئ في اتخاذ قرار أو في تصرف معين وتظل تدور حياتنا حول تبعات هذا القرار أو التصرف، ولكن ردات فعلنا تجاه ما يتبع قراراتنا وتصرفاتنا الخاطئة تختلف من شخص لآخر.

فمنا من يستمر في الخطأ ولا يريد مواجهة ذاته بأن قراره كان خاطئا ويظل يزيد من تبعات هذا الخطأ، ومنا من يقف وقفة مع نفسه ويعترف بأنه قد أخطأ ويحاول أن يصلح خطأه مهما كلفه الأمر من عناء ومشقة، وهناك من يبرر خطأه ويرحله إلي أو علي الآخرين ولا يستطيع تجاوز هذا الخطأ.

والعبرة ليست بأننا أخطأنا في مواقف وتصرفات أو حتى ردات فعل.. بل العبرة بكيف نتعامل ونتجاوز هذا الفعل حتى يصبح نقطة قوة لا نقطة ضعف ولكن لكي تهوّن عليك يجب أن تعلم أن أي خطأ أو تصرف خاطئ ما هو إلا نتاج مجموعة معلوماتك ووعيك في هذه المرحلة أو الفترة، بمعني أنه كان لابد أن تمر بتلك الخبرة والتجربة حتى تغير صفةً أو سلوكًا داخلك.. فالخطأ ما هو إلا بوصلة ترشدك لتعديل اتجاهك ومسارك، ولكن إن لم تعدل منه فالخطأ أصبح خطأين وربما ثلاثة أو أربعة!

ويجب أن تعلم أن من يتخلص ويتحرر من أخطائه وتبعاتها هو الشخص الصادق مع نفسه، القادر علي الاعتراف بخطئه ومواجهته بشجاعة، أما الشخص الذي ينكر ويبرر ولا يتوانى عن إثبات أنه لم يخطئ

فذلك هو النبت الشيطاني الذي لا أمل في إصلاحه.. فالله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم، فواجه خطأك بشجاعة، واعلم أن الشجاعة في المواجهة وليست في الإنكار، فالإنكار حيلة الضعفاء والجبناء الغير قادرين علي مواجهة الذات والآخرين، وأخيرًا اجعل من خطئك سببًا لتعديل مسارك، لا مسار إجباري تستمر فيه.

[٨٠] السطح والعمق

دائمًا ما أرى أن الذكاء ليس بكافٍ في العلاقات العاطفية وأقصد هنا الذكاء بمفهومه العام.. فأحيانًا كثيرًا ما يكون الاحتواء والتفهم والصبر هو الحل أو جزء من الحل؛ لأن كثيرًا ما نرى نساءً ذكيات بمفهومنا ومنطقنا ومع ذلك لم يستطعوا أن يحتوين أزواجهن، وكذلك هناك رجال كثيرون ينعتون بالذكاء ومع ذلك لم يفطنوا كيف يصلون لقلوب زوجاتهم.. وبالتالي في العلاقات الزوجية على وجه الخصوص لا يصلح أن تختزل العلاقة في مفهوم الذكاء مجردًا من أية مشاعر أو أحاسيس تتطلبها العلاقة.. بمعنى أكثر تبسطًا لابد أن تكون قادرًا على أن تفهم متى تكون ذكيًا ومتى تكون قادرًا على احتواء من أمامك بدون أن يشعر أنك تتذاكى عليه من منظور عقلاني وليس عاطفي حسي نابع من شعورك به أي أنه لابد أن تكون واعيًا لاحتياجه في تلك اللحظة، وكذلك لابد أن تدرك متى تتغافل عن عيوبه ومتى تواجهه بها دون أن تسيء للعلاقة ككل.. أي باختصار أن تمتلك الذكاء الوجداني الكافي؛ لأن الذكاء الوجداني يحوي العمق والذكاء كمفهوم عام يحوي السطح فقط.. والعلاقات الإنسانية العاطفية تحديدًا تحتاج أن تغوص في أعماق شخص آخر وتدرك لم هو يتصرف بهذا الشكل حتى وإن كان كل من حوله يرون أن سلوكه منفر وهادر للطاقة.

والعلاقات الإنسانية عمومًا معقدة – وحقيقي- مرهقة؛ ولذلك لكي تقبل أن يشاركك إنسان آخر تفاصيلك وتشاركه أنت كذلك لابد من وجود الحد الأدنى من القبول والشعور به لأن من الصعوبة أن تتحمل إنسانًا غير متقبل إلا أن ترى منه السطح وتترك عمقه لغيرك لكي يكتشفه.

وكل إنسان عالم بذاته ولكي تغوص داخل أعماقه وتستخرج أجمل وأعمق ما فيه لابد أن تحتويه وقبل أن تحتويه لابد أن تكون قادرًا على احتواء نفسك؛ لأن فاقد الشيء صعب أن يعطيه.. فدائمًا كن صادقًا مع ذاتك لأن صدقك سيصب في صالح العلاقة ككل، وأنت إن لم تكن صادقًا مع نفسك ستكذب عليها وعليه ثم تجد أن أجزاءك وأجزاءه النفسية تتفتت وتتلاشى ثم تجدان أنكما أنتما الاثنان أصبحتما تريدان من يحتويكما؛ ولذلك أقول وأنوه مرة أخرى: إن العلاقات الإنسانية العاطفية تحتاج الاحتواء والذكاء الوجداني قبل الذكاء العام فلا يمكن أن يتساوى السطح مع العمق

[٨١]إيه فرعنك يا فرعون

نحن ليس دائمًا ما نكون غير مسؤولين عن تخبطنا وتعثرنا وفشلنا أو إيذاء الناس لمشاعرنا حيث أنه في أحيان كثيرة يكون لنا يد في كل ما يحدث لنا وعن إيذاء الناس لمشاعرنا سواء بطيبتنا التي ليست في محلها أو مع من لا يقدرها وليس جديرًا بها أو من خلال سماتنا الشخصية التي تؤدي بنا إلى التهلكة ونحن غير مدركين، ولكن البشر لا تنتبه إلا لكل ظالم فج شرير وتتناسى أن الشخص الساذج له يد في ظلم الظالم له سواء بسلبيته أو بسكوته عن حقوقه أو بتعامله معه بنية صافية خالية من الاحتراس والحذر.

فبالطبع يصبح صيدًا سهلًا لكل ظالم يستطيع من خلاله أن يمارس عليه خداعه وشره وفي أحيان كثيرة الشخص الساذج المسالم ينمي التجبر عند الشخص الشرير لأنه لا يأخذ رد فعل مناسب لأفعاله معه، لذا يتمادى الظالم معه في شره وغيه.

والبشر تطلق على السذاجة طيبة والطيبة سذاجة مع أن السذاجة أبعد ما تكون عن الطيبة، والمؤمن كيس فطن والطيبة لا يصلح أن تنعت بأنها سذاجة طالما كانت مع من يستحقها وجدير بها.

الفكرة بأننا نخلط بين المفاهيم حتى أصبحت الناس تهاب الطيبة لأنها اقترنت لديهم بسلب الحقوق وتجبر البشر عليهم.. والغالبية من البشر أصبحت تحاول أن تكون شرسة ولها أنياب ويعمل لها ألف حساب حتى يحموا أنفسهم، ومع الأسف أناس كثيرون فلت منهم زمام الأمور عندما نسوا وتناسوا إنسانيتهم في محاولة حفاظهم على

حقوقهم لأنهم أصبحوا يتعاملون مع الجميع كأنهم أعداء، ومن الوارد في أية لحظة أن يأخذوا حقوقهم.

الواقع أن التباس المفاهيم خلق داخلنا مشاكل جمة وتصدرت لخارجنا وأصبحنا نضع المفاهيم طبقًا لتصوراتنا الخاصة وليس تبعًا لمعانيها الحقيقية، والطيبة والرحمة والود كلها صفات حميدة يحبها الله ولكن يجب أن نعرف لمن نعطيها وهل سيتعامل معنا كمستغل ويجعلنا نندم على طيبتنا وعطائنا أم سيجعلنا نزيد من صفاتنا الحميدة لتقديره عطاءنا وطيبتنا.. فالفكرة كلها تدور حول أن يكون لدينا وعي أو فطنة حتى لا نرجع ونندم على عطائنا ونيتنا الخيرة.

وفي ظل ذلك كله يظهر وجهي العملة: الخير والشر.. والخير لا يعلن عن نفسه إلا إن ظهر وجه آخر يجعلنا نقارن بينهم فنشعر بالفرق وذاك ما يجعلنا نتمسك أكثر بخيرنا عن وعي واتزان وليس ضعفًا وخنوعًا.

والشر تواجد لتعليمنا وليس تدميرنا ويجب أن نعي أن الشر هو الظل في الحياة والخير هو أصل الحياة وسر وجودها وإن كان ليس دائمًا هو السائد إلا أنه يمثل مركزية الكون والوجود.

ما أريد أن أؤكد عليه أنك عندما تراجع ذاتك وترى من ظلمك ومن خانك ومن وعدك ولم يفِ ستجد أنك كان لك يد في كل فعل مر بك سواء بسلبيتك أو صمتك أو وضوحك وانكشافك التام مع بشر يتصيدون نقاط ضعفك ويلعبون على أوتارها فدائمًا ستجد أنك مسؤول بشكل أو بآخر.. والطبيعي أن البشر سيدينون الظالم مع أن الساذج له يد في كل ما يحدث له وقديمًا قالوا: «إيه فرعنك يا فرعون.. ملقتش حد يلمني» .

فحاول ألا تخلق فرعونًا بصمتك أو بسلبيتك أو بعدم وعيك لمن تعطي طيبتك لأن الوعي والإدراك يخلق منك نموذجًا صحيًا ومشرفًا

للطيبة والخير وكل القيم الجميلة لكن السذاجة تخلق منك نموذجًا سلبيًا محبطًا لمفهوم الطيبة، لأن وللأسف الناس ما زالوا يقرنون الطيبة بالسذاجة والسذاجة بالطيبة.. فحاول أن تفصل بينهما وستجد الناس قد فهموا وعرفوا الفرق منك وبك.

[٨٢]تشابه الاختلاف

هل يجب أن نقول لا ونبتعد عن كل من لا يشبه صفاتنا وتصرفاتنا؟ وهل كل تشابه مع صفات وسلوكيات الآخرين ضمان لنجاح العلاقات؟ وهل كل اختلاف ما بين سلوكيات الأشخاص يعتبر هادمًا للعلاقات؟

وهل الاختلاف بين صفات وسلوكيات البشر يعتبر شيئًا صحيًا وايجابيًا، أم أنه لابد أن يتحول إلي نقطة خلاف في منحنى ما في العلاقات؟

وهل نستطيع تقبل الاختلاف الكلي بيننا وبين الآخرين؟ وإلي أي مدى؟ وهل يمكن أن يجتمع من يفكر بعاطفية مفرطة مع من يفكر بعقلانية صرفة؟

وهل يمكن أن يلتقي كل من يفكر بإيجابية وروح يملؤها الحماس مع من يفكر بسلبية وروح يملؤها اليأس والشك؟

وهل الأضداد تتجاذب وتتناغم وقتيًا ثم لا يلبث أن يتحول الانجذاب إلى تنافر ونشاز؟

أعتقد أن الإجابة عن كل تلك التساؤلات يصعب التكهن بها بشكل قاطع نظرًا لوجود طرفين في العلاقة، وكل ما يخضع لطرفين أو أكثر يصعب التكهن به بشكل قاطع وجازم ولكن من منظور آخر أعتقد أن الاختلاف السطحي ليس هو ما يخلق الخلاف بين البشر، ولكن اختلاف الجوهر هو ما يحول نقطة الاختلاف إلي خلاف وصراع، وسنخضع المسألة للمنظور التحليلي حتى نتمكن من الإجابة أو نعقلها حتى نستطيع الحكم بعد رؤية كاملة وشاملة.

مبدئيًا فإن أي شخص يتأثر بنشأته وأسرته ومجتمعه، وإن كانت البيئة والأسرة التي نشأ فيها الشخص يخضعون في تصرفاتهم وفلسفتهم العامة إلي النمط العملي الصرف. الجاف، القاسي ربما، فإن الشخص الناشيء في هذه البيئة والأسرة سيصبح بجمود الآلات في تعامله مع من حوله من البشر، وكذلك وعلي الجانب الآخر قد تجد شخصًا عاطفيًا حالمًا ولكنه افتقد العاطفة طوال حياته أو أغدق بها بشدة، فسيصبح في كلتا الحالتين يسعي إليها دومًا في إقامة علاقاته.

وعندما يلتقي الشخص العملي الجاف مع الشخص العاطفي الحالم قد يحمل كلاهما جزءًا كبيرًا من المشاعر والعاطفة ولكنه قد يكون متواريًا عند الشخص العملي الصرف لأنه لم يحتج إليه في إقامة علاقاته الإنسانية علي مدار عمره حيث أن كل المقربين منه يتعاملون علي نفس الشاكلة، أما الطرف الآخر فهو لا يستطيع إقامة علاقات بلا عاطفة جياشة حيث أنه كان يفتقدها في أغلب مراحل حياته وهو شخص عاطفي حالم بطبيعته فأصبح يسعي إليها بشتي الطرق والوسائل، أما أن يكون كذلك هناك شخص كان مغدقًا عليه بعاطفة جياشة طوال مراحل حياته، فأصبح جزءًا لا يتجزأ من نمط حياته وسلوكياته وبالتالي لا غنى له عنها.

المقصد أن الأسرة والبيئة والمجتمع تشكل السمات التي يحتاجها البشر في منظومة حياتهم، وكذلك ما واجهوه من تحديات في حياتهم يشكل سماتهم النفسية والسلوكية ولكن ذلك لا يعني أنهم لا يمتلكون هذه السمات نهائيًا، إنها فقط متنحية بدواخلهم بشكل أو بآخر، وهذا ما يخلق الاختلافات الظاهرية وربما ليست الجوهرية، فقد يختلف السلوك الظاهري ولكن يتفق الجوهر الداخلي للأشخاص.

وبالتالي فجوهر الأشخاص هو ما يحدد مدي الائتلاف، وليس

الاختلاف الظاهري لهم، فالاختلاف سنة الحياة والبشر، وربما أنه أحرى أن يكون عامل تجاذب وتقارب، أما ما يفشل العلاقات فهو الجوهر المشوه، فعندها لا يمكن أن تكتمل العلاقة إلا إذا كانت مشوهة في جوهرها وباطنها.

[٨٣] أوان الحصاد

الحقيقة أننا جميعًا نحب شعور الحب وأن نكون محبوبين أو نحب شخصًا ونعيش معه كل لحظات وشغف الحب، ومع ذلك لا أحد منا يريد دفع ضريبة هذا الحب، فحن نريد فقط أن نحب ونعيش سعداء مع من نحبهم دون بذل مجهود ولا تقديم تضحيات وكذلك كلنا نريد أن نصبح ناجحين لكن لا أحد منا يريد أن يتعب ويسير عكس التيار إذا اقتضى الأمر وكذلك لا نريد الكفاح وسهر الليالي للتفكير في سبل النجاح. فأغلبنا يريد النجاح مقدمًا له على طبق من ذهب.. نعم، فأغلبنا بلا استثناء نريد الحصول على الأشياء بدون دفع قيمتها لكن الحقيقة أن لكل شيء ثمن وضريبة ولا يوجد حب بلا ألم وتضحية وسهر وسهد وأحيانًا تنازلات من الطرفين.. كذلك لا يوجد نجاح بدون مجهود وسهر وتعب وكفاح وأي قيمة من تلك الأشياء تأتي بلا ثمن ستنتهي حتمًا عند أول مشكلة تواجهها؛ لأنك ببساطة لم تدفع ثمن ما حصلت عليه.

الخلاصة أنك لكي تحصد لابد أن تزرع أولًا، فلا يمكن أن تحصل على ثمار زرع لم تزرعه أصلًا والحياة لا تعطي شيئًا مجانيًا أبدًا.. حتى ثمن الحياة نفسها هو الموت.

[٨٤]الهروب من الذات

هناك بشر بارعون في مواجهة الآخرين ولكنهم فاشلون في مواجهة أنفسهم.. وهناك بشر فاشلون في مواجهة الآخرين لكنهم بارعون في مواجهة أنفسهم، يعتبر هذان هما النمطان الشائعان لمسلك البشر في مواجهة الآخرين وفي مواجهة أنفسهم، وبينهم متشابهات في السلوك وردود الأفعال، بمعنى أنك قد تجد أنماطًا أخرى ولكنها ستصب في هذين النمطين... ولكن ما الذي يخلق أحد هذين النمطين؟! أو ما أسباب تعاملهم على هذا النهج ؟! بمعنى كيف يفشل إنسان في مواجهة الآخرين ويواجه نفسه فقط؟!

الحقيقة أنه هناك أكثر من احتمال لتلك الحالة ومنها أن يكون الشخص قد نشأ في بيئة من الكبت والقهر وعدم التعبير عن رغباته واحتياجاته بشكل معلن وصريح.. فسنجده دائمًا يتجنب مواجهة الآخرين لأنه ليس من طبيعته مواجهة ما وراء تبعات مواجهة الآخرين... فسيدور في حلقة أنه سيواجه نفسه فقط بمشاكله مع الآخرين ولكنه لن يجرؤ أن يخرجها خارج ذاته... أي أنه استدمج الآخرين في ذاته فقط وجعل منها المنبع والمصب، وهذا نمط مسكين بالفعل لأنه قد حمل نفسه فقط ثمن أخطائه وأخطاء الآخرين ولابد أن يأتي وقت وسيجد نفسه مضطرًا لمواجهة الآخرين.. لكن هؤلاء الآخرون أيضًا سيواجهونه بما غاب عنه طوال عمره وهو أنه: لم يواجههم من قبل، وبالتالي فالغلطة غلطته هو، ومن الممكن كذلك أن يكون سبب عدم مواجهة الآخرين لأننا خيط من خيوط دائرة هذا الخطأ، وبالتالي إن فتحنا باب

المواجهة فسنفتحه على أنفسنا قبل الآخرين وبالتالي فسنكون في غنى عن ذلك ونسد الباب نهائيًا ونهرب.

وهناك بشر لا يجرؤون على المواجهة لأنهم يعلمون جيدًا أن ثمن المواجهة لن يستطيعوا سداده حيث أن لكل شيء ثمن، وبالتالي فهم يكتفون بخسائرهم الغير معلنة لأن إعلانها ربما يكون به خسارة أشد لا يقدرون على تحملها، وهناك فئة من البشر لا تواجه الآخرين لأنهم يخافون من قوتهم وتجبرهم وتسلطهم فيبتعدون عن الشر ويغنون له، وهناك بشر ويالللعجب لا يواجهون الآخرين لخوفهم من مدى هشاشة وضعف الآخرين.. نعم، لا تتعجب لأنهم يفطنون أن مواجهتهم لطرف ضعيف ستؤذيه نفسيًا ومعنويًا ومن الممكن ألا يتحمل الصدمة فيفضلون السكوت عن مواجهة ضعف الآخرين ومن ثم مواجهة مشكلة أخرى، وهناك فئة لا تواجه الآخرين لأنهم يعرفون وعن تأكد بأن المواجهة لن تغير من الطرف الآخر ولكنها قد تخلق مشاكل أخرى فيفضلون عدم المواجهة حتى إشعار آخر للقدر.. لكن ما الذي يجعل البعض يواجه الآخرين.. وهل هي الشجاعة فقط؟! هناك من يمتلك الشجاعة بالفعل في مواجهة الآخرين إلا أنه ربما هناك أسباب أخرى عديدة بجانب امتلاك الشجاعة في مواجهة الآخرين، فربما الخوف يخلق الشجاعة! لا تتعجب فربما خوفنا من الفقد أو التسلط يجعلنا نواجه الآخرين بأخطائهم في حقنا قبل أن تستفحل الصراعات والمشاكل فنلجأ للمواجهة في وقت مبكر قبل حلول التصادمات، وكذلك هناك من يلجأ للمواجهة لتيقنه أن العلاقة باتت مؤرقة بالنسبة له فيريد أن يوقف الآخر عند حده، وهناك من يلجأ للمواجهة لأنه يعرف أنه خاسر في كلتا الحالتين وبالتالي يختار الخسارة بشجاعة ومواجهة وليس هروبًا، وهناك من يلجأ للمواجهة لإثناء الآخر عن تصرفاته المؤذية له قبل أن تستفحل، ولكن هل هناك علاقة بين مواجهة الذات والآخرين

والعكس؟! بمعنى آخر هل كل من يواجه ذاته يواجه الآخرين وكل من يهرب من ذاته يهرب من مواجهة الآخرين؟.

الحقيقة لا أستطيع أن أجزم بذلك بشكل قاطع ولكن هناك بالفعل علاقة وطيدة بين مواجهة الذات ومواجهة الآخرين، فمن يصدق مع نفسه يصدق مع الآخرين والعكس إلا أن هناك فئات لها حسابات مختلفة تمامًا لأغراض مختلفة تمامًا فليس كل البشر تخضع حساباتها لمبدأ: («١ + ١ = ٢»).. فقد تتعدد الرؤى وجوانب النظر إليها، ولكن يظل الهروب من الذات أفدح الأخطاء التي يقع فيها البشر إلا أنه هناك أنواع كثيرة من الهروب في مواجهة الذات وهناك طرق مختلفة للهروب من الذات ولكن عندما تصبح إحدى مفردات ذاتك هي عدم رغبتك في مواجهة الآخرين فهنا لابد من وقفة حاسمة.

فضلًا.. اقرأ النص مرة أخرى فربما تجد نفسك بين سطوره وتدرك أي الأنماط أنت وأيهما يجب أن تكون.

[٨٥]غذاء النفس

هل من الممكن أن يأكل شخصان نفس الغذاء ويتأثر جسدهما به بشكل مختلف؟!

من المؤكد أنه يمكن للتمثيل الغذائي أن يختلف من جسد لآخر بسبب عوامل كثيرة ليس مجالًا لذكرها هنا، ولكن إن تحدثنا على المستوى النفسي.. فهل تغذية النفس من نفس ذات المصدر ضمان بأن شخصين سيكونان على نفس المستوى السلوكي أو الطبعي؟! فالحقيقة والواقع أنه ليس شرطًا إطلاقًا لأكثر من سبب: أولها أن النفس تتأثر بعوامل كثيرة من حيث تشكيلها وتكوينها بعيدًا عن البيئة الأولية المحيطة بها مثل البيئة الثانوية المحيطة بالشخص من حيث الأصدقاء والأقارب ووسائل الإعلام بشتى أنواعها وكذلك يعتبر المؤثر الأكبر هو مستوى وعي الشخص الذي يتلقى كل ذلك ودرجة اقتناعه برأي وتبديه عن رأي آخر، وبالتالي ممارسة هذا التصور والسلوك وكذلك يجب أن نفطن أن درجة الوعي يعتبر أمرًا يخص جوهر الشخصية بمعنى آخر من الممكن أن يقرأ شخصان نفس الجملة ومع ذلك يتأثران بها بشكل مختلف تمامًا.

وتلك النقطة تحديدًا هي ما يمس جوهر النفس البشرية وهي ما تصنع الاختلاف بين البشر ولذلك فكثيرًا ما نجد آباء وأمهات قد ربوا أولادهم نفس التربية ومع ذلك لو شذّ ابن منهم في سلوكه يتعجبون ويقولون أنهم لم يقصروا معه في التربية.. ولماذا شب أخوته بشكل طبيعي ومتفق مع مسلمات المجتمع وهو لا..؟!

الحقيقة وما لم يفطنوا إليه: أن درجة وعي وتأثر الشخص بمحيطه هو ما يشكل جوهر الشخصية، بمعنى من الوارد أن شخصين يتعرضان لنفس المؤثرات ومع ذلك يختلف محصلة السلوك، لأن درجة وعيهم وإدراكهم وإدارتهم لنفسهم مختلفة.

والخلاصة بأن النفس البشرية معقدة متشابكة لأقصى حد لأن كل ثانية تؤثر في سلوك الإنسان ومع ذلك لا يمكن إلا التنبؤ بالحد الأدنى من سلوكيات الأشخاص طبقًا لسماتهم الشخصية الظاهرة لنا ودرجة وعيهم وكذلك مدى استعدادهم للتغير.

[٨٦]ماذا أهداك الحب؟

ماذا أهداك الحب؟

سؤال محير يبدو بلا إجابة مطلقة شافية وافية، فكل إنسان له غرض مختلف من الحب، فالبعض يحب لأجل الحب فقط، والبعض الآخر يحب تخلصًا من غربته النفسية والروحية، والبعض الآخر يحب إرضاءً لغريزته وشهوته، والبعض يحب ليحصل علي الاهتمام في عيون الآخر، إلا أن المحصلة أن الغالبية يدورون في فلك الحب ولأجله ويعيشونه واقعًا أو ينتظرونه كحلم يتمنونه واقعًا، ولكن هل سألت نفسك ماذا أهداك الحب أو تتمني أن يهديك الحب؟! وهل الحب يهبنا اللحظات السعيدة والمشاعر والذكريات أم أن هناك سبب أعمق لوجود الحب في حياتنا؟!

ولماذا بث الله فينا المشاعر والأحاسيس؟! هل إرضاء لشهوة الجسد والغريزة فقط؟! أم بغرض الإنجاب وتعمير الكون؟! أم أن هناك هدف أسمي وأبعد لا يفطن إليه الغالبية؟..

الحقيقة أن أثمن ما يعطيه إليك الحب هو ذاتك أو نفسك، إن الحب هو خير كاشف لإمكاناتك النفسية والروحية وماذا تعطي وماذا تأخذ وما الذي ينبغي أن تغيره في شخصيتك وما الذي ينبغي أن تتمسك به، إن الحب هو مرآة للنفس، وجد لينظر إليك الآخر بمنظور مختلف ولكنه صادق، إنه بوصلة توجه مسيرتك وسيرك في الحياة، أن الأب والأم والأخ والأخت قد يعرفون صفات بعضهم البعض، ولكن الحبيب هو وحده من يفطن لجوهر من يحبه، لأنه يصل لأعمق أعماق نفسه

وروحـه، وكيـف لا وهـو مـن ملـك القلـب والفـؤاد والـروح؟!!

إن الحـب وجـد ليعرفنـا ويصالحنا علي أنفسـنا، إنه منحـة إلهية للنفوس الخـيرة التـي تسـعي لتغيـير نفسـها ثـم العـالم أجمـع، إن الحـب هـو كنز لا يعـثر عليـه إلا من يسـتحقه عن جـدارة.

وأنت هل وجدت الحب وماذا أهداك الحب؟!

[٨٧] المنطقة الوسطى

كثيرًا ما نصبح مشتتين وفي حيرة بالغة ما بين فكرين وكل فكر ينادي برأي مختلف تمامًا، وقد يكون هذا الفكر يمثل كلمات مأثورة أو أمثال شعبية أو عبارات متناثرة ومتفرقة تتردد على أسماعنا من كل صوب واتجاه، ومثال ما أود أن أقوله: هناك مثلان يناديان برأيين وتوجهين مختلفين تمامًا، الأول مبدأه يقول: «ابعد حبة تزداد محبة»، والثاني مبدأه: «البعيد عن العين بعيد عن القلب» وإن حاولنا شرح وفهم كل مثل أو مقولة على حدة سنجد أن المثل الأول: ينادي بألا يكون الإنسان ملاصق للبشر الذين يحبهم حتى لا تتحول العلاقة إلى ملل وروتين ومن ثمَّ تنهدم العلاقة ككل، والمثل الثاني الذي يقول بأن البعيد عن العين بعيد عن القلب، يوحي لنا بأن التقارب والرؤية البصرية للشخص شيء ضروري لدوام حالة الحب والتقارب حتى تألف العين من تحبه ولا تنساه.. فيا ترى أي المثلين أقرب للواقع الفعلي والعملي؟!

الواقع أن المثلين كلاهما صحيح بنسبة أو بوجه أو بآخر.

فالإنسان القريب والملاصق لنا علي الدوام بلا حدود ولا سدود قد نمل منه أو نزهده علي أقل تقدير، لأنه متاح.. مباح طيلة الوقت، فلماذا نبذل الجهد للظفر به؟! المثل الثاني أيضًا صحيح نوعًا ما حيث أن البعد المرئي قد يكون عليه عامل كبير في التقارب بين المحبين، ولكن الذي لا يقبل الشك أن الوقوف في المنطقة الوسطي هو الأكثر أمانًا لنا ولغيرنا، فلماذا نكون إما أقصي اليمين أو أقصي اليسار؟! أليس الأرجح الوقوف في المنطقة الوسطي؟! فلست بالقريب الممل ولا بالبعيد المنسي، إن المنطقة الوسطي

هـي دائمًـا المنطقـة الآمنـة في العلاقـات، ولتدعنـا نفـترض افتراضًـا وتحليـلًا ربمـا يكـون منطقيًـا لنـا، فغالبًـا إن تناولنـا بعـض الأفـكار والأمثال فسـنجد دائمًـا أنها تتجـه إمـا أقـصي اليمـين أو أقصي اليسـار، أتعلـم لمـاذا؟! لأن من وضعها شـخص مثلـك تمامًـا، يحمـل سـمات شـخصية تخصـه هـو، وبالتـالي حصـل عـلي نتائـج تمثـل سـماته الشـخصية وخبراتـه وتجاربـه، وليسـت سـماتك وتجاربـك أنـت، وبالتـالي عنـد تفاعلـك مـع موقـف بسـماتك الشـخصية أنـت ربمـا تحصـل علي نتيجـة مختلفـة عنـه، المقصـد أن لـكل فرد منا سـماته الشـخصية وتجاربـه اللي تختلـف عـن غـيره ولا جـدال في أن السـمات الشـخصية كبصـمات الأصابـع مـن المسـتحيل أن تتفـق كليـة بـين الأشـخاص، وبالتـالي لا يصـح أن نخضـع ونديـن بأفـكار الغـير إلا بنسـبة معينـة وهي نسـبة المنطقـة الوسـطي الآمنـة، أي نأخذ الجـزء الـذي يتناسـب مـع سـماتنا الشـخصية ونـترك ما لا يتناسـب معهـا، وتلك النظريـة ربمـا تفيدنـا في كل مناحـي حياتنـا، فالعـالم أصبـح أكـثر انفتاحًـا وأقـل بـراءة، فالـكل يلهـث لأن نديـن بأفـكاره بـلا رويـة وتبـصر، وإن أحسـنّا الظـنّ فالـكل يريـد أن نـدور في فلـك أفـكاره كأنـه مـدار الكـون، ولكـن علينـا بالرويـة والتبـصر والوقـوف في المنطقـة الوسـطي وإن كان إلي حـين حتـى تتضـح الرؤيـة تمامًا.

[٨٨] أنماط الشخصية

البشر بشكل عام يصنفون إلى نمطين هما: أشخاص عاطفيون، وأشخاص عقلانيون.

الأشخاص العاطفيون ستجدهم يعتمدون على الإحساس والشعور والحدس في حكمهم على مجريات الأمور، وستدرك بأنهم يتأثرون بدرجة كبيرة بالمحيط الذي حولهم لرسم صورة عن ذواتهم والآخرين، وبالطبع هؤلاء الأشخاص لهم مميزاتهم وعيوبهم، وما يشكل ويتحكم في سمات ونمط الشخصية بشكل عام هي الچينات والبيئة والخبرات والتجارب التي تساعد على إرساء نمط محدد للشخصية، وعلى الجانب الآخر هناك الشخصيات العقلانية أو العملية كما نطلق عليهم وهم أشخاص يعتمدون في تفكيرهم على المعطيات والبراهين الموجودة أمامهم ويبنون ويكونون آرائهم من الأشياء الملموسة أمامهم وليست المحسوسة داخلهم، وغالبًا ما يكونون جافين نسبيًا في تعاملاتهم ومتمحورين حول ذاتهم واحتياجاتهم في المقام الأول لأن المشاعر بالنسبة لهم وسيلة وليست غاية كبرى على عكس العاطفيين التي تكون المشاعر والأحاسيس تمثل لهم أهمية كبرى وتصبح عماد علاقتهم وانفعالاتهم.. لكن هل الشخص العاطفي أفضل من الشخص العقلاني ؟! أم أن العقلاني أفضل من العاطفي في التعامل معه؟!

الحقيقة وبلا شك ليس هناك أفضلية لشخص منهم عن الآخر لأننا دائمًا ما نحتاج وجود العاطفة والعقل في البشر الذين نتعامل معهم وليس هناك قيمة منهم يمكن أن تلغي الأخرى؛ لأن الإنسان بلا عقل

أدنى من الحيوان والإنسان بلا عاطفة منزوع الإنسانية، ولكن الفكرة بأنه غالبًا من يحمل لواء وراية قيمة منهما يلغي القيمة الأخرى من حياته وكأن قيمة واحدة كافية أن تدير حياته وتلك هي المشكلة التي لا يفطن لها الغالبية، وإن فطنوا إليها فلربما في وقت متأخر عما يجب أن يفطنوه فيه حيث أن الإنسان يحتاج للعقل والعاطفة بنفس القدر والأهمية ولا يصلح أن أدير حياتي بأداة واحدة وألغي الأخرى ولكن الفكرة كلها تتمثل في متى أستخدم العقل؟ ومتى أرضخ للعاطفة؟! وكيف لا يطغى جانب على آخر فأخسر مواقفًا وبشرًا؟! أي لابد دومًا أن أوازن بين الأداتين في الحياة لأن الله قد وضع بنا العقل والقلب كلًا لغرض معين.. ومعنى أن ألغي قيمة على حساب أخرى بأنني غالبًا عندما أرجع لقراراتي التي اتخذتها سابقًا وأنظر إليها من زاوية ومنظور مختلف سأغير وجهة نظري في قرارات كثيرة سابقة قد اتخذتها في حياتي أو على أقل تقدير في الأسلوب المتبع عند اتخاذ قراري .

فالعقل والعاطفة هما وجهان لعملة واحدة ألا وهي عملة الإنسان، ولا يصلح أن أتخذ قرارًا بنصف عقل ولا بنصف قلب.. فالأصح أن أوازن بين عقل كامل وقلب كامل ثم أتخذ قراري.

[٨٩] ما وراء الأسوار

هل كل الأسوار قابلة للهدم؟

ومتي نستطيع هدم الأسوار التي بيننا وبين الآخرين ومتي لا نستطيع تجاوزها وتخطيها؟ وكيف تقام الأسوار ومتي وكيف تهدم؟

هناك علاقات نعيشها ونجد أنفسنا محاطين بسياجها، بمعني أنها مفروضة علينا ولا مفر منها، ولكننا لا نستطيع التأقلم والتعامل مع مشاركينا هذه العلاقات، إنهم يبنون بيننا وبينهم حواجز وأسوار خرسانية يصعب تخطيها، ولكن قد تكون هذه الأسوار مبنية بأيديهم أو بأيدي أخرى تداخلت مع أيديهم فوضعت هذا الحاجز الخرساني، والبعض منا يحاول جاهدًا هدم تلك الأسوار، ومحاولة التقرب والتودد والتأقلم والتجاوز، والبعض الآخر منا لا يستطيع تجاوزها وتخطيها مهما حاول، فالآخر لا يساعده في ذلك، وهو قد نفدت طاقته في محاولات تخطي سابقة باءت بالفشل، إن ما يجعل الأسوار قابلة للهدم هو تفهم الطرفين وجودها، ثم محاولة كل منهما هدم جانب حتي يتسني لهما الالتقاء عند نفس الحافة، ولكن من ناحية أخرى فهناك طائفة من البشر لا تعي هذا المعني فنجدها تبني الأسوار وتعليها ولديها القدرة البارعة في ذلك، ولا نبالغ إن قلنا أن لديها القدرة علي بناء أبراج وليست مجرد أسوار! فالأب الذي لا يتفهم احتياجات أبنائه وما يمرون به في مراحلهم العمرية قد يبني حاجزًا وجدار بينه وبين أبنائه، ثم يفاجأ أنه لا يستطيع التفاهم والتعامل مع جزء منه أي أبناءه! ببساطة لأن هذا الجزء الذي منه لم يراعِه داخله أولًا وبالتالي لم يستطع إمداده

لأبنائه.

وهناك الزوج الذي يضع بينه وبين زوجته حواجزاً نفسية، قد تجعله وتجعلها عرضة للفتنة من حيث لا يعلم! فالمرأة كائن حساس جدًا ووقودها وغذاؤها العواطف والاحتواء، وإن لم تجده تحولت حياتها إلي سلسلة من الألم لا يمكن كبته كثيراً إذ سرعان ما سينفجر يومًا ما.

إن البشر لبارعون في بناء الأسوار، فذلك لا يستهلك منهم وقود وطاقة ومشاعر بناءه، أما اختراق الأسوار وتخطيها فلا يقدر عليه إلا ذوي النفوس القوية المعطاءة فإن لم تجد الاحتواء في علاقة ما، فاعلم أنك ربما بنيت تلك الأسوار أو ربما بناها الطرف الآخر.

[٩٠] لماذا يعيد التاريخ نفسه ؟

دائمًا ما يتردد علي مسامعنا عبارة التاريخ يعيد نفسه، ولكننا لا نفطن لما يكرر التاريخ نفسه، رغم أنه مكتوب ومسرود ويتردد علي آلاف المسامع و يقرؤه الملايين وعاشه البلايين، فهل سألت نفسك لمَ يُخطئ الناس بما يعرفونه ويحفظونه عن ظهر قلب؟! ولماذا لا يتعلمون من أخطاء الآخرين؟ وهل يجب أن نخوض كل التجارب حتى نتعلم؟

في البداية وقبل الخوض في التفاصيل دعونا لا نغفل أن خطأ آدم وحواء الذي أخرجهم من الجنة مازال يتكرر حتى يومنا هذا!

فهل لا يعرف أحد منا خطأهم؟ وإن كنت تغفل عنه فهو باختصار خطأ عدم الانصياع لأوامر الله واتباع خطوات الشيطان والفضول الإنساني الذي لا ينضب معينه، والأبعد من ذلك أن سماتهم وتكوينهم البشري والنفسي أهّلهم لذلك وهذا هو مربط الفرس وما أود الدخول في أعماقه وتفاصيله.

إن النفس البشرية منذ تكونها وخلال مراحل حياتها، وفي كل يوم وساعة تكتسب خبرة جديدة، سواء كانت خبرة سلبية أم خبرة إيجابية، إلا أنها تتشكل من خلال المواقف التي تمر بها، وكذلك من نعاملهم ويتعاملون معنا يضعون بصمات نفوسهم داخل نفوسنا وذواتنا، والتي ما تلبث أن تصبح سمات وسلوكيات ملازمة لنا بناء علي ما تبنيناه من أفكار وخبرات تشكلت لدينا فجعلتنا ننتهج سلوك معين، وأصبح ملازمًا لنا كظلنا، ونظل ندور في إطار هذه السلوكيات ولا شيء يمكن أن يثنينا عنها إلا الألم، والذي قد يدفعنا عنوة لتغييرها، وقد يستطيع القلة منا

والبعض الأكثر لا يستطيع، ولكنك حتى تصل لدرجة الألم التي تجبرك علي تغيير سلوكياتك الضارة لك أو لغيرك تكون قد وضعت بصماتك علي الأشخاص والأماكن والمواقف فيتشكل التاريخ بها سواء كان تاريخًا مرئيًا أو مقروءًا أو مسموعًا أو مشهودًا أو لا يفطن إليه سوى أصحابه!

إن التاريخ ما هو إلا تاريخ نفوس.. تشاكلت.. فتشكلت.. فشَكلت عالمها وبالتالي عندما نكرر أحداث التاريخ نعتقد أننا لن نحصل علي نفس النتائج لأننا نعرف مسبقًا أحداثه من السابقين، ولكننا نكرره لأننا ربما لا نعرف دواخل نفوسنا بشكل كافٍ.. فنتبع نفس السلوكيات ونظن أننا ربما نحصل علي نتائج مختلفة! إلا أن الأمر في حقيقته أن تشابه النفوس يؤدي بلا شك لتشابه النتائج، وإلا لما وضع الله لنا دستور ديني وأخلاقي نتبعه، فمن خلقنا أدرى بنفوسنا وما ستؤول إليه أفعالها، وبالتالي السبب الرئيسي لتكرار التاريخ وإعادة مشاهده، هو تشابه النفوس والسلوكيات، فإن أردتم تاريخًا مشرفًا سواء علي المستوى العام أو الشخصي فلتغيروا ما بنفوسكم قبل أنفس الغير.

[٩١] أسوأ شعور

أسوأ شعور من الممكن أن تمر به وتواجهه هو أنك تُحبَس داخل ذاتك ولا تستطيع الخروج منها سواء من مشاعرك أو تصرفاتك أو ردود أفعالك وهذا الشعور يسيطر عليك عندما لا تعرف من أين تبدأ أو أن تعرف ولا تستطيع الوصول بسبب مشاعرك أو ظروفك أو خوفك وإحباطك إلا أن النتيجة أنك تحبس ذاتك بنفسك وهذا ما يخنق روحك، ويسبب لك ألمًا نفسيًا لأنك تشعر بأنك تشل روحك بيدك، وعندما تجد نفسك قد وصلت لتلك المرحلة والنقطة احذر أن تستسلم.. وجاهد ألا تيأس.. فلا تترك روحك محبوسة بل أطلقها وافتح لها الأبواب والنوافذ وقبلها افتح لها قلبك ثم طمئِنها وقل لها: سيأتي اليوم ونتحرر وننطلق، ولكن كي تحررها لابد أن تفك كل قيودها وتعرف ما الذي قيدها، أهو ماض؟! أم حاضر؟! أم خبرات وتجارب سيئة؟! أم أشخاص قد خذلوك واتهموك ووضعوك في قالب معين لا يعبر عنك وعندما تدرك السبب ستكون أول مرحلة للتحرر، وبعد ذلك أخبرها أن السبب قد ذهب ولابد أن تتحرر وتنطلق ووقتها ستكون قد استرددت أهم جزء فيك ألا وهو روحك، فالروح هي المحرر والمحرك للنفس والجسد، وألم الروح أبعد وأعمق من ألم النفس وكلنا قد نتعب نفسيًا ولكن ألم الروح أشد عمقًا ونزفًا من ألم النفس، فألم الروح منطقة لا يستطيع الشخص منا البوح بها إلا لروحه؛ لأنه من الصعوبة البالغة أن يتفهمك بشر في أعمق أعماقك.. فالمقربون منك قد يعرفون العرض والمرض ولكن لا يعرفون مدى تأثيره عليك.. أنت من تعرف.. أنت من

تـدرك.. أنـت مـن تشـعر.. أنـت مـن تنـزف.. أنت مـن تتوجـع.. إنهـا روحك وكيانك.

والطبيـب النفـسي قـد يـدرس خلجـات النفـس ولكـن أنـت مـن تنصت لخلجـات روحـك.. إنهـا علاقـة حميمـة بينـك وبـين روحـك لا يصلـح إلا أن تصلحهـا أنـت.. فحـرر روحـك حتـى تصبـح حـرًّا بالفعـل.

[٩٢] أحكام مسبقة

يعتقد البعض أن اكتساب سمة وسلوك ما يصلح أن نتعامل به في جميع المواقف التي تواجهنا، فهو قد لقن لا استنتج بمفرده حتى يظهر له نتاج هذا الفكر، فعندما نلقن أن الخجل حياء وأن التظاهر بالغباء ذكاء وأن الصمت من ذهب، فالبعض منا قد لا يفصل بين متى وكيف ولما تستخدم هذه السمات والسلوكيات، فنجده يتخذ نفس السلاح في كل المعارك، والأولى به أن يختلي بنفسه ويفكر هل يصلح كل سلوك وسمة نكتسبها للتعامل بها في كل المواقف؟!

فالحياء في غير محله ما هو إلا خجل، والحياء مطلوب أما الخجل فهو معوق عن الحياة الطبيعية، وقد يؤذي صاحبه ويضيع حقوقه إن أصبح سمة ملازمة له لا يستطيع الفكاك منها، وكذلك التظاهر بالغباء في مواقف حيوية ومصيرية لا يرتقي أن يكون سلوك محبب يستحق الإشادة، فأحيانًا قد يكون الغباء بعينه، وعندها لا يصبح ذكاءً إطلاقًا، بل ضعف وخنوع وهروب من مواجهه ما.

وكذلك قد يكون الصمت أو السكوت في لحظات تحدد مصائر أشخاص سلوك منفر وخبيث، ولا ينم إلا عن ذات أنانية لا تبغي سوى مصلحتها.

المقصد أنه ليس كل سمة وسلوك يصلح أن نتعامل به في جميع المواقف ونلغي عقولنا تمامًا لإثبات صحة وجهة نظر ربما قيلت في مواقف قد لا تتشابه مع ما نمر به، فحتى القوانين والأحكام تختلف باختلاف الحالة وإن تشابهت لوهلة، ولكن قد تختلف بعض المعطيات في قضية ما فتقلب الحكم والقضية برمتها، ولتعلم دائمًا أن البشر بارعون في إيجاد الثغرات في كل مأزق ومشكلة وقضية، فلماذا تدين بمن لا دين له؟ ولتعِ جيدًا أنه من العدل والإنصاف

أن تفكـر لنفسـك بنفسـك ولا تـدع الآخـرون يمدونـك بأحـكام تخضـع لأهوائهـم وهويتهـم هـم، فاحـذر أن تقـع في هـذا الفـخ المنصـوب ببراعـة..

[٩٣] سر فشل العلاقات العاطفية

كثيراً ما تبادر إلي ذهني هذا السؤال، لماذا تبدأ العلاقات العاطفية دافئة، قوية، متوهجة ثم لا تلبث أن تصبح عبئًا نفسيًا علي أصحابها؟ وهل الخطأ في الحب أم في الأشخاص أم في تعريف مفهوم الحب لدينا؟

أعتقد أن مفهوم الحب في حد ذاته معقد، وقد يتبادر لذهنك للوهلة الأولي أن الحب تعريف بسيط كعدد أحرفه، ولكن الحقيقة أنه يدخر معناه في عمقه وليس في حروفه، ومن يبحث عنه بحروفه سينتهي معه بعددها!

فالأغلبية يعتقد أن الحب (أخذ)، مع العلم أن الحب (عطاء) والأخذ يأتي بشكل تلقائي بلا نية مبيتة وحسابات معقدة كمثيله في العلاقات الأخرى.

والغالبية كذلك تعتقد أن الحب لا يخضع للتغيرات، مع العلم أن لا شيء ثابت ومنها المشاعر التي تخضع لدورة الحياة وتأخذ أبعادًا متجددة!، والبعض يعتقد أن الحب كافٍ ليتجاوز كل أزمات الحياة، وبالطبع ذلك ليس صحيحًا ما لم يقترن ببعض التنازلات من الطرفين وليس طرف واحد على مدار العلاقة.

ومن أهم النقاط التي أود أن ألفت الانتباه إليها، أنه في تجربة الحب، الشخص يحمل معه الماضي والحاضر، والماضي والحاضر يعني تداخل مائة شخص على الأقل في صميم العلاقة بدون وعي من الطرفين!... نعم فمن تعاملنا معهم وأثروا فينا على مدار سنوات أعمارنا، يدخلون في تجربتنا العاطفية من خلال ما رسخوه في أذهاننا من خبرات وتجارب وكلمات وكذلك كدمات نفسية قادرة علي خلق حالة لدى الأشخاص

من النقيض للنقيض، وتلك هي ما نطلق عليها العقد النفسية التي يرزح لها الشخص طيلة الوقت في تعامله مع الطرف الآخر وتلك النقطة بالذات من أقوي العوامل الهادمة في العلاقات، وكثيراً ما لا نجد لها تفسيراً عندما ينفصل اثنان كان ما بينهما أقوى من الحياة والموت، ومع ذلك عندما تدخّل الماضي بأشخاصه وتجسيداته ظهر ما بطن ولم يعِه الشخص وقتها من عقد نفسية لا زالت راسخة في وجدانه.

وإنني من خلال ما سردت أود من الأشخاص أن يرحموا ويرأفوا ببعضهم البعض فالحب رحمة أولًا، وإن لم تكن إحدى أعمدته وأركانه، فالعلاقة ستصبح هباءً منثورًا بعد حين سواء طال الوقت أم قصر.

فأرجوك وأرجوكِ لا تحكموا علي الشخص كقاضٍ وجلاد، فالمشاعر لا تعني إلا الشعور بالآخر دون أن يفصح، وإن لم تحمل داخلك هذا المعني فلا تسأل لماذا فشلنا؟!

[٩٤]المنظور الآخر

في دوامة الحياة وصراعاتها هناك بشر يؤذوننا نفسيًا ونظل نعاني سنينًا وسنينًا من تبعات هذا الإيذاء النفسي ولا نستطيع أن نوقف التفكير في هذا الإيذاء ومن أذونا وتبعات أذيتهم ومن الممكن أن تكون تبعات أذيتهم أشد من الإيذاء في حد ذاته؛ لأن الإيذاء لحظة وتبعات الإيذاء عمر، وفي تلك الدوامة وهذا الشعور قد نجد أنفسنا نحمل بذرة داخلنا تتمثل في مشاعر الغل والحقد والكراهية، وإن لم نكن على وعي بذلك فسنجد أنفسنا قد أصبحنا مثل من كرهنا أفعالهم معنا، فلابد أن نعالج جروحنا الداخلية حتى لا تتلوث مسببة لنا أمراضًا نفسية نحن في غنى عنها.. لكن كيف نصل لتلك المرحلة من السلام النفسي ونحن ننزف من داخلنا.. فمن المؤكد بأنه ليس شيئًا سهلًا وهينًا ولن يحدث بين ليلة وضحاها؛ لأن النفس كالجسد تمامًا تحتاج إلى وقت حتى تلتئم جروحها.

ومن وجهة نظري ليس هناك سوى حلين قد يساعدانك على تجاوز تلك المحنة، الحل الأول: بأنك لابد أن تعرف أن من ظلمك هو أيضًا ضحية سواء لنفسه أو لغيره، ومن الممكن أن يكون ضعيف النفس ولم يستطع السيطرة على نزعاته الشريرة داخل نفسه، ومن الممكن كذلك أن يكون ضحية لشخص أذاه نفسيًا ولم يقدر على تفريغ شحناته الانفعالية فيه فوجهها إليك، وأنا لا أبرر له أنا أساعدك أنت أي الشخص المُؤذَى حتى تتصالح مع ذاتك أنت.

والحل الثاني أن تدرك الجانب الإيجابي في ابتلائك.. فمن المؤكد بأنك

قد خرجت منه بقيمة وفلسفة ما خلال الإيذاء من الممكن أن تنفعك في حياتك المقبلة حتى لا تكرر أخطاءك التي تتمثل في إيذاء الآخرين لك، أي أنك ستتعلم أن تحمي ذاتك وتحرص أكثر من البشر.. وإن كنت تبغي حلًا عمليًا وليس معنويًا فقط فمن الممكن أن تستغل قصة ابتلائك في عمل ما سواء عمل أدبي أو أي شكل يتيح لك أن تتخلص من الطاقة السلبية التي تملؤك ومن ثم تحولها لشيء إيجابي تفيد به غيرك.

ومن الممكن والمرجح أن تكون تلك المرحلة صعبة لحد ما في أوج جرحك ونزيفك ولكن بعد فترة ستقدر أن تفعل ذلك عندما تكون قد نظرت للجانب الإيجابي لابتلائك ونهضت به ومن خلاله ، ولم تجعله يسقطك ويعوق تقدمك حيث إنه من المؤكد أن الله يبتليك لحكمة ولسبب ، ومن الممكن أن يكمن الخير في الشر وقد تجد نفسك قد عالجت عيوبك من خلال ابتلائك .. فحاول أن تنظر إلى مشاكلك من منظور وزاوية أخرى ووقتها سترى عين الحكمة في الابتلاء حتى وإن كان قد سبب لك ألم ومرارة فحاول أن تجعل منه بؤرة نور.

[٩٥] غباء الذكاء

أتذكر أن إحدى الفنانات الشهيرات كانت تعتقد في نفسها الذكاء الشديد، ودائمًا ما تنعت نفسها بتلك السمة وتشدد بأنها متوفرة لديها بشدة ودليلها الأول هو حصولها على مجموع مرتفع في الثانوية العامة وأعمالها الفنية التي تدعم ذكاءها في الاختيار، وهي دومًا ما تذكر فخرها بدرجة ذكائها وتقول أنها إنسانة ذكية وتمر الأيام وأنا أشاهد تلك الفنانة واختياراتها ككل وإذا بي أفاجأ باختيارات ليس لها علاقة بالذكاء سواء على المستوى الفني أو الشخصي في آن واحد.

أقصد بأنها قد وقعت في أخطاء غبية مثلها مثل غيرها وذكاؤها قد خانها.. فهل يا ترى من الممكن أن يخون الذكاء؟! وهل الذكاء المطلق وهم؟! أم أن الذكاء أمر نسبي؟!

الحقيقة أن ما قد استنتجته واستشفيته من هذا الحدث أن الذكاء معنى وقيمة أكثر منه حسابات لا تخطئ ، بمعنى آخر أنت تستخدم ذكاءك لكي تصل إلى ماذا أو أية قيمة تريد أن تصل لها؟! وهل قيمة خيرة أم قيمة بلا هدف ومضمون ومجرد شهرة وفرقعة إعلامية؟! فمن الممكن أن تكون ذكيًا جدًا في الخداع ولكن هل هذا يعتبر ذكاءً في المطلق؟!

الحقيقة والواقع أن الذكاء أمر نسبي ويعتبر كلمة مطاطية تحمل أكثر من معنى ومدلول وربما ما تراه أنت ذكاء يراه الآخرون عين الغباء.. بمعنى آخر من الممكن أن بعض البشر يرون أن من يتشبث بمبدأ ما يعوق نفسه بنفسه، وهناك بشر آخرون يعتبرون ذلك ذكاء

عـلى المـدى الطويـل وحتـى وإن اعتـبره الآخـرون غبـاء عـلى المـدى القصير.. أي أن الحيـاة ككل تخضـع لمبـدأ النسـبية.. والمطلـق لا يوجـد إلا بين جنبات عقـل الشـخص لأن حـدوده ذاتـه، ولكن مـا أنا متأكـدة منه جيـدًا أن العقل كلـما كان مرتبطًـا بقيمـة سـامية عليـا كان أكـثر تبـصرًا ووعيًـا وبالتـالي أكـثر ذكاءًا وحكمـة لذلـك لا يغرنـك الشـخص الـذي يعتقد في نفسـه الـذكاء وهو لا يـدور إلا في فلـك مصالـح وأهـواء شـخصية وليـس قيـمًا لأنه وقتهـا يكون قـد اسـتغنى عـن بصيرتـه ببـصره فقـط وبالتـالي لـن يـرى أبعـد مـن تحـت أرجلـه ولا أشـمل مـن حـدود عقلـه.

[٩٦] وقود النفس

كما أن العربة لا تستطيع أن تعمل وتسير بلا وقود، فالنفس البشرية كذلك لا تعمل إلا بالوقود الخاص بها ولكن ما هو وقود النفس؟ وهل يتشابه ما تحتاجه الأنفس البشرية من أنواع الوقود؟ وماذا يحدث إن لم تحصل النفس علي وقودها؟.. مبدئيًا وقود النفس البشرية هو غذاؤها الخاص بها الذي يمدها بڤيتامينات ومعادن نفسية تجعلها صالحة للعمل والإنتاج والعطاء وعمارة الأرض والكون بأسره، ولكن الوقود النفسي يختلف عن الوقود الفعلي أو حتى الغذائي الخاص بالجسد، فوقود النفس هو قيمة مجردة قد تكون الحب أو الحنان أو التقدير وغيرها من القيم المجردة الغير مشروطة التي تبث في النفس واللاشعور فتؤثر على أدائنا بدون أن نشعر حتى بهذه العملية النفسية التي تتم بسلاسة وتسلل أيضًا، ولكن هل يتشابه ما يحتاجه وقود الأنفس البشرية؟.. ربما يتشابه على وجه العموم ويختلف على وجه الخصوص، بمعنى آخر فكل البشر يغذون أجسادهم ولكن هل يفضلون نفس أنواع الأطعمة؟ بالطبع كما لا تتشابه الأجساد فكذلك تختلف الرغبات، وأيضًا على المستوى النفسي ربما يختلف مقدار أهمية الاحتياجات والرغبات من شخص لآخر، فهناك نفس لا تنمو إلا بالحب، وهناك نفس لا تنمو إلا بتقديرها، وهناك نفس لا تنمو إلا بالحنان والعطف، وهناك نفس لا تنمو إلا بالصدق، وهناك العديد من صور القيم المجردة التي تحتاج إليها النفس البشرية بنسب معينة تختلف من شخص لآخر تبعًا لاحتياجاته ورغباته الخاصة به.

ولكن ربما يتبادر لذهنك هذا السؤال هل هناك نفس تنمو وتزدهر بالشر؟

نعم، هناك أنفس لا تنمو وتزدهر إلا بالشر والخير يقتلها والحب يقلقها؟! كما أن لكل نفس غذاء، فغذاء تلك النفس المظلمة هو الشر وبث عدم الأمان في نفوس الآخرين، أنها تحيا وتتلذذ بهذا الغذاء، ولا شيء يقوّم عود صلبها إلا تلك القيمة، ولكن ماذا يحدث إن لم تحصل النفس البشرية علي القيمة المجردة التي تبغيها؟ ربما تذبل ربما تنطوي.. ربما تنزوي.. ربما تمرض.. ربما تستكين ولا تسكن.. ربما تموت!!.

إن غذاء ووقود النفس لا يختلف إطلاقًا عن غذاء الجسد من حيث مدى أهميته، ولكننا نعتبر أن غذاء النفس رفاهية وغذاء الجسد أساسي، مع أن النفس والجسد وجهان لعملة واحدة إلا وهي عملة الإنسان، ولا يمكن أن تفصل تلك الوحدتان عن بعضهما البعض، فاسال نفسك دومًا ما هو غذاء نفسي وغذاء نفوس الآخرين حتى تتمكن من التعامل الأمثل معهم.

[٩٧]دائـرة الـسـوء

الشـخص السـئ إن حاولـت أن تخرجـه مـن دائـرة سـوءِه سـيعتقد فيـك العكـس، بمعنـى أنـه سـيعتقد بأنـك تنقلـه للأسـوأ فـلا تحـاول معـه.. فالذبـاب يهفـو للقـذارة أكـثر مـن النظافة وسـأخبرك باختصـار: لمـاذا لا يريد التغيير؟!

لأن متطلباتـه كلهـا تتكـون وتتشـكل مـن خلال سـماته ونمط شـخصيته أي أن احتياجاتـه يلبيهـا لإشـباع شيء داخلـه وليـس شرطًـا أن يكـون احتياجًا ملحًـا عنـد العامـة وحتـى إن كان احتياجًـا ملحًـا للعامـة فالـوازع الضميري والدينـي داخلهـم يمنعهـم أن يلبـوه بنفـس الطريقـة والأسـلوب وبمـا أنـه لا يمتلـك وازعًـا ضميريًـا ودينيًـا يقظًـا فهـو لا يشـعر بالنقـص الـذي يغـزوه والذنـب الـذي يقترفـه حيـث أنـه يعتقـد أن درجـة سـوءِه ومـا يمارسـه مـن مكـر وخـداع هـو مـا يلبـي لـه احتياجاتـه ومتطباتـه ومتوهـم كذلـك بأنـه وإن توجـه لطريـق وأسـلوب آخـر لـن يحصـل عـلى إشـباع يلبـي احتياجاته ومتطلباتـه أي أن عقلـه يصـور لـه ذلـك، ومهـما حاولـت أن تحدثـه عـن الأصـول والـشرف والفضيلـة فلـن يقتنـع وخصوصًـا إن كنـت أنـت تحديـدًا كشـخص احتياجاتـك ومتطلباتك ككل غـير ملباة وكذلك فهو سـيقول داخل نفسـه ولمـاذا أتـرك مـا حصلـت عليـه بأسـلوبي ومـا أمارسـه مـن قناعـات وأتجـه لأسـلوب وعقليـة مختلفـة لم تحقـق مـا حققتـه أنـا مـن خـلال قناعـاتي؟! وسـيظل يـدور داخـل إطـار هـذا الفكـر ولـن يسـتطيع أن يغـير هـذا التفكـير، ولمـاذا يفكـر بشـكل آخـر طالمـا أن إيـذاءه للآخريـن وليـس لنفسـه مـع أن الحقيقـة والواقـع أن إيـذاء الآخرين مـا هو إلا إيـذاء للنفس.

وإيـذاء النفـس مـا هـو إلا إيـذاء للآخريـن ولكـن أذيتنـا للآخريـن مغلفة وغـير معلنـة بشـكل واضـح أنهـا إيـذاء للنفـس لأنـه أحيانًـا القصـاص مـن الشـخص المـؤذي لا يكـون واضحًـا للعيـان ولـذا يظـل الأمـر مبهـمًا وغـير واضـح للشـخص المُـؤذَى منـه، لأنـه لا يـرى أن اللـه قـد اقتص من الشـخص الظـالم بظلمـه للآخريـن، وإيـذاء النفـس رغـم أنـه يظهـر إيـذاء شـخصي بحـت إلا أنـه يؤثـر عـلى المجتمـع ككل حيـث أن علاقاتنـا مع البـشر تفرض علينـا أمراضهـم واضطراباتهم النفسـية التـي تؤذينا بـدون وعي منـا وأحيانًا منهم .

فالفكـرة أننـا جميعًـا نتشـابك في سلسـلة واحـدة ومبـدأ أنـا ليـس لي علاقـة بالمـرض النفـسي لغـيري ليـس مبـدأ صحيحًـا لأن المـرض النفـسي كما العـدوى التـي تنتقـل لخلايـا النفـوس والأرواح وتـضر آخريـن بـلا ذنـب ومـن الممكـن أن يكونـوا مقربـين لنـا أو نحـن ذات أنفسـنا ومـا أبغـي أن أوضحـه تحديـدًا أن الشـخص السـئ نـادرًا مـا يتغـير لأن سـوءه مترسـخ من خـلال مواقـف وخـبرات وتشـكيل وعـي كامـل وخاصـة إن كان قـد اسـتمد هـذا التشـكيل في سـن صغـير والـذي يعتبر سـن التشـكيل وإرسـاء المفاهيم والثوابـت والمبـادئ، وبالتـالي فـإن مـا قـد ترسـخ في هـذا السـن يصعـب تغيـره بشـدة ولكنـه قـد يتغـير في حـالات اسـتثنائية ومعـدودة ومنهـا أن يكـون عنـده رغبـة حقيقيـة في إحـداث هـذا التغير داخـل ذاته، ويستشـعر وجـود مشـكلة عنـده والحالـة الثانيـة إن حدثـت لـه كارثـة تفجعـه ووقتها لـن يسـتطيع التملـص والكـذب عـلى نفسـه أكـثر مـن ذلـك فيلجـأ لمحاولة التغـير مضطـرًا ومجـبرًا.

[٩٨]الروح والمادة

يولد الإنسان كائن روحاني نوراني، وقلة قليلة من البشر هم من يتشبثون بتلك الروحانية والنورانية علي مدار سنوات عمرهم وحياتهم، فلما يحدث هذا التغير الجذري لبعض البشر؟ وكذلك لما لا يحدث للبعض الآخر؟ إننا نولد مشبعين بشكل مادي جسدي وروحي معنوي، من حيث أنه يتوفر لنا حاجاتنا واحتياجاتنا المادية الجسدية من غذاء وكساء بدون الحاجة لإشباعها من ناحيتنا، وكذلك يتوفر لنا الشق الروحي المعنوي من حيث إمدادنا بالحب والحنان من جانب الأم والأب، فنحن مسئولون من أفراد آخرون يوفرون لنا كل احتياجاتنا، ثم تدور دورة الأيام ونجد أنفسنا مطالبين بتلبية احتياجاتنا المادية والمعنوية بأنفسنا، حيث أن دور الآخرين قد اقتصر علي مرحلة معينة في إمدادهم لنا بالشق المادي والمعنوي دون عناء منا.

والبعض منا يجد نفسه يلبي الجانب المادي بوظيفة ودخل مادي يشبع لديه هذا الجانب، والبعض الآخر يخفق في تحقيق الإشباع في هذا الجانب المادي، وعلي الصعيد الآخر نشبع الجانب المعنوي من خلال إقامة علاقات حميمة مع الآخرين أو عن طريق إشباع الجانب العاطفي الحسي لكل فرد منا علي حدة مع من يختاره رفيقًا لدربه من الجنس الآخر.

فما الذي يجعل البعض منا يوازن بين المادة والروح والبعض الآخر لا يستطيع الموازنة؟.. أعتقد أن ما يجعل الإنسان يلهث وراء المادة بشراهة هو افتقاده للحب في علاقاته، فإن افتقاد الحب يجعلنا نحصل عليه

من خلال المادة، فالمال والممتلكات المادية تجعلنا مميزين ويلتفت حولنا الكل مبهورين معجبين فنحصل علي نظرات الإعجاب والثناء التي افتقدناها في علاقاتنا العاطفية بمن نرتبط بهم، إن الإنسان الشره للمادة هو إنسان فشل في إقامة علاقات حب مشبعة له.

ولكن هل تعتقد بأنه مظلوم؟

الواقع لا أعتقد إطلاقًا أن الله يظلم البشر، إن الإنسان المفتقد للحب هو شخص لم يستطع سوى أن يحب نفسه، إنه هو من منع الحب عن ذاته، فالحب هو أن أحب الآخرين كما أحب نفسي، وأتمني لهم الخير والسعادة، وأن أعطي كما أخذ، وليس أن أحتكر السعادة لنفسي وكأنها ستنقص من رصيدي أن أعطيت الآخرين منها، إن الإنسان الأناني المادي هو إنسان اختار نفسه ولا شيء سوى نفسه.

وقد اعتقد أن المادة قادرة علي جلب الحب له، ولكن هيهات فالحب لا يعرف سوى النفوس الطاهرة المعطاءه، إن الحب سر إلهي ونور قدسي روحاني لا يمسه إلا المطهرون روحيًا.

فهل عرفتم الآن لما حرمتم من الحب؟ وهل فطنتم الآن لما طغت المادة علي الروحانيات في حياتنا؟ أننا تقوقعنا داخل ذواتنا حتى الثمالة فلم يجد الحب طريقه إلينا فمات فينا وبيننا.

إن الانسان الحق هو من يستطيع أن يوازن بين ماديته وإنسانيته فإن طغي جانب علي آخر إما أن أصبح إنسانًا أو شيطانًا..!

[٩٩]خلاف الاختلاف

لماذا دومًا نرفض اختلاف بعضنا البعض؟! ولما نبغي دائمًا الآخرين نسخة منا إما أن نصبح أعداء؟! وكذلك لما اختلافنا دومًا يتحول لخلاف؟! ولماذا كذلك لابد لكي تتواجد أنت أن أمحي أنا؟! ولماذا خلقنا الله نحن الاثنان وليس شخص واحد منا فقط؟!

كبداية لابد أن نعترف بأننا كشعب لا نحترم فكرة الاختلاف، وليس فقط فكرة الاختلاف المؤذي البعيد عن القيم والمبادئ والدين بل نحن نرفض مبدأ الاختلاف بشكل عام.. وطالما أنت مختلف عني يصبح من المؤكد أن مصالحك لن تصب في صالحي.

تلك البداية والنهاية لنمط تفكيرنا وهي أننا نخاف من فكرة اختلاف الآخرين عنا، وكل السلوكيات التي تضايقنا وتبعدنا عن بعضنا البعض تدور في إطار الخوف من الآخر، سواء من فكرة بعده أو تخليه عنا أو من سيطرته أو قوته وتسلطه أو من إلغائه لنا في حالة اختلافه عنا ونبدأ في تجرع تلك الفكرة من طفولتنا وحتى نشب عن الطوق، ونحن لا نشعر بتبعاتها وأضرارها علينا وعلى الآخرين، والأم والأب إن اختلف الابن عنهما في أي شق فكري يعتقدان بذلك أنهما لم يحسنا تربيته، ومع كل موقف وسلوك مخالف له ينعتونه بالابن العاق، ويظل الابن في تلك الإشكالية وهذا الصراع النفسي وإن رضخ لرفضهما له وساير أسلوبهما تجنبًا لنبذهما ورفضهما له سيظل طوال عمره يجرع الآخرين رفض أهله لاختلافه وسيصبح دومًا يريد أن يشكل الكون بلونه وبصمته هو فقط، وأي اختلاف عنه سيعتبره تهديدًا له

ولكيانه وبالتالي سيرفضه بشدة وسيظل يدور في تلك الدائرة مثلما فعل أهله معه فيبدأ بتشكيل كل علاقاته بنفس الشكل والمناخ الذي تربى فيه بدءًا من أصدقائه ومرورًا بزوجته ثم أبنائه ونظل نخلق جيلًا وراء جيل كلهم نسخ مشوهة من عقول الآخرين وهناك قلة من البشر يرفضون أن يشكلهم الآخرون بمقاييسهم ويظلون يقاومون لآخر نفس وحتى وهم يقاومون الغالبية ينعتونهم بالمجانين؛ لأنهم مختلفون، ولكن هل الاختلاف هو الجنون أم أن التشابه هو الجنون بعينه؟!

الواقع أننا نخاف من المختلفين عنا ومع ذلك نلعن المتشابهين وتلك هي القضية الأزلية في الحياة والتي ستظل موجودة لوقت غير معلوم نتاج مجتمع مكبوت يؤيد المختلفين في الظلام ويلعنهم في النور خوفًا من المجتمع والناس المختلفة المتفردة هم أناس رفضوا التشابه وعرفوا أن الله عندما خلقهم ميزهم ومنه أحبوا هذا التميز ورفضوا حصر الآخرون لهم في صورة وإطار ولو كان من ذهب.

ومن تشابهوا مع الآخرين وكرسوا حياتهم لنبذ اختلاف الآخرين هم من لم يشعروا باختلافهم وتفردهم وتميزهم فحاولوا أن يلونوا الكون كله بلون واحد.. ولكن يظل الرأي الأرجح أن من يخاف من اختلافك يخاف على نفسه وليس عليك.

[١٠٠] مركزية اللّه

من الطبيعي أننا جميعًا نقع في تحديات وابتلاءات في ظل صراعنا مع الحياة ولكن ليس جميعنا نتخذ نفس رد الفعل إزاء المواقف وتلك الابتلاءات إذ أن السارق الذي يختار السرقة قد يفاجأ إن عرف وفطن أن الشخص العادي من الوارد أن يكون قد وقع في أزمة عدم وجود نقود معه، ولكنه لم يختر أن يسرق ولكن السارق يسرق ويبرر ذلك بضيق ذات اليد وأن الحياة لا يوجد بها عدل وبالتالي من حقه أن يحصل على نصيبه ورزقه بيده، أما الشخص الآخر فيختار أن يقترض من شخص آخر أو أن يعمل بوظيفة أخرى مع وظيفته لتدر عليه دخلًا وربحًا أو يلجأ إلى أية وسيلة مشروعة يحل بها أزمته بعيدًا عن مبدأ السرقة وتأنيب الضمير وكذلك فإنه قد يكون خائفًا من افتضاح أمره ونظرات المجتمع له إن هو استسلم لمبدأ أن يسرق أو يرتشي.. ففي كل الأحوال لا يمكن أن ننكر أننا كبشر لدينا مستويات ودرجات مختلفة من أصوات الضمير لدى كل شخص فينا على حدة وكذلك يمكن أن ترى امرأة متزوجة وتعاني من خيانة زوجها لها وأنها أصبحت ضعيفة وعرضة للفتنة إزاء تقصير زوجها من ناحيتها وأنه من السهولة أن تفتن وستصبح في تلك الحالة تعاني نفس حرمان الأرملة أو المطلقة أو من لم يأت لها نصيبها من الزواج ومع ذلك قد تجد المتزوجة تقع في الخطأ والحرام والأرملة والمطلقة أو الفتاة التي لم يأت لها نصيبها صامدات ولم

يقعـن في الحـرام.

مـا أقصـد أن أنـوه عنـه أنهـا ليسـت المواقـف فقـط هـي مـا تظهـر اختلافنـا لأنـه لا يوجـد شـخص لم يتعـرض لتحديـات وابتـلاءات في حياتـه وذلـك ليـس لـه علاقـة بوضعـه الاجتماعـي مـن حيـث الغنـى والفقـر، والجـمال والقبـح، متـزوج أم عـازب، قـوي أم ضعيـف.. فالتبايـن والاختـلاف هنـا يكـون في ردود أفعالهـم تجـاه المواقـف والابتـلاءات وهنا يظهـر معادن النفـوس واختلافهـا وتفاضلهـا عـن بعضهـا البعـض حتى يعـرف كل إنسـان أيـن هـو مـن مركزيـة اللـه؟

فتأكد أن المواقف قد تتشابه أما النفوس فلا.

[١٠١] خداع النفس

من الوارد أن يخدع الإنسان غيره سواء بوعي أو بدون وعي منه، لكن الشيء الغير منطقي أبدًا أن الإنسان يخدع نفسه.

نعم لا تتعجب فهناك أناس بارعون في خداع نفسهم أو بمعنى شائع يكذبون الكذبة ويصدقون أنفسهم ويكررون الدخول في كذبة ويخرجون على كذبة أخرى حتى لا يواجهون أنفسهم بالحقيقة؛ لأن الحقيقة ربما تكون صادمة أو مكلفة ماديًا أو معنويًا.. ومثال لما أود أن أقوله: فقد تجد زوجة متأكدة من خيانة زوجها لها وليس عندها أدنى شك في ذلك، ومع ذلك مستمرة معه وهي تعلم أنه شخص دنيء وهي تقنع نفسها بأنها تحافظ على بيتها وهي من داخلها تعلم بأنها تكذب على نفسها ولكن هي أجبن من أن تواجه الموقف، لأنها لا تتحمل تبعات تكلفة المواجهة وكذلك من الممكن أن تجد أبًا وأمًا قد قصرا في تربية أبنائهما حتى أنه قد انحرف أحد أبنائهما والأب والأم مدركان بأنهما السبب ومع ذلك يكذبان على أنفسهما ويقولان بأن الابن منحرف بطبيعته وأنهما قد ربياه أحسن تربية.. وتلك نماذج نراها حولنا كثيرًا أو تكاد تكون سمة لبيوت كثيرة قد تربت ونشأت على مبدأ التكتيم والتعتيم إلى أن تنفجر الحقائق في وجههم معلنة عما أنكروه.

الحقيقة أن خداع النفس أمرّ وأقصى خداعًا لأنه يطول الشخص والمقربين منه أي أن الإنسان يؤذي نفسه وغيره والواقع بأن ذلك قمة الأنانية رغم أن الشخص ينكرها ويقول بأنه يضحي وأنه الضحية ولكن هو ضحية نفسه ليس إلا، والواقع أن البشر الذين يخدعون أنفسهم

يكونون على علم وتأكد من خداعهم لأنفسهم.. ولكنهم يعتقدون أنه ليس في الإمكان أفضل مما كان والبشر الذين يخدعون أنفسهم لا يمكن أن يصدقوا مع الآخرين ولو صادف وصدقوا مع الآخرين سيكون في الجزئية التي لا تمس أخطاءهم أي أنهم سيعطون نصائح لك من المفترض أن يقولوها لأنفسهم ثم يشاهدوا رد فعلك ومنظورك للأمور لسبب بسيط جدًا أنه يريد أن يصل لرد منك مفاده: ليس في الإمكان أفضل مما كان، حتى يريحوا ضمائرهم، ويعتبر خداع النفس نوع من أنواع الجبن والتخاذل وعدم المسئولية، والإنسان الخادع لنفسه محروم من أن ينظر لذاته في مرآة النفس لأنه إن نظر جيدًا سيرى الجزء الشيطاني منه ووقتها سيكره عيشته ونفسه، ولذا فهو يفضل أن يخدع نفسه ويخلق حالة وهالة من الخداع حوله لأن ذلك يمثل الأمان له والنور سيؤذيه ويميته.

[١٠٢] جنون العقل

(بغير العطف تصبح صخرًا أو مجنونًا)

كنت قد قرأت تلك العبارة واستوقفتني كثيرًا، ورأيت أنها عبارة صحيحة مائة بالمائة، فالإنسان بلا مشاعر وأحاسيس ووجدان حتّ لا يختلف عن الجماد والبلا عاقل، فالعقل بلا عاطفة ملَكة صماء من الممكن أن تؤدي إلى الدمار والتدمير، إن ما يجعل الإنسان يرتقي بإنسانيته هي العاطفة والعطف وكل القيم الجمالية النبيلة النابعة من وجدان صادق.

ولكن هل يمكن اعتبار الإنسان بلا عاطفة مجنونًا؟

الحقيقة أن ما يجعل الإنسان ذو فكر مستنير هي العاطفة وليس العقل وحده، فالعقل وحده أشبه بقائد سيارة بلا فرامل، إن ما يضبط بوصله وتوجهات الإنسان هي العاطفة، فالحياة بلا إعمال العاطفة هي غابة، يأكل بها القوي الضعيف والكبير الصغير، ولكن العاطفة تجعلنا نحنو على الأضعف ونتوقف عن اللهاث قليلًا حتى نرى احتياجات الآخرين لا أنفسنا فقط.

إن العاطفة رقي وتهذيب ونبل، وقد يمتلك الإنسان العقل ولا يشغل بالًا بالعاطفة بما تشتمله من معانٍ نبيلة، فيفقد نفسه بعقله ويشقيه.

إن أشقي الناس وأتعسهم حظًا هم من تخلوا عن العاطفة في تكوينهم الإنساني، فهم كمن يأكلون ولا يشبعون ويجمعون الأموال ولا يستمتعون، إنهم أشبه بآلات متحركة بلا روح، وإنهم ليعتقدون أنهم يحكمون عقولهم، ولكن الواقع أنهم أقرب للجنون من العقل ومن الموت للحياة.

فمن لا يمتلك عاطفة هو إنسان تعيس مهما أوتي من مال وجاه وسلطان، فالإنسان بلا عاطفة ميت قبل أن يموت، والعاطفة ليست مقتصرة علي الحب بين رجل وامرأة فقط، بل إن العاطفة ونبلها تتمثل في حب العالم أجمع

والخوف عليه كأنه جزء منا، أما من يحب شخصًا واحدًا فقط ويدخر له كل العطاء ولا يشعر بآلام ومعاناة الآخرين، فهو في حقيقة الأمر لا يحب سوى نفسه، وإن أعطى فلكي يأخذ أضعافًا مضاعفة، وهو في حقيقة الأمر شخص أناني شهواني ويتبع مبدأ أنا ومن بعدي الطوفان، إن العاطفة نهر من الخير والنماء، وبدونها يصبح الإنسان أقسى من الحجارة وإن من الحجارة لما قد يتفجر منه الأنهار، أما الإنسان بلا عاطفة فلا يتفجر منه إلا الشر والكره والغل، فإن كنت قد تخليت عن عاطفتك فاعلم أنك في طريق الهاوية والجنون.

[١٠٣] لا يفعلها سوى الحب

لم أستطع في يوم أن أكتب عن الحب على الرغم من أن تكويني النفسي يوحي بأنني من أقرب الشخصيات المناسبة للحب والمشاعر، ولكني أصبح دومًا في منتصف الأشياء والمشاعر، ولا أستطيع الاقتراب والذوبان والحكم عن كثب، وكذلك لا أستطيع الابتعاد فأغلق باب المشاعر والحب، لم يتسنَ لي حتى الآن أن تكتمل لدي قصة حب، ولا أعلم هل أحب إحساس الحب في حد ذاته أم أحب الشخص لذاته أم هل أحب نفسي في هذا الموقع بالذات.. أي موقع المشاعر والأحاسيس والحب.. وهل أحب الحب لأشعر بإنسانيتي أم لأشعر بذاتي أم لأرى ذاتي في عيون الآخر؟! فكثيرًا ما تشابكت واختلطت لدي المفاهيم حتى أنني لا أعلم إلى الآن أيهما الأصدق لدي في هذه الأسباب والمشاعر، وصدقًا لا أعلم لأي مدى يمكننا الحكم علي أنفسنا، ولكن هل يستطيع الآخر كذلك الحكم المطلق علينا؟ وهل كل تجربة حب لنا تتشابه مع نظيراتها مع اختلاف الآخر واختلافنا نحن شخصيًا كتطور طبيعي لنمو شخصيتنا؟

ما أود لفت الانتباه له وعنا أننا بشر لا نستقر ونثبت علي حاله بشكل يتيح لنا دومًا معرفة من نكون، سواء كنا في قمة الصدق مع أنفسنا أم لم نكن صادقين تمام الصدق، ولكن الفرق بين من يصدق مع نفسه ومن لا يصدق مع نفسه، أن الصادق يعلم أنه لا حكم قاطع يستطيع أن يدلي به عن نفسه وغيره، أما غير الصادق فلديه أحكام قاطعة وخصوصًا عن نفسه، من حيث أنه يرى بأنه على حق في جميع الأحوال ولا يرى الأمور إلا من منظوره الذاتي البحت، مع أنني أري أننا ربما نرى أخطاء الآخرين أكثر مما نرى أخطاءنا لأن كل ما فينا لا نلمحه، أما البعيد فاتجاه النظر مصوب نحوه دومًا، وبالتالي فإننا ربما

نـرى أخطـاء الآخريـن بعدسـة مكـبرة ولا نـرى أخطاءنـا حيـث أنهـا ليسـت باتجـاه وصـوب النظر.

ربمـا مـا سردتـه وودت قولـه، أن الحـب يمـس صميـم وجوهـر الإنسـان وحتـى تكتشـف نفسـك ويتـاح لـك ذلـك لابـد أن تتصـل بـذات أخـرى ولا يفعـل ذلـك سـوى الحـب.

[١٠٤]القوة النفسية

عن نفسي فلقد مكثت فترة طويلة متخيلة نفسي ضعيفة نفسيًا ومصدقة هذا الحكم تجاه ذاتي حتى إن اقتربت من أشخاص واقتربوا مني وعرفوا جزءًا من مشاكلي ووجدتهم جميعًا لهم نفس الرأي والتعليق وهو: «ولكن أنتِ قوية جدًا» والحقيقة أنني طوال عمري لم أكن أرى ذلك ولا أصدقه ولكن ما لاحظته أن أغلب من أعرفهم عندهم ابتلاء واحد منغص عليهم حياتهم وأنا قد مررت بابتلاءاتهم مجتمعة، ومع ذلك صامدة بفضل الله.. ما وددت إيصاله لكم أمرين:

الأمر الأول: إن الإنسان صعب أن يحكم على درجة قوته النفسية لأنه دائمًا يرى النقص يغزوه، وأنه من المفترض ألا يشعر بالحزن والألم، ولكن الحقيقة والواقع أن ذلك التخيل والحكم ليس صحيحًا البتة.. هل تعلمون لماذا؟! لأن الضعف جزء من القوة مثل أن الله قد خلقنا أطفالًا ثم شبابًا أي أن القوة لها مراحل حتى تصل إليها ولا يصلح أن تتجاوز مرحلة على حساب أخرى لأن ذلك ضد ناموس الكون الطبيعي، وهناك مقولة ورأي لعلم النفس وأنا مؤمنة به بشدة: «إن الشخص الذي يظهر للآخرين للوهلة الأولى ضعيف ومنكسر يكون داخله قوة نفسية رهيبة.. ومن يظهر قويًا ومتجبرًا للوهلة الأولى يكون هشًا وضعيفًا من داخله» ، ولذلك فهو يظهر عكس ما يفتقده حتى لا يستغل الآخرون ضعفه وهشاشته النفسية وبالفعل فأنا من بعيد أظهر ضعيفة لمن لا يعرفونني جيدًا ولكن من يعرفني عن كثب يعلم بأنني قوية وحمولة

والأمر الثاني الذي أريد أن أنوه عنه: بأن القوة تقاس بعدد الأشخاص

الذيـن تخلـوا عنـك وليس مـن دعمـوك لأن الدعم طبيعـي أن يمـدك بالقوة ولكـن أن تكـون قويًـا بـدون أشـخاص يدعمونـك ويسـاندونك فتلـك قـوة أخـرى مسـتمدة مـن اللـه والنفـس وليـس لهـا مصدر آخـر، فـلا تحكم على نفسـك مـن منظـور ضيـق وتصدقـه لأنـه من الممكـن أن تكـون قويًـا وأنت غـير مؤمـن بذلـك فلا تجيـد أن تسـتغل قوتـك لصالحك.

[١٠٥] إجرام كلاسيكي

لماذا هي بالذات دونًا عن البشر وقعت في طريقها، وكم عدد البشر حتى يتاح لها امتلاك هذه الصدفة؟ وهل هي حقًا صدفة أم هي إحدى إبداعات القدر؟

نعم وجدت شبيهتها على الضفة الأخرى من العالم ، نفس الملامح، نفس الروح، نفس الأنوثة، نفس التمرد، نفس العناد، ولكن يفصل بينهما شيء واحد، فمن وجدتها هي معنى الشر المتخفي في كلاسيكية حالمة، أما هي فتجسد معنى الخير من خلال شخصية عنيدة مع الحياة وقد تعطي انطباعًا لدى البعض للوهلة الأولي أنها تواجه أزمة أو مشكلة ما، إلا أنها الخير متجسد في إنسان.

فلماذا التقوا؟ ولماذا لم يلتقوا؟ وما السر وراء ذلك؟ فلابد أن كل شيء يحدث لحكمة ولسبب.

فما الحكمة من اللقاء بين الشرق والغرب والظلام والنور والخير والشر؟

كل ما أعرفه وأدعيه أنني لا أعرف ، فقد تكون إحداهما سبب في تحول شخصية الأخرى بشكل أو بآخر، أو قد تمثل إحداهما معني سريان مجري الحياة وعدم توقفها، ولكن هل يمكن أن يكون الشر محرك ومحفز للحياة كالخير، أم أن الأصح أن الخير هو المحفز للحياة كالشر؟

نعم إنهما وجهان لعملة واحدة ولكنهما يحملان معنيين مختلفين ومتناقضين ، وربما أن الألم شيء مشترك بينهما، ولكن لماذا يخلق من الألم

الخـير والـشر؟ وهـل يمكـن أن تجتمـع الأنوثـة والجـمال مـع الـشر أم أن إحداهـما تنفـي الأخـرى وهـل الخـير في المـرأة هـو الأنوثـة الحقـة؟!.

أم أن الـشر يمكـن أن يصنـع الأنوثـة الجاذبـة للعـين إلى أن يتـاح معرفـة مـا وراء تلـك الأنوثـة.

يبقى أن أبوح بالسر الأخطر والأهم.

قد يكون لقاءها هو لقاء وصراع بين مصر وإسرائيل!!..

ختـــام

الكلمات التي سأختم بها كتابي أحببت أن تكون توجيه شكر لكل من ساهم في إخراج هذا العمل للنور، فلولا من سخرهم الله لي، لم يكن كتابي بين أيديكم الآن، وأخص بالشكر كلا من: والدتي التي تحملت تبعات عزلتي في إنجاز كتابي، والأستاذ/ يوسف محمد حسين الذي شاركني تنسيقه وتدقيقه، والأستاذة/ هاجر علي محمد كمشارِكة في التدقيق اللغوي

ومطلبي الأخير سيكون لكل من قرأ كتابي وأحدثت كلماته وقعًا في نفسه أن يدعو لأبي بالرحمة والمغفرة، فربما كانت كلماتي شفيعة له ولي، فلم يخلق الله الأشياء عبثًا، والكلمات أحيانًا تغير مصائر البشر، وربما أرخص الأشياء أثمنها!

وأخيراً وليس آخراً ... فبعض التجلي في التخلي.

الفهارس

إهداء	٦
المقدمة	٧
(١) أول قطفة	٩
[٣] اللامنتمي	١٣
[٤] عفوًا لقد نفد رصيدكم	٦١
[٦] الشخص النرجسي	٢٠
[٧] رؤية ضبابية	٢٢
[٨] تعلمت من الكيبورد	٢٤
[٩] قوة الضعف	٢٦
[١٠] زمّار الحي لا يطرب	٢٨
[١١] ملامح غير مكتملة	٣٠
[١٢] الله والبشر	٣٣
[١٣] الغث والسمين	٣٤
[١٤] السم في العسل	٣٦
[١٥] تشكيل الوجدان	٣٨
[١٦] العدو الداخلي والخارجي	٤٠
[١٧] كتالوج الحب	٤٢
[١٨] النقص اكتمال	٤٤

[١٩] لحظة الاكتشاف	٤٦
[٢٠] أنا لا أكذب ولكني أتجمل	٤٨
[٢١] المبدأ والشخص	٥٠
[٢٢] التعلق المَرضي	٥٢
[٢٣] أبي الروحي	٥٦
[٢٤] توبة الفنانين	٥٨
[٢٥] موج البحر	٦٠
[٢٦] الجوهر و السلوك	٦٢
[٢٧] استراحة محارب	٦٤
[٢٨] أخطاء لا تغتفر	٦٦
[٢٩] روح التجربة	٦٨
[٣٠] التكوين العاكس للمجتمع	٧٠
[٣١] الغموض	٧٢
[٣٢] حتى لا تحترق الفراشات	٧٤
[٣٣] آسفة أرفض الطلاق	٧٥
[٣٤] الطفولة الممتدة	٧٧
[٣٥] شعب متدين بطبعه	٧٩
[٣٦] البريسيز	٨١
[٣٧] الأخطبوط	٨٢
[٣٨] الشخص الحالم	٨٥
[٣٩] حتى لا تصطدم بالإجابة	٨٧
[٤٠] البطل الأول	٨٩
[٤١] ضعف الظالم	٩١

[٤٢] ما لزماننا عيب سوانا	٩٣
[٤٣] لغة الأرواح	٩٥
[٤٤] الأرنب والصقر	٩٧
[٤٥] نوايا البشر	٩٨
[٤٦] الطير المهاجر	١٠٠
[٤٧] المرأة كل المجتمع	١٠١
[٤٨] دائـرة الألم	١٠٣
[٤٩] كفر أم إيمان	٦٠١
[٥٠] رسائل الفشل	١٠٨
[٥١] مقسومة نصين	١٠٩
[٥٢] لغة سرمدية	١١١
[٥٣] تواري السمات	١١٢
[٥٤] لعنة الذكاء	١١٣
[٥٥] حجاب العقل	١١٥
[٥٦] خسائـر في الأرواح	١١٨
[٥٧] منبع الحب	١٢٠
[٥٨] انحراف الاستقامة	١٢٢
[٥٩]فقد الذات	١٢٤
[٦٠] القدوة	١٢٦
[٦١]إشكالية الزواج	١٢٨
[٦٢] الله لا يكترث للأغبياء	١٣٠
[٦٣] عفوًا السمة غير مفعلة	١٣٢
[٦٤]جوهر الإبداع	١٣٤
[٦٥]الانطباعات الأولى	١٣٦

[٦٦]الغائب الحاضر	١٣٨
[٦٧] الحب الغير ضائع	١٣٩
[٦٨] النسبية والضد	١٤٢
[٦٩]معين لا ينضب	١٤٤
[٧٠] مليون إحساس	١٤٦
[٧١] مكاسب الخسارة	١٤٩
[٧٢]اقرأ ذاتك	١٥٠
[٧٣]طموح لا ينتهي	١٥٢
[٧٤] العقم النفسي	١٥٤
[٧٥] أطفال الجيران يتشابهون	١٥٦
[٧٦] اليد الممتدة	١٥٨
[٧٧]رسائل مشفرة	١٦٠
[٧٨]وأد الروح	١٦٢
[٧٩] مسار إجباري	١٦٤
[٨٠] السطح والعمق	١٦٦
[٨١]إيه فرعنك يا فرعون	١٦٨
[٨٢]تشابه الاختلاف	١٧١
[٨٣] أوان الحصاد	١٧٤
[٨٤]الهروب من الذات	١٧٥
[٨٥]غذاء النفس	١٧٨
[٨٦]ماذا أهداك الحب؟	١٨٠
[٨٧] المنطقة الوسطى	١٨٢
[٨٨] أنماط الشخصية	١٨٤
[٨٩] ما وراء الأسوار	١٨٦

[٩٠] لماذا يعيد التاريخ نفسه ؟	١٨٨
[٩١] أسوأ شعور	١٩٠
[٩٢] أحكام مسبقة	١٩٢
[٩٣] سر فشل العلاقات العاطفية	١٩٤
[٩٤]المنظور الآخر	١٩٦
[٩٥] غباء الذكاء	١٩٨
[٩٦] وقود النفس	٢٠٠
[٩٧]دائـرة السوء	٢٠٢
[٩٨]الروح والمادة	٢٠٤
[٩٩]خلاف الاختلاف	٢٠٦
[١٠٠] مركزية الله	٢٠٨
[١٠١] خداع النفس	٢١٠
[١٠٢] جنون العقل	٢١٢
[١٠٣] لا يفعلها سوى الحب	٢١٤
[١٠٤]القوة النفسية	٢١٦
[١٠٥] إجرام كلاسيكي	٢١٨
ختـــام	٢٢٠