

-٧-

التعاطي مع الثقلاء

يبدو في الموضوع سؤال مهم، يطرحه كل سمين، وهو:
كيف أتعاطى مع ثقل الدم المتدرين على سمنتي؟!
إن من يواجه سميناً بهذا السؤال لا يعلم قيمة الموضوع
وأثره بالنسبة للطرف الآخر.

وإذا كان تولستوي يقول: "لقد منحت عملي الحياة
كلها... إنه كياني كله". فالسمنة بالنسبة للبدن كالعامل
لتولستوي، ففتبها يارعاكم الله!

كنت سميناً، وقد رويت كثيراً تجاربي وذكرياتي مع
السمنة، ومن أكثر المواقف المحرجة التي يواجهها البدناء،
تعليقات من حولهم على سمنتهم، وفيما سبق بيان
لبعضها...

أحد أبسط هذه الأمثلة أن يسأل عليك أحد الثقلاء
سيوف لسانه سائلاً: لماذا لا تخفف وزنك؟!

أعتقد أنني توصلت إلى مرحلة من الخبرة للتعاطي
مع هذا السخف. معادلة الرد لا تقوم على المعاملة بالمثل.
كلا. إنك إذاً مثله!

لقد توصلت إلى أن الحل الأمثل عندما تكون سميناً

هو أن تتصالح مع سمنتك. لا أحد لديه الاستعداد لقبولك أكثر من نفسك. إذا لم تقبل أيها البدين نفسك، فلا تنتظر أن يقبلك غيرك. إن واقعك - وإن كان ثقيلاً- إلا أنه قابل للاستيعاب، ولا تغرنك شحومك المتراكمة، فقد تعارف الناس على خفة دم البدناء، ولطف مشاعرهم.

لا تنس أن الإنسان هو الذي يختار لنفسه، وتذكر بشار ابن برد يوم قال يخاطب محبوبته:

إن في بُرديّ جسمًا ناحلاً

لو توكأتِ عليه لانهدم

لم يكن بشار رشيقياً، ولا كان يرتاد صالات التدريب، ولم ينظر يوماً في عدد السعرات الحرارية في صحيفة غذائه قبل أن يضربها بخمسة نكاية في الإتيكيت والشوكة والملعقة والسكين، وما ألزم نفسه بحليب ناقةٍ منزوع الدسم، ولا اجتنب اللحوم بعداً عن الكولسترول!

بل كان في محصلته النهائية ضخم الجثة، عظيم المنكبين، لا يوصف إلا بالبدين.

لكنه أقنع نفسه بما يريد.

لم يُمر ابن برد مبضع جراحٍ على شحومه، ولا شفط دهنه، بل أمرها على قناعته الشخصية التي لم تكن بحاجة إلى إجازة من أحاديث الثقلاء، ولا إلى قبول من همسات الوشاة، وردد شعره متخيلاً نفسه كما يريد، نحيلاً رشيماً رقيقاً...

عجيب أمرك يا بشار!

لو توكأت صاحبتك على جسمك الناحل... لانهدم!

على هذا الوصف خلتك (نعومي كامبل) يا شيخ!

السرا العظيم:

تذكروا يا سادة يا كرام أن الذين لا يتصالحون مع أنفسهم، لا يمكن لهم أن يحققوا نجاحاً في أي جانب في حياتهم، وما أمر السمنة عن هذه القاعدة ببعيد.

يجب أن يتجاوز السمين تعليقات الناس عليه، ليبدأهم بالتعليق على نفسه، فإذا قال في نفسه ما لم يقوله، فماذا بقي لهم ليتندروا عليه؟!

إن الوصول إلى هذه المرحلة يحتاج إلى دربة وصبر وتأقلم، لكن نتائجه فتأكة، ومن جرب عرف!

تأملوا سؤالاً ثقیلاً مثل: لماذا لا تخفف وزنك؟ كيف يمكن أن تجيب عنه، لو نزعتم للجسد وابتعدت عن السخرية؟!

أي تأثير ستفعل لو قلت إنك حاولت مئات المرات ولم تتجح! أي منحى للحوار سيأخذك، وكم سيمارس عليك محدثك من أساليب للتنظير ليحدثك عن فلان وفلانة الذين يعرفهم وقد فعلوا! وكأنك لم تسمع بهذه القصص إلا اليوم، مع أنك تستطيع أن تؤلف كتاباً ضخماً تروي فيه قصصاً باردة وسامجة كهذه، تطرق أذنك دون أثر يذكر!

أنجح الحلول هي السخرية، وأرقى أنواع السخرية هي السخرية من الذات، والذين لا يسخرون من أنفسهم ساخرون بالوكالة، ولم تكن البضاعة الأصلية يوماً كالقلدة!

كنت أقول لمن يسألني: لماذا لا تخفف من وزنك؟ أنني كثيراً ما حاولت أن أتخفف من شحومي ولحمومي المترهلة، لكني كلما شرعت في المحاولة صدمتني النتيجة، فكلما أردت أن أخفف وزني وصلت إلى خفة دمي، حتى أفضى بي التخفيف إلى انعدام الدم، وأصبحت بلا دم، ولذلك أستطيع الآن أن أتعاطى مع بجاحتك!