

حياة الموظف بعد المعاش

لحضرة صاحب السعادة توفيق دوس باشا

يحال الموظف في الحكومة المصرية على المعاش عند بلوغه الستين أو - في أحوال قليلة - عند بلوغه الخامسة والستين من عمره. وكثيرا ما يخيّل إلينا أن هذه الإحالة إلى المعاش أو الإقالة من العمل الحكومي كأنها إقالة من الحياة نفسها. ونعني هنا الحياة المشتملة، حياة العمل والكفاح والرقى والانتاج. فان هذا الموظف السابق الذي كنا نعبطه على نشاطه ومواظبته وحمته في العمل واليقظ لمحتملات وظيفته ، يستحيل شيئا متقاعدا يكره النشاط ويترهل ويهمل برزته ويقصر في حلق لحيته ويقعد على الكرسي كأنه يرتضى عليه ويقضى معظم النهار في البيت ، فاذا خرج فإلى القهوة حيث يجالس من هم في سنه . أو هو يقضى الساعات في تأمل المارة بعينين جائلتين تدلان على ذهن غائب وتفكير شارد وبعد عن الاهتمام بأى شيء .

ومثل هذه الحال تؤدي إلى سرعة الشيخوخة ، بل إلى استحالة الشيخوخة هرما هو مقدمة الموت. ذلك بأن الشيخوخة حال نفسية كما هي حال زمنية ، فحين لا تبلغ الشيخوخة لأننا قد اجترنا الستين ، بل نبلغها لأننا ننظر إلى الدنيا نظرة هامة كأننا قد رغبتنا عن الحياة الإيجابية التي تطالنا بانقضاء العمل والكفاح، إلى الحياة السلبية التي تقف فيها موقف الدفاع فقط . وهذا الموقف يحيلنا شيوفا حرمين تكف عن الجهد وتترنم الدعة وتكره التكاليف . ونحن جميعا نستنقل الشيخ الذي يتصابي . ولكن الواقع أن هذا الشيخ المتصابي خير من ذلك الشيخ المستسلم للشيخوخة الذي يكاد يعد نفسه لئوت بالانكفاء على نفسه وكراحة الاهتمام بشئون الحياة والسكون إلى الدعة والكسل والنوم . وفي اعتقادي أن التصابي في المهندم والحركة والسلوك العام - إذا لم يصل إلى حد الاسراف المضحك - يبعث في النفس روح الشباب والأمل ، هذا الروح الذي يكسب الدهن يقظة والجسم مرحا ويجعل للحياة قيمة .

وأعظم ما ينبغي لكل شيخ أن يذكره هو أننا انما نشيخ بعقولنا ونفوسنا ومرجاتنا قبل أن نشيخ بأجسامنا وأعضائنا. فاذا لم يكن في مقدورنا أن نؤخر الستين ، فإن في مقدورنا أن نساعد الاتجاه النقي والنشاط الذهني والحركة العقلية بحيث نستبق اهتمامنا بشئون الحياة قويا عملا. وكلنا يعرف الفرق بين ذلك الشيخ المهتم بالمرحل الذي نحس كأنه ميت قد تأخر دفته ، وبين ذلك الشيخ النحيب اللبق البشوش الذي يتحرك وينشط لعمله كأنه في مرح الشباب . أجل . هناك الشيخ الذي يتمتع بريان الشيخوخة ، وهناك الشيخ الذي يعيش في هرما يترب الوفاة .

وإنه لما يدعو إلى الأسف كثيرا أن الشيخوخة في مصر ليست كما يجب الذين يبلغونها سواء كانوا من الموظفين المحايين على المعاش أو من غير الموظفين. فإن الإهمال العام للصحة قد أفشى بين الطبقات المتوسطة مرض السكر حتى لا تكاد تخلو منه أسرة. ومرجع هذا المرض في الغالب إلى وفرة ما نستهلك من مواد نشوية ومواد سكرية على المائدة. فإننا بلا شك أعظم الأمم المتقدمة استهلاكاً للخبز. وليس عندنا - كما عند الأمم الأخرى - إدام يؤكل بلا خبز. وكثرة استهلاكنا للمواد النشوية تجعلنا نسمن في سن الشباب ثم تقع في هذا المرض، فإذا بلغنا الستين أنك قوانا وجعلنا نعيش في همود فترغب في الدعة ونكره الجهد. ولذلك ينبغي ونحن في سن الشباب أن نستعد للشيخوخة بالتزام النظافة التي تبيح لنا شيخوخة سايمة من الأمراض المعجزة. وقد أصبح من المعارف المألوفة أن شركات التأمين ترفض تأمين الشاب السمين لأنها وجدت بالإحصاءات المتكررة أن السمن ينقص العمر وأن النظافة تطيله.

والشيخوخة الخصبية المثمرة تحتاج إلى إعداد صحي وإعداد ذهني وإعداد مالي.

وفي مصر يجب أن نعدّ الوقاية من مرض السكر في مقدمة البرنامج الصحي الذي يكفل الشيخوخة المتحة، وذلك بتعود عادات في الشباب تجعلنا نبعد عن الإفراط في الطعام كما نكره الإفراط في الشراب سواء بسواء. كذلك يحسن بكل شاب أن يزور طبيباً من الأطباء الذين بلغوا الشيخوخة ليعرض نفسه عليه حتى وإن لم يكن يشكو مرضاً أو ألماً. لأن بلجج الأمراض العضوية طريقة في الانسلال ذات بوادر خفية تدل عليها، ويمكن التنبيه لها ووقفها قبل أن تستفحل. أما إذا استفحلت فإن العلاج يصبح متعذراً أو مستحيلاً.

ويجب أيضاً أن نتعود عادات صحية في الطعام والشراب. لأن من المشاهدات الصحيحة أن الذي يشرب القليل من الخمر في الشباب ويستطيع أن يضبط نفسه ويمتنع عن الإدمان سوف يمجز عن هذا الضبط وقت الشيخوخة، وعندئذ يؤدي نفسه أذى كبيراً. وكذلك الشأن في التدخين والقهوة والشاي فإنها جميعها تزداد سلطاناً علينا عند ما تبلغ الشيخوخة وتنغص علينا هناك كان يمكن أن نستمتع به لولاها. وما دام من الممكن أن نصبل إلى الستين مع سلامة الأعضاء الرئيسية كالقلب والكبد والكليتين فإن من السهل أن نقضى شيخوخة هانئة بالصحة. ولنا بالطبع نغى أننا نستبق في هذه السن نشاط الشباب فستوى النشاط يخط بالتقدم في السن.

على أن الصحة ليست كل شيء في الشيخوخة. فنحن نحتاج إلى بتظة الذهن وشباب النفس وسداد الاتجاه. وهذا كله يضطرنا إلى الاستعداد له منذ الشباب. وذلك الخواء النفسى الذى نحسه عند ما ننظر إلى أحد الموظفين المتقاعدين إنما يرجع إلى أنه لم يعد لنفسه دراسة

أو هواية تشغله في شيخوخته . والدراسات إذا جاءت عفوا ، أى إذا طلبناها أيام الشباب لنفسها وبلا حاجة ملحة إليها ، تصبح هواية تعيش معنا مدى العمر ويكون لها مقام المتعة التى تتعلق بها الذهن ويتمتع بممارستها . فعلى كل شاب أن يعد نفسه بالدرس والتثقيف ، حتى إذا بلغ الستين أو السبعين لم يجد ذهنه خواء ولم يحتاج الى أن يسأل نفسه : لماذا أعيش ؟ فإن الهواية تكفل له الاهتمام والتطلع ، والرغبة تشد شهواته العليا وتبنى آله التى تطيل عمره وبشطه . وقد تكون هذه الهواية مقصورة على درس الجريدة اليومية والاهتمام بالسياسة العامة الداخلية والخارجية فيتمنى الاهتمام بهذه الشؤون الى نشاط حزبي مفيد . وقد تكون أيضا دراسة ثقافية أخرى أو القيام ببعض المبرات والاشترك في الجمعيات الخيرية . وكل هذا حسن وضرورى معا .

لقد ذكرت الإعدادات الصحى والإعداد الذهنى ، وبقى الإعداد المالى . والموظف الذى أحيل على المعاش ينال من الحكومة مرتبا شهريا يقل عما كان يحصل عليه أيام عمله في وظيفته . ولذلك يحسن بكل شاب أن يؤمن نفسه . وهناك شركات للتأمين تعطى معاشا سنويا لمن تجاوز الستين الى يوم الوفاة . فاذا لم يكن الموظف قد اقتنى عقارا مغلا أو جمع ثروة تعوضه الفرق بين مرتب الوظيفة ومرتب المعاش فإنه يحسن به أن يؤمن نفسه . لأن الإنسان عند ما يبلغ سن الشيخوخة يشق عليه أن يحرم نفسه من المتع التى تعودها قبل هذه السن . فهو لا يستطيع أن يعيش فى بيت دون البيت الذى ألفه ، بل هو لا يجب تغيير الحى الذى عاش فيه معظم عمره . ولذلك يجب ألا يهمل الإعداد المالى ويجب أن يمنحه من العناية مثلما يمنح الإعدادات الصحى والذهنى .

والكلمة الأخيرة التى يقال للتقاعدین هى ان الشيخوخة حال سيكلوجية قبل كل شىء ، لأن الشيخ يعد نفسه قد انتهى من الدنيا وتقاعد ، وهذا الاحساس يجعله يحى حياة سلبية محضة لا يفعل فيها شىء سوى أن ينتظر الموت ، حتى أنه لو أحسن نشاطا لكذب إحساسه هذا ورفض النهوض والجد . فيجب أن يعد هذا الخاطر عن ذهنه وأن يرفض التقاعد . بل عليه أن يعرف أن السن الفسيولوجية هى غير السن السيكلوجية . فقد يضعف الجسم ، ولكن يبقى مع ذلك النشاط الذهنى قويا حادا . فاذا رفض " الشيخ " أن يوضع على الرف وأصر على النشاط فإنه سيجد هذا النشاط . أما إذا استسلم ورضى أن يوضع على الرف فإنه لن يجد من ينهضه ولا ما ينهض به .