

# ضبط النفس في الملمات

لحضرة صاحب السعادة عبد القادر الجمال باشا

استشار الاقتصادى لبك تسليف الزراعى المصرى

تناب الأثم من وقت لآخر شدائد مدلّمة ، هى فى الواقع اختبار قاس لقويم أخلاقها وسلامة تفكيرها ، ومثانة أعصابها ، فإن هى صمدت إلى تلك الشدائد وعالجتها فى روية وهدوء ولم تجزع لها أكثر مما يجب ، فهى لا بد متغلبة عليها ناجية من شرها سواء أظال أمد هذه الملمات أم قصّر . فما لاشك فيه أنه لا يمكن أن يكون هناك تفكير سليم مجد إذا كانت النفوس جامحة والأفكار مشتتة مبسلة ؛ وهذه بديهية لا ريب فيها ولا تحتاج إلى برهان أو دليل ؛ فإذا ما تعددت الكوارث وتلاحقت المواقف العصبية واستفحل أمرها ، كان ذلك أدعى إلى ضرورة هدوء النفس وضبط جماحها وعدم الاستسلام إلى الهواجس ، وإلا نخرج الأمر من اليد واستحالت معالجته بما تستوجبه من هدوء وفضة وبعد نظر .

الملمات والشدائد تصهر أخلاق الأثم صهرا عنيفا حادا وتمنعها من الاستكانة إلى أيام الرضاء والطمأنينة ، فيجب على كل أمة أن تروض نفسها على مقابلة الملمات بهدوء وضبط نفس ، فهذه صفات يمكن بشيء من قوة الإرادة والعزم تعويد البلاد عليها رويدا رويدا حتى تألفها وتستريح إليها وفى ذلك الخير كل الخير لها .

وما يساعد على ضبط النفس عند الشدائد صدم الاستماع إلى الإشاعات المثيرة التى تثبط العزيمة وتدعو إلى اليأس والى يروجها العدو لهذا الغرض بالذات ليؤثر تأثيرا سيئا فى قوى الأمة المعنوية ويفكك من وحدتها — والتغلب على القوى المعنوية فى أى بلد كان أشد أثرا وأشنع نتيجة من التغلب على قواها المادية . فكما نبذت الأمة هذه الإشاعات والدعايات الخطرة جانبا ولم تعرها أى عناية كان ذلك أدعى لسلامتها وأحفظ لكيانها من الاضمحلال ، ركّبت الأمة أقوى على مقابلة الشدائد والتغلب عليها بقوة العزيمة وتصبر على المكاره حتى تجتهد لها حلا يوافق مصالحها . كما يجب على كل أمة تريد أن تدرك عن نفسها خطر الملمات عند وقوعها ألا تستسلم إلى ما عليه عواطفها عليها ، بل يجب أن يكون العقل رائدا لها وبراس لكل ما يصدر عنها من قرار أو حكم ، فلا يفعلات النفسية تمكصو التفكير ولا يلتجئ عنها إلا الضرر البين الذى قد يؤدي إلى التهلكة وبوقوعها فى أشد المواقف خطرا هيا وبلى فلامتها .

تفتابنا الآن في مصر ملمات قديمة متزوجة وتجتاز بلادنا، شعبا وحكومة وأفراداً، أياما عصيبة قضت بها الظروف الحاضرة الدامية، ونحن أحوج ما نكون إلى ضبط أنفسنا بقوة وحزم إذا أردنا أن نصل بلادنا العزيزة إلى بر السلامة بين هذه الأمواج المتلاطمة، وإذا أردنا أن نتفادى أكثر ما يمكن تفاديه من شرورها المستظيرة. أما إذا استسأمتنا إلى الجزع واليأس وطاشت أحلامنا وبعثنا عن التنكير المهادى السليم في مواجهة تلك الطوارئ المروعة استعصى علينا أن نجد لها الحل الموفق الذى يحفظ مصالح البلاد من العبث ويدبر المسوء عنها، فالاستسلام للجزع بقبضة كبرى لى أخلاق الأمم، ويحب على كل من يتولى لشؤون العامة في البلاد أن يعمل على القضاء عليها قضاء مبرما أنى وجدت .

ومما يدعو إلى الاعتباط أن نرى أن بلادنا قد اتخذت بعض قرارات موفقة كل التوفيق في الظروف الحاضرة - قرارات صدرت عن روية وبعد نظر - هي أبعدها ما تكون عن الارتجال، قرارات صدرت بعد ضبط النفس وعدم الاستسلام إلى الجزع مما كان له أحسن الأثر في البلاد من أديانها إلى أقتصادها . وقد كانت الغالبية الكبرى لهذه القرارات قاصرة على المسائل السياسية، وينتمى اتخاذ بعض قرارات أخرى اجتماعية واقتصادية لها وثيق الارتباط بانظروء الحالية، وزوجوا أن تتخذ أنفس الروح الوطنية الطيبة التي اتخذت في القرارات السياسية، وعلى ألا يكون للعواطف فيها دخل مطلقاً، بل يجب أخذها على ضوء المصلحة القومية بعد تروء عميق، ولا ننسك في أئد سنصل إلى ذلك بمشيئة المولى عز وجل وحسن تقدير رجالنا العاملين للظروف المحيطة بنا .

كما يجب علينا اتخاذ الحيطة من الآن، إذ ربما تقسو علينا الظروف قريباً، فلا زالت الحالة تدعو إلى الزيادة في اليقظة وضبط النفس والاستعداد لكل الطوارئ بكل ما أوتينا من مورد .



قد جهدت فيما سبق أن أبين ما لضبط النفس في الملمات من ضرورة عظمى لكل أمة تريد أن تحيا الحياة الوطنية الصالحة وتريد أن تدافع عن كيانها واستقلالها لتندم به، غير أن ضبط النفس عند الشدائد ضرورى أيضاً لدى الأفراد في حياتهم الخاصة وفي أعمالهم اليومية وما يصادفهم فيها من متاعب تتجدد من وقت لآخر، ولعل ضبط النفس لدى الأفراد هو الأساس الذى لا غنى عنه لضبط النفس لدى الأمم، فما للأمم إلا مجموعة من الأفراد التي تكونها ومضى كانت أخلاق الفرد متينة قوية فلا ريب في أن أخلاق الأمة به جمعها تكون قوية متينة .

والواقع أن عاطفة الفرد متأهجة عند صاحبه بكارثة إلى طريق الحزن والألم والقلق تبعاً لنوع وظروف كل مامة فيقل إنتاجه وتفكيره وقد يودى به .

والتاريخ قديمه وحديثه حافل بالعظائم وبأمثلة تدل على ضبط النفس عند الملتمات لدى بعض الأمم وما كان لذلك من أثر حسن في تاريخ تلك الدول . ولا إحصائي بحاجة إلى تعداد هذه الأمثلة لأن ذلك يستغرق وقتاً طويلاً لا أمل فيه ، بل سأكتفى بسرود مثل واحد منها يعرفه الكثيرون .

ففي سنة ١٩١٧ وأوائل سنة ١٩١٨ إنان الحرب العالمية العظمى الماضية ساءت حال الحلفاء الحربية إلى درجة مخيفة وأشفق العالم عليهم أيما إشفاق حتى خيل للناس أن قضى الأمر وأن نهاية مقاومة الحلفاء قد قربت وأن فوز ألمانيا عليهم صار وشيكاً . وقد زاد الحالة خطورة انقسام في الرأي وقع بينهم وأصبحت الحالة المعنوية بين الأهالي على أسوأ ما تكون من جزع وهلع . ولكن ما ظننت تلك الدول إلى خطورة الموقف حتى عهدت بالحكم فيها إلى رجال عرفوا بشدة صراحتهم وصدق عزيمتهم وشجاعتهم لا يعرفون للجزع والياس معنى مع الحياة فث هؤلاء الرجال في روح بلادهم الشيء الكثير من إيمانهم بالنصر النهائي ووجدوا صفوف الأمة وجابوا الموقف بشجاعة وعزم لا يعرف الملل ولم يمض بعد ذلك وقت طويل حتى كلت جهودهم بالنجاح واستقامت أمورهم السياسية والحربية وكتب لهم الفوز . ولو تمادوا فيما كانوا عليه من خوف وجزع لاستعصى عليهم الأمر وعرفوا النذل والذوان الذي يصعب الانكسار واحتلال العدو للبلاد ولذاقوا مرارة الاستعباد .

هذا مثل لأمة ضمنت نفسها عند وقوع الشدائد فكسبت لها السلامة والنصر . كما أبدت الأمة الإنكليزية أخيراً مثلاً رائعاً لضبط النفس عند الملتمات وذلك عندما تخلت عنها فرنسا وبلجيكا واضطرت لسحب جنودها من دنكرك في أسوأ الظروف وأشدها فتحت الجنود عن جميع معداتها انيكانيكية والحربية في فرنسا وعادت إلى انكازها وقد أصبحت في خطر شديد من غزو العدو - لم يفت هذا المركز الحرج من ساعد لانكليز بل حزموا أمرهم وصبروا وأعدوا تسليح قواتهم ووظفوا أنفسهم على التمثال وحدهم . وما كان يتسنى لهم ذلك ما لم يضبطوا أنفسهم بشدة وقسوة وما لم يبنذوا بالجزع جانباً ويفكروا في الخلاص من مأزقهم في روية وهذوء .

بمثل هذا الخلق المتين وهذه الوطنية الفائقة تسود الأمم وتحافظ على كيانها القومي من كل عث . وبمثل هذه الروح مائية والمناورة على العمل المنتج الصحيح تتغلب الأمم على كل شدة قد تصادفها في حياتها وتتجو من شرورها وتعود إلى سيرتها الأولى وأتمة من قدرتها على مقاومة كل مائة قد تعترضها في المستقبل . فهذا الدرس المفيد قد علمته بريطانيا العظمى عملياً نساء الأمم فحسب أن تقتدى به في كل أعمالها القومية لتصل إلى ما تمنناه لوطننا من رفعة الشأن .

الحزن أو المرض أو الموت ، فإضافة إليها في غالب الأحيان عاملان : عامل الخوف على الشيء من فقدته أو استحالة الحصول عليه ثانية . وعامل الحب للشئ المفقود . وعلى قدر ما تكون النسبة بين هذين العاملين يكون القلب أو الحزن قويا أو ضعيفا .

إن تطور الحياة وما يصادف الإنسان من فشل وفقر ومرض وكل أنواع الملمات على اختلافها . كل ذلك له الأثر الكبير في توجيه نفسية الإنسان ، إلا أن عاملا واحدا ألا وهو ضبط النفس في كل هذه الحالات من أهم عوامل النجاح — فالعصر حتمية من نعم الله الجزيلة على الإنسان وصاحب الأثر الأول في نجاح جميع أسباب الحياة .

ولما في السيرة النبوية أشرف مثل وخير قدوة لما يجب أن تكون عليه أخلاق الإنسان الكامل عند وقوع الشدائد وما تستدعيه مثل هذه الحالات من ضبط النفس ، فقد لاقى النبي صلى الله عليه وسلم صعوبات همة وشدائد قاسية في نشر رسالته الإلهية ولكنه ثابت وكبج جماع نفسه حتى عمته دعوته جميع أنحاء العالم فكانت هدى وسلاما للناس أجمعين .

وهناك حادثة طريفة ترويها كتب التاريخ عن الغزى العظيم تيمورلنك عندما فقد والديه وأقام عند عمه . وأراد عمه أن يفتك به يستأثر بالحكم دونه ، ففر تيمورلنك إلى الجبال بعد أن هجره من حوله من الأمراء واستولى اليأس على الأمير الصغير وكاد يودى بحياته غما وحزنا . فبينما هو ذات يوم يختبئ في كهف وقد اشتد به الجوع والظمأ إذ رأى بجواره عنكبوتا ينسج خيوطا ليصيب بها صيدا يقتات به . وجاءت الريح فهصفت بخيوطه وأعاد العنكبوت النسج كرة بعد أخرى والريح تعصف بمجهوده كلها — أنه — راقب الأمير تيمورلنك هذا المنظر في تعجب واهتمام متساوئلا : ماذا سيكون نصيب العنكبوت بعد كل هذا المجهود الشاق . ولكن العنكبوت ثابت على عمله حتى حانت له فرصة ونسج خيوطا قوية وحصل على قوته بعد ذلك . كان في هذا خير مشجع للأمير على الأيأس وأن يواصل جهاده ضد عمه الذي يريد التدبر به وابتنس له الحظ واستعاد ملك أبيه وغزا ما حوله من الممالك حتى امتدت فتوحاته من أقصى الشرق إلى الغرب ودانت له البلاد .

ولو استسلم الأمير إلى الخوف والفرع لما حصل على هذا الفوز الكبير . وقد أيدت التجارب في مختلف نواحي الحياة أن يصبر وضبط النفس في المحن والملمات عاملان . ههنا في استعادة النشاط والتوصل إلى النجاح .

عبد القادر الجلال