

## الملحق

أريد لأطفالي أن يكونوا قادرين على كتابة هذه الرسالة

في يوم ما

تخيّل، إن أردت، أن يأتي عليك يومٌ ترى فيه أطفالك راشدين، وقد جلس كلٌّ منهم يكتب رسالة إلى الأشخاص الذين أثروا كثيرًا في حياته. ولا يهم أن تكون أبًا، أو جدًّا، أو معلمًا، أو واعظًا، أو صديقًا حميمًا، أو أيّ إنسان يهتم بالآخرين. فإذا قدّرتك أن تتلقى نسخة من الرسالة الآتية، فسوف تجعل جهودك في مساعدة أطفالك ليكونوا أفرادًا لا محدودين، تبدو رائعة ومدهشة إلى أبعد الحدود. فكّر في محتويات الرسالة الآتية وأنت تحاول استيعاب الأفكار والاقتراحات جميعها الواردة في هذا الكتاب وتبنيها، والتأمّل في كلّ ما تفعله لجعل حياة أطفالك أكثر كمالًا، وتوجيه قدراتهم، وإكسابهم اتجاهًا إيجابيًا نحو حياتهم وحياة الآخرين. لقد كتبت هذه الرسالة لك، مع استشراف للمستقبل وأمل أن يصبح ما ورد فيها حقيقة واقعية، مع أنّ الأطفال في الوقت الحاضر لا يستطيعون كتابة هذه الأفكار بأنفسهم، لذا سأكتب لك هذه الرسالة المتخيلة؛ لأجعلك تدرك أهمية مهمتك التي تقوم بها.

أيها الإنسان العزيز المميّز:

لقد آن الأوان أن أكتب لك وأقول لك: شكرًا، فأنا مدين لك بكلّ شيء حققته في حياتي. وعندما أستعرض شريط حياتي كلها، فإنني أشعر بتقدير وإعجاب كبيرين لكلّ ما كنت تعنيه لي. وفي الحقيقة إنني لم أدرك كم كنت إنسانًا استثنائيًا إلا عندما تزوجت، وورزقت بأطفال؛ حيث تأكدت من عظم مسؤولية الأبوة. وفي حين أحاول تنشئة أطفال لي يصبحوا أفرادًا غير محدودين، وأن أساعدهم على تحقيق قدراتهم المذهلة، فإنني أشعر بالامتنان لأنني حظيت بمثل هذه القدوة الحسنة. إنني ذو إرادة، وأطمح أن يكون لدي الحماس والنشاط والتصميم لتنفيذ هذه المهمة بالروعة نفسها التي نفذتها

أنت بها، وأودّ أن أكون أكثر تحديداً، وأقول لك تماماً ما أقدره فيك بوصفك أباً، وبصفتي طفلاً يحبّ أن يتربى في كنفك.

أودّ أن أعرب لك عن تقديري الشديد لمساعدتك لي على الاستمتاع بالحياة؛ لقد كنت إنساناً إيجابياً على الدوام، حتى في مواجهة الأوقات العصيبة. وقد علمتني أن أنظر دائماً إلى الجانب الإيجابي في الحياة. وأشكرك كثيراً على عدم تدليلي، وعدم إعطائي دائماً كل ما كنت أطلبه إليك، وأنا أدرك الآن أنني أستطيع الحصول على ما أريده بنفسني، دون انتظار أن تكون معدة لي بلا عناء. لي أصدقاء ومعارف كثيرون يعانون مرضاً يُدعى «هل من مزيد». إنهم مخفقون في تسيير أمورهم إذ لم يكن لديهم شيء؛ لأنّ والديهم اعتادوا إعطاءهم كل شيء، بدلاً من جعلهم يشقون طريقهم في الحياة، وسماع «لا» بين حين وآخر. وما زلت أتذكر أنك قلت لنا في أحد الأعياد: لن تحصلوا على هدايا كثيرة في هذا العيد؛ لأننا لا نستطيع شراءها، ومع ذلك يمكن أن نستمتع بالعيد، وقد يتوافر لدينا ما يكفي من المال في العام المقبل لشراء ما تحبون. وأتذكر أننا لم نبك ولم نشتك إثر ذلك. إنني أعرف الآن قيمة سماع «لا». ولا أدري هل يسمعون أطفالي بما يكفي. وبقدر ما أحبهم، لكن من الصعب عليّ حرمانهم وجعلهم يشقون طريقهم ليحصلوا على الأشياء بأنفسهم. وأنا شاكرٌ لك لأنك فعلت ذلك معي، وشجعتني لأتعب من أجل الحصول على ما أريد، وعلمتني ألا أنظر بحسد إلى ما في جيوب الآخرين، بل أن أملاً محفظتي من جهدي وعرق جبينني. وفي الحقيقة أنني أستطيع تذكر أشياء إيجابية كثيرة كنت قد فعلتها من أجلي؛ فأنت لم تطلب مني أيّ تفسير لأخطائي أو سوء تصرفي، وكنت تبدولي أنك تعرف أنني لم أكن أعرف السبب الذي دعاني إلى قيامي ببعض السلوكات غير المرغوبة التي فعلتها، ولذلك لم تطلب إليّ توضيحاً، أو تضطرنني إلى الكذب كي أتعاشى عقوبتك حتى لو كنت صادقاً في قلبي.

لقد جعلت قول الصدق أمراً يسيراً لي من خلال توقعاتك بالأقول غيره، ومن خلال ممارستك له، وعدم إعطائي الفرصة للكذب عليك. عندما كنت أسيء التصرف كنت تعرف ذلك، وتواجهني به، ولكنك لم تكن تتلذذ بمحاولة استدراجي والتحايل عليّ لمعرفة ما حدث. لقد تعلمت منذ مدة طويلة، حتى وأنا طفل صغير، عدم جدوى الكذب عليك، فقد تقبلتني كما أنا، وساعدتني على تصحيح عيوبي بدلاً من أن أكون أسير أخطائي، ومن ثمّ استغلالي لأنني كنت صغير السن؛ لذا فإنني أعزّز الآن بنزاهتي بكلّ قوة، لأنك كنت لي القدوة طوال تلك السنين. واليوم، سواء كنت مع عائلتي أو في مكان العمل، لا أحاول تصيّد أخطاء الآخرين بتأتاً، بل إنني أدير شركتي بناءً على إيماني بأنّ

الناس كافة صالحون، وبهذا الإيمان نفسه، أتعامل مع عائلتي، وهو ما يجعل خبرتهم ممتعة، وغير مثيرة للأعصاب.

لم تقم نيابة عني بأشياء أستطيع أن أفعلها بنفسني، وساعدتني دائماً على المغامرة وتجربة مواقف جديدة، وعدم الخوف من الخيبة، بل الإصرار على العمل دائماً، وعدم الشكوى والتذمر. لقد كنت أكبر مشجع لي في هذا العالم! وقد اكتشفت أنني، حتى هذا اليوم، أمارس التشجيع مع كل إنسان أقابله؛ فبالأمس تحديداً، قلت لابنتي الصغيرة ألا تخاف من السقوط، وأن تتسلق الشجرة في الفناء الخلفي للبيت. وأتذكر أنك كنت تشجعني على أن أكون جاداً لا متذمراً، وما زلت أتخيلك وأنت تحثني على بذل جهد، لا افتراض حدوث الأسوأ. لقد علمتني أهمية الاعتماد على نفسي، وأنا أعرف الآن كم كان صعباً عليك السماح لي بالقيام بتلك المجازفات كلها. وأنا مدين في نجاحي وشعوري تجاه الحياة لخبرات المخاطرة تلك. كنت تقول لي دائماً: لا تبال بما يعتقد الآخرون، ما رأيك أنت؟ سوف أظل شاكرًا لك في داخلي لاستخدام تلك الجملة معي مرات عدّة، مع أنني كنت أتساءل في ذلك الوقت: لم لا تكون كالأباء الآخرين الذين يحاولون دائماً أن يجعلوا أطفالهم أفراداً في قطع، لقد وهبني فرصة أن يكون لي رأي خاص بي، وأنا الآن أساعد أطفالني والموظفين أن يقوموا بالمثل، ومع أنهم لا يتفقون معي أو يفهمونني دائماً، ولكنني أعرف أنهم في يوم من الأيام سوف يكونون شاكرين لأفضل هدية في حياتهم: أن يكون للإنسان عقل مستقل ورأي خاص به.

لم تكن تهتم كثيراً بمحاولاتي لجذب انتباهك؛ لأنك كنت تعرف أن اهتمامك سيؤدّي إلى تشجيعي على الاستمرار في عاداتي السيئة. كنت صبوراً عليّ وأنا أتصرف بغضب، أو خوف، أو دلال، وكنت تنتظر وتنتظر حتى أقوم بسلوكٍ إيجابيّ واحد بسيط، تمطرني على إثره بالثناء والمدح، وسرعان ما جعلني ذلك أتوقف عن تصرفي السخيف، أقوم بسلوك يلفت انتباهك. لقد حظيت بانتباهك فقط عندما توقفت عن سخافاتي، كنت حينئذٍ أكره أن أتوقف لأنني كنت أريدك أن تلاحظني، ولكن كلما كنت أكثر تلك التصرفات السخيفة، زاد تجاهلك لي. لقد كانت طريقة رائعة لجعلي أتوقف عن مثل هذه السلوكيات الحمقاء. واليوم، أشكرك من أعماق قلبي لأنك كنت تهتم فقط لأدائي بعض الأعمال بطريقة صحيحة. كنت تبدو أنك تعرف حاجتي إلى ذلك الانتباه والاهتمام، ولكنك كنت تنتظر أن يمنحني هذا الاهتمام العادات الجيدة لا السيئة.

كنت صارماً معي؛ لذا أشكرك على هذا، فلم تتردد مطلقاً في مساعدتي على أن أكون أكثر قوة. وأستطيع أن أتذكر كيف أنك لم تكن تقتنع بأعذارني، مع أنك لم تحاول تقويمني ولا معاقبتي، ولا

إثبات أنك أفضل مني، وأنت لم تشك أو تتذمر مني، وأريدك أن تعرف أنني شاكر لهذا أيضاً. لقد صادفت أطفالاً كثيرين يتظاهرون بأنهم لم يسمعوا والديهم وهم ينادونهم؛ لأنّ آباءهم وأمهاتهم كانوا يراقبونهم دائماً، ولا يثقون بهم، ويشكون منهم، ويثقلون عليهم، ويزعجونهم، أما أنت فعاملتني منذ صغري على أنني إنسان كامل. وبصرف النظر عن عمري، فقد كنت تمنحني الاحترام والاهتمام اللذين كنت تمنحهما للراشدين الآخرين في حياتك، وللأطفال الآخرين جميعهم أيضاً، أعرف قناعتك بأن الأطفال في كل مكان وفي كل عمر مخلوقات كاملة، ولكني لم أعرف هذه الحقيقة آنذاك. كنت تستمع إلى مشكلاتي بدلاً من حلها نيابة عني، وكنت تشجعني على البحث عن الحلول. يبدو لي أنك كنت تعرف حاجتي إلى الشعور بالأهمية كأبي راشد آخر، ولم يكن هذا الأمر يزعجك على أي حال. كنت أعتقد دائماً أنك تستمتع بصحبتني، وأنت مسرور بوجودي في حياتك، فلم أستجد حبك مطلقاً، لأنك كنت تغمرني به دائماً. لم أشعر إطلاقاً أنني إنسان صغير، ولم أشعر حتى هذا اليوم بذلك، ولم أقارن نفسي بأي إنسان آخر. إنني في غاية الشكر على هذه الهدية الرائعة، وسوف أحاول أن أورثها لأطفالي. وأريدك أن تعرف أيضاً أنني سعيد جداً لأنك لم تحاول وعظي مطلقاً، لقد بدد لي أنك تعتقد بأنني أميز بين الخطأ والصواب، وبدلاً من وعظي، كنت تطلب إلي فقط أن أكون صادقاً مع نفسي، وألا أحاول خداعها. وأتذكر أنك قلت لي يوماً ما إنني قد أستطيع خداع أناس كثير، ومنهم أنت، ولكن عليّ ألا أحاول خداع نفسي. لقد كنت مثلاً رائعاً للصدق طوال حياتك؛ لذا فإنني أقدر هذه القدوة كثيراً، وأنا أعرف اليوم أهمية أن يكون الإنسان صادقاً ونزيهاً في كل ما يقوم به. لقد كنت تتحدث إليّ لا عني. واليوم، أعتقد أنني لا أستطيع أن أوفيك حقل من الشكر؛ لأنك علمتني أنني لن أعرف السلام والهدوء إذا كان في حياتي شيء من الكذب والخداع.

لم تلجأ إلى العنف معي مطلقاً، ولم تمارس لعبة السلطة المتحكمة أو (مفارقة السلطة)<sup>(1)</sup>، مع أنه كان بمقدورك القيام بذلك إن أردت. لقد كنت إنساناً لطيفاً تتمتع بقيم واضحة، ولم تتنازل يوماً عن هذه القيم. أعتزف أنني كنت أصاب بخيبة أمل لإخفاقي في إثارتك لتغضب وتصفمني، وأنا على يقين بأنه قد يقضى عليّ من الصدمة لو أنك ضربتني بغضب، وبدل ذلك كنت تقول لي إن غضبي هو مشكلتي، وإنك لست مستعداً للانجرار وراء هذا الغضب، وتكون جزءاً من المشكلة. وعندما كنت تغادر الغرفة، أو ترسلني إلى غرفتي، كنت أدرك أنّ من العبث مواصلة ثورات غضبي

(1) مفارقة السلطة Paradox of Power تعني الازدواجية بين الأقوال والأفعال، كأن تتظاهر السلطة - السياسية أو الدينية أو الأبوية أو غيرها - أنّ لها أهدافاً نبيلة في حين أنها في الحقيقة مدفوعة بالسيطرة وحب (التمكّن). وهذا المصطلح متداول في الفكر السياسي، وقد تعرض له ميكافيلي في كتاب الأمير وهانتغتون وآخرون (المترجم).

أو سلوكي المتهور؛ لأنّ ذلك لن يجعلك تتأثر وتستسلم أمامي؛ لقد علمتني هذا الدرس منذ الصّغر. بعدئذٍ، علمتني أنّ لدي مشكلة تتعلق باحترامي لنفسي، وأنّ الآخرين لن يحترموني ما لم أحترم نفسي، ولكنك مع ذلك كنت تحترمني دائماً، حتى عندما لم أكن أستحق مثل هذا الاحترام. ويبدو لي أنك كنت تجلّني لأنني إنسان، وتعلمني كيف أحترمك وأحترم نفسي. واليوم، أرى آباء كثيرين يضرّبون أطفالهم بغضب، واكتشف عندما أتحدث إليهم أنّ آباءهم كانوا يعاملونهم بالطريقة ذاتها، أما أنت فلم تكن مضطراً إلى ضربني، بل كنت تريد مني ضبط ذاتي. وأظهرت لي أنك تحترم نفسك كثيراً لدرجة لا تترك مجالاً لإهانتك من أيّ شخص كان. لقد احترمك دائماً، وأنا أعرف أنك أيضاً احترمتني دائماً، ولكن ما هو أهم من ذلك، وسبب تعبيري لك عن تقديري الشديد، هو أنني اليوم أحترم نفسي وأعلم كلّ من حولي أن يفعلوا الشيء ذاته. وأنا أدرك، الآن، لو أنّ الآباء عاملوا أطفالهم مثلك، فسوف يتلاشى كلّ هذا الغضب، والإساءات، والعداوات، والانضباط القسريّ من عالمنا تماماً.

وأودّ أن أشكرك مرة أخرى لأنك كنت وافي الوعد دائماً؛ لقد كنت ملتزماً بوعدك على الدوام، وإن أُجبرت يوماً على عدم التنفيذ، فقد كنت تستشيرني أولاً، وتشرح لي سبب عدم تنفيذ ما اتفقنا عليه. لقد كان الوعد بنظرك التزاماً واجب التنفيذ، وقد علمتني أن أفي بوعدني، وألا أقطع وعداً لا أستطيع الوفاء بتنفيذه، وأستطيع أن أتذكر إصرارك على عدم توقفي عن توزيع الصّحف بدلاً من صديقي في أثناء إجازته الصّيفية، وكنت تعرف أنني أكره أن أصحو الساعة الخامسة والنصف صباحاً، ولكنك أصرت أن ألتزم بوعدني، وقلت لي: الوعد عهد! وإذا لم تفِ بوعدك فلا فائدة من أيّ شيء تقوله. أنت لا موقف لك إن لم تلتزم بتنفيذ وعدك. لطالما كرهت تسليم الصحف إلى عناوين المشتركين في ساعات الصباح الباكر، ولكنك عزمت بشدّة على أن أفعل ذلك، وأن أنظم موعد يومي واستيقاظي لأستطيع تنفيذ هذه المهمة، وقد عاهدت نفسي أن أفي بوعدني، وكنت لي القدوة في ذلك.

لقد كنت دائماً منسجماً مع مُثلك ومعتقداتك، وكنت أعرف في داخلي أنك لم تؤمن بالصدق فحسب، بل كنت الصدق ذاته، وعرفت أيضاً أنك لم تكن تتحدث عن قيمك ومثلك العليا فقط، بل كنت تعيشها حقيقة. وقد أدركت أنك لا تتهاون ولا تساوم عندما يتعلق الأمر بقيمك. لقد كنت تذكر الآخرين بالخير على الدوام، ولم تكن حسوداً، ولا غيوراً، ولا عدوانياً مطلقاً، وكنت تجسّد النزاهة لا الاكتفاء بالتحدث عنها بعبارات مُنمّقة، كما كنت تجسّد التسامح والتفاهم. لقد كنت أعرف أن

باستطاعتني مناقشتك بأي مشكلة تصادفتني، وكنت على يقين بأنك ستصارحني إن كنت على خطأ. وكنت أدهش كثيراً عندما أسمع أطفالاً يروون كيف كذبوا على آبائهم، أو أخذوا أشياء خلسة عنهم. وإن أخطأتُ كنتَ ترشدني إلى إصلاح خطئي بدل معاقبتي على قول الحقيقة، ولم يكن يزعجك إذا ما أردت أن أخلو مع نفسي. لقد عرفت دائماً أنك تقدر نفسك عالياً، وأن مشكلاتي لن تؤثر فيك عاطفياً.

لقد احترمت دائماً حقيقة اعتزازك بنفسك، وأن لك اهتمامات وأنشطة خارجية، وأنت أردت إحداث تغيير في هذا العالم، وكنت تفكر دائماً في كيفية مساعدة الآخرين. وأنا أقدر أنه لم تكن في عائلتنا موضوعات محظورة أو محرمة، وكنت مستعداً دائماً لسماع وجهات نظر جديدة، مع أنك كنت لا توافق على بعضها. إن انفتاحك هذا، جعل العيش معك متعة ما بعدها متعة. كما علمتني من استعدادك لسماع وجهات النظر الأخرى ألا أكون متعصباً أو متحيزاً، وقد ثبت لي أنني أحظى بالاحترام الذي أستحقه عندما أحترم نفسي، وأتوقع من الآخرين أن يقوموا بالمثل. وقد تعلمت منك عدم التسامح مع عدم الاحترام هذا، مهما كنت منزعجاً أو غاضباً في تلك اللحظة. وأذكر أنني سمعتك تقول أكثر من مرة: بغض النظر عن مقدار غضبك، حتى لو كنت مصيباً، فإن ذلك لا يعطيك الحق في إهانة الآخرين أو عدم احترامهم. لقد ساعدتني الساعات الطويلة التي قضيتها وحدي وأنا أفكر في كلماتك، على ترويض انفعالاتي، والتنفيس عن غضبي بعيداً عن الآخرين. في مرات كثيرة، عندما كنتُ أقول لك: أنا أكرهك، أو أي لفظ سيئ آخر، كنت لا تكثر لهذا، كما لو أنك تعرف أنني لا أعني ما أقول، وأني كنت أحاول لفت انتباهك إليّ ليس إلا. لقد كنت تعرف أنني ما كنت لأتقوه بمثل هذا لولا ثقتي في حيك لدرجة تجعلني أتناول عليك بمثل هذه الكلمات. أما ردك المعتاد فهو: لم أكن أتوقع سماع هذا النوع من المشاعر منك، وإن عليّ التفكير فيما صدر عني. وبعد أن أهدأ، كنت تأتي وتضمني بذراعيك، وتسامحني، وتنسى ما قلته لك. لم تذكري دائماً بغيأتي، بل كنت تنسى الأمر إلى الأبد. إنني اليوم أقدر أهمية وجودك معي عندما كنتُ أتصرف ببذاءة، لم تجعلني أخجل مثلما كان يفعل كثير من آباء أصدقائي عندما كانوا يعدلون سلوكياتهم غير المرغوبة أمام الآخرين. وأنا ما أزال أقدر كيف كنت تأخذني جانباً، وتحدث إليّ على انفراد، بدلاً من تعنيفي أمام أصدقائي أو أفراد العائلة الآخرين. إن حساسيتك تجاه هذا الأمر تركت عندي أثراً كبيراً، وأنا اليوم أستخدم الإستراتيجية نفسها مع أبنائي، أما أنت، فلم يكن ذلك إستراتيجية منك، وإنما كانت طريقتك الطبيعية في احترام كرامة الصغير. كنت تعرف أن نصح أي إنسان وتقويمه علناً يوقعه في حرج، وقد ذكرتني بذلك مضطراً مرة واحدة في حياتي، عندما أخطأتُ فانتقدت في حفلة عشاء في أحد المطاعم. ما أزال أذكر أنك طلبت إلي الخروج من الحفلة إلى السيارة، وحينئذ قلت لي:

لم أصححك مطلقاً أمام أصدقائك، وأنا أتوقع المعاملة ذاتها منك؛ فلا تنس ذلك؛ ثم إنك فعلت شيئاً كنت تقوم به دائماً بعد إبداء حزمك وصرامتك؛ يومئذٍ وضعت ذراعيك حولي، وعبرت عن مشاعر حبك لي، وقلت لي إننا نخطئ من حين إلى آخر، كان عمري يومها سبع سنوات، وما أزال أذكر ما حدث كما لو أنه حدث يوم أمس. أشكرك على هذا الدرس العظيم؛ لقد علمتني أنّ الأخطاء ليست خطايا، بل مجرد أخطاء فقط، وأنّ علينا تعلّم أن نخطئ دون الشعور بأننا سيئون عندما نفعل ذلك. وعلى أيّ حال، لقد أدركت دائماً أنّ الوقوع في خطأ ليس قضية كبرى، وأنك أحببتني دائماً حتى عندما كنت أقوم بأسوأ الأشياء، ولم يمض وقت طويل حتى أدركت أنك إنسان متميز. هناك آباء كثيرون يغضبون من أطفالهم ويقاطعونهم أسابيع، ويحقدون عليهم، ويتلفظون بكلمات نائية، ويقومون بأفعال لا تخطر على بال، وربما يكون هذا هو السبب الذي يدعو كثيراً من أصدقائي التّجمّع في بيتنا؛ فهم يعرفون أنك إنسان ودود، وأنتك تحبنا كلنا، وأنّ وجودك معنا يضيفي على المكان جواً من البهجة والمرح. وما أزال أذكر كيف كان آباء أصدقائي يصرخون عليهم لأنهم لم يحملوا النفايات إلى الحاوية، وكيف أنّ أصدقائي كانوا يقومون بأيّ شيء يطلب إليهم دون أن يجروّوا حتى على مجرد التفكير في التذمر أو الشكوى. لقد أحبك أصدقائي بقدر حبي لك، وكانوا على استعداد ليفعلوا أيّ شيء لإسعادك؛ ففي إحدى المرات، مسحوا أرضية المطبخ، ونظّفوا البيت كلّه وأنت في العمل؛ لأنهم رغبوا في ردّ بعض الجميل لك، وأعتقد أنك كنت على حقّ عندما قلت لي: الإنسان يجني ثمار ما يزرع.

أذكر جيداً كيف كنت تشجعنا على التّجريب في الحياة؛ لقد كان الطابق السفليّ في المنزل عبارة عن مختبر كبير أجرينا فيه مشاريع عملية عدة. كنا نستقبل الحيوانات، ونلعب كرة السلة في الفناء الخلفي للمنزل، ونقيم حفلة كلّ شهر تقريباً، وكنتُ ألمح على محياك البهجة والحبور عندما تراني منهمكاً في تجربة أشياء جديدة. كنتُ تعرف أنني أتعلّم من التجربة، وأنّ من المهم لي تجريب أشياء جديدة وتعرّف المجهول، مع أنّ الأمر كان مزعجاً لك. وكنتُ دائماً تجعل موسم الإجازات مناسبة مثيرة لنا؛ حيث كنتُ تشركننا في التخطيط وتجربة مغامرات جديدة.

لقد كنتُ مهتمّاً بجعلنا نستمتع بالحياة بدلاً من تعلّم القوانين والخضوع للأوامر، وربما لا تعرف مقدار تأثير ذلك في حياتي، وكيف أنني أحبّ القيام بأيّ شيء جديد، وتنفيذ تجارب جديدة، وأن أجعل الحياة رحلة مرح، بدلاً من حفظ قوائم بما هو محظور وما هو مباح كما يفعل كثيرون من أبناء جيلي.

لم تتوقع أن أصاب بمرض، أليس كذلك؟ ويبدو لي كما لو أنك قد علمتني تكييف نفسي لأظلم معافى. لقد كنت تقول لي دائماً إنَّ باستطاعتي تناول حبة أسبرين إن أردت، ولكن ذلك لن يزيل الصِّداع. لقد علمتني أن أفكر أي معافى طوال الوقت، ولم تلقِ بالأَيِّ وعكة بسيطة تلمُّ بي، ومع أنك لم تتجاهلني، إلا أنك كنت دائماً تقول: بإمكانك أن تشفى من هذا سريعاً إذ الجأت إلى أفكار صحية. تناس الكدمات؛ فستختفي في مدة أسرع إن تجاهلتها. في بعض الأحيان، كنت أعتقد أنك غير مكترث، ولكنني لاحظت أنك تعامل نفسك هكذا طوال الوقت. لقد قلت لي مرة: لا وقت لديّ للأمراض، ولم أفهم هذا القول آنذاك، أما الآن فقد أدركته تماماً، فأنت ببساطة لم تفكر في المرض، ونادراً ما كنت تلزم الفراش، أو تصاب بالرشح أو الزكام كبقية الناس في حيننا، وأنا اليوم أعزو التزامي ببرنامج تمارين رياضية وندرة إصابتي بالمرض، إلى ما علمتني إياه قبل سنوات عديدة.

وهناك أمرٌ آخر، لقد كنت في الحقيقة إنساناً مميّزاً الذي عندما كان يحين موعد تسليم الشهادة المدرسيّة، وما زال أذكر كيف كان أصدقائي جميعهم يخافون من أن يأخذوا هذه الشهادات إلى البيت خوفاً من ردة فعل آبائهم. أعرف طالباً كان يزور تقرير درجاته، ويكذب على والديه في كلِّ مرة يتسلم فيها هذا التقرير، أما أنا فقد كان يوم تسلّم التقرير مناسبة لتسألني فيها عن رضائي عن تقديمي، وكنت تستخدم بطاقة التقرير لمساعدتي على تحديد بعض الأهداف الواقعية، ولم تغضب مطلقاً لأن أدائي كان أدنى من قدراتي، ولم تكن تنزعج لانعدام الدّافعية عندي، بل كنت تحتفظ بهدوئك، وتصحني ببذل مزيد من الجهد، ولم تكن تقلق بخصوص واجباتي المدرسية أو نشاطي الرياضي، أو مقارنتي بأخريين في مدرستي، أو أي أمر من هذا القبيل، بل علمتني أن هذه القضايا أمور تخصني وحدي، وأنك لن تتدخل في أنشطتي كلّها لإدخال القلق والتوتر إلى حياتي. ولم تكن تحضر اشتراكي في المباريات الرياضية، وفي الأغلب كان هذا بسبب أن لديك أنشطتك المخصصة بك، ولم أشعر مطلقاً بالحرمان من اهتمامك. وفي الحقيقة إنّه قد ينتابني الحرج لحضورك إحدى مبارياتي، وأتذكر كيف حاولت أن تشيني عن المشاركة في الأحداث الرياضية المبرمجة، وأن أستمتع بحياتي أولاً، وبعد ذلك يمكنني الانضمام إلى فريق ما إن رغبتُ في ذلك.

وأريدك أيضاً أن تعرف حبِّي الكبير لك لأنك علمتني الدِّفاع عما أعتقد به، حتى لو أدى هذا إلى اصطدامي بالقوانين البالية والسياسات الجامدة. وأذكر جيداً كيف جلست في مكتب المدير ثلاثة أيام محتجاً على أحد قوانين المدرسة. لقد قلت لي يوماً: قاوم القوانين إذا كنت تعتقد أنها غير صحيحة، ولكن لا تتوقع مني أو من أيِّ شخص آخر أن يدير معاركك بدلاً منك، عليك أن تتحمل

العواقب، ولكنك قد تجع في النهاية في تغيير القانون الذي لا ترضيه. لقد كنت محقًا؛ فقد جلست هناك ثلاثة أيام متلاحقة، وعندما طلبوا إليك الإتيان إلى المدرسة لإعادتي إلى الصف، وقفت إلى جانبي ضد المدير، وقلت إنه لا يحق له أن يقول للطلاب ما يفعلون وما لا يفعلون وهم في طريقهم إلى المدرسة، وإنك لن تطلب إلي الاعتذار عن تصرف أومن به. وأُعترف بفضلك عندما كنت خير مستمع لأحاديثي. لقد كنت تشعرني بأهميتي، وما يزال هذا الشعور يلازمني إلى الآن بسبب إنصاتك واستماعك لي، إن الاستماع أداة رائعة حقًا، فقد كنت تتصرف كما لو كنت متعلمًا وأنا المعلم، ولا أستطيع أن أعبر لك عن مدى فرحي باهتمامك بي واستماعك لي. حينئذ، لم أدرك مغزى اهتمامك لحديثي لأنني كنت أتوقع ذلك منك، ولكنني أشعر الآن أنك تستحق الثناء على هذه المزية الرائعة. إنني أحترم عطفك الذي كنت تعبر عنه بطرائق بسيطة متعددة تجاهي: وجبات الطعام، الملابس النظيفة، الاهتمام بحصولي على الطعام الصحي، الانتظار الطويل للاطمئنان على عودتي سالمًا إلى البيت، متعة اللعب معًا، وكل الأشياء التي كنت أعدها من الأمور المسلم بها.

وأنا أحترمك لأنك لم تقاطعني أو تكذبني، وقد أدركت مؤخرًا مدى روعة هذه السمة التي تتمتع بها. إنني معجب جدًا باللباقة والصبر اللذين كنت تتحلى بهما، فأنت لم تصرخ في وجهي مطلقًا، ولم تعاملني بغلظة، حتى عندما كنت أتصرف برعونة أحيانًا، وعلى أي حال لم يكن من طبعك أن تعامل أي إنسان آخر بغير هذه الطريقة، وأذكر كيف كان كثير من الآباء يسخرون من أبنائهم أمام الآخرين، وأنا شاكرٌ لك لأنك لم تستخدم هذا الأسلوب معي بتاتًا، وأدرك اليوم أنني بنيت احترامي لنفسي استنادًا إلى مواقف الاحترام تلك التي كنت تعبر عنها تجاهي، لا لتتظاهر بها أمام الآخرين، بل كنت كذلك على الدوام في أوقاتنا الخاصة. لقد غمرتني بتسامحك معي، وهو ما جعلني أتخلى سريعًا عن أي تصرف خسيس. وفي الحقيقة، لم أكن مضطرًا إلى أن أكون دنيئًا لأجذب انتباهك، وأنا اليوم أكن احترامًا للبشر كافة دون استثناء، وإنني أحترم صور الحياة جميعها، ويعود الفضل إليك؛ فقد كنت لي القدوة والنموذج. وعندما أرى قسوة الناس بعضهم تجاه بعضًا، أو تجاه الحيوانات، فإنني أشفق عليهم في أنهم لم يتعلموا من دروسك الرائعة احترام الحياة بدل تدميرها. سوف أتذكرك دائمًا لمساعدتي على تعلم هذا الدرس الذي لا يقدر بثمن. وعندما كنت تغضب من أي إنسان تتسحب، وتخلو مع نفسك دقائق عدة كي تستعيد اتزانك وهدوءك، ولم تلجأ إلى تنفيس غضبك فينا، أو تنغيص حياتنا بسبب إحباطك وخيبة أملك. لقد كنت أتساءل كثيرًا عما كنت تفعله في خلوتك، وخاصة عندما تكون منزعًا، الآن عرفت أنك كنت تهدئ نفسك، وتتحدث إليها حتى لا تفرغ غضبك على الآخرين. لا شك في أن هذه الإستراتيجية هي ملاذ النَّسَّاك، وسوف أحيي

طهارتك بهذا الخصوص ما حبيت. لقد علمتني من خلال مثال رائع أن أعود إلى نفسي قبل أن أعتدي على الآخرين بالسبب أو باستخدام السلاح. أشكرك على تعريفي هذه الإستراتيجية ذات القيمة في التعامل مع قضايا الحياة المثيرة للغضب.

لقد كنت مهتمًا بالثناء عليّ وتشجيعي، ولم تكن تنتقد عيوبي ونقاط ضعفي، مع أن آخرين كانوا يفعلون ذلك باستمرار. أعتقد أنك كنت تغض الطرف عن نقاط ضعفي، وتعرف أن شيئاً من الثناء والتشجيع كفيلاً بأن يجعلني أنقلب على هذه العيوب، كنت محققاً في ذلك فعلاً. لقد كنت بحاجة إلى سماعك تقول: أعرف أن بإمكانك التحسن، أنا متأكد بأن أداءك يمكن أن يكون أفضل. وإذا استطعت حلّ سؤال واحد في الاختبار، فبإمكانك الإجابة عما تبقى من أسئلة، ما عليك إذن إلا التدريب والتّمرين.

لقد كنت تبحث عن سلوك إيجابي بسيط لتمتدحه، وبفعلك هذا شجعتني على أن أتق بقدراتي، وما أزال حتى هذا اليوم أبحث عن الجانب الحسن في كل شيء أراه، وأتجاهل الجانب السيئ، وأشجع الآخرين على الثقة في قدراتهم. لقد كان استخدامك للثناء مؤثراً جداً؛ إنها طريقة ناجحة بحق.

لقد كنت تدرك دائماً أنني طفل، ولم تتوقع مني أكثر مما كنت قادراً عليه، فعندما كنا نذهب إلى المطاعم، حين كان عمري أربع سنوات، كنت تعرف بأنني سأصرف تصرف طفل عمره أربع سنوات. وعندما كنت مراهقاً، كنت على يقين بأنني لا أملك حكمة الراشدين، لقد كنت تدفعني دائماً لأصرف بحكمة، ولكنك لم تعاقبني لكوني طفلاً ولتصرفي مثل الأطفال. كانت لديك تلك القدرة الخارقة لمساعدتي على تحقيق رغبتني لأكبر دون أن أخجل من طفولتي.

كنت أشعر بالارتياح دائماً لأنك لم تكن تغضب وتصرخ في وجهي، مثل كثير من الآباء، لوقوعي في أخطاء عادية، وبدلاً من ذلك، كنت دائماً تطلب إليّ أن أتحمّل مسؤولية أخطائي، فعندما كسرت زجاج شباك الجيران، لم تصرخ، ولم تغضب، ولم تعاقبني، بل قلت لي بكل هدوء: عندما تلعب الكرة بعدم انتباه، ثم تكسر زجاج شباك، عليك أن تتحمّل مسؤولية فعلك بنفسك، أريدك أن تستبدل زجاجاً جديداً بالزجاج المكسور، ثم أريدك أن تكون أكثر انتبهاً وأنت تلعب الكرة. وعند هذا الحد، انتهى الأمر. لقد صدم أصدقائي كثيراً، كانوا يتوقعون أن أعاقب بحرمانني مغادرة المنزل لأسبوع، لقد علمتني ببساطة أن أبحث عن حلول، لا عن مشكلات. لم تهرع لنجدتي، بل كنت تحوّل الأخطاء إلى خبرات تتعلم، وهذا ما جعل طفولتي معك خبرة رائعة ممتعة.

إنَّ كلَّ يومٍ يمرُّ عليّ يذكّرني بالدروس الفريدة التي علمتني إياها عندما كنت القدوة لي والنموذج؛ ففي كلِّ مرةٍ أسمع فيها صفارة قارب، أتذكر كيف وقفت مستمتعةً بمنظر سفن الشّحن وهي تمخر عُباب البحر، وكيف كنت مفتونةً بها مع أنك قد رأيتها آلاف المرات. وفي كلِّ مرةٍ أشاهد فيها غروب الشمس، أتذكر وأنت تسبّح بحمد الله تعالى على نعمة الجمال التي منحنا إياها. ولم يكن يبدو عليك أنك تتعب من تأمل الجمال من حولك، وقد جعلت مني شخصاً يتوقف ليتأمل الجمال في كلِّ شيء وكلِّ إنسان من حوله. على الإطلاق، لم تخاطب أيّ إنسان بكلمات قاسية، ولم تحمل في صدرك ضغينة تجاه أيّ شخص، وقد تعلمت ذلك منك. لقد كنت، كما أذكر، تستمتع بساعات الشروق والغروب وساعات النهار بصدق. وعندما تحدثنا مرة عن الله سبحانه وتعالى، وعن الدين، وغرائب الحياة، قلت لي يوماً أهم كلمات سمعتها في حياتي: إذ لم يكن معبدك في قلبك، فلن تجد قلبك في أيّ مكان عبادة. واليوم، أصبح معبدي في قلبي، وأنا أشكرك لأنك ساعدتني على بنائه هناك.

يمكنني أن أستمر في كتابة هذه الرسالة إلى ما شاء الله تعالى، ولكنني أعتقد أنك عرفت الآن شعوري تجاهك. لقد كنت ذلك الضوء الساطع الذي منحني الفرصة لأتوهج من تلقاء نفسي، كنت القدوة بالفعل لا بالقول، ولا من خلال المحاضرات ولا العظات. لقد عرفت حقاً ما أردته لأطفالك، وجسدت ما تريده لهم عملياً، فعشته في كلِّ لحظة من حياتي.

إنني مدين لك بالكثير، ومع ذلك أشعر أنني لا أدين لك بشيء، فأنت لم تفعل ما فعلت ذلك منتظراً جزاءً أن نردّ لك جميل صنعك، بل فعلته لأنك عرفت في صميم قلبك ما الذي تتمناه لأطفالك فعلاً.

مع شكري وحبّي





## نبذة عن المؤلف

المؤلف وين دبليو. داير، يحمل شهادة الدكتوراه في علم النفس الإرشادي، ويبلغ عدد مؤلفاته عشرين كتاباً، وهو يلقي محاضرات في مختلف الولايات المتحدة، أمام جماهير تعدُّ بالآلاف، إضافة إلى الظهور المنتظم له على شاشات التلفاز، وحديثه في الإذاعات باستمرار. وهو مؤلف كتاب حكمة الأجيال الأكثر مبيعاً في الولايات المتحدة، إضافة إلى كتابه هناك حلّ روحانيّ لكلّ مشكلة.