

الفصل الاول

الشخصية – مقومات الشخصية –
تصنيف الشخصية بحسب الامزجة
والطبائع – اغناء الشخصية وتكوينها
التسلط على نقائص الشخصية .

تضاربت آراء الفلاسفة في تحديد الشخصية الانسانية و كيفية تكوينها وتنوع عناصرها . فالروحانيون منهم يقولون بخلودها بعد الحياة . والمادّيون يزوالها بعد الممات . اما الفسيولوجيون فقالوا بانها ناتجة عن افرازات الغدد الصماء . وعلماء النفس اجمعوا على انها وعاء للنفس ، وان العقل هو المسيطر عليها . وانها تتأثر بعوامل شتى اهمها : الوراثة – البيئة – الدين – القدوة – الثقافة – الصناعة – عناصر الطبيعة – تقلّبات الحياة .

وان مقوماتها هي : الحيويّة – الصحة – الذكاء – الشجاعة – التروكيز – المهارة – الحماسة – الطرافة – التصميم – الحكم السليم – التنظيم الذاتي – الخلق – الجاذبية – الاتزان – اللافضولية – الثقافة – التواضع – الطيبة – الثقة في الذات – القدرة على الاصغاء للآخرين – البشاشة – السرور .
اما تصنيفها ، فيمكننا ارجاعه الى صنفين : بحسب المزاج ، وبحسب الطبيعة .

١ - بحسب المزاج

المزاج هو ما أُسّس عليه البدن من الطبائع . وهي الاختلافات التي توجد بين افراد الناس والناشئة عن استيلاء مجموع من المجاميع او جهاز من الاجهزة وغلبته على غيره في البنية . فان استولت مثلاً اعضاء الدورة الدموية على غيرها ، وتسبب عن استيلائها كثرة الدم ، سمي المزاج دمويّاً . وان استولت الاعصاب ، سمي عصبياً . وان استولت الصفراء ، سمي صفراوياً . وان استولت اللمفاء ، سمي لمفاوياً .

واوّل من وضع نظرية الامزجة هو الحكيم « جالينوس » (١٣٠ - ٢٠١ م .) وكان قد سبقه « ابقراط » في ذكر امزجة الجسم الاربعة : الدم والبلغم والصفراء والسوداء . ولكن جالينوس هو اوّل من ربط بين الفروق في الشخصية والفروق في الامزجة . وقد اختلف الفلاسفة فيما بعد في حصر انواع الامزجة . فأوصلها البعض الى ٢٤ نوعاً . وجعلها البعض الآخر ١٢ نوعاً . وقسم اوصلها الى ٧ انواع . وقسم آخر الى ٦ . وقلما تجد شخصاً تظهر عليه علائم مزاج واحد . بل لا بدّ ان يسيطر عليه مزاجان او امزجة . ولا تقتصر تلك الميزات على الميزات الخارجية فحسب ، بل صارت تتعدها الى الميزات الباطنية والملكات العقلية وسائر الحوائص النفسية في عصرنا هذا . ولا يخلو من الفائدة ان نذكر هنا اوصاف الامزجة الاربعة الرئيسية التي اصطلح عليها قدماء الفلاسفة وبعض المحدثين :

١ - المزاج الدموي - تكون القوّة الطبيعية في الرجل الدموي في اجلى مظاهرها . فيكون شكله ثابتاً متيناً ، وتركيبه عضلياً نامياً ، ومنكباه

واسعين ورأسه صغيراً مستديراً ولونه زاهراً وطبعه حسناً يبوح بسرّه ميل
للاعجاب بنفسه يحب الاطعمة الحسنة والأزياء الجديدة . ويكون متملقاً
حسن المحاضرة متسرّعاً كثير الحركة الا انه يكون في الحب قليل الثبات .
فهو ان ملّ من مقام يتركه بلا تردد، ولذلك يوصف بقلّة الوفاء والطيش
ونكران الجميل . ولا يكون غيوراً في حبه للدرجة القصوى، يحقد على من
يذمّه او يحط من قدره ، ولكن لا يطول امد حقه لانه ينتقم سريعاً
وينسى الاهانة ، ولذلك يوصف بحسن المعاشرة والتودّد . اما صاحبات المزاج
الدموي في النساء فيكنّ ممتاثات الجسم كثيرات التبرّج كريمات الاخلاق
ليّنات الطباع .

٢ - المزاج العصبي - يكون صاحب المزاج العصبي شديد الحميّة
والشعور ، ويعرف بنحافة وجهه وكمود لونه وبريق عينيه وسواد شعره ورقّة
جسمه وكثرة عروقه وظهورها وغلبة الهمّ عليه . وهو يكون كثير الذكاء
مفرط الحسّ متغلبة عليه الهواجس . وكثيراً ما يصاب بالافكار السوداء
فيصبح مكتئباً مضطرباً واحياناً قاسياً واذ ذاك تكون حياته مرّة وعيشه
نكداً . فاذا لم يتولّ نفسه بتحسين حالتها وتلطيف حسها بقوة الارادة
وتعوّد الصبر وقلّة المبالاة سقط في الداء السوداءوي ففقد كل لذة الحياة وامله
فيها ، وقضى عمره متألماً متبرّماً يرى في وجوده عبئاً ثقيلاً عليه يجب ان
يتخلص منه .

هذا المزاج هو مزاج الفلاسفة والمفكرين والشعراء والمخترعين . ولا
يعيبه الا ما قد يصاحبه من فرط الشعور الذي قد يخرج به عن الحالة العادية

فيحرمه لذة العيش . فالواجب على صاحب هذا المزاج ان يعلم هذا النقص في نفسه فيدأب على اخذها بما يخفف عنه ويلاته بقوة الارادة والتغلب على انفعالاته النفسية والتشدد في ذلك حتى يعتدل شعوره ولا يميل الى الافراط الذي يورده الموارد .

٣ - المزاج الصفراوي - يُعرف صاحب المزاج الصفراوي بصفرة لونه وسمرته وباشكال تراكيبه الجافة النادرة الوجود . وكذلك بهيئته الثابتة وسيوره المحدود . وتكون حركاته ثقيلة وقوية ، وملاحظه كمدة ومكفهره ، ونظراته حادة وبراقة . يغلب في تركيبه الدم الاسود على الدم الاحمر ، وتكثر فيه الصفراء ويُظن انها تكون سبب اهوائه الشديدة وكتانه للغيظ . ومن اخلاقه الشموخ والعجرفة وقلّة الصبر . يتظاهر بالعظمة وعلو الشأن ، ويكون ممتلئاً بالمطامع ، ويعنى جهده لاكتساب الثناء وانتشار الصيت . وهو يتميز عن سواه بالذكاء والجرأة وثبات الجأش واصراره على متابعة آرائه . فاذا تكلم كان كلامه موجزاً ، ويكون غضوباً شرساً حادّ الاهواء ، وفيه استعداد للكبر والغيرة والحقد والانتقام والقسوة . وقد شوهد ان الصفراويين كما يكونون اكثر قبولاً للفضائل ، يكونون اشدّ تسفلاً لارتكاب الجرائم . والنساء الصفراويات يكنّ سمرات اللون سوداوات الأعين حادّات البصر . هنّ ميل للعظمة والفخفة . يفين في حبهن لمن يحببهن ولكنهن يحقدن عليه اشدّ الحقد ، اذا بدا منه عدم الاكتراث لهنّ ، فلا يحجمن اذ ذاك عن الانتقام منه ، وكثيراً ما يغالين في ذلك الانتقام ويخرجن به عن دائرة الانسانية .

٤ - المزاج اللعفاوي - هذا المزاج هو مزاج الاطفال ، واكثر النساء خصوصاً الساكنات في الاقاليم الشمالية ، يكون جسم صاحبه رخسواً ولحمه مسترخياً. ويكون لونه ابيض كثير السمن اشقر الشعر. ويكون سيره بطيئاً وتدل حركاته على التواني والبلادة . فيأكل ويتكلم ببطء ويتحرك على مهل . وهو لا يكون نزوعاً الى الكبر ولا الادعاء . ويكثر في اللعفاويين الشح والامساك . ومن اخلاقه انه يتألم بصبر ويحمل المصائب والنكبات بثبات جأش . وتجده عادم الخيالات عادم الاهواء لا يذهله شيء ولا يستفزه أمر . يكاد يستوي عنده الجميل والقيح . والنساء اللعفاويات لطيفات الطبع ولكنهن فائزات بليدات لا يحقدن ولا يغضبن ويصبرن على الآلام والمكاره ويجتزن ادوار حياتهن بثبات وسكينة . فهن حليمات صابرات لا يؤذين احداً . ومنهن تكون الزوجات العفيفات والامهات الصالحات . وقد قال بعضهم بوجود مزاج خامس يقال له العضلي يمتاز صاحبه بنمو عضلاته فتراه يميل الى الصراع والفروسية ويشبه صاحب المزاج الدموي في حميته وشدة بطشه .

٢ - بحسب الطبيعة

يمكننا بحسب هذا التصنيف ان نصنف الناس في انواع ثلاثة مقابلة للتصنيف التقليدي للحوادث النفسية . وكما ان هناك حوادث عقلية واخرى عاطفية وثالثة ارادية ، فكذلك يمكن ان يكون الانسان عقلياً او عاطفياً او ارادياً .

١ - اما العقليون فهم هؤلاء الذين نمت مواهبهم العقلية . الا ان بين هؤلاء انواعاً ثانوية يختلف بعضها عن بعض .

وينقسم العقليون بحسب موضوع التفكير الذي ينصرفون اليه ، الى

عقليين متأملين كالرياضيين والفلاسفة والاقتصاديين . والى عقليين عمليين كالقواد ورجال السياسة والتجار وأرباب الصناعة .

وينقسم العقليون بحسب علاقة ذكائهم بالملكات الاخرى ، الى عقليين خلّص وهم هؤلاء الذين لا يعيشون الا من اجل افكارهم . والى عقليين عاطفيين يجعلون افكارهم وقفاً على خدمة اهوائهم . والى عقليين اراديين من شأنهم ان لا يعملوا عملاً الا بصورة مطابقة لتفكيرهم .

٢ - أما العاطفيون فتغلب فيهم العاطفة .

وينقسم العاطفيون بحسب موضوع العاطفة ، الى عاطفيين شهوانيين ، يبحثون بل لا يبحثون الا عن اللذات المادية أو العضوية . وعاطفيين عذريين لا يبحثون الا عن لذات القلب المعنوية . والى عاطفيين مثاليين همّهم البحث عن اللذات العالية .

وينقسم العاطفيون ايضاً بحسب قوّة العاطفة ، الى عاطفيين متقلبين ذوي عواطف سطحية ومتقلبة او موزّعة . وعاطفيين حارين ذوي عواطف حارّة ، ولكنها عرضيّة سريعة الأفول . وعاطفيين اصحاب اهواء تتركز عواطفهم في بعض المواضع كحب امرأة او حقيقة او خير او ما يشبه ذلك .

٣ - اما الاراديون ، فتغلب فيهم الارادة والاندفاع الى الفعل .

ويمكن تقسيم هؤلاء الى اراديين اذكياء يوجهون ارادتهم بالتفكير والتأمل . واراديين عاطفيين يوجهون ارادتهم بعواطفهم واهوائهم . واراديين خلّص يتميزون بالعناد .

ونلاحظ من عرض هذه المعلومات انها ما تزال تجريبية ابتدائية لم يصل

ففيها العلم الى درجة اعمق بكثير من مجرد المعرفة العامة .
اما العالم النفساني كارل يونغ المولود عام ١٨٧٥ فيرى ان هناك نموذجين اساسيين
لتحقيق الشخصية وهما : المنبسط والمنطوي . واليك مميزات كل من النموذجين :

مميزات الشخص المنبسط

- ١ الامور الخارجية هي اهم العوامل التي توجه سلوكه بطريقة مباشرة .
- ٢ يراعي المقتضيات الخارجية مستخدماً اقرب الوسائل واسرعها .

- ٣ يلائم بسرعة بينه وبين المواقف الجديدة الطارئة .

- ٤ لا يبالي كثيراً بما قد يصيبه من امراض فلا يعتني كثيراً بصحته .
- ٥ يحقق التوافق عن طريق التعويض .

- ٦ المرض النفساني الذي يكون معرضاً له بطريقة خاصة هو الهستيريا .

مميزات الشخص المنطوي

- ١ العوامل الذاتية هي التي تؤدي اهم دور في توجيه سلوكه .
- ٢ يخضع سلوكه لمبادئ مطلقة وقوانين صارمة بدون مراعاة لما قد تقتضيه الظروف من مرونة في التصرف .

- ٣ تعوزه المقدرة على التكيف السريع وتحقيق التوافق بينه وبين البيئة الاجتماعية .

- ٤ مسرف في ملاحظة حالته الصحية ومعالجة امراضه

- ٥ يحقق التوافق عن طريق النكوص واللجوء الى عالم الخيال والوهم .

- ٦ المرض النفساني الذي يكون معرضاً له بطريقة خاصة هو الوسواس .

ولزيادة الايضاح نقول : ان الشخص المنطوي تتجه طاقته الغريزية الى داخل نفسه ، وتكيفه على البيئة التي يعيش فيها يجعله ينظر الى البيئة من وجهة النظر الشخصية ، فهو يحاول ان يكيف الحقائق والاشياء طبقاً لحاجته النفسية . ويميل للعزلة والانزواء ويهاب الناس ويظهر على وجهه الحجل حينما يواجههم ، والتلعثم حينما يضطر الى محادثتهم . هو شخص يجعل حياته ملكاً له يحيطها بسياج من التكتّم والاستتار ، لا يميل لابداء آرائه ، او للاشتراك في المناقشات العلنية . واذا اختار ملابسه فضّل الالوان القاتمة ، واذا اختار مهنة فضّل المهنة التي تسمح له بالتفكير والانتاج بعيداً عن الاحتكاك بالناس على مدى واسع . شخص قليل التعرف بالناس قليل الاصدقاء تكاد تلبينه في مشيته وفي لفتته ، يظهر انقباضه في اسلوب كلامه واسلوب كتابته بل وفي تنسيق بيته وفي نظام حياته وفي الاعمال التي يفضل مزاوتها والكتب التي يقرأها ، يظهر في جده وفي هوايته ، في مرحه وفي مبادله . وبالجملة فان الانطواء طابع يطبع حياة الشخص ويظهر في مختلف الوان سلوكه . ومن الغريب ان الشخص المنطوي انما هو منقبض في سلوكه الظاهري فقط . اي انه منقبض من وجهة الشعور فقط ، اما من ناحية اللاشعور فهو منبسط ، راغب في الاختلاط والاجتماع ، متجه الى العالم المحيط به يأنس اليه من اعماقه ولكنه يهابه في ظاهره .

اما الشخص المنبسط فهو يهتم بالعالم الخارجي كما هو ، ولا يحاول ان يخضعه لنزعاته واتجاهاته النفسية . هو شخص يتجه بكلية نفسه الى البيئة ، يأنس الى الناس ولا يهابهم ، يحدث القريب والبعيد بلا خوف ولا وجل ، يفعل

ما يملو له بلا كثير تحفظ . يكثر من المعارف والاصدقاء . يلبس الزاهي من الالوان ويظهر انبساطه في مختلف نواحي حياته المختلفة . ومن الغريب ايضاً ان اولئك المنبسطين الذين نراهم يخطبون الجماهير ولا يهابونها ، ويتحرّكون في المجتمع ولا يتحفظون في القول او الفعل ، انما هم في اعماقهم منقبضون . وبين هذين الطرفين المتناقضين ، يقع اوساط الناس ممن يراوح سلوكهم بين الانبساط والانطواء . فتزيد في احدهم درجة الانبساط بمقدار ما تقلّ درجة الانطواء وبالعكس . وهؤلاء يكونون الأغلبية الكبرى بين الناس .

والانبساط او الانطواء قد يكون مظهرأ سليماً عادياً وقد ينقلب الى مظهر شاذّ مريض ، فاذا زاد الانطواء الى الحد الذي يجعل الشخص راغباً عن الحياة الجماعية الى الدرجة التي تجعل من حياته جحيماً والتي تجعل من انطوائه عبئاً لا تحتمله مطالب الحياة العادية ، فينزوي حيث يجب الظهور والاقدام ، ويهرب من تكاليف الحياة ويرى الاشياء والحوادث بمنظار قاتم مقلوب أوحى اليه به نفسه المنقبضة ، انما يعتبر شاذاً لا تقوم حياته على مواجهة الوقائع .

كما ان المنبسط المتطرف في انبساطه الذي يصبح عبئاً على الناس ينتقل من جمع الى جمع يتحدث حيث يجب السكوت ويقول ما لا يحسن ان يقال ، لا يجد جمعاً الا وقف فيه خطيباً ، ولا حادثاً الا دخل فيه شاهداً ، ولا شخصاً الا اوقفه يحدثه عن نفسه ، يطارد من يعرف ومن لا يعرف من الناس ، ولا يجد في نفسه دافعاً يدفعه الى تحفظ او خجل او اعتكاف ،

فهو شخص زاد تطرفه حتى أصبحت حياته العملية والاجتماعية معرضة للخطر
وأصبح في عداد الشواذ .

وقد يصل الامر بهذا وذاك الى ان يصبح احتمالهما مستحيلاً على الناس ،
فيجدان في النهاية مكانهما في مستشفيات الامراض العقلية .

اناء الشخصية وتكوينها

ان سنة الحياة الارتقاء . والانسان بطبيعته يميل الى التقدم . ولا سبيل
الى التقدم الا عن طريق تنمية وتكوين الشخصية . وان انت نميت وكونت
شخصيتك فلا يمكن لأي لطفة من لطمات الدهر ان تسلبك شيئاً منها .
لأن المال يضيع والصديق يُفقد والشهرة تزول ، ولكن الشخصية النامية
القوية تظل ملك يديك .

ولن تكون رجلاً حراً الا متى هزأت بالعرف والمصطلح ، وانفضت عن
كاهلك عبء الحرافات الموروثة ، والنظرات السائدة ، وناقشت كل شيء
وحكمت العقل في كل شيء . فالمفاضلة والتأمل والبحث والتجسس في
ضوء التشكك المطلق والتحليل التام من كل مؤثر خارجي ، هذه هي العوامل
التي لا غنى عنها لتكوين وانا الشخصية الحرة .

وليس شك ان الفكر نفسه يتجه اتجاهات مختلفة وينزع نزعات متباينة
قد لا تتفق وعواطف الفرد وميوله وأوهامه . ولكن هذا التباين بين
منزعنا ومنزع الآخرين يجب ان لا يصرفنا عن تعرف آرائهم ، بل يجب على
النقيض ان يضاعف رغبتنا في احترام هذه الآراء وبحتمها وتقليبها على مختلف
الوجوه ، اذ من يدري فقد تكون الحقيقة كامنة فيها ، وقد يفضي احتقارنا لها

واستخفافنا بها الى عكس ما ننشده من حرية . واعلم انه لن يكون رجلاً حراً ذلك الذي لا يحترم شخصه ولا يستطيع التغلب على نفسه . فلكي تتغلب على شخصيتك ، ومن ثم على المجموع وتقنعه بصواب رأيك ، وجب ان تعرف كيف تتغلب على ميولك وتصارع شهواتك وتتحرر من الاغراض وتؤمن بما تقول وتفعل . فتربية الخلق اي رياضة النفس على الصراحة والشجاعة والصبر والجلد والقوة ، هي العنصر الرئيسي في تكوين شخصية الرجل الحر .

وهناك وصايا ذهبية تساعدك على انهاء شخصيتك واليك هي :

١ - يجب عليك ان تعمل على انهاء شخصيتك بمعنى ان تكون حليماً متزاناً رصيناً محترماً نفسك ، كما انه يجب عليك ان تأمر وتطيع ، فتأمر الغير وتطيع مبادئك وخصالك . واعلم انك انسان لك من المواهب والصفات ما يكفل استغلال تلك المواهب والصفات ، ولا يأتي تحقيق ذلك الا بالممارسة والعمل على اظهارها .

ولكي تشعر بها ، يجب عليك ان تتبين مميزات التي يمكنك بواسطتها ان تدرك كنهها عند الآخرين ، بل عليك ان تتحدث وان تعمل كأنها في حوزتك وانك تسيطر عليها .

بهذه الوسيلة تستطيع ان تضعف في تأثيرك الاجتماعي ، وبالتالي تزيد في مكانتك الاجتماعية . ففي عملك اختر لنفسك المهام التي تتطلب الزعامة او قيادة الغير ، واصمد للمسؤولية ، واتخذ دائماً موقفاً صادقاً قوياً ، يشفّ عز السلطة والهدوء والثقة بالنفس . وراقب ملبسك وهندامك ومواقفك

وحركاتك وسكناتك ونبرة صوتك وحديثك ، ولا تقدم على عمل الا اذا سائر الحق والعدالة ، ونم على الخير والمنفعة ، حتى يصبح كل عمل تقوم به وتنفذه ، وكل كلمة تلفظ بها ، وكل عبارة تعبر عنها رمز الخير والحق والصواب والرشاد . كما انه ينبغي لك ان تتحدث دائماً بعقيدة حتى يقتنع سامعوك بما تقوله . وبذلك تملك ناصية التأثير الشخصي الذي تستطيع به ان تؤثر في الغير بل تجذبهم نحوك وتضمهم الى صفك .

فاذا نفذت ما اسديه اليك من نصائح ، فقد تكسب ثقة نفسك ويمكنك في كل موقف وظرف ان تكون مستشاراً لنفسك ، بل ان تقر وتصمم كل ما يبدو لك دون تردد ولا احجام وبذلك يزايلك الحجل والهياج والعصبية ولا تمسك العاصفة الفكرية او الذهنية التي ما هي الا مجموعة من الافكار والآراء الطفيلية الخبيثة المشؤومة كالأسف او الخوف او الحسد او غيرها من عوامل الفشل والخذلان . وبذلك ايضاً لا تخشى ولا تهيب اية مسؤولية ، بل انك بالعكس قد تعمل للبحث عنها ، وتصبح اهلاً لقيادة الناس .

٢ - ان من لا يشعر بتفوقه على غيره ، يجب عليه لكي يسير هذا التفوق ويتصف به ، ان يعمل ويتحدث ويقف موقف الرجل المتفوق على الآخرين . اذ ان اعمالك ما هي الا آراؤك وداخلية نفسك الصميمة . ثم ينبغي لك ان تصون كل ما يتعلق بك من ملابس واثاث وغيرها . كما انه ينبغي ان ترتب وتنظم وتعنى وتحفظ بما تملكه من اشياء . وان ينم ذلك عن اخلاقك وذكائك وصحتك . وان تروض نفسك على انجاز كل

عمل تقوم به انجازاً لا تشوبه شائبة ، حتى ولو لم يرك او يراقبك احد .
اذ ان مسلكك هذا الذي لا يطلع عليه انسان هو مسلك الرجل الشريف
النزيه . وعليك ان تحترم كل شيء سواء تعلق بنفسك او بغيرك ، وسواء
بالمصلين بك . وان تحترم عملك وبلادك وحكومتك وديانتك ومرتكزك
الاجتماعي ، دون ان تنطق بآية كلمة تنم عن شعور السخرية او الاستهزاء
او الانتقاد المعيب .

وابحث في مخيلتك وفكر جيداً في مدلول الالفاظ الآتية :
الشهامة والعظمة والنفوذ والولاء والجدارة والعدل والحق . وفكر
في معانيها حتى تشعر بها وتصبح قادراً على الاتصاف بها . ولا تلفظ ابداً
بكلمة سلبية او مخذلة او مقووضة للعزائم كقولك مثلاً : انني ضعيف لا نفوذ
لي ، انا شخص متواضع . بل بالعكس تحدث كما تفكر وتعتقد وقل : اني
رجل قوي ، ذو نفوذ وسلطان . اذ ان كل رجل ينشد العظمة والنفوذ ما هو
الا رجل عظيم . ولا بد ان يعتقد بذلك اذا ما رام الغير ان يثقوا به .
٣ - ثق بنفسك وثوقاً تاماً . وقدّر مركزك وشأنك تقديرًا لنفسك
وحكمك واعتقادك على تفوقك وعظمتك . ولا تشغل نفسك بأراء الغير ،
ولا تكثرث لما يخلصونك به من ثناء او ما يوجهونه اليك من لوم او تأنيب
وتقريع ، اذ ان رأيك في نفسك هو المعوّل عليه . واعتبر ان اغلب الناس
ليسوا اخصائيين ولا فنيين . ولكي تقتنع بفضلك ، اعتقد بانك لا تسير
تبعاً لهواك او بالعاطفة ، وتبعاً للظرف المهيأ لك كما يفعل الغير . بل انك
تعمل دائماً بالروية والعقل وبما تمليه عليك حصافتك وحسن تقديرك . اذ لا

يخفى ان الرجل الذي يتناول من الشراب قسطاً كبيراً او يتخم معدته
بالوان الطعام، لا يسلك في الحياة سلوكاً حسناً رائعاً، ولا يحسن اختيار الفاظه،
ولا يساير الواجب والحق في مختلف اعماله . فقد ينفعل ويضطرب لأهون
الاسباب ، وقد يسأم ويضجر ، بل قد ينطق بالفاظ السباب . وعندي ان
مثل هذا الرجل لا يملك زمام نفسه ولا يستطيع مراقبتها . وهو لا محالة
اقلّ منك مكانة وقدرًا . كيف لا وانت تراقب اعمالك وتعني بانتقاء
الفاظك، بل انك تسير وفاقاً لخطّة وطبقاً لمنهج ، وتحيا حياة العقل المتزن .

٤ - ضع دائماً نصب عينيك هذا الهدف ، ووجه نظرك اليه توجيهاً
تاماً، وتعقّب أثره دون تردّد ولا احجام، بذلك تصبح هادئاً شديد
المراس قوي الشكيمة واثقاً من النجاح . وتذكّر ان الايجاء النفسي هو
الدعامة التي يستند اليها المرء في تدريب نفسه . فساعد نفسك وعاونها في
سبيل تدريبها على ضروب الايجاء ، وقل دائماً :

« اني اشعر بشخصيتي فيما اتوخاه من حق وتؤدة وتوازن، كما اني اتصف
بغريزة اقود بها غيري . واشعر بهذا الواجب الذي يرجع لسعة افكاري
ومكاني الشخصية . واني اقوم بادارة اعمال الشخصية، واني اسوس نفسي ،
بل نشأت لأقوم بالأعمال الهامة فضلاً عن اتصافي بصفات عالية ، وادين
بتلك الصفات للطبيعة ولأسرتي التي ورثت عنها تلك المواهب . كما اني اعمل
لكي تكون كلماتي مسموعة وموثوقاً بها ويكون لها التأثير الكافي على الغير
لأني قوي واعمل بهدوء واتحدث بسكينة ورباطة جأش . بل ان حركاتي
وسكناتي قد تدل على هذه الحالة السديدة، وبما ان كل ما ينتابني من شعور

هو نبيل وكريم ، فاني اعمل بنبل وكرم ، فاذا ما قرّرت امراً لا اجدّه الا من نفسي وبنفسي فقط . ثم اني الاحظ ما قمت به من مسعى وما وقفته من مواقف وما ابديته من حركات وسكنات وما يدل عليه صوتي ونبراته . »

« وبما اني احترم نفسي ، فاني محترم من الغير ، وان صحتي متينة قوية احتمل المقاومة ، واني ممتلىء حيوية ، كما اني احترم كل ما يتعلق بي واقدر رأبي وخلقبي وشخصي وصحتي ونفسي ، واحترم اسرتي واقارببي ومواطني والانسانية . ولا افوم بعمل ما الا ما كان حسناً وجديراً سواء تعلق بشخصيتي وعملي ، وسواء بمسلكي وما ينم عليه ظاهري وتقاليدي ومبادئ . بل اني رجل لي قيمتي وقدرتي . لأن لي إرادة وهمّة وعقلاً مثابراً ونظاماً وتقديراً . ولا اعمل شيئاً يخالف مصلحة الغير . واريد ان يعتبرني ويقدرني كل انسان في الوجود ، ولكني لا اعبأ بحكم الغير وبالتالي لا تحركني صفات التملق او الثناء او النقد . ولا اعنى الا برأبي الخاص ، كما اني راضٍ عن نفسي ما دمت اتقدم في عمل كل يوم ولأني اسير الحق في كل عمل وكل ما يكون حسناً وخيراً . »

التغلب على نقائص الشخصية

اعتاد القدماء ان ينظروا الى كل نقص او ضعف في الشخصية على انه عقبة كأداء وكارثة ماحقة على صاحبها ، ولكن هذه النظرة اختلفت اليوم ، فاصبح الناس يرون في نواحي النقص كنزاً كبيراً . اذ ان النقص يحفز صاحبه الى السعي لتحقيق ما لا يقدر عليه غيره .

وليس كذباً قول الناس « كل ذي عاهة جبّار » وقد وصفوه بالجبوت
لأنه يبلغ درجات من النجاح لم يكن يتوقعها له الناس ، فينظرون اليها
على انها معجزات خارقة . والعاهة هنا لا تنحصر في النقص الجثائي وحده ،
وانما قد يكون هذا النقص عقلياً ، فينبغ صاحبه في الاعمال التي تحتاج الى
قوة البدن . واذا نحن تأملنا تاريخ المدنية ، وجدنا انها ما كانت لتبلغ ما
وصلت اليه اليوم ، لو ان العالم قد حرم من جهود ذلك الجيش من النساء
والرجال ذوي العاهات . وقد كان فيهم الادباء والعلماء والفنانون ومشاهير
تغلّبوا على النقص . وقد يبدو بعض التناقض بين ما اشتهر به احد النابغين ،
وبين ناحية نقصه التي خفيت على الناس او طويت عنهم . فمن ذلك ان
الاديب الانكليزي الكبير « اوليفر غولد سميث » الشاعر الخالد كان يبدو
البله في مشيته وتصرفاته وحديثه . وقد كان « يوليوس قيصر » (١٠٠ -
٤٤ ق . م) القائد الروماني الجبار مصاباً بالصرع . اما الاسكندر الاكبر
(٣٥٦ - ٣٢٣ ق . م) فكان عنده شذوذ نفسي . وكان الكيميائي والفيلسوف
الطبيعي « روبرت بويل » رجلاً منطوياً على نفسه هزياً يعاني ثقلاً في لسانه
لم يبرأ منه فبقي حياته كلها يفاغىء

ولعل من اروع الدلائل على ما يستطيع ان ينهض به صاحب النقص
تلك الاعمال الخافلة والمجهود الضخم الذي نهض به « فرانكلين روزفلت »
(١٨٨٢ - ١٩٤٥) رئيس الجمهورية الاميركية خلال الحرب العالمية
الاخيرة (١٩٣٩ - ١٩٤٥) رغم شلله النصفي .

وهذه كلها ليست سوى امثلة قليلة . فلو ان احداً رجع الى التاريخ واراد

ان يسجل حالات النقص بين رجال عُرِفوا بمقدرتهم وفلسفتهم وعبقريتهم ،
لما كفاه كتاب باسره لمعالجة هذا الموضوع . وكم من مئات بل آلاف من
هؤلاء لم يكونوا ليلفوا مكانتهم هذه ، لولا النقص الذي عانوا منه وانتصروا
عليه ، فبذثوا الصفوف وفاقوا غيرهم بمن لا يشكون عاهة ولا يتألمون
لنقص . واغلب الناس يعتبرون الفقر عثرة في سبيل النجاح . وكثيراً ما
يلتمس الفاشلون الاعذار من فقرهم . ولكن رغم ذلك فان الفيلسوف
« سبينوزا » (١٦٣٢ - ١٦٧٧) كان فقيراً معدماً . وكذلك كان
« مونتسكيو » (١٦٨٩ - ١٧٥٥) و « جان جاك روسو » (١٧١٢ -
١٧٧٨) والدكتور « جونسون » فلم يحل ذلك دون بلوغهم مكانة عالية
فخلّفوا مؤلفات تركت طابعها في عقول الاجيال التي اعقبتهم .

واذا نحن القينا نظرة على نشأة كبار رجال الصناعة والمال ، وجدنا
منهم عدداً كبيراً نشأ على الفقر . ولكن ذلك كان حافزاً لهم على التقدم
وبلوغ ما وصلوا اليه من غنى عريض .

ان الاشخاص العاديين لا يؤثرون في العالم مثلما يؤثر فيه ذوو العاهات ،
ويرجع ذلك الى حقيقة سيكولوجية . فانت اذا كنت راضياً واحرزت
من النجاح قدراً وسطاً فان الارجح انك ستصبح قانعاً لا تبذل من الجهد
اكثر مما يوفر لك حاجات المعاش وفي بطلب عائلتك ، ويعينك على
الاستمتاع من حين لآخر بملاذ الحياة . وهكذا تجري الامور على وتيرة
واحدة . وبمعنى آخر يميل الناس عادة الى اتباع ايسر السبل . ولا يقدم احد
على بذل مجهود مضاعف ، الا اذا اضطر الى ذلك . وهذه هي الحالة التي

يوجد فيها الانسان اذا احس نقصاً ، فهو لذلك يندفع الى العمل والجد المتواصل ليتفوّق على الآخرين .

وبعد هذا اعلم ان الانسان مخلوق تكمن الحيوية في كيانه . وهو آلة تعمل وتنمو . وكلما نما وتقدم ، زادت قدرته وتضاعف عمله . اما اذا اتصفت حياته بالاستقرار ، ولم تواجهه المصاعب ، ولم ينبعث في نفسه صراع داخلي ، فان نشاطه يخمد وحيويته تضعف .

اما اذا وجدت المصاعب ، فان مقاومتها تكسب الانسان قوة دافعة لا يقف اثرها عند التغلب على العقبات ، وانما تدفع الانسان الى الامام خطوات اثر خطوات . ويشعر المرء في هذه الحالة برغبة في التعبير عن نفسه ، واطلاق قواه الكامنة .

مصادر هذا البحث

- « مشاكل الشخصية : تأليف وليم مك دووجل المولود سنة ١٨٧١ . طبع ١٩٢٥ »
Problems of personality by W. Mc. Dougall.
- « العقل والشخصية : تأليف براون »
Mind and personality by. W. Brown.
- « تحلل الشخصية : تأليف برنس مورتن المولود عام ١٨٥٤ . نشر ١٩٠٦ »
Dissociation of personality by Prince Morton.
- « الشخصية : تأليف . ج . م جراهام »
La personnalité par G. M. Graham.
- « سيكولوجية الانسان : تأليف منير وهيبه المولود عام ١٩٠٩ . طبع سنة ١٩٣٨ »
La psychologie de l'être humain par M. Wehaiba.
- « نمو الشخصية السيكولوجي : تأليف ماري فيلكس جانيه المولود ١٨٥٩ . طبع ١٩٣٠ »
L'Evolution psychologique de la personnalité par M. Janet.
- « تركيب المزاج : تأليف ميرلوبونتي »
La structure du Comportement par M. Merleau Ponty.
- « فساد المزاج : تأليف الدكتور موريس دهلي »
Les dérèglements de l'humeur par Dr Delay.
- « دراسة لاهم الطبائع : تأليف رينه له سين »
Traité de Caractérologie par R. le Senne.
- « سيكولوجية الطبائع : تأليف بوايه »
Psychologie des Caractères par S. Poyer.
- « سيكولوجية الطبع : تأليف روباك »
The psychology of character by A. Roback.

« الحالات العقلية في المزاج السوداوي : تأليف جورج ديماس المولود ١٨٦٦ »
Les états intellectuels dans la mélancolie par G. Dumas.

« الطبائع : تأليف الاب جيبيرت. نشر عام ١٩٢٥ »
Le Caractère par J. Guibert.

« الشخصية : تأليف بلونديل »
La personnalité par Ch. Blondel.

« الشخصية : تأليف ديشو »
La personnalité par M. Deschoux.

« الشخصية العصبية : تأليف غوردون »
The neurotic personality by B. Gordon.

« مبادئ التحليل النفسي : تأليف فؤاد جلال. طبع عام ١٩٤٨ »
« مبادئ علم النفس العام : تأليف الدكتور يوسف مراد. المطبوع عام ١٩٤٨ »