

الفصل السابع

العوائز والتسلط عليها

إذا استطاع الانسان السيطرة على
عوائزه كان هو الرجل القوي الصالح
للحياة والمعد لعظام الامور .

الغريزة

يعرّف «مورغان» *C. Lloyd Morgan* الغريزة بقوله : انها سلوك فطري
يشتمل على الافعال المعقدة التي تحدث لأول مرة من غير خبرة سابقة بها ،
وهي ترمي الى ما في مصلحة الفرد والاحتفاظ بجنسه .

ويعرّفها « كلابريد » *Edouard Claparède* المولود في جنيف سنة ١٨٧٣
بقوله : انها فعل نافع يقوم به جميع أفراد النوع على نمط واحد من غير خبرة
وتعلم ، ومن غير ان يكون لهم علم بغايته وبعلاقة هذه الغاية بالوسائل
المؤدية اليها .

ويرى بعض الفلاسفة ومنهم « لامارك » *J. de Lamarck* ١٧٤٤-١٨٢٩ ان الغريزة في أصلها فعل معقول احتاج اليه الحيوان بتأثير ضرورات الحياة الدائمة فكرره من أجلها حتى أصبح له عادة . ثم انتقلت بعض آثار هذه العادة الى الاجيال التالية التي اضطرت الى اكتسابها من جديد ، بتأثير الضرورات نفسها التي ارغمت الأجيال السابقة على اكتسابها وما زالت هذه العادة تنهل على الجيل بعد الجيل حتى أصبحت كلها وراثية .

وقد غرب عن بال هؤلاء الفلاسفة ان بين الغريزة والعادة فرقاً واضحاً : فالأولى استعداد فطري . أما العادة فهي استعداد مكتسب . ثم ان الغريزة مجموعة آليات متجهة الى الفعل لا الى الانفعال . أما العادة فهي استعداد عام للفعل او الانفعال على السواء .

أما العالم « ليري » *Leray* فعرفها بقوله : انها دافع باطني يعين الاعمال الخارجية للحياة الحسية ويوجهها دونما تفكير وبصورة فطرية محضة .

والخلاصة ان الغريزة هي ميل فطري في النفس تولد منع الانسان والحيوان . فهي ليست ثمرة من ثمار الخبرة والتعلم . ولا تظهر كلها في وقت واحد ، بل لكل غريزة وقت تنجلي فيه اكثر من غيرها . والغريزة تحتاج الى مؤثر يستفزها ، فهي أشبه بقوة كامنة . بيد انها لا تنطلق من تلقاء نفسها ، بل تقتضي مؤثراً يجر كها من مكانها . وهي عرضة للضعف والتضاؤل . فاذا لم تصادف عند ظهورها المؤثرات تضعف وتختفي . ولكن الميل اليها يبقى مع ذلك كامناً في النفس . ويصحب الغريزة عادة نوع من الانفعال النفساني . فهي ليست آليّة محضة وليست ثابتة كل الثبوت ، بل قد تكون

عرضة للتغيير والتبديل . فلو وقف الانسان حيث تنتهي به غرائزه ، لما ارتفع كثيراً عن مرتبة الحيوان الضاري . ولكن التربية والخبرة تسارع الى الغرائز فتخضع من شوكتها ، وتوجه اعمالها في اتجاهات معينة ، فتكسب المرء ميولاً نافعة له من حيث انها تجعل هذه الاعمال ثابتة محدودة تقتضي منه تفكيراً أو شعوراً أو انتباهاً كبيراً .

وتتلخص الحاجات والميول الفطرية في الانسان كما يلي :

- ١ - الحاجة الى البحث عن الطعام وهي غريزة البحث عن الطعام ، وانفعالها الجوع .
- ٢ - الحاجة الى نبت او بجانبه المواد الضارة وهي غريزة النفور ، وانفعالها التقزز .
- ٣ - الحاجة الى التوالد وهي الغريزة الجنسية ، وانفعالها الشهوة .
- ٤ - الحاجة الى الهرب والالتجاء من المثيرات التي تهدد بالأذى والألم وهي غريزة الهرب أو طلب النجاة ، وانفعالها الخوف .
- ٥ - الحاجة الى الكشف عن الاماكن او الأشياء الغريبة وهي غريزة الاستطلاع ، وانفعالها التعجب .
- ٦ - الحاجة الى حماية الصغار واطعامهم وايوائهم وهي غريزة الوالدية ، وانفعالها الحنو .
- ٧ - الحاجة الى التجمع مع الرفاق والرغبة عن العزلة وهي غريزة التجمع ، وانفعالها الشعور بالوحدة .
- ٨ - الحاجة الى السيطرة والقيادة والمباهاة أمام الغير وهي غريزة

السيطرة ، وانفعالها الزهو .

٩ - الحاجة الى الانقياد والطاعة والاستسلام لمن هم أكثر سطوة وهي

غريزة الخضوع ، وانفعالها الذلّة .

١٠ - الحاجة الى المناضلة والتغلب على كل مقاومة تقف في طريق اي

ميل آخر وهي غريزة المقاتلة ، وانفعالها الغضب .

١١ - الحاجة الى الصباح في طلب النجدة عند اليأس من المحاولة

وهي غريزة الاستغاثة ، وانفعالها الشعور بالشدة والضيقة .

١٢ - الحاجة الى انشاء المأوى والأدوات الضرورية وهي غريزة التركيب

وانفعالها الشعور بالابتكار والخلق .

١٣ - الحاجة الى امتلاك كل ما ينفع وهي غريزة الاقتناء ، وانفعالها

الشعور بالملكية .

١٤ - الحاجة الى الضحك وهي غريزة الضحك ، وانفعالها المرح .

١٥ - الحاجة الى التخلص او الابتعاد وهي غريزة الراحة .

١٦ - الحاجة الى ارتياد مناطق جديدة وهي غريزة الهجرة .

١٧ - الحاجة الى الرقاد او النوم عند التعب وهي غريزة النوم .

١٨ - مجموعة من الحاجات البسيطة غير المعقدة مثل العطس والسعال

والتنفس والافراز .

ومن الغرائز التي أثبت وجودها العالم « مكدوجل » المولود عام

١٨٧١ ما يأتي :

١ - غريزة الخلاص : وهي استعداد يستثار في الانسان اذا ما أدرك

نفسه في موقف خطر ويشعر ازاءه بانفصال الخوف ويرمي اذ ذاك الى تخليص نفسه بالهرب . وهذه الغريزة موجودة بالطبع عند الانسان والحيوان ولا يتعلمها الكائن الحي وتظهر فيه منذ الطفولة .

٢ - غريزة المقاتلة : وهي استعداد يستثار في الانسان اذا ما ادرك نفسه ازاء عائق يقف في سبيل تحقيق رغباته ويشعر ازاء هذا العائق بشعور الغضب وينزع الى تهشم العائق والتخلص منه عن طريق هجومه عليه ومقاتلته اياه . وغريزة المقاتلة موجودة عند الانسان والحيوان وتظهر في الطفل دون ان يعلمه اياها احد .

٣ - غريزة الوالدية : وانفعالها المصاحب هو الخنو . وهي تستثار عند ادراك الصغف في الآخريين وحاجتهم الى المساعدة . وهي تظهر متأخرة عند الانسان ، اي انها لا تظهر على الاقل في السنوات الأولى . وتتجه بصورتها الفطرية نحو حماية الذرية ، ولكنها بصورتها المعدلة تتجه الى موضوعات اخرى كالفقراء او العجزة او الحيوان او المجتمع .

٤ - غريزة الاستطلاع : وتستثار اذا وجد الانسان نفسه أمام موقف يهيمه مألوف منه جزء بالنسبة اليه ، فينزع الى استطلاع بقبته . وهذه الغريزة هي التي تدفع الاطفال الى العبث بكثير مما يقع تحت ناظرهم .

٥ - غريزة البحث عن الطعام : وهي ظاهرة معروفة عند الكبار والصغار سواء في ذلك الحيوان أو الانسان ، وتظهر بعد الولادة مباشرة .

٦ - غريزة الاستغاثة : وتظهر عند شعور الانسان بالضعف والعجز والحاجة الى المعونة ، ومظهرها البدائي الصراخ عند الحيوان والانسان

- وتظهر في الاطفال كذلك دون سابق تعليم .
- ٧ - غريزة النفور : وتستثار في الاصل من دخول بعض المواد الغريبة في الفم ، ولكن يستثيرها في الكبر منظر مقزز او سلوك شائن .
- ٨ - غريزة الجنسية : وغايتها الاصلية هي الاتصال الجنسي المؤدي الى التكاثر وتظهر في الانسان مكتملة النمو في دور المراهقة .
- ٩ - غريزة السيطرة: وتظهر اذا وجد الانسان نفسه في موقف يشعره بالقوة ، ونشاهدها في الاطفال وفي الحيوان .
- ١٠ - غريزة الخنوع : وتظهر اذا وجد الانسان نفسه في موقف يشعره بالعجز. ويترتب على هذه الغريزة وسابقتها تقسيم الجماعات الى زعماء وتابعين. كما يترتب عليها - الى حد ما - الشكل الذي تتخذه فكرة المرء عن نفسه .
- ١١ - غريزة التملك : وغايتها حيازة الاشياء وتظهر في الطفل منذ مد يده للقبض على ما يراه . ولكنها تظهر بصورة قوية في الاطفال بعد سن الخامسة ، وهي موجودة عند الحيوان بوضوح .
- ١٢ - غريزة الحل والتركيب او الهدم والبناء : وهي تبدو في عبث الانسان بيديه بالاشياء لمجرد العبث ، وهي ظاهرة في الاطفال وفي الكبار بدرجة أقل. وقد يقوم نشاط هذه الغريزة بخدمة أغراض غريزة الاستطلاع.
- ١٣ - الغريزة الاجتماعية : ومظهرها ميل الانسان الى الاجتماع ببني جنسه ، وهي بارزة في الحيوانات الضعيفة كالغنم والجاموس والطيور الجارحة وهي ضعيفة في الحيوانات القوية .
- ١٤ - غريزة الضحك : وقد اختلف العلماء في تفسير الضحك تفسيراً

واضحاً الا انهم اتفقوا على انه سلوك غريزي في الانسان .
ومن المسلم به ان غرائز الانسان نظراً لوفرة ذكائه واقتداره على
الافادة من سابق خبرته تعدل كثيراً في ضوء تجاربه . وتمتدُّ لها في الانسان
هو الذي يجعلنا نحكم على أعماله بانها خير او شر .
وتنحصر طرق تعديل الغرائز في أربع وهي :

١ - تعديل من ناحية المثير ، ان كانت الغريزة تستثار بمثيرات
فطرية تصبح استثارتها ممكنة بموضوعات اخرى غير المثيرات الفطرية . وكذلك
قد تفقد بعض المثيرات الفطرية قدرتها على اثارة الغرائز .
٢ - تعديل من الناحية النزوعية وبعبارة أدق من ناحية اسلوب
السلوك الذي يحقق الغرض الغريزي .

٣ - تعديل بسبب استثارة غرائز مختلفة في وقت واحد .
٤ - تعديل ناشيء من تنظيم الغرائز وانفعالاتها حول موضوعات معيَّنة
لتكوين ما يسمى بالعواطف .

ولكن توجد بضع غرائز اخرى يرتبط أغلبها بالحاجات الجسمية العادية
وتتحكم في النفس البشرية وتستبد بمسلك الفرد وتجرده من خصائص الشخصية
القوية . فاذا استطاع الانسان السيطرة عليها ، كان هو الرجل القوي الصالح
للحياة ، المعد لعظام الامور . وقد ذكرها لنا العالم « هنري دي مونتريان »
وهي : غريزة الخوف من الحياة . غريزة توفيه البدن . وغريزة احترام
أوضاع المجتمع .

ولنبعث في كلِّ منها موجزين :

غريزة الخوف من الحياة

متى اطمأن الانسان الى حياته ، واستراح الى عمله ، وأمن غوائل
الفاقة ، وأحس أن مستقبله المادي مكفول ، تحكمت فيه غريزة الخوف
واستبدت به وصرفته عن الإقدام على عظام الأمور . فهو عندئذ يخاف
المغامرة لئلا يهدم نظام حياته ، ويخاف أن يتجدد لئلا يعكر صفو أمنه ،
ويخاف أن يسلك طريقاً غير مألوف لئلا يتقوض صرحه .
وغريزة الخوف هذه تبث فيه لا بمرض الجبن فقط ، بل بداء الأنانية ، وما
يصدر عنه من استهتار وعبث ، وتواكل وقناعة رخيصة ، بلذات وأحلام
وضيعة تافهة .

فالفاهة وان كانت نسبية ، والأمن وان كان مؤقتاً ، يجردان الفكر
من روح العزم وفضيلة المخاطرة ، ويحصران جهود المرء في دائرة نفسه ،
ويباعدان بينه وبين الحياة الرحبة العاملة تحت شمس الجرأة والاقدام .
ولكن أية قيمة لساعات وأيام نقضها في سعادة سلبية ، وأرواحنا
واهنة ، وعزائنا خائرة ، وقوانا مضمحلة ، وأمثلتنا المقدسة العليا متجهة
صوب الاستمتاع بلذة العيش الفاتر اللين في دعة وسكون ؟
ان مجد الحياة في أن تكون مفعمة بالمخاطر ، زاخرة برغبة التجدد ،
حافلة بجوافز الرقي والتقدم ، غير مكترثة للألم العميق الذي تحدثه الحركة
الدائمة ، والارادة المطردة الجبارة في تأدية رسالة نبيلة أو القيام بعمل عظيم .

فغريزة الخوف لا تحارب الا بغريزة الطموح .

ومتى الحدت نفسك ، وقضيت على إبانك وكبرك ، ودفنت مثلك
الأعلى وعشت للتافه من الأمور ، فأنت عبد الخوف صريع الجبن ، لن يفيد
الناس منك شيئاً ولن تعرف لذة الرجولة أبداً !

ولذة الاحساس بالرجولة كامنة في فضيلة التحدي – تحدي القدر ، تحدي
الألم ، تحدي الطوارئ أيا كانت – والتأهب لاحتمال شر الكوارث في
سبيل الخروج من حياة متشابهة راكدة آسنة ، لا صراع فيها ولا بطولة
ولا جمال .

فانبذ الرخيص من اللذات ، التافه الوضيع من الجهود ، وحمّل نفسك
فوق طاقتها ، واذهب في تنشيط حيويتك الى حدها الاقصى ، وتفوق على
انسانيتك ما استطعت ، تشعر في تلك اللحظات ان نشوة الرجولة 'تحمد في
قلبك غريزة الخوف من الحياة ، كما 'تحمد نشوة الحمر في نفس المهزون
غريزة اللهو بجزئه ، والمبالغة في تصور بؤسه وشقائه .

والواقع ان طريق الصحراء المظلم الوعر المؤدي الى الواحة الغناء ،
يخاف الناس ان يسلكوه مؤثرين الموت جوعاً وظماً بعد ان يستنفدوا
كل ما معهم من طعام وشراب ، ولكنهم متى اقتحموه ، أنستهم الجراءة
الخوف ، وكان لهم من شجاعتهم أمتع غذاء يعينهم على مواصلة السير ،
ويعزيهم ، حتى لو خاب أملهم وضلوا الطريق ، وابتعدوا عن الواحة الغناء ،
وخرجوا من صحرائهم الى صحراء !

فلا يقعدن بك الخوف عن تجربة حظك ، وتجديد آمالك ومطامعك

ولا تتوهم أن الجبان يعيش ، فدود الأرض أيضاً يعيش ، ولكن قدم
الانسان تسحقه ، كلما خطت على الأرض خطوة تدل على رغبة جديدة في
العمل والكفاح . ولا سبيل الى مكافحة الخوف الا بعشر وسائل :

اولاً - اعن بصحتك ما استطعت ، فالبدن السقيم مرتع الخوف ، والبدن
السليم مرتع الشجاعة والامل والتفاؤل والاتزان .

ثانياً - نقل اهتمامك وحوّله . واعلم ان العقل لا يؤخذ الا بالفكرة
التي يريد ان يهتم بها . فمتى هاجمتك الفكرة السوداء ، فأسرع بالانصراف
عنها الى فكرة اخرى لا تمت اليها باية صلة . ثم اهتم بهذه الفكرة الجديدة
اهتماماً صادقاً لا يدع مجالاً لغيرها .

ثالثاً - استعن جهدك بالتفكير المناقض بمعنى أنك اذا كنت تشكو
النقص فأوج الى نفسك التفوق . واذا كنت جباناً فجرّب الشجاعة أو
حزيناً فغالب نفسك واصطنع السرور والفرح .

رابعاً - لا تتهيب النظر في مخاوفك وهومك عند الحاجة بل انتزعها
من ظلمات عقلك الباطن وفكرّ فيها جيداً ، وضع لكل منها حلاً مستطاعاً ،
ثم عاجلها بصرف النظر عن النتائج السيئة التي لن تكون في الواقع من
عملك أنت بل من صنع القدر .

خامساً - اتبع القياس والمنطق واياك ان تجسّم مخاوفك أو تبالغ في
تصوّر احزانك . بل انظر اليها على حقيقتها ، وقدرها بنسبة ما هو اخطر
منها ، ووازن بين قيمتها وقيمة حياتك كلها ، فتبيّن تفاهتها ، وتستطيع ان
تتمكن منها وتسيطر عليها .

سادساً - عود نفسك التفاؤل على شرط أن تحتفظ بدقة ذهنك كي لا يخذلك التفاؤل عن رؤية الحقيقة .

سابعاً - اذا حدثت الناس عن مخاوفك وهمومك زدت من تأثيرها الوبيل في نفسك . واذا كتمتها واختزنتها في عقلك الباطن انفجرت يوماً وفتكت بك . فخير الامور أن تفضي بها الى صديق عاقل مجرب ، على شرط أن يكون افضاؤك تحليلاً لألمك وتطلعاً لمخرج ينقذك لا مجرد فرصة تلتمسها للتمتع بسرد قصص احزانك ابتغاء الشعور بانك متفرد في الالم العظيم في العذاب .

ثامناً - كلما اهتمت بشؤون الغير نسيت نفسك . وكلما حاولت ان تخدم الغير خففت من عبء حزنك . فاخرج من دائرة نفسك الى محيط سواك ، تتحرر من تأثير ذاتك ، وتجد في خدمة الغير راحة كبرى .

تاسعاً - اذا شعرت ان عنصر المأساة قد دخل حياتك ، فلا تشترك في هذه المأساة بنفسك بل كن متفرجاً عليها لا ممثلاً فيها وهكذا تمكّن عقلك من فهمها ونقدها والافادة منها .

عاشراً - اذا كانت عواطف الخوف والقلق والهـم تقتل الانسان فاياك ان تظن ان من واجبك أن تنتزعها من صدرك كلية وان تقتلها في نفسك قبل أن تقتلك ، اذ الواقع انها قد تصبح رمز قوتك وحياتك لو تساميت بها وارتفعت بانفعالاتها الى مرتبة الحياة العليا .

وليس شك في انك لو شعرت بالخوف لانك لم تبلغ بعد في عملك شأواً بعيداً ، ولو احسست بالقلق لانك لم تبدع بعد في عملك شيئاً عظيماً ، ولو

انتابك الهم لانك لم تستطع بعد أن تحقق أمثلتك العليا ، فعواطف الخوف والقلق والهم تصبح عندئذ عواطف قوة لا عواطف ضعف تدفعك الى استطراد العمل ، ومواصلة الجهاد ، والبحث الدائم عن العظمة . فهذا الضرب من الخوف هو الذي يجب ان تنشده وهو الذي يجب ان تحرص عليه . لانه خوف لا يؤدي الى المرض بل الى الصحة ، ولا الى الكسل بل الى العمل ، ولا الى الموت بل الى التسلط والتفوق والاستعلاء والحياة .

غريزة ترفيه البدن

قال « سان - جوست » أحد ابطال الثورة الفرنسية : « ان الحياة لا تبدو شاقّة غير محتملة إلا على الذين يتراجعون أمام رؤية قبورهم ويهابون الموت

وانها في الحق لفكرة رائعة أن يكون الانسان دائم الاستعداد للموت في غير جبن أو تردد ان عصفت به أحداث الحياة . ومع ذلك فليست العبرة في أن يتغلب الفرد على الاحداث باحتقار الموت والتأهب لاستقباله عند الاقتضاء ، بل العبرة كل العبرة في أن يسيطر برجولته على تلك الاحداث والظروف ، ويطوّر عها لارادته ، ويسخرها لمصلحته ومصلحة الانسانية جمعاء . ولن يكون في وسع الفرد النهوض بعمل كهذا وهو محكوم بأخبث غرائزه ، ألا وهي غريزة ترفيه البدن وتنعيمه والفصل بينه وبين مقتضيات الكفاح اليومي .

فنحن نسرف الاسراف كله في عبادة أجسامنا ، وفي تقديس إطارنا المادي
تقديساً يجب عنا صورة أرواحنا . نحن نفتن في تدليل ابداننا والعناية بها
والحرص عليها وصيانتها من البرد والحر والجوع والمرض والتعب . نحن لا
نفكر إلا فيها ، ولا نعيش إلا لها ، ولا نستمتع إلا منها وبها . فاذا ما
فاجأتنا الظروف القاسية والاحداث المروعة ، وكان من واجبتنا التفوق
عليها وانخضاعها ، عزت علينا ابداننا الناضرة وأجسامنا البضة المليئة الناعمة ،
فتخاذلنا أمام قسوة الواقع ، وتراجعنا حيال الجهد الشاق ، وآثرنا الارتماء
في نعيم تلك الأبدان على إحراجها وتذليلها ورياضتها وارغامها على ما تكره
وعلى ما لم تتوقع من عنب الحياة وعسف القدر . ونحن نعلم علم اليقين
الأمفر لنا من طاعة ابداننا ، واننا مهما أهبنا بها فلا بد ان نخذلنا . ولهذا
نفضل ان نحنو عليها ونبقي لها رفاقتها ونوفر لها أسباب راحتها ونعيمها ،
ولو صرعتنا الطوارىء وسحقتنا الضرورات .

فأبداننا ألد أعدائنا ، وهي كالمرأة تُقبل عليها فتستمرىء الاقبال ،
ونحبها فلا ترضى منا بغير الجنون ، ونعطيها فتطلب المزيد ، وما تزال بها
ندللها ونغدق عليها من آيات حبنا عجباً ، حتى نغيب في أحضانها ولا نعود
نفرق بين الموت والحياة .

فالرجل القوي هو الذي لا ينسى ان بدنه حيوان بري جاثم فيه ، وان
عليه ان يعامله معاملة حيوان بري ، فلا يُقبل عليه إلا ليعرض عنه ، ولا
يأمن له إلا وهو حذر منه ، ولا يعطيه إلا بقدر ، ويظل يروضه ويسوسه
حتى يكسر من شرته ويلطف من حدته ويرده طائعاً صاغراً مقهوراً .

ولن يتم هذا النصر على البدن إلا بالحرمان .

فاحرم بدنك ما استطعت لذات الحياة ، جنبه أفانين الترف ، انفض عنه غبار الحمول ، حرره من ربقة الاعزاز ، جرده من وشائح التدليل ، ارفع عن بصره غشاوة اللذة ، لا تسرع بانقاده من وطأة الجوع ، ولا بصيانتته من قارس البرد ، ولا بوقايتته من لافح القيظ ، بل اتركه مفتوح المسام لمختلف العناصر ، ودعه يخشوشن ويحييا حياة صارمة في ظل عقله المدرك المتوقد الصارم .

ومتى فرغت منه ، واأتمنته ، فلن تروعك الاحداث مهما عظمت ، ولن يفت في عضدك نداء البدن المخنث ، ولن يخيفك الموت نفسه اذا قدّر وواجهت طيفه في لحظة من اللحظات .

ولا يدخلن في روعك أن هذا الضرب من الحياة سيبدل منك انساناً بآخر ، وينتزع من صدرك فضائل الطيبة والرحمة ، ويردك حيواناً برياً كجسمك ، ويقتضيك العيش في غابة . إذ الواقع أنك لن تستطيع رياضة بدنك على الصورة التي أشرنا اليها ، الا اذا اتبعت وحي فكر ثاقب ، وعقل راجح ، وذهن لامع مثقف وقاد .

غريزة احترام أوضاع المجتمع

ليس شك في أن حياة المجتمع مستحيلة بدون تقاليد وأوضاع مقررة ، إذ الناس بطبعهم يكرهون التجديد ، ويخشون الفكر المتمرد الثائر ، ويستريحون لكل ما ألفوه من مبادئ ونظريات .

ولو أنهم أخذوا بالفكرة الجديدة أول ظهورها ، واستقبلوا صاحبها بالهتاف والتهليل ، ما قاست الشخصيات الفذة مختلف ضروب الاضطهاد ، وما كانت هناك حاجة لبذل أية تضحية في سبيل تطور الفكر البشري .

فالمجتمع يثبت على أوضاعه ، وصاحب الشخصية الكبيرة يقاوم هذه الاوضاع . فكأن ثبات المجتمع واستمساكه بتقاليده ، خير امتحان لما ينطوي عليه تفكير العقل المجدد من خير واصلاح .

ولكن المجتمع لفرط اعتداده بالآراء والنظريات التي درج عليها ، ولفرط اسرافه في الاشادة بها والدفاع عنها ، يخلق في معظم الافراد احساساً عميقاً يوحي اليهم احترام كل ما يصدر عن المجتمع سواء أكان خطأ أم صواباً .

فنحن في حياتنا اليومية عبيد المجتمع ، نقر ما يراه الغير ، ونصدق ما يقوله الغير ، وما دامت الأغلبية أجمعت فنحن نجتمع . وما دامت قد آمنت فنحن نسلّم ونؤمن .

وتلك هي غريزة احترام أوضاع الجماعة . تنبع من رغبتنا الشديدة في مسايرة حكم الاغليات الساحقة ، وفي الحرص جهد الطاقة على مصالحتها ،

وفي تجنّب الاصطدام بالعرف القائم ، الواقف لنا بالمرصاد يسجل علينا تفكيرنا المستقل ويحاسبنا عليه حساباً عسيراً .

غير ان هذا الاحترام المطلق لاوضاع الجماعة ، يهدد الجماعة نفسها بالتدهور والانحلال ان هي اتخذت منه فرضاً وعقيدة ، ويهدد الفرد بالموت المعنوي البطيء ان هو أسرف فيه ، أو نسي أو تناسى أنه غريزة قوية عنيفة عليه ان يكافحها .

فعقلك لن ينمو حتى يفوق رقيك رقي المجتمع الذي تعيش فيه ، وذهنك لن يتحرر حتى تصبح حرّيتك أوسع مدى وأرحب أفقاً من حرية المجتمع الذي تعيش فيه .

ولن يزدهر عقلك ، وتخصب حرّيتك ، وتنقذ نفسك من ذل الاحترام الشائن للأفكار والتقاليد والمعتقدات البالية التي يقدهسها المجتمع ، إلا يوم ان تستبدل احتراماً باحترام ، وتعقد العزم على احترام رأيك قبل رأي الآخرين ، وعلى تكوين فكرك قبل الخضوع لفكر الآخرين ، وعلى الانصات لصوت عقلك وضميرك قبل الاصغاء لثرثرة الآخرين . ومقّم لك التمتع باستقلال فكرك ، واجتزت مرحلة الحرية الاولى ، كان عليك أن تستجمع قواك وتجاوز المرحلة الثانية وهي الأشق ، وأعني بها مرحلة المظاهر والاشكال .

فلقد تكون حر الفكر ، بارز الشخصية ، ثم يستخفك المظهر الكاذب ، وتطربك الأبهة الباطلة ، وتأخذك نشوة المنصب الرفيع والجاه العريض ، فلا تستطيع إلا أن تدفع ثمن هذه الأباطيل من عصارة فكرك ، وخالص

حريتك ، فترتد عبداً للجماعة بعد إذ كنت قد سموت عليها بعقلك في جهاد مرهق طويل .

فانبذ الاشكال والمظاهر فهي مجلبة السخرية للرجل الرصين ، وهي فنخ نصب للرجولة، وهي مهواة سحيقة يتردى فيها الفكر الحر والذوق السليم .
واعلم انك لن تؤكّد استقلالك إلا بتوكيد رأيك وميلك ومنزعك في أي وسط كان ، وفي أية بيئة كانت ، ودون ما اكتراث لرأي هذا الوسط فيك ، وفكرة تلك البيئة عنك، وما يمكن أن تجره تصرفاتك المستقلة من سخط الناس عليك وتبرمهم بك وكراهيتهم لك .

فتغلب على قطيع الجهلة والصعاليك من عباد الاصنام الفارغة ، والتقاليد البائدة ، وتحدهم في عزم وأدب وعدم احتفال ، وافرض عليهم احترام شخصك ، وكن ارستقراطي الروح لا المظهر ، يملك الناس وقد يدينون لك آخر الامر بالطاعة ، شعوراً منهم بأنك تفوقت عليهم لا بالفكر فقط ، بل باحتقار المظاهر والاشكال التي تمثل في نظرهم أعلى متع الحياة وأثمنها .

غريزة الغضب

الغضب هو الانفعال الملازم لغريزة المقاتلة وهي غريزة اولية ، اكثر ما تشور وتتهاج ، حين يقوم عائق حيال احدى غرائزنا الاخرى او الانفعالات المقترنة بها، بل هي الغريزة الأصلية التي جعلت الانسان حيواناً مقاتلاً. وهي سرّ قيام الحروب ونشوب المعارك في هذا العالم. والمشاهد ان بعض الاناث

تنقصهن هذه الغريزة ، ولكنها متوافرة في اغلب الذكور وهي تبدو عامة في صورة دفاع ، لأن رد الفعل الطبيعي عندما يتعطل احد الانفعالات او يحتبس فلا يجد مجالاً للظهور والمقاومة وما يلزمها من أثر الغضب وتفاوت حدوده .

أفرايت الى الكلب ماذا يفعل اذا حاولت ان تنتزع العظمة منه . والى الطفل الوديع كيف يغضب اذا انت قطعت عليه طعامه او تدخلت في وجبته ؟ وهكذا الناس جميعاً يروحون غاضباً اذا حاول أحد أن يفسد عليهم لذاتهم . ويجول بينهم وبين مهاجمهم . ان الحيوان الأليف اذا عوكس او هوجم ولم يجد لغريزة الهرب سبيلاً انقلب غاضباً مهاجماً يحاول أن ينال من المسيء اليه .

وإذا صح أن لدينا جنوحاً الى الثقة بالذات ورغبة في الظفر بحقوقنا وامتيازاتنا ، وهو احساس يتمشى مع الاحترام الذاتي ، صح ايضاً أن غضبنا حين يفرط في المقاتلة وتستبد بنا غريزة المجازفة والمهاجمة من شأنه ان يكدر صفاء عيشنا ويقضي في النهاية على سعادتنا . لأن المرء منا في الواقع لا يكون سعيداً اذا كان غاضباً .

والغضب شعلة نار تتولد من بخار حرارة الطبيعة السوداوية في الانسان بتوسط حدوث ما يخالف الارادة المنبعثة عن الشهوات النفسية . فان فاضت اعراق الشهامة والكمال والفضائل والعرفان تصوب منها ما يستر تلك الشعلة ويخمد نارها فتستكن في طي الفؤاد استكنان الجمر تحت الرماد . واذا ما تحركت بشائر الكبر الكامن في النفس تتحرك معها تلك النار من

خمودها وتتغلب في اعراق الشهامة والكمال والفضائل والعرفان. فيكون
اذ ذاك ما لا تحمد عقباه في بوارد الغضب بقول او فعل .

كثيراً ما يفقد الانسان حقه اذا ما جمع به الغضب . وسرعة الغضب
دليل على ضعف الاعصاب وقصر الذهن والاعتداد بالنفس . وليس شك في
ان الحليم يربح على الدوام ، وسريع الغضب يخسر على الدوام . ان غضبة
الانسان تُعتبر في معظم الاحوال اهانة موجهة الى من يخاطبه . اما تَوَدُّة
الحليم فتُعتبر ادباً ورجاحة عقل ، وان كانت مشوبة بالدهاء والمكر .

على المرء ان لا يستسلم لاية عاطفة من عواطف الحدة ، لان مثل هذه
العاطفة ترافقها الاخطار ويملاها العار والشنار . وفوق ذلك فان نيران
الغضب والانتقام والحصام وامثالها لا تستطيع ان تخلص احداً .

قد يتحدث الينا احب صديق الى نفسنا حديثاً فيه كل الخير لنا ثم
يغضب ويحتد فجأة وبدون مسوغ ، فنشعر على الرغم منا اننا قد بدأنا
نكرهه وننفر منه . وقد يتحدث الينا عدو لنا في هدوء ورفق واتزان ،
فنشعر اننا نحبه وندهش لهذا الميل الطارىء الغريب ، فسريع الغضب عدو
مصالحته ومصالحة الآخرين . وحليم الطبع يربح على حسابه ، ويتركه غالباً
بابتسامة استخفاف وتهكم .

ان سرعة الغضب لا تفقد حق المرء فحسب ، ولا تفقده الاصدقاء والمعجبين
بل تفقده احترام الناس ايضاً . لان الغضب في ثوراته يهبط بمستوى الفكر ،
ويشوّه معارف الوجه ، ويمسح الانسان ويحيله هزأة تبعث كل الاحتقار
وتستثير الضحك .

علاج الغضب كما يراه الغزالي وابن مسكويه

ان علاج الغضب يكون قبل وقوعه بمعالجة اسبابه ، وبعد وقوعه بتهدئة النفس بالفكر والعمل . اما اسبابه المهيبة له فيرى أنها الزهو والعجب والمزاح والهزل والهزء والسخرية والتعير والمضادة والغدر وشدة الحرص على فضول المال والجاه . وللتخلص من الغضب يجب ازالة هذه الاسباب باضدادها : « فينبغي ان تمت الزهو بالتواضع . وتمت العجب بمعرفة نفسك... وتزيل الفخر بانك من جنس غيرك اذ الناس يجمعهم في الانتساب اب واحد... وانما الفخر بالفضائل ... واما المزاح فتزيله بالتشاغل بالمهمات الدينية التي تستوعب العمر وتفضل عنه... واما الهزل فتزيله بالجد في طلب الفضائل والاخلاق الحسنة والعلوم الدينية . واما الهزء فتزيله بالتكريم عن ايداء الناس وصيانة النفس عن أن يستهزأ بك . واما التعير فبالحذر عن القول القبيح وصيانة النفس عن مُرّ الجواب . واما شدة الحرص على مزايا العيش فتزال بالقناعة بقدر الضرورة طلباً لعز الاستغناء وترفُحاً عن ذل الحاجة . »

« وكل خلق من هذه الاخلاق... يفتقر في علاجه الى رياضة وتحمُّل مشقة . وحاصل رياضتها يرجع الى معرفة غوائلها لترغب النفس عنها وتنفر عن قبحها ثم المواظبة على مباشرة اضدادها مدة طويلة حتى تصير بالعادة مألوفة هينة على النفس . فاذا انمحت عن النفس فقد زكت وتطهرت عن

هذه الرذائل وتخلّصت ايضاً من الغضب الذي يتولد منها . »

ويقول الغزالي في معالجة الغضب بعد وقوعه :

« انما يعالج الغضب عند هيجانه بمعجون العلم والعمل . » ويريد بالعلم التفكير في الغضب وآثاره ويذكر له ست صور تتلخص فيما يأتي :

١ - ان يتفكر في الاخبار الواردة في فصل كظم الغيظ والعفو والحلم والاحتمال فيرغب في ثوابه وينطفىء غيظه .

٢ - أن يخوف نفسه بعقاب الله وذلك بأن يقول : قدرة الله عليّ اعظم من قدرتي على هذا الانسان . فلو امضيت غضبي عليه لم آمن ان يمضي الله غضبه عليّ يوم القيامة حين اصير أحوج ما اكون الى العفو ، فقد قال تعالى في بعض الكتب القديمة : « يا ابن آدم اذ كرني حين تغضب اذ كرك حين أغضب فلا أحقك فيمن احق . »

٣ - ان يحذر نفسه عاقبة العداوة والانتقام وشماتة العدو بالسعي في هدم اغراضه والشماتة بمصائبه وهو لا يخلو من المصائب . فيخوف نفسه بعواقب الغضب في الدنيا ان كان لا يخاف من الآخرة .

٤ - ان يتفكر في قبح صورته عند الغضب وفي مشابهة صاحبه للكلاب الضاري والسبع العاري ، ومشابهة الحلیم الهادي للانبیاء والأولیاء والعلماء والحكماء . ويخبر نفسه بين ان يتشبه بالكلاب والسباع وأراذل الناس ، وبين ان يتشبه بالأنبياء والعلماء في عادتهم لتميل نفسه الى حب الاقتداء بهؤلاء ان كان بقي معه مسكة من عقل .

٥ - ان يتفكر في السبب الذي يدعوه الى الانتقام فيحقر من شأنه . فاذا قال له الشيطان ان سكوتك يُحمل منك على محمل العجز وصغر النفس والذل والمهانة فيقول لنفسه : « ما اعجبك ! أتأفنين من الاحتمال الآن ولا تأفنين من خزي يوم القيامة؟ وتحذرين من ان تصغري في اعين الناس ولا تحذرين من ان تصغري عند الله والملائكة ؟ » فمهما كظم الغيظ فيجب ان يكظمه الله وذلك يعظمه عند الله فما له وللناس ؟

٦ - ان يعلم ان غضبه من تعجبه من جريان الشيء على وفق مراد الله لا على وفق مراده . فكيف يقول مرادي أولى من مراد الله ويوشك ان يكون غضب الله عليه اعظم من غضبه ؟ «
هذه هي الغرائز الكامنة فيك ، المستقرة في تضاعيف بدنك ، المندسة في أطواء عقلك الباطن ، تصرف غرائزك الاخرى وتتحكم فيها وتوجهها أي الوجهات تريد . فلو انعمت النظر فيما تقدم ، واكتنيت أسرارها ، ثم وفقت لكبحها والتغلب عليها ، فأنت الرجل القوي ، الصالح للحياة ، المعتمد للعظام ، المبشر الناس بامكان خلق روح جديد ، وجيل جديد ، يسبق وقوع المعجزة ، ويتقدم ظهور الانسان الاعلى !

مصادر هذا البحث

دراسات في سيكولوجيا الغريزة والدوافع تأليف اوغست لي .

Etudes de psychologie instinctive et effective par *Auguste Lay*

الخوف عدو الانسان رقم واحد تأليف جورج باربارين .

La peur maladie N°1 par *G. Barbarin*

الغريزة والاشعور تأليف ريفرس .

Instinct and the unconscious : *W. Rivers*

هزيمة الخوف تأليف بازيل كنج .

The Conquest of fear : *B. King*

العقل الباطن تأليف سادلر المولود في شيكاغو ترجمة عباس حافظ .

L'inconscient par *Sadler*.

الغريزة والذكاء والطبع تأليف طومسون .

Instinct intelligence and Character : *G. H. Thomson*

اتركوا الغرائز في علم النفس تأليف كيو يانج نشر بصحيفة الفلسفة الفرنسية عام ١٩٢١ .

Give up instincts in psychology : *Kuo Yang*

كيف نحصل غرائزنا تأليف كيو يانج .

How are our instincts Acquired? : *Kuo Yang*

تغيرات الجسم في الألم والخوف والغضب تأليف ولتر برادفورد كني المولود عام ١٨٧١ طبع

١٩٢٩

Bodily changes in pain, hunger, fear and rage : *W. Cannon*

المشاعر والانفعالات تأليف ادوارد كلاباريد طبع عام ١٩٢٧ .

Feelings and Emotions : *Edouard Claparède*

التدبير والسلوك في الحياة تأليف وليم مكدوجل المولود عام ١٨٧١ في لانكشير بانكلترا طبع
عام ١٩٢٧ .

Character and Conduct of Life : *W. McDougall*

كتاب الاحياء للامام أبي حامد الغزالي المتوفى عام ٥٠٥ هـ .

ابن مسكويه المتوفى عام ١٠٣٠ .