

العمل والفراغ

كى يكون نجاحنا فى الحياة كلياً شاملاً وليس جزئياً خاصاً
يجب أن نواجه ونحل أربع مشكلات أصلية هى :

- ١ — مشكلة العمل الذى نرتزق به
 - ٢ — مشكلة الفراغ الذى نقضيه مختارين
 - ٣ — مشكلة الزواج والعائلة والأولاد
 - ٤ — مشكلة المجتمع الذى نعيش فيه وتنظيم علاقاتنا المختلفة به
- والإهمال فى واحدة من هذه المشكلات يتعسنا ويجعلنا
فى خصومة دائمة إما مع غيرنا وإما مع أنفسنا بحيث نعيش فى
غير يسر كأننا نكافح تياراً بلا هدف يقتضى المسكافة .
والقارىء لهذا الكتاب يعرف أننا نعزف على لحن يتكرر هو
أن النجاح يجب ألا يقتصر على ناحية أو جملة نواحي من الحياة
وإنما يجب أن يكون قبل كل شىء نجاحاً فى الحياة كلها
- ومشكلة العمل الذى نرتزق به تبرز فى عصرنا بروزاً واضحاً
لأن العلم لم يستخدم فى الانتاج إلى الحد الذى تتوافر فيه
حاجات الناس ، ولو استخدم لانتقلت بؤرة الاهتمام من
الارتزاق بالعمل إلى الإلتفاع بالفراغ بل كذلك كانت بؤرة
الاهتمام فى المدارس والجامعات تنتقل هذا الانتقال

وإلى أن نصل إلى هذه الحال التي نرجوها يجب أن نجعل
الاهتمام بالعمل الارتزاقى فى مقدمة شئوننا التي نتدرب لها
ونشأ على تفهم تفاصيلها . وأعظم ما يجب أن نهتم به هنا هو
اختيار العمل بحيث يلائم ميولنا وكفاءاتنا معاً ، لأن معظم
التعس الذي يعانيه الناس من أعمالهم يعود إلى أنهم لم يختاروها
بل قضت المصادقات والظروف بأن « يقعوا » فيها وأجبرتهم
حاجات العيش على ممارستها كارهين أو متبرمين . وهذه الحال
تجعلهم يتبرمون بالحياة كلها أى يكرهون المنزل والنادى
والأصدقاء والكتب لأنهم يكرهون أعمالهم ، كأن حياتهم قد
غشيت بغشاء من التبرم والسخط

وعلى هذا نقول ان اختيار العمل الملائم الذي نحببه
ونستطيعه هو نصف الانتصار فى معركة الارتزاق بل ربما
أكثر ، لأننا بعد ذلك نلشط إلى الحذق والمثابرة والدرس .
ونحن فى العادة لا نلشع فى الاختيار قبل السادسة عشرة من
العمر ، ولذلك نحتاج قبل ذلك إلى الارشاد لأننا نجهل ميولنا
وكفاءاتنا ونحتاج إلى من يحللها ويخبرنا عن حقيقتيهما
وكثير من التخلف الذي يصيب الموظف يعود إلى كراهته
لعمله لأنه أساء فى اختياره فهو يتهاون ويتشأب ويكره رئيسه
او يعتقد أنه يرهقه بالواجبات . بل أحياناً يحس صداعاً بسبب

هذه الكراهة وهو يتعلل بهذا الصداق لطلب الإجازات أو للزيادة في التهاون والتسكاسل حتى تسوء العلاقات بينه وبين رؤسائه

وعلاج هذه الحال ، إذا كانت الوقاية لم تتخذ من قبل ، ان يكون باستخدام الفراغ بحيث يعوض من سأم العمل . وذلك بأن نمارس هواية ما تشغلنا وتعوضنا من النفور من العمل وتعيد اليينا ازائنا . ويجب لهذا السبب ان يكون لكل منا هواية بل هوايات تتوافر بها اهتماماتنا ، وعندى ان اعظم هذه الهوايات هو القراءة وتعود الدرس ، لأنها الهواية الباقية إلى سن الشيخوخة وهى فى ظاهرها هواية واحدة ولكنها فى صميمها جملة هوايات ، لأن الذى يعشق الدراسة يجد نفسه مشغولا بألوان مختلفة من الاهتمامات يقرأ الجريدة والمجلة ويناقش فى السياسة وقد يكافح لمذهب فيها . كما يقرأ الكتب ويقتنها ويضع المشروعات لدراسات جديدة فيتجدد بذلك شباب ذهنه وتتسع آفاقه العملية والأدبية . ومثل هذا الشخص ان يسأم فراغه ولن يقضيه ذاهلا فى غيبوبة نفسية على القهوات وان يقع فى العادات السيئة كالتهالك على التدخين او الشراب والرجل الموفق هو الذى يجعل هوايته مرتزة . ولكن يجب أن نعرف ان هؤلاء قليلون فى مجتمعنا . حتى الأديب

الذى يرزق بقلبه لا يكتب على الدوام ما يهوى . لأن الضغط
الاقتصادى يحمله فى كثير من الأحيان على ألوان من الانتاج
الكمى لا الكيفى يهدف منه إلى الكسب لا الى الفن
ولهذا نحتاج جميعنا إلى أن يمارس كل منا هواية ما تحل بها
مشكلة الفراغ ، ومتى حللنا هذه المشكلة فان العمل الارتزاقى
يسهل علينا فلا يكون ذلك المضض الذى نراه فى كثير من
الموظفين وهم إلى مكاتبهم يتجهمون لا وراقهم ورؤسائهم



العائلة والمجتمع

النجاح العائلي أكبر من النجاح الحرفي . ويجب أن يكون كذلك لأن القيم العائلية بشرية في حين أن القيم الحرفية اجتماعية . والعائلة هي زوجة وأولاد وبيت . والرجل الذي وفق إلى اختيار زوجته واستمتع بحبه لها وعنايتها به وأعقب أولاداً وتعب لهم حتى نموا وأينعوا أمام عينيهِ ، مثل هذا الرجل قد حظى بنصيب عظيم من متع الحياة .

واختيار الزوجة هو ، مثل اختيار العمل ، نصف المعركة . لأننا إذ لم نحسن الاختيار تعرضنا لألوان من التعس كنا نستطيع تجنبها . وأعظم ما يقيح لنا الاختيار الحسن أن نطيل مدة الخطبة حتى نعرف بالاختلاط شخصية الفتاة التي سنزوجهما . وواضح أن الخطيبين يحرصان مدة الخطبة على أن يظهر كل منهما الآخر بأحسن مظهره . ولكن حتى مع هذا الحرص يستطيع كل منهما أن يفطن إلى الاتجاهات والميول في الآخر ويجب أن يتجنب كل منهما اغراء الفتنة . فقد يفتن الشاب بنغمة الصوت أو زرقة العينين أو تورد الوجنتين في خطيبته . ثم ينخدع بهذه الصفات إلى الانزلاق في الاختيار السيئ . وخير ما يكفل الاختيار الحسن أن يسأل الشاب نفسه : كيف نكون

معاً ، أنا وهذه الفتاة ، فى بيت واحدنا بعد خمس سنوات ثم بعد عشر سنوات ؟ كيف نتحدث وكيف يعاشر أحدهنا الآخر وكيف يسكون أولادنا معنا ؟

وخير للخطيب ان يختار خطيبته بوجدانه أى فى تعقل ودراية من أن يزلق فى الاغراء الجنى . والحب الضعيف مع الأمل فى نموه فى المستقبل يفضل الحب العظيم الذى لن ينمو . ويجب هنا الانسى ان الحب هو خير الافتتان . الأول وجدانى تعقل . والثانى غريزى شهوى . بل هما احياناً متناقضان بحيث إذا زاد الحب ضعفت الشهوة .

ويجب أن يكون للقيم والاوزان البشرية التفضيل على القيم والاوزان الاجتماعية فى اختيار الزوجة . فالجمال والصحة والذكاء قيم بشرية ويجب أن تفضل لذلك على الثراء والمكانة والثقافة لأن هذه قيم اجتماعية . ولكن من الحسن ألا يختار الشاب فتاة من غير طبقته الاجتماعية أو دون ثقافته . لأن التفاوت هنا يعنى تفاوتاً فى الذوق والعادات والاتجاهات . وإذا كان الاختلاف صغيراً فان النتائج لن تكون خطيرة . ولكنها تزدح إذا كان الاختلاف كبيراً . وفى بلادنا ، حيث تتجه العناية الى تربية الشبان دون الفتيات فى أغلب الحالات ، نجد هذا

الاختلاف واضحاً. ولذلك لا بد من التسامح والى كن مع النصيح للزوج بأن يعنى بتربية زوجته وتلميحها إلى ترقية شخصيتها وزيادة ثقافتها.

والتوفيق بين الزوجين لا يتأتى مع الحماية أو الحى من أية الناحيتين ولذلك يجب أن يعيش الزوجان مستقلين فى بيت منفصل عن الآباء والأمهات . فاذا لم يكن هذا ممكناً للظروف الاقتصادية مثلاً فيجب على الأقل أن تعرف هذه الحقيقة وأن يؤسس البيت مع اعتبار هذه « الضرورة » التى تواجه كما لو كانت صعوبة قهرية لا مفر منها . وبهذا الاعتبار يمكن أن تواجه المواجهة السليمة وأن توزن الوزن الصحيح .

وكل ما قلناه عن الشاب ينطبق أيضا على الفتاة .

ويجب على الزوجين أن يجعلوا من البيت متحفاً وليس مأوى فقط . فاذا جاء الاولاد صار معهدا حراً للجميع آباء وأولاداً فلا سيد ولا مسود . ويجب أن تقتنى التحف الفاخرة وتبهاً الغرف بأعلى الأثاث حتى يجذب البيت الزوج ويصير مرتكز نشاطه واهتمامه . كما يجب أن يكون البيت مضيضة راقية يجد فيه الزائرون متعاً مختلفة من الرسوم الفنية والموسيقى العالية إلى السمر المنير والمناقشة المربية .

والنجاح فى المجتمع يأتى بعد النجاح فى العائلة وهو يحتاج إلى

أن ندرس المجتمع باتباع السياسة العامة ، عالمية وقطرية ، وإلى أن نطابق بين مصالحنا ومصالحه حتى لا يكون تنافر ، هذا التنافر الذى يبلغ القمة عند المجرمين . لأن المجرم يتصرف وهو على غير وفاق مع المجتمع ويصل إلى غايته وهو على تنافر مع الأساليب الاجتماعية .

والنجاح الاجتماعى يقتضى العناية بالاصدقاء ورعايتهم وتجنب التفريط فى صداقتهم . وقد يكون الاهتداء إلى صديق وملازمته أمتع متعة فى الحياة .

والمجتمع يحتاج إلى المزاج الانبساطى أى مزاج ذلك الشخص الذى يحب الاختلاط ويغشو الاندية والمطاعم والمسارح والمصايف ويميل إلى الزيارات

وصاحب المزاج الانطوائى ينفر من هذه الانبساطية ، ولكن عليه أن يتمرن على ممارستها إلى حد ما . كما يجب على صاحب المزاج الانبساطى أن يتمرن على ممارسة الخلوة والقراءة والدراسة والتفكير إلى حد ما .

والخلاصة أنه يجب على كل شاب أو شابة أن يسأل نفسه : هل أنا نجحت فى حل هذه المشكلات الأربع : الحرفة والفراغ والعائلة والمجتمع ؟ وإلى أى حد بلغ نجاحى ؟

الرجل والمرأة والزواج

نحن نعيش في بيوتنا أكثر مما نعيش خارجها ، ولن تهنا حياتنا لهذا السبب إلا إذا عنيينا أكبر العناية بأن نجعل بيوتنا حاوية لصنوف الراحة والرغد . وحياة العزوبة هي حياة ناقصة قليلة الاختبارات والمتع . والمتزوج قد لا يطول عمره أكثر من الأعزب ولكن حياته أعرض . وهي أعرض بالمسرات والأحزان التي لا يعرفها الأعزب

ومعظم العمر نقضيه مع زوجة قد عرفناها في الأغلب بعد سن العشرين أو الثلاثين ، وقد عاش كل منا قبلا في بيئة تختلف عن البيئة التي عاش فيها الآخر ، ولذلك ليس بعيداً أن نصطدم وأن تحفل الحياة الزوجية بالمتاعب

ولكن هناك ما هو أخطر من هذا ، ذلك أننا نعيش في مجتمع اقتنأى تحاسدى يجعل الأنانية فضيلة ويحملنا على المباراة واقتناء المال . ثم يشملنا هذا الروح فتعود الأنانية والرغبة في الخطف والاقتناء والحسد والحقد والبعد عن الحب والتعاون ، كل هذا يعود كما لو كان هو الطبيعة البشرية الأصلية . فإذا تزوجنا عاملنا الزوجة وفق ما تعلمنا وتربنا عليه في المجتمع ، فنطالب الزوجة بالخضوع ، ونطالبها بأن تخدم ملذاتنا ، ثم نلتذ

ملذاتنا على انفراد نفسى وفي خطف ونهب كما كنا ، ولا نزال ،
نعيش فى المجتمع

وليس هذا المجتمع الذى وصفنا جديداً ظهر فى عصرنا ،
إذ هو قديم قد رسخت أخلاقه فى سلوكنا وتصرفنا ، وهو يشقى
حياتنا الزوجية . وله علامات تخفى أحياناً على الناقد فضلاً عن
عامة الناس . فان أنوقراطية الرجل ورغبته فى أن تكون زوجته
أداة للذة يقابلها دلال المرأة وغيرها الجنونية من الاوهام
والحقائق . وكلاهما يسير بروح الاقتناء والخطف كما لو كان
كل منهما تاجراً يشتري رخيصةً لى يبيع غالياً

وأسوأ ما تعلناه من هذا المجتمع الأنانى التحاسدى
الاقتنائى الذى نعيش فيه اننا ننظر إلى المرأة جنسياً بدلاً من
أن ننظر اليها إنسانياً . فهى امرأة فقط وليست إنساناً ، نعى
إننا نفتديها كي تخدم ملذاتنا وتغسل أولادنا فهى ليست الانسان
المتعاون الصديق الزميل الذى نرافقه ونصادقه ، ولذلك كثيراً
ما تستحيل البيوت إلى مطاعم أو فنادق للأكل أو النوم فقط .
وهذا المنظر يوم الكسب للرجل ، ولسكنه فى صميمه يعود عليه
بالخسار أيضاً حتى من ناحية اللذة الجنسية ، إذ هى فى هذا
النظام تنقلص إلى الخطف والنهب فتجربى وكأنها صرع تشنجى ،
أو كأنها طرب جنونى ، يغمر الجسم فى عجل ثم ينطفئ فجأة

لذة عابرة خاطفة لا نذكرها بالحنان والحب والصدقة ولكن بالخطف وأحياناً بالقسوة والاعتصاب . وكثير من الشذوذات الجنسية لهذا السبب يعود إلى المبالغة في الانسياق في الصفات الاجتماعية التي يطالبنا بها النجاح في الكسب والوجاهة والتفوق . إذ أن هذه جميعها تحتاج إلى الخطف والنهب والقسوة والحسد والأناية بل أحياناً إلى الغش . والشذوذات الجنسية هي في صميمها غش .

واللذة الجنسية هي في صميمها وفي أسلوبها نقطة التبلور لاتجاهنا الاجتماعي وأخلاقنا الاجتماعية . فليذكر هذا كل شاب وكل فتاة .

ومن هنا الكثير من الرذائل التي تحسب في ظاهرها رذائل روحية ولكنها في باطنها رذائل اجتماعية . فإن الشاب الذي يخشى أن يتزوج الفتاة المتعلمة إنما هو في صميمه يخشى المساواة التي لم يتدرب عليها في المجتمع . إذ هو نشأ في مجتمع قد غرس فيه الرغبة في التفوق والتسلط والأناية والخطف والخوف . فكيف يمارس كل هذه الصفات في حرفته ومعاملته وينساها في الزواج ؟ فهو يعامل زوجته تلك المعاملة الخبيثة التي تعلمها من البغي حين كان يؤدي ثمن لذته بالقرش والمليم ويخطف هذه اللذة خطفاً . وهذه المعاملة ترسخ فيه فلا يعرف كيف يغيرها ، ولو أنه كان

قد نشأ بروح التعاون والحب والمساواة لكانت اللذة الجنسية نفسها لا تتم إلا بهذه الصفات ، وعندئذ كانت تكون متبادلة هنيئة الزوجين .

ولهذا أصبح الزواج كأنه صفقة بيولوجية تتم بين الرجل والمرأة لا يسودها الحب والثقافة . أجل ، الحب والثقافة وكلاهما لا يعرفه الحيوان .

ولكن حتى المقارنة بيننا وبين الحيوان لا تدل على أن الكسب في جانبنا ، لأن أقل ما يقال في الحيوان أنه ينساق بغريزته الساذجة الفطرية وليكن نحن نفسد هذه الغريزة بوجدان المجتمع الانفرادى القائم على الخطف والخوف والنهب والحسد والاعتصاب . فنحن لا نتعاون في اللذة الجنسية بل نتخاطف في طرب ماني وصرع وقى سرعان ما نفقدهما ونعود إلى ما يقارب اليأس والجمود والنفور .

وان يتحقق الهناء الزوجي إلا بعد أن يعيش النساء والرجال في تعاون وما يجلبه هذا التعاون من حب وأخاء ومساواة وطمأنينة وأستبشار بالمستقبل . لأن المجتمع الذي نعيش فيه في الوقت الحاضر يشقينا بالقلق ، فنحن نقلق ونخاف ، نخاف من الفقر والمرض والهزيمة في المباراة الاقتصادية والافلاس ، وكل هذه الصفات تنتقل إلى العلاقة الجنسية ، فتعود هذه العلاقة قلقة غير مطمئنة .

أى أن نظامنا الاجتماعى ينتقل بأساليبه إلى نظامنا الجندى .
فاذا كنا نخاف من الدنيا ونهرول ونخطف ونقلق ونحسد ونؤثر
أنانيتنا على مصلحة اخواننا فى المكتب والمتجر والسوق والمصنع ،
فاننا ننقل كل هذه الصفات إلى العلاقة الجنسية ، فلا نستمتع
بالغريزة الفطرية التى يستمتع بها الحيوان بل نفسدها بوجدان
سىء من حياتنا الاجتماعية السيئة .

ولذلك نحتاج ، كى تنهأ الحياة الزوجية وتزول الشذوذات
الجنسية إلى مجتمع تعاونى سوائى يقوم على الحب وليس على
المباراة ، أى يجب أن نعيش فى نظام اشتراكى وأن يتعلم الرجال
والنساء منذ ولادتهم إلى وفاتهم ، الاختلاط والتعاون والمساواة ،
وأن نطمئن على عيشنا فلا يكون هناك قلق يغمر شخصيتنا
ويحملنا على الهرولة والخطف : هرولة وخطف فى المجتمع
يؤديان إلى هرولة وخطف فى التعارف الجندى .

فاذا تم هذا أى إذا تغيرت « الطبيعة » البشرية ، وهى فى
صميمها طبيعة اجتماعية ، وإذا تساوى الرجال والنساء ، عمت
الطمأنينة وزالت الرغبة فى التسلط . وعندئذ تنهأ الحياة الزوجية
وترقى على أسس من التعاون والحب والثقافة ، فلا تكون
غريزية كالحيوان ولا شقية بالوجدان الاجتماعى السيء الحاضر .
فوتخرج المرأة من انشويتها الضيقة إلى ميدان الإنسانية الواسع .

كيف نصادق زوجاتنا

الصداقة ضرورية لكل إنسان ، إذ أننا نجد من الصديق سلوكى ومؤانسة وانحيازاً نحتاج إليها فى حالى الضيق والسعة على السواء . . . ونحن نتخير أصدقاءنا عادة بحيث يتفقون معنا فى الرأى ، أو يتكافأون معنا فى الثقافة وأسلوب العيش . . . وبعبارة أخرى أن نصادق من نختلف معه فى كل هذه الأشياء

وكثيراً ما نتجنب حتى أقرباءنا بل وإخوتنا إذا وجدنا أننا لستنا وإياهم على وفاق فى أسلوب العيش أو الرأى ، أو العقيدة ، أو الثقافة ، أو الدرجة الاجتماعية

وفى مصر حيث لا يزال الاتجاه العام يميل إلى تمييز الشاب على الفتاة فى التعليم ، نجد أن التكافؤ الثقافى بين الزوجين معدوم وأن الهوة بينهما كبيرة ، ومن ثم تكاد تنقطع بينهما أسباب الصداقة .

والرجل قد يعيش مع زوجته نحو أربعين أو خمسين سنة . وليس هذا العيش سهلاً إذا لم تكن هناك صداقة تربطهما . ولذلك غالباً ما يتجه الرجل إلى خارج بيته حيث الأصدقاء من الرجال يقاعدهم فى القهوة ، أو فى النادى ، ويجد فيهم بديلاً من الزوجة .

وفي أوربا تتعلم المرأة كالرجل تقريبا ، ولذلك يتكافأ الزوجان في الثقافة ، فنصبح المرأة وإذا بها ليست زوجة فحسب ، بل صديقة لزوجها أيضا . يشتاقي كل منهما إلى رؤية الآخر ، ومجالسته ، ومحادثته ، ويخرجان معاً ، ويقرآن الكتب التي يشتريها أحدهما معاً ، ويناقشان موضوعاتها . .

وإلى أن نصل إلى هذه الحال ، أى إلى أن نسوى بين تعليم الشباب والفتاة ، بلا تفرقة أو تمييز ، نحتاج ، نحن الأزواج ، أو المرشحين للزواج ، إلى أن نرفع زوجاننا إلى مصافنا في الراى والمعرفة والثقافة ، وليس هذا بالأمر الشاق كما يتوهم القارىء والمهندس مثلاً لا يحتاج إلى تعليم زوجته دقائق الهندسة الآلية أو الكيماوية . . والمحامى ليس بحاجة إلى أن يشرح لزوجته فقه القانون الرومانى . . والطبيب لا يحتاج إلى أن يدرس لها الفسيولوجية . . ليس هذا ضرورياً وإن كنا قد رأينا أزواجا استطاعوا أن يشركوا زوجاتهم حتى فى هذه الأشياء الفنية . .

ولسنا فى صداقتنا لزوجاتنا ، نحتاج إلى كل هذا وإنما نحتاج إلى أن نتحدث إليهن عن شئوننا المهنية ، حتى نثير استطلاعهن ونبعث فيهن الشوق إلى التعرف على أعمالنا

وأولى من هذا وأسهل أن نجعل الجريدة ، والمجلة ، والكتاب

بعض أثاث البيت ، نشترها في عناية ، ونختار منها الأحسن
والأنفع ونقرأها مع زوجاتنا ونناقش ما فيها من شؤون سياسية
أو اجتماعية . وبهذه الوسيلة يتقارب الزوجان تقارباً ذهنياً ،
ويتفقان على مبدأ في الرأي والعقيدة .

وقد يقول القارئ إن الحديث عن السياسة أو قراءة
الجريدة ليس كل شيء في التكافؤ الثقافي الذي يؤدي إلى الصداقة .
ولكن هل هذا القول صحيح ؟

أليست السياسة كل شيء في أيامنا هذه ؟ أليست هي التي
تسيطر على حديثنا وتثير اهتمامنا ؟

والكلام في السياسة هو في عصرنا هذا حديث في العلوم ،
والاجتماع ، والاقتصاد معاً . . فالقنبلة الذرية والغلاء والاستعمار
والانقسام في الهند واحراق المحاصيل في أمريكا وأثمان البترول
والطيران واضراب العمال ، كل هذا وغيره قد أصبح من صميم السياسة
ومتى شرعت الزوجة التي لم تلق عناية كثيرة قبل الزواج
بتعليمها ، في قراءة الجريدة مع زوجها ، ووجدت منه المفسر
والموضح الذي يستخلص لها المغزى ، فلن تمضي سنوات حتى
حتى تكون على تكافؤ يكاد يكون تاماً مع زوجها ، نورا وعرفانا
ورأياً واطلاعا . وعندئذ تسعد هي بصداقته كما يسعد هو بصداقتها

أعرف رجلين يختلفان في المهنة وأسلوب العيش تزوجا أختين على قدر متساو من التعليم . وهو تعليم ابتدائي قليل النفع سريع الزوال . ولكن أحد الزوجين جعل زوجته شريكته في المجلة والجريدة . والآخر لم يبال هذا الاشتراك . وقد مضت عليهما إلى الآن نحو ١٥ سنة ، فماذا كانت النتيجة ؟ الأولى تقرأ وتناقش وهي صديقة زوجها ، عندما يقعد إليها يجد أن الحديث يرتفع من القيل والقال إلى موقف ترومان ووالاس ، واتجاه الوفد في المعاهدة ، وموقف روسيا والقنبلة الذرية ، والفرق بين حزب العمال وحزب المحافظين الخ .

أما الأخرى فقد نسيت القراءة تماما ، ولذلك هجرها زوجها إلى القهوة ، وأخذ يعيب عليها جهلها !

ولا شك أن المدارس في المستقبل ، ستغنيينا عن هذا الجهد عند ما تعنى برفع مستوى الزوجة إلى مستوى الزوج بمحو الفروق التعليمية بين الجنسين . ولكننا الآن في حاجة لأن يعنى كل زوج منا بزوجه حتى يعلمها ، ويشير اهتمامها ، ويوقظ ذهنها .. وخير الوسائل الموقتة لذلك هي الجريدة والمجلة . . . والمجهود الذي يبذله الزوج في هذا السبيل ليس مجهوداً ضائعاً ، وحسبه أنه بذلك يكسب صداقة زوجته ، تلك الصداقة التي تفسح له آفاق السعادة الزوجية والهناء العائلي .

مجتمعنا الانفصالي الحاضر

نحن اقل مسرات ومباهج من الأوروبيين لأن هؤلاء يلقون الدنيا في صراحة أكثر منا . ونحن بالمقارنة إليهم نوارب وندارى كأننا ملوثون بتهمة نخشى أن تفتضح . يعيش رجالنا منفصلين من النساء لهم مجتمعهم الخاص ومسراتهم الخاصة فاذا كانت هناك علاقة بين الجنسين فهي ليست علاقة الانسة والرفقة والزمالة الاجتماعية كما هي الحال في الأمم المتقدمة . وإنما هي العلاقة البيولوجية البدائية التي قد ترتقى أحياناً إلى انسة اجتماعية محدودة بالبيت . ولكن ما أصغرها وأضيقتها .

كل هذا لأننا نعيش في مجتمع انفصالي الرجال ينفصلون من النساء .

والأثار التي يخلفها هذا الانفصال لا تقدر . فان الزمالة الزوجية التي تعد شرطاً ضرورياً للحياة السعيدة بين الزوجين ليست من المعجزات التي تباغتهما منذ العرس . لأن هذه الزمالة تحتاج إلى مراة قد حرم منها شبابنا وفتياتنا لأننا حرمنا الاختلاط بينهما قبل الزواج . فأصبح كل منها منكفئاً على نفسه له عقليه خاصة وأحاساسات نفسية خاصة كأنه مخلوق من كوكب آخر .

ولذلك يلتقيان بعد الزواج وهما غريبان يحتاج كل منهما إلى مجهود جديد للتوفيق في الحياة المشتركة الجديدة .

والأوربيون يختلطون . يتعلمون وهم صبيان في مدرسة واحدة . وأحياناً يتعلمون معاً أيضاً في المدارس الثانوية . أما الجامعات فالتعليم على الدوام مشترك لا ينفصل فيه جنس من آخر . وهذا إلى الاختلاط بالضيافة التي لا تنقطع . ولذلك ينشأ الشبان والفتيات على دراية ومعرفة فاذا دخلوا في بيت الزوجية كان دخولهم على نور وهدى وليس بمثابة الكشف عن أرض مجهولة كما هي الحالة الأسيفة عندنا .

ومنع الاختلاط بين الشبان والفتيات يعقب أثاراً من الأمراض النفسية يعرفها الدارسون لهذا الموضوع . لأن هذا الفصل يحنح بالشباب أيام المراهقة إلى الاستسلام للخيال الذي لا تزرده ولا تحده حقائق الاختلاط ولمس الواقع . فهو ينتقل من خيال إلى خيال ، ويشطح ويتطوح إلى أن يحدد نفسه يوماً وقد بعد إلى منأى تخصب فيه الشذوذات الجنسية التي يشق عليه . وأحياناً يستحيل ، أن يتخلص منها حتى بعد الزواج .

ونحن الرجال نحتاج على الدوام إلى الاختلاط بالجنس الآخر منذ أن نولد إلى إن نموت . لأن أقل ما يقال في تبرير

هذا الاختلاط أنه هو الوضع الطبيعي الذي يجب الإبقاء عليه
وضع اجتماعي . والشباب المختلط ، زيادة على أن غرائزه تبقى
سليمة بعيدة عن الشذوذات ، يرقى شخصيته بالاختلاط بالجنس
الآخر إذ هو يعنى بلباسه واغتته وصحته لأنه يحب أن يبدو بأحسن
ما يستطيع حتى يجلب الإعجاب والرقّة من الجنس الآخر . بل
هو يرقى ذهنه ويربى حواسه لهذا الغرض أيضاً . ونحن نستطيع
بالفراسة السيكولوجية أن نعرف الشباب المنفصل الذي لم ترق
نفسه وحواسه وذهنه بالاختلاط الجنسي .

وأول ما نجد فيه اهمالا في هندامه إذ هو لا ينتظر إعجاباً
ولا يتكلف عناية لجلب هذا الإعجاب من الفتاة . وهو يؤمن
بالشهوة لا الحب . لأنه لم يسامر قط فتاة ولم يعرف قط أن
للفتيات ميزات روحية ونفسية وثقافية وذوقية وأهن يمتز
أيضاً بالشجاعة والتضحية والشرف .

ومثل هذه الحال التعسة تكون أيضاً عند الفتاة المنفصلة
مع الاختلاف الذي تقتضيه ظروفها . بل هي أئس من الشباب
لأن حبسة البيت أسوأ أثراً هنا . والشباب مع انفصاله لا يحبس
في بيته . ولذلك تفقد الفتاة حيويتها ويستولى عليها جمود ينقص
أن لم يبلغ جاذبيتها . مع أن مواهبها الطبيعية في الجمال قد تكون

كبير جداً . ثم تسودها عقلية المنع والانسكاف . لأن الأحجام
المادى يتشعب من بؤرته فى البيت إلى الوان من الأحجام الذهني
والنفسى « فيجب ألا تنظرى ويجب ألا تقرئى ويجب ألا تعرفى » الخ .
وقد أكون قد بالغت فى وصف المساوىء التى تعود من
الانفصال بين الجلسين لأن الحدود والسدود قد تحطمت إلى
حد ما . ولكن يجب أن نسلم أنها مع الأسف لاتزال قائمة فى
كثير من أوساطنا . وهى أحياناً ، مع تحطمها فى الواقع المادى ،
لاتزال قائمة فى بعض الأذهان والنفوس .

يجب أن نعد الاختلاط جزءاً من تربيتنا العامة وأن ندعو
إلى التعليم المختلط فى المدارس الابتدائية وإلى تشجيع الضيافة
الراقية بل أيضاً إلى غشيان المطاعم والقهوات العامة مختلطتين .
وعندما ينتقل مجتمعنا من حال الانفصال إلى حال الاختلاط
سوف نحس أننا أمة متمدة . وسوف يربينا الاختلاط ويحدث
بيننا زمالة واحتراماً ، ثم يودى إلى الحب . أجل هذا الحب
المكشوف الصريح الشريف الذى لا يحتاج إلى اختلاس النظر
من خلف الأبواب والأستار .

الحياة الفنية للمرأة

كل ما قلناه عن الرجل في الفصول السابقة ينطبق أيضا على المرأة وقد نهينا عن ذلك في كلامنا عن العائلة والمجتمع . ولكننا نحتاج مع ذلك أن نعالج الحياة الفنية للزوجة لأننا في مصر قد ورثنا من التقاليد أخطاء كثيرة ألغت المرأة من مجتمعنا وغيبتها عن وجداننا . وقد كوشت هذه التقاليد بتعميم حرية المرأة ، وانتشار المدارس إلى حد بعيد . ولكن لا يزال لهذه التقاليد روااسب إذا لم ترتفع إلى وجداننا الذهني فانها لا تزال تصبغ عواطفنا وتؤثر في حياة المرأة

والحياة الفنية للمرأة تقتضي أن تعمل كالرجل . فنحترف حرفة ما ترفعها من الأشوية إلى الإنسانية وتربها طوال العمر وتحملها على النمو والابتاع النفسى ، كما تقتضيها الاتصال بالرجال . ونحن الرجال لا نستطيع أن نتخيل أنفسنا منفصلين عن المجتمع ومحرومين من الحرفة لأننا نعرف أننا في هذه الحال نسقط سقوط اليأس الذى لا نهض منه . ذلك لأن الحرفة والمجتمع يربيانا وهما من أكبر الدوافع لارتقائنا الذهني والنفسى بل والجسمى .

وقليل من المقارنة بين امرأة لزمت البيت وحرمت من المجتمع ، وأخرى عملت في حرفة واختلطت بالمجتمع ، مدة عشر سنوات مثلاً ، يوضح لنا مقدار الفرق العظيم بينهما . فإن قيم الحياة الى حد عظيم قد ألغيت عند الأولى بينما هي قد روعيت عند الثانية . ولذلك بينما تركد الأولى وتسمن وترهل لقلة حركتها ، وتضيق آفاقها الذهنية والنفسية ، تنشط الثانية في عملها وتستبقى نحافتها وعصليتها وتتسع آفاقها الذهنية والنفسية

وليس لأحد منا أن يؤمل في القريب أن تستوى المرأة بالرجل فانها لم تصل الى هذه الحال في أوروبا وأمريكا الى الآن . ومع أن قوانين الدول هناك تنص على المساواة فان قواعد المجتمع تأبى هذه المساواة . وفي مصر لا تزال الحرفة مكروهة عند المرأة وكثيراً ما تخرج منها عندما تلوح لها الفرصة كما نرى في بعض الملاحظات مثلاً . ولذلك فاننا عندما نعالج مركز المرأة في مصر نتجه الى البيت كأنه كل شيء . وهو ، في وضعها الاجتماعي القائم عندنا ، يكاد يكون كذلك . وانما الذي ننساه هو أن البيت للمرأة وليست المرأة للبيت ، أى يجب أن يعد البيت لراحتها ورقيا وسلامتها ولا يضجى بها من أجل الطبخ والكنس والغسل .

والبيت في مصر كثير الأعباء مرهق التكاليف كثيرا ما يشبه
الورشة في إرهاقه وتعدد واجباته الصغيرة . كما لا يزال المطبخ
والمغسل ورشتين صغيرتين لا ينقطع العمل منهما طوال النهار
وبعضا من الليل . وربة البيت مضطرة إلى الاشراف عليهما
إذا لم تبشر بنفسها العمل فيهما . وهي في كلتا الحالتين تقطع
من وقتها وفراغها ما كان أخرى أن تنفقه في ترقية شخصيتها
بالدراسة والاختلاط والالتفاف المشمر بالفراغ

وتستطيع المرأة المصرية أن تمتنع باختبارات المرأة
الأوربية هنا فان هذه تخص يوما أو يومين للخروج مع زوجها
وأولادها والغداء أو العشاء في المطاعم . كما أنها تخص يوما أو
يومين في الأسبوع لتناول الأطعمة المعلبة التي تستغنى بها عن
الطبخ ! والخروج الى المطاعم يتيح الاختلاط كما أن اقتناء
العلب العديدة الوفيرة للأطعمة يتيح الفراغ الذي تستخدمه
ربة البيت في تشقيف ذهنها أو في أى استمتاع آخر

ولذلك ارتقت بعض المطاعم في أوروبا حتى ليصح أن يقال
أنها ليست لتزويد زائريها بالطعام فقط . اذ لا يخلو مطعم منها
من جوقة موسيقية كما أنها في ترتيب موائدها واختيار آنياتها
وتزيين جدرانها والتألق في الطبخ تبلغ القمة . وتناول الطعام

فهيها ليس لتوخي الشمع المعدي ولكنه قبل ذلك متعة فنية أنيقة .
وكثيراً ما تعود الزوجة من المطعم وقد درست درسا نافعا في
طبخ أحد الألوان أو ترتيب المائدة ، وهذا الى فوائد أخرى في
الاختلاط بالأصدقاء أو الاستماع للموسيقى

كما أن الأطعمة المعلبة تتنوع وتتعدد إلى حد لا يتخيله في
مصر حيث نكاد نقتصر من هذه الأطعمة على السردين . فانهم
في أوربا وأمريكا يعلمون جميع اللحوم والخضراوات والأسماك
فتستطيع ربة البيت أن تحضر طعام اليوم كله دون أن تحتاج
إلى طبخ . بل أن كيزان الذرة نفسها توضع في طلمب . وزيادة
على هذا تباع الفراخ منظفة فلا تحتاج الى عناء الذبح والتنظيف
في البيوت كما هي الحال عندنا حيث نشترى الفراخ حية ونذبحها
ونحيل المطبخ بريشها وأحشائها إلى مزبلة

وإذا شئنا الترفيه عن المرأة المصرية في البيت حتى تجدد
الفراغ الذي تحتاج اليه كي ترقى شخصيتها وتنير ذهنها وتوسع
آفاقها ، فاننا يجب أن نعاونها على ذلك بغشيان المطاعم والاعتماد
على الأطعمة المعلبة واحالة النسل إلى المغاسل كما نحيل السكى الى
المكاري . وبهذا تخف أعباء البيت التي ترهق في الوقت الحاضر
آلافا من نساء الطبقة المتوسطة

وبالطبع لا ننسى هنا كثرة الأولاد أى الإسراف فى التناسل الذى يرهق الأمهات ويستنفد كل مجهودهن بحيث لا يبقى لهن من القوة ما يتوفرن به على عمل آخر . وقد توافرت وسائل الضبط للتناسل كما أصبحت مأمونة . ولا عذر للزوجين فى إهمالها لأن هذا الإهمال سينعكس أثره فى الزوجين اللذين سوف تصدمهما حقائق الحاجات الاقتصادية فيعجزان عن توفير الصحة والتربية الأولاد بل أيضا لهما . لأنهما هما أيضا فى حاجة الى صحة وتربية وعلى ذلك نقول أن الحياة الفنية للمرأة ، اذا لم تسكن تعمل مستقلة ، أى طبيبة أو معلمة أو ممرضة أو تاجرة ، تحتاج الى الاقتصاد فى عمل البيت من ناحية ، وفى عدد الأولاد ، من ناحية أخرى

العادات

نحن نعيش بالعادات . عادات العمل وعادات الفكر . ولكل منا عاداته الخاصة ، الحسنة أم السيئة ، في المشى والحديث والأكل والتفكير أى أنه يتخذ أسلوباً أو أساليب فى كل ما يعمل . وهذه الأساليب تلتصق به طوال عمره .

وقد كان ولنجتون يقول عن العادة أنها ليست طبيعة ثانية كما هو المثل الجارى إذ هى تزيد على الطبيعة عشر مرات . وعادات التفكير لا تقل خطورة عن عادات العمل . فان الناس يختلفون تفاؤلاً أو تشاؤماً بالدنيا وصروفها لعادات فكرية تعودوها ولا يطيقون التخلص منها . وكلنا يعرف ذلك الشاب الذى يتسم بالتهكم أو المزاح فيشغل عايننا باستصغاره لكل ما نفعل أو يملأنا طرباً ببنكانه ونوادره . وهناك بالطبع ذلك الآخر الذى تعود الوقار فيكاد يجهل الضحك . ثم هناك آخرون قد تعودوا الانتقاد أو حتى المنافرة فهم على الدوام فى موقف المعارضة والمناقضة . ثم هناك ذلك الذى تعود المخاصمة فلا نعرف كيف نحادثه لأننا نتوقع منه كل وقت لوما لنا فى غير ما نستحق أن نلام عليه .

وجميع هذه الأخلاق عادات ذهنية يتعودها أحدنا ، في الغالب ، أيام طفولته فتثبت ولا تتركه طوال حياته .

ولكن كما تثبت العادة السيئة كذلك تثبت العادة الحسنة . ولذلك يحتاج كل منا كي يعيش في اقتصاد ذهني وجسمي ، وفي ملاءمة بينه وبين الوسط الاجتماعي أو المادي ، أن يتعود العادات الحسنة أي عادات الأكل الصحي والدراسة الدائمة والعمل المجدي والتسليمية المرقية والمعاملة او المعاشرة الاجتماعية التي تنأى عن الشر .

وميزة العادات ، زيادة على أنها تثبت وتلصق بنا ، أنها تجعل العسير من الأعمال سهلاً محبباً إلى النفس . وصحيح ان عاداتنا العامة التي تحرك غرائزنا وتذشط عقولنا تأتينا عفواً بعضها أيام الطفولة وبعضها بعد ذلك . ولكن ليس معنى هذا اننا نعجز عن تكوين العادات الحسنة اي نكونها بارادتنا وعلى وجدان تام بمنفعتها وضرورتها لنا .

والهدف الذي نقصد اليه من تكوين عادة ، ان نقصد في مجهودنا حتى نستطيع ان نؤدي مقداراً من العمل أكبر مما كنا نؤديه قبل تكون العادة ونستهلك من قوقنا أقل مما كنا نستهلك .

والرجل الحكيم لا يترك نفسه يعيش عفواً كما أنه مسوق

بالظروف والصروف . إذ يجب ان يعيش قصداً باهدافه
وعلى تقدير لمواهبه وكفاءته واستغلال لها بما يجعل حياته
مجدية ان لم تكن سعيدة . وهو محتاج ، لهذا السبب ، إلى ان
يتعود العادات الحسنة التى تعاون على رقيه وتطوره .

واول ما نحتاج إليه فى تكوين عادة ما ان تقتنع بفائدتها
وضرورتها لنا . وهذا الاقتناع ليس محض الميل والاتجاه . إذ
يجب ان نعين الفوائد التى تعود علينا كتابة مع التفصيل الذى
ربما يحتاج إلى مراجعة وتفكير وتنقيح . اى اننا يجب ان نحس
اننا لم نأخذ بهذه العادة إلا بعد حكم قد وصلنا اليه عن وجدان
ويقظة . واننا بديننا هذا الحكم على اسباب قوية قد اقتضاها
« تصميم » حياتنا .

فاذا اقتنعنا بفائدة العادة شرعنا فيها . وحسبنا من هذا
الشروع ان نعمد الى يومنا ، اى هذا اليوم ، الى ممارسة العادة .
ثم نجدد العزم كل يوم على هذه الممارسة الى ان يؤدى التكرار
الى ثباتها . ولا بد من المشاركة بحيث لا يفوتنا يوم إلا ونحن فى
ممارسة لها .

وواضح اننا عند ما نختار عادة يجب ان تكون فى استطاعتنا
حتى لا تتجاوز طاقتنا . ثم يؤدى عجزنا الى تركها .

مثال ذلك : نفرض ان احدا قد بلغ الثلاثين وهو يجد انه مقصر في الدراسة وان زملاءه قد سبقوه فصار لهم مقام وحققوا كسباً ونالوا امانى لم يحصل هو عليها لتقصيره في الدراسة . وأنه ينوى ان يتعود عادة الدراسة .

فأول ما يعتمد اليه ان يعين هذه الدراسة ويوضح الاسباب التي تدعوه اليها . ويوضحها كتابة مع التفصيل والمراجعة حتى يقتنع بضرورتها .

ثم يبدأ اليوم ، هذا اليوم ، في هذه الدراسة .

ثم يثابر . والمثابرة هنا تعنى انه لا ينقطع .

وهو محتاج الى تشجيع . وقد لا يجد هذا التشجيع من

اخوانه . وعليه عندئذ ان يسجل نجاحه يوماً بعد يوم لأن هذا التسجيل يوضح له الخطوات التي خطاها نحو تحقيق اهدافه . فهو يزيده حماسة ونشاطاً واقبالاً .

وقد ذكرنا الدراسة باعتبارها إحدى العادات التي يجب على الشاب ان يتعودها . ولكن العادات الحسنة كثيرة . لأننا محتاجون الى عادات الرياضة البدنية ، والمحادثة بكلمات كريمة ، والاعتدال في الطعام مع التأني الذي يقتضيه التمدن ، وامثال ذلك مما قد تصغر قيمته عند ما نتأمله عملاً منفرداً ولكن

تكبر قيمته عند ما نتأمله عادة متكررة ، إذ قد يسهل علينا ان
نتحدث إلى احد الناس في لغة كريمة وكلمات انيقة إذا قصدنا
إلى ذلك وتكلفنا . وليكن لا يسهل ان نفعل ذلك مع جميع
الناس على سبيل العادة عفواً وسماحة . وكثير من النجاح يعزى
أحياناً إلى مثل هذه العادات .

التخلص من العادة السيئة

العادة كالنار إما خادمة حسنة وإما سيّدة مؤذية ، وكثيراً ما تسلط علينا عادات تملِكنا وتستبد بنا فنؤديها خاضعين ونحن على مضض من إلحاحها وعلى وجدان بما تبدده من قِوانا وحيويتنا .

وكثير من عاداتنا السيئة يعود إلى إهمال أبويننا في تربيَتنا حين عودونا التّدال وكرَاهة الاستقلال أو الخوف والاحجام أو حتى كراهة بعض الأُطعمة . فاني أعرف رجلاً بلغ الستين ولم يذق الجبن في حياته . وكرَاهته لهذا البروتين الثمين ترجع الى أيام طفولته حين أهمل أبواه تعويده تناول هذا الغذاء . وقد خسر كثيراً في صحته وماله بهذا الحرمان . كما ان هناك ناساً قد بلغوا الأربعين او الخمسين إذا رأينا هم يأكلون اشمازنا من الأسلوب الذي يتبعونه في تناول الطعام ومضغه .

واتجاهاتنا وميولنا هي عادات كامنة توجهنا نحو الجد أو المزاح . ونحو التشاؤم أو التفاؤل . ونحو الأقدام أو الاحجام وهي عادات نفسية لا تختلف من عاداتنا الجسمية في غسل الوجه أو السير في الشارع أو التحية لصديق . وهي ، أي هذه العادات

النفسية ، تعين سلوكنا وتصرفنا .

وبالطبع هناك عادات خطيرة كالتدخين أو الشراب أو حتى المخدرات والشهوات الشاذة . ونحن لانعالج هنا هذه العادات إذ هي تحتاج الى تحليل نفسى كى نصل الى الأزمات والتوترات التى أحدثت الالتجاء الى هذه العادات فرارا من الواقع المؤلم . وقد يكون التدخين أخفها فلا يحتاج الى تحليل . لأن الأغلب أن الشاب يقع فى هذه العادة لرغبة ساذجة فى تأكيد رجولته . ولكن اذمان التدخين يدل على توتر نفسى يحتاج الى التحليل .

وفى ابطال العادة ، كما فى تكوينها ، نحتاج قبل كل شىء الى الاقتناع . وهذا الاقتناع يحتاج الى توضيح العناصر كما لو كنا ندافع عن متهم ونوضح عناصر البراءة . وذلك كى يبنى الاقتناع على أسباب وجيهة . فاذا تم لنا ذلك فلنشرع فى التنفيذ ونقنع منه بيوم واحد .

فالمدخن الذى ينوى ابطال التدخين يحتاج الى ايضاح الأسباب ، كتابة ، لهذا الابطال . ثم عليه ان يقرر العزم على الامتناع يوما واحدا لا اكثر . فاذا تم له هذا اليوم فعليه أن يقرر هذا اليوم وعليه ان يسجل هذا الانتصار ، كتابة ايضاً .

ثم يحدد العزم على يوم آخر . وكلما مضى يوم ضعفت العادة وتراخت قبضتها على خناقنا .

ويجب على المدخن ايضا ان يستعين بالوسط . اى يغير الشارع الذى تعود أن يشرب منه . او لا يأخذ مؤونته اذا كان على قصد الابتعاد عنه أو نحو ذلك . ثم يجب المشاورة فلا يخرم يوماً يعود فيه الى عادته لأن هذا اليوم وحده يفسد جميع ايام الحرمان السابقة او يلغيها .

واذا وجد الشاب انه مع ذلك عاجز عن ابطال العادة السيئة فعليه بالتجليل النفسى حتى يصل الى الاصول الثابتة فى كামنته « عقله الكامن » فيكشفها وينفضها فى الهواء . وعندئذ يسهل الابطال .

ولكن العادة تحدث فى النفس شهوة . وابطالها كظم قد لا يطاق . وكثيراً ما رأينا آثار هذا الكظم فى مدمن الخمر حين يتأخر عن ميعاد شرابه . فانه يقلق فى مكانه . وقد يرتعش أو يعرق أو يغضب وهذا لأنه كظم الشهوة للشراب ساعة أو أقل أو أكثر فقط . فكيف بالابطال التام ؟

يجب على المدمن أن يأخذ بعادة أخرى قريبة او مناسبة للعادة السابقة التى أبطلمها حتى تعجد شهوته المكظومة المنفس

والمخرج . كالقهوة بدل التدخين أو الألعاب الرياضية بدلا من القمار أو الطعام قبل ميعاد الشراب حتى تمتلئ المعدة فلا يساغ الشراب . وإذا لم تنجع هذه الوسائل للاقلاع عن عادة سيئة فيجب ، كما قلنا ، الالتجاء إلى التحليل النفسى . وإذا لم يكن هذا متيسرا فلا بأس من الاعتماد على ما يسمى : « الانعكاس المعدول » أى إيجاد مركب نفسى سىء كأن نحقق شرب الخمر بحقنة مقيته قبل الشراب ثم نأذن له بكل ما يهوى من شراب كما وكيفا حتى إذا جرع كاسين أو ثلاثة انفى نفسه فى غشيان وقىء . فاذا صحا صار لا يشتهى الخمر إلا وفى نفسه هذا الجزع من الغشيان فيكره الخمر . وهذا هو ما تفعله الام مع طفلها الرضيع حين تحتاج إلى فطامه فاما تطفى الحلمة بسائل مر فيكره الطفل الرضاع لانه يقرن المرارة إلى الحلمة .

ولكن المرارة للحلمة ، والغشيان وقت الشراب ، كلاهما عمل سلبى أى أنه يكف ويذجر . والحاجة تدعو هنا إلى عمل إيجابى يخرى ويجذب . وهو عند الأم تقديم طعام سائغ للطفل . وكذلك يجب أن نقدم شيئا للسكير له قيمة نفسية ترفيهية تقوم مقام الخمر . ولكل إنسان ظروفه التى تعين العلاج . فقد يعالج أحدهم بالرفقة المنعشة مع أحد الأصدقاء . وقد يعالج آخر باهتمامات لذيدة تملك نشاطه وتوجهه .

وحياتنا كلها سلسلة من العادات الجسمية والذهنية والنفسية
فاذا قصدنا إلى أن نجعل حياتنا فنا جميلا فاننا نحتاج إلى
تعود العادات التي تؤدي إلى الاقتصاد في مجهوداتنا كما نحتاج
إلى عادات التأنيق ، نتأنيق في لباسنا وطعامنا ونصرفنا ، حتى نجعل
الكيف يأخذ مكان الكم ، فنطلب الكمال فوق الضرورة ونقصد
إلى الجمال في كل ما نتوخى من وسائل أوغايات .

عادة القراءة

تحدثنا في بعض الفصول السابقة عن القيمة العظمى لعادة القراءة . ولكننا مع ذلك نحتاج إلى التوسع في إيضاح هذه القيمة . وهذا الكتاب الذي نتوخى فيه جعل الحياة فنية يجب أن يحوى فصلا عن القراءة . لأن القراءة وحدها تجعل الحياة فنية في الكثير من معانيها إذ هي ترفع القارئ من الاعتبار المحلية ومن الضروريات المعيشية إلى قيم بشرية سامية وإلى كاليات وتأنقات ذهنية لا يحصل عليها الأمل أو ذلك القارئ الذي يحيل نفسه إلى أمل لأنه يكره القراءة .

وفي أيامنا يعد توافر الكتب والمجلات والجرائد من أعظم انتصارات الحضارة العصرية . لأنه قد جعلنا ، بالقراءة المثابرة ، على وجدان دائم بعصرنا وديننا فأتسعت آفاقنا الفكرية والعاطفية وحفلت حياة القارئ باهتمامات جديدة ومتجددة لم يكن آباؤنا يعرفون شيئا منها . فإذا لم تكن حياتنا أطول من حياتهم فإنها على الأقل بالقراءة ، أعرض وأعمق منها .

وواضح أننا نقصد هنا القراءة المنيرة المنبهة لا القراءة المظلمة المخدرة . فان هناك قراء وقارئات يشترون المجلة كما يشترون اللب أو اللبان للتسلية وقتل الوقت كما أن هناك مؤلفين قد

زودوا السوق « الأدبية » بهذه المخدرات التي تبهج العقل وتلغى الوجدان .

ولكن القارئ الذى يعنى بحياته يأبى التخدير لأنه لا يحب أن ينسى أنه حى . وهو يقرأ كي يزيد حياته حيوية وليس كي ينام ويتخدر . وهو يزداد بالقراءة سرورا واحساساً بالنمو . وقرآته دراسة مقصودة مرتبة على مراحل حياته كأنها البرنامج للنمو والتطور . والقارئ الذى يحس بعد سنوات من دراسته أنه لم يتطور يحتاج إلى المراجعة والتساؤل . لأن أغلب الظن أنه أساء فى اختيار الكتب وانغمس فى دراسات جامدة لا تبعثه على الرقى أو النمو أو التطور .

والقراءة الجزافية سيئة وهى كالأكل الجزافى . لأننا نحتاج فى الحياة الفنية إلى التنظيم والترتيب ووضع البرامج كي تفتح الميادين الجديدة . فالرجل المستنير لا يرضى لنفسه هذه الأيام أن يعيش على هذا الكوكب دون أن يحاول الوقوف على الطاقة الذرية ، كما لا يرضى لنفسه أن يجمل نظرية التطور ، التطور البيولوجى والتطور الاجتماعى .

وهناك عشرات من الموضوعات الحيوية التي لا يجوز لمستنير أن يهملها . وهى تستغرق الحياة كلها . بل أن المتعودين للدراسة

يحدون أنهم في شكوى دائمة من قلة الوقت . ولذلك لا يعرفون السأم وأهتمامهم متعددة متجددة .

والحياة الفنية تتجه نحو العناية بالفنون الجميلة قبل كل شيء .
أى بالأدب والشعر والموسيقا والرسم وما إلى ذلك . لأن هذه الفنون تزيدنا تألقاً فنتوخى الجمال في تصرفنا كما نتوخاه في بيتنا ، ولكن التعمق يقتضى ألا يقف أحدها من الدراسة موقف القارئ المطالع القانع بزيادة معارفه . إذ يجب أيضاً أن يشترك إيجابياً في ثقافة معينة تكون عنده كالبؤرة الأصلية التى تتشعب إلى ثقافات فرعية عديدة . وهو يحسن إذا مارس الكتابة عما يقرأ . يشرع أولاً بمراسلة بعض المجالات ثم يرتقى إلى كتابة المقالات ثم إلى التأليف إذا استطاع ذلك . ولكن يجب على كل حال أن يحاول الكتابة التى تزيده ارتباطاً بالثقافة وتحمله على زيادة البحث والاستقصاء لما يدرس .

وتم اعتبار آخر في قيمة القراءة أو الدراسة للحياة الفنية هى أنها أعظم الوسائل للاحتفاظ بشباب الذهن فى الشيخوخة . فالشاب الذى تعود قراءة الجريدة والكتاب أيام شبابه ثم واصل هذه العادة فى كهولته وشيخوخته يحتفظ بالكلمات ماثلة حية فى ذهنه حين تقلد العواطف فلا تحرك الذهن إلى التفكير

والاهتمام بل حين تأخذ خلايا المخ في التدهور وتعجز الشرايين الدقيقة المتصلة عن تغذيتها وتنظيفها . ففي هذه الحال يرافق الشيخوخة نسيان للكلمات يؤدي إلى تعطيل للتفكير . ولكن عادة القراءة كل يوم تجعل الكلمات ، كما قلنا ، ماثلة . ومتى مثلت الكلمات مثلت الأفكار . فيبقى الذهن شابا حيا وتعود الشيخوخة حافلة بالاهتمامات حتى ولو بلغنا التسعين أو المائة . ونرى هذا واضحا في جميع الأدباء أو العلماء الذين لم ينقطعوا عن الدراسة في شيخوختهم . إذ في الوقت الذي نجد فيه غيرهم قد تبدل ذهنه وجمد ، أو حتى خرف ، نجد أنهم لا يزالون يقرأون ويكتبون كما لو كانوا في الشباب . وقليل منهم من يمتاز بشرايين طرية أو صحة عامة تختلف من سائر الناس . ولكن ميزتهم الوحيدة هي الميزة اللغوية إذ قد احتفظوا بالكلمات فاحتفظوا بالمعاني أيضا وبقيت الأفكار حية عندهم تحركهم الى النشاط والاهتمام

ولذلك تعد القراءة خير ما نهى للشيخوخة . ويجب ألا يقل الاهتمام بها عن الاهتمام بالصحة الجسمية . بل ربما كانت هي أهم وأنجح لاستبقاء الحيوية عند المسنين . وعندنا من الأمثلة في مصر ما يبرهن على صحة قولنا . ففي هذا الوقت الذي أكتب فيه هذه الكلمات (١٩٤٦) يعيش عبد العزيز فهمي باشا في

السادسة والسبعين وهو محط الصحة الحسنية . ولكن ذهنه في شباب عجيب لأنه لم ينقطع يوماً عن القراءة الجدية . فالكلمات (أى الأفكار) ماثلة في ذهنه تبعثه على اهتمامات ثقافية مختلفة . وقد زرتة قبل شهرين فوجدته ينقل كتاباً عن القانون الرومانى إلى اللغة العربية . وهو يقرأه فى حماسة ويراجعه فى نقد وتغيير

ولذلك نحن على حق حين نقول أن صحة الذهن للمسنين أهم من صحة الجسم . ومداومة القراءة اليومية هى خير ما يؤدى إلى صحة الذهن . ونستطيع أن نذكر عشرات من المسنين استبقوا بالقراءة شباب أذهانهم . ولكننا نحب أن نغير كلمة القراءة ، فنقول الدراسة . لأننا نقصد إلى الجِد والتَّرتيب ووضع البرامج للتوسع ذهنى . ولا نقصد إلى القراءة التى تقوم مقام أكل اللب أو مضغ اللبان .

والبيت المتمدن فى عصرنا هو البيت الذى يعرف أن أنخر ما فيه من أثاث إنما هو الكتب . لأنها غذاء نفوسنا وعقولنا التى هى أحق بالعناية من بطوننا . ومن عجب أن هناك من يعد نفسه متمتعاً بحياته لأنه يأكل أنخر الأطعمة ويلبس أجود الملابس ولا يدري أن المتع البشرية السامة تتجاوز هذه الحاجات البيولوجية إلى الوقوف على ذلك التراث البشرى

العظيم من مؤلفات افلاطون إلى صلوات اخناتون إلى فلسفة
بوذا إلى دراسة الكتب المقدسة إلى تواريخ الأديان وحياة
القديسين إلى حقائق العلوم وتطورات الأمم وغير ذلك . وأى
شئ من أثاث المنازل عند المليونيين يعادل الذهب . المؤثث
بالاختبارات والنظريات والأفكار التى تبسط تاريخ المستقبل
فضلا عن تاريخ الماضى ؟

والقيم البشرية تعد على الدوام فى المرتبة العليا بالمقارنة
إلى القيم الاجتماعية . ولذلك لا يمكن أن يقارن الثراء والوجاهة
والمال وترف المنزل والمعيشة بالذهن الثرى بالثقافة المتمرن
على التفكير اليقظ بالوجدان العالمى . وذلك الشاب الذى يهمل
تعود الدراسة ويبدل فى شراء الكتب والمجلات يؤثر عليهم
الرياش النفيسة أو اكتناز المال إنما يبخس نفسه التى هى أولى
من أى شئ آخر بالانفاق بل بالإسراف فى الانفاق .