فلسفة التعمير فى الحياة

للدكتور فضل أبو بكر

وخوف الردى آوى إلى الكهف أهله
وعلم نوحاً وابنه صنعة السفن
وما استعذبته روح موسى وآدم
وقد وعدا من بعده جنتى عدن
« أبو العلاء المعرى »

التشبث بأهداب الحياة أمنية كل إنسان ، بل هدف جميع المخلوقات من الأحياء ، وهى ليست أمنية أو محض رجاء ، بل هى سعى وكفاح أزلى دائم بين تلك الأحياء تتنازع فيه من أجل البقاء ولأجل البقاء ، فينتصر فى هذا العراك الأقوى ويحرز النصر الأصلح على حساب الضعيف الذى لا تعد له الطبيعة حساباً ، كما سمعت صيحة أزلية داوية يتجاوب صداها فى خلال القرون « الويل للضعيف » ! وتنازع البقاء هذا هو علة العلل — هو سبب الويلات والحروب التى يشنها الأفراد كما تشنها الأمم بعضها على بعض من حين إلى حين كلما اشتدت وطأة هذا التنازع ، كما تشتد وطأة البراكين فتثور ثائرتها وتقذف حممها وهذا التنازع يغرى بالأثرة ويوعز بالأنانية التى تعد من أقوى الغرائز المتأصلة فى الإنسان ، وقد يخفف من وطأتها ويهذب بعض الشىء من شراستها القوانين الأخلاقية وما أنزل من السماء من كتب مقدسة تحث على الإيثار وتندد بالأثرة ، ولكن هيهات ! إذ الطبع يغلب على التطبع ، والغرائز لا يمكن استئصالها وإن كان من المحتمل تهذيبها

ألم يأتك نبأ الأم وقد خرجت من دارها مذعورة تحمل وحيدها على ذراعيها لما طغى الماء وهدد بالطوفان ؟ ! كانت ترفع فلذة كبدها إلى أعلى رويداً رويداً كلما زاد طغيان الماء وعلا منسوبه ولما قارب الماء وجهها رفعت الابن إلى هامة رأسها ، وما أن أدرك الماء الوجه منها وهددت بالاختناق والغرق ، حتى ألقت طفلها فى القاع لكى تعلو عليه فيقيها شر الخطر المحدق ولو إلى حين ! صحت بابنها لكى تنجى نفسها ولم تضعه فى تابوت مريح وتسعى عليه كما فعلت أم موسى ، وكما يقول المرحوم شوقى بك فى إحدى قصائده:

الناشىء على التعبير الفصيح وتذوق الأساليب العربية ، والفائدة الثانية أن يقبل على القواعد بعد ذلك شاعراً بالحاجة إليها لضبط ما عرفه ومرن عليه من الكلام .

ومن مغالاة الأستاذ فى هذا الصدد قوله : « أما البلاغة فقد أخنى عليها الذى أخنى على القواعد فبسطت بالحذف دون مراعاة جلال شأن المحذوف ، فقد حذف من أبوابها باب الفصل والوصل ولعله فى نظرنا أهم أبواب البلاغة والطريف أن للبلاغة تعريفات جمة منها أنها (معرفة الفصل من الوصل) ولو عرف كثير من الكتاب هذا الباب ووقفوا على أسراره ودقائقه لاهتموا بأن يقدموا للقارىء أسلوبا لا تتعادى فقره ولا تتجافى ألفاظه ولا تختلط فيه حروف العطف اختلاطا متنافراً متنا كراً » .

وأنا أقول له : إن الكتاب الذين يشير إليهم إن يقرءوا باب الوصل والفصل فى كل كتاب من كتب المعانى مائة مرة فلن يأتوا منه فى أسلوبهم بشىء ، إنما يعوز هؤلاء — كى يقدموا للقارىء أسلوبا لا تتعادى فقره .. الخ - أن يقرءوا الأدب العربى ويفهموه ويتذوقوه ويعيشوا معه حتى يكتسبوا منه سليقة يعرفون بها الفصل من الوصل وغير الفصل والوصل من مقتضيات البلاغة ، فالذى أفهمه من معنى أن البلاغة هى معرفة الفصل من الوصل أن الكلام البليغ ما يجىء فيه كل من الفصل والوصل فى موضعه ، فليس المقصود من البلاغة هنا أنها « علم بقواعد » .

وفى وسع أى كاتب أن يرد على هذا الكلام بمقال يبين فيه الفوائد التى لا تحصى من دراسة علوم البلاغة ، ولكن المحقق أنه لن يفكر وهو يكتب هذا المقال فى شىء من قواعد هذه العلوم ..

وبعد فثمة عامل من عوامل ضعف تلاميذ المدارس فى اللغة العربية لم أر أحداً نبه عليه ، ذلك أن فروع اللغة العربية من إنشاء وأدب وقواعد وتطبيق ومحفوظات ومطالعة وإملاء وخط — متعاونة كلها متآزرة كأعضاء الجسد .. الواحد إذا اشتكى فرع منها تداعى له سائر الفروع بالدرجات المكملات للنهاية الصغرى اللازمة للنجاح ... فالذى يقع من جراء ذلك أن التلميذ يهمل فروعا قد يجهلها جهلا تاما اعتمادا على تلك الوحدة الرائعة ..

فلا تعجب إذا رأيت تلميذاً ينجح فى امتحانات اللغة العربية وهو لا يستطيع كتابة سطر بأسلوب سليم ، لأنه يحفظ القواعد أو يحسن غيرها من بقية الفروع ، وقل مثل ذلك فى الباقى ، ولو جعل لكل مادة درجة معلومة لا بد منها للنجاح لا ضطر التلميذ أن يصل إلى المستوى الذى يجب أن يكون عليه فى كل مادة بدلا من أن تمكن له أن يجهل شيئا بشىء . عباس حسان خضر

كأم موسى على اسم الله تكفلنا وباسمه ذهبت فى اليم تلقينا

وقد يبدو من تصرف تلك الأم كثير من الأنانية ، غير أن غريزة حب النفس طغت على عاطفة الأمومة ، وهل عاطفة الأمومة نفسها إلا جزء من غريزة حب النفس ؟ ! فالأم تحب ابنها لأنه جزء منها ولأنه عزاء لها بعد مماتها إذا قدر لها أن تموت قبله ، فهو موصل ومكمل لتلك الحياة .

كل ذلك كما أسلفنا سببه تنازع البقاء وطلب الخلود حتى الذين يؤمنون بالله واليوم الآخر وقد أفعم الإيمان قلوبهم وزهدوا عن حطام الدنيا تراهم يعلقون بالحياة وتراهم يعزون أنفسهم — وقد علموا ألا خلود فى الحياة — بأن الحياة ما هى إلا طيف خيال ، وأن وراءها الدار الخالدة الباقية ، فالبقاء هو الغاية فى كلتا الحالتين .

فالإنسان يطمع إذن فى خلود نسبى ، إذ لا سبيل إلى المطلق فى هذه الدنيا « وما لا يدرك كله لا يترك جزؤه » . فهو يرجو بعبارة أخرى أن يطول عمره إلى أقصى حد ممكن . لهذا أريد أن أوضح باختصار بعض الطرق المؤدية إلى التعمير ، وهى طرق نفسانية غير الطرق الطبية والصحية المألوفة مع اعتقادنا بأنه « لكل أجل كتاب » . وهذه الطرق هى كالآتى :

١ — الاعتقاد فى طول العمر والاختلاط الدائم بالشباب .

٢ — نبذ عواطف البغض والحسد والغضب .

٣ — الإيمان بالله والاعتقاد فى البعث والخلود .

١ — الاعتقاد فى طول العمر :

أن نؤمن بحقيقة أن بعض الناس منذ بدء الخليقة وفى كل زمان ومكان قد بلغوا من العمر عتياً وتناقل أخبارهم الناس فى شىء من الاستغراب والغبطة ، غير أن عملية الإحصائيات لم تنظم إلا متأخراً نسبياً . ولنذكر بعضاً من أولئكم المعمرين على سبيل المثل :

روى المؤرخ الرومانى « بلين » (٢٣ — ٧٩م) أن عمل فى ذلك الوقت إحصاء فى شمال إيطاليا ، وكان محصوراً فى ثلاثة ملايين نسمة وجدوا بينهم أكثر من ١٧٠ ممن عاشوا بعد المائة عام . كما روى المؤرخ « استرابن » أن بعضاً من سكان البنجاب زادت أعمارهم على المائة . كما ذكر الشاعر الإغريقى « أناكريون » أن ملك قبرص فى ذلك الوقت واسمه « سنجراس » بلغ من العمر ١٦٠ سنة . كذلك يقول العالم الفسيولوجى « هالر » فى كتابه « مبادئ الفسيولوجى » أن المتوسط لعمر الإنسان يمكن أن يبلغ ٢٠٠ عام — وعمل إحصاء فى مدينة بوينس إيرس بأمريكا الجنوبية سنة ١٨٩٦ فوجدوا أن أحد السكان واسمه « برونو » بلغ عمره ١٥٠ سنة . وعملت أيضاً إحصائية بالولايات المتحدة سنة ١٨٩٠ أسفرت عن وجود ٣٨٩١ من المعمرين الذين عاشوا بعد المائة عام إلى غير ذلك من الإحصائيات .

هذا ، وقد ذكر بعض العلماء مثل : هاملر وبلاندن وجريفز أن بعضاً من المعمرين تنبت أسنانهم للمرة الثالثة ، وأن امرأة هرمة ربا عمرها عن ١٤٠ عام عادت إليها أسنانها للمرة الثالثة كما تبدل بياض شعرها سواداً . والبعض منهم يحتفظ بقواه العقلية والجسمية بدرجة تمكنه من إدارة شؤونه . فوليم جلادستون مثلا الذى كان زعيما لحزب الأحرار البريطانى ، والذى كان زميلا ومعارضاً لدزرائيلى زعيم المحافظين فى ذلك الوقت بلغ جلادستون من عمره التسعين ، ومع ذلك كان محتفظاً بقوة عقله وجسمه ، وكان يمارس قطع الأخشاب كتسلية فى وقت فراغه ، وهو عمل شاق حتى على الشبان .

كان يلذ للناس منذ قديم الزمن ويسترعى فضولهم أن يسألوا المعمرين عن سر تعميرهم ، وهل عثروا على حجر الفلاسفة وأكسير الحياة ؟ ! وكانت الأجوبة فى كثير من الأحيان لا تروى ظمأ ولا تشفى غليلا ، بل كان فيها أحياناً شىء من التناقض ، مثال ذلك ما يرويه الفرنسيون على سبيل التندر عن بعض المعمرين من سكان بريتانيا فى شمال فرنسا . سألوه ذات مرة عن السر فى طول عمره ؟ فأجابهم بشىء من التحدى : « إن السر فى ذلك بسيط جداً . كنت إذا ما أكثرت من شرب الخمر رجعت فأكثرت من التدخين ، وإذا ما أكثرت من التدخين عدت لأدمن الخمر وهكذا دواليك » . والمفروض فى هاتين المادتين ، أى الخمر والتبغ ، هو ضررهما بالجسم ولا سيما فى حالة الإدمان . غير أن الذى يشاهد فى معظم الأوقات أن أغلب المعمرين كانت حياتهم هادئة نسبياً قليلة الهموم والعواطف المؤذية

مثل الغيرة والحسد والبغض . وقد قال بعض علماء الصحة — فى شىء من المبالغة — إن الإنسان لا يموت موتاً طبيعياً ، ولكنه ينتحر لإسرافه وعدم مراعاته الاعتدال الذى هو أهم العوامل لصيانة الجسم . فالإفراط مادياً كان أو نفسياً يعود على الجسم بأضرار بليغة ؛ كما أن الكثير من الناس يتعاطى من الطعام ثلاثة أضعاف ما يلزمه ، ومن هنا نشاهد نسبة التعمير بين الفقراء ومتوسطى الحال تفوق نسبتهم بين الأغنياء المترفين . وليس خطأنا فيما يتعلق بالأطعمة محصـــوراً فى « الكم » ولكنه يشمل « الكيف » من حيث تحضير الأطعمة . نتفنن فى طرق طبخها ونبالغ فيه ، وفاتنا أن كثرة الطهى تفقد الأغذية كثيراً من قيمتها الغذائية ، كما أن المواد الحية من حيوان أو نبات هى أفيد لصحتنا وأجدى لإحياء أجسامنا . خذ مثلا بعض سكان النرويج وسيبريا الذين يعيشون فى أغلب الأوقات على المواد النيئة من حيوانية مثل السمك والقواقع وغير ذلك مما يلفظ البحر ، ونباتية مثل الفواكه والخضروات والبقول تجد نسبة المعمرين مرتفعة عند تلك القبائل . وقد استرعت هـذه الخاصية أنظار العلماء والفلاسفة منذ عهد بعيد . ويذكر الفيلسوف العالم أرسطاطاليس أن بعض التماسيح تبلغ من العمر عتياً ، وقد يمتد بها الأجل إلى أكثر من ٥٠٠ عام ، ومن أهم الأسباب المؤدية لطول أعمارها — كما يزعم — هو كونها تتغذى على الأحياء المائية من نبات وحيوان .

أما الاختلاط الدائم بالشباب الأقوياء ، وكونه مؤديا إلى الاحتفاظ بالشباب ، فقد أقر هذه الحقيقة القدماء ونوه بها بعض الفلاسفة والعلماء مثل جالينوس ؛ وكذلك الفيلسوف الإنجليزى « روجر بيكن » . وقد قال فى ذلك : « إن هنالك أرواحا وإشعاعا ينبعثان من الإنسان الشاب القوى ، ويكون فيهما شفاء للمريض ، وتجديد لشباب من ولى عنه الشباب وعلا مفرقه المشيب » . والواقع أن هذه الظاهرة النفسية الحيوية قد أثبتها العلم الحديث ووجد لها تعليلا بيولوجياً بواسطة الاهتزاز والذبذبة الخلوية « Vibration ocellatoire Ce 114 Laire » ، وأثبت عملياً وجود مثل هذه الذبذبة بواسطة أجهزة بلغت منتهى الإتقان والحساسية ، وكلما كان الجسم قوياً شاباً كانت الذبذبة أكثر نشاطاً ، ومجموعة الاهتزازات والذبذبة المنبعثة من الخلايا الحية تكون ما يسمونه « بالإشعاع الحيوى » وهذا الإشعاع إذا ما صادف — بالقرب منه — جسما هرماً أو هزيلا أحدث فيه اهتزازاً قوياً لخلاياه بواسطة الجذب الكهربائى المغنطيسى .

وقد استخدم بعض العلماء ظاهرة الإشعاع الحيوى وما ينتج عنه من جذب مغنطيسى كهربائى لإعادة الشباب منها طريقة « جاورسكى » بواسطة حقن دم شاب قوى لآخر معتل الصحة أو متقدم فى السن على شرط أن تكون الدماء من نفس النوع والفصيلة لكيلا تحدث تفاعلات مؤذية للجسم . وهناك طريقة أخرى هى طريقة « فورونوف » ، وهى تطعيم الجسم بخلايا وأنسجة من جسم آخر وهى نوع من الترقيع الجسمى Greffe Tissulaire

وليس من النادر أن نشاهد فتاة زوجت من شيخ ، وهذا كثير الحصول عندنا فى الشرق ، إذ عامل الجاه والغنى يلعب دوراً كبيراً فى مثل هذه المناسبات . فنلاحظ أن الزوجة الشابة تذبل قبل أوانها ، بينما تبطأ خطوات الشيخ نحو الهرم والمشيب ، والسبب فى ذلك هو ما أسلفنا من شرح . وحتى من المتداول بين عامة الناس أن الشيخ إذا تزوج من شابة « شرب أنفاسها »

٢ — نبذ عواطف البغض والحسد والغيرة :

الحسد داء عضلى يفسد الأود وينهك الجسد . هو أخبث مكروب يودى بحياة صـــاحبه ، وقد قام بعض علماء النفس بإحصائيات دقيقة ، فوجدوا أن كثيرين ممن أصيبوا بهذا الداء لم يعمروا كثيراً إذا استثنينا بعض الشواذ « يعجل الله بالأحياء » أو كما يقال بالفرنسية Ce sont les bons qui s, en uont ، ولكن فى الغالب فالوضع كما أسلفنا . والحسد يسبب البغض والغضب عن الغير لما أصابوا من نعمة أو ما حصلوا عليه من جاه ، وهذه العواطف الذميمة تؤثر تأثيراً سيئاً على سائر أعضاء الجسم ولا سيما الجهاز العصبى فتتوتر الأعصاب ويعتريها التعب من فرط التهيج والانفعالات ، كما تتأثر بقية الأجهزة لخضوعها المباشر للجهاز العصبى فيحدث بالجسم ضرراً بليغاً . وقد أجاد بعض شعراء العرب فى وصف مفعول الحسد فقال :

أصبر على كيد الحسود فإن صبرك قاتله
كالنار تأكل بعضها إن لم تجد ما تأكله

وكثيراً ما يكون الحسد سبباً فى إفساد العلاقات الودية بين أفراد العائلة ، كما يفسد صحة أولئك الأفراد . وقد قص علىّ صديق فرنسى مأساة عائلية مؤداها أنه تعرف بعائلة كريمة كانت فى رغد من العيش ، وتتكون من أبوين وأربع بنات يربط أفرادها حب عائلى وثيق . تزوجت الكبرى بمهندس دمث الأخلاق موفق فى جميع مشاريعه وأعماله ، فمهرها أبوها مهراً عالياً — كما هو الحال عند الغربيين — وجهزها بكل ما تحتاج إليه ، كما قام بنفس الواجب نحو باقى البنات . نجح المهندس زوج الكبرى وازدهرت أعماله وتضخمت ثروته بعكس ما وصلت إليه حال بقية الأزواج ، فقد ساءت لحد بعيد ، وذلك بسبب سوء تصرفهم أو سوء حظهم أو لكليهما معاً . دب الحسد فى قلوب الأخوات الثلاث نحو الأخت الكبرى وصرن يتقولن عليها ويرمينها وزوجها بالبخل والتقتير حيناً وبالكبرياء أحياناً ، وأن زوجها من عائلة وضيعة ، وأنه جمع ثروته سحتاً عن طريق التزوير ؛ وأصبحن لا شاغل لهن غير التعرض لأختهن وزوجها ، وتسبب فى نفوسهن مايشابه « العقدة النفسية » من جراء هذا الحسد ، فماتت إحداهن فى سن مبكرة لم تزد على السادسة والعشرين كما قضت الأخرى نحبها فى سن الثامنة والعشرين بأمراض عادية أخف وطأة — فيما أعتقد — عن مرض الحسد الذى قصر من عمريهما . أما الصغرى فقد انتحرت نتيجة مشاجرة مع زوجها . هذا مثل بسيط سقته على سبيل الاستشهاد ، وإن كانت الحياة اليومية ملأى بمثل هذه المآسى المحزنة .

٣ — الإيمان بالله والاستغفار فى البعث والخلود :

لا جدال أن الإيمان بالله وباليوم الآخر فيه طمأنينة للنفس على عكس الشك والحيرة فى أمر الإله ، فهو مدعاة للقلق والخوف والخوف مضر بالجسم وقد يسبب الموت إذا اشتدت وطأته فيسبب للجهاز العصبى ما يسمى Inhibition «بال» أى يوقف حركته ، ومن المتعارف بين الناس أن الخوف يميت بخلاف من يؤمن بالله وبالبعث فيقل خوفه من الموت ومن التفكير فى شأنه ويهون عليه بعض الشىء فراق الحياة ، إذ يعزى نفسه بالأخرى وهى خير وأبقى . ويقول بعض علماء النفس أن قوة إيمان الصالحين والقديسين وعدم مبالاتهم كثيراً بالموت كل ذلك له بعض الدخل فى تعميرهم .

أما مسألة الخلود — أى خلود الأرواح — فقد نوهت عنه الأديان كما حاول إثباته نفسياً علماء الروح وعلمياً أساتذة الطبيعة ، فالذى يموت فى الإنسان إنما هى مادته وليست روحه التى تفارق تلك المادة ، وحتى الموت نفسه لا يستطيع فناء تلك المادة لأن المادة خالدة لا تفنى ، ولكنها تتحول إلى عناصرها الأولية التى تحفظ فى الطبيعة ، فالحياة بعبارة أخرى ما هى إلا مجموعة الذبذبة والاهتزاز الخلوى كما سبق ذكره ، وهذه المجموعة هى إحدى القوى الطبيعية « Energie » مثلها مثل قوة الجاذبية والدوران ، والقوة الكهربائية من حيث أنها قوة كلها من أصل واحد هو « Origine Cosmique » أى من أصل كونى . والقوى كالمادة لا تفنى ، ولكنها تتحول من نوع إلى نوع آخر على حسب العوامل التى تسيطر عليها . كذلك الروح « Ame » كما يسميها النفسيون والقوة الحيوية « Energie Vitale » كما يسميها الطبيعيون ليست فانية ، وإنما هى موجودة ومحفوظة فى الكون .

ذكرنا كذلك أن الجسم لما تفارقه الروح أو القوة الحيوية أو بتعبير آخر يموت صاحبه تهدم مادة الجسم وتنحل إلى عناصرها الأولية ، وهذه العناصر موجودة ومحفوظة فى الكون أيضاً ، ومن المعقول جداً أن يعود الجسم مرة ثانية ويبعث من جديد بائتلاف عناصره الأولية مرة أخرى ، إذ الحياة ما هى إلا حلقة من بناء « Metabolime » يعقبه هدم « Catablisme » ، ثم يعقبه بناء وهكذا . وإذا ما عاد بنا الجسم من جديد جذب إليه روحه التى فارقته بواسطة نوع من الجذب المغنطيسى الكهربائى إذ كل روح تنجذب إلى جسمها الذى فارقته ، وشبيه الشىء منجذب إليه .

فضل أبو بكر