

الفصل الثامن

قوانين العادة

إنه لأمر بالغ الأهمية أن يدرك المعلمون أهمية العادة . وعلم النفس يقدم لنا معونة سخية في هذا الصدد .

حقيقة أننا نتكلم عن العادات الطيبة ، والعادات السيئة ، ولكن الناس عندما يستعملون كلمة عادة في معظم الحالات فانهم يقصدون عادة سيئة تعمل في أذهانهم وتدور بخلدكم .

فهم يتحدثون عن عادة التدخين، وعادة السب، وعادة شرب الخمر ، ولكنهم لا يتحدثون عن عادة التعفف والزهادة ، أو عادة القصد والاعتدال ، أو عادة الشجاعة .

والحقيقة أن فضائلنا هي عادات مثلما تكون رذائلنا عادات ، بل إن حياتنا برمتها — ما دام لها شكل محدد — لا تزيد على كونها كومة من العادات العملية والافتعالية والفكرية التي انتظمت في نمط خاص لخيرنا وسعادتنا ، أو شقائنا وضررنا . وهي التي تحملنا الى مصيرنا المحتوم أيا كان أمر هذا المصير .

وحيث ان الطلاب يستطيعون أن يفهموا ذلك في مرحلة مبكرة نسبيا من أعمارهم — وحيث ان فهمهم لذلك يسهم بنصيب لا يستهان به في إحساسهم بالمسئولية — فمن الخير أن يكون المعلم نفسه قادرا على أن يتحدث اليهم في فلسفة العادة على غرار هذه المعاني المجردة التي أنا بصدد الكلام عنها الآن معكم .

أعتقد أننا خاضعون لقانون العادة بحكم أننا لنا جنوم .

ومرونة المادة الحية لجهازنا العصبي هي بالاختصار السبب في أننا نأتي ما نأتي بصعوبة في أول الأمر ثم لا نلبث أن نؤديه بسهولة ، وأخيرا نتقنه لدرجة أننا نأتيه بطريقة شبه آلية ، أو ربما بدون وعي مطلقا .

إن أجهزتنا العصبية قد نمت (على حد تعبير الدكتور كاربنتر Dr. Carpenter) الى الوضع أو الحالة أو الطريقة التي دربت عليها — تماما كما هو الشأن عندما نطوى ورقة أو لباسا — فان هذه الطية تلازم الورقة أو اللباس حتى بعد فردهما .

فالمادة اذن طبيعة ثانية ، أو هي كما قال الدوق ولنتجتون Duke of Wellington : « ان العادة هي عشرة أمثال الطبيعة ، أو الطبيعة مضروبة في عشرة » . على أية حال هذا فيما يتعلق بأهيتها لحياة الكبار ، لأن العادات المكتسبة بالتدريب تكون في ذلك الوقت قد كبتت أو قمتت أو خنقت معظم الاتجاهات والميول الفطرية الطبيعية التي كانت في الأصل موجودة .

ان ٩٩٪ ، أو ربما ٩٩٩ في الألف ، من نشاطنا آلى صرف تؤديه بالعادة البحت منذ أن نستيقظ من نومنا في الصباح الى أن نأوى الى فراشنا كل ليلة .

فالطريقة التي نلبس بها ملابسنا ، ونخلع بها ملابسنا ، ونأكل ونشرب وأسلوبنا في التحية والوداع ، وحنى الرأس وتقديم السيدات علينا في الدخول والخروج — بله معظم أشكال وصيغ كلامنا المشترك — كلها أشياء قد ثبتت بالتكرار لدرجة أنه يمكن تقريبا أن ندرجها في قائمة الأفعال المنعكسة. فلكل نوع من أنواع المثيرات أو الانطباعات لدينا استجابة أوتوماتيكية جاهزة .

حتى كلماتي نفسها التي أخاطبكم بها الآن هي مثال لما أعنى ؛ فلكوني قد سبق لى أن ألقيت محاضرات عن العادة ، ونشرت فصلا مطبوعا في كتاب عنها ، ثم قرأت هذا الفصل عند طبعه ، أجد لسانى لا يستطيع التخلص من عباراتى القديمة مرددا بل مكررا حرفيا ما سبق أن قلته من قبل . وما دمتنا — على هذا النحو — مجرد حزم من العادات فانتا مخلوقات منمطة مقلدون وناسخون لذواتنا الماضية .

وحيث ان ذلك — فى كل حال — هو ما نجح اليه فى صيرورتنا ، فالنتيجة الأولى التى تترتب على ذلك أن تكون ركيزة اهتمام المعلم الأولى أن يفرس فى التلميذ أنواعا من العادات التى تكفل له أكبر قدر من الفائدة والنفع مدى حياته .

ان التربية هدفها تشكيل السلوك ، والعادات هى المادة التى يتشكل منها السلوك ، واذن فالعادات هى لحمة التربية وسنداها .

ولا حرج من أن أقتبس لكم مباشرة عدة فقرات من كتابى السابق :
 « ان الشئ الهام فى التربية — أى تربية ، كل تربية — هو أن نجعل من جهازنا العصبى حليفا لنا لا عدوا ، وأن نكون رصيذا مذكورا . ما نكتبه ونحصله ، ثم نعيش بسخاء ورخاء فى سهولة ويسر على أرباح (أو فائدة) الرصيد — لهذا يتعين علينا أن نصطنع فى باكورة حياتنا أكثر ما يمكن من الأعمال النافعة وطرق الأداء والاجراء ، ونجعلها آلية عادية ثم نحاذر اصطناع طرق أو وسائل أو أساليب تؤدى الى الضرر » .

وكلما أسلمنا تفاصيل حياتنا « الروتينية » الى زمام الآلية التى لا تمت الى الجهد بسبب ولا تتطلب تفكيراً ولا مجهودا استطعنا أن نحرر قوى العقل العليا لتؤدى وظائفها اللائقة بها والمتخصصة لها .

لا يوجد انسان أكثر شقاء وتعاسة من شخص لم تتأصل فيه سوى عادة واحدة هي التردد ، والتي تتطلب منه كل حركة وكل أداء وكل اجراء تصميمًا، إراديا صريحا ... كلما أشعل سيجارا أو تناول قدحا من الشراب ، أو استيقظ من نومه ، أو آوى الى فراشه كل يوم .

إن نصف وقت هذا الرجل يتبدد هباء في تقرير ما يأتى وما يدع ، وفي الأسى على ما فات ، وكان الأجدر به أن تفرس فيه عادات تتأصل فيه بحيث يؤديها آليا لدرجة أنها لا تشاغب وعيه مطلقا .

فاذا كان هناك بعض الواجبات اليومية الروتينية التي لم تتأصل بعد كعادات آلية — في أى منكم — فليبدأ في تصحيح هذا الوضع .

ولقد خصص البروفسور بين Bain فصلا في كتابه عن « العادات الأخلاقية » حوى ملاحظات عملية رائعة بارعة تنبثق منها قاعدتان عظيمتان : الأولى : أنه في اكتساب عادة جديدة ، أو في ترك عادة قديمة ، ينبغي أن تكون مبادرتنا الأولى قوية زاخرة بالعزم والتصميم والارادة . هيء كل الأحوال الممكنة التي تساند وتقوى الدافع المناسب الصحيح ، ثم ثابر على وضع نفسك في الظروف التي تشجع الطريقة الجديدة بحيث لا تتصادم في مداراتها مع القديمة ويستحيل تلاقيهما . ثم أعلن على الملا عهدا بما عقدت عليه عزمك اذا كانت الحالة تستدعى ذلك . وبالاختصار ساند قرارك وقو عزيمتك بكل ما يشد أزرك .

فان ذلك يبعث في بدايتك الجديدة قوة اندفاع تجعلك تقاوم اغراء النكوص بمجرد ما تبدو بؤادره . وكل يوم يمر وتنجح في تأجيل هذا النكوص فانه يضيف الى فرص عدم حدوثه بعد ذلك أبدا .. مددا ..

أذكر منذ زمان بعيد أننى قرأت في صحيفة نمساوية اعلانا صادرا من

شخص يدعى ردولف كذا . وعد بأن يدفع خمسين جنيهًا نمساويًا لأي شخص يضبطه بعد ذلك التاريخ في مشرب للخمر يسمى امبروزيوس كذا كذا .

ويمضى الاعلان قائلا : « اننى أفعل ذلك نتيجة لمهد قطعتة أمام زوجتى » .

وأظن أنه مع مثل هذه الزوجة ، وبمثل هذا الفهم للطريقة التى تبدأ بها عادة جديدة ، فلا ضير من أن تراهن بما لك على نجاح ردولف النهائى . والقاعدة الثانية هى : لا تسمح لأى استثناء أن يحدث حتى ترسخ العادة الجديدة فى حياتنا وتتأصل فيها ، فكل نكسة أو ردة تشبه من يترك بكرة من الخيط تسقط وتنحل (خيوطها) بعد أن يكون قد كورها ولفها وقد يختلط الخيط ويتشابك ويتمقد ويصبح تخليصه وتنظيمه أعقد من لفة مرة ثانية .

ان استمرار التدريب هو أعظم وسيلة لجعل الجهاز العصبى يتصرف تصرفا صحيحا بدون خطأ .

وفى ذلك يقول البروفيسور بين Bain إن الخاصية المجيبة فى العادات الأخلاقية — الميزة بتناقضها مع المكتسبات الفكرية — هى فى وجود قوتين متضادتين متخاصمتين ترتفع واحدة منهما تدريجاً فوق أكتاف الأخرى . ومن الضرورى فوق كل شئ — فى مثل هذا الموقف — ألا تخسر الموقعة أبداً .

وكل مكسب فى الجانب الخاطىء يدمر نتيجة وأثر الانتصارات الكثيرة التى تم احرازها فى الجانب الصحيح .

فلاحتياط اللازم يقتضى اذن تنظيم القوتين المتضادتين على نحو

يجعل احدهما تحرز سلسلة موصولة من النجاح بلا أدنى مقاطعة حتى تتقوى بالتكرار لدرجة تمكنها من ملاقة خصمها وقهره في أى ظروف — هذا هو أحسن عمل وظيفى للتقدم العقلى — نظريا .

على أننا نستطيع أن نضيف قاعدة ثالثة للقاعدتين السابقتين ..

اهتبل أول فرصة ممكنة لتنفيذ كل قرار تتخذه مستعينا بكل الاستحثاثات الانفعالية وكل الاستعدادات التى تمارسها فى خبراتك فى اتجاه العادات التى تبتغى تحصيلها واكتسابها .

يبد أن القرارات والأمانى لا توصل « الطقم » الجديد الى المخ فى وقت تشكيله ، ولكن فى وقت إنتاجه لآثار حركية .

ومهما تكن جمعبتا زاخرة بمعين لا ينضب من القواعد والحكم ، ومهما كانت نيائنا وعواطفنا سليمة وطيبة فان سلوكنا يظل بلا تحسن بتاتا اذا لم ننتهز كل فرصة محسوسة ملموسة محددة لكى نفيد منها ونستغلها .

إن جهنم مفروشة بالنوايا الطيبة — كما يقول المثل .

وهذه نتيجة واضحة للمبادئ التى سردتها .

يقول چون ستيوارت ميل :

« ان الشخصية ارادة تم تشكيلها » والارادة بالمعنى الذى قصده هى مجموعة من الاتجاهات والميول للتصرف بحزم واستعداد سريع وبطريقة محددة حيال الطوارئ الرئيسية فى الحياة .

ان الميل للعمل يصبح راسخا فينا رسوخا فعلا نافذا بالنسبة لعدد مرات حدوثه الفعلى الموصولة بلا انقطاع أو مقاطعة — وعلى هذا يألفها المخ ..

وعندما تتبخر عزيمة أو شعور متوقد لطيف دون أن تترك أثرا عمليا ، فهذا أسوأ من فرصة مضیعة ، اذ يترتب على ذلك أن هذه العملية تتسبب

فى تعطيل العزائم المستقبلية ، والاتفعالات القادمة فلا تستطيع أن تأخذ
خط سيرها الطبيعى وتنطلق الى غايتها .

ولا يوجد نوع من الشخصية الانسانية أكثر حقارة من ذلك الجامد
الحس الغليظ القلب البليد الشعور والاحساس الذى يصطنع حماسة
عاطفية مهيجة لا تمتثل فى دخيلة نفسه ، ولا قرارة قلبه ، أو الحالم الخيالى
الذى ينفق حياته يتمرغ ويتقلب فى بحر مصطنع من العقل والحكمة فتسمع
منه جمجمة ولا ترى طحبا وتمضى حياته وهو عاجز عن أداء عمل واحد
يتصف بالرجولة أو المروءة أو الشجاعة .

وهذا يفضى بنا الى القاعدة الرابعة .

لا تكثُر من المواعظ لطلابك أو تفرق من الكلام فى الحكم المجردة .
انتظر حتى تواتيك الفرصة العملية ثم سارع الى احتياها قبل أن تفت
فتستطيع بعملية واحدة أن تجعل طلابك يفكرون ويشعرون ويعملون .
ان الكلام الذى يمرع فى الأفواه ويجذب فى السلوك لا يزيد على كونه
حصاد الهشيم وقبض الريح .

ان ضربات السلوك واصابته هى التى تخلع على الشخصية انصفة
الجديدة المرجوة وتفرس العادات الطيبة فى أنسجتها العضوية .

ان المواعظ المتجشأة ، أو الكلام الأجوف سرعان ما يصبح مملا وسخيفا
ومضجرا عديم النفع والجدوى .

هناك فقرة فى موجز تاريخ حياة داروين الذى كتبه بنفسه ، كثيرا
ما تقتبس لأهميتها . ونظرا لأنها تمس موضوعنا عن العادة ، فيتعين على
الآن أن أقتبسها مرة أخرى فاسمعوا وعوا

يقول داروين .. « حتى سن الثلاثين أو ما بعدها كانت نفسى تهش
وتبش وتطرب لكثير من أنواع الشعر — وقد كان من هجيرائى وأنا غائب

بالمدرسة أن أهم شغفاً بشكسیر وبخاصة بالمرحیات التاریخية . ولقد قلت ان الصور واللوحات الفنية والموسيقى كانت تبعث في نفسى قبل ذلك بهجة عظيمة . ولكن الآن ، لقد مضت على سنون كثيرة وأنا لا أطيق قراءة بيت من الشعر . ولقد حاولت أخيراً أن أقرأ شكسیر فوجدته مملاً وسخيفاً لدرجة لا تطاق مما سبب لى الغثيان . يبدو أن عقلى قد أصبح آلة لطحن قوانين عامة واستخلاصها من مجموعات كبيرة من الحقائق . ولكن لماذا يسبب ذلك هزلاً وعجزاً في ذلك الجزء من المخ وحده ، ذلك الجزء الذى تتوقف عليه الأذواق الرفيعة ؟ لست أدري لو قدر لى أن أعيش حياتى ثانية لألزم نفسى قاعدة أقرأ بمقتضاها بعض الشعر وأسمع لبعض الموسيقى مرة واحدة في الأسبوع على الأقل . ذلك كان أحرى أن يجنب مخى مغبة الهزال والعجز في ذلك الجزء الذى أصيب بهما ويحتفظ بحيويته وقدرته بالاستعمال .

ان فقدان هذه الألوان من التذوق فقدان للسعادة ، وقد يفضى الى الحاق الضرر بالعقل- بل هناك احتمال كبير في أنه يصيب الخلق بالتلف والتليف لأنه يضعف الجانب العاطفى الاتفعالى من طبيعتنا .

كلنا نتوق ونحن صغار الى أن نصل الى أعلى منسوب ممكن من الرجولة وننوى قبل أن تتفتح براعمنا الهشة الى أن نزهدهم ونحمل أطيب الثمر قبل أن يقصف الموت أعمارنا ويجتثنا من الحياة .

ونحن نرغب وتتوقع أن تتمتع بالشعر دائماً وأن تزداد قدرتنا الفارزة ويكتمل ذكاؤنا في تذوق اللوحات الفنية والموسيقى ، وأن يظل تيارنا موصولاً بالأفكار الروحية والدينية . بل نجارى ونواكب الأفكار الفلسفية العظيمة التى تتطور في عصرنا ولا نسمح لأنفسنا بالتخلف عن ركبها .

هذه هي أمانينا ابان مرحلة الشباب التى نتوى تحقيقها ، ولكن ما كل ما يتنى المرء يدركه .

كم من الكبار — رجالا ونساء الذى وصلوا الى أواسط أعمارهم — استطاعوا أن يحققوا ويدركوا ما كان يعتل في نفوسهم من أمانى شريفة وتوقعات حسيمة .

ان الجواب هو بالتأكيد أن قلة منهم قد استطاعوا الى ذلك سبيلا ، وقوانين العادة هي التى تقرر لنا السبب في ذلك .

ان بعض الاهتمام أو الشغف بأحد هذه الأشياء ينبثق في كل فرد في السن المناسبة ، ولكن اذا لم يغذ هذا الاهتمام أو الشغف في الوقت المناسب بالمادة المناسبة فانه يذبل ويذوى بدلا من أن ينمو الى عادة قوية ولازمة اذ تقصمه الاهتمامات الأخرى المنافسة التى قد تصاب بالتخمة من كثرة ما تمتصه من غذائها اليومي ومن الغذاء الذى كان من المفروض أن يصل الى الاهتمام الآخر ، فيصاب الأخير بالضمور ثم الهزال ثم الموت .

انا نجعل من أنفسنا دراونة (نسبة الى داروين) في هذه الناحية السلبية بأن تجاهل ونصر على أن تجاهل في الحاح الظروف العملية اللازمة لحالتنا .

فنحن نقول مجردا : « ابنى أقصد أن أتذوق الشعر وألتذ به وأمتص منه قدرا كبيرا . وفي نيتى أن أحتفظ بحبى وشغفى بالموسيقى ، وأن أقرأ الكتب التى تسهم في تطوير التفكير في زمانى وتمده بالآراء التى تحدث في الحياة تفسيرا جديدا ، وأن أحفظ الجانب الروحي العلوى في نفسى حيا نابضا وأن أصون هذه الاهتمامات وأغذيها فيما بقى لى من عمر الخ » .

ولكن هل نحدد أهدافنا حيال هذه الأمور ، ونحرز هذه الأهداف بوعى وسمى دؤوب ؟

الجواب بالنفي : لأننا لا نبدأ اليوم — حالا ومباشرة .

أنا نسى أو تناسى أنه « لا بد دون الشهد من ابر النحل » وأن كل خير يستحق أن نحرزه ، وكل ثمرة نجنيها منه تقتضى ضريبة ندفعها لقاء من الجهد المبذول الموصول يوما بعد يوم ، فلا كسب بلا جهد ولا جهد بلا جزاء . وانما الجزاء الأوفى للمجهود الأوفى ، كان ذلك علينا جميعا حتما مقضيا .

أنا نؤجل ونسوف ونراوغ ، فاذا اللحظات الباسة قد اختفت ، واذا الفرص المواتية قد تلاشت .

بيد أن عشر دقائق كل يوم نخصصها لتذوق الشر أو التأمل أو التمتع في نور الذكر الحكيم ، وساعة أو ساعتين كل أسبوع للموسيقى ، ومثلها للوحات الفنية والفلسفة — بشرط أن نبدأ الآن بلا تردد وبلا تقطع — كل ذلك يضمن لنا بمرور الوقت اكتمال أمانينا وتحقيق رغباتنا بلا عوج ولا أمت .

أما اذا أغفلنا شأن المجهود المطلوب ، وأسقطنا من حسابنا دواعي العمل من أجله ، وأعطينا أنفسنا من دفع هذه الضريبة اليومية البسيطة ، فأننا نحفر بأيدينا القبور التي ندفن فيها امكانياتنا الراقية وقبر فيها أسمى أمانينا .

هذه نقطة يتعين عليكم معشر المعلمين أن تعلموا بها طلابكم وتزيدوهم وعيا بها ، وسعيا لها ، خصوصا أولئك الطلاب من ذوى الطموح الذين تلمسون فيهم امكانيات عظيمة تستحق التثوير .

وطبقا لقانون التعطل والممارسة فإن الوظيفة أو الأداء أو الاجراء اما أن يمارس يوميا أم لا ، وهذه الممارسة أو هذا التعطل هما اللذان يقرران

صيرورة المسء ، ويجعلان الرجل يصبح نوعا مختلفا من الناس في حياته المقبلة أم لا .

كان في زيارتنا هنا في كامبردج فريق من اخوانا الهندوس من ذوى الثقافة العالية ، وكانوا يتكلمون بحرية وصراحة ، عن الحياة والفلسفة . ولقد أسر الى أكثر من واحد منهم أن منظر وجوهنا المتقلصة تحت وطأة التشدد والصرامة الأمريكية المعتادة ، وما يصاحبها من تمير ينفع بالقلق ثم اتجاهاتنا المشوهة الخالية من الطرف عندما نجلس ، كل ذلك قد ترك فيهم انطباعا مؤلما للغاية .

لقد قال واحد منهم : « أنا لا أستطيع أن أفهم كيف تيسر لكم أن تمشوا دون أن تخصصوا ولو دقيقة واحدة في يومكم للهدوء والتأمل والطمأنينة . ان جزءا رتبيا لا يتجزأ من حياتنا الهندوسية أن نخلد الى أنفسنا ونسكن لمدة نصف ساعة كل يوم ونزكن الى الصمت ، فرخى فيها عضلاتنا ونحكم تنفسنا ثم تأمل في الأمور الخالدة الأبدية السرمدية . وكل طفل هندوسى يتدرب على ذلك منذ وقت مبكر جدا في حياته » .

لقد كانت الشار الطيبة لهذا النظام واضحة فيما يبدو عليهم من استرخاء جسمانى وطمأنينة وانعدام التوتر وكانت متجلية فيما يبدو على وجوههم من هدوء وطراوة تتجلى في تعبيرات وجوههم الناعمة ونفوسهم التى تسمى راضية مرضية ، وفى آداب مسلكهم الركينة التى يتناز بها أولئك الشرقيون . لقد شعرت بعد ذلك أن قومى يحرمون أنفسهم من نعمة ضرورية من نعم الشخصية والأخلاق .

كم من الأطفال الأمريكين سمعوا — ولو مرة واحدة — أحدا من أهليهم أو معلمهم يطالبهم بأن يخفضوا من أصواتهم النكرة وصراخهم الذى يصم الآذان ، أو ينفخوا من أبصارهم التى قحتهم الغير اقتحاما ؟

كم من الأطفال الأمريكيين طلب منهم آباؤهم أو معلموهم أن يرخوا عضلاتهم التي لا تستعمل . وأن يخلدوا الى السكينة بقدر الامكان عندما يجلسون فيجلسوا في هدوء ؟

أكبر الظن ، بل أقوى اليقين أنه لا يوجد واحد في الألف يفعل ذلك ، لا ... بل لا يوجد واحد في كل خمسة آلاف ، ومع ذلك فان انعكاس هذه الآثار على الأحوال العقلية الباطنية تصيينا بأبلغ الضرر وتهدد قومنا تهديدا مباشرا ، فهل من سبيل الى أن نتخلص من هذا التوتر الذي لا مسوغ له ، وهذه الحركات التي لا مسوغ لها ، وهذه التعبيرات التي أرهقت قومنا من أمرهم عسرا واستنفدت طاقتهم في مسالك أبعد ما تكون عن السكينة والطأينة ؟

أفأشدكم أيها المعلمون أن تدبروا هذه الفكرة جديا وتتمنعوا هذا الأمر ثم تولوه ما يستحقه من العناية والتفكير .

ان مصير الجيل الصاعد في أيديكم ، ولعلمكم أقدر الناس على أن تعينوا الناشئة من الأمريكيين لكي تستقر في نفوسهم مثل عليا أكثر نضجا ونقما وأقوم سبيلا .

لنعد الآن الى قواعدنا العامة — ولم تبق الا قاعدة عملية خامسة أخيرة خاصة بالعادات — هذه القاعدة تجرى على النحو التالي :

احتفظ بطاقة نشاطك حية فيك ، وبجذوة جهدك متقدة ، بشيء من التدريب اليومي الذي تهديه اليها بلا مقابل — أى اصطنع نوعا من الصنيدية المنظمة — ولو في أداء الأشياء التافهة — افعل كل يوم أو كل يومين شيئا لمجرد أنه صعب ، حتى اذا دهنتك حاجة ملحة فانك لا تقع

فريسة لصموبتها ولا تتهاوى تحت مطارقها وانما تكون أعصابك وقدراتك قد دربت تدريباً كافياً يمينك على اجتياز المحنة .

هذا النوع من التمسك يشبه التأمين الذى يدفعه الشخص لتأمين منزله أو بضائعه ضد الكوارث . فالضريبة التى يدفعها لا تنفعه أو تفيده بشيء وقت دفعها وقد لا تجلب له أى عائد مطلقاً .

ولكن اذا حدث أن شب حريق ووقعت الواقعة وليس لها من دون التأمين كاشفة ، فان التأمين الذى سبق له أن دفعه على أقساط منتظمة هو وحده الذى يخلصه من الدمار أو الافلاس أو الكارثة التى حلت به . وهكذا الأمر بالقياس الى الشخص الذى عود نفسه ممارسة عادات تتطلب تركيزاً وعزيمة ناشطة قوية وانكاراً للذات اذا ما اقتضت الضرورة ذلك .

مثل هذا الشخص يقف كالطود الشامخ بينما تهتز قوائم كل شيء من حوله وتميد الأرض من تحت أضرابه وأنداده ويصبحون عصفافاً كالهشيم تذروه الرياح .

لقد اتهمنى البعض — وأنا أتحدث عن موضوع العادة — بأننى جعلت العادات القديمة تبدو راسخة الجذور جداً وقوية لدرجة تجعل من المستحيل — طبقاً لعقيدتى — اكتساب عادات جديدة ، وبخاصة تلك التى تتطلب تعديلاً فجائياً أو تحولاً من النقيض الى النقيض .

ولعل هذا الاعتبار الأخير وحده يكفى لإقامة دليل الادانة والانهزام ؛ لأن التحولات الفجائية — على الرغم من ندرة حدوثها — تحدث ، ما فى ذلك شك .

ولكن لا يوجد تناقض بين القواعد العامة للعادة التى سردها وبين أكثر التحولات فجائية وارعاشاً بالقياس الى الشخصية والسلوك .

لقد قلت ان في الامكان اصطناع عادات جديدة بشرط أن يكون هناك دوافع وحوافز وبواعث جديدة ، وبشرط توافر مثيرات جديدة تجيش وتعتل في نفس السالك .

ولا ريب أن الحياة زاخرة بهذه الدوافع والمثيرات ، وأحيانا تشكل خبرات ذات طابع ثوري بالغ الحرج والخطورة بحيث يترتب عليها تغيير شامل كلي في موازين القيم عند صاحبها وفي منهاج أفكاره برمته .

في تلك الحالات يحدث انفجار أو فتق في النظام القديم لعادات ذلك الشخص ، وما دامت البواعث مستمرة ، والمثيرات الجديدة قائمة ، حينئذ تشكل عادات جديدة تبنى فيه طبيعة جديدة ، أو تولد فيه طبيعة ثانية .

كل هذه الحقائق لا سبيل إلى دحضها ، وأنا أسلم بها تسليما كاملا .
يبد أن هذه الحقائق لا تغير أو تبدل أو تدحض القوانين العامة للعادة على أي نحو .

وستظل الدراسة الفسيولوجية للحالات العقلية — بوجه عام — أقوى حليف للأخلاق الحثية (القائمة على الحث) .

ان سмир جهنم في الآخرة (جهنم التي ليس منكم الا واردها !) كما جاء في علم اللاهوت — ليس أسوأ من الجحيم الذي نصنعه بأيدينا لأنفسنا في هذه الحياة الدنيا ، بتشكيل شخصياتنا تشكيلا خاطئا في نطاق عادات باطلة .

لو أن الناشئة من الصغار أدركوا أنهم سرعان ما يصبحون مجرد خزمة أو كومة من العادات ، لأولوا قسما أكبر من الاكتراث والعناية بمسلكهم ابان الفترة التي يتميزون بها بالمرونة والقدرة على التكيف .

اننا ننسج خيوط مصيرنا بأيدينا — سواء أكان مصيرا طيبا أم رديئا

غثا أم سميئا — فيصبح قدرا لا سبيل الى تغييره أو تعديسه أو تلافيه . ان كل اصابة من اصابات الفضيلة أو الرذيلة تترك بصماتها في قوسنا وآثارها التي لا يستهان بها مهما تكن ضئيلة نحيلة .

ان ريب فان ونكل Rep Van Winkle مدمن الخمر الشهير في تمثيلية جيفرسون Jefferson يلتمس العذر لنفسه في كل مرة يتراجع فيها ويلتوى بعزيمته بأن يقول : « لن أعود هذه المرة وسأسقطها من حسابي » حسنا — فليسقطها من حسابيه ، وليسقطها الله الغفور الرحيم من حسابيه . ولكن هذا لا يعنى أنها لم تحدث ، وأنها وجدت وعدت في قائمة حساب مسلكه — مهما تكن النتيجة — لقد تولت عنه ذلك ذرات خلايا أعصابه وأنسجته فأحصتها عدا وسجلتها واختزنتها لكي تستعملها ضده عندما يقع مرة ثانية فريسة لأغراء ثان . إن كل شيء تفعله وكل عمل تؤديه — من الوجهة العلمية البحتة ومن ناحية التفسير الحرفي له — لا يمحي أبدا وكأن شيئا لم يحدث .

وطبعا لذلك جانب نافع ، كما أن له جانبا سيئا . فبالطريقة نفسها التي نصبح بها مدمنين على الخمر نتيجة لشرب كووس كثيرة متفرقة لفترة طويلة ، بهذه الطريقة نفسها نصبح قديسين في المجال الخلقى وحجة وخبراء في المجالين العلمي والعملي نتيجة لأفعال كثيرة متفرقة لمدة طويلة وساعات عديدة متفرقة من العمل في فترات متباعدة .

لا تدعوا شيئا يساوره القلق على عاقبة تعلمه وتربيته — أيا كان مسار تخصصه ومدار نشاطه . فاذا كرس نفسه باخلاص للعمل في كل ساعة من ساعات تعليمه فليدع عاقبة أمره تجري في أعنتها ولا يبيتن الا خلى البال .

ولتأكد من أنه سيجد نفسه ذات يوم من أكفأ الناس وأقدرهم في جيله

في أى مجال وقع اختياره عليه اذ تنبثق من بين كل تفاصيل أعماله وجماعها — قوة وبصيرة للحكم استطاعت أن تبنى نفسها لبنة فوق لبنة في هدوء وانسياب وتغلغل في طوايا نفسه وثنائيا شخصيته وتصبح دعامة قوية في بناء شخصيته ودعمها وجزءا متكاملا من تركيبه راسى الجذور وراسخ القوائم .

وعلى الشباب أن يعرفوا هذه الحقيقة — مقدما — قبل أن يندموا حيث لا ينفع الندم .

ولعل الجهل بهذه الحقيقة قد تسبب في تشييط للمزائم ، وتفتيت للقلوب واضعاف للنفوس ، في الشباب عندما يقبلون على أعمال جسيمة تتطلب الجهد والكد والصبر أكثر من كل الأسباب الأخرى مجتمعة .