

عَمَّا وَعَمَّا

## بعض مؤلفات الأستاذ سلامة موسى

---

- حرية الفكر وتاريخ أبطالها ( الهلال )
- العقل الباطن وأسرار النفس ( الهلال )
- مختارات سلامة موسى ( المطبعة المصرية )
- اليوم والنقد ( المطبعة المصرية )
- نظرية التطور وأصل الإنسان ( المطبعة المصرية )
- كيف نسوس حياتنا بعد التحسين ( المطبعة المصرية )
- البلاغة المصرية والأمة العربية ( المطبعة المصرية )
- فن الحب والحيا ( أخبار اليوم )
- مصر أصل الحضارة ( المجلة الجديدة )
- التثقيف الذاتي أو كيف نربي أنفسنا ( لجنة التأليف والترجمة والنشر )
- غاندي والحركة الهندية ( المجلة الجديدة )
- في الحياة والأدب ( المجلة الجديدة )
- الأدب الانجليزي الحديث ( المجلة الجديدة )
- محاولات سيكولوجية ( مكتبة الخانجي )
- طريق المجد للشباب ( المطبعة المصرية )
- تربية سلامة موسى ( الكاتب المصري )

# فهرس

صفحة

صفحة

الإيجاء والتنويم النفسى ... ٨٧

الركبات ... ٩٨

مركب النقص ... ١٠٣

الضمير ... ١٠٧

المجتمع البشرى ... ١١٢

العائلة البشرية ... ١١٧

التطور الاجتماعى للشخصية ... ١٢٣

مرض النفس هو مرض المجتمع ١٢٨

المطاعة والوحدان ... ١٢٢

الانمكاسات المدولة ... ١٣٧

الداكرة والمخيل ... ١٤١

التفكير الناحع ... ١٤٤

الانجاء الذاتى والانجاء الموضوعى ١٤٩

الخصائص السيكولوجية للمرأة ١٥٢

الحياة الجنسية ... ١٥٧

الحياة الاجتماعية والحياة الحرفية ١٦٣

حياته الفراغية ... ١٦٧

السعادة ... ١٦٦

المقدمة ... ١

كلمات يجب أن يعرفها القارى ٥

عقل الانسان وعقل الحيوان ... ٧

العقل والمخ ... ١٣

الغرائز والمواطف ... ١٦

المربية الأصلية ... ٢١

الجسم يؤثر فى العقل ... ٢٦

العقل يؤثر فى الجسم ... ٣٠

طبيعة التفكير ... ٣٦

طبيعة الذكاء ... ٤١

الذكاء والمبقرية ... ٤٥

طراز الجسم ومزاج النفس ... ٤٩

المزاج النفسى أيضاً ... ٥٣

الخطأ الأساسى فى التفكير ... ٤٧

الالفة والتفكير ... ٥٦

الكظام والعقل الكامن ... ٦٠

الأحلام ومفراغا ... ٦٥

الكابوس وأسبابه ... ٨٢

| صفحة                            | صفحة                            |
|---------------------------------|---------------------------------|
| الزيفم الجنسي ... .. ٢٢٣        | النفس السليمة ... .. ١٨٠        |
| النظر السيكاوحي الاجرام ... ٢٣١ | المرض والصحة درجتان ... ١٨٤     |
| الشخصية السيكوبائية ... ٢٣٥     | الأمراض النفسية الخفيفة ... ١٩١ |
| إحدى الشخصيات السيكوبائية ٢٤٠   | الأسلوب النفسي ... .. ١٩٥       |
| النيوروز ... .. ٢٤٤             | تربية الأطفال ... .. ٢٠١        |
| السيكوز ... .. ٢٥٠              | ميكولوجية الدرس ... .. ٢٠٥      |
| الجنون الذي يطفى نور العقل ٢٥٦  | التحليل النفسي ... .. ١١٢       |
|                                 | التأليف أهم من التحليل ... ٢١٨  |

# المقدمة

قبل خمس وعشرين سنة ألفت كتابي «العقل الباطن» فلقى إقبالا عظيما بين القراء وانتفع كثير منهم به لأنه صادف حاجة في نفوسهم . وكان هذا الكتاب تأليفا ولم يكن ترجمة لأنني أؤثر التأليف لما فيه من إيجاز هنا وإسهاب هناك بالقدر الذي أراه في الجمهور العربي القارئ واختلاف حاجاته . وهذه ميزات لا تتوافر في كتاب مترجم ولو كان مؤلفه من أعظم السيكولوجيين ، إذ هو يكتب لمجتمع غير مجتمعا .

وقد وجدت أن الحاجة تمس في الوقت الحاضر إلى كتاب أوفى وأكثر إسهابا . أولا لأن الذين قرأوا «العقل الباطن» يستطيعون أن يفهموا وأن يطلبوا أكثر منه . وثانيا لأن السيكولوجية قد سجلت كثيرا من التقدم . فالكتاب يسمه أن يفسر ويشرح ، كثيرا من التصرفات في الصحة أو المرض أو السلوك أكثر مما كان يستطيع قبل ٢٥ سنة . وخاصة بعد أن قام كثير من مؤلفينا في مصر بشروح سيكولوجية مطولة أو موجزة .

والتصرف البشري إما تصرف عاقل وإما تصرف زائف . والفرق بينهما هو فرق درجي وليس نوعيا . ومع أني قد التفت كثيرا إلى التصرف العاقل فإني احتجت إلى أن أذكر تصرف الزائفين لما يلقى هذا من ضوء على تصرف العقلاء . لأن الزيف النفسي إنما هو في صميمه مبالغة في ناحية معينة من الاتجاه النفسي . وكما تعرف الصحة من المرض في أعضاء الجسم كذلك تعرف النفس السليمة من اتجاهات وتصرفات النفس الزائفة .

وإذا كان الدجالون الذين يعالجون الأمراض أو الشذوذات النفسية قد

تفشوا في أيامنا فأبما يرجع هذا إلى شيوع الجهل بين الجمهور .

والسبيل إلى وقف هؤلاء الدجالين لن يكون إلا بنشر المعارف السيكولوجية الصحيحة التي يستطع القارىء أن يسترشد بها في سلوكه وأن يعرف بها زيف هؤلاء الدجالين .

وكل إنسان متعلم يجب أن يكون طبيباً نفسياً إلى حد ما . ولا يصح هذا القول على الناس من ناحية الطب العضوى لأن الرجل المتعلم لا يأتعن نفسه على تناول جرعة من الزرنيخ كي يتقوى بها . ولكن هذا الرجل المتعلم يستطيع أن يعرف مقداراً كبيراً من السيكولوجية يسترشد به في سلوكه وتصرفه . وليس في الطب النفسى زرنيخ .

والطبيب النفسى الذى يطالب بمعالجة الطفل الزائف ، والزوجة الناشزة ، والزوج النافر ، والزوجة الانتحارية ، واللياقة الحرفية ، والاضراب عن الاهتمامات الدنيوية ، والسرور أو الحزن ، فى غير مناسبتيهما ، هذا الطبيب يحتاج إلى دراسات واسعة متشعبة فى فهم الطبيعة البشرية . إذ يجب أن يدرس البيولوجية والفلسفة والاقتصاد والاجتماع والدين والتاريخ والآداب . لأن الواقع أن مشكلاتنا النفسية هى فى النهاية مشكلات فلسفية أى أنها تتصل بموقفنا العالمى وما نرغب فى تحقيقه فى هذه الدنيا . وهل نحن نتجه إلى أهداف حسنة أم قد انخدعنا بأهداف زائفة . أى ما هى الخارطة النفسية التى نرسمها لشئون هذا الكوكب الروحية والمادية ؟

وبدهى أن العلم الأمثل هو الذى يستطيع أن نعبّر عن حقائقه بالأرقام أو ما يقاربها فى الصحة . ولا يمكن أن يقال هذا عن السيكولوجية فى أيامنا . وإن كان مقدار كبير من المعارف السيكولوجية الآن يقوم على أساس من التجارب والأرقام . ولكن الطب العضوى نفسه كذلك لم يبلغ الكمال . بل هذا الكمال لم يبلغه أى علم . على أن الاتجاه التجريبي فى السيكولوجية سوف يحقق شيئاً كثيراً من الوصول إلى هذا الهدف .

وأنغاز الحياة كثيرة . والسيكولوجية تحاول أن تسبر أعماقها وتشد لها حلولا .  
وهي كل يوم تحقق نصرا بعد نصر .

وهذا الكتاب هو مجهود لنشر الحقائق ، بلغة القرن العشرين العربية ، عن  
السيكولوجية المصرية .

وقد اخترت ثلاث كلمات جديدة . فإني استبدلت بعبارة العقل الباطن كلمة  
الكامنة أى العقل الكامن . وذلك لأن العبارة الأولى توهم الركود . أما الثانية  
ففيها معنى النشاط والتربص . وكلاهما من صفات الكامنة التي تتربص بنا وأحيانا  
تتغلب علينا ..

والكلمة الثانية هي الوجدان بدلا من الوعي ، لأن الأولى أصح لغة من  
الثانية . لأن الوعي مشتق من فعل وعى وليس فيه معنى غير الحفظ . ومن هنا  
الوعاء أى الإناء الذى نحفظ فيه شيئا . ولكن الوجدان مشتق من فعل وجد أى  
كيف تجد نفسك ؟

والكلمة الثالثة هي الكظم بدلا من الكبت . وقد اخترتها لأنها أصح  
لغة ، ولأن الجمهور يعرفها من عبارة كظم الغيظ . وقد يعاب عليها أننا نكظم  
ونحن على وجدان ، وأن الكظم السى يحدث بلا وجدان . ولكن هذا التمييز  
يمكن أن نلتفت إليه فى التفسير والإيضاح .

أما سائر الكلمات السيكولوجية مثل : السيكوز والنيوروز والهستيريا  
والنورستينيا والسيكوباثية وما إليها فقد أبقيتها على أصلها اللغوى الذى يتعارف  
به جميع السيكلوجيين على هذا الكوكب مهما اختلفت لغاتهم الوطنية . ولكل  
علم لغة يتعارف بها علماءؤه وهى تختلف من اللغات الوطنية . ولذلك لا يصح ترجمة  
هذه الكلمات . وقد وفيتها إيضا .

ورجائى أن أنفع القراء ، فأنير اهتمامهم واستطلاعهم وأستفز ذكاهم

إلى الاستزادة .

سلامة موسى

### الطبعة الثانية

طبعت هذا الكتاب لأول مرة في ١٩٤٧ . وهذه الطبعة الثانية ( في إبريل من ١٩٥٣ )  
لم أغير فيها شيئاً ولكني أضفت أربعة فصول جديدة

سلامة موسى

## كلمات يجب أن يعرفها القارئ

بارانويا : مرض نفسى يبدو فيه المريض سليماً في كل شيء إلا في موضوع معين إذ يعتقد بشأنه اعتقاداً غير سليم .

باطن : « عقل باطن » هو ما نسميه الآن « الكامنة » أو العقل الكامن .  
أى تلك الأفكار والدوافع المخزنة التى لا ندرى بها ولكنها تقرر ، من حيث لا ندرى ، محابنا ومكارهنا وتعين تصرفنا لأنها أقوى وأرسخ من وجداننا وأدوم منه .

تنويم نفسى : الهنوتية أى الإيحاء المركز الذى نستطيع به أن نوحى إلى آخر بالنوم فيسمع لنا ويخضع لأوامرنا حتى بعد أن يستيقظ من هذا النوم .  
سيكوباثية : مرض نفسى بين النيروز والسيكوز لا يفرز صاحبه من سائر الناس ولكنه يبدو فى شذوذ جنسى أو إجرام أو نحو ذلك .

سيكوز : مرض العقل حين يحتل عقل المريض ويعجز عن التفكير الموضوعى .  
المتعلق ، ويستسلم لخيالات ذاتية .

شيزوفرنيا : سيكوز أى مرض بالعقل يحمل المريض على الاستسلام للتفكير الذاتى ، فينفصل عن العالم الموضوعى .  
عاطفة : الغريزة وقت احتدادها .

غريزة : دافع نفسى طبيعى يحملنا على تجنب الخطر أو طلب الأذى أو نحو ذلك .  
كامنة : العقل الكامن ( وهو ما كنا نسميه قبلاً : العقل الباطن ) .  
كبت : هو ما نسميه الآن الكظم أى حبس عواطفنا . وهى عندما تنحبس تكمن فى الكامنة وتصوغ تصرفاتنا من حيث لا ندرى .

كظم : حبس العواطف سواء عن وجدان أم بلا وجدان . وهو فى الحال

الأولى أسهل في العلاج مما هو في الحال الثانية .

مانيا : سيكونز أى مرض عقلى يحمل صاحبه على التشاؤم والاعتماد فى الأغلب  
أو ، فى الأقل ، على السرور والغبطة . مع عقائد وحيالات ذاتية .  
نورستينيا : توتر عاطفى يبدو فى خفقان القلب والخوف والعرق والرعدة  
والتعب .

نيوروز : هو مرض العاطفة حين تحتد احتدادا لا يطاق كالشك أو الخوف  
أو الكراهية أو الاشمئزاز .

هبنوتية : التنويم النفسى . أى حين نحمل أحد الناس على النوم بحيث  
يستمع لنا ويطيع أوامرنا ويصدقها . أى أننا نوحى إليه ما نشاء أن يصدقه .  
هستيريا : سيكونز أى مرض عقلى يرافقه مرض وظيفى فى أحد أعضاء الجسم .  
وجدان : هو ما كنا نسميه قبل الآن « وعى » أى هو النظر الموضوعى  
المنطقى ، لشئون الحياة .

وفى هذا الكتاب قد استغنينا عن كثير من الكلمات السيكلوجية ، أولا  
لأننا رأينا أن فيها إرهاقا للقارى العادى . وثانيا لأننا نعتقد أن كثيرا منها سيزول  
بعد التحريض أى عندما يثبت أنها وضعت فى ضوء تفسيرات غير صحيحة .

## عقل الانسان وعقل الحيوان

حين نقارن بين العقليين في الإنسان والحيوان يجب أن نميز بين الحيوانات . فإن القرد والسلحفاة والسمة والنملة والإسفنج من الحيوانات . والاختلاف بينها في القوى « العقلية » من العظم بحيث يجعل المقارنة شاقة بل مستحيلة . بل أن من الخطأ أن نقول إن للإسفنج أو المحار عقلاً إذ ليس لهما دماغ . ولكننا نجد فيهما بداية الجهاز العصبي والاحساس .

إنغرزة إبرة في يد إنسان فيصرخ بعد ثانيتين .

وإنغرزة إبرة في إسفنج فتقف فتتحبها بعد عشر دقائق .

ومعنى هذا أن الإحساس يسير بسرعة ٢٥٥ ميلاً في الساعة في الإنسان . أما في الإسفنج فلا يسير إلا بسرعة ثلاثة أميال ونصف ميل في الساعة .

لما ظهر الإسفنج على كوكبنا كانت الطبيعة مبتدئة تصنع آلات بطيئة فلما وصلت إلى الإنسان بعد نحو ٥٠٠ أو ٦٠٠ مليون سنة استطاعت أن تصنع آلات سريعة . والإسفنج من أخط أنواع الحيوان ليست له عين أو أذن أو أنف وليس له دماغ ولذلك لا تصلح المقارنة بيننا وبينه . ولكن المقارنة بين الإنسان والقرد الشميزي أو القرد الغوريلا معقولة تنهض على أساس حسن لأن الفرق بيننا وبينهما درجي وليس نوعياً .

وأصلنا مع ذلك من الحيوان ولنا غرائزه التي تعمل بعواطف مضطربة بالعقل وأحياناً لا تضبطها . وامتيازنا على جميع الحيوانات هو الدماغ الكبير الذي يستطيع ضبط عواطفنا أكثر مما يستطيعه الحيوان . وليس معنى هذا أنه ليس للحيوان الباقي دماغ . إنما معناه أن دماغنا أكثر وأضخم يتسم بالتفكير الذي لا يصلح

إليه أرق الحيوانات دوننا .

ويمكن أن نقول على وجه الإجمال أن أحط الحيوان كالإسفنج أو الحمار يقتصر نشاطه العصبي على الرجوع الانعكاسي كما يحدث لأحدنا عندما تطرف عينه . فإذا ارتقى الحيوان على ذلك أصبح نشاطه عاطفياً يغضب فيقاتل أو يخاف فيفر كما نرى في السمك . فإذا ارتقى على ذلك صار للمقل قوة الضبط — قليلاً أو كثيراً — لهذه العواطف . وهذا الضبط على أكثره في الإنسان .

وضبط العاطفة يعود إلى الوجدان أى إلى تلك الوقفة أو الحالة التي لا نستسلم فيها لعاطفة الغضب مثلاً ، فلا نندفع إلى ضرب الخصم بل نقف ونتأمل وندرى أننا نقف ونتأمل ونفكر في الخطة المثلى التي يقتضيها الظرف . أى وجدان يؤدي إلى التفكير الذكي . بل هو التفكير الذكي .

وكثير من نشاطنا العصبي رجوع انعكاسي كما نرى في طرفه العين عند لقاء النور الساطع وتحرك اللعاب عند رؤية الطعام . وكثير منه رجوع عاطفي كما نرى في الغضب والحزن والاشمئزاز والفرح . وأساس العاطفة مع ذلك هو الرجوع الانعكاسي . والقليل من نشاطنا العصبي وجداني حين نحاول حل مشكلة ، فنزن الاعتبار المختلفة وقد نصل إلى قرار ضد عواطفنا . كالشاب يحس عاطفة قوية نحو الفتاة ثم يفكر في الزواج بها ولكنه ينتهي إلى الأحجام لاعتبارات اجتماعية أو اقتصادية .

نحن نمتاز على الحيوان بضخامة المخ ووفرة أخايدده وزيادة الوجدان أى زيادة التفكير .

وبالطبع هناك اعتبارات أخرى كثيرة « ملت الإنسان يمتاز بالرق العقلي على الحيوان قبل ضخامة المخ وكثرة أخايدده . من مثلاً أننا نعتمدنا على النظر دون الشم في التعرف إلى الأشياء والحيوان والنبات . وتفكيرنا أو بالأحرى وجداننا هو وجدان الرؤية . حتى أننا نقول « يرى رأياً » كما لو كنا نقول « يفكر »

تفكيراً » فنحن نعرف الدنيا بالعين في حين أن معظم الحيوانات يعرفها بالأنف أى الشم .

والرؤية تجعلنا نفهم الدنيا ، إلى حد ما ، فهما موضوعياً منفصلاً من عواطفنا . أما الشم فيجعل الفهم — إلى حد كبير — ذاتياً . فالدنيا عند الكلب هي مجموعة من الانعكاسات العصبية في فمه وأنفه . أما العين عندنا فت رسم لنا خارطة تكاد تكون صحيحة للدنيا . ولكن الأنف والفم لا يرسمان خارطة صحيحة للكلب . ومن هنا كلمتنا في معنى التفكير : الرأى ، النظر ، التطلع ، الاستطلاع ، الرؤية ، الرؤيا ، الروية ، التبصر ، التشوف ، فأنها كلها كلمات تدل على تفكير العين .

ونستطيع أن نزيد في المقارنة . بيننا وبين الحيوان . فنقول إن تعقل الحيوان مثلاً حسى ، وتعقلنا تصورى . هو يحس ويسلك بمقتضى إحساسه فقط . ونحن نحس ونسلك بمقتضى تصورنا وتخيلنا . وهذا أيضاً كلام مجمل ، لأن كثيراً من الحيوانات العليا تتصور وتتخيل ، وإن لم تبلغ درجتنا .

واللغة عندنا تجعل كثيراً من التعقل تخيلياً تصورياً . والحيوان محروم من اللغة . فلا يجد ما نجد من رسم الصور في أذهاننا والتفاهم بالكلمات عن الأشياء حين تنتقل الصور ، وتغير الأخيلة في أذهاننا بالحديث .

ولننظر نظرة أخرى هي النظرة التطورية :

أحط الأنواع في النشاط العصبى هو الرجع الانعكاسى . وبرهان انحطاطه أننا نحس هذا الرجع بلا حاجة إلى المخ . فإن حركة القدم من التجميش أو الوخز تحدث بعد قطع رأس الحيوان لأن مركز الإحساس هنا هو الحبل الشوكى ( داخل الفقار ) وليس المخ

وأعلى من الرجع الانعكاسى ، العاطفة أى الرجع الغريزى .

وأعلى من هذين ، هو الوجدان الذى يؤدي إلى التعقل .

وأقدم الحيوانات ، وجميع الأحياء البدائية القديمة ، مثل الإسفنج ، انعكاسية

السلوك . وأقل منها قدماً ، الحيوانات العاطفية ( الفريزية ) . وأجد الحيوانات هي الوجدانية التي تتمقل ولا تستسلم للمواطن . وأعلاها هو الإنسان .

وهذا نراه في نومنا أو وقت التخدر بالخر أو غيرها . فإن أقدم رجوعنا العصبية هو بالطبع أرسخها في نفوسنا لا يتزعزع بالنوم أو الخمر . وأجدها هو أكثرها تزعزعا وزوالا في النوم أو الخمر . فنحن في هاتين الحالتين نمجز عن التمثل بالوجدان . ولكن الرجوع الانعكاسي يبقى حياً كما إذا جئنا أحد قدمنا . فإننا نسحبها حتى ونحن نيام . بل أحياناً العاطفة تبقى حية فنجد نشاطاً جنسياً في النوم . ولكن ليس هناك مكان للوجدان في النوم أو وقت التخدر .

تفكير العاطفة هو مثل الغضب والحسد والأنانية والشره والكراهة . وتفكير الوجدان هو مثل المنطق والمهندسة والمروءة والواجب والتبصر والشرف . وحين تملكني العاطفة أكون منفعلاً فلا أكاد أفكر كما يحدث عندما أجرى من الخوف أو آكل وأنا جائع أو أتشاجر في غضب .

ولكنني في الوجدان أوازن بين عاطفة وأخرى فأقف وأتبصر وأعتمد على المنطق وأروى وأنتقد وأحلل وأؤلف .

الوجدان هو أن أفكر وأعمل وأنا أدري أنني أفكر وأعمل . هو كما قال ديكرت ، قبل أكثر من ٣٠٠ سنة : « أنا أفكر . ولذلك أنا موجود » . العاطفة هي أن أنساق في رغبة أو شهوة قسراً أو كالقسر وأنسى نفسي فلا أكاد أفكر .

الحيوان عاطفي لا يدري بوجوده ( = بوجدانه ) وهو يفعل بمباطفته وينساق بها مضطراً أو كالضطر في تصرفه . والدنيا مصورة في عقله تصويراً ذاتياً أملتته العاطفة . وهو تصوير يخالف الواقع .

ولكن الإنسان وجداني ، يدري بوجوده يقف ويتأمل وبوازن بين الاعتبارات .

والدنيا مصورة في ذهنه تصويراً موضوعياً أى كما هى تقريباً في الواقع غير متأثر بانفعالاته أو متأثر قليلاً .

وعندما نتأمل أنفسنا نجد أننا نختلف في الوجدان عما نكون عليه في العاطفة ويكاد هذا الاختلاف يساوى الفرق بين اليقظة والنوم . والواقع أن كثيراً من الحيوانات كالديدان والزواحف والحشرات يعيش كما لو كان في حال النوم البشرى ينساق بفرائة وعواطفه وانعكاساته . لأن هذا هو كل ما يملك إذ ليس له وجدان . وغاية الفلسفة والدين والعلم أن ينقلنا كل منها من العاطفة والنظر الذاتى التسليمى للدنيا إلى الوجدان بالنظر الموضوعى الانتقادى . ويمكن أن نقيس رقى المجتمع بقدر ما في زعمائه وأشخاصه ومذاهبه من وجدان . والرجل الحكيم هو الذى يرفض السلوك العاطفى الذاتى ويعتمد إلى السلوك الوجدانى الموضوعى والمقياس السديد للسلامة النفسية هو الوجدان . إذ على قدر اعتمادنا في السلوك والتصرف على الوجدان بالنظر الموضوعى تكون سلامتنا . وعلى قدر بعدنا من الوجدان وانسياقنا وراء العواطف يكون المرض النفسى .

والوجدان يؤدي إلى الذكاء . وهو « الفريزة العالمية » التى تحملنا على ترك إحساسنا الخاص والتخلص من انفعالاتنا حتى نرى الدنيا رؤية موضوعية . كما هى في حقيقتها وليس كما يصورها لنا غضبنا أو هواننا أو طمعنا أو خوفنا . أى ليس كما يصورها لنا انفعالاتنا . بل يكاد الوجدان في البشر يكون عاطفة جديدة . لأننا بالوجدان نحس قيماً ونأخذ مقاييس عالية بل كونية نتساءل عن أصل العالم والنجوم والحيوان والنبات وأصل الكون ومنتهاه ونبحث الحضارة الصينية وأجزاء الذرة وقيمة الفلسفة والدين والغاية من الوجود وأصل الفضيلة . وننتقد الطبيعة ونصوغ المستقبل . أليس الوجدان هو الذى يحمل غاندى على أن يجمع بين الثورة والقداسة ؟ فى حين يرى الطبيعة حمراء بين الناب والمحلب كماها قسوة وبطش وتقتيل ، يعتمد هو بوجدانه أى بإحساسه الأفينوسى إلى الدعوة

إلى حب الإنجليز حتى وهو يرى بنادقهم مسلطة على المنود .  
 ومع ذلك هذا هو وجداننا الآن في أسمى إنسان نعرفه في عصرنا . ولكننا  
 لا نعرف ما سوف يكون هذا الوجدان بعد الأنوف من السنين !  
 ووجداننا كما ورثناه من الطبيعة شئ عظيم في ذاته ، أى أنه اختراع جديد  
 يفصل ما بيننا وبين الحيوان ، ولكنه أعظم بالمجتمع والثقافة .  
 أنظر إلى فكرة الموت التى يعرفها البشر ولا يعرفها الحيوان ، فإن هذه  
 الفكرة الوجدانية قد جمعت حولها مركبات : اختراع الآلهة ومبادئ الدين .  
 والفضائل والردائل وفكرة الحياة الفاضلة . كما أنها حركت الكثير من الصناعات  
 والحرف . وزاد الوجدان بذلك زيادة عظيمة .  
 وانظر إلى اكتشاف الزراعة التى أوجدت الحكومة وعلوم الهندسة والفنك  
 وشتى المعارف الأخرى .  
 وكذلك لا ننسى قيمة اللغة فى الوجدان . وكذلك النظريات الاجتماعية التى  
 تعد كل منها محاولة لفهم المجتمع تفهماً وجدانياً . واذكر مثلاً قولنا « ليس عند  
 هذا العامل وجدان طبقى » أى إن فهمه لحالته الاقتصادية مقصور على نفسه ولم  
 يتعمم إل آلاف العمال فى هذا العالم . وقس على هذا .  
 وغاية الوجدان كما نبصرها الآن فى ضوء تكونه وتطوره الماضيين أن يكون  
 حاسة كونية نعرف بها الأشياء فى هذا الكون كما هى فى حقيقتها .

## العقل والمخ

كان هناك شيء في القرن التاسع عشر يدعى « علم الفراسة » وكان أكبر دعاة رجل يدعى جول وجد من الجمهور استعدادا لتصديق مزاعمه . وكان جول هذا يرسم للمخ خارطة يبين فيها الكفاءات ويميز للناس أخلاقهم ودرجات ذكائهم . فهذا النتوء في خلف القحف ، وهذا الفتور في الجبهة ، وهذه الأبعاد في الجبين وما فوق الأذن وما يليها من الخلف أو الأمام كل هذا يدل على كفاءات معينة في الشخص يمكن أن تفرسها . وكانت أوروبا تشتاق إلى التفسيرات المادية التي تغنيها عن الغيبيات . ولذلك شاع مذهب الفراسة هذا وقتاً غير قصير .

ولكن البحث العلمي أثبت أن نظرية الكفاءات هذه غير صحيحة أي أننا لا نستطيع أن نعين بقما خاصة في المخ تدل إحداها على الصدق والأخرى على الغدر أو الرذيلة أو الفضيلة . ولكن الحرب الكبرى الأولى ، بما حدث فيها من إصابات مختلفة ومتعددة في المخ ، أثبتت شيئاً يقارب مزاعم جول . هو أن هناك مرا كز معينة في المخ للنظر أو حركة اليد أو حتى حركة إبهام اليد أو الكلام أو غير ذلك بحيث إذا أصيب المخ في إحدى هذه البقع عجز المصاب عن الكلام أو عن تحريك الإبهام أو عن الرؤية .

وأكثر من هذا . إذ ثبت أن المركز الحسى في المخ يتسع على الدوام كي يتصل بمراكز حسية أخرى عن طريق السلايين من خلايا المخ التي تصل بين مركز حسى وآخر . ومن هنا الظاهرة التي كانت مألوفة في هؤلاء الجرحى في الحرب . فإن الإصابة المخية قد تمجز أحدهم عن القراءة ولكنها لا تعجزه عن الكتابة . لأن المركز النخى للسان جرح ولكن المركز الحسى لليد والأبهام لم يجرح . فهو يكتب ولا يقرأ . ولكن اتصال هذه المراكز الحسية بعضها ببعض يجعل الفهم

مضمونا لأن ما نفقده بحاسة لا يزال باقيا بالرا كز الحسية الأخرى .

ومن هنا قيمة المخ الكبير ، أو بكلمة أصح ، قيمة المخ في القحف الكبير ، لأنه يكون مثالا كثير التلايف ؛ لأن هذه الخلايا تربط بقمع الإحساس المختلفة وتجمل التذكر قائما على جملة قواعد ، إذا فسدت واحدة بقيت الأخرى . ومن هنا أيضا نفهم أن التذكر يحتاج ، كي يكون راسخا ، إلى أن تربطه بجملة بقمع حسية . فإذا أردنا أن نحفظ قصيدة ، كان حفظنا لها أرسخ ، إذا نحن تلوناها بصوت عال نسمة ( = بقمع السمع ) وإذا كتبناها ( = بقمع اللمس باليد والأبهام ) ويزيد على هذين رؤية الحروف ( = بقمع النظر ) . فهذه البقمع الثلاث ترتبط بالذاكرة فلا ننسى ما حفظنا . ويكون حفظنا أضعف إذا حفظناها من شخص نتلوها بعده . لأننا هنا نفقد رباطي النظر واللمس ، وأقل ضعفا إذا لم نكتبها لأن الكتابة تزيد رباط اللمس باليد والأبهام .

وبالمخ ملايين من الخلايا التي تتصل بالرا كز الحسية . ولذلك يحدث إذا زرعنا جزءا منه أن نجد أن الشخص قد عاد عقب النزع وهو لا يحس أى نقص في ذكائه . لأن الشبكة التي قطع جزء منها بالنزع لم تنقطع بل ما زالت متصلة بملايين الخلايا إلى المرا كز الحسية . وأحيانا يؤدي النزع إلى فقدان مهارة صغيرة معينة . ولكن الذكاء العام لا يفقد . وتفسير هذا أن المهارة الصغيرة المعينة مثل الخياطة أو الكتابة أو الرسم أو ركوب البسكليت كانت تنحيز مركزا حسيا معيناً . فلما تلف هذا المركز فقدنا المهارة التي كانت متوقفة عليه . ولكن المخ بملايين الخلايا التي فيه لم يضره هذا فقدان . فالذكاء العام لا يزال كما هو . ومن هنا قيمة المخ الكبير ، لأنه في الأغلب يحوى تلافيف كثيرة تزيد الفسحة التي تنمو فيها الخلايا فيزيد الذكاء . ولكن ضخامة الرأس ليست مقياسا مؤكدا لصحة . لأن الرأس الكبير قد يعود إلى ثخانة القحف العظمى ، وقد تكون ضخامة في المخ مع قلة في التلافيف .

على أننا يجب ألا ننسى أن ثلثي البله يتسمون برؤوس صغيرة وأحياناً صغيرة جداً . وموكب التطور العام من الحيوانات الدنيا إلى الإنسان يحملنا على الاعتقاد بأن زيادة الذكاء قد رافقت زيادة المخ . لأن الإنسان أكبر الأحياء مخاً من حيث المقدار المئوى . ولكن هناك الإنسان النياندرتالى الذى انقرض وقحفه يدل على أن مخه كان أكبر من مخنا . فإن قحفه كان يبلغ فى تجويفه ١٧٠٠ سنتيمتر مكعب . أما نحن فلا تزيد على ١٣٥٠ سنتيمتر مكعب . ومن المعجب أن تغلب نحن على هذا الإنسان مع ذكائه هذا . وربما يكون التعليل الصحيح أنه لنقص عضوى لم يستطع الكلام . واللغة تزيد الذكاء أو تجعله بالأحرى أداة للخدمة فإذا كان قد حرّمها فإن ذكائه لذلك لم ينفعه .

والدماغ طبقات أسفلها يقوم بأبسط الأعمال الغريزية . وأعلاها ، وهو المخ ، يقوم بالوجدان وما به من تذكر وتخيّل . وقد زرع جولتز مخ كلب . فكانت العواطف لا تزال حية فيه يحب ويكره ويفضّ ويشتّمى الجنس الآخر . ولكن التعبير عن هذه العواطف أصبح طليقاً بل صار خاليس له ضابط . فإذا حطت ذبابة على أنفه نبّح نباحاً عالياً . وإذا نقل من مكانه كى يأكل نبّح أيضاً مع أن هذا النقل كان يجرى كل يوم . ومن هنا نفهم أن التعلم يحدث بطريق المخ ، وأن المخ أيضاً هو مكان الوجدان الذى يضبط العواطف .

قلنا إن ضخامة المخ تدل ، فى ضوء التطور ، على زيادة الذكاء . ولكن ليس هناك برهان حاسم جازم على هذا الرأى . وربما يكون للذكاء أصل فى توزع الشرايين ومرونتها فى خلايا المخ ، أى أن القدرة على الذكاء تحتاج إلى شبكة من الشرايين الصغيرة العديدة التى تغذى المخ بالدم . فإذا كانت هذه الشبكة حسنة انتظم غذاء المخ وزادت القدرة على التفكير . والعكس يحدث العكس .

## الغرائز والعواطف

كلمة « غريزة » من الكلمات الغامضة . وقد أدى غموضها إلى أن كثيرين من السيكولوجيين يتجنبونها . فان أى إنسان يستطيع أن يقول إن المشى غريزة وأنه متى أتم الطفل عاماً شرع يمشى منتصباً على قدميه . ولكن هناك حادث الصبيتين الهنديتين اللتين خطفتهما ذئبة فأنهما بقيتا إلى ما بعد العاشرة وهما تجريان كالذئاب على أربع . وتستيقظان فى لحظة معينة فى الليل وتعويان . وقد احتدت عندهما حاسة الشم دون سائر الحواس .

وأسوأ ما يقع فيه الفكر العلمى أن يتناول كلمة مألوفة لها ملابسات مختلفة مثل عقل وروح ونفس وغريزة فيستعملها لمان علمية محدودة لا تتفق مع ملابساتها القديمة وما تراكم عليها من أعباء أو زخارف تقليدية وعقيدية . والعلميون الأوروبيون يقاطعون مثل هذه الكلمات ويممدون إلى اللاتينية أو الاغريقية القديمة فيشتقون منهما كلمات تؤدي المعنى الجديد بمحدوده المعينة .

والاختلاف بشأن الغريزة كبير فان هناك من الحركة أو النشاط مالا نستطيع الحكم الحاسم فيه هل هو غريزة وراثية أم عمل اكتسابى . فقد قبض على رجل كان يعيش فى الغابات فى أمريكا فكان يأكل أطمعنا المألوفة ما دامت جامدة . أما الأطعمة التميعة فكان يشمئز منها ويصد . كما لو كان يكرهها بغريزته . مع أن الواقع أن بيئة الغابة هى التى جعلته يكره التميع . كما أن الفتاتين الهنديتين لم تسع كل منهما على أربع لغريزة موروثية ولكن لتربية معينة فى وسط الذئاب .

ولكن هناك من النشاط مالا نستطيع أن نعزوه إل تربية أو تعليم أو محاكاة . فقرر لذلك أنه غريزة موروثية . كالطفل الرضيع يفر إذا فوجئ بصرخة أويكى ويخاف

إذا حرك جسمه بحيث يخشى السقوط . كذلك هو يرضع بفريزته . ولعاب الصغار والكبار يجري وقت الجوع بحركة انعكاسية عند رؤية الطعام . والشاب يلتفت إل الفتاة بفريزته . وفي جميع هذه الانفعالات أو أمثالها لا يعرف الطفل أو الصبي بل حتى الشاب أحياناً الغاية من هذه الدوافع .

ومن أشق الأشياء أن نعرف الفريزة . وقصارى ما نقول فيها إنها مركز بؤرى يتشعع منه نشاط نفسى . وأن الفريزة حين تستخدم أو تلهب نسميها عاطمة أو انفعالا . ففريزة التناسل قائمة في كل إنسان ولكنها حين تستخدم نسميها العاطفة الجنسية . واذكر إلى جنبها عواطف الغضب والسرور والقتال والخوف .

ونستطيع أن نقول أن الغرائز دوافع حيوانية قديمة لا تزال باقية في كياننا النفسى كبقاء اللحية والأظافر والشعر في كياننا الجسمى . وأنها « أجهزة » يراد بها سرعة العمل بلا تفكير ، وتوجيه الشخص نحو السلامة في بيئة وحشية .

وهناك من يقول إن الفريزة حركة انعكاسية بسيطة أو مركبة . فهى بسيطة حين نغمض العين لمفاجأة الضوء لنا . وهى مركبة حين نخشى من العدو أو نذبح الحروف أو نبني المنزل . وجميع نشاطنا الذهنى أو النفسى يعود في النهاية إلى مجموعة الغرائز التى تحتويها النفس . وقد تكون هذه الغرائز أربعاً أو عشراً أو عشرين . ولكن أغلب الظن أنها أقل من ذلك . وأن كثيراً مما يسميه مكدوجال غرائز بيولوجية إنما هو مركبات نفسية اجتماعية على أساس من ثلاث أو أربع غرائز أصلية . كما أنه ليس شك أيضاً في أن كثيراً مما نسميه نشاطاً غريزياً إنما هو في الواقع نشاط اجتماعى . وهنا يجب أن نذكر ١٤ نوعاً من النشاط يسميها مكدوجال غرائز وهى :

- ١ — الفريزة الأبوية      تؤدي إلى      حماية الصغير والضعيف والاعانة
- ٢ —      »      الجنسية      »      »      المغازلة والتزاوج
- ٣ —      »      للطعام      »      »      التجوال والمطاردة

- ٤ — الغريزة للخوف تؤدي إلى الحرب والمطاردة
- ٥ — » للقتال » » الهجوم والتدبير
- ٦ — » للبناء » » صنع الأشياء وإقامة بيت
- ٧ — » للاستطلاع » » الاكتشاف والتشمم والاستفهام
- ٨ — » الاشتزاز » » التجنب والبصق الخ
- ٩ — » الامتلاك » » الجمع والادخار وصيانة العقار
- ١٠ — » الاستغاثة » » الصراخ والنداء والبكاء
- ١١ — » الاجتماع » » الرغبة في البقاء في مجتمع
- ١٢ — » الاعلان » » القيادة والمنافسة والعرض
- ١٣ — » الخضوع » » الاحترام والخشوع والانermal
- ١٤ — » الضحك » » الضحك

ونحن نشاهد أن أدنى الحيوانات كالاسفنج يعتمد على رجع انعكاسي بسيط ثم نجد السلوك الغريزي العام في الحشرات . وأرقى الحيوانات وهو الانسان يعتمد في سلوكه على أسس فقط من الغرائز ولسكنه يبنى عليها وينقحها بعقله . والوجدان الذي يحدث التمثل قد يكون في النهاية تردداً بين الغرائز أو تنقيحها أو مداورة لها . وهذا التنقيح في الغرائز يوجد في الانسان أكثر مما يوجد في سائر الحيوانات العليا كاللبنونات أى الرواضع .

والرجع الانعكاسي ، مثل إغماض العين لمفاجأة الضوء ، ومثل تحريك اللعاب عند رؤية الطعام ، هو أبسط النشاط العصبي . وقد لا يختلف هذا الرجع في النهاية عن اتجاه الجذور في الشجرة نحو الرطوبة ، أو اتجاه الورق نحو الضوء ، أو اتجاه الفراشة نحو الصباح . وعند بافلوف الروسى أن جميع نشاطنا إنما هو رجوع انعكاسية مكيفة أى معدولة عن أصلها . فإن لعابى يتحرك وقت الجوع عند رؤية الطعام . فن هذه الحركة الانعكاسية الحيوانية الساذجة نشأ من الطهي وصنع الخبز

وكرم الضيافة والتصدق . ومن الرجوع الانعكاسية الأبوية أو بالأحرى الأموية نحو الطفل نشأت الرحمة وكراهة القسوة بل كراهة استيلاء الانجليز على الهند . ومن الرجوع الجنسي نشأت العائلة وفن البناء للبيوت وغيرها من النظم الاجتماعية التي تحمي الممتلكات .

وتجرى العاطفة في كياننا النفسى على النسق التالى :

معرفة ثم عاطفة ثم حركة .

مثال ذلك أنى قاعد أقرأ فى مكتبى :

١ - فأسمع حركة كأنها خشخشة فأر = معرفة .

٢ - يغمرنى قلق وتوجس = عاطفة أى انفعال .

٣ - أهب وأستطلع = حركة .

وهذا هو الشأن فى العواطف . ولكن يجب ألا تنسى أن العاطفة والحركة تسيران معاً فى تصرفنا ولا نكاد نستطيع الفصل بينهما . والعواطف على ما تبدو لنا من السكون إنما هى حركات . لأننى أحس سرعة الدق فى القلب حتى وأنا متجلد قاعد عند القلق . والفرق بين حركة القلب ( = عاطفة ) وحركة القدمين ( = نهوض وبحث واستطلاع ) ليس كبيراً .

ونحن نتحرك فى هذه الدنيا بعواطفنا أى نسعى للعيش ونجد لتحقيق الطمأنينة ونترجى ونقتنى العقار ونؤيد النظم الاجتماعية ونطلب العدل ونجحد الظلم لأننا نستند إلى أربع أو خمس غرائز أصلية تكيفت وعدل بها عن أصلها وترتبت إلى مئات من الدوافع الاجتماعية . فقد أقعد إلى مكتبى كى أولف كتاباً عن الدين أو الفلسفة . فما هى العاطفة التى تدفعنى إلى هذا الجهد ؟ وما هى الغريزة الأساسية التى ترجع إليها هذه العاطفة ؟

كلنا يسلم بأن الطفل الرضيع يخشى السقوط بفريزته . ومعنى هذا أنه يجب أن

يطمئن إلى مكانه أى مهده . ونحن الكبار نعيش بهذه الغريزة أيضاً وتتوخى الطمأنينة . وإنما مهدنا هو الدنيا أو حتى السكون كله . والجهد الذى أبذله فى إيضاح الفلسفة أو الدين إنما هو عاطفة الخوف تبعثنى على أن أنشد الطمأنينة النفسية أو الذهنية على مسرح عالمى أو كونى . وبالطبع قد اشتبكت مع هذه العاطفة جملة عواطف أخرى ، منها الرغبة فى التقدير الاجتماعى لشخصى والسكسب للمادى من بيع الكتاب والانتصار على الخصوم الذين لا يوافقوننى على فلسفتى . ولكن البؤرة الأصلية هى الرغبة فى الطمأنينة .

والعاطفة هى القوة الموطرية للنفس البشرية . وهى التى تبعث على الجهد والمثابرة . ومن هنا نفهم كيف يسهل علينا تعليم الطفل الحساب بالنقود . نسله القروش والمليمات وتجعله يشتري ويميز بين الحلويات والمسليات التى يقتنيها . فانه لا تمضى عليه أيام حتى يحذق غير قليل من الجمع والطرح لا يحذق عشرها إذا تعلم بأرقام مجردة على الورق . ومن هنا شجاعة الجندى البريطانى يدافع عن الامبراطورية البريطانية وفتوو الجندى الهندى فى دفاعه عنها . ومن هنا التمسب بحسه العامل عند الساعة السادسة مساء بعد مجهود النهار ثم نشاطه فى هذه اللحظة بالذات عندما يمرض عليه العمل ساعة أخرى بأجر ساعة ونصف . ومن هنا أيضاً هذا المجهود العظيم الذى تبذله الأم فى الاستيقاظ أربع مرات لإرضاع طفلها فى الليل بل السهر عليه طوال الليل إذا كان مريضاً دون أن تحس إعياء يذكر . ففى كل هذه الحالات أحدثنا قوة موطرية ( عاطفة ) تحرك النشاط الذهنى والجسمى سواء فى الطفل بالحلوى أو فى الأم بالقلق على ابنها أو فى الجندى بوطنيته أو فى العامل بالسكسب الزائد .

نحن نتحرك فى هذه الدنيا بالمواطف التى ترجع إلى غريزة واحدة أو إلى بضعة غرائز كل منها مركز بؤرى يتشعب منه النشاط النفسى أو الذهنى أو الجسمى .

## الغريزة الأصلية

ماهى الغريزة الأصلية التى تتحرك بها إلى النشاط والعمل والقتال والكفاح ؟  
أى ماهى البؤرة الملتهبة التى يتشبع منها نشاطنا فى مختلف نواحيه ؟ أى ماهى  
ال عاطفة أو العواطف التى تحمل ألمانيا على الحرب كما تحمل حزب المحافظين فى  
بريطانيا على كراهة الاشتراكيين كما تحمل الرجعيين على كراهة الحرية فى مصر  
كما تحمل الكاتب الضعيف على البذاء والسباب كما تحمل العمال على الإضراب كما  
تحمل كافة الناس على جمع المال كما تحمل التلميذ على الدراسة ؟ وأخير ماهى العاطفة  
التي تحمل المجنون على الدعوى بأنه ملك فيستقر مرتاحا إلى هذه الدعوى ؟

هل هناك غريزة واحدة أو جملة غرائز تحرك فينا عواطف تبعثنا على بذل  
المجهود الجسمي والذهني والنفسي الذي نعيش به ؟

كان فرويد يعزو إلى الغريزة الجنسية جميع ألوان النشاط البشري وكان يتوسع  
فى معنى هذه الغريزة حتى كان يراها فى الطفل وهو يرضع أمه بايقاع ، كما كان يراها  
فى النشاط الفني الذى تتوخى به الجمال . ولا يستطيع أحد ، يعرف حقيقة التطور ،  
أن ينكر قيمة الغريزة الجنسية . وحسبك نظرة عاجلة إلى ذكرين من الحيوان  
يتقارنان على أنثى كى ترى قوة العاطفة الجنسية . كما أن آلاف القصص الشائمة  
بشأن الحب تبين لنا مقدار المجهود الذى تتحيزه هذه العاطفة فى النفس البشرية .  
وكان فرويد يعتقد أن كظم العاطفة الجنسية هو الذى يؤدي إلى جميع حالات  
الجنون . لأن هذا الكظم يسد القناة الأصلية للعاطفة فتحتال للبروز بأساليب  
شاذة وتخرج من هنا متسللة ومن هناك منفجرة .

وكان أدلر يعتقد أن غريزة التسلط أو الرغبة فى السيطرة بجميع ألوانها  
كالتفوق ، أو البروز المالى أو الاجتماعى أو الجنسى ، أو الرغبة فى التقدير من الأقران

ونحو ذلك ، هذه الغريزة هي الأصل للنشاط النفسى كله ، وأن صد هذه الغريزة أو عرقلتها هما السبب ، لجميع الأمراض والشذوذات النفسية .

ونحن نعيش فى مجتمع يفرس فىنا عادات نفسية وذهنية تجعلنا نخطئ التفسير لكثير من دوافعنا ( = عواطفنا ) التى قد تكون أحيانا اجتماعية . ولكننا ، لأن لها حرمة كبيرة أو ممارسات مكررة ، نحسبها طبيعية . ثم هناك أيضا من النظم الاجتماعية ما يحرمنا ممارسة نشاط نفسى معين أو يجعل هذه الممارسة شاقة فنجد أثر هذا الحرمان فى صعوبات نفسية مختلفة فتبرز قيمة هذا النشاط فى وجداننا أكثر مما كان يجب . ففى عصر فرويد مثلا ، حين تمخض بنظريته عن الغريزة الجنسية ، كان القحط الجنسى عاما فى جميع الأمم تقريبا . وكان كثير من الأمراض النفسية يعزى إليه ويعالج فى ضوءه . ولكننا لا نجد هذا القحط الجنسى الآن فى الولايات المتحدة الأمريكية مثلا . ومع ذلك نجد الأمراض النفسية على أفسأها وأخطرها .

وقد حدثت فى أيامنا حربان قتل فيها نحو ٣٠ مليون إنسان . وظهرت فيها آلاف الأمراض النفسية التى لا ترجع إلى أسباب جنسية . ثم ظهرت أيضا ونمت . وزكت هذه الأمة الروسية التى جحدت مبدأ المباراة فى العيش واعتمدت على مبدأ التعاون . وكان من أعظم ما التفت إليه السيكولوجيون فى هذا المجتمع الجديد خلوه تقريبا من الأمراض النفسية . والنظام القائم فى روسيا يحول دون السيطرة والتسلط أو البروز أو التفوق . وإذن أين أدل الذى يقول إن غريزة التسلط هى أقوى غرائزنا وإنها بؤرة النشاط التى يتشبع منها سائر دوافعنا الحيوية ؟

الحق أن كلا من فرويد وأدلر كان ضحية العصر الذى عاش فيه . هذا العصر الذى حفل بالمباراة القاتلة التى كانت تبيث كل إنسان على توخى الطمأنينة بالتفوق والتسلط كما كان حافلا بالقحط الجنسى الذى حرم كثيرا ، من الفتيات والشبان ، من الزواج .

وحسبنا أن نرجع في تفسير البؤرة الأصلية للنشاط البشرى إلى الطفل في أيامه وشهوره الأولى . فإننا نجد فيه غريزة لم يتعلمها هي خوفه من السقوط أى رغبته فى الاطمئنان على مهدء . فلم لا تكون هذه الغريزة الأصلية لجميع ألوان نشاطنا مهمم اختلفت هذه الألوان . بل إن الاعتماد على هذا التفسير يوضح لنا فى بيان ناصع موقف فرويد وموقف أدلر .

فحيث يكون القلق والاضطراب والخوف والتوجس من المستقبل يكون البعد عن الطمأنينة . فيحس أحدنا كما لو كان طفلا على وشك السقوط . وقد يتخذ هذا القلق صورة مختلفة تتلون بألوان المجتمع الذى يعيش فيه كل منا .

ففى مجتمع تتأخر فيه سن الزواج وتكثر العوانس ويبدو المستقبل قائما للكثير من الفتيات يعم الخوف كيانهن . ويعود هذا الخوف كأنه كل شىء فى حياتهن وتبدو العاطفة الجنسية كأنها بؤرة النشاط النفسى . وتجب أن تكون كذلك فى مثل هذا الوسط . وهنا تفسير السيكولوجية الفرويدية .

وفى مجتمع تعم فيه المباراة فى الكسب كما يعم الفقر ويحدث التعطل وما يجلبه من تماسة وحرمان وفاقة يتجه النشاط نحو التفوق والتسلط . والخوف من السقوط فى هذه المباراة يكون ههنا دائما لا ينقطع . وهنا تفسير السيكولوجية الأدلرية .

فبؤرة النشاط البشرى كله هي الخوف ، خوف الطفل من السقوط من المهد ثم خوف كل إنسان بعد ذلك من الفقر والحرمان فى المجتمع ، وخوف الفتاة من أن تعيش عانسا ، وخوف الجندى من القتل أو الطيار من السقوط ، وخوف التلميذ من الرسوب ، وخوف الرجعى من الحرية التى تحرمه وسيلة العيش ، وخوف ألمانيا من تألب الدول المحيطة بها عليها ، وخوف المحافظين من الإنجليز من المبادئ الاشتراكية التى تحرمهم امتيازاتهم ، وخوف الساسة الإنجليز من استقلال الهند التى يستغلونها

فالخوف هو المحرك الأصلي وهو الذى يبعث على الشجاعة والمخاطرة بل والاقتصاد ، والتدبر والحكمة . ولكن إذا زاد هذا الخوف ولم نجد له علاجاً ، مرضنا . ولو بالكابوس فى النوم أو بانحرافات أخرى بسيطة أو خطيرة . وحيث يقل الخوف وتعم الطمأنينة تصبح الأمراض النفسية معدومة أو كالمعدومة . وهذا هو ما حدث فى روسيا حيث ألغيت المباراة وصار جميع السكان كالمساوين فى الكسب والكرامة . ولم يعد هناك كيظم للخوف من الفقر أو المرض أو السقوط الاجتماعى أو البقاء فى عزوبة دأمة ، بل لم يعد هناك خوف من ضياع الثروة إذ ليس لأحد ثروة مكنوزة . وليست هناك بورصة للأوراق المالية التى ترتفع وتنخفض فيرتفع فى أثرها ضغط الدم وينخفض وتحدث الوفيات من النقطة والسكتة . كما تؤدى الصدمات إلى البول السكرى .

فالفريزة الأصلية التى تحركنا نحن وجميع الحيوانات إلى النشاط هى الخوف وما زلنا ، بالمجاز ، حيوانات مثل أسلافنا نعيش على الأشجار ونعلق بالنصون ونخشى السقوط . وما زلنا نخشى الغول والعفريت فى الغابة .

اعتبر هذه الحادثة التالية الواقعية :

زوجة مصرية فى نحو الخامسة والثلاثين تحب زوجها . وهو صانع متيسر يكسب ، ويقضى بعض أمسيته على القهوة ، وهو ثرثار لا يتحفظ . وكانت هذه الزوجة نحيفة فى مجتمع يقدر الجسامة والدسامة . وكان زوجها يتحدث من وقت لآخر عن هذه المرأة السمينة وهذه الأخرى الجميلة . فكانت تغار . والفيرة خوف متردد . وكانت هذه الفيرة تبعثها على التجميل وتحملها على اتباع الصفات البلدية كى تسمن . ولكنها لم تسمن . فصارت الفيرة خوفاً وقلقاً . ولم تر علاجاً . فكظمت . فى ذات مساء دخل الزوج ، واقترب منها فإذا بها تصرخ وتستغيث بالجيران . فلما اجتمعوا زعمت أن هذا الزوج يطلب منها نجاسة ورجسا . مع أن لها منه ثلاثة أولاد .

والتفسير أن عجزها عن أن تسمن ، وخوفها من أن يتزوج زوجها امرأة أخرى سمينة وانسداد المستقبل في وجهها حمل عقلها الكامن على أن تلجأ إلى أ كذوبة ترتاح إليها وتطمئن إليها في الدنيا وهي أنها « ولية » أى قديسة لا تحتاج إلى الأزواج ( = العنب حصرم ) وأنها مستغنية عن زوجها الذى يطلب منها رجساً . ولبست بعد ذلك ثيابا بيضاء ، ثياب الأولياء والقديسين . ثم انتهت إلى المستشفى . أى أن نفسها القلقة احتالت بأسطورة كي تصل إلى السلامة والطمأنينة اللتين لم تجدهما في الحقيقة الواقعة .

إذا كانت الفرزة الأصلية هي الخوف فإن لها ناحية إيجابية في الإنسان . هي أننا في مجتمعنا الحافل بالمخاوف والقلقل ننشد القوة والوجاهة . فنجمع المال والرتب العالية . وأحيانا نستमित في طلب القوة ونموت . لأننا ننسى مثلاً أن المال وسيلة للطمأنينة الاقتصادية فقط فنجهد في جمعه حتى نمرض أو نصل إلى الطمأنينة المنشودة منه ثم لا نكف عن جمعه . وأحيانا نبذل هذا المال للحصول على وجاهة زائفة .

وأحيانا تسيطر علينا عاطفة القوة أو الوجاهة أو الكرامة الاجتماعية بحيث تنسينا حتى شهواتنا البدائية . أنظر إلى الطفل حين نشترى له الشكولاته . فإنه يحبس شهوته إليها ولعابه الجارى ويحتفظ بها حتى يصل إلى البيت فيعرضها في كبرياء على إخوته ثم يأكلها . وكلنا تقريباً هذا الطفل في مجتمعنا ، نحب أن نفتنى كي نفاخر ونباهى قبل أن نستهلك ما اقتنينا أو قد لا نستهلكه بتاتا . لأن لذة الفاخرة والباهة تبعد عنا الخوف وتشعرنا بالقوة . وحسبنا هذا .

## الجسم يؤثر في العقل

السيكولوجية هي علم السلوك البشرى أى كيف يسلك الإنسان في مجتمعاته المختلفة ؟ وكيف ينبعث إلى النشاط وماذا يجعله يقتر في عمله ؟ ولماذا يحب أو يكره ؟ وكيف يكون إنساناً سوياً ولماذا يشذ أحياناً ؟ وما هي بواعث الإجرام أو الجنون ؟ ثم ما هو الذكاء والعبقرية أو البلاهة والغفلة ؟ وكيف يتصرف التصرف الحسن أو التصرف السيئ ؟ وكيف يتكون عقله وينضج ؟ وكيف تتكون نفسه وتنضج ؟ وكيف تتكون شخصيته وتنضج ؟

وشخصية الإنسان ونفسه وعقله هي ثمرة وراثته البيولوجية أى ما ورثه منذ ملايين السنين كما هي ثمرة بيئته الاجتماعية التي نشأ وتعلم وتمود فيها عاداته واتخذ قيمها المختلفة .

وهذا الموروث البيولوجي قلما نستطيع تغييره . فالخ الصغير الذي تقل تلافيفه لا نستطيع تغييره إلى مخ كبير كثير التلافيف . والشخصية الانطوائية نمجز عن إحالتها إلى شخصية انبساطية . وبنية الجسمانية بأعضائها الداخلية تؤثر في المخ وتؤدي إلى ميزات أو مساوئ نفسية . فمن المعروف مثلاً أن كلامنا يحمل عناصر نسوية كما يدل على هذا الثديان في صدره ووجود رحم صغير في أسفل بطنه . وإيس في هذا ضرر . ولكن ماذا يحدث إذا زادت هذه العناصر على المألوف ؟ وكذلك الشأن في كل امرأة . إذ هي تحمل عناصر رجولية إذا زادت فيها اختلت شخصيتها . وعندما ينقطع الحيض نهائياً حوالي سن ٤٨ أو ٤٩ تبدو هذه العناصر وتزداد وضوحاً بمرور السنين حتى أن بعض النساء يحتجن في سن السبعين أو الثمانين إلى حلق شواربهن كالرجال .

وتأثير الجسم في العقل يعود إلى هورمونات الغدد الصماء أى إفرازات تلك الأجسام الصغيرة التى تفرز سوائها في الدم مباشرة وليست لها قنوات تحمل هذه السوائل . وأهم هذه الغدد التى تقرر للرجل رجولته هى الخصيتان . فإنه إلى جنب إفرازها القنوى ( أى النى للتناسل ) نجد إفرازاً آخر يدخل الدم مباشرة وهو الذى يكون مظاهر رجولتنا مثل اللحية والشوارب وغلظ الصوت ونحافة الأليتين . ثم مع هذا حيوية الرجل وخفته وأقدامه . ومثل هذا يقال بشأن المبيضين فى المرأة فى إكسابها صفات النساء المعضوية والمزاجية . واذكر كيف أن الخصيان الذين تقطع خصاهم يتخذون هيئة النساء . وكيف أن المرأة عقب قطع الحيض بعد التحسين تعود فتتخذ شيئاً من هيئة الرجال ومزاجهم . وهناك غدد أخرى مثل الغدة الدرقية فى العنق . وهما اثنتان إلى يمين قصبية العنق ويسارها . ونقص الإفراز منهما يؤدي إلى تعطل النمو أو وقفه وإلى خمول الذهن أو الغفلة . وهما يزودان الجسم بقوة المثابرة على الجهد .

ثم هناك الغدتان الأدريناليتان فوق الكليتين ، وهما لتزويد الجسم بالانبعاث الفجائى وقت الغضب أو الخوف . ولذلك تصل هذه الغدة إلى أكبر حجم فى الأسد وسائر عائلته من البهرة والتمور والقطط لأنها كلها تحتاج إلى حشد قوتها للوثوب . وكذلك تكبر فى الحيوانات التى تحتاج إلى الفرار السريع كالغزالان والفئران . فغدتنا الدرقية أكبر من غدة الأسد ولكن الغدة الأدرينالية عنده أكبر مما هى عندنا . والنتيجة أن الأسد حيوان الوثوب الانفجارى والحرب الخاطفة ، أما الإنسان فحيوان المثابرة والصبر على المشاق

وانظر إلى الفأر والفيل . فكلاهما حيوان لبون . ولكن حياة الفيل هادئة مستقرة ولذلك فإن الغدة الدرقية عنده تكاد تساوى الغدة الأدرينالية . أما الفأر فيعيش فى حرب خاطفة يثب ويفر . ولذلك فإن الغدة الأدرينالية عنده تزيد بمقدار

تسعة أضعاف الغدة الدرقية . ويتضح هذا فى دقات القلب فى كل منهما . فهى فى الدقيقة ٢٧ عند الفيل و ٣٠٠ عند الفأر . ونحن نذكر هذه الحيوانات كى نقول إنه إذا زاد إفراز الغدة الأدرينالية فى الإنسان زادت دقات قلبه فكان سريع الغضب متفززاً سريع الأجفال .

ثم هناك الغدة النخامية وهى فى أسفل المخ ، وتأثيرها كبير جداً فى تكوين الشخصية حتى أن بعضهم سماها « رئيسة الجوقة للغددية » لأنها تؤثر فى سائر المدد وتعين اللحن العام للسلوك

وهناك أنواع من النقص الذهنى الذى ينشأ من نقص فى الغدد . وأحياناً تمكن معالجته بأن يحقن الجسم بالمفرزات التى تحضر من أجسام ، أى غدد ، الحيوانات . وكلنا يعرف أنه تمر بنا فترة فى حياتنا ( حوالى سن ١٥ ) نحس فيها بفترة جنسية تقارب الجنون وهى ترجع فى الأغلب إلى وفرة الإفراز المحصى ؛ ولكن هذا الميدان لا يزال إلى الآن بكراً ومستقبله أكبر من حاضره

ونستطيع أن نرتب الناس بحسب أمزجتهم ؛ فنقول المزاج الأدرينالى للشخص الانفجارى المتفزز الذى يمتاز بالنزوة والاندفاع ؛ ونقول المزاج الدرقى للشخص الصبور المتجالد الثابر ؛ ونقول المزاج النخامى — على قلة معرفتنا هنا — للشخص الذكى المترن

ومن هنا يرى القارىء أننا لا نتصرف فى هذه الدنيا بالعقل فقط بل بكل الجسم . فإن حالة الدم ودرجة الحرارة ومعدل الفيتامينات وهورمونات (= إفرازات) الغدد الصماء وسلامة الحواس والمخ ، كل هذا يؤثر فى تفكيرنا وسلوكنا . والسيكولوجية هى لهذا السبب « علم النفس » أى أنه يدخل فى اعتبارها كل هذه الأشياء وليس العقل وحده . وفى مصر العظيمة المسكينة حيث يعيش أحد الناس بألف أو مئة جنيه فى اليوم ويعيش آخر بثلاثة قروش يتفشى بين الفقراء مرض

البلاجر الذي ينشأ من نقص غذائي فيتاميني ويؤدي إلى بلاهة تری في كثير من الفلاحين الفقراء

وسنرى في فصل قادم أن شكل الجسم يؤثر في الاتجاه الذهني ؛ فالشخص النحيف ، طويل الوجه ( = الانطوائی ) يختلف من الشخص السمين المتكفل القصير الذي يستدير وجهه ( = الانبساطی ) من حيث المزاج والتصرف والاتجاهات الذهنية

## العقل يؤثر في الجسم

في سنوات الحرب الماضية كنا نجد في القاهرة وقت الغارة أن سيفونات المراحيض يتكرر شدها . لأن الخوف من قنابل الطائرات كان يؤثر في الأمعاء ويحركها على غير ميعاد . وكلنا سمعنا عن بعض الناس يفجأون بخبر مزعج فيبولون . وأكثر من ذلك . فقد يؤثر الخبر المزعج في أحد الناس فيموت بسكتة القلب أو ينزف في المخ . وأحياناً تؤدي الكارثة إلى مرض البول السكري . كالأم تسمع عن حادثة وقعت لابنها ، أو المالى يبلغه خبر السقوط العظيم في قرايطسه المالية بالبورصة ، أو نحو ذلك ، فتؤدي الصدمة إلى إصابة بالبول السكري . وأحياناً تتأثر بحادثة فنصد عن الطعام . فإذا زاد التأثير حدث التهاب في الأمعاء فتتبرز مخاطاً ودماً مما يسميه عامتنا « التمنية » . وقد تحدث قرحة بالمعدة أو يتهب الجلد بما يسمى « أورتيكاريا » .

والهم هو في التعبير السيكولوجي « خوف متكرر » يتناوبنا من وقت لوقت . وهو يحدث هذه الأعراض التي ذكرنا أو أحدها . وقد زادت وفيات السكتة في أيامنا . وليس لها من سبب في الأغلب إلا زيادة الهموم لأن تكاليف الحياة المادية والمعنوية زادت إلى حد لا يطاق . فنحن نفكر في مخاوفنا ونجتريها ونقلق فيؤثر كل هذا في أجسامنا : في القلب والشرابين والبنكرياس والأمعاء وربما في أكثر من ذلك . أى أن العقل يؤثر في الجسم . وقد كان أبائنا يعيشون قانعين وكان طموحهم « قروياً » لا يكلفهم كثيراً من الجهد فكانت همومهم معتدلة . أما نحن فنسرف في الطموح ونتملق بالنجوم . فهمومنا كثيرة التكاليف والأعباء التي نعبز عن تحملها .

وليس منا من لم يعرف أن دقات القلب تسرع وقت الغضب أو الإزعاج أو

أن العرق يتصبب وقت الخجل أو الخوف . والخطيب يحس جفافاً في حلقة فيطلب الماء . ووقت الاضطراب يسرع تنفسنا وتصفر وجوهنا وأحياناً يغنى علينا من الخوف . بل أحياناً نتجمد كما يحدث في الكابوس .

كل هذه الأعراض مألوفة واضحة . ولكن هناك أعراضاً أخرى لتأثير العقل في الجسم تخفى علينا . مثال ذلك شاب يعمل كاتباً في إحدى المصالح وهو لا يكاد يقعد على كرسيه كي يشرع في العمل حتى يحس كأنه في إعياء قد فقد كل نشاطه ويبدو لو يضع رأسه على منضدته وينام . وقد يفعل ذلك . وليس جسمه متعباً . وإنما كل ما فيه أنه يكره عمله ويحب لو يستبدل به عملاً آخر يهواه . ولذلك فإن إعياءه هو من إملاء عقله ( = نفسه ) وهو ليس إعياء وإنما هو سحق وكرهه

والهموم إذا كانت معتدلة صارت مفيدة لأنها تحفزنا إلى العمل وتنشطنا . وهي عندئذ أولى بأن تسمى اهتمامات بدلاً من هموم . والفرق بين الاهتمام والهم أن الأول يتناول موضوعاً نعالجه فننجح أو لا ننجح . أما الهم الثقيل فهو اجترار لموضوع نخشاه ، فمعاودة دون علاج . ومن هنا تأثيره السي . بل من هنا الحكمة القائلة : « إذا كنت تشك في شيء فحافظ فيه » أي اتق منه بصورة ما .

وقد قلت الأمراض البكتيرية ( المعدية ) في الطبقة المتوسطة لأن الغذاء تحسن وأساليب النظافة ارتقت . ولكن الأمراض العضوية زادت لازدحام الهموم وإرهاقها . لأن أفراد هذه الطبقة يعيشون في مباراة قاتلة ويكنون في قلوبهم مطامع ترهقهم . فمقولهم تؤثر في أجسامهم أسوأ الأثر . وهم ليسوا في حاجة إلى عقاير حسنة قدر حاجتهم إلى فلسفة حسنة يعيشون بها راضين . لأن التوتر النفسي من الهم يؤدي إلى توتر شرياني ثم إلى تصلب في الشرايين ثم إلى موت مبكر بالانفجار الحثي

وسنرى في فصل قادم عن « الإبحاء » كيف يؤثر العقل الأثر الحسن في

الجسم . وأيضاً كيف يؤثر الأثر السى . ولكننا نقول هنا أن عامتنا يعرفون الكثير من أثر النفس ( = العقل ) فى الجسم . فإن الفلاحين يعززون بحق مرض الجلو كوما فى العين إلى مايسمى عندهم « نزول » عقب حزن أو كد . والأ كزيمما التى تطفح على الجلد قد تعود إلى تور نفسى ، بل أحياناً يحدث الربو من مثل هذا التور . وقد كان الرومانيون يقولون أن العقل السليم فى الجسم السليم ، ولكن عكس هذا القول صحيح أيضاً بل أصح لأن الحاقد والحاسد والخائف والتشاؤم يؤدى تورهم النفسى إلى تور شريانى أو إلى أى مرض آخر مؤذ لأجسامهم

قال الدكتور بارنى بروكس الجراح الأمريكى المشهور :

« إن الجراح الذى مرت به اختبارات كثيرة يذكر بلا شك إحدى العمليات التى أتمها فى نجاح كما استاصل فيها المرض تماماً ولم يجد عقب العملية أية علامة تدل على مضاعفات . ولكن المريض ، بعد ما بدا عليه من التقدم نحو النقه فقد الاهتمام بما حوله وبنفسه ، ثم تدرج فى غير ألم ، وكأنه لا يهدف إلى غاية معينة ، إلى الموت ولم يكشف التشريح عقب الوفاة عن إيضاح مقنع . »

وهذا المثل يدلنا على تأثير النفس فى الجسم ، وكلنا يذكر أمثلة أخرى تشبه ما رواه هذا الجراح ، كالأم المحتضرة تكافح الموت وتنتظر ابنها الغائب فإذا حضر ماتت . وفى المثل الأول تضعضع المريض وفقد إرادة الحياة ومات . وفى المثل الثانى تشبنت الأم بالحياة وأرادت البقاء حتى رأت ابنها

وهناك أمراض كثيرة نتوهم أنها عضوية أى فى الجسم فقط وأن النفس لا شأن لها فيها . ولكن قليلاً من التأمل يدلنا على أنها فى الأصل أمراض نفسية تتصل بالإرادة والابحاج كالخوف والقلق والهلم والتشاؤم

أعتبر رجلاً يخاف المستقبل ويقلق على معاشه ويتشاؤم ، فإن هذه الحال النفسية تزيد ضغط الدم فى شرايينه التى تتصلب بعد سنين من قوة هذا الضغط ثم يتعب هذا القلب . فيكون المريض عرضة للسكتة فى القلب أو « النقطة » بالانفجار

في المخ ؛ فالمرض هنا عضوى وقد انتهى بالوفاة ؛ ولكنه كان في الأصل نفسياً لأن المريض اتجه وجهة سيئة نحو الدنيا وتحمل من الهموم أكثر مما كان يطيق فأرهب نفسه ثم أمرض جسمه

في سنة ١٩٣٤ عمده الدكتور ف . دونبار إلى ١٣٠٠ مريض بمرض القلب ومرض الديابيطس أى البول السكرى وأيضاً ، وهنا المفارقة ، بكسر العظام ؛ فإن من البعيد على أى إنسان أن يقول إلى ذراعه كسرت أو ضلوعه تهشمت أو قدمه رخت لأسباب نفسية . ولكن الدكتور ف . دونبار وجد هو ومعاونوه أن نحو ٨٠ في المائة من هذه الحالات أى ألف حالة تقريباً من ١٣٠٠ حالة تعود في هذه الأمراض العضوية بما فيها الكسر العظمى إلى أسباب نفسية

ونحن نسلم هذه الأيام بأن كثيراً من حالات الديابيطس يعود إلى القلق والازعاج وأن الهموم تفتت القلب والشرابين ؛ ولكن كيف تؤثر النفس في تكسير عظامنا ؟

اعتبر الخادمة الغاضبة التى تكسر الأطباق ، وقد تنفت غضبها في كانون البترول فينفث هو غضبه فيها ويحرقها ؛ واعتبر سائق الأتومبيل يسير مغنيظاً لسبب مالى أو عائلى فيعمد إلى مصادمة المارة وكأنه يسبهم سباً عملياً ؛ واعتبر العامل أمام الآلة التى تدور بعنابته فيهمل هذه العناية لأن قلقاً ثقيلاً يربك ذهنه فلا يكون بعد ذلك سوى تهشيم ذراعه أو قدمه

ففي كل هذه الحالات نجد نفساً مرهقة ضائعة بالدنيا قلقة لا تستقر على تفكير متزن

وأكاد أقول لهذا السبب إن صداع الرأس يجب على الدوام أن يسبقه صداع القلب ؛ أى أن هناك عواطف سيئة كالغضب أو الحسد أو الخوف أو الشك تحدث في أجسامنا أمراضاً شائعة

وكثير من الأغنياء والمتوسطين لا ينقصهم المسكن الصحى أو الغذاء الحسن

ولكن تنقصهم الفلسفة الحسنة لأنهم يتطوحن في أطعمهم ويتورطون في مباربات اجتماعية أو ثرائية ترهقهم وتجمعهم على الدوام عرضة للقلق والأرق يجتروهم همومهم في الليل والنهار ويتشاءمون بالمستقبل حتى تنتهي حالتهم النفسية هذه إلى أمراض جسمية حقيقية

وأمرض الجسم التي تعود إلى أسباب نفسية تتحيز أولاً ، أو أكثر ماتتحيز ، الأمعاء والمعدة . فالقرحة المعدية سريعة الحدوث عقب القلق والخوف ؛ والبراز المخاطي الدموي كذلك يسرع إلينا من الصدمة النفسية ؛ والاضطراب المعوي ، بين الامساك والاسهال ، يعود كذلك في أغلب الحالات إلى قلق نفسي ؛ ثم بعد ذلك ارتفاع الضغط الدموي . وكذلك لفظ القلب . وجميع هذه الحالات تتناوبنا من وقت لآخر ؛ وقد تزول بعد أيام أو أسابيع ؛ فإذا كان القلق دائماً والخوف من المستقبل مائلاً فانها تدوم وتتفاقم ؛ وقبل أن يعالج المريض جسمه بالعقاقير يجب أن يعالج نفسه . وهو ، بمحض الوقوف على علته وإنها نفسية ناشئة من الخوف والقلق ، قد يشقى ؛ لأنه يتعقل العلة فيسيطر على عواطفه ويمنعها من السيطرة على جسمه

ولأن العقل يؤثر في الجسم عن طريق العواطف ، فكر بعض السيكلوجيين في البحث عن الجريمة بإيجاد آلة تقيس النبض ودقات القلب من حيث انتظامه وكذلك التنفس وضغط الدم ؛ فإن جميع هذه الأعراض تظهر وقت الخوف مثلاً فإذا قلنا لأحد التهمين بسرقة ساعة ذهبية بسلسلة من الذهب كلمة ساعة ، فإن هذه الكلمة تستدعي معاني أخرى كثيرة لأنها تربط بعاطفة معينة ما ؛ فالارتباط هنا عاطفي مثل الانمكاسات المكيفة

فإذا كان هذا التهم لم يسرق الساعة وطلبنا منه أن يذكر كلمات أخرى ترد إلى ذهنه فإنه سيذكر الثمن أو الدكان أو أى شيء آخر ، وخوابره ترد بلا توقف ويبقى نبضه وضغطه وقلبه في أحوالها الطبيعية

ولكن إذا كان هذا المتهم هو السارق فإنه ربما يقف فجأة عن الكلام ويطول وقوفه لأنه يحب أن يتجنب الخواطر التي تثير الريبة . وهذا التجنب نفسه يدل على الريبة . ثم ما يخفيه هو بلسانه يدل عليه حيث ينبضه وضغطه وقلبه لأن الخوف قد أثارها جميعا . وإذا استسلم لخواطره فأنها لا ترتباطها ستدل على الجريمة كما لو كانت كل كلمة حلقة في سلسلة متصلة

ولكن هذه الآلات لم تبلغ الكمال ، وخاصة إذ عرفنا أننا ما زلنا عاجزين عن التمييز بين الانفعال أيا كان وبين الخوف ؛ ثم بين الغضب وبين السرور ؛ ولكن النبض والضغط وحركة القلب لا تميز بين هذه المواقف التمييز المضبوط . ولكن هذه السطور القليلة تدل على تأثير العقل في الجسم وتومي إلى احتمالات مستقبلية

## طبيعة التفكير

التفكير البشرى درجات ينزل بعضها إلى مرتبة الحيوان كالحركة الانعكاسية كما يحدث حين أحس أن يدي اقتربت من النار فأسحبها . فإننا وأحط أنواع الحيوان سواء في هذا ، فالعين تطرف من القذى ، واللعاب يسيل عند رؤية الطعام والجسم يرتجف للصوت المفاجئ وغير ذلك مما يشبه هذا ، بحركات انعكاسية نحن وجميع الحيوان سواء فيها

ويقول بافلوف إن كل تفكيرنا بعد ذلك ، مهما ارتفع ، إنما هو حركات انعكاسية قد « تكيفت » بظروف جديدة أى قد تمتعت فعمل بها عن أصلها مثلاً أو زيد فيها التنبيه أو أنقص ، فكأن تفكيرنا ينهض على قواعد من الحواس الخمس أو العشر التى نولد بها . وحواسنا كثيرة ليست مقصورة على النظر والسمع واللمس والشم والذوق . فهناك الحاسة الجنسية التى يلتفت بها الذكر إلى الأنثى والعكس ، وهناك حاسة الاتزان التى تجعلنا نعتدل فلا نسقط عند المشى أو الوقوف ، وهناك الحاسة التى تجعلنا على وجدان بأعضائنا الداخلية فنحس حركتها ونعرف منها الجوع أو الشبع أو الغثيان ... الخ ، والسبب فى أننا نجهل هذه الحواس الأخرى أننا لم نعين لها أسماء . وعند بافلوف أن هذه الانعكاسات هى الأساس الأول لتفكيرنا ، وإنها ساذجة عند الحيوان الأدنى ، ولكنها مركبة عندنا وعند الحيوان الأعلى . فنحن والكلب سواء فى أن لعابنا يجري إذا رأينا الطء ام ، ونحن والكلب سواء إذا رأينا المائدة قد أعدت بالأطباق حتى ولو لم يوضع عليها الطعام . أى أن لعابنا ولعاب الكلب يجري ، لأننا ربطنا وضع الأطباق باقتراب اليعاد لوضع الطعام . فما كنا نسميه « تداعى الخواطر » قد

صرنا نسميه « انعكاسات مكيفة » أى أن رؤية الطعام تحرك اللعاب ، ثم رؤية الطبق ، بلا طعام ، تحرك أيضا اللعاب ، ولكن الفرق بيننا وبين الكلب أننا نستطيع أن ننقل من انعكاس إلى آخر ، ولو بلغ عددها مائة ، فنستطيع التفكير ، أما الكلب فقصاراه انعكاسان أو ثلاثة

مثال ذلك شخص يخشى الغرباء وكلما قابل رئيسه ارتجف ، فهنا انعكاس مكيف ، أى عدل به عن أصله (والانعكاس المكيف هو ما يسمى أيضا مركبا) ، لأن هذا الخوف يرجع إلى أن أباه كان قاسيا عليه في طفولته ، فكان يخشاه . ولما كان الرجال كلهم يشبهون أباه ، فإنه صار يخاف كل الرجال . وقد نجد مثل هذا الانعكاس المكيف في الكلب ، ولكننا لا نجد فيه الإعجاب الفنى ، حين نمجّب بصورة تحوى منظرا ريفيا جميلا ، أو بقصيدة تشيد بالحرية أو بتمثال من الجبس للربة فينوس . فإن سرورنا هنا يرجع إلى انعكاس ابتدأ ساذج انتقل إلى انعكاسات أخرى . وكما أن الأصل نسي في حالة الشاب الذى يخشى رئيسه كذلك نحن ننسى الأصول في حب أحدنا للهندسة الكهربائية وحب الآخر للزراعة وحب الثالث للتجارة وانغماس آخر في الخمر . ولكن إذا كانت الانعكاسات المكيفة تبين لنا الأسباب والارتباطات التى تجعلنا نسمى لغرض ما ، يختلف أحدنا فيه من الآخر ، فإنها لا تبين أشياء كثيرة عديدة تختلف فيها ، كالقدرة على التوهم أى التخيل ، أو درجة الوجدان . أى أن الانعكاسات المكيفة تفسر لنا ميولنا وأبجهاطنا ولكنها لا تفسر لنا كل التفكير البشرى ، ونعنى بعبارة « التفكير البشرى » شيئا أكبر مما نرى في الحيوان ، وإن كنا في حالات كثيرة من هذا التفكير لا نجد فرقا بيننا وبين الكلب ولا نذكر القرود العليا التى كادت تكون بشرا

أنظر مثلا إلى التوهم أى التخيل ، فإن الكلب يحلم وينبح فى نومه أى أنه يتخيل ، بل هو ينبع حتى فى يقظته إذا خاف وتوهم شيئا كما نرى فى كلاب

الريف ، ولكن خيالنا نحن يتسع لأكثر من هذا كما ترى حين يؤلف أحدنا قصة من ٤٠٠ صفحة كلها توهام وخيالات ، فالأساس واحد ولكن الدرجة مختلفة

أو انظر فى الانفعال والوجدان ، فإن ٩٩ فى المئة من تفكير الكلب انفعال وواحد فقط أو أقل وجدان ؛ بل هناك من ينكر على الكلب ميزة الوجدان ، ولكن ما هو الوجدان ؟

أذكر أما تحب طفلها المريض وتتألم لأله ولا تطيق بكاءه ، ثم ينصح لها الطبيب بإعطائه جرعة مرة من دواء تعرف هى أنه يكرهه ويبيكى من مذاقه ، فهى هنا فى تردد بين عاطفة الحب الأموى وعاطفة التبصر لمستقبله ، فهى تقف هنيهة تتدبر وتفكر وتحاول أن تبتدع أسلوبا يرضى الطفل ولا يفوت عليه فائدة الدواء . هى الآن فى وجدان أى تفكير لا نكاد نجد مثله عند الحيوان إلا فى الأقل النادر . وهذا الوجدان هو أصل الضمير ، هو أصل قولنا : ماذا أختار ؟ هو أصل التفكير البشرى . فالحيوان ينفعل أى أنه ينساق بعاطفة الخوف أو الحب أو الشره أو الهجوم . وهو حين ينفعل لا يكاد يفكر لأنه منساق بعاطفته قهرا ، ولكنه إذا تردد بين عاطفتين أحس وجدانا ، ولكن هل الأسد أو الببر أو الثعلب يتردد ؟

ربما ، وعندئذ هناك لمحة من الوجدان ، بل لعلها لمحة زائلة لأن أحد الانفعالات ( العواطف ) يتغلب على الآخر ثم يصير الانفعال حركة للفرار أو الهجوم أو الاقتراس أو الأكل بل لعله كان حركة من الأصل . ونحن البشر حينما ننفعل وتسودنا عاطفة ما سيادة تامة نحس كأننا فى غيبوبة ، فلا ندري ما نفعل حتى لقد ننطق بكلمات أو نؤدى حركات نتعجب عقبا من قيامنا بها ، لأن الوجدان قد جاء فى الأفاقة من الانفعال وصرنا نقارن بين عواطف مختلفة أى صرنا نفكر

ولنعمد إلى بافلوف والانعكاسات المكيفة التي يمزو إليها التفكير . وأخرى بنا أن نقول إن هذه الانعكاسات المكيفة إنما تقرر ميولنا واتجاهاتنا ، أما التفكير ( = الوجدان ) فيقوم على المقارنة بين هذه الانعكاسات ، ونحن نفكر أكثر وأبرع من الحيوان لأن هذه الانعكاسات كثيرة عندنا ، فالمقارنات أيضا كثيرة وعندئذ يحدث التعمق والتأمل والتدبر والتبصر

وكلنا يعرف أننا في النوم نحلم . ولكن من التسامح الكبير أن نسمى الحلم تفكيرا . وأحلامنا هي عواطف وخيالات وأحيانا حركات ولكن بلا وجدان ، فنحن لا نقارن بين هذه العواطف ( = الانفعالات ) ونختار ونتدبر ، بل ننساق بالعاطفة . وهذا هو الأكثر الأعم في الأحلام ، وإن كان قليل منا يقارنون ويحلون مشكلة ما في نومهم . والوجدان إذن من خواص اليقظة والانتباه

وكما قلت اليقظة أو الانتباه قل الوجدان أى قل التفكير كما ترى مثلا عندما تملكنا عادة فنؤديها بلا التفات كأنها حركة آلية

والانفعال يرتبط مباشرة بالفراغ البيولوجية أو العادات الاجتماعية التي تشبه الفراغ . والوجدان يرتبط بهما أيضا ولكن ليس مباشرة ، أى أن الأساس « انعكاسات مكيفة » أى مركبات من هذه الفراغ أو العادات ، ولكن مجال الاختيار فيها كبير لأنها كثيرة

ونشاطنا وقت الانفعال ذاتى أى أنه ينبع وينساق مع إحساسنا فقط ، ولكن نشاطنا في الوجدان موضوعى أى أنه يخفف إحساسنا وقد يلفيه وينقل نشاطنا العقلى إلى الموضوع الذى يواجهنا شخصا كان أو شيئا أو مشكلة فنفكر في منطق وروية

وقد زادت اللغة الوجدان عندنا ، لأن الحيوان حين يصرخ إنما يكون انفعاليا ( = عاطفيا ) ذاتيا ، أما نحن حين ننادى ونستغيث ونعين أسماء وحوادث وإنما نكون موضوعيين إلى حد كبير

وهناك فى نشاطنا مايتجاوز الوجدان مثل هذه الخاصة التليائية التى أصبحنا جميعا أو معظمنا نسلم بها . أى هذا الاحساس الذى نحسه عندما نكون بميدى عن قريب نمره أو صديق نحبّه تقع به حادثة أو وفاة . فكأننا قد رأينا كل ما حدث حتى لنبكي مع أن ما بيننا وبينه لا يقل من مئة أو ألف كيلومتر ، ولم يعد شك فى صدق هذه التليائية أى الإحساس عن بعد ، وهى بالطبع فوق الوجدان ، هى انتقال تطورى جديد

## طبيعة الذكاء

نما المخ في الحيوان كي يدبر له الخدمة في إنباع غرائزه ؛ وهو ينقل لنا نحن البشر صورة أكثر إتقاناً وأقرب إلى الواقع مما ينقل دماغ الحيوان إليه . ولكن هذا النقل ليس فتوغرافياً بل ولا كاليدسكوبياً فحسب . لأننا لسنا آلة ميكانيكية . إذ نحن أحياء نأخذ الصور من هذه الدنيا فترتبها في طراز لا يناقض هذه الغرائز . فالمقل ليس قرة فتوغرافية للتسجيل بل هو أداة حية ترتب صور هذه الدنيا . فنحن نقيس بين الأشياء ونستطيع أن نعم ونستنتج . وكل هذا يحتاج إلى الوجدان والمنطق

وامتيازنا على الحيوان هو الوجدان والمنطق . وامتياز أحدنا على الآخر هو أيضاً الوجدان والمنطق

وهذا الامتياز نسميه ذكاء ، فما هو تعريف الذكاء ؟

الذكاء هو القدرة على الانتفاع بالاختبارات ، بحيث إذا وقع لي حادث فإنني أستخرج المفزى منه وأسلك في المستقبل بمقتضى ذلك  
والذكاء هو القدرة على التفكير المجرد أى التفكير في العلاقات البشرية كالروءة والشهامة والجمال والذيلة

والذكاء هو القدرة على زيادة القدرة ؛ فإذا شرعت في درس التجارة أو الآداب أو الرياضيات استطعت أن أزيد فهمي لها بالدراسة

والذكاء هو القدرة على أن الأثم بيني وبين الوسط الجديد ، أى الكيفية التي أعالج بها الحالات الطارئة التي لم أتمودها ، ولكنى ، بالتمثيل والقياس والاستقراء أسلك السلوك السوى

ولكن كل هذا الذكاء هو في خدمة الغرائز ؛ ولا تزال عواطفنا (= التهاب غرائزنا) مثل عواطف الحيوان لم تتغير . ولو أنها كانت قد انقصت في حدتها لاستطاع ذكاؤنا أن يتحرر وأن يسير على قواعد المنطق . ولكننا في اشتهاؤنا للجنس الآخر والطعام وفي غضبنا وخوفنا وطمعنا لا نختلف عن الحيوان ، ولذلك نسوقنا هذه العواطف ونخفت ذكاؤنا أو أحياناً تلغيه . فقد ألغت هذه العواطف ذكاء هتلر فاندفع في عدوان قضى على ألمانيا . وهذه العواطف أيضاً تلغى ذكاء تشرشل والمحافظين الإنجليز فتجعلهم لا يبالون بجاعة نعم الهند وتقتل مليون هندي كي يعيشوا هم في رف

ولكن هذه هي الناحية السيئة للمواطن ؛ أما الناحية الحسنة فكأننا يعرفها إذ لا قيمة للذكاء بقاءاً بلا عواطف تحركه وتنشطه ؛ والمبقرى هو في النهاية ثمرة الذكاء العظيم والإرادة العظيمة . وذكاء بلا إرادة يركد ولا ينتفع به ؛ ولكن الإرادة ثمرة الوجدان الذي يستخلصها من المواطن ؛ والذكاء يتحيز المخ ؛ أما المواطن فتتحيز الثلاموس

وإذا تأملت الإنسان والقرد وجدت أن حيز المخ عندنا كبير جداً بالمقارنة إلى الغوريلا ؛ ولكن حيز المواطن عندنا كبير أيضاً لم يقل بل يزيد على حيزه عند الغوريلا

والذكاء قدرة عامة ؛ أي أن الذكي الذي يتضح ذكاؤه في درس الأدب كان يمكن أن يتضح ذكاؤه أيضاً في درس الهندسة أو الطب أو التجارة أو الزراعة ولكن إلى جنب هذه القدرة العامة نجد قدرات خاصة ، كالمهندس العظيم الممتاز بالقدرة العامة في الهندسة ثم نجد له قدرات خاصة أخرى في العزف على الكمان أو في النجارة . فالعزف والنجارة لا يدلان على ذكاء عام ، ولكن الهندسة تدل على ذكاء عام ؛ وقد نجد سياسياً يحسن الخط أو الرسم . فالقدرة العامة هنا أي الذكاء هي السياسة ، والقدرة الخاصة التي لا تحتاج إلى ذكاء كبير هي إحسان الخط أو الرسم

والنبوغ في السياسة أو الطب أو الهندسة أو الآداب يحتاج إلى ربط علاقات بشرية كثيرة لتحيز أكبر مكان من المخ . أما المهارة الصغيرة في الخط أو الرسم أو النجارة أو الموسيقى فلا تحتاج إلى شبكة كبيرة من الارتباطات وهي تتحيز مكاناً صغيراً من المخ قد لا يدل النبوغ فيها على ذكاء عام

وذكائنا موروث . وهو لا يختلف عن وراثتنا لأعضائنا كالأنف الأشم أو العين النجلاء أو الفم الصغير . ونمو الذكاء عندنا يستمر إلى السابعة عشرة أو أنه يقف بين سن ١٦ أو سن ١٧ ؛ وما نرى من اختلاف عظيم بين متعادلين في الذكاء إنما يرجع إلى المهارة التي كسبها أحدهما بالتجارب والاختبارات أو أن لأحدهم إرادة قوية تحت الذكاء وللآخر إرادة ضعيفة

وعلى كل حال يجب ألا نجزم ؛ فإن هناك فريقاً كبيراً بين السيكلوجيين في الولايات المتحدة يقول بأن الذكاء يزداد بالتعليم والاتجاه الثقافي الجدى ؛ وهو يبنى هذا القول على تجارب بين الذين اختبر ذكاؤهم في المدارس الثانوية وعرف ... ثم اختبر بعد ذلك بنحو عشر سنين حين كان بعضهم قد اتصل بالجامعة ودرس ، وكان البعض الآخر قد كف عن الدراسة ولم يدخل الجامعة ؛ فوجد أن الذين دخلوا الجامعة ازداد ذكاؤهم

ونيس من الضروري أن يكون الذكاء كبير المخ ؛ ولكن يلاحظ أن رهوس البله صغيرة . كما أن اتجاه التطور نحو زيادة المخ ؛ وربما كان صغير المخ ذكياً لأن أخاديد مخه تتسع للخلايا التي يتوقف عليها الذكاء ، وهذه الأخاديد لا تراها إلا بعد الوفاة ، أو لأن الأوعية الدموية عنده حسنة وهي تغذى خلايا المخ

ولو شئنا أن نصف الأمارات العامة التي نعرف بها الصبي الذكي على وجه عام بصرف النظر عن التفاصيل ، لقلنا إنها :

١ -- القدرة على تناول الأعداد جماعاً وطرحاً وقسمة وتخيلاً بحيث يستطيع الذكي أن يحسب المشكلة العددية المألوفة في معاملات الناس دون حاجة إلى

الكتابة . ولكن للعادة تأثيراً هنا يخل بهذا المقياس ؛ فإن التاجر يصل إلى نتيجة حسابية سريعة إذا كان الحساب خاصاً بتجارته قد لا نصل نحن إليها إلا بعد مشقة لأننا لم نألف هذه الحسابات

٢ — القدرة على تناول الكلمات بالتعبير المنطقي

٣ — القدرة على التخيل بالعين ، لأن تفكير الإنسان هو تفكير العين ، والرؤية الموضوعية والرؤية الذاتية كلتاها تخدم التفكير الحسن

٤ — الذاكرة أى القدرة على الاستدكار

٥ — السرعة فى الإحساس وهى تؤدى إلى الإدراك الذهنى

٦ — القدرة على ربط العلاقات العامة ، وربما كانت هذه الصفة الأخيرة

أعظم ما يميز الذكى من غيره . وهى فى النهاية قدرة على المقارنة والنقد

## الذكاء والعبقريّة

لا نستطيع أن نعرف على وجه الضبط الأسس الماديّة التي يبنى عليها الذكاء ،  
وقصارانا أن نحس أنها تقوم على :

١ - مخ كبير ؛ وهذا القول نستنتجه من الموكب العام لتطور الحيوانات  
باعتبار أنها اتجهت نحو أسى حيوان وهو الإنسان الذى يمتاز بأ كبر مخ ؛ وكذلك  
نستنتجه من أن عامة البله يتسمون برءوس صغيرة

٢ - كثرة التلافيف فى المخ ؛ وهى تؤدى إلى أن تجد الخلايا العبراء التى  
يتألف منها المخ مكاناً أوسع تتوافر فيه ؛ وهذه الخلايا تربط أجزاء المخ وتتيح لنا  
التفكير بأعلى أنواعه أى الوجدان ، وهى أشبه الأشياء بلوفة الاستحمام فى  
ارتباط خيوطها

٣ - نظام هورمونى حسن فى الجسم ؛ أى أن السوائل التى تفرزها الغدد  
الصماء مثل الخصيتين والادريناليتين والفخامية والدرقية لا تكون أكثر ولا أقل  
مما يحتاج إليه الجسم

٤ - أوعية دموية حسنة تنقل إلى خلايا المخ الغذاء الوفير

وهذه الأربعة موروثة يحصل عليها كل منا بحق الميلاد ، ويختلف أحدنا من  
الآخر باختلاف أبويه وأسلافه ؛ ثم باختلاف الجديد الذى يولد كل منا به زيادة  
على موروثنا . فإننا لسنا مقيدى بالوراثة كما لو كانت قوالب تصوغنا ؛ إذ لو كانت  
الوراثة بهذا الجود لا ظهرت أنواع جديدة بمقول جديدة فى الدنيا

وإذا تركنا الأسس الماديّة للذكاء جانباً وحاولنا أن نحس بعض الأسباب  
التي تؤدى إلى زيادة الوجدان لقلنا إنها اختلاف الأبوين بحيث يؤدى هذا

الاختلاف إلى التناقض الداخلي وإيجاد التقلقل والتوتر بين الغرائز والانجاهات المختلفة . ولنضرب على ذلك مثلا بالسكاب يكون أبوه من سلالة وأمه من سلالة أخرى لكل منهما خصائصها التي ثبتت بالاستيلاد عدة قرون ؛ فنتاج هاتين السلالتين لا يخرج خالصا وابست له وجهة معينة . فهو مقلقل بين الأب الذي قد يكون من كلاب الرعاة والأم التي قد تكون من كلاب الطراد . وهذا التقلقل يحمله على التردد ؛ فلا يندفع بفريزة خالصة نحو نشاط معين ، بل يقف في تردد أو توتر ؛ وهنا ينشأ الوجدان أى التفكير الذى يوازن بين عمل وآخر فيختار ، وهو في اختياره يتأمل ويتدبر في روية قبل أن يعمل

ولعل هذا المثل ينيرنا عن العبرةية الذهنية فى الانسان ، إذ قد تكون هى أيضا نتاج عناصر وراثية متناقضة أو مختلفة بحيث يؤدى تناقضها واختلافها إلى وقفة التأمل والتردد والتفكير ؛ وليس من الضرورى أن نمرض سلالتين فى الأيون كمثل السكاب لأن الاختلافات قد تكون دون هذا ولكنها تمتاز بقيمة عالية لظروف اجتماعية خاصة فى فترة تاريخية معينة

وإذا شئنا أن نمرض بكلام عام ؛ لاندخل فيه الشذوذات ، لأمارات الذكاء فى الناس ، فأننا نستطيع أن نقول إن الشاب الموهوب أو الفتاة الموهوبة يبدوان جميلين الى درجة تميزهما عن سائر الناس . ولعل هذا يرجع إلى أن سلوك الغدد الصماء حسن ؛ لأننا نعرف أنه عندما يقل إفراز هذه الغدد أو يزيد على السواء يحدث تشوه فى الجسم والتقاسيم . وكثير من البله يبدو عليهم هذا التشوه فى رأس صغير أو ملامح منغولية أو غير ذلك

وأما أخرى للأذكاء أنهم فيما بين ١٥ و ١٧ سنة من العمر تنبه أذهانهم تنبها عظيما فيسرفون فى القراءة والاستطلاع . ونحن نعرف أن هذه السن هى نهاية النمو تقريبا فى الذكاء ؛ فنحن لا نزيد ذكاء بعد سن ١٦ أو ١٧ مهما طالت أعمارنا إلا مقداراً قليلاً

وقد قلنا أن الذكاء يقاس ؛ ومتوسطه ١٠٠ فما زاد على ذلك يتجه نحو البصرية  
وما نقص يتجه نحو الغفلة ثم البلاهة . وقد وجد أنه في كل ألف تلميذ في الولايات  
المتحدة يوجد ٥ يزيد ذكاؤهم على ١٢٠ و ١٠ يزيد ذكاؤهم على ١٣٠ و ٣٠  
يزيد ذكاؤهم على ١٢٥ ؛ وإذا نقصت الدرجة عن ٧٠ كانت برهانا على البلاهة

والذكاء في الرجل لا يختلف عن الذكاء في المرأة ؛ ولكن المرأة تميل إلى  
المتوسط فليس فيها تطرف نحو البصرية أو نحو البلاهة بقدر ما ترى في الرجال  
وامتحان الذكاء أدق الامتحانات ؛ ذلك لأننا يجب أن نقيس القدرة العامة  
وليس المهارات الخاصة . فالصبي الذي نشأ في الريف مثلاً يفهم أشياء كثيرة عن  
الحيوان والنبات لا يفهمها الصبي الذي نشأ في المدينة ؛ وهذه مهارات خاصة عنده .  
ولكنه إذا دخل داراً سينمائياً اختلطت عليه جميع الأشياء التي يدرها ابن المدينة  
بأول لمحة . والصبي الذي عاش في فاقة يفتقر إلى الذوق الفني الذي يمتاز به صبي  
عاش في عائلة ثرية . وبدهى أيضاً أن المعارف التي يتلقاها التلميذ في المدرسة يجب  
ألا تدخل في امتحانات للذكاء يشترك فيه صبي أمي

ولذلك يجب أن يكون الامتحان في أشياء عامة لا تتوقف على معارف خاصة  
بيئة معينة ، ومن هنا الصعوبة في تعيين الأسئلة

ويجب ألا ننسى أن قوة الذكاء وحدها لا تؤدي إلى بصرية ، وكذلك ضعف  
الذكاء وحده لا يؤدي إلى جنون ، وإنما البصرية والجنون كلاهما يحتاج إلى الإرادة  
( = العاطفة ) التي تحرك الذكاء إلى السواء أو إلى البصرية أو إلى الانحراف  
فلا بد من عاطفة قوية

والجنون خلاف الأبله ؛ لأن الأول قد يكون ذكياً ولكن عاطفة معينة قد  
حملته إلى الصخرة فخطمت ذهنه . أما الأبله الذي تنقص درجة ذكائه عن ٧٠ فهو  
شخص في العادة هادي ليس به جنون

وتفكيرنا الوجداني يجري على ثلاثة طرز :

١ — طراز التمثيل ؛ وهو أعم طراز بين الناس فى تفكيرهم وأبسطه وهو أن نفرض أنه مادام شيان يماثلان فى بعض الخصائص فإن الأرجح أنهما يماثلان فى الخصائص الأخرى . فإذا قلت إن الفرس يرفس ويؤلم فإن الحمار أيضا يرفس ويؤلم ؛ ولكن خطأ التمثيل يتضح عند ما نقارن بين صقر وحمامة أو بين دودة وبرة

٢ — والطراز الثانى هو القياس ؛ وهو أن نأخذ من التعميم فنزل إلى التخصيص . فتقول إن للطيور جناحين ؛ وعلى هذا تعد الدجاجة طائرا ؛ ولكن خطأ القياس يتضح عند ما أقول أن الوطواط طائر ، إذ هو حيوان لبون مثل الفيل والفأر على الرغم من جناحيه

٣ — والطراز الثالث للتفكير هو الاستقراء ؛ وهو أن نأخذ من التخصيص إلى التعميم . وهو أن أقول إن البرتقالة تسقط من الشجرة إلى الأرض ؛ والحجر يسقط ثانيا على الأرض إذا قذفت به إلى أعلى ؛ ونحن نسقط إذا وثبنا ؛ وإذن لابد أن هناك قانونا للجاذبية أى أن الأرض تجذب الأجسام إليها ؛ وهذا الطراز من التفكير هو أعلى الطرز ولا يقوم به إلا عبقرى يجدد فى المعارف البشرية مثل نيوتن

وكلنا — مع التفاوت — نستعمل هذه الطرز الثلاثة فى تفكيرنا ، فإذا كنا عبقرين قد احترقنا الفلسفة أو العلم استعملنا الطراز الثالث فنكشف عن قوانين الطبيعة المستورة ، وإذا كنا دون ذلك استعملنا الطراز الثانى ، ولكن كثرتنا تستعمل الطراز الأول على ما فيه من أخطاء كثيرة

والاكتشاف تحليلى يجرى على طراز القياس : من التعميم إلى التخصيص ؛ والاختراع تأليفى يجرى على طراز الاستقراء من التخصيص إلى التعميم

( أحيل القارى هنا إلى فصل « الشخصية السيكوبائية » )

## طراز الجسم ومزاج النفس

يصح أن نسمي هذا الفصل « الفراسة السيكولوجية » لأننا نستطيع بما نعرفه هنا أن نتكهن بسلوك الشخص ، إلى حد ما ، من النظر إلى قوامه وتقاسيم وجهه . أى نعرف مزاج نفسه من طراز جسمه ، والفضل في هذه المعارف التي لم تبلغ منتهائها للسيكولوجى السويسرى يونج ثم للسيكولوجى الألمانى كريتشمير . وقد سبق أن أشرنا إلى أن الغدد الصماء تؤثر في بنية الجسم كما تؤثر في الذكاء . وقد يكون الطراز الذى يبنى عليه الجسم قائماً أيضاً على هذه الغدد أى أن وفرة الإفراز من إحدى الغدد قد تؤدي إلى قامة مديدة نحيفة أو إلى قامة قصيرة متكتلة ، ثم إلى اتجاه نفسى معين وإلى لون خاص من الذكاء .

فهناك ثلاثة طرز من الجسم هى الانطوائى والانبساطى والرياضى

١ — فالطراز الانطوائى يتسم بوجه مستطيل ورأس صغير ليس له نتوء في الخلف . والرأس والوجه يؤلفان شكلاً بيضوياً . والأنف طويل والوجه في العادة أصفر . وقد يبلغ الستين من العمر ولا يكاد الصاع يصيب شعره . وإذا تفشى فيه الصلع تفرق قليلاً في الرأس بلا انتظام وبلا إسراف ؛ وكثيراً ما يقع هذا الطراز في التدرن ؛ وهو لا يسمن ولا يستكرش ؛ وتبدو عليه أمارات الشيخوخة في سن مبكرة ولكنه مع ذلك يعمر

هذه هى هيئة الجسم ، أما مزاج النفس عند الانطوائى فيعرف بحبه للانفراد وكراهة الاجتماع ؛ فهو يعتزل ولا يختلط إلا مضطراً ؛ وهو صموت لا يفتتح للكلام ، وكتوم سرى يتجنب النادى والقهوة والمأتم والعرس ولا يعرف ألعاب الحظ والمؤانسة ؛ ويتحفظ ويحجل كثيراً ؛ وأحياناً يكون كسولاً متشرداً .

والتشرد هنا نوع من الانفراد وكرهه الاختلاط بالناس ؛ وهو يكظم ولا يعبر عن عواطفه بغضب أو فرح أو حماسة ؛ وهو في سن المراهقة يقع بسهولة في العادة السرية وانفراده يساعده على الإسراف فيها . وعجزه عن الاختلاط بالجنس الآخر يزيد هذه العادة خطراً عنده . وهو يبنى قصوراً في الهواء يتخيل ويحلم أحلام اليقظة ؛ وهو في الثقافة والسياسة يلتفت إلى المبادئ ولا يبالى الأشخاص ؛ وقد يتعصب للمبادئ ويكافح ويخاطر من أجلها ؛ والشيزوفرينيا وهي مرض الانطوائيين وهي مرض العزلة التامة وجود المواطن ، والمجرم الذي لا يبالى قتل الناس هو في العادة انطوائى ؛ وكذلك دعاة المبادئ والمذاهب والفلسفات والتعصب الأعمى الذى لا يبالى المقبات انطوائيون

والانطوائى نراه في مجتمعنا منفرداً ؛ أو هو يختص بصداقة واحد أو اثنين يمتزج بهما جانباً ؛ وهو أنيق فنى في اختيار أثاث منزله وأدواته فنوع في طعامه لا ينهم . ولكن تألقه في الاختيار يتضح في اقتناء الأنية الصينية الفاخرة أو نحو ذلك ؛ ويمكن أن يقال أن زهرة حياة الانطوائى تتفتح إلى الداخل ؛ وعقله الكامن ( = الباطن ) ينشط كثيراً ؛ ولذلك يميل إلى الشعر ويؤلف القصائد والقصص الخيالية . ولكنه لا يحسن وصف الأشخاص وهو يكتم عواطفه ويحقد وقد ينفجر . وهو أسلوبى السلوك ارسنقراطى الحركة ؛ والكاتب المحاصم هو في العادة انطوائى ؛ ونعنى المحاصم المثابر

٢ - والطراز الانبساطى يتسم بالسمن والتكثل وأحياناً بالاستكراش ؛ وله وجه مستدير أو كالمستدير حاضراً الدم مورد ؛ وهو يصلح مبكراً منذ العشرين أو الخامسة والعشرين والصلح يسمى في رأسه في نظام يبدأ من الجهة ويسير متدرجاً إلى الخلف في صف سوى لا تتجاوز قطعة منه أخرى ؛ وهو كثيراً ما يتعرض للبول السكرى والرومزم ؛ وأحياناً يصاب بالنوطة . والترهل والاستكراش يتضحان فيه حتى قبل الخمسين

والانبساطى سريع التعبير عن عواطفه يحب المجتمعات ويأنس إلى الناس ويقدر أطايب المائدة ويحب الشراب والطعام والمؤانسة وإخوان الانشراح . وهو متحدث بحفظ النكات والفكاهات ويضحك في صراحة ولذة ؛ وهو يغضب بسرعة ولكنه أيضاً ينسى غضبه بسرعة ؛ وهو محبوب بوصف بين الناس بأن « قلبه طيب » بخلاف الانطوائى الكتوم الحقود ؛ ولكن الانبساطى على ميله إلى الاتهام والانشراح تتنابه أحياناً موجة من الحزن أو الجلود ؛ فهو يعيش في فترات ، فترة للفرح وأخرى للكآبة ؛ ولكنه في أكثر حياته اجتماعى باسم للدنيا

ويمكن أن يقال إن زهرة حياة الانبساطى تفتتح إلى الخارج ؛ وأصدقائه كثيرون ؛ وهو مسامر مخلص متوسع ينجح في الحب كما ينجح في التجارة والمال ويترقى في الوظائف بسرعة لأنه مبسوط النفس ( واليد ) ولا يكظم عاطفته ولذلك يضحك ويكي بسهولة . إذا شرب الخمر أثر شربها مع آخرين في حين أن الانطوائى يشربها وحده ؛ وأتجاهه في الحياة إيجابى يقول نعم لكل ما فيها من أطايب ويقبل عليها . أما الانطوائى فيشيع عنها ويجتر نفسه . والمرض النفسى للانبساطى هو المانيا مرض الحزن الشديد ثم الفرح الشديد ؛ والانبساطى إذا غضب قار ثم انطفأ ؛ والانطوائى إذا غضب كتم وحقد ؛ ودموع الانبساطى تنهمر في حين تجمد عين الانطوائى حتى لا يكاد يعرف ما هو البكاء ؛ ونباح الانبساطى أكثر من غصه ؛ ولكن عض الانطوائى أكثر من نباحه بل هو لا ينبح

الانطوائى بقال الأشياء والناس بالتمقل والانبساطى يقابلهم بالانفعال

ويمكن أن يقال على وجه عام أن الانبساطى والفرنسيون انبساطيون وأن الأوربي انطوائى والصيني انبساطى ؛ والرجل على وجه عام انطوائى في حين أن المرأة على وجه عام انبساطية . هو يفكر في المبادئ والمذاهب أكثر منها وهو يتنكر للمجتمع أكثر منها ؛ وهى لا تنبأ بالمذاهب والمبادئ ولكنها تلتصق بالمجتمع وتكبر من شأن القيم الاجتماعية

٣ - والطراز الرياضى يتسم بنمو العظام ولكن بدون استكراش أو ترهل وهو يقبل على الألعاب الرياضيه ويحب الحياة العسكرية . وله رغبة فى العدوان يحب أن يحل مشكلاته أحيانا بقوة ذراعيه . وهو يؤثر حياة العمل والحركة على حياة التأمل والسكون وهو ينجح فى التجارة المتحركة ولكنه لا يحسن القعدة فى غرفة لإدارة عمل ؛ ورؤساء الأعمال والمفتشون يكونون من هذا الطراز ؛ والرياضى اجتماعى مثل الانبساطى يكبر من شأن القيم الاجتماعية

وليس فى الناس شخص انطوائى مئة فى المئة أو انبساطى مئة فى المئة أو رياضى مئة فى المئة ، إذ لو انقسم الناس مثل هذا الانقسام لما تفاهموا ؛ لأن كل شخص يعود غريبا عن الآخر ؛ وإنما كل منا يحوى عناصر من الطرازين الآخرين إلى جنب عنصره الأصيل الذى يمتاز به ؛ انظر إلى هؤلاء الثلاثة :

هتلر : رياضى انطوائى : يحب العدوان ويتعمى عن الواقع لأنه يندفع فى مبادئ يؤمن بها فى تعصب

تشرشل : انبساطى عظيم يحب التدخين الفاخر والامبراطورية ويقول إن ميثاق الإطنتى لا ينطبق على الهند لأنه يعد الهند مسرحا للملذات

روزفيلت : انطوائى مخترع ميثاق الأطنتى والحريات الأربع

ومن الحسن أن يعرف كل منا طرازه الجسمى ومزاجه النفسى ويختار العمل الذى يتفق وهذا المزاج ؛ كما أنه من الحسن أن نميز الناس بوجوههم وأن نعد الوجه بطاقة الزيارة للمزاج النفسى ولكن مع حفة من الشك

## المزاج النفسي أيضاً

في الفصل السابق قلنا إن الأمزجة ثلاثة :

الإنطوائى النحيف المستطيل الوجه الذى ينطوى على نفسه ويجتر عواطفه وأفكاره ويكره المجتمعات ويمتزل. وهو فى العادة رجل الأخلاق والقواعد والنظريات الإنبساطى السمين المستدير الوجه الذى كثيرا ما يستكرش ويصلع . وهو أهوائى ، اجتماعى يقبل على العالم الخارجى رychب الاستمتاع والسامرة والطعام . الرياضى وهو يميل الى الانبساطية .

ونستطيع أن نتوسع فى الشرح بعد أن حذرنا القارىء بأنه ليس هناك أحد خالص غير ممزوج بقليل أو كثير من المزاجين الآخرين . ولكننا هنا نفرض المزاج الخالص لكي نستوفى صفاته . ونستطيع أيضاً أن نستغنى عن المزاج الرياضى لأنه لا يبرز بروز المزاجين الآخرين .

والمزاج الإنطوائى هو مزاج الفاسفة والأدب والغميبات والمبادئ والمذاهب . فان الشخص الإنطوائى يمتزل المجتمع وينساق فى تفكيره فلا يبالى الواقع بل يبادى فى مذهبه . ونكاد لا نتخيل قديساً أو ولياً أو داعية إلى مبدأ أو مذهب إلا ونفرض أنه انطوائى نحيف الجسم مستطيل الوجه . ومحال أن نفرضه انبساطياً ، مستدير الوجه كثير اللحم مستكرشاً يحب المجتمع ويقبل على ملذات الطعام أو الشراب . ولذلك نجد الإنبساطى ينبغ فى العلوم المادية كالبيولوجية أو الكيمياء أو الجغرافيا أو التاريخ أى تلك العلوم التى تخدم المجتمع الخدمة المباشرة والتى لا يصطدم فيها بقواعده ومبادئه .

وكلاهما يعالج الأدب . ولكنهما يختلفان فيه .

أنظر إلى برنارد شو الأنطوائى ، فانه يعالج فى دراماته المبادئ والمذاهب  
ثم انظر الى ولتر الانبساطى ؛ فانه يعالج الأشخاص بل يذكر طعامهم وشرابهم ،  
وملذاتهم الجنسية

الأنطوائى يتعصب لمذهبه ؛ وهو رجل المثليات الذى لا يبالى العقبات ؛ وهو  
لا يفور ولا يحتد . وكذلك لا يخمد . أما الانبساطى فيندفع ثم يسكن ؛ وهو يحسن  
التنظيم لأن نشاطه يتجه إلى الخارج وإلى الناس فى مجتمعهم  
أنا أكتب هذه الكلمات فى يونيو من ١٩٤٥ ؛ وقد برز فى الميدان السياسى  
أشخاص تولوا الحكومة هم :

الرحوم احمد ماهر الانبساطى المصالح الذى كان يلتذ مسرات القهوة والسباق  
وينسى أحقادهم

عبد الرحمن عزام بك أمين الجامعة العربية الأنطوائى الذى رسم مثلياته العربية  
منذ ثلاثين سنة ولم يحد عنها مهما كانت العقبات فى طريقه  
مكرم عبيد باشا الأنطوائى المخاصم الذى لا ينسى خصومته  
النحاس باشا الانبساطى الذى يحب الرفاهية وينسى الخصومة

النقراش باشا الرابضى الانبساطى الذى يحسن التنظيم ولا يعنى كثيرا بالمثليات  
وربما يعتمد الى العنف فى أخذ الأشياء بالقوة

وفى ميدان السياسة والحرب العالميتين نجد ولسون الأنطوائى الذى وضع  
الشروط الأربعة عشر لإصلاح العالم فى الحرب الكوكبية الأولى . ثم نجد روزفيلت  
وفى الحرب الكوكبية الثانية يضع الحريات الأربع وميثاق الإطْلَنْطى ؛ وكلاهما  
أنطوائى ينشد المثليات وقد يتماهى عن الواقع

وفى تلك الحرب الأولى وقف لويد جورج وكليمنصو ؛ وكلاهما انبساطى يطلب  
النصر ، فقط . وقد كان موسوليني فى صف هتلر فى الحرب الثانية ؛ ولكن الأول

كان انبساطيا يطلب الرقاهية لايطاليا قبل كل شئ ؛ أما الثانى فكان انطوائيا يحلم بالثلثيات والمبادئ الجنونية

كان الإمام محمد عبده انبساطيا ؛ فزرع فى الدين الى العمل وأسس الجمعية الخيرية الاسلاميه لترقية الشعب ؛ وهو فى تفسيره للقرآن ينزع الى الحسيات لا الغيبيات ويتجه الاتجاه الاجتماعى

وكان سعد زغلول انطوائيا وهو صاحب السكامة الثلوية : الحق فوق القوة والأمة فوق الحكومة

وفى صحفنا كتاب انبساطيون يكتبون فى القيل والقال عن الناس والطعام واللباس والملاذات والفكاهات ؛ ومعظم المجلات الاسبوعية انبساطية يحمرها هؤلاء الانبساطيون

وعندنا كتاب انطوائيون يتحدثون عن الاشتراكية ومبادئ ولسون وروزفيلت والوطن العالمى والآلة العالمية ومستقبل البشر

والصينيون بوجوههم وأجسامهم انبساطيون وكذلك بمزاجهم حتى أن منهم كونفوشيوس يؤلف لهم عن قواعد الأكل واللباس ولقاء الضيف ومعاملة الأبوين والناس أى أن اتجاهه اجتماعى

ولكن الهنود — بالمقارنة — انطوائيون ؛ ولذلك اتجهوا نحو الغيبيات فى دياناتهم اتجاها يتجاوز خيالنا

وفى أوروبا الجنوبية نجد المرح وملذات الطعام والشراب والجنس بين السكان الانبساطيين وفى أوروبا الشمالية نجد الجد والصمت والقناعة فى الطعام بين السكان الانطوائيين

## الخطأ الأساسي في التفكير

التفكير عام يشملنا نحن والحيوان ولكن الذكاء خاص يكاد يقتصر علينا .  
كان تحرك العواطف يؤدي إلى تفكير أى إلى نشاط ذهني حين يزرع الحيوان  
للبحث عن الأنثى أو الطعام . ونحن ، حين نشتهي ، نفكر كالحَيوان . فتبعثنا  
ال عاطفة مثلاً على في التفكير الجنس الآخر .

ولكن هذا التفكير العاطفي هو أخط أنواع التفكير عندنا . ونحن حين  
ننساق في عاطفة ملتهبة لا نكاد نحس أننا نفكر . ولذلك ينصح للفاضب أن يعد  
مئة قبل أن يرتأى أو يحكم ، لأن عاطفة الغضب تتسلط على وجدانه وتعطل ذكائه .  
ولكن هذا التفكير العاطفي المعطل للذكاء هو التفكير العام بين جميع الناس  
تقريباً . أما الوجدان الذي يؤدي إلى الذكاء ، بالمنطق والتبصر فقليل جداً . ومن  
هنا تعس الناس .

أنظر إلى طبيب وصل ، بعد أن وزن جسمه وقدر حالته الصحية ، إلى  
الرأى بأنه يجب أن يتوق النشويات في الطعام . فهذا هو وجدان أى منطق  
وتعقل ووزن للأشياء كما هي تقريباً في حقيقتها . ولكنه يقعد إلى المائدة فتحدث  
حركة انعكاسية بتحريك لعابه عند رؤية المكرونة . فتثار عاطفة الجوع فيغيب  
وجدانه ويهجم على المكرونة . ولكنه بعد أربع أو خمس ساعات يتذكر هذا  
الخطأ ويجدد العزم على تجنب النشويات .

أو أنظر إلى أب يعرف قيمة الرقة والملاطفة والعدل مع الأطفال يرى ابنه  
يلعب ولا يدرس . فيغضب . وتلهب عاطفة الغضب فينهزه ويضربه . فهو هنا  
أخمد وجدانه وترك التعقل والاحتياي والروية وأحيا عاطفته

كان سقراط يقول إن المعرفة تؤدي إلى الحكمة ، ولكن هذا خطأ لأن :

المعرفة مع العاطفة تؤدي في أحيان كثيرة إلى الاجرام  
ولكن المعرفة مع الوجدان تؤدي إلى الحكمة

حين نسلك سلوك العاطفة نكون حيوانات نرى الأشياء رؤية ذاتية كما  
تصورها عاطفتنا ونحكم ونحس منفعلون

وحين نسلك سلوك الوجدان نكون حكماء نرى الأشياء رؤية موضوعية كما  
يصورها المنطق والواقع أي كما هي تقريباً في الحقيقة ونحكم ونحس متعقلون

أنظر إلى شاب ينوي الزواج ويعتمد على عاطفته الجنسية فقط . فهو هنا  
ليس بينه وبين الحمار أي فرق ، إذ هو يلتفت إلى حمرة وجنتيها أو إلى ابتسامتها  
أو إلى تواءم صدرها البارزين أو إلى أن كلماتها رخيمة أو إلى أنها تشبه أمه أيام  
رضاعه حين كان يظن أنه ليس في الدنيا أجمل من أمه ، فهو هنا عاطفي . والصورة  
التي في ذهنه عن هذه الفتاة قد صورها هو لنفسه كما يحب أن يراها وليس كما  
هي في الواقع

وانظر إلى شاب آخر ينوي الزواج ويعتمد على وجدانه ، فهو يسأل : كيف  
تكون هذه الفتاة حين تصير أما بعد عشر سنوات ؟ كيف يكون جسمها وعقلها ؟  
وهل هي من عائلة خالية من مرض الجسم أو العقل ؟ وإذا كنت أحبها الآن فهل  
أحبها بعد عشر سنوات ؟ وهل مستواها الاجتماعي يساوي مستواي أنا بحيث  
نشارك كلانا في القيم الاجتماعية والاقتصادية والثقافية ؟

وواضح أن العاطفي الأول يخفق في زواجه ، أما هذا الوجداني الثاني فإنه  
ينجح ، لأنه قد صورها في ذهنه كما هي في الواقع تقريباً

وقس على هذا ، فإن إخطاء التفكير كلها تقوم على أساس واحد ، وهو أننا  
نعمد في تصرفنا على عواطفنا بدلاً من الاعتماد على وجداننا . وإذا كانت كلمة  
« كلها » قد بولغ فيها فنقول إن ٩٩ في المئة من أخطاء التفكير تعود إلى الاعتماد  
على العاطفة دون الوجدان أي الاعتماد على السلوك الحيواني بدلاً من السلوك الانساني

هذه العواطف ( = غرائز ملتبئة ) قد ورثناها عن الحيوان كما ورثنا اللحية ،  
ولكننا نتخلص من اللحية بالموسى ، أما العواطف فيشق علينا التخلص منها .  
وكما كانت اللحية تنفعنا وتخدمنا أيام الغابة ومصارعة الوحوش لأنها كانت تحيط  
بالوجه كالمهالة فيبدو مخيفاً كما لو كان وجه أسد ، فإن العواطف كانت أيضاً  
تنفعنا وتخدمنا أيام الغابة لأننا كنا نصل بها إلى قرار حاسم عاجل لمواجهة  
المدو أو الصديق .

الماطفة تفكير الارتجال والبدئية : التفكير الذاتى الأحمق : تفكير الثلاموس  
والوجدان تفكير الروية والمنطق : التفكير الموضوعى الذكى : تفكير اللحاء  
المخى . والآن بعد أن أكدنا ضرر الماطفة بالتفكير نقول إن موت العواطف أو  
انخفاض رنينها إلى ما يقارب الموت فى النفس كما يحدث فى الشيخوخة يؤدى إلى  
انخفاض الوجدان والذكاء . بل أكثر من هذا . فأننا نرى أنه عندما تغلب  
عاطفة واحدة وتلفى سائر العواطف كما فى الجنون ينخفض الوجدان أو يزول أى  
لا نجد فى هذه الحال ذكاء .

وهذا يجعلنا نرجع إلى ما سبق أن ذكرناه ، وهو أن الوجدان يعود إلى جملة  
عواطف مختلفة أو متناقضة يؤدى اختلافها أو تناقضها إلى وقفة التردد التى  
تجمل التردد يحس أنه يفكر وأنه حر يختار من بين عواطفه أو يؤلف بينها .  
ولكن هذا التفسير لا يكتفى ، وكذلك لا يكتفى أن يقال ، كما هو رأى السلوكيين  
والبافلويفيين ، أنه ثمرة الانعكاسات المكيفة . لأن الوجدان أكبر من هذا وذاك .  
وليس شك أن بذرة الوجدان فى الانعكاسات ، والعواطف ، ولكن الوجدان  
شجرة وليس بذرة فقط ، ولم لا نجرؤ ونقول إنه اختراع جديد فى الحياة أو  
حاسة جديدة افهم الدنيا فهما موضوعيا ؟

والخلاصة أن الخطأ الأساسى فى التفكير هو الاعتماد على الماطفة دون الوجدان  
فى تصرفنا ، وهناك أخطاء أخرى سوف نعالجها عندما نتحدث عن التفكير  
الناجم وعوائقه

وقبل أن نترك هذا الفصل يجب أن نذكر أن القوانين تعترف بالفرق بين جريمة العاطفة *Crime Passional* وبين جريمة الوجدان . الأولى تقع مفاجئة نتيجة الغضب أو الغيرة مثلاً وعقوبتها خفيفة ، والثانية تحتاج إلى «سبب الاصرار» أى الروية والتأمل وعقوبتها خطيرة

ونحن نمزج فى سلوكنا بين الوجدان والعاطفة ، وليس فينا الوجدانى الخالص أو العاطفى الخالص . ولو وجدا لكان الأول أعظم الفلاسفة ولكان الثانى أعظم المجانين . ولكن على قدر بعدنا من العاطفة نوصف بأننا عقلاء . وفى سلوكنا نعتمد إما على المنطق الوجدانى وإما على العقيدة العاطفية ، وكثيراً ما نلاحظ أن المؤمن بمقيدة معينة يكره المنطق كأنه يحب أن يتخدد ، كما يحدث للرجل يتعلق بحبيبه ولا يطيق أن يسمع عنها خبراً يشككه فى أمانتها ، ومن هنا تعلق الناس بالعقائد والتقاليد

## اللغة والتفكير

يقول واطسون زعيم السلوكيين إن التفكير هو كلمات غير منطوقة كما أن الكلام هو تفكير منطوق ، وإذا لم يكن هذا القول صحيحا مائة في المائة فإن مما يسلم به كل منا أن التفكير بلا لغة يكاد يكون معدوما أو هو لا يزيد على درجة الأحلام في النوم . إذ لا بد للمعنى من علامة تربطه في أذهاننا . وقد تكون هذه العلامة إشارة باليد أو حركة في الحاجبين أو الشفتين . وليست الكلمات سوى علامات أيضا أى رموز تربط المعانى في أذهاننا ، وكثير من امتيازنا على القردة العليا يعود إلى اللغة . ولو كانت هذه القردة تستطيع التعبير بنحو ٣٠٠ أو ٥٠٠ كلمة فقط عن تفكيرها لكانت لها ثقافة تورث وتتجمع وتتيح إيجاد حضارة ما . ولكن خرسها يجعل مجهود كل فرد منها مقصورا عليه ، فلا ينتقل تفكيره إلى ذريته ولا يستطيع النابغة أن يعمم فكرة حسنة بين قبيلته . وقد ظهر الانسان الثياندرتالى وكان دماغه من دماغنا ولكننا تغلبنا عليه وأبدناه ، ولا نكاد نعرف سببا لهذا إلا أننا كننا ناطقين وكان هو أخرس

للحيوان صوت ولكن لنا نحن لغة ، فإذا وقعنا كلانا في ورطة عمد هو إلى الصراخ الذاتى الانفعالى وعمدنا نحن إلى النداء الوجدانى الموضوعى ، والدنيا مصورة في ذهنه تصورا ذاتيا أى كما يحسها بمواطنه ، والدنيا مصورة في ذهننا تصورا موضوعيا أى كما يرتبها وجداننا ، وفضل كبير من هذا التصوير عندنا يرجع إلى اللغة

اللغة جعلت الزمن تاريخيا والمكان جغرافيا ، فانا لا أعيش هذا اليوم فقط بل أنظر إلى الماضى بعين تاريخية قد تمتد إلى عشرة آلاف سنة بل وألف مليون سنة ، كما أنظر بعقل مستقبلى مثل هذا الزمن . والفضل لهذا الوجدان يعود إلى

اللغة التي اتسمت بها أفاق تفكيرنا بأن زادت ذاكرتنا وفسحت خيالنا  
حاول أيها القارئ أن تتخيل فهم هذه المعاني مع الفرض بأنك ولدت  
أخرس وعشت بين خرص ليس لهم لغة :  
١ - بعد خمسة أيام من الآن

٢ - على بعد ٣٥ كيلو متراً من هنا .

٣ - هذا الرجل يكذب كثيراً ولكن أكاذبيه بيضاء .

٤ - لون الحائط أحمر يضرب إلى الصفرة .

ويجب ألا تفرض أنك أخرس تعيش بين ناطقين ، لأنك في هذه الحال  
تسمع الكلمات وتعرف أنها رموز لهذه المعاني ، ولكن افرض أنك أخرس بين  
خرص لم تسمع قط كلمة ولم تنطق بها . ففي هذه الحال يستحيل عليك تخيل هذه  
المعاني ، ومن هنا نعرف أن اللغة إذا لم تكن هي التفكير نفسه فهي التي تربط  
معانينا وتسهل تفكيرنا ، وهي التي جعلت الوجدان مستطاعاً إلى أقصى حدوده  
الحاضرة في أذهاننا

و٩٩٩ في الألف من تفكيرنا أي من نشاطنا الذهني هو ثقافة موروثية ، أي  
كلمات موروثية . ونحن إزاء المجتمع كالطفل إزاء عائلته ، ينشأ رضيعاً فيها ويتعلم  
منها كلماتها ويتعود عاداتها الذهنية والنفسية من أفرادها ، وهو أيضاً يعطيها كلمات  
طفلية . ولكن ما يأخذه من عائلته يزيد ألف ضعف على ما يعطيها من كلمات  
الطفولة . وهذا شأننا أيضاً في المجتمع قد يعطيه أحدنا كلمة هي ثمرة تفكيره  
الخاص ولكنه يأخذ من هذا المجتمع نحو عشرين ألف كلمة أي عشرين ألف معنى  
وهنا أرجو القارئ أن يقرأ كتابي « البلاغة المصرية واللغة العربية » فقد  
أوردت هناك قصة فتاتين خطفهما ذئبة ، ولكن بدلا من أن تتحرك في الذئبة  
عاطفة الجوع فتأكلهما تحركت عاطفة الأمومة فأرضعتهما . فنشأت كلتاها خرساء  
وسلكتا سلوك الذئاب حتى المشى على ساقين لم تعرفاه . وبعد أن قبض عليهما

بقيتا سنوات قبل أن تتعلما السلوك البشرى بالكلمات البشرية ، فكانت كل كلمة رمزاً لسلوك معين

ومن هنا ندرك أنه ليس تفكيرنا فقط قائماً على الرموز اللغوية ( الكلمات ) التي تحدد وتعين المعاني بل أيضاً سلوكنا الاجتماعي ؛ لأن الكلمات التي تكرر لنا تعين لنا اتجاهات نفسية يتقرر بها سلوكنا

ومع كل هذا الذي قلنا ليست اللغات كاملة ؛ فإن نقائصها بل ردائلها كثيرة وليس هذا عجيباً لأننا ما زلنا في القرون الأولى لاخترائها ، فهناك مثلاً الكلمات الوجدانية الموضوعية ، وهناك الكلمات العاطفة الذاتية ؛ فإن الأولى تتفق عليها ونفهمها ، والثانية تختلف فيها ولا ندرى المقصود منها ؛ أنظر إلى قول المتنبي :

ومن يك ذا فم مر مريض يجد مرأ به الماء الزلالا

فالمرارة هنا تعود إلى الحال الانفعالية في شارب الماء ؛ فإذا كان أحداً سليماً وجد الماء الزلال زلالاً ، ولكنه إذا كان مريضاً صار هذا الماء مرا مع أنه ليست به مرارة ، وإنما علة المرارة هنا صحته السيئة

فالكلمات إما موضوعية تعين لنا شيئاً ليست له بعواطفنا علاقة مثل كرسي وسحاب ، وخمسة وشارع وحمار ؛ وإما ذاتية نحس عليها بعواطفنا مثل جميل وقبيح وشريف وشجاع ومتهور وعاقل ؛ فإن كلا منا يختلف مع الآخر في معاني هذه الكلمات

والكلمات هي بعد كل هذا رموز كما أن النقود رموز للقوة الشرائية . وكما تكون النقود سوية أو ممسوحة أو زائفة كذلك تكون الكلمات . وكثير من الالتباس يعود إلى أن بعض الكلمات قد انمسحت معانيها بالتقادم ، لأنها نشأت في مناخ ثقافي قد باد . ونحن نحس هذا عندما نقرأ كتاباً قديماً مضى عليه ألف سنة مثلاً . وكثير من الكلمات زائف كما نرى في عصاة اللصوص حين تصف أحد أفرادها بأنه « شهيم » ، والشهامة هنا معناها أنه فاتك . وعندما تجد اثنين يختلفان في

جدال عن الخلق والتطور أو عن الاشتراكية والمباراة أو عن العلم والدين فأنك موقن بعد التأمل أن كثيراً من الخلاف يرجع إلى كلمات ذاتية لا يتفقون على معانيها حتى أنك لتجد أحدهم يسأل ماذا تقصد بالمساواة ؟ أو ماذا تعنى بالقوة ؟ وغير ذلك

ومهمة العلوم أن تنقل المعاني من الذاتية إلى الموضوعية ؛ فإن السيكولوجية علمتنا مثلاً أن نقول إن درجة الذكاء في هذا الصبي ١١٨ أى عدد معين نتفق عليه كلنا بعد امتحان ؛ بدلاً من أن يقول أحدنا إنه ذكي أو متوسط أو ناقص وهو يعتمد في ذلك على عاطفته نحوه . وكذلك المعاني : حر وبرد ، وثقيل وخفيف وسريع وبطيء ، وسمين ونحيف ؛ فأنها جميعها مما يختلف بشأنها باختلاف نظرنا الذاتية ، ولكن العلم ينقلها من الذاتية إلى الموضوعية بالأرقام

وكثير من الكلمات يحرك انفعالاتنا كما لو كنا نهتز بمسة كهربائية ؛ فإن كلمة « مروءة » تحرك وجداننا إلى الخير ، وكلمة « عرض » أو « دم » عند الصعابدة في قنا وجرجا تحرك المواطن إلى القتل

وإذا شئنا أن نفاضل بين لغة وأخرى فإن قياس الفاضلة يتخذ أساليب مختلفة فنستطيع أن نقول مثلاً : هل هذه اللغة علمية موضوعية أم أدبية ذاتية أو هل الكلمات الذاتية كثيرة والكلمات الموضوعية قليلة بحيث يصير تفكير المتكلم عاطفياً بدلاً من أن يكون وجدانياً ؟ وبكلمة أخرى :

هل اللغة في أكثرها وجدانية أم عاطفية . وهل البلاغة التي يتبع أساليبها الكتاب بلاغة العاطفة أم بلاغة الوجدان ؟

وكثير من الضرر ينشأ من التعبير العاطفي في مناقشات السياسة والاجتماع والدين . والفكر الحسن يحاول أن يتجنب الكلمات العاطفية الذاتية ويستعمل ندلاً منها الكلمات الوجدانية الموضوعية ؛ ولكن ليس هذا مستطاعاً على الدوام لأن الكاتب مقيد بالكلمات

وكى يدرك الفارى، تأثير اللغة فى السلوك الشخصى والتفكير النفسى والذهنى، يجب أن يذكر كلمات عفريت وبيع وأبو رجل مسلوخة والقطعة السوداء فى سلوك الطفل الذى يخاف الظلام لأثر هذه الكلمات؛ وهو حتى عند ما يبلغ الخمسين والستين من العمر سيخشى الظلام أيضا ولو أنه لا يؤمن بالعفاريت وغيرها. لا بل أكثر من ذلك. فإن كثيرا من البحث عن الأرواح يعود الى هذه الكلمات التى تعلمناها فى الطفولة بل إلى اعتقاد أن الإيمان بالأرواح عند الكبار هو استمرار للإيمان بالعفاريت عند الأطفال

وللكلمات: مروءة ووطنية وعرض وبر وشرف وشهامة وثأر ودرشاقة وغيرها أثر فى نفوسنا يمين سلوكنا الاجتماعى للخير أو للشر كما يتعين سلوك الطفل فى الظلام بكلمة عفريت وغيرها

فالإنسان حيوان لغوى؛ وعلى قدر ارتقاء لغته بالكلمات الموضوعية الوجدانية يكون ارتقاء تفكيره، وأيضا ارتقاء سلوكه الاجتماعى. وإلى حد ما وفى ظروف معينة يصح أن تكون اللغة مقياسا للذكاء؛ بل أيضا قد تكون الكلمات سببا لأمراض نفسية لأن بها شحنات عاطفية قوية تسرى كالسم فى النفس؛ والمتعصب الذى يقتل من يخالفه مثلا فى الدين إنما يقتله من أجل كلمات

## الكظم والعقل الكامن

كلنا يعرف أن المغيظ الكاظم يعد خطراً ، لأنه قد ينفجر في أى وقت . والحقد هو غضب محتقن أى مكظوم . والمعنى الواضح أن عاطفة الغضب لا يمكن أن تموت بالكظم إذ هى تبقى تحت الرماد ثم تعود عندما نحين الفرصة فتضطرم

وليس هذا شأن عاطفة الغضب وحدها ، فإن جميع العواطف تبقى حية متربصة تفور بنا فجأة أو تتحارب للبروز بشكل مستور نحتاج إلى بحثه حتى نكشف عنه ونعرف أصوله

اعتبر طفلاً يسمع نداء الثلجات فى الشارع فيطلب من أبيه قرشا كي يشتري قطعة . فيرفض أبوه . فيكظم الطفل غيظه . وبعد دقائق يحادثه أخوه الأصغر حديثاً ريثاً . ولكن هذا الطفل المغيظ الكاظم يرد عليه بصفعة صاخبة على وجهه

أو اعتبر نفسك قد خرجت من البيت فى الصباح وأنت غاضب لسلوك الأولاد أو الخادمة . فيطلب منك كمسارى الترام ثمن التذكرة فى كلمات عادية . ولكنك تجد أنك تنهره وتتشاجر معه ، لأن غيظك الذى كظمته فى البيت قد كمن وتربص حتى وجد الفرصة لا بل هو قد خلق الفرصة من لا شئ تقريباً للتنفيس

وحياتنا الحضارية تكاد تكون كلها كظما إذا قورنت بحياة الحيوان . وهى كذلك ، لأننا نميش فى مجتمع متمدن كثير الزواجر . فنحن نكظم الشهوة الجنسية ونكظم الرغبة فى التسلط أو السيطرة ونكظم الخوف . ونميش جميعنا فى مباراة للكسب والوجاهة نجعلنا نكظم كثيراً من عواطفنا

وهذه العواطف المكظومة لا تموت كما رأينا فى الطفل المحروم من الحلوى الثلجة أو فى ذلك الشخص الذى يخرج غاضباً من بيته . ولكن فى هذين المثالين

رأينا تفريحا سريما بمشاجرة مختلفة مع الكسارى أو بإبذاء الأخ الأصغر. ولكن في حياة الحضارة التي نعيشها لا نجد مثل هذا التفريح السريع. ولذلك تكمن هذه العواطف في « العقل الكامن = الباطن » أى في الكامنة

والعقل الكامن هو مجموعة عواطفنا المحزونة المكظومة. ونحن ننسى الحوادث أو الظروف التي أحدثت الكظم. كما أن الطفل حين ضرب أخاه لم يكن يعرف أن الإساءة الأصلية لم تكن من أخيه بل كانت من أبيه الذى حرمه القرش لشراء الحلوى. وكذلك الآخر الذى تشاجر مع الكسارى لا بد أنه دافع عن نفسه وحسب نفسه بريئا لأنه نسي أن الإساءة جاءت من البيت قبل أن يارحه في الصباح

وقد تثقل وطأة الكظم فتؤدى إلى الإجرام أو الجنون. كالغيرة في الزوجة تحملها على ارتكاب الجريمة، وكالخوف الدائم، أو المتردد، يصيرها لا يطاق حتى يحمل صاحبه إلى الفرار منه بالخمر، أو أحيانا بالنسيان التام كما حدث لهيس في محاكمته في نورمبرج بألمانيا

وهذه العواطف المكظومة تؤثر في سلوكنا وتعين تصرفنا في الحياة من حيث لا ندري. أى أنها تتغلب على وجداننا وترسم لنا اتجاهات وميولا لا نستطيع أن نقف على مآنها ومصدرها إلا بالتحليل النفسى أو ما يسمى « سيكولوجية الأعماق » لأنها تسبر نفوسنا وتحللها. وفي حياتنا، منذ نولد، نصادف مخاوف ووساوس ومخازى وانهمزامات تقع بنا في السنوات الخمس أو الست الأولى من العمر، حين لم نكن قد شبننا، وصار لنا وجدان نجابه به الدنيا ونتدبر ونفكر فيها بروية. أو قد تقع بنا حوادث خطيرة رهيبة حتى ونحن كبار قد بلغنا العشرين أو الثلاثين. وهذه الحوادث، كالقتال في الحرب أو انهيار منزل في غارة جوية أو إفلاس لارجاء فيه أو شك لا يطاق، تلغى وجداننا وتثير فينا عاطفة الخوف التى نكظمها لأننا مضطرون إلى أن نتخذ موقف الشجاعة والتمالك والتجلد. وعندئذ ينحدر الخوف

إلى العقل السكامن وبغذ أسلوبا معيناً يظهر به

اعتبر الأمثلة التالية :

١ — شاب تشاجر مع آخر وتقلب عليه هذا الآخر . وهو لا يطيق هذه الحال التي يرى نفسه فيها مهزوما مهانا ، فهو يستسلم لأحلام اليقظة حيث يتخيل مواقف يضرب فيها هذا الخصم أو ينتصر عليه بالحجة الدامغة

ثم اعتبر هنا جميع الخواطر التي تمر برءوسنا في أحلام اليقظة حين يحمى الوجدان فتتخيل مواقف لذيدة ترناح إليها . فأنها جميعها تدل على عواطف مكظومة وأمان محبوسة تنفس عنها بهذه الأحلام في اليقظة . وغذ الخواطر تمويضية أى تعوضنا من آلام حياتنا

٢ — وأحلام اليقظة لا تكفيها ؛ فأننا في النوم نحلم بالأحلام التي تجري على مبدأ « الجائع يحلم بالخبز » أى أن الذى كظم عاطفة الجوع فى الصبح يتخيل الطعام فى النوم وهذا هو البدأ العام للأحلام : تفريج عن عاطفة مكظومة

٣ — وأحيانا حين يتردد علينا خوف — أو هم — مكظوم نعد إلى الهرب منه بالخمر حتى ننساه . بل أحيانا نهرب بألوان مختلفة من السلوك كالنسك والرهينة ونشوة الشراب هى فى النهاية انتصار للدانية على الموضوعية أى انتصار للعاطفة على الوجدان . والرهينة هى هرب من مجابهة الواقع فى الدنيا

٤ — وأحيانا يكون الهرب من الكظم أى التفريج عنه بالزيف الأخلاقى كالعادة السرية عند المحروم من التعارف الجسدى السوى ، بل قد يلجأ هذا المحروم إلى ألوان من التعارف الجسدى الشاذ

٥ — وأحيانا يودى الكظم إلى الإقدام الصريح ؛ بل إن جميع الجرائم تعود إلى كظم لأن الجريمة هى فى لبائها تفريج لكظم سابق . ويجب ألا ننسى أن مانسميه « جرائم » قد لا يكون كذلك فى اعتبار آخر . فان الشهداء كانوا مجرمين

في أعين قاتليهم وقد كظموا الإيمان طويلاً ثم باحوا

٦ - ولكن هناك ألوانا من السلوك تستر ؛ كالرجل لا يباشر عملاً ، أى عمل ، إلا ويخيب فيه . وعند التحليل نجد أنه يخيب ، لأنه في كামنته يكره زوجته ويرغب في الحية حتى لا تنتفع هي بنجاحه ، وكالشاب المدلل يقدم على الانتحار كي ينتقم من أبيه

٧ - وأحياناً نجد جندياً في الجيش قد شلت ذراعه حتى لتقطع لحيها فلا يحس وهذه هي المستيريا . وعند التحليل نجد أنه كظم الخوف في المعركة ولكنه لم يطبق حاله قاحتال له عقله الكامن على هذا الشلل حتى يجد فيه الراحة بترك المعركة لأنه ، من حيث لا يدري ، كان يتمنى سبياً يمنعه من القتال

٨ - وأخيراً نجد المجنون الذي يصرح بأنه ملك أو أمير أو مدير لحدى الشركات لأنه كان ناجراً وأشرف على الإفلاس أو أفلس فلم يطبق حاله . فانهى به عقله الكامن إلى هذه السعادة الخيالية التي استقر عليها ووجد فيها راحتته وهربه من مخاوفه

ولكن أذكر أيها القارىء أننا كلنا هذا المجنون : والفرق بيننا وبينه درجى لأننا نتخيل في أحلام اليقظة وإدلام النوم هذا الثراء الفاحش والوجاعة المظيمة واذكر أن التلميذ الذي يكره المدرسة يدعى المرض كالجندي الذي يجد المرض . الأول يدعيه بوجدانه والثانى يحسه بكامنته . والحضارة في السلم والحرب تحملنا على أن نكظم عواطفنا . ولكن العاطفة قوة كالبخار المحبوس إذا لم يخرج من الأنابيب الأصلية المعدة له فتش عن مسارب نفسية أخرى يتسلل منها . حتى ولو اتخذ هذا التسلسل صورة الأدب أو الشعر . فإن كتاب ألف ليلة وليلة هو في صميمه أحلام الجائمين المحرومين من الطعام الفاخر والمرأة الجميلة والقصر الفخم . وأشعار أبي العلاء المعرى هي زهد المحروم من الدنيا الذي يجد الحصرم عبئاً . والنكات الجنسية التي يتمازح بها الشبان وقت عزوبتهم تدل على كظم جنسى .

والإصرار على التفاؤل قد يكون أحياناً مهرباً من التشاؤم المفرط الذى تصرخ به ظواهر الأحوال ، لأننا لفرط ما نخاف توّمن بالفرج ونجد الراحة فى هذا الإيمان وقد سبق أن قلنا إن كل الالتواءات فى التفكير تعود إلى أننا نجاهد الدنيا ونعامل الناس بعواطفنا بدلاً من وجداننا . ولكن هذه العواطف إما سافرة فنعرفها وإما مستترة فنجهل أصولها لأنها فى العقل السكمن . وهى ، لأننا نجهلها ، نساق فى تيارها ونجد لنا منها ميولاً واتجاهات وتصرفات ندافع عنها بالوجدان ونبررها بالمنطق حتى ولو كانت سيئة . وقليل جداً من تصرفنا يعود إلى الوجدان و ٩٩ فى المائة من تصرفنا يعود إلى العواطف السافرة أو المستترة فى العقل السكمن أنظر مثلاً إلى سلوكنا حين نتعصب ضد أشياء أو نستعرض أشياء نكرها ولا ننفيك نشنع عليها . فإن أغلب الظن أننا فى كامنتنا ، نحس ميلاً مكظوماً نحو هذه الأشياء نفسها كما يقول برنارد هارت . ويعلق وز فى كتابه « علم الحياة » على هذه الحقيقة بقوله فى صفحة ٩١١ :

« قلما يكون أولئك الذين يمنعون الاستحمام المختلط على الشواطئ أو الذين يعارضون فى اتخاذ النساء لللبس لا تتفق مع الحياء ، فى زعمهم ، قلما يكونون من الحكماء الذين استطاعوا أن يضبطوا رغباتهم فى تعقل . وهم فى العادة بعض أولئك الذين كظموا غرائزهم العنيفة وكأنهم على إحساس غامض بأن هذه الدوافع التى لم يضبطها العقل ويقومها ، توشك أن تجمع بهم وتقذفهم من موقفهم الأخلاقى » من هذا المثال يرى القارىء أن هناك ألواناً من النشاط تبدو بريئة ولكنها تدل على أعماق مستورة

أو أنظر مثلاً إلى ازدواج الشخصية حين يسلك أحداً كأنه فى يوم جيكل وفى يوم آخر هايد . فإن هذا الازدواج يعود إلى أن الكامنة قد احتبست فيها شهوات ورغبات يحملنا المجتمع على إنكارها . فإذا بها فى يوم ماتطنى علينا فننسى شخصيتنا الاجتماعية التى نعيش بها ونبرز فى شخصية أخرى هى التى كنا نتمناها

## في أحلام النوم واليقظة

ويجب أن نعرف أربع حقائق عن العواطف وأثرها في الكامنة :

الأولى : أننا حين نكظم ، ونخن على وجدان بالكظم ، نحس قلقاً وتزعزاعاً ، ولكننا نبصر بالأسباب ونستطيع لذلك العلاج . ولكن إذا كانت العاطفة مجهولة قد اندست إلى الكامنة فإننا لا نبصر بالأسباب فنحس قلقاً وتزعزاعاً لا ندرى أصلهما ولذلك نحتاج إلى التحليل . وبكلمة أخرى نقول إن الكظم مع معرفة السبب سهل التخلص منه . ولكن الكاظم مع جهل السبب يصعب التخلص منه

والثانية : أن العاطفة المكظومة قد تبقى في نوم أو خدر سنوات ، ثم تنبئه بالمدوى . كالأم التي فقدت ابنها قد تعود إلى ذكره بعد عشر سنوات لأنها سمعت أن قريبة أو صديقة لها قد فقدت ابنها

والثالثة : أن الكوارث مهما فدحت لا تؤثر في النفس كالحوادث اليومية المتكررة الطفيفة . ولذلك تستطيع الأم أن تفقد وحيدها وتكظم حزنها وتستبقى عقلها . ولكن الزوجة الشابة تفقد عقلها لأن حمايتها توبخها كل يوم وتناكدها في مسائل تافهة ، أو لأنها تجد المناكحات الصغيرة من زوجها أو ضررتها

والرابعة : أن الكظم ، إذا خف ، صار بخاراً محبوساً أى قوة تدفع قاطرة الشخصية دون أن يؤدي إلى الانفجار . ولكنه . إذا اشتد ، أدى إلى الانفجار . وبكلمة أخرى نقول أن القليل من السخط يحفز على العمل . والكثير منه يؤدي إلى الإجرام

## المواطن المكظومة تلد العمل الفنى

يختلف الادباء والشعراء والفنانون فى أساليبهم وأهدافهم . ونستطيع أن نتفجع بما يؤلفون دون أن نعرف الجهود التى ترجع إليها هذه الأساليب والمناهج . ولكن المؤلف لا يؤلف فى الفن ، حيث الميدان يتسع للمواطن والاذواق والاتجاهات والاخلاق ، إلا إذا كان قد وجد فى حياته ما يحمله على اتخاذ خطة دون أخرى ، وهدف دون آخر .

ولذلك نحن نفهم الكتاب أو القصيدة أو الرسم أو اللحن أكثر إذا عرفنا حياة المؤلف والتفاصيل الخاصة بما لقي من أفراح أو أراح ، وبما نزل به من كوارث أو مصادمات ، وبما كان له من علاقات اجتماعية أو عائلية . لأنه وهو يؤلف ، إنما يتوسع بشخصيته ، وينقل إلى الجمهور احساساته . إذ هو يتخيل الخيال أو يحلم الحلم الذى يسد عنده نقصا فى حقائق الواقع .

وليس من شك اذن فى الارتباط بين حياة الكاتب وفنه . فقد نجد كاتباً يدأب فى الدفاع عن الحرية وينضوى الى الحركات التحريرية ويسرف ويضحى ، بحيث تكاد نحس أنه يشذ عن المألوف . وهو فى شذوذه هذا يتأق ويتفوق ، لأن غرامه بدعوته يحمله على العناية حتى يصل إلى غايته . وهذه العناية هى الفن . اعتبر صبيا نشأ فى بيت يتسلط عليه أب قاس محافظ يمنع ابنه من الاستمتاع بالمسرات المألوفة ، أو هو يحمله على اتخاذ أساليب من السلوك المرهق بدعوى الوقار ، أو اعتبر صبيا آخر قد لقي طفيانا ، وهو صبي ، من شقيقه الأكبر ، بحيث لم يكن يستطيع الدفاع عن نفسه لحداثة سنه ، أو اعتبر تلميذا وجد من معلمه فى السنوات الأولى من الدراسة الابتدائية عنقا بلا مبرر ، ففى كل هذه الحالات نجد هؤلاء الصبيان ، عندما يبلغون سن الرجولة ، كارهين لكل أنواع

السلطة الحكومية أو الاجتماعية أو الدينية ، أو هم على الأقل يتوجسون منها .  
وهم في هذه الكراهية أو هذا التوجس يبحثون هذه السلطة ويحاولون  
الوصول الى رذائلها ، وثقائصها كي يبرروا موقفهم منها ، وهو موقف الكراهة  
أو التوجس .

وهنا نجد إذن ذلك المؤلف الذى يسرف فى الدفاع عن الحرية وينصوى  
إلى الحركات التحريرية ، لأن دفاعه عن حريته الشخصية قد استحال إلى  
دفاع عن حرية الشعب كله . وكراهته للحاكم المستبد أو القانون الجائر  
هى ، فى صميمها ، كراهة للأب القاسى الذى عرفه فى طفولته أو لقواعد الوفاق  
التي قيدت نشاطه وهو مراهق .

وليس الفن الذى يتجسم فى قصة أو رسم أو أبيات من الشعر أو  
الحنان من الموسيقى أو حتى فى مقال عابر ، ليس الفن سوى التفريج عن  
عواطف محتبسة أى مكظومة لم يكن فى مستطاع الفنان أن يفرج عنها فى  
الواقع فافرج عنها فى الخيال . وهو إذا لم يكن قد فعل ذلك فى الخيال ،  
لكان قد أدى به الكظم إلى التفريج عنها بالحمر أو الجريمة أو الجنون .

وقد قال فرويد : « كلنا مرضى » . وهو يعنى بهاتين الكلمتين أن لكل  
منا كظومه واحتباساته وكروبه ، التي تحتاج إلى التفريج . وقد يكون  
الانتقام تفريجا ولكن الاخلاق المتمدنة التي نأخذ بها ، والاعتبارات الاجتماعية  
التي يجب أن نراعيها ، تحول بيننا وبين الانتقام . وإذن نحن نحلم وتخيّل  
حالا أسعد من الواقع .

فاذا كنا على شئ من القدرة على التألق على التعبير ، استحالت أحلامنا  
إلى أعمال فنية كالشعر أو الرسم أو القصة أو المقالة . ثم اتجهت حياتنا الفنية  
نلك الوجهة التي اقتضتها ظروفنا العائلية الأولى أيام الطفولة وأيضا مركزنا الاجتماعى .  
والمواطن المكظومة هى التي تلد العمل الفنى . فاذا لم نكظم الحب

فإننا لن نؤلف عنه الشعر . وإذا لم نحس العجز فى حياتنا الشخصية فإننا لن نشد التفوق الاجتماعى أو الفنى وإحساسنا بالضعف يحملنا على أن نتقوى بالرياضة البدنية أو الذهنية

ولذلك يجب ، إذا استطعنا ، أن نعرف حياة المؤلف وظروفه الماثلية كى نصل إلى الجذور التى جعلته يتخذ أسلوبا دون آخر . لأن هذا الأسلوب هو أخلاقه التى تعلمها أو اضطر إلى اتخاذها منذ صباه . والاعاب أيضا أن الهدف الذى نصبه لنفسه قد تعين منذ صباه . ولا بد أن الصورة التى اتخذها هذا الهدف قد اختلفت من الصورة التى كان يرسمها لنفسه أيام الصبا . ولكن هذا الاختلاف لم يكن فى النوع وإنما كان فى الدرجة واللون فقط أى كان الاختلاف فنيا

ومن هنا قيمة الترجمة الذاتية يكتبها المؤلف عن حياته . وهو بالطبع لن يقول كل شىء . ولكنه رسم لنا المراحل الزمنية والبيئية التى تنتمى إليها مبادئه وأهدافه . وقد تكون القصة التى يؤلفها بخياله أصدق من ترجمته التى يذكر فيها حقائق حياته . ذلك لأنه يحس من حرية البوح والاعتراف فى القصة الخيالية ما لا يحس فى الترجمة الذاتية

أن سيكولوجية فرويد تسمى « سيكولوجية الاعماق » لأننا نتمق الشخصية ونحاول أن رد ما فيها من تفوق أو تخلف ، أو اتجاه سديد أو انحراف سبى ، إلى العوامل الأولى أيام الطفولة ، وإلى المركبات النفسية الخاصة ، وإلى محاب ومكاره ، قد رسخت ، حتى لم يعد فى المستطاع التخلص منها . ويمكن أن نعرف أسلوب الكاتب وهدفه إذا تعمقنا نفسه وهبطنا على المشكلات القديمة التى كانت تشغله أيام صباه

ونستطيع مثلا أن نعرف كثيرا عن المؤلف إذا نحن تأملنا الكلمات التى تتكرر فى مؤلفاته . لأن هذا التكرار لا يأتى عبثا . ذلك أننا حين نحب شيئا نلهج به ولهجتنا تدل على اتجاهنا

وكذلك نستطيع أن نعرف الكثير عنه ، حين نتأمل المجازات والإستعارات التى يؤثرها على غيرها . لأنها أحلامه التى تتبع من نفسه . وليست أحلام النوم عندنا سوى مجازات وإستعارات مقلوبة . بحيث نكسب الهدف المعنوى تعبيرا ماديا كأن أطير نحو السماء . عندما أعبر عن تشوفى إلى الرقى أو إحساسى به . أو أسقط من الشرفة حين أعبر عن سقوطى الإجتماعى

فنحن هنا أراء رموز تجرى فى الأحلام وتدل على مشكلاتنا الشخصية ولكن للأديب أيضاً رموزاً تجرى على قلمه ويمى تتبع من أعماق نفسه . وتكراره لها يدل على سلوكه ونظراته للمجتمع والحياة

ثم النزعة العامة فى مؤلفاته توضح لنا موقفه من المشكلات الاجتماعية والسياسية ولكن هذه « الأعراض » لن تكشف لنا شخصية المؤلف ولن تفسر لنا اتجاهاته إلا إذا عرفنا حياته العائلية الأولى وموقفه الإجتماعى

هل كان فقيراً فى طفولته وقد عذبه الفاقة ؟

هل شقى فى معيشته العائلية .. وهل كابد قسوة من أبويه ؟

هل هو ينتمى إلى الأقلية أم إلى الأ كثرية فى الشعب ؟

هل نجح أم خاب فى حياته المدرسية ؟

مثل هذه الأسئلة تنيرنا ، إذا استطعنا أن نحصل على الإجابات الصحيحة عنها

أى عن كثير من البواعث التى تبعث الفنان على اتخاذ اتجاه أو أسلوب معين

وهذا التعمق السيكولوجى للفنانين والمؤلفين ، ودلالة حياتهم العائلية الأولى

فى إنتاجهم الأدبى أو الفنى ، وفى مذاهبهم الاجتماعية أو السياسية ، لا يمكن أن

نحققه إلا إذا كان هؤلاء قد اعتادوا التأليف عن حياتهم الشخصية . ومما يؤسف

عليه كثيراً أن قليلين من أدباء العرب قد عرفوا الترجمة الذاتية ، ولو أنهم كانوا قد

عرغوها ومارسوها لأنارونا عن عصرهم ويثبهم وأوضحوا لنا العوامل التي كونت مؤلفاتهم وفنونهم

وفي عصرنا ويثبنا المصرية لا تزال « الترجمة الذاتية » بعيدة عن الوجدان الأدبي ، وهذا نقص عظيم نأسف عليه نحن ، كما سوف يأسف عليه ، أكثر ، أجيالنا القادمة

## الأحلام ومغزاهـا

تضطرنا الحضارة إلى أن نكظم عواطفنا . فتنحدر هذه العواطف في كياننا النفسى إلى أعماق لا نسررها . ومجموعة هذه العواطف المكظومة نسميها « الكامنة » أى العقل الكامن . لأن هذه العواطف المكظومة ليست راكدة ولكنها كامنة متربصة ؛ وهى ، من حيث لا ندرى ، تؤثر فى سلوكنا ونصرفنا وتوجهنا وجهات فى الحياة نمعجز عن تعليلها إلا بعد التحليل الشاق

ومهما ظننا أننا نعيش الحياة الوجدانية الموضوعية المنطقية فإننا فى الواقع نلساق ببواعث هذه الكامنة فنعيش حياة عقيدية عاطفية استغراضية ، أى قاعة على هوى معين . فنؤثر أشياء على أشياء ونبرر سلوكنا بالوجدان . وقليل منا بل قليل جداً من يستطيع أن يكشف عن بواعث هذه الكامنة ويسلط وجدانه على سلوكه

وهذه العواطف المكظومة تبدو لنا سافرة أو كالسافرة وقت الاسترخاء ، أى حين يزول عنا التوتر النفسى الذى يطالبنا به الواجب والفضيلة والشرف والروءة . أى حين يزول عنا الوجدان الذى نكظم به عواطفنا . فبعد الغداء مثلاً حين نقيى ، أو حين نأوى إلى الفراش قبل النوم فى الليل ، نسترخى ونفرج عن عواطفنا المحبوسة فنجد أننا نتخيل خيالات نسردها وقد يكون بعضها قاسقا . وعندما يتم هذا الاسترخاء فى النوم نحلم أحلاماً تجد فيها العواطف المكظومة أوسع المجال للتعبير بل العريضة ، أى أن ما لا نجيزه لأنفسنا بالوجدان فى سجوننا نستبيحه بالحلم فى نومنا

ونحن ننحدر فى النوم إلى درجة التطور الحيوانى حتى أننا فى الأحلام نجد التفكير يجرى بصورة متتابعة خالية من الكلمات إلا قليلاً جداً . لأن اللغة طور

جديد راق في البشر والحلم هو ردة إلى العواطف التي لا تحتاج في تعبيرها وعربدتها إلى لغة

ولما كان الحلم خالياً في الأغلب من الحديث والكلمات فإنه يسير بالرموز . ومن هنا الصعوبة في تفسيره . كما أننا نستطيع أن نستشير به في الوقوف على نشأة التفكير عندنا . فإننا ننظر إلى الدنيا في الحلم « كما لو كانت كذلك » . أى أن الإنسان البدائي حين واجه الدنيا وهو عاجز عن فهمها صار يحاول هذا الفهم « كما لو كانت كذلك » فالسما سقف تقعد عليه الآلهة والرعد إله غاضب يزجر . وصار يظن أنه يستطيع أن يقتل الحيوان بأن يرسم صورته على الصخر وفي بطنه حربة . فهو لم يكن يستطيع الوقوف على كنه الأشياء فصار يحاول فهمها بأن يفرض أنها على حال مشبهة من ممارساته اليومية . ونحن حين نرى الحلم مقنعا حافلا بالرموز التي تحتاج إلى تفسير إنما نرى في الحقيقة محاولة بشرية بدائية للتفكير . ومن الحلم نعرف كيف نشأت اللغة بكلماتها أى رموزها كما نعرف البواعث الخفية في كياناتنا النفسى ، هذه البواعث التي ننكرها في صحنونا لأن وجداننا يطالبنا بالمنطق في وسط الحضارة فتنب هى في نومنا

وليست هذه الرموز مع ذلك سهلة ؛ أنظر إلى رجل يحلم أن ثعبانا عظيما يهجم عليه . فهنا كابوس يدل على خوف مكظوم . وانظر إلى امرأة تحلم أن ثعبانا ينساب تحتها . فالرمز هنا جنسى يدل على اشتهاى الجنس الآخر . فالرمزية هنا واحدة ولكنها تدل على حال نفسية مختلفة بين الإثنين هى الخوف عند الأول والشهوة عند الثانية

أو أنظر إلى زوجة تحلم حلمًا متكرراً بأنها تعود طفلة تلعب مع إخوتها وأُمها . فهنا نفس كارهة للحاضر أى لبيت الزوجية تود لو تعود إلى أيام الصبا . وتفهم من هذا الحلم عاطفه سيئة مكظومة نحو الزوج أو الحياة الزوجية عامة بما فيها من حماة أو غيرها

أو انظر إلى رجل يحلم أنه قد بنى بيتاً من الخشب ولكنه ركيك يصعد إليه فتصطك أجزاؤه ويترنح كما لو كان يوشك على السقوط . وبعد حديث قصير نجد أنه كان في يقظته يفكر كثيراً في مشروع يرغب في القيام به ولكنه يخشى الخيبة والفشل . فهنا خوف مكظوم قد رمز إليه في الحلم بيت ركيك متخلع كلما كانت العاطفة مكظومة في الصحو يكون الانفراج بالحلم في النوم . أى على قدر الكظم والتوتر يكون الانفراج والتنفيس . وفي الحضارة القائمة يكثر الكظم للعاطفة الجنسية ؛ ولذلك تتجه معظم الأحلام هذا الاتجاه في التفريج وخاصة عند الشبان والفتيات

أنظر إلى فتاة تحمل هذه الأحلام الثلاثة :

١ — عجل يثب على بقرة

٢ — شاب وفتاة يتنازلان

٣ — ترى والدها يصب البنزين في الأتومبيل

ففي الحلمين الأولين الرمز واضح يدل على جوع جنسى مكظوم يخفف برؤية هذين المنظرين . ولكن الرمز مستتر في الحلم الثالث . وهو يحتاج إلى أن نقول إن الفتاة تنظر إلى والدها باعتباره يمثل الذكورة وصب البنزين في الأتومبيل عمل مشبه ( كما لو كان كذلك ) للتعارف الجنسي بين الرجل والمرأة

وقد قلنا إن تصرفنا أو سلوكنا في الحياة يتأثران بالكامنة أى بهذه العواطف المحبوسة الكامنة . أنظر الى الحلم التالى :

كان أحد الأطباء الشبان يرفض الزواج ويتمل بأن حالته المالية لن توفر له المعيشة المهنية في الزواج . وحدث ذات مرة أنه كان يفحص عن صبي مريض بالسل فلما خلع الصبي ملابسه أحس الطبيب أنه قذف . وحملته هذه الحال المفاجئة على أن يقصد إلى سيكلوجى ويقص عليه ما حدث . وبعد التحليل أفهمه هذا السيكلوجى أنه مصاب بشذوذ جنسى ، وأن هذا الشذوذ هو العلة الحقيقية التى تمنعه من الزواج

فهنا طبيب في مركز اجتماعي يطالبه بالوقار والاستقامة قد حبس عاطفة شاذة ونجح في إخفائها حتى على نفسه . ولكنها في لحظة غاب فيها الوجدان وثبتت وحقت وجودها . وكان يتمل بلعل كاذبة للامتناع عن الزواج . فلما اتضحت له الحقيقة رأى الحلم التالي :

رأى أنه على باب مرقص معين . وقد خرج أحد مرضاه ومعه خطيبته وكان هذا الخطيب مديناً له . فوقف الاثنان يتحدثان الطبيب ورفع الخطيب صوته بقوله أنه سيؤدى دينه .

والتفسير أن الطبيب بعد أن عرف علته استخدم وجدانه في يقظته وحدث نفسه بضرورة الزواج . وارتضت عاطفته الجنسية هذا الانقلاب بمض الشيء ، ووقف الخطيب يقول للطبيب ما معناه :

« لا تخف الزواج من الناحية المالية التي تتمثل بها كذباً . فإني أنا مدين لك وساؤدى ديني . وسيفعل مثلي كثيرون هنا . »

ومعظم الأحلام ننساها عقب اليقظة . ولكننا إذا تركنا الاسترخاء يطول قليلاً وتركنا الخواطر المطلقة تتداعى بلا ضابط استطعنا أن نستعيدنا . فنفهم معناها . أى أننا نستعيد الحلم بأن نستعيد حال النوم أو ما يقرب منه باسترخاء الأعضاء وترك الخواطر مطلقة بلا ضابط كما لو كانت حلاًماً . والعادة الغالبة أن تكون هناك علاقة بين الحلم وبين حوادث اليوم السابق . ولكن ليس هذا محتوماً .

وفي الحلم تبرز العواطف المكظومة ولكن على مستويات قديمة ربما تعود إلى حال الانسان قبل أن يخرج من الغابة . كما ترى في الطفل يسقط في الحلم من مكان عال كأنه يعيش على شجرة . فان خوفه هنا من صبي بضربه أو رجل ينهره قد اتخذ هذا المستوى القديم حين كان الانسان لا يزال مع القردة يعيش على الشجر ويخشى السقوط . أو انظر إلى تاجر يخشى الافلاس ، فانه يرى في الحلم أنه يفرق في البحر . أو انظر إلى زوجة تكره حماتها وتخشاها ، فانها تجد كايوساً في حلمها

هو لبوءة أو كلبة تريد نهش حمها .

ومن الأحلام التي رأيتها في شاب متدين يستمتع بطرب العقيدة وشوئها أنه في الحلم يجد هذا الطرب قد استحال إلى طرب جنسى ساذج . وهذا هو ما نتظر بعد التأمل القليل لأن الأحلام تعبر عن العواطف المكظومة وتنحدر إلى المستويات القديمة . وأقدم ألوان الطرب عندنا هو الطرب الجنسي .

لا بل أكثر من هذا . فان الطرب الجنسي عام عند جميع الشبان . وهو ما نتسمى به كى نصل به إلى الطرب الفنى أو الدينى . فاذا كان موضوع الحلم فنياً أو عقيدياً انحدر إلى المستوى الأسمى وهو الطرب الجنسي . فصار التفسير جنسياً . ومن هنا تفسير الاستهتار الذى وقعت فيه بعض الفرق الدينية القديمة ، ومن هنا اتصال البغاء ببعض المعابد الوثنية قديماً وحديثاً .

والأحلام مفيدة لأنها تفريج وتنفيس رخيصان للكظم والتوتر . والحلم هنا كالخمر فتجن ناوى إلى فراشنا متوترين منقبضين فلنمب ونمروح في الحلم بتخيالات سارة نضرب فيها خصمنا ، أو نشبع فيها جوعاً جنسياً ، أو نريح فيها ورقة حظ ، أو نحو ذلك . فنستيقظ في الصباح مرتاحين منبسطين قد تجدد نشاطنا . وأحياناً نجدنا مفتمين بنم لانعرف سببه . وقد يرجع هذا إلى أننا حاولنا كظماً في مشكلة معينة . والكظم هو ربط وضبط وحبس للماطفة . ولذلك يعم هذا الكظم أحياناً سائر نشاطنا فنكره الحركة والعمل ويشملنا جمود . ولو كنا قد وفقنا إلى حل تقرىجى لاستيقظنا نشطين سعداء . وبالطبع ليس الحلم تفريجاً كاملاً لأننا في الصباح نعود إلى المشكلة . ولكنه يعطينا بعض الراحة بمض الوقت . أما التفريج الكامل فهو التحليل أى أننا نضع المشكلة أمام الوجدان ونحلها الحل الموضوعى المنطقى وأحياناً يؤدي الحلم إلى حل مشكلة شاقة . لأن الكظم الذى نمارسه في الصحو يتشعب إلى كياناتنا كله فتجمد خواطرننا فتمجز عن التفكير . كما نرى في الخائف الذى يجمد من الجوف : ولكن الحلم يفكك روابط هذا الكظم وقيوده فتنتطلق

الخواطر وتتداعى فتهبط على حل

( وهنا يجب أن ننصح للقارىء بالآلا يروى حلمه ، مهما ظنه بريئاً ، لأحد إلا إذا وثق من أخلاقه لأن أبسط الأحلام قد يكشفه كما لو باح بسر كان يجب أن يحفيه . )

وحالة الحلم عندما يقص حلمه تدل على معنى الحلم . اعتبر مثلاً رجلاً يقص عليك أنه رأى في نومه أنه ينتحجر وأنه كان في النمش والجنائز خلفه . ثم آخر يقص عليك مثل هذا الحلم . فإذا كان أحدهما يقصه وهو يضحك فرحاً فهو بلا شك ينوى الانتحار لأن الموت لا يرهبه بل يغريه . أما إذا كان يقص الحلم وهو متألم يتصور من التفاصيل التي يسردها فخالته هذه تبعت على الطمأنينة . أى أنه فكر في الانتحار ولكنه لا يزال يخشى الموت والأغلب عندئذ أنه لا يجرؤ على الإقدام عليه

وأحياناً تفور بنا الكامنة وتغلب على وجداننا . فتهب من الفراش ونحن لا نزال في النوم وتؤدي أعمالاً مختلفة في البيت أو حتى نخرج إلى الشارع ، وتؤدي حركات رمزية . وكثيراً ما يقع بعض الناس في أخطار هذه الحالات وأحياناً تفور الكامنة أيضاً وتغلب على وجداننا . فإذا كان أحدهما يكره زوجته فإنه ينسى البيت ولا يعرف الشارع الذي يقع فيه . وقد يبقى على ذلك شهوراً أو سنوات . ثم يعود إلى وجدانه . ولهذا ازدوج شخصيته : الشخصية الأولى التي يعرف بها بيته وزوجته وأولاده ، شخصية الوجدان الأولى عنده ، ثم شخصية أخرى تغلب فيها كামنته حين ينسى بيته وزوجته وأولاده

وأخيراً تغلب الكامنة أحياناً نغلباً تاماً على الوجدان بالسبب كوز أى الخنون وقد آثرنا عبارة العقل الكامن على عبارة « العقل الباطن » لأن الكمون ينطوى على معنى التريص والنشاط . وهما صفة الكامنة . ولكن عبارة العقل الباطن ترهم أركود والحمود وليساهما من صفات الكامنة

## الكابوس وأسبابه

قل منا من لم يعرف الكابوس . وهو حلم مثل سائر الأحلام يدل على أننا كظمنا عاطفة فلما نمتنا وزال عنا الوجدان برزت وحةقت وجودها . والمبدأ العام في الأحلام هو أنها تحقق شهوة أو رغبة مكظومة يتضح في الكابوس كما يتضح في أي حلم آخر

فالحضارة التي نعيش فيها نمتنا من التعبير عن مخاوفنا . فالتلميذ مثلاً يكره الامتحانات ويخشىها ويود لو يفر منها . والجندى يخشى المعركة وهو يتخذ موقف الشجاعة مضطراً . والموظف الذي تلاعب بأموال الحكومة يخشى الاقتضاح . والأم تخاف الأخطار العديدة التي يلقاها ابنها في الشارع . والمالي يخشى الإفلاس وهو دائم الهم بشأن الأسعار والأسهم . والمريض يخشى الموت أو مشرط الجراح وكل هذه الهموم نكظمها ولا نتحدث أو نفصح عنها وكأنها أسرار مقفلة في نفوسنا لا نحب أن أحداً يعرفها حتى لا يعيرنا بالجنون أو بغير ذلك من الرذائل . فإذا نمتنا استباحنا عاطفة الخوف طريق الانفراج . ولذلك يصرخ التلميذ والجندى والموظف والأم والمالي والمريض . وهم في صراخهم لا يحملون المشكلة التي كانت ، في صحوهم سيباً ، لهذا الكابوس في النوم . لأن الأحلام تتخذ أساليب قديمة . فالمشكلة المصرية بشأن الامتحان عند التلميذ أو البورصة عند المالي تتخذ أسلوباً قديماً يمثل الإنسان ( بل الحيوان ) البدائي في الغابة أو ما يقارب هذا في الرمية . ولذلك نجد هؤلاء جميعاً يكونون أو يصرخون في النوم لأنهم يرون وحشاً يترصد بهم الموت أو ما يرمز إلى هذا الوحش من رجل يحمل سكيناً يطلب قتلهم أو لصاً تحت السرير يستعد للوثوب

وقد سبق أن قلنا إن الإنسان في نومه يلغى وجدانه وتبقى عواطفه وانمكساته فهو في حال تفكيرية وقت النوم تشبه الحال التفكيرية للزواحف والسمك وقت الصحو . واستجاباته تشبه استجاباتها . ولذلك تجرى الأحلام على منطق قديم وإن كانت البوزعت التي أثارها عصرية .

ونحن في معاملتنا للأطفال كثيراً ما نقول : « ما تخافش . ما تصرخش . ما تعيطش . خليك شجاع . » والطفل يخضع ويطاوع ويكتم خوفه . ولكن الصراخ كان شهوة طبيعية عند الطفل . فلما كطمها وجدت الانفراج في النوم بما نسميه الكابوس ، وكذلك يفعل الجندي الذي منع من الهرب ، والأم التي منعت من البكاء الخ

وإلى هنا لا نرى اختلافاً بين الحلم العادي والكابوس . كلاهما يعبر عن عاطفة أو شهوة كانت مكظومة ، ولكن القارئ يعرف أننا كثيراً ما نستذكر في يقظتنا المواقف الحسنة التي استمتعنا بها أو طربنا بها كي نستعيد الاستمتاع واللذة . ثم تأخذ أحلام اليقظة في التوارد خاطراً بعد آخر كلها طرب ولذة ، نفعل ذلك عندما نسترخى بعد الغداء أو قبيل النوم . ثم إذا نما رأينا الأحلام اللذيذة التي تتصل بهذه المواقف . فكيف تفسر هذا ؟

نفسره بأنه أيضاً ، أى هذه الأحلام في اليقظة والنوم ، تعبر عن رغبات مكظومة لأننا لم نشبع من « المواقف الحسنة التي استمتعنا بها أو طربنا بها » فنحن نجوع إليها ونستعيدوها وكأننا نحب أن نملاً كل ساعة من حياتنا بها

ثم هناك مواقف سيئة أودينا فيها بالألم أو بالحزى والهوان . ونحن في خواطر اليقظة نستعيدوها ونجتريها مع التنقيح الذي يجعلنا في موقف المنتصر . ثم في الحلم أيضاً نستعيدوها مع هذا التنقيح . أى إذا حدث لنا أن اصطدنا بمحدث مهن لنا فإننا نحلم بأننا قد التقينا بالشخص الذي أهاننا وضربناه أو عاملناه بما يحزبه وبهينه

ثم نستيقظ من النوم مرتاحين لهذا الاتزان الذي حققه لنا الحلم في عواطفنا :  
انتصار في النوم عقب هزيمة في اليقظة

وهذا هو سلوك النفس السليمة . ومنهجنا في النوم هو نفسه منهجنا في اليقظة . فإن أحدنا الذي يلقي ظرفاً سيئاً يحاول معالجته أو نسيانه . وهو في النوم يسرى عن نفسه بحلم يخفف من وقعه ، لأنه يرغب في سلوك سوى

ولكن إذا كانت النفس مريضة فإن السلوك هنا يتغير . فقد يكون أحدنا تاجراً ثم بفلس . أو قد يكون هائلاً بزواجه ثم يتضح له أن زوجته خائنة وأنها قد فرت منه إلى آخر . فهو يجتر هذا الحادث فلا يلقى إفلاسه أو لا ينسى خيانة زوجته ولا يفكر في بناء جديد يبنى به ما تفرق من كيانه النفسى . فهو هنا يحمل هاماً يجتره بلا تدبير للمستقبل أى بلا أمل . فإذا نام رأى في الحلم كابوساً كأنه يسقط من بناء عال ، والسقوط هنا رمز للإفلاس المالى ، أو كأن وحشاً قد شق صدره وخطف قلبه ، وهذا رمز لفرجه الذى انتزع زوجته . فالكابوس هنا يمثل جرحاً في النفس يحس صاحبه أنه غير قادر على لأمه .

وفي مثل هذه الظروف يتكرر الكابوس حتى يعود المريض إلى حال سوية  
أى حتى يبرأ من جرحه النفسى

وفي حياتنا المخوفة بالمخاطر تمر بنا أوقات نسلك فيها سلوك المرضى ، فإننا مثلاً قد نسرف في تخويف الفتاة من الاختلاط بالشبان حتى تختلط الشهوة الجنسية عندها بالخوف العظيم على بكرتها ، فهي ترى مثلاً فيلًا يهجم عليها بخراطومه . فهنا كابوس يرمز ( بالخراطوم ) إلى الخوف من الانصالح الجنى ، أو هى ترى لصاً يطمعها بخنجر أو يطلق عليها مسدساً ، فالسدس والخنجر والخراطوم كل منها رمز إلى عضو التناسل الذى نخشاه لفرط ما سممت عن قيمة الطهارة وضرر الاختلاط . واذكر هنا رمزية الثعبان ( الحية ) في تعريف آدم وحواء بالأسرار الجنسية

ومثل هذا الكابوس يزول عقب الزواج . وسببه أننا بالحضارة وزواجها  
الكثيرة قد أحلنا حلماً لذيذاً إلى كابوس مزعج  
والآن قد ذكرنا ثلاثة أنواع من الكابوس هي :

- ١ — كابوس نرغب فيه ونشتهيه لأنه بنفس عن عاطفة الخوف التي كظمناها
- ٢ — كابوس يدل على جرح نفسى لا يستطيع صاحبه أن يتخلص منه فهو  
يجتر نكبته في يقظته ثم تعود كابوساً في نومه
- ٣ — كابوس ثالث يختلط بالرغبة الجنسية

ونتم كابوس رابع نستطيع أن نسميه « الكابوس البيولوجى » قد اقتضاه  
تطورنا . فكلنا يعرف أن كثيراً من الحيوانات لا ينام . أو أن نومه خفيف جداً  
كالفرس أو الحمار . ويدهى أن نوم الوحوش أخف من نوم الفرس أو الحمار .  
وعلة هذا أن الأخطار كثيرة جداً فى الغابة والحياة الوحشية . ولذلك فإن الكابوس  
ينبه ويوقظ أى أنه يأتى إلى النائم كي يحفره على اليقظة حتى لا يقع فريسة لوحش  
ينسل إليه فى الظلام

ونظامنا النفسى مؤسس على الأخطار العديدة التى مرت بنا فى مئات الألوف  
من السنين الماضية . فالنفس تطالبنا باليقظة وألا نستسلم للنوم كما لو كنا سكارى .  
ومعظم أنواع الكابوس يتخذ شكل العبء الذى يجثم على الصدر حتى يضيق  
النائم بالنفس ويصرخ . والعادة أننا نقول إن الأكلة الثقيلة السابقة للنوم قد  
ضغطت وأثقلت . وقد تكون هذه الأكلة هى السبب المباشر . وإن كان كثير  
من الكابوس يحدث حتى عند ما ننام بلا عشاء . ولكن هذا الثقيل هو نفسه  
رمز إلى حيوان جائع يوشك أن يمزقنا . فالنفس تنبه كي تستيقظ . وهو لهذا  
السبب مفيد أو كان مفيداً بل مفيداً جداً أيام الغابة والوحوش حولنا . والصراخ  
مفيد لأنه يوقظ من حولنا من الجماعة

أنظر إلى هذا الكابوس : رجل يحلم أن يده وذراعه قد صارتا مومياء واللحم والجلد يتناثران منهما . فما المعنى ؟

عند ما يستيقظ يجد أنه كان قد توسد ذراعه فحذرت . فهنا يمد الكابوس تنبيهاً . إذ كيف يجوز لأحد أن ينام فى الغسابة ويده خدرة ؟ ألا يتعرض بهذا لأعظم الأخطار إذا كبسه نمر أو ضبع ؟

وبدهى أنه إذا كثرت الهموم التى نعجز عن حلها كثر الكابوس . وفى حضارتنا نتحمل هموماً كثيرة ونخاف كثيراً ونكظم مخاوفنا كثيراً فلذلك يكثر الكابوس . والمجتمع السليم الذى ربى الشخصيات المتفائلة التى تنظر إلى المستقبل راضية ، يكاد يخلو من الكابوس

## الايحاء والتنويم النفسى

كان التنويم النفسى الذى فشا بين الجمهور باسم « التنويم المغنطيسى » من الأسباب الأولى لدراسة السيكولوجية الحديثة . وكان باباً ينفتح على ميادين رحبة وآفاق واسعة جعلتنا نملك من هذا العلم معارف جديدة زادتنا فهماً للطبيعة البشرية .

والتنويم النفسى ( الهبنوتية ) على الرغم من الادعاءات التى نسبها إليه الدجالون هو فى نهايته « الايحاء » لا أقل ولا أكثر . ولكنهم استطاعوا أن يشيروا استطلاع الجمهور لأنهم أطلقوا عليه اسم « التنويم المغنطيسى » مع أنه ليس فيه أى مغنطيس . وكل ما فى الأمر أن هناك أشخاصاً أكثر تأثراً من غيرهم بالايحاء بحيث إذا أوحينا إليهم أنهم فى حر لا يطيعونه سال العرق من وجوههم . وإذا أوحينا للأم أن طفلها مريض بكى . فالوجدان يزول وتعود النفس وكأنها لوحة مسحاء نكتب عليها ما شئنا . والنائم يصدق كل ما نقوله ويستسلم لكل عقيدة نغرسها فيه . ولا يعارض إلا قليلاً جداً أى يزول منه الوجدان إلا أقله .

وطريقة التنويم النفسى أن نجعل الشخص يقعد أو بالأحرى ينطرح منسطحاً فى السرير ويجمع نظره فى شئ لاعم لا يتحول عنه ولا يفكر فى غيره ثم نتدرج به فى الايحاء بالايهام : أنت ستنام الآن . أنت بدأت تنام . جفونك تسترخى . ستنام . أو شكت أن تنام . لقد نمت ولكنك ستسمع كل ما أقوله لك ... الخ

وعمل هذه الكلمات المكررة ينام ويسمع ويصدق كل ما يقال له بل هو ينفذ ما يقال له حتى بعد أن يستيقظ دون أن يدرك البواعث التى تحمله على تنفيذه . كأن نقول له : غداً فى الساعة الخامسة ستذهب لزيارة فلان صديقك . فهو ينفذ هذه الزيارة دون أن يعرف أنه قد أوحى إليه بها فى اليوم السابق

والمعنى الذى نستنتجه من ظاهرة التنويم النفسى أن قوة الايحاء ... كبيرة

الأثر فى حياتنا الاجتماعية . وإن العقائد التى نغرسها فى العقل الكامن ( الكامنة ) تبقى حية توجهنا وتعين لنا أهدافا نسير نحوها دون أن نعرف مآناها . وقد سبق أن قلنا إننا لا نسلك ونصرف بالوجدان إلا قليلا جداً وإن ٩٩ فى المئة من أخطاء التفكير يعود إلى أننا ننظر النظر الذائى العاطفى دون النظر الموضوعى الوجدانى .

وبتعبير آخر نحن نعيش بمواطننا فى الأكثر الأعم وبوجداننا فى الأقل الأخص . أى أن مرجع سلوكنا هو الثلاموس وليس المخ . ونحن والحيوان سواء فى هذا . والايحاء لهذا السبب أسهل فى بعض الحيوان مما هو فى الانسان . أنظر إلى سرب من البط رأت واحدة منهن شيئاً يخيفها فصاحت وطار . فما هو أن تفعل هذا حتى تطير نحو مئة أو ألف بطة خلفها . فقد تحركت عاطفة الخوف بإيحاء البطة الأولى . ولم يكن هناك وجدان للتساؤل والبحث . وطرن جميعهن وكن فى ما يشبه التنويم النفسى عندنا

وكثير من ظواهر النشاط البشرى يشبه هذه الحركة البطية . أذكر جنكيز خان وهتلر ونابليون : آلاف البط الآدمى يخرج من آسيا إلى أوروبا أو من أوروبا إلى أفريقيا للقتل والتدمير بقوة الكلمات الإيحائية التى تشبه صيحة البطة دون أن يتف واحد كى يتساءل : ما القيمة من هذه الكلمات وهذا القتل والتدمير ؟

ومن هنا قوة العقائد الدينية والسياسية والاجتماعية فى توجيه الجماهير . فإن جميع العقائد عاطفية . وهى تنحدر إلى العقل الكامن وتحركنا إلى النشاط بإيحاءها . وقد تكون هذه العقائد كلمات لا أكثر . مثل وطنية وإمبراطورية ( عند الانجليز ) وشرق وغرب وتاريخ ومجد ، والدم والأرض عند هتلر . فإن هذه الكلمات وأمثالها تحيل الأمة إلى ما يشبه النوم النفسى متصنى خاضعة لكل ما تتطلبه منها من مجهود

والايحاء يصدمننا بأنواعه المختلفة . فإن للكلمات العاطفية فى اللغة أثراً لا ينقطع للاخير أو للشر . فللكلمات شرف وإخاء وإنسانية ورحمة لإيحاء للاخير .

واللغات نجاسة وشماتة وكفر وانتقام إيحاء للشر . وللقصة التي نقرأها في المجلة والصورة التي نراها على الحائط أو في الجريدة إيحاء بوجهنا ويكون مزاجنا ويؤثر في سيرتنا الشخصية أو الزوجية أو الاجتماعية . وإيحاء الاعلانات في الذين يشترون الأدوية المسجلة واضح . فأنهم يدفعون عشرين قرشاً فيما لا يزيد ثمنه على خمسة مليات للإيحاء الذي بمثله الاعلان في نفوسهم من الفائدة المزعومة لهذه الأدوية باثارة مخاوف وآمال عن صحتهم

وأغاني المذيع وأغانيه توحى إلى الفتيات والشبان بالكلمة والنعمة سلوكاً جنسياً قد يصل أحياناً إلى الدعارة في الاحساس . وفي بعض المعابد يتخذ الكاهن من الألحان والترانيل في الجو المعتم للمعبد مع البخور ما يزيد التقبل للإيحاء فتثبت العقائد . ومثل هذا الجو السيكولوجي تحدثه القائدة لحفل الزار وتسرف فيه حتى ينقلب الإيحاء إلى تنويم نفسي تام فيفيض الوجدان وتبرز الكامنة (العقل الكامن) فنجد أن المرأة ترقص وتترنح بحركات جنسية سافرة أو هي تطلب التسلط بأن تركب خروفاً أو نحو ذلك

وعندما يقعد اثنان لبحث موضوع يلجأ كلاهما إلى وجدانه فيقدم البراهين الموضوعية يدعم بها حجته . وبמיד أن يصل إلى نتيجة يتفقان عليها إذا كان الموضوع يمس العواطف . ولذلك فإن أرفعهما يعمد إلى الإيحاء ويترك المنطق . والمجرم القارح المائد الذي تدرب على الحماكة يعرف أن أفضل ما يؤثر به على القاضي هو أن يبكي ويتذلل ويدكر زوجته وأولاده الذين سيموتون من الجوع إذا حبس وحرّم الكدح لهم . لأن حركة عواطفه هذه تحرك بالحماكة ما يضارعها عند القاضي فيتحدثن ويتلطف . أما إذا جادل القاضي وقرع الحجة بالحجة فإنه سيخسر ، بانتصاره المنطقي وقد يجد من القاضي رغبة في الانتقام لهذا الانتصار عليه

هل سمعت أحداً يقول لك إنه أرق في الليلة الماضية لأنه شرب في الساعة السابعة من مساء أمس فنجاناً من القهوة ؟ وهل فكرت في هذا الأرق هل كان

سببه الحقيقي فنجان الفهوة بالذات أم كان إيجاء هذه الفكرة ، أى أن الفهوة مؤرقة ، فى نفس هذا الشخص ؟

والقدوة أى المحاكاة من أعظم وسائل الإيجاء . وهما أقوى أثر من الكلمة فإننا نتألم عندما نرى أحدا يتألم . ونبكي فى الجنازة عندما نرى البكاء حولنا . والحار يأكل أو يجرى عندما يرى زميلا له يأكل أو يجرى . والأم المحجبة التى تخشى فتح الباب توحى الجبن والخوف من الغرباء عند أولادها . ومن هنا قيمة القدوة فى الأب والمعلم ، وقيمة العائلة الحسنة فى الأطفال

والإيجاء يحدث بالكلمة والصورة والفكاهة والقصة والأغنية والقدوة . وهذه كلها تتسلط علينا فى حياتنا الاجتماعية ونفرس فيها عواطف ، نكاد نحسبها لفرط إحساسنا بها ، طبيعية . فالسلم يشمئز من لحم الخنزير . وكلنا ، باستثناء الصينيين ، نشمئز من لحم الكلب ؛ ونكاد نعتقد أن هذا الاشتمزاز طبيعى ولو دعانا أحد إلى أن نأكل لحم الكلب لعدناه أسفل إنسان فى الدنيا ، إن لم نعدّه مجنوناً . والواقع أن هذه العواطف اجتماعية تعود إل الإيجاء أى إيجاء المجتمع بالقدوة والكلمة ، كلمة نجس ، للخنزير والكلب . وليس فيها شئ طبيعى

أنظر إلى الإيجاء السىء فى مصر للمسنين . فإن الموظف يحال على المعاش فى سن الستين وكأن هذه الإحالة توحى إليه بأنه لم يعد مفيداً . ثم نحن نوحى إليه الوقار . فلا يجرى ولا يلعب فإذا تقدمت به السن إلى السبعين طالبناه بزيادة الوقار فيجب أن يقعد ويقل من الحركة أى يجب أن يركد ويتعفن ويموت . وهذا بخلاف ما يلقاه السن فى أوربا من الإيجاء بالشباب والصحة حتى أنه يكون فى السبعين ويلبس الشورت ويلعب بل ويرقص . فهناك إيجاء للصحة والقوة وهنا إيجاء للمرض والضعف

الإيجاء هو تنويم نفسى مخفف ، وكلنا عرضة له متأثرون به . لأن معظم سلوكنا ، بل كل سلوكنا إلا القليل جداً جداً ، عاطفى يخضع للإيجاء

الإحياء يحاطب الماطمة ويحدث العقيدة . وإذا تسلطت العقيدة والماطمة ضعف الوجدان ( = التعقل المنطقي والنظر الموضوعي )

وفي النفس البشرية طاقة من نوع آخر هي هذه الخاصة التي أصبح جميع السيكولوجيين يسلّمون بها وهي « التليائية » أي شعور أحدا بما يحدث لآخر ، ولو كان بعيداً عنا بنحو ألف كيلو متر . أي الشعور على بعد بدون الحواس المألوفة فقد يحدث أن يكون أحد الشبان في برلين فإذا به يضيق ويغمره كرب عظيم ويرى في خياله صورة أبيه في القاهرة . وفي هذه اللحظة بالذات يجد عند التحقيق أن أباه كان في الزرع ولم تمض دقائق حتى يكون قد مات . وقد يكون أحداً مريضاً قد فنت فواه الجسمية أو كادت فيرى عزيزاً له ، ابناً أو صديقاً أو أخاً . وهو في ضيق عظيم . فإذا حقق وجد أنه في هذه اللحظة كان عرضة لخطر فادح قد قضى عليه أو كاد . ومن المجازفة العقيمة أن يتقدم أحد بتفسير هذه الظاهرة . وقصارانا أن نقول إنها كفاءة جديدة في النوع البشري تظهر في بعض الأشخاص المهيئين لها وسوف نعم جميع الناس ، مع غيرها من الكفاءات المجهولة ، في المستقبل . ولكن من المؤكد أن التليائية هذه لا تنتمي إلى الفرائز القديمة في الإنسان أي أنها ليست بمثل لإحدى كفاءاتنا القديمة . وإنما الأغلب أنها ارتقاء جديد في الوجدان لا يفهم كنهه إلا عن طريق التشبيه كأن نقول إن لكل منا موجهه « الراديو فونية » المخية التي تنطلق منا حول الأرض . فإذا لقيت جهازاً استقبالياً حدث الاتصال . وما دام الأب يشبه ابنه بحكم الوراثة في نظام الأعضاء وقوتها واتجاهها ، فإن الموجة تنصل بين الأب والابن ولو كانت المسافة بينهما آلاف الأميال . وكذلك الشأن بين الأشقاء والأقرباء . ثم إذا كانت الوجهة عنيفة حدث اتصال مشوش حتى ولو اختلفت الجهيزات . وهذا يفسر الاتصال بين غربيين في النظام المصنوع للجسم تربطهما صداقة حميمة مثلاً

## الانتحار السيكولوجى

كلنا يعرف هذا الانتحار المادى وكلنا يقرأ عنه فى الجرائد ، عن الفتاة التى كرهت زوجها أو ضررتها ثم أشعلت النار فى ملابسها ، وعن الشاب الذى رفض أبوه أن يعطيه ما يطلبه من نقود فألقى بنفسه فى النيل ، وعن التاجر الذى كان يخشى الإفلاس فأطلق المسدس على صدره

ونحس كأن هؤلاء المساكين كانوا عقلاء أذكياء ، ثم طرأ عليهم هذا الطارىء الذى أفقدهم عقولهم . فانتحروا

ولسكن لا . فإنه ليس هناك مجرم يرتكب جريمة بيديه إلا كان قد سبق له أن ارتكبها جملة مرات بعقله ، بخياله ، بأحلامه . ولم يكن الارتكاب بالفعل سوى نتيجة الارتكاب بالفكر فى شهور سابقة ، فى سنين سابقة

وهذا المنتحر بالسكين أو المسدس أو بمياه النيل قد سبق ارتكابه بالفعل ، ارتكاب بالفكر . فانتحر جملة مرات قبل ذلك انتحارا سيكولوجيا . أى أن نفسه انتحرت قبل أن ينتحر جسمه

ولو أنك كنت قد رأيت قبل أن يستحيل جسمه إلى جثة ، لرأيت رجلا أو امرأة أو شابا أو حتى صبيا قد كره الحياة . فهو لا يحب عمله ولا يهتم بوسطه ، ولا يعبأ بثراء أو وجهه أو ثقافة . هو كاره للدنيا قد سئم العيش فيها

بل هو أحيانا يسلك السلوك الممين الذى يعمل لفناءه بدلا من بقاءه . كذلك الموظف الذى أحيل على المعاش . فإذا به يجد نفسه سدى لا يسأل عنه أحد ولا يربطه بالمجتمع رابط . لأنه لم يكن يعرف من هذا المجتمع سوى وظيفته ، فلما انتهت انتهى هو أيضا . هو ضائع . هو سدى . ولذلك يكره الدنيا ، ويعمد إلى النوم قبل

الظهر وبعد الظهر وفي الليل . والنوم رمز الى الموت . هو اعتكاف . هو استقالة من الحياة والسرير قبر

أو هو يعمد الى الشراب . ويقول لك أنه يسرى عنه السأم . وهو هنا لا يكذب ولكنه لا يتعمق نفسه . ولو فعل لعرف أنه يشرب كثيراً كي يموت لأن الشراب يسممه ، ويمجل وفاته ، أي انتحاره

أو اعتبر « مى » الأدبية المصرية التي انتحرت لأنها لم تطق أن تعيش بلا شباب وبلا تلائؤ فصامت عن الطعام حتى ماتت . أليس هذا انتحاراً ؟

قد تقول إنه جنون . وهو كذلك من حيث أنها خالفت المؤلف . ولكن الواقع أنها كرهت الحياة قبل ذلك ينحو عشر سنوات ، وانتحرت سيكلوجيا جملة انتحارات . واندس هذا الحب للموت في أعماق عقلها السكامن . ثم استسلمت له بالانقطاع عن الطعام

أن فرويد العظيم يقول أن في كل منا غريزة للحياة ، وغريزة أخرى للموت أي كما نحب أن نحيا ، نحب كذلك أن نموت

نحب أن نحيا بالاستطلاع والافتحام والارتزاق والتجوال والحركة والبناء . ونحن عندئذ إيجابيون نضحك للحياة ونقول لها : نعم . وعندئذ نحس القوة والفرح وندعو الى الحرية والسعادة ونقتحم المستقبل

وأحيانا نرغب في الموت . فنمتكف ونجمد فلا نستطلع . ونكف عن الارتزاق ونكره البناء ، بناء الشخصية ، بناء المنزل ، بناء الدنيا ، ونقعد عن السعى . ونعود سلبيين نقول للحياة : لا . وعندئذ نحس الضعف والحزن ، ونأخذ بفلسفة الشك ، ونلتزم قواعد الفعل الماضي فنقول كذا ، وكانوا

وهذا الانتحار السيكلوجي يصيب بعض الأفراد الذين دللوا في الطفولة أو لم يتعودوا مجابهة السموبات أو لم يتعلموا السعى والجهد . فاذا أرهقهم الظروف

وثقلت عليهم تكاليف الحياة آثروا الموت عليها . وتلك تراهم يبدون مشعثين ،  
يلبسون الرث من الملابس ، ليس لهم طموح أو سعى إيجابى

\*\*\*

هل الدنيا كثيبة إلى الحد الذى يدفعنا إلى هذا الانتحار السيكلوجى ؟  
نتنجر بالاعتكاف والتمطل ، وتتناول الخمر والمخدرات ، وبالتجمد حين  
لا نقراً ولا نستطلع ، وبالقناعة حين نرضى بالتافه من الطعام والرث من الثياب  
وبالانفصال عن المجتمع ، فلا صداقة ولا اهتمام بالسياسة ولا عناية بالثقافة ولا سعى  
وراء مكانة ؟

قص على تاجر أنه فيما بين ١٩٣١ و ١٩٣٣ عم الكساد التجارة . فكان المتجر  
الذى يبيع بنحو عشرين جنهما فى اليوم لا يكاد يبيع بجنهين اثنين . وكان متجره  
فى شارع الموسيقى . ولم تكن المتاجر الأخرى تفضل متجره . وكان الكساد يحيم  
عليها جميعها ، والذباب يعكف على موظفيها وأصحابها ، والجو مشبعاً بالتشاؤم ، ولم  
يعد شعاع واحد من الشمس ينفذ الى نفوسهم

وبينما هذا التاجر يسير فى شارع إبراهيم ، خطر بباله أن يذهب إلى جسر  
قصر النيل كي يتنسم هواء الصباح وكى يبعد عن متجره ، الذى صار يكرهه ، ساعة  
أو ساعتين . وكان الشارع يكاد يكون خالياً لأن الوقت كان مبكراً . وبينما هو فى  
هذا السأم ، فى هذا الجود ، فى هذا الانتحار السيكلوجى ، إذا برجل قد بترت  
ساقاه يسير على عربة صغيرة ، بأن يدفع الأرض بيديه خلفه ، قد نظر إليه وهو  
يقول : نهارك سعيد . .

قال لى التاجر : أنه عند ما سمع هاتين الكلمتين من هذا الكسيح الماخر ،  
فزع وتنبه . وكان نهاراً جديداً قد طلع عليه . لأنه تأمل نفسه : أن هذا الرجل  
المسكين يضحك للصباح على ما به من عجز ، فقال أنا أحزن ؟

كانت غريزة الحياة قوية فى هذا المسكين ، كان نهاره على الدوام سعيداً .

وكانت غريزة الموت عند هذا التاجر قوية فكان نهاره كئيبا  
وهنا وقفة نتلث عندها ! !

أن هذا التاجر كان يعتقد أنه كان ينوى التنزه على جسر قصر النيل . ولكنه  
كان جاهلا لا يعرف ما أراده من هذه الزهرة .

إنه كان يريد الانتحار بإلقاء نفسه في مياه النيل . وكانت زهرته استطلاعا  
للموت «عمل مقايسة» . ولذلك « فزع » وطلع عليه « نهار جديد » عند ما حياه  
هذا المسكين الذى كان يسير بيديه بدلا من ساقيه . كأنه قد نهبه إلى ضلاله .

لا . ليست مسرات الدنيا هي التى نجملنا - مداء . وإنما هي الفكرة التى  
نمشي بها ، والأهداف التى نهدف إليها ، والفلسفة التى نعتد عليها . وفى كل  
هذا كان هذا «المسكين» الذى يسير بلا ساقين أنضح عقلا وأصح فلسفة وأعرف  
بالحياة من هذا التاجر

\*\*\*

إن جميع المنتحرين ، ولو بلغوا الخمسين أو الستين من العمر ، أطفال قد  
تجمدت أخلاقهم على أسلوب الطفولة . وهناك علامات واضحة للطفولة فى سلوكهم  
حين تراهم يأكلون أو يشتمون أو يرفسون وقت الغضب أو يسرقون حتى  
أصدقاءهم . كما أنهم يجبنون عن مواجهة الصعوبات ، ويعتمدون على غيرهم الذى  
يأخذ ، فى مقاييسهم ، مقام الأبوين . وهم فى الأغلب قد دللوا تدليلا سيئا أيام  
طفولتهم .

أعتبر « مى » الأدبية التى صامت نحو عشرة أيام فى منزلها حتى ماتت . .  
لقد كانت وحيدة أبويها اللذين دللاها وكانا يلبيان كل ما كانت تطلبه . فقد  
كانت فى الأيام العشرة الأخيرة من عمرها تقبول وتتبرز على أرض الغرفة وعلى  
سريرها وعلى سائر الأثاث . والتبول والتبرز هما نداء للأُم ، هما صيحة الاشتباه

للمعودة إلى الطفولة . وكثير من الأطفال الذين يجدون إهالا وتركاً من أمهاتهم يتبولون في الفراش حتى تأتي الأم وتنظفهم وتعني بهم . ولا يبالي الأطفال المتبولون أن يضربوا في سبيل ذلك . لأن الالتصاق بالأم ، حتى مع الضرب ، لذة حميمة عندهم .

ونشطت الكامنة ، العقل الكامن ، في « مي » في أيامها الأخيرة ، فطلبت أمها بأسلوب الأطفال ، وكان هذا بعض جنونها .

\*\*\*

كيف نتقى هذا الانتحار النفسى الذى يؤدى فى النهاية إلى انتحار جسمى وكيف نعالجه عند ما يقع أحد فيه ؟

نتقيه بأن نربى الناس على أن يشبوا عن الطوق وأن يتركوا الطفولة ويصيروا رجالاً ونساء ناضجين ، أى يجب أن يعرفوا أن فى الدنيا صعوبات وعقبات ، وأن الرجل الناضج يجب ألا يقابلها باليسكاء والرثاء كما يفعل الأطفال . إذ عليه أن يتلقاها بالتحدى والكفاح . والرجل الناضج يحس أنه ما دام حياً فإنه يجب عليه أن ينهض ويسمى ويبنى ، وليس عليه أن يقعد ويستسلم .

عليه أن يستطلع ويدرس ويعمل . ويستمتع بجمال الطبيعة والفن ، ويخطط لمشروع حياته .

ماذا أقول ؟

إنى أكره بول سارتر وما يسميه الفلسفة الوجودية . ولكنى أجد فى دعوته الأخلاقية ما يقربنى . فإنه يقول إن الحياة هى مشروع بشره كل إنسان لنفسه . هى خارطة يرسمها بيده ، هى مجموعة ما يختار من الدنيا ، هى تحفة يصنعها بيديه . إن سارتر يطالبنا بأن نكون ناضجين لانتمد على غيرنا . وهذا حسن منه . لأن المنتحرين أطفال غير ناضجين يعجزون عن الاعتماد على أنفسهم

يجب أن تقبل الوجودية على أنها « أكذوبة » اجتماعية ، مثل الأكاذيب

القانونية ، نهدف منها إلى أن نجعل من أبنائنا وبناتنا ، رجالا ونساء ناضجين  
يجب أن نقول لهم : أشرعوا مشروع حياتكم وأنتم في الشباب ، وارسموا  
خارطة السنين القادمة ورتبوا برنامجكم لتحسين أو ستين سنة ، فإن حياتكم هي  
بيت تبنونه فأحسنوا البناء . وتجنبوا العادات التي تهدم هذا البيت ، واقبلوا على  
الاستطلاع والاختبار ، وتعلموا من الكواوث دروسا ، ومن الأمراض صحة ،  
واكسبوا حكمة . وليسأل كل منكم نفسه عند ما يضعف : ألا أزال طفلا ؟

## المرکبات

کلمة « مرکب » من الکلمات التى خرجت من الميدان السیکولوجى إلى ميادين أخرى فى الأدب والاجتماع بل فى الحديث العام . وهذا يدل على أنها قامت بمهمة نفسولوجية کنا نحتاج إليها فى لغتنا . وواضع هذه الکلمة هو يوج السیکالوجى السويسرى . وهو يقصد منها إلى مجموعة من الأفكار العاطفية تنفس فى الکامنة ( العقل الباطن ) ثم توجهنا بقبول واتجاهات تخفى علينا . وقد استعمل هذه الکلمة فرويد فيما أسماه « مرکب أوديب » واستعملها أدلر فيما أسماه « مرکب النقص »

ويرى القارى لهذا الکتاب فصلا مستقلا فيه عن « مرکب النقص » . ولذلك نحتاج هنا إلى أن نتحدث فى إيجاز عن المركبات وعن مرکب أوديب خاصة

فالمركبات هى فى صميمها رجوع مكيفة أى ممدولة . مثالها الرجوع التى أحدثها بافلوف فى الکلاب . فالکلب یجرى لمامه إذا رأى أو إذا شم اللحم . فإذا قرع جرس مع رؤية اللحم أو شمه ، ثم کرر القرع والجمع بين الاثنين أى اللحم والجرس ، نشأ فى نفس الکلب رجع انعکاسى مکيف أى معدول . حتى أننا إذا قرعنا الجرس وحده دون رؤية اللحم أو شمه سال لمام الکلب . لأن هنا « مرکباً » مؤلفاً فى نفس الکلب من الجمع بين الجرس واللحم . ومركبات الإنسان تزيد على ذلك بالطبع أى أنها ليست بهذه البساطة . وهى مرکبات لغوية واجتماعية وعائلية . أى أن المجتمع والافنة والعائلة ، كلها یکفينا ويمین لنا ، بما غرسه فینا من مرکبات ، ميولاً واتجاهات وتصرفات نذساق فیها مندفعين بمواقف

لا ندري مآناها لأنها غرست في الأغلب ونحن أطفال لم نكن نقبهِ إلى منطقها  
أو نعارض في تأثيرها

فالهندوكي ينشأ على تقديس البقرة . فقداسة البقرة عنده « مركب » يشترك  
بعواطفه . وهو يمدّه حتى للموت في سبيل الدفاع عن البقرة . وكلمة « الدم » في  
بعض قرى الصعيد « مركب » يؤدي إلى الأخذ بالنار وارتكاب الجرائم للانتقام .  
وعندئذ نجد أن هاتين الكلمتين اللتين تردان على ألسنتنا في بساطة ، البقرة  
والدم ، تحدث كل منهما مركباً إجرامياً في نفس الهندوكي بالهند ونفس الجرجاوى  
أو القنادى بالصعيد

كان أحد الأشخاص ، وهو الآن في الستين ، قد « عصى » وهو طفل  
ورفض الذهاب إلى المدرسة . وكان الخادم قد طلب إليه حمله أو جره إلى المدرسة .  
وبينما هو في هذا المأزق الماطفي يبكي ويرفس ويضرب كان ديك قريب يصيح .  
فاقتن صياح الديك بعواطف الكرب والخوف ( أذكر اللحم والحرس ) . فهو  
إلى الآن أى بعد نحو خمسين سنة لا يسمع صياح الديكة إلا ويحس كرباً وضيقاً .  
فهنا مركب قد استقر في كامنته ولم يبرحه حتى بعض نصف قرن من عمره

ونحن نعيش أى نسلك في الوسط المتمدن بمركبات حسنة وسيئة . أى أن  
رجوعنا الانمكاسية ليست أولية كما هو الشأن في الحيوان ، إذ هي ثانوية أو ثالثة  
أو حتى عاشرية . أى أن الرحم الانمكاسى قد كيف ، انتقل من اللحم إلى الحرس ،  
ثم انتقل بعد ذلك إلى رجوع آخر ثم آخر . فالدكر من الحيوان يرى الأنثى يشتهيها  
وينتقل من الإحساس الجنسي إلى العمل . وأنا أنظر إلى المرأة فانتقل من الرحم  
الجنسى الساذج ( قل الفريزة ) إلى تأمل الملابس وتقدير مكانها الاجتماعية منها .  
ثم أتذكر فضيلة العفاف ، ثم الدين ، ثم مكاتبة الجماعة . وكل هذه رجوع  
مكيفة أبدوها بتمدنا . أو قل إنى تعلمت كظوما ودرت عليها حتى أحدث في  
الوسط المتحضر الذى أعيش فيه مكان النزوة الانمكاسية الأولى . وتستطيع أن

تقول أن النفس البشرية بهذا الاعتبار ليست بشرة طبيعية حساسة بل أديما مدبوغا صقيلا يحمد عند اللقاء ولا يتحرك بالأثني أو الطعام أو الخوف أو الغضب . أجل هي نفس كاظمة . والآن ننظر فيما يسميه فرويد « مركب أوديب »

فإن فرويد يقول إن الطفل حين يرضع أمه في السنة الأولى من عمره يجد لذة جنسية معممة في الرضاع والالتصاق بأمه . وهو ينشأ بعد ذلك على علاقة ، غير وجدانية ، تربطه برباط جنسى بأمه . ولذلك فإنه يكره أباه ويعد وجوده بالبيت خطرا عليه . بل هو يخشى أن تؤثر أمه أباه عليه . فإذا شب وحدث له ترزعزع نفسى فيجب أن نشهد البؤرة لهذا الترزعزع في « مركب أوديب » أى أن الطفل قد عاش في طفولته وهو يخشى أن يفصل من أمه ، التى يعدها من حيث لا يدري ، زوجته . ومواقف القلق التى يلقاها بعد ذلك إنما هى صراع خفى فى نفسه موضوعه هو حبه لأمه من ناحية ، ثم تغلب الأخلاق الاجتماعية ، من ناحية أخرى . وهذه الأخلاق تقول بضرورة الرجوع عن هذا الحب لأن أمه لأبيه وليست له من الناحية الجنسية . مثال ذلك قد يجد هذا الطفل ، وهو شاب فى العشرين أو الثلاثين ، أنه عند ما يقف فى البلد يكون يحس دوارا وكأنه سيسقط مغشيا عليه . فعند فرويد أن مرجع هذا الدوار هو ما استقر عند هذا الشاب من أنه مذنب يريد أن يقترب الاتصال الجنسى بأمه . وأن هذا الذنب هو « السقوط » الروحى أو الأخلاقى أى السقوط الذى أحس به وهو فى البلوغ ...

وقصة أوديب من القصص الأغريقية القديمة . خلاصتها أن أوديب هذا قد تزوج أمه وهو لا يدري . حتى إذا عرف الحقيقة فقا عينيه . أما أمه فتتجر . وقد نقلها فرويد وجعلنا جميعا منهمين بحب أمهاتنا . وأن ما يصيبنا من نيوروز أى قلق نفسى فى المستقبل إنما يرجع إلى أننا لا نطيق هذا الصراع بين الأخلاق الاجتماعية التى تقول باحترام الأم وبين هذه الرغبة الطغلية المستقرة فى الكامنة التى تقول بأننا يجب أن نستأثر وحدنا بحب أمهاتنا دون الآباء

وكثير من السيكولوجيين يؤمن بأن مركب أوديب هذا من الحقائق  
السيكولوجية التي لا يمكن تجاهلها أو إهمالها. ولكن أكثر منهم، بل أكثر  
كثيرا جدا يقولون بأن هذا الفرض لا أصل له بقاتا، وأنه اختراع سخيف.  
وقد حاولت أنا طوال السنين العشرين الأخيرة أن أجدا أصلا لهذا المركب، على النحو  
الذي يقول به فرويد، فلم أجده. وكل ما أستطيع أن أفهمه من علاقة الطفل  
بأمه هو أن هذه العلاقة كبيرة القيمة في التوجيه الجنسي في المستقبل. بمعنى  
أن الطفل يحب أمه ويتعلق بها كثيرا مدة الرضاع وعقبه. وهو بالطبع في هذا  
الحب يعتقد أن أمه جميلة تثير الحب في نفسه لقامتها ووجهها وصوتها وأسلوب  
حركتها. فإذا بلغ المراهقة لم يستجمل من الفتيات سوى أولئك اللاتي يشبهن  
أمه في كل هذه الأشياء. ولذلك يختار الشبان في العادة الغالبة فتيات يشبهنهم  
حتى ليظن من ينظر أحيانا إلى زوجين أنهما شقيقتان. والسبب أن الشاب اختار  
فتاة تشبه أمه، أي أنها تشبهه هو لأنه هو، يأخذ كثيرا من ملامح أمه

وعلى كل حال قد نهنا فرويد بما أسماه مركب أوديب إلى القيمة العظمى لسنى  
الطفولة التي يقضيها كل إنسان مع أبويه. وقد أفاض أدلر في هذا الموضوع

## مركب النقص

للشاعر المعري بيت كبير المعنى يدل على بصيرة هذا العبقرى هو :

لو لم تكن في القوم أصغرهم ما بان منك عليهم كبر  
ذلك أن الرجل الصغير في جسمه أو الدميم في وجهه أو الحقير في مقامه  
أو الذى يحس صغاراً لميب قاضح يتخذ أسلوباً تعويضياً كي يستر هذا النقص الذى  
ركب فيه وولد معه أو أحدثته ظروف اجتماعية مدة طفولته . والنقص أنواع  
مختلفة ، فقد يكون أنفياً ضخماً أو قصراً مفرطاً أو نخافة تشبه الهزال أو فوهاً بالغاً  
أو أى شوهة جسمية أخرى . وقد تكون هذه الشوهة اجتماعية في حادث قاضح  
أو معيب ترك أثراً نفسياً سيئاً

وفى كل هذا تحاول النفس ، على غير وجدان أى بلا دراية ، أن تعوض من  
هذا النقص كلاً . وعلى قدر الظروف الاجتماعية والفرص التعليمية ، وأيضاً على قدر  
الذكاء الموروث ، يكون هذا التعويض

والطفولة نفسها من أطوار النقص ، لأن الطفل يجد أن كل من حوله أكبر  
منه وأقدر . ولذلك بفرح كثيراً حين يقف على كرمى ويجد أنه أعلى من هؤلاء  
الكبار ، ويفرح كثيراً حين يضرب أحداً فيجرب منه لأن هذا الانتصار  
يوهمه قوة تجوع إليها نفسه . فإذا كان بالطفل عشاوة أو عرج أو لثمة أو حول  
أو أى نقص آخر زاد شدوده وطلب الكمال التعويضى بسبل غير طبيعية أى غير  
سوية . وعندئذ يصير هذا التعويض نفسه شدوداً لأنه يفرط فيه . وقد يستقر  
على نوع من التعويض السخيف الذى لا يخدمه في ارتقائه الاجتماعى بل يؤذيه  
كالتكبر مثلاً . فإن المتكبر يجد أنه فى النهاية مبعده عن المجتمع يتوقاه الناس  
ويكرهون ملاقاته

وهناك أفراد قليلون ورثوا كفاية ذهنية ممتازة إلى جنب النقص. فلم يؤخرهم هذا النقص بل وجدوا فيه حافزاً للتبريز والنشوغ . فهم في موقف سقراط الفيلسوف الإغريق حين ألف عنه أرسطوفان درامة « السحاب » فهزأ ورسمه في صورة كاريكاتورية . وحضر سقراط هذه الدرامة ورأى الجمهور يضحك من تهزئته فلم يغضب بل وقف يعرض وجهه الدسم وجسمه المتكتل كي يزيد الجمهور ضحكاً ! وهذا معقول لأن سقراط كان قد بلغ مركزاً اجتماعياً سامياً فلم يكن يبالي أن يعيره أحد بدماة وجهه

وحدث قبل سنوات أن اشترك شاب أمريكي في مباراة رياضية فانهزم الفريق الذي كان هو أحد أعضائه . فكتب إلى أبيه يقول : « وجد الفريق الآخر ثغرة خطيرة في فريقنا . وكنت أنا هذه الثغرة »

فنحن هنا إزاء إحساس بالنقص . ولكنه بدلا من أن يحدث هواناً وضعة أحدث عند سقراط سروراً وأحدث عند هذا الشاب اعترافاً يدل على قوة العزيمة والاستعداد للانتصار القادم . ولكن يجب أن نذكر أن النقص هنا أحس به سقراط وهذا الشاب وهما على وجدان ويقظة . فقاومه كلاهما بالتعقل والنظر الموضوعي

ولكن مركب النقص يتكون في العادة أيام الطفولة والصبا حين لا يكون الوجدان قد تكون وارتقى . ولذلك فإن المقاومة له في أغلب الأحيان تكون طفلية سخيفة يشق بها الناقص ويتمس غير . وفي حياتنا العامة نجابهنا في سلوكنا ظروف تجعلنا نحس بنقصنا . وليست أحلام اليقظة سوى معالجة لذينة لهذا النقص . وأحياناً إذا كان النقص يغمر الشخصية بفداحته فإن الناقص يعمد إلى الخيال ويستسلم لأحلام اليقظة حتى يكاد يقطع ما بينه وبين الواقع

وهناك ضروب من المقاومة للنقص تراها في حياتنا العامة . كالمرأة الدميعة تسترجل إلى حد الفظاظة . وهناك الشاب المهيمن يرفع صوته في الحديث ويؤكد

رجولته بإيماءات لا ضرورة لها . وهناك الشاب القمى الذى لا تلتفت إليه فتاة يتحدث عن اقتحاماته الجنسية . أو هو يعود « فاضلا » يعزف عن النساء ويدكر خيانتهم وإثارة المزوجة على الزواج . أو هو حين يتزوج يضرب زوجته كي يؤكد رجولته الناقصة

وفى أمثال هذه الحالات نكاد نرى مركب النقص سافراً . ولكنه فى أحوال أخرى يتخذ ألوانا من التمويه تخفى علينا . كذلك العانس التى تقدمت بها السن فلم تتزوج ولكن غريزة الأمومة لا تزال حية فى كيائها فتعتمد إلى تربية القطط . وهذا حق وسخف . أو هى تعمد إلى تبني الأطفال ومساعدة الملاجئ . وهذا عقل وحكمة . وقد نجد شاباً يؤثر العزلة ويتجنب المجتمع لأنه أعور أو هو ينجعل كأنه بنت فى سن الماشرة . وهو يستنصر بهذا السلوك ويتأخر عن النجاح . وكان يجب التمجيل فى تزويده بعين صناعية لإزالة هذا النقص أو بالأحرى لتخفيفه . ثم انظر إلى ذلك الرجعى الذى يكره الحضارة الأوربية إذ يجد أنها تناقض وتكافح كل ما نشأ عليه حتى أنها تكاد تطارده فى عيشه . فهو ينمى على العصر الحاضر تهتكه ويعود ، بمزاجه وذهنه ، إلى التمدح بالقديم قبل ألف عام والدعوة إلى جحد القرن العشرين . بل هناك فى هذا الوقت أدباء قصرت بهم كفايتهم عن تفهم الحضارة القائمة أو عجزوا عن حمل الجمهور الجامد على اعتناقها فشرعوا يتمدحون بالعرب قبل ألف عام ويؤلفون الكتب فى ذلك . كما أن هناك كتاباً حملهم مركب النقص على السباب والبذاء حتى صار هذا حرقهم

وأحيانا يؤدي الخوف من النساء ، لميب صحيح أو موهوم ، إلى الزين الجنسى . وأعظم العلامات لمركب النقص هو الرغبة فى الانزعال . وهذا الانزعال ثلاثى إذ هو يتم بالجسم والماطفة والذهن . والناقص يقيم الجدران التى تفصل بينه وبين المجتمع فى حين أن الشخص السوى يهدم هذه الجدران . الأول يخاصم لأوهى الأسباب ويتجنب ويمتزل . والثانى يصالح ويمختلط وهو يتفاد ويمس

الغيرة والمسئولية الاجتماعية كما يحس شجاعة اجتماعية يقدم بها على الأعمال والمشروعات . في حين أن ذاك يتشام ويحس الأناية التي يتوهم أنه يغدوها بالاعتزال . وهو يشقى بهذا كل الشقاء لأنه يمتد في أعماق نفسه أن الاجتماع يكشف عيوبه أمام الناس ، مع أن هذه العيوب كثيراً ما تكون وهمية أو حتى حين تكون حقيقية لا تلفت انتباه الناس إلى الحد الخطير الذي يمتدده

وأسوأ الأشياء في مركب النقص أن يرافقه تدليل . فإن الناقص المدلل نكبة على نفسه وعلى الناس وهو ينشأ عاجزاً عن كسب قوته . وأنت قد ترى في المدينة رجلين كلاهما أحذب . أولهما يعمل في صناعة قد يربح منها خمسين أو مائة جنيه في الشهر . وقد أنساه النجاح هذا النقص فهو يسير وكأنه ليس به أى حذب حتى لقد اعتدل قوامه ببعض الشيء . فهذا الأحذب لم يدل . ولكن انظر إلى هذا الآخر الذي احترف الشحاذة . فإن أمه دلته وأعجزته بهذا التدليل عن كسب قوته . فهو شحاذ يسير وقد زادت حدبته للدلة التي يمارسها كي يستجدي المطف

وأعظم ما يؤخر أو يعطل نمو الشخصية وإيناعها هو مركب النقص بألوانه الظاهرة والخفية . ونحن في حياتنا العامة لا نصاب بمركب واحد للنقص . فإن هناك مركبات عديدة توألتنا إلى سن الشباب . ولكن مركب النقص يتكون في العادة أيام الطفولة حين لا يكون الوجدان قد نشأ ونما واستطاع المقاومة

أنظر إلى شاب قد وصل إلى العشرين وخاب في حياته المدرسية . فإن هذه الخيبة قد تحمله على التواكل والرضى بالمركز الوضع الذي لم يستطع أن يرتفع إلى أعلى منه مع الحقد على الناجحين . ولكن من جهة أخرى قد تحمله هذه الخيبة على أن ينبغ في علم أو فن بمجهوده الشخصي حتى يموض ما فاته

ولكن يجب أن نذكر أن مركب النقص إذا أدى مرة إلى نبوغ وإقدام فانه يؤدي عشر مرات إلى اتكفاف وانزلال وضعة . وفي كل منا نقطة حساسة ترجع إلى مركب النقص . ولكننا ننساها بالنجاح

وعلامۃ البراءۃ من مرکب النقص ھى قدرۃ الشخص علی أن یتھکم علی نفسه وأن یسلك فی غیر تكلف وألا یبالی أن یمرض عیوبه مثل سقراط ، وأن یتحمل الإساءات الصغیرۃ الّتی لا یتحملها غیره ، وأن یختلط بالمجتمع فی سر

و کثیراً ما یتعوض من مرکب النقص بأن یتخذ اتجاهاً معیناً فی الحیاة یحملنا علی ألوان من السلوك الشاذ أو المستغرب أو الغامض . فان الناقص ، کی یدافع عن نفسه ، من حیث لا یدری ، یتنقص غیره . فالجاهل یمتجهل الآخرین ویهجم علیهم فی عنف وصخب . والمرأة الدمیمۃ یزداد حیاءها وھى تقلص أمام الرجال ولا تطیق صراحة الإیماء أو اللغۃ . والرجل الذی لم یتعلم فی الجامعۃ یصر علی أن یتعلم أبناؤه فی الجامعۃ . والمرأة الّتی تزوجت رجلاً مسناً تصر علی أن تزوج بناتها شباناً . کأن الأب والأم قد نقلتا نقصهما إلی الأبناء وعمدا إلی التمویض فیہما .

وأخيراً یجب أن نذكر أننا أحياناً نحدث لأنفسنا معجزاً کی یزید کفاءتنا . فان دمیسی الملا کم المشہور کان وقت التدريب یربط یدہ الیمنی إلی ظھرہ ، ثم یلا کم بیدہ الیسری فقط ، رجلاً له یدان حرتان للملاکمۃ . وکان دیموستین الخطیب الإغریقى أکن . ولكنه کان یزید مرکب النقص هذا أی الکنۃ بأن یضع الحصا فی فہ ثم یخطب وھو علی شاطئ البحر حتی یسمع صوته من خلال اصطخاب الأمواج علی الرغم من الحصا وعلی الرغم من الکنۃ

أجل . إن المعجز أحياناً یؤدی إلی الکفارة . أذكر عنترۃ الشاعر الأسود ، وتیمورلنک الأعرج ، بل کافور الحصى ، واذکر المئات من أمثال هؤلاء

## الضمير

يجب أن نميز بين الوجدان والضمير لأن بعض الكتاب أوجدوا تميماً شيئاً بين الكلمتين . فالوجدان هو أن أجد نفسى أى أفكر وأحس أنى أفكر فلا أنساق كالنائم أو الداهل فى عاطفة غالبية . فتفكير الحيوان هو تفكير العاطفة التى تسوء حتى لا يدري مايفعل ، كالكلب يضع أنفه إلى الأرض ويطلب الطعام كأنه نائم أو حالم أو كالدكر من الحيوان يطلب الأنثى فيجربى خلفها كاللجنون لا يبالى أية عقبة

فهنا نجد عاطفة تحرك الحيوان ولا تترك له مجالاً للوجدان أى أنه لا يدري مايفعل . ونحن أحياناً نسلك هذا السلوك حين يطراً علينا مايفضبنافننفجر ونثور . فاذا هدأنا وشرع أحد الحاضرين يلومنا على ما فعلنا أجبننا : « كنت متهيجاً . لم أدر ما فعلت »

وهذا السلوك العاطفى نراه كثيراً فى الأم عند وفاة ابنها فانها تهذى كأنها نائمة أو حاملة . فاذا ذكرناها بما فعلت بعد ذلك بمدة لم تذكر شيئاً

ففى كل هذه الحالات وأشباهها نسلك سلوكاً ذاتياً أعمى كالحيوانات بلا وجدان ، أى لا يدري مايفعل ولا تفكر التفكير المنطقى الموضوعى الذى هو ميزة الانسان الكبرى . وإن تكن هذه الميزة مقصورة على أوقات قليلة من حياتنا الفكرية . وبدهى أن الوجدان يؤدى إلى شيئين :

١ - التفكير الحسن القائم على اعتبارات موضوعية منطقية

٢ - الضمير أى أننا نحس المسئولية الاجتماعية ونتقيد باعتباراتها

نقول إن الوجدان يؤدى إلى المنطق وإلى الضمير

والمنطق تفكير محض قد لا يداخله أى اعتبار أخلاقى

ولكن الضمير تفكير اجتماعى تداخله الاعتبارات الأخلاقية

ونحن حين نعيش فى مجتمع ننتهى إلى الأخذ بمقاييسه ومثلياته بإحساء القدوة وباللغة التى يتكلم بها أفرادها إذ تتمين لنا القيم بكلمات هذه اللغة . ولهذا السبب لا يزيد الضمير على مستوى المجتمع الذى نعيش فيه . إلا إذا كان الشخص فذاً يستقل فى تفكيره ويرى رؤيا لا يراها الأفراد العاديون كما هى الحال فى الثائرين والمصلحين والأنبياء والقديسين . فان ضميرهم يسمو على المجتمع لأنهم يتخيلون مجتمعاً راقياً له مقاييس أخرى

والضمير هو فى جميع الحالات صراع يضعف أو يقوى بين عاطفتين أو أكثر . فهو صراع بين الأنانية والغيرية . أى هل نؤثر مصلحتنا الذاتية وإن يكن بها ضرر لغيرنا أو نؤثر مصلحة هذا الغير أيضاً فنسلك السلوك السوى بين المصلحتين ؟ أى أن الضمير صراع بين الأنانية الذاتية وبين واجبات المجتمع . وبدهى أن رجلاً يعيش وحده بعيداً عن الناس لا يمكن أن يكون له ضمير . لأننا بالضمير نطالبه بأن يكون صادقاً نبيلاً كريماً مغنياً للملحوف تقياً يعرف المروءة ويتجنب الفسق والفسق والخداع والكذب . ولكن مادام يعيش وحده كيف يمكنه أن يمارس ما نطالبه به ولمصلحة من يفعل هذا ؟

فالضمير اجتماعى أى أنه الصورة التى يقدمها المجتمع لنا كي نعيش ونسلك على رسمها . ولذلك يختلف الضمير من أمة لأخرى . فضمير المرأة فى سيلان أو تبت لا يؤهلها عند ما تزوج جملة رجال فى وقت واحد فى حين نحن نشمئز من هذا السلوك . بل إن الضمير يتغير عند ما تتغير الظروف . فأننا نستنكر القتل فى الشارع أو البيت ولكننا نجيزه للجندى فى المعركة أو للطيار فوق المدينة

ومع أن المجتمع الذى نعيش فيه يمم بيننا قبا اجتماعية وأخلاقية فأننا ننقسم طبقات وطوائف دينية أو ثقافية . ولذلك تختلف ضمائرنا . فالفلاح الأجير لا يدرك

من معنى الحرية ما يدركه عضو في هيئة سياسية مكافحة . وفي مديرتي قنا وسوهاج نجد أفرادا بضمائر يدوية تنشد الفضيلة بالانتقام والثأر . ويحس هؤلاء الأفراد وخرا في ضمائرهم عند ما يهملون الانتقام والثأر

وحين نقول : «رجل ليس له ضمير» إنما نعني بهذا القول أن غرائزه الانفرادية قد تغلبت على غرائزه الاجتماعية . وكثير من الاجرام يعود إلى هذا الاتجاه . والغرائز الانفرادية أى تلك التى تبعثنا على أن ننشد مصالحنا الخاصة دون مراعاة لمصالح المجتمع هى أقدم غرائزنا وأثبتها فى كياننا النفسى أى أنها الحيوان الذى لا يزال حيا فيها . وهى فطرية لا تحتاج إلى تعليم وتربية . أما الغرائز الاجتماعية فجديدة ولذلك نتعلمها من المجتمع بالقدوة والدين والمعادات واللغة والكتاب والمدرسة . ولهذا السبب نجد أن الحيوان الاجتماعى يمتاز بضمير ما لأن الاجتماع يضمه بين اختيارين محدثان له وجدانا هو بالطبع دون وجدانا بكثير . ولكنه ، أى هذا الوجدان ، يحمله على أن يقدر مسؤوليته أمام المجتمع كى يقدر مصلحته الذاتية .

انظر إلى الكلب وأنت تأكل . فانه يشره إلى الطعام ولكنه يحجم لأنه يخاف . وهو فى هذا التردد بين الشره والخوف يحدث له وجدان يحرك ذكاه ويجعله يحس بالمسئولية . والكلب حيوان اجتماعى يعيش معنا ويصادقنا . ونحن ، فى منطق الكلبى ، كلاب مثله . ولكن انظر إلى القط الذى لا يتأخر عن خطف ما فى الطبق إذا جاع . والقط بالطبع حيوان انفرادى يعيش فى بيوتنا ولكنه لا يشترك معنا فى عواطفنا . فاذا خرجنا لم يتبعنا . وإذا دخل علينا غريب لم يهاجمه كما يفعل الكلب . ولذلك نحن نعجز عن تعليم القط السلوك الاجتماعى الذى يوافقنا ولكننا نتجح مع الكلب فى هذا التعليم

ونحن والكلب من الحيوانات الاجتماعية التى نجد فيها بذرة الضمير . ولكن يجب ألا نفهم من هذا أن الضمير يتكون بالفطرة . فإن نظرة عاجلة فى أنحاء العالم تدل على أنه ليس كذلك وأنه يكسب بالتعليم وأن ما نمدده رذيلة فى أمة قد يكون

فضيلة فى أخرى كظاهرة الضمد ( زواج المرأة جملة رجال ) التى قلنا إنها شائعة فى سيلان وتبت

والضمير مؤلف من ثلاث ذوات :

١ — الذات البيولوجية أى ما ورثنا من الحيوانات فى الملايين من السنين الماضية . وهى أحط ذواتنا التى نطلب بها حاجتنا البدائية كالطعام والأنثى والسيطرة ولكنها مع انحطاطها أثبتت ذواتنا ودوافعها أقوى الدوافع عندنا لأنها غرائز وشهوات . وهى كامنة فى الأ كثر وجدانية فى الأقل

٢ — الذات الاجتماعية وهى مؤلفة من التقاليد والعادات والأفكار الاجتماعية التى نستخدمها لمصلحة الذات البيولوجية السابقة دون مخالفة للمجتمع الذى نعيش فيه . وهى وجدانية فى الأ كثر كامنة فى الأقل

٣ — الذات العليا التى تتألف من الدين والأخلاق والمثلثات التى نحمّلنا على أن ننكر على أنفسنا بعض المباحج . ونحن نكسبها فى الطفولة من الأبوين ولكنها ننقحها بعد ذلك

وضميرنا مؤلف من هذه الذوات الثلاث . ولكن الذات الأولى تتغلب فى المجرم وتجمله أذنا لا يبالى بالمجتمع ، فى حين أن الذات الثانية تتغلب فى الإنسان العادى الذى لا ينحط ولا يرتفع . أما الذات الثالثة فتمتاز بها الصفوة فى الأمة . ووخز الضمير هو فى النهاية الألم الذى نحسه للصراع القائم بين هذه الذوات الثلاث فى أنفسنا . والضمير السليم هو الذى تتغلب فيه الذات الثالثة على الذاتين الأولىين أو على الأقل تتغلب فيه الذات الثانية على الأولى

ونستطيع أن نقول بعبارة أخرى :

إن ضمير المجرم فى الأغلب مؤلف من الذات الأنانية العاطفية التى يجرى نشاطها الأ كثر فى الكامنة

ضمير الرجل العادى فى الأغلب مؤلف من الذات الاجتماعية العاطفية أو الوجدانية .

والرجل السامى مؤلف من الذات الوجدانية المثقفة وإن كانت جذور هذه الذات ترجع إلى الإعجاب بالأب أيام الطفولة واتخاذ أسلوبه باعتباره البطل الذى نحب أن نفتدى به

ولكن ليس فينا واحد ، ولا واحد ، إلا وهو مؤلف من الذوات الثلاث التى تتداخل وتندغم فى نفسه وتكون له ضميراً . وإذا اختلف أحدنا من الآخر فالإختلاف درجى ، وليس نوعياً ، فى تغلب أو زيادة إحدى الذوات على الأخرى وهنا يجب أن نعرف كلمة هى « التسويل » . فإن النفس تسول أى تسوغ أحيانا نوعاً من السلوك المنكر بتعليلات وتدليلات وجدانية حتى يهدأ الضمير وتقبل على عمل ما كنا لنقبل عليه لو كان وجداننا سليماً وكانت ذاتنا العليا متغلبة على الذاتين الاجتماعية والأنانية . كما نفعل مثلاً حين نقول : إن الغاية تبرر الوسيلة فنعذب الحيوانات كي نصل إلى استنتاج علمى . أو حين يعمد الطيار فى الحرب إلى إلقاء القنابل على المدينة فى ظلام الليل فيقتل الرجال والنساء والأطفال وهو يبرر هذا بأن الوطنية تقتضيه وأن السلم سيتم فى النهاية . وكثيراً ما نمدح نحن إلى التسويل فى حياتنا العائلية كما نفعل حين نضرب الأطفال بحجة تعليمهم . مع أن الضرب قد لايعنى فى هذه الحال أكثر من تغليب عاطفة الغضب على تعقل الوجدان

والضمير الحسى عام لا يخلو منه ، بل لا يخلو تماماً ، إلا المجرم المجنون أى الذى نستطيع أن نملل جريمته بالنيوروز أو السيكرز . ولكن الضمير العقلى قليل جداً وهو يحتاج الى الذات العليا التى ذكرناها . فإن أى واحد منا لو طلب إليه أن يقتل إنساناً لرفض . ولكننا لانبأى قتل الجماهير فى الهند ؛ وعندما نقرأ هذا الخبر فى الجرائد ننسأ بسرعة لأن ضميرنا فى الحال الأولى يقوم على الحس ، أما فى الحال الثانية فيقوم على التصور بالعقل . ولذلك يمكن أن نقول إن هناك الضمير الدكى الذى يتأثر ويتفرز للحوادث البعيدة الماثبة عن الحس ، كما أن هناك الضمير البليد الذى لا يتحرك إلا هند ما تتحرك الحواس

## المجتمع البشري

كان الناس في فجر البشرية يعيشون في مجتمع بيولوجي أى غايته سد الحاجات الأولى من طعام وأنى ومأوى . ولا يزال بعض المجتمعات البشرية يعيش على هذا المستوى كأولئك الذين يقطنون الغابات ولما يهتدوا إلى الزراعة ، وأولئك القانعون بالصيد في بيئة نائية عن الحضارة . وفي مثل هذه المجتمعات يعيش الناس بلا تاريخ ، أى يعيشون على المستوى الجغرافي فقط لم يصلوا إلى المستوى التاريخي ولا تتجاوز معيشتهم الأعمال التكرارية اليومية وليس عندهم مما يجمعون ما يمكن أن يتوافر حتى تخزن للجيل القادم . فهم من اليد إلى الفم في جميع حاجاتهم

ولكن بعد الاهتمام إلى الزراعة وتوافر المحصولات شرع الإنسان ينتج أكثر من حاجاته . وعلى هذا نشأ الرق ، لأنه ما دام الإنسان لا ينتج أكثر من طعامه فلا فائدة من استرقاقه . إذ ماذا نكسب منه ؟

ولكنه حين يشرع في الإنتاج بحيث يؤدي عمله في الزراعة مثلاً إلى توفير الطعام لشخص ونصف ، حينئذ فقط ، يصير ارق مفيداً . لأنى عندئذ أستعبد شخصين وألزمهما العمل فينتجان طعامهما وطعامى دون أن أحتاج أنا إلى مشقة العمل

والآن نسأل : هل مذهب الرق نشأ قبل ممارسة الرق أم العكس هو الذى حدث ؟ أى أن الناس مارسوا الرق ثم وضموا نظامه ودافعوا عن مذهبه ؟ نظن أن القارىء يسلم بالفرض الثانى أى أن الأفكار تأتى بعد الحوادث . والتفسير السيكولوجي لهذا أننا حين نملك عبداً نحس عاطمة الاقتناء والتسلط . ومن العاطفة تنشأ العقيدة وهى أن الرق نظام حسن

وعلى هذا القياس نقول إن الناس امتلكوا الأرض قبل أن ينشأ « مذهب »  
الامتلاك . فلاحوال المادية التي تمارسها في الوسط هي التي تقرر لنا عقائد لأنها  
محدث لنا مكاره ومحاب . ومن هذه العقائد تنشأ الأنظمة الاجتماعية

وليس شك أن الأسس التي يبنى عليها المجتمع هي غرائز الفرد ، فارغبة في  
الجنس الآخر قد أحدثت أنظمة الزواج والعائلة والمواريث الخ ... وارغبة في  
الطعام قد أحدثت أنظمة الصناعة والزراعة والتجارة

والرغبة في الطمأنينة قد أحدثت أنظمة الحكومة والديانة

والرغبة في التسلط ( = الطمأنينة الإيجابية ) قد أحدثت امتلاك الأرض  
واسترقاق الأفراد

ولكن كل هذه الرغبات قائمة أيضا عند الاسكيماوى في القطب الشمالى وعند  
رجل الغابات . ولكن لم تنشأ منها عندها عائلة أو صناعة أو تجارة أو حكومة  
أو ديانة . لأن اوسط المادى لا يتبع هذا التفكير لها . إذ ماذا يستفيد الاسكيماوى  
مثلا من ا ترقاق رجل آخر يعرف انه لن يصيد أكثر مما يكفيه ؟ او ماذا ينتفع  
من الحكومة وهو لا يخشى أحدا إذ ليس عنده شئ يسرق ؟ أى أنه بعد أن  
اجتمع الناس بالزراعة وبعد أن استعبدوا الأسرى شرعوا يسوغون امتلاك الأرض  
والرق بأنظمة تنوم أنها هي الأصل مع أنها هي الثمرة

ونحن نميش في مجتمعاتنا بمقائد أمات العواطف . ونحن نسوغ سلوكنا في  
المجتمع ، سواء أ كنا نسير على قواعده أم نشد ، بتفسيرات أو حتى تخريجات  
لا تصطدم بعواطفنا . وسلوكنا الاجتماعي يبنى لهذا السبب على أسس عاطفية  
وليست وجدانية . وقليل منا ، بل قليل جداً ، من يحاولون النظر إلى نظم المجتمع  
بالوجدان أى هذا المظهر الموضوعى المنطقى التعملى الذى لا يستسلم للعاطفة

وجميع عقائدنا عاطفية حتى ولو كان لها أصل وجدانى . فإن المسلم لا يحرم  
لحم الخنزير فقط بل يشتمز منه . أى أن العقيدة عنده تستند إلى عاطفة . وكذلك

كان الشأن عند آباءنا عندما طلب إليهم تحرير عبيدهم . فإن اقتناء العبيد أحدث  
عندهم عاطفة لذيدة هى الامتلاك والتسلط . وهذه العاطفة أحدثت عقيدة  
الرق وأنظمته

والتفسير الاقتصادى للتاريخ أو النظر المادى لتاريخ هو نفسه وجدانى  
لأنظمة المجتمع وتغيراته . ولذلك يكرهه بعض الناس أشد الكراهة لأنهم يؤمنون  
بمقيدة الامتلاك التى أوجدتها فى ذمهم « غريزة » الاقتناء والادخار  
ومن هنا الصعوبة الكبرى فى تغيير الأنظمة الاجتماعية ، لأن هذه الأنظمة  
قد أحدثت فى نفوسنا عواطف . وهذه بعثت عقائد تكاد نظن أنها طبيعية . وهذا  
يفسر لنا كيف أن فيلسوفاً عظيماً مثل أرسطو لم يجد فى الرق ما يستحق  
الانتقاد . بل إن الأنبياء أنفسهم لم يمتروا على نظامه ولم يفكروا فى الانتقاد

وحلصة القول أن البيئة المادية التى تحيط بنا تحدث لنا عواطف وعقائد  
نسلم فيها بطبيعتها ونكره ذلك الوجدانى الذى يرفض المواطف ويحاول أن يغير  
ويبدل فى الأنظمة . ومن هنا الاضطهاد أو على الأقل الكراهة للاشتراكيين  
والبشريين ودعاة ضبط التنازل ونحوهم لأنهم يشذون على قواعد المجتمع التى  
يمارسها أفرادها بقوة المواطف

فنحن مثلاً نلبس ملابسنا على الزى الذى يرسمه لنا المجتمع ونتحمل المشاق  
فى سبيل الخضوع لتواعده هنا حتى أننا فى أشد الأيام الحارة وأجسامنا ترشح  
العرق من جميع أجزاء البشرة نلبس ملابسنا الكاملة بلا نقص . بل نحن أيضاً  
فأكل كما يطالبنا المجتمع على آنية رسمها لنا بنظام يجب ألا نخالفه فيه . ونحن  
نسير المجتمع فى كل ذلك بإحياء المحاكاة فنحب ألا نخالف .

ولست هذه المحاكاة مقصورة على اللباس والطعام لأن المقائد العامة نفسها  
تجرى مجرى اللباس والطعام بحيث أننا ننظر إلى أرحل الذى يشذ عن قواعد  
الدين نظرنا إلى رجل يسير فى الشارع بلا رباط رقبة أو يأكل البصل على المائدة

كما يأكل التفاح . فالمجتمع يكسبنا ، بإيحاء المحاكاة ، أزياء في اللباس والطعام كما يكسبنا أزياء في الأخلاق والعادات . ونحن نشمئز من مخالفة هنا كما لو كنا مخالف غريزة طبيعية . والحق أن الفرائز الاجتماعية مثل اجتناب لحم الخنزير أو التبول جهرآ أو تحدى العادات الاجتماعية ، هذه « الفرائز » تؤلما مخالفتها كما تؤلما مخالفة الفرائز الطبيعية . بل إن هناك من يعجز عن التبول في المراحيض العامة ، أو في الفراش حين يكون مريضاً ، لأنه منذ طفولته درب على اجتناب التبول إلا منفرداً متستراً . فهنا تغلب « الغريزة » الاجتماعية على الجمع الانعكاسى الطبيعى للبول . وقس على هذا كثيراً من سلوكنا الاجتماعى الذى نعتقد أنه طبيعى

وليس هناك ما يدل على أن الانسان من الحيوانات الاجتماعية أى التى ترث غريزة الاجتماع بقطرتها كما هى الحل فى الحرفان والفيران والجاموس . لأن أبناء عمومنا القردة العليا لا تزال إلى الآن انفرادية عائلية أو حتى غير عائلية . ولكن نشأتنا الاجتماعية تحملنا على الأخذ بالقائيس والقيم الاجتماعية والتأثر بالإيحاء الاجتماعى حتى أننا نتألم لمخالفة المجتمع كما نتألم لكظم عاطفة طبيعية

والآن يصح أن نسأل : ما هو المجتمع الحسنى ؟

١ — هو ذلك المجتمع الذى يحاول أن يجعل الوجدان ( بالنظر الموضوعى والمنطق ) فوق العاطفة فى إيجاد الأنظمة ولكنه لا يهمل قيمة المواطن

٢ — وهو الذى يجعل الأنظمة الاجتماعية بحيث يقل الكظم فى الأفراد إلى أقل مقدار . ولكن مع ذلك لا يصح أن يزول الكظم تماماً لأنه إذا كان خفيفاً فإنه يعد قوة محركة

٣ — وهو الذى يلغى الأقليات بأن يعاملها بالسواء كالأكثرية بلا أدنى فرق

٤ — وهو الذى ينتظم بحيث تكون « للذات العليا » الوجدانية القيادة فى التفكير للذات الاجتماعية والذات البيولوجية ( الحيوانية ) عند الأفراد

٥ - وهو الذى يحاول جهد المستطاع أن يعالج الأخلاق والاقتصاد والسياسة بالروح العلمى الموضوعى ( الوجدانى ) الذى نعالج به الانتاج الصناعى أو الزراعى أو المخترعات فى القطر التمدن . وكما أن الاختراع لا يرتقى بالتزام التقاليد كذلك الأخلاق والاجتماع لا يرتقيان بالتزام التقاليد

٦ - وهو الذى يجعل التعاون يأخذ مكان الباراة فى أسلوب الكسب والمعيش حتى يقل الكظم من التحاسد والغيرة والمطامع

٧ - ولكنه ، مع أنه يجعل مصلحة المجتمع هى العليا ، لا ينسى أن غاية المجتمع الأمثل فى النهاية هى إيجاد الشخصية المثلى للفرد

٨ - وبكلمة عامة نقول إن المجتمع الأمثل هو الذى يجعل الذكاء الوجدانى الموضوعى التعملى فوق العواطف الذاتية ، لأن الذكاء ارتقاءً يطلب التغيير ، أما العاطفة فراسخة جامدة

## العائلة البشرية

إذا كان هو مجتمعنا ثمرة العوامل الاقتصادية التي جمعت أفرادها برعاية الماشية أولا ، ثم بالزراعة والصناعة وبناء المدن والقرى ثانيا ، فإن العائلة تعود إلى أصل طبيعي . أى لو لم تكن نعيش في مجتمع لعشنا في عائلة كما يفعل إلى الآن ذكر الغوريلا مع أنثاه وأولاده . ذلك أن العائلة تعود إلى الرغبة الجنسية أى العلاقة الفسيولوجية التي تحمل أحد الجنسين على طلب الآخر ، ثم وجود الأولاد والتصاقهم بهم . والمجتمع البشرى هو فى النهاية ثمرة هذا المجتمع العائلى أى أن الأولاد الذين يرتبطون بالأم ، أو الأم والأب معا ، يقعون على هذا الارتباط حتى بعد وفاة أبويهم . ولكن هنا نجد البذرة فقط . أما شجرة المجتمع فنمت بعد ذلك بالعوامل الاقتصادية حين إحتاج الإنسان إلى الإجتماع للصيد ، ثم إلى الاحتماء من الضواري التي كانت تفترس ماشيته مدة الرعاية ، ثم إحتاج بعد ذلك إلى الاحتماء من الفاصبين مدة الزراعة

وفى مجتمعنا الحاضر تعد العائلة أساس المجتمع لأنها تفترس فينا عواطف وتعين لنا اتجاهات مختلفة حين نكون فى سن تقبل فيها هذه العواطف والاتجاهات بلا ممانعة ، لأن العقل الوجدانى لم يكن قد اكتمل نموه . وللعائلة أثر فى الأولاد وفى الأم وفى الأب

ولكن يجب أن نوضح هنا أن كلمة عائلة فى مجتمعنا من الكلمات المسببة للمأثم فالرجل مع زوجته وأولاده يكونون عائلة

والرجل مع زوجته وأولاده وأمه يكونون عائلة

والرجل المطلق من زوجة سابقة مع زوجة أخرى وأولادها يكونون عائلة

والمرأة المطلقة من زوج سابق مع رجل آخر وأولاده يكونون عائلة  
والأرملة مع أولادها تكون عائلة

والأرملة التي تزوجت بعد وفاة زوجها مع أولادها منه تكون عائلة . الخ . الخ . الخ  
وهذا الاختلاف في تكوين العائلة يؤدي إلى اختلاف في عواطف الأطفال  
واتجاهاتهم في الحياة . ومن حق كل طفل أن يكون له أبوان يحميانه الطمأنينة  
قبل كل شيء

فإذا وقع الطلاق أو إذا كان الزواج حافلاً بالشجار بين الزوجين تزعزعت هذه  
الطمأنينة عند الطفل وعاش سائر حياته بنفس مكوية . وقد يبرأ من هذا الكي  
أو لا يبرأ ، لأن هذا المسكين الذي نشأ في الجو العائلي المزعزع المضطرب تمتلئ  
نفسه وسأوس من المجتمع فيخافه ، ثم يدفع عن نفسه هذا الخوف بالانزعال  
أو العدوان

من حق كل طفل أن يكون له أبوان . ومن واجب كل زوج أن يرتبط  
بالزواج على ما فيه من مصاعب لأجل أولاده . أما الفقرة بالطلاق أو بلاطلاق فيجب  
أن تكون آخر ما يلجأ إليه أحد الزوجين

وأثر العائلة السيكلوجي في الأولاد كبير جداً . لأن الطفل يأخذ أوزانه وقيمه  
الاجتماعية من عائلته أي أبويه وإخوته والضيوف ، ومن اللغة التي تستعمل والسلوك  
الاجتماعي لكل فرد داخل البيت . فإذا وجد الطفل أباه مجرمين من أشق المشقات  
ألا يكون هو مجرماً . والسعادة العائلية للأطفال تبعث الطمأنينة في نفوسهم بعد  
ذلك حتى إذا مات أبواهم بقيت هذه الطمأنينة . وقد وجد عند إجلاء الأطفال عن  
لندن مدة الغارات في الحرب الكوكبية الأخيرة أن الذين سبق أن سعدوا منهم  
بوسط عائلي حسن تحملوا الغربة أكثر مما تحملها الذين لم يسعدوا بمثل هذا الوسط  
وذلك لأن الوسط العائلي الحسن بعث الطمأنينة في الأطفال فواجهوا الغربة مطمئنين

ولكن الوسط العائلي القلق جعل الأطفال الذين نشأوا فيه يزدادون قلقاً بالغربة . وإذا أعطينا للطفل مدة الطفولة في العائلة الصداقة والحب والطمأنينة أعطى هو مثل ذلك للمجتمع . وإذا أعطيناه الشجار من أبويه أو الاضطهاد من زوجة أبيه أو زوج أمه نشأ مقللاً يخاف المجتمع ويعاديه

وقد يفسد الطفل لأن أمه دلتته وحمته أكثر مما يجب فينشأ وهو يحس الحاجة إلى من يحميه ويجهل الاستقلال ويطلب المجتمع بأن يدلله أيضاً . والمجتمع بالطبع يرفض هذا التدليل فتكون النتيجة أنه يحس أنه مظلوم . وقد يحمله هذا الاحساس على الإجرام أو الاعتزال

وكذلك قد يفسد الطفل لأنه مضطهد إما لأن زوجة أبيه تؤثر أبناءها عليه وإما لأن أمه لا تحبه كما تحب إخوته . وهذا الاضطهاد العائلي يحمله بعد ذلك على كراهة الناس والتوجس منهم . وتلك الحيل التي كان يمارسها وهو طفل كي يحصل على حقه في وسط غير ودي نحى معه فيعامل بها المجتمع فيسيء إليه ويساء إليه ولهذا السبب نجد أنه من حق كل طفل

١ - أن يكون له أبوان صديقان

٢ - ألا يجد بينهما شجاراً أو انفصالاً

٣ - وأن يكون كل منهما شخصاً فاضلاً

٤ - ألا يجد منهما أو من أحدهما تدليلاً أو اضطهاداً

وهذه بالطبع هي الحال المثلى التي قلما نبلغها ولكن يجب أن ننشدها حتى يهتدى الأطفال بطفولتهم وحتى ينشأوا مطمئنين إلى المجتمع

وهناك أثر سيكولوجي للعائلة في الزوج أي الأب هو تكبير شخصيته بالمسؤولية العائلية وحمله على إهتمامات إجتماعية وأخلاقية ما كان ليأليها لولا الارتباط العائلي . فان مسؤوليته لزوجته وأولاده تحمله على الإستقامة والشرف والحذر والأمانة . وقل

أن تجد زواجه أولاد يفكر فى الانتحار . وقليل من الأزواج من يعيل إلى الاجرام وكذلك هنا أثر سيكولوجى للعائلة فى الزوجة أى الأم لأنها تجد الكرامة الاجتماعية بالزواج وتكبر شخصيتها بتربية الأولاد وتحمل المسئوليات لهم . وهم قبل كل شئ ، منفذ عاطفى لها كثيراً ما تعرف قيمته فى أولئك الموانس اللاتى يشكون نيوروزاً لانسداد عاطفة الأمومة عندهم لأنهن لم يتزوجن

والمجتمع الحسن هو ذلك الذى ييسر تكوين العائلات وتربية الأطفال فى بيوت جميلة مزودة بوسائل الراحة حتى لا يتشتت أعضاء البيت . ومناخنا فى مصر بحره لا يجمع أعضاء العائلة كما يجمعهم الجو الأوربى البارد حول المدفأ الاصطلاء . فان هذه المدفأة وسيلة للاجتماع العائلى الذى لا نعرفه فى مصر

وفى أوربا تبنى المنازل الحسنة الرخيصة للعائلات كما يربى الأطفال بالمجان ونظام الضرائب يتيح للعائلة المتوسطة أن تعيش فى رفاهية بل يتيح ذلك أيضاً لعائلات العمال وكل ذلك تشجيعاً لتكوين العائلة التى تعد نواة المجتمع . وليس الطلاق مباحاً للزوجين إلا بعد الاقتناع التام بأن إشتراكهما فى المعيشة قد أصبح محالاً وأن انفصالهما خير للأطفال من بقاءهما . والطلاق فى مصر هو الكارثة التى يجنى الأطفال ثمرتها المرة فى فوضى حياتهم

ومن أحسن ما قامت به روسيا لتوثيق الرباط الزوجى لمصلحة الأطفال أنها جعلت كل ما يقتنيه أحد الزوجين بعد الزواج ملكاً لهما دون أحدهما . وهذا الاشتراك فى الملك يشبطها عن الانفصال والطلاق وواضح أنه لا يجوز فى روسيا إمتلاك المقارات التى تحتاج لإستغلالها إلى عمال

والآن اعتبر الامثلة التالية وتأثيرها السيكولوجى فى الزوجين والاطفال

١ — أرملة تربي أولادها الذين ينشأون معها فلا يعرفون الضيافة وواجباتها لأن الزائرين ( دون الزائرات ) قليلون أو معدومون فالأولاد ينشأون انفراديين منزلين يخشون المجتمعات ولا يحسنون الكياسة الاجتماعية

٢ - زوج أتوقراطي يعتقد أنه لا يحق للزوجة أن يكون لها رأى فينشأ الأولاد نشأة غير ديمقراطية . وهذا كثير في مصر معدوم في أوربا حيث الزوجان زميلان ليس أحدهما رئيسا على الآخر

٣ - الأم المحجبة التي تخشى الغرباء وتتجنب فتح الباب فينشأ أبنائها بالقدوة وهم يخافون الغرباء.

٤ - الزوجة التي عملت وكسبت قبل الزواج . وأدى مراسها للعمل والكسب إلى زيادة وجدانها بالمجتمع وحرصها على مصلحة زوجها في عمله . وأثر هذا في تربية الأولاد

٥ - الزوجة التي لم تتعلم شيئاً لا من أبيها ولا من زوجها . فلما مات الزوج انهارت ، وأصبحت كالمعدومة فصار الأولاد يتألمون من الأب والأم معاً . نحتاج إلى كلمات موجزة عن موقف العائلة من المجتمع

١ - ذلك أن الفرد ، حين ينتقل من العزوبة إلى الزواج ، يحقق ارتقاءً وانحطاطاً اجتماعيين . فأما الارتقاء فلأن « واحدته » وأنايته تنبسطان إلى « ثنائية » وغيرية . فهو يعنى بزوجته وأولاده . وقد كان قبلاً يعنى بنفسه فقط وبنمائه العائلية تحمله على ترقية نفسه وانتظامه في الحياة

٢ - ولكن العائلة تعارض المجتمع من حيث أن أعضائها يتجمعون كتلة تكاد تكون منفصلة عن المجتمع لها أناية خاصة . والزواج يجد أنه عقب الزواج قد نقصت اتصالاته الاجتماعية . أى أن الإحساس الاجتماعى يتعارض مع الإحساس العائلى . وكثيراً ما نجد لهذا السبب أزواجاً لا يعرفون المواطن الاجتماعى السخية كالوطنية وحقوق الجمهور ونشر التعليم وتعميم الصحة لأنهم محدودون بالمواطن العائلى الضئيلة أى « أنا وعائلى فقط »

٣ - التوسع الاجتماعى في نشاط الزوجة يؤدي إلى تفكك عائلى . كما أن التماسك العائلى يؤدي إلى تفكك اجتماعى

٤ - عندما عملت المرأة الأمريكية وكسبت وارزقت تهمقرت العائلة . كما يتضح من كثرة الطلاق وتأخر السن للزواج . ولكن هذا التفكك العائلى قد رافقه تماسك اجتماعى أو وجدان اجتماعى جديد

٥ - بما أن أعمال البيت قد صارت آلية أى تقوم بها الآلات فى البيوت الأمريكية وبعض الأوربية قلت الروابط التى تربط الزوجة بالبيت وزادت الروابط التى تربطها بالمجتمع

٦ - الطوالع السيكولوجية الحاضرة تدل على أننا نسير نحو التوسع الاجتماعى والتضيق العائلى . ذلك لأن المرأة تتعلم كالرجل وتتكسب مثله وتحترف وقد صارت لها كرامة اجتماعية تعنى بها ورعاها إلى جنب كرامتها العائلية . بل هى أحياناً ، مثل الرجل ، تضحي بمركزها العائلى لأجل مركزها الاجتماعى . فلا ترضى مثلاً بأن تترك حرفة كى تتزوج . ثم هى إذا تزوجت كان اتجاهها خارجياً اجتماعياً وليس منزلياً داخلياً

وهذا الاتجاه يزيد بزيادة الحضارة الصناعية . ونحن هنا نقرر الحقائق فقط كما نرى أماراتها

## التطور الاجتماعى للشخصية

غاية المجتمع الأمثل هو إيجاد الفرد الأمثل . أى الفرد الذى يمتاز بالشخصية المثلى . ولذلك نحتاج إلى أن ننظر فى الأطوار التى ترتق إليها أو تتغير فيها الشخصية التى هى جماع النمو النفسى والذهنى والجسمى

عمر الشخصية فى عشرة أطوار يتداخل بعضها فى بعض . وهى تبلغ إيناعها قبيل الخمسين وتستقر على ذلك إلى الشيخوخة

١ - من الميلاد إلى إتمام سنتين ينحصر النشاط فى طلب الطعام والرفاهية  
٢ - ومن سن سنتين إلى خمس سنوات يواجه الطفل أخطار المشى والمصادمات ، فينشد الاحياء

٣ - ومن سن ٣ سنوات إلى ٧ يشرع الطفل فى التحفظ وضبط عواطفه  
٤ - ومن سن ٥ سنوات إلى ١٣ سنة يتفتح ذكاؤه فيتكلم ويفكر ويبحث  
٥ - ومن سن ٧ سنوات إلى ١٥ سنة ينافس وينافس

٦ - ومن سن ١٣ سنة إلى ٣٠ سنة يلتفت إلى الجنس الآخر  
٧ - ومن سن ١٥ سنة إلى ٣٠ سنة يفكر فى كسب العيش

٨ - ومن سن ٣٠ سنة إلى ٤٠ سنة تبرز فيه الرغبة فى النمو والطموح  
٩ - ومن سن ٤٠ سنة إلى ٥٠ سنة تنتظم له قيم ومقاييس روحية واجتماعية

١٠ - ومن سن ٥٠ إلى ٧٠ ترسخ هذه القيم والمقاييس فيكره التغير

ونعنى أنه فى هذه الفترات من العمر تبرز صفات كل فترة أكثر من غيرها من الصفات التى قد تضعف ولكنها لا تزال موجودة . فالإلتفات إلى الجنس

الآخر ( رقم ٦ ) قد يبقى إلى سن الستين أو بعد ذلك ولكنه يبرر ويطنى على الشخصية فيما بين سن ١٣ و ٢٠ سنة

وعند ما نتأمل هذه الإنتقالات والتغيرات نعرف أن كلا منا يمتاز بشخصية متطورة . وأن أحدهما في سن الثلاثين قد يكون شخصاً آخر في سن الخمسين

والشخصية تتكون بالمجتمع . والإنسان بلا مجتمع حيوان بيولوجى لا يختلف عن الحيوان إلا من حيث الذكاء الفطرى . وهذا الذكاء الفطرى لاقيمة له مادام الإنسان منفرداً إذ هو يبقى خاماً أخضر غشياً حتى يغمله المجتمع ويقومه وبوجهه وحتى تنبه كلمات اللغة وتوجهه

وفي حياتنا الاجتماعية تمر بنا ظروف تقرر لنا شخصيتنا حتى كأنها قد صيغت في قالب أو جملة قوالب عينت لها الكم والكيف . وصحيح أنه عند ما تقترب من سن العشرين يشرع كل منا في تكوين شخصيته بوجدانه . وقد ينجح في بناء نفسه وتصحيح الأخطاء السابقة وتعيين الأهداف الحسنة التى يتجه إليها . ولكن هذا الوجدان يتوقف على ظروف كثيرة مؤاتية أو معاكسة . ونحن نجمل هذه الظروف فيما يلى :

١ - عند الميلاد يتقرر ذكاؤنا من حيث المقدار كما يتقرر مزاجنا من حيث الاتجاه . فقد يولد أحدهنا ذكياً أو بليداً أو متوسطاً . وقد يتقرر له منذ ميلاده عمر طويل أم قصير وصحته قوية أم ضعيفة ثم هو قد يولد بعاقة تحدث له مركب نقص أو قد يولد سويًا . ثم هو قد يولد انبساطياً اجتماعياً أو انطوائياً انزالياً

ولكل من هذه الحالات أثر في الشخصية

٢ - ثم هناك التربية التى نحصل عليها فى البيت منذ الميلاد . فانه يتوقف شئ كبير من الأخلاق على الرضاع هل هو بمواعيد يتعلم منها الطفل ضبط نفسه أم هو يجرى اعتباطاً . فينشأ هو بعد ذلك زوياً عاطفياً لا يضبط نفسه . ثم هو يتأثر

تأثراً مختلفاً إذا كان قد دلل أو اضطهد أو عومل بالانصاف . ومركب أوديب ( صورة أمه في نفسه ) سيؤثر في علاقته الجنسية المستقبلية . ثم معاملة أبويه أحدهما للآخر ، ثم مكانه بين إخوته هل هو الأكبر أم الأصغر ؟ وهل عاش مع بنات أو أولاد ، وهل كانت أمه مع أبيه أم مطلقة منفصلة . ففي كل هذه الحالات تتأثر الشخصية وتنمو في قالب معين

٣ - ومن هذه الظروف التي تقرر شخصيتنا أيضاً ظرف المراهقة حين تلتهب العاطفة الجنسية وتغمر كيانتنا . فبعضنا يقضى هذه الفترة في سر يختلط بالفتيات ويجتاز مراهقته وهو سوى سليم . وبعضنا يقضيها في عسر وضنك فيعجز عن التصرف السليم ويقع في العادة السرية ويسرف فيها ويخرج منها مثخناً . وقد يحدث في هذه الفترة شذوذ سيء

٤ - ثم هناك المدرسة وما تحدث من مزاملة أو مزاحمة وما يصيب الصبي ثم الشاب من نجاح أو فشل . فإن لكل هذا أثره الحسن أو السيء في الشخصية

٥ - ثم هناك الزواج . وهل كان موثقاً قام على الحب والاحترام ، أم اتضح أنه غلطة وأن قصارى ما يرجى منه تسوية . وهل هو بلا أولاد أو بأولاد . وهل الزوجان في خلاف وعريضة أم في وفاق وزمانة ؟ فلكل هذا أيضاً أثره في الشخصية

٦ - وأخيراً هناك سنتان أو ثلاث سنوات تقع عند المرأة عند الثامنة والأربعين أو حواليتها وعند الرجل في سن الثامنة والخمسين أو حواليتها وتعني بها الركود أو الضعف الجنسي . وهي الوقت الذي نسميه خطأ بسن اليأس . وفي هذه التسمية أثر سيكولوجي سيء في المرأة لأن هذه السن هي سن الحكمة ولبست سن اليأس . وهذا الانتقال من الشباب إلى الشيخوخة كثيراً ما يؤدي الشخصية بل أحياناً تكون أخطاره عظيمة وخاصة في المرأة

وكلنا يعرف أمارات الشخصية السيئة في العناية الصامتة السميئة التي لا تعرف

الرشاقة بل تعتمد على جمال تمثالى أو فى ذلك الشاب البارد الذى يسكت طويلا وينطق سخيلاً . ونعرف ذلك « البارد » الذى نتجنبه ونتوقى لقاءه لأننا نحس جهوده كأنه قد صيغ من خشب إذا لطمناه لم يرن

وللشخصية أساس من بناء الجسم وخاصة من الغدد الصماء التى تقرر المزاج والقوام والنحافة والقد الخ . فنحن نستظرف القدر النحيف والتقاسيم المتناسبة ونستشفل الجسم التكتل الذى يسمى وكأنه يسير القرفصاء . ولكن ٩٠ فى المئة من الشخصية نفسى وليس جسمياً . والظرف والرشاقة والبشر والخفة والروح من صفات النفس وهى ثمرة المجتمع أكثر مما هى من صفات الجسم أو ثمرة الغدد . ولو كانت الشخصية من صفات الجسم فقط لكان من العبث الكلام عنها والبحث عن رزقيتها . وأنا أرجو القارىء الذى يبنى التوسع فى هذا الموضوع أن يقرأ كتابى « الشخصية الناجمة » و « محاولات سيكلوجية »

وأنى أخلص هنا الشروط التى يجب أن تتوافر لإيجاد الشخصية المثلى :

١ - أن يكون للانسان اهتمامات متعددة تشغل ذهنه ونفسه وتزيد صلته بالمجتمع . فيجب أن تكون له حرفة يحسبها يكسب منها العيش ويكسب الكرامة الاجتماعية . ويجب أن تكون له هواية ينضى فيها فراغه ونمى هواية يرتقى بها ويستغل بها الوقت لا أن يقتله . ثم يجب أن تكون له اهتمامات اجتماعية فى عمل البر أو الاشتغال بالسياسة أو الدفاع عن مبدأ أو نحو ذلك . وهذه الاهتمامات هى شرط أساسى للسعادة الفردية ، وللطيبة الاجتماعية

٢ - ويجب أن يؤثر الحياة الزوجية على المزوجة لأن مسئوليات العائلة والزواج تربي شخصيته . فالمسئولية هى فيتامين الشخصية

٣ - يجب أن يمرن نفسه على تغليب وجدانه بالمنطق والنظر الموضوعى على

عواطفه ويتجنب النظر الذاتي في المشكلات

٤ - يجب أن ينشد فلسفة صالحة ويستقر عليها

٥ ... يجب أن يحمل المستقبل جزءا من الحاضر . ولكن يجب أيضا ألا

يضحي بالحاضر من أجل المستقبل

وبالطبع هناك الشخصية المريضة التي لم تذكرها لأننا خصصنا لها

فصولا أخرى

## مرض النفس هو مرض المجتمع

المجتمع المريض يبعث الأمراض في نفوس أفرادهِ . وأمراضنا النفسية جميعها من السيكوباثية البسيطة كإدمان الخمر أو التشرّد أو الزينج الجنسي ، إلى النيوروز حين تحتد المواقف وتلهب حتى لا تطاق وقد تبعث على الإنتحار ، إلى السيكوز حين يختل العقل ولا يرى الأشياء على حقائقها الموضوعية ، جميع هذه الأمراض تعود إلى مجتمع مريض

ذلك أننا نعيش في مجتمع اقتنأى يدعو إلى تنازع البقاء ويبعث الخوف والقلق من المستقبل ويحمل التفوق أو التخلف ثمرة للمباراة . فهو مجتمع اقتنأى تحاسدى تنازعى . وفي كل فرد خوف من المستقبل لهذا السبب . وجميع أفرادهِ في مباراة تملأهم شكوكا وشبهات يخافون الفقر ولا يحسدون الطمأنينة . حتى الصبي في المدرسة يطالب بالمباراة والتفوق في الامتحانات

فليتأمل القارى ما يتفرغ من معنى المباراة ومعنى التفوق هنا في نفس الصبي . فإنه يخشى هذه المباراة وتمتلى نفسه شكوكا عن الفشل في المستقبل . وهو يغار من المتفوقين ويكرههم . وهو يحسد ويلعن . ثم هذه الرغبة في التفوق تحمله على البغض والكراهة لغيره وحب السبق لنفسه . وجميع هذه المواقف كريهة تبقية في قلق . فإذا ترك المدرسة وجد هذه الصفات أيضاً في المجتمع في صورة أوضح بل أبشع لأنه ينتهى إلى أن يقدر ويزن بهذا الاعتبار التالى : « يجب أن أسبقك وأنفوق عليك . وأيضاً أكرهك إذا سبقتنى وتفوقت على . وأنا أخشى الفشل . ولذلك أنا قلق خائف غير مطمئن إلى الدنيا . » ومثل هذه الحال نجعلنا جميعاً مرضى . وهذا هو الواقع الآن . وإنما فقط تتفاوت في درجة المرض أى في درجة القلق والهم والخوف والشك

وهذه الصفات تلتصق بنا وتعود عواطف نعتقد أحيانا أنها طبيعية .  
 فالزوج يعامل زوجته بروح الاقتناء يريد أن يأخذ ولا يعطى . بل هو يفعل ذلك  
 حتى في المواقف الجنسية الحميمة بينه وبينها . والخوف المستقر في نفوسنا من الفشل  
 في هذه المباراة لأجل الاقتناء ، اقتناء المال والوجاهة الخ . . . هذا الخوف  
 يحملنا على أن نتسلح بالتسلط والتجبر لأنهما يوهماننا البعد عن الخوف .  
 وهذا إلى مطامع خيالية بشأن الثراء والوجاهة والقوة تتغلغل في نفوسنا وتحملنا  
 على بذل مجهودات مضنية تفتت صحتنا الجسمية والنفسية

وكل ما تؤمن به من عقائد ، وكل ما ينبعث في نفوسنا من عواطف ،  
 نتيجة لهذه العقائد ، إنما نأخذه من المجتمع الذي نعيش فيه . فالحسد والغيرة  
 والخوف والقلق والرغبة في التسلط ( الاستبداد ) والشك ، كل هذا يعود  
 كما لو كان عواطف طبيعية في نفوسنا . مع أنها أمراض نفسية نشأت عندنا من  
 المباراة والاقتناء في المجتمع

ولذلك نجد أن أعظم الأمم إيماناً بمذهب الاقتناء وممارسة للمباراة هن  
 أيضا أعظمهن في الأمراض النفسية . وهذه الأمة هي الولايات المتحدة الأمريكية ،  
 حيث يزيد عدد الأسرة للأمراض النفسية في مستشفياتها على عددها للأمراض  
 الجسمية : مباراة وتنازع وتحاسد وغيره وخوف وقلق ، تؤدي إلى انهيار في  
 الأعصاب واختلال المواظف ثم إلى انهيار واختلال في العقل

وأمرضنا النفسية هي في النهاية عجز الفرد عن أن يعيش في المجتمع على  
 أساليبه وأخلاقه وأهدافه . وجميع مشكلاتنا النفسية هي ، لهذا السبب ، مشكلات  
 اجتماعية . ومما له دلالة كبيرة هنا أن المدارس الجديدة في الولايات المتحدة تمنع  
 السكافات والامتحانات وتحمل التلاميذ على التعاون بدلا من المباراة وتحملهم  
 يحلون مشكلة عامة متعاونين . وذلك لأنها عرفت ما تحدثه المباراة في نفوسهم من  
 قلق وخوف وما تبعته فيهم من عواطف كرهية كالتحاسد والتباغض . ولكن

ماذا يجدى التعاون في المدرسة إذا كان هؤلاء المساكين سيخرجون إلى مجتمع كله مباراة وممارسة للاقتناء بل ممارسة للخطف وتنازع بقاء ؟ « ولأم الخطي الهبل » كما يقول الشاعر العربي ، أو للمتخلف الانتحار

ولسنا قادرين على أن نغير هذا المجتمع التحاسدى إلى مجتمع تعاونى أى نغير أسلوب العيش من المباراة إلى التعاون . ولذلك ستبقى معنا الأمراض النفسية ما دام مجتمعنا قائماً على أسلوبه هذا . وقصارى ما نستطيع أن نفعله أن نمالج حالة فردية بعد أخرى ونحاول أن نرد المريض إلى وجدانه أى إلى التمثل . وبكلمة أخرى نحاول أن نبين له أنه يجب عليه ألا يتطوح فى الأخذ بأسلوب هذا المجتمع حتى يمرض ويمجن

وإلى أن يتغير مجتمعنا من المباراة والاقتناء إلى التعاون والاشتراك فإننا سنبقى مرضى ... نهرب من عواطف القلق بالخمر . ونفر من الفشل بالانتحار . ونجهد الجسم والنفس فى مجهودات لتحقيق مطامع خيالية . ونلجأ إلى المارستان كى نميش فى أحلام النيبوبة ، لأننا لا نطبق الواقع بكل ما فيه من مصاعب

١ - اعتبر أيها القارىء موظفاً فى الدرجة السابعة فى الحكومة يتحكم فيه الرئيس ويتمنت ويهدده من وقت لآخر بالفرامة ويجلس الناديب ويتربص به الأخطاء كى يوقع به . فى هذه الحال يلقى هذا الموظف وبخشى فصله من الوظيفة وهو يجد أربعة أو خمسة أطفال مع أهم عليه أن يعولهم . والقلق يحدث له أعراضاً جسيمة مثل لغط القلب أو زيادة الضغط الدموى أو اضطراباً معويًا من إمساك إلى إسهال

٢ - واعتبر آخر يعمل فى بورصة الأوراق . وهو بين ساعة وأخرى يرتفع سروراً أو ينخفض اغتماً لما لتقلب الأسعار

٣ - ثم آخر ، فتاة مثلاً ، تخشى أن تفوتها سن الزواج ، لأن الخاطبين يطلبون فتاة ثرية وهى فقيرة

٤ - ثم آخر ، قد نكبه الزمن بزوجة مسرفة . فهو معها جد لا يستطيع أن يسد مطالبها وهي دائمة التفرغ له على تخلفه ، تضرب له الأمثال عن غيره الذين ينجحون ويقتنون لزوجاتهم الخ

ففي كل هذه الحالات نجد أمراضا نفسية تعود إلى المجتمع الذي نعيش فيه هذا المجتمع الذي يطالبنا بالمباراة . ولا يؤمننا من الفاقة والمرض

## العاطفة والوجدان

نستطيع بعد أن بلغنا هذه المرحلة من الكتاب أن نعود إلى هذا الموضوع  
بزيادة في التوسع

فنجن البشر نواجه هذه الدنيا بثلاثة رجوع تؤدي إلى التفاهم بيننا وبين الوسط :

١ - الرجوع الانعكاسي . كالضوء يفاحثني بعد الظلام فانغمض عيني ، أو النار  
تلامس يدي فأجذبها . فهنا رجوع يحملي على تصرف معين هو الأحجام أو  
الهرب . كما أنني أرى الطعام وأنا جائع فيجربى لعابي فهنا استجابة تحملي على  
الاقترب والأكل

وهذا الرجوع قد يكون مباشراً أو معدولاً أي مكيفاً قد نقل من أصله إلى  
شيء آخر يتصل بالأصل . ونحن في هذا الرجوع المباشر نشترك مع أحط الحيوانات  
كالاسفنج . ولكننا نمتاز بأننا ، وبمض الحيوانات العليا ، نستطيع نقله من أصله  
كالجرس يدق فيجربى لعاب الكلب لأنه تعود وضع الطعام له مع دق الجرس .  
فصار الدق وحده يجربى لعابه ويذكره بالطعام

وهناك من السيكلوجيين ، مثل بافلوف وواطسون ، من يقول إن كل نشاطنا  
الذهني ( النفسي ؟ ) هو رجوع معدولة أي مكيفة . ولكن هذا القول يعني في  
النهاية أن كل تفكيرنا إنما هو ذاكرة لا أكثر

٢ - ثم هناك الرجل العاطفي حين أشمئز من منظر يغش النفس في الشارع .  
وهناك الاستجابة العاطفية حين أدخل الدار السيماوية وألذ برؤية الافتحات  
والأشخاص

وقد يقال هنا إن العاطفة هي الرجوع الانعكاسي . ولكن قليلاً من التأمل

يبين أن الرجع الانمكاسى مفاجىء سريع زائل كطرفة العين عند وقوع القذى بها ، ولكن العاطفة بطيئة مثابة كما يحدث حين أرى فتاة جميلة أتأملها ثم أذكرها بعد رؤيتها بيوم أو بشهر

وليس شك مع ذلك فى أن أساس الرجع العاطفى هو الرجع الانمكاسى . ولكنى فى الرجع الانمكاسى أنحرك بسرعة وأقرأ أو أقبل فلا أفكر . ولكنى فى الرجع العاطفى أتربث . وفى تربثى أجد الفرصة للرؤية والتفكير

وصحيح أننا عندما نتأمل حيواناً حتى من الحيوانات العليا يواجه أننى لا نعرف هل هو يستجيب إلها استجابة انمكاسية أو عاطفية . وحياتنا الحضارية قد أفسدت علينا هذا التمييز لأن رجوعنا العاطفية والانمكاسية قد صارت بالحضارة معدولة أى مكيفة أى صارت مركبات . ولكن يجوز لنا أن نقول دون أن نبتعد كثيراً عن الحقيقة أنه كلما انحط الحيوان صارت مواجهته للعالم انمكاسية . فإذا ارتقى صارت هذه المواجهة عاطفية تتيج ببطئها ومشاربتها شيئاً من التفكير

والمقارنة هنا تشبه المقارنة فى شأن الذاكرة . فإن لنا ذاكرة بدائية نحس بها حين نتأمل مصباحاً مشتعلًا ثم نغمض العين ، فتبقى صورته ماثلة لا نندثر إلا بعد دقيقة أو نصف دقيقة . وواضح أن ذاكرة كثير من الحيوانات لا تزال فى الغالب باقية على هذا المستوى أو يزيد قليلاً . ولكن ذاكرتنا نحن قد تجاوزت هذا المستوى إلى أنى أستطيع أن أدرس العلوم والفنون وأذكر حادثاً مضى عليه أربعون أو خمسون سنة .

فالذاكرة البشرية على مشاربتها السنين الطويلة تعود مثلاً إلى الذاكرة الضفدعية أو السمكية على زوالها بعد دقيقة . وكذلك الرجع العاطفى فى الإنسان يعود مثلاً إلى ارجع الانمكاسى فى السمك

أجل . إن الأصل واحد . وما زلنا نتلمس هذا الأصل فنجده . ولكن ما أعظم الفرق ! ثم هذا الفرق لم يعد كمياً فقط بل صار نوعياً . لأن الانتقال من

الرجع الانعكاسى السريع الزائل إلى الرجوع العاطفى الثابر الباقي قد أتاح التفكير  
٣ - ثم نحن البشر نواجه الدنيا بشئ ثالث ليس هو الرجوع الانعكاسى وليس  
هو الرجوع العاطفى بل هو الوجدان

وهنا يثب علينا بأفلوف وواطسون ويقولان : ما هو الوجدان ؟ أليس هو جملة  
رجوع انعكاسية معدولة ؟ ألغوا هذه الكلمة « وجدان » لأننا ليس عندنا ما نواجه  
به الدنيا سوى الرجوع الانعكاسية  
ولكن هل نستطيع إلغائها ؟

إني أؤلف هذا الكتاب الذى تقرأه بوجدان اجتماعى ثقافى وأستطيع أن أحلل  
البواعث التى وصلت بى إلى مقمدي هنا أمام مكتبى وأقف على الرجوع الانعكاسية  
أو العاطفية المعدولة أى المكيفة التى بمئتنى على التأليف . ولكن ماذا فى هذا ؟  
إن القول بأن وجدانى هو مجموعة من الرجوع الانعكاسية كالقول تماماً بأنى  
لست مؤلفاً من لحم وشحم ودم وعظم ، إنما أنا مؤلف من كربون وهيدروجين  
وأوكسجين وحديد وفسفور وصوديوم الخ . . .

إن الماء مؤلف من هيدروجين وأكسجين . ولكن خصائص الماء ليست  
خصائص هذين المنصرين . ونحن هنا لسنا إزاء إضافة وجمع يساويان كما .  
ولما نحن إزاء إضافة وجمع يساويان كيفاً أى انبجاساً جديداً لم يكن للحى  
به عهد من قبل

فى الأصل رجوع انعكاسية موضعية لا تتيح التفكير لسرعة زوالها  
ثم رجوع انعكاسية قد صارت عواطف عامة بطيئة مثابة فأتاحت التفكير .  
وهذا انبجاس جديد . وهو تفكير ذاتى انفعالى ولكنه تفكير نشترك نحن  
والحيوان فيه

ثم عواطف مباشرة أو معدولة قد تجمعت فى الانسان فلم يكن حاصل

تجميعها زيادة الكم بل كانت انبجاساً جديداً في الكيف فأحدثت الوجدان والخطأ الأصلي عند بافلوف وواطسون أنهما يحلطان بين العادات الجسمية والنفسية وبين التفكير الوجداني . فأنا أشرب الشاي كل يوم برجوع انعكاسية كنت عندي عادة ليس فيها تفكير . ولكني أكتب هذا الكتاب بوجدان أحاول فيه أن أخلص من عواطفى وأن أفكر التفكير الموضوعى المنطقى . وهناك بلا شك عادات ذهنية كثيرة ، غير العادات النفسية ، تعود إلى انعكاسات أو عواطف . وكذلك ليس شك فى أن كثيراً بل كثيراً جداً من تفكيرنا يعود إلى عواطفنا ورجوعنا الانعكاسية . وهذا هو التفكير الذاتى أو الانفعالى

وقد سبق أن قلنا إن معظم أخطائنا فى التفكير يعود إلى أننا ننظر وتفكر بالنظر والتفكير العاطفيين . ومن شأن التفكير العاطفى أنه يتحيز جزءاً من كل . فإذا تغلبت على عاطفة الجوع فكرت فى الطعام فقط . فأنا هنا ذاتى انفعالى فى تفكيرى . ومجال هذا التفكير صغير . ولكن التفكير الوجدانى يحملنى على خمسة أو ستة اعتبارات . مثلاً قيمة الأقلال من الطعام حتى لا يشغل على فأنفسى ، ومثل تجنب اللحم لأن أحماضه كثيرة ، ومثل تجنب الملح لأنه يزيد الضغط ، ومثل ضرورة البطء فى الأكل للمؤانسة ، ومثل تأمل الآنية الجميلة للذة الفنية . . . الخ

فكل هذه اعتبارات اتسع بها مجال التفكير . وصحيح أنها مؤلفة من عواطف مختلفة . ولكن تجمع هذه العواطف لم يؤد إلى جمع وإضافة فقط بل أدى إلى تفكير كينى هو الوجدان . فصار تفكيرى موضوعياً منطقياً واسعاً بدلاً من أن يكون عاطفياً انفعالياً فقط كما أن تجمع الأكسجين والهيدروجين لم يؤد إلى جمع وإضافة فقط بل أدى إلى تغير كينى بإيجاد الماء

حين تسودنى العاطفة يكون تفكيرى تسليمياً . كالحب يسلم بجمال حبيبته نسلماً أعمى ، وكالجائع يأكل أى شئ . ولكنى حين تسودنى الوجدان أنتقد وأحلل . والاختراع والاكتشاف كلاهما من الوجدان

التفكير العاطفى يسير عفوا بل أحيانا قسرا لا تملك رده كما يحدث فى أحلام اليقظة أى الخواطر السائبة . أما التفكير الوجدانى فيسير بإرادتنا نوجهه كما نريد . وعندما تمرض النفس يغيب الوجدان وترتد إلى التفكير العاطفى القهرى الذى لا تستطيع التخلص منه . ونحن نرث غوغاء من الشهوات والمواطف تتعلم فى المجتمع كيف تتسلط عليها وننظمها ونعبئها جنودا فى خدمة الوجدان . وعلى قدر نجاحنا فى هذا التسلط أو التنظيم تكون سلامتنا النفسية وتصرفنا الحسن .

## الانعكاسات المعدولة

الرجع الانعكاسى هو أقدم الرجوع العصبية فى الانسان . وهو مثل العطاس وانطراف العين وسحب اليد من النار ونحو ذلك . وهو ، لبدايته ، قد ظهر فى فقار الحيوان قبل أن يظهر المخ . ولذلك نحن فى أحيان كثيرة نحس الرجوع الانعكاسية بأعصابنا التى لا تصل إلى المخ وإنما تصل إلى النخاع الشوكى فى صلب الظهر فقط . ونحن سواء فى هذا الرجوع مع الاسفنج والسمك والتمل والجنبرى والكلب والفيل وغيرها من أدنى الحيوانات إلى أعلاها التى تمتاز بمخ أو ليس لها مخ . ونحتاج هنا إلى قليل من التوسع مع المخاطرة بالتكرار

فقد يكون هذا الرجوع الانعكاسى مباشراً كما يحدث عندما أكون جائعاً وأرى اللحم المشوى أو أشبهه فيجربى لعابى . وقد يكون معدولاً أى عدل به عن أصله إلى شئ آخر له علاقة به كما يحدث عندما أكون جائعاً وأسير فى الشارع فأرى كلمة « مطعم » أو عندما أسمع حديثاً عن الطعام أو عندما أرى مائدة عليها أطباق فارغة ليس عليها طعام . وفى هذه الحالات يجربى لعابى أيضاً لآتى أقرن هذه الأشياء بالطعام . وقد استطاع بافلوف أن يجعل لعاب الكلاب يسيل عندما يذق جرساً لأنه عودها أن ترى الطعام عقب دق الجرس أو بكلمة أخرى غرس فى الكلاب عادة جديدة لم تكن تعرفها فى فطرتها هى اشتهاء الطعام والابتداء فى عملية الهضم بالفم عند سماع الجرس دون رؤية الطعام . وواضح أن مثل هذه العادة لا تعرفها الكلاب التى لم تتعودها

وإلى هنا نجد كلاماً حسناً ومفهوماً . ولكن بافلوف يزيد على هذا بأن كل تصرفنا فى الحياة وتفكيرنا وفلسفتنا ومثلياتنا وما عندنا من دستور للدولة وما نعرف من الكيمياء أو الفلك إنما هو كله ، وأكثر منه ، رجوع انعكاسية

معدولة لا نفطن إلى أصولها لأنها تسلك إلينا رويداً نقطة بعد أخرى حتى صرنا نسلك سلوكنا المدنى أو الثمافى وننبعث إلى هذا العمل أو هذا التفكير ونحن لا ندرى أننا نندفع برجوع الانعكاسية معدولة

ومثل هذه الدعوى كبيرة جداً وإن كانت لها قيمتها التى لا تنكر فى تصرفاتنا السليمة والريضة . فنحن مثلاً لا نستطيع أن نمزو نظرية النسبية التى قال بها اينشتين إلى الرجوع الانعكاسى المعدول . بل كذلك لا نستطيع أن نمزو اهتمام الصبي وهو فى الثامنة من عمره إلى العمليات الحسابية كالضرب والقسمة والمبادى الهندسية الأولى إلى الرجوع الانعكاسى المعدول

ولكن فى حياتنا المدنية الحاضرة نعيش ونسلك بكثير من المركبات التى هى فى لبابها رجوع انعكاسية معدولة . فأخلاقنا مثلاً إنما هى عادات عملية ، وعقائدنا إنما هى أيضاً عادات اتجاهية . وكلتاها ترجع إلى رجوع انعكاسية معدولة أى مركبات . وهذه المركبات يبلغ من ثباتها فى النفس أنها تغير الوضع الأسمى للرجوع الانعكاسى كما نرى فى الرذائل التى تؤذى صاحبها ومع ذلك لا يستطيع التخلص منها . كما هى الحال فى التعلق بالخر أو بالمخدرات أو بالشهوة الجنسية الشاذة . فنحن هنا إزاء رجوع انعكاسى قد عدل به عن أصله إلى شئ آخر فصار مركباً نفسياً أى عادة متأصلة تضر صاحبها وهو عاجز عن التخلص منها

انظر إلى امرأة تشكو مرضاً نفسياً هو أنها لا تطيق رائحة السمن . ولما كانت جميع أطعمتنا تقريباً تطهى بالسمن فإنها أصبحت تكره الطعام وتشمئز منه وكأنها تنوى أن تموت جوعاً . والأصل لهذه الحال أن زوجها ضربها وأسرف فى الضرب حين كان رأسها منكباً على إناء السمن . فحدث لها وقت الضرب هذا الرجوع الانعكاسى المعدول فصارت تنفر من رائحة السمن الذى قرن بالضرب والألم . فهنا مركب نفسى مريض ، كذلك المركب الذى أحدثه بافلوف فى كلبه بأجراء لعابه عندما يسمع الجرس

وكثير من التربية أنما يقوم بإيجاد مركبات أى رجوع انعكاسية معدولة . فنحن نعود الصبي أن يضبط عواطفه أمام الغرباء ، وأن يستجى من بعض أعضاء جسمه ، وأن يوزع الشكولاته بينه وبين إخوته بالسواء . ونحن بهذا نفرس فيه مركبات مدنية اجتماعية تخالف الرجوع الانعكاسية الأصلية . ومن مثل المرأة التي كانت تشمئز من رائحة السمن نستطيع أن نكف السكر عن عادة السكر بأن نمزج الخمر بمقي ليس له طعم أو رائحة . ولكن بعد أن يشرب قليلا أو كثيراً يجد أنه يقي . وعندئذ ينفر من الخمر . . . كما نفرت تلك السيدة من السمن

إن نظرية بافلوف مفيدة جدا بشرط أن نقف بها عند حدودها . والقارى لهذا الكتاب قد عرف مما قرأ إلى هنا أننا نؤمن بأن سلوكنا فى الحياة إنما هو فى الأكثر سلوك العاطفة . والفرق بين الرجوع الانعكاسية والرجوع العاطفية ليس كبيرا ، لأن العاطفة فى منهاها مجموعة من الرجوع الانعكاسية الموروثة تسير فى بطاء وتربث فتتاح الفرصة بهذا البطاء والتربث للتفكير . ولكن التفكير الناجع يحتاج إلى أكثر من هذا ، يحتاج إلى الوجدان

## الذاكرة والتخيل

في الفصل الأسبق حاولنا أن ننقل من تفكير العاطفة الحيوانى إلى تفكير الوجدان البشرى . وقلنا إن الوجدان يشبه أن يكون مجموعة من العواطف نحملنا على موقف التردد والاختيار ، فننتقل بهذا الموقف من الانفعال إلى الوجدان ولكن هنا ثغرة تستحق الملح هي الذاكرة . وقد سبق أن أومأنا إلى مشأ الذاكرة حين أشرنا إلى رسم المصباح يبقى فى العقل بعد انغماض العين نحو دقيقة أو أكثر ، فنحن :

١ - نذكر المصباح دقيقة أو أكثر بعد انغماض العينين

٢ - نتخيل المصباح دقيقة أو أكثر بعد انغماض العينين

فن هنا نعرف أن الذاكرة هي الأصل للتخيل . وما دمنا نذكر وتخيل فاننا نفكر . أى أننا ونحن فى خلوة نستعيد الصور أى نتذكرها وتخيّلها . ولكننا لا نتذكرها كما لو كانت صوراً فوتوغرافية طبق الأصل . لأننا نسلط عليها عواطفنا فنختار منها ما نحب استعادته لأنه يسرنا مثلاً ونستبعد ما نكره منها لأنه لا يسرنا . ولذلك نحن نهذف من التذكر والتخيل إلى غاية . فنختار هذه الصورة ونبذل تلك الأخرى . وهذا نوع من الاختراع لأننا نؤلف صوراً مختارة نجد فيها خيالات نرغب فى استدامتها ونحن نحرك هذه الصور ونخلطها أو نغير ما فيها طبقاً لغاية

ونكاد نقول إن التذكر هو الأصل فى الحياة . لأننا ننمو ، سواء أكنّا من الحيوان أم من النبات ، بالذاكرة . ولا عبرة بأننا ندرى بهذه الذاكرة أو لا ندرى . أى لا عبرة بأننا على وجدان بهذه الذاكرة أو هي كامنة فينا لا ندرىها . إنما الواقع أننا لا نستطيع أن نفر من الفرض الذى بحتم علينا بأننا

ننمو من الجنين إلى الطفل إلى الصبي إلى الشاب إلى الشيخ بهذا ككرة عضوية موروثية . كذلك نحن نرضع في الطفولة بهذا ككرة . أى ما نسميه غريزة إناها هو ذاكرة . بل إن قصة التطور إناها هي في النهاية قصة الذاكرة النوعية أى ذاكرة النوع البشرى أو غيره من أنواع الحيوان والنبات

فالوراثة والغريزة البيولوجيتان في الحيوان والنبات كما نراها في النمو والسلوك إناها ذاكرة كامنة غير وجدانية

والذاكرة البشرية التي نتعلم بها إناها هي أيضا من هذا الطراز أى لا تختلف من الوراثة والغريزة . والذاكرة عندنا ، كما قلنا ، تؤدي إلى التخيل والتوهم أى أنها تؤدي في النهاية إلى التفكير بالعاطفة أو بالوجدان . ونحن نعرف من اختباراتنا أننا حين نستلقي مثلا بعد الغداء ونسترخي ونشرع في الخواطر أى أحلام اليقظة إنا نبدأ هذه الخواطر أو الأحلام باستدكار حادثة سابقة تتسلل لنا منها خيالات وصور فنأخذ في تحسينها أى تحسين هذه الخيالات والصور . وهذا يدلنا على أننا نستذكر حادثة ماضية دون غيرها لأن لنا هدفا منها هو هذا التحسين كأننا نقول : ما هو السلوك الأمثل الذي كان ينبغي في هذه الحادثة ؟ وإذا ترجنا هذا إلى الغاية المهدفية نقول : ما هو السلوك الأمثل لي إذا عاد مثل هذا الحادثة ؟

وقد سبق أن قلنا إن الوجدان هو مجموعة من المواقف المتضاربة التي تحملني على وقفة التردد والاختيار فلا أنساق منفعلا في عاطفة واحدة . والآن نقول إن أداة الوجدان في الاختيار هي الذاكرة التي تحملني على التخيل والتوهم فأحقق هذا الاختيار بالمقارنات بين ماضى اختباراني وبين الطرف القائم . ولى هدف في كل ذلك هو التزام ما يسرنى وتجنب ما يؤلاني

ولكننا هنا نحتاج إلى التنبيه بأن الذاكرة ليست كالعادة . لأنني وأنا أمارس العادة لا أحتار ولسكني في الذاكرة أختار . والعادة آلية جامدة لا تقبل التنقيح

والتنوير . ولكن الذاكرة حيوية هدفية أى ترمى إلى غاية  
المادة مثل غسل الوجه أو شرب الشاي مجموعة من الرجوع الانعكاسية  
أو العاطفية التى تنكرر بلا تنقيح أو اختيار  
ولكن الذاكرة تخيل وتوهم وخواطر تؤدى جميعها إلى تفكير يختار هذا  
وينبذ ذاك من الخيالات والخواطر . وقد يكون هذا التفكير عاطفياً . ولكنه قد  
يكون أيضاً وجدانياً موضوعياً

ويمتاز الانسان على الحيوان امتيازاً عظيماً لأن ذاكرته أطول وتخيله أوسع  
باللغة التى تزود الفرد بذكريات ثقافية تتسع بها آفاق وجدانه الزمنى والجغرافى  
و- عندما ننأى عن الخيالات والصور التى تؤلفها من ذكرياتنا الماضية نجد أنها  
تأليف جديد لا يتقيد بالرجوع الانعكاسية ( التى يقول بها واضنون وبافلوف ) .  
ذلك لأننا نؤلف ونخترع ونزيد ونقص وننقح وتنير . ويجرى كل هذا على  
أسلوب كلى غير تفصيلى . أى أننا فى التخيل نأخذ بالكليات لا الجزئيات  
وهنا نذكر كوهلر صاحب المذهب الكلية الطرازية أو « جيشتالت » الكلمة  
الألمانية التى يقيمها لهذا المعنى . فقد وجدان السيكلوجية التى تقول بأن الفهم ينشأ  
من مجموعة الإنعكاسات ليس صحيحاً . فالسافل الذى يرى الكلب لا يجمع اختبارات  
له ويكون فهمه له جزءاً بعد جزء فيعرف الذنب ثم الوجه ثم الأقدام ثم يتحسس  
الشعر ويجمع هذا كله إلى الصوت والرائحة ... الخ ، وإنما هو يدرك صورة كلية  
مجموعة من الكلب لأول مראה . وهذه « الكلية » هى شرط أساسى فى الفهم .  
فدعنا عند ما نسمع لحناً لا نأخذ فى تحليله إلى أنغامه المؤلف منها كي ندركه كلاً  
كاملاً . والصورة التى نراها لا نحاول عند ما نريد تفهمها إلى تقسيمها أجزاء تفهم  
منها الجزء بعد الجزء ، وإنما نفهمها كلها

وهذه هى طبيعة الفهم عندنا حتى أنه إذا رسم أحد منا مثلنا ناقصاً أكلناه —  
ونحن ننظر اليه — فى ذهننا . فطبيعة ادعائنا أن تفهم الأشياء بكلياتها وليس  
بأجزائها

وهنا نجد فرقا واضحا بين «جيشتالت» وبين التحليل الذهني . فإن «جيشتالت» تقول إن تحليل الفكرة إلى أجزائها خطأ لأننا عند ما نفكر نعلم إلى ذلك بالكميات وليس بالأجزاء . ثم بين «جيشتالت» وبين السلوكية فرق آخر . وهو أن الثانية تقول إن كل ما تعلمه هو استجابات ميكانيكية مخطئة ونصيب فيها حتى نقع على الصواب فنلزمه وتجنب الخطأ . ثم يتكرر الصواب فيصير عادة . ولكن «جيشتالت» تقول بأننا نفهم المسائل بطبيعة أذهاننا لأننا نستحضر منها كلا منظما فنحل المسألة الواقعة أمامنا بالعودة إلى ما يتوهمه ذهننا من «تنظيم كلي»

وقد أجرى كوهلر وغيره تجارب مع القردة العليا تثبت هذا «التنظيم الكلي» فقد وضع موزا خارج القفص . وكان بالقفص قرد وعنده عصوان قصيرتان . ولكن يمكن إذا تداخلتا أن تطولا وتمودا عصا واحدة . فعند ما حاول القرد أن يصل إلى الموز بالعصا ووجد قصرها جمع العصوين وقعد بعيداً عن الموزة ثم لعب بالعصوين حتى أدخل طرف الواحدة في طرف الأخرى فطالت واستطاع بذلك أن يجذب الموزة من خارج القفص

فهنا نجد أن القرد لم يفكر تفكيراً ميكانيكياً عن عادات واستجابات سابقة قد تعلمها بطريقة الخطأ والصواب . وإنما هو تخيل المسألة أمامه كاملة تامة ثم شرع بختراع الطريقة التي يحقق بها خياله . وهذا هو ما تعلمه نحن أيضاً كلما فكرنا في حل مسألة . نتوهمها محاولة ثم نعود فتتوسل إلى الحل بذرائع مخيلة . وهذه بالطبع خلاصة قصيرة جداً لجيشتالت ولكنها تعطي القارىء فكرة عامة عن هذه السيكولوجية التي يجب أن توضع جنباً إلى جنب مع التحليل النفسى ومع السلوكية في فهم التخيل (التصور) أى التفكير الذهني

## التفكير الناجع

كي نصل إلى التفكير الناجع في تصرفنا يجب أن نتجنب :

١ - تفكير العاطفة . وقد سبق أن قلنا إن تسمين في المثة ، بل أكثر ، من أخطاء التفكير تعود إلى سيطرة العاطفة . ونحن ، لأننا نرغب في إشباع هذه العاطفة ، نسوغ هذا التفكير بضروب من المكر والإحتيال حتى نفتنح بأننا وجدانيون ولسنا عاطفيين . كما يحدث كثيرا عندما نؤجل عملا يتطلب السرعة في الإنجاز ولكن نسوغ هذا التأجيل بألوان مختلفة من المنطق . أو كما يحدث للشرب عند ما يعزم على الكف عن الخمر ثم يؤجل هذا العزم بقوله « هذا اليوم فقط » وتجده في الغد

٢ - كذلك يجب أن نفطن إلى ميول وأهواء قد أحدثتها الكامنة ( العقل الكامن ) . وهي جميعها مقننه بالوجدان تبدو كأنها منطقية ليس فيها ما يشوبها . كما يحدث عند ما نكره أو نحب لأسباب يشق علينا توضيحها ولكنها تعود إلى ما اتفرس في نفوسنا أيام الطفولة . كالخوف من المفاريت يحملنا على الاعتقاد بأن الأرواح حقيقة واقعة حتى لنستطيع أن نخاطبها . أو ، لأننا نحب أمهاتنا أيام الرضاع وبعده ، ننشأ ونحن لانستجمل سوى تلك الفتاة التي تشبه أمنا في الوجه أو الفوام أو الصوت . ويؤدي هذا إلى أن نتجاهل جميع عيوبها . وكثير من التمسب الطائفي يعود إلى مكاره غرست فينا أيام طفولتنا أو حدثت فيها حوادث كظم فيها غيظنا أو خوفا ثم اصطنع تعصبا أفسد وجداننا وتفكيرنا الموضوعي

٣ - كذلك يجب ، حين أعالج موضوعا أو أعامل شخصا ، أن أبظر هل أنا معتمد على العقيدة ( عاطفة ) أم على المعرفة . وكثير من الناس يفسد تفكيرهم لأنهم يعتمدون على عقائد ليس لها أصل من الحقائق . ويسوء تصرفهم لهذا

السبب . وكثير من الأمهات في مصر يقضون على أطفالهم بالمرض أو الموت لأنهم يختارون الدواء عن عقيدة وليس عن معرفة

٤ - كذلك يجب ألا ننسى أن اتجاه الإنطوائى يختلف عن اتجاه الانبساطى . فإذا كان أحدهما انطوائيا وتزوج فتاة انبساطية فإن الأغلب أنه سيختلف معها كثيرا لأنها اجتماعية وهو انفرادى . وقس على هذا اختلافه حتى مع أصدقائه وأولاده . وإذا تجاهلنا هذه الميول بين المزاجين فإننا نتورط في مغاضبات يسوء بها تصرفنا وقد تؤدي إلى شقائنا

٥ - وكثير من كلمات اللغة تحدث لنا التباساً في التفكير واتجاهها سبباً أيضاً . فإن هناك كلمات ذاتية أى عاطفية تحملنا على التفكير العاطفى . وهناك كلمات كاذبة كقولنا «سن اليأس» للمرأة التى تبلغ سن الحكمة وإيناع الشخصية حوالى ٤٨ أو ٥٠ . فإن هذا التعبير السيء يملأ نفسها تشاؤماً ويهيئها لأمراض أو تصرفات خطيرة . أو انظر إلى عبارة «الحكم العرفى» فإنها وصف حسن للحكم السيء . إذ هو ليس عرفياً لأن المعجم يقول : « العرف هو ما استقر فى النفوس من جهة شهادات العقول وتلقته الطباع السليمة بالقبول » فإن هذا التعريف من حرماننا حقوقاً الدستورية مثلاً مدة ١٥ سنة فيما بين ١٩١٤ و ١٩٤٥ ؟

وكلمات اللغة تسمى إلى تفكيرنا الوجدانى كثيراً كما يرى القارىء فى كتابى « البلاغة المصرية واللغة العربية » بل كثير من الأمراض النفسية وكثير من الجرائم يعزى إلى اللغة السيئة التى تحفل بكثير من الكلمات العاطفية

٦ - وهناك بالطبع التفكير النيوروزى وهو تسلط العاطفة تسلطاً قهرياً على النفس وفى بعض الأحيان تقع فيه فيلتنى وجداننا بعض الوقت أو كله

والآن وقد عرفنا ماذا يجب أن نتجنب أى ما هى الوسائل السلبية للتفكير الحسن يجب أن ننظر فيما يجب أن نأخذ به . أى ما هى الوسائل الإيجابية للتفكير الحسن

١ - وأول ذلك أن نعتد على الروية . أى أن نعطي الوجدان الفرصة كي يتغلب على العاطفة . وكل من عانى التفكير يعرف أنه يحتاج إلى الحضارة كي ينضج ويخلص . كأن الذهن حين يمتد به الوقت يأخذ في التذكر والتخيل والمراجعة والمقارنة حتى ينتهى إلى الصورة المثلى . وعندى أن الحضارة هى الاستسلام للكسل والإسترخاء واللعب مدة قد تكون أسبوعاً أو شهراً

٢ - العاطفة المحزنة تبطل التفكير كما تبطل حركة الجسم . كما ترى حول الجنائز حين يصمت الحاضرون ويجمدون . ولكنهم فى العرس يتحدثون ويرأطون . والحزن يجمد الذهن . والمواطف السارة تحركه . ومن هنا كان كثير من المؤلفين يعتمدون إلى الشراب القليل كي يغمروهم سرور خفيف يحرك أذهانهم . ولكن لهذه الوسائل الصناعية أضراراً أكيدة فى النهاية . وقصارى ما نحتاج إليه أن نتجنب ما يثير حزننا أو اغتمامنا وقت التفكير

٣ - نستطيع أن نقسم الناس من حيث التفكير والتصرف إلى عاطفيين ووجدانيين . ولكن هذا التقسيم غير معين بحدود . إذ ليس هناك إنسان عاطفى مئة فى المئة إلا إذا كان فى المارستان . وليس هناك إنسان وجدانى مئة فى المئة . وكذلك نستطيع أن نقسم الناس من حيث مرجعهم فى التفكير ثلاثة أقسام :

١ - أولئك الذين يرجعون فيه إلى العقيدة كما كان الشأن فى الأمم القديمة وكما هو الشأن فى العامة من الشعب فى عصرنا ، والمتوحشون والمتأخرون فى الحضارة على وجه إجمالى

ب - أولئك الذين يعتمدون فيه على المعرفة وهم خاصة الأمم ، والعلميون ، مهما يكن العلم ، الذى يمارسون

ج - أولئك الذين يعتمدون فيه على الحكمة ، وهى فوق المعرفة . فقد يعرف أحداً أشياء كثيرة ولكنه ينجحها ويبيدها فى تصرفه ولا يعتمد عليها ويقنع بالحكمة التى تتطلبها الظروف القائم

وأفضل أنواع التفكير - ونعني هنا التفكير للتصرف - هو تفكير الحكمة

٤ - هناك عادات تفكيرية تنمونها ، كالصمت في المشكلة . وهو يؤدي إلى إخماد العاطفة وإيجاد المجال للوجدان فالروية . وكالمصالحة والمحاولة بدلا من التحدى والخصومة . وكالتأليف والبناء بدلا من النقد والهدم . وهذا هو تفكير التصرف الحسن في الحياة . وهنا نذكر غاندى الذى يصوم عن الكلام يوما في الأسبوع

٥ - مع كل ماقلنا عن ضرر التفكير العاطفى الذاتى يجب ألا ننسى أن حمود المواطف ، كما يحدث فى الشيخوخة ، يؤدي إلى خمود الذهن

واليقظة الفكرية فى الشبان تعود إلى يقظة المواطف . ولعل لهذه الحال سببا فسيولوجيا يتعلق بالفدد الصماء . ونحن نرى أن الحواطر تتوارد بسرعة وقت التهييج أو التعجل أو الغضب بشرط ألا تنمر الشخصية بقوتها فتتحول دون التفكير . كما قد يؤدي منجان القهوة أو الشاى إلى تثبيت المواطف

٦ - يحتاج التفكير الحسن إلى استخدام الكامنة ( العقل الكامن ) بالإسترخاء والحضاة حتى تستثار المواطف الكامنة فننتفع بما فيها من اختبارات وأيضاً بما فيها من توترات وكظوم تفتق التفكير وتكسبنا البصيرة والوصول إلى نتائج قد لا تنفق مع المنطق القائم . ولكنها صحيحة فى ضوء اختباراتنا . ولذلك كثيرا ما يؤدي المرض والزام السرير شهرا إلى تفكير جديد يقارب الإختراع وتغيير الشخصية

٧ - نجد أحيانا جموداً فى التفكير ووقفة لا تتحرك منها . وفى أكثر الأحيان يرجع ذلك إلى عقدة ذهنية خفيفة غالت عنا ولكنها اندست واستكنت . والتهيج الخفيف يعيد إلى الذهن حركته . كأن عشى بسرعة . فإن حركة المشى تحدث حركة فى الذهن فتتوارد الأفكار وتفكك الجمود

- الإرادة تحدث الخيال وتنظمه . كما أن الرغبة فى الطمام تحدث خيالات

الأطعمة سواء فى الیقظة أم فى النوم . وإذا تركنا الذهن حراً صارت الخیالات عابثة لا قيمة لها . ولذلك یجب أن نسیرها ونوجهها بالإرادة

٩ — الطمأنينة التامة والمواطف المشبعة التى لا تجوع أبداً ، كلتاها تحدث ركوداً فى التفكير . كأن النفس تقول . « لماذا التفكير ؟ كل شیء على خیر ما أحب وليس هناك ما یدعو إلى الجهد . » ولذلك نجد أن الصعوبات والتوترات تثیر التفكير . والاختراع الذى یكثر مدة الحروب یرجع إلى القلق الذى تحدثه . وقد عزى الجود الأدبى فى عصر الملكة فكتوريا فى انجلترا إلى النجاح المالى المستمر ، لأن الطمأنينة المالية التامة حالت دون التفكير . وهذا حق . ونحن فى حاجة دائمة إلى قلیل من القلق نتذبذب به ونصححو ونتنبه

## الاتجاه الذاتي والاتجاه الموضوعي

كثيراً ما نرى أن الاتجاه السلوكي يعين لنا نوع الكفاءة الذهنية أو يكاد . ونحن نختلف في اتجاهنا باختلاف الحرفة التي نمارس فتختلف بذلك أنواع الكفاءة الذهنية . ولا عبرة بأن يقال إن ذكاءنا ، مثل طول قامتنا أو لون بشرتنا ، موروث محدود . فإن الحياة النفسية والفكرية للفلاح تختلف مما هي عند المحامي أو المهندس كما تختلف عند هذين مما هي عند الكاهن المسيحي أو الفقيه المسلم . وأحياناً نجد عند أحد الناس اتجاهات استبشارياً بالدنيا . أو اتجاهات تشاؤمياً . أو اتجاهات انبساطياً مزاحياً . أو اتجاهات تسلطياً عوانياً . وهذه الاتجاهات تعين الحياة النفسية والفكرية لكل منهم حتى التفكير يجد حدوداً أو أمداداً تحده أو تمدده

ولكن هناك اتجاهين نفسيين لكل منهما قيمة كبيرة ، بل كبيرة جداً ، في الحياة النفسية لكل منا . وهما الاتجاه الذاتي حين يكون بؤرة نشاطي ذاتياً « أنا » . والاتجاه الموضوعي حين يكون بؤرة نشاطي العمل الذي أعمله . وبالطبع ليس هناك إنسان ذاتي مئة في المئة إلا إذا كان في المارستان مجنوناً كاملاً لا غش فيه . وليس هناك إنسان موضوعياً مئة في المئة إلا إذا كان أرسطوطاليس أو أفلاطون . ولكن هناك من تغلب عليه الذاتية . وهناك من تغلب عليه الموضوعية الذاتية ، إذا كان مهندساً قد قام ببناء منزل حسن ، يقول أنا نجحت . وإذا لم يكن البناء حسناً فإنه يقول : أنا فشلت

الموضوعي ، إذا كان مهندساً قد قام ببناء منزل حسن ، يقول : هذا المنزل حسن .

وإذا لم يكن البناء حسناً فإنه يقول : هذا البناء غير حسن

الذاتى يحزن كثيرا لأنه يجعل الحسن والسوء فى البناء حسنا وسوءا فى ذاته ، فى نفسه . والموضوعى لا يحزن لأن الحسن والسوء خارجان عنه أى فى الشئ الذى صنعه . الذاتى ينظر نظرة نفسية . والموضوعى ينظر نظرة موضوعية

عندما يسوء البناء يحزن الذاتى ويفتاز . ويتذبذب من الغيظ كالأنومبيل يدور موطره وهو واقف مكانه . ولكن الموضوعى يفكر فى إصلاح الخطأ بلا حزن أو غيظ لأنه لا يعالج عواطفه كالذاتى بل يعالج الحجر والخشب والحديد

لنفرض أن اثنين قصدا إلى محطة العاصمة للسفر إلى الاسكندرية . فلما بلغاها وجدا أن القطار قد قام . فالذاتى يغضب لأنه تعود أن يجعل ذاته مصدرا أو موردا لكل ما يقع حوله . وغضبه هنا عقيم . فقد يسب أو يضرب الأرض بقدمه . ولكن القطار لن يعود . أما الموضوعى فيتأمل الساعة ثم يبحث عن ميعاد القطار الثانى ثم يهين نفسه لقضاء ثلاث ساعات قبل قيام القطار . وهو يقضيها فى تمقل

والفيلسوف ، وهو أعلى طراز للشخصية الموضوعية ، يبحث الشئون البشرية وهو يحرص على ألا يكون لمواطنه ، لذاتيته ، أى أثر فى بحثه . والمجنون يصبغ كل حركة حوله بصبغه ذاتية . فالناس الذين يتحدثون على مسافة منه إنما يتكلمون عنه . وأنت حين تسأله سؤالا ساذجا إنما تحاول الوصول إلى سر معين يخفيه . وهو لهذا متمب معنى بمواطنه

وهذه الذاتية ، وكلنا بلا استثناء تقريبا ذاتيون إلى حد كبير ، تلشأ فينا منذ الطفولة ، إذ كانت الأم حين تؤدى عملا حسنا نقول : أنت أحسنت ، أو أنت أسأت ، أو أنت ذكى ، أو أنت بليد . وكان يجب أن تقول بدلا من هذه الكلمات : هذا العمل حسن . هذا العمل سىء . يمكنك أن تصلحه من هنا ومن هنا ذلك أنها فى الحال الأولى توجه الطفل وجهة ذاتية فى كل شئ يحدث فى هذه الدنيا . إذ يقاس عنده بما يجلب له من سرور أو يحدث له من حزن . فهو

عاطفى يحب ويكره . ولا يحاول فيحسن . أما فى الحال الثانية فإنها توجهه وجهة موضوعية بثورة الاهتمام عنده ليست نفسه بل هذا الشئ الذى يصنع الموضوعى يتكيف بسهولة ويجعل نفسه ملائماً للوسط . ولكن الذاتى جامد لأنه عاطفى . الأول يتعقل ويجهد ويحاول . والثانى عاطفى يجمد ولا يحاول ولكفه يفرح أو يغضب

ومركب النقص هو فى النهاية أننا نعالج شئون الوسط المحيط بنا ، بشرياً أم مادياً ، بالأسلوب الذاتى . كأن حوادث الدنيا إنما هى صدى لذاتيتنا لا أكثر ، وكأننا نقيس وأحياتنا الاجتماعية ليس بالعمل الذى تؤديه بل بقيمة شخصيتنا وهذه الذاتية تشقينا كثيراً لأنها تفتأ تنبه عواطفنا بدلاً من الموضوعية التى توقظ ذكاءنا فنحن نسلك فى الحياة بالمواطف الجامدة العمياء بدلاً من التعقل النير البصير

ويجب علينا فى كل مأزق يقابلنا أن نسأل : هل أنا هنا ذاتى أسير العاطفة أم موضوعى أفكر وأتعقل ؟ كما يجب علينا أن نذكر أننا كلنا قد ساءت تربيتنا فى الطفولة وأننا نشأنا لذلك ذاتيين إلى حد كبير . والطفل المدلل أكثر ذاتية من الطفل الذى عومل بجِد وعدل . وقد ينتهى الأول إلى أن يجعل كل همه واهتمامه فى الدنيا أن يجذب إلى نفسه الأنظار . فإذا وجد إهمالاً تعب . بل قد يمزو هذا الإهمال إلى مؤامرة . وأحياناً ، وهو يحاول جذب الأنظار إلى نفسه ، يتورط فى سلوك غير اجتماعى

## الخصائص السيكولوجية للمرأة

تختلف المرأة وراثيا وبيئيا من الرجل . وصحيح أنهما يعيشان في مجتمع واحد ولكن هذا القول تعميمي أكثر مما هو تفصيلي . وهو أشبه بقولنا إن الإخوة في البيت يعيشون في بيئة أى وسط واحد

ونحن نجد في الحالتين أن أن الوسط ليس واحدا للرجل والمرأة . وكذلك ليس واحدا للإخوة في البيت . ذلك أن الرجل ينشأ على حرية لا تجد مثلها المرأة إذ هي تعال بالكمظم أكثر منه وتجد من الزواجر ما لا يجد . وهو يتطلع إلى النشاط الاجتماعى على آفاق واسعة في التجارة والوظيفة والسياسة وغير ذلك في حين هي تمنع تقريبا من كل هذا

وكذلك الشأن في الإخوة في البيت . فأنهم فيما يبدو على السطح سواء في الوسط . ولكن اعتبر الفروق التي تنشأ من إختلاف الوسامة بينهم وتعلق الأبوين أو أحدهما بشخص دون آخر منهم . واعتبر الإبن الأكبر الذى لا يجد مزاحما مع سائر الأبناء والبنات الذين زاحم بعضهم بعضا للحصول على « المجال الحيوى » في البيت . واعتبر الإبن الأصغر المدلل ؛ والبنات الوحيدة بين خمسة أبناء أو الإبن الوحيد بين خمس بنات . فكل هذه الظروف تثبت لنا أن بيئة البيت مختلفة للأبناء وهذا الاختلاف يؤدي إلى خصائص سيكولوجية لكل منهم

وكذلك الشأن في المرأة التي تعيش في مجتمعنا نحن الرجال . فأننا نحوطها بما يفصلها عنا نفسيا . ولذلك نحتاج إلى أن نسهب قليلا في شرح الخصائص السيكولوجية التي تتسم بها بسبب هذا الفصل . والأثر السيكولوجي لهذه الحال أيضا في الرجل كلنا يعرف أن الرجل أقوى عضلات من المرأة . ونحن في هذا لانشد عن الحيوان

لأن الذكر على الدوام أقوى من الأنثى . كما نرى في الديكة إزاء الإناث من الدجاج ، أو في الأسد إزاء اللبؤة ؛ أو ذكر الجاموس إزاء أنثاه . فانه وحش وهي وديمة . ثم يجب ألا ننسى أن الأنثى تحمل وتلد . وكلا هذين العاملين يعجزها مدة طويلة فتضعف أمام الذكر بل هي تحتاج إلى معاونته . وكثيراً ما يعاونها

والروح المدوانى واضح في الذكور ، وليس واضحاً في الإناث . وشيء من هذه الشهامة التي نجدها بين البشر في علاقة الرجل بالمرأة نجد مثله أيضاً بين الحيوان . فان الذكر يقاتل الذكر ولكنه لا يقاتل الأنثى . وكثيراً ما ينسحب أمامها مع أنها قد تكون هي المتدبة .

وضعف المرأة وإحتياجها إلى معونة الرجل في الحمل والولادة ، كلاهما قد زاد ضعفها وجعل السيادة للرجل في الحضارة القائمة . وحضارتنا إلى الآن هي حضارة الرجال ، أى أن أوزانها وقيمها هي أوزان الرجل وقيمه . والأغلب أن هذه الحال ستتغير قريباً لأن الوسط الصناعى يقرر الاستقلال الاقتصادى للمرأة . وهذا الاستقلال الاقتصادى يؤدى بدوره إلى إستقلالها النفسى

والمرأة ، بعد هذا الذى ذكرناه ، ترث تراثاً بيولوجياً يختلف من تراث الرجل فان الحيض يأتىها كل شهر . وهذا الحدث الشهري يحملها على المسارة والمواربة ، لأنها لا تحب أن تصرح به وهي حين تكتمه وتختلط بنا تغشى نفسها حال لا نعرفها نحن الرجال فان هذا الحيض يحدث تزعزعا هورمونياً حتى أنها تتفزز وتضيق قبل إنطلاق الدم

ثم كلنا يعرف أن كظوم المرأة كثيرة أكثر من كظوم الرجل ، لأننا نتسامح مثلاً فى الاثرلاق الجنسى للصبي أو الشاب ولكننا لا نتسامح بتاتاً للفتاة بمثل هذا الاثرلاق لخطورته عندها . وفى تربية الأبناء والبنات من المؤلف أن نجد الأم تقول لابنتها : « لا تفعلى هذا ، هل أنت ولد ؟ »

وهذه الكظوم العاطفية الكثيرة تحدث توترات نفسية كثيرة عندها لم لها أثر آخر هو أنها ، أى الفتاة ، تصد عن كثير من النشاط النفسى أو الذهنى الذى يمارسه الشاب . وقد يمزى تأخر الفتاة فى العلوم والآداب والتجارة والاختراع إلى كثرة هذه الزواجر التى تتلقاها فى صباها وشبابها : « أنت لست مثل الولد لا تفعل هذا . لا تفعل ذاك » لأن كل هذا يؤدى فى النهاية إلى أنها ، هى نفسها ، تقيم لنفسها سدوداً تحد من نشاطها فلا تفكر فى هذا الموضوع ولا تمارس هذا النشاط ومن هنا نفهم أن الصدمات العاطفية للمرأة أكثر من صدمات الرجل ، وأن كظومها فى الكامنة أكثر . ولذلك أيضاً نجد أنها كثيراً ما تنزعزع وتقع فى النيوروزاى جنون العاطفة أو فى السيکوز أى جنون العقل . ولكن العجب أنها أسرع من الرجل فى الشفاء والرجوع إلى الحال السوية

ولكن هذا الشفاء أو هذه القدرة على التحمل هما صفة عامة فى المرأة دون الرجل . وقد سبق أن قلنا إن الرجل أقوى من المرأة . ولكن إذا اعتبرنا الأمراض والتعمير وجدنا المرأة أقوى من الرجل . فأنها تعماراً أكثر منه . والأمراض لا تقتلها كما تقتل الرجال . وهذه المثانة الجسمية تراقبها أيضاً مثانة نفسية إزاء التوترات والمآزق اعتبر مثلاً الانتحار . فانه برهان على أن النفس قد أفلست أمام الظروف القائمة . ومع ذلك نجد من الاحصاء الذى أصدرته حكومة الولايات المتحدة فى ١٩٣٨ أن عدد المنتحرين كما يلى :

| من الرجال | من النساء |                 |
|-----------|-----------|-----------------|
| ٤٢        | ٧         | أقل من ١٥ سنة   |
| ٢٥٩       | ١٧٥       | بين ١٥ و ١٩ سنة |
| ٩٤٠       | ٤١٠       | بين ٢٥ و ٢٩ سنة |
| ٢٣١٩      | ٩٤٤       | بين ٣٠ و ٣٩ سنة |
| ٢٩٥٤      | ١٠٢٠      | بين ٤٠ و ٤٩ سنة |

وواضح أن المجتمع يكلف الرجل أكثر مما يكلف المرأة ويعرضه للأزمات النفسية التي تتصل بالنجاح المالى والكرامة الاجتماعية أكثر مما يكلف المرأة التي كثيراً ما يؤدي انفصالها واحتجازها في البيت إلى « انفصال » نفسى من أوزان المجتمع وقيمه . ولذلك هو عرضة ، اجتماعياً ، للانتحار أكثر منها . ولكن حتى مع هذا الاعتبار لا تنال الإحساس بأنها أقدر منه على تحمل الصدمة العاطفية والتغلب عليها

والجريمة مثل الانتحار في التقدير السيكولوجى . ولكن في الجريمة أيضاً لون المدون وهو من خصائص الذكر في الحيوان والإنسان أكثر مما هو من خصائص الأنثى . ف جرائم الاغتيل في الولايات المتحدة ( ١٣٩٩ - ١٩٤٠ ) بلغت من الرجال ١٩٥٥ ومن النساء ١٤٣ فقط ، والسرقه من الرجال ٥٢٧٣ ومن النساء ٦٩

وهناك خصائص بيولوجية تعين الجريمة . فإن الاغتصاب مثلاً جريمة لا نستطيع المرأة أن ترتكبها في الرجل ، لأنه إذا لم يكن في حال التهيج الجنسى فلا يستطيع أن يخدم المرأة . ولكن المرأة على العكس تخدم الرجل وهى ممتصة . ولذلك فشت الدعارة الحرفية بين النساء دون الرجال

وقد ذكرنا أن المسارة والمواربة تسودان أخلاق المرأة . وعللنا ذلك بأن المرأة نطالب بكظوم كثيرة لا يطالب بها الرجل . ثم إن الحيض يحملها أيضاً على التخفى وتجنب الصراحة . وهذه الحال تغشى كل حياتها النفسية وتجذب في إثرها مركبات من الحياء إلى الميل إلى التبصر والتكهن

وللاتصال الجنسى أيضاً أثره في أخلاق الرجل والمرأة . فإن العاطفة الجنسية تغشى حياتنا رجالاً ونساء . والوضع الذى تتخذه وهو الاستعلاء المادى للرجل والخضوع والاستلقاء من المرأة ، كما أن البادأة من الرجل والاستجابة من المرأة ، وكل هذا يؤدي إلى أن الرجل يسير في الحياة بروح عندوانى يبادى المشكلات

ولا يتراجع ، ويطلب التفوق والسيادة . فى حين أنها هى تطلب فى الحياة السرور ولا تبادى بل تتلق وتستجيب . ثم هذا الوضع نفسه مسئول إلى حد ما عن النظرة المتعالية التى ينظر بها الرجل إلى المرأة . ويجب ألا تنسى هنا أيضا أن الاشتهااء الجنسى فى الرجل يختلط بالروح المدوانى . وقد يتفاقم هذا المدوان فىؤدى إلى « السادية » أى الرغبة فى إيلاء المرأة وقت اللقاء الجنسى حتى يجرحها أو يقتلها

## الحياة الجنسية

كى نعيش الحياة السعيدة ، أو على الأقل الحياة السليمة ، يجب أن نعى بأربعة أشياء هى :

الحياة الجنسية أى علاقتنا السليمة بالجنس الآخر  
والحياة الحرفية أى العمل الذى نكسب منه

والحياة الاجتماعية أى علاقتنا بالمجتمع والأخذ بمقاييسه وقيمه

والحياة الفراغية أى الوسائل التى نقضى بها فراغنا والهوايات التى  
نتعلق بها

وكل نقص فى واحد من هذه الأربعة يشقينا إلى حد ما . وبعض الشقاء  
الذى نعانیه منها قد يفدح حتى يحدث لنا شذوذ أو جنوناً

وفى مجتمعنا المصرى الذى يقضى بحجز المرأة فى البيت ويمنع اختلاطها  
بالمجتمع إلا قليلاً ، كما يمنع تكسبها واستقلالها ، فى هذا المجتمع تغدو الحياة  
الجنسية والزواج بؤرة الاهتمام عندها . أما الرجل فيجد اهتمامات عديدة أخرى  
بل هو يستطيع أن يفكر فى طمأنينة فى أن يعيش أعزب . ولكن من المحال أن  
تفكر فتاة مصرية مثل هذا التفكير . ولذلك تعنى المرأة كثيراً بالترين كما أن البيت  
تكبر قيمته جداً عندها . ويتبع هذا الحمل والولادة . وربما كانت أعظم  
الكوارث التى تقع بالفتاة عندنا بعد العزوبة القهرية هى العقم التناسلى .  
وحفلات الزار تحتاج إليها المرأة دون الرجل . وهى فى لبابها محاولة خرقاء لمعالجة  
الحرمان الجنسى أو الغيرة من الضرة ( أو غير الضرة ) أو الرغبة فى السيطرة دون  
الحماة . وجميع هذه الظروف تقريباً خاصة بالمرأة المصرية دون المرأة الغربية التى  
لا تحتاج إلى الزار

وواضح من سلوك المرأة في تزيينها وتوالى الازياء لزيئها أو تجميلها ، اهتمامها الذى يشبه الهم والمرض بالحياة الجنسية . وفى مجتمع آخر مثل المجتمع الأوروبى حيث تكسب فيه المرأة عيشها لا يرتفع هذا الاهتمام إلى المقام العظيم الذى يرتفع إليه عندنا . ذلك لأنها تقضى يومها وهى عاملة تشغلها شئون عدة كما أنها تجد الكرامة فى هذا العمل فلا تجوع إلى مقام اجتماعى بالزواج . وكلنا يعرف الثمرات المرة بل الثمرات العفصة التى ينتجها الحرمان من الحياة الجنسية فى الشذوذات الكريهة التى يقع ، عندنا ، فيها الرجل والمرأة معاً . وهى تبدأ من العادة السرية إلى حب أحد الجنسين لجنسه دون الجنس الآخر

ولكل أمة ممارساتها الخاصة بالشئون الجنسية قبل الزواج وبعده . فتحن فى مصر نختن الأطفال . وإذا تم هذا الختان قبل إتمام السنة الأولى من العمر فانه لا يضر النفس . ولكنه بعد هذه السن يجرح الطفل يجرح نفسه إذ هو يتخذ عنده صورة التمزيق لأعضائه . وقد يحدث له فى المستقبل مركب نقص أو اختلال فى الوظيفة الجنسية أو خوف من التعارف . وخاصة إذا عرفنا أنه ترافق الختان أحياناً كلمات وعبارات تؤلم الطفل وتخيفه . وبعض النساء يلحجن فى ضرورة الختان للصبيان ، حتى ولو لم يكن مسلمات ، بروح الانتقام أى انتقام الصبية من الصبيان الذكور قبل الرابعة أو الخامسة من العمر . وهذا الروح يبقى حتى بعد أن يصرن أمهات وحتى ولو كان هذا الصبي ابهن

وليس هذا مكان البحث فى الضرر الذى يصيب الصبية من الختان حين تصير زوجة . ولكن يجب ألا ننسى أن كل تأخير فى إتمام التعارف الجنسى بسبب الختان يؤدى إلى ضرر نفسى بالزوجين . وقد منع إخواننا السودانيون عملية جراحية معينة للبنات كانت تؤدى إلى مثل هذه الحال . ولذلك يجب على الدين يمارسون الختان أن يسكونوا من الأطباء وأن يبصروا بمستقبل الفتاة حين تصير زوجة

ويجب ألا يفهم الصبي ، إذا كان الختان قد تأخر إلى السنة الثانية أو الثالثة من العمر ، أننا ننوى قطع عضو التناسل ويجب ألا يقال له كلمة يشم منها هذا المعنى لثلاثين فرس في كামنته ( عقله الكامن ) هذا الوهم فيصاب بالعمى وقت الزواج . ويجب ألا نشير اهتمامه أو نحدث له ألماً في هذه العملية حتى لا يلتفت كثيراً إليها فيذكرها ويكون بمثابة من أجريت له عملية في الكبد أو الكلية يفتأ يذكرها ويتحسس مكانها ويفكر في حالها .

وهناك عادات نمارسها وقت العزوبة فإذا تزوجنا عجزنا عن التخلص منها . مثال ذلك ما أشار إليه ليون بلوم الرئيس السابق للوزارة الفرنسية في كتاب له حيث يقول إننا وقت العزوبة نشترى اللذة الجنسية بنقودنا من المومسات فلا نبالي أن نتفق نحن وشريكتنا في ميعاد الآثام للقاء الجنسي . ثم تثبت هذه العادة . فإذا تزوجنا لازمنا وأحدثت تنافراً جنسياً

الحياة الجنسية تحتاج إلى الاستعداد لها منذ الطفولة . ويجب أن نهذبها . فلا يوقعنا أهلونا ولا تقع نحن في أسلوب نفسى سى يكون أسلوبنا الجنسي بمضنه وهذه الشذوذات مثل السادية أى القسوة مع الجنس الآخر وقت التعارف ، أو المازوكية أى حب التألم مع الجنس الآخر وقت التعارف ، كلاهما أسلوب جنسى هو بعض الأسلوب النفسى الذى تتبعه فى العائلة والمجتمع والعادة أننا نتخذ وجهتنا الحرفية من الأب فيتكون لنا مزاج ذهنى مثل مزاجه ذهنى . ولكن القيم والعادات الاجتماعية كثيراً ما نتخذها من الأم . وكل هذا يتم تقريباً فى السنوات الخمس أو الست الأولى من العمر . ومن هنا الصعوبة فى تغيير عاداتنا ووجهاتنا ومزاجنا وقيمنا ومقاييسنا وعقائدنا . ولكل منا حظه فى هذا إن شقاء وإن سعادة

والحياة الجنسية الصالحة يجب أن يكون هدفها الزواج السعيد . وهذا الزواج يحتاج إلى أن ننشأ على المساواة بين الجنسين وإلى أن يحس الزوجان أنهما متكافئان

وكل هذا يستدعى إشعار الأطفال بالمساواة والتكافؤ منذ السنين الأولى من العمر لا فرق بين طفل وطفلة . ويجب أن يكون التعليم لهذا السبب مشتركا في جميع المراحل تقريبا . ويحتاج إلى أن تكون وجهة الحياة للمرأة كوجهتها للرجل سواء . ليس هذا للكسب والعمل وتلك للبيت والمطبخ . لأن الغاية الأولى لكل منهما يجب أن تكون تكوين الشخصية ورقيتها

ويجب ألا يتعمد الشاب عادة جنسية سيئة لأن مثل هذه العادات تثبت ويشق الإقلاع عنها بعد ذلك في الزواج . ومن هنا الضرر الفادح من البغاء ، لأن الشاب لا يتعارف بالبنى ولكنه يفسق بها . وهو بهذا يفسق بفرزته الجنسية وبالحب وبنس النساء عامة

والتعارف الجنسي يجرى بين آدميين وجهها لوجه وليس كما هو بين الحيوانات وجهها لظهر . ويجب أن يكون في هذا الوضع البشرى الخاص عبرة للمساواة والتكافؤ . وأن التعارف الجنسي ليس شهوة نارية وإنما هو تحاب ومؤانسة ومساواة وتعاون

وكى نسمد بالحياة الجنسية والمعيشة الزوجية يجب أن :

١ - نتعلم فن الحب والتعارف الجنسي . فكما أن المائدة ليست لالتهام الطعام فقط بل للمؤانسة والمباينة كذلك يجب ألا يكون الحب شهوة فائرة سرعان ما تنطفئ . فلماذا يجب أن يكون أساس التعارف الجنسي التعاون ، هذا التعاون الذى لا يمكن مجتمعا صغيرا كالعائلة أو كبيرا كالأمة أن يعيش بدونه إلا مع الضرر العظيم

٢ - يجب أن يبتعد الزوج عن اعتبار الزواج كأنه مسرة له خاصة ويجب ألا يمارس أى عمل من شأنه أن يؤدي إلى هذا

٣ - يجب أن يتجنب المباراة بينه وبين زوجته ونعنى المباراة بأنواعها المختلفة فى أولوية الرأى أو غير ذلك لأن الزواج تعاون وزمالة بين متكاثين وليس

شركة بين رئيس ومردوس

٤ - يمكن أن يكون الحب ثمرة الزواج وليس سبباً للزواج . وعندئذ يصير الحب كالصداقة ينمو ويزداد . أى يجب عندما يختار الشاب خطيبته ألا يتساءل : هل أنا أحبها الآن ؟ بل يسأل أيضاً : هل أستطيع أن أحبها بعد سنتين ويزداد حبى لها أم يتناقص ؟

## الحياة الاجتماعية والحياة الحرفية

يحدث لنا المجتمع الذي نعيش فيه عادات تقارب أو تشبه الغرائز الطبيعية . وأغلب الظن أن الإنسان ليس اجتماعياً بفطرته أى أنه لم يكن وقت بداوته يعيش جماعات كما نرى في جماعات البقر والجاموس والفيلة والغزلان . ولكنه تطبع بالاجتماع عقب الزراعة أو قبل ذلك بقليل . ولذلك فإننا نتألم من مخالفة العادات الاجتماعية واعمقادنا بأن المجتمع يحترقنا . بل أحياناً تصير العادة الاجتماعية ، كما قلنا ، قريبة جداً من الغريزة الطبيعية حتى أننا لنشتمز أو نففر من المخالفين لعاداتنا أو نقاتلهم إلى الموت . وليس التعصب الدينى مثلاً سوى عادة اجتماعية انقلبت إلى عقيدة تشبه الغريزة

تأمل حال سيدة اتضح لها أن فستانها لا يتفق مع الزي الجديد ، أو حال أحدنا نحن الرجال إذا كان قاعداً في الترام أو القطار وانضح له بعد نظرات مؤسفة من القاعدين أن زر طربوشه يتدلى من الأمام ، أو حال أحد شيوخنا حين يطل من النافذة في القطار وتطير عمامته ، أو حال الصميدى في قنا إذا قيل له إن بنت خالته نخب فلاناً ، أو حالنا إذا علمنا مثلاً أن الجزار الذى كنا نشترى منه اللحم كان يبيعنا لحم الحمار باعتبار أنه من الضأن ، أو حالنا حين نسمع أحد البوذيين وهو يمظ ويقول إنه ليس هناك نعيم أو جحيم . أو تأمل دهشة المستر تشرشل زعيم حزب المحافظين في بريطانيا بل أنه وحنقه حين يقال له إن الهنود بشر ولهم الحق في الاستقلال مثل الإنجليز

فدعنا هنا إزاء عادات اجتماعية قد شابهت الغرائز الطبيعية وصارت لها قوتها بل أحياناً تزيد قوة العادة الاجتماعية على الغريزة الطبيعية ، كما نرى مثلاً في عجز كثيرين من الناس عن التبول في المبال العامة لأنه غرس في نفوسهم منذ

الطفولة أنهم حين يحتاجون إلى التبول يجب عليهم أن يمتزلوا وينفردوا وأن  
يخجلوا من رؤية أحد لهم

فالمجتمع الذى نعيش فيه يحوطنا بعادات نفسية وذهنية حتى ننتهى بأن نطلب  
الكرامة الشخصية باسترضائه والنزول على جميع عقائده وعاداته ونخشى المخالفة  
ونتجنبها . وصحيح أن هناك مخالفين ، ولكن هؤلاء ناثرون وهم يعرفون أنهم  
قد خالفوا عادة أو عقيدة لأنهم رسموا لأنفسهم صورة أعلى من الصورة التى رسمها  
لهم المجتمع . وهم بالطبع يقبلون الاضطهاد عن رضى لهذا السبب

والمجتمع يرسم لنا صورة نحافظ عليها ونصونها من التغيير . وهذه الصورة  
هى أعظم الأسس للضمير الشخصى . فنحن لا نسرق أو نقتال أحدا ولا تزور  
ولا نزنى لأن القوانين تماقينا فقط إذا فعلنا هذه الأشياء بل لأن لكل منا  
صورة اجتماعية عن نفسه قد ارتسمت فى نفسه . فهو يرى نفسه محترماً له كرامة  
إذا نزل على رأى المجتمع وعقائده ، ومحتقراً إذا خالف

فنحن نعيش فى مصر فى مجتمع اقتنائى يطالب كل فرد بأن يقتنى شيئاً أى  
يدخر مالا أو يشتري عقارا ، بل وحتى يقتنى زوجة . ولذلك نجد لتحقيق هذه  
الأهداف مع أن كثيراً منها غير طبيعى أى غير بيولوجى . بل نستطيع أن نقول  
إن بعض الناس يتزوجون لا لحاجة بيولوجية بل لحاجة اجتماعية لأنهم يرون أن  
المزوجة لا تنهى لهم الكرامة الاجتماعية التى يهبها لهم الزواج . وكثير من أعلامنا  
إن لم نقل جميعها اجتماعى وإيس بيولوجيا . وأحيانا حين نحيب فى تحقيقها نصاب  
بشدوذ أو حتى جنون . كما يحدث لرجل كان يملك ألف جنيه فقد نصفها فى  
البورصة ، أو لفتاة خاب رجوها فى الزواج ، أو لشاب لم يحصل على الوظيفة  
المتمناه ، أو لشاب آخر رسب فى الإمتحان المدرسى أو الجامعى

فهننا قيم ومقاييس اجتماعية صارت لها قوة العراثر الطبيعية وهى تحدث لنا  
إحساسا وتفكيراً واتجاها تدين جميعها سلوكنا وتتحمل المشاق بل أحيانا

الإفلاس كي تتمتع بها . كما يحدث مثلا عند أحد الآباء يستدين ويسرف على زواج ابنته كي « يظهر » وينال إعجاب المجتمع . وقد يؤدي هذا « المظهر » إلى إفلاسه ونحتاج إلى وجدان يقظ وعادات موضوعية في التفكير كي نخالف هذه العوائد الاجتماعية . ونحن لا نسمد تماما بهذه المخالفة

حياتنا الاجتماعية السوية ضرورية لسعادتنا . ووصفها بالسوية هنا ليس له من المعنى أكثر من النزول على القيم والمقاييس والصور التي رسمها لنا المجتمع أو بالأحرى طبقة المجتمع التي ننتمي إليها

وحياتنا الحرفية كذلك تكسبنا الكرامة الاجتماعية . والشاب الذي يخيب في الحصول على عمل منظم يكسب منه يحس هو انا عظيما لا يقل عما تحسه الفتاة التي تخيب في الحصول على زوج . وفي مجتمع اقتنأ كالذي نعيش فيه يجد الوارث الكرامة التي يجدها الموظف بل أكثر . ولكن للحرفة ميزات سيكولوجية أخرى لأنها تكسب النفس نظاما وأخلاقا وهي تكون شخصية للمحترف المستول . وكل هذه الفصائل لا يجدها الوارث إلا إذا كان يستغل عقارانه بنفسه وهو عندئذ ك يكون وارثا فقط بل يكون محترفا أيضا

وخلاصة القول إنه ، كي نعيش على وفاق مع أنفسنا وعلى وفاق مع المجتمع يجب أن نمي :

١ — بحياتنا الجنسية التي يجب أن تكون سليمة من الشذوذات كما يجب أن يكون هدفها الزواج ، هذا الزواج الذي ننشد فيه الرفقة الصديقة كي يصير الحب بين الزوجين متكافئ ليس فيه استغلال أحدهما للآخر

٢ — بحياتنا الاجتماعية فنزل على قيم المجتمع ومقاييسه ونجرب في مضماره . وهذا بالطبع كلام للماديين . ولكن هناك الغد الذي لا يباله لأنه فذ ولأنه يرسم صورة أخرى للمجتمع أرق من الصورة القائمة . وهو يضحي بكرامة هذا المجتمع أو باحتقاره له

٣ - بحياتنا الحرفية . ويجب أن نختار الحرفة التي نحبها ونستطيع الارتقاء المالى أو الاجتماعى أو الذهنى عن سبيلها . أى يجب أن تكون الحرفة ارتقائية فتحرك بها إلى الأمام وترقى فيها بتقدم السن ، ولا نقف فيها جامدين نخرج منها فى الستين أو السبعين كما دخلنا فيها أيام الشباب

٤ - وأخيراً يجب أن نعنى بحياتنا الفراغية أى بفراغنا . لأن لكل منا فراغاً يستطيع أن يستغله لترقية شخصيته ويعوض عن سبيله ما لم يتحقق فى حياته الجنسية أو الاجتماعية أو الحرفية . واستغلال الفراغ يقتضى تعدد الاهتمامات بالتعلق بهواية ما أو بالاستطلاع الدائم للمعارف واكتسابها . ومعظم نساءنا يتعسّن أنفسهن بالقبيل والقال وأكل اللب لأنهن لا يستمتعن بالاهتمامات الكثيرة التى تشغل الرجال !

## حياتنا الفراغية

في وسطنا المتمدن يكثر الفراغ حتى أن موظف الحكومة في القاهرة مثلاً يستطيع أن يجد كل يوم بعد طرح ساعات العمل والنوم والغذاء والرياضة نحو ثمانى ساعات هو فارغ فيها لا يجد ما يشغله . وهناك بالطبع غير الموظفين ممن يعملون مستقلين في التجارة أو الصناعة وقد يجدون مثل هذا الفراغ أو أقل أو أكثر

ونحن ننظر إلى الفراغ هنا من الناحية السيكولوجية فقط أى من ناحية استعماله للتعويض من النقص في حيواتنا الثلاث : الجنسية والاجتماعية والفراغية . ذلك أننا ، على الرغم مما نبذل من عناية وجهد كي ننتفع ونستمتع بهذه الثلاث ، نجد فيها ألواناً من النقص تحدث لنا كظوماً رهقنا وتؤذينا وتؤخرنا . فإذا استخدمنا فراغنا فيما نرتاح إليه من هواية تتملق بها ، كدراسة لموضوع مفيد أو صناعة يدوية ننفس بها عن كظم ونجد فيها فناً يرقى بنا أو نحو ذلك ، فإننا لن نضيق بما نجد من معاكسات وصدمات في الوظيفة التي نجترق أو في متاعب البيت أو في المجتمع

ولهذا يجب أن يكون لكل منا هواية تخفف عنه هذه الكظوم . وفي الوقت الحاضر كثيراً ما نجد الزوج يهرب من بيته لأنه يجد زوجة راكدة لا تماشيه في نشاطه ومثلياته . أو يهرب من المنزل لضوضاء الأطفال بل أحياناً يهرب لأن له جاراً لا يبالي أن يملأ الجو المحيط بصخب المذياع وأغانيجيه ونهيقه . وواضح أن العلاج الأصلي هو العلاج المباشر بترقية الزوجة وتنشيط ذهنها واختيار منزل حسن في بقعة راقية يعرف سكانها قيمة السكنية وتربية الأطفال وإيجاد السلويات والملاهي المسنة لهم . ولكن إذا اتضح بعد مجهود معين أن هذه المحاولات لم تنجح النجاح الكامل فإن الزوج يجب أن يحاول إلى نفسه من

وقت لآخر أى مدة فراغه وأن يمارس عملا يهواه فتتفرج توتراته ، هذه التوترات التى لا يصح أن تنفجر بالخر أو بألماب الحظ السخيفة فى القهوة

ولكن الحياة الزوجية يجب ألا تؤدى إلى الفرار منها إلا وقتيا . ويجب الاستمرار على معالجتها باحالة البيت إلى مجتمع راق يكثر فيه الضيوف من الأصدقاء والصديقات الذين يستطيعون أن يحركوا أعضاء البيت الرا كدين إلى الرق الثقافى والاجتماعى .

وكثيرا ما يحيب أحدهنا فى حياته الحرفية لأن الحرفة وقمت له بالمصادفة فكانت كالشر اللازم يحترفها لما فيها من كسب فقط . وقد يجد من ممارستها مضضا كما يجد ألما من غطرسة الرؤساء . وبعيد أن يستطيع هو إصلاح هذه الحال . وهو إذا استخدم فراغه فى عمل يحبه أى هواية يتعلق بها فان تواتره التى تحدثها له الحرفة وما يجد من كظوم فى نفسه لأنه يمارس عملا يكرهه تنفج لأنه يمارس بهويته عملا يرغب فيه بنفسه وعقله . ومثل هذه الهواية ينتفع بها كثيرا عندما يبلغ سن الستين ويحال على الماش . لأنه لا يجد نفسه عندئذ عاطلا بل يجد فى هذه الهواية عملا يبعث نشاطه ويصون كرامته ويشغل كل وقته تقريبا . بل تصير هذه الهواية عندئذ كأنها عمر جديد

وما نجد من نقص فى حياتنا الاجتماعية كذلك نستطيع أن نصححه بحياتنا الفراغية كأن ننتمى إلى حزب سياسى أو نتابع دراسة معينة أو نتخير الأصدقاء ونحرص على صداقتهم ونمارس نوعا من البر أو الكفاح نعرف قيمته وزناح إليه . وكثيرا ما يكون مرجع النقص فى الحياة الاجتماعية جهلنا للسياسة العامة وأميئنا الصحفية حتى أننا نقرأ الجريدة ولا ندرك مغزى الأخبار . ولذلك يجب أن يكون لقراءة الجرائد والكتب الشأن الأكبر فى رقينا الاجتماعى كما يجب أن تكون بيوتنا بأثاثها متاحف يجد فيها الضيف الصورة الحسنة والآنية الجميلة الأثاث الفنى كما يجد الضيافة المستنيرة التى لا يحشد فيها الطعام والشراب ،

كأن البيت مطعم ، بل يكثر فيها الفن والثقافة ، وإذا لم يكن هذا مستطاعا حتى مع المثابرة فى إيجاده ، فان الهواية تستطيع أن تموض هذا النقص والمهم أن نعرف أن حياتنا النفسية السليمة تقتضى منا العناية بالبيت أى الزوجة والأولاد والحياة الجنسية كما تقتضى العناية بالمجتمع وبالحرقة ، ثم العناية بالفراغ

## السعادة

يختلف معنى السعادة عند الناس باختلاف ذكائهم وثقافتهم . فالسعادة عند العاى هى أن يجد على الدوام الإشباع لعواطفه أى طمأنينة من الخوف والمرض وشبعاً من ناحيتى الطعام والجنس وما يتبع هذا من توافر المال والسلطة والوجاهة ولكن السعادة فى لبابها هى الوجدان . أى زيادة الفهم لأنفسنا ولغيرنا من البشر وللدنيا ولكون . وكلما ازددنا وجدانا ازددنا سعادة حتى ولو كان هذا الوجدان مؤلماً . لأننا ننظر عندئذ بعقل نحاس وقلب ذكى . نعقل لأننا نحس ونحس لأننا نعقل . وفى كلتى الحالتين نستمتع بالفهم . وعندئذ يصير للحياة معنى لا يجده ولا يقاربه من يقنع بإشباع عواطفه

وفى الاعتبار السيكلوجى نقول إن السعيد هو السوى الوجدانى

وفى الاعتبار السيكلوجى أيضاً نقول إن الشقى هو النيوروزى العاطفى

وفى مجتمعنا الحاضر نحتاج إلى العناية بالزواج ( والعائلة ) وبالمجتمع وبالحرمة وأخيراً بالفراغ . ومتى عنينا بهذه الأشياء الأربعة وجدنا فيها جميعها الوسيلة إلى التوسع الثقافى فتتسع بذلك آفاقنا ويزداد وجداننا

والسعيد هو الذى يرتبط بالمجتمع بروابط كثيرة فيحس مسئوليات اجتماعية نحمله على أن يكون مفيداً للمجتمع ، كما نحمله على تقبل الصغوبات وعلى أن يدرس المجتمع وعلى أن يمتاز بشجاعة اجتماعية . وهو لهذه الأسباب يجب أن يكون غيرياً يؤثر مصالح الغير

والشقى هو الذى يعتمد عن المجتمع ويكره خدمته لأنه أنانى . وهو يحب عن تحمل المسئوليات فيغدو عقياً انزاليا لا ينفع أحداً . وهو فى انزاله ، وكراهته

المجتمع لا يفكر في ترقية ذهنه بالثقافة ، لأن الثقافة في لبابها اجتماعية فينقص عنده الوجدان وتزداد عاطفيته

والسعيد ينمو لأنه اجتماعي يحوى ماحوله بالذهن والعمل والدراسة والخدمة ونظرته مستقبلية تطويرية ينسى المموم لأنه يحلها أو يهملها

والشقي لا ينمو لأنه انعزالي قانع بمواطنه يجترها ويتغذى بها . وهو لا يدري ولا يعمل ولا يخدم . ونظرته إلى الماضي تقف عند حادثة في حياته فيلصق بها ويجعل منها بؤرة لهم الدائم العقيم ، يفتأ بذكرها ويعطل بها جميع مواهبه بذكرها السعيد نشيط وجداني موطري متفائل له هدف مستقبلي دائم الحركة الذهنية والجسمية ، والشقي راكد عاطفي ساكن متشائم لا يتحرك إلى المستقبل ، لأنه مقيد بالماضي . وهذا القول يصح عن الأمم كما يصح عن الأفراد

والسعيد صريح سافر مستقيم الأخلاق في ضوئه النفسي  
والشقي متستر سرى معوج ما كر له وجهان أو ثلاثة وجوه

والسعيد مجاهد يطلب ترقية ذهنه ونفسه وعائلته ومجتمعه يومن بداية ما قد استقر عليها بوجدانه

والشقي جامد لا يرقى نفسه أو مجتمعه أو عائلته ليس له دين . أو هو لا يعرف من الدين سوى الممارسات العقيدية اليومية المألوفة

وقليل من التحليل للأخلاق ينير بصيرتنا . فإن الصراحة مثلا تخدم الصحة النفسية ، لأننا لا نتحمل مجهود الإخفاء الذي يتحمله المنافق الموارب . والرقى والتطور بالدراسة والخدمة يملآن النفس سرورا . وهما يحركان النشاط ويصونان الصحة النفسية والجسمية . ولذلك فإن الكذاب والفشاش والمنافق والمالكر ، كل هؤلاء يتعبون ، لأنهم يتحملون مجهودا في ستر أشياء لا يحتاج إلى سترها الأمين المخلص . والجامد الذي لا يرتقى ولا يتطور يحس تشاؤما ملازما لأنه لا يجد

## مغزى الحياة

والتدين الذى سكن إلى ديانة حسنة وصل إليها بمجهوده ، وليس بتهاليله ينتقل فى سلوكه وتصرفه من العاطفة إلى الوجدان . فهو يفكر أكثر مما يفعل فى حين أن ذلك الآخر الذى لم يسكن إلى ديانة حسنة ، قد وصل إليها بمجهوده بل قنع بالممارسات المألوفة ، يبقى على المستوى العاطفى يكره أكثر مما يحب ويتمصب ويغالى بلا روية

والتدين كالغناء واللحن إما عاطفة وإما وجدان . فالرجل الذى ربه نفسه وارتقى يحب الأغاني والألحان الوجدانية التى لانكاد ترتبط بعاطفته . أو هو يرى على الأقل أن هذه العاطفة ليست جنسية . فالأغاني والألحان عنده ليست أغانيج . ونحن حين نستمع إلى باخ أو بيتوفى لآنحس أية يقظة جنسية . ولكننا نحس هذه اليقظة عند ما نستمع إلى العامة أو بالأحرى الغوغاء من المغنين والموسيقيين فى أوربا . ونحسها فى جميع المغنين والموسيقيين فى مصر تقريباً . بل إنى لأستمع أحياناً إلى مغن مصرية فى المديح فأجد أنه يغنج كالنساء . وهكذا الشأن فى جميع الفنون . فإنها تخاطب العواطف عند العامة . وتخاطب الوجدان عند الخاصة المثقفة وقد شرع الرسم يتجه نحو الوجدان فى السنين الأربعين الأخيرة

والتدين كذلك قد يعتمد على العواطف لأن له عقائد جامدة كثيراً ما تؤدى إلى الفساد الروحى كالتعصب مثلاً . ولكن التدين الذى يعتمد على الوجدان إنما ينمو بالمعارف والتفكير ولا ينقطع نموه طوال الحياة

ويرى القارىء أنى هنا أوكد قيمة الوجدان فى السعادة وأعزو الشقاء إلى تسلط العواطف . وهذا هو ما انتهيت إليه ، ولكن ربما يحتاج القارىء إلى رأى آخر . ولذلك أعرض عليه تفسيرات أخرى وضعها السيكلوجى العظيم أدلر يجد أنها تحليلية أو توضيحية للسعادة . وهى :

١ - نحن فى طفولتنا يغمرنا عجز ونقص كلاهما يعين لنا طرازاً من السلوك

يلازمنا طوال حياتنا كما يمين أهدافاً نتجه إليها بنشاطنا

٢ — إذا كانت هذه الأهداف التى تكونت لنا فى الطفولة بعيدة التحقيق فإننا نشقى بها طوال حياتنا لأننا لن نحققها

٣ — وواضح أن الهدف وطراز السلوك يتكوران مدة الطفولة على سبيل التدوير من نقص الطفولة وعجزها قبل اكتمال القوى العقلية الناقدة ، ولذلك يرسخان ويشقى التخلص منهما

٤ — إذا كان هذا الهدف وهذا الطراز للسلوك مخالفين لقواعد المجتمع فإننا نشقى بهما

٥ — يحدث أحياناً أننا ننقح الهدف أو الطراز . ولكن من الشاق جداً التخلص منهما لأن جميع عواطفنا معبأة لخدمتهما

٦ — مجموع الوسائل التى نتخذها فى تحقيق الهدف والطراز يكون شخصيتنا

٧ — كل إنسان ينفذ السعادة يحتاج إلى المجتمع . فيجب أن تكون حياته اجتماعية

٨ — كى نألف مع المجتمع ونسعد به يجب أن نحل ثلاث مشكلات هى المشكلة الجنسية بالحب والزواج والعائلة ، والمشكلة الاجتماعية بالانصال بالمجتمع والاهتمام بشئوننا وخدمته ورفقته ، والمشكلة الحرفية التى نكسب منها عيشنا ( وقد زدنا نحن هنا مشكلة الفراغ )

٩ — السعادة هى أن يكون الإنسان كاملاً . ( وقد يصح التنقيح هنا بأن نقول إن السعادة ليست الكمال ولكنها محاولة الكمال . )

وليس المعنى من كل ما ذكرنا أننا لن نشقى إذا اتبعنا هذه القواعد . وإنما نعى أننا نكون أقرب إلى السعادة إذا اتبعناها . وفى هذه الدنيا شقاء لا يستطيع استبعادنا بأية قواعد . كالأم تفقد ابنها ، أو أى إنسان تقع به حادثة تحرمه من

أعضاء ثمينة ، أو العيشة في مجتمع قاسد يؤمن بمقائد سيئة أو يخضع لسلطان فاجر أو نحو ذلك . فنحن هنا نشق . ولكن هذا الشقاء يخف إذا تلقيناه بالوجدان ويثقل إذا تلقيناه بالعاطفة . وقد نستطيع معالجته وإصلاحه في الحال الأولى . أما في الحال الثانية فلا علاج . ثم ماذا نقول في عامل يعمل نفسه وزوجته وأولاده ثم تزدحم السوق بالبضائع فيقف المصنع ويطرد عماله أو بعضهم ؟ فيجد هذا العامل نفسه عاطلاً عاجزاً عن شراء القوت هل نوهمه بالسعادة وهو في أشق الشقاء ؟

وفي مثل هذه الحالات لا تتعلق السعادة بالفرد وإنما تتعلق بالمجتمع . ومن هنا صار أدل السيكلوجي العظيم اشتراكياً يطلب توفير العمل والكسب لجميع الناس

وأخيراً نقول إن السعادة تختلف من السرور . الأولى فكرية والثاني مادي . فنحن نسر بالطعام أو الشراب أو المسكن أو الأومبيل أو المنصب العالي أو الأبهة . ولكن كل هذه الأشياء لا تسعدنا ، لأننا إنما نسمد بالفكرة . أي حين نكافح من أجل تحقيق غاية نعتقد أنها سامية نافعة ، أو حين نخدم شأنًا له قيمة تتجاوز ذواتنا كالأم نخدم طفلها وتنشد فيه رجلاً ، وكالمؤمن يدين يحاول نشره على الرغم مما يمترضه من صعوبات ، وكالداعية إلى إصلاح اجتماعي معين . فكل هؤلاء سعداء يرضون عن ألوان من الحرمان والبؤس لا يطيقها غيرهم لأن سعادتهم في الفكرة التي يخدمونها

## وسائل عملية للسعادة

كلمة السعادة من الكلمات المشتبهات التي يختلف كثيرون في معناها . فهي عند البعض ثراء بغنى عن الكد ، وعند آخرين قناعة تغنى عن الثراء والكد معا وعند فريق ثالث شهوات لا تنطفىء . الخ

ولكن عندما ننأمل الأحوال الاجتماعية التي نعيش فيها ، نجد أننا مرتبطون بقيمات يلقينا عليها علينا المجتمع من حيث لا يأمر بالتنفيذ ولا يعاقب عند الإهمال ولكنه أى المجتمع ، يندس في قلوبنا ويعين لنا ميولا واتجاهات ، ويخلق في ضمائرنا رغبات وشهوات نحس الابتئاس العظيم إذا نحن أهملناها أو عجزنا عن تحقيقها . ولكل مجتمع أهدافه التي يعين بها معاني الكرامة والضعمة، والمظمة والخسة ، والتفوق والتخلف

فقد كان مجتمعنا إلى وقت قريب يجعلنا أو يجعل الكثيرين منا يبتئسون لأنهم لم يحصلوا على رتبة بك أو باشا . كما كان هناك كثيرون من أثرياء الأرض الذين كانوا يحسدون أثرياء آخرين غيرهم ، لأن هؤلاء يملكون ألف فدان ، أما هم فلا يملكون سوى ثمانمائة فدان

وقد تغير مجتمعنا وتغيرت أهدافنا . فليس منا من يقول أنه لن يكون سعيداً إلا إذا حصل على ألف فدان ، لأن قصارى ما يصبو إليه هو مائتا فدان

ونعنى بهذا المثل أن المجتمع الذى يعيش فيه الانسان يعين له أهدافه ووسائله بل يحددها . وهو بهذا التعيين أو التحديد ؛ يعين أخلاقه ونوع السعادة التي ينشدها أيضا ، بل يعين ردائله وقضائله

ولكن هناك مبادئ عامة لكل المجتمعات ، تتطلب من الفرد أخلاقا معينة

وهى ، كما قلنا ، لا تفرض عقوبة للمخالفين ولسكنها لقوة الجوا الاجتماعى الذى نعيش فيه ، تجمل هذه الأخلاق أو الاتجاهات حتمية . حتى لقد ينتحر أحدنا إذا أحس عجزا عن تحقيقها

وهذا التحقيق هو السعادة . وعلى قدر ما نحقق من هذه الأهداف والأخلاق يكون مقدار سعادتنا

وكما نسمد فى حياتنا يجب أن تتحقق هذه الأهداف الأربعة

- ١ — مرتزق نعيش منه بما ننتج للمجتمع
- ٢ — كرامة إجتماعية أو مقام إجتماعى نحس به أننا محترمون
- ٣ — حياة زوجية سليمة
- ٤ — نجد أى تطور

\* \* \*

هذه هى الأهداف الأربعة التى يقول بها السيكلوجيون . وأيما نقص فيها قد يؤدى إلى انحرافات خطيرة أو خفيفة . وقد تكون هذه الانحرافات جريمة تقع فيها أو شذوذا نفسيا قد يصل بنا أولا يصل إلى الجنون . فان العاجز عن الارتزاق قد يسرق ويأثم . وأحيانا نجد من ينتحرون لأن كرامتهم الاجتماعية قد أهينت وكذلك الحياة الزوجية إذا فسدت فانها تؤدى إلى ضروب من الشقاء ، من الطلاق إلى المهجران ، إلى غير ذلك . وأخيرا نجد أن الرجل الراكد الآسن الذى يرفض التطور يعانى سأمًا ، ويجد كل شىء ما سخا فى الحياة

وهذا كلام موجز عام يحتاج إلى شرح

\* \* \*

فاما الارتزاق فيعد فى أول الشروط للسعادة . ونمنى القدرة على الارتزاق

بالإنتاج . وهذا يطالبنا بأن نكون على شيء من المهارة الفنية التي يحتاج إليها المجتمع ولكل مجتمع مهاراته المختلفة التي يحتاج إليها . فقبل نحو خمسين سنة حين كنت صبيا كنت أعرف أحد الأثرياء المحترمين الذين جمعوا ثراءهم لمهارة فذة هي ركوب الخيل والحير وتعليمها . وقد تغير مجتمعا فلم تعد تصلح هذه المهارة لضمان الكسب والثراء . وكذلك الشأن في مهارات مختلفة عبث بها حكومتنا أو هي دعت إليها وعلت الشبان في الجامعات الأوربية لتحقيقها ؛ حتى إذا نجحوا في تحقيقها لم يجد فيهم تستخدمهم واضطرت لذلك إلى أن ترزقهم من حيث لا يمتازون بمهارة خاصة . فابتأسوا

ولكن العبرة أن نتعلم مهارة خاصة تكون وسيلتنا للعيش الشريف الذي لا نحتاج فيه إلى الرجاء أو التوسل . ثم هذه القدرة على أن ننتج عملا يحتاج إلى مهارة ، هي في النهاية وسيلتنا إلى الكرامة الاجتماعية التي نتمناها ، بل هي مقياسنا الذي نقيس به صلاحنا وسعادتنا

والكرامة الاجتماعية هي شيء كبير جدا في سعادتنا . وهي بالطبع تختلف بين بيئة وبيئة وبين مجتمع ومجتمع . فهناك ما يملكه أحدنا من أفدنة ، أو ما يحوزه من القاب علمية ، أو ما يؤلفه من كتب ، أو ما يشفى من مرض إذا كان طبيا . أو ما يكسب من قضايا إذا كان محاميا الخ .

وأعظم رجل في مصر في أيامنا ، محمد نجيب ، لا يملك قيراطا من الأرض . ومع ذلك ترتفع كرامته إلى أعلى مستوى . وهو بذلك سعيد . إذ هو قد وجد ميدانا آخر للكرامة لا يمت إلى راء أو واجهة أو لقب

ولكن مع جميع اختلافاتنا ، نحتاج إلى أن نحس أن المجتمع يحترمنا وأننا غير محتقرين . وعندما نسمع عن أحد التجار أو أحد الطلبة أو أحد الموظفين أنه قد حاول الانتحار ، فإن السبب الخفي لهذه المحاولات هو خوفه من الاحتقار . فإن التاجر يخشى الاملاس ، والطالب يخشى الرسوب ، والموظف يخشى العvisجة لأنه اختلس . وهذه الخشية هي في النهاية خشية الاحتقار الاجتماعي

وإنما يكفل لنا الكرامة الاجتماعية مرتزق حسن نبدى فيه مهارة تعود علينا  
بكسب يكفل لنا العيش الكريم ، بحيث لا نحتاج أو لا نضطر إلى انحراف أو  
شدوذ يجلب علينا إحتقار المجتمع

وإحساسنا بالكرامة الاجتماعية هو أيضا وقاؤنا من الإنحلال والإسراف  
والشطط بل من الشذوذ والإجرام

وما زلت أذكر مع الضحك أحد المجرمين ، وكان ذكيا ، قعد إلى يحدثني عن  
جريمته . فكان مما قاله أن كل الناس يحبون أن يرتكبوا الجرائم لولا أنهم  
يخجلون . والحجل هنا هو الإحساس الاجتماعي بالاحتقار الذي يعود عليهم إذا  
شدوا أو سقطوا

وهذا الإحساس بالكرامة يعم الناس في جميع الأعمار تقريباََ ويحسون  
ضرورته فإن الصبي الذي لم يتجاوز الخامسة عشرة قد يبتئس ، ويحس أن الدنيا  
كلها حالكة إذا كانت أمه تهينه أو تحتقره أمام أخوته . وقد يضحي بكل شئ  
في سبيل استرداده لكرامته المجروحة . ومما يؤسف له أنه يفعل ذلك أحيانا  
بأساليب طغلية ، كأن يؤكد شخصيته وكرامته عن سبيل الإيذاء أو المغامرة

والحياة الزوجية السليمة هي أحد الأركان الذي يدعم السعادة . لأنها تكفل  
لنا نفسا سليمة من الكظم المؤذى . كما أنها ، إلى حد بعيد ، تجعلنا نحس الكرامة  
الاجتماعية التي تنقصنا مادنا في العزوبة . وهناك آلاف من الناس يتزوجون  
لتحقيق الكرامة الاجتماعية فقط

وفي مجتمعنا الحاضر الذي يحفل بالطوارئ الاقتصادية والتفاوت الاجتماعي  
والأمراض المختلفة ، يحتاج كل منا إلى هذا الحصن المأمون ، وهو البيت الذي  
نجد في نظامه العائلي تضامنا كما لو كان شركة تأمين عامة لجميع أعضائه . وهناك  
أرقام لا يتطرق الشك إليها ، تدل على أن المنتحرين من العزب أكثر جدا من  
المنتحرين من الزوجين . ودلالة هذه الحقيقة تحملنا على الاعتقاد بأن الأعزب

لا يستمتع بحياته ، ولا يجد لها جذورا تربطه بالدنيا كما يجد المزوج . ولذلك بسهل عليه تركها بالموت

وعائلة حسنة هي شى كبير فى السعادة

ولكن العائلة الحسنة هي تلك التى تنبنى على الحب . وليس بعيدا أن ينمو الحب بعد الزواج إذا لم يكن قد نما قبل الزواج . ولكن السعادة تكون مكفولة أكثر إذا كنا نجعل الحب أساس الزواج ، ولا نزوج إلا بعد تعارف طويل نثق منه أننا نحب هذا الشريك الآخر الذى ننوى أن نعيش معه ونعاشره طيلة العمر وقد أعجبت بقول الامام ابن حزم فى « طوق الحمامة » أنه لا يمكن إنسانا أن يحب امرأتين . وإنما هو يشتهيها فقط . وقرق عظيم بين الاشتهاى والحب . ولذلك يجب أن يعنى الشاب أكبر العناية قبل الزواج بهذه الفتاة التى يخطبها ، وأن يهدف من زواجه منها إلى العمر كله بلا حاجة إلى طلاق أو ضرار

ولست عائلتنا سعيدة لتفشى الضرار والطلاق فيها . بل أن هذا التفشى هو الأصل للأمراض النفسية التى تعانىها زوجاتنا أو كمثرات منهن . وهى الأمراض التى يحاولن معالجتها بالزار

ومما يفسد الزواج أن يحتوى البيت الحماة سواء أكانت أم الزوج أم الزوجة . وقد تكون هذه السيدة من فضليات النساء ولكن موضعها العائلى ، باعتبارها حماة لأحد الزوجين ، يحيل البيت إلى جهنم

\* \* \*

قلنا أننا ، كى نسمد بحياتنا ، نحتاج إلى مهارة فنية تتيح لنا الارزاق بالانتاج الشريف . ثم نحتاج إلى مركز اجتماعى يكفل كرامتنا ، ثم إلى عائلة حسنة نعيش فيها آمنين نلجأ إلى بيتنا كما لو كان حصنا لا تستطيع الكوارث أن تدخله

ولكن السعادة تحتاج إلى شرط رابع ربما كان أخطرهما جيمهما . وهو أن نتطور ونتجدد بأية صورة . فقد تكون السياحة مجددا من حيث أنها تنقلنا من

وسط إلى آخر ، فنحس كما لو كنا نعيش عمرا آخر حتى ولو لم تزد مدته على شهور  
زور فيها باريس أو أسوان أو لبنان

وقد تكون فناً جديداً نتعلمه ولو كنا في آخر العمر . لأننا نحس ونحن  
نمارس هذا الفن الجديد أننا في ارتقاء ، في صعود . وأننا نحيا الحياة الحيوية  
التي لا تعرف الركود

وأولئك الذين جعلوا الثقافة عائلتهم يحسون هذا الارتقاء المتوالى ، لأنهم يجدون  
في تجديد الموضوعات التي يدرسونها تجدداً شخصياً لهم . بل هم يتطعمون الحياة  
التي تمسح عند غيرهم من الذين لا يدرسون . وأنى لا عرف أحد هؤلاء  
المثقفين في الخامسة والستين من عمره ، يدرس هذه الأيام الذرة بكل ما فيها من  
ارتباكات ومشكلات . وهو سعيد ملتذ بجهد هذا

ولكن ربما كان أعظم ما يكفل السعادة أن يندغم الإنسان في كفاح إنسانى  
للخير والبر والشرف . فإن هذا الكفاح بكسبه الكرامة السرية التي يتحدث  
بها إليه ضميره ، كرامة السيف في غمده . قد تنظر إليه أنت فلا تجد ما يؤهله  
للسعادة ولكنه هو يعرف من نفسه ، ومن قلبه ، ومن هدفه ، أنه سعيد بل أعظم  
السعداء وأن ما ينزل به من كوارث المرض أو الفقر أو الإهانة الشخصية ليس  
شيئاً في جانب الكرامة التي أضفاها عليه كفاحه الإنسانى في خدمة البشر

وهذا الكفاح هو ما نجد عند القديسين والأبطال والأحرار الذين قاوموا  
الطغاة . فأننا حين نقرأ سيرتهم نعتقد أنهم ضحوا بالكثير من سعادتهم كي يحققوا  
الغاية التي نصبوا أنفسهم لتحقيقها . ولكن الحقيقة أنهم كانوا سعداء بتعبهم  
وعرقهم وحرمانهم من أجل الكفاح الذى خدموا به الإنسانية

وجبذا هذا الكفاح علأيه حياتنا الفارغة وندغم به في التيار الإنسانى للخير  
والشرف . فأننا حين نفعل ذلك لا نبالى أن نحيا على كسرة من الخبز في كوخ من  
الطين ، بل لا نسأل عن معنى السعادة ، لأننا لا نحتاج إلى هذا السؤال إذ نحن  
فيها نؤدى رسالة ونقصد إلى هدف

## النفس السليمة

في الاتجاه السيكلوجي الذي تتبعه هنا نعتقد أن النفس السليمة هي نفسا النفس السعيدة ، وأن السعادة هي الوجدان . وما نذكره هنا إذن إنما هو إرشادات تفصيلية توضح لنا كيف نتجنب المرض النفسي أي كيف نتجنب الشقاء .

أول شرط للسلامة النفسية أن نتجنب الهموم . وهذه هي السلامة السلبية . أما السلامة الإيجابية فتقتضي تقبل الاهتمامات . والفرق بين الهم والاهتمام أننا نجتر الأول اجتراراً لأنه يتصل بعاطمة قد انفعلنا بها إنفعالا شديداً . ونحن في هذا الاجترار لا نعمل هذا الهم بل نجد أنه قسرى شأن المواطن الطاغية فلا نملك التخلص منه . وقد يكون لالتصاقنا بالهم هدف كما يقول أدلر . هو أنه أي الهم يمنعنا من تحقيق الغايات الاجتماعية كالنجاح في الحرفة أو التفوق في المجتمع أو الدراسة أو نحو ذلك . وعند أدلر أن جميع الأمراض النفسية ، والهم أولها وأخفها ، تعود إلى أننا نبني بها غاية هي الهرب من الواجبات الاجتماعية ومن مواجهة الحقائق اليومية . كأننا نقول أمام المجتمع وأمام ضمائرنا : « كيف تطلبون مني النجاح وتأدية الأعمال الحرفية وأنا مثقل بهذا الهم . أعذروني . »

فنحن نلصق بالهموم وكأنها الدواء الذي نرفض تركه . ولذلك نجد أن هذه الهموم قسرية تتعلق بها على الرغم من إرادتنا الوجدانية . نفتأ تفكر فيها ونجترها كما يجتر البهيمة طعامه يحجره إلى فمه ثم يرده ، بل نفكر فيها بالليل ولا ننام . ونبقى على هذه الحال الشهور والسنين لا تؤدي عملاً مفيداً لنا أو للمجتمع . وعندما يتغلب علينا الهم يسودنا بل يتسلط علينا فتور ، بل جهود فكري وجسمي ، فلا ننشط إلى دراسة أو عمل .

أما الاهتمام فليس كذلك إذ هو يمث النشاط والحركة . وقد يكون الاهتمام

خاصاً أو عاماً . ولكن الميزة التي تفصله من الهم أنه وجداني إرادى وليس قسرياً عاطفياً مثل الهم . ولذلك يجب أن نلجأ إلى الاهتمامات نعالج بها الهموم إذا كان هذا مستطاعاً . ويجب أن نذكر أن حركة العضو تؤدي إلى حركة العاطفة . فإذا وجدنا مثلاً أن الاهتمام بالدراسة والتفكير شاق ، لأن عاطفة الهم طاغية قد ربطت العقل ومنعت حركته ، فإننا نستطيع أن نحرك الجسم بالعمل الذى يشعرونا بالكرامة ويثير إحساسنا الاجتماعية . كأن نتكلف أى عمل نافع للمجتمع . فالمرأة المهومة تمارس التمريض أو خدمة اليتامى أو التعليم فى مدرسة للفقراء أو جمع التبرعات لعمل خيرى . والرجل المهوم يعالج مثل هذه الأعمال التى تتفق وقدرته ومكانته . وتحريك الجسم أسهل جداً عند الذين طغى عليهم الهم من تحريك العقل

والشرط الثانى للسلامة النفسية أن نجهد على الدوام فترات نستطيع أن نتخلص فيها من التوترات المختلفة حتى ولو لم تكن هذه التوترات هوماً مرهقة . والنوم بالطبع يخلصنا إلى حد بعيد من هذه التوترات . ونعنى بالتوتر هنا أن النفس تكون مشدودة بقظة متنبهة قلقة كما هى الحال عندما تحملنا واجباتنا على مواجهة المشاكل والصعوبات التى لا نخلو منها الحياة . والنوم بعد الظهر هو علاج حسن لئلا هذه التوترات

والنوم هو استرخاء تام . ولكن إذا كانت أعمالنا تطالبنا بمجهود كبير نحس أنه يشق علينا فإننا يجب من وقت لآخر أن نلجأ إلى الاسترخاء الجسمى الذى يؤدي إلى استرخاء نفسى . ويمكن أن يكون هذا الاسترخاء بالعود على كرسى فى فترات قليلة متكررة أو بالحديث مع صديق على قهوة أو ملاعبة فى أحد ألعاب الحظ الخ . فإن الاسترخاء هنا يعيد إلى البندول النفسى اتزان

ولكن يجب ألا ننسى أن التوتر الذى قد يحسه أحدنا قد لا يرجع إلى أن واجبات العمل ثقيلة فى ذاتها ، إذ ربما يرجع إلى كراهة الدامل فيها لعمله

وظنى أن معظم السبب للأمراض النفسية عند الأمريكيين يعود إلى التوتر البالغ الذى تبعته فيهم الميابة الاقتصادية وإيمانهم بأنجيل النجاح . وبالطبع نحن لا ننسى أن كثيرا من التوتر عند الشبان يعود إلى الحرمان الجنسى . وهذا التوتر كثيرا ما يحول بين التلميذ أو الطالب ( بين ١٤ و ١٩ سنة ) وبين الدراسة . ولا نستطيع أن نصف علاجا عاما لهذه الحالة . وإنما هى تحل حلا يتفق مع الظروف الخاصة لكل فرد

والشرط الثالث للسلامة النفسية أن نكون طبيين قانمين أى لا نهوور فى مطاعم بعيدة نتعب فى تحقيقها ولا نحققها . وهذه المطاعم تتكون أحيانا فى الطفولة وهى تسوقنا سوقاً ، بعناصر تختفى فى الكامنة ( العقل الكامن ) وهى ترهقنا بمجهود قد لا نتحملة كما أنها نحملا على أن نكون أنانيين غير اجتماعيين . والأنانية أسوأ الرذائل السيكلوجية . لأننا لن ندرس ولن نصادق ولن نستمتع بتلك الاستمتاعات الاجتماعية العديدة مادنا أنانيين . بل إن الأنانية تضرم فى أنفسنا غليلا لا ينطفىء يجعل التوتر عادة نفسية نصبح ونمسى بها ونحن فى تعب وإرهاق

وقد سبق أن عرفنا أن السعادة ، وهى عندنا السلامة النفسية ، تقتضى من كل منا أربعة أشياء هى : ١ - التلاؤم العائلى بالزواج الذى يكفل البيت الحسن ونجنب التوتر الجنسى بالحرمان وأيضا وجود العش الذى نأوى إليه . ٢ - المقام الاجتماعى الذى نكسبه بالاختلاط النفسى ( بالثقافة ) والجسمى بالاختلاط والاشتراك فى النشاط الاجتماعى المختلف . ٣ - الكرامة الاجتماعية من الحرفة التى نكسب منها عيشنا . ٤ - الفراغ الذى يجب أن تقضيه فى نظام ونجد فيه الهواية نمارسها عن حب وتعلق لأنها تعوضنا من النقص الذى لا نستطيع تجنبه فى الزواج أو الحرفة أو المقام الاجتماعى

وإلى جذب هذه الأشياء الأربعة يجب أن نتجنب الهموم والتوترات والمطامع البعيدة التي لا تتحقق

والوجدان وحده يكفي للعلاج أى أننا نلجأ إلى النظر أو التأمل المنطوق الموضوعى . ولكن المريض الذى تغلبت عليه الهموم كثيرا ما يعجز عن هذه المعالجة الوجدانية الموضوعية وهو يحتاج إلى من يحلله ويسبر أعماقه ويصف دواءه

\* \* \*

هذه الشروط الأربعة للسعادة هى لأولئك العاديين من الناس الذين يقنعون بالثمر دون الشعر وبالسعى على القدمين دون الطيران بالجناحين أما المبقرئون من الناس فيعرفون ، دون أن نعرفهم نحن ، أن السعادة هى كفاح يلتهم العمر كله لخدمة البشر ومكافحة المستبدين والمستعمرين ومحو الفقر والجهل والمرض ورفع المرأة من الأثوية إلى الانسانية وتعميم المعارف العلمية كي تمحو العقائد الخرافية . وهم سعداء على أعلى مستوى من السعادة لأنهم لا يعيشون سدى وإنما يعيشون عن قصد ويرمون إلى هدف

## المرض والصحة درجتان

المرض والصحة في النفس درجتان وليسا نوعين مختلفين . فنحن الذين نعيش أحراراً نجول في الشوارع بلا مانع ونكسب عيشنا لآلئ مختلف عن المرضى المحجورين في المارستانات إلا في الدرجة فقط . أي أن هؤلاء المرضى قد اتجهوا الوجهة التي نتجها نحن كل يوم بل كل ساعة ولكنهم أسرفوا وبالغوا

نحن الأصحاء نضبط عواطفنا بالوجدان . وكلمة « نضبط » هي كلمة تقريبية غير مطلقة إذ من هو منا ذلك الذي يستطيع أن يقول إنه يملك عواطفه ويضبطها ؟ أما المريض فلا يملكها بتاتا بل ينساق فيها

أنا العاقل عند ما تملكني عاطفة الغضب أهرب إلى من أغضبني وقد أضربه بيدي أو أقول يا ابن الكلب ، يا حمار ، أو قد أكتب هذا الغضب فأجد أن يدي ترتعش أو أن العرق يسيل من وجهي . وهذا السلوك يدل على مرض نفسي ولكنه وقتي سرعان ما يزول

أما المريض فإذا تملكته عاطفة الغضب عمد إلى خصمه فخنقه وقتله ، أو هو يضبط العاطفة بمجهود كبير . فبدلاً من أن ترتعش يده كما ارتعشت يدي ، يجد شللاً في ذراعه . وهذا الشلل نفسي تسميه هستيريا . ولكن ارتعاش يدي كان من مبادئ هذه الهستيريا . وكذلك هذيانى بأن خصمى ابن كلب أو حمار هو شذوذ وقتي لو طال ، أى لو احتقت عاطفة الغضب ، لصار مرضاً

وامتيازى على هذا المريض درجى . فكلانا قد غضب . ولكنى أنا السليم قد استيقظت قليلاً من وجدانى وقنعت بقولى يا ابن الكلب ، أو كظمت غيظى . فأدى هذا الكظم إلى ارتعاشى أو ارتشاح عرقى . أما هو فقد استسلم لعاطفته وقتل

الخصم . أو هو قد كظم غيظه أيضا . ولكن ، لأن عاطفة الغيظ عنده كانت فادحة ، فقد أحدثت له في جسمه شللا

نحن نعرض لأن في النفس عاطفة مختنقة لانعرف كيف نتخلص منها ولا نملك هذا التخلص . واحتقان العاطفة يشبه احتقان السكبد على التقريب . فهي غيظة مكظوم ، أو حزن يائس أو غدة مضطربة أو خوف متردد أو نحو ذلك من العواطف الطاغية التي لا تبرح النفس . ولو كان المريض وجدان يسود تصرفه وكان قد تدرب على التعمق والمنطق والنظر الموضوعي لاستطاع أن يتغلب على هذه العواطف ولكن حتى مع الوجدان السليم تظني أحيانا بعض العواطف علينا ويمجز وجداننا عن التصرف بها . ولذلك نجد أحيانا فيلسوفا قد أنهت حياته بالجنون أو الانتحار وقد يعزى هذا إلى أنه يعرف من فساد الوسط الذي يعيش فيه أكثر مما يعرفه غيره ، كما أنه يعرف من وسائل العلاج ما لا يعرفه غيره فلا يطبق هذه الحال : فساداً عاماً وعلاجاً ميسوراً بلا محاولة للإصلاح . ولذلك ينهار وجدانه

وسرى أن انهيار الوجدان هنا هو إحدى الوسائل إلى راحته النفسية . ذلك أن هذا الوجدان قد أقلقه وأتمبه كثيراً لأنه عرف أن تفكيره ومجوده عقيان . فهو يلجأ إلى أحد الأحلام تخترعها نفسه كي يرتاح . كما رأينا في تلك الزوجة التي لم تطق تقريع زوجها لها بأنها هزيلة لا تسمن . فعمدت إلى أسطورة ارتاحت إليها وهي أنها امرأة طاهرة وزوجها رجل نجس وأنه لا يجوز له أن يقربها

وقد كان أفلاطون يقول إن ما يحلم به العقلاء في النوم يعملهم المجانين في اليقظة . فحياتنا وقت النوم هي حياة العواطف العارية . وهي تقارب هذه الحال في خواطر اليقظة . فإذا غاظني أحد وأهانني فإنني أتحيله في خواطر اليقظة مهانا مضروباً . وقد أقتله في الحلم . وأجد في هاتين الحالين تعويضاً يريح النفس ويرفه عنها مما لاقتة في الواقع . ولكن سرعان ما أعود إلى وجداني وأترك هذه الخيالات

ولكن المجنون يستسلم كل وقته ، أيامه ولياليه ، لهذه الخواطر وهذه الأحلام

حتى ينسى الواقع ويلغى وجدانه . فالفرق بينى وبينه هو فرق فى الدرجة  
وأنا فى النوم أحلم بالكابوس كنتيجة للمخاوف المترددة فى ساعات اليقظة  
وظروف المعيشة . وقد أصرخ وأنا نائم . ولكن عاطفة الخوف التى أحدثت  
عندى هذا الكابوس تحتقن وتقدح عند المجنون فتحدث كابوسا دائما يزججه بألوان  
مختلفة من المخاوف لا يستيقظ منها إلى الوجدان

ونستطيع أن نذكر الأمراض النفسية كى نرى بذورها فى أنفسنا . فكلنا  
نسمع كلمات نيوروز ، سيكوز ، هستيريا ، شيزوفرينيا ، مانيا ، بارانويا  
وكل مريض بأحد هذه الأمراض يستحق الحجز أو العلاج  
ولكن نحن العقلاء ، ليس فىنا واحد ، يخلو منها ، أو بالأحرى من بذرتها  
كما نرى فيما يلى :

١ - النيوروز هو احتداد أو تورّ العاطفة وملازمتها . كأن يتسلط علينا  
الخوف من الإفلاس أو الموت أو المرض أو يتسلط على الزوجة الغيرة . أو يتسلط  
علينا هم لا يبارحنا . فهنا نيوروز يجعل حياتنا عظيمة وهو يبدد قوتنا النفسية ولا  
يخف بخواطر اليقظة أو الحلم . كما أننا لانستطيع تسليط الوجدان على العاطفة هنا  
لأنها طاغية فتعجز عن معالجة الموضوع بالمنطق والتعقل والنظر الموضوعى . لأن  
تسلط العاطفة يجعلنا ننظر النظر الذاتى . والنيوروز يتسم بأنه قسرى

ونحن العقلاء نجد ألوانا من هذا النيوروز المخفف فى عواطف تملكنا التملك  
القسرى فى وقت ما ، حين نستسلم لخواطر الغضب أو الخوف . والههم إذا طغى صار  
نيوروزا ؛ وإذا خف لم يعد شيئا يؤبه به ، لأن كلامنا إلى حد ما يجده

وقد يقدح النيوروز أى تتفاهم العاطفة وتثقل . وعندئذ نختار أى تخيل  
علاجاً زائفاً هو السيكوز

فأنا السلم الذى منع عنى الطيب الطعام أضيق بعاطفة الجوع . وأخفف عن

هذا الضيق بأن أتخيل ، في خواطر اليقظة والأحلام ، أنى آكل وأشبع على مائدة حافلة بالألوان . وإذا استيقظت لم أصدق أنى أكلت

ولكن المريض الذى يضيق بماطفة الغيظ المكظوم يخترع ويتخيل أنه قد قتل حصمه واستولى على ممتلكاته وثبت عنده هذه الدعوى فلا يرجع عنها في يقظته . وهو هنا قد انتقل من النيوروز مرض العاطفة إلى السيکورز مرض العقل وارتاح إلى هذا المرض الجديد ، لأنه أنقذه من تورّ العاطفة

٢ - السيکورز هو مرض العقل أى أن المريض يؤمن بأنه ملك أو رى أو وزير أو تمتدح المريضة أنها أم كلثوم أو جريتا جاربو . ونحن في أحلامنا نعيش في سيکورز نحلم بأننا نظير أو بأننا في حضن امرأة جميلة أو أننا قد سافرنا إلى الصين . ولكن إذا استيقظنا رجعنا إلى حقائق الواقع . أما المريض فلا يرجع إلى الواقع وفي خواطر اليقظة أحياناً نستسلم لثل هذه الخيالات اللذيذة ورتاح إليها بعض الوقت . ولكن المجنون يلصق بها كل الوقت . فالفرق بيننا وبينه درجى . نحن نترك العاطفة تطفئ بعض الوقت ( = نيوروز ) أو نخترع ونتخيل حالات وصور ذهنية نرتاح إليها ( = سيکورز ) فإذا عدنا إلى وجداننا زال كل هذا . أما المجنون فتطفئ عليه العاطفة ( = نيوروز ) أو هو يسكن إلى الخيالات والصور التى اخترعها كي يرتاح إليها من قليل العاطفة المتأجج ولا يعود إلى وجدانه ( = سيکورز )

٣ - المستيريا هى مرض جسمى له أصل نفسى . وأوله عندنا نحن العقلاء عاطفة مكظومة تتسلل إلى الخروج بشتى الطرق ، كالعرق يصيبنى وقت الخجل ، أو جفاف الريق والحلق إذا وقفت على المنبر للخطابة ، أو ارتماش اليد للخوف . وقد يفدح قايلاً كالإسهال من الهم . ولكنه في المريض يتفاقم أكثر . كأن يحس المريض فالجا يمنعه من مبارحة السرير ، أو هو يعمى ، أو يحس صمماً

تأمل رجلاً يعيش مع زوجة من الأبالة في الشر والعنت والإيذاء يكره الدنيا لأنه كرهها . ولكنه بدلاً من أن ينتحر كما يفعل غيره في مثل هذه الظروف يجد

نفسه أعمى . والعمى هنا فى التفسىر النفسى مرادف للالتحار . إذ هو يعبر عن كراهته لها وللدنيا من أجلها . وهو علاج مثل علاج السيكوز فى اختراع وتخيّل حال حسنة تفرج عن الفيظ أو الحزن أو الهوان المكظوم

٤ - - الشيزوفرينا هى مرض يحمل المريض على تجنب الناس وهو يعزل ويستسلم لخواطره شهورا بل سنين . فىنقطع ما بينه وبين العالم انقطاعا تاما ويستسلم لخواطره وعواطفه حتى يخترع لنفسه عالما كاملا يسكن إليه . وكأنا إلى حد ما نجد مثل هذه الشيزوفرينا حين نأوى إلى غرفتنا وننفرد ونكره لقاء الناس ونستسلم لخواطره لذيدة تموقنا من الشقاء الذى نحسه فى الحياة الاجتماعية . ولسكنا نحن الأصحاء نقنع من هذه العزلة بوقت قصير . أما المريض فىلترمها طوال حياته . والإنطوائيون كثيرا ما يقيمون فى الشيزوفرينا لأنها تتفق ومزاجهم الإنفرادى الإنمزالى

٥ - ألمانيا هى الحزن الفساح أو الطرب العظيم . وهى فى المريض تلامه طوال الحياة أو معظمها . وقد يطرب شهرا ثم يحزن سنة . وقد يضحك ويبكى فى يوم وتتناوبه نوبات من السرور والغم . ومن منا يفسكر أن هذه النوبات تتناوب أيضا ولكن فى درجات خفيفة لا يحس أنه يحتاج فيها إلى علاج ؟

والانبساطيون كثيرا ما يقيمون فى ألمانيا لأنها تتفق ومزاجهم الاجتماعى إذ هم يفرحون كثيرا ويفتمون كثيرا . ويجب ألا ننسى أن الفرح والغم قطبان لماطفة واحدة . وعند ما نلاحظ الضحك فى أحد نجد أنه لا يختلف من البكاء فى حركة الأعضاء . وكثيرا ما يختلط علينا الصوت هل هو بكاء أم ضحك . ولا ننسى قولهم « من فرط ما قد سرنى أبكاني » لأن الدموع تنهمر فى الحزن والسرور معا

٦ - البارنويا هى اعتقاد راسخ فى شىء ما مثل أن الأرض مسطحة أو أن هتلر حى أو أن الأرواح تتحدث إلينا من تحت المائدة أو أن الاصوص يكمنون

لقتلى إذا تأخرت في السماء، أو أنه يمكن الوصول إلى القمر على الأشعة أو أن ألمانيا يحق لها أن تسود الدنيا .

والعادة أننا نعد المخترع بارانونياً إذا خاب في اختراعه ونعده عبقرياً إذا نجح . فلو أن هتلر نجح في التسلط على العالم أو لو أنه كان قد سبق الولايات المتحدة في اختراع القنبلة الذرية وتغلب عليها لصار اسمه مخلداً في التاريخ باعتباره العبقرى الأول . ولكننا نعده الآن مجنوناً لأنه كان فريسة اعتقاد راسخ بشأن تسلط ألمانيا على العالم وهذا المثل وحده يدانا على أن الفرق بين الصحة والمرض في النفس هو فرق درجى أو اعتبارى لا أكثر ، لأن كليهما أى المخترع والبارانونى يجمع نشاطه في بؤرة مفردة ، الأول يحقق غايته والثانى يخيب فيها

## الأمراض النفسية الخفيفة

كلنا تقريباً يصاب بالرشح أو الزكام في وقت ما . ولكننا لا نباليه بل نعتمد على أننا سنتخلص منه بلا معالجة بعد بضعة أيام . ومثل هذا يحدث لنا بالأمراض النفسية الكثيرة التي نتقائنا من وقت لآخر . وكلنا بلا استثناء يقع في أحد هذه الأمراض التي لا نباليها لأن الإصابة خفيفة لا تكاد تلاحظ وهي تزول في أيام ونحن نذكر قليلاً من هذه الأمراض

الشك . النسيان . الاشمئزاز . الخوف من الظلام أو من الأمكنة المستشرفة العالية . غياب الذهن . الحياء . البكاء . الوجل . أخطاء الكلام . التلجلج أحلام اليقظة . الكابوس . كثرة الأحلام . الأحجام عن المشروعات . العزلة حب الخمر . الشره إلى الطعام . السأم . التشرذم الحرفي . التشرذم الجنسي . التعب وفرة العرق . الخوف من الغرباء . الاجرام . الخ . .

وإذا وقع لنا بعض هذه الأمراض في فترات متباعدة مدداً قليلة فاننا لا نباليها ولكننا نلتفت إليها إذا لازمتنا أو إذا تكررت أو إذا لاحظها علينا صديق أو قريب . فكثير منا مثلاً يشرب الخمر مع صديق للمؤانسة . وقد يحتاج في التوتر نفسى إلى أن يعمد إلى التفريج بكأس أو كأسين . ولكن إذا صار الشراب عادة لا يطاق الاقلاع عنها فإن المسألة تحتاج إلى علاج . ولن ينجح العلاج بمحض الأمر بالألاع ، لأن الشراب هنا ليس داء وإنما هو نتيجة لداء : هو التوتر النفسي للكظم الذي أحدثته كراهة للعمل الذي يرتزق منه ، أو للبيئة العائلية المنغصة ، أو للهوان الاجتماعي الذي أدى إليه مركب نقص قد استقر واستتر ، أو لطموح بعيد لا يستطيع تحقيقه . ولكن الكامنة لا تزال تثيره وتحض عليه فكل هذه

الأشياء تقلق النفس وتحدث لها توتراً تخفف عنه الحر . والحر هنا سبيل للهروب من المشكلة ويجب أن يكون العلاج بالبحث عن العلة المستترة وتحليلها ومطالبة المريض باستعمال عقله ، أى أننا ننقله من العاطفة العمياء فى الكامنة ( العقل الكامن ) إلى الوجدان حتى يتعقل ويوازن الاعتبارات بالتفكير الموضوعى

أما إذا كانت عادة الشراب قد استقرت ومضت عليها سنوات فانتا نحتاج إلى معالجة العادة بتأليف جديد للشخصية أكثر مما نحتاج إلى معالجة الأصل البعيد بالتحليل النفسى

أو أنظر إلى الكابوس فانه قل منا من لم يصب به ولكنه إذا تكرر وأزعج دل على مخاوف مستترة قد حاولنا كظمها وهى تنفجر فى النوم حين يخذ وجداننا وقد ترجع هذه المخاوف إلى الماضى لأن حادثة معينة قد وقعت لنا فالصبي الذى أجريت له عملية جراحية كان يخافها وقد عومل بغلظة ولم يتلطف معه الأطباء يهب بعد هذه العملية بأسابيع أو أشهر صارخا ونحن نعالجه هنا بأن نشرح له الشرح القنع بأن العملية قد تمت بنجاح وأنه ليس له حق فى هذا الخوف وقد يكفى الإيحاء الخفيف قبيل نومه أى وقت النعاس لشفائه ولكن هذه المخاوف قد ترجع إلى هم بتمسكنا بشأن الحاضر والمستقبل كالوظف يخشى رئيساً سافلاً مما كسا يتصيد أغلاطه وينوى إبداءه والمعالجة هنا أشق لأن الهم لا يرحه وكل ما نستطيعه أن نطالبه بمحاولة هذا الرئيس حتى يعامله بالحسنى وكما سبق أن قلنا إن المشكلة التى تبعث على الحلم ( والكابوس ) قد تكون عصرية ولكنها تتخذ أسلوباً بدائياً فى النوم أى أن الخوف من الرئيس الذى يريد قطع رزقنا يتخذ لنا صورة الخوف الذى يتمثله الطفل فى وحش ينفى افتراسه أو قتل إخوته أو نحو ذلك واستطيع أن أوكد أن فى مصر كثيراً من الموظفين يعانون الكابوس من سفالات رؤسائهم وقد يفدح الهم والخوف فينتقل من الحلم فى النوم إلى فترات الانزعاج الحافظة تمر بالرأس وقت اليقظة فيدق القلب ويسيل العرق وينيب

الوجدان لحظات ولا يدري المريض أنها تعود إلى المشكلة القائمة بينه وبين رئيسه وهذه هي النورستينيا

أو أنظر إلى الخوف من الظلام أو الخوف من الأمكنة المستشرفة مثل البلكونات أو الخوف من الصعود في اللفت فهذا نجد خوفاً بدائياً أى لا يصح أن يحسه رجل متمدن يعرف بوجدانه أنه ليس هناك عقاريت أو تعابين أو وحوش في الظلام ويعرف أنه ليس قاعداً على شجرة تترنح غصونها في الريح ويخشى السقوط منها ولكن هذه الاحساسات تملكه لأنها تعبر عن خوفه من المستقبل المالى المظلم أو توقعه لسكاوتة مقدره أو خوفه من الفشل أو نحو ذلك من المشكلات العصرية التى تتخذ صورة نفسية طفلية أو بدائية كما يحدث فى الكابوس والفرق أن الخوف هنا قد انتقل من اليقظة وهذا يدل على أنه قد فصح وتفاقم وقد سبق أن قلنا إن الطفل لا يخاف سوى شيئين فى الشهور الأولى من عمره هما السقوط والصوت الصاخب فالخوف هو أعظم الأشياء استقراراً فى نفوسنا وعندما يضعف وجداننا أو يزول بالنوم أو التعب نعود إلى طراز الخوف الأول الطفلى البدائى فنخاف الظلام والسقوط من البلكون ونحلم بالوحوش المفترسة واللصوص القتلة أو أنظر إلى السمن يصيب كثيراً من النساء وأحياناً من الرجال عندنا .

فإن الانسان السليم الذى ينشط ويعمل يجب ألا يسمن إلا إذا كان به اختلال غددى . وهذا لا يحدث لواحد فى الألف . ولكن السمن كله تقريباً يعود إلى سأم النفس الذى يؤدى إلى كسل الجسم وفتره ، لأن النفس لا تجد من الاهتمامات ما يشغلها ويبعث نشاطها . وفى مثل هذه الأحوال يعمد الكسول السئم المتثائب إلى أن يرفه عن سأمه بالطعام فلا ينقطع فكاه عن مضغ اللب أو الفول طوال النهار . وهو حين يقدم إلى المائدة يحب ألا يتركها لأن لذة المضغ تخفف عنه السأم . وأحياناً يؤدى الملل إلى مثل هذا النهم للطعام لأن اللذات الصغيرة من الألوان المختلفة على المائدة تبعث سروراً للنفس التى تتعب من السأم أو النهم .

فالطعام هنا كالشراب سواء ، أى أنه فرار من الواقع . وعلينا ألا ننسى أن التلميذ الذى يجد مشقة فى الدروس ويرسب كثيرا يعتمد إلى العادة السرية فيرفقه بها عن نفسه ألم الهم والرسوب لما يجد فيها من سرور وقتى . فهو هنا يهرب من صعوبات الحياة بهذه العادة

وأحلام اليقظة أى الامانى المرفقة قد تكون أيضاً مهرباً من صعوبات الحياة مثل الخمر . ومعظم من يقع فيها أولئك الشبان الذين يجدون الواقع شاقاً تصعب مجابهته وحل مشكلاته من دروس ثقيلة إلى السجز عن الاهتمام إلى عمل للكسب . فان أحدهم يستسلم للخواطر اللذيذة ويقضى فيها الساعات وهو يستمتع لذتها . والعادة أنه يقع أيضاً فى العادة السرية . وليست إحداها سبباً للأخرى . ولكن الشاب يلجأ إليهما لأنه يتناولها بسهولة . وقد تفدح هذه الحال وخاصة إذا كان هذا الشاب انطوائياً فيقع فى الشيزوفرينيا أى مقاطعة المجتمع نفساً وجسماً . يستسلم لحيلالاته ولا يغادر غرفته بل هو أحياناً ينسى طعامه وشرابه . وهذا بالطبع نادر

أو اعتبر مثلاً شخصاً قد استقر فى نفسه مركب نقص كأن يكون قد أوهم منذ طفولته بأنه ضعيف أو أنه دسم . وربما يكبر هذا الوهم عندما يبلغ سن العشرين بل لعله يجد ما يؤيد هذا الوهم فى نفسه من ظروف سابقة . فيعتمد إلى نشاط جنسى شاذ أو يعتمد إلى التشرذ الجنسي بين النساء كثيراً كي يؤكد رجولته التى شك فيها مثلاً . وأمثال هؤلاء لا يفتأون يتحدثون عن اختباراتهم الجنسية التى قد تكون كاذبة أو صحيحة . وهذه الأحاديث هى ستائر يستر بها نقصاً مستقراً فى نفوسهم

أو اعتبر الشك . فانا كلنا نشك إلى حد ما . ولكن قد يزداد أحياناً الشك إلى أن يصير عادة نفسية مرهقة بحيث يترك أحداً مكتبه ويخرج إلى الشارع ثم يعود إلى المكتب كي يستوثق من أنه قد أقفل هذا الدرج أو تلك الخزانة . ثم يرتقى

الشك إلى الظن السيء بالناس حين يتحدثون بالقرب منا أو نحو ذلك .  
والشك عند التحليل يعود أيضا إلى الخوف لأن النفس غير مطمئنة لا تجد الثقة  
فهي في تقلقل وتبلبل

ففي كل هذه الحالات وأشباهاها نجد أمراضا نفسية خفيفة تكاد تصيب كل  
إنسان بدرجة منخفضة حتى أنه لا يأبه بها . ولكنها تفدح في بعض الناس  
وتعود خطرة . والملاج الصحيح هو اليقظة الوجدانية أي أننا لا نستسلم لعواطفنا  
ونساق فيها قسرا وغصبا بل نتف وتتمقل ونبحث المشكلة بحثا موضوعيا . كما  
أننا يجب ألا نبالغ ونسرف في كظم عواطفنا

وللكظم النفسى لغة رمزية بكلمات الجسم . فالدوار الذى يحسه أحد الشبان إنما  
يدل على أنه « تائه » لا يدري ماذا يفعل . فالدوار يرمز إلى المعجز عن تبين  
الطريق . والزوجة قد تكره التعارف الجنى مع زوجها . كما تكره الطامام  
« مشمزة » . ونحن نعبّر أحيانا عن تور النفس بقبضة اليد . وفي تعبيرنا  
ما يدل على الجمع بين لغة النفس ولغة الجسم : فأنا لا أستطيع أن « أهضم » هذا  
الرجل . و « ماهوش قادر يلدني » الخ ...

## الأسلوب النفسى

لكل منا أسلوبه النفسى الذى يعين سلوكه وتصرفه . وهذا الأسلوب نكتسبه أو نكتسب نحو ٩٠ فى المئة منه أيام الطفولة أى قبل سن الخامسة أو السادسة . وقلما نستطيع التغيير بعد ذلك . إلا إذا برز وجداننا وأوضح لنا الأغلط التى وقعت بنا أيام طفولتنا وحملتنا على إيجاد الإرادة للتغيير . وهذا الأسلوب يرسخ فى الطفولة لأننا ، كما سبق أن كررنا ، نتقبل الدنيا بمن حولنا ونقبل المقاييس والقيم الأخلاقية بلا نقد أو رفض . وهذه المقاييس والقيم تنحدر إلى الكائنة ( العقل الكامن ) وتستقر كأنها العقائد التى استحالت إلى عواطف أى أن لها قوة القسر . فإذا كان أحدنا قد تعلم من أمه بالقدوة أو الأمر أو النصيحة أو الإرشاد ( والقدوة أهمها كلها ) إن الجبن أو السمك طعام سيء ، فإنه يعيش سبعين أو تسعين سنة وهو يكره الجبن أو السمك ، لأن هذه العقيدة غرست فيه وهو طفل حين كان يمجز عن المعارضة والانتقاد

وقس على هذا سائر الاستجابات والرجوع للدنيا والأشخاص فى السنوات الخمس الأولى . فإنه ، كما ينشأ الطفل وهو يكره الجبن أو السمك ، كذلك ينشأ وهو يكره اليهود أو المسيحيين أو المسلمين ويشمئز من كفرهم اشمئزاً عاطفياً حقيقياً . وكذلك قد ينشأ وهو يطامح إلى أن يكون جزائراً أو طيبياً أو لصاً أو شرطياً . كما قد ينشأ على أسلوب الصراحة أو المواربة بهجم على المشكلة أو يحاولها . وقد تصير العجلة أو التأني أسلوبه فيصلت للتفكير أو يثرثر بالبديهة . وقد يتعلم حتى منذ طفولته أن يعتمد على وجدانه بدلاً من عاطفته لأنه يرى هذا الأسلوب سائداً فى البيت ، وإن كان هذا بالطبع قليلاً جداً

ونحن نعيش فى ممارستنا اليومية بالعادات . ومن شأن العادات أن لها صفة

قسرية تشبه صفة المواطن بحيث إذا خالفناها تألمنا أو أحسستنا المضض . وهى تشبه المواطن أيضا من حيث أنها عفوية أى تسير عفواً بلا مشقة . وقد تكون العادة حركية أو اتجاهية

وعاداتنا الحركية كثيرة مثل التدخين أو ركوب البسكليت أو الإيواء إلى الفراش فى ساعة معينة أو النوم بعد الظهر أو المشى السوى أو الشاذ ( بغمزة معينة فى القدم أو الكتف أو نحو ذلك ) . ولا نستطيع تغيير هذه العادات حتى أن راكب البسكليت لا يعرف كيف يخطئ فى سيره بها

وهناك عادات اتجاهية تعين لنا عقائدنا مثل نوع الطموح الذى نهسدف إليه أو الإيمان الذى نؤمن به أو سائر عقائدنا الاجتماعية كالتمصب والتسامح والروءة والاستقلال والتواكل ... الخ

وممارساتنا اليومية هى عادات فى الحركة

وعقائدنا واتجاهاتنا هى عادات فى الطاقة

وكثيرا ما تنقلب عادة الطاقة إلى عادة الحركة . فإن التعمصب طاقة ، ولكنه كثيراً ما انقلب إلى قتل اليهود فصار حركة . والوطنية عادة فى الطاقة وقد انقلبت فى أيامنا إلى عادة فى الحركة بالحرب الكبرى

وكلنا ، مادمننا نعيش فى وسط اجتماعى واحد ، نتمود العادات المتقاربة سواء أكانت بالمقيدة والطاقة أى الاتجاه النفسى ، أم بالعمل والممارسة أى بالحركة والاتجاه الجسمى . ومن هنا ينشأ الأسلوب النفسى الذى نعيش به كأمة ولكن مع هذا التقارب ، لكل منا إختلافاته التى تميزه . فهو أمين أو غادر ، أنانى أو اجتماعى مروتى أو إستغلالى ، شجاع أو جبان ، طموح أو قنوع الخ

وقد يشق أحداً بعاداته النفسية ، عادات الحركة وعادات الطاقة ، لأنه تسلمها من عائلته فى طفولته ورسخت فيه ثم عاش فى مجتمع يكرهها أو يجعل

العيش بها شاقاً أو مضرّاً مثل أولئك الآلاف من الأمهات اللاتى يعتمدن إلى الزار كى يشفين أبنائهن من أمراض تحتاج إلى البنسلين أو السولفا نيلاميد أو الكينين ذلك لأن عقيدتهن قد صارت لها قوة العاطفة وهى تصدها عن الوجدان الطبى المصرى

والعادات النفسية جميعها تنحدر إلى السكامة وتصير لها قوة القسر ونعين لنا أسلوب الحياة بالعمل والمقيدة . وهى كذلك فى الأمة كما هى فى الفرد . وكثيراً ما تتمس الأم وتشتق من الشقاء لأنها ورثت عادات نفسية معينة لا تعرف كيف تتخلص منها لأنها ترتبط بعواطفها كما ترتبط الكراهة لأكل الجبن بماطفة الطفل الذى تعلم هذه الكراهة من أمه . وتحتاج الأمم إلى الكثير جداً من المناقشة المنطقية والنظر الموضوعى كى تترك هذه العادات النفسية . وحتى هذا لا ينجح فى معظم الأحوال . ولذلك رأينا كمال أتاتورك يعتمد إلى العنف والبطش كى يغير النفس التركية ويحيلها من نفس شرقية إلى نفس غربية

للأمم ، كما للأفراد ، مركبات نفسية لها قوة القسر . وهذه المركبات هى عادات نفسية صارت لها صفة عاطفية . ولذلك نحس مرارة ومضناً عندما يدعونا عبد العزيز فهمى مثلاً إلى اتخاذ الخط اللاتينى ، كما سبق أن أحسسننا مرارة ومضناً عندما دعانا قاسم أمين إلى اتخاذ السفور وجحد الحجاب

وواضح أن الأسلوب النفسى الانطوائى يختلف من الأسلوب النفسى الانبساطى ، وأن هذا الفرق يعود إلى الميزات الوراثية لكل منهما . ولكن حتى هنا نجد أن للأسلوب المكتسب الذى ينشأ عليه الطفل أثراً فى المزاج الموروث . فقد يعتدل الانطوائى بعض الشئ ويتجه نحو العادات الاجتماعية إذا كان قد عاش فى عائلة انبساطية . ويضح العكس كذلك فى الطفل الانبساطى . وكذلك قد يتألف مركب فى نفس الطفل ويعين له أهدافاً ووسائل ويتكون له منها أسلوب نفسى لا يعرف كيف يتخلص منه فى المستقبل . ونكاد نقول إن الأسلوب

النفسى كله يتألف فى الكامنة وبرسخ ويتخذ صورة العواطف ولذلك يشق علينا تغييره . ولذلك أيضا يعرف كل منا ويتسم بأسلوب نفسى خاص حتى أننا ، إذا كنا نعرفه بالاختلاط ، نكاد نتكهن بسلوكه وتصرفه فى أى حادث معين

أنظر إلى الأسلوب النفسى لطفل مدلل قد أحبه أبواه وعمى كلاهما عن مستقبله لفرط الحب . وكان وحيدهما بعد أن كابدا موت من سبقوه وكانوا كثيرين . فلم يكن يشتهى شيئاً إلا ويجده . ولذلك لم يجد الفرصة لضبط عواطفه . وأرسل إلى المكتب كى يتعلم فضربه ذات مرة المعلم . فلما وصل إلى منزله بكى واستبكى أمه التى أرسلت إلى المعلم وأغرته على الجثو وجاءت بابنها كى يضرب معلمه وينتقم . ولما انتهى الطفل من تنفيذ العقوبة من معلمه كافت هذا بأن نقدته جنبها للتعويض . وقد عرفت هذا الشخص وهو فى السبعين من عمره وهو يكره الجبن لأنه كان يكرهه فى طفولته . ولم يستطع استعمال وجدانه فى الانتفاع بعد ذلك بهذا الغداء وكان يعيش مع زوجته كما لو كانت أمه التى تدله ، وبقي إلى سن السبعين وهو طفل كبير لا يحسن قراءة جريدة ولا يدري بتطورات العالم ، ولازمه أسلوب الطفولة حتى دعى مرة إلى غداء عند أجنبى فصرخ على المائدة بأنه لا يجب هذا اللون المروض ، وكان أقصى طموحه أن يلبس ملابس فاخرة باهرة لأنه لا يزال طفلاً

فهذا طفل مدلل لازمه أسلوب التدليل الذى تعلمه فى طفولته طوال حياته . وانظر الآن إلى طفل آخر مضطهد ، فإن هذا المسكين ماتت أمه فتزوج أبوه غيرها التى قست عليه وحرمت ما يحتاج إليه الأطفال أو يشتهونه ، وأدت هذه المعاملة إلى أن يستنبط لنفسه أسلوباً للدفاع والهجوم كان يتألف من الخبث والوقية والغدر والخيانة إلى التبصر والتمهر ؛ فكان باهراً فى المدارس حادقاً فى كسب حقوقه ، ولكنه كان إلى جنب هذا يفسد بين إخوانه

حتى نبر باسم «السيوفسادة» وهو بعد تلميذ بالمدسة الابتدائية . وكثيرا ما أدى إفساده إلى إيذاء زملائه حتى تجنبوه . ولأزمه هذا الأسلوب طوال حياته حتى غش أباه وحمله على تميزه فى الميراث على سائر إخوته . وقضى هذا الأسلوب ، أى الخبث والغش ، مع أبنائه فهجروه وتركوه وحيداً فمات وحيداً

هذان الشخصان أحدهما مدلل والآخر مضطهد ، هما أسوأ الأمثلة للأخلاق السيئة التى تفشو فى أوساطنا المتمدنة . ولهذا السبب يجب أن نقول إن الآباء ليسوا على الدوام خير الأشخاص الذين يمكن أن يوكل إليهم تربية أبنائهم فى السنين الخمس الأولى من العمر ، لأن تربيتهم لهم هى عدوان على نفوسهم وتعويج لأخلاقهم وقد يؤدى التدليل للطفل إلى أن يقع فى جنون الشيزوفرينيا ، أى أنه يطلق الدنيا ويمتزلها قائماً بأحلامه التى تعيد إليه راحة التدليل . وقد يؤدى الاضطهاد للطفل إلى الإجرام ، أى أنه يعامل الناس كما لو كان ينتقم منهم

## تربية الأطفال

عند ما نجد في عائلة واحدة خمسة أو ستة أطفال يتفاوتون في الذكاء أو يختلفون في المزاج ، نبدى استغرابنا لاختلافهم هذا مع أنهم إخوة يعيشون في بيت واحد أى وسط واحد ولهم كفايات وراثية واحدة

ولكننا عند التحقيق نجد أنهم أولا يختلفون في كفاياتهم الوراثية كما يعرف أى إنسان قد درس قوانين مندل في الوراثة . ثم ليس الوسط واحدا لا يختلف بينهم . فإن الطفل الأكبر أى البكر يجد من التدليل ما لا يجده الثانى أو الثالث لأن الأول يتفرد بعناية الأبوين وحبهما . وهو يصادف قبل ميلاده شوقا إليه من أبويه لا يصادف مثله سائر إخوته . والأغلب أن تدليله يؤدي إلى فسادة في المستقبل حتى أن الأوربيين يؤلفون الآن الكتب في الأصول التي يجب أن تتبع في تربية « الابن البكر » خاصة

ثم يختلف الأطفال أيضاً من حيث أن أحدهم قد يكون وسيما والآخر دميماً ، فيحب الأول ويكره الثانى على الرغم من المحاولة النزيهة من الأبوين لمعاملتهما بالسواء . وقد تكون هناك طفلة وحيدة بين أربعة أطفال ذكور فتحب أيضاً لأنها وحيدة . وقد يعامل الابن الأصغر بالتدليل الذي كان يعامل به الابن الأكبر ثم قد يموت الأب أو الأم فيعيش بعض الأطفال يتيماً مع أمه فقط أو مع أبيه فقط أو مع زوجة الأب أو زوج الأم . وفي كل هذه الحالات يتغير الوسط ويختلف بين طفل وآخر من الاخوة . وتتغير الأخلاق وتختلف أيضاً . وخاصة في السنين الأربع أو الخمس الأولى من العمر

وقد يدلل أحد الأطفال لأن أبويه يقصران عنايتهما عليه لأنه وحيد . ثم يأتي آخر أجمل منه أو مثله . فيتزحزح الأول عن مكانه بعد أن يكون قد اتخذ أسلوباً

قد تعين له بسابق تدليل أبويه له . وهو يطالب عندئذ ، من أبويه ، بأن يتغير . ولكنه لا يستطيع . وعندئذ يضطدم بأبويه وبأخيه الجديد . وهو يقاوم بأساليب الأطفال أى يعاند أو يشاغب أو يمرض أو حتى يبول فى فراشه كى يجذب أمه إليه بعد أن أهملته والتفتت إلى أخيه الآخر . ثم ترسخ هذه العادات فيه عندما يشب لأنه يحس أنه مظلوم وأنه لا يجد العناية التى يستحقها من الدنيا كما لم يجدها من أبويه ، لأنه يعامل المجتمع كما كان يعامل أبويه

وأحيانا تكره الأم بعض أبنائها أو بناتها ، لأن الطفل قد يأتى وهو غير مطلوب حين لا نجدى الموانع للحمل أو حين تكون قد أهملت الأم فى اتخاذها . فالطفل الجديد عبء اقتصادى مكروه . أو هو قد يكون دمية ، أو هو قد يجد نفسه منذ السنة الأولى مع زوجة الأب الغريبة لأن أمه ماتت أو طلقت . وفى هذه الحالات يكره الطفل بدرجات مختلفة ممن حوله بل أحيانا يضطهد . ويقاوم هو هذه الكراهة وهذا الاضطهاد بأساليب الأطفال أيضاً ، فيعمد إلى المكر الصغير أو الاضراب عن الدرس أو الاحتجاج لأنه يجد الانفراد أروح لنفسه من الاختلاط بوسط كله كراهة . ثم ترسخ هذه العادات فيه عندما يشب . وأحيانا يؤدي الاضطهاد والقسوة إلى أن ينكسر الطفل ويرضى بالهزيمة والضعمة ويعيش على هذا الأسلوب

وهناك شئ نستطيع أن نسميه الفراسة السيكولوجية . ذلك أننا بتأمل ارجل فى الخمسين من عمره نعرف هل كان مدللاً أم مضطهداً فى طفولته ، وهل عاش مع زوجة أب تكرهه أم مع أم تحبه وترعاه . كما أن من السهل أن نعلم الشكاسة أو الوقاحة بل أحيانا البراعة والتنبه والنشاط بمركب نقص . وكثير من الناس يسهل عليهم تعليل بعض الأخلاق بنوع التربية

ونعنى بالتربية هنا جماع ما يحصل عليه الطفل من قدوة فى الأبوين ومن إرشاد بالاعراء أو الزجر ، ومن تدريب على اتخاذ سلوك معين . ونعنى السلوك النفسى

قبل السلوك الاجتماعي ، لأن الأول أثبت إذ هو يحدث للنفس ما يضارع أو يقارب الفرائز الطبيعية كالتفأول أو التشائم ، والشجاعة أو الجبن ، وكراهة بعض الأطعمة ، والمقائد الدينية . فقد وجد مثلاً بالتدريب أن الفأر الذي يعود الانتصار على خصمه في القتال تثبت فيه عادة الشجاعة فيجابه خصومه من الفأران مهما كانت قوتها . وكذلك العكس . أى إن الفأر الذى يدرب على الهزيمة تثبت فيه عادة الجبن فلا يقوى على مجابهة خصومه حتى ولو كانت دونه جرماً وقوة . فلتدريب أى تمرين الطفل على عادات معينة ، عادات الطاقة بالاتجاه ، وعادات الحركة بالعمل ، قيمة لا تنكر في تكوين أخلاقه بل سلوكه النفسى . لذلك يجب في التربية ألا تنسى أن نموده النجاح في الشئون الصغيرة

وهنا نذكر العقوبة وقيمتها للطفل . فهل يجوز لنا أن نضرب ونهزر ؟

الصحيح الذى تثبته السيكولوجية أن الطفل ينزجر إذا عوقب أى أننا نستطيع أن نكفه ونعذبه عن عمل شئ بالعقوبة . ولكننا لانستطيع أن نغريه بالعقوبة على أن يؤدي عملاً . ومن هنا تجدى العقوبة في منع الطفل من ضرب إخوته أو من اللعب في التراب مثلاً ولكنها لا تجدى في حمله على المذاكرة

ثم أذكر مركب النقص في الأطفال . فانه إذا كان في الطفل بارزاً كحذبة الظهر أو المور في المين أو الساق القصيرة أو الشوه الفاضح ، احتاج إلى عناية كبيرة . ومن الحسن أن يستشار خبير سيكولوجى في هذا النقص . أما إذا كان دون ذلك فلا يستحق الالتفات

ومن الحسن أن تتعدد الاهتمامات عند الطفل ، وأن تكون له هواية أو هوايات تتعلق بها وينفق عليها من فراغه ويرضى أبوه بأن ينفق عليها أيضاً من ماله . فان في هذا تفتيحاً لكفائاته وتوسيعاً لآفاقه النفسية والذهنية . وهو عندما يبلغ المراهقة ويواجه الضغط الجنسي ، مع الحرمان الذى يطالبه به المجتمع ، يستطيع أن يجد في هذه الهوايات والاهتمامات ما يخفف عنه هذا الضغط . فيجتاز

## هذه الفترة الخطرة بسلام

ويجب أن يذكر الآباء أن التربية تكتسب من البيت ، لأنها عادات نفسية ومرانات اجتماعية . فلا يمكن المدرسة أن تعود الصبي أو الشاب الشجاعة أو الكياسة . ولكن الآباء يمكنهم هذا بالقدوة والتدريب . وقد ينتظر القارى أن يقول إن المدرسة للتعليم . وهى كذلك إلى حد ما . ولكن التعليم أكبر من المدرسة والجامعة . فكلتاها تعطى المواد والمعارف ولكنها لا تفرس عادة التعليم بالذهن الحر المفتوح ، ولا تبسط الآفاق التى يجب أن يأخذ أحدها مكان الآخر عند الانسان المتطور فى مجتمع متطور ، لأننا يجب أن نتعلم طوال حياتنا وأن نتخرج كل عام نخرجاً جديداً من جامعة الحياة إلى أن نموت . والآباء هم خير من يفرس هذه المادة

وليس هنا مقام النقد للمواد فى المدارس أو الجامعات . فان هذا الموضوع يستحق كتاباً مستقلاً . ويستطيع القارى أن يقرأ كتابي « الثقيف الذاتى أو كيف نربى أنفسنا » إذ يجد هناك الاسهاب الذى يحتاج إليه هذا الموضوع وأخيراً . لو قيل لى ماهى الجملة التى يمكن أن تعد شعاراً للتربية الحسنة لأجبت اعط أطفالك أقصى ماتستطيع من حرية مع أقصى ماتستطيع من رعاية الحب الوجدانى . ولكن تجنب التدليل كما تتجنب الاضطهاد لأن كليهما يؤدي إلى الفساد بل إلى الاجرام . وتجنب القسوة لأنها تمنع الطفل من الابتكار والاختراع وتفرس فيه الجبن ثم تحيله فى المستقبل قاسياً مع أبنائه

تجنب التدليل لأن الطفل المدلل كثيراً ما ينتهى إلى الانتحار لأنه لم يدرب على مواجهة الصعوبات . ولذلك سرعان ماتخور عزيمته أمام المجهود الشاق . وتجنب ضرب الطفل لأن الضرب يحيله جباناً ذليلاً بنشأ فى إحجام وتردد وخجل . وهو يعرف فىك أنت الأب الرجل الأول . وسوف يقيس الرجال على مالمقيه منك . فإذا كنت قد أخفته فانه سيخاف الرجال ويخجل ويتراجع ولا يجرؤ ولا بقتحم . ولا

تخشى عناد الطفل ، فقد يرجع إلى التدليل . ولكن اذكر أن العناد برهان على الارادة القوية فلا تقتل هذه الارادة التي ربما تكون في المستقبل سبب نجاحه . وقد يكون في عناد الطفل بذرة الثابرة عند ما يبلغ الشباب وأخطاء الأمهات في تربية الأطفال كثيرة :

فان الأم ، بطبيعتها ، تحب أن تربط أطفالها بها ، فتبالغ في حمايتهم وهي لاتدري أنها بهذه المبالغة تؤذيهم ، لأنهم يتعلقون بها أكثر مما يجب . ويكرهون الخروج والاقترحام ويخشون الغرباء وينشأون على عادة الاتكال على غيرهم بدلا من الاستقلال

ومن المألوف كثيراً أن يعيش الطفل مع أمه نحو خمس أو ست سنوات وهو يأخذ دون أن يعطى . وينشأ على هذه العادة كأن من حقه في المجتمع أن يأخذ فقط والمجتمع يصده ويصدمه لأنه يطالبه بأن يعطى . وهو يبتئس ويعصد نفسه مظلوما بهذه الحال . ولذلك يحتاج الأطفال جميعهم إلى أن يكلفوا عملا أو خدمة لقاء ما يعطونه حتى ينشأوا على الأخذ والعطاء معا وليس على الأخذ فقط

والأم عادة تطرى طفلها عندما يؤدي عملا حسنا وتوجهه بذلك وجهة ذاتية فيزداد أنانية ويقبس الأشياء والاعتبارات والقيم بما لها من سرور أو ألم في نفسه ويجب على الأم لذلك أن تطرى العمل أو تذمه بدلا من أن تطرى الطفل نفسه ، لأنه بذلك يتجه وجهة موضوعية سديدة

« أسلوب الحياة » من العبارات التي يجب أن نذكرها دائما في تربية الإطفال . فان لكل منا أسلوبا يتبعه حين يكون في الخمسين أو الستين من العمر هو في الأغلب امتداد لذلك الأسلوب الذي تعلمه من أبويه ، أو زوجة أبيه ، في السنوات الأربع الأولى من العمر ، فإذا رأيت مثلا زوجة كثيرة الغيرة تلهب وتحتدم عندما تجد زوجها يخاطب سيدة أخرى فثق أن هذا الأسلوب قد تعلمته وهي طفلة قبل أن تتم الرابعة من عمرها . تعلمت أن تلهب وتحتدم عندما كانت

تجد أمها تلتفت إلى أخيها وتعني به بدلا من أن تعني بها هي . وكانت أمها تستطيع أن تعالجها من هذه الغيرة لو أنها مثلا كانت تعطىها الرياسة وتوزيع الحلوى وتكسبها بذلك كرامة تغنيها عن الأنانية والاستئثار

والطفل المدلل الذي تعود المدوان بلا خوف سيقى على هذا الأسلوب وهو فى الستين من عمره يمارس المدوان والخطف ولا يبالى مصلحة الغير

والطفل المضطهد الذى ضرب وحرّم فى طفولته ؛ مع زوجة أبيه ، سينشأ وهو يعامل كل فرد من أفراد المجتمع كما لو كانوا جميعهم يمثلون زوجة أبيه . يعاملهم باللؤم والخبث والوقيعة والدس والكراهة . أو هو قد ينكسر ويرضى بالهوان وينفصل من المجتمع

وقس على هذا . أسلوب الحياة الذى سرنا عليه فى السنوات الأربع الأولى من أعمارنا يبقى سائر حياتنا ، ولا نستطيع أن نغيره إلا بمشقة كبيرة جداً

## ميكولوجية الدرس

نحتاج في عصرنا إلى المدرس . والانسان الذي يجهل القراءة ولا يقتنى الكتب ولا يعرف نحو عشرين ألف كلمة ، أى معنى ، هو إنسان بدائى يقف فى نصف الطريق بيننا وبين الفردة بل لعنه أقرب اليها منا

نحن نتعلم فى عصرنا لا لى نحترف ونرتزق ، كما هو الاعتقاد العام ، بل لى نقرأ الجريدة كل يوم ونقرأ الكتب وتتصل بأصدقاءنا بالرسائل ونجادل بلغة الكتب التى تزودنا بآلاف الكلمات للتعبير . فنحن نتعلم لى نعيش ، لا لى نرتزق . ولكى ننمو . وأخيراً لى ننقل ما تعلمناه إلى الحياة بحيث ترتبط المعارف الجديدة بالنمو النفسى

وهناك التعلّم الآلى الذى نراه فى الطفل القبطى يستظهر التراتيل القبطية فى الكنيسة ولا يدري معناها ، وفى الطفل الهندى المسلم يستظهر القرآن ولا يفهم كلماته . وهذا الدرس آلى . ويجب أن نحذر حتى لا تكون سائر معارفنا من هذا الطراز . والواقع أنه ليس قليل منها يعد فى هذا الطراز

فهناك معارف لا تتصل سيكولوجياً بحياة الشخص الذى يدرسها وليس لها منفى فى حياته . وهى لذلك عبء عليه تحمله على كراهة الدرس أو إهماله . واليك هذه الأمثلة

- ١ — اللجأة أى السلحفاة البحرية تبيض على الساحل
- ٢ — السرطان الذى يتسلق نخيل الجوز يبيض فى الماء
- ٣ — للقيطس خمس أصابع
- ٤ — لحشرة الحشب فى جزيرة كريستاس ١٩ زوجاً من الأرجل

فهنا أربع حقائق يقرأها القارئ فيقول : ما المغزى ! ولماذا أهتم إذا كان لهذه الحشرة ١٩ أو ١٨ زوجاً من الأرجل ؟

وهو صادق في هذا الاعتراض . وهذه المعارف لو كافئناه إستظهارها لكانت آلية لا ينتفع بها . ولكنى أنا أهتم بها لأنى اهتممت بنظرية التطور منذ أربعين سنة . ولكل حقيقة من هذه الأربع مغزى في هذه النظرية ؛ لأن اللجاجة كانت من حيوان اليابسة الذى نزل إلى البحر ، ولاتزال أولادها تحتاج إلى اليابسة . والسرطان بحرى الأصل ولذلك لا يزال يبيض في الماء . والقيطس على الرغم من أنه يعيش في الماء إنما هو حيوان يابسة في الأصل له خمس أصابع مثل جميع حيوانات اليابسة كالإنسان والبقرة والغزال . وأخيراً هذه الحشرة التى تأكل الخشب في جزيرة كريستماس كانت في الأصل كالجنبرى الذى لا تزال له ١٩ زوجاً من الأرجل وجميع هذه الحقائق توضح نظرية التطور وتبين الاشتراك المصوى بين الأحياء فلها قيمتها الكبرى عندى . ولكن ليست لها مثل هذه القيمة عند غيرى

وعلى هذا الأساس يجب أن تكون كل دراسة عضوية . وعلى هذا الأساس أيضاً يجب أن ننقد البرامج والكتب التعليمية في المدارس والجامعات والثقافة عامة فيجب أن نسأل : ما هي القيمة العضوية في مجتمعنا الحاضر لهذا الكتاب أو لهذه المادة الدراسية في المدارس الابتدائية الثانوية أو الابتدائية أو لهذا الانجاء الثقافي في إحدى الكليات ؟

فالقاعدة الأولى التى تتبعها في كل دراسة للفرد أو للمجتمع هي أن تتصل هذه الدراسة اتصالاً عضوياً بهذا الفرد أو بهذا المجتمع كي ندرس يجب أن نهتم . والاهتمام هو ثمرة هذا الاتصال المصوى الذى ذكرناه واليك هذه الأمثلة

١ - شاب في سن المراهقة يهتم بقراءة كل ما يتصل بالنمو الجنسي . ورجل في سن الأربعين أو الخمسين لا يهتم بهذا الموضوع

٢ - شاب يحشى عدوى التدن لصنف حقيقى او وهمى فى رثيه بقرأ كتابا عن الدرن . وغيره السليم يرفض قراءته

٣ - فى مدة الحرب تهافت كلنا على قراءة الصحف . وقد يقرأ بمضنا الكتب عن هتلر وتشرشل . وفى أيام السلم لانجد مثل هذا التهافت

٤ - فى الأزمات السياسية الاقتصادية تكثر النظريات ويعود كل منا إقتصاديا أو سياسياً . وفى غير الأزمات تؤدى الطمأنينة إلى ركود

فهنا ظروف أربعة جعلتنا نهتم وأدى الاهتمام إلى الدرس أى أنه وجدت عندنا عاطفة الاستطلاع فأوجدت الرغبة فى الدراسة

ولكن ماذا نفعل إذا وجدنا شأنا را كدأ لا يندم للدرس ؟

يجب أن نثير إحدى عواطفه أى نبحت عن شىء مكظوم فى نفسه ثم نرشدته إلى دراسة تتصل ، إتصالا عضوياً ، بهذا الشىء . ولكل منا كظوم مختلفة تجد الحل أو التخفيف فى الدراسة القاعدة الثانية للدرس هى أن نهتم أى نجعل الدراسة تتصل بمواطننا وكظومنا

وكما أننا لانا كل ونهضم تماما إلا إذا اشتبهنا الطعام . كذلك يجب ألا ندرس إلا إذا اشتبهنا الدراسة . لأن كل شىء ندرسه بلا اشتها سرعان ما ننساها فتكون دراستنا عقيمة . ويست النفس لوحة فتوغرافية يكتب فيها كل ما يمر بها ، إذ هى فى الواقع إختيارية . فانى أستطيع أن أذكر حادثاً مضى عايه ثلاثون سنة ولا أذكر ما حدث أمس لأن الحادث الأول قد أثار عاطفة قوية فثبت . بل أحياناً ثبت أكثر مما يجب كما يحدث فى ذلك المريض النيوروزى الذى يفتأ يذكر مظلمة قديمة قد مر عليها ربع قرن أما الحادث الثانى فلم التفت اليه لأنه لم يتصل بمواطنتى والنسيان هو نشاط إيجابى يراد منه ألا تزدحم الذاكرة بأشياء ليس لها قيمة عضوية للنفس

فالقاعدة الثالثة للمدرس هي أن نشهيه كما تشهى المعدة الطعام

ومادما قد ذكرنا المعدة والهضم فيجب أن نذكر أن الدهن يتخمر كما تتخمر  
المعدة . ولذلك نحتاج صحتنا النفسية أن تكون الوجيهة الذهنية خفيفة حتى نجد  
الوقت للهضم أو التمثيل . وكما أننا لانستطيع أن نأكل في يوم ما يكفيننا أسبوعاً  
كذلك يجب ألا ندرس في يوم ما كان يجب أن ندرسه في أسبوع

وعلى هذا المبدأ يكون من الأفضل . إذا أردنا مثلاً إستظهار قصيدة نحتاج  
إلى ساعتين ، أن نقسم هاتين الساعتين على يومين بدلاً من جمعها في يوم واحد  
لأننا بهذه الطريقة نتيح للدهن الهضم والتمثيل

فالقاعدة الرابعة للمدرس هي أن نجعل الوجيهة الذهنية خفيفة وألا نجتمع بين  
وجبتين حتى لا نتخمر

ويجب أن نعرف أنه ليست لنا ذاكرة واحدة بل ذاكرات عديدة . فلنا  
ذاكرة للأرقام وأخرى للأوجوه ، وأخرى للأسماء ، وأخرى للغة العربية وأخرى  
للغة الفرنسية . . . الخ وهذه الذاكرات لا تتبادل . فإذا تبينا في المراتبة الحسية  
فلن يكون لهذا أى أثر في المراتبة الاموية . ومن هنا لانستطيع أن نقوى الذاكرة  
بمادة معينة كأن نقول إن ارباصيات تعلمنا التمهيد الحسن ، لأننا عندما نتعلم منها  
إلى الطب أو الاجتماع أو الجغرافيا أو الكيمياء لن نجد لهذه المراتبة أية فائدة  
وقد يحدث قليل من التداخل في هذه الذاكرات ولكن فليل جداً لا يؤه به

وهذا حسن . لأنه إذا كان هناك تداخل لما استطاع الشاب الذى تعلم  
الكتابة بالكتاب أن يعرف على البيان ، لأن ما بهم الذى تعلمت الدق على الآلة  
الأولى يجب أن تنسأ عندما ندق على الآلة الثانية

فالقاعدة الخامسة للمدرس أن المراتبة التى نحصل عليها في مادة ما لا تنتقل إلى  
مادة أخرى

وعندما نتعلم لغة أجنبية أو حتى لغتنا نعرف أننا نقرأها بسهولة ولكننا نكتبها بصعوبة . فالقراءة هنا معرفة راكدة سلبية ، والكتابة معرفة عاملة إيجابية

فإذا قرأنا كتاباً فلن تكون معرفتنا بالقدر الذى نعرفه به إذا عمدنا إلى تلخيصه مثلاً . فلنكن ندرس يجب أن نكتب الملخصات . وتفسير هذا سهل . فأننا حين أقرأ استعمل عيني ولساني . ولكنى حين أكتب أستعمل عيني ولساني وبدى . ثم حين أقرأ لا أبذل أى مجهود للاستذكار . ولكنى حين أكتب أستذكر

فالقاعدة السادسة للدرس هى أن أزيد الكتابة على القراءة والتشتت الذهني في الدرس أو المعجز عن حصر الانتباه في بؤرة يعود إلى أسباب مختلفة . منها :

أننا شرعنا في الدرس وبين يدينا موضوع لم نيم . كأن يحدث أننا نوينا كتابة خطاب ولم نكتبه أو نريد مقابلة لم نتمها . أو كنا نقرأ قصة ونشتاق إلى متابعة فصولها . أى أن في النفس كظماً يحتاج إلى التفريغ . ولكن يجب ألا نخلط هذا التشتت بالصدود الذى نحسه أحياناً في بداية الدرس ، لأنه يكاد يكون عادياً في كل شخص . وعندما نشرع في الدرس يزول

وأحياناً نحس تقللاً على مقعدنا . وهو يدل على أننا نرغب في الحركة أو الرياضة أى أنه قوة مدخرة كالحصان الذى يتقلقل في مربوطه يريد العدو والانطلاق . وهذا التقلقل كظم . وهو كثير عند الشبان

فالقاعدة السابعة للدرس . أن نتخلص من الكظم المانع وما هى أحسن الوسائل للدرس ؟

١ — أن نجعل الدرس عادة في أوقات معينة حتى لا نعتمد على مجهود الارادة ولكن على ميعة الساعة

- ٣ - أحسن الأوقات للدرس هو الصباح لأن القوة متوافرة . ولأن أحلام الليل قد خففت السكطوم المانعة بالأحلام حتى حين لا نذكر هذه الأحلام .
- ٢ - أحيانا يكون الدرس مفيداً في المساء لأنه يجمع إيجاءات النهار . ولكن ليس هذا لكل الناس لأن هذه الإيجاءات قد تكون مثبطة
- ٤ - نوم الفيولة يفيد في الدرس لأننا نكسب به صباحاً آخر تتوافر فيه القوة

- ٥ - أسوأ الأوقات للدرس هو بين الساعة الأولى والساعة الرابعة بعد الظهر لأن النفس والجسم في استرخاء
- ٦ - يجب أن نحذر النفس الأخير في الدرس . أى يجب ألا نحمل أنفسنا على النشاط بعد التعب والاعياء . فأننا ننجح في تحقيق هذا النشاط ولكن العاقبة انهيار نفسى سيء
- فالقاعدة الثامنة للدرس هي أن يكون عقب النوم صباحاً أو عصرأ ، وأن نجعله عادة مع تجنب التعب

كل درس جدى متعب يحتاج إلى حضانة هي مدة المضم والتمثيل . وإذا كانت المشكلة التي ندرسها شاقة فقد نبلغ الحضانة أسبوعاً أو شهراً ، وفي هذه المدة الطويلة نستعين بالكامنة ( العقل الكامن ) الذى يستشير اختباراتنا الماضية فننتفع بها وكأننا ننظر إلى المشكلة من نواح مختلفة أو كأن جملة أشخاص يعالجونها معنا

فالقاعدة التاسعة للدرس ضرورة الحضانة لكل درس جدى من شأن المواد التي ندرسها أن نتحيز مكاناً معيناً . فقد ندرس قواعد النحو مثلاً . ومع أننا جميعاً نعلم أن الغاية منها هي الكتابة الصحيحة فأننا لا ننتفع بها مهما أتقنا أصولها ما لم نقلها الى المراتة الكتابية وهكذا الشأن في كل دراسة . يجب أن نقلها من حيزها التلميعى الضيق إلى

الحياة ويجب أن يكون هذا النقل الامتحان الحضى لكل مادة تدرس هل هى  
تنقل إلى الحياة أم تبقى معارف محنطة فى رؤوسنا . ويسدق هذا على الفرد فى  
تتقيفه الذاتى وعلى المدرسة والجامعة  
فالقاعدة العاشرة للدرس هى ضرورة الاتصال بين العقل والعمل أى بين  
الدرس والحياة . ولا قيمة لأى تعلم بغير هذا الشرط

## التحليل النفسى

مبتدع التحليل النفسى هو فرويد . وكان يلفت إلى الأمراض النفسية التى تحدث أعراضاً جسمية . ولكن بؤرة الاهتمام انتقلت الآن إلى أمراض النفس فقط مثل : الخوف ، الشك ، الحجل ، كراهة العمل ، التشرذ ، الحب الشاذ ، إدمان الخمر ، الخ . . . كأن السيكولوجية قد قنعت بمعالجة الأخلاق وأغفلت إلى حد ما تلك الأمراض التى تحدث أعراضاً فى الجسم كالفالج الكاذب وغيره

ويجب على كل إنسان أن يعرف كيف يحلل نفسه أى يجب أن يعرف نفسه وأن يسبر الأعماق التى تحرك نشاطه أو تمنع هذا النشاط . ولكن يجب مع ذلك أن نذكر أن التحليل هو تحليل أى تفكيك وتفكيك . فقيمه سلبية ننتفع بها وقت المرض النفسى . ولذلك نحن فى حاجة ، بعد التحليل والوقوف على العلة التى عرّضنا ، إل أن نؤلف شخصيتنا من جديد ، التأليف هنا هو البناء أى هو العمل الإيجابى . أى أننا نشقى أنفسنا بالتحليل ثم يجب أن نعود إلى التأليف لكي نكون شخصيتنا من جديد تكويناً سليماً

ويجب أن نذكر أن خير من يحللنا هو شخص آخر محايد . ولكن إذا تعذر هذا فلا بأس من أن نحلل أنفسنا . والطبيب المضوى لا يعالج مرضه بل لا يعالج مرض زوجته أو ابنه إذ يلجأ إلى طبيب آخر ينظر بوجدانه . لأنى عندما أعالج نفسى أو إبنى يشق على أن أنظر بالوجدان الصحيح وكثيراً ما أنساق فى تيار العاطفة أو المركبات النفسية السابقة

ما هو الأساس للاختلال النفسى ؟

هو أن تيار العواطف والدوافع والكظوم ومعظمها مخاوف مكظومة

يصطدم بالواقع

وهذه العواطف والدوافع والكظوم تخفى علينا وتحتبس فى الكامنة أى العقل الكامن ثم تصوغ سلوكنا وتوجهه وجهات فاسدة أو هى تثور بنا ثورة الانفجار الذى يؤذينا

والفرق بين السليم والمريض يخفى على كثير من الناس ويخفى أكثر على المريض نفسه لأن كل ما يجد أن عواطفه حادة وأن أفرانه لا يبالون أشياء يبالها هو كثيراً . وأن الهم الذى ينتاب صديقه ساعة يلزمه هو أياً بل شهوراً . وقد لا يلاحظ هو كل ذلك

اعتبر مثلاً هذه الأشياء : الشك ، التكمل ، الخوف ، الطهارة ، الاحترام ، القلق ؛ الاعتماد ، التشاؤم ، الذكريات البعيدة

فإن الشخص السليم يشك . وقد يعاود عمله لى بشق بأنه على ما أراد أن يكون . ولكن المريض يلزمه الشك فى كل ما يعمل تقريباً . وهو يجد أن والمعاودة للوثوق والطمأنينة ، هذه المعاودة قهرية متكررة

أو أنظر إلى التكمل . إذ من منا لا يحب أن يؤدي عمله كاملاً ؟ ولكن المريض يرفض عملاً ما لأنه يخشى ألا يكون كاملاً . فيعود عقياً . وهذا العقم يصغره عند نفسه فيحس الهوان والاحتقار

أو أنظر إلى الطهارة . فأننا جميعاً نحب النظافة . بل أحياناً نغسل أيدينا إذا سلمنا على أحد نشربه فى نظافته . ولكن المريض يجد رغبة قهرية فى أن يغسل يديه نحو عشرين أو ثلاثين مرة فى اليوم بل فى الساعة

وكذلك الشأن فى القلق والهم والتشاؤم . فإن السليم يحس كل هذه الأشياء من وقت لآخر . وهو يتغلب عليها بوجدانه إما لأنه يحلها أو لأنه يهملها إذا لم يجد لها حلاً . ولكن المريض يجد أنها تلازمه ملازمة قهرية لا يستطيع التخلص منها . وهذه الصفة القهرية تحيله إلى شخص عقيم لا ينفع نفسه ولا غيره ولا يؤدي عملاً مفيداً

وهذا هو النيوروز أى احتداد العواطف السيئة وملازمها بصفة قهرية .  
وعندنا أن أصلها يرجع إلى الرغبة في الطمأنينة . أى أن الخوف ، وهو العاطفة  
الأصلية في الطفل ، قد اتخذ صورة أخرى اجتماعية فصار عاطفة مخنقة لا تبرح  
الربض . وهي تتخذ صورة التشاؤم أو الهم أو الشك أو الطهارة الخ

والشخص النيوروزى هو صورة كاريكاتورية للشخص السليم . أنظر إليه  
وهو يفسل يديه للمرة العشرين لأن أحد الناس قد صاحفه . فان يديه قد تهرأنا  
بالصابون ومع ذلك لا يزال يحتاج في زعمه إلى التنظيف والتطهر . أو أنظر إليه وهو  
يقص عليك أن فلانا قد أهانه في ١٩٢٥ وأنه قال له كيت فرد عليه بكيت . وأن  
الحق عليه . وأنه هو قد عمل كل ما يجب على الرجل المستقيم الشريف ، وأن  
وأن . . . مع أن هذا الحادث قد مضى عليه أكثر من عشرين سنة وأن هذا  
الشخص الذى يتحدث عنه قد مات ، فشكل ما نستطيع أن نقوله هنا إن عاطفة  
الغضب قد احتقنت عنده وصارت ملازمها قهرية

ولكن ما الغاية من هذا الاحتقان وهذه الملازمة ؟ لماذا لا يترك هذه الحادثة  
ويلتفت إلى عمله ويجد كى بقيت أطفاله

ليس بعيداً ، كما يقول أدلر ، أنه يعتمد بهذه الذكريات العقيمة إلى أن يجد  
سبباً ، يمتنع به نفسه ويظن أنه يمتنع به غيره ، كى يبرر تعطله أى هربه من العمل  
والارتزاق . فالنيوروزى الذى يشكو الهم أو التشاؤم أو الذكري العقيمة يبنى ،  
من حيث لا يدري ، أن يجد الراحة الزائفة في التعطل بأن يقيم من هذه الاشياء  
عائقاً عن العمل . فهو يفر ويلجأ كما يفر السكير إلى الخمر أو كما يفر أحدنا من وقت  
لآخر إلى أحلام اليقظة .

فإذا شاء أحدنا أن يحلل نفسه فعليه أن يجيب على هذه الأسئلة :

١ - ما هي الغاية التى أقصد منها إلى الخمر ؟

هل هي أن أهرب من همومي ؟ ولماذا ، بدلا من ذلك ، لا أحل هذه المعضلة ؟  
بوجداني ؟

٢ - ماهي الغاية التي أقصد منها إلى التطهر وإضاعة وقتي في غسل يدي ؟  
هل هي أن أهرب من العمل الذي أرزق منه ؟ ولماذا أريد الهرب ؟ هل لأنني  
أكره زوجتي وأطلب لها الجوع والبؤس ؟ أو هل لأنني وقعت هذا العمل المكروه  
وفي أعماق نفسي حب لعمل آخر ؟

٣ - لماذا أضيع وقتي في التشاؤم وما هي الغاية التي أقصد إليها منه ؟  
هل هي أن أعتذر لنفسي وأقيم الحجة أمام إخواني بأنني لولا هذا التشاؤم  
لأديت عملا مفيدا ؟

ونحن بهذه الأسئلة نحاول أن نجعل الوجدان ( = التعقل والنطق والنظر  
الموضوعي ) يأخذ مكان العاطفة المحترقة أي النيوروز واللغة الموضحة تأخذ مكان  
الغموض العاطفي .

ثم يجب أن نزيد على هذا بأن نبحث :

١ - أحلامنا في النوم وأحلامنا في اليقظة كي نقف على الانجاهات النفسية  
التي نتجهها على غير دراية منا أي تلك السكظوم المخبوءة في كامننا . لأن الحلم  
يوضح مكارهنا ومخاوفنا ومحابنا ويكشف لنا عن سريرتنا التي تنطوي عليها  
الكامنة .

٢ - الأسلوب الذي تعلمناه في طفولتنا ، هل كان أسلوب الخوف والجبن  
والتراجع أم أسلوب الشجاعة والتفاؤل ؟ هل كانت زوجة الأب التي عشنا معها  
قد اضطهدتنا فجعلتنا نواجه الدنيا بالحذر المسرف والخبط والزيادة في التوق ؟ ثم  
اندغمت هذه الصفات فصارت تشاؤما عاما أو إيجاسا من المجتمع أو أسلوبا للحياة ؟

٣ - لعل هذا الأسلوب كان تدليلا من أم قد أسرفت في الحب وأساءت  
إلينا به ، حتى إذا كبرنا وجدنا أن المجتمع لا يعاملنا كما كانت تعاملنا هذه الأم

بالتدليل فجزعنا . وصار هذا الجزع كأنه حق لنا على المجتمع حتى صرنا نهمهم باستصغار شأننا وبأنه لا يقدر نبوغنا الخ .

٤ — هل أنا انطوائى أميل بطبيعتى إلى الانفراد ولكنى مضطر إلى الاجتماع فأجد على الدوام ظروفا مكروهة أنفر منها ؟ أو هل أنا انبساطى يعالجنى السرور أو الحزن بلا مبرر ؟

٥ — ما هو مركب النقص المختفى عندى والذي ربما كان يوجه سلوكى من حيث لا أدرى ؟

وبعد أن أعرف كل هذا وأنتهى من التحليل يجب أن أعود إلى التأليف أى يجب أن أولف شخصيتى من جديد فأضع برنامجا لترقية نفسى شهرا بعد شهر وعاما بعد آخر . وعلى أيضا أن أعتمد على الوجدان دون العاطفة وأن أداوم التساؤل عند كل مشكلة . هل أنا وجدانى أم عاطفى ؟ فإذا لم ينجح كل هذا فعلى أن ألجأ إلى سيكلوجى مؤتمن ماهر .

وعلى القارىء أن يذكر أن المسيحى الذى يعترف فى الكنيسة على الكاهن يجد الراحة عقب الاعتراف ، لأن هذا الاعتراف قد أفرج عن كظم لم يكن سعيدا به . كأن يكون قد ارتكب خطيئة عظمت وطأها على ضميره . فلما اعترف انفرج الكظم . وعلى هذا الأساس نجد أن المريض النفسى حين يقصد إلى الطبيب السيكلوجى يقعد إليه فى استرخاء ويوح بكل همومه ويقول ماشاء من الفصص القدعة المختبئة . وهو يرتاح بهذا البوح .

وإذا لم يجد هذا المريض ، السيكلوجى الذى يستطيع أن يوح له بكظومه ، فعليه أن يكتب تاريخ آلامه ويمدد الحوادث التى يعتقد أنها كانت سببا لمرضه ويشرحها . وهو فى هذا العمل يجد اراحة لأنه وهو يكتب ، يعترف . ثم وهو يعترف تنفرج كظومه . والكتابة هنا تنقل الكظم من ميدان العاطفة الغامضة إلى ميدان المنطق الواضح فتتمكك الكظوم

## التأليف أهم من التحليل

شخصية فرويد هي أضخم شخصية في السيكولوجية العصرية ، إذ هو كولبس الذي كشف الأرض المجهولة وخططها ورسم معالمها . وهناك عشرات من الكلمات التي تجري على ألسنة السيكولوجيين تعزى إليه في معانيها ومبانيها . ولكن ، لأن هذه الشخصية ضخمة ، فإنها تلقى ظلها على كثير من حقائق هذا العلم الجديد وتحول دون النور الذي يزيد الفهم والمعرفة . ذلك أن كثيراً من الباحثين في هذا العلم يحسون رهبة عند مجرد ذكر اسم فرويد ويسلمون بكل ما قال كما لو كانوا يسلمون بعقيدة موروثية وليس برأى يبحث ويناقش . فمن ذلك عقيدة مركب أوديب ، ومن ذلك أيضاً هذا الاهتمام الكلى بالتحليل النفسى دون التأليف النفسى

وليس هناك من يشك في قيمة التحليل وضرورته كي نعرف الكظوم والتوترات والمخاوف المخنبة في النفس حين تلتوى وتتسلل في طرق معوجة إلى الخروج والبروز فتشوه الشخصية وتؤذيها . والفضل في كل ذلك لفرويد . ولكن فرويد في تأكيده للضرر الفادح الذي يحدث من الكظم قد حملنا على أن نكبر من شأن الحرية والانطلاق بالاستسلام للارغبات والشهوات والنزوات . وهذا الاتجاه يؤدي في النهاية إلى إثارة الفوضى على النظام والنزوة الطارئة على التعقل البصير والاستهتاز على التحفظ . وبدهى أن فرويد لم يقصد إلى هذا ولكن تأكيده للضرر الكظم كثيراً ما يحمل قارئه على هذا الاستنتاج

ولكن الكظم ، في حدود معقولة ، مفيد . لأنه بخار محبوس إذا أحسن صاحبه التصرف به استطاع توجيهه للعمل النافع على أنه عاطفة تحرك وتدفع وتنشط . وليست المطامع والآمال سوى كظوم يبعثها فينا الوسط الذي لا نرضيه

وعندما نتأمل التحليل النفسى نجد أن قيمته كبيرة للباحث الذى يقوم بالتحليل . ذلك لأنه يزداد توسعاً وفهماً كلما تعمق فى التحليل . ولكن قيمته للمريض ، أى للكظم المتوتر الملتوى الشاذ ، ليست كبيرة ، إلا إذا كان هو أيضاً قد استحال إلى هاو للسيكولوجية مشغوف بالبحث . ذلك أن المريض يحتاج إلى التأليف أكثر مما يحتاج إلى التحليل بل نستطيع أحياناً أن نهمل التحليل ونعتمد مباشرة إلى التأليف

اعتبر رجلاً بدمن التدخين أو الشراب أو هو قد انحرف فى سلوكه الجنسى أو قد وقم فى أسطورة اخترعتها كامنته كى يكافح بها الواقع ويلائمه . فى كل هذه الأحوال نحسن كثيراً إذا أخذنا من التحليل بأقله ومن التأليف بأكثره . أى بدلاً من أن ننظر للمواطن باعتبارها مريضة معوجة لحادث سابق إذا نحن كشفنا عنه للمريض تنبه إلى وجدان جديد وتخلص من اعوجاجه وبدلاً من هذا التحليل المضنى ، نعتمد مباشرة إلى هذه العاطفة المعوجة نقومها . أى أننا ننظر إلى الاعوجاج النفسى باعتباره عادة عاطفية سيئة أو انجاء نفسى غير سليم . ونقنع بأن تغير العادة السيئة بعادة حسنة أى نطلب من المريض أى الشاذ أى المموج أن يتغير فى أسلوبه النفسى

ونحن فى سلوكنا العاطفى نتمود عادات معينة . وكما أن هناك رجلاً يسوق أتومبيله سياقة حسنة بعادات رسخت فيه وآخر يسوق فى سياقته بعادات سيئة رسخت فيه ، كذلك هناك من يسلك فى الدنيا بمواطن اعتادت عادات حسنة أو سيئة . والتربية الحسنة هى فى النهاية غرس العادات العاطفية الحسنة

اعتبر هذه العادات التى تعين لنا سلوكاً نفسياً :

|                           |      |     |                         |
|---------------------------|------|-----|-------------------------|
| السكينة وقت الاضطراب      | و ضد | هذا | التهيج وقت الاضطراب     |
| التمالك عند الغضب         | »    | »   | الاندفاع عند الغضب      |
| الشجاعة فى المواقف الخطرة | »    | »   | الحين فى المواقف الخطرة |

|                           |      |     |                               |
|---------------------------|------|-----|-------------------------------|
| التعاون والحب فى المعاملة | و ضد | هذا | المباراة والتحاسد فى المعاملة |
| الجلد على التعب والسأم    | »    | »   | الفرار من التعب والسأم        |
| البشاشة عند الحديث        | »    | »   | التجهم عند الحديث             |
| حب الترتيب والنظام        | »    | »   | الميل إلى الفوضى              |
| الاستبشار بالدنيا         | »    | »   | التشاؤم بالدنيا               |

وصحيح أننا حين نرى عواطفنا نحتاج إلى الكظم ، ولكنه كظم غير مرهق لأنه يقيد حريتنا ببعض الشيء . ونحن نعتاده ونرتاح إليه . لأن المجتمع لا يطبق منا أن نعامله بمطلق حريتنا أى بمواطننا الحرة . ونحن نكسب بهذه القيود الصغيرة أترانا عاطفياً يسر لنا العمل فى مجتمع متمدن كثير القيود أى مجتمع غير فطرى ، إذ أننا لا نعيش فى الغابة ولا نستطيع أن نسلم لمواطننا الحرة

ولذلك يجب أن نجعل التأليف النفسى فى المقام الأول نهدف منه إلى إيجاد عادات عاطفية جديدة لا تصطدم بالمجتمع . والهدف الأخير من التربية هو تكوين الشخصية التى تتألف من عادات عاطفية اجتماعية حسنة . وخير لنا أن نقول للمريض أو الشاذ أو المعوج إن حالته السيئة هذه ترجع إلى عادات عاطفية سيئة نحتاج إلى التغيير من أن نقول له إنها ترجع إلى مركبات سيئة نحتاج إلى التحليل المتعب الذى يتطلب وقتاً طويلاً وبحثاً فى الأعماق . ولنضرب على ذلك مثلاً

رجل قد اعتاد الشراب فى المساء حتى كاد أن يتلف صحته ويفقر أهله . وعند التحليل نجد أن الذى أوقعه فى هذه العادة زوجة منافرة لجوج قد جعلت البيت حافلاً بألوان المذاب المادية والمعنوية لهذا الزوج بحيث صار عندما يحين عودته فى المساء إلى البيت يحس ضيقاً وكراهة واهتماماً منشأها بالطبع تلك الكظوم التى يمشيها فيه هذه الزوجه . وهو يجد فى طريقه الدواء ، أى الخمر ، التى يفرج بها عن هذه الكظوم فينهض من الكأس وهو مرتاح ويدخل بيته مسروراً

فإذا عمدنا إلى التحليل النفسي اضطررنا إلى أن نوضح لهذا الزوج مقدار التعاسة النفسية التي أحدثتها زوجته له . وقد يكون لهذا الإيضاح عاقبة سيئة في العلاقات الزوجية بينهما . ولكن إذا تركنا التحليل وعمدنا إلى التأليف فإنا نمجّل له الشفاء دون أن نفرس فيه مركبات سيئة ضد زوجته . كأن نبحث له عن عمل أو نشاط في المساء يصح أن يكون ، أو يقارب ، هواية يشغف بها وتشغله عن الخمر . كالانضمام إلى أحد الأندية أو تنشيط الضيافة في منزله حتى يجد من الزائر المحبوبين ما يربطه بالبيت . أو نحمله على أن يتناول غداؤه في الساعة الخامسة من المساء حتى إذا شبع كانت معدته ممتلئة في ميعاد الشراب فتغنيه عنه . ونحن هنا نموده عادات جديدة تبعث فيه عواطف جديدة يرتاح إليها دون الحاجة إلى الخمر . وهذا بالطبع لا يمنع النصيح للزوجة وتبصيرها على أفراد بعواقب سلوكها

أو اعتبر شاباً مراهقاً قد وقع في العادة السرية وانغمس فيها إلى حد الضرر . فإن التحليل هنا يكاد يكون عقيمًا . ولكن التأليف مفيد . فإنا مثلاً نهى له حوا اجتماعياً يحرمه الأفراد الذي يتيح فرصة الممارسة لهذه العادة . وأيضاً نساعد في دروسه حتى يسر بالنجاح ، فإن العادة السرية كثيراً ما تنشأ من الاغتمام بالتخلف أو العشل في الدروس . والشاب يلجأ إليها كي يرفه عن نفسه ويسرى عنها هذا الاغتمام . فإذا أتحنا له النجاح بمعلم خاص فإن إلحاح هذه العادة عليه يخف . أو نحمله على الرياضة في ناد يجد فيه الأقران والحديث والمباراة والتعاون أي أننا نوجهه وجهة اجتماعية بدلاً من الوجهة الإلهية أداة الإيمزالية التي انغمس فيها وأصبحت حوا مهبطاً للعادة السرية . بل كذلك الرقص يؤلف شخصيته من جديد ويحمله على التفكير الإجماعي الحسن . ونحن بهذا كله نربي عواطفه ونكسبه أسلوباً جديداً للسلوك ينتقل به من الانفرادية إلى الاجتماعية ومن المرض الجنسي إلى الصحة النفسية . وهذا هو ما نمنى به من عبارة التأليف النفسي الذي يجب أن يأخذ في كثير من الأحوال ، مكان التحليل النفسي

وأرجوا القارىء ألا يفهم أنى أستصغر قيمة التحليل النفسى . ولكنى أجد من ناحية أنه شاق جداً ، إلا فى حالات نكاد تكون استثنائية حين يهبط المحلل مصادفة على حلم فى النوم أو اليقظة يكشف فجأة عن العقدة أى المركب الذى أدى إلى المرض أو الشذوذ أو القلق . وكثيراً ما يسأم المريض من طول المدة التى يحتاج إليها التحليل . وقد يبعثه الـ أم على تركه . ومن ناحية أخرى أجد أن هناك افتناعاً بأن التحليل هو الألف والياء مع أنه ليس كذلك لأن المريض فى كثير من الحالات بعد أن يعرف العقدة السيئة التى انتهت به إلى حالته لا يستطيع أن يبرأ من هذه الحالة لأنه قد تعود منها عادات عاطفية نفسية يحد هو نفسه فيها قسراً لا فكاً منه . لأن للمادة قوة كبيرة . ثم هناك شئ آخر يجعل فائدة التحليل مقصورة ، هو أن المريض الذى ينتفع من التحليل يجب أن يكون مستميراً قادراً على التعمق بل قادراً على أن يفلسف . وهذا المريض نادر بالطمع

وكثيراً ما أحس عند ما أجد هوة العمق التى يحاول أن يتعمقها المحللون إنى أحب أن أقول تلك الكلمة التى قالها اسحق الروصلى على ما أظن . فقد وجد شاعراً يتعمق المعانى ويعقدها ويشدها كأنه يصنع منها شبكة أو تيهاً فقال له :  
« الشعر أبسر من هذا »

أجل . إن النفس البشرية أبسر من هذا ولا تحتاج إلى كل هذا التعمق . وحسبنا منها أن نوجه و نؤلف ونعين الخطط لبناء الشخصية المفككة . ونحن بهذا نجد السرعة التى نحتاج إليها كما نجد الاستبشار والحماسة من المريض .

## الزيف الجنسي

شروع الأمراض النفسية في الأفراد هو برهان على أن المجتمع نفسه سيء ، لأن هذا الشروع يدل على كظوم كثيرة لا يطبقها الأفراد ولذلك يقومون ضحايا لها بالشذوذ ، ثم النيوروز ، ثم السيكلوز

والنزوع الجنسي هو كل شيء عند فرويد مؤسس التحليل النفسى أى أنه يعتقد أن كل نوازعنا وأمراضنا تقريبا تعود إليه وإلى ما أحدث من مركبات جنسية بين الطفل وأمه . وهو يرى أن الاشتهااء الجنسي يفسر الطفل حتى وهو يرضع . ولكن هذا الاشتهااء عنده ليس مركزا في بؤرة كما هي الحال عند الكبار إذ هو معهم مبهم يشبع في أنحاء جسم الطفل . فهو يرضع مثلا فيما يشبه اللذة الجنسية كما أنه يلتذ الاحتكاك

وتبدأ الشهوة الجنسية تتجمع عنده في بؤرة هي الاعضاء التناسلية حوالى سن الثامنة . فتتنبه الأعضاء . وأحيانا يسوء حظ الطفل فيقع مثلا في يد خادمة تزيد تنبيهه بالعبث بهذه الأعضاء . وهذا التنبه يؤذيه عندما يبلغ الرابعة عشرة أو قبيل ذلك حين تعود نفسه إلى هذه الذكرى التي تركنها له الخادمة بالعبث فيقع في العادة السرية التي تبدأ عبثا

وفيا بين الثامنة والثالثة عشرة تقريبا يعيش الصبي حياة غير جنسية . ثم يبدأ في المراهقة . والتنبه الجنسي يفسره بقوة وبطش حتى لا يعرف كيف يتصرف . وهو لا يجد النصيحة أو الارشاد . ولذلك يحار ويأخذ في مباشرة تجارب جذبية شاذة فيقع في الشذوذ في هذه السن لطفايان العاطفة الجنسية وللحرمان الذي يلاقيه في الوقت نفسه للجنس الآخر . والفصل بين الجنسين في مجتمعا ، بل في كل

يجتمع آخر تقريباً ، هو السبب لهذا الشذوذ . ولذلك قد يقع المراهق في العادة السرية أو يتعرف إلى الصبيان الذين في سنه أو أصغر منه تعرفاً جنسياً شاذاً

وهذا التعرف الشاذ هو ، كما قلنا ، ثمرة الحرمان . حتى أن كثيراً من الحيوانات ، وخاصة القردة ، تعرفه وتمارسه . ولكن هذا الشذوذ يزداد إذا ازداد الحرمان كما هو المشاهد في الأمم الشرقية حيث الفصل بين الجنسين من التقاليد المرمية . والأدب العربي مليء بالتغزل بالصبيان لهذا السبب

ولننظر أولاً إلى العادة السرية . فإنها تفسو بين ٩٥ في المئة من الشبان أو أكثر . وهي تبدأ في المراهقة حوالي سن ١٣ و ١٤ . وأولئك الذين تنبهت عندهم العاطفة الجنسية حوالي سن ٨ أو ٩ يقومون فيها بسهولة أكثر من غيرهم أيام المراهقة . ونعني بكلمة التنبيه هنا أن الحادثة مثلاً قد لعبت بالطفل في هذه السن المبكرة فدربته على التحسس والعبث وتركزت في نفسه ذكرى هذه اللذة فيعود إليها في المراهقة . والشاب الانطوائى يقع في هذه العادة أكثر من الشاب الانبساطى لأن الأول يؤثر الاعتزال أو الاعتكاف . وكلاهما يساعده على ممارسة هذه العادة كما أنه يستسلم لخواطر اليقظة وهي تنبه العاطفة الجنسية . وكثير من الشبان يعيش فيما بين ١٣ و ١٦ كما لو كان في شذو فرنيا خفيفة له عالم آخر مؤلف من أحلام اليقظة التي يلتذها ويميش فيها وهو بعيد عن الواقع

وإذا كان الشاب يمارس العادة السرية في اعتدال فلا خطر منها . ونعني بكلمة اعتدال أنها لا تزيد عن ثلاث أو أربع مرات مثلاً في الشهر . أما إذا زادت فإننا يجب أن نعالجها بالوسائل التالية :

١ - أن نكسب ثقة الشاب المهالك على هذه العادة بحيث يأتئنا ويصرح بكل ما يعمل

٢ - ألا نبالغ في ضرر هذه العادة حتى لا يشبع الخوف عنده فيزداد قلقه

لأنه قد يبرأ من العادة ثم يقع فى القلق وتتكأر عليه الأوهام والوساوس بشأن صحته الجسمية وسلامته العقلية

٣ - أن تحمله على اهتمامات وهوايات كثيرة تشغل فراغه ، وأن نسخر له بالمال كي يشتري الكتب ليقرأ ، ويقصد إلى السينما توغراف ، ويتعلم الموسيقى أو الرقص أو الألعاب الرياضية ويقضى أجازة أسبوع أو شهر فى بلدة أخرى ونحو ذلك

٤ - أن نخلق له نشاطاً اجتماعياً لذيذاً بحيث يقضى معظم وقته وهو مع غيره فلا يجد الفرصة للانفراد إلا قليلاً ، لأن الانفراد يهىء له الخواطر الجنسية التى تدفعه إلى ممارسة هذه العادة

٥ - الرقص مفيد فى هذه الحالات ، إذا كانت الظروف الاجتماعية تسمح به لأنه يعيد الشاب إلى الواقع ويمنع الاسترسال فى الاخيلة الجنسية . وقد وجدت أنا أن الشاب عقب الرقص يترك هذه العادة لما يحس فيها من خسة ودناءة وما يجد فى الرقص من شهامة ورجولة

٦ - يجب أن نذكر أن هذه العادة تتفاقم عند الشاب وقت الاغتمام والهزيمة كالحية مثلاً فى الامتحان . وهى تضعف وقت النجاح والسرور ، لأنها لذة عابرة تخفف من النهم والانحطاط أو الكرب النفسى . ولذلك يجب أن يساعد الشاب على النجاح ونمائه إستبشاراً بالمستقبل

وحوالى سن السابعة عشرة يخف إرهاب الماطفة الجنسية بل هى قد تشعب إلى إستطلاع جنسى سليم أو إلى إستطلاع ثمافى أو إجتماعى أو علمى . وهذا حسن وهناك شذوذان آخران يقع فيهما الشبان

أحدهما الالتفات إلى الصبيان . وقد ثبت هذه العادة وتبقى إلى ما بعد الزواج فتحدث أذى فادحاً فى العلاقات الزوجية . كما أن العادة السرية قد تفدح أيضاً

وتبقى إلى ما بعد الزواج . ولكن الأغلب أن الزواج يحو هذه العادة . أما الاتصال بالصبيان فكثيراً ما يمجز الزواج عن محوه من النفس . وقد يكون لهذا الشذوذ أصل عضوى أى أن مرجعه ليس نفسياً فقط

والشذوذ الآخر هو التعرف إلى البغايا . فإن البنى التى تشتري منها اللذة بالنقود تعامل بغير حب أو صداقة أو احترام . ولذلك سرعان ما يتركها الشاب وهو مشمئز . والعادات الجنسية تثبت فى النفس . ولذلك عندما يتزوج هذا الشاب يعامل زوجته بالسرعة والهرولة التى كان يعامل بها البنى . فتسوء العلاقة بين الزوجين . لأن الزوجة تغدو محرومة

وعبارة « تثبت فى النفس » يجب أن نقف عندها قليلاً فى حديثنا عن الزينج الحسى فقد يتعود الشاب مع الفتاة ، التى يخشى على عذريتها ، عادات الاحتكاك الخارجى ويصل كلاهما إلى ذروة الشهوة الجنسية بالاحتكاك فقط فتثبت هذه العادة فيهما . والفتيات يقمن فى هذا « التثبيت » أكثر من الشبان لأنهن يخشين الحمل فيتمودن الاحتكاك الخارجى وقد يكرهن بل يشمئزن من الاتصال الجنى التام . وهذا زينج له عواقبه السيئة الفادحة فى الزواج . بل قد تقع الفتاة فى « تثبيت » آخر هو أنها تجد اللذة والمتعة فى المغازلة بالحديث والتقبيل والتجمين وتقف هنا . ولا تنتقل إلى مرحلة أخرى بل ترفض فى اشمئزاز هذه المرحلة الأخرى . وقد زادت القصص السينمائية هذا الاتجاه فى الفتيات لأن القصة تنتهى على الشاشة ، بعد جهاد المحبين ، إلى القبله . كأن القبله هى المرحلة الأخيرة . مع أنها . فى النظام النفسى الجنى ، ليست سوى إحدى الدرجات . وبذلك تمود المغازلة عند الفتاة كل شيء أو أكبر الأشياء ، أى أنه يحدث « تثبيت » فى القبله

وأفدح الأمراض الجنسية هى العنة أى المعجز عن التعارف الجنى . والعنة فى المرأة جمود لا أكثر ، أى أنها تقف الموقف السلبى فى التعارف الجنى ولكنها

قد لا تمنع . أما في الرجل فإن العنة تعني المعجز عن إتمام التعارف الجنسي . ولهذا الحال أسباب كثيرة

١ - نذكر في أولها إعتياد العادة السرية مدة طويلة . لأن هذه العادة تجعل معتادها يألف الاخيلة والخواطر الجنسية حتى ينتهي إلى النفور من الواقع ولكن ليست هذه الحال خطرة لأنه سرعان ما ينسى هذه العادة عقب الزواج

٢ - وكذلك اشتهاا الصبيان قد يحمل صاحبه على المعجز عن التعارف الجنسي مع زوجته . وهذه العادة أثبت من العادة السرية . وأحياناً لا يشق صاحبها إذا كان السبب عضوياً وليس نفسياً . ولكن هذا الذي يتعسر شفاؤه لا يلزم واحداً في المئة من هؤلاء الزائمين النفسيين

٣ - قد تحدث العنة لأن الحب يتغلب على الشهوة . وهذا الكلام غريب على القارئ . ولكن قليلاً من التأمل يوضحه فإن المروس قد تكون قائمة في الجمال وعندئذ يحسر العريس كأنه يعبدها وهو عندئذ يرميها فوق هذا الرحس أي الاتصال الجنسي . فأننا نشأنا على أن التعارف الجنسي نجاسة وأن الطهارة تقضي تجنبه . ولذلك عندما يشتد الحب يضمف الاشتهاا . وقد تحدث العنة لذلك . والعلاج سهل جداً . وقليل من الارشاد من أحد السيكولوجيين يزيل هذه العنة . ويحسن أن يكون هذا قبل الزواج

٤ - ويحدث كثيراً أن تردد العريس قبل الزواج وحيرته في اختيار الزوجة . هذه أو ذاك ، يحدثان عنة ندوم مادامت هذه الحيرة . وهي تزول بزوالها أي عندما يستمر على رأى

٥ - يحدث للمتزوجة عقب الزواج بسنة أو بعشر سنوات أو أقل أو أكثر أن يصاب أيضاً بالعنة . وهذه الحال تعود إلى كراهة قد استقرت في الكامنة كأن النفس تحتاج على هذا الزواج المكروه أو تعتل بالعنة لتجنب الزوجة

وإهانتها . وكثيرا ما تكون الزوجة ، بتصرفها السيئ ، مسئولة عن هذه الحال  
هذه هي أهم الأسباب لهذه الحال التي يعمدها المريس أو الزوج خطيرة وهي  
في أغلب الأحيان في غاية البساطة والسهولة

لا تزال هناك بعض ملحوظات بشأن هذا الموضوع نلقيها للقارىء بلا ترتيب .  
منها الرجل أقدر من المرأة على الحرمان الجنسي ، لأن اهتماماته الكثيرة تشغله .  
ولكن التزام المرأة لبيتها يحملها على اجتراح الخواطر الجنسية في أحلام اليقظة . وفراغها  
كثير ولذلك أحلامها هذه كثيرة . ثم إن الجنس اشتهاً وحب وأمومة عند المرأة  
وهو أقل بالطبع من ذلك كثيراً عند الرجل . والتغير الكبير الذي يعقب انقطاع  
الحيض عند المرأة يدلنا على أن للجنس قيمة فسيولوجية لها أكبر من قيمته  
عند الرجل

يحمل مجتمعنا المرأة على أن تتجنب التفرج الجنسي . وهذا شأن كل مجتمع  
متمدن . مع أن الحال ليست كذلك في الرجل . ولهذا النع أثر سيكولوجي آخر .  
لأنه ينتقل من التخصيص إلى التعميم . فكما أننا قد رأينا أن الحيرة في اختيار  
الزوجة تحدث عنة قبل الزواج عند الشاب كذلك يؤدي هذا النع عند المرأة إلى  
انسكافها في النشاط مهما يكن نوعه وإلى تخلفها الاجتماعي

الحرمان الجنسي مجهود كبير جداً . وهو يشبه مجهود الصائم الذي يفكر في  
الطعام مادام جائعاً . فالمحروم يحتر الأكلة الجنسية أكثر من المتزوج . وقد يقال  
إنه سينسى بعد مدة طويلة هذا الاحترار الجنسي . ولكن إذا صبح هذا فقد تأكد  
الضرر . لأن الحال الطبيعية السليمة أن الرجل لا يصبغ أن ينسى المرأة إلى حد  
الاستغناء التام . ويجب لهذا السبب أن ينظم المجتمع بحيث لا يطول هذا الحرمان

الحرمان بضر النيوروزى أكثر مما يضر السليم

وهناك بالطبع شذوذات جنسية أخرى أقرب إلى الاجرام منها إلى الشذوذ

كالرجل يضرب المرأة ويقسو عليها إلى حد الموت تقريباً كي يؤدي الاتصال الجنسى . وقد يقتلها فى هذا الاتصال . وعند ما نتأمل الاتصال الجنسى عامة نجد أن فيه شيئاً من القسوة لأنه فى صميمه عدوان . والمريض النفسى يبالغ فى هذا الاتجاه حتى تصير قسوته قنلاً أو تعذيباً بدلاً من أن تتخذ الصيغة المألوفة كالمض أو الإيلام الخفيف . وهذه القسوة تسمى « سادية » وأحياناً تنعكس الصيغة فيكون الشذوذ رغبة فى التألم . وهذا ما يسمى « المازوكية » كأن يطلب الرجل أن يضرب قبل الاتصال الجنسى . وهذا الميدان الجنسى يخصص للشذوذات الكثيرة كالمجنون الذى يفتح القبر كي يفسق بفتاة ميتة ... الخ . وهؤلاء الشاذون يسمون « سيكوباتيين » أى أنهم سويون عقلاء فى الحياة العامة ولكنهم شاذون فى هذه النقطة أو تلك ( أنظر فصل الشخصية السيكوباتية )

## النظر السيكلوجي للاجرام

النيوروز هو كظم لاينفرج يضيق به الانسان كالفيرة أو الخوف أو القلق  
أو الشك أى أنه جنون العاطفة

والسيكوز هو تفريج مخطأ زائف للكظم السابق الذى، تقاوم حتى صار نيوروزاً  
لايستطاع تحمله . ذلك أن السيكوزى يخترع أسطورة يسكن إليها أو خيالات  
يرتاح إليها . فتذهب عنه الكظوم التى لم يكن يطيقها . كالأم التى تركها ابنها ،  
فهى بين الشكوك التى لاتطاق هل هو عائد أم لا ؟ وحى أم ميت ؟ وماطفتها فى  
عذاب وتمزيق لا يطاقان . وهذا هو النيوروز . وفى ذات صباح تجد أنها قد  
استيقظت وهى مرتاحة ساكنة إلى خيالات جديدة وأساطير لذيذة بأن ابنها قد  
عاد وقابلها يوم أمس وتحدث إليها وأنه سيحضر هذا المساء . وعندئذ يعد السيكوز  
جنون العقل الذى حل محل النيوروز أى تور العاطفة وحنونها

والاجرام يعد ، من الناحية السيكلوجية ، تفريجاً لكظم سابق . أى أن  
المجرم نيوروزى ضائق مثلاً بفقره ، أو بالأحرى ، بعوزه . يجد أن حاجاته أكثر  
من مقتنياته . فهو كاظم قد احتقنت فى نفسه أحقاد أو توترات مختلفة تطالبه  
بالتفريج . وغير المجرم يلجأ إلى الخمر مثلاً فيفترج . وغيره يلجأ إلى أحلام اليقظة  
فيفترج أيضاً . ولكنه هو يلجأ إلى الجريمة . ومن هنا خطره على المجتمع .  
والاجرام ، بهذا الاعتبار ، يعد سيكوزاً أو نيوروزاً . ويجب لذلك أن يجد  
المعالجة السيكلوجية . ولكننا مازلنا نعالج المجرمين بقانون العقوبات وهو قانون  
عاطفى وليس وجدانياً لأننا ، حين ننفذه ، ننتقم ولا نتمثل

والمشاهد أن الذكاء فى المجرمين أقل قليلاً من المتوسط العام أى أقل من مائة

ولكن الاجرام لا يعود إلى نقص الذكاء، لأن هناك آلافاً من الأفراد دون المائة أى دون المتوسط ومع ذلك يعيشون العيشة السوية في المجتمع . ولكن سبب الجريمة هو السكظم الذى لا يجد منفرجاً إلا بهذا الانفجار الاجرامى . وقد سبق أن قلنا إن المجتمع الحسن هو ذلك الذى تقل فيه السكظوم ولا تتفاقم حتى لا تؤدي إلى الجنون أو إلى الاجرام . ومن هنا نفهم أنه حيث يكون الحرمان المالى أو الاقتصادي أو الجنسى أو الترفيهي نجد الاجرام وعلى قدر هذا الحرمان يكون الاجرام

وقد سبق أن قلنا إن ضمير الانسان في مجتمعه مؤلف من ثلاث ذوات :

- ١ - الذات البيولوجية الفريزية التى نشتهى بها الطعام والأنثى والسيطرة الخ
  - ٢ - الذات الاجتماعية المؤلفة من التقاليد والعادات الاجتماعية
  - ٣ - الذات العليا التى تنتقد وتبصر وتتألف من الدين والأخلاق والمثلثات
- وواضح أن الذات الأولى هى أرسخ وألح الذوات في ضميرنا لأنها هى الذات الفطرية الأولى أى الذات الحيوانية الكامنة وهى لانكاد تقبل تعلماً أو تعديلاً . ولذلك يؤدي حرماننا من الطعام أو الأنثى أو السيطرة إلى الاجرام . وكلمة السيطرة هنا تعنى أشياء كثيرة كالحصول على المال والمقام والوجهة والشعور بالرغبة في الانتقام عندما نجد الاهانة أو الخط من مكانتنا الخ . وعندما نكون تحت سلطان الخمر أو أى مخدر آخر تسفر الذات البيولوجية وتحمده الذات الاجتماعية والذات العليا . وكلنا يعرف مثلاً أن المجرم يلجأ أحياناً إلى الخمر كي يحمده أو يميت هاتين الذاتين الأخيرتين . وهو ينجح في ذلك . فيعود عقب الشراب وليس به سوى الذات البيولوجية فيسلك سلوك الحيوان

وكي نتقى الجريمة يجب أن :

- ١ - نعمل على توفير الحاجات للذات البيولوجية بايجاد نظام التكفل الاجتماعي فلا يجوع أحد لأنه متعطل بل ينظم المجتمع بحيث لا يكون به متعطل

بتأناً . وإذا وجد ، وهذا نفسه مرض ، فانه يجب أن يؤدي تمريض للمتعطل على تعطله حتى يجد العمل . وكذلك ينظم الزواج بحيث يكون مستطاعا حوالى العشرين من العمر . وليس هذا شاقا إذا عممنا تعليم الفتاة حتى نعمل إلى جانب زوجها عملا كاسباً وإذا عممنا وسائل منع الحمل حتى لا يرهق الزوجان في سن مبكرة بكثرة الأولاد . وليس في العالم أمة متمدنة تهمل في أيامنا التكفل الاجتماعى فان الدولة تعنى بالصحة والتعليم وتغذية التلميذ في المدرسة وهى تؤوى المريض في المستشفى وتؤدي تمويضاً عن التعطل وتمنح الحامل أجرة كاملة في الأسابيع الأخيرة للحمل وعقب الوضع كما أنها تمنح المسنين معاشاً الخ

وهذا التكفل الاجتماعى يشبع الذات البيولوجية ويبعث الطمأنينة والرضى فتقل الجرائم . والى الآن لانعرف مصر هذا التكفل . ومن ينصح به بنجر بالشيوعية من المستغرضين أو من البله والمغفلين

٢ - يجب أن يقل التفاوت الاجتماعى (الاقتصادى) بين السكان حتى يقل الكظم . فلا يعيش إنسان بثلاثة قروش في اليوم ويعيش آخر بثمانئة جنيه في اليوم كما هي الحال في مصر . وإني أذكر هنا أجور الكناسين الموظفين في المجالس البلدية في بعض مدن أوروبا إلى جنب أجور الوزراء . فهى في السنة ( من إحصاء ١٩٣٠ ) :

|                           |            |                    |
|---------------------------|------------|--------------------|
| في لندن : الكناس          | ١٤٥ جنيهاً | والوزير ٥٠٠٠ جنيهه |
| في برن ( بسويسرا ) الكناس | ٢٢٣ »      | » ١٦٠٠ »           |
| في كوبنهاجن ( دنمركا )    | ١٥٠ »      | » ٩٠٠ »            |
| في ستوكهلم ( سويد )       | ٢١٠ جنيهات | » ١٣٠٠ »           |

وواضح أن قلة التفاوت هنا تؤدي إلى الرضى . في حين أن عظم التفاوت عندنا بين مرتب الوزير وأجرة الكناس في المجلس البلدى يؤدي إلى السخط أى الكظم فالإجرام . والمقارنة هنا رمزية لأننا نقصد منها إلى أن هناك آلاف

الأفراد الذين يحصلون على مرتب رئيس الوزارة وملايين الأفراد الذين يحصلون على أجرة الكناس . والإجرام يقع من الأفراد الساخطين السكاظمين بين هؤلاء الملايين ولا يقع من أولئك المرفهين الراضين الذين يحصل كل منهم على نحو عشرة جنيهات في اليوم .

٣ - ويجب أن تتوافر الاهتمامات للشبان والفتيات . وعندى أن الفرق في أغلب الحالات بين الشخص الطيب الذي لا يأكل نفسه بالحق والسكران وبين الشخص السيء الذي يتجرى الإيذاء هو أن الأول كثير الاهتمامات اللذيذة التي عملاً نفسه وتشغل ذهنه فتبتدأ أحقادها وتتشتت كظومه . أما الثاني فكظوم لم تنفرج كظومه . فهو يحمل هموماً ولا يشتغل باهتمامات وقد نكون هذه الاهتمامات مسليات سخيفة عند البعض . وهي تضر هذا الشخص الذي يمارسها لأنها تبعثر ذكائه ومواهبه وإن كانت تمنحه من الأذى . والمجتمع الحسن هو الذي يهيئ لأفراده الاهتمامات العالية النافعة كالثقافة بالكتاب والجريدة وكالأندية والألعاب الرياضية والتزهد على الشواطئ والسياحة الخ . أى يجب على المجتمع الحسن أن يساعد الذات الاجتماعية والذات العليا على أن تتوافر لها وسائل الحياة والقوة .

٤ - وواضح أننا لا نستطيع أن نهمل القدوة والإرشاد مدة الطفولة ، لأن الإجرام قد يكون في النهاية أسلوب عاظم تعلمه الطفل من أبويه ولا يستطيع الإفلاخ عنه . وقد صارت كلاً ، الفتاة الهندية التي أرضعتها ذئبة فنشأت معها وأخذت بأسلوبها ، ذئبة في كل شئ إلا هيئة الوجه . ونسيت إنسانيتها الفطرية حتى القوام تغير فصارت تجرى على أربع كالذئبة . وأذكر هنا الطفل المدلل الذي لا يطيق الممارسة من أحد وبأبى إلا أن يتسلط على غيره وتكون له الكلمة الأولى . وما يؤدي هذا إلى عناد فانتقام . وأذكر الطفل المضطهد وألوان الخبث التي تعلمها في طفولته كي يتقى بها هذا الاضطهاد . وهذا الأسلوب الذي تعلمه كل منهما يعيش معه سائر حياته ويؤذيه كما يؤذى المجتمع . وهنا يجب أن نذكر أن

بعض الولايات المتحدة تعد « المود » فى الجريمة فى عائلة المجرم وليس فى شخص المجرم وحده . وذلك لأنها تجد أن عائلة المجرم مسؤولة عن إجرامه وأنه أخذ بأسلوب الجريمة منها

والخلاصة أننا يجب فى معالجة الجريمة أن نستبدل الطبيب السيكولوجى الاجتماعى بالقاضى الجنائى . ويجب أن ندرك أن المجرم تأثر بلا ثورة معينة متور النفس فى غير حق أو بحق لا يعترف به مجتمعه ( أنظر فصل الشخصية السيكوبائية ) .

هـ - كى نتقى الجريمة يجب أن نتجنب فى تربية الطفل تدليه أو اضطهاده ويجب ألا نسأم من تكرار ذلك

## الشخصية السيكوباثية

حين نتحدث عن الانحرافات الجنسية أو عن الاجرام نيوروزاً أو سيكوزاً نجد أننا نتمحل وأنا نعجز عن أن نصوغ كثيراً من الانحرافات الأخلاقية في قالي النيوروز أو السيکور

ذلك أننا نلتقي بناس كثيرين يعيشون في المجتمع ويستمتعون بالكرامة والوجاهة أو الثراء والمركز ، نحادثهم فنجد العقل المتزن والاهتمامات السياسية أو الاجتماعية . لهم عائلات يعملون بها وأولاد يهتمون بمستقبلهم وغير ذلك مما يدل على الحياة السوية الحالية من الشذوذ . ثم تفاجأ يوماً ما بأن هذا الوجه الذي كنا نعرف فيه أخلاقاً سوية واتزاناً نفسياً بل وروحاً كريمة قد ضبط في جريمة الشذوذ الجنسي مع صبي قاصر . ثم تثبت التحقيقات أنه عريق في هذه الجريمة التي مارسها منذ عشرين أو ثلاثين سنة ، وأن له عادات بشعة في الشذوذ الجنسي مع الصبيان وقد استطاع طوال هذه السنين أن يخفي جرائمه لأنه لا يزال متمتعاً باتزانه يستطيع التفكير الحسن

ثم نجد لغيره شذوذ آخر مع البغايا كأن يضربهن ويؤلمن بما يسمى السادية أو بطلب هو أن يضربنه ويؤلمه بما يسمى المازوكية

ونجد غيره ينهم إلى الجنس الآخر ويتكاف التكاليف الباهظة كي يصل إلى غايته حتى ولو اقتضت هذه الغاية خيانة أصدقائه وتعرض عائلاتهم للاشتيت عندما تنفضح علاقاته الجنسية وهو يجري وراء غايته كأنه في حمى

وأحياناً نجد رجلاً ثرياً ليس في حاجة إلى المال . ولكنه مع ذلك يتعب ويعرف كي يسرق أفراد عائلته إخوته أو أقربائه الذين يشتركون معه في تجارة

أو زراعة . وكى يصل إلى غايته يرتكب التزوير والنصب . وإلى هذه الأخلاق لا يتورع من الذهاب إلى المسجد أو الكنيسة للصلاة ولا يعد نفسه مجرماً

وأحياناً نجد سيدة وقورة لها زوج وأولاد وهي تدير بيتها على خير ما يطلب منها . ثم يمر على مسكنها بائع الطماطم فتشترى منه رطلين . وقد لا يزيد ثمن الرطل على نصف قرش . ولكنها مع ذلك تغافل البائع وتسرق طماطمه . ثم قد تذهب إلى مخزن تجارى كبير وتشتري من الاقشة ما تبلغ قيمته عشرين جنيهاً . ومع ذلك تمد يدها إلى منديل لا يزيد ثمنه على عشرة قروش فتسرقه . وهذا هو ما يسمى « كايبتومانيا »

وأحياناً نجد رجلاً أنيساً يحب الكتب ويقتنيها ويبحث موضوعاتها في ذكاء وخبرة . ولكنه مع ذلك متعطل لا يثبث على عمل ولا يشار على انجاز مهمة . وهو يتنقل في سهولة من عمل إلى آخر كأنه متشرد . ولا يبالي أن يكسب له غيره ويتمب بينها هو يحصل على الثمرة . ويقضى وقته على القهوة ينفق ما حصل عليه فاذا قصر هذا الذى يتمب له سبه وقد يتمدى عليه بالضرب كأن له حقاً عليه في أن يعوله

فهؤلاء جميعاً ، وأمثالهم ، يسلكون سلوكاً عادياً ليس فيه ما يلفت النظر عواطفهم عادية ليس بها كرب أو ضيق ، وتفكيرهم سليم ليس فيه خيالات جنونية . ولكنهم في ناحية معينة ، يخفونها عنا أو لا يخفونها ، يسلكون سلوكاً غير اجتماعى يؤذى الناس أذى عظيماً . ومن الاسراف أو التسامح أن تقول إن بهم نيوروزاً أو سيكوزاً

ولهذا السبب أطلق على هؤلاء اسم السيكوباثيين ، أى أولئك الذين يتسمون بجنون أخلاقى ، حتى ليكاد أحدهم يحترف الكذب أو التزوير أو الوقعة فيكون بلاء علينا جميعاً ولكننا لانستطيع أن نرجه في مارستان أو سجن لأنه ، بذكائه يحرص على ألا يقع في مخالفة خطيرة . وإذا وقع فيها حرص على أن يتستر . وقد

روى الدكتور صبرى جرجس فى كتابه عن السيکوبائية أمثلة كثيرة من هؤلاء الشاذين

وأول ما نجد من الصفات عند هؤلاء الشاذين مما يفتح بصيرتنا إلى تفهم حالتهم أنهم مارقون فى ذاتية مسرفة . فشماهم "أنا . أنا . أنا . ينفون النجاح وأحيانا يتفوقون . وليس للغير أية مكانة فى حسابهم وهم على استعداد لأن يفسدوه وصفة أخرى تلازمهم هى الاندفاع وجحد العقل . وصفة ثالثة هى نقص الاتزان الأخلاقى الاجتماعى . فالقيم والأوزان الاجتماعية لا تحتل مكانها فى نفوسهم . فلا يبالي الرئيس السيکوبائى أن يفصل الفراش من وظيفته لأنه أهمل إهمالا بسيطا وأولاد هذا الفراش وزوجته ليس لهم مكان فى نفس هذا الرئيس . وصفة أخرى هى أن هؤلاء السيکوبائيين لا يعرفون هدفا للحياة . فهم يعيشون جزافا وحاضرهم يفهم كل شيء ليس للمستقبل عندهم قيمة كبيرة

والآن اعتبر أيها القارىء هذه الصفات كلها : ذاتية مسرفة تقول فى كل شيء ، أنا ، واندفاع بلا تعقل ، ونقص فى الاتزان الأخلاقى الاجتماعى ، وانعدام الهدف للحياة وإيثار الحاضر على المستقبل

والآن اعتبر أيها القارىء هذه الصفات كلها : ذاتية مسرفة تقول فى كل شيء ، أنا ، واندفاع بلا تعقل ، ونقص فى الاتزان الأخلاقى الاجتماعى ، وانعدام الهدف للحياة وإيثار الحاضر على المستقبل

اعتبر كل هذه الصفات ثم تأملها ، ألسنت نجد أنها جميعاً صفات الطفل المدلل الذى نشأ على أن يقول : أنا ، فى كل شيء ولا يعرف المسئولية ولا يبالي الغير ولا يفكر فى المستقبل ؟

ولكن الطفل المضطهد أيضا ، بل ربما أكثر ، ينتهى إلى الشخصية السيکوبائية . لأنه فى طفولته أهين وضرب وطرده وحرم . فاضطر إلى إتخاذ أسلوب من المكر والخبث والسرقة والوقمية والنش كى يحمى نفسه إزاء الإضطهاد . ثم

بقى معه هذا الأسلوب ورسخ فهو يعامل المجتمع به ويعود مجرما يعامل هذا المجتمع  
بالاجرام الخفى كما كان يعامل زوجة أبيه

هذا التعليل يفتح بصيرتنا للفهم فى مشكلة الشخصية السيكوباثية . ولكنه  
لا يوضح لنا كل شئ فيها

ومع ذلك هذه الشخصية السيكوباثية قد لا تكون كلها سوءا . إذ هناك من  
السيكولوجيين من يفرض أن العبقرية قد تكون هى أيضا سيكوباثية ، لأن  
العبقرى كثيرا ما يقسم بساها . فلا يبالى المجتمع وقواعده . واستهتار الكثيرين  
من الأدباء والفنانين مشهور . ثم يقسم العبقرى بالاسراف ويبيح لنفسه من الحرية  
والتفكير ما لا يبيحه لأنفسهم أفراد الجمهور . وهو أيضا مقلقل . وهذه القلقله  
تعمله على غزوات فكرية مختلفة . والعبقرى والسيكوباثى يتفقان فى أن قالب  
المجتمع لا يصوغهما كما يصوغ الأفراد العاديين . وهذا فرض يستحق التفكير .  
وهذا فرض يستحق التفكير . ولنتوسع قليلا فى الشرح :

١ — الطفل الدار قد تعود الأنانية وكرهه التحمل للمسئوليات . والمجتمع  
يصدمه من وقت لآخر صدمات مؤلمة . فهو يثور عليه ويتخذ أساليب سرية فى هذه  
الثورة عليه . والاجرام ببعض هذه الثورة

٢ — الطفل المصطهد أكثر ثورة من الطفل المدلل وأكثير مكرا أو ميلا  
إلى الأساليب السرية . فقد اضطهدته زوجة أبيه مثلا . فتعود ، كى يعيش فى بيت  
بكرهه ، أن يحتمل ويسرق وينش وينشى بالوقية . فإذا كبر بقيت فيه هذه  
الأساليب ضد المجتمع كما كانت ضد زوجة أبيه . فهو ثائر على المجتمع يقدم على  
الحرية بلا مبالاة لأنه ، فى أعماق كامناته ، ينتقم من المجتمع الذى يمثل زوجة أبيه

٣ — كأننا نقول فى هذين المثالين السابقين أن التدليل والاضطهاد يحدثان  
ثمرة مرة فى النفس تشبه الثمرة التى يحدثها مركب النقص . فنحن هنا إزاء حقد  
محتبئ على المجتمع زرعت بذره فى الطفولة . ولكن ، مركب النقص يحدث

ضررا قادحا وانجاها سيئا في أكثر من ٩٠ في المئة من الحالات ويحدث أقل من ١٠ في المئة من الأثر الحسن . كذلك التدليل والاضطهاد يؤديان إلى الضرر والسوء في نحو ٩٠ في المئة من الحالات ، أى يؤديان إلى الشخصية السيكوبائية : شخصية الإجرام الخفي أو الجنون الخفي . ولكن في ١٠ في المئة قد يؤدى التدليل والاضطهاد إلى الشخصية المبقرية . لأن الذكاء قد يسمفه هنا فلا تكون الثورة على أوضاع اجتماعية تنتقد في تعقل وتبرز عيوبها في إيضاح .

## إحدى الشخصيات السيكوباثية

هؤلاء المجرمون يعيشون بيننا ويقلقوننا . وجرائمهم خفية لا يستطيع الكشف عنها وفضحها . وهم في ظاهرهم عاديون سويون لا يبدو عليهم أى شذوذ بل هم قد يحصلون على براعة فنية بكسبون بها وينالون بها الاحترام . ومن هنا العجز ، أى عجز المجتمع ، عن منع شرورهم

ولد منذ اثنتين وستين سنة فى عائلة متوسطة من عائلات الصعيد ، وجاء مولده بعد خمس بنات وأبواه على شوق لأن ينجبا بفلانم . ثم عامله بتدليل مسرف بحيث لم يكن يطلب أى شىء مهما كان باعته من النزع إلا ويجده حاضراً أمامه وكان له خادم خاص يقضى به النهار كله وهو يتنزه على حمار خاص

وهو أى هذا الفلان كان مزوداً بالنقود التى يبعثه نزقه على أن يشتري بها كل ما يرغب فيه ، لا يجسد مريضاً أو مناقصاً . ومعنى هذا أنه عاش فى السنين الخمس الأولى وهو يتمتع بسلطان مستبد . ثم نشأ بعد ذلك على أن يعامل كل الناس بسلطان مستبد يطلب الطاعة . فإذا لم يجدها بطش وضرب وعربد

لم يعرف قط كيف يتعاون مع الناس بل عرف فقط كيف يعاند ويبطش . ويذكر عنه أنه حين كان فى السابعة أو الثامنة من عمره كان يخرج إلى الشارع ثم يعاكس المارة من نساء أو رجال ، من الخلف ، بأسلوب جنسى فاضح . ثم يسترضى أبواه ضحيته ويعتذران إليه . دون أن يعاقبا ابنهما حتى يكف عن هذه المادة . وكان له كلب ضخم يطلانه على المارة فيمقرهم أو ينبحهم ويفزعهم ثم يأتى أبواه فيسترضيان هذا الشخص . ونشأ بعد هذه التربية السيئة على أن يعتقد أو يحس أن أفراد الجمهور إنما خلقوا كي يكونوا موضع لهوه وضحك . يضربهم ويضحك ويشتتهم ويضحك

ويطلق كلبه عليهم ويضحك . ثم يحس أيضاً أن له الحق في أن يطلب كل ما يدفعه النزق إلى طلبة . وبذلك تكون له أسلوب هو أسلوب حياته الذي لا يزال ملازماً له إلى الآن في ١٩٤٧ وهو في الثانية والستين من عمره . فقد أدى هذا التدليل السرف إلى أنه كان يضرب أخاه الصغير بل كان يضرب أمه بالمصاحف حتى كان يجرحها . ذلك أنه تعود ألا يقول له أحد : لا . فلما بلغ السابعة عشر أو الثامنة عشر لم تمس أمه قادرة على أن تلبى كل طلباته فكان يضربها باستمرار . وكانت تعلمته في المدرسة هي التربية الوحيدة التي انتفع بها قليلاً لأن زملاءه من التلاميذ أجبروه على أن يسلك في معاملتهم بشيء من اللباقة المتعدنة . ولكن هذا السلوك لم يستطع أن يتغلب على أسلوب الطفولة الذي تعلمه . فكان إذا خرج من المدرسة وعاد إلى البيت أثار حرباً على أمه وإخوته يشتم ويضرب ويؤذي ويحطم . ثم تزوج بعد ذلك فلم يمض شهر على زواجه حتى كان يضرب زوجته بشئ ما كان يضرب أمه في إستهتار عجيب . وهذا إلى ناطق الخمر إلى حد الأدمان . واصطدم ذات مرة بوالد زوجته فضربه أيضاً . وبقي بعد ذلك نحو أربعين سنة وهو يذكر هذه القصة ويشرح تفاصيلها ، سواء أكان في صحوره أم سكره ويضحك مبتهجاً بأنه ظفر بخصمه وتغلب عليه .

وأغرى أخاه الأصغر على أن يكتب خطابات بذيئة إلى أقاربه . وهو يومه أنه يؤدي عملاً حسناً بها . وكان أخوه دون السن التي يستطيع فيها التقدير فكتب هذه الخطابات . ثم عرف بعد ذلك أن ذلك الشقيق الذي أغراه بكتابتها بعث يعتذر في اليوم نفسه إلى جميع من كتب إليهم ويعلن أخاه لأنه كتبها . وكان في كل هذا يسلك في أسلوب سيكوباتي عجيب !

وحانت له فرصة فسرق مصوغات والدته وباعها ولم يستطع أحد من إخوته أن يحمله على رد هذه المصوغات أو أن يعرضه للمقربة ذلك أن إخوته كانوا حسني التربية اجتماعيين يحب بعضهم بعضاً لأنهم لم يعرفوا التدليل مثله

بل الحق أن من يتأمل هذا الشخص يجد أنه ارتكب السرقة أكثر من عشرين مرة فسرق أمه وسرق إخوته بل كان يسرق المزارعين . ثم مع ذلك كان يفخر بهذه السرقات . وكانت له أخت فقيرة لم يتورع من أن يسرق منها نحو ثلاثين جنبها مما يشبه خيانة الأمانة وهذا في الوقت الذي كان أحد إخوته الآخرين يتبرع لها من ماله الخاص بنحو ستين أو سبعين جنبها

وكان يمارس شذوذاً جنسياً خطراً ولكنه ، مثل جميع السيكوباتيين ، كان قادراً على ستر جرائمه فلم يفتضح . وكان بعد ذلك بسنوات يقص جرائمه هذه وهو يضحك ثم يضحك ثم يضحك . ذلك أن أسلوب الطفولة الذي تعلمه حين كان يدله أبواه في السنين الأربع أو الخمس الأولى من عمره قد لازمه ومازال يلزمه إلى الآن

ولكن مع كل هذا الذي ذكرنا هناك أفضع وأبشع . ففي ذات مساء كانت أم زوجته في بيته تزور ابنتها وباتت ليلتها في بيته فرأى الفرصة سانحة لأن يضحك أضخم ضحكة في حياته . فشرب حتى سكر ، كما يفعل المجرمون المتأفة كي يخفوا جرائمهم . ثم فسق بحمانه اغتصاباً . وهو إلى الآن يقص هذه القصة ثم يضحك ويضحك ويضحك . ولا يبالي أن يشرح كيف كانت زوجته المسكينة تقاوم وتحاول حماية أمها . بل إن هذا الأسلوب نفسه ، أسلوب النزق إلى حد الاجرام قد عامل أولاده به . فقد كان له أربعة صبيان حاول أن يمنعهم من أن يتعلموا . وذلك لأنه وقف منهم موقف العناد كما لو كان طفلاً يعاند أطفالا . فقد اضطر أحدهم إلى الانقطاع عن الجامعة لأنه رفض أن يحدد له تذكرة الاشتراك في الأتوبوس أو يعطيه نفقات الانتقال اليومي من البيت للجامعة . وبلغ من استهتاره أن حرم ابناً آخر له من نفقات تعلمه في إيطاليا حتى اضطره أن يجوع ويقطع خمسين كيلو متراً على قدميه لأنه لا يجد أجرة القطار

وكان شقيقه يبصر بحالته ويفطن إلى حد ما للبواث التي حملته على هذا

السلوك ، أى هذه الجرائم . وكان هذا الشقيق يرفق به ويستصلحه ويهدى له المظف . ومع ذلك جاء آخر أيامه يحاول أن يسرقه ويدبر له الماكسات فى الحساء عاش اثنين وستين سنة وهو سلسلة متصلة من الجرائم البشعة . ولكن يد القانون لم تمتد اليه قط . لأنه بما وصل اليه من تعليم ، إذ كان مهندسا ، استطاع أن يخفى جميع جرائمه . وصحح أن أفراد عائلته ، بل أقاربه ، قد قاطعوه حتى بات منعزلا فى أواخر أيامه . ولكن هل هذا الجراء يكفى مثل هذه الحياة الإجرامية ؟ ومع كل هذا الذى ارتكبه هو معذور لأنه دال وأسرف أبواه فى تدليله حتى أصبح سيكوباتيا لا يحس أية مسئولية إجتماعية ولا يبالى أى أذى ينزله بالناس لابل حتى بأمد وإخوته وزوجته وأولاده فضلا عن الغرباء . ولا يعرف معنى للبر أو الشرف . فالمسئولية على أبويه وايت عليه

ونحن مضطرون إلى أن نعيش مع هؤلاء السيكوباتيين عاجزين عن أن نعين جريمتهم أو جنونهم . ومرجع مدا تدليل وجده هؤلاء الساكنين فى الظلمة عين أسلوبا فى التصرف ثم تحجر هذا الأسلوب حتى بقى إلى شيخوختهم لا يعرفون كيف يغيرونه

وليس فى هذا الشخص ما يدعو إلى الشبهة فى نقص أو خلل وراثى . أولا لأنه أثبت أن كفايته الذهنية غير ناقصة إذ حصل على دبلوم الهندسة العليا . وثانيا أنه ليس بين إخوته واحد يشبهه فى هذه الأخلاق إذ كلهم سويون إجتماعيون . ولكن مما يستحق الذكر هنا أنه على الرغم من حصوله على شهادة الهندسة العليا لم يشتغل قط بالهندسة إذ قنع بإرادته من أرضه الوراثية وهذا يدلنا على أنه لو لم يكن وارثا يعيش بتراث أبيه لارتكب جرائم أخرى فى سبيل العيش

## النيوروز

النيوروز كلمة عامة للكرب العاطفي الذي تضيق به وتتألم منه فتمجز عن أداء عملنا ونأرق في الليل ونجتز الهموم في النهار ونبقى في خوف أو شك . ولكن العقل في كل هذا سليم ليست به خيالات جنونية . وربما عندما تتقدم السيكولوجية تترك هذه الكلمة العامة أي « نيوروز » وتعين التورات النفسية كل منها بإسم خاص

وللنيوروز عامة علامات عشر وضمها السيكولوجي أدل يصف النيوروزيين وهي :

١ - أن النيوروزي يحمل معنى الحياة ولا يعرف أية قيمة للتعاون الإجتماعي . فهو مثلاً مخصم أكثر مما هو معالج

٢ - هو أناني لا يخدم غيره والكلمة « أنا » عنده الأولوية

٣ - هو في خوف دائم أو متردد ( والهم والقلق خوف متردد )

٤ - يحاول أن يبحث لنفسه إحساساً دانياً ( غير موضوعي ) كي يشعر بالقوة كأن يشرب الخمر أو أي مخدر آخر ، أو يستسلم لخواطر اليقظة .

٥ - يقول : « لا أقدر » وفي صميم قلبه يقول : « لا أريد »

٦ - يعيش بهدف نيوروزي قد تكون له في الطفولة لأنه كان مدلاً أو مضطهداً . ففي الحال الأولى يحاول استيفاء ما كان يتمتع به من التدليل مع أن الظروف لا تؤاينيه . وفي الحال الثانية يحاول أن يعيش فيما اخترعه لنفسه من أهداف كي يرفع من الاضطهاد

٧ - يملأ فشله أو خيبته بأنه يحمل شخصاً آخر أو شيئاً آخر تبعه

هذا الفشل أو هذه الخيبة كأن يقول إنه مريض أو إنه لم يتعلم أو إنه لم يرث  
... الخ

٨ - يبدل مجهودا زائفا كي يبدو أمام الناس أنه غير مسئول عن فشله

٩ - تتسم حياته بأنها عتيمة وأنه غير مفيد للمجتمع

١٠ - يؤثر الاعزال على الاجتماع

هذه هي الملامات التي نعرفها في النيوروزي وتنتجتها أننا نجده عاجزا عن  
ممارسة العمل الكاسب ، وعن إيجاد علاقات إجتماعية حسنة . بل هو أحيانا  
يمجز عن إيجاد علاقات جنسية حسنة

ويتبسط أدلر فزيرد في شرح النيوروز فيقول إنه يرجع في بعض الأحيان  
إلى صدمة ما . فيستغل النيوروزي هذه الصدمة كي يفر من مسئوليات الحياة فلا يعمل  
ولا يتعب . أنظر إلى رجل أهانته زوجته ودأبت في الاهانات فيما يقارب الفضيحة  
وعجز هو عن الانتقام . فبقيت التورات . فهو يفتأ يذكر هذه الاهانة يقصها  
عليك وعلى كأنها أفسدت حياته . وأنه لولاها ... الخ . الخ . والنتيجة أنه  
يعيش عاطلا عقيما

وقد لا يعود النيوروز إلى صدمة معينة مذكورة . ولكن إلى أسلوب التدليل  
أو الاضطهاد الذي كابده الطفل الطفل في طفولته . ثم وجد بعد أن بلغ الشباب  
أن هذا الأسلوب قد باعد ، بل فصل ، بينه وبين المجتمع

ويقول أدلر إن النيوروزي يسكاد يتفزع إلينا : « اعدوزنى يا ناس . أنا  
وقعت في هذه المصيبة . أنا عاجز عن العمل لأني دميم الوجه ( = مركب نقص )  
والناس يضحكون مني . كيف أزوج بهذا الوجه ؟

ويرد أدلر في حكمة عالية : « لنفرض ذلك . وأنه قد وقعت بك مصيبة كما

يقع المرض بالإنسان . ولكن لسنا في حاجة لأن تصف لنا ما فعله بك المرض وأن تبكي على هذا . بل أخبرنا ماذا فعلت أنت بالمرض ؟ »

أجل . لو شرع هذا النيوروزى فى أن يفعل شيئاً بهذا المرض إذن لشرع فى علاج نفسه

وعندما يضرب النيوروزى عن العمل والكسب والإجتماع والزواج ويقول : « ماذا عندى من كفايات ؟ » ويعتمد متمطلاً عتياً ، يجب أن نقول له نحن : « ماذا فعلت بالقليل الذى عندك من الكفايات مهما قلت ومهما صغرت ؟ ماذا فعلت بها ؟ »

لأن النيوروزى عند ما يشرع فى عمل ما بأقل كفاياته ، عندئذ ، يشرع فى أن يكون سويًا كسائر الناس

وإذا أردت أن تعرف أيها القارىء هل أنت سوى أم نيوروزى فاسأل نفسك : ما هو موقعى فى العمل والحب والإجتماع والفراغ ؟ وعلى قدر نجاحك فى هذه الأربعة تكون سويًا . وعلى قدر فشلك فيها أو فى أحدها تكون نيوروزيًا وأخير ينصح أدلر باتخاذ هذه الحكمة : كن خدوما . اخدم الناس . اعط بسخاء . ولا تكف عن العطاء . أعط تقودك . وذهبك وتملك لخدمة غيرك . اكسب المال كى لا تكن عبثًا على غيرك . واجب وزوج وعمل عائلة . آنس الناس واجتمع بهم وتعاون معهم . واملأ فراغك بما يفيدك ويفيد غيرك

وكان أدلر اشتراكياً لأنه وجد أن المباشرة تحدث التوترات النفسية التى يجب أن نتجنبها ، وأن الاشتراكية تعاون وخدمة وحب

يحدث النيوروز بل يكثُر إذا كان الوسط يطالبنا بمجهود شاق ونحن ، لسبب ما ، نعجز عن القيام به . وهو أكثر حدوثاً من المتاعب الصغيرة المتكررة كل يوم من الصدمة العنيفة تقع مرة فى حياتنا . ولذلك نحن نعجز عن تحمل التوبيخات

والإهانات والتهديدات ، كل يوم ، من الرئيس أو الجماه . ولكننا نتحمل الإنفلاس  
 بضع مدة ويقضى على أموالنا ولكنه لا يتكرر كل يوم  
 وكالطفل يكون متمباً أو كارها للدرس ثم نحمله على الدرس بدلا من أن يلعب  
 وكالمرهق ترهته الغريزة الجنسية ثم نحرمه ونطالبه بواجباته اليومية  
 وكالجندى في المعركة يحيط به الخوف من كل جانب وبطالبه بالشجاعة  
 وفي هذه الحالات الثلاث نجد كلها أى توتراً لا يتفرج . أى نجد صراعاً بين  
 الوسط وبين الشخص انتهى بمجز الشخص

وسلامة الشخصية تقاس بالانتصار في الجهات الأربع للحياة : العمل ،  
 والاجتماع ، والحب ، والفراغ . ونعني النجاح فيها كلها . أما إذا اقتصر النجاح  
 على واحدة منها ، والأغلب عندئذ أن يكون النجاح عظيماً ، فإن هذا النجاح  
 بيوروزى . كذلك الذى يرصد كل قوته للنجاح فينجح فيه ، ثم يفشل في عائلته  
 أو مجتمعه وفراغه

وانظر إلى خاصة التشمع في النيوروز حين ينثقل من بؤرة محلية فيشمل الحياة  
 كلها :

شاب اعتاد العادة السرية ، أو أغواه آخر أن يفسق به . فاشمأز . فالاشمئزاز  
 هنا يتشمع . وعندئذ يشمئز من البصاق والخاط والمرق ومصافحة الناس بل يشمئز  
 من الخبز لأن بائمه يحمله بيده ويلامسه . ثم يشمئز من الطعام الذى طبخته الخادمة  
 لأنها تدخل الكنيف . ثم يشمئز من الماء لأنه يوضع في كوب قد شرب منه  
 غيره . . . الخ

وانظر إلى الطيار قد استولى عليه الخوف وهو طائر . فهو يخاف أن يز  
 موطرها مع أنه على الأرض الراسخة بين أهله . ثم يفزع من إقفال الباب . ثم  
 يخاف البلكون ويعتقد أنه سيقع به . ويخاف الظلام . ويخاف الفضاء . ويخاف  
 المستقبل

أو انظر إلى شاب يشك في أمانة خادمه ويخشى سرقة أوراقه أو تقوده من درج المكتب فهو يعود كي يستوثق أنه أقفله . ثم يتشمع الشك فهو يشك في أمانة زوجته أو إخوانه ويشك في النيات التي ينطوى عليها رئيسه نحوه ويشك في المستقبل الخ

والنفس البشرية بطبيعتها انيمائية موطرية لا تقف الموقف السلبي ولا تركد وما هو أن تجمد الحافز حتى تتحرك . ولذلك فإن الشك أو الخوف أو الاستمزاز يبدأ في جزء منها ثم يتفشى في أنحائها

ومحال على مثل هذا النيوروزي أن يؤدي عمله كما ينبغي . وهو في أغلب الحالات يحبل ويتبرم ويرضى بالخيبة والفشل لأنهما أروح إلى نفسه . وهو يبررها بالحال التي هو فيها . والنجاح يحتاج إلى جهد ليس في مستطاعه

انظر إلى نيوروزي آخر : رجل يفشل في كل ما يعمل

ابحث أحلام اليقظة وأحلام النوم عنده تجد أنه يحلم بالانتحار . ويعارس الانتحار في لذة وليس في خوف في هذه الأحلام . وقد يرغب في الفشل لأنه يكره زوجته أو عائلته كلها . وفي أعماق كامنته ( عقله الكامن ) أن فشله يعود عليهم بالضرر . فهو ينتقم منه به . كما ينتقم الصبي من أبويه حين يرفض مذاكرة دروسه لأنه يرى منهما غيرة عليه ورغبة في أن ينجح . وهما يفرحان بنجاحه وهو لا يريد لهما فرحا

وعندما نتحدث إلى هذا الفاشل بقون لك أن عنده رغبة في النجاح ولكن الظروف مما كسبه . ولكن الرغبة لا تكفي . وكلنا نرغب بمواظفنا في أن نكون أثرياء ولكننا لا نحبل رغبة العاطفة إلى إرادة الوجدان . ولو صارت الرغبة إرادة لجهدنا وعملنا على تحقيق النجاح ونخلصنا من جميع العقبات القائمة . وعندئذ نربط الأمنية بالواقع ونشرع في التنفيذ

النيوروز أي جنون العاطفة ، بسطها على الشخصية ، هو الطريق إلى

السيكوز أى جنون العقل بإيجاد خيالات واختراع قصص ترتاح إليها الشخصية . ولكن يجب ألا ننسى أنه لا يصل إلى السيكوز سوى واحد فى الألف أو أقل . وإننا كلنا ، أى مئة فى المئة نصاب فى وقت ما بالنيوروز . وهو يزول عنا دون أن نبالى به كإرشح أو غيره من الوعكات الخفيفة فى الجسم .

النيوروزى عاطفى انفعالى . وكى نعالجه يجب أن ننقله إلى الوجدان بالنظر الموضوعى . أى يجب أن نقول له لا تنفعل : تعقل وتحلل شخصيته ونفلس له ونشعره أنه إنسان متمدد ونفيس القيم الأخلاقية التى يعتمد عليها ، وهى فى الأغلب زائفة ، إلى قيم صحيحة ترتاح إليها الرجل الحكيم . أجل . يجب أن نحمله حكماً

وإذا تفاقم النيوروز انقلب أحياناً إلى هستيريا أى أن عاطفة الخوف مثلاً عند الطيار « اختمرت » فى الكامنة ثم انبجست عن شلل فى ذراعه ، أو عاطفة الكراهة للزوجة قد اختمرت فى الكامنة ثم انبجست فى الزوج عن عمى فلا يرى الدنيا

الشلل والعمى كاذبان . وهما مجهودا النفس كى تتخلص فى الحال الأولى من خطر الطيران وفى الحال الثانية من رؤية الزوجة . وليس هنا سيكوز لأن العقل لا يزال سليماً ولكننا نفهم من هذه الهستيريا أن النيوروز قد تفاقم . أى أن الشهوات والرغبات والعواطف الكامنة قد ثارت وانفجرت لأنها لم تطلق الاحتباس والنيوروزى يعالج بالصبر والفتنة والحب أى أننا نحلل نفسه ونضيف إلى التحليل شيئاً من الإيحاء بل الهبنتوية إذا كانت حاله متفاقمة . ونحاول أن نسير أعماقه ونحمّله على الثقة حتى نرده إلى الوجدان . ثم نرسم له ، فى ضوء ظروفه ، خطة بنائية تملأ نفسه استبشاراً وتشغل فراغه وتؤلف شخصيته المزعومة من جديد

## السيكوز

الفصول السابقة هي للتنوير والإرشاد . ولكن هذا الفصل للتنوير فقط .  
فإن السيكوز هو أخطر الأمراض النفسية ولذلك يحتاج إلى المتخصص كما نحب  
المبادرة في علاجه . ولا يجوز لمؤلف أن يتقدم بنصيحة أو إرشاد فيه وإنما يقتصر  
على التنوير

وقد تكون هناك أسباب جسمية أو مادية نجملها في أصل السيكوز ، بل  
قد يكون هذا أيضا في أصل النيوروز . وفرويد نفسه لم يستبعد هذا الأصل .  
ولكن إلى الآن نجمل أى شئ يتصل بأصول جسمية سواء للنيوروز أو السيكوز

وقصارى ما ذرف الآن أن النيوروز والسيكوز كلاهما يعود إلى احتباس  
المواطف والشهوات . وأن الأول هو اختلال عاطفي أحدث كرها وضيقا ولكنه لم  
يلغ العقل . ولكن الاختلال في الثانى قد بلغ العقل فأحدث الهذيان والخيالات

في النيوروز نجد العنيق والكرب والحزن والمواطف محتمة لانطاق .  
ولكن العقل سليم . كالأم تفقد ابنها لأنه ضل أو تركها . فهمى في شك هل هو  
حي أو ميت . وهذا الشك لاتطيقه . ونحن نراها لاتكاد تأكل ولا تشرب .  
بل لاتكاد تقعد أو تنام . وهذه حال لانطاق . ثم تفجأنا ذات صباح بأن ابنها  
قد عاد وأنه سيحضر في المساء . وعندئذ نجد أن هذه الأسطورة قد أراحت نفسها  
فهدأت المواطف . ولكن العقل اختل

وحقيقة ما حدث أن الكامنة التي احتبس فيها حبها لابنها قد طمت بالوجدان  
وتغلبت عليه . وكما أننا نحلم بالحيز عندما ننام على جوع كذلك نحلم الأم التي فتمت  
ابنها برؤيته في النوم . أى أن الكامنة ( العقل الكامن ) بعد أن تخلصت من رقابة

الوجدان ثارت وانفجرت في النوم واختلنت هذا الخيال اللذيذ لانبها حتى ترتاح  
المواطن . والأحلام كلها سيكوز أى اختلال عقلى وتنتى يفرج عن المواطن  
المحتبسة في الكامنة

ولكن إذا كانت المواطن متأججة والاحتباس لا يطاق فان الأحلام تنتقل  
من النوم الى اليقظة . والسيكوزى في هذه الحال يطلق الدنيا والواقع والوجدان  
وينتهى بأن يعيش في حلم يرتاح إليه

رجل كان ثريا وأفلس . لا يطيق هذا الهوان وهو ضائق بإفلاسه لا يعرف كيف  
ينظر النظر الموضوعى الوجدانى لأنه عاجز عن ترميم ما تحطم من كيانه المالى . وكل  
هذا نيوروز لا يطاق . وقد يحلم بأنه ثرى وقد استرد ثروته . ولكن راحة الحلم  
تقتصر على النوم . فهو يلجأ ، أى أن كامنته تلجأ إلى التسلط على وجدانه فتلفيه  
وتجعله كأنه يعيش في حلم . ولذلك يفجأنا ذات صباح بقوله أنه قد استرد ثروته في  
البورصة وأنه ثرى الآن لا يخشى الفقر . ويستقر على هذه العقيدة ويعيش سائر  
حياته في هذا الحلم الذى ينقذه مما كان يقاسى من كرب المواطن وضيقها

وهو إذا كان في الأيام الأولى من هذا السيكوز فقد يكون من المستطاع أن  
يحذه مرة أخرى إلى الواقع ونحمله على التعقل الوجدانى . أما إذا مضت عليه مدة  
وهو يستمرى هذه الخيالات التى قطعت ما بينه وبين الواقع فان من الشاق بل من  
الحال تقريبا أن رده إلى الوجدان . وإذا مضت عليه سنوات وهو في السيكوز فان  
من المحال قطعا أن نعيده إلى الدنيا الواقعة — دنيا الحقائق — بدلا من دنيا  
الخيالات التى يعيش فيها

وربما كانت البارانونيا أبسط أنواع السيكوز . فان السيكوزى هنا ينظر النظر  
الوجدانى الموضوعى لكل شئ إلا في نقطة واحدة يحتل فيها وجدانه . فقد  
كانت الكاتبة مى تمتد أن هناك عصابة تنوى خطفها من مصر وحملها إلى سوريا  
وقد عينت لى المسكان الذى كانت تقعد فيه هذه العصابة . وكان روسو يمتد أن

بعض الناس يتجسسون عليه كي يسموه . وقد فسدت علاقته مع كثير من أصدقائه بسبب هذه العقيدة . وكان هتلر يعتقد أن المانيا ستغلب على هذا الكوكب كله . وعرفت في مصر شخصا يعتقد أن هتلر يرسل إلينا تيارات كهربائية ( راديوية ؟ ) سوف تقضي علينا . وأحيانا نجد أحد الزوجين يسرد قصة لانتفير عن خيانة الآخر . وأحيانا نجد شابا متعلما يقضى وقته وماله كي يبرهن أن الأرض غير كروية . الخ . وفي كل هذه الحالات نجد التصرف وجدانياً إلا في هذه النقطة التي تنبئ على عقيدة عاطفية لا يعرف العقل أى الوجدان كيف يتصرف بها . كأن هذه البارانويا كابوس أو حلم قد انتقل من النوم إلى اليقظة

والحالات الخفيفة من البارانويا كثيرة ولكننا لانتلفت إليها لأنها خفيفة . فان أحد الناس يؤمن إيماناً راسخاً بشئ ما أو بعقيدة معينة . ولكن ، لأن هذا الشئ أو العقيدة بعيدان عن علاقتهما به ، فاننا لانكاد نعرفهما إلا مصادفة أو لانعرفهما بتاتاً . وإذا عرفنا شيئاً منهما قلنا إن هذا هوس خاص به فلا نباليه

أما السيكوز السمي مانيا فأخطر من البارانويا كثيراً . لأن المانيا تعم الشخصية ولا تترك للوجدان فسحة . وهي تصيب في الأغلب الشخصية الانبساطية أو هي مبالغة في صفاتها . ولكن المصاب يميل إلى الحزن ويسرف في البكاء أكثر مما يميل إلى طرب السرور . وإن كان هذا يحدث أحياناً . والنظر المألوف أنك تجد سيدة تبكي وتنوح وصرختها المتكررة هي مثلاً « يا خراب بيتنا » وقد يلجأ المصاب إلى الانتحار

والماني أى المصاب بالمانيا قد يتناوبه الطرب : ابتهاج في ساعة مع الضحك والمرح واغتنام في ساعة أخرى مع البكاء والأسى . ولكن في أغلب الأحيان يغلب أحد الطرفين فهناك مثلاً ذلك المؤمن الذي غرق في الإيمان . يعتقد أن ذنوبه كثيرة فلا ينقطع عن البكاء لأنه هالك مقضى عليه لكثرة هذه الذنوب . وقد يعمته الحزن على الجود والتبلى وأحيانا ينقلب غضباً فيهيج . ويدهى أنه إذا

مصت على الماني مدة طويلة وهو في هذا المرض بعد عن الواقع . وبذلك يفسد وجدانه ومنطقه فيختل نظره لشئون الدنيا ويقطع الرجاء من شفائه

ونوبات الاغمام في المانيا أكثر من الابتهاج . والماني وقت النوبة الاغمامية يمتد أنه غير جدير بالحياة . بالحياة ويرغب في الانتحار لهذا السبب . وهو يخترع القصص لتبرير هذا الاغمام . وقد يصمت ويسكن أو يحرك ذراعيه ويترشح في ذهاب وإياب . وأحلامه هي أحلام الاغمام . وقد تلازمه هذه النوبة سنة أو أكثر . وكثيراً ما يشفي وحده ، وبوادر شفائه أحلام حسنة تنبئ بالتفاؤل

ونوبات الابتهاج تتخذ أسلوباً آخر في الحركة والكلام الكثيرين مع الرح العظيم حتى أن زائر المريض يضحك معه ، ولكنه في تفكيره متفكك يبدأ بموضوع وينتقل منه إلى غيره بلا ارتباط ، وهو يبدى رغباته وشهواته أحياناً سافرة في قحة الحركة والكلمة ، وهو لا يطبق النقد أو المعارضة وقد يحمله هذا على البطش بمن ينتقده أو يمارضه ، والماني يزعم في العادة أنه ملك أو مخترع القنبلة الذرية أو محووظ القاهرة الخ . وبالثناء والتملق نستطيع مصاحته

والشيزوفرينيا هي جنون الانطوائيين ، وهي مبالغة في المزاج الانطوائى الذى نجد صاحبه في الصحة يؤثر العزلة على الاحتلاط ويتجاهل الواقع ويستسلم لخوابره ويقصد إلى أهداف خيالية ، وهو في المرض يلتزم غرفته لا يبرحها ولا يبالي حتى الجوع أو العطش فإذا ترك لم يطلب الطعام أو الماء . وهو يقصر على تناول الطعام بأنبوبة توضع في أنفه فيسلك منها الطعام إلى معدته ، وأحياناً يمتى جامداً في وضع معين قد رفعت ذراعه أو ساقه أو هو ينحنى حتى تكاد تمس يده الأرض ، ويبقى ساعات على هذا الوضع لأنه يستسلم لخيالات تفصل بينه وبين الواقع كما تحول بينه وبين الاحساس بالألم أو التعب

وفي جميع حالات السيكوز نجد كظلاً سابقاً قد اخترته الكامنة ثم انفجر

يجنون معين يلتئم مع شخصية المريض في الأغلب . أى ألمانيا مع الانبساطى  
والشيزوفرنيا مع الانطوائى ولكن ليس هذا قاطعاً . لأننا أحياناً ( قليلة ) نجد  
الانبساطى الشيزوفرينى كما نجد الانطوائى المانى

وكما سبق أن قلنا من المستطاع العلاج إذا كانت الإصابة في بدايتها ولم  
يسخ المرض في المريض ويقطع ما بينه وبين الواقع . أما إذا تقدم ، وخاصة إذا  
كان هذا المرض شيزوفرنيا ، فإن الأمل في الشفاء بعيد

في النيوروز والسيكوز يحتاج المريض قبل كل شئ إلى الاعتماد عن الوسط  
الذى أحدث له السكظم سواء أكان عائلياً أم حرفياً . لأن الاعتماد الجغرافى يؤدي  
إلى اعتماد نفسى

وهناك أمراض تقف بين النيوروز والسيكوز . أى أن المريض يبصر  
بحالته ولا يحتفظ بوجدانه في كثير من تصرفه أو أن هذا الوجدان يعود إليه في  
فترات فيستطيع أن يتمقل وينظر إلى نفسه النظرة الموضوعية . وقد رأينا في  
البارانويا المريض يحسن التفكير في عامة الأشياء إلا في نقطة معينة . فيخبرك  
مثلاً أن القيامة قد عين لها ميعاد هو سنة ١٩٥٠ ويتمب نفسه في إقناعك بهذه  
الفكرة . فهنا سيكوز بتحيز جزءاً من تفكيره . ولكنه في سائر تفكيره  
حسن سوى

وهناك النورسيتنيا . وهى توتر عاطفى يشتد فيؤثر أثراً خفيفاً في الجسم .  
ففي فترات يحس المريض أن قلبه يوشك أن يطير منه ويسيل المرق على وجهه  
كأنه يغتسل به وفي يده رعدة وفي أنحاء جسمه قشمية أو احتلجات . ثم هو  
يخاف ويتشام . وهذه الحال تعطله عن عمله الذى يرزق منه

وقد رأيت أن هذه الحال تصيب كثيراً من الموظفين الذين يجدون من  
رؤسائهم معاكسات ومناكسات كل يوم . ويجب أن نذكر أن المعاكسات  
الصغيرة التى تبعث التوتر العاطفى ، إذا تكررت كل يوم مثلاً ، تحدث في

النفس أضراراً وأخطاراً أكثر من الكارثة العظيمة تحدث مرة واحدة .  
 فقد يستطيع أحدنا أن يتغلب على كارثة الافلاس التام أو وفاة ابنه الوحيد  
 أو قطع ساقه . وهو يترشح بالصدمة ولكنه يفيق . أما الناكدة اليومية  
 من الزوجة أو الحماة ، والمعاكسة من الرئيس بالتهديدات المتكررة كل يوم ،  
 فإن النفس لا تتحملها . وكثيراً ما تنحدر في مثل هذه الأحوال من النيوروز  
 المرهق إلى السييكوز الذى يعيش فيه المريض مرتاحاً بأحلامه وخيالاته .  
 والمرأة التى تلجأ إلى الزار إنما تفعل ذلك لنا كدات يومية لا تغطية لها من  
 حاتها أو ضررتها أو زوجها

وهناك الهستيريا وهى بين النيوروز والسييكوز ، وعلامتها التأثير فى  
 أحد أعضاء الجسم بالشلل مثلاً . أو بحركة معينة لها معنى رمزى ، كالاشتهاء  
 الجنسى فى المرأة المحرومة يؤدى إلى فالج أو حركات غير واضحة ، وكالصابط  
 فى الجيش لا يطبق الأمر فى فيشل ويحمل إلى المستشفى ، وأحياناً تمتد الفتاة  
 أو السيدة وهى فى الهستيريا إلى تحطيم الأطباق أو الأثاث وهى غائبة  
 الذهن ، فإذا كان الصباح نسيت كل شئ فيمرى التحطيم إلى المقاربت ،  
 والأغلب أن هناك كطماً جنسياً هو الذى دفعها إلى هذا التصرف وأثار  
 عقلها الكامن إلى هذه المربدة ، وهى فى غير وجدانها ، تنفيساً عن الشهوة  
 الجنسية المكبوتة

## الجنون الذى يطغى نور العقل !

كثر الحديث عن الملك طلال الذى قيل أنه يعانى هذا المرض النفسى الويل  
الذى يسمى شيزوفرينيا

وهذا المرض يعرفه الغربيون باسم « اسكيزوفرينيا » . ولكننا فى مصر  
وجدنا أن كلمة شيزوفرينيا أجري على اللسان وأسهل

وعلى جميع الآباء أن يدرسوا هذا المرض وأن يعرفوا أعراضه الاولى التى يمكن  
أن تعالج . أما اذا جهلوا هذه الاعراض أو استهانوا بها ، ثم تفاقم المرض  
فإن العلاج عندئذ يغدو شاقا ، بل ربما مستحيلا . وعندئذ يجد الابوان ابنها  
وقد استحال الى كتلة حيوانية قد زالت عنها جميع الملامح الانسانية ، وانطفأ فيها  
نور العقل . فلا عقل ولا احساس .

وأشوأ ما فى الشيزوفرينيا أنها تصيب الشبان من الحسنيين ، من السابعة عشرة  
إلى نحو الثلاثين . وليس هذا التحديد مؤكدا ، ولكنه تقريبي . ولذلك كان يسمى  
قبلا « جنون المراهقة » . ومعظم من يقوم فيه يكونون عادة من النحاف  
الطوال ذوى الوجوه الطويلة . وهم عادة لا يصلحون

ويمكن أن تتلخص الأسباب لهذا المرض بهذه الجملة : « أنا لا أطيق العيش »

اعتبر أيها القارىء ، أيها الأب ، أيها الأم ، شابا فى الخامسة عشرة  
أو السادسة عشرة قد أرهقته الدروس ، وقد حرمه أبواه ضروب التسلية ، مثل  
قراءة القصص أو إرتياد الدور السينمائية أو هو السكظم الجنسى أو الفلق الذى  
لا يبرحه لخوفه من الفشل فى الامتحانات أو تمييز أبويه له بأنه متخلف

اعتبر كل هذه الاشياء تقع لأحد الشبان ، كلها أو بعضها ، بحيث يجد أن الدنيا كثيفة لا تطاق ، وأنه يعيش فيها كما لو كان محبوسا قد حظر عليه هذا وذاك من ألوان التفرج . فهو يزورها - أى يمتزل الدنيا - ويحب الخلوة وقد يسرى عن نفسه ، فى هذه الخلوة ، بعض هذا الكرب النفسى بوسائل تزيد فى فساد جسمه وذمته من سيء الى أسوأ

أو هو يسرى عن نفسه بعض هذا الكرب ، هذا الضيق ، هذا الارهاق بالمهرب بذهنه من هذه الدنيا الشاقة بأن يتخيل الخيالات التى تموضه من الواقع المؤلم أحلاما لذيدة . ثم يعم فى هذه الخيالات حتى ليكاد ينسى الواقع . . ثم يعم أكثر فأكثر حتى يختلط عليه الخيال بالواقع فلا يميز بينهما ، بل هو ينسى الواقع السكرية ويذكر الخيال اللذيد

وكل هذا يمكن الشاب أن يتحملة ، ويمكن أن يشفى منه . ولكن يحدث حادث قد يكون صغيراً فى نفسه ، ولكنه يعد كبيراً خطيراً فى منطقة الزرع ؛ فيكون بمثابة الثقب الذى يلهب ويشعل المبنى العظيم ويحرقه ويحطمه

عرفت شابا كان فى هذه الزعزعة الاولى التى لم يتعرفها أبواه لجهلها ، فان الضغط كان ثقيلا عليه . فكّر الدنيا . وصار يحلى . واستسلم للفساد الجنىسى الانفرادى يرفه به عن ضيقه . وكان يحلم ويتخيل كى يتعوض برفاهية الخيال والحلم من مشاق الحياة الوقمة

ولو عرف أبواه هذه الاعراض الاولى ، ولو أنه عولج بالترفية والتفرج لنجا ، ولاستطاع أن يواجه مشاق الدنيا . ولكنها جهلا ذلك

ثم جاء التهاب الثقب الذى يشمل البيت كله ويحطمه . . ذلك أن هذا الشاب وهو فى هذه الزعزعة الابتدائية ، رأى أبويه وهما فى وضع الزوجين . فرعب رعبا عظيما . وطلق الدنيا ، قاطمها ، وانطوى على نفسه . فاذا وقفت أمامه لم يحس بك واذا كلمه لم يسمعك

انه قد عالج نفسه من هذه الدنيا البغيضة ، من هذا الارهاق بالدروس ، والقلق خوفا من الرسوب في الامتحانات ومن هذا السكظم الذي لا بطيعة ، ومن هذه الاسوار التي توضع حوله حتى لا يتمتع بالاختلاط والسرقات والزهات والمجلات عالج نفسه أولا بمقاطعة هذه الدنيا بالاحتلاء . ثم رأى منظرا اربعة فأنهى الى هذا القرار الحاسم وهو ان دنياه الداخلية ، دنيا الخيالات والأحلام ، نضرة جميلة . فهو يلجأ اليها ويحيا فيها ، ويتجاهل هذه الدنيا المادية الواقعية تجاهلا تاما . تضع أماله الطامام فلا يأكل ولا يشرب . بل هو قد لا يرى الطعام أو الشراب . . ولذلك يوضمان له في أنبوبة تسلك من أنفه الى معدته . وهو لا يحس جوعا أو شبعما

لقد رأيته ، وقص على أبوه ألوان الضيق والارهاق والسكر والحمران التي عاناها هذا الشاب من قبل . لا بحلة يقرؤها . ولا فسحة يتنزه فيها . ولا زيارة لحديقة الحيوان . ولا تفرد ينفقها . ولا هواية يحبها ويقضى فيها بمرض وقته . ولا سينا . ولا . ولا . دروس . دروس . دروس فقط . . دنيا مملونة وحياة محرومة كرهها هذا الشاب . فاختلى وصار يرثه عن نفسه بالنفساد الجنسي الافرادى

وإلى هنا كان سليما ، ولكنه كان مزعزعا . وفي أثناء هذه الزعزعة رأى أبوه زرجين . فطلق الدنيا وخيم الظلام فأطعما نور عقله

ولو أنه كان سليما لم يزعزع لاستطاع أن يتحمل هذا المنظر الشاذ الذى أشرت إليه . ولو أنه كان يختلط بالجنس الآخر لاستضاء عقله ، وكان يمكنه أن يتحمل أكثر . ولو أنه كان قد ثقف شيئا من الثقافة الجنسية وعرف كيف يولد الأطفال . لا أنكر ما فعله أبواه

ومكانة الأم كبيرة جدا في قلوب الأبناء . هي طاهرة . وابنها هذا لا يطبق رؤيتها وهي ساقطة في هذه النجاسة . ساقطة . امرأة ساقطة . الأمومة طاهرة

يجب أن تنأى من النجاسة ، عن المورة . ولكلماتها العربية أثر سيئ فى كل ذلك

\*\*\*

اعتبر هذه الحادثة التالية :

لقد رأيتها أيضا . كانت فتاة فى العشرين . جميلة فوق المستوى . وجه صبيح  
وشعر ذهبي وابتسامة مشرقة . وكانت إيمانة الدلال التى تعلمتها . لأن والديها  
دللاها ، لا تقاوم

وكان أبوها مفتونا بها . كان يعاملها وهى فى العشرين كما لو كانت طفلة فى  
الخامسة أو السادسة . يشتري لها طرف الطعام وتحف الالباس ، ولم يكن عاقلا فى  
ذلك ، إذ كان يجب عليه أن يسعى لزواجها قبل موته . ولكنه لم يفعل . ومات  
الأب . وتحملت الفتاة هذه الصدمة . لأن أمها كان لا تزال حية

ولكن بعد شهر ماتت الأم واكفهرت الدنيا بعد ابتسام . وجاءت  
الصحوة المؤلة بعد النشوة اللذيذة

كانت مع أبويها فى أحلام واقعية . إعجاب ودلال . وهدايا لا تنقطع كأنها  
ملكة . ثم يزول كل هذا فجأة بلا أى اعتماد لمواجهه دنيا الحقائق ؛ وبلا اعتماد  
أيضا للزواج

وكان من هذا كله انهيار فحاولت الانتحار السيكلوجى : الشيزوفرنيا . .  
الظلام بدلا من النور

ولم أستطع الاهتداء الى الثقب الذى أشعل وأحرق هذه الشخصية الجميلة

\*\*\*

واعتقادت أن الشيزوفرنيا تزيد حالتها فى مصر على حالتها فى أوروبا ، لأننا  
محرم كثيرا من المتع التى لا يحرمها الشبان والفتيات فى أوروبا . عندنا كظم  
وعندهم تفريج

وفى أوربا تعمل الفتاة خارج البيت قبل أن تزوج فتكسب وتفرح . فإذا تزوجت لم تخش خسارة ، ولم تجش طلاقاً كما أنها لا تعيش مع حماها . فهي مطمئنة أما فى مصر فإن سهولة الطلاق ووجود الضررة والحماة ، كل هذا يززع الزوجة وقد ينتهى بانتهابها

والفتاة فى مصر لا تعمل خارج البيت . الزوج إذهى تلزم البيت وتجتز خواطرها وتأكل عواطفها . وفى كل زعزعة نفسية

وأخيراً نجد فى مصر كرباً اقتصادياً ليس له شبيه فى أوربا . فإن خريجي الجامعات عند ما لا يمكن أن تستوعبهم وظائف الحكومة . كما أنه ليس عندنا من الأعمال الحرة . فى المصانع والتاجر ، ما يكفى لاستيعابهم . وهم لذلك يقفون فى عطل يهين كرامتهم ويملاً نفوسهم حسرة ثم يززع كياناتهم النفسى

وبكلمة أخرى نقول : كى نتوق الشيزوفرينيا يجب أن نجمل العيش مطاقاً غير مستحيل . أى تتيح اللب للنميد والطالب ، وتتيح الاختلاط بين الجنسين وتتيح العمل للشبان عقب خروجهم من الجامعة ، وتتيح العمل للفتاة قبل الزواج ونجمل الزوجة فى أمن وطمأنينة على حياتها الزوجية بحيث لا تخشى الطلاق . وكذلك نمنع عنها هذه المباراة المرهقة بينها وبين ضررتها أو بينها وبين حماها

اجملوا العيش هنيئاً لأبنائنا وبناتنا . ولا تجعلوه مرهقاً يودى إلى الجنون . إن مجتمعنا يعين من القيود ويقيم من السياجات ما يودى إلى جنون أبنائه وبناته فهو مجتمع مجنون