

الفصل الثاني

مَكائِدُ المال

وعاش كرس وسارة عيشاً سعيداً، أليس كذلك؟ أليس هذا ما يُفترضُ في نهج الكتب التي تُعالج المشكلات النَّفسية؟ يأتي أمرُ يُعاني من مُشكلةٍ، فيلقى طبيباً عظيماً، فيُعالجُه الطبيب، فيعيش بعد ذلك عيشاً سعيداً طيلة حياته؟

أجل...أقول للمبتدئين أن ينسوا عبارة "طيلة حياته". فليس ثمة من يضمن العيش السعيد كل أيام العمر في هذه الحياة الدنيا. هذه حقيقة يُدرِكُها السعداء.

فمن يريد أن يكون سعيداً كل يومه، وفي كل يوم من حياته؟ ومن يُصدّق من يقولُ له إنّه لن يجوع أبداً؟ ولن يعطشَ ما عاش أبداً؟ ولن يتوق أبداً إلى رغبة لم يُحقّقها؟ ولو حصلَ ذلك، فكيف لك أن تعرف طعم الرضا؟

ولن يرتفع موج إن لم يكن للماء غورٌ — ولن تكون سعادة أيضاً إن لم يكن ثمة ما يُنعّصُها.

فما مشكلة السيد كُثر؟ إنها مُشكلاته التي جاء بها — حديقة فيها أنواع الطمع. لقد بنى حياته على استعمال المال لمقارعة خوفه، ولن تستطيع التخلّص من هذا النمط بين عشية أو ضحاها. وبخاصّة عندما يتعلّق الأمر بالمال، فقد يكون للمال قوّة شيطانية.

لقد شَهِدْتُ تَغْيَرَ زَوَّارِ الْمَصْحَ، رَأَيْتُهُمْ يَرْجِعُونَ إِلَى بَيْوتِهِمْ وَقَدْ غَيَّرُوا سُلُوكَهُمْ. ثُمَّ لَا يَلْبِثُونَ أَنْ يَرْجِعُوا إِلَى مَا كَانُوا عَلَيْهِ مِنْ قَبْلَ، وَيَقْبِضُوا عَلَى ذَلِكَ - إِلَى أَنْ يَنْهَارَ سَوَاقُ الْأَوْرَاقِ الْمَالِيَّةِ، أَوْ أَنْ يَمُوتَ الزَّوْجُ، أَوْ يَجْنُونَ مَلَائِينَ الدُولَارَاتِ، أَوْ تَحْمِلُهُمْ رِيحٌ عَاصِفَةٌ إِلَى عَالَمٍ جَدِيدٍ. يَتَغَيَّرُ النَّاسُ - وَكَذَلِكَ تَتَغَيَّرُ الْأُمُورُ وَالْأَحْوَالُ، وَقَدْ يَصْنَعُ مُجَارَاتُهَا. وَبِرْغَمِ ذَلِكَ، فَإِنْ أَمْرًا مَحْوَرِيًّا حَيَوِيًّا يَسْكُنُ حَيَاةَ كَثِيرِينَ، وَقَدْ نَالَ كَرِسْتَفَرُ كُنْزَ نَصِيْبِهِ مِنْهُ. فَلَمْ يَعُدْ ذَلِكَ الَّذِي كَانَ عَلَيْهِ.

وَعِنْدَمَا عَادَ كَرِسْتَفَرُ إِلَى بَيْتِهِ، أَمْضَى سَنَةً بِطَمَئِينَةٍ يُشَدِّدُ فِيهَا عَلَى اهْتِمَامِهِ بِأُسْرَتِهِ. غَيْرَ أَنَّ هَذَا كَانَ عَلَى حَسَابِ أَعْمَالِهِ، فَتَعَاظَمَتِ الْمَشْكِلاتُ، وَلَمْ تَمْضِ بُرْهَةٌ حَتَّى بَدَأَ يَسْتَسْلِمُ لَاسْتِجَابَتِهِ لِلْخَوْفِ الَّتِي أَفْسَدَتْ أُمُورَهُ مِنْ جَدِيدٍ. وَسَاءَتْ عِلَاقَتُهُ بِزَوْجِهِ سَارَةَ. وَلَا يَسْتَطِيعُ الْمَرْءُ أَنْ يَتَنَكَّرَ لِلْحِكْمَةِ بَعْدَ أَنْ أَكْتَسَبَهَا. فَأَدْرَكَ كَرِسْتَفَرُ مَاذَا عَسَى مَالُهُ أَنْ يَفْعَلَ - وَمَاذَا لَا يُمْكِنُهُ أَنْ يَفْعَلَ. فَعِنْدَمَا يَعِيدُ جَذَعَ دِمَاغَهُ قِرَاءَةَ الْأَمْرِ - يَصِيحُ، "إِنِّي أَرْغَبُ بِالْمَزِيدِ، وَالْمَزِيدِ، وَالْمَزِيدِ!" - وَبَدَأَ يُدْرِكُ شَيْئًا فَشِيئًا أَنَّهُ سَوْفَ يَبْقَى دَائِمًا عَرِضَةً لِلْخَوْفِ مِنْ عَدَمِ حَصُولِهِ عَلَى الْمَزِيدِ. وَجَاءَهُ شَعُورٌ بِالْأَمَانِ مَعَ إِدْرَاكِهِ هَذَا. فَلَمْ يَكُنْ قَبْلَ مُدَّةٍ يَرَى خَوْفَ الْمَالِ الَّذِي يَنْتَابُهُ مُشْكِلةً. لَقَدْ كَانَتْ فُرْصَةٌ أُخْرَى لَتَقْوِيَةِ عَزَمَتِهِ - فَفَازَ. وَارْتَاخَتْ نَفْسُهُ وَحَلَقَتْ. وَعِنْدَمَا أَدْرَكَ الْحِكْمَةَ الَّتِي عَشَّعَشَتْ دَائِمًا فِي أَعْمَاقِهِ، اخْتَارَ أَنْ يُعْمَلَ أَدَوَاتُ السَّعَادَةِ مُسْلِكًا فِي حَيَاتِهِ.

هَذِهِ هِيَ الْأَدَوَاتُ، إِنَّكَ تَسْتَطِيعُ أَنْ تَأْخُذَ أَنْتَ مِنْهَا سَبِيلًا آخَرَ لِلْعَيْشِ.

أَدَوَاتُ السَّعَادَةِ السَّت

١. الرضا. هَذَا أَسَاسُ السَّعَادَةِ وَأَوَّلُ أَدَوَاتِهَا وَأَهْمُهَا. إِنَّهُ أَصْفَى وَأَقْوَى صِيغَةٌ لِلْسَّعَادَةِ. إِنَّهُ حُبٌّ دَافِقٌ لَا يَسْأَلُ عَنْ عَوَضٍ لَمَّا يُعْطِيهِ وَيُعْطِي كُلَّ مَا يَسْتَطِيعُهُ. وَتُثْبِتُ الدِّرَاسَاتُ السَّايَكُولُوجِيَّةُ أَنَّهُ يَسْتَحِيلُ احْتِمَاعُ الرِّضَا مَعَ الْخَوْفِ فِي جَوْفِ امْرِئٍ فِي آنٍ مَعًا. فَالرِّضَا هُوَ التَّرِيقُ الطَّارِدُ لِلْخَوْفِ. وَيُعْتَقَدُ أَنَّ الْحُبَّ أَثَرٌ عَظِيمٌ فِي النَّجَاحِ وَالْبَقَاءِ. فَالْخَوْفُ قَوِيٌّ، غَيْرَ أَنَّ الْحُبَّ أَقْوَى، فَهُوَ مَا يَنْتِجُهُ النِّيُوكُورْتِكْسُ وَلَيْسَ الْمُخُ الْأَسْفَلُ.

٢. الخِيارُ. الخِيارُ هو أبو الحريّات وصوت القلب. فانعدام الخيار عند أمرئ ما هو كأنه قد أُسْكِنَ سِجْنًا. إن انعدام الخيار يؤدي بصاحبه إلى الكَرْبِ، والقلق، والحَصَرِ، وحالٍ يسمّى قِلَّةَ الحِيلَةِ المُكْتَسَبَةِ. وربما يتحكّم الخيارُ بِنفاذِ البَصِيرَةِ والإدراك. قد يستطيع المرء اختيار مسار حياته، غير أن السُّعْداء فقط يفعلون ذلك. وَيَقَعُ التُّعَسُّاءُ في خطيئة الاستسلام للخوف التلقائي الذي يحدّ من الخيارِ بِعُنْفٍ، ويحصّره بالصِّراع، والفرار، أو التَّجميد. ويتعلّب السُّعْداءُ على الخوف بالانقياض عليه، ويجدون في عقولهم ونفوسهم مُستودعاً واسعاً للخيار.

٣. قُوَّةُ الذات. إنها قُوَّةٌ استباقية غير مُحدَّدة، تُشبه الشخصية التي تُعطيك قُوَّةً مواجهة المصير. وتتألف قُوَّةُ الذات من مُكوّنين اثْنَيْنِ: تَحْمُلُ المسؤولية واتّخاذ القرار. إن ذلك يعني أن تُدركَ أن حياتك هي حياتك أنت فَحَسْبُ، وعليك أنت أن ترعاها. إن قُوَّةُ الذات تحميك من أن تَقَعَ فريسة أمرٍ ما. وإنك تكون آمناً عندما تكون قُوَّتُك الذاتية في أوجها. إنّه لا يلزمك أن تكون ذا شَعْبِيَّة، ولا أن تكون على حق؛ ولست بحاجة إلى أن يكون مالٌ في حسابك المصيري. إنك ستستطيع أن تتعامل مع ما تسوقه أقدارك إليك.

٤. أن تتفوّقَ بِقُدْرَتِكَ. إنك ياستسلامك لفعل الخوف التلقائي تشدُّ انتباهك إلى مواطن الضعف عندك، ولا يأتيك من ذلك إلا تقوية خوفك. أما عندما تسلك سبيل التعقّل وتَتَوَكَّلَ على الله، فإنك تشدّد بذلك على اهتمامك بقواك - وتبدأ في حلّ مشكلاتك. ويظنُّ بعض الناس أن إصلاح ضَعْفِهِم سيُنقِذهم، غير أن ذلك يندّر أن يحصل. إنك لن تبجي من ذلك إلا الألم. إن تفوّقك بقُدْرَتِكَ سوف يريحك، وبذلك يكون علاجاً ناجحاً. إنه علاج بسيط وصحيح. إنك لن تنجح ما لم تتعلّم أن تتفوّقَ بقُدْرَتِكَ في كل يوم.

٥. قُوَّةُ اللُّغَةِ والقِصَص. إننا لانصف العالم الذي نرى - وإنما نرى العالم الذي نَصِفُ. فاللغة، التي هي أعظم أُسُسِ قُوَّةِ عقل الإنسان، لها قُوَّةٌ تبديل الإدراك. إننا نفكر بواسطة الكلمات، ولهذه الكلمات القوة لأن تحدّثنا أو نُطْلِقَها؛ إنها تستطيع أن تُرْعِبَنا أو تُبَعِّثَ الشجاعة فينا. وكذلك القِصَصُ التي نرويها عن حياتنا تُصَبِّحُ مع الزّمن هي حياتنا. إننا نستطيع أن نروي قِصَصاً مُرْعِبَةً أو قِصَصاً مُحِبَّةً. إننا نملك الخيار.

٦. عَيْشٌ مُتَعَدِّدُ الأبعاد. هناك ثلاثة مكوّنات رئيسيّة للعَيْش. إنها العلاقات مع الآخرين، والصّحة، والقصد (وهي التي تعمل عملها عادةً). فكثيرٌ من النّاس يشدّون طاقَتَهُم في اتجاه واحد فقط. فالخيار الشائع هو العمل، فالعمل هو بَلَسَم خوفنا على البقاء وأن لا يكون لنا مايكفي. وآخرون يصيبيهِم هاجس العلاقات مع الناس (فالعلاقات هي تعبير آخر عن الحب)، وآخرون يُرَكِّزون غاية عَيْشِهِم على أن يُعَمَّرُوا. وليس أحد من الفئات الثلاث يأتي بالصّحيح. فالسعادة تأتي من أبعاد العَيْش كلها.

لقد بدأ كرِسْتَفَر كُنْز عَيْشاً سعيداً باستعمال هذه الأدوات، غير أن الأمر لم يَكُن سهلاً. وليس سهلاً على أحد. فالسعادة مَحْفُوفَةٌ بالمكائد، وجميعها يتضمّن الخداع. فإن كنت مُسْتَعصياً على الخدعة، فإنك ستنجو من المكائد.

ولعلّ الخدعة الأساسيّة في مكائد السعادة أن يبدو لك بها حلٌ يوصلك إلى السعادة، برغم أنّه يُدَمِّرُ كلّ فُرْصَةٍ لتحقيق سعادتك. قد يبدو لك في ذلك الحِلّ أنه يجمع الخوف – ولكنّه ليس كذلك أبداً: إنها أضغاثُ أحلام. وإن من أقسى مُفارقات الحياة أن الأمور التي تُغذي خوفنا، وتُسبّب تَقَهُّرَ السعادة أماننا، هي بعيدة المّال. وإننا كلّما ظننا أننا قد أمسكنا بها، وأنها قريبة مِنّا – انسَلَّت الحياة وَحَبَّت السّعادة لتُصْبِحَ حُلماً أو ذكريات، والأقسى على النّفس ألا تكون إلا أسطورةً أو سَراباً.

لقد استمعتُ إلى قصص حياة ألوف الناس، خلال ثلاثين سنة أَقْصَت، فيها الدراما المركزية للحياة – الصراع بين الخوف والسعادة – فوجدت فيها خمس مكائد أساسية توقع الناس، الذين يتلهّفون إلى بلوغ السعادة، في شَرَكِها. لقد كان كرِسْتَفَر كُنْز رضيعَ مكائد المال، وتنفردُ كلّ من هذه المكائد بإغوائها، وقد أمسك كلّ منها بالناس منذ ألوف السنين.

مكائد السعادة الخمس

١. مُحاولَة شراء السعادة

٢. مُحاولَة إيجاد السعادة بالبهجة والمتعة

٣. مُحاولَة تحقيق السعادة بحلّ مُشكلات الماضي

٤. مُحاولَة تحقيق السعادة بالتعلّب على الضّعف

٥. محاولة فرض السعادة فرضاً

لقد حذرَ العقلاء من أبناء الأجيال السالفة غيرهم من مكائد السعادة. فتقبَّل البعضُ هذا الإنذار والتَّحذير دون رِيبة، وربما لم يَكْتَرِثْ بها كثيرون، مثلَ كثيرين من أبناء هذه الأيام. وربما ظنَّ أولئك الذين صمَّوا آذانهم عن السَّمع اليوم وفيما سلف من أيام، أن هذه الحِكْمة لا تعنيهم بل تعني غيرهم: "إنك لا تجدُ السعادة في المتعة والبهجة، ولكن أعطني جرعةً منها!" لقد توفَّرَ الآن علمٌ جديدٌ عن السعادة، وإن نتائج بحوث هذا العلم، عند مُعْظَم الناس، مُلْزِمة أكثر من رأي الحكماء وأصحاب العقول الراجحة. فقد أثبت هذا العلم الجديد، بحقائق واضحة وأرقام، أن أُسُس السعادة تنطبق على الجميع دون استثناء، في جميع مراحل العُمُر، وعلى جميع أجناس البشر مهما اختلفت ثقافتهم. إن هذا العلم يُعَرِّي خِدَع المكائد التي تَتَرَبَّص بالسعادة، وتُثِيرُ السبيل إلى تحقيق المزيد في المُسْتَقْبَل. ولما كُنْتُ أعمل في تطوير هذا العلم، فقد صرْتُ أكثر إعجاباً بسؤال خاصٍّ هو: أين أخطأنا؟

مكيدة للسعادة # ١ : مُحاولة شراء السعادة

قال لي مُدير شركة نفط في تِكْسَس، "يُقال، إن الذي يموت وعنده وفرةٌ من اللُّعْب يَفُوزُ"، قالها وقد زَيْنَ كَمَّ حاكيتِه المنسوج من صوف كشميري بزراً ذَهَبِي. كان يُحاوِلُ أن يُقْنِعني - ولم يُقْنِع إلا نَفْسَه - أن قبولَه عَمَلاً جَدِيداً كان رأياً سَدِيداً. فالعمل الذي قَبَلَه سَيُتِيحُ له شراء "لُعْبَتَيْنِ" جَدِيدَتَيْنِ طالما حلم بهما، يَخْتِ وطائرة.

إنَّه يملك (قبل اللعبتين الجديدتين) طائرة تحمل ثمانية رُكَّاب ويختاً يُيَحِرُ في المحيط يبلغ طولُه سبعة عشر متراً، فسأَلْتُهُ إن كان عمله الجديد يَدُرُّ له مالاً وفيراً.

قال، "نعم إنَّه كذلك. يبلغ مجموع الدَّخْل وحدةً واحدةً في عقد مدَّته ثلاث سنين." قُلْتُ متسائلاً، "وحدة ماذا؟"

قال، "عفوك. الوحدة تساوي مئة مليون." وتوقف عن الكلام وتَفَحَّصَ وجهي ثم أضاف، "دولار."

قُلْتُ، "لأبد أنهم في حاجة إليك."

قال، "ليس مثل حاجتي إلى تلك الطائرة."

قُلْتُ له إن الأمر يبدو لي مثل شهوة التملك - رغبة انبثقت عن حاجة. لم ينتظر كلامي ومضى يَصِفُ الطائرة الجديدة وميزاتها: إنها تطير على ارتفاع ستين ألف قدم، وتبلغ سرعتها القصوى ستمئة ميل في الساعة، يتكلم اليابانية ويصنع السوفله - (ولا أدري ماذا يعني). إن الطائرة الجديدة من طراز فالكن ٥٠ (صقر) يحملها توأمان من المحركات الثنائية. ولم تُصنع هذه الطائرة إلا في السنة الماضية. وقال، "كنت أتصيد طائرة مثلها منذ زمن طويل،" قالها وقد بدا النهم في عينيه.

إني أفهم هذا الإلحاح، فأنا صياد منذ أيام صغري. وإني لأجد شعوراً يُسعدني مثل الانغماس في الطبيعة، واقتفاء حيوان، ثم العودة إلى البيت بصيدٍ أطعمه أُسرِّي. إنه يُسعدني ويُرضيني مثل نشاطاتٍ بدائيةٍ أخرى، كالجلوس أمام مؤقّد، أو العوم على زورق في ماءٍ دافئ الزرقة.

وإني أسمع الناس في المصح يتكلمون عن صيد - صيد الألباس، والطائرات، واللوحات الفنية، واليخوت - وكل الذي أسمعهم همساً في أحاديثهم، فهل يتحدث الناس عن صيد جائزة عظيمة تُحرّرها من خوفٍ البقاء الذي تمكّن من البشر منذ القدم: إنه الخوف من أن لا تملك ما يكفي والخوف من أن لا تكون أنت كفيلاً.

لقد رأيت معظم الناس الذين عُرضوا عليّ للعلاج يتجمّدون عند صيدهم. وتراهم في حمأة صيدهم مُتَاجِنِ هَلِيعِينَ، وقَلِقِينَ، وتجدهم يخلطون أمرَ صيدهم هذا بالسعادة، وما أن يَتمكّن منهم صيدهم حتى يفقدوا طعم الرضا.

وما أن ينتهي الصيد حتى تبدأ غنائم الصيد تفسد وتبدأ النفس تطلب المزيد. إنها وليمة المجاعة. ويختلط مفهوم الندرة - والسعيد من ينجو من الصيد.

ومن غرائب الأمور أن المدير الذي يطمح إلى الطائرة الأكبر كان دائم القلق بشعور الندرة - أي إنه يطلب المزيد! إنه يظن أن اتساع دائرة ألباه تجعله أفضل. إنه يظن أنه سيصبح، بهذه الألعاب، ألمع نجوم المجرة، ومليك التل: حياً لايزول.

كان لابد من إجراء بعض الأمور، وقد استطعتُ أن أفنعه أن حصوله على مزيد من المال ثم إنفاقه لن يجعله أسعد. بل سيجعله أقل سعادة لأن ذلك سيربطه بعمل لا يهواه. قلتُ له، إنسَ المالَ واتبع قلبك.

طلبتُ منه أن يجد عملاً يهواه حقاً. لأحد يخرجُ من مكثي دون أن يأخذ على نفسه عهداً بأن يعملَ أمراً ما. فالكلام وحده لا يجدي. إن الكلام رخيصٌ (ما لم يكن الكلام مع طبيب نفسي عيادته في پارك أفينو Park Avenue - في نيويورك).

وقد قدّم جهداً، لحسن حظّه! إنّه جهد شاقّ وحقيقي. فقد وجدَ عملاً في مأوى للحيوانات الشاردة يُعنى بالكلاب الضالة. فكان يغسل كلباً أجرب بعد آخر، ويُطعمها، ويساعدها على استرداد عافيتها وروتقها، ثم يستعمل مهارته في البيع ليقنع الناس بأخذها. وكاد يجنُّ في أول أيام عمله هناك. فالعملُ وسخٌّ، ومهين، ويهتمُّ بكلِّ شيءٍ إلا هو. لقد جرّد من متعلّقاته، وكان عليه أن يسعد بحاله الذي هو فيه، وليس بما كان فيه. وعندما تبين له أن ثروته لم تتبخّر، وأن الناس مازالوا على حبهم له، وأن العالم لم ينهر دون عونه، بدأ يرجع إلى رُشده. لقد أدرك أن عنده ما يكفي، وقد أفنعه عمله أنه كفيّ. لقد رَقَّ قلبه وتواضع، وصار أمرُ كلابه المحبوبة مسألة حياة أو موت. وقال لي فيما بعد إن هذا العمل هو خير ما عمله في حياته. ثم انتقل إلى عملٍ آخر أسعده. وقال إن العمل الذي يُرضي عاطفته هو الذي سيسعى إليه دائماً، واللجنة على تلك الألعاب.

إنه رجلٌ شجاع، وغير عادي. هل تستطيع أن تدير ظهورك للثروة لتُغني نفسك؟ لقد جاءت أموره لم يكن ليُعرفها لو طار بطائرة أسرع: لقد جاءه الإيثار، والحرية، وحسن الأداء، وراحة النفس - إنها السعادة.

لن يعي كثير من الناس حقيقة المال، هكذا. فيقعون في خدعة مكائد المال. غير أن علم السعادة الجديد يفضح هذه الخدع.

إن أهم ما يُخبرنا به علم السعادة عن المال، أن ليس ثمة من يكفي بما عنده منه. إن في أعماق أدمغتنا المظلمة خوف يسري طليقاً يقول لنا إننا بحاجة إلى مزيد ومزيد من المال - وإلا... فإن حياتنا ستكون في خطر.

ويقول تقريرُ استطلاعيّ مُهم، شمل أسئلة سُئِلها ناسٌ عن ثلاثة عشر عنصراً أساسياً في حياتهم راضين بها، فقالوا إن أقل الذي هم راضين به ما جمعه من مال.

ليس ثمة من يَشْعُر بالغنى. فقد أجزت مؤسسة غالوب استطلاعاً كانت نتيجته أن ٢١% من الأمريكيين أغنياء. غير أن نصف بالمئة منهم أقروا بأنهم أغنياء. فقد اعتقد الذين يجنون عشرة آلاف دولار في السنة أن الذين يجنون خمسين ألفاً هم أغنياء، واعتقد الذين يجنون خمسين ألفاً أن الذين يجنون مئتي ألف أغنياء. وكان الذين يجنون مئتي ألف دولار يخافون من فواتيرهم المتكاثرة ويشعرون بضغط قلة المال.

فلنواجه الحقيقة: إن الخوف من القلة أو الندرة منغرس في أعماق دماغك. ربما لن تشعر أن عندك ما يكفي من المال. لقد آن الأوان لقبول هذه الحقيقة، وأن تترفع عنها. إن الاتجاه النامي في مجتمعاتنا، لسوء الحظ، هو الشعور الثابت بالقلة والندرة، إنه خوف متأصل ينبغي أن يتولاها العقل السليم والنفس مطمئنة. وإننا نجد معظم الناس على خلاف ذلك، إنهم يندفعون بطيش وتهور ليهذئوا من خوف الندرة بجمع مال أكثر. فقد تبين من استطلاع بين طلاب الجامعات، أن الذين يتوقون إلى تحقيق نجاح في جمع المال قد تضعف عددهم بين سنة ١٩٧٠ وسنة ١٩٩٠، فبلغت نسبتهم ٧٤%. بينما قلت، في الفترة ذاتها، نسبة الذين يتوقون إلى عيش هادف ذي معنى من ٧٦% إلى ٤٣%.

تمتلك الأمريكيين، بخاصة، هواجس المال. فقد أجزت استطلاعات شاملة تبين منها أن ٨٩% من الذين استطلع رأيهم يقولون إن سكان الولايات المتحدة "مفرطون في ماديتهم". وقالت نسبة من الذين استطلع رأيهم قريية من النسبة الأولى إنهم يرغبون بالمزيد.

وتجد الأمريكيين، لهذا الهدف، يعملون بشدة لم يسبق لهم مثلها - إذ إن مدة عملهم السنوي الآن تزيد بمعدل أسبوع عمل كامل أكثر من مدة العمل التي عملوها في تسعينيات القرن العشرين. لقد كان معدل عمل اليابانيين في السنة هو الأطول في عدد الساعات في العالم كله، أما الآن فإن الأمريكيين يعملون ثلاثة أسابيع ونصف الأسبوع في السنة أكثر من اليابانيين. ويعملون ستة أسابيع ونصف الأسبوع أكثر من البريطانيين، واثنى عشر أسبوعاً أكثر من الألمان. إن هذه المادية المفرطة لن تسعد مجتمعا أكثر. إنها توفقنا في البؤس. إن كل دراسة من الدراسات التي أوردتها فيما سلف عن المال والسعادة تشير إلى أن المال قد يغير حال الناس من البؤس إلى السعادة فقط عندما يفرج عنهم كرب الفقر المدقع، ولا يقدم المال الكثير للسعادة غير ذلك. ولا يختلف الأمر إن أنفقت مالك في أحد محلات نيويورك الفارهة، نحو: Tiffany، أو غيره، - فمقدار المال لا يشكّل فارقاً ذا أهمية.

وعندما يسعى الناس إلى المال ويتوقون إليه، لا يُدركون أنَّهم يُساقون بِدافعٍ فطريٍّ متأصلٍ إلى شعور الندرة. ويظنون أنَّهم يكونون بذلك عمليين، ومتبحرين، وعقلاء. ويظنون أنَّ المال سوف يوفرُّ لهم خمسة عناصر تُضفي عليهم السعادة.

للبيع: أمورٌ يظنُّها الناس جالبة للسعادة

١. عيش الفراغ

٢. المتزلة

٣. الممتلكات

٤. الأمن المالي

٥. القوة الدينيَّة

يُظنُّ عامَّة الناس أنَّ هذه العناصر تجعلهم يشعرون أنَّهم يملكون ما يكفي ولا يخافون من أنَّ لا يكون أحدهم كفيًّا. إنه افتراض معقول، وقد جرى البشْر عليه أُلوف السنين. غير أنَّ القضية غير صحيحة. يعرف السعداء ذلك حقَّ المعرفة. وقد أثبتَ ذلك العلم.

هل يزيدُ عيشُ الفراغ والدَّعة من سعادتك؟

إن عيش الفراغ من الرِّفاه الذي يكون أحسن ما يكون عندما يَقلُّ ولا يَكثرُ. وعندما يَكثرُ الفراغُ يُصبحُ العيشُ مُملًا كأن صاحبه في سجن.

يُوقِعُ عَيْشُ الْفَرَاغِ صَاحِبَهُ فِي وَرْطَةٍ خَطِيرَةٍ إِنْ كَانَ فِي كَيْسِهِ مَالٌ. وَقَدْ يَكُونُ مِنْ لَا يَمْلِكُونَ مَا يَكْفِي مِنَ الْمَالِ لِأَنَّهُ يَكِيدُ فِي عَمَلِهِ عَلَى الدَّوَامِ، أَوْ أَنْ يَكُونَ لَا عَمَلَ لَهُ فَهُوَ يَغْرُقُ فِي الْفَرَاغِ.

وَيَنْسُجُ كُلُّ مِتٍّ، إِلَى حَدِّ مَا، أُسَاطِيرَ عَنْ حَيَاةِ الْأَثْرِيَاءِ الْمُثْلَى، وَكَأَنَّا نَسْتَمْتِعُ بِتِلْكَ الْقِصَصِ، وَنَأْمَلُ أَنْ نُصِيبَ الثَّرَاءَ فِي مُقْبِلِ الْأَيَّامِ. وَإِنْ مِنْ تِلْكَ الْقِصَصِ الَّتِي يَنْسُجُهَا خَيَالُنَا أَنْ الثَّرْوَةَ وَعَيْشَ الدَّعَةِ وَالْفَرَاغَ مُتَلَازِمَتَانِ مَرِيحَتَانِ. وَتُثَبِّتُ الْعِلْمُ أَنَّ ذَلِكَ غَيْرُ صَحِيحٍ فِي مُعْظَمِ الْأَحْوَالِ.

إِنَّ الْغَالِبِيَةَ الْعُظْمَى مِنْ أَصْحَابِ الْمِلَاطِينَ الْأَمْرِيكِيِّينَ عَصَامِيَّوْنَ، وَإِنْ مِنْ الْأَسْبَابِ الْأُولَى الَّتِي مَكَّنَتْهُمْ مِنْ أَنْ يَجْمَعُوا ثَرْوَهُمْ تَضْعِيفَتُهُمْ بِالْمَتْعَةِ وَالْحَرِيَّةِ. لَقَدْ لَقِيتُ مَثَاتٍ مِنْ أَوْلَئِكَ النَّاسِ، وَرَأَيْتُهُمْ جَمِيعَهُمْ يَعْمَلُونَ بِمَشَقَّةٍ - رِمَا أَكْثَرَ مَشَقَّةٍ مِنْكَ أَنْتَ. وَلَعَلَّكَ، فِي سَفَرِكَ الْمُقْبِلِ، تُرْمَى فِي مَقْصُورَةِ الدَّرَجَةِ الْأُولَى فِي الطَّائِرَةِ لِتَرَى كَمْ مِنْ رُكَّابِهَا قَدْ دَفَنُوا وَجُوهَهُمْ بَيْنَ أَوْرَاقِهِمْ أَوْ أَجْهَزَةِ الْكَمْبِيُوتَرِ الْمَحْمُولِ. فَهَلْ هَذَا مَا تَظُنُّهُ الْحَيَاةُ الْمُتَمَتِّعَةُ؟ لَا يَعْرِفُ مُعْظَمُ هَؤُلَاءِ طَعْمَ الْحَرِيَّةِ، وَيَشْعُرُونَ أَنَّ الْبِلَى يَأْكُلُهُمْ.

وَرِمَا يَحْقُقُ النَّاسُ ثَرْوَةً وَنَجَاحًا بِاتِّبَاعِ سَبِيلِ الْمَالِ - الْحَصُولِ عَلَى عَمَلٍ ذِي أَجْرٍ مُرْتَفِعٍ قَدْ لَا يُجِبُونَهُ. قَدْ يَظْهَرُونَ بِعَظَمَةِ الْأَحْرَارِ، غَيْرَ أَنََّّهُمْ يَشْعُرُونَ فِي قَرَارَةِ أَنْفُسِهِمْ أَنََّّهُمْ سُجَنَاءُ. فَعِنْدَمَا يَخْتَارُ السُّعْدَاءُ أَعْمَالَهُمْ، لَا تَجِدُهُمْ يَتَّبِعُونَ سَبِيلَ الْمَالِ - بَلْ يَتَّبِعُونَ وَلَعَهُمْ وَشَعْفَهُمْ. فَإِنَّهُمْ بِهَذَا الْاِخْتِيَارِ لَا يَقْلَقُونَ عَلَى الْمَالِ. وَإِنْ كَانُوا فَقَرَاءَ إِلَى حَدِّ مَا، فَهُمْ قَانِعُونَ أَنََّّهُمْ لَنْ يُعَانُوا لِلْحَصُولِ عَلَى مَزِيدٍ مِنْهُ.

وَإِنْ مِنْ الْمَفَارِقَاتِ أَنَّ النَّاسَ الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ قُلُوبَهُمْ يَجْنُونَ الْمَالَ الْوَفِيرَ فِي نَهَايَةِ الْمَطَافِ، لِأَنَّهُمْ يَتِمَكَّنُونَ مِنْ عَمَلِهِمُ الَّذِي أَحَبُّوهُ، وَيَسْتَمْتِعُونَ بِعَمَلِهِمْ وَإِنْ اسْتَعْرِفَهُمْ سَاعَاتٌ طَوَالًا. إِنْ حُبَّكَ لِعَمَلِكَ هُوَ الْحَرِيَّةُ الْكُبْرَى. وَإِنَّ الْمَعْنَى الْحَقِيقِيَّةَ لِذَلِكَ أَنَّكَ لَا تُجْبَرُ عَلَى الْعَمَلِ - إِنَّكَ تَلْعَبُ بِجَهْدٍ فَحَسْبُ وَتَقْبِضُ أَجْرَ لَعَبِكَ الْجَادِ. إِنَّكَ لَا تَسْتَطِيعُ أَنْ تَقَابِلَ ذَلِكَ بِمَتْعَةِ الْفَرَاغِ.

رِمَا تَجِدُ بَعْضَ الْأَثْرِيَاءِ الَّذِينَ لَيْسُوا مُضْطَرِّينَ لِلْعَمَلِ. قَدْ وَرَثُوا ثَرْوَةً، وَتَرَوُّوْا حَوَا زَوْجَاتِ ثَرِيَّاتٍ، وَرِمَا حَصَلُوا ثَرْوَةً فِي بَاكُورَةِ حَيَاتِهِمْ. وَبَيِّنَ الْعِلْمُ أَنَّ دَرَجَاتِ سَعَادَةِ هَؤُلَاءِ لَا تَكَادُ تَرْتَفِعُ عَنِ الْمَعْدَلِ. فَامْتِلَاكُ الثَّرْوَةِ دُونَ أَنْ يَكُونَ عَلَى الْمَرْءِ التَّزَامُ مَا يَعْطِيهِ سَعَادَةً لِفَتْرَةٍ

محدودة. ولا يَلْبَثُ المَلَلُ أن يَحِلَّ مع السَّأم، والضَّجر، والشَّعور بالخواء. إن كثرة الفراغ ثقيلة الوطأة، إنه فراغ لا يمكن ملؤه.

وإن دراسة رائعة أجرتها الدكتورة روني جَنَف-بُلْمَن Dr. Ronnie Janoff-Bulman وزملاؤها، عن تحصيل الثروة دون عمل، وقد أجرتها على راجحي اليانصيب. فقد قارنت اثنين وعشرين راجحاً لليانصيب مع اثنين وعشرين من الناس العاديين، وقارنتهم مع تسعة وعشرين ضحية من ضحايا الشلل الفُجائي. فتبيَّن من الدراسة أن راجحي اليانصيب، بعد أن ينقضي وهج الاحتفال بالربح، ليسوا أسعد من العاديين، بل إنَّهم فقدوا كثيراً من البهجة التي تأتي بها أمورٌ صغيرة بسيطة. ووجدت الدراسة أن المصابين بشللٍ، بعد أن تمضي صدمة مرضهم، لم يكونوا بئسين مثلما يتوقَّع لهم أن يكونوا. بل إن المصابين بشللٍ تتَّسع صدورهم لمسرَّات بسيطة لا تتَّسع لها صدور راجحي اليانصيب. كانوا أكثر تفاؤلاً بالسعادة التي قد يُخبئها المُستقبل من راجحي اليانصيب! ولك أن تُصدِّق ذلك أو لا تُصدِّقه.

وقد بيَّنت دراسات أخرى أن ليست ظروف حياتنا هي التي تُقرِّر سعادتنا. وبيَّنت دراستان واسعتان أن ما يُسمَّى أزمت منتصف العمر ليست إلا خرافة. فالناس في منتصف العمر سعداء مثل الشباب في ربيع العمر. وقد بينت دراسة أخرى واسعة أن ما يُسمَّى أزمة العُشِّ الخاوي هي خِدعة زائفة - إنها نتاج تصوير باثولوجي لأمريكة قدَّمه علماء نفس أمريكيين ساخرين مُتشائمين. وبيَّنت دراسة أخرى أن الأمريكيين السود (من أصل إفريقي)، برغم ما يتعرَّضون له من تمييز عنصري، لا تقلُّ سعادتهم عن البيض. لقد بيَّنت هذه الدراسات أن أنفُسنا هي التي تتحكَّم بسعادتنا.

ويتبيَّن، نتيجة للدراسات والتحليل، أن المتعة هي حالة مزاج. فعندما يتحدَّث الناس عن الفراغ فإنَّهم يتحدَّثون عن الاسترخاء ومعنى الحرية التي تأتي من الاستقلال من الهم - وهي صفة يتَّصف بها السُّعداء وإن كانوا مشغولين.

سُئل غاندي مرَّة، "إنَّك تعمل خمس عشرة ساعة في اليوم طيلة خمسين سنة خَلَّت، أَلَمْ يَن الأوان لأن تأخذ إجازة؟"

فأجاب غاندي، "أنا في إجازة دائمة."

هل تزيد المنزلة من السعادة؟

تُغري المنزلة الاجتماعية كثيراً. فقد اعتقد الإنسان، على مر التاريخ، أنه يستطيع أن يحارب الخوف من أن لا يكون كفيلاً بارتفاع منزلته الاجتماعية.

غير أن المنزلة مُنحدرٌ زَلِقٌ. فمهما ارتفعت فإنك ستجد آخرين كثيرين في مواقع أعلى من موقعك. ويبقى أمامك منحدرٌ طويلٌ تنزلق فيه إن انزلت ثروتك وسقطت. فلو قارنت نفسك بمن هم فوقك في المنزلة فإنك بذلك تُدمر اعتبارك الشخصي. وإذا سمحت لنفسك أن تشعر بالتعالي على الذين دونك، فسوف تعيش عمرًا والخوف يتملكك من أن تنزلق إلى منزلتهم.

إن الشعور بالتعالي على الآخرين مُغرٍ دوماً، غير أنه أداة هزيلة لتحقيق السعادة. فقد يُشبعُ غرورك وخيالك لكنه لن يأتيك براحة البال أبداً. فلو كانت المنزلة تجعل الناس حقاً سعداء، إذن فإن العاملين ذوي الباقة البيضاء سيكونون أسعد من العاملين ذوي الباقة الزرقاء، فإنهم يتمتعون بمنزلة أعلى. وسيين لك الرسم الآتي أنهم ليسوا أسعد.

وقد بينت دراسة مثيرة أخرى أن المراهقين - الذين ينزعون أكثر إلى الشعور بعدم الأمان وإلى القلق على المنزلة أكثر من الكبار - ليسوا أسعد، وبخاصة الذين ترعرعوا في أسر ذات منزلة اجتماعية عالية. اشتملت هذه الدراسة على ألف مُراهق، فأفاد الذين يشغلون المنزلة الأدنى أنهم أكثرُ السعداء، بينما كان الذين يشغلون المنزلة الأعلى منهم أقل السعداء. فصغارُ الأسر الثرية يحصلون على الكثير من كل شيء حتى لا يُصبح لها قيمة. وإني أدعو هذه الحال بـ غنى التجريد *enriched deprivation*. وربما كانت هذه الحال يبدو أحد ما تريد أن تكون حالك، غير أنها ليست كذلك. البؤس هو بؤس.

إن أسوأ مُحَرَّضات السعي إلى المنزلة في ثقافتنا الحاضرة هو التلفزيون، والسبب في ذلك هو الإعلانات، وأن أكثر الذين يظهرون على الشاشة عليهم مسحة الجمال والشراء. ومن الدراسات التي حرت والتي تصيب الإنسان بقشعريرة دراسة تمت عن أثر التلفزيون بعد فترة وجيزة من بدء خدمات التلفزيون في خمسينيات القرن العشرين. لقد سمح للبث التلفزيوني في

٣٤ مَدِينَة أَمْرِيكِيَة فَقَط سَنَة ١٩٥١، بِسَبَب إِجْرَاءَات حُكُومِيَّة، ثُمَّ سُمِحَ لِلْبَثِّ فِي ٣٤ مَدِينَة أُخْرَى سَنَة ١٩٥٥. فَقَدْ اَزْدَادَت السَّرَقَات وَأَعْمَالُ اللُّصُوبَةِ فِي الْمُدُنِ الْأَوَّلَى الَّتِي سُمِحَ لِلْبَثِّ فِيهَا سَنَة ١٩٥١ زِيَادَةً عَظِيمَةً. ثُمَّ كَثُرَتْ أَيْضاً سَنَة ١٩٥٥ فِي الْمُدُنِ ٤٣ التَّالِيَةِ الَّتِي سُمِحَ فِيهَا لِلْبَثِّ. وَقَدْ بَيَّنَّتِ الدِّرَاسَةُ أَنَّ مَنَزِلَةَ الْمَوَادِّ الَّتِي يُعْلَنُ عَنْهَا فِي التَّلْفِزِيُونِ قَدْ دَفَعَتِ النَّاسَ إِلَى السَّرَقَةِ مِنْ أَجْلِ اقْتِنَائِهَا.

وَلَمْ يَقْتَصِرِ أَثَرُ التَّلْفِزِيُونِ عَلَى رَفْعِ رَغْبَةِ النَّاسِ لِلْحَصُولِ عَلَى مَوَادِّ تَتَعَلَّقُ بِذَوِي الْمَنَزِلَةِ، بَلْ شَمَلَ التَّوَقُّعَاتِ أَيْضاً. فَقَدْ شَعَرَ النَّاسُ أَنَّهُمْ يَسْتَحِقُّونَ أَنْ يَقْتَنُوا رَمُوزَ الْمَنَزِلَةِ بَعْدَ أَنْ شَاهَدُواهَا مَعَ النَّاسِ عَلَى التَّلْفِزِيُونِ.

إِنَّ تَوَقُّعَاتِ الْمَنَزِلَةِ هَذِهِ تُشِيرُ إِلَى مَبْدَأٍ مُهِمٍّ فِي عِلْمِ السَّعَادَةِ: إِنَّ السَّعَادَةَ تَعْتَمِدُ إِلَى حَدٍّ كَبِيرٍ عَلَى التَّوَقُّعَاتِ. فَإِنَّ رَفَعْتَ مِنْ تَوَقُّعَاتِكَ، يَبْدَأُ الْبُؤْسُ يَدْبُ بِكَ. وَهَذَا مِنْ أَسْوَأِ مُشْكَلَاتِ الثَّرَاءِ — فَالثَّرْوَةُ تَنْفُخُ دَائِماً التَّوَقُّعَاتِ. فَالْأَثْرِيَاءُ يَتَوَقَّعُونَ مِنْ أُمُورٍ قَدْ تُسَعِّدُ النَّاسَ.

وَيَكْبُحُ السُّعْدَاءُ تَوَقُّعَاتَهُمْ، مَهْمَا بَلَغَ ثَرَاؤُهُمْ. وَلَا يَشْتَرُونَ شَيْئاً مِنْ رَمُوزِ الْمَنَزِلَةِ. وَهُمْ يُدْرِكُونَ أَنَّ السَّعْيَ وَرَاءَ الْمَنَزِلَةِ الْمَادِّيَّةِ ضَعْفٌ يَنْعَمِسُ فِيهِ الَّذِينَ لَا يَشْعُرُونَ بِالْأَمَانِ، الَّذِينَ يَخْشَوْنَ النَّظَرَ فِي سَرَائِرِهِمْ وَلَا يُوَاجِهُونَ مَا يَخَافُونَهُ حَقّاً. إِنَّ مَنَزِلَةَ السُّعْدَاءِ تَتَّبِعُ مِنْ أَعْمَاقِهِمْ. وَإِنْ رَمُوزَ مَنَازِلِهِمْ هِيَ أُمُورٌ نَحْوُ: الْأُسْرَةِ السَّعِيدَةِ، وَأَصْدِقَاءِ الْخَيْرِ، وَفَخْرَهُمْ بِعَمَلِهِمْ.

هَلْ يَزِيدُ التَّمَلُّكُ السَّعَادَةَ؟

لَوْ كَانَ التَّمَلُّكُ يُمْكِنُ الْاعْتِمَادُ عَلَيْهِ كَمَصْدَرٍ لِلْسَّعَادَةِ، لَكَانَ الْأَثْرِيَاءُ أَسْعَدَ كَثِيراً مِنْ مَتَوَسِّطِي الدَّخْلِ. لَكِنَّهُمْ لَيْسُوا كَذَلِكَ. وَإِنِّي أَتَحَقَّقُ مِنْ صِحَّةِ ذَلِكَ كُلِّ يَوْمٍ.

ثُمَّ امْرَأَةٌ لَطِيفَةٌ مِنْ أُسْرَةٍ أَسْتِرَالِيَّةٍ ثَرِيَّةٍ تَرْتَادُ الْمَصْحَاحَ عَلَى الدَّوَامِ، وَلَا تَعْرِفُ طَعْمَ السَّعَادَةِ. وَبِمَلِكِ أَبُوهَا بَضْعَةُ بِلَايِنٍ مِنَ الدُولَارَاتِ وَيَبْنِي نَاطِحَاتٍ سَحَابٍ فِي أَصْقَاعٍ مُخْتَلِفَةٍ مِنَ الْأَرْضِ، وَيُوفِّرُ لَهَا حِسَاباً لَا سَقْفَ يَحُدُّهُ، وَبِطَاقَاتِ ائْتِمَانٍ لِاحْدُودٍ لِلصَّرْفِ بِهَا. وَتَرَاهَا مُدْمِنَةً عَلَى التَّسَوُّقِ دُونَ كَلَلٍ وَكَأَنَّهَا مُدْمِنَةٌ مَخْذَرَاتٍ. وَلَا يَخْتَلِفُ الْأَمْرُ عِنْدَهَا بَيْنَ شَرَاءِ حِذَائٍ لِلتَّنِيسِ قِيمَتُهُ \$٤٠٠ وَشَرَاءِ قِطْعَةٍ خَزَفٍ قَدِيمَةٍ ثَمِينَةٍ قِيمَتُهَا \$100,000 — وَعِنْدَمَا تَرَى أَمَامَ نَظَرِهَا مَا تَسْتَهْيِي شِرَاؤَهُ تُصْبِحُ نَهْمَةً وَلَا يُمَكِّنُ كِبْحُهَا، كَالَّتِي تَبْحَثُ عَنْ فَرِيضَتِهَا. وَلَا تَلْبَثُ، عِنْدَمَا

تشتري ما تشتهي، أن تشعُر بإحباطٍ ونَدَمٍ شديدين يتجاوزان نَدَمَ الشِّراءِ. فينتأبها، بعد كُلِّ شراءٍ، عَدَمُ رضا، وخوف من أن لا تكون كفيَّةً. لقد بَحَثَ عن زَوْجٍ يُناسِبُها سنين طويلاً دون جدوى. إنها لا تشعُرُ أهما تساوي شيئاً، وترى أن كُلَّ من تقدَّم للزواج إنما كان يطمع بمالها. وما زالت تأمل في أن تجد الحبيب المنشود، وما زالت تتعثرُ في شباك الشِّراءِ الذي لا تملك مقاومته. لأستطيع أن أقول صادقاً إنِّي قد ساعدتُها. وطالما تَمَنَّيتُ أن أنجح مع مرضاي في حلِّ مُشكلاتِهِم، غير أن تلك هي أُمْنِيَّةٌ تجري رياحُها بما لا تشتهي سُننُ الحياة.

قد يبدو بؤسُ هذه المرأة غريباً - بل سَخيفاً - غير أن ذلك يحدث للناس. لقد قابل د. إد. دينر Ed Diener, Ph. D. ، وهو أحد العلماء الرُّوَّاد في دراسة السعادة، تسعة وأربعين من أكبر أثرياء أمريكا ووجد أن درجة سعادتهم أعلى قليلاً من متوسط السُّعداء. وقد أقرَّ ثمانون بالمئة منهم أن الثروة قد تجلب للناس البؤس.

إن إخفاق المنتجات الماديَّة في إسعاد الناس بيِّن واضحٌ في دراسات السعادة في جميع البلاد. أنظر إلى الجدول التالي تجدُ موقع "السعادة والدَّخْلُ في الدول المتقدِّمة اقتصادياً"، أنَّ الولايات المتَّحدة تقع بين الدول الأقل سعادة في البلاد المتقدِّمة في اقتصادها برغم أهما من أغناهم. وقد بيَّنت الدِّراسة ذالهما، التي أعطت هذا الجدول البياني، أن أفقر البلاد في العالم هي أيضاً أَدناها سعادةً. ويبرهن ذلك على أن المال يدعُمُ السعادة عندما يُفرج كُرْبَةَ الفَقْرِ المدقع.

وثمة دراسة رائعة تبيِّنُ علاقة المال بالسَّعادة، أجراها الدكتور ديفيد ميرز David Meyers الباحثُ المبرِّز في أُمْرِ السَّعادة. فدراسته تَقْتَفِي طفرات الثروة في الولايات المتَّحدة منذ خمسينيات القرن العشرين. ويظهر في الرسم أن السعادة قد تَقَهَّقرت بعد أن بَلَغت ذُرْوَتَها في سنة ١٩٦٥ برغم ارتفاع الثروات الخيالي.

وإليك، فيما يلي، أمرٌ أخيرٌ يجدرُ بك أن لاتنساهُ عن السعادة والامتلاك: فثمةُ مؤامرة تُحاك - واضحة ومُعترفٌ بها - تسعى لأن تُقْنِعَكَ بأنك ستكون أسعدَ لو اشترَيْتَ سِلْعاً كثيرةً متنوِّعة. إنها الاستهلاك، وإها دعامة كل اقتصاد في العالم، سواء أكان رأسمالياً أم اشتراكياً. ويُشكِّلُ دَوْرُها في أمريكا ثُلثي الاقتصاد. إنِّي أدعم اقتصاداً قوياً، وإنا علينا أن نواجه الحقيقة، فإننا نُعْرِقُ كلَّ يومٍ في بحرٍ من الدعايات قد كان القصدُ منها تغيير طرائق تفكيرنا. لقد أنتج هذه الدعايات من هُم أكثرُ البَشَرِ إبداعاً وإقناعاً.

خُذْ جَذْرَكَ مِنْ أَثَرِ هَذِهِ الدَّعَايَا. وَلَا تَطْنُنْ سَعَادَتَكَ سَتَأْتِي فِي مَا سَوْفَ تَشْتَرِيهِ.
فَكَّرَ فِي أَمْرِكَ مَلِيًّا قَبْلَ أَنْ تَقَعَ فَرِيْسَةً فِي مَكَائِدِ الْمَالِ.

هَلْ يَزِيدُ الْأَمْنُ الْمَالِيُّ السَّعَادَةَ؟

إِنِّي أَسْأَلُ دَائِمًا زَوَّارَ الْمَصْحَ مَتَى شَعُرُوا أَنَّهُمْ أَكْثَرُ سَعَادَةً. قَدْ تَظُنُّ أَنَّهُمْ قَالُوا، "الآن،" لِأَنَّ
اللَّحْظَةَ الْآنِيَّةَ تُعْطِيهِمْ ذُرْوَةَ الْأَمْنِ الْمَالِي. (وهذا حقٌّ: فَالْعَنِي يَزِدَادُ غِنًى، كُلَّ يَوْمٍ. وَهَذِهِ هِيَ
طَبِيعَةُ الشَّرَاءِ). غَيْرَ أَنَّهُمْ لَنْ يَقُولُوا الْآنَ. إِنَّهُمْ يَتَكَلَّمُونَ عَمَّا سَلَفَ.
وَيُعَلِّمُنِي هَذَا أَمْرًا مُهِمًّا: إِنَّ الْأَمْنَ الْمَالِي لَا يَزِيدُ السَّعَادَةَ.

زَارَنِي فِي مَكْتَبِي فِي الْأُسْبُوعِ الْمُنْصَرِمِ مُقَاوِلٌ، فَسَأَلْتُهُ مَتَى كَانَ أَسْعَدَ حَالًا. فَشَرَعَ
يُخْبِرُنِي أَنَّهُ شَعَرَ بِسَعَادَةٍ عَظْمَى قَبْلَ شَهْوَرٍ خَلَّتْ، عِنْدَمَا بَاعَ شَرَكَّتَهُ الَّتِي كَانَتْ بِدَائِيَّتِهِ بِسَبْعِمِئَةِ
مِلْيُونِ دُولَارٍ. لَقَدْ سَمِعْتُ فِي قَوْلِهِ نَعْمَةً رَتِيبَةً غَائِرَةً كَانَتْ تَنُمُّ عَنْ عَدَمِ الرِّضَا. فَبَدَأَتْ أَسْتَحِثُّهُ
لَأَدْخُلَ أَعْمَاقَهُ كَيْ يَقُولَ لِي مَتَى شَعَرَ بِالسَّعَادَةِ حَقًّا. فَأَخَذَ يُحَدِّثُنِي بِحِمَاسَةٍ عَنْ أَيَّامٍ مِنْ حَيَاتِهِ
كَانَ فِيهَا أَمْنُهُ الْمَالِي فِي أَدْنَاهُ، عِنْدَمَا بَدَأَتْ شَرَكَّتُهُ تُقْلَعُ. كَانَ عِشَاؤُهُ مَعْكُورَةً وَجُنْبًا فِي تِلْكَ
الْأَيَّامِ، يَأْكُلُهَا كُلَّ لَيْلَةٍ، وَكَانَ يَنَامُ عَلَى صُوفَةٍ فِي مَكْتَبِهِ، وَكَانَ يُصَارِعُ لِتَأْمِينِ مَعَاشَاتِ مُوظَّفِيهِ
فِي نَهَايَةِ كُلِّ أُسْبُوعٍ. لَقَدْ كَانَ يَشْعُرُ، بَرِغْمِ ذَلِكَ كُلِّهِ بِالْحَيَاةِ كَامِلَةً!

أَمَّا الْآنَ، فَقَدْ صَارَ مُحْشَوًّا بِالْمَالِ، فَهُوَ يَبْنِي بَيْتًا بِسِتَّةِ عَشَرَ مِلْيُونِ دُولَارٍ، وَيَشْتَكِي مِنْ
أَنَّهُ لَمْ يَبْلُغِ الْحَدَّ الَّذِي حَلِمَ بِهِ — ذَاكَ الشَّعُورِ الَّذِي يَتِمَلَّكُهُ عِنْدَمَا لَا يَكُونُ ثَمَّةُ شَيْءٍ يَخْشَرُهُ.
وَلَعَلَّ مَا يُزَعِّجُهُ أَكْثَرُ، أَنَّهُ لَا يَزَالُ يَشْعُرُ بِنَقْصِ الْأَمْنِ — فِي مَظْهَرِهِ، وَرَأْيِ أَبِيهِ فِيهِ، وَحَالِ
صِحَّتِهِ (فَهُوَ مُصَابٌ بِوَسْوَاسِ الْمَرَضِ — بِاسْتِثْنَاءِ الْأَيَّامِ الْأُولَى مِنْ عَمَلِهِ، فَقَدْ كَانَ مُشْغُولًا بِعَمَلِهِ
فَحَالَ دُونَ التَّفَكُّيرِ فِي صِحَّتِهِ). وَهُوَ قَلِقٌ عَلَى الْمَالِ أَكْثَرَ مِمَّا مَضَى، فَقَدْ تَرَاكَمَ الْمَالُ عِنْدَهُ حَتَّى
بَلَغَ مَبْلَغًا يَدْعُوهُ لِلْقَلْقِ عَلَيْهِ! إِنَّ هَذِهِ الْمُفَارَقَةَ شَائِعَةٌ.

وَبَيْنَمَا كُنْتُ أَعْمَلُ مَعَهُ عَلَى عِلَاجِهِ مُدَّةَ أُسْبُوعٍ، أَدْرَكَ أَنَّ الْأَمْنَ الْمَالِي لَا يُسَهِّمُ كَثِيرًا فِي
السَّعَادَةِ. إِنَّهُ لَا يَقْدِمُ الشَّعُورَ الْأَهَمَّ لِلأَمْنِ الشَّخْصِيِّ — أَنَّ تَشْعُرَ بِالْأَمْنِ لِذَاتِكَ أَنْتَ.

وقد يكون الأمنُ للذَّاتِ سريع الزوال. وإن الأمن الكامل خُرَافَةٌ. فليس ثمة من يَشْعُرُ بالأمن كاملاً، ولا ينبغي ذلك لأحد. فنحن عرضةٌ للعطب وليس ثمة أحدٌ في مأمنٍ من صُروف الدَّهر. فكلُّ أخٍ يُفَارِقُهُ أخوه، وكلُّنا يَفْقِدُ الأحباب، وكلُّنا نموت. هذه هي مُنْعَصَات أَمْنِ الحياة، فلا المال ولا غيره يَسْتَطِيعُ أن يُغَيِّرَ ذلك.

إن أَمَنَ المال مُحِبَّبٌ، غير أنَّه ليس الطريق إلى السعادة. إنني لم أَتَيَّقَنَّ من حقيقة ذلك حتى لَقِيتُ إحدى زُوارِ المَصْحِ المُفَضِّلِينَ، إنها لندا رِثْشَمَن Linda Richman. لقد عاشت لندا عَيْشاً صَعَباً؛ لقد فَقَدَت ابنتها فأَمَضَت إحدى عشرة سنة في بيتها حَبِيسَةً رهاب الفضاء agoraphobia. تَتَمَتَّعُ لندا بشجاعة عظيمة وعندها براعة في المَرَح، وتجاوزَت ماضيها وألقتَه وراءها لِتُحَقِّقَ نَجَاحاً هائلاً. وَتَحَوَّلَت من زائرةٍ لِلْمَصْحِ لِتُصْبِحَ مُحَاضِرَةً من أكثر محاضريه شعبيةً، فأَلَفَت كتاباً هو *I'd Rather Laugh* إني أَفْضَلُ أن أَضْحَك، وقد قَدَّمت برامجها في عدد من محطات التلفزيون الأمريكية. وما لَبِثت أن صارت نجماً ذا شهرة واسعة بعد أن أدَّت أدواراً هَكْمِيَّةً "كُفِّي ثوك Coffee Talk" على برنامج ليل السبت المُباشِر Saturday Night Live. إن المال لا يُقَلِّقُ لندا رِثْشَمَن.

لا، إن المال يُقَلِّقُها! لقد أصابها ذلك القلق مرَّةً وهي تَقودُ سيارتها، [٥٧] فاضْطَرَّت أن تَخْرُجَ عن الطريق. فإنها، بخلاف كثيرين، كانت تُدْرِكُ أن هاجسها لم يكن صوت محاسنها الذي يصم أذنيها بقصص الويل والثبور يَبْثُها في أعماقها - بل كان الخوف الخارج من داخلها. فقالت في نفسها، "إني فريسة حال الخوف. هيا لأَخْرُج من هذه الحال!" وهكذا فَعَلَتْ. فَوَثَّبت إلى سيارتها وتابَعَتْ طريقها.

لقد أدركت لندا أنَّها سوف تبقى دائماً أسيرة نقص أَمْنِ المال - مثل مُعظم الناس - ولكن لا ينبغي لها أن تُكادِبَ ذلك الخوف. فالسعداء يَتَمَتَّعون بالسعادة التي تُمَكِّنُهُم من التَغَلُّبِ على نقص الأَمْنِ. إنها تُدْرِكُ أن ذلك الخوف باقٍ طالما أن الإنسان زائل لَامَحَالَةٍ. وأن اعتياد ذلك يوجب الشعور بالحقيقة، إنها مرارة الحياة.

هل تزيد القوى العالمية السعادة؟

إن أقوى رجل عرّفته — وهو من كبار الموظفين الفدراليين الأمريكيين الذي شغل مناصب عليا مدة عشرين سنة — وقد قال لي مرّة مايلي عن القوة: "إن الذين يلهثون وراء القوة هم الذين لأقوة لهم." وقال عن هؤلاء إنهم إن أمسكوا مرّة بالقوة "يصبحون عبثاً كريهاً." لقد كان يبدو كأنه ابن مئة سنة عندما قال هذا الكلام.

لقد شبّه المنصب السياسي العالي بمن عنده اثنا عشر ولداً. قال إن صاحب هذا المنصب يملك القوة فوق عدد كبير من الناس، غير أنه لن يكون صاحب سلطة مطلقة غير محدودة — إنها مجلبة للمتاعب. فكلما عظمت السلطنة كبرت المسؤوليّة.

وثمة من يستمدّ سعادته من إعطاء أوامره لآخرين حوله، غير أنهم ناسٌ قلقون وغير واثقين ليس لهم حولٌ ولا طول. فالناس الذين يديرون أمر حياتهم لا يحتاجون إلى أن يديروا أمور غيرهم.

وإنما لسُخرية أن نجد الذين يرتفعون في القوى العالمية يفقدون، غالباً، السيطرة على شؤون أنفسهم، فعليهم إرضاء كثير من الناس، وعليهم أعباء ينبغي أن يُحقّقوها. وعندما يقع هذا الأمر لأحدٍ فرمما يصير العاقل منهم هتيراً صغيراً. وربما استمروا على هذه الحال إلى أن يجدوا سبيلاً يستطيعون به أن يتدبّروا أمورهم.

وعندما يفقد أولئك القوة على أمور أنفسهم، نجدهم يستبدّون بأنفسهم بطلب الكمال، كالإدمان على العمل، فإنها إحدى الرذائل التي ترتدي ثوب الفضيلة — إنه الخوف يتنكر بمظهر القوة. لقد جاعني إلى عيادتي من يُهنئ نفسه على حبه للكمال ولو أدّى بهم ذلك إلى هلاكهم بما يزيده من أمراض شرايينهم. بينما نجد الموفّقين الذين أوصلتهم عقولهم وشغفهم إلى ما وصلوا إليه، بخاصّة، يتتلعون أسطورة طلبهم للكمال التي سبّبت لهم النجاس. ولعلّ سبب ابتلاعهم الأسطورة أن طلب الكمال صعبٌ يجعلهم يبالغون في فوائده ليكون حافزاً لهم للوصول إليه.

إن النظرة النفسية السريية المحبة لطلب الكمال أنها يُلقنها الآباء المتطلبون لأولادهم. وإني لأتفق مع هذا اللوم للآباء ولا أقبل هذا التفسير. إني أرى طلب الكمال قناعاً آخر للخوف من أن لا يكون المرء كفيّاً. إنها لغير الآمنين الذين يظنون أن الأكثرين كمالاً هم الذين يسودون. وإن الاستحواذ وهاجس السيطرة يُشبه طلب الكمال، ولا يقلُّ عنه تدميراً. فالأثرياء يظنون غالباً أن المال ينبغي أن يعطيهم حقَّ السيطرة على حياة الآخرين الخاصة، وهذا غير صحيح. إن السيطرة خرافة. فالسيطرة تعني القوة المطلقة، وليس ثمة شيء كهذا في هذا العالم. لقد عرفتُ من لاحظصرَ لهم يضيعون حياتهم يصارعون من أجل السيطرة. وكلما تطلّبوا ابتعدوا أكثر عن القوة الحقّة. إن القوة الحقّة تأتي بها الإدارة وليست السيطرة. إن الإدارة تعني أن تُدركَ أنك لن تستطيع أن تُسيطر على كل شيء، وأن تتعامل مع الحياة بشروطها — أن تعطي قليلاً، وأن تأخذ قليلاً، هكذا تسير الأمور.

لو أنك تستطيع السيطرة على حياتك فإنك لن تمرض، ولن تهزم، ولن تموت! ولن تنال مخالفةً من شرطي المرور. إن للحياة مساراً آخر.

إن هذا الكتاب هو الوحيد، من بين الكتب التي تبحث في علم النفس، الذي لا يطلب منك أن تُسيطر على نفسك. فللحياة شأنها الذي تقولُه عن حياتك، أحببتَ ذلك أم كرهته. فإذا اخترتَ أن تدير حياتك كهدف رئيسي لك، فسوف تتمكن من المشاركة في اختياراتك. أما إذا اخترتَ أن تُبددَ طاقتك في الصراع على سيطرة كاملة، فإنك ستفقد مقررَ الإدارة وتُصبح هشيماً تذروه الرياح.

إن مشاركتك في قرارات حياتك قد تساعدك لتكون سعيداً. غير أن الصراع من أجل القوة لن يأتيك بسعادة، وكذلك طلب الكمال والسيطرة لن يجلبا لك السعادة.

إن الملايين من الناس يكدحون، وللأسف، كلَّ حياتهم في السعي وراء القوة، والكمال، والسيطرة، والمنزلة، والتملك.

ثمة صفة لهؤلاء توجزها كلمة واحدة: البؤس.

التحرُّر

هذا ما يُخْبِرنا به العِلْمُ عن المال والسعادة.

ولكن، ما الذي يُخْبِرُكَ بِه قَلْبُكَ؟ هل يقول لك، "يا إلهي، إنك على حَقٍّ! إني أملك ما يكفي من المال. لن يُقْلِقَنِي هذا الأمرُ بَعْدَ الآن."

إني أرجو ذلك! وإلا فسيكون في الأمر زَيْفٌ.

إن المال، في عقل الإنسان، مرتبِطٌ بالبقاء، وسوف يُضْنِيكَ دائماً خوف قِلَّة ذات اليد، مثلما يُضْنِيكَ الخوف الذي يَلْحُمُكَ عنه: إِنَّهُ الموت. لا بُد أن قلبك سيلزُمُكَ بقبول هذا الخوف.

إن هذا الخوف هو سِمْةٌ عَقْلِكَ، إِنَّهُ مغروس في عُمَقِهِ، وليس ثَمَّة سبيل ولا سببٌ للخلاص منه. إِنَّهُ أَنْت.

عليك أن تقبلَ الأمر. لقد آن الأوان لذلك.

رَحِّبْ به. واسْخَرْ من نَفْسِكَ إن شئت. اصْفَحْ عن نَفْسِكَ. وارْتَفِعْ بذاتِكَ وحَلِّقْ بِنَفْسِكَ عالياً. وتابعِ المسير.