

نِعْمَةُ اللَّهِ

أخْبَرَ ابْنَتُهُ أَنَّهُ جَاءَ إِلَى مَصَحِّ كَانِيُونَ رَانَشٍ لِلإِسْتِشْفَاءِ، غَيْرَ أَنَّهُ جَاءَ إِلَى هُنَا لِيَمُوتَ.
لَقَدْ قَرَأْتُ ذَلِكَ فِي عَيْنَيْهِ. لَمْ يَكُنْ يُرَكِّزُ نَظْرَهُ، فَكَانَتْ عَيْنَاهُ مُشْتَتَتَيْنِ وَلَا تَكَادُ تَرَى
فِيهِمَا اتِّصَالاً بِشَيْءٍ. فَهُوَ يَشْعُ، غَيْرَ أَنَّ إِشْعَاعَ الرُّوحِ قَدْ غَابَ عَنْ عَيْنَيْهِ. فَلَمْ يَكُنْ فِيهِمَا نُورٌ
وَلَا حَيَاةَ.

لَقَدْ رَأَى مِنَ الْمَوْتِ الْكَثِيرِ فِي الْمُدَّةِ الْأَخِيرَةِ، فَتَغَلَّغَلَ فِي أَعْمَاقِهِ وَصَارَ إِيْمَاءَةً لِكَيْ يَأْتِيَ
وَيَسْتَرِيحَ مِنْ آلامِهِ. كَانَتْ ابْنَتُهُ الَّتِي جَاءَتْ بِهِ إِلَى مَكْتَبِي أَوَّلَ مَرَّةٍ خَائِفَةً مِنْ أَنَّهُ صَارَتْ تُعَامِلُهُ
مُعَامَلَةً أُمٍّ لَوْلِيدِهَا.

كَانَ يَأْسُ مِنْ كُلِّ مُمَكِّنٍ - فَلَا يَشْعُرُ بِخِيَارٍ فِي الْأَيَّامِ الْبَاقِيَةِ مِنْ حَيَاتِهِ. فَغَابَ شَعُورُهُ
بِالْأَمْنِ، وَصَارَ الْحُبُّ ذِكْرِيَّاتٍ مُرَّةً، وَصَارَ يَرَى كُلَّ مَا عَمِلَهُ فِي حَيَاتِهِ حَطَامًا.
سَأَلْتُهُ، عِنْدَمَا جَلَسْتُ مَعَهُ أَوَّلَ مَرَّةٍ، مَا الَّذِي يَرَاهُ جَيِّدًا فِيمَا بَقِيَ لَهُ فِي حَيَاتِهِ، وَمَا
كَانَتْ مَوَاهِبُهُ، وَقَوَاهُ، وَمَا الَّذِي مَا زَالَ يَشْحَذُ قُدْرَهُ لِلْأُمُورِ. فَهَذَا مَا قَدْ يُنْجِيهِ.
غَيْرَ أَنَّ الْوَقْتَ لَمْ يَكُنْ مُنَاسِبًا.

سَأَلْتُهُ، "مَا الَّذِي جَاءَ بِهِ إِلَى هُنَا؟"

أَخْبَرَنِي عَنْ مَاسَاتِهِ خِلَالَ تَنْهَدَاتٍ وَأُنِينَ. لَقَدْ مَاتَتْ زَوْجُهُ قَبْلَ ثَمَانِيَةِ عَشَرَ شَهْرًا وَهِيَ
فِي أَوَائِلِ سِتِّينِيَّاتِ عُمْرِهَا، لَقَدْ مَاتَتْ مِنْ احْتِشَاءٍ فِي الْقَلْبِ. كَانَ يُحِبُّهَا وَتُحِبُّهُ حُبًّا جَمًّا.

فَتَرَكَهُ مَوْتُهَا الْبَطِيءَ خَدِيراً فَاقْدَحَ الْحِسَّ غَيْرَ مِبَالٍ بِشْيءٍ. فَأَوَى إِلَى عَمَلِهِ عَلَيْهِ يَجِدُ فِيهِ سَلْوَى. كَانَ رَجُلًا نَاجِحًا، يَمْلِكُ شَرِكَةَ اسْتِشَارَاتٍ هَنْدَسِيَّةٍ، وَكَانَ مُعْظَمُ مُوظَّفِيهِ، وَهُمْ ١٥٣ مُوظَّفًا، يَعْمَلُونَ كَأَفْرَادٍ أُسْرَةٍ وَاحِدَةٍ. كَانَ خَيْرُهُ أَصْدِقَائِهِ أُولَئِكَ الَّذِينَ سَاعَدُوهُ فِي بِنَاءِ الشَّرِكَةِ مِنْ بَدَايَتِهَا، وَكَانُوا مَعَهُ فِي حُزْنِهِ، يُشَارِكُونَهُ ذِكْرِيَّاتِهِ. وَصَارَ مَعَ مَرُورِ الشُّهُورِ يَسْتَعِيدُ نَكْهَةً دَوْرَهُ قَائِدًا لِأُسْرَةٍ مِنَ الْأَصْدِقَاءِ الَّذِينَ كَانُوا مِنْ أَفْضَلِ الْمُهَنْدِسِينَ الْمَدَنِيِّينَ فِي الْعَالَمِ. كَانُوا يَشِيدُونَ سِدُودًا، وَطُرُقًا، وَمَحَطَّاتٍ تَوَلِّدُ لِلطَّاقَةِ الَّتِي قَدْ تَعِيشُ قُرُونًا. وَكَانَ يَشْعُرُ وَأَصْدِقَاؤُهُ، بِرَغْمِ خَسَارَتِهِ، أَنَّهُمْ كَانُوا فِي مَوْقِعٍ مِنَ الْحَيَاةِ يُحْسَدُونَ عَلَيْهِ. كَانُوا يَعْشَقُونَ عَمَلَهُمْ، وَكَانَ كُلُّ مِنْهُمْ يُكْرِسُ نَفْسَهُ لِلْآخَرِ، وَيَتَمَتَّعُونَ بِعَلَاوَاتٍ تُثْرِيهِمْ: شَقَّ عَلِيَا فِي مَدِينَةِ نِيُويُورِكِ، وَبُيُوتَ صَيْفِيَّةٍ فِي هَامْپْتُنز Hamptons، وَسِيَّارَاتٍ فَارِهِةٍ، وَإِجَازَاتٍ غَيْرَ عَادِيَّةٍ، وَمَكْتَبَ فُسِيحٍ عَلَى هَيْئَةِ عَشِّ النَّسْرِ عَلَى قِمَّةٍ بِنَاءٍ قَرِيبٍ مِنْ مَرْكَزِ التَّجَارَةِ الْعَالَمِيِّ. وَتَلَاشَى فِي صَبِيحَةٍ يَوْمٍ، كُلُّ مَا كَانَ يَسْرُهُ.

كَانَ فِي فَرَانِكْفُورْتِ فِي رَحْلَةِ عَمَلٍ، عِنْدَمَا شَاهَدَ الْحَدَثَ الْمَسْعُورَ عَلَى شَاشَةِ مَحْطَّةٍ سَيَّ إِنْ إِنْ فَادَرَكَ أَنَّهُ فَقَدْ كُلُّ أَصْدِقَائِهِ وَزَمَلَانِهِ جَمِيعَهُمْ. كَانَتْ سَكْرَتِيرَتُهُ فِي تِلْكَ اللَّحْظَةِ تُكَلِّمُهُ مِنْ جِهَازٍ هَاتِفِيٍّ الْجَوَّالِ، وَكَانَ يَسْمَعُ شِدَّةَ أَنْفَاسِهَا مِنَ الْفَرْعِ، حَتَّى انْقَطَعَ اتِّصَالُهُمَا وَسَمِعَ أَصْوَاتًا عَجِيبَةً. قَالَ لِي إِنَّهُ يَسْمَعُ تِلْكَ الْأَصْوَاتَ فِي مَنَامِهِ دَائِمًا — وَيَسْمَعُهَا حَيْثُمَا اتَّجَهَ فِي كُلِّ مَكَانٍ. وَقَبْلَ أَنْ يُيَسِّمَ عَائِدًا لِحُضُورِ الْجَنَائِزِ، لَمْ يَْعُدْ يَتِمَالَكُ نَفْسُهُ، وَأَصَابَهُ أَهْيَارٌ كَامِلٌ وَخَسِرَ كُلُّ شَيْءٍ. اعْتَبَرَتْ أَصُولُ شَرِكَتِهِ مِنَ الْمَمْلُوكَاتِ الْفَكْرِيَّةِ، كَانَتْ الْمَعْرِفَةُ الَّتِي كَانَ يَحْمِلُهَا ١٥٣ صَدِيقًا وَزَمِيلًا فِي عَقُولِهِمْ قَضَوْا نَحْبَهُمْ. بَقِيَ لَهُ مِنَ الْمَالِ نَحْوُ أَرْبَعِمِئَةِ مِلْيُونِ دُولَارٍ وَلَيْسَ ذَلِكَ بِالكَثِيرِ. وَكَانَ عَلَيْهِ بَيْعُ بَيْتِهِ فِي مَنِهَاتِنِ (نِيُويُورِكِ) فَوْرًا، وَكَانَ الْوَقْتُ أَسْوَأَ وَقْتٍ لِلْبَيْعِ. لَقَدْ فَقَدَ ذَلِكَ الْمَالُ — عَلَى نَحْوِ يَخْتَلِفُ عَنْ فَقْدِهِ زَوْجَهُ وَأَصْدِقَاءَهُ. لَقَدْ فَقَدَ كُلُّ شَيْءٍ، وَفَقَدَ كُلَّ النَّاسِ، كُلَّ يَوْمٍ. لَقَدْ صَعَّقَهُ أَنْ تَتَحَوَّلَ حَيَاةُ جَمِيلَةٍ كَحَيَاتِهِ فَجَاءَتْ إِلَى حَحِيمٍ. كَانَ الْهَوْلُ أَعْظَمَ مِنْ أَنْ يَحْمِلَهُ قَلْبُهُ. ارْتَفَعَ ضَعْفُ دَمِهِ ارْتِفَاعًا عَالِيًا جَدًّا خِلَالَ شَهْرِ فَسَبَّبَ لَهُ طَنِينًا فِي أُذُنَيْهِ — كَأَنَّهُ أُنِينٌ دَائِمٌ. فَأَصِيبُ بِضَرْبَةٍ إِسْكِيْمِيَّةٍ ischemic لَمْ يَكُنْ ثَمَّةَ مَفَرٍّ مِنْهَا!

لقد حَلَفَتْهُ الضَّرْبَةُ التي أَصَابَتْهُ بهمِيسَرِيز hemiparesis (شَلَل) نِصْفِي، فَصَارَ يَحُرُّ سَاقَهُ الِئْمَنِي وَيَتَلَعَثُ فِي كَلَامِهِ. وَكَانَ قَبْلَ شَهْوَرٍ يَجْرِي فِي سَنَتْرَالِ پارک نیویورک وَيَتَسَلَّقُ الْجِبَالَ - فَالَتْ حَالَهُ إِلَى مَا آلَتْ إِلَيْهِ.

لَقَدْ هَزَّ رُوحَهُ انْقِضَاضُ الْحَدَثَانِ. فَصَارَ نَزْفًا سَرِيعَ الْهِيجَانِ يَعِيشُ فِي ذَهْوٍ يُزْعِجُهُ كُلُّ شَيْءٍ وَلَوْ كَانَ أَمْرًا بَسِيطًا، فَقَدْ أَرْعَجَهُ رَيْنُ هَاتِفِي - فَاسْتَسَلَّمَ لِمَنْظُومَةِ الْخَوْفِ. وَيَبْدُو أَنَّ مَخْزَنَ خَوْفِهِ "الْأَمْكِدَالَا" تَضَاعَفَتْ سُرْعَتُهُ، وَأَنَّ غَدَدَهُ الصَّمَّ قَدْ جَعَلَتْهُ سَرِيعَ الْإِنْفِيعَالِ. إِنَّ الْأَذَى الَّذِي لَحِقَ بِهِ وَالْخَوْفَ الْمُتَأَصِّلَ فِيهِ اتَّحَدَا، فَتَرَكَاهُ عَاجِزًا عَنْ تَمْيِيزِ الْخَوْفِ الْحَقِيقِيِّ مِنَ الرَّيَّةِ. لَقَدْ كَانَ جَذَعُ دِمَاغِهِ يَتَحَكَّمُ بِهِ.

كَانَ عَدَمُ تَمَكُّنِهِ مِنَ السَّيْطَرَةِ عَلَى خَوْفِهِ أَمْرًا رَهِيْبًا؛ جَعَلَهُ يَشْعُرُ أَنَّهُ طِفْلٌ كَبِيرٌ. فَكَانَ ذَلِكَ مِنْ جَمَلَةِ مَوَاطِنِ ضَعْفٍ كَثِيرَةٍ اكْتَشَفَهَا فِي نَفْسِهِ مِنْذُ بَدَايَةِ مُشْكَلَاتِهِ. فَقَدْ جَعَلَهُ جِرْمَانَهُ مِنْ زَوْجِهِ، وَأَصْدِقَائِهِ، وَثُرُوتِهِ، أَكْثَرَ حَجَلاً وَتَحَفُظًا مِمَّا كَانَ يَظُنُّ، فَكَانَتِ التَّزَوُّاتِ وَالتَّصَرُّفَاتِ غَيْرِ النَّاضِجَةِ تُسَيِّطِرُ عَلَيْهِ، فَأَلْقَتْهُ هَزِيلاً مُفْرِطاً فِي حِسِّهِ. فَلَيْسَ ثَمَّةَ مَا يُعَرِّضُ الْمَرْءَ لِصَدْعٍ يَشْمَلُهُ كُلُّهُ مِثْلَ تَمْزُقِهِ أَشْيَاءً.

وَصَارَ، عِلَاوَةً عَلَى كُلِّ مَصَائِبِهِ، يَكْرَهُ نَفْسَهُ، فَكَانَ يَسْتَحْيِي مِنْ ضَعْفِهِ، وَكَانَ يَخْشَى أَنْ يُدْمَرَ كُلُّ جَهْدٍ يَبْذُلُهُ لِعَافِيَتِهِ.

وَقَدْ يَمَّمُ شَطْرَ دِمَارِ الذَّاتِ مَبَاشَرَةً، ظَانًّا أَنَّهُ يَتَجَاوَزُ بِذَلِكَ الرُّعْبَ. فَصَارَ يُعَاقِرُ الْخَمْرَةَ، وَيَخْلُطُ بَيْنَهَا وَبَيْنَ مَا يَتَعَاطَى مِنْ عَقَارٍ مُهْدِئٍ، وَلَا يَهْتُمُّ بِالطَّعَامِ، وَيُدَخِّنُ دُونَ انْقِطَاعٍ، فَكَانَ يَوْمُهُ دُغْرًا وَخَمْرَةً وَتَدَخِينًا. وَلَا بُدَّ أَنْ يُصِيبَهُ شَلْلٌ آخَرٌ إِنْ اسْتَمَرَّ عَلَى هَذِهِ الْحَالِ. فَمَاذَا جَاءَ بِهِ إِلَى هُنَا؟ كَانَ يَسْتَطِيعُ أَنْ يَسْكُنَ فَنَدُقًا حَتَّى يَمُوتَ. ثَمَّةَ دَوَافِعَ فِي أَعْمَاقِهِ تَشُدُّهُ إِلَى الْحَيَاةِ، وَعَلَيَّ أَنْ أَجِدَهَا فِي وَقْتٍ سَرِيعٍ.

لَقَدْ قَصَّ عَلَيَّ قِصَّتَهُ بِالدَّمْعِ وَشِدَّةِ الرَّوْعِ. فَلَمْ تَمُضْ سَاعَةٌ أَوْ نَحْوُهَا حَتَّى بَدَأْتُ أَخْرِجُهُ مِنْ عَقْدَتِهِ. رِمَا بَقِيَ عِنْدِي ذَهْرًا يَشْكُو قَدْرَهُ مَرُّ الشَّكْوَى حَتَّى يَنْفَجِرَ شَرِيَانٌ آخَرٌ فِي دِمَاغِهِ، فَأَقْنَعْتُهُ أَنَّ عَمَلًا مُهِمًّا يَنْتَظِرُنَا وَيَجِبُ أَنْ نَعْمَلَهُ.

سَأَلْتُهُ، "هَلْ اسْتَشَرْتَ مُعَالِجًا نَفْسِيًّا فِي نِيُويُورِك؟"

قَالَ، "نَعَمْ، إِنَّهُ طَبِيبٌ نَفْسِيٌّ فِي پارک آفنیو قَالَ لِي إِنَّهُ يَسْتَطِيعُ عِلَاجِي إِنْ التَزَمْتُ الْحُضُورَ إِلَيْهِ فِي ٢٦ جُلُوسَةً."

قُلْتُ، "مِمَّ يُعَالِجُكَ؟"

قال، "من الكَرْبِ."

قُلْتُ له، "وكَيْفَ لَا يَدُبُّ بك الكَرْبُ وهذه حالُكَ؟"

ابْتَسَمَ قَلِيلاً دُونَ رَغْبَةٍ بِالْإِتِسَامِ، فَلَمْ تَكُنْ الْإِبْتِسَامَةُ تُنَاسِبُ حَالَهُ وَجْهَهُ أَبَداً.

قُلْتُ له، "هَيَّا نَعْمَلْ شَيْئاً. قُلْ لِي وَاحِدَةً مِنْ أَحْمَلْ ذِكْرِيَاكَ عَنْ زَوْجِكَ."

قال، "لَا أَظُنُّ أَنِّي..."

قُلْتُ لَهُ بِرَفْقٍ، "إِنِّي أَعْيِي ذَلِكَ، وَلَكِنْ قُلْهَا عَلَى كُلِّ حَالٍ."

بَدَأَ حَدِيثَهُ بِحَذَرٍ، وَتَحَفُّظٍ وَخَجَلٍ، وَاسْتَرْجَعَ، ثُمَّ سَكَتَ، ثُمَّ ضَاعَ فِي ذِكْرِيَاتِهِ، ثُمَّ تَذَكَّرَ لَحْظَاتٍ سَعِيدَةً عِنْدَمَا لَقِيَتهُ فِي نُزْهَةٍ عَلَى سَفْحِ جَبَلٍ فِي نِيپَال، إِذِ الشَّمْسُ سَاطِعَةٌ وَالسَّمَاءُ صَافِيَةٌ. ثُمَّ أَخْرَجَ صُورَةَ مُتَجَعَّدَةً مِنْ مِحْفَظَتِهِ، وَكَانَتْ صُورَتُهَا يَوْمَ كَانَتْ فِي نِيپَال؛ فَتَاةٌ لَوْزِيَّةُ الْعَيْنَيْنِ مُتَأَحِّجَةٌ بِالْحَيَاةِ. وَاسْتَمَرَّ فِي حَدِيثِهِ وَالصُّورَةَ بَيْنَ يَدَيْهِ، فَاشْتَدَّتْ عَزِيمَتُهُ وَأَنْطَلَقَتْ مِثْلَ تَنْفُسِ الصَّبْحِ عِنْدَ الْفَجْرِ.

قَاطَعَتْهُ وَسْأَلَتْهُ، "كَيْفَ تَشْعُرُ فِي هَذِهِ اللَّحْظَةِ؟"

حَارَ فِي سُؤَالِي وَاسْتَعْرَبَهُ، ثُمَّ قَالَ، "أَشْعُرُ أَنِّي حَيٌّ." لَقَدْ قَالَهَا وَكَأَنَّهَا كَلِمَةٌ مِنْ لُغَةِ مَنْسِيَّةٍ - كَأَنَّهَا كَلِمَةٌ لَا يُرِيدُ أَنْ يَذْكُرَهَا.

بِنَاءُ الْقُوَى

إِنِّي عَلَى يَقِينٍ مِنْ أَنَّ السَّبَبَ الَّذِي جَعَلَ الطَّبِيبَ النَّفْسِيَّ فِي پَارِكِ آفَنِيوٍ يَقَرِّرُ لَهُ ٢٦ جُلُوسَةً أَنْ سَبَرَ غُورَ الْمُشْكِلَاتِ وَمَوَاطِنَ الضَّعْفِ قَدْ يَتَطَلَّبُ ذَلِكَ عَلَى الْأَقْل. وَأَنَّ السَّبَرَ كُلُّ مَا تَسْتَطِيعُ فِعْلُهُ عِنْدَمَا تَذْهَبُ إِلَى مَعْرَكَةٍ مَعَ الْمُشْكِلَاتِ وَمَوَاطِنِ الضَّعْفِ.

فَكَيْفَ يَسْتَطِيعُ أَحَدٌ أَنْ يَأْتِيَ عَلَى "نَهَايَةِ مُشْكِلَةٍ" اشْتَمَلَتْ عَلَى خَسَارَةِ زَوْجِهِ، وَأَصْدِقَائِهِ، وَثَرَوَتِهِ، وَصِحَّتِهِ؟

كَانَ مَرِيضِي الْجَدِيدَ وَاحِداً مِنْ زَائِرِيَّ فِي آخِرِ النَّهَارِ - رَجُلًا فَخُورًا بِنَفْسِهِ وَعَزِيْزاً ذَلَّ - وَهَكَذَا تَهَيَّأْتُ لِي صُورَتُهُ الْأُولَى. فَكَيْفَ لَكَ أَنْ تَجْلِسَ إِلَى رَجُلٍ مِثْلِهِ عَلَى أَنَّهُ عَمَلٌ عَلَيْكَ

أن تُنجزَه وتقول له إِنَّكَ تستطيعُ علاجَه! قد لاثْمَكَنكَ من ذلك درجة دكتوراة بالسايكولوجية الساخِرة.

وبرغم كُلِّ ما جرى، لم يَكُنْ إلا سبيلٌ واحدٌ يُمكنُ من فرصةٍ أخيرةٍ لتحقيق السَّعادة: أن تَبْنِيَ عَمَلَكَ على قُواه.

يَتَطَلَّبُ العملُ تغييراً في الإدراك الحِسِّي المتوفِّر: تغييرَ تركيزه من مشكلاته وضعفه إلى قوى مازالت مُمكنة عنده. سيكون ذلك أصعبَ ما عَمِلَه قَطُّ في حياته كلها.

كان البديلُ المُعانة والموتُ - الروحيَّ أولاً ثُمَّ البيولوجي. فلو بَقِيَ مُثَبِّتاً في مشكلاته وضعفه، فسوف يَهيمُ طول العمر في أعماق طريق الخوف المَظْلَم. وسوف يَلْقَى على ذلك الطريق مزيداً من ضَعْفٍ، ويُحدِثُ مشكلاتٍ جديدة، وينعَمِس في الضائِل، والدوران في حلقات حتى تَعافَه الحياة.

ولو تَمَكَّن من الشَّجاعة التي تقوِّدُه إلى الشَّعْب الآخر للطريق، تلك التي تأخُذُ به إلى قُوى النيوكورتكال في ذاته وفطنته، فَيَعْتَقُ بذلك نَفْسَه ويُحرِّرها. ويبدأ مسيرةَ شِفائه على ذلك الطريق. وبرغم ذلك فسوف يبقى عرضةً لخسارة جديدة. وسيكون خياراً صعباً له.

غير أن ذلك سيكون خياراً، وكان أُملي أن يكون تَمَكُّنُه من اتِّخاذ خيارٍ تجديداً لعَزمَتِه، بما يكفي لإيقاظ قَدَرِ الأمور في نَفْسِه لما بَقِيَ له في الحياة. فإن حَدَثَ هذا، فسوف تَمُنحُ القُوى العَجيبَةُ لِقَدَرِ الأمور طاقةً لِقَواه الذاتية وتُعْطيه فرصةً لعلَّها الأخيرة.

إني على ثِقَةٍ من أن بعضَ السايكولوجيين قد يَنْظُرُ إلى هذه الحال اليائسة ويقولون، "لقد انتهى أمرُ هذا الرَّجُل! وإن علاجَه سيكون كَمَن يصنَعُ شَيْئاً من عَدَم! إنها الخيمياء عَيْنُها - وإِنها مُسْتَحِيلَةٌ!"

لكنَّ هذا القولُ يَفْتَرِضُ الاعتقادَ أن لُبَّ البَشَر... خواء. وما أنت إلا نتاج تنشئة أبويك وطبائِعُهُما، أضِفَ إلى ذلك أَثَرُ المَجْتَمَعِ عَلَيْكَ.

وقد قُلْتُ فيما سَلَفَ إنَّ هناك أنت في ذاتِكَ وَلَمْ يَضَعْها أَحَدٌ فيكَ. وستبقى هناك دائماً، مهما عَظُمَتِ المآسي التي تُحاول أن تُطْفئها. سَمَّها النَّفْسُ، أو سَمَّها نوازِعَ الشَّرِّ، أو سَمَّها حُبَّ الذات، أو سَمَّها ما شِئْتَ. فأنا واثقٌ من أنها موجودة. فقد لقيتُ كثيرين قد سَبَّبت لهم إخفاقاً وأوصلتهم إلى لاشيء - لاشيء حقاً.

لا يزال مُحْتَفِظاً بِعَمَلِهِ، غير أنها ستستهلكُ قَدْرًا هائلاً من إدراكه الحِسِّي كي يَحْصَلَ على ما يفيدهُ منها. كان عليه أن يرجعَ إلى ما قبلَ خَسَارَتِهِ لينظُرَ ماذا كان على الجانب الآخر من الحزن. فبو استمرَّ في النَّظَرِ إلى عمق خَسَارَاتِهِ، فَإِنَّهُ سَيُمَسِكُ بِأَلَامِهِ، ويكون الألمُ كُلُّ ما يستطيعُ أن يَرى. ولن يبلُغَ السَّعَادَةَ أبداً.

ولو استعملنا هُنَا قياساً رياضياً، فَإِنَّ حَلَّ مُشْكَلَاتِكَ قد تأخُذُكَ من الدرجة العاشرة تحت الصَّفَرِ إلى الصَّفَرِ — غير أنها لن تأخُذَكَ إلى درجة عشرة فوق الصَّفَرِ تلقائياً. فأنت مازلتَ قابِعاً عند الصَّفَرِ، وَمَنْ يُريدُ أن يبقى هكذا؟ السعداء لا يريدون ذلك. وإِنَّكَ عندما تُركِّز انتباهك على المُشْكَلَاتِ، فَإِنَّ الوصولَ إلى الصَّفَرِ يكونُ صَعْباً، لأنَّكَ ستكون مغموراً في مُسْتَنَقَعِ سَلْبِيَاتِكَ وَخَوْفِكَ. وَإِنَّ النَّبَاهَةَ تقتضي أن تُركِّزَ على الإمكانات المُتَاحَةِ وَتَقْفِرَ فوق الصَّفَرِ دون تَوَقُّفٍ.

إن عدداً من أكثر المؤسسات قُوَّةً في مُجْتَمَعِنَا تُوجَّهُنَا بِقُوَّةٍ نحو الضَّعْفِ والمُشْكَلَاتِ. فمؤسسات الطبِّ الحديث، على سبيل المثال، تركِّزُ تركيزاً شديداً على محاربة المرض بدلاً عن تركيزها على بناء الصَّحَّةِ. ربما كان هذا مُناسِباً في مَطْلَعِ القرن العشرين، يوم كان الخطر المُحْدِقُ بالصَّحَّةِ هو الأمراض السارية، والأوبئة، نحو: الجدري، والتيفوئيد؛ أما الآن، ولا يناسبُ ذلك اليوم عندما صار الخطر الرئيسي أمراضاً انخِلائية.

وَتُصَنَّفُ مؤسساتُ علمِ النَّفْسِ السَّريري نَفْسَهَا، وللأسف، مع الطبِّ الحديث وتُشَدَّدُ بازدياد على علم الأمراض النَّفْسِيَّةِ، بدلاً من التشديد على "سلامة العقل وصحَّته" كالشجاعة والتفاؤل، كما يحدِّدها الدكتور مارتين سليگمن. وإن المثال القوي لذلك: أن الإحصاء الأخير قد بيَّنَ أن ٥٤.٤٠ مقالة علمية قد نُشِرَت عن الكَرْبِ، بينما نُشِرَت ٤١٥ مقالة فقط عن السَّعَادَةِ.

وَتُمَّةُ مُؤَسَّسَةٍ قُوَّةٍ، هي الإعلام، تشير إلى المُشْكَلَاتِ بِشَّهْيَرٍ، إذ تكمن فيها الأحداث. وسألت مرَّةً مدير شبكةٍ إعلاميةٍ لماذا لا تنشروا برامج تتضمَّن أخباراً جيِّدةً، فقال، "لأنشروها لأنَّها ليست ذات مردود جيِّد."

وترتكز أعمال شركات التأمين على المُشْكَلَاتِ. فهل تتوقَّع أن ترى معالِجاً نَفْسِيّاً يحاول أن يأخذَ تعويضاً من جهةٍ ثالثة لأعمال قام بها مع زبونٍ له عن الحِكْمَةِ؟

وهناك شركات الدعاية والإعلان والتسويق، فمن نافلة القول أن بُيِّنَ أنها مُكرَّسة لتجعلك تظنُّ أنك تُعاني من أنواع مختلفة من المشكلات التي لا تُعالج إلا باتباعك ما يُقدِّمونه لك. إننا نعيش في بحرٍ من السَّلبيَّات، حتى إنني أتساءلُ أحياناً عن وجود طِبِّ نفسيٍّ إيجابيٍّ. غير أنَّه موجودٌ، وإني على يقينٍ من أنَّه السبيل الوحيد لحفظ حياة جُب.

أسوأ ما في الأمر

وبدأت بسؤالٍ بَناءٍ في المرَّة الثانية التي لقيته فيها. فأنا لستُ في موقع الذي يستعرض مُشكلاته ويُنكأ جراحه، بِحُجَّة التَّبصُّر في الأمر. إني أبحثُ في مشكلاته في سبيل أن أجِدَ لها حَلاً. وإن الحلَّ الذي أنشده سيساعده على تضييق النِّظرة إلى الماضي الأليم وتحقيق السَّعادة.

إن الأسئلة المُتَّبعة في العلاج النَّفسي التقليدي ستزيدُ من كَرْبه، وتشاؤمه، إذ هي أشكالٌ مَتَرَفِّقة للسؤال المعهود، "ما مُشكِلك؟" قد تصلُّح هذه الأسئلة للتنفيس، غير أنَّ كثرة التنفيس لن تشفي. فقد يصْخَب ويهذي كلُّ هَماره، وعندما ينتهي من ذلك ستبقى مشكلته قائمة، وستبقى الأميگدالا مليئةً بالخوف.

سألتُ جُب، "ما أسعدُ أيام حياتك؟"

فَكَرَّ في السؤال ثُمَّ قالَ من غير محاولة للإقناع، "عندما تزوّجتُ."

قلتُ له، "ما الذي أعجَبَك في أن تكونَ عريساً."

قال، "إنما زوجي على ما أظُنُّ."

قلتُ له، "وما قوَّتُك في يومك هذا؟"

قال، "أن أكون صادقاً أميناً." — غير أنها لا تبدو كما قال؛ فقد قالها بتردُّدٍ، ثم قال،

"لا أشعرُ أن ثمة قوَّة قد بقيت لي؟"

قلتُ له، "متى كُنْتَ ترى أنَّك أقوى؟"

قال، "بعد ولادة..." وتوقف فجأة.

قلتُ له، "ابنتك؟"

هزَّ رأسه بالإيجاب.

قلت، "من؟"

فهزَّ رأسه ثانيةً. ثم قال ببطء شديد، "لم أخبرك أمْسَ بكلِّ الأمر." كان ينطقُ كلماته بصعوبة، وكان الكلامَ كان له عذاباً."

قلتُ "وما الذي لم تُخبرني به؟" وشعرتُ برهبةٍ تتأبَّه.

قال، "لأسوأ ما في الأمر."

وَجَمْتُ ولم تنبسْ شفتاي بكلمةٍ، ولم أُخطِّطْ لشيءٍ. لم أكن أريدُ أن أسمع شيئاً.

قال، "لي ابنٌ." وغارَ صَوْتُهُ، ثم تابع، "كان يعملُ معي." وانهمرتْ دموعه على قميصه. وتابع قائلاً، "لي ابنٌ، في مكنتي. يا إلهي!"

نظرَ إليَّ مُحدِّقاً في عَيْنَيَّ وهزَّ رأسه وكأنَّه قد أجابَ عن سؤالٍ كنتُ أخشى أن أسأله. جلستُ هناك مثل صريعٍ على جذع شجرة. لأدري كم طال ذاك الوقت. ولم أدرِ

ما أقول.

قال، "وفقدتُ ابني، أخيراً."

كنتُ أشعرُ بخنوءٍ. وأرجو أن يكون قد شعرَ بشفقتي. فصرنا في تلك اللحظة إخوةً، إنها أخوةٌ جريحين يعضيان معاً. ليس غريباً عليَّ أن أشعر برابط المصيبة الجامعة مع الذين ألقاهم. فالذين يأتون إليَّ لا يأتون بأخبارٍ سعيدة.

إننا نسير ونحمل جراحنا. كلُّ في طريقه، وكلُّ في خسارته، إننا جميعاً مثل جُب. وبرغم المعاناة، تتماسك قوانا! ويدهشني تماسك قوى الناس. فبرغم الموت الذي سنتجرعه جميعاً، والآلام التي هي جزء من حياتنا اليومية، فإننا نستيقظ في صباح كل يوم بخطِّطٍ جديدة وننام في كل ليلة مع أحلامٍ جديدة.

إننا نبي عالماً أفضل في كلِّ يومٍ نعيشه، دون أن يكون لنا أملٌ في أن نعيشَ مئات السنين لنحصد الثمار. نقول إننا نبي لأولادنا، أو لأحفادنا، فالبناء هو ما يطمح إليه البشر. فلماذا نفعل ذلك؟ إنه، ببساطة، يُعطينا الشعور بالسعادة.

إنَّ هذا الشعور حيويٌّ لاستمرارنا في الحياة. ويظنُّ مُعظمُ الناس أن الشعور الجيِّد هدَفٌ بذاته. غير أن العاطفة ليست هدفاً فقط، إنما بدايات جهودنا مثلما هي نتائجها. قد يسهل عليك فهم ذلك عندما تأخذ في اعتبارك العاطفة السلبية. فالخوف والغضب يُفجِّران

الشَّجار، والفرارَ والهجرَ، والجُمودَ. أما العاطفةُ الإيجابيةُ فإنَّها تُفجِّرُ النَّشاطَ - النَّشاطَ الإيجابيَّ، كالبناءِ. فهذه النشاطاتُ الإيجابيةُ مُهمَّةٌ لاستمرار الحياة مثل النشاطات السلبية.

تقول باحثةُ السَّعادة د. باربرا فريدريكسن Dr. Babara Fredrickson إنَّ البهجةَ وشِدَّةَ الفرحِ ربما يكونان مُفجِّرًا للاستكشاف والإبداع. وإنَّ الحبَّ أقوى قوَّة في تكوين رباطِ البشريَّة وتعاونها.

تؤثِّرُ هذه النَّشاطات في كيمياء المُخِّ وفي الغدد الصمَّاء. إذ تزيد من إنتاج نيوروترانسميتر دُيامين التي تعطي الشعور الجيِّد ويُهدئ البال، وتقوي من أداء أوعية القلب. وتُثمِّنُ هذه الآثارُ الشعورَ الإيجابي، وترفع الشعورَ الجيِّد والأداء الجيِّد بأنَّجاء لوليٍّ إلى أعلى.

وقد بيَّنت د. فريدريكسن في دراسات أنجزتها أنَّ الارتفاع اللوليَّ يَمَكِّنُ النَّاسَ من حلِّ مُشكلاتهم. فيزيد اللولب الإيجابي من مقدرة النَّاس على إيجاد طَيفٍ واسعٍ من البدائل الإيجابية، وتنفيذها، وتسمي ذلك، "نظرية البناء الواسعة للعاطفة الإيجابية."

إنَّ الركونَ إلى لُبِّ هذه النَّظرية حقيقةً لا يمكن دحضها افتراضياً، فمُمارسةُ قوِّاك العُظمى تعطيك شعوراً طيباً. إذ إنَّ طاقتك على استيعاب هذ الشعور مغروسةٌ في دماغك.

ويبدأ غرسُ هذا الشعور في وقت مُبكرٍ من أيام الحياة، قبل الولادة بشهرين في مئة بليون خليةٍ من خلايا الدِّماغ. فتتَشعَّبُ العصبونات مثل الشجيرات التي تلامسُ الخلايا العصبية الأخرى لتكوِّن الوصلات التي تؤدِّي إلى التَّفكير. ويتم اتِّصال كلِّ خليةٍ من خلايا الدِّماغ بعضها ببعض عند بلوغ السنة الثالثة. وثمة عددٌ مُذهِلٌ من هذه الاتِّصالات.

ويوجد عدد كبير من الاتِّصالات تزيد عن طاقة الدِّماغ على أن يُحيطَ بها. ويَعْمُرُ كمُّ هائلٌ من المعلومات الطَّيَّارة من مَوْقعٍ إلى مَوْقعٍ، فيُساهم ذلك في الذُّهول والتَّشَتُّت الذي يُصيب الرُّضَّع والأطفال. إذ إنَّ وعيهم يُلغُ ميلاً في عرضه وإنشاً في عمِّقه، إن استمرَّ تطوُّرهم على هذه الحال، فسيفقدُ الدِّماغ قُدْرته على التَّركيز، فيتَفَسَّخُ أداءُ الدِّماغ إلى شخصٍ مصابٍ بالتَّوَحُّد أو نوعٍ من أنواع الفصام.

ويبدأ الدِّماغ في سنِّ الثالثة بنُقْلةٍ حاسمة. فيبدأ بتجاهل اتِّصالات كثيرة. فيتجاهل الاتِّصالات التي لا تَعْمَلُ عملاً جيِّداً، تلك التي تَصْغُبُ مُمارستها، أو التي تُحْمِلُ اِهْتِماماً جذرياً أصيلاً. وتَضَعُفُ عندئذٍ هذه الاتِّصالات. إنَّها أشبه بِمَمَرٍّ أَهْمِلَ فأصيبَ بِعَظَبٍ. وقد جُرِّدَتْ من كيمياء الدِّماغ التي تُحافظُ على صِحَّتِها، وتبدأ بالاندثار.

وعندما تتلاشى هذه الاتصالات، ينقل الدماغ كيميائياتها الحيويّة الداعمة إلى الاتصالات التي تعمل وتحمي معظم النشاطات. فتقوى بذلك هذه الاتصالات العاملة. فيفيدون من تعلّم الظواهر التي تدعم الاتصالات المستعملة كثيراً. فهذه الظاهرة (وتُسمى الإدراك بعيد المدى)، فتملي أمرها بأن تزداد الاتصالات المستعملة سهولة في استعمالها كلما استعملت. ومثال ذلك عندما تراجع معلومة ما خمس مرات، فلن تزيد قدرتك على الحفظ خمس مرات، بل تزيد بمقدار عشرين مرة.

إن هذه الثقله للطاقة من الاتصالات الضعيفة إلى الاتصالات القويّة تستمر حتى آخر سنين المراهقة. ويخسر المرء عندئذ نصف الاتصالات التي حصل عليها في سنّ الثالثة. ويُفترض أنّك لن تستطيع استعادتها. وتكون الاتصالات العصبية الحية في أقوى حال. وتولد الموهبة! وعندما تُمارس هذه المواهب مرات ومرات، تُصبح مصدر قوة ودعم. وتُصبح هذه القوة جزءاً مكملاً لك - من أعظم أجزائك أهميّة.

إن هذه القوى مُتَشَعِّبة تُشْعَبُ هائلاً. وتكون أي شيء لك كأن تكون مُتَفَوِّقاً في الرياضيات، أو أن تجيد ركوب الخيل، أو أن تكون حسن التعامل مع الناس.

وفيد الناس من هذه القوى عندما يُذكر كونها، ويفعلون ذلك للأسباب الأساسية ذاتها التي طوّروا فيها الرُضْع قواهم: إنها تُعطيهم الشّعور الطيّب.

ويُحوّل كثيرون قواهم إلى نهج حياتهم. وهذا ذكاء منهم وفطنة. ولا يقتصر ذلك على إعطائهم فرصة للمنافسة، بل السعادة والولع اللذين يحفزاهم، وهذا هو الأهم.

ويخطئ كثيرون في عدم اتّباع قواهم، فيجرون وراء المال. وينتهي بهم الأمر إلى الإخفاق، لأنهم لا يُجِبُّون عملهم وليسوا موهوبين فيما عملوه.

وعندما يتبع الناس قواهم، ويستعملونها كل يوم، تزداد براعتهم. ويقع أمرٌ مدهش في أدمغتهم: تَكُونُ: خلية الدماغ القصوى.

ويبدأ تَكُونُ خلايا الدماغ القصوى في الدماغ كخلايا دماغ عادية. ومع مرّ الزمن، تنمو الخلايا عندما تقوم باتّصالاتٍ مراراً. ولا يزداد حجمها عند نموها، بل يزداد إصدارها لفروع مُتَشَجِّرة تتصل مع خلايا أخرى. فالخلية الدماغية في بداية تَكُونِها يكون لها فرع واحد، فإذا غذيت بالكيمياء الحيوية ربّت من خلال ظاهرة الإدراك بعيد المدى، فينبت لها فروع جديدة تلغي الفروع القائمة.

وتكون الفروع الخمسة الأولى مُتشابهة. أما الفرع السادس فإنه غير عاديّ. فهو، خلافاً للفروع الأولى، يَتَمَتَّعُ بِقُدْرَةٍ عَلَى التَّمَوُّدِ مدهشة. إنه يستطيع أن يَكْتَشِفَ اتِّصَالَاتٍ جديدةً بذاتها. وعندما يحدثُ ذلك، يُكَوِّنُ خَلِيَّةَ الدِّمَاغِ القُصْوَى، قَادِرَةً عَلَى إِيجَادِ المَعْرِفَةِ الَّتِي تَعْجَزُ عَنْهَا الخَلَايا الأَقْل.

لا تكون هذه المَعْرِفَةُ واقعيّةً ومباشرةً، كحساب جَمْعٍ واحدٍ وواحدٍ فتكون النتيجة اثنَيْنِ. فهذا الحساب تستطيعه خلايا الدِّمَاغِ العاديّة. بل هي مَعْرِفَةُ المَعَانِي، والأَهَمِيَّةِ، واتِّصَالِ الوقائع. إنها أعلى درجات المَعْرِفَةِ. إذ تَحْتَجِبُ الحِكْمَةُ فِي السَّعَادَةِ، وقد يَبْنِيها الطبيبُ وألتر بورترز Walter Bortz, M.D. من جامعة ستانفُرد، فهي خيرُ مَإْشِرٍ إِلَى شَيْخُوخَةٍ جَيِّدَةٍ.

لقد اكْتَشَفَ وَجُودَ هذه الخَلَايا مؤخراً طبيب الأعصاب المعروف الدكتور مارتن دياموند Dr. Martin Diamond. فقد بَيَّنَ اكْتِشَافَهُ هَكَذَا: "إننا نبدأُ بَخَلِيَّةٍ عَصَبِيَّةٍ، تبدأُ فِي الجِنينِ كنوعٍ من الكرات. إنها تُرْسِلُ غَصَنَهَا الأوَّلَ لِلتَّعَلُّبِ عَلَى الجَهْلِ. وتبدأُ بِجَمْعِ المَعَارِفِ وَتُصْبِحُ فَعَالَةً مَعَ وَصُولِ ذَلِكَ الغُصْنِ. ثُمَّ تُصْبِحُ مِثَالِيَّينَ أَكْثَرَ، وَأَكْرَمَ، وَمُحِبِّينَ لِلآخَرِينَ. إنَّهَا تِلْكَ الفُروعُ السُّدَاسِيَّةُ الأَطْرَافِ تَمْنَحُنَا الحِكْمَةَ."

ولا تَنَمُو الحِكْمَةُ فِي فَرَاغٍ. ولأبَدٍ من خَلَايا ذاتِ الفُروعِ السَّتَّةِ من أن تَبْحَثَ بِجَدٍّ عَنِ المَعْرِفَةِ حَتَّى تَنَمُو الحِكْمَةُ. وَيَذْفَعُهَا، فِي البَحْثِ، مَنَعَةُ اسْتِعْمَالِ اتِّصَالَاتِ عَصَبُونِيَّةٍ قَوِيَّةٍ. ولا تكونُ المَنَعَةُ وَحْدَهَا دَافِعاً كافِياً فِي مَرَحَلَةِ نَضْجِ تَطَوُّرِ الدِّمَاغِ، وتكونُ هذه المَرَحَلَةُ، غَالِباً، فِي مَتَوَسَّطِ العُمُرِ أَوْ بَعْدَهُ. وتكونُ دَوَافِعُ التَّمَوُّدِ فِي هذه المَرَحَلَةِ المُتَقَدِّمَةِ مِنَ الوَعْيِ فِي فَهْمِ المَعَانَاةِ – أَمْلاً فِي وَضْعِ حَدِّ لَهَا.

وليسَت هذه الدَوَافِعُ الَّتِي يَرْجُوها كُلُّ واحدٍ. غيرَ أَنَّهَا الدَوَافِعُ الَّتِي تَفْرِضُهَا الحَيَاةُ. قد تُفْهَمُ تِلْكَ عَلَى أَنَّهَا مَأْسَاةٌ، أَوْ جَمَالٌ. أليسَ الجَمَالُ، عَلَى كُلِّ حَالٍ، الَّذِي يُوَلِّدُ الحِكْمَةَ؟ وَلَوْ أَنَّ المَعَانَاةَ وَلَدَتْ... المَعَانَاةَ فَقَطْ؟ أليسَ ذَلِكَ مَأْسَاةً؟

وقد علّقَ الشاعرُ اليوناني آيشيلُس Aeschylus على مِثْلِ هذه الحَالِ قَبْلَ ٢٥٠٠ سَنَةٍ

فَقَالَ:

على الذين يتعلّمون أن يُعانوا.
حتى في فترة النَّوم.
إن الألم الذي لانستطيع نسيانه
يسقط قطرة بعد قطرة على القلب،
حتى، في لحظات قنوطنا،
وخلافاً لإرادتنا،
تأتي الحكمة،
خلال رحمة الله.

الحكمة - تأتي خلافاً لإرادتنا: ليس ثمة وصف أكثر دقة لحقيقة التفاؤل. يظنُّ الناسُ أن التفاؤل يتكوّن بسيرِ الأمور سيراً حسناً. غير أن ذلك يُكوّن الرضا فحسب، كما ذكرتُ فيما سلف. يأتي التفاؤل من الألم - من أن الحادثة كلما كانت مؤلمة، كانت العبرة منها أقوى. وعندما تُدرِكُ، في نهاية المطاف، أن الأكثر إيلاماً لك يُعلّمك أكثر، وبذلك تُكوّن درعاً حصيناً في وجه المعاناة - إنّه درعُ التفاؤل. أن تعلم أن ليس ثمة شيء سيئاً كله.

لقد كانت مُعاناة جُب أكثر ما عاناه أيّ مريضٍ رأيته قط. إنَّ ألمه يكفي لقتل كثيرٍ من الناس، وأعلم أنه قد يقتله أيضاً، إن بقي يمشي في الشعب الذي يودي به إلى الخوف. لقد كان جُب عاقلاً، فعنده، دون شك، وفرة من خلايا عصبية ذات الفروع الستة. عنده قوى مُتعدّدة. فبعد أن رأيته في كلِّ يوم من أيام أسبوعٍ كامل، شعرتُ أنني اكتشفتُ القوى التي تحميه.

مُعَانَاةُ جُب

قال الفيلسوف فِرْدَرِك نِثْشِه عن المُعَانَاة، "إِنَّ الَّذِي لَا يَقْتُلُنِي يَجْعَلُنِي أَشَدَّ بِأَسَاءً." لَقَدْ رَدَّدَ النَّاسُ هَذِهِ الْحِكْمَةَ طَوَالَ مِئَةِ سَنَةٍ خَلَّتْ.

إِنَّ الْمُعَانَاةَ الَّتِي لَا تَقْتُلُ مُعَانِيَهَا قَدْ تَجْعَلُهُ أَقْوَى — أَوْ قَدْ تَسَحِّقُهُ سَحْقًا، سَيَبْقَى حَيًّا وَلَكِنَّهُ يَتَمَنَّى أَنْ لَا يَبْقَى. إِنَّمَا تَعْتَمِدُ عَلَى كَيْفِيَّةٍ تَجَاوِزُهُ مَعَهَا. فَإِذَا كَانَتْ الِاسْتِجَابَةُ بِمَنْظُومَةِ الْخَوْفِ، فَسَوْفَ تَجْعَلُكَ الْمُعَانَاةُ أضعَفَ. سَوْفَ تَتَبَيَّنُكَ عَلَى نَقِيصَتِكَ، وَتَشْعُرُ شَعُورَ الْبَائِسِ الْعَاجِزِ، وَتَعَامِلُ نَفْسَكَ الْمُعَامَلَةَ السَّيِّئَةَ، وَتَقَعُ فِي الضَّالِّ — ثُمَّ تَذْوِي.

أَمَّا إِذَا اسْتَجَبْتَ بِقُوَى نَفْسِكَ وَفِطْنَتِكَ النِّيوكُورِيكَلِيَّةِ، فَثَمَّةُ فُرْصَةٍ أَمَامَكَ لِتَتَعَلَّمَ التَّفَاوُلَ، وَأَنْ تَجِدَ لِأَمْلِكَ مَعْنًى، وَتُصْبِحَ سَبَاقًا لِلْمُشْكَلَاتِ — وَتُحَقِّقَ الْحِكْمَةَ. وَلَنْ يَكُونَ ذَلِكَ مُمَكِّنًا مَا لَمْ تَسْتَرْشِدْ بِقُوَاكَ. وَلَنْ تَتَجَاوَزَ الْمُعَانَاةَ بِأَقَلِّ مِنْ أَفْضَلِ مَا عِنْدَكَ. شَعَرْتُ أَنِّي قَدْ وَجَدْتُ أَفْضَلَ مَا عِنْدَ جُبٍ. وَعَلَيْهِ هُوَ أَنْ يَجِدَ ذَلِكَ. أَسْتَطِيعُ مُعَالَجَتَهُ، غَيْرَ أَنَّهُ هُوَ الَّذِي يَسْتَطِيعُ ذَلِكَ. وَعِنْدَمَا لَقِيتُهُ ثَانِيَةً بَدَأَتْ أَسْأَلُهُ أَسْئَلَةً بِنَاءً أَكْثَرَ.

"كَمْ كَانَتْ قِيَمَةُ شَرِكَتِكَ فِي ذُرُوتِهَا؟"

قال، "تتراوح بين ٢٥ مليوناً و ٣٥ مليوناً بناءً على الأرباح التي نُحَقِّقُهَا."

قلتُ، "وَمَا كَانَتْ حِصَّتُكَ مِنْ ذَلِكَ؟"

قال، "حِصَّةُ الْأَسَدِ."

قلتُ، "هَلْ فَكَّرْتَ فِي بَيْعِهَا؟"

قال، "لَمْ أَفَكِّرْ فِي ذَلِكَ جَادًّا."

قلتُ، "وَكَيْفَ كَانَ ذَلِكَ؟"

قال، "لَقَدْ أَحْبَبْتُهُ. أَحْبَبْتُ الْعَمَلَ. فَلَيْسَ ثَمَّةُ شَيْءٍ يَعْنِينِي أَكْثَرَ مِنْ أَنْ أَكُونَ مُهَنْدِسًا وَأَنْ أَصْنَعَ شَيْئًا مِنْ لَاشِيءٍ. وَأَحْبَبْتُ النِّظَامَ وَالْإِدَارَةَ. وَأَحْبَبْتُ الَّذِينَ عَمِلَتْ مَعَهُمْ أَكْثَرَ." ثُمَّ أَخَذَ نَفْسًا عَمِيقًا وَقَالَ، "أَحْبَبْتُ الْعَمَلَ مَعَ ابْنِي."

قلتُ، "وماذا كان حلّ مُوظَّفِكَ لو أنّكَ بعتَ الشَّرَكَةَ؟"

قال، "كان كثيرٌ منهم سيسقُطُ على طريق الإدارة الجديدة. كان هذا من الأسباب التي حملتني على أن لا أبيعها."

قلتُ، "إنّكَ تَهْتَمُّ بأمور الناس حقّاً."

قال، "أليس ذلك من شيم الناس كلّهم؟"

هزرتُ رأسي وقلت، "قد تستعربُ ذلك."

سألتُهُ أن يُخبرني عن موظِّفه المُفضَّل. فتَنَوَّرَ وجهه لِسؤالي. وأخذ يُخبرني عن مُهندِسٍ قديم كان مُعلِّمه وناصحهُ منذ زمن في شركة صغيرة في تكساس. وانتعشتُ ذاكرتُهُ عندما أخذ يذكرُ تلك الأيام القديمة. إنّها قدرُ الأمور حقَّ قدرِها! إنّها تقطع الزمن مثل السكّين، وتقطع الآلام، وتقطع كلّ شيء تقريباً، إذ لا يبقى إلا الحبُّ، وكلُّ ما سواه لا قيمةَ له.

سألتُهُ، "هل كان هناك؟"

قال، "يوم الحادي عشر؟ أوماً برأسه ببطء، وغمرت عينيهِ الدُّموع، غير أن السَّعادة مازالت طافيةً على وجهه، مُشبعةً بالحلاوة المُرة، كما تكون السَّعادة في أكثر حالاتها.

قلتُ له، "ثمّة أمرٌ مُهمٌّ هنا،" وقد تشابكت نظراتُنا وجمدَت. "إنَّ شِدَّةَ آلامِكَ الآن توازي الحبَّ الذي بقي في أعماقِكَ."

نظرَ إليّ باستغرابٍ وشكٍّ، وكأنَّ الحبَّ كلّهُ قد هجره عند موت أولئك الأحباب. غير أنَّ شعور الحبِّ أرجعَ الصِّدى في حِكْمَتِهِ، فأنا واثقٌ الآن من أنّه يوقن أنّه الحبُّ حقّاً.

قال، "إذن فإنَّ كثيراً من الحبِّ قد بقي لي." قالها بحُزنٍ عميق.

قلتُ له، "هذا ما ينبغي أن يكون."

جلس هادئاً، وترك الأمر يستقر.

سألتُهُ، "ما أقوى مركزٍ لِقَوَّتِكَ العُظمى في ظَنِّكَ؟"

قال، "أنَّ أهتمَّ بأمْرِ الناس."

قلتُ، "وما ثابى أقوى قُواكَ العُظمى؟"

قال، "أنا مُهندِسٌ مُتمرِّسٌ."

قلتُ له، "أوافقُكَ ما قلتُ. فهذان هما أقوى قُواكَ. فماذا أنتَ فاعِلٌ بهما؟"

أجابني مُسرَّعاً، "أعيد ترتيبُ أمور حياتي مع الآخرين." كُنْتُ أَظُنُّ أنّه سيقولها.

سألته، "وكيف؟"

قال، "سأبدأ بمؤسسة وَفْقِيَّة". قَوِيَتْ نَبْرَاتُ صَوْتِهِ، فَكَانَتْ مُفْعَمَةً بِالْقَنَاعَةِ. ثُمَّ تَابَعَ قَوْلَهُ، "من أجل من نَحَا من أحداث ١١ سبتمبر/ أيلول. وسوف أَوْظَّف ابنتي فيها." أَعْطَيْتُهُ خَمْسَ دَرَجَاتٍ كَامِلَاتٍ مِنْ فَوْرِي، شَعَرْتُ كَأَنِّي طِفْلٌ قَوِيٌّ وَصَغِيرٌ، سَعِيدٌ بِمَا أُتَجَرَّ.

الرجوع من شفير الهاوية

قُلْتُ لَهُ، "وكيف ستبدأ المؤسسة؟"

عَلِمْتُ مِنْ جُبِّ فِي الْمَرَّةِ الثَّانِيَةِ الَّتِي لَقِيْتُهُ بِمَا أَنَّهُ يَعْمَلُ عَلَى تَكْوِينِ الْمَوْسَسَةِ مَعَ ابْنَتِهِ، إِنَّهُ يُعِدُّهَا كَمَا يُعِدُّ شَرَكَةً هَنْدَسِيَّةً. إِنِّي أَنَحِي أَحْتِرَامًا لْخِيَارَتِهِ. إِنَّهُ رَجُلٌ ذُو إِنْجَازَاتٍ عَظِيمَةٍ. أَرْجُو أَنْ لَا أَكُونَ قَدْ أَعْطَيْتُكُمْ انْطِبَاعًا فِي هَذَا الْكِتَابِ أَنْ زَوَّارَ مَصْحٍ مُتَجَعِّعٍ رَانِشُو يَنْقُصُهُمُ الذِّكَاءُ الْعَاطِفِي. فَبِرْغَمِ مَشْكَالَتِهِمْ، تَجِدُ مُعْظَمَهُمْ يَتَحَلَّلُونَ بِالْحِكْمَةِ، وَالْحَيَوِيَّةِ، وَالْإِبْدَاعِ، وَإِنْ أَفْضَلَ مَا أُقَدِّمُهُ لَهُمْ، فِي مُعْظَمِ الْحَالَاتِ، أَنْ أُحَرِّضَ فِيهِمْ حِكْمَتَهُمْ. يَنْطَبِقُ هَذَا الْأَمْرُ عَلَى مُعْظَمِ النَّاسِ. إِنَّ الَّذِينَ عَالَجْتُهُمْ كَانَ مُعْظَمُهُمْ حَرِيصًا عَلَى أَنْ يَكُونَ أَحْسَنَ حَالًا، وَقَدْ تَعَلَّمْتُ مِنْهُمْ مِثْلَمَا عَلَّمْتُهُمْ. وَعَلَى كُلِّ حَالٍ، لَيْسَ اسْمُ هَذَا الْكِتَابِ مَاذَا أَعْلَمَ عَنِ السُّعْدَاءِ (وَأَنْتِ لَا تَعْلَمِ). إِنِّي أَعْلَمُ أَنَّ هَذَا يَعْنِي أَنِّي لَسْتُ الدُّكْتُورَ بِسِينِسْتِرِ الْعَظِيمِ Great Dr. Painbuster ، فَذَاكَ دَوْرٌ مُلَفَّقٌ مِنْذُ أَنْ أُعِدَّ. إِنَّكَ أَنْتِ بَطْلُ قِصَّتِكَ وَلَيْسَ غَيْرُكَ.

وَكَمَا كَانَ جُبِّ بَطْلٍ قِصَّتِهِ، فَإِنَّ قِصَّتَهُ الْجَدِيدَةَ الَّتِي بَدَأَهَا تَقُولُ "العودة من شفير الهاوية"، وَكَانَ يَسْتَمْتِعُ بِهَا وَيَزِدَادُ مِنْ زَحْمِهَا كُلَّ يَوْمٍ. لَمْ يَتَحَوَّلْ جُبِّ إِلَى إِنْسَانٍ جَدِيدٍ، وَإِنَّمَا صَارَ ذَاتَهُ الْقَدِيمَةَ. لَمْ يَنَاسِبْهُ أَنْ يَكُونَ ضَحِيَّةً. لَقَدْ اسْتَطَعْتَ أَنْ أُقَدِّمَ لَهُ أَمْرًا هُوَ مَا يُسَمَّى الْمَارَسَةُ الْأَفْضَلُ. فَالْمَارَسَةُ الْأَفْضَلُ أَدَاةٌ لِبِنَاءِ أَعْمَالٍ أَفْضَلٍ تَعَلَّمْتُهَا مِنْ اسْتِشَارِي الشَّرَكَاتِ دِيْفِيدِ كُيُورِيدَرِ David Cooperrider وَ دِيَانَا وَتِي Diana Whitney الَّتِي أَوْجَدَتْ فِكْرَةَ الاسْتِعْلَامِ عَنْ قَدْرِ الشَّيْءِ حَقَّ قَدْرِهِ.

فقد طَبَّقْتُ الفِكرَةَ أولاً على الأعمال بالتَّحديد. فَتَبَيَّنَ لي الممارَسَةُ الأفضلُ فعَّالَةٌ عند الأفراد مثلما هي فعَّالَةٌ في المؤسسات.

فالفكرة، في المؤسسات كالتّي يباشرها جُـب الآن، تتألَّفُ من تحديد الممارَسَةِ المثيرة التي تكون أكثر فاعليَّةً، وأكثر ربحاً - والتي توصلُ إلى النِّجاح. إنَّها لا تُركِّزُ على إيجاد حلٍّ للمشكلات، وتحلُّها بشكل أو بآخر، بالقَفْزِ وراءَ نقطة الصِّفر وصولاً إلى الموقع الإيجابي. فالأعمال، على نَحْوِ ما، تَعْمَلُ مثل الدِّماغ، فكلُّ موظَّفٍ كخَلِيَّةٍ دماغٍ منفردة. إنَّ الاتِّصالَ بين الموظَّفين يتأسَّسُ لغرض حلِّ المُشكلات، كما هو حال كثيرٍ من الاتِّصالات العصبية في الدِّماغ. وهكذا تكون الأعمالُ مهيأةً للأوقات الصَّعبة. ولذلك، ترى الشركة كلَّها مشكلاتها وضعفها بدلاً عن أن ترى قواها وإمكاناتها.

إنَّ الممارَساتَ الأفضل تساعد الشركات على التركيز على أفضل ما يؤدُّونه. فالشركات لا تُستَمِرُّ عندما تحاول أن نوذِّي كُلَّ شيءٍ على نحوٍ مُلائم، على حساب امتيازها في مراكز قواها.

فمجموعات الموظَّفين، شأنها شأنُ الاتِّصالات العصبية، تزدهر عندما يُتاح لها أن تُقدِّمَ خير ما تَسْتَطِيعُه، فيمنحُها ذلك الطاقة. وعندما يُطلَبُ منها تمضيَّةُ الوقت في حلِّ المُشكلات، وإطفاء الحرائق، وإصلاح الأخطاء، فإنَّها تُستَغْرَقُ، وتفقد السَّعادة، وتفقدُ فعاليتها. وهذه حال الأفراد في تدبير شؤون حياتهم. فيستَمِدُّون الطاقة من تحقيق نجاحهم، وليس مُحاربة إخفاقهم.

وإني كلَّما قابَلْتُ مراجعين في المَصَحِّ سألْتُهم تحديدَ أفضل ممارساتهم الشَّخصية، بسؤالهم أسئلةً بَناءةً، كالأَسئلة التالية.

- ما أكثر ما يُسعدُك؟
- متى كُنْتَ في أسعدِ حال؟
- ومتى صرتَ سعيداً وقتئذٍ؟
- ما أكثر ما يُعجِبُكَ في ذاتك؟
- ما الذي أوجَدَ تلك الخِصْلَةَ؟
- كيف تستطيع أن تُبقي فيك تلك الخِصْلَةَ؟
- أين تَجَلَّتْ تلك الخِصْلَةُ في أوجِها؟

- كيف تستطيع أن تنشئ منها الكثير؟
- ما الذي يعطيك هدوء البال؟
- ما الذي يجعلك تُعطي خيراً ما عندك؟
- ما الذي تقدّره أكثر؟ ولماذا؟
- ما قُوالكَ الأولى؟
- ما لُبُّ معتقداتك؟
- ما القيم التي تعيش عليها؟
- من يَقَع في شبكة عواطفك التي تَعْضُدُك؟
- ما أكثر ما يجعلك مُبدِعاً؟

وإني أستطيع أن أسترسل أكثر وأكثر. فثمة مئات الأسئلة التي تساعد الناس على أن يستخلصوا الأمور التي تُساعدهم على الحياة.

إن من فوائد أفضل الممارسات الشخصيّة أنّها تُساعد الناس على التمييز بين قواهم وأحلامهم، فلا بأس بالأحلام، غير أن كثيرين يخلطون بين ما يتمنّون أن يُحسنوه وما يُحسنون حقاً، فيعيشون في عالم الأحلام.

يُقال لنا دائماً إنّنا نستطيع أن نُحقّق ما نضعه نُصْبَ أعيننا! غير أننا لانتستطيع. فلو صحّ ذلك لكُنّا جميعاً نجومَ سينما، وأبطال ألعاب القوى، وربما رؤساء. وربما كُنْتَ نجم هذه السنّة.

بدأ هذا الشكل من مُخادعة الذات في حملة في علم النفس في خمسينيّات القرن الماضي، مع حلول حركة قوّة التفكير الإيجابي. غير أن بعض الناس يعتبرون اليوم التفكير الإيجابي أمراً تافهاً. فيقولون شيئاً نحو، "إنّك أنت الذي تصنع حقيقتك." معذرة. لا يكون ذلك على هذا الكوكب. إنّك تصنع معانيك وإدراكك للأمور، غير أن الحقيقة تبقى حقيقةً.

لم أمتلك الأعصاب التي تسمح لي أن أقول لُبُّ إنّه قد صنع حقيقته وإنّه يستطيع الآن أن يصنع أخرى جديدةً ومطوّرةً. إنّ الأمر الوحيد الذي تحدّثتُ معه به هو أن يصنع الأفضل مما هو متوفّر له.

استأجر مكتباً في نيويورك في نهاية الأسبوع الثالث من الأيام التي أمضاها في المصح، ليكون حاضنةً لمؤسسته الجديدة. وقد حصل على التزامات بمئة ألف دولار. لقد اشتدّت حماسه، ومازال حزيناً دون شك. صار ذلك جزءاً من حياته الآن. غير أن المهم في الأمر أنه قد عادت الحياة إليه.

لقد تكلم، في آخر مرةٍ لقيتهُ بها، أكثر مما تكلمتُ أنا. كان التغير الذي طرأ عليه ينياً. لقد تغيّرت أعراضه الفيزيائية - فقد تحسّن تلغمه في الكلام وضعف رجله ومشيته تحسناً واضحاً. ويعود جزء من الفضل في ذلك إلى العاملين في المصح، غير أن الفضل الأكبر يعود إليه، فقد تغلب على ضعفه باستجماع قواه. فعندما يُقرّر الإنسان استعادة قواه، يصعب أن يعوقه أحد عن ذلك.

وبينما كان يحدثني عن خططه للمستقبل، كان آخر ما قاله، "أنت تعرف ما يُقال عن المرء عندما يكون على فراش الموت فإنه لا يتمنى أن يكون قد أمضى وقتاً أكثر مما أمضى في مكتبه."

"هذا كلام تافه. إني أعشق المكتب." لم أستطع إلا أن أبدي إعجابي به.

إبنة جب

أطلت برأسها من الباب، بينما كنتُ أودّع جب، وأشعرتني أنّها تفرغ الباب. قال لها جب، "هيا ادخلي." وكان المكتب كان مكتبه. "لقد أعطيتُ دان رقم الفاكس وعنوان البريد الإلكتروني وكل ذلك." كان وجهها متألّفاً. وكانت عيناها الزرقاوان تتقدان بالحياة، مثلما كانت أمها، منذ زمن مضى، في نيبال.

قالت لي، "أريد أن أشكرك"، فقلتُ لها، "لقد أخطأت فيمن تشكرين." نظرت إلى أبيها وابتسمت له، كانت نظرة عادية، ثم حدّق بها، وما لبثت نظرته أن تحوّلت إلى شيءٍ مهمٍّ بينهما. إنه شأن من شؤون الأسرة.

قال لها يحزن لم يستطع الإفصاح عنه، "إني آسف".
انحنّت على صدره، فعادَ أبوها ثانيةً، عادَ ليهتمَّ بأسرته، يؤدي خيرَ ما يستطيعه،
وانهمرت دموعهما، فلم يبقَ حزنٌ في الدموع، كانت ترويحاً عن النفس، وحباً.
قالت له، "أبتاه..."
وغادرتُ العُرفة مُسرّعا.