

## الفراغ والمستقبل

إن لحظات العمر ثروة ضخمة يمتلكها الإنسان، وكل لحظة تمر غير قابلة للاسترداد، والناس جميعهم يملكون هذه الثروة، ولكن قلة منهم تدرك قيمتها، وتحسن الانتفاع بها.

والفراغ والقلق قرينان، فإذا دخل الفراغ إلى نفس أوبرق للقلق ليتبعه. والقلب الفارغ ينمو فيه القلق كالفطريات دونما حاجة إلى ري، بينما القلب المعمور، لا يمتلئ بالسعادة إلا بالعمل وبذل الجهد، كالوردة التي لا يحفظها إلا الرعاية والاهتمام.

وهكذا إذا لم يمتنع الشاب عن عملية قتل أوقاته، ولم يقيم بإعمار سنوات عمره، يكون بذلك قد سمح للفراغ أن يلتهم زمانه، وللأوهام أن تأكل قلبه، وللإحباط أن يفسد حياته، وللمخمصة أن تطال عياله.

إن الفراغ مُفسد للنفس، مبدد للطاقة والحيوية، باعث للوساوس والهواجس. والعمل بعقده المُنصف المجزىء، وشروطه الصحية والنفسية يسعد النفس، ويربي المحصول، وينمي الإنتاج. وعلى العكس من ذلك، فإن إهمال الجوانب العقلية والروحية والنفسية للعاملين، وبخسهم حقوقهم، يجعل حياتهم مملّة حاوية، ونفوسهم جامحة مشتمزة، وإنتاجهم ضعيفاً ضحلاً.

وقد أكد الرسول ﷺ على أهمية الوقت، وضرورة إعمارهِ بالأعمال المفيدة المثمرة، وطالب الإنسان القادر بالفرس حتى آخر لحظة من لحظات العمر: ﴿ إذا قامت الساعة ويبد أحدكم فسيلة، واستطاع ألا تقوم حتى يفرسها فليفرسها فله بذلك أجر ﴾<sup>(١)</sup>.

إن الأعمال أكثر من الأوقات، والمطلوبات أكثر من المنجزات، ولو

(١) رواه الإمام أحمد في المسند.

قام الشاب بحمل الأمانة، وتحمل المسؤولية، والتبعات الملقاة على عاتقه، لقصر عنه زمنه، وضاق به ظرفه ليحقق دوره الريادي، وينجز مقتضيات وجوده القيادي.

والطريق واحد ممتد، أوله في الدنيا، وآخره في الآخرة، والفصل بينهما، والزعم بأن العمل في الدنيا يقتضي الانقطاع عن الآخرة، أدى إلى حدوث القلق والسامة، واليأس وفقدان الأمل، والحماسة للعمل، وإلى خواء روحي، وجوعه قاتلة.

إن أي مهنة يتقنها الشاب، ويزاولها ليقنات منها، وينفق على عياله، ويستغني بها عن السؤال، ويتوجه بعمله هذا إلى الله - سبحانه -، ويخلص له، تعتبر عبادة يثاب عليها.

إن الشاب الذي يقصر همه وتفكيره على الدنيا، ويجعلها شغله الشاغل، ولا يلتفت إلى الآخرة، لن يجني الغنى الحقيقي، والسعادة الحقيقية، ويدل تفكيره هذا على اختلال مشين في الموازين، وقصور شديد في الرؤية.

والشاب الذي يرائي الناس في عمله، ولا يتغني به وجه الله، ويهمل واجباته عند غياب العيون، يصبح عمله هباءً منثوراً، ولن ينال الأجر الحقيقي، والأمن الدائم، وينم عمله هذا على آفة في النفس، وانتهازية في الأخلاق، وخواء من الإيمان.

والشاب الذي يمشي على الأرض مرحباً، ويجب أن يتمثل له الناس قياماً، وينتظر منهم الشناء والمديح، ويبيكي أسفاً على صنيعه، ويستشيط غضباً إن لم يكيلوا له الإطراء والتبجيل، لن يحصد المنزلة الحقيقية، والمقعد الصدق، وتشوي أفعاله هذه على ضعف الشخصية، ومركب النقص، وخفة العقل.

إن الشاب المخلص يعمل ما في طوقه، ويتقن عمله ويداوم عليه، ولا يتبع السبل المنحرفة، ولا يتحايل على الحق، ولا يقعه عن المشي السوي خوف ولا غنم، ولا يبرر قبح الوسيلة بحسن الغاية، ولا يعتسف الطريق، ولا يقطف الثمر قبل الأوان، ولا يذهب نفسه حسرات إن فات شخصه الحصاد، ولا يبطر معيشته بعد جني الثمار، ولا يشوب نقاءه حظ النفس، أو كثرة الخبث، يكدح في هذه الدنيا سواء شكر الآخرون صنيعه أم صمتوا،

شهدوا غرسه أم بقي خافياً عليهم، ويسعى باطمئنان إلى الجزء الأوفى عن كل ذرة عملها، وباستبشار إلى الفوز بالرضى والثواب من الله - سبحانه - المنعم الوهاب؛ إضافة إلى اقتضائه لحقوقه كاملة في هذه الحياة في ظل المجتمع المنشود.

☆☆☆

إن النظام اليومي الأمثل يبدأ من الفجر، فيصحو الإنسان باكراً، وينتصر على الشيطان، وتنحل العقد التي يعقدها على قافية رأسه، وينتفي عنه الخبث، والكسل، ويستفتح يومه بقرآن الفجر المشهود، موصولاً مع ربه، موفور السعادة والصحة، مباركاً في سعيه سحابة نهاره، متجنباً النوم الطويل على وتيرة واحدة، وضعف الحركة، وعدم الفعالية الفيزيائية (physical inactivity) التي تؤهب مع مجموعة العوامل الأخرى لتوضع مواد شحمية في جدران الشرايين، واحتمال تصلبها، ومحتاطاً من هبوط الضغط الدموي الصباحي؛ الذي قد يزيد من نسبة حدوث جلطة القلب، ومستفيداً من غاز (الأوزون) الذي ترتفع نسبته، ويعبق به الجو وقت الفجر، وتقل هذه النسبة تدريجياً مع إشراق الشمس، وهو يسهم في إراحة الجهاز العصبي. ويقوم بمزاولة عمله، ثم يأخذ قسطاً من الراحة في وسط النهار؛ فيلجأ إلى قيلولة مريحة بعد العناء، فتغمره السعادة والانشراح، ويجدد نشاطه. وقد أشار القرآن الكريم إلى فضل الله في منامنا بالليل والنهار؛ لافتاً الانتباه إلى نعمة النوم بالنهار: ﴿ومن آياته منامكم بالليل والنهار وابتغواكم من فضله﴾<sup>(١)</sup>.

﴿قيلوا فإن الشياطين لا تقيل﴾<sup>(٢)</sup>

إن النوم ولو لمدة وجيزة، أو الإغفاءة القصيرة، أو النعاس العابر، يزيل عن الإنسان المكدود التعب، ويطلق فيه الحيوية، ويسكب فيه الأمانة، فإذا هو كائن يسعى من جديد بطاقات متجددة، وقوى فاعلة، ثم يستأنف عمله

(١) سورة الروم. الآية: ٢٤.

(٢) رواه الطبراني في الأوسط، وأبو نعيم في الطب.

ويواصل نشاطه. ولا يعني هذا العمل الصارم المتواصل، واتخاذ وضعية الجد الجد الدائم، ولكن ساعة وساعة. ومن الأهمية بمكان توافر مرافق للترفيه والترويح عن النفس، وأن يتخلل يومنا ألوان حلال من المداعبة والمباشطة والتنويع، والفقرات الخفيفة، والقيام بالرحلات والتزهات في الفواصل من الأعمال.

وإذا كان عمل الشخص يتطلب مجهوداً عضلياً، فيلجأ إلى القراءة والمطالعة النافعة، والألعاب الذهنية... . وأما إذا كان عمله فكرياً كالطلاب والكتاب والمفكرين والموظفين الإداريين، فيلجأ إلى الرياضة والألعاب والتمارين الجسمية والمشي.

إن الإعداد الفكري للشباب مطلب هام، لبناء ثقافة واعية، تمكنه من الارتباط بأصوله الثابتة، والحركة الصاعدة على بصيرة، والاطلاع على عالمه المتجدد، وتنأى به عن الفراغ الفكري، وفتات المعلومات، وقشور العلم، والعيش السطحي على هامش المعرفة، والغباء المطبق في فهم مجريات الأحداث. وهذا الإعداد يتطلب قراءة هادفة عميقة، بعيدة عن التفاهات، والإصدارات الاستهلاكية، واللقطات العشوائية، ولا يختلط فيها الغث بالسمين.

ويتطلب قراءة شاملة ممتدة لكل ما فيه حكمة في القديم والحديث، بالقدر المتاح لكل فرد، والإطار المناسب لكل مرحلة زمنية. ويتطلب قراءة فاحصة مدققة في الفكر المعادي لمعرفة أبعاده، وتحديد أسلوب التصدي والمواجهة، وخاصة في هذا العصر الذي يحفل بمتغيرات متلاحقة، ويتمخض كل يوم عن ميلاد نتاج جديد.

والإعداد الجسمي للشباب مطلب هام أيضاً؛ فالمؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف.

والنشاطات الرياضية، والتمارين البدنية، والدورات الفتوية، تكسب الشباب قدرات متنوعة، وتستوعب جزءاً من طاقاتهم في حقل خصيب، يتعلمون من خلالها روح الجندية، والتعاون، والالتزام، والانضباط، والتنافس الشريف لتسديد الأهداف، ويستفيدون من إتقان أصول أداء الدور

في أرض الملعب وميدان النزال، لتحقيق دور أهم في أرض الواقع ومعتك الحياة. ويجيدون فهم دروس الهزيمة، للوصول إلى الفوز، ويحصدون من النصر بقدر، ما يبذلون من الجهد المشترك، والروح الجماعية، والأخلاق الرياضية.

والشباب الواعي هو الذي يفهم الرياضة على أنها إعداد جسمي وأخلاقي وسلوكي وروحي، ويدرك أن المباريات الرياضية فرصة للتعارف، والتعاون، والتواصل، واللقاء، ومجال لصقل المهارات، وتويع الكفاءات، وتشجيع لمختلف التجمعات.

وهوبهذه النظرة النافذة يختلف اختلافاً بيناً عن الشباب الفائر، المصاب بجنون الكرة، ومرض الهوس الرياضي، والمتشدد بمواقفه الرعناء تجاه بعض اللاعبين والفرق، والمتماذي في حماسه الهوجاء في الملاعب والطرق.

وينتج عن هذا الفهم الخاطيء، والسلوك المنبثق عنه، تحويل المنافسات المشوقة، والمسابقات النموية للقدرات، إلى مهارات ومشاحنات، وحزازات مضيعة للطاقات، وقلب المباريات الممتعة، والمناسبات المسلية إلى مغالبات، ومنازعات، وصراعات مفتتة للقدرات - وقد تكون دامية أحياناً - .

ويجب أن يفسح المجال لرغبات ومواهب الناشئين لكي تنمو وتزدهر؛ مؤيدة بالتشجيع والترشيد، ولهوايات الشباب لكي تمارس وتتقن؛ مدعمة بالتوجيه والتسهيل، وإزالة العقبات من طريقهم.

وجدير بالذكر أن نوه بواجب المسؤولين في رسم سياسة عامة حكيمة للوقاية من تفشي البطالة، وتهيئة فرص العمل للشباب، وتوفير تكافؤ الفرص أمام الجميع، والنظر باهتمام إلى الفراغ الحاصل في حياة المتقاعدين وكبار السن، والآباء بعد خلو بيوتهم العامرة من أنس أبنائهم، الذين كبروا أو تزوجوا وانفصلوا بسكناهم، أو غادروا للعمل أو للعلم.

☆☆☆

ينبغي أن لا ينهزم الشباب فيما لو تعرض لفشل أو خيبة أمل، وأن لا

يستسلم لليأس، فإذا لم يستطع الوصول إلى هدفه في الوقت الذي حدده، أو أخفق في بعض المراحل، أو مرت عليه فرص لم يحسن استغلالها والاستفادة منها، فليحاول الكرة من جديد بقوة وعزم، وليمنع سهام اليأس من النفوذ إلى صدره، وليحذر عوامل الهزيمة من التسلل إلى كيانه، وليقاوم فتور الهمة من التسرب إلى أجزائه، وليصد قذائف الوهن من دك حصونه، وليبعد هواجس العجز من التدسس إلى نفسه، وليعلم أنها -إن دخلت- أدمت قلبه، ومزقت أحشاءه، وهزت كيانه، وألحقت به هزيمة نفسية داخلية، أشد مرارة من الخسارة الخارجية، وملاّت حياته بالتأسف والآلام والحسرات.

إن (لو) وأخواتها من مداخل الشيطان إلى النفس، حيث يمسك بزمامها، ويقودها إلى التراجع والانحدار.

إن العويل والنحيب والقنوط، هي من صفات الصغار الضعفاء المهازيل، وليست من سمات أولي العزم والقوة والفهم. قال رسول الله ﷺ: ﴿استعن بالله ولا تعجز، ولا تقل: لو أن كذا كان كذا، ولكن قل: قدّ الله وما شاء فعل، فإن لو تفتح عمل الشيطان﴾<sup>(١)</sup>.

فليسلم بحقيقة حاله الواقعة، وأن (الحدث) الذي وقع -ولو قبل لحظة- قد وقع فعلاً، وهو مقدر عليه، ولا يمكن أن يتجاهله، وأن الماء في النهر الذي مرّ هذه اللحظة لن يعود ثانية ذاته، وكما أن الماء يواصل العطاء، فحري بالشاب المؤمن أن لا ييأس من رحمة الله، وأن يعاود البناء، موقناً بأن الرزق في السماء، ومتجماً بالصبر في السراء والضراء، ومستعيناً بالله مالك الأرض والسماء، ومنتقلاً للتشمير عن ساعد الجد، والعمل الجاد النافع في المستقبل، ومنطلقاً للأمام بدلاً من الوقوف على أطلال الماضي ومآسيه، ومحاولاً الاستفادة من التجارب السابقة، واستبقاءها كرصيد لتجنب الأخطاء والفشل في تشييد البناء الجديد.

وإن فاته شيء من المكاسب المادية، فلا يبكي ولا يقلق، فمتاع الدنيا زهيد وزائل، ولا يستحق البكاء والقلق من أجل ضياع هذا الفتات، وأمامه

(١) رواه مسلم وابن ماجه.

فرص أخرى فليهبثلها وينتفع بها. لقد أعطى الله - سبحانه - لكل إنسان قدرات معينة، ومواهب مخصصة، وجعل هذا التفاوت بين البشر في الذكاء والتفكير، والمهمات والأعمال، لكي تقوم الحياة، وإلا فلتتصور كيف تكون الحياة ( حياة ) دون هذا التفاوت والاختصاص الذي لا يفضل بعضاً على بعض، ولا يميّز أحداً عن أحد، وإنما الكل سواء في القيمة والتكريم، ولكل وظيفته ودوره، حسبما يملك من قدرات ومواهب.

فإذا عرف الشاب طاقاته ومواهبه وإمكاناته، وحاول تنميتها، والظهور والعمل من خلالها، أفلح في مسعاه بإذن الله، وسلم من الفشل الذريع، فيما لو قام بعمل لا تمكّنه قدراته من النجاح فيه، ووقى نفسه من مضاعفات الفشل النفسية والجسمية والمادية.

وإذا اختار طريقاً وسار فيه، فوجد الباب موصداً، ولا يملك المفتاح الذي يناسب قفله، فلا يحاول أن يفتحه أو يعطبه، وليبحث عن طريق أخرى ﴿فكل ميسر لما خلق له﴾<sup>(١)</sup>، ويؤهله لارتياحها كيانه الجسدي والفكري، وليدخل من الباب الذي يقدر على فتحه بأداته المكافئة.

---

(١) متفق عليه.