

الفصل الثامن  
العادة السابعة  
جدد باستمرار وسن المنشار





## الفصل الثامن: العادة السابعة



### جدد باستمرار وسن المنشار

أحد الرجال المطلّقين يحكي كيف انتهى زواجه بالطلاق، فيقول: «خلال عامنا الأول من الزواج قضيت وزوجتي الكثير من الوقت معاً، ذهبنا للمشي في المنتزه، وركبنا الدرجات، وذهبنا إلى البحيرة، وكانت لنا أوقاتنا الخاصة الجميلة نحن الاثنان فقط، وكان ذلك رائعاً، وحدثت نقطة التحول عندما انتقلنا إلى مكان جديد، وأصبحنا منغمسين بشكل مكثف في مهنتين مختلفتين، وكنت أنا أعمل طوال اليوم، وأحياناً كانت تمر أيام دون أن يرى أحدنا الآخر، وبالتدرّج بدأت علاقتنا تتدهور، فبدأت هي في تكوين دائرة الأصدقاء الخاصة بها، وكذلك فعلت أنا، وبالتدرّج انفصلنا عن بعضنا؛ لأننا لم نتصادق معاً، وانتهى الأمر بالطلاق».

#### 1- التحلل:

في علم الفيزياء يعني التحلل أن أي شيء يترك لذاته سوف يتحلل في آخر الأمر، حتى يرجع إلى عناصره الأولية، وهذا ما يحدث في كل مراحل الحياة، وكلنا يدرك ذلك .. أهمل جسدك وسوف يتدهور، أهمل سيارتك وسوف تتدهور، شاهد التلفاز في كل ساعة متاحة أمامك وسوف يتدهور عقلك، اترك الزهور بدون تغيير لماء الزهرية وسوف تذبل، فأبى شيء لا توليه اهتمامك أو تجده بشكل دوري سوف يتدهور، والحكمة السائدة هي: استخدمه أو ستفقد، أو بتعبير علم وظائف الأعضاء: العضو ينمو بالاستعمال ويضمحل بالإهمال.

#### 1-1 كل الأشياء بحاجة للمراقبة والرعاية، والزواج ليس استثناءً:

فالزواج ليس شيئاً يتم التعامل معه باستخفاف أو يساء إليه، أو شيئاً يتم العناية به في الوقت الضائع، فلا يوجد شيء مهمل يبقى كما كان أو كما هو حالياً، وإنما سيضعف حتى



ينهار، فكل الأشياء بحاجة للاهتمام والرعاية والقلق عليها، وخاصة العلاقات الإنسانية، وحتى الجمادات تحتاج للرعاية والصيانة، والعمارة السكنية إذا لم يتم صيانتها فسوف ترشح مواسيرها، ويصداً حديد تسليحها، وتبدأ في التصدع حتى تنهار.

وبالنظر إلى ثقافة الأسرة فلا بد أن تتضمن أصولاً ثابتة تضعها في حساب بنك العواطف، فقط للحفاظ عليها كما هي الآن، ولأنك تتعامل مع علاقات وتوقعات مستمرة فلا بد من إنجاز تلك التوقعات والوفاء بالعهود، وإلا فإن التحلل سوف يعمل عمله، والأصول القديمة ستبخر إذا لم تودع فيها باستمرار، والعلاقة الجميلة بين الزوجين ستصبح أكثر تكلفاً ورسمية وفتوراً، ولكي تُحسّنها يجب أن توفر لها أصولاً إيداعية جديدة، ولك أن تتصور كيف أن تأثير التحلل سيتضاعف نتيجة لقوى البيئة الخاصة بالأجواء المادية والاجتماعية المضطربة التي تحاول الأسرة الإبحار فيها هذه الأيام، ومن هنا برزت الحاجة لأن تأخذ كل أسرة الوقت اللازم لتجديد نفسها في نواحي الحياة الرئيسة: المادية والاجتماعية والعقلية والروحية.

مثال: رجلان يعملان في قطع الأشجار سميكة الجذوع؛ أحدهما: أخذ يعمل طول الوقت، يدفع بالمشار الثقيل للدخال ويسحبه للخارج عدة مرات، ويظل يعمل هكذا طيلة اليوم، وبالكاد توقف لدقائق معدودة، ولكنه شعر بالتعب الشديد وهو في منتصف الطريق للحد الذي لا يمكنه الاستمرار على هذا المنوال لخمس دقائق أخرى، وعندما نظر للشخص الآخر كاد لا يصدق عينيه، فهذا الشخص قد أنهى تقريباً نشر جذع شجرته، وهو قد بدأ معه تقريباً، وحجم الشجرتان متطابقتان تقريباً، والغريب أنه كان يتوقف كل ساعة لينال قسطاً من الراحة؛ بينما الأول واصل العمل باستمرار، فتساءل - بأسلوب يميل إلى الشك - وقال له: ماذا يحدث؟ كيف أمكنك أن تقطع كل هذا الشوط بينما أنا في منتصفه، وأنت حتى لم تستمر في العمل طيلة الوقت مثلي .. لقد كنت تتوقف للراحة كل ساعة؟، فكيف حدث ذلك؟ استدار الرجل الآخر وابتسم قائلاً: «نعم لقد رأيتني أتوقف كل ساعة لأستريح، لكن ما لم تره هو أنني في كل مرة كنت أستريح فيها كنت أقوم أيضاً بسن المشار».

إن سنّ المشار هو إعطاء الاهتمام بكل ما هو ثابت ومنتظم لتجديده في كل مجالات الحياة الأربعة، فإذا ما تم ذلك فإنه سيضيء كل العادات الأخرى باستخدامها في تجديد الأنشطة



ذاتها، وبالعودة إلى مثال الطائرة، نجد أن العادة السابعة تمثل إعادة تزويد الطائرة بالوقود بشكل مستمر، وصيانتها عندما تكون في المطار، فضلاً عن تحديث وتطوير مستوى مهارة الطيارين وطاقم الطائرة.

ويحكي كوفي عن رحلة قام بها على طائرة إف 15 العسكرية، وكيف اندهش لدرجة وحجم التدريب المطلوب للعاملين على هذه الطائرة، حتى أبرع الطيارين المحترفين يبارسون وبشكل مستمر الخطوات الأساسية والمبدئية لإجراءات الأمان، ويحرصون بشكل مستمر على الاطلاع عن أحدث أنواع التقنية؛ كي يكونوا مستعدين وجاهزين، وحضر كوفي كل إجراءات ارتداء بدلة الطيار، وتلقيه كافة المعلومات الخاصة بالرحلة، والإجراءات الطائرة في حالة حدوث أي شيء خطأ، وهذه الإجراءات مر بها كل فرد بغض النظر عن مستوى خبرتهم، وعندما هبطت الطائرة قام طاقم الطائرة بتدريب مدته عشرين دقيقة خاص بتسليح الطائرة، هذا التدريب أظهر مستوى رائعاً من المهارة والسرعة والاعتماد - كل على الآخر - والابتكار، هذا المستوى من الاستثارة والتجديد والتدريب أكد له مجدداً كيف أن التدريب المستمر يتيح ردة فعل سريعة وقت الحاجة، وفي هذه التجربة تم تذكيره بأهمية وأثر سنّ المنشار (العادة السابعة) في كافة نواحي الحياة.

## 2- قوة التجديد القائم على الاعتماد المتبادل:

هناك عدة سبل يمكنك من خلالها أنت وأسرتك المشاركة في التجديد وسن المنشار، سواء بشكل مستقل أو باعتماد كل على الآخر، أما النمط الاستقلالي (التجديد الشخصي) فيمكنك أن تمارسه على الجانب الجسدي في: تناول الأغذية الصحية ومحاولة تقليل الضغوط وممارسة الرياضة، وعلى الجانب الاجتماعي في: المشاركة بانتظام في بناء صداقات وتقديم خدمات، وأن تكون متعاطفاً متعاوناً، وعلى المستوى العقلي في: القراءة والتخطيط والكتابة وتنمية المواهب وتعلم مهارات جديدة، وعلى المستوى الروحي في: الصلاة وقراءة القرآن وقيام الليل، وعبادة التفكير، وتجديد الصلة بالأخلاق والتزام المبادئ.

إن عمل شيء ما بشكل مستقل كل يوم في تلك الجوانب الأربعة سيساعدك على تجديد قدراتك الفردية، ويعيد توليد مقدرتك على ممارسة العادات الأولى والثانية والثالثة (كن نشيطاً - ابدأ بغاية في ذهنك - اجعل الأشياء الأهم في المقدمة)، لاحظ أن كل هذه الأنشطة



داخلية وليست خارجية، وكلها تطور إحساسًا داخليًا بالقيمة الأسرية والشخصية المستقلة عن الآخرين، وكلها تقع في دائرة النفوذ الشخصي أو الأسري.

أما التجديد التكاملي فإنه يبني العلاقات بين الأفراد أيضًا، فعلى سبيل المثال عندما يؤدي أعضاء الأسرة التدريبات الرياضية معًا فإنهم لا يبنون قوتهم البدنية الفردية وقوة تحملهم فقط، ولكنهم يترابطون بشكل متزايد عن طريق هذا النشاط البدني الجماعي، وأعضاء الأسرة الذين يقرأون معًا يضاعفون من تعلمهم وترابطهم من خلال النقاش وتبادل الأفكار، وأعضاء الأسرة الذين يصلّون ويقومون الليل معًا ويقرأون القرآن معًا ويخدم بعضهم بعضًا، يقوي بعضهم إيمان بعض، ويصبحون أكثر اتحادًا واتصالًا، فهم مشتركون معًا في الأشياء المهمة لهم جميعًا.

انظر إلى الطريقة التي تعمل بها، وانظر إلى أسلوب التزامك بمواعيدك مع زوجتك أو أولادك على تجديد العلاقة بينك وبينهم؛ لأن هذه المواعيد تمثل لهم الالتزام - خاصة في مواجهة عشرات الأنشطة الأخرى التي تنغمس فيها - وتعني لهم إلى أي حد أي منهم مهم بالنسبة لك، وإذا راعى الزوج الحقوق كلها وعاش حياة متوازنة، فإنه سيجدد علاقته بأفراد أسرته باستمرار، وكما قال سلمان الفارسي عليه السلام: «إِنَّ رَبَّكَ عَلَيْكَ حَقًّا وَلِنَفْسِكَ عَلَيْكَ حَقًّا وَلِأَهْلِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، فَأَعْطِ كُلَّ ذِي حَقِّ حَقَّهُ»، فَأَتَى النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم فَذَكَرَ ذَلِكَ لَهُ فَقَالَ النَّبِيُّ صلى الله عليه وسلم: «صَدَقَ سَلْمَانُ» (رواه البخاري)، فلو جمعت بين حق ربك وحق أهلك بأن صليت أنت وزوجتك معًا، أو قرأتما القرآن معًا، ولو جمعت بين حق أهلك وحق بدنك بأن قمت بالتمارين الرياضية - وخاصة المشي - أنت وزوجتك معًا، فإن الفائدة الفردية والفائدة على العلاقات الأسرية وتجديدها ستكون عظيمة، وحتى العلاقة الحميمة بين الزوج وزوجته عندما تكون قائمة على المودة والرحمة أكثر من كونها علاقة جسدية فإنه بوسعها أن تصل إلى أعماق الشخصية الإنسانية، وتلبي بعضًا من أعمق الاحتياجات الموجودة لدى كل من الزوج والزوجة بشكل لا يمكن لأي شيء آخر القيام به، وإضافة إلى الإنجاب والتكاثر - وهو الغرض الرئيس - فإنها مع الوقت والصبر والاحترام والإيثار، ومحاولة إسعاد الطرف الآخر، تصل إلى إشباع عدد من الاحتياجات، يفوق بكثير الاحتياجات الجسدية فقط.



والصلاة وقراءة القرآن معاً يؤدي إلى إشباع روعي لا يدركه الذين يهملون المنظور بكامله ويتعاملون مع الجانب الجسدي فقط، ومن السنة صلاة الفريضة في المسجد وصلاة السنة مع الأهل في المنزل، ولا يدرك من لم يمارس ذلك مستوى الاتحاد والإشباع الذي يصل إليه زوجان يقومان بذلك معاً، انظر إلى الإجازة الأسبوعية للعائلة، فعندما يتم التخطيط والإعداد الجيد لها، وعندما يشارك كل فرد بإخلاص في مراعاة القيم وفي أنشطة المرح واللعب وفي اكتشاف المواهب وفي عبادة التفكير وفي الصلاة وفي إعداد الأطعمة والمشروبات المنعشة... فعندئذ تكون كافة الجوانب الأربعة متكاملة ومتجددة، وعندما تتم هذه الأنماط من التجديد وإقامة العلاقات وتتم أنشطة سن المنشار، فإن آلية ثقافة الأسرة برمتها يجري تطويرها وتجديدها.

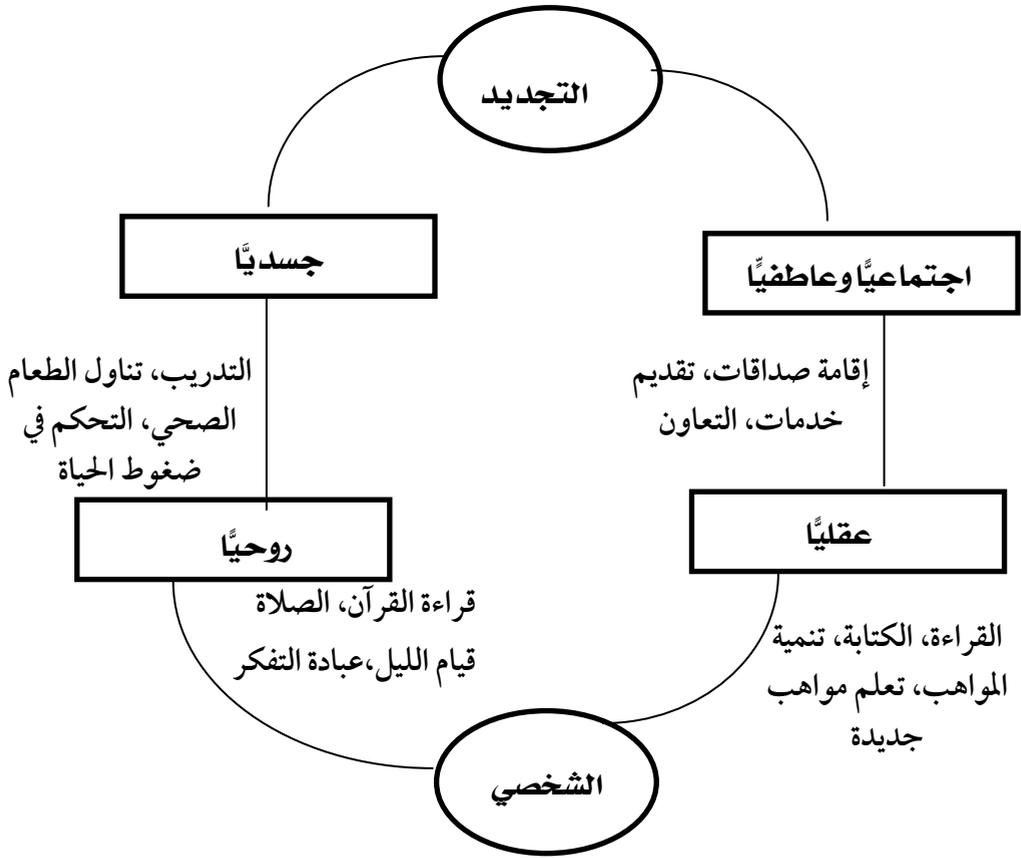
### 3- جوهر التجديد العائلي: الالتزام بتقاليد ومبادئ الأسرة:

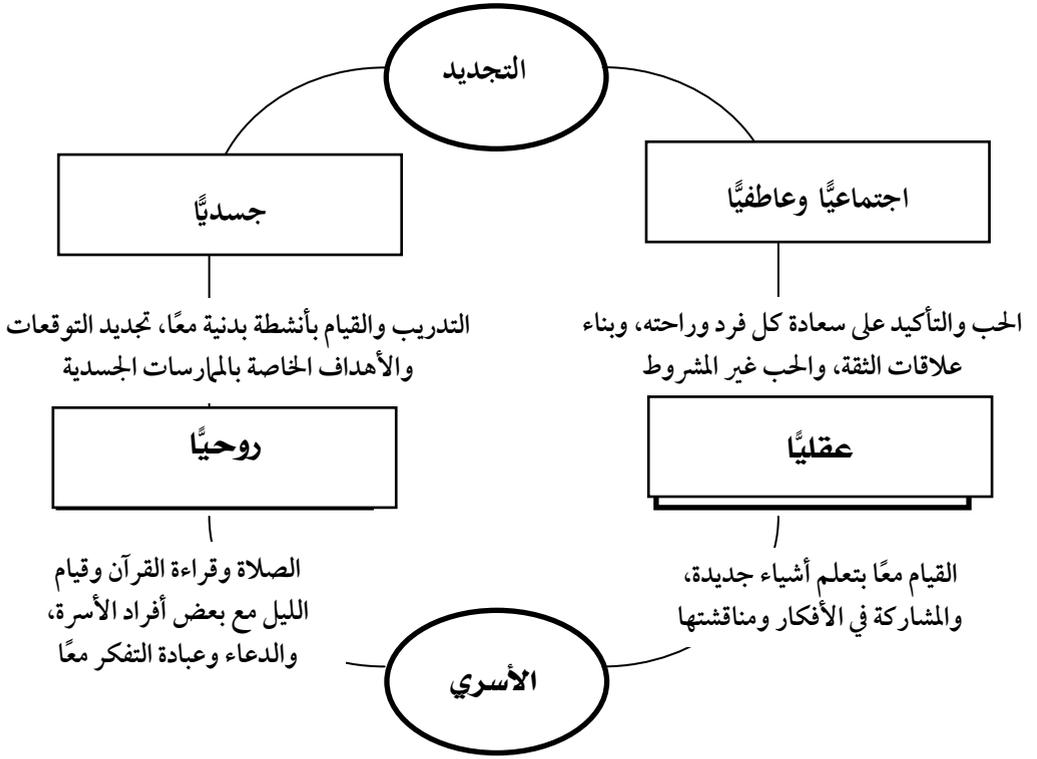
فضلاً عن تجديد العلاقات الشخصية بين أفراد الأسرة فإن الأسرة ذاتها يجب - وبشكل متواصل - أن تعزز ضميرها الجماعي، وإرادتها على التحسن، وتجدد وعيها الاجتماعي ورؤيتها العامة لمجتمعها، وهذا ما يجب أن تكون عليه العادة السابعة داخل الأسرة.

وتلك الأنماط المتكررة الخاصة بتجديد الأسرة هي ما نسميه هنا تقاليد الأسرة.. إن تقاليد الأسرة تشمل الطقوس والأنشطة والأحداث المهمة التي تقوم بها داخل أسرتك، فهذه الأشياء تساعدك على معرفة من أنت؟ وهل أنت جزء من أسرة متماسكة قوية؟ وهل يجب أحذكم الآخر بالقدر الكافي؟ وهل يحترم ويقدر أحذكم الآخر؟ وهل يحتفل ويتذكر كل واحد منكم عيد ميلاد الآخر والأحداث المهمة في حياته: تاريخ تخرجه - تاريخ زواجه - تاريخ أول طفل له... إلخ، وهل هناك ذكريات جميلة لكل فرد وذكريات مشتركة بينهم يحتفظون بها وتسعدهم.. عن طريق هذه التقاليد الأسرية تتعزز الصلات في الأسرة، وتعطي أفرادها شعوراً بالانتماء والدعم والفهم، وشعور كل فرد بأنه ملتزم تجاه الآخر، وأن كل فرد جزء من شيء أكبر من نفسه، فأنتم داخل الأسرة تعبرون وييدي كل منكم الولاء للآخر، فكل فرد يحتاج إلى أن يشعر بأن هناك من يحتاج إليه، ويحتاج أن يحس أنه شخص مرغوب به؛ ومن ثم يكون سعيداً لأنه جزء من عائلة، وعندما ينمي الوالدان وأبناؤهما التقاليد ذات المغزى بالنسبة لهم فإنه في كل مرة يرجعون لهذه التقاليد تتجدد الطاقة العاطفية، وتتولد



الذكريات والماضي المشترك، وكلمة تقاليد الأسرة هي التي ترمز لجوهر إقامة وتغذية حساب بنك العواطف، وسنّ المنشار يتم في إطار الجوانب الأربعة للحياة كلها داخل الأسرة، كما يظهر في الشكل التالي، فكر فقط كيف أن هذه التقاليد - مثل أوقات الأسرة الأسبوعية ومثل اللقاءات الفردية مع أفراد أسرتك - ستعمل على تجديد أسرتك على أساس متطور في إطار الجوانب الأربعة:





وتعد تقاليد الأمسيات العائلية واللقاءات التي تتم بشكل فردي هي أنسب وأجود وسائل تدعيم وتجديد وإثراء حياتنا داخل أسرنا طوال السنين؛ فهذه التقاليد هي بمثابة شحذ سن الموسي، وهي العملية التي يقوم بها الحلاق باستخدام شريط مطاطي لشحذ الموسي، وهذه التقاليد تحرص على أن تركز ثقافة أسرنا على الشعور بالمتعة والتجديد المستمر لالتزامنا بالقيم المحورية التي اتفقنا عليها، فضلاً عن الإنصات باهتمام وتعاطف لبعضنا، والتعبير عن النفس بشكل كامل وواضح، وفي هذا الفصل سنتناول عددًا من الأنواع الأخرى لتقاليد الأسرة المرتبطة بعملية شحذ المنشار.

يقول كوفي: أحب أن أعترف صراحة بأن التقاليد التي حصلنا عليها من أسرنا كانت هي التقاليد ذات الأهمية في حياتنا بعد مغادرة الأسرة، وهي التي تغذي أرواحنا حتى الآن، وأدرك أنه لكل فرد تقاليده داخل أسرته التي قد تختلف عن تقاليد الآخرين؛ ولذلك فأنا لا



أحاول تعليم القارئ أسلوب أسرته في القيام بإرساء هذه التقاليد، فغالبا سيكون أسلوب القارئ مع أسرته هو الأفضل.

وهو ببساطة يحاول في كتاب «البديل الثالث» وكتاب «العادات السبع» الإشارة إلى أهمية وجود بعض التجديد للتقاليد داخل ثقافة الأسرة، وهو فقط يستخدم خبراته وتقاليدته لإيضاح ذلك، وليس لفرض أساليب معينة على كل القراء، فكل قارئ بحاجة للوصول إلى التقاليد الأسرية التي تمثل حقيقة روح ثقافة أسرته، ولكن النقطة الأساسية هي مداومة تجديد هذه التقاليد؛ لأن هذا سيساعد على خلق وتجديد ثقافة أسرية جميلة تحت أفراد الأسرة على البقاء على المسار، وتشجع أفراد الأسرة الذين غادروا الطائفة على العودة إلى الطائفة مرة أخرى، والأفكار الموجودة في هذا الفصل يتم طرحها على أمل أن تثير وتحفز القارئ على التفكير، وأن يقوم بمناقشتها مع أفراد أسرته للوصول إلى أي التقاليد الذين يريدون خلقها أو تقويتها داخل ثقافة أسرته، ومن هذه الأساليب:

### 3-1 عشاء العائلة:

كلنا يجب تناول الطعام، والطريق إلى القلب والعقل والروح غالبًا ما يكون عن طريق المعدة إذا كانت الزوجة طاهية ماهرة، واستغلال عشاء العائلة في التجديد يحتاج إلى التفكير فيه بعناية، ومن الممكن تنظيم أوقات مميزة للوجبات، بحيث تقضي الأسرة أوقاتًا ممتعة دون مشاهدة التلفاز، وليس مجرد بلع الطعام، وهذه الأوقات لا يجب أن تمر على وتيرة واحدة، خاصة إذا شارك كل شخص بجزء ما في إعداد الطعام، أو في إعداد برنامج اللقاء، ثم في التنظيف بعد ذلك، وتعد الوجبات بالنسبة للأسرة شيئًا مهمًا، حتى وأن اجتمعت الأسرة على وجبة واحدة فقط أسبوعيًا، وبذلك تصبح هذه الوجبة أساسًا هي وقت اجتماع الأسرة خلال الأسبوع، فإذا كان وقت وجبة الطعام مميزًا ومرحًا، وتم إعداده بشكل جيد، فإن مائدة الأسرة ستصبح أكثر من مجرد كونها منضدة الطعام.

وتحكي أستاذة في القانون في مقالة كتبتها كيف أنها راقبت -من خلال ذكرياتها الخاصة- كيف أن منضدة المطبخ كانت شيئًا محوريًا لحياة أسرته، ولاحظت كيف أن كافة الجوانب الأربعة -جسديًا واجتماعيًا وعقليًا وروحيًا- كانت موجودة فيها، وتتذكر أنها قامت بتفصيل فستان زفافها على هذه المنضدة، وذاكرت كلماتها الهجائية مع أبيها عليها، وتناولت فطائرهما



المفضلة عليها كل يوم بعد المدرسة، وفي المكان نفسه استعدت لما ستواجهه بعد الزواج، والرجل الذي أصبح فيما بعد زوجها تم استجوابه بلا رحمة في المكان نفسه، وتقول إن معظم ما تعلمته وتمسكت به بشدة في حياتها بعد ذلك كان مرتبطاً بمائدة المطبخ بشكل لا يمكن الخلاص منه، وتقول: إن هذه المائدة ذات الأبعاد  $1.5 \times 2$  م كانت بمثابة جزء مادي مهم في بيتها أيضاً، ولكنها عندما تعود بالذاكرة إلى كل ما فعلوه هناك تدرك أن مائدة المطبخ هي مفتاح حياتها التي تعيشها الآن.

فكل ليلة في فترة شبابها كانت تجري محاسبتها على أحداث اليوم بكامله على مائدة المطبخ، وإذا ما أرادت أن تتناول العشاء فكانت مضطرة لقبول التحقيق المصاحب له، فلم يكن هناك مفر من المواجهة المسائية مع المحاسبة، لكنها تتذكر أن مائدة المطبخ لم تكن فقط مصدرًا للخوف؛ بل كانت أيضاً بطانية الأمان لها، فلم يكن يهمها قسوة التوبيخ اليومي الذي كانت تلقاه، ولا الإحباط الذي كانت أحياناً تشعر به إزاء الخلافات الكبيرة في الأسرة، فهائدة المطبخ والبالغون الجالسون حولها والذين يهتمون بأمرها موجودون كل ليلة لتوفير المساندة والدعم الذي تحتاجه بشدة كفتاة مراهقة، وتتذكر الخوف الذي تولد عن أزمة الصواريخ الكوبية في الستينيات، والتدريبات التي مروا بها، والخاصة بالغارات الجوية المحتملة على مدار أسابيع، كل ذلك كان يتلاشى خلال التأكيد اليومي لتجمع الأسرة حول المائدة المليئة بكافة أنواع المأكولات والمشروبات، وبغض النظر عن الضغوط اليومية أو المتطلبات الحياتية، فإن مائدة المطبخ كانت تعيد أفراد الأسرة جميعاً إلى روح تفقدتهم لبعضهم البعض في الساعة السادسة مساء كل ليلة.

وكانت وهي طفلة لا تحب غسل الأطباق - قبل انتشار الغسالة الأتوماتيكية - فتختفي فترة الغسيل، ثم تعود إلى مائدة المطبخ لتؤدي واجباتها المدرسية، ثم تقرأ في رواية لأبيها بصوت مرتفع، والذي يكون قد أدى في ذلك الوقت عمله المنزلي أثناء قيامها بكتابة وإعادة كتابة جدول الضرب، وهي لا زالت تحفظ في ذهنها هذه التفاصيل، وفي كل صباح كانت هذه المائدة تلزمها بالإفطار وبالتفتيش الممل على نظافة أظفارها، فلا أحد يترك هذه المائدة دون مراجعة أحداث اليوم والروتين المحدد مسبقاً.



لقد مرت سنوات على تخرجها في الجامعة، ومرت خلال حياتها بتحديات وأفراح وحب، ولكن حبها لمائدة المطبخ كان الأكبر، تقول: «لأن قديمي كانتا تهتزان اضطراباً تحت مائدة المطبخ عندما كان والدي يواجهنني بالأسئلة عن المدرسة»، وعندما عدت لمنزل والدي للزيارة بعد زواجي بفترة، وجدت شوقاً في نفسي بعد الإفطار للاستمتاع بصحبتهم حول مائدة المطبخ، وبعد العشاء تأخر غسل الأطباق؛ لأنها ووالدها تناقشا في كل شيء وهما يغسلان الأطباق، فقد كانت مشتاقة للجدل العقلي معه، وبعد وقت قصير من إعادة المطبخ لوضعه السابق قبل العشاء، عاد أطفالها، تقول: «وجلسنا كلنا معاً حول المائدة، وكنا ثلاثة أجيال، وقدمت والدي لنا بعض الآيس كريم والمشروبات، وأضيفت طفلة جديدة صغيرة على هذه المائدة القديمة (ابنتها)، وقام أولادي بإخبار جدهم عن اختبار الهجاء والكلمات التي يجدون صعوبة في هجائها، وقال لهم جدهم وهو يبتسم: «أمكم لم تكن تعرف هجاء هذه الكلمات نفسها عندما كانت في سنكم»، وقد فرحوا كثيراً بهذه المعلومة، وربما يكون ذلك بسبب الجينات، وربما يكون مرجعه لهذه المائدة الموجودة في المطبخ، هذا المكان البسيط السحري الذي تعلمت فيه المسؤولية وشعرت فيه بالحب والأمان».

وتستطرد الأستاذة الأمريكية قائلة: «وأثناء قيامي في كل ليلة بالكفاح لإعداد طعام العشاء على مائدة المطبخ الخاصة بي، وقيامي باستدعاء أطفالتي من عند الجيران، كنت أتعجب وأقول لنفسي: لماذا لا أقوم فقط بإدخالهم إلى حجراتهم وإعطاء كل منهم فطيرة دجاج مسخنة في الميكرويف، بدلاً من كل هذا التعب؟!، ولكنني لا أفعل ذلك؛ لأنني أريد أن أمنحهم هبة مائدة المطبخ التي منحها لي والدي».

يقول كوفي: في كل الأبحاث الخاصة بالوالدين وكل الدراسات النفسية المتعلقة بتنمية الطفل، نجد أن هذا المدخل المتواضع الخاص بتربية الأطفال حول مائدة المطبخ قد تم إغفاله.

لاحظ كيف كانت الأسرة الأمريكية في الستينيات حريصة على تقاليد أسرية وروتين ثابت حول مائدة الطعام، وكيف أن هذه المرأة -وبعد أن أصبحت أستاذة في الجامعة- مازالت حريصة على أن تمنح أبناءها هبة مائدة الطعام التي منحها لها والداها. يقول كوفي: إن مسحاً إحصائياً أجري في التسعينيات من القرن الماضي أظهر أن نصف المراهقين فقط



يتناولون العشاء على نحو منتظم مع والديهم، وفي الوقت نفسه فإن غالبية ساحقة من الذين مازالوا يعيشون مع والديهم ينجحون في الالتحاق بالجامعة، على عكس من يستقلون بحياتهم وهم مازالوا في المدرسة الثانوية، ويقول: إنه في عام 1999 قالت ابنته إنها استطاعت أن تعثر على طالبة واحدة في فصلها تتناول العشاء كل ليلة مع أسرتها على مائدة المطبخ، وكذلك كانت ابنتي تفعل، فكلتاها كانتا طالبتين ملتزمتين، ومضت ابنتي تشرح لي الوضع قائلة: أما الأولاد الآخرون فيعدّون شيئاً ما في الميكروويف ثم يتوجهون إلى حجراتهم لمشاهدة التلفاز، فلا صحبة مع والديهم ولا أسئلة ولا اهتمام، يا له من تطور مخزن، ألا يستمتع الأطفال بمائدة المطبخ كما استمتع بها أبأؤهم!؟

لاحظ أن التقاليد السائدة حول هذه المائدة تعمل دائماً على تجديد هذه الأستاذة الجامعية وأسرته جسدياً وعقلياً واجتماعياً وروحياً، ويوضح كوفي ذلك بأنه يعرف أن أسرة هذه الأستاذة كانت تقوم بممارسة تجديدها الروحي خلال العشاء الأسري بواسطة ترديد الدعاء الديني المعلق على الحائط بالقرب من مائدة الطعام، وغالباً ما يتحدثون عن بعض النواحي الروحية الخاصة بكل منهم، وعن بعض النواحي التي يثيرها هذا الدعاء في نفوسهم، ويناقشون ما مر بهم من تحديات خلال اليوم، وكيف أن إيمانهم ساعدهم على تجاوزها، وهناك نسبة جيدة من الأسر التي تمارس تجديدها الروحي قبل أن يشرعوا في تناول الطعام. بشكر المنعم على نعمة الطعام.

ويقول كوفي: إن العديد من الأسر تمارس كذلك التجديد العقلي بتخصيص دقائق قليلة خلال العشاء لإلقاء كلمة تم تحضيرها جيداً، فهم يكلفون أحد أفراد الأسرة بتحضير كلمة عن أي شيء؛ بداية من الأمانة وحتى الأشياء المرححة الغريبة، سواء التي مرت بهم أو التي يقرأون عنها أو يشاهدونها على النت، ويقوم الشخص المكلف بإلقاء كلمة قصيرة حول هذا الموضوع؛ مما يتيح ليس فقط محادثة شيقة، ويجعل كل فرد مستمعاً لشيء جديد، ولكنه ينمّي أيضاً المهارات العقلية وأحياناً اللغوية، إذا أحسن إعداد الكلمة.

وهناك أسرة أخرى تحرص على اختيار عدد من الموضوعات لمناقشتها على مائدة العشاء، وعندما يسأل أي فرد منهم سؤالاً يبحثون عن الإجابة بمتهى الدقة في الموسوعات والمراجع، وفي يوم ما زار هذه الأسرة زائر من ولاية ديلاور وقال: إن هذه الولاية صغيرة



جدًّا، وتعجب أحدهم وسأل: إلى أي حد هي صغيرة؟ فاستعانوا بإحدى الموسوعات، واكتشفوا أن مساحة ولاية ديلاور حوالي ألفي ميل مربع، بينما مساحة ولاية مثل ألاباما حوالي 52 ألف ميل مربع (أي 26 مرة حجم ولاية ديلاور)، أما مساحة ولاية تكساس فقد بلغت 131 مرة مساحة ديلاور، ولكنهم اكتشفوا أنها ليست أصغر ولاية؛ لأن مساحة رود أيلاند 1200 ميل مربع فقط، وقد لا يكون حجم هذه الولاية مهمًّا جدًّا بالنسبة للأطفال؛ لكن من الأهمية البالغة بالنسبة لهم أن يحبوا التعلم، والتعلم يبدأ بالسؤال وبالفضول والرغبة في المعرفة، وهذا ما تعلمه الأولاد في هذه الأسرة، وليس فقط حجم الولايات المختلفة، وعندما يجد الأطفال أن التعلم أمر مثير وممتع، وأن البالغين يعطونهم القدوة في الرغبة في التعلم والفضول للمعرفة، فإنهم يصبحون متعلمين متحمسين، وهذا هو المهم.

وهناك العديد من الأشياء التي بوسعك القيام بها لكي تجعل وقت العشاء وقتًا للتجديد العقلي، فيمكنك في المناسبات أن تدعو بعض الضيوف المشوقين؛ ليشاركوك وجبتك ومناقشاتك مع أولادك، ويمكنك أن تقوم بعزف مقطوعة موسيقية مختارة بعناية، أو الاستماع إلى تسجيل لها، ثم شرح هذه المقطوعة والحديث عن العمل الموسيقي ومؤلفه أثناء تناولك الطعام، ويمكنك استعارة أعمال فنية متنوعة من المكتبة كل أسبوع، وتعليقها بجوار مائدة الطعام، والتحدث عن العمل الفني والفنان الذي رسمه، والطعام ذاته يعطيك الفرصة للحديث عن الأخلاق والتربية، وعن عادات الأكل في دول بعينها وأكلاتهم الشهيرة.

ونحن في إسلامنا مادة خصبة للحديث أثناء الطعام عن نعم الله الكثيرة المتمثلة في أنواع الفاكهة، وكيف أنها تزرع في أرض واحدة وتسقى بماء واحد وتخرج بهذا التنوع ونفضل بعضها على بعض في الأكل، وكيف أن اللبن مثلاً يخرج من بين فرث ودم في داخل البقرة، وكيف أن الله سخر لنا الأنعام لتأكل منها ونركب عليها، وكيف أن البحر مليء بالأسماك التي تعطي لنا لحمًا طريًّا وكذلك حلية نلبسها، كما أن الطعام ممكن أن يكون مناسبة لحكاية موقف سيدنا علي عليه السلام وعن زوجته، عندما بدءا يأكلان فطرق عليهما طارق وقال: مسكين يا أهل بيت الرسول، فأعطياه الرغيفين اللذين كانا سيأكلانه، وفي اليوم الثاني بمجرد بدء تناول الطعام طرق طارق آخر وقال: يتيم يا أهل بيت رسول الله، فأعطياه الرغيفين، وفي اليوم الثالث طرق طارق ثالث وقال: أسير يا أهل بيت رسول الله، فأعطياه الرغيفين، فنزل في



شأنها قرآنًا يتلى إلى يوم القيامة، قال تعالى: ﴿ وَيُطْعَمُونَ الطَّعَامَ عَلَى حُبِّهِ مِسْكِينًا وَيَتِيمًا وَأَسِيرًا ﴾ [الإنسان: 8]، والكلام على الطعام سنة عن رسولنا الكريم ﷺ.

وتقول سثيا ابنة كوفي: دائمًا ما كانت أُمِّي تشعرنا بأن وقت العشاء مهم للغاية، وكنا دائمًا نتناول العشاء معًا، وكل فرد في الأسرة كان يجب أن يكون موجودًا، وحقيقة كانت أُمِّي حريصة على تعليمنا خلال العشاء، فخلال ليلتين أو ثلاث ليالٍ أسبوعيًا يكون لنا موضوع نناقشه، وكانت أُمِّي تكتب أحيانًا قصة دينية، وكنا أحيانًا نجري نقاشًا مرتبًا بالإجازة القادمة أو بالأحداث الجارية، وفي عيد الاستقلال (4 يوليو) -على سبيل المثال- كانت تحرص على أن تُعرِّفنا معلومات أكثر عن إعلان الاستقلال، أو الحرب ضد الاستعمار الإنجليزي، ومهما كانت الإجازة أو المناسبة المميزة التي ستحل علينا فقد كانت حريصة على معرفة بعض المعلومات عنها، وعندما تقول لنا هذه المعلومات يثار حولها نقاش أسري، وأحيانًا كنا نجلس على مائدة العشاء لتتحدث ونأكل قرابة الساعة والنصف، فكان هذا الوقت ممتعًا لنا بالفعل عندما كنا في المدرسة الثانوية أو الجامعة، وكان بإمكاننا حقيقة التحدث عن الكثير من القضايا، فتلك المحادثات التي دارت على مائدة العشاء جعلتنا نستمتع بالتعلم، ونتعرف على كثير مما يدور حولنا في أمريكا وفي العالم.

ويقول ديفيد (ابن كوفي): كنت أمر بوقت عصيب أثناء علاقتي مع فتاة لم تكن مناسبة لي، وفي إحدى الليالي عندما كنا على مائدة العشاء بدأ كل فرد في التحدث عن الناس الذين تعرّف عليهم ولم يكونوا مناسبين لهم، وكيف تمكنوا من اجتياز المواقف الصعبة التي تعرضوا لها، وتشارك إخوتي الخبرات الجيدة لاجتياز هذه المواقف، وكنت أنا المقصود من كل هذا، ولكن لم تكن لدي فكرة في هذا الوقت، حتى أنني لم أعرف ما الذي يجري إلا فيما بعد، فقد اعتقدت أنه مجرد عشاء عادي للعائلة، فالتعليقات كانت جيدة، وكان يبدو أنها تنطبق بشكل كبير على حالتي، وفيما بعد أدركت أنه شيء عظيم جدًا أن أحظى بمثل هذا القدر من الدعم من أناس يهتمون بي فعلاً، ويهتمون برعايتي ونجاحي في حياتي، وأحيانًا يمكن أن يمتد عشاء الأسرة ليشمل غرضًا إضافيًا، مثل إظهار التقدير لفرد في الأسرة، أو تقديم الخدمات في صورة نصيحة أو معلومة.



وتقول كولين ابنة كوفي: أحد الأشياء التي تمتعت بها فعلاً كان ما يسمى «عشاء أستاذه المفضل» الذي ابتكره أبي وأمي، فهما كانا مهتمين للغاية بعملية تعليمنا، وكانا يعرفان كل المعلمين ويعرفون أداءنا في كل مادة، وكان والداي يريدان أن يعلم معلمينا أنها يقدرانهم ويقدران ما يفعلون من أجلنا؛ لذا ففي نهاية كل عام كانت أمي تسأل كل واحد منا: من هو معلمه المفضل هذا العام؟ وتقوم بإعداد قائمة ثم ترسل لهم دعوة لتناول العشاء في منزلنا بالملابس الرسمية، وكانت تستخدم أفضل أطعمتها الصينية، وكانت تجعل هذا العشاء مميزاً فعلاً، وكان كل منا يجلس بجانب معلمه المفضل ويتناول معه العشاء، وصار الأمر طريفاً بعد أن ذاع صيته؛ لأن المعلمين علموا بهذا العشاء، وصار أمل كل منهم أن يكون هو المعلم المفضل لأحد أبناء كوفي.

وتقول ماريابنة كوفي: أتذكر أنه في أحد الأعوام دعونا مسز نيلسون، وهي كانت مدرسة لغة إنجليزية، وكنت قد بلغت وقتها 21 عامًا، فقد كانت مدرسة للعديدين منا، وقد قمنا بالاحتفال بها، وقام كل منا يقول ما الذي فعلته لنا وما الذي تعلمه منها، وعندما جاء دوري قلت: إنني تخصصت في الأدب الإنجليزي بالجامعة بسببك، لقد أثرت عليّ في توجيهي لدراسة اللغة الإنجليزية؛ بسبب الأدب الذي قرأناه معك، وما قالته لنا وما فعلته في الفصل، ولقد تأثر المدرسون الذين تم دعوتهم لهذا الاحتفال بالذات؛ لأنهم عادة لا يلقون مثل هذا النوع من التقدير.. إن مائدة العشاء تعطيك الفرصة المثالية كي تخلق مثل هذا التجديد الناجم عن ممارسة هذا التقليد والتقدير لمن علموك.

انظر كيف استغل كوفي وزوجته العشاء في تكريم مدرسي أولادهما، وهو تكريم مستحق؛ لأنه كما قال شوقي:

قم للمعلم وفه التبجيلا كاد المعلم أن يكون رسولا

وكما قالت إحدى بناتها: يبدو أن العديد من تقاليد أسرتنا المهمة محاطة بالطعام ثم الطعام ثم الطعام، فالطعام هو المفتاح؛ فكل فرد يود أن يتناول طعاماً جيداً، فالطعام الجيد مع الصحبة الطيبة والنقاش الجيد يجعل تقليد العشاء الأسري من الصعب إهماله.



## 3-2 إجازات الأسرة:

يقول كوفي: إن الاسترخاء والمرح جزء مهم في بيان مهمة أسرتنا، وأنا لا أعرف قوة للتجديد داخل الأسرة أكبر من الإجازة التي تتجمع فيها الأسرة .. فالتخطيط والتحضير لها والتفكير فيها، ومناقشة ما حدث في إجازتنا الأخيرة، والضحك على أوقات المرح التي مرت بنا، والسخرية من الأوقات السيئة التي مررنا بها، يعد تجديدًا هائلًا لأسرتنا، وكل بضعة أعوام نقوم بالتخطيط لفضاء إجازة خاصة ومميزة.

وتقول ساندرنا زوجة كوفي: عندما يتعلق الأمر ببناء تقاليد الأسرة فإنني أشعر أن الجوانب الوطنية في تعليم الأطفال من الأهمية بمكان؛ فمعظم الأطفال يتعلمون قسم الولاء للعلم في مرحلة مبكرة من عمرهم؛ حيث يرددون النشيد الوطني عندما يرفع العلم في المدرسة، ويحفظون أغاني وطنية يرددونها خلال احتفال المدرسة بالأعياد الوطنية؛ ولذلك فنحن نخطط للاحتفال بعيد الرابع من يوليو (عيد الاستقلال الأمريكي) بزيارة المواقع التاريخية الشهيرة التي شهدت أحداث الثورة الأمريكية، أو التي شهدت التوقيع على إعلان الاستقلال، أو الأماكن التي حشد فيها جورج واشنطن رجاله وقام بتدريبتهم .. لقد تحدثنا عن هذه الرحلة وخططنا لها لعدة سنوات، وفي النهاية -وفي الذكرى المئوية الثانية لقيام أمريكا - قررنا القيام بها.

وقمنا باستئجار منزل متحرك على سيارة، وتسلحنا بالكتب والشرائط والموسيقى والمعلومات، وكنت أحكي لأولادي كتاب «هؤلاء الذين أحبوا» للكاتب أرفنج أستون، وهو عبارة عن قصة حب بين جون أبيجيل وآدامز، ويتناول تضحياتها ومساهماتها الكبيرة خلال حقبة القلاقل والثورة، وكان إخلاصهما ووطنيتها لهذا البلد سببًا في شعورنا بالسمو والإلهام، وقد زارت أسرة كوفي فيلادلفيا، وشاهدوا جرس الحرية، ورأوا المسرح الصيفي الذي شاهد توقيع إعلان الاستقلال، وكانت هناك لحظات جعلت من إجازة أسرهم أمرًا رائعًا، ولكن كانت هناك لحظات أقل إلهامًا، تقول ساندرنا: «لقد خططنا أنا وزوجي أن يقوم كل منا بالقيادة كل صباح، في حين يجلس الآخر مع الأطفال على المائدة داخل المنزل المتحرك؛ لبحث ما أعددناه لهذا اليوم، والدروس المستفادة من المواقع التي زرناها بالفعل،



وكان تخطيطنا مكثفًا وروحنا عالية .. لقد كنا بحق مؤهلين نفسيًا لهذه الرحلة الرائعة التي استمرت أربعة أسابيع في أرجاء الولايات المتحدة».

ولكن بسبب ما تحولت رحلتنا إلى أسوأ وقت أمضيناه معًا؛ فالمعدات كانت تتعطل بشكل مستمر، وكنا كلنا فاشلين ميكانيكيًا، ولقد تناقشنا في موضوع أو اثنين فقط مما خططنا له من قبل، ولم يمهلنا الوقت لعمل أكثر من ذلك؛ لأننا أمضيًا معظم وقتنا في إصلاح المعدات التي تعطلت أو جعل الآخرين يصلحونها لنا، وكان الطقس في يوليو من ذلك العام حارًا ورطبًا، وكان مكيف الهواء والمولد الذي يقوم بتشغيله يتعطلان باستمرار، وكنا غالبًا ما نضل الطريق أثناء بحثنا عن مكان معسكرات المقطورات، وكنا غالبًا ما نجدها مشغولة، ودائمًا كان ينتهي بنا المطاف في إحدى محطات الخدمة، أو في ساحة انتظار خاصة بكنيسة، وليس في ساحة تجمع المقطورات المزودة بخدمات دورات المياه والأكشاك التي تبيع المأكولات والمشروبات، وفي الرابع من يوليو أصبح المكيف معطلًا تمامًا، وتوجهنا إلى إحدى محطات الخدمة؛ طلبًا للمساعدة، لكن الميكانيكي قال لنا: «نحن لا نعمل في أي شيء مثل هذا، وخاصة في العطلات، وفي الحقيقة لا أعتقد أنكم ستجدون في هذه البلدة من يساعدكم في هذا الأمر». لقد كانت درجة الحرارة 38 درجة مئوية والرطوبة 98٪، وتصيبنا عرقًا، وأصبحنا جميعًا على شفا البكاء، عندئذ انفجر أحدنا في الضحك بشكل مفاجئ، وبدأ كل فرد في الضحك، وضحكنا بشدة بشكل لم نستطع معه أن نتوقف، وما ضحكنا هكذا أبدًا من قبل، وسألنا الميكانيكي -والذي بلا شك اعتقد أننا مجانين- عن اتجاه أقرب مكان للترفيه، وأخبرنا عن الطريق الذي يجب أن نسلكه، وتوجهنا إلى هناك؛ سعيًا للاستمتاع ببعض المرح، وخلال الوقت المتبقي من الرحلة شاهدنا بعض المواقع التاريخية المثيرة.

وعندما عدنا إلى المنزل كنا أفضل خبرة بمواقع أماكن الترفيه في أمريكا عن المواقع التاريخية، وفي حقيقة الأمر لم نعقد سوى اجتماع واحد للأسرة في صباح أحد الأيام خلال تلك الرحلة، وهو الأمر الذي كنا نحلم بأن يكون يوميًا، لكننا قضينا وقتًا رائعًا لن ينساه أحد منا، ولقد عدنا متعشين بدنيًا وعاطفيًا و-على الأقل إلى حد ما- عقليًا.

ويحكي أحد الآباء قصة الإجازة التي كانوا يمضونها دائمًا في الجبال في كانلي كريك، فيقول: «عندما كان أبي وأمي في مقتبل العمر لم يكن لدينا المال الكافي، ولم نستطع القيام



بإجازة في أي مكان يكلفنا مالاً كثيراً؛ لذا كان أبي وأمي في كل عام يكسدون الصندوق الخشبي بكل أنواع الطعام، ويضعان الخيمة على سقف السيارة الفورد موديل 47، وكان الأطفال مضغوطين فيها مثل السردين داخل العلبة، ثم نتوجه إلى الجبال وإلى كانلي كريك حيث جدول ماء جميل، وكنا نفعل ذلك كل سنة بلا انقطاع، وبعد أن تزوج أخي الكبير - وكانت زوجته من أسرة غنية وزارت كل أرجاء البلاد خلال الإجازات مع أسرتها- لم نكن نعتقد أنها سيذهبان معنا إلى كانلي كريك، لكنهما فعلاً، وقضت زوجته أحلى أوقات عمرها.

وواحد تلو الآخر تزوجنا جميعاً، وكل صيف وفي وقت معين كنا نتوجه جميعاً صوب كانلي كريك، ومع مرور السنين أصبح لكل منا أطفاله، وما زلنا نتجمع كل عام في كانلي كريك، وحتى بعد وفاة أبي وأمي ما زلنا نواظب على الذهاب، وفي كل ليلة -وتحت ضوء القمر- كان أخي يعزف على آلة الأوكرديون، وكان الأولاد يرقصون مع أبناء أعمامهم، وكنا نحس أن أبي وأمي يجلسون معنا حول نار المخيم، وفي ظل هدوء الأمسيات الجبلية كنا نراهم بقلوبنا وكأنهما يتسلمان وهم يريان أحفادهما يرقصون، ويأكلون ثمار البطيخ الذي تم تبريده في مياه الجدول الباردة.

إن الوقت الذي كنا نقضيه في كانلي كريك كان يجددنا كأ أسرة؛ فقد كان كل منا يجب الآخر بشكل أكبر بعد هذه الإجازة، وكان هذا الحب يزداد بمرور السنين، وقد عرضت مراراً على أولادي أن نقضي إجازتنا في ديزني لاند في أورلاندو، ولكنهم كانوا يفضلون قضاء الإجازة مع أبناء وبنات أعمامهم وعماتهم، وأنا طبعاً كنت أفضل قضاء الإجازة مع إخوتي وأخواتي، وتبادل الذكريات عندما كنا أطفالاً نأتي للمكان نفسه.

إن أي إجازة للأسرة من الممكن أن تكون تجربة جيدة لتجديد الأسرة، ولكن العديد من الأسر -بما فيهم أسرتي- قد وجدت بعداً جديداً في عملية التجديد بالعودة إلى المكان نفسه كل عام، هكذا يحكي أحد الآباء، يقول: إن في أسرته كان هذا المكان كابينه على بحيرة هيجن في مونتانا، وكان قضاء جزء من الصيف هناك هو تقليد بدأه جده لأبيه منذ حوالي 45 عاماً، فقد كان يعاني من أزمة قلبية، ولكنه كان يتعافى كلما ذهب إلى نهر سنالك، ثم إلى بحيرة هيجن؛ فقد كانت هذه المنطقة أفضل علاج بالنسبة له؛ لهدوئها وصفاء هوائها، وقد بدأ الأمر بكابينة



على النهر، وبعد ذلك وضع قاطرة هناك، وفي كل صيف كان يتوجه إلى هناك، والآن هناك العديد من الكبائن التي ينزلها حوالي 500 شخص بشكل منتظم كل سنة.

وأصبحت كلمة هيجن عبارة عن بيان مهمة الأسرة عبر الأجيال، وهي تعني الحب والوحدة مع الهدوء وتجمع الأسرة في مكان ناءٍ، وتعني فرح كل منا داخل هذه الأسرة، وفي هيجن تعلم الأولاد والأحفاد أن يجروا على الرمال الناعمة وأن يجمعوا الضفادع، وأن يبنوا القلاع الرملية على شاطئ البحيرة، وتعلموا السباحة في المياه الباردة جدًّا، وتعلموا صيد سلمون قوس قزح، وتلطّخ حيوان الموط (غزال بقرون كبيرة) الذي يشرب عند شاطئ الأرض الخضراء، ولعب الكرة الطائرة على الشاطئ، وتعقب آثار الدُّب في الغابة .. إن هذا المكان كان دومًا مسرحًا مضاءً بالعديد من المشاعل في الأوقات المتأخرة من الليل، وامتاز بالغناء حول النار، ورومانسيات الصيف في سن المراهقة، ومسرح بلاي ميل، والتسوق في بلدة وست يلوستون، والتمتع بالغابات الخضراء الجميلة في رحلات مشي جميلة، والليالي اللامعة والنجوم التي تحمل ذكريات رائعة للمتزوجين من عشرات السنين، وحتى آخر عشر سنوات لم يكن هناك في هذه المنطقة تليفون أو تلفاز، وكان هذا رائعًا في حد ذاته.

ويقول ستيفن (ابن ذلك الرجل): عندما كنت صغيرًا اعتدنا قضاء ثلاثة أسابيع من الصيف عند بحيرة هيجن .. لقد كان الأمر ممتعًا للغاية، وكنت أتمنى لو أستطيع قضاء الصيف كله هناك، وأتذكر خصيصًا تلك الفرص التي أتاحت لي لقضاء وقت أطول مع أحد والديّ أو كليهما، ومع إخوتي أو أخواتي الأكبر سنًا .. لقد كنا نفعل معًا كل شيء تقريبًا؛ بداية من الصيد وانتهاءً بقيادة الدراجات البخارية، ومن التزلج على المياه إلى ممارسة رياضة التجديف، وكان من الطبيعي خلال هذا الوقت أن نتحد معًا، وأن نفعل كل شيء معًا، وكل فرد منا أحب ذلك .. إنك قد تنسى أي مكان إلا هيجن.

يقول شون (ابن ذلك الرجل): أتذكر عندما توجهت إلى هيجن في أحد الأعوام عندما كنت في الجامعة، وكان الموسم الكروي حينئذٍ قد مر على بدايته أسبوعان، وكان عليّ العديد من الضغوط لكي لا أذهب؛ لأنني كنت أحد أعمدة فريق الكرة بالجامعة، ولكنني ذهبت وتخلّيت عن الفريق، وفي صباح أحد الأيام توجهت إلى صخرة على التل المطل على البحيرة بكاملها، وكانت الشمس تشرق وفي الوقت ذاته تهب نسمة باردة، وكان منظر البحيرة



خلابًا، فقضيت عدة ساعات هناك؛ كي أجمع شتات نفسي وأستجمع قواي النفسية للموسم القادم، وشعرت أن هذه كانت عبارة عن آخر لحظاتي من راحة البال قبل انطلاق الحرب (معركة دوري الجامعات)، وخلال مرات عديدة على مدار الموسم عندما يكون الوضع في الفريق قاسيًا ومهمومًا، وفيه الكثير من الضغوط، كنت أتخيل المشهد عندما كنت على قمة التل أنظر إلى البحيرة، وأستمتع بالهدوء والصفاء والسكينة، وقد كان هذا التخيل يشعرني بالثبات كما لو أنه عودة إلى الوطن؛ لأنني كل عام كنت أعود لهذه البقعة للتأمل في موسم مضى، وللاستعداد لموسم جديد.

### 3-3 أعياد الميلاد:

أعطت زوجة لزوجها الذي لم تكن قد أمضت معه إلا عدة سنوات هدية عيد ميلاد غير عادية، وتقول عن ذلك: بسبب الانتقال وشراء منزل جديد وتسديد ديون المدرسة وبدء وظيفة جديدة تتسم بالتحدي، كان زوجي يعاني من ضغوط هائلة، وعرفت أن أفضل وسيلة للحد من هذه الضغوط هي أن يكون زوجي بالقرب من أخيه ديفيد، فلا يوجد أحد يجعله يشعر بالراحة أكثر منه، فقد كان يجب كلاهما الآخر لدرجة الجنون، وكانا دائمًا يمرحان معًا بشكل كبير؛ لذا وفي عيد ميلاد زوجي اشترت تذكرة طائرة لديفيد كي يسافر ويكون مع أخيه خلال عطلة نهاية الأسبوع، وقد جعلت هذه الهدية مفاجأة؛ حيث أبلغت زوجي أننا سنحضر مباراة في كرة السلة للمحترفين للفريق الذي يشجعه كهدية عيد ميلاده، وكان موعد المباراة متفقًا مع يوم مولده، وقلت له: إنه أثناء المباراة سأقدم له هدية مميزة للغاية، وخلال استراحة ما بين الشوطين وصل أخوه المحبوب قائلاً: «مفاجأة.. أنا هدية عيد ميلادك»، وقد كانت مفاجأة سارة فعلاً بالنسبة لزوجي، وخلال الأربع وعشرين ساعة التالية قضى الأخوان سويًا أروع احتفال، ضحكا ولعبا وتحدثا بلا توقف، وكل ما فعلته هو أنني بقيت بعيدًا عنهما أراقبهما، ولم أر من قبل مثل هذا المرح الصافي الذي يحدث بينهما، وعندما سافر ديفيد بدا كما لو أنه أخذ معه كل الضغوط، وأصبح زوجي سعيدًا ومنتعشًا بصورة كاملة.



انظر كيف تسامت هذه الزوجة فوق مشاعر الغيرة من أخيه، وأحبت له ما تحب لنفسها وهو سعادته، وإن كانت بالقرب من أحد غيرها، وكيف سعت لتوفير هذه السعادة في عيد ميلاده، فجددت نشاطه وحبها لها، وخلصته من كل الضغوط التي كان يحس بها.

إن عيد الميلاد يمكن أن يصبح وقتاً رائعاً للتعبير عن الحب وتوطيد العلاقة بين أفراد الأسرة، وتأكيد حقيقة أنهم موجودون دائماً، وجزء من هذه الأسرة، كما أن العادات المتعلقة بأعياد الميلاد يمكن أن تكون عامل تجديد بشكل كبير. يقول كوفي: في أسرنا تعتبر أعياد الميلاد مهمة للغاية، وخلال سنوات عديدة كنا نحتفل بعيد ميلاد من يأتي عليه الدور لمدة أسبوع كامل، فطوال الأسبوع كنا نحاول التركيز على أن نجعل هذا الطفل يعرف كم هو مميز بالنسبة لنا، وكنا نقوم بتزيين الحجرات بالشارات والبالونات طوال الأسبوع، وكنا نقدم له هدية عند عمل حفلة الأطفال، ونقيم حفلة أخرى للأصدقاء، وعشاء خاص للطفل معي ومع زوجتي، وعشاء مع الأسرة بكاملها، نختتم بالوجبة المفضلة للشخص صاحب عيد الميلاد مع كعكته المفضلة مكتوباً عليها عبارة مدح، مثل: «أنا أحب سنثيا؛ لأنها عفوية للغاية، وستذهب معك للسینما بمجرد أن تطلب منها ذلك»، «أحد الأشياء التي تعجبني في جوشوا ليس أنه مجرد رياضي ممتاز، ولكن أنه يصبح سعيداً عندما يساعد الآخرين في أن يصبحوا رياضيين ممتازين».

تقول كولين ابنة كوفي: لكي أقول الحقيقة أحسست أنه ليس شيئاً لطيفاً أن تكون متزوجاً عندما حل أول عيد ميلاد لي بعد الزواج، فقد استيقظت صبيحة عيد ميلادي الأول بعد الزواج، ولم تكن هناك بالونات أو زينة في المنزل، ولم تكن هناك أي ملصقات خاصة بعيد الميلاد، وأبلغت زوجي بصراحة بأنني أفتقد ديكورات أمي لعيد الميلاد؛ لذا ففي العام التالي -وكل عام منذ ذلك الحين- أصبح زوجي يبذل كل ما في وسعه لجعل عيد ميلادي يوماً لطيفاً للغاية.

وهناك أسرة تتحدث عن أسلوبها في الاحتفال بعيد ميلاد الأبناء، بحيث يتأكدون من أنهم محل الاهتمام التام في هذا اليوم، وقد استمرت أختان في الاحتفاء بهذا التقليد بعد زواجهما، فتحكيان هذه التجربة: «أبناء وبنات إخوتنا وأخواتنا (أعمارهم 3، 5، 11، 14 عاماً)، كلهم يحبون تقاليد عيد الميلاد الخاصة بهم مساءً وصباح السبت في الأسبوع الذي يقع



فيه عيد ميلادهم، وقد رافقناهم دائماً أثناء التسوق، فلا يوجد إلا الوالدان فقط ونحن والطفل الذي سنحتفل بعيد ميلاده، وقد حصلوا على المبلغ المالي نفسه؛ لينفقوا ويختاروا ما يشتروه.

وبعد ذلك تتوجه الأسرة كلها للعشاء في أحد المطاعم الأنيقة، ليس ماكدونالدز أو أي مطعم وجبات سريعة، وتترك لهم حرية أن يطلبوا ما يشاءون، وقد اندهشنا للأسلوب الناضج الذي اتبعه الأولاد في اتخاذ قراراتهم المتعلقة بالشراء .. لقد أظهروا نضجاً رائعاً، وتعاملوا مع الأمر بجدية بالغة، حتى الطفلة ذات الثلاثة أعوام لم تنفق المبلغ كله في فستان واحد، وإنما اختارت أربعة فساتين، لقد مارسنا هذا التقليد طوال ثلاثة عشر عاماً، والآن يتذكر أبناء وبنات إخوتنا وأخواتنا دائماً هذا الأمر قبل أسبوع من عيد ميلادهم، ويطلقون عليه عيد «عمتي لوسي وعمتي باربي» .. إنهم يحبون هذا التقليد بشكل كبير مثلنا تماماً.

إن الاحتفال بعيد الميلاد هو احتفاء بالشخص .. إنه فرصة فريدة للتعبير عن الحب والتواصل وإيداع أرصدة ضخمة في حساب بنك العواطف، وأتذكر أن لي صديقاً صحفياً معروفاً حريصاً دائماً على مهاتفتي يوم ميلادي؛ ليتمنى لي عيد ميلاد سعيد، وحتى عندما حلت ذكرى يوم ميلادي هذه السنة وأنا معتقل فإنه اتصل بزوجتي وطلب منها أن تبلغني تهنتته في أول زيارة تزورني في السجن، وهو يتصل يومياً بصديق يهنئه بعيد ميلاده، أي أنه لديه سجل بثلاثمائة وخمسة وستين يوم ميلاد لأصدقائه.

### 3-4 إجازات المناسبات الوطنية:

تُشاركنا امرأة في أواخر الثلاثينيات من عمرها هذه التجربة: لقد اشترت مؤخراً منزلي الخاص على أساس أن تتمكن أسرتي بكاملها من الحضور معاً أثناء إجازات أعياد رأس السنة والأعياد الوطنية، واقتنعت زوجتي أن نشترى المائدة ذات العشرة مقاعد حولها، وكل من يأتي لزيارتنا يقول: إنكما بمفردكما فلماذا تحتاجان لهذه المائدة الكبيرة؟ وعندئذ أقول لهم: إنكم لا تعرفون ما الذي تمثله هذه المائدة بالنسبة لي، إنها تمثل احتمال اجتماع أسرتنا بكاملها معاً، فأمي لم يعد بوسعها أن تطبخ، وأخي منفصل عن زوجته، وأختي لا يمكنها استضافتنا كلنا في منزلها، ولأن نكون كلنا معاً في الإجازات الرسمية هو شيء مهم للغاية بالنسبة لي.



من المحتمل أن يتذكر الناس ويحبون التقاليد الأسرية المرتبطة بأعياد رأس السنة والإجازات الوطنية أكثر من أي شيء آخر، فغالبًا ما يأتي أفراد الأسرة من مسافات بعيدة وبعد فترات زمنية طويلة، ويجدون الطعام والمرح والضحك والذكريات، كما أنهم يتشاركون في عدة أهداف، وغالبًا ما يكون هناك فكرة أو غرض يوجههم معًا، وهناك تقاليد مختلفة لكل إجازة من الإجازات في أمريكا، فهناك الاحتفال برأس السنة، وعيد الاستقلال، وبدء الموسم الجديد للعبة كرة القدم، وهناك تقاليد خاصة بأنواع الطعام الذي يتم تقديمه، مثل الديك الرومي في عيد الشكر، وفضائل معينة في المناسبات الأخرى، وهناك أنواع الطعام الواردة من دول معينة أو ثقافات معينة والتي تتواصل عبر الأجيال، وتلك الجديدة التي تظهر مع زواج أفراد العائلة بأناس من ثقافات أو بلاد أخرى، وكل ذلك يعطي إحساسًا بالتنوع والهوية للأسرة، وفي الوقت نفسه يساعد على التجديد.

والفكرة هي أن الأعياد الوطنية والإجازات الخاصة بها تتيح وقتًا مثاليًا لإقامة وممارسة تقاليد الأسرة، فهي تحدث كل عام في الوقت نفسه، ويسهل التخطيط لاستغلالها، ومن السهل أن تخلق إحساسًا بالحافز والمتعة، وأيضًا إحساسًا بالمعنى والصدقة الحميمة فيما حولها، يقول كوفي: في داخل أسرنا قمنا بتطوير بعض العادات الفريدة إلى حد كبير فيما يخص إجازات الأعياد الوطنية.

تقول كاثرين ابنة كوفي: إنني أتذكر قيامي بتقليد خاص مع أبي في عيد رأس السنة سنويًا، فقد كنا نقوم بإعداد هدايا ونلصق بها خيوطًا طويلة، ونضعها عند أبواب الجيران، وندق الجرس ثم نجري ونختبئ وراء شجرة أو أحد أركان البيت، وعندما يفتحون الباب فإنهم يفرحون بالهدية، ولكن عندما ينحنون لالتقاطها فإننا نقوم بسحبها عدة بوصات بعيدة عنهم، وعندها فإنهم يندهشون لفترة وينظرون إليها في دهشة، ثم يحاولون الإمساك بها مرة أخرى، فنجذبها بعيدًا عنهم مرة أخرى، ثم ينفضون للإمساك بها، وعندئذ نخرج لهم ونحن نضحك، وبعد فترة فهم جيراننا للعبة، وعندما كانت الهدية تتحرك في المرة الأولى كانوا يقولون: «آه، هذا ستيفن كوفي، ما الذي سيفعله الآن؟»، لكنهم مع ذلك كانوا يتقدمون نحوها، وقد أحببت ذلك كطفلة كثيرًا، وكذلك أحبه جيراننا وكنا جميعًا نستمتع بهذا التقليد.



وكان هناك تقليد آخر خاص بأبي؛ فقد كان يقوم بإرسال الزهور وعلب الشيكولاتة إلى كل بناته في الأعياد حتى بعد أن تزوجنا، وكم كان عظيمًا أن نتلقى هذه الزهور الجميلة، وكنا أحيانًا نعتقد أنها من أزواجنا، ولكننا نجد أنها من أبي، فنشعر بشعور خاص من التميز، ولما فطن أزواجنا إلى هذه الهدايا صاروا يرسلون لنا الزهور والشيكولاتة أيضًا، فأصبح لدينا تعبيران عن الحب، ولأننا أصبحنا نتسلم باقتين من الزهور فكان من الممتع حقًا أن نخمن ممن هذه الزهور؟ ونخمن ما هي الهدية التي سيرسلها لنا أبي هذا العام؟ فقد كان أبي يجب التجديد دائمًا، لقد بدأ أبي هذا التقليد عندما كنا صغارًا، وأتذكر حصولي على علبة شيكولاتة من أبي عندما كنت في العاشرة من عمري نتيجة تفوقي في الدراسة، ولازلت أذكر الشعور الخاص الذي شعرت به آنذاك.. لقد أصبح لي علبة الشيكولاتة التي لا يمكن لأي أحد آخر أن يلمسها دون إذني، كما كان أبي يرسل لنا الزهور في عيد الأم حتى قبل زواجنا.

يقول ديفيد (ابن كوفي): إن أمي كانت معروفة وسط أصدقائي؛ لاشتراكها دائمًا في أحد الأعياد الخاصة بالآيرلنديين؛ لأنها أصلًا من هناك، وذلك بأنها كانت ترتدي زياً أخضر ينتمي إلى الأساطير الأيرلندية القديمة، ثم تظهر -بدون دعوة- في كل فصل من فصول أولادها، وكانت تنخرط مع الفصل كله في غناء الأغاني الأيرلندية وحكاية قصة بلكنة أيرلندية، ثم يتم إعطاء كل طفل فطيرة أيرلندية صغيرة، وكانت تقرص الأولاد والبنات الذين لا يرتدون اللون الأخضر، وقد استمر هذا التقليد حتى جيل أبنائنا، وكان الأحفاد يزداد اعتزازهم بأنفسهم عندما يعلمون أن جدتهم حرصت على حضور فصلهم، واهتمت بأن تكون جزءًا من حياتهم.

تقول جيني (ابنة كوفي): كان لدى أبي وأمي تقليد بدعوة بعض الضيوف من الأصدقاء إلى المنزل؛ لكي يجلسوا مع بعضهم ويستمتعوا بالدفء، ويحتسوا عصير التفاح الساخن، ويتناولوا الكعك المخبوز في المنزل، ولكن كان عليهم أولاً أن يؤدوا بعضًا من ألوان الفن؛ كالغناء أو الرقص أو إلقاء قصيدة شعرية أو غناء الرباب، لدرجة أن طلاب الجامعة المحلية سمعوا بهذا التقليد وحضروا إلى منزلنا من أجل المشروبات الدافئة والكعك اللذيذ.

وفي أحد الأعوام حضرت مجموعة من طلاب المدرسة الثانوية، وقد وصفتهم أمي بأنهم (مجمون)، وقد كادوا يموتون رعبًا عندما علموا أنه يجب عليهم أداء موهبة معينة، ونظرًا



لرغبتهم في عصير التفاح والكعك أرغموا أنفسهم على أداء شيء ما، ولكن في العام التالي حضرت المجموعة نفسها، وكانوا هذه المرة مستعدين ومتحمسين لأداء أغنية حفظوها وأجروا عليها بروفات مسبقة بأداء حركات باليد مع الغناء.

وبعد قضاء 30 عامًا في المنزل نفسه، انتقلنا في خريف 1996 إلى منزل جديد، وأبلغنا جيراننا الجدد كلهم بهذا التقليد، وقلنا لهم: إننا سنحظى فقط بثلاثين ضيفًا، ولكننا احتطنا للأمر، فجهزت أمي الوجبات لمائة وخمسة وسبعين فردًا، معظمهم من أولاد جيراننا السابقين، وأصدقاء جدد بالمدرسة الثانوية، وعائلات المتزوجين حديثًا من أبنائها، والكثير من طلاب الجامعة، والعجيب أنهم جاءوا جميعًا، ليؤدوا موهبتهم ويقضوا وقتًا ممتعًا معنا، ويتناولوا عصير التفاح الساخن ويأكلوا الكعك اللذيذ، لكن هذه المرة كان كل أصدقاء الأولاد الكبار متزوجين، إلا أنهم واطبوا على الحضور مع أطفالهم الصغار لهذا الحفل في منزلنا.. لقد كان تقليدًا حرص الجميع على استمراره.

وحيث إن هذه الإجازات تأتي مع الأعياد كل عام، فإنها -وباستمرار- تتيح الفرصة للاستمتاع بالتقاليد، وتجدد الإحساس بالمتعة والصدقة وبالمغزى الذي ننشده منها، فيبدو أن إجازات الأعياد والمناسبات تتيح فرصة طبيعية ومثالية ومستمرة للتجمع، وتجديد روابط الأسرة، وتجديد الروابط مع أصدقاء الأسرة.

### 3-5 الأنشطة الأسرية المجمعلة لعدة أجيال في الأسرة:

إن الخالات والأعمام والجدود وكافة أعضاء الأسرة الممتدة لهم تأثير قوي وإيجابي على الأسرة، فالعديد من الأنشطة ستكون أجمل بمشاركة أسرية أكبر، خاصة عند الاحتفالات بالمناسبات الكبيرة، ولكن أي نشاط للأسرة يمكن توسيعه كي يشمل كافة أعضاء الأسرة الممتدة أو الموجودين منهم.

### 3-5-1 الشعور بمتعة تواجد الأجداد عند تنظيم أوقات أسرية:

يقول كوفي: إن أحد تقاليدنا المفضلة هو وقت الأسرة الكبيرة، وهو يتم شهرياً وعلى مستوى العائلة الكبيرة، ففي يوم من أيام الشهر ندعو أولادنا المتزوجين وأحفادنا للانضمام إلينا، ويبقى أولادنا غير المتزوجين في البيت حتى نتناول عشاؤنا المعتاد دون أي تكلف ونقضي الأمسية معًا، ويحضر كل فرد معه جزء من الوجبة لمساعدة الأم، ونستمتع بالطعام



والحديث عما يحدث في حياة كل منا، ثم نظف المائدة ونجلس معاً في قاعة الضيوف حيث نرتب المقاعد على شكل دائرة، ونحضر سلة ضخمة مليئة بلعب الأطفال ليلعبوا بها في المنتصف أثناء حديثنا، وأحياناً يقوم أحد أفراد الأسرة بأداء موهبة معينة، وغالباً ما نناقش بعض نواحي بيان مهمة الأسرة، أو نتحدث عن أي شيء مهم آخر، وعندما يحل التعب بالأطفال الصغار يعود كل فرد إلى منزله .. إنه لوقت عظيم أن نكون معاً ونجدد العلاقات.

ويحكي زوجان في السبعينيات من عمرهما هذه التجربة: لنا تقليد هو تناول العشاء أيام الأحد كلنا معاً، حيث تكون ابنتنا الوحيدة وزوجها وأطفالهما دائماً ضيوفاً، وفي كل أسبوع ندعو أحد أحفادنا الأربعة المتزوجين وأسرته، بحيث يكون الأسبوع الأول من الشهر للأب، والأسبوع الثاني للتالي في السن وهكذا، وبهذه الوسيلة نكون قادرين على الحديث مع كل أسرة لنكتشف إلى أي مدى تغيرت حياتهم، وما هي خططهم وأهدافهم؟ وكيف يمكننا تقديم يد المساعدة إزاء هذه الخطط؟ إن الرغبة في الالتزام بهذا التقليد بدأت منذ حوالي ثلاثين سنة عندما تزوجت ابنتنا، وانتقلت للعيش على بعد 300 ميل منا، وأصبحت وسيلة الاتصال بيننا لفترة طويلة مقصورة على التلفون والزيارة مرتين سنوياً، وفكرنا كم يكون لطيفاً إذا ما استطعنا أن ندعوها وأسرته لتناول العشاء وتقديم العون أسبوعياً - خاصة إذا كانت هنالك حالة مرضية داخل أسرتها - ولذلك عندما وصلنا لسن التقاعد انتقلنا إلى منزل قريب منها حيث أمكننا القيام بذلك أسبوعياً.

لقد ظل العشاء أيام الأحد تقليدًا ثابتًا لمدة أربعة عشر عامًا حتى الآن، فهو يتيح لنا الاستمتاع بالقدرة على أن نخدم ونتعلم بشأن الأحفاد، وأن نشاهدهم وهم يكبرون وأن نكون جزءاً من عائلتهم .. لاحظ كيف أن هذه الأسرة استغلت الأنشطة الأسرية الطبيعية - مثل وقت الأسرة وعشاء الأحد - وجعلته يمتد ليشمل أعضاء أكثر من العائلة وكذلك ثلاثة أجيال من تلك الأسرة، وفكر في الذكريات والعلاقات التي ستنشأ من جراء ذلك.

إن أعضاء العائلة الممتدة وأجياها يمكنهم المشاركة تقريباً في كل شيء تفعله أنت في أسرتك، فطوال السنوات الماضية جعل كوفي وزوجته من الذهاب إلى برامج أولادهما وأنشطتهم الرياضية، وحفلاتهم الموسيقية هدفاً لهما، وأياً كان أفراد الأسرة المشاركون فيها فقد حاولوا توفير نظام دعم من الأسرة، ليوضحا لهما أنها يهتمان، وأن كل شخص في الأسرة



يلقى التقدير والحب منا دائماً، فدايمًا لدينا دعوة مفتوحة لأي فرد من أفراد الأسرة الذين يمكنهم حضور مثل هذه الأنشطة، وغالبًا ما يحضر كوفي وزوجته الأنشطة التي يشارك فيها إخوتهم وأخواتهم وأبنائهم أيضًا.

تقول كولين (ابنة كوفي): أذكر أنني كنت بالمدرسة الثانوية - حيث كنت أَلعب دورًا في مسرحية- وكان دوري صغيرًا، ورغم ذلك فإنه في ليلة الافتتاح كان إخوتي وأخواتي وأولاد بنات خالي وأولاد وبنات عمي وأخوالي وأعمامي، إضافة إلى والدي كانوا من بين المشاهدين، وكانوا يشغلون ثلاثة صفوف كاملة، وخرجت الفتاة التي تؤدي الدور الرئيس ونظرت إلى الجمهور وقالت: «لا أصدق ذلك .. إنني أقوم بالدور الرئيس وأمي فقط هي الموجودة لتشهدني، ولكن أسرتك تحتل ربع مقاعد المتفرجين مع أنك تؤدين دورًا صغيرًا للغاية» .. إن هذا التأييد من العائلة جعلني أشعر بالاهتمام البالغ.

لقد وجد الكثيرون أنه مع هذه الأشكال للأنشطة الخاصة بالأسرة الممتدة ذات الأجيال، فدايمًا ما ينتهي الأمر بالأقارب وأولاد العم بأن يصبحوا أفضل الأصدقاء، ولقد شعروا إزاء ذلك بشعور جارف بالقوة وبالتقدير لأعضاء عائلاتهم ذات الأجيال التي تدعم بعضها بعضًا، وأصبحوا يعتقدون بشدة أنهم سيقطعون شوطًا طويلًا نحو إعادة نسج شبكة الأمان التي أصبحت منحلة في المجتمع.

ويقول شون (ابن كوفي): أحد الأشياء التي أفقدها بشكل بالغ داخل أسرتنا هي شبكة الدعم الضخمة التي تتيحها أجيال الأسرة لي، فأولادي شبوا وهم قرييون جدًا من أولاد عمهم، والعديد منهم في عمرهم وقرييون من بعضهم البعض، فهم أفضل الأصدقاء، وأعتقد أن هذا سيستمر إلى أن يحدث اختلاف هائل عندما يصلون لمرحلة المراهقة، ولكن سيكون لديهم دائماً هذه الشبكة الضخمة من الدعم والتأييد، وإذا ما بدأ شخص منهم في مجابهة مشكلات فسوف يكون من المحتمل أن يلقى دعمًا كبيرًا يحول دون أن يتصرف تصرفاً منفردًا.

وفي أسرتنا كان عمي الأكبر - رحمه الله - يدعونا دائماً للإفطار معًا كل سنة، كل إخوته وأخواته وأبنائهم وأحفادهم، وكان العدد كبيرًا يتجاوز الخمسين، وكنا نحرص على الحضور قبل الإفطار بوقت كافٍ ليستعلم بعضنا عن أحوال بعض، ونستعيد حديث الذكريات، ونتيح للأحفاد فرصة التعرف على عائلتهم الأكبر، وكنا نحرص على هذا الإفطار كثيرًا.



### 3-6 التعلم معًا:

هناك العديد من الفرص للتعلم والتزود بالمعرفة معًا كأ أسرة واحدة، ومن الممكن أن يعمل هذا على التجديد وبشكل كبير في كافة النواحي الأربعة، فأحد التقاليد التي تطورت خلال قيام إحدى الأسر برحلاتها، كان هو الغناء في السيارة معًا، وكانت هذه الوسيلة هي التي تعلّم بها أطفالهم الأغاني الفلوكلورية الأمريكية وأغاني المعسكرات والأغاني الوطنية، ونحن لدينا في مصر كثير من الأسر تغني سويًا أثناء السفر بالسيارة وخاصة الأغاني الفلوكلورية لفرقة رضا وأغاني مسرحية العرائس «الليلة الكبيرة»، وعندما تفكر في الأمر تجد أن الأطفال الصغار بحاجة حقيقية لشخص ما يعلمهم الكلمات والموسيقى من الأغاني القديمة المألوفة التي على ما يبدو أن جميعنا على معرفة بها، إلى الأغاني الجديدة التي ارتبطت بثورة يناير 2011م مثلاً.

وهناك وسيلة أخرى للتعلم معًا، وهي المشاركة في هواية أو اهتمام مشترك لأفراد الأسرة كلهم أو لمجموعة منهم، فهذه المجموعة يمكن أن تشارك في هواية وتتعلم منها وتقرأ الكتب عنها تنظم في جمعيات وتشارك في مجلات، ويؤثر ذلك في الأسرة، ويجعله محور تركيز لهم جميعًا؛ بحيث يتحدثون عنه معًا، مثل التصوير الفوتوغرافي، أو جمع الطوابع، أو اللوحات والمعارض الفنية.

إن التعلم معًا هو عبارة عن عملية تجديد اجتماعي وعقلي، فهو يعطيكم اهتمامات مشتركة، وشيء ما ممتع يتحدثون عنه، فهناك سعادة في التعلم والاكتشاف معًا، والنت يمكن أن تكون مفيدة جدًا في هذا الصدد، ويمكن أن يكون ذلك بمثابة تجديد بدني عندما تتعلم رياضة جديدة من أحد أفراد أسرتك، أو تتعلم منه / منها مهارة بدنية جديدة، ويمكن أن يكون هذا تجديدًا روحيًا إذا كنت تقرأ معه / معها كتابًا إسلاميًا، أو تتناقشان في المبادئ التي تحكم الحياة الأسرية والحياة عمومًا من وجهة نظر المخلوق وما يريده منه الخالق.

إن التعلم المشترك يمكن أن يكون أيضًا تقليدًا رائعًا، وأحد أعظم مصادر السعادة في حياة الأسرة، كما أنه يؤكد على أنك بعدما تربي أطفالك فإنك يمكن أن تربي أحفادك أيضًا، وقد حكى لي جار في العمارة التي أسكن فيها أنه دهش عندما وجد أن رد فعل حفيدته على القصة التي كان يرويها لها مختلف عن رد فعل أمها على القصة نفسها، فانددهشت وقلت له:



وهل تتذكر رد فعل أمها من خمس وعشرين سنة، فقال: طبعًا؛ ذلك لأنه يولي مسألة التعلم المشترك وقراءة القصص لأولاده وأحفاده عناية كبيرة.

ويروي جون (ابن كوفي) فيقول: اصطحبنا والدانا إلى كل مكان، وقمنا معها برحلات كثيرة، كما اصطحبانا معها إلى لقاءات حوارية، وكانا دائمًا يعرضانا للكثير من الأشياء الجميلة، مثل معارض الزهور أو معارض اللوحات الفنية، وكنت أشعر أن هذه ميزة حقيقية بالنسبة لي عن أقراني، كما أن السعادة التي أشعر بها خلال المواقف التي تمر بي معها كانت عالية بشكل كبير، ومصدرها أنني أتمتع بكثير من الخبرة التي وفرها لي والداي، فقد أقيمت في المعسكرات في الغابة وفي الأماكن الخلوية، وقمت برحلات تحدُّ للبقاء، وكذلك مارست السباحة والتزحلق على الماء والتجديف .. لقد جربت ممارسة كل رياضة مرة على الأقل، وبوعي مني حاولت أن أفعل المثل مع أولادي، فكنت أصطحبهم معي لمباريات البيسبول والسلة، وإلى السوق التجاري لشراء أشياء كهربائية أو أشياء للمنزل، وأصطحبهم لموقع البناء حيث أعمل، أو يساعدونني عندما أقوم ببناء شيء ما في ساحة المنزل، ويساعدوني في أعمال الصيانة .. لقد حاولت تعريضهم للكثير من أمور الحياة المختلفة؛ لإكسابهم الخبرة وممارسة التعلم معًا.

وهناك تقليد تعليمي مهم بشكل محوري، ألا وهو القراءة، فالأسرة بوسعها أن تقرأ معًا أو تناقش ما يقرأونه منفردين، ولا يشترط أن تكون القراءة من الكتب؛ فإن القراءة من النت تؤدي الغرض نفسه، والأولاد بحاجة لأن يقرأوا بمفردهم، وأن يروا والديهم يقرأون أيضًا، ويتناقشون فيما يقرأونه، يقول كوفي: «تعرضت لصدمة منذ سنوات عندما سألتني ابني جوشوا إذا كنت أقرأ، فقد أدركت أنه لم يرني مطلقًا وأنا أقرأ، ففي الأغلب كنت أقرأ بمفردي بعد أن ينام، وفي الحقيقة أنني كنت أستوعب محتوى ثلاثة أو أربعة كتب أسبوعيًا، ولكنني عندما أكون مع أسرتي فإنني أكون معهم تمامًا، ولا أكون معهم بجسدي فقط وأقرأ كتابًا، فلا أقرأ وأنا معهم، ولقد قرأت مؤخرًا بعض الأبحاث التي تشير إلى أن السبب الأول وراء عدم رغبة الأطفال في القراءة هو أنهم لا يرون آباءهم يقرأون، وأعتقد أن هذا كان أحد الأخطاء التي ارتكبتها طوال السنوات الماضية؛ ولذلك فإنني أرغب في أن أواصل دراساتي بشكل



أوسع بما يتيح لأطفالي أن يشاهدوني وأنا أقرأ بشكل أكبر، كما أصبحت أكثر رغبة في المشاركة فيما تعلمته وما أمتعني، عن طريق المناقشة المستمرة لما أقرأ ويعجبني مع أسرتي».

تقول زوجة كوفي: إن أحد التقاليد التعليمية التي طورناها في أسرتنا هي أنني كنت أجمع كل الأولاد في السيارة كل أسبوعين، وكنا نتوجه إلى المكتبة العامة، وكان بوسع كل شخص أن يستعير 12 كتابًا كحد أقصى، ويحتفظ بها أسبوعين كحد أقصى، وكان كل فرد يختار الكتاب الذي يريده ويلبي اهتماماته، وكانت مهتمتي الأساسية هي التأكد من أن الكتب لا تتلف أو تختفي أو تشوه خلال فترة الأسبوعين، وأتذكر مدى هلعي ونحن نحاول تجميع كل الكتب التي استعرتها المرة الماضية، والتي حان موعد تسليمها.

إن التعلم معًا كأسرة هو أكثر من مجرد تقليد .. إنه حاجة ماسة، ومن الصحيح ما يقال أنه في عالم اليوم إذا لم نتحرك بسرعة فسنتزل في المؤخرة؛ لأن نمط الحياة ونمط التقنية أصبح أمرًا يتغير بسرعة بدرجة لا تصدق، فالعديد من المنتجات تصبح قديمة بعد ظهورها بالأسواق بأشهر قليلة -وخاصة التليفونات المحمولة والحاسبات الشخصية- والعمر النصف للعديد من المهن أصبح ثلاث أو أربع سنوات .. إنه لأمر مخيف، وذلك هو السبب وراء مدى أهمية وجود تقليد وثقافة أسرية تركز على استمرارية التعلم، والتعلم المستمر الآن هو شعار في الأمم المتحدة.

### 3-7 العبادة معًا:

يحكي أحد الآباء الأمريكيين، فيقول: خلال مرحلة نضوجي كان من المهم للغاية بالنسبة لوالدي أن نصلي في جماعة، وكنت في ذلك الحين لا أعتقد أن ذلك مهم، ولم أكن أفهم لماذا يعتقدان في أهمية هذا الأمر لكنها كانا يفعلان؛ لذا فقد كنا نذهب جميعًا إلى الكنيسة معًا ونصلي معًا ونجلس معًا، ويجب أن أعترف أنني وإخوتي كصبية صغار كنا نشعر بالملل معظم الوقت.

ولكن مع تقدمي في العمر بدأت ألاحظ أننا كنا أكثر توحّدًا كأسرة مما كان عليه الوضع بالنسبة للعديد من أصدقائي، فقد كان لنا -كأسرة- قيم وأهداف مشتركة، وكان كل فرد منا يعتمد على الآخرين في حل مشكلاته وإعطائه الأجوبة عن أسئلته، لقد كنا نعرف ما آمننا به جميعًا لقد كنا معًا، والصلاة لم تكن فقط في الكنيسة بل كذلك في منزلنا، فقد كان يجري



التعامل مع الدين والعبادة على أنها عملية تعليمية وليست روحية فقط، فقط كنا نتلقى دروسًا روحية حيث كان والدانا يعلماننا الصواب والخطأ، وكانا ينصتان عندما كنا نختلف معًا، ثم يقومان بتوضيح الأمور لنا، ومن ثم يساعدانا في إيجاد الأجوبة الخاصة بنا، وقد علمانا القيم والإيمان.

وإضافة إلى ذلك، كان هناك بعض تقاليد الأسرة خاصة بالجانب الروحي، فقد كنا نصلي معًا كل ليلة عند الجلوس لتناول الطعام، وأحيانًا كان الإنصات إلى إخوتي وهم يستمرون في الصلاة أمر ممل، ولكن مع تقدمي في العمر أدركت كم تعلمت وأنا أنصت إليهم، فقد تعلمت من هذه الصلوات ما الذي كان مهمًا بالنسبة لهم، وما الذي يحتاجونه ويريدونه وما الذي يخشونه ويقلقون بشأنه، والآن هذا هو ما أفكر فيه، وأدركت أن هذا هو ما يجذبنا جميعًا معًا.

يقول: نحن نصلي وندعو في أوقات الأزمات، وأتذكر عندما كانت جدتي في المستشفى تعاني من مرض السرطان، وتم توجيه الأسرة بكاملها: الخالات والأعمام وأولاد العم والخالة وتجمعنا كلنا في صلاة وصيام للأسرة كلها من أجلها، وقد منحنا هذا القوة على أن نبقى معًا، وعندما توفيت كان من الرائع أن كل فرد أصبح قريبًا منها بسبب هذه الصلاة والصيام، وأحسنا أن الوحدة بيننا أصبحت طاغية، وعلى الرغم من الدموع والحزن فقد كانت جنازة جميلة مفعمة بالقوة والدعم، وعدت من هذه الجنازة بفهم خاص وتقدير لكل نعم الحياة من الميلاد إلى الممات، وأعتقد أن حقيقة أننا نشارك بعضنا بعضًا في معتقدات مشتركة تجعل الحياة ذات معنى أكبر بالنسبة لنا.

لاحظ كيف أن العبادة المشتركة جمعت هذه الأسرة معًا روحياً وعقليًا واجتماعياً. ذكر معهد جالوب أن 95% من الأمريكيين يعتقدون في نوع ما من الذات العليا أو القوى العليا، وأن الناس أصبحوا يشعرون بالحاجة أكثر من ذي قبل للوصول إلى ما هو وراء مساعدة الذات للعثور على المساعدة الروحية، كما أظهرت الأبحاث بوضوح أيضًا أن الصلاة في جماعة هي أحد أهم خصائص الأسر الصحية والسعيدة، فهي تستطيع خلق بيئة ووحدة وتفاهم مشترك، وهو الشيء نفسه الذي يقوم به بيان الأسرة بشكل كبير.



وإضافة لذلك، فإن الدراسات أوضحت أيضًا أن الممارسات الدينية المشتركة هي عامل أساسي في الصحة والاستقرار العقلي والعاطفي، خاصة عندما يكون تحفيز الأفراد داخليًا، وعندما تكون البيئة الأسرية مركزة على النمو القائم على المبادئ الأخلاقية أكثر من الأمور المادية أو الإلزام القانوني، فإن الناس ستكتشف صحة عقلية ونفسية أكثر، وتتيح الثقافة السليمة في الأسرة اعترافًا صريحًا بقبول العيوب في الذات وفي أفراد الأسرة، ولكن مع محاولة تقويمها وتشجيع العيش في انسجام مع المبادئ التي تحكم الحياة بأسرها.

يقول كوفي: داخل أسرتنا وجدنا قوة كبيرة في العبادة معًا، وطوال سنوات جعلنا من أهم أولوياتنا أداء الصلاة في الكنيسة معًا، ودعم بعضنا البعض في العمل وخدمة المجتمع.. لقد وجدنا أن هذا يوحدنا كأسرة، ويعطينا الفرصة للعمل التطوعي معًا من أجل شيء أعلى من الذات، كما حاولنا أن نؤدي صلواتنا اليومية في منزلنا، وكنا نحاول أن نقضي بعض الوقت معًا لمدة بضع دقائق كل صباح لنبداً يومنا بشعور من الجماعة والإلهام.

ومرة ثانية، الحمد لله على نعمة الإسلام وعلى أن أرسل الله لنا أفضل رسله، الذي علمنا أن نبدأ يومنا بأذكار الصباح، التي لو قالتها الأسرة معًا لكانت فتحًا ربانيًا في أول اليوم، ثم دلنا على صلاة الجماعة في المسجد وصلاة السنة في المنزل لتتواجد مع جيراننا وإخوتنا في المسجد، وتتوحد مع أزواجنا وأبنائنا في المنزل، وهدانا أن ندعوه أن يستعملنا وأزواجنا وأولادنا وأحفادنا لخدمة دينه ونصرة شريعته... آمين.

ولا شك أن التربية الروحية للأبناء من سن السابعة، وحرص الأبوين على صلاة الجماعة الأب مع الأولاد في المسجد، والأم مع البنات في المنزل، ثم حرص الأبوين على ورد المحاسبة (أي محاسبة كل فرد لنفسه على صلاة الجماعة الأولى، وعلى عمل الخير أثناء اليوم، وعلى صلة الرحم والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، وعلى ذكر الله قيامًا وقعودًا وعلى جنوبنا، واتباع كل ما دلنا عليه الرسول ﷺ من خير واجتناب كل ما نهانا عنه من شر)، لا شك أن ذلك كله سيؤدي إلى تجديد روحي يومي، سواء شخصي أو على مستوى الأسرة.

يقول جوشوا (ابن كوفي): «خلال فترة نضوجي كنا دائمًا نؤدي الصلوات مع الأسرة في الصباح، ولم يقتصر الأمر على الصلوات، فقد كنا نستيقظ من السادسة صباحًا -سواء خلال فترة طفولتنا أو عندما كنا في المرحلة الثانوية- وكنا نقرأ معًا ونتحدث عن الأنشطة والخطط



الخاصة باليوم، ثم نؤدي الصلاة مع الأسرة، وكنا نسط البطاطين على الأرائك ونرقد عليها، فقد كانت هناك أوقات ينام بعضنا فيها حتى يجيء علينا الدور في القراءة، ورغم الجهد الذي كنا نحس أنه زيادة عن اللازم، إلا أنني أعتقد أننا تعلمنا منه أكثر مما كنا نعتقد.

هذا التقليد الأسري -مضافاً إليه القراءة اليومية للكتب الدينية وكتب أخرى في آداب الحكمة- كان يمثل تقليداً للتجديد الكبير في أسرنا، وهو شيء يمكن لأي أسرة أن تفعله، وأدب الحكمة قد يكون شيئاً يربطك بالمبادئ الخالدة، أو بكتابك المقدس أو بالحكمة الأمريكية الأصلية، أو بحكمة بوذا أو كونفوشيوس، أو أحد كتب الفضائل، أو أحد كتب السير الذاتية التي تثير الإلهام، أو بعض المقتطفات الأدبية المختارة، أو المقالات التي بها رؤية أو تركيز على المبادئ والقيم»، والفكرة هي أنك إذا ما نظمت حياة أسرتك لقضاء حوالي عشر أو خمس عشرة دقيقة لقراءة شيء ما في الصباح يربطك بهذه المبادئ الخالدة، فهذا سيضمن أن أولادك سيحسنون اختياراتهم خلال اليوم، سواء داخل الأسرة أو في المدرسة أو في العمل، أو في كل نواحي الحياة، وأفكارهم ستصبح راقية وتفاعلاتهم ستكون أكثر إشباعاً، وسيكون لهم رؤية أعظم، وستزيد من تلك المسافة بين ما يحدث لك ورد فعلك تجاهه، وستحسن رد فعلك هذا، وستكون أكثر اتصالاً بما يهيك بشكل حقيقي وبدرجة كبيرة.

كما ستكون أيضاً أكثر اتصالاً بأسرتك، وسيكون هذا بمثابة وقت عظيم تقضيه بالقرب من احتياجات كل شخص في ذلك اليوم، سواء كان أحدهم سيخوض اختباراً، أو أمامه مهمة صعبة سيؤديها، أو هدية يجب أن يقدمها، فهذا الوقت سيمكنك من بدء يومك بتقوية العلاقات المهمة لك بدرجة بالغة.

إن الصلوات اليومية بوسعها أن تمدك بالتجديد الروحي والاجتماعي والعقلي الهائل، وإذا ما أردت أن تضيف بعداً بدنياً فيمكنك أداء عدد قليل من التمارين قيماً وقعوداً، أو الخروج للمشي في الصباح الباكر أو رفع الأثقال، فمهما كان اختيارك لما تفعله فإنك ستجد أن أوقات الصباح هي وقت عظيم للتجديد الشخصي وتجديد الأسرة معاً، وأنها وسيلة رائعة بشكل لا يصدق عقل لبدء يومك.

وفي الإسلام نجد الحكمة القائلة: "البركة في البكور"، وإذا قام الإنسان لصلاة الفجر ثم لم ينم بعد ذلك فإنه سيجد متسعاً من الوقت ليقول أذكار الصباح ثم قراءة ورد القرآن، وقد

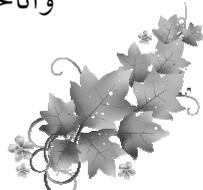


يمارسان رياضة المشي قبل شروق الشمس (يستحسن مع زوجته أو أحد أبنائه)، ثم يأخذ حمامًا باردًا ويصلي الضحى بعد ذلك، وأثناء المشي يمارس عبادة التفكير في كتاب الله المرئي (الكون)، وهي عبادة عظيمة يغفل عنها كثير من الناس، ويبقى وقت قبل تناول الإفطار لإيقاظ أولاده الصغار وقراءة شيء عليهم لربع الساعة قبل الإفطار، ثم على مائدة الإفطار يناقش معهم خطط يومهم، ويقدم لهم الدعم النفسي والمالي الذي يطلبونه، ويعلمهم بعض الأدعية المهمة، مثل: أصبحنا وأصبح الملك لله، والحمد لله لا شريك له، لا إله إلا هو وإليه النشور.

ويعلمهم أن يستفتحوا كل عمل باسم الله، وأن يتقوا الله في كل ما يفعلونه. وإذا كبر الأولاد وصاروا يعملون يوصيهم (ويوصي نفسه) بأن يكون كسبهم من حلال، فإن أهله يصبرون على الجوع ولا يصبرون على النار، ويعلمهم أن رزقهم مكتوب، وأن المطلوب فقط أن يتقوا الله ويُجملوا في الطلب كما قال الرسول الكريم ﷺ، وأن يتحروا الحلال وتكون غايتهم رضا الله، وليس الكسب المادي فقط.. كل هذه المعاني والأعمال إذا كانت من تقاليد الأسرة في الصباح فإن الله سوف يبارك في أنشطة أفرادها طوال اليوم إن شاء الله، طالما بدأوا يومهم بالصلاة في المسجد ثم تلاوة القرآن وقراءة الأذكار وعبادة التفكير، ثم جددوا النية لكي يتقوا الله في كل ما يفعلونه، ويطلبوا الرزق طلبًا جميلًا، ثم يتوكلون على الله حق توكله كما تفعل الطير، تغدو خماصًا وتعود بطنًا.

### 3-8 العمل معًا:

يحكي أحد الأشخاص ذكرياته مع أبيه فيقول: «من الذكريات المشرقة لفترة نضوجي كان العمل بجوار أبي في حديقتنا، فعندما اقترح عليَّ الفكرة للمرة الأولى كنت أنا وأخي في غاية الإثارة، وفي ذلك الوقت لم ندرك أن هذا العمل سيتطلب قضاء ساعات في خلفية المنزل تحت حرارة الشمس الملتهبة، مع إمساك الجاروف والحفر حتى تصاب يديك بالقروح الجلدية، ومع أن العمل كان شاقًا إلا أن أبي كان يعمل معنا جنبًا إلى جنب، واستغرق العمل في الحديقة وقتًا كي يعلمنا ويدربنا بما يتيح لنا رؤية ما يعنيه فكرة حديقة الثمار التي كان يلجم بها، وقد أتاحت لنا هذه التجربة خبرة تعليمية واسعة في زراعة الأشجار وفي قوانين الطبيعة، وأتاحت لنا رؤية نعمة الخلق.



وبعد أربع سنوات عندما أصبحت قادرًا على الخروج -كمراهق- للعمل في المجتمع كان الشعور بفرح ورضا عظيمين يغمراي نتيجة الأشجار والثمار التي أهرت كل من رأي حديقتنا، وأتذكر عملية الحصاد التي كنت أقوم بها عندما كنت في الثالثة عشرة من عمري، فقد كان قطف ثمار الفاكهة الجميلة مصدر سعادة كبيرة لي؛ فقد زرنا التفاح والكمثرى والخوخ، وزرنا الذرة في الفناء الخلفي، وكانت أجمل ذرة تذوقتها في حياتي، وكذلك زرنا الطماطم والتي نمت لتبدو كالأشجار؛ لأننا كنا نحفر ونعد الحفر بكل عناية.

وأذكر كيف أنه بعد ذلك -وحتى عندما كنت مشغولاً للغاية كمراهق- كنت دائماً أرغب في أن يسنح لي الوقت كي أتأكد أن حديقتنا منسقة، وأن أشجارنا تم تشذيبها ورشها والعناية بها، وأعتقد أن أحد أهم الخبرات التعليمية التي اكتسبتها خلال هذه السنوات هو رؤية ما الذي بوسع أسرتنا أن تنجزه إذا عملنا معاً، فعندما كنا نسير بين صفوف الأشجار في الحديقة ونشعر بأننا قد أنجزنا كل ذلك، كان ذلك مصدر رضا لا يصدق، والآن أجد أن هذه الخبرة تساعدني تقريباً في كل مهمة تواجهني؛ في عملي كمحاسب أو في الأمور الأخرى، فكلما شاركت في مشروع أحتاج فيه لشخص ما يحدد لي النتيجة النهائية والرؤية، أعود بذاكرتي لتلك التجربة، وكيف أن والدي ساعدني على إدراك ما الذي يتعين علينا عمله لأسرتنا، وعلاقتنا كأسرة.

وبوسعي أن أترجم ذلك الآن وأطبقه على المشروع المائل أمامي في المكتب، وأقول لنفسي: حسناً، أمامنا هذه المهمة، ونحن بحاجة إلى إنجازها، فما الهدف الموجود في ذهننا؟ وما الخطة التي تؤدي إلى إنجازها في المدة المحددة؟ وعندما أحتاج إلى عمل نظام في حياتي وعملي أعود بذاكرتي إلى صفوف الأشجار ذات الأوراق الخضراء في الحديقة، وأتذكر كيف تصورت أنها عملية صعبة للغاية عندما جمعنا نبتة الأشجار في أوعية بلاستيك صغيرة، وأتساءل: كيف جعلناها تنبت لتصير أشجاراً كبيرة؟ لأنه بعد أسابيع من وضع هذه الأوعية في الحفر التي حفرناها شاهدت هذه النباتات وقد نضجت وارتفعت بأوراقها التي تشبه الحرير، وعلمت أن بإمكاننا القيام بالشيء نفسه في كافة نواحي الحياة.

وأحياناً أفكر في النموذج الذي شكله أبي عندما عمل معنا في الحديقة؛ فقد نجح في استخلاص المتعة من إنجاز المهمة، وأعتقد أنه استخلص المتعة من رؤيتي أنا وأخي ونحن



نستمع بالقيام بالفلاحة، ورؤية نتائج عملنا الشاق، والإحساس بنعمة الخلق، والتعجب من قدرة الخالق.

لاحظ كيف أن هذا التقليد المتمثل في العمل معاً داخل الحديقة جدد هذين الصبيين شخصياً، وجدد الأسرة في الوقت نفسه .. لقد نبضت فيهما الروح الاجتماعية، بإعطائهما الفرصة للعمل معاً ومع والدهما، هل يمكنك تصور اللحظات التعليمية الرائعة التي قد تخلقها هذه الفرصة؟! وانظر كذلك كيف جددهم هذا بدنياً؛ لأنهم عملوا بالخارج تحت أشعة الشمس الساخنة، وفكر في التجديد العقلي الموجود في هذا التقليد الأسري المتمثل في تعليم الصبي وسائل زرع وتربية وإنماء النباتات، وفكر في الأسلوب الذي ستساعده به هذه المعرفة حتى في مجال عمله التجاري عندما يكبر؛ ذلك لأنه تعلم في هذه الحديقة بعض القوانين الطبيعية التي تحكم كافة مناحي الحياة، وكيف أنه صار قادراً على تطبيق تلك القوانين أو المبادئ لسنوات فيما بعد في مواقف مغايرة تماماً، وكذلك كان التجديد روحياً عندما عاش الصبيان تجربة معجزة نماء النباتات، وشاهدا قدرة الخالق بأي العين، لاحظ أيضاً ما الذي يمكن أن تقرأه بين السطور حول رؤية هذا الأب تجاه العمل مع أولاده وتعليمهم وإعطاء القدوة لهم.

ويقول والد آخر: أعتقد أنه من السهل على أي فرد يعمل من أجل لقمة العيش أن يصبح شخصاً تتأصل فيه قيم العمل، وأن يصبح حازماً وأمرًا وناهيًا، ولكن عندما كنت أعمل مع أطفالي أدركت أن المقاصد تختلف عندما تعمل مع عمال وفنيين في سوق العمل، فالعمل مع أطفالك هدفه هو بناء شخصياتهم وقدراتهم المستقبلية، وليس الهدف مكسباً مادياً، وعندما تضع هذه الغاية في ذهنك فإنك لن تحبط من إخفاقات أطفالك، وإنما ستشعر بالسكينة والمتعة عندما تراهم يتعلمون وتتطور شخصياتهم وينضجون.

إن الأمر يشبه قصة حكاها لي صديق يملك مزرعة عندما قرر شراء عجلين صغيرين لتعليم أولاده تحمل المسؤولية عن تربيتهما، وحضر إليه أحد جيرانه المزارعين -وهو يعمل فلاحاً لسنوات طويلة- وبدأ في انتقاد بعض الأشياء التي كان يقوم بها أولاده في رعاية البقرتين الصغيرتين، فابتسم الرجل وقال: شكراً لاهتمامك ولكنك لا تفهم، إنني لا أربي أبقاراً، إنني أربي أولاداً .. هذه الفكرة ساعدتني خلال العديد من اللحظات التعليمية في



العمل مع الأطفال .. المهم هو ماذا يتعلمون، وكيف تنضج شخصياتهم، وليس المهم حسن رعاية الأبقار، أو تأنيبهم على الأخطاء التي قد يقعون فيها لقلّة خبرتهم.

لقد اعتادت الأسر في الطبقة المتوسطة على العمل سويًا من أجل البقاء؛ ومن ثم صار العمل شيئًا يقرب أفراد الأسرة من بعضهم البعض، ولكن في المجتمعات الصناعية وفي المدن الآن يفكك العمل الأسرة أحيانًا، فهناك آباء وأمّهات يخرجون للعمل في اتجاهات مختلفة، وكلهم يصبحون بعيدين عن البيت، وإذا كان لديهم أطفال سيكبرون في بيئة اجتماعية تعتبر العمل بمثابة لعنة أكثر من كونه نعمة؛ لأنه يفرق بين الأب وابنه وبين الأم وأبنائها، ويجعلها يحضران إلى البيت في نهاية اليوم منهكين غير قادرين على العطاء العاطفي، أو على إعطاء الدعم لأولادهما؛ لذا فإن إحياء تقليد العمل معًا هذه الأيام حقيقة هو مسألة قلب للأوضاع.

ولكن هناك العديد من الوسائل لجعله عملية تعليمية ممتعة، وسيكون هناك العديد من المنافع التي ستنتجم عنه، فكما لاحظنا من الحكاية السابقة فإن وجود حديقة فاكهة في الفناء الخلفي للمنزل هو نموذج عظيم لتقليد العمل معًا؛ فمن خلاله يمكنك الاستمتاع حقيقة بشمار عمل أسرة معًا، وستكون ثمارًا ناضجة حلوة المذاق، والعديد من الأسر تقوم بأعمالها المنزلية بشكل منتظم معًا خلال العطلة الأسبوعية، وبعض أولياء الأمور يشركون أطفالهم الكبار في أعمال صيفية ضمن مهنتهم للتعليم وتحمل المسؤولية.

تقول كاثرين (ابنة كوفي): إحدى التقاليد التي كانت تعتبر سنًا داخل أسرتنا هي برنامج «العشر دقائق»؛ فعندما كنا نقيم حفلًا كبيرًا، أو عندما تكون هناك فوضى عارمة نكون قد تسببنا فيها خلال ساعات ما بعد المدرسة، عندئذٍ كان أبي يقف ويقول: «حسنًا، فلنبدأ برنامج العشر دقائق قبل أن نتوجه إلى النوم»، وهذا يعني أن كل شخص في الأسرة سوف يعمل وبشكل مكثف على مدار عشر دقائق لتنظيف المكان، وكنا جميعًا نعرف أنه إذا كان هناك ثماني عشرة يداً تعمل داخل المطبخ فإنهم سيكونون أسرع كثيرًا من يدين فقط؛ لذا فقد عرفنا أنها ستكون عملية سريعة بشرط تنظيم العمل، وهذا ما جعلها شيئًا لطيفًا.

وكان هناك تقليد آخر كنا نطلق عليه «حفلات العمل»، وهذا يبدو تناقضًا في الألفاظ، ولكن هذا ما كانت تسير عليه الأمور؛ فقد كنا أحيانًا نعمل بشكل شاق لمدة ثلاث أو أربع

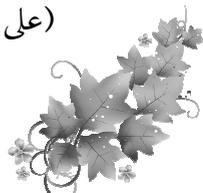


ساعات للقيام بعمل ما، ولكن كان يمكننا تناول الطعام والضحك خلال العمل، كما كنا أحياناً نعد أنفسنا بمكافأة، وهي القيام بشيء ممتع عند الانتهاء، مثل الذهاب إلى السينما، وكنا نتطلع لذلك، فكل فرد كان يتوقع أنه سيكون هناك عمل، فقد كان هذا الأمر مجرد جزء من أجزاء الحياة، ولكن إضافة لها، مثل هذه المكافآت الصغيرة في نهاية العمل أو عمل شيء ما يضيفي المتعة أثناء العمل، ذلك ما كان يجعل الأمر يمر بصورة أفضل، ولذا كنا نطلق عليها «حفلات العمل».

### 3-19 الخدمة معاً:

إحدى الأمهات تشارك بهذه التجربة: «إن زوجي مارك نشأ بإحدى القرى؛ حيث كان الناس يعملون معاً من أجل البقاء أحياء، وكانت أمي دائماً تساعد الناس، سواء الذين كانوا في دار العبادة أو جيراننا في الحي، أو إذا سمعت بوجود شخص يحتاج للعون في حي مجاور؛ لذا فإنني ومارك نشأنا ولدينا إحساس بأهمية العمل والخدمة معاً، وعندما تزوجنا وأنجبنا أطفالاً قررنا أن إحدى القيم التي نرغب في غرسها بداخلهم هي قيمة حسن خدمة الآخرين، ونتيجة لأن مواردنا المالية لم تكن كبيرة بالحد الكافي؛ لذا شعرنا بمحدودية مساهماتنا الخيرية. ولكن خلال حديثنا معاً أدركنا أن هناك شيئاً واحداً بوسعنا عمله، يمكننا صنع ألحفة، وهي نموذج لسلع غير باهظة الثمن ويحتاجها الناس كثيراً، وحياسة اللحاف عمل بسيط، وهو شيء يمكننا صنعه كعائلة معاً، فهو يتطلب جهداً ومهارة بدنية بسيطة؛ لذا ففي كل عام كنا نحيك معاً حوالي اثني عشر لحافاً لأسر محتاجة، وهذا العام صنعنا بعض الألحفة لأسرة خالتي التي كانت تمر بظروف صعبة للغاية، وقد بدأنا منذ فترة صناعة لحاف لأحد الجيران الذي خرج من تجربة طلاق ويعيش وحيداً.

ولقد أصبح للأطفال دور كبير في التعرف على المحتاجين؛ لأن الأطفال الصغار صرحاء بشكل كبير مع بعضهم البعض، ولا يحرصون على عدم قولهم إنهم محتاجون، وكان أطفالنا حقيقة يستمتعون بتقديم العون؛ لأننا كنا نجلس حول اللحاف ونحن نصنعه ونتحدث عن العديد من الأشياء؛ ومن ثم فإن صناعة اللحاف تساعد على تجديد الاتصال بيننا كأسرة أيضاً، وكان الأطفال يحبون تسليم الألحفة التي تمت صناعتها، سواء قمنا بتسليمها سراً أم لا (على الرغم من اعتقادي أنهم يستمتعون أكثر بأن يتم الأمر سراً)، لقد أمضينا أوقاتاً رائعة



ونحن نفعل هذا معاً كأسرة، حتى الفتيات الصغيرات (ثلاث وخمس سنوات) كن يجدن شيئاً يفعلنه، مثل قص القماش أو ضرب غزل القطن، وأحياناً كانوا يصنعون الكروت الصغيرة.. كان كل فرد مشاركاً؛ لأننا شعرنا بأن ما نقوم به شيء مهم».

وأحد الآباء يشارك هذه القصة: «منذ وقت مضى شعرنا أنا وزوجتي بأننا أخذنا الكثير في حياتنا، وأنا بحاجة أن نعطي أكثر مما أخذنا؛ لذا فقد بدأنا نحن ومجموعة من الشباب - وهي نوع من الجماعة الممتدة- نعمل بداخل منزلنا، وكان معنا أيضاً أطفال في سن المراهقة، وفكرنا ما هي أفضل وسيلة تجعلهم يستوعبون ويكون ما يفعلون جزءاً من حياتهم، وليس مجرد تقديم خدمة ما فقط، وشرحنا لهم لذة الخدمة العامة، وأصبح يأتي لمنزلنا حوالي 12 أو 13 صبياً، يحضرون أسبوعياً، وكانت مجموعة متباينة من أجناس وطوائف دينية مختلفة، وكان الشيء الوحيد المشترك بينهم هو أنهم جميعاً كانوا ينتمون لمدرسة الحي الذي نقيم فيه.

ولقد فهموا في بادئ الأمر أنها كانت تجربة لرؤية ما إذا كانوا سيحبون الالتقاء معاً أسبوعياً، وقمنا بصياغة اتفاقية تتيح لكل فرد أن يفهم ويوافق على ما سيحدث، واتفقنا على بعض الإرشادات الخاصة بأسلوب العمل، مثل: عندما يتحدث شخص ما ينصت الآخرون.. وحاولنا أن نرتب الاجتماعات بحيث تدور حول الأشياء التي يرغبون أكثر في الحديث عنها، وفي البداية تحدثنا عن أشياء مثل: الأمانة والاحترام والاعتذار عند ارتكاب الأخطاء، وخلق الإحساس بالمشاركة والمساهمة، وبدأت من نقطة انطلاق، وهي بعض الأسئلة التي تثير اهتمامهم، مثل سؤالهم: «ما الثقة؟ وما التوتر؟»، فقمنا أنا وزوجتي بعمل بحث عن ما سألوا عنه وطرحوه في الاجتماع الأسبوعي، وفي الاجتماع التالي لم نقم بالمزيد من التعليم من خلال الكلمات، فبعد 15 دقيقة من الكلام انتقلنا إلى الأنشطة البدنية والتي كان بعضها يتم خارج المنزل وبعضها داخله، وكلهم شارك في إلقاء الضوء على المفاهيم التي سألوا عنها، وأبدوا رغبة في السماع عنها.

وبعد أن أتمنا الاتفاق الأول كان الأولاد تواقين جداً للانتقال إلى الثاني، وأحبوا فكرة أن يكون هناك مكان يمكنهم الحديث فيه بحرية، وتوجيه الأسئلة إزاء الأشياء المهمة بالنسبة لهم، وأن يجدوا من يهتم بالبحث للوصول إلى إجابات لأسئلتهم، وكان الآباء والأمهات يقدرون ذلك أيضاً، واتصلت بنا إحدى الأمهات لتقول: «إنني لا أعلم ما الذي تفعلونه



داخل منزلكم طوال هذا الوقت (من ساعة ونصف إلى ساعتين)، ولكنه لا بد أن يكون شيئاً مهماً، ففي أحد الأيام وجهت تعليقاً سلبياً إلى ابنتي عن شخص آخر (فتاة)، فقالت لي: هل تعرفين يا أمي؟ إننا في حقيقة الأمر لا نعرف هذه الفتاة فعلاً، ولا يليق بنا قول ذلك؛ لأنه يعتبر غيبة». وكنت في غاية السعادة أنها لفتت انتباهي لهذه القيمة التي كادت تغيب من مجتمعنا، وأرجو أن يتمكن الكبار من الابتعاد عن الغيبة كما ابتعد عنها هؤلاء الأولاد».

هل يمكنك تصور مدى التجديد الهائل الذي يمكن أن يحدثه التقليد المتمثل في «الخدمة معاً؟» .. إنه تجديد روحي؛ لأنه يركز على شيء أسمى من الذات، ويمكن أيضاً أن يكون جزءاً من التجديد وجزءاً من الوفاء ببيان مهمة أسرتك، ويمكن أن يكون التجديد عقلياً وبدنياً، وذلك يعتمد على طبيعة الخدمة المؤداة.

ويمكن أن يشمل هذا الأمر أيضاً تطوير المواهب، وتعلم مفاهيم، وتعلم مهارات جديدة، أو الانخراط في نشاط بدني مفيد، كما أن هناك تجديدًا اجتماعيًا هائلاً، فهل يمكنك تصور شيء أكثر تعزيزاً وتوحيداً وتنشيطاً للعلاقات الأسرية من العمل معاً لإنجاز خدمة ما؛ لإنجاز شيء ما ذي قيمة ومغزى حقيقي؟

### 3-10 المرح معاً:

ربما يكون أهم بعد في أبعاد التقاليد الأسرية هو المرح معاً، وهو في الأساس إمتاع بعضنا البعض، وإضفاء البهجة على بيئة المنزل، وجعل المنزل والأسرة التي تقيم فيه الأسعد والأكثر شعوراً بالدفء في حياة الناس المحيطة بها، فممارسة المرح معاً شيء محوري ومهم لدرجة أنه يمكن أن يصنف ضمن تقاليد الأسرة، ويمكن أن يصنف كشيء مستقل بذاته؛ لأنه من الممكن تطويره والتعبير عنه بالعديد من الوسائل، ففي داخل أسرة كوفي قاموا بعمل الكثير من الصداقات الحميمة من جراء الدعابة، فعلى سبيل المثال: كان لديهم عدد مما نطلق عليه أفلام جماعة المعجبين بكوفي، وهي أفلام مرحة، وغالباً ما نشاهدها معاً، ونقضي أمتع الأوقات، وكل فرد صورناه في هذه الأفلام يستمتع بها بشكل كبير، ولقد تعلمنا الحوار الضاحك من مشاهدتها؛ لذا ففي مرات عدة عندما نمر ببعض المواقف المرحجة تقوم الأسرة كلها بإعادة تمثيل مشهد كامل من الفيلم كلمة كلمة، وكل فرد يشعر بالسعادة لذلك؛ في حين يتعجب من هم بالخارج.



وكما لاحظنا في العادة الأولى، فإن المرح يضع الأشياء في منظور لا يشترط بك خلاله أن تحمل نفسك على محمل الجد، فإنك لا تتوقف عند المسائل الصغيرة أو الأشياء الصغيرة المثيرة للسخط، أو التي تثير خلافاً أو استقطاباً في محيط الأسرة، فأحياناً يستدعي الأمر أن يقوم شخص واحد بإلقاء دعابة صغيرة إزاء موقف معين فيزول التوتر، ويتغير المسار بالكامل لحدث ما، ويحدث تحول لواجب دينوي فيحوّله إلى مغامرة.

تقول ماريّا (ابنة كوفي): أتذكر عندما كنا نعيش في هاواي، واعتاد أبي أن يعطي أمي راحة أيام السبت؛ كي تستريح منا جميعاً، وكان يقول: «حسناً يا أولاد، اليوم سأخذكم كلكم في مغامرة»، ولم نكن نعرف أبداً أي شيء عن هذه المغامرة، وكنا نشعر بالإثارة الشديدة، ولم نعرف هذا حتى فيما بعد، لكنه كان يرتب تلك المغامرات بعناية قبل الذهاب برفقتنا، وقد تكون المغامرة السباحة في المحيط، وقد تكون التوجه إلى متجر مشهور؛ ليشتري كل منا عبوة كبيرة من الآيس كريم، وقد نساfer في الغابة ضمن قافلة صغيرة، وربما عشنا معه سبع مغامرات في فترة عمله في هذه الجزيرة، كانت كل واحدة منها حدثاً ضخماً.

وأتذكر أيضاً أن أبي كان يأخذنا إلى حمام السباحة، ويظل يلعب معنا في الماء لساعات، ويلقي بنا حوله في الماء، أو من أعلى المنط .. لقد كان متهوراً، ولم تكن لديه أية موانع، ولا يحس بالخرج على الإطلاق فيما يخص المرح، فالكثير من الآباء والأمهات لا يلعبون بهذه الطريقة مع أولادهم، ولكن كلا من أبي وأمي كانا عاشقين للمرح جداً، وكانا يلعبان معنا على الدوام، ويقومان بعمل الأشياء المجنونة معنا.

ويقول ديفيد (ابن كوفي): أتذكر عندما كان الدور على أبي ليقود عربة حمام السباحة، وكانت هذه العربة تمتلئ بالأولاد، وكان أبي يقوم بأكثر الأشياء مرحاً وجنوناً، كان يلقي النكات، وكان يحفز الناس على إلقاء قصيدة شعر أو غناء أغنية، وكان دوماً يستطيع أن يجعل كل فرد يصل إلى نوبة ضحك لا يمكنه مقاومتها، وعندما كبرنا كنا أحياناً نشعر بالخرج لسلكه، لكنه كان يقول دائماً: «حسناً، إما الملل وإما الجنون، اختاروا»، فنقول: «الملل، لا تخرجنا يا أبي»؛ لذا كان يجلس صامتاً صمتاً يشعر بالضجر، ولكن عندئذٍ يصرخ الأولاد الأصغر منا: «الجنون، نريد الجنون»، فيعود لما كان عليه من المرح الصاخب مجدداً، وكان الأطفال في عربة حوض السباحة يجوبون هذا الأمر.



وتقول زوجة كوفي: أعتقد أن هناك بعض التقاليد التي يجب عدم السماح لها بأن تبدأ؛ لأنه يصبح من العسير جدًا السيطرة عليها، فعلى سبيل المثال: خلال تناولنا العشاء في أحد الأيام تلقى ستيفن مكالمة هاتفية عبارة عن حديث مع بعض شركاء العمل من مسافة بعيدة، وكان الأولاد متشوقين كي ينهي المكالمة ليعود للعب معهم، وظلوا يتوسلون له بإشارات تمثيل صامت كي يضع الساعة، لكنه أشاح لهم بيده، ووضع أصبعه على شفتيه في حركة معناها صه، وفي النهاية وبعد إدراكهم أن والدهم مصرّ أن يحقق هدفه ويواصل المحادثة التليفونية الخاصة بالعمل، وأنه يريد منهم أن يبقوا هادئين، وإدراكهم أنه في موقف ضعيف من ناحية المرح، تعرفوا على نقطة ضعفه على الفور، وأحضر أحد الأولاد من الدولاب علبة زبدة الفول، وبدأ في نشرها فوق رأسه الصلعاء اللامعة، والآخر وضع فوق الزبدة طبقة من مربى التوت الأحمر، والثالث وضع فوق كل هذا شريحة من الخبز الرائع، فصنعوا بذلك أروع ساندوتش على قمة رأسه، ولم يكن بيديه حيلة.

وبعد ذلك كانوا يتطلعون لهذه الفرصة كلما كان يأتي له اتصال هاتفي من مسافة بعيدة، وكانوا يستمتعون بذلك على وجه الخصوص إذا ما كان أصدقاءهم موجودين، ليشهدوا ذلك، ولم يكن ستيفن متحمسًا لمثل هذا التقليد، لكن اللطمة الأخيرة لغروره جاءت في إحدى أمسيات الصيف الساخنة، عندما كنا نجلس على الحشائش الخضراء مع بعض الجيران والأصدقاء الذين كانوا يشاهدون عرضًا لبعض من أطفالنا الصغار، وهم يستخدمون الشرفة كخشبة مسرح، وتوقفت إحدى السيارات - التي كانت ممتلئة بعدد من المراهقين - بصورة مفاجئة أمام منزلنا، وقفز منها خمسة أو ستة أفراد وجروا نحو زوجي، لقد كانوا في عملية صيد بحثًا عن السندويتش مصورًا بالفيديو، فصرخوا قائلين: «السيد كوفي، السيد كوفي نحن بحاجة إليك، يجب أن نفوز بهذه المسابقة، أرجوك ساعدنا»، وأحاطوه بعلب زبدة الفول والمربى ورغيف من الخبز، وصنعوا سندويتشًا رائعًا فوق رأسه، وقاموا بتصوير العملية كلها بالفيديو، وفي النهاية رحلوا، ودخل ستيفن المنزل ليغسل رأسه، ثم عاد ليواصل مشاهدة بقية المسرحية، وبمجرد أن استقر - وكذلك استقر جيراننا المندهبشون - توقفت سيارة ثانية ممتلئة بالشباب المراهقين المتحمسين، وجروا نحو زوجي، وطلبوا منه الطلب نفسه، وأكدوا له أنهم يعرفون كيف يصنعون الساندويتش؛ لأنهم تعلموا ذلك جيدًا على



أيدي أبنائه، وقبل أن تنتهي الليلة تمكنت ثلاث سيارات من الفوز بنقاطها الخاصة بعمل ساندويتش على رأس ستيفن كوفي، وقال جيراننا الذين كانوا معنا: إن الحدث الرئيس في هذه الليلة هو - بلا شك - إعادة تمثيل المشهد الخاص بالساندويتش على رأس زوجي ثلاث مرات، وأكدوا أن ستيفن كان نجم البحث عن السندويتش المصور بالفيديو، يا له من شرف، ويا له من تقليد غريب غير لطيف!.

#### 4- كيف توجد روح التجديد في أسرتك؟

أيًا كانت التقاليد التي قررت أن توجدها في ثقافة أسرتك، فسوف تجد أنه يمكن عمل الكثير لتربية الروح أو الشعور بالتجديد في تفاعلاتك اليومية.

تقول زوجة كوفي: هناك تقليد بسيط سعينا لتطويره خلال سنوات، ألا وهو إحداث ضوضاء عند المجيء والذهاب، فعندما يعود الأطفال من المدرسة فإن أخذ شنطهم ومعافطهم كانت تحدث في صخب، وكذلك الاستفسار منهم عن يومهم الدراسي، وكنت أجد من اللطيف أن أستقطع بعض الوقت مما أعمله وأركز عليهم، وذلك أثناء وضعهم لكتبهم جانبًا، وخلع معافطهم والبدء في الاسترخاء؛ وذلك لسؤالهم عما دار في يومهم، والإحساس بتوجيههم وحالهم ومزاجهم، وإعطائهم الإحساس بأنني أهتم بهم وبالأشياء الصغيرة التي تضايقهم، وكنت كذلك أساعدهم في إعداد بعض الفاكهة وبعض الشراب، أو وجبة خفيفة خلال هذا الحديث، ومن السهل للغاية أن تظل الأم منخرطة في الأشياء التي كانت تفعلها قبل مجيئهم، ولكن الحقيقة هو أنه عندما تتوقف كلية وترتكز عليهم، فإن ذلك يثري العلاقة، ويمكن اللعب معهم حتى لدرجة ملاحظتهم حتى غرف نومهم، ومعاكستهم أثناء خلع الزي المدرسي، وإلقاء الأسئلة والانخراط في حياتهم وأنشطتهم اليومية.

فكل واحد منهم يجب أن يشعر كما لو كانت أمه مشتاقة له، ومن الجميل أن يجدوا التحية والاهتمام الذين يتطلعون إليه، وأن يكون هناك هرج ومرج تجاه الأم، بما يجعلك تشعرين بشكل أكيد بأنك عضو مهم داخل الأسرة، وإنها لمكافأة شديدة أن يجد الأطفال شخصًا ما يصغي إليهم، ويسأل عما يعانونه، ويشعر بحالتهم المزاجية، وأن يبدو على الأم أنها على علاقة ودّ معهم.. إن الأمر يستلزم الجهد والمشقة، ولكنه يستحق.



وتقول: أتذكر في حفلة عشاء صغيرة في بيت أحد الأصدقاء أن هناك ضيفة وصلت بمفردها، وقالت: إن زوجها سيتأخر، وسيصل في غضون ساعة. ووصل فعلاً بعد حوالي 45 دقيقة واعتذر عن التأخير، وعندما وصل دب البريق في عيون ووجه صديقتنا، فابتسامتها وإحساسها بالإثارة لدى رؤية نقل كل فرد حبه للآخر، وكان واضحاً أنهما في اشتياق لبعضهما البعض خلال الفترة التي كان فيها في عمله، وقلت في نفسي: يا له من ترحيب حار، إنه لرجل محظوظ، وبعد قرابة العام تعرض الزوج لمرض مفاجئ، وتوفي بشكل غير متوقع خلال أسابيع، وهو ما تسبب في صدمة لأصدقائه جميعاً، ولكنه عاش حياة سعيدة تماماً؛ لأن زوجته كانت تنتهز دائماً أوقات الذهاب والمجيء لتعبر عن حبها له؛ مما جعله يعيش في سعادة دائمة.

يقول شون (ابن كوفي): كان لي عدد قليل من الأصدقاء في المدرسة الثانوية، هم زملائي في فريق الكرة، وكان بهم بعض من الشراسة، وما قام به أبي وأمي أساساً هو تبني أصدقائي، فقد كانا يصوران كل مباراة لنا بالفيديو، وبعد ذلك يدعوان كل أصدقائي لمنزلنا لتناول البيتزا، وكان نصف الفريق تقريباً يحضر هذه الدعوة، وكنا نشاهد شريط المباراة معاً؛ ومن ثم فإن كل أصدقائي شرعوا في الإعجاب بوالدي، وكانوا يعتقدون في البداية أن والدي كانا فاترين وكذلك أنا، وخلاصة الأمر أن العديد من أصدقائي انتهى بهم الأمر إلى التأثر بأسرتي بدلاً من احتفاظهم بالتصور السابق عنهما، وقد أثر والدي خصوصاً في كثير منهم، حتى أن بعض هؤلاء الأولاد غيروا من نمط حياتهم، وقلت شراستهم عن ذي قبل.

ويقول ديفيد (ابن كوفي): كان منزلنا على الدوام هو المكان المفضل في الحي؛ لأن أمي كانت ترحب بكل أصدقائنا، فضلاً عن قدرتها على الصبر على الفوضى التي غالباً ما تتزامن مع تجمعنا معاً، وهناك أوقات كنت أعود من المدرسة الثانوية وبرفتي أربعة أو خمسة من أصدقائي المهمين الذين يلعبون معي الكرة، ومع دخولي المطبخ كنت أدق على المائدة، وأميل على أمي مداعباً وقائلاً: أطعمني وجهي، أطعمني وجوه أصدقائي، وكانت تضحك ثم يفوز أصدقائي بوجبة شهية، بغض النظر عن الوقت الذي نصل فيه للمنزل.. إن روح دعابتها



وقدرتها على تحمل مثل هذه الأمور غير اللائقة جعل منزلنا مقصدًا للأصدقاء، وهو ما أشعرتني بالثقة في إحصار أصدقائي إليه، وبالثقة في أن أمي ستدعمني ولن تخرجني.

هذه التقاليد -سواء كبرت أم صغرت- هي الأشياء التي تدعمنا وتجددنا وتمنحنا الهوية كأسرة .. وكل أسرة فريدة، وكل أسرة يجب أن تكتشف وتطور ذاتها، فأطفالها يكبرون وبحوزتهم الكثير من التقاليد، لكنهم اكتشفوا -كما اكتشف كل فرد آخر- أنه عندما تتزوج فستدخل في علاقة مع شخص ما من منظومة مختلفة كلياً من ناحية التقاليد، ومن هنا برزت أهمية ممارسة العادتين الخامسة والسادسة، وأن تقررا معاً أي التقاليد تعكس نمط الأسرة الذي تحب أن تكون عليه أسرتهما.

#### التقاليد تساعد على التثام الأسرة:

بمرور الوقت تصبح هذه التقاليد التي تجدد الأسرة أحد أكثر القوى نفوذاً داخل ثقافة الأسرة، وبغض النظر عن ما يرضيك، أو حتى وضعك الراهن فإن هذه التقاليد هي شيء بوسعك أن تعيه وتبدئه داخل أسرتك، ومن الممكن أن تجعله يمتد إلى الآخرين الذين ربما لم يحصلوا أبداً على فائدة هذا التجديد في حياتهم الأسرية.

يقول كوفي: إنني أعرف إنساناً نشأ في منزل ذي بيئة شائكة، وفي النهاية تزوج من امرأة رائعة بدأت في مساعدته على اكتشاف حقيقة من هو، واكتشاف طاقاته الهائلة غير المستخدمة، ومع نمو ثقته أصبح على وعي متزايد بالطبيعة السامة لبيئته الماضية، وبدأ في التعرف أكثر فأكثر على أسرة زوجته والديها، فأسرتها كان بها ثقافة متأصلة في النشأة والعناية ومنح القوة، فالعودة إلى البيت -بالنسبة لهذا الشخص- كانت تعني العودة إلى منزل زوجته؛ كي يضحك مع أسرتها، والتحدث مع والديها الذين يحبونه ويؤمنون به ويشجعونه، وفي الحقيقة فإن هذا الرجل الذي يبلغ حالياً أربعين سنة اتصل مؤخراً بأقارب زوجته ليطلب منهم قضاء نهاية الأسبوع معهم، وسارعوا بالرد: بالطبع يمكنك الحضور، لقد كان الأمر بالنسبة له بمثابة العودة إلى طفولته والالتزام بالأسرة، وبعد الزيارة أوضح هذا الشخص قائلاً: إن الأمر يشبه الاغتسال والتجدد مرة أخرى، فضلاً عن التغلب على رحلة شبابي،



والعثور على أمل، فهذا الشخص -وبقوة جديدة- أصبح قدوة والمعلم الخاص لأمه وأسرته (إخوته وأخواته)، حيث ساعد على إعادة بناء الاستقرار والأمل فيها.

في أي محنة أو مرض يشمل الالتئام أو الشفاء الحقيقي الجوانب الأربعة كلها: البدني (ويضم أفضل عمل متاح في المجال الطبي بالإضافة إلى الإبقاء على الجسم حيويًا وقويًا)، أما البعد الاجتماعي فيتمثل في توليد الطاقة الإيجابية وتجنب الطاقة السلبية، مثل: الحسد والكراهية، فضلاً عن الاتصال بقاعدة الدعم التي توجد في الأسرة والأصدقاء الذين يضيفون جميعاً إيمانهم وصلواتهم ودعمهم، أما التجديد العقلي: فيمثلته التعلم بشأن المرض، وبسأن نظام مناعة الجسم وكيف يحاربه، أما التجديد الروحي: فيشمل ممارسة الإيمان والتقرب إلى الله بالدعاء واللجوء إليه سبحانه.

إن تجديد الأسرة يساعد على جعل ذلك الالتئام ذي الجوانب الأربعة متاحاً لكل فرد داخل محيط الأسرة، فهو يساعد على تقوية نظام المناعة القوي الذي تحدثنا عنه في العادة السادسة، والذي يمكن الناس من التعامل مع الصعوبات والانعكاسات، ويحسن الحالة البدنية والاجتماعية والعقلية والروحية .. إن الاعتراف بقوة التجديد والتقاليد المحددة في الأسرة يفتح الباب أمام كافة أشكال التفاعل والإبداع في تطوير ثقافة أسرية جميلة، وفي الحقيقة أن مبدأ سنّ المنشار هو النشاط الأكثر فاعلية في الحياة؛ لأنه يؤثر على كل شيء آخر بمنتهى القوة؛ فهو يجدد كل العادات الأخرى، ويساعد على خلق قوة جذب مغناطيسية ذات تأثير كبير في ثقافة الأسرة، من شأنها أن تجتذب الناس باستمرار صوب مسار الطيران السليم، ومساعدتهم في البقاء على هذا المسار.

وعلى الرغم من مدى أهمية هذه التقاليد، فمن الأفضل التذكير بأن أفضل تلك التقاليد لا يعمل دومًا بشكل مثالي؛ ففي داخل أسرة كوفي -على سبيل المثال- كانوا على أهبة الاستعداد للتوجه إلى حجرة العائلة صباح يوم الكريسماس بحيث يقفون جميعًا في صف -الأصغر ثم الأكبر- على السلام، ويديرون موسيقى الكريسماس، ويجهزون كاميرا الفيديو، ويقولون: هل الجميع متحمس؟ حسنًا لنبدأ، وبشكل مفاجئ سقط أصغر الأفراد إلى أسفل



قدرًا، وأجهش في البكاء، وعندما التفوا جميعًا حوله، وكان المكان مزدحمًا للغاية، ودارت بينهم مجادلات حول أفضل تصرف الآن، ولكن المدهش في الأمر أنه خلال كل هذا نجد أن التقاليد هي الأشياء التي نذكرها ويذكرها أطفالنا عندما يكبرون، وهي الروابط التي تربطنا وتوحدنا وتجددنا كعائلة .. إنها تجددنا اجتماعيًا وعقليًا وبدنيًا وروحيًا، ونتيجة لهذا التجديد نكون قادرين على العودة بنشاط لمواجهة تحديات الحياة اليومية.

