٦٧

قائمة الرافدين

انتخابات برلمان اقليم كردستان العراق

لك صوتٌ ولك حقوق.. فليكن صوتك من أجل إقرار حقوقك

الضياء
بهرا

العدد ٤٩٣- الاحد ٢٨ حزيران ٢٠٠٩ م -٦٧٥٩ آ

Bahra No 493 Sun. 28 Jun 2009

عمو بابا.. انسانا ورياضيا تربويا خالدا

يونادم بنيامين

ماذا تريد مني ان اقول لك ايها الانسان النجيب والصديق الصدوق والعملة النادرة والينبوع النقي الطهور والقلب الابيض والعراقي الاصيل، جامعا الخلق والنبل وكل الشمائل والخصال والانوار والجواهر في انسان تربوي ومعلم من طراز الفلاسفة ونهر خالد لعالم جميل اسمه – كرة القدم.

فعلتها والله ايها الرائع يا عمو بابا.

عندما قلتها واخذتها معك علنا في وضوح النهار وعلى مرأى ومسمع كل القنوات الفضائية والاذاعية الراديوية المذياعية وعلى صفحات الصحف والقرطاس وفي كل الة تسجل ورقائق تحفظ المشهد كله بلا رتوش بلا خضوع، بلا استمارات وتواقيع بلا عناء يذكر فقط "كان ضميرك" وهذه القناعة والكنز الذي لا يفنى بل تتجدد

وتقول الحقيقة على غرار الفيلسوف الفرنسي "جان جينيه" عندما يقول "انا اكبر كذاب اقول الحقيقة" نعم اخذتها تلك الحبيبة الرائعة والصديقة والنزارية الوفية العراقية في كل السحنات والابتسامات والهمسات اجل هذه الكرة، هي روح الوطن الشاعري والقيثارة العجيبة مع هتاف الجماهير "كلش زين عمو.. جاب الكاس.. جاب" وحبهم الكبير الذي يفيض حنان وزرقة مع دجلة وشقيقها العذب والنمير والجلاب- اجل الفرات واقماره.

لقد اخذت ما خططت له منذ شبابك الذي يتجدد دائما.

ارايتم؟! عمو بابا في كل الفصول والاعوام، هو عمو بابا في كل شيء لا يشيب، بل يكبر فينا قلبا رياضيا حيويا، ويوم كان لي صديق شغوف بعالم – عمو بابا- والكرة، حتى عندما صار مديرا لمدرسة يقول: كلما اكتب في جدول توزيع الدروس الرياضية تستغل من قبل معلمي الرياضيات والانكليزية لذا راح يكتب كلمة كبيرة ومؤثرة في علم التربية الرياضية وحق التلميذ الذهني والجسدي وتغيير الاجواء وهكذا كان يكتب علنا بدلا من الرياضة –عمو بابا– ومارس ا لتلاميذ رياضتهم وتفننوا بالكرة واسرارها، وانتظروا لعمو بابا الذي يقول: مرارا، اللياقة والفن والذوق والالتزام والتواضع والتعلم كاته في المقولة المشهورة "العقل السليم في الجسم السليم".

والاستاذ الكبير الخالد يقول: التلميذ الجيد في المدرسة هو الذي يقبل يا شباب في التدريب وباشرافي التربوي- اجل ايها الاب والمعلم والاخ والمهندس والطبيب والفلاح الماهر الحاذق والفنان الناقد الجميل.

يا قصيدة الكرة العراقية فقدناك صبرا كما قالها المؤرخ الرياضي الدكتور صديقك في كل صغيرة وكبيرة وشاردة وواردة اجل:

اخوك ضياء المنشيء- يوم رحيلك الى الخدر السماوي تقطف انوار الفراديس وتفاحات الرب الشهية. يا وزير الكرة ومديرها ولاعبها وكابتنها يا عشبها وملعبها.

عاش عمو بابا عاش ملعب الشعب والكشافة وكل الملاعب وعلى ارض العراق وكل الملاعب في العالم تدري بك ورحيلك ايها الشرقي العراقي الجميل يا من ادخل الفرح والسرور في كل شارع وزقاق وفي كل البيوت.

يا من جعل من زخات الرصاص تلعلع عاليا في سماء الوطن. يا هذا الفرح والكاس الذهبي والقامة العالية والبطل الرياضي في التواضع والحديث السلس البسيط الذي يغري الناس للاصغاء على نبرات صوت كروي عريق.

عموبابا يحبنا كثيرا ونحن نبادله الحب وله نصلي وله المجد والخلود.. شكرا يا حبيبي على كل شيء.

ونحن نقول يا حبيبي عموبابا لن ننساك مادام العراق باق والكرة التي تحتضنها معك هناك في الرمس الخالد هي العراق والنهر الخالد لقد فعلتها والله..

خالدا تبقى يا روح الكرة العراقية ومؤلفها ومدرسها وتلميذها وقائدها وملعبها وعشبها الاخضر الذي تتجدد في كل ولادة وفي كل انتصار رياضي لك: نطبعه، نخلده رحماك والى الفراديس..!!

التوقيع= الجماهير كلها.

نقاط ملونة

عدنان الحسني

الليل والطريق

تختلف اللغات بعضها عن البعض الاخر في النطق ورسم الحرف لذلك يقال ان اللغة الفلانية تختلف عن اللغة الاخرى في قواعدها وفي ميزانها الصرفي وفي خطها او في كيفية رسم حروفها والبعض يطلق على علم اللغة بعلم اللسان والصحيح ان هذه المضغة التي خلقها الله سبحانه وجعلها قادرة على التلون في التحرك والالتصاق السريع باللهاة لتعطي الصوت المناسب لكل حرف اذ بترابط هذه الحروف مع بعضها تتكون الكلمة .

فاللسان هو كينونة التخاطب وهو الاداة التي تنقل الانطباع عما يجيش في النفس ترى هل توقف الواحد منا عندما يطرح عليه العقل ان لا تجعل اللسان امام القلب بل اجعله وراء القلب ليكون اداؤه اداءا راقيا ينطق بالافضل بلا تكدير خواطر في احد الايام السالفة وفي مكان من هذا العالم الرحب سعة ركبت الحافلة مع الراكبين متوجهين الى حيث تأخذنا اقدارنا لا ادرى كما معظم الراكبين الى اين نمضي او لاي وقت سنبقى في تلك البقعة من الارض وهل هي المحطة التي سنتخذها للانطلاق الى العالم الذي لا اعرف منه سوى العنوان الجغرافي الواسع الذي ضاق بالكثيرين من الذين تركوا ديارهم وبالفعل انطلق الركب يخترق الزمن ليصل الى الحاضر الماضي بكل تفاصيل المستقبل المجهول فكانت هي الرحلة التي اسست للتعايش مع لغات ولهجات اخرى لاناس اخرين فكانت هذه الحافلة هو المكان الاصغر لمكان اوسع دخلت فيه تعايشا فالذي يجلس قبالتي لا اعرف منه سوى انه مسافر مثلي الى عالم مختلف بشكله ومتغير بتفاصيله هناك وفي الازمان المتلاحقة اذ يجري احدها خلف الاخر كانت اولى المحطات هي احدى الاستراحات المخصصة للمسافرين ترجل الركاب ليتزودوا بالطعام وليطرحوا عنهم التعب وجهد الطريق وجلست الى طاولة كانت مركونة الى جانب بعيد من الاستراحة تلك عندها تقدم نحوي احد عمال الاستراحة ورحب بلسان يلهج بخلاف ما يلهج به لساني الا انني فهمته لانتمائنا انا وهو الى نفس اللغة اجبته ففهمني واستوعب طلباتي وذهب ليجلبها لي فعرج على احد الجالسين قريبا مني وسمعته يكلمه بلغة تختلف عن لغتي ولغته فاجابه الرجل ففهم ما يريد ومضى الى مقصده هنا سرحت بالبال قليلا واستحضرت التفاصيل الاتية وفات علي زمن وانا سارح بالفكر الى الخيال افكر بالذي ستؤول اليه المقاصد وقلت في نفسي ترى هذا اللسان الذي يختلف لغة ولكل لغته ولهجته هل يختلف في نتائجه عند تذوق الاشياء مطعما كانت ام شكلا ام اسلوبا باختلاف الاشخاص ام ان هذه الوظائف موحدة عند الاخرين كما عند البعض الاخر اتممت طعامي وذهبت لاركب الحافلة مرة اخرى ولا زال فكرى سارحا باللسان وكيف انه يعطيك كلاما مختلفا باختلاف اللغات الا انه يتوحد بالذوق والاحساس ولا يتأثر الذوق باللغة نفسها بل باسلوب التخاطب باللغة فمن كان اسلوبه سلسا صادقا كان نطق لسانه كذلك سلسا وصادقا والعكس صحيح وهكذا سارت بنا الحافلة وقد جن الليل والقى بدياجيره على العيون فنام معظم الراكبين اذ انتصف الليل والطريق ...

الغزال في العراق.. تراث وثروة وطنية

د. غضنفر حكمت الشيخ

من الواجب على الجميع الابقاء على ديمومة ثروات العراق وعدم التفريط او الاهمال غير المسؤول.

وبما ان قطعان الغزلان هي جزء من تراث غال... وثروة وطنية وقومية لاتعوض لذا الالتزام بالمحافظة على هذا الارث الذي تكرمت به الطبيعة دون مقابل ومن غير تكاليف بشرية او مجهود انساني... ان نفقاتنا امام عطاء الطبيعة صفر على صفر ولن تكلفنا ما وهبته الطبيعة لنا غير التطفل والاستحواذ على نتاجها الابداعي واستباحة مطاردة الحيوانات الآمنة وبفوضوية متسيبة غير شرعية ولا تراعي ادنى مستويات الرأفة... او العفة.

البيئة الملائمة للغزال عزيزي القارىء الكريم: هي الاراضي الصحراوية الرملية والنجود المغطاة بالحجارة الكلسية ويألف المرتفعات البسيطة ايضا والسهول الواسعة ذات الحصى لما ينبت فيها من حشائش حولية نتيجة الامطار ونمو الشجيرات الصغيرة التي تجذب قطعان الغزلان اليها.

لقد تعرضت الغزلان الى صيد جائر مما ادى الى اختفاء وانخفاض عدد كبير ساهم مساهمة فعالة في انقراض انواع منها مثل غزال المها او ما يسمى بـ"البقر الوحشي" ولم يتبق الا اعداد قليلة جدا من غزال الريم، علما ان الابحاث دلت ومن خلال التقنيات الاثرية الحديثة العثور على عظام الغزلان تمتد لقرون تقدر الى نحو "٢٥ الف عام" والى وقت قريب كان تنتشر في العراق قطعان من الغزلان في الصحراء الغربية غربي الرمادي "الانبار". توجد هناك اربعة انواع من الغزلان وهي كما يلي:

اولا- الغزال المعروف بـ"الغزال الجبلي": يتمتع بقوائم طويلة وجسم ضخم ذي لون يميل الى السمرة الغامقة وخطوط على جانبي الجسم، ذي عنق طويل وتمتاز قرون الذكور بالقصر.

ثانيا- غزال العفر: لون الجسم بني او قهواني فاتح قصير العنق والارجل اما قرون الذكور فتكون طويلة مستقيمة، خطوط خفيفة على جانبي الجسم.

ثالثا- غزال الريم: ويسمى بـ"ضخم الدرقية" لوجود تضخم عند منطقة الحنجرة للذكور في طور التكاثر ويتميز جسمه بالرشاقة ويعيش على شكل مجموعات كبيرة في الصحراء لونه رملي باهت وذي قرون طويلة اناثه قصيرة القرون رفيعة لها ذنب اسود عرف عنها بالمراوغة اثناء الركض السريع وتتمتع باسلوب المخادعة للتمويه.

رابعا- غزال الرشت: تقريبا متشابه مع غزال الريم اناثه عديمة القرون له خطوط في جبهته ولونه رملي غامق.

يتكاثر الغزال بالتزاوج من خلال سيطرة ذكر الغزال في منطقة نفوذه على معدل خمس اناث ولايسمح لاي ذكر اخر بالدخول الى منطقة سيطرته اثناء وقت التزاوج.

تستغرق فترة الحمل "٥" اشهر ونصف الشهر تقريبا" وبعدها تضع الانثى مولودها بين الاعشاب والشجيرات.

عادة تبدأ الولادات بعد موسم الربيع اي ابتداءً من شهر اذار وتستمر حتى شهر تموز، وخلال ايام معدودة تصبح الصغار قادرة على اللحاق بامهاتها وبعد اسبوع من عمرها يصعب مسكها وتصبح سرعتها مقاربة لسرعة الغزال البالغ. ويعيش الغزال ما بين "١٠-١٢" سنة ويتغذى على الحشائش المختلفة والشجيرات المعمرة والحولية مثل المشيح والكيصوم والرمث والنبتول، والرعل والطرطيع.

الغزال يعرف مناطق وجود الماء في الصحراء فيتردد عليه بانتظام ويمكنه الحصول على الماء من الاعشاب التي يتناولها.

المخاوف .. اسبابها وعلاجها

د. رضا العطار

الخوف هو العاطفة التي تسيطر على حياتنا. وهذه السيطرة تزيد حتى تبلغ حد الطغيان. وعندئذ تفسد النفس، فنسلك في غير تعقل. وقد يعود هذا علينا وعلى غيرنا بالأذى والخسارة. نحن نولد ونحن خائفون. فأن الطمأنينة والدفء والأرتياح الذي كنا نجده ونحن اجنة في رحم امهاتنا يبدأ قلقنا عقب ولادتنا. واعظم ما نخشاه هو السقوط. ولذلك نجد احلاما وراثية في الأطفال هي السقوط. وقلما يخلو طفل من هذا الحلم. وليس هذا غريبا اذا عرفنا أن اعظم ما كنا نخاف منه ونحن على غصون الشجر لم ننزل الى الأرض الثابتة، هو السقوط. لأن حلم السقوط هو حلم الخطر القديم الذي كان يهددنا قبل ملايين السنين. ولذلك ايضا يولد الطفل وبه غريزة هي انه يقبض باصابعه على كل ما يعثر عليه وخاصة شعر أمه وهو لا يزال في الشهور الأولى، والتي تجد المشاق في تخليص اصابعه الدقيقة منه. ثم ينشأ الطفل بعد ذلك في مخاوف عديدة: منها الظلام والأشباح. ثم اذا بلغ الصبا وادخل في المدرسة عرف عذاب الدروس و معاناة العقوبات والتوبيخات من معلمه او من ابويه. ونحن نغرس فيه منذ هذه السن روح الغيرة والمباريات وكلتاهما تعمل ايضا لتخويفه لأنه يخشى ان يتخلف ويفشل. ثم بعد المدرسة تزيد المخاوف. فهو يخاف العجز عن كسب العيش او هو يخاف التأخر في مباراة الحياة. وحياتنا عامة تحفل بالمخاوف وخاصة في المدن. فالأم كثيرا ما تحلم بأن ابنها قد سقط تحت سيارة. وقد يحلم بعض طلاب الجامعة انهم سقطوا من فوق سطح المنزل خاصة ايام الأمتحانات. وليس الكابوس الا رمزا للخوف يتخذ صورة بدائية وحشية. وجميع هذه الأحلام برهان على ان الخوف مستقر في نفوسنا، اطفالا وصبيانا وشبابا وآباء. ومجتمعنا القائم على المباراة يزيد الخوف لأن للحظ أثرا كبيرا في النجاح او الخيبة. فالمستقبل مبهم لا يعرف ونحن نتوقع فيه جميع الأحتمالات. نتوقع المرض او الموت وكثير من الكسب او الخسارة. وعرف عن موظفين في الحكومة يقعون في النيوروز، اي العواطف القهرية المحتدة نتيجة معاكسة رئيسهم لهم مما يدخل الخوف في قلوبهم من ضياع الوظيفة. وهنا نجد اثره واضحا بين عدد كبير من السكان في الأقبال على العاب الحظ مثل السباق والرغبة العامة بين الشباب في لعب الطاولة والورق. عندما يخرج احدنا من البيت صباحا، تراه يستطلع الجو ويتشاءم لو سمع كلمة من احد العابرين تنم عن شؤم مثل نهار اسود، عند المصريين. فيفسرها بما يلائم ظروفه التعيسة وحتى لو كانت العبارة – انشاءالله خير – او يأخذ المسبحة ويعد حباتها او يعد مصابيح الشارع وينتهي بالعد الفردي او الزوجي وهذا يحمله على الأعتقاد على التفاؤل او التشاؤم. وكذلك الحال بالنسبة للطير فيما لو طار من اليمين او الشمال. لأنه يؤمن بالخرافات.

ولعب الورق والطاولة ينهض ايضا على هذا الاساس. وهو ان اللاعب يحس خوفا مستقرا. فهو يلعب حتى اذا انتصر غمرت نفسه سعادة وقتية بأن كل شئ سيسير على ما يجب. فالكلمات العابرة من عد الأعمدة الكهربائية وحبات السبحة ومسارات الطير والعاب الحظ لها قيمة او دلالة رمزية يحتاج اليها الخائف حتى يطمئن. وقد يزيد الخوف عند الأنسان فيؤدي الى معاقرة الخمور هربا من القلق الذي يحدثه. لأن شارب الخمر يشعر بإنتصار وسيادة وشجاعة زائفة لا يحسها الصاحي. كما ان المدمن على التدخين، انما هو خوف مستقر ولذلك يزيده المدمن وقت القلق اي عندما يبرز الخوف. والخائف يحتاج الى رموز تخفف عنه. والعدوان، احد هذه الرموز، فهو يعتدي بالسب والشتم والضرب. بل يتحين الفرصة كي يشاغب ويؤذي الأخرين، حتى يحس انه شجاع غير خائف. عرفت زوجا اتضح بعد زواجه ان به عجزا جنسيا. فهو خائف من زوجته اذا عرفت بمشكلته. فكان كل يوم يضربها حتى تركته بالطلاق. وكلنا يعرف ان الضعيف الخائف يلتجأ دوما الى العنف، مثلما يلجأ الموظف الذي يخشى النقد والفضيحة الى البطش بلا حساب. واحيانا نجد رجلا ينعي على الحرية التي يتمتع بها الجمهور على شاطئ البحر، لأنه هو نفسه يحس خطورة هذه الحرية على غرائزه ويخافها. عندما يشتد الخوف يلجأ الأنسان الى الأيمان بأية عقيدة. . فالأم التي تخاف المرض او الموت ان يقع لطفلها تؤمن بالشعوذة والخرافات فتربط على رسغه ورقة كتب عليها كلمات سخيفة او خرقة خضراء. او تعتقد بالفال. وفي دعاء رجل مسن. كما تخشى العين. لذلك نجد ان الناس لا يستطيعون النقاش بشأن العقيدة. لأننا حين نناقشهم في هذا الموضوع وكأننا نقول لهم: عودوا الى الأحساس بالخوف واخرجوا من هذه الطمأنينة الروحية التي انتم تنعمون بها. علما ان الرجل الخائف يجد في العقيدة سندا عظيما. وان رجال الدين الذين ينشرون عقيدة ما ينجحون اكثر من اولئك الفلاسفة الذين يخاطبون الجماهير بالمنطق. لأن الجماهير التي يعمها الخوف ترتاح الى العقيدة المطمئنة اكثر من الذي يحاول ان يهز عقلهم بالمنطق. والخوف يعمنا جميعا لكن بدرجات متفاوتة. لأن واقعنا جعل حياتنا تكون منذ ميلادنا الى يوم وفاتنا حافلة بالأخطار. ولذلك فان الشجاعة هي السلامة النفسية. وعلى قدر ما يملك كل منا من الشجاعة يكون سليما. ولكن من ناحية اخرى يمكن القول اننا اذا كنا لا نحس الخوف بتاتا فأننا لا نجد الحافز للتفكير والعمل. فقليل من القلق ينبهنا ويحثنا ويوقظنا. ولكن لا ينبغي ان يكون هذا الخوف او هذا القلق ثقيلا طاغيا، لأنه عندئذ يجلب الغموم على النفس ويجمد الذهن ويركد الجسم. وهنا نعرف ان السعادة هي وليدة الشجاعة. شجاعة العقل المنير وليس شجاعة العاطفة العمياء. عندما يخاف الحيوان، يعمد الى الفرار ابتعادا من مصدر الخوف، بينما الأنسان عندما يفر من مصدر الخوف يلجأ الى الخمرة. وفراره هنا يتسم بالهرولة. فإذا وجدت رجلا يهرول ويتعجل في اعماله فأعلم انه خائف. وان اسلوب الرجل في وظيفته يعكس اسلوب حياته داخل اسرته. فلو كان في الأول متعجل مهرول، كان كذلك في الثاني ولهذا السبب هو سئ العلاقة الزوجية. وقد نجد رجلا يكره اخلاق الشباب والفتيات ويدعو الى حياة الاسلاف خوفا من ان يجابه المستقبل المجهول. لأن العادات الجديدة قد تعرضه الى اخطار جديدة. وخوف الزوجة الدائم بخصوص بقاء زوجها خارج البيت، يؤدي الى غيرة جنونية. لهذا نقول ان المجتمع الحسن هو الذي تقل فيه المخاوف وتعم فيه الشجاعة اكبرقدر ممكن.

عندما نكون اطفالا ننشأ على الشجاعة والأقدام او الجبن والحذر، فأن الأسلوب الذي نأخذه من أبوينا يبقى أصيلا في سلوكنا الى ان نبلغ الشيخوخة ما لم تحدث حوادث جسيمة تغيره. فالطفل الذي قضى فترة طفولته بين ابوين خائفين حذرين ينشأ على الخوف، والحذر، والطفل الذي لم يكن مطمئنا على حياته، لأنه كان يضرب في طفولته او لأنه كان يجد شجارا لا ينقطع بين أبويه، هذا الطفل لا يجابه الدنيا في شجاعة بل يحاول الفرار. وهو يخنس ويتراجع كلما دهمته كارثة، ويبقى خائفا طول عمره. اما ذلك الطفل الذي قضى طفولته وهو يجد الهمة والصراحة والجرأة من والديه وسائر اعضاء اسرته مثلما قضاها في بيت هادئ وديع يعمه الوفاق ودفء المحبة، هذا الطفل اذا شبّ ووقعت له كارثة، استطاع ان يتحملها ويجابهها في قوة وعزم. لأن اسلوب معاملة الطفل الصحيح قد لازمه منذ ذلك الحين. فقد عرف في احدى مستشفيات دولة عربية في منتصف القرن الماضي حالات امراض نفسية لعشرات طلاب الجامعة. كانوا يعانون من توترات نفسية شديدة. وبعد ان خضعوا جميعا الى التحليل النفسي الدقيق من قبل الأختصاصيين، ظهر ان غالبيتهم كانوا اثناء طفولتهم يعاملون من قبل ذويهم بقسوة تتسم بالضرب المبرح. فضلا عن انهم كانوا يعانون من الكبت الجنسي بدرجات متفاوتة وكذلك الخوف من الرسوب في الأمتحانات القادمة. فاذا قلنا كيف نعالج الخوف علينا ان نتذكر انه كيف نعالج كبت الخوف اولا وعلاج الخوف يتضح من ذكر أسبابه، فإذا ألغينا الأسباب، الغينا الخوف. فإذا صادفنا ذئب ونجونا منه فلا يحدث الخوف، لكن لو وجدنا في غرفتنا ثعبانا ولم نتمكن ان نهرب الى خارج الغرفة نشأ الخوف. فليس الخوف مرضا لكن كظم الخوف هو المرض. ان مجتمعنا يمنعنا من الأعتراف بالخوف. فالتلميذ يخاف الأمتحان ويخجل ان يذكر ذلك. والجندي يخشى القتال ولا يبوح بما في نفسه. والفتاة تخشى ان يتأخر بها سن الزواج وكرامتها تمنعها من ذكر ذلك. والزوجة تخشى الضرة ومن الكهولة التي تنقص من جمالها لكنها ساكتة. والأم تخشى المرض لأولادها. وكلنا نخاف الفقر.

كلنا نخاف لكننا ننكر اننا نخاف كتلك الأم التي تخاف على ولدها من حوادث المرور لكنها لا تمنعه من الذهاب الى المدرسة طبقا لمقتضيات الحضارة. والخوف احساس بدائي حيواني يتصل بفسيولوجية الجسم منذ القديم، قبل ان يتكون البشر. والخوف يهجم بقوة بدائية مرغمة بحيث لا يستطيع دماغ الأنسان ضبطه او محوه او منعه من الخطر. ولذلك عندما نحبس هذا الأحساس نجد انه قد التوى علينا. يعود الينا في وساوس تقلقنا، ترهقنا او تزيد من همومنا. واحيانا يندس في اعضائنا الداخلية فيفسد امعائنا بالأسهال او يصيب معدتنا بالقرحة أو القلب بالخفقان او الراس بالدوار. ويجب لذلك ألا نقاوم الخوف انما نعالجه، والعلاج هو الأمتناع عن الكبت. بل نبوح بما في النفس الى صديق او زوجة. معنى ذلك ألا نجتر الموضوع الذي نخافه لأن الأجترار هو استهلاك لا علاج. والافضل ان نعيش في مجتمع لم يكن غارقا في مباراات الأقتناء التي تبعث على الجهد المضني وتثير الحسد والغيرة. والمجتمع الريفي أهدأ لأن المطامع فيه محدودة. والبيئة الملائمة هي تلك التي تهيئ للفرد ضمانات اجتماعية كما هي الحال في انكلترا، مثل التعويض عن العطل و المعاش بعد سن التقاعد و المعالجة المجانية و التعليم المجاني. كل هذه الضمانات تبعد الخوف عن الأنسان.

هناك علاج اشبه بالوقاية وهو ان تتعدد اهتماماتنا حتى لا يستأثر اهتمام واحد بكل قوانا النفسية. ومن الأفضل ان يهتم التلميذ الذي يخاف الأمتحانات بأرتياد دار السينما الى جانب دروسه، وعلى الأباء ألا يعتبروا ذلك مضيعة للوقت وكذلك الحال بالنسبة للتاجر، عليه ان يسري عن نفسه بالقراءة او النشاط الأجتماعي والرياضة ايضا.

حكمه قرأتها فآمنت بها

ذنون محمد

أثناء قراءتي لفكر تولستوي توقفت عند حكمة قالها هذا الرجل ولم يقلها تولستوي أعتباطا ودون تجربة فهو رسمها بكلمات دلت علي تجربته المرة في فهم الدين والعلاقة المطلوبة مع الله " فهمت الله وعرفته بعقلي وليس بعقل ألاخرين".

تلك هي الكلمات التي أستخلصها ذلك المفكر من خلال تجربته الحياتية وقراءته المستمرة لقد ذاق الرجل حلاوات الكثير من الاشياء فوصل الى اليقين المطلق مع الله وهذا هو الفهم الصحيح والمنطق المطلوب.. أن على الفرد أن لايغلق عقله في قوقعة مفرغة التفكير بل عليه البحث بأستمرار للوصول الى اليقين والذي هو الغاية المطلوبة والحس الفكري الذي لايخالفه الشك من جوانبه أن اليقين في المعرفة هو القناعة الازلية في أدراك الحقيقة وهو الراحة الابدية للجسد من صعوبات البحث..

ان الله والعلاقه المنطقية معه لايمكن أن تصلها بعقول الاخرين بل يجب ان تفهم غايته بعقلك. وعلى الانسان ان يطور عقله ويزيد سعته المعرفية بشتى العلوم الانسانية والتي هي خلاصة عقول الاخرين لتصل الى منطق جديد بك تفهم من خلاله الحياة وغاية الوجود.

قال ايضا فهمت الله بعقلي وليس من باب الترديد لرجال الدين أي أن اكون كالببغاء التي تردد كل ما يسمع من لسان الاخرين أو تردد ما يجود به ألاخرون من أراء أو أفكار فغالبية هؤلاء يتكلمون من باب منطقهم أو ربما مصلحتهم ألانيه فهم قد يلوون الكثير من ألاحكام أو المعاني لتطابق منافعهم أو ما يجود المجتمع لهم من مكانه أو جاه فلربما كان بعضهم على هذه الشاكله ضاربين بعرض الحائط كل القيم ألانسانيه التي قد تشيد مجتمعا معتدلا أساسه العدالة الاجتماعية التي غايتها أنصاف المجتمع وبناء صرحه المطلوب..

أن ما قاله تولستوي لم تكن بلاغة فكرية مجردة غايتها بيان المعرفة بل غاية الى هدف نبيل فهو لم يقلها ألا بعد أن أمن بحل لأضطراباته وفكره المتشرد فقد كان يبحث بين الشخوص عن حل لأيمانه الذي أريد به الوصول الى حدود الانغلاق الفكري والعمل وفق ما يريده البعض أي أن يؤدي طقوسا هو لايؤمن بها بل يقوم بها من باب التقليد ألاعمى فرأيه شي والاخرون لهم شأن أخر. فربما كان البعض منهم يبحث عن الدنوية بينما كان تولستوي يسعى الى مرضاة عقله والعيش وفق منطقة أن تولستوي لايرضى أن يكون عقله عبدا الفكر يراه شاذا ولا يخدم الاطبقة من الناس بل يسعى الى أشاعة العقل والبحث في كل الفراغات. أن دعوة تولستوي تقود الى الشرود الفكري والوصول الى اليقين وتلك هي منتهى الحكمة وألامل المفتوح. لقد وجد في يقينه القناعه والراحه والايمان الصادق والذي به يستريح الجسد من عناء التفكير والبحث المضني.. أن الدين جاء الى تنظيم المجتمع وتحديد واجباته بينما يسعى البعض الى منع العقل من التجرد من قيوده الوهميه او المصطنعة.

على ألانسان أن يؤمن بعقله ويرتب حياته علي هذا النهج والعقل لم يخلق الا للأبداع ومساحة ذلك ألابداع تزداد من خلال بناء منطق خاص بألفرد.

ان بعض الثقافات تسعى الى تقييد المجتمع وتكبيله بمختلف القيود الاجتماعية. وعلى هذا الاتجاه ان يقيس الفرد اموره الاخرى في فهم الواقع وادراك معناه بكل جانب فيه ينبض بألحياة فألنظرة الموضوعية مطلوبة في بيان وتعليل الحدث وليس حكم العاطفة التي قد تكون تغرد احيانا خارج سرب الحقيقه. اذن علينا البحث بعقولنا وليس بعقول الاخرين ليس في المجال الديني فقط بل حتى في امور الحياة الاخرى فألانسان له عقل فعليه ان يثقفه ويوسع مداركه ويخط له نهجا في الحياة معززا ذلك بألحكمه التي تقول ليس المهم رأي ألاخرين بك بل ألاهم قناعتك بنفسك.. أن كنت كذلك يا سيدي القارئ فقد أرضيت الله وحتى عباده المساكين..