

الطريق إلى
السعادة
طريقة منطقية للحصول على حياة أفضل



من:

إلى:



كيف تستخدم هذا الكتاب

لا بد وأنك تشعر بالرغبة في مساعدة معارفك وأصدقائك. اختر أحد أصدقائك ممن تؤثر أعماله، مهما كانت ضئيلة، على سعادتك في هذه الحياة.

اكتب اسم هذا الشخص على السطر الأول من الصفحة الأولى من هذا الكتاب.

ثم اكتب اسمك على السطر الثاني من نفس الصفحة. قدّم هذا الكتاب لذلك الشخص واقترح عليه أن يقرأه. سوف تكتشف أن سعادة هذا الشخص أيضاً مهدّدة بسبب سوء فهم سلوك الآخرين وتصرفاتهم.

قدّم لهذا الشخص بعض النسخ الإضافية من هذا الكتاب دون أن تكتب اسمك عليها. اطلب منه أن يضع اسمه عليها ويُقدمها بدوره هدية للآخرين ممن يلعبون دوراً في حياته الخاصة. وباستمرارك في القيام بذلك، فإنك ستحقّق رغبتك ورغبتهم في العيش بهناء وسعادة بشكل عظيم.

هذه إحدى الطرق التي توفر لك وللآخرين
حياة أكثر أماناً وسعادة.



• للكلمات في بعض الأحيان عدة معانٍ. التعاريف المعطاه في حاشية هذا الكتاب تعطي المعنى المستخدم في النص فقط. إذا وجدت كلمات لا تعرف معناها في هذا الكتاب أبحث عنها في قاموس جيد. فإذا لم تفعل ذلك فمن الممكن أن يحصل سوء فهم ونقاشات.



لماذا أقدم لك هذا الكتاب؟

لأن استمرارك في هذه الحياة وبقاءك فيها هام بالنسبة لي.



السعادة^٢

الفرح والسعادة الحقيقيان قيّمان.

إن لم يتمكن الإنسان من الحياة الهانئة، فإنه لن يحصل على الفرح والسعادة.

إنه من الصعب العيش في مجتمع مشوّش^٣ غير شريف وغير أخلاقي؛ إن أي فرد، أو جماعة تسعى للحصول على أكبر قدر من متع الحياة والابتعاد عن كل مصدر للألم.

لكن حياتك تبقى مُهدّدة نتيجة الأعمال التي يقوم بها بعض الأفراد المحيطين بك.

وسعادتك يمكن أن تتحوّل إلى مأساة وحرز، نتيجة خداع الآخرين، وسوء سلوكهم.

إنني متأكد من أنه يُمكنك التفكير في بعض هذه الحالات التي تحدث بالفعل، إن مثل هذه الأعمال الخاطئة، من شأنها أن تُقلل من استمتاع الإنسان في هذه الحياة وتُفسد عليه سعادته.

١ **لاستمرار في الحياة (البقاء):** هو البقاء على قيد الحياة أو الاستمرار في الوجود، أي كون المرء حياً.

٢ **لسعادة:** حالة إنسانية يكون فيها الشخص قانعاً، مطمئناً، سعيداً، فرحاً ومرحاً من دون أية مشاكل، وهي حالة تتبدى على الإنسان بسبب حصول أمر سار له.

٣ **مشوّش:** حالة تشوّش وارتباك وعدم انتظام كامل.

٤ **غير أخلاقي:** سلوك غير سوي أو قويم، عدم القيام بما يعتبر صواباً أو حقاً، غياب أدنى فكرة عن السلوك اللائق الصحيح.

أنت إنسان مهم للآخرين، يُصغون إليك، وبإمكانك التأثير عليهم.
إن سعادة أو شقاء الآخرين من معارفك لهو أمر هام بالنسبة لك.
يُمكنك من دون عناء كبير، أن تستخدم هذا الكتاب في مساعدة
الآخرين، وفي توفير حياة أكثر سعادة لهم.
صحيح أنه لا يُمكن لأحد أن يضمن سعادة الآخرين، لكن بإمكانه
أن يحسن من فرص سعادتهم، وبذلك تزداد فرص سعادتك أنت.

**بمقدورك أن تُشير إلى الطريق الذي يقود إلى
حياة أقلّ خطورة وأكثر سعادة.**





١ — اعتن بنفسك

١.١ اعتن بنفسك عندما تمرض:

إن بعض الناس لا يعزلون أنفسهم ولا يبحثون عن العلاج اللازم لشفائهم حين يمرضون حتى ولو كانوا يعانون من أمراض معدية. إن هذا الأمر، كما ترى، من شأنه أن يجعل حياتك في خطر. لذا عليك أن تصرّ دائماً على أن يتلقى الشخص المريض العلاج اللازم، وأن يتخذ كل الاحتياطات الضرورية.

٢.١ حافظ على نظافة جسمك:

إن الأفراد الذين لا يستحمون أو يغسلون أيديهم بانتظام، قد ينقلون الجراثيم للآخرين، وبالتالي يُعرّضونهم للخطر. وفي هذه الحالة، من حقك أن تطلب من مثل هؤلاء الأفراد أن يستحموا وغسلوا أيديهم بانتظام. لا مفرّ للشخص العامل أو الرياضي من اتساخ جسمه بعد قيامه بعمل أو نشاط ما. لذلك، اطلب منهم أن يُنظّفوا أجسامهم بعد الانتهاء من أي نشاط.

٣.١ حافظ على صحّة أسنانك:

من المؤكّد أن الأسنان لا تتعرّض للتسوّس إذا نُظّفت بعد كل وجبة طعام. إن العناية بالأسنان بعد كل وجبة طعام أو مضغ اللبان من شأنها أن تحمي الآخرين من أمراض اللثة، وتجنبهم رائحة الفم الكريهة. لذلك اقترح على الآخرين أن يُحافظوا على صحّة أسنانهم.

١-٤ تغدّد بشكل صحيح:

إن الأفراد الذين لا يتغذون بشكل جيد، لا يمكنهم أن يساعدوك أو

حتى أن يُساعدوا أنفسهم. لأن طاقاتهم غالباً ما تكون ضعيفة. ولهذا السبب فإنهم يُعانون أحياناً من مزاج عصبيّ مُضطرب، كما أنهم يتعرّضون للأمراض بسهولة أكثر من غيرهم. والحقيقة أن التغذية الجيدة لا تتطلب أنظمة طعام غريبة، وإنما أن يتناول المرء الطّعام المغذي بانتظام.

١-٥ خذ قسطاً من الراحة:

كثيراً ما يتجاوز عدد ساعات العمل التي يقوم بها الإنسان عدد ساعات نومه. والإنسان الذي لا يُعطي جسمه القسط الكافي من الراحة الجسدية، من شأنه أن يكون عبئاً كبيراً على الآخرين. فالإنسان المُنهك يكون غير يقظ. لذلك فإنه يرتكب الأخطاء ويُسبب الحوادث. إنه يميل للنفور وترك العمل في الوقت الذي تحتاجه فيه. إنه في الحقيقة يُعرّض نفسه ويُعرّض الآخرين للخطر. لذلك يجب أن تُصرّ على أن يأخذ مثل هؤلاء الأشخاص قسطاً وافراً من الراحة.





٢ — كن معتدلاً

٢-١ لا تتعاطى المخدرات والأدوية الضارة:

إن الإنسان الذي يتعاطى المخدرات لا يرى العالم الحقيقي الواقعي أمامه.

وهو لا يعيش الواقع الحاضر. إن مثل هذا الإنسان قد يُشكّل خطراً عليك أثناء لقائك به في الطريق، أو في المنزل، أو أثناء قيادتك للسيارة. يعتقد الكثير من الناس خطأ بأنهم (يشعرون أفضل) أو (يتصرفون بشكل أفضل) أو (يغمرهم فقط الشعور بالسعادة) عندما يتعاطون المخدرات.

إن هذا الاعتقاد وهم وضلال. إن المخدرات سوف تُدمّر أجسادهم عاجلاً أم آجلاً.

لذلك عندما يتعاطون المخدرات، شجّعهم على البحث عن المساعدة في الكفّ عن تعاطيها.

٢-٢ تجنّب تناول الكحول:

إن الناس الذين يتعاطون الكحول لا يكونون يقظين. فالكحول تُفسد قابليتهم على التفاعل مع ما حولهم، حتى وإن بدا لهم أنهم أكثر يقظة بسببها. ربما تكون هناك بعض

الفوائد الطبية في الكحول كعلاج فقط، لكن علينا أن لا نُغالي في تقدير تلك الفوائد. إياك أن تصطحب شخصاً تناول الكحول في سيارته أو طائرته. فالشرب يقضي على الأرواح بأكثر من طريقة واحدة. القليل من الكحول، قد تكون بداية الهاوية.

لذلك لا تدع الكثير منه أن يؤدي إلى الموت أو الشقاء. امنع الآخرين من تناول الكحول.

إن الالتزام بالأمر الأئمة الذكر، من شأنها أن توفر للإنسان صحّة جيّدة، وتجعله أكثر قدرة على التمتع بالحياة.





٣- لا تكن إباحياً

الزواج هو الوسيلة التي تستطيع الإنسانية من خلالها الاستمرار والبقاء جيلاً إثر الآخر، عن طريق تكوين الأسرة وإنجاب الأطفال. والجنس بحد ذاته مصدر من مصادر السعادة والمتعة. لكن سوء استخدام الجنس قد أوقع كما يبدو أقسى العقوبات في الإنسان.

٣-١ كن وفيّاً لشريك أو شريكة حياتك:

إن عدم الوفاء أو الإخلاص من جانب الزوج أو الزوجة، من شأنه أن يُقلل بشكل كبير من استمرار وبقاء هذا الشريك في الحياة. إن التاريخ والصحف تنوء بالكثير من الأمثلة على عنف العواطف الإنسانية التي تُسببها قلة الإخلاص وعدم الوفاء. إن (الشعور بالذنب) عقاب بحد ذاته. أما الغيرة والانتقام فهما من أبشع الشرور. ولا يمكن للمرء أن يعرف متى تثور مثل تلك المشاعر. إن من السهل التحدّث عن كوننا أناساً (مُتَحَضِّرين) و (مُتَفَهِّمين)، ولكن الكلام لن يُصلح الحياة المحطمة. فالشعور بالذنب لا يعد شيئاً إذا ما قيس بطعنة خنجر في الظهر أو وجبة حساء مسمومة يقدم عليها شخص عماء الانتقام! علاوة على ذلك هناك موضوع الصحة. فإذا لم تطلب من شريكك الزوجي الإخلاص، فانك معرض للإصابة بالأمراض. فمنذ فترة قريبة من الزمن اعتقد البعض انه يمكن التحكم بجميع الأمراض الجنسية. لكننا ندرك اليوم كم هذا الكلام عار من الصحة وخال من الدقة فهناك، في الحقيقة، أمراض جنسية لا يمكن علاجها على الإطلاق.

إن المشاكل التي يخلقها السلوك الجنسي السيئ هي مشاكل قديمة

قدم الزمن . والحقيقة أن اندثار الديانة البوذية في الهند في القرن السابع يرجع سببه - حسب المؤرخين الهنود - إلى انتشار الفساد في الأديرة ، أما التاريخ الحديث فيدلنا على أنه متى انتشر الفسق والإباحية في منظمة أو مؤسسة من المؤسسات ، (تجارية أو غير تجارية) ، فإن مصير تلك المؤسسة الحتمي هو الفشل . أما الروابط الأسرية فمصيرها هي الأخرى التفكك بسبب عدم الإخلاص وذلك مهما كان الحوار بين أفراد العائلة حضارياً حول ذلك الموضوع .
إن نزوة مؤقتة عابرة ، من الممكن أن تُصبح همماً وقلقاً لما تبقى من الحياة . لذلك عليك أن تزرع الصدق والإخلاص بين أصدقائك ومعارفك ، وأن تحمي صحتك ومتعتك .

**إن الجنس هو خطوة كبيرة على طريق السعادة والفرح
شرط أن يكون متوجاً بالإخلاص والوفاء
للسريك الآخر ، (الزوج أو الزوجة) .**





٤- أحبّ الأطفال وساعدهم

إن أطفال اليوم هم بُناة حضارة الغد. والحقيقة إن إنجاب طفل في هذا العالم، يُشبهه بعض الشيء عملية وضع إنسان في قفص مع نمر. فالأطفال عاجزون عن التعامل مع بيئتهم^٧ والتحكّم فيها بمفردهم، كما أنه ليس لهم ملجأ حقيقيّ يلجأون إليه. إنهم بحاجة إلى الحب والعناية، لكي يتمكنوا من شقّ عالمهم.

إن القضية التي نتناولها بالبحث هنا في غاية الأهمية والحساسية. والواقع أن هناك العديد من النظريات حول كيفية تربية الأطفال بقدر ما يوجد من آباء وأمّهات في هذا العالم. ومع ذلك، فإن الإنسان إذا ما أساء تربية أطفاله فإن النتيجة لذلك هي الكثير من الغم والحزن الذي قد يُعقّد الإنسان باقي سني حياته.

يُحاول بعض الآباء تربية أطفالهم بنفس الطريقة التي تربّوا هم بها. وقد ينهج البعض الآخر منهجاً مُعاكساً لذلك. بينما يعتقد آخرون أن الأطفال يجب أن يُتركوا لينموا على هواهم. إن أيّاً من هذه الطرق في تربية الأطفال لا تضمن النجاح الكامل. أما آخر منهج في التربية فيعتمد الطريقة المادية^٨ في التفكير ويقول بأن تطور الطفل يشبهه ويوازي التاريخ التطوري للبشرية^٩ وهكذا، وبقدرة قادر، تشتد ساعدا الطفل ومداركه كلما كبر ونما والنتيجة هي كائن أخلاقي^{١٠} ناضج، حسن السلوك. صحيح أنه ليس من الصعب دحض هذه النظرية - خصوصاً عندما نلاحظ هذا الكم الكبير من المجرمين الذين لم تنضج مداركهم بشكل أو آخر - إلا أنها طريقة كسولة لتربية

٧ **البيئة:** المحيط الذي يعيش فيه المرء. الوجود المادي الذي يحيط به. المواد التي تحيط به. المنطقة التي يعيش فيها. الكائنات الحية والمواد والأمكنة والقوى التي يحيط بها من خلالها، سواء كانت قريبة أو بعيدة.

٨ **فكرة مادية:** نظرية تؤكد فقط على وجود الأشياء المادية.

٩ **التطور البشري:** يتعلق بنظرية قديمة جداً تعتقد بأن النباتات والحيوانات وأشكالها الحالية قد تطورت من أشكال بسيطة وذلك نتيجة التفاعل.

١٠ **الأخلاق:** المقدرة على تمييز السلوك الصحيح من الخاطئ، ثم التصرف انطلاقاً من هذا التمييز.

الطفل بالرغم من الشعبية التي تحظى بها. إنها في الحقيقة لا تعبر أي أهمية لمستقبل حضارتنا أو لسني شيخوختنا القادمة. إن الطفل يُشبه إلى حدّ ما الصفحة البيضاء. فإذا كتبتَ على هذه الصفحة أشياء خاطئة، فإن الصفحة سوف تُظهر ما سطرته فيها. ولكن هناك فروق بين الطفل والصفحة. الطفل بعكس الصفحة بإمكانه أن يبدأ بالكتابة، والطفل يميل لكتابة ما قد كتب سابقاً. القضية تتعقد أكثر، عندما نجد أن من بين هؤلاء الأطفال، من يُولدون بمشاكل عقلية أو إدمان على المخدرات. على أن هذه حالات شاذة، الغالبية العظمى من الأطفال قادرون على درجة كبيرة من الأدب.

إن شراء عواطف الطفل عن طريق إغراقه بالهدايا والألعاب أو حراسته أو حمايته، هي أمور عديمة النفع. وقد تكون عواقبها وخيمة جداً.

على الإنسان أن يُقرّر ماذا يُحاول أن يجعل من هذا الطفل الذي بين يديه. علماً بأن هناك عدّة عوامل تُؤثر على مثل هذا القرار وهي: (أ) ماذا يُمكن لهذا الطفل أن يصبح في المستقبل، تبعاً لقدراته الطبيعية الكامنة؟ (ب) ماذا يُريد الطفل نفسه أن يصبح؟ (ت) ماذا يرغب المرء لابنه أن يكون؟ (ث) ما هي موارد أو مصادر المعيشة المتوفرة؟ وعلينا دائماً أن نتذكّر أنه مهما كان تأثير هذه العوامل الأربعة، فإن الطفل لن يعيش بشكل جيّد إلا إذا اعتمد على نفسه، ونشأ على خُلُق حميد. وإلا، قد تكون النتيجة طفلاً يُشكّل عقبة لنفسه وللمجتمع الذي يعيش فيه. عليك أن تتذكّر أنه مهما كان مقدار الحنان الذي تُعطيه للطفل، فإنه لن يستمر في الحياة بشكل جيد وعلى المدى الطويل إلا إذا وضع قدمه على الطريق الذي يضمن استمراره وبقائه في هذه الحياة. وليس من قبيل الصدف أن لا ينجح

الطفل في حياته لاحقاً، فمجتمعنا الذي نعيش فيه - ولا عجب في ذلك - هو مجتمع متخصص في إفسال الأطفال.

الواقع أن تفهّم الطفل للتعاليم الأخلاقية^{١١} الواردة في هذا الكتاب، وموافقته على اتباعها، من شأنها أن تُساعده مساعدة كبيرة في حياته الخاصة.

أما المنهج الذي ثبتت فعاليته، فهو أن تكون صديقاً للطفل.

فالحقيقة الأكيدة هي أن الطفل بحاجة دوماً إلى الأصدقاء. حاول أن تتعرّف على مشاكل الطفل الفعلية، وحاول أن تُساعده في حلّها،

وذلك من غير أن تسحق حلوله الخاصّة بها. راقبه واجعله يشعر بأنك مهتم به، حتى الطفل حديث الولادة. استمع دوماً لما يقوله الطفل عن حياته. دع **طفلك** يُقدّم مساعدته واقتراحاته، وإلا فإنه سيعمل على كبت أحاسيسه ومشاعره، وسيشعر بالمدونية^{١٢}.

إن تفهّم الطفل السلوك الأخلاقي الوارد في هذا الكتاب، للوصول إلى طريق السعادة، وموافقته على اتباعه، من شأنه أن يُساعده مساعدة

كبيرة في حياته، وهذا الأمر في الواقع يُمكن أن يترك أثراً بارزاً على استمراره وبقائه في هذه الحياة واستمرارك أنت أيضاً.

إن الطفل في الحقيقة عاجز عن القيام بأي شيء يُذكر دون حبّ، أغلب الأطفال لديهم الكثير من الحب ليقدموه بالمقابل.

إن الطريق إلى السعادة تحتوي في مساراتها على حبّ الأطفال

ومساعدتهم منذ نعومة أظفارهم، وحتى

بلوغهم سن الرشد.



^{١١} **التعاليم الأخلاقية:** قواعد ونصوص تضع مبدأ أو مبادئ سلوكية أو طريقة سلوكية. إرشادات على شكل قانون أو قوانين تتعلق بالسلوك.
^{١٢} **المدونية:** هو وضع يكون الشخص مدّيون فيه بشيء، ما مقابل حصوله على شيء آخر كتلقيه معروف أو خدمة.



٥ - احترام والديك وساعدهما

من وجهة نظر الطفل، يصعب أحياناً فهم الوالدين. صحيح أن هناك فروقا بين الأجيال، لكن هذه الفوارق يجب ألا تشكل حاجزاً بينها. إن الإنسان الضعيف الشخصية هو الوحيد الذي يُحاول التذرع بمثل هذه الحجج والأكاذيب وهذا بالضبط ما يبني الحواجز بين الأجيال.

إن **باستطاعة** الأُولاد أن يُعالجوا تلك الفروق بينهم وبين والديهم. والواقع أنه قبل تبادل أي نقاش حاد بين الأبناء والآباء يمكن لكلا الطرفين محاولة حل المشكلة بالنقاش الودّي الهادئ. فإذا كان الطفل صادقاً وصريحاً، سيصعب على الوالدين تجاهل ما يسمعانه منه. وغالباً ما يسهل في هذه الحالة أن يتوصل الطرفان إلى حلٍّ أو تسوية^{١٣} بينهما. صحيح أنه ليس من السهل دائماً أن ينسجم الإنسان مع الآخرين، ولكن لا ضير من المحاولة. يجب أن لا ننسى أن الوالدين يتصرفان بحكم إيمانهما الشديد بأن ما يفعلانه هو لصالح الطفل. إن على الأُولاد دِين تجاه والديهم على ما بذلاه من رعاية وجهد في تربية أولادهما، خصوصاً إذا ما قام الوالدان بذلك على خير وجه. صحيح أن بعض الأهل يُصرّون على استقلالهم، ويرفضون أيّ إيفاء

١٣ الاحترام: إظهار الاحترام والتقدير والمعاملة الرقيقة.
١٤ التسوية: عملية حل خلافات بطريقة تنازل الفرد عن بعض نقاط الخلاف حتى يمكن التوصل إلى اتفاقية مشتركة بين الطرفين.

للدين يمكن أن يقدمه الأولاد بالمقابل، إلا أنه وبالتأكيد، سوف يأتي اليوم الذي سيجد فيه الجيل الجديد من الأبناء، أن دورهم قد حان للاهتمام بوالديهم.

رغم كل شيء، يجب على المرء أن يتذكر أنه لا يملك في هذه الحياة إلا والدين اثنين فقط، يتحتم عليه أن يحترمهما ويساعدهما في كل الظروف.

**إن الطريق إلى السعادة يتضمّن تلك العلاقة الجيدة بين المرء
ووالديه، وكذلك بينه وبين أولئك الذين قاموا
بتربيته والاعتناء به.**





٦ - كن مثالا^{١٦} حسنا

هناك العديد من الأفراد يُمكن للمرء أن يُؤثّر^{١٦} عليهم . وهذا التأثير يُمكن أن يكون جيداً أو سيئاً .

في الواقع إن الإنسان الذي يُحاول أن يسيّر أسلوب حياته حسب السلوك الذي يُراعي القيم والمبادئ الأخلاقية الواردة في هذا الكتاب ، سيكون مثالا حسناً وقدوة طيبة للغير .
إن الآخرين الذين يُحيطون بشخص ما ، يتأثرون بذلك الشخص مهما ادّعوا العكس .

إن الشخص الذي يُحاول دوماً أن يقلل من عزيمتك في أن تكون مثالا جيداً وقدوة حسنة ، إنما يفعل ذلك من أجل الإساءة إليك ، ومن أجل تحقيق مآربه الشخصية . ولكن رغم ذلك فإنه سوف يحترمك كثيراً في قرارة نفسه . أما فرص استمرارك في هذه الحياة وبقائك فيها فسوف تتحسن على المدى البعيد ، وذلك لان الآخرين الذين تركت لديهم أثرا طيبا سوف يغدون اقل تهديدا لك . هذه هي بعض المنافع التي يُمكن أن تجنيها من كونك مثالا صالحاً . لا تقلل من قيمة التأثير الذي قد تتركه على الآخرين خصوصا بما يخص النقاط التي جاءت في هذا الكتاب وكونك مثالا جيدا يعكس ذلك .

إن الطريق إلى السعادة يتطلب من الإنسان أن يكون مثالا صالحاً وقدوة حسنة للآخرين .



١٥ **النّال:** شخص أو شيء يحسن تقليده والامتثال به . النموذج الجيّد .
١٦ **يؤثّر:** أي يترك أثرا على شيء ، أو شخص ما .



٧ - اسع دائماً للعيش مع الحقيقة^{١٧}

إن المعلومات الخاطئة التي يتلقاها الإنسان في حياته، من شأنها أن تدفعه إلى ارتكاب الأخطاء الغبية، وقد تمنعه حتى من استيعاب المعلومات الصحيحة.

إن بإمكان الإنسان أن يحل مشاكل الحياة، وذلك بحصوله على المعلومات والبيانات الصحيحة المتوفرة حوله. إذا بدأ المحيطون بالمرء الكذب عليه، فإنهم يدفعونه إلى ارتكاب الأخطاء، وبالتالي فإن إمكانية استمراره في الحياة وبقائه سوف تقل. أما هذه البيانات الخاطئة فيمكن أن تأتي من عدة مصادر؛ أكاديمية واجتماعية ومهنية. إن العديد من الناس الذين يُريدونك أن تصدق أشياء غير صحيحة، يفعلون ذلك كي يُحققوا غاياتهم ومآربهم الشخصية.

ما هي الحقيقة؟ هي ما هو حقيقي وصحيح بالنسبة لك.

إن أياً كان، لا يملك الحق في فرض أي معلومات عليك وإجبارك على تصديقها. فإذا لم تكن تلك المعلومات صحيحة بالنسبة لك، فإنها إذاً غير صحيحة.

فكّر بالأشياء بحسب طريقتك الخاصة. تقبل ما هو صحيح وحقيقي بالنسبة لك، واترك الباقي. والواقع أنه لا يوجد أشقى من الشخص الذي يُحاول أن يعيش في عالمٍ مليءٍ بالكذب.

^{١٧} **الحقيقة:** هي الشيء الذي يتوافق مع الوقائع والملاحظات. إنها أجوبة وأقعية جاءت نتيجة النظر في كل الحقائق والبيانات. وهي أيضاً استنتاج مبنى على الأدلة التي لم تتدخل بها رغبة شخصية أو سلطة أو تحيز. إنها حقيقة لا يمكن تجنبها وذلك بغض النظر عن الطريقة التي وصلت بها.

١-٧ امتنع عن الأكاذيب^{١٨}:

الكذب هو نتيجة الخوف والخبث والحسد. ومن شأن الكذب أن يدفع الآخر للتصرف بشكل يائس. إنه يحطم حياته بكذبه، ويخلق فخاً منصوباً يُمكن أن يقع فيه الكاذب وضحيته معاً. فتكون النتيجة عالماً مُشوَّشاً من العلاقات الشخصية والاجتماعية. والحق أن الكذب كان وراء اندلاع عدد كبير من الحروب عبر التاريخ. ويجب عليك أن تعمل دائماً على كشف الكذب ونبذه.

٢-٧ لا تشهد زوراً:

هناك عقوبات شديدة تُفرض على من يشهد زوراً. وهذه الشهادة تُسمى (شهادة زور)، وعقوبة من يشهد زوراً غالباً ما تكون شديدة.

إن الطريق إلى السعادة هو الطريق باتجاه الحقيقة والصدق.



١٨ الأكاذيب: مقولات مزللة خاطئة قدمت عمداً باعتبارها صحيحة. أي مقولة يقصد بها التضليل.



٨ - لا ترتكب جريمة القتل

إن أغلب الأجناس البشرية، ومنذ فجر التاريخ وحتى يومنا الحاضر، قد حرّمت القتل المتعمّد، وسنت أشدّ العقوبات ضدّ مرتكبيه. ومبدأ عدم القتل قد عمّم أحياناً ليكون (لا تقتل أبداً). أما الترجمة الحديثة لهذه العبارة فتقول: (لا ترتكب جريمة القتل).

إنّ هناك فرق كبير بين العبارتين - لا تقتل أبداً، ولا ترتكب جريمة القتل. منع القتل بالمطلق، قد يجعل من عملية الدفاع عن النفس وعن الوطن أمراً مستحيلاً. إنه يجعل من قتل ثعباناً يتقدم باتجاه طفل ليلدغه، عملاً غير قانوني، وبالتالي فإنّ البشريّة ستعيش على الموارد النباتية فقط. وأنا كلي ثقة بأنكم قادرون على تصور الصعوبات التي تنشأ عن تحريم القتل بالمطلق. أما (جريمة القتل) فهي أمر مختلف كلياً. إنها تعني قتلاً غير قانوني ولا شرعيّ لنفس إنسانية أو أكثر على يد نفس أخرى. خصوصاً عندما ترتكب عن عمد وعن سابق تصور وتصميم. والحق يمكن للمرء أن يرى كيف ترتكب الجرائم بسهولة في هذا العصر الذي يتميز بالعنف المسلح. ولهذا فإنّ الإنسان لا يمكنه العيش في مجتمع يكون فيه هو وأفراد عائلته وأصدقاؤه تحت رحمة من يقتل دون داع أو سبب. إن القتل غير الشرعي المتعمد هو من أولى الجرائم التي تُحرّمها الأعراف الاجتماعية.

إن الفرد الغبي أو الشرير أو المجنون هو وحده الذي يُحاول أن يحل مشكلته الحقيقية أو الوهمية عن طريق القتل. ولقد عُرف عن هؤلاء أنهم يرتكبون جرائمهم من غير داع أو سبب. ادعم أي برنامج

١٩ جريمة لقتل: هي قتل غير شرعي لنفس إنسانية أو أكثر على يد نفس أخرى وذلك عن عمد وسابق تصور وتصميم.

فَعَال يَهْدَف إِلَى مَعَالِجَةِ الْجَرِيمَةِ وَالتَّحْكَم بِهَذَا الْخَطَرِ الَّذِي يُهَدِّد
الْإِنْسَانِيَّةَ. إِنْ اسْتَمْرَارَكَ فِي هَذِهِ الْحَيَاةِ وَبِقَاءِكَ مَتَوَقِّفْ عَلَى ذَلِكَ.

إِنْ الطَّرِيقَ إِلَى السَّعَادَةِ لَا يَنْطَوِي عَلَى شَرِيعَةِ قَتْلِ أَصْدِقَائِكَ
أَوْ أَحَدِ أَفْرَادِ عَائِلَتِكَ أَوْ قِيَامِ شَخْصٍ آخَرَ بِقَتْلِكَ.





٩ - لا ترتكب أي عمل غير قانوني

إن الأفعال غير القانونية هي تلك الأفعال التي تُحرّمها الشرائع والقوانين والنظم الرسمية. وتُعتبر القوانين من مهام الهيئات التشريعية القضائية ومُشرّعي القوانين. وغالبا ما تكون القوانين مدوّنة في دساتير. في المجتمعات الرّاقية التنظيم، نجد هذه القوانين منتشرة ومعروفة بين أفراد المجتمع. أما المجتمعات التي يسود فيها الارتباك وعدم التنظيم - وما أكثر الجرائم فيها - فإن على المرء أن يستشير رجال القانون، أو أن يكون هو نفسه اختصاصي بالأمور القضائية، لكي يتمكن من الإلمام بالأصول القانونية. ومثل هذا المجتمع يُدكّرنا بالقول (الجهل بالقوانين ليس عذراً لخرقها). إن أي عضو في المجتمع شاباً كان أو مسناً، تقع عليه مسئولية معرفة الأمور والقضايا التي يعتبرها المجتمع (غير قانونية أو غير شرعية). يمكن الإلمام بها عن طريق استشارة الآخرين والاستعانة بالمكتبات التي تتوفر فيها المصادر الخاصّة بتلك المعلومات. إن (الأفعال غير القانونية) لا تعني عدم الانصياع لأمر ما مثل (الذهاب إلى النوم حالاً)، وإنما هي أفعال تُؤدّي في حالة ارتكابها إلى إنزال العقوبات بفاعلها بواسطة المحاكم القضائية والسلطة، كالتشهير^{٢٠} في المتهم عن طريق الدعاية المغرضة^{٢١} في وسائل الإعلام، أو الحكم عليه بالغرامة أو حتى إلقائه في غياهب السجون.

^{٢٠} **التشهير:** تعريض الشخص للسخرية والاحتقار والازدراء العام.

^{٢١} **الدعاية للفرصة:** نشر الأفكار والمعلومات بغرض الإساءة الشخصية لآخرين من دون أخذ الحقيقة بعين الاعتبار. وهي نشر الأكاذيب في الصحف والمجلات والراديو ضد شخص ما قبل مثوله أمام القضاء بغية التأثير في قرار المحكمة. إنها عملية إساءة إلى سمعة شخص ما بغاية الخط من شأنه.

عندما يقوم المرء بعمل غير قانوني، صغيراً كان أو كبيراً، فإنه يكون في تلك الحالة عُرضة للعقاب من قبل مؤسسات الدولة القضائية. إن ارتكاب أفعال غير قانونية سيضعف من وسائل الدفاع سواء تم إلقاء القبض عليه أم لا. غالباً ما يتم العمل الشريف على أحسن وجه من خلال الطرق المشروعة. أما الطريق (غير القانوني) فهو طريق خطر ومن أقصر الطرق لمضيعة الوقت. أما (المنافع الوهمية) التي يعتقد الإنسان بأنها سوف تُجنى عن طريق ارتكابه الأعمال غير القانونية، فغالباً ما تكون عديمة القيمة والفائدة.

إن الدولة والسلطة تعملان كآلة من دون تفكير أو تأن. إنهما تعملان انطلاقاً من القوانين والدساتير، وهما مسلحتان بجهاز قانوني يعمل على تقفي أثر كل ما هو غير شرعي والقضاء عليه.

وبما أنهما تحاربان الأفعال غير القانونية مُعتمدتان في ذلك على القوانين والأنظمة التشريعية، فإنهما خصمان عنيدان^{٢٢} صلبان^{٢٣} لا يرضخان لمن يرتكب الأعمال غير القانونية. إن كون الأمور صواباً أو خطأً أمر لا يؤخذ بعين الاعتبار أمام القانون ودساتيره، وذلك لأن القانون فوق أي اعتبار. عندما تكتشف أن أحد المحيطين بك يرتكب أعمالاً غير قانونية، عليك أن تبذل قصارى جهدك لتحذيره وإيقافه. فقد تُعاني أنت بالذات من نتيجة عمل ذلك الشخص حتى ولو لم تكن طرفاً في هذا العمل غير القانوني. فعلى سبيل المثال: إذا كنت تعمل في شركة وهناك محاسب يقوم بتزوير بعض الحسابات التي هو مسؤول عنها، فالنتيجة ربما تكون إفلاس الشركة نتيجة ذلك التزوير، وبالتالي خسارتك أنت لوظيفتك.

٢٢ عنيد: لا يتراجع ولا يرحم.
٢٣ صلب: قاسي، لا يخضع، لا يستسلم لشيء، لا ينكسر، شديد الإلحاح ويرفض آراء الآخرين.

إن مثل هذه الأمثلة من شأنها أن تؤثر كثيراً على استمرار الإنسان وبقائه في هذه الحياة.

الحقيقة عليك أن تعمل على تشجيع كل الناس على مراعاة القانون وذلك مهما كانت المجموعة التي تنتسب إليها. ادعم أي جهد قانوني وسياسي إذا كان القصد منه صياغة القوانين وتوضيحها، بحيث تتناسب وتتوافق مع المجتمع الذي تنتمي إليه وتزيد من فعاليته. أضف إلى هذه القوانين المبدأ القائل: (الجميع سواسية أمام القانون)، ذلك المبدأ الذي ظهر في زمانه ومكانه - فترة الطغيان^{٢٤} الأرستقراطي^{٢٥} - والذي كان أحد أعظم المنافع الاجتماعية في تاريخ البشرية، ويجب علينا أن لا ننساه.

اعمل دوماً على أن يتفهّم الصغار والكبار ما هو شرعي وغير شرعي، قانوني وغير قانوني، وأشعرهم بمعنى ذلك، حتى ولو بمجرد تقطيب الجبين أحياناً لكي تعبّر لهم عن رفضك للأعمال غير القانونية. إن أولئك الذين يرتكبون الأعمال غير القانونية، حتى عندما (يسلمون من عواقبها)، فإن موقفهم ضعيف جداً أمام جبروت السلطة.

**إن الطريق إلى السعادة لا يشمل أولئك الذين يشعرون
بالخوف من انكشاف أمرهم.**



^{٢٤} الطغيان: استخدام القسوة، السلطة المطلقة غير المحققة، التحطيم والقمع الصارم.
^{٢٥} الأرستقراطية: حكومة أقلية ذات منافع ومناصب شخصية، حكم أقلية تعتبر نفسها فوق القانون، جماعة تعتبر نفسها بسبب الميلاد أو المنصب ز أسمى من الآخرين وتستطيع تطبيق القوانين على الآخرين مع عدم التزامها بها.



١٠ — ادعم الحكومة التي تعمل من أجل مصلحة الشعب كله

قد يتمكن الأفراد والجماعات غير الأخلاقية والشريرة في بعض الأحيان من الاستيلاء على سلطة الحكومة بغية تحقيق مآربهم الشخصية.

و حين تكون الحكومة موجهة من أجل خدمة مصالح أفراد مُعينين أو مجموعات خاصة، فإن المجتمع في هذه الحالة يكون عُرضة للانهيـار الوشيك، الأمر الذي يهلك حياة أفراد الشعب بما فيهم أولئك الذين يُسيئون استخدام السلطة. والتاريخ مليء بمثل تلك الحكومات التي انتهت بها المطاف إلى الزوال.

غالبا ما تجلب معارضة مثل تلك السلطة الجائرة الكثير من العنف. لكن الإنسان مع ذلك يستطيع أن يرفع صوته مُحذراً، خاصة عندما ينتشر مثل هذا النوع من الفساد. كما أنه ليس مجبرا على دعم تلك الحكومة بشكل فعّال، صحيح انه لا يرتكب أي عمل غير شرعي ضدها وإنما يتوقف بكل بساطة عن التعاون معها وهكذا فإنه بشكل ما يعمل على إصلاحها بشكل أكيد. والواقع أن هناك العديد من الحكومات في العالم في طريقها للسقوط والفسل لأن شعوبها تُعارضها بطريقة صامتة ولا تمدّ لها يد العون. إن مثل هذه الحكومات تقف على حافة الهاوية، وأية ربح تهبّ عليها سوف تقلبها رأساً على عقب. أما من جهة أخرى، عندما تبذل السلطة كلّ قواها من أجل مصلحة كافة أفراد الشعب وليس لمصلحة مجموعة معينة، أو دكتاتور غير

عاقِل، فإن تلك الحكومة تستحق الدعم المطلق من جميع أفرادها. هناك موضوع يعرف بـ (الحكومة) يدرس في المدارس اليوم ويتناول بشكل أساسي موضوع التربية المدنية الذي يشرح كيف تعمل الحكومة الحالية وماهية تنظيمها. أما المفهوم الحقيقي (للحكومة) فيُدرّس تحت عناوين أخرى، كالاقتصاد السياسي والفلسفة السياسية والسلطة السياسية الخ. على أن مُلخّص موضوع (الحكومة) وفن الحكم، يُمكن أن يُوضّح بدقّة متناهية، كما لو كان موضوعاً علمياً تقنياً. وإذا رغب الإنسان أن تكون حكومته أفضل ومن دون اضطرابات، يجب عليه أن يقترح تدريس المادة ابتداءً من الصفوف الأولى في المدارس. بإمكانه أن يطلع على بعض الكتب التي تبحث في هذا الموضوع الذي يسهل استيعابه وفهمه، خصوصاً ما إذا استخدم القارئ القواميس لتوضيح المصطلحات والكلمات الصعبة.

مهما كان الأمر، فإن الشعب وقادة الرأي الذين يمثلونه، هم الذين يناضلون وينزفون ويبذلون الجهد في سبيل بلادهم. أما الحكومة فلا يمكنها أن تنزف أو حتى تبتسم لأنها ليست سوى فكرة في عقل الإنسان. إنها الفرد الذي هو أنت.

إن الطريق إلى السعادة يصعب السير فيه عندما يكون مُظلاً بالقمع والطغيان. والحكومة الصالحة هي التي تعمل من أجل الصالح العام، وهي التي تُسهّل السير في طريق السعادة. ومثل هذه الحكومة تستحق كل التأييد والدعم من جميع مواطنيها.





١١ - لا تضرّ

شخصاً حسن النية

غالبية الرجال والنساء هم أناس طيبون، رغم اعتقاد الإنسان السيئ بأن جميع البشر أشرار. ولا بد أن الحظ قد حالفك والتقيت ببعض أولئك الأشخاص من ذوي النوايا الحسنة. الحقيقة أن بُنيان المجتمع لا يقوم إلا على أكتاف الرجال والنساء ذوي النوايا الحسنة. إن العمال وقادة الرأي العام ومعظم أولئك الذين يعملون ضمن القطاع الخاص - وهم يشكلون الغالبية العظمى - هم أفراد ذوو نوايا طيبة. ولو لم يكونوا كذلك، لتوقفوا منذ زمن طويل عن خدمة الصالح العام. مثل هؤلاء الناس الطيبين، تسهل مهاجمتهم، لأن نزاهتهم تمنعهم من حماية أنفسهم كما يجب، ومع ذلك، فإن استمرار أغلب أفراد المجتمع وبقاءهم في الحياة يتوقف على مثل هؤلاء الأفراد.

المجرم العنيف، ومُرّوجو الدعاية والإعلام، الذين يبحثون عن الأخبار المثيرة، يهدفون إلى صرف انتباه الجمهور عن أمر جوهرى وهام. وهو أن المجتمع لا يُمكن أن يستمرّ إلا بوجود الأفراد ذوي النوايا الحسنة، وعلى الرغم من أن هؤلاء الناس هم الذين يسهرون على أمن الطرقات، وهم الذين يُرشدون الأطفال ويعلمونهم، وهم الذين يُعالجون المرضى، وهم الذين يُطفئون الحرائق، وهم الذين يُناقشون أفكارهم بشكل منطقي هادئ. فإننا نميل أحياناً إلى نسيانهم، ونسيان أنهم هم الذين يُديرون عالمنا، وأنهم هم الذين يُسهّلون حياتنا على هذه الأرض.

بما أن هؤلاء الناس هم موضع الانتقاد والهجوم، فيجب حمايتهم والدفاع عنهم، ومنع وقوع الأذى والضرر عليهم. لأن استمرارك في هذه الحياة وبقاءك أنت وعائلتك وأصدقائك، يتوقف على هؤلاء الأفراد.

إن الطريق إلى السعادة يُمكن السير فيه بسهولة أكبر وذلك
عندما نعمل جميعنا على دعم الأفراد
نوي النوايا الحسنة.





١٢ - حافظ على

بيئتك واعمل على تحسينها

١-١٢ اعتن بمظهرك:

قد لا يخطر على بال الشخص أحيانا أنه يُشكّل جزءاً من مظهر الآخرين وزينتهم. كما أنه قد لا يُدرك البعض الآخر بأن الآخرين سيحكمون عليهم من خلال مظهرهم الخارجي. صحيح أن الملابس مكلفة أحيانا وليس من السهل شراؤها على الدوام. ولكن الصابون وأدوات العناية الشخصية ليست صعبة المنال. إن الاعتناء بالمظهر هو أمر لم يولد معنا ولكنه أمر يسهل تعلّمه.

في بعض المجتمعات البدائية أو تلك التي انحدرت إلى مستويات متدنية، نجد أن الموضة منفرة لا بل مؤذية للنظر، وهي إن دلت على شيء فإنما تدل على نقص في احترام الذات.

إن العمل المُجهد والتمارين الرياضية، قد يسببان اتساخ الإنسان. ولكن هذا لا يعني أبداً عدم الاهتمام بالنظافة. وخير مثال على ذلك بعض العمال الأوروبيين الذين توصّلوا إلى المحافظة على مظهرهم الأنيق أثناء العمل. كما نجد أن من بين البارزين في مجالهم من الرياضيين من يُحافظ على أناقة مظهره رغم الجهد الكبير والعرق المتصّبب منه أثناء اللعب.

إن البيئة والمحيط غير المُعتنى به يمكن أن يتسبّب في تدهور مَعنويات^{٢٦} الإنسان.

شجّع من يُحيطون بك على أن يعتنوا بمظهرهم، واثن عليهم حسن مظهرهم، وحاول أن تُساعدهم في هذا المجال إذا ما صادفتهم مشكلة

^{٢٦} **المعنويات:** حالة نفسية شعورية تملك الفرد أو جماعة. إنها إحساس بالرضى عن النفس والرغبة في الاستمرار انطلاقاً من هذا الشعور. إنها أيضاً الإحساس بالانتماء لههدف جماعي كبير.

ما. إن مثل هذا التشجيع سوف يُساعدهم على تحسين نظرتهم لأنفسهم وعلى رفع معنوياتهم.

٢-١٢ اعتن بالمكان الذي تعيش فيه:

عندما لا يعتني الناس بممتلكاتهم ومنطقتهم، فإن عدم الاعتناء هذا يمتد إلى ممتلكاتك ومنطقتك أيضاً.

عندما يبدو الناس وكأنهم غير قادرين على الاعتناء بأشياءهم الخاصة وأماكنهم، فإن هذا يدل على أنهم لا يشعرون بالانتماء إليها، أو أنهم لا يملكونها فعلاً. ويعود سبب هذا الشعور إلى أن مثل هؤلاء الناس ومنذ نعومة أظافرهم قد وضع عليهم ضغط معين وشروط كثيرة فيما يتعلق بالأشياء التي كانت تمنح لهم، أو أنها كانت تؤخذ منهم من قبل إخوانهم وأخواتهم أو آبائهم. أو أنهم شعروا بأنهم كانوا أطفالاً غير محبوبين.

إن المظهر العام لممتلكات هؤلاء الأفراد أو أماكن سكنناهم وعملهم ومركباتهم، تترك انطباعاً بأنها لا تخصّ أحداً، أو أنها ليست ملكاً لأحد. والأسوأ من ذلك أننا نلاحظ نوعاً من الغضب من قبل أولئك الأشخاص ضد الممتلكات وذلك من خلال قيامهم بأعمال التخريب المتعمّد للممتلكات الخاصّة والعامة، كتخريب^{٢٧} المنازل والسيارات والمرافق العامة وغير ذلك.

إن العاملين في بناء المساكن لذوي الدخل المحدود من الناس، غالباً ما يفاجأون كيف أن تلك المساكن تبلى بسرعة. والفقراء على حسب التعريف، هم من يمتلكون القليل أو لا يمتلكون شيئاً على الإطلاق، وبعضهم يدفعهم الضغط الذي يتكاثر عليهم من مختلف الجهات للشعور بأنهم لا ينتمون لهذا المجتمع.

الإنسان الذي لا يعتني أو لا يهتم بممتلكاته وبالمكان الذي يعمل فيه

^{٢٧} التخريب: إلحاق الأذى بالممتلكات الخاصة أو العامة خصوصاً الجميلة أو الفنية.

أو يعيش فيه، سواء كان فقيراً أم غنياً، فإنه يُسبب الفوضى والضرر لهؤلاء الذين يعيشون حوله. وأنا واثق من أنك تستطيع التفكير في مثل هذه الحوادث.

اسأل هؤلاء الأفراد عما يملكونه في هذه الحياة، وهل يشعرون بالانتماء للمكان الذي يتواجدون فيه. وسوف تندهش من طبيعة الأجوبة التي ستلقاها. وإن مجرد طرحك لهذا السؤال من شأنه أن يساعدهم.

يُمكن للمرء أن يُعلّم الآخرين كيف يرتبون أمورهم وحاجاتهم. وقد تبدو للبعض مثلاً أن فكرة استعمال شيء ما وإعادةه إلى مكانه الخاص - بغية إيجاد واستعماله مرة ثانية - فكرة جديدة تماماً، لأن هناك الكثير من الأفراد ممن يصرفون نصف أوقاتهم في البحث عن الأشياء.

والواقع أن الوقت القليل الذي يُمكن أن يُصرف في ترتيب وتنظيم الأشياء، من شأنه أن يُسرّع في إنجاز العمل الذي ينوي المرء القيام به. إن تنظيم الأشياء وترتيبها لا يُعتبر أبداً مضيعة للوقت كما يظن البعض.

إذا أردت فعلاً أن تحمي ممتلكاتك وأماكنك الخاصة، اعمل على مساعدة الآخرين للعناية بممتلكاتهم وأماكنهم الخاصة.

٣-١٢ حافظ على كوكب الأرض:

إن الرأي الذي يقول إن للإنسان حصّة في هذا الكوكب، وإن بإمكانه أن يُساعد في المحافظة عليه، قد يبدو للبعض فكرة عامة جداً وبعيدة عن الواقع الحياتي، لكن ما يحدث اليوم في الطرف الآخر من العالم، بل وحتى على مسافة أبعد، قد يُؤثر على ما يحدث في بيتك الخاص. إن الاكتشافات الحديثة بواسطة الأقمار الصناعية المُرسلة إلى كوكب

الزهرة، تُشير إلى أن عالمنا يُمكن أن يتهدّد إلى درجة قد لا نتمكّن فيها من الحياة على وجه الأرض. وقد يحدث هذا في حياتنا الحالية. إن قطع الكثير من أشجار الغابات وتلويث العديد من الأنهار والبحار وتسميم الجو، هي أشياء قد تقضى علينا. فدرجات الحرارة على سطح الأرض قد ترتفع بشكل كبير. كما أن المطر يُمكن أن يتحوّل إلى حامض كبيرتي، وبالتالي فإن كل أشكال الحياة قد تنقرض. وقد يقول قائل: (حتى لو كان هذا الأمر صحيحاً، ماذا يُمكنني أن أفعل اتجاهه؟) حسناً، إن مجرد تقطيب الإنسان لحاجبيه عندما يرى الناس يُخربون ويعملون على اتساخ هذا الكوكب، سوف يكون كافياً لأن نقول بأن هذا الإنسان يقوم بنصيبه تجاه الحفاظ على كوكب الأرض وحمايته. ويكفي مجرد تنبيه الآخرين إلى أن إفساد هذا الكوكب هو عمل غير حميد.

الحقيقة إن المحافظة على هذا الكوكب وصيانتته تبدأ من العناية بتلك المساحة الصغيرة التي تقع أمام بيت كل إنسان. وهذه العناية تمتدّ بعد ذلك إلى كل منطقة يمر الإنسان بها يومياً، للذهاب إلى العمل أو المدرسة. ومن ضمنها بالطبع، الأماكن التي نقضي فيها إجازتنا، والحدائق التي نتناول فيها طعامنا في عطل نهاية الأسبوع. إن الأوراق والأغصان الميتة التي تُغطي الغابات وموارد المياه، والأعشاب الجافة السريعة الاحتراق، كلها أشياء يجب على الإنسان أن لا يكتفي فقط بأن يحدّ من وجودها، بل عليه أن يعمل على عدم وجودها، وذلك بغية الإقلال من خطرهما على البيئة. قد لا يبدو لنا أن زرع شجرة هو على درجة كبيرة من الأهمية، إلا أنها في الحقيقة تعني الكثير. قد نجد في بعض البلدان أن كبار السن من الناس والعاطلين عن العمل، لا يكتفون بالجلوس في الحدائق والغابات واجترار أحزانهم. بل اعتادوا في الحقيقة على التقاط الأغصان والأوراق الجافة، والمساهمة في

إضافة شيء من الجمال إلى هذا العالم . والواقع أن الإنسان سوف لن تعوزه المصادر والوسائل التي يتسنى له عن طريقها الاعتناء بهذا الكوكب . وبالتالي فإنه يتوجب علينا أن لا نتجاهل وجود مثل تلك الوسائل .

ولقد لوحظ أن الجهاز المدني للمحافظة على البيئة والطبيعة في بعض الدول المتقدمة، والذي تأسس في الثلاثينيات، عمد إلى الاستفادة من قدرات وطاقت الموظفين والشباب العاطلين عن العمل في خلق مناطق مُشجّرة واسعة، مما زاد من جمال وقيمة هذا الجزء من العالم . أما اليوم فقد اختفت مثل هذه المؤسسات القيّمة . لذلك يجب علينا المساهمة في عملية إعادة مثل هذه المشاريع، وتقديم الدعم لقادة الرأي والمنظّمات التي تعمل على حماية البيئة وصيانتها .

الواقع أن التكنولوجيا لا تنقصنا، بل تنقصنا الأموال اللازمة لتطبيقها . وهذه الأموال سوف لن تتوفر إلا عندما نعتد سياسة اقتصادية صحيحة وسليمة، سياسة ليس الغرض منها معاقبة الإنسان . ومثل هذا النوع من السياسات موجود بالطبع . هناك العديد من الأعمال التي يُمكن أن يقوم بها الناس، من أجل المساعدة في العناية بكوكب الأرض . يبدأ الإنسان بفكرة العناية بكوكبه ثم تتبعها خطوة أخرى وهي تشجيع الآخرين على الاهتمام بكوكب الأرض والعناية به .

وصل الإنسان إلى قدرة تُمكنه من تدمير كوكب الأرض . لهذا السبب يجب أن ندفعه لتسخير قدراته لحماية هذا الكوكب لأننا جميعاً نعيش على سطحه .

**إذا لم يُحاول الآخرون حماية البيئة وتحسينها، فقد
تندم نهائياً فرص السير في طريق السعادة.**





١٣ — لا تسرق

عندما لا يحترم الإنسان مفهوم الملكية للأشياء، فإن ممتلكاته وأملاكه في هذه الحالة، تكون مُعرّضة للخطر.

الإنسان الذي يعجز لسبب أو لآخر، عن الحصول على الأموال والأموال بصورة شرعية، يُمكنه أن يدّعي بأن لا أحد يملك شيئاً على أية حال، (و لكن جرب أن تسرق حذاءه وانظر ماذا سيفعل!).
اللص يملأ الجو حوله بالغموض. فالكل يبدأ بالتساؤل أين اختفى هذا؟ وأين اختفى ذاك؟ إنه يسبب من المتاعب والمشاكل أكثر بكثير من قيمة ما يسرقه.

عندما يشاهد اللص الإعلانات التجارية لبعض المواد المرغوبة، فإن عجزه عن القيام بأي عمل قيم يكتنّه من الحصول عليها، أو لأنه مدفوع بالرغبة في امتلاكها، فإنه يتخيل أن سرقتها تجعله يحصل على شيء قيم بتكلفة زهيدة، وربما كانت هذه

بالضبط هي المشكلة الأساسية: التكلفة. والحقيقة أن السعر الفعلي الذي يدفعه السارق، سوف يكون أعلى بكثير مما يعتقد. فأكثر اللصوص في التاريخ قد دفعوا ثمناً باهظاً لغنائمهم، وذلك بقضاء حياتهم في المخابئ البائسة أو السجون، ولحظات نادرة فقط من الحياة المرفهة. إلا أنه ليس هناك شيء في الحياة، مهما كان ثميناً، يُمكن أن يُعوّض قضاء العمر خلف القضبان.

كما أن قيمة المواد المسروقة تتناقص بشكل سريع، لأن المسروقات يجب أن تُخفى عن العيون، كما أنها تُشكّل بحدّ ذاتها تهديداً لحرية السارق نفسه. وحتى في الدول الشيوعية يُرسل اللص إلى السجن.

السرقفة تعني أننا غير قادرين على الحصول على ما نريد بطرق شريفة، أو أننا مصابون بضرب من الجنون. وإذا ما سألت اللص أياً من هذين الاحتمالين هو الصحيح، فإن الجواب حتماً سيكون أحدهما.

**فالطريق إلى السعادة لا يُمكن أن تُسلك من قبل
أناس مُثقلين بالمسروقات.**





١٤ — كن جديراً بالثقة

إذا كان الإنسان لا يملك الثقة بمن هم حوله ولا يمكنه الاعتماد عليهم، فإنه هو نفسه سيكون مُعرضاً للخطر. وعندما يخذله هؤلاء الذين يعتمد عليهم، فإن حياته قد تتعرض للاضطرابات، التي ستؤثر على استمراره في هذه الحياة وبقائه فيها.

إن الثقة المتبادلة بين الناس هي الأساس المتين الذي يُمكن أن يُشاد عليه صرحُ العلاقات الإنسانية. ومن غير هذا الأساس، فإن البنين بأسره يكون مُعرضاً للسقوط.

إن الأمانة هي أمر ذو قيمة عُلّيا في حياتنا. والإنسان الأمين يثمن عاليا جدا، أما الإنسان غير الأمين فيُعتبر عديم القيمة.

يجب على الشخص أن يجعل الآخرين حوله يعبرون عن أمانتهم وأن يكتسبوا، الأمر الذي يجعلهم يشعرون بقيمة أنفسهم وبقيمة الآخرين.

١-١٤ أوف بوعدك:

عندما يقطع الإنسان عهدا على نفسه فعليه أن يفي بهذا الوعد. وإذا ما قال امرؤ انه سوف يقوم بأمر ما، فان عليه أن يقوم به. وإذا قال بأنه لن يقوم به فعليه أن لا يفعله.

إن نظرنا للآخر مبنية بدرجة كبيرة على مدى وفائه بوعده. حتى الوالدين، على سبيل المثال، قد يفاجآن بمدى سقوطهما في عيون أولادهم وذلك عندما لا يفيان بوعودهما.

إن الأفراد الذين يوفون بوعودهم هم أهل للثقة والإعجاب. أما الأفراد الذين لا يوفون بوعودهم، فإن الآخرين ينظرون إليهم بعين ملؤها

الازدراء . وسيكون من الصعب جداً الثقة بهم، وقد لا يُمنحون فرصة أخرى .

الإنسان الذي لا يفي بوعوده، قد يجد نفسه واقعاً في شرك كل أنواع الضمانات والقيود، كما قد يجد علاقاته الطبيعية مع الآخرين قد انقطعت . والواقع أنه لا توجد أية طريقة للعزلة عن الناس أصعب من عدم الوفاء بالوعد .

وهكذا يجب على الإنسان أن يسمح للآخرين باحترام وعودهم التي قطعوها على أنفسهم . كما يجب عليه أن يُصرَّ على أن الوعد متى قُطع، يجب أن يُوفى به . إن حياة الإنسان تُصبح في غاية الفوضى والاضطراب، إذا ما عمل ذلك الإنسان مع أفراد لا يوفون بوعودهم . إن ذلك لا يعتبر أبداً أمراً عارضاً .

**لذا، فإن الطريق إلى السعادة يُمكن اجتيازه بسهولة أكبر
مع من هم جديرون بالثقة .**





١٥ — أوف بالتزاماتك^{٢٨}

يرتبط الإنسان لا محالة، خلال حياته، بالعديد من الالتزامات. إنها في الحقيقة تولد معه وتتراكم خلال سني حياته. عندما نقول إن على المرء التزاماً تجاه والديه، لأنهما جلباه إلى هذا العالم وربياه، فإننا لا نُعلن فكراً جديداً. ويجب أن نشكر الوالدين على عدم إفراطهما في فرض هذه الالتزامات على أولادهم، بالرغم من أن الواقع الحياتي يقول إن هناك ديناً والتزاماً في عنق المرء تجاه والديه. حتى الطفل يشعر بهذا الدين. ومع مرور السنين تتكاثر الالتزامات الأخرى على الإنسان. منها التزاماته تجاه أسرته وتجاه الأفراد الآخرين الذين يعمل معهم، وتجاه الأصدقاء والمجتمع والوطن، وحتى تجاه العالم كله. إنك بعدم سماحك للشخص أن يقوم بواجباته، لا يعني أنك تؤدي له خدمة وإنما تمنعه من الشعور بالرضى أو القيام بمسؤولياته. وجزء كبير من حالة التمرد التي يمرُّ بها الطفل أو الشاب، تعود إلى رفض الآخرين قبول القليل مما يقدمه ذلك الطفل أو الشاب لينزاح عبء التزاماته: مثل ابتسامات الرضيع، ومحاولات الطفل لتقديم المساعدة، والنصائح التي يقدمها الشاب، أو حتى محاولات الأبناء كي يكونوا صالحين، تمرُّ جميعها أحياناً دون أن تلاحظ أو تُقابل بعين الرضا من الأهل. إن مثل هذه الجهود التي يُبديها الطفل، والتي تفضل في حمله على إيفاء الدين الهائل الذي يشعر به تجاه أهله، قد يحلّ محلها عددٌ من التبريرات العقلانية عنده مثل: (أنا في الحقيقة غير مُطالب بأي شيء) أو (أنا أستحقّ هذه الديون قبل أي إنسان آخر)، أو (أنا لم أطلب منهم أن يجلبوني إلى هذا العالم) أو (أهلي

^{٢٨} **التزام:** هي حقيقة وضع الشخص المدين لآخر بشيء مادي أو معنوي؛ كعمل ما واجب عليه، أو عقد أو اتفاق أو وعد اجتماعي أو أخلاقي أو التزام قانوني يلزمه باعتماد خط سير معين أو تجنب آخر. والالتزام هو ما ندين به لآخر.

سيئون) أو (الحياة لا طعم لها). ومع كل ذلك فإن التزامات الإنسان تتكاثر يوماً بعد يوم.

إن حجم المسؤوليات يُمكن أن يتحوّل إلى عبء ثقيل يزرع تحته الإنسان، خصوصاً إذا لم يجد وسيلة يُمكنه من خلالها أن يزيح هذا الحمل عن كاهله. ومثل هذا الشعور يُمكن أن يُخلّف وراءه كل أنواع الاضطرابات والفوضى الاجتماعية والشخصية. وعندما لا يستطيع المرء إزاحة عبء هذه الديون، فإن الأشخاص الذين يدين لهم بها من الممكن أن يجدوا أنفسهم بوضع صعب، نتيجة التصرف الغريب وغير المُتوقّع، من ذلك الإنسان المدين لهم بالفضل. من الممكن مساعدة الإنسان الذي يزرع تحت عبء المسؤوليات والديون، عن طريق تنظيم كل هذه الالتزامات الأخلاقية والاجتماعية والمالية، ومدّ يد العون له للإيفاء بكل الالتزامات التي يشعر بثقل وطأتها على كاهله.

يجب على الإنسان أن يتقبّل الجهود التي يُقدّمها الطفل أو البالغ، للتعويض عن واجباته غير المادية، التي يشعر بأن عليه أداءها. على المرء أن يعمل على إيجاد حل يستند على أساس اتفاق مُتبادل بينه وبين الآخرين، وذلك من أجل إيفاء ديونه المادية. شجّع الإنسان دائماً، على عدم زيادة مسؤولياته التي لا يُمكنه أن يفي بها.

إن الطريق إلى السعادة طريق متعبة وصعبة لمن يزرع
تحت عبء التزاماته تجاه الآخرين والتي
لم يتسنّ له أن يفي بها.





١٦ — كن مجدداً في عملك

إن العمل ليس أمراً مُسراً دائماً. ومع ذلك فإن هناك عدداً من الناس أكثر تعاسة، وهم أولئك الذين يعيشون حياة فارغة ومُضجرة وخالية من الهدف. فالأطفال يشكون لأُمهاتهم عندما لا يجدون ما يشغلهم، والمزاج النفسي للعاطل عن العمل، حتى وإن كان يتلقَى الإعانة^{٢٠} والصدقات^{٢١} من الحكومة، يكون سيئاً، والرجل المتقاعد الذي ليس لديه ما يعمل في الحياة، يذوي من كثرة الكسل، كما هو مُبين في الإحصائيات.

وحتى السائح الذي تُغريه وكالات السفر بالدعوات إلى الراحة والاستجمام، قد يصبح سائحاً متدمراً، خصوصاً إذا وجد أن مُرشد الرحلة لا يعمل على إلهائه بشيء يُمكنه القيام به. إن الحزن يمكن مُعالجته ببساطة، عن طريق الانشغال بشيء ما. إن معنويات المرء تتحسن بشكل كبير للغاية عندما ينجز عملاً أو ينهي عملاً. والحقيقة أنه يُمكننا القول بأن الإنتاج^{٢٢} والعمل هما أساس المعنويات العالية.

إن الناس الذين لا يكدهون في هذه الحياة، ويتركون عبء العمل على أكتاف الآخرين من حولهم، يُصبحون عبئاً على غيرهم. والحق ليس من السهل الانسجام والعيش مع إنسان كسول لا يُحب العمل، إن مثل هذا الإنسان علاوة على كونه محبطاً ومحطّم المعنويات، فإنه يُشكّل خطراً على من حوله.

أما العلاج الفعال لمثل هذا الإنسان فيكمن في إقناعه بالعودة إلى حياة

٢٩ **مجداً:** هو الإنسان الذي يؤدي عمله أو يقوم بمتابعة دراسته بحماس، وينجز أموره بهمة ونشاط، ولغايات في نفسه. وهو عكس الكسول الذي لا ينجز شيئاً.

٣٠ **الإعانة:** مساعدات مالية أو غير مالية تعطيها المؤسسات الحكومية للأشخاص المحتاجين والمعوزين.

٣١ **الصدقات:** اصطلاح آخر يعنى مساعدة حكومية أو من الأشخاص.

٣٢ **الإنتاج:** عملية إنجاز شيء ما وإنهائه، إكمال واجب أو أمر مفيد تمين يستحق العمل والحوزة.

الجدّ والعمل المنتج، ومساعدته على تحقيق ذلك. إن أكثر الفوائد
ثباتاً، هي تلك التي يجنيها المرء من العمل الحقيقي المنتج.

إن الطريق إلى السعادة يغدو مرصوفاً بالنجاح عندما يعمل الإنسان
بجد ومثابرة للحصول على إنتاج حقيقي.





١٧ — كن كفاءاً^{٣٣}

في هذا العصر، عصر الأجهزة والآلات والمركبات المعقدة الشديدة السرعة، يتوقف وجود الإنسان ووجود عائلته وأصدقائه واستمرارهم في الحياة بدرجة ما على كفاءة الآخرين عموماً. ففي عالم التجارة والعلوم والحقول الإنسانية وفي الأوساط الحكومية، نجد أن عدم الكفاءة يُمكنها أن تهدد حياة ومستقبل الأقلية والأكثرية معاً. إنني على يقين أن باستطاعتك أن تتذكر العديد من الحالات والأمثلة المتعلقة بالكفاءة أو عدم الكفاءة^{٣٤}.

فمنذ أقدم العصور والإنسان يمتلك هذا الحافز الذي يدفعه للسيطرة على قدره. إن الخرافات وطقوس استرضاء الآلهة والرَّقص قبل الصيد التي كان يمارسها الإنسان كانت تعتبر جهداً بُذل للتحكم في القدر وذلك بغض النظر عن مدى عدم جدوى هذا الجهد.

لكن الإنسان لم يبدأ بالسيطرة على محيطه إلا بعد أن تعلّم كيف يُفكّر وكيف يُقيّم المعرفة ويُطبّقها بكفاءة. أما هدية السماء الحقيقية للإنسان فربما كانت هذه القدرة الكامنة لديه ليكون كفاءاً. ففي النشاطات والمشاغل العامة، نجد أن الإنسان يحترم ويُقدر من كان كفاءاً بين الآخرين. فمهارات الرياضيين البارزين أو الأبطال مثلاً، قد جعلتهم موضع تَبجيل واحترام.

محك الكفاءة الحقيقية يكمن في النتائج. وكلما كانت كفاءة الإنسان عالية، كلما كان استمراره وبقاؤه في هذه الحياة أفضل. وكلما كان غير كفء، كلما ذوى وقلت فرص استمراره وبقائه فيها. لذلك شجع الناس على أن يظهروا كفاءتهم من خلال أي نشاط مفيد يقومون به

^{٣٣} كفاءه: أي قادر على القيام بما يقوم به بشكل جيد متقن. كون الإنسان ذو مقدرة؛ موهوب بما يقوم به وبالتالي القدرة على وزن وتقييم ما تتطلبه الأنشطة التي يقوم بها المرء.

^{٣٤} عدم الكفاءة: وهي نقص المعرفة أو المهارة أو المقدرة. أي الوقوع في هفوات وأخطاء كبيرة.

واثن على تلك الكفاءات وأكثر لها التقدير متى وجدتها. واطلب منهم أن يكونوا على درجة عالية من المهارة والكفاءة. والحق أن محك أي مجتمع يكمن في قدرتك أنت وأصدقائك وعائلتك على العيش فيه بأمان.

أما مقومات الكفاءة فتشمل الملاحظة والدراسة والمران.

١-١٧ انظر:

ما تراه هو ما تراه أنت، لاما يقول لك الآخرون أنك تراه. إن ما تلاحظه، هو ما تلاحظه أنت. أنظر إلى الأشياء والحياة والآخريين مباشرة وليس من خلال ضباب من الأحكام المسبقة وجدران الخوف ووجهات نظر الآخريين.

بدلاً من الجدال مع الآخريين، اعمل على أن ينظر الآخرون بعيونهم إلى الشيء المتجادل عليه.

لأن أغلب الأكاذيب الآثمة يُمكن أن تُكتشف، وأعظم الادعاءات يُمكن أن تُدحض، وأكثر الألغاز تعقيداً يُمكن أن تحل، وأكثر الدلالات وضوحاً، يمكن أن تحدث، وذلك ببساطة عن طريق الرجاء اللطيف والطلب بلين من الآخريين أن **ينظروا** ويفحصوا الأمور بأنفسهم. فعندما يجد الإنسان أن الأمور معقدة وصعبة الاحتمال، وعندما يأخذ رأسه بالدوران، انصححه أن يتراجع قليلاً إلى الوراء ليتفحص الأمور ويتمعن فيها النظر.

وهو عندما يفعل ذلك فهو عادة يرى الأشياء بوضوح وعلى حقيقتها وبالتالي فانه قادر على الانطلاق في الحل. ولكن إذا لم يستطع الإنسان رؤيتها وملاحظتها بنفسه، فقد يكون لديه القليل من الحقيقة حولها، وتصبح كل الإرشادات والأوامر والعقوبات التي في هذا العالم عاجزة عن أن تحل هذا التشويش الذي يعانى منه.

طالما أن الإنسان قادر على أن يُوجّه الشخص الآخر بالاتجاه الذي يجب أن ينظر إليه، ويقدر أن يقترح عليه أن يتطلع إلى ذلك الاتجاه، فإن النتائج تُصبح مرهونة بذلك الشخص.

إن الطفل أو الشخص البالغ يرى ما ينظر إليه هو بنفسه. وهذا بالضبط هو الواقع بالنسبة إليه. الكفاءة الحقيقية تعتمد على قدرة الإنسان الشخصية على الملاحظة. وعندما يتحقق ذلك، فإن الإنسان يكون كفوئاً وواثقاً من نفسه.

٢-١٧ تعلم:

هل حدث لك أن احتفظ شخص ما بمعلومات خاطئة تتعلق بك؟ وهل سببت لك تلك المعلومات الخاطئة بعض المشاكل؟

إن مثل تلك الأمور تعطيك فكرة عما تسببه المعلومات الخاطئة من تشويش واضطراب. وفي الوقت نفسه، من الممكن أن تحتفظ أنت نفسك ببعض المعلومات الخاطئة عن الآخرين.

إن فصل المعلومات الخاطئة عن الصحيحة، من شأنه أن يزيد في تفهم الإنسان للأمر.

هناك الكثير من المعلومات الخاطئة المنتشرة بين الناس. فبعض الأفراد ذوي النوايا السيئة، يختلقون مثل تلك المعلومات، وذلك ليتسنى لهم تحقيق أغراضهم الشخصية. أما مصدر تلك الأفكار الخاطئة فيعود بكل بساطة إلى الجهل بالحقائق الصحيحة. ومن شأن هذا الجهل أن يُعيق تقبّل الإنسان للمعلومات الصحيحة.

إن الطريقة الرئيسة التي يستطيع الإنسان بواسطتها أن يتعلّم، تتكون من عملية التحقق من المعلومات المتوفرة بين يديه، واختيار الصحيح منها، ونبذ الخطأ. ومن ثم تمييزه للمهم من غير المهم،

واستخلاصه النتائج والعبر التي يُمكن تطبيقها والاستفادة منها. إذا تمكّن الإنسان من ذلك، فإنه يكون على الدرب السليم ليصبح فرداً كفئاً وقادراً.

إن اختبارك لأية (حقيقة)، يتم عن طريق تقييمك أنت لصحتها. فإذا عملت على استيضاح وتفهم كل كلمة لا تُدرك معناها في مجموعة البيانات، وتمعّنت فيها، ولكن بقيت تلك البيانات تبدو وكأنها غير صحيحة وغير مفهومة، فإنها عندئذ تكون غير صحيحة. أرفضها، إذا أردت، استخلص منها ما تعتقده الحقيقة بالنسبة لك. ففي النهاية أنت الشخص الذي عليه أن يستخدمها أو لا يستخدمها. وأنت الذي سيفكر أو لا يفكر من خلالها. فإذا قبل المرء عن جهل (الحقائق) أو (الوقائع) لأنه فقط طلب منه أن يتقبلها، - وهي في واقعها ليست حقائق أو وقائع صحيحة - فإن النتيجة سوف لن تكون مرضية. وهذا هو بالضبط الطريق الذي يقود إلى مستنقع اللاكفاءه.

أما الجزء الآخر الذي يعتبر من مستلزمات التعلّم فيكمن بكل بساطة، في عملية حفظ المعلومات. كحفظ شكل الكلمات والصيغ والجداول الرياضية والنظام الذي تتبعه عند استخدامنا لآلة من الآلات. ولكن حتى في عملية التذكّر البسيطة هذه، يجب على المرء أن يعرف ما هي المعلومة التي هو بصدد دراستها وتعلّمها، وكيف ومتى يجب عليه أن يستعملها.

أسلوب التعلّم لا يكمن فقط في تراكم المعلومات والبيانات. إنه إحدى الوسائل التي تساعد الإنسان في الحصول على مفاهيم جديدة وطرق أفضل للقيام بإنجاز الأشياء.

الناجحون والمتفوقون في الحياة لا يتوقفون عن التعلّم والدراسة. فالمهندس الكفاء يسعى دائماً للاطلاع على الطرق الجديدة الحديثة،

والرياضي الجيد يُعيد النظر باستمرار في طرق تقدمه في المضمار الذي يُمارسه. وأيُّ إنسان محترف يحتفظ دائماً بالمعلومات التي يُمكنه أن يرجع إليها في حياته العملية. فآلة (خفق البيض) و (الغسالة الحديثة) وحتى آخر موديل للسيارات جميعها، تتطلب بعض الدراسة والتعلم وذلك قبل أن يتمكن الإنسان من تشغيلها بشيء من الكفاءة. وعندما لا يعتمد المرء على اكتساب المعرفة حول كيفية استخدام هذه المعدات، فإن العديد من الحوادث قد تقع في المطابخ والشوارع.

الإنسان الذي يعتقد بأنه ليس هناك أي شيء آخر ليتعلمه في هذه الحياة، هو إنسان مُتعجرف ومُتكبر. وهو مُصاب بعمى خطير، وغير قادر على التخلص من أفكاره المسبقة، ولا من المعلومات الخاطئة التي لديه، أو تبديلها بالحقائق والوقائع التي يُمكن أن تساعده بشكل أكثر منطقية في حياته الخاصة، وحياة أي إنسان آخر. هناك طرق تساعد الإنسان على الدراسة، وتمكّنه من أن يتعلم فعلاً، وأن يستخدم ما يتعلمه في حياته. وباختصار فإن التعلم يكمن في وجود مدرّس و / أو نصوص تتعلق بمضمون الموضوع الذي نتناوله

بالدراسة، فإذا تمكّن الإنسان من أن يفهم ويستوعب كل كلمة لا يعرف معناها، وذلك باستخدام القواميس أو باستشارة مراجع أخرى، و / أو الاطلاع على مصادر الموضوع الذي يبحثه. ومن ثم التخلص من البيانات الخاطئة التي يُمكن أن تكون بحوزته. ومن ثم فصل المعلومات الخاطئة عن الصحيحة، وذلك انطلاقاً من الشيء الذي يُعتبر صحيحاً بالنسبة له. أما النتيجة النهائية فستكون يقيناً وكفاءةً عالية. إنها في الواقع تجربة مُجزية ونيرة. إنها تشبه بذل جهد جهيد في اختراق وعورة جبل عال، ثم الوصول إلى قمته، ورؤية العالم الممتد بشكل آخر جديد.

من أجل أن تستمر أي حضارة من الحضارات، يجب أن تعزز العادات والقدرات على الدراسة في المدارس. إن المدرسة ليست مكاناً يتخلص فيه الأهل من أطفالهم أثناء النهار. فلو كانت هذه هي الغاية من وجود المدارس، لكان الأمر أغلى من اللازم. والمدرسة ليست مكاناً لصنع البيغاوات المقلدة، بل إنها المكان الذي يجب على الإنسان أن يتعلم كيف يدرس فيها. وهى المكان الذي يتعلم فيه الأطفال كيف يتشبثون بالواقع، وكيف يُعالجونه بكفاءة، وكيف يُهيئون أنفسهم لاحتمال مكانتهم في عالم الغد، هذا العالم الذي سيقضي فيه رجال اليوم حياة الشيخوخة.

إن المجرم المتمرس هو إنسان لم يُعلم أبداً كيف يتعلم. فالمحاكم تُحاول أن تُعلمه باستمرار بأنه إذا ارتكب جريمة ثانية فإنه سيعود إلى السجن. رغم ذلك فإن أغلب المجرمين يرتكبون الجريمة نفسها من جديد ويعودون إلى السجن. والحق أن المجرمين هم السبب في وجود هذا العدد المتزايد من القوانين. لأن المواطن الصالح هو شخص يحترم القانون، في حين أن المجرم (وبالتعريف: هو إنسان لا يحترم القانون) غير قادر على التعلم. وبالتالي فإن أغلب الأوامر والقوانين والعقوبات تكون غير قادرة على التأثير في الإنسان الذي لا يعرف كيف يكتسب المعرفة أو لا يستطيع أن يتعلم.

إن إحدى مواصفات الحكومة المجرمة - كما حدث سابقاً في التاريخ - هي أن قادتها غير قادرين على التعلم؛ فبالرغم من أن التاريخ والمنطق ينبئان أولئك القادة بأن الدمار هو نتيجة للحكم الجائر، إلا أن الأمر قد تطلب الكثير من الثورات العنيفة للتخلص من تلك الحكومات، وحرب عالمية ثانية للإطاحة بهتلر وبتلك الأحداث التعيسة التي عصفت بالإنسانية. إن مثل هؤلاء لم يتعلموا. فهم

مقتنعون بالمعلومات الخاطئة التي بحوزتهم. وهم يرفضون كل الدلائل والحقائق، لهذا لا بد أن يتم التخلص منهم.

إن المجانين لا يستطيعون التعلّم. فهم سيرون بنواياهم الشريرة الخفية، أو مُحطّمون إلى درجة لا يستطيعون فيها التفكير والتمييز. فالحقائق والواقع والصدق أمور لا يمكنهم إدراكها. إنهم يُجسدون المعلومات الخاطئة، بل وغير قادرين على التعلّم أو التمييز بالفعل.

إن العديد من المشاكل الشخصية والاجتماعية ترجع إلى عدم قابلية التعلّم أو رفض التعلّم.

لا بد أنك تتذكر بعض الأمثلة عن معارفك من الذين دُمّرت حياتهم بسبب جهلهم بكيفية الدراسة والتعلّم.

وإذا لم يتمكن الإنسان من جعل من هم حوله يدرسون ويتعلمون فإن عمله هو يمكن أن يغدو أكثر صعوبة وحتى مُثقلًا بالأعباء. كما يُمكن أن يُؤثر ويُقلل بشكل كبير من فرصه الكامنة في البقاء والاستمرار في هذه الحياة. يُمكن مساعدة الآخرين على الدراسة والتعلّم عن طريق تزويدهم بالمعلومات التي يجب أن يطلعوا عليها.

ويُمكن مساعدتهم أيضاً عن طريق تشجيعهم في كل مرة يتعلمون فيها شيئاً جديداً. أو عن طريق إظهار التقدير لأيّ ازدياد يُمكن أن يُلاحظ في كفاءتهم. وبالإمكان القيام بأكثر من ذلك: بإمكانك مساعدة الآخرين - دون الدخول في خلافات أو نقاشات - في التخلي عن المعلومات الخاطئة، ومساعدتهم في العثور على المعلومات الصحيحة، وشرح الكلمات التي لا يتمكنون من فهم معانيها.

وعلى إيجاد الأسباب التي تحول بينهم وبين الدراسة والتعلّم، ومعالجة تلك الأسباب.

وبما أن الحياة هي محاولات وأخطاء. فبدلاً من أن تنتقد وتُغضب

الإنسان الذي يُخطئ، حاول إيجاد السبب في ارتكاب ذلك الخطأ، ثم حاول أن تجد ما إذا كان ذلك الإنسان قادراً على أن يتعلم من ذلك الخطأ شيئاً ما.

قد يندهش الإنسان من نفسه خصوصاً عندما يتمكن من مساعدة شخص آخر في حل بعض مشاكله وذلك بمجرد تشجيع ذلك الشخص على الدراسة والتعلم، وأنا على يقين من أنك تملك العديد من الطرق والوسائل التي تُعينك على القيام بذلك. كما أعتقد بأنك سوف تجد أن الطرق الأكثر فاعلية هي الطرق اللطيفة. إن العالم قاس بما فيه الكفاية خصوصاً بالنسبة لأولئك الذين لا يستطيعون التعلم بسهولة.

٣-١٧ الممارسة والمران:

إن التعلم لا يُعطي ثماره إلا بعد تطبيقه. صحيح أنه يُمكننا السعي وراء الحكمة لذاتها لأن هناك شيئاً من الجمال في هذا البحث. على أن الحقيقة تقول إن الإنسان لن يعرف أبداً ما إذا كان حكيماً أم لا إلا حين يرى نتائج محاولاته التطبيقية.

إن أي نشاط أو مهارة أو مهنة، كجمع القمامة أو ممارسة القانون أو الهندسة أو فن الطبخ أو أي شيء آخر، مهما كانت درجة دراستنا له، يُمكن أن يتعرض في النهاية للسؤال الحاسم: هل بإمكان الإنسان أن يفعل ذلك العمل؟ وهذا الفعل يتطلب الممارسة من ذلك الإنسان. إن الذين يقومون باللقطات الخطيرة في السينما بدلا من الممثلين، سوف يُسببون لأنفسهم الأذى إذا لم يتمرنوا بما فيه الكفاية، وكذلك الحال مع ربات البيوت.

و الحق إن السلامة ليست موضوعاً شعبياً معروفاً، إذ غالباً ما تختصر بعبارة (انتبه أو تمهل) ولهذا يشعر الناس بأن هناك قيوداً

تُفرض على حريتهم. ولكن هناك جانب آخر لهذا الأمر: إذا كان الإنسان بالفعل مُتمرّناً ومُتدرباً بما فيه الكفاية، فإن مهارته وبراعته ستكون جيدة لدرجة لا يكون من الضروري معها أن يكون (منتبهاً أو متمهلاً) إن الحركة السريعة والسليمة لا تأتي إلا بالمران.

مهارة الإنسان يجب أن تتناسب مع سرعة العصر الذي يعيش فيه وهذا أيضاً يأتي عن طريق المران. بإمكان الإنسان أن يمرّن أجزاء جسمه، عينيه، يديه ورجليه إلى أن تتعود هذه الأجزاء على تأدية تلك الحركات. وهكذا فإن الشخص لا يحتاج إلى (التفكير) عند إشعاله للفرن أو إيقاف السيارة. لأنه يقوم بها بكل بساطة. إن ما نعتبره ضرباً من الموهبة - في أي عمل كان - ما هو إلا ممارسة.

فلدى قيامك بعمل من الأعمال، اعمل على تجزئة العمل إلى عدة أقسام، ثم تمرّن على هذه الأقسام إلى أن تتمكن من إنجازها بسرعة ودقة دون تفكير. وإلا فإنك ستكون عُرضة للحوادث. إن الإحصائيات تُشير إلى أن أغلب الحوادث لا يُسببها إلا الأشخاص قليلي الخبرة والممارسة.

ويمكن أن يُطبق المبدأ على المهن والحرف التي يُستخدم فيها العقل بشكل رئيس. فالمحامي الذي لم يتمرّن ويتمرن ويتمرن على الإجراءات المتبعة في قاعات المحاكم، معناه أنه لن يعرف أن يحرك ملكاته الذهنية وطاقاته الفكرية بسرعة كافية، لمجابهة التغيرات الجديدة في القضية، التي هي قيد النظر. وبالتالي سيعرّضه ذلك إلى خسارة القضية. كذلك هي الحال بالنسبة لو كبل أسهم مالية جديد لم يمارس قبلاً هذا العمل. انه قد يخسر كبراً في لحظات قليلة. والبائع الجديد الذي لم يتدرب على طرق البيع، يُمكن أن يُعاني من الجوع لعدم مقدرته على بيع سلعته. والحل الصحيح لكل ذلك، يكون بالممارسة والممارسة والممارسة.

قد يجد الإنسان نفسه أحياناً غير قادر على تطبيق ما تعلم .
والسبب في مثل هذه الحالة يعود إلى الطريقة الخاطئة التي اتبعها في
الدراسة، أو بسبب المدرّس أو نوعية النصوص التي درسها . إن قراءة
التعليمات شيء، ومحاولة تطبيقها شيء آخر تماماً .
عندما يجد المرء نفسه غير قادر، من وقت لآخر، على المران، فإن
عليه أن يتخلّص من وسائل التعلم التي بين يديه، وأن يبدأ من
جديد . ففي مجال التسجيل الصوتي السينمائي مثلاً نجد أن الأمر
يشبه ما ذكرناه سابقاً . فإذا لم يتبع مهندس الصوت التعليمات
الواردة في كتب التسجيل الصوتي، فإن صوت تغريد الطيور سوف لن
يُسمع أفضل من صوت الجرس . لهذا السبب لا يتمكن الفرد أحياناً
من معرفة ماذا يقول الممثلون في بعض الأفلام . والواقع أن مهندس
الصوت الجيد عليه أن يتمرن على خطوات التسجيل مع نفسه
من أجل الحصول على نتيجة أفضل في عمله . فالعديد من النصوص
التي تتناول موضوع الإضاءة التصويرية، هي نصوص ممتازة . وإذا
اتبعتها الشخص بدقة، فإنه سيحصل على مشاهد في غاية الروعة .
ومن المؤسف حقاً، وخصوصاً في المجتمعات التي تتميز بتقنياتها
العالية، ألا نجد جميع الأنشطة والأعمال مشروحة بشكل جيد
يفيها حقها من المعلومات . لكن عدم توفر مثل هذه النصوص يجب
أن لا يُعيق عمل الإنسان . وفي حالة توفر النصوص الجيدة، أعمل على
تقدير قيمتها وادرسها جيداً وعندما لا تتوفر النصوص الجيدة، اجمع
المعلومات المتوفرة عنها، وادرسها، وحاول بنفسك تكملة الناقص
منها .

الحقيقة هي أن النظريات والبيانات لا يُمكن أن تُعطي ثمارها
كاملة، إلا عندما يتم تطبيقها مراراً وتكراراً . سيبقى الإنسان في

حالة خطر طالما أن الناس المحيطين به لا يُمارسون مهاراتهم بالدرجة التي تُمكنهم فعلاً من القيام بها. وهناك اختلاف كبير بين إنسان جيد بما فيه الكفاية، وبين إنسان حرفي ماهر. والمران وحده القادر على سدّ هذه الفجوة.

شجّع الآخرين على أن ينظروا إلى الأمور بأنفسهم، وعلى أن يجدّوا ويجتهدوا في الدراسة، ويعملوا من ثم على تطبيق ما تعلموه. فهم عندما يكتسبون المعرفة بشكل صحيح، عليك أن تُشجعهم على التمرن المتواصل عليها، إلى أن يتمكنوا من إنجازها بشكل حرفي ممتاز.

هناك مُتعة حقيقية في اكتساب المهارة والبراعة والحركة السريعة. ومثل هذا الأمر يُمكن أن يتمّ بأمان بواسطة الممارسة والتمرين فقط. إن العيش مع أشخاص بطيئي الحركة، أمر لا ينطوي على الكثير من السلامة، في عالم يتميّز بالسرعة الفائقة.

**إن الطريق إلى السعادة يُفضّل اجتيازه
برفقة الإنسان الكفء.**





١٨ — احترام

المعتقدات الدينية للآخرين

إن التسامح الديني هو حجر الزاوية المتين الذي تُبنى عليه العلاقات الإنسانية.

وعندما يرى الإنسان كل المذابح والآلام التي سببها عدم التسامح الديني عبر تاريخ الإنسانية، وحتى وقتنا الحاضر، يُمكنه أن يدرك ويتيقن بأن عدم التسامح هذا، ما هو إلا نشاط يهدف إلى تدمير استمرار وبقاء الإنسان في هذه الحياة.

إن التسامح الديني لا يعني عدم قدرة الإنسان على المجاهرة بمعتقداته الخاصة وإنما يعني أن محاولة التهجم على معتقدات الآخرين كانت دائما اقصر الطرق المؤدية للمشاكل والاضطرابات.

لقد اختلف الفلاسفة فيما بينهم على تحديد طبيعة الله والإنسان والكون وذلك منذ عهد اليونان القديم. وتغيرت هذه الآراء في العديد من الأوقات. أما موضة العصر اليوم فتظهر في الفلسفتين المادية^{٣٥} و الميكانيكية^{٣٦} اللتين تمتد جذورهما عميقا في التاريخ المصري واليوناني: وتحاول هاتان الفلسفتان التأكيد على أن كل شيء مادي وبغضون النظر - على قدر تنظيم أفكارهم للتطور البشري - بأنهم ما زالوا يستبعدون أن هناك عوامل إضافية على قيد العمل

^{٣٥} **للادية:** وهي أي واحدة من تلك النظريات الميتافيزيقية التي تقول بأن كوننا هذا مؤلف من أشياء صلبة كالحجارة مثلا، سواء كانت كبيرة أو صغيرة. ولقد عمدت تلك النظريات إلى شرح مثل تلك الأمور إذ رأيت في العقل، مثل، مادة بحتة. المادية فكرة قديمة جدا. لكن هناك أيضا أفكار ونظريات أخرى بالطبع.

^{٣٦} **الميكانيكية:** وهي النظرية القائلة بأن كل أشكال الحياة ما هي إلا مادة في حالة حركة، وبالتالي يمكن فهم وشرح هذه الحركة على ضوء القوانين الفيزيائية. طورت تلك النظرية، في البداية، على يد لوسيبس وديموقريطس (٣٧٠ ق.م - ٤٦٠ ق.م) بعد أن أخذوها عن الميثولوجيا الفرعونية. ولقد شعر أنصار تلك النظرية بأن عليهم أن يُسهبوا الدين من شروحاتهم لأنهم قد فشلوا في الواقع في ترجمتها رياضيا وتحويلها إلى أرقام. ولقد هوجمت هذه النظرية بالطبع من قبل كل المهتمين بالدين كما هاجم أنصارها بدورهم كل الأديان. أما روبرت بويل (١٦٢٧-١٦٩١) الذي وضع قانون بويل في الفيزياء، فقد وضع مضمون تلك النظرية موضع شك عندما تساءل فيما إذا كان هناك شيء بالطبيعة يدعى (مادة في حالة حركة).

تستخدم التطور البشرى . واليوم لسوء الحظ تعتبر هاتان الفلسفتان رسميتان ويعمل على تدريسهما حتى في المدارس . كما أن لهما أنصارهما الذين يهاجمون المعتقدات والأديان الأخرى : ونتيجة ذلك يمكن أن تكون عدم التسامح والخلاف .

انه منذ القرن الخامس قبل الميلاد وربما قبل ذلك ، لم تتمكن حتى أكثر العقول توقدا من الاتفاق حول موضوع الدين أو اللادين ، ولذلك من الأسلم للمرء أن يبقى بعيدا خارج حلبة الصراع .
ومن بين أمواج الخلاف تلك يبرز مبدأ ذكي : حق الإنسان بالآيمان في العقيدة التي يختارها .

صحيح أن الإيمان و العقيدة قد لا يستسلمان بالضرورة لمعطيات المنطق ، لكننا أيضا لا يمكن أن ندعي بأنهما غير منطقيان . فالأمور لا يمكن أن تفهم هنا على هذا المنوال .

ويبدو أن أسلم نصيحة يمكن أن يقدمها إنسان لآخر هي عندما يؤكد له من خلالها على حقه باختيار معتقده . في الحقيقة ، إن للإنسان مطلق الحرية في اختيار معتقده الذي يؤمن به . وهو يضع نفسه موضع الخطر عندما يهاجم المعتقدات الدينية للآخرين وأكثر من ذلك عندما يؤدي الآخرين بسبب قناعتهم الدينية .

إن الإنسان ، ومنذ فجر التاريخ ، وجد عزاءه وفرحه في الدين الذي نشأ عليه . حتى أصحاب الفلسفة المادية والميكانيكية اليوم يشبهون رجال دين الأزمنة القديمة في حماسهم لنشر عقيدتهم .

إن الأشخاص الذين لا يؤمنون بعقيدة ما هم أشخاص تعساء ، وهو أمر

يدعو للأسف حقا. بالإمكان أعطائهم شيئا يؤمنون به. وحين يؤمنون بشيء ما، فما علينا إلا أن نحترمه.

إن الطريق إلى السعادة يتحول إلى طريق للخصومات
والخلاف وذلك حين يفشل الإنسان في احترام
المعتقدات الدينية للآخرين.





١٩ — حاول أن لا تفعل أشياء للآخرين لا تحب أن يفعلوها لك

هناك العديد من الترجمات لما يعرف (بالقاعدة الذهبية) التي اكتشفها العديد من الشعوب وسكان الأرض منذ أقدم العصور. كلمات العنوان أعلاه لهذا الفصل قد اقتبست من تلك القاعدة الذهبية، التي تؤكد ضرورة عدم تسبّب الضرر والأذى للآخرين. قد لا نعتز على إنسان عاش حياته دون أن يسبب الأذى لغيره مطلقاً. لكن المجرم فقط هو الذي يؤدي من هم حوله دون أن يهتز رمشه ولو للحظة.

وإذا تركنا مشاعر (الشعور بالذنب) أو (العار) أو (تعذيب الضمير) جانباً، علماً بأنها كلها مشاعر حقيقية وقاسية بما فيه الكفاية، فيصح القول أن الشخص الذي يُسبب الأذى للآخرين قد ينقلب ذلك الأذى ضده عاجلاً أو آجلاً.

ليست كل الأفعال المؤذية التي ترتكب بحق الآخرين قابلة للإصلاح. فالمرء الذي يرتكب أمراً ما ضد إنسان آخر مثلاً، قد لا يكون بوسع هذا الآخر أن ينساه أو أن يتخلص منه. وجريمة القتل خير مثال على ذلك. والحق أن الانتهاك الشديد لأي مبدأ من مبادئ هذا الكتاب يمكن أن يتحول إلى عمل ضار تجاه الآخر لا يمكن إصلاحه. والإنسان الذي يخرب حياة الآخر، يخرب بالتالي حياته بالذات. إن السجون ومستشفيات المجانين مليئة بأفراد سببوا الأذى للآخرين؛ وهذا هو رد فعل المجتمع على ذلك. لكن هناك عقوبات أخرى؛ فالإنسان الذي يسبب الأذى للآخرين سواء قبض عليه أم لا، سوف

يدفع ثمن فعلته من خلال معاناته من هذه التغيرات الشديدة في موقفه من الآخرين ومن ذاته، خصوصاً إذا ما أخفى ذلك الإنسان أمر فعلته الشنيعة. والحق أن كليهما معا، هو والآخر تعيس. أما السعادة وفرح الحياة فهما راحلان.

إن التفسير الذي ذكرناه هنا (للقاعدة الذهبية) يصلح استخدامه كاختبار. فعندما يقنع الإنسان الآخرين بتطبيق هذه القاعدة، فإنه حينذاك سيعرف ما هو العمل المؤذي، وبالتالي سيدرك نوعية الأذى . والأسئلة الفلسفية التي تدور حول الضرر الذي يسببه المرء أحيانا

للآخرين، والمجادلات حول ماهية الخطأ، يمكن أن يرد عليها انطلاقاً من قاعدة شخصية بحتة: أتحب أن يحدث هذا لك؟! الجواب طبعاً كلا. إذا، فهذا العمل ضار، وبالتالي هو مرفوض من قبل المجتمع. يمكن لهذا الاختبار أن يوقظ ضمير المجتمع. يمكنه أن يساعد المرء على معرفة ما يجب عليه أن يفعله وما لا يفعله. وعندما يشعر الإنسان أحيانا بان ليس هناك ما يردعه من أذية الآخرين، فإن إمكانية استمراره في هذه الحياة وفرص بقائه تهبط إلى أسفل درك.

إذا تمكنت من إقناع بعض الأشخاص بتطبيق هذا الاختبار. فإنك تمنحهم إدراكاً جديداً يُمكنهم بواسطته تقدير وتقييم حياتهم الخاصة، وستفتح الباب أمامهم لينضموا إلى ركب الإنسانية.

إن الطريق إلى السعادة مُغلق أمام الأشخاص،
الذين لا يكبحون أنفسهم عن ارتكاب
الأذى بحق الآخرين.





٢٠ — حاول أن تعامل الناس كما تُحبُّ أن يعاملوك

يعتبر هذا العنوان بمثابة الترجمة الايجابية للقاعدة الذهبية. لا تُفاجأ إذا لاحظت أن أحد الأشخاص يكره أن يُقال له (كن صالحاً). إن الشعور الذي ينتابه ليس مرده على الإطلاق لفكرة (كن صالحاً). وإنما قد يكون سببه في الحقيقة أن ذلك الشخص يعاني من سوء فهم هذه العبارة.

يحدث أن يجد الإنسان نفسه وسط صراع الآراء وفوضى الأفكار فيما يتعلق بماهية (السلوك الصحيح). وقد لا يفهم الإنسان أبداً لماذا حصل على تلك الدرجة فيما يتعلق بسلوكه حتى ولو كان معلمه يعرف السبب. وقد يكون ذلك الإنسان قد أفترض أو زود ببعض المعلومات الخاطئة فيما يتعلق بذلك: (يجب أن نرى الأطفال وأن لا نسمع أصواتهم)، (أن تكون صالحاً تعني أن تكون غير نشيط). وفي كل الأحوال، هناك حتماً طريقة لتوضيح كل هذا لدرجة الاكتفاء.

لقد تطلع الإنسان في كل زمان ومكان إلى احترام القيم والاحتفاظ بها. وعُرفت هذه القيم باسم (الفضائل)^{٣٧}. وهذه الفضائل نُسبت عموماً إلى رجال الدين والحكماء والقديسين. وبالتالي فإن هذه الفضائل تُميِّز الفرق بين الإنسان غير المتمسك بالفضائل والقيم، والإنسان الحضاري المثقف. وتُظهر الفرق بين المجتمع الفوضوي والمجتمع السليم.

إن البحث عن معنى (السلوك الجيد) لا يتطلب تفسيرات مُعقَّدة

^{٣٧} الفضائل: وهي الصفات المثالية في السلوك الإنساني الصحيح.

صعبة، كذلك التي توجد فقط في مجلدات الفلاسفة السميكة.
فالإنسان بفطرته قادر على اكتشاف معناها، وذلك من خلال تقييمه
الخاص لها.

بإمكان أي إنسان تقريباً أن يجد الجواب الصحيح لهذا الموضوع.
إذا فكر الإنسان بالطريقة التي يجب عليه أن يُعامل بها من قبل
الآخرين، فإنه سوف يتوصّل إلى معرفة معنى الفضائل والقيم
الإنسانية. عليك أن تتصور فقط الطريقة التي ترغب في أن **(تُعاملك)**
الآخرون بها.

قد ترغب قبل كل شيء أن يعاملك الآخرون **(بعدل)**: مثلاً، لا تريد أن
يكذب الآخرون بحقك أو أن يُدينوك ظلماً وبهتاناً، أليس كذلك؟
ربما تريد من أصدقائك ورفاقك أن يكونوا **(مُخلصين)** لك، ولا تريد
منهم أن يخونوك مثلاً.

ربما تريد أن تُعامل بكثير من **الروح الرياضية العالية** وذلك من دون
غش أو خداع.

ربما تريد أن يكون الناس **مُنصفين** في تعاملهم معك.

ربما ترغب أن يكون الآخرون **شرفاء** وأن لا يغشوك، صحيح؟

ربما ترغب أن تُعامل **بلطف** من غير قسوة أو خشونة.

ربما تريد من الناس أن يأخذوا **بعين الاعتبار** حقوقك وأن لا يخدشوا
مشاعرك.

ربما تريد من الآخرين أن **يواسوك** عندما ينتابك القنوط والعجز.

ربما تتمنى من الآخرين أن **يضبطوا أنفسهم** بدلاً من أن يسعوا إلى
التهجّم عليك. صحيح؟

إذا كنت تملك أي نقطة ضعف أو كنت تعاني من عجز ما أو إذا ما
ارتكبت خطأ ما، ربما ترغب منهم أن يكونوا **متسامحين** معك وغير
منتقدين لك.

وبدلاً من تركيز الناس على الرقابة والعقاب، ربما تفضّل أن يكونوا
متسامحين. صحيح؟

ربما تريد من الناس أن يكونوا **محسنيين** معك، وأن لا يكونوا سيئين أو
بخلاء!

ربما تتمنى من الآخرين أن **يثقوا بك**، وأن لا يُشكوكوا بك في كل لحظة.
ربما تفضّل أن تجد نفسك **مُحترماً** وغير مُهان من قبل الآخرين.
ربما تتمنى أن يكونوا **مُهذّبين** معك، وأن يعاملوك بشيء من
الكرامة. صحيح؟

ربما تحب أن **يُعجب** الناس بك.

عندما تقوم بشيء من أجل الناس، ربما ترغب أن **يُقَدِّروا** ما قمت به
تجاههم. صحيح؟

ربما تريد أن يُعاملك الآخرون **بوَدٍّ** وصدّاقة.
وربما تتطلب **الحب** من بعضهم الآخر.

والأهم من كل ذلك، فأنت ترغب من هؤلاء الناس عدم ادعاء هذه
المشاعر تجاهك. بل تريد منهم أن يكونوا صادقين فيها وأن يتصرفوا
بشيء من **الاستقامة**.

يُمكنك أن تفكّر بالعديد من الأمثلة الأخرى على هذا المنوال.
بالإضافة إلى المبادئ والأفكار القيّمة التي ورد ذكرها في هذا الكتاب.
وبهذه الطريقة تتمكن من الوصول إلى مُلخّص لما نُطلق عليه اسم
(الفضائل).

إن هذا الأمر لا يتطلب الكثير من الخيال، لإدراك أن الحياة سوف تكون
أكثر متعةً وجمالاً إذا تعاملت الناس فيما بينهم بهذا الأسلوب،
وباستمرار، وبالتالي فإنه من المشكوك فيه أن تشعر بالكرهية ضد
أناس عاملوك بهذه المبادئ.

هناك ظاهرة^{٢٨} هامة في العلاقات الإنسانية. فعندما يصرخ إنسان

على إنسان آخر مثلاً فان هذا الأخير يندفع بالرد على ذلك الصراخ بصراخ مماثل. إننا في الواقع نتلقى نفس المعاملة التي نعامل بها الآخرين، وبالتالي فانه يخلق شكل المعاملة التي سيُعامله الآخرون بها. وإليك هذا المثال: زيد يسيء معاملة عمرو، إذن عمرو يسيء معاملة زيد، زيد يتصرف بود مع عمرو، إذاً عمرو يتصرف بود تجاه زيد. أنا متأكد من أنك ترى العديد من مثل هذه العلاقات الإنسانية اليومية. سمير مثلاً يكره كل النساء، إذن النساء بدورهن ينفرن من سمير. رياض قاس تجاه الجميع، إذن الجميع هم كذلك معه. وإذا كان الآخرون لا يتجرأون على إعلان شعورهم هذا أمامه، فإنهم سوف يكتبون حقيقة مشاعرهم تجاهه، وبمجرد أن تُتاح لهم الفرصة، فسوف يُظهرونها.

قد يعثر المرء على أوغاد مهذبين يديرون عصابات مروعة وقد يعثر حتى على أبطال غلاظ القلوب قساة لكن لن يجد مثل هؤلاء إلا في عالم القص الروائي اللاواقعي وفي الأفلام السينمائية. ذلك أن الواقع هو أمر مختلف تماماً. فالأوغاد الحقيقيون هم عادة أفراد قساة ورجالهم أقسى منهم. لقد كان أتباع هتلر ونابليون يخونونهما كلما سنحت الفرصة لذلك. أما الأبطال الحقيقيون فلا يمكنك أن تلتقي بأناس أهدأ وأكثر تعقلاً منهم. إنهم في غاية اللطف مع أصدقائهم. فإذا شاء الحظ والتقيت برجل أو امرأة من ذوي المراكز البارزة في مضمراهم أو مهنتهم، فغالبا ما ستفاجأ بأنهم من الأطف من صادفت في حياتك. وهذا اللطف هو أحد الأسباب التي وضعتهم على القمة. إن أغلبهم يميل إلى التعامل مع الآخرين بشكل جيد جدا، وبالتالي ترى الآخرين يميلون بدورهم كي يعاملوهم بالمثل متغاضين ربما حتى عن بعض نقاط الضعف فيهم. والحقيقة يمكن للمرء أن يدرك كنه

الفضائل الإنسانية من خلال إدراكه كيف يحب هو نفسه أن يعامل من قبل الآخرين . وانطلاقاً من ذلك ، أعتقد بأنك ستوافقني .

أجزم بأننا أوضحنا كل سوء فهم حول مفهوم (السلوك الصحيح) . وهو لا يعني ، مطلقاً ، أن يكون الإنسان ساكناً ، غير فعال ، جالسا ويدها على فخذه مقفل الفم . بل أن السلوك الصحيح قد يكون في كثير من الأحيان مرادفاً للنشاط والفعالية الجمّة .

بينما القنوط والتحفظ قد لا يجلبان سوى القليل النادر من الفرح . أما التفسير الذي تبناه القدماء والذي مفاده أن الإنسان لكي يكون فاضلاً يجب عليه أن يحيى حياة التجهم والكآبة ، فمصدره في الواقع ميلهم للاعتقاد بأن كل متعة مصدرها الرذيلة ، وهذا هو الخطأ بعينه . إن الفرح والمتعة ليس مصدرهما الأفعال اللاأخلاقية بل العكس . إنهما في الواقع لا يزدهران إلا في القلوب الشريفة النزيهة .

أما الإنسان اللاأخلاقي فيعيش حياة مأساوية لا تُصدّق ، ملؤها الألم والعذاب . ليس هناك علاقة بين الفضائل الأخلاقية والكآبة . إنها ، في واقع الأمر ، الوجه المشرق البسام للحياة .

الآن ، ماذا يحصل إذا ما عامل المرء الآخرين حوله **بعدل ، بإخلاص ، بروح رياضية ، بإنصاف ، بشرف ، بلطف ، بتعاطف ، بضبط نفس ، بتسامح ، بعفو ، برفق ، بصدق ، باحترام ، بتهذيب ، بكرامة ، بصدقه ، بحب** ، وأن يقوم بكل هذا بأمانة وصدق !

قد يستغرق المرء بعض الوقت ليقوم بذلك ، ولكن ألا تعتقد بأن الآخرين سوف يبدؤون بمعاملته بالمثل ؟

حتى سماحنا لبعض الهفوات العارضة ، كالأخبار المزعجة التي تفقد المرء صوابه ، والسارق الذي نود صرعه ، والمعتوه الذي يقود سيارته ببطء أمامنا على طريق سريع ونحن متأخرون عن العمل ،

سيوضح نوعاً ما أن الإنسان قد يرفع نفسه إلى مستوى جديد في العلاقات الإنسانية إذا ما طبق الفضائل التي ذكرت مسبقاً. وهكذا، نجد أن إمكانية استمرار الإنسان وبقاءه في هذا الوجود سوف تصل إلى مدى كبير جداً، وبالتالي فإن حياته ستغدو أسعد بكثير. إذن، **يمكننا** أن نؤثر في سلوك الآخرين حولنا. أما إذا لم نصل بعد إلى تلك المرحلة فيمكننا أن نبدأ بفضيلة واحدة كل يوم ونطبقها إلى أن ينتهي الأمر بنا إلى تطبيق كل الفضائل. وبغض النظر عن الفائدة الشخصية التي يمكن أن نجنيها من وراء القيام بذلك، فإننا نقدم أيضاً مساعدة حقيقية - مهما كانت متواضعة - من أجل خلق بداية عهد جديد من العلاقات الإنسانية. إن الحصاة التي تُرمى في بركة ماء، تُحدث موجاتٍ مائيةٍ تصل أحياناً إلى أبعد السواحل.

**إن الطريق إلى السعادة يغدو أكثر إشراقاً عند تطبيقنا
للمبدأ القائل: حاول أن تعامل الناس كما
تُحب أن يعاملوك.**





٢١ — ازدهر^٣ وانجح^٤

يُحاول الآخرون أحياناً أن يُقللوا من شأن المرء، وأن يُحطّموا نفسيته، وذلك لكي يُحوّلوا أحلامه وأمانيه ومستقبله وشخصيته إلى لا شيء ذي قيمة.

إن هؤلاء الذين تملأ قلوبهم النوايا السيئة تجاه الآخرين، يُحاولون عن طريق السخرية وبشتى الوسائل، أن يتسببوا في فشل الإنسان. هكذا، ولأي سبب من الأسباب، تغدو الجهود التي يبذلها الإنسان من أجل تحسين أوضاعه وجعل حياته أكثر سعادة، عُرضة للتهجّم من قبل الآخرين.

قد يُصبح من الضروري أحياناً أن يُعالج المرء مثل هذا الأمر بصورة مباشرة، لكن هناك أيضاً معالجة طويلة الأمد ونادراً ما تفشل.

و السؤال الآن هو: ما هو الغرض من سلوك مثل هؤلاء الأفراد؟ إن الغرض منه هو التقليل من قيمة ذلك المرء. فقد يتهيأ لهم أن هذا المرء يُشكّل خطراً عليهم بشكل أو بآخر. إنهم يعتقدون بأنه إذا نجح شخص ما في الحياة فإن هذا الشخص الناجح قد يُشكّل تهديداً لهم. ولهذا فهم دائماً يبحثون عن طرق عديدة يستطيعون بها إيقاف وتحطيم مواهب الآخرين وقدرات الآخرين.

حتى إن بعض المجانين يفكرون على الشكل التالي: (إذا نجح زيد، مثلاً، فإنه يُمكن أن يُشكّل خطراً عليّ، لهذا يجب أن أقوم بكل وسيلة لأجعله أقلّ نجاحاً). انه لم يحدث مُطلقاً أن مر بخاطر هؤلاء أنهم بمثل ذلك السلوك قد يخلقون عدواً من زيد بالرغم من أنه لم يكن عدواً لهم فيما مضى. وربما كانت طريقتهم هذه هي من أكثر الطرق انحداراً باتجاه الوقوع في هاوية المشاكل. ومن هؤلاء من يقومون بهذه

٣٩ الازدهار: حالة مستمرة من العمل والإنتاج، زيادة التأثير، نمو، تفوق ظاهرة للعبان.
٤٠ النجاح: التوصل إلى نجاح اقتصادي، وهو النجاح في ما يقوم به الإنسان.

الأفعال بدافع التحيز المسبق، أو لأنهم (لا يحبون ذلك الشخص). على كل حال، مهما كانت الطرق التي يعتمد عليها هؤلاء، فإن هدفهم الحقيقي هو التقليل من قيمة الآخرين، والعمل على التسبب بفشلهم.

العلاج الفعال لمثل هذا النوع من الناس، والطريق المثالي لايقافهم، هو الاستمرار بالازدهار والنجاح.

صحيح أن مثل هؤلاء الناس قد يُصبحون أكثر تعنتاً، وقد يبدأون بالإساءة بكل الوسائل عندما يرون أن الآخرين مستمرين في النجاح والتفوق في الحياة، وفي هذه الحالة يجب أن تعمل ما في طاقتك لمعالجة الوضع إذا ما وجب عليك، ولكن لا يجب عليك مطلقاً أن تتوقف عن مسيرة الازدهار والنجاح، لأن التوقف عن النجاح هو بالضبط ما يُريدونك أن تصل إليه.

وإذن، ما عليك إلا أن تزداد ازدهارا ونجاحا باستمرار، لأنهم سوف يملون حينذاك من مهاجمتك، وبالتالي فإنهم سيستسلمون ويكفون عن التعرض لك نهائياً.

إذا كانت الأهداف والأمانى التي تتطلع إليها في هذه الحياة هي أهداف جديرة بالسعي والمثابرة، وإذا وجهت اهتمامك للقيم الأخلاقية والإنسانية التي جاءت في هذا الكتيب، وإذا سعيت لكي تنجح وتزدهر، فإنك من المؤكد سوف تنتصر وذلك من دون أن تؤدي شعرة واحدة من رؤوسهم.

وهذه هي أمنيتي لك:

ازدهروا ونجحوا!





الخاتمة

إن السعادة تكمن في الأنشطة الجديرة بالممارسة. والحقيقة أن هناك إنسان واحد فقط يستطيع أن يُرشدك إلى الطريق الذي يقودك إلى السعادة. إنه أنت.

إن المبادئ والقيم الأخلاقية الواردة في هذا الكتيب تُساعدك على السير في ذلك الطريق. أما خرق هذه المبادئ والقيم، فإنه يجعل حالة الإنسان شبيهة بالسائق الذي ينحدر باتجاه الهاوية. والنتيجة الحتمية هي تحطيم اللحظة الحاضرة، والعلاقة الإنسانية، والحياة. إنك أنت الوحيد الذي يعرف إلى أين يُمكن أن يُؤدي هذا الطريق. وذلك لأنك أنت الذي تُحدّد أهدافك الحاضرة، وعلاقاتك الشخصية، وحياتك.

قد يشعر الإنسان أحياناً وكأنه ورقة جافة تقذف بها الرياح في شارع قذر. وقد يشعر أحياناً أنه كحبة رمل علققت في مكانها لا تغادره، ومع ذلك، لم يقل أحدٌ أبداً أن الحياة هي شيء هادئ منظم لأنها ليست كذلك. الإنسان ليس ورقة جافة أو حبة رمل. إن الإنسان في الحقيقة قادر - بدرجة أكبر أو أقل - على أن يرسم طريق حياته بنفسه، وأن يسير فيه.

قد يشعر الإنسان أحياناً بأن الأوان قد فات للقيام بأي شيء، وأن طريق ماضيه يُشبهه الركاب والفوضى لدرجة لا يرى معها أن هناك أية فرصة لرسم طريق جديد يُمكنه من إحداث تغيير هام في حياته. لكن على الإنسان أن يعرف أن هناك دائماً نقطة أو محطة على الطريق، تمكّنه من أن يرسم درباً جديداً ثم السير فيه. لا يوجد إنسان حيٌّ على ظهر الأرض لا يُمكنه وضع بداية جديدة لمسيرة حياته. يُمكننا أن نؤكّد، ودون الوقوع في أدنى تناقض، بأن الآخرين قد

يسخرون من شخص ما أو قد يحاولون أن يدفعوه بشتى الطرق إلى الهاوية، أو إغرائه للسير في دروب لا أخلاقية. إن هذا النوع من الناس يقومون بذلك من أجل تحقيق غاياتهم وأغراضهم الشخصية. وبالتالي فإن ذلك الشخص الذي يُهاجمونه سوف ينتهي به المطاف إلى المأساة والحزن، خصوصاً إذا أعارهم أذناً مصغية.

بالطبع قد يُصيب القارئ لهذا الكتاب بعض الإخفاق في محاولته لتطبيق المبادئ والقواعد التي شُرحَت فيه. والواقع أن كل ما عليه فعله هنا هو أن يأخذ دروساً وعبراً من هذه المبادئ، وأن يُثابر ويسعى إلى تطبيقها. من قال إن طريق الحياة غير وعِر؟ ولكن مع ذلك، يمكن السير فيه دائماً. صحيح أن بعض الناس قد يسقطون وهم يعبرون الطريق، ولكن هذا لا يعني أنهم غير قادرين على النهوض مرة ثانية، والاستمرار في متابعة المسيرة.

إذا التزم الإنسان بالسير في هذا الطريق، طريق القيم والفضائل، ولم يحد عنها، فإنه لا يُمكن أن يرتكب خطأ كبيراً حقاً. إن المشاعر الحقيقية من الحماس والسعادة والفرح، كلها تأتي من مصادر أخرى، وليست من حياة مُحطّمة.

إذا استطعت أن تُقنع الآخرين بمواصلة السير في هذا الطريق، فإنك سوف تغدو أكثر حرية لتكتشف ماهية السعادة الحقيقية.

إن الطريق إلى السعادة هو الطريق الذي يقطعه بسرعة كبيرة، أولئك الذين يعرفون أين تقع حدوده بالضبط.

و أنت السائق على هذا الطريق.

رافقتك السلامة.



يمكن الحصول على المزيد من النسخ من:



The Way to
HAPPINESS
FOUNDATION · INTERNATIONAL

201 East Broadway, Glendale, CA 91205

Phone: (800) 255-7906 or (818) 254-0600

Fax: (818) 254-0555 • Email: info@twth.org

or visit: www.thewaytohappiness.org

هذه أول مبادئ أخلاقية غير دينية تستند كلية على المنطق السليم. كتبت من قبل إل. رون هبارد كعمل فردي وليس كجزء من أي فلسفة دينية. أي إعادة طباعه أو توزيع فردي منه لا تعني إتصال أو ضمان مالي بأي مجموعته دينية. ولذا فهو مسموح للدوائر الحكومية والموظفين توزيعه كمنشأ غير ديني. (الإعادة الطبع يمكن التنسيق مع صاحب حقوق الطبع أو

ممثلينه. ARABIC EDITION.)