

الى الابهاء والمعلمين

الكل وطلاجه

من الاوهام الراسخة في الازمان الثامنة في كل مكان ان التليذ الكول مذنب مشول عن كسله لانه يتجاني الدرس عن كرمه له وعليه ان يتعلم تبة هذا الذنب فيعاقبونه بانواع القصاص من اللوم البسيط الى الضرب الى حرمانه من اشياء كثيرة يتنع بها رفاؤه الى الطرد من المدرسة . ولا يعني ما في هذه المعاملة من التسرع والحيف اذا عرفنا ان الكسل ليس كما يتهمون عادة بسيطة سهل اقتلاعها بل هو في اكثر الاحاطين اضطراري اي ان الكسلان يكون كذلك لا لانه يكره العمل بل لانه لا يتدر عليه

وكم من اب او ليذر يويد دعواي بتاتج المراقبة والاخبار لان كثيراً ما يضاف الكسلان المسكين في التلخص من اللائمة والقصاص مفرغاً طوقه في الدرس ليثني الى جانب رفايه او ليحلق بهم فلا يفيد هذا الاجهاد سوى الوقوع في حالة من الخمول اشد من الاولى لان الكسل لو تحققت كالحي دليل دفاع الجسم ومقاومته التهيح الزائد الذي بدعوه الى عمل يزرع تحه

فما هو سبب هذا الكسل وكيف يمكن التغلب عليه

الكسالى طبقات فمنهم من لا يصيبهم الكسل الا نادراً فلا يتأخرون كثيراً عن القيام بواجباتهم المدرسية ومن هؤلاء من هم في طليعة التلامذة اجتهاداً وعلماً ولا ينتم ذلك من التكامل حيتاً بعد حين فينقطعون عن العمل يتاتا ويدلونه غالباً باللوم

ومنهم من هم اقرباء الجسم والعقل يبرعون في الالعب الرياضية وغيرها ولكنهم يتفون امام الدقر والكتاب وقفة الحائر العاجز لا حيلة لهم في ادنى عمل عقلي

ومنهم من يستلون الى الكسل كل حين في البيت والمدرسة وقت الدرس ووقت اللب منفضلين السكون على الحركة فهم مرضى او على حدود المرض

وفي هذه الاحوال الثلاث اسباب الكسل واحدة يمكن حصرها في كلمة هي التشمم فالكسالى في الواقع متهمون الا ان هذا السم امر عارض يمكن ازالته بسهولة في الحالتين الاولى والثانية ويتنفي معالجة خاصة عند الفئة الثالثة لرسوخه فيها بفعل الوراثة كما سيحي اذا استقصيت البحث عن كسالى الفئة الاولى والثانية وجدتهم اسماء الجسم لا مرض

فصيح ولا عاهة وحل ما يقال عنهم انهم من اهل البطنة الذين يكثرون من الاكل ومن كل اصناف المأكول ولم اخلاق لا تحلوم الخلة والتأثر السريع والبطنة كما قال الامام علي تذهب الفطنة لان النوم والافراط في التغذية يفضي الى تكاثر الفضلات والافراز الذي يبيح الجهاز العصبي وتأخر ارياضه فتضيف الى سموم الهضم سموماً اخرى من افراز العضلات بزيادة عملها . فاذا حان وقت الدرس كان هؤلاء المساكين في الدرجة القصوى من التعب غيرتهم ذابلة واعصابهم مخلة وقد ذهب ذلك الهياج الوفي وعقبه الجود والحول وهذا يدل على فساد زعم القائلين ان الاشغال العقلية واسطة للراحة من العمل البدني او بالعكس . هؤلاء انكسالي لا يمكنهم ان يميزوا انتباهاً بل يتيرون انهم من السموم ولا سيما اذا كان الموضوع خلواً من الطلاوة وهو في الغالب كذلك . الهضم متعب والعقل متعب والعصب متعب فمن التخييل ان يحفظ العقل قوته واتدمن صفاه . واذا كان الكمل في الفنة الاولى اقل حدوداً منه في الثانية فلان وظائف الهضم والكبد لا تزال على شيء من الانتظام فتؤخر تجمع الفضلات وتبعد المسافة بين نوبة الكسل واختها والعلاج في هذه الاحوال بسيط يقوم بالاعتماد في الغذاء والرياضة وتنظيم طريقة الدرس ووقته فلا تلبث هذه الاعراض ان تزول ويعود للتعليم سابق همته واجتهاده واشراق قريحته

بقي علينا الكلام على الفنة الثالثة وهنا يسمح لنا القراء بشيء من الاسهاب هذه الفنة تكون غالباً ممن لم يبلغوا سن الرشد وقد احابهم في سابق الزمن مرض من الامراض الكثيرة الحدوث بين الاولاد كالشبهة (السعال الديكي) او الحصبة او النزلة الواقعة وغيرها ولو سألت آباءهم عن حالتهم الصحية ومعيشتهم لكنت اجوبتهم متشابهة وشكواهم واحدة وهي ان هؤلاء الاولاد معرضون للصداع والارق وامساك البطن والاحلام المرهجة وشموتهم للاكل ضعيفة وفيهم ميل الى الغضب وانكذب والسرقة والصدوان ولو نظرت اليهم نظرة طبيب لوجدت روانهم شاحبة وعضلاتهم متوتجة واكثر وظائفهم في اختلال كالسمع والتفكير وغيرها ورأيت بعد الفحص قراً في كريات الدم الحمراء وتقصاً في اليبادلات الداخلية والامتراق يدل عليه تحليل البول . وبالجملة فهناك اعراض شتى لا تشير الى مرض خاص كان انكسر نتيجة لها فصار ميباً يساعد على بقائها اما الولد فلا يشكو ولا يتألم وكأنه قد يس من نفسه فاستسلم الى الشكوت والجود وعدم الدرس . واذا قيل له في ذلك كانت جوابه لا اقدر . فترى ان كل نصاب امام هذه الحال يكون بلا جدوى بل يؤيد في ضعف

التليذ واعيانهم . وقد عرف الانكليز والالمان خطر ذلك فاقاموا مدارس خاصة بهؤلاء المتأخرين يصلون فيها بالصبر والثابرة والتربية الصالحة الى تحيين حاطم وتروير اذهانهم وقد قلت في صدر هذه المقالة ان الوراثة دخلاً كبيراً في توليد هذا الكسل لان السل وضعف الاعصاب والقرس وازلال وانزوماتم وتصلب الشرايين امراض في الآباء تغل الى البنين مثل الاعراض السابق ذكرها وانكسالى الآ في ما ندر ابناء رجال ادنوا المسكر وفرطوا في الاكل فادرتوا اولادهم اجاماً ضعيفة خلاياها الحيوية لا تقدر على العمل والمقاومة فما انكسل الآ واسطة دفاع يجامى بها الجسم عن قوته الباقية ان يذهب بها التعب ويرد دعوة المعيمات التي لا يمكن الجسم الضعيف ان يطيعها دون ان تؤذيه . من اجل ذلك يجب ان نعتزم الكسل باذى بدء فلا نجبر التلميذ على الدرس ونلج في عذله ونحريفه وهو الى المعالجة اخرج منه الى اللرم والمقاص

والمعالجة بسيطة لا تحتاج الآ الى الصبر ولا تحمل القائمين بها عناء كبيراً ولا نفقة باهظة وقوامها الراحة العقلية والبدنية ويدخل في البدنية تدبير الغذاء فينجع اكل الطعوم وكل ما يهيج العصب كالقهوة والكحول وما شاكل ويستحب بالحبوب والاقمار والبيض والحليب مع قليل من الخبز والسمنك والبقول ولا يباح من الشراب سوى الماء القراح او المثلج قليلاً بالسكر . وفضل هذه التغذية انها لا تزيد افراز الغدد والحوامض ولا لتطلب من اعناء الهضم الآ تعباً قليلاً وترجج الكبد لقلة سمومها وترجج البطن لقلة اختارها وتزيل الامساك بدون تهيج المعى وتقوي العضل لكثرة ما فيها من السفسفور والاملاح وتزيد كريات الدم وتدر البول فتساعد في التخلص من الفضلات السامة وهكذا يتنبه التليذ وتعود اليه القوة والقابلية ويوصل بمساعدة الفك والهواء النقي ونور الشمس الى امتلاك الطاقة . اما الرياضة فيجب منعها في اول المعالجة لان الراحة ضرورية ولا سيما النوم الطويل المعنى ويعد ايام تحسن حالة الولد فيبتدىء بالمشي ويجب ان يكون المشي ملذاً مفيداً لا شيئاً عقيمياً مملاً اي ان يمشي في مكان يشغل النظر ويبهج النفس ثم يعتاض عن المشي البسيط بما هو ادعى للانتباه واعمال الروية كالبسكت مثلاً والسياسة ولعب النفس وما شاكل بدون الوصول الى درجة التعب وشجع الادوية منعاً قاطعاً لان الدواء سم في هذه الاحوال

والراحة العقلية نسبة لان العقل يشغل دائماً فيجب اراحته من الدرس وإشغاله بالمطالعة الملهة كالتقصص والحكايات التي لا يمل منها ويعرض العاب كالتومنتو او قليل من الموسيقى والتصوير فلا يمضي نصف شهر على هذه المعالجة حتى تكون سالة التليذ قد تمحنت كثيراً

فيبدأ حينئذٍ بالشغل العقلي أي الدرس تدريجياً فلا تكون المدة أكثر من ساعة في الأيام الأولى ثلثها شرح من المعلم والباقي حديث لتثليذ ومجدد الموضوع كل يوم حتى لا يبعث على الملل ثم يزداد نصف ساعة ثم ساعة فيقسم إذ ذاك الدرس قسمين قبل الظهر وبعده وهكذا يتشبه التلميذ بالتدريج إلى أن يصير قادراً على احتمال العمل ثلاث ساعات في اليوم فيكون شفاؤه تاماً

وإن المعلم وهو في الغالب الأب أو الام أن يكون حكيماً فإذا آتس في غضون هذه المدة ثباً من انوار يسرع في تقصير مدة الدرس ساعة أو ساعتين وعليه أن يختار من المواضيع ما كان فيه طلاوة وثقة والأفضل التمسح إلى سرور هذه هي الطريقة المثلى التي تصلح بها حالة أكثر الكسالى وتعيدهم اصحاء الجسم بعد المرض إذ كياء بعد الحول وتفتح لهم ابواب المستقبل التي اغلقتها الطبيعة في وجوههم ويقضى لها صبراً وتأي وحكمة واجل لا يتجاوز عنه ثلاثة اشهر ولا يزيد في الغالب عن نصف سنة
الدكتور فياض

افتتاح المشرق على المتكطف

درس في الاخلاق

كنا بالامس نبحت في موضوع لغوي وقيل لنا ان احد الادباء كتب فيه في المجلد الثامن من مجلة المشرق الصادر سنة ١٩٠٥ . فاستمعنا ذلك المجلد من المكتبة الخديوية وبينما نحن نلقنه ونبحت فيه عن ضائتنا وجدنا اموراً تتعلق بالمتكطف حرقاً في كيفية تعليلها . فان ما يكتبه المشرق عن ناسونية وعن الخالفين له في العقيدة الدينية يعلم سببه والحرك له متى ظهر السبب بطل العجب ولا فائدة من البحث فيه ولكن الامور المتعلقة بالمتكطف في هذا المجلد لا يحلو النظر فيها من فائدة عميلة لدى الباحثين في اخلاق الناس الا اذا حركت على المحمل الاول وهو الاختلاف في العقيدة . وهاك هذه الامور مرتبة حسب ورودها في ذلك المجلد

❖ الامر الاول ❖ في الصفحة ٤١٤ من المجلد الثامن من المشرق مانصه «(شطط المتكطف) قرأنا العدد الاخير من المتكطف الصادر في ايلول يناير سنة ١٩٠٥ فنجينا كيف هذه المجلة تلقى الكلام على عواهنه في اشياء كثيرة تكتسبها جزافاً دون ان تتحقق صحتها فمن ذلك ما