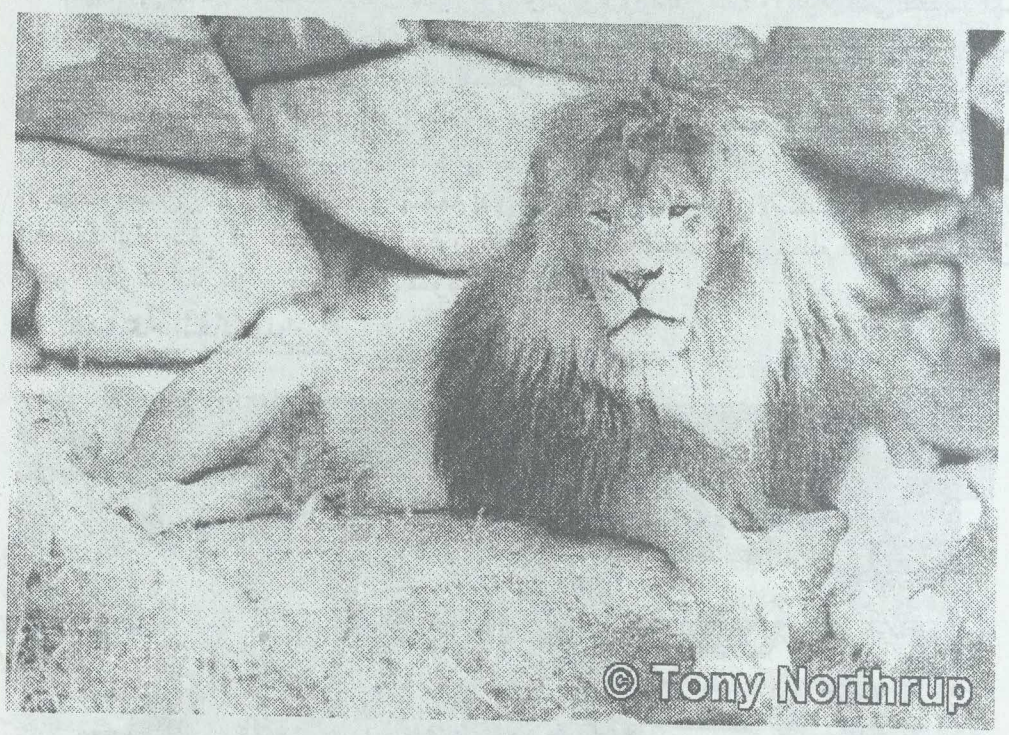
عروض الكتب

بستان الغضب بين تقويم السلوك.. وتعديل الأفكار الخاطئة

بستان الغضب ..
بين تقويم السلوك .. وتعديل الأفكار الخاطئة

أ.عبده الزرّاع



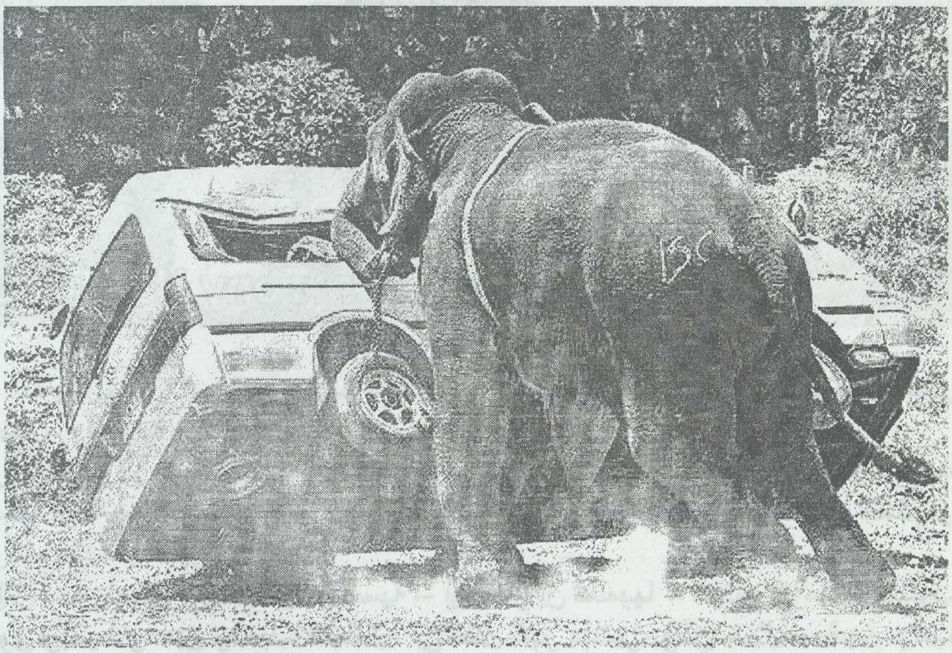
تنتمى رواية : "بستان الغضب" للدكتورة عبير محمد أنور إلى روايات التثقيف النفسى للأطفال، والرواية موجهة للأطفال من سن ١٢ حتى ١٤ سنة.
تدور أحداث الرواية داخل إحدى الغابات فى مملكة الأسد "شمشون"، حيث تواجه هذه المملكة أزمة أخلاقية صعبة، تتمثل فى فقدان بعض صغار الحيوانات القدرة على التحكم فى سلوكهم عندما يغضبون.
إذن نحن أمام رواية علمية / نفسية – إن جاز أن نسميها – كتبتها د. عبير بأسلوب مشوق وبسيط وعميق ومحبب للأطفال، فى شكل غير مباشر، ومن خلال معالجة درامية أقرب ما تكون إلى الدراما المسرحية، حيث الحوار المتقن والمكثف، والأحداث السريعة المتلاحقة، والتصاعد الدرامى الواضح والمتنامى الذى يصل بنا الى ذروة الحدث، ثم "الحل" فى النهاية.
تتحرك الشخوص طوال الرواية، وكأننا نراها – من لحم ودم – أمامنا تتحرك على خشبة المسرح.

نجحت المؤلفة فى استخدام لغة طفولية تتناسب مع الشريحة العمرية المستهدفة، حتى أن اللغة فيها قادرة على استقطاب قلوب وعقول هؤلاء الأطفال لتكملة قراءة الرواية دون ملل.

جاءت الرواية فى عشرة فصول، ومن خلال تتابع الفصول تتوالد "الأزمات الناجمة عن الغضب" والمسيطرة على بعض حيوانات الغابة، إلى أن تتفاقم هذه الأزمات، ويصبح "الغضب" سمة من سمات الكثير من حيوانات الغابة بعد أن انتشر فيها مثل النار فى الهشيم، وكأنه عدوى أصابت الجميع.

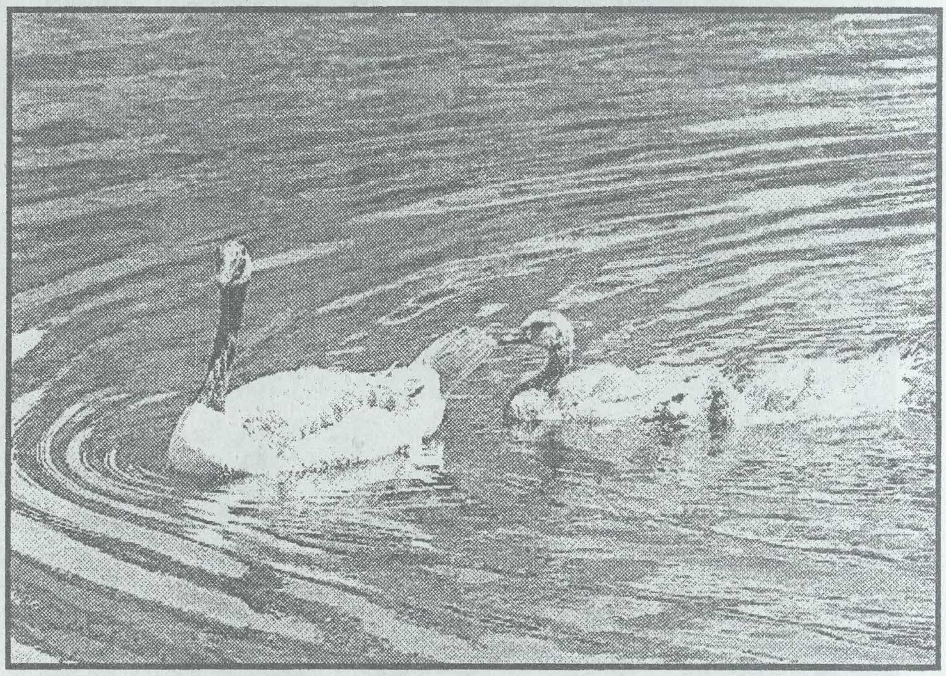
تؤكد المؤلفة فى روايتها على أن الغضب نوعان : غضب سلبى، وغضب إيجابى، وقد عالجتهما من خلال الأحداث بشكل فنى وتربوى راق، ورغم "المعلوماتية" التى تحتشد بها الرواية فى كل صفحة من صفحاتها، بل فى كل فقرة من فقراتها، ورغم ذلك لا تشعر أنها أتت مقحمة على النص، بل جاءت عفو الخاطر، وهذا راجع لنجاح الكاتبة فى توظيف تلك المعلومات بدقة وبشكل علمى وتربوى يخدم مضمون الرواية وهدفها المتمثل فى التوعية بالآثار السلبية الناتجة عن فقدان التحكم فى الذات أثناء الغضب، كما تعدل الرواية من خلال الأحداث بعض الأفكار الخاطئة والشائعة لدى الأطفال، وعددًا من الأساليب البسيطة لإدارة الغضب الذى يأتى فى أحيان كثيرة ليكون ضرورة ملحة للتعبير عن الظلم الواقع علينا من الغير، ليدرك أننا غير راضين عن سلوكه الشاذ والعدوانى.

• جماعة الغاضبين :

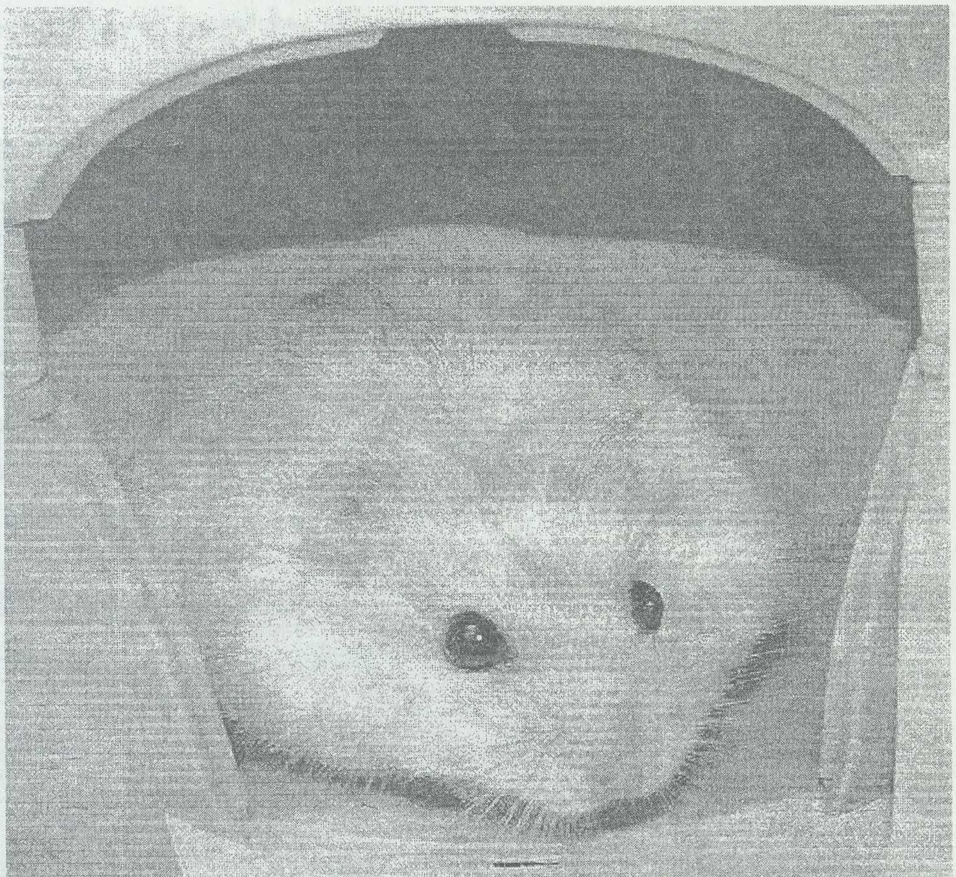


أصبح الغضب هو المسيطر على عدد كبير من صغار الحيوانات أفراد مملكة الأسد "شمشون" أول الغاضبين كان الفيل "بونو" الذى يثور لأتفه الأسباب، وأصبح غير قادرعلى التحكم فى غضبه، وأضار عددًا غير قليل من أصدقائه الحيوانات، ولم ينج من الضرر أخوه الصغير "نونو"، فقد لطمه "بونو" على خده بخرطومه، عندما أطاح "نونو"

بالبرج الذى بناه "بونو" من المكعبات؛ مما أحزن والدته وأخاه، وجميع حيونات الغابة من جراء تصرفاته غير المهذبة.



أما ثانى الغاضبين، هى البطة "تتو" التى لا تستمع لنصح أمها، وترغب دائما فى امتلاك كل ما تقع عيناها عليه، وأرادت "تتو" – أثناء تواجدها فى السوق مع أمها – أن تقتنى نظارة شمسية، حيث قالت لها أمها : "إن لديك نظارة أخرى ولا داعى لشراء نظارة جديدة" ولم تستمع "تتو" لكلام أمها وراحت تبكى وترفس بقدميها على الأرض، فتركتها الأم ومشت فى طريقها، فلما أحست "تتو" أن أمها بعدت عنها قامت قذفت بالنظارة - التى كانت قد وضعتها على عينيها – بعنف على رف النظارات، فتهشمت النظارة وأربع نظارات أخرى كانت بجوارها؛ مما أربك الأم، واضطرت مرغمة لدفع ثمن النظارات المهشمة بعد أن اقترضت ثمنهم من جارتها الأوزة الطيبة لعدم توافر المبلغ المطلوب معها، واشتهرت "تتو" بسلوكها غير المهذب بين حيوانات الغابة .



أما الفأر "كركور" فينتمى إلى هؤلاء الغاضبون، ولكن غضبه ليس من جراء اعتدائه على الغير أو إثارة الجلبة والضجيج من أجل الحصول على شيء، مثلما حدث فى حالتى: "بونو"، و"تتو"، فغضبه ناتج من أنه غير قادر على التعبير عن غضبه؛ مما أدى الى طمع الغير فى الاعتداء على أشيائه، فرغم اعتداءات الأرنب "رنبو" عليه واستيلائه يوميًا على مصروفه و(سندوتشاته) إلا أن "كركور" لا يثور لإحساسه أنه غير قادر على الدفاع عن نفسه، مما سبب له حرجًا كبيرًا وحزنًا عميقًا، ولكنه سرعان ما تغير سلوكه بانضمامه الى الفيل "بونو"، والبطة "تتو" ليكونوا معًا "جماعة الغاضبين" ويتحول سلوك "كركور" إلى سلوك عدوانى، وإن كان فى قرارة نفسه غير راض عما يفعل، وبهذا أصبحت هذه الجماعة مصدرًا للقلق داخل الغابة مما أثار كراهية جميع حيوانات الغابة لهم.

• جماعة المتعقلين

وهى الجماعة المناوئة لجماعة الغاضبين والرافضة لسلوكها، والمكونة من عدد من حيوانات الغابة، ومن ثم تطرح المؤلفة سؤلًا جوهريًا : هل معنى ذلك أن هذه الجماعة الصغيرة التى سنطلق عليها من الآن جماعة "المتعقلين" لا تغضب أبدا؟ وتجيب الرواية : "بالطبع يحدث كثيرًا أن تغضب جماعة المتعقلين، وتصاب بالإحباط، وتتملكها كثير من

المشاعر السلبية، ولكنهم تعاهدوا أن يعبروا عن غضبهم بأساليب ملائمة لا تضر الآخرين أو أنفسهم، كما اتفقوا على عقد معاهدة دونوها على ورقة شجر كبيرة، وصاغ كل منهم بندًا من بنودها" وتنص المعاهدة على الآتى : "اغضب.. ولكن لا تؤذ غيرك.. لا تتفوه بألفاظ بذيئة.. لا تصرخ.. لا تبك.. فالبكاء والصراخ لن يحل مشكلاتك.. تحدث مع الآخرين.. اقنعهم بوجهة نظرك.. اجعلهم يشاركونك مشاعر الغضب.. ويساعدونك على التخلص منها".

وعلقت جماعة المتعقلين ملصقات فى كل مكان بالغابة مكتوب عليها : "احذروا الغاضبين".

فـ"بونو" أصابه الضيق الشديد من نفسه لانصراف أصدقائه من حيوانات الغابة عنه ونفورهم منه كلما قابلوه، ولا يعرف ماذا يفعل فى نفسه.

وازداد حزن "تتو" أكثر عندما أحست أن أصدقاءها : زوزو، وننه، وفرفور يبتعدون عنها كلما رأوها.. إنها تود أن تتغير، وتصبح أهدأ، ولكن لا سبيل إلى ذلك.

و"كركور" أصابه الهم بعد أن قرأ الملصقات، فإنه قد تخلص نهائيًا من مضايقات الآخرين وعلى رأسهم "رنبو" فبتصرفاته أصبح غير راض عن نفسه على الاطلاق.

فالجميع أصبح يكرهه لصداقته لـ "بونو"، ولطالما حذره الجميع من هذه العلاقة، خاصة والده ووالدته لكن دون جدوى.

هنا تشير الرواية إلى ضرورة أن نتحرى الدقة ونحن نختار أصدقاءنا، وكما يقول الحديث الشريف على لسان نبينا محمد صلى الله عليه وسلم : "المرؤ على دين خليله، فلينظر أحدكم من يخالل "فقد ساءت أخلاق "كركور" من جراء صداقته لـ "بونو"، و"تتو"، وأصبح عضوًا فى جماعة الغاضبين.

• عدوى الغضب

ساد الحزن كل بيوت الغابة، فما من بيت إلا وبه حيوان صغير ساءت سلوكياته، وضج الآباء بالشكوى، وتوجهوا جماعات إلى مقر الحكم لمقابلة الملك "شمشون" يطلبون مساعدته بعد أن بذلوا قصار جهدهم فى تقويم سلوك أبنائهم دون جدوى.

هنا تصل الرواية عبر أحداثها المتلاحقة الى الذروة، ولابد من البحث عن حلول لهذه المشكلة التى باتت تهدد أمن وأمان الغابة، بعد أن ساءت سلوكيات أفرادها من الحيوانات.

• الإسقاط السياسى :

الغابة فى الرواية تمثل الدولة، وحيوانات الغابة هى الشعب، والملك "شمشون" هو رئيس الدولة، والوزراء هم حكومة الدولة.

هنا استطاعت المؤلفة أن تخلق عالمًا موازيًا لعالم الواقع، لكى تعطى فرصة لإعمال عقل وخيال الطفل ـ المتلقى ـ وتعمل على تقوية ملكة التفكير الفنى لديه.

فعندما اجتمع "شمشون" ملك الغابة الذى يمثل رئيس الدولة فى الواقع لبحث مشكلة سوء السلوك الذى تفشى بين الحيوانات، المعادلة فى الواقع (للشعب) مع وزرائه الذين يمثلون (الحكومة).

وأخذ كل وزير يدلى بدلوه فيما يراه مناسبًا لحل هذه الأزمة والسيطرة عليها، وعندما اقترح وزير الصحة ضرورة عمل حملة "لمكافحة الغضب" كحملات مكافحة أنفلونزا الطيور وجنون البقر.

وهنا أيضًا تتماس الأحداث المتخيلة مع الأحداث الواقعية لتقرب المؤلفة الفكرة من ذهن الطفل المتلقى.

ورغم طرافة الاقتراح إلا أنه وجد إجماعًا من بقية الوزراء، وهنا تدخل وزير التربية والتعليم قائلا : "اقتراح زميلى وزير الصحة اقتراحًا ممتازًا، ولكن سأضيف إليه اقتراحًا آخر، لقد بحثت ونقبت وعرفت أن فى الغابة المجاورة لنا خبيرًا متخصصًا فى معالجة الغضب مشهودًا له بالكفاءة، ومن ثم تؤكد لنا الرواية على أنه من الضرورى أن نستعين فى حل أمور حياتنا بالمتخصصين الدارسين خاصة فى القضايا المصيرية المؤثرة فى حياة الشعوب، احترامًا للعلم والعلماء وحفاظًا على هيئة الدولة.

وبالفعل وافق الجميع على الفكرة.. واستراحوا لها وأحس الآباء بجدية الحكومة فى مواجهة الأزمة.

• حملة مكافحة الغضب

بدأت حملة مكافحة الغضب تطبق، وانطلقت من مدرسة الغابة، وهنا طرح المدرس"خرفوش" سؤالاً على الحيوانات قائلاً : "ماذا يحدث لو لم نغضب؟" قال الجميع: إن حياتنا ستكون أجمل وأسعد، وسنعيش فى سلام وهدوء، وسيحب بعضنا البعض ولن نختلف، ولن نتخاصم، باختصار سنعيش فى الجنة" وافق الجميع على هذا الكلام، ولكن اعترض "كركور" قائلاً : "ينبغى أن نغضب.. وينبغى أن يكون الغضب موجودًا فى حياتنا.. فإذا لم نغضب فى بعض المواقف فستضيع حقوقنا، وأرضنا وكرامتنا ".

وبالفعل وافق الأستاذ "خرفوش" على كلام "كركور" وعقب : "إن الغضب كانفعال له آثار إيجابية، وله آثار سلبية، وأضاف : "إن كظم الغيظ مع رغبة حقيقية فى العفو عمن ضايقك يكون جميلاً جدًا" وهنا تتناص الرواية مع النص القرآنى الذى يقول : "والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس" صدق الله العظيم، أما قمع الغضب وأنت فى قمة غيظك، وقلبك مملوء بالمشاعر السلبية تجاه من ضايقك فمؤذ جدًا، ويترتب عليه أضرار صحية جسيمة ونفسية عديدة، كما أن قمع الغضب ضار جدًا بصحتنا، فكذلك التنفيس عن الغضب مؤذ جدًا لأنه يساعد على زيادة اشتعال الغضب داخلنا، ويترتب على ذلك تغيرات شديدة فى مختلف أجهزة الجسم، فيجعلك أكثر عرضة للإصابة بكثير من الأمراض، كضغط الدم المرتفع والقلب والسكر وغيرها من الأمراض، وإذا كان قمع الغضب مضرًا، كما أن التنفيس عنه أيضًا مؤذ.. فما الحل إذن؟ هكذا تساءلت بمبة، فجاءت إجابة الأستاذ خرفوش : " أن نتعلم يا بمبة أن نعبر عن غضبنا بأساليب ملائمة، وهذا هو دور دكتور سمايل خبير معالجة الغضب، أنا فقط أمهد أذهانكم لتقبل الموضوع ".

هكذا تثبت الرواية أنها رواية من العيار الثقيل، لأنها مليئة بالمعلومات العلمية والنفسية التى صاغتها المؤلفة بخبرة وحنكة وبأسلوب يسير يصل مباشرة الى عقل ووجدان الطفل دون وسيط والمعلومات الواردة – فى الرواية – فى غاية الأهمية؛ لأنها تثبت وتوضح خطورة الغضب على الصحة البدنية والجسدية، فالغضب فى جميع أحواله مضر، فقط يجب أن نتدرب على إدارة الغضب بأساليب ملائمة.

• سمايل ودوره فى تغيير السلوك

بدأ الدكتور سمايل فى علاج جماعة الغاضبين، بعدما اقتنعوا بضرورة التردد على العيادة النفسية، وخلال مدة العلاج تلقوا الثلاثة : بونو، وتتو، وكركور، تدريبات سلوكية مكثفة لمواجهة نوبات الغضب، وتعلموا أن يعلنوا غضبهم بشكل ملائم، أى بمعنى أدق تعلموا إدارة غضبهم.

وشيئًا فشيئًا تغيرت الأمور وأصبحت الغابة أكثر هدوءًا عما قبل، هذا ما لاحظته الحيوانات، وبدأ الكل يسأل عن السبب ويسعى جاهدًا لإيجاد إجابة مناسبة.

لاحظت الأم تغيرًا كبيرًا فى سلوك تتو بعد أن أصبحت أقل تشبثًا بالأشياء التى تراها عما قبل، كما لاحظت الحيوانات أيضًا تغيرًا فى سلوكياتها حيث لم تعد تحمل كيس الزلط، الذى كانت تقذف به أصدقاءها، بل حملت بدلًا منه سلة خوص صغيرة، ونزلت الى البحيرة وبدأت تسبح على ظهرها، وقامت بالعديد من الحركات الإيقاعية البديعة فأعجبت الحيوانات التى شاهدوها وأثنوا عليها بتلك الحركات الجميلة، وأخذوا يصفقون لها بحرارة،

كانت هذه التمرينات هى التى نصح بها الدكتور سمايل، ثم خرجت تتو من البحيرة وحملت سلتها ودارت بها فى الغابة تجمع زهورًا بديعة مختلفة الألوان.

لم تكتف تتو بذلك، بل صممت على تعلم تنسيق الزهور وتجفيفها وصناعة بعض المنتجات الفنية منها كعقود الفل وباقات الزهور المتناسقة الألوان، وبدأ صغار الحيوانات يقلدونها فى جمع ثمار الفاكهة من أغصان الأشجار فى سلال صغيرة كسلتها التى أصبحت أشهر سلة فى الغابة، حتى أن والدتها أطلقت عليها "سلة الخير".

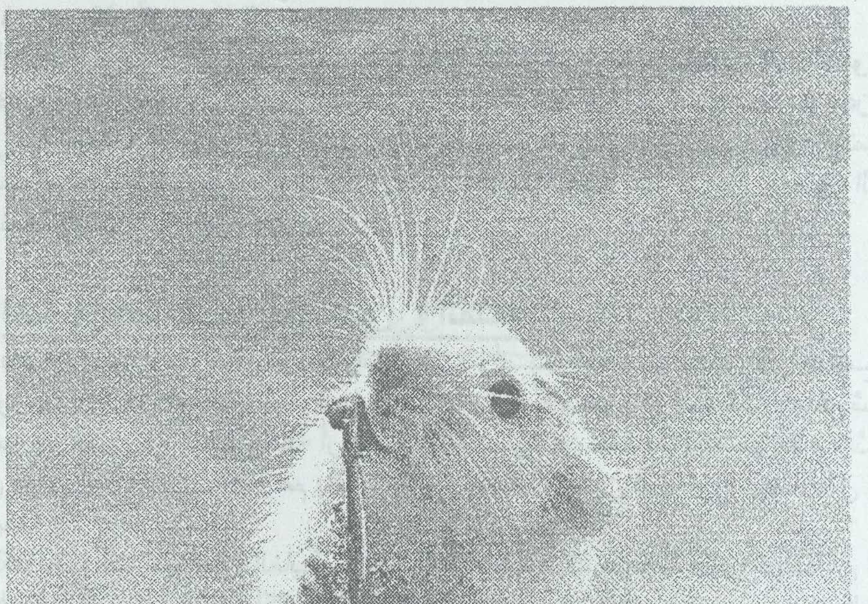
أما بونو فظل يبحث عن رياضة تتناسب مع حجمه، وأخذ وقتًا طويلًا فى التفكير، فكان يضع نصب عينيه نصائح دكتور سمايل له : "ما يناسب الآخرين قد لا يكون مناسبًا لك على الإطلاق فكر بشكل عقلانى يا بونو.. فركوب الأرجوحة يناسب القردة لخفة وزنها، ولكنه لن يكون مناسبًا لك على الإطلاق ".

وبعد أن أضناه التفكير اهتدى إلى قطعة أرض واسعة فى أقصى الغابة قام بتنظيفها هو وأصدقاؤه الفيلة، واستعان بونو بصديقيه كركور ونقار الخشب فى صنع شبكة، فقد قرر بونو أن يمارس هو وأفراد عائلته من الفيلة رياضة السلة لتتناسب مع طوله وطول زلومته، وبدأ بالفعل فى الاستعداد للدورة الرياضية ولم يعد لدى بونو وقتًا للصراعات، بل أخذ منه تنظيم هذه الدورة كل الوقت.

وحدث تغيير ايجابى فى سلوكه حيث بدأ يستيقظ فى الصباح الباكر ويحمل صغار الحيوانات على ظهره ويوصلهم الى مدرسة الغابة، وبعد أن يرجع من المدرسة، وينتهى من أداء واجباته المدرسية، يتوجه الى الملعب لممارسة رياضته المفضلة كرة السلة.

لاحظت الحيوانات التغيير الايجابى فى سلوك بونو وأصبحوا جميعًا يحبونه لكرمه وشهامته فى مساعدة الآخرين، وأصبح سلوكه نموذجًا يحتذى به. فى تلك الفترة كان كركور منشغلاً هو الآخر باجتياز اختبار التحدى، الذى أخذ عهدًا على نفسه أن يجتازه إلى النهاية، وتدرب على كيفية التعبير عن انفعالاته من خلال تغيير طبقة صوته، وبمرور

الأيام أصبح كركور بارعًا فى قراءة الإشارات غير اللفظية، كما أصبح بارعًا فى استخدامها، وانضم إلى فريق التمثيل المسرحى بالمدرسة.



لاحظت الحيوانات التغيير الإيجابى على سلوكيات كركور فأصبح أكثر إيجابية فى الحصص عما قبل، يعبر عن نفسه وعن آرائه بشجاعة ودون خجل، كما أصبح أيضًا يعبر عن رفضه بشكل واضح وحاسم.

من ثم نقول : إن دكتور سمايل استطاع أن يؤثر فى تغيير سلوكيات الغاضبين لتصبح سلوكيات إيجابية، وأصبحوا أعضاء نافعين فى المجتمع (مجتمع الغابة) بعد أن كانوا منبوذين من كل أفراد هذا المجتمع.

أرادت المؤلفة أن تقول من خلال الرواية إن العلم قادر على التعديل فى السلوك، وقد استخدم د. سمايل وسائل مختلفة للتخلص من السلوك العدوانى أو سلوك الغضب عن طريق ممارسة الرياضة، وإخراج الطاقات الكامنة فيما هو نافع، وأيضًا بالفن المتمثل فى (المسرح)، وأيضًا رفع مستوى الذوق العام والذائقة الفنية عن طريق "تنسيق الزهور" وصناعة أشكال فنية راقية منه.

• اختفاء جماعتى : الغاضبين، والمتعقلين

بعد أن تغيرت سلوكيات جماعة الغاضبين، وأصبحوا أعضاء نافعين فى مجتمع الغابة بل ومحبوبين من الجميع، ساد الحب والهدوء والسلام بين أفراد مملكة الملك شمشون، لدرجة أنه أطلق حراسه فى كافة أرجاء الغابة ليبحثوا عن جماعة الغاضبين فلم يعثروا لها على أثر، ولما عادوا إليه أمرهم بالبحث عن جماعة المتعقلين لم يعثروا أيضًا على أثر لهذه الجماعة.

لقد أصبحت حيوانات الغابة جماعة واحدة متماسكة متحابة متميزة بعد أن توحدت أهدافهم وآمالهم، وأصبحوا أكثر استيعابًا للخلافات التى قد تنشب بينهم، وفازت الغابة فى العديد من المسابقات القومية والدولية، وأصبحت محط أنظار الغابات الأخرى التى راحت ترسل أبناءها إلى غابة الملك شمشون ليدرسوا تجربتهم الفريدة .

وانتهت الرواية بمقولة فى غاية الأهمية : "فمن استطاع أن يسوس ذاته فلن يكون صعبًا عليه أن يسوس الآخرين".

وهى دعوة حميدة لنبدأ التغير أولًا من أنفسنا، ونتحكم فى سلوكياتنا ودوافعنا وإذا تحقق هذا فإنه ينسحب بلا ريب على المجتمع كله ليصبح أفضل مما كان عليه، مثلما حدث لغابة الملك شمشون.

فى النهاية لا يبقى إلا أن نقول إن هذه الرواية تغوص بنا عميقًا لنتعرف على ذواتنا وحقيقة انفعالاتها، وآثارها على الصحة البدنية والنفسية.. فالرواية عميقة وبسيطة فى آن واحد وهذا شأن الكتابة الجيدة للأطفال، ولكنها ـ الرواية ـ بالفعل تحتاج الى قراءات ودراسات نقدية متعددة وحلقات نقاشية أخرى، حتى تستطيع أن تحيط بجميع أبعادها النفسية والتربوية والعلمية؛ لذا نشكر د.عبير أنور على هذه الرواية المتميزة بحق، ونتمنى لها مزيدًا من التقدم والأزدهار.