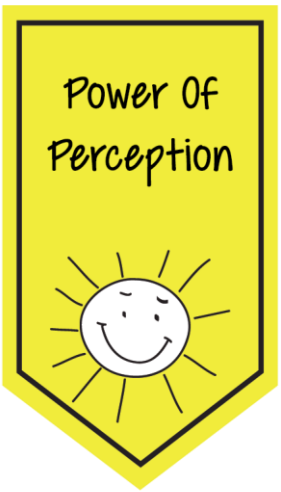

أهمية هذا الكتاب، في تقديري، أنه يأخذ بيدك ويمضي بك في صميم الحياة متفكرا، مستكشفا، ومستوعبا أشياء ومعلومات كثيرة كنت تعرف نثرات وملامح منها، قليلة أو كثيرة، لكنك لم تلتفت إليها بجد، ولم تمنحها ما تستحق من استيعاب وتأمل واهتمام. ولعل في طليعة المزايا التي يخصك بها، سواء كنت تلميذا صغيرا أو طالبا على أبواب الجامعة، أنه يسهم في بناء وعيك لبنة لبنة حتى تتكامل شخصيتك من خلال تحصيل المعرفة بيسر وسلاسة، فترى الحياة أبسط وأجمل وأغنى، وتمد جسور التواصل والمحبة والاحترام مع الناس، بعيدا عن أي تمايز أو ارتياب أو ضعف بالثقة أو حساسية مفرطة.

وهناك أهمية إضافية لعلها تخص كل من تقدم بالعمر وراح يشعر بأنه يعيش طفولة ثانية، لا بمعنى الارتكاس المرضي، إنما بمعنى انتهاج طريقة مشجعة لاكتشاف الحياة من جديد والاستمتاع بكل ما فيها من ثمار المعرفة في أسمى مواسم نضجها، فضلا عن التعاون مع الآخرين وتمتين أواصر الألفة والمؤانسة معهم بمودة واحترام. لقد أعادتني بعض أفكار هذا الكتاب سبعين سنة، لأعيش طفولتي وصباي من جديد، متلمسا معرفة نفسي وفضاء علاقاتي بالآخرين، مدركا بعمق بنية شخصيتي، جسدا وعقلا وعواطف.. ولا أتردد بالاعتراف أني بدأت أعيش إيقاعا جديدا في بعض جوانب الحياة، بكل ما في الكلمة من معاني الخير والمحبة والانفتاح على كل ما يحيط بي من طبيعة وبشر وكائنات أخرى حية متحركة أو جامدة ساكنة تستكمل جمال الكون، وذلك كله من زاوية مختلفة، ومنظور جديد، ونكهة لطيفة محببة.

إن سارة.. تطرح مشروعا أساسيا مبتكرا في مناهج التربية والتعليم وتحصيل المعرفة، يهدف إلى بناء وعي إنساني متكامل من خلال فن الفهم والإدراك، وهذا الوعي قائم على معرفة النفس والثقة بها، إلى جانب الثقة بالآخرين والتأكيد على الوجه الإيجابي الطيب في الإنسان والحياة، بعيدا عن شتى طرائق القسر والانحياز والتلقين. والكتاب يغطي ثلاث مراحل أساسية من عمر الطالب، بين السادسة والثامنة عشرة، حيث تتشكل شخصيته وتتنامى في أيسر طريقة وعلى أكمل وجه، من خلال تحصيل المعلومة من خلال المبادرة العفوية والمحادثة الحرة واللعب البريء مع النفس ومع الآخرين.

حين اختارت لكتابها هذا عنوانا: "في سبيل الحياة" فمادته تؤكد أنه في سبيل الحياة فعلا وطموحا إلى بناء وعي صميمي جديد من خلال فن الفهم والإدراك. إنها تبدع منهاجا تربويا وتعليميا جديدا، يمكن أن نقرأه بدافع الاهتمام الشخصي، ويمكن أن نعتمده مساعدا في التربية والتعليم، من خلال نظام تعليمي مرن وطموح وقابل دائما للتأمل والتطوير والتجديد، سواء كان في مجال رسمي أو غير رسمي، عام أو خاص.

كل إنسان منذ طفولته المبكرة يستقبل الحياة معتمدا على حواسه الخمس، لكن هذه الحواس تأخذ دورا أساسيا وهاما في مستهل التعلم وتحصيل المعرفة وفهم الإدراك، وهكذا يشكل الإدراك الحسي للأشياء ومن ثم للكلمات والتواصل مع الأهل والمدرسة والناس من حولنا، منصة الانطلاق في رحلة الحياة والدخول في صميم لبابها، ليتابع الطلبة رحلة الوعي والمعرفة وحسن المعاملة في مدارسهم، وحتى في أوقات فراغهم، من خلال تنامي الإدراك وتطوره حتى مرحلة النضوج والاكتمال.

يقول الشاعر العربي: "والضد يظهر حسنه الضد". ونحن من خلال الأضداء نكتشف أهمية حواسنا ودورها الفعال في بناء الحياة واختيار الطريق السليم، بعيدا كل أذى أو خطر أو إساءة. بين أن نرى ما حولنا بعيوننا أو أن نعصب عيوننا، وبين أن نسمع بآذاننا أو نسد آذاننا، نكتشف الفارق الكبير في إحساسنا وإدراكنا للأشياء من حيث الرؤية والسمع، على سبيل المثال. وكذلك الأمر في ما يتعلق بسائر الحواس. وربما كان تعلم التنفس بطريقة صحية سليمة من أهم تمارين العملية المسلية في معرفة أهمية الحواس وإدراك وظيفتها في أكمل وجه. إن أخذ الهواء (بالشهيق) من خلال نفس عميق، باستنشاق الهواء من الأنف، وإخراج الهواء (بالزفير) من الفم، هذا هو التنفس الصحي السليم الذي قلّما يخطر على بالنا، رغم أهميته البالغة.

والفائدة العملية المباشرة أن هذه الطريقة تساعدنا أحيانا في استدراج النوم خلال دقائق معدودات، وما على الذين يشكون من الأرق إلا أن يحاولوا تطبيق هذه النصيحة، فلعلها تؤكد جدواها لدى كثير منهم، إن لم يكن معظمهم.

الانتقال إلى معرفة الكلمات ودورها في التواصل بين الناس يشكل أهمية كبيرة أيضا، وبخاصة حين نختار الكلمات الإيجابية اللطيفة ونبتعد، ما أمكن، عن الكلمات السلبية المسيئة والجارحة. إن الكلمات المؤذية لمشاعرنا ومشاعر الآخرين يمكن أن نتعلمها في مرحلة لاحقة من خلال معرفة أضدادها في المعاجم، وليس من خلال استعمالها في أحاديثنا اليومية، لئلا نجرح الآخرين ونجرح أنفسنا معهم.

وفي مسألة الذوق، فنحن لا نكتفي بمعرفة الحلو والمالح والحامض والحاد أو الحرِّيف، وإنما نتجاوز ذلك إلى معرفة الذائقة الفنية والجمالية وإدراكها وتأملها في الآداب وفنون التشكيل والعمارة والموسيقى والغناء.

إن موضوع الكتاب يهدف، بطريقة منهجية متكاملة، إلى بناء وعي الطلبة في مراحلهم المختلفة وإعدادهم وتمكينهم من خلال فن الفهم والإدراك، الإدراك بمعناه الحسي أولا.. ثم بمعناه العقلي الواسع في مرحلة لاحقة. ولإنجاز هذا الهدف تغطي مادة الموضوع ثلاث مراحل من عمر الطلبة تمتد من مطلع المرحلة الابتدائية حتى نهاية الثانوية.

وبعد الاستمتاع بمعرفة الحواس من خلال تمارين نافعة ومسلية، نتعلم أهمية الغذاء والماء لبناء صحة سليمة وجيدة، كما نتعلم أن لكل من الوجه والصوت والجسم لغته الرمزية المؤثرة. وخلال ذلك، وقبله وبعده، لا يمكن أن نغفل عن البيئة وأهميتها من حولنا وما تقدمه لنا وما تتطلبه منا في سبيل حمايتها والحفاظ على نظافتها وسلامتها. ومن هنا ننطلق إلى المبادرة بالعمل ومساعدة الآخرين من خلال التطوع وأهمية التطوع في حياتنا الصحية والاجتماعية والثقافية والمدنية بوجه عام.

من هذه القواعد الأساسية تنقلنا حواسنا إلى تشكيل الصورة الذاتية الإيجابية لكل واحد منا. وفي هذا السياق لا بد من تجنب الأفكار السلبية والابتعاد عن التعليقات السلبية الجارحة، كما نتدرب على كتابة الرسائل بدءا من الكتابة لأنفسنا، وجميل في هذه الحالة أن يمتزج الواقع بالخيال.. وبذلك نطور طاقتنا الإبداعية لنكتشف أن للكلمات معاني ودلالات وإيحاءات مجازية تتخطى معانيها المعجمية.

وفي المرحلة الثالثة والأخيرة نصل إلى معرفة النفس، ونتذكر مقولة الحكيم الإغريقي سقراط: "اعرف نفسك"! ومن معرفة النفس وفهم الشخصية، نتعلم كيف نسعى إلى تخفيف الأعباء والتوقعات التي ترهقنا وتسبب لنا كثيرا من التوتر والقلق.
ولعل أهم ما في هذه المرحلة أن نتعلم التفكير بروية وأناة قبل أن نتفوه بأي كلمة قد تكون مسيئة أو جارحة للآخر كما أنها جارحة لنا. وهنا يأتي دور الاحترام المتبادل في التواصل والمحبة والسلام، وبخاصة أن "التواصل" - كما تقول سارة - "مفتاح كل شيء".

علي كنعان