

ممدودتان أمامه . قالت إنها سألت ما الذى يفعله الرجل ، لم يشأ أحد أن يرد عليها . فعادت واتجهت إلى واحد من أطفال القبيلة . ولكن الطفل اقترب منها ليقول : إنه يستعد لعملية جراحية صعبة . وهو يفعل ذلك فى الظروف العسيرة . .

وبعد ساعة من هذا الهدوء المميت نهض طبيب القبيلة . وأشرقت وجوه الرجال والنساء . ودخل الطبيب كوخنا وسمعنا صرخة صغيرة . وخرج الطبيب بعد دقائق . لقد بتر ساقاً لأحد المرضى .

وفهمت د . مرجريت بين أن لحظات الصمت هذه تمنح الطبيب قدرة جسمية عظيمة . وقدرة عقلية أعظم .

ولذلك فبعض الأطباء يرون أنه من الضرورى لكل إنسان فى العصر الحديث أن يتوقف عن العمل أو النشاط تماماً مرتين فى اليوم . كل مرة عشرون دقيقة . وبدلاً من أن يذهب الناس إلى المطاعم أو حتى دور السينما . . ليستريحوا بعض الوقت . فإنه من الأفضل أن يجلس كل إنسان هادئاً . يتأمل لا شىء . . يتأمل أنه على ظهر مركب وأن هناك أناساً يسحبونه هو إلى الشاطئ ، أو هو الذى يسحب المركب إلى الشاطئ . . عشرون دقيقة قبل الغداء . . وعشرون دقيقة أخرى قبل العشاء . .

وإذا كان الناس فى أوروبا وأمريكا ينسحبون من العمل بعض الوقت فيجلسون لشرب القهوة أو الشاي فليس هذا هو الأسلوب الصحى . . فالذى يفعلونه ليس إلا نوعاً من تغيير الحركة . وبدلاً من أن يتحرك الإنسان فى مكتبه أو فى مصنعه ، فإنه يجلس فى مقهى أو مطعم ويحرك رأسه ويتكلم شيئاً