

- ٤ -

أول فترات القلق

لم تكن فترات القلق النفسى التى مرت بى أو مررت بها خلال فترات الإعداد النهائى لإصدار جريدة « الأيام » الدولية قليلة فى عددها ، أو متباعدة فى تتابعها ، أو بسيطة فى تفاهيها بحيث يمكن التغلب عليها بسهولة أو يسر .

ولكن مثل هذه الفترات لم تكن جديدة علىّ ، بل توقعتها ، ويقابلها أو يواجهها كل من يقدم على تنفيذ مشروع جديد ، وفى أى مجال من المجالات . بل إن هذه الفترات وما يصاحبها من حالات قلق أمر طبيعى يساعد على إرساء القواعد السليمة للعمل إذا كانت أسبابها مفهومة جيداً ولم يستسلم الإنسان لها استسلاماً كاملاً بغير المضى فى الإصرار على توفير الضمانات الكافية لإزالتها .

والطفل يصاب بنوع من القلق والتردد عندما ينتقل من مرحلة إلى مرحلة . فهو عندما يحس بقدرته على المشى ، فإنه يتردد ثم يفكر ، ثم ينطلق سائراً على قدميه فإذا وصل إلى ما يمسك به ، ظهرت الفرحة العارمة على وجهه ، واعتبر ذلك انتصاراً يطالب بمقابل له هو أن يصفق له أهله . وهذه سنة حياة الفرد من بدايتها .. حياة مزوجة بالقلق المتصل أو المتقطع إلا أن مواجهته والتغلب عليه تعتبر جواز المرور إلى مصاعب أكبر .. وقلق أعظم .

وليست الخبرة وحدها هى السلاح لمواجهة القلق ومقاومته والتغلب عليه ، إنما تمكن القدرة فى التغلب عليه فى جميع أسبابه وتفهمها وتحليلها ثم الإستفادة من نتائج هذا التحليل فى رسم وتحديد الخطوات التالية . وكثيراً ما يكون هذا القلق مصدر خير ، ومفتاح تعديل مسار كان يمكن أن ينتهى إلى لا شىء لولا هذا القلق الذى يدق نواقيس التحذير والخطر .