



الطبعة الرابعة

إِنْسَانٌ جَدِيدٌ

رحلة إلى ما وراء القمة

عمّار موسى

الطبعة الرابعة

إِنْسَانٌ جَدِيدٌ

رحلة إلى ما وراء القمة

عمّار موسى



www.ammar.me.uk

جميع الحقوق محفوظة للمؤلف.

(٢٠١٥) عمار موسى

رقم الإيداع

٢٠١٥/٤٢٣٠

الترقيم الدولي

ISBN: 978-977-6423-32-9



<https://www.ammar.me.uk>

contact@ammar.me.uk

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الإهداء

✧ إلى والدتي والأختين الغاليتين..

✧ إلى روح الأخ والصديق الغالي د. جبر الله سولي .. رحمه الله ..

المحتويات..

٥	المحتويات..
١١	مُقدِّمة..
١٥	تصحيحُ للمَسَار..
١٩	قبل أن تبدأ..
١٩	- اتفاقية استخدام لهذا المنتج ☺

❖ ١ ❖

٢٣	عن الرحلة والبداية..
٢٥	من التساؤل إلى العظمة..
٢٥	- اللحظة الصعبة وتساؤلات مشروعة..
٢٦	- الاعتراف الخطير..
٢٩	- التطبيع مع الخطأ..
٣٣	- محنةٌ لا تنتهي..
٣٧	- نقطة التوازن..
٤٠	- التحرر من قيود الحرية..
٤٨	- قانون ما وراء القمة
٤٩	- قانون متعة الطريق
٤٩	- بداية المشوار..
٥٢	- فيتامينات العظمة

٥٣	النجاح في تغيير الذات..
٥٦	- وبدأت الرحلة..
٥٦	- قانون الرغبة في التغيير
٦٢	- خطوات بداية التغيير
٦٢	- طبيعة مزدوجة
٦٥	- عملية تدريجية



٧٥	قلبٌ جديد..
٧٧	بين الروح والمادة..
٧٨	- تناغم الروح والمادة..
٨١	- قانون التوازن بين الروح والمادة
٨٢	التغذية الروحية..
٨٢	- الاستغناء..
٨٧	- عن الشعائر..
٩١	- مزيد من الشعائر..
٩٥	- الدوامه وأدوارك في الحياة..
١٠٥	- محكمة الذات..
١٠٦	- تجربة الألم..
١١٠	- الابتسامه..

١١٤	عالمان متوازنان..
١١٤	- عبورٌ بين عالمين..
١١٨	- إدراكٌ أفضل..
١٢١	فهمٌ أعمق..
١٢٤	- المنظومة الفكرية..
١٢٦	- الحواس العليا (الافتراضية)..
١٢٧	- حاسة الضمير..
١٣٥	- حاسة إدراك الذات..
١٣٦	- حاسة المشاعر..
١٣٧	- حاسة الطلب..
١٣٧	- حاسة المعاناة واللذة..
١٣٩	الإدارة الفعّالة للطاقة الذاتية..
١٣٩	- الطاقة الذاتية..
١٤١	- الطاقة الكامنة..
١٤٦	- إدارة النشاط والطاقة..
١٥٠	- سياسة توفير النصف..
١٥٦	- قانون سياسة النصف
١٥٧	- لعبة التوازن..
١٥٨	- قانون ستيفن كوفي للتوازن
١٥٨	- إدارة الفائض..
١٦٥	- قانون الانتقال إلى المنطقة الذهبية
١٦٧	- سعةٌ أكبر..

- ١٦٩ - إدراك مُركَّب..
- ١٧٠ - القانون العام للتجاذب والتأثير
- ١٧٣ - جهاز استشعار..
- ١٧٥ - إرادةٌ مركَّبةٌ ومساحةٌ لردَّة الفعل..
- ١٧٧ - قانون مساحة الإرادة
- ١٧٩ **إيقافُ النزيف..**
- ١٧٩ - قانون إيقاف النزيف
- ١٧٩ - حياةٌ بلا مشاكل !!
- ١٨١ - القانون الأول للمشاكل
- ١٨٣ - الجانب المُضيء من القصة..
- ١٨٥ - المشاكل من أركان الحياة
- ١٨٥ - مبادئ واحدة..
- ١٨٦ - قانون المبادئ الموحدة لحل المشاكل
- ١٨٧ - إطفاء الضوء الأحمر..
- ١٨٨ - استغلال مساحة الإرادة..
- ١٩٠ - مُتعة..
- ١٩٤ - كراتٌ تغلي..
- ١٩٧ - منحنى الاستحواذ..
- ٢٠١ - قرارٌ بأنه لا قرار..
- ٢٠٢ - ولكن..
- ٢٠٤ **مُولِّدات العظمة..**
- ٢٠٤ - حياةٌ كالماء..
- ٢٠٨ - قانون التفاؤل

- ٢٠٨ - اتساع منطقة التأثير..
٢١٠ - قانون ستيفن كوفي لدائرة التأثير



٢١٣ عقلٌ جديد..

٢١٥ أرضُ الميعاد..

- ٢١٦ - الفريضة الغائبة..
٢١٧ - تأثيرٌ متبادل..
٢١٨ - قانون التأثير المتبادل بين الذات والمنظومة الفكرية
٢١٨ - منظومة فكرية حكيمة..
٢٢١ - الارتقاء بالمنظومة الفكرية..

٢٢٦ العقل الهندسي..

- ٢٢٦ - فجوة في الإدراك..
٢٣٠ - تأثير الإدراك بالتعلم السلبي..
٢٣١ - قانون محصلة الذكاء الكلي
٢٣٥ - الهندسة والعقل الهندسي..

٢٤١ تحت المجهر..

- ٢٤١ - حاسة البيانات والمعلومات..
٢٤٤ - ميكروبروسيوسور حيوي..
٢٥١ - وظائف المنظومة الفكرية..

٢٦٢

التعلم الإيجابي..

٢٦٢

- من المحكمة إلى المدرسة..

٢٦٤

- صراعٌ بين إرادتين..

٢٦٦

- بناءٌ مستمر..

٢٧٠

- بين الحر والمقيد..

٢٧٤

- التجربة الشعورية..

٢٧٥

- قانون التجربة الشعورية

٢٨٣

- الاستكشاف..

٢٨٩

- التعلم الذاتي..

٢٩٠

- قانون التعلم الذاتي

٢٩٢

- النزول إلى الواقع..

٢٩٥

- البحث عن الحقيقة..

٢٩٩

قبل الفراق..

٣٠١

تعليقات على الهامش..

٣٠١

❖ ٢ ❖

٣٠٩

❖ ٣ ❖

٣١٦

مصادر مختارة

مُقدِّمة..

التغيير .. التغيير .. التغيير .. سيول لا تكاد تنقطع من الكلام عن التغيير في مجتمعاتنا، الكل يريد التغيير ويصيح مطالباً به، ولكننا نسمع جعجعة ولا نرى طحيناً.. وإن رأيناه فأغلبه يكاد لا يسمن ولا يغني من جوعٍ إلا قليلاً..

وقلة فقط ارتقت بضع درجات، فأشغلت نفسها بالتفكير في الماهية والكيفية التي يتحقق بها؛ ولكنها للأسف ما برحت تغرق في التنظير المثالي المستورد، تارة من الشرق، وتارة من الغرب، وطوراً آخر من الماضي.. ثم تغرقنا معها في التفاصيل، وتفصيل التفاصيل..

ثم يسود الظن أنه قد أدي الواجب بمثل تلك الصور البراقة التي تُرسم في الهواء، والعيول الذي يملأ الأجواء؛ فيخلد كلٌ مستلقياً، راكناً إلى الدعة والراحة بعد أن أنهكه طول الصباح.. وغاب إدراك الواقع، وغابت الحقيقة، وغاب معهما كل تفكير مبدع يبحث عن التجديد والتطوير.

وفي خضم كل هذا.. فإن الإجابة على لغز التغيير رغم بساطتها ووضوحها؛ تبقى غائبة عن الأذهان.. إن تغيير الأفراد لذواتهم نحو الأفضل، هو الصخرة وحجر الأساس الذي نحتاج البناء عليه للانطلاق نحو إحداث التغيير الحقيقي في المجتمع. فأى مجتمع ما هو إلا محصلة الجمع لتفاعل أفكار أفرادهم وأفعالهم.. وكلما كان أداء الفرد أفضل، وفكره أقوم وأصوب، كلما ازدادت جودة ونوعية الحياة في هذا المجتمع تحسناً.

يقول الكاتب الأميركي هنري ميلر: "الأمة التي تُقرّم رجالها لكي يصبحوا أدوات طبيعة أكثر في يديها، حتى ولو كان ذلك من أجل أهداف مفيدة، سوف تجد أنه لا يمكن إنجاز شيء عظيم برجال صغار.."^(١)

فلا أمة تنهض إن عُدّ فيها العظماء والحكماء.. ولا دولة تقوم، ولا مجتمع عظيم يُبنى، إلا وكانت غيبة الفرد فيه وحلمه؛ أن يكون واحداً من هؤلاء العظماء.. لا طلباً للشهرة والمجد والجاه والمال، فكل ذلك زائل وآيل إلى الوريث.. بل عن قناعة يستلهمها من إيمانه بضرورة أن يكون له دور إيجابي في هذه الحياة.. هذا الدور الذي لا يتطلب بالضرورة أن يكون خطيباً، أو قائداً، أو من سادات القوم وعليتهم.

المعلم والكاتب، التاجر والصانع، المهندس والطبيب، الضابط والسياسي، النجار والسباك والحداد، وحتى عامل النظافة؛ كلٌ منهم بيده أن يكون عظيماً.. فلكل دور أو أدوار في هذه الحياة، وكلٌ عظيمٌ فقط حين يُتقن دوره بإخلاص. فالعظمة الحقيقية فعلٌ لا صفة.. وتعتت حضارة جعلت العظمة مظاهر جوفاء لا صلة لها ببناء ولا بعباء.

إن الطريق إلى العظمة أوله التغيير.. ولكي يبدأ التغيير؛ فإن الإرادة الحقيقية، ومراجعة منظومتنا الشخصية من القيم، والمعارف، والأفكار، والسلوكيات هي نقطة البداية..

فكما يقول هنري ميلر: "إن العالم الجديد الذي نبشر به، لن تتم صناعته ببساطة عندما ننسى العالم القديم.. فالعالم الجديد لن يُصنع إلا بروح جديدة، وقيم جديدة.."^(٢)

(١) (٢) هنري ميلر (١٨٩١-١٩٨٠) روائي ورسام أمريكي - في كتابه الشهير كابوس مكيف الهواء.

إن البداية الصحيحة هي دوماً بأيدينا أنا وأنت أيها القارئ العزيز.. وذلك حين يقرر كل منا أن يغير من نفسه.. وتغيير الذات هو أمر أنت وحدك صاحب القرار فيه.. أو كما يقال: "كن أنت التغيير الذي تريد أن تراه في العالم.."

إن تطوير الذات فنٌ يتطلب المهارة وحسن الإدراك، وسمو الذوق واستشعار الجمال، ولكنه أيضاً علم له قواعد راسخة أشبه بالقوانين الهندسية.. أما الزاد في هذه الرحلة.. فهو الأمل والإيمان بغدٍ أفضل، وأكثر ازدهاراً لك ولكل من حولك.. فعجلة التغيير لا تدور إلا حين تقوم كل صباح مبتسماً، وأنت تدرك أنه صباح يوم جديد. لا أستطيع أن أعدك بأنك ستصبح إنساناً عظيماً بعد قراءة هذا الكتاب.. فهذا الأمر يعود لك، ويتوقف عليك أنت وحدك. ولكن ما أعدك به.. هو أنك ستقرأ هنا بعضاً مما لم يكتبه أحد من قبل، وبعضاً من العرض الجديد في مغزى الأسلوب، ونوعية السياق وربما أكثر.

وختاماً.. أسأل الله أن ينفعنا بما علمنا، وأن يجعله حُجَّةً لنا لا حُجَّةً علينا.. والحمد لله الذي اصطفى رسلاً، كان آخرهم محمداً ﷺ حكيماً، أميناً، ذو خلق عظيم؛ ليلبغنا محكم التنزيل الذي جاء فيه..

﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ﴾^(١)

عمار موسى

Www.ammar.Me.Uk

٤ يونيو ٢٠١٤م - ٦ شعبان ١٤٣٥هـ

(١) القرآن الكريم - سورة الرعد - آية ١١.

تصحيح للمسار..

ربما سبق لك أن قرأت عدداً لا بأس به من الكتب والموضوعات عن تغيير الذات وتطويرها، أو استمعت إلى لقاءات ومحاضرات تحاول إلهامك لتطوير ذاتك.. ودون شك فقد حمل لك بعضها بين طياته الفائدة، وكان بعضها الآخر كالعدم، مثله كمثلي الوجبات السريعة، تشعرك بالشبع دون أن تفيد.

لقد أصبحت ثقافة الغذاء السريع (Fast Food & Take Away)، والعلاج السريع، وأنصاف الحلول والمسكنات؛ منتشرة في كل مكان، ومتغلغلة في كل مجال.. في ظل ثقافة عصر السرعة والتنافس على الموارد.. وصار الحديث عن التغيير مجرد تقليعة أخرى من تقاليع الموضة في السنوات الأخيرة، وغدا حضور دورات التنمية البشرية لتطوير الذات، وسيلة للتفاخر بين الأقران، أو وسيلة لإبهار الرؤساء في العمل.. وتحول الأمر برمته إلى مجرد عملية تجارية، لا تختلف كثيراً عن أخواتها من العمليات التعليمية في بلاد العالم الثالث.. حيث المهم فيها ذلك المظهر البراق ذو الصدى الواسع لمصطلح التنمية البشرية، بغض النظر عن حقيقة وجودة المحتوى.

إن مما يدعو للأسف.. أنه لا مناص من الاعتراف بأن مصطلح التنمية البشرية، غدا مرادفاً في أذهان الكثيرين، لدورات تدريبية سريعة وخفيفة، أو كتب بسيطة سطحية، يوهمك بعضها أن عملية التغيير كبسولة تتناولها، أو إبرة تحقن بها.. إنها جريمة ترتكب في حق الفكر والعقل البشري، تحت ستار التجارة وربح الأموال.

إن الحديث عن الحاجة إلى إعادة المفهوم الأصلي لعلم التنمية البشرية إلى الأذهان، لم يعد نافلة من نوافل القول؛ فقد أفرغ مفهوم التنمية البشرية من محتواه الحقيقي

حين جُعل مرادفاً في الأذهان لتعلم بعض المهارات الشكلية السلوكية، أو ما يسمى بالمهارات الناعمة (Soft Skills)؛ أو حتى تعلم بعض مهارات البرمجة اللغوية العصبية⁽¹⁾ ..

فكلاهما على ما فيه من فائدة، لا يمثل حقيقة إلا جزءاً صغيراً من علم التنمية البشرية. وأضف إلى ذلك أن بعض مبادئ وأفكار البرمجة اللغوية العصبية كما هي منتشرة اليوم، مبني على مبادئ علمية طبية ونفسية متعلقة بالتحكم في العمليات العصبية والفكرية في دماغ الإنسان، في حين أن بعضها الآخر مستمد من فلسفات وجودية، تميل إلى فكرة وحدة الوجود، وتناقض مع فكرة الإيمان بالله الواحد الخالق لهذا الكون، والتميز عنه.

ثم ابتذل مفهوم مصطلح التنمية البشرية أكثر حين حول إلى تجارة رخيصة، يتكسب منها المدربون بلا ضوابط أخلاقية، ويحولها المتدربون إلى وسائل لكسب المال بدورهم، ضمن تيار العولمة والرأسمالية والمادية الذي يجتاح العالم بلا رحمة.. ضاربة موجاته كل مقومات الأخلاق والضمير لدى الإنسان، في أكبر وأبشع تسونامي عرفه التاريخ.

إنها لكبيرة من كبائر الذنوب في دين العلم، أن يكون الهدف منه مجرد التحول إلى آلة، تستغل المهارات من أجل المنفعة الفردية الأنانية..

سواء بشكلها الصريح المجرد؛ أو حتى في شكلها المزين اللمّاع، حيث العمل والتفاعل داخل مؤسسات ينبع الإيمان فيها من محراب عبادة الأرباح بأقصى قدر، وقداسة بريق النجومية، وسيادة شريعة الغاب، على حساب كل أنواع المبادئ

(1) Neuro-Linguistic Programming (NLP)

والأخلاق. ودون تورع عن استغلال كل تلك المهارات في اقناع الناس بما لا يُفترض،
وخداعهم بشتى السبل والأشكال صريحها وضمنيها..

وكل ذلك في النهاية صلاة وتسبيحاً بحمد ما تحتويه الجيوب، والأرصدة في البنوك؛
حتى صرنا في النهاية أمام ما يشبه جريمة الإتجار بالعقول والأفكار.

إن التنمية البشرية علم يبحث في كيفية تحقيق التنمية الإنسانية بمعناها الحقيقي،
ويشرحها من حيث كونها تنمية للإنسان الفرد، بإحداث التحولات الداخلية العميقة
التي تسمو به روحياً وفكرياً، جنباً إلى جنب مع تعلم واستغلال المهارات السلوكية؛
وكل ذلك بغية تحقيق التنمية والازدهار الانساني الحقيقي الخلاق بكل صورته؛
الفردى منها والجماعى على السواء.

إنها علم يُثبت لنا الإنسان القادر على المشاركة في تغيير هذا العالم الغارق في المادية،
ليكون مكاناً أفضل يحيا فيه الإنسان كأنسان.. كائنٌ آدميٌ سعيد، يعرف أين بدأ وأين
هي النهاية.

علم ليس هدفه أن نحول الإنسان إلى قطعة متكيفة مع حضارة القرن الحادي
والعشرين، بكل فسادها وانعدام للأدمية فيها.. بل أن نرسخ بداخله القناعة بأنه كائن
حي، يعرف أنه ليس مجرد آلة تمت برمجتها مسبقاً، لتكون جزءاً من منظومة مجنونة
تخدم مصالح قلة من الناس، وتنتهك آدمية كل ما عداها.

علم لا تنحصر مصادره في أبحاث اجتماعية إحصائية، أو نفسية، أو بيولوجية.. بل تمتد
أيضاً لتشمل الأسس الأخلاقية التي دعت إليها الأديان، وتراكم خبرات الحكماء
والمفكرين والمصلحين على مر العصور..

فهو جزء من تخصص علماء الدين بالمفهوم القاصر السائد عنهم؛ وجزء من علم المفكرين؛ وجزء من فقه منظري التنمية البشرية، وعلماء النفس والاجتماع، وخبراء الاقتصاد، وجهاذة القانون والطب والصناعة و... إلخ.

إنه باختصار.. علم يبحث في السعادة البشرية؛ إنه علم الحياة.. ولذا فإننا اليوم نسعى ونبذل الجهد لتعود السفينة إلى اتجاهها الصحيح؛ من خلال إعادة تعريف هذا العلم في الأذهان بالصورة السليمة.. حيث نعود لنبحث فيه عن التغيير والتطوير العميق والحقيقي، الذي يمس جوهر الروح الإنسانية، دون أن يتجاهل تطوير مختلف المهارات الشخصية.

نسعى في ذلك مستفيدين من ما قدمه الباحثون الشرقيون والغربيون لنا على مر الأجيال، ممزوجاً بما بين أيدينا مما حمله لنا تراثنا الفكري العربي والإسلامي، ومضيفين إليه كل جديد تتوصل إليه أبحاثنا ودراساتنا؛ لعلنا يوماً نرى هذا العالم وقد أضحى مكاناً أفضل، يحيا فيه إنسانٌ جديد..

قبل أن تبدأ..

اتفاقية استخدام لهذا المنتج ☺

قبل أن تشرع في قراءة هذا الكتاب فإن هناك بضع نقاط ينبغي أن تضعها في ذهنك؛ أو إن شئت أن نتحدث لغة المادة التي يتحدثها أبناء القرن الحادي والعشرين؛ حيث غدا كل شيء بضاعة لها بائع ومستهلك بما فيها الإنسان نفسه.. فلنعتبرها إذن اتفاقية استخدام لهذا المنتج بين القارئ والمؤلف، تتضمن بعض الضوابط التي تحتاج أن تعرفها إذا أردت حقاً أن تستفيد من هذا الكتاب.

- إذا أردت الاستفادة من هذا الكتاب فيجب أن لا تقراه قراءة المدعن المستسلم لكل ما يقال فيه؛ كما لن يفيدك العكس أيضاً بأن تقراه ناقداً باحثاً عن الهفوات والأخطاء ونقاط الاختلاف.. كن صديقاً للكاتب، وأقيم بينك وبينه حواراً راقياً بين ثنايا الصفحات. فهو يرجوك أن لا تكون قارئاً مُدعماً.. ففي النهاية فإن هذا الكتاب ليس كتاباً مقدساً، أو منزلاً من السماء.. فهو لا يعدو أن يكون مجرد جهدٍ بشري عرضة للنقص والخطأ.. وفي نفس الوقت فإنه يأمل منك أيضاً، أن لا تكون خصماً لدوداً.. لا هم له سوى النقد السلبي والبحث عن العثرات ☺.
- إن المفاهيم التي تتعلق بالنفس البشرية واحدة من المواضيع المعقدة التي لا يمكن استيعابها دفعةً واحدة، بل يتم إدراكها على مراحل تتخذ شكل دورات متكررة؛ حيث يتسع الإدراك ويتعمق لنفس المفهوم مع كل دورة تصب خلالها طبقة جديدة من الفهم والإدراك في وعاء العقل.. ولكي يكون الناتج النهائي متجانساً، فمن الضروري ألا تُصب طبقة فوق الأخرى إلا بعد تماسكها أولاً؛ ولذلك قد تجد أنه من المفيد أن تعود لقراءة هذا الكتاب مرات متعددة، ولكن على فترات متباعدة.

• إن مؤلف هذا الكتاب يؤكد لك بأنه لا يخاطب أي مجموعة محددة من الأشخاص؛ سواء كانت مجموعة دينية، أو أيديولوجية، أو ثقافية، أو جغرافية، أو اجتماعية.. بل هو ثمرة سنوات من البحث والتأمل المحايد مهداة للجميع.. أياً كانت أديانهم، أو ثقافتهم، أو اتجاهاتهم الأيديولوجية، أو مكان تواجدهم على خريطة هذا الكوكب؛ لذا فإنك مدعوٌ لئلا يمنك أي اختلاف أيديولوجي، أو فكري، أو ثقافي بينك وبين المؤلف من الاستفادة من محتوياته.

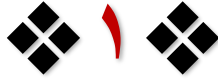
• إن ما ستفعله بما ستجده بين غلافي هذا الكتاب من معلومات ومعارف، هو مسؤوليتك الشخصية، فأنت وحدك من ستقرر ماذا تريد أن تفعل؟ وكيف ستفعله؟ ودور هذا الكتاب يقتصر على مساعدتك في إدراك أسرار عملية التغيير الناجح؛ في حين تبقى عصا القيادة بيدك أنت. فأنت أولاً وأخيراً صاحب القرار، والمنفذ له، والمقرر لوجهته ومآله؛ وما هذا الكتاب إلا رؤية علمية لكيفية إحداث عملية التغيير الذاتي الإيجابي، أياً كانت أهدافها واتجاهاتها. فمن المهم أن تدرك أن هذا الكتاب لن يغيرك من تلقاء نفسه، فهو يشرح لك فقط ما يجب أن تعرفه قبل أن تمارس التغيير الموجه. ويمكنك اعتباره مرجعاً يحتوي بعض النظريات والفرضيات.. تُسَلِّم بما شئت منها، وتخضع ما شئت منها لمزيد من البحث والتحليل، وتعودُ إليها كلما شعرت بحاجة لذلك.

⊗ نظراً لتصادف نشر هذا الكتاب مع بعض الأحداث السياسية الكبيرة في العالم العربي، وكون بعض ما ورد فيه قد يحتمل التأويل على أنه آراء سياسية في الوقت الذي انتشرت فيه حمى التصنيفات السياسية.. وحرصاً وتأكيدياً على الحياد العلمي لمحتوى هذا الكتاب.. فقد وجب التنويه على أن كل ما كتب هنا لا يمثل بأي شكل من الأشكال تعبيراً عن أي رأي سياسي.. وهو مجرد كلام علمي وفلسفي محايد.. وأي تأويل سياسي له هو إجحاف في حقه، ومرفوض تماماً من قبل المؤلف.

ويحتفظ المؤلف بكامل حقه في اتخاذ ما يراه مناسباً من إجراءات قانونية تجاه أي محاولة لاستخدام هذا المحتوى لأغراض سياسية تخرجه عن سياقه العلمي، أو محاولة لتصنيف الكتاب أو الكاتب ضمن أي سياق سياسي بناء على محتويات هذا الكتاب.

© ربما لا داعي لتذكيرك بأن جميع حقوق الطبع والتأليف والنشر والترجمة محفوظة لكل من المؤلف والناشر؛ وأن إعادة نشر هذا الكتاب، أو أي جزء منه لأية أغراض تجارية دون موافقة كتابية مسبقة، يعرضك للمساءلة القانونية؛ ويستثنى من ذلك النسخ المصورة للاستخدام الفردي في الأغراض التعليمية غير الربحية فقط. وكم هي غريبة تلك المفارقة بأن نكون من الداعين لمحاربة المادية التي تطنى على الحياة اليوم، في الوقت الذي نضطر فيه لأن نسلك سلوكاً مادياً بامتياز لكي نتمكن من الاستمرار في العطاء.. إنها مفارقات القرن الحادي والعشرين، والتي نسعى من ضمن ما نسعى إليه من خلال هذا الكتاب، لأن نجد طريقاً تمكننا من الجمع بين الاقتراب من المثالية، وبين عدم تجاهل الواقع.

وأخيراً.. وبافتراض قبولك لبنود هذه الاتفاقية، فأنت مدعو للحاق بموعد إقلاع رحلتنا إلى أرض الحكمة.. والتي سنخلق فيها على ارتفاعات مختلفة في سماء الكوكب الإنساني.. نعبّر خلالها هضاباً وودياناً في تضاريس النفس البشرية، وبحيرات وأنهار من أسرار وقوانين الحياة.. فمرحباً بك معنا على متن مركبة التغيير..



عن الرحلة والبداية..

"طريق الألف ميل يبدأ بخطوة، وطريق الحرية يبدأ بصرخة
تُشعل المعركة، وطريق العظمة يبدأ بتساؤل يُطلق شرارة
التغيير..."

من التساؤل إلى العظمة..

إن الحياة من حولنا مليئة بالأسئلة التي لا تنتهي^(١)، والتي ينتظر كل منها إجابة شافية؛ ولكن المهم أن نحدد أي هذه الأسئلة أهم من الآخر، وأيها أولى بالإجابة قبل غيره؛ عملاً بالمبدأ الشهير "الأهم قبل المهم"؛ والذي جعله ستيفن كوفي^(٢) العادة الثالثة التي يمارسها من يسعى لتحقيق النصر الذاتي. إن الإجابة على هذه الأسئلة الأهم تحتاج منظومة فكرية راقية وحكيمة، قادرة على فهم المعنى العميق وراء الكلمات؛ والذي يمثل روح الموضوع وجوهره، بغض النظر عن مدى دقة الكلمات نفسها. ولكن قبل ذلك كله، لا بد أن تتوفر لدينا أولاً الشجاعة الكافية لطرح هذه الأسئلة.

اللحظة الصعبة وتساؤلات مشروعة..

إن سألت الكثيرين عن أصعب لحظة في حياتهم، ستعدد الإجابات التي تروي المآسي بكل أنواعها، ولكن العجيب أن أحداً منهم لن يذكر إطلاقاً تلك اللحظة المؤلمة، التي يخرج فيها من أحلام الطفولة البريئة، والدنيا الوردية، ليصطدم بدنيا الواقع المؤلم؛ حين يجد نفسه محتاراً بين الطيبة والخبث، وبين الإيثار والجشع؛ بين مبادئ أفلاطونية تربى عليها، وبين قيم ميكافيلية يعيشها إنسان القرن الحادي والعشرين؛ تلك اللحظة التي اعتدنا تسميتها "المنضوج..".

(١) هذا الفصل مقتبس ومستوحى من مجموعة من المقالات المنشورة للمؤلف في عدد من المواقع الإلكترونية.

(٢) ستيفن ر. كوفي (١٩٣٢ - ٢٠١٢) واحد من أشهر الكتاب الأمريكيين في التنمية الذاتية، وكتابه العادات السبع للناس الأكثر فعالية واحد من أكثر الكتب مبيعاً حول العالم. وله كتاب آخر بنفس العنوان "الأهم قبل المهم" استطرده فيه عن شرح مفهومه لعادة "القيام بالأهم قبل المهم".

لماذا نرفض أن نعترف على الملامأ أننا واجهنا تلك اللحظة؟ اللحظة التي قال فيها كل منا لنفسه "هكذا هي الدنيا، ولا بد أن نسير معها.." اللحظة التي قررنا فيها أن المبادئ والأخلاق لم تعد مناسبة، أو لم تعد قابلة للتطبيق في هذا الزمان.. تلك اللحظة التي يهنتنا من حولنا فيها على النضوج وفهم الدنيا؛ ونجد أنفسنا أمام مجموعة من الأسئلة تطرح نفسها على العقل والقلب بلا توقف؛ تطلب بالاحاح أجوبة صادقة وحقيقية، بعيداً عن تلك القدرة الهائلة التي يتمتع بها العقل البشري على التبرير وخداع نفسه، ناهيك عن خداع الآخرين.

هل النضوج وفهم الدنيا يعني بالضرورة السير مع التيار؟ أليس هناك فرق بين الفهم والإدراك وبين الاستجابة؟ وهل كل من لا يستجيب بالشكل المتوقع المرسوم له، ويسير مع القطيع في ذلك الطريق، هو بالضرورة غضٌ ساذج غير ناضج؟ أين هي تلك المساحة التي نمتلكها بين الفعل ورد الفعل والتي تعرّف حريتنا من خلالها؟ لماذا نرفض الاعتراف علناً، بل وأحياناً حتى بيننا وبين أنفسنا بأننا قد مررنا بهذه اللحظة؟ لماذا نتناساها دائماً؟ لماذا هي فعلاً صعبة؟ بل تكاد تكون حقيقة أصعب لحظات الحياة.. ترى هل كان خيارنا في تلك اللحظة هو الخيار الصحيح؟

الاعتراف الخطير..

لكل تجربة في حياة الإنسان نكهتها الخاصة.. فتجربة حلوة، وأخرى مرّة، وثالثة حامضة لها لذة مع بعض الحُرقة، ورابعة مالحة الطعم، مفيدة وشهية، ولكنها ليست بالضرورة حلوة المذاق؛ ولكن تبقى تجربة الاختيار بين الأبيض والأسود ذات مذاق مميز بطعم العلقم.. شديدة المرار والألم، تترك غصة في حلق الضمير لا يبتلعها ببساطة كما يبتلع غيرها من وجبات الحياة.

ولكن لماذا نتحاشى دوماً الحديث عنها؟

أهو ألم الذكرى؟ أم أنه الشعور بالخجل من اختيارنا؟

هل نتجنب الحديث عنها أمام الآخرين كي لا نضطر لفضح أنفسنا وحقيقة اختيارنا؟ أم أننا نهرب من تلك الغصة التي نشعر بها كلما تذكرنا خيارنا المؤلم؟ في عالم أصبح كالغابة يأكل القوي فيه الضعيف..

نركض فراراً من مواجهة أنفسنا بالحقيقة، وأننا اخترنا أن نتنازل عن المبادئ، لكي يستمر دولاب الحياة بالدوران؛ ولا نجد أنفسنا مقيدين في ركن مظلم من هذا العالم، حيث لا يبالي بنا أحد، ولا يستمع إلينا بشر..

حيث نجد أننا ندفع ثمن اختيار اللون الأبيض لوناً أحمر ينزف من جروح وآلام لا تنتهي، يزداد عددها يوماً بعد يوم؛ ويتجدد قديمها لحظة بعد أخرى، حين نرى أنفسنا واقفين عاجزين، والعالم يتحرك من حولنا، وسنوات العُمر تمر ونحن لا نكاد نبارح المربع الأول الذي بدأنا منه، فيما سبق الآخرون، بل وأوشكوا على إطلاق الإنذار "كش ملك"^(١).

ترى هل نخجل من اختيارنا ام أننا نخاف الألم؟ أم ترانا نخاف أن نستيقظ على الحقيقة، ونضطر لمواجهة الواقع المظلم؟ أو نُضطرّ للقيام بتغييرات جذرية تهدم كل ما سبق أن بنيناها؛ كلها احتمالات واردة، وأعتقد أنها جميعاً صحيحة. فالإنسان منا يستطيع أن يعيش بوجهين؛ واحد أمام الناس، وآخر أمام نفسه، وربما أمام قليل من الآخرين؛ ولكنه بينه وبين نفسه لا يستطيع أن يعيش إلا بوجه واحد..

(١) الإنذار الموجه للاعب الشطرنج الذي يوشك على أن يفقد الملك ويخسر اللعبة.

وإن فشل في حسم موقفه، ورسم شكلٍ مناسبٍ ومقبول لهذا الوجه الذي يراه كل صباح في مرآته، ويراه في أحلامه حين ينام؛ فإنه يسقط فريسة للصراعات الداخلية، والأمراض النفسية والعقلية أحياناً؛ وهذا أيضاً حال كثيرين يزداد عددهم يوماً بعد يوم، مع استمرار تقدم الحضارة المادية الميكافيلية، وضغطها على مختلف مفاصل حياتنا اليومية، في عالم أصبح صغيراً وكأنه قرية، يسمع الجالسون بآخرها همس واقفٍ بأولها. إذن فقد غدا الاعتراف بهذه اللحظة مغامرة خطيرة، تحتاج إلى شجاعة قلٍّ من يتصف بها في هذه الأيام؛ ولكن تبقى الحقيقة لا تتغير؛ إما أن يستمر ذلك التجاهل ونكتسب المناعة ضد ثورات الضمير، ويطمس الله على قلوبنا بأعمالنا إلى أن نسقط فجأة وبدون مقدمات في الهوة السحيقة.. وتحق فينا السنة الإلهية في هذا الكون فنكون مثلاً وعبرة؛ وإما أن نجد حلاً..

يذكر القرآن الكريم هذه الحقيقة ﴿كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَىٰ قُلُوبِهِم مَّا كَانُوا يَكْسِبُونَ﴾^(١)، ويؤكد تلك السنة الإلهية ﴿وَإِذَا أَرَدْنَا أَنْ نُهْلِكَ قَرْيَةً أَمَرْنَا مُتْرَفِيهَا فَفَسَقُوا فِيهَا فَحَقَّ عَلَيْهَا الْقَوْلُ فَدَمَّرْنَاهَا تَدْمِيرًا﴾^(٢).

إن الحقيقة هي أنه لا بديل لنا سوى أن نجد وسيلة أو طوق نجاة يمنحنا تلك الشجاعة المطلوبة للمواجهة، وبدء معركة تحرير أنفسنا من قيودها، والتي سبق أن اختارتها بمحض إرادتها، متذرعة بواقع صعب، ودوامه لا تنتهي من متطلبات الحياة؛ متناسية أنما خلقنا في هذه الحياة ابتلاء واختباراً كما قال لنا بكل البساطة الخالق ذاته ﴿أَحْسِبِ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا ءَامَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ﴾^(٣).

(١) القرآن الكريم - سورة المطففين - آية ١٤.

(٢) القرآن الكريم - سورة الإسراء - آية ١٦.

(٣) القرآن الكريم - سورة العنكبوت - آية ٢.

إن هذه الشجاعة لا يفترض بها أن تكون تهوراً أحمق، أو إلقاء بالنفس إلى التهلكة نندفع وراءها كما اندفع المحدثون، أو عزوفاً عن الحياة ورهبنَةً وتصوفاً؛ نعيد ابتداعها كما ابتدعها الأولون؛ بل هي حكمة وتعقل، وقوة وجلد، واستبصار بالطريق الصحيح لرحلة التغيير.

التطبيع مع الخطأ..

إن هناك فرق كبير بين ما هو شرعي وما هو واقع.. فالاعتراف بشرعية الشيء يختلف تماماً عن الاعتراف به كواقع لا مفر منه. إن الاعتراف بالشريعة لشيء ما، يفتح الباب لبقائه دون مضايقة أو محاربة أو تصحيح؛ فالكائن الشرعي أو الفعل المشروع كلاهما لا حجة من منطق لأحد في الوقوف ضده؛ أما الاعتراف بالواقع فيعني إدراك حقيقة الأمور كما هي على أرض الواقع.

إن الاعتراف بواقع وجود ما هو غير شرعي⁽¹⁾ كسنة من سنن الحياة، يفتح باب الإدراك السليم للكيفية التي يمكن بها تغييره وإزالته بها، استناداً إلى معطيات الواقع. وحتى حين تعجز الوسائل المتاحة لبعض الوقت عن التغيير، فإننا نظل ندرك أن هناك خطأ قائماً وغير مشروع، يجب أن يتم تغييره في وقت ما حين تتوفر الوسائل.

خذ مثلاً شركة تجارية استولت على أرض دون وجه حق لتقييم عليها منشأة ما؛ إن الاعتراف بكون المنشأة قائمة أمر لا مفر منه، أما الاعتراف بشرعية قيامها، أو أنها كيان شرعي فذلك أمر آخر مختلفٌ تماماً..

(1) شرعي أي مشروع وهو ما اكتسب الحق في الوجود وفقاً لشريعة ما، قد تكون شريعة دينية أو قانونية أو عرفية أو شريعة ذاته يسئها المرء لنفسه.

فلا جدال أنها كيان غير شرعي قام على اغتصاب حقوق الآخرين؛ لكن عدم شرعية هذه المنشأة لا يعني أنها ليست قائمة، وليس معناه أنه لا توجد هناك حياة تدب بين أركانها، وأفراد وقصص وأحداث تدور بداخلها، ومصالح للناس تقضى وتصرف.

لكن الكوارث تندفق حين نبدأ بالإنكار الكامل للواقع، والإصرار على إنكار الشرعية والواقع سوياً؛ وهو ما يؤدي إلى تطرف بعيد كل البعد عن منهج العقلاء في إيجاد الحلول المناسبة؛ فترى المتطرف مستعداً لإحراق المنشأة بمن فيها، متجاهلاً أن هناك أبرياء اضطرتهم الظروف للعمل بها، أو لقضاء ما لا غنى عنه من مصالحهم داخلها؛ أو حتى يتجاهل أن من أقامها ليس بالضرورة شيطانياً؛ فلربما كان مجرد مجتهد ضل الطريق، أو حتى صاحب قلب به خيرٌ، ولكن غلبته شهوة مال أو جاه فضعف أمامها.

ولو تعقل ذلك المتطرف وأدرك ذلك الجزء من الواقع، لتحرى وبحث عن الحلول المناسبة التي تعيد الأمور إلى نصابها الصحيح، سواء بإزالة الباطل كلياً، أو لجمه ووضعه في الجحر حيث لا يكاد يسمع له الصوت، مكسور الهيبة والجناح، دون أن يُظلم الأبرياء، أو يسرف في التنكيل.

ولكن سبيلاً آخر للكوارث يفتح حين نبدأ ما يسمى التطبيع، وهو إضفاء المشروعية على ما هو واقع حتى إن لم يكن شرعياً. حينها يصبح الواقع مرادفاً للشرعية، وتصبح تلك المنشأة بذلك كياناً شرعياً فقط لأنها قائمة بقوة الأمر الواقع.

إن ما قلناه صحيح وينطبق بنفس المنطق على جميع أشكال الفساد في كل مكان. إن انهيار المجتمعات وغرقها، يأتي دوماً حين يبدأ أفرادها بإضفاء الشرعية على الفساد داخلها بحكم كونه أمراً واقعاً..

وهذا ما نلمسه اليوم من حولنا جلياً للعيان؛ فقد صارت الرشوة والاحتيال مثلاً أمراً طبيعياً أضفى عليه الكثيرون الشرعية بحكم "هكذا تسير الأمور...!!": الأنانية، والحق، والانحلال الخلقي والأخلاقي، والكذب طبعاً أولها؛ كلها أمثلة لآفات ينطبق عليها نفس المبدأ.

حين يبدأ الإنسان بإضفاء الشرعية على شيء ما، يتوقف ضميره تلقائياً عن تأنيبه عليه؛ ويبدأ في دوامة التبريرات التي لا تنتهي؛ ورويداً رويداً يتمادى في التبرير حتى يصبح هو الأصل والأساس، أو يغدو على الأقل عادة ملازمة، ومكوناً من مكونات شخصية المرء.

إن الواقع يقول: أنه مع مرور الوقت؛ فإن كل ما هو فاقد للشرعية يبدأ باكتسابها بحكم قوة الواقع وضغطه؛ ويبدأ الأفراد بالتطبيع معه، ما لم يتوفر دوماً المذكر والراذع المناسب لهم عن الإقدام على ذلك التطبيع.. والذي يبدأ من داخل الأفراد أنفسهم، تحت وطأة اليأس من التغيير، وفقدان الأمل؛ وفي ظل ضعف الوازع الديني والأخلاقي، وإدمان الضمير على المنومات والمسكنات من نوع "ليس باليد حيلة..".

إن بداية الحل دوماً أن ينمو وعينا بضرورة التمييز بين ما هو شرعي وما هو واقع؛ إذ ما دام ذلك الإدراك والتمييز قائماً، فإن أضعف الإيمان وهو الإنكار بالقلب موجود؛ فمهما قصرت الأسباب في وقت عن تحقيق التغيير، فإن الأمل والرغبة في التصحيح تظل قائمة.

أما إن أصيب الضمير بسكتة قلبية، تحت تأثير جرعات مضاعفة من المسكنات؛ فحينها تنتهي تلك الرغبة، ولا يكاد يجدي مع صاحبها نصح ولا إرشاد.. وتحق حينها عليه السنة الإلهية ﴿فَطِيعَ عَلَىٰ قُلُوبِهِمْ فَهُمْ لَا يَفْقَهُونَ﴾^(١).

إن واحدة من أكبر الجرائم التي قد يرتكبها المرء، هي استخدام سلطة يملكها على نفسه، أو على غيره لشرعنة الفساد والتطبيع معه^(٢)؛ وإسكات تلك الأصوات الخافتة التي تنادي دوماً وتدفع لاستنكار الباطل؛ أو تلك التي تدعو بوجوب هذا التفريق بين الاعتراف بالواقع، وبين إضفاء الشرعية عليه؛ أو أن يستخدم تلك السلطة لنزع الشرعية عن تلكم الأصوات التي ترفض الضيم والظلم؛ فيصير الاتهام والتشهير والتشويه مصيرها؛ ثم السماح فقط بأن يعلو صوت التطرف الذي ينكر الواقع؛ ليكون مثلاً يقدم عن البديل المتاح إن رُفض هذا التطبيع.

وفي حين أن البعض قد يقبل هذا التطرف، إلا أن الأغلبية تبقى عاجزة عن التوفيق بين المثالية الزائدة لتلك الأصوات اللاواقعية، وبين أبسط الأمور الحياتية التي تكفل الحد الأدنى للعيش الكريم؛ فتميل إلى الاختيار الأسهل، والاستسلام للتطبيع مع فساد قائم حتى يستشري أكثر وأكثر.. ويصبح كماء البحر؛ كلما شرب منه الفرد أو المجتمع ازداد عطشاً..

(١) القرآن الكريم - سورة المنافقون - آية ٣ .

(٢) ذكر عبدالرحمن الكواكبي في كتابه الشهير طبائع الاستبداد الكثير مما يفعله المستبدون وردة فعل المستبد بهم، ولئن أخذ الكثيرون ذلك على الاستبداد السياسي، فإن معظم ما ذكره الكواكبي ينطبق أيضاً على كل أنواع الاستبداد حتى استبداد المرء على نفسه وضميره.

وكما يقول ميشيل فوكو "الطاغية الغبي قد يضطهد العبيد ويقتلهم مستخدماً في ذلك السلاسل الحديدية، ولكن السياسي الحقيقي الماهر، يستطيع أن يُقيدهم بسلاسل أقوى من سلاسل الحديد، عن طريق أفكارهم هم أنفسهم." (١)

إن كل هذا الحديث يصح قوله عن الأصوات التي يمثلها أفراد قائمون بذواتهم في المجتمع؛ كما يصح بنفس القدر ليحكي قصة تلك الأصوات التي تصرخ بين الحين والآخر داخل كل منا؛ ولكن في النهاية.. يظل للفرد السلطة على نفسه..

أما الاتكال على غيره وانتظاره لتحقيق فكرة الإصلاح لذاته أولاً، وللمجتمع من حوله ثانياً؛ فما هو إلا مجرد صورة أخرى من صور التطبيع مع التكاسل، والاكتفاء بالقاء اللوم هنا وهناك؛ في نفس الوقت الذي يتربع فيه الواحد منا في أحضان الفساد كما هو دون تغيير؛ ولسان حاله يقول "الفساد رقيق الدرب، لا أستطيع طرده؛ وما لم يرحل من نفسه، أو يطرده آخرون، فإنني حافظ للعهد الذي قطعته له يوم اخترت التطبيع معه، وإضفاء الشرعية عليه."

محنة لا تنتهي..

في إحدى الليالي كان متجهماً، يعلو الضيق محياه، يتساءل في حيرة: "لِمَ هي الحياة صعبة هكذا؟ لِمَ لا تكون الدنيا وردية كما كنت أحلم بها في طفولتي؟ لماذا هناك دوماً المشاكل والعقبات؟ ولماذا هناك ذاك الشر ينخر في عظام المجتمع؟ ولِمَ هي تلك المآسي التي تتكرر يوماً بعد آخر؟ أين هو العدل؟ وأين هي الرحمة...؟"

(١) ميشيل فوكو فيلسوف فرنسي (١٩٢٦-١٩٨٤) في كتابه التهذيب والطاعة - (Discipline and Punish (1975)

سأقت إليه الأقدار رجلاً بسيطاً في خريف العمر، يظنه جاوز السبعين بقليل.. لم يبد عليه أنه تلقى العلم في كُبريات الجامعات، أو أنه يعيش في القصور مع سادات القوم؛ فقد كانت تضاريس ذلك الوجه المضيء والجذاب بشكل غامض، تعكس آثار الألم التي حفرتها معاناة السنين، جنباً إلى جنب مع ما تتم عنه مما يحمله صاحبها في طياته، من ذكاء فطري وحكمة صنعتها الأيام.

رأى العجوز حاله فبادره السؤال قائلاً: "مالك يا ولدي؟"
شكا إليه الهم والتساؤلات، والضيق والحيرة اللذان يُقطعانه في صمت.

فقال يا ولدي: "لو كانت الحياة سهلة، والشرُ منعدماً، فعلامَ نستحق الجنة؟ وفيهم خلقت النار؟ نعم يا ولدي، هي هكذا بمنتهى البساطة؛ إنه الصراع الأزلي بين الخير والشر، إنه الابتلاء الرباني لنا في هذه الحياة ﴿لِيَمِيزَ اللَّهُ الْخَيْرَ مِنَ الْطَّيِّبِ﴾^(١)".

عن الصبر والكفاح من أجل الخير والحق نتحدث، عن السعي وراء الحقيقة والبحث عنها، وعن كفاح الآلاف منذ بدأت البشرية لإعلاء قيم الفضيلة.. وأيضاً عن الركض وراء الدنيا وملذاتها بلا توقف، وعن التغافل عن وجود الحقيقة أو البحث عنها، وعن قتال آلاف أخرى ذوداً عن ملك الدنيا وشهواتها.. وفي النهاية تقع الحجة على الإنسان، ويكتمل العدل في دار الحساب.. فلو كانت الدنيا دار عدلٍ كاملٍ، فأى مسوغ أو حاجة ليوم القيامة. بل ربما كان العدل الناقص في هذه الدنيا، هو في حد ذاته الدليل المنطقي على وجود حساب وعقاب في حياة لاحقة؛ إنها قرينة يُعتد بها في ظل تلك الفطرة بداخلنا، والتي ما تفتأ تبحث عن العدل وتؤمن به..

(١) القرآن الكريم - سورة الأنفال - آية ٣٧.

إن صناعة الخير والشر فنان يتقنهما الإنسان، فحن الذين نفترف كلاهما؛ وحين تكون الأغلبية في مجتمع ما من أهل اليمين^(١)، تكون حياة الصالحين أسهل وأيسر، والعقبات أمامهم أقل، ولكن ثوابهم يقلُّ أيضاً؛ وبمثل ذلك فضل الله الصحابة^(٢) على من بعدهم، وتميز الأبطال والرواد عمن وراءهم.

أما أهل الدنيا واللاهثون وراءها بلا حدود، فهم لا يدخرون وسيلة لتعزيز ملكهم، وإكثار مالهم، وتعظيم جاههم إلا من رحم الله. يغالبهم الطمع حتى يصبح طبعهم، فلا يتخرجون من ظلم ضعيف أو تضيقٍ عليه.

فإن تكاثروا وكانوا الأغلبية ذات الصوت المسموع؛ أضحت حياة الصالحين صعبة، وغدا المجتمع يأكل بعضه بعضاً، وأمسى بأسهم بينهم شديد، عقوبة إلهية بحد ذاتها؛ فكلُّ أصبح يقاقل لأجل نفسه ومن وراءه الطوفان لا يبالي بثمرن؛ وصار المجتمع قائماً على النزعة الفردية، وصار عالم كل فرد متمحوراً حول ذاته؛ وغابت الرحمة، وغابت معها العدالة الاجتماعية.

ونُصدم نحن الوافدين الجدد إلى هذا العالم بهذه الحرب الضروس، ونغرق في التيار؛ فإما أن نسبح معه، ونتعلم فنون الغطس فيه، ونُصبح ذوي أرواح ضعيفة، واهنة العضلات، غليظة قلوبها بما اكتسبت؛ وإما أن نتجاسر على السباحة في الاتجاه المعاكس، حيث تتشنج وتتمزق تلك العضلات وهي تتعلم السباحة عكس التيار؛ ولكنها في النهاية تجني ثمرة ذلك التمرين الشاق، وتصبح قوية صلبة؛ تحمل الهموم بلا كلل، وتواجه التحديات بابتسامة واثقة، وعزيمة لا تلين.

(١) أهل اليمين مصطلح يستخدمه القرآن الكريم لوصف أهل الصلاح والخير.

(٢) الصحابة هم الذين رافقوا محمداً ﷺ في حياته من أصحابه ورفقائه.

إنها تكتشف أسرار القوة الطبيعية التي بنى عليها أهل المشرق فنون قتالهم؛ فهي تنحني وتناور، وتصل وتجول، وتدور حول خصمها، دون أن تفقد شرف اللعبة والنزال، ودون أن تتنازل عن نزاقتها أو كرامتها.

تتعلم حينها الحكمة في التعاطي دون كذب أو نفاق، فهي متينة كالحديد، ومرنة كأفرع الشجر؛ لها أصول ثابتة، وجذور عميقة؛ فهي تتمايل مع الريح فلا تنكسر، ولا تفقد ذاتها فتخلعها الريح وترمي بها حيث كان. وتظل تنمو وتنمو بقوة واستمرار؛ وكلما نمت، كلما تعززت قوتها، وتعمقت جذورها أكثر فأكثر، وازداد نطاق تأثيرها..

فهي كما يقول ستيفن كوفي^(١) تبدأ من أضيق دائرة لتأثيرها متجاهلة همومها، تبدأ العمل الدؤوب حتى تزداد مساحة هذه الدائرة يوماً بعد يوم، وتزداد قدرتها على التأثير في مسببات هذه الهموم وتغييرها. تفعل ذلك كله مستعينة بالصبر، مستلهمة إياه من اتصالها الروحي بالقوة العظمى في هذا الكون^(٢)؛ فلا تنفك تسأل بارئها كل يوم أن يقودها إلى طريق الخير، ويعيدها إليه برفق كلما حرفتها عنه القوى الداخلية والخارجية للفساد والجشع، والأنانية والطمع؛ والتي تضغط عليها في كل لحظة لتلقي بها من دروب الحق إلى هوة الضياع السحيقة.

وتبقى هذه الروح الصافية تبحث عن بريق من الأمل في ثنايا العلم والمعرفة، وتجهد لكي تعثر على الحقيقة كي تنير طريقها، ولا تألو جهداً في أن تزداد معرفة بها كل يوم.

(١) في كتابه العادات السبع للناس الأكثر فعالية.

(٢) ﴿وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ﴾ - القرآن الكريم - سورة البقرة - آية ٤٥.

نقطة التوازن..

إن الإنسان لا يستطيع أن يعيش دون أن تكون لديه مجموعة من المبادئ والقيم التي يحددها هو بنفسه، سواء إرادياً أو بشكل تلقائي لا شعوري.. وعند غياب هذه المجموعة من القيم، يصبح الإنسان في حالة من انعدام التوازن والتخبط.. قد تكون مدته قصيرة طبيعية حيث يراجع الإنسان نفسه من وقت لآخر، أو قد تطول فيدخل الإنسان في مرحلة الصراع والمرض النفسي. وبغض النظر عن مدى صواب وخطأ هذه المبادئ التي يتبناها المرء، فإنه يعتبرها أساساً لتصرفاته ومرجعاً لنفسه؛ فالإنسان بطبعه لا يتحمل الشعور بأنه مخطأ أو أنه سيء، كما أنه لا يقبل أن يُجرح كبرياؤه.

يقول ديل كارنيغي^(١) أنه حتى أعتى المجرمين في العالم ينظرون لأنفسهم على أنهم من الصالحين، ويجدون لأنفسهم مبررات لأفعالهم، حتى يحافظوا على صورتهم الجميلة أمام أنفسهم.

تبدأ مبادئ الإنسان بالتكون أثناء الطفولة بشكل غير واع، من خلال فطرة الخير المبدورة بداخله، ومن خلال التربية والمؤثرات البيئية والاجتماعية التي يتعرض لها. وفي خلال هذه الفترة تكون القيم الذاتية لدى الإنسان في أعلى درجات النقاء والصواب، حتى درج الناس على استعمال مصطلح براءة الطفولة، للتعبير عن هذا الصفاء والنقاء في قيم الإنسان الذاتية.

ومع بداية دخول الإنسان في مرحلة النضج، تبدأ مجموعة جديدة من القيم بالتغلغل بداخله مع بداية إدراكه لظروف الحياة الواقعية.. وتفتُح مشاعره وغرائزه المختلفة،

(١) ديل كارنيغي (١٨٨٨ - ١٩٥٥) كاتب أمريكي وصاحب مجموعة شهيرة من دروس التنمية الذاتية - في كتابه "كيف تؤثر على الآخرين وتكسب الأصدقاء".

وسعيه لتبليتها.. ومحاولته المستميتة لتقليد المثل الأعلى الذي يختاره معبراً عن طموحه وأحلامه؛ مضافاً إلى كل ذلك رغبته في الحرية من القيود التي يشعر أنها تفرض عليه من الأهل والمجتمع بسبب صغر سنه؛ مدعوماً بثقافة التمرد على الآباء التي يغذيها الأقران، ووسائل الإعلام على مدار الساعة. عادة ما تكون هذه المجموعة من القيم الجديدة مزيجاً من قيم براءة الطفولة، وقيم الكبار الذين يحتك بهم بشكل مباشر خلال هذه الفترة.

ويعتبر عدم الاستقرار أمراً طبيعياً خلال تلك المرحلة، ويمثل شكلاً من أشكال النمو، لذا تتسم هذه المرحلة عادة بنوع من الاضطراب النفسي، والتذبذب بين مجموعات مختلفة من القيم؛ سواء تلك التي يستمدّها من المصادر المختلفة، أو قيمه الخاصة من فترة الطفولة، أو قيم جديدة تتبلور حول الأنا والذات؛ حيث يجهد محاولاً التوفيق بينها جميعاً. وهذه أخطر المراحل العمرية من حيث الصحة النفسية؛ حيث أنه مع حدوث هذا الاضطراب، يكون المرء صيداً سهلاً لكثير من أنواع الخلل الفكري، والمرض النفسي؛ ويصبح الأمر أكثر خطورة عندما لا تتوفر العناية النفسية المناسبة له من قبل الكبار.

ويستمر النمو ويأتي أوان نضوج نقطة التوازن المتحركة، حين يصبح الإنسان قادراً على انتقاء مبادئه بنفسه، والتمييز بشكل واضح بين ما يقتنع به هو، وبين ما يكتسبه بحكم التعود أو التعامل مع المجتمع.. ويعتبر ذلك نقطة التحول بين مرحلة بداية النضج ومرحلة النضج (وإن كان ذلك لا يعني بالضرورة اكتمال ذلك النضج).. حيث يبدأ الإنسان بتحديد مجموعة ثابتة من القيم غير قابلة للتعديل، ومجموعة أخرى أكثر مرونة، يستطيع من خلال تغييرها ضمن حيز معين صعوداً أو هبوطاً، أن يجد نقطة التوازن لنفسه مع ما حوله، طبقاً لمعطيات وامتغيرات الحياة والمجتمع.

يمكن تمثيل نقطة التوازن هذه على خط رأسي، يمثل محور الخير والشر؛ حيث يسعى الإنسان طوال الوقت لإيجاد مستوى مناسب يُوضع فيه نقطة توازن له على هذا المحور. وتكمن المشكلة الإنسانية الحقيقية منذ بداية الخليقة، في ذلك المستوى الذي يختاره لنفسه لإيقاع نقطة التوازن عليه، آخذاً بالاعتبار جميع العوامل التي تؤثر على اختياره هذا، بما فيها ظروف الحياة الاقتصادية، والاجتماعية، ومستوى علمه ومعرفته.

يختار البعض لأنفسهم نقاط توازن منخفضة؛ وكلما انخفض مستوى هذه النقطة، كلما أصبحوا أكثر قرباً للسوء منهم للصلاح.. ويختار البعض الآخر نقاط توازن عالية المستوى تقربهم من الحسنى^(١)؛ ويميل آخرون إلى الاستمرار في الصعود سريعاً بلا حدود، حتى يصلوا إلى مناطق خطيرة متطرفة في العلو، تقود في النهاية إلى السقوط نحو قاع السوء والتطرف.

إن المشكلة الإنسانية يمكن صياغتها على أنها إيجاد ذلك المستوى المناسب لنقاط التوازن، بحيث تظل في منطقة الوسط؛ فيكون الصعود أو الهبوط من حولها ضمن النطاق المقبول بين الإيجابية والسلبية، وبين المثالية والواقعية..

ويؤكد القرآن الكريم على ذلك المعنى بقوله ﴿وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا لِتَكُونُوا شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ﴾^(٢).

(١) الحسنى هنا من الحسن والطيب، وهي كذلك تصح ان استخدمت في نفس الموضع بمعناها في التراث الإسلامي مرادفة للجنة في قوله تعالى ﴿لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا الْحُسْنَىٰ وَزِيَادَةٌ﴾ - القرآن الكريم - سورة يونس - آية ٢٦.
(٢) القرآن الكريم - سورة البقرة - آية ١٤٣.

ولكن يظل السؤال عن الكيفية التي نعمل بها ذلك قائماً.. ويظل العقل الحكيم وحده هو القادر على إيجاد الإجابة لهذا السؤال بما يتمتع به من مرونة فكرية، توفر له القدرة على الموازنة والعتور على البديل الثالث كما أسماه ستيفن كوفي^(١) .. ولكن ذلك العقل يحتاج قبل ذلك كله إلى التحرر من قيوده، بما فيها قيد الحرية ذاته..

التحرر من قيود الحرية..

إن قمة الحرية هو التحرر من الحرية ذاتها.. ليس هذا لغزاً بقدر ما هو حقيقة عرفها الحكماء على مر العصور، ولخصتها مقولة جبران خليل جبران في كتابه النبي^(٢) حين يقول "لن تكونوا أحراراً إلا حين تصبح رغبتكم إلى الحرية غير مهيمنة عليكم، وتكفوا عن التحدث عن الحرية هدفاً ومغماً تشدونّه..".

إن سلم الحرية منصوب ليرتقي عليه الصاعد من أسفل إلى أعلى، مروراً بمراحل مختلفة متتالية.. بدءاً بالتحرر من القيود العائلية، ثم التحرر من القيود الاجتماعية والفسيولوجية، وأخيراً القيود الفكرية والدينية المفروضة، أو المتعلمة بالوراثة الفكرية..

إن تلك هي أعلى نقطة عمودية في هذا السلم، ولكنها ليست نهايته.. فالبقاء في هذه النقطة يعني الانحلال والانحطاط وإهدار العقل البشري بدايةً، ثم الفوضى محطة في الطريق، ثم الموت الروحي والجمود نتيجة مبدئية، ثم الضياع الكامل أو الانتحار الجسدي نهايةً..

(١) في كتابه "العادات السبع للناس الأكثر فعالية"، وكتابه بنفس العنوان "البديل الثالث".

(٢) النبي - جبران خليل جبران فيلسوف وشاعر وكاتب ورسام لبناني أمريكي عاش في الفترة (١٨٨٣ - ١٩٣١).

وقد عانى من ذلك دعاة الحرية المتطرفون على مر العصور، كما وصف بول جونسون أحوال بعضهم في كتابه الشهير المثقفون^(١).

إن السلم بعد أن يصل إلى أعلى نقطة في الارتفاع، يبدأ في الانحدار نزولاً مرة أخرى من الجهة المقابلة، لينتهي عند نقطة أقل ارتفاعاً من القمة، ولكنها تمثل الحرية الحقيقية. إنها التحرر من مفهوم الحرية ذاته، وبدء الإنسان في وضع وبناء منظومة القيم التي تمثل منطقة التوازن بين ذاته وبين العالم من حوله؛ هذه المنظومة التي يقبل أن يلزم بها نفسه دون أن يلزمه بها أحد.

إن القمة محدبة ومدببة الطرف، لذا تعجز نقطة التوازن أن تتموضع وتستقر عندها؛ لذا فإن توقف المسيرة عند هذه النقطة يؤدي إلى سقوط مفهوم التوازن كلياً، وتنطلق حينها الغرائز بلا قيد أو توجيه.

إن الإنسان الطبيعي الذي ينشأ في بيئة أخلاقية متوازنة يدرك هذا المبدأ بالفطرة، حتى وإن صعب على الكثيرين التعبير بمثل هذا الوصف أو هذه الصورة.. ولأن الغالبية من الناس تخشى المجهول الذي لا تراه خلف نقطة القمة تلك، فإنك تراهم عادة يمشون منطقة توازنهم في منطقة ما قبل الوصول إلى هذه النقطة العالية، ويختارون عن قصد أن يقفوا دون إكمال المسيرة.

والطريف أنهم قد يقفون عند نقطة مقابلة في ارتفاعها لنقطة نهاية السلم من الجهة الأخرى، فتكون النتائج متشابهة نوعاً ما، خصوصاً في أفعالهم قصيرة المدى؛ غير أنهم لا يعرفون عن سبب تواجدهم في هذه النقطة دون القمة، سوى أنهم اختاروا عدم المخاطرة، واكتفوا باتباع هذا أو هذاك.

(١) بول جونسون كاتب وصحفي بريطاني ولد عام ١٩٢٨.

صحيحٌ أن جزءاً من حرية الإنسان أن يختار من يتبعهم ويسير على نهجهم ثقة بهم، وذلك بدلاً من أن يختار استقصاء الحقيقة بنفسه؛ إلا أن ذلك مشروط بأن يكون الاتباعُ اتباعَ الواعي الذي يميز بضميره بين الحق والباطل، والصواب والخطأ..

لا أن يكون اتباعاً أعمى، لا يستخدم فيه عقلٌ ولا بصيرة.. ولا يُمَيِّز فيه بين الصالح والطالح من القول والفعل.. ولا يقوده إلا تعصب الجاهل، أو منفعة ومصالحة، أو عاطفة صماء غير رشيدة.. فيكون مثل أولئك الذين وبخهم الله في القرآن الكريم مستنكراً مقولتهم ﴿إِنَّا وَجَدْنَا آبَاءَنَا عَلَىٰ أُمَّةٍ وَإِنَّا عَلَىٰ آثَرِهِمْ مُّقْتَدُونَ﴾^(١).

وسواء اختار الإنسان استقصاء الحقيقة كاملة بنفسه، أو اتباع من يظن به خيراً؛ فإن الوصول إلى الحقيقة يبقى مرهوناً بصدق النية في البحث عنها.

وعلى الجانب الآخر، فإن مما يدعو إلى الشفقة، هو تأمل حال أولئك الذين اختاروا أن يقفوا على القمة؛ إذ يصيح قائلهم بأنهم ملوك الحرية.. في حين لم يتجاوزوا أن يكونوا مجرد عبيد لها، تسحقهم أحلامها بلا رحمة.. وشيئاً فشيئاً تتناهبهم نوبات العظمة والغرور، حتى يجدوا أنفسهم معلقين على تلك القمة، وحيدين يرددون ترانيم المديح لعبقريتهم، والثناء لوحدهم وكتابتهم... وكما تفعل الرأسمالية الاقتصادية حين تتكسب الثروات في يد قلة من الأغنياء، تعيش في انعزال عن بقية المجتمع الفقير؛ وتزداد الهوة بينهما يوم بعد يوم، ويزداد معها جشع الأغنياء وطمعهم وبخلهم، وتزداد أيضاً نقمة الفقراء وحقدهم على أولئك الأغنياء؛ فإنني هنا استعير هذه الصورة لأصف الرأسمالية الفكرية التي غدت واقعا؛ فما عاد الفكر والعلم إلا سلعا تُكَنز وتُخزن..

(١) القرآن الكريم - سورة الزخرف - آية ٢٣.

متعلمون ومثقفون يزدادون علماً وثقافة يوماً بعد يوم، وآخرون كان الجهل رفيقهم، ولم يسعفهم الحظ أن ينالوا نصيبهم من التعليم والثقافة بسبب ضيق ذات اليد غالباً؛ ومع الأيام تزداد الهوة بينهما، ويزداد غرور المثقفين وتعاليمهم، وبخلهم بما لديهم من علم؛ ويزداد حقد الآخرين عليهم بما يعجزون عن فهمه من تلامس الأقوال كما تبدو لهم صادرة من أفواه المثقفين؛ ويزداد كرههم لهم بازدياد تعالي هؤلاء عليهم.

إن إفراط المثقف في أنانيته وغروره، هو السبب الرئيسي في توسيع هذه الهوة؛ فعدم مبالاة المثقف بحق المجتمع عليه في أن يمد يده لجاهله بالتعليم والتثقيف، بقدر ما يكدر ساعياً وراء نجاح مزيفٍ ليقال عنه من المثقفين والمبدعين، ويشار إليه بالبنان..

إن ذلك يبقيه في وهم الانتماء إلى طائفة ملوك الحرية ذوي الدماء الزرقاء.. وحين يمد يده بالمساعدة لهؤلاء المحرومين من نعمة العلم، يفعل ذلك بتكبر وغلظة وميئة يسوقوها عليهم.. يكتب ويقول ما يدور بخلده غير مبال بأن هناك من لا يفهمه؛ ثم يكتفي بالقلّة المثقفة من حوله، حتى يظنّ أنهم أصبحوا أمة من دون الناس.. فإن لم يعجب الجاهل قولهم.. زين لهم الغرور بأن العيب ليس فيهم.. فكيف يكون فيهم وهم عليّة القوم وأسيادهم!! وكل من عداهم فإنهم والعدم سواء؛ واجب عليهم الصمت، أو التأمين على آيات الوحي التي يستقبلونها من أبناء الطبقة الموصوفة بالعبقريّة.

ولكن هذا الجلال المزعوم قد يزول في لحظة حين يدرك المرء أن قمة العبقريّة، ليست حين يصل المرء بعقله إلى ما لا يدركه الآخرون من حوله، ممّن هم أقلّ منه معرفة؛ بل تكون حين يتمكن بعد ذلك من النزول مرة أخرى إلى مستواهم، والأخذ بأيديهم خطوة بخطوة، ليصعدوا معه الطريق من جديد.

إن قمة العبقريّة هي أن تكتشف ذلك الطريق للنزول الآمن من علياء تلك القمة التي وصلت إليها، ثم تكتشف الطريق السهل الذي يمكن أن يسلكه العامة نحو تلك القمة ليشاركوك فيها..

فكما يقول عبدالكريم بكار^(١).. "إن العامة عادة يبحثون عن الطريق، أما الرواد فلا يسألون عنها؛ لأنهم يعرفون أنه لا طريق أمامهم، وإنما على آثار خطاهم تشق الطرق".

أما الاكتفاء بالبقاء في تلك القمة ناظرًا لمن هم بالأسفل نظرات الازدراء، حتى وإن غُلفت بالشفقة المصطنعة؛ فهو عين الأنانية والنرجسية التي أخرجت إبليس من رحمة الله.

إن اكتشاف طريق النزول تلك هو التحدي الحقيقي للعبقريّة البشرية؛ والذي لم ينجح فيه على مر التاريخ إلا أولئك النفر القليل من المصلحين والقادة، الذين نجحوا في تغيير العالم من حولهم باللين وحسن القول، دون أن يعلوا صراخهم بالنقمة على جهل من حولهم، أو الشكوى من اضطهادهم لأنهم العباقرة الذين لا يفهمهم أحد.

هؤلاء النفر القليل كان منهم الأنبياء والمرسلين، وقلة من المفكرين والمثقفين على مر التاريخ؛ إنهم هؤلاء الذين عرفهم ذلك التاريخ على مداره باسم العظماء.. فالعظماء والأبطال الحقيقيون لم يصنعوا من خلال حبههم أو سعيهم ليكونوا أبطالاً، ولا من خلال التكرار اللامتناهي للشعارات البراقة.

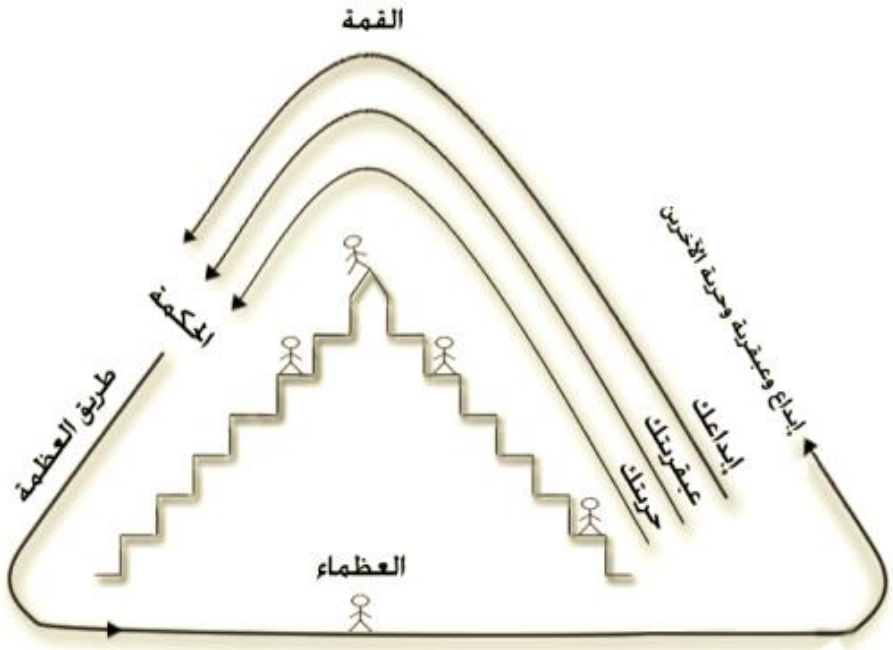
(١) كاتب ومفكر سوري (ولد في حمص عام ١٩٥١) كان أستاذاً للغة العربية بجامعة الإمام محمد بن سعود، وجامعة الملك خالد بالمملكة العربية السعودية.. قبل أن يتفرغ للكتابة والبحث، وله العديد من الكتب والمحاضرات والبرامج التلفزيونية.

لقد كانوا مجرد أشخاص عاديين أجبرتهم الظروف على لعب الدور البطولي في وقت لم يكن لديهم خيار سوى الاستماع إلى صوت الضمير النقي بداخلهم ، بغض النظر عن التكلفة ، أو التضحيات التي سيتعين عليهم القيام بها.

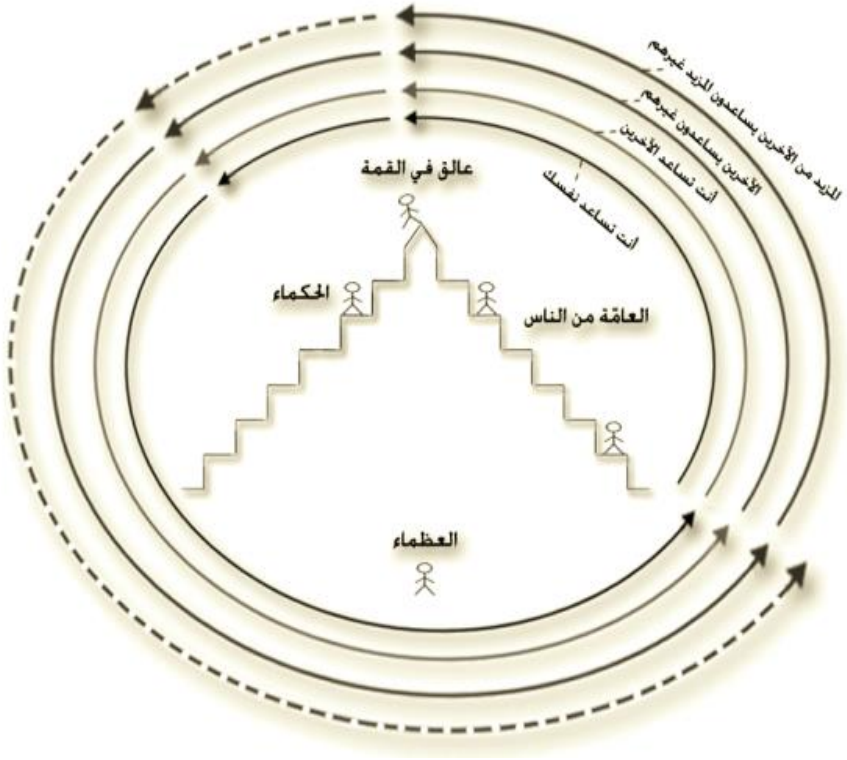
إنهم أولئك الذين عرفوا أن العظيم هو من قرر أن يكون شمساً تشتعل لتنير لمن حولها، لا أن يكتفي بأن يكون قمراً يعكس نور غيره. ولعل ذلك ما دفع ستيفن كوفي وهو واحد من أشهر منظري تنمية الذات، والذي أصدر في عام ١٩٨٩ كتابه الشهير، وفاق مبيعاته ١٥ مليون نسخة حول العالم، لأن يدرك لاحقاً أن عاداته السبعة ليست كافية؛ فبادر بعدها بعقدٍ ونصف إلى نشر كتاب جديد يضيف عادة ثامنة، وتردد صفحاته معنى واحد "اكتشف صوتك.. وألهم الآخرين ليكتشفوا أصواتهم"^(١).

فعندما تصل إلى ذروة حريتك، وعبقريتك، وإبداعك، وتتجاوزها، وتبدأ في التعامل ما هو أبعد من تلك الذروة، أي عندما تصبح حكيمًا، عندها تبدأ عظمتك الحقيقية، عندما تبدأ في النزول من تلك النقطة المرتفعة نحو الأشخاص من حولك الذين لم يتمكنوا من التسلق بعد ومساعدتهم على التسلق كما فعلت من قبل؛ فحينها تكون عظيمًا حقًا.

(١) العادة الثامنة: من الفاعلية إلى العظمة - ستيفن كوفي - نشر في عام ٢٠٠٤



عندما تساعد نفسك للوصول إلى الذروة ثم تبدأ في مساعدة الآخرين، ثم تلهم هؤلاء الآخرين ليساعدوا المزيد من الآخرين، وهؤلاء بدورهم يساعدون المزيد والمزيد من الآخرين على التسلق، ويستمر المسار الحلزوني في التمدد على نطاق أوسع وأوسع، حينها تصبح عظيمًا. وهذا هو الشكل الذي يجب أن تبدو عليه رحلة العظمة الحقيقية، وهذه هي المرجعية التي يجب أن نستند إليها في تحديد الطرق التي نستخدم بها قدراتنا وإمكاناتنا.



لقد عرف كوفي وآخرون، أن العظمة هي الانتقال إلى البذل والعطاء، بدلاً من الفردية والأنانية؛ والتي ما برحت العولمة في يومنا هذا تروج لها على أنها مفتاح الخلاص والسعادة البشرية!! إنهم أولئك النفر القليل الذين آمنوا بأن شعارهم يجب أن يكون دائماً "العظمة الحقيقية فعلٌ قبل أن تكون صفة، وواجبٌ قبل أن تكون شرفاً".

إن هذا العبور الآمن من نقطة القمة نزولاً من جديد؛ لبناء نفسك أولاً.. ثم مساعدة الآخرين من حولك ثانياً.. يحتاج إلى مركبة آمنة ومرنة، قادرة على العبور فوق التضاريس الوعرة والصخور، دون أن تنقلب بك وتلقي بك في مهاوي الردى..

وحدها منظومة فكرية حكيمة توفر لك وسيلة الانتقال الآمن تلك خلال ذلك المشوار صعوداً، ثم نزولاً من جديد. منظومة فكرية حكيمة تعرف أن أي رحلة نجاح، هي رحلة إلى ما وراء القمة، وليس إلى القمة ذاتها.. فلا أحد يبقى في أي قمة كانت؛ ومعيار النجاح للرحلة هو المكان الذي سينتهي بنا المطاف إليه بعد أن نغادر القمة..

قانون ما وراء القمة

الرحلة إلى النجاح هي رحلة إلى ما وراء القمة، وليس إلى القمة ذاتها.

إنها منظومة تعرف أن الاستعجال في بلوغ القمة أو الهدف خطأ فادح؛ فالصعود السريع يقابله عادة سقوط أسرع كما يقول المثل الشهير "ما يأتي بسهولة، يذهب بسهولة". والجزء الأكبر من المتعة والسعادة هو في الرحلة ذاتها؛ فلحظات السعادة بالوجود على القمة قصيرة، والحكيم هو من يستمتع بلحظات أطول بكثير تستغرقها الرحلة.

إن ذلك ينطبق على كل أنواع الرحلات التي نخوضها في غمار هذه الحياة؛ فالوصول إلى القمة يعني أننا اقتربنا من النهاية، ولن يتبقى لنا بعد بلوغ القمة من متعة الرحلة إلا ذكرياتها؛ والاستعجال دوماً يفسد فرصتنا في تكوين الذكريات الجميلة، أو يحرمنا من الاستمتاع بالكثير من اللحظات، والتي بقليل من التروي.. يمكن أن نضيفها إلى قائمة اللحظات السعيدة في حياتنا..

إننا بحاجة لأن نتعلم كيف نستمتع بمواجهة الصراعات، والتحديات، والمصاعب، والمشاكل التي تواجهنا أثناء الرحلة أو تعترض طريقنا. وكيف نتسم عند التعاطي معها، والتعلم منها؛ فهي جزء أصيل من متعة الرحلة.

ورغم أنه أحياناً يكون هناك استثناءات، ولكنها لا تعدو أن تكون الاستثناء الذي يؤكد القاعدة.

قانون متعة الطريق

إن الجزء الأكبر من السعادة والمتعة في أي رحلة، والأثر الأكبر لها في حياتنا وحياة من حولنا، يحدث غالباً خلال طريق الرحلة ذاته..

والآن خذ قليلاً من الوقت، وحاول أن تتأمل أي نوع من الرحلات شئت؛ سواء كانت رحلة مادية بالمعنى الفيزيائي، أو رحلة معنوية؛ وستكتشف الكثير من الأسرار والحقائق حين تنظر لها وفق هذا القانون؛ بما في ذلك رحلة الحياة نفسها.

بداية المشوار..

والآن... هل من السهل أن تكون عظيماً حقيقياً؟ في الواقع، إنه أمرٌ صعب. أعلم أن هذه الإجابة قد تكون محبطة بعض الشيء، لذلك ربما يكون من الأفضل إعادة صياغة السؤال في شكل أكثر فعالية وعملية. هل من



الممكن لأي شخص أن يكون عظيماً حقيقياً؟

الإجابة العامة هنا واضحة وبسيطة: نعم بكل تأكيد، يمكن لأي شخص أن يكون عظيماً حقاً. إنه ليس بالأمر السهل، وربما يكون صعباً، لكنه بالتأكيد ممكن.

ومع ذلك ، فإن الإجابة التفصيلية عن نفس السؤال هي مهمة معقدة لأنه ينطوي على تغيير حقيقي والأمر متروك لك أنت دائماً - وأنت وحدك - لاتخاذ الخطوة الأولى على هذا الطريق. فمن الثابت أنه لا عظماء بلا أنفسي تواقٍ للتغيير والتطوير؛ ومن المؤكد أن الحديث عن تغيير الذات، وإصلاحها، وتطويرها ليس بدعاً من القول؛ فأول من رفع هذا اللواء كان الرسل صلوات الله عليهم وسلامه.. تلاهم الحكماء والفلاسفة والمصلحون على مر التاريخ وإلى اليوم.. شرقاً وغرباً وفي كل أصقاع الأرض. وكلهم يردد على ألساننا ومن حولنا نفس الرسالة "ابدأ بنفسك..".

ولكن تغيب القلوب الواعية، والإرادة الحقيقية؛ كما تغيب الأذهان الحاضرة، والآذان الصاغية؛ فلا يجد ذلك الإرسال مستقبلاً يترجمه بإدراك ووعي، محولاً إياه إلى واقع ملموس؛ وتبقى رسالتهم مجرد كلمات تتردد في الفضاء الاجتماعي دون مجيب.

ولأن هذا جزء من سلوك البشر على مر التاريخ، أكد لنا خالق هذا الكون أن سماع الرسالة وحده لا يكفي لإحداث التغيير؛ بل وأكد لنا أن الاستماع لا مجرد السماع، هو من الواجبات التي لا يسقطها عذر ولا حجة؛ ومعه السعي للإدراك والفهم العميق، والبحث وبذل الجهد لإنارة البصيرة الذاتية لكل منا قدر المستطاع، وبإخلاص وصدق مع الذات..

جاء في القرآن الكريم ﴿أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُون لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ﴾^(١).

(١) القرآن الكريم - سورة الحج - آية ٤٦.

ويستمر ذلك الغياب أو التغييب يوماً وراء آخر، ويبقى كل فرد في القطيع غارقاً في دوامة تبدأ من الضعف أمام الفشل "حاولت أن أغير ولم أنجح.."، مروراً بالإسقاط وإلقاء اللوم على الآخرين "دع الآخرين يتغيرون أولاً.."، نهاية باليأس والاستسلام، والعبارات الشهيرة من نوعية "هكذا هي الدنيا، ولا فائدة من النفخ في القرب المثقوبة..".

إنَّ لفظ القطيع هنا ليس كناية عن إساءة أو إهانة؛ بل هو وصف حزين تنقطع نياط القلوب حين تراه أضحى قاعدة لسلوك الإنسان؛ إذ يتنازل بإرادته عن إرادته، ويتنازل معها عن حقه الحر في الاختيار؛ ليسير مع التيار أياً كان اتجاهه، حتى وإن كان يصب في قاع الجحيم.. فينزل باختياره من مستوى التكريم الإلهي له كإنسان وهب العقل، إلى المستوى الفكري للدواب التي تسير كالقطيع وراء قائدها.. لا تسأل أين المصير..

إذن، من أين نبدأ؟

يمكن أن تحدث خطوة البداية هذه فقط عندما يتم تتواجد الإرادة الصادقة الحقيقية. بعد ذلك، تكون البداية هي مراجعة لمجموعة الأخلاق والمعرفة والأفكار والسلوكيات الشخصية الخاصة بك، ثم إعادة تحديد أهدافك وأدوارك في الحياة فيما يتعلق بذلك.

يجب أن تبدأ بطرح بعض الأسئلة الجادة على نفسك مثل:

ما هي دوافعك الحقيقية لتكون عظيماً؟ هل هي فقط من أجل الشهرة والثروة والسلطة الاجتماعية؟ أم أن هناك شيئاً أكبر أو أكثر أهمية؟ ماذا عن قيمك ومقاييسك وأهدافك؟ هل لديك القيم والأهداف الصحيحة؟ هل لديك المقاييس الصحيحة؟

من يعرفُ لك نفسك ويحدد لك أهدافك؟ هل هو أنت أم شخص آخر؟ ربما الأباء، المجتمع، وسائل الإعلام... إلخ.

هل تتناغم دوافعك تماماً مع أخلاقياتك؟ هل يمكنك العيش بسلام معها؟ أم أن هناك صراعات وتعارضات؟

إن إجابات مثل هذه الأسئلة هي ما يصنع الفرق بين العظماء الحقيقيين والمزيفين، وامتلاكنا للقيم والمقاييس الصحيحة هو مصدرُ مهمٌ للثقة بالنفس والسلام الداخلي.

فيتامينات العظمة

إن أول ما تحتاج أن تضعه في حقيبتك من أدوات استعداداً لرحلة التغيير، هو مجموعتك من أقراص فيتامينات العظمة الخمسة: الإرادة، والشجاعة، والحكمة، والإيمان، والمبادرة.. تناول منها كل صباح لتحافظ على صحة روحك وقوتها، وقدرتها على مواجهة العوائق والعقبات، وتجاوزها بدون كلل أو ملل.



النجاح في تغيير الذات..

إن التغيير عملية مستمرة، تحدث طوال الوقت شئنا أم أبينا؛ فهي سنة الحياة، وجل ما بوسعنا هو أن نحاول توجيهها في الاتجاه الصحيح، وأن نحاول ممارسة بعض التحكم على الطريق الذي تسير فيه؛ وأن نسعى كذلك لبعض السيطرة على كل من القوة، والسرعة، والشدة التي يحدث بها هذا التغيير.. ولاحظ أنني قلت هنا بعضاً من التحكم والسيطرة؛ فالتحكم الكامل أو السيطرة المطلقة من المستحيلات في سنة الحياة.

في أغلب الأحيان لا يكون كل من النجاح والتغيير في حد ذاتهما عملية صماء تحتمل فقط نتيجة من اثنتين (النجاح أو الفشل)؛ بل عملية نسبية تتدرج مستويات النجاح فيها؛ وكل خطوة إلى الأمام هي في حد ذاتها مكسب يستحق العناء.

ويبقى التقييم الإجمالي بالنجاح أو الفشل مرهوناً بتحقيق النسبة الحرجة⁽¹⁾، أو الحد الأدنى المقبول الذي يخولنا القول بأننا نجحنا. فالنجاح الكامل المثالي إن لم نصفه بالمستحيل، فإنه نادر الحدوث؛ لا يقع غالباً إلا تحت ظروف محددة واستثنائية، يكون القدر لاعباً أساسياً فيها؛ فلا تتوفر إلا على شكل هباتٍ وتوفيقٍ ممن بيده العطاء، وخارج نطاق سيطرتنا عليها. لذلك فإن الهدف دوماً ليس تحقيق الكمال، وإنما الاقتراب منه قدر المستطاع. ورغم أن هناك وسائل عديدة لقياس مدى نجاح عملية التغيير، إلا أنها جميعاً في النهاية تبقى قاصرة؛ وبظل المؤشر الحقيقي هو مدى شعورك الداخلي بالرضا عن النتائج..

(1) مصطلح النسبة الحرجة أو الكتلة الحرجة مأخوذ من التفاعلات النووية، حيث الكتلة الحرجة هي أقل كتلة من المادة المشعة تكفي لبدأ تفاعل نووي متسلسل، ولا يمكن بدأ التفاعل المتسلسل طالما ظلت الكتلة المتوفرة منها دون هذا المقدار.

وفي لحظة ما لا يمكن تحديدها مسبقاً، ستشعر بشيء ما بداخلك يقول لك "لقد نجحت.. " ولكن الحذر واجب.. فرغم أن تلك اللحظة تأتي في النهاية نتيجة لجهودك المقصودة على مدى طويلٍ لإحداث التغيير، إلا أن افتعالها أو استعجال حدوثها أمر غير مجدٍ؛ فهي لا تحدث بشكلها الصحيح إلا بشكل عفوي تلقائي لا مقصود؛ وستكتشف بنفسك هذا المعنى حين تحين تلك اللحظة.

إن النجاح في التغيير يحتاج أيضاً لأن تدرك أننا مجرد أفراد من البشر، تنطبق علينا كل القوانين الطبيعية التي فطر الله البشر عليها.. فلنسا آلات أو أجهزة كمبيوتر يتم تلقينها ببرامج محددة للتغيير، وما عليها إلا التنفيذ!!

إن عملية تغيير الذات تفاعل نفسي بيولوجي اجتماعي معقد، لا يمكن اختصاره في سلسلة من الخطوات البسيطة التي تنفذ واحدة تلو الأخرى. فهي أقرب ما تكون إلى مجموعة من عمليات الجذب وال جذب المضاد، تقوم بها أطراف عديدة داخل منظومة الحياة بأكملها؛ ونتيجتها النهائية هي نقطة الاتزان التي تستقر عندها ذاتك في وسط هذه التجاذبات. ولكن المؤكد، أننا قادرون على تحديد مساحة مقبولة نعرفها بأنفسنا، لتستقر نقطة الاتزان تلك في مكان ما ضمنها.

إن تطوير الذات أشبه بصيد الأسماك، يحتاج إلى صبر وتأن؛ في نفس الوقت الذي يحتاج فيه إلى الفطنة وسرعة البديهة لاستغلال اللحظة المناسبة حين تحين. يحتاج إلى القوة والعزم لجذب الصيد والفائدة حين تعلق في الشباك؛ دون أن ننسى الحكمة في حفظ هذه القوة والطاقة من الضياع هباءً في نشاط غير مجدٍ حين تكون الشباك فارغة.

يحتاج إلى المواظبة والالتزام حتى يحين الموعد؛ فمن حين لآخر تمتلئ الشباك باللحم الطري الذي يقيم عودك، ويساعدك يوماً وراء آخر على الاستمرار في الرحلة.. ثم تأتي تلك اللحظات التي تقفز فيها الأسماك الذهبية للتغيير إلى الشباك فجأة، فتعوض الصبر والجهد خيراً وثيراً.

ولكن تلك الأسماك الذهبية تعرف طريقها جيداً، وتعرف من تريد أن تُنهي رحلتها ومطافها في محيطات الحياة بين يديه؛ فهي تأنف أن تأتي إلا لمن تسلح بذلك الإيمان القوي، والثقة، والعزم، والصبر بما يكفيهِ للصمود في انتظارها.

تقول الحكمة الصينية القديمة "من أعطاك سمكةً أظعمك يوماً، ومن علمك الصيد أظعمك كل يوم..". ولذلك فإنني أسعى هنا لأن أضع في راحة يدك المفاتيح التي تحتاجها، لا أن أرسم لك الطريق الذي ستسير فيه؛ فهو طريقك أنت، وأنت وحدك القادر على أن ترسم بيدك ما كتبه لك القدر.

وقبل أن ننتقل سوياً إلى نقطة البداية لهذا الطريق الطويل، دعني أطلب منك أن تتذكر دائماً أن التغيير غاية في حد ذاته إذا وضع ضمن الإطار الصحيح؛ ولكنه أيضاً في نفس الوقت وسيلة لتحقيق النجاح والسعادة؛ ومسؤوليتك أن تُحسن استخدامه في كلا الموضوعين: حين يكون غاية، وحين يكون وسيلة.. وأن تحقق دائماً التوازن بين هذين الجانبين؛ وذلك كي لا يتسبب سوء استخدام التغيير، أو سوء إدارته في إفساد حياتك.

وبدأت الرحلة..

إن بداية طريق التغيير هي الرغبة فيه؛ ومتى توفرت هذه الرغبة عن قناعة، صار الحاجز الذي يفصلك عن البداية الحقيقية للمشوار هو اتخاذ القرار. إن القرار بالتغيير الجذري الفعّال ليس مجرد نزوة اعتباطية، أو حالة طارئة تمر على الذهن تحت مؤثر عابر؛ بل هو قرار مصيري لا بد أن ينبع من داخل الذات، مبنياً على قناعة راسخة بأنه القرار الصحيح، وفي الوقت المناسب.

إن اتخاذ هذا القرار يحتاج إلى الإرادة؛ تلك الإرادة القوية التي لا تنتهي بمجرد اتخاذ القرار، بل تستمر في متابعة تنفيذه والمتابعة من أجله. إن مثل هذه الإرادة الصلبة لا تأتي إلا من داخل ذاتك نفسها؛ قد تستشيرها أسباب خارجية أحياناً، ولكنها في النهاية لا بد أن تكون نابعة من داخلك.

قانون الرغبة في التغيير

لا يتغير الإنسان تغيراً ثابتاً ودائماً إلا إذا رغب في ذلك من داخله. وأي تغيير نتج عن الظروف أو الضغوط الخارجية، أو عن إرادة سطحية عابرة؛ هو تغيير عرضي قابل للزوال من تلقاء نفسه بزوال تلك الظروف؛ وذلك ما لم يصاحبه إقرار صريح أو ضمنى من داخل الذات لهذا التغيير الحادث.

إنها الحقيقة.. لا أحد يُغير أحداً.. ووحده الإنسان ذاته من يملك تغيير نفسه؛ حتى الرسل الذين أكرموا بالمعجزات والخوارق، أكد لهم مرسلهم هذا القانون، وأوضح لهم حدود المهمة^(١).

(١) ﴿لَسْتُ عَلَيْهِمْ بِمُصَيِّرٍ﴾ - القرآن الكريم - سورة الغاشية - آية ٢٢.

لا تعارض بين هذا القانون وبين فكرة أن التغيير عملية مستمرة تحدث طوال الوقت
شئنا أم أينا؛ فالذات يمكن تقسيمها إلى ثلاثة طبقات، الظاهر منها طبقة السلوك التي
تتعرض للتغيير باستمرار، سواء باختيار منا أو دون أن نشعر.

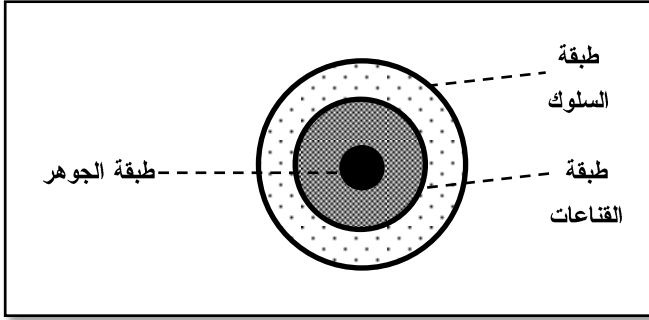
تليها طبقة القناعات واتخاذ القرار، والتي لا تتغير بسهولة تغير السلوك تحت وطأة
الظروف؛ ولكنها تظل عرضة للتغيير دون أن ننتبه؛ إذ رغم أنها تخضع لقانون الرغبة في
التغيير، إلا أننا نتخذ في أحيان كثيرة وبشكل ضمني قراراً أو موافقة ضمنية بالتغيرات
التي تحدث، ودون أن نعي ذلك في بعض الأحيان.

أما الطبقة الثالثة فهي الأكثر عمقاً وصلابة، وتخضع للقانون بشكل صارم؛ فلا تغيير
يحدث فيها إلا بقرار صريح وواضح. إنها طبقة الجوهر، والتي تمثل لدينا قمة التمييز
بين الصواب والخطأ.

إن أي تغيير حقيقي لا بد أن يبدأ من هذه الطبقة الداخلية؛ كما يصف ستيفن كوفي
ذلك في العادات السبعة بعبارة "التغيير من الداخل إلى الخارج"⁽¹⁾. إن هذه الطبقة
تمثل ذلك المعدن الذي درج العامة على الحديث عن ظهوره عند الشدائد.

ومع مرور الوقت واستمرار حدوث التغيرات غير الملحوظة في الطبقتين العلويتين..
يبدأ الضغط الشديد على طبقة الجوهر بغية تغييرها، ولكن ذلك لا يحدث أبداً حتى
يصدر منك القرار الصريح بذلك.

(1) في كتابه العادات السبع للناس الأكثر فعالية.



طبقات الذات

إن خلاصة هذا القانون هي أن وجود الإرادة بالتغيير شرط لنجاحه؛ وأي محاولة لتغيير الآخرين بأيدينا تغييراً ثابتاً ومستمراً هي محاولة فاشلة. إن جل ما يمكن فعله لتغيير الآخرين، هو إضاعة الطريق أمامهم ليرغبوا هم من داخلهم بإحداث التغيير؛ فأي عامل خارجي ناجح ليس إلا مجرد بلاغ، أو دعوة، أو تذكرة، أو إرشاد إلى طريق^(١)؛ ويبقى القرار بالتغيير في النهاية قرار الفرد بذاته.

إن لهذا القانون جانب آخر معاكس وإيجابي أيضاً؛ وهو أنه مهما قست الظروف، فإنها غير قادرة وحدها على إحداث تغيير دائم بداخلك؛ حتى وإن اضطرتك لبعض الوقت لسلوكٍ ما لا توافق عليه في قرارة نفسك.

إن مثل هذا السلوك الذي ترفضه وتفعله مضطراً، لا يمكن أن يصبح جزءاً منك فعلاً إلا إذا قررت أنت من داخلك أن تقبل به.

(١) ﴿إِنَّ عَلَيْكَ إِلَّا أَلْبَسُ﴾ - القرآن الكريم - سورة الشورى - آية ٤٨ .

ولذا كان الحث الإلهي، ومن وراءه الحث النبوي على التمسك بأضعف الإيمان^(١) للعاجز عن تغيير ما يراه منكراً يرفضه ضميره الحي.. كان الحث على التمسك بالإنكار والرفض بالقلب، واطمئنان ذلك القلب بالإيمان بما يقبله ذلك الضمير الحي^(٢).

أما الخلاصة الأهم هنا.. فهي أن أي تغيير ناجح وحقيقي يحدث لذاتك لا بد أن يكون قرارك أنت وحدك، ونابعٌ من داخلك؛ تتخذه بشجاعة وإقدام، متحلياً بروح المبادرة التي اختارها ستيفن كوفي العادة الأولى للناجحين^(٣).

إن روح المبادرة تعني ألا تنتظر الآخرين كي تبدأ، وأن لا تغرق في دوامة من التبريرات السلبية دفاعاً عن واقع خاطئ، وإعداداً أمام النفس. إنها تعني القرار بأن تكون صاحب الخطوة الأولى؛ تلك الخطوة التي يبدأ منها مشوار الألف ميل؛ وألا تنتظر أن يدفعك أحد للأمام. فكم من أناس قضا أعمارهم ينتظرون من يعطيهم تلك الدفعة الصغيرة كي يبدؤوا، ومرت السنوات ومر العمر معها وهم واقفون ينتظرون تلك الدفعة.

إن روح المبادرة هي أن تدفع نفسك بنفسك؛ أن تمتلك محركاً ذاتي الدفع؛ وأن تتذكر في كل لحظة أن من لم تُقمه ذاته، لم تُقم له قائمة.

إن الإرادة القوية والشجاعة هي التي مكنت الكثيرين على مر التاريخ من تجاوز إعاقاتهم البدنية على سبيل المثال؛ وكم يحمل لنا التاريخ من قصص لأمثال هؤلاء.

(١) {من رأى منكم منكراً فليغيره بيده، فإن لم يستطع فبلسانه، فإن لم يستطع فبقلبه وذلك أضعف الإيمان} - حديث شريف رواه مسلم وأبو داود والترمذي وابن ماجه.

(٢) ﴿لَا مَنُ أُنكِرَهُ وَقَلْبُهُ مُطْمَئِنٌّ بِالْإِيمَانِ﴾ - سورة النحل - آية ١٠٦.

(٣) في كتابه العادات السبع للناس الأكثر فعالية.

إنهم أناس آمنوا أن الإعاقة هي إعاقة الروح والعقل لا إعاقة البدن؛ وأن المستحيلات في أغلبها من صنع عقولنا؛ فاتخذوا قرارهم بأن لا يستسلموا أمام الإعاقات أو العقبات؛ وأن يصنعوا التغيير في ذواتهم قبل الآخرين.

هيلين كيلر^(١) التي كانت منذ الصغر صماء وعمياء، ورغم ذلك أصبحت أديبة ومحاضرة شهيرة، حتى غدت واحدة من رموز الإرادة في التاريخ الحديث.. وذلك العداء الذي كان بلا قدمين^(٢)، وقادته إرادته للمنافسة في الألعاب الأولمبية جنباً إلى جنب مع الأصحاء.. وتلك الفتاة التي فقدت كليتها وقدميها^(٣)، ثم قررت أن تعود لممارسة هوايتها في التزلج، حتى حصلت على عدد من البطولات في الولايات المتحدة، ثم لاحقاً أصبحت نجمة سينمائية، وأنشأت جمعية شهيرة لمساعدة المعاقين.. وغيرهم كثيرون تزرخ الكتب وصفحات شبكة الإنترنت بقصص كفاحهم.

وقبل كل هؤلاء.. كان هناك الأنبياء والرسل، ومشاهير الحكماء والفلاسفة، والمصلحين والكتاب والعلماء؛ الذين تحدوا كل العوائق في طريقهم، وتجاوزوا كل التحديات بشجاعة؛ من أجل أن يصنعوا غداً أفضل لهم ولمن حولهم.

كل هؤلاء لم يكن لهم أن يفعلوا كل ذلك لولا تلك الإرادة، والإيمان، والشجاعة التي امتلكوها.

(١) هيلين كيلر (١٨٨٠-١٩٦٨) أديبة أمريكية أصيبت في الثانية من عمرها بالتهاب السحايا فنشأت صماء وكماء، ثم قررت أن تتعلم الكلام، ولاحقاً القراءة والكتابة حتى حصلت على الدكتوراه في الفلسفة والعلوم وأصبحت محاضرة شهيرة في الولايات المتحدة.

(٢) أوسكار بيستوريس من جنوب أفريقيا (ولد في عام ١٩٨٦).

(٣) آيمي بوردي (ولدت في عام ١٩٢٩).

الشجاعة في اتخاذ القرار وتحمل عواقبه؛ شجاعة تحمل المسؤولية؛ شجاعة الاعتراف بالخطأ؛ وشجاعة مواجهة كبرياء الذات عند تغيير الرأي؛ وشجاعة مواجهة المجتمع المحيط بما تؤمن به حين يحاول انتزاع حقلك في الإيمان بما تريد؛ أو يحاول تحطيمك لمجرد أنك مختلف. إن هذه الإرادة وهذه الشجاعة، هما في حد ذاتهما قرار..

فإن تكون صاحب إرادة هو قرار تتخذه أنت.. وأن تواجه مخاوفك وما تخشاه هو أيضاً قرار أنت صاحبه؛ فليس الشجاع من لا يخاف؛ فكلنا نخاف وهذه حقيقة لا جدال فيها؛ لكن الشجاع هو من يتغلب على خوفه..

إن الإيمان بالقدرة على الفعل، هو الذي يحول المستحيل واقعاً.. مما يذكره التاريخ أنه فيما مضى، ترسخت القناعات في الأوساط الرياضية، أنه من المستحيل أن يقطع عداء بشري مسافة الميل الواحد في أقل من أربع دقائق؛ وفشل الجميع فعلاً في تحقيق ذلك.. وفي شهر مايو من عام ١٩٥٤ فعلها العداء الشاب روجر بانستر وهو لم يتجاوز العشرين عاماً، ناسفاً ذلك المستحيل من الأذهان؛ وكانت المفاجأة بعدها ببضع أسابيع، حين تمكن الكثير من العدائين من فعل نفس الشيء، وقطع مسافة الميل في أقل من أربعة دقائق.. لقد تمكنوا من ذلك فقط لأنهم اقتنعوا أنه ممكن، وليس من المستحيلات.

ومتى ما تحقق كل ذلك، وصدر المرسوم السامي بداخلك بالبداية في رحلة التغيير؛ وجب أن يُشفع بالإيمان بالقدرة على إنجاح هذا التغيير؛ وبالإدراك الكامل بأنه ليس بالعملية السهلة؛ بل إنه سيواجه العقبات تلو العقبات، وسيستلزم المحاولة مراراً وتكراراً على تخطي هذه العقبات حتى الوصول إلى النجاح. إدراك تزيينه الحكمة دون اندفاع، ودون تعصب يسقطك في فخ السلوك المتشدد أو المتطرف.

لقد أسميته مرسوماً سامياً لأنه قرار من صاحب أعلى سلطة على ذاتك وهو أنت؛ ومثل هذه القرارات التي تصدرها السلطة العليا، تكون عادة قرارات تُسخر لها كل مقادير وموارد السلطات الأدنى منها؛ ويبدل الغالي والنفيس في سبيل إزاحة العوائق أمام سريانها، ووضعها محل التنفيذ.

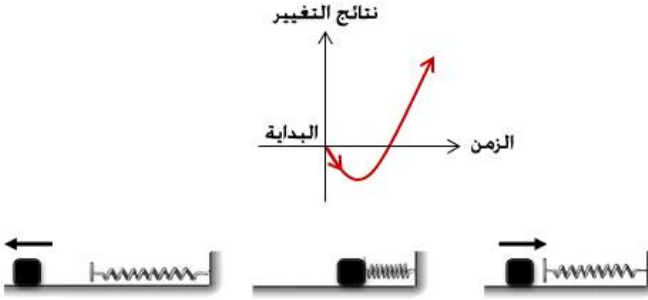
خطوات بداية التغيير

١. الرغبة في التغيير.
٢. اتخاذ القرار بشجاعة وعن قناعة.
٣. الإيمان بالقدرة على إحداث التغيير بأسلوب حكيم.
٤. إدراك وجود التحديات والعقبات، والاستعداد والتصميم على مواجهتها.

طبيعة مزدوجة

إننا نحب أن نفكر في عملية التغيير كعملية بناءة، وهذا صحيح، لكنها في نفس الوقت عملية هدامة، وأنا هنا أشير إلى عملية التغيير الناجحة. بغض النظر عن النطاق والكمية، فإن كل عملية تغيير تدمر شيئاً ما مقابل بناء أشياء جديدة؛ وسواء ما إذا كانت تلك الأشياء المدمرة عاطفية أو معنوية أو مادية؛ فإنها كلها تشكل نوعاً من الخسارة التي يجب قبولها كأثر جانبي للتغيير. في الواقع، إن هذه الطبيعة المدمرة هي أحد الأسباب الرئيسية التي تجعل عملية التغيير تواجه أنواعاً مختلفة من المقاومة أو حتى تفشل.

في معظم الأحيان، تحدث كل من المرحلتين التدميرية والبناءة في وقت واحد أو بالتوازي، ولكن في كثير من الحالات، تحدث إحداهما قبل الأخرى. وعندما يتعلق الأمر بتغييرات جذرية أو متطرفة، عادة ما تحدث المرحلة المدمرة أولاً. إذ أننا في بعض الأحيان، نحتاج فقط إلى دفع الزنبرك للخلف أولاً قبل إطلاقه للانتقال إلى الأمام، أو النزول والانخفاض قبل أن نتمكن من السمو والانطلاق نحو عنان السماء.



على أي حال، فإن قبول وإدارة هذا الجانب المدمر من العملية هو مفتاح رئيسي للنجاح؛ تتضمن هذه الإدارة التعامل مع المقاومة المتوقعة وغير المتوقعة التي تحدث بسبب هذه الطبيعة المدمرة. ومع ذلك، فإن الشيء الأكثر أهمية هنا هو استعدادنا لمواجهة العواقب الأعمق لهذه الطبيعة المدمرة. إذ يمكن للخسائر الناتجة عن هذه الطبيعة المدمرة أن تغذي العديد من الأشياء غير المتوقعة التي ترافق عملية التغيير بكثافة مختلفة حسب الظروف. في معظم الأوقات، تشكل هذه الأشياء تحديات نحتاج إلى مواجهتها والتغلب عليها على طول طريق التغيير.

أحد هذه التحديات هو أن التغيير يتضمن أحياناً تدمير العلاقات وبناء علاقات جديدة. أثناء التغيير، ربما نشعر بالثغرة أو بالوحدة، ويعتمد عمق هذه المشاعر على نطاق وعمق التغييرات التي نجربها، وعدد العلاقات التي يتعين علينا تدميرها.

في كثير من المواقف، تتطور التحديات إلى مستوى جديد، وتواجه تحدياً أكبر في شكل نقص أو غياب اليقين، إذ تتزايد الشكوك وعدم اليقين بشأن ما تفعله مع مرور الوقت.

أيضاً هناك مستوى أعلى بكثير من التحديات، وهو حين يحتاج التغيير نسبياً إلى وقت طويل قبل أن تصبح النتائج ملموسة؛ في مثل هذه الحالة تبدأ بالشعور بالفشل وانعدام القيمة.

نقطة أخرى مهمة هنا فيما يتعلق بإدارة هذه الطبيعة المدمرة تتعلق باختيار الآلية الصحيحة لتطبيق التغيير بطريقة تحقق التوزيع الأفضل للمراحل البناءة والمدمرة، وتقلل من المقاومة والتكاليف والخسائر إلى أدنى حد ممكن. فبالنظر إلى الظروف، سيتعين عليك تحديد المرحلة التي يجب أن تأتي أولاً وبأي مقدار، ويجب عليك اختيار اللحظة المناسبة لتطبيق كل مرحلة بالقدر المناسب.

قد يكون هذا سهلاً إلى حد ما عندما تخطط لبعض التغييرات، ولكن لكي نكون صادقين، عندما يتعلق الأمر بالتغييرات الشخصية، فقد تكون المهمة صعبة حقاً، وحتى يمكن أن تكون مستحيلة في بعض الأحيان. ومع ذلك، فلا يزال من المفيد ملاحظة تلك المراحل أثناء العملية إذ سيكون لديك حينها فهم أفضل للموقف وفرصة لإجراء التصحيحات اللازمة.

في الشكل أدناه، يمكنك رؤية بعض التوزيعات البديلة الممكنة للمرحلتين. بالطبع، فإن حواف أو حدود هذه الأطوار ليس بالضرورة أن تكون حادة أو واضحة دائماً لأنها يمكن أن تتداخل بمستويات مختلفة.



عملية تدريجية

إننا نفكر في التغيير الشخصي كعملية من خطوة واحدة: تبدأ به، ثم تفعله، ثم تحصل على النتائج المرجوة. لسوء الحظ، هذا ليس صحيحاً في معظم الحالات. فكما قلنا من قبل... بطريقة أو بأخرى، فإن التغيير الشخصي هو عملية تدريجية تحدث عبر العديد من الجولات والخطوات. وإذا قمنا بإدارة العملية بشكل صحيح، فسنقوم بخطوة أخرى نحو النتائج المرجوة في كل جولة جديدة. ففي كل جولة جديدة، نحصل على نتائج أفضل، ونصبح أكثر قدرة على تحقيق المزيد من الأشياء بجهد أقل، ونكتسب المزيد من المعرفة والحكمة.

كالعادة، هناك حالات شاذة تؤكد القاعدة. فلا أنكر أن هناك بعض الحالات التي يحدث فيها التغيير في خطوة واحدة ذات تأثير فوري. ونسمي ذلك بالطريقة الثورية للتغيير.

اقلب كل شيء واتخذ قرارات استثنائية واتخذ إجراءات استثنائية وقم بالتغيير المطلوب على الفور. بالرغم من أن هذا الاختيار مغري، وأحياناً قد يكون متاحاً ويعطي نتائج سريعة في البداية، إلا أنه من النادر أن تصبح النتائج دائمة. إن الاعتماد على النهج الثوري للحصول على نتائج دائمة سيحتاج إلى استخدام القوة القصوى للقضاء على المقاومة الشرسة التي ستحدث عاجلاً أو آجلاً.

في معظم الحالات، لا ينجح ذلك ويحدث انقلاب معاكس، ويصبح الوضع القديم أو حتى أسوأ من ذلك هو النتيجة النهائية. إن السيناريو المعتاد هنا هو أن المزيد من الثورات ستحدث تليها تقلبات معاكسة مراراً وتكراراً وهكذا دواليك، ولن يكون هناك استقرار لفترة طويلة. لذا، بطريقة ما، إذا كان التغيير المطلوب سيحدث بهذه الطريقة، فسيكون تدريجياً في النهاية ولكن مع الكثير من الصعوبات.

قد يكون هذا النهج مفيداً في بعض المواقف الاستثنائية ليكون نوعاً من رمي حجر في البحيرة الراكدة حيث يلزم أي نوع من التغيير لكسر حالة جمود. خلافاً لذلك، يجب استخدام هذا الخيار فقط للحصول على نتائج دائمة في تلك الحالات التي يلزم فيها الحصول على نتائج فورية لمنع حدوث أضرار جسيمة، ويجب أن تكون مستعداً للاستهلاك المفرط للطاقة اللازمة لفرض الوضع الجديد لفترة كافية لتحقيقه دائماً.

إن التغيير الشخصي عملية معقدة، وهي أكثر تعقيداً من أنواع التغيير الأخرى. يأتي التعقيد من جوانب مختلفة: طبيعة العملية أنها ديناميكية، وتحتاج إلى الكثير من الجهود للمتابعة والتوجيه طوال الوقت؛ تتضمن العملية أيضاً تغيير السلوكيات والعادات البشرية، وهي عملية لا يمكن وصفها بأنها عملية ثنائية حيث تكون آلية التشغيل/الإيقاف قابلة للتطبيق.

إن التغيير الشخصي الناجح هو ببساطة عملية تطوير شخصية، لذلك إذا قمت بإحداث تطوير، فأنت قد قمت بإجراء تغيير إيجابي. كما أسلفنا... لا يمكن وصف نتائج عملية التطوير فقط باستخدام كلمات مثل "نجاح" أو "فشل". التنمية عملية النجاح فيها متعدد المستويات، وكل خطوة نحو الاتجاه الصحيح هي نجاح في حد ذاته يستحق الجهد.

إن الحقيقة هي أن عملية التغيير الشخصي تحتاج إلى الحكمة والصبر والقدرة على التحكم في العملية برمتها، وهذا هو السبب في أن النهج التدريجي هو النهج المفضل في معظم الحالات لأنه أكثر أمانًا وأسهل وأقل تكلفة؛ وتنتج نتائج أكثر ديمومة على المدى الطويل. ومع ذلك، فإنها تستغرق وقتًا أطول بكثير لتصبح فعالة وتحتاج إلى بعض الفهم للطريقة الحقيقية التي تعمل بها.

فالإجراء تغيير تدريجي ناجح، يجب أن تبدأ من حيث أنت، وليس من المكان الذي يجب أن تكون فيه. إن التغيير مثل السلم. وإذا كنت تريد الوصول، فعليك أن تبدأ من حيث أنت. ولا يمكنك ببساطة أن تبدأ من الأعلى وتجاهل السلم لأنك لم تصل بعد ولا تزال بالفعل في القاع وتحتاج إلى بذل الطاقة من أجل الصعود.

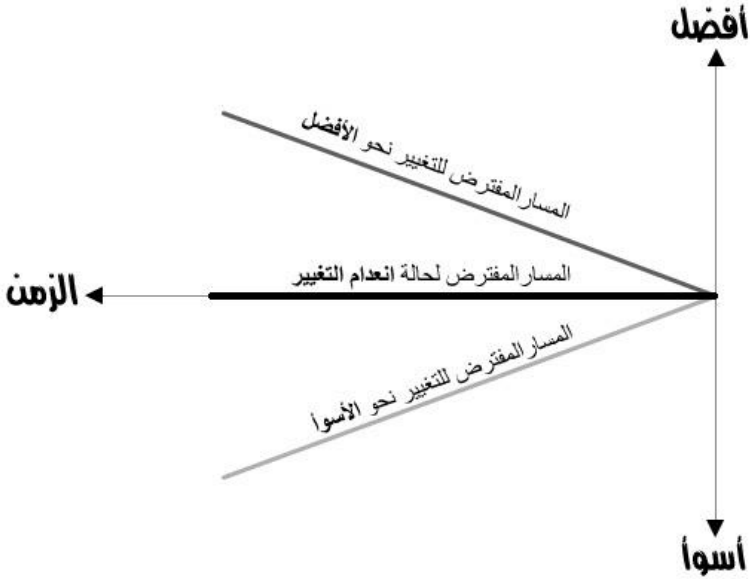
وعلى الرغم من أن هذا أمر بديهي وواضح، إلا أنه من الغريب كيف ننسى ذلك عندما نكون على وشك إحداث تغيير في حياتنا.

ابدأ طريقك من حيث أنت، وليس من حيث يجب أن تكون.

في بعض الأحيان، قد يكون من المفيد مزج النهج الثوري مع النهج التدريجي، حيث يكون النهج التدريجي هنا هو السياق الرئيسي، ويتم استخدام النهج الثوري لإنجاز تغييرات فرعية طفيفة بشكل أسرع في بعض مراحل العملية.

ومع ذلك، يجب أن تفهم أن التغيير الشخصي التدريجي له طبيعة متذبذبة، وهي طبيعة عامة لعمليات التغيير، ولكنها صحيحة بشكل خاص عندما يتعلق الأمر بتغيير السلوك البشري.

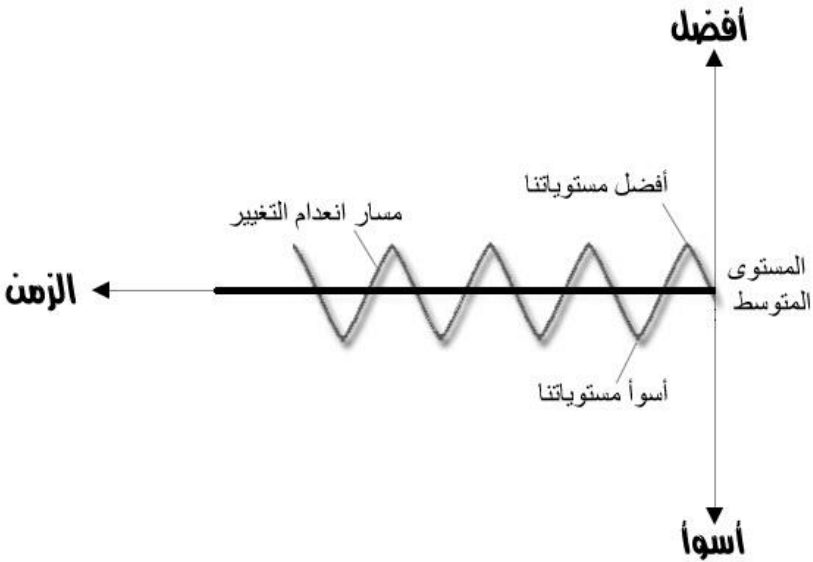
يعتقد الكثير من الناس أن التغييرات الموجهة التدريجية تحدث بطريقة خطية، حيث تصبح إما أفضل أو أسوأ بشكل مباشر مع كل خطوة نتخذها؛ وإذا حاولوا رسم مسار التغيير إلى الأفضل أو الأسوأ فسيرسمونه كخطوط مستقيمة مثل تلك الموضحة أدناه.



لكن هذا ليس ما يحدث بالفعل. وعلى الرغم من أن عملية التغيير معقدة للغاية هنا، إلا أنه يمكننا تلخيصها بطريقة بسيطة يمكن أن تكون صحيحة بشكل عام وكافية لفهم المغزى هنا.

إن أي تغيير موجه يتخذ شكلاً جيبيًا. عندما نحاول إجراء تغيير، نستمر في محاولة النهوض حتى نصل إلى أفضل ما لدينا، ثم نبدأ في الانخفاض ببطء مرة أخرى حتى نعود إلى مستوى البداية أو المستوى المتوسط، ثم نستمر في الانخفاض حتى نقرب من أسوأ حالاتنا. عندما نكون بالقرب من تلك النقطة الأسوأ، ينطلق المنبه، نستيقظ ونحاول رفع أنفسنا مرة أخرى وهلم جرا.

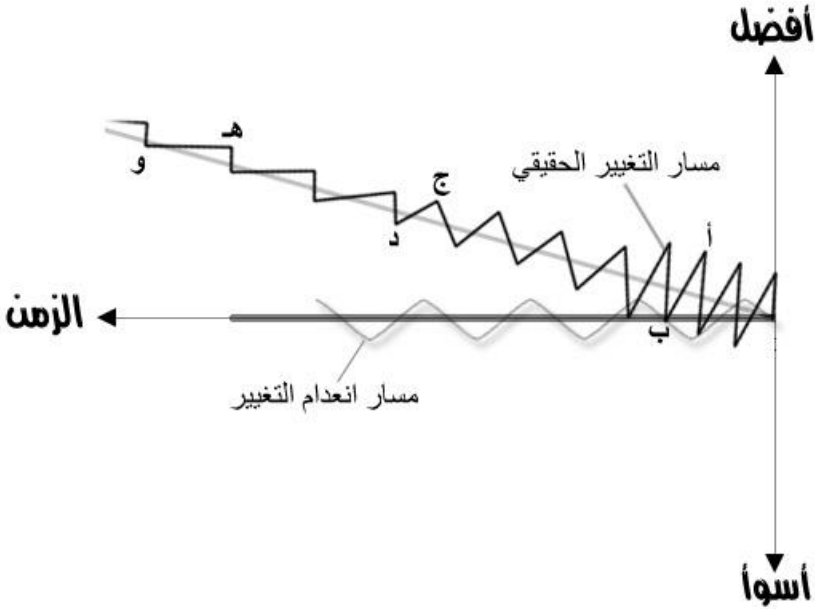
إننا فقط ندور حول محور، والنتيجة الصافية لهذا التغيير هي صفر على المدى الطويل، إذ يظل متوسط المستوى لدينا كما هو، ولهذا السبب تفشل معظم عمليات التغيير الشخصي الموجهة.



بالطبع ، يمكن أن تنطلق الإنذارات قبل أن تصل إلى أسوأ نقطة بقليل ، أو قد نبدأ في الانخفاض قبل أن نصل إلى ذروة أفضل ما لدينا، ولكن في كلتا الحالتين، سنبقى ندور حول هذا المحور.

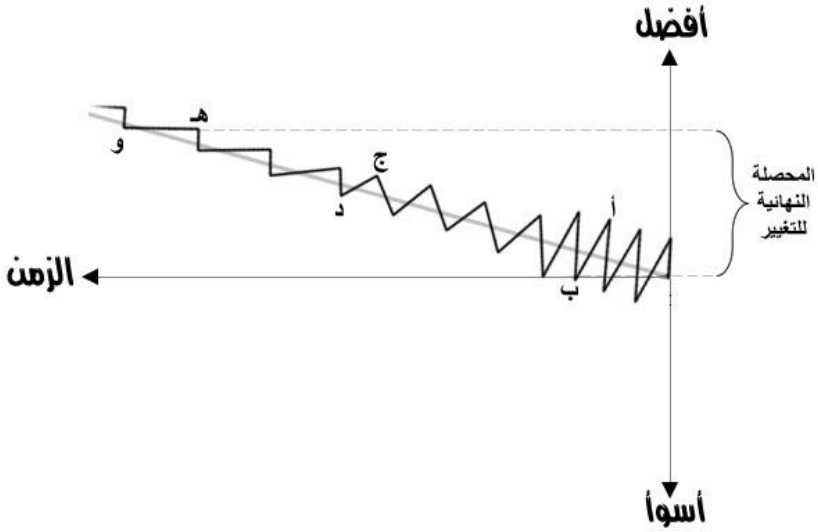
من أجل التبسيط وتحقيق أهداف هذا الرسم التوضيحي، سنتجاهل مثل هذه الحالات وننظر في الحالة العامة، حيث سنبقى الاستنتاجات صالحة لمعظم الحالات. أيضاً، سنركز فقط على التغيير الإيجابي لأنه ما يهمنا هنا.

من أجل إجراء تغيير ناجح، يجب أن ندير المحور الذي ندور حوله قليلاً إلى أعلى، لا يجب أن يكون ذلك الدوران صغير جداً ولا كبيراً. إذا كانت زاوية الدوران صغيرة جداً، فستستغرق العملية وقتاً طويلاً جداً، وإذا كانت كبيرة، فسيصبح من الصعب جداً تسلق المنحدر، وربما لن تكون قوة الزخم لدينا كافية لذلك.



في الشكل السابق، يمكنك ملاحظة عدة أمور تستحق التوضيح:

- يجب أن تحاول دائماً جعل أسوأ مستوى لديك الآن أفضل قليلاً مما كان عليه من قبل، ورفع أفضل مستوى لديك الآن أعلى قليلاً مما كان عليه أفضل مستوى لك من قبل. هذه في الواقع هي الخطوة العملية التي تقوم بها لتدوير المحور لأعلى. بمرور الوقت، سيصبح القاع الذي تهبط إليه أعلى من ذروة سابقة كما ترى من مقارنة النقطتين أ و ب.
- يتناقص تواتر الدوران حول المحور المائل تلقائياً بمرور الوقت حيث نكتسب مزيداً من الاستقرار، وستزداد فترة الدورات الجديدة تدريجياً؛ ففي كل مرة سنحتاج إلى فترة أطول للسقوط أو الصعود مرة أخرى. في وقت لاحق، تصبح الفترة اللازمة للنهوض أقصر، والوقت الذي نحتاجه للسقوط سيصبح أطول. وسيقل الفرق بين أفضل مستوى وأسوأ مستوى لدينا في كل دورة جديدة بمرور الوقت. إن المسافة العمودية التي نقطعها بين الأسوأ والأفضل تصبح أقصر كلما تحركنا على طول المحور المائل، كما ترى من مقارنة المسافة العمودية بين النقطتين ج و ب مع المسافة العمودية بين ه و د.
- عندما تصبح تلك المسافة العمودية قصيرة جداً، ويصبح التردد بطيئاً جداً، يصبح التغيير دائماً، ويمكننا القول إن العملية ككل قد نجحت.
- إن التحسن الإجمالي سيكون هو المسافة العمودية بين النقاط على المحور المائل ونظيراتها على المحور الأفقي، وهذا التحسن هو التغيير الذي حدث.



إن الاستنتاج العام هنا هو أن التغيير السلوكي لن يحدث بنجاح بمجرد تشغيل الزر! إن محاولة القفز إلى النجاح والتفكير في أن التغيير مجرد زر هو وهم يقودنا إلى فشل مؤكد في معظم الحالات. إن التغييرات والتحسينات في السلوك البشري تحدث بطريقة متذبذبة وليست خطية؛ ويجب أن تضع ذلك في اعتبارك وأن تحترم هذا النمط الجيبي عندما تحاول إجراء تغيير أو تحسين في سلوكك.

هناك شيء آخر لأضيفه هنا، ما لم يحدث ذلك عَرَضًا، فيجب ألا تحاول أبدًا استخدام النهج الثوري للتغيير لإجراء تغييرات عميقة كبيرة في نفسك لأن تغييرًا بهذه الطريقة يمكن أن يكسر استقرارك العاطفي والعقلي ويسبب أضرارًا جسيمة في حياتك وبنيتك الفكرية على المدى الطويل. تعني كلمة عميق هنا على وجه التحديد حريتك وهويتك وأساسياتك بما في ذلك المعتقدات الأساسية والأخلاق والتوجهات الفكرية؛ تحدد هذه المجموعة من العناصر توجهاتك العقلية والسلوكية؛ يمكن للتغيير العميق المفاجئ فيها أن يهز بساطة عالمك الشخصي بالكامل.

ومع ذلك، فإذا حدث مثل هذا التغيير الثوري العميق بالصدفة، يجب أن تكون حريصاً لأن ذلك سيقودك في مرحلة ما إلى أن تكون متطرفاً أو متعصباً بطريقة أو بأخرى؛ يجب أن تكون على دراية بذلك وأن تبذل قصارى جهدك لتحديد هذه الآثار، وهو ما سيحتاج بدوره إلى جهد كبير. يجب أن تعامل نفسك في مثل هذه الحالة كمريض يتعافى بعد عملية جراحية كبرى وخطيرة. في الواقع، فإن هذه استعارة دقيقة لما يحدث، باستثناء أن ذلك يتخذ شكلاً عقلياً وعاطفياً بدلاً من أن يكون جسدياً.

❖ ٢ ❖ قلبٌ جديدٌ..

"معظم النار من مستصغر الشرر، ونار العظمة التي بداخلنا
تشعلها شرارة التغيير، تنطلق من ركن صغير داخل أرواحنا، ثم
ينقطع بعدُ فيه هَمْسُ الضمير.."

بين الروح والمادة..

إن أجسادنا المادية ليست إلا معاطف تلتحف بها أرواحنا من برودة هذه الحياة؛ وفي وقت ما.. فإنها ستخلع ذلك الرداء لتواجه حرارة الحقيقة. ليست هذه كلمات فلسفية بقدر ما هي حقيقة علمية تلخص طبيعتنا؛ فذواتنا هي أرواحنا، أما أجسادنا المادية فهي بالية، وآيلة للزوال بطبيعتها، حتى أثناء حياتنا.

لقد أثبت العلم أن الخلايا التي تتكون منها أجسادنا في حد ذاتها، تتغير كل سبع سنوات تقريباً؛ وجسدك الآن هو جسد آخر مختلف عن ذاك الذي كان موجوداً منذ بضع سنوات.

يقول أناتول فرانس^(١) "تظل الحقائق التي يكتشفها العقل عقيمة، ويظل القلب وحده قادراً على إخصاب الأحلام..". ولذلك فإن رحلة التغيير والتطوير لذواتنا، هي في خلاصتها تطوير بالدرجة الأولى لذلك المكون الروحي فينا؛ تنعكس آثاره على تفكيرنا، وعلى سلوكنا، وعلى أجسامنا المادية.

ومن هنا يولد بداخلنا مفهوم جديد للحياة وللسعادة، وللتطور والتقدم والرفي؛ بل ولمعنى كلمة الإنسان نفسها؛ ومن هنا يولد الإنسان الجديد بمنظومته الروحية والفكرية الجديدة. فمنظومتنا الفكرية ككل، والتي ينصب معظم الحديث عن التغيير والتطوير في بوتقة التأثير عليها، وتنميتها، وتطويرها، وتوجيهها بالشكل المناسب؛ وإن جاز التعبير فإن هذه المنظومة تسبحُ بداخل ذلك المكون الروحي.

(١) أناتول فرانس (١٨٤٤ - ١٩٢٤)، روائي وناقد فرنسي، حصل على جائزة نوبل في الأدب لسنة ١٩٢١ لمجموع أعماله.

ويشكل الفهم الخاطئ للحياة بداخلنا صراعاً قائماً بشكل ما بين متطلبات كل من الروح والمادة؛ ولذلك فإنه لا مفر لنا خلال رحلتنا نحو السعادة والنجاح، لا مفر من السعي للعثور على مفاتيح الإدارة الإيجابية لذلك الصراع؛ والذي يظن البعض خطأً أنه لا بد أن ينتهي بانتصار ساحق لأحدهما على الآخر؛ في حين أن الحقيقة تقضي بأن التوفيق بينهما، وإحداث التناغم والتوازن بين كلا المكونين هو ضرورة حتمية، يؤدي الفشل في تحقيقها إلى حياة متخبطة تعيسة وغير مُتزنة.

تناغم الروح والمادة..

في ظل حضارة مادية بحتة تلقي بظلالها على كل ما يحيط بنا، في نفس الوقت الذي ازدهرت فيه المذاهب المتطرفة؛ صارت قدرة القطبين على الجذب أشد كثيراً مما عرفه الناس على مر التاريخ سابقاً؛ وصارت مهمة إحداث التوازن على ذلك المحور بطولية يستحق من ينجح فيها نياشين وأوسمة السعادة.

إن المكونات الروحية والمادية للإنسان أشبه بمجموعة من الآلات الموسيقية التي تعزف معاً مقطوعة الحياة؛ وكل آلة منها تحتاج طوال الوقت لأن تتم صيانتها، وإعادة ضبط إيقاعاتها.. بحيث تظل دائماً تعزف في تناغم مع البقية.

إن أي خلل في أي واحدة من هذه المكونات؛ يتسبب في عزف لحنٍ نشاز يفسد جمال المقطوعة، وقد يتسبب في تشويهها تماماً. إن الكثير من المشاكل والضغوط التي يعيشها الفرد اليوم في القرن الحادي والعشرين مردها إلى التركيز على الجانب المادي وحده، وإهمال الجانب الروحي؛ حتى يصاب ذلك الكائن الروحي بالهزال والضعف؛ وتكون النتيجة الطبيعية لذلك ضعف في أداء هذا الكائن لوظائفه المختلفة،

وبدء حدوث ضمور تدريجي أو تشوهات للحواس الافتراضية^(١) المرتبطة به. يقول جان جاك روسو^(٢) "التفكير النبيل يصبح صعباً عندما لا يفكر المرء إلا بالكسب المادي..."

في بعض الأحيان يكون العكس صحيحاً أيضاً، حين يركز البعض على الجانب الروحي فقط؛ مثل بعض^(٣) الغلاة من المتصوفين والرهبان، والفنانين والكتاب، ورجال الدين وغيرهم؛ حتى يصاب هذا الكائن بالتخمة، ويصبح عبئاً ثقیل الوزن ينوء المكون المادي بحمله؛ ومع الوقت يضعف ذلك المكون المادي حتى يصاب بالعجز أمام ثقل ذلك الوزن.

إن تلك الموازنة بين الروح والمادة، والتي تؤكد بصورة عامة على ضرورة الموازنة بين الإنتاج وبين القدرة على الإنتاج؛ تشكل جانباً رئيسياً من جوانب متعددة نظر لها ستيفن كوفي بالعادة السابعة^(٤) من عاداته للناس الأكثر فعالية وهي "إعادة شحن"^(٥) المنشار".

فالانشغال بالجانب المادي فقط يستهلك الجانب الروحي مع مرور الوقت؛ فإن لم يتم إعادة شحن البطارية الروحية من فترة لأخرى بالحصول على الراحة الكافية،

(١) سنتعرض بمزيد من التفصيل لمفهوم الحواس الافتراضية لاحقاً.

(٢) جان جاك روسو (١٧١٢ - ١٧٧٨) كاتب وفيلسوف ولد في جنيف، يعد من أهم كتاب عصر العقل في التاريخ الأوروبي، والتي امتدت من أواخر القرن ١٧ إلى أواخر القرن ١٨ الميلاديين. ساعدت فلسفة روسو في تشكيل الأحداث السياسية التي أدت إلى قيام الثورة الفرنسية؛ حيث أثرت أعماله في التعليم والأدب والسياسة.

(٣) لا بد من التأكيد على كلمة بعض (وليس كل).

(٤) ستيفن كوفي - العادات السبعة للناس الأكثر فعالية.

(٥) من شحن المنشار إذا أعاد سَنَّهُ لتعود إليه حدة أسنانه.

والانشغال بعض الوقت بتنمية الجانب الروحي لدينا، فإن مستوى الطاقة فيها يظل ينقص باستمرار دون تعويض؛ مؤثراً على الكفاءة، والأداء، وكمية الحماس المتوفر؛ وبعد ذلك فإنه يأتي الوقت الذي تعلن تلك البطارية فيه عن نفادها، مضيئة كافة الأضواء الحمراء في حياتك من اكتئاب، وشعور بالضياع، ومشاكل نفسية واجتماعية، وتخبط فكري.

وبالمقابل فإن الانشغال بالمكون الروحي فقط، يستهلك المكون المادي؛ تاركاً المرء يعاني من المشاكل الحياتية المختلفة، والناجمة عن الإهمال لصحته أو شؤون معيشه. إن تلك الموازنة وعملية إعادة الشحذ والصيانة المستمرة للجسد والروح، وأمور المعيشة المادية المختلفة، وأيضاً العلاقات الاجتماعية؛ هي التي تكفل الحفاظ على تناغم الروح مع المادة لدى الإنسان..

إن هذا التناغم هو شرط أساسي ليتمكن الإنسان من الاستمرار في كافة الأنشطة التي يتطلبها تطوير وتنمية منظومته الفكرية، من أجل إحداث التغيير الإيجابي في حياته، وحياة من حوله..

وقبل كل ذلك؛ فإن هذا التناغم هو واحد من أسرار السعادة البشرية على مر العصور؛ فكلما كان العزف بين الطرفين أكثر تناغماً، كلما كان الإنسان أكثر قدرة على الاستمتاع باللحن الموسيقي للمقطوعة التي تعزفها مسيرة حياته. وفي ذلك يقول علي ابن ابي طالب عليه السلام (1) "اعمل لدنياك كأنك تعيش أبداً، وأعمل لآخرتك كأنك تموت غداً".

(1) علي ابن أبي طالب عليه السلام، صحابي جليل ورابع الخلفاء الراشدين، اشتهر بحكمته وأنه أول الأطفال إسلاماً، اغتيل سنة ٤٠ هجرية.

إن تحقيق ذلك التوازن يكون أسهل حين نتمكن من رسم الصورة الصحيحة في أذهاننا عن عالمي الروح والمادة، وعن علاقتنا بهما. يمكننا تخيل هذه العلاقة بين عالمي الروح والمادة، من خلال صورة بسيطة يبرز فيها المكون المادي للإنسان كآلة تحتاج دوماً للصيانة، في حين يمثل الجانب الروحي البطارية أو مصدر الطاقة الذي يحرك الجانب المادي؛ وتحتاج تلك البطارية بدورها إلى عملية إعادة الشحن من وقت لآخر، تجنباً لنفاد الطاقة فيها. وفي نفس الوقت فإن المنظومة الفكرية الخاصة بكل منا (والتي هي جزء أساسي من مكوناتنا الروحي) تمثل نظام التشغيل⁽¹⁾ الذي يحتاج إلى صيانة وتحديث بشكل دوري، لكي يظل دائماً قادراً على مجاراة مستجدات الواقع.

قانون التوازن بين الروح والمادة

إن أي عملية تطوير للذات، يجب أن تكون قائمة على التوازن بين الجانب الروحي والجانب المادي في حياة الإنسان، ومتابعة صحة وانتظام عمل كليهما؛ وإلا كان مصيرها الفشل. وفي أحسن الأحوال؛ فإن الإخلال بذلك التوازن لا يمنحها الفرصة لتكون أكثر من مجرد عملية قصيرة الأمد، ومؤقتة التأثير.

(1) في عالم الكمبيوتر والاتصالات تستخدم عبارة (Operating System) أو نظام التشغيل لوصف البرنامج الرئيسي المسؤول عن إدارة كافة المكونات المادية والبرمجية الأخرى للجهاز، وهو بالضبط ما تقوم به منظومتنا الفكرية؛ ومن أشهر الأمثلة نظام الويندوز ونظام الأندرويد التي تجدها اليوم منتشرة على الحواسيب الشخصية PCs وأجهزة الاتصال المحمولة (Mobiles).

التغذية الروحية..

إن شعلة الحياة التي تتقد بداخلنا، وتخبو حين نودع هذه الدنيا تنبع من الروح؛ والأمل والحماس مفاهيم تنبع من مكوناتنا الروحية. إن العالم من حولنا اليوم لا يَكِلُ ولا يميلُ من الحديث عن تغذية الجانب المادي لدينا وسلامته بمختلف جوانبه؛ سواء كانت جسدية صحية، أو ما وراء ذلك من مختلف الظروف المادية التي يعيش فيها الفرد. وبالمقابل فإن هناك شُحٌ شديد في الاهتمام بالكون الروحي بالأسلوب الصحيح، الذي لا يجعل الاهتمام به مجرد امتداد فرعي من الاهتمام بالمكون المادي، بل يضع الاهتمام بصحة هذا المكون الروحي على قدم المساواة بالمكون المادي، إن لم يكن أكثر قليلاً؛ ففي النهاية هو المكون القائد والخالد، وليس العكس.

ولذلك فربما نحتاج إلى حديث قصير عن ممارسة التغذية الروحية، في إطار محاولتنا لتحقيق ذلك التناغم المنشود بين الروح والمادة؛ ممارسة مقصودة لخليط من الأنشطة المادية والروحية، والتي تتكافل سويةً لتغذية المكون الروحي لدينا، كي يبقى يقظاً ونشطاً، يمارس مهامه بالشكل السليم.

الاستغناء..

مع تفجر الثورة الصناعية، ومن بعدها ثورة المعلومات ووسائل الإعلام.. طغى العالم المادي وأنشطته على تفكير بني البشر، ثم انطلق قطار العولمة المدفوع بالطموحات الرأسمالية والفردية، دافعاً إيانا نحو مزيد من الغرق في عالم المادة، وأحلام الثروة والنجاح المادي الذي يدفعنا إلى التنازل عن جزء من طبيعتنا وروحنا، من أجل التلاؤم مع متطلبات هذا النجاح.

أحياناً نتنازل عن مبادئنا، وأحياناً أخرى نتنازل عن جزء من كينونتنا ذاتها، محاولين التقمص أو التقليد لهذا النموذج أو ذاك، أملاً في أن نصبح مثلهم يوماً ما. وتتشكل شخصيتنا في النهاية من ذلك الخليط غير المتجانس الذي نصنعه بأيدينا. يقول جون سي ماكسويل "بينما تعيش حياتك وتقدم على خياراتك كل يوم، فأنت هكذا تشكل شخصيتك بيديك." (١)

وبوماً بعد يوم يصبح طريق النجاح مادي أكثر صعوبة، وأشد قسوة ووطأة على مكوناتنا الروحي.. إذ صار الهدف الذي تدفعنا وسائل الإعلام نحوه بصورة غير مباشرة، يتمثل في التكيف مع قسوة الواقع وسوءه، بدلاً من محاولة التغيير نحو الأفضل.

فطوال الوقت إغراء وإثارة لتلك الرغبة في النجومية، والشهرة، والقوة، والسلطة، والثروة، والرفاهية؛ حتى صارت هذه الرغبة هي المحرك الأساسي لنا في كثير من الأحيان.. وفي نفس الوقت وفي ظل شدة التنافس، صار الحصول على أي من ذلك عملية أصعب بكثير.. وتحتاج إلى تنازلات أكبر وأكبر.. ويستمر المشهد بلا توقف.. حتى نصبح في النهاية مجرد كائنات ممسوخة ومشوهة؛ فلا هي تمثل ذاتها الحقيقية، ولا هي تنجح في ذلك الاستنساخ بشكل كامل.

ورغم أن قدراً من ذلك التكيف والتعلم من الآخرين مطلوب.. ولكن تبقى المشكلة في تلك النقطة التي يحدث التوازن عندها بين (الآخر) الناجح، و(أنا) الذي يحاول أن ينجح.. وعادة نفقد القدرة على العثور على تلك النقطة التي تحقق ذلك التوازن بشكل سليم، لأننا ببساطة تشكل لدينا مفهوم خاطئ عن النجاح.

(١) ٢١ صفة لا غنى عنها في القائد - جون سي ماكسويل (ولد عام ١٩٤٧) خبير قيادة ومتحدث ومؤلف معروف عالمياً، ألف أكثر من ٦٠ كتاباً، وبيعت من كتبه أكثر من ١٣ مليون نسخة.

مفهوم تجسده المادة وهياكل روحية فارغة، تحمل شكل المكون الروحي ولكنها لا تمت له بصلة.. تعبدٌ دينيٌ ليس لنا منه إلا المشقة^(١)، وعلاقات اجتماعية سطحية تُبنى على أسس واهية، لمجرد أن يكتمل من حولنا ديكور الروح المزيف، والذي يخدعنا طويلاً..

لكننا في النهاية نصل إلى اللحظة التي نتساءل فيها لماذا نشعر بالتعاسة؟ لماذا نفقد الشعور بذواتنا وكأننا آلات بلا مشاعر؟ حتى أن البعض منا يستمتع بأفلام الرعب في دور السينما التي تهزه بعنف.. يستمتع بها لا لشيء سوى أنها تستثير نوعاً من المشاعر بداخله.. فهي تنتزعه من حالة الجمود الشعوري التي تخنقه، فيستعيد معها ولو لدقائق معدودة شعوره بأنه إنسان.. وربما أقدمنا على المخاطر المجنونة التي نعرف مقدماً أنها بلا عائد يرجى، وأن ثمنها قد يكون باهظاً.. ولكن الرغبة في أن نشعر بشيء ما تغلبنا.. أن نشعر بأي شيء.. حتى وإن كان الثمن هو الشعور بالرعب، أو المخاطرة بأن نقضي بقية حياتنا نشعر بالندم على مجازفة لا معنى لها.

إننا نفرق في الأحلام والفتاوى عن الثروة والجاه والسعادة، ومختلف الشهوات المشروعة، وأحياناً غير المشروعة؛ ثم نفرق لاحقاً في اللهات وراءها دون أن نتوقف لحظة لتتساءل: هل هذا هو كل ما نريد؟ هل هذه هي طريق السعادة؟

ربما تصدمك قليلاً الإجابة الفلسفية، ولكنها تلخص مبدءاً مهماً يجب أن يكون له نصيبه من الإدراك، ليساعدنا في تحقيق ذلك التوازن المنشود بين عالمي الروح والمادة. إن قمة اللذة ليست في تحقيق لذة بذاتها، بل هي في انتهاء الشعور من الحاجة لها..

(١) "رب قائم حظه من قيامه السهر، ورب صائم حظه من صيامه الجوع والعطش" - حديث شريف رواه السيوطي في الجامع الصغير ورواه الألباني والمندري وابن عساکر وآخرون بنفس المعنى.

إنها اللذة الهادئة التي يترادف معها السكون والهدوء والطمأنينة في الذات.. إن الأصل أننا نعيش هذه اللذة بشكل افتراضي، ثم تحدث المؤثرات.. فتارة شعور بحاجة ضرورية، وتارة أخرى شعور بالرغبة في لذة ما بعينها.. وفي كلا الحالتين؛ فإن الشعور باللذة التي تصاحب كلاهما عندما يتحقق في ذروته تكون مؤقتة، وسرعان ما تنتهي ليحل محلها عودة الشعور بالهدوء وانعدام الحاجة؛ وهي منتهى اللذة التي نرجوها.. إنه مرة أخرى الحديث عما وراء القمة..

إننا نعاني من الخلل في مكوناتنا الروحي، والذي يجرفنا نحو المزيد منه عالم مادي قاس في القرن الحادي والعشرين، بضغوطاته، أو باستثاراته ومغرياته.. إننا نعاني من أننا مُنعنا من الشعور بتلك اللذة الهادئة.. فدوماً هناك حاجة غير مُلباة، أو رغبة جديدة تتملكنا لتحقيقها..

إن سر التوازن هنا.. يكمن في أن تعرف متى يجب أن تسعى وراء تلبية حاجتك أو رغبتك.. ومتى يكون الوقت للتوقف وقول "لا" والاستغناء عنها.. فالاستغناء في حد ذاته وسيلة أخرى لتحقيق هذه اللذة الأصيلة، كما قد تحققها تماماً ممارسة اللذة العابرة. إن الاستغناء يُعني جانبك الروحي، والحصول على الحاجة أو الرغبة يعني أحياناً جانبك المادي والروحي كذلك، وأحياناً أخرى يفعل العكس؛ وتبقى في النهاية أنت الحكم الذي يحدد متى هو وقت الاستغناء؟.. ومتى هو وقت السعي؟..

قال شخص ما ذات يوم "إذا أردت شيئاً بشدة فأطلقه حراً، فإن عاد إليك فهو ملكك للأبد؛ وإن لم يعد.. فهو لم يكن لك منذ البداية..". إننا نستطيع ترجمة هذه الحكمة بشكل عملي إلى خطوتين: أولاهما الاستغناء.. وبعد أن يتحقق الاستغناء فعلاً يحين وقت الخطوة الثانية.. التفكير فيما يمكن فعله لتحقيق غايتك دون استعجال أو تعلق بها.

إن اللحظة التي يتعلق بها قلبك بشيء ما حتى تتملك رغبة الحصول عليه من حواسك وكيانك، هي نفسها اللحظة التي تفقد فيها التوازن؛ وكلما تأخر الانتباه لهذه اللحظة واتخاذ الإجراء المناسب، كلما كان المجهود المطلوب لاستعادة التوازن أكبر وأكثر مشقة..

فهي اللحظة التي يبدأ فيها فقدانك للتحكم، حتى وإن كنت لا تشعر بذلك إلا لاحقاً حين تتفاهم الأمور. فالرغبة في الشيء حين تتملك منك، فإنها تصبح أشبه بالحبل الذي يلتف حول عنق روحك شيئاً فشيئاً.. يحرمها من هواء الحرية النقي، ويقيد حركتها.. ومع الوقت تضعف روحك، وتفقد قدرتك على المقاومة، ويزداد التفاف هذا الحبل حتى يقضي عليك تماماً في بعض الأحيان. وتبقى سكين الاستغناء تلك، هي الحل الذي تمتلكه دوماً.. تقطع بها ذلك القيد، وتعيد إلى روحك نسيمات الحرية من جديد..

إن الاستغناء هو واحدٌ من أهم النشاطات الروحية التي نحتاج لأن نمارسها من وقت لآخر؛ فكما قيل قديماً "إن الغنى هو غنى النفس؛ وإن الحرص أذل أعناق الرجال..". إن الاستغناء والبساطة في نظام الحياة، وعدم الاستعجال على تحصيل ما فيها؛ هو السر الذي يمنحك القدرة على الاستمتاع بما تملك؛ في نفس الوقت الذي يتيح لك فيه رؤية أفضل لطبيعة المزيد الذي تريده، أو تحتاج إليه؛ دون إسراف في الطمع.. وفي نفس الوقت دون مبالغة في الاستغناء والتعفف..

فمهما حاولنا؛ فإننا نبقى رغم كل شيء مجرد بشر.. لا يمكن أن تنجح محاولاتهم في أن يصبحوا ملائكة بلا احتياجات، أو شهوات، أو رغبات؛ فتلك المحاولة بحد ذاتها ضربٌ من العبث، يُفضي عادة إلى الضياع والتطرف، أو يقودنا في النهاية راغمين إلى النقيض..

عن الشعائر..

إن أول ما يتبادر إلى ذهن الكثيرين عند الحديث عن النشاط الروحي هو بعض الطقوس الدينية، والشعائر التعبدية، وتمارين الاسترخاء واليوجا و... الخ من أشكال الطقوس الروحية. إلا أن الممارسة الروحية لا تقتصر على ذلك.. فالشعائر الدينية أو الطقوس الروحية عموماً لا تمثل كل الأنشطة الروحية. فهناك أيضاً ذلك الجزء الآخر من الأنشطة الروحية المتمثل في التغذية الناجمة عن أفعال الخير بشكل عام، وعن ممارسة العواطف النبيلة مثل الحب، والإيثار، والرحمة؛ وعن عملية التعلم حين ترتبط بالفكر والجوانب الروحية. ورغم ذلك، تظل الشعائر الدينية مصدراً خاصاً من مصادر التغذية الروحية؛ لكونها اتصالاً مع مصدر الروح ذاتها وهو خالقها سبحانه؛ ولكن طغيان الجانب المادي على حياتنا يولد مشكلة حقيقية في التعامل مع هذا النوع من التغذية.. إذ صرنا نؤديها (إن فعلنا) كمجرد عادة، وبشكل آلي خالٍ فعلاً من المضمون الروحي.. ونجد بعد ذلك في القلوب قسوة، وفي الطباع عُسر.. غارقين في اللهاث وراء المادة، ونسبح معظم الوقت في بحيرة من الكآبة والحزن والهموم.. حتى وإن ارتسمت ابتسامات سطحية على الوجوه. فحين تفقد الشعائر الدينية مضمونها الروحي، نفقد معها الصلة الحقيقية مع مصدر هذه الروح، ويصبح أداؤها لهذه الشعائر أقرب إلى الواجب الثقيل أحياناً كثيرة.. وذلك بدلاً من أن تكون لحظات راحة وسكينة، نتشوق إليها كما كان رسول الله ﷺ يقول حين يطلب من مؤذنه^(١) النداء للصلاة "أرحنا بها يا بلال.."^(٢).

(١) بلال بن رباح الحبشي رضي الله عنه.

(٢) رواه العراقي في تخريج الإحياء ورواه أبو داود والألباني بنفس المعنى.

يقول محمد الغزالي^(١) "ليس الدين أحكاماً جافة وأوامر ميتة؛ إنه قلب يتحرك بالشوق والرغبة، يحمل صاحبه على المسارعة إلى طاعة الله وهو يقول ﴿وَعَجِلْتُ إِلَيْكَ رَبِّ لِتَرْضَى﴾"^(٢).

إنها العاطفة الروحية والشوق لرضا الخالق، والسعادة بمناجاته، والسكينة والفرحة برضوانه والاتصال به.. إنها بهجة ملاقة المحبوب، والأنس بالحضور بين يديه.

إن تغذية الجانب الروحي في مقابل هذا الطغيان المادي على الحياة لأجل إحداث التوازن؛ تحتاج أولاً إلى الدخول قليلاً إلى عمق الجانب الروحي من وقت لآخر..

تحتاج إلى الغوص في مياهه، وليس فقط الاكتفاء بتبليل القدمين على شاطئه، إلى الدخول في بحره بحثاً عن ملامسته، والشعور به عن قرب، والانتقال إلى حالة من لين القلب، والهدوء والسكينة؛ قبل إعمال الفكر والتخيل والتأمل.

إن هذه العملية تتطلب أحياناً في بعض أنواع الأنشطة الروحية قدراً من الاسترخاء والانفصال الجزئي المؤقت عن العالم المادي؛ وعن ضغوطاته وملذاته ومشاكله. كما تتطلب محاولة صادقة لمراجعة الذات، والتعرف عليها من جديد بين الحين والآخر. التعرف على مكونات منظومتك الفكرية وحواسك الافتراضية؛ تعرف بمعنى مقابلتها، ومحاولة تمييزها بداخلك، واستشعار صوتها^(٣).

(١) في كتابه الجانب العاطفي من الإسلام - محمد الغزالي السقا عالم ومفكر إسلامي مصري (١٩١٧-١٩٩٦) من أشهر دعاة الفكر الإسلامي في العصر الحديث، عرف بتجديده في الفكر الإسلامي ومناهضته للتشدد والغلو في الدين؛ وألف أكثر من ٥٠ كتاباً.

(٢) القرآن الكريم - سورة طه - آية ٨٤.

(٣) سوف نعرض لاحقاً للمنظومة الفكرية والحواس الافتراضية بمزيد من التفصيل.

إن واحدة من الصور الأكثر روعة من الممارسة الروحية تتجلى في شعيرة الصلاة عند المسلمين مثلاً؛ والتي لم تُشرع لتمارس فقط أداءً للواجب، ولا لتؤدّى بصورة آية تكاد تخلو من الاحساس الروحي الحقيقي؛ وإنما شرعت قبل كل شيء دواءً وغذاءً للنفس تستقوي به على صعوبات الحياة. ولذلك حين أرشد الله إليها مترادفة مع الصبر، أكد شرط الانغماس الروحي فيها أولاً، بتأكيد على ضرورة الخشوع؛ ثم تلا ذلك بدعوة غير مباشرة للاستماع لتلك الأصوات بداخلنا..

فحين تقرأ الآية ﴿وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ * الَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُمْ مُلْقَوُا رَبَّهُمْ وَأَنَّهُمْ إِلَيْهِ رَاجِعُونَ﴾^(١) تدرك أن الخشوع الممثل للانغماس الروحي هنا.. شرط لا سبيل للاستفادة من نشاط الصلاة الروحي بدونه؛ ثم أردف بالتأكيد على أن هؤلاء الذين يصلون لتلك المرحلة، لا بد وأن يكونوا قبلها قد استعدوا لرحلة البحث عن تلك الأصوات بداخلهم؛ تلك الأصوات التي ترشدهم أنهم ملاقوا ربهم يوماً ما، وأنهم إليه راجعون.

إنه صوت الضمير الذي يتساءل عن الحساب، ومعه حاسة إدراك الذات التي تبحث عن تعريف لها ولكينونتها.

وحين تبدأ الصلاة ذاتها.. فإنها تبدأ بإعلان وتأكيد شعار ذلك الانفصال المؤقت عن عالم المادة، والدخول في عالم رוחي بحضرة ملك الملوك سبحانه..

تبدأ الصلاة بعبارة "الله أكبر"، أكبر من كل شيء في هذا العالم المادي؛ والأكثر دوماً يستحق الاهتمام والتركيز، وصفاء الذهن من كل ما عداه حين المثل بين يديه.

(١) القرآن الكريم - سورة البقرة - الآيات ٤٥ و ٤٦.

وتتجلى تلك الصورة الرائعة مراراً وتكراراً في بقية الأركان الخمسة للإسلام، إذا ما طبقت بالشكل الصحيح الذي شُرعت به، هذه الصورة التي اشتركت فيها الأديان السماوية عموماً، وتفرّد الإسلام بشكل خاصٍ منها.

إن من المفيد أن نقوم بمراجعة أدائنا للشعائر الدينية، واضعين في الاعتبار كيفية تحويلها إلى مصادر غذاء روحي بدلاً من أن تكون واجبات ثقيلة. إن فكرة استحضر القلب أثناء ممارسة بعض الأنشطة الروحية التي اعتدنا على أدائها بشكل آلي كالشعائر الدينية، هي مفتاح البداية لتحويل مثل هذه الشعائر من عادات فارغة المضمون، إلى مصدر للتغذية الروحية.

وأنظر في المقابل إلى صورة أخرى معاكسة تتجلى في ذلك الشكل الذي يمارسه به الكثير اليوم هذه الشعائر، ذلك الشكل المفرغ من الجوهر، المتمزمت في المظهر والمغالي فيه أحياناً كثيرة. فحين يحول الإنسان ممارسة الشعيرة أو النشاط الروحي إلى تصرف آلي مادي مجرد من الجوهر الروحي، تفقد قيمتها وتصبح مجرد عبء على كاهل من يمارسها، لا يستشعر لها قيمة، ويؤديها إسكاتاً لضمير لحوح لا أكثر.

أنظر إلى ما يفعله كثيرٌ من المسلمين اليوم من المبالغة في صلوات النوافل على سبيل المثال، حتى أن البعض يبالغ فيها حتى يصل إلى تعطيل مصالح العباد باسم العبادة، ورغم تلك المبالغة فلا ترى لها أثراً في تعامله.. فلا يكاد ينتهي من أداء الصلاة حتى يعود ليكذب ويغش وينافق، وينصب ويُدلس !!

ذلك أنه لم يمارس الصلاة كنشاط روحي يتطهر به قلبه، واكتفى بممارستها بصورتها المادية المجردة ما بين ركوع وسجود وقيام، ففقدت تأثيرها الروحي المتوقع منها كما شرعت: ﴿إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ﴾ (١)

مزید من الشعائر..

من الشعائر الروحية أيضاً، والتي لم يختلف عليها بين الأديان، بما فيها فناعات من لا يدينون بأي دين؛ شعيرة التدبر والتأمل بشتى صورته وأشكاله، الحر منها والموجه.

إنها الركون إلى الهدوء والسكينة والسلام الداخلي، والصفاء الذهني بعيداً عن ضوضاء الحياة.. وممارسة التفكير الحر، ومحاولة إدراك أسرار هذا العالم، وأسرار هذه النفس البشرية.

هذه الشعيرة التي مارسها الخليل إبراهيم عليه السلام باحثاً عن الحقيقة وعن ربه، معتمداً التجربة والخطأ، والتعلم مرة تلو أخرى.. إلى أن تبدت الحقيقة أمام ناظره وأبصرها قلبه.

كما مارسها كل الأنبياء والرسل قبله وبعده، بما فيهم الرسول محمد ﷺ لسنوات وسنوات في غار حراء قبل نزول الوحي عليه.

إن الرحلات لاستكشاف الطبيعة الخلابة، وعجائب الخلق؛ لها دورها الذي لا ينكر في إحداث التوازن الروحي، كما لها بنفس القدر دورها في تنشيط ممارستنا لشعيرة التدبر والتأمل.

(١) القرآن الكريم - سورة العنكبوت - آية ٤٥

فمن خلالها نحصل على ذلك الانعزال المؤقت بشكل أو بآخر عن ضجيج الحياة،
وتتسنى لنا محاولة التعرف على مكونات هذه النفس ومقابلتها، والاحساس بصوتها حين
يصدر بداخلنا، والتأمل والسعي بحثاً عن الحقيقة وراء كل شيء.

إن الممارسة الدورية لشعيرة التدبر، ستقودك مع الوقت لإدراك حقائق أخرى نغفل
عنها، وتسقط من إدراكنا الواعي مع مرور الوقت، وضغوطات الحياة اليومية.

إذ ستدرك مثلاً؛ أن من آثار الضغط المادي الذي تمارسه التنافسية بلا هوادة على
متاع الدنيا، امتلاء القلوب بالغيرة والكراهية؛ مستهلكة من وقودنا الروحي الشيء
الكثير. يقول د.مصطفى محمود "الكراهية تكلف أكثر من الحب لأنها إحساس غير
طبيعي، إحساس عكسي مثل حركة الأجسام ضد جاذبية الأرض، تحتاج إلى قوة إضافية
وتستهلك وقوداً أكثر."^(١)

ولذلك لا يجب أن ننسى شعيرة الحب التي لم نعد نعرف منها إلا الحب المرتبط
بالغريزة، والذي ما برحت الأفلام تقدمه لنا نموذجاً واحداً ومقدساً لمفهوم الحب؛
حتى أنني أحياناً أضطر لأن استخدم كلمة المحبة لأعبر لمحدثي عن مقصدي
بالحب، وعن أنني لا أعني ذلك النوع المزيف منه، وإنما أعني الحب الحقيقي
الصادق، والمعتدل؛ والذي يمارسه الإنسان الطبيعي نحو والديه، وأبناءه، وإخوته،

(١) الحب والحياة - د.مصطفى محمود مصطفى محمود (١٩٢١ - ٢٠٠٩) فيلسوف وطبيب وكاتب مصري، درس
الطب وتخرج عام ١٩٥٣ وتخصص في الأمراض الصدرية، وتفرغ للكتابة والبحث عام ١٩٦٠ وألف ٨٩ كتاباً منها
الكتب العلمية والدينية والفلسفية والاجتماعية والسياسية إضافة إلى الحكايات والمسرحيات وقصص الرحلات،
ويتميز أسلوبه بالجاذبية مع العمق والبساطة. وقدم الدكتور مصطفى محمود ٤٠٠ حلقة من برنامجه التلفزيوني
الشهير (العلم والإيمان).

وأصدقائه، وزوجته، ووطنه، وأمته، ودينه، وحتى كوكبه الذي يعيش فوقه، وحيواناته التي تدب على سطحه، وقبل كذلك حبه لخالقه الذي تفضل عليه بنعمة الوجود.

إن قضاء يوم مع صديق لا لغرضٍ إلا لأنه صديق تستمتع بصحبته ومحبته، أو بصحبة أبنائك أو عائلتك وأهل قرابتك، أو زوجة أو زوج بينكما الود والمحبة والإخلاص؛ أو مساعدة ضعيف من أهل الحاجة (سواء كانت مساعدة مادية أو معنوية)؛ أو القراءة في الفن والأدب، أو علوم الفكر والفلسفة، أو قراءة كتاب ديني فيه عمق وتأمل (وليس مجرد تكرار لاسطوانات ترددها أفواه بعض رجال الدين، والخطباء، والدعاة؛ تقتل الروح بأكثر مما تحيها)؛ أو ممارسة هواية بدنية أو فكرية؛ إن كل ذلك ليس إلا أنواع مختلفة من التغذية الروحية، التي نحتاج لأن نمزج من رحيق كل منها ملعقة أو أكثر، نخلطها بوجبات حياتنا اليومية لتضيف إليها نكهة وطعماً نستسيغ به ابتلاع تلك الوجبات هانئين بها، بدلاً من أن تظل مُرَّةً قاسيةً بقساوة المادة وهمومها.

إن الأنشطة الاجتماعية عموماً، حين تمارس بقلوب مملؤها الحب والمودة، بعيداً عن إطار الواجبات والطقوس الاجتماعية الفارغة من المضمون، هي واحدة من أقوى مصادر التغذية الروحية للإنسان.

وإن لم يكن لمادية حضارة القرن الحادي والعشرين من آفة غير أنها قتلت بغير رحمة ذلك المصدر، تحت وطأة المظاهر المادية، وضغوطات الحياة اليومية، والسعي المستمر بلا كلل وراء المظاهر المادية المتكلفة؛ كان ذلك كفيلاً بدق ناقوس الخطر الذي يصرخ "انتبه.. الإنسانية ترجع إلى الخلف..".

وعلى الرغم من ذلك؛ فإن إعفاء النفس من محاولة تغيير ذلك الواقع، وإعادة روح المودة والمحبة الحقيقية غير القائمة على المصالح في قلبك؛ متخذاً نغول المادة في

المجتمع، وقسوة الحياة من حولك حجة وذريعة؛ ليس ذلك الإعفاء للنفس إلا كارثة تدفع أنت ثمنها أولاً، قبل المجتمع من حولك؛ وذلك حين تُحرم من مصدر هام من مصادر التغذية الروحية لذاتك.

إن من الضروري أن تخرج العلاقات الأسرية، والعلاقة بالأصدقاء والزملاء من إطار الواجب الاجتماعي إلى إطار المودة والألفة، بعيداً عن التكلف والمظاهر قدر الإمكان.

مع الوقت ستدرك أيضاً.. أن شعيرة الرحمة تضع في وسط ذلك الزحام؛ فتمتلئ القلوب بالقسوة، وتصبح مساعدة المحتاج مجرد مسكن نستخدمه لاستكمال ذلك الديكور المزيف للروح، واسكات صوت ذلك الضمير اللحوح الذي يتساءل طوال الوقت، عن موقع الرحمة والإحسان على خريطة حياتنا؟

ويصبح الأصل أن ذلك تفضلاً ممناً بالإحسان لا واجباً علينا؛ وننسى مع الوقت أننا أكثر حاجة لأن نساعد الآخرين من حاجتهم إلينا وإلى ما نقدمه لهم..

فتلك اليد التي نمدّها بالمساعدة الصادقة المخلصة، تعود إلينا محملة بطيب الأصناف من غذاء الروح مالم تُسمّمها بتلك القسوة، أو الشعور بالميّة والتفضل؛ والتي يستتبعها انتظار الشكر على المعروف، والكدر حين لا ننال ذلك الحمد والشكر على ما نقدمه للآخرين.

وحين تتسمم الروح بكل ذلك؛ فلا عجب أن يتآكلها الحسد ويحرقها، ونعود لنقطة البداية من جديد.. حيث نتعبد في محراب اللذة الزائفة، ونسعى لنمتلك ما في أيدي الآخرين وننافسهم عليه، ونغرق أكثر فأكثر مع كل دورة ندورها في هذه الدوامة.

ومرة أخرى.. فإن استحضار القلب، ومحاولة تحسس مشاعرك، ومشاعر من يقف أمامك في لحظة صفاء وابتسام، أو أثناء تقديمك مساعدة لمحتاج، هي ترياق فعال لمعالجة تسمم الروح ذاك. إن ممارسة الأعمال والأنشطة الخيرية والتطوعية؛ والمساهمة في مساعدة الآخرين سواء مادياً، أو معنوياً، أو حتى بالجهد الشخصي؛ مصدر قوي وفعال جداً للعديد من الفيتامينات والمغذيات الروحية؛ وأنها جزء مهم ينبغي أن تضعه ضمن مخطط حياتك اليومية، أو الأسبوعية، أو على أقل تقدير مخطتك الشهري.

أما الأهم الذي ستدركه مع طول التأمل.. فهو أن إحداث التوازن بين العقل والعاطفة فيما يخص علاقتنا بالسماء، وبالقوة الجبارة التي خلقت هذا الكون.. وكذلك البحث عن حقيقة وسر وجودنا في هذه الحياة.. أمران لا مفر منهما إن أردنا الحصول على الاتزان النفسي والعاطفي.

حين تدرك كل هذا.. ستعرف أن شعيرة التدبر رغم ما تقتطعه من وقت نبخل به أحياناً حتى على أنفسنا، ونحن مشغولون في اللهات وراء بريق الذهب والفضة، أو الجاه والسلطة؛ فإن هذه الشعيرة رغم ذلك تعيد إلينا ذاتنا؛ أو بالأصح تعيدنا نحن إلى هذه الذات.. وتوقظنا من سباتنا العميق في سكرة الأحلام الزائفة.

الدوامة وأدوارك في الحياة..

إن العائق الأساسي لدى الأغلبية أمام تحقيق التناغم بين الروح والمادة في أيامنا هذه، هو الغرق في دوامة الحياة المادية، والروتين اليومي بحثاً عن لقمة العيش تارة، وتارة أخرى عن الرفاهيات والكماليات، والتي غالباً ما لا نجد وقتاً للاستمتاع بها.. بل والأسوأ أنها أصبحت من الأساسيات تحت ضغط المظاهرة الاجتماعية وما يسمى بالبريستيج.

فنحن في القرن الحادي والعشرين.. نعيش في وسط هذه الدوامة تحت ضغط نظام اجتماعي واقتصادي غير متوازن، يحرمنا من وجود وقت الفراغ الكافي لتلبية مختلف احتياجاتنا العضوية والنفسية، كما يحرمنا في الحقيقة من إرادتنا الحرة.

ولكن ذلك يحدث باختيارنا أولاً حين نقرر الاستسلام له؛ حين نقرر الاستسلام لنظام قائم على فكرة الاستهلاك والمظاهر، بدلاً من الفعالية والإنتاج..

ولأن الأخيرة لا بد منها بشكل أو بآخر.. فإننا نفعّلها فقط تحت وتيرة ذلك الضغط، من أجل تلبية المزيد من احتياجات المظاهر، وأسلوب الاستهلاك غير الرشيد..

مزيد من الاستهلاك يعني الحاجة لمزيد من الدخل، ومزيد من الدخل يحتاج مزيداً من العمل، ومن النقالات الاجتماعية إلى مستويات أعلى ذات مستوى مظاهر أعلى، تتطلب بدورها مزيداً من الدخل، وهلمّ جراً في دائرة مغلقة لا تنتهي.

نظل نركض في هذه الدائرة المغلقة وراء المزيد والمزيد من مظاهر الحياة، دون أن نتوقف قليلاً لنستمتع بما بين أيدينا فعلاً، ودون أن نتساءل عن الأهمية الحقيقية لكل تلك المظاهر.

فنحن دائماً قلقون على الغد، وضجرون من قلة ذات اليد، وحالمون بالمزيد والمزيد الذي يأتي غداً.. وكلما أتى هذا المزيد كان كماء البحر.. تزداد عطشاً كلما شربت منه.. ولا نستفيق على حقيقة أن أغلبية هذه المظاهر يمكننا الاستغناء عنها، والعيش سعداء بدونها، إلا حين تضطرنا الظروف لذلك قسراً؛ فنندرك حينها أن الحياة يمكن أن تسير دون سيارة جديدة، أو منزل أوسع.

يقول هنري ميلر "قليلون هم من يتمكنون من الإفلات من العمل الروتيني. إن الاكتفاء بالبقاء على قيد الحياة، على الرغم من الوضع القائم، لا يمنحك تميزاً.. فالحيوانات والحشرات تبقى على قيد الحياة عندما تتهدد الأنماط الأرقى بالفناء. ومن أجل أن يعيش المرء خارج الحدود، ويعمل من أجل متعة العمل، ويتقدم في السن بسلام مع احتفاظه بقدراته وحماسه واحترامه لنفسه؛ فإن عليه أن يُؤسس لقيم أخرى غير تلك التي يقرها عامة البشر.."^(١)

يتطلب الأمر شخصاً استثنائياً لإحداث مثل هذا الصدع في ذلك الجدار الذي أقامه عامة البشر.. الاستثنائي هو في المقام الأول إنسانٌ يثق بنفسه، لا تكفيه الاستجابة للإثارة العادية، لا يقبل أن يكون مجرد كادحٍ في خدمة أهداف لا يؤمن بها، ولا طفيلياً يقتات على بقايا الآخرين، إنه يعيش لكي يعبر عن نفسه وعمّا يؤمن به، وبفعله هذا يُعني العالم..

إن الحلم والرغبة في المزيد من خيارات الحياة ليس خطأً بحد ذاته؛ فهو من صميم تركيبة الإنسان كما خُلق؛ لكن المشكلة تقع حين تستعبد الإنسان هذه الأحلام فيصبح أسيراً لها، لا يتخيل العيش إن لم تتحقق؛ وإلى أن يتحقق ذلك المقدار الذي كتبه لنا القدر من خلال سعي متوازن لا إفراط فيه ولا تفريط؛ فإن كل منا يجب أن يعي أن له أدواراً أخرى في الحياة يجب القيام بها. يجب أن نعي أن الحجة الشهيرة بأولوية العمل المطلقة على ما عداها، هي مجرد جريمة فكرية واجتماعية.. خصوصاً حين يكون المحور والدافع لإشهار هذه البطاقة الحمراء في وجه بقية الواجبات والأدوار، هو أن العمل وسيلة لكسب المزيد من المال.

(١) هنري ميلر في كتابه كابوس مكيف الهواء.

فالأصل أن يكون العمل أداءً لدورنا في خدمة المجتمع، وما نحصله من مال لقاء أدائه، ما هو إلا مجرد وسيلة نستعين بها على متطلبات حياتنا الطبيعية، من أجل الاستمرار في أداء هذا الدور وغيره من الأدوار. يقول جون سي ماكسويل نقلاً عن الأديب الروسي ألكسندر سوليجستين^(١) "إن معنى الوجود الدنيوي لا يكمن في تحقيق الثراء كما طبعنا على التفكير عبر تنشئتنا، بل في نمو الروح.."^(٢)

بالطبع هناك استثناءات؛ فمن الصعب أن أوجه هذا الكلام مثلاً لفقير محدود الدخل يعول أسرة، ويكدح في العمل ليلبي بالكاد احتياجاتها الأساسية من مأكلاً ومشرباً، وخرق بالية تستر عورتهم، فتلك مشكلة من نوع آخر..

إنها مشكلة أخلاقية تتعلق بانعدام العدالة الاجتماعية، والرحمة داخل المجتمع؛ وهي قضية بمفهومها الكلي ليست ضمن نطاق حديثنا هنا.. إلا أن جزءاً منها هو حالة الغيبوبة التي نعيشها كأفراد ناحية أدوارنا الأخلاقية والاجتماعية المختلفة. كما أنه من الصعب توجيه نفس الكلام لأولئك الذين يدفعهم شعورهم بثقل المسؤولية الأخلاقية، والواجب المناط بهم من خلال طبيعة أعمالهم كالأطباء والجنود مثلاً..

ولكن في النهاية.. فإن الجميع بما فيهم هذه الاستثناءات، يمكنهم تلقي رسالة مفادها: أن من حَقك أن أذكرك دائماً بأن الحياة في ظل الضغط يجب أن تكون الاستثناء لا القاعدة.. وأن هناك توازناً مطلوباً لإحداثه بشكل ما.. قد تساعد الظروف على أن يكون هذا التوازن مثالياً، وقد تضطرك إلى الإخلال بمثاليته أحياناً بقدر كبير؛ ولكن مع ذلك يظل إدراك بعضه واجب؛ فما لا يُدرك كله.. لا يُترك كله..

(١) ألكسندر سوليجستين (١٩١٨ - ٢٠٠٨) أديب وروائي روسي، حصل على جائزة نوبل في الأدب عام ١٩٧٠.

(٢) جون سي ماكسويل في كتابه ٢١ صفة لا غنى عنها في القائد.

ووحده أنت القادر على تحديد ذلك المقدار المناسب لهذا التوازن وفق الظروف والمعطيات؛ بشرط أن تكون صادقاً مع نفسك في البحث عنه، متمرداً من داخلك على هذه الدوامية ولو بشكل نسبي؛ فلا تكون مستسلماً لذلك الجزء من القيود الاجتماعية المتعلق بقوانين السعي وراء المظاهر، والسلطة، والقوة.

يغرق الكثير من المنظرين في الأفكار النظرية التي يجدها الناس مجرد أحلام مثالية، لا يجدون سبيلاً لتطبيقها على أرض الواقع؛ وسنحاول هنا أن لا نقع في نفس ذلك الفخ ما استطعنا إلى ذلك سبيلاً.. ولذلك سأكرر أنك أنت وحدك من تستطيع أن تقرر أين تقع نقطة التوازن الواقعية المناسبة تلك..

إن كل ما تحتاجه من هذا الكتاب أو من غيره.. هو مجرد التذكير والإرشاد للخطوط العامة التي تساعدك على رسم المسار الأكثر مناسبة لك ولحياتك من خلال إدراكك أنت لمعطيات هذه الحياة؛ وليس من خلال صورة مثالية قد نرسمها لك.. ومن ضمن تلك الخطوط العامة، مبدأ مهم أشار إليه ستيفن كوفي في كتابه العادات السبعة، وهو أدوارك المتعددة في الحياة⁽¹⁾.. فلكل منا أدوار عدة يجب أن يقوم بها. فكل منا له دور في عمله، ودور في منزله كأب أو أم، ودور آخر كزوج أو زوجة، وثالث كإبن، ورابع كأخ؛ وخارج منزله له دور كجار، وفي بلده له دور كمواطن. إن تحديد هذه الأدوار قائم على تعريف العلاقات المختلفة بينك وبين الكيانات الفردية والاجتماعية من حولك، ولكل علاقة دور مناط بها.

هذه العلاقات التي تبدأ أولاً بعلاقتك مع نفسك، ثم بعلاقتك مع ربك وخالك، ثم بعلاقتك مع أسرته؛ وتمتد إلى علاقاتك مع عملك بمستوياتها المختلفة؛ كعلاقتك

(1) ستيفن كوفي - العادات السبع للناس الأكثر فعالية.

بالمنظمة التي تعمل بها، وعلاقتك بزملاء العمل، وعلاقتك بالمجتمع المصغر الذي يستفيد من منتوج هذا العمل؛ ثم تمتد العلاقات إلى علاقتك بالمجتمع من حولك بمستوياته المختلفة أيضاً؛ بدءاً من جار يسكن مقابلك، مروراً بحيي ومدينة تقيم فيهم، ثم دولة تنتمي إليها أو تسكن فيها، ثم كوكب له بيئة يجب الحفاظ عليها.

إن إدراكك وتعريفك لكل من هذه العلاقات والأدوار المنوطة بك من خلالها.. وأولويات هذه العلاقات فيما بينها؛ هو الوسيلة لتتمكن من تحديد نقطة التوازن المطلوبة تلك؛ والتي يتحقق معها لك القدر المناسب من التغذية الروحية.

يمكنك الاستعانة بورقة وقلم لترسم جدولاً مبسطاً يتضمن جميع العلاقات المناطة بك كأدوار، وتأخذ بعض الوقت لتقييم أداؤك في كل دور منها؛ وتحدد بعض الإجراءات التي ستخضعها لتعزيز ذلك الأداء وتحسينه. كما سيكون من المفيد أن تحدد الأولويات فيما بينها كما تطبقه عملياً في هذه اللحظة، ثم تراجع ترتيب هذه الأولويات من جديد. ويعرض لك الشكل أدناه نموذجاً لجدول الأدوار في الحياة؛ ويمكنك إضافة ما شئت من علاقات وأدوار، وتحديد نظام الأولويات الخاص بك، وأسلوب التقييم الذي ترغبه؛ فهذا الجدول هو مجرد مثال للاسترشاد به.

إن فكرة الأولويات بين الأدوار هي في حد ذاتها فكرة استثنائية؛ فالأصل أن تقوم بإحداث التوازن بين جميع هذه الأدوار.. ولكن لأن هذه الحياة ليست مثالية.. فإن التعارضات واردة؛ وحينها فقط، وحين تحدث التعارضات، ويكون من الصعب أو المستحيل الخروج بحلول مبدعة تحقق ذلك التوفيق المطلوب؛ فإن الاستثناء يقع، ويأتي دور النظر في الأولويات. أما أن يصبح الاستثناء قاعدة، وتصبح الأولويات مطلقة؛ فإن ذلك يهدم كل ذلك التوازن الذي نتحدث عنه.

ملاحظات وإجراءات مطلوبة للتحسين	تقييم الرضا عن الأداء الحالي للدور (ممتاز - جيد - سيء)	الأولوية الأصح عند الضرورة (ضع رقماً يعبر عن الأولوية)	من ضوء الواقع الحالية (ضع رقماً يعبر عن الأولوية)	تعريف العلاقة والدور المنوط بها	العلاقة مع
					الله
					الزوجة
					الأولاد
					والدين والإخوة
					المؤسسة التي أعمل بها
					الجيران
					زملاء العمل
					المجتمع المحلي

ملاحظات وإجراءات مطلوبة للتحسين	تقييم الرضا عن الأداء الحالي للدور (ممتاز - جيد - سيء)	الأولوية الأصح عند الضرورة (ضع رقماً يعبر عن الأولوية)	الأولوية الحالية من ضوء الواقع (ضع رقماً يعبر عن الأولوية)	تعريف العلاقة والدور المنوط بها	العلاقة مع
					الأصدقاء المقربون
					المجتمع المحلي
					الوطن
				
				
					أنا (صحياً)
					أنا (أخلاقياً)
					أنا (.....)

من المفيد أيضاً أن تقف مع نفسك وقفة صغيرة، تتساءل فيها عن حقيقة الدوامة التي تعيشها أنت، وعن قراراتك المختلفة؛ بما فيها قرار التسليم الكامل للنظام الاجتماعي والاقتصادي حولك؛ وإلى أي حد أسهمت تلك القرارات في غرقك داخل هذه الدوامة.

لست مطالباً بأن تتخذ بشكل فوري قرارات جذرية، أو أن تقوم بثورتك الفردية ضد هذه المنظومة الفكرية.. فذلك يخرج من نطاق الفرد إلى نطاق أفعال المجموع؛ وهو أمر خارج نطاق حديثنا هنا؛ ولكنك على الأقل ستكون قادراً على استيعاب المشكلة بشكل أفضل، وربما تخفيف حدتها إلى أقل قدر ممكن. ومرة أخرى أؤكد على أن القرار في ذلك عائد لك وحدك.. ولا يحق لي أو لغيري أن نحكم على طبيعة القرار، أو التوازن، أو الإجراءات التي ستخذيها لمعالجة دوامتك الخاصة.

ربما تحتاج أيضاً لأن أذكرك بأن العلاقات والأدوار التي سبق الإشارة إليها، هي علاقات في اتجاهين؛ فكما أن عليك واجبات تفرضها هذه العلاقات.. فإنها يفترض بها، بل ومن حقت أن تكون لك حقوق أيضاً بمقتضاها؛ ومن أبسط هذه الحقوق حصولك على الدعم النفسي، والتغذية الروحية والعاطفية المناسبة.

وحين لا يحدث ذلك، فإن السبب يرجع إما لأنك من الأساس لا تقوم بدورك بالشكل المناسب؛ سواءً كان ذلك راجع إلى التقصير، أو إلى خطأ الأسلوب؛ وإما أن السبب يعود لأن بعض هؤلاء الآخرين هم الذين لا يقومون بأدوارهم بالشكل الصحيح؛ وذلك أيضاً تقصيراً منهم، أو اتباعاً لأساليب خاطئة.

ولكن احذر أن تقع في فخ البديلين، فقد يكون السبب قصوراً من كلا الطرفين في نفس الوقت. وبشكل عام من المفيد أن تدرك أن المطالبة المباشرة بحقوقك نادراً ما

تُجدي؛ وفي نفس الوقت فإن عدم أداء الآخرين لأدوارهم لا يعفيك من أداء دورك؛ رغم أنه أحياناً قد يكون مسوغاً مقبولاً لإعادة ترتيب بعض الأولويات تحت بند الضرورة؛ ولكن ذلك يجب أن يظل استثناءً لا قاعدة.

إن الحل طويل الأمد هنا يكمن في أن تدفع الآخرين بشكل غير مباشر ليشاركوك الرؤية حول مبدأ الأدوار نفسه؛ بحيث يدرك كل منهم قدر المستطاع نفس الحقيقة.. وحينها لا أقول لك أن كل شيء سيكون على ما يرام، أو في وضع مثالي لا يكاد يحدث؛ ولكن تحسناً نسبياً وجزئياً سيكون ملحوظاً، وسيساعد في تحسين الوضع العام، وتجويد نوعية وكمية التغذية الروحية الاجتماعية التي تحصل عليها.

من اللطيف أيضاً أن تدرك أن البحث عن مشاكل الآخرين لمساعدتهم، هو في حد ذاته أمر إيجابي مهم.. فلو أننا خمسة أفراد نعيش سوياً.. وكل منا يهتم بمشاكل الآخرين وحلها كما يهتم بمشاكل نفسه.. لوجد كل منا أربعة عقول، وأربعة قوى بالإضافة إلى عقله وقوته تعمل جميعها على حل مشكلته؛ بدلاً من أن يكون عقله وقوته وحدهما اللذان يعملان عليها حين يهتم كلٌ بنفسه فقط.

ولكن مرة أخرى، يجب أن تمتلك ذلك الحدس الكافي لتمسك بخيط التوازن الرفيع بين مساعدتك للآخرين في مشاكلهم، وبين حياتك الشخصية؛ إذ أنه بعد حدٍ معين، يؤدي التورط في مشاكل الآخرين إلى تدمير حياتك أنت تحت وطأة الانشغال عنها؛ مما سيدفعك في النهاية للتوقف عن مساعدة الآخرين كلياً كردة فعل على ذلك؛ ولذا يجب أن تتعلم مع الوقت كيفية إحداث ذلك التوازن بين كل هذه الأدوار.

محكمة الذات..

يساق المتهمون عادة إلى المحاكمة ليمثلوا أمام القاضي، فيقرر براءتهم أو عقوبتهم بذنبهم.. أما في محكمة الذات؛ حيث تكون أنت القاضي، وأنت الدفاع، وأنت المتهم؛ فإن الأمور تختلف كثيراً.

فأنت كمتهم لا شرطة تقودك رغماً عنك إلى هذه المحكمة، إلا إن كان لديك خلل في الضمير الاجتماعي يجعلك تمثل أمامها طوال الوقت، أو أحداث استثنائية تجرُّك إليها جراً، وإلا فإن الأصل أنك حرٌّ لا تلج إليها إلا برغبتك الكاملة؛ فبيدك دوماً الهروب منها وتجاهل استدعاءاتها.

وكونك أنت أيضاً القاضي.. فإنك حرٌّ في أن تكون قاسياً تنزل أشد العقاب، أو أن تكون متهاوناً تعطي البراءة حتى قبل مناقشة التهمة أحياناً.. وأحياناً أخرى تمنحها بعد محاكمة صورية هزلية.

أما كدفاع.. فأنت دون شكٍ محامٍ بارع؛ تعرف من أين تأكل الكتف، وكيف تحصل على البراءة أو الإدانة؛ فأنت تفهم القانون جيداً، كما تفهم القاضي، وتعرف حقيقة التهمة، بل وحضرت الواقعة فأنت أيضاً شاهد عليها.

وبما أنك سيد هذه المحكمة والمستبد فيها بلا منازع، فكل أطرافها رهن إشارتك.. فإنك تحتاج إلى تدرك حقيقة مهمة عن الكيفية التي يجب أن تسير بها هذه المحاكمة لتكون عادلة فعلاً؛ وعن طبيعة الأحكام التي يجب أن تصدر عنها؛ وقبل كل ذلك عن أهمية الحضور فيها والامتنال لدعوتها؛ بل وأهمية قيامها من الأساس.

إن هذه المحاكمة يجب أن تستند إلى الواقع، دون إفراط في تهويل الوقائع أو الانتقاص منها. ويجب أن تراعي حقيقة الظرف، وحقيقة التهمة؛ فلا تكون سبباً مسلطاً

يحكم عليك بالأشغال الروحية الشاقة المؤبدة مع كل خطأ صغير أو هفوة؛ ولا تكون مهزلة فتنال البراءة في أشع التهم. إنها يجب أن تستند إلى صوت الضمير الفطري كأساس للعدل، ولصوت الضميرين⁽¹⁾ الآخرين كشهود وخبراء، يحلل كل منهما الوقائع فيما يخصه.

كما يجب أن تراعي طبيعة الظروف كأساس لتحديد مدى المسؤولية الحقيقية؛ وتحتاج إلى منظومة فكرية ناضجة ومنتزعة لتمثل دور الادعاء، ولتحدد حقيقة التهمة؛ فبعض التهم توجيهها أصلاً خطأً، وبعضها يتم تجاهله رغم فداحته. أما العقوبات فلا يجب أن تستند على مبدأ الثواب والعقاب فقط، بل الأهم أن تستند على مبدأ التعلم والنضوج، وتصحيح الخطأ ما أمكن.

إن المراجعة الدورية للذات من حين لآخر، وتحديد التهم التي تحتاج لأن تقيم ضد نفسك فيها دعوى في محكمة الذات، نشاط روحي سام؛ لا يقدم عليه إلا إنسان صادق مع نفسه، يبحث لها دوماً عن تغذية روحية سليمة، وسلام حقيقي مع الذات قائم على العدل، والصدق، والفهم المتبادل، والرغبة في التعلم والتطور، والسعي الحثيث لاكتشاف الحقيقة، حتى وإن كانت أحياناً مؤلمة.

تجربة الألم..

إننا أحياناً نحتاج لأن نشعر بالألم كي نفهمه، ولكي نتعاطف مع أصحابه ونمد لهم يد العون؛ ولكي نفهم أنفسنا، وذواتنا، والحياة من حولنا على حقيقتها؛ وكي ندرك أيضاً كمّ الهبات التي نمتلكها دون أن نشعر بقيمتها في كل لحظة.

(1) الضمانر كما سنتعرف عليها لاحقاً هي ثلاثة ضمانر: ضميري فطري، وضمير اجتماعي، وضمير الأنا.

في بعض الأحيان قد يكون مفيداً أن نجرب عن قصد بعض أنواع الألم، ولو بشكل افتراضي تخيلي في عقولنا، أو بشكل جزئي واقعي لا يعود علينا بالضرر. خذ مثلاً من الشعائر الدينية التي تجدها في كل الأديان وهي شعيرة الصوم؛ فمهما اختلفت صورها فإنها جميعاً تشترك في غايتين، أولاهما تهذيب النفس واستعادة السيطرة عليها، أما الثانية فهو خوض تجربة صغيرة من ألم الحرمان نذكرنا بما نملك؛ وتذكرنا بأولئك الذين لا يملكون.. وحين سقط عنها مفهوم الروحانية وأصبحت طقساً يؤدي كتراث ديني.. فإنها فقدت تلك القيمة، وفقدنا معها مصدراً هاماً وغير ضار من مصادر تجارب الألم الإيجابية.

خذ شهر رمضان مثلاً، فحين شرع الصيام في صدر الإسلام، كان الناس يعتبرون رمضان فرصة لتحصيل ما فاتهم من بناء آخرتهم بانشغالهم طوال العام في أمور الدنيا وطلب الرزق والمعاش. كانت لديهم الرؤية الواضحة عن الحكمة الإلهية من الصوم في تربية النفس، واستعادة زمام السيطرة عليها بالتدرب من الصباح حتى المساء كل يوم، ولمدة شهر كامل..

تدريب على كبح جماح هذه النفس عن رغباتها، في سعي حثيث لإتمام صيانة دورية للقدرة على التحكم بالذات، دون إفراط في دلالتها، أو تفريط في حقها المشروع من الطيبات. تدريب وتذكير بنعمة الله على الإنسان، وإشعار بسيط له بقيمة هذه النعمة حين يُحرم منها لبضع ساعات.

تذكير بفقر أو مسكين يجوع طوال يومه وعلى مدار عامه، وليس بضع ساعات فقط لأيام معدودة. تدريب على سمو الروح عن الخلاف والتشاحن بلا ضرورة، وتمارين على إعفاف الجوارح وبالذات منها عينٌ ولسان.

ويترادف كل هذا مع تدريب آخر بتكثيف التعرض للنفحات الروحية من الصلاة، والقراءة، والتأمل في الكتاب الذي أنزله خالق كل شيء ليحكي لنا لِمَ خَلَقنا، وعن أي جد أو عبث هي هذه الحياة.

مرةً ثالثة هو مساس للروح، واستلهام للسكينة، وممارسة للتأمل والتفكير والتدبر، وفرض مسافة معقولة بين المادة والقلب تجعله حراً غير خاضع لقيودها. ولكن ذلك الشهر الكريم في أيامنا هذه صار قصة عجيبة من الكفاح المادي !! الطعام فيه أجود ما يمكن، والتكلف فيه واضح، والتنوع في الأصناف على المائدة يشعرك بالتفنن في التلذذ بذلك. خيم السهرات الرمضانية وما تشهده من حفلات، صارت تنافس في قدسيته لدى البعض صلاة التراويح.

ذلك الكم الهائل من المسلسلات التي تعرضها القنوات المختلفة، يكاد يفوق ما يعرض طوال العام.. حتى صار رمضان هو الموسم الرئيسي لتجار المهنة بإقرارهم الصريح بذلك.

تبرم وانفعال دائم والحجة "أنا صائم"، وأحياناً حتى في الصباح الباكر قبل أن يبدأ المرء بالتأثر فعلاً بالصيام !! وكمية من الحجج والأعذار التي يطرحها الناس باسم الصيام ليتهربوا من الواجبات والمسؤوليات. فلم يعد رمضان لديهم هو تلك الفرصة التي ينتظرونها للتقرب إلى الله، وممارسة تطهير الروح وتنقيتها مما يعلق بها من شوائب الإفراط في المادة طوال العام. صار مجرد موروث ثقافي مادي واجب الاحترام، حيث يرى المرء أنه يبذل جهداً كبيراً طوال النهار ليحترم هذا التقليد التراثي، ويعتقد في قرارة نفسه أنه يستحق مكافأة مجزية مقابل هذا التعب، فيكافئ نفسه بأشهى أنواع الطعام على الإفطار، وبالإسراف في الملذات المباحة (وأحياناً غير المباحة) طوال الليل. وكأنه يُعوض ما يفوته منها طوال النهار.

لم يعد الصيام بعدها طقساً روحياً وغذاءً للنفس وتربية لها، أو فطاماً عن الملذات طواعية لتستعيد حرمتها وعافيتها بعد أن ظلت طوال العام أسيرة لها ومتعلقة بها. بل صار وسيلة أخرى جديدة لممارسة ذلك الاستعجال على تحصيل نصيبنا من المنع المادية بلا هوادة، وصار مناسبة للتكلف في مظاهر هذا التحصيل، والنتيجة أن أفرغ هذا النشاط من مضمونه الروحي جملة وتفصيلاً.

تخيل نفسك فقيراً لا تملك قوت يومك، عش مع هذا الشعور بضع دقائق أو حتى ساعات؛ تخيل نفسك مريضاً لا تقوى على الحراك، أو لا ترى بعينيك، أو لا تعيش دون دواء باهظ الثمن فوق طاقة محفظتك؛ تخيل نفسك وحيداً أو يتيماً.. تخيل ما شئت من أنواع الألم التي يمر بها الآخرون؛ أعط نفسك فرصة قصيرة لتعيش ذلك الشعور وتدرّك ألمه.

حاول أحياناً أن تتخيل معاناة الآخرين، وتخيل نفسك في مواقفهم بين الحين والآخر؛ فرغم أن ذلك قد يسبب قليلاً من الكآبة في البداية، ولكنه سرعان ما ينعكس عليك براحة نفسية، وابتسامة حقيقة غير مصطنعة تملو محياك.. إذ ستدرّك كمّ النعم التي تعيش فيها.

إن قليلاً من الحزن والألم هو أمر إيجابي، مثله مثل قليل من الجهد في تنظيف مرآة علق بها الأتربة والبقع.. فبعد هذا المجهود القليل، تكون لديك صورة أنصح وأوضح لذاتك وللحقائق من حولك؛ صورة تعي أنه رغم بعض العيوب فيها، إلا أنها إجمالاً أكثر تألقاً وجمالاً مما تظن. إن هذا هو الفرق بين الحزن الإيجابي قصير المدى، وبين الكآبة السلبية طويلة الأمد.

لست بحاجة لأن تكون كذلك طوال الوقت، أو أن تستمتع بذلك التعذيب النفسي المازوخي للذات؛ فذاك خطأ في حد ذاته. ولكن القليل من هذا الألم هو كالمصل المضاد، مؤلمٌ قليلاً.. ولكن فيه حماية وأحياناً شفاء. لا تخشى الحزن.. فهو أحياناً ما نحتاج إلى قليل منه، كما نحتاج قليلاً من الملح في الطعام.

إنها ليست دعوة لعيش التراجيديا، ووصم شخصيتك وطباعك بها؛ وليست إطلاقاً دعوة للحزن والكآبة.. بل على العكس، فإن التفاؤل، والابتسامة التي ترسمها على شفئك هي أبسط هدية تقدمها لذاتك، وللآخرين من حولك أيضاً.

الابتسامة..

حكى لي صديق ذات مرة قائلاً: كنا في وقت مبكر من النهار.. وتحت حرارة الشمس كان ذلك الرجل البسيط يواجه مشكلة في سقاية أشجار الحديقة العامة قرب منزلي.. فكلما شرع في السقاية انفصل الخرطوم عن مصدر الماء، وانطلق شلال من الرذاذ معلناً إضراب الخرطوم عن العمل مجدداً..

وقفت أراقب المشهد من بعيد، فقد استمر هذا الحال لأكثر من نصف ساعة، وبدأ الأمر لي فكاهياً.. فكأنما أقسم ذلك الخرطوم ألا تُسقى تلك الحديقة في ذلك اليوم.

بعد قليل من الوقت بدأ الرجل يشنط غضباً، وبدء يحدث نفسه بصوت عالٍ ومسموع مطلقاً الآهات وصرخات الألم المكتومة.. كان يتذمر ويشكو من العمل، ومن الحياة، ومن حظه فيها..

وطوال نحو عشر دقائق أخرى.. استمرت المعاناة والفشل، واستمر غضبه وصراخه في ازدياد؛ في حين كان المارة يعبرون بجواره وكأن شيئاً لا يحدث، فيما حُزن الرجل وغضبه يتصاعدان بلا هوادة، حتى خشيت أن يقدم على فعل أحمق يؤدي به نفسه..

كنت أشعر بألمه، فأنا أعرف جيداً ذلك الشعور بالفشل تحت الضغط، حيث يصل المرء لأن يفقد أحياناً قدرته على إدراك أشياء بسيطة وبديهة قد تحل المشكلة من جذورها؛ وحيث تصبح أنفه المشاكل لدينا وكأنها شعرة تقصم ظهر البعير.. وفي تلك اللحظة قررت أن أدفعه للابتسام مهما كان الثمن..

صِحت به مع ابتسامة: صباح الخير يا عم، أعانك الله.

وإذ بغضب الرجل وكأنه نارٌ ألقى عليها الماء البارد فخمدت من فورها.. التفت حوله باحثاً عن مصدر الصوت، فلما نظر نحوي واستشعر الابتسامة في وجهي وصوتي؛ رد التحية، ثم شكاً بهدوء مشكلته في أربع أو خمس كلمات سريعة، وبصوت متقطع.. وكأنما كان يخشى اللوم أو التوبيخ على صراخه..

ثم أردف متنهداً: إن الله مع الصابرين.

مازحته ببضع كلمات وأنا ألقى إليه قطعة من الحلوى كانت بيدي.. تناولها الرجل مبتسماً وكأنه لم يكن أبداً كبرجلٍ يغلي من الغضب قبل أقل من دقيقة فقط...!!

وفجأة بدا وكأنه انتبه أخيراً إلى سبب المشكلة.. وقام بتثبيت الخرطوم بالشكل الصحيح، وظل يروي الحديقة دون انقطاع طوال الساعات الثلاث التالية..

لقد كان هذا الرجل الغريب الذي لا أعرفه ولا يعرفني، ولم ألتق به مرة أخرى حتى يومنا هذا؛ كان يحتاج فقط إلى تلك الابتسامة..

يحتاج لأن يشعر أن ثمة من يُحس بالآلمه.. لم يكن يحتاج المساعدة أو المجهود؛ كان فقط يحتاج ابتسامة بخل عليه بها عشرات من المارّة، مروا بجواره جميعاً وكأنه غير موجود.. فيما كان هو يأن ويشكو..

إنها الابتسامة.. شحنة روحية سريعة المفعول، تفعل كما السحر أحياناً.. تلتطف قلوباً قاسية، وتَجْبُرُ قلوباً منكسرة، وتغذي أرواحنا، كما تفعل السُكريات بأجسادنا بالضبط؛ ولذا جعلها الله معادلة لأجر الصدقة^(١).

إنها الابتسامة النابعة من القلب، الابتسامة التي تخرج لتشعر الناس من حولك أنهم بشر، وليست تلك الابتسامة الصفراء التي نرسمها تصريفاً للأمر، وقضاء للمصالح.

ليس أروع من ابتسامة صادقة بريئة، نابعة من قلب صافٍ، سوى ذلك الشعور الذي يتملكك حين تكون تلك الابتسامة منك أو إليك.. ولكنها غدت عملة نادرة؛ فلكل ابتسامة في يومنا هذا مغزى، وهدف، ومن ورائها مصلحة.. تهاني الحارة.. أنت الآن في القرن الواحد والعشرين..

إننا في زمن حيث ابتسامتك لا بد أن تكون في اللحظة المناسبة على منحى القرار الاستراتيجي، وقياس المنافع والخسائر؛ ولا بأس عليك ان استخدمت جهاز الكمبيوتر، لتقوم ببعض عمليات المحاكاة والتنبؤ كي تختار اللحظة المناسبة للابتسام؛ فأنت معذور..

(١) في الحديث عن الرسول ﷺ "تبسمك في وجه أخيك صدقة" رواه الترمذي والألباني والمنذري وابن حجر بعدة صيغ أو متون بنفس المعنى.

فابتسامة خاطئة، أو في اللحظة غير المناسبة.. سيكون ثمنها كبيراً.. حسناً ربما أبالغ قليلاً.. ولكنها الحقيقة من حيث المبدأ؛ فقد فقدنا جزءاً كبيراً من آدميتنا من أجل السعي وراء المادة والأرباح؛ ونسينا الهدف الأساسي الذي نجني من أجله هذه الأرباح.

نسينا لحظات السعادة والفرح الصادقة، والابتسامة التلقائية، وفرحة الطفولة البريئة.. ثم نعود على كبر ونتمنى أن يعود بنا الزمان ونصبح أطفالاً من جديد، كي نضحك ونبتسم بحرية.

أليس عجيب هذا الإنسان الذي نحياه في القرن الحادي والعشرين، والذي قاده المادية كما يقول ستيفن كوفي لرؤية الناس وكأنهم مجرد أشياء^(١). مجرد أشياء قابلة للاستبدال كما تستبدل أي قطعة في سيارتك بأخرى جديدة، كي تستمر الآلة في الدوران، وتستمر الطاحونة في سحق عظام أرواحنا..!!

(١) البديل الثالث - ستيفن ر. كوفي.

عالمان متوازيان..

الروح والمادة عالمان متوازيان ومتواجدان في نفس الوقت؛ والتعاطي الصحيح معهما، وتحقيق التوازن بينهما يعتمد بالدرجة الأولى على وجود تصور مناسب عن العلاقة بينهما؛ فكلما كان لدينا إدراك أفضل لكل منهما، وكذلك للعلاقة بينهما، كلما كانت قدرتنا على إحداث ذلك التوازن أفضل.

عبورٌ بين عالمين..

إن رحلتنا لرسم التصور الصحيح عن علاقتنا بعالمي الروح والمادة، تعتمد على درجة إدراك كل منا لطبيعة مكوناته المادية والروحية؛ ودعنا نبدأ من تلك النقطة التي ننظر منها إلى ذاتنا وندرکها على أنها كتلة واحدة من الروح والمادة سوياً؛ حيث تحتاج ممارسة أي نشاط مرتبط بأحد العالمين إلى قرار مقصود، ومرتافق بشكل من أشكال الإدراك بأنك تمارس نشاطاً يتعلق بعالم واحد منهما.

فمثلاً حين تصلي للخالق سبحانه؛ فإنك تقرر الانتقال إلى عالم الروحانيات؛ وحين تأكل، أو تمارس البيع والشراء، أو تقرأ في علم الفيزياء على سبيل المثال، فإنك تقرر التواجد بكيانك الواعي في عالم المادة. إن هذه الصورة الأولية نتشارك فيها جميعاً كنقطة بداية مررنا بها من قبل، وربما ما يزال كثيرون متوقفون عندها.

لكننا نخسر الكثير حين نعتقد أن علينا التواجد في عالم واحدٍ منهما فقط في نفس الوقت، أو أن ذلك هو أقصى ما نستطيعه.

لنقل أن هناك خطأً فاصلاً بين العالمين موجود فعلاً.. ولكنه أشبه بالخطوط الفاصلة بين المسارات المتجاورة على الطرق السريعة، حيث يمكنك تجاوزه في أي وقت في كلا الاتجاهين دون وجود عوائق، كما يمكنك أيضاً أن تظل في الوسط، حيث يكون جزء من مركبتك في مسار والجزء الآخر في المسار المجاور؛ ورغم أن هذا الأسلوب في القيادة في عالم السيارات والطرق المرورية يمثل خطأً مرورياً فادحاً، يعرض حياتك و حياة الآخرين للخطر أحياناً؛ فإن الوضع هنا على العكس تماماً.. فهو الأسلوب الأكثر أماناً ومثالية لقيادة الذات بين عالمي الروح والمادة^(١).

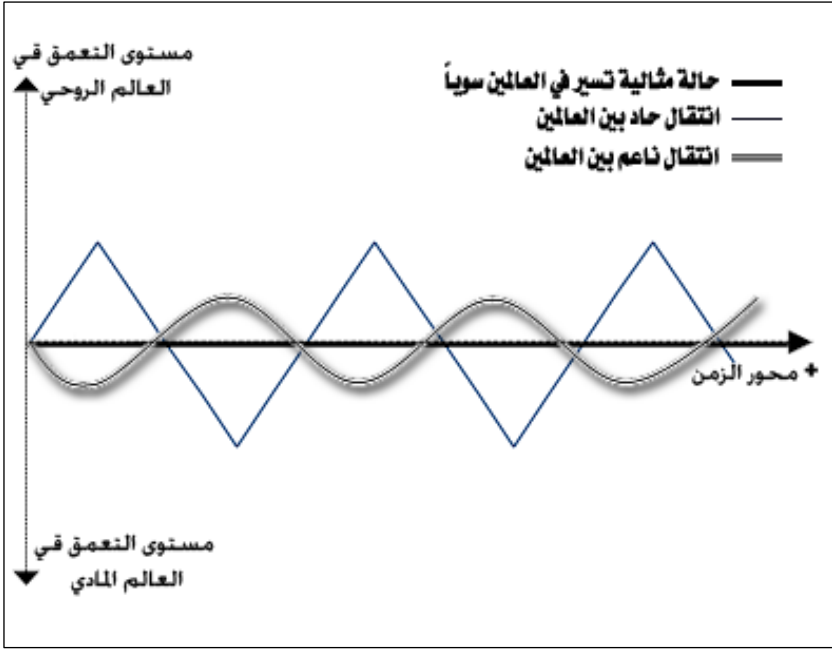
في الواقع أن كثيرين منا يحاولون التواجد فعلاً في كلا العالمين سوياً، ولكن لسوء الحظ يتم ذلك بشكل غير فعال؛ حيث ينتقلون ما بين هذا وذاك طوال الوقت، ولكن على فترات متباعدة.

وتكمن المشكلة هنا في أنه كلما افترطنا في الغوص في أحد العالمين، ابتعدنا عن ذلك الخط الفاصل بينهما، بحيث تصبح العودة إليه بحاجة إلى مجهود أكبر.

ومع استمرار المغالاة في التعمق في أحدهما، وتجاهل الحاجة للعودة إلى الآخر؛ يتحول مع الوقت ذلك الفراغ الفاصل بيننا وبين منطقة العبور إلى عائق أكثر كثافة وتماسكاً.. حتى يصل مع مرور المزيد من الوقت إلى أن يصبح حاجزاً صلباً، وحينها يكون تجاوزه بحاجة إلى مجهود شاقٍ، وطاقة اندفاعية أكثر بكثير لتتمكن من عبوره من جديد..

(١) الطريف أنه في هذه الأيام صارت الآية معكوسة لدى الكثيرين ، فهذا الأسلوب الخاطئ في القيادة صار تصرفاً طبيعياً لدى الكثيرين على الطرقات مسبباً الكوارث المرورية في بعض الأحيان، وفي المقابل يحترم الكثيرون الحدود الفاصلة بين عالمي الروح والمادة بشكل مبالغ فيه.

وحيث نفع ذلك أخيراً.. فإننا نعبّر بقوة اندفاع كبيرة تؤدي إلى أن نندفع في العمق المعاكس بشدة أيضاً.. وهكذا دوالك تستمر الدوام، وهو ما يشعركنا دوماً أننا بحاجة للانتقال المقصود ذو الزاوية الحادة في الانعطاف للانتقال بين العالمين.

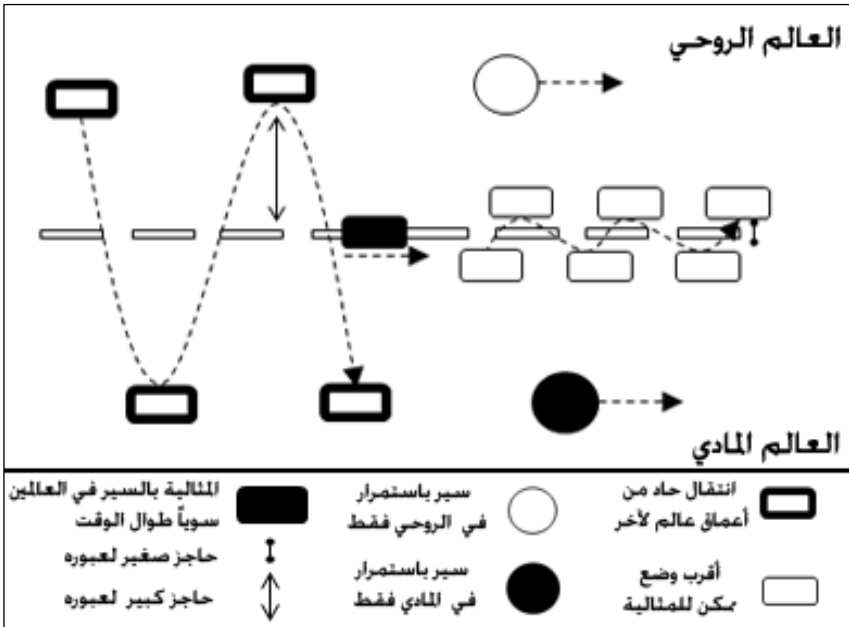


منحنيات العبور بين العالمين في حالات مختلفة

إن تحقيق الوضع المثالي بالبقاء في كلا العالمين سوياً طوال الوقت، مسألة يصعب تحقيقها على أرض الواقع، خصوصاً في المراحل الأولى من محاولتنا إحداث التوازن بين العالمين في حياتنا. ولذلك فإن البداية العملية الأنسب هي محاولة البقاء قرب منطقة الوسط؛ بحيث نظل ننقل بين العالمين بهدوء، وبشكل سريع ومنتالي.. انتقالاً انسيابياً على فترات متقاربة.. بحيث يبدو للناظر المراقب لكل عالم منهما على حدة، وكأننا متواجدين في ذلك العالم طوال الوقت أو معظمه على الأقل.

إن من المهم أن نلاحظ أن عمليات العبور المتتالي تلك لا بد أن تكون انسيابية ذات زوايا انعطاف ناعمة، وليس بانتقالات حادة.

ففي الأولى تشعر وكأنك تعبر منعطفاً واسعاً وطويلاً بمركبتك، حيث يمكنك عبوره دون الحاجة لتخفيض سرعتك بشكل ملحوظ؛ في حين أن الانعطاف الحاد يحتاج منك إلى ما يشبه التوقف الكامل، أو البطء الشديد كي تتمكن من تغيير مسارك مع المنعطف.



العبور بين العالمين المادي والروحي عبر الخط الفاصل

يحتاج النجاح في تحقيق ذلك إلى مجهود كبير نسبياً في البداية، وذلك لكي نتحكم في مقدار اندفاعنا داخل كل عالم منهما، ومقدار الوقت الذي نقضيه فيه؛ ولكن مع مرور الوقت، واستمرار المحاولة، يصبح الأمر عادة سهلة التطبيق، تحدث بنوع من التلقائية^(١).

إدراك أفضل..

مع مرور الوقت والاستمرار على ذلك المنوال في الانتقال الناعم بين العالمين، بجانب إدراكنا للحاجة لبلورة مفهوم جديد مفقود لدينا عن ذواتنا في ظل رحلة البحث عن الحقيقة.. فإننا نصل إلى إدراك كينونتنا بشكل جديد.

فنحن عادة ندرك أنفسنا على شكل كيان واحد يتواجد في عالم واحد فقط في نفس الوقت، بحيث نضطر لاتخاذ القرار عن قصد بالانتقال بين عالم وآخر. أما مع تفتح هذا الإدراك الجديد، فإننا نتمكن من أن نميز بشكل واضح وجود كيانيين مستقلين بداخلنا؛ أحدهما مرتبط بالمادة، والآخر مرتبط بالروح؛ ويربطهما تشاركهما للمساحة ذاتها في أجسادنا المادية.

وحين تصل إلى تلك المرحلة من الإدراك فإنك تصبح قادراً على إطلاق كلا المكونين بحرية، بحيث ينطلق كل منهما بالعمق الذي يريده في عالمه الخاص لينال نصيبه من المعرفة، والصيانة، وإعادة الشحن بالقدر الذي يريد؛ ثم يعود من جديد إلى منطقة التوازن بين العالمين.

(١) إن واحداً من الأمثلة الداعمة لهذه الفكرة تجدها على سبيل المثال في الصلوات الخمسة المفروضة على المسلمين، فالصلاة الواحدة قصيرة الطول في الممارسة والوقت الذي تحتاجه، مع تكرارها بشكل متقارب نسبياً في أوقات متعاقبة خلال الليل والنهار.

وهنا يتبلور لدينا إدراك الذات وعلاقتها بما حولها بصورة أكثر نضجاً، حيث ندرك أن كل ما نفعله في حياتنا له جانبين روحي ومادي؛ وأن محاولة الفصل بينهما ليست إلا درباً من دروب اللاواقعية، واللامنطقية أيضاً.

حينها ندرك أن الأفعال التي نقدم عليها، سواء الصغير منها أو الكبير، كلها ذات تأثير ومردود على كلا الجانبين الروحي والمادي؛ فبعضها يؤثر إيجاباً على أحدهما وسلباً على الآخر، وبعضها ذو تأثير إيجابي على كليهما، وبعض ثالث بكل تأكيد يؤثر سلباً على الإثنين معاً.

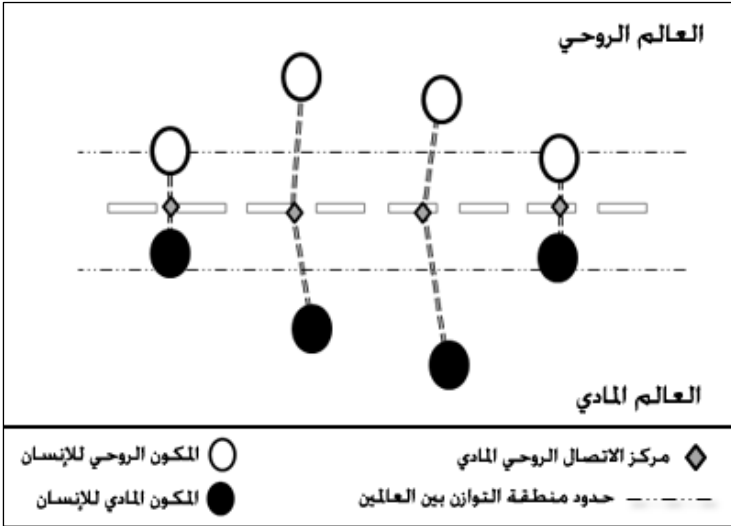
إن أي فعل نقدم عليه، تحكمه قوانين كلا العالمين المادي والروحي على السواء في نفس الوقت، وكل فعل له محرك أو دافع من كلا الجانبين، وأيضاً عليه حكمٌ من كليهما.

بعبارة أخرى أبسط.. هما عالمان متوازنان ومتلازمان طوال الوقت؛ ولا ينتهي هذا التلازم بينهما إلا حين تأتي لحظة النهاية للوجود على وجه هذه البسيطة؛ لحظة الانتقال إلى عالم آخر تحكمه قوانين جديدة، لا نعرف عنها إلا القليل من خلال ما أخبرتنا به الكتب السماوية؛ ومعها تكون مرحلة جديدة بعد نقطة الانتقال تلك، والتي تعارف عليها البشر باسم الموت.

ومادمنّا على قيد هذه الحياة؛ فإننا بحاجة دوماً لأن ندرك أن الروح والمادة يسيران جنباً إلى جنب؛ وأن إحداث التوازن بينهما ضرورة لا تقل عن ضرورة إحداث التوازن بين جناحي الطائرة في الهواء، إن أردنا لها أن تستمر بالتحليق في رحلتها بأمان، وأن تصل إلى هدفها سالمة. إن الوصول إلى تلك المرحلة من الإدراك للذات ليس بالأمر السهل الذي يحدث بين ليلة وضحاها.

إن الوقت الذي نحتاجه للوصول إلى هذه المرحلة قد يطول أو يقصر تبعاً للعديد من العوامل والمؤثرات الداخلية والخارجية؛ بعضها مرتبط بمستوى نضوج منظومتنا الفكرية، وبعضها الآخر مرتبط بمجمل الظروف والوضع العام الذي يجد الفرد منا فيه نفسه ضمن البيئة المحيطة به.

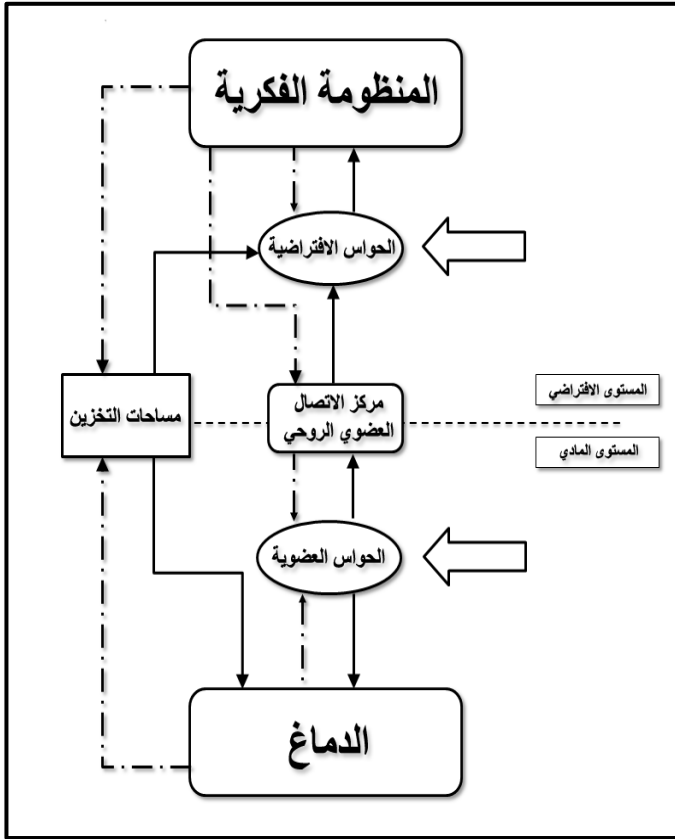
إنه أمر يحدث تلقائياً حين تصل إلى نقطة التوازن المناسبة بين العالمين، والتي تحقق الحد الأدنى من التوازن اللازم لتكوين هذا الإدراك الجديد.



الانطلاق الحر للمكون المادي والروحي للإنسان في العالمين المتوازيين

فهم أعمق..

حين نحاول تحليل منظومتنا الفكرية، وعلاقتها بعالمي الروح والمادة، فإننا نخرج بفهم أكثر عمقاً عن طبيعة العلاقة بيننا وبين هذين العالمين، والشكل أدناه يعطيك تصوراً مبسطاً عن ذلك.



عالمان متوازيان

ففي الوقت الذي يقع فيه الدماغ والحواس العضوية في المستوى المادي، فإنه بالمقابل هناك المنظومة الفكرية والحواس الافتراضية العليا، والتي تقع جميعها في المستوى الافتراضي الأعلى، أو ما يوصف عادة بمستوى المكون الروحي للإنسان. ويتم الاتصال بين مكونات المستويين من خلال ما يمكن تسميته مركز الاتصال العضوي الروحي، حيث يحصل التواصل بشكل ما بين الروح والجسد.

إن طبيعة هذا المركز وآلية عمله غامضة وغير معلومة حتى الآن؛ ويعتقد البعض أن هذا الاتصال بين الروح والمادة في الإنسان يحدث في الدماغ؛ في حين يرى آخرون أنه يحدث في الغدة النخامية تحديداً؛ وذهب فيه فريق ثالث إلى أن ذلك يحدث في القلب استناداً إلى تفسيرهم لبعض نصوص الكتب السماوية ومنها في القرآن الكريم مثلاً قوله تعالى ﴿لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا﴾^(١).

وأخيراً يرى فريق رابع أن هذا الاتصال هو خاصية للمادة الحية (البروتوبلازم) نفسها، وأنه يحدث في كل أنحاء الجسم تبعاً لذلك. وفي الواقع لا أجد تعارضاً بين وجهات النظر الأربع، وأغلب الظن أنها جميعاً صحيحة، وأن هذا الاتصال يحدث في كل منها بمستويات وكيفيات مختلفة ومتكاملة في نفس الوقت.

لعلك لاحظت في الشكل أن مساحات التخزين تقع في كلا المستويين المادي والروحي، فعملية التخزين للمعلومات تتخذ طابعاً مادياً، ويتم تخزينها في الدماغ بشكل ما.. ولكن يبقى من المنطقي أن نفترض أيضاً أنه يتم في نفس الوقت تخزينها بشكل ما مجهول الكيفية في المستوى الروحي.

(١) القرآن الكريم - سورة الأعراف - آية ١٧٩

إن مما يدعم هذا الافتراض فكرة البعث والحياة الأخرى التي ينتقل لها الإنسان بعد الموت وفناء المكون المادي؛ أو بعبارة أخرى.. فكرة خلود الروح وعدم فنائها، والتي تكاد تتفق عليها كل الأديان. إذ لو كانت المعلومات تخزن فقط في المستوى المادي لانتهت بنهايته؛ ولكن الحديث عن قدرة الروح على تذكر الأحداث بعد الموت، يستلزم منطقياً وجود شكل ما من أشكال التخزين في المستوى الروحي.

تتم عمليات التفكير التي نقوم بها على مستويين: أحدهما يحدث في الحيز المادي، حيث يشكل الدماغ بتركيبه المادي المساحة المخصصة لذلك، مدعوماً بالمدخلات من الحواس العضوية المعروفة كالسمع والبصر، والتي تنقل إليه ما يجري حوله في عالم المادة.

وفي نفس الوقت تشكل المنظومة الفكرية أو ما نسميه العقل؛ الحيز الروحي والمستوى الأعلى لحدوث تلك العمليات.. حيث يتغذى ذلك العقل على المعلومات المنقولة إليه عن عالم المادة من خلال مركز الاتصال المادي الروحي، ويقوم بدمجها مع المعلومات الواردة إليه من عالم الروح عبر الحواس الافتراضية.

وفي نهاية المطاف نخرج بأفكار جديدة تخزن في مساحات التخزين، وقرارات تترجم من خلال مركز الاتصال بين الروح والمادة إلى ما يشبه سيناريوهات أفعال يتسلمها الدماغ المادي، ويحولها إلى واقع ملموس في المستوى المادي من خلال تأثيره وتحكمه في الحواس والأجهزة العضوية.

تمتلئ كتب الطب بالحديث عن الدماغ والحواس العضوية، ولكن السؤال هنا هو: ماذا عن المنظومة الفكرية والحواس الافتراضية؟

المنظومة الفكرية..

إن واحدة من أعظم النعم على الإنسان هي قدرته على إدراك ذاته.. هذه النعمة التي تجعله قادراً على تحليل هذه الذات وفهمها، وإصلاح عيوبها وتحسين أدائها، وتوجيهها نحو الأفضل؛ وكل ذلك يحدث من خلال المنظومة الفكرية لدى الإنسان.

في أبسط تعريفاتها فإن المنظومة الفكرية هي ذلك الشيء غير الملموس داخل الإنسان، والذي يكون من خلاله أفكاره، وآراءه؛ وإدراكه عن ذاته، وعن الآخرين، وعن العالم من حوله؛ وتحدد له كذلك سلوكه في التفاعل مع هذا العالم؛ ويصح القول أنها المصطلح المرادف الأكثر تفصيلاً لكلمة العقل بمفهومها الشامل؛ فهي المحرك الحقيقي للإنسان، تقرر ما يُقال ويُفعل. وهي أيضاً التي تشكل لديه مفهوم وجوده، وتكون له تلك الصورة عن ذاته، كما تعكس له في نفس الوقت صورةً ما عن محيطه؛ فمن خلالها يتكون لدى الإنسان إدراكه للحياة، ولنفسه، وللوجود حوله بما فيه من شخوص، وجماد، وكائنات حية؛ وأيضاً إدراكه للمفاهيم والشخوص المعنوية.

إن مفهوم المنظومة الفكرية هو في حد ذاته مفهوم افتراضي تخيلي، إذ لا يمكن الإمساك بها في العالم المادي؛ ولكن جميع المعطيات تؤكد وجودها.. مثلها مثل الكثير من المفاهيم الافتراضية كالأعداد التخيلية⁽¹⁾ في الرياضيات، ومفهوم العقل الباطن في علم النفس، وغيرها الكثير من المفاهيم الافتراضية المشابهة؛ والتي تستمد وجودها في الأصل من الحاجة إليها كافتراضات، أو مفاهيم غير ملموسة مادياً لتفسير ظواهر أخرى ملموسة في العالم المادي.

(1) الأعداد التي تحوي جذوراً لقيم سالبة مثل $\sqrt{-1}$

إلا أن ما قد يميز مفهوم المنظومة الفكرية كذلك، أنها تستمد وجودها أيضاً من حقيقة وجود الروح البشرية العاقلة بشكل ما، وإن كان غير معروف الكيفية.

إن عملية التفكير التي يقوم بها العقل البشري، تتم من خلال مجموعة متكاملة من العمليات والوظائف، والتي يصعب أن يتم تحديد أي ترتيب دقيق لها؛ فمعظمها تتم بالتوازي في نفس الوقت بمقادير مختلفة، حسب طبيعة الموقف والظرف الذي يتم التعامل معه.

وكما أسلفنا.. فإن كل عملية تتم بشكلين وفي مستويين مختلفين في ذات الوقت.. أحدهما مادي أولي؛ يتم خارج المنظومة الفكرية في المكونات المادية، على شكل تفاعلات كيميائية، وإشارات عصبية تخضع لقوانين الفيزياء في الدماغ والأعصاب؛ ويمكن فيه من الناحية النظرية على الأقل وصف العملية ومراقبتها بشكل مادي ملموس.

أما المستوى الآخر فهو المستوى التخيلي المركب؛ والذي يتم داخل المنظومة الفكرية، وبشكل غير ملموس مادياً.. وهو ما يهمنا الحديث عنه هنا.

وبالتالي فإنه وبشكل مشابه للفصل بين المكونات المادية للحاسب الآلي، وبين منظومة البرامج التي تديره؛ فإن من الضروري أن نفصل في أذهاننا بين مفهوم المنظومة الفكرية كوحدة قائمة بذاتها، وكائنة في مستوى افتراضي غير موجود فيزيائياً؛ وبين منظومة التفكير المادية المرتبطة بالتفاعلات الفيزيائية، والكيميائية، والعصبية التي تحدث في الدماغ البشري. إن فهماً عميقاً لطبيعة المنظومة الفكرية يتطلب بشكل ما تصور وجود ما أسميه بالحواس العليا، أو الحواس الافتراضية، أو الحواس المعنوية؛ وكلها تسميات ذات دلالة واحدة هنا.

الحواس العليا (الافتراضية) ..

نتعلم من الصغر أن الإنسان يمتلك خمسة حواس، ونسمع كثيراً عن الحاسة السادسة؛ ولكن الحقيقة أن الحواس أكثر من ذلك في عُرف المختصين.

فبعضهم يُعدها تسعاً، وبعضهم يتبنى تعريفات أكثر مرونة لمفهوم الحاسة، فتتراوح الحواس عندهم ما بين أحد عشر إلى حوالي واحد وعشرين حاسة^(١)؛ من أبرزها حواس التوازن، والحرارة، والألم، والجوع، والعطش، والحاجة للإخراج، وإدراك حركة الجسم، والزمن، وبعض الحواس الأخرى المرتبطة بالتوازن الكيميائي في الجسم مثل مستوى بعض المركبات في الدم. ❖ ٢-أ ❖

وباستثناء ما يعرف بالحاسة السادسة المتعلقة بالتخاطر والأحاسيس، فإن جميع الحواس المذكورة أعلاه، تدخل في نطاق ما يسمى الحواس العضوية أو المادية؛ فقد تم التعرف بشكل عام على الآلية العضوية لعملها في جسم الإنسان، وكذلك الأعضاء والمركبات المسؤولة عنها، وأيضاً وسائل علاج بعض أنواع الخلل فيها.

وفي حين ما تزال الحاسة السادسة غامضة بعض الشيء، إلا أن البحث العلمي يسير نحو إثبات علاقة ما لها بالغدة النخامية؛ ومع ذلك فإن جزءاً فقط من هذه الحاسة السادسة عضوي، ويرتبط هذا الجزء ارتباطاً وثيقاً بمكون آخر لها، يجب تضمينه ضمن نوع جديد من الحواس الافتراضية غير العضوية.

وكما قلنا عن المنظومة الفكرية.. فإن مفهوم الحواس الافتراضية هو في حد ذاته مفهوم تخيلي، حيث لا يمكن إخضاع هذه الحواس في العالم المادي للملاحظة

(١) لمزيد من المعلومات عن هذه الحواس يمكنك البحث في موسوعة ويكيبيديا الإلكترونية على الإنترنت.

بشكل مباشر؛ ولكن المؤشرات والمعطيات في عالم المادة تقودنا إلى وجودها بشكل ما في مستوى افتراضي فوق المستوى المادي، ولذلك نسميها بالحواس العليا.

هناك العديد من الحواس الافتراضية، وقد يحدث خلافٌ حول تصنيفاتها؛ ولكن المهم هو إدراك لب الموضوع الكامن وراء كل منها.. بغض النظر عن الاختلافات الشكلية في تصنيفها ووصفها؛ وسنركز الآن على خمسة منها وهي: حاسة الضمير، وحاسة إدراك الذات، وحاسة المشاعر، وحاسة الطلب، وحاسة المعاناة واللذة.

حاسة الضمير..

تقول الأديبة السويسرية مدام دي ستال "إن صوت الضمير رقيق جداً لدرجة يسهل معها إخماده، لكنه أيضاً واضح بدرجة يستحيل معها أن نخطئه"⁽¹⁾، إن حاسة الضمير واحدة من أهم مصادر المعلومات للمنظومة الفكرية، وفي الوقت الذي تكون حاسة الضمير فيه مسؤولة عن سماع هذا الصوت الرقيق، يكون دور المنظومة الفكرية هنا هو تقرير الاستجابة له أو إخماده.

إن لهذه الحاسة دورين أساسيين: أولهما الاستماع إلى صوت الضمير حين يريد أن يتكلم، ونقل محتوى رسالته إلى المنظومة الفكرية؛ أما الثاني فهو التمييز بين المصادر المختلفة لصوت الضمير؛ فصوت الضمير ليس ناتجاً عن ضميرٍ واحدٍ كما يظن الكثيرون، بل إن هناك ثلاثة ضمائر مختلفة لدى كل منا. أول هذه الضمائر هو الضمير الأصلي الفطري، وهناك اثنان آخران يتكونان تلقائياً مع الوقت، ومع الظروف المختلفة التي يمر بها الإنسان.. ويحاول كل منهما محاكاة صوت الضمير الفطري.

(1) آن لويز جيرمين دي ستال-هولشتاين (1766-1817) أديبة سويسرية قضت جزءاً كبيراً من حياتها في فرنسا.

وكثير من المشاكل النفسية تنجم عن خلل في قدرة هذه الحاسة على التمييز بين هذه الأصوات الثلاثة، وكذلك عن الصراع الدائر بينهم داخل المنظومة الفكرية ذاتها.

إن المفهوم الشائع والأبسط لتعريف الضمير هو أنه ذلك الصوت الذي يلومك من داخلك حين تخطيء، وبكافئك بما يسمى عادة "راحة الضمير" حين يشعرك بالرضا والراحة بصمته، دون حاجة منك إلى إخماده عن قصد.

في الحقيقة لا يشعر الإنسان بالسعادة الحقيقية إلا إذا كانت الأصوات الثلاثة راضية، وهي حالة من النادر أن تحدث من تلقاء نفسها؛ إلا أنها تحدث باستمرار حين تكون المنظومة الفكرية ناضجة بما يكفي لأن تحقق العدالة بين هذه الأصوات الثلاثة.. فإن لم يحدث ذلك، فإن كل ضمير من الثلاثة يبدأ في توجيه اللوم والعتاب لك فيما يخص شعور كل منهم بأنك تخطيء أو تقصر فيه من وجهة نظره؛ ودعنا نلقي نظرة أقرب إلى كل منهم:

• الضمير الفطري

أول الضمائر والقادر منها على التمييز بين الخير والشر بشكل مطلق؛ ويولد مع الإنسان كفطرة كما يسميه الله تعالى في القرآن ﴿فَطَرَتِ اللَّهُ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا﴾^(١).

إنه صاحب الصوت الأكثر رقة، والأكثر وضوحاً وصفاً بين الضمائر الثلاثة؛ وهو ما ينطبق عليه الوصف الحقيقي للضمير كمرجعية مطلقة للفرد يحكم من خلالها على أفعاله ويوجهها.

(١) القرآن الكريم - سورة الروم - آية ٣٠

ورغم أنه حازم وواضح، إلا أنه متسامح رحيم يعطي لصاحبه مجالاً ومساحةً من الحرية لتصحيح الأخطاء؛ وكذلك للتكيف والموازنة بين الصواب المطلق، وبين الممكن على أرض الواقع؛ ورغم سهولة إخماده نسبياً، إلا أنه من المستحيل خداعه.

• الضمير الاجتماعي

يتكون لدى الفرد نتيجة التنشئة والتربية الاجتماعية ضمير جديدٌ مواز للضمير الفطري؛ حيث يتعلم الإنسان من تلك التربية مفاهيم الصواب والخطأ. وينشأ هذا الضمير نتيجة لمحاولة الاستجابة للمربين، والمعلمين، وللمجتمع، والبيئة المحيطة إجمالاً؛ بحيث يحاول الاستجابة بشكل يكفل له الحصول على القبول والرضا منهم.

ونظراً لأن هذا الضمير يستمد مفهومه للصواب والخطأ من المكون الاجتماعي الذي ينتمي إليه، أو يحاول على الأقل الانتماء إليه؛ فإن ما يقوله هذا الضمير يتفاوت من مجتمع لآخر؛ فما يعد جريمة في مجتمع ما، ربما عدُّ بطولية أو فضيلة أو أمراً عادياً في مجتمع آخر؛ وربما كان الفرق في النظرة بين المجتمعات الشرقية والغربية للعلاقات الجنسية قبل الزواج مثلاً واضحاً على مثل هذا التفاوت.

والطريف أن هذا الضمير بحد ذاته قادر على التكاثر بالانقسام إن صح التشبيه.. بحيث تتكون منه نسخ متعددة تمثل أو تتفق مع توجهات مجموعات مختلفة؛ وقد تكون هذه المجموعات متناسقة في إطار واحد، أو قد تكون متعارضة فيما بينها؛ وحينها يتسبب ذلك في حدوث صراعات بين هذه الضمائر الفرعية بحد ذاتها. فهناك مثلاً الضمير الاجتماعي المتكون عن تربية الأهل، والآخري المتكون من عظات وأنشطة دار العبادة، وثالث كونه الصحبة والرفقاء، وربما رابعٌ يتكون نتيجة إدراك أشمل لرغبات المجتمع ككل، من خلال وسائل الإعلام على سبيل المثال، وهلمَّ جراً..

إن هذا الضمير صوته أكثر علواً وإثارة للضجيج، وأكثر قسوة من الضمير الفطري؛ ولكن آراءه قابلة للتغيير مع الوقت بشكل إرادي نابع من الداخل؛ أو تحت تأثير عوامل خارجية مثل البيئة المحيطة، ووسائل الإعلام، والشخصيات القيادية المؤثرة في حياة الإنسان أو ما نسميه القدوة.

وكما أنه أحياناً يكون ضعيفاً سريع الاهتزاز، سهل الخداع والتطويع في تعريفه للصواب والخطأ أمام المغريات؛ فإنه أيضاً في أحيان أخرى يكون قوياً عنيداً وقاسياً بلا رحمة.. خصوصاً حين تكون النشأة في بيئة متمتة شديدة المحافظة؛ وتصل هذه القسوة لدرجة أنه يكون أحياناً حائلاً لا إرادياً بين الفرد وتحقيق رغباته المشروعة، نتيجة خلل في التمييز بين ما هو مشروع وما هو غير مشروع؛ وفي مثل هذه الحالة يُعزى إليه التسبب بالكثير من المشاكل النفسية الخطيرة.

• ضمير الأنا

مع بداية محاولة الفرد للتحكم في رغباته المادية والمعنوية مدفوعاً بما يمليه عليه الضميران الآخران، تتكون لديه ردة فعل على شكل ضمير ثالث يدافع عن حقه في تلبية هذه الرغبات بشكل ما. يشتق ضمير الأنا مفهومه للصواب والخطأ من واقع عبارة أساسية مفادها "أنا أحتاج...، وهذا حقي...".

ويظهر على شكل صوت جديد يتقمص صوت الضمير محامياً عن الذات. إنه ذلك الوحش الذي يظل أعلى الضمائر صوتاً، والأكثر حدة دون منازع. ومع التعرض لحالات الظلم أو الاضطهاد، يقوى هذا الضمير بشكل مضاعف ومبالغ فيه كرد فعل للدفاع عن كينونة الفرد وذاته؛ ويصبح مدافعاً ومبرراً للأخطاء التي يرتكبها المرء؛ ذو صوت قوي ولكن ظهوره متقطع؛ فهو ما يلبث أن يخمد مع خمود نار الغضب.

ولكن متى اشتدت أو استمرت حالات الاضطهاد، والظلم، والصدمات العاطفية.. فإنه يبدأ باكتساب القدرة الكافية للاستمرار وفرض السيطرة، وازدياد قوة الصوت وعلوه، وتعاضم حدة نبرته.

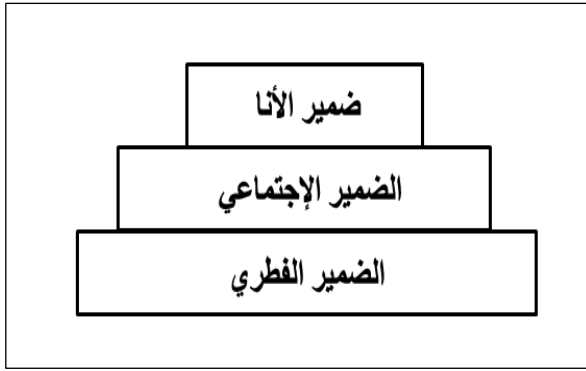
المميز في هذا الضمير هو قدرته الفائقة على الخداع؛ خصوصاً مع اشتداد حالات الضغط أو الاضطهاد، أو حالات الإغراء؛ وما يلبث الإنسان حينها زمناً حتى يُدمن دور الضحية، ويزداد التبرير والخداع للذات تحت بند الدفاع عنها.

ولكن الحقيقة أنه ليست كل المبررات التي يقدمها خاطئة؛ فأحياناً يكون على حق، ويكون وجوده هو الحائل دون تغول الضمير الاجتماعي والتهامه للفرد، تاركاً إياه ضعيفاً مهزوماً أمام رغبات المجموعة، أو أمام المثاليات التي يعجز عن تطبيقها في أرض الواقع، أو ضمن إطار ظروفه الشخصية.

يمكنك النظر إلى هذه الضمائر الثلاثة على النحو المبين بالشكل أدناه (أ) حيث يرقد الضمير الفطري بالأسفل بجذور ثابتة، ثم يليه الضمير الاجتماعي الذي يتكون لاحقاً، ثم أخيراً ضمير الأنا والذي يتكون غالباً في النهاية.

ولأن ضمير الأنا هو الأقرب للسطح، فإنه عادة ما يكون غير مكبوت، وصاحب الصوت الأعلى بالطبيعة؛ والعكس صحيح بالنسبة للضمير الفطري في المقابل.

لكن ظروف التنشئة المختلفة، أو حتى ظروف الحياة اليومية المعتادة، قد تغير من هذا الترتيب بشكل أو بآخر؛ فقد يتغول الضمير الاجتماعي ويصبح هو الأعلى، وقد تتداخل الضمائر الثلاثة فيما بينهما في تركيبات متعددة ومختلفة ^{٢-ب} ^{٢-ب}.



(أ) ضمائر الإنسان الثلاثة

في كتابه الشهير^(١) تحدث ستيفن كوفي عما أسماه نقطة الارتكاز، وكيف أنها يجب أن تكون عند المبادئ كمرجع أساسي يكفل الارتكاز عليها نوعاً من الاستقرار والثبات؛ وذلك بدلاً من الارتكاز على المتغيرات المادية المختلفة في حياتنا. ولكي يحدث ذلك الارتكاز عند المبادئ بنجاح، فهناك ضرورة لإعادة ترتيب الضمائر الثلاثة بشكل جديد كما يوضحه الشكل (ب) أدناه؛ حيث يتوسع الضمير الفطري ليحتوي كلاً من الضميرين الآخرين دون أن يلغيهما؛ وهذا تحديداً من مهام المنظومة الفكرية.

إن وظيفة حاسة الضمير، تقتصر على النقل والتمييز، ويأتي بعدها دور المنظومة الفكرية في الموازنة بين هذه الأصوات واتخاذ القرارات؛ وكلما كانت المنظومة الفكرية أكثر نضجاً وحكمة، كلما كانت أكثر قدرة على اتخاذ القرارات بشكل متوازن يرضي جميع الأصوات بالعدل. وغالباً ما يكون ذلك تبني رأي الضمير الفطري، مع الأخذ في الاعتبار رؤية كلا الضميرين الآخرين.

(١) العادات السبع للناس الأكثر فعالية - ستيفن ر. كوفي.



(ب) ترتيب الضمانر الثلاثة في ظل المنظومة الفكرية الحكيمة

إن وجود هذه الضمانر الثلاثة في حد ذاته أمر جيد، لأن كل منها يتبنى وجهة نظر طرف مختلف؛ فالأول يدافع عن الحق بشكله المطلق المجرد؛ ويدافع الثاني عن حق المجتمع أو المجموعة في وجود فرد متجانس مع مكوناتها، وكذلك حق الفرد بالشعور بأنه مقبول فيها؛ في حين يدافع الثالث عن حق الفرد ذاته في الاستقلال بكيونته، وتميزه، وحقه في تلبية رغباته الفطرية.

إن ما يسمى بالنفس البشرية في المعتقدات الدينية، وكذلك مفهوم النفس في مصطلحات علم النفس الفرويدية^(١)، والتي تم تقسيمها إلى الأقسام الثلاثة الشهيرة^(٢). كلا المفهومين في النهاية^(٣) محصلة لتفاعل حاسة الضمير مع المنظومة الفكرية، وأيضاً مع حاسة أخرى جديدة هنا يمكن أن نسميها حاسة إدراك الذات.

(١) نسبة إلى سيجموند فرويد - طبيب أعصاب نمساوي (١٨٥٦ - ١٩٣٩) وضع عدداً من النظريات التي اعتبرت فيما بعد أساساً لعلم النفس التحليلي على الرغم مما تثيره من جدل، ولا اقتنع أنا شخصياً بها.

(٢) الهو، الأنا، الأنا العليا Super-ego، Ego، Id

(٣) يجب الانتباه هنا إلى عدم الخلط بين مفهوم النفس الديني ومفهوم فرويد لها، فالأولى كما ذكرت في القرآن الكريم على الأقل، تتناول النفس بمفهومها الواعي دائماً، وكل الأنواع المذكورة منها في القرآن أنواع واعية، في حين ينظر فرويد للنفس من زاوية أخرى تصنف فيها النفس إلى جانب قيمها بمدى وعيها أيضاً وارتباطها بالعقلين الواعي والباطن.

فضمير الأنا هو الضمير الأكثر غلبة فيما يسمى بالنفس الأمارة بالسوء^(١)، وفيما يسميه فرويد بالهو^(٢) (الغريزة) .

في حين يكون الضمير الفطري صاحب الكلمة العليا في ما أسماه فرويد الأنا العليا^(٣) (الأخلاقية)، والمرجع فيما اعتبره القرآن تزكية النفس^(٤) من خلال مراجعتها دوماً لذاتها كما أسميت في القرآن حين تلعب هذا الدور بالنفس اللوامة^(٥)؛

ويتشارك الثلاثة في تكوين ما سماه فرويد الأنا^(٦) (المعتدلة)، والتي تكون في أحسن حالاتها في ظل المنظومة الفكرية الحكيمة مشكلة ما أسماه القرآن الكريم بالنفس المطمئنة^(٧).

إن الاهتمام بحاسة الضمير، وتنميتها، وتوجيهها بالشكل السليم لتنقل لنا بوضوح ما تقوله الضمائر الثلاثة في كل لحظة؛ دون أن تخلط بينهم.. هو أمر أساسي وضروري لإحداث التوازن الذي نسعى لتحقيقه في حياتنا بين عالمي الروح والمادة.

(١) ﴿إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ﴾ القرآن الكريم - سورة يوسف - آية ٥٣

Id (٢)

Super-ego (٣)

(٤) ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ رَكَبَهَا﴾ القرآن الكريم - سورة الشمس - آية ٩

(٥) ﴿وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ﴾ القرآن الكريم - سورة القيامة - آية ٢

Ego (٦)

(٧) ﴿يَتَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ * أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً﴾ القرآن الكريم - سورة الفجر - آيات ٢٧، ٢٨

حاسة إدراك الذات..

إن مما يتفرد به الإنسان عن بقية المخلوقات على وجه الأرض قدرته على إدراك ذاته ووجوده. إن الكيفية التي يتم بها ذلك ما تزال عملية غامضة مبهمة، لأنها على ما يبدو خاصة مميزة للروح البشرية، بعيداً عن وجوده العضوي المادي. إن هذه الحاسة هي التي تُمكن الإنسان حين يخلد للتأمل الهادئ من التمييز بين نفسه وبين جسده، وتمكنه من الوصول إلى تلك الحالة الفاصلة التي يشعر فيها أنها مستقل عن جسده، وأن هذا الجسد هو مجرد وعاء يحتويه.

يغلب على ظني أن هذه الخاصية موجودة لدى جميع الكائنات الحية^(١) بشكل بدائي في الغالب، ولكنه واعٍ بدرجات مختلفة؛ ولكن ما يميزها بالتأكيد لدى الإنسان، هو ذلك الإدراك العاقل والواعي لها من خلال حاسة إدراك الذات. إن أهمية هذه الحاسة تكمن في أنها طوال الوقت تزود المنظومة الفكرية بالمؤشرات اللازمة لتدرك هدفها وطريقها في كل لحظة نحو تحقيق الهدف من وجود هذه الذات^{٢-ج}.

وهي أيضاً التي تمكن الإنسان من إدراك استقلاله عن الآخرين، وعن كل مكونات هذا الكون العظيم الأخرى؛ وتكوّن لديه فكرة الأنا (مأخوذة من كلمة أنا) من خلال المؤشرات التي تنقلها إلى منظومته الفكرية، وتخرجه من إطار التفكير ضمن القطيع أو

(١) حقيقة يستحيل الجزم بذلك عملياً لانعدام وسيلة الاختبار، حيث لا يمكننا تقمص دور حشرة أو حيوان مثلاً بشكل كامل، كما لا توجد وسيلة تخبرنا على وجه الدقة، وبشكل مؤكد عن ماهية الإدراك الروحي والعقلي لدى هذه الكائنات. ولكن بعض النصوص الدينية كقصة النملة والهدهد في القرآن الكريم، وبعض الروايات المتواترة عن الرسل صلوات الله عليهم من أن بعضهم كان يفهم بشكل خارق للعادة لغات وأحاديث هذه الكائنات، كل ذلك يزودنا بسبب كافٍ لهذا الاعتقاد بوجود نوع من أنواع إدراك الذات لدى هذه الكائنات.

المجموعة إلى التفكير المستقل وإثبات الوجود؛ وربما كانت أحد المصادر التي تزود حاسة الضمير بمستلزمات تكوين ضمير الأنا. ومن تفاعل حاسة إدراك الذات مع المنظومة الفكرية ينبع أيضاً مصطلح (تحقيق الذات)؛ ويتشكل لدينا أيضاً الدافع لعملية تغيير الذات أو تطويرها.

كما تساعد هذه الحاسة المنظومة الفكرية على إدراك حدوث ذلك التغيير، من خلال الإدراك الكلي للذات. وبكل هذا؛ فإن هذه الحاسة تشكل أيضاً جزءاً رئيسياً مهماً من مكونات ما أصطلح على تسميته في علم النفس بالعقل الباطن.

حاسة المشاعر..

يتبقى لدينا هنا ذلك الجزء الافتراضي غير الملموس مادياً من الحاسة السادسة، والذي أسميه حاسة المشاعر.

إن هذه الحاسة تقوم باستقبال كافة أنواع المشاعر والأحاسيس المعنوية؛ والتي لا تشمل فقط المشاعر البسيطة المعتادة في كتب الأدب كالحب، والكراهية، والإحساس بالخطر، والمتعة، و..و. إلخ؛ بل تشمل أيضاً كل أنواع الأحاسيس والمشاعر المركبة، التي لا يعرف المصدر المادي لها تحديداً، ويصفها بتعمق الباحثون في مجال الحاسة السادسة مثل: حالات التخاطر، والتنبؤ غير المقصود، والإلهام، وكل مصادر المعلومات والأحاسيس المعنوية التي يشار إليها عادة في الكتب بمصطلح الروحانيات أو ما وراء الطبيعة⁽¹⁾.

(1) Paranormal

حاسة الطلب..

عند حدوث مشكلة ما، سواء كانت مادية أو معنوية تحتاج إلى استجابة من المنظومة الفكرية، يظهر دور حاسة افتراضية أخرى هي حاسة الطلب. ويكمن الدور الرئيسي لهذه الحاسة في إدراك وجود مشكلة تحتاج إلى حل، أو طلب يحتاج إلى استجابة، أو سؤال يحتاج إلى جواب، أو حاجة عضوية أو معنوية تحتاج إلى تلبية؛ حيث تقوم هذه الحاسة باستقبال المؤشرات التي تعبر عن ذلك وتتولى صياغتها بالشكل المناسب، ثم إرسالها إلى المنظومة الفكرية وتحفيزها على الرد والاستجابة.

حاسة المعاناة واللذة..

تتطفل هذه الحاسة على حاسة المشاعر، وتسترقق السمع لإشاراتها، وتحللها.. وحين تستشعر المشاعر السلبية فإنها تميز وجود معاناة نفسية، فترسل إلى المنظومة الفكرية مضيئة المصباح الأحمر بداخلها، معلنة حالة التأهب والاستنفار لمواجهة هذه المعاناة.

وفي المقابل، فحين تلمس هذه الحاسة وجود المشاعر الإيجابية فإنها تحلل الموقف على أنه لذة ومنتعة، وترسل إشاراتها للمنظومة الفكرية لتحفزها على التفاعل الإيجابي المتناسب مع هذه اللذة. أحياناً تتزامن المشاعر السلبية والإيجابية في نفس الوقت، وتحار حينها هذه الحاسة في تحديد الحالة؛ فترسل كلا الإشارتين إلى المنظومة الفكرية، تاركة لها مهمة الربط، والتحليل، والتقييم للوضع، وتحديد الموقف منه.

والآن.. وبعد أن رسمنا تصوراً أكثر عمقاً لمنظومتنا الفكرية وعلاقتها بعالمي الروح والمادة، دعنا ننتقل إلى فهم أعمق لطاقتنا الذاتية التي نحصل عليها من تفاعل المكون المادي والروحي لدينا؛ وكيفية إدارة تلك الطاقة لتحقيق الفعالية في حياتنا اليومية.

ولكن لعلك ترغب في أن تحاول أولاً في بعض من لحظات الهدوء والاسترخاء.. أن تتعرف على حواسك غير العضوية عملياً، وتحاول تمييز صوتها بداخلك.

إن تكرار هذه التجربة من وقت لآخر سيكون له فوائد رائعة، وآثار كبيرة على حياتك ستلمسها بنفسك. فإدراكنا لهذه الحواس الافتراضية، وللدور الذي تلعبه في تشكيل أفكارنا والتأثير عليها.. ينبهنا لأهمية المكون الذي تنمو وتزدهر فيه هذه الحواس.

لقد كان هناك سبب مهمٌ دعائي إلى قليل من الإسهاب في الحديث عن المنظومة الفكرية... فالإدراك جوار أهمية إدراكك للمكونات الأساسية لها، وتكوين فكرة عامة لديك عن كيفية عملها (وهو ما ستعرض له بتفصيل أكبر لاحقاً)، إلى جوار ذلك فإن إدراكنا أن الأطراف الأكثر حسماً وأهمية في عملية التفكير تقع في المستوى الروحي، يجعلنا نستشعر وجود ذلك الكائن الروحي بداخلنا.. فنذكر دوماً أنه لكي يستمر على قيد الحياة، فإنه يحتاج إلى التغذية المناسبة، وهي بالدرجة الأولى تغذية روحية..

الإدارة الفعّالة للطاقة الذاتية..

إن نشاط كلا المكونين المادي والروحي يتغير بمرور الوقت صعوداً وهبوطاً طبقاً للظروف المحيطة، وكذلك طبيعة الأنشطة التي نقوم بها. وبالتأكيد فإنه أيضاً شديد الحساسية والتغير تبعاً لمقدار الصحة والعافية والتي يتمتع بها كلٌ من المكونين؛ وهنا تتجلى أهمية الصيانة الدورية للمكون المادي، وعملية إعادة الشحن للمكون الروحي، في الحفاظ على مستوى عالٍ من الفعّالية.

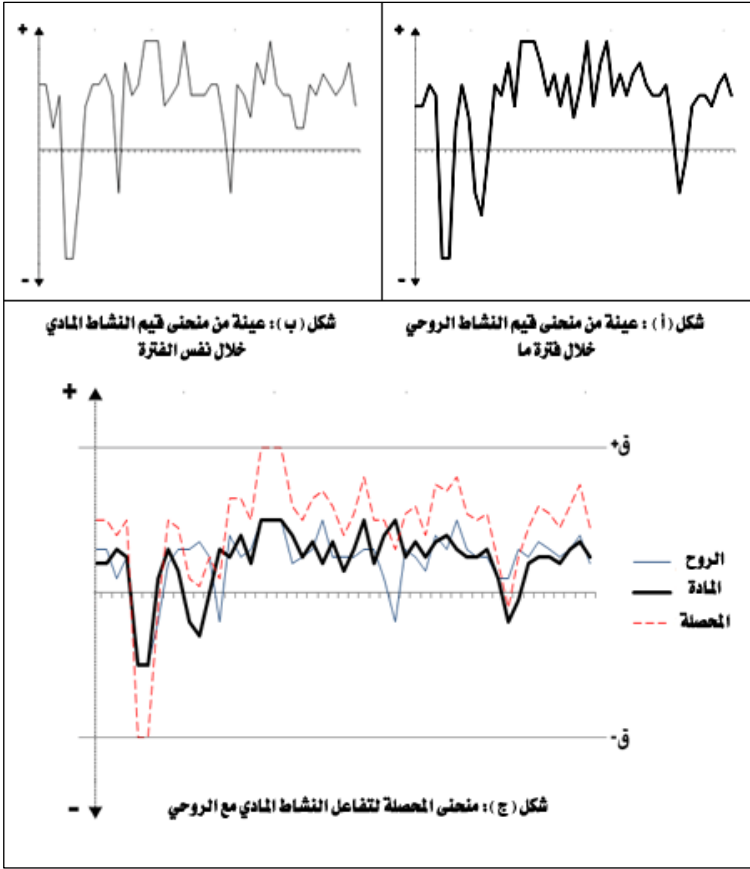
إلا أن ذلك النشاط يتغير أيضاً استجابة لأفكارنا الداخلية.. ولذلك فإن هناك بعض الأفكار المهمة التي تساعدنا على أداء هذه المهمة، ودعنا نسميها قوانين الإدارة الفعّالة للطاقة الذاتية.

الطاقة الذاتية..

إن محصلة جمع مستوى نشاط المكون المادي مع مستوى النشاط الروحي هي التي تحدد مقدار الفاعلية التي تتحقق لنا في الحياة اليومية؛ وكذلك مقدار القدرة التي تتمتع بها المنظومة الفكرية على القيام بوظائفها المختلفة بشكل فعّال؛ وإجمالاً مقدار الطاقة الذاتية التي نمتلكها للأداء في حياتنا اليومية.

للتبسيط يمكننا تمثيل⁽¹⁾ مستوى النشاط لكل من الروح والمادة بخط بياني كما هو موضح بالشكل التالي (أ، ب).

(1) إن التمثيل بمنحنى بياني رياضي هنا هو على سبيل التشبيه والإيضاح، وليس من باب الدقة أو تطبيق القوانين الرياضية.



تفاعل النشاط المادي مع الروحي

إن الحديث عن توازي العالمين، وعن محصلة الجمع بينهما يمكن تمثيله بضم الرسمين في مخطط واحد الشكل (ج)؛ حيث يبدو لنا في البداية التداخل بينهما عشوائياً غير واضح المعالم، وكأنهما موجتان منفصلتان تختلطان عشوائياً.

ولكن عند رسم منحني ثالث (المتقطع) يمثل محصلة الجمع، نكون بصدد صورة مختلفة وواضحة عن طبيعة التفاعل بينهما.

ففي الشكلين (أ، ب) يمكنك أن تميز النقاط التي يبلغ فيها كل من النشاطين مستوياته القصوى والدنيا؛ أما في الشكل (ج) فيمكنك ملاحظة التزامن بين بعض هذه النقاط؛ حيث تتزامن بعضها عند أقصى نشاط إيجابي طبيعي، وبعضها الآخر بالعكس عند أقصى مستوى سلبي طبيعي.

كما يمكنك أن ترى المحصلة، والتي تمثل حاصل الجمع لقدرتنا المادية^(١) مع قدرتنا الروحية؛ وبذلك فإنها تمثل مقدار الطاقة الكلية التي نمتلكها، أو كمية الأداء والفعل، أو الإنجاز الحقيقي الذي يمكننا القيام به؛ سواء في العمل أو في مختلف شؤون الحياة.

ويمكنك أن تتخيل كيف تكون الأوضاع حين نكون في المستوى (ق+) حيث أقصى قدرة مادية وروحية اعتيادية لدينا؛ وأيضاً من السهل أن نتصور الأوضاع المعاكسة عند المستوى (ق-) حيث أدنى المستويات الاعتيادية الممكنة من القدرة المادية والروحية.

الطاقة الكامنة..

إلى جوار الطاقة الذاتية المعتادة، يشكل تفاعل الروح مع المادة بداخلنا نوعاً من الطاقة الكامنة، تبدو كخليط من الطاقة الروحية والمادية المخزونة بداخلنا؛ والتي لا تستخدم أو تخرج إلى حيز الإدراك في الظروف الطبيعية المعتادة؛ ولكنها تنفجر في الظروف الاستثنائية، لتؤثر على إجمالي محصلة الطاقة لدينا بشكل واضح.

(١) القدرة المادية تشمل كل ما يتعلق بالعالم المادي بداية بالعامل الصحي وهو الأهم، ثم جميع الوسائل المادية المساعدة كالظروف المالية وغيرها.

إن طبيعة هذا التأثير تعتمد على طبيعة هذا الانفجار، والتي تتخذ شكلاً إيجابياً حيناً وشكلاً سلبياً في حين آخر. فحين يكون اندفاع هذه الطاقة في الاتجاه السلبي يتشكل ما يشبه الثقب الأسود في منظومة الطاقة لدينا، إذ تجذب طاقتنا الذاتية معها ليس إلى القاع فقط، وإنما إلى مستويات متطرفة في الهبوط أكثر من ذلك بكثير؛ وتظهر تداعياتها على شكل حالات اكتئاب شديدة، وعجز معنوي ومادي. وفي المقابل، فإن حصيلة استثنائية تضاف إلى حصيلة الطاقة الذاتية لدينا حين تندفع هذه الطاقة الكامنة في الاتجاه الإيجابي؛ حيث تفقز محصلة الأداء في هذه الحالة إلى عدة أضعاف، متخطية الطاقة القصوى الطبيعية المعتادة؛ وتحدث من خلالها الإنجازات العظيمة، بل وأحياناً ما يمكن أن نسميه تجاوزاً بالمعجزات.



الطاقة الكامنة في شكلها السلبي والإيجابي

رغم بقاء تأثير العوامل المادية بكل تأكيد؛ فإن العوامل التي تحدد اتجاه هذا الانفجار أغلبها روحية، وهذا في حد ذاته سببٌ كافي لإيلاء الجانب الروحي لدينا اهتماماً خاصاً.

إلا أن الجدير بالذكر هنا.. هو أن خروج هذه الطاقة أو عدمه من حيث المبدأ؛ وكذلك تحديد اتجاه اندفاعها؛ يمكن أن يخضع لإرادتنا وتوجيهنا الواعي، بقليل من الممارسة والفهم والحكمة، وهنا يلعب مدى تطور منظومتنا الفكرية دوراً أساسياً في هذا السياق.

إن هذه الطاقة الكامنة يمكن أن تخرج في شكلها الإيجابي أو السلبي بمجرد حدوث تغيير حاد في مستوى الطاقة الروحية أو المادية أو كلاهما؛ سواء كان التغيير صعوداً حاداً، أو هبوطاً حاداً.

إذ يسبب ذلك التغير الحاد زلزالاً بداخلنا يغير من موقع نقطة الصفر إن صح الوصف^(١)؛ وتتغير معها مستويات القمة والقاع أيضاً، بحيث تنفجر هذه الطاقات الكامنة عند مستويات تختلف عن المعتاد، فالأمر كله عملية نسبية. ويمكن أيضاً أن تخرج هذه الطاقة في حالات الخطر والغضب؛ كما يمكننا أن نخرجها إرادياً عند الضرورة لإنجاز المهام الشاقة أو شبه المستحيلة.

وقد تخرج هذه الطاقة عند تزامن القمم مثلاً؛ فتزامن قمة روحية موجبة مع قمة مادية موجبة مثلها، قد يؤدي إلى انفجار هذه الطاقة الكامنة في شكلها الإيجابي؛ والعكس صحيح أيضاً عند القيعان السالبة.

(١) حالة الصفر هنا حالة نظرية افتراضية أكثر منها حالة واقعية، حيث أنه عملياً لا وجود لهذه الحالة بشكل حقيقي إلا في حالة الموت. فحتى في حالة النوم فإن هناك طاقات تستهلك، وإنجازات تتحقق في عالم اللاوعي لدينا، وكذلك في أجسادنا المادية نفسها. ولكننا نفترض وجود هذه الحالة نظرياً هنا، لتكون مرجعاً يمكن القياس بالنسبة له.

وحين تلعب الإرادة الواعية دورها.. فإنه قد يحدث العكس تماماً عند تزامن القيعان السالبة، فتكون تلك الإرادة سبباً في انفجار الطاقة الكامنة في شكلها الإيجابي عند نقطة الحضيض بدلاً من الشكل السلبي. ويمكن الحديث عن العكس أيضاً في حالة القمم الإيجابية؛ ورغم أنه قد يكون محل استغراب أن نتمتع بإخراج الطاقة الكامنة في شكلها السالب ونحن في القمة الموجبة، ولكن ذلك له بعض التطبيقات في التعاطي مع بعض الأمراض النفسية.

إن البقاء في المستوى الأقصى من الطاقة الكلية الناجم عن انطلاق الطاقة الكامنة، لا يدوم بطبيعة الحال إلا لفترة قصيرة.. فالظروف تتغير باستمرار، كما أن انتهاء الشحنة وضعف الطاقة هو أمر طبيعي جداً. فالإنجاز المضاعف يستهلك في النهاية كلا المكونين المادي والروحي بشكل أسرع كثيراً، مما يؤدي في النهاية بالضرورة إلى نزول مستوى طاقتنا مرة أخرى. أما إذا حدث واستمر الإنسان لسبب أو لآخر في هذا المستوى الأقصى لفترة طويلة، فإن ذلك يعقبه حالة انهيار لاحقة بسبب شدة الاستهلاك، وقد تصل بنا إلى القاع المعاكس.

في المقابل؛ فإن الاستمرار في القاع السالب لفترة طويلة يؤدي في النهاية إلى الانهيار الكامل والجنون، أو حتى الانتحار. حين يصل الإنسان الطبيعي إلى هذه النقطة ويبقى فيها لفترة قصيرة فإنه عادة ما تستثار فيه الرغبة الكامنة بالحياة بشكل تلقائي، وينطلق نداء الاستنفار العام جاذباً إياه صعوداً إلى مستويات أعلى أكثر أماناً؛ بغض النظر في هذه اللحظة عن كون هذا المستوى الأعلى ذو محصلة سلبية أو إيجابية.. فذلك يتحدد تبعاً لطبيعة الموقف، والظروف، وقوة الإرادة؛ وأحياناً يصل ذلك الاستنفار إلى الارتقاء بشكل حاد، وصولاً إلى المستوى المعاكس في القمة الإيجابية في بعض الحالات كما ذكرنا سابقاً.

إن البقاء في القمة أو القاع لبعض الوقت قد يحدث عرضاً من حين لآخر بشكل طبيعي، وذلك تحت تأثير بعض الظروف المحيطة. ولكن استمرار حدوث ذلك بشكل مزمّن ودائم، ولفترات طويلة؛ هو عرض وسبب في آن واحد لعدد من الأمراض النفسية التي تؤثر على مسار حياة الإنسان بشكل جدي؛ مثل حالات الهوس والاكتئاب المزمنة، واضطرابات ما بعد الصدمة، وحالات الاضطراب الوجداني ثنائي القطبية. سواء كان ذلك نتيجة طول البقاء في القمة أو القاع، أو نتيجة التقلب والانتقال الحاد المستمر بينهما.

ففي كل تلك الحالات يبدأ منحني المحصلة في تجاوز الحدود القصوى الممكنة التي يتحملها الإنسان في الظروف الطبيعية، ليصل إلى مستويات أكثر تطرفاً وخطورة.

إذا شَبَّهنا الأمر بقيادة السيارة.. فإن من الطبيعي أن تتغير سرعتك من نقطة إلى أخرى على طول الطريق ما بين البطء الشديد إلى السرعة الكبيرة؛ ولكن البقاء منطلقاً بأقصى سرعة يسمح بها المحرك لفترة طويلة، يفقد المكابح قدرتها على العمل تدريجياً؛ فتصبح منطلقاً بأقصى سرعة دون قدرة على التوقف..

وما ان تقابل منحدرات (تمثلها ظروف الاستثارة المختلفة في البيئة المحيطة) حتى تكتسب المركبة سرعات إضافية، دون أدنى قدرة على التحكم فيها.. ومع أول عائق تحتك به المركبة وهي بهذه السرعة الجنونية، فإنها تنقلب محدثة الكوارث، مهما كان ذلك العائق صغيراً.

إن سؤالاً منطقياً يطرح نفسه هنا: فإذا كان البقاء في أعلى المستويات عرضاً للأمراض النفسية وسبباً لها أيضاً؛ فما الذي يجب أن نفعله إذن؟

لنبتعد بالحديث عن نطاق التحليل والمتابعة للأمراض النفسية كونها خارج نطاق حديثنا هنا؛ ونتخطى بالتالي الحديث عن تفاصيل استمرار التذبذب بين القمة والقاع بشكل مستمر، أو الاستمرار لفترات طويلة عند القمة أو عند القاع؛ ولنقفز إلى الحديث عن كيفية تجنب الوصول إلى تلك المرحلة من البداية، مع الحفاظ على أعلى مستوى ممكن من الفعالية في حياتنا اليومية.

إن الإدارة الفعّالة للطاقة الذاتية هي الوسيلة لتحقيق ذلك، بحيث نبقى ضمن نطاق مستوى الحياة الطبيعية؛ والتي يحدث فيها باستمرار تذبذب معقول بين القيم السلبية والإيجابية، والوصول عَرَضاً إلى القمم بشكل عابر في بعض الأحيان، وفترات قصيرة فقط، وتحت تأثير ظروف معينة.

إدارة النشاط والطاقة..

بالرغم أنه يبدو أننا نتحدث عن مصطلحي الأنشطة والطاقة بالتبادل هنا، سواء كانا ماديان أو روحيان؛ إلا أن هناك فارقاً بينهما.. فالترادف حتى هذه اللحظة كان مبنياً على افتراض أن كل طاقة لدينا تترجم فوراً إلى نشاط. لكن الحال على أرض الواقع ليس كذلك، فأحياناً نمتلك الطاقة أو القدرة، ولكننا نستبقها ولا نحولها إلى أنشطة (أي لا نقوم بأنشطة تستهلك كل الطاقة المتاحة)، وكذلك فإننا أحياناً أخرى لا نمتلك الطاقة الكافية لأداء الأنشطة المطلوبة، فنقوم ببعض الأنشطة التي تغذي هذه الطاقة أو المقدرة.

إن التفريق بين القدرة على الفعل وبين الفعل ذاته، أو بين الطاقة والنشاط.. هو مفتاح سنستخدمه لتحسين مستوى تحكمننا في طاقاتنا وأنشطتنا، وزيادة فعاليتها، من أجل الوصول للتوازن المطلوب بين الجانبين الروحي والمادي في حياتنا.

إن القيام بأي نشاط يحتاج إلى الطاقة التي تدفعه، وتحركه، وتستهلك خلال القيام به. إن المصدر الرئيسي للحصول على هذه الطاقة، يأتي من التغذية المباشرة وغير المباشرة، والتي تحدث من خلال إجمالي الأنشطة التي نقوم بها للحفاظ على صحة كلا المكونين الروحي والمادي.

بعبارة أخرى.. فإن النشاط والطاقة يدوران في حلقة شبه مغلقة ومستمرة؛ حيث تولد الأنشطة الطاقة، وتستهلك أنشطة أخرى هذه الطاقة وهكذا دواليك. إن بعض الأنشطة تولد طاقات روحية بشكل مباشر وفوري، في حين تولد أنشطة أخرى طاقة روحية لا تظهر إلا بعد فترة من الوقت؛ وينطبق نفس الكلام على الأنشطة التي تولد الطاقة المادية.

إن التمييز بين النشاط والطاقة يعطينا مدخلاً للتحكم في مستوى أنشطتنا؛ فحين نستشعر انخفاضاً في مستوى شكل من أشكال الطاقة المادية أو الروحية، فإننا نستطيع رفعه من خلال ممارسة الأنشطة التي تولد الطاقة المناسبة بشكل فوري.

إننا نفعل ذلك في كثير من الأحيان حتى دون أن نشعر، كتناول الطعام حين نشعر بالجوع كمصدر مباشر للطاقة المادية، أو نبتسم لصديق، أو حتى شخص غريب لنحصل على بعض الطاقة الروحية بشكل سريع ومباشر.

إننا نمارس أيضاً أشكالاً أخرى من الأنشطة تشكل لدينا مخزوناً ينمو مع الوقت من الطاقة كأداء التمارين الرياضية، أو ادخار بعض المال فيما يتعلق بالطاقة المادية؛ أو أداء الشعائر الدينية، أو تحسين العلاقات الاجتماعية، كأمثلة لهذا الشكل من الأنشطة طويلة الأمد فيما يتعلق بالجانب الروحي.

ومع ذلك تبقى قدرتنا على الحفاظ على ذلك التوازن بين أنشطة كلا الجانبين قاصرة إلى أن نتمكن من استكمال بقية الصورة؛ فالأنشطة المادية تعطي أيضاً طاقة روحية، والعكس صحيح.. حيث تولد الأنشطة الروحية طاقة مادية كذلك.

إن أي نشاط نقوم به مهما كان صغيراً أو كبيراً له جانبين، أحدهما مادي والآخر روحي، وان تفاوتت النسب بينها حسب طبيعة كل نشاط؛ وكل من الجانبين يؤثر في مستوى الطاقة التي يمتلكها الجانب الآخر، إما بالاستهلاك منها أو بالإضافة إليها.

إن هذه الحقيقة تقودنا إلى مفهوم أشمل لفكرة تحويل الطاقة ما بين الجانبين المادي والروحي، وتعطينا مدخلاً آخر للمساعدة في تحقيق التوازن بينهما.

فحين نمتلك طاقة مادية عالية زائدة عن مقدار مستوى التوازن المطلوب، في وقت نعاني فيه من انخفاض طاقتنا الروحية؛ يمكننا حينها أن نقوم بتعويض ذلك ببعض الأنشطة المادية التي تولد طاقات روحية، فُصِرَّف ذلك القدر الزائد من الطاقة المادية في ذلك النشاط، مولدين بالمقابل الطاقة الروحية المطلوبة.

فحين تشعر بالاكْتئاب مثلاً، وتقوم بممارسة بعض التمارين الرياضية، أو بعض الشعائر الدينية التي تحتاج مجهوداً بدنياً، أو عمليات صيانة المنزل: كإصلاح كرسي مكسور، أو وصلة ماء معطلة... إلخ. فإنك تحول قدرًا من طاقتك المادية إلى طاقة روحية.

والعكس صحيح أيضاً، فحين يكون لدينا طاقة روحية عالية وضعف مادي، فإن بإمكاننا أن نمارس تلك الأنشطة الروحية التي تولد الطاقة المادية، وخذ مثلاً ذلك المريض ذو المعنويات المرتفعة، والذي يشفى سريعاً مقارنة بآخر طاقته الروحية أضعف.

إن الإغراق في استعراض الأمثلة ومحاولة تصنيفها، ليس هدفاً في حد ذاته؛ فالأهم هو أن ندرك المبدأ.. حيث تلعب الروح والمادة لعبة شد الحبل، وتحاول كل منهما جذب الآخر إلى أن يصل في النهاية لنقطة اتزان واستقرار؛ ويكمن دورنا في جعلها ضمن منطقة التوازن الفعّال لدينا. إن شئت وصفاً أكثر دقة، فهما أشبه بكفتي ميزان، يستمر الأخذ من واحدة والإضافة إلى الأخرى حتى تتوازن الكفتان.

إن الحفاظ على التواجد في منطقة التوازن أغلب الوقت، يُمكنك من إحداث التوازنات المطلوبة عند الضرورة حين يحدث هبوط في أحد المكونين لأسباب عارضة؛ وذلك من خلال رفع قدرة المكون الآخر بنفس مقدار ذلك الهبوط.

إن هذا الأسلوب في حد ذاته هو الذي يساعدك على الاحتفاظ بنفسك ضمن نطاق منطقة التوازن؛ وكل ما نحتاجه للدخول في دورة الاستقرار تلك هو الإرادة المترافقة بالوعي والفهم لمبادئ هذا التوازن. وهو ما يتطلب بدوره رؤية متوازنة لكيفية الحفاظ على كلا المكونين، وتغذيتهما بالشكل السليم، وتطوير قدراتهما. إن هذه الرؤية المتوازنة، لا بد أن ينتج عنها في النهاية استراتيجية⁽¹⁾ ناجحة لإدارة الطاقة المتوفرة من كلا الجانبين، وتوجيه استهلاكها بالشكل المناسب الذي يحقق بقاء هذا التوازن.

بشكل أدق يمكننا القول أننا بحاجة لتوجيه ذلك الاستغلال، ليتم بالشكل المناسب الذي يبقي قدرتنا قائمة على تجديد ذلك التوازن بشكل دائم.

(1) الاستراتيجية هي رؤية عامة للهدف، ولكيفية تحقيقه خلال فترة زمنية معينة، ولا تناقش الاستراتيجيات عادة التفاصيل، بل الخطوط العريضة والأفكار العامة، التي توجه وتحكم الخطط التي يتم وضعها لاحقاً.

سياسة توفير النصف..

لنفترض أنك تكسب ٤٠ دولاراً يومياً، إن ضبط متوسط نفقاتك اليومية عند ٢٠ دولاراً، يعني أنك تستهلك نصف قدرتك وتدخر نصفها الآخر؛ وهذا هو بالضبط ما نسعى للوصول إليه.. ف ضبط أنشطتك اليومية المعتادة لتستهلك نصف طاقتك، يعني أنك توفر النصف الآخر ليخزن كطاقة كامنة، وأن يكون لديك معدل ثابت من الأداء.

و حين يحدث أن تحتاج إلى قدر أكبر من الطاقة من أجل القيام بنشاطات أكثر من المعتاد مرة أو مرتين أسبوعياً، فإن ذلك المخزون سيكون متاحاً للاستهلاك. و حين تكون الأنشطة المطلوبة أقل من استهلاك ذلك النصف في بعض الأيام، فإن المزيد سيتم تخزينه من أجل المستقبل.

إن مثل هذا التوفير؛ هو الذي يمكنك أيضاً من إطلاق الطاقة الكامنة في الظروف الاستثنائية. فنحن ندخر طاقتنا في مستويين: أحدهما مشابه لمحفظة النقود في جيبك، قريب من المتناول، يتم السحب والإيداع فيه بشكل مستمرٍ ومتوالٍ؛ في حين أن الآخر يشبه حساب توفير بنكي تودع فيه ما يفرض عن احتياجك المعتاد، وتسحب منه فقط في الظروف الاستثنائية.

إن تطبيق سياسة توفير النصف يحتاج إلى إعادة تنظيم كاملة، ورؤية جديدة لتنظيم أنشطة حياتك اليومية، بحيث يظل مستوى الأنشطة التي تقوم بها يومياً، قريباً من استهلاك منتصف طاقتك فقط في معظم الأوقات.

إنها فكرة لخصها إيرني زيلنسكي^(١) في ثلاثة عبارات مختصرة: يقول زيلنسكي "الكسل سر النجاح"، ويذكر أن "أنجح الناس هو الكسول المنتج"، ويقول أيضاً "بذل الجهد بذكاء وليس بشدة"^(٢). "؛ إن هذه العبارات يساء فهمها أحياناً، وتؤخذ على أنها دعوة للخمول وعدم الإنتاج، ولكنها في الحقيقة تعبر عن أفضل الطرق للإنتاج الفعال؛ بعيداً عن دوامة جلد الذات لإراحة الضمير التي نقع فيها جميعاً حين نظن بأننا لكي ننتج لأبد أن يكون ذلك أمراً مرهقاً ومتعباً، ولا بد بعده أن نشعر بالاستنزاف"^(٣)!!

وكان العبرة هي بالمجهود لا بالنتيجة، حتى لو كان ذلك المجهود في عكس طريق الهدف أحياناً!! قد يبدو ذلك غريباً، ولكن الحقيقة أننا أحياناً كثيرة نفعل ذلك دون أن نشعر. إن كون العبرة بالنتيجة أو بالمجهود قضية في حد ذاتها تحتاج قليلاً من النقاش.. إذ أن هناك خلطاً يحصل في الأذهان بخصوصها.. فمن الخطأ القول بأن العبرة هي بالنتيجة فقط دون المجهود، أو العكس. فالتوكل على الله مثلاً يعني بذل المجهود في الأسباب، ثم تسليم أمر النتيجة له ولتقديره وحكمته سبحانه وتعالى، ويقع الثواب على بذل المجهود أياً كانت النتيجة؛ لكن ذلك لا يعني أن نبذل مجهوداً غير ضروري، أو غير ذي جدوى.. ثم نقول توكلنا على الله!!^(٤)

(١) إيرني زيلنسكي - مهندس يعمل كمستشار ومحاضر في الإبداع في مجالي الأعمال والهوايات. له مؤلفات شهيرة حققت مبيعات كبيرة وترجمت إلى عدة لغات، ومشهور بأنه لا يعمل أكثر من ٤ ساعات يومياً ورغم ذلك حقق نجاحه وشهرته- العبارات من كتابه اعمل أقل... تنجح أكثر!

(٢) "Act smart not hard"

(٣) روى البخاري ومسلم والطبراني عن أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها "ما خَيْرَ رَسُولٍ لَهِ اللهُ ﷺ بَيْنَ أَمْرَيْنِ إِلَّا أَخَذَ أَيْسَرَهُمَا مَا لَمْ يَكُنْ إِثْمًا".

(٤) مما يروى عن محمد ﷺ قوله لمن أراد أن يترك خلفه ناقته حرة ويتوكل على الله أن لا تضع.. قال "اعقلها وتوكل" - رواه الألباني وابن حبان بإسناد حسن.

إن العبرة الحقيقية هي في بذل المجهود المناسب، وفي تحقيق النتيجة سوياً؛ فمتى ما بذلنا المجهود المناسب في الاتجاه الصحيح، حتى لو كان اتجاه التعلم بالتجربة والخطأ، فإن ذلك في حد ذاته يوجب لنا التقدير في الدنيا، والثواب عند الله؛ وبقي تحقق النتيجة المرجوة فضلاً من رب العالمين يخضع للقدر في النهاية. فكم من جهود بذلت في الاتجاه الصحيح، وبالمقدار الصحيح، ولكن الإرادة الإلهية لم تشأ لها أن تصل إلى النتيجة؛ وبالعكس.. فكم من أناس وصلوا إلى النتائج أحياناً دون بذل مجهود يذكر.

لكن ذلك لا يعني بحال من الأحوال أن تكون القاعدة هي عدم بذل المجهود، أو عدم اتخاذ الأسباب. فالأصل والقاعدة التي تبنى بها الحياة، أن تبذل الجهود باجتهاد في تحري الطريق الأصوب، والأقرب، والأقل تكلفة في الجهد، من أجل الوصول إلى النتيجة؛ ثم الاجتهاد في طلبها من الله، والدعاء له بتكليل الجهود بالتوفيق. فالجهد المناسب شرطٌ للنجاح ولكنه غير كافٍ حتى يتحقق شرط التوفيق الإلهي.. والتوفيق الإلهي شرط كافٍ بحد ذاته، ولكنه لا يتحقق إلا بعد بذل الجهد المستطاع.

إن ما نعينه هنا عند الحديث عن سياسة توفير النصف هو أن نبذل فقط المجهود الذي يتطلبه الوصول إلى النتيجة، دون أن نبذل جهوداً أخرى إضافية، نعرف بقليل من التفكير أنها غير مفيدة، ولكننا نفعليها فقط كي لا نواجه تقريع ضمائرنا، أو لأننا نخاف التقريع والتوبيخ من الآخرين في حال الفشل.

إن من يؤنبنا في مثل هذه الحالات هو ضميرنا الاجتماعي، أو ضمير الأنا؛ فكلٌ منهما يتشبث بالنتيجة دون أن يتسم بالمنطقية الكاملة.

إننا نواجه هذه المشكلة أيضاً حين نفتقد تلك الثقة العميقة بالنفس وتوكيد الذات؛ ونشعر أننا كي نحظى باحترام الآخرين فلا حق لنا في أن نخطئ أو نفشل!! إذ نعجز عن التفريق بين ذواتنا وبين مجهوداتنا، ويصبح في نظرنا فشل مجهود ما لنا مرادفاً لفشل ذواتنا نفسها، وهو تفكير خاطئ وقاتل.

ولكن ما أن نصغي لضميرنا الفطري، الذي يتسم بالحكمة؛ حتى ندرك تلك الشعرة التي تفصل بين الجهود الفعالة، والجهود التي لا طائل منها.

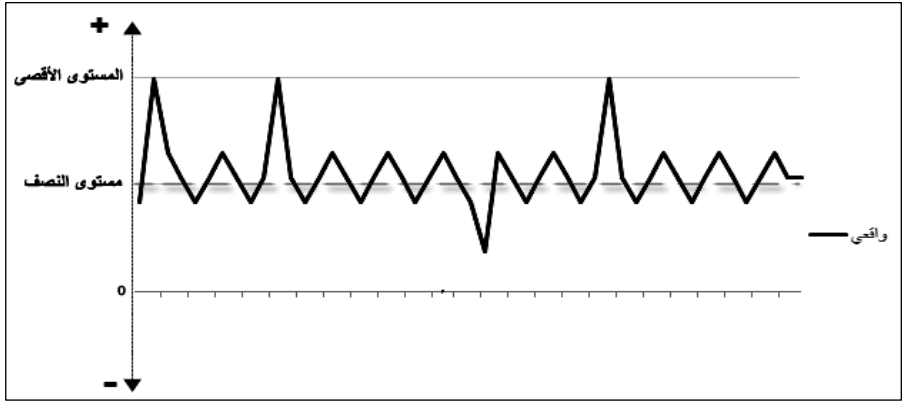
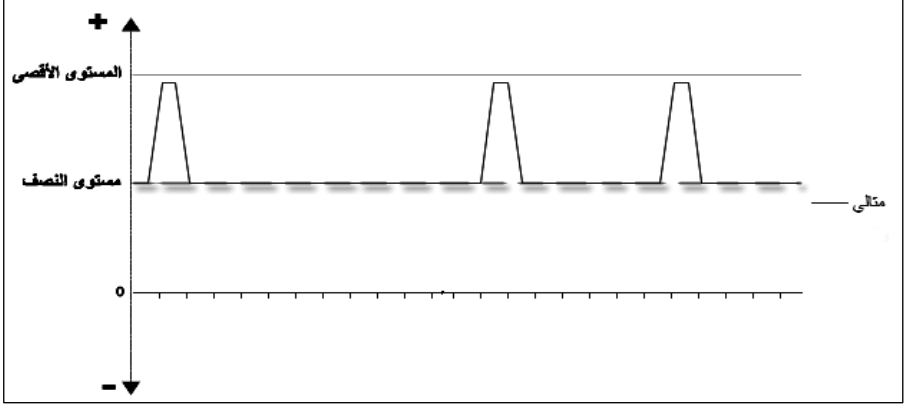
إن سياسة توفير النصف، لا تقوم على عدم بذل المجهود من الأساس!! بل تهدف إلى توزيع المجهود على الوقت بشكل متوازن يكفل لنا الحفاظ على هويتنا، وصحتنا المادية والروحية.

ومن أجل تحقيق سياسة توفير النصف فإننا عملياً نحتاج إلى أن نبقي كلاً من الأنشطة الروحية والمادية في مستوى المنتصف الخاص بكل منهما، فتكون المحصلة تبعاً لذلك ضمن نطاق المنتصف الخاص بها كما ترى في الأشكال تالياً.

إن تطبيق سياسة النصف يعني التوفير في استهلاك الطاقة من خلال استغلال مساحة الإرادة بين دافع الإنجاز والاستجابة بالأداء، كي تختار أنسب الطرق الإبداعية لأداء المهمة بأبسط شكل، وأعلى جودة في الوقت ذاته.

امنح نفسك الفرصة للتفكير قبل البدء في كل مهمة، لكي تصل إلى أسلوب إبداعي يحقق لك التوازن بين أن تكون الطريق لإنجاز المهمة أقصر وأبسط ما يمكن، وبين الحفاظ على أعلى مستوى من الجودة في الأداء. إن تطبيق سياسة توفير النصف يعني أيضاً أن تضع لنفسك معدلاً متوسطاً ثابتاً من الأداء، ومن الاستهلاك لطاقتك الذاتية، يتناسب مع نصف طاقتك الكلية.

فإذا كانت طاقتك الكلية للعمل مثلاً ٨ ساعات، أو ١٠ صفحات، أو ٤٠ تمريناً يومياً.. فإن عليك أن تضع مخططاتك بناءً على نصف ذلك المقدار فقط ما أمكن ذلك (٤ ساعات، أو ٥ صفحات، أو ٢٠ تمريناً بشكل يومي)؛ بحيث تضمن استمرار هذا الأداء بشكل مستمر، وكما تقول الحكمة المأثورة "قليل دائم، خير من كثير منقطع"^(١).



سياسة توفير النصف

(١) مما ورد عن النبي ﷺ "ان أحب الأعمال إلى الله أدومها وإن قل" - رواه البخاري ومسلم و الألباني في صحاحهم.

إنك بذلك تعطي لنفسك أيضاً الفرصة الكاملة للإبداع والإتقان في الإنجاز من خلال هذا النطاق الأصغر، وذلك المعدل الثابت من الأداء.

إن سياسة توفير النصف والحفاظ عليه تعني أيضاً استغلال عمليات التحويل بين الشكل الروحي والمادي للطاقة طوال الوقت؛ بحيث تحافظ على مستوى طاقتك المبدولة والمتوفرة من كل منهما عند المنتصف أيضاً. وهي تعني أيضاً بكل تأكيد عدم هدر طاقتك على الأمور التي تستهلكها دون عائد كبير؛ فهناك قاعدة شهيرة تقول أننا ننجز ٨٠٪ من الأمور التي تهمننا أو تعيننا في ٢٠٪ فقط من وقتنا، في حين أن الـ ٢٠٪ الباقية من تلك الأمور تستهلك الـ ٨٠٪ الباقية.

فإذا تمكنت من التخلص من أكبر قدر ممكن من هذه الـ ٢٠٪ من الأعمال، فإنك ستوفر أكبر قدر ممكن من الـ ٨٠٪ من وقتك، وتبقى مع ذلك منجزاً على الأقل لـ ٨٠٪ من الأمور التي تهملك؛ ويتبقى لديك فائض وورصيد كبير من الطاقة والوقت قد يصل إلى ٨٠٪ في وضع مثالي. ولكن الواقع أنه سيستقر حول ٥٠٪ في الظروف الطبيعية المعتادة.

إن هذا بالتأكيد يحتاج منك إلى أن تعيد ترتيب أولوياتك وحياتك، لتقرر ما هو الأكثر أهمية لك، وما الذي يمكن الاستغناء عنه.

إن الحفاظ على المستوى المتوسط من كل من الأنشطة والطاقة يكفل لنا مستوى من الأداء يتميز بأنه إيجابي، وفعال، وثابت نسبياً؛ يمكن التعويل عليه في تخطيط حياتنا اليومية؛ فعدم الاستقرار في مستوى قدرتنا وأنشطتنا يجعلنا نصطدم بعدم توفر القدرة حيناً في ظل الحاجة للأداء، وحيناً آخر بتوفر طاقة زائدة لا نملك رؤية لاستهلاكها، فنندفع بها عشوائياً في بعض الأحيان إلى ما لا نحب أن نقع فيه.

واللطيف في الحفاظ على هذا المستوى المتوسط من الأنشطة والطاقة، أنه يؤدي مع مرور الوقت إلى برمجة منظومتنا الفكرية لاستعادته كلما حدث خلل، بما يمكننا من رفع مستوى الأنشطة للحد الأقصى، بل وتفجير الطاقة الكامنة حين نرغب في ذلك لأداء مهمة ما تحتاج إلى ذلك المجهود المضاعف، أو في حالات الضرورة لمواجهة ظرف طارئ؛ ثم تعود الأنشطة بعدها تلقائياً إلى المستوى المتوسط الذي سبق ان تمت برمجتنا على الاستقرار عنده.

وفي الحالات المعاكسة التي يحدث فيها الانخفاض الحاد إلى المستويات السلبية، تسعى المنظومة الفكرية تلقائياً إلى رفع هذا المستوى، بما يتطلب جهداً مقصوداً أقل نبذله من أجل تحقيق ذلك الارتفاع.

قانون سياسة النصف

حافظ دوماً على سياسة توفير نصف طاقتك من خلال:

- اختيار أقصر الطرق التي تؤدي للهدف دون إخلال بالجودة.
- الحفاظ على معدل متوسط دائماً من الأداء.
- استمرار التعويض والتحويل بين طاقتك الروحية والمادية في الاتجاهين طوال الوقت.
- التخلص من المهام التي تستهلك طاقتك دون جدوى.

لعبة التوازن..

إن تطبيق قاعدة توفير النصف وحدها لا يكفي.. فحين يكون مقدار الطاقة المتاحة قليلاً في الأصل، فإنه من الصعب تطبيق تلك القاعدة؛ ولذلك فإنك أيضاً بحاجة لتوليد المزيد من الطاقة.. وهنا يكمن سرُّ آخر للإدارة الفعالة؛ فأنشطتنا التي نقوم بها يجب ألا تكون جميعها ذات طابع يغلب عليه الاستهلاك للطاقة، فلا بد أن تكون بعض الأنشطة من النوع الذي يولد المزيد من تلك الطاقة.

إنها من جديد لعبة التوازن.. ولكنها هذه المرة بين التوليد والاستهلاك، أو مرة أخرى كما يقول ستيفن كوفي: "الموازنة بين الإنتاج والقدرة على الإنتاج"^(١).

إن تحقيق هذه الموازنة يقوم على تحقيق التوازن بين الأنشطة التي تستهلك طاقاتنا، وتلك التي تمنحنا المزيد منها؛ كما يقوم أيضاً تحقيق ذلك التوازن على الحفاظ على صحة وسلامة كلا المكونين المادي والروحي لدينا؛ وقد لخص ستيفن كوفي تحقيق هذه الموازنة في العناية بأربعة أبعاد يسهل علينا مراجعتها بشكل دوري:

١. البعد الجسدي.
٢. البعد الفكري.
٣. البعد الاجتماعي والعاطفي.
٤. البعد الروحي (القيم والالتزام والدراسة والتأمل).

(١) العادات السبعة للناس الأكثر فعالية

قانون ستيفن كوفي للتوازن

حافظ دوماً على التوازن بين الإنتاج والقدرة على الإنتاج من خلال التجديد المستمر لطاقتك الروحية والمادية على السواء.. ومن خلال الحفاظ على صحة كلا المكونين الروحي والمادي لديك.

إدارة الفائض..

ويبقى السر الثالث لتلك الإدارة الفعّالة هو الأكثر صعوبة في التطبيق، فتوفير الطاقة وعدم استهلاكها ليس هدفاً في حد ذاته؛ فحين يفيض مخزون الطاقة كثيراً عن الاستهلاك، يصبح لدينا قدر كبير مخزون منها يفيض حتى عن احتياجنا في اللحظات الاستثنائية، أي أكثر مما يمكن أن تستهلكه لحظات تفجر الطاقة الكامنة.

إن هذا المخزون الإضافي يصبح مع الوقت مشكلة.. فعندما تضيق خزانات الطاقة بداخلنا بما تحتويه، فإنها تبحث عن مسارب إضافية لتخفيف الضغط، وعادة ما تكون هذه المسارب دروب اللهو والعبث؛ وإذا تركنا ذلك يحدث دون إدارة رشيدة، فإن التسرب يستمر حتى يفرغ مخزون الطاقة كله، وليس الزائد منها عن الحاجة فقط؛ ولذلك فإننا نحتاج أيضاً لأن ندير طاقتنا الفائضة بطريقة ذكية.

إن إحدى الاستراتيجيات الممكنة أن نسمح لها بالتسرب العبثي بين الحين والآخر بقدر معقول، بحيث نعرف جيداً متى نتوقف. ولكن ذلك ليس الخيار الأفضل أو الوحيد؛ فرغم أنه ضروري عملياً من وقت لآخر، لأسباب متعلقة بطبيعة النفس البشرية كما شاء الله لها أن تكون، ولا يمكن عملياً منعه بشكل كامل؛ إلا أنه مغر بدرجة تجعل

مخاطرة الإفراط في استخدامه حتى نفقد السيطرة أمراً وارداً طوال الوقت؛ ولذا فإننا نحتاج استراتيجية أخرى، تكون هي الأساس لمعالجة مسألة الطاقة الفائضة، بحيث يكون التسريب في العبث هو الاستثناء.

ولكن واضحين فيما نعنيه بكلمة العبث هنا.. فهو كل نشاط لا ترجى منه فائدة إيجابية حقيقية، سواء كانت مادية أو روحية (وحين نقول مادية فإننا نقصد كل ما يتعلق بالقدرة في عالم المادة كالصحة الجسدية مثلاً، وليس الناحية الاقتصادية فقط).

الحل هنا يكمن في الأنشطة الإيجابية غير الإلزامية وغير الثابتة، والتي عادة ما تتخذ شكل الأعمال الطوعية في فائدة الذات، أو التطوعية في مساعدة الآخرين بمختلف الأشكال. إن كون هذه الأنشطة غير إلزامية، وغير ثابتة يجعلها مصدراً للطاقة عند الحاجة، ووسيلة لاستهلاكها وتفريغها عند الضرورة.

وفي نفس الوقت فإنها لا تشكل عبئاً على تطبيق سياسة الحفاظ على النصف؛ إذ أنها اختيارية يمكن ممارستها في الأوقات التي تكون أنشطتنا الأساسية فيها دون المنتصف، والتوقف عنها حين يكون استهلاك الطاقة في الأنشطة الأساسية مرتفعاً.

لقد قسم ستيفن كوفي درجة فعالية استغلال الوقت إلى أربعة أقسام تقع على محورين، وذلك تبعاً لطبيعة الأنشطة التي نقضي فيها الوقت من حيث كونها عاجلة أو غير عاجلة، ومهمة أو غير مهمة. إذ يكون أفضل استغلال للوقت هو حين نتواجد لأطول فترة ممكنة في منطقة الأنشطة المهمة (ذات العائد أياً كان نوعه) وغير عاجلة والتي لا تشكل علينا ضغطاً، فتمنحنا قدرًا من الحرية⁽¹⁾.

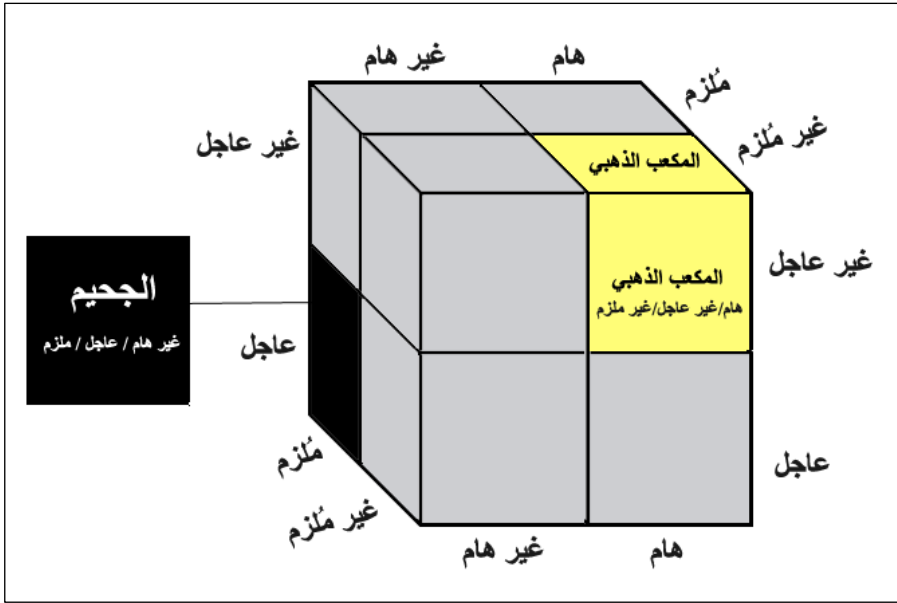
(1) ستيفن كوفي في كتابه الأهم قبل المهم.

	عاجل	غير عاجل
مهم		
غير مهم		

إن هذا الشق الثالث من الإدارة الفعالة لطاقتنا الذاتية، يحمل معه بُعداً جديداً؛ هو بُعد الإلزام.. حيث يصبح هدفنا هنا هو التواجد في تلك المساحة التي يتقاطع فيها الهامّ مع غير العاجل ومع غير الملزم لأطول فترة ممكنة.. في حين يكون جحيمنا الحقيقي على الأرض حين نقضي معظم وقتنا في منطقة التقاطع بين العاجل والملزم وغير الهام.

لتحقيق ذلك.. فإننا نحتاج مراجعة دورية من فترة لأخرى للأنشطة التي نقوم بها في حياتنا اليومية، وإعادة تقييمها وفقاً لمكان كل منها في مكعب الفعالية، والوقت الذي يستهلكه كل منها.. بحيث نصل إلى إعادة ترتيب حياتنا، وأولوياتنا، وأنشطتنا تدريجياً ليكون الجزء الأكبر من وقتنا في المناطق الأكثر فعالية من المكعب.

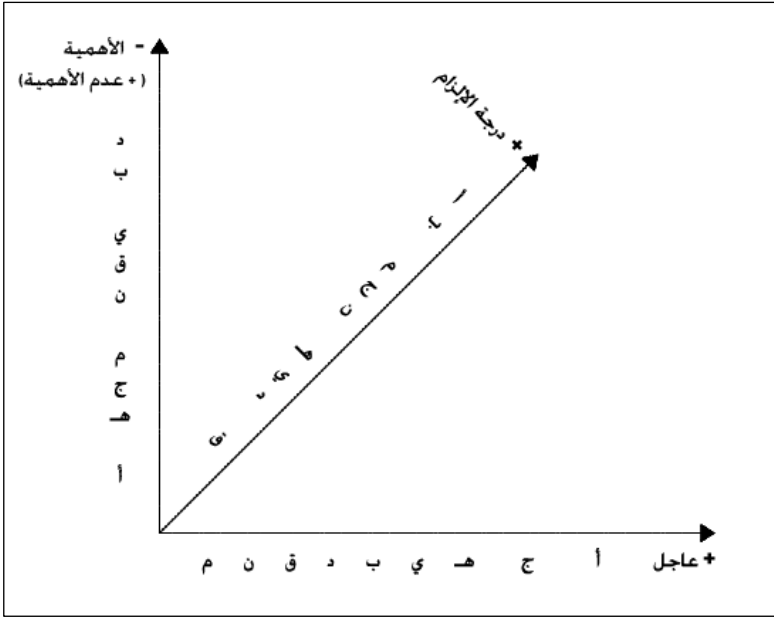
إن تلك الخطوة قد تستدعي أن نقوم ببعض التوضيحات، بحيث نركز أكثر بقدر الإمكان على ما له قيمة حقيقية بالنسبة لنا (هام)، دون أن يكون مصدر ضغط علينا (غير عاجل)، ونشعر بالمتعة والاستغراق في أدائه، دون أن نشعر بأننا مُضطرون أو مُكروهون على القيام به (غير ملزم). وفي نفس الوقت، نحصر على أن تبقى بقية الأنشطة ضمن مواقع جيدة، حتى وإن كانت خارج تلك المنطقة الذهبية.



مكعب الفعالية في استغلال الوقت والطاقة الذاتية

وأخيراً أن نتخذ التدابير المناسبة، التي تساعدنا مع مرور الوقت على أن نتخلص تماماً من الأنشطة التي تضيع وقتنا (غير هامة)، وتضغط على جداول أعمالنا (عاجلة)، ونعجز عن التملص منها عادة لأنها (ملزمة).

إن اتخاذ القرارات بشأن كل نشاط على حدة، هو عملية تفتقر للدقة في أحيان كثيرة؛ فالأمر في مجمله نسبي، والتحديد الدقيق لطبيعة كل الأنشطة وفقاً لكل واحد من هذه العوامل الثلاثة هو عملية صعبة أحياناً.. لذلك قد يكون من المفيد أحياناً أن ننظر للصورة الكلية، حيث يمكننا ترتيب الأنشطة بإعطائها قيمةً نسبية على كل محور.. وكلما كانت المحصلة الإجمالية لأنشطتنا كلها أكثر تركيزاً قرب منطقة المركز، كلما كان أداؤنا أفضل.



ترتيب الأنشطة المختلفة وفقاً لموقعها في فعالية استغلال الوقت
(يرمز كل حرف إلى نشاط ما)

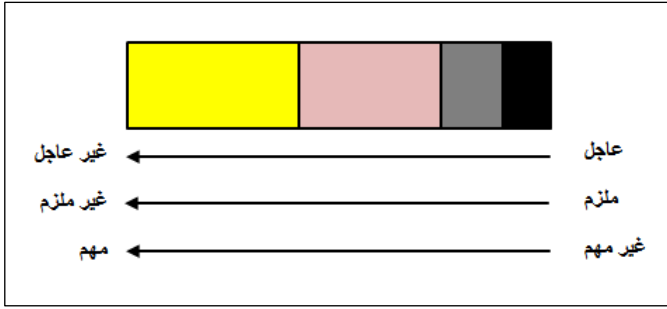
يكافئ ذلك أن نقوم بترتيب جميع الأنشطة في ثلاث قوائم مختلفة: مرةً وفقاً لأهميتها، ومرةً بناءً على العاجل من غير العاجل، ومرةً ثالثة تبعاً لدرجة الإلزام. وبما أننا نبحث عن غير العاجل، وعن غير الملزم.. فإن عليك أن تعكس ترتيب كلا القائمتين الأخيرتين، لتبدأ بالأقل إلزاماً، والأقل استعجالاً..

ثم أخيراً تجمع ترتيب كل نشاط في القوائم الثلاثة لتوجد المحصلة النسبية له. إن الأنشطة ذات المحصلة النسبية المنخفضة، هي الأنشطة التي سيكون لك فيها أكبر قدر ممكن من الفعالية في استغلال وقتك وطاقتك.

	ترتيب المحصلة	المحصلة	ترتيب الإلزام	ترتيب العاجل	ترتيب الأهمية	النشاط
✘	☹ ٨	١٩	٩	٩	١	أ
✘	☹ ٩	٢١	٨	٥	٨	ب
✘	☹ ٧	١٧	٦	٨	٣	ج
؟	☺ ٥	١٥	٢	٤	٩	د
✓	☺ ١	١٠	١	٣	٦	ق
✓	☺ ٢	١٢	٧	١	٤	م
✓	☺ ٢	١٢	٥	٢	٥	ن
؟	☹ ٤	١٣	٤	٧	٢	هـ
؟	☺ ٦	١٦	٣	٦	٧	ي

وكما نرى فإن الأنشطة ق، م، ن هنا مثلاً هي التي ستحب أن تقضي فيها أكبر جزء من وقتك إذا كنت تبحث عن الفعالية؛ في حين أن الأنشطة أ، ب، ج هي الأقل فعالية وفائدة على المدى الطويل بالنسبة لك.

بالتأكيد لا ينتظر منك أن تقوم باستمرار بملء هذا الجدول، والغرق في دوامة الحسابات.. ولكن على المدى الطويل؛ فإن تجربة هذه الفكرة مرة أو مرتين كل عام، قد تعطيك فكرة أوضح عن مدى فعالية استغلالك للوقت، بحيث تصبح أكثر دراية بما تود أن تبعد عن حياتك في المستقبل، وما تود التركيز عليه ومنحه مزيداً من الوقت. إن من الضروري إعادة ترتيب أولوياتك ووقتك بحيث تحاول الاقتراب ما استطعت من أن يكون ٨٠٪ من وقتك في المنطقة الذهبية، وأقل من ١٪ في المنطقة السوداء.



إن هذا بالتأكيد وضع مثالي يصعب الوصول إليه دون توضيحات كبيرة.. ومع ذلك فإنه بقدر مقبول عموماً من التوضيحات.. يكون من السهل نسبياً أن تصل إلى مرحلة يكون فيها نحو ٤٠٪ من وقتك في المنطقة الذهبية، و٣٠٪ في المنطقة الوردية، و٢٠٪ في المنطقة الرمادية، وأقل من ١٠٪ في المنطقة السوداء.

إن حديثنا عن الإلزام هنا ليس دعوة للتحرر الكامل من كل ما هو ملزم.. فمن ناحية فإن ذلك مستحيل عملياً.. ومن ناحية أخرى فإن الإلزام والالتزام لهما فوائد أيضاً.

إن مغزى الحديث عن الانتقال من الأنشطة الملزمة إلى غير الملزمة؛ هو أن يكون الجزء الأكبر من الوقت والطاقة موجهاً ومستغلاً في الأنشطة غير الملزمة.. إذ أن الشعور بالحرية وعدم التقيد يفتح باب الإبداع والإتقان نتيجة غياب الضغط، كما أنه يساهم في أن تعيش حياتك مستمتعاً بما تقوم به.. فتستيقظ كل صباح وأنت مليء بالنشاط والاندفاع للإنجاز، بدلاً من أن تقوم وأنت تجر نفسك جراً تحت ضغط تلبية نداء الواجب. فالاستمتاع بالعمل الذي تؤديه، فن لا غنى لك عن تعلمه.

قانون الانتقال إلى المنطقة الذهبية

أفضل الأوقات وأكثرها فعالية وفائدة لنا، هي تلك التي نقضيها في أداء الأعمال الهامة، وغير الملزمة، وغير العاجلة.

إن مفهوم الإلزام هنا مفهوم يحتاج إلى قليل من التوضيح، ففي الوقت الذي نستطيع فيه بسهولة نسبياً أن نقرر ما هو مهم، وما هو عاجل.. فإن تحديد الأنشطة الملزمة من غير الملزمة بالمقابل أمر أصعب قليلاً..

فعلى سبيل المثال فإن كل ما هو هام قد نميل لاعتباره ملزماً، وكل ما هو عاجل قد نميل تلقائياً لاعتباره ملزماً بشكل مؤقت. إن الحديث عن الملزم من غير الملزم هنا هو فكرة عامة، التركيز فيها أساساً على طبيعة الأمور من حيث المبدأ هل هي ملزمة أم لا؟

إن ما يقرر ذلك بشكل مطلق، هو الإجابة على السؤال الجوهرى هنا وهو: هل نحن مستعدون لدفع الثمن الذي قد يتطلبه التحرر منه؟ فكلما كانت الإجابة أكثر قرباً من الإيجاب، كلما كان الأمر أقل إلزاماً، والعكس صحيح.

ومع ذلك.. فإن الهدف الأعم للتحرر من الأعمال الملزمة قدر الإمكان، يشمل أيضاً الحالات النسبية المتعلقة بالعاجل، والهام، وبعبارنا لها ملزمة.. فكلما كانت استراتيجيتنا في تنظيم نشاطاتنا وفق اهتماماتنا، ووفق الأولويات التي تناسبنا.. كلما كنا أكثر قدرة على التحرر حتى من الإلزام المؤقت؛ وذلك من خلال امتلاكنا لاستراتيجيات قادرة على استعادة السياق والتناغم، وتوفير التعويض المناسب.

وفي هذا السياق هنا.. فإن من الضروري أن نوّكد على التفريق بين الالتزام والإلزام.

فالالتزام هو قرار شخصي ينبع من الداخل بملء إرادتنا الحرة، وفي أغلب الوقت يكون مدفوعاً بمبادئ وقناعات داخلية عميقة، حتى وإن كان ذلك غير بادٍ على السطح في كل الأحوال. إن الالتزام الشخصي صفة حسنة، وبدونه تنقلب الحياة إلى فوضى؛ بل إن التحرر الكامل من الالتزام يرادف أن ينزل الإنسان إلى مستوى الحياة البهيمية، حيث يفقد كل ما يربطه بالإنسانية مع الوقت.

أما الإلزام فهو قادم من الخارج، نتيجة ضغوط المجتمع والبيئة المحيطة، سواء في العمل أو في المنزل؛ حيث تشكل البيئة ضغوطاً على مكوناتها للحفاظ على تماسك هذه البيئة وتجانسها.

أحياناً يتحول الالتزام إلى ما يشبه الإلزام، حين يقسو المرء كثيراً على نفسه، وتشتعل حينها الصراعات النفسية بداخلنا. وكذلك يتحول الإلزام إلى التزام، حين تكون الدوافع والمغريات كبيرة للبقاء داخل منظومة اجتماعية ما كبيرة بما يكفي لأن يصبح الخضوع لها دافعاً داخلياً في حد ذاته؛ وهنا يجب أن نكون حريصين ومدركين لحدوث ذلك، لكيلا نفقد القدرة على تمييز ما نريده فعلاً. وفي كلا الحالتين، فإن القليل من هذا وذاك أمر أساسي وضروري لاستمرار الحياة؛ وتكمن المشكلة الرئيسية حين يتخطى مقدار وجودهما في حياتنا حداً معيناً نفقد معه حريتنا بشكل حقيقي.

إن النظام جيد ومفيد، وما وضعت الأنظمة لحياتنا في الأصل إلا من أجل خدمتنا.. ولكن الأنظمة الاجتماعية القائمة لا يمكن أن تخلو من العيوب، ولذلك فربما يحتاج البعض لأن يتذكر من حين لآخر أن هناك حداً أدنى مطلوباً من النظام لا تستقيم الحياة بدونه؛ وكذلك أيضاً هناك حداً أقصى لتطبيق النظام بحيث لا يتغول على حياة المرء، محولاً إياه إلى مجرد آلة تعيش في الروتين، وفق تعليمات دليل التشغيل!!

في تقديري الشخصي فإن كون ٢٠-٤٠٪ من أنشطتك هي أمور ملزمة، سواءً كان ذلك إلزاماً داخلياً أو خارجياً، هو أمر حميد ومستحب بغض النظر هنا عن كونها أنشطة مهمة أو عاجلة أم لا. فكثيراً ما تكون الأمور الملزمة هي الحدود التي تحفظ لحياتنا الحد الأدنى من النظام والمعنى فيها، وتشكل القاعدة الأساسية التي ننتقل منها دون أن نشعر.

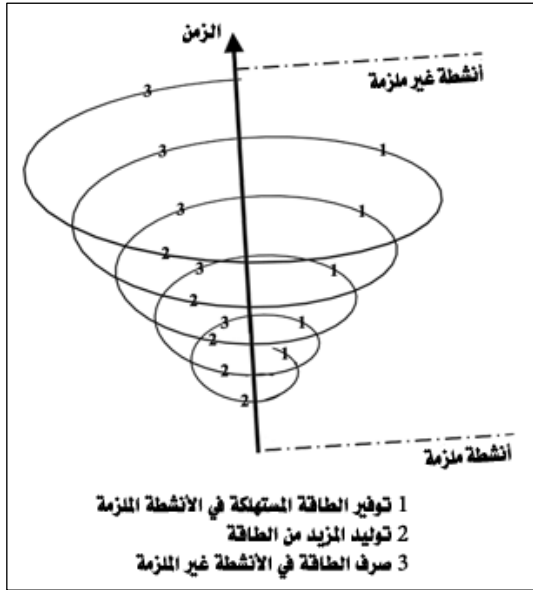
وكلما زاد مقدار الأنشطة النابعة من الالتزام الداخلي ضمن هذه الأنشطة الملزمة، كلما كان الوضع أفضل. ويفضل أن يكون نحو الثلثين على الأقل من هذه الأنشطة الملزمة نابعاً من الالتزام الداخلي، وليس الإلزام الخارجي. ولكنك حين تقضي أكثر من ٥٠٪ من وقتك في أنشطة ملزمة أياً كان نوعها، فإن هذا هو حد إطلاق إنذار الخطر، خصوصاً إذا كان ذلك مستمراً لفترة طويلة. وفي المقابل أيضاً، فإنه إذا كانت أنشطتك الملزمة وبشكل مستمر تقل عن ١٠٪ من وقتك.. فإن ذلك يجب أن يطلق إنذاراً بالخطر من نوع آخر، وهو أنك تسير في الطريق نحو الفراغ والضياع.

سِعة أكبر..

إن المميز فيما يخص الإدارة الفعّالة للطاقة الذاتية، أنها تؤدي تلقائياً ومع مرور الوقت لازدياد السعة التي نملكها لتخزين الطاقة المادية والروحية لدينا؛ وهو ما يعني أن مستوى المنتصف يرتفع مقداره مع الوقت، وبالتالي يزداد مقدار الأنشطة التي نستطيع القيام بها مع الحفاظ على سياسة توفير النصف.

إن ذلك يرادف في مثالنا الأول زيادة دخلك من الـ ٤٠ دولاراً إلى ٦٠ مثلاً دون عمل إضافي.. ويعني أيضاً أنك أصبحت قادراً على صرف ٣٠ دولاراً بدلاً من الـ ٢٠، ومع ذلك تبقى ملتزماً بسياسة توفير النصف..

وأيضاً فإن الحد الأقصى الممكن حفظه في حساب التوفير خاصتك أصبح أكبر، بما يعني أنك قادر على إنفاق مبلغ أكبر عند الضرورة. إن تطبيق قوانين الإدارة الذاتية الثلاثة السابقة (توفير النصف، التوازن، المنطقة الذهبية)، يحدث تأثيراً يبدو وكأنه دائرة تتسع تدريجياً من خلال زيادة سعتك المادية والروحية، وترتفع بك بشكل لولبي لتنتقل تدريجياً مع مرور الوقت، من المنطقة السوداء إلى المكعب الذهبي؛ ومن الغرق في الأنشطة الملزمة حيث خياراتك محدودة؛ إلى حرية الأنشطة غير الملزمة، حيث تملك تحكماً أكبر في اتجاه حياتك، والأسلوب الذي تقضي وقتك به. إن تحقيق ذلك بدوره يعتمد على مدى إدراكنا وممارستنا للتوازن بين الروح والمادة ككل، والحفاظ على صحة وعافية كل منهما من خلال ممارسة الأنشطة الملائمة بشكل دوري؛ إنه عامل أساسي لإنجاح قدرتنا على إدارة طاقتنا الذاتية بشكل فعّال.



ازدياد السعة مع تطبيق الإدارة الفعالة للطاقة الذاتية

إدراك مُرَكَّب..

قد يبدو الوضع محيراً قليلاً، فمن يسيطر على من؟ هل تسيطر الروح على المادة أم العكس؟ وهل تسيطر طاقتنا الذاتية علينا؟ أم أننا نحن من يسيطر عليها؟ هل سلوكنا وأفكارنا هي مجرد انعكاسات لطاقتنا المادية والروحية؟ أم أن هذه الطاقات هي الانعكاس الممثل للسلوك والأفكار؟ وهل إرادتنا هي التي تحكم هذه الأنشطة وتلك الطاقة؟ أم أن العكس هو الصحيح؟

إن الإجابة المختصرة على كل هذه الأسئلة.. هي أن كل هذه المفاهيم تتبادل التأثير فيما بينها.. فكل منها فاعل ومفعول به في ذات الوقت. كل منها له تأثيره على الآخرين في نفس الوقت الذي يتأثر به؛ فالتجاذب بينها جميعاً هو ما يحدث طوال الوقت؛ ويبدو طرفاً ما مسيطراً حين يكون تأثيره أقوى، ولكن ذلك أمر نسبي وحال مؤقت، إذ تتبدل موازين القوى بينها دوماً.

إن نقطة التوازن التي سبق الحديث عنها يمكن تخيلها وكأنها جسم يقع في فراغ متعدد الأبعاد، يتحدد موقعها في كل بُعد حسب محصلة الجذب بين قطبين يقعان في أقصى طرفي البعد.

إنها لعبة شد الحبل من أطراف متعددة؛ وكل طرف يشدها لتكون أقرب إليه في البعد الخاص الذي يحتويه.. وتحدد طبيعة المنطقة التي تتواجد فيها هذه النقطة، ومعها طبيعة ألحان السيمفونية التي تعزفها حياتك بناء على محصلة كل هذه القوى في ذلك الفراغ متعدد الأبعاد.

ولكن المُرَبِّك قليلاً هو أن قوة الجذب التي تمارسها هذه الأقطاب في كل بُعد تتأثر بدورها بأقطاب الأبعاد الأخرى أيضاً.

وكان كل قطب منها في حد ذاته، يخضع لعمليات الجذب نفسها التي تخضع لها نقطة التوازن. إنها منظومة كاملة تتبادل فيها كل الأجزاء التجاذب فيما بينها، كما تتبادل كل الكتل المادية في الفضاء الجاذبية حسب كتلتها والمسافة بينها وفقاً لقانون الجذب العام^(١) لنيوتن^(٢). بل إن الحقيقة أن كل مكونات هذا الكون مادية كانت أم روحية، ينطبق عليها مبدأ التجاذب المتبادل هذا بشكل أو بآخر؛ وإن اختلفت صورته، وصيغ القوانين التي تحكمه وتحدد مقدار التجاذب ومحصلة في كل حالة على حدة.

القانون العام للتجاذب والتأثير

وإن اختلفت الصور وصيغ القوانين التي تحكم هذا التجاذب، وتحدد شكله، ومقداره، ومحصلة؛ فإن كل مكون من مكونات هذا الكون يتبادل الجذب والتأثير بشكل أو بآخر مع بقية مكونات الكون الأخرى؛ ويشمل ذلك الكونيات المادية، والروحية، والمفاهيم المعنوية.

إن التجاذب هنا لا يعني فقط التجاذب بمعناه المجرّد كعملية جذب باتجاه معين، بل هو يشمل معنى أوسع أيضاً يكافئ حدوث التأثير المتبادل، بكل أشكاله المختلفة والمتعددة بين كل هذه المكونات.

(١) ينص القانون على أنه "توجد قوة تجاذب بين أي جسمين ماديين في الكون، تتناسب طردياً مع حاصل ضرب كتلتيهما، وعكسياً مع مربع المسافة بينهما".

(٢) السير إسحاق نيوتن (١٦٤٢-١٧٢٧) عالم فيزياء ورياضيات إنجليزي، رأس الجمعية الملكية، وكان أستاذاً بجامعة كامبريدج وعضو البرلمان الإنجليزي؛ أسهم في وضع أسس التفاضل والتكامل، وصاغ قوانين الحركة والجذب العام.

إننا ندرك بسهولة وجود هذه الثنائيات التي تؤثر في حياتنا، وجزء أساسي من نمو المنظومة الفكرية لدينا، هو استيعاب نسبة هذا التأثير وحدوثه في اتجاهين؛ والخروج من دائرة التفكير في المؤثر الوحيد المطلق.

ولكن جزءاً آخر مهماً من نمو المنظومة الفكرية، هو قدرتها على إدراك وجود العلاقة وتبادل التأثير بين جميع هذه الثنائيات، وهو ما يسمى إدراك الحقيقة المركبة.

إن الظروف المحيطة مثلاً، سواء كانت مادية أو معنوية، تؤثر في كلا المكونين الروحي والمادي سلباً أو إيجاباً؛ وكلا المكونين المادي والروحي يتأثر بالآخر طوال الوقت، وأشكال هذا التأثير متعددة، وليست خاضعة لنمط واحد ثابت بشكل مطلق.

فهبوط الطاقة في أحدهما، قد يجذب طاقة الآخر للهبوط معه مثلاً؛ إلا أنه في المقابل.. فإن قيامك برفع أحدهما بشكل إرادي، أو ارتفاعه دون تدخل منك نتيجة عامل خارجي، قد يؤدي ذلك إلى رفع الجانب الآخر.

وأحياناً كثيرة يحدث العكس أيضاً، فيتسبب ارتفاع أحدهما في هبوط الآخر؛ وهكذا تستمر العملية بشكل دائم.

في الوقت نفسه.. فإن إرادتك ورغبتك أيضاً لها تأثير قوي وواضح على مستوى طاقتك، وعلى اختيارك لطبيعة الأنشطة التي تقوم بها؛ ولكن هذه الإرادة نفسها تتأثر بالأنشطة التي تقوم بها.. فبعض الأنشطة تحفز إرادتك لأداء أنشطة معينة تالية، وتثبط في المقابل رغبتك في أداء أنشطة أخرى.

إن دورك الأساسي هنا.. يكمن في أن تكون رغبتك وإرادتك هي العامل الأكثر حسماً.. فتصبح طاقتك الروحية والمادية طوعاً لها يمكنك التحكم بها كيف شئت.

وبما أن ذواتنا هي في الأساس المكون الروحي الخالد، قبل أن تتصل بالمكون المادي الفاني في وقت ما؛ فإن قدرة الروح والإرادة يفترض أن تكون أكبر نسبياً بطبيعة الحال، وبشكل افتراضي؛ إلا أن عمليات التجاذب السابق ذكرها تغير عادة هذا الوضع من حين لآخر، مما يتطلب منا المجهود الذهني لاستعادته، دون أن نصل إلى حد السيطرة المطلقة.

لنقل إن حدود تلك القوة يجب أن تتوقف عند القدرة على التحفيز والتوجيه، دون أن تصل إلى تلك السيطرة المطلقة؛ وإلا لواجهنا حالة لا إنسانية نعجز عن التعامل معها ضمن حدود قوانين هذا العالم. فالسيطرة الكاملة تفقدك لذة الحياة؛ لذة أن تشعر أنك إنسان طبيعي، يعتريه الفرح والحزن من حين لآخر، ولذة التعلم من الخطأ، ولذة الحاجة إلى الاجتهاد. لذا فإن الهدف دوماً لا يجب أن يكون إحكام السيطرة، بل الحفاظ على التوازن بحيث تظل الأمور في مجملها ضمن نطاق التحكم والتوجيه، وإصلاح الخلل وإعادة ذلك التوازن.

إن الخلل في التوازن أحياناً تكون له فوائده، وذلك بما يكشفه لنا من حقائق عن الحياة وعن ذواتنا.. فليس المطلوب منع حدوث الخلل تماماً؛ بل هي الحاجة للتقليل من حدوثه وتنظيمه بحيث يكون عابراً من وقت لآخر، وبمقدار تكرار معقول؛ وليس بشكل مستديم، أو معدل تكرار عالٍ ومُجهِدٍ لنا؛ وفي نفس الوقت فهي الحاجة أيضاً لبناء قدرتنا على استعادة هذا التوازن بعد حدوث الخلل.

جهاز استشعار..

إن الحفاظ على التوازن أسهل مما قد يبدو لك في للوهلة الأولى.. فمن ناحية هو يحتاج إلى استراتيجية طويلة المدى، تضعها لنفسك لتغير ما تحتاج إلى تغييره من سلوكيات وأفكار وروتين، بحيث يصبح تحقيق ذلك التوازن ممكناً من خلال أحداث حياتك اليومية الطبيعية.

ومن ناحية أخرى.. فإنك بحاجة لتطوير آلية الاستجابة لديك للتغيرات اللحظية، التي تحصل لمستويات القدرة والطاقة بداخلك؛ بحيث تتخذ القرارات والإجراءات المناسبة للتعامل مع المستجدات التي تؤثر على هذا التوازن.

فتارة تقوم بإعطاء شحنة إضافية من النوعية المناسبة، لاستعادة التوازن بين الطاقين الروحية والمادية عموماً؛ أو استعادة توازن المحصلة بشكل عاجل، لمنع حدوث هبوط حاد في محصلة الأنشطة قد يعيقك عن أداء مهماتك.

في الحالة الأولى قد نسعى لرفع الجانب المنخفض بذاته، أما في الثانية حين يكون الإجراء عارضاً وعاجلاً، فإنك قد تزيد من نشاط الجانب الأكثر نشاطاً أصلاً لرفع المحصلة الكلية، ولكن ذلك لا يجب أن يكون قاعدة بل هو استثناء.

أحياناً يكون من الإجراءات المناسبة أيضاً أن تقوم باتخاذ ما يلزم، لتخفيض الجانب الذي ترى أنه يندفع في الاتجاه الإيجابي أكثر من اللازم وفقاً للظروف القائمة، حتى لا يحدث إهدار لطاقته وقدرته دون عائد.

لتحقيق كل ذلك.. فربما تحتاج إلى أن تحتفظ داخل عقلك، وفي الخلفية من تفكيرك بما يشبه جهاز استشعار افتراضي.. بحيث يمكنك طوال الوقت إدراك مستوى الطاقة الروحية، والقدرة المادية، والحالة المزاجية الذي تقف عنده في كل لحظة.

وستحتاج كذلك بالتأكيد لأن تتخيل ما يشبه جهاز شحن وتفريغ، يمكنك من خلاله إعادة شحن أي من الجانبين بشحنات مؤقتة لتساعد على عودة انتظام الإيقاع، كما تفعل تماماً مع بطارية سيارتك حين تفرغ شحنتها، أو كما يفعل الطبيب في حالات الطوارئ التي يتوقف القلب فيها عن النبض، أو يحدث خلل في انتظام ضرباته، حيث لا غنى له عن جهاز الصدم الكهربائي. كما يمكنك أن تقوم بتفريغ الشحنات الزائدة بواسطته أيضاً، كما تفعل حين توصل جهازاً كهربائياً بسلك معدني إلى الأرض، لإفراغ الشحنات الساكنة الزائدة التي تسبب خللاً في عمل الجهاز، أو حين تفتح صمام الأمان لتفريغ الهواء المضغوط من أسطوانة يوشك الضغط بداخلها أن يؤدي إلى انفجار.

باختصار فإن الهدف من تصور وجود مثل هذا الجهاز، هو أن تقوم بتحويل الفائض لديك من شكل من أشكال الطاقة إلى شكل آخر لديك نقص فيه كلما استدعت الضرورة ذلك؛ وأن تُفعل إرادتك وتحفزها من خلال صورة تخيلية تستجيب لها منظومتك الفكرية بشكل إيجابي.



جهاز للقياس والشحن والتفريغ كما قد تود أن تتخيله

قد تجد في البداية صعوبة في قياس أو استشعار مستويات الطاقة المادية والروحية لديك بشكل حاسم. إن تلك مهارة تكتسبها مع الوقت؛ ويمكنك أن تبدأ من استشعار حالتك المزاجية، فهي أسهل في المراقبة رغم أنها لا تعكس دوماً حقيقة وضع الطاقة والأنشطة التي نقوم بها؛ ولكنها ستكون خطوة أولى تفتح لك المجال لتطور من قدرتك على استشعار مستويات طاقتك المادية والروحية.

إن ما سبق يقودنا لأن ندرك نقطة محورية وهامة عن إرادتنا.. فالسؤال هل طاقتنا ملك إرادتنا؟ أم أننا مجرد انعكاس لهذه الطاقة؟ يحتمل الجواب نفسه الذي سبقنا به عن التجاذب المستمر بين إرادتنا، وظروفنا التي تؤثر على توليد واستهلاك طاقتنا. ولكنه أيضاً يحتمل جواباً آخر يقول: أنه تبقى للإرادة الكلمة الأعلى كونها جزء من المكون الروحي، ولكنها في النهاية تبقى ذات تفوق نسبي وليس مطلقاً؛ فتارة تكون الأقوى، وتارة تغلبها الظروف.

إن المفتاح الرئيسي للإدارة الفعالة لطاقتنا الذاتية، هو أن تكون إرادتنا هي الأقوى نسبياً بما يكفي لأن نحقق ذلك التوازن في معظم الوقت؛ ولكن ذلك قد يحتاج منا مزيداً من الاستيعاب لمفهوم الإرادة ذاته.

إرادة مرغبة ومساحة لردة الفعل..

إن الحديث عن استراتيجية طويلة المدى، في مقابل الحديث عن الحاجة لرد الفعل المناسب في كل لحظة، يقودنا للحديث عن طبيعة هذه الإرادة التي نتحدث عنها؛ ودون إغراق في التفاصيل فإن ما يهمنا هنا هو أن ندرك نوعان من الإرادة التي نمتلكها؛ الإرادة الكلية طويلة الأمد والإرادة الجزئية اللحظية.

فالإرادة الكلية هي الموجه الرئيسي لحياتنا ككل، وتبلور في تحديد أهداف ومبادئ نؤمن بها، وتشكل من خلالها رؤيتنا للحياة، ولأحلامنا، وأهدافنا. أما الإرادة اللحظية فتشكل قراراتنا اللحظية المباشرة، والتي تكون الإرادة الكلية عاملاً واحداً فقط من بين عوامل عدة تؤثر فيها.

إن التمييز بين هذين النوعين من الإرادة، وإدراك طبيعة الإرادة المركبة لدينا.. هو نقطة جوهرية وأساسية في نمو المنظومة الفكرية.. وكلما تعمق فهمنا لحقيقة هذا التراكب في الإرادة لدينا، والحدود الفاصلة بين أنواعها؛ كلما أصبحت قدرتنا على تنظيم أفكارنا وخططنا للحياة أكثر نضجاً وفعالية.

ولكن المهم إدراكه ضمن هذا السياق هنا؛ هو أهمية استغلال تلك المساحة التي تفصل بين المؤثر وردة الفعل.. فدوماً هناك ذلك الفاصل الزمني والفكري أيضاً بين حدوث مؤثر ما، وبين ردة فعلنا عليه. ومهما كان هذا الفاصل صغيراً أو قصيراً فإنه يظل موجوداً.. ويمكننا استغلاله أثناء عملية اتخاذ القرارات اللحظية لتكون أقرب ما يمكن إلى إرادتنا الكلية. وكما يقول ستيفن كوفي "فإن قوتنا وحريرتنا تكمن في جزء كبير منها في تلك المساحة التي نمتلكها لاتخاذ القرار، بين الحدث وردة الفعل؛ ومنها تتبع فكرة المسؤولية عن أفعالنا"⁽¹⁾.

لنأخذ مثلاً لتوضيح المفهوم ولنفترض أن إرادتك الكلية طويلة الأمد هي أن تكون إنساناً يحافظ على صحته. إن هذا يعني أنك دائماً تضع في ذهنك أن تمارس السلوك الصحي قدر المستطاع، غذاء مناسب وتمارين رياضية، وتجنب ما يضر بالصحة كالتدخين والمخدرات مثلاً..

(1) منقولة بتصرف من العادات السبع للناس الأكثر فعالية - ستيفن كوفي

إنك تُبلور هذه الإرادة في لحظات الهدوء والمراجعة للذات، ثم لاحقاً تأتي لحظة ما في وسط زحام الحياة اليومية، وتجد صديقاً يقدم لك سيجارة، أو كأساً من النبيذ الفاخر؛ هنا قد تكون إرادتك اللحظية هي الاستجابة للرغبة بالشعور باللذة المؤقتة التي يمكن أن تحصل عليها من أي منهما؛ ولكنك أيضاً قد تستغل تلك المساحة بين المؤثر وردة الفعل.. فتستجمع شجاعتك وترفضها بأدب استجابة لإرادتك الكلية.

قد تتباين ردة الفعل من موقف لآخر بحسب كل ظرف؛ فقد تندفع مرة تحت وطأة التوتر وتقبل الكأس، ويكون هذا اختيارك؛ وقد ترفض في مرة أخرى رغم أنك تحت نفس الضغط والتوتر.. ربما تكون متأثراً من زيارة مريض عدت للتو منها مثلاً، أو قد يكون الرفض مجرد قرار صائب قررت اتخاذه احتراماً لإرادتك الكلية رغم صعوبة الظرف؛ وهنا يكمن الفرق..

فأنت تمتلك القدرة على تحديد إرادتك الكلية، كما تمتلك القدرة على استغلال هذه المساحة لتحسين سلوكك العام ليصبح أكثر قرباً من إرادتك الكلية؛ وجزء من هذا هو استغلال تلك المساحة في اتخاذ القرارات المناسبة والصحيحة، للحفاظ على التوازن طوال الوقت بين الروح والمادة.

قانون مساحة الإرادة

هناك مساحة فاصلة بين حدوث المؤثر، وبين ردة فعلنا عليه؛ وتنبع إرادتنا الحرة من قدرتنا على استغلال تلك المساحة كي نحدد ونختار ردة فعلنا؛ والتي بدورها تحدد سلوكنا، وأفعالنا، وشخصيتنا، وطريقة تعاملنا مع المشاكل.

يقول جون سي ماكسويل^(١) على لسان الطبيب النفسي الشهير فيكتور فرانكل^(٢) "إن أبسط سمات الحرية الإنسانية، هي القدرة على اختيار توجهاتنا في ظل أي ظرف من الظروف."

إن تطبيقات قانون مساحة الإرادة في حياتنا اليومية واسعة وبلا حدود؛ وأترك لك هنا مهمة التفكير في الكيفية التي يمكن لهذا القانون أن يساعدك بها في تغيير حياتك.. وانتقل مباشرة إلى القانون الخامس.

(١) ٢١ صفة لا غنى عنها في القائد - جون سي ماكسويل (ولد عام ١٩٤٧) خبير قيادة ومتحدث ومؤلف معروف عالمياً، ألف أكثر من ٦٠ كتاباً، وبيعت من كتبه أكثر من ١٣ مليون نسخة.

(٢) فيكتور اميل فرانكل (١٩٠٥ - ١٩٩٧) طبيب نمساوي تخصص في الأمراض العصبية والنفسية، كان أحد الناجين من المحرقة النازية، وواحد من مؤسسي العلاج بالرمز والعلاج النفسي الوجودي.

إيقاف النزيف..

طوال الوقت تستنزف طاقتنا الذاتية في التعاطي مع المشاكل التي نواجهها في حياتنا اليومية؛ ويستمر النزيف أحياناً حتى يأتي على آخر قطرات الطاقة بداخلنا، ونصاب بالجفاف الروحي والانهباء المادي على السواء.

مأساة تتكرر من حولنا كل يوم، وتزورنا بذاتنا بين الحين والآخر. ومهما مارسنا من استراتيجيات ومناورات للحفاظ على طاقتنا، يظل هذا النزيف مستمراً من الجرح الغائر المسمى المشاكل؛ والذي ينزف توتراً وقلقاً دون توقف.

قانون إيقاف النزيف

تبقى كل مجهوداتنا في إدارة طاقتنا الذاتية بلا جدوى، ما لم نتعلم كيف نوقف الاستنزاف الرهيب لمخزوننا من الطاقة، والتسرب الذي تحدثه ثقبوب القلق والمشاكل.

حياة بلا مشاكل !!

حياة بلا مشاكل.. الحلم الأزلي لكل إنسان منذ نشأت الخليقة وحتى يومنا هذا، ولكن للأسف.. فقد كان وسيظل الحلم المستحيل. فسنة الحياة أنها مليئة بالمشاكل. وذلك الحلم يتحقق في جنات النعيم⁽¹⁾، حين يرد الناس إلى رب العالمين.

(1) يقول الله تعالى في القرآن الكريم على لسان أهل الجنة ﴿وَقَالُوا الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنَّا الْحَزْنَ إِنَّ رَبَّنَا لَغَفُورٌ شَكُورٌ﴾ الَّذِي أَحَلَّنَا دَارَ الْمُقَامَةِ مِنْ فَضْلِهِ لَا يَمَسُّنَا فِيهَا نَصَبٌ وَلَا يَمَسُّنَا فِيهَا لُغُوبٌ ﴿٢٠٠﴾ - سورة فاطر الآيات

أما هنا على هذه الأرض، وفي هذه الحياة الدنيا.. فإن المشاكل هي سُنّة الحياة^(١)؛ وأتمنى ألا تكون قد قرأت هذا العنوان وأنت يحدوك الأمل بأنه يدلك على الطريق لتحقيق ذلك الحلم، غاضاً الطرف عن علامتي التعجب.

ومادام هذا الحلم مستحيلاً؛ فربما لا نملك إلا أن نتكيف مع الواقع؛ ولكن صور التكيف متعددة، وما نعينه هنا هو التكيف الإيجابي الذي يحقق مقولة ديل كارنيغي^(٢) "إذا كان نصيبك من الغداء ليمونة حامضة، فإما أن تأكلها متذمراً، أو أن تحولها إلى عصير حلوا المذاق." إن المشاكل مصدر رئيسي لاستنزاف طاقنا الروحية والمادية على السواء؛ ولذلك لا مفر من أن نتعلم كيف يمكن أن نتعايش معها، ونعالجها، ونجد لها الحلول الفعّالة، دون أن تحول حياتنا بحموضة مذاقها إلى تعاسة، وقلق، وتوتر دائم.

يقول بيل غيتس^(٣) "إذا أردت أن تنجح.. فعليك أن تقبل حقيقة أن الحياة ليست عادلة..". نعم؛ هي الحقيقة التي يجب أن نتقبلها ونتعايش معها، إن هذه الحياة غير عادلة، والعدل يكتمل في دار الحساب.. ولا يعني ذلك إطلاقاً التسليم للظلم والقبول به، أو إقراره بتلك الذريعة؛ بل يعني قبول حقيقة أنه بعد أن نصل إلى منتهى طاقنا في البحث عن العدل، وقدرتنا على إقراره وتحقيقه؛ فسيظل هناك حيز كبير من عدم العدل قائماً في هذه الحياة الدنيا.

(١) ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ﴾ - القرآن الكريم - سورة البلد - آية ٤.

(٢) ديل كارنيغي - دع القلق وابدأ الحياة - بتصرف.

(٣) من في لقاء له مع بعض طلبة الجامعات - وليام هنري غيتس المشهور ببيل غيتس، ولد بالولايات المتحدة (١٩٥٥) أسس شركة مايكروسوفت الشهيرة لأنظمة الكمبيوتر مع رفيقه بول آلان (١٩٧٥) - تربع على صدارة قائمة مجلة فوربس لأثرياء العالم بين (١٩٩٥-٢٠٠٧) وتفرغ لاحقاً لإنشاء وإدارة مؤسسة بيل وميليندا غيتس الخيرية.

فقد خُلقت هذه الحياة الدنيا اختباراً قائماً على الإغراء بملذاتها، فكان التنافس على تلك الملذات سبباً للتدافع بين الناس والتصادم بينهم.. فتارة تصادم بين طامعين كل منهم يطمح بالفوز، وتارة بين طامع وبين مدافع عن حقٍ يصلح به حاله وحال غيره^(١). إن كل تلك الصدمات بمختلف مستوياتها، الصغير منها كما في شجار الأطفال؛ والكبير منها كما في السياسة والحروب؛ مروراً بالمتوسط منها مما نمر به في حياتنا اليومية من خلافات؛ كل تلك الصدمات تولد المشاكل.. ومن استجابتنا لتلك المشاكل يتولد جزء كبير من سلوكنا، ومن أعمالنا التي سنحاسب عليها.

باختصار.. فإن المشاكل جزء لا يتجزأ من الحياة، مثلها مثل الطعام، والشراب، والهواء، والمال، والمعرفة.. فكلها مجرد أجزاء من الحياة لا تقوم إلا بهم، ولا يمكن تصور الحياة بدونهم.

القانون الأول للمشاكل

إذا أردت أن تحيا سعيداً، وأن تتخطى المشاكل بنجاح؛ فعليك أن تتقبل حقيقة أن الحياة ليست عادلة، وتكفّ عن التذمر من ذلك.. وأن تتكيف مع مبدأ أن المشاكل جزء أساسي من الحياة، وأن تتوقف عن الحلم بأن تكون حياتك كاملة لا مشاكل فيها.

(١) ﴿وَلَوْلَا دَفْعُ اللَّهِ النَّاسَ بَعْضَهُمْ بِبَعْضٍ لَفَسَدَتِ الْأَرْضُ وَلَكِنَّ اللَّهَ ذُو فَضْلٍ عَلَى الْعَالَمِينَ﴾ - القرآن

الكريم - سورة البقرة - آية ٢٥١

ويظل سؤالٌ يحيرنا ونردده دوماً، رغم أننا في الغالب نعرف الإجابة بشكل ما.. سؤال يقول: كيف تحدث هذه المشاكل في حياتنا؟ أو من أين تأتي إليها أو تظهر فيها؟ يظل ذلك السؤال يتردد على ألسنتنا في الغالب تدمراً، وأحياناً أخرى بحثاً عن إجابة سحرية تمكنا من إغلاق نهر المشاكل في حياتنا من المنبع مرةً واحدة.. وإلى الأبد.

ولكن لسوء الحظ فإن تلك الإجابة السحرية غير موجودة؛ ومع ذلك فلا بأس من التذكير ببعض الأفكار التقليدية التي ترقد في أعماق الذاكرة، تحت ركام الهموم والمعلومات؛ إذ يظل التذكير بها مفيداً، حتى أننا أحياناً نشعر وكأننا نقرأ تلك الأفكار والكلمات للمرة الأولى.

إن إدراك الكيفية التي تتولد بها المشاكل في حياتنا، خطوة مهمة على الطريق لبناء تصور أفضل للتعامل معها؛ فمن ناحية يساعدنا ذلك على تقبل ذلك الواقع (فحين يُعرف السبب.. يزول العجب..) ومن ناحية أخرى فكلما قل الغموض، كلما أصبحنا أكثر أريحية في التعامل مع المشاكل المختلفة.

تأتي المشاكل أحياناً نتيجة أحداث طبيعية غير متوقعة، تشكل كوارث وصدّات؛ وأحياناً أخرى تأتي المشاكل نتيجة أخطاء غير مقصودة، ترتكبها أنت أو يرتكبها الآخرون بحسن نية.

لكن الصراع الناجم عن التنافس والتدافع من أجل المصالح، وما يرافق ذلك من أخطاء مقصودة في أحيان كثيرة، يغلب عليها سوء النية إلى حد ما؛ هذا الصراع هو السبب الرئيسي لجزء كبير من المشاكل التي نواجهها كل يوم.

وما يزيد الأمر سوءاً هو الجهل وضعف الإدراك اللذان يؤديان إلى الوقوع في سلاسل متتالية من الأخطاء.. بعضها مقصود، وبعضها الآخر يقع عن غير قصد.

حينها يختلط حسن النية بسوئها بدرجات متفاوتة، حتى يصبح من الصعب نسب سلسلة الأحداث كلها إلى أي منهما، أو حتى إلى خطأ محدد بذاته.

وتكتمل دائرة الألم مع انعدام الفهم المتبادل بين الأطراف المختلفة؛ سواء تلك المتنافسة، أو حتى المتعاونة في ظل وجهات النظر المتباينة أو المتضادة.

إذا أمعنت النظر في جميع الأسباب السابقة، ستجد أنها جميعاً أمورٌ واقعة لا مفر منها، ولا يمكن منعها منعاً كاملاً مهما حاولنا؛ ولكنها تبقى قابلة للتقليل منها ببعض الاجتهاد قبل وقوعها، والحد نسبياً من آثارها الضارة بعد وقوعها، والتعاطي معها بإيجابية وتحويلها (جزئياً على الأقل وبحسب الحالة) من مصادر للمشاكل إلى مصادر للقوة والإبداع؛ بشرط توافر الرغبة، والوعي، والفهم المتبادل بين الأطراف المختلفة، وبالتأكيد وجود النوايا الحسنة.

الجانب المضيء من القصة..

كم مرة خطر على بالك أن للمشاكل فوائدها؟ كم مرة قرأت العبارة المشهورة "رب ضارة نافعة". الحقيقة أن لا شيء خالص السوء في هذه الحياة، تماماً كما أنه لا توجد فيها سعادة كاملة.

فلكل مشكلة وجهان: أحدهما مؤلم ومزعج، والآخر إيجابي ومفيد؛ ولكننا عادة لا نشعر بأن شيئاً ما هو فعلاً مشكلة، إلا حين نستشعر طغيان الجانب السلبي؛ كما أن طبيعة الإنسان أن يغلب شعوره بالألم على شعوره بالسعادة؛ فيسقط من اعتباره الجانب الإيجابي للمشكلة، ولا يشعر به إلا بعد أن تنتهي وينتهي معها ألمه.

وحين يطغى على تفكيرنا الجانب السلبي للمشكلة، فإننا في أحيان كثيرة لا نرى حتى الوسائل المساعدة المحيطة بنا، والتي قد تساعدنا على تخطيها؛ حتى أن الحلول أحياناً تكون أقرب إلينا من المشكلة ذاتها، ولكننا لا نراها.. كما أننا نعجز عن إدراك الفائدة التي تعود علينا منها.

إن المشاكل هي طريقنا إلى تربية نفوسنا واكتساب الحكمة والخبرة؛ فما من مشكلة إلا ومعها درس نتعلمه. إننا نرتقي على سلم المعرفة من خلال تجاوز المشاكل وحلها، ومع كل مشكلة أو مجموعة مشاكل نتخطاها.. فإننا نرتفع درجة على ذلك السلم. إننا نتعلم مع المشاكل خبرات معرفية وشعورية تسهم جميعها في تشكيل بنيتنا المعرفية، والسلوكية، والعاطفية أيضاً.

إن المشاكل واحدة من أشكال الغذاء التي يستهلكها العقل لينمو، وبدونها فإنه لا معنى لوجود العقل أصلاً، بل لا معنى لكل الحياة كما نعرفها. لقد اختار الله المشاكل لتكون تنقية لنا وتطهيراً من أخطائنا وذنوبنا؛ فمما ورد عن النبي محمد صلى الله عليه وسلم أن المؤمن تصيبه الشوكة يكفر بها من خطيئته^(١)؛ ويصيبه المرض فيطهره من ذنوبه، كما تذهب النار خبث الحديد^(٢)؛ فما بالك بأشواك المشاكل وآلامها. واختارها الله أيضاً كي تكون وسيلة يردنا بها إليه؛ فتذكر محدودية قوتنا في هذا الكون؛ فلنتجئ إليه ونطلب منه التوفيق.. ونذكر أخطأنا فنصححها ونتوب منها.

(١) {ما من مسلم يشاك شوكةً فما فوقها، إلا كتبت له بها درجة، ومُحيت عنه خطيئته} - حديث شريف رواه مسلم والبخاري.

(٢) {إذا اشتكى المؤمن أخمصه الله من الذنوب كما يخلص الكبر خبث الحديد} - حديث شريف رواه الألباني ورواه غيره كثيرون بنفس المعنى.

إن هناك وجوه متعددة لهذا العالم نحتاج لأن نتعرف على أكبر قدر ممكن منها، حتى ندرك حقيقته وحقيقة هذه الحياة معه. ووجه آخر لحقيقة هذا العالم أنه مجرد مجموعة مترابطة ومتداخلة من المشاكل.. فكل صغيرة وكبيرة فيه هي مشكلةٌ بحد ذاتها.. والفرق يكمن فقط في المدى أو النطاق الذي يتأثر بالمشكلة، وفي طبيعة الأثر النفسي الذي تحدثه سلباً أو إيجاباً.

وباختصار.. فبقدر ما نكره مشاكل هذه الحياة، بقدر ما نحتاج إليها كي نستمر فيها. إن المشاكل مُهمة؛ وفي الغالب مفيدة بأكثر من كونها مُزعجة.

المشاكل من أركان الحياة

ليست الحياة إلا مجموعة من المشاكل؛ بعضها إيجابي، وبعضها سلبي. إن المشاكل واحدة من أركان هذه الحياة التي نعيشها، والتي تعطيها معنى وقيمة.

مباديء واحدة..

حين تشعر أنك في موقف يحتم عليك اتخاذ قرار ما؛ فتلك مشكلة.. حين تشعر أن ثمة احتياجاً غير مُلبى، وأنت تحتاج إلى اتخاذ إجراء ما لتبليته؛ فتلك مشكلة.. وحين تشعر أن عقدة ما تحتاج إلى حل؛ فذلك واحد من جذور كلمة المشكلة في اللغة العربية^(١).. وحين تشعر بورطة أو مأزق؛ فتلك مشكلة أيضاً..

(١) يقال شكل أي عقد، أو شكل الشيء أي علقه بما يعيقه، ومشكلة أي عقدة، فأمر هو مشكلة إن كان معقوداً يحتاج أن يُحل كما تحل العقد.

تختلف أحجام المشكلات.. فبعضها تافه وبسيط يُحل تلقائياً حتى دون أن نشعر بأنها فعلاً مشكلة؛ كما تدفع ذبابة تزعجك بعيداً عنك؛ فإزعاجها لك مشكلة، وحلها أن تدفعها بيدك بعيداً عن وجهك. وبعض المشاكل أعقد قليلاً، كما تحنار مثلاً عند وجبة الإفطار، بين إعداد البيض أو تناول النواشف؛ وبعض آخر من المشاكل نعتبرها عادة مشاكل حقيقية.. ولكننا نعتاد عليها مع الوقت والتكرار: كروتينيات العمل، وإصلاح السيارة، وهلم جراً.. وأخيراً هناك المشاكل التي نؤرقنا وتهزنا في الصميم.. إنها المشاكل الكبرى.. خلافات زوجية وعائلية، قرارات مصيرية، صدمات حياتية أو عاطفية غير متوقعة، وأحياناً قرارات لا يتوقف عليها مصيرك أنت وحدك، بل ومصير آخرين؛ ربما فرد، وربما جماعة، وأحياناً أمة أو وطن بأكمله. وفي النهاية يبقى المبدأ واحداً؛ مشكلة.. تحتاج حلاً سليماً، وتعاطياً صحيحاً معها؛ وتبقى المبادئ النفسية والعقلية للتعاطي معها واحدة أيضاً.. أيّاً ما كان حجم المشكلة، أو نطاقها، أو شدة تعقيدها، أو نوعيتها؛ سواء كانت صحية، أو علمية، أو اجتماعية، أو.. إلخ.

ولئن تعددت آليات حل المشاكل وطرقها؛ فإن المبادئ الأساسية تظل دوماً واحدة.. ويبقى الفرق هو في حجم المجهود المبذول لحلها، وحجم وطبيعة تأثيرنا النفسي بها.. فبالاعتقاد والتعلم تصبح المشاكل الكبيرة لدينا مع الوقت أشياء صغيرة ومعتادة، ويقلُّ الأثر النفسي لها مرةً بعد أخرى.

قانون المبادئ الموحدة لحل المشاكل

أيّاً كان حجم، أو نوع، أو نطاق المشكلة.. فإن المبادئ الأساسية للتعاطي معها واحدة؛ وإن اختلفت التفاصيل، والآليات، وطبيعة الجهود المبذولة لحلها.

إطفاء الضوء الأحمر..

إن مشكلتنا الحقيقية مع المشاكل عموماً هي المشاعر السلبية التي تصاحبها، وليس في المشاكل ذاتها؛ فهناك آلاف المشاكل التي تواجهنا يومياً، ولكننا لا نعتبرها مشاكل حيث لا تتأبنا مشاعر سلبية أثناءها. فتحديد المقدار المناسب من الملح المطلوب إضافته لوجبتك المفضلة، هو بالتعريف الدقيق مشكلة، ولكنك لا تشعر بها لأن الغالب عليك في هذه اللحظة، هو الشعور الإيجابي الناتج عن الأمل المعقود على لذة الوجبة. ولكن لو اكتشفت فجأة أنك لا تملك ملحاً في المنزل فإنك في هذه اللحظة ستواجه مشكلة أخرى لا تختلف كثيراً عن الأولى من حيث جوهر أنها مشكلة.. ولكن إدراكك لتأخر حصولك على اللذة إلى أن تحصل على الملح، وربما أنك ستبدل أيضاً جهداً غير متوقع بالذهاب لشراء بعض منه، سيولد مشاعر سلبية تشعرك بوجود المشكلة.

إن حاسة الطلب لدينا تعمل في كلتا الحالتين على تعريف المشكلة، وتحديد الطلب لحلها.. ولكن حاسة المعاناة واللذة تتلقى إشارة بمشاعر سلبية من حاسة المشاعر؛ فننشط مرسله إشارة بالمعاناة إلى منظومتنا الفكرية التي تقوم بدورها بتغيير تعريف الحالة من مجرد طلب ينتظر التلبية، إلى مشكلة تسبب توتراً بقدر ما.. يتناسب مع حجم المشاعر السلبية الموجودة. إن هذا التمييز بين المشكلة بشكلها المجرد، وبين المشاعر المصاحبة لها، يفتح لنا الباب واسعاً لإيجاد وسائل التكيف مع حقيقة أن المشاكل أمرٌ لا بد منه. فحاسة المعاناة واللذة تكون خاملة في حالات الهدوء الشعوري؛ ولذلك تجد خبراء القيادة، والإدارة، والتنمية الذاتية يوجهون دوماً إلى عدم التورط العاطفي في المشكلة؛ وذلك بغرض تجريدها من ذلك الرداء السلبي من المشاعر، لتصبح مجرد طلب عارٍ من أي مشاعر قد تستثير حاسة المعاناة واللذة.

لكن الواقع أنه من الصعب في أحيان كثيرة تطبيق ذلك بشكل كامل؛ فطبيعة الإنسان تختلف عن الآلة؛ والتجرد الكامل من المشاعر لفترة طويلة ليس تصرفاً طبيعياً بحد ذاته. ولذلك فإن الأجدى والأفضل هو أن نحاول إيجاد وسيلة لتحويل تلك الطاقة السلبية إلى طاقة إيجابية؛ وحينها تقوم المنظومة الفكرية بتقييم الحالة بشكل مختلف.. حيث تستقبل إشارات باللذة بدلاً من المعاناة، مما يدفعها إلى تعريف الحالة على أنها فرصة للحرية والإبداع.

استغلال مساحة الإرادة..

من باب التجربة أو من باب التغيير.. لماذا لا تجرب في المرة القادمة حين تواجهك مشكلة، أن تبدأ بالبحث عن الجانب الإيجابي أولاً، قبل أن تغرق لاحقاً في آلام ودوامة الجانب السلبي لها، وهو الأمر سيحصل بطبيعة الحال لاحقاً ولبعض الوقت. حين تبدأ بالجانب الإيجابي يستجيب عقلك بشكل أفضل للمشكلة، وتستجيب مشاعرك أيضاً بشكل أكثر إيجابية.

إن ما يحدث بالضبط هو أنك (كما في التعبير الدارج) تقلب الطاولة على المشكلة؛ وبدلاً من أن تتحكم هي بك وتفكيرك، فإنك بتلك الضربة الاستباقية، تصبح أنت المتحكم بها، والمستغل لها؛ وتصبح الأمور نسبياً تحت سيطرتك، ولو على الأقل من الناحية النفسية والعاطفية.

حينها يصبح التعاطي الإيجابي، وإيجاد الحلول عملية أبسط كثيراً؛ حتى أننا نظن أحياناً أن ثمة قوة سحرية تفاجئنا؛ ولكن المفاجأة الحقيقية لنا تكون حين نكتشف أن هذه القوة هي قوتنا نحن الكامنة بداخلنا.. ولكن في شكلها الإيجابي.

حين تمارس أي لعبة محببة إليك (سواء كانت لعبة مثل الشطرنج أو ألعاب الورق، أو ألعاب الكمبيوتر والفيديو، أو حتى الألعاب الرياضية التي تمارسها على سبيل الهواية) فإنك أثناء ذلك تتعامل مع المئات، وربما الآلاف من المشكلات بشكل تلقائي دون أن تشعر؛ وتتعامل مع بضع عشرات منها بشكل واعٍ يستدعي انتباهك وتركيزك. وفي كلا الحالتين فإنك في الغالب تمارس ذلك بدرجات منخفضة من التوتر والقلق؛ حتى وإن بدا عليك العكس تحت تأثير الحماس..

فأغلب ذلك التوتر الحماسي هو توتر إيجابي مؤقت لإطلاق الطاقة السلبية الكامنة بداخلك بشكل إيجابي حماسي، تشعر بعده غالباً بالهدوء، والسكينة، والراحة، والسرور. يمكنك أن تستنني هنا حالات الهوس المبالغ فيه باللعبة، حيث ينقلب ذلك التوتر إلى توتر سلبي ضار، بل وتصبح تلك اللعبة أحياناً سبباً في فساد حياتك، بل وأحياناً الموت من القهر^(١).

إن هذا يؤكد لنا أن آلامنا وتوترنا ليست بسبب المشاكل في حد ذاتها، أو التحديات التي تمثلها؛ بل في طريقة تعاطينا معها، والتي تدفعنا إليها الضغوطات المختلفة، سواء المادية منها أو المعنوية.

لكن تأثير هذه الضغوطات ليس حتمياً، ولست مضطراً لابتلاع المشاكل والضغوطات الناتجة عنها سويماً في عبوة واحدة. فأنت وحدك من يسمح لتلك الضغوطات بأن تؤثر عليك، وتشكل تفكيرك وطريقة تعاطيك مع المشكلة؛ وهو ما تستطيع أن تغيره من خلال إدراكك للمساحة الموجودة بين المؤثر وردة الفعل كما تحدثنا عنها سابقاً.

(١) نشرت الصحف في السنوات الأخيرة، عدة حوادث لمشجعين رياضيين ماتوا بالسكتة القلبية عقب خسارة فريقهم !!

فمن خلال استغلال تلك المساحة الفاصلة بين وقوع المؤثر أو حدوث المشكلة، وبين ردة فعلك عليها.. يمكنك أن تشكل طريقة تفكيرك وتعاطيك مع المشكلة.. والخطوة الأولى لفعل ذلك هي أن تدرك وتميز وجود تلك المساحة الفاصلة بين حدوث المشكلة، وردة فعلك عليها. إن تشكيل وتهيئة عقولنا لمواجهة المشاكل هي واحدة من أبرز استخدامات قانون مساحة الإرادة؛ ودعنا نركز هنا على استغلال هذه المساحة في الاستعداد النفسي لمواجهة المشكلة، ومنع حدوث الاستنزاف لطاقتنا الذاتية.

مُتعة..

لعلك تتساءل باستهجان: وأين هي المتعة في المشاكل؟! ولكن.. ما دما قد اتفقنا على أن المشاكل أمر واقع لا مفر منه، فلماذا لا نحاول تحويلها إلى متعة؛ لعلنا نستطيع ابتلاعها ضمن وجبات الحياة. ماذا لو استغللت مساحة الإرادة التي تملكها، واعتبرت المشكلة على أنها لعبة وتحدي؟ وتعاملت معها على هذا الأساس..

يمكنني أن أخص لك سريعاً بعض الفوائد التي ستعود عليك من تلك الفكرة.. فأولاً سيدفع ذلك بالمشكلة لتكون أكثر خضوعاً لسيطرتك النفسية على الأقل، بدلاً من حدوث العكس؛ وستتعامل معها بثقة أكبر في النفس (كما تفعل حين تمارس ألعابك المحببة)؛ وستستمتع بدفقات الأدرينالين⁽¹⁾ وهي تسري في عروقك تحت تأثير الحماس لمواجهة التحدي، بدل أن تكون تلك الدفقات سبباً للقلق أو الخوف.

(1) Adrenaline: هرمون وناقل عصبي تفرزه الغدة الكظرية فوق الكلية، ويعمل على زيادة نبض القلب وانقباض الأوعية الدموية، ويعمل على تحضير الجسم لحالات الكر والفر.

والأهم أنك ستكون أكثر تقبلاً لفكرة احتمال الخسارة والفشل، وأنهما ليسا نهاية العالم على الأغلب (يمكنك استثناء حالات قليلة من هذه النقطة الأخيرة، ومع ذلك سيظل المبدأ فعالاً بدرجة ما في معظم تلك الحالات الاستثنائية).

إن شجاعة تقبل احتمال الخسارة ومواجهته، تزيد من ثقتك بالنفس فتزداد سيطرتك على المشكلة، ويزداد استمتاعك بها؛ وهكذا تستمر الدوامة الإيجابية في الصعود بك إلى مستويات أعلى من الناحية النفسية، ومن الناحية العملية أيضاً في مواجهة المشكلة.

إن نظريات اللعب مطبقة عموماً في مجالات أخرى متعددة منها على سبيل الأمثلة لا الحصر: التعليم، والتخطيط العسكري، والتخطيط الاقتصادي؛ بل وينقل عن ألبرت أينشتاين قوله "إن اللعب هو أعلى أشكال البحث العلمي".

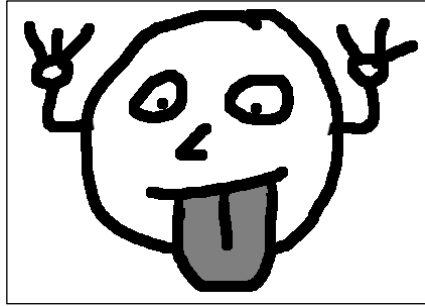
إن تطبيق نظريات اللعب في حل مشاكلك اليومية أو حتى مشاكلك الكبيرة، ليس بالفكرة الجديدة كلياً حتى عليك أنت بذاتك؛ فكم من مرة كنت تمارس فيها أداء مهمة مُملة أو ثقيلة على النفس، ثم وجدت نفسك تخلط بعض العبث الذي لا يضر من باب التسلية والتخفيف من ثقل المهمة.

في المرة القادمة حين تواجهك مشكلة.. تخيلها وقد تجسدت على شكل كائن صغير يخرج لك لسانه بسخرية؛ قد يملكك الغضب، أو قد تقفز سريعاً إلى المرحلة التالية، والتي يجب أن تصل إليها في جميع الأحوال.. أن تبتمس ساخراً وواثقاً، كما تبتمس لطفل صغير يتحدأك أن تمسك به أو تضربه.

ثم أخيراً يجب أن تصل إلى قبول التحدي.. وأن تستمتع بمقارعة ذلك الكائن الصغير المسمى مشكلة وتبرحه ضرباً..

ولكنك في هذه المرة لن تستعمل قبضتك، ولكنك ستستعمل عقلك لتسد لتلك المشكلة الضربة تلو الأخرى إلى أن تتغلب عليها.. وستفعل بكل روح رياضية.. كما ستفعل تماماً وأنت تداعب ذلك الطفل الصغير إلى أن يستسلم.

ورغم أن الكلام هنا تشبيهي بالدرجة الأولى لإيضاح الفكرة، ولكنك قد تجد أحياناً أنه من المفيد تطبيق الفكرة حرفياً.. وأنا شخصياً أفعل ذلك في بعض الأحيان.



مشكلة تتحداك (١) 😊

لكن الحذر واجب.. فرغم فعالية نظرية اللعب، إلا أننا أحياناً نفرط ونتمادى في اللعب حتى ننسى كلياً جدية الواقع ونستهين به، وهذا أيضاً خطأ له عواقبه.. فالتطبيق السليم لفكرة اللعب في حل المشاكل قائم بالدرجة الأولى على التوازن الصحيح بين اللعب والمتعة (والخيال أحياناً)، وبين الجدية والواقعية.

فكما أنها شعرة تفصل بين العبقرية والجنون، فهو أيضاً خيط رفيع ذلك الذي يفصل بين الواقع والخيال، وبين اللعب والجد.

(١) حفظاً لحقوق النشر، فالصورة تم أخذها من الإنترنت من موقع chkno.net

بعض المواقف من الصعب تحويلها إلى لعبة.. وفي النهاية فإن الهدف ليس تحويل الأمر إلى هزل.. فالغرض الأساسي من تطبيق نظرية اللعب هنا، هو الاستفادة من الميزات التي تقدمها لنا؛ وفي حالتنا هذه.. فإن الميزات هي التعامل مع الضغط النفسي الناجم من المشكلة وتخفيفه، والانفتاح على التفكير الحر وغير المقيد. ومع الوقت ستتعلم اكتساب الشعور بتلك الميزات دون أن تطبق فعلياً نظرية اللعب.

بتعبير أبسط.. إن تطبيق نظرية اللعب هنا هو تدريب شعوري وفكري، سيساعدك في برمجة عقلك ومشاعرك على أسلوب أفضل للتعامل مع المشاكل ومواجهتها. فهذا النشاط يساعدك على مواجهة الشعور بالضعف، وهو السبب الأكبر في توترنا وقلقنا إزاء المشاكل؛ فنحن عادة نعتبر أمراً ما مشكلة حقيقة تتسبب لنا في القلق والتوتر، فقط حين نشعر ببعض الضعف أو الشك في قدرتنا على عبورها أو مواجهتها.

إن الاعتراف والإقرار بهذا الضعف أولاً، وتقبله كصفة إنسانية طبيعية ثانياً، ثم مواجهته ثالثاً؛ هي السبيل الوحيد للتغلب عليه بشكل حقيقي. فليس القوي من لم يكن يوماً ما ضعيفاً، إنما القوي من أقرّ بضعفه، ثم تغلب عليه⁽¹⁾.

كما يجب أن تحذر أيضاً من أن إيجابية نظرية اللعب في حل المشاكل، قد تصل بالبعض في وقت ما إلى الإدمان على حل المشاكل ومواجهتها، لدرجة أنك قد تبدأ بالبحث عنها حين لا تجدها؛ وسيكون عليك حينها أن تدرك متى يكون ذلك مفيداً؟ ومتى يجب أن تتوقف عنه؟

(1) تقول الحكمة الشهيرة "ليس الشجاع من لا يخاف، بل الشجاع من يتغلب على خوفه".

كراتٌ تغلي..

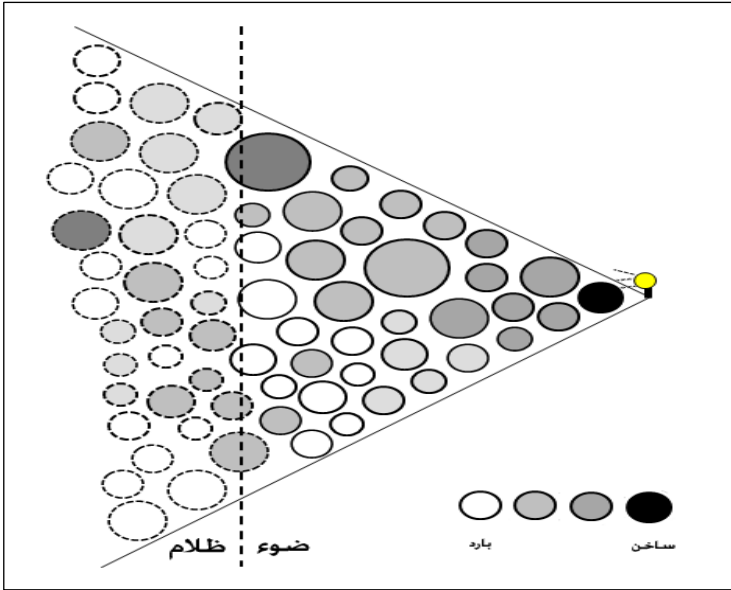
إن جميع أسباب المشاكل موجودة حولنا طوال الوقت؛ وحتى المشاكل الناتجة عنها نفسها موجودة في الغالب أيضاً معظم الوقت؛ لكننا لا نبدأ بالشعور بها، والانزعاج منها، إلا حين تشكل عقبة أمامنا لتحقيق هدف ما، أو أن تتسبب لنا بالآلام. حينها تبدأ بالتحرك نحو بؤرة الاهتمام في وعينا تحت ذلك الضغط، حتى تصل أحياناً إلى أن تتخطى موقع البؤرة لتصبح في موقع الاستحواذ الكامل، أو شبه الكامل على تفكيرنا في حالة أشبه بالهوس. وبحسب درجة ذلك الاستحواذ تكون درجة قلقنا وتوترنا وشعورنا بالأرق.

فلنتخيل العقل على أنه مساحة من الفراغ على شكل زاوية غير محددة النهاية؛ وفي رأس هذه الزاوية هناك مصدر إضاءة موجه إلى داخلها.. إن كل مشكلة يحتاج العقل إلى معالجتها تشكل كرة تقف في مكان ما داخل هذه المساحة، تمثل عملية تستهلك بعضاً من مواردنا وقدراتنا العقلية والعاطفية أيضاً.

إن رأس الزاوية يتسع لكرة واحدة، تكون هي مركز الاهتمام والتركيز الواعي لدينا، وتعرض للإضاءة المباشرة التي تمثل قمة التركيز والوعي؛ وكلما ابتعد موقع أي كرة عن الإضاءة كلما قل تعرضها للضوء؛ حتى نصل بعد مسافة معينة إلى الكرات التي تقع في نهاية الضوء بين الوعي واللاوعي؛ ثم الكرات التي تغرق في الظلام في خلفية اللاوعي لدينا. إن كل كرة لها حرارة معينة تعكس مقدار الطاقة العاطفية والفكرية التي تستهلك بداخلها، وينعكس ذلك على لونها.. فكلما كانت أكثر حرارة، كلما اكتسبت لوناً أكثر توهجاً. إن الكرات أو المشاكل التي تتلقى الضوء في منطقة الوعي تكون أكثر نشاطاً وحرارة؛ وكلما اقتربنا من مركز الزاوية زاد ذلك النشاط.

حين تنتهي المشكلة بشكل أو بآخر، يتم تدمير الكرة أو العملية، وتتححر المساحة التي تشغلها داخل هذا الفراغ العقلي؛ وإلى أن يحدث ذلك.. تبقى العمليات نشطة داخل كل تلك الكرات بدرجة ما.. حتى تلك القابعة في الظلام.. وتناسب درجة ذلك النشاط مع حجمها، ومدى اقترابها من الضوء، ومدى الطاقة العاطفية التي تستهلكها. وبحسب الظروف، وبحسب إرادتنا أيضاً، تتغير باستمرار مواقع الكرات؛ فتارة ندفع واحدة إلى الخلف، وتارة نسحب أخرى إلى الأمام.

ولنضيق نطاق الحديث قليلاً إلى المدى الذي يهكم أكثر هنا، وهو المشاكل التي نعتبرها حقيقية؛ تلك المشاكل التي تسبب لنا القلق والتوتر، أو تؤرق منا هنا حين نأوي إلى الفراش. فما يزعجنا دوماً هو تلك الكرات التي تصل إلى درجة الغليان.. فهي تستهلك طاقة عاطفية كبيرة؛ وكلما زاد حجمها، زاد معها الإزعاج..



كرات المشاكل داخل العقل

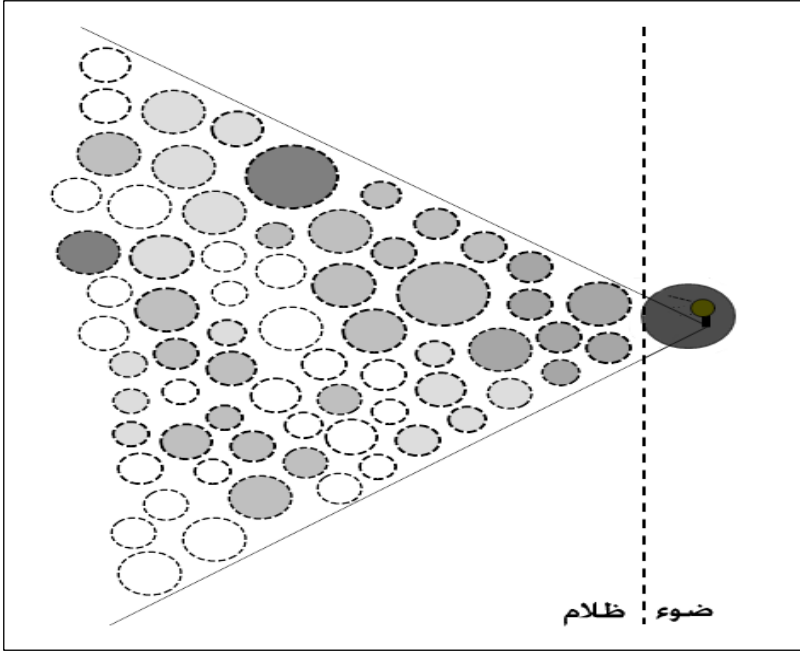
ولك أن تتخيل ما الذي يحدث حين تتعرض كرة تغلي وهي في الظلام، لمزيد من الحرارة الناتجة عن سقوط إضاءة الوعي عليها.. إنها تنصهر أحياناً ونفقد السيطرة عليها، وأحياناً أخرى تنفجر مسببة أضراراً بأحجام مختلفة في عقولنا ومشاعرنا.. ويحتاج ترميمها إلى جهود كبيرة ووقت طويل؛ وقد يحدث كل من الانصهار أو الانفجار في الظلام مسبباً مشاكل في اللاوعي، تترجم إلى أمراض نفسية.

أما كابوسنا الأسوأ، فهو حين تقفز كرة ما تحت تأثير الضغط من مركز البؤرة في رأس الزاوية، لتزاحم مصدر الإضاءة ثم تحتويه؛ فحينها ينحصر الوعي في تلك المشكلة، مسبباً حالة من التسلط للفكرة، أو ما يسمى الاستحواذ والهوس بالموضوع؛ تاركة وراءها بقية الكرات جميعاً تغرق في شبه الظلام. حينها تزداد حرارة المشكلة بشكل سريع، وأكبر من قدرة آلية التبريد داخل عقولنا.. فيصبح الانصهار أو الانفجار أمراً مؤكداً إن لم نتدخل سريعاً لإعادة الكرة إلى مكانها الصحيح؛ ولولا أن هذه الكرات نصف شفافة لما تمكنا من التدخل، ولما خرجنا يوماً من تلك الحالة.

إن صورة أخرى قد تصف تلك الحالة بشكل أبسط.. حين يتسلط تسلط برنامج أو تطبيق واحد فقط على جهاز الكمبيوتر أو جهاز الهاتف المحمول، بحيث يقيه منشغلاً في مهمة واحدة، ويمنع كل البرامج الأخرى من العمل تماماً حتى لا نجد في بعض الأحيان حلاً.. سوى فصل الطاقة أو البطارية عن الجهاز لإيقافه تماماً.

أحياناً نقوم بحيل دفاعية سلبية للتخلص مؤقتاً من الاستحواذ؛ ندفع المشكلة إلى الخلفية من خلال التجاهل أو التناسي، بدلاً من مواجهتها واتخاذ قرار ما بشأنها.. فتظل تسبب في الخفاء المزيد من القلق والتوتر تحت السطح، والذي نشعر بآثاره دون أن نتمكن من الإمساك بأسبابه؛ ونظل ندور في حلقة مفرغة من التوتر، والقلق،

والبحث عن المجهول إلى أن تغلي المشكلة فتفجر فجأة، أو تقفز مجدداً رغماً عنا إلى طور الاستحواذ من جديد.



حالة استحواذ

منحنى الاستحواذ..

إن بعض المشاكل يمكن حلها وهي باردة، وأحياناً وهي غارقة في الظلام؛ ولكن مشاكل أخرى لا يمكن حلها إلى أن تصبح في مركز التركيز، ودعنا لا ننكر أن حالة الاستحواذ تلك تسرع إيجاد الحلول أحياناً حسب الظروف.

بل إن الإبداعات التي غيرت وجه العالم، أتت معظمها من مثل حالات الهوس تلك؛ ولكن ذلك مشروط بأن نمتلك آلية ذكية ومتقدمة، تمكننا من استشعار الحدود المناسبة لبقاء المشكلة في منطقة الاستحواذ، بحيث نحركها فور استشعار تخطي حرارتها لتلك الحدود، ونعطئها فرصة كي تبرد قليلاً، وتنضج دون أن تحترق وتحرقنا معها.

إن القليل أو حتى كثير معقول من الشغف أو حتى الاستحواذ هو شيء مطلوب لحل بعض المشاكل؛ ولكن حداً معيناً يجب التوقف عنده بين الحين والآخر.. إنه الحد الذي ينقلب فيه الاهتمام بأمر ما، أو الشغف به إلى حالة الاستحواذ الكامل. إذ رغم الفائدة الجلية التي نحصل عليها من مثل هذا الاستحواذ، إلا أن له آثاراً جانبية خطيرة تنوع ما بين آثار نفسية واجتماعية، بل وأحياناً مادية أيضاً.

إننا نتحدث هنا تحديداً عن مرحلة ما بعد القمة؛ فبعد الوصول إلى حالة الاستحواذ نحتاج إلى أن ننفل تماماً بشكل إرادي وذكي عن المشكلة برمتها، كي نستعيد التوازن في حياتنا من جميع نواحيها.

فأثناء طريق الصعود نحو قمة الاستحواذ، نتطرف في مناطق بعينها من الفكر والمعرفة؛ ولكننا لا نستفيد بها فعلياً بشكل عميق حتى تحدث عملية الانفصال تلك؛ حيث نبدأ في النزول مرة أخرى إلى الحياة الطبيعية؛ ومع هذا النزول تحدث عملية تطوير وبناء روابط المعرفة داخل المنظومة الفكرية.. بحيث تتمكن من تحقيق التوازن الفكري والمنطقي بين الحصيلة المعرفية الجديدة، وبين تراكمات الخبرات السابقة لنخرج في النهاية بحلول للمشكلة، وخبرات معرفية عميقة جديدة.



صحيح أنه أحياناً تكون هناك استثناءات؛ حيث نصل إلى الحل المطلوب قبل حدوث الانفصال.. ولكن ذلك يظل استثناءً لا قاعدة، ويحدث عند توفر ظروف معينة، لا تخضع في الغالب لسيطرتنا.

إننا نملاً خزان المعرفة لدينا بمادة جديدة طالما استمر صعودنا على منحنى الاستحواذ، ثم نبدأ باستهلاك ذلك المخزون في بناء الروابط المعرفية داخل المنظومة الفكرية لدينا في رحلة الهبوط. وحين يصل ذلك الخزان لحالة الامتلاء، فإن المزيد من المعرفة الذي سنحاول إضافته سوف يتدفق ببساطة إلى خارج الوعاء دون أن نستفيد منه.. ولا بد لنا في هذه الحالة من تفريغ ذلك المخزون أولاً.. ولو بشكل جزئي من خلال عملية الهبوط تلك.

ولعل أشهر الأمثلة على ذلك هو القصة الشهيرة لأرخميدس^(١)، الذي خرج عارياً يصيح "وجدتها.. وجدتها.." حين اكتشف قانون الطفو وهو يغتسل، بعد أن ظل مهووساً بالفكرة قبلها لمدة طويلة دون حلول.

إن البقاء في تلك القمة لفترة طويلة، نتيجته الحتمية هي الانهيار؛ فأعصابنا لها حد تتحمله من الضغط والطاقة الناتجة عن حالة الاستحواذ تلك. لكن الخروج من هذه الحالة لا يكون بمجرد دفع المشاكل إلى خلفية التفكير دون مواجهتها، أو اتخاذ قرار ما بشأنها؛ وهو ما يحدث بالضبط حين نتجاهل المشكلة، ونتشاغل عنها دون اتخاذ قرارات واضحة ومحددة.

فكل من التناسي، والهروب، والتجاهل، يدفع بتلك المشاكل لمنطقة الظلام حيث تظل تغلي هناك، ونحس بلفح لهيبها في الوعي دون أن نشعر بمصدر اللهب.

وإن لم نفعل ذلك بالقوة الكافية.. فإننا نواجه وضعاً أسوأ.. حيث ندخل في صراع مع المشكلة لا من أجل حلها، بل صراع عنيف محوره دفع وجذب إلى الأمام وإلى الخلف.. لمجرد محاولة دفع المشكلة، وإبقائها في خلفية الاهتمام بعيداً عن منطقة الاستحواذ؛ وهو ما يولد مشكلة أخرى هي مشكلة الصراع مع المشكلة الأولى..

وتستمر الدوامة، وتستمر الصراعات مستنزفة طاقتنا خلال محاولتنا القيام بذلك. لن أنكر أنه أحياناً تُحل المشكلة أثناء ذلك، ولكن الثمن باهظ.. خصوصاً حين تكون تلك هي طريقتنا في التعامل مع جميع المشاكل؛ صراعات دائمة !!

(١) أرخميدس (٢٨٢ ق.م. - ٢١٢ ق.م.) عالم طبيعة ورياضيات، وفيزيائي وفلكي يوناني. يعتبر أحد كبار العلماء في العصور القديمة. ولد وعاش وقتل في مدينة سرقوسة بإيطاليا.

قراراً بأنه لا قرار..

إن تحقيق الانفصال بعد الاستحواذ يتطلب أن يكون ذلك الدفع بهدوء وحزم ولكن دون عنف؛ ولتحقيق ذلك.. فإن المواجهة بدلاً من الهروب والتجاهل هي الحل. إن المواجهة لا تعني بالضرورة أن يتم حل المشكلة؛ المواجهة تعني دراسة الموقف، واتخاذ قرار واضح بشأنه، حتى وإن كان القرار هو أنه لا قرار..

إن البقاء حائراً دون تحديد أي موقف على الإطلاق هو ما يبيك في حالة القلق والغلبان.

حين تواجه مشكلة لا تملك رؤية محددة لكيفية التعامل معها في هذه اللحظة، أو تكون الاحتمالات والحلول متوقفة على عوامل خارج نطاق سيطرتك، أو على أحداث محتملة؛ فإن اتخاذ قرار واضح بعدم اتخاذ قرار الآن، وتأجيل البت في المشكلة إلى حين معين، يحقق ذلك الدفع الهادئ للمشكلة من منطقة الاستحواذ، إلى موقع أكثر أريحية دون أن يدفعها إلى الظلام؛ بشرط أن يكون ذلك القرار بانعدام القرار حازماً، وواضحاً، ومبنياً على أسباب منطقية تقود إلى ضرورة التأجيل لاستحالة أو صعوبة اتخاذ القرار حالياً.. لا أن يكون مجرد ذريعة هرب خوفاً من المواجهة مع المشكلة.

إن ذلك الحين المعين قد يكون: زمناً ما (أول الشهر، أو بعد ساعة مثلاً)، أو بعد حدث ما (بعد أن يقوم الخصم بزيارتي على سبيل المثال)، أو بعد بذل مجهود ما (بعد الاتصال بالمدير)، أو توفر موارد معينة سواء كانت معرفة ما (إلى أن تكتمل لدي المعلومات عن المنافسين) أو كانت موارد مادية (إلى أن أقبض مستحقاتي المالية).

وهناك أيضاً حالات يكون الهرب المؤقت فيها مشروعاً لأسباب منطقية واضحة، لا لمجرد الهرب بحد ذاته.. فأحياناً يكون من الصواب الهرب لعدم توفر الموارد الصحية (إلى أن أحصل على قسط كافٍ من الراحة، يؤهلني للتفكير الواضح)، أو الموارد النفسية (إلى أن يهدأ شعوري بالغضب مثلاً)، أو الموارد الزمنية (إلى أن أفرغ من مشاكل أخرى أكثر إلحاحاً وأهمية).

ولكن في مثل هذه الحالات، فإنه من المهم تحديد الأجل الذي تنقضي بمروره صلاحية قرار الهروب، بحيث يجب إعادة النظر فيه من جديد؛ كما يجب تجنب الذرائع والحجج، وأن تكون واضحاً مع نفسك بأن القرار هو الهروب. فالهرب هنا هو انسحاب تكتيكي، وليس فراراً مخزياً؛ فلا غصاصة في اعتباره سبباً وجيهاً بحد ذاته.

ولكن..

أحياناً يكون لدينا أسباب منطقية تدفعنا للقناعة بأن المشكلة قد تحل من تلقاء نفسها دون تدخل منا؛ وأن الحل هو الهروب حتى يحدث ذلك؛ والواقع أن ذلك صحيح في أحيان قليلة؛ ولكن الحذر واجب.. إذ يجب أن يظل أسلوب الهرب بانتظار الفرج استثناءً يدعمه المنطق أحياناً، لا قاعدة يُستهل بها. وأحياناً أخرى قد يكون سبب قرار الهرب المؤقت ببساطة: أنه أصبح واضحاً دون شك أننا قد بذلنا كل ما نستطيع حالياً، وأن الحلول غير ممكنة ضمن طاقتنا؛ وأنه قد فرغت من بين أيدينا الوسائل والأسباب، وما عاد لنا إلا انتظار الفرج من عند رب العالمين.

وهناك حالات يكون من الواضح فيها أنه لم يعد لنا من بذل الجهد واتخاذ الأسباب سوى تقبل المصير، والحمد والشكر والرضاء والتسليم بالقدر؛ وربما انتظار ما نظنه المعجزات..

وهنا فإن فطنتك، وحكمتك، وإيمانك، وغريزتك، هم وحدهم من يمكن لهم أن يساعدوك لتقرر: هل آن الأوان أم لا..؟

فأحياناً تظل تضيق الحلقات حول أعناقنا كثيراً.. حتى تنفلق وتنكسر من شدة ضيقها.. وفي ذلك يقول الإمام الشافعي^(١):

ولرب نازلة يضيق بها الفتى.. ذرعاً، وعند الله منها المخرجُ..
ضاقت، فلما استحكمت حلقاتها.. فرجت، وكنت أظنها لا تفرجُ..

(١) أبو عبد الله محمد بن إدريس الشافعيّ القرشيّ (١٥٠-٢٠٤هـ / ٧٦٧-٨٢٠م) صاحب المذهب الشافعي في الفقه الإسلامي، ومؤسس علم أصول الفقه، وإمام في التفسير والحديث، كان قاضياً عُرف بالعدل والذكاء. ولد بغزة وعاش بمكة المكرمة، والمدينة المنورة، واليمن، وبغداد، وتوفي في مصر.

مؤلّدات العظمة..

ينهش القلق دوماً من لحم مكوننا الروحي، تاركاً إياه مليئاً بالجروح التي تخلفها أنيابه، تسرب منها دماء الروح متمثلة في طاقتنا الذاتية. إنه الخوف من الغد المجهول.. التخطيط للمستقبل.. والتخطيط للتخطيط من أجل المستقبل، وهلم جراً... ودوماً تتغير الخطط، وتخيب التوقعات، ويزداد الإصرار على فرض سيطرتنا على ذلك المستقبل، ويزداد معه القلق والألم والتوتر.

حياة كالماء..

إن الحياة كالماء.. لا تستطيع أن تسيطر على أجزائها، ولكنك تستطيع أن توجهها.. جرب وألق بحجر في بحيرة راكدة من الماء وسترى الأمواج قد بدأت تعكر صفو سطح البحيرة.. حاول الآن أن تسيطر عليها وتعيد إليها صفاءها وهدهوها، حاول أن تمسك بها جزءاً تلو الآخر لتعيد إلي ذلك السطح السكينة.. لن تنجح في ذلك، بل ستزيدها حركة وتشتتاً وفوضى.. اتركها الآن لبعض الوقت وستهدأ من تلقاء نفسها، وتعود سيرتها الأولى..

حاول أن تنقلها جزءاً جزءاً إلى مكان آخر؛ كم من الوقت والجهد سيتستنفذ في ذلك؟ وكم من الماء ستفقده هدرًا أثناء المحاولة؟ شق الآن قناة صغيرة بجوارها وسينساب الماء فيها بهدوء إلى حيث أردت، ودون أن تفقد منه شيئاً، أو يتعكر صفوه.. وحتى إن طفا الزبد على سطحه للحظات، فإن الماء سيعود ويهدأ في مستقره الجديد، دون أن يفقد رونق صفائه وهدهوئه..

هكذا هي الحياة.. كلما حاولت أن تسيطر عليها، تفلتت منك أجزاؤها؛ ولكن قم بتوجيهها بهدوء وراقبها من بعيد وهي تسير كيفما تسمى.. حاول أن تمسك بالفرشاة وتطلي الماء جزءاً تلو آخر؛ ستختلط الألوان وتفقد السيطرة عليها؛ ولكن ضع فيها بهدوء بضع قطرات من لون جديد.. وراقبها تتلون من نفسها.

حاول أن تزيد من حرارتها بإشعالها.. لن تشتعل معك أبداً؛ ولكن أوقد من تحتها ناراً وانتظر، ستجدها تستجيب كما تريد.. انفخ فيها كي تبرد، وستنقطع أنفاسك قبل أن تبلغ مرادك؛ ولو وضعت فيها قطعة من الثلج لعادت إليها برودتها.. وأنت واقف تتأملها.. حاول أن تشكلها كالصلصال لتحصل على شكل فريد، إنك تعرف النتيجة بالتأكيد.. والآن هيء لها إناءً مناسباً بالشكل الذي تريد، ودعها تنساب فيه بهدوء..

ابقها دوماً راکدة في إناء واحد، لا تتحرك ولا يتغير شكلها، فبتدأ بالأسون، وتنمو الطحالب على سطحها، وتنبعث منها الروائح الكريهة؛ ولكن دعها تجري وتنطلق حرة، فتتجدد وتتنهر، وتكتسب في كل لحظة شكلاً جديداً..

ازرع بذرة وأغرقها بذلك الماء، وستفسد البذرة قبل أن تنمو؛ ولو بذرت شجرة أحلامك وسقيتها كل يوم قطرات قليلة ثم انصرفت عنها، لنمت وأثمرت بما تشتهييه من الأحلام..

لاحظ أنني دوماً تحدثت عن الماء، ولم أقل بحيرة من الماء؛ فحياتك كالماء نفسه.. يمكن أن تقسمها على ما شئت من البحيرات المستقلة، توجه كل منها بشكل يختلف عن الآخر كما نشاء؛ ولكن في النهاية تربطها قناة واحدة هي أنت بكل ما تعنيه ذاتك ويعنيه وجودك.

ومن العجيب أن الماء أيضاً هو سر الحياة.. وأن من أخبرنا بذلك قبل أربعة عشر قرناً من الزمان^(١)، هو نفسه من أوحى إلى محمد ﷺ ليرشدنا بقوله "لو أنكم تتوكلون على الله حق توكله، لرزقكم كما يرزق الطير، تغدو خصاصاً وتعود بطاناً.." ^(٢)، وليؤكد لنا في حكمة تغيب عن الكثيرين، خلف ستار التفسير اللفظي المشهور.. أن الأعمال بالنيات؛ فمع الصبر والتأني ينال المرء ما نواه وأراده^(٣).. إما عيناً كما أراد، وإما ثواباً كما قد تقتضيه الحكمة الإلهية.

إن الوقت المستهلك في التخطيط من الأفضل استهلاكه في العمل؛ عش حياتك بعفوية وتلقائية، ودع تدبير الغد للخالق. إن ذلك لا يعني أن التخطيط خطأ، بل يعني أن قليل منه يفي بالغرض وزيادة.. إنه ذلك القدر اليسير من التخطيط الذي يعطيك صورة عامة ومرنة عما تريد فعله وما تريد تحقيقه.

لنفرض أنك في رحلة طويلة بسيارتك بين مدينتين.. فهل يعقل أن تضيء لك مصابيح سيارتك كامل الطريق من أوله!! بالكاد سيضاء أمامك بضع مئات من الأمتار.. وتستمر تلك الإضاءة معك طالما تحركت على الطريق. إنك تحتاج قبل أن تنطلق لأن تعرف الهدف، وتعرف ما يتيسر من المعلومات عن الطريق، ونقاط الزاد والمؤونة؛ وأن تتأكد أن خزان الوقود به ما يكفيك؛ وأن مصابيح السيارة تعمل؛ وأن المركبة كلها بحالة إجمالية تسمح لها بخوض الرحلة..

(١) ﴿وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ﴾ القرآن الكريم - سورة الأنبياء - آية ٣٠

(٢) حديث شريف رواه البغوي وابن حبان وابن كثير والألباني في مسنداتهم.

(٣) "إنما الأعمال بالنيات وإنما لكل امرئ ما نوى" حديث شريف رواه البخاري والطبراني وأبو داود وغيرهم

بنفس المعنى.

هنا انتهت الأسباب وانتهى معها التخطيط.. وما سيحدث بعد ذلك على الطريق، هو من ما سبق به علم الغيب، والقضاء، والقدر؛ والذي لن تغير فيه مهما فعلت..

احتفظ دوماً بنضج عقلك ومشاعرك كشخص راشد وكبير، ولكن في نفس الوقت لا تُفَرِّطْ (أو استعد إن كنت قد سبق وِفَرَّطْتَ فعلاً) في روح الطفولة والتلقائية التي بداخلك؛ فهذه الروح البريئة السعيدة هي التي ترسم أنقى الابتسامات على وجهك، وتغذي أنقى وأسمى أحلامك، وتنعكس إشعاعاتها بالإيجاب على كل من حولك.

إن البحث عن المشاكل له فوائده وأضراره أيضاً؛ فحين نبحث عن المشاكل المحتملة في المستقبل، لنبادرها بالحلول الاستباقية فإن ذلك شيء إيجابي، يضعنا في منطقة أفضل من مكعب الفعالية في استغلال الوقت، وهو الاهتمام بالمشاكل المهمة وغير العاجلة.

ولكن الإفراط في ذلك قد ينقلب بك إلى حالة من الهوس والخوف من المستقبل، ومبالغة في الحذر والبحث عن مشاكله، بما قد يفسد عليك حياتك بحد ذاته.. ولذلك يجب أن تمتلك الحس الكافي لاستشعار متى يجب أن تبحث عن مشاكل المستقبل؟ ومتى يجب أن تتوقف عن ذلك وتسلم الأمور للقدر..

إنها مهارة أنت وحدك القادر على تطويرها وتنميتها مع الوقت، ودعمها بالكثير من روح التفاؤل، والثقة والإيمان بالنفس.

إن التفاؤل هو الإيمان بأن الغد أفضل دون أن توقف ذلك على توقعات محددة.. إنها قناعة بأن القادم أفضل في مجمله، حتى وإن كانت هناك تفاصيل سيئة..

فهو تفاؤل مبني على حسن الظن بالله^(١)، والتسليم والرضاء بقضائه، والثقة في كرمه؛ كما الثقة في ذاتك وقدرتك على تجاوز المحن.

أما بناء ذلك التفاؤل على توقعات معينة، فهو عادة مصدر للخيبة والإحباط.. فكلما على سقف التوقعات، كلما علت معه الخيبة والإحباط لاحقاً؛ فنحن نشعر بالألم حين تخيب توقعاتنا. اجعل التفاؤل بأن الأفضل قادم عادة لك، دون أن تتوقع شيئاً ما بعينه أو تنتظره، وستفاجأ كم هو كريم ذلك القدر.

قانون التفاؤل

السعادة والنجاح يحتاجان لأعلى قدر ممكن من التفاؤل، وأقل قدر من التوقعات.
⇐ تفاعل بلا حدود، ولا تتوقع شيئاً.

اتساع منطقة التأثير..

وصف ستيفن كوفي فكرة العفوية المتوازنة مع الرؤية المستقبلية من خلال تمثيل رائع بدائرتين، تغطي إحداهما المساحة التي نملك فيها التأثير والتغيير، وتمثل الأخرى دائرة الهموم، والمشاكل، والتحديات، الخارجة عن نطاق سيطرتنا وتأثيرنا^(٢).

(١) روي في الحديث القدسي عن النبي ﷺ على لسان رب العالمين قوله : "أنا عند ظن عبدي بي.. فليظن بي ما يشاء.." - رواه كثيرون بنفس المعنى منهم البخاري والألباني والطبراني وابن حبان..

(٢) العادات السبع للناس الأكثر فعالية - ستيفن ر. كوفي

وحين يكون انشغالنا منصباً على دائرة همومنا، فإننا نشعر بالعجز نتيجة شعورنا بذلك الفارق الكبير بين قدرتنا على التأثير وحجم هذه الهموم؛ وتبعاً لذلك تضيق دائرة تأثيرنا مع الوقت أكثر فأكثر، بسبب الإحباط والفشل والقلق.

وفي المقابل حين يكون تركيزنا على دائرة تأثيرنا هو الأساس، فإن ذلك يولد مزيداً من القوة والطاقة داخلنا، ومزيداً من القدرة على الإنتاج والتأثير؛ بما يؤدي إلى اتساع دائرة تأثيرنا مع الوقت، فتصبح أكثر قرباً من دائرة همومنا، وتزداد معها فعاليتنا وتأثيرنا في العالم من حولنا.

إذا دمجنا رؤية ستيفن كوفي مع قوانين إدارة الطاقة الذاتية الخمسة السابقة، ومع التعلم الإيجابي الذي سنتحدث عنه لاحقاً؛ فإننا سنحصل على اتساع لولبي لمنطقة التأثير، يتماشى مع ازدياد سعتنا من الطاقة الذاتية، وحصيلتنا الفعّالة من المعرفة.

فكلما ازدادت سعتنا من الطاقة الذاتية، وازدادت حصيلتنا المعرفية الفعّالة، وانصب تركيزنا على نطاق تأثيرنا.. كلما ارتفعنا عمودياً داخل اللولب، وزادت مساحة منطقة التأثير، وزادت معها فعاليتنا، وازداد رضانا وسعادتنا في حياتنا.. فكما يقول فرانكلين روزفلت^(١) "تكمن السعادة في الفرح الذي نشعر به عندما ننجز شيئاً ما، وفي الإثارة التي يبعثها فينا بذل الجهد الخلاق..".

(١) فرانكلين ديلاون روزفلت (١٨٨٢ - ١٩٤٥)، كان الرئيس ٣٢ للولايات المتحدة (١٩٣٣ - ١٩٤٥) حيث أعيد انتخابه ٤ مرات متتالية رغم أنه كان مشلولاً وذلك قبل تعديل الدستور الأمريكي (١٩٥١) وتوفي في العام الأول من ولايته الرابعة.

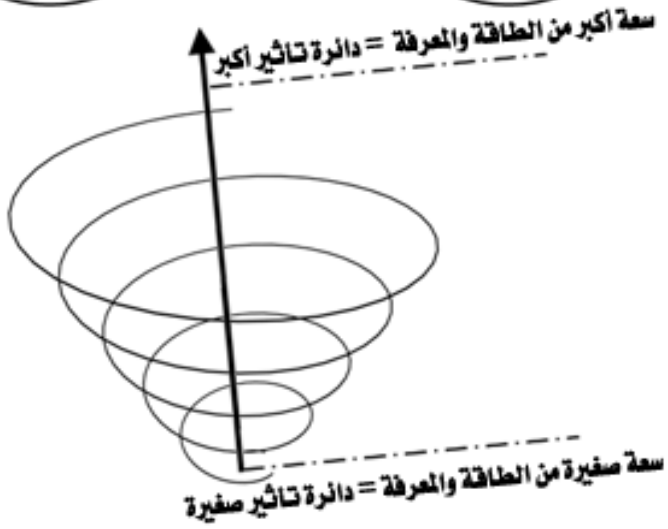
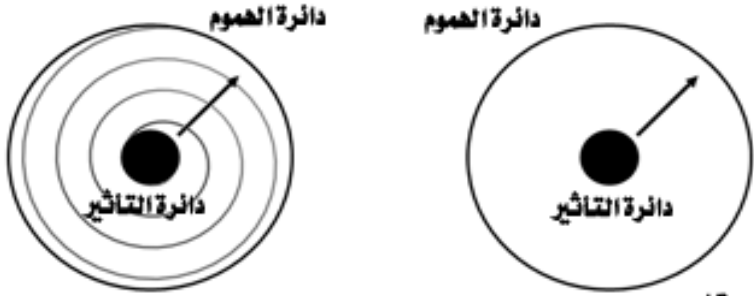
قانون ستيفن كوفي لدائرة التأثير

التركيز على دائرة التأثير بدل الانشغال بدائرة الهموم، يزيد اتساع مساحة دائرة التأثير مع الوقت؛ وبالعكس.. فإن التركيز على دائرة الهموم يؤدي لاتساعها، ويضغط على دائرة التأثير لتضييق أكثر فأكثر..

إن تحقيق ذلك الارتقاء والتغير في مساحة منطقة التأثير، يحتاج بطبيعة الحال إلى الزمن؛ فهو ليس حدثاً آنياً يحدث بين ليلة وضحاها؛ بل إن العامل الأكثر شيوعاً في التسبب بالفشل في إحداث ذلك الارتقاء من وجهة نظري هو إهمال عامل الزمن، والاستعجال في محاولة قطف الثمار.

فإذا أضفنا عامل الزمن المطلوب إلى ما سبق، وكذا الحفاظ على التوازن بين الروح والمادة؛ وحافظنا دوماً على تناول جرعاتنا المقررة من فيتامينات العظمة.. فإن ذلك اللولب يرتقي بنا درجة تلو أخرى نحو القمة؛ ثم يمدنا بالطاقة لنواصل المسير نحو الحكمة، ثم يصبح وكأنه دوامة سريعة الدوران من الطاقة الإيجابية التي تنتظر توفر أقل قدر ممكن من الرياح المناسبة، أو الكتلة الحرجة⁽¹⁾ من الظروف، لتتولد حينها انفجارات إيجابية قوية، تشكل مصدر طاقة متجددة، تدفع مركبة الذات في رحلتها نحو العظمة. قد تتوفر هذه الكتلة الحرجة من الظروف من تلقاء نفسها، وقد تحتاج مناً مجهوداً وصبراً لمحاولة إحداثها.. وفي النهاية يبقى تحقيق العظمة مرهوناً بتوفيق الخالق العظيم.. فلا تنسى العامل الأخير في الذكر هنا وهو الدعاء وطلب المعونة منه، بعد أن تؤدي ما عليك من الأسباب..

(1) الحد الأدنى من الظروف المحيطة الذي يسمح لنا بإحداث التغيير



اتساع دائرة التأثير بشكل لولبي

ومرةً أخرى أذكرك بأنني هنا أقدم لك فقط المفاتيح التي تحتاج إليها في جرة مركزة.. وبعود إليك في النهاية اختيار الطريقة المناسبة لإذابتها في محلول حياتك اليومية، وبالمقدار والتركيز الذي تراه مناسباً.

❖ ٣ ❖ عقلٌ جديدٌ..

"إن التعلم ليس مجرد معرفة الحقائق، بل هو تدريب العقل على التفكير."

ألبرت أينشتاين^(١)

(١) ألبرت أينشتاين (١٨٧٩ – ١٩٥٥) فيزيائي ألماني أمريكي من أصل يهودي، يعتبر من ألمع علماء الفيزياء في القرن العشرين، وواضع نظريتي النسبية الخاصة والعامة، حاز على جائزة نوبل في الفيزياء (عام ١٩٢١).

أرض الميعاد..

إن النفس تتوقُ لجنتين.. إحداهما في الآخرة.. فيها ما لا عين رأت، ولا أذنُ سمعت، ولا خطر على قلب بشر^(١).. وأما الأخرى فهي تلك التي تهفو إليها النفس في الدنيا.. إنها تلك الجزيرة الخضراء، التي تبدو شواطئها في أقصى أطراف الإدراك البشري خلاصة تسرق القلوب والأبصار.. تنمو فيها أشجار المعرفة، وتظللك فيها غصونها.. وتصيبك النشوة والخدر من طيب ريح أزهارها، وتنعم فيها بالسكينة والأمان..

تقضي أيامك فيها حكماً عادلاً على نفسك، مدلاً لها بالطيب من ثمار الحكمة تتساقط على أرضها من شدة نضجها، حتى سميت الجزيرة باسمها، وأثنى الله على سكانها بعد أن تفضل عليهم بالهداية وأسكنهم فيها..^(٢) فكانت أرض الميعاد في هذه الحياة الدنيا..

فكم هي صعبة لحظة يتمنى المرء فيها لو أنه يعرف كل شيء.. وكم هي غرورة تلك اللحظة التي يظن فيها أنه يعرف كل شيء.. وكم هي قاسية تلك اللحظة التي يكتشف فيها أنه لا يعرف أي شيء..

(١) من حديث أبي هريرة في صحيح مسلم وسنن الترمذي بنفس المعنى عن الرسول ﷺ "فيها ما لا عين

رأت، ولا أذنُ سمعت، ولا خطر على قلب بشر."

(٢) ﴿يُؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا وَمَا يَذَّكَّرُ إِلَّا أُولُو الْأَلْبَابِ﴾ - القرآن الكريم -

سورة البقرة - آية ٢٦٩

الفريضة الغائبة..

على مر التاريخ قاتل الناس ليقيموا كيانات سياسية تتبنى عقائدهم الدينية، أو الاقتصادية، أو الفكرية؛ أو ناضلوا من أجل الفن والحرية، أو تفانوا بحثاً عن اكتشاف الذرة والمشي على القمر.. كلهم قاتل والإيمان يكتنفه بأنه قد ملك بين يديه مفاتيح سعادة بني البشر.

إن قدراً من كل ذلك مهمٌ بلا ريب؛ ولكن رغم ذلك كله تبقى الحقيقة التي أثبتتها العظماء على مر التاريخ، وهي أن الارتقاء بالمنظومة الفكرية للأفراد قبل المجتمعات؛ هو المدخل الحقيقي لتحقيق تلك السعادة المفقودة، وذلك الرقي المنشود، وذاك الرفاه المنتظر.

إن تطوير المنظومة الفكرية للفرد ليس مجرد رفاهية، بل هو واجب من واجبات الفرد في حق نفسه، قبل أن يكون في حق المجتمع من حوله. إنه المهمة التي تقاس عنها بنو الإنسان شرقاً وغرباً، وسار على دربهم من وراءهم، فانهارت قيم حضاراتهم وأخلاقها، وتردت إنسانيتهم لتهوي بهم إلى قاع بئر عميق من الجهالة، والمادية، والعنف.

إن أكبر العقبات التي تواجه أي عملية تغيير وتطوير للذات، هي منظومتك الفكرية الحالية ذاتها؛ فكما يقول ألمع عباقرة القرن العشرين ألبرت أينشتاين "لا يمكن أن تحل المشكلة بنفس العقلية التي كانت موجودة حين وقوعها".

فمن الصعب أن يحدث تغيير في الذات، دون أن يصاحبه حدوث تغيير حقيقي في المنظومة الفكرية.

إن تطوير الفرد لذاته، والتعلم والسعي للرفي بمنظومته الفكرية إلى مستوى الحكمة هو الفريضة الغائبة التي بدأت بها الرسالة التي اختار ميشيل هارت حاملها ليكون في المرتبة الأولى من قائمته الشهيرة لعظماء التاريخ^(١)؛ فكان أول ما أنزل من تلك الرسالة.. ﴿أَقْرَأُ﴾^(٢) ..

تأثير متبادل..

إن كل تغيير في المنظومة الفكرية يتبعه تغيير في الذات في نفس الاتجاه؛ والعكس صحيح أيضاً.. فأى تغيير في ذات الفرد يصاحبه تغيير في المنظومة الفكرية الخاصة به في نفس الاتجاه. فإن حصل ارتقاء في أي منهما، تبع ذلك ارتقاء وارتفاع موازٍ في الآخر؛ وبالعكس.. فإن حصل انحدارٌ في أحدهما، أدى ذلك إلى انحدار الآخر معه بالتبعية. إن هذا يصوغ لنا ما يمكن تسميته بقانون التأثير المتبادل بين الذات والمنظومة الفكرية.

إن أهم ما نخرج به من هذا القانون هو أن أي تغيير في المنظومة الفكرية، يؤدي إلى تغيير في الذات بنفس الاتجاه؛ وأن مقدار هذا التغيير الحاصل في الذات، يعتمد على المحصلة النهائية لتفاعل المنظومة الفكرية للفرد مع المعطيات البيئية والاجتماعية من حوله. حيث تمثل المنظومة الفكرية ومقدار التغيير فيها، العامل الأساسي الذي يعتمد عليه مقدار التغيير الحاصل في الذات.

(١) ميشيل هارت - في كتابه الشهير المائة: ترتيب لأكثر الأشخاص تأثيراً عبر التاريخ (١٩٧٨) - اختار رسول الإسلام محمداً ﷺ ليكون في الترتيب الأول مع تحفظنا على رأيه وقناعته بأن محمداً ﷺ هو مؤلف القرآن. ولد هارت في (١٩٣٢) - باحث في الفيزياء الفلكية بوكالة أبحاث الفضاء الأمريكية (ناسا) وأستاذ الفيزياء بجامعة ترينتي - تكساس وتاريخ العلوم بجامعة آن أرونديل كومبونيوني - مايرلاند.

(٢) القرآن الكريم - سورة العلق - آية ١

وبناء عليه.. فإننا حين نستهدف إحداث التغيير الإيجابي في الذات، فإن تركيزنا يجب أن ينصب أولاً على إحداث التغيير الإيجابي في المنظومة الفكرية الخاصة بنا، وتطويرها، والارتقاء بها، قبل أن نفكر في إحداث التغيير في العالم المحيط بنا.. فهذه المنظومة هي المسؤولة عن رسم تصورنا لذواتنا، وبناء فهمنا لطبيعة التغيير المطلوب.

قانون التأثير المتبادل بين الذات والمنظومة الفكرية

يتناسب مقدار التغيير في الذات طردياً مع مقدار التغيير في المنظومة الفكرية.

منظومة فكرية حكيمة..

حين يقرأ البعض مصطلح **المنظومة الفكرية الحكيمة**، يتبادر إلى ذهنه تلك الصورة الأفلاطونية عن الحكماء الذين لا يرتكبون الأخطاء، أو ذلك العجوز الحكيم الغامض الذي يحدثك عن أسرار الحياة بعبارات الألغاز فيها أكثر من المعلومات، أو ربما تلك الصورة المستوحاة من الأفلام عن ذلك البطل الأسطوري الذي لا يفشل، أو الرجل الخارق الذي يؤدي المهمات المستحيلة..

لكن الحقيقة أن النقص وانعدام الكمال صفة أصيلة لهذه الحياة الدنيا عموماً، وللإنسان خصوصاً؛ وارتكاب الأخطاء ميزة بشرية أصيلة لا مفر منها حتى للحكماء. فحتى أعلى مراتب المنظومات الفكرية، والتي تمثلت في الأنبياء صلوات الله عليهم جميعاً، لم تكن معصومة من الخطأ والنقص في ما يتعلق بأمور المعيشة الدنيوية.

فقد اقتصرت عصمتها بمقتضى الإرادة الإلهية على عدم ارتكاب الأخطاء في توصيل الرسالة وإبلاغها، وفي حفظهم من الوقوع فيما يتناقض مع كونهم القدوة الحسنة كالفواحش، والدناءة، وسوء الخلق، والانزلاق لسفاسف الأمور؛ وعليه فقد كان الأنبياء يخطئون كبقية البشر الأخطاء الطبيعية في الحياة، ويتعلمون منها كما يفعل غيرهم من بني آدم. فتراهم يمرضون، ويصابون في الحروب، وتنجح بعض محاولاتهم وخططهم ويفشل بعضها الآخر، وتغضب منهم زوجاتهم، و... إلخ. ويتعلمون من أخطائهم بمنتهى التواضع^{٣٠-٣١}؛ وذلك منتهى الرقي الفكري الذي أوصلهم إلى أعلى وأرقى مستويات المنظومات الفكرية التي يمكن أن يصل إليها البشر.

إن مفتاحاً من المفاتيح الأساسية للحكمة هو إدراك أن وقوع القصور والأخطاء أمر لا مفر منه؛ وأن الحل الوحيد هو مزيد من التعلم لإصلاح هذه الأخطاء، وتجنب تكرارها مستقبلاً ما أمكن.

والحقيقة أيضاً.. أن الحكمة لا تقتضي هالات الغموض والرهبة تلك؛ فكلما كان الإنسان أكثر حكمة، كلما كان أقدر على التواصل مع الناس، والوصول إلى مستوى تفكيرهم لإيصال الفكرة والمعلومة.. يقول ألبرت أينشتاين "الفكرة إذا فهمتها جيداً، فإنك تستطيع ان تشرحها لطفل عمره ٦ سنوات، فان لم تستطع فإنك لم تفهمها بعد.."

ورحم الله علي ابن ابي طالب عليه السلام حين قال "خاطبوا الناس على قدر عقولهم.."^(١)

(١) علي ابن ابي طالب عليه السلام، صحابي جليل ورابع الخلفاء الراشدين، اشتهر بحكمته وأنه أول الأطفال إسلاماً، اغتيل سنة ٤٠ هجرية.

تلك العبارة التي لا تعني فقط كما يفهمها البعض أن ينزل صاحب العلم والعقل الكبير إلى مستوى من هم أقل منه علماً وعقلاً؛ بل تعني أيضاً أن لكل إنسان، ولكل فئة من الناس مداخلهم وطرائق تفكيرهم، والتي يحتاج محدثهم إلى أن يعرف مفاتيحها، إن أراد إقامة اتصال فكري فعال بينه وبينهم. تقول الحكمة المأثورة "إن لكل مقام مقالاً..". سواء كان مقالاً مما تتحدثه الألسنة، أو تتحدث به الأفعال.

إن المنظومة الفكرية الحكيمة، هي تلك القادرة على اتخاذ أحسن القرارات الممكنة، في ظل المعطيات الموجودة، بغض النظر عن مدى الصواب المطلق لهذه القرارات.

فهي تستطيع إدراك أفق ومساحة من المعطيات أوسع كثيراً من غيرها.. لا بسبب كثرة المعلومات فقط، بل والأهم بسبب نمو أسلوب الإدراك والتفكير ذاته، وقدرته على القيام في أحيان كثيرة بالتوقعات، والتقدير الصائبة بالقياس على الخبرات القديمة، وعلى الطيف غير المؤكد من المعلومات المتوافرة من مختلف المصادر، حتى في ظل غياب المعلومات المؤكدة. وعلى أقل تقدير.. فإنها قادرة على الاعتراف الشجاع بعجزها اللحظي، واتخاذ القرار الصائب بعدم اتخاذ القرار إلا بعد مزيد من التعلم، والاطلاع على مزيد من المعلومات. ناهيك طبعاً عن قدرتها على اتخاذ أصوب القرارات الممكنة، في ظل توافر المعلومات المؤكدة.

إنها تلك المنظومة ذات القدرة المميزة في استيعاب الجديد، وربطه بما لديها من معلومات قديمة، والقيام بعملية التحديث الكامل لذاتها بشكل سريع، يُمكنها من أن تكون دوماً حاضرةً وجاهزةً للتعامل مع مستجدات الأمور؛ دون أن تكون بحاجة في أغلب الأوقات إلى إجراءات استثنائية عميقة الأثر أثناء هذا التحديث؛ فلا تتسبب لصاحبها باختلال معرفي، أو وجداني، أو شعوري.

إن تطوير منظومتك الفكرية والارتقاء بها إلى مستوى المنظومة الفكرية الحكيمة، عملية طويلة لا تتم بين ليلة وضحاها.. بل الواقع أنها عملية غير منتهية، تستمر طوال الوقت بالتوازي مع مسار حياتك؛ أو كما تقول الحكمة المأثورة "طلب العلم من المهد إلى اللحد.." (١). وربما كان السؤال الذي يتبادر إلى الذهن الآن هو: كيف نرتقي بالمنظومة الفكرية إلى درجة الحكمة؟

الارتقاء بالمنظومة الفكرية..

في حين تفرق المنظومة الفكرية غير الحكيمة في التفاصيل، وتضع فيها غالباً.. هائماً في مسارات عشوائية تعود بها في النهاية إلى قرب نقطة البداية؛ فإن المنظومة الفكرية الحكيمة يكفيها الإمساك بالمفاتيح لتدرك أنه حان الوقت لإحداث تغيير ما، وتشق لنفسها الطريق لإتمامه. إن استغلال المفاتيح المناسبة، هو مهارة تكتسبها أي منظومة فكرية من ممارسة التجربة والخطأ، ومن سعيها الدؤوب لتحسين وسائل الإدراك لديها؛ ويوماً بعد يوم يتحسن الأداء وتوسع البصيرة. ولاحقاً حين تنمو تلك الملكة بشكل كافٍ، وتمتلك تلك القدرة على ربط المواضيع المختلفة بطرق غير مألوفة للكثيرين، وإدراك أفكار فريدة في فحواها، وواقعتها في نفس الوقت.

حينها ستكون تلك القدرة هي بطاقة العبور التي ستستخدمها لا لمجرد القيام بزيارة عابرة.. بل لتنال الإقامة الممتدة بلا حدود، في تلك المنطقة النائية من الإدراك التي سماها الناس عبر التاريخ جزيرة الحكمة.

(١) تنسب هذه المقولة خطأً إلى الرسول محمد ﷺ في حديث أجمع العلماء على ضعفه وقال بعضهم موضوع، وقالها مجهول.

إن الارتقاء بالمنظومة الفكرية لهذا المستوى من الحكمة هو عملية طويلة، تحتاج جهداً ومثابرة في بدايتها، ولكنها بعد ذلك تصبح عادة تمارسها بشكل تلقائي كل يوم.

إن الجهد المطلوب في البداية، هو الجهد اللازم لتأسيس بنية التطوير والارتقاء؛ هذه البنية التي تسمح للمنظومة الفكرية يوماً بعد آخر بالتمدد، والقيام بعملية إعادة التشكيل لمكوناتها والمجانسة التلقائية بينها. إن مثل هذه البنية تقوم على مبادئ بسيطة في فهمها للوهلة الأولى، ولكنها عميقة عند التدقيق وإمعان النظر فيها، وتشكل في كثير من الأحيان تحدياً حقيقياً في تطبيقها، يحتاج بحق للإرادة والشجاعة.

إن الحديث عن تطوير المنظومة الفكرية يحتاج بحد ذاته إلى مجلدات للغوص في تفاصيله وأعماقه؛ ولكننا سنكتفي هنا بالحديث عن المفاتيح الأساسية التي تحتاجها، لتتمتع بعد ذلك بحرية التعمق أكثر بالشكل والقدر الذي تراه مناسباً.

تُعج كتب التنمية البشرية في الأسواق بالتمارين والأنشطة العقلية، التي يساعد بعضها على تنمية وظائف معينة من وظائف المنظومة الفكرية، وفي ذلك ما يغنيننا عن الإطالة بتكرارها هنا. إن مثل هذه الأنشطة، تشكل جزءاً مهماً من تطوير المنظومة الفكرية، وهو تطوير الوظائف بذاتها، لتزداد فعاليتها كل على حدة، وهو ما يمكن اعتباره الركن الأول من أركان تطوير المنظومة الفكرية.

ولكن يظل ذلك جانب واحد فقط من الموضوع.. ففي الوقت الذي يساهم فيه ذلك في تحسين قدرتنا على التعامل مع الدروس المتعلمة بشكل فردي، فهناك الجانب الآخر الذي يقوم فعلياً بتحسين قدرة المنظومة الفكرية على التعامل مع الهيكل الذي ترتبط من خلاله مختلف المعلومات المخزنة، فتتحسن قدرتها على الربط، والاسترجاع، والتحديث، والتعامل مع الدروس المتعلمة كمجموعات متناسقة ومنظمة.

وكذلك تحقيق أفضل تكامل ما بين الوظائف المختلفة للمنظومة.. دون أن ننسى تطوير الحواس الافتراضية، ورفع كفاءتها، واستكمال نموها، ومكاملة أدائها مع أداء المنظومة الفكرية.

إن هذا الجانب يمكن اختصاره في عبارة تطوير الأداء الكلي للمنظومة الفكرية. إن تحسين الأداء الكلي للمنظومة الفكرية وتطويره يحدث من خلال عدة عمليات، يجب أن تتم جميعها بالتوازي طوال الوقت، جنباً إلى جنب مع عملية تطوير الوظائف المختلفة للمنظومة بشكل أحادي.

إن من ضمن ما تشمله هذه العمليات.. تنمية الجانب العاطفي في سبيل تحقيق النضج العاطفي الكافي للاضطلاع بالمسؤوليات، والقيام بالأدوار المختلفة لنا في الحياة؛ وكذلك تنمية الذكاء الاجتماعي بما يكفل فهماً أعمق للبيئة الاجتماعية المحيطة.

أضف أيضاً، الاستبصار بالمشاكل والأمراض الفكرية التي تعاني منها المنظومة، وإدراك الآثار الناتجة عنها، سواء في آلية التفكير لدينا، أو في سلوكنا بشكل عام، بما يفتح المجال لتعديل هذه الآليات والسلوكيات بشكل يكون تلقائياً في بعض الأحيان.

ولا ننسى أهمية الممارسة المتوازنة والمسؤولة للإبداع، بحيث يكون جزءاً من أسلوب حياتنا دون أن يطغى عليها؛ ويصح نفس الكلام على أهمية إدارة الأحلام والخيال، بشكل فعال ومتوازن؛ وكذا أهمية تطوير الحدس، وتطوير آليات مناسبة للتفاعل معه. ويبين الشكل أدناه ملخصاً للعمليات المرتبطة بتطوير المنظومة الفكرية والتي لن يتسع المجال هنا للخوض فيها جميعاً..



إن الاستمرار في ممارسة مثل هذه العمليات بشكل مستمر طوال الوقت، يُمكن المنظومة الفكرية من إعادة تشكيل تكويناتها وروابطها الداخلية، بحيث تصبح أكثر نضجاً وحكمةً وفعالية. وإذا أضفنا إليها قيامك بممارسة بعض أنواع التمارين المختلفة لتطوير وظائف المنظومة الفكرية، فإنك في النهاية تحصد المنظومة الفكرية الحكيمة المنشودة.

ولكن الأهم من كل ذلك هو العملية الأم.. فجميع تلك العمليات بشكل أو بآخر مرتبطة بالتعلم.. منها ما يعتمد على التعلم بشكل أساسي، ومنها ما هو تطوير لآليات التعلم في حد ذاتها.

إن تطوير أسلوبنا في التعلُّم هو ركيزة أساسية، تفقد كل تلك العمليات فعاليتها، وقوتها الحقيقية من دونها؛ وتبقى ذات آثار محدودة حتى وإن بدا عكس ذلك في البداية.. إذ أنه مع مرور الوقت تصبح كل تلك العمليات مجرد أعباء ثقيلة وضعيفة الجدوى؛ أو في أحسن الأحوال فإن المردود الجذاب لها يكون مؤقتاً سريع الزوال.. مخلفاً وراءه القليل من الأثر المفيد، والكثير من الاكتئاب وخيبة الأمل.

دعنا نستدعي وصايا العم كوفي مرة أخرى، ونبدأ بالأهم قبل المهم.. إن تطوير منظومتنا الفكرية يشمل بحد ذاته سلسلة متواصلة لا تنتهي من عمليات التعلم، والتي نكتسب من خلالها معارف وخبرات جديدة. إن التعلم في حد ذاته فن لا يتقنه الكثيرون رغم بساطة الأفكار التي يقوم عليها؛ والسبب في ذلك يرجع لفهم خاطئ تبلور لدينا مع الوقت عن طبيعة هذه العملية.. لذا ربما حان الوقت كي نعيد الأمور إلى نصابها الصحيح.

العقل الفندسي^(١)..

فجوة في الإدراك..

إن الانحصار البيئي في المجتمعات المدنية الحديثة، واعتماد مبدأ التعليم الموجه والمقيد كخيار اجتماعي أساسي، يؤدي في النهاية إلى تكون فجوة إدراكية لدى الفرد؛ تتمثل في العجز عن إدراك الكثير من المفاهيم والحقائق بشكل عميق، رغم الفهم المنطقي الظاهري لها؛ وهو ما يؤدي إلى بنية فكرية ضحلة وسطحية، مهزوزة القوام، بشكل يجعل اتخاذ القرارات المصيرية عملية صعبة، يشوبها الكثير من الأخطاء، وأحياناً الكوارث؛ في حين يكون اتخاذ القرارات الروتينية اليومية، خاضعاً بشكل شبه كلي لمنظومة تقليدية محدودة.

ويزيد الفجوة تعمقاً الإسراف في المادية، تحت وطأة وقسوة الفكر العلمي المادي البحت الذي انتشر شرقاً وغرباً، وما حمله معه من إرهابات يمكن وصفها بأخلاق المادية. وما يزيد الطين بلّة، أن مصادر التعلم الأخرى كوسائل الإعلام، (خصوصاً الأفلام والمسلسلات) وكذا الكتب الثقافية، وألعاب الفيديو؛ ما برحت تعرض صوراً مثالية تسبب في صدمة شعورية وفكرية تحدث عند محاولة تطبيق تلك المثاليات على أرض الواقع، وترسخ بقصد أو بدون قصد فكرة أن الخير محله الخيال والأفلام وسطور الكتب. وحتى حين تلتزم تلك الوسائل بعرض الصور الواقعية، فإنها بكل أسف تعرض تلك الصور بأسلوب مبهر يرسخ في الذهن بشكل غير مباشر، فكرة أن هذه الصور الواقعية قوانين حياة ثابتة؛ وأن الهدف يجب أن يكون الاندماج فيها، والانسحاق لها، دون ممانعة، أو تفكير، أو تساؤل؛ ناهيك عن محاولة التغيير أو التحسين.

(١) فندسي وتبدأ بالفاء وليس خطأ مطبعياً.

إن هذه الفجوة الإدراكية التي تتكون لدينا، هي واحدة من العوامل الرئيسية التي تؤدي في النهاية إلى انتشار أشبه بانقراض النار على الهشيم، لذلك الأسلوب العقيم في التفكير الذي يصرخ في أذهاننا طوال الوقت بأن المثاليات الأخلاقية قائمة في الكتب والأفلام فقط، وأنها بعيدة عن الواقع.

إن التناقض الشديد الذي يعيشه الإنسان بين ما يتعلمه وبين ما يراه من حوله في الواقع، دون أن يمتلك القدرة على إسقاط ما يتعلمه على ما يفعله هو أو الآخرون من حوله؛ تكون نتيجته الحتمية نشوء تلك الفجوة الإدراكية، أو الطبقة العازلة التي تجعل العلم بمفهومه الراقي إجمالاً مسألة غامضة غير مفهومة ولا مبررة.. حتى أنه قد يصل المرء في مرحلة ما إلى التساؤل عن جدوى هذه العلوم، وربما أصبح شعاره المقولة العامية الشهيرة "إن العلم لا يكيل بالباذنجان..".

إن التعليم المقيد والموجه عموماً هو العامل الرئيسي في تكون هذه الفجوة، حيث الاعتماد على التلقين (سواء في دور العلم أو من خلال وسائل الإعلام)، أو الاعتماد على الفهم النظري دون الممارسة العملية (سواء كانت ممارسة مادية ملموسة، أو ممارسة شعورية معنوية). ومن هنا تبلورت فكرة الأنشطة الحرة في المدارس والجامعات لمواجهة هذه المشكلة؛ وتبلور أيضاً جزء صغير من فكرة الأنشطة التطوعية والخيرية المنظمة عموماً.

لكن قلة الوعي بأهمية ممارسة هذه الأنشطة كرادف لعملية التعليم الموجه، أدى إلى ظهور أجيال تعاني بشدة من هذه الفجوة الإدراكية.. فصارت قسرية التفكير معلماً رئيسياً من معالم حضارة الإنسان.. فمال جزء من الناس إلى الإفراط في المثاليات حتى انفصل بعضهم تماماً عن الواقع؛ ومال الجزء الآخر للإفراط في الواقعية والبرجماتية حتى غدت المثاليات الأخلاقية بالنسبة لهم عقبةً بدل من أن تكون هدفاً.

إن التعامل مع العقل البشري على أنه صفحات بيضاء، يتم ملؤها بالمعلومات وتكديسها فيها؛ قد يساعد في نمو بعض الوظائف المختلفة للمنظومة الفكرية كل على حدة؛ لكنه في النهاية لا يضيف كثيراً فيما يتعلق بتكامل الوظائف والأداء الكلي للمنظومة الفكرية، وتكاد محصلته أن تكون صفراً في ما يتعلق بهذا الجانب. إضافة المعلومات الجديدة إلى المحصلة المعرفية للإنسان واحدة تلو أخرى، دون إعطاء الفرصة لحدوث الربط المناسب بين مختلف المعلومات، جديدها والقديم منها.. يفقد هذه المعلومات الكثير من قيمتها عملياً.. حيث تصبح فيضاً ومخزوناً مكديساً في مخازن العقل البشري، مع حد أدنى من القدرة على التفاعل معها والاستفادة بها.

إننا لا نتحدث هنا عن الجدل التقليدي حول الحفظ والفهم في أساليب التعليم؛ بل افترض أن هذا الجدل محسومٌ لديك، وأنتك تدرك دون شك أن تنمية واعتماد كلا الجانبين بشكل متوازن هو أمر أساسي؛ فلا الحفظ وحده يغني، ولا الفهم وحده يكفي. إن ما نحن بصدد الحديث عنه هنا هو قضية أخرى ترتبط بتكوين الخبرات الشعورية السليمة، التي تسمح للمرء أن يربط بشكل إيجابي بين ما يقرأه ويتعلمه، وبين حياته اليومية.

إذا أردت أن تتخيل مدى صعوبة الموقف الذي تجد المنظومة الفكرية نفسها فيه أمام تيار الإغراق بالمعلومات هذا.. فتخيل معي أنك واقفٌ في الأرشيف الورقي لمؤسسة عملاقة.. تخيل نفسك واقفاً أمام أكوام وأكوام من الأوراق التي سبق على مدى سنوات طويلة أن كتب كلاً منها أحدهم في وقت ما؛ ودعنا نفترض أن المسؤول السابق عن هذا الأرشيف لم يهتم كثيراً بالقيام بأي نوع من التصنيف أو الترتيب الحقيقي لها، واكتفى بتنظيمٍ شكلي لحفظ جمال ورونق المكان، وترتيب الوثائق القريبة العهد فقط.

والآن أنت واقف أمامها، وقد أصبحت فجأة المسؤول عن هذا الأرشيف.. وطلب منك أن تستخرج جميع الوثائق التي تحمل إمضاء فلان من الناس. إن فلاناً هذا كان يعمل حيناً في قسم ما، ثم انتقل إلى قسم آخر، ثم قسم ثالث، ثم ترقى أخيراً، وأصبح مديراً، قبل أن يرحل عن المؤسسة منذ بضعة سنوات.

تخيل معي الآن كيف يمكن لك أن تقوم باستخلاص هذه الوثائق المطلوبة، من وسط تلك الأكداس من الورق غير المصنف؟! إنها تبدو لك أكواماً لا منتهية من الأوراق، ووحدها مأساة شديدة الوطأة هي التي ستقودك إلى المرور عليهم ورقة تلو أخرى.. في عملية ستستغرق عشرات إن لم يكن مئات الساعات.

أما في الغالب.. فإنه مالم يكن لاستخراج تلك الأوراق أهمية قصوى، تتعلق بقضية حياة أو موت.. فإنك ستقوم بالمرور السريع على بضعة ملفات على السطح، تستخرج منها ما تصل إليه يديك، ثم ستتوقف عند هذا الحد. وهذا هو بالضبط حال المنظومة الفكرية مع استمرار إغراقها بالمعلومات، دون تطوير هيكل فعال لعمليات الاسترجاع والمتابعة لمختلف المعلومات.

فمع مرور الوقت تجد نفسها ضائعة، ولا تملك رفاهية قضاء كل ذلك الوقت لتتبع جذور المعلومات وربطها، فتكون المحصلة عدم الاستفادة بأغلبية هذه المعلومات التي أفنيت عمرك في جمعها داخل مخازن الذاكرة.

إن هذا النوع من التعلم؛ يغلب عليه أسلوب الحفظ عادة، ويحدث فيه بعض من الفهم بطبيعة الحال في أحيان كثيرة.. في حين يغيب عنه الإدراك بمعناه الحقيقي كما سنصفه لاحقاً عند الحديث عن وظائف المنظومة الفكرية.

يعود السبب في ذلك إلى غياب الخبرة الشعورية المرادفة للمعلومة النظرية، إذ يؤثر ذلك الغياب بشدة على قدرة المنظومة على تكوين الروابط بين المعلومات المختلفة بشكل فعّال، بما يؤثر في النهاية على نمو مستوى الإدراك لدى الإنسان، ولذلك نسميه بالتعلم السلبي^(١).

تأثر الإدراك بالتعلم السلبي..

اختلف المختصون حول تقسيمات متعددة لأنواع الذكاء^(٢) التي يمتلكها الإنسان، وعلى الأرجح أنها جميعاً صحيحة طبقاً للزاوية التي يتم النظر منها إلى الموضوع، ولكل منها غرضه وفائدته.

ودون الدخول في هذا الخلاف فإن ما يعيننا بالدرجة الأولى أن هناك تقسيماً عاماً لا يكاد يكون عليه خلاف، وهو انقسام الذكاء لنوعين رئيسيين: ذكاء القدرات المختلفة، والذكاء الكلي.

حيث الأول هو الذكاء في كل قدرة أو وظيفة للمنظومة الفكرية، ويشمل ذلك من ضمن ما يشمل.. القدرات الحسابية، والمنطقية، والتخيل، والذكاء الاجتماعي... الخ.

(١) التعلم السلبي يمكن تصنيفه نوعان، تعلم سلبي من حيث المحتوى، حيث المادة المتعلمة نفسها سلبية كتعلم الرذائل مثلاً، وتعلم سلبي من حيث الأسلوب، حيث المحتوى يفترض أنه إيجابي، ولكن الأسلوب يجعل نتيجة عملية التعلم سلبية، وهذا هو التعلم السلبي الذي نعنيه هنا أكثر في هذا السياق.

(٢) لمزيد من التفصيل حول بعض أنواع الذكاء يمكنك الرجوع لنظرية الذكاء المتعدد لهوارد جاردنر أستاذ علم النفس بجامعة هارفارد الأمريكية في كتابيه الشهيرين "إطارات العقل" (١٩٨٣)، و "إعادة تشكيل الذكاء" (١٩٩٩).

Howard Gardner - Multiple Intelligence Theory (MI) - Frames of Mind (1983), and Intelligence Reframed (1999)

في حين يمثل الذكاء الكلي محصلة تفاعل كل هذه القدرات سويًا.^(١)

وبغض النظر عن مدى إمكانية القياس الحسابي للذكاء عملياً، فإن المعادلة التالية تبين نظرياً على الأقل، أهمية نوع محدد من القدرات وهي قدرة الإدراك الكلي، أو قدرات الربط والمفاعلة المرتبطة بتطور الأداء الكلي للمنظومة الفكرية.

فكل زيادة في قدرة الربط والمفاعلة، تضاعف مقدار الذكاء الكلي وتقفز به قفزة واضحة، في حين أن كل زيادة في القدرات الأخرى تزيد مقدار الذكاء الكلي بنسبة صغيرة فقط؛ وغني عن القول أن هذا لا يعني إطلاقاً عدم أهمية تنمية تلك القدرات الأخرى.

قانون محصلة الذكاء الكلي

الذكاء الكلي هو المحصلة النهائية لتفاعل جميع أنواع الذكاء الأخرى.. ويساوي حاصل جمع مختلف القدرات مضروباً في مقدار قدرة الربط والمفاعلة بين هذه القدرات.

الذكاء الكلي = قدرة الربط والمفاعلة × محصلة جمع ذكاء القدرات المختلفة

(١) في الماضي كانت تتم محاولة قياسه من خلال اختبار نسبة الذكاء IQ Test والذي تبين لاحقاً عدم نجاحه في قياس الذكاء الكلي، نظراً لمحدودية عدد القدرات التي يقوم بقياسها، ووجود عدد كبير من القدرات التي لا يمكن قياسها بتلك الطريقة، مثل القدرات الاجتماعية على سبيل المثال؛ وكذلك عامل النسبية، حيث يظل السؤال المطروح عن المرجع الذي يمكن القياس بالنسبة إليه، ما هو؟ أو من هو؟

وفي الوقت الذي يسمح فيه التعلم السلبي، بزيادة بعض أنواع ذكاء القدرات تبعاً لظروف كل عملية تعلم؛ سواء كانت الظروف البيئية، أو طبيعة المنهج، أو طريقة التلقين، أو وجود اهتمام بنوع ما من القدرات في ظل ظرف اجتماعي معين^(١)؛ فإنه بالمقابل يُحد بشكل عام من نمو قدرة الربط والمفاعلة، أو كما أسميناها القدرة على الإدراك الكلي.

إن قدرة الإدراك الكلي بحد ذاتها تتم على مستويين: مستوى الربط بين المعلومات والحقائق والمفاعلة بينها، ومستوى الربط والمفاعلة بين القدرات المتعددة ذاتها.

يبدع الفرد في مجال ما حين تنمو لديه قدرة أو أكثر من القدرات المرتبطة بهذا المجال؛ وقد تنمو لديه عدة قدرات مختلفة فيبرع في عدة مجالات في نفس الوقت^(٢).

وحين تنمو لديه القدرة على المفاعلة في مستواها الأول بالربط بين المعلومات، يبدأ بالانتقال إلى مرحلة الحكمة، حيث القدرة على فهم المواضيع المختلفة ضمن أطر متعددة، والخروج بالصورة الشاملة؛ فتراه يربط ما تعلمه في الفيزياء، بما قرأه في كتاب الدين، وبما قاله صديق في جلسة سمر في إحدى الليالي، وهلم جراً... حتى يكون صورة كاملة عن موضوع ما.

(١) ففي بيئة التعليم الديني مثلاً هناك تقدير بشكل عام لقدرة الحفظ، وفي إطار التعليم الذي يسمى علمياً، هناك تقدير للقدرات الرياضية العقلية، وفي بيئة فنية نجد تقديراً لقدرات من نوع مختلف مثل القدرات الموسيقية والتخيلية، وفي بيئة رياضية يكون هناك تقدير أكبر لقدرات التحكم بحركات الجسد... إلخ

(٢) فتراه مثلاً طبيياً متميزاً ورساماً مبدعاً في نفس الوقت.

أما حين تنمو لديه القدرة على الربط والمفاعلة في مستواها الثاني.. فإنه يضيف إلى ذلك الربط بين المعلومات التي تخزنها ذاكرته، يضيف الربط بين مختلف القدرات التي يمتلكها.. حتى يصل البعض في مرحلة ما لأن يكون قادراً على تنمية القدرات التي لا يمتلكها أصلاً، والإبداع فيها.

إن الوصول إلى حد أدنى معين من نمو قدرة الإدراك والمفاعلة بمستويها، مع الاتجاه إلى إحسان توظيفها للبدء في إحداث التأثير الفعلي الإيجابي في المحيط الخارجي للإنسان، هو مؤشر البداية على الانتقال من مرحلة الحكمة إلى مرحلة العظمة.

إن الحرمان من القدرة على تطوير واحد أو أكثر من أنواع الذكاء، وبالأخص ذكاء الربط والإدراك الكلي؛ أو الحرمان من القدرة على ممارسة بعض أشكال الإدراك، يؤدي لتكوين الفجوة الإدراكية التي تحدثنا عنها سابقاً، واستمرار نموها وتأثيرها على أداء وفعالية المنظومة الفكرية.

ويتسبب تراكم هذا التأثير مع الوقت في ظهور الأمراض الفكرية، وكذلك البنية القسرية للتفكير. كما ينتج عنه في الغالب فهم خاطئ للذات، وإدراك قاصر لطبيعة الرغبات الإنسانية، والآليات السليمة للتعاطي معها.

وبينما يؤدي التعلم السلبي إلى تحجيم قدرات الذكاء الفطري الذي يولد به الإنسان، فإنه في نفس الوقت يحرمه من فرصة تطوير الذكاء المكتسب. فجزء كبير من الذكاء الفطري ليس إلا مجرد الاستعداد والقابلية لتكوين الذكاء المكتسب؛ ويتفاوت هذا الاستعداد من فرد إلى آخر، ولكنه في النهاية يبقى موجوداً بقدر ما، وخصوصاً إذا ما استثنينا المصابين بحالات العته، أو التخلف العقلي، أيأ كانت أسبابها الفسيولوجية.

وطالما وجد ولو قدر ضئيل من هذا الاستعداد، صار من الممكن استغلاله في تطوير مختلف الملكات والقدرات العقلية، وتنمية الذكاء المكتسب. ورغم أن المهمة تكون أصعب على أصحاب الذكاء الفطري الأقل، ولكنها تظل ممكنة إذا ما وجدت الرغبة والمداومة عليها؛ والدليل هو استمرار تطور ذكاء الإنسان من الطفولة حتى الكبر.

إن ذكاء المرء وإدراكه وهو في الثلاثين من عمره، يفوق ذكاءه حين كان في العاشرة مثلاً، حتى في ظل الخضوع للتعليم السلبي؛ مما يعني أن عملية تطوير الذكاء المكتسب قائمة بطبيعة الحال، ولكن التعلم السلبي يكبحها ويبطئ سيرها، فتكون المحصلة في النهاية ضعيفة، ولا تكاد تتجاوز تقديراً نحو ٢٥٪ من مستوى الذكاء المكتسب الممكن تحقيقه.

إن واحدة من أكبر الخسائر التي يتسبب بها التعلم السلبي، هو حرمان المرء من فرصته في تكوين ما أسميه العقل الفندسي، وهو أعلى درجات الذكاء المكتسب كقدرة عقلية، بغض النظر عن مستوى كم التحصيل العلمي والمعرفي في حد ذاته.

ورغم أن هذه الخسارة مؤلمة، إلا أنها ليست نهائية.. فمن نعمة الله على الإنسان أنه مالم يصب بالخرف الشيخوخي، أو المشاكل العقلية الدائمة أو المزمنة، فإنه يظل قادراً على التعويض، والعودة لمحاولة بناء هذا التركيب العقلي المتميز.

الفندسة والعقل الهندسي..

قد يبدو مصطلح الفندسة^(١) غريباً بعض الشيء عند النطق به لأول مرة، وذلك أنه مشتق من كلمتي الفن والهندسة؛ حيث يمتلك صاحب العقل الهندسي، مزيجاً من قدرات الفنانين القائمة على الإبداع، والارتجال، والحرية؛ في نفس الوقت الذي يمتلك فيه قدرات العقل الهندسي القائم على التعامل مع الإجراءات، والقوانين، والتحليلات، والتوقعات، والاحتمالات.

ففي حين يغلب على الفنانين القدرة على إدراك مفاهيم الجمال، والأمور المعنوية والنسبية؛ يميل أصحاب العقل الهندسي إلى المفاهيم الرياضية الجامدة، والحقائق المطلقة، التي تخضع لقوانين عالم المادة الملموس.

ولعل أبسط صياغة لكلمة الفندسة في اللغة العربية قديماً كانت كلمة الحذق، فالصانع الحاذق يعرف أصول صنعته، ويعرف أسرار الجمال لما يصنعه. فالعقل الهندسي هو عقل حاذق في كل صغيرة وكبيرة، يعرف متى تكون الشطارة^(٢) هي المفتاح، ومتى تكون الأصول والإجراءات هي الوسيلة.

إن استمرار التعليم السلبي والتخصصي البحت، أفرز الحاجة لأمثال هؤلاء المهندسين حتى ضمن إطار المجالات الفنية أو الهندسية نفسها.. فبدأت التخصصات الهندسية بالظهور مثل هندسة العمارة والديكور والإضاءة.. إلخ. حيث يجمع الدارس بين تطوير كل من القدرتين الفنية والهندسية لديه؛ ولكن من سوء الحظ أن ذلك يظل

(١) حين حاولت صياغته حرصت على أن يكون ذا دلالة، وفي نفس الوقت ألا يكون اسماً جامداً، فيكون تعريفاً لغوياً أمراً ممكناً، بحيث يمكن اشتقاق فعلٍ وفاعلٍ ومفعول به من المصطلح عند الضرورة.

(٢) أو الفهولة كما يسميها العامة في مصر

ضمن إطار التعلم السلبي، موقفاً أصحابه عند مستويات دُنيا من العملية الهندسية.. إذ يكفي الواحد منهم بالجمع بين القدرتين كلاً على حدة، وتقتصر مكاملته بينهما على مجال العمل أو التخصص.

من الأمثلة الواضحة لمفهوم العملية الهندسية مصممو الرسومات^(١): إذ يشكلون حلقة الوصل بين الرسامين (الفنانين^(٢)) بكل جموحهم الفني، وبين المبرمجين^(٣) (المهندسين^(٤)) بكل رصانتهم الرياضية.. حيث يعمل هؤلاء المهندسون من مصممي الرسومات على المواءمة بين رؤية الطرفين، واحتياجاتهم العملية؛ وذلك لإخراج المنتج الفني الذي يقدمه الفنانون ليصبح بصورة يستطيع المبرمجون استخدامها في برامجهم.

حين يُقدم فنانٌ على تطوير قدراته الهندسية بشكلٍ كافٍ، أو يقدم مهندسٌ على تطوير قدراته الفنية.. فإن كلاهما يبدأ الدخول في مرحلة الهندسة.. حيث يصبح قادراً على ممارسة كلا العمليتين سوياً، ويكون الناتج عادةً إبداعاً فردياً متميزاً.

فمصمم الجرافيكس مثلاً بعد أن يستمر في تطوير قدراته الهندسية، فإنه يمتلك حربة الانتقال بين الجانبين كيفما يشاء؛ فتراه حيناً يعمل في وظيفة يشغلها عادة الرسامون، وحيناً آخر يشغل وظيفة يمارسها عادة المبرمجون، وأقرب مثال لذلك تجده في مجال تصميم صفحات الإنترنت.

(1) Graphics Designers

(2) Artist

(3) Programmers/Software Developers

(4) Engineers

إن العقل الهندسي يتكون على مراحل.. فالعقل البشري منذ البداية قادر على التعامل مع كلا النوعين من المفاهيم كلٌ على حدة، إنها مقدرة موجودة بطبيعة الحال بشكل بدائي عند الأغلب الأعم من الناس، وخصوصاً غير المتطرفين في أحد الاتجاهين.

حين يتم تطوير هذه القدرة على الجمع بين الجانبين بشكل أوضح، مع بقاء التعامل مع كل منهما على حدة.. تبدأ مرحلة جديدة من العقل الهندسي بالظهور، ونجده لدى أولئك الأشخاص متعددي المواهب.. فترى أحدهم مهندساً أو طبيباً مثلاً، في نفس الوقت الذي تجده فيه رساماً أو كاتباً أو موسيقياً.

في وقت لاحق، ومع استمرار تطور القدرات الهندسية لدى الفرد، فإننا نصل إلى مرحلة يكون المرء قادراً ليس فقط على الجمع بين أسلوبَي التفكير، بل قادر أيضاً على المكاملة بينهما ضمن سياق واحد، وهو ما يحدث مع أصحاب التخصصات الهندسية التي ذكرنا أمثلة عليها قبل قليل.

ولكن العبقرية الحقيقية في أرقى صورها، تبدأ بالظهور حين يصبح تفكير المرء كله مكاملاً بين كل من الأسلوب الهندسي والفني^{٣٠-٣١}. حيث تبرز القدرة على الموازنة بين التفكير الفني، الروحي، الارتجالي، والجامح غير المقيد؛ وبين التفكير الهندسي، الجامد، المبني على الحسابات والاحتمالات.

إن هذا التوازن يمكن الإنسان من القدرة على تحليل الأمور بكلا المنظورين في نفس الوقت، وإدراك الصورة الكاملة، وبكسبه أيضاً المهارة اللازمة لتقرير أي الموقف تحتاج أحكاماً وقرارات فنية، وأياً تحتاج تلك التخطيطات الهندسية، وأياً يحتاج للجمع بينهما.

إن واحداً من الانعكاسات الإيجابية للمهارات الهندسية المتنامية لدى الفرد يبدو واضحاً في ارتقاء أصحاب الخبرات العلمية الأقل إلى المناصب الإدارية الأعلى؛ وفي كون نجوم المجتمع في كل مجال عادة هم الأقل معرفة بالتخصص من نظرائهم الجاهذة فيه؛ إذ يقفز الأولون إلى المقدمة بما نموه من القدرات الهندسية الأعلى التي تجعلهم قادرين على تفهم أساليب النجاح، أكثر من أولئك الذين غرقوا في أكوام المعلومات التخصصية بعقلية أقل فندسة؛ والذين يظلون عادة محتجين وراء الستار^(١).

فالقدرات الاجتماعية والقيادية عموماً تنمو بشكل أكبر مع نمو القدرات الروحية الفنية، ولكنها تظل غير كافية ما لم تُدعم بقدرٍ مناسب من المعرفة العلمية التي يمثلها الجانب الهندسي^(٢).

فحين يصل الإنسان لدرجة كافية من القدرة على المكاملة بين الجانبين في تفكيره.. تبدأ مواهب القيادة في الظهور لديه، ويصبح مؤهلاً من ناحية القدرات العقلية^(٣) لأن ينتقل من مرحلة الحكمة إلى مرحلة العظمة.. حيث القدرة على النزول إلى الآخرين، وتوجيههم في الاتجاه الصحيح. ولذلك أعتبر عملية الإدارة من أكثر التخصصات فندسةً رغم كل تلك المحاولات التي تبذل لتحويلها إلى علم هندسي.

(١) وذلك طبعاً إذا استثنينا حالات الفساد والمحسوبية.. إلخ، وكذلك إذا تخطينا الحديث عن المسلمات مثل قضية النصيب والرزق والقدر.

(٢) أتمنى أن يكون واضحاً لديك أن كلمتي الهندسة والفن هنا، تستعملان بمفهومهما الشامل، والمقابل لتغليب أسلوب تفكير يتماشى مع الجانب الروحي والعاطفي المعنوي المرن غير المقيد، أو تغليب أسلوب تفكير يقوم على الصرامة والميل للجانب المادي المقيد بالقوانين.

(٣) بغض النظر حالياً عن الناحية المعرفية اوهي شرط آخر ستحدث عنه بالمزيد لاحقاً.

فدارسٌ خبيرٌ بالعلوم الإدارية بلا عقلية فندسية.. لا يحقق عادة نفس ما يحققه مدير ناجح لم يتلق ذلك التعليم المتخصص، ولكنه يعتمد على عقليته الفندسية بالدرجة الأولى. ولذا نجد ذلك الخبير دوماً في وظائف المساعدين، أو المستشارين الذين يعتنون بالتفاصيل.. في حين يكون الآخرون في المقدمة وعلى رأس هرم السلطة.

بل إن من المفارقات أن يكون واحد من أهم المجالات الفندسية، هو مجال إدارة المنشآت أو فرق العمل المتوسطة الحجم.. فلا هي بالصغيرة التي تدار بالارتجال⁽¹⁾، في أسلوب أقرب لتفكير العقلية الفنية.. حيث القيود قليلة جداً وشبه معدومة؛ ولا هي بالكبيرة التي تستطيع تحمل عبء تنظيم إداري ضخم، محكم التفاصيل، ومليء بالبروتوكولات، وخاضع بشكل كامل للإجراءات الروتينية..

وللتأكيد فقط فإن حديثنا هذا لا يعني أنه يجب أن تكون بالضرورة دوماً مديراً في مؤسستك، أو استنكاراً عليك بالرضا بما قدر لك من رزق في طبيعة عملك؛ كما أنه لا يندرج تحت بند الدعوة والتحريض المستمر على القفز إلى الأضواء، والذي يمارسه عادة بعض منظري التنمية الذاتية.. فكما سبق أن أسلفنا، فلكل دوره في هذه الحياة. لكن إدراك هذا المفهوم.. يساعد على استغلال أفضل للفرص المتاحة ضمن إطار السعي في طلب الرزق؛ كما أنه يفتح أبواباً أهمّ لتحسين أدائك في العمل، حتى ضمن الإطار الصغير الذي قد تختار البقاء فيه.

كما أن مفهوم الفندسة ليس مادة للاستغلال في مجال العمل فقط؛ فالإنسان قائد وقدوة لأولاده، كما يفترض أنه مرشدٌ وسط أصحابه، وقرنائه، وأسرته، ومجتمعه؛ بل وعظيم بينهم ما استطاع ذلك.

(1) أو كما تقول العامة (بالبركة).

وحتى لا تُفهم العظمة خطأً.. فهي ليست أن يكون المرء هو الزعيم المطاع، والأمر
الناهي بسلطته، أو نفوذه القانوني، أو المادي؛ أو أن يكون النجم الذي تسلط عليه
الأضواء..

بل أن يكون القدوة التي تُحتذى.. يتعلم الناس منها برغبتهم المحضة، ويتعلم هو منهم
كلما حانت الفرصة "الحكمة ضالة المؤمن، حيثما وجدها فهو أحق بها"^(١)؛ أو باختصار..
فإن العظمة هي كما يقول ستيفن كوفي^(٢) أن تكون القائد قبل أن تكون المدير.

القائد الذي يمتلك السلطة الروحية من خلال احترام الآخرين لشخصه، وذاته، وعلمه،
وحكمته؛ بغض النظر عن كونه مديراً أو رئيساً يتمتع بالسلطة القانونية أم لا.

إن تحقيق تلك التنمية الفعالة لهذه المجموعة من المهارات، وذلك التركيب الهندسي
للعقل يعتمد بالدرجة الأولى على تبني التعلم الإيجابي كخيار ذاتي استراتيجي،
والانتقال لممارسته بشكل مستمر بدلاً من الاكتفاء بالتعلم السلبي.

وسنستفيض قليلاً في الحديث عن التعلم الإيجابي لاحقاً، ولكن لعله من المفيد أن
نلقي أولاً نظرة أقرب على المنظومة الفكرية ذاتها، لنرى سوبياً كيف يمكن أن تبدو لنا
تحت المجهر.

(١) حديث شريف إسناده ضعيف ولكن له شواهد، وحسنه الإمام السيوطي في كتابه الجامع الصغير

(٢) في كتابيه الأهم قبل المهيم، والعادات السبع للناس الأكثر فعالية

تحت المجهر..

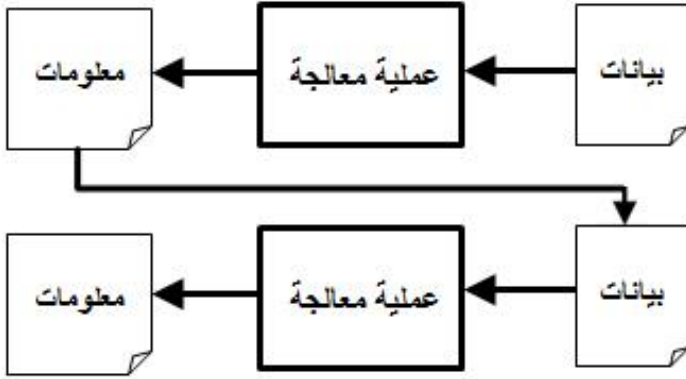
قد تكون البداية المناسبة، هو أن نلقي نظرة سريعةً على واحدة أخرى من الحواس الافتراضية، والتي لها صلة مباشرة بطبيعة عمل المنظومة الفكرية، فقد أشرنا سابقاً إلى أن إدراكنا لوجود الحواس الافتراضية يفتح الباب أمامنا نحو رسم صورة أو نموذج مقبول لطبيعة منظومتنا الفكرية؛ فكل هذه الحواس في النهاية تصب في المنظومة الفكرية التي تقوم بمعالجة الوارد منها لتتخذ القرارات، وترسم الصور، وتخزن الخبرات، وتعتبر عن كل ذلك بسلوك يمارسه الإنسان في كل لحظة من لحظات حياته.

حاسة البيانات والمعلومات..

إن أي عملية معالجة تتطلب مادةً خام واردة لمنظومة المعالجة، وينتج عنها مادة جديدة مختلفة بشكل ما تسمى ناتج المعالجة. حين يكون الحديث عن المنظومات التي تتعامل مع المعلومات، ومنها بالطبع المنظومة الفكرية.. فإن المادة الخام تسمى بيانات، في حين يسمى ناتج المعالجة بالمعلومات^(١).

ولاحظ أن كلمة بيانات ومعلومات ليست صفة لصيقة بالمعلومة أو البيان، بل صفة تبدل اعتماداً على موقفه من عملية المعالجة.. فهو بيان عند الدخول (قبل المعالجة) ومعلومة عند الخروج (بعد المعالجة). وعليه فقد تتحول المعلومات إلى بيانات مرة أخرى من أجل عملية معالجة جديدة.

(١) فعلى سبيل المثال حين أعطيك جدولاً برواتب العاملين في منشأة ما، لتستخرج منه أسماء أصحاب أعلى المرتبات، فهنا يمثل جدول الرواتب البيانات، في حين تمثل أسماء المستفيدين من أعلى مجموعة من الرواتب المعلومات المفيدة الناتجة عن المعالجة (عملية استنباط المعلومات المطلوبة).



البيانات والمعلومات

إن حاسة المعلومات لدينا تنشط لتستقبل أي معلومات مفيدة قادمة إلى المنظومة الفكرية، أو لنقل إنهاء حلقة الوصل ما بين المنظومة الفكرية ومحيطها. وسواء كان مصدر هذه المعلومات عمليات معالجة أولية في الحواس العضوية والدماغ؛ أو كان مصدرها حاسة من الحواس الافتراضية الأخرى.. فإن هذه الحاسة تُعدّها لتصبح بيانات جاهزة للدخول إلى المنظومة الفكرية لتتم معالجتها. وفي نفس الوقت فإنها تستقبل أي معلومات جديدة تخرج من المنظومة الفكرية العليا نفسها، أو من مساحات التخزين عند القيام بعمليات استرجاع فيما يشبه الحلقة، وتصبح المعلومات حينها بيانات من جديد، بانتظار معالجة جديدة.

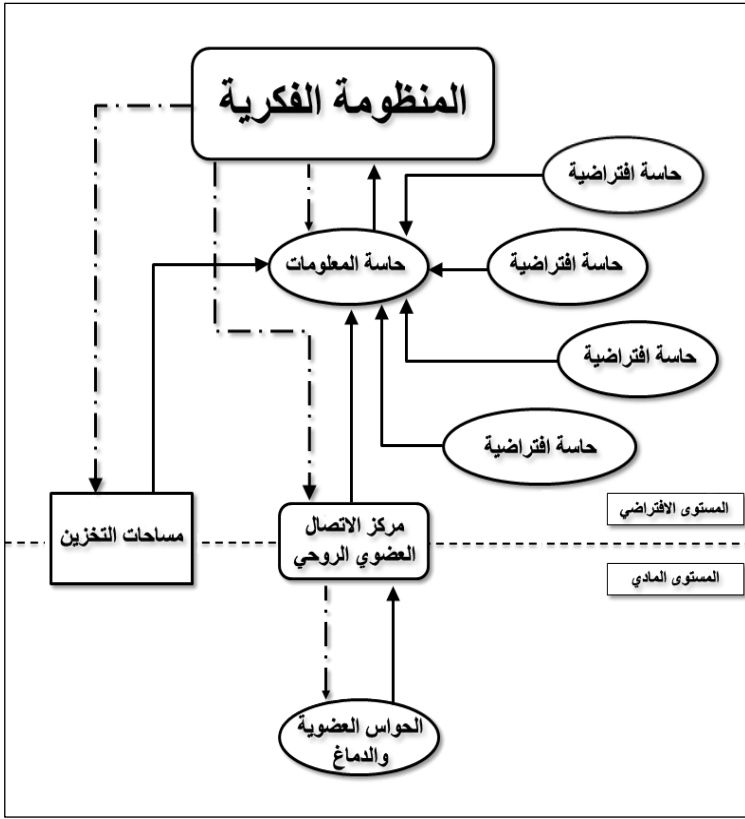
إن قيمة هذه الحاسة تكمن في أنها المسؤولة عن دخول المعلومات إلى المنظومة الفكرية، وتنبهها إلى ورود هذه المعلومات وحاجتها للمعالجة. وأي خلل في هذه الحاسة يؤدي إلى تشوه المعلومات الواردة، ويستتبع ذلك قيام المنظومة الفكرية بتفسيرها بشكل خاطئ، أو غير كامل؛ وأحياناً يؤدي الخلل إلى الحجب الكامل لبعض أنواع المعلومات.

وتتراوح أنواع الخلل فيها ما بين عطب ناتج بالدرجة الأولى عن مشاكل عضوية في الحواس المرئية، أو وجود تشوهات فكرية تشكل ما يشبه المصافي أو الأفتحة سيئة التصميم، والتي تتسبب في حجب بعض المعلومات، وأحياناً حدوث انسداد في بعض القنوات الناقلة للمعلومات.

كما قد يكون الخلل ناتجاً عن عدم اكتمال نمو هذه الحاسة.. فتصبح قنواتها أشبه بالطرق المكسرة غير المعبدة، التي يكون عبور مركبات المعلومات الزجاجية عليها صعباً وشاقاً، ويؤدي إلى فقد الكثير منها أثناء الرحلة، ووصولها مهشمة، في حين تصل البقية الباقية منها مشوهةً إقليلاً.

كما تنتقل المعلومات أيضاً من المستوى المادي إلى مركز الاتصال، ثم تصل إلى حاسة المعلومات؛ وبذلك فإن هذه الحاسة تنقل كل أشكال المعلومات سواء كانت حسية أم معنوية إلى المنظومة الفكرية لمعالجتها. لاحقاً تتخذ المعلومات الناتجة عن المعالجة مساراً أو أكثر من بين عدة مسارات ممكنة.. بدءاً بالعودة إلى حاسة المعلومات، ومعها ما يشبه الإشارة بأنها بيانات تحتاج إلى مزيد من المعالجة.. أو أن تذهب على شكل قرارات ومعلومات مساندة إلى الحواس الافتراضية الأخرى، أو إلى مركز الاتصال الروحي العضوي ليتم نقلها إلى المستوى المادي لتنفيذها..

أو أخيراً، أن يتم نقلها إلى مساحات التخزين، والتي بدورها تعتبر أيضاً مصدراً للمعلومات تُصدّرها إلى حاسة المعلومات عند الطلب وحسب الحاجة.



المنظومة الفكرية وحاسة المعلومات

ميكروبروسيسور حيوي..

قبل أن نبدأ لابد من الإشارة إلى إن فكرة وضع المنظومة الفكرية تحت المجهر، هي بطبيعة الحال فكرة افتراضية بحتة، ليس الغرض منها استكشاف أو تحديد هيكل ما بشكل دقيق لها؛ بل إن الهدف هو تكوين صورة واضحة ومبسطة بما يكفي لتشرح الإطار العام لطبيعة التفاعلات التي تحدث بداخلها؛ بحيث يمكن استغلال هذه الصورة في بناء فهم أعمق، وإدراك أفضل، للآليات التي يمكننا من خلالها تحسين أداء هذه المنظومة، والارتقاء بها.

ورغم أنه من المستحيل أن يصف أي تصور مادي حقيقة عمل المنظومة الفكرية، بل إنه من الخطأ أصلاً محاولة إخضاع منظومة روحية لصورة مادية قاصرة؛ إلا أننا هنا ضمن محاولتنا لفهم الإطار العام لكيفية عمل هذه المنظومة، والدور الذي تلعبه المنظومة الفكرية بشكل عام في عملية التغيير؛ فإننا سنحاول استثناءً بناءً تشبيه مبسطٍ قدر الإمكان يساعدنا على فهم ماهية المنظومة الفكرية. آملاً أن نتذكر أنه مجرد تشبيه لتقريب الصورة، يحتمل الخطأ والصواب في تفاصيله، دون أن يؤثر ذلك على جوهر الفكرة التي نحاول عرضها هنا.

ورغم أن الصياغة التي نقدمها بها تبدو علمية رصينة، إلا أنها في الحقيقة مجرد تشبيه أدبي، خلط بين الصور التي يربطها وحدة الموضوع، وإعمال للخيال من أجل رسم صورة أقرب في إيصال الفكرة ^{٣-٢} ج. وفي النهاية.. فإنه ومهما بلغت دقة التصوير، فإن معرفة أسرار الكيفية التي تعمل بها المنظومة الفكرية من الداخل، يبقى مرهوناً بمعرفة أسرار الروح ذاتها^(١)...

إن أقرب الصور التي يمكن تشبيه المنظومة الفكرية بها عند تخيل النظر إليها من الخارج، هو دائرة الميكروبروسيسور^(٢) في جهاز الكمبيوتر، والذي يتولى معالجة المعلومات الواردة إليه، ثم إخراجها إلى وسائط الإخراج المختلفة، أو تخزينها في الذاكرة المؤقتة، أو وسائط التخزين الدائمة.

(١) ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا﴾ - القرآن الكريم - سورة الإسراء - آية ٨٥

(٢) يسميها البعض مجازاً وحدة المعالجة المركزية CPU رغم أن وحدة المعالجة المركزية هي جزء من الميكروبروسيسور.

ولكن النظر إليها من الداخل يجعل المنظومة الفكرية تبدو وكأنها ميكروبروسيسور حيوي، يعمل وفق آلية أقرب لعمل الكائنات الحية، منها إلى كيفية عمل الدوائر الإلكترونية.

بعبارة أبسط.. فإنها تبدو ككائن حي يتغذى على المعلومات وينتجها في نفس الوقت. فهو يحصل على احتياجاته من المعلومات من خلال حاسة المعلومات التي تجمعها له من المصادر المختلفة؛ وبعد أن يقوم بمعالجتها واستخدام ما يلزم منها لعملية نموه، يقوم بإنتاج معلومات جديدة يشاركها مع الكائنات المحيطة به، كلٌ بحسب حاجته؛ وفي نفس الوقت فإنه يقوم بتخزينها داخلياً وخارجياً ليعود إليها عند الحاجة، فيما يشبه عملية الاجترار التي تقوم بها بعض الثدييات، أو حتى عملية حرق الدهون المخزونة في الجسم عند بذل الأنشطة الرياضية.

فاذا استخدمنا مشروط الجراح لنشق عن باطن هذه المنظومة ونلقي عليها نظرة من الداخل؛ فإنها للوهلة الأولى ستبدو كنسيج من النقاط المتراسة بكثافة؛ حيث تمثل كل نقطة فكرة ما تتواجد داخل حيز هذه المنظومة.. وتترابط هذه الأفكار فيما بينها بما يشبه الخيوط أو الحبال التي تمثل العلاقات والروابط فيما بين هذه الأفكار، والتي تتكون من خلال عمليات التفكير والإبداع المختلفة.

يمكننا افتراض أن كل واحدة من هذه النقاط هي خلية فكرية؛ إن الخلية الفكرية هي وحدة البناء داخل المنظومة الفكرية، ويمكن تخيلها على شكل مكعب من الطاقة الفكرية. تنتشر هذه المكعبات في الفضاء ثلاثي الأبعاد للمنظومة. وتمثل كل خلية فكرة أو وجهة نظر.

تتمدد الخلية أفقياً كلما توافرت معلومات جديدة عن هذه الفكرة؛ ومع مرور الزمن، وكلما تحسن مستوى إدراك الفكرة.. تمددت الخلية رأسياً بتكوين طبقة رقيقة جديدة من المفاهيم المتعلقة بالفكرة على السطح، تنمو بعد كل عملية معالجة تقوم بها الخلية؛ ويمكننا القول أن ارتفاع المكعب يشير إلى تراكم الخبرات بعد عمليات المعالجة؛ في حين أن مساحة القاعدة تشير إلى كم المعلومات المتوفرة بشكل خام.



ترابط الأفكار داخل المنظومة الفكرية^(١)

ترتبط كفاءة الخلية كوحدة بحجمها، وكذلك بالتناسب بين مساحة قاعدتها وارتفاعها؛ فكلما زاد حجم الخلية.. كلما زادت كفاءتها في أداء وظائفها.. وكلما كان هناك توازن بين مساحة القاعدة والارتفاع.. كلما كانت الخلية أكثر قدرة على القيام بوظائفها بشكل أفضل^(٢).

(١) حفظاً لحقوق الإبداع والنشر، فإن هذه الصورة أخذت من موقع <http://www.bcbsides.ca> ثم تم تعديلها لتناسب الغرض.

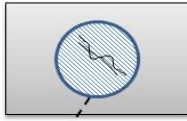
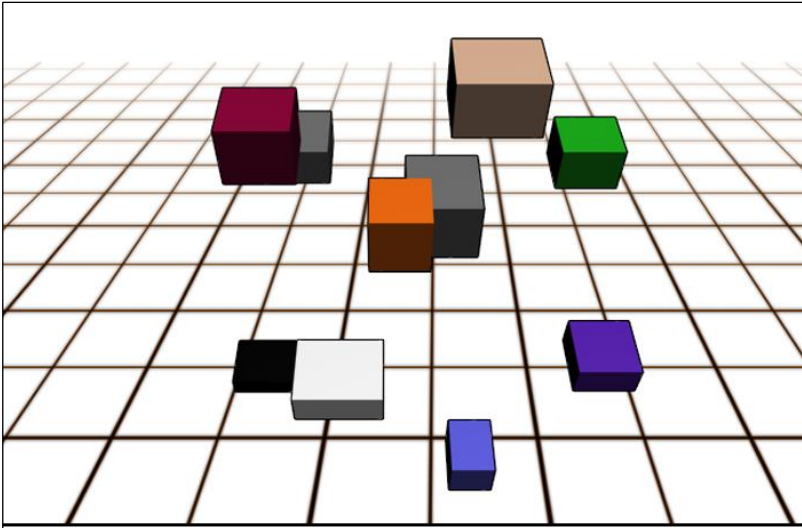
(٢) كثرة المعلومات بشكل زائد عن الحد المعقول الممكن معالجته مُضرةٌ بنفس قدر شحها ونقصها عن الحد المطلوب.

تنظم هذه الخلايا مع بعضها البعض من خلال روابط غير مرئية، أشبه بتلك الروابط الموجودة بين ذرات المادة وجزئاتها، وتمثل العلاقات بين الأفكار المختلفة.. في نفس الوقت فإنها تنظم من خلال هذه الروابط لتشكل الأجهزة الحيوية التي تقوم بالوظائف الكلية للمنظومة الفكرية، من خلال تفاعل الخلايا المختلفة مع بعضها.

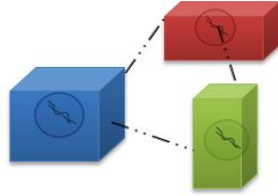
إن كفاءة المنظومة ككل تعتمد بشكل أساسي على طول الروابط الموجودة بين مختلف الخلايا؛ وكلما قصرت تلك الروابط.. كلما تحسن الأداء الكلي للمنظومة؛ وهو ما يحدث حين تقلص المساحة بين هذه الخلايا بسبب تمددها في الاتجاهات المختلفة، سواء كان ذلك رأسياً أو أفقياً.

وحين يستمر نمو الخلايا إلى أن تصل مرحلة التداخل فيما بينها، تبدأ المنظومة بالدخول في حالة التماسك والثبات، واللذان تمثلان الاستقرار الفكري الذي لا يتعارض مع المرونة، في حالة أشبه بمادة كيميائية مرنة تكتسب المزيد من الليونة والقابلية لتغيير شكلها مع ارتفاع درجة الحرارة نتيجة الأنشطة الفكرية، وتصبح أكثر صلابة مع التبرد، حين تغيب تلك الأنشطة أو تقل.

أما قبل تلك المرحلة من التماسك، فإن المنظومة تكون في حالة سيولة أو ميوعة.. حيث يغيب عنها الأساس الفكري الواضح؛ فهي أشبه ما تكون بالحالة السائلة للمادة في عالم الواقع، بل وحتى الحالة الغازية، حيث تنتشر جزئاتها عشوائياً، وخصوصاً في المراحل الأولى لنمو المنظومة الفكرية. إن كل هذا التطور المسرود هنا يقابل في عرفنا السائد تحسن أداء تفكير الفرد كلما زادت معلوماته، وكلما تكونت لديه المزيد من الخبرات. ولا تعدم هذه الخلايا أيضاً القدرة على التزاوج والتكاثر فيما بينها؛ فحين تلقي خليتين يحدث استكشاف سريع لوجود عوامل مشتركة بينها، ومدى إمكانية التزاوج.



نواة الخلية التي تحتوي على
الحمض النووي للذي يمثل الفكرة



روابط غير مرئية بين الخلايا

طبقة جديدة تنمو بعد عملية معالجة



طبقة جديدة تنمو
بعد الحصول على
معلومة جديدة

الخلايا الفكرية كما قد نتخيلها داخل المنظومة الفكرية

فقد يتفاعل حينها الحمض النووي (دي. إن. إيه D.N.A) داخل النواة من كل خلية، مع نظيره في الخلية الأخرى لينتج خلية فكرية جديدة كلياً، بفكرة جديدة تشمل صفات الأبوين، وصفات أخرى مستجدة. وهكذا قد تمتد العملية لتتزوج عائلات كاملة من الخلايا (الأفكار والموضوعات) لتنتج نسلًا جديدًا، وأجيالاً جديدة من الأفكار. ولأن كل خلية تمثل فكرة مختلفة، فإن الخلايا ليست كلها سواء؛ فكل خلية لها شخصيتها المستقلة إن صح التعبير؛ ولا يمنع ذلك من أن يتشارك عدد من الخلايا مجموعة من الصفات المشتركة، والسلوك العام المتشابه؛ حين تنتمي جميعها لموضوع أو فكرة أكبر تجمع بينها؛ وحينها فإن الخلايا الفرعية تتبع الخلية القائدة كما تتبع الأقمار كواكبها، أو كما تدور الإلكترونات حول نواة الذرة.

تمتلك الخلية الفكرية مزيداً من صفات ومزايا الخلايا الطبيعية الحقيقية في جسد الإنسان.. مثل قدرتها على الهجوم على خلايا وأجسام أخرى، وقدرتها على أن تلعب دور الوسيط الناقل بين مجموعات مختلفة من الخلايا. وتساهم هذه القدرات المختلفة في الدفاع عن المنظومة الفكرية ضد الأمراض التي تصيبها. كما أن أي عطب قد يصيب هذه الخلايا، ربما يتسبب بحد ذاته في حدوث الأمراض الفكرية أيضاً.

إن للخلية أيضاً القدرة على التعامل بمرونة، والانتماء أو المشاركة في عدة وظائف، وعدة مجموعات فكرية في نفس الوقت.. حيث أن كل مجموعة من الخلايا المشتركة في أداء وظيفة ما، تنتظم في ترتيب معين يتم تحديده من خلال مسارات حركة هذه الخلايا. إن هذا الانتظام في الترتيب يمكن الخلايا من تكوين الأنسجة الفكرية التي تشكل أساس بناء الطبقات المختلفة لتفكيرنا، وتشكل الهيكل الأساسي للأجهزة الحيوية داخل المنظومة الفكرية، والتي تمكنها من القيام بوظائفها.

إن الغرض الأساسي من هذا الإسهاب في وصف هذا النموذج والخلايا الفكرية؛ هو أن تدرك الأهمية التي تلعبها الفكرة في تشكيل منظومتنا الفكرية؛ فكلما كانت أفكارنا أكثر إيجابية، وأكثر كفاءة وصحة.. كلما كانت الأجهزة الحيوية داخل المنظومة الفكرية أكثر كفاءة وقدرة على القيام بوظائفها.

إن هذا يعني باختصار.. أن رفع جودة الأفكار التي تدور في الفراغ الفكري داخل عقولنا، هو المفتاح لرفع كفاءة هذه العقول، والرقى بها إلى درجة الحكمة.

والآن دعنا نأخذ لمحة سريعة، عن أهم الوظائف أو العمليات التي تتم داخل المنظومة الفكرية. فإدراكنا ولو بشكل مبسط لهذه الوظائف؛ يفتح لنا مجالاً أرحب لتطوير المنظومة الفكرية؛ إذ يكمن المفتاح الرئيسي لهذا التطوير في الارتقاء بوحدة من أهم الوظائف المركبة التي تقوم بها المنظومة الفكرية طوال الوقت؛ حيث تعتمد صحة خلايانا الفكرية، على مدى جودة وفعالية هذه العملية أو الوظيفة، والتي نعرفها جميعاً باسم التعلُّم.

وظائف المنظومة الفكرية..

رغم أن هناك فارقاً في المعنى بين كلمتي عملية ووظيفة، إلا أننا سنستخدمها هنا كمترادفات تشير لنفس المعنى؛ حيث أن كل عملية تتم في المنظومة الفكرية هي في النهاية وظيفة بحد ذاتها، يجب أن تقوم بها المنظومة الفكرية. إن الوظائف كثيرة وبعضها ما يزال مجهولاً، وبعضها الآخر معلوم ولكنه غامض.. بعضها أولي قائم بذاته، وبعضها مركب من عدة وظائف أخرى.. وضمن إطار حديثنا هنا تبقى عدة وظائف محددة هي الأهم في إدراكنا لها:

• الاستقبال والإرسال

أو يمكن تسميتهما الإدخال والإخراج، وكما هو واضح من أسمائهما؛ فهي عمليات استقبال المعلومات القادمة من حاسة المعلومات بكافة أنواعها، وإرسال المعلومات الناتجة إليها، ثم إلى مركز الاتصال الروحي المادي؛ سواء كانت هذه المعلومات منطقية أو حسية أو شعورية.

• التحليل والربط وتكوين العلاقات

أبسط مفهوم لعملية التحليل هو تفكيك المواضيع إلى عواملها الأولية البسيطة، أو الأجزاء المختلفة المكونة لهذه المواضيع. وفي المقابل يتم تكوين الروابط والعلاقات بين المواضيع المختلفة، أو أجزاء المواضيع المتعددة من خلال وظيفة الربط وتكوين العلاقات. بشكل أكثر دقة..

يمكن القول بأن تكوين العلاقات أشبه بعملية الطلاء أو الصباغ للعلاقات الشفافة غير المرئية، والموجودة أساساً بين المواضيع والأجزاء، وذلك لإكسابها لوناً ظاهراً، لتتمكن المنظومة من تمييز وجودها.

• الفهم والإدراك

إن الحدود الفاصلة بين عمليتي الفهم والإدراك ليست واضحة تماماً، فهما عمليتين متداخلتين. ينظر البعض للفهم على أنه استيعاب المعاني اللفظية، في حين أن الإدراك هو معرفة الحقيقة أو المعلومة التي تدل عليها فعلاً تلك المعاني. أو بعبارة أخرى، فإن الفهم متعلق بإدراك المعاني الرمزية واللغوية، في حين أن الإدراك هو الإمساك بالحقائق وراءها.

من زاوية أخرى.. يمكن القول إن الفهم هو عملية الاستيعاب المنطقي لمختلف أجزاء الموضوع، والعلاقات المختلفة بين هذه الأجزاء.. وكذلك العلاقات بين المواضيع المختلفة؛ وإعطاء كل علاقة وزناً مناسباً ضمن إطار الموضوع؛ ويتبع ذلك عملية الإدراك، وهي الإلمام بالصورة الكلية للموضوع بعد أن تم استيعاب تفاصيله (لاحظ هنا أن هناك تداخلاً أيضاً مع عمليتي التحليل والربط). أحياناً يحدث الإدراك قبل الفهم، والعكس صحيح أيضاً؛ ولكن في الغالب يتداخل الاثنان، ويتزامن حدوثهما بنسب مختلفة طوال الوقت.

لكن الجدير بالذكر هنا.. هو أن عملية الإدراك لها بعد آخر يميز بينها وبين عملية الفهم من منظور مختلف.. فيمكن القول أن الفهم هو الاستيعاب النظري للموضوع، في حين يأتي الإدراك حين تصاحب المعلومة النظرية المجردة تجربة شعورية. فحين يقرأ أحدهم عبارة "النار حارقة"، يتمكن من فهمها نظرياً من خلال رؤيته لآثار الحروق على يد شخص في التلفزيون أو في كتاب؛ ولكن حين تحترق يده هو، أو يد صديقه فإن مفهوماً أكثر عمقاً لهذه العبارة يتكون عنده بما يصاحب التجربة من مشاعر مختلفة مثل الألم، والملل في انتظار الطبيب، والانتظار حتى يبرء الحرق، والانزعاج من ضرورة تغيير الضمادات كل بضعة ساعات.. الخ. فالاستيعاب للمفهوم هنا يصبح أشمل، وتصبح العبارة في الذهن أكثر قرباً لعبارة "النار حارقة، وتسبب المعاناة والألم"؛ حيث يتم تكوين رابط بين مفهوم الحرق ومفهوم المعاناة والألم، يستتبع لاحقاً ربط النار بالألم.

إن للإدراك مستويات.. ومع كل تجربة شعورية ذات صلة، نقفز إلى مستوى جديد من الإدراك؛ فحين يحترق منزل الشخص ذاته مثلاً لا قدر الله، يتطور مفهوم العبارة لديه ليصبح "النار حارقة، وتسبب المعاناة والألم، وخسارة المال والجهد"، وإن امتد الأمر ليفقد عزيزاً في ذلك الحريق فيمكنك أن تضيف عبارة "النار قاتلة" إلى المفهوم الذهني عن حقيقة ان "النار حارقة".

حين نُعلم الطفل أن "1+1=2" يكون الأمر في البداية رمزياً، ولكن مع استمرار المرور بالتجارب الشعورية.. يتطور المفهوم لديه، ويتطور إدراكه لارتباطه بالمفاهيم الأخرى. فحين يضطر للانتظار مثلاً قبل أن يتمكن من شراء قطعة من الحلوى ثمنها جنيهان، لأن ما يمتلكه هو جنيه واحد فقط، فإن مفهوماً أكثر واقعية يتكون لديه عن قيمة العبارة "1+1=2"، ويبدأ مثلاً بإدراك القيمة الشرطية المرتبطة بها.

وحيث يخسر في لعبة أمام خصم لأنه سجل نقطة، في حين سجل الخصم نقطتين..
يتعمق الإدراك للعبارة ويدرك علاقتها بمفاهيم جديدة مثل الفوز والخسارة؛ وقس على ذلك جميع المواضيع المختلفة دون استثناء.

• الحفظ والتثبيت والاسترجاع

حيث يتم نقل المعلومات إلى مساحات التخزين المادية والروحية على السواء، من أجل العودة إليها لاحقاً، واسترجاعها حسب الضرورة. ولكن الجانب الأهم هنا، هو ذلك الملخص للخبرات والمعلومات التي تم معالجتها.. حيث يتم تخزينه داخل المنظومة الفكرية ذاتها، وتحديدًا في الخلايا الفكرية على شكل طبقات جديدة تساعد الخلية في القيام بعمليات المعالجة المستقبلية لأي معلومات جديدة تأتي لاحقاً بشكل أسرع وأفضل.

• التخيل

إن من أغرب الوظائف التي تقوم بها المنظومة الفكرية قدرتها على محاكاة المعلومات التي تأتيها من الحواس المختلفة، وإسقاطها على مواضيع أخرى لعدة أغراض منها مثلاً: محاولة ادراك واقع غير مرئي بواسطة الحواس، ولكنه يقيناً موجود، كتخيل شكل نموذج جديد لسيارة ما لم تره من قبل من خلال ما تعرفه عن هذه السيارة سابقاً، وما تقرأه من أوصافه؛ إن غرضاً آخر قد يكون محاولة فهم موضوع ما عبر تقديمه لخلايا المنظومة الفكرية لمعالجته وفهمه بعد أن يتم تبسيطه وعرضه بشكل آخر، مثل التخيل التلقائي للكلام من يتحدث إليك، وربطه ببعض الصور الذهنية؛ وأحياناً ثالثة يحدث ذلك بغرض توليد أفكار وموضوعات جديدة. وتمتد هذه الوظيفة أيضاً لتغطي أي احتياج للوظائف الأخرى في المنظومة الفكرية لتكوين صور غير متجسدة في الواقع عبر الحواس المادية.

إن هذه الصور ليست بصرية فقط، بل قد تكون سمعية (تخيل الأصوات)، أو مشاعر (مثل تخيل الشعور بالألم) ، أو حسية (تخيل ملامسة جسم ما)، وقس على ذلك تخيل صور مرتبطة ببقية الحواس العضوية أيضاً (كقدرتك مثلاً على تخيل الشعور بالدوار وعدم الاتزان، وتخيل مذاق محلول مالح في فمك).

• اتخاذ القرارات

تقوم المنظومة الفكرية بمراجعة مختلف البدائل الممكنة وفقاً لمستوى تطورها، ووفقاً للمعلومات المتاحة لديها.. ثم اختيار ما تراه أكثر مناسبة، وإرساله في النهاية كمعلومة تمثل قراراً متخذاً لتنفيذه.

• النظام والعشوائية

تسعى المنظومة دائماً للحفاظ على حد أدنى مناسب من النظام داخلها وخارجها؛ وأي خلل في أداء هذه الوظيفة سواء بالزيادة أو النقصان يؤدي إلى مشاكل عديدة. فحين تعجز المنظومة عن الحفاظ على الحد الأدنى من النظام تسود الفوضى بداخلها، وينعكس ذلك على ما حولها؛ وينتج عن ذلك سلوك فوضوي عشوائي غير مدروس. وفي المقابل حين يحدث العكس وتبالغ المنظومة في أداء هذه المهمة حتى يصل مستوى النظام إلى الروتينية، والبيروقراطية الخانقة، فإن ذلك يساهم في حدوث مشاكل من أنواع متعددة أبرزها: الشخصيات القسرية، والوساوس القهرية، والبطاء الوسواسي وبطاء التفكير والاستيعاب. بالإضافة إلى ما يسمى بشخصية موظف القطاع العام (موظف الحكومة) ^(١).

(١) ليس انتقاصاً من موظفي القطاع العام، فالمقصد هو الوصف الدارج للأشخاص شديدي التمسك بالإجراءات الروتينية والبيروقراطية، وهو الغالب في المؤسسات الحكومية ويصعب مع مرور الوقت شخصية العاملين فيها.

وأحياناً حين يزيد الأمر كثيراً يؤدي إلى ما يشبه الانفجار الذي يطيح بكل النظام، ويترك المنظومة في حالة عشوائية، متخبطة تسير بغير هدى، ويولد ما يسمى الشخصية الهوائية أو المودية^(١).

والجدير بالذكر هنا أيضاً.. هو أن قدرة المنظومة الفكرية على توليد المعلومات، أو انتقاء المعلومات عشوائياً فريدة من نوعها؛ وحتى اليوم ما يزال العلماء يحاولون محاكاة هذه القدرة بنجاح محدود في مختبراتهم، خصوصاً في المجالات الهندسية.

إن قيمة العشوائية أكبر مما قد يخطر ببالك للوهلة الأولى.. فالقدرة على الانتقاء العشوائي هي التي تساعدك مثلاً على ترتيب مجموعة من الكتب على أحد الأرفف، حين لا يوجد سبب منطقي يدعوك لترتيبها وفقاً لترتيب معين؛ أو حين تكون في عجلة من أمرك ولا يعينك الترتيب في شيء. إذ يُفقد هنا الأساس المنطقي المطلوب للترتيب، ومن الممكن أن تظل عالماً في حلقة مفرغة بحثاً عن ترتيب معين، وعاجزاً عن اتخاذ القرار، وغير قادر على ترتيب الكتب بأي وضع كان؛ وتظل تدور في تلك الحلقة المغلقة من الفراغ، بانتظار ظهور سبب معين للترتيب^(٢). فقد تقوم بالترتيب وفقاً لترتيبات سبق تخزينها في اللاوعي، ولكن ذلك يحدث في بعض الحالات فقط؛ فالاختيار فيما بين عدة ترتيبات ممكنة يظل عرضة للانتقاء العشوائي.

(1) Moody Personality

(٢) إن ذلك يشبه ما يحدث في المزارع عند دوران ثور مربوط ومعصوب العينين حول ساقية الماء بشكل مستمر. ولعشاق البرمجة فإن هذه الحالة تشابه حلقة الدوران غير المنتهية (Infinite Loop) حين يدخل البرنامج في حلقة يشير آخرها بالعودة إلى أولها، دون وجود أوامر أو شروط داخل الحلقة تؤدي للخروج منها في وقت ما. فيرفض البرنامج الاستجابة لأي مدخلات أخرى، ويبقى مشغولاً في الدوران داخل هذه الحلقة.

كما أن عملية الانتقاء من المخزون السابق من المعلومات بحد ذاتها، هي عملية اختيارية لا تقوم بها المنظومة الفكرية دائماً. إن لهذا المثال نظائر أكثر من أن نتمكن من إحصائها.

إن قيمة العشوائية تنبع بالدرجة الأولى، من قدرتها على حل وتسريع حدوث كثير من الأمور التي لا قيمة تذكر لدراسة البدائل المختلفة لها. تخيل مثلاً أن منظومتك الفكرية ستقوم بعملية تفكير طويلة في كل مرة تود فيها شرب كأس من الماء، وذلك لكي تقوم باختيار الكأس الذي ستشرب فيها من على رف الأواني المنزلية.

إن المنظومة تقوم فعلياً بعملية بسيطة لتقدير أهمية القرار، وحين تتوصل إلى أن جميع البدائل المتاحة تعطي نفس النتيجة، وأنه من العبث تضييع مزيد من الوقت في التحليل، فإنها تقوم تلقائياً بتوليد اختيار عشوائي.

قد تخضع العشوائية بحد ذاتها لإطار عام من الاختيارات وفق الخبرات السابقة، كأن يفضل البعض مثلاً انتقاء الكوب الملون بشكل عام، وآخر تجده يعتاد على مديده إلى وسط المجموعة؛ ولكن في النهاية يظل هناك مساحة للقرار العشوائي. وحين تتعرض هذه الوظيفة للخلل، فإن المرء يعاني صاحبها لوناً من ألوان مشكلة البطاء الوسواسي الشهيرة في الطب النفسي. حيث ترفض المنظومة توليد اختيارات عشوائية، وتظل تبحث عن أسس منطقية للاختيار.⁽¹⁾

(1) للدقة فليست كل أنواع البطاء الوسواسي ناتجة تماماً عن هذه المشكلة، ففي أحيان أخرى يكون السبب الرئيسي هو البحث عن الكمال، والإتقان بصورة لا نهائية ولا واقعية. ورغم أن ذلك أيضاً مرتبط نوعاً ما برفض القبول بمستوى عشوائي من الرضا، إلا أنه من الأصح على الأقل من ناحية العلاج والإدراك، أن يصنف السبب الرئيسي في هذه الحالة على أنه البحث عن الكمال.

إن العملية العشوائية أيضاً مهمة لمساعدة وظيفة التخيل.. فرغم أن عملية التخيل تتم بناء على معطيات سابقة، وغالباً ضمن سلاسل مترابطة؛ لكن الكثير من العوامل التكميلية التي يتم بها اتمام التفاصيل الدقيقة للصورة التخيلية يتم اختياره وفق نمط عشوائي نوعاً ما، ثم يتم اختبارها لاحقاً للتأكد من مناسبتها للموضوع، وأدائها للغرض قبل ضمها للصورة، وأحياناً بعد حدوث ذلك.

كما أن وظيفة العشوائية لها أهمية خاصة في عملية الإبداع؛ فقدر لا بأس به من الأفكار الجديدة التي تنتجها المنظومة الفكرية، ينتج عن تفاعلات عشوائية بين أفكار مختلفة، دون وجود روابط محددة مسبقاً. ولكي تتخيل ذلك بشكل أوضح..

تصور خليتين فكريتين تتحركان في مساراتها العادية داخل المنظومة الفكرية، وفجأة تتقاطع مساراتهما ويصلان بالصدفة في نفس الوقت إلى نقطة الالتقاء، حيث يحدث التزاوج إن سنحت الفرصة.. سواء بكون مدة الالتقاء كافية، أو وجود قابلية التزاوج. إن عملية العشوائية في حد ذاتها تلعب هنا دوراً مهماً في تحديد مسارات الخلايا الفكرية..

فأحياناً تكون حركتها مخططة مسبقاً بتأثير وظيفة النظام، وأحياناً أخرى تخضع لمسارات يتم توليدها بشكل عشوائي نسبياً، سواء عن قصد كما يحدث في عمليات العصف الذهني⁽¹⁾، أو عن غير قصد أثناء أحلام اليقظة، وعند حدوث الشرود الذهني في حالات الاسترخاء. ❖-٣-❖

• القياس والتقييم

القيام بالمقارنات المنطقية والعددية، وقبلها عملية إدراك الكميات، والقيم العددية، والقواعد المنطقية؛ هو جزءٌ أصيل من مهام المنظومة الفكرية، يتم بواسطة وظيفتي القياس والتقييم، واللذان تشتركان أيضاً في القيام بالتمييز بين المفاهيم والظروف المطلقة، وبين المفاهيم والظروف النسبية.

تتم هاتان الوظيفتان بشكل متداخل يجعل من الصعب رسم حد فاصل بينهما؛ ويساهم بشكل كبير حدوث خلل في أي من هاتين الوظيفتين في الوقوع في برائن واحدة أو أكثر من المشاكل الفكرية تبعاً لطبيعة الخلل. من ذلك مثلاً؛ ما يسمى بالتفكير القسري، وكذلك التأخر أو البلادة في أداء وإدراك المفاهيم والعمليات الرياضية، وأيضاً ودون شك يؤدي حدوث التشوش أو الخلل في هاتين الوظيفتين إلى الانعدام أو الخلل في منطقية التفكير، أو ما يسمى بانعدام الحس المنطقي لدى الفرد.

إن جزءاً مهماً أيضاً من النشاط المشترك لهاتين الوظيفتين هو القيام بمهمة التأكد والتحقيق في الفرضيات، واختبارها، والخروج بنتائج يُبنى عليها اعتماد هذه الفرضيات أو رفضها. فحين يتعاطى أحدهم مثلاً مُسكناً قوياً من أجل ألم في الأسنان، يتكون لديه افتراض أن هذا المسكّن صالح لتسكين جميع أنواع آلام الفم والأسنان.

ومع كل تجربة جديدة يخوضها من الآلام في فمه أو أسنانه، يتم العودة لهذا الافتراض والتحقق من صحته بعد التجربة.. قد يصمد الافتراض إذا كان يتعاطى مسكناً شديداً القوة، وقد يتم نقض هذا الافتراض أو تعديله إذا كان المسكّن من النوع خفيف التأثير وتعرض للتهاب شديد في عظام الفك مثلاً؛ فحينها يسقط الافتراض، وتصبح الخلاصة أن ذلك النوع من المسكنات يصلح لأنواع معينة من الآلام فقط.

في الحقيقة أن جميع الدروس التي يتم تخزينها في المنظومة الفكرية تخزن على شكل افتراضات، ومع استمرار التجارب تكتسب هذه الافتراضات القوة، حتى تصبح في وقت ما أشبه بالمسلمة التي يتم تجاوز عملية اختبارها في كل مرة. حينها يحتاج تعديلها إلى قرار مستقل قائم بذاته، بإعادة فتح التحقيق في هذه الفرضية، وهو ما يحدث في حالة صدمة ما تُشكل طلباً خاصاً يرفع من قبل حاسة الطلب إلى المنظومة الفكرية، بغية إيجاد حل للتعارض بين هذه المسلمة، وبين معطيات واقعٍ ما قد استجد.

• التعلُّم

إن عملية التعلُّم عملية مركبة، تتم من خلال تعاضد جميع الوظائف المذكورة أعلاه. إن وظيفة التعلُّم نابعة من المزج بين جميع تلك الوظائف من أجل الخروج بخلاصة محددة، يمكن البناء عليها مستقبلاً؛ حيث تكون هذه الخلاصة على شكل إدراك علاقة أو استيعاب معلومة. وتحديدًا فإن هذه الوظيفة هي التي تقوم ببناء مكونات الطبقة الرقيقة التي تمثل الدرس المتعلم على سطح الخلية الفكرية، مشكلةً خلاصة لعملية معالجة تم إنجازها، بحيث يمكن إعادة استخدام هذه الخلاصة لمعالجة معلومات جديدة لاحقاً دون الحاجة إلى العودة إلى كل جذور الموضوع، أو المرور بعملية اختبار الفرض.

فحين تعلمت أن النار حارقة، تم تخزين خلاصة الدرس بحيث أن أي تعامل مع النار لاحقاً لا يستدعي بالضرورة اجترار كل الذكريات والمفاهيم عن النار؛ وتكتفي المنظومة في الغالب بالدرس المستفاد باستدعاء الحذر عند التعامل مع النار. من المؤكد أن الأمر ليس بهذه البساطة تماماً.. فكلما زادت تفاصيل الموقف.. كلما استدعت المنظومة الفكرية قدراً أكبر من الدروس؛ فالتعامل مع النار مثلاً قد يستدعي الدروس المخزنة عن البنزين والخشب.

إن المعلومات المتراكمة عن كل منهما كثيرة ومتشعبة، ولكن ما يتم استدعاؤه تلقائياً بالدرجة الأولى هو ما يتعلق بالنار فقط. مع تطور الموقف والتفاصيل، تستمر عملية الاستدعاء المتتالي بطريقة شبكية وهرمية في نفس الوقت؛ حيث يتم التفرع طبقاتاً للحاجة بشكل شبكي، والتعمق في التفاصيل حسب الضرورة بشكل هرمي أو طبقي.

في الحقيقة أن عملية التعلم أكثر من مجرد تخزين الدروس في الخلايا الفكرية؛ فالتفرع والاستدعاء الذي أشرنا إليه أعلاه يستدعي وجود هيكل منظم، أو دليل يجعل الوصول للمعلومة المحددة، دون الضياع وسط جميع المعلومات الموجودة أمراً ممكناً؛ سواء كان ذلك الوصول بغية استرجاع المعلومة للاستفادة منها في قرار ما، أو كان بهدف تحديثها بنتائج جديدة.

إن عملية التعلم في جوهرها تشمل تخزين هذه الدروس، وبناء ذلك الهيكل في نفس الوقت. إن عملية التعلم هي المفتاح الرئيسي للارتقاء بالمنظومة الفكرية إلى درجة الحكمة، وبناء العقل الهندسي لدينا، وبالذات عندما تكون عملية تعلم إيجابي.

التعلم الإيجابي..

قد يتبادر إلى الذهن للوهلة الأولى، أن التعلم الإيجابي هو النقيض من التعلم السلبي.. حيث الحرية المطلقة، وانعدام القيود في عملية التعليم؛ ولكن الحقيقة أن الأمر ليس كذلك تماماً، فهو مفهوم مركب قائم على عدد من المفاهيم التي تمتزج سوياً مع بعضها البعض، لتكون لنا في النهاية ما يسمى بالتعلم الإيجابي.

من المحكمة إلى المدرسة..

"أنت مذنب، أنت مخطئ، لقد فشلت..." إنه استدعاء تقليدي يصرخ به ممثل الادعاء بداخلك للمثول أمام محكمة الذات؛ قد تستجيب وتمثل أمامها مدافعاً عن أفعالك، فتحصل على البراءة.. أو تدان وتسعى للتكفير عن خطيئتك. أو ربما لا تستجيب أصلاً.. وتتجاهل أن هناك قضية قد رفعت من الأساس، وتدعها تسقط بالتقادم، أو حتى بجهود محامي الذات الفهلوي الذي لا يتردد في إفساد الأدلة قبل العرض على القاضي. ولكن القضية ربما تتطور أيضاً، وتصير الجُنحة جريمة؛ فتقودك شرطة حفظ النظام داخل الذات إلى ملاقة مصيرك.

إنها تلك الشرطة التي تنظم المرور داخل منظومتك الفكرية، فتساعد على تخفيف ازدحام الأفكار، وترشدك إلى الطرق الصحيحة السالكة؛ تعطيك إنذارات وغرامات ومخالفات معقولة، تنبهك بها إلى أخطائك البسيطة دون توحش. وهي أيضاً التي تعلن التأهب والطوارئ، وإجراءات القمع الاستثنائية للذات، حتى بدون محاكمة عادلة؛ وذلك حين تستشعر أن النظام يسقط ويتلاشى، وأن الفوضى تستشري.

لكن إبقائها متأهبة ومستنفرة طوال الوقت، مطبقة لقوانين حالات الطوارئ، تقودك بها في كل لحظة إلى المحاكم التفتيش الاستثنائية، متذرة بأتفه التهم؛ يقود كل ذلك في النهاية إلى ثورة داخل الذات.

ثورة وقودها الغضب، والإحباط، والشعور بالاضطهاد. فالمهمة الأصلية لهذه الشرطة، أن تكون راعية لحفظ النظام، دون تغول أو استبداد، تقودك إلى المحكمة عند كبائر الذنوب والأخطاء فقط؛ وتقودك حين تفعل إلى محكمة عادلة رشيدة، غرضها الأسمى ليس التقرير والعقاب، بل تحقيق العدالة، ودفع المنظومة كلها باتجاه التطور والارتقاء، وتصويب الأخطاء.

ويطل السؤال المُلح برأسه هنا؛ أما من وسيلة لتقويم الذات، وتصويب سلوكها، سوى اللجوء للمحاكم والقضاء؟ أليس الأصل في شرعة القانون؛ هو أن يكون اللجوء للقوة والمحاكم استثناءً وليس القاعدة؟ وأن يكون فقط حين تفشل كل الوسائل الأخرى، في الدفع نحو تحقيق العدالة، أو الحفاظ على النظام العام.

يطرح العقلاء دوماً المدرسة كإجابة على ذلك التساؤل عن القاعدة. حيث نتعلم لحظة بعد أخرى، ويوماً بعد آخر؛ نتعلم دروساً جديدة نستخلصها من الخطأ تلو الخطأ، فُتسهم في تطوير سلوكنا نحو الأفضل مع صباح كل يوم جديد.

إن النشاط المستمر لهذه المدرسة، يساعدنا على بناء الرؤية السليمة، والمسار المناسب لإرادتنا الكلية. وهو أيضاً حجر الأساس في بناء إرادتنا اللحظية بالشكل السليم؛ بحيث تكون أكثر نضجاً وتوافقاً مع الإرادة الكلية؛ في نفس الوقت الذي تكون فيه أكثر قدرة على الموازنة بين متطلبات هذه الإرادة الكلية، وبين معطيات الواقع.

سُلطة ذاتية رشيدة تحقق التوازن بين:



مدرسة الذات

شرطة الذات

محكمة الذات

حيث التعلم هو الأصل، والتصويب والتوجيه هما المشجع والراعي
في نفس الوقت.. وتبقى المحاكمة هي الاستثناء عند الضرورة.

من أدوات التغيير: السُلطة الذاتية الرشيدة وأدواتها

صراعُ بين إرادتين..

إن الفشل في تنمية الإرادة اللحظية الرشيدة ينتج عنه إرادة ضعيفة، لا يكاد صاحبها يقوى على تحقيق أهدافه؛ فتراه ينتقل من فشل إلى آخر، ومن ذنب أو خطيئة إلى التي تليها.. دونما قدرة على التوقف أو إعادة التوجيه. في بعض الأحيان قد يحدث العكس تماماً، إذ تنمو هذه الإرادة اللحظية قويةً شديدة التزمّت؛ تعامل صاحبها وكأنه آلة.. وجب عليه السير على الخطة دونما خطأ؛ والويل له كل الويل إن وقع في الزلل؛ إذ تُقرعه أشد التقريع، وتجره إلى محاكم التفتيش بكل ذلها وهوانها.

إن ذلك يحدث نتيجة للتماهي بين الإرادة اللحظية، وبين الإرادة العامة الكلية؛ إذ تحاول الأولى أن تكون مجرد صدى مباشر للثانية.. لاغية قدرتها الخاصة على إدراك الواقع، ومتجاهلة أن الإرادة الكلية تضع استراتيجيات طويلة المدى، تحتاج من ضمن ما تحتاج إليه.. عامل الوقت لتغيير الواقع والتكيف معه في آن واحد.

وحين يقع ذلك التماهي.. تحاول الإرادة اللحظية أن تكون كل ما تتمناه تلك الإرادة الكلية، ولكن في التو واللحظة؛ دون أن تضع بالاعتبار ظروف الواقع، أو الطبيعة الإنسانية، أو أهمية التدرج.

وفي الطريق نحو ذلك التماهي فإنها تحطم الكثير والكثير من قدرات المنظومة الفكرية على النمو والإدراك، وتصرع أبواب التعلم والنضج مغلقة إياها بعنف؛ بل وأحياناً محاربة لها أيضاً.

وتستمر في ذلك إلى أن تتصلب ويصيبها التكلس، ويفقد المرء حينها أي قدرة على التمييز بين نوعي الإرادة، ويفقد مع ذلك كل حسي منطقي واقعي؛ وتصبح حينها محاكم الطوارئ هي الأساس، ويغدو القمع للذات والتنكيل بها هو الشغل الشاغل لشروطها، ثم محاربة الإرهاب الفكري كما تراه مهذباً لبقائها خارج حدود هذه الذات.. بدءاً بالأبناء والأسرة المحيطة، مروراً بالأصدقاء والمعارف، ونهاية بالمجتمع الذي تعيش فيه، وربما أيضاً.. ذاك الذي لا تعيش فيه. ❖ ٣-هـ ❖

ولكن الأخطر هو تلك اللحظة التي تتحطم فيها تلك الإرادة المتصلبة تحت ضغط الواقع؛ إذ تنقلب بعد تلك اللحظة إلى إرادة واهنة في أشد صور الضعف مهانة؛ فلا تنفك أسيرة الركض وراء نزواتها اللحظية، وكأنها مدفوعة بقوة جارفة خفية تقودها لتعويض ما فاتها من ملذات بجرعات مضاعفة.

وأحياناً يزداد الأمر سوءاً حين تنقلب إلى إرادة كاذبة تائهة؛ لا تعرف طريقاً غير ما تضعه الصدفة أمامها، ثم تراها تبرره حيناً، وتتحايل عليه حيناً آخر؛ منتجة ذاتاً منافقة، مزدوجة المعايير، لا تعرف طعماً للراحة دون جرعتها من التبريرات الكاذبة.

إن تغذية الإرادة اللحظية، والتعليم المستمر الهادئ والواعي لها، وكذا ممارسة التدرج؛ هي من أهم مفاتيح التعلم الإيجابي لتغيير الذات وبناء عقل جديد. لقد اكتشف أطباء النفس أهمية مبدأ تنمية وتطوير الإرادة اللحظية بعد سنوات طويلة من المعاناة مع أصحاب الأمراض النفسية العُصابية؛ فابتكروا ما سمي بالعلاج السلوكي المعرفي، والعلاج بالاستبصار، أو ما أفضل أن أسميه بالإعادة الجزئية لتربية الإنسان وتنشئته.

إن التمييز بين الإرادة اللحظية والإرادة الكلية هو شرط من الشروط اللازمة لإنجاح أي عملية تطوير فعالة ودائمة للذات؛ بحيث يُتبع ذلك التمييز بتنمية هادئة ومنتجة للإرادة اللحظية، وعلى مدى فترة زمنية مناسبة.. تتعلم خلالها كيف تستجيب بالشكل الصحيح للإرادة الكلية، وكيف تحل الصراعات فيما بينهما باستغلال تلك المساحة بين الحدث أو المؤثر وردة الفعل.

بناءً مستمر..

إن كياننا وذاتنا هي محصلة عملية بناء مستمرة، وتراكم للخبرات المعرفية والشعورية. إن عملية التربية شديدة الشبه ببناء المنشآت، حيث تُحفر القواعد وتُصب الأساسات في المراحل الأولى، ثم تعلق الطوابق بعد ذلك واحداً تلو الآخر؛ ومع كل مجموعة معارف جديدة، تعلق ذاتنا طابقاً جديداً في سماء هذا الوجود.

إن شئت الدقة.. فإن العملية أكثر شبيهاً بنواة كروية، تنمو حولها بالتتابع عدة طبقات تتراكم فوق بعضها البعض، فيزداد حجم الكرة مع مرور الوقت.

إن كل طبقة منها تتكون من هيكل شعوري صلب، تشكله الخبرات والتجارب الشعورية، ليكون بمثابة الدعامات لهذه الطبقة؛ ويغطي هذا الهيكل بمادة رخوة من المعرفة المجردة والمعلومات؛ وكلما زادت صلابة الهيكل.. كلما ازدادت معه متانة الطبقة. وبالمقابل.. فكلما زادت نسبة المكون المعرفي المجرد، غير المتفاعل (أو غير المتداخل) مع الهيكل الشعوري الصلب، كلما ازدادت رخاوة الطبقة وهشاشتها.

إن بعض الطبقات تتكون تقريباً من معارف مجردة فقط، حيث تكاد تنعدم فيها الخبرات الشعورية؛ ولذلك تجدها رخوة وضعيفة جداً، وقابلة للانضغاط أو الانسحاق أحياناً، أو التفتت والتلاشي أحياناً أخرى؛ إذ تهتز بسهولة أمام الصدمات المعرفية أو العاطفية. تنشأ مثل هذه الطبقات في الأغلب من ممارسة التعلم السلبي، المليء بالمعلومات المجردة التي لا تصاحبها تجارب شعورية.

وفي المقابل فإن أصلب الطبقات هي تلك التي يتجانس فيها المكون المعلوماتي الرخو للطبقة، مع الهيكل الشعوري الصلب لها؛ وذلك من خلال التجارب الشعورية العميقة، التي تصهر كلا المكونين ليكونا معاً مادة الحكمة المتجانسة الصلبة، والتي تملأ كامل الحيز المتاح للطبقة؛ فتكون النتيجة طبقات أكثر ثباتاً في مواجهة الزلازل، والعواصف، والأعاصير التي تسببها تلك الصدمات العاطفية والمعرفية.

حين نتعرض لصدمة ما.. فإن طبقة أو أكثر تتعرض بداخلنا لهزة عنيفة، قد تهدم بعض أجزائها فاسحة المجال لعملية إعادة التشكيل والبناء التي تحدث لاحقاً.

في بعض الأحيان تكون الهزة شديدة بما يكفي لأن تتسبب في حدوث انهيار كامل لطبقة أو حتى عدة طبقات. إن شدة الصدمة، ومدى متانة الطبقة التي تتعرض لها، هما اللذان يحددان مقدار الانهيار الذي تتعرض له تلك الطبقة.

وفي كلتا الحالتين فإن عملية الهدم تلك، يترادف معها قدر ما من الشعور بالكآبة والحزن.. ولكن ذلك ليس أمراً سلبياً بالضرورة؛ ففي كثير من الأحيان يكون هذا هو ما نحتاجه لكي نبدأ من جديد بناء الطبقات بشكل أكثر صلابة ومتانة.

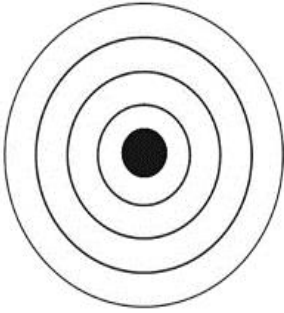
إن عملية إعادة التشكيل والبناء ليست دائمة إيجابية، وما يحدد كونها سلبية أم إيجابية هو ردود أفعالنا على الصدمة بالدرجة الأولى، مع قدر من التأثير للظروف المحيطة، وكذلك طبيعة الصدمة ذاتها.

وبحسب عمق الطبقة التي تصاب بالهزة أو الزلزال، يكون الاهتزاز والتشوش المرادف في كياناتنا وأذهاننا؛ فكلما ازدادت الطبقة عمقاً، كلما زادت شدة الهزة التي تتعرض لها ذواتنا.

ولك أن تتخيل ما يحدث للإنسان حين تتعرض النواة لهزة شديدة مدمرة، في وقت تكون فيه في حالة رخوة. كما يمكننا الآن أن نستوعب أيضاً بشكل أكثر وضوحاً، ذلك السبب الذي يجعل البعض شديدي الثبات بشكل مُلهمٍ لمن حولهم أثناء المحن والشدائد.

إن الخلاصة هنا هي أن عملية تربية الذات وبنائها عملية مستمرة من الهدم والبناء لطبقات الذات، سواء بشكل جزئي أو كلي؛ وفي وقت ما نصل إلى قدر كافٍ من الثبات النسبي للطبقات الداخلية، وقدر معقول من القدرة على إعادة البناء السريع المتوازن للطبقات الخارجية، والتي بطبيعتها تكون دوماً أكثر عرضة للهدم والتجديد طوال الوقت.

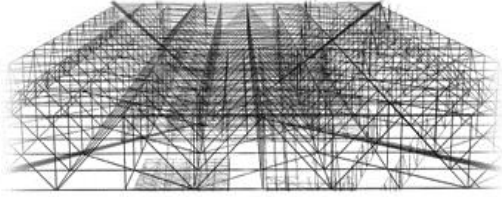
إن هذا البناء المستمر للطبقات المتتالية، هو الذي يرتفع بنا مع الوقت على محور المعرفة داخل لولب منطقة التأثير الذي تحدثنا عنه سابقاً.



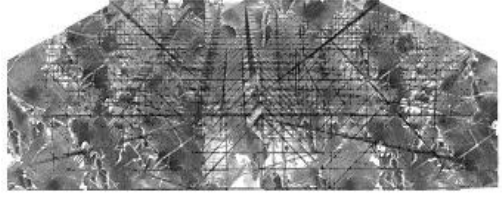
التركيب الطبقي للذات

الذات هي كيان معقد يتكون من عدة طبقات متداخلة. كل طبقة تمثل مرحلة مختلفة من التطور النفسي والوجداني. هذه الطبقات تتفاعل وتتغير باستمرار، مما يشكل الشخصية الفريدة لكل فرد. فهم هذه الطبقات يساعدنا على التعرف على أنفسنا بشكل أعمق والتعامل مع تحدياتنا بحيكمة.

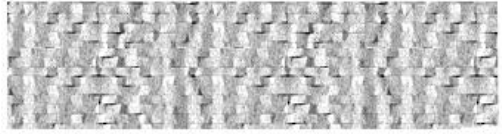
تكوين طبقة هشمة بلا دعائم شعورية



الهيكل الشعوري للطبقة



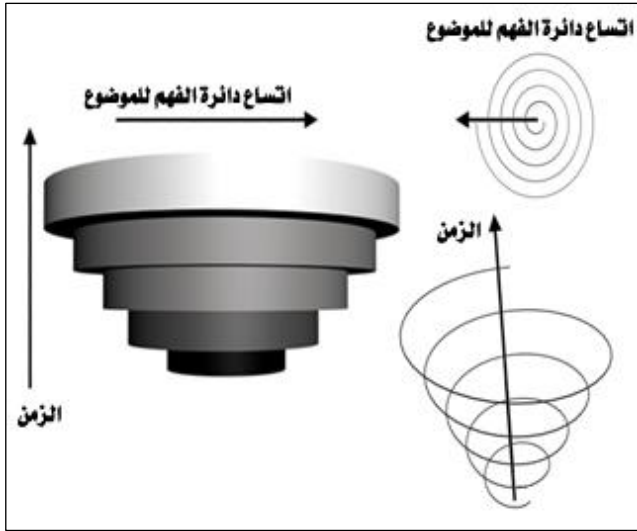
طبقة متوسطة الصلابة حيث يغلف المكون المعرفي الرخو الهيكل الشعوري



طبقة شديدة الصلابة مكونة من تراص أحجار الحكمة متلاحمة مع الهيكل

التركيب الطبقي للذات

لكن المصادفة هنا هي أن استيعابنا للمعرفة أو لأي موضوع أو فكرة يحدث في الحقيقة بنفس الصورة اللولبية؛ حيث تتسع دائرة فهمنا للموضوع مع كل طبقة جديدة تبنى؛ فيمثل مقدار الفهم للموضوع مساحة الدائرة، في حين يمثل الارتفاع الحصيلة التي نجمها من المعلومات مع مرور الزمن، على شكل طبقات متتالية.



الاتساع اللولبي لدائرة الفهم

بين الحر والمقيد..

حين نتحدث عن التقييد في التعلم فإننا نتحدث عن جانبين، الإلزام بعملية التعلم ذاتها من حيث المبدأ، والإلزام والتقييد في الأسلوب أو المنهج والطريقة. ورغم المساوئ الكثيرة لعملية الجبر والتقييد، إلا أن لها بعض جوانب إيجابية مهمة، تجعل من الضروري إضافة قليل منها إلى عملية التعلم كي تكون فعّالة ومفيدة؛ إنه المزج الحكيم بين التعلم الحر، والتعلم المقيد. وأحد الجوانب الإيجابية للتعلم المقيد، أنه أحياناً تحتاج المنظومة الفكرية إلى إجبارها على البدء في عملية التعلم، نتيجة التكاسل الذي قد يصيبها في بعض الأحيان. إن هذا الإجبار يشبه الشرارة الأولى في محرك السيارة التي تصدرها شمعة الاحتراق الداخلي^(١).

(١) Spark Plug ويسميتها العامة (البوجيه) من الاسم الفرنسي (la bougie)

إن هذه الشرارة قد يكون مصدرها الشغف والرغبة، أو الانجذاب للموضوع؛ ولكنها ليست الحال دائماً؛ إذ يعتمد مصدر الشرارة الأولى فعلياً على الظرف العام اللحظي الذي يمر به الإنسان، وعلى دوافعه للتعلم، وكذلك حالته المزاجية بشكل رئيسي.

فإن غابت الشرارة الناتجة عن الرغبة، فإن المرء يجد نفسه مضطراً لإطلاق تلك الشرارة من خلال جبر الذات على البدء في العملية، والتقييد بمنهج معين يفترض به إتمامه.

أما الجانب الإيجابي الآخر، فهو وجود قواعد أو مبادئ لكل علمٍ أو موضوع، يمكن اعتبارها مدخلاً أو نقطة انطلاق مناسبة قبل الغوص في تفاصيل الموضوع، وأحياناً ضرورة. فهناك مواضيع لها أصول لا بد من التقييد بمعرفتها أولاً، قبل الغوص فيها؛ وهناك مواضيع أخرى يمكننا البدء بتناولها من أي اتجاه شئنا.

إن تقييد عملية التعلم في مرحلة ما، وإجبارها على السير في مسار معرفة هذه الأصول لبعض الوقت، أمر مهمٌ في كثير من الأحوال. إن المشكلة التي تتصاحب مع التعلم السلبي، هي أن التقييد والإجبار يمثلان عادة أكثر من ٩٠٪ من عملية التعلم، في حين أنه وبشكل تقديري.. فإن ما نحتاج إليه من الجبر والتقييد في عملية التعلم يتراوح فقط ما بين ٥٪ إلى ٢٠٪ من إجمالي العملية كلها.

إن عملية التقييد المستمر تؤدي إلى رسم المسارات الثابتة للخلايا الفكرية داخل المنظومة الفكرية، وتغلق مع مرور الوقت كل المسارات الأخرى بما يشبه الحواجز الضخمة التي يستعملها رجال المرور لإغلاق الطرق؛ فنحتاج لاحقاً إلى مجهودات مضاعفة عند محاولة فتح هذه المسارات.

إن المزج بين الحر والمقيد بالشكل المناسب يعتمد على عدة عوامل، ولكن العامل الرئيسي هو تقرير اللحظة المناسبة لكل منهما؛ واكتساب مرونة الانتقال بينهما كلما دعت الحاجة إلى ذلك.

أحياناً يمكن البدء بالتعرف الحر على الموضوع بشكل عام، لا من أجل ممارسة التعلم فعلياً، ولكن محاولة لإطلاق الشرارة الأولى من طريق الرغبة عبر عملية تعارف سريعة تشكل نوعاً من الألفة للموضوع، وكسر لحاجز الجليد.

في أحيان أخرى لا نقع في الحب من النظرة الأولى.. وفي ظل توفر أسباب كافية تدفعنا للمضي قدماً في عملية التعلم رغم ذلك، فإننا نحتاج ذلك الحد الأدنى من الإكراه للذات.

أثناء ممارسة التعلم الحر، نصطدم في بعض الأوقات بمواضيع تصيب المنظومة الفكرية بحالة من النفور، بسبب شدة تعقد هذه المواضيع أحياناً، وأحياناً لأسباب أخرى قد يكون منها الحالة المزاجية للشخص ذاته في تلك اللحظة؛ وحسب الظروف، فقد نجد هنا أن نوعاً من التقييد بدرجة ما قد يكون مفيداً.

وبالمقابل ففي أحيان أخرى أثناء التعلم المقيد، تكون هناك مواضيع تستثير فينا الرغبة الجامحة للغوص فيها بعيداً عن القيود.

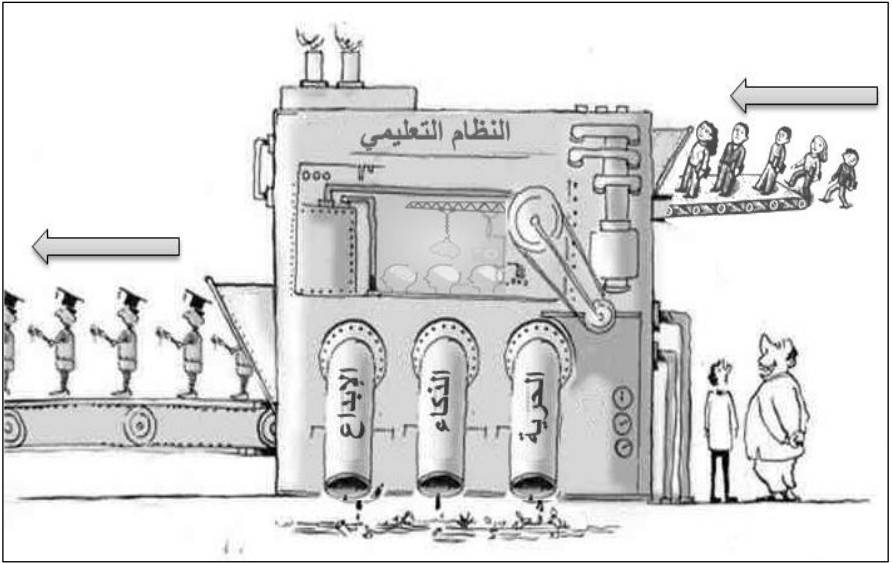
إن الوضع الأمثل هو المزج بين الإثنين طوال الوقت تحت بند استخدام ما تحتاج إليه في كل لحظة. إن ذلك يتطلب قدراً من الحساسية والإدراك لطبيعة الموضوع نفسه، ولطبيعتك أنت شخصياً؛ وذلك لكي تقرر في كل مرة ما هو الأسلوب الأمثل لاستخدامه الآن، وفي هذه اللحظة.

ولكن تذكر أنه يجب أن تظل الأغلبية دوماً لمبدأ التعلم الحر، هذا التعلم الذي يقوم أساساً على الشك، والتساؤل، والاطلاع الحر، والاستكشاف للمجهول.

إن كل هذا يصح على التعلم التقليدي، فيما يتعلق بالمواد العلمية والمناهج الدراسية في المدارس والجامعات؛ كما يصح أيضاً في التعلم غير التقليدي.. الذي يتعلق بالهوايات، والفكر، وفنون الحياة والعيش فيها. وتذكر أنه أولاً وأخيراً.. فإنه لا بد من حد أدنى من التوجيه للعملية كلها حتى لا تصبح عشوائية تماماً.

وبقى هنا أن نشير إلى الوجه الآخر الأكثر أهمية لمفهوم التعلم الحر. إن ما يسمى بالتعليم النظامي في المؤسسات التعليمية يعاني بشدة من مشكلة جوهرية لا يبدو في الأفق أن هناك حلول لها داخل هذه المؤسسات.. إنها مشكلة المعيارية في النمو المعرفي، حيث تحدد المعايير مسبقاً للكيفية التي يجب أن يكون بها ذلك النمو، وفي أي اتجاه؛ ويتم ذلك بشكل صارم ينتج عنه عقليات مقولبة تعاني الفجوة الإدراكية التي تحدثنا عنها.

ينتج عن ذلك أنه أصبح هناك شبه إجماع داخل المجتمع على المعايير التي يُصنّف الناس بُناءً عليها فيما يتعلق بنموهم الفكري؛ وهذا في حد ذاته خطأ فادح.. فالنمو المعرفي لكي يكون وافياً لا بد أن يتسم باللامعيارية واللاحتمية بدرجة مناسبة. حيث يصبح التعدد في طبيعة هذا النمو المعرفي، واختلافه من شخص إلى آخر أمراً طبيعياً، ويصبح قبول وجهات النظر المختلفة كزوايا أخرى ممكنة للحقيقة أمراً بديهياً. ولذلك فإن البديل الوحيد المتاح أمامنا، هو استكمال النمو المعرفي خارج هذه المؤسسات من خلال التعلم الحر غير المعياري، والذي لا يحدد فيه مسبقاً ما الذي يجب أن نتعلمه.



النظام التعليمي وإنتاج العقلية المُقَوَّبَة (١)

التجربة الشعورية..

إن أي تجربة شعورية يمر بها الفرد أثناء عملية التعلم، حتى وإن كانت غير المتعلقة بعملية التعلم ذاتها، فإنها تؤدي إلى نوع من الترسخ للفكرة أو المعلومة، سواء كانت تجربة إيجابية أو سلبية.

ففي غياب التجربة الشعورية، تكون عملية التعلم مجرد عملية تلقين وحقن بالمعلومات، وتكديس لها في مخازن الذاكرة. فالتجربة الشعورية هي التي تحفز المنظومة الفكرية على تكوين هياكل الربط الفعالة بين المعلومات والمعارف المختلفة.

(١) من باب الأمانة العلمية فإن هذه الصورة تم العثور عليها على شبكة الإنترنت ثم تعديلها، ولم أتمكن من تحديد المصدر.

قانون التجربة الشعورية

إن أي عملية تعلم لا بد أن تترافق بتجربة شعورية، كي تكون عملية إيجابية وفعّالة.

يقول الدكتور سلمان العودة^(١) "العلم لا يُؤخذ بالقراءة والحفظ وحسب؛ بل إن حرارة التجربة والمعاناة تُنضج العقل، وتُلقيه بأهم العلوم وأنفعها، وأكثرها احتواءً على الروح البناءة". إن التجارب الشعورية التي نمر بها تزامناً مع عملية التعلم (واحدة كانت أو أكثر)، تترك بصماتها المختلفة في تعميق استيعابنا للمادة موضوع التعلم؛ سواء من جانب ما بعينه، أو من عدة جوانب مختلفة، وذلك حسب طبيعة الموضوع، وطبيعية التجربة، وشدة تأثيرها؛ وبغض النظر عن مدى صحة وصواب المعلومة نفسها، فتلك قصة أخرى. فالتجربة الشعورية قد تعمق معلومة أو فكرة خاطئة، كما قد تفعل بالفكرة الصحيحة تماماً، فهي آلية محايدة؛ بل إن التعلم السلبي في حد ذاته هو نوع من التجربة الشعورية التي ترسخ المفاهيم الخاطئة التي يقوم عليها. وواحد من أوضح الأمثلة على تأثير التجربة الشعورية المستقل عن مدى صحة المعلومة، هو حالات الرهاب^(٢) التي يصاب بها البعض بعد الحوادث، وأيضاً الوسائل التي يتم اتباعها لعلاج مثل هذه الحالات من خلال التعرض التدريجي للتجربة الشعورية مرة أخرى بشكل إيجابي.

(١) سلمان بن فهد بن عبد الله العودة (ولد عام ١٩٥٦) عالم دين ومفكر سعودي. حاصل على الدكتوراه في السنة النبوية، كان أستاذاً في كلية الشريعة وأصول الدين بجامعة الإمام محمد بن سعود بالمملكة العربية السعودية، وكان من أبرز ممن أطلق عليهم مشايخ الصحوة في الثمانينات والتسعينات من القرن العشرين، والعبارة منقولة من حسابه الشخصي على موقع تويتر.

(٢) الفوبيا Phobia

إن الروايات الأدبية، والأفلام السينمائية، والمسلسلات التلفزيونية، وحتى ما يسمى بالبرامج الحوارية والإخبارية؛ تقوم جميعها على نفس هذا المبدأ.. حيث تزامن نقل المعلومة إلى المتلقي مع تجربة شعورية من نوع ما، تتضمن بقية محتويات الرسالة، محمولة على موجات وترددات البث العاطفي بكل أشكاله؛ الحزين منها والمبهج، وكذا المشوق والمحبط.

إن مبدأ التجربة الشعورية المرافقة للمعلومة، هو الوسيلة التي تقوم من خلالها وسائل الإعلام بتشكيل الرأي العام عند الأحداث السياسية مثلاً؛ وكذلك هو سر تأثيرها على المستوى الأخلاقي والفكري للمجتمع، سواء كان تأثيراً سلبياً أو إيجابياً. رغم أن الواقع يشير إلى أنه في أغلبه سلبي.. إذ تجرد في الغالب التجربة الشعورية من فائدها الإيجابية في كثير من الأحيان بعرض الصور المثالية، أو التجارب الشعورية الناقصة والمحدودة، أو حتى إيصال الرسائل الخاطئة ممزوجة بالصحيحة دون تمييز؛ بما يؤدي في النهاية إلى تكوّن خبرة عميقة مشوهة، قد يكون ظاهرها إيجابي، لكن حقيقتها في العمق شديدة السلبية.

ومن بين جميع التجارب الشعورية فإن هناك واحدة أساسية لا بد من توفرها لحدوث أي عملية تعلم.. إنها الرغبة في التعلم.. فما لم ترغب في تعلم درس ما، فإنك على الأغلب لن تتعلمه، وعلى أقل تقدير فإنك لن تتعلمه بالشكل الصحيح.. حتى أن الحياة قد تظل تكرر علينا نفس الدرس مرات ومرات إلى أن نقرر أن نتعلمه ونفهمه، وحينها تتوقف الحياة عن تكراره.

إن فكرة الرغبة تقودنا إلى الحديث عن عدد من المبادئ الأخرى المهمة للتعلم الإيجابي كالاكتشاف وذاتية التعلم؛ ولكن دعنا أولاً لنلقي نظرة أقرب على الآلية التي تعمل بها التجارب الشعورية ضمن عملية التعلم.

إن التجارب الشعورية أنواع متعددة، فقد تكون التجربة أحياناً هي بحد ذاتها عملية تعلم، ولناخذ مثلاً من قصة تقليدية نوعاً ما، يرويها لنا السيد أمجد عن تجربته.

يبدأ السيد أمجد قصته بقوله: "عبرت في منطقة وسط المدينة ذات مرة ساعة الذروة، تعلمت بطبيعة الحال بسبب الضيق والضجر من الزحام، أنه يجب تجنب هذا المكان في مثل هذه الساعة من النهار، ما لم تكن هناك ضرورة تبرر التعرض لهذا الشعور مرة أخرى."

إن حدوث مثل هذه التجربة يُمكن المنظومة الفكرية من ربط الدرس المتعلم بمفاهيم أخرى متعددة، قد لا تبدو ظاهرة للوهلة الأولى.. فمثلاً قادت تجربة الازدحام هذه أمجد لأن يستوعب المزيد من الأمور. إذ يضيف قائلاً: "في تلك اللحظة تمكنت من استيعاب عذر صديق تأخر عليّ البارحة واعتذر بالازدحام، ولم ابتلع ذلك العذر في حينها. وتفهمت أيضاً لماذا رفضت زوجتي بشدة منذ بضعة أسابيع ذهاب أخيها إلى نفس المنطقة قبل أن يحضر لها عرضاً من السوق، بل وأيضاً لماذا يكون بعض سائقي سيارات الأجرة في حالة مزاجية سيئة في مثل هذا الوقت من النهار."

وقد تساعدك التجربة أيضاً على استيعاب بعض المواضيع، التي قد لا تكون ذات ارتباط مباشر بموضوع تجربتك، وذلك من خلال الاستدعاء والتحليل المتتالي للأفكار.

يتابع أمجد الحديث قائلاً "مما دار بخلدي في تلك اللحظات أيضاً، أن الازدحام يستهلك الوقت، وحين يضيع الوقت في الطريق يتأخر الموظفون عن أعمالهم، قد يتسبب ذلك لهم بجزاءات وعقوبات فيتأثر مستواهم المادي والمزاجي، إن تعكر المزاج شيء غير مرغوب ويتسبب في المتاعب الصحية."

لقد استوعبت فجأة.. لماذا قرر صديقي مروان وبشكل مفاجئ وغير متوقع أن يستقيل من وظيفته التي تُدر عليه دخلاً كبيراً، وتحفظ له مكانة اجتماعية مرموقة؛ وافتتح بدلاً من ذلك متجرًا صغيراً لبيع الأحذية الجلدية قرب منزله؛ تعجبت من ذلك القرار حينها، لكنه دافع عنه قائلاً ببساطة أن ذلك يشعره براحة أكبر!!

لقد ساعدتني هذه التجربة على أن استوعب لماذا بدا مروان متناغماً بشدة مع الفكرة، في الوقت الذي كدت أجنّ فيه من تصرفه حينها، لقد بدى لي غير منطقي تماماً وكأنه قد فقد عقله.. "

يقول أمجد مضيافاً: "وفي وسط هذا الازدحام، رأيت ولداً صغيراً يعبر الطريق بطريقة طفولية بريئة ومرحة، فتذكرت أولادي ثم لا إرادياً ربطت هذه بتلك وخرجت بنتيجة جديدة؛ إن رغبة مروان في قضاء المزيد من الوقت مع أطفاله ربما كانت سبباً منطقياً آخر لذلك القرار الذي اتخذته. خلُصت بعد ذلك إلى درس من نوع مختلف؛ إن للعمل الحر ذو الدخل البسيط مزاياه، كما أن للعمل عالي الأجر في الشركات الكبرى مزاياه من نواحٍ أخرى أيضاً. ربما عليّ إذن أن أعيد النظر في نصيحتي الدائمة، التي لا أنفك ألح بها على جميع من حولي بأن يحاولوا إيجاد عمل في شركة كبرى، وأن أدع كل منهم يختار ما يناسب ظرفه، وأن أكتفي بعرض مزايا هذه وتلك من وجهة نظري."

وأخيراً خرج أمجد بدرس مختلف تمام الاختلاف عن الموقف الذي كان فيه، إذ يختم حديثه قائلاً "ثم خلُصت أخيراً بعد كل شيء، إلى درس جديد تماماً، بدا أنه الأهم على الإطلاق؛ ربما أن أسلوبَي اللوح في النصيحة مدفوعٌ بمنطق ناقص أو غير كامل؛ وربما أن الألوان لأن أغير ذلك الأسلوب وأصبح أكثر انفتاحاً على فهم وجهات نظر الآخرين، وأقلّ إلحاحاً حين أعطي النصائح."

لقد كان هذا مجرد مثال تقليدي بسيط يظهر لنا ما للتجربة الشعورية من كيفية ونتائج مختلف عند التعلم؛ سواء من حيث التشعب، أو من حيث الفائدة لعملية الربط بين المعلومات في المنظومة الفكرية؛ وما تقوم به من مزاجية بين تخزين المعلومات، وربطها، وتحليلها، واستخلاص النتائج منها في آن واحد.

إن القيام بتجربة ملموسة لمبدأ أو فكرة ما، هو نوع آخر من أنواع التجارب الشعورية الذي يساعدك في توسيع إدراكك لهذا المبدأ⁽¹⁾. إن الدرس من القراءة أو الحديث عن تعرض الفسفور للاشتعال فور تعرضه للهواء، مختلف تماماً عن طبيعة الدرس الذي تتعلمه في حادثة عارضة داخل معمل المدرسة، حين تنسى إضافة المزيد من سائل الحفظ إليه لعزله عن الهواء.

حين تقرأ عن كيفية تحديد الاتجاهات بواسطة الشمس أو النجوم، فإن تلك المعارف تظل مجرد معلومة تعرفها.. لكن استدعاءها مرة أخرى بعد بضع سنوات سيكون أمراً صعباً جداً؛ أما إذا مررت بالتجربة الشعورية، وقمت باستخدام تلك المعرفة عملياً في أحد مخيمات الكشافة الصيفية، فحينها يترسخ ذلك المفهوم بشكل آخر يجعل استدعاؤه إلى الذهن سهلاً ومباشراً.. حتى أنك قد تفعل ذلك مجدداً بعد سنوات طويلة وأنت ضائع في منطقة نائية، تبدو فيها جميع الاتجاهات متشابهة.. في حين قد يضطر آخرون (إذا كتبت لهم النجاة) إلى العودة مجدداً للكتب، أو لشبكة الإنترنت، بحثاً عن المعلومات من جديد تحسباً للمستقبل، رغم أنهم على الأغلب قد درسوا هذه المعلومة سابقاً في الصغر في مادة الجغرافيا بالمدرسة، ولكن بشكل نظري فقط..

(1) إن هذه الحقيقة هي السبب الرئيسي الذي دفع إلى ابتكار ما يسمى بالمحاكيات Simulators، وذلك قبل أن يتوسع استخدامها لاحقاً لأغراض التمتعة والترفيه.

ويمكنك أيضاً أن تضيف أمثلة كالحرب، أو الضياع في وسط الغابة، أو تجربة الغرق، أو المرض العضال، أو .. إلخ. فالقراءة أو السماع عن أي منها يختلف تماماً عن الخضوع للتجربة الشعورية الواقعية المرتبطة بها.⁽¹⁾ ربما تمنحك بعض الأفلام السينمائية تجربة شعورية جزئية عن مثل تلك الأحداث، فتستوعب الأمور بشكل أعمق قليلاً.. ولكن المؤكد هو أنك إن عشت التجربة الحقيقية رغم ذلك، فإن ما ستتعلمه سيكون مختلفاً تماماً.

بالتأكيد ليست كل التجارب سلبية الأثر، فقصة تقليدية أخرى، تروىها السيدة منى عن دروس إيجابية تعلمتها من خلال التجربة الشعورية، توضح لنا ذلك المعنى.

تقول السيدة منى "طالما سمعتهم يتحدثون في التلفاز عن أن مساعدة الآخرين تحقق الراحة النفسية، بل كنت أحياناً أردد تلك النصيحة كاللبغاء لبعض الصديقات حين تشكو إليّ إحداهن الضيق أو الملل؛ لكنني لم أفهم ذلك فعلاً إلا حين جربته بنفسى. ففي إحدى الليالي أصيب زوجي في حادثة إصابة بليغة، وظل مقعداً في سرير المرض عدة أشهر، تدهورت خلالها أوضاعنا المعيشية.. فقد كان مصدر دخلنا الوحيد، وكان شبه عاجز خلال هذه الفترة.

تأزم وضعي النفسي كثيراً.. كنت غارقة في محاولة التوفيق بين رعاية أطفالي، وتطبيب زوجي، والقيام ببعض الأعمال الورقية الخفيفة لإحدى الشركات كي أوفر قدراً ضئيلاً من المال، يسد بعض احتياجاتنا الأساسية؛ لقد كنت تحت ضغط نفسي وعصبي شديد، وكدت أن أنهار واستسلم لليأس عدة مرات."

(1) يقول المثل العامي الشهير "من يده في الماء ليس كمن يده في النار".

ثم حان وقت التعلم.. تكمل السيدة مئى قصتها قائلة: "وفي صباح أحد الأيام.. دقت جارتنا الباب مستغيثة؛ كانت تنتظر ضيوفاً لم تكن تتوقعهم من قبل، ولم يعد لديها الوقت الكافي لإنهاء المهمة وحدها. في البداية قبلت أن أساعدها تحت وطأة الشعور بالحرج فقط؛ كنت أردد بداخلي: يا إلهي، هذا ما كان ينقصني.. ألا يكفيني ما أنا فيه؟! والآن علي أن أساعدها أيضاً!..

ولكن.. بعد مرور نحو ساعتين، كان كل شيء قد أوشك على الانتهاء؛ لاحظت حينها كيف أن الهلع الذي كان يبدو على وجهها حين أتت إليّ قد زال، وحلت محله ابتسامة وطمأنينة؛ ورأيت كيف تغير الجو كله من حولنا بعد أن شعرنا بالإنتاج.

قلت لنفسي حينها: لو لم أساعدها ما كان هذا ليكون حالها. لقد أحسست أن شيئاً من الفضل يعود لي في تلك الابتسامة، أحسست أنني قد قدمت شيئاً ما لها.

لم أكن أفكر في ذلك انتظاراً للشكر والعرفان، ولكنني كنت أشعر بالسعادة لأنني كنت سبباً في هذه الابتسامة التي ترتسم على وجهها الآن، وقد منحني ذلك شعوراً رائعاً بالراحة والسرور.

وعلى غير المتوقع.. فحين عدت إلى منزلي، كان مزاجي في حالة جيدة لم أشعر بمثلها منذ عدة أشهر؛ وسرعان ما أنهيت مبكراً واجباتي اليومية بنشاط، حتى أنني في ذلك اليوم شعرت بالحياة تدب فيّ من جديد، بعد أن ظننت أنها تكاد تتوقف.

في تلك الليلة تذكرت حديث التلغاف عن مساعدة الآخرين، تعلمت الدرس بطريقة لن أنساها؛ فحتى يومنا هذا.. وبعد مضي نحو خمس عشرة سنة على تلك الحادثة؛ مازلت كلما شعرت بالضيق أسرع إلى شخص ما حولي.. جارة أو صديقة، أو حتى أقارب زوجي الذين لم أكن في الماضي أحبهم؛ أسرع إليهم وأشرع في أي مساعدة ممكنة يمكنني تقديمها...

لا أكون حينها مُنتظرة شكراً ولا عرفاناً، فأنا أساعدهم من أجل نفسي، لا من أجلهم هم؛ وأعود بعدها وقد امتلأت بالسعادة، وزال عني ذلك الضيق.

ومع الوقت تعلمت أيضاً، أنني حين أفعل ذلك بنية خالصة لله، فإن الله يعوضني تلك اللذة والراحة التي أجدها بداخلي.

وكانت المفاجأة الكبرى، أن ذلك كان باباً كسبت من خلاله ود الكثيرين من أقارب زوجي، كانت بيننا في الماضي كل أنواع الضغائن والمشاعر السلبية. لقد تعلمت درساً آخر جديداً من هذه التجربة.. إن مساعدة الآخرين طريق لكسب قلوبهم مع الوقت."

إن التجربة الشعورية لا تساعد فقط في عملية اكتساب المعلومات وربطها، ولكن لها دور مهم جداً في عملية النضج العاطفي.. وحين نتحدث عن النضج العاطفي فإننا نعني القدرة على التعامل مع مختلف أنواع العواطف والرغبات لدينا بالشكل الصحيح، والذي يجعلنا قادرين على إدراكها، والتحكم بها، والاستجابة المناسبة لها.

هناك أنواع أخرى أيضاً من التجارب الشعورية متصلة بالتعلم، ولكنها قد لا تكون بالضرورة متصلة بموضوع المادة المتعلمة ذاتها، مثل تجربة الفشل، وتجربة النقاش والجدل حول موضوع ما (خصوصاً حين يكون النقاش بناءً وقائماً على العرض المتبادل لوجهات النظر، وليس العراك حول من المصيب ومن المخطئ) فالنشاط الذي تحدثه مثل هذه التجارب في عمل المنظومة الفكرية يؤدي إلى تجديد آليات الربط بداخلها بين المعلومات المختلفة. وقس على ذلك أيضاً تجربة شرح المعلومات للآخرين.. فهي في حد ذاتها تجربة شعورية تسمح لك بإدراك المفاهيم من زوايا جديدة ربما لم تدرکها من قبل.

الاستكشاف..

إن الاستكشاف هو الوسيلة الرئيسية للتعلم الحر الذي يمارسه الأطفال بالفطرة.. حيث يبدأ الطفل باستكشاف العالم من حوله أولاً من خلال فمه، فتراه يعض أو يتذوق كل شيء يصادفه أمامه بلسانه، ثم لاحقاً يتوسع في الاستكشاف باستخدام بقية أطرافه؛ ومع مرور الوقت يبدأ بمكاملة جميع الحواس مع بعضها في عملية استكشاف أكثر نضجاً وفعالية.

وفي الوقت الذي يكون الكبار فيه قد أهملوا الاستمرار في الاستكشاف والملاحظة تحت وطأة التعلم السلبي، والانشغال بروتين الحياة اليومية؛ وانخفض لديهم معدل التعلم الحر إلى أدنى الحدود؛ في نفس ذلك الوقت يكون الأطفال في قمة عملية الاستكشاف والتدقيق فيما حولهم، فتجدهم أشد حدة في الملاحظة.. حتى أنهم في كثير من الأحيان يلاحظون ما لا يلاحظه الكبار من السلوك والتصرفات.. وتراهم أكثر حضوراً ذهنياً فيما يتعلق بالتفاصيل، مدفوعين بالرغبة المستمرة في الاستكشاف والتعلم. ومع ذلك فإن الكبار لا يفقدون تماماً تلك الميزة، إذ تظل موجودة ولكن بمستوى ضعيف لا مجال للمقارنة بينه وبين ما لدى الأطفال.

وإذا كان الاستكشاف قائماً في حد ذاته على الحرية في الانتقال من نقطة إلى أخرى دون قيود مسبقة؛ فإنه في نفس الوقت من الممكن تقييده قليلاً من خلال بعض التوجيه ليكون ضمن إطار معين عند الحاجة لذلك.

بل إن ذلك القليل من التقييد يكون ضرورة في أحيان كثيرة. فالاستكشاف غير المقيد طوال الوقت يصيب الذهن بالتشتت والشعور بالضيق..

ومع ذلك فإن التقييد يجب أن يظل عند الحد الأدنى الممكن، دون أن ننسى أنه من المفيد أن يكون الاستكشاف حراً تماماً من وقت لآخر. فالاستكشاف الحر في النهاية هو الأساس الذي يقوم عليه التدبير، والتأمل، والبحث عن الحقيقة.

إن الاستكشاف دوماً مدفوع بتلك القوة الغامضة لمبدأ "أنا لا أعلم". وكأن الإنسان فُطِر على أنه لا يعلم، ومدفوع بهذه الفطرة نحو مزيد من الاستكشاف والتعلم ^{٣-٥} و ^{٤-٥}.

إن الإنسان مفطور على الشك والتساؤل، والرغبة في معرفة المزيد، ومعرفة الحقيقة دائماً عن كل شيء.. لكن التعلم السلبي، يخلق بداخله هذه الرغبة الفطرية مع الوقت حتى تصل إلى ما يشبه حالة السبات الدائم، وأحيانا الضمور.

إن واحدة من العقبات التي تعترض الممارسة الحقيقية للتعلم الإيجابي الحر من خلال الاستكشاف، هو الإصابة بشعور زائف من الشبع المعرفي. وهو ما يحدث أحيانا بسبب الغرور بما يظن المرء أنه يعلمه، وأحياناً أخرى يكون مردُّ ذلك إلى الأنفة من الاعتراف بأننا لا نعلم، وأننا بحاجة للمزيد من التعلم دائماً.

أما العقبة الثانية فهي عادة الكسل المدفوع بعدم الاهتمام، سواءً كان عدم الاهتمام ذلك ناتجاً عن عدم الاهتمام بفكرة التعلم المستمر كلها من الأساس، أو كان عدم الاهتمام أو الإدراك لأهمية التعلم الحر والاستكشاف نفسه تحت ضغط المفاهيم الخاطئة التي بنيت من خلال التعلم السلبي والبيئة الاجتماعية.

أما العقبة الأهم والأصعب على الإطلاق فهي الخوف من الوقوع في الخطأ أو الفشل، أو الخوف والأنفة من الاعتراف بهما. إن الخطأ مثل الرمال الناعمة كلما استمر بقاؤنا عليها، أو تمادينا في التخبط فوقها، ابتلعنا أكثر فأكثر.. حتى نغرق في وسطها أخيراً..

ولذا فإن الاعتراف بالخطأ خير من التماذي فيه. إن إدراكنا لتلك الحقيقة يسهل لنا في كثير من الأحيان، القبول بواقع أننا أحياناً يجب أن نخطئ كي نتعلم.

ينقل لنا جون سي ماكسويل عن مؤسس شركة آي. بي. إم. قوله ^(١) "إن السبيل لتحقيق النجاح هو أن تضاعف معدل أخطائك" ^(٢). فالكثيرون بُنيت في عقولهم الباطنة رسائل ومبادئ سلبية نتيجة التربية الخاطئة وطول التأثر بالتعلم السلبي، مفادها أنه ليس من حقهم أو من حق غيرهم أن يخطئ، أو أن أي خطأ هو جريمة تستوجب العقاب، سواء كان العقاب مادياً أو معنوياً. إن وقوع البشر في الأخطاء هو فطرة من ضمن ما فطر عليه البشر، بل إن الأديان ذاتها فيها إقرار صريح لذلك المبدأ.. فعلى سبيل المثال يقول رسول الإسلام ﷺ "لو لم تذنبوا لذهب الله بكم وأتى بقوم يذنبون ثم يستغفرون، فيغفر لهم.." ^(٣).

إن تجاوز هذا العائق يحتاج لتعاطي القليل من فيتامين الشجاعة كي نواجه أنفسنا أولاً، ونواجه الآخرين ثانياً؛ ونعترف بأننا نخطئ، أو أننا قد أخطأنا ٣- ز. تلك الفضيلة التي تكاد تمحي من وسط مجتمعاتنا تحت وطأة الحساب المادي العسير الذي يكوي بعضنا به بعضاً، فضيلة الاعتراف بالخطأ ومراجعة الذات ونقدها ٣- ح.

إن واحدة من أهم التجارب الشعورية التي تترافق مع عملية التعلم هي تجربة الفشل.. وهي في حد ذاتها تجربة مهمة تساعد على استيعاب الأمور بشكل أدق وأوسع.

(١) شركة IBM الأمريكية لتصنيع الحاسبات، واحدة من أشهر الشركات في العالم وصاحبة أول جهاز كمبيوتر شخصي في العالم.

(٢) ٢١ صفة لاغنى عنها في القائد - جون سي ماكسويل

(٣) رواه مسلم في صحيحه والألباني في الصحيح الجامع

وبالرغم من أنها ليست شرطاً، فليس بالضرورة أن نفشل لكي نتعلم؛ ولكن العكس في المقابل صحيح.. فحين نفشل لابد أن نتعلم لماذا فشلنا؟ ونتعلم كيف لا نفشل من جديد؟

"أنا لم أفشل عشرة آلاف مرة، بل تعلمت عشرة آلاف طريقة تجعله لا يعمل." كان هذا جوابه عن سؤال وجه له عن رأيه في عشرة آلاف تجربة فاشلة خاضها جميعاً قبل نجاحه في صنع أول مصباح كهربائي متوهج. إنه توماس أديسون^(١) الذي اخترع العديد من الأجهزة التي كان لها أثر كبير على البشرية حول العالم مثل: الفونوغراف، وآلة التصوير السينمائي؛ وامتلك (١٠٩٣) براءة اختراع أمريكية تحمل اسمه، فضلاً عن العديد من براءات الاختراع في المملكة المتحدة وفرنسا وألمانيا.

إن الفشل في بعض الأحيان يجب أن يكون مدعاة للفخر وليس للشعور بالنقص، ومن هنا جاءت العبارة الشهيرة في عالم الرياضة "المشاركة المشرفة".

إن كسر هذا الحاجز المتعلق بالخوف من الخطأ والفشل ضرورة للنجاح في عملية الاستكشاف والتعلم الحر. والحقيقة أن أسوأ ما في التعلم السلبي هو ذلك التعلم الشرطي الذي يربط الخطأ بالعقاب؛ قاتلاً في المرء الدوافع للاستكشاف والتجربة والخطأ، ودافعاً إياه نحو التوقف والاكتماء بما بين يديه من فئات المعرفة.. طلباً للأمان من عواقب الخطأ.

(١) توماس ألفا إديسون (١٨٤٧-١٩٣١) مخترع ورجل أعمال أمريكي وينسب له الفضل في العديد من الاختراعات التي ساهمت في وسائل الاتصال الجماهيري وفي مجال الاتصالات على وجه الخصوص، ومع ذلك لأجل الأمانة العلمية فهناك الكثير من الشكوك حول قيامه باستغلال عدد كبير من اختراعات الآخرين ونسبتها إلى نفسه بالتحايل القانوني.

"نعم شكراً لكم.. فأنا فخور بأني فاشل.. فنشلي هو الدليل الوحيد على أنني واجهت ما جبنتم عن مواجهته، وتحديت ما لم تفكروا في الوقوف أمامه، فإنني وإن كنت لم أنجح بعد.. فقد تعلمت شيئاً جديداً من تجربتي الفاشلة..". لقد ظلت هذه العبارة التي كتبها في صغري شعاراً لي لسنوات طويلة؛ وحتى في يومنا هذا.. فإنني ما أزال أفخرُ بها وأعتبرها من أروع الكلمات التي كتبها يوماً، وكيف لا؟ وقد كانت انعكاساً لحكمة وتوجيهٍ مباشر من واحد من عظماء التاريخ؛ يُحدث بها رسالةً من رب العالمين.. أن للمجتهد المخطئ أجرٌ، وللمجتهد المصيب أجران^(١).

ولكن في المقابل.. فإن الاستكشاف لا يعني دوماً الإقدام على التجربة.. خصوصاً حين يبدو ظاهراً للعيان، ولصاحب العقل الرشيد أن ضررها أكبر من نفعها.. فذلك باب آخر من أبواب التكلف والمغالاة في العلم المنهي عنه عقلاً ودينياً، ولا يقل في خطورته عن خطورة التطرف في التمسك بالفئات الذي يعرفه المرء من نشأته بالتلقين.

إن الاستكشاف لا بد أن يكون استكشافاً رشيداً، ومغامرة محسوبة، لا مغامرة متهوره.. ويلتمس المرء فيه معرفة الضرر، والتحسب له ما استطاع قبل الإقدام عليه، أو الإعراض عنه إن أدرك أن ذلك الضرر لا وقاية منه، أو ربما أكثر بكثير من العائد المرجو من التجربة. فتجربة المخدرات مثلاً ليست ذلك النوع من الاستكشاف الإيجابي.

إن بعض العلم ترك طلبه واجبٌ على العاقل أحياناً من طريق بعينها، بنفس قدر وجوب القصد في طلبه من طريق آخر، أو حتى طلب غيره.

(١) "إذا حكم الحاكمُ فاجتهد ثم أصاب فله أجران ، وإذا حكم فاجتهد ثم أخطأ فله أجرٌ" حديث شريف رواه البخاري

إن مثل هذه العلم قد يطلب بالاستكشاف وخوض تجارب شعورية بصورة أخرى، كمخالطة من تعافوا من الإدمان، أو قراءة قصصهم مثلاً. فالاستكشاف، والاطلاع، والمعرفة كلها واجبة، ومعرفة الخطأ ضرورة بقدر معرفة الصواب؛ وكلاهما لا يدرك بالشكل الصحيح إلا حين يتزامن طلبه مع التجربة الشعورية؛ ولكن الحكمة والبصيرة في انتقاء الطريق واجبة أيضاً، والتجارب الشعورية أنواع ودرجات. ❖ ٣-٢ ❖

إن المقصد هنا هي أنه ليس شرطاً في كل التجارب الشعورية أن تكون ذاتية مائة بالمائة؛ وربما كان ذلك ما فات مثلاً الفيلسوف الشهير ميشيل فوكو، والذي أراد أن يستكشف عالم الممارسات الجنسية الشاذة والغريبة ليؤكد نظرياته الفلسفية والنفسية عنها، فكانت النتيجة أن توفي في النهاية بمرض نقص المناعة المكتسب (الإيدز).

إن واحداً من الغايات الأساسية من التعلم الإيجابي هي التجديد والتنوع في المواضيع التي تطرقها، والأفراد الذين تحتك بهم، والأماكن التي تقضي وقتك بها أو تزورها، والأنشطة التي تمارسها عموماً؛ حيث السعي للتعلم المستمر، والتعرف على كل شيء كيفما تيسر، وكيفما سمحت الظروف.

إن ميزة هذا النوع من التعلم الحر من خلال الاستكشاف أنه يطرح فرصاً غير محدودة للتعرف على حقيقة العالم من حولك، دون الشعور بوطأة الواجب التي يعاني منها طلبة المؤسسات التعليمية؛ في نفس الوقت الذي يزيد فيه من فرص ممارسة التجارب الشعورية جنباً إلى جنب مع عملية تلقي المعلومات. لقد سمى الأقدمون هذه العملية مدرسة الحياة؛ حيث كل تجربة نمر بها هي درس من نوع ما؛ وما نسعى إليه هنا هو تكثيف تلك الدروس التي نتلقاها من مدرسة الحياة بحيث نكتسب خبرة ومعرفة أكبر في وقت أقل.

ويمكنك الآن أن تضيف إلى حقيبة أدوات التغيير الخاصة بك، سلسلة مفاتيح أبواب التعلم الحر.



كُن حذراً - استكشف - أخطئ وتعلم

التعلم الذاتي..

يقول برنارد شو^(١) "إذا علمت الرجل شيئاً ما، فلن يتعلم أي شيء...". فمهما حاولت أن تعلم أحدهم شيئاً ما، فإن ذلك لن يحدث حتى يقرر هو أن يتعلمه. فغياب الإرادة يمنع المنظومة الفكرية من معالجة الموضوع كما يجب.

إن حدوث عملية التعلم يستلزم بشكل ما نوعاً من المجهود الذي تبذله المنظومة الفكرية.. سواء لتخزين المعلومة الجديدة، أو للقيام بعمليات الربط المناسبة على مراحل متتالية.

ومهما كان هذا المجهود بسيطاً بحسب طبيعة الموضوع، فإن حدوثه يظل شرطاً أساسياً لنجاح عملية التعلم. وحين تغيب الرغبة والإرادة، تحجم المنظومة الفكرية عن بذل هذا المجهود، تماماً كما يحجم المحرك عن العمل بسبب غياب شرارة الإشعال، بالرغم من وجود الوقود الكافي.

(١) جورج برنارد شو (١٨٥٦ - ١٩٥٠) مؤلف وكاتب مسرحي أيرلندي شهير، حاز على جائزة نوبل للأدب عام ١٩٢٥.

أحياناً يكون إكراه الذات وجبرها عند غياب الرغبة أو الشغف بالموضوع حلاً بديلاً، لأنه يحاكي تلك الرغبة ظاهرياً.. ولكن لاحظ أنني استخدمت عبارة إكراه الذات، ففي النهاية هي نوع آخر من الإرادة التي لا بد أن تصدر من داخلك لا من الخارج.

بعبارة أخرى.. فإنه في كلتا الحالتين لا بد أن تكون تلك الشرارة صادرة من داخلك، سواء وجدت الضغوط الخارجية أم لا. وبدون هذه الشرارة الداخلية لا وجود لعملية تعلم، ولا مجهود حقيقي يبذل من قبل المنظومة الفكرية. وهذا ما يدفعنا لصياغة قانون التعلم الذاتي بشكل قريب من مقولة برنارد شو.

قانون التعلم الذاتي

لا أحد يُعلم أحداً، وحده الإنسان يُعلم ذاته.

إن جُلَّ ما يقوم به المعلم هو مجرد إيصال الرسالة إلى الطالب، لكن الطالب نفسه هو من يقوم بعملية التعلم من خلال مجهود منظومته الفكرية.. وجُلَّ ما بوسع المعلم فعله، هو التفنن في تبسيط أسلوب الشرح والتبليغ. ولذلك كانت الامتحانات ضرورة للتأكد من قيام الطالب بمهمة التعلم قبل إجازته بذلك القدر من العلم، بغض النظر عن الطريقة التي يتم بها الامتحان، فذاك موضوع آخر. إذ للأسف أن أساليب الامتحان في المدارس والجامعات في أغلبها اليوم تشجع على التعلم السلبي أكثر فأكثر.

يقول جون سي ماكسويل "التعليم يجعل الأمر السهل معقداً، أما التواصل فيجعل الأمر المعقد

سهلاً"^(١).

(١) ٢١ صفة لا غنى عنها في القائد - جون سي ماكسويل

إن السبب في ذلك يرجع إلى أن عملية التواصل تفاعل من طرفين يدفع بالمنظومة الفكرية للقيام بالمجهود المطلوب، وإعادة ترتيب وبناء الهيكل الداخلي الذي تترابط من خلاله المعرفة.

إن الخلاصة الأهم هنا هي مبدأ **علم نفسك..** فمادام التعلم لا يحدث أساساً إلا برغبتك، فلم الانتظار حتى يكون مطلوباً منك أن تتعلم شيئاً ما. ربما حان الوقت مرة أخرى للعودة إلى عبوة الفيتامينات خاصتك، وتناول قُرصٍ من روح المبادرة. ابدأ السعي في تعليم نفسك بنفسك دون انتظار، اختر ما تحب واقرأ عنه، تأمل وفكر، مارس الاستكشاف بكل أشكاله الممكنة، ولا تستنكف عن خوض غمار التجارب الجديدة ما أمكن ذلك. وسواء كانت هذه التجارب ذات عائد مادي ملموس أم لا، فإن ذلك لا يهم دائماً.. ففي النهاية أنت تجمع ثروة أهم، إنها ثروتك من المعرفة والعلم والحكمة.. إنها ثروة لا نتوقف عن جمعها والاستفادة منها يوماً، كما لا نتوقف عن كسب وإنفاق ثروة المال، إنها مرة أخرى وبساطة عملية غير منتهية.

إن التعلم عملية تستمر طوال الوقت؛ فهي ليست كالدواء نتناولها كارهين أو حين الضرورة، بل هي كالهواء نتنفسها طوال الوقت، من المهد إلى اللحد. يقول راي كروك^(١) "طالما كنت أخضر العود فستواصل النمو، أما حين تنضج فسيصيبك العفن".

إن التعلم الذاتي عادة وهوائية، وليس فعلاً جبرياً نُؤديه كما تؤدي الواجبات. إن واحدة من العلامات الفارقة بين التعلم الإيجابي والسلبي هو الاستمرارية..

(١) ريموند ألبرت راي كروك (١٩٠٢-١٩٨٤) رجل أعمال أمريكي، شارك الأخوين ماكدونالدز في ١٩٥٤ ووسع المطعم ليصبح أنجح مطعم وجبات سريعة في العالم. أدرجته مجلة تايم ضمن أهم ١٠٠ شخصية في القرن العشرين، جمع ثروة كبيرة، وجاء نجاحه متأخراً في حياته بعدما تخطى الخمسين من عمره.

فالتعلم الإيجابي ليس محدوداً لا بزمان، ولا بمكان، ولا بظرف؛ بل هو نشاط مستمر طوال الوقت بالتوازي مع كل ما نفعله في حياتنا.. سواء كانت روتينياتنا اليومية، أو الأحداث الاستثنائية. وطالما استمرت عملية التعلم، طالما استمر معها نمونا ونضجنا.

ولكن ما يجدر لفت الانتباه إليه هنا، هو أن التعلم الذاتي لا يجب أن يتحول إلى عملية استحواذية تماماً.. فقليل أو حتى كثير معقول من الشغف هو شيء مطلوب، ولكن حداً معيناً يجب التوقف عنده بين الحين والآخر.. إنه الحد الذي ينقلب فيه الشغف إلى استحواذ كامل. إذ أنه رغم الفائدة الجلية التي نحصل عليها من مثل هذا الاستحواذ إلا أن له آثاراً جانبية خطيرة، تتنوع ما بين آثار نفسية واجتماعية، بل وأحياناً مادية أيضاً.. لقد سبق أن تحدثنا عن منحنى الاستحواذ ولكن الإشارة له هنا من جديد مهمة لأن الآثار المترتبة عليه قد تصدنا أحياناً عن استكمال مسيرة التعلم الذاتي.

النزول إلى الواقع..

إن جميع مفاهيم التعلم الإيجابي المذكورة سابقاً لا تكتمل رغم تداخلاتها، إلا حين يضاف إليها مفهوم آخر على درجة عالية من الأهمية، وهو النزول بالمعرفة إلى مستوى التطبيق والواقع؛ والذي يبقى في النهاية هو الحد الفاصل ما بين تكوين منظومة فكرية متكيفة مع الواقع، وما بين السماح بتكون الفجوة الإدراكية التي أسلفنا الحديث عنها.

إن بقاء العلم والمعلومة في فضاء المعرفة الخيالي، دون النزول بها إلى أرض التطبيق والواقع يفقدها أهميتها وقيمتها. ليس شرطاً أن يكون ذلك الإنزال فورياً، أو حتى كاملاً وشاملاً لكل ما يتعلمه المرء...

ولكن من الضروري أن يكون جزء كبير من المعرفة التي يمتلكها الإنسان ذو تطبيق في عالم الواقع، وضمن أحداث حياته اليومية. إن سؤالاً فلسفياً يطرح نفسه هنا: هل المشكلة هي عدم التطبيق؟ أم أن المشكلة في ذات العلم الذي لا يمكن تطبيقه؟

إن الإجابة على هذا السؤال مركبة.. فمن ناحية هناك علوم من الصعب أن يتم تطبيقها لأغراض التعلم، وذلك نظراً لارتفاع تكلفتها المادية أو البشرية كعلوم الذرة على سبيل المثال.. ولذلك ابتكرت بعض المحاكيات لتوفر بيئة قريبة يمكن التعلم من خلالها، وإنزال المعرفة بواسطتها بشكل ما على الواقع، ولتوفر أيضاً نوعاً من التجربة الشعورية التي تساعد في الاستيعاب السليم. ولكن من ناحية أخرى، فهناك أيضاً الإحجام عن التطبيق تحت وطأة مبادئ التعلم السلبي المتوارثة عبر الأجيال، والمدعومة بيئياً وثقافياً بامتياز؛ ناهيك عن عدم الاكتراث أو الاهتمام من الأساس بالفكرة في بعض الأحيان، وذلك جانب آخر أيضاً.

ولكن يبقى الجانب الأخطر الذي لا ننتبه له غالباً، وهو أسلوب العرض الخاطيء الذي يسبح بالمعلومة في ذلك الفضاء الخيالي المثالي، دون أن يقدم الصلة التي تمكن من ذلك الإسقاط على الواقع. إن أبرز مثال على ذلك، هو المعارف الأخلاقية والسلوكية والاجتماعية.. والتي لا تحتاج (نسبياً على الأقل) إلى الإمكانيات المادية لتطبيقها. لكنها للأسف ما لبثت تُعرض في صور مثالية زاهية، تشعر المتلقي لها أنها تتحدث عن كوكب آخر غير الذي يعيش فيه، أو زمن غير الزمان، أو تسبح به في مدينة أفلاطون^(١) الفاضلة.

(١) أفلاطون (٤٢٨ ق.م - ٣٤٨ ق.م) فيلسوف يوناني وضع الأسس الأولى للفلسفة الغربية والعلوم، ويعتبر مؤسس أكاديمية أثينا أول معهد للتعليم العالي في العالم الغربي، معلمه سقراط وتلميذه أرسطو.

ثم حين يحاول ذاك المتلقي الإسقاط على الواقع، يقف عاجزاً لا يعرف طريقاً لذلك الربط بين المثالية التي تعلمها، وبين انحطاط فكري وأخلاقي قد يراه من حوله أو يعيش فيه من خلال بيئته.

إن مثالية الفكرة مطلوبٌ عرضها بكل تأكيد كأمثلة راقية تحرك الوجدان، وتلهم المشاعر والأفكار.. ولكنها لا بد دوماً أن تكون مصحوبة بعرض الوسائل التي تصلها بعالم الواقع، وتبين الحدود التي يمكن الوصول إليها في هذا المستوى الواقعي، وإلا فإنه مع تعدد الصدمات الناتجة عن ذلك التباين بين المعرفة والواقع يفقد الإنسان إيمانه بالفكرة كلها.. وتبدأ كذلك تلك الفجوة الإدراكية بالتكون حيث يشعر المرء أنه أمام عالمين مختلفين.. أحدهما مثالي جداً، والآخر على النقيض تماماً.

ومن سوء الحظ وللأسف الشديد.. صارت تلك الفجوة تتكون باكراً جداً لدى الفرد الذي يعيش في القرن الحادي والعشرين بكل المادية التي تحملها طياته، وكمية التزييف والخداع الذي تمارسه وسائل الإعلام والتعليم المختلفة فيه.

وإذا كان كل هذا الحديث عن النزول إلى الواقع موجه لمرسل المعلومة.. ففي الغالب أنك تتساءل في هذه اللحظة عما يمكنك فعله للتعاطي بفعالية كمستقبل للمعلومة وباحث عنها في ظل مثل هذا الوضع؟ إن كون هذا هو الواقع الحزين لعرض المعرفة من حولنا.. لا يعني أن من حقلك أن تتخذ ذلك مبرراً للصمت والاستسلام، بل إن الحاجة هي أم الاختراع كما يقال دائماً. ودورك هنا.. بل هو واجبك تجاه نفسك قبل كل شيء، أن تبذل جهدك لتجد تلك الوسائل المفقودة التي لم يرشدك إليها أحد لتحقيق ذلك التوازن والتواؤم بين المثالية والواقع، وردم تلك الفجوة.. وأول هذه الوسائل هو فهم الواقع أولاً كما هو بكل سوءاته.

إن الوسائل والطرق التي سبتكرها أو تكتشفها معتمدة عليك أنت وحدك في النهاية.. وليس بالضرورة أنك ستأتي بالجديد.. بل على الأغلب أنك ستعيد اكتشاف ما اكتشفه الكثيرون من قبلك، ثم تاه أغلبه في بطون أمهات الكتب..

إن لبّ الحكمة التي نبحث عنها، هو في الوصول إلى تلك الوسائل لإسقاط المعرفة على الواقع...

والمأساة الحقيقية التي نعيشها اليوم هي أن جُلّ ما يكتب أو يُعلم.. يجنح بدوره إلى المثالية المفرطة، أو على النقيض تراه يجنح للاستسلام للواقع، والتعامل معه على أنه غير قابل للتغيير، مدفوعاً بتأثير الفكر البرجماتي، وأحياناً الميكافيللي أيضاً.

وما كتب هذا الكتاب الذي بين يديك حقيقة إلا من أجل محاولة تحقيق هذه الغاية.. ومحاولة الوصول إلى تلك الطريق الثالثة.. بين المثالية وبين الاستسلام للواقع.

البحث عن الحقيقة..

البحث عن الحقيقة غاية نبيلة وهدف في حد ذاته، فمعرفة الحقيقة دوماً كإنارة المصباح في طريق مظلمة، حيث تستطيع أن ترسم خطواتك وتحدد أهداف مسيرتك بناء على معلومات حقيقية تعكس لك الواقع، بدلاً من السير متخبطاً على غير هدى.

إن الشرط الوحيد الذي يحقق لك النجاح في استيفاء هذا المبدأ أن يكون شعارك دائماً "أنا اتبع الحق والحقيقة أينما كانوا مجرد أنهما الحق والحقيقة، حتى وإن لم تعجبني هذه الحقيقة أو تعارض هذا الحق مع مصلحتي، أو ما نشأت عليه من أفكار، أو ما أتبناه من وجهات نظر."

وتذكر دوماً أن "الحكمة ضالة المؤمن أنا وجدها فهي له".^(١)

وكما أسلفنا من قبل فإن عملية تطوير المنظومة الفكرية عملية طويلة المدى، تحتاج جهداً ووقتاً طويلاً؛ إن أحسن طريقة موجهة ومقصودة لتحقيق هذا التطور في وقت قصير نسبياً هو تدريب "البحث عن الحقيقة"؛ صحيح أن هناك طرقاً أخرى غير موجهة، وغير مقصودة؛ إذ أن عملية التطور تحدث بطبيعة الحال مع تراكم الخبرات والمعارف على المدى الطويل، ولكنه يحدث ببطء شديد، وبنسب تختلف وفقاً للظروف والمعطيات التي يعيش فيها كل منا.

إن تدريب البحث عن الحقيقة ليس تدريباً ستقوم به من وقت لآخر، بقدر ما هو أسلوب تفكير يدفعك دوماً للبحث عن حقائق الأشياء من حولك صغيرها وكبيرها.

ولكن المشكلة أن التطبيق المثالي لذلك التدريب قد يصطدم بالكثير من الحواجز العملية، خصوصاً فيما يتعلق بالوقت والرغبة والدوافع؛ ولذا فحين لا يتعلق الأمر بالكتاب والباحثين الذين تتيح لهم طبيعة حياتهم مثل هذه الرفاهية، فإن بلورة نموذج مصغر من هذا التدريب تصبح ضرورة ملحة لهؤلاء الذين تفرض عليهم الأوضاع ضيق الوقت، أو خمول الدوافع والرغبة في البحث والتحليل لكل شيء.

إن الطريقة الأسهل لبناء هذا النموذج هي أن تتعرف على الأسس المهمة، ثم تنطلق بمساعدتها إلى بناء نموذجك الخاص بالبحث عن الحقيقة بالطريقة التي تلائمك.

إن أهم هذه الأسس هو الحيادية والموضوعية، وعدم التمسك بالآراء المعدة مسبقاً.

(١) تنسب العبارة إلى الرسول محمد ﷺ، ولكن الإسناد ضعيف وإن كانت له شواهد، وفي أحسن الأقوال أنه حديث مُرسَل ولذا استشهد بالعبارة هنا كحكمة لا كحديث.

أضف إلى ذلك التساؤل والشك بحثاً عن الحد الأدنى من اليقين؛ الاستكشاف المنظم والعشوائي على السواء؛ تنوع المصادر واختلافها؛ الجمع بين المتضادات والخروج بالآراء المركبة؛ الصدق مع النفس؛ صدق النية والرغبة في معرفة الحقيقة أيّاً كانت؛ الجمع بين الإلمام بالتفاصيل وبين إدراك الصورة الكلية؛ ولا ننسى التآني قبل إصدار الأحكام، وإعطاء الأمور الفرصة الكافية حتى تتضح جوانبها.

وأخيراً تذكر دائماً أن البحث عن الحقيقة يبقى هو العلامة الفارقة بين الإنسان وغيره من المخلوقات..

قبل الفراق..

قبل أن أودّعك شاكراً لك حُسن الرفقة.. على أمل لقاء قريب يتجدد بإذن الله.. أتمنى أن يتسع صدرك لبضع كلمات أخرى.. أود لو أهمس بها في أذنيك.. فقد حلقتنا طويلاً فوق مساحات واسعة من الفلسفة، ونزلنا ضيوفاً على بعض وديان المنطق، ووحدات قوانين الحياة.. وإذ نوشك على الهبوط سالمين.. فإن المهم هنا هو أن تدرك أن الإنسان الجديد هو أنا وأنت، بعد أن يحظى كلُّ منا بقلبٍ جديدٍ وعقلٍ جديد.. قلبٌ مملوء بالرحمة وحب الخير للذات وللآخرين من حولنا..

قلبٌ ارتقت روحه لمراتب الحكماء.. فاغتسل مما علق به من أدران المادية والهوى، واستنارت بصيرته ليحقق التوازن بين الروح والمادة، فحافظ على التغذية المناسبة لكل من هذين العالمين المتوازيين.. متسلحاً بفهم أعمق لذاته.. ومديراً طاقة وقدرة هذه الذات بشكل فعّال، يحفظ لها قوتها ونشاطها، ويرحمها من أن تفقد هذه القوة من خلال نزيف الآلام، والقلق، والتوتر، والصراع، والضيق في دوامات المشاكل.. فاستحق أن تتولد بداخله روح العظمة.. تلك الروح التي تدفعه للبحث عن ذلك العقل الجديد..

البحث عن عقل الحكماء.. والسعي للوصول إلى أرض الميعاد.. حيث الحكمة تُظلل وتسقيه من ينابيعها.. السعي لامتلاك عقل فندسي يرى الصورة الكاملة، دون أن يهمل التفاصيل.. يسمع ما تقوله الروح، ويرى ما تعرضه المادة، ويجمع بينهما تحت مجهر المعرفة والبحث عن الحقيقة.. وفي سبيل ذلك لا يألو جهداً في ممارسة التعليم الإيجابي للارتقاء بمنظومته الفكرية إلى درجة الحكمة.. حتى تصل به يوماً لأن يكون واحداً من أولئك العظمة فعلاً.. استودعك الله.. ولعلنا نلتقي قريباً مرة أخرى وأنت بخير حالٍ..

صديقك المحب

عمار موسى

تعليقات على الهامش..



(أ)

ضمن سياق ومناسبة الحديث عن الحواس عموماً، أحببت أن أشير إلى أنني أعتقد أن هناك المزيد من الحواس العضوية التي لم يتم اكتشافها بعد. فمثلاً أنا أتساءل عن ماهية الآلية التي تساعدنا على إدراك حالة الوعي، والتمييز بين حالة اليقظة والنوم، وكذلك كيف يمكننا عادة التمييز بين ما نتخيله وبين الواقع؟ وتمييز ما إذا كانت المؤثرات التي تقوم بتكوين الأفكار والصور والأصوات وغيرها في أدمغتنا قادمة من خارج ذلك الدماغ أم من داخله. وأيضاً تمييز حالة الأنشطة الدماغية في النوم واليقظة مما يمكننا من التمييز بين حالة الحلم أثناء النوم، وحالة أحلام اليقظة، وحالة الواقع أثناء اليقظة.

فمثلاً حين تعود سماع موسيقى معينة لفترة طويلة ثم تغلقها، يحدث أحياناً أن تعود بعد قليل ويبدو لك أنك تسمعها من جديد رغم أنها قد توقفت في الواقع، وهنا عادة ما تدرك أنت الحقيقة وتعرف أن مصدر الموسيقى قادم من داخل رأسك وليس من الخارج، ويبدو لك الصوت وكأنه باهت أو مكتوم ذو طاقة ضعيفة.

وكذلك في بعض الأحيان يدرك الإنسان أثناء النوم والحلم أنه نائم ويحلم، وأحياناً يحدث ذلك بصورة تلقائية حتى دون أن يكون كابوساً يحاول الهرب منه، مستنرفاً الاحتمالات التي تنقذه للخروج منه؛ والأمثلة كثيرة.

بشكل ما يمكن القول أن ما يقوم بذلك التمييز هو حاسة ما تخبرك تلقائياً أن هذا ليس واقعاً، رغم أن جزءاً من مهمتها هو أن لا تكون صريحة معك دائماً.

ولعل الإشارة لها هنا تلفت نظر أحد المختصين ويجد أحدهم فيها رأس خيط يتبعه ويساعد في تحقيق تقدم في هذا المجال. إذ ربما يكون خللٌ ما في هذه الحاسة هو ما يتسبب بحدوث بعض أعراض الفصام، وفي حالات أخرى نتيجة لخلل من نوع آخر في نفس الحاسة تحدث حالات العشق المرضي اللامنطقية التي ترتبط بالأوهام، والضلالات، والعيش ضمن إطار الفانتازيا⁽¹⁾ سواء كانت رومانسية أو جنسية؛ وتلك الأخيرة هي المسؤول الأول عن تشكل ونشوء حالات الشذوذ الجنسي المختلفة غير الناشئة عن العيوب الخلقية، أو الاختلالات الهرمونية الحادة في الجسم.. حيث يؤدي ذلك الخلط بين الفانتازيا والواقع إلى إدمان بعض أنواع الممارسات الجنسية الشاذة.

وبالتأكيد فإن ذلك لا ينفي ولا يتعارض مع الخلل المعرفي والفسولوجي الذي أثبتته الأبحاث العلمية حتى الآن والذي يساعد في حدوث كل هذه الحالات.

أيضاً فإن سلامة مثل هذه الحاسة نفسها قد يكون وراء تمكن مرضى الوسواس القهري غير المفصومين (أو على الأقل الذين لا يمرون بحالة ذهانية) من إدراك وساوسهم وتمييزها على أنها غير مرغوب فيها حين تتجسد أحياناً على شكل أصوات يسمعونها داخل رؤوسهم.

بعد طول تأمل خطر لي أن تصنيف مثل هذه الحاسة وتحديدتها عضوياً، أو على أقل تقدير محاولة تصحيح مسارها وتنشيطها بالشكل الصحيح معرفياً، قد يساعد كثيراً في تحسن إن لم يكن شفاء الكثير من الحالات الصعبة.

كما أن القدرة على تحديد سلامة هذه الحاسة من عدمها، قد يساعد على تمييز الخط الفاصل لتحديد مشكلة المريض بدقة، وذلك في الحالات التي تقع في المنطقة الغامضة بين الفصام والوسواس القهري.. هذا الخط الذي مازال حتى الآن غير واضح بشكل كاف، وبسعى كثير من الباحثين في الطب النفسي للإمساك به.

(1) التخيل الشعوري أو أحلام اليقظة.

(ب)

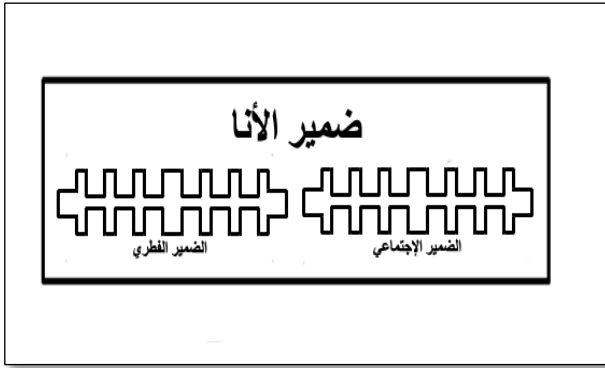
حين يتعرض المرء للاضطهاد أو المعاملة القاسية بشكل منتظم لفترة من الوقت، أو للتنشئة المتزمنة الصارمة.. يسقط في فخ القناعة بفكرة مفادها أنه دوماً ضحية، ويرافق ذلك تشكل سرطان فكري يتفشى داخل المنظومة الفكرية مترافقاً بعرضين أساسيين:

- نوع من التلذذ بفكرة كونه ضحية مضطهدة، حيث يجد راحته في الشكوى المستمرة من ظلم الحياة، والظروف، وكل من حوله. ويتطور ذلك فيصبح سمة للسلوك، فيما يسميه الطب النفسي بالاكئاب النعاب (Nagging Depression). ويتطور السلوك لأن يكون دوماً دفاعياً شرساً، مع ازدياد درجة الشعور باللذة من خلال الألم النفسي، وفي الحالات المتقدمة يصل هذا التلذذ إلى الطغيان على السلوك ككل، حتى يصل إلى السلوك والممارسات المتطرفة المعروف في الطب النفسي باسم السلوك المازوخي (Masochism).
- تضخم ضمير الأنا، وطغيانه، وتغطية صوته على صوت الضميرين الاجتماعي والفقري.. حيث يتخذ المرء بينه وبين ذاته من فكرة كونه ضحية، مبرراً لعدم القيام بالعديد من الواجبات الأخلاقية والاجتماعية. وقد يتطور الأمر إلى تبرير كل الأخطاء التي يقع فيها بأنه الضحية التي أرغمتها الظروف على ارتكاب هذه الأخطاء، والتنصل من المسؤولية عنها؛ حيث يسقط لديه الإدراك المتوازن، فيعجز عن التمييز بين المواقف التي يكون فيها فعلاً ضحية، وبين تلك التي يفترض به فيها أن يبادر إلى التصرف الصحيح الممكن، أو يتحمل بشجاعة مسؤوليته الأخلاقية عن أخطائه.

يعاني من يصابون بالمازوخية من الإنهاك العصبي المستمر، وذلك نتيجة كثرة التفكير والتعذيب الفكري للذات... ويكونون أكثر تجانساً مع أنفسهم وأفكارهم... حيث تعمل كثافة المبررات وكثرتها على بناء طبقة إضافية زائفة من المبادئ الفكرية، يتخذ أغلبها صيغاً مثالية تتداخل بكثافة مع طبقات الفكر الطبيعي المتوازن حتى تعجز المنظومة عن التفريق بين هذه

الطبقة التي يكونها صوت ضمير الأنا، وبين الطبقات الأدنى منها، والتي تتشكل من أصوات الضمير الفطري والاجتماعي، حيث تبدو الطبقات الثلاث متداخلة وكأنها طبقة واحدة سميكة.

وللدقة فهي تتكون من تضخم ضمير الأنا، واحتوائه للضميرين الآخرين وسيطرته عليهما، وتنمو أورامه كزوائد شوكية تنغرس فيهما مشكلة هذا التداخل، انظر إلى الشكل (أ) أدناه، وتعتمد إمكانية العلاج هنا على تفكيك هذه الطبقة الواحدة، كما يتم تفكيك زوجين متداخلين من المسننات من خلال التبصر التدريجي بالحقائق.



شكل (أ): الضمانر في الحالة المازوخية

في أحيان أخرى تتخذ المشكلة في وقت ما منحى آخر، حيث تكون ردة الفعل على الاضطهاد تلبداً تدريجياً في الضمير الفطري، وميل إلى العنف، والأذية، والرغبة في الانتقام، والتلذذ بإحداث الألم للآخرين. حيث يلعب ضمير الأنا هنا دوراً هجوماً بدلاً من الاكتفاء بالدفاع، ويصبح المبرر الذي يساق هنا.. هو استباق الهجوم بهجوم مضاد، أو كما يسمى في العلوم العسكرية بالضربة الاستباقية.

ويتطور الأمر حتى يصبح هذا هو الطبع الطاغى على السلوك عامة، حتى يصل إلى السلوك والممارسات السادية (Sadism) المتطرفة.

ويتزامن معه نوع من ما يسميه الناس تحجر القلب.. حيث تعتمد المنظومة الفكرية تجاهل معظم العواطف، والمشاعر الإنسانية، خصوصاً عواطف الحب والشفقة والرحمة، وتشكل طبقة عازلة قائمة بذاتها ذات سماكة كبيرة كما في الشكل (ب) أدناه.

وتجد المصابين بهذا الداء، يعيشون في نوع من الضيق الخفي المستتر، وتعتمد إمكانية العلاج هنا على مدى سماكة هذه الطبقة.. فكلما كانت أكثر سمكاً، كلما صعب اختراقها.. ولكن ما أن يحدث الاختراق فعلاً حتى يؤدي ذلك إلى تفكك هذه الطبقة بشكل سريع ومفاجئ أشبه بالانهيار^(١).



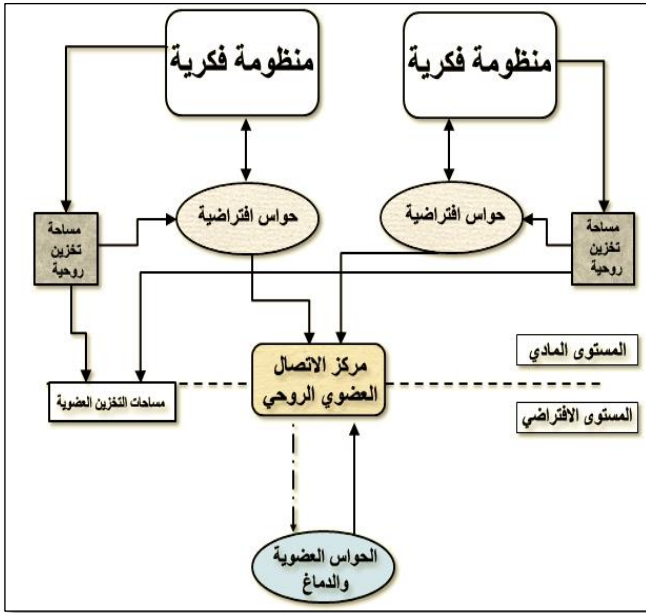
شكل (ب): الضمانر في الحالة السادية

وأحياناً يعاني الفرد من المشكلتين سوياً، حيث يستشري كلاهما في عالمين متوازيين، أشبه بوجود منظومتين فكريتين فرعيتين مستقلتين داخل المنظومة الفكرية الأم شكل (ج)، ويشكل كل منهما شخصية سلوكية مستقلة لها خصائص مرادفة للتوجه الفكري المسيطر على كل منهما.. ويبدو الفرد هنا بشخصيتين سلوكيتين متناقضتين تماماً، وهو ما يؤدي إلى الحالة المعروفة بالاضطراب الوجداني أو اضطراب الشخصية الحدية (Borderline Personality Disorder).

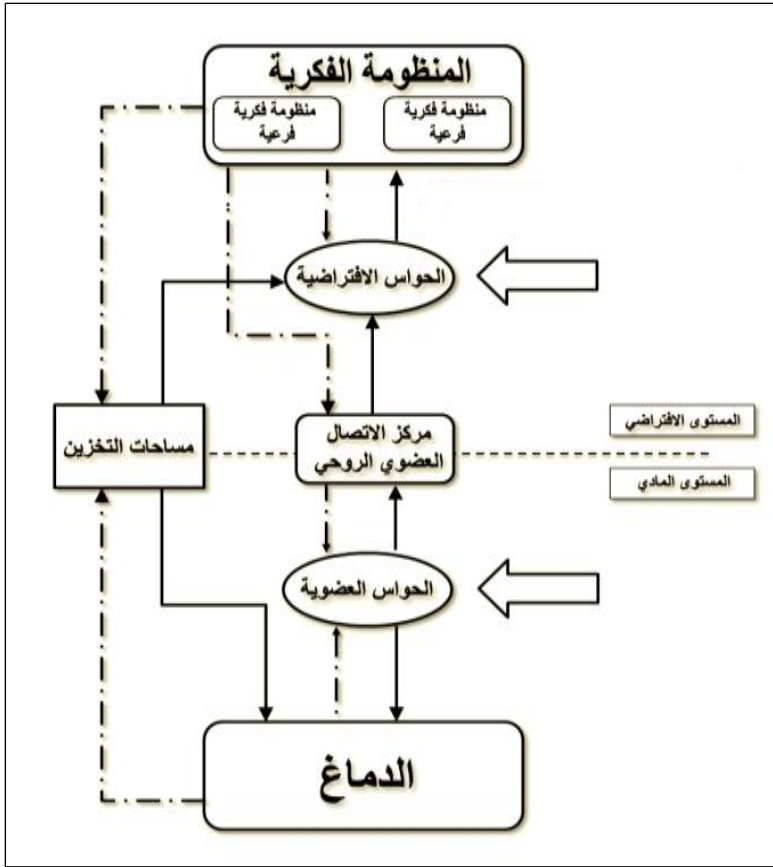
(١) نجد مرادف هذه الفكرة في الأدب حين يُصدم الشير المقتروض فجأة، ويتبصر بالحقائق ويعلم التوبة.

حيث تظهر شخصية واحدة منهما لفترة من الوقت مسيطرة على المشهد، ثم تتراجع إلى الخلفية مفسحة المجال لسيطرة الأخرى.. وهكذا يستمر الصراع بينهما مسبباً أعراض الاضطراب الوجداني.

ويجب أن لا نخلط هنا بين هذه الحالة وحالة تعدد الشخصيات الفصامي (Dissociative Identity Disorder) أو (Multiple Personality Disorder)، فهنا الشخص يدرك دوماً ذاته ولكن الاضطراب يكون في طريقة التفكير والسلوك، وسببه الرئيسي خلل في حاسة الضمير؛ في حين أن تعدد الشخصيات الفصامي يكون فيه لدى الشخص الواحد عدة شخصيات، او ما يشبه الذوات المستقلة وجوداً وفكراً وسلوكاً، ولا تدرك عادةً كل منهما وجود الأخرى؛ ويرجع السبب فيها إلى خلل في حاسة إدراك الذات، وتكون هنا للفرد منظومات فكرية مستقلة تماماً وغير متداخلة، يجمعها فقط الجسد الواحد.. انظر الشكل (د).



شكل (ج): حالة تعدد شخصيات فصامي



شكل (د): حالة اضطراب وجداني

لا أريد الخوض هنا في معتقدات دينية متعددة خارجاً عن سياق وإطار هذا الكتاب، ولكنني فقط أحببت أن أسجل هنا قناعاتي كمسلم بأن حاسة إدراك الذات والضمير الفطري هما من يزود الإنسان دوماً بالمؤشرات على الطريق نحو الهدف من الوجود كما وصفه الله تعالى في القرآن الكريم :

﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾^(١) ، ﴿يَتَأْتِيهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَى رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلَاقِيهِ﴾^(٢) ، ﴿وَلَقَدْ مَكَّنَّاكُمْ فِي الْأَرْضِ وَجَعَلْنَا لَكُمْ فِيهَا مَعِيشَةً قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ﴾^(٣) ، ﴿هُوَ الَّذِي جَعَلَكُمْ خَلَائِفَ فِي الْأَرْضِ﴾^(٤) ، ﴿هُوَ أَنشَأَكُمْ مِنَ الْأَرْضِ وَاسْتَعْمَرَكُمْ فِيهَا﴾^(٥) .

(١) القرآن الكريم - سورة الذاريات - آية ٥٦

(٢) القرآن الكريم - سورة الانشقاق - آية ٦

(٣) القرآن الكريم - سورة الأعراف - آية ١٠

(٤) القرآن الكريم - سورة فاطر - آية ٣٩

(٥) القرآن الكريم - سورة هود - آية ٦١



(أ)

إن إدراك أصحاب النبي ﷺ لهذه الحقيقة، كان يتجلى حين يغلب على ظنهم رأيٌ يخالف رأيه في أمر ما.. فحينها كان السؤال يخرج من الشفاه: أهو الوحي أم الرأي يا رسول الله؟ فإن كان الرأي.. ناقشوا وأبانوا وقدموا المشورة.. ومن ذلك مثلاً القصة الشهيرة عن تغيير موقع نزول الجيش يوم بدر وغيرها الكثير.. أما إن كان الوحي.. تراهم حينها استفهموا، وسلّموا، وسمعوا، وأطاعوا..

وعلى ذكر الطاعة هنا.. فمن الضروري أن ندرك أن هذه الطاعة لم تكن طاعة عمياء جاهلة أو متعصبة لشخص محمد صلى الله عليه وسلم.. بل كانت طاعة المؤمنين الأحرار الذين اختاروا بكامل إرادتهم عن عقل ووعي عبادة الله وطاعته، بعد أن استقر الإيمان في نفوسهم فأيقنوا بعلمه سبحانه وتعالى المحيط بكل شيء.. فصارت طاعة الأقل علماً لمن هو أعلم منه، والذي يعرف كل صغيرة وكبيرة، واختار شخص محمد لإيصال الرسالة إليهم..

فطاعتهم لمحمد فيما يوحى إليه هي طاعة لمن خلق محمداً.. وطاعة محمد أيضاً كانت كونه الأكثر علماً بما أرادَه رب العالمين..

وكانت أيضاً طاعة المحب لمن يحبه.. فقد أحبوا الله بما عرفوا من نعمائه وفضله عليهم.. وأحبوا محمداً كونه رسول ذلك الحبيب الأعظم رب الخلق أجمعين.. فصار محمد حبيبهم أيضاً، وزاد على ذلك أن حب الله إليهم شخص محمد بلين طبعه، وسماحته، وحسن خلقه..

وكانت أيضاً طاعة العبد لربه وسيده الله الواحد الأحد، فما عبدوا محمداً ولكن عبدوا ربه.. طاعة وعبادة تجمع بين الشكر للسيد على تفضله بالنعم، والخشية من عقوبته، والرجاء في رحمته ومزيد فضله.

(ب)

إن بعض المختصين قدر يرى الفندسة تكاملاً بين جزئي الدماغ الأيمن والأيسر، حيث ساد الظن لوقت طويل أن أحدهما يسيطر على الآخر، فيكون المرء في شخصية الفنان إذا سيطر الجانب الأيمن، ومهندساً إذا سيطر الجانب الأيسر؛ ولكن الدراسات الحديثة تشكك في صحة هذه السيطرة المفترضة، حيث ثبت أن كلا الجزأين يشترك في وظائف متنوعة وموزعة بين كلا الجانبين الفني والهندسي، ولذا فربما كان على الأقل في الوقت الحالي وإلى أن تثبت مزيد من الدراسات حقيقة التفاعل بين جزئي الدماغ، ربما كان من الأفضل أن ننظر إلى الفندسة على أنها تكامل لوظائف الدماغ عموماً، وفي نفس الوقت هي أفضل شكل للتكامل بين هذه الوظائف المادية للدماغ مع وظائف المنظومة الفكرية المتموضعة في المستوى الروحي الأعلى.

(ج)

من الخطأ أن يكون استخدام الصور والتشبيهات اللغوية وسيلة لاستعراض المهارات اللغوية لكاتب، أو قدرته على الإبداع خصوصاً إذا كانت معقدة بما يكفي لأن تتسبب بالإجهاد لعقل القارئ. "إن الأداة التي تهتم بجمالها ورونقها، على حساب قدرة مستخدميها على الاستفادة بها، هي أداة مغرورة تجذب الأنظار ولكنها لا تحقق المنفعة، ويظل مكانها معلقة على الحوائط للزينة"^(١).

إن الغرض الأساسي لأي صورة أو تشبيه يرد ضمن أي سياق لغوي هو الاسهام جزئياً بتكوين ما يشبه أجواء الخبرة الشعورية المرافقة للمعلومة النظرية، وذلك حتى تتمكن المنظومة الفكرية من الوصول لأداء وظيفة الإدراك، بدلاً من الاكتفاء فقط بوظيفة الفهم.

(١) منقولة بتصرف من إحدى المحاضرات عن أساسيات تصميم واجهات الاستخدام التي تقدمها شركة مايكروسوفت لإنتاج برامج الكمبيوتر.

ورغم أن الصورة المعروضة هنا عن تركيبية المنظومة الفكرية قد تكون معقدة للوهلة الأولى، إلا أنني حاولت الموازنة بين تقديم أبسط تصورٍ ممكن، وبين أن يكون التصور شاملاً بحيث يقدم مادة فكرية مناسبة يمكن التعويل عليها في تنشيط القدرات التخيلية لدى القارئ، وفي نفس الوقت تقديم تجربة شعورية مناسبة، وقدراً كافياً من المفاتيح التي يمكن استخدامها فوراً، أو الرجوع إليها في وقت لاحق.

(د)

ربما تدور في ذهنك بعض التساؤلات أو الجدل عن العشوائية لذا أحب أن أذكرك هنا بأربعة نقاط:

- ضمن قوانين العالم المادي لا وجود للعشوائية المطلقة، وراجع في ذلك إن شئت مقولات ألبرت أينشتاين، ومبدأ تأثير الفراشة^(١)، ونظرية الفوضى والشواش^(٢) لإدوارد لورنتز^(٣). إلا أن الأمر مختلف حين نتحدث عن العالم الروحي، حيث لا نستطيع على وجه الدقة تأكيد أو نفي وجود العشوائية المطلقة ضمن قوانين العالم الروحي، لأن الحكمة الإلهية اقتضت أن تظل أسرار وقوانين هذا العالم خارج نطاق إدراك العقل البشري، ومن الخطأ تقييد العالم الروحي بقوانين العالم المادي.
- العشوائية في حد ذاتها مفهوم نسبي يعتمد على المتلقي بالدرجة الأولى، فكل اختيار لا يعرف المتلقي له سبباً منطقياً يصبح بالنسبة له خياراً عشوائياً ضمن نطاق المعلومات المتاحة، وقد يظل هذا الوصف صحيحاً وقد يتغير لاحقاً بمعرفة مزيد من المعلومات.

(1) Butterfly Effect

(2) Chaos Theory

(٣) إدوارد لورنتز (١٩١٧ - ٢٠٠٨) مختص في الرياضيات وعالم أرساد جوية أمريكي تخرج من جامعة هارفارد وعمل بمعهد ماساتشوستس للتقنية (MIT) والذي يعتبر واحداً من أرقى المعامل الفنية والعلمية في العالم؛ ويعتبر الأب الروحي لنظرية الشواش ونظرية جناح الفراشة المتفرعة منها.

- العشوائية مفهوم نسبي أيضاً من حيث مجال الموضوع، فكل خيار أو قرار يتم اتخاذه أو حدوثه لأسباب خارج مدى ونطاق الموضوع، يصح اعتباره عشوائياً ضمن نطاق هذا الموضوع، وخصوصاً لأغراض البحث والدراسة التي لا تشمل دراسة العوامل الخارجية المؤثرة على موضوع البحث.
- العشوائية أيضاً تعبير وصفي مجازي يستخدم للاختصار أو للتجاهل عن عمد لبعض العوامل المؤثرة في اتخاذ القرار، بغية تبسيط بعض المنظومات على الأقل من الناحية النظرية عند الدراسة، وأحياناً في بعض النواحي العملية التطبيقية.. وأحياناً أخرى يتم ذلك من أجل التعميم حين تكون مجالات الاختيار والبدائل غير قابلة للحصر.

(هـ)

لعلك هنا تشتم رائحة إسقاط سياسي في كل هذا الوصف، ولكنني أؤكد لك أن هذا لم يكن مقصوداً أبداً، ولكن الحقيقة أن ما يحدث خارج الذات ما هو إلا انعكاس مكبر لما يحدث داخلها. فإن تكاثر أصحاب طريقة تفكير معينة في مجتمع ما، صار العقل الجمعي لهم مجرد نسخة أخرى منهم.

ويمكن القول أيضاً من وجه آخر أن محاولة الإسقاط العكسي هي الأقرب للقصد هنا، حيث استخدمت صوراً من الواقع صارت مألوفاً وقريبة لذهن الكثيرين، لنقرب بها الفكرة الأساسية التي نسعى لإيضاحها هنا حول ما يحدث داخل الذات.

(و)

وكان الله حين قال ﴿وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا﴾^(١) لم يكن فقط يؤكد على محدودية ما سيصل إليه البشر في علومهم، ولكنه كان أيضاً يقرر حقيقة واقعة على شكل حكمة مهداة لبني البشر مفادها أنه مهما تعلمتم فهناك المزيد لتستكشفوه ﴿وَفَوْقَ كُلِّ ذِي عِلْمٍ عِلْمٌ﴾^(٢) سواء كان بمفهومها النسبي أن كل صاحب علم هناك من هو أعلم منه ولو بقليل، أو بمفهومها المطلق، أنه فوق كل هؤلاء العالمين هناك الخالق الذي يعلم ما لا يعلمون.

(ز)

"من لا يقبل النقد الذاتي البناء المهدب، لا يدرك شيئاً عن أهمية النفس اللوامة التي أقسم بها القرآن وربطها بيوم القيامة، وكأنه لا ينجو يوم القيامة إلا من كان مصاحباً للنفس اللوامة"^(٣).

إن قائل هذه العبارة ليس واحداً من منظري التنمية الذاتية، أو واحداً من دعاة الدين المعتادين.. إنه واحدٌ ممن تبنا في شبابهم منهجاً متشدداً وعنيفاً ومتطرفاً في الدعوة إلى تطبيق الدين، قائم على فهم خاطئ للدين وللحياة سوياً، إنه الدكتور ناجح إبراهيم^(٤) والذي قاده هذا الفهم الخاطيء إلى المشاركة في تأسيس واحدة من أشهر الجماعات التي تبنت العنف المسلح ضد الدولة والمجتمع في سبعينيات القرن العشرين في مصر...

(١) القرآن الكريم - سورة الإسراء - آية ٨٥

(٢) القرآن الكريم - سورة يوسف - آية ٢٦

(٣) من مقالة في بوابة الشروق الإلكترونية بعنوان (الإسلامي الذي يريده الوطن)

(٤) طبيب وجراح مصري ولد في عام ١٩٥٥، حاز بكالوريوس الطب والجراحة من جامعة أسيوط، وحاصل على ليسانس الدراسات الإسلامية وليسانس الحقوق من جامعتي المنيا والقاهرة، قضى في السجن ٢٤ سنة، قاد خلالها مبادرة نقد الذات والمراجعة لأفكار جماعته حتى أعلن رسمياً عن ما سمي المراجعة لمنهج الجماعة، حيث أعلنوا نبذ العنف وحل الجناح المسلح للجماعة الإسلامية واعترافهم بخطأ استخدام العنف في الدعوة إلى الإسلام.

وقد قامت جماعته بالعديد من العمليات المسلحة العنيفة والتفجيرات، كان من بينها اغتيال الرئيس المصري الأسبق محمد أنور السادات في عام ١٩٨١، وكل ذلك محاولةً لفرض رؤيتها على المجتمع بالقوة، حتى ألقى القبض عليه في إحدى هذه العمليات وقضى أكثر من عشرين عاماً في السجن، قام خلالها بالعديد من المراجعات لمنهجه وفكره وفكر جماعته؛ حتى أعلن ومعه بعض مجموعته تصحيحاً علنياً لمفاهيمهم سميت بالمراجعات، وصار لاحقاً واحداً من رموز الوسطية، والاعتدال، والحكمة في مجال الدعوة الإسلامية.

إن هذا الانقلاب الجذري في أسلوب التفكير، لم يحصل عند آخرين كثيرين غيره شاركوه نفس المنهج أو الأسلوب، سواءً من جماعته أو من غيرها من الجماعات التي تبنت العنف والتطرف حول العالم تحت مسميات وشعارات مختلفة، منها الديني ومنها القومي؛ وذلك لأنهم بكل بساطة رفضوا أن يتحلوا بشجاعة الاعتراف بالخطأ وضرورة نقد الذات.

وإذا كان أمثال د. ناجح إبراهيم قادرون على الاعتراف الشجاع بالخطأ، رغم الثمن الباهظ الذي قد يكلفهم ذلك الاعتراف بالنظر إلى حجم الأخطاء التي ارتكبوها، ومكانتهم وسط أتباعهم؛ فإنه من باب أولى، أن تكون أخطاؤنا في حياتنا اليومية، والتي هي بالتأكيد لا تكاد تقارب تلك الدرجة من الفضاة في الجرم، من باب أولى أن تكون قابلةً لتطبيق النقد الذاتي عليها (أو حتى غير الذاتي)، وتصحيحها بشجاعة وحكمة.

(ح)

وفي المقابل فإننا أيضاً، نحتاج لأن ندرك بأن أخطاء الآخرين لا يجب أن تواجه دوماً بعنفٍ أو أسلوب فح. فإن كان عفو العاجز أحياناً غطاءً لضعفه، فالعفو عند المقدرة فضيلة، وهو جزءٌ من الممكن.

أما حسن الأسلوب فهو جزءٌ آخر منه، وذلك حين نفتح الباب أمام المخطئ ليصحح خطأه حافظاً ماء وجهه، دون أن يضطر دوماً للاعتذار عن كل خطأ صغيراً كان أو كبيراً؛ فالموازنة المطلوبة بحيث نختار في كل موقف ومع كل خطأ.. الأسلوب الأمثل لمواجهته.

فلا نستطيع أن ننكر أنه أحياناً لا يكون هناك مفراً من غليظ القول لبعضهم، ولكن ذلك يظل الاستثناء؛ ومن الخطأ أن يصبح هو القاعدة. وأحياناً أخرى تكون المواجهة اللطيفة مع ضرورة الاعتراف والإقرار بالخطأ ضرورة بدورها، ورغم ذلك يظل هناك في كثير من الأحوال متسع للتلميح والعتاب اللطيف، يكفي للتنبيه إلى الخطأ بشكل غير مباشر، فاتحاً الطريق لتصحيحه دون خدشٍ لكبرياء المخطئ.

(ط)

وعلى ذلك يفهم مثلاً قول عمر ابن الخطاب رضي الله عنه ^(١) "انما تنقض عرى الإسلام عروة عروة، إذا نشأ فيه من لم يعرف الجاهلية" لما رأى الناس تُعرض عن معرفة الخطأ وحال الناس قبل الإسلام في مكة والمدينة، استغناءً عن تلك المعرفة.

فبالتأكيد لم تكن كلماته دعوة لعموم المسلمين لتجربة الكفر والجاهلية، بل دعوة للتعرف على أحوال الكفر، والتأمل في أحوال أصحابه، مروراً بتخيل الذات في وسط ذلك تفعل ما يفعلون، مُقيمةً ومحاولةً إدراك كيف كانت أحوالهم، وكيف تغيرت بعد ظهور الإسلام فيهم.

(١) عمر ابن الخطاب رضي الله عنه، صحابي جليل وثاني الخلفاء الراشدين، لقب بالفاروق واشتهر بالحزم والعدل وسداد الرأي وقسوته على نفسه ونقده الدائم لها، اغتيل عام ٢٣هـ.

مصادر مختارة

- القرآن الكريم، كتاب الله الكريم الذي أنزل على محمد ﷺ، نقلت النصوص من طباعة مجمع الملك فهد ابن عبدالعزيز بالمملكة العربية السعودية.
- الأحاديث النبوية في كتب الصحاح، البخاري، مسلم، أبو داوود، الترمذي، ابن ماجه، الألباني، ابن حبان، مسند الإمام أحمد.
- كابوس مكيف الهواء، هنري ميلر.
- العادات السبع للناس الأكثر فعالية، ستيفن ر. كوفي.
- العادة الثامنة: من الفاعلية إلى العظمة، ستيفن ر. كوفي.
- الأهم قبل المهم، ستيفن ر. كوفي.
- البديل الثالث، ستيفن ر. كوفي.
- التهذيب والطاعة، ميشيل فوكو.
- طبائع الاستبداد، عبدالرحمن الكواكبي.
- كيف تؤثر على الآخرين وتكسب الأصدقاء، ديل كارنيغي.
- النبي، جبران خليل جبران.
- المثقفون، بول جونسون.
- الحب والحياة، د.مصطفى محمود.
- ٢١ صفة لا غنى عنها في القائد، جون سي ماكسويل.
- الجانب العاطفي من الإسلام، محمد الغزالي.
- اعمل أقل... تنجح أكثر، إيرني زيلنسكي.
- المائة: ترتيب لأكثر الأشخاص تأثيراً عبر التاريخ، ميشيل هارت.
- إطارات العقل، هاوارد جاردنر.
- إعادة تشكيل العقل، هاوارد جاردنر.
- موسوعة الويكيبيديا على شبكة الإنترنت (www.wikipedia.org)
- موقع الموسوعة الحديثة لتيسير الوصول إلى أحاديث الرسول صلى الله عليه وسلم (الدرر السنية)، على شبكة الإنترنت.(www.dorar.net)



لا أستطيع أن أعدك بأنك ستصبح إنساناً عظيماً بعد قراءة هذا الكتاب.. فهذا الأمر يعود لك، ويتوقف عليك أنت وحدك.. ولكن ما أعدك به هو أنك ستقرأ هنا بعضاً مما لم يكتبه أحد من قبل؛ وبعضاً من العرض الجديد في مغزى الأسلوب، ونوعية السياق، وربما أكثر..

فطريق الألف ميل يبدأ بخطوة، وطريق الحرية يبدأ بصرخة تُشعل المعركة، وطريق العظمة يبدأ بتساؤل يُطلق شرارة التغيير.. ومعظم النار من مستصغر الشرر.. ونار العظمة التي بداخلنا تشعلها شرارة التغيير، تنطلق من ركن صغير داخل أرواحنا، لم ينقطع بعد فيه همسُ الضمير..

إن المهم هنا هو أن ندرك أن الإنسان الجديد هو أنا وأنت.. وذلك بعد أن يحظى كلُّ منا بقلبٍ جديد وعقلٍ جديد..

عمار موسى

