



بدر التميمي

# إعادة تخطيط شغفك

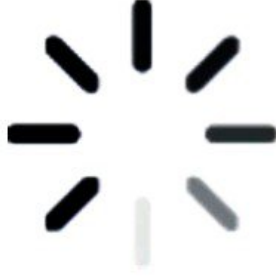


Setting – General - Format



 LOADING...

## إهداء



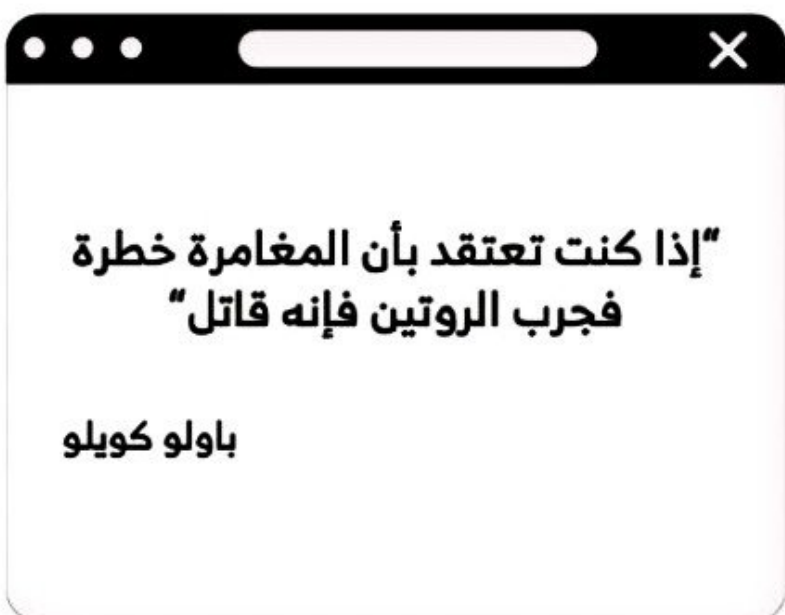
**تنعكس** تجربة الآباء والأمهات في الحياة على تربيتهم لأطفالهم وتعليمهم وتنشئتهم على قناعاتهم التي خاضوها في الحياة ومنظورهم الذي يرون به الحياة، بالتأكيد لن يخاطروا بأبنائهم ولن يتركوا لهم المساحات الكافية لخوض معارك الحياة وتجاربها بحلوها ومزّها، لا أتحدث عن الكل وإنما الأغلب، فما بالك بأم رحل عنها زوجها من هذه الدنيا ولديها ستة أطفال أكبرهم بعمر السادسة فقط! لك أن تتخيّل حجم القلق والخوف الذي سيحيط بها في تخيل تربية هؤلاء الأطفال بمفردها، ربما ستكون حريصة كل الحرص على عدم المغامرة في تربيتهم بطريقة مغايرة للواقع الذي يحيط بمجتمعنا، بعكس كل التوقعات، فقد اتخذت طُرقاً إبداعية في إبراز كل قدرات ومواهب أبنائها وصقلها بكل ما أوتيت من قوة، فقد كانت هي الأم وهي الأب، كانت هي الداعم المعنوي والمادي، كانت الجبل العظيم الذي يسندني كي أقف وأكمل الطريق، كانت البلسم الذي يضمّد جراحي حين أسقط، كانت الطيبة النفسية التي أحتاج إليها حينما تضيق بي السبل، كانت النور الذي يضيء طريقي في عتمة الليل، ولا زالت هي الأم العظيمة التي سأفتخر بها ما دمت حيّ، هي سبب كل ما أنا عليه من نجاح وسعادة ورضا، يملكني شعور كبير بالخجل والحياء لكي أهديك هذا الكتاب المتواضع لأن مقامك أكبر من ذلك بكثير، شكرًا لأنك أمي.

## مقدمة



من هو الشاب المثالي في مجتمعاتنا العربية؟ هو الشاب الذي أنهى تعليمه المدرسي ثم الجامعي ثم التحق بوظيفة ما، بعد ذلك تزوج واستقر، هذا السيناريو الذي يريد أن يراه أي أب في كل أسرة، بغض النظر عن الإبداع أو التفرد بموهبة ما، يريد الآباء أن يروا أبناءهم مستقرين في وظائف ثابتة لكي يضمنوا لهم مستقبلهم الغامض، ماذا يحدث لهذا الشاب في المستقبل؟! ربما عدم امتلاكه مواهب، أو بالأحرى عدم صقل مواهبه وتنمية مهاراته، قد لا يفتح الكثير من الأبواب مستقبلاً لهذا الشاب في عمله، ربما لن ينال تلك الترقية لافتقاره بعض المهارات، أو ربما لن يجد عملاً آخر في مكان آخر لكي يحسن من مستوى معيشته، هذا الشاب أصبح لديه أبناء كثيرون وازدادت مصاريفه الشهرية والراتب الشهري لا يكفي لشيء، ماذا يحدث هنا؟؟ يتعين على هذا الشاب أن يبدأ عملاً آخر بجانب وظيفته، أو السعي لنيل ترقية ما بشتى الطرق، ربما لن يفلح في العمل الإضافي، وربما لن تأتي الترقية المنتظرة. يجب علينا تنمية مهاراتنا الشخصية. يقول أحد الدكاترة: تزداد حاجتك للناس كلما قلت مهاراتك الشخصية، وتزداد حاجة الناس إليك كلما زادت مهاراتك الشخصية. المهارات الشخصية كالجندي المسلح بدرع متين وأسلحة متنوعة، تستطيع القتال بها في أي بيئة وُضعت فيها. في هذا الكتاب وضعت بعض المهارات التي تعلمتها شخصياً خلال مسيرة حياتي المتواضعة لكي أصنع التغيير في نفسي أولاً والتي أجنبي نتائجها في يومي الحاضر. التجربة خبرة، تضاف

إلى برمجة عقلك الداخلي وتكسبه مناعة ضد الأيام الصعبة القادمة؛ لكي تتكيف وتستطيع التعامل معها عن طريق فتح ملفات الخبرة المحفوظة في عقلك الباطن، وترسل إليك إشارات بكيفية التصرف في هذا الموقف بناءً على ما تعلمته من موقف سابق قد مر بك، سواءً أحسنت التصرف فيه أم أخفقت، ولكن تأكد بأنك لن تخفق فيه مجددًا بعد تعلمك من تلك الحادثة سابقًا.



## الروتين القاتل



أرى وجوهًا كثيرة، بعضها يتكرر كثيرًا، فمثلًا أرى وجه علي أخي في شخصين يقفان أمامي، حولي الكثير من الناس، يقفون في صفوف كثيرة، فجأة انتقلت إلى شاطئ هادئ، أشاهد نفسي أمشي على الشاطئ، وأنا أقف في مكاني أشاهد نفسي وهي تركض تارة وتمشي تارة على الرمال الذهبية، هل يا تراه شاطئ الكوباكابانا أم أنه شاطئ لينكاوي الذي زرته مرة يتكرر مرةً أخرى؟! هل ستمطر مثل كل مرة؟ أم ستظل أشعة الشمس تلسع جلدي الذي أنظر إليه من مكان ما في الأعلى؟! كأنني أراقب المكان من كاميرا مراقبة، صوت إنذار، إنه جرس إنذار، ما الذي حدث؟! هل نشب حريق سيلتهم كل ما على الجزيرة أم أنه تسونامي آخر قادم لأخذنا جميعًا؟! في الحقيقة لا أدري، ولكن الصوت يزداد، يرن في أذني في كل مرة يعلو فيها الصوت، الدنيا بدأت تسوّد، جزعت فجأة وفتحت عينيّ على صوت الإنذار الصادر من هاتفي، لا بد أنه صوت المنبه، نعم قد حان موعد ذهابي للكلية! لا أعلم حقًا لم أعذب نفسي كل يوم في النهوض مبكرًا! إنها الساعة الثانية عشرة ظهرًا، ولكن يظل وقتًا مبكرًا، أليس هنالك دراسة مسائية؟ سمعت أن بعض الجامعات لديها هذا النظام، ولكن للأسف ليس هنا، أيضًا ليس باستطاعتي الخروج من المنحة المجانية والانتقال إلى جامعة أخرى باهظة الثمن.

كالعادة، ذهابي للكلية لا يشكل فارقًا لي ولا لأهلي، إنه في الحقيقة روتين اعتدت عليه، حقًا؟ لا أكره فعلًا النهوض مبكرًا ولكن لماذا أدرس؟ لماذا يدرس البشر؟! أليس جيدًا أن

نعيش مثل أجدادنا؟! كانوا في فعلاً في راحة عظيمة، فليس عليهم تعلم لغة جديدة وحل مسائل فيثاغورس ودراسة نظرياته وقوانينه، ولا تحليل القوى الفيزيائية التي وضعها نيوتن للجاذبية فأصبح لك قوة مصدر وقوة احتكاك، ربما تكون الهواء أو الأرض، فعلاً لا أعلم، ولكنهم كانوا يعيشون في رغد، أولم يكونوا يعملون في النهار ويأكلون وينامون في الليل؟ كانت مدارسهم الحياة، أظن أنها تكفي لو تميزنا بالقناعة، ولكن مهما شرحت فلن أجد أدتاً صاغية، فعلاً لماذا أدرس الهندسة المعمارية؟ صحيح كنت أحب الرسم في صغري ولكن ليس ثمة قانون يجبرني على الدخول في العمارة، حسناً إنها هندسة معمارية وليست عمارة، وما الفرق؟ يقولون إن هنالك اختلافاً، فعلاً لا يهمني، ما يحزنني أنني عندما طلبت أن أغير هذا التخصص والدخول إلى أحد التخصصات الأدبية تم رفض طلبي وعليّ أن أكمل في التخصص أو الخروج من الكلية، لم أجتهد يوماً في أحد المشاريع، لا أريد الاجتهاد، أحب النجاح بأقل مجهود، لا أسعى للحصول على درجة كاملة ولكني أسعى إلى الخلاص من هذا السجن العظيم بأي ثمن!

اجتهادي في الكلية يعتمد على مدى المتعة الموجودة في المادة، فإن كانت ممتعة تقبلت المعلومة وعملت بها، وإن لم تكن تركتها لآخر لحظة لمراجعتها سريعاً وأخذ بعض الدرجات التي تجعلني مائلاً إلى النجاح وعدم الرسوب في المادة، تكرر عليّ أكثر من مرة أن أقرر صبيحة الفاينال أن لا أدخل الاختبار لأنني أشعر بضيق، حسناً، فقد جلبت الضيق لنفسي لأنني لم أذاكر، فكنت أعيد المواد في الفصول التي تلي.

الرحلات، ومن منا لا يعرف الرحلات؟ إنها المكان المفضل لكثير من الناس، نقوم فيها بأشياء غير معتادة، مثلاً، قد تعيش نصف عمرك تأكل ولكن لا تعرف كيف يُحضّر هذا الطعام لك، تعيش في كنف والديك والخدم ملء عينيك، لا تفكر كيف لهذه الأشياء أن تُعدّ، كيف تُغسل ملابسك كيف يُعد طعامك

كيف يُكنس بيتك كيف تُلمّع أحذيتك مثلًا كيف تُغسل سيارتك لا يهم ما دمت أحصل على حاجتي وأستمتع بها، ولكن في الرحلات نعد الطعام، فنقسم المهام كأننا كتيبة عسكرية، عندما يقوم قائد السرية بتوزيع المهام وتحميل المتاع وتقسيمه، فيمسك خالد الأسلحة (عدة الطبخ وعدة الشاي من أوانٍ وسكاكين وملعق)، وعبدالله وعلي يقومان بنصب الخيام (في الواقع نبيت في العراء كثيرًا فتصفعنا أشعة الشمس في الصباح الباكر)، ومكان المبيت ويقوم أحمد وعبدالرحمن بالتأكد من الذخيرة الموجودة وصلاحياتها (الدجاج في العادة أو السمك إن كانت الرحلة بحرية، والخضار والتوابل) في كل رحلة تتغير المناصب في الكتيبة، فالقائد اليوم هو الجندي غدًا، والجندي بالأمس هو قائد اليوم.

تمر الأعوام وأنا على حالي، تمر الرحلات وأنا على حالي، يمر الأصدقاء، منهم من يفصل عنا، ومنهم من يبقى وما زلت على حالي، أصبحت في الخامسة والعشرين من عمري ولم أنه دراستي الجامعية، دفعة تتخرج ودفعة تلتحق بالكلية، نعم أنا مخضرم الآن، واكبت جيلين مختلفين، في الواقع ثلاثة أجيال: جيل التحقت به، وجيل التحق معي، وجيل التحق بعدي، وأنا ما زلت على حالي، فعلاً شعور مخزٍ، أتجنب مصادفة زملاء دراستي الذين صاحبوني في «الفاونديشن» كي لا يسألوني عن وظيفتي الحالية أو عن المدارس التي التحق بها أبنائي، أتجنب صدمتهم كي لا أأثم، فعندما يعرفون أنني ما زلت طالبًا فهذا ليس جيدًا ألبتة، مللت، بدأت أشعر بالضيق فعلاً، الناس تتقدم وأنا أترجع للخلف، ولكن لِمَ؟! أصدقائي منهم من التحق بالوظيفة، ومنهم من تزوج، ومنهم من رُزق بالأبناء، وأنا أترجع للخلف بدلاً من مجاراة دوران الأرض وإكمال سنة الحياة، هل لأنني مختلف؟! أحس كثيرًا بأني مختلف، ولكن ما الاختلاف الذي أحمله؟! أظن أنه الكسل، أم أنه الفتور والظن بأن الحياة ستأتيني طائعة راغمة عن أنفها؟ أم أنني لم أحمل الأمر على محمل الجد؟ ما الأمر؟! إنها الحياة، ربما لم أتعيش



معها بجدية.

التجربة كانت من الأشياء المفضلة في حياتي، تعلمت الكثير من الأشياء، لعبت مختلف الرياضات، كتبت المسرحيات على نهج شكسبير، وصغت فلسفتي لأناظر بها أفلاطون وأرسطو، تعلمت أيضًا ركوب الخيل في أحد المضامير وسط الأدغال في الدهاريز ، لعبت التنس الأرضي ولكن لم أصادف «نادال» في ملاعب الكراون بلازا، أستطيع السباحة بكل الوضعيات، كنت أقرأ، قرأت ألف ليلة وليلة ورواية لنجيب محفوظ، وقبلها الكثير من كتب والت ديزني، ومجلة ميكي ماوس في الصغر، لم أكن أقرأ كثيرًا ولكني أعد في مدينتي قارئ نداءً للكثير من أدباء الوطن العربي، عزفت على آلة العود، تعلمته مع ابن عمي، العود لديه اثنا عشر وترًا، اكتشفت هذا بعد تعلمي للعود، كان التراب قد ملأه من كل مكان، حقيقةً كان للزينة معلقًا في مجلس الضيوف، أخذناه ثم ظللنا نتعلم عليه فترة من الزمان، كان به ثلاثة أوتار فقط من أصل اثني عشر وترًا، تعلمنا بعض المعزوفات، كأننا باخ وبيتهوفن حين نجتمع في منتصف الليل متناوبين على العزف، أصبح مؤخرًا أحد الأسلحة الرئيسية في رحلاتنا، لا ننسى التكنولوجيا أبدًا فهي رفيقتي منذ الصغر، حصلت أمي على جهاز كمبيوتر عندما كنا أطفالًا فتعلمت عليه، منذ وقت طويل، كانت من الحصص الجميلة حصة الكمبيوتر، كنت أرسم كثيرًا بالفأرة، كان الطلاب يجتمعون علي شاشتي لينظروا إلى مونا ليزا دافنشي على شاشتي، بإمكانك أن تتخيل فظاعة الرسم على برنامج الرسام وباستخدام الفأرة! لا يهم فقد نلت إعجاب زملائي في ذلك الوقت، كنت أرسم كثيرًا، فقد كنت عضوًا فعالًا في جماعة الرسم وفي جماعة المسرح، منذ صغري، تعلمت العروض والبحور الشعرية كي أكتب شعرًا موزونًا، تارة بالبحر الطويل وتارة يكون شعرًا غنائيًا، وجد الناقدون صعوبة في تحليل قصائدي، فهي تكاد ترجح على الميزان مقارنة بقصائد شوقي وجبران، مكر مفر مقبل مدبر معًا.. كجلمود صخر حطه السيل من عل، كنت أجاري فصاحة

المتنبي ولكن دون المستوى!

هل تتخيل حياتي مع هذه التجارب الجميلة؟ حياة رائعة،  
أفعل ما أجد ممتعًا فقط ثم أنتقل لشيء آخر لتجربته، ولكن  
هل برعت في أي من هذه المهن أو المواهب؟ في الحقيقة  
لا، تعلمت الكثير من الأشياء وغيري يتقلد المناصب والجوائز  
وأنا ما زلت في مكاني، أتعلم وأجرب، أتعلم ثم أجرب، كنت  
أشعر بالغيرة عندما يفوز أحدهم بجائزة ما ولا أحصل على  
شيء في المقابل سوى بعض الثناء مثل (أنت بارع في كثير  
من الأشياء.. يا لك من محظوظ فأنت موهوب!) يكفي، حقًا  
اكتفيت، أريد نتيجة، أريد مردودًا حقيقيًا، ولكن لماذا؟ لماذا لا  
أحصل على شيء؟! هذا غريب حقًا! (رن هاتفني)

- بدر، وينك؟

- أنا في البيت منتظركم.

- أغراض الرحلة جاهزة؟

- أيوه.

- الخيمة معك؟

- أيوه..

- الخضرة؟

- بنشتريها من محل الخضرة، لا تنسي تقول للشباب كل

واحد يجهاز شتره (1) معه.

- تمام.

- لا تتأخر منتظركم برا البيت.

- خلاص أنا قريب بيتكم.

أغلقت الخط، لا أستطيع رفض نداء الوطن، إنها رحلة إلى

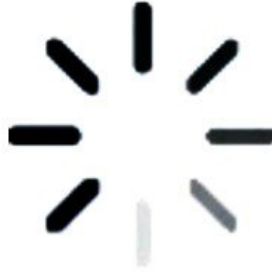
الخيال (2) .

\*\*\*

“عليك برأي الشيوخ، فقد مرت على  
وجوههم عيون العبر، وتصدعت  
لأسماعهم آثار الغير”

قول عربي

## هل تقبل النصيحة أم ترفضها؟



- بدر ولدي جهاز نفسك بتروح معنا للعمرة.

- عمرة؟! متى قررتموها؟ وكيف وليش؟ ومن اللي بيروح

معكم؟

- أنا وانت وحبوبتك (3) وخالك.

- بس؟

- أيوه.

ترددت قليلاً، ولكن ليس هناك مجال للتردد، إنها بداية عطلة الصيف ولديّ متسع من الوقت للتسكع مع الأصدقاء في العطلة، مدة السفر أسبوع، والعطلة ممتدة إلى ثلاثة أشهر، حسناً سأذهب إلى العمرة، إنها في الحقيقة المرة الأولى التي سأرافق فيها جدتي وخالتي في سفر، نظراً لحبي الشديد للتجربة والاستكشاف فإنني حقاً لا أمانع ذلك، علماً بأن خالي لديه جناح في أحد الأبراج المقابلة للحرم المكي، جناح فاخر في أفخم الفنادق المقابلة للحرم، فهذه تزيد من نسبة الموافقة لديّ، كان سفرنا مباشراً من صلاة إلى جدة على متن خطوط الطيران العُماني، الرحلات المباشرة ليست دائماً متاحة، ولكن أظن أن هنالك عرضاً من قبل الشركة لعدة محدودة يقيمونها كل عام، فاغتنمنا الفرصة لتجنب وعكة الترانزيت المزعجة المصاحبة للانتظار الطويل والمتعب، ولو أن استغلال مدة الترانزيت في الذهاب مشياً لكان أفضل من

في الحقيقة إن خالي رجل في الخمسينات من عمره، من خريجي إحدى الجامعات الأمريكية، رجل عصامي، تقلد العديد من المناصب المرموقة في كبريات الشركات، ما أود قوله إنه رجل كافح كثيرًا وانتقل من مرحلة إلى أخرى في حياته، حقق طموحاته، لم يكن يهوى الكثير من اللغو والتجمعات القبلية التي يكثر فيها النقد والهرج وتزيد فيها الغيبة، مغلفة بالاهتمام بشؤون القبيلة أو بشؤون أهل المنطقة، فهذا ينتقد هذا أو يعيبه، وذلك يسب هذا لأنه يستحق ذلك لفعله كذا وكذا، كان اهتمامه بنفسه وعائلته هو ما سخر جل وقته لأجله.

كنا ننام في الغرفة نفسها، على أسرة منفصلة، نومه خفيف، ليس من عشاق النوم، في صلاة الفجر كان يوقظني ونذهب سويًا إلى الحرم، كان يسألني تارة ويحدثني عن تخصصي، عما أود فعله عندما أخرج، في الواقع كان يتمنى أن يرى طموحًا نابغًا من عيني أو هدفًا أضعه نصب عيني، ولكن للأسف لم يجد شيئًا من ذلك، حدثني عن مكة، وكيف أن كل أنواع الطعام والفاكهة كانت تُصدَّر إليها من كل أنحاء العالم، وأرفق الآية الكريمة في حديثه، قال تعالى: (وَإِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ رَبِّ اجْعَلْ هَذَا بَلَدًا آمِنًا وَارْزُقْ أَهْلَهُ مِنَ الثَّمَرَاتِ مَنْ آمَنَ مِنْهُمْ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ) ... البقرة: [126]

وأخبرني أيضًا أن الناس تأتي من كل بقاع الأرض إلى مكة، جميعهم متساوون بالزي ومختلفون في الأشكال والثقافات، مهما كنت غنيًا أم فقيرًا، ذكيًا أم غبيًا، لن يميزك شيء وسط تلك الأمم التي تطوف بالكعبة، وذكر قوله تعالى: (رَبَّنَا إِنِّي أَسْكَنْتُ مِنْ ذُرِّيَّتِي بِوَادٍ غَيْرِ ذِي زَرْعٍ عِنْدَ بَيْتِكَ الْمُحَرَّمِ رَبَّنَا لِيُقِيمُوا الصَّلَاةَ فَاجْعَلْ أَفْئِدَةً مِنَ النَّاسِ تَهْوِي إِلَيْهِمْ وَارْزُقْهُمْ مِنَ الثَّمَرَاتِ لَعَلَّهُمْ يَشْكُرُونَ) [إبراهيم: 37]

حدثني عن فضل مكة وعن هجرة سيدنا إبراهيم إليها، وقصة

سيدتنا هاجر وماء زمزم، في الواقع كنت أستمتع بحديثه،  
أسمع وأفكر فيما يقوله، وهكذا قضينا معظم أيامنا في  
مكة، لم نذهب للمدينة في عمرتنا، كانت مدة الرحلة أسبوعًا  
قضيناها بأكمله في مكة.

في أحد الأيام قال لي سأخبرك بقصة رجل، هذا الرجل كان  
طالبًا عاديًا في المدرسة، أكمل دراسته ودخل تخصصًا عاديًا في  
الجامعة، بعد ذلك تخرج واشتغل في وظيفة عادية في إحدى  
الشركات، ثم قرر أن يتزوج، فتزوج بامرأة عادية وعاشا حياة  
سعيدة وأنجبا أطفالًا عاديين، مات الرجل بعد أن بلغ الشيخوخة  
ميتة عادية، فرحل الرجل من الحياة رحيلًا عاديًا، وشيّعت جنازته  
تشييعًا عاديًا، ونسوه الناس بعد مدة ولم يذكره أحد بعد ذلك  
لأنه كان شخصًا عاديًا، التفت إليّ، ثم سألتني:

- هل تريد أن تعيش مثل هذا الرجل؟ أم أخبرك بقصة الرجل  
المميز؟

- ومن هو الرجل المميز؟

- حسنًا، كان ذلك الرجل يدرس تخصصًا مميزًا في الكلية،  
بعد ذلك تخرج بمعدل متميز من الجامعة، ثم التحق بوظيفة  
متميزة، بعد ذلك تزوج الرجل بامرأة متميزة وأنجبا أطفالًا  
متميزين وعاشوا في حياتهم متميزين، كلٌّ ترك بصمة مميزة  
في مجاله، وخلدوا أسماءهم في التاريخ لأنهم تميزوا،  
وماتوا، وبكوههم الناس وذكرهم بعد موتهم، وكان لهم  
فضلٌ كبير على المجتمع بعد وفاتهم، ونحن نقرأ قصصهم  
ونستلهم منهم الكثير في حياتنا، فلو قرر أحدهم أن يعيش  
حياة عادية لما نُكِّد اسمه في التاريخ وما كنا لنعرفه في  
الوقت الحالي، القرار يعود إليك.

صدمت، لم أعرف ما ينبغي عليّ أن أقوله! نظرت إليه وعلى  
وجهي نصف ابتسامة، أكملنا طريقنا للفندق، أخذنا بعض  
الطعام معنا ثم مضينا عائدين إلى الفندق.

ظلت هذه القصة ترن في عقلي، لم تخرج هذه الحادثة من ذاكرتي مثل الحوادث اليومية التي تدخل من جهة وتخرج مسرعةً من الجهة الأخرى، بل كأنها سُرقت بالداخل ولم تستطع المغادرة، هل أصبح عقلي لثاً؟ أم أنه الحب الذي أعماه وجعله يتمسك بها؟ كل ما أعلمه أنها اتخذت لنفسها مسكناً وأظنها استوطنت فجعلت من عقلي وطناً لها، تعيش وتتغذى بداخله، تتكاثر أيضاً وتتزاوج، تنجب أفكاراً أخرى حتى تشكل رهطاً كبيراً، وربما ينقلبون على عقلي ويأخذون منه زمام الحكم، أحس بشعور ثورة قادمة، لن تظل بقية الأفكار على حالها، ستعرضها الأفكار الجديدة، فلديها من الحكمة والإقناع قوة كبيرة، فهي متعلمة ومثقفة وتستطيع قلب الحكم بكل سهولة، كيف سيصبح حالي بعد ذلك؟ كيف سأعيش مع الحاكم الجديد؟ مع الدستور الذي سينشئه، هل سيكون ديكتاتورياً أم ديمقراطياً يستلطف ود الشعب، أم ليبرالياً لا يبالي بالدين والتقاليد، أم شيوعياً لا يهمه سوى المال؟! سأعلم ذلك عاجلاً أم آجلاً.

انتهى الأسبوع الذي قضيته، عدت إلى الحياة الطبيعية والروتين الذي اعتدت عيشه، ليس لدينا الكثير من المجمعات التجارية ولكنها تفي بالغرض، فأكثر الأماكن التي نجتمع فيها هي الجبال أو السهول أو على الكورنيش (عدة كيلو مترات تفصل بين هذه الأماكن فهي ليست بعيدة والتنقل سهل بينها)، أو في إحدى الديوانيات الخاصة.

بدأت أنظر إلى الناس من حولي، أتفكر في حياتهم، ماذا يفعل هذا؟ وكيف سيعيش؟ كيف سيموت؟ هل سيتم ذكره بعد موته؟ لماذا؟ ماذا قدم لنفسه؟ هل هو الشخص العادي الذي تم ذكره في الرواية أم أنه مميز؟ الكثير والكثير من الأسئلة التي تدور في داخلي، كنت أنظر إلى الناس بفويبا العادي أم المتميز، أصابني الذعر، إن كان لموتي موعد قريب فأكره أن يأتيني ملك الموت وأنا الشخص العادي الذي تم



ذكره في الرواية، حسناً، ماذا أفعل؟ لا أريد أن أعيش عادياً، ولكن هل أستطيع أن أكون متميزاً في هذه السن؟! أنا في الخامسة والعشرين، لا، ما زلت صغيراً، حين يكتمل نمو عقلي ويصبح تفكيري كالكبار سأكون مميزاً، ولكن أسامة بن زيد قاد جيوش المسلمين وهو في السابعة عشرة!! أنا أكبره بثمانى سنوات، لا، لست صغيراً، بل أظن أن القطار قد فاتني، مهلاً، سليمان القانوني بدأ الحكم في السادسة والعشرين من عمره، لا لم يفتني القطار، سأحاول اللحاق به، ما دمت سليماً في بدني وسليماً في عقلي أستطيع أن أكون مثلهم، لم أسمع بأن لهم عقليين أو ذراع ثلاثة أو أربعة عيون، بل هم بشر مثلي، فلم لا أكون بشراً مثلهم؟!

بدأت أنظر إلى المحيط من حولي، كل مرة أقابل فيها أصدقائي أسرح بخيالي أثناء حديثهم وأفكارهم، هل يا ترى هذا كل ما يطمحون إليه؟! عندما أرى العزم والإصرار في أعينهم على نيل وظيفة معينة، ثم حياة عادية، هل سنكون جميعاً عاديين؟! لم أتجرب على سؤالهم، ظلت حبيس أفكارى لمدة من الزمن، يحسبني العاقل مجنوناً، هل فعلاً بدأت أجن؟! هل يفكر المجانين بهذه الطريقة، أم هل لهذا السبب أطلق عليهم مجانين؟ لأنهم ليسوا عاديين؟ إذن من هم العقلاء؟ هل العاديون عقلاء أم المجانين هم العقلاء ولكنهم مجانين؟! عقلي مليء بالأسئلة!!

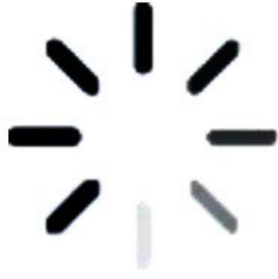
لا يهم أبداً، فغداً سيلعب النادي الملكي ضد برشلونة، يوم تُصفي فيه الحسابات، يوم يحمل الكثير من الرهانات الشفوية والتحديات بدون خرق قوانين الدين، سيحلف طارق بأن الريال ليس حتى فريقاً يجدر التحدث عنه وأن ميسي هو اللاعب الوحيد الذي يستحق المشاهدة، المصيبة عندما يصل طارق إلى مراده عن طريق إغاطة أحمد المتعصب لريال مدريد وخاصةً كريستيانو، هنا يبدأ اليوم، يتم جرد تاريخ الفريقين، والتحدث عنهما بالتفاصيل، كوني غير مهتم كثيراً بتفاصيل هذه الفرق

ومن هم اللاعبون الذين انضموا للفريق طوال مسيرة الفريق الرياضية؛ أستغرب من كم المعلومات الهائلة التي أسمعها خلال هذه المناظرة! أظن أحياناً بأن اللاعبين الذين انضموا هم أساساً غير ملمين بكل هذه التفاصيل التي لدى زملائي! لا أعلم هل أشعر بالفخر أم أرثي لحالهم! في الماضي لو عاد بي الزمان قليلاً ربما كنت سأفخر، ولكن أظنني أفضل جانب الرثاء في الوقت الحالي.

حفظ جميع هذه المعلومات يتطلب الكثير من الجهد والمتابعة والتحديث اليومي، بالإضافة إلى الجهد الآخر الذي يقوم به زميلنا وهو ممارسة كرة القدم مرتين أو ثلاث مرات في اليوم، أتحدث عن عدد المباريات التي يلعبها، ربما أكثر من ٧٠٪ من وقته يقضيه بين اللعب ومتابعة المباريات وتصفح حسابات الأخبار الرياضية وحسابات اللاعبين الشخصية ومعرفة جميع تفاصيل حياتهم، يأتي إليك في إحدى الليالي ويشتكى من ظلم الحكومات والمؤسسات وعدم اهتمامهم به وعدم رعايتهم له، وأنه أولى من الوافدين القادمين من أقاصي الأرض للعمل في مختلف أنواع الوظائف التي هو أحق بها منهم، المصيبة عندما تسأله في تخصصه يتحجج بأن التعليم كان ضعيفاً وأنه لم يستفد شيئاً بينما يقضي أغلب وقته في تفاهات لن توصله إلى مكان، لن أكون قاسياً، ولكنه لو أعطى قليلاً من وقته لتطوير نفسه، ماذا سيحصل؟ لا أملك رداً لهذا في الوقت الحالي، هل لديك رداً له؟ إنها معضلة كبيرة نواجهها، هل سنعيش ونموت بهذه الطريقة؟! حسناً، بدأت حقاً أقلق!!



## ما رأيك في التغيير؟



**عام جديد، فصل دراسي جديد** يفصل بين إكمالي آخر سنة في الكلية، أم الانتقال إلى جامعة خاصة لإكمال العام الأخير؟ كان إكمالي للدراسة يتطلب أن أحصل على معدل معين كي أحقق الشرط، أم سحب أوراقي ودفعت مبالغ لجامعة خاصة وامتداد المدة من عام إلى عامين لعدم كفاءة معادلة المواد كون الجامعات الخاصة جامعات ربحية تسعى لمماطلتك في التعليم كي تدفع أكثر طوال مدة تأخرتك! قررت أن أشد من أزرى وأربط على بطني وأجهز عدتي لرفع معدلي في الكلية كي لا أضطر للخروج منها، والحمد لله حققت مرادى، وحين موعد إكمال السنة الأخيرة، المشكلة تكمن هنا، أنه ينبغي نقلنا تلقائيًا إلى العاصمة مسقط لإكمال السنة الأخيرة هناك لأسباب خاصة بالكلية، ترددت كثيرًا في الانتقال، سمعت كثيرًا من الزملاء القدامى أنهم رأوا كوارث هناك! إنها ليست كلية عادية، فالدوافير ليست بدوافير هناك، إنها صعبة بمراحل كثيرة من المكان الذي جننا منه، اضطر الكثير من زملائي إلى إعادة بعض المواد بسبب الرسوب، ليس بسبب قوة المنهج، بل إنها سيطرة المدرس على الطلاب والمادة، إن لم تثر اهتمام المدرس وتتملق إليه لن تجد الأمر سهلًا أبدًا.

في السابع والعشرين من أغسطس، قبل بداية العام الدراسي بأسبوع، حزمت أمتعتي، علمًا أن المسافة بين مدينتي وبين العاصمة هي ألف كيلو متر، السفر بالطائرة يقارب الساعة والنصف، وبالسيارة يقارب العشر ساعات، أخذت سيارتي، حزمت أمتعتي، لم أبحث عن مرافق في السفر،

ضبطت المنبه قبيل صلاة الفجر، عندما جهزت السيارة، صليت مع الناس، أدت المحرك، وقفت عند آخر محطة قبل الدخول في الشارع الذي يخرجك من المدينة إلى الطريق الصحراوي القاحل، ملأت الخزان بالوقود، نظرًا لوجود دكان صغير في كل محطة، نزلت لأخذ بعض الشوكليت والبسكويت والماء ولم أنس الشاي، دفعت للعامل وانطلقت متوكلاً على الله إلى العاصمة، إلى العام الجديد الذي سأقضيه في مكان جديد، بيئة جديدة تاركًا أهلي خلفي، تاركًا أصدقائي وأقاربي، تاركًا حضارتي وذكرياتتي، تاركًا كليتي وتأسيسي، تاركًا كل شيء خلفي أملًا أن أعود

في يوم من الأيام بالشهادة التي هي حلم كل شاب، أملًا بالعودة سريعًا، أملًا بدرجات متميزة، أملًا أن لا أمل من البيئة التي هناك، لأنني إن أصابني الملل لن أصبر وسأعود سريعًا حتى لو كلفني ذلك دراستي، هذه النسخة القديمة مني تقول لي هكذا والنسخة الجديدة تقول لي اصبر، لا بد أن تمل، وتكل، وتتعب وتسهو حتى تحصل على مبتغاك، إن أردت التغيير فهكذا هو التغيير، وإن أردت العيش كالمعتاد عُد من حيث أتيت.

أقاربي البعض منهم مستقرُّ هناك، البيئة ليست جديدة، فقد كنا نأتي كثيرًا نقضي إجازتنا الشتوية هناك، لديّ البعض من الأصدقاء هناك، قررت الاستقرار عند عمي، هناك غرفة للضيوف في بيته، سكنت فيها، كنت محل ترحيب لأنني طوال حياتي وإخواني وأقاربي كنا في الإجازة نلجأ إلى بيت عمي ونبيت في ذلك المكان فلم يكن المكان غريبًا.

الغريب في الأمر أن هذه المرة لن أسهر إلى الفجر، ثم أقوم قبيل المغرب أستحم وأصلي ما فاتني قصرًا، ثم ألبس على عجلة وأتصل بالأصدقاء لنخرج ونكمل جولتنا في أحد المطاعم ثم الدخول للسينما، ثم إكمال السهرة في أحد المقاهي التي تقفل أبوابها في وقت متأخر من الليل، هذه المرة سأنام

مبكراً وأقوم مبكراً، سأختلط بالطلاب، سأسمع صوت الديك فجراً، سأسمع نداء المعلمين في الطابور الصباحي للمدرسة المجاورة للبيت، سأقع وسط الزحام المروري ظهراً، ولكن حمداً لله، كانت الكلية تقع على بعد كيلو متر واحد فقط من البيت.

اضطر زملائي المنتقلون معي إلى استئجار شقق سكنية، البعض تشارك السكن، والبعض فضل الانفصال والاستئجار وحيداً، كانت أياً ما جميلة، قررنا المنافسة وحصد أكبر الدرجات، قررنا التميز وترك انطباع جيد في هذا الصرح التعليمي الكبير الذي يأوي إليه الآلاف من الطلاب من شتى بقاع السلطنة، فعلاً تركنا بصمة قوية، كنا نذاكر في عطل الأسبوع، مرة في قهوة المكان ومرة في ستارباكس، ومرة في أحد المساجد ومرة في المكتبات المتنوعة، كانت بيئة جميلة وحائثة على الاجتهاد، لم أصادف هناك أي لصوص وقت، كان الناس منشغلين في أنفسهم ولم يكونوا قوماً ليليين، بل كانوا قوماً صباحيين؛ لذلك لم نواجه الكثير من الصعوبات في ترك السهر والالتزام بالتبكير في كل شيء تقريباً.

معرض مسقط الدولي للكتاب كان على الأبواب في بداية الفصل الدراسي الثاني، لم أستطع تفويت هذه الفرصة، كان المعرض هذه المرة في مركز مسقط للمعارض ومركز تم الانتهاء من بنائه قريباً، وكان افتتاح المركز والمعرض في آن واحد، مبنى ضخم، يقع في مدينة جديدة تسمى بمدينة العرفان، لم تنتهِ الحكومة من بناء هذه المدينة، لكن الرسومات التوضيحية تدل على أنها ستكون أحد أفضل المدن في العاصمة، تضم الكثير من المنتجعات والمجمعات السكنية والمرافق التي تساعد على استقطاب الكثير من السياح أثناء الفعاليات والمعارض التي يستقطبها المركز شهرياً.

تجولت في المعرض حتي فترت قدماي، لم آخذ الكثير من الكتب، كانت الزيارة المبدئية استطلاعية لا أكثر.

بالمناسبة، كان خالي الذي ذهبنا معاً إلى العمرة يعيش في

مسقط، كنت أذهب إلى زيارته مرة كل شهر أو شهرين بسبب انشغالي بالمذاكرة وبمشروع التخرج، في إحدى زياراتي سألته: كيف تطور نفسك؟ قال لي: (يجب أن تكون الأول والأفضل في تخصصك، ثم تهتم بتطوير لغتك الإنجليزية واستخدام الحاسب الآلي ثم تتقن مهارات التواصل)، هذه النصيحة التي أسداها لي كي أحقق النجاح، ثم أخبرني عن الوظيفة التي نالها قريبًا، أن التنافس على منصب الرئيس التنفيذي كان على مستوى العالم من كل مكان ولكنه نالها بسبب أنه كان يهتم ويطور نفسه دائمًا في تخصصه وفي المهارات الأخرى التي نصحني بها، واستطرد أيضًا أنه يجب أن تحدد مجالك وتفصله عن هواياتك، فمجالك يجب أن يحصل على 50% من وقتك، وهوايتك يجب أن تحصل على 10% من وقتك، أيضًا مجالك يجب أن يحصل على 50% من قراءتك، لكن هوايتك يجب أن تعطيه 10% من قراءتك، أيضًا مجالك يجب أن تعطيه 50% من علاقاتك، وبالمقابل 10% للعلاقات في هوايتك، أخيرًا يجب أن تكون 50% من إنجازاتك في مجالك، و10% من إنجازاتك في هوايتك، هذه معادلة سمعتها من الدكتور عن كيفية التميز والتركيز في مجالك، جاءت تأكيدًا على ما قاله خالي لي.

أخذت كلامه كالعادة وجعلته مستقرًا في عقلي، كانت المرة الأولى بعد عودتي إلى غرفتي أن أفكر في أن أصبح معماريًا معروفًا في كل مكان، وأن أطور نفسي في العمارة والتصميم، وأن يكون لي اسم كبير مثل فرانك لويد، أو لي كربوسير، أو نورمن فوستر، والكثير من المعماريين الذين ندرسهم حاليًا في تاريخ العمارة العالمية.

زيارتي التالية لمعرض الكتاب كانت معمارية تطبيقًا للكلام والتحفيز الذي أخذته من زيارتي الماضية، أخذت بعض الكتب المعمارية وبعض الكتب التعليمية لبعض البرامج المعمارية الحديثة، كانت الكتب المعمارية باهظة الثمن وعالية الجودة، بل كان ثمنًا مبالغًا فيه، قيمة الكتاب الواحد تساوي ما قيمته

اثننا عشرة رواية. لم آخذ كثيرًا من الكتب، بل كتب معدودة قد أستفيد منها لاحقًا أملًا في أخذ الكتب المعمارية على دفعات أثناء مسيرتي الحياتية مستقبلًا حتى أصنع مكتبة خاصة بي تضم كل اهتماماتي، ولكن هل فعلًا أصبح التخصص الذي كنت أنوي تغييره يأخذ اهتمامي؟!

نعم، فقد عقدت النية في التغيير، يجب أن أتغير، أريد صنع الفارق في هذه الحياة، سأصبح شخصًا ناجحًا متميزًا، سأقوم بتخليد اسمي في التاريخ، لن أَرْضَى بحياة عادية، ووظيفة عادية، بيت وأطفال عاديين، موت عادي!

لكن كيف؟ كيف أصل وكيف أتغير؟ كيف عاش العظماء؟ كيف كانت حياتهم؟ ماذا فعلوا كي يصلوا إلى تحقيق هذه الإنجازات؟ يقولون السعي والإرادة هي من تدفعك إلى تحقيق طموحاتك وأهدافك، حسنًا ما هي الطموحات والأهداف؟ هل يقصدون أهداف ميسي أم كريستيانو؟ أم يقصدون الأهداف التي تتدلى في أندية الرماية؟! إنها أهداف يتم تصويبها، الأهداف كثيرة جدًا، أي هدف أريده؟

النية، وما أدراك ما النية؟! إنها تغير من كل معتقد في الحياة وكل فعل تقوم به، قد تتشابه أفعالنا وتختلف نياتنا ونحصد حصادًا مختلفًا جزاء ذلك، من الممكن أن يكافأ أحدنا بالجنة والآخر يحاسب في النار بسبب النية، النية هي أحد أسباب وأبواب التغيير، فإن عزمتم فتوكل على الله. كنت أجد عوائق كثيرة قبل عقد النية في التغيير، كانت الوسواس تأتيني كثيرًا، هل ستترك حياتك الممتعة؟ هل ستترك الرحلات الجميلة، الاستجمام، الضحك المتواصل والحديث الشيق؟ لا وجود للهموم والتحديات، تأكل وتشرب وتنام، أنت بصحة جيدة، فلم تجهد عقلك ونفسك، حسنًا هنا يكمن الفرق، لا يوجد عظماء في التاريخ لم يدفعوا ضريبة التميز، لكنها ليست ضريبة نقدية أو ضريبة سلبية أو سيئة، إنها ضريبة جميلة تجعلك تحمل المسؤولية على عاتقك، مسؤولية تُشعرك بأنك يجب

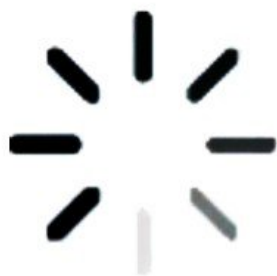


أن تكون إيجابياً وتساعد الناس من حولك، مسؤولية الاهتمام بجسدك وصحتك، مسؤولية أداء واجباتك الدينية تجاه نفسك ومجتمعك، مسؤولية نبيلة هدفها نبيل، ليس النبلاء من يعيشون في القصور ويكتسون الحرير ويُقلدون باللؤلؤ، إن النبل أخلاق وعادات حميدة، ومساعدة نفسك وأخذها من القاع إلى القمة، وأثناء صعودك تأكد بأنك ستري أحداً عالماً بصخرة وهو يحاول الصعود يجب أن تساعد ثم تمضي، ثم ستري شخصاً يحاول أن يلقي بعض الصخور عليك كي تنزلق، تجاوزه وتجاوز عنه، وستجد شخصاً قد أصابه من التعب ما يجعل نفسه تساوره بأن يقف ويكتفي بهذا القدر، أعطه بعضاً من الماء ورّبّت على كتفه وشجعه على المواصلة، دع هالتك تصيب كل من حولك، دعهم يمتصوا الطاقة الإيجابية منك، فأنت متميز، وساعد غيرك في أن يكون مثلك، كن قدوة وواصل المسير للقمة.

“عندما يتضح لك أنه لا يمكنك  
تحقيق أهدافك، فلا تقم بتعديل  
تلك الأهداف، بل عدل خطواتك التي  
تتخذها للوصول إليها”

كونفوشيوس

## من أنا؟ ماذا أريد أن أكون؟



**ماذا أريد أن أكون؟ سؤال يأخذ مني الكثير من الوقت، يأخذ أغلب الجهود التي يبذلها عقلي في سبيل أن أعيش. أنهيت دراستي قبل شهرين من الآن، الوظائف تنهال عليّ من كل جانب والعكس أصح، عُدت إلى مدينتي، إلى كل شخص فارقته أملًا أن أعود بما أريد، وها قد عدت حاملاً معي شهادتي الجامعية، أنا لا أراها بالشيء الكبير، ولكن أغلب الناس يرونها إنجازًا، ربما لضعف بصيرتهم ورؤيتهم للمستقبل، أو أنها استولت على كل اهتماماتهم وجعلت منها الهدف الرئيسي في الحياة.**

رأيت خريجين كثير، نادرًا ما رأيت من كان منهم ذا كفاءة عالية، ولكن لم؟ بعض الخريجين يقضي عامًا ثم يدخل إلى العام الثاني، ثم يلقي التحية على العام الثالث، ولم يفعل شيئًا طوال هذه السنين، لم يطور من نفسه ومهاراته، لم يتعلم شيئًا جديدًا، كان بإمكانه أن يتدرب بدون مقابل في إحدى الشركات، يقضي قليلًا من الوقت يكسر فيه الملل والمحافضة على بعض ما تعلمه في الجامعة، هل فعلاً الجامعه لا تعلمك شيئًا؟ كثيرًا ما يقولون إن الشاب يتعلم في الوظيفة شيئًا جديدًا كليًا عما كان يدرسه في الجامعة.

جلست مرة أحاور أحد أصدقائي الأعزاء، سألته عما يريد تقديمه وعن أهدافه، قبل أن أضع إجابته سأخبركم عن حياته في الثلاث سنوات الأخيرة، كنت وأقاربي نلومه كثيرًا على عدم

جلوسه معنا ونعاتبه عتابًا حادًا حتى صار في الآونة الأخيرة لا يرد على اتصالاتنا ويتجنب الحديث إلينا إلا إن أجبرته الصدف على ذلك، كان قد أفنى ثلاث سنوات من حياته في أحد أندية كرة القدم، وكان مشرفًا على فرق الناشئين والشباب في النادي، كان المسؤول الأول عنهم وأيضًا كان من أنشأ برنامج (جيل الاحتراف) كان مولعًا بكرة القدم، فقرر أن ينشئ هذا البرنامج ويطبقه على الفرق الناشئة في النادي، علمًا بأن النادي وإدارته لن تقدم أكثر من ذلك إن كان الأمر عائدًا إليهم، أهمل الكثير من الأشياء في حياته في سبيل إنجاح هذا المشروع، في نهاية المطاف حققت إحدى الفرق بطولة الكأس على مستوى السلطنة، فكان هذا إنجازه وثمره جهوده التي أفناها طوال السنوات الثلاث التي مضت، حين سألته عن هدفه وما يريد تقديمه، قال لي بأنه يريد بناء مدينة رياضية كبيرة تستضيف معسكرات الفرق الخارجية، تؤهل اللاعبين والفرق المحلية، وإنشاء أكاديمية للهواة والأطفال الذين لم يثق أهلهم في إرسالهم للتدريب في أحد الأندية، إلى رفع مستوى هذه الرياضة والارتقاء بها. أثناء إلقائه لأهدافه كنت أتخيل هذه المدينة، كنت أرى نفسي مديرًا فيها ومطورًا لها، كانت الأهداف تخرج من فمه لتستقر في عقلي، أعجبني هدفه، لم لا يكون هذا هدفي أيضًا؟ مهلاً، هذا لا يجوز، للأسف هذا ما حصل، بدأت أسأله وأطوره عن ذلك، وأستخدم كلمة نحن ومشروعنا، وسنفعل كذا وكذا، أشعر بالخجل الآن من فعلي هذا، ولكن لا ينبغي عليّ ذلك لأن ذلك هو أقصى مدى لعقلي وتفكيري في ذلك الوقت.

بعد ذلك، عندما أسمع أن شخصًا سيفعل كذا ويريد تحقيق كذا، دائمًا كنت آخذ هدفه وأحاول التفكير به وكيف أفعله، لم تكن لديّ هواية خاصة بي، كنت آخذ أحلام الآخرين وأفكر بها كي أنفذها، ولكن كي تطمئنوا لم آخذ إلا هدفًا واحدًا من أهداف الناس وكان الأخير.

بدأت ممارسة الكتابة لفترة من الفترات، فوضعت حلماً أن أكون أفضل كاتب في العالم وأن آخذ جائزة نوبل في الأدب، بعد أن وضعت هذا الهدف، شعرت بنوع من التعجيز، شعرت بأن الحمل ثقيل، لن أقدر عليه، كل مرة أقرأ فيها لأحد الأدباء أشعر بأن مستواهم مختلف والفارق بيننا كبير جداً! فكان هذا الشيء يشعرنى باليأس والإحباط حتى ذبل هذا الهدف واختفى.

كيف يحقق الناس أهدافهم؟ بل كيف يضعونها؟ أتى لهم التفكير في هذه الأهداف الضخمة! أولاً يشعرون باليأس والإحباط عند رؤية النماذج الكبيرة التي يقتدون بها!؟

لعبت التنس لفترة من الفترات، استمتعت جداً بهذه الرياضة، أخذت الكثير من الحصص التدريبية كي يقبل اللاعبون الآخرون باللعب معي لأنهم ينبذون المبتدئين، المبتدئون عندما يتم إشراكهم في اللعب يتوقف اللاعبون الجيدون عن اللعب، تُقفل المسامات التي كانت تُضخ بالعرق، تبرد ساقك لعدم حركتهما كثيراً لأن معظم الكرات تنطير إلى خارج الملعب، فيضيع أغلب الوقت في جمع الكرات، وهذا شيء نتهرب منه جميعاً إلا إذا اضطرت الحالة إلى قبولها مبدئياً ثم تصريفها في أقرب فرصة وإبعادها عن اللعب.

طورت من مستواي في فترة وجيزة مع المدرب، كان يقول لي بأنك ستصبح بطلاً على المحافظة إن استمرت في اللعب والتطور بهذا النهج، علماً بأنني لم أكن أعرف أي شيء حول هذه اللعبة قبل أن أتعلمها، تعلمتها ولعبتها، بعد ذلك بدأت أهتم بأخبارها وبطولاتها العالمية، ومن هم اللاعبون الأقوى في العالم، عندما رأيت الزخم الإعلامي والأجواء الجميلة التي يعيشها اللاعبون قررت أن أطور مستواي وأن أكون لاعب تنس عالمياً. عزيزي القارئ.. هل تدرك أن عمري كان أربعة وعشرين عاماً حين قررت تعلم اللعبة وقررت أن أكون لاعباً عالمياً، كي تدرك فقط أن الاحتراف في هذه اللعبة يجب أن يكون منذ

نعومة أظافرك، عند سن الثالثة أو الرابعة يقرر أهلك أي رياضة سيشركونك فيها كي تتعلمها وتحترفها، وأنا في سن الرابعة والعشرين أريد ذلك! وكى أزيل خيبة الأمل عن نفسي بدأت البحث في اليوتيوب تحت عنوان (تعلم التنس في سن متأخرة والاحتراف فيها)، وجدت مقطعًا على اليوتيوب بعنوان (تعلم التنس في وقت متأخر) كان العنوان بصيص الأمل الذي أبحث عنه، أخيرًا سأكون قادرًا على مواجهة «فيدرر» في مباراة في الدور الأول، أو مصادفة «نادال» في غرفة الملابس والحديث عن تاريخنا في هذه اللعبة، ثم بعدها يمكننا الخروج بعد المباريات الحامية التي سنخوضها إلى حفلة شواء في مايوركا أو في موناكو واضغطت على الرابط لرؤية هذا اللاعب الذي تعلم التنس في سن متأخرة، كان مقطعًا إخباريًا من إحدى القنوات الكويتية، حمداً لله، هنا بدأت أتيقن بأن ما شيعرض ليس مقلبًا كوميدياً أو مصدرًا كاذبًا، بدأ المعلق الإخباري يشرح هذه الموهبة التي ستكتسح التنس الكويتي والخليجي في المستقبل، هنا صُغقت وأطفأت حاسبي الآلي حين قال بأن اللاعب التحق باللعبة في سن التاسعة، وهذا ما يجعل التحاقه بالركب متأخرًا، فما بالك بالرابعة والعشرين! ظننت بأنني لا أصلح حتى أن أكون جامع كرات في هذه اللعبة نظرًا للتبكير في الالتحاق بها. عمومًا في ذلك اليوم أدركت أن هذا الهدف كان تعجيزيًا ويجدر بي نسيانه والبحث عن شيء آخر.

لم أترك اللعبة، ظللت أمارسها وأستمع بها كنوع من أنواع الرياضة التي أحبها، علمًا بأنني لم أكن أهوى كرة القدم ولم تكن رياضتي المفضلة، فوجدت سببًا يحثني على ممارسة الرياضة بشكل يومي وهذا جيد نوعًا ما.

بدأت أتشتت كثيرًا، أنظر هنا وهناك، أدخل إلى الكهوف، أصعد قمم الجبال، أتوغل في الغابات، أبحر في المحيط في الصيف حاملاً عدة الغوص، بحثت في كل هذه الأماكن بكل الأدوات، ولكن ظللت مشتتًا، ذهني شارد، لم أجد ما أريد، لم

أعرف من أين أبدأ، هل أبدأ من المنعطف داخل المدينة للدخول في الشارع السريع، أم من منتصف الطريق السريع، أم أركن السيارة وأستقل سيارة أجرة تأخذني إلى وجهتي التي هي ضائعة مني؟! ربما سائق التاكسي يعرفها جيدًا .

قبل أن أخلد إلى النوم كالعادة بدأت تصفح الإنستجرام ورؤية ما الجديد، يفوتني الكثير من الجديد ولكن قليل فقط ما يلفت انتباهي، بدأت أتشاءب، النعاس بدأ يسرق طاقتي لا أعلم إلى أين يأخذها، ولكنه ماهر في ذلك، عيناى تصارع كي تبقى مستيقظة وأصبعي تسحب الشاشة للأعلى لرؤية ما تبقى من الصور، سرعة أصبعي بدأت تبطئ، جفناى بدأ بالانسداد، لمحت في صورة ضبابية (دورة كتابة الأهداف لأحد المحاضرين) قفزت من مكاني، بدأ الأدرينالين يضح بعضًا من الدم كي يجدد طاقتي التي أوشكت على النفاد، أخذت الرقم الموجود في الصورة، أضفته على الواتساب، كان الوقت متأخرًا، قررت أن أسجل في الدورة إن أمد الله في عمري إلى اليوم التالي.

ربما هذا ما أحتاج إليه، ربما فيها خلاصي من الضياع الذهني الذي أعانيه. لم يحصل لي التعرف على المحاضر من قبل ولكن كنت في حالة تقبل أي شخص ينشر نفس الإعلان، كنت في حالة تسمح لي بأن أقبل الموعظة من أي شخص، كاذبًا كان أم صادقًا، طفلًا أم كهلاً، رجلًا أم امرأة، لا أبالي حقًا ولكن أريد الخلاص من هذه الحياة التي تؤرق فكري.

سمحت لعقلي بالعمل والتفكير، كان في سبات عميق، كنت مرتابًا نوعًا ما، لا أفكر فيما سأكون، كنت أعيش يومي مثل باقي الناس، لا أفكر في المستقبل، فعلمه عند خالق السماوات والأرض، لم أتعب وأجتهد لأجل نفسي ولأجل المجتمع ولأجل ديني، هناك من يقوم بهذا الواجب، هناك البعض الذين سنعتمد عليهم لأخذ هذه المهمة، سندفع لهم المال وسيفكرون نيابة عنا، لا نحتاج للتفكير العميق والدراسة المكثفة والنوم في المكتبات بين صفحات الكتب والمجلدات،

السهر إلى الفجر ثم الإفطار مع الأصدقاء وبعدها نعود إلى بيوتنا وقد اكتسى السواد أسفل العينين، نحبي من نلقاهم في الشوارع، منهم من يأخذ أطفاله إلى المدارس ثم يذهب إلى عمله ونحن عائدون للنوم، كلا كلا، أعوذ بالله من الشيطان الرجيم.

سجلت في الدورة، كانت بالأصح ندوة لساعتين في أحد المسارح، عدد الحضور كبير، جئت متحمسًا لتغيير العالم، هل جميعهم لديهم نفس المعضلة؟ جميعهم مشتتون؟ هل هم بؤساء؟ أم جاءوا لقضاء بعض الوقت ثم العودة إلى حياتهم الطبيعية؟ جلست في الصف الخامس عشر، لم أكن قريبًا من المسرح، جررت معي أحد أصدقائي عسى أن تنهض ثورة في داخله تجعله متحمسًا مثلي، فتحت المذكرة التي جلبتها معي أملًا أن تمتلئ صفحاتها بالفوائد التي أريدها أن ترسم طريقًا واضحًا لحياتي القادمة.

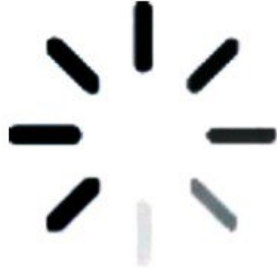
بدأت المحاضرة وبدأت في الاضطراب والتوتر، هل فعلاً سأبدأ من هنا، أم سأعود إلى فراشي مثل كل يوم؟ لا تستبق الأحداث وأنصت جيدًا.



“ إذا لم تقم بتصميم خطة لحياتك، فمن  
المحتمل أنك جزء من خطة أحد ما،  
وخمّن ماذا خطط لك؟  
طبعًا ليس بالكثير”

جيم رون

## هل أحضر تلك المحاضرة!!



**استرسل** الدكتور في الحوار وأخذ وأعطى مع بعض الحاضرين في الصفوف الأمامية، كان يتحدث وخلفه شاشة عرض يعرض فيها محتوى المحاضرة، استعرض أنواع الأهداف، وهل للأهداف أنواع. أمر غريب، أنا فقط أريد هدفًا واحدًا، فكيف بي أن أفكر في عدة أنواع؟! هدف قصير المدى؟ هدف متوسط المدى؟ هدف طويل المدى؟ لم كل هذا؟ لكن ماذا يقصد بكل هذه الأنواع؟

برر أن الهدف قصير المدى يعني ما يريد المرء تحقيقه خلال هذا العام، مثلًا أريد أن أطور لغتي الإنجليزية خلال هذا العام وخوض اختبار اللغة، مثال آخر، أريد خسارة ٢٠ كيلوجرامًا من وزني خلال هذا العام، أو أنني أريد قراءة خمسين كتابًا هذا العام، حسب ما فهمته أنها الأهداف الصغيرة التي أريد تحقيقها خلال هذه الاثني عشر شهرًا التي أعددتها.

هدف متوسط المدى، هو هدف على مدى خمس سنوات مثلًا: أريد خلال هذه المدة أن أجتهد وأتخرج في الكلية في الوقت المقرر، ولن أسمح للرسوب والإهمال بأن يؤخر خطتي في التخرج.

هدف طويل المدى هو الهدف الذي تكون مدته في حدود العشر سنوات، وهي تحقيق الأحلام الكبيرة، مثلًا تريد بناء منزل أحلامك بعد الاجتهاد في العمل طوال هذه المدة والحصول على ترقية تجعلك قادرًا على بناء هذا البيت، أو تخطط لاكتساب الخبرة خلال عشر سنوات من عملك ثم بعد

ذلك تبدأ في عمك الخاص والدخول إلى عالم المشاريع التجارية، تختلف هذه الأهداف كثيرًا من شخص لآخر، ولكن هذا ما فهمته في المحاضرة.

حسنًا، سأضع ثلاثة أهداف: الأول قصير والثاني متوسط والثالث طويل، بدأت أحاور نفسي، شررت ذهنيًا عن المحاضرة حتى لفتني الدكتور بقوله إن عدد الأهداف من الممكن أن يزيد بأي عدد تريده.

ولكن كيف يمكن للأهداف أن تزيد وتنقص؟ لا يمكن للمرء أن يضع هدفًا لكي يكون طبيبًا، وأيضًا يضع هدفًا آخر بأن يكون طيارًا!! إنه تناقض، هكذا يصبح حالي عندما أرى تناقضًا في كلام المحاضرين، أفضل الخروج من المحاضرة، يأخذون هذه المحاضرات على أنها نوع من الأعمال والتجارة، ليست محاضرات مفيدة، يأخذون أموالنا بلا محتوى مفيد، أحسست بذلك من البداية، لن أجنبي ثمارًا من هذه المحاضرة، سوف أخرج.

هممت بالنهوض ولكن المحاضر أوضح أمرًا استوقفني واضطرتني للجلوس مجددًا، قال: هدف رياضي، هدف ديني، هدف صحي، هدف عملي، هدف اجتماعي، ما كل هذه الأهداف؟! لقد تهت قليلًا، هل تقصد أن أكتب جميع ما أود فعله في هذه المجالات؟ مثلًا أريد أن أحافظ على صحتي هذا هدف، أريد تغيير نمط أكلتي والتقليل من الزيوت والسكريات، هل هذا أيضًا هدف؟ أريد قراءة جزء من القرآن يوميًا، أو حضور درس ديني شهريًا، هل يعتبر أيضًا هدفًا؟ ماذا تقصد بالاجتماعي؟ هل تقصد أن يكون لي حضور بارز اجتماعيًا ويعرفني الناس؟ هذا أيضًا يُعد هدفًا؟ الآن فهمت ما يقصده عن عدد الأهداف الذي يزيد وينقص.

ماذا إن لم يكن لديّ هدف من الأساس؟ ماذا لو كان أحد الحاضرين أتى للحصول على هدف من المحاضر ظنًا أن الدكتور سوف يخرج صندوقًا مليئًا بالأهداف وسيوزعه علينا ويخرج كلُّ منا حاملًا هدفه سواء في حقيبته أو جيب

دشداشته أو خباه أحدهم في مكان ما تحت عمامته! أشفق على نفسي وعلى من أتى يحمل مثل هذه الأفكار الغريبة، للأسف لم توزع علينا أية أهداف، كان مطلوبًا منا البحث عن الأهداف، أتى بعض الناس ومعهم أهداف مبعثرة وحصلوا على آلية ترتيبها وتصنيفها، ولكن ماذا عن الآخرين؟

جربوا، نجرب ماذا؟ قال متحمسًا: إن لم يكن لديك هدف جرب الكثير من الأمور، جرب هنا وجرب هناك، جرب أن تعمل محاسبًا ماليًا، جرب أن تعمل في محل للعطور، جرب صنع الشاي والقهوة، جرب طهو الطعام، جرب بناء بيت أو تصميم غرفة، جرب نقل المعدات والأثاث، ما رأيك أن تجرب الصيد؟ عفوًا لا أقصد صيد الحيوانات البرية، بل أقصد صيد السمك، هل جربت التنظيف أو تركيب الرخام؟ هل خطر على بالك أن تغسل الملابس أو غسل السجاد؟ مهلاً، هل يقصد بالتجريب أن نجرب كل هذا؟ لا بالطبع، ولكنه يقصد بأن تجرب كل ما يدور حولك أو يلفت القليل من اهتمامك، من الممكن أن يفتح لك آفاقًا جديدة وترى أين يقع اهتمامك وما المجال الذي تحب العمل فيه.

لن يطرق الهدف باب غرفتك كي يوقظك في الثامنة صباحًا، وينتظرك بعد ذلك كي تستحم وتلبس ثم تخرج في جولة صباحية، ثم يدعوك للإفطار في أحد مقاهي ستاربيكس كي يعرض عليك خدماته، ثم تأخذ أسبوعًا تفكر في عرضه هل توافق أم لا.

عليك البحث عنه عن طريق التجارب، التجارب هي خير سبيل للتعرف على ما تحب العمل فيه، مهما قرأت أو شاهدت لن تحصل على ذلك الشعور الذي يدفعك للقيام من فراشك والنعاس يصارعك للبقاء فيه، لن تفقد القيمة الوقتية وتمر عليك الساعات بلا طعام أو نوم إن لم تكتشف ما تحبه، قد يحرملك ما تحب العمل فيه من النوم والأكل وحتى جمعة الأصدقاء والعائلة، ولكن هناك هدف تسعى لتحقيقه، بعد

ذلك سيأتي الكل لتشجيعك وتهنئتك على ما أنجزته.

يتحجج الكثير بعدم وجود الأهداف في حياتهم ولكنهم لم يسعوا لاكتشافها، لم يتعرفوا على أنفسهم، البعض منهم مستعد للجلوس مع أحدهم والتعرف عليه وعلى حياته لساعات طويلة من النقاش وسرد قصص الماضي واكتشاف حياة الشخص الآخر، ولكنه لم يمض ساعة في التعرف على نفسه واكتشافها. لن تتعرف على نفسك حتى تختلي بنفسك لبعض الوقت، راجع حياتك، راجع تجاربك، طباعك، ميولك، ربما لديك الكثير من المؤشرات التي ظلت تناديك لسنوات كي تلتفت إليها لتقول لك إنك محاسبٌ بارع وعليك بتنمية هذه المهارة لديك، ولكن لا حياة لمن تنادي! إنك لا تستمع لنداء نفسك، ربما كنت شخضًا عندما يلبس ويحسن تنسيق ملبسه وغرفته يشيد به الآخرون طوال الوقت لذوقه الرفيع في اختيار الألوان والأدوات المناسبة وتركيبها مع بعض للظهور بأجمل حلة، والمؤشرات ظلت تناديه كي يكون مصممًا أو مهندسًا ولكنه لم يلق لنفسه بالأ ولم يستمع لها! وهناك الكثير والكثير من النماذج التي لم تكتشف وتتعرف على ذاتها.

الشروط والأحكام ، جملة نتجاهلها كثيرًا ونغض أعيننا كأننا لم نرّها عندما تأتي حاملّة القيود والسلاسل والأغلال كي تقيد ما نريد العبث به، الكثير منا يحب العبث بالقانون وعدم التقيد به، ولكن هنالك ضوابط عند تحقيقها تمكنا من الوصول إلى وجهتنا بسلام ونجاح. أنهى المحاضر كلامه بالشروط والأحكام التي يجب على أهدافك أن تتقيد بها.

لا أريد تعقيدك، لا تنسحب، استمع للنهاية كي لا تصاب بالإحباط عند وضعك للأهداف، لأن بعض الأهداف خارجة عن الشروط الخاصة بوضع الأهداف، فالأهداف لا بد أن تكون معقولة وقابلة للتحقيق، مثلًا لا تضع هدفًا ينص على أنك تريد أن تكمل بقية حياتك في كوكب زحل، أو أنك تريد الفوز

بجائزة الأوسكار في التمثيل، أو تريد الفوز بجائزة نوبل في الفيزياء، فالجوائز ليست أهدافًا لأنها اختيار وأذواق ومقاييس قد تختلف باختلاف لجنة التحكيم.

يجب أيضًا عند تحديد الهدف أن تحدد له مدة زمنية وتضع تفاصيلها، مثلًا لا تقل أريد أن أخسر ٢٠ كيلوجرامًا من وزني الزائد وتكتفي بهذا، بل يجب عليك أن تضع مدة، مثلًا تريد أن تخسر ٢٠ كيلوجرامًا في ٦ أشهر وتضع الخطة التفصيلية للوصول للهدف بأن تمشي يوميًا لمدة ٤٠ دقيقة وأن تغير من نمط أكلك وتستبدل الصحي بالصار، بهذه الطريقة تكون قد رسمت الطريق للوصول إلى هدفك.

مثلًا لديك هدف بأن تكون خطاطًا وتكون لك معارض تنشر فيها لوحاتك الفنية ولكن خطك الآن ليس جميلًا، فينبغي عليك وضع الطريق الذي سيوصلك إلى المرحلة التي تفتح فيها معرضك الخاص بالخط العربي، كالتسجيل في معهد للخط والتدريب ساعه يوميًا، حضور المعارض الخارجية لاكتشاف مستوى الخطاطين الآخرين، الاطلاع والتدريب حتى تصل إلى ما تصبو إليه وتكون جاهزًا لافتتاح المعرض الخاص بك.

أذكر أيضًا موضوعًا مهمًا، وهو المرونة، ليست هي بذاتها المرونة التي تُكتسب عند ممارسة اليوجا أو عند عمل الإطالات قبل أو بعد التمارين الرياضية، هذه المرونة تختلف، إنها المرونة في وضع الأهداف، هل تكون الأهداف مرنة؟ أمر غريب، ولكن نعم، يجب أن تكون مرنة، فعند حدوث بعض الأمور التي تسد عليك الطريق لتحقيق حلمك، لا ينبغي أن تتوقف حياتك أو أن تصاب باليأس والاكتئاب أو تفلت كل شيء من بين يديك، بل يجب عليك أن تكون مرناً وتقبل حدوث الأمر وتغير الهدف وفقًا للظروف التي أدت إلى إيقاف الحلم السابق.

سعيد كان سعيدًا بممارسة كرة القدم، وقد كان منذ صغره مولعًا بهذه الرياضة، وكان حلمه أن يكون محترفًا في المستقبل في الدوري الإنجليزي أو الأسباني، الكل كان يشيد

بمهارته في اللعب وتنبا له الكثيرون بالمستقبل الباهر. عندما وصل سعيد إلى السادسة عشرة، كُسرت ساقه وكعب قدمه اليمنى، كانت حالته طارئة وأدخل إلى غرفة العمليات، ثلاث عمليات أجريت لقدمه وعُزز الحديد ليدعم العظام المكسورة وسوف يعيش مدة طويلة صديقًا للحديد في جسمه، ليس أيرون مان ولكنه سعيد مان، لن يمارس سعيد كرة القدم مجددًا نظرًا لمرحلة الطب الحالية في مجتمعنا الجميل!

هل ينبغي على سعيد الانتحار بعد خروجه من المستشفى؟ أو أن يصبح كئيبيًا سلبياً متدمراً طوال الوقت لا يُطاق؟ أم أن عليه أن يقفل باب غرفته على نفسه وأن يشرع في البكاء حتى يفرغ فؤاده؟ سعيد لديه خياران الآن: إما أن يغير هدفه ويشرع في البحث عن هدف آخر ويمضي حياته بروح رياضية وبروح جميلة وحيوية، أو أن يصبح البؤس خليله طوال ما تبقى له من عمر، إليك الخيار.

نلاحظ في الكثير من أفلام الأكشن التي تتمحور حول الاستيلاء والهجوم على المباني أو المدن، أن هناك دائماً (الخطة ب) في حالة فشل الخطة التي رسمها الأبطال يتم استبدالها بـ(الخطة ب) وإكمال المشوار حتى النهاية، هكذا يجب أن نفكر وهكذا يجب أن نضع لأنفسنا دائماً أكثر من هدف وأكثر من خطة تساعدنا على إكمال مشوارنا.

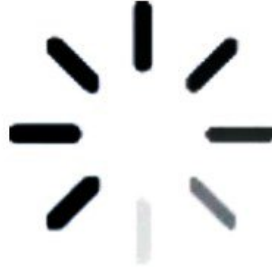
نقطة جميلة أشار إليها المحاضر، فعلاً لا أريد أن أعيش حياة الأخ سعيد، سأجعل أهدافي مرنة من الآن بدون التعرض لأي إصابات، سأضع هدفاً هنا وهدفاً هناك، سأنوع مهاراتي، سأتعلم كل شيء يساعدني على النهوض بنفسي ومجمعي. قال زميل لي عبارة لن أنساها: ((لن أشعر يوماً بالإخفاق، سأسعى لتحقيق المراد، سأزرع وردة وأسقيها وعلى الحب الصادق سأنميها، لن أشكو يوماً مصابي، سأعيش سعيداً بما أنجزت)). لن أنسى هذه الكلمات، يجب أن أبدأ في كتابة أهدافي.

“ يقال إن القهوة مثل الحب، كلما  
صبرت عليها أكثر كلما ازدادت جمالاً ”

إليف شفق



## تعرّفت على تلك السمراء



**يستيقظ** في الساعة صباحًا، يلبس ملابسه بسرعة، يأخذ حقيبة، يخرج مهرولاً وسط الزحام، يراوغ هذا ويتجنب الاصطدام بهذا حتى يصل إلى الطوابير التي اصطفت ويقف في آخر الصف كي يحصل على حقه في احتساء القهوة قبل أن يذهب إلى عمله.

مشهد نراه كثيرًا في الأفلام، نراه كثيرًا في الدول الأخرى عندما نسافر ونتجول صباحًا، البعض يأخذ كتابًا وينزوي في ركن من أركان المقهى ليحتسي القهوة وهو يتصفح ما بين يديه، والبعض يتكبد العناء من مناطق بعيدة للقاء لا يتزين إلا بكوب من القهوة، وآخرون يأخذونها على عجل ثم يمضون إلى أعمالهم، أرى اللذة في أعينهم، كأنه مدمن يتعاطى الممنوعات! إنها سمراء، ملمسها ناعم، لديها رائحة زكية، تدخلك في عوالم أخرى، أريد التعرف عليها، مجالستها، الحديث إليها لربما هي التي تكون جزءًا من حياتي مستقبلاً! إنها حبة القهوة، تأتي من كولومبيا أو البرازيل، تُحمص ثم تعبأ وتشحن إليك، يعمل الكثيرون في المزارع الخاصة بالقهوة، تبعد آلاف الكيلومترات منك، مراحل كثيرة تمر بها حتى تصل إلى كوبك، وأليس جديرًا بنا أن نجعل لها مكانة في قلوبنا وحياتنا؟ حسناً، سأجربها لأنني أحببتها من النظر فقط، لا بد من التجربة.

إنها مُرّة، مُرّة جدًا! من شدة حماسي وولعي بتجربتها، أخذت كوبًا من الحجم الكبير، قهوة سوداء، بدون حليب، بدون سكر، بدون أي إضافات، كانت الرشفة الأولى كفيلة بأن أتركها على الطاولة وأخرج من المقهى، لأنها لم تعجبني أبدًا.

المرّة الثّانية بعد إقناع نفسي كثيرًا بتجربتها ومحاولة التعلّق بها، أضفت الكثير من الماء كي أخفف من مرارتها، لم تنل إعجابي ولكني أكملت الكوب، كانت آخر رشفة كأني أتناول دواء التهاب الحنجرة (الإيزيثرومايين) ! أغمضت عينيّ، تجعد وجهي، حاولت أن لا أشعر بطعمها كي لا أتقيأ أمام الناس، نجح الأمر، أكملتها هذه المرّة.

مرت الأسابيع، بدأت أعتادها، ربما البعض منكم يستنكر ما أفعله، ربما بعضكم كان يحبها من أول مرّة، ولكني أعرض عليكم ما مررت به من أوقات عصيبة حتى أحببتها.

كان يزاولني الكسل والخمول فيما مضى قبل التعرف على القهوة، إذا نهضت صباحًا، لا أستطيع إكمال النهار بدون أخذ قيلولة، ولكن الآن نسيت القيلولة، كوبان من القهوة كفيلاً بأن يجعلك نشيطًا حتى وقت نومك ليلاً، هذا شيء جيد، بدأت أحضرها في البيت قبل ذهابي إلى العمل وأحيانًا أشتريها من المقاهي في الخارج للتغيير في البيئة المحيطة.

اختلفت الآلات واختلفت النكهات واختلفت الأحجام والأشكال، أدمنها الناس، أحدهم يحبها مخلوطة بالشوكولاتة البيضاء، وأحدهم يحبها بالشوكولاتة السوداء، وأحدهم يحبها مع الحليب والكراميل، وأحدهم يحبها بالكريمة. يقولون إن القهوة السوداء هي الأفضل صحيًا لذلك لم أختّر سواها لتكون محبوبتي.

هذا كله لا يهم ما دمت سأكتب أهدافي هذه المرّة بمساعدة القهوة، أحتاج إلى قلم ومذكرة وركن هادئ في ستاربيكس، أريد أن يكون الوقت صباحًا، في المساء يكثر الناس، يجتمع الأصدقاء للحديث مطولًا، تدخل العائلات لتحتسي القهوة وقت الاستراحة حتى ترجع لتكمل تسوقها، يجري بعض رجال الأعمال اجتماعاتهم السريعة هناك، ولكن في الصباح لن يدخل المقهى إلا عاشق أجبره عشقه على الذهاب

متعنيًا إلى المقهى، لذلك أفضل التواجد مع العاشقين.

بضعة شهور مرت بعد تواجدي في تلك المحاضرة عن كتابة الأهداف، بضعة شهور تكلمت بالتفكير اليومي العميق، تكلمت بالعصف الذهني، تكلمت بالنظر في كل شيء من حولي، تكلمت بتحليل الناس، بتحليل أفعالهم، تصرفاتهم، كلامهم، هل يهتمون فعلاً لهذا الشيء؟ لا أعلم، ولكني قررت الذهاب صباحًا إلى ستاريكس.

أخذت مذكرة سوداء تحتوي على حبل مطاطي صغير يمنعها من أن تفتح تلقائيًا، أخذت قلقًا، وضعت عدتي على إحدى الطاوات الجانبية في ستاريكس، وضعتها على الطاولة ثم مضيت إلى الكاشير كي أحصل على قهوتي.

رحب بي كالعادة..

- مرحبًا سيدي، أهلاً بك في ستاريكس.

- مرحبًا، أميركانو.

أخذت طلبي واتجهت إلى طاولتي، فتحت المذكرة، كتبت التاريخ في أول صفحة كي أخلد بدايتي في هذه المذكرة، كي أعلم متى قررت كتابة أهدافي، كتبت تحت التاريخ اسمي، لم أكتبه كي تعود المذكرة إليّ عندما أفقدها، ولكن كتبت اسمي كي أشعر بنوع من التملك، أشعر بنوع من الفخر، أشعر أن لديّ ما يخصني، سأكتب ما يمكن لصاحب هذا الاسم أن يحققه .

عندما هممت بكتابة الصفحة الثانية، أحسست برغبة في رؤية الرسائل في هاتفي، رغم أنني لم أسمع أي رنين من الهاتف، أو رؤية الجديد على الإنستجرام، قضيت ساعة في تصفح هاتفي حتى أدركت أنني هنا لكتابة أهدافي وليس لتصفح هاتفي، أغلقت هاتفي وبدأت أكتب.

أهدافي:

-1

-2

-3

-4

عند كتابة كل هدف أشعر بأن هناك بعض الأهداف التي تتوالى عليّ، الأهداف الكبيرة دائمًا ما تصاحبها الأهداف الصغيرة التي توصلك إلى وجهتك الكبيرة، شرعت بكتابتها جميعًا، وصلت إلى الرقم ١٧، توقفت هنا، أغلقت المذكرة، نظرت حولي مبتسماً، شعرت بنوع من الإنجاز والرضا كأنني كنت أسافر على طريق معتم ليلاً ثم أوقفت الرحلة وبدأتها نهارًا فاتضح لي جمال الطريق واتضحت لي معالمه، فاستطعت تجنب أعمال الحفريات في بعض أجزاء الطريق واستطعت تقليل سرعتي قبل الوصول إلى المنعطفات بمدة.

أظن أن هناك شيئاً غريباً يجذب ما كتبه في المذكرة إلى التعرض لي، صار عقلي يشعر بنوع من الجاذبية للأمر التي تتعلق بأهدافي، صار يلتقط أي موضوع أراه أو أسمعه بهذا الشأن، ألهذا علاقة بتدويني لأهدافي؟! أم أن المذكرة التي أكتب عليها مذكرة سحرية؟! هل هذا يحدث لي أنا فقط؟! أم أنه يحدث لجميع من كتبوا أهدافهم؟!

أنا على أتم الاستعداد لجذب هذه الأهداف كي تتحقق، ولكن يا ترى هل ستتحقق بسهولة؟ هل ستأتي راغمة إليّ؟ أم أنا الذي سأثبث بهذه الخيوط وأجمعها كي أشكل بها قميصاً للنجاح ألبسه في نهاية المطاف؟! لا أظن أن الطريق سيكون مزيئاً بالورود؛ لذلك سأحمل سلة الورد معي كي أزيئه إن احتاج الأمر لذلك.

ستلازمي مذكرتي طوال مشواري، سأملأها بالأهداف والأفكار، لن أسمح للأفكار بأن تقلع من رأسي. يقولون بأن المقابر هي أكثر مكان توجد فيه الأفكار، فالكثير منها قد

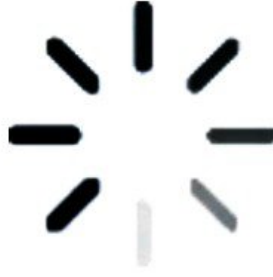
ماتت مع أصحابها. إن لم تدوّن فكرتك ثم العمل على تحقيقها فسوف ترافقك في مماتك وسكفن معك.

سأتناول العشاء اليوم في العاشرة ليلاً مع أصدقائي ثم ندخل إلى السينما في آخر عرض لفيلم (.....)، متحمس كثيراً لتجربة المطعم الجديد، هل ألبس دشداشة أم جينزاً وقميصاً ذا أكمام قصيرة؟ لن أمشي كثيراً لذلك لا أحتاج إلى حذاء سكينشرز.

“ وأما الشرط الثاني من حياة الإنسان  
فهو لا شيء أكثر من العادات والأشياء  
التي تعود عليها خلال الشرط الأول ”

فيودور دوستويفسكي

## العادة مُحكّمة



عدت إلى البيت بعد قضاء سهرة ممتعة مع أصدقائي، أكملت نصف السهرة الآخر في غرفتي، قمت بترتيب بعض أغراضي، أخرجت مذكرة الأهداف، وضعتها على الطاولة الملاصقة لسريري بالقرب من مفاتيح السيارة والمحفظة، أدخلتها مع التشكيلة الأساسية لأغراضي اليومية، تمددت بعدها على السرير وبدأت تصفح الإنستجرام وأعلق على صورة هذا، ثم الانتقال لمشاهدة بعض المقاطع المضحكة على اليوتيوب. لم أحس بالوقت حتى بدأ المؤذن بالأذان لصلاة الفجر، توضأت ثم صليت ونمت.

أحس بثقل في رأسي، كأنني أحمل شخصًا آخر معه، إنها الخامسة عصرًا، نمت اثنتي عشرة ساعة، لا بد أنني أفرطت اليوم في النوم حتى الخامسة، لا مشكلة، سأخذ حمامًا ثم أكل وجبة العصر، لم أجد لها مسمى وظيفيًا لأنها ليست إفطارًا ولا غداءً ولا حتى عشاء، سأضع مسمى لها، إنها وجبة العصر، أو وجبة ما قبل المغرب، في الغالب أنا وزملائي نعيش نفس الروتين، يبدأ اليوم في الخامسة عصرًا وينتهي في الخامسة فجرًا، إنها اثنتا عشرة ساعة من النوم تليها اثنتا عشرة ساعة من الاستيقاظ.

هل جميع الناس ينامون اثنتي عشرة ساعة؟ هل أنا طبيعي أم أنني وحدي أنام كل هذا الوقت! لست وحدي، فإن أصدقائي مثلي، أحس بأنها كفايتي، لا أنهض إلا بعد أن أحس بألم في ظهري أو من فتور يدي التي أتقلب ثم أنام وهي رهينة تحت جسدي، أو أحيانًا أنسى إغلاق هاتفي النقال أو تغيير وضعه

إلى الصامت فيتم تخريب أحلامي وتشتيتها باتصال شركة مبيعات أو اتصال وكالة السيارات يسألون عن مدى رضائي عن خدمتهم وأسعارهم، فعلاً، خدمات وأسعار سيئة للغاية! لا أظن أنني الوحيد الذي يلقي اهتماماً منهم، أظنهم يتصلون بكل عملائهم ويسمعون نفس الكلام المسيء لهم والشتم المتكرر ولا يعتبرون، إذن لم يواصلوا الإلحاح علينا بالاتصالات التي لا طائل منها؟! فأنهض مفاجئاً ولا أستطيع العودة إلى سباتي العميق.

أحسد الدب أحياناً لسباته الشتوي العميق! تخيل إن أحسست بتعبٍ أو أردت أن تتخطى مدةً زمنيةً معينة، عليك فقط بأن تأخذ لك مستقراً تعتكف فيه نائماً حتى تنقضي المدة التي تزعجك، فكرة جميلة ولكني لن أنجز شيئاً هكذا، سأحاول أن أغير فكرتي لكن أظنني لن أستطيع.

في العادة تأخذ الدببة احتياطاتها من الطعام كي تكفيها طوال مدة السبات الشتوي ولكني لا أستطيع ذلك، فأنهض من نومي والكيس المطاطي في داخلي الذي يسمى المعدة قد انكمش والتصق بظهري من شدة الجفاف والجوع، فأنهض مكشراً عن أنيابي ولعابي يسيل متجهاً للمطبخ فأكل حتى يصل الطعام إلى بداية الحنجرة، فأسقط بعد ذلك على الأرض لأ أقوى على الحراك، المصيبة إذا لم أجد طعاماً كافياً، فإن وجبة العصر ليست وجبة رئيسية في المنزل، إنها فقط وجبتي الرئيسية، ولكن ذلك يعتمد على حظي إن بقي شيء من وجبة الغداء آكله، وإن لم يبقَ شيء أفتح الثلاجة ويبدأ السحر هنا، خلطات ووجبات عجيبة وغريبة، يقولون إن البطن لا يرى، فقط يشعر بالامتلاء أو الفراغ، أستغل هذه النقطة لصالح أحياناً كي أملأ الفراغ بأي شيء يمكن أن ينسيني الجوع.

أحياناً أخرج إلى أحد المطاعم التي تتميز بالوجبات الشعبية كلحم المعجين أو القصابية أو المغمي ليس شخصاً أغمي عليه إنما لحم تم طبخه حتى أغمي عليه فسمي بالمغمي، أو أحد



مطاعم الوجبات السريعة التي تعد البرجر مع أصابع البطاطا المشبعة بالزيت والجبن، لا أكتفي بواحدة أبداً فإنني كريم لا أرى لبطني أن يطلب شيئاً وأحرمه منه، إنه بطني، إنه خزان الوقود الذي يبقيني على قيد الحياة، فيجب أن أعينه بأجود أنواع الوقود، ولكن هل هذا الطعام يعتبر أجود أنواع الطعام؟

اعتدنا الأكل حتى نشعر بالامتلاء الشديد للبطن، فإن لم أشعر بذلك لا أحس بالطعام أو الراحة، بمعنى أصح، أكلت عدة مرات في مطاعم الدايت أو مطاعم الأكل الصحي، لكنني لم أشعر بأنني أكلت، فإنها قليلة الدسم، لا تحتوي على الزيوت أو الملح الذي يضيف طعمًا جميلاً للطعام.

نجتمع في محلات التسلية، أو في السهول، أو على الشواطئ التي تمتد على طول الحدود الجنوبية للبلاد، تبدأ اجتماعاتنا من الثامنة مساءً، وتمتد أحياناً حتى تصل إلى بزوغ الفجر، فنصلي أحياناً مع بعض وأحياناً عندما نعود.

يكثر القيل والقال في أحاديثنا، ويكثر فيها انتقاد البلاد والعباد، وتارة تتدخل الأخبار العائلية في الوسط، أو التعليق على فلان والضحك عليه، أو تذكر بعض المواقف التي عايشناها في الماضي والضحك على ما حصل في تلك الأيام.

أحياناً يكثر الكلام عن الكلية وعن الأحداث اليومية التي تحصل فيها حتى بدأت قيمة اهتماماتي بالأشياء تقل، فعندما يأتي شخص منهم يحدثني عما حصل له بكل حرقه وحماس، وفي النهاية يقول بأن الدكتور أهانه، فرد عليه رداً مفحماً، ولكن الدكتور توعدته بالرسوب في المادة، فيأتي مسرعاً بهذه القصة التي يظنها الأبرز في أحداث ذلك اليوم، بل يظنها أشد هولاً من أخبار تسونامي الذي دمر أندونيسيا أو فوز قطر بتنظيم كأس العالم! فما مدى قوة أفكار هذا الشخص، وما مدى أهمية الأشياء في عقله؟ بدأت أخاف على عقلي وتفكيري بأن ينحدر إلى هذا المستوى، ولكن أصدقائي ليسوا جميعهم كذلك ولكن هذا ما يحدث.

كالعادة أعود للمنزل والتلفزيون هو الآلة الوحيدة التي لا تُغلق في كل الأوقات، لو كان له كيان لتحدث واشتكى ولكنه ليس كذلك، طوال وقت الليل حتى يقوم الناس لممارسة نشاطاتهم صباحًا، تخرج التلاوات العطرة من سماعات التلفزيون من قناة مكة، كل ساعة أو ساعتين يتغير القارئ، يتناوبون في القراءة، يظل التلفزيون كذلك ما لم يغيره أحد، دخلت البيت مازًا من جانب التلفزيون صاعدًا إلى غرفتي في الطابق العلوي، فإذا بالقارئ يتلو هذه الآية، قال الله تعالى : ((إن الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم)) [سورة الرعد، الآية 11]، صعدت متفكرًا في هذه الآية، كأنني أسمعها أول مرة.

أريد التغيير، أريد تحقيق قائمة الأهداف التي كتبتها، ولكني لا أفعل شيئًا سوى التمني والتفكير، ما زلت على عاداتي القديمة، كيف يتغير الناس؟ كيف ينجزون أعمالهم؟ لا أظن أن السهر بإمكانه إنجاز أي من الأمور، أو أن الكلام والسهرات المطولة بإمكانها حل أي من القضايا الشائعة في المجتمع .

أريد التغيير، ولكن كيف؟ لا أستطيع ذلك، سوف يغضب مني أصدقائي إن لم أكن مثلهم، التغيير سوف يحرمني من رؤيتهم والسهر معهم طوال الليل، ولكن أليس هذا مقابل هذا؟ رغم أنه لن يفوتني شيء من حديثهم لأنه حديث لا طائل منه ولا جدوى، هذا يعني أنه بإمكانني الغياب عنهم لفترة ثم العودة ولن يفوتني أي شيء، سأفكر في الأمر، أظن أن تحقيق الأهداف يتطلب تضحية من نوع ما، يتطلب أن يتنازل المرء عن أشياء مقابل أشياء، ينبغي أن أغير نفسي من الداخل كي تتغير أفعالي وحياتي من الخارج.

كيف يا ترى أغير نفسي وهذه العادات السيئة؟! فعلاً بدأت أشعر بنوع من الازدراء تجاهها، بدأت أمقت نمومي الطويل، التخمة التي تصاحب طعامي دائمًا، الكسل والتسويق الذي دائمًا يخلق أعذارًا كي لا أقوم بأي عمل يخالف أهوائي، سأبحث

في الكتب، أو في اليوتيوب، أو سأحدث أحدًا كي ينصني،  
إنني إنسانٌ يريد التغيير، يريد النجاح وتحقيق أهدافه بأكثر  
الطرق فعالية، سأذهب للجلوس مع الرجل الحكيم.

دعاني خالي في منزله لتناول وجبة غداء عائلية كانت بعد  
صلاة الجمعة، دائمًا كان يتميز بسفرته الغنية بالطعام المتنوع،  
فتحمل إحدى القدور لحمًا والأخرى سمكًا مشويًا وشورية  
الدجاج وبعضًا من أنواع التوابل والسلطات المميزة وبعض  
أنواع التوابل العضوية الأصلية التي لا تحتوي على المواد  
الكيميائية، يعيل خالي إلى الطعام الصحي والطازج، فهو  
أساس العقل والتفكير، فإن العقل السليم في الجسم السليم،  
أظن أنه مبدأ مهم، ولا مانع من الاهتمام بهذه التفاصيل، بل  
على العكس، إنها تزيد الحياة جمالًا وقيمة.

بعد انتهائنا من الغداء انتقلنا مثقلين من غرفة الطعام  
إلى مجلس الرجال، واسترسل البعض في الحديث وتذكر بعض  
الأحداث القديمة، بعد ذلك أخذ خالي يكلمني ويعطني، فقال  
بعض النصائح التي يجب على كل شاب أن يسعى إليها لتطوير  
نفسه، وأن يهتم ببعض الأمور وذكر منها اللغة الإنجليزية  
 واستخدام أجهزة الكمبيوتر والقراءة والاهتمام بالتخصص  
وتطوير هذه المهارات بشكل فردي.

كان يقول ( you have to take a charge of your life ) والتي  
تعني أنه يجب أن تكون مسؤولاً عن حياتك، لا أحد سينجح  
باليقظة عنك ثم يعطيك النجاح على طبق من ذهب، جميعها  
قراراتك التي تتخذها في حياتك، يجب أن تختار القرار الصحيح  
وتستشير ذوي الخبرة قبل أن تقدم على عمل ما ثم تقع في  
مشاكل عديدة، استشهد خالي بسورة يوسف، وتحدث كثيرًا  
عنها وعن الابتلاء العظيم الذي عاشه سيدنا يوسف عند عزيز  
مصر، نصحني بعدم التعلق بأحد لأن الرازق هو الله، وأن الناس  
ليسوا سوى أسباب لتسهيل هذا الرزق أو تعطيله بأمر من الله  
عز وجل.

ذكر قصة أحد الحكام الذي أعطى خادمه ألف ألف دينار بدون سبب يذكر، ثم ذهب الخادم حاملاً الورقة التي أمر له بالمال فيها إلى بيت المال، تعذر مسؤول بيت المال عن إعطاء الخادم المال كله دفعةً واحدة لأنه مبلغ كبير، وأردف قائلاً بأن المال سوف يحصل عليه على دفعات حتى يكمل له المبلغ كاملاً، غضب الخادم غضباً شديداً وارتفعت الأصوات وأصر على أخذ المال كله دفعةً واحدة، دخل الوزير إلى بيت المال بالمصادفة فوجد الخادم والمسؤول في معركة حامية فسأل عن السبب، فأخبروه بالقصة، أخذ الورقة من الخادم التي تحمل أمر صرف هذا المبلغ ومزقها إرباً أمامه، اتسعت حدقتا عينيه وانصدم من فعل الوزير! فقال له الوزير: ((ماذا قدمت للبلاد كي تحصل على هذا المال كله؟! اذهب ليس لك شيء هنا))، مهما فعلت فإن الرزق إن أصابك ما كان ليخطئك، وما أخطأك ما كان ليصيبك، فاعمل بالأسباب وتوكل على الله.

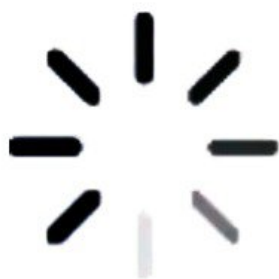
تحدث عن الإصرار على النجاح، إن الأمر لا يحتاج إلى عقل وذكاء خارق، فلو كان كذلك لكان معلمو وفلاسفة الجامعات هم أغنى الناس، لكن الأمر كله يحتاج إلى إصرار وقوة تستطيع حمل الجبال وقطع البحار. أخبرني عن مجموعة من الرجال الذين يملكون الآن مجموعة مصانع ضخمة في بلدنا والتي تقدر قيمتها بـ ٤٠ مليون ريال عُمانى، هذه المجموعة قد حُكم عليها بالسجن المؤبد قبل عشرين سنة لقضية لم يكن لهم أي صلة بها، دخلوا السجن ولكنهم لم يرضوا بفقدان الأمل في الله، فقد وضعوا الخطط وأسسوا تلك المصانع جميعها بين جدران السجن القديمة، لم يتخذوا من الزوايا مأتمًا كي ينعوا حظهم ويجهشوا بالبكاء بما حُكم عليهم، ولكن كانت آمالهم متعلقة بالله عز وجل بأنه هو القادر على محو مرارة جميع هذه السنين المحكوم بها عليهم مثلما فعل مع سيدنا يوسف. بعد عام أو عامين أُفرج عنهم وأسسوا تلك المصانع وحققوا جميع أهدافهم وخططهم وأصبحوا اليوم من القيادات الاقتصادية في هذه البلاد.

لا تستسلم، لا تلم أحدًا، كن شجاعًا وتحمل نتيجة أخطائك وفكر في إصلاح نفسك وتطويرها، لا تعش دور الضحية في هذه الحياة، لا تكن كالذين يلومون هذا ويلقون باللوم على ذلك، يعلقون جميع أسباب فشلهم على الناس من حولهم، هؤلاء لا يعرفون أن من حولهم لن يأخذوا بيدهم إلى سلم النجاح، يجب أن تصعد وحيدًا ومقاتلاً مكشراً عن أنيابك، ستموت وحيدًا وتُبعث وحيدًا وتُحاسب وحيدًا، فاعمل وحيدًا كي تصل إلى مبتغاك، أخلص النية لله تعالى وتوكل عليه.

عدت للمنزل أبحث في اليوتيوب عن العادات الناجحة التي في العادة تصاحب الناجحين، ماذا يفعلون؟ كيف يأكلون؟ ماذا يلبسون؟ وكيف يفكرون؟ هل هم بشرٌ عاديون أم لهم بعض المميزات الخارقة التي قد رأيناها في سبايدر مان وسوبر مان؟!

يقولون "إذا عُرف السبب، بطل العجب" سأستطيع النجاح إذا عرفت الطرق التي يعيش بها هؤلاء الناجحون، فتحت اللاب توب، كتبت في اليوتيوب ((عادات الناجحين)) الكثير من العناوين تظهر هنا وهناك، سأتفرغ اليوم للجلوس مع اليوتيوب، أحتاج إلى بيتزا دجاج مع شرائح الهالوبينو وبأطراف قد امتلأت بالجبن، كوب زجاج مملوء نصفه بمكعبات الثلج التي تنتظر الـ«سفن أب» كي يملأ نصفها الآخر، الـ«كت كات» أو الـ«سينكرز» كفيلتان بنشر السعادة بداخلي بعد انتهائي من هذه الوجبة، سأبدأ بعدها بمحاولة سماع ما يقوله الناس على اليوتيوب والاستفادة بقدر المستطاع إن أسعفني عقلي وأمدني بقليل من التركيز الذي سوف يصب كله على هضم كل هذا الطعام، يجدر بي الخروج بنتيجة مفيدة، حسناً لنبدأ.

## كيف تبدأ مرحلة الاحتراف؟



**القراءة:** كانت القراءة -ولا زالت- العادة الأولى التي يتسم بها هؤلاء الناجحون، العلم المستمر، التطوير المعرفي الملازم لعقلك. أنت تقرأ؛ إذن أنت تعيش قصص وتجارب الآخرين، إذن أنت تأخذ خلاصة العلم من هؤلاء الناس، أنت تختصر طرقًا كثيرة وتملأ عقلك بأفكار نيرة، قال الله تعالى: (ومن يؤت الحكمة فقد أوتي خيرًا كثيرًا) إذن القراءة هي العادة الأقوى بين سلم العادات، كما سماها «ستيفن آر كوفي» في كتابه «العادات السبع للناس الأكثر فعالية» بـ«شحذ المنشار» وهي الاستمرار في العلم والتطور. إن التوقف عن العلم يعد توقفًا في جميع مجالات الحياة، فإن العالم لا يتوقف دقيقة عن العمل والتطور، فعندما توقفه أنت، تتوقف حياتك معه، والقراءة لها طرق مختلفة أبرزها القراءة السريعة التي تتيح لك قراءة الكتب في وقت قياسي وأخذ الفائدة بأسرع الطرق.

هل تعلم بأن «وارن بافيت» من أغنى رجال الأعمال في العالم يقرأ 500 صفحة في اليوم؟ هل تتخيل قدر المعرفة الهائل الذي يتشكل في داخل هذا الرجل؟ لا تظن أن الرقم خيالي، فأيضًا بيل جيتس يقرأ 50 كتابًا سنويًا، وغيرهم الكثير من رجال الأعمال والناجحين الذين لا ينفكون عن القراءة والتطور اليومي، فالقراءة تجعل الشخص أذكى وتساعده على بلوغ النجاح. انتبه عزيزي القارئ، فإن القراءة هنا هي التي ترفعك إلى أعلى المراتب، لا أعني قراءة «روميو وجوليت» قبل النوم، بل يجب عليك اختيار الكتب المناسبة التي تساعد على تطويرك

وإلهامك وصقل مهاراتك، اختر وقتاً للقراءة وثبته يومياً والتزم به حتى تصبح عادة ملازمة لك طوال حياتك، حتى لو بدأت بصفحة واحدة أو ١٠ صفحات أو ٢٠ صفحة يومياً، نوع في اختيار الكتب المفيدة، مثلاً القراءة في قصص الناجحين والملهمين، اقرأ في التنمية البشرية، وأيضاً الذكاء المالي، ولا تنس القراءة في تخصصك.

الرياضة: لا أستطيع -إن أردت- إحصاء فوائدها. إن ممارستها بشكل يومي ومنتظم يعتبر من أهم العادات التي يتسم بها الأشخاص الناجحون. إن صحة الجسد والاهتمام به تساعدك في صعود سلم النجاح بكل تركيز وقوة، لا فائدة ولا جدوى منك إن أهملت صحتك، فلن تصل إلى مرادك عن طريق تدمير ذاتك، فيجب عليك النوم لساعات كافية؛ لتنشيط الدم وضخه في باقي أجزاء جسدك بالرياضة، فإن لها تأثيراً قوياً على شعورك ونفسيك، فهي تطرد المشاعر السلبية وتترك لك وقتاً لتجديد الأفكار واستنشاق الهواء النقي.

التخطيط: يقولون بأن ٣٪ من الناس هم الذين يخططون لحياتهم، وأظهرت الدراسات أن الذين لديهم أهداف وخطط مكتوبة وواضحة، هم في الغالب من يحققون أهدافهم. التخطيط اعتبره شخصياً إدماناً، وأعيد تخطيط أهدافي دائماً وأقوم بمراجعتها. أحياناً تنحرف بعض المسارات في حياتك فتغير معها بعضاً من الأهداف وتقترب معها إلى بعض من أهدافك الأخرى، فينبغي عليّ دائماً التخطيط والتحقق من الخطط السابقة ومدى الإنجاز الذي حققته طوال هذه الفترة، فذلك يساعدني على الوصول إلى أهدافي دائماً، وأحياناً يقوم بصعقي وإرجاعي إلى المسار الصحيح إذا انحرفت عن مساري.

الانضباط: هل تعلم أن بدونك لن تصل إلى أهدافك؟ هل تعلم إن لم تجبر نفسك على الانضباط والالتزام بالخطط التي تضعها فإنك لن تفعل شيئاً؟ يقول المثل (خالف هواك تسلم) فدائماً ما تأتي الأفكار الغريبة الملهية عن أداء العمل، فيجب

عليك الانضباط والالتزام حتى تنتهي من عملك. قال لي رجل ذات مرة ((عندما أكون منخرطاً في العمل أقوم بتنبيه من حولي بعدم إزعاجي وعدم التواصل معي إلا في حالات الموت المفاجئ لأحد أفراد عائلتي، وغير ذلك لا أريد أي إزعاج أو تشتيت)). قال أيضاً إنهم تركوا أحد العاملين في معمل لإنهاء مهمة عملٍ مستعجلة من الدرجة القصوى بدون هاتف ولا وسيلة اتصال، وأخبروه بأنهم يعرفون مكانه، فإن حدث شيء مهم من الدرجة القصوى فسوف يصلون إليه، فقط عليه الانضباط وإنهاء ما يقوم به.

الاستيقاظ صباحاً: هل تعلم أن أكثر الناجحين هم الفجريون -كما أسميهم- هم المبكرون. إن الالتزام بالنوم المبكر والاستيقاظ في ساعات الصباح الأولى قبل بدء العمل بساعة أو ساعتين هو أحد أهم أسرار النجاح، فالكثير من قصص الملهمين والناجحين تقول بأن بعضهم يستيقظ في الرابعة فجراً، وبعضهم في الخامسة، فهذه العادة تتيح لك كسب الكثير من الوقت الذي يغفل عنه كثير من الناس، بعض الناس لا يجد وقتاً في يومه ويتمنى أن لو كان اليوم أكثر من أربع وعشرين ساعة ليكفي جميع أعماله! ولكن تنظيم الوقت وإيجاده هو عملك. حالة الصفاء الذهني التي يتحلى بها العقل عند الفجر هي أفضل الأوقات للتخطيط والقراءة وإنجاز الأعمال بشتى أنواعها (عليك بقراءة كتاب نادي الخامسة صباحاً) لـ«روبن شارما».

قل لا: هل تستطيع قول (لا) لسهرة ممتعة مع أصدقائك؟  
هل تستطيع قول (لا) لسارقي الوقت؟ هل تستطيع قول (لا) لدعوات العشاء الرسمية التي تضيع وقتك؟ هل تستطيع قول (لا) لأعمال إضافية لا صلة لها بك؟ هل تظن أنك عندما تقول (لا) أن الناس ستكرهك ولن تصبح محبوباً بعد الآن؟ جرب وقل (لا) لسارقي الوقت والجهد فلن تندم بعد تعلمها، قل (لا) لمن يستغلك ويستغل وقتك وجهدك ومالك، ولا تقل (لا)



لمساعدة الغير وفعل الخير، إياك والخلط بينهما.

المال: غيّر فكرك عن المال، يتحجج الكثير بأن المال هو وسخ الدنيا، وأن المال مكروه، وأن من يسعى وراء المال هو عبد للمال، وغيرها الكثير من المسميات والألقاب التي يطلقها الفقراء على الأغنياء وعلى من يسعون لتحقيق الثراء. إن هذا المعتقد خاطئ وقد انتشر بطريقة مسيئة للمال، فكيف تعيش إذن؟ ولم تعمل إذن على مرتب متدنٍ؟ إذا كان المال كما تقول فاترك عملك ودع المال ينزل عليك من السماء. قال النبي -عليه الصلاة والسلام-: «اليد العليا خير من اليد السفلى» وهي اليد التي تتصدق، اليد التي تنفق هنا وتنفق هناك في الخير وفي مرضاة الله، هي اليد العليا، هي الخير، فلم كل هذه الأفكار السلبية التي يحملها الناس عن المال؟! فإن كان لديك مال تستطيع التصدق، تستطيع إعالة الأسر، تستطيع توظيف الناس، تستطيع بناء المساكن والمساجد، تستطيع عمل الكثير والكثير من الأشياء. هل لك أن تقول لي ماذا ستفعل بحمل كل هذه المشاعر السلبية تجاه المال؟! فقد قال علي بن أبي طالب «لو كان الفقر رجلاً لقتلته». أنصحك بقراءة كتاب (أسرار عقل المليونير) لـ«ت.هارف ايكر».

الامتنان: وهو شكر الله على النعم التي أنعم علينا بها، والامتنان من أهم العادات التي ينبغي أن تشعر بها بشكل يومي، فالصحة التي تتمتع بها لا يتمتع بها غيرك، المأوى الذي تعيش فيه هو قصر بالنسبة لكثير من الناس الذين ليس لديهم مأوى، الطعام الذي تأكله لا يحصل عليه غيرك، الكثير والكثير من النعم من حولك يتمناها الملايين حول العالم. قال الله تعالى: (( لئن شكرتم لأزيدنكم )) [سورة إبراهيم، الآية: 7]، فبالشكر تزيد النعم.

الثقة بالنفس: ينبغي عليك الثقة بنفسك، بقدراتك، فليس من وصلوا إلى وجهتهم وحققوا أحلامهم يمتازون بشيء يزيد عليك، فأنت مثلهم، تمتلك الجرأة وتمتلك الثقة، ولكن أعط

لنفسك الفرصة، تحدث أمام الناس، اتخذ قرارات، ولا ضير في الخطأ، فابن آدم خطأ، وخير الخطائين التوابون، فكر واستشر ثم قرر، كن من صانعي القرار، كن شجاعاً فلا خوف في الدنيا وأنت متوكل على الحي الذي لا يموت، بالتدريب والرغبة ستحقق الثقة التي يمتاز بها غيرك، فلم يولد أحدنا وهو عالم.

## الانطلاق من خط البداية



خرج الديك من قفصه بمحض إرادته متجهًا نحو السور المقابل للقفص، كانت هناك بقايا مخلفات في زاوية السور اتخذها الديك سلفًا ليصعد عبرها إلى الأعلى، نظر يمينًا ثم شمالًا كي يتأكد بأنه لم يسبقه أحد، بدأ ينادي في الناس بأن الشمس ستمد خيوطها بشكل أفقي لتغطي نصف الأرض، في ذات الوقت الذي تودع فيه خيوطها الأفقية نصف الأرض الآخر.

لم يغمض لي جفن، إن الرغبة تتأجج في داخلي، لن يهنا لي بال ولن أسمح للنوم بتأخير أفكاري وتأجيلها لليوم التالي، إنه اليوم الذي سأولد فيه من جديد، سأخرج بوجه آخر، بحياة أخرى، إن المهمة الأولى هي النوم مبكرًا، ما الجديد إن نعمت الآن؟ ينبغي أن أواصل حتي العاشرة مساءً لتعديل جدولتي الشخصي، هذه الطريقة هي الأشهر للانضباط في توقيت النوم.

إنها الثانية عشرة ظهرًا، بدأت الجيوش تتراجع، نادى مناوٍ إن المعركة سُنستأنف غدًا، وأدخلت السيوف في غمدانها، وغلقت الدروع عند مداخل الخيام، ونزعت المغافر وخطت بجوار المحاربين، بيد أن جيوش العدو ستراوغ من جهة أخرى، ولكن لا جدوى، فإن محاربيّ قد تركوا أرض المعركة، يبدو أننا سنُهزم، هكذا هي المناعة بداخلي، إن النعاس آتٍ لا محالة، لا أستطيع المقاومة، أحتاج إلى مدد، أحتاج إلى ألف فارس، من أين آتي بهم؟ هنالك فارس بألف فارس، سأستعين به، إنه المدد المنقذ لا محالة، سأستعين بكوب من القهوة السوداء لتمدني

بالطاقة حتى موعد النوم المقرر.

هاتفني يصيح، إنها التاسعة مساءً، إنها بداية الحياة عند أصدقائي، إنهم يتصلون، أحدهم يرسل في جروب الواتساب، وآخر يتصل، لا يعلمون عن نواياي، سأترك هاتفني بلا صوت، سأخرسه حتى اليوم التالي، سأقفل جميع الأضواء ليخيم الظلام حولي، لو أن سقف غرفتي كان زجاجيًا لكان ذلك جميلًا لرؤية النجوم قبل النوم!.

أفتح جفونني بعد صراع، الدنيا ما زالت مظلمة، تحسست بيدي أطراف السرير باحثًا عن هاتفني، كم الساعة الآن؟ إنها الخامسة فجرًا، أقيمت ظهري متثاقلاً متكئًا به على ظهر السرير، منذ شهور طويلة لم أستيقظ في هذا التوقيت المبكر، ربما أستطيع اللحاق بالجماعة في المسجد.

إن الوقت بطيء في الصباح الباكر، كيف للناجحين أن يكونوا صباحيين؟! يقولون إنه الوقت الأمثل للإنتاج، ماذا أستطيع أن أنتج الآن؟ عليّ مراجعة قائمة أهدافي، مهلاً.. ماذا لو قمت بممارسة بعض التمارين الرياضية الآن؟ في السابق كنت أشفق على كبار السن الذين أراهم يركضون في الممشى في هذا الوقت عند عودتي إلى المنزل فجرًا، فعلاً إنها دائرة تدور، بالأمس أسخر منهم واليوم سأنضم إليهم! يا ترى أين وضعت حذائي الرياضي آخر مرة؟ سأضطر للدخول إلى المخزن بعد طول غياب.

لم أجد حذاءً، سأؤجل موضوع الرياضة لوقت آخر. طرق أحدهم الباب في عقلي، إنه يهمس من خلف الباب: ماذا لو عدت إلى النوم لتريح جسدك قليلاً من عناء ليلة البارحة؟ فقط سويعات لتستعيد بها كل طاقتك، إنك حتى الآن لم تكمل جميع ساعات نومك، ما رأيك بأن تأكل ثم تخلد للنوم؟ ما رأيك لو أخفضت درجة التكييف قليلاً لأن الغرفة أصبحت حارة وتحتاج إلى جو هادئ وبارد ومريح؟ فتحت الباب في عقلي، رأيتُه واقفًا خلفه والشعر ينبعث من عينيه مصدرًا رائحةً ننته، أحكمت قبضتي

وشددتها ثم غرزتها في وجهه لتطيره بعيداً عني، أغلقت الباب واستعدت بالله منه.

لا بد أن أبدأ، سأبدأ بأي شيء، سأذهب بنعليّ العاديتين، وبدشداشتي، سأجاور كبار السن وألقي عليهم التحية، ربما أصادف أحد رجال الأعمال أو أحد مسؤولي الدولة، ربما يكون صديقاً وأسميه صديق الرياضة!

إنه شعور جميل بعد أخذ حمام بارد، تُقفل جميع المسامات التي مُتحت أثناء خروج العرق. إن خروج العرق وحده كفيلاً بتغيير نفسيتك من السلبية إلى الإيجابية، ثم تتبعها بحمام بارد، إنها السعادة بحق، ليست السعادة في الأشياء وإنما هي من صنعنا نحن ، لقد استمتعت حقاً، الآن علمت مدى سعادة هؤلاء الناس الفجريين.

هنالك الكثير من الوقت المتبقي، ماذا عن الفارس الذي يُقدر بألف فارس؟ أليس هذا وقته؟ إنه الفارس الأسمر، عذراً، إنه ليس عنتره بن شداد، إنها القهوة السوداء، فعصر السيوف قد ولى ولكنه عصر الأشياء، فلا حرج من استعارة اسم الفارس لوضعه على جندي مجهول من الأشياء ليصبح فارسنا من الأشياء.

عليّ تقليب مذكرتي ورؤية أهدافي، سأكتب مهام اليوم وأبدأ في عمل وإنجاز بعض المهام.

### اليوم:

الساعة:

المهمة:

الساعة:

المهمة:

الساعة:

المهمة:

الساعة:

المهمة:

الساعة:

المهمة:

إنه شعورٌ جميل عندما تعود مساءً وقد أنهيت مهام عملك، وقد تقدمت خطوة نحو القمة. من الأخطاء التي يقع فيها البعض وقد حذرني منها أحدهم، وهي الرغبة في الوصول للقمة بأسرع الطرق وأقصرها، البعض يركض لأنه لا يحب المشي، والبعض يستقل سيارةً لأنه لا يحب الركض، والبعض يخلق للوصول بأسرع الطرق، لا أتحدث هنا عن التأخير والمماطلة كي لا تكون متسرّعًا، ولكني أتحدث عن السرعة السلبية التي ربما قد تهلكك وتنسيك الكثير من الأمور المهمة التي غابت عنك بسبب تسرعك، بدأت بخطوة، ستتبعها خطوة، سأسير بثبات لترسيخ قاعدة متينة في أعلى القمم، المهم أن أبدأ.

إنها التاسعة مساءً مرةً أخرى، أغلقت الخط بعد أن تم اتهامي بالخيانة، أيضًا تم اتهامي باللامبالاة، أيضا حكم عليّ القاضي بأنني مصلحجي وأنني أناني، كل هذا يأتي نعم عندما ترفض الانضمام إلى سهرة مع أصدقائك الليليين، ماذا أفعل؟ هل أعود اليهم؟ إلى تلك الحياة التي تركتها مفارقًا بلا رجعة؟ لا ولن أعود، إما أن يتغيروا هم ويصبحوا بشرًا، وإما سأجد أناسًا غيرهم، لن تقف الدنيا على أحد، فلن يأخذ بيدي أحد إن وقعت في الحضيض، إن كان فلان غنيًا ولا يهمه العمل بجد واجتهاد ليعيش حياة كريمة فهذا ليس من شأني، وإن كان فلان الآخر يعمل في وظيفة بمرتب عالٍ وملاعب في عمله يذهب متى شاء ويخرج متى شاء، فهذا أيضًا ليس من شأني، وإن كان فلان لا يأبه للمستقبل بقوله ((يارجال عيش اللحظة بس)) أيضًا جميعهم لا يهموني، عليّ بتطوير نفسي والاهتمام بها وغض النظر عنهم والابتعاد عنهم .

أظن أن العالم لديه أناس صباحيون، يمكن أن أنجز أعمالهم وأحظى ببعض أوقات المرح معهم، إن المرح جميل لا سيما إن امتزج بالفوائد؛ فتكون قد غيرت نفسيتك بدون نهش عظام أحد أو الأكل من لحمه، إذا كانت الكثير من الجلسات يجتمع

فيها البعض على لحوم إخوتهم، فإنني أبغض هذه الجلسات التي تجتمع لأجل المرح وتخرج منها وثيابك ملطخة بالدماء!

سأتعلم قول كلمة لا. الكثير من المواقف المحرجة تعرضت لها بسبب عدم قلبي لا، أظن أنه عندما أقول لا سيكرهني الطرف الآخر، سأكون شخصاً غير مرغوب فيه، سأجرح شعور الشخص الذي أمامي، لا، إنها غير لائقة، هذا ما أوحى إليه عقلي فبدأت تصديقه ثم أوقعني في الكثير من المواقف المحرجة والكثير من المجاملات التي تأخذ من وقتك وجهدك ومالك، ثم بعد ذلك اكتشفت أن قول كلمة (لا) يحتاج إلى بعض التدريب، قل (لا) مرةً أولى، سيتذمر من أمامك قليلاً ثم سيرضى. إن الناس تتقبل كلمة لا ولن تغضب منك للأبد، إنها ثوانٍ معدودة ثم تعود المياه إلى مجاريها، قلها مرة، مرتين، وثلاثاً ثم ستعتادها، لا أطلب منك أن تكون وقحاً، بل أطلب منك أن تمتلك الفراسة ومعرفة ما يضرك وما يفيدك، لا تقل لا لمساعدة الناس، لا تقل لا لأهلك، لا تقل لا للخير، ولكن حَكِّمْ عقلك وميِّز الخبيث من الطيب وميِّز ما يضرك وما ينفعك.

سأخذ كتاباً قبل النوم، ما أجمل أن تدخل في عالم آخر قبل أن تغط في نوم عميق، فتحس وكأنك انتقلت بروحك إلى ذلك المكان! ربما تكون جولة في قصر هارون الرشيد، أو مشياً على الأقدام في شوارع إشبيلية، أو الانضمام إلى إحدى حلقات الإمام الشافعي، أو قد تختبئ بين الكنائس الألمانية أثناء دخولها فرنسا، أو ربما تحصل على دعوة لمشاهدة أحد عروض شكسبير في لندن، أو عبور النيل والمبيت في إحدى حارات نجيب محفوظ.

إن القصص والتشويق في هذه الكتب يستحق الجلوس والقراءة، فإن ما بها من متعة كفيلة بأن تبكيك وأيضاً لأن تضحكك. البعض يقول إنه ليس بقارئ وأنه يحب فقط مشاهدة الفيديوهات، فيقول لك: ((لا تعطني كتاباً، أعطني المعلومة في فيديو))، لم يولد أحدنا وهو يعشق الكتب، إنما هي

عادة تنميها وتطورها مع مرور الأيام ثم تدمنها ولا تستطيع الانفكاك عنها. قرر أحد زملائي القراءة، فتوجه بخطوات تملأها العزة والفخر إلى مكتبة أبيه التي تزين غرفة الجلوس، فجال بنظره بين الرفوف متخطياً العناوين، كتاباً تلو الآخر، ينظر هنا ثم ينظر هناك، حتى وقعت عيناه على ابن كثير، فقرر البدء مع بداية الخلق، فتناول «البداية والنهاية»، نفض الغبار عن الكتاب، أخرجته من الازدحام ليتنفس الصعداء، وضع الكتاب على طاولة صغيرة قد جاورت كرسيًا في زاوية المجلس، بدأ بالمقدمة، أحس بثقل الكتاب بين يديه، لن يكون سهلًا أن تحمل تاريخ هذه الأمة بين يديك! تلعثم لسانه، لم يقوَ على إكمال بضع صفحات تزن كلماتها الكثير من الكتب، أعاد الكتاب إلى الرف بين الكتب، أعاد التاريخ إلى مكانه، اعتدلت المكتبة متوازنة بعد أن فقدت إحدى ركائزها وقرر أن لا يعود إلى القراءة أبدًا.

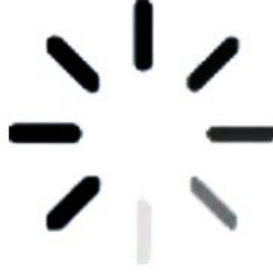
إن البداية تحتاج إلى شيء بسيط وسهل، خذ كتيبًا من ٤٠ صفحة بكلمات عامية بسيطة، ابدأ ببسر ثم اصعد السلم حتى تصل إلى المستوى الذي تريده في القراءة، بهذا تستطيع الاستمرار والتطور، فلا تبدأ مثل ما بدأ زميلنا . إن المكتبات لديها الكثير من الكتب والقصص القصيرة الممتعة.



“ لست نادمًا على شيء إلا على أيامي  
التي لم أعشها كما أحب خشية من  
كلام الناس ”

نجيب محفوظ

## العالم الخارجي



ركنت سيارتي بعد معاناة البحث عن موقف، نزلت متلهفًا كشوق المحب لمحبوبته التي سيلقاها بعد فراق طويل، بعد فراقٍ إلزامي لظروف الحرب، كان التجنيد إجباريًا فذهب للحرب والدفاع عن وطنه العزيز ولكن القلب كان قد بقي بجوار محبوبته، فهل تعلم معنى العيش والتشبث بالحياة لأجل لقاء من تحب مرة أخرى؟! نعم، إنها كذلك. نزلت متلهفًا للدخول إلى المركز التجاري، متلهفًا لرؤية أصدقائي، فقد اشتقت إليهم كثيرًا، عذرًا ليسوا أصدقائي البشر، بل إنها الكتب. أتيت من مدينة بعيدة، أود حقًا الدخول إلى المكتبة والتنزه بين ردهاتها، وبين أزقتها، حيث الرفوف مصطفة على اليمين والشمال، كأنها مدينة حُفَّت بالبنيان الشاهق. أخذت مجموعة من الكتب، بعضها دسم وبعضها خفيف ظل، بعضها متين وضخم وبعضها نحيف وضعيف، إنها كالبشر أحيانًا في صفاتها، اتخذت لي مقعدًا في مقهى في المركز التجاري بعد أن تم إعداد قهوتي المفضلة بنجاح من قبل أفضل صانعيها، أخرجت كتابًا خفيفًا. قبل أن أبدأ شيئًا كتبت في الصفحة الثانية بعض المعلومات: اسمي، وتاريخ بداية قراءتي للكتاب، والمكان والزمان، أحب هذه العادة وأستخدمها مع جميع كتبي إن حضرني القلم.

وصلت إلى نصف الكتاب، هذه الكتب الخفيفة مميزة بأن صفحاتها تطير بين يديك، تتسابق كي تنتهي رغم أن نهايتها تشعرني بالفراق، كأنني سوف أفارقها مرةً أخرى، هذا تلاعب بالمشاعر وهذا لا يجوز شرعًا! إن لمشاعري حقًا بعدم تركها

للآخرين يعبثون بها، ولكن الكتب تفعل ذلك ولا حول لي بذلك ولا قوة، فقد سلمت أمري لله، بقي النصف أظنه سيكون أسرع من النصف الذي سبقه. دخل أحد زملائي القدامى إلى المقهى، ألقيت عليه التحية بالطريقة المحلية وهي المصافحة التي تتبعها تقبيل في الوجه ولكن ليس تقبيلًا مباشرًا إنما إصاق الخدود ببعضها وافتعال صوت القبلة مع المصافحة، أحياناً تكون مرة واحدة وأحياناً تكون إصاقات متعددة متتالية في آنٍ واحد.

سألني ماذا أفعل وحيداً هنا؟ فأجبت بأن لديّ عملاً أقوم به، نظر إلى الكتاب فقال: (هل تقرأ؟! لا أحد يقرأ اليوم، العالم تطور وأنت بعدك على الكتب؟! ) رمقني بابتسامة فيها نوع من السخرية ثم ولى مدبراً.

نظرت إلى الكتاب مطوِّلاً، نظرت إلى حالي ثم أكملت القراءة، هذا الشاب الذي قابلته للتو، ما هو هدفه في الحياة؟ أرى أن اهتماماته في الحياة لا تتعدى في الأفق خط نعليه، فكل همه كيف يلفت الانتباه بلباسه والحصول على بعض الفتيات التي يحاول يومياً التعرف عليهن، صحيح أن كلام الناس له دور في تحفيزك أو تثبيطك، ولكن لن أحبب، سأكمل قراءتي.

سيارتي تتخبط بالأدوات والملابس في كل مكان إلى مقصورتني التي أقود منها، بعض هذه الأدوات كتب، وبعضها أحذية وبعضها ملفات شخصية، باختصار إنها غرفة متنقلة، حالها كحال أي شاب مهتم بنقل غرفته معه أينما كان. ركب أحد زملائي مرة معي، رأى بعض الكتب أمامه، وبعضها في الخلف، بعضها للأطفال وبعضها عام، حاولت التودد وإقناعه بالقراءة، ولكنها الإجابة المعروفة: (ليس لديّ وقت حالياً).

يتحججون بالوقت، ماذا تفعل في يومك يا بيل جيتس كي لا يتبقى لديك وقت للقراءة؟! قل لا أريد القراءة فقط دون صناعة هذه الأعذار المزيفة، فعلاً هذا الشيء ينقص من همتك وحماسك في القراءة عندما يكون من حولك لا يلقون

بالأ لذلآ، والبعض يسخر منك، وقليل من هم المحفزون والمشجعون.

كانت تأتيني رسائل إعلانات كثيرة من بعض الأندية الصحية عن عروضهم الشهرية والسنوية للاشتراك لديهم، لم أكن أهتم بتأأ، كانت رسائلهم تزامم رسائلي الخاصة، إنها بلا جدوى، ولكن لأول مرة أفتح خانة الرسائل في هاتفني للبحث عنهم، أود التسجيل في نادٍ رياضي، يا ترى ما هو الأفضل سعزًا وبيئة؟! سأذهب لزيارة النادي ورؤيته عن قرب.

بعد أن قضيت مدة لا تتجاوز الشهرين في النادي، قررت استعمال المكملات الغذائية، كان شراء العلبة والدخول بها إلى المنزل كشراء كيلو من الهيرويين ومحاولة الدخول به عبر منفذ تفتيش! إن سمعة المكملات الغذائية عندنا كسمعة المخدرات، فيها نهايتك، وتصاب بالعقم بعد استعمالها، وتقوم بتخريب جسدك بعد تركها بشهر فيصبح كالماء! كنت مثلهم، ولكن بعد أن اطلعت على تفاصيلها وفوائدها تغيرت نظرتي لذلك.

لم ألقَ الكثير من التوبيخ في المنزل ولكن التوبيخ كان يأتي من الخارج، من سينظر إلى جسدك؟ ليس لدينا شواطئ الكوباكابانا كي تتمشى عاريًا متباهيًا بعضلاتك التي لن تكبر أصلًا، مصيرك كمصيرنا، لن تحصل على «السيكس باك» ويفضل أن تكتفي بالون باك، ألم تسمعوا عن الون باك؟! إنه ليس أآا تو باك، ولكنها عضلة واحدة تتوسط البطن، حجمها كبير ودائرية ناعمة، تستطيع استخدامها في الكثير من الأعمال، ووضع الأغراض عليها، تستخدم أيضًا كالعبة لأبنائك للتزلج عليها، إنها الكررش!

الكثير من هذا الكلام يززع همتك عندما تُزرع الأفكار داخل العقل الباطن بهذه الطريقة، عندما تحس بالتعب بعد الرياضة، وعندما تحس بالتعب عند تناولك الطعام الصحي الخالي من الملح والسكر والزيوت المهدرجة التي تضيف لذة غير عادية

للطعام، هذا الكلام يراودك بعد الشعور بالإعياء، هذا الشعور يحاربك داخليًا فتصبح متسائلًا: حقًا.. أعذب نفسي بهذه الطريقة؟! وتبدأ المعركة من هنا حتى تترك ما بيدك وتعود إلى ما كنت عليه، ولكن لا عليك، استمر لترى النتائج العظيمة بعد ذلك.

بعد أن كنت آكل وجباتي الصحية من المطاعم وبعضها من البيت، قررت أن أطبخ وجباتي بنفسي. بعد البحث في اليوتيوب ومتابعة الرياضيين ولاعبى كمال الأجسام، كتبت بعض الوجبات ومكوناتها، أخذت اللائحة إلى أقرب مركز تسوق، واجهت مشكلة في تعريف بعض المنتجات غير المتوفرة وكيفية استبدالها بمنتج محلي بديل، ذهبت إلى أكثر من مركز حتى قررت الذهاب إلى الأفضل، ربما أجد حاجتي كلها لديه.

أخذت التروولي، أحسست بشعور غريب، كنت أجول وأصول بين الأرفف عشرات المرات، فعلاً إن الأمر ليس بتلك السهولة، المنتج الواحد لديه عشرة منتجات من شركات مختلفة، الأمر يتطلب خبرة لشراء الأفضل والأنسب. كنت أمسك بالمنتج وأقلبه فورًا على ظهره لرؤية جدول الأسعار والنسب المئوية للمكونات، إنه فعلاً تخصص بحد ذاته. بعد أن انتقلت بين الأقسام من التوابل إلى اللحوم ثم إلى الزيوت والألبان والأجبان، توقفت أخيرًا لآخذ الحاجة الأخيرة.

كنت أبحث دون أن أسأل عن مكان الحاجيات، أردت ميزانًا لقياس الطعام، كل ما كنت أراه هو ميزان قياس البشر وليس قياس الطعام، ترددت لفترة هل آخذ ميزان البشر؟! هل يا ترى هو ميزان واحد لقياس كل شيء؟! ولكن جاهدت نفسي ومشيت للعامل ثم سألته: هل يوجد لديك ميزان لقياس الطعام غير هذا الذي أمامي؟ كنت مستحيًا من السؤال، لا أعلم لماذا، ولكنه دلني عليه بدون إبداء أي ردة فعل، أخذته وعدت للمنزل فرحًا بالزاد الذي معي.

أنزلت الأغراض من السيارة متوجهًا إلى المطبخ، وما أدراك

ما المطبخ! حذرت الشغالة بأن هذه المنتجات تخطني وأتمنى أن لا يتم المساس بها أو العبث بها كي لا تغير من مساري الصحي والرياضي، لا أعلم كيف كان تفكيري تلك الفترة ولكن استفدت منها كثيرًا.

في فترة من الفترات بعد أن اعتاد جسدي على النهوض مبكرًا، لم أقد أبدًا على السهر، كنت أقاوم النعاس أثناء السهرات مع الأصدقاء، بعد أن تتعدى الساعة الواحدة صباحًا أتخذ لنفسني ركنًا وأضع رأسي لأنام، كنت ألقى بعض السخريات منهم: إنك تحب النوم كثيرًا، إنك كسول ووو... إلخ، الشيء الذي لا يعرفونه أنني أنهض مبكرًا من النوم وأذهب لقضاء جميع أعمالتي ولكنهم ينعضون ليلاً، فتبدأ سهرتي وهم يبدأون يومهم في ذلك الوقت. توقفت بعد ذلك عن مجاملتهم، أزورهم بين فترة وفترة، أجلس ساعة بينهم ثم أعود إلى البيت وكلي يقين أنه لن يفوتني أي شيء من حديثهم.

## غَيْرَهُمْ عِنْدَمَا يَعِيقُونَ طَرِيقَكَ



رن هاتفني، نظرت إلى المتصل، إنه سعيد.

سعيد: ألو بدر.. بنروح لليمن. (انتهى).

**اليمن!** متى أول مرة زرت فيها هذا البلد التاريخي العظيم؟ كانت في ٢٠٠٧ عندما أصدرت رخصة القيادة، كلمني أحد الأصدقاء وقال لي: لم لا نذهب لليمن؟ حسناً، ولكن اليمن بلد كبير جداً، ربما نصادف جنود مملكة سبأ ويأخذونا أسرى، ماذا سنفعل حينها؟ أو ربما تعترضنا قوات مملكة حمير، ربما نصبح جنوداً لنقاتل بين الممالك، أو ربما نجد بعض الكنوز الدفينة تعود للعصر الحجري أو البرونزي في وادي رادان، آثار تعود إلى حوالي مليون سنة، فكرة عظيمة، نتنكر ونلحق بالبعثات الفرنسية أو الإيطالية التي تأتي للتنقيب واكتشاف الآثار القديمة، هل ربما يأخذون شيئاً منها لأنفسهم؟ أم ماذا يفعلون بهذه الآثار بعد توثيقها؟ سؤال مهم.

سألت سعيد: هل سنتعرف على جميع هذه الحضارات؟ هل ستكون جولة سياحية تاريخية؟ كم سنمكث هناك؟ شهراً أم شهرين؟ أم ربما عام كامل ولن نستطيع لها صبراً؟ إنها كبيرة جداً، ولكن جاء الرد عنيقاً: سنذهب من أجل القات!!!

ما هو القات؟ هو أحد النباتات المخدرة التي تنبت في شرق أفريقيا واليمن. يقولون إن اكتشافه غير معروف تاريخياً ولكن وصلت هذه النبتة من أثيوبيا إلى اليمن في القرن السادس عشر للميلاد. تقول بعض الشائعات إن المصريين القدماء كانوا يستخدمونه لإطلاق خيالاتهم وتصفية أذهانهم، ولكن ليس

هنالك أدلة دامغة على ذلك.

عُرفت اليمن تاريخياً بزراعة وتصدير البن، وكان الرافد الاقتصادي الأساسي لهذا البلد، استبدل البن رويداً رويداً بالقات، هيمنت زراعة القات على التجار وأصحاب الأراضي الكبيرة والمزارع، حتى استبدلوا تلك النبتة بالفواكه والخضراوات والبن؛ نظير الدخل الكبير الذي يحصل عليه التجار بسبب زراعة القات. لن نتحدث عن أمور سياسية أو اقتصادية هنا، ولكن هذا سبب الرحلة.

استأجرت سيارة، مررت على سعيد، أخذت جواز سفري، وبدأت الرحلة ظهرًا، كنا اثنين لا ثالث لنا إلا الله، لا أحد منا قد زار اليمن من قبل. كانت الخطة تقتضي بأن ندخل إلى المناطق الحدودية فقط والتي تبعد عن مدينتنا أربع ساعات فقط بالسيارة، كان الشعور بداخلنا غير مفهوم، حماس ممزوج بجرعات من الخوف! وصلنا إلى الحدود بعد القيادة لمدة أربع ساعات، لم يسمحوا لنا بالدخول بالسيارة، ركبت السيارة في المواقع المخصصة في الحدود ثم نزلنا متجهين إلى نافذة ختم الجوازات، قدمت له الجوازات، نظر إلينا الشرطي نظرة تفحص، رأى مراهقين صغيرين وحدهما، ماذا يفعلان هنا؟! لم يتكبد عناء السؤال، ختم الجوازات، ثم سألته: كيف لنا أن ندخل الآن؟ قال لي يجب أن تنتظر هنا على الرصيف، ثم اطلب من أحد المسافرين بأن يأخذكما معه إلى الداخل.

عابرا سبيل جلسنا على الرصيف نترقب دخول أي مركبة إلى الأراضي اليمنية، مرت بيكب (شاص)، يقودها رجل في منتصف الثلاثينات من العمر، تبدو سماته طيبة، لا خوف علينا ولن نحزن بإذن الله، تقربت من نافذته (السلام عليكم، هل بإمكانك أخذنا معك للداخل؟) رحب بنا، ولكن ليس هناك مكان في السيارة، لا مشكلة سوف نركب في المساحة الخلفية للسيارة، كأننا بضاعة أو خراف، لا يهم، المهم أن ندخل.

كانت المسافة الحدودية تقريبًا من ١٠ إلى ١٥ كيلومترًا فقط،



وصلنا إلى الحدود اليمينية الشقيقة، هنا تفاجأت بالمشهد المصور أمامي، بوابة قديمة نوعًا ما يقف أمامها عسكريون، حوالي أربعة، جميعهم يلبسون الإزار والمعطف العسكري ويحملون الكلاشينكوف معلقًا على أكتافهم، أفواههم قد امتلأت بالقات، سألت أحدهم: (أين نختم جوازاتنا؟) أشار بيده إلى نافذة بعيدة، لا يريد الحديث، لا يريد تعكير صفو مزاجه الرائع بالكلام التافه، الإشارة تكفي وتفي بالغرض، وإن اضطر الأمر قد يشير بالكلاشينكوف . مشينا إلى النافذة والخوف قد امتزج بمعدلات أكبر من السابق، ختمنا الجوازات ثم مشينا قليلًا وعبرنا البوابة حتى دخلنا إلى أول منطقة ملاصقة للحدود، مبنى من دور واحد طويل يحمل في جوفه العديد من المحلات، سألنا المارّ: أين سوق القات؟ أشار بيده إلى أحد المحلات. دخلنا إلى الداخل، لا نعرف ما هي الأنواع أو الأصناف، ولكن كل ما يهمنا هو إنجاز هذه المهمة على أكمل وجه، نكون أو لا نكون. أخذنا رزمتين من القات، ثم سألنا أحدهم: أين اللوكندا؟ (اللوكندا هي مجلس قات عام يرحب بكل من يريد التخزين، أي يمضغ القات، بأن يدخل ويأخذ لنفسه زاوية يجلس فيها) دخلنا إلى لوكندا بجوار سوق القات، جلسنا حيث دخلنا، لم نرفع أبصارنا ونتمعن في المكان، بل دخلنا وجلسنا حيث أخذتنا أقدامنا، بدأنا نفتح الرزم، الرزمة مليئة بالأوراق الخضراء، تأخذ مجموعة من هذه الورقة ثم تمضغها بأسنانك، بعد ذلك تضع الكمية التي مضغتها على إحدى الجهات من خدك، اليمين أو الشمال وتبتلع عصارته، عندما بدأنا نشعر قليلًا بالطمأنينة، دخل رجل طويل يلبس إزارًا ينتهي عند منتصف ساقه، وقميصًا مفتوحًا من الوسط يبين القميص الداخلي الأبيض، شعره قد اتكأ على كتفيه مربوطًا بمصرّ كشميري، معلقًا على كتفه الكلاشينكوف ، خده قد امتلأ لدرجة الفيضان، كأنه قد أصيب بورم عظيم، عيناه حمراوان كأنه لم ينم لسنة كاملة، دخل وجلس بجواري.

لم أخف طبغًا ولكنني ارتبكت، هل جلس بجواري بسبب زحمة

المكان؟ أم أن لديه ثأراً قديماً ويرى أن يقتصّ مني! نظرت إلى سعيد ونظر إليّ متعجباً، بدأ التوتر يملأ المكان، أريد الخروج من هذا المكان، كأننا مجموعة من الخراف وُضعت في فناء ووزع عليها طعامها من حشائش الأرض. أخذت بيد سعيد وخرجنا من اللوكندا.

أخبرنا أحدهم بأن هناك فندقاً يبعد ١٠ أو ١٣ كيلومتراً، أخرجت هاتفي لأطلب أوبر ولكن ليست هنالك تغطية للشبكة، وليس هنالك أوبر، أشرت بيدي فوقف لي أحد المارين بسيارته، فطلبت منه توصيلنا مقابل بعض المال، أوصلنا إلى الفندق، وأخذنا غرفة لنكمل المهمة بسرّية تامة، مكثنا ساعة في الغرفة، بدأ الليل يدخل، لم يزل التوتر، سمعنا بعض الطلقات النارية، لم نعلم من أين، انتهت المهمة، لم نكمل منذ دخولنا ثلاث ساعات ولكن طفح الكيل، هيا بنا نعد أدراجنا.

التحفيز شيء مهم للغاية للاستمرارية في العطاء والتقدم، الكثير من العقبات اليومية تعترض طريقنا، بعضها على شكل حفر، وبعضها على شكل جدران، وبعضها الآخر تأتي في كمين، لكنها والله الحمد لا تقتل أحداً، إنها فقط عائق، البعض يقف عند أول عائق ولا يستطيع إكمال الطريق ظناً منه أنها نهاية المشوار وأن الله لا يريد له أن يكمل في هذا الطريق، ولكنه لا يعلم أن صدق النية يحتاج إلى اختبار وصبر وتحمل، فإن صبرت وتجاوزت هذه المحنة بكل قوة وإصرار فهذا دليل على صدق نيتك في إنجاز ما تريد.

يأتي التحفيز على عدة أشكال، البعض يأخذها من أناس يعرفهم وأناس حوله، والبعض يأخذها من اليوتيوب فإنه يضح بالمقاطع التحفيزية التي تنضح بالأمثلة العالمية لأناس ناجحين حققوا أمانيتهم وأهدافهم، البعض يحفز نفسه داخلياً بالحديث معها، يحدث نفسه، يحفز نفسه، يشعلها حماساً بكلمات يعرف أن بإمكانها أن تغيره.

البيئة المحيطة بك يجب أن تكون تحفيزية بحيث إن من

تخالطهم يجب أن يكونوا أناسًا طموحين وناجحين ومنتجين، لأنك سوف تتأثر لا محالة بهذه الحالة الإيجابية المصاحبة لهؤلاء الناس، تجد أحيانًا أنك تقضي خمس ساعات مع مجموعة لا تستفيد منها شيئًا، وتجد أن دقائق معدودة تقضيها مع بعض الناس تُشعل بداخلك نار العمل وتحقيق الإنجازات. إن تغيير البيئة المحيطة لا يتطلب الكثير، سوى اليقين بأن التغيير سوف يحسن من حالتك الإنتاجية كثيرًا. إن طعم النجاح والإنجاز والحياة المنظمة جميل جدًا، له وقعه الخاص وله أجوائه الخاصة وله أناسه الخاصون، لا يمنع هذا من الترفه والضحك وزيارة الأصدقاء من حين إلى آخر لتغيير الجو والحالة المزاجية، ولكن يجب عليك أن تختار بعناية من ستقضي معهم معظم وقتك.

التغيير يتطلب انسحابًا تدريجيًا من البيئة القديمة إلى البيئة الجديدة، يتطلب بعض الجهد في الاعتذار، يتطلب بعض الجهد في سماع التوبيخ، يتطلب بعض الجهد في تحمل البيئة الجديدة والاعتياد عليها.

## هل هناك أصدقاء للنجاح؟؟



**التعرف** على الناجحين: الناجحون في الواقع لم أكن أنتبه إليهم كثيرًا في حياتي السابقة لسبب أنني لم أكن أريد ذلك، ولكن عندما تفكر في شيء وترکز عليه تبدأ في رؤيته في كل مكان، مثلًا إذا قررت شراء حذاء رياضي، تبدأ بعد ذلك في ملاحظة جميع الأحذية والنظر إليها في كل مكان، كذلك أي شيء آخر تريده وترکز عليه. بدأت في ملاحظة هذه الفئة من الناس، كان حولي بعض منهم، والبعض كنت أشاهدهم عن بعد، أقابلهم أحيانًا في المناسبات الاجتماعية وأستمع بالجلوس والحديث معهم، والبعض الآخر من العائلة، ولكن كان نظري قويًا للخارج لسماع ومشاهدة شيء جديد.

كان يجذب انتباهي النجاح بأي شكل من الأشكال، وخاصة التي كانت تتناسب مع ميولي وسني في ذلك الوقت، مثلًا النجاح في كونك سائق سيارة ماهرًا، أو النجاح كونك ممثلًا بارعًا على خشبة المسرح، أو أنك عازف موسيقي جيد، أو حتى أنك لاعب كرة قدم مميز، كانت هذه الأشياء تجذبني حتى أدركت في مرة من المرات أن بعض أنواع النجاح ليس له نتائج.

بعد قراءتي لبعض الكتب في مجال تطوير الذات، أدركت أننا أحيانًا نقضي وقتًا كبيرًا في عمل ما ليس له فائدة مادية أو معنوية سوى ضياع الوقت، مثلًا قضاء يومي كاملًا في لعب كرة القدم، أتقل من ملعب إلى ملعب وأنا في سن السادسة والعشرين، لن أكون محترفًا في أي نادٍ نظرًا لسني التي تعتبر كبيرة جدًا في عالم كرة القدم، ولن أحقق مآلًا، وأكون أيضًا قد تخطيت مرحلة الرياضة والحفاظ على التمارين اليومية،

يضيع يومي هباءً منثورًا في اللعب لأكثر من ثلاث ساعات يوميًا أو أكثر.

بعد ذلك بدأت أدرك أنه يجب عليّ قضاء وقتي في شيء يعود عليّ بفائدة مستقبلية، أيًا كانت هذه الفائدة، ويجب عليّ أن أنوّع في اكتساب المهارات وأستفيد من كل دقيقة في يومي بعد رؤيتي لبعض الزملاء الذين تعرفت عليهم حديثًا في كيفية إدارة وقتهم الخاص. لم أكن أدرك أن الإنسان يستطيع أن يعمل في الكثير من المجالات في اليوم الواحد إلا بعد أن رأيت حياتهم، بعد أن كنت أقضي كل يومي بين دراسة في الصباح وسهر طوال الليل، أدركت أن أيامي كانت تضيع هباءً منثورًا، وأن غيري قد أنجز الكثير في هذه العدة، ولكن ما زال هنالك وقت للتعويض عن ذلك.

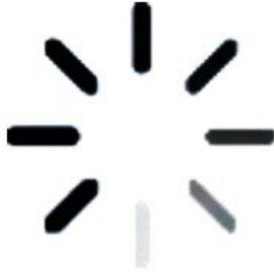
أحد أصدقائي الجدد لديه عمله التجاري الخاص، عندما نخرج في نزهة أو للعشاء معًا في أحد المطاعم، أدرك الفرق بين الناجح والفاشل، الناجح يتحدث عن النجاح والفرص، والفاشل يستمر في التذمر والشتم هنا وهناك، الناجح عند خروجنا للتنزه يقضي ساعة أو ساعتين كحد أقصى ثم يعود ليقضي مشاويره الخاصة، وهنا تكمن لذة الشيء عندما تفارقه وأنت ما زلت تريد قضاء المزيد من الوقت معه، بعكس الفاشل، فإن السهرة تستمر معه لأكثر من ست ساعات حتى تبدأ الساعات الأخيرة مملة جدًا وليس فيها أي تشويق أو حديث ممتع لأنك استنفدت كل شيء في أول ساعة من هذا اللقاء.

العلاقات شيء مهم في الحياة، فإن نسبة اكتسابها مع الناجحين أفضل بكثير من اكتساب العلاقات مع الفاشلين، ولكن هنا لا أحرص على ترك كل أصدقائك وتغييرهم جذريًا، ولكن أنصح بالأخذ بيدهم، فالبعض منهم يحتاج إلى النصح والأخذ بيده للتغيير، البعض يعتبر نتيجة إهمال عائلته وليس له ذنب في فشله، البعض لا يريد التقدم ولا النهوض من غفلته، فخذ معك ما استطعت منهم واترك من أبي.

التغيير يجب أن ينبع من الداخل كي يتم من الخارج، وهم  
كذلك، عندما توجد النية للتغيير فسوف يتغيرون، وإن اختلفت  
فعليك بالدعاء لهم.



## خدعة الانجاز!!



**تخيل** أنك تقوم برسم لوحة كبيرة للملك، وبدأت فعليًا بالرسم المبدئي بالقلم الرصاص، ثم بدأت تتحدث عند الجميع بأنك ترسم لوحة كبيرة للملك، ستحصل على الكثير من الثناء من الجميع، تتحدث عند الأصدقاء، عند العائلة وعند زملاء الدراسة أو العمل، والكل يبدي إعجابه وثناءه، ماذا سيحصل حينها؟ ستصك نشوة الإنجاز وفرحة إتمام العمل والعمل غير مكتمل. إن الثناء الذي يجب أن تحصل عليه بعد انتهاء اللوحة حصلت عليه قبل الانتهاء، وبسبب أنك تتحدث كثيرًا عنها، سيصيبك الفتور، وغالبًا لن تستطيع الانتهاء من اللوحة وستركن جانبًا في المخزن.

لا تخبر أحدًا بما تفعله، دع الإنجازات تتحدث عنك، هنالك بعض الحالات التي يجوز لك أن تتحدث فيها، وهي الاستشارة، استشارة المختصين في عملك الذي تريد إنجازه، ولكن إخبار عامة الناس هنا وهناك بما تفعله، لن يعينك على إنجاز مهمتك أبدًا.

أحد الأصدقاء يدعى عبدالله، في كل فترة من الفترات يُعجب بمشروع ما، وعندما يبدأ في التوغل في تفاصيل المشروع يبدأ في الحديث عنه في كل مكان، عبدالله شاب اجتماعي جدًا، ربما لديه أكثر من ٦ أو ٧ مجموعات من الأصدقاء فقط، ناهيك عن عائلته وزملاء عمله، عندما أقابله بعد فترة من الزمان دائمًا ما أجد لديه مشروعًا جديدًا يتحدث عنه وأنه ينوي تنفيذه، هذا الحديث قد زاد عن عشرة أعوام، وعبدالله خلال هذه العشرة أعوام لم ينجز مشروعًا واحدًا منها، والسبب؟ نشوة الشعور



بالإنجاز، هذه الجرعة التي يفترض أن يحصل عليها بعد انتهاء مشروعه، دائماً ما يحصل عليها في البدايات وبذلك يفقد الحافز والحماس لإكمال المشروع.



## (لا) هل قولها سهل؟



**نهضت** من الصباح الباكر، اتجهت إلى ال french press، إبريق تحضير القهوة. أخذته للمطبخ، وضعت الماء في الغلاية، بدأت درجة الحرارة في الارتفاع، غسلت إبريق الضغط، وضعت ملعقتين من حبوب القهوة المطحونة من كاريو كافيه في الإبريق منتظرًا ارتفاع درجة حرارة الماء بشغف كما تنتظر صغار الطيور طعامها، أخذت كوبي المعدني المطلي بالبرونز والمختوم على جبهته علامة المرأة الشهيرة المقلدة بالتاج المرصع بالنجوم، اتجهت للجلوس على مكتبي، فتحت اللاب توب كي أغوص في العالم وأطلع على ما يدور حولي من تطورات وأحداث (تمت مقاطعتي بإتصال):

*المتصل: آلو.. هلا بدر.*

*أنا: حياك الله مرحبًا.*

*المتصل: كيفك؟*

*أنا: الحمد لله تمام.. وإنت؟*

*المتصل: الحمد لله.. إنت وين؟*

*أنا: في البيت.. ليش!*

*المتصل: اشرايك نطاع نفطر في المول أو أي مكان ثاني؟*

*أنا: فكرة حلوة ولكن (قاطع حديثي).*

*المتصل: يارجال خلي الكلام.. يلا نص ساعه ونتقابل في*

*الجاردنز.*

طوط طوط طوط (أقفل الخط)

كان هذا لثأً، سرق مني متعة الخلوة، سرق لحظاتي الجميلة التي أفضيها مع نفسي، ولكني أيضاً لم أستطع كسر حماسته بالرفض، فاضطرت إلى الخروج معه ومجاملته.

إنها تعتمد على شخصيتك، أنت وأسلوبك، يقولها البعض:

- "آسف ولكني مشغول".

- "أوه خسارة ودي أقابلك بس مرتبط، ممكن نتقابل بكره؟

."

- "ها، إن شاء الله أشوف وأرد عليك".

- "لا يرد".

- "أوكي تمام". ويكون أساساً مرتبطاً بشيء ما أو شخص ما

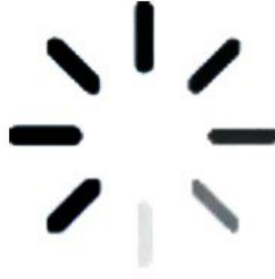
فيقع بين الاثنين.

تقبل الناس لارتباطك وعدم اتصالهم بك لكونك مشغولاً فهم لا يحبون المشغولين، وهنا تكمن المتعة عندما يكون وقتك ملكك.

“ قل لا ألف مرة لأي شيء يشئت  
انتباهك ويعرقل تفكيرك ”

ستيف جوبز

## هل يوجد إنسان كامل؟



في إحدى الدراسات قرر دكتور في الجامعة أن يقسم طلابه إلى مجموعتين: المجموعة الأولى طلب منهم أن يصنعوا شنطة، والمجموعة الثانية طلب منهم أن يصنعوا مائة شنطة، طلب من المجموعة الأولى أن يصبوا كامل تركيزهم في صنع أجمل وأفضل شنطة، بعكس ذلك مع المجموعة الثانية، طلب منهم أن يركزوا بإنتاج الكمية كاملة وهي مائة شنطة.

انتهت المجموعتان من إتمام المهمة، ذهب الدكتور ليقارن بين المجموعتين، ستظن أن المجموعة الأولى هي التي صنعت أجمل شنطة، لم؟ لأن التركيز كان عاليًا ولأنها كانت شنطة واحدة فقط، ولكن المجموعة الثانية هي من صنعت الشنطة الأفضل، كيف ذلك؟ لأن التكرار والعمل المستمر يجعلك تتحسن بطريقة مهولة، بعكس المجموعة الأولى تمامًا، كانوا يتعلمون من أخطائهم في كل شنطة، عندما وصلوا إلى المائة كانوا قد تجاوزوا كل العقبات والمشاكل التي صادفتهم في تصنيع الشنط في البداية.

السعي دائمًا للكمال في العمل عائق كبير لن يجعلك تفعل شيئًا، الكمال لله -عز وجل- لذلك أفضل الطرق الموصى بها للتطور السريع ولإعطاء أفضل النتائج هو الاستمرارية والتعلم من كل عمل، ستتعلم من الأخطاء، ولكن اعمل وأنتج ولا تهتم كثيرًا بالتفاصيل التي تعيقك وتوقف من سير عملك.

صادفت الكثير من الأصدقاء، أحدهم لا يريد أن يفتح مطعمه الخاص إلا إذا كان رأس ماله مليون ريال، وحصل على الموقع

الفلاني لكي يفتح فيه، رغم أنه ليس لديه المليون والموقع غير متاح، فوضع هذه المعايير كحاجز لن يستطيع تجاوزه ولن يستطيع البدء بأي حال من الأحوال، ولكن الحل الآخر المثالي لهذا الصديق بأن يفتح مطعمًا صغيرًا يتناسب مع ميزانيته الحالية ويفتح في موقع جيد ثم يسعى لتطوير دخله والادخار منه ويطور المشروع منه، ثم يبدأ بتكبيره حتى يصل إلى هدفه الأساسي الذي كان يريده من البداية.

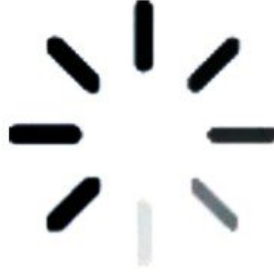
أحد الأصدقاء لا يريد إكمال دراسة الماجستير إلا في لندن، رغم أن جهة عمله رفضت طلبه في الحصول على تفرُّغ من العمل لمدة سنتين وأخذ راتب أثناء دراسته، هو من وضع هذه المعايير لنفسه رغم أنه يستطيع التسجيل في إحدى الجامعات المحلية في مدينته ويبدأ الدراسة في التوقيت المسائي بعد انتهاء عمله، وبذلك يحقق هدفه وهو الحصول شهادة الماجستير، إلا إذا اختلف الهدف وكانت وراءه دوافع أخرى.

“ من الكمال أن تدرك نقصك، ومن  
النقص أن تظن أنك كامل ”

ويلس كارير



## احذر الغرور



دخلت مرةً إلى إحدى حلقات العلم مع أحد الأصدقاء، دخلت إلى المسجد، صليت ركعتين، التفت بعد الصلاة إلى الجالسين في الحلقة، عرفت شخصًا أو شخصين، في الحلقة كلُّ ممسكٍ بكتابه ويتتبع مع الشيخ الصفحات التي يشرحها وينتقل إليها، كان بجوار الشيخ شاب هزيل الجسم نحيف، ينسدل من أطراف رأسه مصرّ باللون الأبيض مع بعض النقوش الخضراء، لم يكن ممسكًا بأي شيء، لا كتاب، ولا ورقة ولا قلم، نظره واقفٌ على بقعة في السجاد أمامه ويبدو لي أنه يقرأ من هناك رغم أن لا شيء هناك، كان الشيخ يتحدث ثم يسأل بعد كل مدة، ليرى مدى فهم الطلاب، الأمر المفاجئ أنه كان يسأل الطالب الذي بجواره عن الصفحات وعن التفاصيل وكان يجيب وليس بيده أي كتاب، بينما الآخرون كان البعض منهم يضع إجابات تقريبية والبعض يقلب صفحات الكتاب سريعًا ليصل إلى الإجابة، اسمه أحمد، أحمد سريع الحفظ لدرجة أنه عندما يقرأ الصفحة يحفظها.

سمعت من قبل عن مدى حفظ الإمام الشافعي، وأنه كان يحجب بيده الصفحة المجاورة عندما كان يقرأ لكي لا يحفظها عن طريق الخطأ، وأيضًا قال الإمام الشافعي أحيانًا جميلة في الحفظ عندما حدث له موقف في السوق ورأى كعب امرأة بالخطأ، فقال لشيخه وكيع:

شكوتُ إلى وكيعٍ سوءَ حفظي

فأرشدني إلى تركِ المعاصي

## وَأَخْبَرَنِي بِأَنَّ الْعِلْمَ نَوْرٌ وَنَوْرُ اللَّهِ لَا يُهْدَى لِعَاصِي

مع مرور الوقت بدأت بالتعرف إلى هذا الشاب المذهل، قدرات خارقة لا تراها كثيرًا في القرن العشرين، كنت منبهراً جداً، كان الشاب لا يتحدث سوى باللغة العربية الفصيحة، جلسنا في إحدى العرات في مطعم بجوار الشارع السريع، اجتمع الأصدقاء عندما سمعوا بوجود أحمد معنا، كان عندما يقول لنا حديثاً، يسرده بسنده ومثنه، عن فلان عن فلان حتى يصل إلى النبي -عليه الصلاة والسلام- ونحن في سكوت وانبهار تام، مع مرور الوقت توطدت العلاقة أكثر، كانت هنالك بعض الأشياء التي بدأت أراها في هذا الشاب، الغرور، عندما نتحدث عن أي شيء ينظر إلينا شزراً كأن كلامنا خالٍ من الصحة مع بعض القهقهات المستفزة ثم يصحح المعلومة أو القصة.

قريتنا الحبيبة والجميلة، كان يصفها بمرتج المواشي والأغنام، قطيع يتبع الراعي! ليس لديه فكر أو منطق ليعمل به وإنما نتبع غرائزنا الحيوانية بعقول فارغة. بدأت فعلاً أصاب بحنق تجاهه، ليس لصحة كلامه أو عدمه، وإنما لاحتقاره الناس. عندما يهبك الله ميزة لم يعطها لأي أحدٍ سواك، ماذا يجب أن تفعل؟؟ هل تتعالى على الناس وتتكبر عليهم؟ حسب فهمي وعلمي المتواضعين، يجب عليك استخدام هذه الميزة لنشر العلم والفائدة لمجتمعك الذي حولك، الذين تصفهم بالقطيع! لا يهم، ذهب هذا الشاب لإحدى الدول ليكمل تعليمه الجامعي، لم يلبث إلا قليلاً وعاد دون أن يكمل، بقي في بيت أهله، لا عمل ولا تعليم ولا شيء، لماذا؟ ما الذي حدث؟ دمائي تغلي وتتأسف على حاله، هل هي نتائج الكبر والغرور الذي وقع فيه تظهر الآن؟ كلي أمل أن يعود هذا الشاب بحماسة واندفاعه الصحيحين لخدمه المجتمع وخدمة الإسلام وأن يكون ذا أثر في يوم من الأيام.

عندما كنت أدرس في الكلية التقنية، تعرفت إلى بعض

الأصدقاء درسوا معي في السنة التأسيسية (الفاونديشن) ثم انتقل بعضهم معي إلى السنة الأولى، سنة المواد العامة قبل أن يبحر كلُّ في بحره الخاص، بحر التخصصات، كان هذا الصديق (فهد) ذكياً للغاية، يتحدث عدة لغات، لا أظنه يدرس في بيته قبيل الاختبارات، نجح فهد وتخرج في الكلية، هذا الكلام في عام ٢٠١٥ أو ربما قبل ٢٠١٤، فهد عمل في شركة ما لمدة قصيرة ثم استقال والآن لا يعمل، لم هذه القدرات لم تُستغل؟ هل لأنه يريد وظيفة معينة ولا يريد سواها؟ هل هو غرور وافتخار بالإمكانيات التي يعرفها عن نفسه وبذلك لا يريد العمل في أي مكان؟ أولاً يعلم بأن صعود القمة يبدأ بوضع قدمك على أول عتبة من السلم للصعود؟ إلا إذا كان لديك منطاد أو هليكوبتر! إذن أنت فاحش الثراء وبإمكانك اختصار كل هذا الجهد!

عندما يصيبك الغرور بسبب معرفتك بقدراتك وإمكانياتك التي لا مثيل لها في المجتمع من حولك، تظن بأن الشركات والأعمال ستنهال عليك من حولك وفي الحقيقة هذا الرأي خالٍ من الصحة، الشركات والأعمال تحب المجتهدين وليس الأذكياء المغرورين. عندما تجد بعض الميزات في شخصيتك أو بعض المهارات، اعمل على تطويرها وليس الافتخار بها، وتذكر قول الله تعالى: ((وفوق كل ذي علم عليم))، أينما سنذهب ستجد من هو أعلم منك وأمهر منك وأقوى منك، هذه الحياة لا تنفع للمغرورين، تسقطهم ثم تبتقيهم في كهف ليس به أحد، ينفر الناس من حولك ولن يبقى لك أحد.

التواضع والاجتهاد هي السمات المناسبة لكي تبدأ مشوارك العلمي والمهني والتجاري.. لماذا نتواضع؟ لكي نتعلم من الخبراء في المجال الذي أود دخوله، لماذا أصبر؟ لكي أتقن المهارات التي سوف أتعلمها من هذا الخبير، والدائرة تدور، سيأتي يوم ويتوجب عليك أن تساعد الشباب المتحمسين الذين يريدون أن يطوروا من مهاراتهم وأنفسهم فكن مستعداً.

على ماذا التكبُّر والغرور  
وهذه الأرض تملأها القبورُ  
على ماذا التعالي يا صديقي  
أأنتَ البحر أم أنت الصخورُ  
كأنك قد نسيتَ يا أخي  
بأنَّ الكون يملكه الغفورُ  
ألم ترَ كم فقدنا من أناسٍ  
لهم نخلٌ وأسوار قصورُ  
وكم فارقتَ من أهلٍ وخلٍ  
أتاهم بغتةً قدرٌ يدورُ

علاء خلف

## لا تلعب دور الضحية



**تخيل** أنك ولدت في أحد الأحياء الفقيرة في سيريلاكنا، أو الهند، ولدت وسط أسرة مكونة من ٦ أو ٧ أفراد، تعيشون في أحد الأكواخ الصغيرة التي تقيكم من لهيب الشمس في الظهيرة، وتمسي حمام سباحة عند هطول أي أمطار أو عواصف رعديّة، قررت في يوم من الأيام السفر والغربة لكي تنقل نفسك وأهلك من هذا الفقر المدقع، ستترك كل شيء خلفك، وستقترض مبلغًا كبيرًا من المال لشراء إقامة في أحد البلدان النفطية في غرب آسيا، لك أن تتخيل حجم المسؤولية الضخمة التي على عاتق هذا الشاب الفقير المسكين الذي ترك كل شيء خلفه وعبر المحيطات باحثًا عن لقمة العيش الكريمة التي ربما يجدها وربما لا! إنني أرفع القبعة لهؤلاء الفئة من البشر، الذين يسعون بكامل قواهم للغربة والعيش في بلدان مجهولة، قد ينجحون فيها وربما لا، إنها مسؤولية كبيرة جدًا يضعها على عاتقه، قال الله -عز وجل:- ((هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ الْأَرْضَ ذُلُولًا فَأَمْسُوا فِيهَا وَمَأْكِبَهَا وَكُلُوا مِنْ رِزْقِهِ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ)) [سورة الملك، الآية ١٥].

اعتاد الناس منذ الأزل السفر والتنقل من مكان لآخر من أجل لقمة العيش، والبعض الآخر من أجل طلب العلم، وبعضهم من أجل التجارة، وكل هذا تحمل للمسؤولية، نرى في زمننا هذا، قلة قليلة ممن يفلتون الحبل السري ويقطعونه لأجل الذهاب والسفر لأجل طلب لقمة العيش أو لأجل التجارة، بل يعيش معظمهم دور الضحية.

ما هو دور الضحية؟ الضحايا هم الأشخاص الذين أصيبوا بضرر

فردى أو جماعي، سواءً كان ضرراً بدنياً أو ضرراً نفسياً أو ضرراً عقلياً، أو يعيشون معاناة خسارة اقتصادية.

الكثير من المجالس تضح بمثل هؤلاء الذين يضعون كل المشاكل السياسية والاجتماعية شعاعة لعدم تحركهم أو انتقالهم من مرحلة إلى مرحلة في الحياة، بالأحرى لا يريدون تحمل المسؤولية؛ لذا يلقون باللوم دائماً على الظروف، تخيل أنك تعيش حياة العامل الآسيوي الذي تخلى عن كل شيء خلف ظهره ليجتهد عن لقمة العيش، العامل الذي لم تتوفر له أي من سبل الراحة التي تنعم بها أنت، ماذا كنت ستفعل؟ ستبحث عن مروحة لكي تثبت عليها حبل المشنقة ثم تقفز من على الكرسي؟!

البعض وصل إلى سن الأربعين ولم يتخذ خطوة واحدة للزواج، لم؟ لعدم رغبته في تحمل عبء المسؤولية الكبير الذي سيحمل على عاتقه، كيف سأصرف عليهم؟ كيف سأربي أبنائي؟ هل سيكونون بارين أم عاقين؟ جيدين أم سيئين؟ هل سيدخلونني في مشاكل كنت في غنى عنها؟ ماذا سيحصل؟ يبدأ الخوف في السيطرة على عقله وقلبه ثم يتراجع خطوة إلى الخلف، (ليش وجع الراس؟ خليني كذا مرتاح) يكبر وحيداً، ليس هناك من يهتم به، ثم يفنى وحيداً وقد يموت ولا يعلم عنه أحد إلا بعد عدة أيام في غرفته بعد أن تنتشر رائحة كريهة تدل على وجود جثة في الداخل!

لا تدع الخوف يسيطر على عقلك وحياتك، أصبحت النساء الآن يتحملن المسؤولية، الكثير من النساء يقمن مقام الرجال ويتحملن نفقات المنزل وتربية الأبناء، كل ذلك ولم تندب حظها على ذلك أبداً، بل يعشن بعزة نفس وكرامة، فما بالك بالرجال؟!

كيف تتعلم تحمل المسؤولية وتصبح قائداً لنفسك ولأسرتك؟ إليك بعض الخطوات التي ستساعدك في تطوير ذاتك وترويضها لتصبح مسؤولة:

١. توقف عن إلقاء اللوم.

٢. توقف عن الشكوى ولعب دور الضحية.

٣. تعلم كيف تسعد نفسك دون الاعتماد على الأدوات الخارجية.

٤. عش اللحظة، عش الحاضر، لا تعش في الماضي القديم ولا تعش في المستقبل المجهول.

كنت سابقًا أعتمد على الكثير من الأشياء لكي أصبح سعيدًا: لن أصبح سعيدًا حتى أسافر في هذه العطلة إلى دبي، ولن أصبح سعيدًا أكثر حتى أمتلك هذه السيارة، أفأنا لست سعيدًا، ليس لديّ ما يكفي من المال، سأندب حظي وأبكي على الأطلال حتى يتوفر لديّ ١٠٠٠ دولار! ربط السعادة بهذه الأمور لن تجعلك سعيدًا أبدًا، تعلقك بالماضي وتذكر اللحظات الجميلة التي لن تعود وأن تتمنى عودتها لكي تصبح سعيدًا هذا لن يحدث، أو تربط سعادتك بالمستقبل عندما تحصل على الوظيفة الفلانية، وعندما يصبح مرتبك كذا وكذا، هذا مجهول، وربما تتغير الأقدار عند رب العالمين.

أطلق هرمون الدوبامين والأندروفين بنفسك، إنها الهرمونات المسؤولة عن السعادة، هنالك بعض الممارسات التي تطلق هذه الهرمونات لتشعر بالسعادة الداخلية.

ممارسة الرياضة -أيًا كانت- ربما تحب لعب كرة القدم أو لعب البادل، أو ربما الجري الحر أو المشي، أو ربما الالتحاق بأحد الأندية لممارسة رياضة رفع الأثقال. عُرف الكثير ممن يصابون بالاكتئاب والضييق النفسي بسبب عدم ممارستهم لأي نشاط رياضي.

التأمل: ممارسة التأمل والامتنان نعمة عظيمة يجب علينا كبشر وكمسلمين ممارستها واستشعار النعم التي أنعم الله علينا بها من بين سائر البشر، قال تعالى: (( وَإِنْ تُعْذُوا نِعْمَةً اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا ۗ إِنَّ اللَّهَ لَعَفُورٌ رَّحِيمٌ )) [سورة النحل، الآية ١٨]،

تأمل نفسك وحالك، وتأمل ما هو متوفر لديك، وقارنها بالذين هم دونك، ستشعر بسعادة وامتنان عظيم.

الضحك: يقولون بأن الضحك يفرز هرمونات السعادة، لا تُحط نفسك بالناس السلبيين والجادين طوال الوقت، لا بد أن تقضي بعض الوقت مع أناس تحبهم ويتشاركون نفس الاهتمامات وتقضون أوقاتاً سعيدة معاً، أو ربما عليك مشاهدة بعض المسرحيات أو الأفلام الكوميديّة لتروّح عن نفسك من وقت لآخر، أو ربما تقرأ كتاباً أو رواية تأخذك لعوالم أخرى لن تسمع عنها أو تراها إلا من خلال هذا القراءة.

الأكل: كافي نفسك من حين لآخر وكل ما تحب وتشتهي؛ لأن الطعام اللذيذ يفرز هرمونات السعادة، البعض منا يحب أن يعد طعامه بنفسه ويجد متعة كبيرة في ذلك، لم لا تأخذ عائلتك أو أصدقاءك إلى أحد الأماكن الطبيعية الجميلة وتبدأ في إعداد الطعام لهم وتقضي وقتاً جميلاً وسعيداً معهم؟

هذه الأمور غير متعلقة بالمال أو السفر أو الشراء، إنها أمور عادية جداً، يستطيع أيّ منا تنفيذها ليسعد نفسه في مكانه، وربما إذا كانت الأمور متيسرة مادياً فإن السفر من حين لآخر مفيد جداً لتغيير النفسية ولتعلم أمور كثيرة في الحياة وفي تحمل المسؤولية واستكشاف العالم الخارجي.



“إنك إذا لعبت دور الضحية دائمًا،  
فإنك تستخدم قوتك الشخصية  
لتصبح عاجزًا”

لويزا هاي

## انتبه من هذه!!



**بيني** وبين والمسرح علاقة منذ الصغر، مثلت أول مسرحية لي في المدرسة عندما كنت في الصف الخامس، لا أعلم كيفية دخولي ولكن كنت أمثل دور النادل الآسيوي في هذه المسرحية، أحببت التمثيل وأحببت هذه الأجواء الدراماتيكية، ربما لو كنت ولدت في مصر لكنت من تلاميذ عادل إمام أو سعيد صالح، أو ربما أخذت أحد أدوار الكومبارس في مدرسة المشاعيين! مهلاً، لم أولد في تلك الفترة، ربما أحد أعمالهم الحديثة وربما لا.

لم يكن التمثيل رغبة أهلي، بل كانوا من أشد المعارضين لهذا المجال، لذلك لم أمثل طويلاً، عدّة مسرحيات، ولم تكن أدوارًا بطولية أبدًا. في أحد الأيام وردني خبر بأن إحدى الفرق في مدينتي ستجلب فنأنا خليجياً كبيراً لتمثيل دور رئيسي ستقدمه هذه الفرقة، وأن العمل سيكون من تأليف فلان وفلان، يعتبر أحد أقاربي من الدرجة الثانية، لم أشعر بنفسي إلا وقد فتحت اللابتوب، وبدأت في تأليف مسرحية، حسناً.. ما العلاقة؟ لا أعلم، ولكنني أحسست أنني أريد أن أكون في مكان هذا الشخص! أريد أن أكتب عملاً مثله لكي أجلب فنأنا كبيراً ليمثل هذا الدور الذي سأكتبه. لم تكن لديّ أي خبرة في التأليف، ربما لم أكتب شيئاً قط من قبل، كتبت مسرحية من أربعة فصول في أربع صفحات، انتهيت من الكتابة، أرسلت النص إلى رجل أثق فيه كي لا تتسرب المعلومات ويصل هذا النص لعادل إمام ويُعرض على مسارح مصر بدون علمي وبدون أخذ حقوق الملكية الفكرية! كانت ليلة مضحكة جداً عندما

التقيت بالرجل وبدأ بقراءة النص عندي لم يكف عن الضحك عند انتقاله من حوار إلى آخر ومن مشهد إلى مشهد، كل هذا في أربع صفحات ويا لها من أربع صفحات! كتبها بسبب اندماجي في حلم شخص آخر قد حققه ولم يكن هذا الشيء من اختصاصي إطلاقاً.

أو ربما أحمد قريبي، عندما بدأ يتحدث عن حلمه في إنشاء مدينة رياضية يضم فيها أكبر قدر من المواهب ويصقل مهاراتهم ثم يستطيع بيع اللاعبين للأندية الخارجية ويصقل مهاراتهم بمركز رياضي ليس له مثيل، عندما بدأ أحمد في شرح حلمه وخطة حياته بدأت أسرح بخيالي وأتخيل تنفيذ هذا المركز، ربما أخذ مخطط أكاديمية «اسبائر» لأستعين به كمرجع لهذا الصرح الرياضي الذي انتقل فجأةً من عقل أحمد ليتوغل ويختلط بأحلامي! بعد مدة قطعت هذا الحبل الممتد من عقله إلى عقلي ولزمت أفكاري حدها. يجب أن أتوقف عن أخذ أحلام الغير ويجب أن تكون لي أهدافي وأحلامي الخاصة التي أود فعلاً تحقيقها.

هذا ما يحصل بالحرف الواحد، عند جلوسي واستماعي للأهداف المختلفة، أحس أن عقلي تمت برمجته وتغييره تلقائياً، وأبدأ في التفكير في الهدف الذي سمعته، سواءً في مقطع اليوتيوب أو قرأته في كتاب ما، أو سمعت أحداً يتكلم عنه، هنا تبدأ مرحلة جديدة من التشبث وعدم التركيز، أهداف الآخرين جميلة ولكنها ليست من اختصاصي، لماذا أنجذب إليها؟ هل من الممكن أن عقلي يظنها أهدافاً سهلة الوصول ومريحة ولن يحتاج إلى أن يبذل الكثير من الجهد ليحققها؟ جميع الأهداف اليوم تحتاج إلى جهد، مهما صغر الهدف المنشود أو كبير.

الاستقلالية جميلة، أن يكون لك هدفك الخاص والذي تصب عليه كل تفكيرك وتركيزك هذا هو المهم، مهما كان تسويق الشخص أمامك قوياً لما يريد ويحبه، يجب أن تضع جداراً من

الكومندوز يحمون مستوطنة أفكارك ويحافظون عليها، إلا إن حصل شيء يضع أهدافك في قائمة الـ«بلاك ليست» ويلغيها، يجب أن تكون مرناً في ذلك والبحث عن الحافز الجديد، والهدف الجديد.

## الأفكار سهلة ولكن التطبيق أصعب



بعد مراجعة قائمة الأهداف، هنا نبدأ بالشروع في طرق التنفيذ، كيف لي أن أصل إلى أهدافي وأحققها؟ كيف أضع أول خطوة في هذا الطريق؟ ماذا أفعل؟! أحس بأنني تائه! أريد أن أبدأ ولكن لا أستطيع!

هناك مثل جميل كي تستطيع البدء بسهولة: كانت هناك شجرة كبيرة في فناء أحدهم وكان يريد التخلص منها وإزالتها، فكر الرجل بالطريقة المناسبة لتقطيعها قال: (إذا قطعتها من الأسفل قد تسقط فوق منزلي وتهدمه، أو قد تسقط فوقي فتسحقني. فكر الرجال طويلاً حتى خطرت بذهنه فكرة، وهي أن يتسلق الشجرة ويبدأ تقطيعها إلى قطع صغيرة من الأعلى نزولاً إلى الأسفل، وبذلك يكون قد أزال الشجرة العملاقة عن طريق تقسيمها إلى عدة قطع لكي تسهل عليه عملية القطع.

هكذا يمكنك التعامل مع أهدافك، عن طريق تقسيم الهدف إلى عدة أقسام سهلة وتبدأها خطوة بخطوة، مثلاً إن كان تعلم اللغة الإنجليزية ضمن أهدافك ولا تعرف من أين تبدأ، فعليك أن تبدأ بالتسجيل في معهد للغة الإنجليزية أو البدء مع مدرس خاص ثلاث ساعات في الأسبوع، ثم بعد ذلك عليك باقتناء قصص الأطفال باللغة الإنجليزية، ثم بعد ذلك عليك مخالطة الأجانب لممارسة اللغة، وهكذا، تبدأ خطوةً خطوة نحو تحقيق أهدافك.

“العبقريّة هي ١٪ من الإلهام  
و٩٩٪ من العمل الجاد”

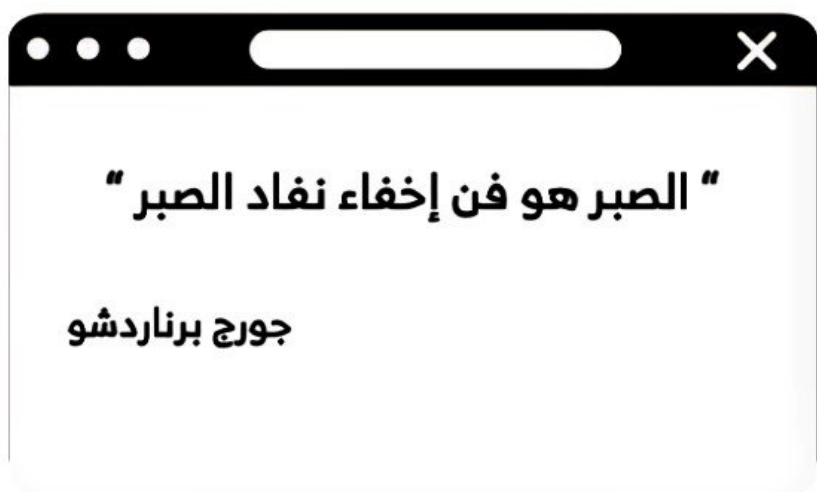
توماس إديسون

## كيف تصبر؟



**الصبر** صفة من صفات العظماء، ولا يصل المرء لأهدافه إلا بالتحلي بهذه الصفة العظيمة التي أوصانا الله بها في كتابه الكريم. الدرجات تتفاوت بشكل كبير بين الناس في الصبر، وكلُّ بقدر قوته وصبره، ولكن لكي تحقق أهدافك عليك أن تلبس ثوب الصبر. ليس بالأمر السهل السعي نحو تحقيق الهدف والصبر على مواجهة العقبات، الكثير ينسحب ويرجع خطوات كثيرة للخلف، هناك من غلبت عزيمته صبره وكافح للوصول، وهناك من لم يستطع التحمل وبقي في مكانه بلا عنوان.

عندما تصبر على دروس اللغة الإنجليزية المملة بينما أصدقاؤك مجتمعون في أحد الكافيهات في العطلة، أو عندما تصبر وأنت تحاول الحديث مع أحد الأجانب وتبدأ في التلعثم و50% من كلامك غير مفهوم والبعض يسخر منك، أو عندما تصبر على قراءة كتاب وتبدأ في تهجي الكلمات وتمضي الساعات وأنت لم تُنه إلا بعض الصفحات الصغيرة، جميع هذه الحالات عندما تصادفك يجب أن تختفي عندما تصادف قوة إصرارك في تحقيق هدفك في التعلم، يجب على شغفك أن يرجح في الميزان ويبقى حلمك نصب عينيك لا تعيقك أي عقبة في الطريق.





## تسلّح بأدوات مساعدة



**هناك** بعض الأدوات -من وجهة نظري- يجب على الشخص تعلمها لكي تساعده على النجاح. دائمًا ما تكون البدايات فردية، لن تستطيع في بداية عملك أو مشروعك توظيف العديد من الموظفين؛ لذا أنصحك بتعلم بعض المهارات التي تمكنك من البدء وحدك، حتى بعد أن ينهض المشروع على قدميه وتكون أرضه صلبة ثابتة، بعد ذلك ربما تبدأ في توظيف المختصين كلٌّ في مجاله.

اللغة الإنجليزية هي اللغة الأكثر انتشارًا في العالم، وهي لغة البنزنس ولغة الشعوب المختلفة التي يفهمها الجميع، مهارة مهمة يجب عليك أن تتعلمها وأن تتعلم لغة عملك بالأخص، ربما البعض منا تعلمها في المدرسة، والبعض الآخر في الجامعة ولكن هذا الكلام لا ينطبق على الجميع. إذا كان مجال عملك في النفط والبتروك فتعلم المصطلحات التي تخدمك في مجال عملك، أو كنت في مجال المطاعم والمقاهي، تعلم المصطلحات التي تخدمك في هذا المجال، هناك تطبيقات لتعليم اللغة ومعاهد تعليمية أو دورات تدريبية ستفيدك كثيرًا، ولكن التعليم الذاتي هو الأقوى. طوّر من لغتك بنفسك، الاختلاط بالأجانب في بيئة العمل والتحدث معهم مفيد جدًا.

الحاسب الآلي: مهارات الحاسب الآلي من أهم الأدوات التي ستساعدك في نمو عملك، سواءًا وظيفيًا أو في عملك الخاص. صياغة الرسائل وكتابتها على برنامج مايكروسوفت وورد، عمل الجداول البيئية للحسابات في مايكروسوفت

إكسيل، عمل العروض التقديمية في مايكروسوفت باوربوينت، طرق المراسلة في البريد الإلكتروني، طرق التصفح والبحث واستخراج المعلومات من متصفح البحث، مهارة التصميم في الفوتوشوب تعينك على عمل الإعلانات أو المنشورات، حتى لو لم تكن مصممًا أو لم تكن لديك الموهبة، الأمر سهل، ليس منوطًا بالموهبة، إنها مهارة مكتسبة، جميع هذه المهارات ستضيف إليك قوة هائلة، وجميعها بالإمكان تعلمها من اليوتيوب، هناك دروس باللغة العربية والإنجليزية مليئة بالتفاصيل، ولكن الأمر يعتمد عليك أنت فقط.

القراءة: معدلات القراءة في وطننا العربي قليلة جدًا مقارنة بالشعوب الغربية، إنها ثقافة شعوب، وقد كنا الأكثر علمًا منهم في يوم من الأيام ولكن ليس في هذا الوقت. القراءة تفتح مدارك العقل وتأخذك إلى عوالم وحياة لم تدركها ولن تعيشها إلا من خلال القراءة. القراءة تفيدك وتطور من مخزونك اللغوي وفصاحتك اللغوية، لن تشعر بذلك من البداية ولكن مع الوقت سترى نتائجها دون أن تشعرلباقى الحديث، الفهم والإدراك السريع، فهم وحلول المشكلات ستضعها دون أن تشعر لأنك قد قرأت عنها ورأيت الحلول بعينيك كيف يتجاوز الناس مثل هذه المشكلات، ستطور من سرعة بديهتك،

” بمجرد أن تتعلم القراءة، ستكون حراً للأبد ”

فريدريك دوغلاس

برامج التواصل الاجتماعي، ربما يراها البعض وسيلة للترفيه وضياعًا للوقت، ولكن من وجهة نظري، هناك الكثير من الشركات والحكومات تواجدت رغبةً عنها في هذه المنصات، مواكبة التطور ومواكبة العالم ورؤية أين وصل العالم اليوم، يجب أن تكون ملقًا بهذه التفاصيل ومعرفتك بطرق استخدام هذه البرامج سوف تساعدك كثيرًا في التسويق لمنتجاتك أو خدماتك التي تنوي ترويجها ونشرها للعالم. تكاد الجرائد والمجلات تنتهي من الأسواق، الجميع يرى الأخبار والمنتجات،

ويتسوق عن طريق الهواتف الذكية. كن جزءًا من التطور  
واستخدمه بالطرق الصحيحة.



“ يظن الناس أن التعليم شيء يمكن  
الانتهاء منه ”

إسحق عظيموف

## اقفز



في أحد الأندية الرياضية في مدينتي، هناك مطعم يخدم النادي ومشجعي النادي، يلتصق بجواره مسجد صغير وأمامه دكة خارجية تجمع محبي النادي خلال أوقات فراغهم، الدكة بها شاشة تلفاز لمشاهدة المباريات، سواء المحلية أو الدولية، مجموعة من الرجال الكبار في السن يجلسون ويجتمعون في هذه الدكة منذ أكثر من ٣٠ عامًا، أخبرني رجل بأنه قد عاصر هذا الجيل لفترة من الزمان، ثم دارت الأيام وسافر هذا الرجل وبدأ في بناء مستقبله وتحقيق أهدافه في مدينة أخرى طامحًا أن يكون ذا شأن في يوم ما. عاد هذا الرجل بعد مدة طويلة ليرى نفس الأشخاص، في نفس المكان، في دكة النادي، لم يتغيروا أبدًا، الحديث نفسه، الفكر نفسه، متوقعون على أنفسهم داخل الجحر الدافئ وفي دائرة الأمان.

لم يفكر هؤلاء بالقفز من على الجرف، بل أظنهم لا يجرؤون على ذلك، فضلوا البقاء على ما هم عليه كي لا يصيبهم أي مكروه، حتى لو كان هذا على حساب بناء مستقبلهم، لذلك لا نرى الكثير من المتفوقين والناجحين في الحياة، قلة قليلة في هذا الزمان من هم يتحلون بالشجاعة والجرأة للقفز، وكثير من هم ينظرون من الأعلى، ليس لديهم عمل سوى مراقبة هبوطك والتحدث عنه، إن وصلت صفقوا لك، وإن لم تصل سيبدأون بفرض النظريات وتلفيق الأحاديث حول النتائج، سواء كانت جيدة أم سيئة، هذه الأحاديث هي زاد يومهم الذي يتغذون به خلال أحاديثهم في الدكة.

ماذا يتطلب الأمر لكي تتحلى بالشجاعة وتتخذ قرار التغيير؟

لا يتطلب سوى القليل من التفكّر والتدبر في سيرة نبينا العظيم، وفي سير العظماء والناجحين. لا يتعلق النجاح بحجم الأموال التي تجمعها أو بالمنصب المرموق الذي ستتولاه، سواء عملت بجد أم لا، بل يتعلق بتغيير حالك لكي تكون إنساناً أفضل، إنساناً منتجاً، إنسان ذا قيمة في هذه الرحلة القصيرة، رحلة الحياة.

ربما قررت أن تتغير، أو تبدأ في تعديل نمط حياتك، ربما الآن لديك بعض الأهداف.. هنيئاً لك.. ابدأ بتجهيز العدة اللازمة لأننا سنبدأ بالقفز من على الجرف.

### انتبه!!

إذا قفزت من التلة لن تُفتح مظلتك من البداية، ستصطمم بالصخور، ستنزف الدم، سيتمزق جلدك، سيتمزق ملابسك، ولكن في النهاية لا بد للمظلة أن تفتح وسوف تصل.

بعض الناس لا يتجرأون على القفز ويكملون حياتهم الروتينية المملة في تحقيق أحلام الغير ولا يقدرّون على سداد فواتيرهم الخاصة، لماذا؟ لأنهم لم يتحلوا بالجرأة لكي يقفزوا.

خطوتك الأولى تحتاج إلى شجاعة، همة وشغف، ستواجه الكثير من المتاعب والمشاكل والمعارضات، لا تظن بأن أصحاب المشاريع الناجحة وصلوا إلى ما هم عليه الآن بسهولة ومن أول مرة، لا أحد يعلم ما وراء الكواليس، دائماً ما نشاهد الفيلم ونصفق في الختام ولم نتكبد عناء التفكير في الوقت المبذول للخروج بهذه النتائج المبهرة التي ربما حقق الكثير منها جوائز الأوسكار!

“ هذا هو المبدأ الذي لا يمكن لمن يختار اللعب الآمن التحلي به، بينما في حقيقة الأمر، يعرف أي شخص أنجز شيئاً عظيماً في حياته أنه يجب على المرء أن يقف عاجلاً أم آجلاً على حافة الخطر وما تعد به من ثمار. إن ما يفعله المرء حينما تواتيه الفرصة هو الذي يحدد قيمة حياته ”

ستيف هارفي

## من أين أبدأ؟!



**البدايات** هي الأصعب في تحديد ماذا تريد أنت بالضبط أن تكون أو تفعل، هل تريد أن تصبح موظفًا؟ أم أن حلمك حول ريادة الأعمال؟ يجب عليك اكتشاف إمكانياتك وعمل بعض التجارب على نفسك، ليس التحول إلى فأر تجارب هو ما أصبو إليه من حديثي هذا، ولكن اكتشاف النفس وإمكانياتها وما تبرع فيه هو شيء صعب في البدايات؛ لذا شقّر عن ذراعيك للعمل وابدأ بعملية التجارب.

العمل في الإجازات هي ثقافة اجنبية يُعلّمها الآباء لأبنائهم، فتجدهم يعملون في عطلات المدارس في المطاعم والكافيهات وفي الكثير من الأعمال المسموح بها لهذه الفئة، قد تكتشف من خلالها الكثير من المهارات، ربما في أعمال التوصيل، أو ربما في الحسابات المالية والتدقيق وجمع الفواتير، أو ربما في صناعة القهوة، أو من الممكن أنك تملك حس شيف بارع في طهو الطعام.

التدريب والعمل بالمجان لكسب الخبرة اللازمة في تخصصك، أو ربما في مجال غير تخصصك، الكثير من المرات أخذت أوراقتي وذهبت لبعض الأماكن للعمل فيها بالمجان لكي أتعلم كيفية القيام بالعمل في تخصصي، بعضها كان في مدينتي وبعضها الآخر في مدينةٍ أخرى، وقد اضطررت في مرة من المرات إلى السفر إلى بلاد بعيدة كي ألتحق بإحدى الشركات وأعمل فيها بالمجان، بل كنت أصرف المال لكي أستطيع العيش في تلك الفترة، وسأطرق لهذه الرحلة في الجزء الثاني من هذه الرحلة التي نخوضها معًا.



الدورات وورش العمل: ستجد الكثير من الدورات وورش العمل المجانية، التحق بها، البعض يظنها مملة وقد تكون أحياناً كذلك. رُبَّ كلمة أو جملة تُحدث تغييراً محورياً في حياتك وتبدأ في رؤية الحياة بمنظور مختلف. الدورات المدفوعة من حسب تجاربي ودخولي للعديد من الدورات هي ذات الفائدة الأكبر، الدورات المجانية قد تساعدك ربما لمرحلة معينة، ثم ستجد أن أغلب المحاور تتكرر وليست عميقة كفاية لتسلب منها الأدوات التي ستساعدك في رحلتك.

في إحدى الشركات التي عملت فيها، كان زميلي يتدرب بدون مرتب لمدة عام كامل، ولكن تم تثبيته وتعيينه بعدما تعلم مهارات الوظيفة اللازمة وأثبت استحقاقه لهذه الوظيفة. إن كنت فعلاً تريد أن تطور من مهاراتك وتكتشف أبعاد شخصيتك، يجب عليك أن تتحلى بالصبر وقبول أي عمل في بداية مشوارك المهني، لا تدع عقلك يصنع الحواجز ثم يصفها أمام طموحك ويصبح العائق الأول للانطلاقك في البداية.

ستشعر بالألم والتعب والجهد. العمل المستمر والشاق ليس طريقاً معبداً مليئاً بالزهور. إن البدايات شاقة، ولكن ما إن يعتد جسدك على هذا النوع من العمل إلا ويصبح الصعب سهلاً، ستزيد معدلات التحمل لديك، سترتفع لياقتك الذهنية، ثم بعد فترة ستري أن الموضوع أصبح أسهل بكثير، ثم بعد ذلك لن تكفيك ساعات العمل التي تعمل فيها جاهداً للتطوير من نفسك، ستزيدها، وخصوصاً في عملك الخاص.

مررت بأيام كنت أخرج فيها صباحاً وأعود فيها مساءً للمنزل، كنت أعمل في أيام العطلة، وددت لو أن الأسبوع كان ثمانية أو تسعة أيام، وأن يكون اليوم ستة وعشرين ساعة لكي أستطيع أن أنجز أكثر. سيعتاد جسدك وعقلك على العمل والتطور المستمر لأن هدفك وحلمك هو الحافز الرئيسي، هو الوقود الذي يشتعل في ماكينة جسدك ويدفعك للتقدم دوماً للأمام.

كن كالإسفنج، مستعدًا دائمًا لامتصاص أي معلومة وفائدة من الكبير أو الصغير، من العاقل أو المجنون، من الوزير أو الفقير. ضع جدار الثقة والغرور في خزانة ملابسك واقفل عليه في صندوق حديدي ثم أغلقه بقفل واكسر المفتاح وألق به في سلة المهملات. أكثر الناس الذين يستفيدون هم الناس الذين يستمعون أكثر مما يتكلمون.

كن طفلًا في أسئلتك، كيف يسأل الطفل عن كل شيء في هذه الحياة؟ كيف يتفكر ثم يخرج ما في عقله بكل براءة لوالديه ليسألهما كيف أتيت إلى هذه الدنيا؟ عندما يرى طيرًا فارداً جناحيه يحلق في السماء، ثم يسأل: كيف تطير هذه الطيور في السماء؟

اثنان لا يتعلمان (المتكبر والمستحي) المتكبر لا يتعلم شيئاً في الحياة لأنه يرى أن نفسه أعلى من أن يضعها في موضع سؤال، يظل على جهله لعدم تنازله لكي يسأل، فيزعم أنه يعلم، والمستحي (الخجول) قتله خجله فلم يقوَ على السؤال؛ خوفاً من أن يخطئ أو أن يكون أضحوكة أمام الناس بسبب سؤاله الذي يراه أحياناً سؤالاً تافهاً ولا يستحق أن يلتمس شتات نفسه ويسأل.

اعمل لدى أحد لديه مشروع كالذي تخطط أن تنشئه بنفسك، عمل وتعلم ماهية العمل بكل تفاصيله قبل أن تبدأ في استثمار أموالك والبدء بعملك الخاص، سيجنبك هذا الوقوع في الكثير من المشاكل المالية والعملية كالتي حدثت معي، وسأذكرها أيضًا في الجزء الثاني من هذا الكتاب.

قديمًا كانت تستغرق الرحلة إلى الهند أو بلاد السند عدة أشهر على متن السفن الشراعية القديمة لكي تجلب بضاعة ما، أو تتعلم مهارة ما، أو ربما تذهب في قافلة على متن الإبل لشهور عديدة للتعلم من أهل العلم والصناعات من بلد لآخر، ربما تعود إلى أهلك سالماً معافى بعد عدة سنوات، أو ربما

نُختطف أو نُقتل على يد بعض قطاع الطرق. في يومنا الحالي استخراج المعلومة لا يستغرق إلا دقائق معدودة من هاتفك أو من حاسبك الآلي. لو أن القدامى علموا ما وصلنا إليه من سهولة في تحصيل العلم والتعلم لحسدونا على ما نحن فيه! الإنترنت كفيل بأن يعلمك ثم يدريك على كل ما تريده وتبحث عنه، ليس هناك عذر، إنما الأعذار حواجز صنعها الكائن الكسول الذي يكمن بداخلنا.

“ السر الأعظم للنجاح في الحياة، هو  
أن تدرك ما المقدر لك فعله ثم تقوم  
بفعله ”

هنري فورد

## هل الغربية جميلة أم موحشة؟



**الغربة** هي ببساطة التواجد بين أناس مجهولين، تعيش معهم، تتعلم معهم، تعمل معهم، لا تتشاركون العادات والتقاليد، إنما ببساطة تحاول الانسجام معهم في بيئتهم المجهولة أو تبقى منعزلاً عنهم وحيداً لا تتشارك هذا الألم مع أحد. الغربية قديماً كانت موحشة حقاً، ما قبل عصر العولمة كانت الرسائل تصل في غضون شهور لتسأل عن أهلك أو أبنائك أو زوجتك أو أهل الحي والمنطقة، تمر العملية بسنوات ربما لتحصل على محادثة كاملة وشاملة عن الوضع في بلدك. السفر أيضاً على متن السفن القديمة أو الانضمام في قافلة تستغرق عدة شهور لتعود إلى بلدك، وربما لن تعود إذا غرقت بكم السفينة أو إذا سُبيت أو قُتلت على يد قطاع الطرق أثناء مروركم بالصحاري والجبال المقفرة.

لا يكاد أي عامل أجنبي في يومنا الحالي ليس لديه هاتف ذكي موصول بالإنترنت، برامج المحادثات بالصوت والصورة أصبحت مجانية، يتحدثون مع ذويهم طوال الوقت بالصوت والصورة أثناء عملهم أو في أوقات الاستراحة، في عصرنا الحالي الغربية ليست غربة العهد السابق، بإمكانك مشاركة كل تفاصيل حياتك مع أصدقائك وعائلتك، وتحظى بمحادثات ورسائل فورية على مدار الساعة، هنالك من يطبب عليك ويهوّن عليك قسوة الغربية، انفتاح الناس وإرسال أبنائهم للدراسة في الخارج، في كل بلد ستجد الجالية أو الوفد الذي تنتمي إليه ولو بعدد قليل، السفر لا يستغرق سوى سويغات،

قد تمر مرورًا سريعًا بمشاهدة مسلسل أو فيلم أو حتى بأخذ قيلولة في كرسي الطائرة.

ليس عليك أخذ الكثير من الطعام والمؤون أثناء سفرك، المطاعم العربية منتشرة في كل بقاع الأرض، الأسواق التي تبيع المنتجات العربية أيضًا موجودة.

لا تقلق فيما يتعلق بإرسال الأموال واستقبالها، بكبسة زر في هاتفك النقال ستصل إليك الحوالة المالية مهما كانت قيمتها في غضون دقائق معدودة.

بعد أن خضت اختبار التوفيل لقياس مستوى اللغة الإنجليزية لم أفلح في إحراز الدرجة المطلوبة لإكمال مرحلة البكالوريوس في الكلية التي أرتادها، خضت للاختبار ثلاث مرات، جميعها باءت بالفشل. قررت أن أسحب أوراقتي من الكلية وأعمل بشهادة الدبلوم. بعد ذلك بفترة وجيزة سمعت أحد الأصدقاء يتحدث عن الدراسة في ماليزيا وأن الجامعات هناك معترف بها من قبل التعليم العالي، وأن الكثير من الأشخاص الذين أعرفهم قد درسوا فعلاً في ماليزيا، أيضًا أسعار الدراسة في الجامعات كان مقبولاً، لم لا؟ أود تجربة شعور الدراسة في الخارج، أود تجربة الغربة فقد سمعت عنها الكثير والكثير. سألت هنا وهناك حتى وجدت أحد الشباب الذين أعرفهم والذي تربطني به صلة قرابة بعيدة نوعًا ما وقريبة في نفس اللحظة، تواصلت معه، سألته عن بعض الأمور ثم حزمت أمتعتي وأخذت أقرب طائرة للعاصمة مسقط، يجب عليك قبل السفر إلى أي دولة أن تقوم بتصديق أوراقك الدراسية من قبل الجهات المعنية وترجمتها إلى اللغة الإنجليزية ثم اعتمادها في التعليم العالي كي يتسنى لك أن تقدمها لاحقًا في أي جامعة أجنبية. قمت بهذه الرحلة الطويلة بين طباعة أوراق وختمها ثم ترجمتها هنا وهناك، لا توجد لدي مشكلة، حماس السفر طغى على كل لحظة ملل شعرت بها تلك الأيام، أوصلني أحد أقربائي للمطار حاملاً حقيبة أحلامي عاليًا وحقيبة

ملايسي أجراها في معمرات المطار، إنها المرة الأولى لي في السفر خارجًا لدولة غير خليجية.

تمر الساعات طويلة، أشاهد تارة فيلماً وتارة تأتي المضيئة بالطعام، لم يمضِ الوقت، أتكى برأسي قليلاً للخلف كي أحظى بنوم عميق، ولكن دون جدوى، أشاهد فيلماً جديداً لا أكمله ثم أغط في سبات مفاجئ، بعد ذلك تتحدث المضيئة في ميكروفون الطائرة (سوف نبدأ بالهبوط التدريجي في مطار كوالالمبور، الرجاء ربط أحزمة الأمان). المنظر جميل جداً من الأعلى، مدينة تحيط بها الغابات من كل مكان ثم يحتضنها المحيط الهادي من أطرافها، شبه جزيرة يحيط بها البحر من جهتين، وتسندها تايلند من الخلف، وتركن في مقدمتها سنغافورة الأنيقة، تربطها أيضاً حدود مع إندونيسيا من الجهة الأخرى من المحيط، يتحدث الشعب الماليزي اللغة الرسمية الملايوية، يعيش في هذه البلاد قرابة الـ ٣٣ مليوناً ونصف نسمة، عملتهم الرسمية هي الينغيت الماليزي، أي ما يعادل ٠.٢٢ دولار للينغيت الماليزي الواحد، دولة استوائية لا يعرف الشتاء سبيلاً لدخولها ولا للثلوج بقعة فيها، الأمطار فيها تستخدم عنصر المفاجأة، قد تصحو من النوم والشمس تبعد عن رأسك عدة أمتار تكاد تصيبك بضربة شمس، ثم فجأة تجد نفسك وسط عاصفة رعديّة وسماء رمادية سوداء تصرخ رعداً وتضيء برقاً!

نزلت من الطائرة، مطار مجهول لا أعلم أين الاتجاه الذي يؤدي إلى منطقة استلام الأمتعة، أريد حقيبتي وأريد الخروج سريعاً من المطار، نظرت يميناً وشمالاً أريد رؤية أحد الركاب الذين كانوا معي في نفس الرحلة، رأيت أحدهم يبدو عربياً، تبعته خائسة خلسة حتى وصل بي إلى منطقة نزول الأمتعة، أخذت حقيبتي الكبيرة ثم اتبعت الخطة السابقة، انتظرت حتى بدأ أحدهم بالخروج من المنطقة إلى خارج المطار، ها أنذا أصل إلى الساحة الرئيسية للمطار التي تليها بوابات الخروج،

وقف أمامي رجل سألني بلغة إنجليزية، لا تبدو إنجليزية بسبب اللهجة، ولكن كل ما فهمته من جملته كلمة (تاكسي) لم يتسنَّ لي الرد أو حتى التفكير في الأمر، نظرت إليه أفكر، ثم أخذ حقيبتي من يدي ووضعها في صندوق سيارته الخلفي التي ليست سيارة أجرة على الإطلاق، إنما سيارة سوداء صغيرة، ثم أشار لي بيده بالجلوس في الكرسي الأمامي بجواره، ثم نظر إليّ من خلف نظارته الصغيرة وقال لي بلغة أيضًا غير مفهومة تتخللها بعض الكلمات الإنجليزية المغتربة (أين تريد الذهاب؟) أخرجت العنوان من هاتفي ولم أنبس ببنت شفة، أعطيته الهاتف، ثم أوما برأسه بالفهم وأعاد لي هاتفي، وانطلقنا.

المشاعر متخبطة كثيرًا في رأسي، تتصارع الأفكار بين عملية اختطاف وبين تأمل طبيعة هذه البلاد والإعجاب بها، هل هو فعلاً سائق سيارة أجرة أم أنها محاولة اختطاف وبيع أعضاء؟! فجأة وفي غضون ثوانٍ أصبحت الشوارع غزيرة بالأمطار، المشاحات الأمامية للسياره لا تعمل بسرعة والأمطار غزيرة والرؤية غير واضحة بالنسبة لي، ولكن الرجل يقود سيارته بدون أي مبالاة ولا حتى أي محاولة قيادة بحذر، استمر القلق في داخلي حتى وصلنا إلى المجمع السكني، منطقة في كوالالمبور تسمى (بانحسار) واسم المجمع السكني (تيفولي فيلا) مجمع كلاسيكي، تتوسطه بوابة رومانية كبيرة بأعمدتها الدائرية ونافورة تحيط بها الأشجار والورود تسر الناظرين، ليس لديّ شريحة هاتف كي أتصل بقريبي في الداخل، سألت البواب أين تقع الشقة ٦٢؟ أشار لي بيده في نهاية ذلك الطريق، جررت حقيبتي لمسافة طويلة جدًا حتى وصلت إلى باب الشقة، طرقت الباب، فتح لي قريبي، أخذت نفسًا عميقًا وأخذته بالأحضان، أخيرًا أحسست بالأمان.

بدأت رحلة الغربة بالتعرف على عبدالعزيز، سعودي، يعيش مع علي (قريبي) في شقة تتكون من صالة وغرفتي نوم مع حمام



مشترك للغرفتين، حمام به بابان، يمكنك دخوله من أي غرفة، يجب عليك قبل الدخول طرق الباب والتأكد من عدم وجود أحد داخل الحمام، سخان المياه لم يكن يعمل، اضطررت يومياً إلى أخذ شاور بماء تصل درجة حرارته إلى سالب 5 أو 10، ربما بسبب مواسير المياه لم تنزل عليّ المياه على شكل مكعبات ثلجية، كأن الأمر كالعقاب، كنت أقف أمام الماء البارد لمدة 10 دقائق إلى 15 دقيقة، أحدث نفسي طويلاً، أنتظر القرار الصعب في الدخول تحت هذه المياه الباردة.

أخذني علي في نزهة في العاصمة، شارع العرب وأماكن أخرى قريبة، لاحظت أن أغلب الناس يرتدون أحذية رياضية، ثقافة المشي منتشرة بشكل كبير، بدأت رحلتي في البحث عن حذاء رياضي كي أبدأ به الحياة، لا أريد أن أصاب بتورم في القدمين أو آلام قد تعيقني أثناء دراستي أو جولاتي السياحية القصيرة، وتمت المهمة بنجاح.

بدأت الرحلة الأصعب، البحث عن جامعة بشروطي الخاصة، وهي معادلة ما قد درسته في بلدي والمفترض عليّ إكمال سنتين دراسيتين للحصول على درجة البكالوريوس. ساعدني علي أثناء تواجدنا في الشقة بحصر بعض الجامعات، دونت كل التفاصيل، اسم الجامعة وموقعها على الخارطة. ذهب معي علي في أول يوم، بعد ذلك ترك لي الطريق مفتوحاً لأذهب بمفردي، ذهبت لعدة جامعات، سلمت أوراقي ووعدوني بالتواصل معي قريباً، لم يتم أي تواصل، أعجبت بإحدى الجامعات، جامعة تايلور، جامعة من الطراز الحديث، تشبه الجامعات التي كنّا نشاهدها في الأفلام الأمريكية، يتوسطها نهر تطل عليه كل الصفوف الدراسية، الأماكن الترفيهية في الجامعة جميلة ومريحة، جلسات في الممرات، بعضها معلق في الجدران وبعضها يتوسط الممرات، البعض يذاكر دروسه في ردهات الجامعة والبعض يتجمعون لقضاء وقت البريك، والبعض الآخر في ستارباكس يحتسي قهوته الصباحية على

إطلاقة نهر الـ (لا أعلم اسمه)، كان جوها العام مريحاً وجميلاً جداً، كانت تبعد الكثير عن العاصمة، ولكن (لأجل عين، تكرم ألف عين) الخبر المحزن في الموضوع أن الرد جاءني مباشرةً من إدارة القبول والتسجيل بأنه لن تكون هناك معادلة للسنوات التي قضيتها في دراستي، وأني سأضطر إلى دراسة التخصص من البداية ولمدة ست سنوات إضافية. كان الخبر محزناً جداً، لم ألقِ أي رد من الجامعات السابقة، وهذه الجامعة كانت الضربة القاضية لكسر كل طموحاتي التي أتيت بها معي في سفري. أجريت بعض الاتصالات بأهلي، أخبرتهم بالأخبار غير السارة، أشاروا عليّ بدراسة تخصص جديد والبدء من البداية، ليست هنالك مشكلة، سنقف خلفك، سنقل لك الصعاب، فقط ركز على دراستك. لم ترق لي الفكرة أبداً، تبقت جامعة واحدة فقط، سأحاول للمرة الأخيرة فيها، جامعة لمكوكوينج لديها فرع في بريطانيا وفرع في ماليزيا. ذهبت في اليوم التالي مع التاكسي وأخذت مشواراً طويلاً خارج العاصمة كوالالمبور، وصلت إلى الجامعة، قبل دخولي إلى قسم القبول والتسجيل أخذت جولة كاملة بين ردهات الجامعة وصفوفها، رأيت أن أغلب الطلاب هنالك من الجنسيات العربية والأفريقية، اتجهت إلى قسم القبول والتسجيل ومعني ملف يحتوي على جميع أوراقى الدراسية التي قد طبعت منها مليون نسخة احتياطية، قابلت شاباً عربياً يعمل في القبول والتسجيل، أخذ أوراقى وطلب مني مبلغ ٢٥٠ دولاراً كرسوم تسجيل مبدئية، وأخذ بياناتى الشخصية ورقم تواصلى كي يعلمنى بالموافقة، وعدد السنوات التي سيتم معادلتها، لم ألقِ أي رد من ذلك الرجل أو من تلك الجامعة إلى يومنا هذا! (القانون لا يحمي المغفلين)، عدت إلى الشقة وقد خابت كل آمالي، ضاقت بي ماليزيا كلها، أصبح العالم من حولي كزنازة حبس انفرادي، لم أعلم ما هو التالي، ماذا عليّ أن أفعل! لا أريد الدراسة من البداية، لا أريد قضاء ست سنوات في التعليم من جديد، لديّ حياة أخرى أريد البدء بها. توفّأت واصلت صلاة استخارة، ودعوت الله عز وجل

بأن يلهمني بما عليّ فعله في هذا الوقت العصيب، وضعت رأسي وكلي حزن على الوسادة وغطت في سبات عميق.

قمت في اليوم التالي وفي رأسي فكرة جديدة، بما أنني رسبت ثلاث مرات في اختبار التوفيل، لم لا أدرس الـ (ILETS)؟ فهو يعادل اختبار التوفيل، لم لا أدرس دورة تدريبية لحل هذا الاختبار ثم أعود إلى جامعتي في بلدي وأكمل الدراسة فيها بعدد السنوات المتبقية عليّ فعلياً؟ فكرة قد ألهمني الله إياها بعدما دعوته بقلبي حزين، كم أنت جبار يا رب! أجريت بعض الاتصالات بدائرة القبول والتسجيل في جامعتي وأخبروني بأنه يجب عليّ النجاح في اختبار الأيلتس بدرجة ٤.٥ فما فوق، ذهبت إلى معهد بجانب التوين تاور، سجلت لديهم، أجروا معي مقابلة قياس مستوى، جاءني الرد بعد المقابلة أن مستوى لغتي الإنجليزية ضعيف جداً ويجب عليّ أخذ بعض الكورسات في اللغة كي تؤهلني لدخول كورس تعليم اختبار الأيلتس، لم جميع الأخبار في هذه البلد سيئة؟؟؟ الرياح تجري بعكس اتجاهي دائماً، لم أنسحب، لم أخرج، لم يعجبني الخبر، يجب أن أقاتل بكل ما أملك، أخذت في حوار شديد اللهجة مع معلمة الإنجليزي هناك، ليس لديّ وقت للجلوس هنا سنة كاملة لتعلم اللغة الإنجليزية، أريد التسجيل في الدورة، أريد فقط ٤.٥ كدرجة نجاح، لا أريد ٦ أو ٩ لإكمال الدكتوراة، إنما ٤.٥ فقط، اقتنعت المعلمة ووافقت على طلبي، اكتشفت بعدها أنه عندما تريد شيئاً ما بإصرار يجب عليك القتال عليه، لا تجرّ خلفك ذيول الخيبة وتعود أدراجك بكل بساطة مستسلمًا لأمرهم.

بدأت رحلة التعليم في المعهد، تعلمت من علي وعبدالعزيز الكثير من الأمور، كنت في بداياتي أركب سيارات الأجرة لأخذني لأي جهة أريدها وكانت باهظة الثمن بالنسبة لطالب متوسط الدخل، تعلمت أخذ الباصات العامة لتوصلني إلى محطة القطار، ثم أخذ عدة قطارات والتنقل من محطة إلى محطة حتى أصل إلى المعهد، تعلمت الطبخ وغسل المواقين في

المطبخ، تعلمت غسل ملابسني وتجفيفها في بلكونة الشقة، مدة الدورة كانت ثلاثة أسابيع ولم تكن تكفي لتحسين لغتي الإنجليزية في هذه المدة القصيرة، سألت معلم اللغة الإنجليزية في المعهد عن طرق قد تساعدني في التطور بسرعة في هذه المدة القصيرة، فنصحتني بأخذ دروس إضافية بعد المعهد معه، كان أمريكي الجنسية، يعيش في فيلا جميلة في أحد الأحياء السكنية في العاصمة، كنت يومياً بعد انتهاء الدرس في المعهد نخرج معاً للدروس الإضافية، مرة في ستاربيكس بجوار المعهد، ومرة في بيته الخاص، ومرة في أحد المطاعم الخارجية، فعلاً فقد ساعدني كثيراً، وبالطبع كنت أدفع له مبالغ إضافية.

جاء يوم الاختبار، يوم يُكرم فيه المرء أو يهان، نزلت من محطة القطار بجوار المعهد، كنت أحمل حقيبة ظهر فيها بعض الكتب، هطلت الأمطار فجأة، دخلت إلى المعهد وملابسي قد امتلأت بالماء، كأني أخذت حماماً بارداً ودخلت عليهم قاعة الاختبار، قبل دخولي سألني المعلم: (أين جواز سفرك؟) بالطبع إنه في الحقيبة، فتحت الحقيبة الممتلئة بالماء، ليس هنالك جواز سفر!! أين الجواز؟ نسيتته في الشقة، والاختبار سيبدأ بعد خمس عشرة دقيقة قال أبو الطيب المتنبى:

مَصَائِبُ شَتَّى جُمِعَتْ فِي مُصِيبَةٍ ... وَلَمْ يَكْفِهَا حَتَّى تَمَّتْهَا  
مَصَائِبُ

اتصلت بعليّ كي يجلب جواز سفري من الشقة ويقابلني في محطة القطار، ذهب معي «إريك» المعلم الخاص معي لمحطة القطار، وكنا نراجع بعض التفاصيل والمصطلحات ونحن نجري في الشوارع وفي محطة القطار حتى وصلنا، أخذت الجواز من علي وعدنا للمعهد بأقصى سرعة، وصلت متأخراً بعشر دقائق، الحمد لله لم يقصوني من الاختبار، وأخيراً اخترت.

مرت الأيام، إعلان النتائج يأتي بعد ثلاثة أسابيع من الاختبار،

ماذا سأفعل الآن؟ سأقضي بعض الوقت الممتع ثم أعود لبلدي وأنتظر النتائج من هناك.

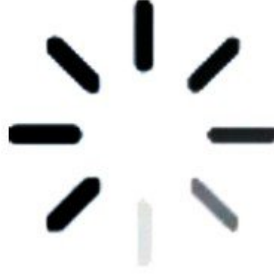
عدت بعد قضاء بعض الوقت الممتع هناك، زارني بعض الوفود القادمة من مدينتي، كل وفد يأتي أقوم باللازم معهم، أسكن معهم، آخذ جولاتي السياحية معهم، حتى عدت إلى مدينتي برفقة آخر وفد قدم إلى كوالالمبور لحضور دورة مع الاتحاد الآسيوي لكرة القدم، عدنا في رحلة سبع ساعات كانت جميلة، لم أعد وحيدًا هذه المرة، وإنما برفقتي ثلاثة أصدقاء. السفر يعمل كجهاز كاشف لمعادن البشر، البعض في السفر يتحول من مواطن صالح عادي، إلى الأفضل أو إلى الأسوأ، البخيل يُكشَف حقيقته، والكريم تظهر محاسنه، والأناي يُعرف من مطالبه، ومحب الخير تعم خيراته الجميع، جميع الأصدقاء الذين زاروني كانت معادنتهم حميدة وقضيت وقتًا ممتعًا معهم.

اليوم الموعود، وشاهدٌ ومشهود، كانت الساعة الثانية عشرة ظهرًا من شهر فبراير ٢٠١٣م، دخلت للموقع الإلكتروني، أدخلت جميع بياناتي في الموقع لأتحقق من النتيجة، كان يجب عليّ الحصول على ٤.0 كمعدل أدنى وإلا تبخرت جميع أحلامي وذهبت كل جهودي سدى، أغلقت عيني، دعوت الله، ثم فتحتهما وكلي رضى بالقضاء والقدر، ضغطت على زر الدخول لصفحة النتائج، وإذا بالنتيجة ٥، فوق المعدل المطلوب، الحمد لله حمدًا كثيرًا طيبًا، هنالك حصاد للأوقات العصيبة التي مررت بها، هنالك أمل، هنالك عودة بإصرار أقوى، يجب عليّ أخذ الأمور بجدية من الآن وصاعدًا، الاهتمام بلغتي ودراستي وتطوير ذاتي، لا أريد الوصول إلى هذه المرحلة الحرجة لاحقًا، ويجب عليّ الاستعداد الكامل والتسلح بكل الأدوات لخوض غمار هذه الحياة.

تَعَرَّبَ عَنِ الْأُوطَانِ فِي طَلَبِ الْعُلَى  
وَسَافِرٌ فِي الْأَسْفَارِ حَمْسُ فَوَائِدِ  
تَفَرُّجُ هَمِّ، وَاكْتِسَابُ مَعِيشَةٍ  
وَعِلْمٌ، وَأَدَابٌ، وَضَخْبَةٌ مَا جِدَ

الإمام الشافعي

## بدأت المعركة!!



**مررت** في رحلتي بطرقٍ وعرّةٍ كثيرة، لم أولد وفي فمي ملعقة من ذهب، تعلمت الكثير في رحلتي وما زلت أتعلم وأكتسب الخبرة من كل بئرٍ ممتلئة أراها في رحلتي، أضع خيمتي في الصحراء في منتصف الليل، أشعل النار لأكل ما وجدت من الطعام ثم أكمل الطريق على فرسي. عندما تكون البيئة حولك وخصوصًا في منزلك غير هادمة للأفكار الإبداعية والمواهب، ستنتقل، أعلم أن الكثير من البيوت ممتلئة بالقوانين الصارمة والهدامة لأي موهبة أو فكرة إبداعية، يتم إعدامها قبل أن ترى النور، إن كنت في بيئة كهذه يجب عليك التعامل معها بذكاء كي تخرج بأفكارك إلى النور.

عملت خلال رحلتي في أماكن كثيرة كموظف، بعضها براتب شهري وبعضها بالمجان، وبعضها دفعت فيه المال. عملت منذ صغري في المهرجانات الصيفية التي تأتي كل عام في وقت عطلات المدارس، عملت أيضًا بالعمل الجزئي في بعض محلات الهواتف النقالة. بعد تخرجي من الكلية عملت في بعض الشركات الهندسية وشركات التصميم، عملت في أحد المصانع بالرغم من أن تخصصي مختلف كليًا عن مجال عملي.

أنشأت خلال رحلتي أكثر من ١٠ مشاريع تجارية مختلفة، بعضها في مجال المطاعم والكافيهات، وبعضها في مجال التصميم الهندسي والجرافيكي، وأيضًا في مجال التصوير الرقمي، استوردنا بعض الزيوت من الخارج في رحلة شيقة لقارة أفريقيا، أنشأت متجرًا رياضيًا وجلبت البضائع من قارة آسيا، باعت واشترت بعض السيارات، ثم أنشأت شركة لاستيراد

المنتجات الخاصة بالكافيهات وبيعها. لم يكن الطريق سهلاً، رحلة بدأت منذ أكثر من عشر سنوات ولا زالت مستمرة إن كان في العمر بقية، تفاصيل هذه الرحلة ستدون بأحرف مليئة بالتجارب التي أود مشاركتها معكم بكل تفاصيلها في الجزء الثاني من هذا الكتاب.



“ إن قامت الساعة وفي يد أحدكم  
فسيلة، فإن استطاع ألا يقوم حتى  
يغرسها، فليغرسها ”

محمد -عليه الصلاة والسلام-

## خاتمة



**القراءة** هي أن تعيش في عوالم وعصور وتجارب لأناس آخرين ولا يمكن أن تمر بها أو تتعلم منها إلا عن طريق القراءة. عندما تقرأ السير الشخصية للعظماء والناجحين؛ سوف تدرك بأن هنالك الكثير من العوامل المشتركة بينهم، أولها الرغبة والإصرار العظيم والتمسك بالهدف في أحلك الظروف، ثم العمل الدؤوب وحب المعرفة والاستكشاف لإيجاد أفضل الطرق المؤدية لتحقيق الغاية. التجربة هي خير مدرسة ومعلم. الخوف والجلوس في منطقة الراحة لن يكشف لك عن أسرار الحياة، لن تكشف الحياة عن أنيابها حتى تراك مقبلاً عليها، تجرب هنا وهناك حتى تختبر قدراتك وتكتشف مهاراتك الشخصية، ثم تصقلها وتطورها بما يتناسب مع عمك وتوجهك العملي والعلمي. الفضول، حب المعرفة والسؤال، العالم مليء بالإثارة والتجارب الجديرة بالخوض في غمارها. لنا عودة في جزء جديد مليء بالتجربة والدخول في العواصف بشتى أنواعها: الرملية في صحراء الربع الخالي، ثم أخذتني الرياح إلى العواصف الرعدية في شرق آسيا. التجربة متعة، لن يستمتع بهذه المغامرة سوى أولئك الذين يجربون دائماً، لا أتحدث عن تجربة الأعمال غير المشروعة والمحرمة، إنما التجارب المباحة والتي تفيدك في دينك وديناك... حظاً موفقاً.

**بدر التميمي.**

(2) الخياص: جمع لكلمة خيصة، والتي يقصد بها المنطقة الساحلية التي تحدها الصخور من كل طرف، وتقصد غالبًا من قِبَل الصيادين، ويقصدها أيضًا محبو الرحلات للتخييم

(3) حبوبتك : جدتك ، هي الجدة.