

مقدمة سيكوباتية سخيفة.. شر لا بد منه:

في البداية اسمح لي أن أشكرك..

شكرًا لك أنك اقتنيت هذا الكتاب، لعلك حريصٌ حقًا على خسارة حياتك، أو أنك استهواك ذلك العنوان العنيف لكتاب مؤلفه معالج نفسي متخصص في التنمية الذاتية! أو لأنك تقرأ هذه المقدمة السخيفة كما ذكرت أنا في العنوان واستكملت أنت القراءة..

في كل الأحوال أشكرك شديد الشكر أنك أتحت لي الفرصة أن أطرح أمامك في تلك الخسائر المتتالية بعض النقاط التي من شأنها أن تجعلك تخسر حياتك في أقل وقتٍ ممكن!

ولا عجب.. فلستُ بعدواني ولا سيكوباتي..

أنا فقط سأعرض أمامك- يا عزيزي- بين صفحات هذا الكتاب ما يجعلك تخسر حياتك حقًا.. وسأطالبك بتنفيذه جدًّا.. وسأحثك على

خسارة حياتك فعلاً!! ولكن ليس معنى ذلك أنك ستفعل بالضرورة ما أريده بك وما أعرضه لك!!

في الحقيقة، وللأسف أيضاً.. أن كثيراً ممن قابلتهم في حياتي، سواء في عيادتي أو محاضراتي أو لقاءاتي العامة بالناس كانوا حريصين شديد الحرص طوال الوقت على اقتناء كتب التنمية الذاتية والمساعدة النفسية، والبعض منهم كان يمتد حرصه إلى أن يقرأ فيها.. والبعض الآخر كان أشد حرصاً أن يقرأها كاملة.. إلا أن أغلبهم- إن لم يكن الغالبية العظمى فيهم- كانوا يقتنون تلك الكتب ويقرأون فيها أو يقرأونها كاملة، ثم لا يفعلون شيئاً مما وجدوه فيها!!

يستمر في رحلته الثقافية بداية من الإعجاب بعنوان الكتاب، ثم الاقتناع بالمؤلف، ثم تصفح الفهرس، ثم الانتقال بين الصفحات، ثم الانبهار بالعناوين، ثم الوقوف عند بعض النقاط، ثم التأثر ببعض السطور، ثم غلق الكتاب وإعادة إلى المكتبة أو الأدراج دون تنفيذ أي مما كان فيه!!

من هنا جاءت فكرة كتابي هذا..

فقد علمتني النفوس التي أفحصها يومياً من سنواتٍ مضت، أن تنفيذ ما يُطلب من الشخص تنفيذه لا يتعدى 30% ذلك إن قام بتنفيذه أصلاً!!

فكثيرة هي النصائح التي قرأناها.. قليلة هي التي نفذناها بالفعل!!

وكثيرة هي العبر التي وجدناها في قراءتنا.. قليلة هي استفادتنا العملية منها!!

وكثيرة هي العناوين التنموية التي تضمها مكتباتنا وأدراج مكاتبنا..
قليلة هي تطبيقاتنا لأي من تلك العناوين اللامعة!!
ولذلك.. وبعد ما تراءت أمامي نفوس عديدة لأعمار مختلفة
وثقافات أكثر اختلافًا..

وبعد الوصول لحقيقة أن ما يُطلب من تلك النفوس لن يُفعل
منه إلا القليل- ذلك إن تم فعله أصلًا- وما يتم فعله لن يستمر إلا
قليل- ذلك إن استمر أصلًا- ولن يبقى أثره إلا قليل- ذلك إن بقي
أثره أصلًا- فقررت أن أضع بين يديك لا ما أطلب منك فعله، بل ما
أطلب منك عدم فعله.

وبما أن الأسهل لك هو ألا تفعل.. فهي كذلك فكرة ذلك الكتاب..

لا أطرح عليك فيه ما يجب عليك فعله، بل ما لا يجب عليك
فعله.. أطرح أمامك مجموعةً من النصائح السلبية الواقعية لتتجنبها،
بدلاً من أن أطرح عليك مجموعة أكثر من النصائح الإيجابية وتتجنبها
أيضاً!!

إذن.. لتبدأ من الآن بمنتهى الجدية في التعاون معي في خسارة ما
تبقى من حياتك بقراءة هذا الكتاب كاملاً وتطبيقه كاملاً لخسارة
حياتك كاملة..

أما زلت تتشكك أني عدواني أو سيكوباتي..؟

أعذرک يا صديقي القارئ في اتهامك ولكن دعني أوضح لك أن
العدواني هو من قرأ كثيراً من النصائح ولم ينفذها في الماضي عدائية
لذاته.. والسيكوباتي هو من يظل يُسقط فشله وتعاسته على كل من
حوله من الناجحين السعداء لمجرد أنه لم يستطع أن يَكُون مثلهم!!
فتمهل قبل أن تتهم!!

ولعلك ستعرف حقًا من هو السيكوباتي والعدواني أكثر..

عندما تتبحر في خسائر هذا الكتاب المتتالية أكثر..

ولعلك ستدرك من هو الجاني في حق نفسه ومن حوله..

عندما تعي ما تقدمه- فعلاً- لنفسك ولمن حولك منها..

ولعلك ستجد نفسك في نهاية هذه الخسائر جميعًا.. وتحديداً في الخسارة الكبرى التي تأتيك بعنوان: "كيف تصنع مريضاً نفسياً" في نهاية فهرس ذلك الكتاب تتويجاً لما قد يحدث بسبب كثير من تصرفاتك تجاه كثير ممن حولك..!

ستحد أنك- بوعي أو دون وعي- كنت سبباً- مباشراً أو غير مباشر- في صنّع مريض نفسي فيك.. أو حولك من أولئك الذين تدّعي أنك تحبهم، أو أنك تسعى لإسعادهم، أو أنك حتى تعيش حياتك لأجلهم..! لا تدهش فقد وضعت لك هذه الخسارة تحديداً "كيف تصنع مريضاً نفسياً؟" في نهاية كتابي هذا- وإن كانت تستحق أن تكون كتاباً مُستقلاً بذاته- فقط لتعي أنها ما هي بكل ما تضمه إلا تتويجاً لكل ما قرأته- ووجدت أنك تمارسه- من خسائر بذلك الكتاب، سواء معك أو مع غيرك ممن هم حولك!

فللمرة الثانية أقولها.. تمهل قبل أن تتهم..

والآن إلى تلك الخسائر المتتالية التي ستجعلك تخسر حياتك في أقل وقت ممكن.. وأمامك خياران لا ثالث لهما إما أنك تستخدم المنطق الأسهل في هضم المعلومة وهو منطق (لن أفعّل) ولا تفعل لتنجو مما أنت فعلاً تفعل.. أو أنك تقرأ وتجد أنك تفعل ما تقرأ أو بعض منه وتستمر فيما تفعل أو تزيد عليه، فتحقق غايتي السيكوباتية العدوانية

الشريرة التي اهتمتني بها مع بداية تلك المقدمة السخيفة، وتخسر حياتك فعلاً..

أُجدد الدعوة لك لبداية القراءة وبداية خسارة نفسك ومن حولك وحياتك كاملة.. لأراك في نهاية كتابي هذا بعد أن تتمه كاملاً شخصاً فاشلاً على المستوى الشخصي والمهني، تعيشاً على المستوى النفسي والاجتماعي..

تحياتي لك وشاكر تعاونك السلبي معي.

دكتور/أحمد هارون الشريف

دبي- الإمارات العربية المتحدة

ربيع أول 1439 هـ- نوفمبر 2017م