

الجزء الرابع

خذ وقتاً، حتى عندما لا يكون لديك وقت

المشكلة أننا نعتقد أن لدينا وقت.

بوذا

يشتكى الجميع من ضيق وقتهم. نحن ننظر إلى الوقت على أنه قيمة ثابتة، وهذا هو الخطأ بالتحديد. فالوقت يمكن أن يمرّ ببطء أو بسرعة تبعاً لما نقوم به للتو. عندما نكون منهمكين بالعمل يبدو الوقت وكأنه يمضي بسرعة لسوء الحظ. لذا، إذا كنت تريد امتلاك المزيد من الوقت، عليك أن تنزّل من تعشيقه سرعتك. في إحدى حلقاتي الدراسية تعرّفت إلى موسيقيّ كان قد فقد بطاقته الشخصية ومحفظته في إحدى رحلاته، ليحطّ أخيراً على شاطئ منعزل في هاواي، حيث عاش مع آخرين مما قدّمته لهم الطبيعة. وكان يشعر بأنه يمتلك وقت العالم كله. لم يكن لديه ساعة ولا تقويم، وعاش سعيداً بيومه مستبشراً بغده. وحينما عاد أخيراً إلى المدينة، حُيّل إليه أنه أمضى عدة سنوات على ذلك الشاطئ، بينما لم يُمضِ هناك في الواقع سوى أربعة أشهر.

يعاني ريتشارد من خوفٍ شديد من الموت. ولم يكن هذا مستغرباً كثيراً، فوالده توفي في الخامسة والخمسين من عمره، وكان ريتشارد في هذه الأثناء في السادسة والأربعين، وكلما تقدّم في العمر، كان يشتدّ قلقه ويحاول ألا يفوت شيئاً.

كان ريتشارد رجلاً جذاباً: طويل القامة، أشقر، رياضي الجسم وناجحاً جداً في مهنته كمستشار إداري، وكان يقود سيارة BMW، ويُعدّ أفضل لاعب في نادي التيس. ولكن من منظور ريتشارد نفسه كانت حياته قليلة الإيجابية. ومع أنه كان يحبّ العمل ويعمل كثيراً، إلا أنه كان يعاني من الإنهاك بصورة متزايدة. كان يعلم أنه حقّق الكثير في حياته، ولكنه كان يعاني من ضائقة مالية. لما كان عليه تمويل بيتين اثنين، فقد تراكمت عليه بعض الديون، وهذه الديون جعلته في حالة من الاضطراب. صحيح أن أفكاره التجارية الجديدة كانت جيدة، إنما كانت بحاجة إلى سنوات حتى تؤتي أولى ثمارها. عرض عليه شقيقه وظيفة ثابتة، بحيث يستطيع ريتشارد أن يترك حياة العمل الحرّ، بيد أنه تمسّك بأهدافه المهنية. ولم يكن هذا كل شيء؛ إذ إن ابنته أعرضت عنه منذ انفصاله عن أمّها. وأخذ يعاني من تقلبات المزاج بصورة متزايدة؛ فيشعر اليوم أنه في حالة ممتازة، ولكنه سرعان ما يتدهور مزاجه إلى الحضيض في اليوم التالي. "لقد فقدتُ صلتي باللّهُ"، قال لي.

رددتُ بقولي: "ريتشارد، يجب أن تتخلص من الماضي، وأن تعيش أخيراً حياتك الخاصة". وأعقب ذلك صمت طويل. ثم أوضح لي أن زوجته كانت قد طلبت إليه أن يترك كل شيء على حاله بعد الانفصال (المنزل نفسه والسيارة ذاتها)، كما لو أنه لم يحدث أي شيء. سألتُه كم من الوقت استمرّ الحال على هذا المنوال. أجاب: "طوال سبع سنوات". فقلت له إن عليه أن يسدل الستارة على هذه العلاقة حتماً. في الأسبوع التالي وكلّ محامياً ليرتّب أخيراً موضوع الطلاق. من الناحية المهنية، وبعد أن يكسب بدايةً شيئاً من المال، عليه أن يركّز مستقبلاً على مشروع أو مشروعين. فضلاً عن ذلك طلبت إليه أن يضع خطة مالية، وأن يُخفّض نفقاته نحو 50 بالمئة.

ثم تتطرقنا إلى موضوع "الوقت". لم يكن ريتشارد دقيقاً في مواعيده من حيث المبدأ. ولكنه كان يقدم أعذاراً وجيهة على الدوام. فما إن يهَمّ بالتوجّه إلى أحد العملاء، حتى يرنّ جرس الهاتف على سبيل المثال. ويوضّح بقوله: "من غير الممكن بالطبع قطع المكالمة بهذه البساطة، لاسيما حين يكون على الطرف الآخر رجل أعمال مهم". وهكذا يصل إلى مواعده مع العميل متأخراً. ولكن ألا يدلّ هذا على مدى انشغاله ونجاحه أيضاً؟ ومن جهة أخرى كان عليه الاعتراف ببساطة بأنه كان يتحمّل فوق طاقته. فقد كان في هذه الأثناء متوتراً مهنيّاً إلى حدّ انعكس سلباً على مهارته في لعب التنيس، وخسر مركزه كأفضل لاعب. وربما كان هذا الشعرة التي قصمت ظهر البعير.

قدّمتُ له نصيحتين سهلتني التطبيق. عليه أن يكرّس كل صباح عشرين دقيقة من الوقت للتفكير في نفسه وفي حياته (الفكرة رقم 35)، وأن يصل إلى أيّ موعد مستقبلاً قبل عشر دقائق. هل سبق أن لفت انتباهك أن الأشخاص الناجحين فعلاً يبدو أو لديهم متسعاً من الوقت؟ فعندما نكون على موعدٍ معهم يصلون قبلنا من حيث المبدأ، وينتظروننا بكلّ طمأنينة وهدوء أعصاب. ومن المستفيد في مثل هذه الحالة؟

وأعطى التكتيك الجديد ثماره. فبعد ذلك بأسبوعٍ واحد وصل ريتشارد مبكراً إلى أحد المواعيد، واضطر إلى الانتظار في مكتب العميل المحتمل، واكتشف فيه صوراً وهو يلعب التنيس والغولف. وهكذا تطرّق حديثهما إلى الهواية المشتركة، ولم يفز بالطليبة فقط، إنما تواعد مع العميل الجديد من أجل لعب التنيس أيضاً. مع ذلك لا يجوز نسيان المنافع على المدى الطويل أيضاً. فالدقائق

العشرون، التي أخذ ريتشارد يفكر أثناءها في نفسه وفي حياته، كانت مفيدة للغاية كذلك. فقد استغلّ هذا الوقت في التأمل وفي شكر الله على كل ما وهبه إياه في اليوم السابق. أوضح لي قائلاً: "يمكنني الآن أن أدع يومي يأخذ مجراه الطبيعي". علاوةً على ذلك فقد قبل ريتشارد أخيراً عرض شقيقه، وسدّد أولى ديونه في هذه الأثناء. كما أنهى العلاقة مع زوجته - بطلاقٍ نظيفٍ ونزيه، حتى إنه اهتدى إلى الإيمان بالله، وبدأ يذهب إلى الكنيسة بانتظام مع شريكته الجديدة، التي خطبها في هذه الأثناء، لا بل عادت ابنته إلى التكلّم معه. وزالت أخيراً تقلباته المزاجية. جلّ ما كان يحتاجه ريتشارد كان قليلاً من الوقت للتفكير في نفسه وفي حياته.

الفصل الواحد والثلاثون

ماذا عن وقتك؟

كلما ازدادت قدرة الإنسان على التحكم في حياته، ازدادت قدرته أيضاً على استغلال وقته بصورة بناءة.

روثو ماي، البحث عن الذات

إذا كنت لا تعلم أين يتبخّر مالك، يجب عليك أن تمسك دفترًا لحساب نفقاتك. وينطبق الشيء نفسه على وقتك. هل أنت أول من يصل إلى المكتب صباحاً وآخر من يغادره مساءً، ومع ذلك لا تنجز عملك اليومي؟ هل تضيّع جزءاً كبيراً من وقتك بالمهمّات اليومية العادية، ثم لا تجد أيّ وقت من أجل المشاريع المهمة فعلاً بالنسبة إليك؟ إن كنت تشعر أن الوقت يهرب منك، فمن الضروري جداً أن تشتغل على هذا الموضوع بروية. دوّن كيف تُمضي وقتك طوال أسبوع، وذلك في إيقاع من ربع ساعة. لا تهمل شيئاً. أبدأ مع نهوضك صباحاً، وسجّل كل مصافحة، إلى أن تخلد إلى النوم مساءً. قد ترى في هذا عملاً لانهائية له ولا فائدة. ولكنه سوف ينتهي بعد أسبوع واحد بطبيعة الحال. وحينئذ يمكنك النظر في مدوّناتك، وإعادة تنظيم حياتك. لهذا الغرض يُفضّل أن تشتري برنامج مواعيد يضمّ تقسيماً زمنياً مناسباً. وحسبك عندئذ أن تسجّل أنشطتك، علماً بأن هذا الأسبوع يجب أن يكون أسبوعاً عادياً، لا أسبوع إجازة مثلاً.

لا يجوز لأحد أن يرى مدوّناتك. أي كن صادقاً تماماً مع نفسك، ولا تناور، بغية التأثير في أحدهم مثلاً. دوّن كل ما تفعله في هذا الأسبوع، بما في ذلك أنشطة مثل تناول الفطور، والاستحمام، وتجفيف الشعر، وقراءة الجريدة، والذهاب إلى العمل، والذهاب لتناول الطعام، وقراءة المفكّرات، ووضع التقارير، والاتصال

بالحاتف... إلخ. وفي نهاية الأسبوع سوف تعرف ما الذي يحدث لوقتك. عند ذلك في وسعك اتخاذ القرارات الموافقة. بل ربما تلاحظ أيضاً أنك تكثر الكثير من الوقت لمهماتٍ يمكنك تفويض أحدهم القيام بها.

ميخائيل، مدير شؤون عاملين، كان يعيش مع زوجته وولديه في إحدى ضواحي لندن. وقد كشف بعد هذا الأسبوع أنه كان ينفق ساعة وأربعين دقيقة يومياً في الطريق إلى العمل. هذا يعني 6.5 ساعة أسبوعياً! وهي مدة كافية من أجل عملٍ إضافي. شرح ميخائيل وضعه لرئيسه، وحصل منه على الإذن بالعمل يومين في الأسبوع وهو المنزل. وفي أيام العمل الأخرى كان يستغل وقته في السيارة في الاستماع إلى شرائط العون الذاتي، التي كان قد استعارها من المكتبة العامة.

كما كانت الاتصالات الهاتفية تكلفه الكثير من الوقت. إذ كان يقضي أحد عشرة ساعة أسبوعياً على الهاتف. وأدرك من مدوناته أيضاً أنه كثيراً ما كان يعطي الموظفين التوجيهات ذاتها، كما كانت الأحاديث الشخصية واللغو المألوف يسرق الكثير من الوقت، وكشف أنه غالباً ما يحقق في حديث مدته دقيقتان أكثر مما يحققه في مكالمات هاتفية مدتها اثنتي عشرة دقيقة. ولهذا أخذ يوضح مع بداية كل مكالمات هاتفية أن ليس لديه من الوقت سوى دقائق قليلة، مما يدفع الطرف الآخر إلى الدخول في صلب الموضوع مباشرة، ووفر ميخائيل بذلك الكثير من الوقت.

كما تبين له أنه يمضي ساعتين وخمس عشرة دقيقة كل أسبوع أمام جهاز الفاكس، على الرغم من أن في وسعه إرسال الأوراق عن طريق الحاسوب بصورة أسرع بكثير. وبما أنه لم يخصص أي وقت حتى الآن للتدرب على هذا النظام، فقد طلب إلى أحد الزملاء أن يشرح له طريقة العمل (الأمر الذي استغرق عشر دقائق بالضبط)، واستطاع أخيراً أن يستفيد من التكنولوجيا الحديثة.

وقد أخذته الدهشة حينما تأكد له أنه يهدر ثلاث ساعات أسبوعياً في تقليب الأوراق والبحث عن الوثائق على طاولة مكتبه. كانت هذه الأخيرة تعجّ بالقصاصات وأكوام الورق إلى حدّ تكاد لا تترك له مكاناً للعمل. هكذا كرّس ميخائيل ساعة من الوقت يومياً، وخلق الترتيب والنظام على طاولة مكتبه (الفكرة رقم 17)؛ إذ صنّف القصاصات وأدخل المهمات المراد إنجازها إلى الحاسوب، بحيث أمكنه ضغطها في صفحة واحدة فقط.

كانت المقاطعات المتكررة من قبل مديره وزملائه تكلف ميخائيل الكثير

من الوقت كذلك. فقد كان محبوباً جداً وفخوراً بأن بابه مفتوح للجميع في كل وقت، لذلك لا غرابة في أنه كان يُقاطعُ مراراً وتكراراً! وعرف أن عليه أن يعمل من دون إزعاج من حين إلى آخر، وصمّم لافتة كُتِبَ عليها: "الرجاء عدم الإزعاج". وعندما يريد أن يركّز ذهنه في عمله، كان يعلّقها على باب مكتبه من الخارج. وأوضح لزملائه أنه لا يجوز لهم فعلاً أن يزعجوه إلا في حال الضرورة. ولما رأى أنه استطاع إنجاز الكثير من العمل في هذه الأوقات، التي كان يكرّسها لنفسه ولعمله، فقد طلب إلى زملائه كذلك اقتناء مثل هذه اللافتة. على هذا النحو ارتفع مستوى الأداء والإنتاج في القسم بكامله بنسبة 25 بالمئة.

كما استحدث مصنفاً لكل المسائل التي يريد مناقشتها مع رئيسه، وأسماه "لقاء مع المدير". وأخذ يدوّن فيه كل الأسئلة أو النقاط التي تستحق الذكر. وحينما يخطر في باله سؤال ما حول إحدى المفكرات، كان يعلم على النقطة المعنية، ويضع المفكرة في المصنّف. واتفق مع رئيسه على مكالمة هاتفية واحدة كل أسبوع، يتطرّق فيها إلى جميع النقاط المؤشّر عليها في المصنّف. على هذا النحو وفرّ ساعتين ونصف من الوقت كل أسبوع.

أما في المنزل فقد كان ميخائيل يهدر الكثير من الوقت أمام التلفاز. لذلك قرّر استغلال هذا الوقت في أمور أكثر نفعاً، حيث أخذ يتنزّه مع زوجته بعد الطعام، أو يمارس الرياضة مع ولديه. وبعد ذلك يقرأ قليلاً، أو يلعب مع أسرته جولة سكرابل. وتأكّد له أن باستطاعته على هذا النحو الاسترخاء بشكل أفضل بكثير من مشاهدة التلفاز، كما انعكس هذا إيجابياً على حياته الأسرية أيضاً. امسك دفترًا وتأكّد بدقة مما تفعله بوقتك. اسأل نفسك إن كنت تريد قضاء حياتك على هذا النحو فعلاً. استغلّ الوقت في التركيز على أهدافك في الحياة.

