

الفصل الثامن البديهة

لماذا تظللني أفضل
الأفكار،
عندما أنظف نفسي
من الداخل؟

ألبرت أينشتاين

تصور لنفسك، إلى أيّ درجة تشعر بالأمان والثقة، فيما لو حزت على شريك، قادر على تزويدك بكل الضروريات، كأن يلقنك بحلول مشكلاتك كلها، يفتح أمامك أفاقاً مضطربة ويريك كيفية استخدامها، وكان ليحضر دائماً لمساعدتك، عند أول نداء توجهه له. وفي حقيقة الأمر، هذا الصاحب موجود، ويتموضع في داخلك واسمه البديهة (السليقة).

وكل الأشخاص العظماء من رجال الأعمال، الرياضيين، الفنانين أو رجال الدولة يصغون للبديهة. كما موهبة استعمال الحلول الموحاة بالبديهة تعتبر واحدة من أسس النجاح ومؤشراً على مستوى تطوير الشخص «للأنا» الداخلية خاصته.

فمرة جمعتني الأقدار مع واحد من أغنى وأقدر رؤساء الجوقات في أستراليا. حيث جلسنا في قاعة الفندق، وقد بقي على مغادرتي من هناك، ساعة. وكنت قد عرفته بواسطة مشاهدة صورته في الجرائد والمجلات، لذلك تقدمت منه وعرفته بنفسي. وعلمت كذلك مما قرأته في إحدى الصحف أنه من المؤمنين كثيراً بالبديهة، لذلك قررت أن أسأله هل الأمر كذلك في الواقع. «البديهة تحتل مركزاً رئيساً في كل ما أقوم به، - أكد جليسي - فعبر مسيرة حياتي كلها لم أقم بأي خطوة مهمة، من دون التشاور مع الصوت الداخلي خاصتي».

هكذا تصرف، ليس هو وحده - فموزارت قد أكد أنه كان يتلقى وحياً من داخله. وقال سقراط إنه كان يمثل لندائه الداخلي. وأينشتاين، ميركوري، هنري فورد، لوثر بيورنيك، ومدام كوري - وتستمر هذه القائمة بأسماء كثيرين وكثيرين من الأشخاص المشهورين، الذين ربطوا نجاحاتهم مباشرة بالبديهة.

أما هنري مينتسبيرغ، معلق «Harvard Business Journal»، فقد أجرى استفتاء لموظفين رفيعي المقام ورجال أعمال، والذي أوضحت نتيجة أن كثيرين منهم كانوا «دائماً يحلون المشكلات الصعبة على التفكير المنطقي، بمساعدة البداة. ومن هنا يصل إلى نتيجة إن «سر النجاح» ليس في التفكير المباشر، المسمى «منطقياً»، بل في التواصل المتبادل بين «المنطق الدقيق والبديهة الجبارة». أما الملياردير، ومؤسس الـ «CNN» واحد من أغنى رجال العالم تيد تيرنر، فقد اتبع آراء مشابهة: «حدة الذهن والبداة تسيران يداً بيد».

ويروي كونارد هيلتون، أنه وبطريقة ما عرض 165 ألف دولار لشراء مرجاس (قياس عمق) في إحدى المزادات، وعندما استيقظ في صباح اليوم التالي فكر برقم 180 ألفاً. وكان «كوني» معروفاً بأنه يصغي أيضاً إلى نداءه الداخلي، لذلك قام بتغيير سعره إلى 180 ألف دولار. وحصل على المرجاس (الذي باعه فيما بعد بأكثر من 2 مليون دولار)، لأن أضخم مبلغ دُفع في المرجاس وصل إلى 179 ألف دولار.

وكان ري كورس اشترى شبكة مطاعم «ماكدونالدز»، بناء على نصيحة محاسبيه ومحاميه، وحيث إنه «شعر، بواسطة دماغه القفوي، أن ذلك مضمون». واليوم، نرى أن مطاعم ماكدونالدز مضمونة في الواقع، فهي من أكثر الأعمال ازدهاراً في العالم كله، وقرار كورس «شراء بعض أكشاك بيع الهمبرغر» قد صنع منه مليارديراً عدة مرات.

فالإنسان، إذا ما استمع لندائه الداخلي، فسوف يتخذ أكثر الحلول صحة، وسيفصح عن أشد الأفكار إبداعاً وينظر إلى الأشياء بشكل أعمق، مكتشفاً الطريق المختصر من إدراك أمنيته إلى تحقيقها. فالأشخاص الذين يظهرون، دائماً، في الوقت والمكان المناسبين، والذين يحالفهم الحظ في حياتهم بتواتر مدهش، ببساطة، ليسوا محظوظين. فهم طوروا بديتهم، التي تلقنهم ماذا ومتى يفعلون - والبديهة تسمح لهم بالارتياح فيما يبدو واضحاً، كاشفة فرصاً جديدة.

من هنا، تراهم يستمدون المعرفة الضرورية، وكذلك التعليمات، المتعلقة

بمتى وكيف يستخدمونها.

والمتخصصون بقضايا المعرفة، الدارسون لعملية مرور المعلومة عبر العقل، يؤكدون أن جزءاً غير كبير فقط، مما يستلمه العقل (أقل من واحد في المئة)، تصل إلى وعينا. إن التفكير بحجم الخسارة لهو أمر مرعب. وفي بداية الكتاب قلت إن عقل كل شخص هو جزء من صورة مجسمة واحدة، وكل واحد من هذه الأجزاء يحتوي الكل. وفي وعيك يمكن أن تندرج خبرتك الشخصية والمعرفة، وفي الوقت نفسه، فإن عقلك الباطن متصل مع الجهاز كاملاً، ويقدر على الوصول إلى كل المعلومات المحفوظة فيه. وأنت كذلك تستطيع الوصول إليها من خلال البديهة.

كيف نتلقى الإجابة؟

تحضير:

تسلح بكل ما تملكه من وقائع ومعلومات. واجعل عقلك الباطن يعمل بكل استطاعته، وابحث عن أي معلومة، تتعلق بالقضية التي تهتم بها. اختر كل شيء، حتى طريقة ما تتعلق بالشيء الذي تعمل عليه الآن. وهدفك هو - جمع قدر من المعلومات، بحيث إن الوقائع غير المحتملة وغير المقارنة، ذاتها، يكمل أحدها الآخر. ثم أعط الإرادة للخيال، واغطس في بحر المعلومات هذا، غير محاول فهمها بشكل منطقي - فهذا عمل العقل الباطن.

نضوج:

مدركاً كل الوقائع جيداً، يمكنك الاسترخاء قليلاً. فالاستعداد يتطلب نشاطاً من ناحيتك في الوقت ذاته، مثلما النضوج هو مرحلة أكثر هدوءاً. والآن، دع عقلك الباطن يعمل. فهو يكدح ليلاً نهاراً، محاولاً إيجاد الحل، بغض النظر عما إذا كنت تفكر في ذلك، أم لا. وبالمناسبة، يظهر التطبيق العملي أن العقل الباطن يعمل بشكل أفضل، إذا ما تركته في سلام. والإنسان يصبح أكثر حساسية لما يلقنه العقل الباطن، إذا لم يكن يفكر بشيء محدد في الوقت ذاته.

ومن أجل عملية الإبداع، تقترب، بعناية، اللحظات، التي يمكن معها الاسترخاء والحلم ب: رحلة طويلة، السباحة في حوض الاستحمام، جولة في الغابة. على هذا النحو كان نولان باشنيل، مؤسس شركة «Atari»، فأول تصور لنفسه أثناء جولة صباحية على الشاطئ الخالي، كان ذلك الشيء الذي أصبح فيما بعد لعبة الفيديو الأكثر مبيعاً. أما ستيفن سبيلبيرغ، فيقول إن أفضل الأفكار تظهر، لديه، عندما يتجول بالسيارة من دون هدف محدد. وقال ألبرت أينشتاين، في إحدى المرات، لزميله: «ولكن، لماذا تترك في رأسي أفضل الأفكار عندما أغتسل في الحمام؟».

دائماً، وأنت تفكر في كيفية الحصول على جواب صحيح، يمكن أن تحصل على نتيجة عكسية، وهذا كما حدث مع الرياضي، الذي يفكر بالفوز في المسابقات فقط. فالرياضيون يعرفون أنه ومن أجل الفوز في المباريات، يجب أن يكونوا جاهزين، ولكن، غير متوترين، وإلا ستبدأ الأخطاء مباشرة. ولكي تساعدك البديهة، لا بد من الاسترخاء، وإعطاءها فرصة للعمل.

إيقاظ البديهة

نورد فيما يلي ثلاث خطوات تساعدك، بشكل طبيعي ومن دون أيّ جهود إضافية، في إيقاظ بديهتك والحصول على أجوبة للأسئلة التي تهتم بها: الخطوة الأولى:

فكر، لبضعة دقائق، في أنك تملك عقلاً باطناً قوياً في الواقع، وأنه توجد أجوبة صحيحة تماماً، وأن عقلك الباطن سيكشفها من أجلك. وحاول الابتعاد عن المعرفة المنطقية لهذه الوقائع إلى إدراكها الانفعالي، وعندما يحدث هذا، سوف تشعر بإثارة سارة. ودائماً يجب تذكير الوعي بوجود مساعد قادر، لدرجة كبيرة جداً كالعقل الباطن. كما يجب عليك الشعور بالثقة، مدركاً القوة المخبأة في داخلك. الخطوة الثانية:

سجل وبدقة ما تريد الحصول عليه من عقلك الباطن: أيّ أجوبة، حلول وآراء في المشكلة المطروحة. وكرر لنفسك أن عقلك الباطن يعمل لمصلحتك في هذه اللحظة بالذات، ولا تتوتر، وأنت تحاول تقديم أجوبة ممكنة. ثم، تحدث مع عقلك الباطن بثقة، مكرراً بشكل دائم ماذا تريد منه، ولكن عبّر عن ذلك بالكلمات

كما لو أنه سبق أن فعل ذلك من أجلك. «الآن، سيقوم عقلي الباطن بتلقيني»... كرر هذا لنفسك عشر مرات على أقل تقدير، لكي تشعر أن العملية سارت. الخطوة الثالثة:

استرخ، واملأ عقلك بالثقة بأن جواباً صحيحاً سينكشف لك. وتذكر إن الإيمان والثقة ليست شعوراً وحسب، بل هي تذبذبات الطاقة التي ستجذب الحلول والردود الصحيحة إليك، كما يجتذب المغناطيس المعادن. فالعقل الذي تحدث فيه تذبذبات طاقة الثقة في الجواب الصحيح، سيجد هذا الرد بطريقة طبيعية، فتخيل أنك تشعر، عندما تحصل على جواب صحيح، بالانفعال، السعادة، الاطمئنان. اشعر بذلك الآن مباشرة، ولكن لا تتوتر بقوة كبيرة. فلا يجب التفكير، ليل نهار، أن العقل الباطن سيلقنك الجواب الصحيح، قريباً.

وتطبيق الخطوات الثلاث، لا يحتاج إلى أكثر من خمس إلى عشر دقائق. والأفضل تطبيقها كل مساء قبل النوم. فالانتقال من اليقظة إلى النوم يعتبر أكثر الأوقات مناسبة للوصول إلى العقل الباطن.

استلام المعلومة

كثيراً ما يأتي الرد على شكل هاجس أو فكرة، تبرز في عقلك في وقت أقل ما تفعله فيه هو توقعها. ويمكن لهذا أن يحدث، كما حصل مع ستيفن سبيلبيرغ، أثناء قيادة السيارة أو عند تناول الفطور. وأحياناً يمكن للجواب أن يلحن «بصوت هادئ من الداخل»، يهمس لك: «أذهب إلى هناك، وجرب هذا، تلفت لذلك الشخص وهكذا دواليك».

وموهبة تبيان هذه الهواجس أو الاستماع إلى الصوت الداخلي، تأتي أكثر من مرة، إلا أنك تمتلكها مع مرور الوقت. ولا تتكرر إذا لم يحدث ذلك معك منذ البداية. فأكثرنا، لم يشرح لنا أحد كيفية استخدام البديهة، لذلك، لا غرابة في أن الكثيرون يعانون من صعوبات في البداية. وهذه الموهبة تشبه العضلات التي تنمو وتصبح أقوى مع التدريب. فما عليك إلا تطوير البديهة، مخصصاً لها الانتباه المطلوب، متوجهاً إليها، واثقاً بها ومتحركاً حسب إملاءاتها. ولكن، في البداية يجب الاعتراف بوجودها والبدء بالاستماع إليها. هل تجولت في الغابة، ولو لمرة، مع شخص يميز الطيور بشكل عظيم؟ وهو يلحظ عشرة طيور، بينما أنت ترى طيراً واحداً لا غير. فعيناه مسددتان، وهو يعرف عمّ يبحث. وبواسطة التدريب الدائم فإن سمعه أصبح أكثر حدة. والشيء ذاته يحدث مع البديهة. فتابع بعناية واستمع لما يجري في داخلك. ويمكن أنك، في البداية، ستفعل جزءاً كبيراً مما تلقنك إياه البديهة، غير أنك سرعان ما تتعلم الإصغاء لها، وهذا أسهل بكثير مما يبدو لك، فكل ما هو مطلوب منك هو ثقة وتدريب أكثر.

وكثيراً جداً ما تأتينا الأفكار الحدسية في الحلم. فالدكتور فريدريك بانتينغ، الطبيب الكندي اللامع، اكتشف تركيب الأنسولين الكيميائي في الحلم. وما حلم به بالضبط، هو الخطوات التي كان يجب عليه القيام بها ليكتشف الصيغة التي أفلتت منه لوقت طويل. أما مخترع ماكينة الخياطة إلياس هاو، فقد عمل على مشروعها لسنوات طويلة، ولكن، ولإتمام اختراعه

بقي له تفصيل صغير، لم يستطع ابتكاره. وفي إحدى المرات، ليلاً، حلم كما لو أنه محاط بمجموعة من البرابرة الذين وجهوا إليه رماحاً غريبة وفي نهاية كل رمح وجدت فتحة. وهنا استيقظ هاو بقرار حاسم، أن يفتح في نهاية الإبرة خرماً وهذا التفصيل الصغير أصبح مفتاح اختراع ماكينة الخياطة.

فالعقل الباطن يمكنه تلقين الحلول في كل مرة بشكل مختلف، لكنك تشعر دائماً أنك تتلقى معلومة حدسية، على شكل فكرة، وبالتصور الظاهر كذلك. فالسعادة، الثقة والشعور الذي يملوك: «ها هي!» - هذه الأحاسيس، هي بالضبط، ما يميز الفكرة البديهية (الحدسية) عن باقي الأفكار، التي تبرز في عقلك.

تجلي البديهة

العلاقة المحددة وشكل السلوك يمهدان السبيل لتطور البديهة، لذلك يجب تغذيتها. وتوجد طرائق كثيرة تساعد في إعطاء العقل الباطن ما يطلب منه، وأخذ المبتغى. وإذا كنت مؤمناً بحقيقة وجود البديهة ووثقاً في قدرتها، أنت تحقق شرطاً أولاً لعملها، وإذا تعلمت التفكير بالبديهة كما الواقع أو المرض الموجود في حياتك اليومية، فهي حكماً ستظهر نفسها. ألا أن تلك الأفكار، كـ «أنا لن أحل هذه المشكلة أبداً» أو «أنا لست في مستوى إيجاد الجواب على هذا السؤال»، تعطي مؤشراً للبديهة عن أن الأمر لا يستحق القلق. والأفكار الإيجابية والاقتناع بأنك تستحق ليس فقط جواباً، بل الجواب الأفضل يدفع البديهة إلى النشاط الإيجابي.

فلا تخجل، بل قل لعقلك الباطن وبشجاعة إن حكمته ومعرفته وقوته تقودك وتوجهك. وفي الليالي، أنا أتكلم مع عقلي الباطن كما لو أنني أتكلم مع صديقي، وأقول له «مكرراً ذلك لنفسك كذلك، في الوقت ذاته»، إنه قادر على كل شيء وباستطاعته الوصول إلى «المعرفة المطلقة». وأشرح له، بثقة، ما الذي يجب أن ينفذه من أجلي. ثم أستغرق في النوم بعد ذلك وأنا كلي ثقة بأن كل شيء سيتحقق. فهكذا يحدث دائماً.

هاك قناعة، تستحق أن تجربها:

«عقلي الباطن، هو شريكي في تحقيق النجاح».

ومقسماً هذه القناعة إلى أجزاء، يمكن ملاحظة أنها تتشكل من ثلاثة عناصر
مفتاحية:

1- «عقلي الباطن»... مؤكداً هذا، أنت تعترف بحقيقة وجود العقل الباطن، وتعترف وتقبل بـ «شريك غير المرئي» على أنه موجود واقعياً. وأنت تذكر نفسك بوجوده مرة أخرى، ولا تخف، فمع هكذا تنبيهات لا يمكن المبالغة.

2- «... شريكي»... الشريك هو من يعمل معك يداً بيد لتحقيق هدف مشترك، وهو من يتقاسم معك أعباء هذا العمل، وعند ذلك، كل واحد منكم يحل دائرة مشكلاته. ولماذا لا تسمح لعقلك الباطن بممارسة أفضل ما يمكنه القيام به، ألا وهو منحك معلومة دقيقة، أفكاراً وحلولاً؟ وبهذا لن تكون وحيداً في أي موقف، ولن يقذف بك إلى مصير مجهول، لأنه يمكنك دائماً الاعتماد على عقلك الباطن.

3- «... في تحقيق النجاح»... وكلمة «نجاح» تعتبر تأكيد قوياً يجسد كل ما أردت تحقيقه في عملك، علاقاتك مع الناس في حياتك كاملة. وتكرار بسيط لهذا التأكيد يتسبب في تذبذب الطاقة، التي تساعدك في الحصول على الهدف الموضوع.

ماذا تفعل

عند اضطرارك لاتخاذ قرارك بسرعة؟

أحياناً نضطر لاتخاذ قرارنا بسرعة، فالانتظار أسبوعاً ممنوع، ونحن بحاجة لحل مسألة ما اليوم تحديداً. وإذا كنت مجبراً على اتخاذ حل سريع، فجرب استخدام الطريقة التالية:

استرخ بجسدك كله، مجرياً عدة حركات تنفس عميق، أو حركات دائرية للكتفين. واشعر بالهدوء والاسترخاء. وهدئ عقلك، ومن ثم قل لنفسك، بثقة، ولعشر مرات: «أنا دائماً أأخذ قرارات صحيحة». اشعر بقوة الكلمات، تكلم بثقة. وناطقاً الجملة لآخر مرة، اتخذ القرار مباشرة. وبهذا الشكل تتخلص من النقاشات المنطقية وتحصل على جواب من عقلك الباطن. فأول ما يخطر في ذهنك، سيكون هو قرارك.

أحياناً يكون التهرب من المناقشات المنطقية مفيداً، وأن تحيا تابعاً لقوانين المنطق فحسب، أمر غير ممكن: فحياتنا مليئة بالتناقضات الظاهرية والأسرار. ولذلك، تحديداً، من المهم الثقة في عقلنا الباطن، أحاسيسنا وهواجسنا. وإذا ما قام الشخص بذلك، فإنه سيصبح قريباً من الحقيقة، أكثر منه عندما يحاول دوغماتي أن يغدو ضمن أطر التفكير المنطقي المحدود.

وللأسف، المدرسة لا تُعلم الإصغاء إلى بديهتنا الخاصة. وبدلاً من ذلك يتعلم الأطفال استنتاج وفك رموز تكديس المعلومات، ألا أنه ليس صعباً ملاحظة أنه وفي الحياة الواقعية، حتى بعد أن تجمع كل المعلومات الضرورية، يبقى نقص، لا يمكن إكماله بسهولة. وهنا، يجب على البديهة أن تحضر للمساعدة، وستلقتك الحل النهائي.

ونوعية حياتك تتعلق بنوعية أفكارك. فكم مرة حاولت من دون جدوى إيجاد حل أو فكرة في رأسك، مغفلاً، عبر ذاتك، هذه أو تلك المعلومة من جديد، ومجدداً على أمل أنك، ببساطة، قصرت في شيء ما؟ وأنت لم تستطع إيجاد

جواب، لأنك بتوجهك للوعي فقط، قد حددت إطار الحلول الممكنة. وإذا قمت بتجريب الأفكار القديمة، فإنك ستدور حول نفسك لأعوام، واضعاً عصابة على عينيك و رابطاً إحدى يديك إلى ظهرك. فلا شيء غريب في أنك لم تتمكن من تحقيق ما تتمناه. أما العقل الباطن، فتكثر فيه الأفكار، الحلول والإجابات الجديدة، فلا تحدد نفسك، وافتح هذه الخزانة وخذ الأحداث، المشبع بالحياة، الأصلي والمليء بالحياة. فهذه الأفكار والحلول موجودة في داخلك الآن. ولو أدركت، مرة، قوة العقل الباطن الجبارة، لما شعرت، بعد ذلك أبداً، بنقص في الأفكار. وسيكون وعيك وبديهتك موجهين لإيجاد المعلومة اللازمة. وكما يقال في Upanishad الأوبانيشاد^(١): «كل شيء موجود في الداخل».

١ - من اللغة السنسكريتية، وهو أحد مباحث نظرية لاهوتية هندوسية. وكثيراً ما يبدو على شكل محادثة بين المعلم وتلاميذه.