

الفصل الأول

ما هي الفكرة ؟

طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠ بأسلوب واضح

حتى أصدقكم القول، أعتزف بأنني لم أك أعرف بالضبط ما هي طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠. عندما وانتني الفكرة في البداية سوى أنني فجأة شعرت وكأنني قد توصلت إلى مبدأ فعال ومختلف ويعتبر أفضل بكثير - وإن يك بسيطاً نوعاً ما - في جعبتي. لقد وصلت إلى عملية عقلية قوية ومن نوع خاص. إنها طريقة تتميز بأسلوب منهجي ومنظم. فكل ما كلن يجب أن أفعله لأصلح من حياتي - وهو أن استطعت أن أدركه في يومي المعهود وأنا جالسة في الشرفة أثناء إجازتي في هاواي - هو أن أستهل صناعة قراراتي بصورة مختلفة، وذلك من خلال اعتبار النتائج وأهميتها سواءً في الوقت الحاضر أو في المستقبل القريب أو البعيد.

" في خلال عشر دقائق ... وعشرة شهور ... وعشر سنوات "

لقد حدثت نفسي كثيراً. فلو أنني استطعت أن أفعل ذلك، فلسوف أمتلك فعلاً " أداة إدارة وتوجيه حياتي الخاصة "

بعد ثلاث عشرة سنة، تمكنت من أن أحدد طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠ باختصار سريع ومبسط. ولقد سمعت كثيرين بعد ذلك وهم يصفون الطريقة بأسلوب مختلف. فأحد الذين مارسوا هذه الطريقة - وهو من المخلصين لدي - كان يسميها " خارطة الطريق للشفافية والشجاعة ". وثم سيدة أخرى - وهي مخففة أحزاني - جدة من هو ستون قالت لي ذات مرة أنها تشير إلى طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠ بأنها " الخطوة

الأولى للشعور بالتغيير". وثم أيضاً وزير كندي - من الذين كانوا يبشرون بطريقة ١٠-١٠-١٠- يصفها بأنها " جسر عظيم يساعدنا على أن نضع الأمور في نصابها".

ورغم ذلك فلم يظهر ثمة من يمكنه أن يصف المبادئ الأساسية لطريقة ١٠-١٠-١٠ من بين كل الذين اتبعوها في حياتهم. ولم يظهر أيضاً من يصف العراقيين التي قد تواجه استخدام تلك الطريقة. لذلك، دعنا نحطم تلك العراقيين أولاً.

كيف تستخدم طريقة ١٠-١٠-١٠ ؟

تبدأ كل عملية من عمليات طريقة ١٠-١٠-١٠ بطرح سؤال. أي أن كل استخدام لتلك الطريقة يبدأ بطرح المشكلة التي تعاني منها، أو الأزمة أو الورطة التي تورطت فيها في صيغة سؤال، مثل : هل ينبغي علي أن أترك وظيفتي ؟ هل ينبغي أن أشتري المنزل بحديقته الخلفية الكبيرة والسقف الذي يتسرب فيه الماء ؟ هل ينبغي أن أذعن لتخلف ابني سنة كاملة في المدرسة ؟ أيجب علي أن أستمر في علاقتي بشخص ما، أم أن علي أن أضع لها نهاية فوراً ؟

إن تحديد سؤال معين يعد أمراً جوهرياً في طريقة ١٠-١٠-١٠، وهل ما توصلت إلى اكتشافه بنفسه، لأن العديد من المشكلات التي لم يتم تحديدها لا بد أن تتداخل في بعض المسائل أو القضايا الجانبية والفرعية، كما تختلط بالعديد من الإحباطات والتسويات والتوابع التي تشكل معضلات كبيرة. لذلك فإن معظم الذين يستخدمون طريقة ١٠-١٠-١٠ دائماً ما يميلون إلى الاستهلاك بتحديد المشكلة أو الموضوع الهام بالنسبة لهم تحديداً سليماً بحيث يعملون على إيجاد حل له فقط.

تتمثل المرحلة الثانية من طريقة ١٠-١٠-١٠ في جمع المعلومات data

collection. وتجنب القلق أو التوتر، يمكنك إجراء هذا الجزء من العملية داخل عقلك، أو باستخدام الكمبيوتر، أو بالقلم والورقة، أو بمناقشته مع صديق لك أو مع شريكك مهما تكن الوسيلة. فالمطلب الحقيقي الوحيد فعلاً هو أن تكون صادقاً وأميناً، بل ومتفانياً في الإجابة على الاستفسارات الملحة التالية :

• عشر دقائق ؟

• عشرة شهور ؟

• عشر سنوات ؟

والآن، لكي أكون واضحة معكم، لا يوجد شيء خاص أو محدد نحو كل عشرة من طريقة ١٠-١٠-١٠. فالعشرة الأولى ترمز أساساً لما نسميه " الآن ". كما يقال مثلاً عن : في دقيقة أو في ساعة أو في أسبوع. والعشرة الثانية تمثل فكرة لما يمكن التنبؤ به مستقبلاً عندما يمر أو ينتهي رد الفعل الأول وكن تستمر نتائجه في الحدوث بأسلوب يمكن أن تتوقعه أو تتنبأ به. وأما العشرة الثالثة فترمز إلى فترة زمنية بعيدة في المستقبل وتبلغ من البعد ما يجعلها تبدو غامضة. لذا، فإن طريقة ١٠-١٠-١٠ تشيد فعلاً إلى تسعة أيام أو خمسة عشر شهراً أو عشرين سنة، وربما تشير أيضاً إلى ساعتين أو ستة شهور أو ثماني سنوات. فاسم هذه الطريقة إنما هو مجرد رمز totem يقصد به افتراض أطر زمنية تشيد إلى ما يمكن أن يحدث حالياً أو فيما بعد، ولكن من المهم أن يقال أو يحدث.

المرحلة الأخيرة من طريقة ١٠-١٠-١٠ هي مرحلة التحليل analysis. ولهذه المرحلة تحتاج إلى أن تأخذ كل المعلومات التي قمت بجمعها وتقوم بمقارنتها بالقيم الداخلية لك، وأيضاً بمعتقداتك وأهدافك وآمالك وحاجتك. باختصار، هذا الجزء من

طريقة ١٠-١٠-١٠ يحفزك على أن تطرح السؤال التالي : بما أنني أعرف ما أعرف الآن عن كل ما يخص أفكاري وعواقبها، فأبي القرارات يمكن أن تساعدني - بصورة أفضل - على تشكيل حياة تكون من صنع يدي ؟ وبالإجابة على هذا السؤال، تكون قد توصلت إلى الحل باستخدام طريقة ١٠-١٠-١٠.

في البداية

كما قلت من قبل، لم يك لدي صورة واضحة عن طريقة ١٠-١٠-١٠، ولم تواتني الفكرة كدفعة من البرق في هذا الصباح المعهود بهاواي. ولكن كان تفكيري منصباً على أفكار مثل : " لا بد أن أتوقف وأمتنع عن أن ألهث وراء إخماد نار المشكلات، وأن أسعى إلى أن أجعل كل فرد سعيداً. وعندما يبلغ أطفال العشر من العمر، فسوف يحبونني أو يكرهونني لصدور عدة قرارات على يدي، منها قراري حيث اصطحبتهم في رحلة عمل لمدة أربعة أيام في فبراير ١٩٩٦".

بناءً على ذلك، تشكل لدى مفهوم ١٠-١٠-١٠. لقد كنت أتخذ قراراتي على أساس اعتبارين اثنين : المدى القريب والمدى البعيد. لقد قلت لنفسي : ما هذا الهراء الذي قمت به إذ أبحر بأطفالي لمسافة خمسة آلاف ميل لمجرد بضعة سويغات من السباحة سويًا؟! لو كنت تركتهم في البيت، لكان استيائهم قد دام لمدة يوم واحد على الأكثر. هذا لو كانوا شعروا بالاستياء أصلاً.

على أية حال، لم يدم الأمر طويلاً إذ أصبحت على دراية بأن فكرتي تلك الملحة لم تكتمل بعد. وعلى مر بضعة شهور بعد ذلك، اضطررت للابتعاد عن بيتي لمرتين، وذلك من أجل حفل زفاف، ثم من للسفر إلى أحد المؤتمرات. ربما كانت رحلتي إلى هاواي سبباً في غيابي عن الأطفال، أو هكذا كان شعوري نظراً لتتابع هذه الرحلة. وربما تطلبت عملية اتخاذ القرار أن أضع في اعتياري نمساً يعتبر من

الأمر الوسط ، وذلك من أجل الوصول إلى توازن حقيقي ورأي سديد. بدأت فكرة ١٠-١٠-١٠ تظهر بصورة جلية " ورسمية".

وحيث أنني لم يك لدي ما يمكن أن أخسره، شرعت في تطبيق هذه العملية على جميع أنماط المشكلات داخل المنزل وداخل العمل أيضاً، وذلك بمجرد عودتنا إلى بوسطن. ولكن هل ينبغي أن أبقى في مكثبي حتى يلوح أمر طارئ وكنت قد وعدت أطفالي بالعودة إلى العمل تمام الساعة السادسة؟ هل ينبغي أن أقضي إجازتي مع والدي أم مع الأصهار؟ هل يمكن أن أضع نفسي في موقف مواجهة مع أحد المؤلفين نظراً لإحضاره مخطوطة متأخراً عن معده؟ هل ينبغي أن أكرس وقتي لمقال أرسله لي أحد الوافدين الجدد أو أحد العملاء القدامى؟

ما أدهشني حقاً هو أنني وجدت تلك العملية قد أدت بي - بصورة ثابتة - إلى اتخاذ قرارات أكثر سرعة وأكثر وضوحاً ودقة. كما وفرت تلك العملية لي طريقة لأعبر عن نفسي إزاء كل من يمثل لي عنصراً هاماً من عناصر حياتي، سواء أطفالي أو والدي أو رئيسي في العمل. وذلك كهبة غير متوقعة جراء الوصول إلى تلك الفكرة. وأخيراً، يمكنني أن أقول لك (ثم نبداً من تلك النقطة) :

- دعني أخبرك كيف توصلت إلى مثل هذا القرار.

خلال عدة شهور، أفادتني طريقة ١٠-١٠-١٠ إفادة فائقة لدرجة أنني لم أستطع أن أقوم بمشاركة شقيقتي إيلين لي إياها ودياً، بالإضافة إلى مشاركة مجموعة من الأصدقاء والزملاء.

بهذه الطريقة، بدأت تلك العملية تأخذ طريقها للانتشار. قام أحد زملائي في العمل باختبار زوجته التي قامت بدورها باستخدامها لتحل نفسها من قيد التواني عن البحث عن وظيفة. قامت صديقة أخرى بإهداء طريقة ١٠-١٠-١٠ لابنتها

فوق مرآب العائلة والذي فيه مجالات التجارة والصناعة التي يفترض أن بقراءتها
يمتلئ بأدوات التزلج وملابس المسرحيات المدرسية.

بعد انقضاء عام على البقاء في المنزل، بدأ قلب جوين يمتلئ كثيرًا. ليس بالحزن -
وإنما بتشوق غامض ومآح للمستوى المهني الذي كان يمكن أن تصل إليه. كانت
أحيانًا ما تعيد قراءة بريد إلكتروني من بين تلك الرسائل الإلكترونية التي كان
يرسلها لها رئيسها، وهي رسائل لم تشأ قط إلغائها من صندوق الوارد، هذا البريد
الإلكتروني يقول :

- يمكن أن تعود إلينا متى شئت. إن فريقك القديم يحتاج إليك، كما نفتقدك كثيرًا.
لقد افتقدت جوين فريقها أيضًا، لكن إلى أي مدى ؟ لقد مرت أسابيع وعقلها
يصطرع بأفكار شتى. هل هي التي اختارت أن تكون أمًا وربة منزل حقًا، أم أن
ذلك كان وليد الصدفة، ولم يك الخيار؟

وسط هذا المأزق، عرضت شقيقة جوين عليها طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠، وأوضحت
لها أن في المرة القادمة التي أن تشعر فيها بأنها في مأزق.

حدث ذلك بعد أيام. قالت لي جوين :

- كنت أقوم بتنظيف الثلجة، وكانت يداي ووجهي يغطيها جميعًا الماء البارد
والمنظف الصناعي، وكان كل شيء متجمد يذوب من حولي، وكان "سامي" يبكي
من شدة الصداق برأسه. لكل هذه الأسباب، شعرت بالحاجة إلى أن أتخذ قرارًا
بشأن ما إذا كان ينبغي علي أن أظل أعمل كأم.

هدأت جوين من روع "سامي" ثم ساعدته على أن يخلد إلى النوم، ثم أنهت العمل
بالثلجة، ثم تناولت فنجانًا من القهوة. ولأنها استطاعت أن توفر ساعة تقريبًا مثل
أن تعود ابنتها من المدرسة، جلست داخل المطبخ وشرعت في تنفيذ طريقة

١٠-١٠-١٠ . عندما بدأت الطريقة تتضح لها، كان أول إحساس لها كأنه شعور مفزع. لقد قالت لي جوين :

- على المدى القريب، لو بقيت أعمل في البيت، فلن أتعامل إلا مع الحفاضات، ولن ينشط عقلي أبدًا. لقد كنت أعاني من المزيد من الملل ، كنت كثيرًا ما أتساءل وأسأل نفسي عن الوضع الذي كنت أعيشه وأعايشه. أما على المدى البعيد، أي على مدى عشر سنوات ، كان السيناريو الذي أتوقعه يتمثل في أن الأطفال سيكونون قد تركوا البيت ، وكذلك حياتي المهني ستكون قد انتهت تمامًا.

لكن ثمة مفاجأة أو كشفًا جديدًا ظهر عندما شرعت جوين تفكر في سيناريو الشهور العشرة. قالت جوين :

- فجأة، عندما جلست أفكر في السيناريو ، بدأت أعمى وأدرك كم كنت أهتم بالوقت الكائن بين العشرة الأولى والعشرة الأخيرة. عندما يحقق "سامي" أول هدف له، وعندما تعزف " إيما " الناي في حفل موسيقى لأول مرة، وعندما يتعلم "أليكس" حلاقة ذقنه، سأكون موجودة معهم وأعيش تلك اللحظة . لقد أدركت بأنني كنت أتخلى عن أحد أحلامي ، ولكنني كنت أقرب من الواقع إلى حد كبير.

ثمة أم أخرى - بخلاف جوين - قد توصلت إلى نتيجة مختلفة وهي جالسة في المطبخ . في ذلك اليوم، بلورت طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠ أولوياتها. لم يكن قرارها يعني أنها سوف تثب نحو السعادة في كل مرة يبكي فيها وليدها، ولم يل يعني أيضًا أنها ستشعر بالسرور حين تقضي ساعات تنتظر فيها انتهاء مباراة الهوكي. بل يعني ذلك أنها قد اتخذت خيارًا مرتكز على المبادئ، وهو خيار طالما تاقنت إليه الوصول إليه.

التدخلات الصعبة

لا عجب أن تبتسم جوين عندما تعقبتي أول مرة. لقد اختفت التناقضات التي كانت تعمل بنفسها، وحل محلها "راحة البال" التي تعقب كل عمل يتم عن قصد. ولأجل المزيد من الإيضاح لا بد أن تعرف أن كل عملية من عمليات ١٠ - ١٠ - ١٠ لا تتم هكذا، بلا عواقب. فأحيانًا ما يشكل الحل الذي تصل إليه عنصر مفاجأة إذ أن العملية قد تنطوي على بعض المبادئ أو الآليات أو المخاوف والأحلام التي لم تك قد سبق لك أن واجهتها بين قبل، أو ربما تؤدي بك إلى سبل سبق وأن جاهدت من أجل أن تتحاشاها حتى تجعل عالمك الخاص تحت سيطرتك الخاصة. يمكن لبعض حلول طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠ أن تتسم حتى بنوع من التحدي إذا تتطلب منك أن تكون واضحًا تمامًا مع الآخرين بشأن ما تؤمن به فعلاً، بشأن الطريقة التي تود أن تحيا من خلالها. إن الحقيقة الواضحة تتلخص في أن التحول لا يأتي دائمًا بسهولة. منذ حوالي عام مضى، أوليت بحديث عن طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠ بإحدى الجامعات. وبعد أن انتهيت من الحديث، كان هناك أحد الطلاب يتلأأ في مشيته، وانتظرني ليقابلني على انفراد.

من خلال حديثه، وضح لي أنه كان ينتظر رجل أعمل من رومانيا يسمى "رازفان" يرغب في أن يؤسس فرعًا لشركة من شركات الهاتف المحمول. والمشكلة التي أوضحها لي تتمثل في أن صديقه التي تعمل نادلة والتي تنتظره في بوتشاريست ترغب في المشاركة في تأسيس الفرع معه. ثم قال لي :

- ما الذي يمكن أن يحدث إذا ارتكبت "ما يهيلا" خطأ في العقد أو في غيره؟ إنها لا تتصف بالحدة إذا تعلق الأمر بالمال. فأسرتها كلها تتكون من الشيوعيين. ثم إنني لا بد أن أقول لها: "يا ما يهيلا إننا سوف أربأحًا من خلال هذا العمل".

وسوف ترد على قائلة : " أرباح ! دعك من الأرباح ، وفكر في المبادئ والمثاليات. وستكون بيننا "حرب" كما تعودنا دائماً. من المؤكد أنك تفهمين ما أرمي إليه. لقد اتضحت لي الصورة، على الأقل بما يكفي للبدء فوراً. فأرأيت إلى "رازفان" ليدنومي أكثر حتى يمكننا أن نجري عملية ١٠ - ١٠ - ١٠ سوياً كان ينبغي عليه أن يعمل مع " ما يهيلا" في مشروعه التجاري الجديد.

كانت صورة الشهور العشرة أقل غموضاً، فقد كانت كنيية نوعاً ما ولا يهم فيها أي الخيارات قد ينتقي. لقد قال رازفان إنه لو عمل مع ما يهيلا، فربما يعودان إلى الشجار المعهود من قبل. ولكن، لو انفصلا عن بعضهما، فسوف يشعر باليأس أيضاً. لقد اعترف رازفان لي بحبه لصديقه قائلاً :

- لقد دامت عشرتنا لسنوات، وثم حب بيننا.

ثم تحولنا إلي صورة السنوات العسر. وهنا بدا رازفان متجهماً كما لو أنه قد رأى صورة أزعبته. فلو طلب من "ما يهيلا" أن تشاركه مشروعه الجديد، فمن المؤكد أن يؤدي ذلك إلي الزواج. والنتيجة المعروفة التي يراها نصب عينيه هي " معارك حياتية يومية "

- هل كل ذلك لأن لك آمالاً وأحلاماً مختلفة تماماً ؟

فرد قائلاً :

الأفضل إذا ما انتهى كل فرد عن إيذاء الآخرين.

قبل أن أقوم بنشر مقالي بيضعة شهور عمل أنطوان بوظيفة في أحد أفضل مؤسسات الدولة المتخصصة في مجال الخدمة الاجتماعية، وكان مشغولاً عن استقبال العملاء وتوجيههم وإرشادهم خلال عملية التقديم. وقد انشرح صدره في

البداية لفكرة خدمة الناس. لكن سعادته انقلبت بعد ذلك إلى حالة من اليأس. فقد كان كل ما يحدث حوله يومياً وفي كل مكان هو رؤيته لزملائه وهم يعاملون العملاء بوقاحة وفضاظة وبأسلوب منفر. لقد قال لي أنطوان :

- إن التقدم للعمل بمكاتب الخدمة الاجتماعية غالباً ما يحدث في مرحلة اليأس من حياة لإنسان. إنها تعتبر شيئاً مشيناً للغاية. إن هذا العمل يفرض به أن يرفع من شأن الناس، لا أن يزيد من إحباطهم.

ذات ماء، بعد أن أنهى أنطوان عمله، قام بكتابة تقرير حماس عن الطرق التي ينبغي أن يتم بها تغيير بروتوكول العمل داخل المكتب. كان يعرف أن ثمة كلمات قاسية كان يستخدمها في تقريره، وعندما عرض التقرير على شقيقته " تيفاني"، حاولت أن تقنعه بأن يرعوي بأسلوب هادئ قائلة له :

- كل فرد سوف يشعر بالكرهية تجاهك يا أنطوان!

بعد بضع سويعات، شرع أنطوان في أن يعدد نتائج طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠ - التي استخدمها لتقديم اقتراحه في العمل.

في عشر دقائق سيتحول الأمر إلى جحيم.
هكذا تنبأ أنطوان بما سيكون. فسوف تظل
النزاعات مع زملائه باقية، بل ربما تصبح
أكثر سوءاً، خاصة وأنه يرفض أن يتراجع
عن لعب دور "شرطي المكتب". من ناحية
أخرى

في عشر دقائق، سيتحول الأمر إلي جحيم. هكذا اعتقد أنطوان. لقد صرح بأرائه لزملائه من قبل، وقد عارضوه معارضة شديدة. وكانت رسالتهم له تتلخص في أن " يتوقف عن إغراق السفينة " كما سمع دائماً.

في عشرة شهور، كما تنبأ أنطوان، سوف تظل النزاعات مع زملائه قائمة. بل ربما تصبح أكثر سوءاً خاصة وأنه يرفض التراجع عن لعب دور "شرطي المكتب". من ناحية أخرى، لو بقي أنطوان ملتزماً الصمت، فسوف يدمره شعوره بالنفاق في داخله، وكلا الخيارين مرفوضان بالنسبة له.

لكن عندما فكر أنطوان في سيناريو السنوات العشر، أصبحت خطة عمله أكثر وضوحاً. لقد قال لي بالحرف الواحد :

- أدركت أنني مستعد تماماً لأن أتلقى غضب الناس. بل أدركت أنني أرغب في ذلك فعلاً، وذلك لئلا تفوتني فرصة المساهمة في نظام الخدمة الاجتماعية بالولاية. وكل ما فكرت فيه كان تساؤلي : إذا ألم أنا الذي يقوم بذلك، فمن إذا سيقوم به ؟ لا بد أن يكون هناك شخص ما يقود عملية التغيير، حتى لو كان علي آخر درجات السلم.

في اليوم التالي، قابل أنطوان رئيسه ليشرح لها كل ما يهمله بشأن نقاط الانتقاد التي سادت وسيطرت على العمل داخل المكتب، بالإضافة إلى سوء معاملة العملاء. تلقت رئيسه تقريره بكل إيجابية. ولكن، بعد أن قامت بطرح الموضوع في اجتماع مع هيئة العاملين، بما فيهم زملاء أنطوان كما توقع، بدأ الجميع في العمل علي نبذ أنطوان.

بدلاً من العمل علي السيطرة على تلك الفوضى، سألت رئيسة أنطوان إن كان يرغب في أن ينقل إلى مكتب آخر من مكاتب الخدمة الاجتماعية في المدينة. وبالفعل، وافق أنطوان علي الفور. ثم قال لي أنطوان :

- لم أك غاضباً ولا نادماً ولو للحظة واحدة. لقد أحسست بأنني قد فعلت الصواب.
- ولأن، لا يزال أنطوان يستخدم طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠ في جميع المشكلات التي تواجهه سواء في المنزل أو في العمل. بل إنه فعلاً قد شارك والدته مؤخراً في تلك الطريقة، وقد اعترف لي أنطوان أن والدته كانت تستخدمها لاتخاذ قرارات يمكن أن يقال عنها إنها قرارات تحويلية من صنع يديها. ففي سن الرابعة والخمسين، التحقت والدته ببرنامج تدريبي يحدوها الأمل بأن تشرع في عمل تجاري صغير يوماً ما. يقول أنطوان :
- أعتقد أ، تلك كانت بداية حياة جديدة بالنسبة لوالدتي. فأول مرة في حياتي أراها تسعى إلى بناء مستقبلها بنفسها.

حول العشرة الثالثة

- كم تبد تلك الرحلة الجديدة رائعة. إن طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠ تتسم بأسلوب يدفع الناس نحو القيام بعمليات تفكير تتجه نحو المستقبل بدلاً من التفكير الراسخ الذي يرتبط بالحاضر فقط. لكنك تخطئ إذا اعتقدت أن الهدف " الوحيد " من طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠ دق نواقيس أخطار المدى البعيد أثناء عملية اتخاذ القرار.
- نعم إن زيادة الوعي بالسنوات العشر القادمة هي إحدى أهداف طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠ وهو هدف جيد. فغالبًا ما نتخذ قراراتنا من أجل تحاشي كل ما هو مؤلم، وكل ما يصدر أنين ألم مثل طفل عابس أو أسرته أصابها الإحباط أو مساعدة ما تعقدت أو الزملاء الفاضلين في العمل أو خلاف ذلك. إن العنصر الثالث من طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠ يشمل أسلوبًا قويًا يعمل على تخفيض وطأة مثل تلك

الظروف. فهو يساعدنا في أن نتخذ قراراتنا حول ما إذا كان يمكن أن نتحمل أعباء الحاضر من أجل الوصول إلى حلول أفضل في المستقبل البعيد.

بالرغم من ذلك، لا يمكن لأي فرد أن يتخذ " كل " قرار مرتكزا على النتائج التي ستظهر على المدى البعيد. أولاً، إن مثل هذا النوع من الحذر prudence لابد أن يحول حياتك اليومية إلى شئ ممل. صحيح أنك لا يمكنك تحاشي العشوائية، ولكن السبب الرئيسي الذي يجعلك لا تضع أهدافك بكاملها في إطار المرحلة الثالثة. أي العشرة الأخيرة- هو أن ذلك يمكن أن يشكل نوعاً من المخاطر.

لقد علمني " بيت تيركل " ذلك. كان " بيت " يعمل محرراً بوكالة أسوشيتدبرس في منتصف الثمانينيات عندما كنت في سن السادسة والعشرين وكنت أعمل مراسلة لمكتب بوسطن. عندما قابلت " بيت "، كنت أعمل بالوردية الليلية حيث كان يبدأ عملي في منتصف الليل وحتى الثامنة صباحاً، والشئ الذي يدعو إلى الغرابة هو أنني شعرت بالجوع وأردت إلى تناول شئ من الهامبورجر والبيرة. أما ساعتني البيولوجية المغلوطة فلم تلك سارة كثيراً، لكنني كنت أتمكن من مقابلة أصدقائي وأسرتي على الفطور والعشاء. وأما " بيت " الذي جاء في الساعة الرابعة بعد الظهر وغادر عند منتصف الليل فقد فاتته تقريباً كل شئ. فقد كان نائماً عندما توجه أطفاله إلى المدرسة، وتوجهت زوجته إلى عملها، ثم كان يعمل بمكتبه عندما عادوا جميعاً إلى البيت، ثم تناولوا العشاء، وبعد ذلك توجهوا للنوم.

ذات يوم ، حين شعرت بضيق كبير من الساعات التي كنت أقضيها في العمل، التفت إلي " بيت " الذي ظل يرأسني شئ لمدة عشرين عاماً - وقلت له :

- لا أعرف كيف تتحمل ذلك ! إنك تحتاج وكأنك تعيش على ظهر كوكب آخر أو علي شئ ما غريب عن عالمنا.

منذ ذلك اليوم وأنا أبدى إعجابي " ببيت " لأنه لم يشأ أن ينهر في لحظة أن تهورت عليه وبدلاً من أن يقوم بذلك أبدى ابتسامة عريضة بنفس طريقة الودية الحنونة. ورد علي حديثي بقوله.

- سوف تفهمين ذلك عندما تكبرين في السن ياسوزى، وعندما يكون لديك فواتير تضطرين لدفع ثمنها وأطفال تضطرين إلى تربيتهم اضطراراً . إنني أحصل علي زيادة في المرتب مقابل هذه الوردية . ولو استطعت الاستمرار في هذه المهمة، فسوف أتمكن من أن أتقاعد مبكراً، وسأستطيع أن أرسل أبنائي إلى الجامعة دون أن ألجأ إلى قرض من البنك، سأتمكن من شراء منزل ذي مرسى يطل على البحيرة . إن ما أقوم به سوف يساوي كل دقيقة حين أخرج من ذلك الباب في آخر يوم عمل لي.

عندما تغيب سنة كاملة عن وكالة أسيوشيندبرس كان حينئذٍ "بيت" قد توفى في حادث تصادم سيارة. أجيببت زوجته إصابة بالغة، ثم توفيت بعد ذلك . لن أنس أبداً أن "بيت" كان يؤجل قراراته الحاسمة في حياته، إلى أن وافته المنية.

إنني ما زلت أتذكر "بيت" وأفكر فيه. إن حياته تلك تذكرني بأنه رغم أهمية التفكير في النتائج بعيدة المدى لكل قرار مرتكز على طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠، إلا أن تلك النتائج يمكن ألا تكون دائماً أكثر أهمية من تلك التي ترتبط بالمدى القريب أو المدى المتوسط. إن المستقبل البعيد غالباً ما يستحق اهتماماً أكثر مما نعطي له، ومع ذلك فإنه قد يؤثر في تفكيرنا بصورة أكثر مما يستحق فعلاً. ولذلك لا ينبغي أن يخدعنا التفكير في المستقبل طوال الوقت.

وقت الإعداد

ربما تلقيت نوعًا من التغذية الراجعة الخاصة بطريقة ١٠-١٠-١٠، وهي تتعلق بالتوقيت حيث كان الأمر يتلخص في الآتي: "إنني مشغول لأقصى درجة، ولا أستطيع أن أقوم بذلك".

فيما يخص القرارات التي بين شأنها تغيير الحياة، يمكن لأجراء طريقة ١٠-١٠-١٠ أن يستغرق عدة ساعات أو أكثر. فيما بعد سنقابل إحدى المستويات عن الإعلانات التي ألفت بالكثير مما يخص طريقة ١٠-١٠-١٠ ليساعدها ذلك في اتخاذ قرار فيما يجب أن تقوم به إزاء وظيفتها خاصة بعد أن تم تشخيص حالة ابنها كمرض عقلي وراثي. ولأن العملية كانت تتطلب جمع الكثير من المعلومات والآراء الطبية، فإن صناعة القرار لديها بطريقة ١٠-١٠-١٠ قد استمرت على مدى أسبوعين كاملين.

رغم ذلك، فإن طريقة ١٠-١٠-١٠ غالبًا ما تسير بك على مهل إلى درجة أنك قد تتخذ القرار الصحيح في نهاية الأمر. إن هذه الطريقة لا يمكن أن تبدو وقتك بقدر ما تساعدك على استثماره بدرجة كبيرة، وبحكمة فائقة.

خذ "ناتالي" مثالاً، وهي تعمل مدير لإحدى الشركات التكنولوجية، وقد قابلتها العام الماضي. فرغم وظيفتها التي تشغل وقتها تمامًا، إلا أنها تسعى بجدية إلى تبقى حاضرة بصورة مؤثرة في حياة ابنها المراهقين، وهما رياضيين بإحدى المدارس الثانوية، بالإضافة إلى زوجها.

لم يلعب "تشارلي" - أحد أقارب "ناتالي" - دورًا كبيرًا في حياتها، لكنه عندما تجاوز عمر الثالثة والثمانين وافته المنية، شعرت "ناتالي" بالصراع النفسي الذي

تركز حول ما إذا كانت ستحضر إجراءات جنازته أم لا. لقد قالت لي موضحة موقفها :

- لم أتعرف إليه كثيرًا. إنه مجرد " نسيب " والدتي. ولكن أعلم أن حضوري سيُشمل الكون كله إزاء والدي ووالدتي، وحتى باقي أسرتي وعائلتي. فسوف ينتظرون إلى ذلك وكأنه شيء من الاحترام.

بهذا الشعور، اتخذت " ناتالي" قرارها بضرورة حضور مثل هذه الطقوس. وبناءً على ذلك، رتبت أمورها بحيث تغادر عملها مبكرة، ولكن بمجرد أن شرعت في الخروج من الباب أرسل لها ابنها البالغ من العمر خمس عشرة سنة رسالة نصية. فوسيلة المواصلات التي سوف تنقله إلى المكان الذي سيمارس فيه كرة القدم قد تعطلت، فهل يمكن أن تساعدته ؟ وقبل أن تفكر " ناتالي" حتى في أن تخطط لمساعدة ابنها، وصلت إليها رسالة نصية أخرى، هذه المرة من زوجها. يخبرها في رسالته بأنه سيضطر إلى البقاء لوقت متأخر في العمل ، فهل يتسنى لها أن تقوم بدوره وتقوم بتوصيل ابنها الأصغر إلى عيادة تقويم الأسنان ؟

قالت " ناتالي" لنفسها وهي تنن من شعورها بأنها ترزح تحت وطأة الإحباط :

- حسناً! وماذا عن الجنازة؟

ثم التقطت سماعة التليفون لكي تتصل بوالدتها. وفي تلك اللحظة، أمسكت عن تلك الفكرة، ثم سألت نفسها : " لم لا" لم لا تلجأ إلى طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠؟ لقد عرفت تلك الطريقة وسمعت عنها من أم عاملة أخرى كانت تستخدمها لفترة طويلة حتى تمكنت فعلاً من تحقيق التوازن بين عملها وبين كل شيء آخر خلال حياتها.

باستخدامها تلك الطريقة، استطاعت أن تحدد السؤال المباشر والملح، والذي يتلخص في : " هل ينبغي أن أحضر جنازة العم تشارلي؟" على مدى الدقائق

العشر، أدركت أن الإجابة " بلا" سوف تسير أمورها كثيراً. فلن تضطر إلى أن تبحث عن "توصيلة" أخرى لابنها "جوش"، ولن تضطر إلى الذهاب إلى إعادة جدولة موعد زوجها " تود" مع السكرتير "العنيد" الذي يعمل بعيادة طبيب تقويم الأسنان. يا له من حل مريح.

أما في مرحلة الشهور العشرة، فإن نتيجة قرار " عدم الذهاب" سوف تجعل "ناتالي" تشعر بالزلل. إن لديها فرصة واحدة لتودع فيها قريبها. والأكثر من ذلك هو أنها ربما لن تتمكن من إيجاد فرصة أخرى لمقابلة العديد من أقربائها الكبار وهم أعزاء على قلبها.

ماذا إذا عن النتائج خلال عشر سنوات ؟ إن " ناتالي" - كأم - كانت تؤمن بشدة بالمثل القديم " العمل بالفعل وليس بالقول". فلو أراد إلى أن تعلم أطفالها مبادئ الاحترام و المسؤولية، فلا بد أن تنفذها هي ذاتها أولاً.

رقم التليفون التالي الذي قامت " ناتالي" بالاتصال به كان يخص هاتف ابنها الأكبر الخلوي. وعبر خط الهاتف قالت له :

- جوش .. لن أستطيع أن أساعدك. فمن الأهمية القصوى أن أحضر جنازة العم تشارلي لكي أوضح لعائلتي كم أصيهم. من فضلك، أطلب من المدرب أن يحاول إيجاد توصيلة لك. ثم اتصلت بعد ذلك بطبيب تقويم الأسنان وقامت بإلغاء المعد المحدد لابنها الأصغر، فليسوف تعيد تحديد الموعد مرة أخرى فيما بعد عندما يحين الوقت.

أخيراً، وفي طريق عودتها إلى كنيسة العائلة، اتصلت "ناتالي" بزوجها لتخبره بخيارها الأخير الذي حددته. وعندما اتصلت به، رد عليها زوجها قائلاً لها : "إبني

معك" ، فاعتقدت أنه كان يقصد إنه يوافق على ما قامت به، ولكنه كان يقصد غير ذلك حيث فوجئت به أرسل بريداً إلكترونيًا لرئيسه في العمل يخبره بأنه سيضطر إلى أن يهبط إلى البلدة حتى يتمكن من حضور جنازة أحد أقربائه. وبالفعل، كان موجودًا " مع" ناتالي في الجنازة.

بعد ذلك، عندما سألت " ناتالي" كم استغرقت من الوقت للتفكير في طريقة ١٠ - ١٠ - واتخاذ القرار؛ أجابت بسرعة :

- لست أدري، ولكني أعتقد أن لأمر كله استغرق من دقيقتين.

رغم ما قالته لي، إلا أنني لم أندعش. لقد رأيت بنفس الكثيرين وهم يستخدمون طريقة ١٠ - ١٠ - بأسلوب سريع، ويتخذون قرارات حثيثة.

ذات مساء صيف إحدى السنوات القليلة الماضية، كنت أقوم بتقطيع البصل للإعداد لوجبة العشاء عندما تنبهت على أن ابنتي " صوفيا" تتجول جينة وذهابًا داخل المطبخ. كان حدث قاعة الرقص لا يزال في ذهنها. لقد كبرت وأصبحت فتاة يانعة تحب الكتابة إلى درجة أنها كانت تقلد كتاباتي تمامًا. جاءت إلي ثم قالت :

- أُمي .. أود أن أقول لك شيئًا ما. إنني سأقلع عن لعبة التنس.

شعرت وأن قلبي يغوص. فعلى مر السنوات الماضية. لاحظت " صوفيا" فعلا تقلل من ممارساتها للعبة، وعندما أصغت السمع إليها، سمعت وهي تشكو من أنها لم تعد تستمتع بتلك اللعبة أبدًا. ولكن ذلك لم يجعلني أفقد الأمل يومًا في أنها ستمر بمرحلة ما وتستبعتها بأمان.

أسقط في يدي، وتوقفت عما كنت أقوم به، ثم قلت لها بصوت حازم وحاسم :

- لا يمكن.. مستحيل.. مائة بالمائة " لا ". لقد بذلنا قصارى جهدنا وقضينا ساعات عديدة حتى نصل إلى ما وصلنا إليه.. ثم تقولين لي إنك سوف تهدين كل ذلك...

قلت ذلك "صوفيا" ووضعت في اعتباري نشوب مشاجرة بيني وبينها، لكن صوفيا أدهشتني كثيرًا. فقد هزت كتفيها وردت على بكل هدوء قائلة :

- حسناً .. ولكن دعينا نطبق ١٠ - ١٠ - ١٠ على موضوعنا. ما رأيك في نصيغ سؤالنا كما يلي: "هل ينبغي على صوفيا أن تقلع عن لعب تلك اللعبة التي سئمت منها؟"

فأجبتها على النور :

- ولكني أفضل أن نناقش ذلك الموضوع بدون وجود مقدمات.. ومع ذلك حسناً... لنبدأ.

بدأت صوفيا بعرض قضيتها. قالت بأنه على مستوى الأطر الثلاثة للطريقة سوف يسمح لها التحرر من لعبة التنس بأن تركز على بعض الاهتمامات التي تهمها وتستمتع بها فعلاً. ثم أقرت بأنها لن تترك لعبة التنس على الإطلاق، بل ستحافظ عليها وعلى ممارستها، ولكن لمجرد الترويح عن النفس فقط. قلت لها بإصرار :

- ولكن الكليات تطلب أبحاثاً ورسائل جامعية وأكاديمية، وهذا ما يبدو في غاية الأهمية لنا خلال عشرة شهور. إن الجامعة تحتاج إلى الشباب الذين يتمسكون بأعمالهم ومبادئهم، وليس إلى أولئك الذين يهربون من الشدائد.

فأجبتني قائلة :

- سوف ترى الجامعة " صوفيا" على حقيقتها، ولا تنسى أنني لا ألعب التنس في الجامعة يا أمي. على أية حال، لست ماهرة بالقدر الكافي وهزائمي المستمرة في

اللعبة لا تشعر في أبداً بأي نوع من أنواع المتعة. إن التنس ليس رياضيتي.. بل رياضتك أنت.

بالطبع كانت صوفيا على حق، ومع ذلك فلم يك لدى أي استمرار للاستسلام لها. ولذلك قلت لها :

- عندما تكبرين.. في خلال عشر أو عشرين سنة من الآن.. سوف تشعرين بالرغبة في لعب التنس مع أصدقائك. كما ستشعرين بالرغبة في اللعب معي أيضاً. قالت لي "صوفيا" وهي تبسم :

- أستطيع أن أطمعك بأن أحطم ضرباتك القوية بين واحدة، واليد الأخرى مربوطة خلف ظهري...

ثم انتظرت لبرهة قبل أن تطلق طلقها الأخيرة. واعتقدت أنها كانت تعلم تماماً أنها ستفوز في هذه المعركة، فقالت :

- يا أمي ... إن هذا القرار يخص " حياتي " أنا...

عندما قالت لي ذلك، شعرت بأنني أود أبتسم أيضاً. لقد انتهت اللعبة. لقد انتصرت فيها صوفيا من الألف إلى الياء. ولقد كانت طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠ هي الحكم الصادق والموثوق به بيننا.

فهم ما نحتاجه

إن طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠ موجودة بيننا دائماً. لا يهم قدر مساحة المشكلة التي سيطبق عليها الطريقة، ولا يهمنا التفاصيل والجزئيات. منذ صباح اكتشافي لتلك الطريقة، أو اكتشافها لي، رأيت الفكرة بنفسني وهي تتبلور في شكلها المتكامل، وتنتقل من شخص لآخر عبر جميع كل أنواع الحدود. "ذلك لأنها طريقة ناجحة".

عندما يتحرك العالم حثيثاً وبصورة غير مستقيمة، وتبدو قراراتنا متعددة للغاية، فإن طريقة ١٠-١٠-١٠ سوف تساعدك على صياغة حياة مدروسة ومقصودة، وتوفر لك الخيار ثلث. كما يمكن أن تتأى بك بعيداً عن أن تحيا حياة تغص بالصدمات والملل والكآبة الندم الذي يعيش بداخلك إلى الأبد. إن طريقة ١٠-١٠-١٠ تساعدك على أن تصبحي سيدة أعمال أو أمًا أو كليهما معًا بغض النظر عن تواصل علاقاتك أو انقطاعها و بغض النظر عن كون وظيفتك تستحق الاستمرار فيها أم لا.

إن طريقة ١٠-١٠-١٠ تضيفي على الأمور العقلانية التي يمكن أن تفتقر إليها فعلاً. فهي تفرض التفكير المنطقي والمدروس بدلاً من الاعتماد على الغريزة على الغريزة وحدها. إنها تعمل على أن تبدل الغموض بالوضوح والشفافية. أو كما أخبرني " أنطوان" ذات مرة: " إن طريقة ١٠-١٠-١٠ تبدو الضوضاء حتى يتمكن العقل من فهم ورؤية ما يحتاج إليه.

ذلك هو الذي يجعلني أعود إلى أول وصف من جانبي لطريقة ١٠-١٠-١٠ حيث قلت إنها أداة لإدارة الحياة والتحكم فيها. إن الحقيقة تتلخص في الآتي : إذا استخدمت طريقة ١٠-١٠-١٠ بصورة مستمرة، فستصبح بالنسبة لك أقل من أن تمثل أداة أو آلة أو جهازاً أو أسلوباً، وستصبح أكثر من نبضة قوية وليس لها مجرد حدود... ستصبح أسلوب حياة.