

9 - الخطة والمنهاج

إنها حرب العمل المقدسة! الشعب
معنا! النصر لنا!

م. كيغل «مسيرة الإشتراكية»

بعد أن تَمَكَّنَّا من صياغة مَهْمَتنا، وتعرفنا على منعكسات
التكاسل، وتخلصنا من الحجج والذرائع الواهية، وعَرَفْنَا مفهوم
العمل، نتحول الآن إلى القسم العملي من هذا الكتاب.

لا داعي للخوف، إنه منهاج بسيط للغاية وسهل الفهم،
ليس درامياً على الإطلاق، ويميل إلى السذاجة أكثر ممَّا يميل
إلى التعقيد والعبقرية، لكنه فعال.

سأعطيكم في البداية نظرةً شاملةً عن الموضوع. وفي
السياق القادم من الكتاب ستأتي المنوعات، والحالات الخاصة
والتفاوتات.

إذن: المشكلات الرئيسية الثلاث التي تواجه الكسول

العادي هي :

1. كيف أستطيع أن أبدأ العمل.

2. كيف أتمكن من متابعة العمل.

3. كيف يمكنني إنهاء العمل.

المشكلة الأولى هي الأصعب والأهم. كثيرون منا لا يتيحون لأنفسهم حتى الاقتراب من مكان العمل، ناهيك عن البدء فيه. وعوضاً عن ذلك فإننا نستهلك طاقتنا، في الدوران في حلقات مفرغة من التفكير العقيم أو في توبيخ أنفسنا.

أما إذا حصل غيرُ المتوقع، وباشرنا العمل، فلا يلبث أن يأتينا الأمر سريعاً من الحاجات الملحة، بضرورة الدخول في إجازة راحة واستجمام ونفاهة لعدة أشهر متواصلة.

حتى إذا تجاهلنا هذه الدوافع القوية للتوقف وتابعنا العمل، فسيكون من غير المعقول، كم ستستغرق هذه المهمة من وقتنا حتى تنتهي.

وهذا كله طبيعي تماماً، بالنسبة لشخص متوسط التكاسل الفعلي. فنحن بكل بساطة لسنا معتادين على الإقدام على العمل، ولا على الاستمرار فيه، ولا على إتمامه حتى النهاية. الأرجح أننا نخشى، إنْ تصرفنا بغير هذا السلوك، أن نقع حقاً في كارثة فقدان الهوية.

هل يمكنك أن تتصور، أن نعمل عشر ساعات في اليوم،
وسبعة أيام في الأسبوع؟ وكذلك في نهاية الأسبوع والعطل
الرسمية؟

طبعاً لا...

أو أن نعمل تسع ساعات في اليوم وستة أيام في
الأسبوع؟ دون استراحة؟

أيضاً لا...

إذاً ثماني ساعات وخمسة أيام في الأسبوع؟

لا...

حسن ... ، فليكن سبع ساعات في أربعة أيام؟

لا، ثم لا...

فما رأيك بعشر دقائق في الأسبوع؟

كيف؟

نعم عشر دقائق في الأسبوع؟

هذا أفضل على ما أعتقد.

نبقى إذاً مع هذا المثال.

نفترض أنك توصلت حالياً إلى قرار: أن «تخصص

لواجباتك» عشر دقائق في الأسبوع.

تَصَوَّرْ لنفسك هذا القرار.

وما كَرَّست نفسك لأجله.

أغمض عينيك بهدوء وروية. لكن دون أن تنام.

وقل: «نعم!»

يمكنك أيضاً أن تفكر بالموافقة - مجرد تفكير - هذا لا يهم، المهم هو أن تصمم في قرارة نفسك الآن، وفوراً.

عشر دقائق.

فقط كمثال.

يمكنك إنجاز ذلك.

المهم في البداية، أن تخصص كمية عمل معينة، لإنجازها في فترة زمن محددة. حيث يجب أن تكون هذه الفترة صغيرة جداً، والتي قد لا تبدو لأول وهلة، متناسبة مع حجم العمل. لكن المهم في البداية، هو أن نقلع. والمهم أيضاً، أن نبدأ بالقليل وبجهد. نعلم أيضاً مسبقاً أننا يمكن أن نتغلب عليه ببساطة.

10 - السادية المازوشية

«يجب أن يتم العقاب»

قالها المعلم، والتهم

شطائر الأطفال كلها.

القائل غير معروف

لعلّ من السهل أن تعزم على أمر ما. لكن قد يكون من الصعب تنفيذ ذلك والالتزام به. هذا ينطبق علينا بشكل خاص، نحن الذين نسمع وحدنا جرس الخطر والإنذار، الذي ينطلق، لنحدد ما إذا كان علينا أن نجلس أو نضطجع أولاً.

لو كان بإمكانك التفاعل مع فصلي الصدفة والانضباط، لأمكنك الإقرار، بأنه يلزمنا شيء من الضغط، كي نُقدم على عمل ما.

لأنه بقدر ما يعتبر مصطلح «الانضباط» من الطراز القديم، تعتبر كذلك السبل والوسائل التقليدية المتبعة لتطبيق الانضباط.

أي تحديد قواعد صارمة واستخدام وسائل للتعليل والتعبير عنه بحذر.

ولأنك اقتنيت هذا الكتاب، الذي ورد في عنوانه كلمة الانضباط، فإنك لن تفاجأ الآن، وبعد أن عملنا على تحديد بعض القواعد باختصار، بمواجهة التهديد بالمقاطعة. نعم، فعلاً...

لا أعني هنا أي نوع من التقشف الذاتي أو أي صلوات من أجل الصحة والعافية، بل التهديد المباشر والذي لا لبس فيه، من شخص حقير.

حافظ على هدوئك، وتابع القراءة. لن يحدث لك أي شيء، على الأقل أي أمر لا تريده أن يحدث. لأنه لا يمكن لأحد سواك، أن يحدد نوع الوسائل، التي ستقوم بواسطتها بالتعليل والتبرير.

نتحدث هنا عن نوع من المقاطعة، التي ندخلها في اللعبة، من أجل هدف واحد فقط، وهو عدم استخدامها. إن المغزى الوحيد لذلك هو إيجاد الضغط. كي نُقدّم على العمل، ونستمر فيه حتى ننهيه كما يجب.

ما رأيك بالعقوبة المادية على سبيل المثال؟ عقوبة مادية كبيرة ودسمة، يسهل لها اللعاب؟ الأمر بغاية البساطة: تحدد أنت مبلغاً معيناً من المال، تفقده في حال عدم وفائك بالتزامك.

حدّد مبلغاً جيداً، يعني لك شيئاً، ويمكن أن يؤلمك فقده، لكنه لا يسبب لك الإفلاس.

كي يستمر مثالنا ويكون عملياً، اقترح وضع مئتي يورو. هذا يعني أنه، إما أن تعمل على مهمتك عشر دقائق في الأسبوع، أو أن تفقد المئتي يورو.

لكن كيف؟

هل تلقي بها في القمامة؟ أم تحرقها؟

طبعاً لا.

ماذا إذاً؟

بكل بساطة:

إذا لم تفِ بالعهد الذي قطعته على نفسك، تعطي هذا المبلغ لأحد أصدقائك، الذي يمكن أن ينفقه على وليمة أو حفلة يستمتع بها.

بشكل أدق:

قابل أحد الأصدقاء، قبل المباشرة بالعمل الذي أوكلت نفسك به، واعقد معه الاتفاق اللازم - يُفَضَّل خطياً. يستلم منك هذا الصديق، (الذي سأسميه سامي من الآن فصاعداً، كي لا أضطر لكتابة كلمة الصديق في كل مرة) ورقة كتب عليها ما يلي:

سأكرس نفسي للعمل عشر دقائق في الأسبوع، بمهمة (...)، وإلا فإنني سأدفع مثتي يورو إلى سامي.

يمكنك أيضاً كبديل، تحويل المبلغ إلى إحدى الجمعيات الخيرية، لكن عليك أيضاً في هذه الحالة، إعطاء سامي ورقة بهذا الخصوص. يكتب عليها مثلاً:

سأكرس نفسي للعمل عشر دقائق في الأسبوع بمهمة (...). وإن لم أفعل، فإنني سأدفع مثتي يورو إلى جمعية الأيتام الخيرية.

يجب أن يكون هذا التبرع، منفصلاً تماماً عن بقية التبرعات والأعمال الخيرية الأخرى التي تقوم بها في المعتاد، وذلك عن قصد وحكمة وبصيرة.

يُفضّل، وبدافع مشجع، أن نختار من الجمعيات أو المؤسسات، تلك التي لا نحبها ولا نؤيدها. وهكذا فقد اختار أحد الكسالى، الذي أكون أنا صديقه سامي، أحد الأحزاب السياسية التي يكرهها جداً، على أنه الجهة التي سيؤول إليها المبلغ الذي خصصه كغرامة ذاتية، في حال عدم وفائه بالعهد الذي قطعه على نفسه، بالعمل عشر دقائق في الأسبوع. وقد أصبح هذا الكسول يعمل من حينه كالحصان. لأنه في حالة مخالفة محتملة، فلن يكون عليه دفع المبلغ فقط، بل ربما أن يهب نفسه أيضاً لذلك الحزب.

أما في حال افتراضك، بأن غرامة النقود قد لا تكون الوسيلة المناسبة، فيمكنك اختيار غيرها من الأمور غير المادية. وعلى سبيل المثال، يمكنك أن تفرض على نفسك - وهنا أيضاً يُفَضَّل تثبيت ذلك رسمياً وخطياً - أن تقوم بغسل الثياب أو تنظيف النوافذ أو مسح الأرض في منزل سامي وربما بجز العشب في الحديقة، في حال عدم قيامك بالعمل لمدة الدقائق العشر، التي ألزمت نفسك بها أسبوعياً.

كما يمكنك التوصل أيضاً إلى اتفاقات هزلية مضحكة، بعيدة كل البعد عن مثل هذه التعهدات العملية، والتي سنأتي على ذكرها لاحقاً. لكن دعونا نبقي الآن مع الأساسيات. يجب أن تلاحظ، على أي حال، ألا تكون أي من الأشياء التي يمكن أن تعملها برغبة، بل من الأمور التي يمكن أن تقوم بها مُرغماً، دون أن تجرح كرامتك الشخصية. مثالنا الآتي يمكن أن يكون على النحو التالي:

إنني أكرس نفسي للعمل عشر دقائق في الأسبوع بمهمة (...). وإن لم أفعل فإنني سأقوم بتنظيف جميع النوافذ وتلميع جميع حنفيات الماء ومسكات الأبواب في منزل سامي.

ليس على سامي أن يراقبك على أي حال. ليس المهم هو سامي. من الجميل طبعاً، أن يهتم الصديق، بحال صديقه في عالم الشغل الغريب. ولا يتوقف الأمر على رأي سامي، فيما

إذا كنت تؤدي تعهدك على نحو جيد أم لا. بل عليك أنت وحدك الحكم على ذلك. وإن كنت ستخدع أحداً في هذه الحالة، فالأولى أن تخدع نفسك أولاً.

وليس على سامي أيضاً، أن يواجه الأعذار المختلفة. ولا يمكنه أن يمنحك الغفران. بل أنت يمكنك فقط، وإذا سمعت نداءً داخلياً، يقول لك إنَّ هذا الاتفاق لاغ هذه المرة استثنائياً، لأنك بحالة توتر شديد أو لأنه ليس لديك الوقت اللازم، أو لأنك مرهق تماماً أو لأنك مريض أو لأنك لاحظت فجأة أن هذه اللوائح مجحفة بحقك ومتسلطة أو ما شابه ذلك، فأفضل شيء لك إذاً، أن تعاود الاستلقاء ثانية وتنسى الأمر برمته. أو تقرأ مرة ثانيةً مقطع (الفن الراقي لاختلاق الذرائع).

إذا كنت تعلم، أنك ستنتقل سكنك في الأسبوع القادم، أو ما شابه ذلك، فعليك أن توقف العمل بتعهدك الذي قطعته على نفسك، وأن تعلم صديقك سامي بذلك مسبقاً.

خذ لنفسك الآن بعض الوقت، وفكر ثم قرر، هل تجد أن الغرامات والعقوبات المادية أفضل وأكثر منطقية، أم أنك تفضل العقوبات غير المادية. وكما قلنا سابقاً، يجب أن تكون هذه الغرامات غير محببة، بل حتى مكروهة، كي تمنعك من التخاذل والتوقف عن العمل، والإخلال بتعهدك الذي قطعته على نفسك. لكن ليست سيئة إلى درجة أن تسبب لك الإيذاء النفسي أو الجسدي.

الترغيب أم الترهيب

الأرجح أنك تفتقدُ عزيزي القارئ المقترحات الخاصة
بالمكافآت، بدل العقوبات والغرامات. إنني أعترف، بأنني لا
أؤمن بالمكافآت، وبخاصة تلك التي يَعِد الإنسان نفسه بها،
وفي البداية تلك التي يخصصها الكسالى لأنفسهم.



قد يكون لهذه المكافأة معنى، فقط إن كانت تمثل شيئاً نحتاجه حتماً ويمكننا تأمينه. لكن يمكننا، عاجلاً أم آجلاً، تحقيق مثل هذه الرغبة، وسيكون عدم حصولنا عليها في هذه المرة، مجرد عزاء لنا، لأننا لم نتمكن من الوفاء بالتزامنا وإنجاز المهمة.

كذلك فإنه من غير المنطقي أيضاً، أن نضع لأنفسنا الجزرة أمام الأنف. لقد كنا دوماً على يقين، بأننا لسنا مضطرين للجري وراء هذه الجزرة الغبية، لأنه يمكننا دوماً أن نقتلعها من الأرض ونلتهمها بسهولة. وهذا ما سنفعله تماماً في المستقبل أيضاً.

المقصود هنا طبعاً بالمكافآت، أن تكون من شخص آخر.

لا أعني بهذا الحصان للبت المؤدبة، أو السيارة للإبن الذي حقق شيئاً، والتي وُعد بها عند تقديم إمتحان الثانوية العامة أو ما شابه ذلك. هذه حوافز ومشجعات للأشخاص العاديين القادرين على العمل، والذين يستطيعون تقديم شيء ما على أي حال، وبالكاد يحتاجون لمثل هذه الدوافع. قد يعتبر البعض إن الحصان والسيارة، هي من متطلبات الحياة الاجتماعية اليومية، ولا تزيد عن أفق التوقعات العادية.

بينما أقصد هنا طبعاً، مكافأة الأمير الأسطورة: فعندما تكونين فقيرةً، ويظهر لك فجأة الأمير الذي يقع في حبك بشكل

جنوني (وهذا ما يمكن أن يحصل لأي إنسان)، ويعدك (لأسباب لسنا مضطرين لفهمها) بيخت أو بقصر على البحر، في حال قيامك بواجبك، عندئذ فقط يمكنني أن أتصور، أن المكافأة سوف تنجح.

علماً بأنني لا أؤمن بمثل هذه المكافآت.

إني أؤمن بجلد الشياطين، وليس بقطعة الحلوى، (بالعصا وليس بالجزرة). لكن ومع الأسف، هذا الأمر ليس مفروغاً منه، بأنني لست على صواب. إن كان لك رأي مخالف، فجرب طريقة المكافأة. ولك أطيب أمنياتنا بالسعادة، إن نَجَحْتَ . أما إن لم تنجح، فعليك قراءة هذا الفصل مرة ثانية، وحاول هذه المرة، لكن مع عقوبة ذاتية ناعمة وبسيطة.

