الفصل الأول

النجاح ليس صدفة

١- انطلق في حياتك ١٧
٢- ما علاقة الحبّ بالراتب الشهري ٢٥
٣- النجاح في الحياة الزوجية الأساس الأفضل للنجاح المهني ٢٩

١- انطلق في حياتك

لا يخطِّط الناس للفشل، هم يفشلون لأنهم لا يخطِّطون
« فريدريش نيتشه »

ثمة قرارات كثيرة في حياة المرء تؤثر على مسار حياته الشخصي. أما القرارن الهامّان اللذان ينبغي على المرء اتخاذهما فهما:

- ❖ اختيار المهنة
- ❖ اختيار شريك/ شريكة الحياة

على كلٍّ منا، بلا شك، أن يتخذ قراره بشأن مهنة المستقبل من ناحية، وبشأن شريك/ شريكة الحياة من ناحية أخرى. أشخاصٌ كثيرون يتركون تلك القرارات عرضةً لمزاجاتهم، وآخرون يتركونها عرضةً للصدفة.

آخرون يدعون تلك القرارات عرضةً لما تقوله طوالعهم الفلكية، ويتعجَّبون بعد ذلك لعدم تحقيق ما وعدتهم به تلك الطوالع من سعادة ونجاح. إنهم يفضلّون أن يبرزوا أنفسهن كضحايا لما مرّوا به من ظروف، ولا يعقدون الآمال سوى على ربح في ورقة يانصيب، أو على انتظارٍ طوال حياتهم لأمير/ أميرة أحلامهم الخيالية الأسطورية.

خطط بنفسك لمستقبلك

وفي اعتقادي، أنك تنتمي في الواقع لأولئك الناس، الذين لا يريدون أن يتركوا مستقبلهم عرضةً للصدفة - وإلا لم تكن لتشتري هذا الكتاب. هذا الكتاب سيساعدك على تخطيط حياتك بشكلٍ واعٍ ومُنظَّم. ويُسهم في تحقيق ذلك التمرين التالي:

افحصْ نفسك:

❖ كيف تُعرِّف نجاحك؟

.....

.....

.....

❖ ماذا يعني النجاح المهني بالنسبة لك؟

.....

.....

.....

❖ ماذا يعني النجاح الشخصي بالنسبة لك؟

.....

.....

.....

النجاحات مشاكل محلولة

إن العمل الناجح يؤدي إلى النتيجة المرجوَّة. فثمة مشاكل في الواقع تعيق سبيل الوصول للنتيجة المرجوَّة. فلبلوغ النتيجة المرجوَّة، ينبغي العمل في البدء على حلّ تلك المشاكل.

نصيحة للنجاح:

لا نحصل في الحياة على شيءٍ دون ثمن

ينبغي، لكي تكون ناجحاً في حياتك، أن تتعلَّم المقدرة على حل المشاكل، سواءً كانت ذات طابع مهني، أم ذات طابع شخصي. فالمساعي الناجحة تؤدي إلى حياة ناجحة، وما أريده وأتمناه أن تكون سائر مساعيك ناجحة.

النجاح ليس صدفة، بما في ذلك النجاح في «الحبّ»!

لكلّ شيء تضحية ما، ولكلّ شيء عوائقه ومصاعبه التي ينبغي السعي لتجاوزها. حينما يكون استعدادك للتضحية كبير جداً، فأنت تعلم حتماً مدى أهمية الشيء الذي تضحّي من أجله! إن «أساطير الحبّ» أوهمت الإنسان على مرّ الزمان، أن الحبّ لا يحتاج إلى تضحية، وبالتالي فإننا نجد معظم الناس لا يبادر إلى العمل والتضحية في سبيل ذلك، إلا في البدايات المبكّرة لعلاقات الحبّ التي يمرّون بها، ثم ينتظرون بعد ذلك لأن تؤتي علاقات الحبّ تلك ثمارها المرجوَّة بشكلٍ تلقائي، ودون أي تدخُّلٍ فعالٍ، أو تضحية فعلية من قبلهم في سبيل استمرار مسيرة الحبّ هذه!

وجود المشاكل في عالمنا أمرٌ بديهي، ومع ذلك فالكثيرون يهربون منها بدلاً من العمل على مواجهتها وحلها. «نيقولاوس ب. إنكلمان»

ملاحظة هامة :

حينما تودّ أن تكون ناجحاً على الصعيد المهني، فيجب عليك بالضرورة أن تسعى جاهداً لأجل ذلك. لن تختار أية مهنة، ثم تقول: سأتدبَّر أمري بطريقةٍ أو بأخرى، سأحصل على ما أحتاج من مال بشكلٍ أو بآخر، وذلك لكي أستطيع شراء شقة سكنية رائعة، أو سيارة فخمة، أو... الخ. كلا، بهذا التوجُّه لن تحظى بأيِّ نجاح يُذكر! سوف تنجح مساعيك، حينما:

❖ تعرف ماذا تريد تماماً.

❖ تكون مستعداً للعمل لأجل ذلك.

❖ تسعى لتطوير وتأهيل نفسك باستمرار.

❖ تطوِّر في نفسك العادات الإيجابية.

❖ تتعامل بشكلٍ إيجابي وملائم مع الناس من حولك.

تحتاج الحياة الزوجية للكثير من الرعاية والاهتمام

أنت أيضاً بالتأكيد لديك رغبة النجاح في حياتك الشخصية. إن كان ذلك صحيحاً، فأنت تستطيع بلا شك أن تفعل الكثير لأجل ذلك. ربما تعلم أن النشوة الأولى للحواس، الحُب في بادئ الأمر والزواج من بعده، لا يكفي لتحقيق ذلك المستوى المرجوّ والمطلوب من السعادة في الحياة الزوجية.

ملاحظة:

حينما تترك موضوع الحبّ للصدفة، فسرعان ما يمكن أن يتحول حلمك إلى كابوس. وللأسف فالكثير من الناس يقول: ستسير حياتنا الزوجية بطريقةٍ أو بأخرى على ما يرام، سوف أكيِّف زوجي/ زوجتي وفقاً لما تقتضيه طباعي وأهوائي، ستسير الأمور على ما يرام حتماً.

لا ترتاب في حبِّك

غير أن المشاكل ستبدأ بالظهور، عاجلاً أم آجلاً، وربما تبدأ بالشكّ في حبّك، ولأن معظم الناس لم يتسنَّ لهم أن يتعلّموا كيفية حلّ المشاكل، فهُم سرعان ما يستسلموا، إلى أن ينتهي الأمر إلى الطلاق. هذا النمط

من «الإفلاس الشخصي»، تعتبره المجتمعات عموماً أمراً عادياً؛ وسرعان ما يبدأ كلٌّ من المرأة والرجل بالبحث مجدَّداً عن حبٍّ كبيرٍ ضائع، طالما حلم كلٌّ منها به!

لماذا توجُّهك الشخصي بشأن الحبّ والزواج هامٌّ للغاية؟

إن خيبات الأمل غالباً ما تبقى ذكراها عالقةً في الأذهان، بحيث ينزلق المرء معها، وبشكلٍ لا شعوري، نحو مشاكل جديدة. غير أن أنماط سلوكنا التقليدية إزاء الأمور لا تفيدنا عادةً في بناء حياة زوجية سعيدة. إن تغيير أنماط سلوكنا لا يبدأ، إلا بعد أن ندرك أن الحبّ من الحاجات الماسة والضرورية لكلّ فرد؟.

ما يزرعه المرء، إياه يحصد

أنت كذلك، ربما غالباً ما فكرت في الأسباب المحتملة التي يمكن أن تكون وراء الأزمات في العلاقات الزوجية، أو فشلها، ما نسمعه غالباً، كإجابة على هذا التساؤل هو: «الطرف الآخر هو المذنب، فلو كان تصرّفه غير ذلك لسارت الأمور بشكلٍ ممتاز!». ولكن صدّقني، إن سلوك الطرف الآخر ليس مجرد رد فعل إزاء تصرّفنا؛ إنه أكثر من ذلك، فهو الصورة المنعكسة في مرآة تصرفاتنا. فحينما تضحك مثلاً، تجد صورتك المنعكسة في المرآة تضحك معك!

نصيحة للنجاح:

لماذا تبحث باستمرار عن أسباب مشكلةٍ ما لدى الآخرين، وتتغاضى عن أسباب تلك المشكلة لديك؟ عليك البدء بالتفكير بشكلٍ جدِّي وعقلاني، في كيفية جعل شخصيتك جذابة بالنسبة للآخرين، ومميَّزة إلى أبعد الحدود!

لا شيء يتغيّر، نحن الذين نتغيّر!

هل تنتمي إلى أولئك الذين يقضون أوقاتاً طويلة في الشكوى من تردِّي أحوال علاقاتهم الزوجية، بدلاً من السعي لتغيير أنفسهم. إذا كنت تنتمي فعلاً لهؤلاء، فلا تستغرب أبداً قلة مشاعر الفرح والغبطة في حياتك. كلٌّ منا يستطيع أن يقرِّر نمط حياة الحبّ التي يريد أن يحياها!

ملاحظة هامة:

ثمة احتمالات ثلاثة كي يعيش المرء: إما باستعطاء الآخرين، أو سرقتهم، أو عمل شيءٍ لأجلهم

النجاح في المهنة شيء، والنجاح في الحبّ شيءٌ آخر. فثمة عوامل عشوائية وعاطفية أكثر، تلعب دورها بشكلٍ بارز في موضوع الحبّ! من المؤسف فعلاً وجود زوجين عاقلين، ومحبَّين لبعضهما البعض، وهما مع ذلك يتنازعان ويتشاجران باستمرار. وبالرغم من ذلك، فليس من قوة على سطح الأرض تستطيع أن تمنع هذين الحبيبين من تغيير ذلك الوضع الراهن، والذي لا يُطاق، فيما بينهما. فالنجاح، أيٌّ كان هذا النجاح، ليس صدفةً على الإطلاق!

قائمة اختبار: النجاح ليس صدفة

هل أنت مستعدة/:

❖ للعمل والنمو باستمرار؟

❖ لأن تحيا/ تحيَيْنَ حياةً زوجية سعيدة؟

❖ لأن تضحكا بكثرة، مع بعضكما، ومن بعضكما؟ خلال مفاجآت صغيرة وسارة؟

❖ لأن تستمع/ تستمعي إلى شريكة/ شريك حياتك؟

❖ لأن تمدح/ تمدحي شريكة/ شريك حياتك، وتمنحها/ وتمنحيه باستمرار جرعات متزايدة من المداعبة والدلال والحنان؟

❖ لأن تقول/ تقولي عبارتي: «من فضلك» و«شكراً لك» باستمرار؟

❖ للتعامل بحبٍّ خالصٍ مع بعضكما؟

❖ للتخطيط، بمنتهى الفرح والسرور، لمستقبلٍ مشتركٍ سعيد؟

خذ لنفسك، من فضلك، الوقت الكافي للتفكير فيما سبق ذكره من تساؤلات.

إسألْ نفسك، فيما لو كنت مستعداً للإجابة ب «نعم» على كل تلك التساؤلات، والعمل بمضمونها فعلاً! لقد أثبتت الدراسات النفسية، أن الأزواج السعيدين يتعلَّمون

لا يوجد في الكون أكثر وحدةً من ذاك الذي لا يحبّ سوى نفسه!

بسرعة كيفية حلّ مشاكلهم، على نحو لا يصلون معه في الأزمات إلى طريقٍ مسدود. من المدهش حقاً، أن هؤلاء الأزواج قد أفادوا بالإجماع، أنه يتوجّب على كلٍّ منهم مواجهة أزمة كبيرة، على الأقل، والتغلُّب عليها. كلُّ فردٍ من هؤلاء، كان مستعداً بالفعل للعمل وفقاً لما تقتضيه حاجيات ومتطلبّات الطرف الآخر!

اختبر نفسك

❖ ماذا فعلت، خلال السنة الأخيرة، لتحسين نمط العلاقة المشتركة؟

.....

.....

.....

❖ ماذا فعلت، خلال الشهر الأخير، لتحسين نمط العلاقة المشتركة؟

.....

.....

.....

❖ ماذا فعلت البارحة، واليوم، لتحسين نمط العلاقة المشتركة؟

.....

.....

٢- ما علاقة الحبّ براتبك الشهري؟

نحو المزيد من النجاح المهني من خلال الحب قوة العقل

الحبّ، ليس مصدراً للقوة فحسب، فهو يمهِّد الطريق أيضاً للوصول إلى أهدافك المهنية بشكلٍ أكثر سرعةً وفعالية، وهذا يؤدي بدوره لنمو رصيد حسابك المصرفي بشكلٍ أسرع!

إنه لنجاحٌ باهر أن يستمرّ سر حياتك في تشجيعك، وتقبُّل المهام الملقاة على عاتقك، والمساهمة في إنجاز تلك المهام ودعمها قدر مستطاعه. هذا لا يسري لطرفٍ واحدٍ فقط، وإنما لكلا الطرفين معاً!

معاً فقط، ستكونان قويين، وناجحين

تصور نفسك، وأنت تمضي بمفردك إلى حفلٍ ما. هل ستستمتع بذلك؟ هل سيعجبك ذلك؟ بالتأكيد لا، فلن يكون بمقدورك حينذاك على الإطلاق، التفاعل بتلك اللياقة التي تتفاعل بها، وأنت مع من تحبّ.

نصيحة للنجاح:

- ليس من ثمة شيء أجلَّ أو أكثر إثارةً من حياةٍ ثنائية مشتركة يحياها شخصان، يعشقان بعضهما ، ويثقان ببعضهما. إنها لحياةٌ رائعة ينطلق فيها الاثنان بمنتهى البهجة والسرور نحو المستقبل!
- ستكون حياتك الزوجية، يوماً بعد يوم، أكثر قيمة وأكثر إثارةً، حينما تبدي أنت وزوجك استعدادكما لدعم بعضكما بعضاً، والاستماع بصبرٍ وأناةٍ لبعضكما.

أثبتت الدراسات أن المتزوجين عموماً أكثر سعادةً من غير المتزوجين.

ويتمتع المتزوجون عموماً بشخصيات أقوى من شخصيات غير المتزوجين، فضلاً عن كونهم أكثر تفاؤلاً وأكثر نجاحاً من غير المتزوجين.

الرجل والمرأة هما فريق النجاح في مسيرة التطور «غيرترود هولر».

الزواج ليس سجناً، أو معسكر اعتقال. إنه مجرد حيلة لطيفة، وذكية لصهر الناس في فرق ومجموعات متآلفة فيما بينها، ومُحِبَّة لبعضها البعض. لقد استطاع الإنسان عبر آلاف السنين، من خلال ذلك الاتحاد بين المرأة والرجل، الاستمرار في البقاء، ولولا ذلك لكان مصيره الانقراض كما كان الكثير مما لا يُحصى من أنواع الحيوانات والكائنات الأخرى التي زالت وانقرضت عبر الزمن.

إن العلاقة المستقرة تولِّد القوة، وتسهم في إزالة الإرهاق. هذه العلاقة الزوجية العاطفية تعمل على بعث روح القوة والجرأة والطمأنينة لمواجهة مصاعب الحياة بكل حزمٍ وثبات.

مزايا العلاقات السعيدة

الأزواج السعيدون:

- ❖ أكثر رضاً وثقةً بأنفسهم.
- ❖ أقل هماً وغماً.

- ❖ أكثر صحةً وأطول عمراً.
- ❖ أكثر تمتعاً بحياتهم.
- ❖ لديهم مـزيداً من الوقت، ومـزيداً من السكينة الداخلية.
- ❖ أكثر استرخاءً وأقل توتراً.
- ❖ حياتهم الجنسية أكثر لذةً وسعادةً.
- ❖ ينامون أطول وبشكلٍ أمثل.
- ❖ أكثر إبداعاً.
- ❖ أكثر تنظيماً وأشدّ وفاءً وإخلاصاً.
- ❖ يتعاملون مع المشاكل والنزاعات بشكلٍ أكثر حكمة ولباقةً.
- ❖ أشدّ تركيزاً وأكثر كفاءةً في مجالات أعمالهم المختلفة.
- ❖ إرتقاءاتهم أكثر وأسرع.
- ❖ أوقات إجازاتهم أكثر وأطول.
- ❖ قادرون على إزالة بواعث الإرهاق بشكلٍ أسرع.
- ❖ يصلون عموماً لمناصب أعلى في مجالات المهنة والعمل.
- ❖ ميسورون أكثر.
- ❖ يضحكون أكثر.

لم يُخلق الإنسان لكي يكون وحيداً

لن أتطرق، في هذا السياق، للمخاطر والنقائص الكثيرة جداً الكامنة في حياة العزوبية، حيث يكفي القول هنا أن المزايا التي تحملها معها العلاقات الزوجية السعيدة تكفي تماماً لأن تغطي تلك العيوب والنقائص وتزيلها. العُزَّاب يعانون أكثر بكثير، وذلك على الرغم من كونهم يتوقون دوماً لحياة الحبّ والشغف والهوى.

نصيحة للنجاح:

معاً تكونان قويين

إنه شعورٌ رائعٌ فعلاً أن تعرف أن شريك حياتك يدعمك ويؤازك ويواسيك باستمرار كلما دعت الضرورة لذلك. سينعكس ذلك إيجابياً على عملك، وعلى نجاحك، وعلى تفكيرك عموماً!

٣- النجاح في الحياة الزوجية الأساس الأفضل للنجاح المهني

الحياة الزوجية الناجحة هي الأساس الأمتن لنجاح كبير على الصعيد المهني

إن مواجهة تحديات الحياة المختلفة بنجاح وسهولة تتطلَّب تخطيطاً جيداً للحياة الزوجية. الحياة غير عادلة، وغالباً ما يحتاج المرء القوة الفكرية اللازمة للتغلُّب على تحدِّيات الحياة المختلفة، لكي لا ينهار إزاءها. ولا يساعد المرء، في تلك اللحظات بالذات، سوى قوة الحبّ التي تدفعه بكل حيوية لأن يواجه تلك التحديات بمنتهى الشجاعة والحزم.

وتوصي سائر نظم وقوانين النجاح بالبحث عن شريك الحياة المناسب، والذي له الرغبات والتطلعات ذاتها. وتنصح هذه النظم والقوانين باختيار شريك الحياة المناسب وتأمله ملياً، ثم التفكير بعد ذلك ملياً: هل يناسبني هذا الشخص؟ هل لدينا أهداف مشتركة؟ هل سيكون هذا الشخص دعماً لي؟ إن كان الجواب «نعم»، فكيف؟ هل سأشكِّل أنا بدوري دعماً له؟

ملاحظة هامة:

أحبَّا بعضكما البعض، وأخلصا لبعضكما البعض

حينما تختار شريك حياتك، فينبغي عليك هنا الالتزام بسائر الوعود التي قطعتها على نفسك، وإن تكون معه باستمرار يداً بيد في السرَّاء والضرَّاء على السواء، وأن تسعى جاهداً باستمرار لتقوية روابط الحبّ المشتركة والمتبادلة فيما بينكما.

الكاتب العالمي بريان تريسي واحدٌ من أشهر المدرّبين الأكفاء على مستوى العالم في مجالات النجاح العملي والمهني. لقد قال خلال أحد اللقاءات المشتركة: إن أحد أهم الأسباب فشل حالات الزواج في يومنا هذا، إنما يعود بالدرجة الأولى لعدم استعداد الكثير من الأزواج، خلال الزواج، للاستمرار في الوفاء بما كانوا قد قطعوه على أنفسهم من التزامات قبل الزواج. ويعود ذلك في رأيه إلى رغبة الناس في الشعور بحرية الحركة، وحرية التصرُّف، لفعل ما يريدون دون أية اعتبارات لمشاعر الطرف الآخر. غير أن ذلك الشعور بالحرية، سرعان ما يمكن أن ينقلب إلى شعور بالفراغ، وإلى شعور بعدم وجود أي مغزى وأي معنى للحياة.

نصيحة للنجاح :

تبدأ كل حياة زوجية ناجحة بقرار مشترك وحرّ وحازم فيما بين الطرفين:

أصبحنا الآن فريقاً من شخصين، وسنمضي معاً في طريقنا! أنت حبيبي إلى الأبد! ـ من يقرّ بذلك، فهذا يعني وجوب التزامه بالوفاء والإخلاص لحبيبه هذا إلى الأبد.

ملاحظة هامة :

الحياة أسهل مع شريك حياة ناجح

ليس من ثمة ناموس للنجاح في هذا الوجود يقضي بوجوب البحث عن شريك جديد للحياة كلّ بضع سنوات، وتكرار المحاولة مجدداً من فترة زمنية إلى أخرى.

يشعر أحد طرفي العلاقة أحياناً بالظلم، نظراً لعدم اهتمام الطرف الآخر به بحكم ضغط العمل لديه. ولكن يجب أن لا ننسى هنا، أن الحياة مع شريك ناجح في عمله أفضل بكثير جداً، منها مع شريك فاشل! فلا شك أن شريك الحياة الناجح على درجة أعلى وأرقى من الرقة واللطف في تعامله، وهو أيضاً مستعد باستمرار للاستماع للطرف الآخر برحابة صدر، ومعالجة المشاكل المشتركة بدرجة أكبر من العقلانية، وكل ذلك لا يراه المرء بتلك الصورة الجيدة لدى شريك فاشل، ومُنغَّص المزاج باستمرار ويتملَّكه شعورٌ شبه دائم بالخيبة والإحباط والفشل.

«الوصفة» السرِّية للأزواج السعداء

كثيراً ما نسمع أن الزوجين المتكاتفين يمضيان معاً في حياتهما، متخطِّيين سائر الصعاب، ومُراعين خلال ذلك بدقة عدم جرح مشاعر بعضهما البعض، ومعاملة بعضهما البعض بمنتهى الودّ والرقة والاحترام. وفي الوقت نفسه، غالباً ما نسمع أن هؤلاء الأزواج بالذات ناجحون جداً في مجالات المهنة والعمل، لا بل ويحققون إنجازات باهرة وفريدة من نوعها.

هذا بديهيٌّ جداً، فليس الحبّ وحده يولِّد القوة، وإنما النجاح كذلك الأمر! حينما تكون ناجحاً، فالفوز

حليفك باستمرار، وتجني باستمرار المال الوفير، وتكون أكثر استقلالاً، مُستلفتاً أنظار الكثيرين إليك، ممن يمنحونك باستمرار جرعات متزايدة يومياً من الاحترام والمحبة والدلال، ويكون بمقدورك تحقيق المزيد من الإنجازات الرائعة، كل ذلك من شأنه أن يعزِّز مشاعر القوة، والثقة بالنفس لديك!

هل تملك (ين) المرأة للقيام بما هو غير اعتيادي وغير مألوف؟

سيحسدك الآخرون ويسألونك: «كيف تستطيع فعل كل ذلك؟» حينما يعرف المرء «الوصفة السرية»، فسوف يكون من السهل له التعامل معها، وتعلُّمها. المهم هنا مدى شوق المرء ورغبته لأن يحيا حياةً ناجحة، ومدى شجاعته لتغيير حياته ونمط سلوكه.

القرن الحادي والعشرون: قرن الأزواج

ملاحظة: إن القرن الحادي والعشرين هو قرن الزواج والأزواج، هذا ما تقوله العالمة المشهورة فايث بوبكورن: حالات الطلاق ستنخفض كثيراً، فالناس قد علموا أن الزواج السعيد والمستقرّ يحقّق لهم الكثير من أحلامهم التي طالما حلموا بها، وأهمها الاستقرار والأمان والثقة، وأخيراً وليس آخراً الحبّ.

ما الذي يشكِّل قيمة كبرى بالنسبة لك؟

هل تعرف مصدر القوة الذي يمكن أن يكون ذا فائدة كبرى بالنسبة لك؟

دوِّن لهذا الغرض الأفكار الأساسية الثلاث، التي يمكن أن تكون ذات فائدة كبرى بالنسبة لك، وذلك من

جملة الأفكار التي وردت حتى الآن في الصفحات السابقة. هذه الأفكار الأساسية الثلاث هي جواهرك الثلاث.

دوِّن فيما يلي جواهرك الثلاث هذه:

❖.....

❖.....

❖.....