

الفصل السادس

اتبع هدفك وكأنه لاهدف لك

كما سبق أن رأينا عدة مرات، يمكن للناس الذين يمارسون العطالة الإبداعية أن ينظموا أنفسهم بشكل يفوق إلى حد بعيد أولئك الذين يفتقرون إلى المخيلة. فمن لا يستطيع أن يسترخي ببساطة ويبقى مرناً، هو عادة أيضاً مخطط سيئ، فهو إما يتصرف بالأمر بمنتهى الفوضى، أو أنه يخطط زيادة عن اللزوم بحيث يقذف به أي عطل غير منظور سلفاً، أو أي حادث غير متوقع، كلياً خارج مخطط وقته؛ لأن للتخطيط الجيد علاقة وثيقة مع المخيلة والإبداع. والأهم من ذلك هو وجود هدف واضح ودقيق قدر الإمكان، كرؤيا من أجل تقليل خطر بعثرة الجهد إلى الحد الأدنى. والشئ الذي لا يقل أهمية عن ذلك، عند تنفيذ كل خطوة، هو وجود المرونة من أجل تغيرات ممكنة، وحساب الوقت اللازم لكل خطوة بدقة منذ البداية.

خطط، لكن بمرونة:

كثير من الناس يضطربون بسرعة ويتحولون إلى عصبيين إذا ما أخفقوا في التوصل سريعاً إلى هدفهم المنشود، أو على الأقل لم يقتربوا منه بسرعة.

لا ينظرون شمالاً أو يميناً بل يتجهون فوراً بأفق ضيق نحو هذه النقطة بالذات. يجعلون كل شيء خاضعاً لهذا الهدف،

يتطلبون الكثير ويعملون دون كلل من أجل بلوغه. ربما يتوصلون إليه بالفعل، ولكن ماذا بعد؟ بدلاً من أن يفرحوا بأنهم بلغوا الهدف الذي وضعوه نصب أعينهم، يبدؤون بالركض خلف هدفين آخرين. الناس الذين يفترضون إلى المخيلة مطبوعون بأنهم يحتاجون دائماً إلى المزيد، وبالتالي قلما يكونون قانعين. فهم يعيشون في المستقبل، ويبدو أنهم نسوا الحاضر نهائياً.

من هنا يطرح نفسه السؤال التالي: كيف يمكن للمرء أن يعيش في الحاضر وهو مدرك، وعلى الرغم من ذلك يضع حجر الأساس للمستقبل؟ أين يكمن فن الانطلاق دون الشعور بالذنب بسبب الحاضر؟

ينصح عالم النفس والمعالج النفساني الألماني جينس كورسن الذي يساعد العديد من الضالعين في المعنى نفسه بالتالي:

ملاحظة إبداعية: ضع في ذهنك صورة دقيقة لهدفك المهني. ارسمه بشكل مجسم في فكرك وتمسك به. قم بإنزال هذه الرؤيا المستقبلية في حالة استرخاء مثلاً كل مساء عند النوم إلى عقلك الباطني، وحاول أن تتخلص منها بإدراك. وهكذا تتكيف مع هذا الهدف. ومع مرور الوقت، تتحرك آلياً بكل ثقة بالنفس، في هذا الاتجاه، على الرغم من ذلك تعيش في الحاضر، زماناً ومكاناً.

من نتائج هذا التمرين أن المرء لا يعد - على مستوى الإدراك - يفكر في مستقبله بهذا الشكل المتشنج، بل يؤدي واجباته اليومية التي عليه إنجازها من كل قلبه، وسبب ذلك بسيط، وهو أن المرء قد عقد العزم على إنجازها.

إضافة إلى ذلك ينصح بزيادة الثقة بالنفس، بحيث يلتزم المرء بدقة بكل الوعود والموافقات التي يعطيها للآخرين. أما الاتفاقات التي تتعلق بالعمل، فيجب أن تصبح اتفاقات يعقدها المرء مع نفسه. هكذا يتعلم المرء الثقة بالنفس عن طريق عملية تطور الشخصية هذه والمسؤولية الذاتية؛ فالناس الذين يريدون الارتقاء في الحياة والعمل، يمكن للمرء فقط أن ينصحهم بـ «اتبع هدفك دائماً وكأنه غير موجود، وافعل ما تفعله بالقدر الذي تستطيعه الآن».

قد يبدو هذا الكلام متناقضاً في الوهلة الأولى، لكنه الطريقة الأفضل والأسرع وأكثر أماناً للوصول إلى هدف معين دون أي تشنج.

هذه الوصفة للملاحقة الهدف وكأنه غير موجود تفعل فعلها بشكل رائع ليس فقط في المجال المهني، بل أيضاً في مجال الحياة الخاصة.

لنفترض أنك عازب وتريد أن تغير هذا الوضع. ليس من المنطقي أن تضع كل شيء بصورة متشنجة في البحث عن الشريك المناسب، بحيث تبحث كل تفاصيل حياته، إن كان ذلك ممكناً، وأن تلتقي مع أكبر عدد ممكن من ممثلي الجنس الآخر. فاحتمال العثور على الشريك المناسب بهذه الطريقة قليل؛ لأنك بهذه الحالة سيخف حماسك سريعاً.

بدلاً من ذلك تصور في أحلام اليقظة دائماً وأبداً إنساناً ما (غير محدد) بمواصفات محددة تعتبر توفرها في شريكك المستقبلي هامة.

لكن لا تضع في تصورك إلا المواصفات وليس الشخص الحامل لها. التقى بأكبر عدد ممكن من الناس، من أي جنس كانوا، وابتحث بشكل عفوي عن أشياء مشتركة. أو اتبع معهم طريقة العطالة المبدعة. عند ذلك من الممكن جداً أن تعثر فجأة على الشريك المناسب دون أن تكون قد بحثت عنه بشكل مباشر. وطبيعي أن يكون من الممكن أيضاً مثلاً أن تستعين بإعلانات الزواج المنشورة في الصحف. ولكن لا فائدة من ذلك إلا إذا استطعت التخلي عن (النموذج الحلم) وقيمت بالتركيز على المواصفات التي تتصورها.

بالحماس يمكنك أن تزيج الجبال:

مرة أخرى: المبدعون لا ينشدون هدفاً أو ينشدون النجاح من أجل النجاح فقط. بل يزيلون التوتر عنهم ببساطة، يطلقون هدفهم وينتظرون بروية ما الذي سيحدث. يمكنهم أن يتحمسوا إيجابياً لشيء أو لفكرة ويندفعوا نحوه دون أن ينسوا الممارسة المنتظمة للعطالة المبدعة.

سبق أن أشرت باقتضاب في موضع من هذا الكتاب بأن الحماس الحقيقي لقضية ما أكبر منا، يمثل مصدراً هائلاً للطاقة بمقدورها أن تزيج الجبال. وهذا ما أوحى لنا به الكتاب المقدس

في المثال التالي: عندما يقول أحد لهذا الجبل ارتفع أو ألق بنفسك في البحر، وإذا لم يساوره الشك في قلبه، بل كان يؤمن بأن ما قاله سيحدث، فإنه يحدث؛ لذلك أقول لكم: «إن كل شيء تصّلون من أجله وترجونونه وتعملون من أجله، ثقوا بأنكم ستحصلون عليه ويصبح لكم».

إن مثل هذا الحماس كالذي يطالب به المسيح هنا ينبع بأهون وأيسر السبل غالباً من العطالة المبدعة. إذن إن أفضل علاج لمن لديه مشاكل في الحافز هو أسبوع من العطالة المبدعة.

ولكي لا يحصل سوء فهم فأنا لا أدعي بأن شخصاً لم يصب إلا القليل من النجاح، هو الذي يتحمل دائماً بالضرورة وزر ذلك، لأنه لم يسترخ، ولا يستطيع أن يبدي إلا القليل من الحماس، وإلا لكان ذلك سخرية أنا بعيد عنها كل البعد، فهناك أسباب عديدة للإخفاق ليست كامنة في الشخص نفسه.

ولكن الأمر الذي لا خلاف حوله هو أن الحماس أب النجاح؛ فمن كان مشبعاً بفكرة ويعمل ما بوسعه من أجل تحقيقها دون تشنج أو تبيد جهوده وبعثرتها، يملك أفضل الفرص لجعل جهوده تكفل بالنجاح.

منذ عدة سنوات أجريت - كصحفي - مقابلة لمجلة رياضية مع لوثر ماتئوس الذي كان آنذاك كابتن المنتخب الوطني الألماني لكرة القدم. ورداً على سؤالي كيف توصل إلى هذا النجاح الباهر، روى لي الحكاية التالية:

«عندما كنت ما أزال صبيّاً صغيراً كنت ألعب بكل شيء له شكل الكرة، لم يكن يفلت مني شيء، كنت ألعب كرة القدم بالتحاف

والبرتقال وأسدد الضربات بكبة البطاطا على مرمى خيالي، ثم ألتهمها بعد ذلك. كنت مولعاً إلى حد الجنون بكرة القدم، ومع ذلك لم يكن لدي يوماً موهبة خاصة.

قال مدربي الأول بأن عليّ أن أتعلم حرفة لائقة؛ لأنه لم يكن يتوفر لديّ الشيء الذي يتطلب وجوده لدى الرياضي المحترف. ولكنني كنت مصمماً أن أصبح رياضياً محترفاً. ولم يكن أي شيء آخر وارداً عندي.

كان الكثير من الزملاء في فريق الشباب الذي كنت في عداه متفوقين عليّ جداً في مجال تقنيات اللعب. ولكنني كنت أقوم بكل شيء بحماس لا حدود له، وما زلت حتى الآن. من حيث المبدأ ما زلت حتى هذا اليوم الشاب اليافع المتحمس كما كنت سابقاً. يمكنني أولاً وأخيراً أن أتحمس لكرة القدم، أعيش مع كرة القدم وخلالها وفيها. بالنسبة لي ليس هناك في العالم شيء أهم من هذه الرياضة. وأعتقد أن ذلك هو سر نجاحي. وهذا هو أيضاً السبب الذي يجعلني، بعد كل الجراح البليغة التي أصبت بها، أعود ثانية للعب، على الرغم من أن الجميع تخلوا عني».

إنني على يقين بأنه لولا قدرته الفائقة على الحماس لما كان لوثار ماتيوس ذلك الشخص الذي أصبح محط إعجاب عشاق كرة القدم. لم تكن موهبته - وكما قال شخصياً - بارزة أبداً. أما الشيء الذي ميزه عن الرياضيين الآخرين فهو حماسه وتعلقه الذي لا حدود له، والذي ساعده على إزاحة الجبال وتخطي الفشل وتجاوز الجراح. بينما آخرون، وبعد لعبة خاسرة، (يلقون

جراحهم) ويبحثون بنفس طويل عن تبريرات، أما هو (فيشتعل) من جديد استعداداً للعبة قادمة، للفرصة الجديدة. إنه حماس خالص. طبعاً يمكن للحماس أن يتحول إلى جنون أو تعصب أعمى ولكن طالما أن الأمر يتعلق بجنون (إيجابي) فلا مانع، إذ لا الشخص نفسه، ولا الآخرون، سيعانون منه.

