

الفصل الثالث

الأصالة

معادلة طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠

لقد ذكرت خلال صفحات هذا الكتاب حتى الآن لفظة " القيم " خمس مرات فقط. و فقط هذه لأنك عندما تستخلص من طريقة ١٠-١٠-١٠ نتائج رائعة، فإن ذلك العدد (أي خمس مرات) لن يكون عدلاً. بدون قيم تصبح طريقة ١٠-١٠-١٠ أداة لتصفح القرارات البديلة فقط، وهو ما أسعى إلى الابتعاد عن الطريقة تماماً. على أية حال فإن القيم تعتبر جزءاً لا يتجزأ من العملية وتجعلها طريقة تحويلية بالفعل، فتسمح لنا بالتعايش مع أحلامنا وأماننا ومبادئنا. لهذا السبب فأينما أستمع إلى الناس وهم يتحدثون عن قراراتهم - وخاصة عندما أعمل مع أناس يستخدمون طريقة ١٠-١٠-١٠- فإنني دائماً ما أنتهي إلى طريقة الرشاد، وهو بالنسبة لي في هذه الحالة يتلخص في أن القيم تعتبر " البقرة المقدسة "، أو بمعنى آخر فالقيم هي لب تلك الطريقة.

إنني لا أستطيع أن أتمالك نفسي بالعودة إلى فترة شبابي، عندما كان عمري حوالي ثلاثين عاماً، كنت أعتقد أن كل فرد يتمتع بنفس الأفكار المرشدة وأن كل فرد أيضاً يتمتع بنفس المبادئ العملية مثل : لا تؤذ الآخرين، وأحب جارك ... مثل تلك المبادئ والأفكار. كنت أعتقد أيضاً أن معظم الناس يركزون أذهانهم حول نفس

الأولويات الهامة في حياتهم مثل الصحة والأسرة والسعادة والإنجازات وتأمين الناحية المالية، وأن هؤلاء الناس يشعرون بالسعادة بين كل تلك الأولويات. لقد كان الأمر بالنسبة لي بكل بساطة هو أنني كنت أعارض كل من لا يعترف بأهمية وخطورة القيم.

ذات يوم، أثناء العام الدراسي الثاني لي بمدرسة تجارة الأعمال انضم إلي أحد زملاني بالفصل ودعاني لحضور حفل بالمنزل الخاص في تلك الليلة. بالطبع حملت في وجهه لمدة طويلة، ثم قررت أخيراً أن أطرح عليه سؤالاً بنبرة يمكن أن يقال عنها أنها نبرة "باهتة" فقلت له :

- أليس لدينا امتحان في مادة التسويق الصناعي غدًا ؟

واستدارت عيناه، وقال في دهشة :

- سأفهم من ذلك أنك ترفضين الدعوة ...

فأجبت على الفور :

- أقصد ... أن نصف العام الدراسي لم ينته بعد ...

فرد علي متذمرًا :

- إننا في شهر مايو يا سوزي ... وقد انتهى عمل كل فرد منا ... بما فيهم أنت

شخصيًا

ولكنني صرخت في وجهه وقلت له :

- لكن ... مازال أمامنا أسبوعان لتلقي تقديراتنا ...

فهز زيلي رأسه في أسى قائلاً :

- أتعرفين ؟ ...إنك لا تقدرين المرح.

ثم انزوى بعيداً وتركني في حالة من الذهول .لقد كان الأمر مفاجأة مزعجة، وكانت تلك المفاجأة - من العوامل التي دفعتني إلى البحث بجدية ولمدة طويلة إذ أسائل نفسي : لماذا أعمل، وأظل أعمل وأعمل ؟ وقد تبدت لي الإجابة في النهاية وكان لها علاقة ما بجذتي وهي من جزيرة سيثيل، ولكن بدت وكأن لها علاقة أكبر بما أسميه الآن " الفجوة السوداء الكبيرة " وهي حالة ناتجة عن العجز في الوعي بالقيم .تظهر الفجوة السوداء الكبيرة The Big Black Hole وهو أمر شائع تتطلب وتحتاج إلى أ، تملأ بالمزيد من الأنشطة والالتزامات وإنجاب الأطفال والدراسة أو بأي شئ قد يسدها.

بفضل طريقة ١٠-١٠-١٠ فقد " شفيت " من كل من الفجوة السوداء الكبيرة والبغض للمرح . ينطبق الأمر أيضاً على التشويش الذي كنت أعاني منه بالنسبة للقيم. واليوم، يمكن أخيراً أن أقول أنني أفهم القيم الخاصة بي. والأكثر أهمية من ذلك هو أنني أمل أنه في نهاية هذا الفصل تكون أنت نفسك قد استطعت أن تصل إلى فهم أكثر وذى مغزى لمبادئك .سوف تصبح قراراتك أفضل بكثير وأكثر صدقاً عند استخدامك لطريقة ١٠-١٠-١٠.

الحافز الكامن

حيث أنني قد رافقت طريقة ١٠-١٠-١٠ خلال سببلي الطويل على مدى السنوات القليلة الماضية فقد اكتشفت أن العديد من الناس يعرفون قيمهم ولكن بصورة

جامدة. والعديد منهم أيضاً مثلي تماماً قبل أن استفيد بخبرة التحول على الساحة. ربما يحسون قيمهم، وربما يستخدمون حدسهم معها. ولكنهم قد لا يستطيعون تحديدها.

لحسن الحظ أن طريقة ١٠-١٠-١٠ يمكن أن تكون عاملاً حفازاً فعالاً جداً في تحديد القيم كما كانت مع " جاكى ميجورز " وهي امرأة من كاليفورنيا كانت قد راسلتني لأول مرة في عام ٢٠٠٦ بعد أن كتبت فصلاً بمجلة " O " عن ١٠-١٠-١٠.

كانت مشكلة " جاكى " ملازمة لها منذ فترة طويلة. ولكنها ظهرت بنية عندما أحضرت شقيقتها "ليه" مشروع المدرسة إلى تدلهما، وكان عبارة عن مجموعة من السير الذاتية التي كانت قد كتبتها حول عائلتها. وفي الصفحة التي خصصتها "ليه" لجدتها التي كانت ترعاها بينما أمها " جاكى " كانت تعمل على مدى ستين سنة أسبوعياً ككاتبة لرئيس مؤسسة تجارية كتبت "ليه" أربع فقرات كبيرة. وبالمثل ملأت صفحة كاملة عن والدها وعن أستاذها مع المزيد من المرح له والوصف التفصيلي حول ترتيبه للدروس بعد المدرسة كل يوم. في صفحة " جاكى " كانت البداية كما يلي: " تسافر أُمي كثيراً. وهي ترتب لحفلات عيد الميلاد عندما تكون مستقرة بالمدينة ".

ذات ليلة كان خلالها الأطفال يخلدون إلى النوم، وجدت " جاكى " نفسها تحاول أن تقاوم دموعها. هل ينبغي عليها أن تترك وظيفتها؟ أم أن ثمة حلاً آخر للخروج من العذاب الذي تشعر به؟ لقد ساءلت نفسها كثيراً وقد اختلطت أفكارها ومشاعرها. ثم تذكرت " جاكى " طريقة ١٠-١٠-١٠ فجأة وتذكرت أنها كانت قد قرأت عن

تلك، لطريقة الأسبوع مع تعليق لطيف منه قائلاً لها :

- حياتك تتسم بـقمة الجنون ... إنك تحتاجين إلى هذا المقال.

أخرجت " جاكى " المقال من حقيبتها وشرعت في قراءته. وبمجرد أن قرأت المقال، شعرت بأنها سدّ ينهار، ثم شرعت في أن تجهش بالبكاء وتذرف الدموع. قالت جاكى وهي تتذكر تلك الأحداث :

- رأيت نفسي في كل جملة وهي عبارة ... رأيت أنني أشعر بالصداع الداخلي وأجزي في كل صوب وأنا حيرى .. لم أك سعيدة قط ... وكل ما فعلته هو أنني أجهشت بالبكاء ...

لمدة ساعة أو ربما أكثر، كافحت " جاكى " من أجل الوصول إلى تحديد خياراتها ونتائج تلك الخيارات. لكنها ظلت تشعر بأنها تسير في طريق مسدود. وفيما بعد اعترفت لي قائلة :

- أخيراً ... حدث لي أنني شعرت بأنني لا أستطيع اكتشاف ما أود أن أفعله، وماذا يعني كل شئ بالنسبة لي .. حتى عرفت ما أريده من الحياة ذاتها.

لقد أحضرت ورقة وكتبت عليها من أعلى كلمة " قيم "، وبدأت الكلمات تتري لها على الفور، وكان ذلك كما يلي :

- أريد أن أوقظ الأطفال كل صباح وأن أساعدهم على أن يخلدوا للنوم كل مساء .
أريد أن أهبط فوراً من " قطار المال " وعالم الماديات. لم تعد الحياة الآن بالنسبة لي كما كانت منذ حوالي عشرين سنة. ما زلت أريد إلى العمل .. ولكن عملي لا يمكن أن يسيطر علي ... إنني أحب المنزل الذي أعيش فيه ... لا أربغ في أن

أكن مرغوبة في من أجل راتبي ..

الآن، تضحك " جاكى " وهي تتذكر تلك التجربة وهي تقول لي :

- تخيلي ... موظفة كبيرة مثلي ... تدير أعمالاً ... وتتحكم في العديد من العملاء ..
وتقود فريق عمل وهيئة عاملين .. لم يك لديها أية فكرة عن قيمها !! إنني واثقة تمام
الثقة أنني لم أك أعيش بتلك المبادئ والقيم .. لقد أدركت في تلك الليلة أنني كنت
أشري نفسي ...

استغرق الأمر حوالي ستة أشهر لكي تقوم " جاكى " بترتيب عملية تركها لوظيفتها
بالشركة التي كانت تعمل بها .. ثم تتدرب على العمل الجديد، ثم ترتب وظيفة
جديدة ومرنة لها. وقبل أن تترك شركتها بأسبوع واحد أعدت " كوته " من
الشرائح التي تشرح فيها استخدامها لطريقة ١٠-١٠-١٠ في اتخاذ القرار. لقد
قالت لي "جاكى":

- أردت من الجميع أن يعرفوا أن ما كنت أقوم به لم يك عشوائيًا أبدًا. لقد كنت
أأخذ قراراتي بناءً على قيم محددة.

في هذه الأيام، تعمل " جاكى " لمدة أربعين ساعة أسبوعيًا بمؤسسة تطوعية قريبة
من منزلها. واضطرت أسرته في الاقتصاد في النفقات. وسوف تخبرك " جاكى "
أيضًا بأنها أحيانًا تبتعد عن تحديات عالم الأعمال والمؤسسات التجارية. ولكن ..
هل ستعود ؟ لن تكون هناك فرصة. لقد ربحت نفسها أخيرًا .. كما ربحت حياتها .
نشأت وتطورت قيم " جاكى " مع الظروف التي مرت بها، وهذا أمر غير عادي
بالطبع. كلنا قد رأى قيمها ومبادئها وهي تتأقلم وتكيف وفق الظروف الخطيرة مثل

موت أحد الوالدين أو حالة طلاق أو وظيفة جديدة قد تفتح عيوننا كما يمكن أن نحققه أو ننجزه إذا ما تراءت لنا المحاولة.

ومع تحديد قيمنا، يثبت أن إحدى مميزات طريقة ١٠-١٠-١٠ تتمثل في العملية غالباً ما تكشف لنا كيف ولماذا تحولت قيمنا.

تربت " ميلاني " - وهي تعمل محررة صحفية كنت قد قابلتها منذ فترة ليست بالطويلة - في منزل يضم عازفين موسيقيين. كان والداها يعزفان الكمنجة مع فرقة أوركسترا المدينة. أما شقيقها الذي تربي على عزف البيانو بأسلوب لا يضاهاى فيعمل الآن بوظيفة قائد فرقة موسيقية في إحدى الدول الأوروبية.

كانت الآلة الموسيقية المفضلة لدى " ميلاني " هي آلة الناي. ورغم أنها توقفت عن مزاوله العزف منذ أن أنجبت ابنها، إلا أنها لم تتوقف قط عن الولع بجمال الشكل الكلاسيكي للموسيقى. ويبدو أن ابنها " إيان " قد ورث عنها إخلاصها للموسيقى، وقبل بلوغه من السابعة، كان يعزف مقطوعات لموزار وبرامز على آلة التشيللو. لكن عندما بلغ " إيان " الحادية عشرة، طلب من والدته " ميلاني " أن تشتري له مجموعة طبول. فخلف هذا الطلب عامًا كاملاً من الشجار؛ " إيان " يتوسل إلى والدته، ووالدته ترفض أن تعطيه المال اللازم.

بالرغم من ذلك فبعد لقائنا، قررت " ميلاني " أن تعرض السؤال على طريقة ١٠-١٠-١٠، والسؤال هو عما إذا كان ينبغي عليها أن تشتري " لإيان " مجموعة الطبول كهدية لعيد ميلاده القادم. وكانت الخطوة الأولى لها هي مراجعة واختبار القيم بصورة سريعة.

لقد ظلت طوال عمرها تفضل الموسيقى الكلاسيكية وترفض الموسيقى الحديثة.

ولكنها ساءلت نفسها : لم تتعمد الصرامة مع ابنها ؟ ماذا يضيرهم جميعًا إذا ما سعت إلى تغيير متطلباتها واحتياجاتها وظروفها وتوافقت مع ذلك التغيير ؟

بهذا التساؤل، تقدمت " ميلاني " بطريقة ١٠-١٠-١٠ بصورة سريعة وفعالة. في خلال الدقائق العشر فإن تحول قيمتها من " الموسيقى الكلاسيكية " إلى " كل أنواع الموسيقى " - أو حتى تحويل قيمتها نحو إيجاد أساس مشترك بينها وبين ابنها من خلال الموسيقى - سيعني أن " إيان " سوف يتمكن من ممارسة الموسيقى كما فعلت هي بالضبط ؛ بأسلوب عاطفي. وسينطبق نفس الوضع الإطارين الرئيسيين الآخرين؛ الشهور العشرة والسنوات العشر.

وعلى عكس ذلك، إذا تمسكت بقيمتها القديمة، فربما تؤدي " إيان " وبنفسها إلى مستقبل موسيقي مجهول.

في عيد ميلاد " إيان " لم تفاجئ " ميلاني " ابنها " إيان " بتقديم مجموعة الطبل له فقط ، بل قررت إعطائه دروسًا في الإيقاع. ولكي تفسر الدافع وراء ذلك، أعطته فكرة عن استخدامها لطريقة ١٠-١٠-١٠ واتخاذها القرار بناء عليها. قالت لي " ميلاني " :

- كان هذا أفضل دور لي ... لقد عمل على استعادة العلاقة الودية بيننا

الشيء الأكثر أهمية فعلا هو أن " ميلاني " قد اكتشفت قيمة جديدة لديها، وهي تتمثل في الاعتراف والاحترام بالإضافة إلى الاستمتاع باهتمامات ابنها الأصلية.

البحث عن القيمة

لست مضطراً إلى أن تنتظر لتحدث مشكلة يمكن حلها باستخدام طريقة ١٠-١٠. حتى تكتشف قيمك الخاصة أو كيف تتغير تلك القيم. فمن أجل الوصول إلى تقييم سريع، يمكن أن تطلب الاستشارة إما من أصدقائك أو من أفراد عائلتك. فبعد كل السنين التي قضيتها معهم جميعاً فإنهم قد رأوا أفعالك وتصرفاتك وتعايشوا معها، ومن المؤكد أن تلك الأفعال والتصرفات قد أوضحت لهم كينونتك وماهيتك واهتماماتك.

لقد اكتشفت أيضاً أن " استبيان براوست Proust Questionnaire الأكثر شهرة في العالم " لمارسيل براوست " يشتمل على مصفوفة من الدوافع المتميزة التي تساعد على اكتشاف القيم، من : " ما هي ميزتك المفضلة؟ " حتى : " ما هو شعارك المفضل؟ " وحتى : " إذا لم تكن أنت، فمن إذا كنت تود أن تكون؟ " ولكن السؤال الذي أفضله فعلاً من بين كل تلك الأسئلة هو " ما هي فكرتك عن السعادة؟ " وأيضاً " ما هي فكرتك عن الشقاء؟ " إذا قمت بالإجابة عن هذين السؤالين بكل صدق وبتوسع كبير فإنهما سيكشفان الكثير عن مبادئك وعن آمالك وأحلامك.

بعد ذلك، فأود أن أخبرك بأن لي استبياناً يركز على القيم كنت قد قمت بابتكاره منذ حوالي خمس سنوات. وذلك بعد أن اكتشفت وجود العديد من الذين يستخدمون طريقة ١٠-١٠-١٠ واكتشفت أنهم يملكون الوقت الكافي للتفكير في بدائل جديدة للقرارات والبحث عن المزيد من النتائج ومع ذلك فإنهم يلتزمون بالقيم المعلنة لديهم فقط دون أن يبذلوا جهداً للوصول إلى قيم جديدة.

أول سؤال في الاستبيان الخاص بي إنما هو بشأن المتوارث، وهو : " ما الذي يمكن أن يجعلك تبكي في عيد ميلادك السبعين ؟ "

لقد اكتشفت أم هذا السؤال يصل مباشرة إلى لب آمال وأحلام الشخص، فهو يميظ اللثام عن حجم وشكل البصمة التي نزوم إلى أن نخلفها وراءنا. على سبيل المثال، لدي صديق يستغرق أقل من ثانية واحدة ليحبيب على سؤالك، قالت في ردة على هذا السؤال :

- ما يجعلني أبكي هو أن أعرف أن النعي الخاص بي لم يظهر في الصفحة الأولى بمجلة نيويورك تايمز ... فهذا سيقتلني فوراً.

كان صديقي يضحك، ولكن أثناء حديثنا عرفت أن هدفه الأول في الحياة هو تحقيق الثروة والشهرة من خلال زوج أمه. وهذا ما يفسر سبب إحباطه في حياته التي يعيشها، إذ أنه يعمل بأجر مرتفع ولكن وظيفته متواضعة وليس لها روفق اجتماعي حيث يعمل بتسم العلاقات العامة. إنه معافى من الانفصال بين الواقع والأمال.

أما " شيلي " التي قابلتها منذ بضع سنوات في شارع لويس حيث كنت أدلي بحديث حول طريقة ١٠ - ١٠ - ١٠ فكانت تكافح في الإجابة عن السؤال عما إذا كانت يمكن أن تطلق من زوج مدمن للكحوليات. لقد ردت " شيلي " على سؤال عبد الميلاد قائلة:

- سوف أبكي لأنني لن أكون محاطة بكامل أسرتي حيث لن نكون على مقربة جميعاً من بعضنا البعض لأننا سنكون قد تجاوزنا العاصفة.

عندما سألتها ما الذي يوضحه هذا الرد فيما يخص قيمها، شرعت فوراً في التأمل

في أسلوب تربيتها المضطرب وفي حزنها من شهورها بالاغتراب بين أشقائها الكبار. وقبل أن تنهي حديثنا، حددت " شيلي " إحدى قيمها وهي " الاستقرار العائلي " ثم حددت القيمة الأخرى وهي " المثابرة " .

أما السؤال الثاني في الاستبيان فأعتقد أن يختص بالشخصية، وهو : " ما الذي أربغ في أن يقوله الناس عني عندما لا أكون متواجداً ؟ "

لقد سمعت كل شئ تقريباً أثناء الرد على هذا التساؤل بدءاً من " أن أدير شركة كبرى لأنني ذكي وعادل " إلى " أنني قد استطعت تربية أبناء عظماء " وحتى " أنني أمين وطيب، ولكنني لست ضعيفاً " . لكن الإجابة التي ظلت تلازمي لعدة سنوات كانت من " مورجان " وهي فتاة استعراض سابقة من لاس فيجاس وهي في الأربعينيات من العمر. قالت لي " مورجان " بابتسامة عريضة :

- من الممكن ألا أستطيع أن أبدى حتى أقل اهتمام ...

كانت " مورجان " في سن الثانية والعشرين عندما وقعت في غرام شاب يعمل مديراً لكازينو ويبلغ من العمر ثلاثين عاماً وكان رئيسها في العمل. أنجبا طفلة ثم انفصلا بعدها مباشرة فقررت " مورجان " أن تبدأ حياتها مرة أخرى معتمدة على ذاتها في نيويورك حيث عملت بوظيفة كعارضة ثم مرشدة سياحية.

بعد ذلك انتقلت هي وشقيقتها إلى باريس وكان لديها ثروة صغيرة هي مدخراتهما، ثم انتقلا إلى "براج" ثم إلى " مدريد " حيث كانتا تغامران دائما إذ لا يتاح لهما سوء الوظائف الصغيرة أينما اتجها. ربما أن شقيقة " مورجان " أصبحت الآن كبيرة وناضجة وتستطيع الاعتماد على ذاتها، تسعى " مورجان " الآن إلى أن تجرب عملاً جديداً، لذا بدأت في كتابة النصوص السينمائية في لوس أنجيلوس.

عندما قررت أنا ومورجان أن تخوض في أعماق الحديث، قالت لي :

- أعتقد أنني جريئة جدًا ... أحب دائمًا أن أكون حرة ومستقلة .. فهذا ما يجعلني أتطور .. بعض الناس يقدرّون قيمة الالتزام؛ فهم يعتقدون أن الانتظام يساعدهم في تربية أبنائهم. ولكنني أومن بعكس ذلك ... فالتغيير يجعل الجميع أقوىاء ... لذا .. فإنني أعيش حياتي بناءً على تلك القيمة.

أما السؤال الأخير في الاستبيان الخاص بي فإنه يختص بأسلوب العيش. والسؤال هو .. ما رأيك في الطريقة التي كان يحيى بها والدك؟ وما الذي تبغضه؟

هل تتذكر " بولا"، السيدة التي شخصت حالة ابنها " هوبر" بالاكئاب؟ عندما طرحت عليها هذا السؤال، استغرقت حوالي دقيقة في تفكير عميق وحالم قبل أن ترد:

- حسناً، لقد كان السكون يسيطر على منزل والدي ...

ثم قالت في نهاية حديثها ..

- أنا لا أحب ذلك على الإطلاق ... لا يمكن أن يقال الكثير في مثل تلك الأجواء ... وليس والدي هو ذلك الشخص الذي يمكن الحديث معه عن المشاعر ...

وعندما أجبرتها على أن تقول شيئاً قد تحبه، لمعت عيناها وقالت :

- أُمي طاهية جميلة ... إنها تعبر عن حبها للشخص بطهي وتقديم الطعام له ...

من خلال طريقة ١٠- ١٠- ١٠، استطاعت " بولا" أن تترجم تلك الإجابات إلى قيم وأفعال. فهي تريد بيتاً يتسم بالانفتاح ويسوده الحوار والود. ومساعدة " هوبر"

على الحصول على المساعدة الطبية التي كان يحتاجها كانت الخطوة الرئيسية الأولى صوب هذا الاتجاه.

الحفر أكثر عمقاً

ربما توضح لك الأسئلة الثلاثة التي قمت بعرضها كل ما تحتاجه وكل ما تريد معرفته حول بصورة بيّنة، لكن إذا أردت في الاستمرار في التقصي، فقد ابتكرت أيضاً بعض الأسئلة التي تختص بالقيم التي تتعلق بالقرارات التي يمكن اتخاذها بشأن الحب والعمل والأبوة والصداقة والعقيدة والإيمان.

ولنبداً بالحب أولاً. من خلال خبرتي، غالباً ما تنبع معظم المشكلات العاطفية من خلال الصراع أو الخلاف حول قيم المودة والحميمة والالتزام والسيطرة. ومن المؤكد أن كل علاقة تتمتع بحركة ديناميكية فريدة ومتميزة. لكن، عندما يجتمع اثنان سوياً، إنما يتم ذلك عادة بأنهما يتمتعان بفهم مشترك و حقيقي بالطريقة التي ستسير بها علاقتهما وكم من الدعم والاستقلال سيحتاج كل فرد منهما. وعندما تنفصم عرى علاقة اثنين من المحبين، إنما يتم ذلك عدة لأن توقعاتهما ومعتقداتهما حول علاقتهما لم تعد تتواءم، أو لأن تلك التوقعات والأمال لم تعد في المتربة الأولى من الأولويات.

لهذا السبب، عندما يتعلق الأمر بقيم الحب، أعتقد أنك ستسائل نفسك : " في علاقتي المثالية بالآخر، كم من الوقت يمكن أن نقضيه سوياً ؟ وكم من الوقت يمكن أن استقطعه لنفسي ؟ وكم من الوقت الخاص بي يمكن أشرك شريكتي فيه ؟ ما نوع المصالحات التي يمكن أن ألجا إليها ؟ هل أشعر بالارتياح فعلاً مع شريك يختلف عني أم أنني في حاجة إلى شخص يشاركني قيمي ؟ " وربما تفكر أيضاً كما يلي :

"هل أحتاج إلى أن أجعل شريكي مسئولاً فعلاً، أو أنني أقوم بهذا الدور بمفردي؟ أم أنني فعلاً أقدر ما يسمى بالتوازن أو التعادل بحيث تكون مسئوليتي معادلة لمسئولية شريكي؟"

تذكر أنه ليس ثمة إجابات صحيحة أو أخرى كاذبة لتلك الأسئلة. ولكن الهدف منها هو مساعدتك في تقييم قيمك بعمق وصدق حقيقيين حتى يمكنك تطبيق تلك القيم على قراراتك التي ستخذها بناءً على استخدامك لطريقة ١٠-١٠-١٠.

بالنسبة لتقييم العمل، فإنني أرغب في أن أدفعك إلى استكشاف ما يجعل عملك مقدرًا للسعادة والاستقرار. لقد علمنا خلال صفحات هذا الكتاب بالعديد من الإجابات والردود. فقرار "جاكي" بأن تعمل وتواصل العمل كان يمثل دافعًا هامًا بالنسبة لها، ومع ذلك لم يكن القرار كافيًا بالدرجة التي يجعلها تخلف الود بينها وبين أطفالها، بينما عقدت "لين" العزم على أن تحدد أنها كانت تحتاج إلى أن تصنع العمل على ثمة أولوياتها في الحياة - وكانت تريد إلى ذلك فعلاً - حتى يمكنها أن تحقق آمالها وأحلامها.

من أجل صنع قرارات صحيحة بناءً على طريقة ١٠-١٠-١٠، من الأهمية أيضًا تحديد ما نوع العمل الذي نريد إلى أن نقوم به. هل سيكون الدافع للعمل هو المال أم الواجهة أم التحدي أم المرونة والسلاسة أم الصداقة الحميمة؟ في الواقع، تعد الإجابة بالإيجاب على كل تلك الأسئلة المطروحة أمرًا مغريًا حقًا. ولكن ليس ثمة وظائف - إلا قليلاً - يمكن أن تفي وتناسب كل معيار من تلك المعايير بصورة متوازنة. ولكي تعرف القيم الخاصة بك فعلاً، فلا بد لك من معرفة كيف تتكون وتتراكم كل تلك القيم.

ربما تكون الأبوة والأمومة أمرًا معقدًا، ولكن القيم التي تعمل كأساس لها ربما تدور حول الإجابة على سؤال واحد فقط وهو : ما الذي يحتاجه الأطفال حتى تكون تربيتهم صحيحة وحسنة ؟

والإجابات تتراوح ما بين " الحب الصارم " حتى " الحب غير المشروط أو غير المقيد "، وما بين المزيد من النشاط وحتى التركيز الشديد، وما بين الانفتاح غير المحدود على العالم الواقعي لنتمكن من الوصول إلى الوقاية والحماية اللازمتين، وما بين المدارس العامة وحتى المدارس الخاصة، وربما ما هو أكثر من ذلك، تتراوح الإجابة ما بين ضرورة وجود الوالدين مقيمين داخل المنزل أو لا ضرورة لذلك. والتحدي يتمثل في إمكانية تحديد أين تكمن أفكارك ومبادئك وسط هذا الكم الهائل من الاحتمالات.

نفس الشيء ينطبق على قيم الصداقة، حيث يكون تقييمنا لقيمنا هو مسألة تحديد أين توجد علاقتنا " التطوعية " على سلم أولوياتنا. على سبيل المثال، لدى أحد المعارف القريبين، وهو في منتصف الخمسينيات من العمر يخبرنا بأن لديه ثلاثة أفراد يعتبرهم أصدقاء له. إنه دائمًا ما يقضي وقت فراغه وهو يشاهد مباريات فريق الجامعة لكرة القدم مع أبنائه، كما أنه يلعب مع أحفاده كما يتناول الحلوة المنزلية مع زوجته. إذا فالأسرة هي الفائزة دائمًا.

النقيض من ذلك، خذ مثالا جليسة الأطفال التي تعمل لدي واسمها " جلاديز ". لا أحد يضاهي هذه المرأة ولا يفوقها فيما تفعله. فهي دائمًا تحضر حفلات الزفاف وتمضي وقتًا كبير تستمتع خلاله إلى مشكلات ونزاعات الآخرين بالتليفون، وتقضي العديد من الإجازات الأسبوعية تساعد الآخرين في الانتقال من وإلى شقة

جديدة. لقد كرست نفسها وحياتها لكي تكون صديقة وليس غير ذلك. إن إحساسها بذاتها هو الذي يدفعها نحو المزيد من الخيارات الكبرى والصغرى على حد سواء. باختصار شديد، هذه هي الطريقة التي تسير بها القيم.

العيش بالكلمة

من المستحيل - بل ربما يكون أيضًا من الخطأ - أن نتحدث ونكتب عن القيم دون الاعتراف بالحقيقة التي تقول بأن الملايين من البشر يجاهدون ويناضلون تدفعهم في ذلك مجموعة من الأفكار والمعتقدات أملاها الله عليهم. لقد قال لي ذلك أحد الحضور بعد أن ألقيت محاضرة عن طريقة ١٠-١٠-١٠ في "أوستين" إذ قال :

- إن الجزء الخاص بالقيم في طريقك واضح ويسير بالنسبة لي ... فلدي الإنجيل. رغم ذلك فأحياناً ما تعيق طريقة ١٠-١٠-١٠ المؤمنين بالكتاب المقدس. وهم قد يتساءلون : كيف يتطابق ذلك مع التزامهم بالإيمان ؟ إن إجابتي تنبع من خبرتي الطويلة.

إذا كنت مسيحيًا مثلي، فقد ابتكرت إذا بعض الأساليب - إلى جانب ذهابك إلى الكنيسة- التي يمكن أن تساعدك على أن تكون متصلًا ومرتبًا بكلمة الله. فيمكن أن تعمل بعمل تطوعي يتطلب منك الشroud وعمد الاستقرار. وربما تناضل من أجل أن تصبح متواضعًا أو فقيرًا. وربما تصلي أثناء قيامك لأنشطة اليوجا.

إذا يمكنك أن تعتبر طريقة ١٠-١٠-١٠ وسيلة أخرى. ففي هذا الصدد، تعتبر الطريقة وسيلة قوية وفعالة تضمن من خلالها أنك تحيي وفق القيم التي تعتقها، ولا يهم في ذلك مصدر تلك القيم.

تلك الإجابة تعتبر إجابة شافية وكافية إذ أن نعظم المسيحيين الذين قابلتهم وأعرفهم معتادون مزج إيمانهم بأساسيات العالم الحديثة. ولكن إذا اضطررت إلى الربط فعلا بين طريقة ١٠-١٠-١٠ والعقيدة أو الإيمان فلا بد إذا لي إلى أن أرجع إلى نشيد الأناشيد ٣ : ١٧. في هذا النوع من النظم، يطلب منا يسوع المسيح أن نحيا حياة عقلانية ومنطقية لأننا بذلك نعمل على خدمته.

وهو لم يخبرنا بما يجب أن نفعل خلال مواقف "محدودة"، مثلا : كيف تعامل المرأة الزوج الذي يشعر بالسأم أو الرئيس الذي يطلب منك السهر في العمل أو الطفل الذي تم تشخيص مرضه على أنه مرض عقلي أو الصديق الذي توقف عن الاتصال. بل تخبرنا تعاليمه عن طريقة العيش بوجه عام، وهذه التعاليم إنما تتجسد في تصرفاتنا وسلوكياتنا أثناء ممارسة أعمالنا. إذا لم يتفق ذلك وطريقة ١٠-١٠-١٠، إذا فإبني لا أروي ما الذي يتفق معها.

في إحدى حكم وأمثال العهد القديم، يطلب منا الرب أيضًا أن نحيا بالصبر. وهذا ما قام به فعلا "كين شينجيما تسو" حيث ربط ذلك بطريقة ١٠-١٠-١٠ ودورها الإيماني في الحياة، وهو ناشط يعمل بكنيسة فانكوفر. كان "كين" يعد لخطبة بالكنيسة في نوفمبر ٢٠٠٦ عندما قرأ مثلا كنت قد كتبت. كان الموضوع الخاص بلك الأسبوع يتحدث عن "الغضب" أو - حتى أكون أكثر وضوحًا - كان يدور الموضوع حول كيف يمكن أن نتحكم في نزوعنا الطبيعي نحو الشعور بالغضب

والاستياء، وحتى الغيظ. أراد " كين " لجمهور الحاضرين أن يفهموا أن الرب لا يطلب منا أن نكبح أو ننكر غضبنا، بل يطلب أن نكون صبورين معه، وأن نترك الأمر له وحده.

أقوى العلاجات الفاعلة للغضب، وهنا عرض عليهم طريقة ١٠-١٠-١٠ كعملية تساعد الجميع على الحصول على ذلك العلاج. فعندما تشعر بالألم وترغب في أن تثبط هذا الشعور يقترح " كين " أن تسأل نفسك : هل سيصبح سبب الغضب هذا ذا أهمية في خلال عشر دقائق، وفي خلال عشر شهور وفي خلال عشر سنوات ؟ هل سيصبح سبب الغضب شيئاً هاماً وأساسياً طوال الحياة ؟

طبقاً للحكم والأمثال الخاصة بالعهد القديم، يشتق " كين " الدليل الديني والعقائدي على صحة طريقة ١٠-١٠-١٠ من خلال " إجناتْيوس لوبوا " وهو أحد المؤسسين الذين ابتكروا أسس ومبادئ " الأمر اليسوعي " Jcsuit Order في الخمسينيات في القرن السادس عشر الميلادي.

عندما كان عمر " إجناتْيوس " إحدى وثلاثين سنة، ألف كتاباً أسماه " التدريبات الروحية " يشتمل على تدريبات تأملية تستخدم لتأصيل وتعميق الإيمان. يختص أحد تلك التأملات باتخاذ القرار، وفي هذا التمرين يفترض " إجناتْيوس " أنه عندما تعن لنا إحدى المشكلات، فمن الحكمة أن نعود إلى الخلف ونسأل أنفسنا : " إذا كنت أقف أمام يسوع المسيح حيث أقدم كشف حساب للحياة التي حشتها، فما هو القرار الذي يريد مني أن أتخذه ؟ " .

يوضح " كين " أن مثل هذا السؤال إنما ينسجم ويتفق مع طريقة ١٠-١٠-١٠ من حيث أنه أيضاً يدفعك إلى اتخاذ القرارات بناءً على نتائجها المدروسة جيداً وطويلة

الأجل، وغالبًا ما تكون هذه النتائج عواقب أبدية. لا يزال "كين" يستخدم طريقة ١٠-١٠-١٠ في وعظ وإرشاد أبناء الأبرشية. لقد قال لي في العام الماضي :

- أعتقد أن طريقة ١٠-١٠-١٠ تمثل جسرًا يساعدنا في أن نضع الأمور في موضعها فإما أن تمثل لنا تحديات وصعوبات وإما أن تمثل خطوات على طريق النجاح. من الصعوبة بمكان على الناس التفكير في الخلود والأبدية، لكن طريقة ١٠-١٠-١٠ تساعدهم على ذلك.

سد الفجوة السوداء الكبيرة

لقد عمل حديثي عن طريقة ١٠-١٠-١٠ مع الكثير من الناس في كل أنحاء العالم على تغيير فكرة أن كل فرد منا يعتنق مجموعة كبيرة وأساسية من القيم. لكنني أدركت أيضًا أن القليل منا هم الذين يعملون بناءً على تلك القيم. على سبيل المثال، ظلت صديقتي "كلوديا" متزوجة من رجل يعشق الزنا لمدة عشرين عامًا لأنها لم تبغ إيذاء مشاعر والدتها التي كانت تتمتع بالإيمان الكاثوليكي. لقد كافحت أيضًا قيمها الخاصة بانسجامها مع زوجها وبسمعتها. لقد قالت لي "كلوديا" :

- شئ محرج أن أعترف بذلك الآن، لكنني كنت بالفعل قلقه مما سيقبله النساء في الكنيسة بشأننا عندما يتم الطلاق ...

أخيرًا، وبعد عامين من التناحر والجدال، تفوقت قيمة "كلوديا" بشأن احترام الذات، فقررت أن تترك زوجها.

بالنسبة للنساء في الكنيسة، أخبرتني "كلوديا" - وهي على استعداد أن تؤكد للجميع أيضًا - بأنهن لم يلقين بالاً للموضوع. فلم يفعلن سوى أن قلن بعض كلمات

لتهدئتها ثم ذهب كل واحدة منهن إلى حال سبيلها. قالت لي " كلوديا " مؤخرًا :

- لقد اكتشفت أن أحدًا لن يعترض طريقك أبدًا طالما أخطرت العيش بأسلوب أصيل وسليم ... لقد كانت محاصرة ومقيدة لفترة طويلة ... لكنني أدركت في النهاية أنني أنا التي كنت أقيد نفسي ...

الآن تستخدم " كلوديا " طريقة ١٠-١٠-١٠ لتتأكد من أن قراراتها لا تزال ترتبط بقيمتها الجديدة، وهي تسمي تلك العملية " البحث عن الوقت من أجل التأمل اليومي وتعلم الثقة مرة أخرى ".

كما أنها غالبًا ما تستخدم طريقة ١٠-١٠-١٠ حتى يمكنها أن تتحاشى الفجوة السوداء الكبيرة التي تحدث عندما نشعر بقيمتنا - حتى ولو بصورة لا شعورية - ولكن لا نجد الأسباب التي تجعلنا نعيش بتلك القيم.

إن تلك الصورة كانت تشبه صورتي تمامًا قبل الإلهام الذي حل على عقلي بطريقة ١٠-١٠-١٠ في هاواي. في تلك الأيام المضطربة، من المؤكد أنني كنت أعرف قيمي، وعلى عكس ما قاله زميلي، كنت أفضل المرح فعلاً. أنا لم أكن فقط أفضله على العمل الجاد أو الأمان، وكلتا القيمتين كنت قد تعلمتهما على يد جدتي التي جاءت من جزيرة سيشيل.

رغم أن جدتي - واسمها فرانسيسكا بيلاتو - تزوجت وطلقت مرتين من نفس الرجل قبل أن تبلغ الثلاثين من العمر إلا أنها استطاعت أن تربي أطفالها بمفردها، ثم أرسلتهم إلى الجامعة - دون أن تستدين أبدًا - معتمدة على الأرباح التي كانت تحصل عليها من عملها الخاص في تصميم حلي الملابس. صدقوني إذا قامت إن لم تكن هناك الكثيرات من المهاجرات المطلقات اللاتي كن يعتبرن سيدات أعمال في

روتشتر بنيويورك خلال الأربعينيات من القرن العشرين. الخاصة في الحياة أثبتت لي أن التصميمات والاجتهاد لابد أن يكون لها جميعاً آثار جيدة، إن أحد الأسباب التي دفعتني إلي رفض دعوة زميلي للحفل وتمسكي بهذا الموقف كتعرف سليم - هو أن رئيس في العمل كان وقد وعدني أن يدفع مصروف الدراسة للعام الثاني إذا ما نجحت بتقدير معين.

رغم ذلك كله فيمرور الوقت استطعت أن أكون قيمة أخرى تعتبر أقوى وأكثر عمقاً من كل القيم السابقة. لقد أردت إلى الزواج. فكننت أعيش كذوبة.

لهذا السبب، ظلت أكدر وأكدر حتى يمكن أن أسد الفجوة السوداء الكبيرة التي تمثل مركز حياتي. فارتفيت في أحضان العمل أكثر وأكثر. لقد أنجبت أربعة أطفال خلال خمس سنوات، وأخذت معي اثنتين منهم في رحلتي إلي هاواي ليس لسبب وجيه. كنت أقيم حفلات للعشاء والشواء للجيران. وكننت أزور والدي مرة أسبوعياً. وكننت أرى أحد الكلاب، ولم يك كأي كلب آخر، كان من سلالة الدرواس " mastiff وكان يزن ١٨٠ رطلاً." وكننت أحتفظ بقائمة قابلة للتعديل أضعها تحت وسادتي، فأستيقظ في الخامسة صباحاً لأضيف إلي بنودها ما كنت نسيته.

عندما نصحني أصدقائي وعائلتي بأن أتمهل وأن أيسر على نفسي الأمور، كننت أرد عليهم جميعاً بأسلوب تهكمي قائلة: " لا تفعل الياسات إلا الأشياء اليانسة ". ومع ذلك فلم يكن سلوكي أمراً يبعث على السخرية. فلقد كانت ثورتي الداخلية المتنجرة التي ظهرت في هاواي حدثاً إيجابياً وتصحيحياً إذ كننت أشعر وكأنني قطار ينفصل عن القيم وينتظر أن يحطم في أية لحظة.

إن طريقة ١٠-١٠-١٠ قد دفعنتي - نعم دفعنتي - إلى أ، أشرع في اتخاذ كل قرار حسب آرائي ومعتقداتي الحقيقية.

بمجرد أن قمت بذلك فعلاً، تغير كل شئ بالنسبة لي على الفور. لقد طلقت من زوجي. كما شرعت في تحديد وتصنيف أوجه الخلاف بين المسؤوليات التي أضطلع بها في عملي وبين واجبي كأم، وقد أفلح الأمر معي. ونتيجة لذلك، بدأت حياتي تتحول كما أريد وأنشد، فلم تعد حياتي مجرد صورة. وفي نهاية الأمر، بدأت خياراتي تمثل أمراً ذا معنى لكل فرد، وخاصة لي أنا شخصياً.

لقد قمت حتى بتكريس وقت محدد للمرح. وشرعت في حضور الحفلات حتى أنه في إحدى الحفلات قفزت من الكرسي الذي صدف معي أو وقفت عليه من شدة السعادة عندما استمعت إلى أداء الفرقة وهي تشدو " إذا ارتديت ذاك الرياء المخملي ". ولقد أعدت زراعة صديقتي واستنهضت أطفالتي على المشاركة في بذر الحب وحتى الحصاد.

كنت كل مساء أخرج مع الكلبة ذات المائة والثمنين رطلاً في نسخة طويلة في الأحرش. كانت الكلبة لا تشم الورود، بل تشم الأغصان والصخور وزروع عش الغراب. تتوقف لنتشم الكلاب الأخرى وتتبع خلف السيارات بطريقة عشوائية، وكانت دائماً ما تنظر إلي وكأنها تقول لي: " كيف تسير الأمور يا فتاة؟ أنت يا من تقف هناك!! " إنها الآن في عالم البرزخ الخاص بالكلاب، ولكنني لا أزال أشعر بالامتنان لها لقوة تحملها. ولا زلت أنا شخصياً أقدر ذلك.

في الفصول التالية، سوف تقابل المزيد من اللذين يستخدمون طريقة ١٠- ١٠-
١٠، حيث يقوم جميعهم بصناعة قراراتهم بناءً على القيم الفردية الخاصة والتي
تعتبر أكثر عمقاً. وبذلك فسوف تجرب متعة العيش بأسلوب صحيح وأصيل.