

## 11 - المَهَام المحددة بموعد

لا أحد يحث الآخرين ويستعجلهم  
كالكسالى عندما يصحون من  
كبتهم، كي يبدوا وكأنهم نشيطون  
مُجدّون.

فرانسوا لاروشيفوكا

علينا أن نبحث ثانية في مسألة زمن العمل، قبل أن نُثبِت  
اتفاقنا بشكل نهائي.

حتى إن بدت الدقائق العشر المذكورة في المثال السابق،  
منطقية للكثيرين، أكثر مما يروونه عند النظرة الثانية، يتعلق زمن  
العمل هذا بطبيعة المَهمة أولاً، وما إذا كان إنهاؤها مرتبط  
بموعد محدد أم لا.

إن كنت تنوي تعلم عزف الكمان، أو التدريب على أحد  
الفنون القتالية الآسيوية، أو أن تُقَطِّع السياج أو أن تُركَّب

نموذجاً عن سفينة من عيدان الكبريت، وليس عليك ضغط من موعد محدد. فالأمر سيان عندئذ، ويمكنك الإنتهاء من أي من هذه المهمات متى شئت، سواء حددت لنفسك خمس أو عشر دقائق لمرة واحدة في الأسبوع، أو عشر دقائق لمرتين أو ثلاث مرات في الأسبوع، أو عشرين دقيقة لمرة واحدة في الأسبوع، أو ستين دقيقة لمرة واحدة في الأسبوع، أو أية تركيبة أخرى أو أي خيار مختلف. المهم هو أن تحدد زمناً للعمل، ويفضل أن يكون زمناً يمكنك السيطرة عليه بسهولة، ولا يلاحقك بضغط ومخاوف كبيرة.

إن كنت تعتقد، أن فترة قصيرة كهذه لن تكون كافية لمشروعك، وأنه لن يكون من المجدي أصلاً المباشرة بالعمل مع هذا النمط من التوقيت. تصور ببساطة، لو أنك خصصت خلال السنوات الخمس الماضية عشر دقائق كل أسبوع للعمل على مهمتك العتيدة. لكنك في هذه الحالة قد اقتربت جداً من هدفك المنشود. وعلى أي حال ليس هناك ما يمنعك من العمل على هذا الواجب أكثر وأكثر.

يجب أن تكون هذه العقوبات - وبغض النظر عن حالتك الجسدية والنفسية والروحية - من الوزن الثقيل، كي تأخذ اتفاقك وتعهذك على محمل الجد.

تبدو الأمور مختلفة، إن كان لديك موعد محدد، لتسليم

أطروحة الدبلوم، أو الجلوس لامتحان نهاية العام الدراسي. سياترتب عندها ما أتفق عليه، وبشكل منطقي بناءً على هذا الموعد المحدد. لأننا لا نتفاعل بشكل منطقي ولا في الوقت المحدد. إننا نرى في الأحوال العادية، أن الموعد النهائي يقترب منا أكثر فأكثر، بينما نقف كالمشلولين، ننتظر حتى يفوت الأوان.

وكلما انتظرنا أكثر، ازداد شعورنا سوءاً. حيث أن التضخم السريع يرافق آلام التكاسل مع الأسف، بينما تضحل المخاوف من العمل، عندما يبدأ الإنسان حقيقة بتكريس نفسه أو جزءٍ من وقته لهذا العمل.

عندما يكون لديك واجب مرتبط بموعد ثابت، تصبح الدقائق العشر في الأسبوع نكتة. كما يمكن من جهة أخرى اعتبارها أقل من لا شيء، ومن المحتمل أنها على أي حال، أكثر مما أنجزت حتى الآن. أما في حالة، أنك لم تدق دقةً واحدة بعد ولم تباشر بأي شيء بالرغم من الموعد، يمكنك العمل براحة تامة وبخطوات صغيرة جداً.

لأن الأمر يعتمد كلياً على الإنطلاقة.

ربما يمكنك الاستفادة من مراحل العمل القصيرة هذه، لتطوير برنامج عمل واقعي. تشتمل مهمتك الحالية إذاً، على تكريس عشر دقائق من وقتك مثلاً لوضع برنامج زمني للعمل.

obeikandi.com

## 12 - الخطوة الأولى

إن رحلة الألف ميل  
تبدأ بخطوة.

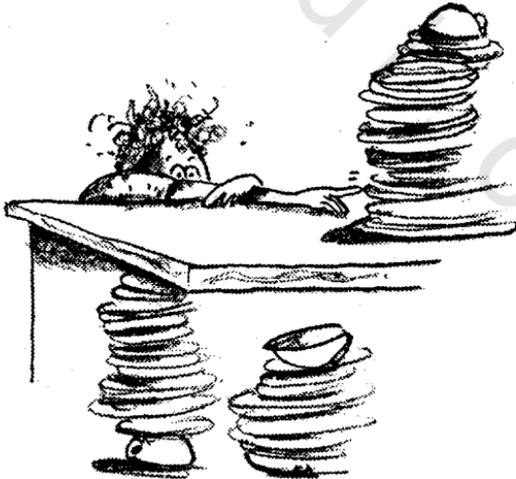
لاوتس

الآن، وقد قاربنا لب المشكلة بالمدى المنظور، فإننا ندخل ثانيةً في نفق ضيق ومظلم. لأنك عندما تفكر الآن ولأول مرة بالعمل، بروح الإقدام والانتعاش الفتية، فستجد أن تياراً من الرعب الرهيب يجري في عروقك، لأنك بدأت تعي ما الذي ينتظرك. سيبدأ رأسك بإطلاق صفارات الإنذار المدوية، ويُمطرُك بوابل من الذرائع والتبريرات الواهية ومنعكسات التكاسل المعروفة. كذلك لا يُستبعد حصول هيجان أو رعشة الحمى. ويُحتمل أن يظهر أمامك مجموعة من العبيد، المقيدين بالسلاسل، شبه عراة ومُتعرِّقين جداً، يُقَطِّعون حجارة ضخمة جداً وسط الصحراء. وإن أنت نظرت اليهم عن قرب، فستجد

أن هؤلاء الذين يستحقون الرثاء لحالهم، سعداء وأسارىهم منفرجة.

لكن لا تدع نفسك تُخدع من هذا المنظر. إنه مجرد تلاعب من دماغك الزاحف، الذي يخشى ضياع سلطته، ويحاول الدفاع عن وضعه المزري، ضد أي تغيير يمكن أن يُحسّن من حالته الروحية التي يسعد بها.

إن ما نحتاجه في هذه الحالة، هو تقطيب الجبين والابتعاد عن التخيلات الواسعة. لأن قدرتنا الكبيرة على التخيل هي عدونا الأكبر في هذه الحالة. نعم . . . علينا إذاً أن نضع غشاوة على أعيننا ونحدد زاوية النظر قدر الإمكان.



يمكن تشبيه الحال هنا بجبل من البطاطا، حيث يجب الاعتراف بأنه مشهد مفرع حقاً. لكن يمكن التعبير عن الحال، بأنني أرغب باستخدامه رغم كل شيء. إذا المهمة ماثلة أمامنا كأنها جبل عال جداً. يتكون هذا الجبل من البطاطا، التي علينا تقشيرها. كلها. . .

للتنويه فقط. . . ، إنه جبل حقيقي، ليس هضبة ولا مرتفعاً بسيطاً، بل إنه جبل هائل مكتمل النمو. إنه يفعل تماماً ما ينتظره منه أي انسان: إنه يزداد ارتفاعاً وضخامة. وكلما اقتربنا منه أكثر بنية تقشير البطاطا، بدا لنا أعلى ولا يمكن تفاديه إطلاقاً.

ما الحيلة إذآ؟

لا تحاول تقشير الجبل بالكامل.

خذ قطعة واحدة فقط من البطاطا وقشرها.

هذا هو كامل السر وكل ما في الأمر.

يقوم الإنسان بتقشير قطعة واحدة من البطاطا، أو بعرف لحن واحد، أو بحياكة غرزة واحدة، أو بغسلِ صحن واحد فقط، أو بدق مسمار واحد في الجدار، أو برفع فنجانٍ واحدٍ عن الطاولة، أو بتنظيف جانبٍ صغيرٍ من النافذة، وهكذا.

يمكنك أن تخبز رغيفاً واحداً فقط من الخبز الصغير.

فَكَكَّ العمل وجزَّئه. لا تنظر إلى الجبل الكبير بالكامل، بل إلى أصغر جزء فيه. لا تنظر إلى اليسار ولا إلى اليمين، حتى ولا إلى الأمام.

لا تفعل ما فعلته أنا للتو: ولا تنظر أيضاً إلى الخلف. لقد قمت وبشكل عفوي تماماً، بتعداد الصفحات التي كتبتها حتى الآن، وتبيّن لي أن هذا المخطوط بلغ ثماني وتسعين صفحة. لم أكن أتوقع إطلاقاً أن يصل إلى هذا العدد. . . . مع ذلك فقد وصل!

ربما كان علي في البدء أن أكتب جملة واحدة.

ثم جملة أخرى . . . وثالثة . . . ورابعة . . . وهكذا.

إنها حقيقة رياضية ربما تكون مجهولة للبعض لكنها أكيدة، أنني كتبت كتاباً كاملاً، لأنني تابعت ذلك بانتظام. وهذا هو البرهان، كما أرجو أن يكون بين أيديكم.

الأمر بغاية البساطة.

إنني أبدأ بكتابة هذه الجملة فقط،

ربما هذه الكلمة فقط،

أو هذا الحرف فقط،

أو هذه النقطة فقط.