



## الفصل 10

### كن مستعداً لإيقاف المحرك أو فقدانه -

#### قوة التفكير السلبي

أمضينا الكثير من الوقت، عبر بضعة الفصول الأخيرة الماضية، في تعرية أخطاء الحكمة التقليدية فيما يتعلق بتحسين الذات، والتغيير نحو الأفضل، ويفترض بكم في هذه المرحلة أن تكونوا قد أدركتم، من الناحية الفكرية على أقل تقدير، أن التفكير الإيجابي والتفاؤل اللاعقلاني يمكن أن يضرنا في كثير من الأحيان أكثر من نفعهما، وهو أمر لا جدال فيه.

يتجسد المثير للسخرية، مع ذلك، في أن إمكانية إدراك الناس لخداع التفكير الإيجابي لا تعني بالضرورة أنهم يدركون قوة التفكير السلبي، حيث تسير عملية التفكير عادة في الاتجاه التالي: "حسناً، لا يحل التفكير الإيجابي المشكلات، وسأتعلم لاحقاً في هذا الكتاب العديد من الأساليب التي يمكنني استخدامها لتجاوز العقبات بشكل فعلي. قد ينبغي علي، مع ذلك، الاستمرار في محاولة تجنب الأفكار السلبية لأنها تثبط همتي باعتبارها أمراً سيئاً"، وهو ما يعد في الحقيقة أمراً خاطئاً.

صحيح أن المواقف السلبية يمكن أن تحط من عزيمتك بصورة إضافية، وبخاصة إن كنت تشعر بالسوء أساساً، ولكن يمكن للأفكار التي يعتبرها معظم الناس سلبية أن تقوي وتساعد في الكثير من الحالات. يحتاج المرء إلى الأفكار السلبية كي يحقق التوازن في حياته، ويمكن للأخيرة أن تساعد على الدوام.

يكمن أحد أسباب محاولة الناس تجنب الأفكار السلبية في أنهم أعلموا من قبل أن التركيز على الأمور السيئة يمكن أن يجعلها تحدث في الحقيقة، أو يستحضر بعض التجارب المؤلمة السابقة، فمن يرغب ذلك؟ من الممكن أن يؤدي التركيز الدائم على الأمور السلبية دون غيرها إلى الخروج بنتائج سلبية، وهو ما يدفع معظم الناس إلى تحاشي البقاء طويلا مع المتشائمين، ولكن يمكنك استخدام تفكيرك بالأمور السلبية (لا المواقف السلبية) لتجنب حدوث تلك الأمور بالفعل، حيث يمكن للأفكار السلبية أن تستخدم كأدوات لتحقيق الأشياء الإيجابية.

**يمكن للأفكار التي يعتبرها معظم الناس سلبية أن تقوي وتساعد في الكثير من الحالات.**

أحببت الطيران منذ نعومة أظفاري، وأعتقد أن كل طفل تقريبا يحلم، من فترة إلى أخرى، بأن يصبح قادرا على التحليق في الجو، ولكن حافزي كان أكبر لأن عائلتي كانت منخرطة في هذا المجال لسنوات عديدة، وقد رغبت منذ تلك اللحظة أن أتعلم الطيران.

أمضيت حتى الآن أكثر من عشرين عاما في التحليق، وقد حزت على الكثير من شهادات الطيران التي تؤهلني لتدريب قيادة الطائرات الخاصة، وأحادية المحرك، وثنائيته، والطائرات العمودية، والتدريب على الطيران باستخدام الأجهزة، كما أنني مؤهل حتى لقيادة طائرات "الليرجيت". يتمتع معظم من يحوزون على هذا العدد من الشهادات بخبرة عسكرية، ولكنني أحب الطيران فحسب، وقد تدرت وحصلت على جميع تلك الشهادات بمفردتي، أما بالحديث عن طائرات "الليرجيت"، فإن اللعبة تختلف هنا تماما، وقد كنت أظن بالفعل أنني أعرف كيفية الطيران إلى أن ذهبت إلى إحدى مدارس تعليم قيادة تلك الطائرات.

تمحورت معظم خبرتي في الطيران، قبل دخولي قمرة طائرة "الليرجيت" المعقدة والسريعة، حول التحليق بطائرات أصغر، وأخف، أحادية المحركات،

ومتعددتها. تعد قيادة الطائرات أعقد بكثير حين مقارنتها بقيادة السيارات، حيث ينبغي عليك معرفة المزيد من الأمور، والقيام بها في آن واحد، ويمكن، حين تبدأ تعلم الطيران، أن يبدو الأمر معقدا بالنسبة لك، ولكن معظم الطيارين يرتاحون للتعامل مع الطائرات الصغيرة في نهاية المطاف، بالرغم من وجود الأجهزة، والقواعد الإضافية، علاوة على اعتبارات ما قبل الطيران. أعتقد أن التدريب على هذا النوع من الطائرات يعد أمرا بسيطا بالمقارنة مع ما اكتشفته من تعقيد طائرات "الليرجيت"، وكثرة متطلبات تدريبها، وهكذا يتعلم المرء شيئا جديدا كل يوم في مجال الطيران!.

**تعد قيادة الطائرات أعقد بكثير حين مقارنتها بقيادة السيارات، حيث ينبغي عليك معرفة المزيد من الأمور والقيام بها في آن واحد.**

وبالنظر إلى أن الطائرات الصغيرة الخاصة لا تحتاج في العادة إلى التدريب بالمحاكاة، وأن معظم الناس يحوزون على شهادات طيرانها دون الحاجة إليه على الإطلاق، فيمكن أن تتصف قيادتها بالتساهل لدرجة أن المدرب يمكن أن يصحح أخطاء طلابه خلال تحليقه الفعلي معهم، دون أن يسبب ذلك مخاطر تذكر. ستكتشف بوضوح، إن أمعنت النظر، أن محاكي الطائرات الصغيرة التدريبي لا يماثل في تعقيده أيا مما يتصف به محاكي طائرات "الليرجيت" كامل الحركة، حيث تبلغ كلفة الأخير ما بين العشرة والعشرين مليون دولار (أي ما يفوق ثمن الطائرة الحقيقية ذاتها)، ولكن التدريب عليه لا يقدر بثمن.

تمثلت إحدى الفوائد الإضافية التي اكتسبتها من تدريبي على محاكي طائرات "الليرجيت" في معرفة أن بإمكانني قيادة طائرات أقل تعقيدا بمزيد من المهارة والحذر، لأن ذلك التدريب يستند إلى سيناريو الاحتمالات المفاجئة: ما الذي سيحدث إن فقدت أحد محركات الطائرة؟، أو شبت النيران في ذلك المحرك؟، أو فقدت الضغط في القمرة؟، أو استعصت عصا الهبوط عن الحركة، وما إلى ذلك؟.

يعد ذلك المحاكي، بالمناسبة، واقعيًا للغاية بحيث لا تحتاج سوى التدريب عليه برفقة مدرب محترف، ودون أن تكون قد قادت طائرة "ليرجيت" حقيقية من قبل، كي تستطيع قيادة الأخيرة دون أية خبرة إضافية.

✳ معلومة مفيدة: (نفعل كل شيء في الحياة لسببين لا ثالث لهما: لأننا نريد ذلك أولاً، ومجبرين عليه ثانياً، فإن حاولنا أن نحب ما يجب علينا فعله، فستصبح الحياة أكثر متعة).

لا يمكن اعتبار التدريب على محاكي طائرات "الليرجيت" خالياً من الإثارة، أو المشكلات، أو مريحاً ضمن جو مشمس وهادئ، فبينما تحلق في قمرة المحاكي يضغط مدربك أحد أزرار الحاسوب خلفك، فتمتلئ الأخيرة على حين غرة بالدخان الحقيقي الذي يعيق رؤيتك، لا مجرد صورته على شاشة الحاسوب. إن لم يكن هذا مثيراً بالشكل الكافي، يضغط المدرب زراً آخر لتجد أن النيران تشب في المحرك اليميني، وبالطبع لا تكون تلك النيران حقيقية، ولكن الصوت المرافق لها، والوميض الناتج عنها يشكّلان، برفقة الدخان، ما يدفعك للأداء بفاعلية حقيقية، علاوة على أنه يضغط، قبل الإقلاع، زراً ثالثاً يجعل الجو سيئاً للغاية، بحيث تكاد تعجز عن رؤية المدرج، فما الذي يمكن أن يقوم به المدرب أكثر من ذلك؟!.

تمثل تلك الدورة التدريبية الممتدة لأسبوعين دراسة كاملة عما يجعل تلك الطائرة تحلق، وكل ما يمكن أن يسير بشكل خاطئ أثناء ذلك، وما ينبغي عليك فعله كقائد لها حتى تصحح الأخطاء، أو تهبط بسلام على الأقل، ضمن الظروف السلبية التي تمر بها طائرتك.

فلنناقش الآن بعض تلك الظروف التي يمكن أن تحدث: من المعروف أن طائرات "الليرجيت" تحتاج إلى اثنين من الطيارين لقيادتها، بعكس معظم الطائرات الخاصة الصغيرة أحادية المحرك أو ثنائيتها، حيث يقوم قائد الطائرة الذي يحلق بها من المقعد اليساري، وقبل تحركها على المدرج للإقلاع، بإعطاء تعليمات موجزة لمساعدته الأول حول ما يجب فعله إن فقد أحد المحركات (نتيجة احتراقه، أو أية أعطال

أخرى)، ثم يراجعان الإجراءات الواجب اتباعها إن حدثت عدة أشياء والطائرة تحلق بسرعة منخفضة، أو عند حالات الطوارئ تحت سرعة عالية. تمثل العبارة التالية على الدوام بالنسبة لي جزءاً مهماً من توجيهات ما قبل الطيران الواجب اتباعها: "كن مستعداً لإيقاف المحرك أو فقدانه".

يفترض من جميع الطيارين، بغض النظر عن مدة ممارستهم الطيران، الالتزام بلائحة لما يجب عليهم تفقده قبل الإقلاع، حيث لا تكون الأخيرة بالنسبة للطائرات الصغيرة بالطول نفسه الذي تتمتع به لائحة طائرات "الليرجيت"، ولكنها واجبة الاستعمال مع ذلك. يتمثل أول ما أفعله حين أكون منطلقاً على مدرج المطار، عند قيادة طائرة صغيرة وخفيفة أحادية المحرك أو ثنائيته، وقبل الإقلاع بها، يتمثل بقول ما يلي: "كن مستعداً لإيقاف المحرك أو فقدانه"، ودائماً ما أقول ذلك بصوت مرتفع حتى لو كنت الوحيد في الطائرة.

ولكم أن تتخيلوا ردود الأفعال التي اعتدت تلقيها من الركاب الذين لا يعرفونني جيداً، ويحلقون معي للمرة الأولى، وهو ما يجعلني أوضح مفهوم الاستعداد هذا قبل صعود الطائرة، تجنباً لإثارة ذعر من لا يفهمونه مثلي، (أو أكتفي بالهمس به للطيار المساعد).

قد يبدو ما أقوله سلبياً للغاية لغير العارفين ممن لقنوا استخدام التفكير الإيجابي على الدوام، ولكنكم ستجيبون عن الأسئلة التالية بسهولة إن فكرتم بالأمر قليلاً: "هل تفضلون أن يحلق بكم طيار تعامل مع العديد من مشكلات المحركات (وإن كان ذلك خلال التدريب)، أو آخر لم يقم بذلك على الإطلاق؟، وهل يمكن لكم، إن اتبعت المنطق السليم في حكمكم على الأشياء، أن تعتبروا مفهوم الاستعداد ذاك سلبياً لا واقعياً؟، وهل يمكن لأي ممن يفكرون بصواب أن يثبتوا عكس ذلك؟".

قد يبدو ما أقوله سلبياً للغاية لغير العارفين ممن لقنوا استخدام التفكير الإيجابي على الدوام.

ولو كان ما أقوله معقولاً، وذا مغزى بالنسبة لقيادة طائرة يستقلها مئات الركاب، أفلا يكون كذلك فيما يخص الحياة أيضاً؟.

لا أقوم، عزيزي القارئ، حين أردد تلك العبارة بصوت مرتفع: "كن مستعداً لإيقاف المحرك أو فقدانه"، إلا بتهيئة حالة ذهنية تتمحور حول وجود درجة من الخطورة فيما أقوم به (التحليق) تستدعي بقائي على درجة عالية من التركيز. تفيد طريقة التفكير هذه في الحقيقة، لأن اتباعها يمكن أن ينقذ حياتك عند التعرض لمشكلات كبيرة.

أذكر أنني كنت متوجهاً في إحدى المرات إلى جزر الكاريبي، حيث سرت بالطائرة على المدرج منتظراً إشارة السماح بالإقلاع. تلقيت الأخيرة بمجرد إرسالها من قبل المراقب الجوي، وقلت عبارتي المألوفة بصوت مرتفع كالعادة: "كن مستعداً لإيقاف المحرك أو فقدانه"، ثم بدأت في زيادة سرعة الطائرة للإقلاع بها إلى أن أظهر أحد المؤشرات لدي، عقب ذلك مباشرة، أن شيئاً ما لم يكن يسير على ما يرام، فما كان مني، بعد ملاحظة المشكلة، إلا التصرف بسرعة، وإيقاف إقلاع الطائرة حيث لم تستغرق العملية برمتها أكثر من ثانيتين!.

لم يتطلب الأمر كثيراً من الوقت كي أدرك أن العطل الذي أظهرته المؤشرات لم يكن بالأمر الخطير للغاية، ولا يتجاوز وجود كمية صغيرة من الأوساخ في إحدى خطوط التغذية بالوقود، مما يعني أن المشكلة بسيطة للغاية، وأن الطائرة مزودة بما يكفل عدم تعرضي لأية مخاطر في تلك الحالة. يتمثل المهم فيما ذكره من الموضوع في أنني جهلت مدى خطورة المشكلة لحظة وقوعها، مما جعلني مهيناً، بفعل تفكيري السلبي، لاحتمال إيقاف المحرك أو فقدانه، والتصرف بسرعة خلال ثانيتين من الزمن فحسب!.

لا أزال أذكر كذلك حين حلقت مع طيار آخر لم يسبق لي العمل معه في تلك الأثناء، حيث كنا نتواجد في طائرته، وارتأى أن أتولى قيادة الطائرة على أن يقوم هو بمساعدتي. أخذت موقعي في يسار القمرة، ورددت عبارتي ذاتها بصوتي المرتفع

كالمعتاد، فما كان منه، بينما كانت الطائرة تسير على المدرج، إلا أن نظر إلي قائلاً:  
"من السخف أن تقول ذلك لأن شيئاً ما لن يحدث!".

**تهيأت بفعل تفكيرى السلبى لاحتمال إيقاف المحرك أو فقدانه، والتصرف  
بسرعة خلال ثانيتين من الزمن فحسباً.**

لا يعد ما سبق، بالحديث عن التفكير السلبى، سلبياً فحسب، بل وغباء مطلقاً  
أيضاً، وينبغى علينا، بالنظر إليه، وكى نستطيع استخدام إدراكنا الجديد لقوة  
الأفكار السلبية، أن نتدرب على تحليل ما يبدو سلبياً من العبارات أو الأفكار.  
سنحتاج إلى امتلاك القدرة على تحديد ما إذا كانت أفكارنا السلبية خطوة في اتجاه  
التخطيط المنطقى العملاى، أو مجرد عبارة انهزامية أمام الواقع. يعد التخطيط  
للمواقف التى يمكن أن تتخللها أشياء سيئة أمراً حصيماً بلا شك، بينما يكون  
استحضار الهزيمة قبل البدء مهلكاً دون أية مبالغة، وهذا ما يشكل الفرق بكل  
بساطة بين التخطيط لتفادى المشكلات، والتخطيط المسبق للفشل.

يدرك موظف المبيعات المحترف أن جزءاً مهماً من تدريبه يتمثل فى تعلم  
الكيفية الصحيحة لتجاوز الاعتراضات المفترضة من الزبائن، لا التخطيط المسبق  
للفشل، والتدرب على التعامل مع الردود السلبية، وتحديد آلية الاستجابة للظروف  
السلبية سلفاً، أو لنقل التخطيط لكيفية تجنب ما يمكن منها قبل حدوثه، وقد أثبتت  
التجربة فى الكثير من الحالات أن التخطيط المستند إلى توقع الأسوأ يساعد على  
تفادى المشكلات فى المقام الأول.

خذ دقيقة للتفكير بما يمكن أن يساعد من الأفكار السلبية كى تستخدمه فى  
حياتك، وتمعن فى السؤال التالى: "هل يوجد ما تعتبره أفكاراً سلبية تتحاشاها فى  
حياتك لأنها يمكن أن تعود عليك بنتائج سيئة، أو تجعلك تركز على الأمور السلبية؟".  
تأتى تلك الأفكار بأشكال مختلفة، وتدور حول الأمور الشخصية والعملية، وإن  
افترضنا أنك تعمل فى مجال التسويق أو المبيعات على سبيل المثال، فهل توجد لديك

خطة بديلة عن خطتك الأصلية الحالية؟، وهل تعرف ما ينبغي عليك فعله في حال فشل الأخيرة؟، وإن كنت تخوض غمار علاقة شخصية (أو كنت تتمنى ذلك)، فهل تتجنب المواجهة في تلك العلاقة، أو دعوة الطرف الآخر للخروج برفقتك لجهلك بما يمكن أن تفعله إن تعرضت للرفض؟.

### يساعد التخطيط المستند إلى توقع الأسوأ في الكثير من الحالات على تفادي المشكلات في المقام الأول.

سيكون من المفيد أن تتوقفوا عن القراءة عند هذه الفقرة، وتغلقوا الكتاب، وتأخذوا دقيقتين للتمعن في الأفكار السلبية التي كنتم تتجنبونها من قبل.

وتخيلوا ما ستكونون عليه من قوة إن امتلكتم الخطة المناسبة للتعامل مع الأمور السلبية كافة التي يمكن أن تحدث لكم!.

لن أجعلكم تعترفون الآن بمجموعة من أفكاركم السلبية كي أترككم معلقين في الهواء بعد ذلك، فالاعتراف بالأخيرة يشكل الجزء الأول من المعادلة فحسب. ينبغي عليكم، إن أردتم تحويل الأفكار السلبية إلى أداة قوية في جعبتكم، أن تتوصلوا إلى ما أمكنكم من الأجوبة عن السؤال التالي: "ما الذي سأفعله إن حدث هذا الشيء السلبية؟"، وتذكروا على الدوام أن عبارتي المألوفة: "كن مستعداً لإيقاف المحرك أو فقدانه" لا يمكن أن توتي أكلها إن لم أعرف كيفية إيقاف المحرك، أو التعامل مع أي حريق يشب فيه، وأن مجرد الاعتراف بمشكلاتنا المحتملة، مع ما لذلك من أهمية، ليس بالأمر الكافي، فممارسة الكثير من التدريب، والوصول إلى إدراك الأجوبة لا يقل أهمية عنه. يتلخص كل ما أود قوله في الحقيقة التالي: "يمثل اعترافي - بأنني ربما أحتاج تنفيذ خطة طوارئ بديلة - فكرة سلبية قوية تبقيني متيقظاً، ومستعداً للاستجابة لما يحصل لي".

لا يكفي مجرد الاعتراف بمشكلاتنا المحتملة.

سأخبركم الآن بما أجده مدهشا: لا بد وأن يبتسم معظم من خاضوا أيا من أنواع التدريب في مجال المبيعات - حين يقرؤون المثال الذي أوردته قبل بضع فقرات حول تدريب موظف المبيعات المحترف على تجاوز رفض الزبائن - لأنهم يدركون ما أتحدث عنه تماما، ولكن لا يزال مديرو ومدراء مبيعات بعض الشركات العالمية الكبيرة، والمعروفة بفرق مبيعاتها المميزة، لا يزالون يقولون لمتدربهم الجدد حتى الآن عندما يقومون بمهامهم الأولى: "لا تتخيل سوى أنك تعقد الصفقة، وإياك والتفكير بالرفض لأن ذلك يمكن أن يقضي عليك".

يا للعجب!، أظن أن ذلك يعني أنه لا بأس أن يتخيل المرء نظريا أنه سيتعرض للرفض حين يؤدي دوره بنجاح، ويتجاوز اعتراضات الزبائن مع زملائه، ولكن لا يفترض به أن يفكر بأي نوع من ذلك الرفض حين يقابل الزبائن فعليا في العالم الواقعي المعاش!، وكأن ذلك يفرض عليه أن يوقف عملية التفكير تلك بكبسة زر قبل أن يقرع باب الزبون، أو يتصل به!.

إنني على يقين بأن بعض من يقرؤون هذا الكتاب، يشعرون بأنهم يدركون تماما فكرة استخدام العبارات السلبية لإطلاق عملية التفكير، والاستعداد لما هو أقل من النتائج الكاملة التي يحلمون بها. أقوم خلال محاضراتي بقراءة التعابير المرتسمة على وجوه الحاضرين، وأستطيع القول بكل ثقة إن بعضهم يشعر بأنه يدرك الأمر بالفعل، وقد تحدثت مع أحدهم خلال فترة الاستراحة في إحدى المرات، فقال لي: "أفهم ما تعنيه بقوة التفكير السلبي، ولكنني لا أزال أرغب التفكير بإيجابية فيما يحمل معنى محايدا من الأشياء. إن امتلك المرء الخيار في كيفية النظر إلى الأشياء، فإنني أفضل، بوصفي إنسانا متفائلا، أن ينظر بإيجابية إليها"، ثم أردف قائلا: "إنني ممن يرون النصف الملائن من الكأس في الحقيقة".

أجبتة: "لستُ كذلك"، بالرغم من أنني أعتبر نفسي شخصا متفائلا، ولا أنتمي لمن "يرون النصف الملائن من الكأس". إنني واقعي أولا، ومتفائل ثانيا، وسأخبرك عزيزي القارئ عما أعنيه.

بدأت، بينما كنت أبحث عن السبل الكفيلة بإخراجي من كآبتي، ودفعي إلى الماضي قدما، بدأت بقراءة بعض الكتب التحفيزية التي لم تؤثر بي مطلقا، لأن فكرة تجنب التفكير بسلبية لا أكثر، افتقرت إلى الواقعية والمنطقية في نظري. تدفعك تلك الكتب إلى الاعتقاد، علاوة على ذلك، بأنك سترى نصف الكأس المملآن إن كنت شخصا إيجابيا، ونصفه الفارغ إن كنت تتصف بالسلبية، فما هذا السخف؟ هل يفترض بذلك أن يعني أنني سأكون أكثر إيجابية إن سرت بحالة نفسية سيئة، مطأطئا رأسي، ومرددا: "نصف الكأس مملآن، نصف الكأس مملآن"؟، أو أكثر سلبية إن قلت العكس؟. إن هذا سخيف بالفعل، ناهيك عن أن كمية السائل التي تملأ الكأس واحدة في كلتا الحالتين.

**افتقرت فكرة تجنب التفكير بسلبية لا أكثر إلى الواقعية والمنطقية في نظري.**

لننظر إلى هذا الأمر في العالم الواقعي المعاش، فإن أعطيتني كأسا فارغة كي أملاها لمنتصفها، فستصبح نصف مملآنة، وإن ملأتها بالماء إلى قمته وشربت نصفها، فستصبح نصف فارغة، ولا يمكن تأويل ذلك بنظري ليمثل السلبية أو الإيجابية لأنه لا يشكل سوى وصف لحالة الكأس. أشار دونالد ترامب في كتابه "كيف تصبح غنيا" إلى الكيفية التي فقد بها تركيزه على أعماله في بداية التسعينيات من القرن الماضي، وإلى وصول مديونيته إلى ما يعادل 2.9 مليار دولار عند انهيار السوق، وقد روى أنه مر بمتسول في الطريق، وأحس بأنه يستحق امتلاك ذلك المبلغ أكثر منه. تعد هذه قصة رائعة ومضحكة في الوقت ذاته بالنظر إلى شعور السيد ترامب بأن شخصا متبطلا ومتشردا يمكن أن يكون جديرا بامتلاك البلايين أكثر منه. يتمثل ما يمكن استخلاصه من تلك القصة في نظرة دونالد ترامب إلى هذه الفكرة السلبية بصورة واقعية دون التوقف عندها، ودون السماح لها بالتأثير سلبا في موقفه، ولا بد أن جميعكم يعلم بأمر ترامب ومثابرتة في عمله كي يتجاوز إخفاقاته فيما بعد.

وهكذا يساعد التدريب على مواجهة الظروف السلبية المحتملة في الماضي قدما، ولكن استخدام الأفكار السلبية لا يمكن على الدوام من الاستعداد لكل الاحتمالات، وبما أننا عاجزون عن التخطيط لكل شيء في حياتنا، فسنكون على الأقل بحاجة إلى تقبل الحقيقة المتمثلة في أن تدريبنا وتخطيطنا، بقدر ما نستطيع، يمكننا عادة من الوصول إلى الحلول والأجوبة التي نحتاجها.

يتمثل أحد الأسباب الرئيسية لحوادث الطيران اليوم في سوء الإمداد بالوقود، وقد حدث ذلك الأمر لي منذ سنوات طويلة مع بداية عهدي بالطيران، وحين كنت أفكر إلى الخبرة الكافية عندما أراد عمي، المقيم في جامايكا، شراء طائرة ما، وطلب مني قيادتها إلى هناك كي يستطيع معاينتها. كانت تلك رحلتي الأطول في ذلك الوقت، ناهيك عن أنها المرة الأولى التي أقود فيها طائرة كتلك، وقد مثل ذلك، مع ما رافقه من تحليق لمئات الأميال فوق المحيط، تحديا حقيقيا بالنسبة لي، وقد انطلقت في الصباح الباكر، ووصلت في نهاية اليوم بعد رحلة عادية مضت بسلام، ودون أية مشكلات تذكر.

وبما أننا عاجزون عن التخطيط لكل شيء في حياتنا، فسنكون على الأقل بحاجة إلى تقبل الحقيقة المتمثلة في أن تدريبنا وتخطيطنا، بقدر ما نستطيع، يمكننا عادة من الوصول إلى الحلول والأجوبة التي نحتاجها.

قمت بمغادرة جامايكا بعد بضعة أيام، وقد كانت رحلة العودة أكثر إثارة من سابقتها، بالرغم من كل ما حدث خلالها. بدأت، نتيجة لنقص خبرتي، وطول مدة التحليق فوق المحيط، دون الاستعانة بما هو أكثر من بوصلتي، بدأت في الاقتدار إلى الوقود لدرجة أن مؤشره اقترب من نهايته، وهو ما يعد أكثر خطورة لمن يحلق بطائرة على ارتفاع عشرة آلاف قدم فوق المحيط ممن يقود سيارته. تملكني الخوف نتيجة لذلك، وبخاصة مع خلو الآفاق من أي أثر لليابسة.

استطعت في نهاية المطاف، وبعد عدة دقائق من التحديق في مؤشر الوقود، والنظر إلى الآفاق (السرمدية) تمييز جزيرة صغيرة للغاية، وقد نجحت في الاتصال بالمراقب الجوي، وإطلاعه على مشكلاتي، وإخباره بقدرتي على رؤية مدرج صغير في تلك الجزيرة، ولكنه نصحني بعدم الهبوط فيها لافتقارها للوقود .

لقد ظن المراقب الجوي مخطئاً أن عدم توفر الوقود على أرض الجزيرة يمثل أكبر مشكلاتي، ولم يكن يدري أن خياراتي انحصرت في الهبوط على الماء، أو على مدرج جزيرة تفتقر للوقود . صحيح أنني كنت افتقد للخبرة حينها، ولكن حسي السليم وجهني نحو الخيار الثاني، ولكم أن تصدقوا أنني علمت فيما بعد أن الجزيرة تدعى "ديد مان"، أو الرجل الميت!.

استطعت في النهاية التزود بقليل من الوقود في الجزيرة، والعودة بالطائرة إلى أرض الوطن، وقد مثل ذلك درساً لا يمكن نسيانه بالنسبة لي، وعلمي، مع الخبرة التي اكتسبتها فيما بعد، أن أنظر على الدوام إلى مؤشر الوقود في طائرتي حين يشير إلى المنتصف، وأعتبره نصف فارغ لا مألن، وهو ما لا يمكن اعتباره أمراً سلبياً على الإطلاق!.

لا أخفى شعوري بالدهشة لامتلاك الكثير من الناس لهذه النظرة اللامتوازنة فيما يتعلق بأمور التفكيرين الإيجابي والسلبي، حيث يظنون أنه ينبغي علي التحول إلى أكبر منافقي العالم، بوصفي مدرباً للنمو الشخصي، والتوقف عن إخبارهم بعدم جدوى بعض الأمور البديهية بالنسبة لهم، أو الاستعداد للأسوأ منعا لوقوعه. إنهم يطالبونني على الدوام بأن أكون إيجابياً، حسناً، إنني إيجابي بالفعل لأنني مستعد لإيقاف المحرك أو فقدانه!.

يظن البعض أنه ينبغي علي التحول إلى أكبر منافقي العالم، بوصفي مدرباً للنمو الشخصي، والتوقف عن إخبارهم بعدم جدوى بعض الأمور البديهية بالنسبة لهم.

أصبحت مهيناً على الدوام للتعامل مع الاحتمالات السلبية كافة في حياتي الشخصية والعملية لأنني أوقفت الكثير من المحركات، وفقدت غيرها، كما أدت معاناتي الناجمة عن فقدان الكثير من الأحبة إلى تغيير نظرتي لما يحدث من أمور في حياتي اليومية.

شرحنا في الفصل الخامس عدم جدوى محاولة المضي قدماً بسرعة كبيرة، وقلنا إن المرء يكون في العادة بحاجة إلى الشعور بألم المواقف السلبية، قبل التمكن من تجاوزها إلى المرحلة التالية من حياته. يمكنك، انطلاقاً من ذلك، اكتساب أسلوب فاعل آخر يتلخص في عدم الحاجة إلى انتظار حدوث شيء سلبي في حياتك كي تختبر القوة التي يمكن أن تستمدّها من أفكارك السلبية!.

قمنا في الفصل الخامس أيضاً بمناقشة الكيفية التي يمكن أن تساعد تجارب حياتك السلبية من خلالها على تغيير وتحسين مواقفك وتصرفاتك، بمجرد الوصول إلى المرحلة التي تتحول التجربة السلبية فيها من مشكلة عاطفية إلى مجرد تجربة حياة تفيدك حين الرجوع إليها. لو بقي لبعض العواطف السلبية أثر في نفسك، عند وصولك للمرحلة التي تصبح فيها تلك العواطف ثانوية لا طاغية، فيمكن لتأويلك العقلاني للتجارب السلبية المسببة للعواطف السابقة أن يتحول إلى أداة تساعدك على المضي قدماً.

**لا حاجة بك للانتظار حدوث شيء سلبي في حياتك كي تختبر القوة التي يمكن أن تستمدّها من أفكارك السلبية!.**

يمكن لرحيل أحببتنا أو فقدان أزواجنا أن يمثل تجربة بالغة السلبية والتأثير، وسيكون من المفيد، كما ذكرنا في الفصل الخامس، أن يحزن المرء ويبيكي لفترة من الزمن لأن هذه الأمور تشكل جزءاً لا يتجزأ من عملية الاعتراف بالفاجعة والمضي قدماً. إن نظرنا إلى سلوكك في أعقاب أي من تلك الحوادث المأساوية، فسنجد أنك ستصبح أكثر لطفاً مع الآخرين، وتفكر بشكل أكثر عمقا، وعقلانية، وروحية، وتقدم

على ما لم تفعله من الأمور الحسنة لفقيدك أثناء حياته، وتفكر في الأوقات السعيدة التي أمضيتها معه، وتبتسم نتيجة لذلك. ستؤدي كل العواطف السلبية القوية التي كنت تشعر بها إلى توجيهك نحو رؤية جديدة متتورة (إن أفسحت المجال لها)، وستمضي قدما بإذن الله نتيجة لذلك.

سيكون بمقدورك، ما لم تكن في خضم التعافي من خسارة مأساوية حديثة، أن تنظر إلى هذا الأمر من ناحية طبية تحليلية، وتقرر، بعد تجاوزك لمثل تلك الخسارة، أنك أصبحت على الأقل أكثر إدراكا لقيمة الناس والأشياء في حياتك. تخيل لو أنك امتلكت القدرة على إعادة عقارب الساعة إلى الوراء، كلما حدث شيء مأساوي في حياتك، أفلا تظن في تلك الحالة أن موقفك تجاه من تفقده سيكون أكثر تقديرا وتسامحا؟.

لا حاجة بك لانتظار حدوث شيء سيئ، أو سلبي، أو مأساوي في حياتك كي تعد العدة له، وسيكون بمقدورك، إن كنت مستعدا لإيقاف المحرك أو فقدانه أثناء طيرانك، أن تخطط لتجنب حدوث المشكلات، وتتخذ إجراءات السلامة، وتتقذ حياتك على الفور. ينطبق الأمر ذاته على مجال الأعمال، ويجعلك قادرا على التعامل مع الاحتمالات كافة التي يمكن أن تحدث على أرض الواقع. يمكنك، أخيرا، أن تعد لحياتك بالطريقة ذاتها، وستكتشف في جميع الحالات أن التخطيط لاحتمالات وقوع الأشياء السيئة أو السلبية سيعود بنتائج عظيمة، حتى لو لم تحدث تلك الأشياء بالفعل.

**يمكنك أن تخطط لتجنب حدوث المشكلات، وتتخذ إجراءات السلامة، وتنفذ حياتك على الفور.**

تعد هذه الطريقة ثمينة للغاية حين يتعلق الأمر بالعلاقات الشخصية. لو امتلكت القدرة على إعادة عقارب الساعة إلى الوراء، أو تخيلت ما سيكون عليه الحال إن فقدت أحد الأحبة، أو أصبت بصورة مأساوية في حادث ما، فإنني أؤكد

لك أنك ستمضي كل لحظة تعيشها بكل ما يمكنك من سعادة، وستستغل كل إيجابياتها، وتتعامى عن أي من سلبياتها!.

لا شك بأنكم استمتعتم من قبل في نشرات الأخبار أو الكتب لمن يروون تجاربهم التي كادوا يقضون خلالها، أو توفوا سريريا بالفعل ثم استعادوا وعيهم بعد ذلك، وربما تكونون قد استمتعتم لمن عاش لحظات السعادة الغامرة بعد أن وجد حبه الضائع. ستلاحظون في كلتا الحالتين أن أولئك الأشخاص يقدسون كل لحظة يعيشونها الآن، وأن حياتهم أصبحت أكثر غنى، وأن تقديرهم لنجاحهم في تجاوز تلك التجارب لا حدود له، وأن نظرتهم إلى نعمة الحياة قد تغيرت بشكل مذهل.

لا أطلبك بأن تبالغ في خيالك، وتتهم أنك استرجعت الأحبة الذين فقدتهم ثانية، ولكنني أرغب في أن تفكر بذلك فحسب، وتتخيل ماهية شعورك في حال تواجدهم حولك مجدداً، وتفكر في الكيفية التي ستختلف بها طريقتك في التصرف عند رحيلهم، أو بالأحرى في كيفية تقديرك الشديد لهم لو استطعت إعادة الكرة. إنني على يقين بأنك ستكون أكثر اهتماماً بالآخرين، ومراعاة لمشاعرهم، وتقديراً لهم، وستصبح أكثر سعادة، وتتمتع بشخصية أكثر تنوعاً، وتعيش بصورة أفضل إن بدأت الاستفادة من نعم الحياة.

لا يعني مجرد فهم الناس لهذه الفكرة من حيث العلاقات الشخصية أنها لا تنطبق على مجال الأعمال كذلك، فمن الممكن أن يكون بمقدورك، بينما تستخدم مخيلتك استعداداً لما يمكن أن يحدث من أمور سلبية في مجال عملك، أن تبتدع أسلوب عمل جديد يغير حياتك المهنية برمتها. تذكر أنه حتى لو لم تحدث الأمور السلبية على أرض الواقع، فمن الممكن أن تستفيد بصورة أو بأخرى من التخطيط لتجنبها.

من الممكن أن يكون بمقدورك، بينما تستخدم مخيلتك استعداداً لما يمكن أن يحدث من أمور سلبية في مجال عملك، أن تبتدع أسلوب عمل جديد يغير حياتك المهنية برمتها.

تخيل لو كنت تعمل في شركة تعتمد على واحد أو اثنين من العملاء الكبار في تحصيل معظم دخلها، فسيكون من الذكاء أن تخطط لاحتمالية فقدان أي منهما حتى لو لم يكن ذلك واردا في الحسابان، وبينما يمكن أن يتفق معظم الناس على أن عدم التخطيط لمثل هذه الاحتمالية يندرج في إطار الإدارة اللامسئولة، فإن القليل من الشركات وموظفيها لا يكلفون أنفسهم عناء التخطيط إلا بعد وقوع المحذور.

تتمثل إحدى الفوائد الكبيرة لهذا النمط من التفكير بالنسبة لمجال الأعمال في زيادة قوة وفعالية الشركات. لو كانت شركتك تعتمد على بعض العملاء الكبار، فيمكن للأخيرين أن يستغلوا ذلك الأمر في منحك أسعارا أقل مقابل جهدك الأكبر، وستخسرهم إن لم تقبل بها، ولكن امتلاكك خطة عمل فورية للتعامل مع تلك الخسارة سيزيد من قوة وفعالية شركتك، ناهيك عن أن خطط تأمين الربح يمكن أن تتطور لتشكّل مجالا جديدا لعمل الشركة.

يمكن أن يؤدي إبقاء خياراتك مفتوحة، على الصعيد المهني الشخصي، إلى تحسين موقفك، ودخلك، أو كليهما. عرفت أحد الأشخاص الذين يكرهون عملهم بشكل عام، لا لأنه متعب أو غير مريح، فقد كان مريحا بصورة نسبية، ويدر عليه دخلا عاليا، ولكن لأن ذلك الشخص شعر بالملل من بقائه فيه لسنوات طويلة، وقد كان أصدقاؤه وأفراد عائلته يعتبرونه شخصا ناجحا، وكان دخله جيدا للغاية، ولكنه قرر ترك عمله، وبدأ البحث عن وظيفة أخرى، بل وفكر حتى في الانتقال من منزله (بالرغم من عدم رغبته، أو زوجه، في ذلك)، علاوة على أخذ سلفة من راتبه لمجرد القيام بما يمكن أن يستهويه بصورة أكبر.

**يمكن أن يؤدي إبقاء خياراتك مفتوحة، على الصعيد المهني الشخصي، إلى تحسين موقفك، ودخلك، أو كليهما.**

اكتشف ذلك الشخص، بعد القليل من التدريب، أنه يحب العمل الفني، وأراد الحصول على وظيفة تسمح له القيام به بصورة أكبر، ولكنه اكتفى بكل بساطة،

عوضاً عن أخذ السلفة، أو العمل بأية وظيفة أخرى، أو الانتقال من منزله، اكتفى بمتابعة اهتماماته الفنية في عطل نهاية الأسبوع عن طريق المشاركة في معارض مختلفة، علاوة على البقاء في وظيفته الحالية إلى أن يجد ما يستحق أن يتركها من أجله بالفعل.

تغيرت حياة بطل قصتنا نحو الأفضل حين عدل عن خياراته الأولى ملتزماً بما قرره في النهاية، وتلقى عدداً من عروض التوظيف، ولكنه قرر البقاء في عمله الحالي لأنه يوفر له أفضل الشروط من الناحية المالية، والمتطلبات، والموقع، وغير ذلك. لقد وجد المتعة والسعادة التي كان ينشدها في متابعة العمل بمشاريعه الفنية في الأمسيات وعطل نهايات الأسبوع، ناهيك عن أن عمله ذاته قد أخذ في التحسن بمرور الزمن. تتمثل روعة هذه القصة في أن السعادة التي أحس بها ذلك الشخص جعلته أكثر تفانياً في عمله، مما أدى إلى حصوله على المزيد من العلاوات، واضطاعه بمسئوليات أكبر، ومحبة عمله الذي كان يكرهه في نهاية المطاف.

نستنتج مما سبق أن مشكلة الرجل لم تكمن في وظيفته، بل في موقفه السلبي، وقد أصبح قادراً، حين بدأ البحث عن بدائل لما كان يظن أنه السبب في وضعه السلبي، قادراً على إيجاد مجموعة من الأنشطة التي يمكن أن يستخدمها بطرق شتى لتحسين وضعه الراهن. ربما يأتي الوقت الذي يحصل فيه على عرض عمل مدهل، ويغير شركته، وينتقل من منزله، ولكن ذلك لن يحصل هذه المرة بدافع من رغبته الشديدة السابقة في القيام بأي تغيير دون النظر إلى سلبياته، بل من إيجابية ذلك التغيير، وتقديمه.

قد يكون من المفيد لكم، بينما تعملون على تشرب هذه الفكرة، أن تستذكروا بعض الأفكار السلبية التي استخدمتموها بالفعل لتمكين أنفسكم. أستطيع أن ألخص بكلمة واحدة الطريقة العملية التي يستغل كل من يقرؤون هذا الكتاب بواسطتها إمكانية حدوث الأشياء السلبية، لاتخاذ الخطوات الكفيلة بتمكين أنفسهم. إنها كلمة "التأمين"، فالناس يلجئون للتأمين لحماية لأنفسهم من الأسوأ، ويمثل

التأمين في معظم الحالات إبراز العالم الحقيقي للأفكار السلبية، وخطط الاستعداد لما هو أقل من النتائج الكاملة المرجوة. إنه في الواقع عبارة عن تخطيط إيجابي لما يمكن أن يقع من احتمالات سلبية.

أستطيع أن أخص بكلمة واحدة الطريقة العملية التي يستغل كل من يقرؤون هذا الكتاب بواسطتها إمكانية حدوث الأشياء السلبية، لاتخاذ الخطوات الكفيلة بتمكين أنفسهم. إنها كلمة "التأمين".

### الموقف، لا الكلمات

لنفكر الآن في سلوك ممكن آخر ينبع من الأفكار السلبية: لو قامت أم ما بوضع طفلتها في السيارة، فسيكون من الطبيعي أن تذكرها بوضع حزام الأمان، ولو قامت الطفلة بسؤال والدتها عن سبب وضع حزام الأمان، فلن يستغرب على الإطلاق أن تجيبها قائلة: "لحمائتك إن تعرضنا لحادث ما".

لا يمكننا اعتبار رد الأم هنا مفردا في السلبية أو مَرَضِيَا، فلماذا نقوم بذلك بالنسبة لأمر أخرى؟.

هل تظنون أن اعتراف الأم باحتمالية وقوع حادث يمكن أن يجعلها تركز على تلك الفكرة السلبية، ويودي بها إلى التعرض لحادث حقيقي في النهاية؟. يتمثل ما يدعو للسخرية هنا في أن معظم الناس سيعتبرون تلك الأم لا مسئولة إن لم تستعد لوقوع الأسوأ، ولا بد من الإقرار بأن مجتمعنا يؤمن تماما بعدم قانونية ركوب القاصرين السيارات دون وضع حزام الأمان في معظم الولايات الأمريكية.

سيكون من المهم - حين يتعلق الأمر بالتعامل مع الأفكار السلبية، واستخدامها كأدوات ممكنة - أن تنظر إلى تلك الأفكار بصورة طبيعية تحليلية ما أمكنك، وهو ما أحرص على فعله، متجردا من عواطف السلبية، حين أقول لمساعدتي في الطائفة: "كن مستعدا لإيقاف المحرك أو فقدانه". لقد شرحت الأم بواقعية لطفلها السبب

الذي يجعل وضع حزام الأمان ضروريا، ولم تقحم العواطف في الأمر لأن من شأن ذلك إثارة فزع الطفلة دون مبرر.

نستنتج مما سبق أهمية الطريقة التي تفصح بها عن الأمر السلبي، وتأثيرها في قدرتك على استخدام الأفكار السلبية لصالحك، دون أن يعني ذلك أن النظر بموضوعية إلى الأوضاع، وعدم التقليل من شأنها لا يقل أهمية على حد سواء.

أطالب بين الفينة والأخرى، من قبل الموظفين الجدد لدي، بأن أنظر إلى الجانب المشرق من الأمور، أو أكون أكثر إيجابية فيما يخص شؤون العمل. يحدث ذلك عادة حين أحدثهم عن فكرة "الاستعداد لإيقاف المحرك أو فقدانه"، ولا بد من القول إنني لا أسمع المطالبة ذاتها ممن عملوا معي فترة أطول، ناهيك عن أن جميعهم يملك خططا بديلة على الدوام، في حال فشل الخطط الأصلية، لأنهم يدركون تماما أنني - وحين أبدو في موقف المجابهة، أو من ينظر إلى الجانب السلبي من الأمور - لا أقصد إلا مساعدتهم في البحث عن بعض المخارج الإيجابية لما يمكن أن ينتج من أوضاع سلبية.

نستنتج مما سبق أهمية الطريقة التي تفصح بها عن الأمر السلبي، وتأثيرها في قدرتك على استخدام الأفكار السلبية لصالحك.

لا يطالبني الموظفون، علاوة على ذلك، أن أكون إيجابيا حين ينشأ وضع ما، وأسألهم عن النتائج السلبية المحتملة له في نظرهم، أو خططهم للتعامل مع أي منها في حال حدوثه لأنهم يعلمون مجددا بنيتي في مساعدتهم على التخطيط لاحتواء تلك النتائج، ولا أبالغ إن قلت إنهم يقولون لي أحيانا: "نعلم أن كل ما تريده هو أن نكون مستعدين لإيقاف المحرك أو فقدانه".

يطمئن قلبي عند سماع تلك العبارة لأنها تعني سيرهم في الاتجاه الصحيح، ولكن يجب الانتباه كذلك إلى أن المبالغة في تهويل الأمور يمكن أن تكون خطيرة بما لا يقل عن تجاهل الوضع برمته.

لو كنتُ على وشك الإقلاع بالطائرة، وعلم مساعدي بموقفي من عبارة "كن مستعداً"، وطالبنى بقولها مبتسماً، أو بصيغة هزلية، فإنها تفقد معناها. يجب أن تحرص، بالتالي، على عدم الاستخفاف بعباراتك السلبية، أو إفراغها من مضمونها، نتيجة كثرة استعمالها أو الرغبة في اتخاذها مادة للدعابة.

يا حبذا لو تفكر الآن في كيفية تطبيق هذه الفكرة على مجال الأعمال، فلو كنت مديراً أو قائد فريق للموظفين وفكرت في ذلك، فسيتعين عليك أن تدرك أن هذه الطريقة تسبب بعض المعارضة إلى أن تأخذ الوقت الكافي لشرحها، وأن الضرورة تقتضي أن يعي جميع موظفيك أن غايتك لا تتمثل في اصطياذ أخطائهم، أو انتظار وقوعها، بل في التخطيط لما يمكن أن يحدث من احتمالات سلبية، بحيث يكون فريقك أو شركتك على استعداد تام ودائم لاتباع أفضل الخيارات الممكنة.

لا يعني مجرد وجود خطة لديك بأن كل شيء على ما يرام، بل بالأحرى أنك حسنتُ لحد كبير من فرص عدم سقوط طائرتك وتحطمها.

لقد آن الأوان كي تطبق هذه الفكرة الجديدة، فابدأ البحث عن الأفكار السلبية في حياتك الشخصية والعملية، وفكر بما يكفل لك القيام بالتالي: أولاً، التفكير بشكل طبي تحليلي بما تتعرض له من مواقف لتجريد الأفكار السلبية من العواطف المماثلة لها. ثانياً، التخطيط لتجنب وقوع الأحداث السلبية، والتدريب على الاستجابة بصورة إيجابية لها، بحيث تكون مستعداً لما يمكن أن يحدث إن لم تأت الرياح بما تشتهي سفنك.

\*\*\*\*\*

## ● الخلاصة

- يمكن أن يعود التفكير السلبي بنتائج إيجابية.
- يحافظ التخطيط المستند إلى توقع الفشل على جهوزيتنا للتعامل مع كل ما يمكن أن يحدث من احتمالات.
- لا يعترف العديد من موظفي المبيعات المحترفين بالفشل كنتيجة محتملة، وهو ما يؤدي إلى انهيارهم حين يتعرضون له بالفعل.
- يمكن أن يكون تجنب الأفكار السلبية مهلكا دون أية مبالغة، ويتمثل ما يدعو للسخرية في أنه أحد أكثر الأشياء التي يمكنك القيام بها سلبية.
- لا يكفي أن تعترف بإمكانية حدوث الأشياء السيئة فحسب، بل ينبغي عليك التخطيط لأفضل ما يمكن فعله حيالها إن تحققت على أرض الواقع.
- يعد التخطيط لتجنب الأسوأ مفيدا - وإن لم يقع بالفعل - لأنه يمكنك من تقدير ما ينتج عن ذلك من نتائج إيجابية.
- يعتبر التخطيط لتفادي النتائج السلبية أمرا حقيقيا، بينما لا يكون تبني المواقف السلبية كذلك على الإطلاق.
- يعتبر وضع حزام الأمان، واللجوء إلى التأمين نتيجتين مهمتين للأفكار السلبية، والتخطيط لتجنب الأسوأ.
- لا يعني مجرد وجود خطة لديك بأن كل شيء على ما يرام، بل بالأحرى أنك حسنت لحد كبير من فرص عدم سقوط طائرتك وتحطمها.

