

ياك

واثل برهان

# بك

وائل برهان

الرواق للنشر والتوزيع

بك

وائل برهان

الطبعة الأولى ---- يناير 2022

الغلاف: كريم آدم

الإخراج الفني: ضياء فريد

المراجعة اللغوية: إسلام منتصر

رقم الإيداع: 2021/30721


الترقيم الدولي: 978-977-824-148-8


جميع حقوق الطبع محفوظة

186 عمارات امتداد رمسيس 2 - أمام أرض المعارض - مدينة نصر

هاتف: +20220812006

rewaq2011@gmail.com

 alrewaqpublishing

 alrewaqpublishing

www.alrewaqpublishing.com



للنشر والتوزيع

# تعريفات

## مركزية الله:

أن يكونَ اللهُ مركزَ حياتِكَ، وأن تختار بوعي أن تكون مشيئته وإرادته قبل مشيئة وإرادة نفسك.

## مركزية النفس:

أن تكون -بغير وعيٍ- قد انزلت لأن تكون إرادتك ومشيتك قبل إرادة ومشية الله، أو تكون -بوعيٍ- قد اخترت ذلك.

## مُراد الله منك:

هو تحقيق مشيئة الخالق في أن تكون حياتك من أجله، باحثًا عن أيِّ من خلق الله.. خُلقت لتخدم في أيِّ من أرض الله.. وهذا من أجل الله.

# مقدمة: مُراد الله منك

«انتبه عزيزي القارئ -أيًا كانت ديانتك السماوية- وانتبه جيدًا:

لم يخلقك الله كي تحيا حياة طيبة، وفي أثنائها تعبد الله.. لا يا سيدي.

خلقك الله لتعبده، وتحيا من أجله، مُحققًا مُرادَه منك، وفي أثناء ذلك سمح لك بأن تحيا حياة طيبة.

الفرق فيما سبق قد يظهر بسيطًا، ولكن الفرق كبير.. كبير جدًا».

الفقرة السابقة عزيزي القارئ، التي أبدأ بها مقدمة هذا الكتاب -وستُقابلها مرة أخرى في خاتمته- تختصر نموذجًا معرفيًا، هو نموذج «مركزية الله»، وكذلك تضعك أمام اختيار أن تطلب من الله أن تعمل عنده.. خادمًا لخلقه، من أجله.

## عزيزي القارئ

«الوُدُّ» في اللغة العربية هو تعبيرك عن حبك لِمَنْ تحب بالفعل المُصاحب للمشاعر، وهذا هو الفرق بينه وبين الحب الذي يخص المشاعر فقط.. والله -سبحانه وبحمده- حينما أعلمنا باسمه وصفته «الودود»، كان يُطمئننا بأنه يُترجم حبه لِمَنْ اختار أن يحب من عباده بكثير من العطاءات التي يَمُنُّ بها عليهم، فضلًا، وكرمًا، وإحسانًا ورحمةً منه.

هل تتذكّر عزيزي القارئ «حالة» الإخلاص والحماس والمُثابرة التي كانت تنتابك وأنت بين السادسة والثامنة من العمر، حينما كانت أمك تطلب منك أن تفعل شيئًا وُثِرْفقه بابتسامة حنونٍ وجملة: «إذا كنت فعلاً تحبني افعل هذا»، وما يستتبع هذا من حالة سعادة وحبور حينما تُشعرنا بأنها تقبلت ما طلبته منّا؟

ونحن في تلك السن، لا تكون تلك «الحالة» التي تُصاحب ما طُلب مِنَّا، هي نتيجة مقابل ما سبق وفعلته هي من أجلنا، ولا استباقا لما سنحتاج إلى أن تفعله لنا مستقبلاً، وإنما يكون ما سبق هو نتيجة الشعور «بالامتنان» لأن أُمَّنا أتاحت لنا الفرصة أن نفعل لها شيئاً نعبر به عن حبنا لها، لأنها سمحت لنا بأن نُمارس «الود» معها، فمجرد إتاحتها لنا هذا هو سبب تلك الحالة من الإخلاص والحماس والمُثابرة، وما بعدها من السعادة والحُبور.

أعتقد أن هذه «الحالة» هي ما هو مُفترض أن تكون عليه عزيزي القارئ وأنت تجتهد في أن تبحث، وأن تُحقِّق مُراد الله منك.. ليس فقط شكراً لما سبق من أفضاله عليك، وليس طمعاً فيما سيتكرَّم به عليك، وإنما في الأساس تفعل ذلك امتناناً لأنه تکرَّم وتفضَّل عليك، وسمح لك بأن تعبر عن «وُدِّك» لله -سبحانه وبحمده- فمن المعلوم أن الله لا يحتاج إلى شيء من مخلوق؛ فهو أحسن الخالقين، ومالك الملك كله، وإنما خلق خلقاً جعل خدمتهم في سبيله هي مُرادهم ممن يختار من عباده.

وأعتقد أنه من المهم أن تكون دائم الوعي بأن تجعل «حالة» إخلاصك وحماسك ومُثابرتك وسعادتك وحبورك تُعبّر عن معنيين جوهريين أساسيين، وهما:

إرادتك المستمرة للعمل عند الله، وامتنانك المستمر لتفضُّله عليك بهذا.. فما سماحه لك بمحاولة الوُدِّ منك إليه إلا وُدٌّ منه إليك.

\*\*\*\*\*

لماذا هم هناك في الأعلى؟

ولماذا نحن هناك في الأسفل؟

كان هذا التساؤل هو بداية مشوار يقترب الآن من 30 عاماً، ما بدأ كتساؤلات حائرة عن مقارنة بين طرفين -احتاج الأمر مِنِّي إلى عدَّة سنوات من البحث والتعلم، فقط لأستطيع

أن أعرف من هم «نحن»، ومن هم «هم»- انتهى بجملة بسيطة تعبر عمًا أظنه -والله أعلم- من أهم التساؤلات الوجودية الغائبة:

## مركزيّة الله أم مركزيّة النّفس؟!

هذا الكتاب هو ثالث وخاتم ثلاثيّة كُتِبَ بدأت بكتابي «لك» و«منك»، وثالثتها تدور حول معنى ومفهوم واحد، ولكن التناول من أكثر من زاوية.

المعنى هو «مركزيّة الله»، والزاوية التي تناولها كتاب «لك» كانت «الحضارة»، وزاوية كتاب «منك» هي «الحكمة»، وزاوية كتاب «بك» هي «المُراد».

فكما أوضحنا في الكتب السابقة أن من يختار مركزيّة الله نموذجًا معرفيًا لحياته، فهو ضمنيًا وتلقائيًا يختار مع هذا النموذج أن يبحث عن مُراد الله منه كي يحققه.

وكتاب «بك» هو عن هذا الموضوع، هو عن البحث عن ذلك «المُراد».

وأعتقد أنه من المناسب أن أنوّه هنا بأن قراءة كتاب «لك» قبل هذا الكتاب قد تزيد من قدر الاستفادة منه.

الفيلسوف مالك بن نبي قَسَمَ العالم إلى ثلاثة عوالم، وهي:

- عالم الأفكار.
- عالم الأشياء.
- عالم الأشخاص.

وهذا الكتاب -«بك»- يأخذ الحوار حول مركزيّة الله إلى إطار عالم الأشخاص، لكي يأخذوها بدورهم إلى عالم الأشياء التي سيُحَقِّقونها في طريقهم لتحقيق مُراد الله منهم.

ومن المفروغ منه أن الله -سبحانه وبحمده- غنيٌّ عن العالمين، لا يحتاج إلى شيء، فهو خالق ومالك كل شيء، ولكنه خلق خلقًا، ودعانا إلى أن نُحَقِّق مُرادَه مِنَّا من خلال خدمتهم.. من أجله هو، وليس من أجلنا نحن، وليس من أجلهم هم!

وبالتأكيد، هناك طُرُق عديدة للبحث، ولتحقيق مُراد الله منك، والكتاب هنا يدور حول تجربة «المُراد» التي هي إحدى وسائل البحث، وتحقيق مُراد الله منك.

ولا ندَّعي أبدًا أن ما نطرحه هنا هو السبيل الوحيد لإدراكه، وإنما هو اجتهادنا، وسعيننا، وجُهدنا، الذي وَفَّقنا الله إليه بفضلِه وكرمه، ونأمل أن يتقبَّله

# لمن هذا الكتاب؟

يستطيع أن يستفيد من هذا الكتاب فئتان هُما:

## الفئة الأولى:

لمن يُريد أن يحيا حياة ذات معنى، وذات قيمة يُحَقِّق فيها أهدافًا كبيرة له ولمن هم له، إن اختار أن يحيا تحت سماء مركزيّة النَّفس، وهذه الفئة تستطيع أن تستخدم ما في هذا الكتاب لتحقيق ما يُريدونه، ولكن هذا الكتاب لم يُكتب في الأصل لهم.

## الفئة الثانية:

هي من كُتِبَ الكتاب لأجلهم، لمن اختار أن يحيا تحت سماء مركزيّة الله، وعلم أن هذا الاختيار يأتي يدًا بيد مع تكليف، وهذا التكليف هو البحث وتحقيق مُراد الله منهم.

وكتاب «بك» مثل شقيقه «منك» بدأ في كتابته، وأنهي في تلك المدينة الصغيرة الهادئة على ضفاف المحيط الباسيفيكي في جنوب ولاية كاليفورنيا الأميركية، مدينة سانتا مونيكا (Santa Monica).

فعلى الرغم مما تفضّل الله به عليّ من سفر وتجوّال حول العالم، تبقى تلك المدينة الناعسة التي -لسبب لا يعلمه إلا الله- هي أرض الله التي لا أتمكّن من الكتابة بعُمق ويُسرٍ إلا فيها، وعلى مقاهيها، وشواطئها، ووسط ساكنيها الكرام، الذين يربطني بها وبهم رباط عاطفي قوي، فهي مسقط رأس أولادي الذين منّ الله بهم عليّ، فكما أن أرضها شهدت قدومهم إلى هذه الحياة، فعلى أرضها أيضًا شهدت «مولد» الكُتُب التي فتح الله بها عليّ.

وما كان لي أن أصل إلى هذا الطرح إلا بالله وفضله، وفي النهاية ما يهمني أن يكون هذا العمل من أجله هو الله، فكما هو من الله، فهو من خلال طرحه على خلقه أيضًا إلى الله.

والآن.. هذا الكتاب -كما أسلفت- هو عن تجربة «المُراد» التي أظنُّها إحدى طُرُق محاولة البحث عن، وتحقيق مُراد الله منك، ولذا فإن هذا الكتاب من أجلك أنت، من أجل أن تستفيد منه بالشكل الذي تراه مناسبًا لك.

فإذا وجدت فيما قرأت ما يفيدك أنت.. فاستفد.

وإذا رأيت أن تشارك الآخرين بعض مِمَّا استفدت.. فشارك.

وإذا أحببت أن تنسخ كل أو بعض مِمَّا استفدت.. فانسخ.

وإذا وددت أن تنقل التجربة بحذافيرها.. فانقل.

فهذا الكتاب -«بك»- مثله مثل أخويه -«لك» و«منك»- كُتِب من أجل الله.

ولذا، فالشيء الوحيد الذي أطلب منك ألا تفعله، إن كنت استفدت منها شيئًا، وأحمِّلك كامل المسؤولية عنه، هو ألا يقف ما استفدته منهم عندك، وهذه المسؤولية أحمِّلك إيَّاها أمام الله تعالى.

# تمهيد: تجربة المراد

## عزيزي القارئ

عندما يزور أحدنا مستشفى لإجراء ما يُطلق عليه (فحص عام وشامل)، فإنه يدخل المستشفى ويدها خاليتان، ولكنه يخرج منه ومعه ملف فيه عديد من الأوراق فيها كثير من الكلمات التي تمده بمعلومات وافرة عن مختلف أجهزة جسده، وذلك بعد قيامه بكثير من الكشوفات والتحليل والاختبارات والأشعة عن هذا الجسد.. كذلك هي تجربة المراد، ليس لها أي أوراق، أو معلومات مُسبقة تقوم بقراءتها قبل التجربة، ولكنها مثل زهابك إلى المستشفى للكشف العام، فأنت تبدأ تجربة المراد سيدي ويداك خاليتان من أي أوراق، ولكنك تغادرها وأنت محمل بعديد منها، بها كثير من الكلمات تحوي كمًا وفيرًا من المعلومات عن المعجزة التي وهبها الله لك، عن.. ذاتك.

## عزيزي القارئ

سنحاول أن تنتهي من هذا الكتاب وفي حوزتك أقصى قدر من المعلومات من الممكن أن تعلمه عن معجزتك الخاصة، ولذا ستجد في أماكن كثيرة منه أسطرًا فارغة تنتظر منك أن تملأها، وستسبقها إشارة، بماذا ستملؤها؟!

هذا الكتاب هو عن «تجربة المراد»، التجربة التي كان لي شرف أن أخوضها مع عدد ممن أحب أن أدعوهم «أساتذتي». وإن كان «أساتذتي» قد سمحوا لي في تلك التجربة بأن أقوم بدور المعلم، ففي حقيقة الأمر تعلمت أنا منهم أضعاف ما تعلموا، وتطورت أنا بواسطتهم أضعاف ما تطوروا، ونضجت أنا بسببهم أضعاف ما نضجوا.. وهذا إحقاقًا للحق، وتوضيحًا لحقيقة، وليس مجاملة، ولا ادعاءً تواضع مزيف.

وكما أن هذه التجربة -المُراد- لها هدف أو ضحناه، فإن لها أيضًا فئة مستهدفة، وتلك الفئة هي قليل من الناس الذين يُبحَثُ عنهم ويُنبّهون ويُحَثُّون على البحث وتحقيق مُراد الله منهم في خدمة خلق لله -يبحثون هم عنهم في أرض لله- ويبحثون هم أيضًا عنها، وذلك من أجل الله.

أيضًا.. سنتناول الفرق بين مركزيّة الله ومركزيّة النّفس كثيرًا في تجربتنا، ولذا من المهم أن أوضح التالي:

- قراءة كتاب «لك» قبل تجربة المُراد هي شرط لخوضها، لأننا نبني على ما فيه، وعدم قراءته يسبب كثيرًا من الارتباك والتعطيل، وأنصحك سيّدي ومشاركيك بالشيء نفسه.
- يتم عرض النموذجين في أثناء التجربة، وفي الوقت نفسه، أصرح بمنتهى الوضوح، بأنني على المستوى الشخصي أعتبر أن جزءًا من مُراد الله منّي هو تحقيق ونشر وتوعية من اختار الله إلهًا بمفهوم مركزيّة الله، فلذا أنا منحاز إليها، وفي الوقت نفسه، أحترم إرادة كل من اختار عكس هذا، وأدعو إلى التعاون والعمل في المساحات المشتركة، وهي واسعة جدًا.

**ثانيًا:** لقد تناولنا بالتفصيل النّفس وجزئالاتها، و«الإيجو» الشخصي، و«الإيجو» الجماعي، وخصصنا لكل منهما جزءًا خاصًا في كتاب «لك» عن الـ«أنا»، والـ«نحن». والمختلف في أثناء التجربة، أننا لا نوضح ونشرح عن هذين الجنرالين، وإنما نخوض معركة وعي شاقة، كي نعمل على التوعية بـ«الإيجو»، وتوضيح تأثيره على مناحي الحياة المختلفة، ولكن يبقى قرار «تلجيم النّفس»، وترويض وتحجيم «الإيجو» الشخصي و«الإيجو» الجماعي في يد كل شخص، يمارسه أو لا يمارسه، فهذا قراره وإرادته وحده.

وفي أثناء التجربة، نعمل على توفير المناخ العام لتشجيع المشاركين، وتسهيل ممارسة هذا «الترويض»، وهذا ييسر عليهم في وقت التجربة.

ونتيجة للمناخ العام، وأيضًا لعملية الوعي / التقشير/ التحجيم، لـ«الإيجو»، يتوافر لدينا ما يُهيئ لنا بدايات الوعي والإدراك بأبعاد تمكين روح الله داخلنا من القيادة، وتأثير ذلك المباشر على تلجيم النَّفس وترويض جنرالَيْها، وأيضًا بدايات الوعي والإدراك بقيمة تفعيل رحمة الله في قلوبنا تجاه خلق الله، وأيضًا تجاه أنفسنا، وتأثير ذلك الإيجابي على عملية التلجيم والترويض والتحجيم. ويكون لحضور هذه المعاني في المناخ العام أثر إيجابي كبير على الحاضرين.

بعد انتهاء التجربة، يكون الأمر مختلفًا، ويكون أكثر صعوبة: هل ستنجح في الاستمرار في الوعي، وبالتالي بتلجيم النَّفس وترويض وتحجيم «الإيجو» الشخصي والجماعي أم لا؟

هل ستنجح في استكمال البدايات أم لا؟

حُسن استخدامك المعجزة التي وهبها الله لك، واستدامة هذا الاستخدام، يتوقفان إلى حد كبير على ما سبق.. هذا تحديك الخاص الذي يتوقف بكامله عليك.

على مدى الأعوام السابقة، أظن أن من نجحوا في تحقيق ذلك يتراوحون بين 35 و40 في المئة، من كل من مروا بتجربة «المُراد».

في هذا الكتاب، سنسرد ونتكلم عن «ماذا» الذي نفعله ونمارسه في تجربة المُراد كتجربة إنسانية تفاعلية، ولكننا لن نستطيع أن ننقل هنا «كيف» نفعله هذا، لأن هناك أشياء لا يمكن وصفها، كالمذاق، فلا أنا، ولا غيري، نستطيع مهما اجتهدنا أن نصف لك مذاق فاكهة التين، أو ثمرة الزيتون، فقط حينما تتذوقهما ستعرف مذاقهما، فمن ذاق.. عرف.

تجربتنا -وتجربتك الخاصة- تبدأ بتساؤل وجودي: لماذا تظن أن الله خلقك في هذا الوقت؟

وبصياغة أخرى.. ماذا تظن مُراد الله منك له؟!!

# البداية

الإسكندر الأكبر، ونابليون، وهتلر، وغاندي، وجون سيسيل رودس، ومانديلا، وتيودور هرتسل.. هذه أسماء لأشخاص صنعوا تغييرًا حقيقيًا وكبيرًا وعميقًا في المجتمعات التي كانوا يعيشون فيها. وأعتقد أن المجتمعات التي كان يعيش فيها أغلبهم -ربما باستثناء الإسكندر- كانت مجتمعات في حالة ضعف وتفكك، ومُعَرَّضة للانهياب، أي إنهم لم يكونوا نتاجًا لنهضة أو صحوة أو منظومة تطور.. كان ظهورهم ونجاحاتهم عكس الاتجاه العام لاتجاه المجتمعات التي غيروها.

ومن الأکید أننا قد لا نتفق على النتائج التي وصلوا إليها، ولا على قيمهم، ولا على دوافعهم، ولكن ما يهمني هنا، هو أنهم صنعوا تغييرًا حقيقيًا في تاريخ شعوبهم، سواء أكان جيدًا أو سلبيًا، وأن مجتمعاتهم -إن لم يكن العالم- بعد وجودهم اختلف كثيرًا قبل وجودهم، ولا أنت، ولا أنا، نستطيع أن نُنكر أو نتجاهل هذا التغيير العميق والكبير، أو ما يمكن أن نُطلق عليه «Sharp Turn in History»، أي منحنى حادًا في التاريخ، الذي ترك كل منهم بصمته الخاصة عليه، ومن الأکید أن هناك مثلهم، وأنا استعنا بهم كنموذج يمثل فئة من الناس، ولكن من الأکید أيضًا أن هذه الفئة قليلة العدد في تاريخ الإنسانية.

سأسألك الآن السؤال الذي أسأله لكل مرشح أقابله في الـ«interview»، الخاص بالمرشحين للانضمام لـ«تجربة المراد»، التي أقدمها في مؤسسة «بلدنا»:

ما الذي جعل كلاً منهم يُحقِّق ما حققه؟

كنت أتلقى إجابات تخص قدراتهم القيادية، وأحلامهم، وظروف اللحظة التاريخية التي مرّوا بها، أو مرّت بهم، وكلها إجابات صحيحة، ولكنني كنت أبحث عن شيء آخر.

في الليلة التي سبقت النهار الذي شهد أول خطوة لكل منهم لتحقيق ما حققه، في هذه الليلة، كان هناك حوار ما يدور في بال كل منهم.. ما الذي تعتقد أنه دار في بال كل منهم؟

فكّرت؟

أعتقد أن كلاً منهم في تلك الليلة، كان عنده التصور الآتي:

«أنا متأكد أنني أقدر».

كل منهم في تلك الليلة كان يقف برهبة أمام الحلم الذي سيبدأ هو رحلة تحقيقه في صباح اليوم التالي، وأعتقد أن كلاً منهم كان عنده يقين: «أنا متأكد أنني أقدر».

ولا أعتقد -بل أكاد أجزم- أن أدوات وطرق ما حققوه لاحقاً لم تكن واضحة أمامهم، بل إن ما كان واضحاً هو الحلم الذي يُريد كل منهم تحقيقه، والتحديات التي تعوق تحقيق هذا الحلم وذلك المعنى الذي يتردد في ذهن كل واحد منهم، فاعتقد بلا مبرر واضح لكل منهم: «أنا متأكد أنني أقدر».

والمؤكد أنهم كانوا على حق في هذا اليقين. ولا أعلم هنا هل كل من الأسماء السابقة فعلت ما فعلت، وأنجزت ما أنجزت ابتغاء وجه الله أم لا، فلا أستطيع أن أؤكد، ولا أستطيع أن أنفي، فقط لا أعلم، ولكن الأكيد، أن الله سمح لهم بأن يُنجزوا ما أنجزوه، حتى لو كانوا لا يؤمنون به من الأساس، كيف؟

لأنه من الكرم بحيث سمح بهذا، وأخبرنا بهذا.. أخبرنا أننا إذا أصررنا، وبحثنا عن أسباب النجاح، فسيمنحه لنا في الدنيا، حتى لو كنا لا نؤمن به، وحتى لو كانت أحلامنا ليست من أجله لو كنا نؤمن به.

أما ما سيحدث لنا عندما نقابله وقت حسابنا في الحياة الآخرة، فهذا موضوع آخر، وسيتحمل كل منّا مسؤولية نتائج اختياراته.

هذه كانت المجموعة الأولى ممَّن أُطلق عليهم اسم «القلَّة المؤثرة».

دعونا نقابل مجموعة أخرى من القلَّة المؤثرة.

سيِّدنا ونبينا عيسى -عليه الصلاة والسلام- بعثه الله بالإنجيل، وأغلبنا يعلم قصته، وإذا كنت تدين بالديانة المسيحية، فأنت تؤمن بأنه قد صُلب، وإذا كنت تدين بالدين الإسلامي، فأنت تؤمن بأنه رُفِعَ، ولم يُصَلَب.

وما يهمني هنا، هو أن هناك اتفاقًا على اختفاء سيِّدنا عيسى -عليه الصلاة والسلام- من المشهد في وقت معين.

إذا وضعت أمامك خريطة العالم، وحاولت أن تحدد على تلك الخريطة الأماكن التي كانت تدين بالديانة المسيحية، وقت اختفاء سيِّدنا عيسى -عليه الصلاة والسلام- من المشهد، ماذا ستجد؟

لن تجد في كل خريطة العالم التي أمامك إلا نقطة صغيرة موجودة، تمثل عددًا قليلًا من الناس -لا يتجاوز المئات- على أكبر تقدير، أليس كذلك؟!

حسنًا، وأنت أمام خريطة العالم نفسها، حاول أن تحدد عدد الذين يدينون بالديانة المسيحية، ولكن بعد 400 عام، ستجد أن حدود الإمبراطورية الرومانية -الإمبراطورية الأقوى والأكبر في ذلك الوقت- هي حدود الديانة المسيحية، لأنه بعد فترة من التعذيب والتنكيل بأتباع سيِّدنا عيسى -عليه الصلاة والسلام- أذن الله أن يؤمن الإمبراطور الروماني قسطنطين الأول (272-337م) بالديانة المسيحية، وتُصبح هذه ديانة الإمبراطورية، التي كانت حدودها مُترامية الأطراف، تمتد من أواسط أوروبا حتى شمال أفريقيا، وتحيط بالبحر المتوسط -الذي كان يُعدُّ قلب العالم حينئذٍ- ما جعل منه بحيرة رومانية مسيحية.

ما يهمنى هنا هو، مَنْ فعل هذا؟ إذا فكرت قليلاً ستجدهم قلّة من الأفراد، إما اثنا عشر، وإما ثلاثة عشر من الأفراد -يتوقف هذا على حسب أي دين أو ديانة تتبعها- هم الذين انطلقوا من أراضي فلسطين حاملين ومبشرين بالديانة الجديدة.

هؤلاء هم تلاميذ وحواريي سيّدنا عيسى -عليه الصلاة والسلام- وهؤلاء القلّة لم يعيشوا 400 عام، ناشرين الرسالة التي آمنوا بها، وإنما توفاهم الله، ولكن بعد أن سلموها لمن آمن بها، وهم بدورهم نشروها، فتسلّمها آخرون، وهكذا، حتى وصلت إلى الإمبراطور، الذي هداه الله فأمن بها، فاتبعته إمبراطوريته.

وهؤلاء الحواريون ليسوا أنبياء أو رسلاً، وإنما هم بشر مثلي ومثلك، آمنوا بالله وبرسوله، وعملوا على نشر ما آمنوا به، فكانت النتيجة أنهم غيّروا العالم. هؤلاء آمنوا بأنهم يستطيعون، فاستطاعوا. وهؤلاء من القلّة المؤثّرة.

تعال بنا إلى مرحلة تاريخية أخرى.. يُخبرنا التاريخ أن المدة التي قضاها سيّدي ونبي ورسولي وخاتم الأنبياء والمرسلين، حبيبي محمد -عليه أفضل الصلاة والسلام- يدعو إلى الدين الإسلامي هي 23 عامًا، قضى منها 10 أعوام في المدينة المنورة، و13 عامًا قبلها في مكة. ومن التاريخ أيضًا، نعرف أن فرعي الدين الإسلامي الرئيسيين، وهما العبادات والمعاملات، استكملا في صورتها النهائية في المدينة المنورة، وليس في مكة. فمثلاً، التحريم النهائي لشرب الخمر كان في المدينة،

والشكل النهائي لفريضة الصوم كان في المدينة، وكذلك المعاملات، نجد أن آيات تنظيم العلاقات الاجتماعية، نزلت في المدينة، والوثيقة التي كُتبت لتنظم علاقات المجتمع بكل طوائفه، كُتبت في المدينة، بل أطلق عليها اسم «وثيقة المدينة».

وإذا راجعنا أعداد المجتمع الإسلامي في ذلك الوقت، سنجد أن التاريخ يُخبرنا أن حجة الوداع كان يحضرها نحو مئة ألف مسلم، وهذا بعد 10 سنوات من الهجرة، ونستنتج من هذا، أن هذا العدد قبل أن يصل إلى هذا الرقم كان آلافًا من المسلمين، ثم عشرات الآلاف.

إذا فكَّرت قليلاً، ستجد أن هناك بعض الأسئلة التي تفرض نفسها:

• إذا كان فرعاً الدين الإسلامي -العبادات والمعاملات - قد اكتملا بصورتها النهائية في المدينة، فماذا كان يفعل النبي في مكة؟

وإذا كان في فترة 10 سنوات في المدينة قد وصل عدد المسلمين إلى مئة ألف، فثرى كم بلغ عدد المسلمين في فترة دعوة 13 سنة في مكة؟

من المؤكد أن سيّدنا ونبيّنا ورسولنا مُحَمَّدًا -عليه أفضل الصلاة والسلام- قد فعل أشياء كثيرة ومهمة جدًّا في تلك الفترة، ولكنني أريد أن أركز على بُعد واحد له علاقة بموضوعنا، وهو أنه أعدَّ رجالاً ونساءً من نوعية معينة. سنجد أن من هاجر من مكة إلى المدينة، لم يكونوا مئات، أو آلافًا، بل كانوا عددًا يتراوح بين الـ58 والـ62، ولكنهم من تلك النوعية المعينة.

تعالَ ننقل سريعًا إلى وقت وفاة سيّدنا النبي -عليه الصلاة والسلام- سنة 10هـ/632م، وأيضًا، نضع أمامنا خريطة العالم، ونحاول أن نرصد على هذه الخريطة أماكن انتشار الدين الإسلامي، سنجد أنها لا تتعدى الجزيرة العربية، وتمثل أكثر قليلاً من مئة ألف، ولو افترضنا أن هناك من لم يستطع أن يصاحب النبي الكريم في حجة الوداع. وتعالَ ننظر إلى خريطة العالم نفسها بعد نحو 200 عام، ماذا سنرى؟

سنجد أن الخريطة قد اكتست بالمساحات الشاسعة التي انتشر فيها الدين الإسلامي، من إندونيسيا شرقًا، حتى المحيط الأطلسي غربًا، ومن آسيا الوسطى شمالًا، حتى جنوب الصحراء من ناحية الجنوب.

مَن الذي فعل هذا؟

مَن الذي فعل هذا إذا كان نبينا الكريم -عليه الصلاة والسلام- قد توفاه الله عام 10 هجرية؟

الذي فعل هذا هو عدد قليل من الناس، بعض العشرات من الناس، في قلبهم هؤلاء الـ59-62، الذين تم إعدادهم، في الـ13 عامًا التي قضاها النبي -عليه الصلاة والسلام- في مكة ليعددهم لمسئوليات المستقبل، فأعددهم بحيث يكونون من «القلَّة المؤثرة»، التي نؤمن بأنها قادرة على أن تُغيِّر العالم، فغيَّرته فعلاً.

هؤلاء لم يعيشوا مئتي عام، ولم يكونوا أنبياء ورسلاً، ولكنهم نقلوا رسالتهم لمن تبعهم، فنشروها بدورهم، وهكذا.

هؤلاء آمنوا بأنهم يستطيعون، فاستطاعوا.. هؤلاء القلَّة هم من «القلَّة المؤثرة في العالم».

نلاحظ هنا أن الأمثلة الثلاثة لمجموعات من الناس، غيَّرت العالم في أوقات مختلفة، كانوا يفعلون هذا لأسباب مختلفة.

منهم من كان يفعل هذا ابتغاء وجه الله، ومنهم من كان يفعل هذا لأبي سبب آخر، وليس ابتغاء وجه الله.

أما حسابه -كما أسلفنا- عن عدم إيمانه به، فهذا موضوع آخر، مؤجل لحين يُقابله بعد انتهاء رحلته في هذه الحياة.

ما يجمع هؤلاء من القلَّة المؤثرة، أنهم آمنوا بأنهم يقدرون.. فقدروا.

أيضاً.. يُخبرنا التاريخ أنه في أوقات الخوف والاضطراب تكون أسباب اليأس والقلق كثيرة، ويراهها كل الناس، ويتبعها إحساس بالكارثة ينجرف إليه اليائسون، ومن ضمن أسباب الانجراف أنه سهل، لا يستدعي أيَّ مجهود، فكل المطلوب منك هو ترك نفسك

مع التيار، وتبادل أسباب اليأس مع الخائفين الآخرين من حولك كي تزداد خوفًا وتأكيّدًا أن لك كل الحق في يأسك.

ولكن.. يكون هناك أيضًا قلة من الناس، عندهم القدرة على الوقوف والتأمل، وبذل كثير من الجهد، لتمالك نفسك أولًا، والتغلب على ألمهم وخوفهم، ثم طمأنة من حولهم، وتهديئة روعهم، وزرع الأمل في أرواحهم المضطربة، ثم يستخدمون حكمتهم للبحث عن المنحة التي دائمًا تأتي مع المحنة -ولا يراها إلا هم- ومن ثم يستخدمون حنكتهم في توجيه انتباه الخائفين الهلّعين إليها، وبذلك يُؤدّون واجبهم الذي خلقهم الله من أجله.. وهو خدمة وقيادة الناس في أحلك الظروف، ويفعلون كل ما سبق وهم أيضًا خائفون، ولكنهم واجهوا خوفهم، وسيطروا عليه، ولم يجعلوه يُسيطر عليهم.

هذا الاختيار صعب، ويحتاج إلى قدرة وطاقة وحكمة، ولذا فهو محصور في قلة من خلق الله.. القلة المؤثرة.

وهنا، لدينا سؤال يطرح نفسه:

هل هناك أي سبب يقول لنا إن تلك الأمثلة غير متكررة في وقتنا هذا؟

هل هناك أي سبب يجعلنا نظن أن القلة المؤثرة كانت تنتمي إلى الماضي فقط؟

هل هناك أي سبب يجعلنا نعتقد أن القلة المؤثرة تنتمي إلى فئة معينة، أو جنس معين، أو حضارة بعينها؟

أنا شخصيًا لا أظن هذا.. وأعتقد أن تلك «القلة المؤثرة» موجودة، وإن كانت نادرة، وأعتقد أن البحث عنهم، وتنبئهم لإمكاناتهم ومسئولياتهم عن باقي خلق الله، هو واجب الساعة لكل من يستطيع.

# القلة المؤثرة

ببساطة، هذا ما نبحت عنه في تجربة «المُراد».

حينما تبحت عن أحجار الماس ذات الحجم الكبير والنقاء النادر، فأنت لا تبحت عنها في أكوام الرمال والأحجار، وإنما تبحت عنها في أكوام الماس.

ومن المنطوق نفسه، حينما تبحت عن القلة المؤثرة، لا تبحت عنها بين عموم الناس، وإنما ابحت عنها بين من لهم تأثير على من حولهم.. ابحت عنهم بين القادة المؤثرين.

ففي «المُراد»، نحن لا نصنع قادة، وإنما نجتهد أن «نصقل» القادة المؤثرين الذين بحثنا عنهم بعناية، واخترناهم بدقة، مثلهم مثل الماس، فأنت أيضًا لا تصنع الماس، وإنما تبحت عنه، وجُلُّ ما تفعله هو أن تصقله.

هناك مفهوم غالب -أتفق معه- أن جميع الناس ينقسمون إلى «أنواع وأنماط»:

فهذا مؤثر، وذاك غير مؤثر، وهذا قائد، وذاك تابع.. هذا ذو رؤية استراتيجية، وذاك موهوب في التفاصيل الدقيقة.. هذا ذو طبيعة مُخاطرة، وذاك لا يخطو خطوة قبل حساب كل العواقب، وغيرهم.. وغيرهم، ولكنني أيضًا أظن أن هناك «حالات»، وهذه «الحالات» هي اختيارات متاحة لكل منّا، كل منّا يستطيع أن يكون ما يُريد -في حدود أنواعنا وأنماطنا- إذا «اختار» ذلك، وهذه «الحالات» لا تغير أنواعنا وأنماطنا، وإنما تؤثر سلبيًا وإيجابيًا عليها، فمثلًا إذا كنت من «النمط أو النوع» استراتيجي الرؤية، ولكنك في «حالة» اهتزاز أو انعدام ثقة بالنفس، فسيكون تفعيلك لهذه المَلَكة لديك في أدنى مستوياتها، ممّا قد يلغي تفعيلها من الأساس، ويعدم أثرها، فتتشكك في استنتاجاتك، وتربك نفسك، وتحرم نفسك ومن حولك من هذه الموهبة، وهكذا تؤثر «الحالة» على «النوع والنمط».

وإذا كنت من النمط الذي وُهَبَ القدرة على القيادة، ولكنك في «حالة» غفلة عن هذه المَلَكَة، فأيضًا سيكون تفعيلك لها مُعطلًا، وستغفل تساؤلات عقول وقلوب من حولك حينما يتوجهون إليك منتظرين منك أن توجههم وترشدهم وتُطفئ حيرتهم، لأنهم يشعرون بملكاتك القيادية التي أنت عنها غافل، وهكذا أيضًا تؤثر «الحالة» على النوع والنمط.

والعامل الرئيس هنا هو: الوعي، فكلما زاد وعيك «بحالك»، سُنحت لك الفرصه للتححرر من هذا الحال، أو تغييره، وتحرك من «حالك» يمهّد لك الطريق للاستخدام الأكمل «لنوعك»، فكلما زاد وعيك كانت زاد تأثير «حالتك» على «نوعك»، وكلما غاب وعيك، سيطر «حالك» على «نوعك».

وكما أسلفت، تجربة «المُراد» تجربة تفاعلية، كما أنه من الصعب شرح ما يحدث فيها.

يستغرقني من 3 - 4 ساعات لكي أحاول أن أوضح للمرشحين ما سنمر به معًا، وفي نهاية التقديم أخبرهم أن ما أوضحته لهم يتراوح بين 5 و10 في المئة لما سيمرون به، وعندما أواجه بنظرات الدهشة، أطلب منهم تقييم تلك النسبه بعد الانتهاء، والأغلبية وافقتني على هذا بعد أن مروا معنا بتلك الرحلة.

**ولكي أحاول أن أوضح أكثر، أسالك عزيزي القارئ سؤالًا، وهو:**

عند بداية تعرفنا على «Facebook»، هل كان من الممكن أن أصفه لك بأنه شبيه بشيء سبقه؟

أعتقد أن هذا صعب، وأنا جميعًا اكتسبنا معرفتنا بتلك الآلية العالمية، بعد أن مارسناها بأنفسنا.

الشيء نفسه ينطبق على تجربتنا، لا نستطيع أن نشبهها بأي شيء نعرفه.

أخبر المرشحين أيضًا أن حياتهم بهد هذه التجربة ستختلف بشكل جذري عنها قبل التجربة، وأعتقد أن الأغلبية أقرتني ووافقتني على ذلك بعد خوضنا معًا تجربتنا.

ولقد خُضْتُ أنا شخصيًا هذا النوع من التجارب في أكثر من مكان في العالم، وتعلّمت على أيدي معلمين أجلاء أثروا في حياتي، وجعلوني أوجّه بوصلة حياتي إلى اتجاه معين هو ما أظنه مُراد الله مِنِّي.

(من المُدهش عزيزي القارئ ما يمكن أن نتعلمه من المختلف عنّا، ثقافةً وحضارةً ودينًا، فقد كان من أكثر من تعلّمت منهم، وله أكبر الفضل عليّ.. الراهب البوذي الكندي الجنسية Patrick Rayan، والذي كان سببًا رئيسًا في أن أتوصّل إلى ما أظنه مُراد الله مِنِّي، وهو الدعوة إلى نشر النموذج المعرفي القائم على مركزية الله، وقد أخبرت Patrick أنني عندما ألقى الله سأخبره عنه، وعن فضله عليّ، وما زلت عند وعدي!).

وجزاء كبير من تجربتنا هنا هي خلاصة ما تعلّمته على يد هؤلاء المعلمين الأفاضل، ولكن بعد عملية Master reframing جوهرية تتعلق بالنماذج المعرفية Paradigms .

وبعد خوضي تلك التجارب، وتشرفّي بمعرفة عديد من أصحاب التجارب المشابهة - وهم لا يتجاوزون المئات على مستوى العالم- أعتقد أن تجربة «المُراد» من التجارب المميزة على مستوى العالم، وذلك لسببين رئيسيين، الحقيقة أنه ليس لنا أي دخل أو إضافة بخصوص هذين السببين:

### السبب الأول هو: نوعية المشاركين

هذه التجارب في العالم تتكلف مبالغ كبيرة، وتستغرق أوقاتًا طويلة، ولذا فإن أغلب مَنْ يلتحق بها هو مَنْ يستطيع تحمل التكلفة المادية والوقتية، وتجربتي واحتكاكي في هذا المجال علّمتني أن نسبة مَنْ يستطيع أن تستفيد من وجودهم في تلك التجارب تتراوح بين نحو 10 و15 في المئة من عدد الحاضرين الذين يستطيعون أن يتحملوا التكلفة

المادية والوقتية. أما في تجربتنا، فنحن نختار مَنْ سيشاركنا هذا التجربة في محاولة أن نرفع نسبة «المُفِيدين» إلى أعلى نسبة ممكنة -وما أتاح لنا أن يكون لنا حق الاختيار هو أننا لا نتقاضى أجرًا عنها، فهي مجانية- وبعد نحو 15 عامًا من بدء ممارستي هذه التجربة، أستطيع أن أقول إن الله وفَّقنا إلى أن نزيد هذا المتوسط إلى نحو 35-40 في المئة، وذلك بعد جُهد جهيد.

كان -ولا يزال- رأيي أن هذه التجربة تُعطينا الفرصة لكي نرى ونذوق ونتعلم ونتزود من ماهية «كينونة» المشاركين، وليس ممَّا يفعلون في حياتهم من أدوار، هم فيها ناجحون لدرجة كبيرة.

وأعتقد أنني فهمت خلال هذه التجربة، أحد معاني جُملة «مُصاحبة العلماء»، أنت وأنا، نستطيع أن نتعلم «علم العلماء»، سواء أكانوا رجال دين، أو فلاسفة، أو مُخترعين، أو.. أو، وذلك من قراءة كتبهم، أو من تلاميذهم، مع إتاحة الوقت اللازم لهذا، ولكن عملية أن «نذوق»، ونتعلم ما هي «كينونتهم» لا تتم ولا تكتمل إلا بمُصاحبتهم ومُعاشرتهم والاختلاط بهم لمدة طويلة.

ونحن في تجربتنا نفعل هذا، ولكن في وقت قصير، لأننا نقوم «بتقشير» و«فتح» الحاضرين، حتى يتذوق بعضهم بعضًا، ويتزودوا من كينوناتهم، وهذا سبب من أسباب أهمية أن يكون الحاضرون متنوعين ومختلفين، لأن كلاً منهم -في رأيي- هو عبارة عن معجزة لها مذاق وكينونة متفردة، وبطبيعة الحال كلما تنوعت وتباينت المعجزات والمذاقات والكينونات، كلما زادت تجربتنا غنى وثناءً.

وأظن أنه في غاية الأهمية أن نشير إلى نقطة مفصلية هنا.. أظن أن عملية نقل العلم بين عالم ومتعلم هي جُهد مشترك بين مُعطي ومُتلقي، بين ساقٍ ومُرتوٍ، فالعلماء يستطيعون أن يسقونا علمهم، والوقت المطلوب لذلك يتوقف على قدرة العالم في التعليم، وقدرة المتعلم على التعلم، أي إنها -مرة أخرى- عملية مشتركة، وأيضاً عملية نقل العلم، هي عملية عقلية بحتة.

هذا غير موجود في عملية «تذوق الكينونة وتشربها»، فهذه عملية تعتمد تمامًا على المُتلقّي، وليس على المُعطي، وعلى قدرته على تمييز ما يريد أن يتذوقه ويتشربّه من العالم -الساقى- الذي أقصى ما يمكن أن يفعله هو أن يفعل ما في وسعه لجعل قلبه وروحه وعقله مفتوحين ومُتاحين، لكن الدور الأساسي هنا يقع على عاتق «الشارب»، فعلى قدر قدرته هو على الاستزادة، سيستزيد، وليس للساقى إلا تأثير طفيف في هذه العملية.

وعملية التزوّد والتشرب هذه عملية قلبية أكثر من كونها عملية عقلية، وإن كانت لا تخلو منه. والفرق بين التزوّد والتشرب من وجهة نظري، أن التزوّد هي عملية يُصاحبها وعي أكثر، وعملية التشرب يصاحبها لا وعي أكثر.

في تجربتنا نعمل جاهدين أن يكون كل من الحاضرين مفتوحًا ومُتاحًا للآخرين كيف يتذوقون ويتزوّدون ويتشربون منه، وأيضًا يكون كل من الحاضرين شاربًا ومتذوقًا ومتزوّدًا من الآخرين، وكل على حسب قدرته، ولذا فنحن نختر بدقة مشاركيننا، ونحرص على أن يكونوا من مشارب وخلفيات مختلفة، دينيًا وثقافيًا واجتماعيًا، لإتاحة الفرصة للجميع أن يستفيدوا من عمق وثقل وتنوع المذاقات المختلفة للحاضرين. وأعتقد أن 60 في المئة من قيمة تجربة المُراد، مرجعها إلى نوعية المشاركين.

## السبب الثاني: هو مُراد الله

بعد مُشاركتي في عديد من مثل هذه التجارب، وبعد بحث ودراسة، وجدت أن أغلب التجارب العالمية المشابهة، تدور تقريبًا حول معنى:

- ما هدفك في الحياة؟ وكيف تحقّقه؟ وكيف تكون حياتك أكثر سلامًا؟ وكيف تكون مديرًا أكثر كفاءة، وزوجًا أكثر سعادة، وأبًا أكثر نجاحًا، وصديقًا أكثر وفاءً.. و.. وكثير من هذه المعاني السامية التي استفدت منها أنا شخصيًا.

وهذا في الحقيقة شيء رائع، ولكنني أعتقد أن كل ذلك يدور تحت سماء مركزية النفس؛ لأن كل المعاني الراقية السابقة تدور حول كيف تطور نفسك لتستخدمها في البحث عن أهداف عظيمة في الحياة، وتحقيقها من أجل نفسك، في حين أن تجربتنا تعطيك الاختيار، فإما أن تبحث عن «هدفك في الحياة»، إذا كان اختيارك لنموذجك المعرفي هو أن تعيش تحت سماء مركزية النفس، وإما أن تبحث عن «مُراد الله» منك، إذا كان اختيارك أن تعيش تحت سماء مركزية الله. فأنت هنا تطور من نفسك، كي تستخدمها في تحقيق مُراد الله منك من أجل الله، وحيث إنني كما أوضحت، أدعو إلى الحياة تحت سماء مركزية الله، وينعكس ذلك في اختياراتي لمشاركينا -بغض النظر عن ديانتهم- فالمناخ السائد في التجربة هو مناخ البحث عن مُراد الله منك، وهذا يفرق كثيرًا عن تحديد هدفك في الحياة، كما أوضحنا سابقًا، فمُراد الله منك يحتوي على هدفك في الحياة، والعكس غير صحيح، ومُراد الله منك يعني أنك قد تقدمت بطلب للعمل عند الله، وقرار قبول أو رفض هذا الطلب، وكذلك توقيتته، بيد الله فقط -سبحانه وبحمده- فإذا أذن لك أن تعمل عنده تغيّرت حياتك، وأصبحت تلقائيًا حياة كبيرة، وهذا بالتالي ينعكس عليك، ويجعلك أنت أيضًا كبيرًا.. فمهما كان هذا المُراد بسيطًا نظل أنت كبيرًا. فالأمر ليس متعلقًا بك، ولكن متعلق «بِلمن» تفعل ما تفعل، فطالما تفعل من أجل الله -الأكبر- فسينعكس هذا عليك، وتكون كبيرًا.. أنت وحياتك، وأظن أن هذا هو السبب الرئيس في تميز تجربة المُراد.

وهذا ما كنت أقصده أن العاملين الذين يميزون تجربة المُراد عالميًا -نوعية المشاركين ومُراد الله- ليس لنا دخل بهما.

هناك «دورات» تدريبية تُخاطب مهارتنا، وألتحق بها لاكتساب بعض المهارات، مثل مهارات البيع، والتسويق، والعلوم الاستراتيجية، والكفاءة الإدارية.. وغيرها، وهذه تجارب تُخاطب العقل.

وهناك أيضًا ما يُطلق عليه الخلوات الصوفية، والقلايات القبطية، والاعتكافات البوذية، وهي تجارب تخاطب القلب، وتجربتنا تقع في المسافة بين هذين النوعين من التجارب، فهي تجمع بينهما، وهي تجربة تفاعلية إنسانية.

في أثناء تجربة «المُراد» نتحرك على ثلاثة محاور:

المحور الأول هو توضيح الفرق بين النموذج المعرفي القائم على مركزيّة النّفس، والنموذج المعرفي القائم على مركزيّة الله، وبعد ذلك نطلب من المشاركين أن يحددوا اختياراتهم -مهما كانت- شريطة أن يطبق آليات هذا الاختيار في مناحي حياته، فليس من المنطقي أن تختار -نظريًا- أحد النماذج، ثم -عمليًا- تطبق آليات النموذج الآخر.

المحور الثاني هو التعرف واستكشاف الوسيلة التي وهبها الله لك -أنت- وتعظيم استخدامها كي تتحول من مجرد وسيلة إلى «معجزة»، وذلك بعد أن تقوم أنت بمساعدة مشاركيك في «فَصْفَصَتِهَا» بعناية، بعد عملية «صعبة»، لتقشير «الإيجو» الفردي، و«الإيجو» الجماعي، اللذين نطنهما جنراليّ دفاع النّفس وحارسها الأمينين، واللذين نطن أنهما العقبة الأكبر والأولى لأي تعلم وتطور ونُضج لتلك المعجزة.

محاولة «تقشير» «الإيجو» بنوعيه هدفها أيضًا وعيك المستمر بوجودهما من أجل التدريب على ترويضهما، ومن أجل البدء في استكشاف وتعظيم استخدامك المعجزة التي وهبها الله لك أنت.

المحور الثالث هو بدء الرحلة المشوقة والممتعة، للبحث، وتحقيق هدفك في الحياة إذا كنت قد اخترت بكل الحرية وكل الوعي أن تحيا تحت سماء مركزيّة النّفس، أو بدء رحلة تحقيق ما أظنّه فلسفة خلق الله لك، وهو البحث وتحقيق مُراد الله منك إن كان قد اخترت بكل الحرية وكل الوعي أن تعيش تحت سماء مركزيّة الله.

هذا الكتاب سيتناول النقطتين الثانية والثالثة بالتفصيل، بعد أن تناول الكتابين «لك» و«منك» النقطة الأولى بتوسع. والآن عزيزي القارئ، دعنا ننتقل إلى الجزء العملي، دعنا ننتقل إلى تفاصيل المغامرة الممتعة التي يُطلق عليها تجربة «الفراد»، ولكن قبل أن نبدأ تجربتنا عليك سيُدي العزيز أن تنتبه إلى شيء في غاية الأهمية.. أظن أن عليك أن تبذل قصارى جهدك أن تأخذ من تلك التجربة ما يعوض ويقابل ميزة كبيرة تنازلت عنها بكامل إرادتك، وهي ميزة أنك كنت لا تعلم، فعدم علمك يعفيك من المسؤولية، وعلمك يحملك تلك المسؤولية. وبعد رحلة وعيك واختيارك وتحريك، أصبحت تعلم، فأصبحت مسؤولاً، وأصبحت مسؤولاً أمام الله.

تجربتنا -مغامرتنا- تنقسم إلى ثلاثة أقسام سنشرح كل منها تحت عنوانه:

القسم الأول: البناء

وهو تجهيز المناخ العام عن طريق خلق الحالة الإيجابية وبناء التحالف.

القسم الثاني: الاختيار

وهو مرحلة الإدراك والوعي باختياراتك، ثم الاختيار بإدراك ووعي.

القسم الثالث: التحرر

وهو مرحلة التحرر مما قد يعوقك في أثناء مشوار تحقيق مُراد الله منك.

# القسم الأول: البناء

## بناء الحالة الإيجابية

ماذا يعني بناء المناخ الإيجابي؟ وما قيمته وأهميته؟

**تأمل معي عزيزي القارئ هذا المثال:**

عندما كنا أطفالاً صغاراً، كان المعلم أو المعلمة يعرضان علينا تجربة وقعها علينا كوقع السحر، فنذكرها على الرغم من مرور عشرات السنين.. كانت المعلمة الغالية تأتي ببذور نبات الفول، وهي حبات كبيرة الحجم ذات لون بُني، قاسية القشرة، وتمررها علينا كي نلمسها، ونشعر بقشرتها الصلبة، ثم تأتي بكوب شفاف ولفافة صغيرة من القطن، وتقوم بلف حبة الفول بالقطن وتضعها في الكوب الشفاف، ثم تملأ الكوب ماءً، وتطلب منّا أن ننتظر أياماً لنرى ما يحدث، كما تطلب منّا أن نلقي نظرة على الكوب صباح كل يوم عند قدومنا إلى الفصل. وكنا ننظر إلى الكوب كل صباح دون حماس، حتى إننا ذات صباح انتبهنا على صيحة انتصار أطلقها أحد الصغار، معلناً أنه أول من لمح المعجزة: لقد انكسرت القشرة البنية القاسية الصلبة، وخرج منها بُرعم صغير رقيق ذو لون أخضر باهت، معلناً قدومه إلى الحياة. ومن ساعتها نتسابق كصغار كل صباح كي نتطلع على نمو المعجزة، فهذا بُرعم آخر، وذاك بُرعم مختلف، حتى تكتمل المعجزة، بخروج المجموعة الجذرية أسفل الحبة، وكذلك نمو المجموعة الخضرية أعلاها، عندئذٍ -وفي طقس مهيب- تقوم معلمتنا الغالية بنقل معجزتنا إلى حديقة المدرسة، وتقوم بزرعها في مكان يتمتع بأشعة الشمس وما تتطلبه من مياه، حتى تكمل رحلتها في الإنبات.

بعد طرح هذه القصة اللطيفة في أثناء تجربة «المُراد»، كان يستتبعها سؤال:

حبة الفول بعد نقعها في الماء لعدّة أيام، تغيرت من حبة ساكنة إلى نبات نافع، فهل تعتقدون لو أننا حرمانها من الماء بعد ذلك، ستقوم بسحب ما خرج منها وتغلق عليها قشرتها مرة أخرى، وتلغي ما حدث لها من تغيير، وترجع إلى حالتها الأولى كبذرة فول بنية اللون ملساء الملمس قاسية القشرة؟! وطبعًا الإجابة معروفة.

كان يتم قصُّ تلك القصة في سياق خلق الحالة الإيجابية الذي كنّا نتفق عليها، والذي كان المقصود «نقعهم» فيها خلال أيام فترة التجربة، والاقتراح عليهم أن ينتظروا نتيجة ما سيفعل بهم ومعهم ذلك «النقع»، ونراقب ما يحدث لهم من تغييرات، وما سيحدث لهم من نمو، وأن هذا التغيير لن ينتهي، ولن ينسحب بعد انتهاء التجربة، ومغادرتهم تلك الحالة الإيجابية الذي اتفقنا على أن نخلقها ونعيش فيها، وأن ما عليهم أن يشغلوا أنفسهم به هو أن يبحثوا أين في أرض الله عليهم أن يأخذوا أنفسهم بعد ذلك ليزرعوا ذلك النبت الطيب، ليسقوا منه خلق الله، ممّا سينبتون من خير (وأظنهم لا يزالون يثمرون خيرًا كثيرًا في أرض الله لكثير من خلق الله).

أيضًا، هناك نقطة في غاية الأهمية، وهي تحقيقك مُراد الله منك في خدمة خلق الله في أرض الله، يحتاج منك إلى مجهود كبير ومستمر، وهذا الجهد، وهذا الاستمرار يحتاجان منك إلى أن تصون وترعى المعجزة التي وهبها الله لك لتستخدمها في تحقيق ذلك المُراد، فعليك أن تصون وترعى.. أنت، وما يروي معجزتك ويساعدها على الاستمرار، هو الحالة الإيجابية التي عليك أن تُداوم أن ترويتها بها، وهذا هو على ما أظن ما يعينك على الاستمرار.

النقطتان السابقتان أوصيك بهما عزيزي القارئ، أوصيك بأن تحاول أن تطبقهما عليك، أو على من ستودُّ أن تشاركهم، سواء فريقك، أو من تقوم بتدريبهم.

# بناء التحالف

قبل أن نبدأ تلك الرحلة -المُراد- داخل كل منّا، نجتهد أن نبني تحالفًا بيننا، هذا التحالف قائم على أن نتفق على مفاهيم محددة نلتزم بها جميعًا في أثناء تجربتنا، والتي تسهم في بناء المناخ العام الذي يحيط بنا، والذي له تأثير أساسي على استفادة الحاضرين من تجربتنا.

ونصيحتي لك عزيزي القارئ أن تبني هذا التحالف قبل أن تبدأ تجربتك الخاصة مع فريقك، أو مع من ستقوم بمشاركتهم، أو تدريبهم، لمحاولة الوصول إلى مُراد الله منهم.

وهذه بعض المفاهيم التي أتفق مع الحاضرين على الالتزام بها، والتي أعتقد أنه من المهم الإشارة إليها، في سياق عرض ملخص لتجربة «المُراد»:

1. هناك مقولة رائعة نصّها: «الطرق إلى الله بعدد أنفاس خلق الله». وفي هذه التجربة نحن نختار أن يكون الطريق إلى الله هو.. خدمة الآخر.
2. الموافقة والاستعداد للخروج من الـ«**Comfort Zone**»، أو مساحة الراحة، وإعطاء الإذن لي -وائل برهان - على دفعك خارج تلك المساحة، وكذلك الشجاعة لمواجهة مواقف مؤلمة، تهرّبنا ونتهرّب من مواجهتها في مشوار حياتنا.
3. إلغاء الألقاب -مع الحفاظ على كامل التقدير والاحترام- وبإلغائها، تبدأ رحلة «تقشير» أشياء كثيرة خارجية، حتى نستطيع أن نبلغ العمق، الذي فيه توجد كينونتنا.
4. اعرف مقاسك، ولا تحاول أن تكون أقل من قدرك الذي منّ الله به عليك: **Don't Play Small**، لا تحاول أن تكون صغيرًا.

فأولاً: أنت المكون الأساسي والرئيس لأي حضارة، أنت معجزة أعطها الله لك، فيجب أن تستخدمها، بل وتعظم استخدامها، إما من أجلك ولمن هم لك، وإما من أجل الله، وذلك يشملك، ويشمل من هو لك.

ثانيًا: سنعمل -الحاضرون وأنا- كل ما في وسعنا على ألا نسمح لك بأن ترى معجزتك أقل من قدرها.

5. علينا أن نُنبّه ويساعد بعضنا بعضًا على أن نكون حاضرين، وإذا حدث أن غادرنا بوعينا مع حضور أجسادنا، فعلينا أن يساعد بعضنا بعضًا على إعادة استحضار وعينا، والتعافي خلال التجربة.

6. خلال التجربة ستسمع آراء وأفكارًا مختلفة، فليس هناك ضرورة أن يقنع بعضنا بعضًا بأفكارنا، وليس هناك احتياج إلى أن نتفق على رأي واحد، فقط خُذ معك ما يُعجبك، واترك ما لا يُعجبك.

7. كلنا لنا الحق أن نُخطئ، وخوفنا من الخطأ يُعرقل قُدرتنا على الإقدام، ولذا نتَّفَق أننا سنكون مُقدمين وعفويين، ومن حقنا أن نُخطئ في أثناء رحلة إقدامنا وعفويتنا، وسيساعد بعضنا بعضًا على التعافي.

8. الثقة والخصوصية والسرية في أثناء التجربة.

9. إخراج وتفعيل الطفل الذي بداخلك، فنحن سنلعب كثيرًا، فدعه يلعب معنا.

10. تسمية الأشياء بأسمائها الحقيقية.

11. ليس هناك أي التزامات مستقبلية من أيّ طرف تجاه أيّ طرف.

12. تفعيل حدسك وفراستك.. شارك ما تشعر به.

13. نجتهد أن نفكر بحيث نحول ما نستطيعه من «أو» إلى «و»، فتخلصنا من هذه

«الألف» هو بداية الطريق للوعي بمساحات الاتفاق، وليس مساحات الاختلاف،

ووعينا بـ«الإيجو» بشقيه، وبالتالي تحجيمه.

14. الاجتهاد في استحضار كينونتك -Your Being- وليس ما تفعل -Your Doing-

فهذا سيساعدك على التواصل مع روحك، وهذا في غاية الأهمية.

15. أنبّه الحاضرين بأن علينا أن ننتبّه بأن الله حاضر معنا في أثناء التجربة، فهو أخبرنا

أنه حاضر معنا جميعًا في كل مكان وكل زمان بشكل لا نعرفه، ولكن توعية الحضور

بهذه الحقيقة لها تأثير عميق عليهم.

# القسم الثاني: الاختيار

## وعيك باختياراتك ثم اختيارك بوعي

البحث عن مُراد الله منك هو كتركيب لوحة «Puzzle».. اعتبر أن مُراد الله منك عبارة عن لوحة «Puzzle»، نريد أن نكونها من أجزاء صغيرة، وبعد أن تنتهي من تركيب اللوحة، وتنظر إليها ستجد شكلاً إما يوضح لك مُراد الله منك، وإما على الأقل يعطيك ملامح أو اتجاهًا لطريق تبحث فيه عنه، بحيث تتاح لك الفرصة أن تحاول تحقيقه وتنفيذه في الحياة.

بعض أجزاء هذا الـ«Puzzle» هو:

1. وعيك بما عندك من قدرات.
2. وعيك بترتيب قيمك وعلاقتها الوطيدة بأزمة منتصف العمر.
3. وعيك بماهيتك ووعيك بهويتك.
4. وعيك بانتماءاتك وترتيبها حسب النماذج المعرفية.
5. وعيك بأحلامك.
6. وعيك بنوع شخصيتك.
7. وعيك بالفرق بين الحضور والوجود.
8. وعيك بـ«لَمَنْ»؟ قبل ماذا؟ وكيف؟
9. وعيك باختيار أن تثقتك بنفسك مصدرها ثققتك بالله.
10. وعيك بتأثيرك المباشر/ صوتك/ نظرتك/ رَبَّتِكَ.
11. وعيك لتفعيلك وممارستك لرحمة الله داخلك.
12. وعيك بوقعك على الآخرين.

13. وعيك بترتيب محبتك ومودّتك.
14. وعيك بأدوارك في الحياة.
15. وعيك بأيّ عالمٍ تنتمي إليه.
16. وعيك بمصادر راحتك ورضاك وامتنانك.
17. وعيك بالفرق بين القائد الخادم والقائد الزعيم.
18. وعيك بمسئولية الأغلبية.
19. وعيك واختيارك للانتقال من مربع رد الفعل إلى مربع الفعل.
20. وعيك واختيارك لأيّ نوع من المنافسة تمارس.
21. وعيك باستطاعتك رؤية الجوانب الإيجابية في منافسك والتعلم منه.
22. Connectors ,Marvin @ Salesmen.
23. وعيك بوقع الكلمات مُرسلاً ومُستقبلاً، ووعيك بقدرتها على الهدم والبناء.
24. الرغبة والقدرة والثمن.
25. وعيك بعالميتك وتفعيلها.
26. وعيك بمساحات الاتفاق والبناء عليها.
27. وعيك بقيمة تجارب الفشل.
28. الأسئلة العميقة لحثك على زيادة وعيك.

## (1)

### وعيك بـ«لِمَنْ»؟ قبل ماذا؟ وكيف؟

قد تكون هذه النقطة هي جوهر وجودك، فأنت هنا تبحث عن وعيك باختياراتك في تساؤل مهم، والتحدي هنا أن هذا التساؤل غير موجود حالياً.

لو تأملت لوجدت أن منظومة التطور المؤسسي، وأيضًا الشخصي، حول العالم، تدور حول معنيين اثنين، وهما:

ماذا؟ - what

كيف؟ - How

أي ماذا نريد أن نكون (ماذا؟ - What)، وكيف نحققه (كيف؟ - How).

هذا متحقق على المستوى الفردي، وكذلك متحقق على المستوى المؤسسي، بدءًا من الشركات، وانتهاءً بالدول والأوطان.

التساؤل الوجودي الغائب هنا هو:

لمن؟ - For whom

عليك أن تستحضر هذا التساؤل، ثم عليك أن تحسم إجابتك:

لمن تطور نفسك؟

ولمن تطور مؤسستك؟ وبالطبع مؤسستك ليست كيانًا من الجماد والطوب والأسمت، وإنما هي تقوم على من هم معك من فريق، وبالتالي استحضار تساؤل «لمن؟»، وحسم إجابته سينسحب على فريقك، وستجد سيدي أنك أنت وفريقك، سيكون لديكما إجابتان تختاران من بينهما لحسم ذلك التساؤل:

إما لله، وإما لنفسك.. ونفسك هذه ستكون مدفونة ومنتكرة في عديد من التحالفات والمواءمات مع الآخرين.

وعيك، وحسمك لهذا التساؤل -لِمَ؟- سيكونان من أهم مؤشرات نجاحك في بحثك وتحقيقك مُراد الله منك.

هل حسمت هذا التساؤل، اكتب إجابتك في الأسطر التالية:

.....  
.....

(2)

## وعيك بما عندك من قُدرات:

هل تعرف التليفونات الذكية Smart Phones؟

دعنا نستخدم أحدها في المثل التالي، وليكن الـ iPhone: تخيّل لو 4 أشخاص -أنت وزميل وزميلة وأنا- ذهبنا لتشتري أحدث طراز من iPhone، ودفعنا للبائع الثمن نفسه، فأصبح كل مِنّا مالِكًا لهذا التليفون الذكي المُدهش، وما يحويه من أحدث تطبيقات خاصة بعدد من أوجه النشاط المختلفة.

تخيّل أنني سألت الزميلة:

فيمَ تستخدمين هذا الجهاز؟ فكانت إجابتها:

أستخدمه في الاتصال التليفوني، وإرسال رسائل SMS، وأيضًا أستخدمه ككاميرا للتصوير، وأيضًا كجهاز تصوير فيديو، وأسجل عليه مواعيدي، واكتب فيه مذكراتي، وأتصفح من خلاله الـ Internet، وكذلك Facebook و Twitter، وأيضًا أعرف درجات الحرارة، كما أأخذن عليه الموسيقى التي أحبها، وأشاهد بعض الأفلام القصيرة على

YouTube، وألعب عليه بعض الألعاب، وأراجع الطرق والخرائط، و.. و.. وأحمّل عليه كثيرًا من التطبيقات (Apps)، التي يتم اختراع الجديد منها يوميًا، ما يُساعدني على تعظيم الاستفادة من هذا الجهاز.

ثم تخيّل أنها سألتنا: فيمَ تستخدمون أنتم هذا الجهاز؟ فكانت إجابتي: أستخدمه في الاتصالات التليفونية فقط.

○ لِمَ؟

○ لأنني «لا أعرف» شيئًا عمّا تتكلمين، ولا أعرف أساسًا أنها موجودة على الجهاز الخاص بي.

وكانت إجابة الزميل:

○ لا أستخدم هذا الجهاز إلّا في الاتصالات التليفونية فقط.

○ لِمَ؟

○ لأنه مع أنني واعٍ بوجود كل التطبيقات التي ذكرتها، وأتابع ما يستجدُّ منها، فإنني لم تتوفر لديّ «القدرة» على كيفية استخدامها.

وكانت إجابتك:

○ أنا أيضًا لا أستخدم هذا الجهاز إلّا في الاتصالات التليفونية فقط.

○ لِمَ؟

○ لأنه على الرغم من أنني واعٍ بوجود التطبيقات المذكورة، وأتابع ما يستجدُّ منها، وأيضًا لديّ القدرة على استخدامها؛ فإنني ليس لديّ الرغبة في استخدامها.

لو تأملت، لوجدت أننا نحن الأربعة دفعنا الثمن نفسه، لنشتري الجهاز نفسه، الذي عليه التطبيقات نفسها، أليس كذلك؟

لكن، شتآن بين استخدام واستفاده زميلتنا من هذا الجهاز واستخدام واستفاده الزميل وأنت وأنا منه، أليس كذلك؟ لكننا دفعنا الثمن نفسه الذي دفعته هي، وأصبحنا نحوز ما تحوزه هي! وهذا لا يصنع أي فرق على الإطلاق.

فصحيح أننا نحوز ما تحوزه زميلتنا، ولكننا لا نستفيد من هذه الحيازة.

أن نحوز هذا الجهاز، فهذا مستوى بلغناه نحن الأربعة.

أن نعي كيفية استخدامه، فهذا مستوى صعد إليه ثلاثتكم، وتخلفت أنا لغياب وعيي.

أن نقدر على استخدامه، فهذا مستوى آخر، صعدتما أنتما إليه، وتخلف الزميل لغياب قدرته.

أن نرغب في استخدامه، فهذا مستوى رابع، صعدت إليه زميلتنا، وتخلفت أنت عنه لعدم رغبتك.

المستوى الرابع، هو مستوى النتائج، وكل ما دون ذلك ليس له أي قيمة، وما دون ذلك يتساوى بالضبط مع كوننا لا نملكه أساسًا.

أنت وأنا أيضًا مثل هذا الـ iPhone، نحن وُلدنا، وقد وهبنا الله إمكانيات وقدرات كثيرة ومتعددة.

وإذا طبقنا المثال السابق علينا، سنجد أن الإمكانيات والقدرات التي وُلدنا بها، لن تؤدي إلى نتائج ونجاحات، إلا إذا وصلنا بها إلى المستوى الرابع.

فإذا كان لديك إمكانيات وقدرات عالية، فيجب أن تكون واعيًا بها، وتكون قادرًا على استغلالها، وراغبًا في استخدامها لتحقيق نتائج.

إذا لم تصل إلى هذا المستوى الرابع، فوجود هذه الإمكانيات والقدرات يتساوى مع عدم وجودها.

كثيرًا ما نواجه قصة شخص حاد الذكاء، ولكنه ليس متأكدًا أن مستوى ذكائه أعلى ممّن حوله، بل وغالبًا اضطر وهو طفل أن يخفي بدايات ملامح هذا الذكاء المتميز حتى يتجنب سخريّة زملائه، إلى أن يصادف من لاحظ هذا، وتبنى صقل هذه الموهبة الفريدة.

حسنًا، نحن نسمع القصص ذات النهايات السعيدة، ولكن ماذا عن الآخرين الذين لم يقابلوا هذه الصدفة السعيدة؟

هل استفادوا من موهبتهم؟ هل حققوا أيّ نتائج؟ هل استفاد المجتمع من تلك الإمكانيات؟ لا أعتقد هذا.

تكلمنا مُسبقًا أنك لست ملكًا لك، وإنما ملك لله، وبالتالي كل ما تحوزه من مواهب، هو منح منحها الله لك، وأعتقد أنه منحها لك لكي تستخدمها في تحقيق مُرادك منك.

ولو حصرت كل الإنجازات والنجاحات التي حققتها في حياتك، ستجد أنها عبارة عن استخدامك مثل هذه المواهب والعطايا من قدرات وإمكانيات.

ولا أقصد هنا العطاءات الخارجية، مثل انتمائك لعائلة غنية، أو أنك وُلدت في بلد متقدم، لا، أنا أقصد ما هو داخلك.

دعني أبدأ حوارًا قصيرًا معك:

○ هل أنت ذكي؟

أرجو أن تُجيب نفسك بصوتٍ عالٍ.

إذا كانت الإجابة بنعم، فأرجو أن تستمر في الإجابة:  
○ هل أنت ذكي أم حاد الذكاء؟

إذا كانت إجابتك حاد الذكاء، فاستمر:

○ هل أنت حاد الذكاء، أم من أذكى العالم؟

نحن نمارس مثل هذا في تجربة المراد، وطبعًا، يتردد الغالبية في وصف أنفسهم بالذكاء، والقوة، والقدرات القيادية، والإصرار، و.. و.. ومخافة الغرور، وخلافه، ولكننا نصر، ونستخرج من كل منهم كل المواهب والعطايا التي وهبها الله لهم، لأنهم في الحقيقة ليست لهم يد في الحصول عليها، أو زيادتها، أو التخلص منها، ببساطة لأنها ليست ملكًا لهم.

هل رأيت أحدًا استطاع أن يزيد أو ينقص من معدل ذكائه؟ لم يحدث، ولكنه يستطيع أن يستغل هذا الذكاء في اتجاه معين.

فلو أنا وُلدت ذكيًا جدًا، وأحسن أهلي تربيتي، فسيتم توجيه هذا الذكاء في اتجاه صحي، ويترجم في نجاحات أحققها في مجال عملي نتيجة ذكائي. أما إذا لم تُحسن تربيتي، وتم توجيه ذكائي لاتجاه غير صحي، فمن الممكن أم أكون لصًا، ولكنني سأكون لصًا ناجحًا، لأنني ذكي جدًا. ولو وُلدت بسمات قيادية، وأحسن توجيهي وتربيتي، فمن الغالب أنني سأكون رئيس شركة أو رئيس حزب سياسي، أو رئيس مؤسسة ما، لأنني كشخصية قيادية لن أَرْضَى أبدًا أن أكون رقم 2 في أي كيان أنتمي إليه.

وإذا أسيء توجيهي وتربيتي، فمن الممكن أن أنضم إلى عصابة لصوص، ولكنني دائمًا سأكون قائد هذه العصابة لأنني وُلدت قائدًا.

نحن ليس لدينا أي قرار في المواهب والسمات والخصائص التي تُولد بها، ولكن لدينا كل القرار في كيفية استخدامها وتوجيهها حيثما نُريد.

السؤال هنا: هل جلست يوماً لتكتب كل ما تعرفه عن العطايا والمواهب والقدرات والإمكانات التي وهبها الله لك؟

لو لم تفعل، أنصحك بأن تبدأ في هذا، وستُدْهش من النتيجة.

ألم تفتح دولابك يوماً، ووجدت بالصدفة قميصاً لم ترتديه منذ أشهر، على الرغم من أنه أنيق، وكنت تحب أن ترتديه؟ ماذا حدث؟

○ لقد غطّته ملابس أخرى، وانشغلت بارتداء تلك الملابس عن ذلك القميص، ولكي تضمن ألا يتكرر هذا، ينصح بأنه كل حين وآخر، أن تقلب دولاب ملابسك على الأرض حتى تفرغه من كل ملابسك حتى تراها كلها.

شيء من هذا قد يحدث مع مواهبك، فعلى سبيل المثال، إذا كان من ضمن مواهبك، موهبة التحليل، وكذلك موهبة القيادة، فمن الممكن أن تواجه فرصة عمل تحتاج إلى موهبة التحليل، وعند ممارستك موهبتك تلك في عملك، تحصل على نجاح متميز، فتمارس قدرًا أكبر من التحليل، ويحملك من حولك بالملفات التي تحتاج إلى قدراتك التحليلية المتميزة، فتزداد نجاحًا، وهكذا.

وفي هذا الانشغال، ستدفن قدراتك القيادية التي لم تجد فرصة لممارستها، وستنساها كما نسيت ذلك القميص الأنيق في الدولاب.

**عزيزي القارئ.. ما نفعه في تجربتنا -ونشجعك أن تفعله أنت في تجربتك- أننا نقوم بتشجيعك على أن تقوم بقلب دولاب مواهبك، بل وتحثك على عصر وعيك وذاكرتك، لكي تُخرج كل مواهبك وعطاياك من قدرات وإمكانات وهبها الله لك.**

نحن نستعين بأكثر شخص يعرفك، ويعرف باطنك وظاهره.

وأنا أعتقد أنك أكثر شخص يعرفك! ولذا، ليس لدينا أحد نستجوبه عنك إلا أنت.

ويجب أن تكتب ما تقول، وتضعه دائماً في مكان تراه، لأن هذا من ضمن أعظم أصولك: Your greatest Assets

والذي رأيتَه خلال السنوات الماضية أن النتيجة تكون مذهلة لك أنت، لأننا غالباً ما نكون قد حققنا نجاحات، بقدر من إمكانياتنا، وليس كلها، وفي مجال واحد، وليس في مجالات متعددة. وأيضاً، لأن المواهب الموجودة داخلك، قد تكون مؤشراً جيّداً لكي تحدد لك الاتجاه نحو مُراد الله منك.

بمعنى، إذا افترضنا أن هناك حقيبة من المعدات خاصة بك، وحينما تفتحتها تجد بها أدوات نجارة، فهذا مؤشر إلى أن النجارة قد تكون ما هو مطلوب منك. ولو كان فيها مقياس للضغط وسماعة من التي يستخدمها الأطباء لسماع نبض القلب، فهذا مؤشر لكي تتجه نحو تعلم وممارسة الطب.

ما لفت نظري في هذا الموضوع، هو عالم الحيوان.. فالحيوانات والطيور والأسماك والحشرات لديها وعي عالٍ جداً بقدراتها. فلن تجد غزالاً يدخل في معركة مع أسد، بل سيسارع بالفرار إذا واجهه، لأنه يعرف إمكانياته جيّداً. وفي الوقت نفسه، تجد هذا الغزال يركع يهدوء على مسافة من الأسد، ما دامت هذه المسافة تسمح له بأن يفر من الأسد إذا هاجمه لأنه يعرف إمكانياته. وتجد أن الغزال نفسه يحافظ على مسافة أبعد حينما يُجاوره الفهد الصياد Cheetah، لأنه يعرف أنه أكثر سرعة من الأسد، وذلك لأنه يعرف إمكانياته.

الحيوانات عندها وعي كبير بقدراتها، من قوة وسرعة.. حقيقةً، هي ليست متعددة المواهب والقدرات مثل الإنسان، وكذلك ليست عندها القدرة على تطوير إمكانياتها واستخدامها في مجالات مختلفة -وهذا من حسن حظنا- إلا أنها على دراية عالية بما تحظى به من قدرات وإمكانات.

ما سبق يكون جزءًا صغيرًا من اللوحة الكبيرة -مُراد الله منك- التي نحاول أن نرسمها، كي نحل الشفرة الخاصة بك.. دعنا نضعها على اللوحة، ونبحث عن جزء آخر.

**اكتب عزيزي القارئ في الأسطر التالية: ما تعرفه من قدرات وهبها الله لك، وأيضا اكتب ما تستخدمه منها، وأمامه ما تعتقد نسبة استخدامك لها.**

مثلاً، هل تستخدم 90 في المئة منها؟ أم 50 في المئة؟ أم 10 في المئة؟

**اكتب عزيزي القارئ.**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## وعيك بترتيب قيمك،

### وعلاقتها الوطيدة بأزمة منتصف العمر.

الناس حول العالم تتفق وتختلف بخصوص بصمة الإصبع. فكل الناس حول العالم، يتفقون في أن عندهم بصمة إصبع، ولكن يختلفون في أن لكل منهم بصمة إصبع خاصة به.. كذلك القيم، فكل الناس حول العالم يتفقون في اشتراكهم بمجموعة كبيرة من القيم، ولكن خلقهم الله مختلفين في ترتيب تلك القيم بالنسبة لكل منهم.

فعلى سبيل المثال، النجاح، والمال، والاحترام، والإنجاز، والحب، والعائلة، والتقدير، والشهرة، والعدل، وغيرها،

تمثل قيمًا إنسانية لأغلب الناس، ولكن أيضًا، ترتيب تلك القيم يختلف من شخص لآخر، ووعينا ومعرفتنا بهذا الترتيب، لهما تأثير كبير على حياتنا.

فمثلاً، إذا كنت أنت وأنا عزيزي القارئ أخوين، وكان والدنا رجلاً عصامياً نجح في بناء شركة ضخمة ناجحة، ثم جاء الوقت الذي قرر فيه أن يرتاح ويسلم قيادة الشركة إلى ابنه. وتعال نتصور سيناريو تسلمك شركة العائلة، إذا كانت قيمة «النجاح» عندك تسبق قيمة المال، حينما يخاطبونك، سيكون ردك: «لقد بدأت شركتي الخاصة، أنا أريد أن أشعر بذاتي ونجاحي، أنا أقدر جداً شركة العائلة، ولكن هذا نجاح أبي، وأنا لا أريد أن أعيش في جلاباب أبي، أنا أريد أن أصنع نجاحي الخاص بي، حتى لو كان سيذر عليّ مالا أقل».

وإذا ازداد الضغط عليك، وتبين لك أنه لا مناص من توليك مسؤولية شركة العائلة سيكون ردك: «موافق بشرط، أن تتركوني أطور في الشركة كما أريد».

وقد تغير هيكل الشركة، أو تطور منتجاتها، أو تفتح أسواقًا جديدة، ولكنك بالتأكيد لن ترتاح إذا تسلّمت الشركة، وأبقيتها على حالها، وإذا اعترض أحد ما بحجة أن الشركة تدر مكاسب مُجزية، ولا حاجة لمثل هذه التغييرات التي بالتأكيد ستكلف الشركة قدرًا محترمًا من الأموال، سيكون ردك: «المال يأتي في الدرجة الثانية، أنا الأهم بالنسبة لي، أن أرى إضافاتي وقد ظهرت على الشركة، المال مهم بالنسبة لي كما هو مهم بالنسبة لأي شخص، ولكن نجاحي أهم من المال، ومستعد أن أضحي ببعض المال حتى أرى بصمتي على هذا الكيان».

هذا الحوار سيحدث إذا كنت سيّدي القارئ واعيًا بترتيب القيم بالنسبة لك، وإصرارك على تطبيق هذا الترتيب في حياتك، سيعود عليك براحة البال.

تعال الآن نتصور سيناريو تسلمي أنا لقيادة شركة العائلة، وكما ذكرنا، أنا واعٍ بأن في ترتيب القيم بالنسبة لي، المال يسبق النجاح.

«حسنًا، تريدون مِنِّي أن أتولّى قيادة وإدارة الشركة، ولكنني أختار هذا الشاب الثّابه الذي يعمل فيها، والذي راقبته منذ فترة، والذي يشي أداؤه بمستقبل باهر، أختاره لكي يحل محلي في إدارة الشركة، وأنا سأكتفي برئاستها لكي أراقب إدارته لها، لأنني مقتنع بأنه سيحقق للشركة، ولي أرباحًا أكثر من الأرباح التي من الممكن أن أحققها أنا. كما أنني سأبيع بعضًا من الأسهم في الشركة، وأساهم بنسب بسيطة، في شركات كبيرة تحقق أرباحًا عظيمة».

وإذا اعترض على أحد ما، بحجة أن هذه شركة العائلة، واسمها و.. و.. وكيف تتنازل عن إدارتها؟ وكيف تفرط في أسهمها؟ ويتساءلون: ألا تريد أن تحقق ذاتك وتشعر بإنجازاتك؟

سيكون ردي: «تحقيقي لذاتي يتحقق في زيادة الأموال التي أرباحها، وأنا أحب النجاح، ولكن حبي لزيادة أموالني، يسبق حبي لنجاحي، أو لتترك بصمتي على شركة العائلة».

هذا الحوار سيحدث إذا كنت أنا أيضًا واعيًا ومدركًا لترتيب القيم بالنسبة لي، وإصراري على تطبيق هذا الترتيب في حياتي سيعود عليّ براحة البال، ولكن، ماذا لو أنا وأنت سيدي القارئ لم نكن مدركين وواعيين بترتيب القيم؟

ماذا لو كنا أساسًا لا نعرف شيئًا عن هذا الموضوع؟

الحقيقة سيدي، أنه في أغلب المجتمعات منخفضة الوعي، هذا الموضوع غائب عن الأذهان، والذي يحدث أن أغلبنا يحدد مستقبله على عوامل أغلبها خارجية.

ف نجد أننا نختار الكليات التي سندرس فيها بناءً على تقديرنا لنظرة المجتمع لتلك الكليات.

أو لأن أحدًا من والدينا كان طبيبًا أو مهندسًا أو محاميًا، فنختار مستقبلنا تشبُّهًا به.

أو أن تضغط علينا العائلة أو المجتمع كي نتبع خطوات والدينا في نفس ما درسوه.

أو أن نعجب بشخص ما، ونقرر أننا نريد أن نكون مثله، فنخطو خطاه.

لعلك لاحظت سيدي أن كل تلك الاختيارات تحدث نتيجة مؤثرات خارجية تخص الآخرين، وليست نتيجة وازع داخلي يخص ترتيب منظومة القيم لدينا.

وعدم مراعاة ترتيب القيم داخلنا لا يسبب ارتباكًا في اختيارنا مستقبلنا الدراسي فقط، وإنما يمتد إلى أبعاد اجتماعية أخرى، مثل اختيار شريك

الحياة.

هل تتخيل المشكلات التي قد تنتج من زواج فتاة قيمة المال بالنسبة لها هي القيمة الأعلى -وهذا بالتأكيد ليس شيئًا مذمومًا- بشاب قيمة المال تأتي في المرتبة الرابعة أو الخامسة؟

هل تتخيل حجم الاتهامات منها له بأنه ليس له طموح، ومتقاعس، وكسول، وكذلك اتهاماته له بأنها مادية، ولا يهتمها إلا المال؟

في الحقيقة، لا يوجد هنا مُخطئٌ ومُصيب، ولكن نتيجة عدم وعينا الكافي بترتيب قيمنا يؤدي إلى مشكلات متعددة.

حسنًا، هل يمكن أن ننجح ونحن نطبق منظومة قيم ترتبها مختلف عن ترتيب القيم داخلنا؟

بالتأكيد، ولكن، هل تعبير «أزمة منتصف العمر مألوف لديك؟».

ألم تسمع أحدهم يضرب كفيهِ عجبًا من تصرفات شخص ما ناجح في عمله، وورزقه الله بزوجة وأطفال، وبيت جميل، وحياة رغدة، وفجأة وجدوه يتصرف تصرفات «غير مسؤولة ولا مبررة»، مثل أن يترك عائلته وعمله، ويقرر أن يجوب العالم في قارب، أو أن يرتبط عاطفيًا في علاقة عابرة، أو أن يفكر جديدًا في إنهاء أعماله والتقاعد مبكرًا، أو أن يبدأ في سن متأخرة في ممارسة هوايات تخص من هم أصغر منه بأعوام عديدة، أو.. أو.. ويكون التعجب ناتجًا عن أن أغلب من حوله يحلمون بحياة مثل التي يحظى بها.

ويكون المبرر: إنه يمر بأزمة منتصف العمر، فيهز الناس رءوسهم موافقين ومُنهين الحديث، كأن أزمة منتصف العمر مثلها مثل حادث سيارة أو مرض عضال، يحدث فجأة، دون سبب أو مقدمات.

أنا لا أظن هذا، ولكنني أعتقد سيّدي أن أزمة منتصف العمر ما هي إلاّ تعبير صحيح عن نجاح شخص ما، في منظومة قيم غير ملائمة له.

تعالّ نحلل ما هي أزمة منتصف العمر؟

**أولاً:** هي تحدث مع من حقق نجاحات في حياته، فهي لا تحدث لمن يُواجه فشلاً أو مصاعب في رحلة حياته.

**ثانياً:** هي تحدث في منتصف العمر، وليس في بداياته، بعد أن يكون صاحبها قد خاض معركة الحياة، وأبلى فيها بلاءً حسناً، حسب تعبير من حوله.

وتحليلي كالتالي: إن هذا الشخص حدد طريق مستقبله بناءً على عوامل خارجية، وليس بناءً على واعز داخلي مبني على ترتيب القيم لديه، وكان عنده من الإمكانيات والقدرات ما سمح له أن يُحقّق نجاحات في ذلك الطريق، وقضى سنوات عمره الأولى وهو يخوض معركة نجاحه حتى فاز فيها، فلم يكن عنده وقت للتوقف وللرصد.

وبعد أن حقق نجاحاته، وهياً حياة سعيدة لزوجته وأولاده، بدأ يشعر بأن حياته بلا «مذاق»، وبدأ يشعر بالظلم؛ لأن كل من حوله يشعرون براحة البال، في حين أن حياته «لا مذاق لها»، فينتابه إحساس بأن «عمره قد ضاع منه»، وأنه لا بد أن يعوض سريعاً ما فاتته، قبل أن يهرم، ويصبح غير قادر على الاستمتاع بالحياة. فيبدأ في ممارسة التصرفات التي توصف بأزمة منتصف العمر، يمارسها بطريقة التجربة والخطأ، يجرب شيئاً ما عسى أن يجد ذلك المذاق الذي يفتقده، فإن لم يجده أقلع عنه، وجرب شيئاً آخر.. وهكذا، في حين السبب الرئيس وراء التصرفات المضطربة لهذا المسكين نابعة من أن حياته وما تشمله من نجاحات لا طعم لها ولا مذاق، وذلك لأن روحه غير مرتاحة منذ فترة، وكانت تحتل هذا، أما الآن فلقد انتهت قدرتها على الاحتمال.

ولكن، لِمَ؟ لأنه حقق نجاحات في منظومة قيم لا تخصه، مثله كمثل من يرتدي ملابس نراها نحن في منتهى الأناقة -وهي كذلك بالفعل- ولكن صاحبها يشتكي أنها غير مُريحة، لأنها لا تناسب مقاسه، فنقول له متعجبين:

- ولكنها في مُنتهى الأناقة!
- ولكنها غير مُريحة على الإطلاق، أنا أتنفس بصعوبة وأنا أرتديها!

ألا يمكن أن نختار ملابس أنيقة ومُريحة في الوقت نفسه؟

بالتأكيد، نستطيع، ونفعل ذلك في أغلب الأوقات. وأيضًا نستطيع أن ننجح في منظومة حياتنا، فنستمتع بنجاحنا، ونحيا حياتنا في رضا، ما دمنا واعيّن بالقيم المهمة لدينا، وبأولوية ترتيبها.

مثال أخير:

كثيرًا ما تسمع أن فلانًا أو فلانة أصيبا بأمراض الضغط، أو السكري -الأمراض التي تنتج نتيجة الضغط العصبي- ويكون التعليق: «لقد وصلوا إلى السن التي تسهل فيها الإصابة بهذه الأمراض».

والحقيقة، أنا لا أظن أن هذا تشخيص دقيق، فليس كل الناس يُصابون بالأمراض الناتجة من الضغط العصبي، وإنما يُصاب بها من يتعرّض للضغط العصبي!

ومن أكثر أسباب الضغط العصبي أن تحيا حياة ليست حياتك، أو بتعبير أكثر دقة، ليست بترتيب منظومة قيمك، ولكن، لماذا نُصاب بهذه الأمراض؟ فقط عندما تتقدم بنا السن، ونحن نعيش هذه الحياة منذ أكثر من عقد؟!

الحقيقة أنه عندما تكون أرواحنا غير مرتاحة، فإن أجسادنا تتضامن معها، وترسل إلينا برسائل مستمرة، مسجلةً اعتراضها على عدم الراحة، ولكن عقولنا

تقهر أرواحنا وأجسادنا، وئملِي عليها إرادتها، وتُجبرها على الاستمرار، وتحثُّها على الاحتمال، وقد تحظى بمساعدة خارجية من الأصدقاء والأقارب. وحينما نكون شبابًا، تحتمل أجسادنا هذا الضغط، ولكن بمرور الوقت، وكبر السن، تضعف أجهزة أجسادنا، وما كانت تحتمله، لا تستطيع أن تستمر في تحمُّله، وتبدأ في الانهيار. ويتجلَّى هذا الانهيار في الأمراض العصبية.

وفي أثناء تجربتنا -وأنت عزيزي القارئ في أثناء تجربتك أيضًا- نعمل على أن يعرف المشاركون ترتيب القيم التي خلقهم الله بها بالنسبة لكل منهم، ولكن، قد يكون هذا مفيدًا للشباب الذي لا يزال في مُقبل الحياة وما زال يحدد اختياراته، ولكن، ماذا بخصوص الرجال والنساء الأكبر سنًا، والذين فعلاً قطعوا مشوارًا طويلًا في مسارات حياتهم؟

ماذا لو اكتشفوا أنهم لا يعيشون حسب منظومة قيمهم؟ ماذا هم فاعلون في هذه الحالة؟ هل المطلوب أن يهدموا ما بنوه في السنين الماضية؟

هذا احتمال غير مطروح، فليس مطروحًا أن يغير أحد حياته، ولكن، إذا وعيت أنك تعيش في منظومة قيم بترتيب غير الذي تترتاح فيه، فالنصيحة هي أن تستمر في حياتك كما هي، ولكن قُمْ بإضافة ما تحب وترتاح في فعله إلى منظومة حياتك، وتستطيع بسهولة أن تفعل هذا، لأن فعلك لما تحبه وترتاح إليه، لا يسبب لك أي إزعاج.

السؤال الأخير: كيف نعرف تراثية قيمنا؟

ستعرف هذا عندما تقارن قيمك ببعضها البعض، ومقارنتك لتلك القيم من خلال أمثلة حياتية ستمكنك من وضع ترتيب حقيقي لمنظومة قيمك، وليس ما فرضته الظروف عليك.. وعيك بهذه النقطة المهمة في أثناء رحلة بحثك عن مُراد الله منك، يضيف جزءًا في غاية الأهمية للـPuzzle الخاص بك.

اكتب ترتيب قيمك في الأسطر التالية: عزيزي القارئ.

.....

.....

.....

.....

.....

(4)

## وعيك واختياراتك لهويتك ولماهيتك

أعتقد أنه من المهم أن تبحث وتختار، وتحسم هويتك وماهيتك.. فما هويتك؟ وما ماهيتك؟

هويتك هي اختياراتك الخارجية.. وماهيتك هي اختياراتك الداخلية.. ماهيتك هي «جوهرك».. وحينما تحسم هذا الاختيار أولاً فأنت في الحقيقة تُعطي لك الفرصة أن تكون واثقاً واضحاً أصيلاً متجذراً ثابتاً في أثناء مشوارك لتحديد هويتك -مهما كانت- والعكس غير صحيح.. فإذا حاولت البحث عن هويتك قبل حسم ماهيتك -مهما كانت- أولاً، فغالباً ستمضي مشوار حياتك قلقاً حائراً متردداً، وستقضي عمرك تدور في دوائر، تبذل كثيراً من الحركة والجهد لتجد نفسك في النهاية حيث بدأت، أو في مكان غريب مجهول عليك، وستضيع وقتاً وجهداً كبيرين -وربما حياتك كلها- تبحث عن هويتك عن طريق التجربة والخطأ، فحسمك لاختيارك ماهيتك أولاً يجعل بدائل اختياراتك لهويتك قليلة

ومعدودة.. وعدم حسمك لتلك الماهية يجعل اختيارات هويتك عديدة ومُربكة ومتضادة ومتنافرة، مغيرًا اختياراتك من أقصى اليمين إلى أقصى اليسار.

وأظن أن بدائل اختيارات ماهيتك -جوهرك- إن كنت تؤمن بالله، بغض النظر عن ديانتك، هي بين اختياريين اثنين: الله أولاً أم نفسك أولاً؟

أو بمعنى آخر، أي نموذج معرفي تختاره؟ مركزية الله؟ أم مركزية النَّفس؟

وحينما تحسم اختيارك بين هذين الاختيارين -بغض النظر عن أيهما- تكون اختيارات لهويتك القائمة على اختياراتك لانتماءاتك الخارجية، أكثر وضوحًا وتحديدًا، وأقل إرباكًا وحيرةً. وبحسبك هذا الاختيار تكون قد أضفت قطعة جديدة للوصول إلى تكوين صورة الـ puzzle في مشوارك لمعرفة مُراد الله منك.

**اكتب عزيزي القارئ أي ماهية اخترت، وأي هوية / هوايات أيضًا اخترت.**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

# وعيك بانتماؤاتك، وترتيبها حسب النماذج المعرفية

في مشوارك للبحث وتحقيق مُراد الله منك، يكون من اللازم عليك -كما أوضحنا- أن تحدد ماهيتك وهويتك.. ماهيتك تحدها انتماءاتك الداخلية.. وهويتك تحدها انتماءاتك الخارجية لكيانات معينة، وكذلك اختيارك لترتيب انتمائك لتلك الكيانات، مثل انتمائك لعائلتك، وشركتك، ومؤسستك، وعشيرتك، وقبيلتك، وجماعتك، وحزبك، وطائفتك، وثقافتك، وجنسك، ووطنك.. وغيرها. وترتيبك لانتماءاتك قد يكون بوعي، وقد يكون دون وعي، وأعتقد أن من أهم مسؤولياتك أن تكون كل اختياراتك بإدراك، وبوعي.

ولذلك فالاختيار يتأثر بصورة جذرية باختيارك النموذج المعرفي، إما مركزيّة النفس، وإما مركزيّة الله.

فتحت سماء مركزيّة النفس هناك احتمالان عليك أن تتعرف عليهما، ثم تختار بينهما لمنظومة انتمائك:

الاحتمال الأول: انتماؤك غير الصحي (التعصب)، وانتماؤك «القبلي»، الذي ما هو إلا انعكاس لاستسلامك للنفس ولجنرالها «الإيجو الجماعي»، وترتيب الكيانات -القبائل- السابق بالنسبة لك سيكون خارجاً عن يدك، وسيترتب حسب قدرة كل قبيلة على فرض سيطرتها عليك.

الاحتمال الثاني: انتماؤك الصحي، الذي يعني تحرُّرك من أسر النفس وجنرالاتها، ولكن ليس عن طريق الله، ولا من أجله، حتى وأنت تؤمن به، ولكن عن طريق، ومن أجل قيم راقية تؤمن بها، وتحيا بها حياة راقية نبيلة، وانتماءاتك هنا ليست قبلية، ولا تخضع لقوة جذب وتأثير تلك الكيانات عليك،

وإنما سيكون لك اليد العُليا في تحديد نوع وقوة علاقاتك معها بصورة ديناميكية وصحية من خلال منظومة قيمك.

أما تحت سماء مركزية الله فيكون لديك تصور مختلف تمامًا للانتماء، وهو أن يكون انتماؤك الوحيد والمباشر لله، وأي شيء، وكل شيء آخر ينتمي إليك أنت.. كل الكيانات السابقة تنتمي إليك، على التوازي، وليس على التوالي، فلا تتعارض بالنسبة لك، لأن اختيارك أن تكون منتميًا لله يجعلك كبيرًا بما يكفي كي تحتوي أنت كل تلك الكيانات.

ستخرج من رحلة تحديد الانتماءات تلك، وقد حددت، واخترت بوعي، وبأمانة، أي نوع من الانتماءات سيكون اختيارك في أثناء تلك الرحلة الرائعة للبحث عن مُراد الله منك مفتاحًا أساسيًا لما تبحث عنه.

### **اكتب عزيزي القارئ، أي نوع من الانتماءات اخترت، هل تحت سماء مركزية النفس؟**

إذا اخترت التعصب، اكتبه، ثم اكتب تحته الكيانات التي تتعصب لها، ولا أظنها كثيرة.. وإذا اخترت الانتماء الصحي تحت سماء مركزية النفس، اكتبه، وأيضًا اكتب ما الكيانات التي تنتمي إليها، وقد تكون متعددة. أم تحت سماء مركزية الله؟

إذا كان هذا اختيارك، فاكتبه، واكتب أنك ستختار أن يكون انتماؤك لله، ثم اكتب تحته، كل الكيانات التي اخترت أن تنتمي هي إليك.

.....  
.....  
.....

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

(6)

## وعيك بأحلامك

أساس إبداعك وبداياته هي أحلامك.. فليس هناك إبداع دون أحلام. وتعريف الأحلام هو أن ما تحلم به ليس متوفرًا لديك وسائل تحقيقه.. والإبداع هو محاولاتك لاختراع وسائل لتحويل تلك الإحلام إلى حقيقة.

هل جرّبت أن تُطلق العنان لخيالك، وتحلم بما تريد أنت أن تحققه في فترة حياتك على كوكبنا الأزرق الجميل؟

هل تتخيل أن أحلامك ستكون مطابقة لأحلام صديقك، أو أخيك، أو من حولك؟

أعتقد لا، أليس كذلك؟

فكل منّا له أحلامه الخاصه به.

لِمَ؟

الحقيقة، لا أعرف كل الأسباب التي تجعل أحلامنا غير متطابقة، ولكنني أظن أن أحد هذه الأسباب هو أننا مختلفون. وكذلك أعتقد أن مُراد الله منك، يمكن أن يكون في إطار أحلامك وآمالك أنت، وليس في إطار أحلام وآمال صديقك، أو أخيك.

هل تعتقد سيّدي القارئ أن مُراد الله منك سيكون في إطار أحلام صديقك أو أخيك؟ أم في إطار أحلامك أنت؟

أعتقد أن الإجابة واضحة، ولذا أعتقد أنك إذا اجتهدت في ممارسة تمارين البحث عن أحلامك وآمالك، ثم كتابة وتدوين هذه الأحلام، فإنك تضيف جزءًا آخر إلى الصورة الكبيرة.

ملحوظة: (من الأشياء المؤلمة التي لاحظتها من خلال احتكاكي مع آخرين من ثقافات مختلفة، أن القدرة والشجاعة على الحلم -التي هي لبُّ الإبداع- هي من أهم ضحايا المجتمعات الذي تسودها ثقافة الخوف).

وعليك أيضًا أن تساعد وتحفز فريقك، أو من ستقوم بتدريبهم، على أن يكونوا من الشجاعة بمكان، وأن يحلموا، وعلى أن يكتبوا أحلامهم.

**اكتب أحلامك عزيزي القارئ، أحلامًا، وليس حلمًا واحدًا.**

.....

.....

.....

.....

.....

## (7)

### وعيك بنوع شخصيتك

هناك وسائل متعددة لتحديد نمط شخصيتك Assessment tools، ونحن في تجربتنا نستعين بإحداها، وهي الـ Enneagram، وهي وسيلة مشهورة ومعروفة حول العالم، وتُقسّم الناس إلى 9 أنواع من الشخصيات، وهذا يفيدنا أيّما فائدة. فلنتصور أنك في مشوار حياتك كنت تلوم وتجلد نفسك باستمرار لعدم تحقيقك نتائج مقارنةً بأقرانك، لأنك كنت دائماً تتعاطف وتناحز للأشخاص على حساب تحقيق النتائج، هل هذا شعور مُريح؟

حسناً، ماذا لو أدركت أن هذا هو نمط شخصيتك التي وُلدت بها، وأن عدم تحقيقك نتائج بقدر ما يحققه أقرانك، ولكنك في الوقت نفسه، تتفهم وتهتم بحقوق من حولك، أكثر من أقرانك، ألا يخبرك هذا بشيء؟

ألا يخبرك أن اهتمامك بالآخرين هو في حد ذاته شيء مهم، تتميز به أنت؟

ألن يُعطيك هذا الاكتشاف فرصة، لتكفّ عن جلد نفسك؟

ودعنا نتصور أن أحد أصدقائك، كان يعاني من أن مَنْ حوله يشتكون من العكس. هم يُعانون من أنه حينما يركز في تحقيق إنجازاته، فإنه لا يهتم كثيراً بمن حوله، بل إنه من الوارد أن يدوس على أقدامهم، ويؤلمهم دون وعي منه،

نتيجة تركيزه على تحقيق تلك النتائج، والتي بالفعل، يُحَقِّق منها أكثر ممَّن حوله. وإنه هو أيضًا، يجلد ذاته، متهمًا إياها بالتقصير في الاهتمام بزملائه وأقرانه.

تخيّل، لو أدرك هذا الصديق أنه مخلوق هكذا، وأن هذا سمثٌ، وليس عيبًا، ألن يكون هذا أكثر راحةً له؟

وعندما يشرح لمن حوله هذا، ألن يساعد هذا في تفهمهم لتصرفاته؟

وهذا أيضًا يساعد على تنمية فكرة العمل الجماعي، لأنك تستطيع أن تستعين بصديقك لمساعدتك فيما هو متميز عنك فيه، وأنت ستستطيع أن تساعد به بما أنت موهوب فيه. وعندما تعرف نمط شخصيتك، ويعرف فريقك نمط شخصياتهم، فهم أيضًا يستطيعون أن يتكاملوا مع بعضهم البعض ويساعد بعضهم بعضًا، ويضيفوا إلى بعضهم البعض، حينما يتطلب الأمر ذلك.

**وتخبرنا آلية الـ Ennyagram أن بكل نمط من أنماط الشخصيات، تسعة مستويات تتدرج من المستوى (1)، وهو المستوى الذي يكون فيه نمط الشخصية أكثر رقيًا والتزامًا بالقيم، إلى المستوى (9)، وهو المستوى الذي يكون فيه النمط نفسه أكثر فقدًا لأغلب قيمة، وتوضح تفاصيل كل مستوى من المستويات التسعة بالتفصيل ماهية حال صاحبها.**

أعتقد أيضًا أن أغلبنا يكون في الحالة المتوسطة، وهي مستويات: 5 و6 و7، وكلما زادت سيطرة النفس وجزالاتها «الإيجو»، و«الإيجو الجماعي» عليك، نزلت إلى المستويات السفلية: 7 و8 و9 وكلما تحررت منه ومكّنت روح الله داخلك أن تقود منظومة حياتك، صعدت إلى المستويات العليا: 1 و2 و3، لذا فإن وعيك بحالة المستويات الـ 9 لا تقل أهمية بوعيك إلى أي نمط تنتمي، لأنها تعطيك مؤشرات مهمة بدرجة سيطرة «الإيجو» عليك، ممّا يفيدك في عمل

صورة متكاملة مع بقية سمات شخصيتك. فبعد تحديد نمط شخصيتك، تستطيع أن تستخدم مواصفات كل مستوى من المستويات الـ9، لكي تكون من ضمن المؤشرات التي تنبهك إلى حدِّ استطعت أنت أن تروض «الإيجو» الخاص بك، أو أنه هو الذي سيطر عليك، وتتصرف على هذا الأساس.

وهذا جزء آخر يضاف إلى بقية أجزاء الصورة الكبيرة.

## (8)

### وعيك بالفرق بين الحضور والوجود

تكلّمنا سابقًا عن الحضور والوجود في كتاب «منك» بصورة عامة، ولكن هنا سنتناول هذه النقطة من زاوية «المُراد».

- في أثناء مشوارك لتحقيق مُراد الله منك، فإن استحضارك لحضورك في حضور الله -سبحانه وبحمده- له أكثر من فائدة، ولكن دعنا أولاً نتخيّل هذا الموقف:
- هل جرّبت إحساسك في أثناء طفولتك، أو إحساس طفلك الآن بقيمة وجود الأم والأب في أثناء مسابقة رياضية يؤديها ذلك الطفل؟
- هل انتبهت للفرق الكبير في الأداء وخيبة الأمل التي يشعر بها ذلك الطفل في حالة غياب والديه عن تلك المسابقة التي كان يتوقع مشاهدتهما له فيها؟
- هل أحسست بالكمية الهائلة من الطاقة التي يستمدّها ذلك الطفل من إحساسه بحضور والديه، التي تنعكس في قوة أدائه، وزيادة مُثابرتة وإصراره؟
- هل أحسست بمدى إصراره على القيام مرة أخرى إذا تعثّر ووقع؟
- هل تعتقد أن كل ما سبق نتيجة إحساس الطفل بـ«حضور» والديه، كان من الممكن أن يكون بالنوعية والكمية نفسها إذا كان ذلك الطفل وحيدًا دون

والديه اللذين تركاه يذهب إلى المسابقة وحيداً، وبقياً هما في البيت، وكان  
الطفل يعلم بوجودهما هناك؟

- هل ترى سيّدي الفرق بين إحساس الطفل بحضور الوالدين وإحساسه  
بوجودهما، ومدى تأثير ذلك الفرق على قوة أدائه، وكذلك على قدرته على  
التعافي إذا ما وقع أو تعثّر؟
- أيضاً.. هل تتذكّر حينما كان لا بد أن يعطيك الطبيب حقنةً ما مؤلمة؟!
- هل تتذكّر كيف احتضنتك أمك وضمّتك إليها بقوة في أثناء غرز تلك الحقنة  
في جسدك؟
- هل تتذكّر كيف ساعدك هذا الحزن/ الحضور على استجماع شجاعتك ومُغالبة  
ألمك؟
- هل كنت ستعبر تلك التجربة لو كنت وحدك، وأنت تعلم أن أمك «موجودة» في  
مكان آخر بعيدة عنك؟

الفرصة نفسها سيّدي متاحة لك مع الله -سبحانه وبحمده- الله حاضر معك كل  
لحظة في حياتك. اختيارك أنت أن تستحضر حضورك في حضور الله من  
عدمه، هو الذي يصنع الفرق.. وعيك بذلك في أثناء بحثك وتحقيقك مُراد الله  
منك يصنع كل الفرق فيما يخص طاقتك وتركيزك وإصرارك وثقتك.

وعيك بهذا الحضور يُعينك على استحضار شجاعتك، والتغلب على الآلم..  
وعيك أنت واستحضارك لحضورك في حضرة الله، يصنع الفارق الأكبر -أيضاً  
في الكم والكيف- في عنادك في مواجهة تحدياتك.. في إصرارك على القيام  
مرة أخرى من كبوتك، ومن استدعاء شجاعتك لمواجهة الفشل مرّات، ومرّات،  
ومرّات.. حتى تحوله إلى نجاح، وفي تفانيك في جودة ما تصبو إليه.

إذا كنت ستختار الوجود، أو الحضور، فاكتب اختيارك سيّدي القارئ.. اكتبه،  
وكرر كتابته مرّات مُتتالية، واملأ بها كل الأسطر التالية:

.....  
.....  
.....

(9)

## وعيك واختيارك أن تثقتك بنفسك مصدرها ثقتك بالله

هناك اختياراتان لإحساسك بثقتك نفسك، وبالتالي إحساسك بقوتك وقدرتك،  
وغيرها، وغيرها.

المصدر الأول: هو نفسك.

والمصدر الثاني: هو الله.

### الاختيار الأول

سيكون قائمًا على أشياء كثيرة: بُنيانك، وتعليمك، ونشأتك، وعائلتك، ومالك،  
وأشياء كثيرة أخرى. زيادة ثقتك بنفسك ستكون مستمدة من زيادة كل ما  
سبق، أو بعضه، وإمكانية اهتزازها سترتبط أيضًا بفقدانك بعض أو كل مما  
سبق.

### الاختيار الثاني

سيأخذ كل ما سبق خطوة أعلى.. سيأخذك إلى المصدر الأساسي لكل ما سبق..  
سيأخذك إلى الله.

والحقيقة، ليس هناك أي مقارنة، فعندما يكون إحساسك أن ثقتك بنفسك مصدرها ثقتك بالله، فمن الصعب تصور أن هناك شيئاً أنت لست قادراً على تحقيقه.

أظن أنه من المهم هنا أن تحسم اختياراتك قبل أن تمضي قدماً، لهذا سيكون له تأثير كبير على بحثك وتحقيقك مُراد الله منك. أعتقد أن حسمك سيؤثر على حجم اختيارك، فعندما تكون ثقتك بنفسك مستمدة من ثقتك بالله، فمن الصعب أن يكون اختيارك مُراد الله منك بسيطاً.. وأيضاً، اختيارك السابق، سيؤثر إيجابياً على نوعية وجودة أدائك في أثناء مشوار تحقيقك لذلك المُراد. اكتب اختيارك سيدي.. كتابتك له ستُعزز من هذا الاختيار.

(10)

## وعيك وتفعيلك لتأثيرك المباشر / صوتك / نظرتك / رَبَّتِكَ

من المهم أن تكون واعياً بتأثير صوتك ونظرتك وِرَبَّتِكَ - وحتى احتضانك لمن يجوزون لك- على الآخرين، فبعضنا له صوت قوي، أو نظرة حادة تبعث في الآخرين عدم الراحة، وبعضنا له صوت هادئ ونظرة لطيفة تنشر الدفء للآخرين.

عدم وعيك بما سبق يجعل تأثيره على من حولك -سواء كان سلبياً أم إيجابياً- عشوائياً، لكن وعيك به يفتح لك الباب في أن يكون لك قرار في مدى تأثيرك على من حولك، بل وتحويل ما هو سلبي إلى إيجابي.

فعلى سبيل المثال، صوتك القوي ونظرتك الثاقبة يمكن أن تستخدمها في مساعدة من حولك في زيادة ثقتهم في أنفسهم، وتحفيز شجاعتهم وإقدامهم، وصوتك الهادئ ونظرتك المطمئنة يمكن أن تزيد من تأثيرها من مجرد بعث الدفء كي تستخدمها لمساعدة من حولك لِلأَمِّ جروحهم، وطمأنة اضطرابهم، وكذلك تستطيع أن تنقل إحساساً كبيراً من الإيجابية والتشجيع باستخدامك لربتاتك على كتف من حولك، دون أن تنطق بكلمة واحدة، بل تستطيع أن تزيد وتسرّع من تأليف قلوب فريقك بهذا الرّبّات، إضافةً إلى كثيرين حولك، بدءاً من أولادك، ووالديك، وزوجك، وزوجتك، مروراً بصديقاتك، أو أصدقائك، وصولاً لرفقاء عملك -بالطبع، شريطة أن يكونوا حلاً لك- يحتاجون في كثير من الوقت إلى أن تحتضنهم بين ذراعيك، وتريح رءوسهم على كتفك، وتربت عليهم بهدوء ورحمة.. هذا الاحتضان له فعل السحر، ما دمت واعياً بغرضك منه.

أظن أن القيمة الشاملة التي تستطيع أن تنقلها للآخرين من خلال صوتك، ونظرتك، وربّتتك، واحتضانك هي الرحمة، فما دامت نيتك وتركيزك في أن تغمر الآخر برحمة الله التي في قلبك، سواء كمحبّة، أو مودّة، أو مُساندة، أو إراحة، أو إفراغ ألم، أو تهدئة غضب من تحتضنه.. فسييسّر الله لك ما أردت.

وعيك بما وهبه الله لك ممّا سبق، يزيد من تأثيره، ويزيد من قُدرك على استخدام المعجزة التي وهبها الله لك في تحقيق مُراد الله منك.

**اكتب عزيزي القارئ ما تعتقد أن الله وهبه لك من الإمكانيات السابقة**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

(11)

## وعيك وتفعلك وممارستك لرحمة الله داخلك

الحب ليس مشاعر فقط، ولكنه أيضًا بيئة رائعة لتحفيز الإيجابية، بالإضافة إلى أنه منبع لا ينضب من الطاقة.

أظن أنك تستطيع أن تستخدم ما سبق كموارد (resources)، تستعين بها في أثناء رحلة تحقيق مُراد الله منك.

○ كيف؟

كمشاعر: يمكنني أن أدّعي وأنا مطمئن، بأن الحب كقيمة (value) ضخمة وكبيرة، قد وقع ضحية صناعة السينما منذ بدئها منذ نحو 100 عام.

اعتدت أن أسأل من حولي: ما أول ما يخطر ببالك عندما تُذكر أمامك كلمة الحب، وكانت أغلب الإجابات تدور حول الآتي:

«رجل وامرأة وقُبلة، وموسيقى رائعة».

○ لماذا؟

لأنها «اللقطه» العظمية في الفيلم السينمائي.. اللقطه التي يفرد فيها المخرج السينمائي عضلاته، ويظهر فيها كل براعته.. اللقطه التي يسهر من أجلها البطل والبطلة، وتظهر هي فيها كل أنوثتها، ويستعرض هو فيها كل رجولته.. اللقطه التي يكدح فيها مؤلف الموسيقى ليجعل موسيقاه في هذه اللقطه تلتصق بأذهان المشاهدين طويلاً بعد مشاهدتهم الفيلم.

وهكذا، عزيزي القارئ، اختزلت «مشاعر الحب» في قُبلة بين رجل وامرأة، ورسخت في وعي أغلب البشر أن هذا هو المعنى الأساسي والغالب «للحب».

أعتقد حتى نسمي الأشياء بأسمائها الحقيقية، أن هناك تعديلاً لازماً في الجملة السابقة، وهو أن هذا هو المعنى الأساسي والغالب لـ«الحب السينمائي».

ونتيجة لهذا الاحتكار، توارت معاني الحب الأخرى:

- توارى أن تتذكر أنك تحب أمك وأباك، وتوارى أن تقول لهما إنك «تحبهما».
- توارى أن تتذكر أنك تحب أولادك، وتوارى أن تقول لهم إنك «تحبهم».
- توارى أن تتذكر أنك تحب إخوتك وإخوانك، وتوارى أن تقول لهم إنك «تحبهم».
- توارى أن تتذكر أنك تحب أصدقاءك، وتوارى أن تقول لهم إنك «تحبهم».
- توارى أن تتذكر أنك تحب العاملين معك، وأن تقول لهم إنك «تحبهم».

ونتيجةً لاختلال الميزان لصالح «الحب السينمائي»، أظن من المهم عزيزي القارئ أن نقوم على إصلاح هذا الخلل من خلال الآتي:

التمرين (استخدم الأسطر التي بعد هذه الفقرة عزيزي القارئ).

اطلب من مشاركيك أن يفعلوا الآتي:

1 - اكتب أسماء من «تحبهم».

2 - اكتب أسماء من تعتقد أنهم «يحبونك».

بعد أن تكتب أسماءهم، أجب عن هذين السؤالين:

○ هل أخبرتهم أنك «تحبهم»؟

○ هل أخبروك أنهم «يحبونك»؟

والمقصود بأنك أخبرتهم (أو أخبروك)، أنك قلت لهم وأنت تنظر في أعينهم: «أنا أحبك».. أن ترسل خطابًا، أو رسالة تليفونية، فهذا مرفوض.. أن تقول له، أو لها، إنني أحب تصرفاتك، أو شخصيتك، أو ذوقك، أو.. أو.. مرفوض.. أن تقول له، أو لها، إنني «أعترُّ بك»، أو إنني «أركن إليك»، أو.. أو.. مرفوض.. أن تُعطيه هدية، أو تحتفل به، أو بها، أو.. أو.. مرفوض.

ببساطة، أن تذهب إليه، أو إليها، وتقول: «أنا أحبك».

(غنى عن الذكر هنا، التنويه بأن هذا لا ينطبق على من هم غير حِلِّ لك من الجنس الآخر).

ما هو مطلوب، شيءٌ صعب، ولكن المردود يستحق.

هذه الكلمات البسيطة لها وقع السحر عليك، بأكثر من مستوى.

### المستوى الأول:

استطاعتك أن تقولها تنقل علاقتك مع مَنْ قُلْتها له إلى عمق آخر.

استطاعتك أن تسمعها تنقل علاقتك مع مَنْ قالها لك إلى عمق آخر.

## المستوى الثاني:

الحالة الوجدانية التي يكون فيها من أخطرته لها وقع أعمق عليك.

الحالة الوجدانية التي تكون فيها نتيجة سماعك تلك الكلمة لها وقع أعمق لمن قالها لك.

هل الهدف من هذا هو «الحالة الوجدانية» التي سبقت الإشارة إليها؟

الإجابة: لا.

الهدف الرئيس من وعيك وإدراكك بقيمة الحب وتبادلها هو أنها إحدى الطرق لتفعيل وممارسة أعظم قيمة خلقنا الله بها، وهي قيمة «الرحمة».

وعلى الرغم من أن الحب لبُّ الرحمة؛ فإنها أكثر اتساعًا منه، فأنت كمُحِبٍّ ترحم مَنْ تحب تلقائيًا، ولكنك كرحيم ترحم مَنْ تحب، ومَنْ لا تحب.. وكذلك الحب يشترط المعرفة، فمنطقيًا أنت لن تحب أحدًا إلا إذا كنت تعرفه، وهذا أيضًا لا ينطبق على الرحمة؛ فأنت تُمارس رحمتك مع مَنْ تعرف، ومع مَنْ لا تعرف.. فرحمتك أكثر اتساعًا من حبك، والرحمة هي القيمة التي تُعطي الحياة مذاقًا، فإذا نُزعت كانت الحياة جافة، وإذا حضرت كانت الحياة دافئة، وحتى نكون مُبادرين علينا ألا ننتظر أن تحضر الرحمة، وإنما علينا أن نستحضرها، وتبادلنا وإفصاحنا عن محبتنا للآخرين هو بداية قدرتنا على استحضار الرحمة.

والرحمة كقيمة لها خاصية متفردة، فأنت تستطيع أن تتعامل بها كقيمة منفردة، وأيضًا تستطيع أن تُضيفها في أثناء استخدامك لقيم أخرى، فتُعطيها تأثيرًا ومذاقًا أكثر رُقياً ونُبلاً.. تخيل تأثير إضافتها لقيم مثل العدل، والإتقان، والنجاح، والشهرة، وغيرها، والمذاق الرائع الذي تكتسبه من إضافة الرحمة لها.

أيضًا، هناك بُعد آخر، وهو وعيك لتحديد اختيارك.. هل ستمارس الرحمة كقيمة إنسانية رائعة نبيلة راقية تحت سماء مركزية النفس؟ أم ستمارس الرحمة كقيمة ربانية تستمدُّها من مصدرها الرئيس والأساسي -الله الرحمن- وتسبغها على علاقاتك مع خلق الله؟

حسمك هذا الاختيار سيأخذ رحلتك للبحث وتحقيق مُراد الله منك إلى بُعد آخر.. قطعة أخرى من puzzle ستُضاف إلى لوحة تحديد مُراد الله منك.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(12)

## وعيك بوقعك على الآخرين

وعيك بوقعك على الآخرين، وبماذا يكون موجودًا بحضورك، وماذا يفتقد حين غيابك، من الأشياء المهمة التي لا بد أن تكون واعيًا بها. فقد خلقنا الله ولكل منَّا وقعٌ مختلفٌ على الآخرين. افترض سيدي أنني وأنت تنافسنا في انتخابات

معينة، ولكل مِنَّا برنامجه، وكان برنامج كل مِنَّا الذي نعد به الناخبين، وسيحاسبونا على أساسه متشابهًا إلى حد التطابق، هل تظن يا سيدي أنه يكفي أن نُرسل هذا البرنامج بالبريد للناخبين، ولا نقابلهما في ندوات ولقاءات؟  
أظن أن الإجابة واضحة: بالطبع لا.

- أيضًا.. تخيل سيدي أنك وأنا حضرنا ندوات ولقاءات مع الناخبين، وعرضنا عليهم برنامجنا المتطابقين، وتحدثوا وتناقشوا مع كل مِنَّا، ثم اختار الناخبون أن ينتخبوك أنت وليس أنا، ثم تم سؤال الناخبين لِمَ انتخبوك أنت وليس أنا، على الرغم من تطابق برنامجنا، ماذا تتوقع أن تكون الإجابة؟
- «البرنامجان متشابهان، لكنني (شعرت) بأن مصداقية فلان أكثر من مصداقية وائل».
  - «أنا (أحسست) بأن فلانًا عنده القدرة على تنفيذ البرنامج أكثر من وائل».
  - «بصراحة أنا (اشتريت) فلانًا أكثر ممَّا (اشتريت) وائل».

**في رأيك عزيزي القارئ، كيف تصف تعبير الناخب بأنه «شعر أو أحسَّ أو اشترى»؟!**

عندما تُرسل أنت وأنا برنامجنا الانتخابي للناخبين، فسيقراءونه، ويدرسونه، ويحلُّونه، وهذا فعل عقلي، فنحن عندما أرسلنا برنامجنا، كنا نعرض أفكارنا على «عقولهم»، ولكن عندما ننظم ندوة كي يرونا، ويسمعونا، ويشعروا بنا، فنحن هنا نعرض أنفسنا على «قلوبهم».. والاختيار الحقيقي والكلمة النهائية تكون لقلوبهم، ولكن هل الكلمة العليا للاختيار تكون للقلب؟

**أعتقد هذا.. لو تأملت عزيزي القارئ، لوجدت أن أغلب اختياراتنا المفصلية في الحياة بناءً على ما «نشعر به» تجاه ما نُفاضل بينه، بدءًا من الشقة التي تسكن فيها، وانتهاءً بشريك الحياة، مرورًا بعملك، وعضو مجلس الإدارة الذي تنتخبه**

ليملك في النادي الذي ترتاده، أو مجلس الآباء، أو عضو البرلمان، أو المرشح لرئاسة وطنك.. بالطبع، أنت تستخدم عقلك لكي تحلل كل البيانات المعروضة عليك، وتفاضل بينها.. ولكنك في النهاية تختار بقلبك. فهناك مَنْ ترتاح إليه من أول لقاء، وهناك مَنْ تنفر منه من أول نظرة. ومن ضمن العوامل التي تؤثر على هذا هو وقعك على «الآخرين».

○ ما وقعي على الآخرين؟

هو الانطباع الذي يتركه حضورك على الآخرين.

○ مَنْ الذي خلق هذا الوقع؟

الله.

ومن الذي يحدد وقعي على الآخرين؟

الآخرون.

○ وماذا استخدموا؟

فراستهم.

ملحوظة:

هناك آلية اخترعها مُنشئ CTI Insitute ، واسمه Henry Kimsy House، في إطار برنامجه CTI leadership Program استطاع بها أن يحدد 7 أنواع من وقع كل مِنَّا على الآخرين.

**عزيزي القارئ**

أعتقد أنه من المهم أن تدرب نفسك على أن تقيس الاثنين، وعيك بوقعك على الآخرين، ووعيك بقدر استخدامك لفراستك.

وعندما تدرب نفسك على هذا:  
○ ستعلم كيف يشعر بك الآخرون.

سيتعاضم ذلك الوقع.

سيكون في استطاعتك أن تستخدمه.

ستعرف قدر استخدامك لفراستك، ويزداد اعتمادك عليها.

وهكذا، تقطع خطوة أخرى لتكوين لوحة مُراد الله منك.

**سجل عزيزي القارئ تجارب استخدامك لفراستك، ونتيجتها، ومدى تطورها  
بقدر استخدامك لها.**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

(13)

**وعيك بترتيب محبتك، ثم ترجمتها لمودتك**

في مقدمة هذا الكتاب تكلمنا عن الفرق بين الحب والوُدِّ، وأن الوُدَّ هو التعبير عن الحب بالفعل.

في هذا الجزء سنتكلم عن هاتين النقطتين، أولاً مَنْ وما تحب وترتيبه، ثانيًا، وعيك بهل تترجم حبك إلى مودة أم تكتفي فقط بالمشاعر؟

كلنا لدينا ما نحبه، ومَنْ نحبه، وأظن أن من المهم أن نعرف ترتيب مَنْ نحبه، فهل تحب عائلتك أكثر من حبك لوطنك؟

هل تحب عملك أكثر من عائلتك؟

وغيرها، وغيرها.

ثم نأخذ هذا الترتيب إلى مستوى أعمق:

هل تحب نفسك أكثر من الله؟

من المهم أن تعرف ترتيب حالك وقت التجربة، وبعدها تُقيِّم، هل هذا الترتيب صائب؟ ما السبب في هذا الترتيب؟ هل هناك ما أريد أن أغيره؟

هل من الصواب أن يكون هناك شيء أو شخص أحب إليّ من الله؟

الحب عاطفة، ونحن لا نملك تغيير عواطفنا، لأنها بيد الله، يغيرها كيفما شاء، ولكننا نملك أن نحاول، وأن نطلب، ونُلجِّح، ونتضرع إلى الله أن يغير قلوبنا إلى الاختيار فيما نزن أنه الصواب.

كيف تعرف هذا الترتيب؟

تعرف هذا الترتيب بعمل مقارنات بمنّ تحبهم - كما سبق بعملك مقارنات بين  
قيمك - هذا التدريب سيوضح لك ترتيب محبتك.

بعد وعيك بترتيب محبتك، ننتقل إلى النقطة الأهم:

هل ترجمت محبتك إلى مودّة؟

هل ترجمت محبتك إلى أفعال؟

ماذا سيستفيد الآخر من محبتك إن كنت لا تعبر عن مشاعرك بأفعال؟

هل يُريد الله منك أن تحبه فقط، أم يُريد منك أن تحول محبتك له إلى مودّة؟

اكتفاؤك بمحبة الله يقصر علاقتك معه عليه وعليك، وهذا شيء رائع، ولكنه  
رائع بالنسبة لك أنت.. فماذا يستفيد «الآخر» من شعورك الرائع بعلاقة الحب  
التي تريد أن تبنيها مع الله؟

ولكن، محاولتك لترجمة علاقة الحب إلى مودّة معناه أنك ستعبر عن المشاعر  
بفعل، وبما أنك لا تملك أن تفعل إلى الله شيئًا - فهو مالكك ومالك كل شيء في  
ملكوته - فسيكون عليك أن تبحث عن مخلوق من مخلوقات الله، تعبر عن  
مودّتك لله من خلال خدمة ذلك المخلوق من أجل الله، بمعنى آخر، سيكون  
تحقيقك مُراد الله منك كتعبير عن حبك لله، هو مودّتك لله، كرمًا وفضلاً من  
الله عليك.

اكتب سيّدي القارئ إجاباتك عن التساؤلات التي قابلتها تحت هذا العنوان.

.....  
.....  
.....

.....  
.....  
.....

(14)

## وعيك بأدوارك في الحياة

من العوامل التي تعوقك وتُشثت تركيزك هو شعورك بالذنب وجلد الذات.. ومن ضمن أسباب وجود هذا الشعور شعورك بالتقصير تجاه شخص ما.

أعتقد أنه من المهم أن تتعامل مع أسباب ذلك الشعور كي تعظم من أدائك في أثناء تحقيق مُراد الله منك.. كيف تفعل هذا؟

«بالوعي»

..(Wheel of Is)

لو تأملت لوجدت أن حياتك ليست حياة واحدة، وإنما تتكون من مجموع حيوات تُمارسها، وأنت لست شخصًا، وإنما أنت عبارة عن مجموع لعدّة أشخاص.. فأنت مرءوس لشخص، وفي الوقت نفسه رئيس لشخص ما، وكذلك ابن لشخص ما، وأيضًا أبٌ لشخص ما، وزوج لشخص ما، وصديق لشخص ما، وأخت لشخص ما.. و.. و.

وشعورك بالذنب قد يكون منبعه أن هناك شخصًا ممّن تحتويهم أنت غير راضٍ عن أدائه، فربما كنت تشعر بأنك ابن جيد لوالديك، ولكن في الوقت نفسه أنت

تشعر بأنك مقصر في حق أبنائك، أو أنت رئيس جيد، ولكنك تشعر بأنك مرءوس مُزعج.. وهكذا.

وبداية حل هذه الإشكالية تتطلب منك أن تقوم بفصفاة تلك الحيوانات عن بعضها، وتفصل مجموع أشخاصك عن بعضها البعض، ثم تقوم بتقييم كل منها -تقييمك أنت وليس تقييم مَنْ حولك- لترى مَنْ منها الجيد، وَمَنْ منها المقصر، وَمَنْ منها الطاغي، ومن ثم تستطيع أن تنقص مَمَّن طغى، وتزيد مَنْ نقص، حتى تشعر بأنك عادل في تعاملك مع مَنْ حولك، فيبدأ شعورك في الإحساس بالذنب في الاختفاء.

وعيك بهذا التقييم والتعديل وقيامك به كل فترة، يساعدك، ويزيد من إحساسك بالرضا، ويقلل من إحساسك بالذنب، ممَّا يعظم من أدائك

(Wheel of life).

أيضًا.. حياتك ليست دورًا واحدًا، وإنما هي أيضًا مجموع من أدوار عدَّة تلعبها، ولكي تكون حياتك متزنة ومنتجة، من المهم أن تكون واعيًا بتلك الأدوار، وتكون متأكدًا أن حياتك متزنة بين تلك الأدوار.

فأنت تعمل وتقوم بدورك مع أسرتك، وتقوم بدورك مع أصدقائك، وهناك منظومة تطويرك المستمرة لذاتك، وممارستك لهواياتك المحببة لقلبك التي تنعش وتجدد حيوية روحك، وممارستك للرياضة والاهتمام بالغذاء الصحي للحفاظ على جسدك وتقويته، ومنظومة عباداتك وشعائرك.. وغيرها، وغيرها من الأدوار، ويزداد إحساسك بالرضا عن أدائك كلما كنت متزنًا في ممارستك لتلك الأدوار، ومنتبهًا ألا يطغى أحدها على الآخر.

وكيف تعرف هذا؟

عليك هنا أيضًا أن تقوم بفصل تلك الأدوار عن بعضها البعض، وتقييم كل منها على حدة، فَمَنْ وجدته مظلومًا زدت منه، وَمَنْ وجدته طاغيًا أقللت منه، فإذا كان دورك في العمل طاغيًا على حساب علاقاتك العائلية، انتبهت وعدلت، وإذا كان جسدك مظلومًا معك، انتبهت، واعتنيت به، وإذا كانت هواياتك مهمة، انتبهت، فأعطيتها حقها.. وهكذا.

وكلما كانت حياتك متزنة، كنت أكثر إنتاجًا، وأحسن أداءً، وأكثر رضا عن نفسك. ونفسك هي الأداة التي وهبها الله لك كي تحقق بها مراده منك، فكلما كنت راضيًا عنها، كنت أكثر سلامًا معها، وهذا السلام ينعكس إيجابيًا في استخدامك لها من أجل الله.

## (15)

### وعيك بأيّ عالم تنتمي إليه

للفيلسوف الجزائري مالك بن نبي مقولة في منتهى الحكمة والعمق، وهي أن أيّ فعل في هذا العالم لا بد أن ينتمي إلى أحد العوالم الآتية:

○ عالم الأشخاص.

○ عالم الأشياء.

عالم الأفكار.

أو تقاطعهم.. فمثلاً، قد يكون هناك بعض مَنْ وهبه الله القدرة على إبداع أفكار تمسّ قيم الناس كالنظريات الاجتماعية والسياسية والإقتصادية، ولكنه ليس لديه من المهارات الاجتماعية ما يجعله قادرًا على الترويج لأفكاره، فهذا ينتمي لعالم الأفكار.

وقد يكون البعض الآخر وهبه الله القدرة على التأثير على الناس، ولكنه ليس لديه المهارات الذهنية لاستيعاب ونشر أفكار عميقة، فهذا ينتمي لعالم الأشخاص.

وقد يكون هناك من خلقه الله ممن لديهم القدرة على التأثير على الناس، ولديه أيضًا القدرة على إبداع الأفكار- أو لديه القدرة على استيعاب أفكار الآخرين وتبنيها ونقلها إلى الناس الذين يؤمنون به- فيستطيع أن يحول الأفكار إلى ممارسات ينشرها بين الناس ليمارسوها في حياتهم اليومية، وهؤلاء ينتمون إلى التقاطع بين عالم الأفكار وعالم الأشخاص.

أيضًا.. قد ينتمي البعض إلى عالم الأفكار.. لديه القدرة على إبداع أفكار عبقرية تسهل حياة الناس، ولكن ليس لديه القدرة على تحويل تلك الأفكار إلى منتجات يلمسها الناس ويستخدمونها في حياتهم اليومية.

وقد يكون هناك من لديه القدرة على تلقف أي فكرة جديدة، وتحويلها إلى منتج من خلال قدرته المؤسسية على تحويل الفكرة إلى خط إنتاج يؤدي في النهاية إلى ترجمة فكرة رائعة إلى منتج ملموس في أيدي الناس، وهؤلاء ينتمون إلى عالم الأشياء.

وهناك أيضًا من لديه القدرة على إبداع الفكرة، وأيضًا لديه القدرة على تحويلها إلى ذلك المنتج الملموس، وهؤلاء ينتمون إلى التقاطع بين عالم الأفكار وعالم الأشياء.

وعيك وإدراكك إلى أيِّ عالم تنتمي -أو تقاطعاتهما- سيساعدك على الوصول إلى جزء جديد من مكونات اللوحة الكبيرة.

ابحث داخلك عمّا تودُّ أن تفعله، وتكون راضيًا في أثناء فعلك إياه، وليس ما هو مفروض أن تفعله، لأننا أحيانًا نطوع رغباتنا إلى ما يجب، وما هو مفروض..  
ابحث عن العالم الذي ترتاح فيه من تلك العوالم، ورتّبها حسب ترتيب  
«إحساسك ورغباتك»، وليس ترتيب «ما هو مفروض عليك»، حتى ولو كان مَنْ يفرش عليك هو نفسك.

هذه قطعة أخرى يتم وضعها على اللوحة الكبيرة.

**اكتب عزيزي القارئ اختياراتك في الأسطر التالية:**

.....  
.....  
.....

## (16)

### **وعيك بمصادر راحتك ورضاك وامتنانك**

أنت تحتاج إلى أن تجدد من حيويتك وطاقتك من حين لآخر، وإلا تأثرت جودة أدائك سلبيًا، وربما فقدت قُدرتك على الإنجاز.

ومن العوامل المهمة التي تجدد حيويتك، مصادر تجديد تلك الطاقة وتلك الحيوية في أثناء مشوار حياتك، ومحطات الراحة هي من المصادر المتعارف عليها لتجديد ما سبق.

أظن أنه من المهم أن تنتبه إلى أنك لو اخترت مركزيّة الله نموذجًا معرفيًا، وأكملتها عمليًا بتحقيق مُراد الله منك، فإن لديك خيارًا إضافيًا لمصادر التجديد

تلك.. يكون لديك خيار أن تكون مصادر تجديد حيويتك وطاقتك مستمدة من إحساسك بالرضا والامتنان، وبقدر أكبر من محطات الراحة.

لو تأملت لوجدت أنك عندما تكون شغوفًا بشيء، فإنك تمارسه لمدد طويلة، ويتغلب إحساسك بالشغف على إحساسك بالتعب، ويمدك بطاقة متجددة لجسدك وعقلك وروحك.. كذلك -بل وأكثر كثيرًا- يفعل بك إيمانك بأن ما تفعله هو ما تظنه مُراد الله منك. تأثير هذا الإيمان يفوق تأثير الشغف أضعافًا مضاعفة تجديدًا لطاقتك وحيويتك، سواء لجسدك، أو لعقلك، أو لروحك.

ترجع إلى منزلك في نهاية اليوم مكدود الجسد، مُرهق الذهن، ولكنك متوقد الروح، وسبب هذا التوقد أنك تشعر بأنك راضٍ عن أدائك في العمل عند الله، وكذلك شعورك بالامتنان لله الذي شرفك بقبوله لك عاملاً عنده، وخادمًا لخلقه، وتكون عوامل تجديد حيويتك مصدرها مساحات الرضا والامتنان تلك، أكثر منها بكثير من محطات الراحة، فتقوم صباحًا مُنتعشًا، لإكمال مشوارك، ولكن ساعات نومك القليلة لا تكون سبب هذا الانتعاش، ولكن روحك التواقّة تكون هي وراء هذه الحيوية.. روحك التي تستمد مددها من الله -سبحانه وبحمده- وعيك بهذا المصدر لتجديد طاقتك وحيويتك -الرضا والامتنان- هو السبيل لك للاستعانة به، واستخدامه، فكل شيء يبدأ من الوعي.

اكتب سيّدي القارئ تلك المصادر في الأسطر التالية:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(17)

## وعيك بالفرق بين القائد الخادم والقائد الزعيم

أظن أن هناك عديدًا من التعريفات لأنواع القادة، وسنتناول هنا تعريفًا بسيطًا  
لنوعين من القادة، بحيث تحسم اختيارك بينهما.

تاريخيًا، هناك القائد الزعيم البطل المغوار، الذي يقود رعاياه نحو ما يظنه خيرًا  
لهم، متفاديًا أو منتصرًا على ما يظنه شرًا لهم، وحيث إنه الزعيم البطل المغوار،  
فتاريخيًا تتحول تلك العلاقة إلى علاقة تماثل علاقة الأب بأطفاله الصغار، فهو  
يعلم مصلحتهم خيرًا منهم، وبما أنهم ارتضوا دور الأطفال، فهم لا يتحملون  
مسئولية أنفسهم، وإنما يتحملها القائد الزعيم، الأب، وبالطبع، الأطفال لا  
يسألون ولا يُحاسبون الأب الزعيم القائد، وخصوصًا أنهم من اختاروه، ورفعوه  
إلى هذه المرتبة، والعكس صحيح، فكلما تحوّل الرعية إلى أطفال، قلّ احترام  
الزعيم لهم، وقل استئناسه برأيهم ورغباتهم.

ومن ضمن مواصفات القائد الزعيم، أنه يقود من الأمام، مستكشفًا المخاطر،  
ويختار وحيدًا أيّ مخاطر يواجهه، وأيّها يتجنب، ويختار وحيدًا أيّ معارك وأيّ  
معارك يتجنب، ويختار وحيدًا أيّ وسائل يستخدم، وأيّ وسائل يترك،

ونتيجة لهذا يكون غير مهتم بما يكفي لمصالح رعاياه، فيتساقط منهم كثير  
في الطريق، لأنه غير مُنتبه لهم، إما لتركيّزه على ما يُواجهه في الأمام، وإما  
نتيجة انشغاله بتراكم التحديات التي يُواجهها، والتي عليه أن يدرسها ويحلها  
وحده.. الحزم، والحسم، والقسوة، والكبر، تكون مصاحبة لهذا النوع من القيادة.

الاختيار الآخر هو القائد الخادم، وهو يقود زملاءه، وليس رعاياه، مواطنيه، وليس أطفاله، يقودهم نتيجة تسليمهم له بالقيادة، ولكنه غير مُعفى من الحساب، هو لا يقودهم وحده، وإنما يختار معه الأكفأ، والأصلح، وهو يسألهم ويستشيرهم، ويأخذ القرار بعد الموافقة عليه منهم، ويحاسبونه عليه، ويتحمل مسؤولية قراراته، ويتراجع ويعتذر عنها، إن كانت المصلحة العامة تتطلب هذا، وهو غير مُخلد في منصبه، ويكون جاهزاً لتسليم منصبه لمن يراه أولى وأصلح منه، أو بعد انتهائه من تنفيذ ما كان مطلوباً منه. هذا القائد لا يقود من الأمام، وإنما يتحرك بين الأمام والخلف، متفقدًا حال مَنْ هو مسئول أمامهم، ونادرًا ما ينسى أحدًا، أو على الأقل يبذل أقصى جهده هو ومعاونوه ألا ينسى، أو يفقد أحدًا، وبابه مفتوح دائمًا.

الرحمة، والحكمة، والتواضع، والرفق، تكون مُصاحبة لهذا النوع من القيادة. أنبياء الله كانوا دائمًا أقرب إلى النوع الثاني من النوع الأول، لأن مُراد الله منهم كان جُلَّ همَّهم متمثلًا في احترامهم وخدمتهم لمن أرسلهم الله إليهم. وزعماء وأبطال التاريخ كانوا دائمًا أقرب إلى النوع الأول من الثاني، لأن المجد، والعظمة، وكيف يراهم منافسوه، كانت همَّهم، أما رعاياهم -أطفالهم- ففي أحسن الأحوال كانوا يتعاملون معهم بعُلوِّ واحتقار مكتوم، أو مصرح به. أظن أن وعيك باختيارك هنا من النقاط المهمة التي ستحدد مساراتك في أثناء تحقيقك مُراد الله منك.

**اكتب اختيارك عزيزي القارئ.**

.....  
.....

## (18)

### وعيك بمسئولية الأغلبية

في أيِّ مُجتمع ودوائره، لا يتوافر بالضرورة توازن اجتماعي بين مكوناته.

مثلاً، قد نجد في اجتماع مجموعة من الأصدقاء على عشاءٍ، أن أغلبية الحضور من الرجال، وأن هناك عددًا قليلًا من النساء.

وفي اجتماع أولياء أمور تلاميذ صفار السن قد تجد أغلبية الحضور من النساء، والأقلية من الرجال.

وفي اجتماع عائلي معين قد تجد أغلبية الحاضرين من كبار السن، والأقلية من الشباب، أو العكس.

وفي دوائر أخرى قد تجد أن غالبية الحاضرين يشجعون فريق كرة قدم معينًا، والأقلية تشجع فريقًا آخر.

وفي دوائر أخرى قد تجد أن هناك أغلبية ذات انتماء سياسي معين، وأقلية تمثل انتماءً سياسيًا مختلفًا.

وأيضًا.. قد نجد في اجتماعات أخرى أغلبية تنتمي إلى دين، أو مذهب معين، وأقلية تنتمي إلى دين أو مذهب مختلف.. وغيرها، وغيرها.

فيما سبق، وباختلاف أنواع التجمعات والاجتماعات، وباختصار لا يخلُ بالمعنى، غالبًا ما نجد أن هناك أقلية ما تشعر بقدر ما من «العُربة»، وسط أغلبية

ما. وهذا الشعور بـ«الغربة»، قد يزيد حتى يصل إلى الشعور بالتهديد، وعدم الأمان.

**أعتقد عزيزي القارئ أنه من المهم أن تعي، وكذلك أن تدعو «الأغلبية» إلى أن تتحمّل مسؤولياتها تجاه «الأقلية».**

أولاً: دعونا نتّفق على تعريف معنى مسؤولية الأغلبية.

- أن «تلاحظ» أن هناك أقلية ما، وسط أغلبية ما أنت تنتمي إليها، ليس معناه أنك قمت بواجبك كأغلبية، ولكن يعني فقط أنك لاحظت وجود الأقلية.
- أن تكون من ضمن الأغلبية، ولا تفعل شيئاً سيئاً موجهاً للأقلية، فهذا لا يعني أنك قمت بواجبك كأغلبية، بل يعني بالضبط ما فعلته، أنك كفرد من ضمن الأغلبية، لم تفعل شيئاً سيئاً موجهاً لأيّ من أفراد الأقلية.
- أن تكون من ضمن الأغلبية، وتكون مُقتنعاً بقبول وجود الأقلية، فهذا ليس معناه أنك قمت بمسئولياتك كأغلبية، وإنما يعني ما فعلته، أنك مقتنع بوجود أقلية.
- أن تكون من ضمن الأغلبية، وتكون مُقتنعاً بأنه لا بد من السماح بضمان حقوق الأقلية، فهذا أيضاً لا يعني أنك قمت بمسئولياتك كأغلبية، وإنما أيضاً يعني بالضبط ما فعلته أنك مُقتنع بضمان حقوق الأليات.
- أن «تشعر» الأقلية بأن الأغلبية «تقوم» بكل ما في وسعها، حتى تضمن لها -للأقلية- كل «الحقوق»، وكل «الأمان والاطمئنان»، كواجب عليها، وليس مناً، أو فضلاً.. فهذه هي مسؤولية الأغلبية.
- ما خطوات تحقيق ما سبق؟
- يجب أن نكون دائماً في حالة وعي وإدراك لما حولنا، حتى نستطيع دائماً تحديد وجود أقلية ما من عدمه فيما بيننا.
- لا يوجد منٌ أو فضل في توفير الحقوق، وإنما هو واجب.

- وماذا أيضًا؟
- الاطمئنان لا بد أن يكون سائدًا، والأمان لا بد أن يكون غالبًا.
- كيف؟
- بذل الأغلبية لكل ما في وسعهم لضمان حقوق الأقلية، لا يوفر فقط الحقوق، وإنما يوفر أيضًا الوُدَّ والاطمئنان والأمان.

**عزيزي القارئ، أظن أنه من الأهمية بمكان أن نناقش ونتفق على المعنى الحقيقي للمسئولية؛ مسؤولية الأغلبية، ونضع تلك الأغلبية أمام تلك المسؤولية، ويكون لهم الاختيار، إما أن يُؤدوا «واجبهم»، وإما أن «يتقاعسوا» عن فعله. وحق الاختيار مكفول لكل واحد منهم، ويكون واعيًا به، ومتحملاً لمسئوليته.**

- مُتحملاً للمسئولية أمام مَنْ؟
- أمام الله تعالى.
- هذا رائع، إذًا علينا أن نتابع ونتأكد أنهم يقومون بمسئولياتهم أمام الله، أليس كذلك؟
- بالطبع لا، أنت عليك أن تتابع مسئولياتك أنت فقط أمام الله، لا شأن لك بغيرك، وإلا تكون قد فتحت بابك على مصراعيه لـ«الإيجو الشخصي» لكي يمارس إحدى هواياته المفضلة، وهي: الحكم على الآخرين.

**اكتب عزيزي القارئ ماذا سيكون اختيارك؟**

.....

.....

.....

# وعيك واختيارك للانتقال

## من مربع رد الفعل إلى مربع الفعل

الوعي والانتقال من الانزلاق إلى مربع رد الفعل.. إلى الصعود إلى مربع الفعل.

الانتقال من مربع السلبية إلى مربع الإيجابية.

الانتقال من مربع الضحية إلى مربع المتعافي.

الانتقال من مربع الصبر إلى مربع الشكر.

هناك فرق بين حدث ما نتعرض له، ووقع هذا الحدث علينا.

أكرر: هناك فرق بين حدث ما نتعرض له، ووقع هذا الحدث علينا.

نحن قد لا يكون لدينا خيار في الأحداث التي نتعرض لها، ولكن بالتأكيد لنا كل

الخيار في التعامل مع وقعها علينا.

### تعال عزيزي القارئ نتصور موقفًا معينًا، موقفًا بسيطًا.

تخيل أن لديك موعدًا مهمًا صباحًا، وأنت استقللت سيارتك مبكرًا للذهاب إلى

ذلك الميعاد، ثم فجأة وأنت أعلى الكوبري الذي يخترق وسط المدينة، وجدت

أن هناك زحامًا وشللاً مروريًا، ولكونك فوق الكوبري فليس هناك احتمال أن

تتراجع إلى الخلف، أو أن تبحث عن شارع جانبي كي تتجنب هذا الزحام.

من الطبيعي أن تُحبط، لأنك ستتأخر عن ميعادك، وأن تجد هذا الصوت في

رأسك الذي يردد: كم أن هذه المدينة مزدحمة، وكم أن المرور فيها لن ينصلح،

وكيف أن هذا الزحام والجو الحار قد يرفعان درجة حرارة محرك سيارتك، وأنت قد تضطر إلى إغلاق مكيف الهواء للتخفيف عنه، وأنت قد تضطر في هذه الحالة إلى فتح نوافذ السيارة، وهذا سيؤدي إلى ملء رئتيك بالعامد المتراكم نتيجة الزحام. وإذا نظرت إلى السائق في السيارة المجاورة، فهناك احتمال كبير أن تجده في حالة الحوار التي أنت فيها، وغالبًا في هذه الحالة أنكما ستتبادلان إشارات الامتعاظ والشكوى، مما يؤكد ويزيد ويكرس من حالة السخط لدى كل منكما، وهذا من الممكن أن يشجعك على أن تضغط على آلة تنبيه سيارتك محتجًا على ما يحدث، ومضيفًا تلوًا سمعيًا إلى التلوث البيئي.

وتجد الصوت الذي في عقلك يأخذك إلى مربع آخر، بأنك تستحق حياة أحسن من حياتك، وعملاً أحسن من عملك، ومدينة خيرًا من هذه المدينة المستحيلة، وكيف أن زملاءك الذين سافروا إلى أقطار أخرى يتمتعون بكل ما تفتقده، ويعيشون حياتهم في استمتاع، في الوقت الذي تعيش فيه حياتك في عذاب، ثم أخيرًا، تزفر أنفاسك غاضبًا، ساخطًا، متذمرًا.. مرددًا في سرك: الحمد لله، أكيد ربنا سيعوضنا عن صبرنا على أحوالنا.

حسنًا، تعال نحلل ما حدث.

أنت قد واجهت موقفًا ما، وهو الشلل المروري الذي ليس منه فرار.

وماذا حدث بعد؟

لقد استسلمت تمامًا لتأثير الموقف عليك، ففعل بك ما يشاء. حوّلك من الشخص المُبتسم المُشرق الذي نزل من بيته صباحًا، إلى ما سبق ذكره. فأنت مبدئيًا مفعول به بامتياز، وفي قاع مربع رد الفعل، ونتيجة لذلك، قفزت من ذلك الموقف كل الأشياء السلبية -التي هي حقيقية- وحاصرتك حصارًا تامًا،

جعل الفكاك منها في منتهى الصعوبة، ثم قادتك إلى مربع الضحية، وهو مربع له تأثير مدمر للنفس، ولكنه أيضًا يُغري على البقاء فيه، وعدم مغادرته.

وبعد أن «تُغطسك» نفسك في كل ما سبق، و«تنقعك» فيه حتى تتشرب به كل خلاياك، تخرج عليك نفسك ببيان: «أنا صابر» على كل هذا!

لو حللت ما سبق من ادعاء مُزيّف بالصبر، لوجدته مُترعًا بالسلبية، وإحساس الضحية، ورد الفعل.

ولكن، هل هناك رد فعل آخر؟

رد فعل؟!

بالتأكيد لا.

لكن، بالتأكيد، هناك «اختيار» آخر.. هناك «فعل» آخر، بل هناك «أفعال» أخرى.

عندك «الاختيار» أن «تصعد» إلى مربع آخر، وحينما أستخدم كلمة «تصعد»، فلذلك دلالة على أنك ستبذل مجهودًا في أثناء ذهابك إلى ذلك المربع، مثل الذي تبذله في أثناء صعودك مُنحدرًا.

وذلك بعكس المربع السابق، مربع رد الفعل والسلبية والضحية، فليس عليك إلا أن تترك نفسك لنفسك، فتتخذك و«تنزلق» لذلك المربع.

ما ذلك المربع الذي يحتاج إلى مجهود للصعود إليه؟

هو مربع «الفعل».

هو مربع «الإيجابية».

هو مربع «المتعافي».

هو مربع «الشكر».

○ كيف نتحرك صَوْبَهُ؟

دعنا، نأخذ مثال الموقف البسيط نفسه الذي سبق.

أولاً: عليك أن تتمالك وعيك وإدراكك، وتخاطب نفسك، بأن هذا الموقف -الشلل المروري فوق الكوبري- ليس لنا اختيار فيه، ولكننا لنا اختيار في وقعه علينا.

وبهذه الخطوة، تكون قد اخترت أن تخرج من مربع رد الفعل، وبدأت التحرك من مربع الفاعل.

ثانياً: اختر أن تكون إيجابياً، وذلك عن طريق فعل أشياء إيجابية في ذلك الموقف السلبي.

أبدأ بالبحث عما يمكن أن تفعله إيجابياً، مستغلاً ذلك الوقت، ودعنا نتشارك قائمة بما يمكن أن تفعله:

أول شيء، استحضر حضورك في حضور الله، وأنه حاضر معك في هذا الموقف، وتذكر أنه أخبرك أن بيده الخير، حتى لو كنت لا تستطيع أن تفهم، أو تجد الخير في هذا الموقف.

بعدها، ابحث عن ابتسامتك، وابتسم.

أليست هذه فرصة لكي تتأمل وسط المدينة من أعلى الكوبري؟ هي فرصة لن تتاح لك حينما تكون مسرعاً بسيارتك.

ابحث عن مقطوعة موسيقية افتقدت أن تسمعها منذ فترة نتيجة انشغالك،  
واستمع بسماعها.

ابحث في ذاكرتك عن صديق قديم لم تتصل به منذ فترة، وأتصل به.  
أتصل بشخص مُحبب إليك، وأخبره أنك تحبه، زوجك.. زوجتك.. أمك.. أهلك..  
ابنك.. ابنتك.. صديقتك.. صديقك.. واستمتع بوقع إبلاغه بحبك عليه.

انظر إلى جارك في السيارة المجاورة، وابتسم له، وخفف عنه بإشارات، أو  
عبارات قصيرة، بحثك عن تلك العبارات والإشارات المشجعة، سينعكس عليك  
أنت أولاً بالإيجابية.

وبهذه الطريقة، وكونك فاعلاً، وباحثًا عن الإيجابية، فأنت «قائد» لنفسك،  
ولست «ضحية» لنفسك.

الآن، تستطيع أن تشكر الله، لأنه ألهمك التصرف السليم.

الآن، إذا قلت «الحمد لله» ستكون تعنيها صابراً، وستقولها وأنت في طريقك  
في محاولة التحرك من مربع الصبر إلى مربع الشكر لله.

وهكذا، وفي هذا الموقف، أنت تحركت من مربع الصبر/ المفعول به/ الضحية،  
إلى مربع الصبر/ الفاعل/ الشاكر.

هذا كان مثلاً لموقف بسيط في الحياة، ولكنه ينطبق على «كل» المواقف  
الأكثر عمقاً، التي يمكن أن تواجهها في حياتك.

أعتقد أنه دائماً هناك جانب إيجابي في كل شيء، ومن أكثر الأشياء الإيجابية  
في المواقف المؤلمة، هو أنها -في حالة أن كنت مدركاً وواعياً- تدفعك إلى أن  
تسرع في اتجاه الله، تدفعك إلى أن تفرّ إلى الله، وليس من الله.

وباختيارك أن تحاول أن تكون فاعلاً، شاكرًا لله، ستجد أن للحياة مذاقًا آخر.  
وستجد أن قُدرتك على تحويل موقف سلبي يستهلك طاقتك إلى موقف  
إيجابي أنت فيه فاعل ومُبادر، قد زادت، وبمرور الوقت ستجد أن هذا سيكون  
جزءًا من طبيعتك، وستجد من حولك يتحلّقون حولك ليشرّبوا من تلك  
الإيجابية، وتلك المُبادرِيَّة، وبعدها سيتعلمونها منك.

اكتب هنا اختيارك عزيزي القارئ، ثم طبقه من خلال تجربة مثل التي وردت  
في المثال السابق تحت هذا العنوان، واكتب تلك التجربة، ووقع أثرها عليك،  
وعلى من حولك.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(20)

**وعيك بأي نوع من المنافسة تُمارس؟**

تكلّمنا في كتاب «لك» باستفاضة عن الفرق بين المنافسة الإبداعية والمنافسة الاحتوائية، للتعريف بالفرق بينهما، وفي تجربة «المُراد» نقوم بعرض الاختيارات المطروحة مرة ثانية عليك لغرضين:

الوعي أن هناك اختيارات لأنواع المنافسة، وحسم اختياراتك بين ما هو مطروح في تجربتك وحياتك الشخصية.

وعيك بالفرق بين الفوز والنجاح، وضيق الأول، واتساع الثاني، وذلك حسب اختيارك لنوع المنافسة.

هاتان النقطتان تجعلانك في مقعد المُبادر الذي يختار نوع منافسته، والتي أيضاً تجعلك منتبهاً ألا تكون رد فعل لمنافس لك اختياراته غير اختياراتك، إما بوعي واختيار، وإما دونهما، وهذا الانتباه يقودك إلى المرحلة التالية المهمة، وهي مرحلة الإبداع.

إبداع في توصلك إلى حلول غير تقليدية تمكنك من التعامل مع منافسيك، دون أن تتنازل عن اختياراتك التنافسية.

**تستطيع هنا عزيزي القارئ أن تختار مجموعة صغيرة ممّن تثق بقيمتهم وقدراتهم الإبداعية في ورشة عمل صغيرة.. اطرح عليهم مثلاً حقيقياً تواجهه في حياتك، ودعنا نرّ إلى أيّ مدى سيفتح الله عليكم.**

اكتب، وسجّل هنا تلك التجربة.

.....

.....

.....

.....

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

(21)

**وعيك باستطاعتك..**

## **رؤية الجوانب الإيجابية في منافسك والتعلم منه**

هل هناك شيء إيجابي تستطيع أن تراه وتتعلمه من شخص يقف باستمتاع في مربع الأناية، أو مربع الكسل؟

هل هناك شيء إيجابي تستطيع أن تراه وتتعلمه من شخص طاعن في السن، اختار أن يلعب، أو تلعب بارتياح دور العجوز المُتصابي؟

بالتأكيد نعم.

مَنْ لا يُعجبك أنه على وفاق مع الأناية تستطيع أن تتعلم منه «التركيز»، ومن لا يُعجبك أنه مستمتع بالكسل تستطيع أن تتعلم منه كيفية أن تتوقف قليلاً لتستريح وتجدد طاقتك وحيويتك.. ومن هو متصلح مع دور العجوز المُتصابي، تستطيع أن تتعلم منه الشجاعة، ومن هو دائم التوتر والحدة في

عمله، تستطيع أن تتعلم منه سرعة الإنجاز، ومن هو سلبي لا يرى إلا نصف الكوب الفارغ، تستطيع أن تتعلم منه كيف تبحث وتتنبأ بالمخاطر، وغيرها.. وغيرها.

في الحقيقة، الحال الذي ترفضه من ذلك الشخص يستحوذ على كل تركيزك، ويمنعك من رؤية -وبالتالي رفض- كل صفات أخرى متعلقة بتلك الصفة الكريهة بالنسبة لك.

كل ما عليك فعله هو أن تُفصص بدقة تفاصيل فعل ذلك الشخص، وتجنب ما لا تقبل، وتُحاول أن ترى، وتجد شيئاً تتعلمه.

هذا الشخص ليس خصماً، أو منافساً، أو عدواً لك، فقط فعله يحول بينك وبينه.

لكن، مع خصمك ومنافسك وعدوك، يكون الموضوع أكثر تعقيداً، والنفور أكثر ضراوةً، ولكن في الحقيقة تستطيع أن تفعل معهم الشيء نفسه الذي فعلته مع الأناية والكسل.. تستطيع أن تتغلب على النفور والرفض والغضب داخلك، كي تبحث، وترى، وتجد، وتتعلم من الخصم والمنافس والعدو.

هل هذا فقط ما ستفوز به؟

الحقيقة لا.

فعلك هذا سيجعل نفورك ورفضك وغضبك أقل، وسيجعلك تجد مساحات تشابه، وأحياناً تجد اتفاقاً مع -الآخر-، وهذا معناه أنك تزيد من تحكّمك في نفسك، وفي «الإيجو الشخصي»، وهذا يُحجّم تأثير النّفس عليك، ويفتح لك الباب، لتذكر اختيارك بمركزيّة الله، وهذا بدوره يؤدي إلى فتح مساحات

مشتركة مع ذلك الآخر، ويُتيح لك تفعيل قيمة الرحمة، رحمة الله -تلك القيمة الرائعة- في نظرتك إليه.

كيف سيكون حالك بعد هذه الرحلة؟ هل تظنه سيكون سلبياً؟!

لا أظن، بل ستجده في منتهى الإيجابية.

كيف لا، وقد استطعت أن ترى الإيجابي، وتفعل الرحمة، وتلاحظ مساحات مشتركة مع منافس، أو خصم، أو عدو؟

باب الوعي، وهذا ووضعك أمام مسؤولياتك في الاختيار، من ضمن الإضافات التي تُراكمها خلال مشوارك معنا في بحثك عن مُراد الله منك.

**أنصحك عزيزي القارئ بأن تجمع مجموعة من أصدقائك، وتقسمهم إلى فريقين، وحضر لوجتين وأقلاماً، واطرح عليهم بعض الأمثلة السابقة -أو من اختيارك- واطلب من هؤلاء الأصدقاء أن يتنافسوا في كتابة ما يمكن أن يروه إيجابياً في الأمثلة التي ستطرحها عليهم في وقت محدد (2-3 دقائق).**

سجل سيدي في الأسطر التالية الأمثلة التي طرحتها، واكتب ما كتبه الفريقان من إجابيات رأوها عن تلك الأمثلة.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(22)

## Connectors ,Marvin @ Salesmen

الكتاب الرائع The Tipping point للكاتب الرائع Malcolm Gladwell من ضمن قائمة الكتب التي أوصي حاضري تجربة «المُراد» أن يقرأوها بتمعن.. نستعين بجزء من هذا الكتاب في هذه التجربة، لإضافة جزء من وعيك بذاتك.

لن أستطيع هنا أن أوضح بالتفصيل مكنون الكتاب، ولكنني أشجعك بقوة أن تقرأه، ولكن سأقدم هنا نبذة شديدة الاختصار عن محتواه، أرجو الله ألا تكون مخلة بالمعنى.

يتناول الكاتب تأثير فئة معينة من الناس على باقي مجموع الناس، تلك الفئة حباها الله بمواصفات خاصة، لها تأثير كبير وقوي (Social Impact) على حياة من حولهم، وذلك من خلال قدراتهم الخاصة على نشر الأفكار والأشياء والمنتجات عن طريق الـ Word of mouth، وقسمهم الكاتب إلى 3 أنواع، وهي:

### Connectors

وهم فئة من الناس حباهم الله بعض الصفات الخاصة، منها على سبيل المثال لا الحصر: عندهم القدرة أن يروا فيك قدرات كنت غافلاً أنت عنها.. عندهم قدرة سريعة على التواصل مع مَنْ حولهم.. عندهم القدرة والرغبة على ربط

الناس ببعضهم البعض لمصلحة الناس، دون فائدة تعود عليهم، وغيرها، وغيرها.

## Mavens

هم فئة من الناس يهتمون بالبحث عن معلومات عن الأشياء وتوصيلها إلى الناس من أجل مصلحة الناس، دون فائدة تعود عليهم.

## Salesmen

هم فئة من الناس يحاولون أن يقنعوك بفكرة معينة مما يعتقدون أنه مصلحتك أنت، وحباهم ببعض القدرات الخاصة التي تيسر لهم إقناع مَنْ حولهم بذلك.

دورنا في تجربتنا هو إطلاعك عن تفاصيل كل من هذه الفئات، كي تحدد:

هل تنتمي أنت إلى أيٍّ منهم؟

هل تعرف أحدًا تظن أنه ينتمي إلى أيٍّ من تلك الفئات؟

وسواء وجدت أنك تنتمي إلى أيٍّ منها، أو وجدت أنك تعرف أحدًا قد يكون منهم، فوعيك بهذا يفتح لك باب استخدام تلك الهبة في خدمة تحقيق مُراد الله منك.

في تجربة «المُراد»، نحثُّ ونساعد كل مُشاركينا بأن يحاولوا أن يعرفوا هل هم ينتمون إلى أحد من الأنواع التي ذكرها الكاتب Malcolm Gladwell في كتابه الشهير، ونحثهم على أن يُحاولوا أن يعرفوا، هل هم Connentors أو Mavins أو Salesmen؟ أو هل فيهم من يرى أنه يجمع في نفسه أكثر من نوعية واحدة من تلك السابق ذكرها؟

ونحثُّه أيضًا على أن ينظر فيمَن حوله، لكي يحدد مَن منهم ينطبق عليه أيُّ من الأنواع السابقة، ويُنبِّهه، وأيضًا لكي يُعدُّ هذا الشخص من ضمن الإمكانيات التي يمكن أن يطلب مساعدتها مُستقبلاً. وهذا أيضًا يضيف قطعة أخرى في الشكل الكامل للـpuzzle، الذي يحدد مُراد الله من كل منهم.

ابحث عزيزي القارئ فيمَن تعرفهم وتري أنه ينطبق عليهم أيُّ الصفات الـ3 السابقة -وعلى رأسهم أنت- ثم سجِّل هذا في الأسطر التالية:

.....

.....

.....

.....

.....

(23)

## وعيك بقُدرة الكلمات على البناء والهدم مُرسلاً ومُستقبلاً

تخيَّل معي المثالين التاليين:

المثال الأول:

موظف يعمل في شركتك أخطأ خطأً غير مقصود تسبَّب في خسارة شركتك عملية كانت ستُدرُّ عليها ربحًا وفيرًا، وكذلك هزَّت ثقة ذلك الموظف بنفسه، فقررت أنت أن تلومه، ووجهت إليه الكلمات الآتية: أنت فاشل.. أنت غير كفء.. أنت غير أهل للمسئولية.. لا عجب أن خسرتنا هذه العملية ما دام في شركتنا من هم مثلك يُخطئون مثل هذا الخطأ الفادح.. من الطبيعي أن يتفوق علينا منافسونا لأنه ليس لديهم موظفون مثلك.. أنت أسأت لفريق عملك، وضيَّعت مجهودهم، وأنت فقط، وليسوا هم من سيتحمل نتيجة هذا الخطأ.

### المثال الثاني:

ابنك أحضر لك شهادة نصف العام وهو مُرتبك وخائف ومُهتز الثقة بالنفس؛ لأن بها درجات مخيبة للآمال والتوقعات، واستدعتك إدارة المدرسة، وأخبرتكَ أن على ابنك أن يُحسِّن من مستوى أدائه، وأن استمراره معهم في هذه المدرسة مرهون بذلك التحسُّن، فقررت أن تلومه، ووجهت إليه الكلمات التالية:

- أنت فاشل، ولن تفجح في حياتك.
- أنت أكثر زملائك خيبةً.
- أنا فقدتُ الأمل فيك.
- أنت لست أهلاً للثقة.

ما دمت بهذا المستوى لن تستمر في هذه المدرسة، ولن تقبلك غيرها.

أنا سأراقبك يوميًا لأرى كيف تعمل على دروسك وواجباتك.

في المثالين السابقين ماذا سيكون في ظنك حال كل من الموظف وابنك بعد سماع تلك الكلمات؟

هل تعتقد أن أداءهما سيتحسن؟

هل سينكبان على العمل، وعلى الدراسة بحماس منقطع النظير؟

هل استعدادا ثقتهما بنفسيهما؟

هل سارعا بتعويض ما فاتهما، وإصلاح أخطائهما؟

أعتقد يا سيدي أن الإجابة عن كل تلك الأسئلة ومثيلاتها: بالطبع.. لا، بل بالعكس، زاد عدم ثقتهما بنفسيهما، وأصبح الجهد المطلوب لتعافيهما أكثر، والوقت الذي يحتاج إليه هذا التعافي أطول، مما سيؤثر سلبيًا على أدائهما بصورة أكبر.

أليس كذلك؟

حسنًا.. تخيل معي أنك قلت لهما التالي بدلًا مما سبق:

### المثال الأول:

الخطأ الذي حدث كبير، وخسارتنا فادحة، ولكنني أثق أنك ستتعلم منه، ولن تكرر.. أنت مجتهد ومخلص، وأنا متأكد أن أداءك مستقبلاً سيعوض هذه الخسارة.. نحن نعمل كفريق، وكلنا يُخطئ من حين لآخر.. الفريق سيبدل جهدًا أكبر لتغطية خطأ أي من أفرادهم؛ لأن هذه روح الفريق.. علينا الاجتهاد في السعي، والنتيجة فضل من الله علينا، لا تُبالغ في جلد ذاتك، فهذا لن يعود عليك، أو على فريقك، أو على الشركة، بأيّ فائدة، بدلًا من ذلك ارضد، وحل، واكتب، كيف حدث هذا الخطأ، وحاضرنا عنه، حتى يتعلم زملاؤك حاضرًا إلا يقعوا في مثله، ومستقبلاً لمن سينضم إلينا.

(وينتهي هذا الحوار أن تربت على كتفه، وتنظر في عينيه مطمئنًا ومُشجعًا).

### المثال الثاني:

أنت ابني، وأنا أحبك.

أنا ثقّتي بك ليس لها حدود.

هذه مجرد كِبوة، وأنا متأكد أنك سترجع إلى مستواك.

كلنا نُخطئ، ولكن المجتهد من يتعلم من خطئه، ويتداركه، وأنا على ثقة كاملة أنك ستفعل.

اعتبرنا فريقيًا واحدًا، ماذا تظن أن عليّ أن أفعل حتى أستطيع أن أساعدك في أن تحسن من درجاتك؟

(وينتهي هذا الحوار بأن تحتضن ابنك، وتنظر إلى عينيه بثقة، وقوة، وحنان، مُساندًا ومُشجعًا).

في رأيك.. ماذا سيكون وقع كلماتك تلك على كل منهما؟

ماذا سيكون حالهما بعدها؟

كيف سيؤثر هذا على أدائهما؟

أظن أنها ستكون إيجابية ومُرضية.

**عزيزي القارئ.. أظن أنه من المهم أن تُدرك ونعي قوة تأثير كلماتنا، ونتدرّب على كيفية حُسن استخدامها في «بناء» بُنيان روح الآخرين، وكذلك نتدرّب على حُسن استقبالها، للاستعانة بها على «بناء بُنيان أرواحنا».**

أُنبياءُ الله ورُسله، كانوا يبنون أرواح الناس بكلماتهم، وعندما تبني أرواح الناس بكلماتك سيدي القارئ، فأنت تتبع الطريق الذي سلكه هؤلاء الأُنبياء والرسل،

وسيكون لكلماتك وقع كالسحر على مَنْ حولك، ستكون كلماتك عونًا لك في تحقيق مُراد الله منك، بناءً لأرواح خلق الله.. من أجل الله.

أدعوك عزيزي القارئ أن تُمارس هذا الدور الإيجابي في تجربة حقيقية، ثم سجّلها، وسجّل أثرها على من أسهمت في بنائه بكلماتك، وأيضا أثر تلك النتيجة عليك، في الأسطر التالية:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(24)

## الرغبة، والقدرة، والثمن

أعتقد أن أيّ إنجاز ذي قيمة مميزة في حياتك لا بد أن تتوفر فيه العناصر الثلاثة الآتية:

الرغبة، والقدرة، والاستعداد لدفع الثمن.

فإذا غاب أحد تلك العوامل، ستنجز أشياء بلا شك، ولكنها غالبًا ستكون باهتة وهزيلة وقليلة التأثير، ولذا فمُراد الله منك لا بد أن تتوفر له لديك تلك العوامل الثلاثة.. وتتوافر كلها.

## الرغبة

رغبتك جوهرها شغفك فيما ستنجزه، وما تعتقده مُراد الله منك، وشغفك يُعطيك طاقة عظيمة للعمل، وطاقة أعظم للتحمل، وطاقة متكررة للنهوض مرة أخرى في حال تعثرك.. مُراد الله منك لا بد أن يحوي شغفك، ودون ذلك الشغف، ستذبل رغبتك، وتنتهي بمرور الوقت، وتنتهي معها رحلتك لتحقيق ذلك المُراد.

## القدرة

إما أن تتوافر لديك أنت المهارات والإمكانات اللازمة لتحقيق ذلك المُراد، وإما أن يكون لديك الإمكانيات لجمع فريق لديه تلك المهارات والإمكانات المطلوبة، وذلك تحت قيادتك، أو تحت قيادة من تراه أكفأ منك لقيادة ذلك الفريق الذي ستكون أنت ساعتها أحد أعضائه، ودون توفر القدرة لتنفيذ ذلك المُراد، سيبقى حلمًا معلقًا في الهواء.

## الاستعداد لدفع الثمن

مُراد الله سلعة غالية، وثمر تحقيقها غالٍ، والثمن قد يكون ماديًا، وقد يكون معنويًا، وقد يكون الاثنين.. قد يكون راحتك، وقد يكون وقتك، وقد يكون جهدك.. قد يكون.. قد يكون، ولكن دون ثمن غالٍ أنت مستعد مُسبقًا لدفعه.. لن تحقق ذلك المُراد.

أضيف هنا نقطة.. إذا وجدت أن ال3 عوامل السابقة متوفرة لديك لأكثر من مجال مِمَّا تظنه مُراد الله منك الذي ينتظر تحقيقك إيَّاه، اجعل الأولوية لاختيارك للمجال الذي عليه أقلُّ إقبال، وأقلُّ ازدحام.. فهذا أولى بأن تختاره، كنوع من التكامل المجتمعي.

اكتب عزيزي القارئ في الأسطر التالية قائمة بما تريد أن تحققه، وينطبق عليه ما ورد في الأسطر السابقة، وهل تتوفر فيها الشروط السابقة؟ هل لديك الرغبة؟ هل لديك القدرة المباشرة؟ هل لديك القدرة غير المباشرة، وذلك عن طريق جمع فريق لديه القدرة.. ما الثمن المطلوب؟ هل لديك استعداد لدفع ذلك الثمن؟ هل هناك أكثر من شيء تتوفر فيها الشروط السابقة؟ ما نتيجة مفاضلتك بينها؟

اكتب عزيزي القارئ.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(25)

## وعيك بعالميتك وتفعيلها

وعيك بعالميتك يضعك أمام مسئوليتك الحقيقية.. وهناك فرق كبير بين موقفين يكادان يكونان متطابقين:

- **الأول:** أن يكون اختيارك لتحقيق مُراد الله منك هو خدمة وتطوير أهل الشارع الذي تسكن به من منطلق أن هذا هو أقصى ما يمكن أن تفعله.
- الثاني: أن يكون تطوير وخدمة الشارع الذي تسكن به في إطار وعيك أن خلق الله في أرض الله هم مخدمون محتملون في سياق تحقيق مُراد الله منك في أثناء مشوار حياتك، وأن خدمة وتطوير الشارع مجرد الخطوة الأولى، حتى ولو انتهى عمرك في خدمة أهل شارعك.

الاختيار الثاني يجعلك مرناً، متقبلاً برضا اختيارات الله لك، وكذلك يدفعك إلى البحث عن التجارب المماثلة حول العالم التي تخص تطوير الشوارع في مناطق مختلفة من العالم، ويفتح لك الباب للتواصل مع أصحاب تلك المبادرات وتبادل الخبرات معهم.

أيضاً.. وعيك بعالميتك، يفتح لك باباً لأن تكون مستعداً دائماً للاحتكاك وللتعامل والتعلم من آخر ما لا تعرفه، وهذا يصب في صالح تراكم خبراتك وقدراتك، وبالتالي ينعكس إيجابياً في زيادة جودة أدائك في مشوارك لتحقيق مُراد الله منك، فتكون أكثر انفتاحاً، وأكثر تسارعاً، وأكثر تراحماً.

وعيك بعالميتك ما هو إلا لترجمة وعيك بأن الأرض، كل الأرض، هي أرض الله مهما كان عليها من حدود وأسوار، ولأنها أرض الله فهي ملعبك، ولكنك لا تعلم بعد في أي بقعة فيها سيستخدمك الله، وأن الخلق، كل الخلق، هم خلق الله، مهما كانوا مختلفين حضارياً وثقافياً ودينيًا، وأنهم جميعاً في نطاق مسؤوليتك، ولكنك لا تعرف بعد لمن منهم سيُرسلك الله خادماً.. من أجله هو.

**سجل هنا عزيزي القارئ قرارك من تفعيل عالميتك من عدمه.**

.....  
.....

## (26)

### وعيك بمساحات الاتفاق والبناء عليها

كلنا لدينا مساحات اختلاف مع الآخرين، وأيضًا لدينا مساحات اتفاق معهم، وعندما نكون في مساحات الاختلاف -بوعي أو دون وعي- إما أن نكون في حالة دفاع عن رأينا/ موقفنا، وإما أن نكون في حالة محاولة تغيير رأي/ موقف الآخر ليوافق رأينا/ موقفنا، وإما أن نكون في حالة تجاهل لذلك الآخر، وفي كل هذه الحالات لن نصل إلى مرحلة المشترك بيننا وبين ذلك الآخر.

هذه المرحلة نصل إليها عندما نقرر بكل الوعي أن ننتقل إلى مساحات الاتفاق، وأظن أنه من الصعب ألا تجد تلك المساحات، هي فقط تحتاج إلى:

أن تكون واعيًا بأن هناك اختيارات، وأن تكون واعيًا أن تغادر مربع المفعول به إلى مربع الفاعل/ المبادر، وأن تُعطي لنفسك الوقت الكافي، كي تُعطي الفرصة لإبداعك أن يتألق في البحث عن تلك المساحات، وأن تعمل -بإبداع أيضًا- على تهدئة مشاعر الآخر، ثم دعوته هو أيضًا لتفعيل إبداعاته كي تصلا إلى مساحات الاتفاق المشتركة القابلة والأمنة للبناء المشترك.

**عزيزي القارئ.. أظن أنه من المهم أن تقوم مع الآخرين بالبحث عن تلك المساحات المحتملة مع كل آخر، وستكتشف أن هذه المساحات فرص نمو ونضج رائعة لك وله.**

التاريخ يخبرنا أن ذلك نادرًا ما يحدث، لأن التاريخ يخبرنا أيضًا، أنه غالبًا ما كانت السيطرة للنفس وجنراليتها -«الإيجو الشخصي»، و«الإيجو الجماعي»- والتي هي بطبيعتها ضد هذا التوجّه، ولكن اختيارك للحياة تحت مركزية الله، يساعدك في التغلب على النفس وجنراليتها، ويساعدك في أن تحاول أن تفعل ما فعله أنبياء الله، وما فعلته تلك المجموعة القليلة في تاريخ العالم -القلة المؤثرة- التي استطاعت في أحلك فترات التاريخ أن تبني مساحات من الخير للناس على مساحات المشترك بينها وبين الآخر.. جزء آخر يُضاف إلى لوحة مُراد الله منك.

**اكتب عزيزي القارئ من الأطراف الآخرون؟ ما مساحات المشترك التي تراها، والتي يمكن البناء عليها؟ وما مساحات المشترك التي يراها الآخر؟**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(27)

**وعيك بقيمة تجارب الفشل**

كلمة الفشل مُقترنة دائماً بشيءٍ سلبيٍّ.. تجربةٌ سلبيةٌ.. إحساسٌ سلبيٌّ.. نتيجةٌ سلبيةٌ، وهذا صحيح، وكلمة النجاح مُقترنة دائماً بشيءٍ إيجابيٍّ، سواء التجربة، أو الإحساس، أو النتيجة.. تجارب نجاحك يصحبها حماس، وانتشاء، وفخر.. وغيرها.

ومعلمونا يعلموننا ألا ندع هذه اللحظة الجميلة تمرُّ مرَّ الكرام، بل يدعوننا كي نحتفل بنجاحنا، ونحتفل بما مضى، ونستعد للنجاح القادم، ولكن، ماذا عن تجارب الفشل؟

أعتقد أنه من المهم أن تقوم باستعادة تجارب فشلك القديمة والحديثة، ونقوم بفصل الألم المُصاحب لها -مع احترامه- عن أسباب الفشل، ثم تبحث عمَّا يمكن أن تتعلمه من هذه الأسباب، ونضع كثيرًا منها في ملف:

ماذا لا تفعل ؟ What not to do

هذا الملف الشخصي الثمين هو جزء كبير ممَّا تبيعه المؤسسات العتيقه للمؤسسات الجديدة تحت عنوان: Know how، فالخبرة والحنكة في الحياة لا تتوقفان فقط على كيف «تفعل»، وإنما بقدر مماثل على «ماذا لا تفعل»، وهذا يوفر مستقبلاً كثيرًا من الوقت والجهد والمال، وأيضًا.. الألم.

ومحتوى هذه الخبرة لا يأتي إلا من تجارب الفشل، فالفشل هنا هو كنز من «ماذا لا تفعل»، والمصدر الرئيس لها. فتجارب نجاحك تتعلم منها ماذا تفعل، وتجارب فشلك تتعلم منها ماذا لا تفعل، وأنت تحتاج إلى الاثنين بالقدر نفسه من الأهمية.

أيضًا.. أعتقد عزيزي القارئ أن مواجهة ألامك القديمة بطريقة صحية تساعد على إنهاء معاناة طويلة كنت تحملها على كتفك.

واستحضارك لمعنى -الله بيده الخير- يساعدك على استحضار حضورك في حضور الله.. هذا الحضور في حد ذاته يساعد ويسرع من عملية لأم جراح نفسك، وهكذا تضيف تجارب فشلك، محتوى جديدًا يُضاف إلى خبراتك وأدواتك.

ابحث عزيزي القارئ عن تجربة/ تجارب الفشل -خصوصًا تلك التي تُخبئها أو تختبئ منها- وابتحث فيها عما يمكن أن يضيف إلى حكمتك وخبرتك، ويمكن هنا أن تستعين بمجموعة تثق بها كي يساعدوك.

.....

.....

.....

.....

.....

(28)

## الأسئلة الملهمة لحثك على زيادة وعيك

في أثناء رحلتك في بحثك عن مُراد الله منك، من المهم أن تبحث عن الأسئلة العميقة الملهمة، والمقصود بالأسئلة الملهمة هي تلك التساؤلات التي تدفعك إلى أبواب التفكير والتأمل بطريقة أكثر عمقًا، وأكثر اتساعًا، وعند وضع إجاباتك عن هذه التساؤلات جنبًا إلى جنب، ترسم لك جزءًا جديدًا من puzzle المكون لمُراد الله منك.

التساؤلات القادمة هي على سبيل المثال، وليس الحصر، ونصيحة لك عزيزي القارئ، عندما تلقي على نفسك تلك الأسئلة، ألقها بسرعة، وحاول أن تكتب إجاباتك بسرعة.. والمطلوب هنا هو أول الإجابات التي ستجول بخاطرك حينما تُلقي على نفسك هذا السؤال، وليست الإجابة التي ستستغرق منك وقتًا طويلاً في التفكير فيها:

إذا كل شيء متاحًا.. ما أحلامك لتحقيق مُراد الله منك؟ ومن ضمنها ما هي لك، ولمن هم لك؟

ماذا تريد أن تفعل / أن تكون / أن تحوز؟

To Be , To Do , To Have

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ماذا تحب أن تفعل ولماذا؟

.....

.....

.....

ما الذي يجعلك تتوهج؟

.....

.....

.....

ما الفرق الذي تريد أن تحققه للآخرين؟

.....

.....

.....

ما الذي يجعلك تبكي؟

.....

.....

.....

ماذا يكون موجودًا عند حضورك؟ وماذا يغيب عند غيابك؟

.....

.....

.....

ما الذي أنت جيد فيه بالسليقة؟

.....  
.....  
.....

ما الهبة الخاصة بك عندما كنت طفلاً وعُمرُك 5-7 أعوام؟

.....  
.....  
.....

ما قضايا المجتمع والعالم التي أنت شغوفًا بها؟

.....  
.....  
.....

ما الذي يشحن بطايرتك؟

.....  
.....  
.....

ما الذي تتوق إليه؟

.....  
.....  
.....

ما أكثر شيءٍ أنت أكثر امتنانًا إليه؟

.....  
.....  
.....

ما الذي يُبقيك مستمرًا؟

.....  
.....  
.....

متى وأين تكون أنت الحل؟

.....  
.....  
.....

ماذا يكون حاضرًا حينما تكون في أفضل حالاتك؟

.....  
.....  
.....

ما الاكتمال؟ ومتى تكون مُكتملاً؟

.....  
.....  
.....

ما هو أن تكون مُبادرًا؟

.....  
.....  
.....

ما هو أن تكون مُبدعًا؟

.....  
.....  
.....

ما هو أن تكون كريماً؟

.....  
.....  
.....

ما هو أن تكون مقدامًا؟

.....  
.....  
.....

ما هو أن تكون مُثابراً؟

.....  
.....  
.....

ما هو أن تكون في بحبوحة؟

.....  
.....  
.....

ما هو أن تكون قويًا؟

.....  
.....  
.....

ما هو أن تكون رحيماً بالآخرين؟

.....  
.....  
.....

ما هو أن تكون رحيماً بنفسك؟

.....  
.....  
.....

ما هو أن تسامح الآخرين؟

.....  
.....  
.....

ما هو أن تسامح نفسك؟

.....  
.....  
.....

ما هو المرح؟

.....  
.....  
.....

هل دوائر مسئوليتك تحوي الآخر؟

.....  
.....  
.....

هل دوائر مسئوليتك نتيجة اختيارك بوعي وإدراك؟

.....  
.....  
.....

هل دوائر مسئوليتك من منطلق الفعل أم رد الفعل؟

.....  
.....  
.....

الآن في حياتك.. أين أنت فاعل؟ وأين أنت مفعول به؟

.....  
.....  
.....

ما هي أوثانك؟

.....  
.....  
.....

مَن الآخرون بالنسبة لك؟

.....  
.....  
.....

أين ومتى ومع من وضد من ومن أجل من تلعب لعبة «الإيجو الجماعي»؟

.....  
.....  
.....

تحت سماء مركزية النَّفس، تأخذ النَّفس دور الإله.. متى وأين تلعب دور الإله؟

.....  
.....  
.....

كيف تُكوّن وعيك.. انتقائيًا أم عشوائيًا؟

.....  
.....  
.....

أين ومتى ومع من وضد من تلعب تزوير التعريفات؟

.....  
.....  
.....

أين ومتى ومع من وضد من تلعب إياكم والنسيان؟

.....  
.....  
.....

هل أنت جزء مما تفعله أو تملكه أو تكونه؟ أم هم جزء منك؟

.....  
.....  
.....

أين تريد أن تكون بعد 5 أعوام من الآن؟

.....  
.....  
.....

عندما تبلغ من العمر 77 عامًا ماذا تريد أن تخبر الله عن حياتك؟

.....  
.....  
.....

ما أحسن استخدام لك؟

.....  
.....  
.....

هل اخترت أن تحيا حياتك سماء مركزية الله؟

.....  
.....  
.....

هل اخترت أن تبحث وأن تحقق مُراد الله منك؟

.....  
.....  
.....

ماذا تريد أن تتخلص منه وتتركه خلفك كي تحقق مُراد الله منك؟

.....  
.....  
.....

ما المطلوب لتحقيق مُراد الله منك؟

.....

.....

.....

# القسم الثالث: التَّحرُّر

## التَّحرُّر

التَّحرُّر من معتقدات معوقة وأوهام غير حقيقية، وأيضًا التَّحرُّر من آلام ومعوقات حقيقية.

1. تحرك أن تطلب المساعدة.
2. تحرك أن تقول لا.
3. تحرك: ثقافة الاعتذار.
4. تحرك من الزيف.
5. تحرك من الاستهدام السيئ للثقافة الأبوية.
6. تحرك من المخدرات.
7. تحرك من عارٍ قديم.
8. تحرك من الخلط بين ما تحتاج إليه وما تريد.
9. تحرك من حالة الضحية وحالة إياك والنسيان.
10. تحرك من أسر تقييم «الآخر» لحياتك.
11. تحرك من الهم.
12. تحرك من وهم ثقافة المؤامرة.
13. تحرك من وهم أن الحياة معركة.
14. تحرك من القياس المقارن (Benchmark).
15. تحرك من حصر اتساع خدمتك على ضيق انتمائك.

كنت أتجوّل ذات صباح في أحد الشوارع، حينما وجدت سيارة نقل ضخمة تجرّ مقطورة لا تقل ضخامةً، متعطّلةً، وحيث إن الشارع كان به انحدار خفيف، وجدت

السائق وزميله يجمعان بعض الأحجار الصغيرة ويحشرانها تحت عجلات السيارة، فسألتهما عن جدوى ما يفعلانه، وهل تستطيع تلك الأحجار الصغيرة منع تلك السيارة الضخمة من التحرك؟! فأجابني السائق بنبرة واثقة ونظرة ملؤها الخبرة أنه واثق من هذا، بل وأخبرني أنه بعد إصلاح السيارة، فإنه لا يستطيع أن يتحرك بالسيارة، وعلى الرغم من قوة محركها؛ فإنه لن يُحركها إلا بعد أن يُزيل الأحجار، وإلا وجد صعوبة كبيرة في «بدء» الحركة.

وذكرنا هذا الموقف بما يفعله العاملون في المطارات، فبعد أن تقف الطائرات الضخمة يحشرون دعامتين بلاستيكتين تحت عجلات الطائرات؛ لمنعها من الانزلاق والحركة، ولا يمكن للطائرات أن تبدأ حركتها إلا بعد إزالة تلك الدعامات.

سيارة النقل الضخمة، وهي في حالة حركة لا يُوقفها عشرات من الأحجار لو اعترضت طريقها، فهي تدوس عليها وتسحقها.

والطائرة العملاقة، في حالة طيرانها، يمكن أن تجذب خلفها عشرات أو مئات من تلك القطع البلاستيكية الخفيفة، ولكن وجود كل من الحجر الصغير وقطعة البلاستيك «محشورًا»، تحت عجلة تلك الشاحنة، أو الطائرة الضخمة، يستطيع أن يمنع «بدء» حركتها.

أنت وأنا قد يكون لدينا بعض الأحجار «المحشورة» تحت «عجلات حياتنا»، ممّا قد يمنع، أو يُبطئ بداياتنا.

هذه «الأحجار» هي موانع معنوية، بعضها حقيقي، وبعضها وهمي.. بعضها قديم، وبعضها جديد.. بعضها في عقلنا الواعي، وبعضها مُختبئ في عقلنا الباطن.

أظن أنه من المهم أن «تبحث» إذا كانت هناك أحجار محشورة تحت «عجلتك»، ومهم أن تبدأ في نزع هذه الأحجار.. مهم أن تواجه وتتحمل ألم رصد ومواجهة ونزع

تلك الأحجار، وهو ألم حقيقي يحتاج إلى شجاعة المواجهة، وقوة احتمال التخلص منه. أوكد لك أن إحساسك بعد ذلك الألم يساوي أكثر بكثير من ذلك الألم. مثله مثل الألم الذي تشعر به عندما تعاني من سن تالفة، وتذهب إلى طبيب الأسنان ويخلعها لك دون مخدر.. أنت تذهب إليه لأنك لا تستطيع تحمّل ألم شديد تُعاني منه منذ أيام، فيعرضك لألم أشد للحظات، كيف تتخلص من الألم نهائيًا؟!

ولكن، ماذا يحدث إذا اخترنا أن نختبئ ولا نُواجه آلامنا وخساراتنا السابقة؟  
دعني أقصّ عليك عددًا من القصص التي تحمل كثيرًا من المعاني.

عندما كنت في الجامعة، جمعتني صداقة مع زميلين عزيزين، وكان يجمعهما شيء طريف، وهو أنهما متزاملان معًا منذ أن كانا في روضة الأطفال حتى قابلتهما في الجامعة، أي إنهما خلال عمرهما وقتها -نحو 18 عامًا- كانا قد تزاملا لمدة 15 عامًا. وكان كلاهما يحب الرياضة ويمارسها -أيضًا معًا- ممّا جعلهما يتمتعان بقوة ولياقة بدنيتين عاليتين.

وكان أحدهما أكبر حجمًا بكثير من قرينه، فهو أكثر طولًا، ووزنًا من الآخر بشكل ملحوظ. وقصّ على ذلك الزميل قصة حدثت بينهما وهما طفلان، كان يرويهما كطرفة، ولكنني تعلمت منها كثيرًا.

قصّ عليّ أنه عندما كانا في روضة الأطفال تشاجرا كما يتشاجر الأطفال عادةً، وكانت النتيجة أنه نال «علقة ساخنة» على يد زميله، والذي كان وقتها أكبر حجمًا، وأكثر قوةً منه.

وكانت نتيجة تلك «العلقة الساخنة»، أنه تكوّن في قلبه خوف من ذلك الصديق، وتكوّن لديه اعتقاد راسخ وقناعة بأن هذا الصديق قادر وأقوى منه، وقادر دائمًا على

هزيمته، فأصبح يتجنب أي احتكاك بدني بينهما، حتى ولو كان مزاحًا، وهذا لم يمنع نمو صداقة عميقة بينهما.

ومرّت الأيام والشهور والسنوات، وعلى الرغم من أنهما بلغا مرحلة المراهقة، وأصبح هو أكبر حجمًا بشكل ملحوظ؛ فإنه بقي داخل تلك المساحة النَّفسية، المساحة التي هو «مُنكسر» فيها بدنيًا أمام صديقه، بل ظل ينمو ذلك الإحساس بالانكسار.

و شاءت المصادفة -كما يقول هو- أنهما كانا في انتظار الحافلة التي تحملهما إلى المدرسة، وهما في أواخر المرحلة الثانوية -أي بعد نحو 10 سنوات من تلك الحادثة- انقضّ الصديق الأصغر حجمًا على الصديق الأكبر حجمًا (المُنكسر)، مُحاولًا مُصارعته مازحًا، وأسقط في يد صديقنا، وعندما وجد أنه ليس هناك مفر، بدأ هو بدوره يحاول مُصارعته كرد فعل، وجاهزا للاستسلام، مُوقنًا داخل نفسه بأنه مهزوم لا محالة.

ولكن.. لدهشته، وجد أن صديقه الذي هو مُوقن بأنه أقوى منه بمراحل ليس بالقوة التي تخيلها، وهذا جعله يؤجل عملية الاستسلام قليلًا.

وبدأ يدافع عن نفسه، في حركات دفاعية، فوجد أنه استطاع أن يصد هجوم خصمه. فاستجمع بعض شجاعته، وبدأ يحاول أن يكون مهاجمًا، بل بدأ يحاول أن يُسيطر على خصمه، وفوجئ أن في مقدوره هذا، فاستمر في هجومه حتى شلّ حركة خصمه، ولذهوله، فوجئ بأن خصمه يستسلم، ويطلب منه أن يكف عنه.

ساعتها فقط، وبعد مرور سنوات، انتهت أسطورة انكساره أمام صديقه.

تعلمت كثيرًا من هذه القصة، تعلمت أننا نخلق أوهامًا، أو أن الظروف قد تدفعنا إلى أن نخلق أوهامًا -الحقيقة لا فرق- ثم نخاف من هذه الأوهام، ونستخدمها لتقييد قدراتنا، ولتلجيم انطلاقاتنا.

لاحظ عزيزي القارئ أن ذلك الصديق استغرق نحو 10 أعوام حتى يتخلص من وهم الانكسار، تخيّل 10 سنوات. والأهم سيّدي، أنه تخلّص من هذا الوهم، بالصدفة، نتيجة حادث بسيط، أي إنه كان من الممكن أن يظل تحت وطأة هذا الوهم سنوات أخرى.

الذي نستفيد منه من تلك القصة أننا فعلاً قد نكون أضعف من شخص ما، أو نكون غير قادرين على مواجهة شيء ما، أو نخاف من شيء ما.. وذلك منذ زمن، ولكن ذلك ليس معناه أننا ما زلنا أضعف من ذلك الشخص، أو غير قادرين على مواجهة ذلك الموقف، أو ما زلنا نخاف من ذلك الشيء.. الآن.

وكيف نعرف أننا تجاوزنا ذلك؟

هل ننتظر المصادفة؟

هل لدينا رفاهية تضييع سنوات من عُمرنا؟

لا بد من إعادة زيارة تلك المخاوف، ورصدها، وتقييم وقعها الحقيقي علينا الآن، وغالبًا ستُفاجأ بشيئين:

- إن بعضها تلاشى ووقعه عليك منذ زمن، وما بقي هو ذكرياتك أنت القديمة عنه، حتى إنك، قضيت فترة طويلة تخشى وهماً.
- إن البعض الآخر يمكن أن تتغلب على آثاره وتغلق ملفه الآن بسهولة الآن، على الرغم من أن هذا كان مستحيلاً سابقاً.

لِمَ هذا؟

لأننا بمرور الوقت نزداد قوة، ونزداد خبرة، ونزداد حكمة، وتتغير أولوياتنا، وأن جزءاً كبيراً من عدم استطاعتنا مواجهة تلك التحديات حينئذٍ راجع إلى صغر

سُنًا، وقلّة خبرتنا، وضعف قوّتنا.. حينئذٍ أيضًا، وأن الوقت كفيل بتغيير جزء كبير من هذا، ولكننا لن نعرف ذلك إن لم ننتبه إليه.

ما نستفيده من تلك القصة اللطيفة؟ نستفيد أن هناك أشياء كان لها معنى منذ زمن، وقد تستمر معنا لسنوات، بلا طائل، ودون جدوى، إذا لم نهتم بزيارتها مجددًا، لنرصدها، ونُعيد تقييمها.

ما سبق كانت أمثلة عن أشياء ظاهرة على شاشة رادار عقلنا الواعي، والحقيقة أن هذا هو التحدي الأصغر، أما التحدي الأكبر فهو خاص بما نُخبئه في عقلنا الباطن.

أحيانًا، تواجهنا في حياتنا مواقف قد تسبب لنا من الألم ما لا نستطيع مواجهته أو احتمالاه أو التعامل معه -خصوصًا ونحن أطفال - وكإجراء وقائي، قد نلجأ إلى حالة من إنكار الواقع

(Denial State)، حتى نستطيع أن نستمر في حياتنا، والحقيقة أن تلك المواقف التي ننكر وجودها، تسبب أذى شديدًا لنا، وخصوصًا في مجال علاقاتنا ومشاعرنا تجاه الآخر، فدون أن ندري، نكون أبعد ما يكون عن الصحة النفسية، إذا لم نبحث في عقلنا الباطن عن تلك المواقف، ونحسمها مع أنفسنا، وهذا في مُنتهى الصعوبة، وفي مُنتهى الألم، ولكنه ضروري.

آخر شيء هو تعمُّدنا أحيانًا أن نسدّ قنوات المشاعر عندنا، حتى «لا نشعر» بأيّ ألم نتيجة أيّ تجارب مؤلمة، وهذا يؤدي فعليًا إلى أن ننجح في أن «لا نشعر»، بأيّ ألم، وكذلك بأيّ سعادة، فقنوات المشاعر التي يمر منها الألم والحب واحدة، إذا سدناها، فلن نشعر بأيّ منهما، وإذا فتحناها، شعرنا بها، وأنا أعتقد أن الاختيار الثاني هو الأصوب.

أعتقد أن من المهم أن تحوي رحلة وعيك ما سبق، كي تتعامل معه في سبيل «حريتك»، فكل ما سبق يقيدك ويثقل كاهلك بشكل من الأشكال، وتحرك منه يجعلك لديك لياقة قلبية وعقلية عالية، وإذا كانت لياقتك العقلية والقلبية عالية، فستكون مُهيأً لتحقيق إنجازات كبيرة.

## (1)

### تحذرك: أن تطلب المساعدة

حينما تبحث عن مُراد الله منك، من الممكن ألا تحلم أحلامًا كبيرة، لتحقيق أهدافًا عظيمة. وكلما كبرت الأحلام، وعظمت الأهداف، احتجت إلى إمكانات كبيرة، تتعدى إمكاناتك بمفردك.

وعندما تقصر إمكاناتك عن أحلامك، فمن المشروع أن تطلب مساعدة من حولك، ولكن، كيف تطلب المساعدة؟

«أنا أحتاج إلى مساعدة».

هكذا يكون طلبك للمساعدة.. هذا ما أقترحه عليك عزيزي القارئ، نصًا،

وكيفية، وتركيزًا، ومباشرًا، ووضوحًا.

○ ما أوهامنا المتعلقة بطلبها للمساعدة؟

عندما أتوجّه بسؤالي هذا لمن حولي، أسمع ردودًا كالاتي:

○ قد يظن من أطلب منه مساعدة أنني أقل منه شأنًا، أو مالا، أو جاهًا، أو.. أو..

○ ما يكون موقفي لو رفض مساعدتي؟

○ قد أكون أثقل عليه.

○ قد لا يكون في مقدوره مساعدتي.

○ قد يكون في مقدوره مساعدتي، ولكنه لا يرغب في هذا.

وإجابات كثيرة أخرى، ولكنها غالبًا تدور، حول تلك المعاني.

وفي سياق الرد على تلك الإجابات، نصل إلى أننا لن نعرف بدقة مدى مقدرة

ورغبة الآخرين في مساعدتنا من عدمها، وكذلك مدى وطئها عليهم، إلا إذا

أقدمنا على سؤالهم، بوضوح وصراحة، أليس كذلك؟

يتبقى لدينا، ماذا يحدث إذا وُوجه طلبنا بالرفض، وشعورنا بالدونية نتيجة

طلبنا المساعدة؟

نبدأ بأن نُنبّه أنه غالبًا ما يكون هذا من عمل «الإيجو»، الذي يظن أنه بمنعك من

طلب المساعدة يحفظ ماء وجهك.

وبعدها، تعالوا نبحث، ونحلل، ونرصد هذا الأمر من العمق، وليس من السطح.

**عزيزي القارئ، حينما يطلب منك أحد مساعدة، وتُلبّي طلبه، فإنك تُعطيه شيئًا،**

**أليس كذلك؟**

ألا تأخذ أنت أيضًا شيئًا في المقابل؟

ألا تشعر بأنك أنت أيضًا أخذت شيئًا ما بعطائك له؟

ألا تشعر ببعض الامتنان بأنه خصّك أنت بطلبه المساعدة منك، بدلًا من آخرين؟

ألا يشعرك طلبه هذا بنوع من خصوصية العلاقة؟

ألم يرفع عنك طلبه لمساعدتك الحرج من أن تطلب أنت المساعدة منه حين تحتاج إليها؟

أرجو منك أن ترصد وتبحث وتحلل الأسئلة السابقة، وأن تتناولها بعمق.

لأن إجاباتك ستوضح لك الفرص المتاحة لك، لكي تبني علاقات جديدة، وعلاقات عميقة، وعلاقات دافئة مع الآخرين، بمجرد أن تُعطي لنفسك الإذن أن تطلب المساعدة منهم، ناهيك عن ذات المساعدة التي طلبتها.

يتبقى لدينا «ماذا أفعل لو رُفض طلبي المساعدة؟».

الحقيقة، أعتقد أنه لو تعاملت مع موقف واحد طلبت فيه المساعدة، ورُفض طلبك، فقد يكون الموقف فيه بعض الإحراج، لكن لو نظرت للصورة الأكبر، لممارستك طلب المساعدة كثقافة أخذ وعطاء، لوجدت أن مقابل هذا الموقف الذي قد يسبب لك إحراجًا، قد اكتسبت علاقات وإمكانات كثيرة.

ولكن، أليست هذه الطريقة قد تكون «فجّة» في طلب المساعدة؟

لا أظن هذا.. الحقيقة، هناك أكثر من سبب يبزر ظني هذا:

○ إن صراحتك ووضوحك في طلب المساعدة يظهران قوتك وثقتك بنفسك، وأذكرك بأن عموم الناس يفضلون أن يساعدوا الأقوياء والواثقين من أنفسهم عن الضعفاء المترددين.

○ إن صراحتك ووضوحك يمنعان أي لبس أو سوء تفاهم، لأنك لو عرضت احتياجك بطريقة غير مباشرة، كأن تخبر من تريد منه المساعدة:

«كم هي كبيرة التحديات التي أواجهها، ويا ليت هناك من يحب مساعدتي».

فبالإضافة إلى أن هذه الطريقة توحى بالضعف والتردد، فإنك قد تُربك مَنْ أمامك، لأنه قد يظن أن غاية طلبك أن تُفضي إليه بمتاعبك، وتشاركه شكواك، ويعتقد في نفسه أنه ما دمت لم تطلب مساعدته فأنت لا تحتاج إليها، وقد يخجل من عرضها عليك خشية إزعاجك أو إغضابك.

أيضًا، طلبك القوي المباشر، هو بمثابة درس لِمَنْ هم حولك لكي يتخذوا صراحتك وقوتك قدوةً، ويحاولوا أن يقلدوك فيها.

ما سبق ينطبق عليك وأنت تبحث عن تحقيقك هدفك في الحياة، ولكن.. ماذا يضيف إليك أنك تبحث عن مُراد الله منك؟

وعيك أنك تطلب من أجل تحقيق مُراد الله منك يجعلك قويًا في الطلب، فأنت عبد لله تطلب من أجل الله، من الآخر الذي هو عبدٌ لله، من أجل طرف ثالث هو أيضًا عبدٌ لله.

ألا تشعر بقوتك تزيد، وأن تقرأ تلك الكلمات؟

وجود الله في مركز المعادلة يمنحك تلك القوة، وما دام لدينا من الشجاعة والقوة أن نطلب المساعدة، وكذلك نُعطي المساعدة، فأعتقد أن هناك سمة أخرى يحب أن نتدرَّب على ممارستها، حتى تصبح من مكونات ثقافتنا، وهي أن نستطيع أن نقول: لا.

**اكتب عزيزي القارئ موقفًا كان من المفترض أن تطلب فيه مساعدة، ولم تطلب، اكتب لماذا لم تطلب؟ وما نتيجة هذا؟**

ثم ابحث الآن عن موقف تحتاج فيه مساعدة، واذهب واطلبها، وسجل ما تأثير طلبك هذا على الموقف، وأيضا تأثير هذا عليك.

اكتب وسجل عزيزي القارئ نتيجة تحريك.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(2)

## تحذرك أن تقول: لا

هناك بعض من تشرفت بمعرفتهم، ويمكنني أن أطلق عليهم بكل فخر اسم «الخُدام»، وهم الذين استطاعوا أن يحددوا مجال مُراد الله منهم، وحددوا أهدافًا كبيرة وطموحًا، وحققوا بعضها، وما زالوا -وإن شاء لله سيستمرون- في تحقيق أهداف كبيرة أخرى.

فمثلًا، هناك بعض الذين حددوا مجال تحقيق مُراد الله منه، وهو أن يكونوا «خُدامًا» في مجال تنمية الشباب. وهناك البعض الآخر الذين حددوا مجال

تحقيق مُراد الله منهم، وهو أن يكونوا في خدمة تطوير المجتمع في دمج ذوي الإعاقة.

كان يحدث أن يأتي شخص ما يعرض فرصة ما في «ملف ذوي الإعاقة»، فإذا تم عرض هذه الفرصة على أيّ من «الخُدّام» الذين يهتمون بالشباب، فكانوا في منتهى الحسم والحزم، يعتذرون عن الاشتراك أو المساهمة أو المساعدة في هذا الملف، وإذا ما عاتبهم هذا الشخص، كيف يديرون ظهورهم لهذا الملف المهم؟ كانوا يردون بأن هذا ليس مجال اهتمامهم. وأحيانًا كانوا يتعرضون لبعض الضغط، مثل أن هذا العمل في سبيل الله وان عدم المشاركة فية قد يعرضهم للمساءلة، كان ردهم القاطع المهذب:

«هذا ليس مجال اهتمامنا، نحن نعتقد أن مُراد الله مِنّا أن نهتم بالشباب».

وأقصى ما يفعلونه مع هذا الشخص، أو هذه الفرصة، أن يدلوه على من يستطيع أن يساعده في هذا الملف.

والشيء نفسه، إذا أتى شخص ما بفرصة ما في «ملف تطوير الشباب»، وعرضها على أحد من «الخُدّام» الذين يهتمون بذوي الإعاقة، وطلب مساعدتهم ومساهماتهم معه، كانوا -بدورهم- على الفور، يعتذرون عن المساهمة في ذلك الملف، مبررين اعتذارهم: «هذا ليس مجالنا، نحن نظن أن مُراد الله مِنّا أن نهتم بذوي الإعاقة»، وأيضًا، لا ينجح معهم أي ابتزاز ديني أو أخلاقي أو عاطفي، وأيضًا كان أقصى ما يفعلونه هو أن يدلوه على مَنْ يستطيع أن يساعده في هذا الملف.

وعندما كان يصادف أن يقابلني أحد هؤلاء ويقص عليّ ما حدث، كنت أجيبه:

«أظن أن عليك أنت وأنا أن نشعر بالفخر والاعتزاز بالذي فعلوه، لأننا هكذا أكثر اطمئنانًا أنهم بهذا الأسلوب سيكونون أقرب إلى تحويل مجهودهم إلى نتائج ونجاحات على الأرض، أكثر منهم إلى بذل مجهود دون نتائج».

«لقد وعى هؤلاء (الخُدَّام) العظماء أن عليهم أن يقولوا: لا، كي يستطيعوا أن يحققوا مُراد الله منهم».

وهذا حق، لأنك تَوَّ ما بدأت في تحديد ملامح مُراد الله منك، فعليك أن تبدأ في تحديد أهداف محددة، ومن ثم تكون أكثر تركيزًا في تحقيق تلك الأهداف، وأظن أنك لن تتمكن من تحقيق تلك الأهداف، ما لم يكن لديك القدرة على أن تقول: لا، لأيِّ شيء يمكن أن يعطلك، أو حتى يشوشك عن تحقيق هذا الهدف، حتى لو كان هذا الشيء فرصة لتحقيق عمل نبيل.

### **تعالِ نعمل اختبارًا بسيطًا معًا عزيزي القارئ:**

أطلب منك أن تراجع نفسك وتنظر إلى ماضيك وحاضرك، واحصر كل ما تستطيع حصره من مشاركاتك ومساهماتك في أشياء انضمت إليها، ولو كانت لديك كل الحرية لما شاركت فيها، ثم اكتبها في ورقة أمامك.

بعد أن تحصر تلك الأشياء كتابةً، أطلب منك أن ترصد التالي:

1 - ارصد السبب الذي جعلك تقبل المشاركة في ذلك الشيء.

2 - ارصد وقع مشاركتك في هذا الشيء على مشاعرك.

3 - ارصد نتائج مشاركاتك في تلك الأشياء.

غالبًا سيُدي القارئ سيكون نتائج رصدك للأسئلة السابقة في الإطار التالي:

إنك غالبًا قبلت الانضمام لتلك الأشياء، لأنك فقط «لم تستطع» أن «تقول: لا» لمن عرضها عليك، وذلك إما إحراجًا، وإما خجلًا، وإما ارتباكًا، وإما خوفًا على مظهرك، وإما إشفاقًا من إثارة استياء، أو غضب من عرض عليك المشاركة، أو المساهمة. وغالبًا ما ستكون مشاعرك ناحية مشاركتك أو مساهمتك في تلك الأشياء «سلبية»، وتودُّ أن تنسحب منها، ولكنك الآن لا تستطيع هذا لأنك تورطت في الالتزام بمشاركتك، وتشعر كأنك تحمل ثقلًا على كتفك، أو كأنك تجرُّ شيئًا ثقيلًا، كلما جاء ذكرها أمامك.

وأكد أجزم عزيزي القارئ بأن نتائج مشاركتك في تلك الأشياء التي لا تحبها، والتي تورطت في المشاركة فيها، ستتراوح بين نتائج سلبية وبالکاد مقبولة، ونادرًا ما تكون جيدة، ولكن من الصعب جدًا أن تصل في أداك فيها إلى التميز والإبداع.

وأطرح عليك عزيزي القارئ سؤالًا رابعًا، وأخيرًا:

ارصد مشاعرك، لو حدث أن الشخص الذي دعاك للمشاركة أعفك الآن من استكمال مشاركتك، وذلك دون أي لوم أو لائمة، فبمَ تشعر الآن عزيزي القارئ؟

أعتقد أنك غالبًا ما ستشعر بالراحة، أليس كذلك؟

لم؟

أعتقد لأننا نحتفظ بطاقة داخلية في داخلنا، وعندما نفعل شيئًا نحب، يحدث

التالي:

- أولًا: لا نبذل مجهودًا كبيرًا لفعله.
- ثانيًا: تتجدد الطاقة داخلنا بوفرة وتدقُّق.

- ونتيجة لهذا، نجدنا، مهما بذلنا من مجهود، لا نشعر بالإرهاق سريعًا، ونقضي ساعات في فعل الأشياء التي نميل إليها، دون أن نشعر بالتعب، أو حتى بمرور الوقت، لأننا مليئون بالطاقة التي تجعلنا في حالة حيوية وانتعاش. وعلى العكس، حينما نُؤدي شيئًا لا نحب، يحدث التالي:
- أولاً: نستهلك طاقة كبيرة في أدائه.
  - ثانيًا: لا تتجدد لدينا الطاقة.

ونتيجة لهذا، نجدنا نشعر بثقل ما نفعله، كما أننا نشعر بالإرهاق سريعًا.

تذكر حينما كنا أطفالًا.. الأشياء التي نحب فعلها، كاللعب واللهو، كنا نفعلها لساعات وساعات بلا ملل أو كلل، وينزعوننا منها انتزاعًا، وحينما نفعل أشياء لا نحبها، فورًا، نشعر بالملل والتعب، ونحاول أن ننصرف عنها، وإذا أجبرنا على فعلها، نجدنا فجأة في حاجة ماسة للنوم.

ونحن أطفال، كنا لا نجد الحاجة لإجبار عقولنا وقلوبنا وأجسادنا على فعل ما لا تميل إليه، ولذا نكون في حالة مصالحة واتساق مع أنفسنا. وبمرور العمر، نبدأ في إجبار عقولنا وقلوبنا وأجسادنا على فعل ما لا تميل إليه، ولكن ما لا نلاحظه أنها لا تتوقف عن مقاومتنا، وإخبارنا بشتى الطرق: ماذا تودُّ أن تفعل وما لا تودُّ أن تفعل.

بعد هذا التحليل الطويل، حينما يدعوك أحدهم إلى فعل شيء لا تميل إلى فعله، قل: لا.

اعتذر بوضوح وصراحة.

التجربة تُعلِّمنا أننا عندما نقبل المشاركة في أشياء لا نحبها، غالبًا يحدث الآتي:

○ التزامنا بالمشاركة يكون لا بأس به في البداية، لأننا لا نريد أن نغضب أو نخذل أحداً ما.

○ بمرور الوقت، يقل التزامنا، ونبدأ نتحرى الأعذار لكي لا نشارك.

○ بعد مرور فترة أطول من الوقت، إما نعتذر عن الاستمرار، وإما تختفي دون اعتذار.

أنا أدعو مَنْ له تجربة مشابهة إلى أن يحسب كم من الوقت استهلك، قبل أن يعتذر، أو يختفي من المشاركة في أشياء قبل المشاركة فيها دون رغبة حقيقية.

○ وكانت الإجابة تتراوح بين عدّة أسابيع وعدّة أشهر.

تخيّل سيّدي كم من الوقت ذهب سدى في أعمال لم تتم؟

تخيّل سيّدي كم من الأشياء المنتجة كان من الممكن أن نفعّلها في هذا الوقت المهدر؟

كل هذا لأننا فقط لا نستطيع أن نقول: لا.

**عندي اقتراح عزيزي القارئ.. بعد أن تقول: لا، لطلب وجه إليك، ما رأيك أن تبذل بضع ساعات قليلة، لتعتذر -ثم لتشرح- لمن وجه إليك هذا الطلب لماذا لا تحب أن تفعل ما لا تميل إليه؟**

ما رأيك أن تشتري تلك الأسابيع والشهور بتلك الساعات؟ ما احتمالات النتائج؟

بالطبع، سيُحبط البعض، ولكن أعتقد أن النتيجة الغالبة ستدهشك.

في أوائل الأمر، سيجفل الآخرون من وضوحك وحسمك، ولكن ساعات التوضيح والاعتذار، ستؤتي ثمارها.

هذا فقط؟

أبدأ، سيحدث غالبًا شيئان في غاية الروعة.

أولاً: ستزداد مصداقيتك ومصداقية الذين استطاعوا أن يقولوا: لا، عند من حولهم، سيقترن اسمهم بالجدية والإنجاز، سيعرفون بأنهم إذا اقتنعوا بشيء فعلوه على أكمل وجه، وإذا لم يقتنعوا، لا يفعلونه، وبمرور الوقت، يثير هذا إعجاب من حولهم، فيعجبون بقوتهم.. يعجبون بوضوح رؤيتهم.. يعجبون بتركيزهم.

ثانياً: بمرور وقت أكثر، سيبدأون في التعلم منهم وتقليدهم، واتخاذهم قدوة.

هكذا تكون نتيجة أن نستطيع أن نقول: لا.

أيضاً سيدي القارئ، أذكرك بالنقطة الجوهرية: أنت تقول: لا، كي تركز في تحقيق مُراد الله منك.. استحضارك لهذه الحقيقة يساعدك على الوعي بالأمر، تتلاعب بك النفس، ويصاحب تلك السمة أو الصفة سمة أخرى لا تقل أهمية، وهي مدى قدرتنا على تطبيق ثقافة الاعتذار.

اكتب عزيزي القارئ في الأسطر التالية عن تجربة/ تجارب، كنت تريد فيها أن تقول: لا، ولم تفعل، ثم اكتب أيضاً عن تجربة استطعت فيها أن تقول: لا، واكتب الفرق بين التجريبتين، ووقع ذلك عليك.

.....

.....

.....

.....

.....

.....  
.....  
.....  
.....

(3)

## تحرّك: ثقافة الاعتذار

حينما نكون مُبادرين ومُبدعين، فلا بد أن يصاحب هذا كمية كبيرة من المحاولات الفاشلة، ومن الأخطاء.

وهذا شيء طبيعي، وثمان أن تعيش مُبدعًا ومُبادرًا. وأحيانًا كثيرة، تؤثر تلك الأخطاء أو المحاولات الفاشلة على بعض من حولنا. كما أنه من الممكن جدًا أن نُخطئ في حق بعض من حولنا بقصد، أو دون قصد، حتى لو كنا خارج إطار فعل مبادر أو مبدع، فقط خطأ إنساني.

وتجربتي أيضًا علّمتني أن ممارسة ثقافة الاعتذار توفر علينا كثيرًا من المتاعب، كما تحفظ لنا كثيرًا من العلاقات.

وأعتقد أن تطبيق ثقافة الاعتذار، يحتاج إلى تطبيق 4 خطوات:

- أن تعلن وتفصح عن أنك أخطأت بعبارات واضحة وصحيحة.
- أن تعتذر لمن أخطأت في حقه أيضًا بعبارات واضحة وصریحة، عن ذلك الخطأ، وأن تخبرهم باستطراد، ماذا يعنون بالنسبة لك.

○ أن تتحرّى وتسألهم كيف تصلح ما تسببت به نتيجة خطأك المقصود أو غير المقصود.

○ أن تطلب منه أن يساعدك في عدم تكرار ما حدث منك، بتوضيحه لك، وتوضيح ما الذي أغضبه بالضبط، وأن تسمع بتركيز واقتناع، وأن تعدّه أنك ستبذل كل جهدك مخلصًا على الالتزام بذلك.

بفعلنا هذا، نحن نرسخ فيمن حولنا، قيم القوة والمسئولية والود.

بعضنا يعتقد أنه بتصريحه فقط بأنه أخطأ، فإن هذا يكفي لمحو آثار خطئه، وأنا لا أظن أن هذا يكفي.

بعضنا يظن أن تصريحه بالخطأ، ثم الاعتذار عنه، بلا محاولة جديّة لإصلاح هذا الخطأ وتبعاته، يكفي لكي يرضى من أخطأنا بحقه، وأنا لا أعتقد هذا، فأنا أوّمن بأن من أفسد شيئًا عليه إصلاحه.

بعضنا يظن أنه باعترافه بالخطأ، ومحاولة إصلاحه، فإنه يقلل من شأن نفسه، وأنا رأيت فيمن يظن هذا، أن يُراجع مدى ثقته بنفسه.

بعضنا يظن أن مرور وقت طويل على خطأ ارتكبناه، يجعل من أخطأنا في حقه ينسى ما تسببنا له من غضب أو ألم، وأنا أوّكد أن الألم يبقى هناك، حتى تزيله أنت.

بعضنا يجد داخله صوتًا يحثه على عدم ممارسة ثقافة الاعتذار، محتجًا بأن الطرف الآخر لن يمارسها لو أخطأ هو في حقك. وأنا أقول لك: قد يكون هذا الصوت مُحققًا، ولكنني أنبهك إلى الآتي:

○ أنت ستكون في مربع رد الفعل وليس الفعل، وإنك لو مارست ثقافة الاعتذار ستكون فاعلاً ومُبادرًا.

- حينما تمارس ثقافة الاعتذار في مجتمع لا يعرفها ولا يمارسها، فأنت تضيف للآخرين شيئًا جديدًا ومهمًا، فتكون خادمًا معلمًا.
- الصوت الذي يخاطبك من داخلك، غالبًا سيكون صوت «الإيجو»، الذي يظن أن بفعله هذا يُحافظ عليك وعلى كرامتك وعلى مظهرك. وأنا أعتقد أن هذا غير صحيح، وأنت باستسلامك له ولنصائحه، ستسحب تدريجيًا من حالة الوعي والإدراك تحت سماء مركزيّة الله، إلى مساحة التغييب تحت سماء مركزيّة النفس.

أعتقد مخلصًا أن اختيارك وتبنيك ممارسة ثقافة الاعتذار، سيحررك من عدد كبير من ملفات الإحساس بالذنب التي تثقل كاهلك، وتقلل من لياقتك الروحية، وبالتالي لياقتك الجسدية والعقلية.

**ابحث عزيزي القارئ عن مواقف معلقة تنتظر منك اعتذارًا، حتى لو كانت منذ سنوات، واذهب وفعل اعتذارك**

باستخدام خطوات الاعتذار ال 4، ثم اكتب نتيجة هذا، واكتب أيضًا وقع ما حدث عليك.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(4)

## تحذرك من الزيف

تسمية الأشياء بأسمائها الحقيقية

أودُ ألفت نظرك عزيزي القارئ إلى بعض الممارسات التي يمارسها البعض وهم في حالة تغييب الوعي والإدراك، وقد تكون توابعها في منتهى الخطورة، ومن أهمها تسمية الأشياء بأسماء غير حقيقية، ثم تصديق تلك الأسماء.

على سبيل المثال، في المجتمعات التي يسودها الاستبداد والظلم لمدة طويلة، نجد أن ثقافة الخوف هي السائدة، وتتجلى تلك الثقافة في تطبيقات الحياة اليومية، فحينما يكسرنا الخوف، يكون من أدبيات تطبيقات الحياة اليومية: النفاق، والسلبية، والأنانية، والانكفاء داخل دوائر اجتماعية صغيرة، ولكن أبناء تلك المجتمعات يجدون غالبًا مخرجًا فريدًا.

ستجد عزيزي القارئ أن هناك اتفاقًا -تقريبًا- جماعيًا، ولكن غير مكتوب، بإعادة تسمية تلك الأدبيات بأسماء أخرى:

فنسمي الخوف.. عقلاً.

ونسمي السلبية.. حكمةً.

ونسمي النفاق.. مُجاملةً.

ونسمي الأنانية.. تدييرًا.

وأشياء كثيرة أخرى.

لماذا يفعلون هذا؟

لأنهم يكونون من الضعف بحيث لا يستطيعون مواجهة واقعهم، ويكونون من الانكسار بحيث لا يحاولون أن يغيروه، ولذا توصلوا إلى ذلك الحل العبقري، أن يدعوا كل شيء على حاله، ثم يُعيدوا تسمية ممارساتهم القبيحة، بأسماء أخرى، لتخلق لهم جميعاً

«Comfort Zone»، ويعيشوا داخلها دون أن يشعروا بأي شعور سيئ، وأيضاً دون أي شعور بالاحتياج لتغيير واقعهم المهيمن، والأهم.. كي يستطيعوا أن ينظروا في المرآة بلا خجل، والحقيقة أنهم بفعلهم هذا يرتكبون خطأ في حاضرهم، وخطيئة لمستقبلهم.

خطأ الحاضر يخص معايير تقييمهم لمن حولهم، فعلى سبيل المثال:

نظراً لعملية التزييف التي يرتكبونها، وتسمية خوفهم عقلاً، فلو صادفوا شخصاً شجاعاً، فعلى الفور سيعتبرونه بطلاً، وسيؤلونه أعظم أمورهم، أليس بطلاً؟ وهناك أمثلة كثيرة على ذلك، ولكنه على الأقل يخص حاضرهم.. يخصهم هم، ولكن ما يخص تزييف المستقبل، فهو يخص أولادنا، ولذا يتحول الخطأ إلى الخطيئة.

نحن -شئنا أم أبينا- قدوة لأبنائنا، هم يتشربون ويتعلمون حقائق الحياة منّا. فإذا شاهدونا نسمي تلك الأشياء بأسمائها الحقيقية، سيصدقون بكل براءتهم ذلك التدليس، ويمارسون تطبيقاتنا المزيفة على أنها حقيقية، ونكون بذلك قد أسهمنا في إرباك مستقبلهم.

○ لما؟

كل الناس يتعرضون للخوف، تقريبًا كل يوم في حياتهم، في مواقف متعددة، نخاف من أشياء، ونخاف على أشياء.

○ أحيانًا نستطيع أن نواجه أسباب الخوف «ونتغلب» عليها، وهذا فعل صحي و«شجاع».

○ وأحيانًا أخرى نعترف بأننا خائفون، ونهرب، أو نتجنب مواجهة أسباب الخوف، وهذا فعل صحي، وليس شجاعًا.

○ وأحيانًا لا نستطيع أن نتمالك أنفسنا أمام أسباب الخوف، «فننكسر» أمام تلك الأسباب، وهذا لا صحي، وليس شجاعًا.

ولو حللنا أسباب انكسارنا أمام الخوف، سنجد أن هناك سببين رئيسيين:

○ إما إننا أناس ذوو إرادة عادية، ولكننا تعرّضنا لأسباب مُخيفة، فانكسرت إرادتنا أمام تلك الأسباب المُخيفة، لأنها أكبر من قدرة إرادة عموم الناس على مواجهتها.

○ وإما إننا أناس ذوو إرادة ضعيفة، لم نستطع أن نواجه أسباب خوف عادية، فأيضًا انكسرت إرادتنا أمام تلك الأسباب العادية.

**ولو لاحظت عزيزي القارئ أن هذين السببين متغيران وغير ثابتين ومتعلقان بتجربتنا نحن.. ففي الحالة الأولى، فإن الأسباب المُخيفة قد تختفي عندما يشب أبناءنا. وفي الحالة الثانية قد تكون إرادة أبنائنا أقوى من إرادتنا.**

ولذا، لو اعترفنا بخوفنا أمام أنفسنا وأمام أولادنا، فقد تركنا لهم حرية الاختيار في مواجهة ما لم نستطع مواجهته نتيجة الأسباب السابقة.

ومواجهة أبنائنا بأننا خائفون من مواجهة شيء ما، شيء صعب. ومواجهة أنفسنا، أشد صعوبة، ولكن كليهما أهون من أن نزيّف مستقبل أولادنا.



(5)

## تحرك من الاستخدام السيئ للثقافة الأبوية

تتذكر عزيزي القارئ، ما سبق أن ذكرناه عن سوء استخدام الثقافة الأبوية، وكيف أنها قد تمهد لخلق «الوثن».

وجود «الوثن» شخصًا، أو جماعة، أو كيانًا، أو فكرةً، يحجب نور الله عن روحك.

أقترح عليك عزيزي القارئ أن تتعامل مع الكيانات التي تنتمي إليها من زاوية مختلفة. وأدعوك ألا تجعل بينك وبين الله أيّ «لافتات» تخص الكيانات التي تنتمي إليها، مخافة أن تتحول بمرور الوقت إلى أوثنان.

أدعوك ألا تتعامل مع الكيانات التي تنتمي إليها «كالأب».

وفي المقابل، أدعوك إلى أن تتعامل مع الكيانات التي تتعامل معها «كالأبناء».

أنت لا تستطيع أن يكون لك إلا أب واحد، ولكنك تستطيع أن يكون لك عديد من الأبناء.

وهذا له فوائد ومميزات عديدة:

- أولاً: بينما نحن «ننتمي» إلى آبائنا، فإن أبناءنا «ينتمون» إلينا، وهذا يجعل موقعهم «تحتنا»، وليسوا «فوقنا»، وما هو تحتنا من الصعب أن يحجب الله عنا.

○ ثانيًا: نحن نستطيع أن نحب ونراعي أبناءنا الذين «ينتمون» إلينا، مثل، أو أكثر، من آبائنا.

○ ثالثًا: هذا معناه أنك تستطيع أن تنتمي وتحب وتراعي كيانات عديدة، ولا تحصر انتماءك وحبك ورعايتك في كيان واحد.

○ رابعًا: عندما تحصر انتماءك في كيان واحد، فأنت محدود بحجم هذا الكيان، أو بالمساحة التي يسمح لك بأن تشغلها داخل ذلك الكيان.

عندما ينتمي إليك كثير من الكيانات، فأنت دائم النمو، دائم التوسع، دائم الامتداد.

أيضًا.. تحررك من سوء استخدام الثقافة الأبوية يزيدك وعيًا بالألّا تقع في فخ أن تكون لك أوثان، ومنع وإلغاء الأوثان هو المسار الصحي لحياتك، والمسار الصحي لحياتك يهيئك أن تكون كبيرًا قويًا قادرًا على البحث عن وتحقيق مُراد الله منك، فتنوع انتماءاتك يثريك ويجعلك أكثر تأثيرًا، وأكثر اتساعًا في خدمتك.

اكتب سيّدي عن تجربة فيها سوء استخدام للثقافة الأبوية، سواء أنت فاعل فيها، أو مفعول به، واطّلب ما المفروض أن يتغير، وعندما تستطيع أن تغير تلك التجربة، سجّل هذا.

.....

.....

.....

.....

(6)

# تحرك من المخدرات

كثيرًا ما أسأل من حولي هذا السؤال الذي أطرحه عليك سيدي القاري:

«ما أنواع المخدرات التي تعرفها؟».

وبعد أن يسرد الجميع أسماء مختلف أنواع المخدرات المعروفة، أطرح السؤال التالي: «أغلب أنواع المخدرات يدخل في صناعة الأدوية والكيماويات، وفي الوقت نفسه هي مُجرّمة بالقانون، لماذا؟».

الإجابة سيدي القاري تتلخص في الآتي:

○ طريقة الاستخدام

فإذا كانت المخدرات تستخدم طبيًا، فهي قانونية الاستخدام، لأنها هنا «وسيلة» لتحقيق «غاية» نبيلة، وهي تخفيف آلام المرضى. أما إذا كانت تُستخدم استخدامًا سيئًا التأثير على من يتناولها، فهي مُجرّمة قانونًا، فهي هنا تُستخدم كـ«غاية» في حد ذاتها، وليست كوسيلة.

○ وما الاستخدام السيئ للمخدرات الذي يستوجب المساءلة القانونية؟

○ هي تؤثر على «وعينا وإدراكنا»، وتجعلنا «مُغَيَّبين».

إذًا، تلك المواد المخدرة مصرح باستخدامها بدقة، وبكميات محدودة، يحددها المتخصصون، للتأثير على وعينا لتساعدنا على تخفيف الآلام. وفي الوقت نفسه تُجرّم حينما يستخدمها تجار المخدرات بكميات غير محدودة، وتكون نتيجتها «تغيب الوعي».

ليست المخدرات المادية فقط لها هذا التأثير الصحي والسيئ، فهناك أيضًا أنواع أخرى من المخدرات التي هي في الأساس تفيد مستخدميها، وهي أيضًا

تضر مستخدميها إذا أساءوا استخدامها.

من تلك المخدرات: الدروس الدينية، والندوات الثقافية.

تمتلئ شاشات التلفزيون، ووسائل التواصل الاجتماعي بآلاف الدعاة والشيوخ والقساوسة، والمفكرين، الذين يتمتعون بالإخلاص والأمانة في عرض ما عندهم من علوم شرعية، وأفكار ثقافية، يطرحونها على مواطنيهم، لكي يستفيدوا منها ويطوروا من أنفسهم. وكذلك تمتلئ المساجد والكنائس ومقار الأحزاب والجمعيات الأهلية، وكذلك منازل القادرين المخلصين من المواطنين، بندوات وحلقات، يُدعى إليها أولئك المعلمون، ويُدعى إليهم مُريدوهم، لكي ينهلوا من علمهم، ولقد كان لي شرف أن أسهم بمشاركات مماثلة منذ سنوات.

كل هذا طيب، ما المشكلة إذًا؟

المشكلة، كما في مثال المخدرات.

استخدام شيء جيد، بطريقة خاطئة، قد تكون نتائجه كارثية.

وأعتقد أن الاستخدام السيئ لأشياء في مُنتهى الرقي، مثل الدروس الدينية، والندوات الفكرية، وما يصاحبها من نُبل من يرفعونها في منازلهم أو في الفضائيات أو على وسائل التواصل الاجتماعي، قد يؤدي إلى نتيجة استخدام المخدرات نفسه: «تغييب الوعي».. أعلم أن هذا طرح صادم، ولكنني أعتقد أن نوع الصدمة هنا هي الصدمة التي نعتبرها، عندما نُواجه بأن الشخص الذي نظنه سليمًا مُعافى، هو في الحقيقة يعاني من مرض خطير.

تعال سيدي القارئ شخص عوارض هذا المرض الخطير.

الدروس الدينية والندوات الفكرية تخاطب فينا القلب والعقل، وتتزود عقولنا منها بما كنا نجهل، وتترقق منها قلوبنا التي تُقسّيه تجارب الحياة، أليس كذلك؟

ولكن لِمَ نرقق قلوبنا، ونزود عقولنا؟

الإجابة الحقيقية عن هذا السؤال هي التي تحدد هل تعاملنا من تلك الدروس والندوات، استخدام صحيح، أم كمخدرات؟

هل نستخدمها لـ«زيادة الوعي»، أم لـ«تغيب الوعي»؟

إذا كنا نستخدمها لزيادة الوعي، فبها ونعمت. أما إذا كنا نستخدمها لـ«تغيب الوعي»، فهي مثلها مثل المخدرات.

○ وكيف نحدد الفرق؟

○ الفرق يتحدد في الكلمات القليلة التالية:

○ هل تعاملك مع تلك الدروس والندوات هو «غاية» أم «وسيلة»؟

حتى نوضح تلك الإجابة، تعال سيدي أصطحبك في تلك التجربة الحقيقية، فيما يخص الدروس الدينية:

○ أغلب الدروس الدينية تتكون من الآتي:

○ المُضيف

ويكون رجلاً أو سيدةً من أعيان المجتمع، يتميز بالطيبة والكرم، ويكرس منزله للندوات، ويدعو إليها المحاضر المعلم، والمتعلمين.

○ المعلم:

رجل أو سيدة من المخلصين الذين يضحون بوقتهم من أجل نقل علمهم إلى المتعلمين.

○ المتعلمون:

مجموعة من الحاضرين الذين أتوا لينهلوا من علم المعلم، ويستمتعوا بكرم ضيافة المضيف.

ما يحدث أن المعلم يبدأ في إلقاء درسه بكل إخلاص وحماس، ثم يختتم درسه بدعاء حار، وترى المتعلمين يجتهدون في الدعاء وراءه، وتسيل دموعه، وتسيل دموعهم، ثم ينتهي الدرس، وترى ابتسامات الرضا تعلق شفاه الجميع.

○ ما المشكلة، إذًا؟

○ لو كانت هذه الفعالية «وسيلة»، إذًا لا بد أن يستتبع هذا الدرس الذي أدى إلى غسل القلوب وترقيقها، وإلى تنشيط العقول وملئها، ناتج ملموس وعمل على الأرض يُبدع فيه أولئك الحاضرون، ويستفيد منه خلق الله، كل خلق الله.

○ ولو كانت هذا الفعالية «غاية»، فالحاضرون يتصورون أن مجرد حضورهم إلى هذا الجمع هو عمل في حد ذاته، يسقط عنهم أيّ التزام بالقيام بأيّ عمل آخر، لإفادة خلق الله، أيّ خلق لله.

إذا كانت «وسيلة»، فهي تحثُّ على البحث عن «آخر»، نُحَقِّق من خلال خدمته، مُراد الله مِنَّا.

إذا كانت «غاية»، فهي تُطمئننا بأننا قد أدينا ما علينا لله، وأنه راضٍ عنَّا، ودليلنا تلك الدموع التي سالت في أثناء دعائنا لله.

إذا كانت وسيلة فهي استخدام صحي لوقت وجهد المعلم، ووقت وجهد وكرم المُضيف، ووقت وجهد المتعلمين.

إذا كانت «غاية»، فهي استخدام غير صحي لكل ما سبق.

إذا كانت «وسيلة»، ففي الغالب أنت اخترت أن تعيش حياتك فاعلاً ومدركاً وواعياً تحت سماء مركزية الله.

إذا كانت «غاية»، ففي الغالب أنت تعيش حياتك تحت سماء مركزية النفس، اختياراً واعيًّا منك، أو غفلة منك.

○ وماذا يحدث في أرض الواقع؟ ما الأرجح «الغاية» أم «الوسيلة»؟

تجربتي ومشاهداتي تقول إن الحقيقة المؤلمة التي علينا أن نواجهها، هي أن أغلبية تلك الفعاليات، هي للأسف على سبيل «الغاية»، وليست «الوسيلة».

عندما نجد أن أغلب المحاضرات والندوات والدروس عن موضوعات تخاطب سن الشباب ومشكلاتهم، ويكون نصف الحاضرين تتجاوز أعمارهم 50 عامًا، يكون هذا مؤشرًا إلى أنها «غاية»، وليست «وسيلة».

عندما نجد أن الشعور العام عند أغلب الحاضرين هو أنهم قد أدوا ما عليهم، ويغادرون إلى منازلهم هادئين، قريري الأعين، منتظرين الموعد المقبل لتلك الفعالية، بدلًا من أن تتوهج قلوبهم وعقولهم، بحلول مبتكرة لحل مشكلات المجتمع وإخوانهم المواطنين، فهذا مؤشر إلى أنها «غاية»، وليست «وسيلة».

عندما يكون جُلّ اهتمام الحاضرين بجودة أداء المعلم، وجمال صوته، وحُسن إلقاءه، وروعة دعائه، وتأثيره على أحاسيس ومشاعر الحاضرين، وتجد أن هذا الحوار يتكرر في كل فعالية، وكأنها مسابقة أداء فني، بدلًا من استخدام تلك الشحنة الإيمانية وتحويلها إلى طاقة عمل جبارة من خلال خدمة آخر، فذلك مؤشر إلى أنها «غاية»، وليست «وسيلة».

والشيء نفسه تجده في الندوات والحلقات الثقافية، وتجد الحوار نفسه، ولكن مخاطبًا العقل بنسبة أكبر من خطاب القلب.

**عزيزي القارئ، انبهك أن تتأكد أنك تتعامل مع تلك الفعاليات كوسيلة، وليست غاية، وذلك عن طريق الإجابة العملية عن سؤال بسيط: «ماذا أثمرت، أو في طريقك للإثمار، من خير للآخر؟».**

هذه الإجابة تعمل على مساعدتك ومساعدة من حولك، على توجيه بوصلة حياتهم نحو الوجهة التي يختارونها، نحو الحياة تحت سماء مركزية النفس، أم تحت سماء مركزية الله.

وهناك سؤال قد يجول بخاطرنا الآن سيدي القارئ، وواجهه كثير من مشاركيننا الأجلاء:

أليس قضاء الوقت في تلك الفعاليات، حتى لو كانت على سبيل «الغاية»، خير من تضييع الوقت، في أي شيء آخر غير مفيد؟

- لماذا يكون هذان هما الاختيارين المطروحين فقط؟
- لماذا يكون جُلُّ هُمنا أن ينتقلوا من مربع قتل الوقت إلى مربع قتل الوعي؟
- لماذا لا يكون هُمنا «نتائج»؟ لماذا لا يكون هُمنا أن نكون «result oriented»؟

- لماذا لا يكون هُمنا أحلامًا عظيمة وإنجازات عظيمة؟
- لماذا لا يكون هُمنا إبداعًا في البحث عن مُراد الله مِنَّا، وتحقيقه؟

على الأقل، الذي يضيع وقته في مجالات واضحة أنها تضييع وقت، ليس عنده وهم أنه يستثمر وقته استثمارًا جيدًا، ولذا دعوته إلى عمل جاد قد تكون أسهل من شخص يعتقد أنه بحضوره تلك الفعاليات يؤدي ما عليه نحو الله، ونحو

وطنه، ونحو مجتمعه، وهو في الحقيقة، بحضوره فيها «كغاية»، يستخدمها  
«لتغيب وعيه»، كالمخدرات.

تحرك من وقوعك في فخّ الخلط بين الغاية والوسيلة، يحرر طاقاتك وإبداعك  
من أجل الله وتحقيق مُرادِه منك.

اكتب سيّدي عن مخدراتك، اكتب عمّا هو مُفترض أن يكون وسيلة، ولكنك  
وقعت في فخّ أنه تحوّل إلى غاية، وكيف ومتى ستصلح هذا الوضع؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(7)

## تحرك من الخلط بين ما تحتاج وما تريد

هذا عنوان آخر عليك أن تواجهه وتتعامل معه في أثناء رحلة تحرك.. ففي  
حالة غياب الإدراك والوعي كثيرًا ما نرتبك في تقييمنا لما نطلب، فيختلط علينا

إحساسنا بالمطلوب، ولا نستطيع أن نفرق بين هل نريده أم نحتاج إليه؟ وأين  
يصب هذا الإحساس بالفرق؟

يصب في كينونتنا وإحساسها بالاكتمال، أو بالنقص، ولكي تفرق بين ما تريد  
بحق، وما تحتاج إليه بحق، عليك أن تتخيل حالك في غياب المطلوب عنك،  
وليس في حال حصولك عليه. فعندما تشعر بأنك «تريد» شيئًا ولا يتسنى لك  
الحصول عليه، فإن غيابه لا يمس إحساسك بالاكتمال، فأنت تشعر بأنك كامل،  
والمطلوب كان سيزيدك، ولكن، عندما تشعر بأنك «تحتاج» إلى شيء ولا  
يتسنى لك الحصول عليه، فإن غيابه يضرب إحساسك بالاكتمال بقوة، فأنت  
تشعر بأنك ناقص، ولن تكتمل إلا بحصولك على ذلك المطلوب.

من المؤكد أن هناك أشياء وأشخاصًا «تحتاج إليهم» احتياجًا حقيقيًا في  
حياتك، وأيضًا من الطبيعي أنه كلما تحوّل «ما تحتاج إليه» إلى «ما تريد»،  
زادت مساحات القوة والثقة والطمأنينة في حياتك، ولكي تحاول أن تصل إلى  
هذا هناك 3 مستويات، عليك أن تشتبك معها في هذا الموضوع:

- المستوى الأول: أن تفرق بين ما تحتاج إليه بحق وما تريده بحق من خلال ما  
سبق من تصورك لغياب المطلوب.
- المستوى الثاني: عندما تحدد ما تحتاج إليه بحق، وتحدد مدى إحساسك  
بنقصك دونه بحق، عليك أن تُقيّم أيضًا هل إحساسك بنقصك هذا قائم على  
المطلق أم النسبي؟

بمعنى هل تُقيّم إحساسك بالنقص، بمقارنة حالك مع الآخر؟ وأيضا هل تحدده  
بناءً على نظرة وتقييم الآخر لك؟ أم تحدده بناءً على احتياجك أنت الحقيقي  
دون وجود الآخر وتأثيره؟

- المستوى الثالث: استحضارك لحضورك في حضور الله، واستحضارك مُراد الله  
منك، وقياس إحساسك بالنقص، في هذه الحضور، ومن أجل هذا الغرض،

وستُصيِّبُكُ الدهشة حينما ترصد إحساسك المتناقض بشدة بالاحتياج في أثناء حالة الحضور هذه.

ممارستك للخطوات الـ 3 السابقة بصورة مستمرة سيحرر وعيك من كثير من الذي كنت تظن أنه يقع تحت عنوان «ما أحتاج إليه»، وسيحول أغلبه إلى ما تحت عنوان «ما أريد»، وهذا التَّحرُّر سيعمل على زيادة قدراتك الحقيقية، وإبداعك الحقيقي، ويعظم من استخدامها في رحلتك للبحث عن وتحقيق مُراد الله منك.

اكتب سيدي القارئ مواقف حاضرة في ذهنك، أو استدعِ مواقف قديمة تعودت عليها، وطبِّق عليها المستويات الثلاثة السابقة، وسجِّل رحلة تحرُّرك في الأسطر التالية:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

# تحذرك من عارٍ قديم

أحياناً تحمل -معنويًا- على كتفيك أحمالاً ثقيلة، ولمدد طويلة، هذه الأحمال تعطلك، وتحذُّ من حريرتك، وتأخذ من طاقتك، ولكن طول المدة يجعلك مُعتادًا على هذا الحمل، وتنسى أو تتناسى أسبابه.

قد تكون هذه الأحمال نتيجة أفعال تسببت فيها أنت في أثناء مشوار حياتك في حق آخرين -بقصد أو دون قصد- وتسببت لهم بأذى وألم أثار سلبياً وجذرياً على حياتهم، وعلى الرغم من محاولاتك الاعتذار والإصلاح؛ فإنه يبقى لديك شعور بالذنب أخفيته في قلبك.

وقد تكون هذه الأحمال نتيجة أفعال تمّت في حقك أنت، وتسببت لك في كثير من الأذى، وكثير من الألم، وكثير من الغضب.. أفعال لم يكن لك يد فيها، ولا ذنب، بل أحياناً أفعال لم تستطع ردها عن نفسك لظروف سنك، أو وعيك، أو غيرهما.. هذا الأذى، وهذا الألم، وهذا الغضب الناتج عن تلك الأفعال في حقك، قد تكون ما زلت تحمله على كتفيك، وإن كنت تعودت أيضاً عليه.

أيُّ طريق للتخلص ممّا سبق وغيره تشترك كلها في بداية واحدة: أن يكون لديك القدرة للكلام عنها.

بعض ممّا سبق قد يكون مستوى صعوبة تناوله والتكلم عنه في مستوى إمكاناتك للتعامل مع آلام استدعائها، فتستطيع أن تستعيدها، وتتناولها للتخلص منها. والبعض الآخر يكون فوق إمكاناتك لتناوله والتكلم عنه، ذلك لأنك خبّأته عميقاً في وعيك وفي لا وعيك، وغالباً ما يكون سبب اختبائه بهذا العمق إحساساً آخر يصاحب إحساس الألم والغضب، وهو إحساس العار.

العار لأنك تعتقد أنك «وحدك» سببت هذا الأذى، أو لأنك «وحدك» حدث لك ذلك الأذى.

إحساس «العار» هذا يكون بمثابة علامة «ممنوع الاقتراب» لهذه المناطق في مخزون ذكرياتك.

في تجربة «المُراد» تتوفر وسيلة للتحرر من إحساس العار هذا، وذلك عن طريق لا يستدعي الكلام المباشر عنه، مما يسمح لك باستدعاء ومشاركة تلك التجارب الأليمة، وتُصيبك الدهشة بأن ما فعلته، أو ما حدث معك، لم يكن قاصراً عليك، وإنما حدث مع آخرين، ويتبين لك وتنتبه أن الله خلقك -مثل الآخرين- بشراً يُخطئ ويصيب، وإنك قد ينالك -مثل الآخرين- بعض من أخطاء الآخر.

انتباهك إلى أنك -لست وحدك- فيما فعلت وفيما حدث لك، يفتح لك بابين هما: باب بدء التخلص من إحساس «العار» المصاحب لك في حياتك، ممّا يسمح لك بأن تبدأ في استدعاء وتناول، ثم التعامل، فالتعافي، فالتخلص من تلك الأحمال الثقيلة والقديمة. ويُفتح لك أيضاً باب استدعاء واستخدام رحمة الله.. استخدام رحمة الله في رؤيتك لنفسك، ومن ثم عملية مسامحة نفسك والتوقف عن جلدتها وأذيتها، وهذا أول طريقك للأُم جروحك، وأيضاً، استخدام رحمة الله في رؤيتك للآخر، ممّا يسمح لك ببدء رحلة الغفران للتخلص من غضب صاحبك طوال عُمرك.

هذا التَّحرُّر يُضاف لما سبق من النقاط السابقة التي تحررت منها، ويجعلك أكثر جاهزية، وأكثر لياقة روحية، ويمدك بكثير من الطاقة والحيوية، لمشوارك في البحث وتحقيق مُراد الله منك.

(9)

## تحرُّرك من دور الضحية ومن حالة إياك والنسيان

تكلّمنا كثيرًا في كل من الكتابين «لك» و«منك» عن دور الضحية وأنواعه بالتفصيل، فلا داعي لإعادة ذكرها هنا.. أدعوك عزيزي القارئ إلى أن تبدأ أنت رحلة استكشاف داخلك للتأكد من أنك لا تعيش هذا الدور في مناحي حياتك المختلفة، وفي حالة اكتشافك دور ضحية واضح أو مُختبئ، تبدأ بمساعدة الآخرين في التحرُّر منه، تبدأ في مغادرته ووضع حد له، وكذلك تبحث داخلك عن إذا كان هناك حالة «إياك والنسيان»، فإذا وجدتَها ابدأ في مراجعتها، هل الهدف منها هو أنها «وسيلة» لتحقيق غاية ما مثل تحقيق عدل ما مؤجل ومُنْتَظَر، أم أنها أصبحت هي في حد ذاتها «غاية» وطريقة حياة تحافظ بها وتصون لك دورًا عميقًا من أدوار الضحية؟

جدير بالذكر هنا أن عليك أن تبحث داخلك عن أكثر حالات «إياك والنسيان» تعقيدًا، وهي الحالة التي تلعبها مع.. الله -سبحانه وبحمده- ففي حالات الألم الناتج عن «فقد» ليس لطرف آخر دخل فيه، مثل فقد حبيب، أو مرض عضال، أو إصابة شديدة نتيجة حادث ليس هناك طرف آخر فيه، قد تقع أسير حالة «إياك والنسيان»، التي تذكر فيها كل من حولك بأنك ما زلت متألمًا، وتحرص أشد الحرص على تذكيرهم بهذا في حال أن شككت أنهم نسوا، منبهاً لهم دائمًا، إياكم أن تنسوا ما حدث لي، متناسيًا، أو مُتغافلًا، أن الطرف الآخر الحقيقي الذي تشير إليه نفسك بالاتهام هو الله -سبحانه وبحمده- حتى لو كنت تُغْطِي تلك الحالة بكلمات وأحاديث مزيفة عن الصبر والرضا تُخفي داخلها معنى واحدًا: «إياكم أن تنسوا ما فعل الله بي».



(10)

## تحرُّرك من أسر تقييم «الآخر» لحياتك

ما رأي الناس في حالي وفيما أفعله؟

أظن أن عليك أن تتخلص من هذا التساؤل.. فتحرُّرك من تأثُّرك برأي الناس ليس المقصود منه ألاّ تعباً بمنّ حولك ولا لآرائهم، فالتعلم من الغير مطلوب، والنصح من الغير محبوب، ولكن المقصود منه ألاّ تكون مجرد صدى لرأي مَنْ حولك.. المقصود به ألاّ تستدرجك نفسك كي تتعامل مع ذاتك على أنك سهم مطروح في البورصة.

غالب أسهم أي شركة مطروحة في البورصة تتغير قيمتها يوميًا، ومن يحدد تلك القيمة انخفاضًا أو ارتفاعًا هي حركة بيع وشراء لأسهم تلك الشركة من «آخرين» بناءً على أداء الشركة جودةً أو إساءةً.. وهذا مقبول بالنسبة للشركات، ولكنه غير مقبول بالنسبة لك.

تخيّل أن يكون تقديرك لذاتك كل يوم متوقفًا على رأي «الآخرين».. ففي يوم يكونون راضين عنك، فترتفع قيمتك في عين نفسك، ويومًا آخر لا يكونون راضين عنك، فتتنخفض قيمتك في عين نفسك. وحين يكونون راضين تحاول جاهدًا أن تبحث عن أسباب رضاهم لتحافظ عليها وتزيدها، وفي حال أن يكونوا غير راضين عنك، تغير من حالك حتى يرضوا عنك.

حالك هذا يبدأ من مظهرك، وينتهي بكينونتك، مرورًا بأفكارك وقيمك  
ومعتقداتك وهويتك وماهيتك.. وغيرها.

بتحرُّرك من هذا تكون قد تخلصت من عائق آخر يعوق لياقتك في مشوارك.

تحرُّرك من هذا الحال، هو تحرُّر من أسر نفسك التي تقيس قدرها بمقدار تقدير  
الناس -«الآخر»- لها، وتحقيقك مُراد الله منك يبدأ بكونك حرًا بالله، وليس  
عبدًا لنفسك، وبالتالي عبد «للآخر».

تستطيع أن تبدأ رحلة تحرُّرك من هذا بسؤال بسيط، ولكنه عظيم:

ما رأيك يا الله في حالي وفيما أفعله؟

أنت لم تغير السؤال، ولكنك غيرت المُخاطب، ووعيك وتغييرك للمُخاطب يغير  
حياتك.

**اكتب وسجِّل سيدي القارئ عن رحلة أسرك وكيف ومتى ستتحرَّر، وبعدها  
سجِّل نتيجة رحلة تحرُّرك.**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

# تحرُّرك من «الهم»

تحرُّر آخر أنبئك وأنصحك بأن تواجهه عزيزي القارئ، وتتخلص منه، وهو التحرُّر من «الهم».. وقوعك أسيرًا لحالة «الهم»، فعوضًا عن أنه يفقدك مذاق الحياة، فهو أيضًا يعمل على التقليل من لياقتك الجسدية والعقلية والروحية، وهذا يؤدي إلى التقليل من كفاءتك.

أعتقد أنه لكي تحقق مُراد الله منك، يجب أن تكون «result oriented»، ويجب أن تهتم بأن تنجح في تحقيق أهدافك، لا يكفي أبدًا أن تبذل مجهودًا دون نتائج.

في الألعاب الرياضية، سواء أكانت جماعية أم فردية، لكي تفوز يجب أن تحقق نتائج، ووسيلة قياس النتائج هنا هي، إما أن تسجل أهدافًا أكثر في مرمى منافسك، وإما أن تسجل أرقامًا قياسية أعلى من منافسك.

في كرة القدم على سبيل المثال، الفريق الفائز هو من يسجل أهدافًا أكثر في مرمى منافسه، وليس الفريق الذي بذل مجهودًا أكثر، أو كان لاعبه أكثر ركضًا، أو كان عدد تصويباته على مرمى منافسه أكثر، كل هذه وسائل لتحقيق غاية، وهي تسجيل أهداف.

في أثناء سعيك لتحقيق مُراد الله منك، يجب ألا تكون أقل طموحًا، خطط جيدًا، نفَّذ جيدًا، ولا بد أن تهتم بأن تحقق أهدافًا.

التخطيط والتنفيذ ليسا غاية، هما وسيلتان لغاية، والغاية هي تحقيق أهداف، وعندما تنجح في تحقيق الأهداف، فتحمد الله الذي وفَّقك وشرَّفك بالعمل عنده، وحقَّق الأهداف على يديك. وإذا استنفدت كل الوسائل، ولم تنجح في تحقيق أهدافك، تحمد الله وتشكره، ثم تبدأ المحاولة مرة أخرى.

حسنًا.. أين «الهم» في هذا السياق؟

«الهم» هنا هو حملك عبء أن تحقق النتائج من عدمه.

- ماذا؟!
- كيف؟!

ألم تركز في الأسطر السابقة على أهمية تحقيق أهداف ونتائج؟!

نعم، ولكنَّ هناك فرقًا رفيعًا بين سعيك الجاد في تحقيق نتائج، وحمل عبء تحقيق تلك النتائج.

عزيزي القارئ، أودُّ أن ألفت نظرك لعلاقتين من المهم أن ترى اختلافهما..  
علاقتنا مع بعضنا البعض غير علاقتنا مع الله. فقد سمح لنا الله بأن تكون  
علاقتنا مع بعضنا البعض قائمة على «النتائج»، وليس على الجُهد، وهذا من  
باب العدل. وقرّر لنا الله أن تكون علاقتنا معه قائمة على «الإخلاص في النية  
والسعي»، وليس النتائج.. وهذا من باب الرحمة.

معنى أن علاقتنا مع بعضنا البعض قائمة على النتائج تُترجم في علاقات العمل،  
أنك ورئيسك في العمل متوافقان، وأن استحقاقك لأجرك قائم على تحقيقك  
أهدافًا حددها لك، وليس قائمًا على المجهود الذي تبذله.

علاقتنا مع الله مختلفة.. الله الرحمن الرحيم أعفانا من حساب النتائج، وغياب  
وعينا عن هذه الحقيقة يجعلنا نحمل «همَّ» نتائج هو أعفانا منها.. هناك أنواع  
من العلاقات بعضها صحي، وبعضها غير صحي.. العلاقات الصحية قد تكون  
علاقة بسيطة، وقد تكون علاقة مركبة. والعلاقات غير الصحية تكون علاقات  
معقدة.. علاقتنا مع الله -سبحانه وبحمده- علاقة مركبة، وليست علاقة

بسيطة، وإذا حاولنا أن نتعامل معها على أنها علاقة بسيطة، تحولت إلى علاقة معقدة.

كيف؟

عليك أن تهتم كل الاهتمام بتحقيق تلك النتائج، وعليك في الوقت نفسه أن تعي وتتأكد أنه هو مَنْ يُحَقِّق تلك النتائج، وليس أنت.. فإن تحققت، فهذا هو الخير، وهو من فضل الله علينا. وإن لم تتحقق، فهذا أيضًا هو الخير، وإن لم تفهم لماذا.

عقلك قد لا يفهم أسباب إخفاقك، وعلى الرغم من إخلاصك؛ فإنه لا بد أن تُدْرِب قلبك على اليقين.. عليك أن تُدْرِبَه على أن يصدق ويثق بالله الذي أخبرك أن بيده الخير.. عليك أن تُدْرِبَه على أن «يؤمن» بذلك الخير، الذي لا يستطيع عقلك أن يفهمه في إخفاقك.

وعيك بهذه الحقيقة يجنبك أن تستدرجك نفسك أن تلعب دور الله، فالله فقط هو الله، ووعيك الدائم والمتجدد بهذه الحقيقة يحركك من أن تقع في فخ «الهم»، لأنك في الحقيقة، ستفعل كل ما بوسعك لأن تحقق ما تظنه مُراد الله منك -والذي يتضمن أهدافك في الحياة لك ولَمَنْ هم لك- ولكن النتيجة بيد الله.

إذا وعيت معنى هذه الكلمات -النتيجة بيد الله- لن يُصيبك «الهم»، وإذا غفلت عن معنى هذه الكلمات -النتيجة بيد الله- سيُصيبك «الهم».

إخلاص نيتك في الحالتين واحد.. اجتهادك في سعيك في الحالتين واحد.. الفرق كل الفرق فيما يخص «الهم» في وعيك بتلك الحقيقة -النتيجة بيد الله- وهذا له أكبر التأثير على حياتك.

اكتب عزيزي القارئ المواقف التي تحمل «الهم» فيها، وسجل رحلة تحركك من ذلك «الهم».

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(12)

## تحرك من وهم ثقافة المؤامرة

التاريخ يُخبرنا بأن أغلب المجتمعات حول العالم لها دورة تاريخية: ضعف، فتقدم، ثم قوة، وبعدها اضمحلال. وكل حالة من هذه الحالات لها أعراض، كما أن للمرض أعراضًا. ومن ضمن الأعراض العديدة لحالات ضعف المجتمعات -والذي في الحقيقة يعمل على استمرار حالة الضعف- هو الاستسلام لوهم المؤامرات. هناك دائمًا مؤامرات ومنافسات بين المجتمعات.. المجتمعات القوية تكون واثقة من نفسها، فتحول كل مؤامرة إلى منافسة، والمجتمعات الضعيفة تكون فاقدة الثقة في نفسها، فتري في كل منافسة مؤامرة.

ما الفرق الرئيس بين أن تتعامل مع التحدي على أنه مُنافسة أو مؤامرة؟

أظنه الاستعداد الدائم للاشتباك.. تخيّل مع المثال الآتي:

تخيّل أن هناك دورة كروية لكرة القدم، وأن هناك فريقين سيلعبان مباراة، ويستعدان للنزول إلى أرض الملعب، فريق يُسَخِّن ويُراجِع الخطة ويُشجِّع بعضهم بعضًا، ويحثُّ بعضهم بعضًا على الفوز، والفريق الآخر في حالة رعب، أعينهم زائغة، وحركاتهم متعثرة، ويتصايح أفرادهم:

«انظروا، إنها مؤامرة»، إنهم يريدون أن يسجلوا فينا أهدافًا.. إنها مؤامرة.

يريدون أن يهزمونا.. إنها مؤامرة.

يريدون أن يفوزوا في المباراة.. إنها مؤامرة.

فتبدأ المباراة، وفريق المؤامرة لا يفعل شيئًا سوى الولوج والنحيب، فيسجل الطرف الآخر هدفًا وراء الآخر، فيصرخ فريق المؤامرة: انظروا.. ألم نقل لكم إنها مؤامرة؟! ها هو الدليل.. لقد أحرزوا فينا أهدافًا.. إنها مؤامرة.

ويستمر الحال على هذا المنوال، وتستمر الهزائم، ويستمر التأكيد على المؤامرة.

عندما تتعامل مع التحدي على أنه مُنافسة، فهذا لأن بداخلك إحساسًا بالندية.. أنت لست أقل شأنًا من مُتحدِّيك، ولا مانع لديك من الاشتباك معه، لأنك واثق من نفسك، ولديك استعداد لإعادة الاشتباك إذا لم ترص عن نتيجة الجولة الأولى. عندما تتعامل مع التحدي على أنه مؤامرة فأنت مُستسلم لحالة انهزام داخلية دائمة. أنت مُستسلم لفكرة أنك أقل.. أضعف.. أخيب، أنت نزعت عنك فكرة الندية.. أنت مُستسلم لفكرة أنه أكثر.. أقوى.. أقدر، فأنت ألبسته ثوب



(13)

## تحذرك من وهم أن الحياة معركة

الحياة معركة لا بد أن أكون الغالب فيها.. الحياة سباق لا بد أن أفوز به.. الحياة لا معنى لها دون مُعانة وألم يسبقان أي انتصار.

توارث الناس حول العالم بعض هذه المعاني -الشروط- التي لا بد أن تتوافر كي يشعر الإنسان بأنه يحيا حياة بها إنجازات كبيرة.

إذا تأملت سيدي القارئ، لوجدت أن تلك الأمثلة قائمة على معنى ضمني عن أن هناك آخر أنافسه، وأغلبه، وأنتصر، وأفوز عليه.. مُنافستي معه مُنافسة تميل أكثر إلى إنها مُنافسة إبديّة.. أظن أن ما سبق من معانٍ وغيره، هو «أحد» اختيارات كيف تحيا حياتك، وليس الاختيار الوحيد.

**أظن عزيزي القارئ أن هناك زاوية أخرى لتحقيق مُراد الله منك.. زاوية أن الحياة ممكن أن تكون لعبة، وزاوية النجاح، وزاوية المُنافسة الاحتوائية، أو على الأقل تجنب المُنافسة الإبديّة.**

نحن نستطيع أن نجتمع ونتناول العشاء مساءً معًا مع مُنافسينا الذين كنا نُنافسهم في المباراة التي كانت بيننا ظُهرًا، ولكننا لا نتوقع أن نجتمع مساءً مع من كنا نخوض ضدهم حربًا في الصباح.

نستطيع أن نحتفل مع مُنافسينا بتحقيق كل مؤسساتنا هدفها السنوي، نحن هنا نحتفل بـ«نجاحنا» في تحقيق ذلك الهدف حتى لو كنا في مجال واحد، ولكننا لا نستطيع أن نحتفل بهذا النجاح معًا، إذا كان هدف كل مِنَّا أن «يفوز وينتصر» وحده، وعلى حساب فشل وهزيمة بقية المؤسسات.



(14)

## تحذرك من القياس المُقارن Benchmark

مارادونا العرب.. بيل جيتس الشرق.. خليفة الأم تيريزا.. غاندي الجديد..  
وغيرها، وغيرها.. اسمعها واقرأها كثيرًا في إطار الفخر، بإنجازات شباب  
وشباب واعد في مجتماعتنا.. إذا تأملت عزيبي القارئ لوجدت أن هناك معني  
مُشتركا وراء ما سبق

ستجد أن هناك فئتين، فئة من المشاهير -الذين يستحقون شهرتهم بلا شك-  
نتيجة لإنجازات عظيمة متميزة، وهناك فئة أخرى هي من بدأوا طريق  
إنجازاتهم، وتم تشبيهِهم بالفئة الأولى، فخرًا بهم، وتشجيعًا لهم، لكن  
إذا ناقشت هذا الأمر مع الآخرين ستجد أن أغلبهم مقر بفكرة أن هؤلاء  
المشاهير السابقين هم القياس المقارن -Benchmark- الذي يتم القياس عليه،  
فإذا أنجز الشباب 50 في المئة من إنجازاتهم، فهذا شيء عظيم.

60 في المئة هذا مُبهر.

70 في المئة هذا إعجاز.

وهذا بلا شك شيء مُشرف بلا شك، ولكنه أيضًا يضمن أن هؤلاء الشباب لن يتجاوزوا أبدًا إنجازات هؤلاء المشاهير، لِمَ؟

لأنهم Benchmark الذي يُقاس عليه، لأنهم المُعجزات التي لن تتكرر، لأنهم الإنسان الخارق -Super human- الذي لن وجود الزمان بمثله.

ومن الذي وضعهم كBenchmark؟

لا نعرف، ولكننا قبلناه. لِمَ؟

(همهمات وإجابات غير واضحة).

**أدعوك عزيزي القارئ إلى أن تُزيل كل الـ Benchmark، فليس هناك قياس مُقارن.. لا شخص.. لا فكرة.. لا نتيجة.**

المجال مفتوح أمامك، وهؤلاء المشاهير حَقَّقوا إنجازات رائعة.. تعلَّم منها، وادرسها، وابنِ عليها، ولكن، ولا هي، ولا مَنْ أنجزوها هم Benchmark لك.. أنت تُحَقِّق مُراد الله منك، وليس لك سقف، الـ Benchmark الوحيد الذي تقيس عليه وتتبع خطاه -ما دُمت قد اخترت الله إلها- هو رسول رسالتك وعقيدتك السماوية التي اخترتها لتكون طريقك إلى الله.. أيُّ أحد آخر، وكلُّ أحد آخر، هو شخص مثلك، بدأ مثلك، واجتهد مثلك، وتردَّد مثلك، وأخطأ مثلك، وأبدع مثلك، ثم نجح مثلك. وتجاوزك لإنجازاته ليس هدفًا في حدِّ ذاته، ولكن من الطبيعي أن يحدث، ومن الممكن أن يكون، لأنه مثلك.

تحرُّرك من القياس المُقارن -Benchmark- هو ببساطة إزالة أي سقف يحدُّ إنجازاتك، وفي الوقت نفسه هو المُحفِّز الرئيس لإبداعك.

تحرُّرك من Benchmark هو واجبك نحو ذاتك، ونحو فريقك، ونحو  
مُجتمعك، في أثناء مشوار تحقيق مُراد الله منك.

**سجِّل عزيزي القارئ Benchmark التي في حياتك، وسجِّل أيًا منها تريد أن  
تتحرَّر منها.**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**(15)**

**تحرُّرك من حصر اتُّساع عطائك على ضيق  
انتمائك**

**عزيزي القارئ**

أعتقد أن هذا الموضوع في غاية الأهمية، وأيضًا يحتاج إلى كثير من الحكمة  
والتغلب على النَّفس.. أعتقد أنه من المهم بمكان أن تنتبه ألاّ تدمج شيئين مع

بعضهما البعض.. عليك أن تفصل تمامًا بين دوائر انتمائك ودوائر عطائك.. أظن أن عليك أن تُحرّر دوائر عطائك من دوائر انتمائك، سواء أكان اختيارك هو دوائر انتماء تنتمي أنت إليها تحت سماء مركزية النفس، أو كان اختيارك دوائر انتماء تنتمي هي إليك تحت سماء مركزية الله، كما أسلفنا سابقًا.

أظن أن الله لم يخلقنا كي يكون عطاؤنا محصورًا على دوائر الانتماء تلك.

الله خلقنا من أجله هو، وهو خالق ومالك كل الخلق، ومُراده منك يتحقق من خلال مَنْ ستختار من كل خلقه كي تحقق مُراد الله منك من خلال خدمتهم من أجل الله، وليس عمّن هم لك فقط، ولا مَنْ هم يشبهونك فقط، ولا مَنْ هم مثلك فقط.

أظن أن الله لم يخلق أبناء أجناس معينة كي يكون عطاؤهم مقصورًا على بني جنسهم، ولم يخلق الله أبناء ديانات معينة كي يكون عطاؤهم مقصورًا على أبناء ديانتهم. لم يخلق الله أبناء قوميات معينة كي يكون عطاؤهم مقصورًا على أبناء قومياتهم، وغيرها.. وغيرها.

التاريخ يخبرنا أن هذا لم يتحقق إلا في أوقات قليلة في تاريخ البشرية، وأن العكس هو ما كان سائدًا في أغلب التاريخ، ولكن أيُّ أوقات قليلة تلك؟

تلك كانت أوقات وجود الأنبياء والرسل، ولمدد قصيرة جدًا بعد انتهاء حياتهم. أما غير هذا، فكان العطاء مقصورًا على دوائر الانتماء.

## عزيزي القارئ

أظن أن وعيك بهذه النقطة يضعك في حالة اختيار.. اختيار أن تتبع ما كان يفعل أنبياء الله

بأن تحرر دوائر عطائك من أسر دوائر انتمائك. اِرصِد، وسجِّل، واكْتُب دوائر عطائك التي تحتاج إلى أن تحررها من دوائر انتمائك، وسجِّل كيف ومتى ستحررها.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## عزيزي القارئ

في الأسطر السابقة يكون المراحل الثلاث التي تكلمنا عنها في مقدمة الكتاب، قد عرّضت عليك:

البناء، والاختيار، والتحرُّر.

وتبقى الخطوة الأخيرة والمُتمِّمة لما سبق.

# لوحة خطة حياتك

أعتقد أنه من المناسب الآن أن أذكر التساؤل الذي طرحته على كل من  
مُشاركينا في أول لقاء لي معهم:

لماذا تظن أن الله خلقك في هذا الوقت وفي هذا المكان؟

أو بمعنى أوضح.. ماذا تظن مُراد الله منك له؟

كل ما سبق كان روافد بناء إجابتك عن هذا التساؤل.

**أتذكّر عزيزي القارئ ما ذكرته لك في مقدمة هذا الكتاب عن كمية الأوراق  
التي ستجدها بين يديك، والتي ستحتوي على كلمات بها معلومات ثمينة  
عندك؟**

حسنًا.. سنطلب منك سيّدي أن ترسم خريطة حياتك المستقبلية على لوحة..  
هذه اللوحة مهمة وخطيرة ومهمة، لأنها ستكون مرشدة لك في السنوات.

العنوان الرئيس لهذه اللوحة سيكون هو نتيجة الPuzzle الذي كنت تقوم  
بتكوين مكوناته في أثناء مغامرتك ورحلتك معنا خلال تجربتنا.

العنوان الرئيس على لوحتك سيكون حلمك الكبير الذي حلمت به، سيكون:

**مُراد الله مِنِّي هو...**

ويحيط ذلك العنوان الثمين كل تلك المعلومات التي تشرح كل ما استطعت أن  
تعلمه عن تلك المعجزة التي وهبها الله لك أنت أيضًا.

هذه المعجزة تحتاج إلى حالة عناية وتطوير دائمين كي تكون دائمًا في أحسن  
حال كي تؤدي أحسن أداء؛ فتطويرك لذاتك واجب عليك، وهذا يشمل أنواعًا

مختلفة من التطوير، منها ما يخص جسدك، ومنها ما يخص عقلك، ومنها ما يخص روحك.

أيضًا.. أقترح عليك أن تكتب فيها أحلامك، وأهدافك، وما تحب أن تفعله من أجل الترويج عن نفسك، وتكتب فيها أيضًا ما تريد أن تفعله يوميًا، وأسبوعيًا، وشهريًا، وكل ربع سنة، وكل سنة، وما تريد أن تفعله بعد 5 أعوام، وما تريد أن تكون عليه بعد 25 عامًا.

فمثلًا، إذا أردت أن تقرأ كُتُبًا معينة، وإذا كنت تريد أن تتعلم العزف على آلة موسيقية معينة، وتريد أيضًا أن تتعلم لغة جديدة، وتريد أن تخفض وزنك، وتريد أن تأخذ دورة في التسويق، وتريد أن تذهب في رحلة تخييم.. وغيرها، فتكتب أنك ستقرأ كل يوم عدد ساعات تحددها أنت، وتكتب أنك ستمارس الرياضة مرتين في الأسبوع، وستبدأ في تعلم العزف بعد شهر ولمدة 3 أشهر، وستتعلم لغة جديدة بعد 6 أشهر، ولمدة سنة، وتريد أن تقابل أصدقاءك مرتين كل شهر، وأن تخرج مع عائلتك أسبوعيًا، وستذهب لرحلة التخييم بعد عام.

أيضًا.. ستكتب على هذه اللوحة أهدافك ومعالم أداؤها ومراحلها الرئيسة -the Mile Stones- في مختلف أقسام حياتك تحت استراتيجية المظلة الكبرى لوجودك في هذه الحياة -مراد الله منك- سواء أكانت هذه ربع سنوية، أم سنوية، أم كل خمس سنوات، وبعد عشرين عامًا.

ستكون هذه اللوحة مرجعك الذي سترجع إليه كي ترى إلى أين وصلت، وبأي مقدار انحرفت عن طريقك كي تُعيد ضبط بوصلتك.

**سترجع إليها من حين لآخر.. وستدهش عزيزي القارئ.**

مُرَاد الله منك يشمل أهدافك في الحياة، لك، ولمن هم لك، وأهدافك في الحياة منها الكبير، ومنها الصغير، منها قصير الأمد، ومنها ما هو مُمتد.

في هذه اللوحة نفسها، التي تحتوي على أشياء كبيرة، مثل مُرَاد الله منك، ومعلوماتك التي علمتها عنك، ستحتوي على أشياء أخرى، مثل القراءة كل يوم، وتعلُّم العزف على آلة موسيقية.. عندما تكتب كل هذا بعد رحلة وعيك، ستجد أن الأشياء الكبيرة تحتوي الأشياء الصغيرة، وستجد إلى حد كبير أنك وضعت خطة.. خطة حياتك.

بالتأكيد، لن تنفذ ما رسمته وكتبته حرفياً، ولكنك ستكون قد وضعت إطاراً شاملاً مرناً، قابلاً للتعديل والتغيير والتطوير.. والأهم أنك ستلاحظ شيئاً مهماً، ستجد أنك أصبحت أكثر تركيزاً، وأقل تشتيتاً، ومُحققاً للنتائج بدرجة أكبر  
.Result Oriented

أظن أن أحد الأسباب هي تلك اللوحة -التي أنصحك بأن تضعها في مكان ظاهر لك وتصورها وتضع صورتها على تليفونك- لأن ما كتبته عليها سيجعل عقلك الباطن يحثُّك على أن تنتبه وتلتفت في أثناء مشوار حياتك للأشخاص والأشياء والأفكار التي لها علاقة بخطة حياتك، وسيجعلك أيضاً لا تلتفت ولا تنتبه لما ليس له علاقة بخطة حياتك.. وستجد أيضاً -وهذا هو الأهم- أن دعاءك لله سيكون محددًا ومركزًا وموجهًا.. أنا في داخل هذه اللوحة، نحو دعمك للبحث عن تحقيق مُرَاد الله منك، مرورًا بأهدافك لك ولمن هم لك، وانتهاءً بطلبك منه أن يُساعدك أن تتعلم العزف على الآلة الموسيقية، وأن تُمارس الرياضة، وأن تفقد وزنك الزائد.

أخبرتكم في الأسطر السابقة أن هذه اللوحة ستكون مهمة وخطيرة.. تكلمنا عن أهميتها.. فماذا عن خطورتها؟

خطورتها تتلخص في كلمات قليلة جدًا.. ستكون هذه اللوحة خطيرة لأنها  
ستكون شاهدًا عليك أمام الله.

# الخاتمة

## عززي القارى

أظنُّ أن مركزيةَ الله هي جوهر فلسفة الخلق، وهذا الجوهر هو الرسالة المشتركة التي أرسلها الله مع جميع رُسُله وأنبيائه لخلق الله. فحتى لا تُربكنا أنفسنا وتُضلَّنَا عن سبيل الله -صلى الله وسلم وبارك على كل أنبيائه ورُسُله الآتي ذكرهم- وحتى لا ترتبك علينا الوسيلة بالغاية.. فأودُّ هنا أن أثبِّهك لما أعتقده:

بناء سيِّدنا ونبيِّنا نوح الفلك وإغراق الأرض.. من أجل الله، وليس من أجله، ولا من أجل مَنْ معه.

بُرْدت النار، وجُعِلت سلامًا على سيِّدنا ونبيِّنا إبراهيم.. من أجل الله، وليس من أجله، ولا من أجل مَنْ معه.

شُقَّ البحر لسيِّدنا ونبيِّنا موسى.. من أجل الله، وليس من أجله، ولا من أجل مَنْ معه.

الجبال والطير كانت تتوب مع سيِّدنا ونبيِّنا داوود.. من أجل الله، وليس من أجله، ولا من أجل مَنْ معه.

تسخير الرياح والجن لسيِّدنا ونبيِّنا سليمان.. من أجل الله، وليس من أجله، ولا من أجل مَنْ معه.

إحياء الموتى وشفاء المرضى بيد سيِّدنا ونبيِّنا عيسى.. من أجل الله، وليس من أجله، وليس من أجل مَنْ معه.

أرسل الله سيدي ونبيي وحببي وأسوتي مُحَمَّداً رحمةً للعالمين، ومُتمماً لمكارم الأخلاق..  
من أجل الله، وليس من أجله، ولا من أجل مَنْ معه.

**وبناءً على ما سبق، أعيد عليك هنا عزيزي القارئ ما بدأت به هذا الكتاب:**

**انتبه عزيزي القارئ -أيًا كانت ديانتك السماوية- وانتبه جيداً:**

لم يخلقك الله كي تحيا حياة طيبة، وفي أثنائها تعبد الله.

لا يا سيدي.. خلقك الله لتعبده، وتحيا من أجله، مُحققاً مراده منك، وفي أثناء ذلك سمح لك  
بأن تحيا حياة طيبة.. الفرق فيما سبق قد يظهر بسيطاً، ولكن الفرق كبير.. وكبير جداً.

هناك معنى ثابت أرسله الله لنا بواسطة «كل» أنبيائه ورُسُله، وهو لبُّ وجوهر «كل» الكتب  
السماوية، وأظن -على قدر علمي الإنساني القاصر- أنه فلسفة الخلق، تُلخّصه في الإنجيل  
تلك الآية الكريمة:

«لَأَنَّا إِنِ عِشْنَا فَلِلرَّبِّ نَعِيشُ، وَإِنِ مِتْنَا فَلِلرَّبِّ نَمُوتُ. فَإِنِ عِشْنَا وَإِنِ مِتْنَا فَلِلرَّبِّ نَحْنُ» (رو  
[8:14](#)).

وتلخّصه في القرآن الكريم هاتان الآيتان الكريمتان: «وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ»  
(الذاريات: 56).

**وأظنُّ عزيزي القارئ أن مفهوم عبادتك لله ليس قاصراً على الشعائر والمناسك، وإنما على  
كل حياتك.. عبادتك لله هي أن تكون كل حياتك لله، كما تُوضّحها الآية التالية:**

«قُلْ إِنِّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ» (الأنعام: 162).

**أظن عزيزي القارئ، أن نصف الآية الكريمة السابقة فقط هو المتحقق الآن؛ فصلاتنا ونُسُكنا  
له ربُّ العالمين، ولكنَّ حياتنا ومماتنا من أجل الإله الآخر.. من أجل النَّفس.**

## عزيمي القارئ

اختيارك أن تحيا تحت سماء مركزية الله، وأن تبحث وتُحقق مُراد الله منك، يصبُّ في النهاية لتحقيق النصف الثاني من الآية، فأظن أن اختيارك يسجل أن دورك الآن أن تكون حياتك ومماتك لله رب العالمين. والله لا يحتاج إلى شيء، فهو المالك والخالق الأوحد لكل شيء، ولكنه خلق خلقًا، تبحث عن مُرادك من خلال خدمتهم من أجله.. حتى تلقاه، هكذا ما أظن أن تكون حياتك ومماتك لله رب العالمين، وبالتالي، إذا اخترت أن تتبَّع سُبُل وطُرُق أنبياء الله، فعليك أن تنتبه إلى الآتي:

إعمارك الأرض.. من أجل الله، وليس من أجلك، ولا من أجل مَنْ هم لك.

توادُّدك وتراحمك.. من أجل الله، وليس من أجلك، ولا من أجل مَنْ هم لك.

سعيك للرزق.. من أجل الله، وليس من أجلك، ولا لمن هم لك.

تربيتك لأولادك.. من أجل الله، وليس من أجلهم، ولا من أجل أولادك.

برُّك والديك.. من أجل الله، وليس من أجلك، ولا من أجل والديك.

تحقيقك مُراد الله منك من خلال خدمة خلق لله، في أرض الله.. من أجل الله، وليس من أجلك، ولا من أجل مَنْ تخدمهم.

فهني الإنسان القاصر يدلُّني على أن الله أرسل أنبياءه ورُسُلَه يدعون الناس -وأنت من ضمن هؤلاء الناس- إلى الحياة من أجله هو، وليس من أجل الأنبياء والرسل، ولا من أجل الناس.

اختيارك لتحقيق مُراد الله منك يعني أنك اخترت -بكل الوعي والمسئولية- أن تطلب من الله أن يقبلك عاملاً خادماً عنده متبَعاً خُطى وسبُل وحياة هؤلاء الأنبياء والرسل، ولكن في مقام مختلف.. هم في مقامهم الذي اصطفاهم فيه الله، واستخلصهم له، وأوحى إليهم

مُراده منهم، وأنت في مقام «الخادم» الذي عليه أن يُخلص في السعي في البحث عن مُراد الله منه. فإن أراد الله أن يقبلك خادماً عنده.. وجدته، وإن لم يُرد لن تجد.

فإن تفضّل الله بكرمه عليك وقبلك عاملاً عنده، خادماً لخلقه، من أجله هو، وفَقَّك للإخلاص في السعي في تحقيق ذاك المُراد، حَقَّقت أم لم تُحقق، لا فرق.. فهذه مشيئته؛ فهو ينظر إلى قلبك، ويُقيّم إخلاصك في النية والسعي، وليس النتيجة.

والآن..



أنت كل شيء، وأنت لا شيء.

أظن أن علاقتنا مع الله ليست علاقة مُعقَّدة، وليست علاقة بسيطة، وإنما علاقة مُركَّبة، ولكن إذا أردنا أن نُبسِّط تلك العلاقة المُركَّبة، سنرتبك، ونُحوِّلها إلى علاقة مُعقَّدة.

العلاقة المُركَّبة هي التي تحتل معنيين قد يبدوان في الظاهر متضادَّين، ولكنهما في الحقيقة مُكمَّلان ومُتراكبان، مثل علاقة «أنت كل شيء، وأنت لا شيء». ففي أثناء تحقيقك مُراد الله.. أنت كل شيء، لأنك.. بالله.

أنت قويٌّ.. بالله.

أنت قادرٌ.. بالله.

أنت ذكيٌّ.. بالله.

أنت قائدٌ.. بالله.

أنت... وأنت.. وأنت.. بالله.

ولذا أنت كل شيء، وعند الاستحقاق أنت.. لا شيء، فقوّتك من الله، وقُدرك من الله،  
وزكاؤك من الله، وقيادتك من الله، ولذا.. أنت أيضًا لا شيء.

وأهمُّ شيءٍ ألا تنسى في مشوارك الحقيقة الوجودية الأساسية:

إنَّ كُلَّ شيءٍ.. كُلَّ شيءٍ.. كُلَّ شيءٍ.. من الله.

وكلُّ جُهدك أن تجعل كُلَّ شيءٍ.. كُلَّ شيءٍ.. إلى الله.

## عزيزي القارئ

أنت الآن.. تعلم، فأنت الآن.. مسؤل.. مسؤل.. أمام الله، سبحانه وبحمده.

كلمات إلى سيدي الذي في المدينة المنورة

سيدي مُحَمَّدٍ.. عليك أفضل الصلاة وأفضل السَّلام.. اجتهدتُ ما وسعي سيدي أن أتتبع  
خطاك، وأمشي على دربك، أتأسى بسُنَّتكَ في العمل من أجل خلق الله، كما أرشدتنا، وأتعلّم  
من سيرتك، وأنهل من حكمتك، وأستنير برحمتك.

أتمنّى على الله ألا أكون خذلثك، وأتمنّى على الله شفاعتك، وأتمنّى لقاءك، والبقاء معك،  
وأتمنّى من الله أن أكون فيمَن ذكرت أنهم أحبابك، ليس استحقاقًا، وإنما تفضلاً وتكرماً من  
الله علينا.

أحبُّكَ سيدي، عليك أفضل الصلاة والسَّلام.

# وأخيراً..

يا الله..

لقد اجتهدتُ، وتكاسلتُ، ووعيتُ، وغفلتُ، وأصبتُ، وأخطأتُ.. أنت خلقتني، وأدرى بي  
مَنِّي.. خلقتني إنساناً ضعيفاً خَطَاءً، فاجعلني أواباً، مُستغفراً، مُتقرباً.

يا الله.. كما أخبرك نبيُّنا عيسى «تعلم ما في نفسي ولا أعلم ما في نفسك».. فيا رب، أنت  
تعلم ما أريد في هذه الحياة الدنيا، وما أريد في الحياة الآخرة.

يا الله.. مَنْ عَلِيٍّ بما أُریده منك، فضلاً وكرماً ووُدّاً ولُطفاً وإحساناً منك على عبدك الفقير.

يا الله..

كل شيء منك.. هذه حقيقة، واجبنا و دورنا أن نعي بها.

كل شيء بك.. هذه أيضاً حقيقة، واجبنا و دورنا أن نعي بها..

كل شيء لك..

أما هذه، فغير أنها حقيقة واجبنا و دورنا أن نعي بها..

فمرادك منا، أن نخلص كل الإخلاص، ونسعى كل السعي..

أن نجعل كل ما هو منك وكل ما هو بك.. لك.

اللهم اجعلنا منك وبك ولك .

**تَمَّ بِفَضْلِ، وَكْرَمِ، وَوُدِّ اللهِ**

الثلاثاء

21 ديسمبر 2021

الساعة 16:15

في مدينة

سانتا مونيكا

كاليفورنيا

# مركزية الله كلمات في المراد



تعريفات 5

مقدمة: مُراد الله منك 7

لمن هذا الكتاب؟ 12

تمهيد: تجربة المُراد 15

البداية 19

## القلة المؤثرة 27

القسم الأول: البناء 37

## بناء الحالة الإيجابية 39

## بناء التحالف 42

القسم الثاني: الاختيار 45

## وعيك باختياراتك ثم اختيارك بوعي 47

(1) وعيك بـ«لَمَنْ»؟ قبل ماذا؟ وكيف؟ 49

(2) وعيك بما عندك من قدرات: 51

(3) وعيك بترتيب قيمك، وعلاقتها الوطيدة بأزمة منتصف العمر. 59

(4) وعيك واختياراتك لهويتك ولماهيتك 67

(5) وعيك بانتماءاتك، وترتيبها حسب النماذج المعرفية 69

(6) وعيك بأحلامك 72

(7) وعيك بنوع شخصيتك 74

(8) وعيك بالفرق بين الحضور والوجود 77

(9) وعيك واختيارك أن تثقتك بنفسك مصدرها ثققتك بالله 80

(10) وعيك وتفعيلك لتأثيرك المباشر/ صوتك/ نظرتك/ رَبَّتِكَ 82

(11) وعيك وتفعيلك وممارستك لرحمة الله داخلك 84

(12) وعيك بوقعك على الآخرين 89

(13) وعيك بترتيب محبتك، ثم ترجمتها لمودتك 93

(14) وعيك بأدوارك في الحياة 96

(15) وعيك بأيّ عالم تنتمي إليه 99

(16) وعيك بمصادر راحتك ورضاك وامتنانك 102

(17) وعيك بالفرق بين القائد الخادم والقائد الزعيم 104

(18) وعيك بمسئولية الأغلبية 107

(19) وعيك واختيارك للانتقال من مربع رد الفعل إلى مربع الفعل 111

(20) وعيك بأيّ نوع من المنافسة تُمارس؟ 117

(21) وعيك باستطاعتك.. رؤية الجوانب الإيجابية في منافسك والتعلم منه 119

(22) Connectors ,Marvin @ Salesmen 122

(23) وعيك بقدرة الكلمات على البناء والهدم مُرسلاً ومُستقبلاً 125

(24) الرغبة، والقدرة، والثمن 129

(25) وعيك بعالميتك وتفعيلها 132

(26) وعيك بمساحات الاتفاق والبناء عليها 134

- (27) وعيك بقيمة تجارب الفشل 136
- (28) الأسئلة الملهمة لحثك على زيادة وعيك 138
- القسم الثالث: التَّحَرُّر 151
- التَّحَرُّر 153
- (1) تحرُّرك: أن تطلب المساعدة 160
- (2) تحرُّرك أن تقول: لا 165
- (3) تحرَّرك: ثقافة الاعتذار 173
- (4) تحرُّرك من الزَّيف 176
- (5) تحرك من الاستخدام السيئ للثقافة الأبويَّة 181
- (6) تحرُّرك من المُخدِّرات 183
- (7) تحرُّرك من الخلط بين ما تحتاج وما تريد 191
- (8) تحرُّرك من عارٍ قديمٍ 194
- (9) تحرُّرك من دور الضحية ومن حالة إياك والنسيان 197
- (10) تحرُّرك من أسر تقييم «الآخر» لحياتك 200
- (11) تحرُّرك من «الهم» 202
- (12) تحرُّرك من وهم ثقافة المؤامرة 206

(13) تحزرك من وهم أن الحياة معركة 209

(14) تحزرك من القياس المُقارن الـ Benchmark 212

(15) تحزرك من حصر اتساع عطائك على ضيق انتمائك 215

لوحة خطة حياتك 218

الخاتمة 223

وأخيرًا.. 229

1. الغلاف
2. بك
3. تعريفات
4. مقدمة: مُراد الله منك
5. لمن هذا الكتاب؟
6. تمهيد: تجربة المُراد
7. البداية
8. القِلة المؤثِّرة
9. القسم الأول: البناء
10. بناء التحالف
11. القسم الثاني: الاختيار
12. القسم الثالث: التَّحرُّر
13. الخاتمة
14. وأخيراً