

نشر في 2014-08-18 11:26:18

نشر بواسطة [علم الأيزوتيريك](#) من [لبنان](#)

## [بين التنظيم والتكيف مع المفاجآت تتطور النفس](#)

بقلم | زياد شهاب الدين



"إن كان التنظيم رياضة فكرية وحياتية لا تخلو من الصعوبة، فتكيف النفس مع المستجدات التي تخرج عن النظام المرسوم، يعتبر رياضة باطنية مهمة ليست يسيرة إن لم يعتادها المرء." عبارة من علوم الإيزوتيريك تختصر أيام و أسابيع من التفكير بكيفية الإلتزام بتطبيق النظام الحياتي الذي يضعه الفرد لنفسه، ثم تكيفه مع المفاجآت التي تظهر في حياته والتي بدورها تخرجه إما عن النظام، أو تستثير الصفات السلبية في نفسه كالعصبية، التذمر، والشك بالآخرين...إضافة الى ذلك، حالة الإرباك والقلق والشعور بالتقصير التي قد تراود المرء ريثما يتكيف مع المستجدات التي ليست في الحسبان، ويجد الحلول المناسبة لتخطيها. نتيجة لكل ذلك، قد ينتهي الأمر بالفرد الى العودة لوضع تخطيط لتنظيم جديد ومعاودة الإلتزام به. ذلك كله يتطلب مجهودًا لا يستهان به وذلك بسبب التقصير في السابق.

قد يتبادر الى الذهن التساؤل التالي: "كيف يمكن للإستثناء أن يربك الفرد إن هو أخذ بعين الاعتبار تخصيص وقت له ضمن نظامه، كما ينصّ التفكير المتعمّق والمنطق السليم؟"

هذا صحيح، إلا أن التحدي الفكري يقبع في تحديد هذا الوقت كي يكون كافياً لمعالجة أي طارئ دونما الحاجة إلى نفس التنظيم أو الخروج عنه، وحتى لا يتحول الزمن المحدد للأمور الطارئة إلى وقت فراغ غير مجدي فتأتي المفاجآت غير السارة بحجم الوقت المهدور وفي الأوقات غير المنتظرة. إضافة، كيف يمكن التنبه ألا يكون إحتيالا على النفس، كسلاً، تأجيلاً، أو تسويقاً؟... ناهيك أن الصفات السلبية قد تتسلل إلى تنظيمنا متخفية وراء تخصيص وقت للإستثناء...

ذلك العمل برمته يستدعي التجرد والقسوة على النفس حتى لا تنفجر المفاجآت السلبية لاحقاً، ويصعب علينا معالجتها نتيجة لتبديد الوقت وتفعيل السلبيات السابق ذكرها في حياتنا.

توضّح علوم الإيزوتيريك أنه لا يكفي أن يحدد المرء الأعمال التي يتوجب عليه إتمامها، و تخصيص الوقت اللازم لإنجاز كل عمل بإتقان. فالرياضة الفكرية الحق تقبع بالتفكير المتجدد ضمن التنظيم من ناحية، وبما يمكن أن تكون عليه المفاجآت من ناحية أخرى. فالتدريب الفكري اللازم يرتكز على أخذ الاحتمالات الأصعب بعين الاعتبار، ومن ثم التفكير بالحلول المناسبة لها، دونما الحاجة للخروج عن النظام أو الاستغناء عنه مؤقتاً للتعامل مع الطارئ، أو حتى تأجيل إحدى الأعمال المخطط إتمامها. ويظهر هذا التدريب من ضمن ما يظهر، مدى مستوى الصدق مع النفس خلال عملية التفكير بالتنظيم ووضع المخططات، إضافة إلى مدى عمق السلبيات التي ذكرتها سابقاً في النفس البشرية. جلّ ما يساعد على إتمام هذا التدريب، هي عملية التماهي التي من شأنها تقوية المخيلة، إضافة إلى التخطيط والتفكير النظري لوضع النظام والتنظيم قيد الإنظام في حينه.

رب سائل، كيف يمكن تكيف أنفسنا مع المفاجآت من دون أن نسمح للإرباك أو القلق بتشويش تفكيرنا؟؟؟

منذ أن يباشر مريد الوعي الحياتي مسيرته على درب التفوق- درب الإيزوتيريك، يتلقى دروساً عن كيفية السيطرة على جسده ومشاعره وحتى على تفكيره. وإذا تمعن مريد المعرفة ملياً في هذه الإرشادات، يجدها في غالبيتها تتركز على الخروج عن النظام العادي الذي اعتاده، والذي يصبح رتيباً إذا ما غاب عنه التجدد. مثلاً يتلقى المريد توجيهات حول تغيير أوقات النوم والعمل والطعام الخ... كذلك ترويض المشاعر وعدم السماح لها بالحزن الشديد أو الفرح الشديد أو التأثير بالأجواء المحيطة... وأخيراً الفكر عبر ضبط إيقاع عمله وفق التفكير الإيجابي والتقصي دائماً عن الأسباب وراء الأحداث في الظروف كافة... وبحسب تجربتي، مدى مثابرة المرء على تطبيق التوجيهات وفق ما ذكرناه أعلاه من ناحية، وإبقاء شعلة النشاط الداخلي متقدة من ناحية أخرى، بالإضافة إلى أهمية المواظبة على تعميق التفكير بالأمور الباطنية، ونكش سلبيات النفس لإزالتها، يساعد هذا كله على التكيف لبلوغ التأقلم مع الجديد أو الطارئ دون عناء يذكر .

من الأوجه الإيجابية لمواجهة الإستثناء في تنظيم الأمور، هو تعزيز الثقة بالنفس. فالإستثناء يفعل المواجهة الخارجية المتمثلة بتجاوز التجربة التي نواجهها. هذا كله يخلق فرصة مزدوجة لتوسيع الوعي مما تنعكس ثقة إضافية بالنفس لتخطي تجارب مستقبلية. أما في أسوأ الأحوال، أي إن لم يتخطى الفرد التجربة، وإن لم تتعزز ثقته بنفسه نتيجة النجاح المفترض تحقيقه، يكون قد اكتسب، ولو لاوعياً منه، إتكالا على النفس يتمثل أقله بالمقدرة على التحمل والصمود ريثما تمر التجارب. فتصبح تجربة الإستثناء نقطة مقارنة وتعلّم لأي تجربة مستقبلية أقله من ناحية توسيع المقدرة على التحمل كما ذكرت سابقاً.

إذا ما تأملنا في الطبيعة، نجد أنها مثلاً حياً للنظام والتنظيم وللاستثناءات في الوقت نفسه. وإذا تمعنا في مخلوقاتنا نجدها مثلاً ناطقاً للتكيف مع المستجدات. فالطبيعة تعمل وفق نظام محدد بالفصول... لكن ألا تفاجئنا الطبيعة أحياناً بتقلبات تخرج عن أي احتمال. كحصول فيضانات مميتة في بلد ما، وعلى حدود البلد عينه حرائق تأتي على آلاف الكيلومترات من الغابات من شدة الحر كما شهدنا في باكستان وروسيا منذ فترة. أو انفجار البراكين في "أيسلندا"، وإغلاق المطارات الأوروبية لأيام جراء عواصف ثلجية. كلها أمثال تجسّد منطق الاستثناء في الطبيعة...

ألا نجد مخلوقات الطبيعة تتكيف مع الحالة الأخيرة ريثما تستتب الأحوال؟ فكيف الحري بالإنسان؟!

أخيراً، لنأمل في سنبلة تتمايل لتتحني مع هبوب الريح، ثم لا تلبث أن تنتصب مع غيابه. ليست هذه صورة للين و التكيف؟ و لناخذ مثال النبتة اليابسة ألا نجد الريح يقتلعها جرّاء الضرر للتربة؟ فالتكيف في منتهى أمره لين فكري و إحتواء مشاعري يقهر العناد و الأنا من النفس... وإلى أن يتحول تكيفنا الانبي مع الظروف إلى تأقلم مستديم مع كل جديد، فلنستقبل الإستثناء بإنفتاح داخلي وليكن تمرينا باطنياً يوسع وعينا كما يوسع التنظيم مدارك فكرنا.