

التركيز

كل الحالمين بالثراء تلهج السنتهم و استشهاداتهم في الاقوال و الكتابات ب قصص ثراء السيد بيل جيت و السيد وارن بافيت و مارك و غيرهم . ففكر الحالمين و تركيزهم متعلق بالشخصية التي يتمنون ان يكونوا نسخة منها في مجال المال و الاعمال ، و يغفلون واقعهم او لا يعيشونه بكل تشعباته و معطياته و متغيراته في بلدانهم . و تمضي الشهور و السنون من اعمارهم ، فلا هم اصبحوا أثرياء و لا هم استمتعوا مع أفراد اسرهم بما حباهم إلا به من نعم و صحة و وقت . بل إن البعض أهمل أشياء أساسية عديدة على أساس شي يحلم به و يدغدغ مشاعره به و يوهم نفسه انه يعيش طموح.

على النقيض من ذلك الصنف البشري ، هناك اُناس يملطونك برسائل ليل نهار بأخبار كل الراحلين و القلائل و الاحداث السوداء في العالم أجمع من حروب و أفلاس شركات و انهيار مؤسسات و وفايات دون هوادة . حتى بلغ البعض بهم الحال أن يجلبو أخبار المتوفين من العالم الغربي و عالم السينما و أخبار زواجات و طلاق أهل الطرب في البوليوود و هوليوود كما لو كانوا رؤساء تحرير صفحة الحوادث في احد المواقع المتخصصة. و أيضا هذا المجموع البشري انفصلوا اختيارا عن واقعهم و اتعسوا انفسهم و من حولهم بالإفراط في ذكر اخبار الموت و ان رفعوا يافطة " كفى بالموت واعظا " . و كان الأجدر هو التحفيز على الإنتاج و استكشاف الموهوبون أو التشجيع على صقل مهارات الأحياء و تبنيها أو الدعوة لتبنيها .

و لا يفوتني أن اذكر فئة اخرى تمتطي وهم الثقافة و تفسد سعادتها و توتر علاقاتها مع المحيط الاجتماعي في جدليات أزلية جوفاء و عناوين باهته مشروخة و مشاغبات فكرية غير مبتلى بها في وسطه ، فيضيع أيامه و الكثير من موارده بالحروب الكلامية التي لا تُسمن و لا تُشبع من جوع .

فلا هذا الحالم بالثراء الفاحش و لا ذاك المكتئب و لا ذلك المثاقف الغير واقعي يثيران الرغبة في حياة معتدلة تنم عن روح الاستمتاع و السعي المحمود و لا اجادوا التركيز في السعي لصنع حياة افضل و خلق افق اكبر للسعادة . ففشلوا جميعا في ان يكونوا مثال يحتذى به في صنع الحياة السعيدة.

على الضفة الاخرى ، كما العديد من الناس اصبحت اُثقل من تعدد المهمات التي تُنَاط بي كأب و كزوج و كموظف و كأبن و كطامح و ككاتب و مؤلف و باحث و مستقصي حقائق و حامل لأهداف . و اضحيت أسمع كلمة

ركز معنا في بعض الاجتماعات الاسرية و المكتبية حينما يشرد فيها ذهني . كما نعلم ، الشroud يطرأ نتيجة عدة امور ، و منها كثرة الالتزامات و تقارب تواريخ استحقاق الاهداف المطلوب انجازها و تسارع المتغيرات في اسعار السلع و القوانين و التشريعات و أيضا الانغماس في فكرة ما أو التعرض لكم هائل من الضخ الاعلامي المثير للفضول في اي مجال . و الجزئية الآخيرة اي الضخ الاعلامي عبر وسائط التطبيقات الاجتماعية هي محطة جدير تسليط الضوء عليها بعض الشيء . حديثا قمت بتجربة بسيطة في مضمار تطبيقات الذكاء الصناعي و وقفت بنفسي على نتائج مخيفة . ففي التجربة ، ادرجت متابعة لمغرد في التويتر يعرض مواد فكاهية بقصد كسر الرتابة و رسم الابتسامة على محياي . بعد إعادة التصفح في تطبيق تويتتر وجدت تغريدات مغردين آخرين على الصفحة الاولى لتصفحني لذات التصنيف (مفاكهة و نُكت) . بعد اقل من ٤ أيام ، و جدت ان كمية الضخ لمواد الضحك و فيديوهات المواقف الطريفة قد سيطرت على كامل قائمة التغريدات التي تماطرت. فاوقفت المتابعة و الغيتها . لك ان تتخيل ان المتابعة وقعت في يد طالب لم تنضج اهدافه و رؤيته عن العالم . و لك ان تتخيل أننا نعيش في الثورة الصناعية الرابعة حيث ان ارهاصات الانتقال من انترنت الاشياء things of internet أي الجيل الخامس الى الحديث عن انترنت الأحاسيس feelings of internet حيث الجيل السادس من ثورة عالم الاتصالات . في الجيل السادس سيكون للتطبيقات الذكية القدرة على تحليل و قراءة احاسيس مستخدم التطبيقات عبر الهاتف الجوال و تغذية ما يود المبرمج / الشركات ان يغذيه من أحاسيس في عقل و قلب الشخص او الاشخاص المستخدمين لبعض التطبيقات الصناعية . هكذا معلومات قرأتها و فهمتها بناء على ما يجول في أروقة بعض المواقع الالكترونية و بودكاستات عربية و أجنبية.

و عليه استرعي انتباه القراء من محاورة الذات عند وجود اغراق اعلامي باتجاه معين صادر عن تطبيقات الذكاء الصناعي التي قد تغرق الأنسان في بحور من الفضول التافه و الامر لعله باهمية اكبر في استحضار العقل الناقد و الباصر في محضر استخدام الشباب و الطلبة لبعض تلكم التطبيقات .

فتشت عن عمليات تحسين مستوى التركيز لدي لكي أضبط البوصلة نحو تحقيق الأهداف سواء الصغيرة او الكبيرة منها . بعد عدة تصفحات و قراءات و ممارسات تطبيقية لمست اهمية الآليات التالية و احببت ان اشارككم اياها و ان كان البعض منها اضحى معلوم و يطبق في حياته اليومية:

- تفعيل استخدام قائمة الاعمال List Do -To بشكل يومي أمر مهم و حيوي و مجذر لممارسات صحيحة

- ايقاف تنفيذ عدة مهام في ذات الوقت و الأكتفاء بإنجاز مهمة واحدة في الوقت الواحد

- في الغالب جملة " لا أستطيع " تعني " لا أريد" اي هروب من الانجاز بطريقة سهلة . " لا أريد " تعني

في بعض التوظيفات اللامبالي . استدراك القول قبل الفعل امر مهم

- تجنب المشوشات و المقاطعات مثل ايقاف التصفح المستمر للواتس و التويتر و الفيس بوك و السناپ شات و تك توك و تقليل العضوية في القروبات التي لا تتماشى و الاهداف البناءة لطموح الواعي و الواقعي

- الاكتفاء بمشاهدة الأخبار الرئيسة مرة واحدة باليوم و الاقتصار على متابعة اخبار الحوادث و الوفايات في منطقتك في القروبات المخصصة لذلك

- الابتعاد عن اي مجموعة أو ديوانية أو مجلس أو نادي أو قروب افتراضي يهدر و يستنزف الوقت فيما لا يهم الشخص المعني و لا حتى المجاملة في ذلك

- استكشاف و إعادة استكشاف طرق العيش بسعادة و الاستمتاع بما في حيازتنا من مواد و نرعم مع من حولنا من الاهل و الاقارب و الأصدقاء

- الاستلهام من قصص أهل الثراء و أهل الزهد و أهل المعرفة بالقدر المعقول و العملي و المتاح و المتوائم مع طبيعة و إمكانيات كل فرد .

و اختتم المقال بما روي عن الإمام الرضا عليه السلام أنه قال: "صديق كل امرئ عقله و عدوه جهله. "