

١١١١١١١١١١

الواقع في أنه اكتشفت التعلّم. سرّ فجأة أدركت سنوات، لعدة المجمعتم في والعمل المدرسة مغادرتي بعد حتى
بخطة. خطوة اكتشاف رحلة لك أروي دعني أيّضاً. الحياة سر

التعلّم؟ في بارعين لنصبح سلوكنّا تغيري مكننا وكيف مستيقظون؟ ونحن نفعله الذي ما

هي بجد والعمل المشاري، تنفيذ الشهادات، على الحصول الاختبارات، اجتياز المسائل، حل الحالي، رأيي في
لتحقيق الوحيدة الطريقة فإن لنا مستيقظون، ونحن باستمرار عقولنا نستخدم نحن سطحية. سلوليات لكها
متكرر. بشكل والتأمل بالتفكير الاستمتاع على أنفسنا نعوّد أن هي حقاً فعال تعلم

الذاتي، الإعلام مقالات ذلك في بما العملومات، من هائلة لكميات إلى الوصول مكننا الحالي، الإنترنت عصر في
ذلك أكثر البشر يصبح لم ذلك، ومع الأكاديمية. والأوراق الإنترنت، على والأجوبة الأسئلة الإعلانية، التقارير
زراعة عن جدّ القليل نعرف لئلا البرمجة، مثل الجديد العصر مهارات أتقننا ربما آبائنا؟ من أذكى نحن هل بكثير.
على قدرة أكثر سيكونون أنهم أعتقد صغيرة، جزيرة على وآباءنا إلّا أن تم إذا الكهرباء. أو النجارة، الخضروات،
الاجامدة، المعرفة من مجموعة على وحصل الجديد، العصر مهارات فقط أتقن قد الجديد الجيل فإن لذلك، البقاء.
ببطء. نتعلم نزال ولا الجديدة، والمجالات البيئات أمام عاجزون ونحن نتحسن، لم التعلّم على القدرة لكن

على فقط موجهة العملومات من الهائلة الكمية هذه التفكير. إلى نفتقر زلنا ما أننا هو السبب أن أعتقد
ونفهمه نقرأه أذهاننا، عبر بسرعة تمر لها نتعرض التي العملومات نراها. لا من هذا العظمى والغالبية الإنترنت،
إلى والسفر العالم، لاستكشاف أكبر فرص لدينا الجديد الجيل نحن فيها. نفكر لا لكننا سطحي، بشكل
نمتلك لذلك، ومع السلع. من المزيدي وشراء التكنولوجية، المنتجات من بالمزدي والاستمتاع الأمكن، من المزيدي
الأشياء تحسني كيفية حول أفكار لدينا يكون أن دون سطحي بشكل غنية حياة نعيش المراقبة، تحب عيوننا
وعيوبها. مميزات رؤية أو الحياة، هذه في المختلطة

الحياتية الأشياء وظائف في التشكيك وصرحت، العملومات مصدر في التشكيك التشكيك، هو التفكير
جميع في التفكير الظواهر، وراء المحتملة الأسباب جميع تحليل شامل، تحليل هو التفكير وتجاربها.
الأشياء، وراء الأساسي الجوهر رؤية على القدرة الجوهري، استخراج هو التفكير للأشياء. الممكنة التصميمات
غير شئيين بين العلاقة على العتور على القدرة للمشكلة، الرئيسية بالتناقضات الإمساك على القدرة
تطورها، واتجاهات جوهري وفهم الأشياء بواحد رؤية الصغرى، خلال من الكبيرو رؤية هو التفكير ظاهرياً. مرتبطين
الصغيرة. الأشياء خلال من الكبيرو الحكمة رؤية على القدرة

١٧٠

الكمبيوتر، واستخدام بمفردي، والسفر والطهي، الحافلة، ركوب مرة لأول تعلمت عندما أيّضاً، للحياة بالنسبة

أنني من الرغم على لذلك، بسيط. تكرار مجرد اللاحقة السلوكيات معظم أصبحت والبرمجة، الهاتف، واستخدام
الكثير. أنتعلم لم أنني إلا عامًا، 20 من لأكثر العالم هذا في عشت

صعبًا. كان والتفكير التأملي في كمال يوم قضاء والتفكير. التأملي سوى شيء أفعل لا بدأت ذلك، أدركت عندم
أشعر أن فيل، مشاهدة أو كتاب قراءة أو بالهاتف للعب ذهبت إذا ولكن الشدي، بالضيقي أشعر كنت ما غلبًا
الصبر أم لك أن لم الغالب في لكنني الأصديق، دائرية على باستمرار تنزلق كانت أصابعي أي ضًا؟ بالضيقي
بالملل. شعرت المقاطع، بعض مشاهدة بعد ولكن، على باستمرار تنزلق كانت أصابعي أقرأ. ما لإكمال
والتفكير التأملي أثناء بالضيقي شعرت إذا الأفلام. مشاهدة أو الكتب لقراءة صبرًا أقل كنت الحالة، هذه في
التفكير. من المزيدي نفسي لتهدئة الوحيدة الطريقة فإن طويلة، لفترة

أكون فلن الحالي، الكتب قراءة في صبور غير كنت إذا أنه أدركت الكتب، بقراءة الأمر يتعلّق عندم وبالمثل،
يجعلني الذي هو الداخلي قلقي أن في بل ممل، الكتب أن في ليست المشكلة آخر. كتاب أي قراءة في صبورًا
ببطء. قرأته إذا ممتعًا يكون أن يمكن كتاب أي أن أجد الداخل، من هائيًا أكون وعندم بذلك. أشعر

فإنه ببطة، الأشياء تفعل وعندم القلق؛ مع يتوافق فإنه أمر، من عجلة في تكون عندم للغاية، صادق العقول
ولكنك بالقراءة، تستمتع بأنك نفسك تخبر عندم عقلك. خداع هو شيء أصعب إنسان، يا الهدوء. مع يتوافق
القراءة. في الاستمرار على قادر غير نفسك ستجد ما سرعان به، تستمتع لا الواقع في

القلق. لمحاربة مبادئ ثلاث لنفسي وضعت لذلك

1. المستقبل. في عائلتي وإعالة الحالي، الوقت في نفسي إعالة هو الأول.
2. أبقى فأنا وإلا بشدة، فيها أرغب التي الأشياء فقط أفعل أخرى أوقات في الأول، باستثناء أنه هو الثاني.
تأمل. حالة في
3. أفعل أن دون دائم، تأمل حالة في أبقى بأن أقبل أن يمكنني الحياة، هذه في الأول تحقيقي بعد أنه هو الثالث.
بأي نفسي أقارن ولا المال، من الكثير أم لك لا أن يمكن هو، كما معرفتي مستوى يبقى أن يمكن شيء، أي
شخص.

أستطيع لا أنني وجدت عندم القراءة. عن ببساطة توقفت الكتب، قراءة إنهاء في أسرع كنت أنني أدركت عندم

التواصل وسائل على شيء أي نشر دون أسافر أنني لاحظت عندم تعلمها. محاولة عن توقفت جديدة، مهارة تعلم
الأشياء أفعل أن أستطيع أعد لم عندم بعيدة. أمكن إلى السفر عن وتوقفت بالملل شعرت ما سرعان الاجتماعي،
أفعلها. ألببساطة قررت ببطة،

أستمر الدولي، تصفح أحب عندم فائدته. عن النظر بغض فعله في أستمر شيء، أفعل أن أحب عندم
أيام لعدة وأفكر وأتجول الأديلة أو السرير على أستلقي التفكير، أحب عندم كمال. أسبوع لمدة التصفح في
أصل بالوحدة، أشعر وعندم ملل. أو لكل بالكتب عدة أقرأ الم حظورة، الكتب بقراءة أهتم عندم متتالية.
ساعتين. أو لساعة تستمر منهم كل مع طويلة محادثات وأجري اليوم، طوال القدامى بأصدقائي

المشروع الذي تم تمويله من قبل وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، وهو مشروع بحثي في مجال تطوير التعليم الإلكتروني، وذلك من خلال تطوير المنهجية التعليمية وتطبيقها في مختلف المجالات العلمية والفنية.

المشروع الذي تم تمويله من قبل وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، وهو مشروع بحثي في مجال تطوير التعليم الإلكتروني، وذلك من خلال تطوير المنهجية التعليمية وتطبيقها في مختلف المجالات العلمية والفنية.

المشروع الذي تم تمويله من قبل وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، وهو مشروع بحثي في مجال تطوير التعليم الإلكتروني، وذلك من خلال تطوير المنهجية التعليمية وتطبيقها في مختلف المجالات العلمية والفنية.

المشروع الذي تم تمويله من قبل وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، وهو مشروع بحثي في مجال تطوير التعليم الإلكتروني، وذلك من خلال تطوير المنهجية التعليمية وتطبيقها في مختلف المجالات العلمية والفنية.

غير الأشياء لأن ممتعاً. كان إذا بما فقط أهتم أص بحت بل لا، أم مفيداً ما شيء كان إذا بما الاهتمام عن أتوقف بدأت نفسي أجعل كنت الماضية، السنوات مدى على ذلك، إلى بالإضافة عقلي. إلى تدخل لن مفيدة، كانت مدمر الممتعة، متناولي. عن بعديدي المميزون الأشخاص ي زال ولا رائع، مستوى إلى أصل لم لكنني ممتازاً، لأكون جهداً أبذل مذلون. أشخاص دائماً هناك مجال، أي في هكذا، العالم

من لأرتقي حياتي طوال جهداً وبذلت شخص، مليارات 7 بين الدينويية للمعايير وفقاً يقاس النجاح كان إذا سيبدو عاًماً ثلاثين أو عشرين مدى على الشرس التنافس هذا فإن ملايين، 10 المرتبة إلى المليون المرتبة توارثها نتاج هي جيناتنا ثانياً، النجاح؟ ذلك في المتعة فدا والعمل، الدراسة من الماضية العشر السنوات مثل داعي لا لذا الأغلبية؟ من أذكر أننا نعتقد فلم إذا ومصادفة، عشوائية إنها القول ويمكن السابقة، الأجيال التاريخ، تيار في سيخترت في تقرياً شيء لكل النهاية، في نواتنا. تقدير في المبالغة أو أنفسنا لإثبات الحياة. هذه في حقاً نريده الذي ما أنفسنا نسأل أن بنا والأجدر

يعتقد الذي النجاح تحقق أن عليك ليس كشيءاً: أعجبتني عبارة مرة ذات فاي نمان ريتشارد الفيزياء عالم قال فشلي. وليس خطأهم، هذا لي. يريدها التي بالطريقة أعيش أن علي وليس تحقيقيه، على قادر أنك الآخرون

المشروع الذي تم تمويله من قبل وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، وهو مشروع بحثي في مجال تطوير التعليم الإلكتروني، وذلك من خلال تطوير المنهجية التعليمية وتطبيقها في مختلف المجالات العلمية والفنية.

هذه تفشل. المليارات حتى أو الملايين عشرات جمعت التي الشركات من الكثير وشاهدت المال، حدود رأيت لقد شركة، بإدارة الأمر يتعلّق عن دما ولكن وفعالة. مريحة ستكون خدمات، أو منتجات لشراء استخدمت إذا الأموال، والمندجة. والخبرة، والمعرفة، التفكيّر، هو والأهم هشة، المال قدرة تصبّح

المشروع الذي تم تمويله من قبل وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، وهو مشروع بحثي في مجال تطوير التعليم الإلكتروني، وذلك من خلال تطوير المنهجية التعليمية وتطبيقها في مختلف المجالات العلمية والفنية.

الاجابة. على للعثور الماضي أتذكر ما غالبًا حياتنا، قضاء بكيفية الأمر يرتعلق عن دما

تلك ليست سعادة أكثر تجعلني التي الذكريات فإن والشركة، المدرسة في قضيتها التي الأيام إلى بالنظر العمل في أرغب لا فيها كنت التي الأيام تلك ولا الاختبارات، وأجري المسائل فيها أحل كنت التي الأوقات بالركب. اللحاق بسرعة وأحاول التخلّف من فيها أخشى كنت التي الأيام تلك ولا بالاجتهاد، أظاها كنت ولكنني هوايتي فيها أتابع كنت التي والأوقات الدراسي، الفصل في بالضحك المليئة السهلة اللحظات تلك هي بل التي والمشاريع العمل، في أفكاري تحقّق فيها أسستطيع كنت التي اللحظات وتلك المدرسة، في الشخصية الانتائج، عن النظر بغض قلبي فيها أتبع كنت التي الأوقات وتلك الإلهام، بدافع العمل خارج بها أقوم كنت الأصدقاء. مع وأضحك ألعب كنت التي الأوقات وتلك

قادراً وأصبحث والتاريخ، الماضي عن المزيّد وفهمت والعالَم، نفسي عن المزيّد أدركت والتفكير، التأمّل تزايد مع المسمّات قبل. من القليل رؤية على

90 100

الطلب جًا. قليلة المتحدة الولايات في الموجودة تلك تشبه التي الحقيقية المتوسطة الطبقة بلدي، في بشركل يعيشون السكان من 96 الصيني، في نسمة مليار 1.4 بين من ومتراخ. ضعيف الوطني الاستهلالي 4حوالي أي فقط، نسمة مليون 50 حوالي بينمكافي، بالأكادي يكون أكاد أو متوسط معيشي مستوى في أساسي الاعمال يفضّلون نسمة، مليون ال-50 هؤلاء بين ومن عاليا. استهلالية بقدرة يتمتعون السكان، إجمالي من مستهلك أكبر الصين جعل مما المتقدمة، الدول في التسوق ويحبون الفاخرة، والسلع الدولية التجارية الاعمال. في الخارجية للساحة

90

هي هل الناس: مع العلاقات أنواع بين التمييز ولكي في الأخرى، مع التعاون لكي في مثل أخرى، أمور في أي ضاً أفكر تعاون علاقة أم متكرر، تواصل علاقة أم عابرة، لقاءات علاقة أم الاجتماعى، التواصل وسائل على إجاب علاقة مجرد أنا أساعد ولماذا الأشخاص؟ بعض يساعدي لماذا مشروع. في شراكة علاقة أم الأم، طويلة عمل علاقة أم مالي، والذهنيات الخبرات هي وما معينة، بمهمة للقيام المناسبات الأشخاص اختياري لكي في أفكر الأشخاص؟ بعض إلى أدت التي الأسباب هي وما السابقة، المشاري جمع في والفشل النجاح أسباب في أفكر لماذا المطلوب. إجهاضها. أو نجاحها

على قادر غير كنت الفتيات، من التقرب محاولة أثناء الجامعة في السابقة تجاربي في التفكير عملي في كان ومن صداقة، في فقط ترغب كانت ومن الاهتمامات، تشاركني كانت ومن بي، مهتمة كانت من بين التمييز المواقف من التفكير إلى أدى مما معيني، أشخاص مع أكون أن أحب كنت أعقم. بشكل معدا العلاقة تتطور أن يملك في أفكر بدأت مستقرة، علاقة في أصبحت أن بعد العلاقات. على والإجبار الفاشلة، والمحاولات المخرجة، إلى دائماً نعود ولماذا وتكراراً، مراراً الخلافات تحدث ولماذا الثقة، بناء يتم ولكي شريكي، مع التعامل لكي في بعضهما يحبان الشخصان كان إذا القادة، السنوات في أنه أدركت الوثيقة؟ العلاقات في المهمة هو ما عليه. لناما تؤثر لن فإنها أحياناً، كغيرة خلافات هناك كانت لو حتى صغيراً، أمراً يعتبر الخيانة بخلاف شيء لكل فإن بصدق، بينهما. العلاقة على

انتقلت، 2004 عام في عمري، من التاسة في كنت عندما بالوطن. الشخصي مصري ارتباط لكي في أتأمل والداي كان حيث قوانغتشو، في الاقتصايدة التنمية منطقة إلى قوانغتشو، مدينة ضواحي إلى الريف من في فعلتها التي الأشياء وراء كانت التي الشخصية العادات في أتأمل الكمبيوتر. على تعرفت وهنالك يعملان، لاتباع كرهى وأرى شخصيتي، في والتمرد العناد من جانباً أرى حاضري. على تؤثر تزال لا أنا ولكي طفولتي، كيف أرى كم قلبي، واتباع الحرة نحو السعي على الدائم إصراري أيضاً وأرى التميز، في ورغبتى العام التي ار لي. الآخرين بتقييهم أهتم زلت ما

20

إلى بسيطة ظواهر من انتقلوا لقد التفكير. في طويلاً وقتاً قضاوا وأينشتاين نيوتن مثل بارزون علماء سبب أن يلاحظ أن للمرء يمكن العميق التفكير خال من فقط وراءها. الكامنة الأساسية المبادئ في التفكير ن فكر لم لكننا الظاهرتين، هاتين رأينا جميعاً أننا أعتمد الأرض. حول القمردوران سبب نفسه هو التفاحة سقوط ما أثمن هذا، يومنا حتى تطورا الذين البشر، قللاً. فكرنا لكننا كثرنا، وقرأنا بكثير مررنا لقد أبداً. فيهما

بذلكنا ونفرح الفريدة، لأفكارنا بفرح ننفعل إدماناً. يصرح أن يمكن التفكير أن سنكتشف بالتدريج، في شيء كل في وندقق نراقب بدأنا الألفاظ. من الكثير حل من تمكننا التفكير، خلل من وبالفعل، وفطنتنا، فيها يفكر لم أشياء في نفكر ما وغالباً التفكير، من الكثير الصغيرة الأشياء لنا تجلب ما وغالباً الحياء، ونفكر توقعاتنا، نكتب المستقبل، في العالم سيكون كيف وننتهي المستقبل، نتوقع بدأنا الآخرون. نستطيع لا أصبرنا تدريجي، ندرى. أن دون بالسرور وبالتالي التوقعات، هذه تحققت إذا أنفسنا في والمرح والشرب الأكل من تأتي التي السديدة المتعة إلى بالإضافة للغاية. ممتع إنه التفكير، بسبب النوم للدماع. متعة أكبر الأرجح على هو بالتفكير الاستمتاع فإن الأحباء، مع الحميمة والعلاقة

بالتفكير، تتعلّق أمور كلها هي سعيًا تكون أن لحيّة أو النجاح وحيّة العلم لحيّة إن أقول أن أود لذلك، ونفكر جانبا الهواتف نضع دعونا العمل، بعد الفراغ وقت في فصاعدًا، الآن من جدًا، مسترخية عقلية وتطلب وسنرى قبل، من لنا تخطّر لم بأفكار التفكير في وسنبدأ الفرق، سنلاحظ عام، نصف أو شهر بعد وببطء فقط، والعالَم أنفسنا فهم على قادري وسنكون المميزة، الأفكار من المزيد لدينا وسيكون حولنا، من يغفلها جوانب أعظم. بشكل