**أنساق في جيولوجيا التفكير**

في كل يوم يستقبل هاتفي عبر الواتساب مقالات وأخبارا وتحليلات موغلة في التشاؤم، فالإنسان مفطور على ثنائية الخير والشر والتفاؤل والتشاؤم، وبوسعه أن يوجه انتباهه وتفكيره في المسار الايجابي أو المسار السلبي. من أولئك المدونين الذين تزعجني رسائلهم رجل في العقد الخامس من عمره، يمتلك بيتا مكونا من طابقين ويقود سيارة دفع رباعي فاخرة ويتقاضى راتبا تقاعديا يفوق الألف ريال شهريا، تخرج أبناؤه من جامعات وكليات، بعضهم يعمل ومنهم من ينتظر فرصة التعيين. لكنه يلتقط كل التكهنات والإشاعات والمقالات التي ترفع تشاؤم من يقرأها على سجيته، ويتحول كثير من الناس إلى متشائمين مشكلين بذلك عقلا جمعيا لمجموعة من المرجفين. إن الإنسان السوي بتعاطيه مع الحياة وظروفها يُسخّر كل الظروف لكي يحول التحديات إلى مكاسب.

لو تأملت في حياتك وفكرت في تجاربك وخبرات ومعتقداتك وعاداتك؛ سوف تكتشف أنها عبارة عن أنساق حفرتها التربية بكل أنواعها المقصودة وغير المقصودة في عقلك فترسخت في طبقات اللاوعي و كونت لها شعابا وأودية وأنهارا تنساب متجمعة في اللاوعي وتمارس تأثيرها على حياتك باعتبارها نظام تشغيل لعقلك. وبمرور الوقت تؤدي هذه الأنساق دورها على مستوى باطني بدون حضور الوعي. وبالتالي فهي تمارس تأثيرا قسريا بدون إرادة أو وعي، فالمدمن يصبح منصاعا لعادة الإدمان، والفقير يبقى تحت هيمنة الفقر والمتفائل تسير حياته انسيابية وسلسة ومباركة. من هنا فإن الإنسان مخير بين أن يعيش حياة مستقرة و جميلة وبين أن يستسلم لتلك الأنساق السلبية التي تذيقه الشقاء والتعاسة والمرض. بينما يقضي المتشائم حياته في شقاء يبحث له عن تفسير ومبررات خارجية. استلمت منذ ساعات رسالة عبر الواتساب من الرجل ذاته تحمل مضمونا قاتما كالحا، أدركت أن نهر حياته ضيق متأزم حاد التعرجات شاهق المساقط فكتبت إليه عبارة: تفاءلوا بالخير تجدوه. لماذا يذهب الناس إلى تفسير المواقف والأحداث بهذه السلبية؟ إنها الأنساق التي تبرمج عليها عقل الفرد وقد يقضي حياته كلها من غير أن يعمل على تغيير الأنساق الذهنية التي تدفع عربة حياته في محطات صعبة وشاقة. كل يوم يرسل أحد كتاب التواصل الاجتماعي مقالاته المتشائمة التي تفتش عن مبررات تشاؤمه ويسوق الاتهامات وسوء الظن بالحكومة ووزرائها و يتغابى عن كل الإنجازات الجميلة والحياة الكريمة التي يستطيع كل إنسان أن يعيشها ويحقق فيها أحلامه وأهدافه وآماله. إنها الأنساق العقلية اللاواعية، التي يستطيع كل إنسان أن يوجه وعيه إلى اكتشافها وإعادة تعديلها أو التخلص منها. يستطيع الإنسان أن يخصص وقتا محددا كل يوم في الصباح وفي المساء، ويعيد اكتشاف جيولوجية حياته وتكويناتها، وسيدرك إن كان تفكيره إيجابيا أم سلبيا. ثم يبدأ بكل بساطة يراقب أفكاره ومشاعره ويسأل نفسه: هل هذا التفكير يساعدني ويجعلني ناجحا وسعيدا؟ هل يستطيع التفكير السلبي وسوء الظن بالناس والمجتمع والدولة أن يساعدني لتحسين حياتي؟ وتعزيز جودتها؟ ماذا يمكنني أن أفعل الآن لتغيير حياتي نحو الأفضل؟ ما الذي أريد أن أنتجه قبل رحيلي عن هذه الحياة؟

من عرف نفسه، عرف ربه ومن يعرف ربه حتما سيلهمه الله الأفكار الإيجابية والتقنيات الفعالة لتغيير حياته نحو الأفضل.

د. أحمد بن علي المعشني

رئيس أكاديمية النجاح للتنمية البشرية