



## المثير والإستجابة

عبدالعزيز بن مبروك الصافي

تنفاجأً أحياناً وأنت تقود سيارتك بأنوار ساطعة تأتيك من خلفك وتسطع في المرأة فينعكس نورها إلى عينيك مما يفقدك القدرة على الرؤية الجيدة لثواني، ترفع نظرك إلى المرأة التي على الزجاج الأمامي فتشاهد سيارة قادمة بسرعة هائلة فتختالك من بعد الخط الأصفر قبل أن تستطيع أن تغير مسارك لتفسح لها الطريق، قد يقابلك هذا الموقف مرات عديدة ليلاً أو نهاراً، أو غيرها من المواقف أثناء قيادة السيارة أو في حياتك العامة فكيف تتصرف.

في إحدى المرات وأنا أقود سيارتي مررت بجانبي سيارة بها مجموعة من الشباب، فقد أحدهم بكأس عصير ورقية معلقة بعصير لونه أحمر، وقعت الكأس على الزجاج الأمامي وأنخذت طريقها حتى سقطت من فوق الزجاج الخلفي ثم إلى الطريق تاركة خلفها ما حجب الرؤية والتي عالتها سريعاً بتشغيل ماء المساحات.

بالطبع إرتفعت درجة الغضب عندي إلى أقصاها فصرخ شريراً شريط كامل من الأحداث التي قد تجري إن أنا تابعهم، ربما يقع حادث أو وربما يقفون فتحصل مشادة كلامية تتطور إلى استخدام الأيدي ولا يعلم أحد كيف ستنتهي، هدأت قليلاً بعد أن ذكرت الله وحوقل واسترجعت وتعودت من الشيطان ثم توقفت لأمسح أثر العصير من على الزجاج الأمامي وأمضي وكأن شيئاً لم يحدث سوى تجربة إيجابية استفدت منها في أحداث لاحقة والحمد لله.

في كتابه العادات السبع يقول ستيفن كوفي في العادة الثانية (إبدأ والنهاية في ذهنك)، والذي سأنقل عنه بتصرف حر ما قاله عن المثير والإستجابة.

في مثل هذه المواقف يحدث ما يطلق عليه مثير أو فعل ويكون له إستجابة أو رد فعل كما في قانون الفيزياء المعروفة (كل فعل رد فعل مساوي له في القوة معاكس له في الإتجاه) وإنما قبل أن تحصل ردة الفعل هناك وقت أو مساحة كافية لردة الفعل وفي هذه المساحة هناك ما يطلق عليه المسخرات الإنسانية أو ما نملكه نحن من خيارات قبل أن نقوم برد الفعل، وهذه المسخرات هي:

\* الإدراك الوعي.

\* التخيل.

\* الضمير.

\* الإرادة المستقلة.

إن لدينا الإدراك الوعي بما يدور في محينا من أحداث وهذا الإدراك إما أن يجعل ردود أفعالنا سلبية عنيفة أو يجعلها إيجابية ببناء على ما لدينا من خبرات وموارد دينية أو إجتماعية أو علمية تُملي علينا ما يجب أن نقوم به وإن كان سيؤثر على صحتنا النفسية والجسدية سلباً أو إيجاباً، وهذا الإدراك الوعي هو ما يمكن أن نطلق عليه التغافل، وكما قيل إن نصف الظل في التغافل لنقي أنفسنا والآخرين السوء والعواقب الوخيمة.

ونحن أيضاً نملك التخيل والذي يهدنا بالرؤية الثاقبة في تخيل ما بعد الحدث وإستقراء المستقبل تخيل وتوقع ما قد يحصل سلباً أو إيجاباً من جراء تصرفاتنا وأفعالنا كردود أفعال أو إستجابة لما نتعرض له من أحداث تؤثر على وطيرة مسيرة حياتنا سواءً تأثيراً مؤقاً أو دائمًا والتي قد تترك آثاراً إيجابياً نستفيد منه في حياتنا أو آثراً سلبياً يطول تأثيره على حياتنا إن لم نحسن التعامل معه بحكمة وعقلانية.

في نفس الوقت نحن نملك الضمير والذي توجهه التقوى وحسن الخلق أو توجهه الجهالة وسوء الخلق فالضمير هو المحاسب الصامت الذي يوجه تصرفاتنا في إتجاهين لا ثالث لهما إما الإتجاه الإيجابي وبحكمه قوله تعالى (وَالْكاظمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ) وقوله صلى الله عليه وسلم (أحب لأخيك ما تحب لنفسك) أو الإتجاه السلبي الذي يوجهه الشيطان نحو الإنفاق والأذى بالثأر أو إحداث الضرر بالآخرين دون مراعاة للدين أو الأعراف والتي لا يمكن التنبؤ بعواقبها أو ما تؤول إليه الأحداث، وهذا الضمير ذو الإتجاه السلبي قد يستيقظ يومناً ما في المستقبل وحيث يكون الألم أشد وأقوى حيث لا ينفع الندم.

وأخيراً نحن لدينا الإرادة المستقلة، فلن يستطيع أحد أن يجبرنا على إتخاذ ردود أفعال أو إستجابة لأي حدث ما لم نكن لدينا الرغبة للاقيام به، فإن إرادتنا المستقلة هي تحكم ذاتي آلي في دوافعنا لن يستطيع أي شخص الوصول إليه وتوجيهه في أي إتجاه إن لم نحن نعطيه الصلاحية والسماح له بذلك.

ولهذا عندما نمر بموقف صعب أو تصرف أزعن من شخص ما فردود أفعالنا أو إستجابتنا لما يثيرنا ليس لأحد أبداً كان السيطرة علينا أو توجيهنا كما يريد، وإنما تحكمها عوامل داخلية، نحن لدينا القدرة الكافية للتعامل معها برجوعنا إلى مرجعياتنا الدينية أو الإجتماعية ببناء على خبراتنا المتراكمة على خط سير حياتنا الماضية وما نريد أن تكون عليه مستقبلاً.

لذا، علينا التمرن على التحكم في تصرفاتنا عملاً بقوله صلى الله عليه وسلم (إِنَّمَا الْعِلْمُ بِالْتَّعْلِمِ ، وَ إِنَّمَا الْحَلْمُ بِالْتَّحْلِمِ ، وَ مَنْ يَتَحَرَّ الدَّيْرَ يُعْطَهُ ، وَ مَنْ يَتَقَبَّلُ الشَّرَّ يُؤْكَدُ).

عبدالعزيز بن مبروك الصافي