

منطقة

العدد ٣

الشباب

قصة جسر
بروكلين

التغلب على
العوائق من
أجل تحقيق
أحلامك

سبع خطوات
للوصول إلى
أهدافك





من المحرر:

تحيل أنك تجري على مضمار به عوائق وعليك أن تففز فوق كل هذه العوائق التي في طريقك. يمكن أن يكون ذلك مسلياً ومتعاً. ولكنه أيضاً حدي كبير.

لو قيض لنا أن نسأل عدداً من الناس فيما إذا كانوا يرغبون في مواجهة العقبات. فعلى الأغلب أن ٩٥٪ منهم يمكن أن يجيبوا. «لا، بالطبع لا! ولماذا أرغب في مواجهة العوائق؟» ولكن الحقيقة هي أننا جميعاً نواجه العوائق من وقت لآخر. وبعضها أكبر من الأخرى.

فبينما يمكن لكلمة «عائق» أو «عقبة» أن تثبط من عزائمنا، نجد أن هناك طريقة أخرى للنظر إليها. سوف نجد من القصص التي في هذا العدد من «منطقة الشباب» أنه بالتصميم والمثابرة يمكنك التغلب على أي عائق. وأنه يمكنك تحقيق أشياء عظيمة بينما أنت في خضمها.

أنا واثقة أنه عندما تنتهي من القراءة سوف تنظر إلى العوائق بطريقة إيجابية أكثر بكثير. وأمل حتى أن تقول: «هيا أحضروها لي! أنا مستعد!»

نحن نقدر دائماً تواصلكم معنا لنسمع منكم ما تريدون قوله على بريدنا الإلكتروني

youthzone@motivatedmagazine.com

كريستينا لين

ل منطقة الشباب

المحتويات

لقد عملوها!

- ٣ قصة جسر بروكلين
- ٤ تجسير المشاكل
- ٥ زاوية الأنشطة - هيا نصنع طائرة ورقية

وأنت أيضاً تستطيع ذلك!

- ٦ التغلب على العوائق من أجل تحقيق أحلامك
- ٧ فرقع! فرقع! فرقع!
- ٩ زاوية الأنشطة- بشار ممتاز بوب كورن
- ١٠ هل تعلم؟

عندما تكون الأمور صعبة

- ١١ كن شاكراً

تحدث عنه

- ١٢ الطبيعة تتكلم- النسور والنحل

الناس المشهورون

- ١٣ جون جودارد- الرجل الذي لديه ١٢٧ هدفاً في الحياة

جاهز.. مستعد.. إنطلاق!

- ١٤ الخطة
- ١٥ سبع خطوات للوصول إلى أهدافك

التقدير

المحرر المسؤول: كريستينا لين
المحررون المشاركون: لويز واطسون، أنيتا فلورجن
التصميم: واثق زيدان
حقوق الطبع ٢٠١٢ للمشوقة © جميع الحقوق محفوظة

قصة

جسر بروكلين



على العقبات. ومع الحماس والإثارة العظيمين والشوق إلى هذا التحدي الكبير أمامهما استأجرا طاقمهما وبدءا ببناء هذا الجسر الحلم.

بدأ المشروع بشكل جيد. ولكن بعد سير العمل لبضعة شهور حدث حادث مأساوي في موقع المشروع أودى بحياة جون روبلنغ. وخلف واشنطن أباه في المشروع ولكن بعد ذلك بفترة وجيزة أصابه مرضٌ سبب له تلفاً كبيراً في الدماغ ما أدى إلى شلل قدرته على المشي والكلام وحتى الحركة. شعر الجميع بضرورة إلغاء المشروع بما أن آل روبلنغ كانا الوحيدين اللذين كانا يعرفان كيفية بناء الجسر.

على الرغم من إعاقته كان واشنطن لا يزال يمتلك رغبة متأججة لإتمام بناء الجسر وكان عقله يقطاً تماماً مثلما كان دائماً من قبل. فبينما كان يرقد في المستشفى خطرت له فكرة. كان كل ما يستطيع تحريكه إصبعاً واحداً من أصابعه فقرر الاستفادة منه أبلغ الفائدة. وبتحريك هذا الإصبع استطاع أن يطور طريقة ترميزية للتواصل مع زوجته.

في عام ١٨٨٣، كان لدى مهندس مبدع يدعى جون روبلنغ إلهامٌ ببناء جسر لا مثيل له، يربط مدينة نيويورك بجزيرة لونغ آيلاند.



مع ذلك، فإن خبراء بناء الجسور في كل أنحاء العالم كانوا يعتقدون أن ذلك كان عملاً فذاً يستحيل تحقيقه. ولذلك نصحوا روبلنغ أن يغض الطرف عن هذه الفكرة.

لكن روبلنغ لم يستطع نسيان أو تجاهل صورة هذا الجسر الذي كان في مخيلته. فقد فكّر فيه طيلة الوقت واعتقد أن من الممكن القيام بذلك العمل على نحوٍ ما. ولكنه أراد أن يشاركه هذا الحلم شخصٌ آخر. وبعد كثيرٍ من النقاش والإقناع تمكن من إقناع ابنه واشنطن المهندس المتحمس والواعد بأن الجسر يمكن أن يُبنى في الواقع. وبعد أن بدءا العمل معاً لأول مرة. طوّر الأب والابن المفاهيم وكيفية التغلب

صندوق الحقائق

يعتبر جسر بروكلين واحداً من أقدم الجسور المعلقة في الولايات المتحدة. وهو يمتد فوق النهر الشرقي (إيست ريفر) ويربط بين أحياء مانهاتن وبروكلين في مدينة نيويورك. وقد استغرق بناؤه ١٣ سنة وافتتح في ٢٤ مايو/ أيار عام ١٨٨٣. وعند إتمامه كان أكبر جسر معلق في العالم وأول جسر معلق بأسلاك فولاذية بُني على الإطلاق. بينما كان يُطلق عليه جسر نيويورك وبروكلين إلا أنه أخذ اسم جسر بروكلين منذ عام ١٨٦٧. ومنذ افتتاحه أصبح أيقونةً ورمزاً من رموز فضاء نيويورك العام. وفي عام ١٩٦٤ تم اعتباره معلماً تاريخياً وطنياً.

لمس ذراع زوجته ليبين لها أنه يريد منها استدعاء مهندسيه. ثم استخدم نفس الطريقة بالضرب على ذراع زوجته لإخبار مهندسيه ماذا يفعلون. بدا الأمر مثل حماقة. ولكن المشروع عاد ليستؤنف من جديد.

إن جسر بروكلين يبين لنا أنّ الأحلام التي يمكن أن تبدو «مستحيلة» يمكن أن تتحقق. مهما كانت العوائق والظروف المضادة.

مضت ثلاث عشرة سنة وواشنطن يضرب بإصبعه على ذراع زوجته ليعطي التعليمات حتى تم بناء الجسر أخيراً.

واليوم فإن جسر بروكلين يقف كمأثرة للنصر الذي حققه تصميم وإصرار رجل واحد بأن لا يسمح للظروف بأن تهزمه. وهو كذلك مأثرة للمهندسين وفريقهم في العمل وأيضاً لحب زوجته وإخلاصها.

تجسير المشاكل

بقلم بيتر كيللي. بتصرف

صدّق أو لا تُصدّق. لقد اعتادوا بناء الجسور باستخدام طائرة ورقية. في أول الأمر يطبّرونها من أحد جانبي النهر أو المضيق إلى الجانب الآخر. وكان شخصٌ على الجانب الآخر يمسك بالطائرة الورقية ويربط خيطاً آخر أقوى قليلاً بطرف خيط الطائرة الأول. ثم يسحب الرجال الذين أرسلوا الطائرة الورقية الخيط الجديد الأقوى عائداً إليهم مرة أخرى. والفريقان على الجانبين يعيدان العملية في المرة التالية بخيط أقوى ثم بوتر ثم بحبل رفيع ثم بحبل أكثر سمكاً وهكذا دواليك. وبالتالي استطاعوا أن يسحبوا عبر النهر كابلاً فولاذياً صغيراً ثم واحداً أثقل حتى كان لديهم في النهاية كابلاً قوياً متداً عبر النهر بقوة كافية لتحملهم وأدواتهم وموادهم - وكل ذلك كان قد بدأ بخيط دقيق جداً لطائرة ورقية!

هكذا إذن يمكن التغلب على العوائق. أضف خيطاً كل يوم وقبل أن يمضي وقتٌ طويل سوف ترى النتائج. إبدأ تجسير المشكلة باتخاذ الخطوة الأولى في الاتجاه الصحيح. مهما كانت صغيرة. ثم واصل ذلك حتى تصبح العقبنة خلفك. و تصبح أنت على الطريق نحو النصر.

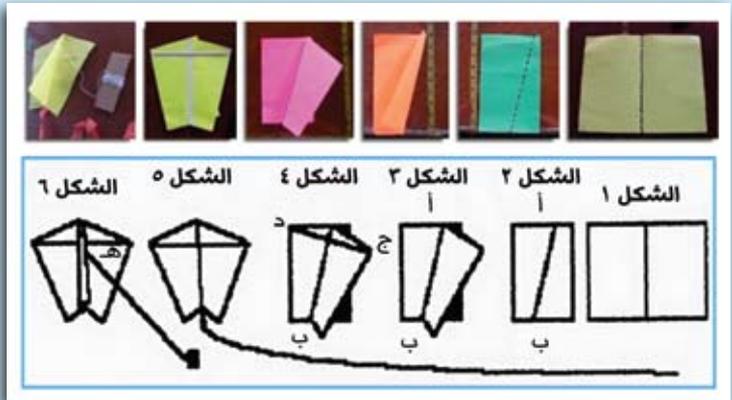
هيا نصنع طائرة ورقية!

قائمة المواد:

- صفحة واحدة من الورق بألوان زاهية بأبعاد $11 \times 8 \frac{1}{2}$ بوصة.
- سيخ شواء دقيق من البامبو أو الخشب بطول ٨ بوصة.
- لفة من شريط بلاستيكي رقيق لامع (متوفر في معظم محلات الأدوات)
- كيس بلاستيكي يُقَطَّع بعرض بوصة واحدة بشكل لولبي سوف يكون ذيلًا رائعًا للطائرة.
- لفافة من شريط لاصق بعرض $\frac{1}{2}$ بوصة أو أي نوع من الشرائط البلاستيكية.
- لفافة من الخيوط (بطول ٦ - ١٠ أقدام على الأقل).
- قطعة من الكرتون بأبعادها 1×3 بوصة حيث يلف الخيط عليها.
- مقص.
- خرّامة (اختياري).

توجيهات:

١. إطو صفحة من الورق أبعادها $11 \times 8 \frac{1}{2}$ بوصة إلى النصف لتصبح $8 \frac{1}{2} \times 5$ بوصة.
٢. إطو مرة أخرى على طول الخط المائل (أ) في الشكل رقم ٢.
٣. إطو مرة أخرى جانباً واحداً لتتشكل شكل الطائرة الورقية كما في الشكل (٣) وضع الشريط بقوة على طول خط الطي (أ ب) (لا حاجة لعصا هنا لأن الطي يجعل الورقة صلبة ويعمل عمل العمود الفقري).
٤. ضع سيخ شواء خشبي من النقطة (ج) إلى (د) وألصق عليه شريطاً بشدة.
٥. إقطع من ٦ - ١٠ أقدام من شريط بلاستيكي والصقه في أسفل الطائرة الورقية عند (ب).
٦. اقلب الطائرة الورقية على ظهرها واطو الرفرف إلى الخلف وإلى الأمام حتى يكون بشكل قائم مستقيم (وإلا فإنه سيعمل مثل الدفة وستدور الطائرة الورقية على شكل دوائر).
٧. اعمل ثقباً في الرفرف عند (هـ). عند ثلث المسافة من النقطة العلوية (أ).
٨. اربط أحد طرفي الخيط بالثقب وقم بلف الطرف الآخر على قطعة من الكرتون التي تعمل عمل اللفافة للخيط.



والآن انطلق واستمتع وطير طيارته الورقية!

التغلب على العوائق لتحقيق أحلامك

بقلم جن مولر. www.dailyspark.com

أمي بالمبيرو - ووترز واحدة نستطيع جميعنا أن نتعلم منها الكثير.

لقد كانت أمي دائماً عدّاءة ولكنها فقدت إحدى ساقها في حادث. كان من الممكن أن يضع هذا الحادث حداً لمهنتها كعدّاءة، ولكنها رفضت أن تسمح لهذا بإعاقتها عن عمل شيء تحبه. أو إعاقتها عن إلهام الآخرين ليفعلوا نفس الشيء. في السنوات الأخيرة، قامت بالجرى في ماراتون شيكاغو وقطعته في ٣ ساعات وأربع دقائق، والذي يُعتقد بأنه أسرع وقت على الإطلاق لشخص مقطوع الساق. بالنسبة لأولئك منكم الذين لا يعرفون الكثير عن الماراتونات فإن الزمن هذا ٣:٠٤ هو حقاً سريع - بالنسبة لأي شخص كان. كان هدفي أن أعدو في ماراتون كولبوس العام الماضي في أقل من ٤:٣٠ وقد تمكنت من أن أنهيه في ٤:٢٧. إنه واحد من أعظم إنجازاتي الشخصية حتى هذا التاريخ.

العام الماضي، استلمت أمي جائزة بطل العالم في الجري على إنجازاتها. في كلمتها عند قبول الجائزة قالت: «لا يوجد شيء جيد سهل القيام به أبداً ويتم تنفيذه على انفراد. نحن محدودون بأنفسنا فقط.»

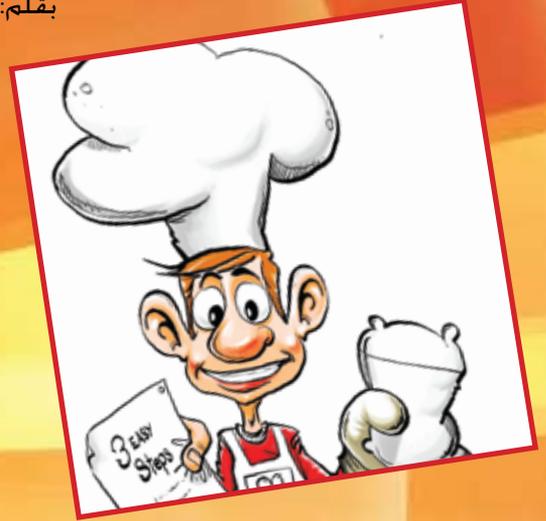
ما هي الأهداف التي تود الوصول إليها؟ من أو ماذا يلهمك للوصول إلى أهدافك؟

فرقع!

فرقع!
فرقع!

بقلم: توموكو ماتسوكو. بتصريف.

عندما نصنع البوب كورن (البُشار).
نصب الزيت في الوعاء ونضعه فوق النار
وثم نضيف حبوب الذرة.



حتى ومع اشتعال النار، لا يحدث شيء في
الحال ويمكن أن نتساءل حينها إذا كانت
تلك الحبوب جيدة ولكن خلال دقيقة أو
اثنتين كلها تبدأ بالفرقعة.

عندما نكون صغاراً ندرس ونتعلم فنحن
مثل البوب كورن (البُشار) فوق نار التدريب.
ننتقع في الزيت ببطء في انتظار الوقت
المناسب لكي ... نُفرقع!





لا تفرقع كل حبوب الذرة جميعها في الحال. في البداية حبتان من الذرة تفرقع تماماً مثل الأشياء التي نتعلمها تأخذ وقتاً كي تزهر وتظهر نفسها على أنها ذات نفع. ولكن مثل حبات الذرة تلك، سرعان ما يحدث انفجار فيما بيننا ونبدأ بالفرقعة في كل أنحاء المكان!

في بعض الأحيان، يكون هناك ما يغرينا للإستسلام أو نشعر بأن كل دراستنا وجهودنا لا تحدث فرقاً. ولكن علينا أن لا نستسلم! ويلزمنا أن نتحلى بالصبر فإن وقتنا قادم.



ولنواصل السير خلال هذا الوقت من التدريب والتعلم! فلن يمضي وقت طويل قبل أن يتم تعويضنا عن كل ما درسناه و عملنا بجد من أجله.

إنه سوف يحدث!

بشار (بوب كورن) ممتاز

بقلم: إليس. إعادة طباعة من الإنترنت

إن صنع البُشار (البوب كورن) من الصفر يمكن أن يكون أمراً مخادعاً. إنك لا تحتاج إلى أكبر قدر من حبوب الذرة لكي تفرقع ما أمكن فحسب. ولكن عليك أيضاً أن تمنع احتراق الحبوب في قاع الوعاء. وحتى أرتني أُمي طريقتها في صنع البوب كورن فقد اعتدت اتباع الطريقة السهلة واستخدمت (لهات!) طريقة البُشار في فرن المايكروويف. طريقة أُمي في صنع البُشار لا تجعل كل حبة ذرة تفرقع فحسب بل هي أيضاً تمنع حبوب الذرة من الاحتراق. إليكم كيف تسير هذه الطريقة. احرص على استشارة شخص بالغ ليساعدك في هذا المشروع!

ما تحتاج إليه:

- ٣ ملاعق كبيرة من زيت الكانولا أو زيت فستق العبيد.
- ٣/١ كوب من حبوب الذرة عالية الجودة.
- إناء طبخ واحد بسعة ٤/٣ لتر مع غطاء.
- ملعقتين كبيرتين أو أكثر (حسب الرغبة) من الزبدة.
- ملح (حسب الرغبة).

ماذا تفعل

١. سخّن الزيت في إناء الطبخ المَشَار إليه أعلاه على حرارة متوسطة إلى عالية.
٢. ضع ٣ أو ٤ حبات من الذرة في الزيت وغطّ الإناء.
٣. عندما تسمع حبات الذرة تفرقع أضف بقية ١/٨ الكوب من حبات الذرة بشكل تكون فيه طبقة ذات سمك متساو. غطّ الوعاء وأبعده عن النار واحسب مرور ٣٠ ثانية. (قم بالعد بصوت عال!) بهذه الطريقة أولاً تسخن الزيت إلى درجة الحرارة اللازمة. ثم الانتظار ٣٠ ثانية يجعل بقية حبات الذرة الأخرى تصل درجة حرارة الفرقعة لذلك عند إعادتها فوق النار تفرقع جميعها في نفس الوقت تقريباً.
٤. أعد الوعاء فوق النار. يجب أن تبدأ حبات الذرة بالفرقة حالاً. وكلها معاً على الفور. وبمجرد أن تبدأ الفرقعة بشكل حاد. رج الإناء بلطف إلى الأمام والخلف فوق النار. حاول إبقاء الغطاء مفتوحاً قليلاً ليسمح بخروج البخار عن البُشار (بذلك يكون البُشار أكثر جفافاً وهشاشة). وعندما تبطن الفرقعة إلى عدة ثوانٍ بين الواحدة والأخرى إرفع الإناء عن النار وارفع الغطاء واسكب البوب كورن فوراً في صحن واسع. بهذا الأسلوب تفرقع جميع حبات الذرة كلها تقريباً (في آخر محاولة قمتُ بها قمت بعد ٤ حبات فقط لم تفرقع) ولا شيء يحترق.
٥. إذا رغبت في إضافة الزبدة فيمكن لك إذابتها بوضعها في الإناء الفارغ الآن ولكن الذي لا يزال ساخناً. وعند إذابة الزبدة اسكبها فوق البُشار وحركه.
٦. أضف الملح حسب الرغبة.
٧. استمتع بما صنعت من البُشار الممتاز.

هل تعلم؟

- من اخترع البُشار؟ اخترع البُشار قبل ٤٠٠٠ سنة من قبل القبائل الأمريكية الأصلية في ما يعرف الآن بالمكسيك وأمريكا الوسطى. كان هؤلاء الناس يستخدمونه كطعام ومجوهرات للزينة وحتى كطريقة للتنبؤ بالمستقبل.
- لماذا يفرق البُشار؟ عندما تسخن حبات الذرة فإن الرطوبة التي بداخلها تتمدد حتى تنفجر خارج القشرة الصلبة. وفي جزء من الثانية فإن النشا الذي سخن أكثر من اللازم يندفع إلى الخارج مشكلاً مادة صلبة بيضاء قطنية وعلى الفور يبرد. لذلك فإن البُشار ليس سوى «انفجار متجمد».
- هل البُشار طعام رديء؟ كلا. أبداً. فإن حبوب الذرة تحتوي على كمية بروتين أعلى من أية حبوب أخرى. وحديداً أكثر من السبانخ والكثير من الألياف والفيتامينات والمواد النشوية. وكذلك يحتوي على القليل من السعرات الحرارية ما يجعل منه وجبة مثالية خفيفة ما بين الوجبات الرئيسية.
- كم من البُشار يأكل الناس؟ في الولايات المتحدة وحدها يتناول الناس ما يقارب ٢٠ مليار لتر (٤,٥ مليار جالون) من البُشار كل عام. هذا يكفي لملء ١٨ مبنى من مثل مبنى إمبرا ستيت أو ٥٠ ناقلة نفط أو ٨,٠٠٠ بركة سباحة أولمبية. بمعنى آخر، لو أن كل ذلك البُشار نزل مثل المطر فوق المبنى الذي تسكنه ليلاً فسوف تجد في الصباح أن المباني قد دُفنت تحت أكثر من ١٠٠ متر من البُشار.
- ما هو الإختراع الحديث الذي ساعد البُشار في التوصل إليه؟ إن التجريب على حبات الذرة المفرقة بواسطة الموجات القصيرة في عام ١٩٤٥ قاد إلى اختراع فرن المايكروويف. في وقتنا هذا، هو واحد من أول الاستخدامات لأفران المايكروويف.
- إلى أي ارتفاع يمكن لحبات الذرة أن تفرق؟ يمكن للبُشار أن يفرق إلى ارتفاع ثلاثة أقدام في الهواء.
- كم كان حجم أكبر كرة من البُشار؟ بحسب ما يقوله كتاب جينس للأرقام القياسية. فإن أكبر كرة بُشار في العالم كانت أبعادها ١٢ قدم للمقطر واحتاجت إلى ٢٠٠٠ رطل من حبوب الذرة لصنعها.

حقيقة للاستمتاع!

أكبر كرة في العالم مصنوعة من كرات البُشار وصالحة للأكل كان قُطرها ٨ أقدام ومحيطها ٢٤,٥ قدم تقريباً وتزن ٣,٤١٥ رطلاً. لَوْضَع الأمر في نطاق تصورنا فإن هذه الكرة التي حققت رقماً قياسياً هي تقريباً أكبر ٥٠,٠٠٠ مرة من كرات البُشار العادية التي توزع للاستهلاك العادي.



لنكن شاكرين

حكى القصة عن ملك إفريقي وصديقه الحميم اللذان ترعرا معاً. كان لدى صديق الملك عادة بأن ينظر إلى كل موقف نظرة إيجابية ويقول: «لنكن شاكرين».

وذات يوم خرج الملك في رحلة صيد وسلم صديقه وظيفة تذكير البنادق وثم مناولتها له. على ما يبدو أن هذا الصديق قد ارتكب خطأ ما أثناء تعبئة البنادق لأن إحداها أخطأت في الإطلاق وقد الملك إبهامه في الانفجار.

وكعادته قال صديق الملك: «لنكن شاكرين!» فَرَدَّ عليه الملك: «لا، لنكن غير شاكرين!» وكان منزعجاً للغاية لدرجة دفعته إلى إرسال صديقه إلى السجن.

وبعد عام على تلك الحادثة، كان الملك يصطاد في منطقة خطيرة لم يكن عليه الدخول إليها. أمسك به أكلو لحوم البشر وأخذوه إلى قريتهم. ربطوا يديه وربطوه إلى عمود مغروس في الأرض ونشروا الحطب حول قدميه. لكن عندما كانوا على وشك إشعال النار في الحطب لاحظوا أن الملك قد فَمَدَّ إبهامه. كان لدى آكلي لحوم البشر اعتقاد خرافي يمنعهم من أكل أي شخص غير كامل سليم تماماً ولذلك فَمَدَّوا وثاقه وتركوه لحال سبيله.

أثناء عودة الملك إلى موطنه، تذكر الحادث الذي ذهب بإبهامه. فلام نفسه كثيراً على الطريقة التي عامل بها صديقه. وذهب على الفور إلى السجن وأطلق سراحه.

قال الملك: «لقد كُنْتُ على حق. كان المفروض بي أن أكون شاكراً أن إبهامي قد أصيب.» وواصل حديثه بروي لصديقه قصته التي كاد يلاقي الموت فيها. «أنا أسف على إدخالك السجن طيلة هذه المدة.» قال الملك: «لقد كان ذلك عملاً سيئاً مني!»

رد صديقه قائلاً: «لا، أنا شاكرٌ لك!»

قال الملك: «ماذا تعني بقولك «أنا شاكرٌ لك»؟ كيف يكون لك أن تكون شاكراً لمضائك سنة كاملة في السجن؟»

ردَّ صديق الملك قائلاً: «لأنني لو لم أكن في السجن لكنت معك في تلك الرحلة.»



الطبيعة تتكلم

النسور

إن النسور طائرٌ مثير للإهتمام، فالأنثى تبني عشَّها على أعلى الأشجار أو على أشد حواف الجبال ارتفاعاً. لو راقبتها وهي تبني عشَّها للاحظت أنها أول الأمر تضع الأشواك والحجارة الحادة الأطراف وجميع أنواع الأشياء الحادة، وهي مواد تبدو غير عادية لبناء عش. ثم تغطي ذلك بأشياء سميكة كالصوف والريش وفرو الحيوانات التي قتلتها. وبذلك يصبح مهجع العش ناعماً مريحاً. منزلاً مفرحاً للصغار الذين ستفقسهم أهمهم.

لكن هذه الخلوقات الصغيرة ليس مقدرًا لها أن تظل في هذا المهدي المغربي. سوف يأتي الوقت الذي تقلب فيه الأمُّ العش رأساً على عقب.

سوف تلتقط كل المواد الناعمة والطيبة وتلقي بها في مهب الريح. وسوف تبدأ برفع المواد الحادة حتى تبرز أجساد النسور. فحتى هذا الوقت، قد نالت هذه الخلوقات الصغيرة طعامها مباشرة في مكانها تسقطه الأم في أفواهها. وبعد قلب العش رأساً على عقب تصبح النسور الصغيرة في وضع بانس وغير سعيد يدفعها إلى الرغبة في الخروج والذهاب إلى مكان آخر.

هذا هو هدف الأم. فهو ليس بسبب القسوة من جانبها بل هو محاولة منها لتوليد عدم الرضا عن الحياة القديمة السهلة المريحة ولتشجذ رغبات صغارها لتدفعهم إلى النضوج.



... والنحل

حدّثني أحد مربّي النحل عن قصة خلية نحل لديه - كيف، عندما تكون النحلة صغيرة توضع في خلية سداسية الأضلاع حيث يوجد ما يكفي من العسل لاستخدامها حتى تبلغ سن البلوغ. والعسل هذا موجود في كبسولة من الشمع محكمة الإغلاق. وعندما تكون النحلة الصغيرة قد أطمعت نفسها وانتهت من أكل كل العسل يكون قد حان الوقت لها أن تخرج إلى الهواء الطلق. ولكن، أه، المصارعة والقتال والمكافحة لاخترق ذلك الشمع! إنه فتحة ضيقة للنحلة وهي ضيقة لدرجة أنه مع المعاناة في الخروج منها فإن النحلة تسلخ عن نفسها الغشاء الذي يخفي أجنحتها وبعد ذلك تصبح قادرة على الطيران!



تحدث عنها

هل سبق لك أن واجهت مشكلة أو عقبة كان من الصعب عليك اجتيازها؟ وهل كانت العواقب لا بأس بها؟ حدث عنها مع أسرتك أو مع أصدقائك أو في صفك المدرسي.

جون جودارد

الرجل الذي لديه ١٢٧ هدفاً في الحياة

مقتطفات من موقعه على الانترنت

بعد ظهر أحد الأيام الماطرة، جلس الولد ذو الخمسة عشر ربيعاً والمدعو جون جودارد على طاولة مطبخه في لوس أنجلوس وكتب في أعلى الصفحة من دفتر ملاحظاته الأصغر ثلاث كلمات فقط، قائمة أهداف حياتي. وتحت العنوان سجّل ١٢٧ هدفاً.

لم تكن تلك الأهداف بسيطة أو سهلة. فقد تضمنت تسلق الجبال الرئيسية في العالم واستكشاف أطول أنهار العالم من المنبع إلى المصب وقيادة أسرع طائرة في العالم والجري مسافة الميل في خمس دقائق وقراءة الموسوعة البريطانية كاملة.

والآن بعد مرور جيل منذ ذلك التاريخ فقد أنجز ١٠٩ من تلك الأهداف وسجّل في مفكرته قائمة مذهلة من المعلومات حول إنجازه لتلك الأهداف.

وإليك الموقع الذي تجد فيه «قائمة أهداف الحياة» لهذا المغامر العالمي الشهير والمتحدث البار: http://www.johngoddard.info/life_list.htm.

«منذ طفولتي المبكرة كنت أحلم دائماً في

أن أصبح مستكشفاً. بطريقة أو بأخرى كنت

أظن أن المستكشف شخص يعيش في الغابة

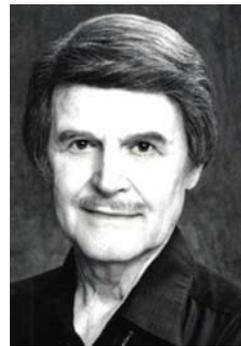
مع السكان الأصليين والكثير من الحيوانات

البرية، ولم أستطع أن أتخيل شيئاً أفضل من

ذلك! وعلى عكس الأولاد الصغار الآخرين والذين غيروا خططهم إزاء

ما يريدون أن يكونوه في المستقبل عدة مرات مع نموهم، فإنني لم

أنحرف لحظة واحدة عن طموحي هذا.»



الخطة



هل تريد أن تكون قادراً على أن ...

- ... تتعلم الطباعة باللمس؟
- ... ترسم الكاريكاتير؟
- ... تتعلم برنامج حاسوب معين؟
- ... تتعلم أساسيات التصوير؟
- ... تصنع مجوهرات بفن المكرومي؟
- ... تكتب القصص؟
- ... تخبز وتزين أشهى الأطباق؟
- ... تتعلم العزف على الجيتار؟
- ... تتعلم لغة أخرى؟
- ... تتقن بعض حركات الرقص؟
- ... تكون أكثر انفتاحاً على الآخرين وأكثر ثقة؟
- ... تتعلم لعب رياضة جديدة؟
- ... تكون صداقة جديدة؟

على الرغم أن هذه المهارات مختلفة عن بعضها البعض إلا أنه يجمعها شيء واحد مشترك: كلها أهداف يمكن الوصول إليها من خلال التخطيط وإعداد الأهداف ومن ثم اتخاذ الخطوات للوصول إليها! إن التخطيط أمر أساسي من أجل اكتساب وتطوير مهارات جديدة.



سبع خطوات للوصول إلى أهدافك

ماذا تريد أن تفعل؟

خذ الوقت الكافي لتفكر وتخطط لما تريد إنجازه أو تحقيقه.

ما هي الخطوات التي يلزمك اتخاذها؟

سجّل الخطوات التي يجب عليك اتخاذها كي تنجز هدفك. مثلاً، إذا كنت ترغب أن تصبح شخصاً رياضياً مشهوراً أو أن تتعلم العزف على آلة موسيقية؛ فيلزمك التدريب يومياً.

هل هناك من شيء يمكن أن يحول بينك وبين الوصول إلى هدفك؟

فكر في أية مشكلة أو أية سلبيات أو أشياء يمكن أن تقف عائقاً في طريقك للوصول إلى هدفك. ربما ليس لديك استناد رياضي قريب حيث يمكن لك التمرين فيه أو لربما ليس لديك المال اللازم لشراء آلة موسيقية. إذا عرفت ما هي العوائق عندئذٍ يمكنك البحث عن حلول ووسائل من أجل تخطيها.

متى ستنتهي من كل خطوة؟

حدد تاريخاً للوصول إلى هدفك. سوف يساعدك ذلك على مواصلة التركيز والتقدم إلى الأمام.

إلى من يمكنك التحدث عن خطتك؟

تحدث عن خطتك مع والديك أو مع معلم أو معلّمة أو مستشار واطلب المساعدة عند الحاجة إليها. راجع والديك أو مستشارك بشكل منتظم بين فترة وأخرى لتتيح لهم فرصة تقديم النصح لك عند سيرك في تنفيذ خطتك.

هل قمت بتسجيلها؟

وثّق خطتك واحتفظ بسجلات. إن وجود قائمة لديك بما يجب عمله سوف تساعدك على التأكد من عدم نسيان أو تجاوز أي شيء دون القيام به. وعندما تراجع البنود التي سجلتها كقائمة أعمال لازمة التنفيذ فسوف يشجعك ذلك عندما ترى أن مشروعك قد قارب على الإكمال.

ماذا ستفعل بعد أن تصل إلى أهدافك؟

احتفل بنجاحك مع أولئك الذين قدّموا لك النصح و/ أو ساعدوك على طول مشوارك كله.

والآن جربها!

فكر في هدف واحد تود تحقيقه وأكد خطتك مع والديك أو معلمك أو مستشارك ومن ثم راجع الخطوات المبينة أعلاه.

يبلغ عدد العظام في جسم الإنسان ٢٠٠ أو أكثر. ولكن في تصنيف الناس نحتاج إلى أربعة فقط:

أصحاب عظم الترقوة

مثل هؤلاء الناس يأملون ويتوقون ويتمنون ويتنهدون، يريدون الأشياء أن تأتي وحدها ولكن لا رغبة لديهم في المحاولة.

أصحاب عظم الكوع

يضحكون ويتسمون وتومض عيونهم إذا كان العمل نكتة فبالأكيد سوف يعطوه محاولة.

أصحاب عظم الفك

هؤلاء يوبخون ويثرثرون ويتفلون ويهزون ويبيكون، فهم كثيرو الكلام ولكن أنى لهم القيام بالمحاولة.

أصحاب العمود الفقري

هؤلاء يضربون عند الكتف ولا يتخلون عن الأمل أو يصابون باليأس؛ هؤلاء هم الفائزون في الحياة - ذلك أنهم يعرفون كيف يحاولون.

