**מוכוונות, כוונה, השגת מטרה והצלחה**

בספרו המרתק ורצוף התובנות, "מדוע טייסי קמיקזה חובשים קסדות", מעלה בפנינו הסופר, יעקב בורק, מספר טענות פרקטיות, הנסמכות על מחקרים מדעים מהשורה הראשונה ומעמידות בספק, לכאורה או שלא לכאורה, כמה מנקודות ההנחה הבסיסיות שלנו בנוגע להצלחה:

1. הצלחה בחיים נובעת מ**כישרון** יותר מאשר **מחריצות והתמדה**.
2. **מוכוונות** להשיג מטרה כלשהי, תשפר את סיכוי הצלחתנו, יותר מאשר **נכונות** להשיג את המטרה.
3. רבים מההצלחות והגילויים הגדולים של מאה השנים האחרונות ויותר הן תוצאה של עבודה שיטתית וסיזיפית, ולא של מקריות גדולה.

במאמר קצר זה, לא אסתפק בסיכום הפרקים, אלא אנסה "לעשות את הצעד הנוסף", שהוא לתת את המשמעות הפרקטית לחיי היום יום של כל אחד מאיתנו.

בסדרת מחקרים מרשימה, הבוחנת התפתחות של מוסיקאים, ספורטאים ומדענים מהשורה הראשונה, עולה מסקנה אחת ברורה: האנשים המגיעים להישגים הגבוהים ביותר הם לאו דווקא המבריקים והמוכשרים ביותר. מחקרים מראים שאותם בני אדם אשר התמידו והתאמנו ללא הפסק הם אלו אשר יגיעו להישגים הגבוהים ביותר.מסקנה זו היא הכרחית להפנמה, מאחר ואם נסתכל על כשרון כמתת אל, וכגורם המכריע במידת הצלחתנו, התייחסות זו עלולה להרפות את ידינו באשר למידת שליטתנו בהצלחתנו.

ההבנה הזו לבדה אמורה וצריכה להפיח תקווה בכול אדם, כי היכולת להתאמן, להתאמן ושוב להתאמן היא **יכולת מנטאלית הקיימת אצל כל אדם**.

ההבדל בין שחמטאי מצוין לבין כזה בינוני, פעמים רבות נובע, מה"השקעה בהפסד".

בעוד השחקן בעל הרמה הבינונית, יפסיד, ויאשים בכך את טיפשותו ויכולותיו, השחקן המצוין יאשים בכך את העובדה שלא התאמן מספיק ושעליו ללמוד מהטעויות שביצע ע"מ לחזור עליהן בהזדמנות הבאה. השחקן המצוין רואה בהפסד הזדמנות, בעוד השחקן הבינוני מזהה אותו כמכשול והוכחה לחוסר יכולתו וכישרונו. כל זאת כאמור, עוד לפני שאחד מהם אכן מימש את הפוטנציאל הגלום והגיע להישגים (כלומר לפני שאחד מהם נהיה בוריס גלפנד או קספרוב, בעודם בגיל הילדות).

 הנקודה השנייה היא כנראה המעניינת והמרכזית ביותר.

מי יצליח יותר?:

אדם אשר אומר – "אני הולך להוריד 20 קילו" או אדם אשר אומר – "אולי אצליח להוריד 20 קילו"

אישה שאומרת – "אני הולכת להיכנס לכושר ולגמור מרתון" או אישה שאומרת – "אני אנסה להיכנס לכושר ולגמור ריצת מרתון"

ילד המכריז – "מעכשיו אוציא 90 ומעלה בכל מבחן" או ילד המכריז – "אנסה להוציא 90 ומעלה בכל מבחן"

האנשים הראשונים בכל משפט הם **מוכווני** המטרה, ואילו הנפשות העומדות מאחורי המשפטים השניים מבטאות **נכונות** לעמוד במטרה.

מאז שאנו קטנים מלמדים אותנו, שהכול עניין של החלטה ורצון. אם נרצה מספיק נצליח.

על כן הנטייה הטבעית שלנו היא לחזות שמוכווני המטרה הם אלה אשר יעמדו במשימתם בצורה הטובה ביותר.

אך לא כך הם פני הדברים. בסדרת ניסויים מרתקים הוכיח אברהים סיניי, מאוניברסיטת אילינוי, שבני האדם אשר הביעו נכונות לעמוד במטרה ולא ביטאו מוכוונות במטרה, מצליחים יותר... באופן ניכר.

הסיבות העיקריות:

1. אדם אשר מוכוון מטרה - הסיבות שבגללם בסופו של דבר יפעל, יהיו כנראה שליליות – בושה, כעס עצמי, פחד מלאכזב. בעוד האדם אשר מביע נכונות, יחפש בתוך עצמו את הסיבות החיוביות לביצוע המעשה – הנעה פנימית. הוא זה, ש"יוריד 20 קילו" בגלל הבריאות שלו, ולא בגלל ייסורי מצפון מייסרים על כל ביס שהוא נוגס או לא נוגס בעוגה...

לדוגמא: אדם היוצא לטיול במצדה - אם יכווין את עצמו לכך שהוא מטפס למצדה בשביל הנחש "ויהי מה!" הוא יהיה עסוק בכך, ככל הנראה מתחילת הטיפוס. על מה יחשוב תו"כ העלייה? – "אסור לוותר", "הכול בראש", "אם לא אצליח, זה בגלל שאני לא מספיק נחוש". לעומתו אדם אשר יביע נכונות לעלות על המצדה דרך שביל הנחש – מחשבותיו יובילו אותו, כנראה, לכיוון של מחשבה "לא מלחיצה" - "טוב, אני יתחיל את העלייה, מקסימום ארד ואקח את הרכבל..." תו"כ העלייה בעת החוויה של הקושי הראשון, אם יחליט להמשיך יהיה זה מתוך: "טוב זה קצת קשה, אבל לא בטירוף, אני יכול להמשיך עוד קצת, זה גם תורם לבריאות.."

2. אדם המביע נכונות ניגש למשימה אם ראש פתוח, מסתכל ומתבונן על העולם וקשוב לשינויים. שינויים אשר יכולים לגרום לו לבצע את המשימה בקלות יתר, או אם שינויים קלים אשר ישפרו את ההישג. ניתן לדמיין שני אנשים מושכים משא כבד. האחד אם הראש באדמה, כול גופו ורוחו רוחנים קדימה במאמץ וריכוז במטרה שלפניו, בעוד השני, מתאמץ גם כן, אבל הוא, עם הראש מורם, רוחן קדימה, אבל מסתכל על המתרחש מסביב – עם החבל שבעזרתם הם מושכים יקרע – האחד "יעוף" קדימה ויפול בעוד חברו, אומנם יתפלא על הקריעה הפתאומית, אבל הוא לא ייפול, הוא לא שם את כל מרכז כובדו על ובמשיכה. ואם יזדמן פר באזור, אדם נוסף או גזע עץ, אשר בהם ניתן להיעזר ביחד ולחוד - מי מחברינו "המושכים" יהיה ערוך ופתוח לקלוט את ההתרחשות והשינוי?

בנקודה זו ממש נפגשת גם הנקודה השלישית שמועלת בספר – הפתיחות למקריות – דומה קצת ל "מתוך שלא לשמה, בא לשמה". ההמצאות הגדולות ביותר במאה העשרים, וכנראה שגם במאות לפניה (רק שבמקרה שלהם אין תיעוד מדוייק), היו בחלקן הגדול מקריות.. כך: גילוי הפנצילין, קרני הרנטגן, גילוי אמריקה, החמצן, הטפלון, הזרם החשמלי ועוד ....

אומנם יד המקרה, אבל מקרה שהזדמן לאדם חוקר, סקרן, מתבונן, פועל ועובד. אנחנו יכולים לצאת לטיול ולראות נופים שונים ואחרים ממה שציפינו, אך זה יקרה אך ורק אם מלכתחילה יצאנו לטייל. את אותם נופים שונים "נפספס" במידה ונתמקד אך ורק בניסיון להשיג את הנופים ה"מתוכננים".

מציאת המניע הפנימי הנכון והמתאים ובנוסף שמירה על מחשבה פתוחה וגמישה לשינויים יכולות להיות גם חלק מבסיס של תפיסות עולם מעניינות.

היכולת להציב יעדים, בשילוב עם היכולת לשנותם ולעיתים לשפרם. היכולת להתרכז באיכות העשייה ולא רק במטרה הנכספת היא סוג של זרימה אשר "סוחפת" איתה מגוון הטבות רצויות.

כשאנחנו משחקים במשחק ספורט, מתי נהנה במידה הגדולה ביותר? כאשר אנחנו פשוט משחקים! לא כשאנחנו עסוקים בלשמור על הניצחון או בהימנעות מהפסד.

אנחנו זורמים עם המשחק – רוצים לנצח אבל לא צריכים אותו...

הבאנליות בשאיפה לחיים מאוזנים, היא אכן פשוטה, אך מי אמר שדברים פשוטים אינם נכונים?!

תיאורן של ההמצאות הגדולות של זמננו נזקקו למעט דפי הסברים, פחות בהרבה מהסבר כלשהו בנוגע לאחד מסעיפי תקציב המדינה לדוגמא...

החוכמה אם כך נתונה בשאלת – מהי מידת האיזון?

באומנויות לחימה מלמדים לא להישען לעולם, לא לתת את מרכז הכובד שלנו ליריב.

מהרגע שנתנו למשהו את שיווי משקלנו, הוצאנו מידינו את השליטה בגופנו.

נפשנו פועלת בדרך דומה, שלא לומר זהה.

בחיים כדאי להגיע ליעדים, אבל חשוב ליהנות מהדרך, ובמין מעגליות קסומה, אם נהנה מהאיכות שבדרך כנראה גם נצליח להגיע ליעדים... גם למהותיים שבהם

*בחיים אפשר לרצות, פחות כדאי להצטרך.*