

## العقل الباطن

من خلال قراءاتٍ كثيرة والاطلاع على كتبٍ متعددة ومختلفة المجالات فهمت أن العقل الباطن عند الإنسان هو الجزء من الدماغ الذي تُخزَّنُ فيه كافة التجارب والأحاسيس والانفعالات والأفكار؛ فهو مخزن الذاكرة.

فكل شخص مسؤولٌ عن نوع الأفكار التي تتخزَّنُ في عقله الباطن، وقد شبه بعض المختصين العقل الباطن بالحديقة التي تنمو بها البذور التي نزرعها فيها، كما أن معرفتنا بتفاعل عقلنا الباطن مع عقلنا الواعي يجعلنا قادرين على تحويل حياتنا إلى الأفضل، فعندما نغير أفكارنا إلى الأفضل ينعكس عنها سلوكنا إيجابياً أفضل .

وقد يتبادر إلى الذهن بأن الإنسان يملك عقليين، وهذا غير صحيح؛ فهو لا يملك إلا عقلاً واحداً، ولكن لكل جزءٍ منه وظائفٍ مختلفة؛ فزي العقل حيِّزٌ للذاكرة، وهذه هي التي تمثِّلُ العقل الباطن، والأمثلة على ذلك كثيرة؛ منها عند وقوف شخصٍ أمام جمع كبير من الناس ومطلوب منه التحدث في موضوع محدد، فقبل أن يبدأ الحديث، فإنه يدخل في حوار ما بين عقله الباطن وعقله الواعي عن قدرته على الحديث أمام هذا الجمع من الناس، فإذا كان هذا الشخص قد خزَّن في عقله الباطن بأن لغته غير سليمة أو أن ذاكرته سوف تخونه، أو أن الحضور سيسخرون منه، فقد يتردد كثيراً قبل القيام بهذه المهمة؛ وقد يتلعثم في بداية حديثه أو يتصبب عرقاً أو ترتجف يده، إلا أنه إذا اقتحم خوفه وأسكت عقله الباطن، فسوف يقوم بعمله بشكل جيد، كما أن كثيراً من الناس يقررون أن ينهضوا من النوم ساعة أذان الفجر مثلاً، وفعلاً يستيقظون في هذا الوقت دون الحاجة إلى منبهة، بمعنى أن عقلهم الباطن خزَّن هذه المعلومة، وفي الوقت المحدد أوَعزَّ العقل الباطن إلى العقل الواعي بالاستيقاظ..

يقول علماء النفس ؛ إن الأفكار في انتقالها إلى العقل الباطن فإنها تقوم على إحداث انطباعات بخلايا المخ ، وعند قبولها ، فإنه يضعها موضع التنفيذ بشكل مباشر .

ونتيجة لهذه المعجزة الربانية ؛ فإن الإيمان والأمل يُشفيان من المرض بقدره الله ، وإن استمرار التفكير بأنك مريض يجعلك تشعر بالمرض فعلا فيضعف جسمك، وتتوقف عن عملك وتبدأ بالتردد على العيادات، على الرغم من نصيحة الطبيب بأنك سليم ولا مرض لديك ، وعلى العكس لو كنت مريضا وكنت تؤمن بقوة بأنك ستشفى بإذن الله ، فستتغلب على المرض، وينشط الجهاز المناعي في جسمك وتشفى فعلا ؛ كما أن الثقة في النفس تجعل العقل الواعي مسيطرا على العقل الباطن ؛

وأن التعاون مع الآخرين وحب الخير للناس كافة، والإقبال على تقديم الخدمة للمحتاج، كل هذه الفضائل تجعل من عقلك الباطن متجانسا مع طبيعة الحياة التي يجب أن تكون عليها .