

كيف

تكتشف قواك الخفية؟

الطبعة الأولى
1446 هـ
2025 م

اسم الكتاب: كيف تكتشف قواك الخفية؟

المؤلف: كريستيان د. لارسون

ترجمة: دعاء حسين علي مرسي

موضوع الكتاب: تنمية بشرية

عدد الصفحات: ٢٠٢ صفحة

عدد الملزم: ١٢.٦٢٥ ملزمة

مقاس الكتاب: ١٤ x ٢٠

عدد الطبعات: الطبعة الأولى

الترقيم الدولي: 978-9921-815-77-1

القاهرة - جمهورية مصر العربية



٠١٠١٢٣٥٥٧١٤

٠١١٥٢٨٠٦٥٣٣



elbasheer.marketing@gmail.com

elbasheernashr@gmail.com



دار البشير



جميع حقوق الطبع والنسخ والترجمة
محفوظة لدار البشير للثقافة والعلوم.
حسب قوانين الملكية الفكرية، ولا
يجوز نسخ أو طبع أو اجتزاء أو إعادة
نشر أية معلومات أو صور من هذا
الكتاب إلا بإذن خطي من الناشر

كيف تكتشف قواك الخفية؟

تأليف

كريستيان د. لارسون

ترجمة

دعاء حسين علي مرسي



تمهيد

يملك الإنسان داخله قوى مهولة لا تعد ولا تحصى. وقد يتساءل البعض ماذا يحدث عندما نتعلم كيفية استغلال هذه القوى وتوظيفها بطريقة صحيحة؟

وعند النظر إلى الطبيعة البشرية حاليًا بصورة عامة قد لا نرى أي تطور أو فرق ملحوظ في القوى مقارنة بالجنس البشري في الماضي. ولكن عندما ننظر إلى حياة هؤلاء الأفراد الذين نجحوا في اكتشاف القوى الكامنة داخلهم وتوظيفها بطريقة صحيحة نستنتج حينها أن هناك جنسًا بشريًا جديدًا متفوقًا يمكنه إحداث تأثير كبير من خلال القوى والقدرات الموجودة داخله. ومن ثم يستطيع الفرد في عصرنا الحالي أن يفعل كثيرًا مقارنة بما كان يفعله في الماضي، وذلك بسبب تمتعه بقدرات وقوى أعظم مما كان يتمتع بها أسلافه.

ولا يهدف هذا الكتاب فقط إلى تحليل هذه القوى والإمكانات الكامنة داخل الإنسان، ولكن يهدف أيضًا إلى

تقديم الأساليب العلمية التي يمكن من خلالها توظيف هذه القوى والإمكانات بطريقة صحيحة.

وعندما نغوص في أعماق الطبيعة البشرية ونكتشف المزيد من الحقائق، نجد أن الإنسان مخلوق عظيم بدرجة لا يمكن وصفها. وقد يتساءل بعض الناس ماذا سيحدث عندما يستغل الإنسان العلم من أجل تطوره وتقدمه كما يستخدمه حاليًا في مجالات أخرى؟ والحقيقة أنه إذا فعل ذلك، سنشهد بعد جيل أو جيلين من الآن جنسًا بشريًا جديدًا ومتفوقًا ويصبح عدد الأشخاص الناجحين أكثر من أي وقت مضى في التاريخ البشري. لذلك يجب أن نتفق جميعًا أن الإنسان قادر على تحقيق أكثر مما يتمنى في عصرنا الحالي.

وعلاوة على ذلك فإن الهدف الأساسي من هذا الكتاب هو تشجيع أكبر قدر ممكن من الأشخاص على اكتشاف القوى العظمى الكامنة داخلهم وتوظيفها بطريقة صحيحة حتى يصبحوا أعظم وأفضل.

الفصل الأول

المبادئ الحاكمة للبشر

لا تسمح لأي شيء بأن يعكر صفو ذهنك أو يمس سلامك الداخلي، وحاول دائماً أن تبث السعادة والإيجابية في روح كل من تقابله وأن تُشعر كل من حولك بأنه شخص مميز واستثنائي، وأن ترى الجانب المشرق فقط من كل شيء في الحياة وأن تفكر دائماً في الأفضل، وأن تبذل قصارى جهدك وأن تتوقع حدوث كل ما هو مشرق وإيجابي. واهتم بنجاح الآخرين بقدر اهتمامك بنجاحك الشخصي، وأن تنسى أخطاء الماضي، وأن توجه كامل تركيزك نحو أهداف المستقبل وإنجازاته فقط.

عد نفسك أيضاً بأن تكون ملاحظك بشوشة دائماً وأن تبسم في وجه كل من حولك، وأن تكرر الوقت والجهد لتطوير ذاتك، وأن تكون قادراً على مواجهة التحديات والقلق، وأن تتمتع بالصبر والنبيل في أثناء مواجهة الغضب، وأن تواجه الخوف بقوة وثبات، وأن تكون حكيماً بما يكفي في أثناء مواجهة

الصعاب. وأن تشغل فقط بتطوير ذاتك حتى لا يكون لديك فرصة لانتقاد الآخرين أو الانشغال بهم، وأن تؤمن بأن العالم كله يدور لخدمتك.

يتلخص الهدف الرئيسي من هذا الفصل في تحليل الطبيعة البشرية بأكملها واكتشاف كل القوى التي يتمتع بها البشر، سواء كانت ظاهرة أو خفية، نشطة أو خاملة، ويهدف أيضًا إلى مناقشة جميع الطرق التي يمكن من خلالها تطبيق هذه القوى وتطويرها واستغلالها بصورة صحيحة من أجل تحقيق الأهداف المنشودة.

ولن يكون هناك فكرة واحدة غير قابلة للتطبيق حتى تجري الاستفادة من هذا الكتاب بأكبر قدر ممكن. ولتحقيق أقصى استفادة يجب أن يدرك الشخص طبيعة القوى التي يتمتع بها سواء كانت جسدية أو عقلية أو روحية، ويجب عليه أيضًا إيجاد الطريقة المثالية لتوظيف تلك القوى واستغلالها بطريقة فعالة وناجحة.

وعندما نبدأ في دراسة هذا الموضوع، نجد أن المشكلة الكبرى تكمن في إدراك الشخص لطبيعة القوى التي يتمتع بها وكيفية استغلالها بطريقة صحيحة. إذ توصلت دراسات عديدة حول القوى البشرية إلى أنه إذا تمكن الشخص من إدراك قواه وإدراك الطريقة المناسبة لتوظيفها بطريقة فعالة، حينها فقط

يمكنه تحقيق أهدافه كافة.

وكلما تعمقنا في دراسة حيوات الأشخاص الناجحين، زاد اقتناعنا بضرورة إدراك الشخص لقواه وأهدافه ورغباته كافة. وفي الواقع، يرتكز أساس هذه الدراسة على فهم الطبيعة البشرية، لأنه من الضروري إدراك الشخص لكل من طبيعته وماهيته قبل اكتشافه للقوى التي يتمتع بها بالفطرة والطريقة المناسبة لتوظيفها.

جرت الاستعانة بنظريات ودراسات عديدة لفهم الطبيعة البشرية وتحليلها، ولكن يوجد من بينهم ثلاث نظريات فقط يمكن تطبيقها وتوظيفها لخدمة هدفنا الرئيسي.

تنص النظرية الأولى على أن الفرد يتشكل من الضمير والأنا العليا والمظهر الخارجي.

بينما تنص النظرية الثانية (والتي قد تبدو أكثر واقعية) على أن الفرد يتشكل من جسد وعقل وروح، وعلى الرغم من شهرة هذه النظرية فيصعب على كثيرين فهمها.

وتنص النظرية الثالثة (والتي تعد أبسط وأكثر قابلية للتطبيق) على أن الفرد يتشكل من شخصية وفردية، وسوف نعتمد على هذه النظرية في فصول هذا الكتاب جميعها.

وقبل أن تنتقل إلى جانب آخر من جوانب هذا الموضوع، سوف نحلل باختصار تلك النظريات أو الأفكار المختلفة حول الطبيعة البشرية.

وفي الواقع، إذا أردت تعلم كيفية استغلال القوى التي تتمتع بها، عليك الاهتمام بدراسة طبيعتك البشرية أو الأنا في المقام الأول، حيث تعد «الأنا» بمنزلة أهم مبدأ من المبادئ الحاكمة للبشر والمصدر الرئيسي للشخصية، وتعد بمنزلة القوى الوحيدة الأساسية مقارنة بكل الجوانب الثانوية في الطبيعة البشرية.

وفي الحقيقة، قد يعتقد الشخص العادي عندما يحلل مصطلح «الأنا» أنه شيء مجرد وخفي ولا يمكنه إحداث أي تغييرات ملحوظة، ولكنه اعتقاد خاطئ، حيث تتدخل «الأنا» قبل حدوث أي شيء داخل النظام البشري للتأكد من صحته. وتحدد درجة تحكم الشخص في القوى التي يتمتع بها وفقاً لدرجة وعيه بالأنا العليا. ومن هنا ندرك ضرورة ربط كل الأفكار والمشاعر والأفعال بالأنا العليا، وتتلخص الخطوة الأولى لفعل ذلك في إدراك الشخص أن كل أفعاله وأفكاره تخضع بشكل كبير للأنا العليا. ومن هنا ندرك أن الأفكار والأفعال تنبع من الأنا العليا. علاوة على ذلك، فإن الأنا العليا تتحكم في وعي الشخص بذاته.

لذلك يجب الاعتراف بأن «الأنا العليا» ما هي إلا الذات الحقيقية، والنظر إليها باعتبارها أعظم القوى المتحكمة في الإنسان، نظراً إلى أنها تتفوق على غيرها من القوى.

ولا يساعدك هذا الاعتراف على اكتشاف ذاتك الحقيقية لتصبح المتحكم الوحيد في حياتك فقط، بل يرتقي بأفعالك جميعها إلى أعلى مستويات عقلك الواعي، حيث تعيش الأنا العليا وتتصرف وتكتسب هويتها. وإذا أردت أن تتحكم في جميع قواك، عليك أن تصل إلى هذا المستوى من الوعي العقلي، إذ تكمن كل قوى التحكم والسيطرة وأيضاً تعد هذه النقطة بمنزلة مركز «الأنا العليا».

ولا تتصرف باعتبارك مجرد جسد أو شخصية أو عقل، ولكن تصرف باعتبارك «الأنا العليا». وكلما زاد وعيك بقيمة الأنا العليا ومكانتها السامية، زادت قوتك في التحكم في كل قوة تتمتع بها.

وباختصار، كلما فكرت أو فعلت أي فعل، تخيل أنك تقف بجانب «الأنا العليا» أعلى قمة العقل، وفي الوقت ذاته أدرك جيداً أن الأنا العليا جزء لا يتجزأ من ذاتك الحقيقية. وكلما تدربت على ذلك، تحررت من قيود الجسد والعقل وزاد وعيك بقيمتك الحقيقية وفرديتك.

ومن خلال تحليل العقل البشري، حدث التوصل إلى أن الفرد أحياناً ما ينظر إلى نفسه بوصفه عقلاً وجسداً، وأحياناً أخرى ينظر إلى نفسه على أنه جسد فقط أو عقل فقط، وفي هذه الحالة فإنه يفرض سيطرته على واحد منهما فقط.

وفي الواقع، فإن الأنا تتأثر بطبيعتها بعدديد من الآراء التي يكون بعضها صحيحاً وبعضها خطأ، ويجري التحكم في أفكار الشخص من قبل هذه الآراء دون أي توجيه من القوة المسؤولة عن إعطاء التوجيهات، تماماً مثل الشخص الذي يستسلم للقصة الدنيا للوجود البشري (الواقع من وجهة نظر البشر)، ولكن في الحقيقة، يمكن لأي شخص أن يتحكم في حياته ويوجهها حيثما شاء وفقاً للقصة العليا للوجود البشري (الحقيقة المطلقة).

وعلى هؤلاء الأشخاص أن يرتقوا بأنفسهم إلى القصة العليا للوجود البشري، من خلال النظر إلى الأنا العليا باعتبارها القوة المتحكممة الوحيدة. وهناك طريقة أخرى فعالة تتلخص في قضاء بعض الوقت يومياً للتدرب على الشعور بقوة الأنا العليا، ولتحقيق أقصى استفادة حاول في أثناء هذا التدريب فصل «الأنا» عن الجسد والعقل تماماً. يمكن أن يساعدك هذا التدريب على الوصول إلى أعلى درجات الوعي بالأنا. وحينها

تكون الأنا العليا المصدر الوحيد لجميع الأفعال العقلية. وإذا نجحت في هذه الخطوات، يمكنك حينها التحكم في كل أفعالك وتوجيهها كيفما تشاء.

وفي حقيقة الأمر، فإنه من غير الضروري تحليل طبيعة الوعي بصورة مفصلة، لذلك سوف نكتفي بتقديم تعريف مختصر حول طبيعته العامة.

وبطبيعة الحال تعد الأنا العليا كيانًا واعيًا؛ إذ تكون الأنا العليا على دراية تامة بكل ما يحدث داخل المجال البشري، وهذا ما يشكل الوعي. ويصبح الشخص واعيًا عندما يدرك وجوده وأفكاره ويعترف بهما.

ونجد من خلال تدريب «الوعي» أن هناك ثلاث مراحل للأنا العليا وهي:

المرحلة الأولى: عندما تهتم الأنا العليا بالحياة التي يعيشها الشخص، ويكون الوعي في هذه الحالة بسيطًا.

المرحلة الثانية: عندما تهتم الأنا بمكانتها في حياة الشخص، ويكون الوعي في هذه المرحلة ذاتيًا.

المرحلة الثالثة: عندما تهتم الأنا بالحياة الواقعية، يكون الوعي في هذه المرحلة كونيًا.

في أثناء مرحلة الوعي البسيط يصبح الشخص واعياً فقط بالأشياء الظاهرية والسطحية. أما عندما يصبح الشخص واعياً بذاته على أنه كيان مستقل، يتمكن حينها من تطوير وعيه الذاتي. ومن ثم عندما يبدأ الاهتمام بمصدر كل شيء من حوله، يصبح حينها واعياً بالعالم.

وفي أثناء دراسة الطبيعة البشرية وتحليلها توصلنا إلى أن الروح ما هي إلا الشخص ذاته، وأن الأنا هي المبدأ المتحكم في الروح؛ وبالتالي تعمل كل من الروح والأنا على تشكيل الشخصية.

وإذا أردت فهم طبيعة القوى التي تتمتع بها والسيطرة عليها، عليك أولاً أن تنظر إلى ذاتك باعتبارها «روحاً»، ولا تنظر إلى الروح باعتبارها شيئاً غامضاً أو مبهماً، ولكن انظر إليها باعتبارها ذاتك الحقيقية. فكري دائماً أنك سيد أفكارك وعقلك وجسدك لأنك تتفوق عليهم وتتمتع بالقوة اللازمة لتوجيههم نحو الهدف الذي تريده.

الفصل الثاني

كيف نتحكم في القوى التي نتمتع بها؟

إن الإنسان في حالة بحث مستمرة عن القوة والسلطة، لأن البقاء دائماً للأقوى، وإن الشخص ذا القوة والنفوذ هو من يتمكن من بلوغ أعلى القمم، وكونك قويًا يعني أن تكون عظيمًا.

وفي الحقيقة، تكمن كل مميزات القوة والسلطة في القدرة على إشباع كل الرغبات والاحتياجات، ولكن بالطبع لا تقتصر القوة على بعضنا فقط، ولكنها لجميعنا والطريق إليها سهل وممهّد. لذلك واصل سيرك نحو أعلى مستويات القوة، ولا تستلم مهما كانت الظروف. اعزم على البقاء بالقوة والعزيمة والحماسة نفسها حتى في أحلك الأوقات، ولا تستسلم مهما بدا الأمر صعبًا، وجّه عينيك صوب المستقبل المشرق بغض النظر عن العقبات.

وفي الواقع، فإن الشخص الذي لا يهزم أمام الصعاب، تتضاعف قوته تدريجيًا إلى أن يحقق جميع أهدافه ورغباته. وعلاوة على ذلك فإن الشخص القوي يكون المتحكم الوحيد في أفكاره وأفعاله وأقواله، وتكون له اليد العليا في كل شيء في حياته. وببساطة يجب أن تكون المتحكم الوحيد في أفكارك وأفعالك حتى لا تسيطر هي عليك. ولذلك فإن ما قيل بخصوص «الأنا» والروح والشخصية، باعتبارهما كيانًا واحدًا، لا يقل أهمية عما ذكر سابقًا بخصوص استغلال القوى البشرية بطريقة عملية وفعالة.

قد يرى البعض أنه أمر مجرد، ولكن يكون من السهل استيعابه عندما يبدأ الشخص تطبيق كل ما سبق ذكره بخصوص الطريقة المثلى لاستغلال القوى البشرية.

ويمكن تعريف «الفردية» بوضوح على أنها كيان خفي وأن كل العناصر والقوى غير المرئية التي يتمتع بها الفرد تنتمي إليها، وأن «الفردية» هي التي تبادر وتوجه. وبالتالي إذا أردت استغلال قواك والتحكم فيها عليك أولاً إدراك الفردية وتطويرها. ويجب أن تتسم فرديتك بالإصرار والإيجابية والوضوح، ويجب أن تدرك هويتك الحقيقية ورغباتك الأساسية، وأن تعمل جاهداً من أجل حماية هذه الرغبات وإشباعها. وفي

الحقيقة فإن الفردية هي ما يميز الفرد عن غيره، وإن تطويرها هو كل ما يحتاج إليه الفرد للوصول إلى أعلى مستويات القوة والتميز، وتحدد قيمة الشخص ومكانته في المجتمع بناء على درجة الفردية التي يتمتع بها وقوتها.

ومن هنا ندرك جيداً أن أي شخص مميز ولديه بصمة مختلفة في العالم ما هو إلا شخص يتمتع بفردية متطورة. فمثلاً إذا قارنا بين شخصين لديهما مستوى القوة والكفاءة نفسيهما ولكن يتمتع الأول بفردية أكثر تطوراً من الثاني، سندرك تلقائياً أنّ منهما سيصل إلى أعلى مستويات النجاح والإنجاز. وذلك لأن الشخص ذا الفردية المتطورة يتفوق على جسده وعقله وبالتالي يكون قادراً على التحكم في قوى العقل والجسد وتوجيهها بطريقة صحيحة.

وعلى الجانب الآخر، يكون الشخص ذو الفردية الضعيفة سجيناً لعقله وجسده بدلاً من التحكم فيهما وتوجيههما. وبالتالي يكون سريع التأثر بأي شيء خارجي قد يعترض حدود وعيه في أي لحظة.

وأيضاً إذا التقيت شخصاً مميزاً وله تأثير واضح في المجتمع، سوف تجد بلا شك أنه يتمتع بفردية متطورة وقوية؛ لذلك من الضروري اهتمام الشخص بفرديته والعمل دائماً على تطويرها،

حتى يتمكن في النهاية من استغلال قواه وتحقيق أهدافه كافة. وبالطبع فإن الشخص ذا الفردية الضعيفة والسلبية ينجرف مع التيار ويقبل دائماً بأي شيء متاح، أما الشخص ذو الفردية المتطورة والقوية، يتحكم في زمام حياته ويصل إلى أهدافه في النهاية، وأيضاً يتمتع الشخص ذو الفردية المتطورة بالقدرة على استغلال أي شيء لصالحه.

وكلما طورت من فرديتك، زاد إعجاب الآخرين بك وزاد احترامهم لك، إذ يعشق البشر القوة والسلطة.

ولتطوير الفردية عليك أولاً وضع «الأنا» في مكانة سامية داخل عقلك. وكلما زاد وعيك بالأنا، زادت قوتها. وعلاوة على ذلك، فإن تدريب العقل على التخيل يزيد من قوة الفردية؛ بمعنى أن تتخيل أنك تحتل مكانة عالية بالفعل، وحاول إضفاء روح الإيجابية على كل من رغباتك ومشاعرك وأفكارك، ثم بعد ذلك ستلاحظ زيادة قوة الفردية بصورة كبيرة. وتتلخص الطريقة المثالية لفعل ذلك في رسم صورة ذهنية دقيقة واضحة حول شكل الفردية المتطورة، ثم تخيل أنك تتمتع بفردية مطابقة تماماً لتلك الصورة الذهنية. وفي الحقيقة فإن نتائج هذا التمرين مذهلة، لأن الشخص يصبح تماماً كما يفكر، وبالتالي إذا رسمت صورة ذهنية مثالية عن الفردية المتطورة، سوف

تتطور فرديتك تلقائيًا لتصبح تمامًا مثل هذه الصورة. وأيضًا هناك طريقة فعالة أخرى وهي الاعتراف الواعي بالأننا العليا، إذ إن الاعتراف بوجود الأننا العليا والفردية الحقيقية يساعد على زيادة قوى الشخص تدريجيًا.

وفي الواقع، فإن للفردية قيمة عظيمة جدًا، ولذلك يجب تطبيق أي أسلوب يساعد على تطويرها بعناية وبصورة مستمرة. وبعد الانتهاء من تحليل الفردية وتعريفها، سنتقل إلى تعريف «الشخصية». والحقيقة، فإن الشخصية هي الكيان المرئي، وكل ما هو مرئي في كيان الفرد ينتمي إلى الشخصية. وليس بالضرورة أن تكون الشخصية قوية وجميلة ولا فتنة للانتباه في الوقت ذاته. فقد لا يكون هناك أي جمال خارجي (جسدي) أو أي شيء لافت للانتباه وعلى الرغم من ذلك تكون الشخصية قوية ومتطورة، وقد لا يكون هناك أي شيء خارجي مميز في هذا الشخص ومع ذلك تشعر أنك منجذب إليه (بسبب شخصيته المتميزة). وعلى الجانب الآخر، عندما يتمتع أحد بشخصية ضعيفة وغير مطورة، فلن تنجذب إليه بغض النظر عن جماله الخارجي، لأن الشخصيات الضعيفة تكون منفرة.

وفي الحقيقة لا يوجد مبرر واحد منطقي على إهمال الشخص لتطوير شخصيته بالقدر الكافي، إذ إن كل أنواع الشخصيات

قابلة للتغيير والتطوير. وهناك أسباب عديدة وراء أهمية تطوير الشخصية، يتلخص السبب الأول في أن كل القوى البشرية تخضع للشخصية. وكلما كانت الشخصية أفضل وأقوى تمكن الشخص من توجيه القوى التي يتمتع بها وتوظيفها بصورة صحيحة. وكلما كانت الشخصية سطحية وضعيفة، واجه الشخص صعوبة في استغلال تلك القوى وتوظيفها.

وفي الواقع، ترتبط الشخصية ارتباطاً وثيقاً بالفرد تماماً مثل ارتباط العازف بآلته الموسيقية، فإذا كانت الآلة غير متناغمة مع الإيقاع واللحن، سيفشل العازف تلقائياً في عزف مقطوعة موسيقية جيدة.

وإذا أردت تطوير الشخصية، عليك أولاً تعلم كيفية استغلال كل القوى الإبداعية داخلك وتوظيفها بطريقة صحيحة، وسوف نخصص فصلاً كاملاً من فصول هذا الكتاب لمناقشة هذه النقطة. وعندما نبدأ توظيف تلك القوى، سنكتشف ثلاثة مجالات مختلفة للأفعال، وهي كالآتي:

أولاً: المجال الواعي، وفيه يتصرف العقل عندما يكون الفرد في حالة وعي تام.

ثانياً: المجال اللاواعي، وفيه يتصرف العقل عندما يكون الفرد في حالة لا وعي وأيضاً في أثناء فترة الإحلال إلى النوم.

وإذا تأملنا مصطلح «الإخلاد إلى النوم» سنجد مصطلحاً صحيحاً ومعبراً؛ إذ إنه في هذه الحالة تذهب الأنا بعيداً إلى عالم آخر (وحتى الآن لم تتمكن الدراسات من اكتشاف هذا العالم).

ثالثاً: مجال الوعي المطلق، وفيه يتفوق العقل على الوعي ويصل إلى أعلى مستويات الوعي، وفي هذه الحالة، تزداد قوة الشخص ويتفوق على الآخرين. ومن الضروري أن نفهم تحديداً كيف يتصرف الشخص في حالة الوعي المطلق.

وفي حقيقة الأمر، فإن الإنسان على اتصال دائم بالوعي المطلق سواء كان مدركاً لذلك أم لا. فمثلاً، عادة ما يدخل الشخص في حالة من الوعي المطلق عندما يستمع إلى موسيقى تنال إعجابه أو عندما يقرأ كتاباً يلامس عقله. وأيضاً يمكن أن يصل الشخص إلى حالة من الوعي المطلق إذا كان لديه طموح كبير، وعليه فكلما زادت قوة الطموح، وصل الشخص إلى أعلى مراحل الوعي المطلق، حيث يتمتع الشخص في هذه الحالة بقوة إرادة لا مثيل لها ويكون العقل في حالة تأهب قصوى ويكتسب الذكاء والعبقرية اللازمة لتحقيق خططه وأهدافه وطموحاته في النهاية. ومن ثم فإننا نحصل على أعظم الأفكار عندما نصل إلى أعلى مراحل الوعي المطلق، ولا يمكن لأي شخص أن يحقق أهدافه أو طموحاته دون الوصول إلى مستوى عال من الوعي.

وعندما يبدأ الشخص في تدريب عقله لبلوغ أعلى مراحل الوعي، يتوصل في النهاية إلى الأفكار والأساليب المناسبة التي تمكنه من تحقيق أهدافه. وإذا واجهت الصعوبات، عليك الارتقاء بعقلك إلى أعلى مستويات الوعي حتى تتمكن من إيجاد الحلول والأفكار المناسبة لمواجهة الصعوبات والتحديات.

وفي الحقيقة، لا يمكن للفرد استغلال القوى العليا دون الوصول إلى مرحلة الوعي المطلق. لذلك إذا أردت استغلال جميع قواك عليك تدريب عقلك على التصرف من خلال الوعي المطلق. وعلى الرغم من أهمية الوعي المطلق في استغلال القوى فإنه لا يمكن للعقل أن يكون دائماً داخل مجال الوعي المطلق، لأنه على الرغم من أنه مصدر القوى العليا داخل الشخص والمحرك الأساسي له، فلا يمكن الاستفادة من تلك القوى ما لم يجر تطبيقها على أرض الواقع وربطها بشيء عملي ملموس.

«من يعيش دائماً داخل مجال الوعي المطلق، سوف يحلم أحلاماً رائعة، وإذا لم يربط بين الوعي المطلق والأفعال العملية الملموسة، فلن تتحقق هذه الأحلام أبداً. ولكن إذا ربط بين كل من الأفعال واللاوعي والوعي المطلق، فقط حينها نحصل على نتائج مرضية».

وعند البدء في توظيف أي قوة عملية، ستدرك حينها أنه من غير الضروري الاستعانة بالمجال النفسي؛ إذ إن المجال النفسي البشري هو المجال الحقيقي للأفعال، وإنه المجال المسؤول عن توجيه جميع الأفعال والتحكم بها، ومسؤول أيضاً عن نتائج هذه الأفعال.

وفيما يلي بعض العبارات التي توضح الفكرة السابقة:

«دائماً ما يطفو القش على سطح الماء، ومن يريد اللآلئ عليه أن يغوص في الأعماق».

بمعنى أن العقول العادية دائماً ما تكون سطحية، أما العقول العظيمة دائماً ما تهتم بأعماق كل شيء. ويشير مصطلح «يغوص» إلى المجال النفسي (العميق).

وفي الحقيقة، عندما نتعمق في المجال النفسي أو المجال العميق لأي قوة، فإننا نتصرف وفقاً للتيارات الخاصة بها ومن ثم نبدأ التحكم بها تدريجياً؛ إذ نكتشف مصدر الفعل وسببه سواء كان جسدياً أو عقلياً. وعندما يحصل التعامل مع هذه التيارات بحكمة وذكاء، تبدأ التخلص من كل ما هو غير مفيد واستبدال به كل ما هو مرغوب وبناء، ودائماً ما يكون لها تأثير كبير (جسدي أو عقلي) وفق الإشارات التي يرسلها الشخص إليها. وتستجيب كل أجزاء الشخصية إلى تلك الإشارات التي ترسلها

التيارات. لذلك لا يمكن إحداث أي تغيير في العقل أو الجسد إلا بعد النجاح في السيطرة على تلك التيارات وتوجيهها بشكل صحيح.

وبطريقة مماثلة، يمكننا رؤية الجانب الإيجابي لأي شيء فقط عندما نفهم سيكولوجية هذا الشيء، لأنه عندما نفهم سيكولوجية الشيء الذي نتعامل معه نفهم القوة الكامنة في هذا الشيء والقوة المتحكممة فيه. وبناء عليه، عندما يدرك الشخص سيكولوجية أي شيء داخل عالمه أو مجاله، يدرك تلقائيًا الطريقة الصحيحة في التعامل معه واستغلاله لتحقيق الأهداف والنتائج المنشودة.

ويعد ذلك من أهم قوانين التعامل مع القوى سواء كانت عقلية أو تابعة لأي كيان آخر (الشخصية أو الوعي أو اللاوعي أو الوعي المطلق).

وباختصار، لن تجدي محاولات الشخص للسيطرة على قواه نفعًا إلا بعد فهم سيكولوجية القوى الداخلية وطبيعتها ليتمكن من فرض سيطرته الكاملة على كل التيارات المسؤولة عن إحداث النتائج.



الفصل الثالث

استخدام العقل في الفعل العملي

يعد التطور بمنزلة الهدف الرئيسي من وجود الإنسان، وكلما تطور الإنسان عاش الحياة بشكل أوسع وكان أثره أكبر. ويعد ذلك أبسط طريق للسعادة، لأنه كلما أحدث الشخص التغييرات تضاعف شعوره بالسعادة، لذلك احرص على عيش الحياة وإحداث بعض التغييرات الإيجابية فيها، لأنه إذا عاش الشخص الحياة دون إحداث فارق، تكون حياته فارغة وبلا معنى، وفي الوقت ذاته، إذا حاول الشخص إحداث التغييرات دون التمتع بكل جوانب الحياة الأخرى، سوف يشعر أن الحياة عبء ثقيل عليه. وفي الحقيقة فإن كليهما وجهان لعملة واحدة، إذ إن عيش الحياة بجوانبها كافة وإحداث بعض التغييرات الإيجابية هو ما يقود إلى السعادة، ولن تصل أبداً إلى السعادة ما دام هناك خلل في أي منهما، لأن الوجود الفعال هو ما يدفع الشخص إلى إحداث التغييرات، وهذه التغييرات تعبر بشكل

مباشر عن أفضل قوى الشخص. وكلما تطورت هذه القوى،
تضاعفت سعادة الشخص. لذلك يعد «الوجود الفعال»
بمنزلة أول خطوة نحو السعادة ثم يأتي بعد ذلك «إحداث
التغيرات».

وفي الواقع، فإن الشخص الذي يعمل دائماً على تطوير ذاته،
ينجح في العيش بطريقة فعالة ويحدث تغييرات إيجابية في حياته.
وعلاوة على ذلك، فإن من يتمتع بقوة العقل، يمكن أن يصل
إلى أعلى القمم ويحقق أعظم نجاحات عرفتها البشرية.

وبالتالي نستنتج أن من يمكنه تحقيق أهدافه هو شخص
نجح أولاً في استغلال قوة عقله وتوظيفها في الحياة العملية.
وقد يتساءل البعض لماذا لا يصل معظم الأشخاص ذوي
القدرات العقلية المميّزة إلى المكانة التي يستحقونها، ببساطة
لأنهم لا يستغلون تلك القدرات العقلية بطريقة صحيحة
وعادة ما يوجهون قدراتهم وإمكاناتهم نحو الاتجاه الخاطئ.
ولكن يمكنهم تحقيق جميع أهدافهم إذا تمكنوا من توظيف
تلك القدرات بشكل صحيح.

وفي الواقع، عندما تُوظف قوة العقل بشكل صحيح لتحقيق
هدف معين تبدأ كل القوى الأخرى العمل على تحقيق الهدف
نفسه. ومن هنا نستنتج أن قوة العقل تتحكم في عديد من القوى

البشرية، حيث يمكن وصفها بأنها تلك العملية العقلية التي تتحكم في كل القوى الأخرى. وعليه فإذا أردت تحقيق أهدافك، عليك أولاً توظيف القوة العقلية بصورة صحيحة وبناءة.

وقد ذكرنا خلال الفصل الأول أن الأنا تعد بمنزلة القوة الحاكمة للبشر. وفي حقيقة الأمر فإن الأنا تفرض سيطرتها بشكل مباشر على العقل، أما العقل فيسيطر على كل شيء داخل النظام البشري. لذلك، فإن العقل هو من يجلس على العرش وتتحكم «الأنا» من وراء هذا العرش.

وإذا أردنا التوصل إلى الطريقة المناسبة لتوظيف قوة العقل، يجب علينا أولاً فهم طبيعة هذه القوة. ويمكن القول إن قوة العقل ما هي إلا مجموع كل القوى العقلية بما في ذلك قوة التفكير، حيث تتضمن القوى العقلية كلاً من قوة الإرادة والرغبة والشعور والتفكير وتتضمن أيضاً الأفعال الواعية وغير الواعية. وفي الحقيقة، هي تتضمن كل شيء يقع داخل العقل. ولاستغلال قوة العقل بطريقة صحيحة، عليك أولاً التحكم في كل الأفعال العقلية وتوجيهها نحو أهدافك بصورة مستمرة ومتكررة. ونادراً ما يتمكن الشخص من فعل ذلك بصورة مستمرة، حيث يفكر الشخص في شيء مختلف كل دقيقة، وبالتالي تتغير الأفعال العقلية كل دقيقة، ونتيجة لذلك،

يصبح العقل مشتتاً وغير قادر على التركيز على هدف محدد. أما إذا حدد الشخص أهدافه ورغباته بدقة ووجّه انتباهه نحو تلك الأهداف، يصل في النهاية إلى ما يريد، لأنه إذا وُجّهت قوة العقل نحو شيء محدد، سوف تتجه باقي القوى نحو الشيء ذاته وتعمل على تحقيقه. ولكن يجب أولاً الإجابة عن السؤال الآتي: ما الذي تريد تحقيقه تحديداً؟ وعادة ما يفشل الأشخاص في الإجابة عن هذا السؤال. ويعد ذلك من أقوى مسببات الفشل وأهمها، لأنه ما دام الشخص غير قادر على تحديد رغباته، تظل قواه في حالة شتات. وكلما كانت الرغبات مشتتة وغير واضحة، زاد الفشل وانعدمت فرص النجاح. أما إذا تمكن الشخص من تحديد رغباته بدقة ووضوح وبدأ العمل على تحقيقها بكل ما أوتي من قوة، سوف يصل إلى كل ما يريد لا محالة. لأنه كلما وجه الشخص قوة التفكير والطموح نحو تحقيق رغباته وأهدافه، حقق نتائج إيجابية وعظيمة.

فمثلاً، إذا كان لديك رغبة أو طموح معين، ووجهت قوة عقلك وفكرك نحو هذا الطموح بصورة مستمرة، بمرور الوقت ستعمل كل القوى التي تتمتع بها على تحقيق هذه الرغبة أو الطموح، أما إذا وجهت قوة عقلك نحو هدف معين ثم بعد فترة قصيرة وجهت انتباهك وعقلك نحو هدف آخر مختلف،

لن تتمكن من تحقيق أيٍّ منهما في النهاية، لأنك بذلك تشئت عقلك وانتباهك ولا تنتظر وقتًا كافيًا لكي يتحقق الهدف.

لذلك إذا كان لديك هدف معين تريد الوصول إليه، فيجب أن تفكر في هذا الهدف بصورة مستمرة، لأنه كلما ارتفع سقف أحلامك وطموحاتك حققت أعظم النتائج، حيث ينص المبدأ الأول والرئيسي لتوجيه قوة العقل نحو أعلى الأهداف وأعظمها على توجيه قوة العقل والفكر على الهدف الرئيسي بصورة مستمرة، بغض النظر عن أي ظروف أو عقبات. وينص المبدأ الثاني على ضرورة إضفاء الإيجابية على الفعل العقلي. لذلك عندما نفكر في أي شيء أو نرغب في تحقيق هدف معين، يجب أن نتأكد أولاً من الحالة العقلية (إيجابية أم سلبية).

ويجب أن ندرك جيدًا أن الأفعال ذات الطابع الإيجابي يكون لها تأثير كبير على عكس الأفعال السلبية، إذ إن الفعل الإيجابي يُشعر الفرد بأن كل قوة في نظامه يجري دفعها للأمام. وأيضًا فإنه يُشعر الفرد بحالة من الهدوء والسلام في جميع أجزاء الجهاز العصبي، وأي فعل عقلي يفعله الفرد حينها يؤدي إلى نتائج إيجابية. وأيضًا عندما يكون العقل في حالة إيجابية، من المستحيل أن يشعر الفرد بالتوتر أو الانزعاج. لذلك، كلما كنت إيجابيًا، زاد هدوؤك وزاد تحكمك في نظامك بالكامل، لأن

الشخص الإيجابي يكون هادئاً وغير مندفع ومتحكماً في أعصابه مهما كانت الظروف، ويتمتع في الوقت ذاته بالنشاط الكافي لتحقيق أهدافه. وعادة ما تكون هذه الطاقة في انتظار الوقت المناسب حتى تنشط وتبدأ الاندفاع نحو الهدف.

ودائماً ما تكون جميع أجزاء العقل الإيجابي في حالة انسجام وتناغم بينما يكون العقل السلبي في حالة شتات مما يفقده أعظم قواه.

وفي الحقيقة، فإن الإيجابية تعني القوة والطاقة التي يملكها الشخص ويوظفها عندما يحين وقت العمل الفعلي. ويمكن تشبيه العقل الإيجابي بتيار الماء القوي الذي يستمد قوته من الروافد الصغيرة. وإذا أردت تقوية الجانب الإيجابي لعقلك، عليك تطوير الصفات التي تسهم في تعزيز الإيجابية. وحاول توجيه كامل تركيزك على هدف محدد وتحلّ بالعزيمة والصبر والثبات، وبمجرد حدوث ذلك ستلاحظ تلقائياً زيادة الإيجابية والقوة، وحينها تكون قادراً على توظيف جميع قواك وقدراتك بطريقة صحيحة.

ومن ثم فإن الإيجابية تساعد الشخص على توظيف قواه بطريقة صحيحة وتعزز من قوة الشخصية. وفي الواقع، فإن العالم لا يهتم بالشخصيات السلبية؛ إذ دائماً ما تكون هذه

الشخصيات في حالة ضعف وخمول. على عكس الشخصيات القوية والإيجابية التي دائماً ما تخطف الأنظار ويكون لها الأفضلية في كل شيء.

وينص المبدأ الثالث للاستخدام الأمثل للعقل على أن تكون كل أعمال العقل بناءة وإيجابية، حيث يعتمد العمل العقلي البناء اعتماداً كلياً على الرغبة في التطور والنمو. وباختصار، إذا نجح الشخص في إضفاء الإيجابية على كل أعمال العقل، ستتحول كل القوى لتصبح قوى بناءة. فمثلاً، إذا كان لديك طموح أو رغبة قوية، اعمل على إضفاء روح الإيجابية على كل الأفعال العقلية حتى تبدأ العمل من أجل تحقيق هذا الطموح أو الرغبة.

ومهما حدث لا تسمح بوجود الطموح المضطرب داخلك، وأعد توجيه عقلك بصورة متزنة نحو أهدافك الحقيقية.

ومن هنا نستنتج وجود ثلاثة مبادئ رئيسية للاستخدام الأمثل للعقل، ينص المبدأ الأول على توجيه كل الأفكار نحو الهدف المنشود، وينص الثاني على أن تكون كل الأفعال العقلية إيجابية، وينص الثالث على أن تكون كل الأفعال العقلية بناءة وأن تصاحبها رغبة مستمرة في التطور والوصول إلى الهدف. وعندما تنجح في اتباع هذه المبادئ، ستتمكن من توظيف كل القوى التي تتمتع بها بطريقة صحيحة وفعالة ومن ثم تبدأ

تحقيق الأهداف والنتائج المنشودة، وتزداد قوة عقلك تلقائياً ويصبح مثل تيار الماء القوي الذي ذكر سابقاً، حيث يكون لديه القوة اللازمة لإزالة العقبات من طريقه.

وإذا أردت تطبيق هذه المبادئ بطريقة صحيحة، هناك عدة أخطاء عقلية شائعة يجب تجنبها، وهي كالآتي:

- العدوانية والتسلط: لا تسمح لعقلك بأن يكون حاداً ولا تحاول السيطرة على الآخرين أو التأثير فيهم بأي شكل من الأشكال، لأن هذا التصرف من شأنه إضعاف قوة العقل بصورة كبيرة. لذلك لا تحاول أن تفرض قوة عقلك على الآخرين، بل افرضها فقط على ذاتك. وفي الحقيقة هناك طريقة واحدة ممكنة للتأثير في الآخرين وهي من خلال إعطاء التوجيهات والتعليمات ولكن دون أي رغبة في التأثير أو التغيير، إذ يكون هدفك الأساسي نقل المعرفة والمعلومات. وبذلك تكون قد مارست سلطتك وتأثيرك في الآخرين بطريقة غير مباشرة.

- اعتقد كثير من الأشخاص، بعد اكتشاف القوة الموهولة للعقل، أنهم قادرون على تغيير الظروف من خلال استغلال هذه القوة في تغيير الظروف غير المرغوبة، ولكن ذلك يعد خطأ كبيراً وشائعاً، حيث تتمثل الطريقة الوحيدة للتحكم في الظروف وتغييرها في تحكم الشخص بالقوى التي يتمتع بها

ليصبح شخصاً أفضل وأقوى. وكلما ازدادت قوته، تمكن من تغيير الظروف إلى الأفضل. ومن هنا ندرك أهمية قانون الجذب، فمثلاً إذا أردت الأفضل، عليك أولاً أن تصبح شخصاً أفضل. وإذا أردت أصدقاء أفضل، عليك أن تكتسب كل الصفات التي تجعلك صديقاً مثاليّاً، وإذا أردت ظروفاً أفضل، عليك أولاً أن تطور من قدراتك.

وتلخيصاً لما سبق، إذا أردت شيئاً، عليك إيجاده أولاً داخلك وسوف تنجذب إليه تلقائياً في العالم الواقعي. ولتطوير هذه المهارة، عليك استغلال كل القوى الداخلية.

• تجنب أي أفكار عقلية هدامة كالغضب والحقد والغيرة والكراهة والانتقام والإحباط والخوف والقلق وغيرهم.

• تجنب رد الإساءة، فمثلاً إذا شعرت أن هناك من يستغلّك، لا تفعل الشيء ذاته، بل استغل قوتك وطاقتك في تطوير ذاتك. وتذكر دائماً أن من يسيء معاملة الآخرين، فهو بذلك يسيء استخدام عقله وبالتبعية يخسر كلاً من القوة والإرادة والعزيمة.

• محاولة عرقلة نجاح الآخرين:

إذ يعتقد بعض الناس أنهم سيتمكنون من النجاح إذا منعوا نجاح الآخرين. وهذا خطأ كبير، لأنه إذا أردت النجاح عليك

الاهتمام بتطوير قدراتك ودعم نجاح الآخرين. أما من يحاول اعتراض نجاح الآخرين، فإنه بذلك يتبنى أسلوباً هداماً ولن يفيد به شيء في النهاية.

وقد يتساءل بعض الناس لماذا ينجح بعضنا جزئياً ويفشل بعضنا كلياً؟

وفي حقيقة الأمر، تعد القوى العقلية السلبية والهدامة بمنزلة المسبب الرئيسي للفشل، لأنه إذا كانت قوى العقل في حالة من السلبية، لن ينجح الشخص في تحقيق أي هدف يريده.

وإذا حللنا عقول الأشخاص الذين فشلوا سنجد أن قواهم العقلية دائماً ما تكون سلبية وهدامة ومشتتة، ولا يكون لديهم هدف محدد وتتسم شخصياتهم بالسلبية والسطحية ودائماً ما تشير تعبيرات وجوههم إلى الخمول وغياب الطموح والهدف المحدد، ويخلو عالمهم العقلي من كل ما هو إيجابي وبناء، ويمكن أن يقضي الواحد منهم حياته بأكملها دون إنجاز أي شيء مفيد ودائماً ما يلقون اللوم على الظروف والقدر، وإذا اضطروا إلى فعل شيء معين، لا ينجزون إلا قليلاً منه، وهذا لا يعني بالضرورة أن عقولهم ضعيفة أو غير منتجة، بل عادة ما يتمتعون بعقول قوية وإمكانات عظيمة ولكنها في حالة خمول.

ويجب عليهم اتباع المبادئ الثلاثة السابقة حتى يتوقفوا عن الانجراف ويبدأوا تحسين ظروف حياتهم.

ونادراً ما ينجذب الأشخاص السلبيون إلى أي شيء من شأنه تطوير ظروف حياتهم. وعلى الجانب الآخر، فإن القوى البناءة تجذب قوى مماثلة لها، ولا ينطبق هذا القانون على العالم الخارجي فقط، بل ينطبق على العالم الداخلي أيضاً، لأنه عندما يبدأ الشخص استغلال قواه الداخلية بشكل إيجابي فإنه بذلك يعيد إحياء كل القوى الخاملة داخله، وكلما استمرت هذه العملية اكتسب الشخص مزيداً من الكفاءة والقوة العقلية التي تمكنه من تحقيق أهدافه.

لذلك فإن السبب الرئيسي وراء فشل بعض الناس يكمن في عدم قدرتهم على توظيف القوى التي يتمتعون بها بصورة صحيحة، ويكمن السبب وراء نجاح بعضهم الآخر في قدرتهم على توظيف تلك القوى بشكل مثالي. ويمكن لأي شخص أن يتعلم الطريقة الصحيحة لاستغلال قواه وتوظيفها بشكل فعال إذا تعلم المبادئ الثلاثة للاستخدام الأمثل للعقل التي ذكرت سابقاً. ويمكن القول إن هذه المبادئ تعد بمنزلة المسببات الرئيسية للنجاح.

في بعض الأحيان نلتقي أشخاصاً يتمتعون بقدرات عادية جداً، ولكنهم ناجحون وعظماء. وأحياناً أخرى نلتقي أشخاصاً يتمتعون بقدرات عظيمة ولكنهم غير ناجحين. يعجز كثير من الأشخاص عن تفسير هذا الأمر، ولكن إذا نظرنا في مسببات كل من الفشل والنجاح سوف ندرك التفسير المناسب وهو:

إذا اتبع الشخص ذو القدرات العادية المبادئ الثلاثة للاستخدام الأمثل للعقل، فسوف يصل إلى أعلى مستويات النجاح، أما الشخص الذي يتمتع بقدرات عظيمة ولا يوظفها بشكل مناسب، فلن يتمكن من النجاح. ومما سبق نستنتج أن الاستخدام الأمثل للعقل يقود إلى التقدم والنجاح والإنجاز.

الفصل الرابع

قوى العقل اللاواعي

عندما ننظر إلى ذاتك لا تهتم بتلك الصورة الخارجية السطحية، بل عليك التفكير في الذات العظمى والعقل اللاواعي الذي لا حدود له في القوى والإمكانات. ثق في ذاتك كلها وتسليح بالصبر والإيمان والعزيمة والثقة. وتذكر دائماً أن ما بداخلك أقوى من أي صعب أو عقبات قد تواجهك. وكلما زاد عمق وقوة الأفكار والأفعال والرغبات والإرادة، كانت النتائج أفضل. لذلك احرص على أن تكون كل أفعال العقل قوية وفعالة ونابعة من العقل اللاواعي ومن ثم تكون تابعة للتيارات العقلية العميقة. وفي الحقيقة، فإن القوى العقلية السطحية تغير مساراتها وفقاً للتأثيرات الخارجية وبالتبعية تغير أهدافها. وبالطبع لا ينطبق ذلك على التيارات العقلية، لأن أي شيء ضمن التيارات العقلية يُعتبر شيئاً كاملاً وممتلئاً بغض النظر عن أي ظروف خارجية أو عوائق. ويمكن لهذه التيارات

العقلية أن تغير مسارها عند مواجهة التحديات إذا وُظِّفَتْ في فعل إيجابي كامل وبناء.

ومن الضروري عدم السماح بحدوث أي تغييرات فيما يخص التيارات التي لا نريد تعزيزها وتقويتها. وللسبب نفسه، يجب أن نسمح بحدوث التغييرات فيما يخص التيارات التي نريد تقويتها وتعزيزها. ويجري التحكم في هذه التيارات من قبل العقل اللاواعي ودائماً ما تكون تابعة له. ولذلك، إذا أردت تعزيز قوة العقل ليحقق أعظم النتائج، عليك أن تفهم طبيعة العقل اللاواعي وأن تتصرف وفقاً له.

ويمكن تعريف العقل اللاواعي بأنه جزء لا يتجزأ من العقل، إذ إن للفرد عقلاً واحداً، كيأناً واحداً، ولكنه ينقسم إلى جزئين (العقل الواعي والعقل اللاواعي). ويمكن تعريف العقل الواعي بأنه الجانب الأعلى من العقل، أما العقل اللاواعي فإنه الجانب الأدنى من العقل. ويمكن أيضاً تعريف العقل اللاواعي بأنه ذلك المجال العقلي الواسع الذي يتخلل الشخصية الموضوعية للفرد ومن ثم يتحكم في كل أجزائها.

ولتوضيح مدى ارتباط العقل الواعي والعقل اللاواعي، يمكننا تشبيه العقل الواعي بإسفنجة والعقل غير الواعي بالماء الذي يتخلل هذه الإسفنجة. وبطريقة ماثلة، يكون كل جزء

من أجزاء العقل الواعي وكل ذرة من ذرات الشخصية على تواصل تام بالعقل اللاواعي.

وعادة ما يُعرّف العقل اللاواعي بأنه يحتل البعد الرابع من العقل، ويصعب فهم هذا التعريف إلا في حالة التعمق في دراسة طبيعة العقل اللاواعي وفهمها، ويعد هذا التعريف بمنزلة قضية مثيرة للجدل الفلسفي. وسواء احتل العقل اللاواعي البعد الرابع أو أي بعد آخر من العقل، لا يشكل ذلك أي أهمية حقيقية.

ولفهم طبيعة العقل اللاواعي بشكل أوضح، يجب فهم وظائفه أولاً، وحينها ندرك جيداً أن العقل اللاواعي جزء لا يتجزأ من العقل.

وفي الحقيقة، يتحكم العقل اللاواعي في كل الوظائف الحيوية للجسد مثل الدورة الدموية وعملية الهضم والتنفس، بالإضافة إلى أنه يتحكم في جميع الأفعال الجسدية والعقلية اللاإرادية التي تحدث دون أدنى توجيه أو تحكم من إرادة الشخص، ويعمل أيضاً على استدامة كل الخصائص والسمات البشرية المميزة للجنس البشري.

وفي حقيقة الأمر فإن ما نطلق عليه «الوراثة» ما هو إلا عملية نابعة من العقل اللاواعي. إذ إن أي فعل أو صفة أو

أفكار يكررها الفرد تصبح عادة لا واعية. وعندما نحلل طبيعة العقل اللاواعي، نجد أنه يستجيب تلقائيًا إلى أي شيء يريده العقل الواعي، لذلك يرسل العقل الواعي بعض الإشارات حول رغباته إلى العقل اللاواعي، لذلك يُسمى العقل اللاواعي باسم «المساعد المطيع» الذي يلبي كل رغبات واحتياجات العقل الواعي وينفذ أي فعل موجه إليه بغض النظر عما إذا كان هذا الفعل إيجابيًا أم سلبيًا.

وفي الواقع، نتج عديد من الأفعال والأفكار والصفات الموجودة داخل النظام البشري منذ آلاف السنين عن توجيه الخاطئ للعقل اللاواعي في الماضي، ودائمًا ما يُعرّف الضعف البشري باعتباره شيئًا فطريًا موروثًا، ولكنه نتج عن توجيه العقل بصورة خاطئة، لأن فعل الصواب موجود داخل الطبيعة البشرية، حيث تكون كل الأفعال الصائبة في تناغم مع قوانين الطبيعة، بينما تعد الأفعال الخاطئة بمنزلة انتهاك لقوانين الطبيعة. ومن الطبيعي أن يمر كل البشر بمرحلة الكبر والشيخوخة، ولكن أثبتت الدراسات الحديثة عكس ذلك تمامًا، حيث ترى الدراسات الحديثة أنه من غير الضروري أن يمر الشخص بمرحلة الشيخوخة في أثناء العقد السادس أو السابع أو حتى الثامن. ويعد ظهور علامات الشيخوخة على البشر عند سن

معين بمنزلة دليل قوي على خضوع العقل البشري للتدريب على مر العصور وباختلاف الأجيال ليُظهر بعضاً من علامات الكبر خلال العقد السادس والسابع والثامن والتاسع، لأن العقل اللاواعي دائماً ما يستجيب لما جرى تدريبه عليه.

ونستخلص من ذلك أنه يمكن تدريب العقل اللاواعي على إنتاج قوة جسدية وعقلية عند بلوغه العقد الثامن أو التاسع تفوق القوة التي كان يتمتع بها في العشرينيات من عمره. ويمكن أيضاً تدريب العقل اللاواعي على إظهار علامات الشباب والصحة التي يتمتع بها الشباب.

وفي حقيقة الأمر، فإن كل ما طرأ على شخصيات البشر وعقولهم ما هو إلا نتيجة لما جرى تدريب العقل اللاواعي عليه من قبل للأجيال السابقة. وبالتالي، يعد ذلك دليلاً قوياً على أنه إذا وُجِّه العقل اللاواعي على إنتاج ظروف مختلفة في العقل أو الشخصية، سوف تظهر هذه الظروف والتغيرات على الجنس البشري كله تلقائياً.

وفي الحقيقة، لا يتوارث الشخص الخصائص والسمات فقط، بل يتوارث أيضاً الميول العقلية اللاواعية. وبالطبع يمكن تغيير هذه الميول، إذ يمكن للشخص التخلص من أي صفة سلبية اكتسبها بالوراثة وتطوير الصفات الجيدة فقط. ودائماً ما

يكون العقل اللاواعي في حالة من الاستعداد والجاهزية لعمل أي تغييرات سواء كانت عقلية أو جسدية. وعلى الرغم من أنه لا يعمل بطريقة سحرية ولا ينتج عادة نتائج فورية فإن النتائج عادة ما تكون تدريجية. وإذا وُجِّه بشكل صحيح يحقق كل النتائج المنشودة في النهاية. ودائماً ما يستجيب العقل اللاواعي إلى توجيهات العقل الواعي إلا في حالة مخالفة هذه التوجيهات لقوانين الطبيعة لأنه من المستحيل أن يخالف قوانين الطبيعة، ولكن لديه القدرة على استخدام أي من تلك القوانين لخدمة الأهداف والرغبات. فمثلاً إذا وُجِّه نحو الصحة والقوة، سوف يستجيب تلقائياً ويبدأ تحقيق النتائج المنشودة تدريجياً.

وفي الحقيقة، فإن أي شيء داخل العقل اللاواعي قابل للنمو، إذ تميل أي رغبة أو طموح داخل العقل اللاواعي إلى التطور والنمو إلى أن تصبح أعظم وأقوى وينطبق الشيء ذاته على الصفات والرغبات السلبية، حيث يصبح السيئ أسوأ والجيد أفضل داخل مجال العقل اللاواعي.

ولكن من المعروف أن الإنسان يتميز بقدرة على استبعاد كل ما هو سلبي وغير مرغوب من العقل اللاواعي والسماح فقط لكل ما هو إيجابي وبناء. فمثلاً عندما يصرح الشخص بأنه متعب ويسمح لهذه الفكرة بالدخول إلى مجال العقل اللاواعي،

فإنه يشعر بالتعب أكثر وأكثر، لأنه كلما سمحت للشعور بالمرض والتعب بالوجود داخل العقل اللاواعي، يزداد الوضع سوءاً. وينطبق ذلك أيضاً على الشعور بالاكْتئاب أو الإحباط. لذلك إذا سمحت لأي أفكار أو مشاعر سلبية بالوجود داخل العقل اللاواعي، سوف تزداد قوتها تدريجياً. وعلى الجانب الآخر، إذا سمحت للأفكار والمشاعر الإيجابية البناء كالسعادة والإصرار والعزيمة بالوجود داخل العقل اللاواعي، سوف تزداد قوة هذه المشاعر والأفكار تدريجياً. لذلك من الضروري ألا تستسلم أمام الأفكار السلبية، لأنه بمجرد حدوث ذلك، تصبح أفكاراً لا واعية، ومن ثم تزداد سوءاً.

أما إذا تخلصنا من الأفكار والمشاعر السلبية وحررنا العقل اللاواعي منها، فإننا بذلك نفرض سيطرتنا عليهم حتى تتدخل الطبيعة وتخلص منهم نهائياً.

وبالطريقة ذاتها، لا تستسلم أبداً للمرض، وهذا لا يعني أن تستمر في العمل عندما تشعر بالتعب والإجهاد، لأنه من الضروري أن تأخذ قسطاً كافياً من الراحة حتى تستعيد قوتك مرة أخرى. ولكن عندما تشعر بالإجهاد أو الاكتئاب، لا تعترف بصوت عال ووجه انتباهك نحو شيء آخر إيجابي ولا تسمح إلا للمشاعر الصحية الإيجابية بالوصول إلى مجال العقل اللاواعي.

وهذا يفسر مقولة «لا يموت الشخص إلا بعد استسلامه». أي استسلامه للظروف والتحديات التي تواجهه. ولذلك لن تموت ما دمت تحاول وتقاوم.

ولكن إلى متى يستطيع الشخص المقاومة وعدم الاستسلام في مواجهة أصعب التحديات والعقبات؟ ويمكن الإجابة عن هذا السؤال كالآتي:

إذا رفض المريض الاستسلام فإنه يزيد من فرص شفائه، إذ إن المريض هو من يقرر ما إذا كانت قوى الحياة أو الموت ستنتصر في النهاية. إذا استسلم العقل لقوى الحياة، سوف تنتصر في النهاية والعكس بالعكس.

لذلك ما دمت تقاوم وتواجه وتأبى الاستسلام أمام المرض أو الموت أو الفشل فإنك بذلك تنحاز لقوى الحياة وتزيد من قوتها. لذلك من الضروري زيادة وعي المرضى بهذه الطريقة. وأن يستخدم كل مريض كل الطرق والأساليب لمواجهة المرض والمحاربة من أجل الحياة. ومما سبق نستنتج أنه عندما يستسلم الشخص أمام قوى المرض أو الفشل فإن العقل اللاواعي يزيد من سلطة هذه القوى أما إذا استسلم لقوى الحياة والنجاح يزيد العقل سلطة هذه القوى ويعززها.

وفيما يتعلق بإمكانات العقل اللاواعي، يجب أن نتذكر دائماً أن أي شيء له جانب لا واع يمكن تطويره بسهولة. وفي الحقيقة، فإن كل خلية داخل الجسد والشخصية لها جانب لا واع، وعليه إذا عمل الشخص على تطوير هذا الجانب فإنه سوف يحقق النتائج والتغيرات المنشودة بسهولة.

وأيضاً هناك جانب لا واع لكل القدرات والقوى البشرية، وإذا طُورت هذه القدرات بصورة صحيحة يحقق الشخص كل ما يريد. ولا يعني ذلك أن يخصص الشخص الجزء الأكبر من اهتمامه لوضع تخيلات واحتمالات مستقبلية، ولكن يكفي أن يدرك قدراته وقواه التي يتمتع بها في الوقت الحالي ويعمل على تطويرها. ومما سبق نستنتج أنه إذا جرى توجيه العقل اللاواعي بطريقة صحيحة، يتمكن الشخص من تطوير قدراته وقواه الحالية سواء كانت تخص العمل أو الصحة أو السعادة أو الشخصية. ولتوجيه العقل اللاواعي بصورة صحيحة، فإنه من الضروري تحديد الشخص لرغباته بدقة وأن تكون هذه الرغبات عميقة وقوية ومستمرة حتى تصبح بمنزلة قوى إيجابية وبناءة داخل العقل اللاواعي. لذلك كلما شعرت بوجود رغبة ملحة أو هدف قوي، حاول أن تجعل هذه الرغبة أو الهدف إيجابياً، وحاول أن تستسلم أمام هذا الشعور ودع أفكارك تتسلل إلى

العقل اللاواعي، لأنه كما ذكرنا سابقاً أن أي أفكار أو رغبات أو أهداف تدخل مجال العقل اللاواعي تتطور بشكل كبير وتكتسب القوة.

ويجب الأخذ في الاعتبار أن العقل اللاواعي لا ينفصل عن الحياة الواقعية، وأن الفرق الحقيقي بين الشخص الذي يوظف العقل اللاواعي بشكل فعال والشخص الذي لا يفعل ذلك، هو أن الأخير يستخدم فقط جزءاً ضئيلاً من عقله بينما يستخدم الأول كامل عقله ويوظفه في الحياة الواقعية. وهذا يفسر سبب ذكاء كل من يستخدم عقله اللاواعي وتمتعهم بقدرات عظيمة تمكنهم من إنجاز أعمال كثيرة بدقة ومهارة عالية. ويتعلق تدريب العقل اللاواعي وتوظيفه بصورة صحيحة بالفطرة السليمة، حيث يرفض الشخص الذكي استخدام جزء صغير فقط من عقله بينما يمكنه استغلال كامل عقله.

الفصل الخامس

تدريب العقل اللاواعي على النتائج العملية

عندما تنتهي من تحديد أهدافك ورغباتك، تذكر أنك قادر على فعل أي شيء واستغل الفرص لتحقيق كل ما تريد، لأنك إذا أردت أن تصبح شخصاً مميزاً وعظيماً في المستقبل عليك استغلال الفرص الحالية أولاً. وفي الحقيقة، فإن الشخص يخلق حياة مثالية من خلال تطوير قدراته وإمكاناته ومن خلال تطلعه إلى الأفضل. وعلاوة على ذلك فإن تنظيم الأفكار والأفعال الحالية يحدد شكل الحياة المستقبلية للشخص.

وعند بدء مرحلة تدريب العقل اللاواعي، يجب اتباع القانون الآتي الذي ينص على:

«أن العقل اللاواعي يستجيب إلى كلٍّ من الإشارات والرغبات والتوقعات والتوجيهات الصادرة من العقل الواعي إذا التقى الواعي مع العقل اللاواعي في الوقت ذاته. ومن هنا نكتشف

أهمية التقاء العقل الواعي مع العقل اللاواعي عند نقطة معينة في أثناء اتخاذ القرارات، وليحدث ذلك يجب أن يكون العقل في حالة هدوء وثبات وتوازن.

وإذا أردت توجيه العقل اللاواعي للعمل على تعزيز الصحة، عليك أولاً رسم صورة ذهنية مثالية عن الصحة هذه الصورة ورؤيتها من خلال العقل الواعي، ثم احرص على أن تكون أفكارك وانتباهك في حالة هدوء وتوازن حتى تبدأ هذه الصورة التغلغل داخل كل ذرة من كيانك. وإذا بدأ المرض محاربتك، عليك مواجهته بكل شجاعة والقضاء عليه من جذوره باتباع الطريقة السابقة، لأنه إذا جرى توجيه العقل اللاواعي نحو تعزيز الصحة، فسوف تزدهر صحة الشخص تدريجياً ويتخلص من أي مرض قد يتسلل إلى الجسد.

وتذكر دائماً أن كل ما يدخل مجال العقل اللاواعي ينتقل تلقائياً إلى الشخصية.

وفي الحقيقة، يمكن لأبسط القوى اللاواعية تغيير الظروف المادية التي يريد الشخص تغييرها بسهولة. وبالطبع يختلف الجهد المبذول باختلاف درجة صعوبة تلك الظروف، ولكن في كل الأحوال إذا أراد الشخص تغيير ظروف معينة سيتدخل العقل اللاواعي تلقائياً؛ إذ يملك العقل اللاواعي قدرة مهولة

على تغيير الظروف غير المرغوبة سواء كانت جسدية أو عقلية واستبدالها بظروف أفضل.

وإذا أردت تطبيق هذا القانون عليك أولاً تحديد الظروف المراد تغييرها بدقة، لأنه في حالة إعطاء الشخص التوجيهات اللاواعية حول أي رغبة أو هدف (مادي أو معنوي)، يجب أن يكون لديه فكرة حول كيفية تطوير هذا الشيء وتعزيزه. حيث يعمل العقل اللاواعي بصورة أفضل عندما يملك الشخص رغبة قوية في التغيير والتطور. فمثلاً إذا أردت الصحة، يجب توجيه العقل اللاواعي نحو العمل على تعزيز الصحة. وإذا أردت القوة، يجب توجيه العقل اللاواعي نحو مزيد من القوة. وهذه الطريقة يمكننا تحقيق أفضل النتائج. قد يستغرق الأمر بعض الوقت إلى أن يجري تدريب العقل اللاواعي وتوجيهه نحو الأهداف. وفي هذه الأثناء، قد تواجه بعض الإحباطات، ولكن إذا كان هدفك التطور والتقدم، فسوف تلاحظ بعض العلامات الطفيفة على التقدم ويزداد هذا التقدم تدريجياً إلى أن تصل إلى هدفك في النهاية، لأن أي شيء يفكر فيه الشخص بصورة مستمرة يطوره العقل اللاواعي ويعمل على تحقيقه. وبالتالي إذا فكرت في الفشل، سيبدأ العقل اللاواعي تلقائياً بالتركيز على الفشل وتطويره. لذلك إذا أردت تغيير أي شيء في عالمك، يجب

أن توجه كامل وعيك تجاهه وتطوّر كل العناصر التي تسهم في هذا التغيير وأن تنسى تماماً أي شيء سلبي تريد التخلص منه، لأنه عندما تزداد الإيجابيات تختفي السلبيات تلقائياً.

وفي الواقع، لا يمكن إنكار قدرة العقل اللاواعي على تعزيز قوة الشخص وقدراته؛ والدليل على ذلك أنه كلما أثير العقل اللاواعي تطورت القوى العقلية والقدرات العملية إلى الدرجة التي تجعل الشخص يبدو وكأنه يتمتع بقوة خارقة. ومن هنا نستنتج أن كل من حقق إنجازات عظيمة، طوّر أولاً قوى العقل اللاواعي ومن ثم وضعها في إطار فعل إيجابي بناء. ويمكن لأي شخص، تحت أي ظرف، أن يطور قوى عقله وفكره وإرادته حتى يصل في النهاية إلى أهدافه. ومن هنا ندرك أهمية تطوير العقل (الواعي واللاواعي) وتحفيزهما بصورة مستمرة.

وفي الحقيقة، يجب أن نضع في الاعتبار حقيقة أن العقل الواعي والعقل اللاواعي ما هما إلا وجهان لعملة واحدة، وعليه فإن الشخص الذي يستخدم جزءاً واحداً من عقله سوف يفشل لا محالة. ولذلك يجب الاستعانة بكل من العقل اللاواعي والعقل الواعي للحصول على أفضل النتائج.

وفي الحقيقة، فإن العقل اللاواعي يستجيب تلقائياً إلى الأهداف والرغبات الملحة والقوية. لذلك إذا أردت تحقيق رغبة

معينة، احرص على أن تكون هذه الرغبة ملحة وقوية وعميقة حتى تدخل إلى المجال اللاواعي وتكتسب القوة اللازمة وتحقق في النهاية.

وتذكر أيضاً ضرورة التركيز على هدف أو رغبة معينة، لأن كثرة الرغبات والأهداف تجعل العقل مشتتاً وعليه فلن تتمكن من تحقيق أي شيء. لذلك إذا حدد الشخص أهدافه بدقة ووجه عقله اللاواعي تجاهها سيجد الأسلوب أو الطريقة المناسبة لتحقيق هذه الأهداف. ويتمثل ذلك في المقولة الآتية: «أينما وُجدت الإرادة وُجدت الطريقة» بمعنى أنه عندما يمتلك الشخص الإرادة القوية لفعل شيء معين، تزايد قوة عقله تلقائياً ويتوجه عقله اللاواعي نحو العمل على تحقيق هذا الشيء وإيجاد الطريقة المناسبة لتحقيقه. ومن هنا نستنتج أنه عندما يوجه العقل اللاواعي تجاه مشكلة معينة، يصل إلى الحل المناسب لهذه المشكلة في النهاية. وينطبق ذلك أيضاً على تطوير المهارات والقدرات، فمثلاً إذا أردت تطوير مهارة معينة وجه عقلك اللاواعي بصورة مستمرة تجاه هذه المهارة حتى تتطور وتصبح أفضل.

واحرص دائماً على الاستعانة بالعقل اللاواعي قبل اتخاذ أي قرار مهم. وفي الحقيقة، فإن الشخص يدخل مجال العقل اللاواعي عندما يخلد إلى النوم، يأخذ معه كل الأفكار

المهمة وهناك تُفحص وتُحلَّل، حيث يمتلك العقل (الواعي واللاواعي) القدرة على حل المشكلات وتقديم الحلول والأساليب الضرورية التي يتمكن الشخص من خلالها من تنفيذ أي شيء أو اتخاذ أي قرار مهم. لذلك تدرب دائماً على استخدام عقلك بأكمله (الواعي واللاواعي) في كل الحالات وانظر إليه باعتباره القوة التي تمكنك من فعل أي شيء. خصص بعض الوقت يومياً قبل الإخلاء إلى النوم للتفكير في أهدافك ورغباتك، ولا تسمح لأي رغبات أو أفكار أو تخیلات سلبية بالدخول إلى مجال العقل اللاواعي في هذا الوقت، وتذكر دائماً أن الأفكار والرغبات ما هي إلا حالة عقلية يشعر بها الشخص وتتسلل تلقائياً إلى العقل اللاواعي.

وتحلَّ بالصبر، ولا تشعر بالإحباط عندما لا تجدد النتائج المنشودة سريعاً. ويكون العقل الواعي في هذه الحالة سبب الفشل، لأنه لم ينجح في التواصل الفعال مع العقل اللاواعي. لذلك حاول مجدداً وأعط فرصة ثانية لأفكارك ورغباتك وكن دائماً على أتم الاستعداد أن تجرب مختلف الأساليب التي قد يكون بعضها فعالاً وبعضها الآخر لا. ومن الضروري في هذه الحالة أن تعطي التوجيهات الفعالة إلى عقلك اللاواعي بصورة مستمرة لتطوير العقل والشخصية.

الفصل السادس

قوة الأفكار الذاتية

الطريق إلى القمة

احلم دائماً بالمثالية واعمل بلا كلل لتحقيق جميع أهدافك، وآمن بكل قواك ومواهبك، مد جسدك بالقوة والطاقة، ومد روحك بالإلهام. افعل كل ما بوسعك لمواجهة الظروف والتحديات. واعلم دائماً أن أي محنة تحمل في طياتها منحة. حاول تغيير حياتك للأفضل والاستفادة بكل الفرص التي تقدمها الحياة لك وحدد رغباتك بعناية ووضوح.

عندما نحلل الأفكار البشرية، يجب الأخذ في الاعتبار أن الأفكار ليس لديها أي قوة أو سلطة. إذ توصلت بعض الدراسات إلى أن الفكرة ما هي إلا قوة تحدث تغييرات ونتائج محددة. ولكن هذه الدراسات خاطئة، لأنه إذا كان لكل فكرة قوة محددة، فلن يتمكن البشر من الاستمرار لأن الأفكار

البشرية فوضوية ومدمرة. وعندما نبدأ تحليل أنواع الأفكار نجد أن هناك نوعين من الأفكار وهما الأفكار الذاتية والأفكار الموضوعية. وفي الحقيقة، تنشأ الأفكار الموضوعية نتيجة التفكير بصفة عامة مثل الاستدلال والتحليل والبحث والتذكر والتصور الذهني المجرد والأنشطة العقلية المعتادة. وباختصار، فإن الأفكار الموضوعية هي أي عملية عقلية تستدعي أنشطة العقل المعتادة. ولا يؤثر هذا النوع من الأفكار في حالة العقل أو الجسد بأي حال من الأحوال، لأنها لا تُحدث أي تغييرات مباشرة، ولا تؤثر في الحالة الجسدية أو العقلية أو النفسية. ويمكن أن تترك بعض التأثيرات فقط على المدى البعيد ولهذا السبب لا يجب أن يحصل تجاهلها تماماً.

أما الأفكار الذاتية، فهي أي شكل من أشكال التفكير أو التصور الذهني المرتبط بالمشاعر والذي عادة ما يتحرك داخل تيارات المجال النفسي العميق. ويمكن تعريف الأفكار الذاتية بأفكار القلب. وفيما يلي مقولة توضح الأفكار الذاتية:

«إن ما يفكر به الفرد داخله هو الحقيقة المجردة». إذ إن الأفكار الذاتية على اتصال دائم بكل ما هو حيوي وفعال في الحياة، ودائماً ما تكون مفعمة بالمشاعر والحيوية داخل «قلب العقل» ولا تشير كلمة «قلب» هنا إلى القلب «العضو

ذاته» ولكن يشير إلى «أعماق العقل» فمثلاً عندما نقول «قلب المدينة» أي العاصمة، ومن ثم فإن «العقل» هو النقطة الأكثر عمقاً وحيوية داخل العقل. ومن هنا نستنتج أن الأفكار الذاتية تكون داخل قلب العقل ومن ثم ينتج عنها كل الأنشطة العقلية العميقة والقوية. ولهذا السبب، فإن كل فكرة ذاتية ما هي إلا قوة في حد ذاتها، إما تعمل لصالح الشخص وإما ضده، وتتمتع بالقوة اللازمة لإحداث التغييرات في الجسد والعقل وفقاً لطبيعتها.

وفي بعض الحالات يمكن أن تتحول بعض الأفكار لتصبح ذاتية، إذا تعمقت داخل العوالم العميقة والحيوية للعقل وتكتسب قوة مهولة. ولذلك يجب أن تكون كل الأفكار علمية ولها هدف محدد ويجب أن تخضع كل الأفكار لقوانين التفكير البناء. وعلى الرغم من أن الأفكار الموضوعية لا تحدث أي نتائج أو تغييرات، فإن هناك أفكار موضوعية عديدة تتحول لتصبح ذاتية. لذلك يجب أن نحرص على أن تكون كل الأفكار في مسارها الصحيح حتى تحدث نتائج إيجابية في حال تحولها إلى أفكار ذاتية.

ومن هنا نستنتج أن الأفكار الذاتية تنشأ في العقل اللاواعي، حيث يشير كل من مصطلح «الذاتي» و«اللاواعي» إلى الشيء

ذاته. لذلك يعد مصطلح «ذاتي» أكثر ملاءمة لتعريف هذا النوع من الأفكار الحيوية والعميقة.

وفي الحقيقة، يمكن وصف التفكير بأنه علمي عندما يميل إلى تحقيق رغبات الشخص أو عندما تعمل قوى العقل نحو تحقيق الهدف المنشود، ويكون غير علمي عندما تميل الأفكار إلى تحقيق كل ما هو سلبي وهدام أو عندما تعمل قوى العقل ضد مصلحة الشخص. وإذا أردت التفكير بطريقة علمية، حاول أن تجعل كل أفكارك علمية وذاتية. وبعبارة أخرى، يجب أن تكون الأفكار صحيحة وذاتية، وفي هذه الحالة ستصبح أفكارك بمنزلة قوة داخلية عظيمة. وأيضاً إذا أردت التفكير بطريقة علمية، يجب التخلص من كل الأفكار غير المهمة أو غير المرغوبة وأن تهتم الأفكار بأهداف الشخص ورغباته فقط، وأن يكون لكل فكرة هدف محدد وواضح، لأن الأفكار التي ليس لديها هدف معين ما هي إلا مضيعة للوقت والجهد، أما الأفكار المستندة إلى هدف محدد تسهم في تحقيق الأهداف المنشودة. وفي أثناء مرحلة التفكير العلمي، تُوجّه كل الأفكار وقوى العقل نحو العمل على تحقيق الأهداف والرغبات كافة.

ولتوضيح طبيعة كلٍّ من التفكير العلمي وغير العلمي، يمكن طرح بعض الأمثلة الواقعية، فمثلاً عندما تسير الأمور في الاتجاه

الخاطئ وتحدث أشياء غير مرغوبة، عادة ما يحاول الشخص إقناع عقله أن هذه النتيجة المتوقعة منذ البداية. وبذلك يرتكب الشخص خطأً كبيراً، لأنه كلما زاد اقتناع الشخص بذلك زادت الأمور سوءاً.

وعادة ما يفكر البشر في الأشياء السلبية ويتوقعون حدوثها دائماً، ودائماً ما يفكرون في الجانب المظلم. وفي هذه الحالة، تبدأ التيارات العقلية إنتاج مزيد من المشكلات. ومن هنا نستنتج أنه كلما توقع الشخص حدوث الأسوأ، تحولت قوى عقله لتصبح هدامة. ففي البداية تبدأ هذه القوى تشتت العقل مما يؤثر على كل من قدرات الشخص وعقله، ومن ثم يقوده إلى ارتكاب أخطاء عديدة ومن ثم تتدهور جميع جوانب حياته.

لذلك عندما تواجه بعض المشكلات أو التحديات، حاول تخطي هذه المرحلة والتغلب عليها وتركها في الماضي. وحاول دائماً أن تفكر بطريقة علمية وأن تركز على الجانب المشرق والإيجابي، لأن ذلك من شأنه أن يحفز قوى العقل المختلفة لتصبح النتائج أفضل.

وفي الحقيقة، يؤمن غالبية الأشخاص أن هناك دائماً شيئاً خاطئاً أو سلبياً، ولكن يعد ذلك خطأً كبيراً، لأنه من الطبيعي أن يوجد خطأ أو خلل ما، ولكن عندما نقارن بين الصواب

والخطأ، دائماً ما يكون الخطأ أقل. وبالطبع تؤثر هذه الأفكار بالسلب في العقل، لأنه عندما يؤمن الشخص بوجود الأخطاء بصورة مستمرة، فإنه بذلك يوجه كامل انتباهه نحو الأخطاء. وعلى الجانب الآخر، عندما يؤمن الشخص بالجانب الإيجابي دائماً، يتوجه العقل تلقائياً نحو الأشياء الإيجابية. ومن المعروف أن التفكير السليم والإيجابي يحقق الصحة والسعادة والقوة.

وفي الواقع، عادة ما يعبر الشخص عن تقدمه في العمر باستخدام عبارات سلبية، وبذلك فإنه يوجه عقله نحو الجانب السلبي من التقدم في العمر. وباختصار، فإن الشخص في هذه الحالة يجبر عقله على الاعتقاد بأنه يتقدم في العمر ومن ثم يوجه عقله نحو إنتاج علامات التقدم في السن. ومثال آخر على ذلك، عندما يستخدم الشخص تعبير «الأيام الباقية من حياتي»، فإنه بذلك يوجه عقله نحو الموت وانتهاء الحياة، وبدلاً من ذلك يمكن استخدام تعبير آخر إيجابي. وكثير من العبارات السلبية التي تؤثر في العقل. وفي الحقيقة فإن هذا النمط من الأفكار يقيد العقل ويحد من إمكانياته وقدراته الحقيقية.

ونستنتج من خلال الأمثلة السابقة أن هذه العبارات ما هي إلا عقبات تعرقل طريقنا وفي هذه الحالة يمكن الاستعانة بالتفكير السليم للتخلص من تلك العبارات السلبية. فمثلاً،

إذا واجهتك مشكلة معينة، فكر في نجاحاتك السابقة وأهدافك المستقبلية حتى تتمكن من مواجهة هذه المشكلة. ولا يستطيع الشخص العادي التفكير في أي شيء آخر في أثناء مواجهة أي مشكلة، إذ يكون عقله مشوشاً بسبب الخوف والتوتر. وعادة ما يتوقع الأشخاص وقوع المشكلات قبل حدوثها بالفعل، ولكن من الضروري التخلص من هذا النمط من التفكير.

وباختصار، لا تتوقع أي شيء قبل حدوثه، بغض النظر عن الظروف الحالية، واحرص على أن تكون أفكارك إيجابية، وأن توجه عقلك نحو هدف محدد، لأنه عندما يوجه الشخص انتباهه نحو الأهداف المنشودة، فإنه بذلك يدرب قوى العقل على العمل نحو تحقيق تلك الأهداف.

وفي الحقيقة، يمكن تلخيص القانون العقلي المتبع في عملية التفكير العلمي على النحو التالي: كلما كانت الأفكار إيجابية، أصبحت الأفعال صائبة. وكلما فكرت في أهدافك، ازدادت قوة، وكلما فكرت في الصحة والنجاح والسعادة أو أي شيء إيجابي آخر، بدأ العقل العمل على تحقيقها، ويعد ما سبق مثلاً على التفكير الذاتي.

ومن هنا ندرك أن التفكير العلمي يعد بمنزلة توجيه الأفكار والأفعال العقلية تجاه أهداف الشخص ورغباته.

وعندما تبدأ تدريب عقلك على التفكير العلمي، وجّه عقلك نحو الصواب دائماً، بغض النظر عن الأخطاء، وتذكر دائماً أن مصطلح «الصواب» هنا لا يشير إلى أفعال أخلاقية فقط، ولكن يتضمن كل أنواع الأفعال. وإذا حدث وواجهت أي شيء سلبي في طريقك واصل التفكير بإيجابية وتوقع دائماً حدوث الأفضل، لأنك بذلك توجه عقلك نحو الاتجاه الصحيح.

وفي بعض الأحيان يكون الخطأ أو الجانب السلبي في حياة الشخص ضئيلاً جداً، إلى درجة أن أي زيادة طفيفة في قوة الصواب قد تمحو هذا الخطأ تماماً. وفي الواقع، يمكن التخلص من أي شكل من أشكال الأخطاء خلال فترة قصيرة، إذا واصل الشخص العمل بطريقة إيجابية وبناءة. وفي أحيان أخرى، تتمكن تلك الأخطاء من الشخص ولا يتمكن من مواجهتها. ولن تتمكن التحديات أو المشكلات من هزيمة الشخص إلا إذا كان تفكيره سلبياً وفوضوياً. لذلك حاول التحكم في عقلك وأفكارك حتى تتمكن من التحكم في حياتك، وفي هذه الحالة يصبح التفكير العلمي ضرورياً.

وفي الواقع، هناك ثلاثة أساسيات للتفكير العلمي، وهي كالآتي:

أولاً: تنمية المواقف العقلية البناءة: وتكون المواقف العقلية بناءة في حال مواجهة العقل والفكر والشعور والإرادة أشياء أقوى وأعظم. ولتصبح كل السلوكيات العقلية بناءة، يجب تجنب أي شكل من أشكال المشاعر السلبية وخاصة الاكتئاب، وأن يكون التطور والتقدم هو الهدف الرئيسي من أي فكرة أو هدف أو شعور.

ثانياً: الصورة الذهنية البناءة: وظَّف خيالك لتصوير كل ما هو مثالي وبناء ومرغوب. تخيل لحظة حصولك على كل ما تريده، حيث تلعب كل من الأفكار والخيال دوراً كبيراً في تشكيل الشخص.

ثالثاً: الفعل العقلي البناء: يجب أن يكون لكل فعل عقلي هدف محدد، لذلك احرص على تدريب عقلك على رؤية الجانب المشرق من الحياة، بغض النظر عن الظروف المحيطة، لأنه عندما تركز على الجانب المشرق والإيجابي، ستلاحظ كل الإيجابيات والمميزات ومن ثم تتمكن من التفكير بطريقة سليمة. وإذا لم تجد أي شيء مشرق أو إيجابي في حياتك، حاول أن تخلق جانباً مشرقاً داخل عقلك بنفسك وتجاهل الجانب المظلم قدر الإمكان. وكن دائماً التفاؤل، وتوقع دائماً حدوث الأفضل وابدل قصارى جهدك للحصول على الأفضل. وبالطبع لا

يعني التفاؤل أن ينظر الشخص إلى الجانب المشرق فقط وإهمال مشكلاته، ولكن يعني توجيه كل القوى التي يتمتع بها نحو العمل على تحقيق الأهداف المنشودة. ويتسم الشخص المتفائل بأسلوب عقلي بناء وخيال واسع.

ويجب أن نضع في الاعتبار أن لكل فعل أو سلوك عقلي قوى خاصة به، لذلك إذا كان السلوك سلبياً تكون القوى هدامة وإذا كان إيجابياً تكون القوى بناءة. لذلك من الضروري فهم طبيعة كل السلوكيات العقلية وتحليلها. فمثلاً إذا لاحظت أن كلاً من أفكارك وخيالك موجهان نحو الفشل أو الأخطاء أو المشكلات، ففي هذه الحالة يكون التفكير غير علمي وهداماً. لذلك لا تفكر في الجانب السلبي أو أي مشكلات قد تواجهك في أثناء التفكير في المستقبل. وإذا كنت تتبع مثل هذا النمط، فإنك بالتالي في طريقك نحو الهاوية.

وأيضاً لا تسرف في التفكير في المستقبل على حساب الحاضر، وحاول أن تكون أفكارك عن المستقبل إيجابية وبناءة دائماً.

وبعبارة أخرى، حاول أن تتخلص من الخوف من المستقبل وتوقع كل ما هو جيد وإيجابي، حتى تتمكن من تحقيق أهدافك كافة. وتذكر دائماً أن الأفكار تتبع الصور الذهنية القوية، فمثلاً إذا رسمت صورة ذهنية عن المستقبل المشرق، ستبدأ قوى

العقل العمل على تحقيق هذه الصورة، وتتضمن هذه القوى كلاً من الأفكار والشخصية والعقل والروح. فمثلاً عندما ننظر إلى الأشخاص الذين وصلوا إلى أعلى القمم، دائماً ما نجد فكرة ملهمة أو صورة ذهنية قوية وراء هذا النجاح، ونجد أيضاً أنهم رفضوا الاستسلام، ومن ثم أجبروا كل القوى التي يتمتعون بها على تحقيق أهدافهم. وبذلك فإن مثل هؤلاء الأشخاص يتبعون التفكير العلمي من خلال رسم صورة ذهنية محددة عن الهدف المنشود وتوجيه كل القوى نحو هذا الهدف. وفي الحقيقة، فإن أي شخص يتبع هذه الطريقة من التفكير، يحقق جميع أهدافه في النهاية.

وقد تشعر بالإحباط عندما لا تجد نتائج ملحوظة وتقرر الاستسلام، ويبدأ كل من حولك يقنعك بالاستسلام وإيجاد شيء عملي آخر يمكن تحقيقه بدلاً من هذا الهدف المستحيل، وفي هذه الحالة يجب تجاهل تلك النصائح ومواصلة السعي نحو تحقيق الهدف. وحينها، سيخبرك كل من حولك أنك اتخذت القرار الصائب. وفي الحقيقة، سيستمر العالم في إقناعك بالاستسلام والتوقف عن السعي نحو أهدافك ما دمت لم تحقق أهدافك بعد، ولكن بمجرد تحقيقها، يبدأ كل من حولك الإشادة بجهودك وعزيمتك القوية التي لا تقهر.

لذلك لا تولِ اهتمامًا كبيرًا لآراء الآخرين وتمسك بأهدافك وتحلّ بالعزيمة والإرادة القوية. وفي الواقع هناك خطأ شائع يقع فيه أشخاص عديدون، وهو الاعتقاد بأن الأهداف تتحقق بالعزيمة والإصرار والإرادة فقط دون التفكير العلمي؛ ومن هنا نستنتج أن التفكير غير العلمي حتى ولو في أبسط الأمور يضعف الإرادة ويشتت العقل.

وفي الحقيقة، تعمل قوى العقل ضد مصلحة الشخص العادي، لأنه دائماً ما يتبنى أفكاراً سلبية وغير علمية. وفي هذه الحالة، لا يفيد أيُّ من الطموح أو الإرادة في شيء لأن أغلب القوى العقلية تكون موجهة نحو اتجاه خاطئ.

ومن هنا تتضح أهمية التفكير العلمي وتغيير السلوكيات العقلية لتصبح إيجابية وبناءة، إذ لا يهدف التفكير العلمي إلى توجيه الأفكار نحو المسار الصحيح فقط، بل يهدف أيضاً إلى تعزيز قوة العقل وزيادة كفاءة الشخص وقدراته. ولتوضيح تأثير التفكير الصحي والعلمي في قدرات الشخص، لنفترض أنك تتمتع بموهبة موسيقية معينة وتعمل على تنميتها، ودائماً ما تعبر عن عدم رضاك عن مستواك في هذه الموهبة، سوف تتأثر الأفعال العقلية المسؤولة عن هذه الموهبة تلقائياً ومن ثم يؤثر في كفاءتها، لأنك بذلك تحبط ذاتك بدلاً من أن تحفزها. ولكن إذا حفزت هذه الموهبة وعملت

على تنميتها، سوف تتأثر بصورة إيجابية.

ومما سبق نستنتج أن المواهب تشبه البشر، فمثلاً إذا وضعنا شخصين متساويين في القدرات والمهارات في ظروف مختلفة تماماً، حيث يتعرض الأول لسوء المعاملة والنقد الهدام ويُحَبَط بكل الطرق. ماذا سيحدث لقدراته ومهاراته في هذه الحالة؟ بالطبع لن يتمكن من الصمود ومواجهة هذه الظروف وسيفقد طموحه وثقته بذاته وقدرته على التفكير وإصدار الأحكام، ويمكن مواجهة هذه الظروف فقط في حال تمتع الشخص بقوة عقلية خارقة. أما الشخص الثاني فدائماً ما يتلقى الدعم والتشجيع ويعيش في بيئة صحية وملائمة بالتفاؤل، ويؤمن كل من حوله بنجاحه. ماذا يمكن أن يحدث لهذا الشخص؟ بالطبع سوف يظهر أفضل ما بداخله من قوة وكفاءة ويصل إلى أعلى القمم ويحقق كل أهدافه.

لذلك إذا تعاملت مع مواهبك وقدراتك بالطريقة نفسها سوف تحقق كل أهدافك. ومن هنا يتسلط الضوء على أهمية تطوير الشخص لقدراته وتحفيزها باستمرار.

وفي الحقيقة، دائماً ما يتحدث المرضى بطريقة سلبية عن الأمراض التي يعانونها. وهذه العبارات السلبية آثار مدمرة، حيث يضع الشخص جسده في هذه الحالة في حالة إحباط

ونحول من خلال التفكير غير الصحي. وعلى الجانب الآخر، يمكن استعادة الصحة وتقوية الجسد والتغلب على الأمراض عندما يتوقف الشخص عن وصف مرضه بعبارات سلبية ومدمرة والنظر إلى الجسد بجميع أعضائه الحيوية من خلال وجهة نظر سليمة وإيجابية.

ومن الضروري تحكم العقل في المشاعر في أثناء عملية التفكير العلمي؛ إذ يتطلب التحكم في المشاعر مجهودًا أكبر من المجهود المبذول للتفكير العلمي، حيث يمكن تغيير نمط التفكير بسهولة، وتصبح السيطرة على المشاعر القوية. فمثلاً عندما يشعر الشخص بالإحباط، يتضاعف شعوره بعد فترة قصيرة، لذلك من الضروري أن يتحكم الشخص في المشاعر السلبية منذ البداية وعدم السماح لأي شعور سلبي أو هدام بأن يتطور، ويحدث ذلك من خلال توجيه الانتباه نحو المشاعر الإيجابية.

وفي الحقيقة، فإن المشاعر السلبية ما هي إلا أعباء نفسية تهدر طاقة الشخص. وكلما سمح الشخص لمثل هذه المشاعر بأن تتحكم فيه، ضعف عقله وتفكيره.

وفي النهاية، كن دائم التفاؤل وركز على الجانب المشرق من كل شيء حتى تتمكن من تحقيق جميع أهدافك. ولا تسمح بوجود المشاعر السلبية لأنها تضعف من قوة العقل.

الفصل السابع

دور الأفكار في تشكيل الفرد

إن الحياة ما هي إلا عملية تقدم وتطور مستمرة وتدعم الأفكار هذا التقدم بصورة مباشرة، لذا لا تكثرث لآراء الآخرين واهتم فقط بتطوير ذاتك. وفي الحقيقة، يمكن للشخص أن يحقق جميع أهدافه إذا حدد أفكاره بدقة، لأن الأفكار تلعب دوراً كبيراً في تشكيل الفرد. لذلك من الضروري انتقاء الأفكار بعناية وتوجيه العقل نحو أشياء إيجابية دائماً، ويعد ذلك أول خطوة من خطوات التفكير السليم.

ولقد أثبتت الدراسات أن الأفكار تلعب دوراً مهماً في تشكيل هوية الشخص. وبما أنه يمكن لأي شخص أن يغير أفكاره، فيمكن لأي شخص أن يغير أي جزء من شخصيته بسهولة. وعلى الرغم من ذلك يفشل كثير من الأشخاص في تطبيق هذه النظرية بسبب الفهم الخاطئ لها؛ إذ يعتقد بعض الناس أنه لا يوجد اختلاف بين المبدأ الذي ينص على أن الشخص يصبح

تماماً مثل أفكاره، وبين الاعتقاد بأن الشخص يصبح مثل ما يعتقد عن ذاته. وهذا غير صحيح، لأن حقيقة الشخص تختلف تماماً عن الصورة الذهنية التي يرسمها عن ذاته، حيث لا يخضع أيُّ من الشخصية أو العقل أو الطباع للآراء الشخصية. ولكن تخضع لأفكار العقل اللاواعي؛ إذ يتأثر العقل اللاواعي بأفكار العقل الحقيقية والإبداعية فقط ولا يتأثر بأي شكل من الأشكال بأفكار الشخص أو معتقداته أو آرائه الشخصية. ومن ثم، فإن الأفكار الذاتية هي المسؤولة عن تحديد طبيعة الشخص وليس الآراء أو المعتقدات. ولتعزيز الأفكار الذاتية يجب التصرف وفقاً للعقل اللاواعي، إذ لا يتأثر العقل اللاواعي بالآراء الشخصية. وفي الحقيقة، إذا اقتضت أفكار الشخص على ذاته الخارجية أو شخصيته، فإنه بذلك يتبع التفكير الموضوعي، أما إذا أراد تطوير ذاته يجب عليه اتباع التفكير الذاتي. ولن يتمكن الشخص من التقدم ما دامت أفكاره سطحية. ويصبح الشخص عظيمًا فقط عندما تكون أفكاره بناءة. وإذا أردت تبني أفكار بناءة، عليك أولاً التحرر من القيود وتجاوز جميع العقبات والتحديات.

وفي حقيقة الأمر، دائماً ما تكون الأفكار العابرة بلا قيمة على عكس الأفكار العميقة التي تحدث بعض التغيرات

الإيجابية. ومن هنا نستنتج أن حياة الشخص تتأثر بأفكاره ولا تتأثر بأي شكل من الأشكال بمعتقدات الشخص أو آرائه الشخصية التي عادة ما تكون مغلوطة. ومثال على ذلك، إذا اعتقد الشخص أنه لا يزال شاباً ويستمر في الوقت ذاته في تبني الأفكار السلبية، ففي هذه الحالة تصبح كل من شخصيته ومظهره أكبر سنًا، لأن مجرد التفكير أو الاعتقاد بأنه ما زال شاباً لا يفيد، بل يجب أن يتبع الأفكار التي تعزز من الشباب وتحافظ عليه أطول فترة ممكنة.

لذلك إذا أردت أن تبدو أكثر شباباً، يجب أن يشعر عقلك بالشباب أولاً، ويأتي هذا الشعور عندما يفكر الشخص في الشباب بكامل عقله الواعي.

وقد يعتقد الشخص أنه يتمتع بصحة جيدة، ولكنه لن ينعم بالصحة إلا بعد تبني أفكار إيجابية تعزز من الصحة أولاً، لأن الأفكار السلبية مثل القلق أو الخوف تضعف قوة الصحة. ومن هنا ندرك أن الشخص يصبح كما يفكر وليس كما يعتقد.

ولتعزيز الصحة، يجب أن تكون أفكار الشخص عن الصحة سليمة وإيجابية وأن يكون العقل في حالة وعي تام بطبيعة الصحة. ولتحفيز مثل هذه الأفكار، يجب مراعاة كل قوانين الحياة، وأن يكون العقل في حالة وعي بهذه القوانين وأن

يكون على دراية تامة بطبيعتها. فقد تعتقد أنك عبقرى وأنك قادر على أداء مهام معقدة وصعبة، ولكن السؤال هنا ما هو مفهومك عن العبقرية؟

ربما تكون محققاً في الاعتقاد بأنك عبقرى إذا كان مفهومك عن العبقرية محدوداً. وقد يكون مفهوم الشخص عن قدراته العقلية عظيماً وفي الوقت ذاته يكون مفهومه عن العبقرية محدوداً وسطحياً وبالتالي تكون الأفكار محدودة وسطحية أيضاً. وبذلك فإن مجرد اعتقاد الشخص بأنه عبقرى لن يجدي نفعاً إلا إذا أصبح مفهومه عن العبقرية أوسع وأدق. وتلعب الأفكار دوراً كبيراً في تشكيل مفهوم الشخص عن العبقرية. بمعنى أنه إذا كانت الأفكار عبقرية وذكية، يكون الشخص عبقرياً والعكس بالعكس. وإذا أردت تزويد أفكارك بمزيد من العبقرية والذكاء، يجب أن تصل إلى أعلى مستويات الوعي والقدرة العقلية.

وفي الحقيقة، فإن العقل الباطن يلعب دوراً كبيراً في تحديد مسار القوى الداخلية وطبيعتها، لذلك فإن الشخص الذي يتمتع بجمال داخلي تكون أفكاره منظمة وإيجابية وينعكس ذلك على الجمال الخارجي أيضاً، على عكس الشخص الذي لديه خلل في الإجراءات العقلية (الأفكار)، ويمكن معالجة هذا الخلل عن طريق تبني أفكار إيجابية وبناءة. لذلك فإن

الجمال الداخلي هو ما يهم حقًا، لأنه عندما يهتم الشخص بجماله الخارجي، فإنه يؤمن تلقائيًا بأنه أفضل من الآخرين وهذا اعتقاد مدمر، لأن الاعتراف بعيوب الآخرين وانتقادهم يؤدي إلى زرع القبح والدونية داخل الشخص نفسه وينعكس هذا القبح على الشخصية والعقل. لذلك فإن مشاعر الخوف والكره أو أي مشاعر سلبية أخرى من شأنها إضعاف قوة العقل والشخصية.

وفي الحقيقة، لا يتشكل الشخص وفقًا لمعتقداته وآرائه، بل يتشكل وفقًا لأفعاله العقلية، إذ لا تؤثر الآراء الشخصية والمعتقدات في الشخصية، ولكن الأفكار هي المسؤولة عن تكوين الشخصية. فمثلاً، قد يعتقد الشخص أنه شخص مثالي، ولكن يكون تعريفه عن المثالية مغلوّطاً. بالإضافة إلى ذلك، فإن اعتقاد الشخص بأنه شخص مثالي يخلق الشعور بالكمال داخل الشخص، وبالتالي يشعر الشخص أنه أعلى من باقي البشر.

وفي الحقيقة، يتحدد مدى صلاح الشخص وفقًا لأفكاره الإيجابية والبناءة، ويمكن تطوير هذه الأفكار من خلال تدريب العقل على الوعي بالخير المطلق، وبعد فترة يلاحظ الشخص ظهور الخير والمثالية في كل أفعاله وأفكاره، وفي هذه الحالة يكون شخصاً مثاليًا بالفعل وليس مجرد اعتقاد.

ومما سبق نستنتج أن الأفكار تلعب دوراً كبيراً في تحديد ماهية الشخص وليس الآراء الشخصية أو المعتقدات أو وجهات النظر، لأن الأفكار اللاواعية قادرة على إحداث التغيرات سواء كانت هذه التغيرات (جسدية أو عقلية). ولا يمكن للشخص الوصول إلى مجال العقل اللاواعي من خلال الأفكار عن الذات أو الشخصية فقط، إذ إن الأفكار عن الذات ما هي إلا أفكار موضوعية والأفكار الموضوعية المجردة لا تملك القدرة على تغيير أي شيء في طبيعة الشخص.

ولتبني أفكار تعزز من قيمة الحياة، يجب أولاً الوصول إلى أعلى مراحل الوعي بالحياة المطلقة، ولا يمكن حدوث ذلك ما دام الشخص يهتم بالحياة الشخصية فقط. لذلك إذا أردت التعزيز من قيمة حياتك، احرص أولاً على أن تكون أفكارك ذات قيمة.

وفي الحقيقة، إذا استمر الشخص يرسم تخیلات واحتمالات مستقبلية عن ذاته، ستصبح أفكاره دائماً سطحية ولن يتمكن من إحداث أي تغييرات فعلية. لذلك إذا أردت تطوير ذاتك، عليك أولاً التغلغل داخل أعماق العقل، حيث تجدد مصدر كل الأفعال والأفكار، وبالطبع لن تتمكن من فعل ذلك ما دامت أفكارك سطحية. لذلك من الضروري أن تهتم بكل تفاصيل

الحياة الواقعية حتى تصبح أفكارك ذات قيمة، ولا تركز على نقاط ضعفك أو أوجه القصور في شخصيتك ولا تهتم بأرائك السطحية عن ذاتك، بل وَّجّه كامل انتباهك نحو أعظم الأشياء وأسماها وحاول كسب مزيد من الوعي والمعرفة. ومما سبق نكتشف الطريق إلى الأفكار العظيمة والعميقة ونستنتج أن الأفكار العظيمة تجعل الشخص عظيمًا وذاشأن. ونستنتج أيضًا أن الآراء الشخصية والمعتقدات لا تتدخل في تكوين الشخصية بأي شكل من الأشكال، لأن هذه الآراء والمعتقدات عادة ما تكون مغلوطة وسطحية وأن الأفكار الذاتية هي التي تحدد مصير الشخص وشخصيته بشكل كبير، وتنشأ هذه الأفكار تدريجيًا داخل العقل اللاواعي عندما يبدأ الشخص تجاهل آرائه ومعتقداته عن ذاته ويسمح لعقله بالتصرف. وليس بالضرورة أن تكون هذه الأفكار إيجابية وبناءة دائمًا؛ إذ إن التفكير الذاتي لا يقود دائمًا إلى الحقيقة المطلقة ولا يحدث أفضل النتائج لأنه لا يكون صائبًا في معظم الحالات. ولذلك لا تكون حياة الإنسان مثالية دائمًا؛ إذ إن الأفكار هي التي تحدد طبيعة الحياة وشكلها. ومع ذلك يتمتع الإنسان بقدرة على انتقاء آرائه بعناية ومن ثم تحديد شكل حياته بنفسه.



الفصل الثامن

فن التغير إلى الأفضل

يعد التغير بمنزلة أفضل علاج في العالم، ويشير مصطلح التغير إلى المرور من القديم إلى الحديث، ومن السيئ إلى الأفضل، ويعد أيضًا بمنزلة الطريق الوحيد الذي يسلكه الشخص لينتقل من القاع إلى القمة ومن الحلم إلى الحقيقة ومن التمني إلى تحقيق الأمنيات. إن التغير يحقق للإنسان كل ما يتمنى، ولا يكون حقيقياً إلا إذا كان تغييراً داخلياً وليس ظاهرياً فقط، إذ إن التغير الداخلي هو ما يقود في النهاية إلى التغير الظاهري. ولا يقصد بهذا التغير الانتقال من مكان إلى مكان، ولكن يقصد به إحداث التغيرات العقلية وتطوير قدرات العقل، حيث ينتج عن تطوير العقل كل شيء إيجابي كالصحة والسعادة والقوة والنجاح. ويمكن لأي شخص أن يطور من عقله بغض النظر عن التحديات أو العقبات.

وينص قانون التغيير على أن الإنسان يصبح كما يفكر، ودائماً ما تتضمن أفكار الشخص كل رغباته وأهدافه. ويمكن لأي شخص من خلال التطبيق الذكي والفعال لهذا القانون أن ينجح في تغيير حياته بأكملها، إذ إن الأفكار لا تؤثر في الشخصية والعقل والجسد فحسب، بل تؤثر أيضاً في كل من الصفات والعادات والميول والرغبات والقدرات العقلية والجسدية، لذلك إذا تمكنت من تغيير أفكارك، يمكنك تغيير كل شيء في حياتك. وبالتالي يعد ذلك دليلاً واضحاً على النظرية التي تنص على أن الأفكار هي التي تحدد الشخصية، وتحدد طبيعة هذه الأفكار وفقاً لما يحبه الشخص ويرغب به. ومن ثم فإن فهم هذه النظرية يقود إلى فهم قانون التغيير وتطبيقه بسهولة.

وفي الحقيقة، يؤمن أشخاص عديدون بسهولة تغيير التوجهات العقلية من خلال الأفكار، وفي الوقت ذاته يصعب تصديق إمكانية تغيير السمات العقلية والمظهر الخارجي والظروف الحياتية بالطريقة ذاتها. وفي الواقع، فإن الأفكار قادرة على تغيير أي شيء كان، والدليل على ذلك تغير وجوه الأشخاص بصورة ملحوظة عندما يعيشون مشاعر سلبية كالخزن والقلق والخوف. وبالتالي فإنه يمكن للشخص من خلال التوظيف الأمثل للعقل أن يجعل مظهره الخارجي أكثر

جمالاً وعقله أكثر ذكاءً وشخصيته أكثر قوة. ومن هنا نستنتج تأثير الأفكار سواء كانت إيجابية أو سلبية على الشخص ومظهره الخارجي.

ومن الضروري أن يُطبَّق قانون التغيير بصورة مستمرة لإحداث نتائج إيجابية، ولذلك على الشخص أن يوجه كامل عقله نحو الأفكار الإيجابية وأن يتمنى كل ما هو عظيم وذو قيمة. وفي الحقيقة، فإن أي شيء يلفت انتباهك في الآخرين يبدأ تدريجيًا في التطور والنمو داخلك، فمثلاً إذا أعجبك الجانب العادي أو السطحي من شخص تعرفه، سوف يتطور هذا الجانب داخلك وتصبح عاديًا مثله، أما إذا أعجبك الجانب الإيجابي من شخص ما سوف تصبح عظيمًا وذا شأن مثله. وهذا لا يعني ألا نتعاطف مع الآخرين، ولكن يعني ألا نحب أي شيء عادي وسطحي. حيث يعد ذلك شكلاً من أشكال الحب أو الإعجاب الخاطئ المضلل، أن نحب الجانب السطحي والظاهري فقط من الشخصية، ولكن يجب أن نهتم بالجانب المثالي فقط وألا يلفت انتباهنا أي شيء سطحي وعديم القيمة. وهذا يمثل مشكلة كبيرة لكل من يتطلع إلى حياة أفضل، حيث يشعر مثل هؤلاء الأشخاص بأنهم غير قادرين على إعطاء الحب الكافي لمن حولهم. ويمكن حل هذه المشكلة

بسهولة عن طريق عدم الالتفات للجانب السطحي والعادي لأي شخص نقابله وأن نهتم فقط بالجانب الحقيقي العميق.

وفي الحقيقة، فإن الإنسان لا يحتاج إلى أن يحب نقاط ضعف من حوله بل يحتاج إلى أن يحب كلا من القدرات والصفات والقوى العظيمة، لأنه لا فائدة من حب العيوب أو نقاط الضعف أو المظهر الخارجي، لأنه كما ذكرنا من قبل أن كل ما يعجبنا ويلفت انتباهنا في الآخرين هو ما ينمو ويتطور داخلنا، لذلك يجب أن يكون الحب بين شخصين متكافئين أو بين شخصين من بيئة واحدة، لذلك إذا أردت أن يبادلِكَ شخص آخر الحب، فمن العدل أن يكون من البيئة نفسها، لأن كل شيء في هذه الحياة يميل إلى التقدم والتطور، وبالتالي فإن مطالبة أي شيء بالتراجع ولو خطوة واحدة انتهاك لقوانين الطبيعة. لذا إذا أردت أن يكون في حياتك أشخاص عظماء وذوو شأن يجب أولاً أن تكون شخصاً عظيماً وذو قيمة مثلهم.

وتعد المتعة بمنزلة العامل الرئيسي لتطبيق قانون التغيير؛ إذ يحب البشر بطبيعتهم أي شيء يجلب لهم المتعة ويفكرون فيه طوال الوقت، وبهذه الطريقة تتحكم الملذات في الشخص وأفكاره بالكامل ومن ثم تحدد مصيره. وعليه فليس من الحكمة أن نسمح لأنفسنا بالاستمتاع بأي شيء عادي أو

سطحي، لأن الملذات تلعب دوراً كبيراً في تشكيل الشخصية. وفي الحقيقة، فإن تجاهل الأخطاء والعيوب والسلبيات والاهتمام فقط بكل ما هو بناء وإيجابي هو أعظم قرار يمكن اتخاذه. وهذا لا يعني أن يتجرد الإنسان من عواطفه وألا يسمح لنفسه بالتعاطف مع أي شخص، بل يعني أن يتحكم في عواطفه وألا يسمح لها بالسيطرة عليه، وأن يكون رقيق القلب وأن تكون مشاعره في حالة نشاط دائم، وحينها فقط يمكنه أن يحب أي شخص أو صفة أو أي شيء بكامل إرادته.

وفي الواقع، إذا وجه الشخص كامل مشاعره نحو الصفات المثالية والبناء التي يريد اكتسابها، فإنه بذلك يحفز الجانب الإبداعي داخل عقله ويدفعه نحو تطوير مثل هذه الصفات. ومن هنا نستنتج أنه إذا أحب الشخص شيئاً معيناً بصدق وأصبح يفكر فيه باستمرار، فإنه يحصل عليه في النهاية.

من المعروف أن قوة الحب تعد بمنزلة أعظم قوة في العالم، حيث تسبب هذه القوة في سقوط الأشخاص وتسبب أيضاً في وصولهم إلى أعلى القمم. ويمكن القول إن كل سقوط أو انحدار حدث في تاريخ الجنس البشري كان سببه الرئيسي التوجيه الخاطئ لقوى الحب، في حين أن كل التطورات والإنجازات كان سببها التوجيه الصحيح لقوى الحب. ويعني مصطلح «التوجيه

الخاطئ لقوى الحب» أن يحب الشخص ما هو أدنى من مستواه الحالي. فمثلاً بالنسبة إلى الشخص العادي، فيوجّه قوى الحب وفقاً للجانب الشخصي ونتيجة لذلك تصبح طبيعة هذا الحب سطحية ومحدودة. وعادة ما يكون المظهر الخارجي المسبب الرئيسي لهذا الحب، بينما يجري تجاهل الصفات العظيمة والجانب الأسمى والأعمق من الشخص مثل العقل والشخصية والروح. ونتيجة لهذا التجاهل تبدأ كل الصفات العظيمة الاختفاء تدريجيًا ويحل محلها صفات سطحية.

وهذا لا يعني أنه من الخطأ الالتفات إلى المظهر الخارجي أو الجمال الموجود في العالم الخارجي، إذ إنه من الطبيعي أن يلتفت الإنسان إلى كل ما هو جميل سواء كان خارجيًا أو داخليًا، ولكن في الوقت ذاته يجب توجيه قوى الحب تجاه كل ما هو عظيم وجميل في العقل والروح أيضًا. لأنه كما ذكرنا سابقًا أن الشخص يصبح كما يفكر ويجب. لذلك إذا أحب الشخص الجانب السامي من الحياة ومن الأشخاص، فإنه بذلك يتخذ أول خطوة نحو تغيير مستقبله.

وفي الحقيقة، هناك قوانين عديدة يمكن إتباعها لتغيير الحياة إلى الأفضل، لكن يأتي قانون الحب في المقدمة، حيث يلعب الحب دورًا كبيرًا في تشكيل أفكار الشخص ويحدد طبيعة أفعاله

وأهدافه. لذلك من الضروري أن ينتبه الشخص لما يجب.
ولتطبيق هذا القانون على جميع الأهداف العلمية، يجب أن
تحب كل ما هو عظيم ومثالي حتى تتغير كل جوانب حياتك
إلى الأفضل وتحقق أهدافك.

الفصل التاسع

من يؤمن بقدراته يصبح ما يريد

لا تخف عند مواجهة الفشل، بل قاومه بكل عزيمة وثبات. وتذكر دائماً أن الأفكار هي التي تشكل شخصية الفرد. وكلما زاد إيمانك بذاتك ازدادت قدراتك وإمكاناتك قوة. وكلما آمنت بأهدافك أصبحت قادراً على تحقيق هذه الأهداف، إذ إن الشخص الذي يؤمن بقدراته وأهدافه يرى الفرص المتاحة أمامه بسهولة ويتمكن من استغلالها لصالحه.

وفي الواقع، ظهرت نظريات عديدة مختلفة حول الأفكار عقب النظرية التي نصت على أن الأفكار تلعب دوراً كبيراً في تشكيل الشخصية. تنص واحدة منها على أن الأفكار عبارة عن قوة مهيمنة تتحكم في القدر، ولكن هذه النظرية غير علمية وليس لها أي أساس من الصحة. وعلى الرغم من ذلك، اتبعها بعض الأشخاص وقد حققوا بعض النجاح في البداية، ولكن لم يستمر هذا النجاح طويلاً، لأنه عندما يؤمن

الشخص بأن أفكاره تتحكم في القدر فإنه بذلك يفصل ذاته عن البيئة الخارجية وعن عالمه الداخلي أيضاً. ويمكن تفسير النجاح اللحظي الذي حققه هؤلاء الأشخاص بأنه يمكن لأي قوة أن تثير استجابة بعض عناصر الحياة فترة قصيرة ثم تبدأ التدهور حتى تفقد قوتها تماماً. وهذا ما يفسر فشل عديد من طلاب علم الماورائيات في الوصول إلى النتائج المنشودة، لأنهم يتبعون النظرية الخاطئة عن طبيعة الأفكار. وفي حقيقة الأمر، فإن الأفكار ليست قوة مهيمنة، بل قوة بناءة ولا يمكن تحقيق أي نتائج إيجابية إلا إذا استُخدمت بالمفهوم الأخير. وفي الحقيقة، فإن قوة الأفكار البناءة غير محدودة وبالتالي لا يوجد حدود لما يمكن تحقيقه وإنجازه في حال توظيف قوة الأفكار البناءة بطريقة صحيحة.

ومن أجل توظيف قوة الأفكار بطريقة صحيحة وفعالة، يجب أن يؤمن الشخص بقدراته وأهدافه أولاً حتى يتمكن من تحقيق أهدافه، حيث يكتسب الشخص مزيداً من القوة والثقة عندما يؤمن بقدراته ويؤمن بأنه قادر على تحقيق جميع أهدافه. وعندما يبدأ الشخص اتباع هذا النمط من التفكير، يبدأ عقله تلقائياً العمل على تطوير الإمكانيات والقدرات اللازمة لتحقيق أهدافه.

فمثلاً، عندما يؤمن الشخص أنه قادر على توظيف قوة الاختراع والابتكار لديه، يبدأ عقله تلقائياً العمل على تعزيز هذه القوة وتطويرها حتى يصبح الشخص مبتكراً عبقرياً.

وفي الحقيقة، يمكن لأي شخص يتمتع ببعض القدرات الإبداعية، من خلال التطبيق الأمثل لهذا القانون، الحصول على النتائج المنشودة بعد فترة. أما إذا لم يكن هناك أي مؤشرات على هذه القدرات، يمكن من خلال التطبيق الأمثل لهذا القانون تطوير هذه القدرات، إذ يتمتع جميع البشر بقوى معينة داخلهم، ولكن في بعض الأحيان تكون في حالة خمول ويمكن إيقاظ أيٍّ منها وتطويرها من خلال تطبيق القوانين المناسبة. لذلك من الضروري أن يكتشف الشخص كل القوى الكامنة داخله وأن يبدأ العمل على تطويرها. فمثلاً إذا كنت تتمتع بموهبة موسيقية معينة، يجب أن تعمل على تطويرها حتى تصل إلى أعلى مراحل التألق والازدهار. وينطبق ذلك على جميع القدرات والمواهب في مختلف المجالات، ويمكن للشخص تحقيق أهدافه كلها من خلال الإيمان بموهبته والعمل الجاد والتطبيق الأمثل لقدراته.

ولا يجب الاهتمام بهدف واحد فقط والعمل على تحقيقه وإهمال باقي الأهداف، إذ إنه من الضروري أن يوقظ الشخص

مواهبه الخاملة وقواه وأن يكرس كامل طاقته لتطوير هذه
المواهب والقوى. وأن يتطلع دائماً إلى الأفضل. وبهذه الطريقة
تبدأ القوى الإبداعية الخاملة انتعاشها.

الفصل العاشر

كيفية تحقيق الرغبات الملحة والقوية

لا تشعر بالإحباط عندما تفشل في تحقيق هدف معين، وثق دائماً أنك تستحق شيئاً أعظم. جفف دموعك وابدأ رحلتك للبحث عن الهدف الأكبر. لا تندم على ضياع أي شيء، لأن اليوم الذي لا تتمكن من إنجاز أي شيء فيه قد يكون بمنزلة المرحلة التحضيرية قبل بلوغ الهدف. لذلك حدد أهدافك بدقة وواصل العمل عليها، وسوف تتمكن من تحقيقها عاجلاً غير آجل، حيث تنتج قوة لا تقهر عند اجتماع الرغبة القوية مع الثقة. وعلى الجانب الآخر، يعد غياب الإيمان والثقة بالنفس وعدم تحديد الأهداف بدقة من أهم مسببات الفشل.

وفي الحقيقة، هناك مرحلتان لكل رغبة وهما كالآتي:

المرحلة الأولى: تزويد قوى النظام البشري بمهمة محددة ليؤديها.

المرحلة الثانية: إثارة القوى المعنية.

وخلال المرحلة الأولى، لا تعمل الرغبات على تعزيز الانتباه وتوجيهه نحو قوى معينة فقط، بل تعمل على دفع هذه القوى نحو العمل على تحقيق الهدف المنشود.

ومن هنا ندرك سبب تحقق الرغبات القوية والإيجابية، لأنه إذا تمكن الشخص من توجيه كل القوى التي يتمتع بها نحو ما يريد تحقيقه، فإنه سوف يحققه لا محالة. أما إذا كان الهدف المنشود يفوق قدرات الشخص الحالية، فإنه بذلك يتمنى حدوث شيء مستحيل ولن يتمكن من بلوغه مهما حاول.

وفي أثناء المرحلة الثانية، تتجه الرغبات مباشرة نحو القوى المسؤولة عن تحقيق هذه الرغبات وتبليتها. أما خلال المرحلة الأولى، تبدأ الرغبات جمع كل القوى معاً ودفعها نحو العمل على تحقيق النتيجة أو الهدف المنشود. ولذلك فإن الرغبات في أثناء المرحلة الأولى تعمل بشكل عام، حيث تعطي كل قوة على حدة مهمة محددة لتأديتها أما في المرحلة الثانية، فتركز الرغبات على قوى محددة وتمدها بالقوة اللازمة لتحقيق الهدف.

وقد يتساءل البعض كيف تنشأ الرغبات من البداية وكيف تحقق النتائج المنشودة؟ وللإجابة عن هذا التساؤل، لنفترض أن هناك شخصاً ما لا يكسب ما يكفي من المال لتلبية احتياجاته

الأساسية، سنجد أن رغبته في كسب مزيد من المال تتزايد تلقائيًا وتسيطر على كيانه بالكامل وبالتالي تتحكم هذه الرغبة في كل قواه مما يؤدي إلى تحفيز القدرات والمهارات المسؤولة عن جلب مزيد من المال.

وفي الحقيقة، توجد مجموعة من القوى والقدرات المختلفة داخل العقل البشري تكون مختصة بالجانب المادي، ويختلف نشاطها باختلاف كل عقل. ويمكن لأي شخص تحفيز هذه القدرات بسهولة مهما كانت درجة خمولها، وكلما استجابت هذه القوى وبدأت استعادة نشاطها، تحققت الأهداف المنشودة. ومن هنا نستنتج أن الرغبات تعمل على تحفيز القدرات والمهارات المسؤولة عن تحقيق الشيء المرغوب فيه. ويعد ذلك من أهم قوانين العقل البشري.

وليس بالضرورة أن يلاحظ هذا الشخص تغييرًا ملحوظًا في مستواه المادي، ولكنه قد يشعر بمزيد من الثقة في قدرته على كسب المزيد من المال، وبالتالي يبدأ عقله في ابتكار طرق وأفكار تمكنه من التطور في عمله وبالتالي زيادة الربح.

وباختصار فإن رغبة الشخص القوية والمستمرة في كسب المزيد من المال، تعمل تلقائيًا على تحفيز القوى والقدرات اللازمة لذلك، وينطبق ذلك على أي رغبة أخرى.

وقد يشكك بعض الناس في صحة هذه النظرية، حيث يرغب أشخاص عديدون في كسب مزيد من الأموال ولا يحصلون على أي شيء في النهاية. ولكنهم في الواقع لا يدركون أن النتائج تتوقف على مدى قوة الرغبات وعمقها. فكلما كانت الرغبات أقوى كانت النتائج أفضل. فمثلاً لا يمكن للرغبات الضعيفة أن تؤثر في قدرات الشخص وإمكاناته بأي شكل من الأشكال ولا يمكن أيضاً لمثل هذه الرغبات أن تحشد كل القوى الحاملة داخل الشخص وتوجهها نحو هدف محدد.

وعادة ما تكون الرغبات البشرية ضعيفة ومتقطعة (أي لا تستمر لفترة طويلة)، لذلك تكون رغبات سطحية عابرة لا تملك القوة الكافية لتحريك ذرة واحدة من كيان الشخص تجاه تحقيق أي هدف. لذلك إذا أردت تحقيق نتائج مرضية وتحقيق كل أهدافك، عليك أولاً الاهتمام بكل رغباتك ولا تسمح بوجود أي رغبة سطحية أو ضعيفة.

وفي الحقيقة، تعد قوة الرغبات واحدة من أعظم القوى البشرية على الإطلاق، وعندما يجري توظيفها بطريقة صحيحة ودمجها مع الموهبة، تتحقق جميع الأهداف والنتائج المنشودة. فمثلاً إذا كان لديك رغبة قوية وعميقة في تكوين صداقات جديدة، سوف تعمل هذه الرغبة القوية على

تحفيز كل صفات الصداقة بداخلك وتعمل على تطويرها. ونتيجة لذلك، ستصبح بمرور الوقت بمنزلة الصديق المثالي للآخرين وبالتالي تحصل على أصدقاء عديدين كما أردت. وبعبارة أخرى فإنك تصبح تمامًا مثل الشيء الذي ترغب فيه وفقًا لقانون الجذب وينطبق ذلك على مختلف أنواع الرغبات بشرط أن تكون الرغبة قوية ومستمرة. ونستخلص مما سبق أن الرغبات تعد بمنزلة القوة المتحكممة في النتائج كلها. ويمكن تلخيص القانون السابق في العبارة الآتية:

«حدد رغباتك بدقة ووضح ثم ابدأ السعي نحو تحقيقها بكل ما أوتيت من قوة. واحرص على أن يكون عقلك دائماً في حالة يقظة، حيث يعد العقل الخامل بمنزلة السبب الرئيسي وراء فشل أشخاص عديدين من تحقيق أهدافهم. واحرص أيضاً على أن تكون رغباتك مستمرة».

وقبل أن تبدأ تطبيق قانون الرغبات، عليك أولاً أن تحدد رغباتك بدقة، وإذا لم تتمكن من تحديدها، ففي هذه الحالة يجب أن يكون هدفك الرئيسي أن تحصل على حياة واضحة ومتوازنة وأن تعرف تحديداً ما هو الأفضل بالنسبة إليك. وعندما تبدأ مرحلة تحديد الأهداف، ثق بقدراتك وإمكاناتك وتذكر أنك تتمتع

بقدرات كامنة أعظم من القدرات الظاهرة. وحدد رغباتك وفقاً للمنطق واحرص دائماً على أن تكون رغبات ذات قيمة. وقد تشعر أحياناً برغبة عارمة في الحصول على أشياء عظيمة، ولكن هل تساءلت يوماً ما إذا كان لديك ما تقدمه في المقابل؟ أو هل تستحق الحصول على هذا الشيء؟ لأنه ليس من العدل أن يحصل الشخص فقط على أشياء ذات قيمة، بل من العدل أن يكون جيداً بما يكفي حتى يعطي بقدر ما يتلقى. لذلك قبل أن ترغب في الحصول على أي شيء ذي قيمة، يجب أن تتساءل أولاً ماذا ستقدم في المقابل؟ ومن هنا نستنتج أنه إذا أراد الشخص الحصول على أي شيء ذي قيمة، يجب أن يكون لديه رغبة داخلية مماثلة في تغيير ذاته وتطويرها ليصبح جديرًا بهذا الشيء. فمثلاً إذا أردت شريكاً مثاليًا، يجب أن تبدأ تطوير كل الصفات التي تجعلك جديرًا به. وإذا أردت أن تعيش في بيئة مختلفة يجب أن تعمل أولاً على تطوير القوى والقدرات التي تمكنك من تغيير بيئتك الحالية. وإذا أردت منصباً أفضل في عملك، فيجب أن تصبح أكثر كفاءة لتصبح جديرًا بهذا المنصب. وإضافة إلى ذلك، يجب أن تكون الرغبات قوية ومستمرة، إذ إن الرغبات السطحية أو الضعيفة لا تتحقق في النهاية. وفي الحقيقة، لا تعني الرغبات القوية بذل مجهود ذهني شاق لأن

هذا من شأنه أن يستنفد طاقة الشخص بدلاً من استغلالها في تحقيق الرغبات والأهداف، وتكون الرغبة حقيقية فقط عندما تكون قوية وعميقة وموجهة نحو فعل محدد. ولتصبح رغباتك قوية، يجب أن تتمنى الشيء بكل جوارحك وأن تكون رغبة لا شعورية وواعية في الوقت ذاته، ولتصبح الرغبات لا شعورية أو لا واعية يجب أن يشترك العقل اللاواعي في عملية الرغبة، بمعنى أنه عندما يبدأ الشخص تمنى أي شيء، يجب أن يفكر فيه من خلال العقل اللاواعي وأن يجمع بين أفكار العقل اللاواعي وبين تلك الرغبة، وأن يشعر بتلك الرغبة بعمق، لأن الأفعال العقلية العميقة والصادقة تتحول إلى أفعال لا واعية بعد فترة.

لذلك، إذا أردت تحقيق مزيد من النجاح في عملك، ففكر في القدرات والمهارات التي تمكنك من فعل ذلك، فمثلاً إذا كنت رجل أعمال تتمثل رغباتك في تحقيق إنجازات في العمل، عليك أولاً التفكير في قدراتك ومهاراتك التجارية والعمل على تطويرها. وإذا كنت عازفاً، فيجب حينها أن تفكر في قدراتك ومهاراتك الموسيقية إذا أردت تحقيق نجاحات أعظم. ولا تياس إذا تعثرت في تحديد القدرات التي تمكنك من تحقيق رغباتك، لأنه إذا كانت الرغبة قوية ومستمرة ستجد طريقها من تلقاء نفسها لتصبح حقيقة.

وفي الواقع، عندما يتمكن الشخص من فهم طبيعة الرغبات،
يكتشف حينها السبب الرئيسي لجميع الإخفاقات والإنجازات
البشرية، ويدرك أيضاً أن أي شخص يمكنه تحقيق أيٍّ من
رغباته، بغض النظر عن ظروفه الحالية، إذا كانت الرغبة قوية
ومستمرة وعميقة.

الفصل الحادي عشر

التركيز وقوة المؤثرات الخارجية

«يشير مصطلح المؤثرات الخارجية إلى الظاهرة النفسية التي تتأثر فيها أفكار الشخص أو مشاعره أو سلوكياته بالإشارات أو المؤثرات الخارجية دون وعي منه».

دائماً ما يعيش الشخص المتفائل تحت سماء صافية في حين يعيش المتشائم تحت سماء ملآنة بالضباب. وعادة ما يتسم المتشائم بالتردد مما يؤدي إلى ضياع الفرص المناسبة، إلا أن الشخص المتفائل يستغل كل الفرص المتاحة ويحاول دائماً أن يكون أقوى من الشدائد والعقبات وتحقيق هدفه في النهاية. ودائماً ما يكبح الشخص المتشائم طاقاته ويركز انتباهه فقط على الفشل وعلى كل ما هو سلبي، بينما يوجه الشخص المتفائل كل أفكاره وقواه نحو النجاح ويعزز من قدراته بصورة مستمرة. وقد يقضي الشخص المتشائم حياته بأكملها في انتظار الفرصة المثالية أو التوقيت المناسب، أما المتفائل فيخلق الفرص بنفسه ولنفسه.

وإن الشخص المتشائم، إذا جاز التعبير، يصب الماء البارد على نيران قدراته، بينما يزودها الشخص المتفائل بالوقود.

وعلاوة على ذلك، يعطل الشخص المتشائم سير كل شيء، أما المتفائل فيمنح الحياة لكل شيء ويدفعه إلى الأمام، حيث يعد الشخص المتفائل بمنزلة قوة بناء بينما يعد المتشائم بمنزلة العقبة الرئيسية في طريق التقدم والنجاح.

وفي الحقيقة، فإن الغرض الرئيسي من التركيز يتمثل في توجيه كل القوى العقلية والشخصية البسيطة نحو هدف محدد ويمكن تسمية التركيز بمفتاح النجاح والإنجاز.

ولقد توصلنا خلال الفصول السابقة إلى أن السبب الرئيسي للفشل يتمثل في تشتت القوى في حين يعد تركيز القوى نحو شيء أو هدف محدد بمنزلة المسبب الرئيسي للنجاح. ولا يعني ذلك أن التركيز هو العامل الوحيد للنجاح، ولكنه من أهم أسباب النجاح، لأنه إذا ركز الشخص كل أفكاره وقواه نحو هدف محدد، فإنه بذلك يدفع العقل بأكمله نحو العمل على تحقيق هذا الهدف.

ويمكن توضيح أهمية التركيز من خلال المثال الآتي:

هناك ماكينة مكونة من عشرة إطارات داخلية، كل إطار متصل بأنبوب، ومهمة هذه الأنابيب نقل البخار. وبالتالي

يمر البخار خلال عشر قنوات متفرعة، إذا وُصِّل المحرك بأحد هذه الأنابيب، سوف يستقبل واحداً من عشرة من نسبة البخار ككل في حين تُهدَر البقية. ويمكن تشبيه العقل البشري بهذه الماكينة، حيث تُولَّد طاقة مهولة داخل العقل ولكنها تمر خلال عشرات القنوات، مما يؤدي إلى إضعاف هذه القوة وإهدارها.

لذلك إذا أردت تركيز كامل قوتك وتوجيهها نحو هدف معين، عليك إغلاق كل القنوات الأخرى.

وفي الحقيقة، لا يمكن للشخص تطوير قدرته على التركيز من خلال تركيز أفكاره أو انتباهه نحو شيء خارجي أو سطحي، لأن التركيز الحقيقي يكون ذاتياً وينبع من أعماق منطقة في العقل البشري. فمثلاً إذا وجهت تركيزك نحو شيء خارجي (مثل نقطة على الحائط)، فإنك بذلك تبتعد عن مجال التفكير الحقيقي وتكون أفكارك سطحية. ومن ثم فإن الأفكار التي توجه العقل نحو أي شيء خارجي أو سطحي تؤدي إلى إضعاف العقل وجعله أكثر سطحية، وفي هذه الحالة تكون الأفعال العقلية العميقة اللازمة للتركيز مستحيلة.

لذلك إذا أردت تطوير مهارة التركيز، فإنه من الضروري تطبيق الخطوتين الرئيسيتين للتركيز، تتمثل الخطوة الأولى في

تدريب العقل للتصرف تبعًا للمجال النفسي العميق، أي تحويل كل الأفكار والمشاعر والرغبات لتصبح أعمق وأقوى. وباختصار، إذا أردت توجيه تركيزك نحو هدف معين، حاول أن تكون أفكارك أعمق وأدق، وكلما كانت أفكارك أكثر عمقًا زاد تركيزك.

وتتمثل الخطوة الثانية للتركيز الفعال في اهتمام الشخص بالشئ أو الهدف الذي يوجه تركيزه نحوه؛ إذ إن أي شئ يهتم به الشخص، يتوجه تركيزه نحوه تلقائيًا. ولتصل إلى أعلى مستويات التركيز، يجب عليك اتباع هاتين الطريقتين معًا.

وفي أثناء اتباعك لهذه الخطوات، احرص على إيجاد شئ مثير للاهتمام؛ حينها يكون التركيز في أعلى مستوياته.

ولقد توصل كثير من علماء النفس المعاصرين إلى أن الإنسان يتمتع بقوة مهولة تمكنه من إنجاز أي شئ يخطط له، بشرط توظيف هذه القوة بطريقة بناءة وتوجيهها في اتجاه محدد. لذلك، إذا جمع الشخص بين التفكير العلمي والتركيز، لن تقف أمامه أي عقبة تمنعه من تحقيق أهدافه.

ويسهم الفهم التام للمؤثرات الخارجية في توظيف قوى العقل والفكر بطريقة صحيحة، ويحدث ذلك عندما ندرك أن أي ظرف أو فكرة أو شعور أو مشكلة، لا بد وأن تشير إلى شئ معين. ويمكن وصف هذه الإشارات أو المؤثرات بأنها أي

فكرة تحضر في الذهن أو أي شعور تابع لهذه الأفكار، فمثلاً إذا كان عقلك في حالة إيجابية، وتسملت بعض الأفكار السلبية إليه، حينها يكون العقل تحت هيمنة قوة المؤثرات الخارجية. ومن ثم فإن المؤثرات الخارجية، هي أي أفكار أو مشاعر متضاربة تتسلل إلى العقل وتحاول التشويش على الأفكار والمشاعر الحالية. لذلك من الضروري أن نفهم طبيعة تلك المؤثرات الخارجية، حتى نتمكن من استغلالها لصالحنا والتخلص من المؤثرات السلبية.

وفي الواقع، يتلقى البشر مختلف أنواع المؤثرات الخارجية (الإيجابية والسلبية) يوميًا، وعادة ما يستجيبون لها. ولذلك يحدث التلاعب بمعظم الأشخاص من قبل هذه المؤثرات الخارجية التي تصدر من البيئة المحيطة. وهناك قلة قليلة فقط ممن يتمكنون من التفريق بين المؤثرات البناءة والهدامة.

وهناك طريقة فعالة للتفريق بين أنواع المؤثرات الخارجية وهي:

عندما تحضر بعض المؤثرات الخارجية إلى ذهنك، وجّه تركيزك نحو فكرة أو حالة ذهنية مضادة. أو بعبارة أخرى، عندما تحاول المؤثرات المعاكسة إقناعك بما لا تريده، واصل التركيز على أهدافك ورغباتك الحقيقية. وبذلك تصبح قوياً بما يكفي لمواجهة المؤثرات الخارجية الهدامة.

وإذا أردت تجنب المؤثرات الخارجية السلبية، املاً عقلك دائماً بالأفكار الإيجابية حتى لا يكون هناك مجال لأي مؤثرات خارجية، واحرص أيضاً على أن تكون مشاعرك إيجابية وبناءة، وبهذه الطريقة لن تتمكن أي أفكار سلبية أو مؤثرات خارجية من الوصول إلى عقلك الباطن والتأثير فيك.

وعادة ما تكون المؤثرات الخارجية غير فعالة وليس لها تأثير حقيقي، وتكون فعالة فقط عندما يستغل الشخص القوة الخفية لتلك المؤثرات، إذ إن المؤثرات الخارجية تخضع لقوة خفية، وتتمثل تلك القوة في الأفكار التي تتضمنها تلك المؤثرات.

ولتوضيح ما سبق، نفترض أن هناك شخصاً ما يفترض أنه يتمتع بصحة جيدة، في الواقع يعد هذا الافتراض بمنزلة وسيلة لتوصيل فكرة الصحة بصورة عامة، ولكن إذا لم يكن العقل على اتصال مباشر بالقوة الخفية لهذا الافتراض، لن تصل هذه الفكرة إلى مجال العقل الباطن.

وعلى الجانب الآخر، إذا تمكن الشخص من الشعور بهذه الفكرة بعمق، فإنها تصل إلى مجال العقل الباطن، وبالتالي يكون على اتصال ذهني بقوة هذا الافتراض.

فمثلاً إذا فكرت في الصحة، سيبدأ عقلك تلقائياً الاستجابة وتبدأ علامات الصحة الظهور. وإذا فكرت في السعادة بكامل وعيك، ستبدأ الشعور بالسعادة.

وتتضح الفكرة نفسها عندما يتحدث الشخص عن موضوع معين، فإذا كان وصفه عن هذا الموضوع سطحيًا، فإنه بالتالي لن يجذب انتباه أحد، أما إذا تضمن وصفه الجوانب العميقة لهذا الموضوع، فإنه بذلك يجذب انتباه الجميع.

ومن هنا نستنتج أن هناك قوة خفية وراء كل شيء في الحياة، وتحرك كل أفعال العقل من خلال هذه القوة.

وفي الحقيقة، تفقد الأفكار قوتها عندما يهتم الشخص بغلافها الخارجي فقط، لذلك من الضروري الاهتمام بالجانب الأعمق للأفكار حتى تحدث النتائج المنشودة. ولذلك تفشل كل الأفكار أو المؤثرات السطحية، لأنها تكون فارغة تمامًا وليس لها أي قيمة حقيقية، وتصبح الأفكار والمؤثرات فعالة وبناءة فقط عندما تكون عميقة وذات قيمة.

الفصل الثاني عشر

تعزيز قوة الإرادة

قل لنفسك دائماً:

«سوف أصبح يوماً ما أريد وأحقق جميع أهدافي، ولن أهتم إلا بكل ما هو إيجابي وبناء فقط، ولن أرى إلا الجانب المشرق من الحياة، وعندما تحاربني المحن والأزمات وتحاول هزيمتي، سأواجهها بكل عزيمة وثبات. وسأواصل السعي وراء الحرية والحقيقة المطلقة والرفاهية. سيكون حديثي بمنزلة مصدر الإلهام والسعادة للآخرين وسيكون تمهيد الطريق للأجيال القادمة بمنزلة هدي في الرئيسي في الحياة».

وفي الحقيقة، لا يمكن استغلال أي قوة بشرية إلا بعد توجيهها بشكل صحيح، وبما أن الإرادة تعد بمنزلة القوة البشرية الوحيدة التي لديها القدرة على التحكم أو التوجيه، فإن تعزيز قوة الإرادة وفهم طبيعتها وإيجاد الطريقة المثلى

لتوظيفها يصبح أمراً ضرورياً إذا أراد الشخص استغلال جميع قواه بصورة فعالة.

وقد يكون من الصعب تعريف الإرادة تعريفاً مطلقاً، ولكننا سنضع تعريفاً مبسطاً بشأن طبيعتها العامة ووظائفها. وكما ذكرنا سابقاً فإن «الأنا» تعد بمنزلة القوة المتحكمة في البشر، ويمكن أن نضيف على ذلك أن قوة الإرادة تعد بمنزلة النتيجة الأساسية من تحكم الأنا. وباختصار فإن قوة الإرادة تنتج من تحكم «الأنا» في أي فعل أو سلوك وتوجيهه.

ويمكن تلخيص أنواع الإرادة كالتالي:

- إرادة المبادرة.
- إرادة التوجيه والتحكم.
- إرادة التفكير والتخيل والتمني.
- إرادة التصرف.
- إرادة إنتاج الأفكار والتعبير عنها.
- إرادة عمل أي عمل من أجل تحقيق الأهداف.
- إرادة توظيف قدرات العقل المختلفة وقواه.
- إرادة تطوير المواهب.

وفي الحقيقة، قد يتجاهل بعض الناس الوظيفة الأخيرة، لكنها الأهم على الإطلاق. فمثلاً لنفترض أنك تتمتع بمجموعة من القدرات والمهارات، ولكنك لا تعمل على تطويرها أو استغلالها، فكيف يمكن لهذه القدرات والمهارات أن تبدأ العمل الفعلي؟ في الحقيقة لن تعمل أيُّ من هذه القدرات إلا إذا دفعتها قوة الإرادة على ذلك.

ومن هنا نستنتج أن الإرادة الضعيفة لا تتمكن من تحفيز القوى والقدرات ودفعهما إلى العمل وبالتالي تكون النتيجة غير مرضية. أما الإرادة القوية فتحفز القدرات والقوى وتدفعهما إلى العمل على تحقيق الأهداف.

وباختصار، عندما تدعم الإرادة كل القوى والقدرات، تتضاعف كفاءتها تلقائياً. ومن هنا ندرك أهمية الإرادة القوية، ليس فقط في تعزيز القدرات والقوى التي تتمتع بها، ولكن أيضاً في تعزيز القدرات العقلية والشخصية.

ومن الضروري معرفة الفرق بين الإرادة القوية والإرادة المهيمنة، لأن الإرادة القوية لا تكون مهيمنة أو قاهرة؛ إذ إن الإرادة المهيمنة ما هي إلا إرادة ضعيفة لا تتمكن من الاستمرار بشكل ثابت فترة طويلة، أما الإرادة القوية فهي عميقة ومستمرة لأنها تدفع كل القدرات والقوى على العمل.

ولذلك فإن قوة الإرادة تعد بمنزلة قوة مشتعلة بداخل الشخص تمكنه من فعل أي شيء، أما ضعف الإرادة فيسلب الشخص القدرة على اتخاذ خطوة واحدة للأمام. وتعد قوة الإرادة بمنزلة العامل الرئيسي للنجاح والتفوق على مر العصور. وبالتالي فإن الوصول إلى أعلى مستويات العبقرية والكفاءة في أي مجال، يتطلب إرادة قوية في المقام الأول. ولكن تذكر دائماً أن الإرادة وحدها لا تكفي، لأن الشخص قد يتمتع بإرادة قوية ولكن في الوقت ذاته لا يتمكن من توظيفها بطريقة صحيحة. لذلك إذا وجهت إرادتك نحو الهدف المنشود، ستزيد كفاءتك بنسبة كبيرة.

وفي حقيقة الأمر، فإن القدرات والمهارات الخفية (التي لم يتمكن الشخص من اكتشافها بعد) تفوق القدرات والمهارات الحالية، لأن الإنسان عادة ما يستغل جزءاً ضئيلاً فقط من قدراته بينما يهمل الجزء الآخر منها بسبب ضعف إرادته.

وهناك حالة أخرى مشابهة، يتمتع فيها الشخص بإرادة قوية ولكن في الوقت ذاته تكون أهدافه محدودة، بمعنى أن الشخص في هذه الحالة يملك إرادة التفكير ولكنه لا يملك إرادة التنفيذ. هناك أشخاص عديدون ممن يخططون لأهدافهم ولا يتوصلون إلى أي نتيجة، لأنهم لا يملكون الإرادة الكافية للتنفيذ. وينطبق ذلك على نواحي الحياة كافة.

ومما سبق نستنتج أن الغالبية العظمى من الأشخاص تتمتع بإرادة ضعيفة وهناك عدة مسببات لضعف الإرادة، ويأتي «الإدمان» في المرتبة الأولى، إذ إن الإدمان لا يُضعف إرادة شخص واحد فقط، بل يؤثر في الأبناء والأحفاد، وبالتالي فإن تأثيره يمتد إلى جيل كامل.

وتوصلت الدراسات والأبحاث إلى أن الإدمان وخاصة «إدمان الكحوليات» يعد من أهم مسببات ضعف الإرادة البشرية عبر العصور، لذلك يعد الإدمان بمنزلة «إرث مدمر». وعلى الرغم من ذلك فإن الإنسان قادر على تغيير أي شيء موروث بسهولة إذا وُجدت الإرادة.

ومما سبق نستنتج أن البشر قد توارثوا الإرادة الضعيفة عبر العصور، وهذا يفسر ندرة وجود العقول اللامعة في عالمنا الحالي. ومن الممكن أن تجد أشخاصًا متفوقين يتمتعون بإرادة صلبة ولكنهم في الحقيقة مجرد أتباع لغيرهم؛ فيتبعون خطى القادة والعلماء بشكل أعمى. وهذا ينافي الهدف السامي للطبيعة البشرية الذي ينص على ضرورة تمتع البشر بإرادة حرة مستقلة.

وفي الواقع، يعد الإدمان بمنزلة أهم مسببات ضعف الإرادة وأقواها، لأن الإدمان يعني سماح الشخص لشيء خارجي أو

قوة خارجية بالتحكم في كل أفكاره ومشاعره ورغباته وأهدافه، مما يؤثر في قوة الإرادة.

وفي الحقيقة، عندما يسمح الشخص لأي شيء خارجي بالتحكم في مشاعره وأفكاره فترة طويلة، يبدأ نظامه بالكامل الخضوع لسيطرة هذا الشيء وبالتالي لن يستجيب إلى أي إشارة من الإرادة بهدف استرجاع قوتها مرة أخرى. ومن هنا ندرك سبب ندرة العظماء والمتفوقين في عالمنا الحالي وندرك أيضاً السبب الحقيقي وراء سقوط أعظم الدول على مر العصور. لأنه بالنظر إلى التاريخ البشري، سنجد أن كل الدول العظيمة بدأت الانهيار فور بلوغها أقصى درجات السيادة والازدهار. وعادة ما كان يسبق هذا الانهيار تراجع ملحوظ في أعداد العظماء والمؤثرين.

وللحفاظ على ازدهار أي حضارة أو دولة، يجب توافر أشخاص عظماء وعقول لامعة للحفاظ على توازن القوى. ولذلك إذا أرادت أي دولة النهوض والازدهار يجب الاهتمام أولاً بالعقول اللامعة. ومن هنا نستنتج العوامل الأساسية لتقدم الدول ورفقي الحضارات.

وفي حقيقة الأمر، هناك سبب آخر لضعف الإرادة البشرية، يمكن تسميته بالإفراط النفسي أو العاطفي. وأنه لأمر مؤسف

أن يقع الشخص تحت قبضة التأثيرات النفسية وأن يسمح بأن يحدث التلاعب بعقله من قبل القوى النفسية السلبية. وقد حدث ذلك في كل العصور، ولكن انتشر أكثر خلال القرن الماضي. ويعد ذلك من أسوأ الصفات المدمرة للإرادة البشرية التي توارثتها الأجيال عبر العصور.

ولكن تذكر دائماً أنك تتمتع بقوة لا مثيل لها تتمكنك من تغيير أي شيء موروث والتخلص منه واستبدال شيء آخر به. وفي الواقع، عندما يسمح الشخص لأي قوة مجهولة أو أي مؤثرات خارجية بالسيطرة على جزء من عقله وأفكاره ووعيه، فإنه بذلك يسلب الإرادة قواها ويدمرها.

وبالتالي فإن أي شخص يقع ضحية الإفراط النفسي، فإنه يفتقر إلى ضبط النفس. وعادة ما يتصف هؤلاء الأشخاص بالحساسية المفرطة وضعف الشخصية وانحدار المعايير الأخلاقية.

ولذلك فإننا نختار بين الاستسلام للمؤثرات الخارجية (المرئية أو غير المرئية) أو مواصلة السعي لتحقيق السيطرة التامة على كل القوى والقدرات التي نتمتع بها. وفي الحقيقة، لا يمكن لأي شخص أن يتحكم في ذاته تمام التحكم ما دام يسمح لأي شيء خارجي بالسيطرة عليه. ويعد الشخص الذي يقع ضحية الإفراط العاطفي خير مثال على ذلك، لأنه يسمح للعواطف

بالسيطرة عليه بدلاً من الإرادة، وبالتالي يفشل في استغلال أيّ من قواه التي يتمتع بها وتوظيفها بشكل صحيح.

أما إذا أراد الشخص تحديد مصيره بكامل إرادته، يجب أن يتمتع أولاً بالقدرة على تحديد أفكاره وأفعاله بدقة ووضوح. ولن يحدث ذلك إلا إذا كانت إرادته قوية وتتحكم في أفكاره ورغباته بشكل تام.

وبعد الإفراط العاطفي سبباً رئيسياً من أسباب ضعف الإرادة البشرية، ويتمثل الإفراط العاطفي في إفساح المجال لأيّ مشاعر غير منضبطة أو سلبية، إذ إن الاستسلام لمشاعر الغضب أو الكراهية أو الحزن أو الإحباط أو اليأس أو أي شعور سلبي آخر ما هو إلا إضعاف لقوة الإرادة. ومن ثم فإن أي شعور يتحكم في الشخص، يضعف من قوة الإرادة، فمثلاً كلما سمحت لنفسك بالغضب، ضعفت الإرادة. وأيضاً كلما سمحت لمشاعر الحزن بالسيطرة عليك، ضعفت الإرادة، لأنك بذلك تسمح للمشاعر السلبية الهدامة بالسيطرة عليك. وبالتالي يجب تجنب الإفراط العاطفي وعدم السماح لأي شعور سلبي بالتحكم في الذات. وبالطبع هذا لا يعني تجاهل الشخص لمشاعره، حيث تعد العاطفة من أهم العوامل في حياة الإنسان وأقيمها ومن الضروري الاهتمام بها في كل الظروف، ولكن بشرط ألا تكون

متحكمة في العقل والأفكار.

فقد يتأمل الشخص لوحة جميلة فيغرق في جمالها، أو يستمع إلى موسيقى استثنائية فيأسره سحرها، لذلك من الممكن أن يتمتع الشخص بكل أنواع المشاعر بشرط أن يسيطر على هذه المشاعر بشكل واع. فمثلاً إذا شعرت بلمسة من المشاعر السامية بداخلك، حاول توجيه قوة تلك المشاعر نحو شيء أعمق وأرقى، وتخلص بهذه الطريقة من سيطرة المشاعر وتتمكن من معيشة كل أنواع المشاعر بحرية.

وفي الحقيقة يوجد سبب آخر رئيسي لضعف الإرادة، يمكن تسميته بالتبعية العقلية، بمعنى إضعاف قوة الإرادة من خلال الاعتماد على شخص آخر والسماح له بالتحكم في أفعالك، وفي هذه الحالة تكون الإرادة في حالة خمول وجمود. ولا يمكن لأي شيء حامل أن يتطور، ولكن يستمر في التدهور تدريجياً حتى يخفي تماماً. ومن هنا ندرك سبب انسياق آلاف الأشخاص وراء إرادة من حولهم ليس فقط فيما يخص أمور الدين، ولكن في كل نواحي الحياة، لذلك احذر من الانسياق الأعمى وراء أي شخص مهما كانت الظروف. لأننا خلقنا لنستغل القوى والمواهب التي وهبها الله لنا سواء كانت قوى شخصية أو عقلية، وليس للانسياق وراء الأشخاص أو الأفكار.

لذلك، لا تسمح لأحد بأن يتحكم في إرادتك الحرة مهما كانت الظروف، لأنه لا يمكن لأي شخص أن يستغل قواه الإبداعية ما دام يعيش تابعاً لغيره. لذلك تعد الشخصية المتطورة والكفاءة العلمية في الحياة من العوامل الأساسية لقوة الشخص. ومما سبق نستنتج أنه إذا أردت أن تكون شخصاً عظيماً وذا قيمة، يجب أن تتخلص أولاً من أي شيء من شأنه إضعاف العقل البشري. وهناك سبب آخر من أسباب ضعف الإرادة وهو الإفراط في إشباع أي رغبة، لأن الإفراط في إشباع أي رغبة (جسدية/ عقلية) ما هو إلا إضعاف لقوة الإرادة. لذلك احرص دائماً على أن تكون المتحكم الوحيد في ذاتك وأفكارك وأفعالك ولا تأخذ إلا ما هو ضروري ومطلوب، حيث يعد الاعتدال بمنزلة الطريق المثالي لحياة متوازنة ومتكافئة. لأن الإفراط في أي شيء حتى ولو كان شيئاً جيداً وبناءً، يؤدي إلى نتائج غير مرغوبة. وفي الحقيقة، فإن لضعف الإرادة تأثيرات سلبية لا تعد ولا تحصى، وفيما يلي سنناقش اثنين من أهم هذه التأثيرات وأخطرها وهما:

أولاً: عندما تصبح الإرادة ضعيفة، يعجز الشخص عن مقاومة الإغراءات والمؤثرات الخارجية وبالتالي يصبح الانهيار الأخلاقي أمراً لا مفر منه، وعلاوة على ذلك فإن ضعف

الإرادة ينتج عنه الفشل في إنجاز أي عمل أو أي شيء ذي قيمة حقيقية في الحياة.

ثانيًا: تسبب ضعف الإرادة في ضعف الأفعال العقلية، لأنه عندما تكون الإرادة ضعيفة، يتمكن الشخص من استغلال جزء ضئيل فقط من قدراته، وهذا يفسر فشل كثير من الأشخاص الذين يتمتعون بقدرات وقوى عظيمة ولكن في الوقت ذاته لا يملكون الإرادة الكافية لتوظيف هذه القدرات. ويمكن لمثل هؤلاء الأشخاص النجاح فقط في حالة تعزيز قوة الإرادة، حيث تعد الإرادة بمنزلة القوة الوحيدة التي تحفز كل القوى والقدرات الخاملة والوصول بها إلى أعلى مستويات الكفاءة.

وفي أثناء عملية تقوية الإرادة، يجب أولاً فهم طبيعة الإرادة البشرية ووظائفها الفعلية ثم تطبيق هذه الوظائف، وحاول في هذه المرحلة تجنب أي شيء من شأنه إضعاف قوة الإرادة واسع جاهدًا لتعزيز قوة الإرادة بكل الطرق ولا تستسلم أمام أي رغبة أو شعور واملأ عقلك دائماً بكل الرغبات والأفكار والمشاعر الإيجابية البناءة وحاول أيضاً السيطرة على مشاعرك وأفكارك وتوجيهها بشكل صحيح لإحداث النتائج المنشودة. وحاول دائماً أن توجه الإرادة بشكل صحيح لتحفز قدراتك وتوجهها نحو العمل على الأهداف المنشودة.

وإذا اتبعت كل الخطوات السابقة، ستزداد قوة الإرادة تدريجيًا.

وإذا شعرت بوجود رغبة سلبية وأردت التخلص منها، وجّه انتباهك نحو رغبة أخرى إيجابية. ففي الحقيقة، يهدر الشخص العادي أكثر من نصف طاقته لإشباع الرغبات التي لا قيمة لها والتي لا يكون لديه رغبة حقيقية في تنفيذها. لذلك من الضروري تحديد الرغبات بعناية قبل بدء تنفيذها، وإذا وجدت أنها رغبات غير ضرورية أو سلبية وجّه كامل انتباهك نحو رغبة أخرى إيجابية.

وباختصار، يجب إعادة توجيه أي فعل عقلي، سواء كان أفكارًا أو رغبات أو تخيلات بمساعدة قوة الإرادة. لذلك من الضروري أن يعمل كامل عقلك في أثناء عملية التفكير وأن تتصرف بكل حواسك، أو بعبارة أخرى، ضع روحك وحواسك كلها في أي شيء تشعر به أو تفعله، لأن ذلك من شأنه تعزيز قوة الإرادة.

حاول أيضًا أن تجعل كل الأفعال العقلية عميقة وذات قيمة ولا تفكر أبدًا بطريقة سطحية. ويكمن الفارق الوحيد بين الإرادة السطحية والإرادة القوية في التجارب اليومية؛ فمثلاً إذا كان من السهل إحباطك وتثبيط عزيمتك وتبني وجهة نظر أخرى بسهولة، فإن إرادتك في هذه الحالة إرادة سطحية، أما إذا

كانت نواياك عميقة ومتأصلة بداخل عقلك اللاواعي، حينها لا يمكن لأي شيء مهما كان أن يحبط نواياك. وفي هذه الحالة تكون إرادتك قوية.

وباختصار فإنه كلما كانت الإرادة ضعيفة، كان من السهل إحباط صاحبها، ولكن إذا كانت الإرادة قوية، كان من المستحيل إحباط صاحبها أو تأثره بوجهات نظر الآخرين، لأنه في هذه الحالة يكون الشخص الوحيد المتحكم في عقله ولا يسمح للمؤثرات الخارجية بالتأثير فيه.

الفصل الثالث عشر

كيفية بناء عقل عظيم

من يريد أن يصبح عظيماً، لا بد أن تكون حياته عظيمة أولاً. وفي الحقيقة، فإن السعادة تضيف الحياة والقوة والقيمة لكل من مواهب الشخص وقواه بصورة كبيرة. لذلك من الضروري أن تكون كل لحظة في حياة الإنسان مملأة بالسعادة. وتذكر دائماً أنه بإمكانك تحقيق مزيد من النجاحات والإنجازات إذا تمكنت من استغلال كل قواك ومواهبك. ومن الضروري أيضاً تعلم كيفية توظيف هذه القدرات على الحياة اليومية للاستفادة منها بأكبر قدر ممكن. ولا تقف في انتظار الفرصة المناسبة، بل اعمل على تطوير ذاتك واخلق الفرص المناسبة بنفسك.

وفي الحقيقة، فإن العقل العظيم لا يعد بمنزلة شيء أو صفة موروثة، بل يمكن تطويره واكتسابه من الحياة والأفكار والأفعال بشرط فهم فن بناء العقل وتطبيقه بطريقة صحيحة. فقد يتمتع الشخص بعقل محدود على الرغم من تمتع أسلافه بعقول عظيمة.

وفي الواقع، يمكن لأي شخص أن يصبح عظيماً إذا اتبع مبادئ بناء العقل العظيم وطبقها بطريقة صحيحة. ولكن هناك عقبتين يجب التخلص منهما قبل بدء عملية بناء عقل عظيم وهما:

العقبة الأولى وتتمثل في اعتقاد الشخص بأنه لا يمكنه التخلص من الصفات الموروثة أو تطويرها، وأنه لن يصبح عظيماً لأن أسلافه لم يكونوا عظماء، وبذلك فإنه يقلل من شأن قدراته وقواه الشخصية. وعلى الجانب الآخر، فإن الشخص الذي يؤمن أنه سيصبح شخصاً عظيماً فقط لأن أسلافه كانوا عظماء، يصاب بخيبة أمل كبيرة عندما لا يحدث ذلك، لأنه في هذه الحالة لا يعتمد على ذاته ولا على قدراته ولا يحاول تطويرها لتحقيق أي من أهدافه.

وفي الحقيقة، يمكن لعامل الوراثة أن ينجح فقط عندما يقترن بالطموح والطاقة والمغامرة، ولكن في حال اعتماد الشخص على عامل الوراثة وحده، دون بذل الجهد، لن يجد أي نتائج مرضية في النهاية. بمعنى أنه يجب استغلال الصفات الجيدة الموروثة وتطويرها وتوظيفها بشكل مناسب. لأن النجاح لا يتحقق نتيجة أفعال أسلافنا، ولكن يتحقق نتيجة أفعالنا الحالية. لذلك لا يهم ما إذا كان أسلافك عظماء وناجحين أم

لا، ولكن ما يهم حقاً هو العمل على تطوير قدراتك وقواك ومواهبك. أما إذا ورثت بعض الصفات غير المرغوبة، فتذكر دائماً أنها ما هي إلا قوة عظيمة ولكنها موجهة بشكل خاطئ، ويمكنك إعادة توجيهها بشكل صحيح.

وأيضاً هناك كثير ممن يعتقدون أن النجاح شيء بعيد المنال لأن أسلافهم لم يكونوا عظماء، على الرغم من تمتعهم بصفات عظيمة ومواهب رائعة. ولكن إذا كان الإنسان يكتسب مواهبه وقدراته من أسلافه بالفعل، فمن أين حصل أول شخص على وجه الأرض على صفاته وقدراته ومواهبه؟

في الحقيقة، لا يوجد دليل علمي على توارث الصفات والقدرات. ويمكن أن نجد أشخاصاً عديدين يتمتعون بعقول لامعة وقدرات عظيمة، ولكنهم لم يتمكنوا من النجاح، وذلك بسبب إيمانهم التام بهذه النظرية المغلوطة. لذلك فإن الإيمان بهذه النظرية يدمر قدرات الشخص وقواه، وبالتالي لن يتمكن من تحقيق أي شيء ويبقى دائماً كما هو، ولكن إذا أدرك أنه قادر على استغلال كل قواه وتوظيفها بشكل مناسب، يمكنه تحقيق أي شيء يريده.

وفي عالمنا الحالي، يشترط أغلب المفكرين توافر بعض القوى والقدرات والمواهب الاستثنائية حتى يصبح الشخص عظيماً وناجحاً.

ومن هنا تأتي العقبة الثانية لبناء عقل عظيم، ويجب التخلص من هذه العقبة إذا أردت التطور والتقدم. لأن الاعتقاد بأن الشخص العادي لا يتمتع بأي شيء مميز داخله، يعد بمنزلة المسبب الرئيسي للدونية والنقص والخلل العقلي في العالم. إذ أثبت علم النفس الحديث عدم صحة هذه النظرية، وتمتص العقول البشرية كافة بالإمكانات والقدرات نفسها، ويتمثل الفرق الوحيد بين العقل العظيم والسطحي في قدرة الشخص على تعزيز تلك القدرات وتوجيهها نحو فعل مناسب، إذ إن العقل السطحي يقيي الإمكانات والقدرات كما هي في حالة خمول. لذلك فإن هذه النظرية تتنافى مع مبدأ الوجود البشري، لأنه شرط أساسي من شروط الوجود أن يملك الشخص داخله ما يملكه غيره، فقد يبدو عقله سطحيًا وقد لا تكون إمكاناته وقواه في حالة نشاط لكنها موجودة في مكان ما داخله في حالة خمول، وفي هذه الحالة يجب على الشخص تحفيزها وتطويرها.

لذلك إذا أخبرنا كل طفل أنه يتمتع بإمكانات وقوى لا حدود لها داخل عقله اللاواعي وأنه يستطيع من خلال التطوير العلمي لتلك الإمكانات أن يصبح شخصًا عظيمًا، فإننا بذلك قد نكون وضعنا حجر الأساس لأعظم عرق بشري على الإطلاق.

وبعد الانتهاء من مرحلة التخلص من العقبات والإيمان بقدراتك وإمكاناتك، فإنك بذلك تكون قد خطوت أول خطوة لبناء عقل عظيم. وهناك عنصران أساسيان في هذه المرحلة، وهما البراعة واتساع الأفق معاً، لأنه لا قيمة للعقل الذي يفتقد أي عنصر منهما.

وإذا أردت أن يكون عقلك واسع الأفق، يجب أن يتجه كل فعل عقلي نحو كل ما هو عظيم وسام. وفي الحقيقة، فإن المشاعر والرغبات التي تجعل العقل منغمساً تحد بدورها من نطاق العقل، لذلك يجب أن يكون نطاق كلٍّ من الحب والتعاطف والأهداف نطاقاً واسعاً وشاملاً، بمعنى أنه عندما يركز الشخص حبه على عدد محدود من الأشخاص، تكون أفعال العقل محدودة أيضاً. وينطبق ذلك على كلٍّ من التعاطف والأهداف. لذلك إذا أردت عقلاً عظيماً، يجب أن تدرب عقلك دائماً على أن تكون كلٌّ من الأفعال والمشاعر شاملة وواسعة الأفق، لأن القوى العقلية اللامحدودة تجعل العقل يفوق كل الحدود.

فمثلاً، عند النظر إلى الأفعال العقلية المتعلقة بالحب، نجد العديد من القوى الصادقة، ولكن يجب توظيفها بطريقة أوسع وأشمل حتى لا يكون أمامها أي قيود أو حدود في مجال العقل الواعي. وينطبق ذلك على مشاعر الحب بين الآباء والأبناء،

إذ يجب الآباء كل جوانب أبنائهم وليس الجوانب الظاهرية والسطحية فقط. وأيضاً فإن الأطفال يُحبون بهذه الطريقة الشاملة وغير المحدودة.

وباختصار، فإن مشاعر الحب يجب أن تكون شاملة وسامية، لا تهتم فقط بالجانب السطحي أو الظاهري، بل تهتم أيضاً بكل الجوانب العميقة والخفية.

وينطبق هذا القانون على مشاعر الحب تجاه أي شيء في الحياة، إذ يجب أن يكون الحب شاملاً ويتضمن الجوانب كافة. وينطبق أيضاً على الصداقة وعلى مشاعر التعاطف بين الأشخاص.

وفيما يخص الأهداف والدوافع، نجد أن كل فعل عقلي يحتل جزءاً محدوداً من العقل ويحاول دائماً الحفاظ على حدوده ومساحته الخاصة، ولكن إذا أراد الشخص بناء عقل عظيم يجب عليه التخلص من هذه العقلية المحدودة عن طريق تحويل جميع الأهداف والدوافع لتصبح شاملة وعميقة. لأنه عندما تكون الأفكار محدودة فإننا بذلك نضع القيود أمام العقل.

وإنه لأمر ضروري أن يكون لكل شخص هدف محدد في الحياة، ومن الضروري أيضاً ألا ينحصر هذا الهدف في شكل أو قالب معين، بل يجب أن يكون هذا الهدف شاملاً ولا حدود له، لأنه في هذه الحالة تبدأ كل القوى الإبداعية العمل على

تحقيق هذا العمل.

ويجب أيضاً تطبيق القانون ذاته على الرغبات، حيث تحدد الرغبات مصير الشخص. فمثلاً، إذا كانت الرغبات سطحية، ينهار كل شيء في حياة الشخص، أما إذا كانت الرغبات قوية وبناءة، يتطور كل شيء في حياة الشخص تدريجياً.

ومن أجل أن تصبح الرغبات أكثر شمولية، يجب أن يكون التطور بمنزلة الهدف الرئيسي لكل رغبة، لأن الرغبات التي لا تسهم في تطوير حياة الشخص وتوسيع نطاق عقله، تعد رغبات سلبية ومدمرة. لذلك إذا كان هدفك الرئيسي النمو والتطور، يجب أن تساهم كل أفعالك في تعزيز هذا النمو والتطور. وبما أن الأفعال تنتج من الرغبات، فإنه من الضروري أن تكون الرغبات إيجابية وبناءة. وعندما تُحَفِّز الرغبات وتُطَوِّر، تنشط كل القوى الإبداعية داخل العقل تدريجياً. ومن هنا نستنتج أنه عندما تُحَفِّز أفعال العقل جميعها وتوجّه نحو الهدف المنشود، يتسع مجالها تلقائياً. ويعد ذلك بمنزلة أول خطوة من خطوات بناء عقل عظيم. وتتمثل الخطوة الثانية في العبقرية العقلية، بمعنى أن تكون جميع الأفعال العقلية حقيقية وذات قيمة.

وفي الحقيقة، فإن شعاع العبقرية ينبع من العقل ذاته، وكلما زاد توهج هذا الشعاع، زادت قوة العبقرية والتميز والبصيرة

والموهبة والقدرة والإدراك. لذلك من الضروري توجيه قوى العقل كلها نحو كل ما هو عبقرى، والتخلص من كل الحالات العقلية التي تهتم بكل ما هو عديم القيمة وتافه. ويحدث ذلك من خلال التفكير في كل ما هو عظيم وذو قيمة. فمثلاً، يجب استبدال بكل أفعال العقل السلبية أفعال أخرى إيجابية وبناءة. وكلما ارتقت أفعال العقل، زاد العقل عبقرية وتوهجاً.

وفي الحقيقة، فإن النظام البشري ينتج كمية مهولة من القوى الإبداعية يومياً، وفي حالة استغلال الشخص لهذه القوى، تتضاعف قوة العقل وعبقرية الفكر تدريجياً، إذ إن العقل الذي يحركه رغبة قوية في التطور والنمو ويتمتع بقوى إبداعية عظيمة، يصل في النهاية إلى أعلى مستويات العبقرية والإبداع (في حالة تطبيق القوانين السابقة بطريقة صحيحة).

الفصل الرابع عشر

تأثير الشخصية في الأفعال

تحرر من الشكوى المستمرة والتذمر والحديث السلبي؛
تقضي هذه الصفات على السعادة التي خلقنا من أجل
الحصول عليها ومنحها للآخرين. لذلك هناك ثلاث خطوات
أساسية للعيش بسعادة وهي:

أولاً: تخلص من الحديث السلبي الهدام، واحرص دائماً على
أن يكون حديثك ممتلئاً بالإيجابية واللفظ، إذ يدل ذلك على
تمتعك بروح عظيمة.

ثانياً: تحرر من الشكوى المستمرة وتحدث برضا وسعادة،
لأنه كلما زادت شكواك، قلَّت قوتك وانعدمت الفرص المتاحة
أمامك، إضافة إلى خسارة الأصدقاء. لذلك من الضروري أن
تتحدث بنبرة رضا.

ثالثاً: تحرر من التذمر الدائم وحاول أن تكون سعيداً وراضياً مهما كانت الظروف، إذ إن الشكوى والتذمر الدائم ما هما إلا أعباء يحملها الشخص فوق عاتقه وتبعده عن طريق السعادة وتقربه من الفشل والمتاعب. إضافة إلى أن الشكوى تضلل الإنسان وتجعله لا يرى إلا الجوانب المظلمة. وكلما زادت الشكوى، زاد الفشل وقلت فرص الشخص في التمتع بحياته، لذلك عليك التحرر من الشكوى والتذمر بأسرع وقت ممكن. وفي حالة توجيه الشخص لأفعاله بطريقة صحيحة، تبدأ عناصر الحياة كافة العمل لصالحه وتبدأ إحداث التغييرات والنتائج المنشودة، أما في حالة توجيهها بصورة خاطئة، تكون النتيجة غير مرضية. ويعد ذلك بمنزلة السبب الرئيسي لكل المشكلات والصعوبات التي تواجه البشر؛ تحدث كل النتائج السلبية وغير المرغوبة بسبب سوء استغلال كل ما هو إيجابي وسوء وتوجيهه. لذلك إذا أردت التخلص من كل ما هو سلبي، عليك أولاً تعلم الطريقة المثالية لاستغلال جميع العناصر والقوى الإيجابية المتاحة أمامك.

وفي الحقيقة، فإن سوء استغلال هذه العناصر ينبع من الجهل وضعف الشخصية، إذ إن الشخص الذي لا يدرك قيمة العناصر والقوى التي يتمتع بها أو الموجودة في عالمه، يرتكب

أخطاء عديدة ويسيء استخدام كل القوى والمواهب، وفي هذه الحالة يجب الاستعانة بخبرات العلماء وتعليماتهم.

ومن هنا يتسلط الضوء على أهمية العقول العظيمة والواعية لرفاهية الجنس البشري بأكمله. وعلى الرغم من ذلك، فإن توجيهات العلماء وحدها لا تكفي، بل من الضروري أيضاً فهم قوانين الحياة وتطبيقها بطريقة صحيحة.

وفي الحقيقة، فإن الهدف الأساسي من أخذ المشورة من العلماء والعقول الالامعة يتمثل في تعزيز قوة العقول الضعيفة وبالتالي زيادة عدد العقول الالامعة والقوية في المجتمع ونقل الخبرات.

لذلك فمن الواجب على كل من يدرك قوانين الحياة، أن ينقل خبراته إلى غيره وأن يحذرهم من الصعوبات أو التحديات التي قد تواجههم. ويتطلب الأمر قدراً كبيراً من الوعي لاستيعاب هذه التوجيهات والنصائح وتطبيقها بشكل صحيح، لأن الشخص الذي لا يتمتع بدرجة عالية من الوعي، سوف يسوء استخدام جميع العناصر والقوى والفرص المتاحة والعكس بالعكس.

ومما سبق نستنتج أن الوعي الكافي يعد بمنزلة العلاج لكل المشكلات، لأنه عادة ما يخطئ الشخص بسبب محدودية معرفته وقلة وعيه. لذلك، يعد كل من الفهم والوعي بمنزلة الطريق الوحيد إلى التحرر، حيث يتحرر الشخص بمجرد

إدراكه للحقيقة. وعلى الرغم من ذلك، قد نجد شخصاً يتمتع بدرجة عالية من الوعي والمعرفة ولكن في الوقت ذاته يستمر في ارتكاب الأخطاء بسبب ضعف الشخصية. لذلك فإن ضعيف الشخصية هو الشخص الذي يفشل في تحقيق ما يريد، وينطبق الشيء ذاته عندما يدعي الشخص إيمانه بشيء ما، ولكنه في الحقيقة يفعل شيئاً آخر عكس ما يؤمن به تماماً، وفي هذه الحالة يكون الخلل في الشخصية، إذ إن الشخصية الضعيفة توجه كل القوى بشكل خاطئ.

لذلك فإنك تمتلك القوة على تحقيق أي شيء تريده وتشعر أنك قادر على تحقيقه. وبالتالي عندما تفشل في تحقيقه، يكون التوجيه الخاطئ للقوى هو السبب الرئيسي وراء هذا الفشل، مما يشير إلى خلل في الشخصية. وأيضاً عندما يكون الشخص سريع التأثير بالأحداث والظروف المحيطة، فإن ذلك يشير إلى ضعف أو خلل في الشخصية، إذ إن الشخصيات القوية لا تتأثر بأي شيء ضد إرادتهم ولا يعكس صفو ذهنهم أي شيء ولا يتمكن أي شخص من إهانتهم أو التقليل منهم.

وفي الحقيقة، فإن الشخص الذي يميل إلى الانتقاد والتقليل من غيره عادة ما يكون ضعيف الشخصية، إذ إنه كلما كانت الشخصية قوية، قلت الرغبة في الانتقاد. وأيضاً فإن الشخصية

القوية لا تبذل أي مجهود لمحاربة الشر، بل تركز جميع قواها في تنمية كل ما هو إيجابي وبناء، لأن الشخص الذي يتمتع بشخصية قوية يدرك جيداً أن الأشياء السلبية تختفي تماماً بمجرد التركيز على الجوانب الإيجابية. ولا تعرف مثل هذه الشخصيات القلق أو الخوف، لذلك إذا كنت تعاني القلق أو الخوف ولا تحاول فعل أي شيء من شأنه تغيير حياتك ومستقبلك إلى الأفضل فأنت تحتاج في هذه الحالة إلى تطوير شخصيتك بصورة كبيرة. ويمكن القول إنه كلما زاد الغضب، ضعفت قوة الشخصية، إذ إن الغضب يوجه طاقة الشخص بصورة خاطئة. ومن هنا نستنتج أن المهمة الرئيسية للشخصية تتمثل في توجيه الطاقة والقوى بشكل صحيح.

وفي الحقيقة، فإن سرعة تأثر الشخص بأي أفكار أو معتقدات تشير إلى وجود خلل كبير في الشخصية، إذ إن الشخصية القوية لا تتأثر بسهولة بأي شيء خارجي ودائماً ما يحلل الشخص ذو الشخصية القوية كل موقف وكل قرار قبل اتخاذه. ومن هنا نستنتج أنه كلما زادت قوة الشخصية، تمكّن الشخص من إظهار ذاته الحقيقية. لذلك حاول دائماً أن تكون أفعالك وأفكارك نابعة من ذاتك الحقيقية حتى تزداد قوة شخصيتك.

وفي الحقيقة، تعد قوة الشخصية أمراً غير ضروري على الإطلاق بالنسبة إلى الشخص العادي، حيث تنص بعض الدراسات الدينية على أن التوبة تضمن الرفاهية والراحة في الآخرة وليس الشخصية، وبالتالي يغفل كثيرون عن تعزيز قوة الشخصية، ولكن في الحقيقة تعد هذه الدراسات خاطئة، لأن الشخصية هي المسؤولة عن تحديد أفعال الشخص، وعادة ما يكون ضعف الشخصية السبب الرئيسي وراء كل الأخطاء التي يرتكبها في حياته. لذلك تعد قوة الشخصية بمنزلة القوة المحركة للفرد، فهي القناة التي تعبر من خلالها الأفكار والأفعال وهي المسؤولة عن تحديد شكل الحياة وقيمتها، وتحدد أيضاً مدى قيمة مواهب الشخص وقدراته. وفي الحقيقة، فإن الشخص الذي يتمتع بشخصية قوية يمتلك القدرة على توجيه كل قواه نحو كل ما هو إيجابي وبناء، ويتمكن من مواجهة الصعاب والتحديات بسهولة، ومن المستحيل أن يكون فريسة لأي إغراءات أو مؤثرات خارجية. وعلاوة على ذلك، فإن الشخصية القوية تضع كل القوى في مسارها الصحيح مهما كانت ظروف الشخص. ولذلك عليك مواصلة السعي لتحقيق أهدافك مهما كانت الظروف، فالنتيجة النهائية هي ما يهم حقاً؛ إذ يحاول أشخاص عديدون تحقيق أهدافهم، وقد يحققون بعض النتائج الإيجابية في البداية، لكنهم سرعان ما

يتوقفون عن السعي والمحاولة بسبب تعرضهم للتضليل من قبل الإغراءات والمؤثرات الخارجية وبالتالي لا يتمكنون من تحقيق أي من أهدافهم.

وقد يكون من الحكمة تغيير الخطط الموضوعة مسبقاً في بعض الحالات بشرط وجود سبب قوي ومنطقي، لأن تغيير الخطط دون أي سبب مقنع يعد دليلاً على ضعف الشخصية ويعد أيضاً بمنزلة الانجراف مع التيار، وبالتالي يكون الشخص في هذه الحالة فريسة سهلة لأي مؤثرات خارجية قد تواجهه في أي لحظة.

وفي الحقيقة، يمكن لأي شخص أن يجعل الظروف تعمل لصالحه ولخدمة أهدافه من خلال قوة الشخصية. لذلك لا تسمح أبداً للظروف الحياتية أن تؤثر في خططك بسهولة.

وفي الواقع، إذا عزز الشخص قواه ووجهها بشكل صحيح، يكون من السهل تطوير العقل والشخصية وبالتالي يصبح شخصاً عظيماً ذا قيمة.

وبما أن الشخصية تعد بمنزلة المحرك الرئيسي لكل القوى البشرية، فإنه من الضروري أن نهتم بتطويرها وتعزيز قوتها إذا أردنا أن نصبح ناجحين وعظماء، لأن أي خلل في الشخصية يؤدي إلى إهدار القوى وتوجيهها بشكل خاطئ.

ونستنتج مما سبق أن إغفال الشخص تنمية شخصيته وتطويرها يعد من أبرز الأسباب وراء ندرة العظماء والناجحين في عصرنا الحالي.

ويجب الأخذ في الاعتبار الفرق بين تلك المرحلة من مراحل تكوين الشخصية التي تهدف إلى اتباع القانون الأخلاقي وبين الشخصية الحقيقية التي تتبع العدالة والفضيلة والحقيقة. ومن هنا ندرك أن الشخصية الحقيقية لا تعني الخضوع لمجموعة محددة من القوانين، ولكنها تتمثل في القدرة على تطبيق كل قوانين الحياة بشكل صائب.

وفي الحقيقة، فإن الشخص الذي يطبق القوانين العقلية بصورة صحيحة، ويفشل في تطبيق المبادئ الأخلاقية، لا يمتلك شخصية حقيقية وكاملة وتكون شخصيته مماثلة للشخص الذي يتبع المبادئ الأخلاقية بينما ينتهك في الوقت ذاته القوانين العقلية. ومن الجدير بالذكر أن انتهاك القوانين العقلية لا يقل خطورة عن انتهاك المبادئ الأخلاقية، ولكننا دائماً ما نخلق أعذاراً ومبررات لمن ينتهك قوانين العقل بينما ندين وبشدة من ينتهك المبادئ الأخلاقية. وفي الحقيقة، فإن تطبيق القوانين العقلية بشكل صحيح يسهم بشكل مباشر في تطوير العقل حتى في حالة إهمال الشخص للمبادئ الأخلاقية. وهذا

يفسر حقيقة وجود أشخاص عديدين من ذوي العقول اللامعة على الرغم من الانحطاط الأخلاقي الذي يعانونه. ومن هنا نستنتج أنه يمكن لمثل هؤلاء الأشخاص تحقيق مزيد من النجاحات والإنجازات إذا طوروا الجانب الأخلاقي بجانب قوة العقل. لأن من يتبع القوانين العقلية ولا يتبع المبادئ الأخلاقية، يهدر أكثر من نصف قدراته وطاقاته وبالتالي تكون إنجازاته أقل من نصف ما قد يكون عليه في حالة اهتمامه بكل من المبادئ العقلية والأخلاقية معاً. وينطبق ذلك أيضاً على من يتبع المبادئ الأخلاقية ولا يطبق القوانين العقلية. وفي هذه الحالة يكون الشخص قوياً من الناحية الأخلاقية وضعيفاً من الناحية العقلية، وفي هذه الحالة، لا يصبح شخصاً عظيماً أو استثنائياً مهما حدث.

وفي الحقيقة، فإن الشخصية القوية والحقيقية دائماً ما تحاول استغلال كل القوى والقدرات وتعيد توجيهها نحو المسار الصحيح والبناء. ومن أهم علامات الشخصية القوية أن تعمل كل الجوانب داخل الشخص في تناغم نحو بناء شخصية عظيمة وعقل بارع، أما بالنسبة إلى الشخصية الضعيفة، فتكون جميع الأفعال العقلية في حالة صراع دائم، إذ تعمل بعض الأفعال العقلية على تحقيق هدف معين في حين يهتم بعضها الآخر

بهدف آخر مختلف. وينطبق ذلك أيضاً على الرغبات؛ بمعنى أنه قد يرغب الشخص (ذو الشخصية الضعيفة) في تحقيق شيء ما، ولكن سرعان ما ينسى هذه الرغبة ويبدأ التفكير في رغبة أخرى مختلفة تماماً. لذلك فإن الشخصية الضعيفة تميل إلى التغيير المستمر للخطط، مما يؤدي إلى الفشل وعدم تحقيق الأهداف. أما الشخصية القوية فتتسم بالأفعال المتناغمة والبناءة.



الفصل الخامس عشر

فن بناء الشخصية

تعامل بلطف مع الجميع وسوف يعاملك العالم بطريقة مماثلة. فقد تنمو الأعشاب الضارة دون أدنى مجهود من البشر أما الزهور فتحتاج إلى رعاية واهتمام. لذلك إذا وجدت شخصاً في حالة سيئة، حدثه عن مزاياه أو الجانب الإيجابي من شخصيته، فإنك بذلك تقضي على الجانب المظلم وترشده إلى طريق الشفاء.

وتتطور الشخصية من خلال تدريب القوى والقدرات على العمل بصورة إيجابية وإعادة توجيهها نحو الهدف المنشود. ولذلك تعد الشخصية بمنزلة البوصلة لكل شيء داخل النظام البشري. وبالتالي إذا أردت تطوير شخصيتك، عليك أولاً فهم الهدف الرئيسي من الحياة وأن تحدد طبيعة الأفعال التي تدعم هذا الهدف.

وفي الحقيقة، فإن التمتع بشخصية قوية يعني القدرة على اتخاذ القرارات الصائبة وعدم الالتفات إلى أي شيء سلبي في الحياة. وأول خطوة في سبيل ذلك تتلخص في إدراك الصواب، ولكن لا تعد هذه الخطوة مهمة بعد تطور الشخصية؛ يتمكن الشخص في هذه الحالة من التمييز بين الصواب والخطأ بسهولة، إذ إن تطوير الشخصية يمكن الشخص من اختيار المسار الصحيح بغض النظر عن الظروف والمؤثرات الخارجية.

وفي الواقع، فإن قوة الشخصية تعزز من وعي الشخص بأهمية النمو والتطور. وكلما كانت الشخصية قوية، شعر الشخص بأنه أفضل، لأنه عندما يتمتع الفرد بشخصية قوية، تكون أفعاله كلها صائبة ويتمكن من التمييز بين الصواب والخطأ بسهولة، لأنه يدرك حينها أن الصواب يعزز من التقدم والنمو بينما يؤخر الخطأ من هذا التقدم ويعوقه. وبالتالي فإن الحياة المثالية هي الحياة التي تعزز من تطور الفرد وتقدمه في شتى المجالات. ومن ثم فإن الأفعال أو الأفكار أو المشاعر التي تساعد على التقدم والتطور تكون صائبة والعكس بالعكس.

ومما سبق نستنتج أن أساس النظام الأخلاقي بسيط للغاية، وإذا طبقه الشخص واتبعه فإنه لن يرتكب أي خطأ أبداً. وإضافة إلى ذلك فإن الإدراك التام لقوانين الحياة يمكن

الشخص من التمييز بين الأفعال الصائبة التي تعزز من التقدم والأفعال الخاطئة التي تعيق هذا التقدم وأيضاً تساعد قوة الشخصية على التمييز بين الأفعال الصائبة والخاطئة، لأن قوة الشخصية تزيد من مستوى الوعي. وبالتالي فإن تطوير الشخصية يعزز من قدرة الشخص على التمييز بين الصواب والخطأ. ومهما كان مستوى ذكاء الشخص، فإنه لن يتمكن من التمييز بين الصواب والخطأ إلا إذا كان يتمتع بشخصية قوية، ثم بعد ذلك تولد رغبة لاشعورية في فعل الصواب، وعندما تتطور هذه الرغبة يميل الشخص تلقائياً إلى فعل الصواب وتخفي رغبته في ارتكاب الأخطاء تماماً.

ومن المعروف أن كل القوى والأفعال تتبع الميول العقلية بشكل تلقائي، وبالتالي إذا كانت هذه الميول إيجابية وبناءة، تكون الأفعال والأفكار والمشاعر إيجابية أيضاً. ويمكن تقوية الرغبة في فعل الصواب من خلال التفكير المستمر في كل ما هو صائب وإيجابي، إذ إن الأفكار المستمرة تدخل مجال العقل اللاواعي. وبما أن الرغبات تنبع من الأفكار القوية والمستمرة، فإنه يمكن تغيير أي رغبة من خلال التفكير المستمر في رغبة أخرى أفضل.

ومما سبق نستنتج أن كلاً من معرفة الصواب والرغبة في فعل الصواب يعدان بمنزلة العنصرين الأساسيين لتطوير الشخصية. ولكن لا يجب الخلط بين مصطلح «الصواب» الذي وضعناه سابقاً وبين مصطلح الصواب الذي لا يتضمن سوى بعض القوانين الأخلاقية، لأن مصطلح الصواب الحقيقي يعني تناغم الشخص مع جميع مبادئ الحياة وقوانين الوجود، وإدراكه للهدف الرئيسي من الحياة، واتباعه لأساليب التفكير الصحيحة وأن تكون رغباته جميعاً إيجابية وبناءة، حيث تنص النظرية السابقة على ضرورة اتصال العقل بالأفعال الإيجابية حتى يتمكن من التخلص من أي رغبة سلبية أو هدامة. وعلى الرغم من ذلك فإنه لا يمكن التخلص من الرغبات السلبية من خلال مقاومتها بل يمكن التخلص منها فقط من خلال العمل على تطوير رغبة أخرى إيجابية.

ولكي تتمكن من التمييز بين الصواب والخطأ بسهولة، يجب أولاً أن تدرك طبيعة الصواب، وعدم تبني وجهات نظر الآخرين حول الصواب، ولكن يجب أن تضع تعريفك الخاص عن الصواب وفقاً لقدراتك ومواهبك. ومن ثم فإن تطوير الشخصية يمكن الشخص من تحديد الطريقة المثلى للتفكير ويمكنه أيضاً من تطبيق قوانين الحياة بشكل صحيح.

وبعدما ينجح الشخص في رسم صورة ذهنية مثالية حول الصواب، تبدأ كل القوى والقدرات والأفعال العقلية التحرك نحو الأفعال البناءة والإيجابية فقط. ولكن يجب أن تكون هذه الصورة الذهنية كاملة وواضحة، بمعنى ألا تقتصر على جانب معين وتهمل الجوانب الأخرى، بل يجب أن تشمل كل جوانب الشخص. فمثلاً الشخص الذي يرسم صورة ذهنية عن ذاته ومميزاته وفي الوقت ذاته لا يلتفت إلى الجانب السلبي الممتلئ بالغضب والقلق والخوف داخله، ففي هذه الحالة تكون الصورة الذهنية غير مكتملة وبالتالي لن يتمكن الشخص من تطوير شخصيته بشكل كامل، لأن الصورة الذهنية غير مكتملة من الأساس. ولتكوين صورة ذهنية مكتملة، اسأل نفسك أولاً ماذا تريد أن تفعل بكل القوى والقدرات التي تتمتع بها؟

وفي الحقيقة، تعد الاستمرارية أمراً ضرورياً لتحقيق الأهداف وتعزيز قوة الشخصية أيضاً، حيث يعد استسلام الشخص وتحليه عن هدفه بعد الانتهاء من أكثر من نصف المهمة والاهتمام بهدف آخر مختلف، من أهم مسببات الفشل. ويعد تطوير الشخصية وتعزيز قوتها الحل الأمثل في هذه الحالة. وأيضاً فإن التفكير المستمر في النتائج الإيجابية المترتبة على إكمال المهمة الحالية يدفع العقل نحو الاستمرار وعدم

الاستسلام ويسهم في خلق رغبة قوية في مواصلة السعي.
وفي الحقيقة، فإن مفهوم المثالية السليم يعد من أهم العوامل لبناء الشخصية القوية، بمعنى أنه لا يجب أن يتبنى الشخص مفهوماً معقداً عن المثالية وفي الوقت ذاته لا يجب أن يكون هذا المفهوم أقل من قدراته. بل يجب أن يكون مفهوماً متوازناً وسليماً، وأن يكون الكمال المطلق بمنزلة الهدف الرئيسي. فمثلاً إذا أردت تطوير ذاتك، حاول أن يكون هذا التطوير بنسبة ١٠٠٪؛ وأن تكون أهدافك وإنجازاتك كلها مثالية وعظيمة.

وفي الحقيقة، فإن تحديد الأهداف وفقاً للمفهوم العقلي عن الكمال المطلق والمثالية، يعد بمنزلة الخطوة الأولى لبناء الشخصية القوية؛ إذ إنه لا يمكن بناء شخصية قوية ما دام العقل يركز على الأشياء العادية والسطحية فقط. ومن هنا ندرك أنه أينما وُجدت الشخصية القوية وُجد العقل البارِع.

لذلك يجب الاهتمام بالعوامل الوراثية أو الصفات الموروثة في أثناء عملية بناء الشخصية. وفي الحقيقة، فإنه يمكن تغيير الصفات الموروثة بسهولة لأنها صفات لا شعورية نتجت من توجيه العقل اللاواعي، لذلك بغض النظر عن أي شيء توارثه الشخص (صفات أو ميول) فإنه يمكن تغييره وبسهولة إذا أراد ذلك، لأن العقل الباطن يستجيب مباشرة لتوجيهات العقل

والشخصية. لذلك من الضروري تحليل كل الميول العقلية والشخصية؛ بمعنى أن يحدد الشخص ما الذي يريد التخلص منه وما الذي يريد الاحتفاظ به وتطويره. وفي هذه المرحلة يجب تقوية تلك الميول والصفات المرغوب فيها من خلال توجيه العقل اللاواعي لمنحها مزيداً من القوة. أما في حالة رغبة الشخص في التخلص من ميول معينة، يجب أن يتجاهلها تماماً وأن يوجه كل تركيزه نحو ميول أو صفات أخرى مرغوبة حتى تتلاشى كل الصفات والميول غير المرغوبة تدريجيًا.

ولتقوية الميول والصفات المرغوبة، كوّن صورة ذهنية مثالية عن هذه الميول والصفات ثم رسّخ هذه الصورة داخل العقل اللاواعي بصورة مستمرة وخاصة قبل النوم (حيث تكون عملية البناء في أفضل حالاتها)، ومن خلال هذه العملية ستصبح ميولك الأخلاقية أكثر قوة أمام الإغراءات والمؤثرات الخارجية التي تحاول إقناعك يوميًا بارتكاب الأخطاء. وحينها تتحرر تمامًا من سيطرة أي شيء سلبي ولا يمكن لأي شيء أن يدفعك لفعل ما يخالف طبيعتك أو أخلاقك.

وفي عالمنا المعاصر، يوجد عدد ممن يعانون التدني الأخلاقي رغم إرادتهم، ولكن يمكن لهؤلاء الأشخاص أن يتحرروا من ذلك بسهولة إذا طبقوا العملية السابقة، بمعنى أن العقل الباطن

يبدأ تلقائيًا تعزيز الأخلاق والتعبير عنها من خلال الشخصية بعد ترسيخ مفهوم الفضيلة والأخلاق داخل العقل الباطن. وإذا استمرت هذه العملية فترة طويلة، سيزداد مستوى الفضيلة والأخلاق حتى يصبح الشخص قادرًا على مقاومة الإغراءات والمؤثرات الخارجية.

وينطبق ذلك على الصفات الإيجابية كلها وليس الأخلاق فقط، فمثلاً إذا رسّخت مفهوم العدالة داخل عقلك الباطن، سيبدأ العقل بتعزيز هذا المفهوم وتطويره تدريجيًا. وبالتالي إذا أردت تطوير أي صفة، اتبع هذه الطريقة، لأن أي شيء يجري ترسيخه داخل العقل الباطن، يكون التعبير عنه من خلال الشخصية.

ومن ثم فإن اتباع هذه الطريقة لتعزيز الصفات الإيجابية، يعد بمنزلة أول خطوة نحو التقدم والتطور.

وفي الحقيقة، يعد كلٌّ من مفهوم العدل والفضيلة بمنزلة العوامل المهيمنة والمتحكمة في الشخصية، فالفضيلة تضع كل شيء في الحياة في مكانه الصحيح والمناسب، أما العدل فيدفع الشخص إلى استغلال كل شيء في الحياة بطريقة صحيحة ومتوازنة. ويزداد وعي الشخص بالعدالة عندما يدرك أنه لا يمكنه الانتفاع بأي شيء لا يملكه، وإذا حاول الاستفادة بما

لا يملكه فإنه سوف يسيء استخدامه لا محالة. وأيضاً عندما تتحكم قوانين العدل في حياة الشخص، يصبح الشخص عادلاً في جميع الحالات. ولكن لا يصل الشخص إلى هذه الدرجة من الوعي بالعدل إلا بعد أن يشعر بالعدل داخله أولاً، بمعنى أن يكون نظامه بالكامل في حالة توازن، وبالتالي يكون العقل أيضاً في حالة توازن وتكون كل القوى في مكانها الصحيح.

لذلك أن تكون شخصاً فاضلاً، يعني أن تستخدم الأشياء بشكل صحيح ومتوازن. وفي الحقيقة، فإن الاستخدام الأمثل لأي شيء في الحياة يترتب عليه نتائج إيجابية عديدة. ويمكن تطبيق الفضيلة على أي قوة يتمتع بها الشخص، ولكن قبل تطبيق الفضيلة يجب التخلص أولاً من أي رغبة لقمع هذه الفضيلة، بمعنى أن يرغب الشخص في تطبيق الفضيلة على كل جوانب حياته وألا يكون هناك أي رغبة معاكسة.

وإذا لم يتمكن الشخص من الاستفادة من قوة معينة في مسارها الطبيعي، يمكنه استغلالها بطريقة أخرى. فمثلاً إذا لم يتمكن الشخص من تطبيق القوى الإبداعية على الجسد، يمكنه تطبيقها بصورة عقلية بهدف تطبيق القدرات والمواهب والقوى (سوف يحصل تقديم بعض الأساليب العملية لذلك خلال الفصل التالي).

وبالتالي عندما تفشل رغبة معينة في تحقيق النتائج المنشودة،
يمكننا استغلال قوة هذه الرغبة وتحويلها لتصبح رغبة أخرى
أكثر قيمة.

وفي الحقيقة، يجب أن تكون الشخصية قوية ومميزة في الوقت
ذاته، لأن القوة والتميز معًا هما ما يبنيان العقل والشخصية.

الفصل السادس عشر

القوى الإبداعية للفرد

في الحقيقة، فإن الشخص الذي يستغل قواه الإبداعية ويحولها إلى طاقة جسدية، تخلص حياته من التحديات والصعوبات، وتكون شخصيته قوية وجسده صحيًا وعقله لامعًا. لذلك، عندما تُستغل القوى الإبداعية بصورة صحيحة يزداد العقل ذكاءً وتزداد قوة شخصيته. وفي حقيقة الأمر، يتمتع الشخص بقوة مهولة تمكنه من إدراك رغباته وتحقيق أهدافه جميعها، لذلك من الضروري أن تُوظف هذه القوة بشكل صحيح للوصول إلى أفضل النتائج.

ويمكن تسمية الجسد البشري باسم (المولد)، إذ إن الجسد ينتج كمًّا مهولاً من الطاقة وخاصة الطاقة الإبداعية التي تنتج من العقل والشخصية. ولكن لا يستغل البشر إلا جزءاً ضئيلاً فقط من هذه الطاقة طوال حياتهم. وسنناقش لاحقاً السبب وراء عدم استغلال البشر لهذه الطاقة وتحويلها إلى شيء عملي.

وفي الحقيقة، يمكن تعريف القوى الإبداعية بأنها تلك القوى التي يتمتع بها الشخص والتي تخلق أو تشكل أو تعيد إنتاج أي شيء داخل النظام البشري، وتنقسم إلى عدة فئات ولكل منها وظيفتها الخاصة. فمثلاً تختص بعض هذه القوى بإنتاج الأفكار، وبعضها الآخر يختص بإنتاج خلايا المخ وأخرى تنتج الأنسجة العصبية وأخرى تنتج الأنسجة العضلية وأخرى تختص بإنتاج العصارات المختلفة داخل جسم الإنسان وأخرى تختص بالمواهب والقدرات وأخرى تهتم بإعادة تشكيل الجنس البشري، وأيضاً بعض منها يختص بإنتاج التكوينات الكيميائية المختلفة للنظام البشري. وبالتالي فإن القوى الإبداعية بمختلف فئاتها تعمل بصورة مستمرة داخل النظام البشري. ومن أكثر الحقائق إثارة للاهتمام فيما يخص هذه الدراسة، أن الطبيعة تزود كل فئة من فئات القوى الإبداعية بكميات مهولة من الطاقة تفوق حاجتها، بمعنى أن كل فئة من الفئات السابقة تحتاج إلى قدر معين من الطاقة وتتخلص تلقائياً من الطاقة الفائضة. وفي الواقع، فإن جميع فئات القوى الإبداعية يرتبط بعضها ببعض لدرجة أنه يمكن تحويل الطاقة الفائضة ونقلها إلى فئة أخرى بسهولة. وبالتالي يمكن نقل بعض الطاقة إلى الفئة المختصة بإنتاج الأفكار أو أي فئة أخرى إذا لزم الأمر. وبالتالي نستنتج أن كل فئة من الفئات السابقة يمكن أن تتغير وتندمج مع فئة

أخرى مختلفة بهدف إنتاج طاقة إضافية عند الحاجة.

وفي الحقيقة، فإن أكثر من نصف الطاقة التي ينتجها الجسم البشري تعد طاقة فائضة وليست ضرورية للأداء الطبيعي للعقل أو الجسم، والسؤال هنا ما مصير تلك الطاقة الفائضة؟ وكيف يمكن استغلالها؟ وبما أن الشخص يمكنه إنجاز كثير من الأمور طوال حياته باستخدام جزء ضئيل من طاقته، فماذا يمكن أن يحدث إذا استغل جزءاً أكبر من طاقته؟

في الواقع، إذا كانت كمية معينة من الطاقة تنتج درجة معينة من القدرة على العمل، فإن مضاعفة هذه الطاقة تضاعف تلقائياً القدرة على العمل. وهناك أشخاص عديدون تمكنوا من تحويل الطاقة الإبداعية وتوجيهها نحو قدرات معينة، مما أدى إلى تطور هذه القدرات بشكل ملحوظ وزيادة العبقرية والكفاءة.

فمثلاً إذا كان هناك شخصان يتمتعان بالقدر نفسه من الطاقة والقوى، ولكن الأول يسمح بانتقال الطاقة الفائضة إلى قدرات معينة ويخصص جزءاً منها لتلبية المتطلبات والاحتياجات الأساسية، بينما يُهدر الجزء الآخر من الطاقة، مما يؤدي إلى فشله في إنجاز أي عمل أو هدف ذي قيمة حقيقية. وعلى الجانب الآخر، يحول الشخص الثاني جزءاً من طاقته إلى قدرات معينة وينقل الجزء الآخر إلى عقله، مما يؤدي إلى زيادة

طاقته وذكائه وكفاءته. وبالتالي فإن استغلال الطاقة الفائضة وتوجيهها نحو قدرات معينة يؤدي إلى تعزيز هذه القدرات وتطويرها. لذلك من الضروري استغلال الطاقة الفائضة وفهم طبيعة الفئات المختلفة للقوى الإبداعية. وفي الحقيقة، تعمل هذه الفئات وفقاً لبعض العادات أو وفقاً للجزء المسؤول عنها في العقل أو الجسم. أو بعبارة أخرى، تتدفق شتى تيارات الطاقة في اتجاهات مختلفة داخل الجسم وكل منها له وظيفة مختلفة عن الأخرى، ولكن يُهْدَر عديدها ولا يُستفاد منها.

وباختصار، على كل شخص تحديد الطريقة التي يمكن من خلالها استغلال الطاقة الفائضة، أي الطاقة المتبقية بعد تلبية الاحتياجات الأساسية وتحقيق الأداء الطبيعي للجسم. ولاكتشاف هذه الطريقة، علينا أولاً دراسة فن التغيير، الذي يعتقد كثيرون أنه فن غامض ومعقد، ولكنه في الحقيقة يعد من أبسط قوانين الطبيعة وأهمها على الإطلاق، إذ إن الطبيعة تعمل دائماً على تغيير طاقاتها وتحويلها بصورة مستمرة مما يؤدي إلى إحداث التغييرات والنتائج الإيجابية سواء طرأت هذه التغييرات على العالم الخارجي أو الداخلي.

وفي الواقع، فإن تطبيق قانون التغيير بصورة صحيحة يضمن تحقيق نتائج استثنائية. وعلى الرغم من أنه قد يُطبَّق

بصورة غير واعية في بعض الأحيان فإنه يمكن تطبيقه بشكل كامل من خلال العمل الواعي، بمعنى أن يوجه الشخص كامل وعيه نحو شيء أو هدف معين. يبدأ العقل في هذه الحالة بسحب مزيد من الطاقة من الجسد، وفي بعض الأحيان تُستنزَف كمية مهولة من الطاقة الجسدية من قبل العقل، مما يؤدي إلى اختفاء جميع الرغبات الجسدية وتنخفض حيوية الأعضاء عن المعدل الطبيعي.

وفي هذه الحالة، يفقد الشخص رغبته في الطعام، ولا بد أننا سمعنا من قبل عن أحد العلماء أو المخترعين الذين توقفوا عن تناول الطعام عدة أيام بسبب انغماسهم في العمل والتفكير الدائم فيه. وينطبق ذلك على كلٍّ من المؤلفين والملحنين والفنانين بصفة عامة، إذ يكون العقل في حالة انهماك تام. ومن هنا نستنتج أنه عندما يستنزف العقل الطاقة من الجسد، تنخفض الوظائف الحيوية تدريجيًّا وبالتالي يتأثر الأداء الطبيعي للجسد. أو بعبارة أخرى، تختفي بعض الرغبات الجسدية الطبيعية عندما ينغمس العقل في رغبة أخرى، ومن هنا نكتشف القانون الذي يعد بمنزلة علاج قوي لكل العادات السلبية أو غير المرغوبة، بمعنى أنك إذا وجهت عقلك نحو رغبة معاكسة تمامًا للرغبات التي تدعم العادات غير المرغوبة، فإنك بذلك توجه طاقتك

بعيداً عن هذه الرغبات وبالتالي تبدأ هذه الرغبات والعادات الاختفاء تدريجياً. وبالطريقة ذاتها، يمكن للشخص المادي أن يتخلص من هذه المشكلة من خلال توجيه كامل انتباهه نحو الجانب المعنوي للحياة. وبذلك تتحول كل القوى التي تدعم المادية إلى قوى تعمل على تطوير العقل والجسد والشخصية.

وفي الواقع، هناك أمثلة عديدة على التغيير، لذا فإننا نناقش عملية تحدث داخل النظام البشري يومياً، لذلك من الضروري فهم هذه العملية وطبيعتها وإيجاد الطريقة المناسبة للتحكم فيها بشكل إيجابي حتى نتمكن من تطبيق قانون التغيير بأفضل طريقة.

وفي الحقيقة، فإن الهدف الأول من تعلم كيفية تطبيق قانون التغيير يتمثل في استغلال الطاقة الفائضة لتنمية كل من المهارات والقدرات والمواهب؛ إذ إن هذه العملية وحدها كفيلة بأن تضاعف قدرات الشخص العملية والعلمية وأيضاً تعمل على تحويل كل القوى إلى قوى إيجابية وبناءة. فمثلاً، إذا كان لديك رغبة جسدية أو عقلية معينة وتعلم جيداً أنه من المستحيل تلبية هذه الرغبة في الوقت الحالي، فبدلاً من إهدار طاقتك ومحاولة تلبية هذه الرغبة، فإنك توجه تلك الطاقة نحو رغبة أخرى. فإنك بذلك تطبق قانون التغيير بصورة صحيحة.

ويتمثل الهدف الثاني لتوجيه الطاقة الفائضة نحو العقل (إذا كانت الطاقة الفائضة طاقة جسدية)، ونتيجة لذلك يصبح الشخص أكثر قوة وكفاءة فيما يخص الأنشطة العقلية. ويتمثل الهدف الثالث لتوجيه الطاقة الفائضة نحو العبقرية والموهبة.

وفي الواقع، فإن الشخص الذي يتمتع بدرجة عالية من الأخلاق، يتمتع بقدرة أكبر على التحمل والتكيف من غيره، ويوجه طاقته الإبداعية نحو العبقرية والموهبة، بينما يهدر الشخص الذي يعاني التدني الأخلاقي طاقته الإبداعية من أجل تلبية رغبات سلبية وعديمة الفائدة، والفرق بينهما كبير.

ويمكن من خلال تحقيق الأهداف الثلاثة السابقة منع إهدار أي قوة أو طاقة والتحكم التام في رغباتنا واستغلال الطاقة الفائضة لبناء عقل عظيم. ومن أجل تحقيق ذلك، وجّه كامل انتباهك وطاقتك الفائضة نحو الأعمال العقلية وستلاحظ ظهور أفكار جديدة وذات قيمة داخل عقلك، كرر هذه العملية عدة أيام متتالية وسوف تتغير أفكارك بالكامل لتصبح أفكار عظيمة وبناءة.

وبالتالي، تتمثل الخطوة الأولى لتعلم فن التغيير في تدريب العقل على التفكير المستمر في تحويل الطاقة الفائضة نحو القدرة أو المهارة المراد تطويرها. فمثلاً، إذا كنت رجل أعمال،

فمن الطبيعي أن توجه طاقتك الفائضة نحو القدرات والمهارات المرتبطة بعملك.

وفي الحقيقة، عادة ما يسهم هذا النمط من التفكير في تحقيق أهداف الشخص كلها، وهناك نظرية تنص على أنه كلما استمر الشخص في التفكير بصورة مستمرة في هدف معين، بدأت الطبيعة تعمل على تحقيق هذا الهدف، لأنه كلما وجَّه الشخص انتباهه نحو قوة أو مهارة معينة فإنه بذلك يعمل على تحفيزها وتنميتها.

ومما سبق ندرك أهمية التفكير المستمر في الأهداف والرغبات، إذ إن ما نفكر فيه بصورة مستمرة يصبح بمنزلة عادات غير واعية. ولكن من الضروري أن تحدد وبدقة ما الذي تريد تحقيقه تحديداً من استغلال الطاقة الفائضة، حيث يفشل كثيرون في تحديد الهدف من استغلال طاقتهم الفائضة وبالتالي تُهدر. فمثلاً إذا كنت كاتباً، وجَّه طاقتك الفائضة نحو الموهبة الأدبية.

لذلك إذا أردت تطوير أي مهارة أو موهبة، وجَّه طاقتك الفائضة نحوها وستلاحظ النتيجة على الفور.

وتتلخص الخطوة الثانية في الرغبة العميقة والمستمرة في توجيه الطاقة الفائضة نحو القدرات والمهارات المراد تطويرها، إذ إن الرغبة العميقة تؤدي إلى تحفيز القوى التي يتمتع بها

الشخص للعمل على تحقيق هذه الرغبة. ومن هنا ندرك أهمية الرغبات العميقة والمستمرة.

وتتلخص الخطوة الثالثة في أن يتصرف الشخص وفقاً للجانب النفسي في أثناء توجيه الطاقة الفائضة نحو القدرات المراد تطويرها. تعد هذه الخطوة بمنزلة الخطوة الرئيسية لتعلم فن التغيير. وإتقان هذه الخطوة يتطلب قدراً كبيراً من الممارسة. وبالطريقة نفسها يمكن التخلص من أي رغبة بسهولة وتحويل طاقتها إلى رغبة أخرى، ويمكن أيضاً تحفيز الطاقات الخاملة والوصول بها إلى أعلى مستويات النشاط والكفاءة.

ولكي تضع عقلك داخل المجال النفسي، عليك أن تصبح واعياً بأعماق عقلك وشخصيتك وأن تدرك طبيعة التيارات العقلية والأفكار الخفية والعميقة وأن تكون على اتصال وثيق بالقوى الخفية للعقل والشخصية.

فمثلاً عندما يستمع الشخص إلى موسيقى معينة ويشعر أنها تلامس أعماق روحه، فإن العقل في هذه الحالة يكون داخل المجال النفسي، ويصل الشخص حينها إلى عالم عقلي سام.

وأيضاً يصل العقل إلى المجال النفسي عندما يشعر الشخص بالمشاعر العميقة والقوية، إذ إنه كلما زاد عمق المشاعر والأفكار والرغبات تعمق العقل داخل المجال النفسي. وعندما يبدأ

العقل العمل وفقاً لهذا المجال، يجب توجيه كامل الانتباه نحو القدرات والمهارات المراد تطويرها وتزويدها بالطاقة الفائضة.

واحرص دائماً على أن تكون في حالة وعي ويقظة، وأن توجه كامل انتباهك نحو رغباتك وأهدافك حتى تبدأ الطاقة الفائضة تتدفق نحو أهدافك من تلقاء نفسها.

فمثلاً، إذا كنت تعاني سوء الهضم، وجّه كامل انتباهك نحو جهازك الهضمي وفكر في رغبتك في تحسين عملية الهضم لديك، ستشعر تلقائياً بتحسّن كبير.

وباختصار، عندما يوجّه الشخص انتباهه نحو أي عضو من أعضائه الحيوية ويزوّده بالطاقة الفائضة، يلاحظ تلقائياً تحسّناً ملحوظاً في أداء هذا العضو. وبالتالي يمكن التخلص من أي مرض أو خلل بالطريقة نفسها.

ويمكن تلخيص النتائج المترتبة على تطبيق قانون التغيير في النقاط التالية:

* زيادة القدرة (العقلية والجسدية)، بحيث يصبح الشخص قادراً على استغلال قواه كلها بشكل صحيح ومناسب ويصبح العقل أكثر ذكاء، حيث تتدفق كمية كبيرة من الطاقة الإبداعية إلى العقل تجعله أكثر تألقاً.

* القدرة على التحكم في الطاقة الفائضة وتوجيهها نحو القدرات أو المهارات المراد تطويرها، وفي بعض الحالات تتطور هذه المهارات والقدرات لتصبح مواهب مميزة واستثنائية.

* زيادة مستوى الأخلاق لدى الشخص، إذ يبدأ الشخص استغلال الطاقة التي يجري إهدارها من أجل تلبية الرغبات اللاأخلاقية واستخدامها في بناء شخصية أكثر قوة وعقل أكثر عبقرية وذكاء. وبالتالي يصبح الشخص أكثر تحكماً في شخصيته مما يزيد من جاذبية الشخصية بدرجة كبيرة.

وفي الواقع، يرغب أشخاص عديدون في الوصول إلى ما يسمى بالجاذبية الشخصية، وتنتج الجاذبية الشخصية من الطاقة الفائضة والمخزنة داخل الشخصية والتي توزع بشكل متوازن ومناسب على جميع أجزاء الشخصية. وللجاذبية الشخصية تأثير عظيم على الشخص، حيث يكون أكثر نجاحاً وتألقاً من غيره.

وهناك أمثلة على قيمة الجاذبية الشخصية وتأثيرها في الشخص، ولكننا على دراية تامة بقيمتها وتأثيرها ولا نحتاج إلى مزيد من الأدلة والبراهين، ولكن ما نحتاج إلى فهمه حقاً هو طبيعة هذه القوة طريقة تطويرها والسبب وراء تميز من يتمتعون بها عن غيرهم. ولتوضيح ذلك لنفترض أن هناك امرأتين متشابهتين من ناحية الصفات والشخصية والعقلية

وتعملان في المجال ذاته، ولكن تتمتع واحدة منهما بالجاذبية الشخصية والأخرى لا، في هذه الحالة تكون المقارنة بينهما غير عادلة، إذ نجد أن المرأة التي تتمتع بتلك القوة تكون أكثر قوة وتألقاً وتتمتع بصفات أعظم من الأخرى وتكون أكثر نجاحاً في عملها، لأن الجاذبية الشخصية تضيفي سحرها الخاص على جميع صفات الشخصية.

وفي الحقيقة، فإن الجاذبية الشخصية لا تعني السيطرة أو التأثير في عقول الآخرين كما يعتقد بعض الناس لأن أي محاولة للتأثير في الآخرين تفقدك هذه القوة تمامًا.

ويمكن السر وراء هذه القوة السحرية في أنها تعمل على إظهار أفضل ما في الشخص وتعمل على إضفاء سحرها على كل أفعال الشخص. أو بعبارة أخرى، فإنها تحفز كل شيء داخل الشخص ليعمل بأفضل صورة. ويمكن أن يظهر تأثير هذه القوة على كل من العقل والشخصية.

فمثلاً، عندما يتمتع العازف بالجاذبية الشخصية، نجد أن موسيقاه ساحرة وتجذب الجماهير. وأيضاً قد نلاحظ تأثير الجاذبية الشخصية في المجال الأدبي، حيث تكون أعمال المؤلف الذي لا يتمتع بالجاذبية الشخصية جيدة، ولكنها تفتقر إلى شيء ما، وتشعر أن هناك شيئاً ناقصاً عندما تقرأها، على عكس أعمال

المؤلف الذي يتمتع بالجاذبية الشخصية، الذي عادة ما تكون أعماله ساحرة وقيمة ويشعر القارئ بالدهشة عندما يقرأها. وأيضًا تعد الجاذبية الشخصية من أهم عوامل نجاح الممثل على المسرح، إذ إن الفرق الوحيد بين الممثل القوي والضعيف هو درجة الجاذبية الشخصية التي يتمتع بها. وأيضًا في الحياة الاجتماعية، دائمًا ما نجد أن الشخص الذي يتمتع بالجاذبية الشخصية هو الشخص المفضل لدى الجميع، على الرغم من أنه قد يفتقر في معظم الأحيان إلى صفات أخرى عديدة. أما في الحياة العملية، نجد أن الشخص الذي يتمتع بالجاذبية الشخصية يكون أكثر نجاحًا من غيره.

وبعد دراسة هذه القوة السحرية، توصلنا إلى أنها تؤثر في كل من العقل والجسد والمشاعر، بالإضافة إلى تأثيرها في الأفعال والحركات بحيث تجعل أي شيء يفعله الشخص مميزًا وجذابًا.

ويمكن القول إن هذه القوة تضع كل شيء في مكانه الصحيح والمناسب ولا تؤثر بشكل مباشر في الآخرين، ولكن تؤثر في الشخص الذي يمتلكها وبالتالي تجعله أكثر تميزًا وجاذبية فيما يخص المظهر أو السلوك. وأيضًا تسهم هذه القوة في تطوير الصفات والرغبات داخل الشخص وتضيف مزيدًا من السحر والجاذبية والكفاءة على كل منهما.

وفي الواقع، يولد بعض الأشخاص بهذه القوة ويطبقونها بطريقة غير واعية، أما بعضهم الآخر فيكتسبونها من خلال أشكال مختلفة من التدريب والممارسة، وتتلخص الطريقة الصحيحة لاكتساب الجاذبية الشخصية في دمج التمارين الجسدية مع الطاقة الإبداعية، حيث تنتج الجاذبية الشخصية من تحويل الطاقة الإبداعية إلى نشاط جسدي أو عقلي.

ويتوقف تطور هذه القوة على التدريب المناسب للجسم وتوجيه الطاقة الفائضة لتعمل في توازن وتناغم مع العقل والجسد. ومن الضروري أن تحافظ على هذا التوازن والتناغم الذي يعني القوة والهدوء في آن واحد، بمعنى أن تشعر بالقوة داخلك وفي الوقت ذاته بالهدوء العميق.

وأيضاً من الضروري الحفاظ على الطاقة الفائضة ليحدث ما يعرف بتراكم الطاقة، ثم بعد ذلك وجّه الطاقة الفائضة نحو عمل معين. وبهذه الطريقة تُخزّن الطاقة الفائضة داخل نظامك وبالتالي تكون الشخصية مشحونة بالطاقة اللازمة لتصل إلى مرحلة الجاذبية الشخصية.

ويتطلب الوصول إلى هذه المرحلة أن يكون العقل في حالة هدوء وتوازن حتى يتخلص من أي عادات سلبية (جسدية أو عقلية) وأن يكون العقل في حالة تناغم مع كل شيء وأن يتمتع

بالسلطة المطلقة في كل الحالات.

وفي النهاية، فإن الجاذبية الشخصية تعد نتيجة أساسية للطاقة الفائضة التي يوجَّهها بشكل متناغم. وبالطبع فإن الهدف منها ليس التحكم في الآخرين أو التأثير فيهم بأي شكل من الأشكال، ولكن يتلخص الهدف الرئيسي من الجاذبية الشخصية في تعزيز كل ما يفعله الشخص وإضفاء السحر والجاذبية عليه.

الفصل السابع عشر

قوة الحديث البناء

لا تفكر أو تتحدث أبداً عن أي شيء لا ترغب في حدوثه. وحاول جاهداً أن تتخلص من الشكوى والتذمر ومشاعر الانزعاج، حيث يجذب الناس تلقائياً إلى الشخص المتفائل الذي يمتلئ حديثه بالإيجابية والسعادة، ولذلك يمكنك كسب مزيد من الأصدقاء، وكلما زاد عدد أصدقائك قلت المتاعب والصعاب التي قد تواجهك.

تحدث دائماً عن الجانب الإيجابي وتجاهل الجانب السلبي تماماً، لأنه كلما قل حديثك عن السلبيات والمشكلات، تلاشت واختفت تماماً. ووجه انتباهك نحو كل ما هو إيجابي وذو قيمة حقيقية، وتحدث فقط عن كل ما تريد استمراره وتطوره.

وفي الحقيقة، على كل من يرغب في التقدم والتطور دراسة علم الحديث أو فنون الحديث، إذ إن لكل كلمة ينطق بها

الشخص تأثيراً وقوة معينة، وهذه القوة إما أن تكون في صالح الشخص وإما ضده وفقاً لطبيعتها.

وباختصار، فإن كلامك يحدد شكل الحياة التي تعيشها.

ويمكن وصف الكلمة بأنها تعبير، وقد يظهر هذا التعبير على العقل أو الجسد أو الشخصية أو الرغبات. وتحدد هذه التعبيرات شكل الظروف التي يعيشها الشخص وطبيعتها والطريقة التي يتعامل بها مع هذه الظروف. فمثلاً عندما تكون تعبيرات الشخص عن المرض أو الفشل، فإنه يتجه تلقائياً نحوهما، والعكس بالعكس. لذلك فإن لكل كلمة قوة خفية، وطبيعة هذه القوة هي التي تحدد شكل التعبير (إيجابياً أم سلبياً).

وقد تكون هذه القوة بناءة أو هدامة، وقد تعيق هدف الشخص أو تعززه وتدعمه. وفي الحقيقة، كلما زاد عمق شعور الشخص بالكلمة، زادت قوتها وتأثيرها، لذلك فإن الكلمات التي نشعر بها بعمق تعد بمنزلة نقطة التحول في الحياة. فمثلاً، عندما تشعر بأن هناك مشكلة معينة على وشك الحدوث وتعبّر عن هذا الشعور من خلال حديثك، فإنك بذلك توجه انتباهك أكثر نحو هذه المشكلة وبالتالي فإنك تضاعف من حجم هذه المشكلة، لأنه كلما زاد عمق الشعور بالمشكلات، تعقدت الأمور أكثر. على عكس الشخص الذي يحافظ على

الهدوء وضبط النفس في أثناء مواجهة الصعاب، فإنه ينجح في تخطي أي مشكلة قد تقابله بسهولة ويزداد قوة وحكمة.

أما إذا شعرت بأن هناك أشياء إيجابية على وشك الحدوث وعبرت عن هذا الشعور، فإنك بذلك توجه كامل انتباهك نحو الجانب الإيجابي وبالتالي توجه كامل طاقتك للعمل على تحقيقه. وأيضاً حاول إظهار مشاعرك في أثناء حديثك عن النجاح والتقدم، لأن المشاعر تسهم في تحفيز القوى الإبداعية أيضاً. أما إذا عبرت عن شعورك بالفشل أو الخسارة، فإن القوى الإبداعية تبدأ تخفيز الشعور بالقلق والاضطراب والميل إلى ارتكاب الأخطاء. وبهذه الطريقة يتحقق كل شيء يخاف الشخص حدوثه، إذ إن الخوف ما هو إلا شعور يجعل الشخص في حالة ترقب وانتظار لحدوث الأشياء غير المرغوبة، ولأننا دائماً ما نعبر بالحديث عن مخاوفنا، فإننا بذلك نمهد الطريق أمام هذه المخاوف، وتسهم القوى الإبداعية في تمهيد هذا الطريق أيضاً.

وتحدد طبيعة كل كلمة (بناءة أو هدامة) وفقاً لعدة عوامل، من أهمها:

*الدافع وراء كل كلمة.

*نبرة الصوت.

*الهدف من الكلمة.

لذلك يجب أن تكون نبرة الصوت معتدلة ومتزنة وأن تنقل تعبيرات هادئة وعميقة، إذ إن الكلمات التي تعبر عن الشكوى والتدمير والسخط والسخرية والعدوانية ما هي إلا كلمات سلبية وهدامة.

وفي الحقيقة، لا فائدة من الشكوى أو الانتقادات، بدلاً من ذلك، يمكنك أن تبدي اعتراضك بنبرة صوت حازمة وقوية وفي الوقت ذاته تخلو من أي شيء جارح أو مؤذٍ للآخرين.

أما تأثير الكلمة البناءة فيكون عميقاً وإيجابياً ولا تكون أبداً ذا نبرة عالية أو غامضة، بل يكون ذا نبرة هادئة ومطمئنة.

وقد يعتقد بعض الأشخاص أن الحديث عن الصعوبات والتحديات التي تواجههم أمر مريح بعض الشيء، ولكن في الحقيقة فإن ذلك يؤثر فيهم بطريقة سلبية، إذ إن الحديث عن الصعوبات قد يمنحك شعوراً مؤقتاً بالراحة، ولكنه يزيد هذه الصعوبات تعقيداً. ولذلك عندما تواجهك المصاعب تجاهلها تماماً وتحدث عن جوانب أخرى إيجابية كالنجاح والحرية وتحقيق الأهداف، فإنك بذلك تخلق لنفسك فرصاً جديدة وبيئة مختلفة تماماً.

وفي الحقيقة، لا فائدة من الحديث ما لم يكن عن السعادة أو النجاح أو أي معلومات مهمة، إذ إن الحديث المجرد ما هو إلا

إهدار للطاقة ولا يتمكن الشخص الثثار من تحقيق أيٍّ من أهدافه مهما حاول.

ويجب أن يكون الدافع وراء كل كلمة بناءً وإيجابياً، وأن تنقل فقط الحقيقة المطلقة. فمثلاً دائماً ما يلجأ الشخص الذي يتحدث بصورة مستمرة حتى ولو لم يكن هناك حاجة أو فائدة من هذا الحديث ولكنه يشعر برغبة في الحديث إلى الحديث عن أشياء سطحية، ودائماً ما يستخدم تعبيرات مبالغة.

والسؤال هنا هل تعتقد أن التذمر من الطقس السيئ سيغير شيئاً؟ بالطبع لا، ولكن عندما تتذمر وتصرح عن انزعاجك من شيء ما فإنك بذلك تسبب في إرسال الأفكار السلبية إلى جهازك العصبي. أو عندما يتحدث الشخص عن ذاته ويستخدم عبارات سلبية مثل «أشعر بالتعب الشديد»، «لا أستطيع التحمل»، «أشعر بالاشمئزاز»، «لدي ذاكرة سيئة»، «أفقد قوتي يوماً بعد يوم»، «ليس لدي سوى المتاعب والخط السيئ»، وكثير من التعبيرات السلبية الهدامة. ولكن إذا أدرك الشخص قوة الأفكار ومدى تأثيرها عليه سوف يتجنبها تماماً.

وفي الحقيقة يمكن للشخص أن يتحمل أي شيء في الحياة عندما يتجاهل ضعفه البشري ويعمل على تعزيز قوته الروحية، فمثلاً لن تشعر بالتعب والإجهاد في عملك إذا كنت

تحصل على قسط كافٍ من الراحة والنوم، لذلك فإن التفكير الخاطئ هو الذي يشعر الشخص بالتعب، وأيضًا عندما يشعر الشخص بالاشمئزاز تكون أفكاره أيضًا مثيرة للاشمئزاز، لأن الشخص يصبح تمامًا مثل أفكاره.

لذلك عندما يبدأ الشخص التفكير بطريقة صحيحة في حالة الطقس ويحاول التكيف مع الطبيعة كأن يلبس ملابس مناسبة، يتقبل حالة الطقس ولن يتذمر أو يشكو مرة أخرى. وفي الواقع فإن الشخص الذي يكون في حالة انسجام مع كل شيء من حوله ومع ذاته لن يتمكن أي شيء من إزعاجه بسهولة.

ولقد أثبتت الدراسات الحديثة أن الشخص تظهر عليه علامات التقدم في السن كلما زاد حديثه عن التقدم في السن. وأيضًا فإن اعتقاد الشخص بعدم توافر فرص مناسبة ينبع من رؤية الشخص لذاته بعين الدونية، لذلك يجب أن يطور من قدراته وقيمه حتى يرى الفرص المتاحة أمامه بسهولة لأن الحياة ما هي إلا مسابقة كبيرة بين العقول ويلعب العلم الحديث دورًا كبيرًا في هذه المسابقة، إذ يسهم في تطوير قدرات البشر. لذلك تجنب الحديث عن الحظ السيئ أو الظروف الصعبة لأنه كلما ازدادت الشكوى والتذمر زادت الظروف تعقيدًا، أما في حالة تجاهل الظروف السيئة والعمل على تطوير

القدرات والمهارات، سيحقق الشخص أهدافه كلها في النهاية. وأيضاً يعد تعريف الحياة بأنها عمل شاق وطريق صعب وغير ممهد تعريفاً خاطئاً، وإذا تبيننا هذا التعريف فإننا بذلك نضع العقبات في طريقنا. وفي الحقيقة لن يشعر الشخص بصعوبة أي مهمة أو عمل في هذه الحياة إذا تعامل معه بشكل صحيح وذكي.

وأيضاً عندما تشعر بأنك على وشك ارتكاب خطأ ما، حاول أن تفكر في جميع الفرص المتاحة أمامك لتجنب هذا الخطأ قدر الإمكان. وتذكر دائماً أن عقلك يتأثر بحديثك، لذلك تحدث دائماً عن الحقيقة وتجنب الحديث عن أي شيء سلبي أو عديم الفائدة. ومن الضروري أن يكون الحديث بناءً وأن تكون التعبيرات مناسبة وإيجابية.

وفي الحقيقة، يجب تطبيق قانون الحديث البناء على المحادثات اليومية أيضاً، لأن الحديث يلعب دوراً كبيراً في تشكيل الأفكار، وتلعب الأفكار دوراً كبيراً في تشكيل الشخص ذاته، وبذلك نستنتج أن كلا من الأفكار والحديث يلعبان دوراً مهماً في تشكيل الشخصية.

وفي الحقيقة فإن الشخصية تتشكل وفقاً لأفكار الشخص القوية وتتأثر هذه الأفكار بموضوع المحادثات اليومية

وطبيعتها. فمثلاً عندما تعمل المحادثات على تحفيز الأفكار تجاه ارتكاب الأخطاء، فإنها بالتالي محادثات سلبية وهدامة. أما المحادثات البناءة فتعمل على توجيه الانتباه نحو الجانب الإيجابي فقط وبالتالي تكون الأفكار إيجابية أيضاً. لذلك من الضروري أن تعمل محادثاتنا اليومية على تحفيز الأفكار الإيجابية والبناءة وأن تجعل العقل أكثر وعياً بالفرص المتاحة أمامه. وأيضاً احذر من التفوه بأي كلمة من شأنها التركيز على أخطاء الآخرين أو نقاط ضعفهم واحذر من الكلمات التي تبعث الحزن والألم في النفس، واحرص على أن تكون كلماتك ملأنة بالتفاؤل والتشجيع والأمل.

وفي الحقيقة فإن تذكير الشخص بأخطائه ونقاط ضعفه بصورة مستمرة يجعله أكثر وعياً بتلك الأخطاء ويجعله دائم التفكير فيها، كما يؤدي إلى زيادتها. لذلك تتمثل الطريقة الوحيدة للتخلص من نقاط الضعف في العمل على تعزيز نقاط القوة.

وفي الحقيقة فإن للمحادثات قيمة حقيقية ودوراً كبيراً في تدريب العقول الشابة وتغيير مصيرهم في كثير من الأحيان، إذ إن تدريب عقل الطفل بصورة صحيحة يعني توجيه انتباهه نحو صفاته الإيجابية. وفي الحقيقة فإن توبيخ الطفل بصورة

مستمرة والتحدث عن أخطائه يؤدي إلى تركيز كامل انتباهه نحو تلك الأخطاء ومن ثم زيادتها واختفاء الصفات الإيجابية تدريجيًا. وفي الواقع فإنه من المستحيل تطوير شخصية الطفل وعقله من خلال التحذير المستمر، لأن ذلك يؤدي إلى زيادة الرغبة في ارتكاب هذا الفعل الذي تحذره منه.

ومن المعروف أن العقل يميل تلقائيًا إلى كل ما هو مرفوض أو غير متاح، لأن الأوامر السلبية والتحذيرات دائماً ما ترتبط بشعور الخوف وعندما يكون العقل في حالة من الخوف أو الرهبة أو الفضول فإنه يتأثر بسهولة بكل أفكاره. لذلك عندما يحصل تحذير الطفل فإنه يكون في حالة من الخوف والفضول في الوقت ذاته لفعل الشيء الذي تحذره منه وبالتالي يتوجه انتباهه وتفكيره نحو هذا الفعل. لذلك من الخطأ تحذير أي شخص على وشك ارتكاب خطأ ما وأيضاً من الخطأ أن تتركه بمفرده، والحل الأمثل في هذه الحالة أن تحاول توجيه انتباهه نحو شيء آخر إيجابي حتى ينسى هذا الخطأ تماماً ويبدأ تركيز كامل انتباهه وطاقته نحو هذا الشيء.

وينطبق الشيء ذاته على المرض والفشل، فمثلاً عندما يكون العقل في حالة انغماس وتركيز تام على الصحة فإن المرض يختفي تدريجيًا. وأيضاً عندما يركز العقل على النجاحات

والإنجازات، فإن الفشل يختفي تدريجيًا إذ تعمل كل القوى في هذه الحالة على تحقيق الأهداف ولا يكون هناك مجال للفشل. وإذا أراد الشخص التخلص من الفشل والأخطاء يجب أولاً أن يكون حديثه بناءً، حتى يتمكن العقل من التخلص من الأخطاء كلها. ويجب أن يكون حديثه متوافقاً مع طموحات الشخص وأهدافه ورغباته.

وفي الحقيقة فإن كل شخص في هذه الحياة يحاول دائماً أن يغير طباع من حوله وشخصياتهم وفقاً لمفهومه الشخصي عن الكمال أو المثالية من خلال التحدث عن نقاط ضعفهم ومحاولة إقناعهم بفعل بعض الأفعال ليصبحوا مثاليين. وأيضاً يتبنى الآباء الطريقة نفسها مع الأبناء رغم أنها طريقة خاطئة وتزيد الأمور تعقيداً.

لذلك إذا أردت مساعدة أصدقائك أو أطفالك ليصبحوا أفضل، لا يجب أن تذكر نقاط ضعفهم، بل يجب أن تذكر مميزاتهم ونقاط قوتهم.

الفصل الثامن عشر

قوة الخيال والعقل المدبر

يتصف العقل المدبر بقدرته الفائقة على التطور المستمر وقوته وثباته مهما كانت الظروف. وفي الحقيقة يعد الخيال بمنزلة القوة الإبداعية المحركة للعقل، لأن الخيال يسهم في وضع الخطط والأفكار. لذلك إذا أردت أن تكون أفكارك مثالية، يجب أن يكون الخيال دائماً في حالة وضوح ونقاء. وإذا أردت أن تحقق نجاحات عظيمة، يجب أولاً أن تكون شخصاً ناجحاً. ومن أجل أن تكون ناجحاً، يجب أن تتطلع إلى كل ما هو عظيم وبناء، ويمكن تحقيق ذلك من خلال التوظيف الأمثل للخيال. ومن الضروري أن يكون لديك هدف محدد تعمل على تحقيقه كل القوى التي تتمتع بها، أو مثل أعلى يتوجه نحوه انتباهك، أو نمط معين تتبعه لتحقيق أهدافك. ولتشكيل هذا النمط لا بد من توظيف قوة الخيال بطريقة صحيحة، إذ إن كل ما تتخيله يصبح نمطاً لكل القوى الإبداعية (العقلية والشخصية). وبما أن

هذه القوى تحدد ماهية الشخص وأهدافه، فإننا بذلك نستنتج أن قوة الخيال تعد من أهم القوى البشرية على الإطلاق.

فمثلاً إذا تخيل الشخص أنه حقق كل أهدافه وأصبح كما يريد، سوف يسهم هذا التخيل على خلق نمط أو نموذج عن ذاته المستقبلية ولكل القوى الإبداعية داخله. لذلك كلما فكرت في المستقبل، تخيل دائماً النجاح الباهر وتحقيق الإنجازات العظيمة وتخلص تماماً من مشاعر الخوف لأن الخوف يخلق نمطاً أو تصوراً عن الفشل ويرسله إلى كل القوى الإبداعية، وتبدأ القوى الإبداعية تعزيز هذا الفشل وزيادته.

وبالتالي إذا أردت النجاح، عليك أولاً أن تطور من قدراتك، ولكن لا يمكن حدوث ذلك في وجود الخوف. لذلك من الضروري أن يقتصر خيال الشخص على النجاح وتحقيق الأهداف، ويجب أن تُرسَّخ صورة النجاح داخل أعماق العقل حتى تبدأ كل القوى في الاتجاه نحو طريق النجاح. لذلك حاول أن ترسخ صورة النجاح الخاصة بك داخل عقلك حتى تلهمك وتدفعك نحو تحقيق أهدافك.

ويمكن استغلال أوقات الفراغ لخلق تخیلات عن كل شيء تريد تحقيقه وترسيخ هذه التخیلات داخل العقل.

ومن الضروري أن تكون التخييلات حول كل ما هو إيجابي وعظيم، لأن العقل في هذه الحالة يتطور ليتمكن من الوصول إلى تلك الأهداف السامية. وفي الحقيقة، فإن الخيال هو الشيء الوحيد القادر على دفع العقل نحو التطور، لذلك فإنه من غير الحكمة توظيف الخيال لأي غرض آخر غير تطوير العقل. وفيما يلي بعض النصائح للتوظيف الأمثل للخيال:

* حدد أهدافك بدقة ووضوح.

* حدد شكل البيئة التي تريدها أو طبيعتها.

* حدد نوع العمل الذي تفضله.

وبعد ذلك ارسم تخيل عن كل ما سبق داخل عقلك ثم ابدأ العمل على تحقيقه.

ثانيًا، تخيل أنك تعيش في البيئة التي اخترتها مع الأشخاص الذين تمنيت مرافقتهم. خصص وقت فراغك للخيال فقط وبعد فترة ستلاحظ بدء قواك العمل على تحقيق كل ما تتخيله، لأن كل قوة منهم تعد بمنزلة فنان يرسم لوحته الخاصة وفقًا لتخيل معين.

وفي الواقع يعمل التمرين السابق على تحفيز العقل للعمل على تحقيق أهداف أعظم.

ثالثاً، وظّف قوة الرغبة والإرادة والأفكار؛ بمعنى أن تتحد كل القوى للعمل على تحقيق الأهداف المنشودة. وبذلك فإن التوظيف الأمثل للخيال يمكن الشخص من رسم نموذج أو نمط معين لكل القوى التي يتمتع بها.

وباختصار فبدلاً من إهدار الشخص لطاقته من خلال اتباع أي نمط أو فكرة قد تطرحها البيئة المحيطة، فإنه يركز طاقته نحو العمل على تحقيق أهدافه ورغباته. ويعد ما سبق بمنزلة أول وظيفة من وظائف الخيال وأهمها. وتمثل الوظيفة الثانية للخيال في إمداد العقل بهدف محدد للتفكير فيه بصورة مستمرة وبالتالي يعد ذلك بمنزلة تمرين للعقل ليفكر فقط فيما يريده ويتخلص تلقائياً من أي شيء سطحي. وهذا يعني أن التوظيف الأمثل للخيال يمكن الشخص من انتقاء أفكاره بعناية، ومن ينجح في توظيف خياله بصورة صحيحة يصبح ذا عقل مدبر.

ويمكن تعريف مصطلح «العقل المدبر» بأنه العقل الذي يفكر فقط فيما يريده مهما كانت الظروف، إذ إن العقل المدبر يخلق أفكاره بنفسه ويحدد رغباته بدقة من خلال التوظيف الأمثل للخيال. أما العقل الضعيف الذي لا يتحكم في أي شيء فتتشكل أفكاره وفقاً للإشارات والمؤثرات الخارجية التي

يتلقاها من الحواس وبالتالي فإن هذه الأفكار تتأثر بالظروف المختلفة التي تنشأ منها هذه الإشارات والمؤثرات.

وفي الحقيقة، عادة ما تتشابه رغبات الأشخاص ذوي العقول العادية، ودائماً ما تكون رغبات سطحية. لذلك فإن تأثير الشخص بالإشارات والمؤثرات الخارجية واتباع رغبات الآخرين وإهمال رغباته الحقيقية، يعني الانسياق والخضوع. وفي الحقيقة، يهتم العقل القوي والمدير بحياته ورغباته الحقيقية ولا يتأثر أبداً برغبات الآخرين. لذلك من الضروري أن تهدف الرغبات إلى رفاهية الشخص نفسه وألا تتأثر بأي شكل من الأشكال برغبات الآخرين أو بالبيئة المحيطة.

وفي الواقع، هناك عدد مهول من الأشخاص الذين يتبعون رغبات غيرهم ويتأثرون بالبيئة المحيطة ويحاكون عادات الآخرين ورغباتهم دون الاهتمام برغباتهم الحقيقية واحتياجاتهم الشخصية. ويمكن تشبيه هؤلاء الأشخاص بالدمية، لأنهم يعيشون حياة ليست بحياتهم ويتبنون أفكار غيرهم ورغباتهم.

أما الشخص ذو العقل المدير والقوي فإنه لا يحاول محاكاة أفعال الآخرين أو رغباتهم أو أفكارهم، بل يكون له أفكاره الخاصة، ودائماً ما تكون رغباته مرتبطة بعالمه الحقيقي ويعمل دائماً على تحقيق أهدافه السامية.

وفي الواقع، يتطلب تطوير العقل الضعيف تغيير البيئة المحيطة أولاً قبل تغيير الأفكار، لأن تغيير البيئة المحيطة يلهم الشخص ببعض الأفكار الجديدة التي تؤدي بدورها إلى تطوير العقل وتعزيز قوتها. وعلى الجانب الآخر، فلا يحتاج العقل القوي إلى تغيير البيئة المحيطة لتغيير أفكاره، لأن العقل القوي لا يتأثر بأي شيء خارجي، ولكنه يغير من أفكاره ورغباته من خلال الخيال.

ويعد التوظيف الأمثل للخيال بمنزلة الطريق الوحيد لبناء عقل قوي. وفي الحقيقة فإن الأفكار هي التي تحدد طبيعة الشخص، وتشكل الأفكار وفقاً للتخيلات والصور الذهنية، سواء كانت هذه التخيلات نابعة من الأنا العليا أو من البيئة المحيطة. لذلك إذا سمح الشخص لأفكاره ورغباته أن تتأثر بالبيئة المحيطة، فإنه بذلك يصبح خاضعاً وتابعاً لها. أما إذا حوّل كل الإشارات والمؤثرات الواردة من البيئة الخارجية إلى أفكار ذات قيمة ثم حوّل هذه الأفكار إلى تخيلات أو صور ذهنية، فإنه بذلك يستغل البيئة المحيطة ويسيطر عليها بدلاً من أن تسيطر هي عليه.

وفي الحقيقة فإن كل شيء في البيئة المحيطة يترك أثراً داخل العقل، وتختلف درجة تأثير العقل وفقاً لدرجة قوته، ثم يبدأ

العقل التعبير عن هذا التأثير. لذلك فإن الشخص ذا العقل الضعيف الذي يتأثر بالبيئة المحيطة يحاكي تلقائياً كل شيء يراه أو يسمعه أو يشعر به. وبالتالي يكون انعكاساً للعالم الخارجي وأيضاً تكون جميع أفكاره وأفعاله خاضعة للمؤثرات الخارجية، وينجرف مع التيار ويصبح تماماً كالدمية.

وفي الواقع فإن الإنسان دائماً ما يكون محاطاً بالمؤثرات الخارجية، لأن أي شيء في العالم الخارجي يمكن أن يؤثر في الإنسان بسهولة. ولكن هناك فرقاً عظيماً بين العقل الذي يسمح بأن يكون عرضة لمثل هذه المؤثرات وبين العقل الذي يوظف هذه المؤثرات بذكاء.

ولكن كيف يمكن توظيف المؤثرات الخارجية بصورة صحيحة بدلاً من الانسياق الأعمى وراءها واتباع رغبات الآخرين؟

يمكن توظيف المؤثرات الخارجية بسهولة من خلال تحليل كل ما تتلقاه من خلال الحواس ثم تكوين الأفكار وفقاً لذلك. فمثلاً عندما تواجه محنة معينة، لا تفكر في أي شيء سلبي، بل حاول فهم طبيعة القوى الكامنة وراء هذه المحنة أو الشر، لأن القوى دائماً ما تكون جيدة، ولكن عادة ما توجه بشكل خاطئ من قبل البشر. ومن خلال محاولتك لفهم طبيعة القوى ستتغير نظرتك تماماً، وحينها لن تشعر بأي

مشاعر سلبية ولن تفكر في أي أفكار هدامة في أثناء مواجهة الصعاب. وعلاوة على ذلك ستتمكن من التفكير في حل مناسب لهذه المحنة أو المشكلة وهذا من شأنه أن يزيد من قوة عقلك بشكل ملحوظ.

وإذا أردت أن تتمتع بعقل قوي ومدبر، عليك أولاً أن تجعل أفكارك أقوى من المؤثرات الخارجية، وحاول أن تستغل تلك المؤثرات لصالحك وحاول أيضاً أن تحلل طبيعة تلك المؤثرات لتتمكن من التمييز بين مميزاتا وعيوبها المحتملة واستخدم الخيال لتحديد كلاً من أفكارك وأهدافك ورغباتك بعناية.

ويمكن تلخيص السبب الرئيسي وراء فشل الشخص العادي في تحقيق أهدافه في عدم قدرته على انتقاء أفكاره وتحديدتها بعناية؛ إذ إنه يكون سريع التأثر بالبيئة المحيطة، وبالتالي فإنه يقلد من حوله ويتبنى أفكارهم ورغباتهم بينما يتجاهل أفكاره ورغباته الحقيقية وبالتالي تصبح أفكاره ورغباته مخالفة تماماً لكل من ذاته واحتياجاته.

ومما سبق نستنتج أنه إذا سمح الشخص لذاته بالتأثر بأي إشارات أو مؤثرات خارجية فإنه يصبح شخصاً تابعاً ويفقد كامل تركيزه وقدرته على التفكير. وبالتالي لن يتمكن من تحقيق أي إنجاز يذكر.

أما على الجانب الآخر، فإن الشخص ذا العقل القوي والمدير يكون لديه مطلق الحرية في انتقاء أفكاره وتحديد أهدافه ورغباته وفقاً لذاته واحتياجاته الشخصية ويكون لديه القدرة على تحقيق أهدافه.

وفي النهاية لا تسمح أبداً لأي شيء أن يؤثر في عقلك وحاول استغلال المؤثرات الخارجية وتوظيفها بطريقة صحيحة واحرص على تحديد أفكارك بعناية حتى تصبح ذا عقل مدير وقوي.

الفصل التاسع عشر

القوى العليا للفرد

اتبع حدسك دائماً، وكن صادقاً تجاه أهدافك لأن من يوجه كامل انتباهه نحو أهدافه يتمكن من تحقيقها في النهاية. وأعمل دائماً على تطوير ذاتك واستغل كل القوى التي تتمتع بها.

وفي الحقيقة، إذا أردت أن تكون شخصاً قوياً عليك أولاً استغلال كل القوى التي تتمتع بها. وتعد القوى الخفية من أهم هذه القوى على الإطلاق. وعادة ما يكون من الصعب اكتشافها وفهم طبيعتها، لأن الإنسان بطبيعته يدرك كل ما هو سطحي وبسيط وظاهر ثم بعد ذلك يبدأ إدراك الأهم والأسمى. لذلك يطلق على القوى العليا اسم القوى الخفية، لأنها تكون خارج مجال إدراك الفرد.

وتنطبق هذه النظرية أيضاً على الطبيعة، حيث يصعب على الإنسان فهم أعظم قوى الطبيعة. فمثلاً الكهرباء التي تعد من أهم قوى الطبيعة وأعظمها، لم يتمكن أحد من تحديد طبيعتها والسيطرة عليها بالكامل إلى الآن. وينطبق ذلك أيضاً

على القوى الطبيعية الأخرى، فكلما زادت قوتها عجز الإنسان عن فهم طبيعتها.

وينطبق ذلك أيضًا على النظام البشري، حيث يوجد عدد مهول من القوى العظيمة والاستثنائية التي لا يعرف الإنسان بوجودها أو لم يتمكن أحد من فهم طبيعتها إلى الآن. وفي الحقيقة يمكن اكتشاف كثير عن تلك القوى من خلال توظيفها في الحياة العملية.

ويمكن أن نطلق على مجال القوى العليا داخل العقل اسم المجال العقلي اللاواعي. ويمكن أن ندرك مدى اتساع هذا المجال واتساع إمكاناته ووظائفه فقط عندما ندرك أن الجزء اللاواعي يحتل الجزء الأكبر من العقل ويطلق عليه بحر العقل اللاواعي (الباطن) بسبب اتساعه. وقد اكتشف عدد من علماء النفس المعاصرين أن كل الأفعال التي يفعلها الشخص في أثناء حالة اليقظة التامة تكون موجودة داخل المجال العقلي الواعي. وفي الواقع فإن أفعال المجال الواعي تكون ضئيلة جدًا بالمقارنة بأفعال المجال اللاواعي. ويمكن إدراك أهمية الأفعال الواعية فقط عندما ندرك أن الأفعال الواعية هي المسؤولة عن إحداث الأفعال اللاواعية وأن الأفعال اللاواعية هي المسؤولة عن تحديد كل من طبيعة الشخص وقدراته وإمكاناته ومصيره.

وباختصار، فإن الأفعال الواعية تؤثر بشكل مباشر في الأفعال اللاواعية المسؤولة بدورها عن تحديد شخصية الفرد. ولتوضيح أهمية كل من المجال اللاواعي والقوى العليا، سوف نتخذ قوة الحب مثلاً على ذلك. ففي الواقع، لم يتمكن أحد من فهم طبيعة قوة الحب إلى الآن ولم يتمكن أحد من اكتشاف طبيعة هذه القوة على الرغم من أنها تعد من أهم القوى البشرية وأعظمها.

وفي الواقع لا يمكن فهم طبيعة هذه القوة، ولكن يمكن السيطرة على الأفعال الناتجة عنها. وينطبق ذلك أيضاً على كل القوى البشرية السامية، حيث لم يتمكن من فهم طبيعة أيٍّ منها، ولكن يمكننا التحكم في الأفعال الناتجة عنها واستغلالها لصالحنا. وبطريقة مشابهة فإنه على الرغم من صعوبة فهم المجال العقلي اللاواعي فإننا نفهم أساليب عمله وطرقه بحيث يمكننا التحكم في الأفعال الناتجة عنه وتوجيهها كما نشاء.

وفي الحقيقة، إذا حللنا الأفعال والأفكار اللاواعية، سوف نجد أنها ما هي إلا أفعال وأفكار وُجِّهت بإرادتنا نحو المجال اللاواعي فترة من الزمن.

وقد تلاحظ في كثير من الأحيان ظهور بعض الأفكار أو الرغبات أو المشاعر أو الأهداف الجديدة، وعادة ما تكون نتيجة

لبعض العمليات اللاواعية ولكن عندما تُحلَّل طبيعة هذه الأفكار والرغبات والمشاعر نكتشف أنها ما هي إلا استجابة طبيعية للأفعال الواعية. ومن هنا نستنتج أنه يمكن تحويل أي أفعال أو أفكار واعية لتصبح لا واعية.

ويمكن توضيح العلاقة بين المجال الواعي والمجال اللاواعي من خلال أي حركة جسدية بسيطة، فمثلاً إذا بدأت أي حركة جسدية من نقطة معينة، فمن المؤكد أنها ستنتهي من نقطة البداية نفسها. وينطبق ذلك أيضاً على الأفعال العقلية العميقة، حيث تكون نقطة البداية والنهاية واحدة.

وباختصار فإن أي عملية عقلية أو أي فعل عقلي يحدث داخل حدود العقل الواعي يدخل تلقائياً إلى المجال اللاواعي، وإذا كان هذا الفعل عميقاً وقوياً سوف يعود إلى المجال الواعي (نقطة البداية) مرة أخرى. ومن هنا نكتشف السر وراء بناء شخصية عظيمة وقوية وأيضاً السر وراء تطوير القدرات والمواهب، إذ إن أي فعل عقلي واع يهدف إلى تطوير العقل أو الشخصية أو السلوك أو الفكر (إذاً كان عميقاً وصادقاً) يدخل تلقائياً إلى المجال العقلي اللاواعي ويعود مرة أخرى إلى نقطة بدايته (العقل الواعي) بصورة أقوى.

وعادة ما يصاب الشخص بخيبة أمل وإحباط عندما لا يجد نتيجة مرضية بعد محاولاته المتعددة لتطوير ذاته، ولكن دائماً ما يكون هناك فترة زمنية معينة تفصل بين الزراعة والحصاد، حيث تستغرق عملية دخول الأفعال أو الأفكار المراد تطويرها إلى المجال الواعي عدة أسابيع أو شهور حتى تعود مرة أخرى بصورة أقوى. وقد يلاحظ الشخص عندما يستسلم ويتوقف عن تطوير ذاته ظهور بعض الصفات الجديدة والقدرات المتطورة، فيدرك حينها أن محاولاته لتطوير ذاته لم تذهب سدى. وبالتالي نستنتج أن كل مجهود له نتيجة مساوية له وأن أي عملية عقلية واعية عميقة لا بد وأن يكون لها نتيجة معينة.

في كثير من الأحيان تخطر لنا أفكار كنا في أمس الحاجة إليها منذ أسابيع مضت، ولكن لم نتمكن من التوصل لها في ذلك الوقت. وعادة ما تكون نتيجة الرغبة العقلية العميقة في الوصول إلى تلك الأفكار في ذلك الوقت. وعلى الرغم من عدم قدرة العقل على تحقيق ذلك في هذا الوقت فإنها بدأت الظهور بعد فترة. ومن هنا نستنتج أن حتى أصغر العمليات العقلية يكون لها نتيجة، حتى ولو لم تظهر تلك النتيجة في وقتها. لذلك إذا أردت تحقيق شيء ما خلال فترة زمنية معينة، عليك إعطاء بعض التعليمات إلى عقلك حول هذا الشيء،

بشرط أن تكون هذه التعليمات عميقة وواضحة حتى تتمكن من الدخول إلى المجال اللاواعي وتصبح عملية عقلية لا واعية، حيث تعمل العمليات العقلية اللاواعية وفقاً للتعليمات المعطاة حول الأفكار والخطط للوصول إلى الهدف المنشود ومن ثم تبدأ تحقيقه. فمثلاً نجد أنه ألفت أشهر الكتب في العالم بعد فترة طويلة من العمليات العقلية اللاواعية. وينطبق ذلك أيضاً على كل الاختراعات والأعمال الفنية وأي شيء آخر ذي قيمة. وبالتالي يمكن لأي فكرة أو شعور أو رغبة أو فعل عقلي أن ينتج عملية عقلية مساوية ثم تبدأ هذه العملية إحداث بعض النتائج.

وباختصار، احرص دائماً على إعطاء المهام البناءة لعقلك اللاواعي وضع بذرة جديدة داخله كل دقيقة، وقد يستغرق الأمر عدة أسابيع أو أشهر قبل أن تؤتي هذه البذرة ثمارها، ولكن تأكد أنك سوف تجني ثمارها في الوقت المناسب.

ومما سبق نستنتج كيفية بناء شخصية قوية وسلوك مرغوب واتجاهات عقلية متنوعة وقدرات ذهنية ومواهب استثنائية.

ولتوجيه العمليات العقلية اللاواعية، عليك أولاً استغلال القوى العليا التي تتمتع بها، لأن تلك القوى هي المسؤولة عن تحديد مسار هذه العمليات العقلية. ويمكن استغلال هذه

القوى وتطبيقها بسهولة من خلال توجيه الانتباه نحو الشاعر؛ إذ إن الشاعر تحدد شكل هذه القوى وطبيعتها. لذلك فإن كل القوى العليا داخل الشخص تخضع لسلطة الشاعر. وبالتالي إذا أردت توجيه أي قوة عليا، عليك أولاً إعادة توجيه مشاعرك. فمثلاً إذا كان لديك بعض المشاعر غير المقبولة وأردت تغييرها ففي هذه الحالة عليك تحويل طاقة تلك المشاعر إلى عمل آخر أو رغبة أخرى مقبولة من خلال توجيه كامل انتباهك نحوها. ومن هنا نستنتج أن أي شعور مهما كانت طبيعته يكون ممتلئاً بالطاقة. ومن الضروري أن يتحكم الشخص في مشاعره للحفاظ على هذه الطاقة، إذ إن الشاعر غير المسيطر عليها ما هي إلا طاقة مهددة. لذلك فإن استسلام الشخص لمشاعره وعدم قدرته على السيطرة عليها يعني هلاكه. أما إذا سيطر الشخص على مشاعره ووجهها بشكل مناسب فإنه بذلك يزيد من قوة العقل والجسد.

وكلمنا لاحظت وجود مشاعر غير مرغوبة أو غير منضبطة، ابدأ التفكير في الأهداف التي تريد تحقيقها بدلاً من ذلك. ومن الضروري أن يحدد الشخص مشاعره ويتقيها بعناية من خلال توجيه الانتباه نحو الأشياء المقبولة والمرغوبة. وبهذه الطريقة يمكن للشخص السيطرة التامة على مشاعره مهما

كانت الظروف وبذلك يكتسب القدرة على التحكم في عواطفه واستغلال كل الطاقة الكامنة داخل هذه العواطف.

ونجد في أثناء عملية بناء الشخصية أن النتائج تكون تراكمية، بمعنى أننا نبذل مجهودًا كبيرًا من أجل تطوير الشخصية، ويتحول هذا المجهود إلى عملية لا واعية ثم بعد فترة نلاحظ ظهور النتائج المنشودة. وينطبق ذلك أيضًا على عملية بناء العقل، فكلما بذلت الجهد لبناء العقل وتطويره، زادت قدراتك على بناء عقل عظيم. وعادة ما يفشل أشخاص عديدون في تطوير الشخصية والعقل لأن رغباتهم وجهودهم لا تكون عميقة وقوية بما يكفي لتصبح عمليات عقلية لا واعية تمامًا مثل زراعة البذور في تربة غير صالحة. لذلك إذا أردت تطوير عقلك وشخصيتك تأكد أولاً من قوة رغبتك في التطور وعمقها، فإذا كانت الرغبة في التطور ضعيفة فلن تتمكن من الوصول إلى مجال العقل اللاواعي. وفي الحقيقة فإن أي فعل أو رغبة تفشل في دخول المجال العقل اللاواعي تفشل تلقائيًا في إحداث النتائج المنشودة.

ويجب الأخذ بعين الاعتبار أن الشخصية مسؤولة عن تحديد مسار كل القوى التي يتمتع بها الشخص، فإذا كانت الشخصية قوية تكون كل القوى بناءة وقوية أما في حالة

ضعف الشخصية فتوجّه كل القوى والقدرات بشكل خاطئ بغض النظر عن محاولات الشخص أو جهوده المبذولة. وهذا ما يفسر عدم قدرة أشخاص عديدين من تحقيق أهدافهم والتي تكون في المقام الأول بسبب عدم الاهتمام ببناء الشخصية وتطويرها.

لذلك من الضروري الاهتمام ببناء شخصية قوية لأنه مهما كانت رغبات الشخص قوية وأهدافه عظيمة فإنه لن يتمكن من تحقيق أي إنجاز إلا بعد تطوير شخصيته بشكل مناسب، وفي الواقع فإن الشخصية تعمل على إعادة توجيه قوى الشخص نحو المسار الصحيح.

وفي الحقيقة فإن القوى العليا تتحرك من خلال المجال العقلي الواعي، وبما أن هذه القوى تمكن الشخص من تحقيق أهدافه، فإنه من الضروري أن يصل الشخص إلى أعلى درجات الوعي العقلي إذا أراد تحقيق أهدافه.

وإذا حللنا عقول العظماء والناجحين سنجد بلا شك أنهم قد وصلوا إلى أعلى وأسمى درجات الوعي. لذلك كلما زاد مستوى الوعي أصبح الشخص أقوى وأعظم. ومن أجل الوصول إلى أعلى درجات الوعي يجب الاهتمام بالقوى العليا التي تتمتع بها بداخلنا، ولا تشير القوى العليا إلى القوى

السطحية أو الظاهرة، وإنما تشير إلى القوى العميقة الخفية التي لا يمكن استغلالها أو التحكم فيها إلا بعد الوصول إلى درجة عالية من الوعي.

وأيضاً من الضروري إعادة النظر في المجال النفسي في أثناء مرحلة تحليل القوى العليا واكتشافها، لأنه إذا كان الشخص يتمتع بدرجة قليلة من الوعي فإنه لن يتمكن من السيطرة على القوى العليا داخله أما إذا ارتقى لأعلى مستويات الوعي، فإنه بذلك يكون قادراً على السيطرة على قواه العليا جميعها واستغلالها بطريقة صحيحة، حيث توجد القوى العليا داخل المجال النفسي وتكون مسؤولة عن تحديد كل شيء يحدث في حياة الفرد. لذلك من الضروري تعلم كيفية التصرف وفقاً للمجال النفسي إذا أردنا السيطرة على القوى العليا بداخلنا.

ويمكن تعريف المجال النفسي بأنه المجال اللاواعي الذي يتخلل الشخصية بأكملها ويحتل كل ذرة من كيان الشخص وأنه هو المجال السامي الذي يتخلل جميع العناصر المادية الملموسة للحياة، ويتمكن الشخص من الدخول إلى هذا المجال فقط عندما تكون مشاعره عميقة وصادقة.

ويمكن إثبات حقيقة أن المجال النفسي هو المسؤول عن تحديد قيمة الشخص الحقيقية من خلال التجارب اليومية

المعتادة، فمثلاً دائماً ما نجد الأشخاص المميزين والناجحين يتمتعون بدرجة عالية من الوعي والإدراك، وهذا ما يشكل المجال النفسي.

وفي الحقيقة يعد الشغف والحماس من أهم القوى الناتجة عن عمق الشعور والوعي. وعادة ما يتحمس الشخص لكل ما هو جديد وذو قيمة ويتحمس أيضاً لأي شيء من شأنه إحداث نتائج إيجابية. لذلك إذا وُجِّهَ الحماس بطريقة صحيحة سيبدأ العقل تلقائياً العمل على تحقيق النتائج المرغوبة. وإذا وجهت كامل انتباهك نحو الهدف المنشود سيتضاعف حماسك ويُدفع العقل نحو العمل على تحقيق هذا الهدف.

وفي الحقيقة لا يمكن لأي شخص أن يتقدم إلا عندما يهتم بكل ما هو جديد، لأنه إذا أردت التقدم وخلق مستقبل أفضل يجب أولاً أن تبني أفكاراً جديدة وأن تصل إلى مستويات عالية من الوعي. وبما أن الحماس يدفع العقل للتحرك نحو كل ما هو جديد، فإنه من الضروري أن يتمتع كل شخص بالحماسة الكافية لتدفعه نحو الهدف المنشود.

وفي الواقع ترتبط قوة التقدير والامتنان بقوة الحماسة والشغف أيضاً، لأنه كلما زاد شعورك بالامتنان نحو شيء معين وكلما أدركت قيمته الحقيقة فإنك تبدأ تدريجياً تعزيز هذه

القيمة بنفسك. فمثلاً عندما تقدر قيمة شخص ما وتشعر بالامتنان نحوه فإنك تبدأ ترسيخ هذه القيمة داخل عقلك مما يدفع العقل إلى محاكاة صفاته الإيجابية. وينطبق ذلك على تقدير الشخص لذاته ولقيمه، بمعنى أنه إذا أدرك الشخص قيمته الحقيقية فإنه بذلك يوجه انتباهه نحو الجانب الإيجابي ويبدأ استغلال ما يمتلكه بالفعل ويعتبره بمنزلة حجر الأساس لتحقيق أهدافه. أما في حالة عدم تقدير الشخص لذاته فإنه لن يتمكن من أخذ خطوة واحدة نحو تحقيق أهدافه. ومن هنا ندرك السبب الرئيسي وراء فشل كل من لا يقدر ذاته وقيمه الحقيقية وعدم قدرتهم على تحقيق أي من أهدافهم. ونستنتج أيضاً أن تقدير الجانب الإيجابي من أي شيء يزيد من قدرة العقل على رؤية الجمال تلقائياً. وينطبق ذلك أيضاً على أي صفة بشرية. فكلما زاد تقدير الشخص لأي صفة زادت محاولاته لتطوير هذه الصفة داخله. ومن هنا نفهم لماذا نميل إلى محاكاة الصفات التي تلفت انتباهنا في الآخرين ونطورها بداخلنا.

وفي الواقع فإن الشخص الذي لا يشعر بالامتنان تجاه أي شيء في الحياة، دائماً ما يشعر بأن هناك حاجزاً بينه وبين كل شيء جميل وإيجابي، ويجري بناء هذا الحاجز من خلال الشعور بعدم الامتنان. على عكس الشخص الذي يشعر دائماً بالامتنان

يكون دائماً على اتصال وثيق بكل ما هو إيجابي وجميل في الحياة.
وباختصار ينص أهم مبدأ من مبادئ قانون الامتنان على
أنه كلما زاد امتنان الشخص وتقديره لما حوله زادت فرصة
حصوله على كل ما هو إيجابي وجميل في الحياة.

وفي الحقيقة هناك قوة عليا لا تقل أهمية عن قوة الامتنان
وهي قوة التطلعات، إذ إن تطلعات الشخص تدفع العقل إلى
أعلى المستويات وأعظمها. وعندما يصل العقل إلى هذه المرحلة
يكون لديه ما يكفي من القوة لتحقيق أفضل النتائج. وينطبق
الأمر ذاته على قوة الطموح، إذ إن الطموح لا يدفع العقل فقط
إلى أعلى المستويات، بل يعمل على بناء القدرات التي تمكنه
من العمل بصورة أفضل. فمثلاً إذا كان لديك طموح لفعل
شيء معين، فستعمل قوة هذا الطموح على زيادة القدرات
التي تمكنك من تحقيق هذا الشيء. بمعنى أنه إذا كان طموحك
يخص النجاح في العمل، يبدأ الطموح تلقائياً تعزيز قدراتك
التجارية حتى تتمكن في النهاية من تحقيق هدفك. لذلك فإن
الطموح يدفع الفرد إلى تحقيق أهدافه، ويجب أن يتمتع الشخص
بثقة عالية بالنفس لأنه كلما وثقت بقدراتك وآمنت بذاتك
آمن الناس بك. لذلك تعد الثقة بالنفس من أهم القوى التي
يمكن لأي شخص أن يتمتع بها.

الفصل العشرون

أعظم القوى البشرية

«لا يتأثر الحب بالعيوب»

هذا ما قاله أحد الشعراء عن العيوب أو نقاط الضعف، لأننا إذا قارنا بين نقاط ضعف أي شخص وبين مميزاته سنجد أن مميزاته تفوق عيوبه، فمثلاً إذا وجدت عيباً أو صفة سلبية في شخص ما ستجد أمامها ألف حسنة وصفة إيجابية.

وفي الواقع، توصل علم النفس الحديث إلى أنه لا حدود للقوى الكامنة أو الخفية بداخل الإنسان. ويستند هذا الاستنتاج على حقيقتين وهما:

أولاً: لا يوجد حدود لأي قوة بشرية.

ثانياً: يمكن لأي صفة أو قوة كامنة في الطبيعة البشرية أن تتطور.

وبالتالي فإن التوصل إلى هذا الاستنتاج يمنح الإنسان تصوّرًا جديدًا عن نفسه وهذا من شأنه أن يحدث ثورة في مجال النشاط البشري بأكمله. وعندما يفهم الشخص هذا الاستنتاج بطريقة صحيحة، فإنه بذلك يكون قد امتلك أعظم قوة بشرية على الإطلاق. ولذلك يجب الاهتمام بأي فعل أو جهد يهدف إلى تحقيق التطور والتقدم والإنجاز. ومن المهم أن يسعى الشخص إلى فهم طبيعة القوى الخفية والعمل على تطويرها وتوظيفها بشكل مناسب.

وفي الحقيقة، يكمن السر وراء فشل الشخص العادي في أنه لا يبذل أي جهد لفهم طبيعة قواه ويستخدم قواه السطحية والظاهرة فقط ولا يدرك بوجود قوى مهولة وعظيمة داخله. وفي هذه الحالة تكون هذه القوى في حالة خمول، ببساطة لأنه لا يحدث تحفيزها ودفعها نحو هدف محدد، وستظل خاملة إلى أن يبدأ الشخص اكتشاف أعماقه وفهم طبيعة قواه الخفية وتطويرها.

ويتمثل السبب الرئيسي للفشل في عدم اكتشاف الشخص أعماقه وقواه الخفية واستغلالها وتطويرها وهذا ما يفسر انخفاض معدلات النجاح وزيادة الفشل. ويتلاشى الخوف من الفشل تدريجيًا عندما يدرك الشخص أنه يتمتع بقوى لا حدود

لها وأنه يملك القدرة على تطوير مواهبه وقدراته. لذلك يجب أن ندرك جيداً أننا نتمتع بكثير من القدرات والمواهب والقوى الخفية داخلنا، والتي إذا اكتشفناها ووظفناها بطريقة صحيحة يمكننا تحقيق كل ما نريد.

وعادة عندما يواجه الشخص الفشل فإنه إما أن يلقي اللوم على ظروف الحياة وإما أن يعتقد أن قدراته وإمكاناته لم تكن متكافئة مع الهدف الذي كان يسعى جاهداً للوصول إليه، ويكون من السهل أن يستسلم ويقبل بأي شيء أقل من طموحاته. ولكنه لن يستسلم إذا أدرك أنه يتمتع بقوى خفية داخله ويمكن حينها من مواصلة السعي حتى يصل إلى ما يريد. وفي الواقع فإن من يكشف قواه الخفية يؤمن أنه قادر على فعل أي شيء وتحقيق كل أهدافه.

وفي حقيقة الأمر فإن الإنسان عبارة عن كتلة متحركة من الطاقة والقوى، وإن أعظم قوة في الإنسان هي القدرة على اكتشاف الطاقة المهيولة الموجودة داخله وتوظيفها بطريقة صحيحة. وبالتالي فإن السبب الرئيسي وراء عدم تمتع الشخص العادي بقوى ومواهب عظيمة يتلخص في عدم اكتشافه لأعماقه وعدم إدراكه للمواهب المدفونة داخله: لأنه عادة ما يهتم الشخص العادي بكل ما هو سطحي ولا يهتم أبداً

بالأعماق ومن ثم تظل القوى المهيولة والمواهب العظيمة داخله في حالة خمول. ومن هنا نستنتج أن الإنسان يملك داخله قوى وصفات ومواهب مهيولة عليه اكتشافها والعمل على تطويرها وتوظيفها بشكل مناسب لحياته حتى يحقق كل أهدافه ويصل إلى أعلى المراتب.

نبذة عن المترجم

دعاء حسين علي مرسي

مترجمة مصرية، حصلت على درجة ليسانس الألسن في اللغة الإنجليزية وآدابها من جامعة عين شمس. نشرت لها ترجمات منها :

التفوق على الشيطان عام ٢٠٢٢.

أنت لست دماغك ٢٠٢٣.

الفهرس

تمهيد.....	٥
الفصل الأول: المبادئ الحاكمة للبشر.....	٧
الفصل الثاني: كيف نتحكم في القوى التي نتمتع بها؟.....	١٥
الفصل الثالث: استخدام العقل في الفعل العملي.....	٢٥
الفصل الرابع: قوى العقل اللاواعي.....	٣٧
الفصل الخامس: تدريب العقل اللاواعي على النتائج العملية.....	٤٧
الفصل السادس: قوة الأفكار الذاتية.....	٥٣
الفصل السابع: دور الأفكار في تشكيل الفرد.....	٦٧
الفصل الثامن: فن التغير إلى الأفضل.....	٧٥
الفصل التاسع: من يؤمن بقدراته يصبح ما يريد.....	٨٣
الفصل العاشر: كيفية تحقيق الرغبات الملحة والقوية.....	٨٧
الفصل الحادي عشر: التركيز وقوة المؤثرات الخارجية.....	٩٥
الفصل الثاني عشر: تعزيز قوة الإرادة.....	١٠٣

١١٧	الفصل الثالث عشر: كيفية بناء عقل عظيم
١٢٥	الفصل الرابع عشر: تأثير الشخصية في الأفعال
١٣٥	الفصل الخامس عشر: فن بناء الشخصية
١٤٥	الفصل السادس عشر: القوى الإبداعية للفرد
١٦١	الفصل السابع عشر: قوة الحديث البناء
١٧١	الفصل الثامن عشر: قوة الخيال والعقل المدبر
١٨١	الفصل التاسع عشر: القوى العليا للفرد
١٩٥	الفصل العشرون: أعظم القوى البشرية
١٩٩	نبذة عن المترجم