

الفصل الأول

وظائف وأقسام العقل الإنساني

أشتمل هذا الفصل على :

- مخ الإنسان. 
- فصا المخ البشري. 
- مخ الرجل ومخ المرأة. 
- العقل البشري. 
- أقسام العقل البشري. 
- أسس برمجة العقل البشري. 
- برمج عقلك بالتأكيدات الإيجابية. 

صفحة فارغة

وظائف وأقسام العقل الإنساني

مخ الإنسان:

يزن مخ Brain الإنسان حوالي واحد كيلو جرام، وموقعه داخل جمجمة الرأس ويتكون من خلايا صغيرة يبلغ عددها حوالي مائة بليون خلية عصبية، ولكل خلية مجموعة من المجسات وعلى كل مجس آلاف التتوءات، ويربط بين هذه الخلايا ما يقرب من مائة تريليون من الألياف العصبية، والتي تنساب منها الإشارات الحسية المختلفة.

وينقسم المخ إلى جهازين عصبيين أساسيين. الأول مسئول عن بعض أنواع السلوك مثل الشهية والرغبة الجنسية والدفاع عن النفس، وهذا الجهاز يشكل الشبكة التي تدير الجهاز الدوري والتنفسي والهضمي. ويقوم الجهاز العصبي الثاني بتلقي الإشارات التي يستقبلها الجسم من الخارج وينظم رد فعل الجسم حيالها. والجهازان مرتبطان ببعضهما حيث يتم التنسيق بين السلوك والظروف المحيطة، وهذا يشكل أول درجات التعلم لدى الإنسان.

ولا تتوقف درجة ذكاء الإنسان على عدد الخلايا الموجودة في المخ، بل على درجة التفاعل والارتباط ما بين مجسات الخلايا، فكل ارتباط بين مجسين يشكل طريقاً،

وتبعاً لعدد الطرق يتوقف مدى ذكاء الإنسان، أي أنه كلما زاد عدد الطرق ارتفع مستوى ذكاء الإنسان.

ومما لاشك فيه أن مخ الإنسان هو بمثابة مخزن هائل للمعلومات، إذ أنه يستطيع أن يستوعب أكثر من مليون بليون معلومة، وهذه في جملتها تعادل أطناناً من الكتب.

والنظرية السائدة حتى الآن هي أن المخ ليس إلا غابة هائلة من دوائر كهروكيميائية معقدة أشد التعقيد، فالمخ يستقبل كافة المعلومات من خلال الحواس الخمس التي تختلف في تعاملها مع ما يحيط بها من الأحداث والمؤثرات.

وبالرغم من معرفة بعض من أسرار المخ وقدرته على حفظ تلك المعلومات الهائلة، فإن الأسئلة التي لا تزال تجابه العلماء في كل لحظة: كيف يتم حفظ هذا الكم الهائل من الحروف والأعداد والصور والأشكال والأصوات والروائح والأحداث..؟ وكيف يتم ترتيبها؟ وكيف تتم صياغتها واستخراجها واستنباطها...؟

وبطبيعة الحال فإن تلك الأسئلة قد شكلت أمام العلماء أعظم التحديات عن كيفية قيام المخ بأداء كل هذه الوظائف.

فصا المخ البشري؛

في عام 1981 حصل العالم روجر سييري على جائزة نوبل لإثباته نظرية فصا المخ.

ومضمون هذه النظرية هو أن للمخ شطرين أو فصين، لكل منهما مجموعة من الوظائف المختلفة ولكنها متداخلة، وكل فص منهما متخصص في أنواع محددة من عمليات التفكير ومعظم الناس يستخدمون أحد الفصين أكثر من الآخر.

وكلا الفصين يتحكم في الحركات وغيرها التي يقوم بها الإنسان بصورة عكسية، بمعنى أن الفص الأيمن مسئول عن الأعضاء الموجودة في الجهة اليسرى من الإنسان، والعكس صحيح، فالفص الأيسر مسئول عن الأعضاء الموجودة في الجهة اليمنى من الإنسان. ونلاحظ هذه الظاهرة بوضوح فيمن يُصاب برأسه نتيجة حادث وقع له، فإذا كانت الإصابة على سبيل المثال في الجزء الأيمن من الجهة ونتج عن ذلك خلل في خلايا الدماغ، فإن النتيجة هي ضعف ملحوظ في حركات اليد اليسرى والرجل اليسرى.

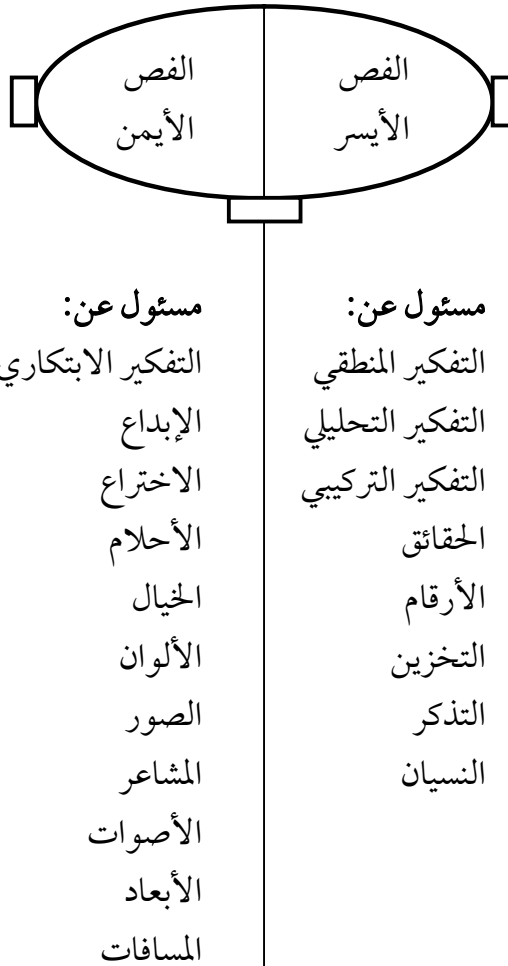
ويقوم الفص الأيسر بترتيب وإعداد عدة أعمال هي: النطق - الكلام - الكلمات - الأرقام - الترتيب والتحليل - الكتابة.

أما الفص الأيمن فيقوم بترتيب وإعداد الأعمال التالية: الألوان - الخيال - أحلام اليقظة - الأبعاد - الألحان والأصوات - الإبداع والابتكار.

وعلى سبيل المثال فإنك عندما تقوم بمراجعة دفتر الشيكات أو طباعة أحد التقارير أو عند تذكر الأسماء والمواعيد أو عند تحديد أهدافك.. فأنت تعتمد على الفص الأيسر من المخ.

بينما عندما تتذكر وجه أي شخص أو تندمج في الاستماع للشعر والغناء أو تستغرق في أحلام اليقظة.. فأنت تعتمد على الفص الأيمن من المخ. إن الأشخاص الذين يتغلب عندهم الفص الأيسر يفضلون التعامل مع الأرقام والحقائق والمنطق، لذلك فإذا أردت أن تؤثر عليهم فإن اتصالاتك معهم يجب أن تتضمن كمية كبيرة من الأرقام والحقائق.

المسقط العلوي للمخ البشري



شكل رقم (1)

وظائف فصا المخ البشري

أما الأشخاص الذين يتغلب عندهم الفص الأيمن فيفضلون التعامل مع التخيل والتصور الكلي للمواضيع. لذلك فإذا أردت أن تؤثر عليهم فإن اتصالاتك معهم يجب أن تركز على التصور المتكامل عن المشكلة أو الموضوع.

ولقد اكتشف روبرت أورنستين من جامعة كاليفورنيا، أن الأشخاص المدربين على استخدام أحد نصفي المخ فقط كانوا غير قادرين نسبياً على استخدام النصف الآخر - حتى عندما كانوا بحاجة إلى هذه الوظائف. وعندما تم تنشيط النصف «الأضعف» وتشجيعه على العمل بالتعاون مع النصف الأول، ظهرت زيادة كبيرة في الكفاءة الكلية.

وفي التعليم يُفضل الأشخاص الذين يستخدمون الفص الأيسر من المخ مثل: العلوم والرياضيات والهندسة، بينما يفضل الأشخاص الذين يستخدمون الفص الأيمن من المخ مواد مثل التصميم والموسيقى والفن. في حين تقف مواد أخرى في منتصف الطريق مثل: التاريخ، فقد يروق لمستخدمي الفص الأيسر لأنه يقوم على حقائق وأحداث مرتبة، وقد يروق لمستخدمي الفص الأيمن لأن التاريخ يثير الخيال.

ويقول تد جاريت (T. Garight) في كتابه عن البرمجة اللغوية العصبية إن الحال نفسه ينطبق على الوظائف التي يمارسها الأشخاص، فإنه من الممكن عمل بعض التوقعات الصحيحة (وإن لم تكن صحيحة دائماً) ولذلك فإن وضع قائمة بالوظائف بناء على سيادة المخ قد تكون كالتالي:

- الفص الأيسر من المخ: مهندس / محاسب / مخطط / مبرمج....
- الفص الأيمن من المخ: مصمم / مصور / ممثل / مخرج / مهندس ديكور / مهندس معماري...

وللأسف فإن نظام التعليم في الوطن العربي لا يعطي الاهتمام الكافي لعمليات

ووظائف الفص الأيمن من المخ، ويهتم أكثر بعمليات ووظائف الفص الأيسر في المخ..

مخ الرجل ومخ المرأة؛

وبالنسبة لمقارنة مخ الرجل بمخ المرأة، وجد أن حجم مخ الرجل يزيد في المتوسط بنسبة 15٪ عن مخ المرأة، ويؤدي هذا إلى اختلافهما في طرق التفكير والإدراك، حيث تتوجه النساء إلى الشمول والعموميات، في حين يميل الرجال إلى التخصص. يتحكم الجانب الأيسر من المخ في القدرات اللفظية والتعامل مع المعلومات الواردة إلى المخ والمنطق والتفكير المتسلسل، بالإضافة إلى الكلام والكتابة والقراءة. في حين يتحكم الجانب الأيمن بالمعلومات المتعلقة بالصور والأشكال والأنماط المختلفة. وتشير الأبحاث إلى أن التنسيق بين جانبي المخ يتم بصورة أعلى لدى النساء منه بين الرجال، في حين أن قدرة المخ على التخيل والتصور تكون أعلى لدى الذكور منها لدى الإناث. كما يتفوق الرجال في التنسيق بين حركة العينين واليدين، لذا فهم يتفوقون في الألعاب الرياضية. إلا أن النساء يتفوقن على الرجال في الرؤية في الظلام والقدرة على التمييز بين الأصوات والمهارات اللغوية واللفظية.

العقل البشري؛

العقل Mind يعتبر بصفة عامة من أعظم نعم الله على الإنسان، إذ أنه مناط التكليف، وبه جعل الله الإنسان خليفته في الأرض وأكرم خلق الله - سبحانه - وهو أعظم النعم التي وهبها الله للإنسان، بشرط استعمال هذا العقل فيما فيه خيره وخير البشرية.

ومكان العقل هو المخ. والعقل نظام لصنع الأنماط أو القوالب Pattern Making

System ونظام المعلومات فيه يعمل لإيجاد الأنماط والتعرف عليها واسترجاعها كلما تطلب الموقف ذلك. كما يعمل العقل كنظام منظم ومصنف لذاته Self Organized System والمعلومات الداخلة إليه تصنف وتنظم نفسها في أنماط أو في ملفات مثل ما يتم تقريباً في الحاسب الآلي.

وبصفة عامة فإن العقل هو كيان مجرد منظم للعمليات العقلية، ويتكون العقل من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين والبيئة المحيطة بالإنسان.

وللعقل وظائف عديدة نذكر منها:

- 1- التفكير.
- 2- الإدراك.
- 3- التحليل.
- 4- التنبؤ.
- 5- التخيل.
- 6- الابتكار.
- 7- التخزين.
- 8- التذكر.
- 9- النسيان.

وسوف نتناول وظيفة التفكير بشيء من التفصيل خلال الصفحات القليلة القادمة في نفس الفصل.

أقسام العقل البشري؛

يمكن تقسيم العقل إلى قسمين هما: العقل الواعي والعقل اللاواعي.

والعقل الواعي Conscious أو الظاهر أو المدرك هو ذلك القسم في مخ الإنسان القادر على إدراك الزمان والمكان والأشخاص...

بينما العقل اللاواعي Unconscious Mind أو الباطن ليس لديه القدرة على إدراك الزمان والمكان والأشخاص.

والجدول التالي - كما قدمه لنا خالد محمد المدني - يقارن بين قسمي العقل كالتالي:

جدول رقم (1)

قسما العقل البشري

م	العقل الظاهر (الواعي)	العقل الباطن (اللاواعي)
1	هو الذي يقود أحاديثنا ورؤانا وافتراضاتنا وقناعتنا	هو الذي يصوغ حياتنا ومشاعرنا ونفسيتنا
2	يعمل في حالة اليقظة	يعمل في حالة اليقظة والنوم فهو يستمر ليلاً ونهاراً وبغض النظر عما يقوم به العقل الواعي
3	يتعلق بالموضوع والمنطق، ويدرك السبب والنتيجة، ويتلقى معلوماته عن طريق الحواس، ويقابلها بما هو مخزن في الدماغ من معلومات سابقة، فيحلل ويركب ويستنتج ويستقرئ.	يتعلق بالذات، أي بالعالم الداخلي للإنسان وهو لا يفهم المنطق ولا يميز بين الخطأ والصواب، إنما يعتبر كل ما لديه حقاً وصواباً ولا شيء غير ذلك.

م	العقل الظاهر (الواعي)	العقل الباطن (اللاواعي)
4	هو الموجه والمرشد الذي يقبل الفكرة أو يرفضها، ويبرمج العقل اللاواعي.	هو المنفذ الذي يقوم بتحقيق ما أقره العقل الواعي، وهو طاقة محايدة يمكن أن تغير حياة الإنسان نحو الأفضل أو نحو الأسوأ، ويمكن أن يقود صاحبه إلى الخير أو إلى الشر، وكل ذلك يعتمد على ما يستقر فيه.
5	يدير 5-10٪ من وظائف الجسم.	يدير 90-95٪ من وظائف الجسم.
6	تركيزه محدود، يستوعب معلومات أقل من العقل اللاواعي.	يستوعب معلومات أكثر من العقل الواعي.
7	يفرق بين الحقيقة والخيال.	لا يفرق بين الحقيقة والخيال.

أسس برمجة العقل البشري:

يهتم علم البرمجة اللغوية العصبية بوضع أسس واضحة وبسيطة لبرمجة العقل البشري. ولقد حاول محمد عبد الغني هلال تحديد هذه الأسس كما هو موضح في الشكل التالي:

تراكم المعلومات مرتبط بنموها، وليس بجمودها، فالحقيقة نسبية وليست مطلقة	التراكم والنمو	1
تنظيم عملية الفكر من حيث إدخال المعلومات وتخزينها وتكويدها واستخدامها مع وضع نظام معياري للعمل.	تنظيم الفكر	2
بداية مرحلة التفكير العقلي باستخدام قاعدة إحصائية لاستخدام عمليات التحليل والارتباط حتى يكون تشغيل العقل قويا.	البحث والتفكير	3
إنشاء ملف رئيسي يجمع المفاهيم ويكون القاعدة التفكيرية التي يعممها على الأحداث والظواهر المكررة والمتشابهة ويسهل الاتصال بالآخرين.	تكوين الأساس الفكري	4
بناء معايير التفكير الأساسية لضمان حماية التفكير من الفيروسات وضمان مستوى أداء متميز من التفكير.	الدقة والجودة	5

شكل رقم (2)

أسس برمجة العقل البشري

برمج عقلك بالتأكيدات الإيجابية:

من أجل برمجة عقلك بالتأكيدات الإيجابية فإنك - كما يشير إبراهيم الفقي - تحتاج إلى خمسة أشياء هي كالتالي:

1- يجب أن يكون التأكيد إيجابياً. لا تقل: «أنا لست رجل اتصال سيء»... إنما «أنا رجل اتصال متفوق».

2- يجب أن يكون تأكيدك في صيغة الزمن الحاضر. لا تقل: «سوف أصبح رجل اتصال بارع». هذا جيد إنما يفتقد التأثير.. بدلا منه قل: «إني رجل اتصال ماهر».

3- يجب أن تكون تأكيداتك موجزة. لا تقل جملاً طويلاً، فضل الجملة المختصرة والمحددة والهادفة إلى غاية معينة.

4- يجب أن تصاحب تأكيداتك مشاعر قوية.. إذا قلت: «إني رجل اتصال ناجح» دون أن تشعر أو تؤمن بما تقول، فإن عقلك اللاواعي لن يتقبل هذا التصريح.

5- يجب تكرار تأكيداتك يومياً أو عدة مرات في اليوم. إذا اكتفيت بالتأكيد لمدة بضعة أيام أو من حين لآخر، سوف يكون تأكيدك ضعيف التأثير. من المهم التأكيد يومياً بكثرة وكلما أمكن ذلك.

ومن أمثلة التأكيدات الإيجابية التي يمكن أن تستعين بها في برمجة عقلك نذكر:

1- أؤمن بنفسي وأثق في قدراتي.

2- إنني قادر على النجاح بإذن الله.

3- يمكنني أن أكون متحدثاً لبقاً.

4- أستطيع أن أكون منصتاً جيداً وفعالاً.

- 5- أنا قادر على الاتصال بالآخرين بشكل ناجح.
 - 6- يمكنني الابتسام بسهولة.
 - 7- إنني أحب نفسي.
 - 8- إنني قادر على حب الآخرين، لأن من بينهم من يستحق ذلك.
 - 9- أكون سعيداً عندما أساعد الآخرين.
 - 10- أحب العطاب دون انتظار المقابل من الناس.
 - 11- يمكنني أن أتحكم في انفعالاتي.
 - 12- أفكر قبل اتخاذ أي قرار.
 - 13- لا أجد غضاظة في استشارة الآخرين في حالة الحيرة.
 - 14- أستطيع تغيير العالم عن طريق تغيير نظرتي لهذا العالم.
- ننصحك بقراءة هذه التأكيدات كل صباح لمواصلة برمجة عقلك اللاواعي؛ بذلك تبدأ يومك بطاقة إيجابية ومشاعر جيدة.