

الفصل الثالث

مفاتيح النجاح

- تعلم كيف تتجح
- كيف تتغلب على الفشل
- نصائح للنجاح وتنظيم الوقت
- أنت أيضا يمكنك أن تتجح....ألخ

• المفتاح الأول: الإيمان

ونقصد به مزيج من الاعتقاد و العمل الصالح والمزيج من التعاليم والقيم التي يستعين بها الناجح في أداء عمله .

حيث إن الإيمان هو الدافع إلى العمل و المشجع على الاستمرار فيه و العلاج لكل معوقات النجاح من الخوف و الحقد و القلق و التردد والحسد و الكسل وما شابه .

فالإيمان يعطيك الشجاعة و الثقة و العزيمة ﴿ فَأَمَّا الَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَاعْتَصَمُوا بِهِ فَسَيُدْخِلُهُمْ فِي رَحْمَةٍ مِنْهُ وَفَضْلٍ وَيَهْدِيهِمْ إِلَى صِرَاطٍ

مُسْتَقِيمًا ﴿ [النساء:175]

و من جهة أخرى فالإيمان يجعل الإنسان قويا في إرادته فيستعين بالمشاكل بالتوكل على جبار السماوات و الأرض .

وعندما نتحدث عن النجاح فإننا نتحدث عن النجاح في الدنيا والآخرة وهذه من ثمرات الإيمان ، ونحن لا نريد أن نجعل الإيمان وسيلة للنجاح بل إن نجعل الأرباح في خدمة الإيمان ﴿ وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الفَسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ ﴾ [القصص:77]

• المفتاح الثاني: العقل

العقل لا حدود له فهو قابل للنمو، فيزداد بالاستعمال و يتضاءل بالإهمال ودوره في الحياة دور قيادي .

ونستطيع أن نحسن من دور العقل بإزالة العقبات التي تعترضه بالتخلص من الهوى و العاطفة و التمنيات و الأحكام المسبقة، فنزيده مرونة و إشراقا وقدرة على كشف الحقائق .

و يمكن أن نقول إن دور العقل في ثلاث مجالات رئيسية وهي:

- التجارب (الماضي): وذلك باستخلاص العبر من تجارب الماضي .
- توضيح الطريق (الحاضر): وذلك باستشارة العقل بعيدا عن الهوى .
- التدبير (المستقبل): التخطيط و هو أهم ما وكل به العقل .

إذن فعلينا أن نسترشد عقولنا ولا ن فكر بأمانينا ويمكننا أن

نسترشد عقولنا ب:

- 1 - نشحن عقولنا بالتأمل و التفكير ونتم درجة ذكائنا بها
ولكي نقوي عملية التفكير لدينا فنقوم بما يلي:
- نحسب الحسنات و السيئات لكل فكرة وأهميتها، فلا ينبغي أن نرفض أو نقبل أية فكرة بمجرد أن تصل إلينا و إنما ندون محاسنها و مساوئها ونقيمها من خلال ذلك وهذا يساعدنا على توسيع الذهن.
 - مراجعة جميع العوامل الملائمة لاتخاذ القرار
 - تحديد الغايات و الأهداف
 - حساب النتائج و العواقب .
 - تحديد الأولويات
 - التفكير في البدائل والإمكانات و الاختيارات
 - أخذ وجهة النظر الأخرى بعين الاعتبار .
- 2 - توصيل الفكرة إلى العقل وطلب المساعدة منه يمكن أن نستفيد من العقل كما يلي:
- تحديد المشكلة وتسجيلها على الورق
 - التفكير في الصعوبات و تسجيلها
 - التفكير في الأمور التي يمكن أن نستغلها في حل المشكلة وتدوينها على الطرف الثاني من الورقة
 - التفكير في الحلول الممكنة للمشكلة بعمق حتى أن تصاب بالإعياء
 - ابعد الورقة و أرح نفسك و اشغلها بشيء آخر كالرياضة فالحل السليم سيأتي بنفسه فدور العقل قد حان .

- 3 - اترك الفرصة للعقل للتحليل و التخطيط والبحث عن البدائل فيجب أن نترك للعقل مجالاً يبحث فيه عن الحلول و البدائل بعيداً عن المؤثرات الخارجية فيمكن أن نستخدم فترة النوم وذلك بأن ننام على المشكلة، وكم من المشاكل لم تحل بالصحو لكنها حلت بعد أن استيقظ صاحبها من النوم.
- 4 - ابعِد العواطف و الأهواء عن عقلك
- 5 - لقح عقلك بعقول الآخرين
- 6 - ويمكن أن تفعل ذلك بالمشاورة أو المطالعة
- 7 - أعد النظر في شؤونك
- 8 - اترك لعقلك المجال لتنظيف ما علق بفكرك من حطام الأفكار و الانطباعات المدمرة التي اختزنتها فيه عبر سنين

• المفتاح الثالث: الإرادة

كل نجاح يبدأ بإرادة النجاح

فالطاقات التي في داخلك و الإمكانيات التي في الكون كلها رهن إشارتك فإن أردت أن تحملك إلى النجاح فإنها سوف تفعل ذلك . فإذا وجدت الإرادة وجد الطريق لتنفيذها، فمع الإرادة والصبر لا يبقى شيء صعب .

وتلك هي العزيمة التي تحدث عنها القرآن الكريم ﴿فَإِذَا عَزَمْتَ

فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ﴾ [آل عمران: 159]

و هي ذاتها التي ضعفت عند أينا آدم (عليه السلام) ﴿ وَلَقَدْ عَاهَدْنَا
إِلَىٰ آدَمَ مِنْ قَبْلِ فَنَسِيَ وَ لَمْ نَجِدْ لَهُ عَزْمًا ﴾ [طه: 115].

إن الإرادة تتحكم في كل شيء حتى في نفسها فأنت تستطيع أن
تقوي إرادتك بالإرادة نفسها.

فالحصول على الدنيا بالإرادة ... و الحصول على الآخرة بالإرادة
... و الحصول على النجاح بالإرادة، ومن يرد ثواب الدنيا نؤته منها
والإرادة هي لازمة للإنسان مع ولادته فهناك من يقويها بالتجربة
والخبرة و هناك من يضعفها بعدم شحذها .

فالإرادة نوعان قوي و ضعيف، القوي منها على نوعان

• الإيجابية: التي تتعلق بإنجاز الأعمال

• السلبية: التي تتعلق بالقدرة على الامتناع من التصرفات النابية
وارتكاب الموبقات والإرادة الضعيفة على ثلاث أنواع:

• الإرادة العاجزة

• الإرادة المتهورة

• الإرادة المتذبذبة

والآن هل من الممكن لذوي الإرادة الضعيفة أن يقووا إرادتهم ؟؟
الجواب نعم ، ويكون بتدريبها على القوة من خلال بعض القواعد
أسرد بعضها:

1 - قم بإعداد إرادتك

فهي مثل غيرها من الطاقات تحتاج إلى إعداد، وذلك بتوجيهها إلى أهداف واضحة ومحددة و العمل لتحقيق ذلك في جو من الحرية .

فكل فكرة تجنح إلى أن تكون فعلاً فالأمور تولد في الفكر ثم تتحول إلى إرادة وتتحقق في الواقع .

2 - اشحن إرادتك وكن حريصاً عليها

فيجب عليك أن تحاكم شعورك، أن تخضعه للفكر كلما استهواك منظر فتاة أو امرأة وكلما شممت رائحة كريهة وكلما لمست شيئاً ناعماً وكلما محاولاً أبداً و دائماً في هذه المحاكمات لمظاهر الشعور أن تظل متماسكاً قوياً جباراً بحيث تعمل و لا تضطرب وتجعل شهواتك خائراً ذليلة مضعضة حيالاً ما تأخذ من احتياطات لإذلالها .

3 - اجعل إرادتك في خدمة وعيك فلا تجعلها في خدمة الأحاسيس والانفعالات

4 - افحص إرادتك

5 - أبعد عن إرادتك الهموم

6 - اقمع رغباتك بإرادتك

• المفتاح الرابع: الطموح

حينما تريد أن تحدد أهدافك فلا تخشى أن تطمح الوصول إلى أعلى المراتب، فمن عادة الحياة أن تمنح لكل واحد ما يعتقد إنه سيناله .

إن البعض يخاف من أن يصوب عاليا ظنا منه بأن ذلك سيتعبه، غير أن المسألة ليست كذلك فالتاجر يتعب أقل مما يتعب الحمال وصاحب المصنع يتحمل مشاقا أقل مما يتحملة العامل فيه . ولنتعلم الطموح من سيدنا يوسف عليه السلام، حينما كان في السجن وقام بتأويل رؤيا الملك فيقول ليوسف عليه السلام ﴿ وَقَالَ الْمَلِكُ ائْتُونِي بِهِ أَسْتَخْلِصُهُ لِنَفْسِي فَلَمَّا كَلَّمَهُ قَالَ إِنَّكَ الْيَوْمَ لَدَيْنَا مَكِينٌ أَمِينٌ ﴾ [يوسف:54] فهل قبل يوسف بهذا القدر من الملك ؟؟؟

لا ... و إنما كان طموحه أكبر من ذلك بكثير، لكن طموحه لم يقتصر على فكر في نفسه إنما سعى من أجل ذلك و سأل الملك أكثر مما أعطى له فقال: ﴿ قَالَ اجْعَلْنِي عَلَى خَزَائِنِ الْأَرْضِ إِنِّي حَفِيظٌ عَلِيمٌ ﴾ [يوسف:55]

إن يوسف عليه السلام لو لم يطلب ذلك لربما بقي مجرد مكين أمين لكنه بدل ذلك من سجين تحول إلى ملك مصر .

و الآن نسأل كيف نملك طموحا عاليا ؟

ذلك بـ:

1. قرر على نفسك الطموح:

فالهمة قرار فإذا قررت أن تصبح ثريا فستصبح كذلك، وإذا قررت أن تكون زعيما فستكون كذلك، لا تقبل الا ان تكون في المقدمة، فإذا قررت أن تفعل أي شيء فليكن أفضل ما يكون عليه .

2. تطلع دائما إلى المستقبل:

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴾ [الحشر:18]

3. استخدم الإيحاء لجعلك كبيرا في طموحك

فإن الله عز وجل خلق الإنسان كبيرا و جعل المؤمن عاليا و عزيزا فعليه أن يؤكد هذا الأمر في نفسه حتى لا يضعف أو يلين ﴿ وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴾ [آل عمران:139]

• المفتاح الخامس: حدد أهدافك

عرضت قريش على الرسول صلى الله عليه و سلم المال و السلطة والنساء وكل ما يطلب، لكن الرسول (ص) أبى إلا أن يحقق هدفه ومبتغاه ورفض في مقابل ذلك أكبر مما عرض عليه) يا عم ... والله لو وضعوا الشمس في يميني و القمر في شمالي على أن أترك هذا الأمر ما تركته حتى يظهره الله أو أهلك دونه فقد حدد هدفه النهائي:

إعلاء كلمة الله، وكان مستعدا لدفع أي ثمن يتطلبه ذلك وإن

كانت حياته .

إن الناس يرغبون كل الأشياء غير أن رغباتهم تبقى في حدود الرغبة ولا تتجاوز إلى حد تعيين أهدافهم في الحياة .

أما الناجحون فهم وحدهم الذين يجعلون ما يرغبون فيه هدفا حقيقيا لهم .

إن إرادة الناجحين هي إرادة محددة وليست ضبابية كالبوصلة المعطوبة تتجه نحو كل الاتجاهات أو كالسفينة التي لا يحدد لها مسار فتتهوي بها الريح إلى حيث تريد الريح .

إن الجهود إنما تنتج إذا تمركزت حول محور محدد، وإلا فإنها لن تضيع فحسب بل و تتناطح أيضا ، فإذا بعمل تؤديه اليوم تناقضه غدا .

و لكي تتجح و تسعد اختر قضية أكبر منك واعمل لها بروح عالية فسوف تصبح جزءا منك فيما أنت تناضل لتحقيق أهدافك .

ولكي نعلم كيف نحدد أهدافنا، علينا أن نعلم بعض المبادئ الرئيسية:

1 - حدد نوعين من أهدافك

هدف كبير وآخر يومي صغير

اسأل نفسك ماذا أريد أن أكون؟ وأي دور أريد أن أؤديه؟ و ماذا أريد أن أعمل؟

ثم حدد أهدافا صغيرة تؤدي إلى تحقيق ما تصبو إليه .

2 - اجعل من أهدافك عادة يومية تفكر بها

اكتب أهدافك الكبيرة والصغير وراجعها كل يوم، وذكر نفسك أنك مثل كل الناجحين قادر على ذلك .

3 - لتكن أهدافك تتناسب مع طاقاتك المعنوية وقدراتك الشخصية أو أن تكتسب المهارات اللازمة لتحقيق أهدافك .

إن معرفة القدرات الشخصية و تناسبها مع الأهداف المحددة تعطي قوة كبيرة للشخص في تحقيق الأهداف .

4 - لا تتراجع عن أهدافك

حينما تحدد هدفك تكون قد قطعت نصف الطريق إلى تحقيقها و يبقى عليك تكملة الباقي .

فمن عوامل الفشل أن تترك أهدافك قبل تحقيقها .

5 - ضع نتائج أهدافك نصب عينيك

6 - اصعد كلما صعدت بك الأهداف

•المفتاح السادس: النشاط والعمل

هذه هي سنة الحياة، لا يحصل شيء إلا وهو نتاج من شخص، فحتى القلم ما كان له أن يخط حرفا واحدا إذا لم تحركه اليد، فالعمل هو صانع الأمجاد وما من شيء نلمسه أو نتذوقه أو نراه إلا وهو نتاج سلسلة من الأعمال .

إذن فإن أهم ما في الحياة هو العمل، فالعلم مقدمة العمل، وإلا كان وبالا على الإنسان، والتخطيط مقدمة للعمل، إلا وكان تضييعاً لعمر الإنسان، والتفكير مقدمة للعمل، إلا وكان تشغيلاً للإنسان، وحتى الإيمان فهو مقدمة للعمل فإن العقيدة لا تكون عقيدة إذا لم تتحول إلى عمل يومي وممارسة هادفة .

﴿ يَا قَوْمِ اْعْمَلُوا عَلٰى مَكَانَتِكُمْ اِنِّىْ عَامِلٌ سَوْفَ تَعْلَمُوْنَ مَنْ يَأْتِيْهِ عَذَابٌ يُجْزِيْهِ وَمَنْ هُوَ كَاذِبٌ وَّارْتَقِبُوا اِنِّىْ مَعَكُمْ رَقِيْبٌ ﴾ [هود:93]

﴿ يَا اَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُّوْا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاَعْمَلُوْا صَالِحًا اِنِّىْ بِمَا تَعْمَلُوْنَ عَلِيْمٌ ﴾ [المؤمنون:51]

﴿ وَقُلْ اَعْمَلُوْا فَاَسِيْرِيْ اللّٰهُ عَمَلِكُمْ وَرَسُوْلُهُ وَالْمُؤْمِنُوْنَ وَسُرُدُّوْنَ اِلَى عَالَمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُوْنَ ﴾ [التوبة:105]

ويقول الشاعر

توكل على الرحمن في الأمر كله

ولاترغبين في العجز يوماً عن الطلب

ألم تر أن الله قال لمريم

وهزي إليك الجذع يساقط الرطب

ولو شاء أن تجنيه من غير هزة

جنته، ولكن كل رزق له سبب

والآن ماذا علينا أن نراعيه في مجال العمل ؟

- 1 - اعمل بجدية كاملة: فالحياة ساحة سباق من جد أكثر ربح السباق.
- 2 - اعمل في كل وقت: فمن يريد النجاح لا يهتم بالزمان والمكان فكل الأزمنة و الأماكن لديه ظروف جيدة للعمل.
- 3 - داوم على العمل: فلا قيمة لفاكهة لم يتم نضجها، وأفضل الأعمال أدومها وإن قل.
- 4 - اعمل الأحسن دائما: ﴿ تَبَارَكَ الَّذِي بِيَدِهِ الْمُلْكُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ (1) الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا وَهُوَ الْعَزِيزُ الْغَفُورُ (2) ﴾. [الملك].
- 5 - ادخل العمل من أبوابه الطبيعية
- 6 - اعمل مع فترة انتباهك الطبيعية.
- 7 - أحب عملك أو بدله إلى عمل تحبه: فمن يحب عمله يؤديه بإتقان.
- 8 - انبذ التردد في الإقدام على الأعمال.
- 9 - اعمل فوق ما هو مطلوب

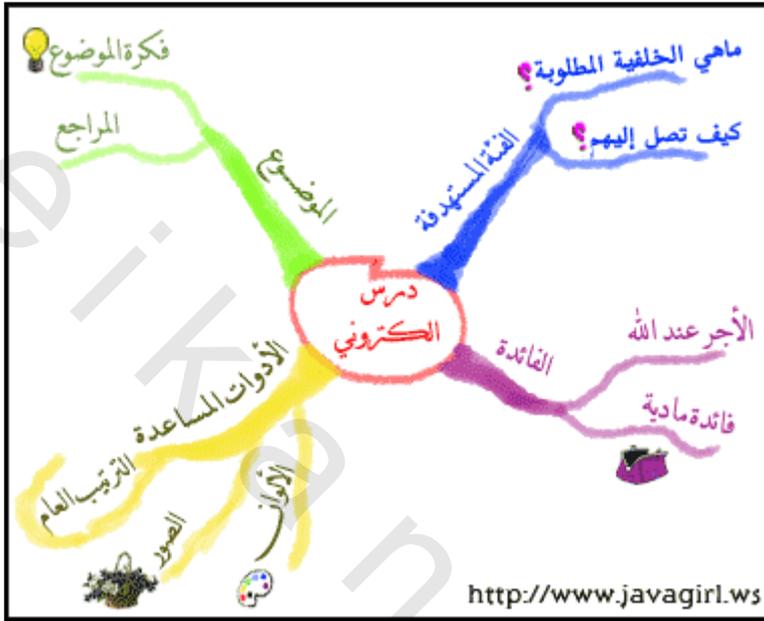
الخريطة الذهنية تنظم أفكارك! :



الخريطة الذهنية أقرب في شكلها إلى الخلية العصبية الخريطة الذهنية هي أداة تساعد على التفكير والتعلم، وقد ظهر هذا المصطلح "الخريطة الذهنية" أو Mind Mapping لأول مرة عن طريق "توني بوزان" في نهاية الستينيات.. من الواضح في الصورة أن الخلية العصبية لها نقطة مركزية وأذرع متفرعة منها، ومن كل ذراع تتفرع أذرع أصغر وأدق. إن فهمنا للخلية العصبية يجعلنا نفهم دماغنا بشكل أكبر، وربما لهذا السبب تكون الخطط الذهنية أقرب في شكلها إلى الخلايا العصبية. إذا جلست مع نفسك تفكر، ستجد أنك تنتقل من فكرة إلى أخرى بسبب رابط موجود عندك، قد تنتقل عبر الأفكار بسبب تذكرك لصوت معين أو رائحة معينة، وقد تجد في النهاية أنك تفكر في شيء يبدو ظاهرياً غير ذي علاقة بالنقطة الأساسية التي بدأت منها، ولكن ما دمت قد انتقلت إلى الفكرة، فلا بد أن عقلك قد وجد طريقة ما لربطهما عبر أفكار أخرى.

الخريطة الذهنية تعتمد نفس الطريقة المتسلسلة، حيث تبدأ من نقطة مركزية محددة، ثم تسمح بالأفكار بالتدفق. إن منح عقلك

الحرية المطلقة يحفضه لفتح الأبواب المغلقة، وإلقاء الكثير من الضوء على الزوايا المظلمة التي قد تبدو غير منطقية بالنسبة لك. هذا مثال مبسط لخريطة ذهنية:



الآن السؤال.. كيف يمكن أن نقوم بذلك؟ كيف نضع الخريطة

الذهنية:

سنقسم العمل إلى ثلاث مراحل:

أ) تجهيز البيئة والأدوات المطلوبة:

- فكرة ترغب في التخطيط لها.. بالطبع هي.
- مكان هادئ وجلسة مريحة.
- ورقة كبيرة الحجم (أكبر من A4) إذا أمكن وليس شرطاً أن تكون بيضاء اللون، يمكنك إحضار أي لون تفضله.

• أقلام متعددة الأحجام والألوان والأنواع

(ب) معرفة خطوات العمل، وهي:

1 - ضع الورقة الكبيرة أمامك، وفي مركزها الأفقي والعمودي اكتب كلمة واحدة أو كلمتين تعبر عن الفكرة الأساسية، فمثلاً إذا كنت تتوي التخطيط لمحاضرة أو درس، فاكتب ما يعبر عن موضوع المحاضرة في مركز الورقة تماماً.

2 - حرر عقلك من القيود. كيفما تتدفق الأفكار اكتبها عبر كلمة أو كلمتين في أفرع متفرعة من الدوائر الفرعية من الفكرة. بإمكانك التوسع عبر المزيد من الأفكار الفرعية أو الأفرع الفرعية.. ضع الأفكار دون أن تحكم عليها وعلى علاقتها بما تريد، مهما بدت غير متصلة ببعضها البعض أو صعبة التطبيق يمكنك تصحيح ذلك لاحقاً ولكن لا تضع وقتاً خلال هذه الخطوة. تذكر أن العقل البشري يعمل بكفاءة في إنتاج أفكار جديدة لمدة تتراوح ما بين 5-7 دقائق فقط، لذا عليك أن تستغل تدفق الأفكار هذا بأقصى طريقة ممكنة. وهذا ينقلنا إلى النقطة الثالثة.

3 - استخدم الصور والرموز والكلمات المفتاحية لاختصار أكبر وقت ممكن، وانتقل إلى الفكرة التالية. اكسر القاعدة التي تقول أن عليك أن تكتب على ورقة بيضاء بحجم A4 بقلم أسود أو بقلم رصاص، استخدم ورقة كبيرة، استخدم ورقة

كبيرة الحجم، ربما في حجم الورقة الكبيرة التي يستخدمها عمال محلات الكوي لتغليف الملابس واستخدام ألواناً مختلفة، أقلاماً كبيرة، أقلاماً صغيرة، ألواناً مختلفة. كلما ازداد حجم الورقة، كلما ازداد تدفق أفكارك بحرية اجعل النقطة المركزية أكثر نقطة وضوحاً وأسمك من بقية النقاط، وكلما كانت الأفكار أبعد عن النقطة المركزية تقل سماكة الخط .

4 - بعد أن تنتهي تماماً من وضع كل أفكارك (بل وحتى أفكار الآخرين إذا قاموا بمساعدتك مثلاً) في الخريطة الذهنية، أعد النظر إليها نظرة متفحصة، وقم بترتيبها. وهكذا تكون انتهيت من إعداد الخريطة الذهنية.

ج) ما يجب وضعه في الاعتبار :

- لا تتقيد بشكل محدد، يمكنك أن تخترع نظاماً شكلياً خاصاً بك، النقطة الهامة أن تكون الأفكار متصلة ببعضها البعض، متفرعة من بعضها البعض، أما كيف تتفرع أو ما هو الشكل الذي تضع فيه الأفكار المتفرعة مباشرة من الفكرة الرئيسية .
- إذا كنت تخطط لتقرير في العمل، ثم خطر على بالك فجأة أن عليك أن تغسل الأطباق، فارسم فرعاً واكتب فيه (الأطباق) وانتقل للفكرة التالية. إذا لم تفعل ذلك. فإن فكرة الأطباق ستظل مكبوتة في عقلك وتدور فيه بشكل يمنعك من التركيز في الأفكار الأخرى التي لها علاقة حقيقية بالموضوع .

• إذا مر عقلك بحالة تجمد، وشعرتَ بتباطؤ تدفق الأفكار أو أنه لا يوجد لديك المزيد من الأفكار لتضيفها، فلا تفزع، وأبقِ يدك في حركة مستمرة، ارسم دوائر وأفرع فارغة، أو أرسم خطوطاً جديدةً على الخطوط الموجودة أصلاً، أو قم بتغيير اللون فمثل هذا يساعد على شحن طاقة المخ ويدفعه لإنتاج المزيد من الأفكار.

• إذا وجدتَ وأنت تكتب علاقة بين الأفرع المختلفة بشكل فوري، أو وجدتَ فكرة واحترت في الفرع الذي يجب أن تضع الفكرة تحته، فلا تعيد بناء ما كتبت، فالترتيب يبطل تدفق أفكارك، ستقوم بترتيب الأفكار لاحقاً، يمكنك وضع علامة سريعة، وتذكر أنه يمكنك دائماً إدراج الأفكار مباشرة تحت النقطة المركزية الرئيسية دون أن تضيع الوقت في تنظيمها.

• العقول البشرية مختلفة عن بعضها البعض، لذا ستستغرب من اختلاف طرق التخطيط لنفس الموضوع من قبل الناس، حتى بين الإخوة أو أقرب الأصدقاء، وهذا في الواقع يجعل ما تقدمه شيئاً متجدداً وجميلاً في كل مرة.

إذا اتبعتَ هذه الخطوات، فستتمكن من كتابة خريطة ذهنية رائعة، تغطي من خلالها قدراً متكاملاً من الأفكار. وخلال شهر من المواظبة على التخطيط بهذه الطريقة، ستلاحظ أن إنتاجك يتضاعف.. لأنك الآن تخطط بشكل يعبر عما تريده ويتناغم مع طبيعة الدماغ البشري.

المجالات التي يمكن أن يكون استخدام الخريطة الذهنية مجدياً:

- للطلبة والباحثين: إذا أردتَ أن تعد تلخيصاً لكتاب معين للمراجعة عند الامتحان، فإن كل ما عليك فعله هو وضع ورقة الخريطة الذهنية الفارغة إلى جانبك، وضع موضوع الكتاب كعنوان في كلمة أو كلمتين في مركزها، ثم ابدأ القراءة، وكلما مررتَ بفكرة فرعية مهمة أو تجد أنها مثيرة للاهتمام، قم بتسجيلها فوراً في الخريطة الذهنية عبر الوسائل التي تحدثنا عنها. قبل التحضير إلى الامتحان ستختصر هذه الخريطة ثلاثة أرباع الوقت الذي ستقضيه في المذاكرة، إذ بدلاً من مراجعة مئات الصفحات، كل ما عليك فعله هو مراجعة ورقة واحدة. مثل هذه الخريطة، تركز المعلومات، إذ إنك تضع الفكرة بكلمات تنبثق عن عقلك، بالتالي سيكون سهلاً على دماغك ربطها وتذكرها.

- للموظفين: التخطيط بهذه الطريقة يساعدك على إخراج اقتراحاتك وتقديمها بصورة مقنعة، بل وأكثر، يمكنك استخدامها في إعداد التقارير الروتينية المملة بشكل أنيق وجذاب. يمكنك أن تحسن التحضير والتنظيم وإدارة الاجتماعات الدورية. ربما تحصل على ترقية.. إن شاء الله.

- للمدرسين والمحاضرين وكتاب المنتديات: تساعدك هذه الخريطة في ربط أفكارك، وإبراز النقاط التي تحتاج أن تركز

عليها وتجعلها محورية في درسك أو موضوعك. هذه الخريطة أيضاً تساعدك على النظر للصورة الكلية، وتحديد أهدافك الرئيسية مما تقوم بشرحه، وبالتالي تفتح لك الباب لتقوم بذلك بأفضل وسيلة ممكنة. تذكر.. أن ثراء وتنظيم الأفكار هما المفتاح الحقيقي لأي درس أو موضوع.

أمثلة منتقاة:

هذه خطة ذهنية تبين أنواع الناس في الاجتماعات وكيف يمكن لرئيس الجلسة أن يتصرف مع كل نوع (الخطة مبنية على نظرية الاجتماعات).



أفضل الطرق على الإطلاق لعمل الخريطة الذهنية هي استخدام عمل النسخة الأولى باليد، فانشغال عقلك بالتعامل مع الجهاز قد

يشنت تدفق أفكارك قليلاً، ولكن بعد انتهائك من هذه الخطوة، يمكنك استخدام برامج التخطيط الذهني لتنسيق وترتيب خطتك .

مفهوم الطاقة في التنمية البشرية !



في السطور التالية محاولة لفهم حقيقة العين! والحسد:

هناك مصادر كثيرة للطاقة، سواء متجددة أو غير متجددة، منها الشمس، الرياح، الماء وحتى الوقود. لكن الطاقة التي نتحدث عنها هنا هي طاقة من نوع آخر وهي الطاقة

الكونية أو الأثرية universal energy إن الطاقة موضوع مهم وشيء أساسي في حياتنا فبدونها لن يوجد أي شكل من أشكال الحياة على هذا الكوكب. فالكائنات الحية تحتاج الضوء أو الحرارة للعيش. فبدون الطاقة الشمسية لن تعيش النباتات، وبدون نباتات لن يكون هناك حيوانات... وهكذا حيث إن السلسلة الغذائية سوف تهدم وتختفي الكائنات الحية على الأرض .

دعونا نتوقف قليلا هنا.. فنحن نعلم أن هناك طاقة للأرض وهي طاقة كهرومغناطيسية غير مرئية تحيط بكل الكوكب أو ما يسمى بالمجال المغناطيسي للأرض، ولهذا المجال المغناطيسي ذبذبات أو

موجات قابلة للقياس تسمى موجات شومان Schumann waves ، هذه الموجات تتذبذب بين 8 ، 7 - 8 هرتز .

قام د. روبرت بك Dr. Robert Beck وهو عالم فيزيائي في علوم الذرة بعمل بحث واسع حول العالم لمعرفة وتحديد العلاقة أو الارتباط المتبادل لهذه الموجات المغناطيسية ونماذج موجات دماغ المعالجين الذين يستخدمون الطاقة للشفاء أو للعلاج. healers. وقد قام بك باختبار أكثر من نوع من المعالجين وذلك لأن كل معالج يتبع طريقة علاج مختلفة عن الآخر. وقام بقياس هذه الموجات أثناء الجلسة العلاجية، واكتشف أن موجات دماغ المعالج كانت تتردد بين 7.8 - 8 هرتز بغض النظر عن نوع أو طريقة العلاج المتبعة، والمفاجأة التي توصل إليها أنه اكتشف أن موجات دماغ المعالجين أصبح ترددها ومراحلها الزمنية مثل موجات المجال المغناطيسي للأرض أو موجات شومان Schuman waves هذا الاكتشاف بين أن موجات دماغ المعالجين لها نفس تردد موجات الأرض، والأكثر من هذا أنها تتردد معها في نفس الوقت. واستنتج أن المعالج كان يأخذ من طاقة الأرض الكهرومغناطيسية ويستخدمها في الجلسة العلاجية وهذا يسمى بـ Field coupling.

أما د. أندريا بهاريتش Dr. Andria puharich فقد قام ببحث آخر، حيث وجد أن النبض المغناطيسي magnetic pulse الذي يصدر من يد المعالج healer كان 8 هرتز. ووجد أن المعالجين الذين تصدر منهم إشارات أو ذبذبات أقوى لهم تأثير علاجي أكبر.

من ذلك يتبين أن هناك علاقة بين طاقة الأرض وبين الإنسان وأن طاقة الأرض هذه أو الطاقة الكهرومغناطيسية مصدرها الطاقة

الكونية، لكن السؤال هنا، ماذا نعني بالطاقة الكونية؟ وما هي صفاتها؟

والأهم من ذلك كيف ممكن أن نستخدمها أو نستفيد منها؟
الطاقة الكونية universal energy هي مصدر لا محدود من القوة.
ويختلف اسمها من ثقافة إلى أخرى أو من بلد إلى آخر ففي الهند يطلق عليها اسم برانا prana أما عند الصينيون فتسمى تشي chi ، وهي منتشرة ومتغلغلة في كل مكان. ومن أهم صفات الطاقة الكونية :

أولاً: أنها لا يمكن أن تدمر.

ثانياً: قابلة للتحويل أو التغيير.

ثالثاً: هي عبارة عن ذبذبة أو اهتزازة. Vibration.

رابعاً: لا يوجد لها خاصية، فهي دون شكل، دون زمن ودون أبعاد.

خامساً: لا نهائية أو لا محدودة لأنها من مصدر ذو قوى لا محدودة وهو الله سبحانه وتعالى.

الطاقة الكونية هي قوة الحياة في هذا العالم في كتاب hands of

light للمؤلفة باربرا آنا برينان تقول المؤلفة أنا د. جون وايت Dr. John

while و د. ستانلى كريبير Dr. Krippner تحدثوا عن صفات أو المميزات

الخاصة بالطاقة الكونية UEF كالتالي :

- مجال الطاقة الكونية مخترق ومتغلغل في كل مكان سواء الأجسام المتحركة أو غير المتحركة.

- الطاقة الكونية تربط وتوصل كل الأجسام ببعضها ببعض .
- الطاقة الكونية تتساب وتتدفق من جسم لآخر .
- كثافتها تختلف باختلاف المسافة من مصدرها .
- تتبع قانون الرنين أو الطنين المتجانس. مثل عندما تضرب شوكة تبدأ بالاهتزاز بنفس التردد ونفس الصوت أو الرنين .

ما هي أهمية الطاقة الكونية لنا؟

الطاقة الكونية أساسية في حياتنا أو بنيتنا فهي تحيطنا من الخارج وتتغلغل في أجسامنا من الداخل. وحتى ندعم ونقوى أجسامنا التي تعتمد على الضوء أو النور نحتاج لإدخال كلا من الطاقة الكونية الأثيرية وطاقة الأرض .

وهاتان الطاقتان يتم امتصاصهما بأجسامنا من خلال مراكز أو عجلات الطاقة في الجسم Chakras ومن ثم توزع هذه الطاقة لأجسام هالة الإنسان وكل خلية من خلايا الجسم .

فهالة الإنسان human Aura هي عبارة عن أجسام من الضوء تحيط بالإنسان وممكن أن يطلق عليها اسم مجال طاقة الإنسان HEF. هذه الهالة Aura عبارة عن طاقة في تغير مستمر ومتواصل في الحركة وهي دائمة النمو والتطور. ومن الممكن أن توصف طاقتها بأنها في حالة سيولة أو غير ثابتة .

د. ريتشارد جيربر في كتابه Vibrational medicine أوضح الدليل الذي يبين مجال الطاقة حول الأجسام عن طريق بحث أخصائي تشريح

الأعصاب هارولد بر Harold S. Burr من جامعة يل Yale University في الأربعينات 1940 s. هارولد كان يدرس شكل مجالات الطاقة التي تحيط بالحيوانات والنباتات الحية. بعض من تجارب هارولد كانت على المجال الكهرومغناطيسي الذي يحيط بنوع من أنواع السحالي ويطلق عليها اسم Salamander ووجد أن لديها مجال طاقة يحيط بها وأن هذا المجال يحتوي على محور كهربائي متصل بالدماغ أو المخ والحبل الشوكي .

هناك أيضا دليل آخر يبين وجود مجال طاقة حول الكائنات الحية وهو من تجربة الباحث الروسي سيميون كيرليان الذي اكتشف كاميرا كيرليان Kirlian Camera التي تقوم بتصوير الصور ذات الطابع الكهربائي. وهي عبارة عن تقنية تصوير الأجسام الحية في حالة من التردد العالي والجهد الكهربائي العالي. علماً بأن كيرليان بدأ أبحاثه سنة 1939 أي تقريبا بنفس السنوات التي بدأ فيها هارولد بقياس المجال الكهرومغناطيسي حول الأجسام الحية.

كلا من الباحثين كيرليان وهارولد أوجدوا طرق أو تقنيات لقياس تغيرات مجال طاقة الكائنات الحية واحدة من الظواهر التي بينتها صور كيرليا هي Phantom leaf effect هذه الظاهرة معناها تصوير ورقة شجر بكاميرا كيرليان بعد قطع جزء من الورقة وتبين بالصورة أن الورقة كاملة حتى بعد قطع الجزء.

وتضيف مؤلفة كتاب hands of light باربرا آن برينان أنها قامت برؤية حالة ورقة النبات وكان لونها أزرق فاتح، عندما قامت بقطع

جزء من الورقة تغيرت هالة الورقة كلها إلى اللون العنابي أو الأحمر الدموي، وتضيف أنها تراجعت واعتذرت للورقة لأنها كائن حي .

وأضافت أيضا أن اللون الأزرق بدأ يظهر من جديد خلال دقيقة أو دقيقتين مكان الجزء المقطوع وكأنه لم يقطع لكن ليس بدرجة وضوح كاميرا كيرليان .

يتضح لنا من الأمثلة السابقة أن الطاقة الكونية والطاقة التي حول الكائنات الحية هي حقيقة وهذا لا شك فيه، فقد أشارت إليها الحضارات السابقة في الهند و الصين قبل أن تكتشف بالعلم والتكنولوجيا الحديثة .

قانون الجذب الكوني:

كيفية استخدامنا وتوجيهنا لطاقتنا الشخصية له أثر كبير جداً على الشكل الذي تتخذه حياتنا ونوع التجارب التي نخوضها. قانون الجذب قانون كوني أساسي وذو أهمية وينص على أن كل شيء يظهر في حياتنا أو يبتعد عنها يحدث نتيجة لاهتزاز أو تذبذب لطاقتنا الشخصية، فعلى سبيل المثال ..

إذا كنت تشعر بشعور سلبي جداً وتشعر بالكآبة لفترة معينة، فإنك سوف تجذب طاقة سلبية شبيهة لهذا الشعور في حياتك وذلك لأنك عندما تفكر بأي تفكير فإنك سوف تجذبه إليك وتؤكد في حياتك. وعندما تتجذب الطاقة السلبية لحياتك فمن الممكن أن تشعر

بأنك منهك القوى أو كسول كما أنها قد تسبب لك العديد من المشاكل التي تثقل كاهلك فيما بعد .

والعكس صحيح فعندما تشعر بشعور إيجابي.. سعادة فرح سرور، أو تكون سعيدا جدا في داخل نفسك، فسوف تندهش للأشياء الرائعة التي سوف تحدث لك حيث إن نفس هذه الطاقة الإيجابية سوف ترجع لك لتسهل طريقك وتجعل أوضاعك الحالية تسير بسهولة ومرونة تفاءلوا بالخير تجدوه .

من الممكن أن يشعر الناس بطبيعة طاقتك أو ذبذبتها سواء سلبية أو إيجابية وسوف يكون لهم رد فعل تجاهك، فإذا كانت طاقتك إيجابية سوف يشعر الناس بالراحة نحوك، لأن طاقتك تجعلهم يشعرون بشعور جيد، أما إذا كانت طاقتك سلبية فمن البديهي أن تجد الناس يتحاشونك ويشعرون بعدم الراحة لرفقتك .

ولكي تشعر بالطاقة و تستفيد منها عليك الاستفادة من الدورات التدريبية أو قراءة الأبحاث والكتب المتضمنة هذا الباب. وهذه التمارين أو الطرق كثيرة جدا ومنتشرة حول العالم .

لكن قد يتبادر سؤال بهذا الخصوص وهو.. لماذا لا يشعر بعض الناس حتى بعد الالتحاق في مثل هذه الدورات وممارسة التمارين بفاعلية هذه بالطاقة ووجودها؟

إن إحساس الإنسان بالطاقة يعتمد على سلوك الشخص نفسه فهناك أشخاص يجدون أن باستطاعتهم الإحساس بالطاقة والعمل معها

بسهولة في حين يجد آخرون أنهم يحتاجون إلى جهد أكثر ووقت أطول حتى يتفاعلوا ويشعروا بآثرها. فالناس مواهب وقدرات مختلفة، فهناك أشخاص يكونون حساسين للطاقة energy sensitive، حيث إنهم يشعرون بالطاقة، وقد يتمكنون من رؤية الهالة فوراً.

استخدام الطاقة:

كل واحد منا له القدرة على استخدام الطاقة الأرضية والكونية لكن تصرفاتنا تحدد من استخدامنا أو عدم استخدامنا لهذه القدرة فمنذ آلاف السنين استخدم الروحانيون والنفسانيون الطاقة لتطوير أنفسهم وشفاء ومساعدة الآخرين. فالناس يشعرون بالطاقة أو بآثر الطاقة يومياً حتى لو أنهم لا يعلمون عنها بالخصوص. فعلى سبيل المثال:

1 - إذا كان هناك طاقة سلبية أو توتر ممكن أن تشعر فيهما. جرب أن تدخل في غرفة أو مكان حصل فيه جدل أو نقاش حاد أو شجار وانظر ماذا تشعر أو تحس سوف تشعر بطاقتهم في الهواء.

2 - إذا شعرت بالحزن ادخل لمكان فيه أشخاص سعداء ولاحظ التأثير عليك فطاقتهم سوف ترفع من طاقتك.

3 - إذا كنت منجذب لشخص ما دون سبب واضح فهذا معناه أنك منجذب لطاقته لأن الطاقات المتشابهة تتجاذب. Like attracts Like.

4 - كل شيء نلمسه أو كل مكان ندخله نترك فيه طاقة وراءنا وتسمى residual energy ، فمن الشائع أن نشعر بحالة شخص ما أو نشعر بشعور في غرفة ما ، لأن طاقة هذا الشخص خلقت أو أنتجت جو معين أو انطباع أو شعور.

5 - هل قمت مرة بزيارة صديق في مستشفى وشعرت بأن طاقتك قد استنفذت أو قلت و شعرت بعدها بالتعب أو أنك منهك القوى؟! هذه حقيقة وليس مجرد شعور، فطاقة المريض بصفة عامة تكون طاقة منخفضة وبالتالي فإنها سوف تسحب أو تأخذ من طاقتك بشكل غير متعمد لرفع طاقتها .

وإذا واجهت مثل هذا الموقف عليك أن تتخيل ضوء أبيض ساطع يأتيك من الكون وتدخله داخل جسمك لينتشر في كل أنحاء جسمك ومن ثم يشكل محيط حولك، وهذا بحد ذاته سوف يرفع من طاقتك ويمنع الآخرين من أخذها أو امتصاصها.

6 - إذا كنت تشعر بالتعب أو الإرهاق اذهب للشاطئ أو اذهب للجبال إذا كنت مسافراً، حيث إن قضاء بعض الوقت في مثل هذه الأماكن يبعث فيك الحيوية ويوازن من طاقتك. فهذه الأماكن ممتازة لقضاء بعض الوقت فيها خصوصا إذا كنت تريد أن تركز أو تفكر بأشياء معينة، وذلك لوجود الأيونات السالبة المفيدة لنا .

توازن الطاقة :

يقال إن طاقة الشخص متوازنة عندما تكون كل أجسام الهالة في انسجام وتناغم تام.

فحالة أجسام الهالة الأربعة لها تأثير مباشر على صحة جسمنا حيث إن أي خلل في توازن جسم من أجسام هالتنا لأي مدة من الزمن يعقبه تأثير على جسمنا يصبح له ردة فعل وتظهر أعراض مرضية. فمراكز أو عجلات الطاقة متصلة في الجهاز الهرموني endocrine system عندما لا تشعر جيدا لاحظ أي جزء من أجزاء جسمك متأثر.

فالأفكار المقيدة أو السلبية تظهر على شكل انسداد في مجرى الطاقة energy blocks أو في عجلة من عجلات الطاقة chakra وهذا الانسداد يؤدي إلى إصابة جسمك بالمرض .

فعلى سبيل المثال: التهاب الحلق أو الحنجرة مصدره عجلة الطاقة الحلقية أو الحنجرية Throat chakra وهذه العجلة مسئولة أو مرتبطة بكيفية التعبير عن أنفسنا واتصالنا بالآخرين. هل تعبر عن مشاعرك الحقيقية ؟ هل يستمع لك الآخرون ؟

إذا لم تشبع هذه الطاقة بالتعبير عن النفس سواء عاطفيا أو عقلا نيا أو روحانيا سوف تصدر لك إشارات من داخلك تنبهك وترغمك على فعل ذلك وهذه الإشارة هي التهاب الحلق فالألم يجعلنا ننتبه أكثر.

مما سبق يتبين لنا نقاط مهمة للطاقة :-

- 1 - الطاقة تحيط بنا وتتغلغل في أجسامنا .
- 2 - الطاقة تعكس عواطفنا ومشاعرنا وهذا ما تظهره هالتنا .
- 3 - الطاقة تبين حالتنا الصحية .
- 4 - المرض ممكن أن يكتشف في الهالة كطاقة ساكنة أو راكدة غير ملونة قبل ظهور أعراضه على الجسم .
- 5 - الانسداد في مجرى الطاقة يحد من أو يقيد تدفق قوى الحياة الأساسية الطاقة في أجسامنا .
- 6 - إذا كانت حالتنا العقلية والعاطفية غير متزنة، سوف تصبح هالتنا أيضا غير متزنة .
- 7 - عجالات الطاقة تعمل على دمج أو توحيد الطاقة الكونية والأرضية داخل أجسامنا .
- 8 - الهالة متغيرة باستمرار .

القوى الخفية:

تمر علينا ظواهر غريبة، ونسمع بظواهر أغرب منها، في رأس هذا الهرم حقيقة الحسد أو العين، ماهي؟، وما أسبابها؟، وكيف تؤثر على حياة الإنسان؟، كيف يستطيع هذا التأثير النفسي أن يمارس قوة فعلية على الأجسام وأن يتسبب في عطبها! أو كسرها!.

ما هي أسباب ظاهرة التيلباثي؟، وهي ظاهرة الاستجلاء البصري

أو السمعي، أو كما يقال الخاطر عن بعد؟.

كيف يستطيع بعض البشر أن يتنبؤون بوقوع الكوارث؟، ولماذا تحس بعض الحيوانات بالخطر قبل وقوعه أيضاً وتشعر بالذعر والخوف من جراء ذلك؟

كيف يعالج مريض السرطان نفسه؟ كيف يستطيع أن يقتل أورامه الخبيثة عن طريق طاقته الجسدية فقط؟.

هذا غيظ من فيض من استفسارات تطرح وتجول في خلد أناس كثيرين من من يسمعون بحالات غريبة تتعلق بقدرة الجسد! سأحاول تفسيرها بما استطعت أن أحصل عليه من معلومات أتمنى أن تحقق الفائدة لكم.

الطاقة الجسدية الكامنة :

الطاقة الجسدية، هي اللاعب الرئيسي في كل ما ذكرته لكم سابقاً من ظواهر.

لكن أين هذه الطاقة؟، و كيف تتشكل؟.

أولاً: يجب عليك أن تدرك حقيقة مفادها أن أساس الكون المادي عبارة عن علاقة متبادلة بين الطاقة و المادة، وأن المادة عبارة عن طاقة حيوية، وقد أثبت ذلك العالم آينشتاين، وحقق بذلك إنجازاً علمياً مذهلاً. فالمادة التي نراها بأعيننا ونمسكها بأيدينا تشغل في هذا الكون مكاناً أو حيزاً، لكنها قد تتخلى عن صفات التحيز والتجسيد هذه وتتحرر من قيودها وتحديد مكانها بحيز معين في الفراغ وتتطلق على هيئة طاقة، أو موجات تتحدى قيود المكان

والزمان. وكان إنتاج الطاقة النووية وصناعة القنبلة النووية من ثمار هذا الاكتشاف الكبير.

وهناك سرعة معينة أيضاً إذا بلغها أي جسم، يتحول بعدها إلى طاقة ويتخلّى عن الشكل المادي له !، وهي تحديداً سرعة الضوء !. والطاقة كما هو معروف عند الكثيرين تتشكل في أشكال عديدة: حرارية وميكانيكية وصوتية وضوئية وكهربية ومغناطيسية. و قد أثبتت وكالة ناسا NASA لأبحاث الفضاء في مقالة لها بقلم الكاتب جورج ن كوثنان George N. Cothan بأن الجسم البشري عبارة عن كائن كهربى يتأثر بالطاقة المغناطيسية و من المعروف أن خلايا الجسم البشري واحدة من أهم مكوناتها هو الحامض النووي DNA هو يتأثر بالحقول السالبة و الموجبة و ذلك أمر منطقي لا يقبل النقاش كما أن الخلايا الحية و الثابتة التكوين تعيد تجديد نفسها بمعدل مليون خلية كل ثانية Regneration ، و القوة التي تنشط عملية الانقسام Cell division بهذه الخلايا و تشرف على تكوين و تنظيم عملها بالإضافة إلى وظائف الأنسجة و حمايتها، هذه القوة عبارة عن تيار مغناطيسي .

مناطق الطاقة الأساسية في الإنسان الشكرات:

الشكرة Chakras كلمة سنسكريتية، وتعني العجلة الدائرة، وهو الشكل الذي تكونه مراكز الطاقة هذه وهي في طريقها خارج الجسم.

وللجسم سبعة مراكز أو شكرات أساسية للطاقة وهي تقع في

هذه المواضع في الجسم:

- 1 - الجذر
- 2 - الجذع: وهي منطقة أسفل الظهر
- 3 - السرة
- 4 - القلب
- 5 - البلعوم
- 6 - العين الثالثة ! - وهي منطقة ما بين العينين
- 7 - الدماغ

كما تتصل هذه المراكز باثني عشر مساراً داخل الجسد ودور هذه المسارات إيصال الطاقة إلى كل جزء من أجزاء الجسم على شكل أنماط اهتزازية.

اكتشف العلماء القدامى هذه المراكز بالتحديد !، وأثبت الطب الحديث أن جميع هذه المناطق تحتوي خلفها على غدد وظيفتها تنظيم الطاقة في جسم الإنسان.

وانسداد إحدى هذه الشكرات أو الغدد يسبب مباشرة اختلاف في المزاج وتسوء نفسية الإنسان، وهي ما يسبب ضيق النفس عند كثير من الناس أحياناً دون سبب! ، أو الشعور بالاكئاب!.

وإذا استمر هذا الانسداد، تبدأ بعض الأوجاع في بعض المناطق العضوية، وإذا لم يعالج الشخص لمدة طويلة، ربما تتطور الحالة إلى مرض مستعصي!.

هالة الإنسان الكهربائية التي تحيط به !!

هل تعلم أخي القارئ أنك تطلق الآن كميات من التيارات الكهربائية !! فجسم الإنسان نفسه يطلق طاقة مقدارها 84 واطاً في حالة الاسترخاء، وعشرة أضعاف هذه الطاقة في حالة النشاط العقلي. وجزء كبير من هذه الطاقة يشع من الجسم على هيئة موجات كهرومغناطيسية !!

هل تعلم أنك محاط بهالة كبيرة من الإشعاعات الضوئية التي يولدها جسدك، ومجال عالي من المغناطيسية والتي تحيط بك دائماً منذ أن كنت جنينا في بطن أمك ؟ !!

هل تعلم أنه قد تم تصوير هذه الهالات المحيطة بك وقد تم إثباتها علمياً ؟ !

إن هالة الإنسان هي عبارة عن إشعاعات ضوئية يولدها الجسد، وهي تغلفه من شتى الجهات، وهي ذات شكل بيضاوي، وألوانها متداخلة فيما بينها مثل ألوان الطيف. وهذه الهالة هي بمثابة سجل طبيعي تدون عليه رغبات الإنسان وميوله، وعواطفه وأفكاره، ومستوى رقيّه الخلقى والفكري والروحي. كما تتطبع عليه صورته الصحية لأنها تتأثر بأسقام الجسد وعمله وآلامه من جهة الألوان الصادرة عنها، وشكلها وما تتعرض له من انبعاث أو اضطراب.

بعد أن عرفنا مصادر الطاقة في الإنسان، ومدى تأثيرها في الجسم، والطاقة الكهربائية التي يصدرها الإنسان ومقدارها، والهالة

الضوئية التي تحيط بالجسم، يجب أن نعرف كيف يمكن لهذه الطاقة أن تؤثر على الأجسام الخارجية.

وتعرف هذه الظاهرة باسم سيكوكينسيس تقول الكاتبة والباحثة الإنجليزية والصحافية التي جمعت أخطر دراسات في مجال الطاقة لين ماكتاجارات:

ومعلوم أن الإلكترون يلف حول النواة بعكس مدار الساعة ولما نظروا في دوران وحركة الجزيئات الصغيرة في النواة توصلوا إلى حقيقة مذهلة حيث إنها تتحرك يمينا أو شمالاً أو بدوران بحسب فكرة الباحث!!! حيثما توقع تسيير. ولذلك خلصوا من أن الفكرة تؤثر في حركة الجزيئات الداخلية في النواة، وبالتالي فإن الفكرة بقوتها قد تؤثر في النواة، وإذا كانت أقوى أثرت بالذرة، وإذا كانت أقوى أثرت بالبيئة المليئة بالذرات، كما يحصل للنفس الحاسدة العين أو الخاطر أو الكشف أو السحر أو الإلهام أو غيرها من أمور، وكل هذه الأمور.

و لعل أعجب القدرات على اختراق المادة بالنفس امتلكها الشاب ماثيو مانينغ Matthew Manning من قرية لينتون Linton قرب مدينة كامبردج فقد كان باستطاعته طوي الملاعق و السكاكين و تغيير شكلها بمجرد النظر، و كان ينظر إلى عقارب الساعة فيوقفها عن الحركة، و يستطيع إيقاف التيار الكهربائي..، و ثبتت لديه القدرة على التأثير في سريان الدم في الأوعية و الشرايين و كذلك التأثير على مرض السرطان .

و يعرف عن نابليون بونابرت أنه كان ذو نظرة حسد ثابتة فقد عرف عنه أنه إذا ثبت نظره على خصمه سبب له متاعب كبيرة، وإذا نظر بنظرته الحاسدة إلى شئ ما حطم ذلك الشئ، و لم يكن بياض عينيه أبيضاً بل كان لونه صفراوياً.

أما أكثر هذه الحالات غرابة، وأكثرها مصداقية، وذات توثيق علمي، هي التجربة التي أجريت على نيليا ميخايلوفا التي كان باستطاعتها و بمجرد النظر من على بعد ستة أقدام أن تفصل بياض البيضة عن صفارها مستخدمة في ذلك مقدرتها الخاصة جداً في تحريك الأجسام المادية عن بعد، و دون أن تقربها.

الطاقة الكهربائية :

باطن اليد اليمنى يحتوى على تيار الطاقة الإيجابية ويحرك الطاقة المقوية وباطن اليد اليسرى يحتوى على تيار الطاقة السالبة، أي المهدئة والمسكنة والمنظفة وبذلك نرى أنه يجب أن تدلك باطن اليدين لنحصل على تعادل في التيارين السالب والموجب وحسب التعبير الصيني اليين واليانج وبهذا تتم عملية معادلة الطاقة. polarity ظهر اليد اليمنى يحتوى على الطاقة السلبية بعكس باطن اليمنى ظهر اليد اليسرى يحتوى على الطاقة الموجبة بعكس باطن اليد اليسرى.. الجهة الخلفية من الرأس تحتوي على التيار السالب وإذا وضعنا باطن اليد اليمنى على الجزء الأسفل من الرأس ووضعنا باطن اليد اليسرى على الجزء

الأمامي من الرأس جهة الجبهة نحرك الطاقة الطبيعية في الرأس وهذا يعمل على معادلة الطاقة في الجسم كله ويستعمل دائماً في البولاريتي POLARITY. وإذا عكسنا هذا الوضع أي وضعنا باطن اليد اليسرى على الجزء الأسفل من الرأس ووضعنا باطن اليد اليمنى على الجزء الأمامي من الرأس نخفض مستوى الطاقة ونشعر بالضييق والانزعاج والضعف العام. هنا يجب أن نتذكر أننا إذا أردنا ضغط نقطة ما لإيقاف الألم يجب أن نستعمل اليد اليسرى أي المهدئة والمسكنة إذا أردنا أن نرسل طاقة منشطة شافية لعضو ما.

