

مُقَلِّمَةٌ

لما كنت شاباً حراً طليقاً لم تكن لمخيلتي حدود، كنت أحلم بتغيير العالم، وكلما ازددت سنّاً وحكمة كنت أكتشف أن العالم لا يتغير، ولذا قلت من طموحي إلى حد ما، وقرّرت تغيير بلدي لا أكثر.

إلا أن بلدي هو الآخر بدا وكأنه باق على ما هو عليه، وحينما دخلت مرحلة الشيخوخة حاولت - في محاولة يائسة أخيرة - تغيير عائلتي، ومن كانوا أقرب الناس إلي، ولكن باءت محاولتي بالفشل.

واليوم.. وأنا على فراش الموت، أدركت فجأة كل ما في الأمر.. لييتي كنت غيرت ذاتي في بادئ الأمر.. ثم بعد ذلك حاولت تغيير عائلتي، ثم بالهام وتشجيع منها، ربما كنت قد أقدمت على تطوير بلدي، ومن يدري، ربما كنت قد استطعت أخيراً تغيير العالم برمته؟

قول مجهول

هل سبق لك بعد مجادلة حادة مع شخص أن تساءلت: «لماذا لا يستطيع رؤية الأشياء من وجهة نظري؟».

أو «إنه لا يأبه لتغيير حاله!».. كذلك هو الحال بالنسبة لأي شخص آخر، فمن المؤكد أن تلك التساؤلات وغيرها المشابه لها قد تطارحت فجأة، ووردت على البال مرات عديدة.

بالنسبة لمعظمنا؛ فالتحديات التي تواجهنا في الحياة مصدرها رغبتنا في تغيير الآخرين.. فنحن نريد أن يكون الآخرون مثلنا، يتفقون معنا

في الرأى ، ويسلكون ويقضون حياتهم وفقاً لـرغباتنا وتحقيقاً لآمالنا ، ويدخلون داخل إطار التصور الفكرى الأمثل الذى شكلناه لهم فى أذهاننا . وحينما لا يشاركوننا وجهات النظر وتوقعاتنا - نصاب حتماً بمشاعر سلبية .

ولكن إذا نظرت جيداً حولك؛ فسوف تجد أن التحدى الحقيقى فى الحياة هو أن تغيّر نفسك ، وتصبح الشخص الذى تريد أن تكونه ، وتستغل طاقاتك الكامنة ، وتعيش حياة أسعد ، حياة خالية من التعجيزات والقيود والمشاعر السلبية . . كما قال «توماس كيميليس»: «لا تغضب؛ لأنك لا تستطيع جعل الآخرين مثلما تود أن يكونوا ، مادمت عجزت أنت عن تحقيق ما تريد أن تكون» . . وبعبارة أخرى تفضل أغلبية الناس أن يغيروا الآخرين بدلاً من أن يغيروا أنفسهم .

والانتظار حتى يتغير الآخرون هو الحل الأسهل ، ومع الأسف فإن نتائج هذا الحل هي عقبات منيعة مثل الطلاق والبطالة طويلة الأمد والتعاسة ، وما هو ألعن من ذلك كله .

عندما تركز انتباهك على إلقاء اللوم على غيرك؛ فإنك تبدد طاقاتك وقدرتك وتضيع الوقت .

بدلاً من ذلك ، حاول أن تركز طاقاتك على تحسين نمط حياتك ، وابدأ باستمداد الطاقة اللازمة من مخزون القدرات الإيجابية الخفية المكسدة سابقاً ، واستغل طاقاتك الكامنة؛ لتصبح الإنسان الذى أردت أن تكونه ، وهكذا ، ابدأ رحلتك نحو حياة أكثر توفيقاً ونجاحاً ، وكون نفسك فيها

عددًا أكبر من الأصدقاء، وحقق تفاهمًا أوسع لوجهات نظر الآخرين، واحترامًا صادقًا لقيم ومعتقدات الناس.

في النهاية... سوف يؤدي التحكم أو التوازن في حكمك على الغير، وإدراكك الصحيح للأمور إلى أن تصبح رجل الاتصال الكامل، وأيضًا أستاذًا بارعًا في هذا المجال.

في الصفحات التالية من هذا الكتاب، سوف تجد ما يساعدك على:

- 1 - تنمية وتوثيق الصلة بينك وبين نفسك.
- 2 - استغلال قدرة الإحساس بالذات.
- 3 - التحكم في إدراكك، وفي الحكم على الناس.
- 4 - توليد سلوك جديد؛ لكي تتحول إلى رجل اتصال منفوق.
- 5 - تحسين اتصالاتك بالغير، وترقية نوعية علاقاتك.
- 6 - التحكم في تركيزك؛ لكي يعمل لمصلحتك لا ضدك.
- 7 - اكتساب التكنولوجيا الجديدة للاتصال المطلق أي: البرمجة اللغوية العصبية، واستخدامها في حياتك اليومية.
- 8 - تعلم كيفية إقامة علاقة ممتازة مع أي شخص مهما كان، حتى مع أصعب الناس طباعًا.
- 9 - اكتشاف نظامك التمثيلي والأنظمة التمثيلية المميزة للآخرين وتعلم كيفية استعمال هذه المعطيات؛ لتحسين اتصالك بالشخص البصري والسمعي والحركي.
- 10 - إدراك قدرة التعميم والإلغاء.

- 11 - تعلم مهارات التحكم في الانفعالات والتفوق فيها.
- 12 - استخدام مهارات استراتيجية الاتصال المطلق ببراعة، وممارستها في كافة مجالات حياتك.

إن هذا الكتاب قادر على تحسين حياتك، ولكن بشرط أن المعلومات الواردة فيه لن تعمل لصالحك إلا إذا صممت حقاً على الاستفادة منها وتطبيقها فعلاً. فهذا الكتاب هو محصلة ما يزيد على 25 عاماً من التجربة والدراسة والتدريب. ولكن فوق ذلك كله - وأنا حقاً أعتزف بذلك - هو نتيجة أخطائي الشخصية التي أضاعت عليّ العديد من الفرص والأصدقاء.

قال عاقل ذات يوم: «تعلّم من أخطاء الآخرين؛ حيث إنك لن تعيش ما يكفيك من العمر؛ كي تتركبها كلها بنفسك».

اتخذ قراراً واعياً اليوم، واستغل هذه المعرفة لصالحك.

