

لا تضع حدًا لطموحاتك

الكاتبة/ بثينة أحمد هاشم



دار احرفنا المنيرة

لا تضع حدًا لطموحاتك

بنيّة أحمد هاشم

- اسم الكتاب: لا تضع حدًا لطموحاتك.
- المؤلف: بثينة أحمد هاشم.
- تنسيق الكتاب: [وثام صادق الحاتمي](#).
- تليجرام: <https://t.me/doesqb/48>.
- تصميم الغلاف: آلاء.
- مؤسسة: دار أحرفنا المنيرة.
- تحت إشراف: إسرائي عيد أحمد.

لا يسمح باقتصاص أي جزء من هذا الكتاب بهدف إهدار
حقوق الملكية الفكرية أو إعادة إنتاجه بأي شكل إلا بموافقة
الناشر.

الإهداء:

إلى أعلامنا التي حاولت الظروف أن تبعدها عنا، إلى تلك الأعلام
إلى من حاول جاهداً، وثابراً، وتحدي كل الصعوبات التي تواجهه
إلى ذواتنا التي نهضت بقوة قصوى متحدياً كل العقبات،
والصعفات، محاولة الوصول إلى القمة، وإلى نفسي، التي حاربت
وتعبت، وتحديت كل المعوقات وحققت أعلامها.

المقدمة:

أن لم تكن الكلمات تنفي لبوح ما هو مخفي عن العالم، فالصمت هو سيدنا، لنصمت وندع الأنجازات تتحدث، وتصرخ، وتخلق وتخبّر العالم بأن المستحيل لم يكن، ولن يكن، ومهما تأخر الأمر سيكون حتمًا.

سنحيا على أملًا بأن الحياة لن تعيقنا عن أحلامنا وطموحاتنا، ولن نخضع لها مهما كلفنا الأمر، لم نخلق عبثًا، ولن نرضخ لتلك الظروف التي ترجعنا للصفر، سنكون كما تمنينا، وسنصل إلى القمة، ونرفع راية النجاح، والسعادة.

سنضم أمانينا، ونعانقها، ونخبرها بمدى صعوبة البعد، والأشتياق سنخبرها عن بشاعة كل ليلة قضيناها بعيدين عنها.

وسنروي لها قصة المعاناة التي عايناها، لن نبرح حتى نحصل عليها.

لا تضع حدًا لطموحاتك

مع كل عقبة سنصل إلى القمة.

تأمل معي إلى هذه السطور التي ستكتب، لا تضع حدًا لطموحاتك. كيف يمكن للمرء أن يضع حدًا لطموحاته وهو يعلم بأنه سيحزن إذا لم يحققها؟ إليك الحقيقة من كل هذا، في طبيعة الحال فكل شخص منا في هذه الحياة يحلم ويطمح ويخطط ويبنى خيالات كثيرة؛ لكن عندما نهم في تحقيقها نقوم بوزن كل شيء، فنجد أنفسنا بمستمتع الصعوبات، والأسوأ من ذلك هو أننا من يضعها، كيف هذا؟ حسناً، سأعطيك مثلاً وسأكون أنا في هذا المثال:

كنت في الواقع أضع حدًا لطموحاتي التي أرسمها كل يوم، فلا تعجبوا من ذلك، فأنا إنسانة مثلكم، فقد كان توقعي من هذه الحياة ومن موقعي بها يرمو إلى الفشل والضياع، فقد كنت أحدث نفسي قائلة: بأني لا أستطيع أن أحلم وأحقق حلمي، ولا يمكنني أن أنجح وأدون نجاحاتي، ولا يمكنني فعلها، فأنا لا أستطيع، رغم تسلسل الكلمات وتدققها الفطيع بذاكرتي إلا أنني مازلت غارقةً بمستنقي الذي وضعتُه أنا لنفسي حاملةً راية اليأس والخذلان، إلى أن حدث ذلك الحدث وما رأته عيني، سألت نفسي مراتٍ عدة وبحثتُ عن سببٍ مقنعٍ لمنعي من تحقيق طموحي: لماذا لا أجرب؟ لماذا لا أبحث؟ لماذا لا أحاول؟ فالحمد لله أخبرتُ أختي الكبرى فكانت أول المشجعين لي، ومن ثم أخي العزيز د/حذيفة فكان الشخص الذي دفعني لتطوير نفسي، وأول خطوة فعلتها جمعتُ كتباً

للكاتب الراحل د/إبراهيم الفقي رحمه الله، أستفدتُ كثيراً، ومن هنا بدأتُ أحدث نفسي بأني أضع حدًا لطموحي، أنني أول فشلٍ لطموحي، فكان نقدي لنفسي هي فكرةٌ لمعت في مخيلتي، وكان أولى بدايتي كتابة هذا الكتاب: (لا تضع حدًا لطموحاتك)، هنا بدأت رحلتي نحو تحقيق طموحي، فرميتُ عن كاهلي كل التوغلات الشديدة التي كانت تصيبني، وبدأتُ بتحقيق حلمي، وكما أفدتُ نفسي من خلال نقد نفسي وسؤالها أحببت

أن أجعلك تستفيد كثيراً من خلال كتابي هذا، (لا تضع حدًا لطموحاتك)، مهما بلغت بك صعوبة الحياة وحفرها، فإياك أن تكون أنت من يشاركها، إياك أن تدفن نفسك حياً، إياك مهما كانت الظروف فلا تجعلها تحدد مصيرك، ولا تقل لماذا أنا؛ فكلنا واجهنا ووقعنا في الحفر، ولكننا لم نستسلم ولم نياس ونثبت راية الاستسلام، فقد مزقناها وأحرقناها والحمد لله حققنا ما نريد، فإياك أن تساعد المحن على نفسك، إياك أن تزرع الشوك في طريقك؛ فجرحها أعمق من أن يكون زارعها غيرك.

-النصر الحقيقي: هو انتصار المرء على نفسه، سقراط.

-النجاح: هو أن تنتقل من فشل إلى فشل بدون أن تفقد حماسك، ونستون تشرشل.

-الطموح مطلوب طالما لا تتسلق فيه على آلام الناس، هنري وارد

يُتشر.

-الحياة مليئة بالمجاعة، فلا تتعثر بها؛ بل اجمعها وابن بها سلمًا تصعد

به نحو النجاح، مارتن لوثر كينج.

-الطموح كالحب لا يطيق الصبر أو المنافسة، جون دينهام.

-اعرف نفسك بنفسك، سقراط.

يمكنك فعلها

لا تسألني كيف بإمكانك أن تفعلها، دعني أخبرك، أول من يواجهك في هذه الخطوة هو عقلك، أو بالأحرى تفكيرك؛ سيكون تفكيرك على هذا النمط:

هل سيأتي اليوم الذي أحقق به حلمي؟

هل يمكنني فعلها؟ أيمكنني أن لا أضع حدًا لطموحي ولو مرة واحدة

على الأقل؟ هل سأستطيع فعل هذا أم لا؟

لماذا لا يمكنني فعلها؟

فأنا أستطيع، لماذا أحزن نفسي؟

يمكنني أن أحارب كل الضغوط والعوائق، يمكنني فعلها؛ لكن هل يمكنني

تجاوز

أبناء بلدي؟ هل سأستطيع فعل هذا؟

تستطيع فعل هذا أؤكد لك ذلك، إن عازمت على شيء فلا تتكاسل

عنه، إياك أن تضع حدًا لطموحك، وتذكر ذلك جيدًا؛ ستسقط، ستواجه

الكثير

من العوائق المؤذية وستعرض للنقد؛ حينها وبذلك الوقت كطبيعتك ستواجه

اليأس

والإحباط، سيكون الحزن والغضب رفيقك، وستردد هذه الكلمات وتخبر
نفسك بأنك
لست ناجحًا ولا يمكنك أن تنجح؛ بل وتوهم نفسك بأن النجاح ليس حليفك،
لكن
في النهاية لن تصادف إلا الفشل، هنا تغضب من نفسك كثيرًا وتتخلى عن كل
شيء،
ولكن أنا أقول لك: إياك والاستسلام، مررنا بهذا الشيء جميعًا ومازلنا نمر به
إلى الآن،
ولكن مادمت طموحاتنا ساريةً فسنزحف إليها بجميع الطرق، سنصل إليها
حتمًا، سنسعى
لتحقيقها ونحارب لأجلها، وعن زحفك للوصول إلى هذا الحلم سيصادفك
ذاتك السليبي،
وقد ربما يغلبك ويجعلك أن تستطرد فكرة الوصول إلى حلمك، ويجعلك تضع
ذلك الحد
الذي لطالما تحدثنا عنه، وسنتحدث عنه في باقي الصفحات، يجب أن تتغلب
عن ذاتك
هذا الذي يجعلك تفكر في هذه الأشياء؛ ستجد ما يساعدك في حل هذه
المشكلة

في العنوان الثاني: (كيف أحطم حد طموحي؟)
يقول إبراهيم الفقي في التفكير بنشاط إبداعي: "ربما تكون أهم حالات قانون
السبب والنتيجة هي: الأفكار أسباب والظروف ونتائج" تتسم أفكارك بالقدرة
على الإبداع،
وهي ما تبعد واقعتك من الألف إلى الياء.
وكما قال "إيمرسون": يصبح الإنسان على شاكلة ما يفكر به معظم الوقت.

لا تتخلي عن أحلامك مهما كانت الصعوبات والظروف المحيطة بك، لا تنسى
أن الله موجود ولن يردك خائباً، اطلبه من الله وأحسن الظن به
وانطلق نحو تحقيق حلمك، وحثماً ما ستحصل على ما تريد.

(كيف أحطم حد طموحي؟)

- لا عليك من كل التوغلات التي تحدثُ لك، فإنك تستطيع، يمكنك أن تحطم حد طموحك، فقط ما تحتاجه، هي عزيمة وإصرار، إرادة قوية، نصر من الله، دعاء والديك، ومن ثم تعاملك مع ما تواجهه.
- إليك بعض النصائح التي تساعدك على تحدي تلك الحدود وتحطيمها:
- 1- أكثر الدعاء، وألح كثيراً في طلبه، ولا تنسى أن تحسن الظن بالله وبعطائه.
 - 2- لا تيأس ولا تستسلم مهما كانت قوة الصفعات التي تتلقاها.
 - 3- لا تضع نفسك بدائرة المقايضات والانتقاضات.
 - 4- لا تقارن نفسك بأحد، أو إنجازك بشيء.
 - 5- لا تجعل النقد يؤثر عليك وعلى مستقبلك.
 - 6- لن تفشل، هذا هو ترندك في كل صباح.
 - 7- الإيجابية، لا تتخلي عنها.
 - 8- ثق بنفسك.
 - 9- لا تحيط نفسك بدائرة الشؤم.
 - 10- لا تلازم الظلام مهما كان حزنك، ومهما كانت قوة الصفعة

لن تسمع لتلك السموم التي تبث عبر أفواه الناس التي تعيش معهم؛ بل تتطلع إلى النجاح، تؤكد أن مهما فشلت ومهما حزنت، فإنك ستبلغ منك حتمًا ولن يمنعك أحد، قد حارب نبي الله محمد الكثير من المنافقين واليهود، وقد جاهد إلى أن أسلمت مكة وأسلمت الأمة العربية معه، فيجب أن تقتدي بذلك الرسول الكريم، فهو لم يسلم من قومه ومن الأقسام الآخرين؛ لكنه مازال على عقيدة واحدة، وهو أن الرب واحد والكمال

الله، ولا يستحق العبادة إلا الله، وأنت ما هي عقيدتك؟ هل ستسلك الطريق المؤدي إليها؟ أم أنك ستتخلي عنها؟ هل ستثبت أم ستقع؟ هل لديك القوة الكافية للوصول إلى ذلك الحلم؟ إياك أن تستسلم وتسمح لحدود طموحك بأن تسيطر عليك، حطمها وإن كان هناك ثمنًا فستدفعه مقابل ما تحقق طموحك.

قم بتقييم نقاط القوة والضعف في ذاتك، ثم ضع تصورًا واضحًا لعلاج نقاط الضعف وتنمية نقاط القوة، "غير معروف أن كل كلمة وكل فكرة تعد بمثابة طاقة روحية تقوم بتنشيط قوى الحياة في داخلك، سواء كانت ذات طبيعة سلبية أو ايجابية". - إبراهيم الفقي.

"بالفكر يستطيع الإنسان أن يجعل عالمه من الورد أو من الشوك

٠- سقراط.

"الأفضل دائماً أن تتطلع للأمام بدلاً من النظر إلى الخلف"

٠- جيروم.

"الجبيل لا تهزه الرياح، والإرادة الحقيقية لا تنال منها الزوابع"

٠- غير معروف.

(اسع لتحقيق حلمك)

من منا لم يسع إلى تحقيق حلمه!

في الحقيقة هناك من لم يسع لتحقيق حلمه؛ لعدة أسباب تمنعه، ولكل شخص ميزة خاصة به وقد خلق بها، وقد ربما لا نستطيع العيش دون أحلام أو طموح مهما كانت بساطته، وكل حلم يختلف عن الآخر، لأعطيك مثالاً

لأخبرك عني؛ فطموحي أنا هو هذا المجال الذي أنتمي إليه، وهو أن أكتب وأعبر، وأحببت هذا الشيء كثيراً، وما واجهته خلال مسيرتي هو الكثير

والكثير من العوائق والمصاعب والانتقادات، فأنا لم أصل إلى ما وصلتُ إليه الآن بسهولة، لكن بإصراري استطعت أن أحقق ما أردت؛ فهذا هو طموحي وهذه هي حياتي أبنيا كيفما شئت وبما أحببت ولن أراجع أو أتخلى عن أي شيء.

كيف أسعى إلى تحقيق حلمي؟

إليك بعض النصائح:

1- انظر إلى الغد المشرق وإلى المستقبل.

2- انظر إلى الحياة الإيجابية، ويمكنك قراءة كتاب الحياة الإيجابية.

- للدكتور إبراهيم الفقي، يُسعدك كثيرًا.
- 3- اترك اليأس والإحباط.
- 4- اترك كلام الناس وانتقاداتهم.
- 5- ثق بالله ومن ثم بنفسك وقدراتك العقلية والروحية.
- 6- ابدأ بتحقيق خطوة بخطوة، وإن واجهتك عقبات ازحها عن طريقك بعزمك وقدراتك.
- 7- أكثر الدعاء وُلح كثيرًا على طلبك، وإن تأخر لا تسخط.
- 8- لا تنسَ رضى الوالدين عنك، فبراضاهما تُفتح لك كل الطرق.
- 8- إن فشلت لا تيأس، حاول مجددًا.
- 9- زد من عزيمتك وإصرارك.
- 10- لا تستمع إلى كلام الناس السلبية.
- إن عملت بهذه النصائح وطبقتها جميعًا؛ ستصل إلى ما حلمت به، حينها ستخاطب نفسك قائلًا: أحببتُ شيئًا فخاربت لأجله وواجهت كل عائقٍ يقفُ أمامي، لأجله
وها أنا وصلتُ إلى ما أردته، أنجزتُ الخطوة الأولى في تطنيش الحاسدين،
ومن ثم تخطيتُ جميع العقبات وتحدياتها، وواجهت جميع مشكلاتي سواءً
أكانت نفسيةً

أو عقلية، تركتُ اليأس والإحباط في أماكن المهملات، تطلعتُ إلى الغد
المشرق

والجميل، أحببتُ نفسي كوني إنسان طموح عزمي، ازدادت في تحقيقه،
تغيرت نفسي

وتفكيري السلبي في التفكير، اخترتُ موضوعاً لكي أبدأ بتحقيق حلمي، مارستُ
القراءة

بما يفيدني في تحقيق حلمي، أنجزتُ الكثير من الأعمال، تخلصتُ من
المشكلات

التي تعيقني، وها أنا الآن بدأتُ بتحقيقه، أو يمكننا القول حققته.

ابني حلمك

أهلاً وسهلاً بك، شرفت موضوعي الجميل الذي أختير من قبل كاتبة هوت حلمها فأصرت على تحقيقه، إليك يامن تقرأ كلماتي المنبعثة بأهمية فائقة مقصودة ومعنية لكل من يعاني من ذاته ونفسه؛ لكي من يضع حدًا لطموحه، ابن حلمك أنت، وهذا هو الواقع في كل إنسان، لا يمكنك أن تجعل غيرك أن يقوم باختيار حلمك ويسعى في بنائه، من الذي سيعيش، أنت أم هو؟

هناك فرق كبير بين أن تبني حلمك أنت، وبين أن يبنيه لك غيرك، أن تبنيه أنت يكون ذو لذة أقوى ونكهةً سرية جميلة تعجز عن رفضها، تشعر بلذة نكهتها ولاستطيع مقاومتها.

أما إن حققه لك غيرك؛ فتشعر بأنك روبات صنع لتنفيذ خطط غيرك، والمهم إدخال مال؛ ليكفي مستلزمات حياتك، وسيكون ذلك أشبه بطبخةٍ نقص مكون لديها فأصبحت قليلة التذوق، وقليلة الطلب، لهذا لا تجعل من نفسك طبخة لا تُطلب، إن الإنسان الذكي هو الذي يتعلم من كل شيء ومن كل أحد، والإنسان العادي يتعلم من تجاربه، أما الغبي فهو الذي يدعي أنه يعرف كل شيء أفضل من غيره

(سقراط)

"الطموح كالحب، لا يطيق الصبر أو المنافسة". (جون دينهام)
"إذا كنت تجد المتعة في عملك، فسيجد الآخرون المتعة في العمل تحت إمرتك".

(مجهول)

"غالبا ما يكون النجاح حليف هؤلاء الذين يعملون بجرأة، ونادراً ما يكون حليف أولئك المترددين الذي يتهيبون المواقف ونتائجها".

(جواهر لال نهرو)

"الحماس هو الوقود الذي يدير المحرك"

(نابليون هيل)

"ابني حلمك بنفسك، وستجد المتعة في تحقيقه والقيام به، سيستصعب عليك تصديق حلوها، وستظن أنك تحلم، لكنه ليس حلماً بل واقعاً بنيتته أنت بنفسك".

(أبدأ بنسج حلمك)

يمكن أن تتطور وتبدأ بحياكة نسيجك المفضل من نوع الخيط الحريري الفريد من نوعه، زوالوانه المبهجة المزخرفه ببهجة وسرور وكما يبدو شروق الشمس الجميل، ابدأ بنسج النسيج الذي خصص من قبلك أنت لكي تبدأ بنسج سجادتك المفضله، كي تحلق بها بعيداً عن أرض الواقع الفضيع، لا تنتظر ولا تضع الفرصة من يديك ولا تجعله حدًا لطوحك، لا يحق لك أن تضع حياتك في الفراغ المستمر الذي لا هدف له ولا نهاية، ولا يمكنك أن تشغل نفسك بمواضيع لا تستحق وقتك وفرصتك، تخلى عن كل هذا وقم بنسج نسيجك، هيا لا تضع الفرصه، هي لا تأتيك دائماً هي اوقاتاً فقط ونادراً ما تحصل فلا تضيعها، قد تكون أحلامنا هي الشيء الوحيد الذي يجعلنا نقاوم الحياة وظلمها نقاوم كل وجع ينتابنا، وقد يمكننا البدء في تحقيق، لكن هناك ما يمنعنا ويقيدنا بشتى الطرق، فتأخر بنسج النسيج الذي نريده، وأحياناً نتخلى عنه إلى أن تقوم معجزة ما في هذه الحياة، لكن أؤكد أن هذا ليس بالأمر الصحيح، فالطريقة التي نقوم بها ليست صحيحه، قد تواجهنا الكثير من المشكلات والمصاعب التي تعيق نسج نسيجنا، وقد ربما تسيطر علينا مدةً طويله، ولن تغادرنا الا إذا قاومنا بشده وتخطيناها وهذا أمراً طبيعياً،

إذا كان الانبياء هم بجد ذاتهم لم يحصلوا على الاستجابة المرضية من أقوامهم ألا بعد مواجهاتاً عنيفة حصلت بينهم وهناك من لم يحصل على رغبته مثل نبي الله (لوط) وهناك من واجه كل المشاكل والصعاب قد طرد ورجم وكاد أن يقتل، لكن كانت مقاومته أقوى منهم وفي النهاية أسلمت الأمة العربية على يده وهو خاتم الأنبياء (محمد صلى الله عليه)

إذا كان النبي قد جرح وتأذى، فبإلحاح أنت وأنت شخصاً بسيطاً ما أنت إلا عبداً ومخلوقاً خلقت من طين فكرمك الله بعقلك وإباح لك أن تختار طريقك وكل شيئاً عائداً لك سواءً كانت طرق تنفعك لدنياك أو طرق تنفعك لأخراك، أو طرق تنفعك لها جميعاً، لهذا عليك أن لاتضع حدًا لطموحك، عليك أن تحارب لنسج حلمك،

لا تنتظر ابداً بنسجه، ولا تنتظر المعجزة التي خصصتها أنت لنفسك وقد يكون سخيفاً أن تنتظر معجزةً تحقق لك طموحاتك، مباشر بالوقت المناسب ولا تنتظر

إذا استطعت العثور على طريق خالٍ من المعوقات، فهو غالباً لا يؤدي إلى أي مكان . - فرانك كلارك

إن لم يشترك الشباب في صنع الحياة فهناك آخرون سوف يجبرونهم علي الحياة التي يصنعونها. - مصطفى محمود

اعتبر كل انعطاف في الحياة فرصة لنا لنختبر فيها اشياء جديدة. - جاكسون

براون

البدور التي تزرعها تعطيك محصولا من نفس النوع .- ابراهيم الفقي

(اطمح بواقعية)

أطمح بواقعيه، كيف ذلك؟ سأخبرك لا تتسرع وتقلب الصفحات يمنة ويسره، وأنت تصارع الملل أقرأ جيداً وحاول أن تبحث عن ماتريده، لا تلخبط نفسك وتلخبط الصفحات معك على رسلك، فسينجز كل شيء، لأعود أن تطمح بواقعيه، هو أن تحلم حلماً تستطيع أن تنفذه تستطيع أن تنجزه ويمكنه نفعك، طموحاً يتناسب مع مقدرتك على تحقيقه ومناسباً لظروفك الذي تعيشها في وقتك الحالي، والمهم في ذلك أن تبدأ بكل خطوة، الأولى ومن ثم الأخرى الخ... لا تقفز إلى النهاية مباشرةً لانك لن تستطيع أن تعيش النهاية فقط، فأن بطل القصة، يعيش حياة مليئة بالحزن والكآبة، والأضطهاد من جميع احبابه يعيش بواقعاً مؤلم منبوذ من كل الجهات، مضافاً إلى عصابات مجرم تهدده بعائلته، لن يستطيع أن يعيش بسعادة أن لم يتخطى كل هذا وحل كل تلك المشكلات فهو يحصل على النهاية السعيدة بعد معاناةً طويلة، .

بمشيئة الله يستطيع الإنسان أن يحقق مايريده، ويمكنه أن يحدد مصيره لكن لا ننسى بأننا نأخذ المكتوب لنا من الله، أن فشلت في الخطوة الأولى، فحتماً ما ستنجح بالخطوة الأخرى ثق بالله فقط ولا تجعل خيالك يطغى عليك بوحشيه، تقول لي كيف ذلك، فأقول لك البعض منا يحلم بلا حدود فيتعدا حدود

المسموح لنا وفي النهاية هو من سيعذب بنار الأخفاق، لهذا أطمح بواقعيه وكن واقعيًا ولا تكن ضفدعاً يحلم أن يكن ثوراً فينفجر، إليك قصتها

يروى الأوروبيون في حكاياتهم الشعبية،
أن ضفدعةً رأت ثوراً فغارت من جمه،
وهي التي بطولها وعرضها لا تزيد عن حجم البيضة!
فراحت تتمدد، وتُجهد نفسها، وتنتفخ، في محاولة يائسة لتصير بحجم الثور!
وقالت لجارتها: انظري إلي يا أختاه، هل كبرتُ، هل هذا المقدار يكفي؟
فقالت لها: لا أستمري بنفخ نفسك
تابعت الضفدعة نفخ نفسها وقالت لجارتها: مارأيك الآن؟
فقالت لها: لع، لم تبليني حجم الثور بعد، حاولي أكثر!
وبقيت تُحاول حتى انفجرت!
وماخيالاتنا الا غذاءً نتناوله في ايامنا.
لا تتعدى الخطوط الحمراء للحلم.

(تفكيرك الخاص)

• تقول إحدى القصائد القصيرة: "ألقي سجينان نظرهما خارج قضبان ألسن،
أحدهما رأى

الوحد والآخر رأى النجوم في السماء".

وقد كتب شكسبير: "إن ما يُظهر الأمور على هذا النحو أو
ذلك، هو الفكر لا أكثر".

في بدايه الأمر قد تفكر في ذاتك، تفكر في أعمالك، تفكر في
أحلامك، وهذا ما يسمى تفكيرك الخاص أنت، كشخص مسؤول عن نفسك،
مسؤول

عن أحلامك وأفكارك وطموحاتك وإنجازاتك، هذا ما يعتبر إنجاز، في بداية
الأمر

تواجه أشياء تُعيقك كثيراً عن تحقيق ما تريده، وعندما تفكر في فتح
مشروعك الخاص تفكر في المعوقات التي ستعيق حركتك، تفكر بأنك ستفشل
حتمًا ما

ولا تستطيع أن تحقق النجاح مباشرةً، فتح هذا المشروع هذا هو تفكيرك ا

لسلبي.

تطلع إلى الجانب الإيجابي دائماً، مثلاً فكرت في فتح محل، ولكن هناك مشكلة ما تعيقك عن فتحه، وقد يكون عدم تدبيرك المكان المناسب لفتحه، وقد يكون ثمن هذا المكان الذي أردت أن تستأجره، وقد ربما تكون مشكلتك الوحيدة هي من سيكون داعمك إن لم تستطع أن تفتحه بمفردك، لا بأس في هذه الأفكار؛ فهذه الأشياء هي الأسباب أو احتمالات نجاح أو فشل ذلك المشروع، إليك بعض النصائح لكي تحارب معوقاتك: أولاً:

- 1- زن الفكرة التي دارت في عقلك
 - 2- زن احتمالية المشروع التي تريد أن تفتحه.
 - 3- ضع في قائمتك احتمالات نجاح أو فشل هذا المشروع.
 - 4- قم بادخار المال الكافي لإنجاز هذا المشروع.
- عندما تفكر في هذه الأشياء وتضعها في ألبومها الخاص ستنتج، وإن واجهتك المشاكل والعقبات تحداها واثبت جدارتك وقوتك، اجعل من أفكارك الإيجابية مهمةً لدرجة أنك تستطيع إنجازها تفكيرك الخاص هو ما يجعلك إنسان ناجح، كن ذلك الشخص الذي تكون أفكاره إيجابية، تخلص من مشاكلك التي تجعلك تتخلى عن

تفكيرك الخاص، لا تجعل العوائق سبباً لفشلك، يمكنك أن تفكر بإيجابية،

وتبدع

برفاهيه كن أنت.

يمكنك أن تفكر في الأشياء الإيجابية التي يمكنها أن تساعدك في السير نحو مخططك بسلام، يمكنك رسمها وتحقيقها، فهذه هي حياتك أنت، ارسم، خطط،

ابن، فكر؛ فكل ما تحتاجه أنت هو عزيمة وإصرارك وصبرك، تحدا كل ظروف الحياة، لا تبالي لكلام الناس، كن نفسك، قيم فكرك، انخر بذاتك. فأنت تستطيع أن تخطط وتنفذ، فهذا خاص بك أنت.

يقول جايمس ألين: (وكل ما يحققه الإنسان هو نتيجة مباشرة لأفكاره الخاصة، والإنسان يستطيع النهوض فقط والانتصار وتحقيق أهدافه من

خلال أفكاره، وسيبقى ضعيفاً إذا مارفص ذلك).

الانتقادات القاتلة

ما سبب اختياري لهذا الموضوع بالذات؟

حسنًا سأخبرك، إن الانتقادات القاتلة هي التي تقتلك بصمت، تقتلك دون أن تعرف، قد تختلف الانتقادات من شخصٍ إلى آخر، وهي ليست بمعنى واحد، بل هي عدة أنواع منها:

1- شخص يحبك ويتمنى لك الخير، قد يرى هذا الشخص الصخرة التي تعيقك عن الوصول إلى هدفك فيخبرك أنه عليك تغيير الطريق هذا، وتختار طريقًا آمنًا.

2-(الحسد) والعياذ بالله منه، هذا النوع هو الأمر والقاتل والمميت؛ لأن هذا المنتقد يكرهك ويكره نجاحك، فيكثر من عرقلتك ونفث سمومه كلما رأى نجاحاتك،

يحاول بقدر استطاعته أن يقنعك بأنك لا تصلح لشيء وأنك جاهل.

وكما قال الشاعر:

حَسَدُوا الْفَتَى إِذْ لَمْ يَنَالُوا سَعِيَهُ فَالنَّاسُ أَعْدَاءُ لَهُ وَخَصُومُ
كضرائرِ الحسنةِ قُلْنَ لوجهها حسدًا ومقتًا إنه لدميمٌ

3- هو المجتمع الذي تعيش فيه جهلاء العقول الذين لا يميلون لشيء سوى

العشوائية

التي اعتادوا عليها، وأصبحت متوارثة عبر الأجيال، فحاول أن تتخطى هذا الانتقاد

الذي يقذف من أفواههم لك، وذلك ظنهم بأنك منحرف أو جاهل. يقول أحد أدباء الغرب:

"افعل ما هو صحيح، ثم أدر ظهرك لكل نقد سخيف".

قرأت ذات مرة كتاباً لعائض القرني وجذبني فيه موضوعاً يتحدث عن موضوعي هذا يقول فيه: "كيف تواجه النقد الآثم؟

الرُّقعة والسُّخفاء سبوا الخالق الرازق في علاه، وشتما الواحد الأحد لا إله إلا هو، فماذا أتوقع أنا وأنت ونحن أهل الحيف والخطأ؟

إنك سوف تواجه في حياتك حرباً ضرورياً لاهودة فيها من النقد الآثم المر، ومن التحطيم المدروس المقصود، ومن الإهانة المتعمدة مادام أنك تُعطي

وتبني وتؤثر

وتسطع وتلمع، ولن يسكت هؤلاء عنك حتى تتخذ نفقاً في الأرض أو سلماً في السماء، فتقر من هؤلاء".

في استمتاع جميل قرأنا ما كتبه الكاتب (عائض القرني) وقد كانت كلماته تبث القوة والشجاعة لصرف الانتقادات التي تتوجه إلينا.

حسنًا، أعلم أن هذه حقيقة الأمر ولا أنكرها، هناك أشخاصًا قد توجهت إليهم انتقادات قاتلة من البيئة المحيطة بهم، فترك أثرًا عميقًا في نفوسهم، وتدفعهم

للتخلي

عن أحلامهم وآمالهم، حقيقة الأمر هو أنني أعلم جيدًا أن بعض الانتقادات تسبب توترًا عميقًا في حياة الشخص، ولكن هناك أشخاص يتخذونها خطوة إيجابية

نحو أحلامهم، وقد تكون هي الدافع الأساسي الذي زاد من عزيمتهم وقدرتهم للوصول إلى مبتغاهم، وقد تدفعك لتبدع أكثر.

وقد ذكرني هذا بما قاله الدكتور (إبراهيم الفقي) يقول فيه:

"إن كنت قد قضيت وقتًا طويلًا في بيئة تتعرض فيها للانتقادات أو التجاهل أو سوء المعاملة سواء في مرحلة الطفولة، أو في وقت لاحق من حياتك، فهذا يعني أنك تعاني من جرح داخل نفسك، وسوف ينكأ هذا الجرح الداخلي عندما تتعرض للانتقاد"

وهذه حقيقة لا نجهلها، النقد هو أمرًا سيئًا جدًا، فهو يلاحق الأطفال وال كبار، فيكون أكثر تأثيرًا في ذات الطفل حتى يكبر وتكبر معه، بمجرد أن يسمع تلك الترهات مرةً أخرى وهو في مرحلة الشباب يفتح الجرح تمامًا، ويلتهب كثيرًا، فيسبب له أعاقه، لكنني لا أنصح بهذا، الأفضل لك أن ترمي كل شيء وراء ظهرك، انظر إلى الأمام ولا

تلتف إلى الخلف؛ لكي لا تندم، لا عليك من كل تلك الانتقادات،
ولا تفكر بأنك ستسلم منها يوماً أبداً، سأل موسى ربه أن يكفَّ
ألسنة الناس عنه، فقال الله عز وجل: "ياموسى، ما اتخذتُ ذلك لنفسى، إني
أخلقهم وأرزقهم، وإنهم يسبونني ويشتمونني"
قد سأل نبي الله موسى ربه بأن يكف ألسنة الناس عنهم، فأخبره
الله بأنه لم يسلم منها فكيف بنا؟
قد قيل في الله أشياء كثيرة، فمن نحن كي نسلم منهم؟
سنعيش مع تلك الانتقادات، وسنكبر معها، وما يفترض منا هو التطنيش كلياً
لكل تلك السخافات التي تقذف إلينا، قد ذكرني هذا بقصةٍ للحا وإبنة
سأخبركم عنها: برُوى أن جُحا وإبنة حزما أمتعتهما للسفر إلى مدينةٍ مجاورة؛
لقضاء حوائجهما التي لا تتوفر في القرى المحيطة، فركبا ظهراً للحمار وانطلقا،
وعندما وصلا إلى أقرب قرية عليهما، قال الناس: يالهدين القاسيين، يركبان ظهر
الحمار بلا شفقة ولا رحمة، فنزل الابن وبقي جحا راكباً، وعندما وصلا
إلى القرية التالية، قال الناس: يالهذا الأب المستبد يركب ظهر الحمار بينما يتكبد
ابنه مشقة السير، فنزل جحا وركب ابنه، وعندما وصلا إلى القرية الأخيرة
قبل المدينة، قال الناس: يالهذا الولد العاق، يركب ظهر الحمار ويدع أباه
يمشي فنزل جحا وابنه يمشيان وليس على ظهر الحمار أحد، وعندما وصلا

إلى المدينة، قال الناس: يالهدين المغفلين، يمشيان ومعهما حمار يصلح للركوب،
وحما

هو قصة حقيقة.

وأخر ما سأقوله لك هو: لا تتخلي عن حلمك مهما كان الثمن،
تجنب السهام السامة الموجهة إليك، تعامل مع الأمر بإيجابية، إياك

والاستسلام، امضِ

نحو حلمك ووطنش كل نقداً سخيف.

(عندما نشعر بالقلق الدائم حول ما نريد)

يراودنا ذلك الشعور دائماً، ولكننا سرعان ما نتخطاه، وذلك مبنياً على أشخاصٍ مفعمين بالأمل، مفعمين بحياة التفاؤل، لكن هناك من يسيطر عليه القلق بشكلٍ

فضيع جداً، وهذا ليس بالجميل، لكن أود أن أخبركم بأن هذا الأمر طبيعياً للغاية، ولكن سيكون خطراً عليك إن جعلته يسيطر على ذاتك ونفسك، اجعل من نفسك شخصاً لا يستهان به، شخصاً لا يسمح للقلق بأن يسيطر على ذاته، أنت أولاً ومن ثم البقية، كن إيجابياً، خاطب عقلك بالأشياء المفيدة، وكما قال الدكتور (إبراهيم الفقيه): "عندما تشعر بشيء من القلق

المبالغ فيه كرر على نفسك العبارة «من المدهش أن تسير الأمور بهذه الصورة الرائعة بالنسبة لي»

هكذا كرر على نفسك؛ كي تستطيع أن تتخطى قلقك ومخاوفك، لتحقيق ما تريد أنت؛ فلتؤمن بما وهبك الله فقط".

من الجميل أن نرى مدى براعة دكتورنا في تبسيط لنا كل تلك

الأشياء، ما الذي يمنعنا من تخطي ذلك القلق؟

يمكننا أن نتخطاه، ويمكننا أن نتعافى منه، ويمكننا التخلص منه أيضًا، لن يكون رفيقنا بعد الآن، لا تقتل نفسك، إياك وأن تسمح للقلق أن يقتلك، حتى لا تكن ضحيةً يُشفق عليها.
يقول دايل كارنيجي:

"لقد أثبت الإحصاء أن القلق هو القاتل رقم 1 في أمريكا، ففي خلال سنين الحرب العالمية الأخيرة قُتل من أبنائنا نحو ثلث مليون مقاتل، وفي خلال هذه الفترة نفسها قضى داءُ القلب على مليوني نسمة، ومن هؤلاء الأخيرين مليون نسمة كان مرضهم ناشئًا عن القلق وتوتر الأعصاب" لنجعل هذا الشعار شعارنا كما فعل الفيلسوف موتين حيث قال: "لا يتأثر الإنسان

بما يحدث مثلها يتأثر برأيه حول ما يحدث»

يقول عائض بن عبدالله القرني: "لا ينفك القلق شيئاً"

مقصودي من سرد هذا الحديث أن أصل إلى نتيجة مؤداها أن على العبد ألا يقلق، وأن يسلم للقضاء، وأن يرضى عن اختيارات ربه له، وألا يندم على الماضي.

كنت في الابتدائية أتوق لترتيب متقدم بين زملائي، فجاهدت نفسي في المذاكرة،

فإذا قدمت ورقة الامتحان بقيت قلقة، فزعة، خائفة من النتيجة، أعيد إجابة

الأسئلة في البيت، وأضع لنفسي درجات وأصحح إجاباتي، أقلم أظفاري بأسناني
من شدة

القلق، ثم تظهر النتيجة حيناً ترضيني، وحيناً تسوؤني، ولا أذكر مرة من
المرات أنّ قلقي زاد في درجاتي، أو صحّح إجابتي، ولا حتى قدّم ترتيبياً.
هل رأيت جمال ما قاله عائض القرني؟

لقد قال: "لا تقلق، سلم أمرك لله وثق بعباء الله، لا تراجع
الماضي، فكر بالآتي، ما قد فات لن يعود، والندم لن ينفع بشيء،
فلا تجعل القلق يسيطر عليك".

يقول أدهم شرقاوي: "القلق كالكرسي الهزاز، يحركك في مكانك، ولكنه
لا ينقلك
إلى الأمام خطوة".

هل تريد أن تكون كرسيًا هزازًا؟
لن تفيد نفسك بشيء، لن تصبح أنت شخصك المنتظر إذا لم تتحرر
من قلقك.

قفص اليأس

هذا النوع من الأقفاص ليس مصنوعاً من الحديد، وليس من الزجاج، وليس من مادة النحاس أو أي أداةٍ نستخدمها، هذا القفص هو عقلك، نعم عقلك أنت، أنت تصنع قفصك بنفسك، إحباطك، يأسك، وكل هذا يجعلك دائماً في هذا القفص عندما تُسمع نفسك كلمات قاسيةً جداً عليك وعلى عقلك الباطني، فأنت تسمع عقلك الباطني كل يوم بأنك، لا تستطيع وأن كان هذا الشيء مستحيل، وأني لا أقدر عليه، وأن حياتي ليست بهذا المجال، وأنا مكتوب لي أن أعيش بعيداً عن هذا الشيء، وعندما تسقط، تياس ولا تفكر حتى أن تحاول، ستخفق من أول مرة، لكنك لا تحاول مرةً أخرى، أنت تسمم عقلك الباطني بهذا الشيء، أنت تصنع أقفاصك بنفسك، أنت تحاوط نفسك وسط هذا القفص، أنت تقلل من قيمة نفسك وإبداعاتك ومهاراتك، ليس ضرورياً أن تنجح من أول تجربة، فمخترع المصباح لم ينجح من أول تجربة، بل استمر في محاولاته حتى نجح، فما بأن تجعل من هذا القفص قوياً بشكل مستمر، أنت تضع مفاتيحه وهذا خطأ يجب عليك أن تترك هذه المفاتيح؛ كي تستطيع التحرر، لا تضع الفرص من أمامك، حاول أن تجد كل ثغرةً لصالحك، دعك من الحفر التي تسقط بها، دعك من الإحباط، فكر كيف تحرر نفسك من هذا

القفص، تمسك بمفاتيحه، لا تجعله يضيع منك أبدًا، إياك أن تيأس أو أن تتحطم
وتبكي، حاول حتى تنجح.

"في قلب كل شتاء ربيع نابض، ووراء كل ليل فجر باسم"
(جبران خليل جبران)

"المتشائم أحرق يرى الضوء أمام عينيه، لكنه لا يصدق"
(بيرون)

"الحياة جميلة، ولكن أعطوها حقها من التفاؤل؛ كي تعطيكم حقم من السعادة"
(لقائلها)

"الأفضل دائماً أن تتطلع للأمام بدلاً من النظر إلى الخلف"
(جيروم)

(التفكير السلبي)

التفكير السلبي، هنا تُكتب الكلمه بالقلم الأحمر وعليها إشارة أكس. ماهذه الحياة التي يعيشها الأنسان لم نعد نعي شيئاً هي حياة التعب والشدة هي حياة الأرق والصدّة، الآم وخيبات وفشلاً مميت وصدود الأعبه وخساره العمل ورسوب المواد كم هذا مريع، أهذه هي الحياة التي نتسابق عليها، ماالجميل فيها لاشيء كل شيئاً قبيح. هي كلمات فرطت من أعماق أحدهم كادت أن تخترق حياته إلى الأبد وهذا ليس بنادراً هي الحقيقة والكل يعلمها، من منا لايعاني من الصفات المؤلمه، لم يسلم منها الأنبياء فما بالك بنا نحن ونحن لاشيء، كل شيئاً متوقع من هذه الحياة، لكن أياك والنكران في الجميل بها موجود وهي كثيرة جداً، ليست الصلاة هي الفرصه الجميلة في هذه الحياة تجعلك على صلة دائمة مع الله. ليس الأستغفار جميلاً حينما تتذكر الله. ليس الوالدين هم النعمه الجميله والتي لانتمنى زوالها في هذه الحياة، ومن بعدهم أخوانك واخواتك ومن ثم عائلتك التي تكونها أنت. ليست العافيه هي نعمة حُرْم منها الكثير. لهذا لا تتكر جمائل الحياة لا تنظر لها بعين السلبيه ولا تفكر السلبيه.

إذا السلبية في حياتنا هي إمرأً خطيراً، فهي تشغلنا عن الإيجابية، فأثارها غير مرضيه.

آثارها، انقطاع علاقاتك بالآخرين.

عدم إنجاز أعمالك بدقه.

التفكير الزائد يشتت أستقلاليتك في الحياة

والكثير إلي التي لم تذكر فستلاحظها أن كنت سلبياً.

أثناء كتابتي لهذا الموضوع أجريتُ بحثاً عن كيفية التخلص من هذه الأفكار

إليك

12 طريقة تساعدك على التخلص من الأفكار السلبية

1/ كن لطيفاً مع نفسك .

2/ جد مصدر الأفكار السلبية .

3/ تحدث إلى من يهتم لأمرك .

4/ تخلص ممن يشعرونك بالسوء تجاه نفسك

5/ ابحث عن منفذ آخر للتعبير عن ألمك

6/ استرح عندما تشعر أنك بحاجة لذلك

7/ استمع إلى الموسيقى التي تجعل مزاجك جيداً .

8/ خاطب نفسك بإيجابية-

9/ مراقبة تنفسك أو خطواتك لمدة تتراوح 5 إلى 10 ثوان.

10/ الأنتباه إلى أي شيء يدور حولك لمدة ثوان معدودة حتى يتبدد الفكر

السلي

11/ استحضار إيجابيات الحياة همها كانت قليلة في نظرك، حتى لو كانت كلمة

تشجيع أو اطراء في موقف ما.

12/ متابعة حدث مفرح أو خبر سار قبل الخلود إلى النوم مباشرة.

(تغلب على صعوباتك)

تغلب على صعوباتك، جمالاً مضافاً، إلى هذه الكلمة، وقد تكون أكثر جمالاً، عندما نقوم بتنفيذها، قد تهزمننا الصعوبات في وقتاً ما، لكننا نحاربها بأقوى ما لدينا، ولن نحصل على ثمار جهدنا أن لم نتعب لأجله، أنها الحياة، وما السهل فيها؟ لا شيء، كل جميل يأتي بعد مشقةً طويلة، وبعد عناءٍ اطول، ولا تنسى جمال التغلب على الصعوبات، اترى كم يبلغ جمالها عند قراءتها وستزاد أكثر جمالاً عندما تنفذها أنها لا تُشأخ ولا ترهل أنها تزداد أكثر جمالاً وشيوعاً في حياة أي شخصاً أختارها، هل حلمت بشيء، وأردت تحقيقه، فواجهتك الصعوبات؟ أنه بالأمر الطبيعي، أن تواجهك صعوباتٍ كثيرة، هي دليلاً على جمال وأهمية هذا الحلم، يقول فرانك كلارك: إذا استطعت العثور على طريق خالٍ من المعوقات، فهو غالباً لا يؤدي إلى أي مكان .

من منا لم تهزمه الصعوبات والعثرات من منا لم يهزم بلحظة ضعف من صعوبة ما يواجهه، كلنا بشر وكلنا نقع ووقعنا يؤذي في بعض الاحيان لكن ثم لكن بعزيمتنا واصرارنا وحبنا لطموحنا هو الوقود الكافي لدفعنا بسرعة هائله نحو ذاك الحلم، لن نسمح لها بأن تسيطر علينا، يمكنك فعلها يلزمك الأيمان بما أنت عليه،

لن تسقط بسهولة حارب حتى النهاية، لا يمكننا أن نُهزم إمام تلك الصعوبات السيئة، لن نتخلى عن ما حملنا به مهما كان الثمن، لن يكون سقوطنا الأخير.

كرهت كل لحظة من التدريب و لكني كنت اقول : لا تستسلم ، اتعب الان ثم عش بطلا ببقية حياتك .- محمد علي كلاي

قد تكون أفضل الطرق أصعبها و لكن عليك دائما اتباعها ، إذ أن الاعتياد عليها سيجعل الامور تبدو سهلة .- غير معروف

توقع العقبات ، لكن لا تسمح لها بمنعك من التقدم .- روبرت شولر

العقبات هي تلك الاشياء المخفية التي تراها عندما ترفع عينيك عن الهدف .- حنا مور

لا يقاس النجاح بالموقع الذي يتبوأه المرء في حياته .. بقدر ما يقاس بالصعاب التي يتغلب عليها!! مجهول

لا تخضع لواقعك

غالبًا ما يكون واقعنا هو المسيطر على مستقبلنا وعلى حيلتنا، سواءً كانت حياتنا المهنية أو الخاصة التي نعيشها كل صباح، وما المهم بذلك هو فرض نفوذها المسيطر علينا مهما كانت الأسباب والأعداء، وقد يتطلب منا أن نحارب هذا الواقع، فلا يمكنه أن يسيطر علينا وعلى مستقبلنا مهما كان، لن نخضع له، سنحاربه بأقوى ما لدينا، سنكون كنبى الله إبراهيم عليه أفضل الصلاة والسلام، لم يخضع لواقعه وقد كان والده سيد صانعي التماثيل، نشأ من هذه القرية ولم يكفي هذا، فقد كان والده يعبد الأصنام، وكان مشهوراً ومقدساً لكونه سيد صانعي التماثيل التي هي من الحجارة، لكن سيدنا إبراهيم عليه السلام لم يرضخ لواقعه ولظلم الناس لأنفسهم، بل حاربهم بأقوى ماله، وقد عانى كثيراً، فقد قذف به وسط شعلة من النار، وجعلها ربي برداً وسلاماً عليه، خرج منها بأفضل حال، ولم يستسلم بعدها قط، بل حارب مرةً أخرى وهو أبو الأنبياء عليهم أفضل الصلاة والسلام.

يمكننا أن نفتدي بنبي الله إبراهيم، لنحارب واقعنا ولا نرضخ له؛ لنحقق ما أردنا دون الخضوع لعوائقنا.

"إن أعظم اكتشاف لجيلي هو أن الإنسان يمكن أن يغير حياته إذا ما استطاع
أن يغير اتجاهاته العقلية"

(وليام جيمس)

"أهم صفة في الإنسان أنه يقاوم ما يحب ويتحمل ما يكره"

(مصطفى محمود)

"الأبطال لا يصنعون في صالات التدريب، الأبطال يصنعون من لاشياء عميقة

في داخلهم، هي الإرادة و الحلم و الرؤية"

(محمد علي كلاي)

"فلتكن شجاعاً وتخاطر، فلا يمكن استبدال الخبرة بأى شئ آخر"

(باولو كويلو)

"أكثر الناس ينتظرون شيئاً ما ليتغيروا، وآخرون يتغيرون عندما تحدث لهم
صدمة، أو تتغير أدوارهم في الحياة، لكن أعظم التغير هو التغير المقصود الواعي

النابع من التأمل و الإرادة و الشعور بالمسؤولية"

(طارق السويدان)

(كن إيجابياً)

ابتعد عن صغار الناس الذين يقللون من شأن طموحاتك، لأن عظماء الناس هم من سيجعلونك تشعر أنك قادر على تحقيق ما هو أكثر من طموحاتك هذه - (مارك توين)

لا أعلم ما الذي يعيق الإنسان عن الإيجابية رغم أن فوائدها تسيطر على حياة الآف البشر، كيف يمكن للإنسان أن يكون سلبياً بقدر أن يعكس حياته وحياة كل من حوله؟!!

ستخبرني الآن أن ما نحن عليه في هذه العصور قد جعلنا نميل إلى السلبية أكثر من الإيجابية، وبدوري أنا لن أكذبك وأحاول خداع نفسي بنفي هذا الأمر، ما تقوله صحيحاً منه بالمئة، لكن أياك أن تنفذها وتطبقها منه بالمئة، أخبرني الآن أن كنت سلبياً طوال الوقت ماذا ستستفيد؟ ما الذي ستحققه وستنجزه من خلال نشاطك السلبي الذي سيطر على فكرك وجسدك؟! لن تحقق شيئاً على الإطلاق ولن تجني الأَشْوَكَ سَمِّها يصيبك بالشلل وليس بالموت، ستكون مقعداً لا تقوى على الحركة، هذا ما يفعله النشاط السلبي الذي تقوم به، فأنا من أبناء هذا العصر ومنذ أن وعيت على نفسي ونحن نشكو صراعاً لا نهاية له، ولا أنكر بأني قد كنت سلبياً للغاية وقد عشت إحدى فتراتٍ بسلبيةٍ تامه، ويعود

الفضل هذا إلى ما قد صنع مني أنسانيه يأسه ولا هدف لها كانت كلماتي تنطلق أكثر من افعالي وغالباً ما اسقط مرميةً على الأرض ولا اقوى على النهوض وما كان يؤلمني أكثر هو أن لا يد تساعدني وتمسك بيدي كي انهض وانفض عني ذاك الغبار الملتصق بي خلال سقوطي

لكني قويةً حقاً كنتُ انهض وحدي ولكن كان هناك ثمن، وهو عزل روحي بين الكأبة والظلام بين اليأس والحطام وأرتدي قناع اللامبالاه والكوميدي وقناع الشخص الذي لا هدف له، أستمرت حالي أكثر من أعوام، لكن في كل عامًا يمر، أحلم بشيء وأحاول أن أنفذه وأحققه، لكنني أفضل مرةً أخرى ولا أحقق غير الخذلان والخيبة والندوب الصغيرة التي خلفت أثناء محاولاتي في الأستمرار، لكنها لم تزول إلى الآن فإزالت موجوده، هكذا توالى الأعوام، إلى أن اتت هذه الأعوام الأخيره وبمعنى عامين فقط، بدأتُ بأيجاد نفسي وحلي، لكن ليست كلها إنما شيئاً واحداً منه كان مخبئاً في الظلام، إلى أن تم اكتشافه خلال فراغي المستمر الذي لا عمل له، أخبرتُ نفسي لماذا لا اتحكم بالنشاط السلبي؟! لماذا لا اكون إيجابيه؟! مهما واجهتني من صعوبات سأكون إيجابية إلى متى سأنتظر؟ وإلى متى سيستمر حالي المعطل؟ والحمد لله رغم هذه الظروف والصعوبات التي أواجهها سأستمر وسأكون إيجابيةً لا للسلبية، لهذا عليك أن تدع ظروفك جانباً وحاول أن تتحكم بنشاطك السلبي، ولا تجعله يؤثر على روحك وجسدك، مهما كانت العقبات والحدود الذي تضع إمامك كن

إيجابياً وتوقع كل شيئاً جميلاً، ولا تجعل عصورك تحكم عليك، فلتدعها وشأنها لتكمل حياتها كما تشاء، وأنت اكمل حياتك ولا تضع حدًا لطموحاتك، وأن وجدت عائقاً كبيراً أمام هذا الحلم وأدركت انه سيؤذيك، تخلى عنه وأبحث عن حلماً.

أكمل حياتك بنشاط إيجابياً، بروحاً بسيطة التفكير بسيطة المعنى، يتفرد من الانحدار إلى المستوى الشكوكِ نحو ما سيحدث، وحدك أنت من تستطيع تغيير نفسك وتغيير مسارك، وحدك أنت من تستطيع أن تقرر ما يجب أن تفعله وما يجب أن لا تفعله، فبالنهاية أنت الذي زرعت وأنت الذي سيحصد، فأزرع بذور الأيجابية، تجني ثمارها بلذة، لا عليك من سماداتها وماءها فكل شيئاً سيتوفر أن عزمت أنت على زرعها.

توصل "نابليون هيل" في دراسته حول أكثر 500 رجل في أمريكا ثراءً.

ويقول عن هذا د/إبراهيم الفقي
إلى أن السمة التي يتقاسمونها جميعاً هو هذا الاتجاه القائم على التوقع الإيجابي.
حينما تشرع في العمل بمجال جديد أو تدير مشروعاً تجارياً جديداً، عليك أن تتوقع النجاح توقعاً مؤكداً.

ثق بخطواتك

الثقة هي: الحالة التي يكون فيها الإنسان متأكدًا من كفاءة أو دقة أمر ما يتعلق به أو بشخص أو بشئٍ آخر، وفي حالة الأشخاص من الممكن أن تكون تلك الثقة نوع من التأكد من ولاء هذا الشخص تجاه أشخاص آخرين أو قضايا معينة. وعادة يكون صاحب الثقة ذو موقف ووجهة نظر ثابتة، ولا فرق إذا كان ذلك الموقف صحيحاً أم خطأ، بل هو مدى تأكد الشخص من ثبوته، ومن أمثلة الثقة:

الثقة بالنفس

بالنسبة لي هي أول داعم لي في تحقيق طموحاتي، يبدأ الإنسان بتحقيق طموحاته هو ثقته بما يفعله وبخطواته وبما يريد أن يفعله، ومن وجهة نظري لن يستطيع الإنسان أن يحقق انتصاراته دون ثقة بما يفعل.

"الثقة هي ما تشعر به عادة قبل أن تفهم المشكلة". (وودي آلن)

"لا تخسر ثقتك بنفسك أو بخطوتك، لا يمكنك أن تخسرها وأنت بحاجة إليها ولن يمكنك أن تبلغ ما تريده دون أن تثق به.

كل خطوة تخطوها وتمضيها ثق بها مادامت صحيحة، ثق بها ولا تفقدها، إياك أن تشك بخطواتك نحو حلمك، لا تسمح لنفسك أن تتخلى عنها ولو قليلاً، هي الخطوة الثابتة نحو نجاحك، هي النجاح، هي الدعم لك ولنجاحك، يجب أن تثق بنفسك وبخطواتك، كيف يمكن للإنسان أن يخطو نحو حلمه دون أن يثق به أو يثق بما قرره وبما أرادته؟

لا يمكن أن يحقق شيء إن لم يكن واثقاً به ولن يتحقق، وإن تحقق سيكون ضعيفاً جداً وسيكون كالمنزل المبنى دون قواعد، فيكون هذا هو تمثيلي بالثقة، هي القاعدة الأساسية لبناء حلمك، غالباً ما يكون النجاح حليف هؤلاء الذين يعملون بجرأة، ونادراً ما يكون حليف أولئك المترددين الذي يتهيبون المواقف ونتائجها"

(جواهر لال نهرو)

"لا توجد خطوة عملاقة تصل بك إلى ماتريده، إنما يحتاج الأمر إلى الكثير من
الخطوات الصغيرة؛ لتبلغ ماتريد"
(مجهول)

بادر ولا تنتظر

ماذا تنتظر؟

لماذا لا تبدأ أنت؟

سارع في المبادرة وكن راجحاً.

قرأت في إحدى الأيام للشيخ محمد الغزالي في كتابه "جدد حياتك" يقول فيه:

كثيراً ما يحب الإنسان أن يبدأ صفحة جديدة في حياته، ولكنه يقرن هذه

البداية المرغوبة بموعده مع الأقدار المجهولة، والرجل المقبل على الدنيا بعزيمة

وبصر لا تخضعه الظروف المحيطة به مهما ساءت، ولا تصرفه وفق هواها، إنه هو

الذي يستفيد منها، ويحتفظ بخصائصه أمامها كبذور الأزهار التي تُطْمَوْ****

تحت أكوام السبخ، ثم تشق الطريق إلى أعلى مُستقبلة ضوء الشمس برائحتها

المنعشة، لقد حولت الحمأ المسنون والماء الكدر إلى لون بهيج وعطر فواح،

كذلك الإنسان إذا ملك نفسه وملك وقته واحتفظ بحرية الحركة لقاء ما يواجه

من شؤون كريمة، إنه يقدر على فعل الكثير دون انتظار أمداداً خارجية تساعده

على ما يريد.

ويقول أيضاً:

الظروف الباسمة أو الكالحة التي لا تلتف حولك، هي وحدها الدعائم التي يتمخض

عنها مستقبلك، فلا مكان للإبطاء أو انتظار.

لا تتباطئ ولا تنتظر ذلك اليوم الذي تخيلته ورسمته وتنتظر ظهوره وتحققه دون أن تبدأ به أنت، لا تكن سخيلاً لهذه الدرجة، كيف يمكنك أن تنتظر تحقق شيء دون أن تبادر في فعله؟
ماذا تنتظر، أخبرني؟

أنتظر ذلك اليوم الذي ستحدث به معجزة تُحقق لك حلمك؟
أم تصورت نفسك في زمن المعجزات فصدقته؟ لا تضحك على نفسك ومستقبلك وطموحك، لن تنجح ولن تستطيع فعل شيء إن لم تبادر.

"العنصر الجوهري هو أن تقوم وتحرك لتفعل شيئاً، لدى الكثير من الناس أفكار رائعة، لكن القليل منهم من يقرر أن ينفذ أفكاره هذه، لا تنتظر للغد، لا تنتظر الأسبوع المقبل، افعلها الآن، فالناجح شخص يفعل، لا يؤجل."
(نولان باشنيل)

"تخيل أن حلمك هو الشكولاتة الجميلة، ولكي تصبح أجمل أضف إليها الحلوى وباعتبار مبادرتك هي الحلوى الجميلة".

كقول أيجال تريلين:

"ضع قليلاً من الحلوى في كوب الشيكولاتة الساخنة".

"كُن أنت المبادر في فعل شيء ولا تنتظر تلك المعجزة التي لن تأتي، إذا لم تتحرك أنت ولم تبادر في خطواتك نحو طموحك، لن تحصل عليه مهما انتظرت، لا يأتينا كل شيء دون حركة منا، فلا تعتقد أن كل ما تتمناه سيأتيك دون أن تتحرك له أنت.

سأخبرك عن إحدى مبادرات امرأة بادرت وتفوهت بكلمة "لا"

في إحدى أمسيات شهر ديسمبر عام ١٩٥٥م جمعت (روزا باركس) ذات البشرة السمراء، والتي تعمل خياطة حاجاتها، وتجهزت للعودة إلى بيتها بعد يوم من العمل الشاق المضني، مشت روزا في الشارع تحتضن حقيبتها، مستمدة منها بعض الدفء اللذيذ.

التفت يمناً ويسرة، ثم عبرت الطريق، ووقفت تنتظر الحافلة؛ كي تقلها إلى وجهتها، وأثناء وقوفها الذي استمر لدقائق عشر كانت (روزا) تشاهد في ألم منظر مألوف في أمريكا آنذاك، وهو قيام الرجل الأسود من كرسيه؛ ليجلس مكانه رجل أبيض!

لم يكن هذا السلوك وقتها نابعاً من روح أخوية، أو لمسة حضارية، بل لأن القانون الأمريكي آنذاك كان يمنع منعاً باتاً جلوس الرجل الأسود وسيد الأبيض واقف.

حتى وإن كانت الجالسة امرأة سوداء عجوز، وكان الواقف شاب أبيض في عنفوان شبابه، فتلك مخالفة تُغرم عليها المرأة العجوز! وكان مشهوراً وقتها أن تجد لوحة معلقة على باب أحد المحلات التجارية أو المطاعم مكتوباً عليها (ممنوع دخول القطط والكلاب والرجل الأسود) كل تلك الممارسات العنصرية كانت تصيب (روزا) بحالة من الحزن والألم والغضب.

فإلى متى يعاملون على أنهم هم الدون، والأقل مكانة؟ لماذا يُحرقون ويُزدرون ويكونون دائماً في آخر الصفوف، ويصنفون سواء بسواء مع الحيوانات؟

وعندما وقفت الحافلة استقلتها (روزا)، وقد أبرمت في صدرها أمراً، قلبت بصرها يمنة ويسرة، فما أن وجدت مقعداً خالياً إلا وارتمت عليه، وقد ضمت حقيبتها إلى صدرها، وجلست تراقب الطريق الذي تأكله الحافلة في هدوءٍ إلى أن جاءت المحطة التالية وصعد الركاب، وإذا بالحافلة ممتلئة، وبهدوءٍ اتجه رجل أبيض إلى تجلس (روزا) منتظراً أن تفسح له المجال، لكنها وبالعجب نظرت له في لامبالاة، وعادت لتطالع الطريق مرة أخرى، ثارت ثارة الرجل الأبيض،

وأخذ الركاب البيض في سب روزا والتوعد لها إن لم تقم من فورها، وتُجلس الرجل الأبيض الواقف، لكنها أبت وأصرت على موقفها، فما كان من سائق الحافلة أمام هذا الخرق الواضح للقانون إلا أن يتجه مباشرةً إلى الشرطة؛ كي تحقق مع تلك المرأة السوداء التي أزججت السادة البيض، وبالفعل تم التحقيق معها وتغريمها ١٥ دولار نظير تعديها على حقوق الغير. وهنا انطلقت الشرارة في سماء أمريكا، ثارت ثائرة السود بجميع الولايات، وقرروا مقاطعة وسائل المواصلات، والمطالبة بحقوقهم كبشر لهم حق الحياة، والمعاملة الكريمة.

(حدد هدفك)

وهنا قراءت عن الأهداف فيقول انها الهدف هو النتيجة التي يرغبها الشخص، أو تصور وتخطيط وتركيب النظام لتحقيق رغبة شخصيه، أو تنظيمية وهي نقطة نهاية التنمية المفترضة، يسعى الكثير إلى تحقيق الأهداف في وقت محدد من خلال ضبط المواعيد النهائية وهو يشبه الغاية أو القصد كثيرا وتقود النتيجة المتوقعة إلى ردة فعل أو نقطة النهاية وهي الهدف سواء كان هدف محسوس، أو مجرد وهو يحمل قيمة جوهرية، ماهو الهدف؟ الأهداف جداً مهمة عند إنشاء الأعمال التجارية وبدونها لن تنجح تلك الأعمال، حتى وإن أنشأت أهداف بسيطة سيكون من الأفضل اتباع مسار إستراتيجي للأهداف بدلاً من السعي إلى تحقيق الشئ الذي تريده فقط.

المقالة الأصلية تحديد الأهداف يشمل تحديد الأهداف المثالي انشاء أهداف محددة وسهلة المنال وواقعية في وقت محدد والعمل على نظرية تحديد الأهداف والتي تشير إلى أنها قد تكون بمثابة أداة فعالة لتحقيق تقدم من خلال ضمان بأن المشاركين لديهم أدراك واضح لما يجب عليهم القيام به لتحقيق، أو المساعدة على تحقيق الهدف على المستوى الشخصي، تسمح عملية تحديد الأهداف للأشخاص

بالتحديد ومن ثم العمل تجاه أهدافهم وفي أغلب الأحيان تكون أهداف مالية أو مهنية وتضم تحديد الأهداف عنصر أساسي من عناصر التنمية وقد يكون الهدف طويل المدى أو قصير المدى الفرق الأساسي هو الوقت الازم لتحقيقها

الأهداف قصيرة المدى

من المتوقع إنجاز الأهداف القصيرة المدى في وقت قصير كمحاولة تسديد فاتورة خلال الأيام القصيرة القادمة تعريف الأهداف القصيرة المدى ليس له علاقة بأي مدة زمنية محددة وبعبارة أخرى، يمكن للمرئ أن يحقق أو يفشل في تحقيق هدف قصير المدى في يوم أو أسبوع، أو شهر أو سنة، ألخ....

يرتبط الإطار الزمني للهدف القصير المدى بسياق الإطار الزمني العام الذي يتم التطبيق فيه على سبيل المثال، يمكن لشخص قياس وإنجاز هدف قصير المدى لمشروع مدته شهر إلى أيام، حيث يمكن قياس، أو إنجاز هدف قصير المدى لحياة شخص ما لشهور، أو سنوات يعرف المخططون الأهداف القصيرة المدى بأنها مرتبطة بالأهداف طويلة المدى.

فيمكنني كتابة موضوعي الآن ورأيي في هذا الأمر بعد أن اوضحت لكم من مقالاً كان على السوشل ميديا.

مرارة الألم الذي يستوطن الأشخاص المشتتين في هذه الحياة لا يوصف لا يمكن لأي شخص أن يشعر به أن لم يمر به من قبل.

تسألني كيف؟

في مرحلة البلوغ لدى الإنسان يشعر بضيقاً لا يعرف طريق النجاة، يشعر بأنه شخصاً لا هدفاً يرمو إليه ولا حياة يمكن أن تليق به، أو يشعر بتشتت تام نحو ما يريد أن يصبح، في هذه الحالة يحتاج بها إلى التقرب إلى الله والتضرع إليه، ويحتاج أيضاً إلى مرشداً بالغاً يساعده في تجميع نفسه وتجميع أفكاره المبعثرة، وقد يكون التشتت في تحديد الأهداف ما بعد البلوغ للأشخاص، فهذا لا يحدث للمراهقين فقط بل لجميع الأشخاص فجميعنا نمر بمرحلة تشتت الأهداف ولا نعلم أي هدف يمكننا أن نحققه، استمع الي جيداً أنا لا اقول هذه الكلمات إلى الشباب فقط بل اقولها للجميع لا يقتصر إلر عمر محدد، فحياتك لا تحدد بمصير أرقاماً تزداد كل عام بل بإنجازتك وطموحاتك وأفكارك أيضاً عقلك هو كل شيء، أما عداد الأرقام الذي يزداد سنوياً برقماً ليس له أهمية ولا يمكنك أن تربطه بمصيرك، يمكنك أن تبلغ مساعيك أن قمت بتحديد هدفك ولا اتصور أن يعيش الإنسان بلا هدف ولا اعتقد أن هناك من يمارس حياته بلا هدف، فكلنا لدينا أهداف ومساعي نرموا إليها، ولا يمكننا أن نعيش دون أن نحدد أهدافنا وتحقيقها.

إن قضاء سبع ساعات في التخطيط بأفكار وأهداف واضحة لهو أحسن وأفضل
نتيجة من قضاء سبع أيام بدون توجيه أو هدف !/مجهول

لحسن حظ الشخص أن قضا ساعاته في تخطيط أهدافه ومنجزاته ولا يفرط في
ساعاته عبثاً.

ليست الأهداف ضرورية لتحفيزنا فحسب، بل هي أساسية فعلاً لبقائنا على قيد
الحياة -روبرت شولر
حقاً هي أساسية لبقائنا، لا يمكنني أن أتصور حياتي بلا هدف ولا يمكنني أن
أتوقف عن التخطيط.

إنسان بدون هدف كسفينة بدون دفة كلاهما سوف ينتهي به الأمر على
الصخور -توماس كارلي

هل سبق ورأيت سفينة تبحر دون هدف، لا فكل شيء في الحياة يمشي وفق
قانونه وأهدافه.

كلما اتسمت خطتك لبلوغ هدفك بالتفصيل الدقيق بدت قابلة للإنجاز بقدر
أعلى عن طريق تدوينك لأهدافك وخططك فإنك تغرسها عميقاً في تربة عقلك

اللاوعي ويزداد إيمانك بأن من الممكن لك إنجازها، وتبدأ في جذب كل من الأفكار والأشخاص والموارد التي تعينك على تحقيق أهدافك وخططك. /إبراهيم الفقي.

(أيك والوقوع في الفخاخ)

نخوخ الحياة لدى الأنسان تختلف عن نخوخ صيد الحيوانات مختلفاً تماماً، إذ يكون نغ الاصطياد يتبع قانون أمسك الحيوان دون قتله، فحين نغ الحياة، سقوط الأنسان بين تصديق مدعياته أن كل شيء محاذاً لطريقة أن الحياة خلقت لتقتله، وهذا سيئاً للغاية، إذ صادف الأنسان القوي إحدى الفخاخ ووقع بها فسيحرر نفسه منها ولن يستسلم لها أبداً وأن تسببت له جروح، أما إذا وقع بها شخصاً ضعيفاً ومحبطاً سينتهي به المطاف على إحدى المتاحف أو إحدى حفر الظلام الذي صنعها بنفسه، وقد يبرر لنفسه أن الحياة لن تسمح له بالعيش لن يحصل على ما يريد، في هذه الحالة ما علي قوله هو أنك في طريقاً خطراً للغاية ولا نجاة منه إلا إذا تغيرت نظرتك وخلفيتك نحو مفهوم الحياة، أخبرني من منا قد حصل على ما يريد بسهولة تامه، من منا لم يُخذل ويُصنع بكفاً قوياً، من منا لم يسقط تعباً ويأساً وأحباطاً، لكننا نقاوم مهما اشتدت، الرياح مهما كثرت أنحنأنا إلى اننا نقاوم بوحشية الحياة نقاوم بكل دفاعاتنا وهجماتنا، كلها تدل على ووحشية ما نقوم به للدفاع عن حياتنا ومستقبلنا في هذه الحياة ولن ننسى طبعاً طلب العون في كل ليلةً من ليالي الأيام من الله عزوجل بفضلِهِ نتخلص من كل الفخاخ، فيقول عزوجل (وإذا سألك عبادي عني فإني قريب أجيب دعوة الداع إذا دعان فليستجيبوا لي وليؤمنوا بي لعلهم يرشدون) صدق الله

العظيم، أنظر إلى جمال هذه الآية يخبرنا الله فيها انه يسمعنا في كل وقت فقط ينتظر منا النداء فيستجيب، لا إله إلا الله، مهما كان الإنسان مقصراً الا أن الله لا يعامله على تقصيره.

وبعد كل هذا اتخشي التحرر من الفخاخ اتخشي الحياة والله معك، أن كان تفكيرك الأ بالأحباط فأنهض وأهتف بأعلى صوتك، واحمل شعارك بأسم الحلم وتحقيق الحلم وتجاوز الفخاخ وكله بعون الله، ازل عن كاهلك غبار اليأس، سيطر على ردودك ناحية الفخاخ تصرف بوعياً بليغاً نحو تحقيق حلمك واجه الصعاب والمشقات، امضي سريعاً وابتعد عن المدرجات، والفخوخات التي تواجهها

قد تثبت لك الأيام أن ما ظننته قلاع من صخور إنما هي حصون من ورق، فريق منا تصرعه الضربة الأولى ، وآخرون تُخلق منهم الضربة الأولى أبطالا.-
مصطفى أمين

احياناً يغلق الله سبحانه و تعالى أمامنا باباً لكي يفتح لنا بابا آخر افضل منه ، و لكن معظم الناس يضيع تركيزه و وقته و طاقته في النظر إلى الباب الذي أغلق ، بدلا من باب الامل الذي انفتح أمامه على مصراعيه .- ابراهيم الفقي
الحياة تتقلص و تتمدد تبعاً لشجاعة المرء .- أناييس نين.

قاوم قيود الجهل)

الخطوة المهمة نحو تحقيق حلمك، هي مقاومة قيود جهلك و جهل بيئتك، و جهل كل من حولك، لأخبرك سبب اختياري لهذا الموضوع بحد ذاته، السبب يعود إلى تقييد البعض بنظرات العالم نحوه وهذا العالم ليس بالعالم المثقف لا بالعكس بل العالم المتخلف الذي يرفض تحرير فكرته وتطوير مستقبله، يأبى التغيير ولو كان جزءاً بسيطاً، يرفض الاستقلال، يرفض الفكر الجديد يرفض الثقافه المزدهره، وهذا سيئاً للغاية، ولا يمكنني أن أنكر هذه الحقيقة بينما هي موجودة في محيطي ويؤسفني قول ذلك، هذا الأمر هو ما يجعلنا في الخلف دائماً تسيطر علينا التقاليد المتوارثه، أنا لا ادعي إلى مقاومه الشيء المخل للدين والمغضب لله، بالعكس أدعو إلى مقاومة القيود الذي يضعها الإنسان في حياته وبقية الأفراد من قريباً وبعيداً، لن تحقق شيئاً أن استمرت حالتك، بهذا النحو من توارث القيود أباً عن جد، ولن تستقل بحياتك العلميه المزدهره المثقفة بل ستظل مقيداً بتلك القيود الرذيله التي تعيق منظومة حياتك التي يحلم بها أبناءك فيما بعد أفهمت قولي أم تود أن تكثر من نقدي، كل شيئاً يعود عليك وماتركت هذه المساحه ألا لتختلي بنفسك وتخطب نفسك بما يجول ببالك أنت وهذا الكلام موجهاً لك أخيتي أيضاً أنت أكثر عرضة لهذا الأمر أنت من تُقيدين بجميع القيود بحكم انوثتك، أقدر خوف عائلتك جيداً لكنها لا تعلم أنها

تهدمك وتهدم أحلامك وتدفنك في مستنقع الا شيء وهذا ظاهراً كثيراً، فكل شيئاً معيباً بنظرهم أن كان معيباً اخبريهم من أول شهيدته في الإسلام، أخبريهم عن بلقيساً وأروى، لنعد إلى حديثنا رغم معرفتي بأن حديثي السابق بمنتهى الأهمية إلى أنني أعلم بأنه سيُهمش وسيُنقَد بوحشيه من قبل الجنس الذكوري، لكنني غير عابئة بذلك، لنسرد ماتبقى من سردي، قيود جهلك التي تقيدك هذه هي إحدى حدود طموحاتك التي أنت تطمح لتحقيقها لكنك تعتبره مخزياً، وكم سيكون مخزياً أن شعرت بالخزي من طموحك أثر جهلك المتوارث من أجدادك وقبائلك لا يهم من كنت وابن من كنت المهم، أن تشق طريقك وتذهب إلى المكان المنتمي إليه ذاتك إلى حلمك ذاك الذي ينتظر لا تخضع لتلك القيود المرتدلة، يمكنك فعلها وأن واجهت كل عائلتك، أنت لها وهي لك، لن تنظر إلى حلمك بعين الوداع والشوق دون عناق.

لن تهجرها.

كسر كل تلك القيود واذهب حيث أردت.

(أنطلق نحو محطاتك)

قُم بتجميع القطع المبعثرة من الأنصدام الأخير الذي غير مجرى حياتك، وجرح سكتك الجميله، قم بأعادة صناعته، وأملأه بالفحم الأسود وكن الكابتن الحقيقي الذي لا يخطئ قيادته بل ينتظم بسكته ولا يخاز عنها، يطلق صافرته المعلنة وصوله إلى محطته، وأوصل الركاب بسلاماً حيث أماكنهم المطلوبة، وأنطلق نحو محطاتك ولا تنتظر قطاراً آخرأ يقوم بذلك، هيا انطلق، لاتأمل من أي شخصاً آخر بأن يقوم بتصليح قطارك وأعادة استخدامه، بل أصلحه أنت وقم بتنظيم سكه الحديديه نحو المحطات المطلوبه، هيا لاتنتظر أكثر من ذلك قد أخذت أجازةً أكثر من المسموح لك، انطلق نحو عملك كي لاتفصل منه نهائياً، لذا عليك أن تتطلق نحو محطاتك ولا تنتظراكثر من ذلك، لاتخف ولا تجعل الخوف يسيطر عليك ولا تخشى أن يتكرر الحدث الماضي، فيمكنك أن تتعلم من الخطأ السابق وتفاده، لن تكرر نفس الخطأ أن كنت واثقاً بأنك تعلمت من السابق وإذا بلغ إيمانك بأنك ستصل إلى محطاتك بسلام فستصل بسلام، صدقني كل شيئاً يعتمد على ثقتك بالله وإيمانك بتحقيق ما تريده.

أنطلق نحو محطاتك ولا تخاف شيئاً

إن العالم يفسح الطريق للهرة الذي يعرف إلى أين هو ذاهب - رالف و.أمرسون

اعتبر كل انعطاف في الحياة فرصة لنا لنختبر فيها اشياء جديدة.- جاكسون
براون

إن الاتجاه الذي يبدأ مع التعلم سوف يكون من شأنه أن يحدد حياه المرء في
المستقبل -أفلاطون

لا توجد خطوة عملاقة تصل بك إلى ماتريده، إنما يحتاج الأمر إلى الكثير من
الخطوات الصغيرة لتبلغ ماتريده./مجهول.

استيقظ من سباتك

حان وقت النهوض بنشاطٍ وهمة، وداعاً للكسل والحزن، وداعاً لليأس والأحباط، وداعاً للإزعاج، حان وقت نهوضك وتحقيق حلمك، حان وقت تكسير حدود طموحك، أتى دورك فلا تضيعه، ابدأ من الصفر إلى أن تبلغ القمة، لاتسائر الحياة، بل أنت أقوى منها مهما كانت عواصفها، أنت لست وحيداً أبداً، معك الله وعائلتك وذاتك ونفسك القوية، لاتستسلم وانهض بقوة أكبر، بقوة تفوق قواك الأولى، أنت أكبر من أن تيأس وتحزن، أنت أكبر من أن تسقط دون أن تنهض.

"غزو الإنسان لنفسه هو أعظم غزو يحققه الإنسان في حياته"
(أفلاطون)

"الأفضل دائماً أن تتطلع للأمام بدلاً من النظر إلى الخلف"
(جيروم)

"أحياناً يغلق الله سبحانه وتعالى أمامنا باباً؛ لكي يفتح لنا باباً آخر أفضل منه، و لكن معظم الناس يضيع تركيزه ووقته وطاقته في النظر إلى الباب الذي أغلق بدلاً من باب الأمل الذي انفتح أمامه على مصراعيه"
(ابراهيم الفقي)

"قد تثبت لك الأيام أن ما ظننته قلاع من صخور، إنما هي حصون من ورق، فريق منا تصرعه الضربة الأولى، وآخرون تخلق منهم الضربة الأولى أبطالا"
(مصطفى أمين)

"امنح كل يوم الفرصة لأن يكون أجمل أيام حياتك"
(مارك توين)

امنح نفسك الفرصة في كل سقطة، فأنت لست كاملاً كي تُعصم من الأخطاء والزلات والسقوط، فالكمال لله وحده، فلا تعاقب نفسك على شيئاً ليس بيدك، بل اصنع واجتهد لفعل الشيء الذي يمكنك أن تفعله، لا تحبط نفسك ولا تتأثر بالناس المحبطين، فأنت نفسك، كوّن نفسك، يمكنك اختيار حياتك بنفسك، لذلك استيقظ من سباتك وابدأ في نهارك وحطم حدود طموحاتك، ووداعاً لليأس،

لنستيقظ من سباتنا العظيم لنودعه ووداعاً لايعود مرةً أخرى.

مهما تعثرت استمر

أتعلم حقاً، أنا أنحن جواب بعضكم عن موضوعي هذا "مهما تعثرت أستمر" سيرد بعضكم عن هذا الموضوع بشيء من الغضب أو السخرية، أو حتى اليأس، وقد يمكن أن يردد بعضكم هذه الكلمات، فهي لاتعلم العثرات التي تواجهني وتعيقني، هي تعتقد بأن عثراتي تشبه عثراتها السهلة المرنة، كيف يمكنني أن أستمر وأنا لا أتلقى الدعم الأساسي للاستمرار؟

سأخبرك الآن بهذا الشيء المهم، فبالنسبة لي لم يكن كل شيئاً سهلاً، فكانت عثراتي أكبر مني بكثير، وحتى أنها أوقفني كثيراً، فعلى سبيل المثال كتابي هذا الذي تقرأونه لم يُنتج بشكلاً سهلاً كما تمت قراءته الآن، فقد وصل لك على طبق من ذهب، فما بالك بالأشياء الأخرى؟

الفارق الوحيد هو أنني سأستمر مهما تعثرت، لا أريد أن أتوسع في ذلك. لنعد إلى موضوعنا الأساسي، عثرات الإنسان التي يواجهها في جميع أعماله قد تكون جزءاً من حدود الطموح، وقد توقفك أحياناً عن الحركة وتصيبك بالشلل وهذا سيئاً للغاية، وبدورك أنت فقد خلقت بفطرة المثابرة والاستمرار واليأس والسقوط وعدم الاستمرار، فهذه الصفات تمتلكها أنت وحدك، ويمكنك أن

تحدد ماذا ستكون، وما يمكنك فعله، وما سيكون مصيرك في تحديد طموحك،
وما يمكنك فعله في حياتك، لهذا لا تضع حدًا لطموحك،
احلم ومهما تعثرت استمر وقاوم لا تيأس ولا تجبط، لا شيء يأتي بالسهل فكل
شيئاً صعب في هذه الحياة.

"لا شيء يعمل ما لم تعمل انت. - غير معروف
كل شيء في الحياة يستحق الحصول عليه يستحق العمل من أجله".
(غير معروف)

"السمة القوية وحدها التي تقدر على السباحة عكس التيار، بينما أي سمكة
ميتة يمكنها أن تطفو على الوجه".
(غير معروف)

"إن الإجابة الوحيدة على الهزيمة هي الانتصار". (ونستون تشرشل)

"الحياة إما أن تكون مغامرة جريئة، أو لا شيء". (هيلين كيلر)

" لا يقاس النجاح بالموقع الذي يتبوأه المرء في حياته بقدر ما يقاس بالصعاب

التي يتغلب عليها".

(مجهول)

(حاول)

في صحيح الحياة التي نعيش معها، لن ننجح أن لم نحاول مهما اختلفت الأهداف والأحلام، والأعمال وكأنه روتين ضروري في الأخفاق، في المحاولات الأولى ولا يُخيل لي أن هناك من أستطاع أن يصل إلى أحلامه دون محاوله وأنا أرحم قول أن كل شخصاً سعى لتحقيق شيء لم يحققه من المرة الأولى، بل كرر محاولاته، إلى أن حقق حقائقه العظمى، بل ويستعين بمحاولاته لتحقيق أنجازاته وهذا تأكيداً تاماً بما يمر به الناجح، هي الطبيعة خلقت إذا لا يمكنك أن تغير مجرى الحقيقة، فما أسلم ابا سفيان من أول دعوة، فلا يمكنك أنت أن تحقق حلمك من أول محاوله، مهما كان أخفاقك في المرة الأولى حاول بالمرة الثانية وانح...

كل شيء بيدك أنت والكرة بملعبك أنت، حدد مصيرك ومصير فريقك الفوز أم الخسارة وبالأرجح أنت لا تفضل الخسارة على الفوز، فطبيعتك تختار الفوز على الخسارة، لهذا عاهد نفسك أن تحاول لتسديد الهدف في الرمية الأخرى ولن ترحل من الملعب إلا وبيدك الكأس، هذا ما يمكنك أن تفعله أهنئك أن خطوات على هذا النحو في حياتك.

ستجني الأرباح الفائقة ستنال الشهرة الكافية سيخلد أسمك في العالم ستكون القدوة المثاليه لمن هم أصغر منك

ويمكنني قول هذا ولن أستطيع أن أخفيه
من الطبيعي أن تخفق وينتهي بك المطاف بين أربعة جدران محاطًا بالظلام
وكأسًا من الماء يكون قوتك في وجباتك الثلاث، هذا مايفعله اليأس
والإحباط، ولن انكر هذه الحقيقة، بعض الأشخاص لا يجيدون اتقان قانون
المحاولة في حياتهم فيقعون في مستنقع الظلام وهذا سيئًا للغاية وقد يؤدي إلى
انهيار العالم إذا كان البشر كلهم متصفون بهذه الصفة، لكن لحسن الحظ أنهم
مختلفون بالصفات وإن كانت الأغلبية سائده.
قد أستمريت دعوة الأنبياء أعوامًا وليست أياما، وهي كانت دعوة الحق، فما
يمكنك أن تصنعه أنت إذا رفض حلمك أن يأتيك من أول محاولة لك، أحترم
رغبته في التدلل، فهو يتدلل عليك؛ لانه يعرف مدى عشقك له ومدى أهميته
في حياتك، فتحمل عذابه مقابل أن يرضخ لك.
يمكنك البقاء بقوة لا مثل لها أن تحملت الأذى وحاولت أن لا تتأذى مرة
أخرى.

إذا لم تحاول أن تفعل شيء أبعد مما قد أتقنته... فأنت لا تتقدم أبدا -رونالد
اسبورت.

(لا للكسل)

يوصف الكسل في علم النفس على أنه عادة بدلا من وصفه على أنه اضطراب في الصحة النفسية، كما أن هناك العديد من العوامل تتسبب بصورة أساسية في تكوين حالة الكسل مثل نقص الثقة بالنفس والتقدير الذاتي، نقص المعرفة والتدريب وفقد الاهتمام بمختلف النشاطات، أو عدم الإعتقاد بجدوى تلك النشاطات، الأمر الذي ينعكس في صورة ممانعة، أو تذبذب إلى آخره. كما أشارت الدراسة المبينة علي الدافعية (التحفيزية أو الحث) أن الكسل ناتج عن نقص مستوي التحفيز كنتيجة للتنبيه الزائد، أو تعدد التنبهات، أو التشتيت والذي بدوره يزيد من اطلاق الدوبامين في الجهاز العصبي وهو المادة المسؤلة عن الاحساس بالسرور وكلما زاد إفراز الدوبامين كلما زاد الإحساس بالرضا ومع هذه الزيادة ينشأ حالة من القبول والتي بدورها تؤدي إلى تقليل الحساسية. تتسبب حالة تقليل الحساسية لاحقا في تبدل النظام العصبي، كما أنها تؤثر بالسلب علي منطقة تعرف بإسم الجزيرة (insula) والمسؤلة عن إدراك المخاطر.

يرى الأخصائيون في مرض فرط الحركة ونقص الانتباه أن زيادة الحركة بأشكالها المتعدده ينتج عنها مشاكل سلوكية كنقص التركيز والألم النفسي الناتج من محاولة الكمال وبالتالي يتكون الكسل والذي قد يُعبر عنه كسلوك سلبي لمسايرة الواقع ولتجنب مواقف معينة.

مفاهيم متعلقة بالكسل

الملل

إنعدام الإرادة

التسويق

في تقرير أجري في عام 1931 أعزى العديد من طلاب الثانوية فشلهم في أداء الإختبارات إلى الكسل، فيما أعرب الأساتذة أن السبب الأول هو نقص المقدرة لديهم وأن السبب الثاني هو الكسل (يرجى عدم الخلط بين الكسل وبين انعدام الإرادة والذي هو أحد أعراض بعض الاضطرابات مثل الإكتئاب و فرط الحركة و اضطرابات النوم والشيزوفرينيا) وكما تحدثت عنه بعض الأديان بوصفها الأديان

المسيحية

يعد الكسل واحدة من الأخطاء السبعة المميتة عند الكاثوليك، كما أنه اعتبر سبب مباشر للفقر.

الإسلام

يعتبر الكسل صفة سيئة في الإسلام، فلقد استعاذ منه محمد رسول الله - صلي الله عليه وسلم - في أكثر من موضع منها " اللهم أني أعوذ بك من العجز والكسل " "أعوذ بك من الكسل وسوء الكبر" كما أن عكس الكسل هو جهاد النفس وهو ما يسمي في الإسلام بالجهاد الأكبر من خلال مخالفة رغبات النفس.

البوذية

تعد صفة الكسل والمماطلة صفة مذمومة في البوذية

أن كنت مواصلاً في القراءة وقراءت لهذه اللحظة فأستمع لقولي، كل ما قراءته إلى الآن يدل على نبوذ الكسل من الحياة، ويمكنني قول أن كنت من الكسالى، بعد أن قراءت هذه الكلمات التي تشير عن مدى خطورة الكسل فأني أرحم أنك ستتخلي عن هذه الصفة المنفرطه من الحياة، ويمكنني قول بأنك ستبدأ حياة خالية من الكسل والتكاسل، إستمع الي جيداً، فالكسل حدًا من حدود طموحك ولا يمكنك الأستهانة به أو بمدى تأثيره على حياتك، يمكنه أن يآثر على حياتك العلمية والعملية والحياة الشخصية، فقد يحدث لك اضراراً عديده وقد يمكن أن تخسر كل من حولك وكل ما تمتلكه بسبب الكسل، فبدوري أنا أن انبهك من متلازما الكسل، قد يعيقك عن كل تحركاتك في الحياة وقد يضع لك الحدود الصلبة أمام أحلامك وطموحاتك، لا تجعل المتلازما تنتصر عليك وعلى احلامك لا تغض نظرك عن هذه الصفة لا تجعلها تصيبك والأسوء من هذا، تخطيط بعض الأشخاص لحياتهم القادمة، لكنهم لا ينتظمون وفق هذا المخطط يصيبهم الكسل، فتتأجل مخططاتهم ولا تُنفذ وهذا سيئاً للغاية، عمر الكسل ما بنى قصوراً ولا اشبع جائعاً ولا كسى عارياً ولا روى عاطشاً ولا حقق حلماً، عليك أن تكابد لإبعاد الكسل عن طريقك، عليك أن تجتهد لكي تحقق حلمك.

سأخبرك يا صديقي بأن الحياة ستستمر مهما فشلت، ولن وتراعي تعبك الفضيع،
هي لا تشفق على أحداً منا، هي تريد شخصاً نشيطاً وقوياً وصابراً.

(لا تغضب إذا أخفقت)

قبل كتابتي لهذا الموضوع أجريتُ بحثاً عن مفهوم الغضب لإيصال الفكرة إلى دماغك دون نقصان:

يرى علماء النفس الحديث الغضب على أنه أحساس أولى، وطبيعي، وناصح مارسه كل البشر في بعض الأوقات وعلى أنه شيئاً له قيمة وظيفية من أجل البقاء على قيد الحياة. الغضب يمكنه تعبئة الموارد النفسية لاتخاذ أفعال تصحيحية. والغضب غير المتحكم فيه يمكنه أن يؤثر على الصلاح النفسي و الإجماعي في حين أن العديد من الفلاسفة والكتاب قد حذروا من نوبات الغضب التلقائية والغير محكومة، وقد كان هناك خلاف على القيمة جوهرية للغضب. والتعامل مع الغضب قد تم تناوله في كتابات الفلاسفة الأولى حتى العصور الحديثة. علم النفس الحديث، على النقيض من الكتاب السابقين، قد أشار أيضاً إلى الآثار الضارة المحتملة لقمع الغضب. والمبالغة في الغضب يمكن أن تستخدم كإستراتيجية للتلاعب من أجل التأثير على المجتمع. علم الأعصاب قد بين أن المشاعر التي تولدها تركيبات متعددة في المخ. وأن المعالجة السريعة والادنى والتقييمية لأهمية المشاعر الخاصة بالمعطيات الحسية تتم عندما تمر من خلال الأميغدالا (جزء من الكتل العصبية في الفص الصدغي من المخ) في رحلتها من الأعضاء الحسية من خلال المسارات العصبية متجهة إلى

الفص الأمامي الطرفي من المخ. والأنفعالات تنتج عن تمييز خصائص المحفز، والأفكار، أو الذكريات ولكن يحدث هذا عندما يتم تناقل معلوماتها من الثلامس إلى القشرة المخية. استنادا إلى بعض التحليل الإحصائي، اقترح بعض العلماء أن الميل إلى الغضب قد يكون وراثي. التمييز بين العوامل الوراثية والعوامل البيئية يتطلب مزيدا من البحث والقياس الفعلي لجينات محددة والظروف البيئية.

ووفقا ل نونفاكو، فان " تجارب الغضب هي جزء لا يتجزأ أو متداخلة في إطار السياق الزمني البيئي. والاضطرابات التي قد لا تكون ساهمت في حدوث الغضب الغضب في البداية فهي تترك بقايا لا يتم الاعتراف بها بسهولة تكلفية متباطئة للبؤر الأستفزازية وفقا لموسوعة بريتانىكا، العدوى الداخلية يمكن أن تسبب الألم وهذا بدوره يمكنه تنشيط الغضب.

يمكن أن يكون هذا كافياً لفهمك كي نجر لوجهتنا هيا معاً لنبحر:
إليك ما قد قراءته قبل ثواناً عن مفهوم الغضب وما يمكنني تلخيصه لك هو

تسطيري لهذه الكلمات على أسطر الورق
الغضب من أخفاقك هذا أمراً طبيعياً، لكن أياك والأستمرار بالغضب فتخفق بقيه حياتك، أن اخفقت هذه المره لن تخفق في المره القادمه، اخفاقك لايعني تخليك عن حلمك بل يعني أستمراريتك في تحقيقه، مهما كان غضبك والدافع الأساسي لأغضابك حاول أن تضبط نفسك وتقلل من مقدار غضبك أفرض

نفسك على هرمون الادرنالين وحاول مجدداً إلى أن تنجح في تحقيق أحلامك، فبطبيعته الحال يسود الغضب على فكرتك تماماً فلا تعرف ما كنت ترمو إليه فتتخلى عن ما كنت عليه وتعود إلى نقطة الصفر، وهذا ليس جيداً، إليك أفضل طريقة تساعدك على تخفيف غضبك، عند غضبك تأكد أنك لن تحصل على شيء بل ستخسر كل شيء والغضب لن ينجز لك اعمالك ولن يحقق لك النجاح. عند غضبك صلى على رسول الله عليه أفضل الصلاة والسلام وأذكر الله كثيراً.

أستغفر ربك في كل حين.

خذ نفساً عميقاً وتذكر أن هذا الغضب عائداً عليك.

قرائتُ في أحد الأيام قول أرشيرزد نحو السيطرة على الغضب إذ يقول:

إن السيطرة على الغضب هو من أكثر الأشياء التي يمكن تخيلها صعوبةً في

الحياة. آمل أنكم توافقوني الرأي. كنت أتصفح الانترنت فقط عند ما وجدت

هذه القصة التي أجبرتني على التفكير بالأمر، والتي ساعدتني في نهاية المطاف

لأسيطر على غضبي باستخدام قوة التفكير الإيجابي، لذا أرغب في مشاركتها

معكم وآمل أن تكون مفيدة!

قصة عن السيطرة على الغضب!

كان ياما كان في قديم الزمان، كان بوذا يسير في قرية عندما ظهر شاب غاضب ووقع وبدأ بإهانتته.

صاح الشاب: (ليس لديك الحق في تعليم الآخرين!)

وأضاف: (أنت غبي مثل أي شخص آخر، إنك لست سوى كاذب).

لم يشعر بوذا بالاستياء من الإهانة وبدلاً من ذلك سأل الشاب:

أخبرني إذا اشتريت هدية لشخص ما ولم يأخذها هذا الشخص، عندئذ لمن

تعود ملكية هذه الهدية؟

تفاجأ الشاب بهذا السؤال الغريب وأجاب:

ستعود ملكيتها لي لأنني أنا من اشترى الهدية.

ابتسم بوذا وقال:

هذا صحيح، وينطبق هذا الكلام تماماً على غضبك

وأضاف بوذا:

إذا غضبت مني وأنا لم أشعر بالإهانة فعندها سيعود غضبك إليك.

وقد أشار أرسيرزد بتأييد القصة بقوله:

نعم، إنها دوماً عملية عكسية؛ يعود الغضب إلينا بلا شك ومن الواضح أنه يؤثر

علينا في نواح كثيرة مثل تعكير مزاجنا وربما يومنا كله.

يجب أن نتوقف عن إيذاء نفسك، وأن نتخلص من غضبك، وتصبح محباً بدلاً

من ذلك

آمل أن تكون هذه القصة بمثابة رسالة هامة لنا جميعاً
عندما تكون غاضباً يمكن أن تصبح أفكارك مبالغاً بها وغير منطقية. حاول أن
تستبدل هذا النمط من الأفكار بأخرى أكثر فائدة ومنطقية، مثال من أن تقول
لنفسك: لا يمكنني تحمل ذلك، إنه مروع ولقد انهار كل شيء أخبر نفسك: إنه أمر
محبط، وأتفهم أني منزع من هذا، لكنها ليست نهاية العالم، والغضب لن يعيد
الأمر إلى نصابها

يقول دانيال جولمان في كتابه الشهير (الذكاء العاطفي): أثبتت الدراسات الحديثة
أن الغضب هو أسوء الحالات النفسية على الإطلاق.
حلمك يجذب القلوب.. وغضبتك تفرقهم..

كريم الشاذلي.

(لا تتردد)

التردد، في الواقع ماجعني اختار هذا الموضوع هو وجوده في حياة كل واحداً منا بكثرة، ويمكنني ربط ذلك بما اريد قوله في كتابي هذا، ويعتبر أحد الحدود التي يضعها الإنسان إمام طموحه وهذا سيئاً للغاية، التردد، من منا لم يتخذ قراراً ولم يتردد في تنفيذه، الكثير منا قد فعلها وهذا ما يؤثر على بعض قراراتنا في حياتنا اليوميه، ويمكنني أن اتحدث أيضاً عن جوانبه السلبيه التي تؤثر على الشخص نفسه، وهناك من الأشخاص من يحلم ويقرر في نفسه بفعل ذاك وذاك لكنه يتردد وقد يكون دافع ترده الخوف من الفشل أو اللامبالاه التي تتلبسه فيما بعد أو تفكيره بأن هذا مستحيل حدوثه مهما كانت قوة قراراته وهذا خطأ فضيعاً يرتكبه الإنسان في حق نفسه وطموحاته وهذا لن يزيده الا نفوراً من النجاح والتباعد بين الثقافة وأنجاز الأعمال المطلوبة منه بشكلاً سريعاً وبصورة أفضل، وأن كانت هذه الحصيلة كثيرة في بلدة ما سيُشكل تدهوراً غير مسبوق في هذه البلده إذا ما كثرت هذه الظاهره في أفرادها ويجب أن لا يحصل ذلك مهما تعددت الأسباب،

من الأفضل أن يكون الإنسان غير مترددا يندفع نحو مخططاته بشكلاً مستقيماً وقوة عقلانية، لا للتردد لا تضعه في قاموسك ومفرداتك، قد يدفعك ترددك إلى المكوث في خرابة الترددات السيئة وهذا ليس جيداً، عليك أن لا تتردد ما بلغت بك الأسباب أن أجلت لظروفاً ما قد يكون ممكناً فحتماً ستعود لتحقيق ما

توقفت عنه لكن أن تردت في تلك الحظه ستتردد في باقي اللحظات، لهذا قاوم كل التشنجات الفكرية لديك، قاوم التعصبات والتخلفات ولا تتردد، امنح نفسك الحياة الفوريه بالتفكير السليم والأندفاع المخطط لا تبني لنفسك عائقاً يحول بينك وبين طموحك أياك والعبث بمجهود قراراتك وانفعالاتك لا تحاوط نفسك بالفشل والتردد، لن اتغاضي عن هذه الفكرة أيضاً، قديكون المسبب لترددك هو وضعك الحالي الذي اتخذت به قرار تنفيذ شيء هو مادفعك لترددك من تنفيذ هذا الحكم الذي أصدرته أنت بحق نفسك ومستقبلك وقد يوقفك لفترة ما ثم تعود لتنفيذه، وقد يوقفك وقفاً نهائياً لارجوع له، وهذا سيئاً للغاية، ولا يمكن أن ينتظر منك شيئاً جميلاً أن توقفت عن التنفيذ الا إذا كانت أسبابه أقوى منك فقد يلتمس لك العذر في هذا رغم أن حكمه مكروهاً ويجب الأبتعاد عنه لا ينتظر منك أن تطمح فتتردد عن تحقيقه لا يحق لك ذلك، لا يمكنك أن تعلق نفسك بهماً كاذباً أصطنعته أنت لنفسك حين كنت واقعاً فترددت فأصبح وهماً كاذباً.

لا يحق لك أن تنظر لغيرك بنظرة النجاح وأن تنظر لنفسك بنظرة الفشل فتتردد في تحقيق طموحاتك.

لا يرحب بك في عالم النجاح والتطور وأنت متردد.
غادر أن كنت متردداً.

أن كنت غير قادراً على تنفيذ حلمك فلا تحلم.

أن كنت مترددًا للغاية فلا تلم الحياة على ماهدتك.
لا تكن سخيًا فتتردد دائماً.

من يتهيب صعود الجبال يعيش طول الدهر بين الحفر.
الحياة إما أن تكون مغامرة جريئة... أو لا شيء - هيلين كيلر
الفاشلين يقسمون إلى قسمين : قسم يفكر دون تنفيذ ، وقسم ينفذ دون تفكير
/مجهول

مثل تركي : من يتردد بين مسجدين يرجع دون صلاة.

واسيني الأعرج : التردد يقتل العواطف والأحاسيس.

ميخائيل نعيمة : التردد ضعف ينجم عن خوف الندم في المستقبل

إبراهيم الفقي : وقت الفراغ هو خرافة وضعها الفارغون فلا تردد هذا اللفظ
ولا تستعمله فإنه لا فراغ إلا عند التافهين

جبران خليل جبران : الحماسة بركان ولا تنبت على قمته اعشاب التردد

يؤنـج : التردد و اطالة التفكير في القيام بعمل ما ، غالباً ما يتحول الى سبب
لابطاله.

(لا تهزم)

لا تهزم، كونها حقيقة لازمة وتتجرد من الاخفاق النادر في حياة البشر، الهزيمة، بمجرد سماعنا لهذه الكلمة، تخار قوانا بلحظة ضعفاً لم نعهده، والسبب في ذلك هو خوفنا من أن نعيش بين الهزائم كل مرة، أنا لن اخفي عليك تلك الحقيقة وكم خفتُ من الهزائم مراتٍ عديدة، هي بالطبيعه الفطريه أن يخاف الإنسان من أن يهزم فيعيش بمحيطها الدائم، لكن أنا نفيتُ هذا الأمر وإذا تمتعت وقراءت العنوان جيداً فستدرك ذلك،

الهزيمة، تعد من إحدى الحدود الفاصلة بينك وبين طموحك لهذا لا تجعلها تسيطر عليك، وأن هزمت في هذه المرحلة لا تحزن ولا تيأس ستفوز بالمرحلة الأخرى ، ومعنى قولي هو أنك ستهزم حتماً لكن لن تهزم بالطريقة الأخرى، كيف ذلك، سأخبرك بما اقصده، أنت تسعى لتحقيق طموحك فتهزم في أول محاولة لك، لكن ليس هذا ما اتحدث عنه الهزيمة التي اتحدث عنها هي تلك التي يهزم بها ذاتك وشغفك، وكل ذلك ما تجع عن أخفاقاً حقتة في تلك المرحلة، فتميل نفسك إلى الأعباط واليأس والظلام بمجرد الهزيمة الأولى، ، من منا لم يهزم عند محاولته لتحقيق طموحاته لا أحد كلنا هزمننا، لكننا نهض

ونتعلم ونبحث عن الخطأ الذي جعلنا نخفق فتجنبه بالمرحلة الأخرى وهكذا لا
نجعل الهزيمة تسيطر علينا لهذا عليك أن لا تهزم لن تجني شيئاً أن هزمت.
هي الحياة هكذا تأتينا عكس ما نريد وتوقفنا عن تحقيق ما نريد وما أسوى من
ذلك تحيط بنا الهزائم من كل جانب ولا نكتفي بألماً واحداً بل تتهاطل علينا
جميع الآلام وكأننا عدواً محتمل فرط من مكانه.
لا تكتفي بالمحاولة الأولى بل كررها مرات عدة وستنجح.
أفرض نفوذك وسيطرتك على كل تلك الهزائم.
وأن غلبتك إحداها فأغلب أنت أحرأها.
ليس الأمر أنني عبقرى، كل ما هنالك أنى أجاهد مع المشاكل لفترة أطول.
-ألبرت أينشتاين.

(ثابر)

ليس هناك أي شيء ضروري لتحقيق نجاح من أي نوع أكثر من المثابرة ، لأنه يتخطى كل شيء حتى الطبيعة . /مجهوول

أن لم تتأبر لتحقيق احلامك واهدافك فلن تبلغ ماأردته، أن المثابرة بالمعنى الصحيح، هي تحمل الصعاب والمعوقات، وتحمل الاوجاع والخذلان، في سبيل تحقيقك لحلمك يستوجب لك أن تتأبر.

الفرق بين الانسان الناجح والآخرين هو ليس نقص القوة، ولا نقص المعرفة، انما نقص الارادة.- غير معروف

ماقد يكون جميلاً في حياة المرء، هو وصوله لمبتغاه، وأنت كأنسان خلقه الله وكرمه بعقل، لا تجعل حياتك تذهب هباءً بل حدد ماينفعك في أخرتك ودنياك، ولا تلتهي بأحدٍ منهما أعمل لكليهما المهم هو أن يكون طريقك صحيحاً ومستقيماً خالٍ من التعوجات، لا تتعجب من كلامي هذا، لأنه المطلوب في حياتنا، لذلك، سأكون مثابراً متخطياً لكل العقبات سأصل إلى وجهتي، سأرفع اشرعة سفيني وأبحر نحو جزيرتي، لن أخشى العواصف القويه ولا الأمواج العاليه، سأصمد مادمتُ واثقاً بقدره ربي وبقدرتي، فأنا قادراً على فعلها ويمكنني ذلك، لن اضع حد لطموحي واتخلي عن مستقبلي، وعن ماحملتُ به لأرضاء العواصف

والأمواج، لن أعيق سفينتي عن الابحار بعدم قدرتي على التصديق بأني سأفعلها، لا لن اهزم ولن اضح حدًا لطموحي بسبب خوفي سأثابر حتى النجاح. كم سيكون جميلاً أن اراد المرء تحقيق حلمًا طريقه مليئاً بل الأشواك لكنها لا يخافها

لا يصل الناس إلى حديقة النجاح دون أن يمروا بمحطات التعب والفشل واليأس، وصاحب الإرادة القوية لا يطيل الوقوف في هذه المحطات./مجهول مهما أشتدت العواصف، ومهما كانت قوتها وتأثيرها، إلى أنك لن تفشل، بل ستثابر لتصل إلى وجهتك.

(إثبت)

القدرة على حفظ الاتزان في الطوارئ و وسط الاضطرابات و تجنب الذعر هي العلامات الحقيقية للقيادة- / غير معروف
اجعل عينيك على النجوم ، و اجعل قدميك على الارض .- / ثيودور روزفلت
احتفظ لخطتك في الحياة بقدر كاف من المرونة ، يسمح لك بالتعامل مع
مختلف الظروف و المتغيرات- / غير معروف
تمسك بجملك و ان كان مستحيل ، يكفيك انك عشت الحياة بهدف.- / غير
معروف

فلتكن شجاعا و تخاطر ، فلا يمكن استبدال الخبرة بأى شئ اخر .- / باولو كويلو
ليس هناك من هو أكثر بؤساً من المرء الذي أصبح اللا قرار هو عادته الوحيدة
-وليام جيمس

مهما كانت الصعوبات مهما كانت قوة الصفعات و السقوطات، إثبت مكانك،
لا تتخلي عن أحلامك، لا تجعل اليأس يسيطر على آمالك، مادمت حياً، لن تقع
و لن تأثر بك الزلازل و الأهتزازات مادمت على ثباتاً تام.

روبن شارما /: الثبات هو الوسيلة للتواصل مع المصدر الكوني للذكاء الذي
ينبض به كل حي

أنس الهود/ : قيلَ أن اكتمالَ البدر يُخفض مدار الثبات النفسي للشخص ..
استراح للفكرة ، فاتَّهم البدر .. ومضى !

الطغرائي/ : يا ورادا سؤر عيش كله كدر***أنفقت صفوك في أيامك
الأول***ترجو البقاء بدار لا ثبات بها***فهل سمعت بطل غير منتقل .
مصطفى صادق الرافعي : ألا ما أشبه الإنسان في الحياة بالسفينة في أمواج هذا
البحر .. إن ارتفعت السفينة أو انخفضت أو ماتت ، فليس ذلك منها وحدها
، بل ما حولها . ولن تستطيع هذه السفينة أن تملك من قانون ما حولها شيئاً ،
ولكن قانونها هي الثبات ، والتوازن ، والاهتداء إلى قصدتها ونجاتها في
قانونها .. فلا يعتن الإنسان على الدنيا وأحكامها ، ولكن فليجتهد أن يحكم نفسه
بنيامين دزرائيلي : سر النجاح هو الثبات على الهدف

علي الطنطاوي : لا شيء أحلى من الثبات على الرأي إلا الرجوع إلى ما هو
خير منه .

العزيمة والإصرار

< "الأفعال لا الأقوال دليل العزيمة الصادقة." – غير معروف

< "الموهبة وحدها لا تكفي. استمر دائماً، فلا يوجد شيء في العالم يمكنه أن يحل محل الإصرار." – راي كروك

< "تتحقق الكثير من الأشياء المهمة في هذا العالم لأولئك الذين أصروا على المحاولة على الرغم من عدم وجود الأمل." – ديل كارنيجي

< "كل الشدائد والعقبات التي واجهتها في حياتي زادت من عزيمتي. قد لا تدرك هذا وقتما تلاقيك المحنة، ولكن ركلة على أسنانك قد تكون أفضل ما يحصل لك في العالم." – والت ديزني

< "ما نأمل أن نفعله بسهولة علينا أن نفعله أولاً باجتهاد." – صموئيل جونسون

< "نحن نسقط لكي ننهض، ونهزم في معركة لنحز نصرًا في أخرى. تمامًا كما ننام لنصحو أكثر قوة ونشاطًا." – غير معروف

عزيمتك وإصرارك هما قوتك وسلاحك في مواجهة العقبات. إذا لم تكن ذو عزيمة وإصرار، لن تحقق شيئاً مما أردته، ولن تنجز أعمالك المنتظرة. لا يمكنك تحقيق شيء مما رسمته، حارب حد طموحك بعزيمتك وإصرارك. إذا أردت شيئاً، فأمضِ إليه بعزيمة كبرى وإصراراً حكماً، هما وقودك وأنت بدونهما لا شيء. يمكنك أن تفعل أي شيء في حياتك لتحقيق هدفك، لكن لن تستطيع دون عزيمتك وإصرارك. الواقع هو أنك ستفعل كل شيء بعزيمتك وإصرارك. لهذا، كُنْ ذو عزيمة كبرى لا تتوقف عن الحلم؛ فكل شيء يأتي بعد تعب طويل، يأتي بعد ليالي الأرق المخيف، لكن عندما ترى ثمرة ما تعبت لأجله يذهب كل ذلك التعب.

لا أخبرك عنهم:

هما مهمان جداً، هما مكملانك ومكملان حلمك. لهذا أقول لك، كُنْ بجلال إذ ضُرب بالسوط تحت الشمس الحارقة ويعتلي جسده صخرة كبيرة ويتلقى أقصى العذاب من أمية، إلا أن عزيمته كانت أقوى من أمية. كانت أقوى بكثير، فهو يعلم نهاية أن يُطاع أمية لذلك فضل على ما أتى نبي الله صلى الله عليه وسلم. هل حصل على شيء؟ نعم، فقد حصل على رضى الله ورسوله، فقد حصل على

حلمه وهو عبدٌ للواحد الأحد وصاحب خاتم الأنبياء. وأجمل ما حصل عليه هي جنةُ الله، وما أجمل هذا! رغم عذابه لم يستسلم، بل نهض بقوة أكبر إذ كان هو منادي الصلاة.

لماذا لا تكن بجلال؟ لا تجعل عقباتك تسيطر عليك، مهما كانت قوة الضربات التي أسقطتك. إياك أن ترسخ لسوطها وصخرتها، إياك أن تستسلم مهما كان هدفك، ستصل إليه حتماً. وهذا لا يحتاج يأساً وشتاتاً وضياعاً، بل يحتاج إلى عزيمة وإصرار.

في أغلب الأوقات يسيطر علينا الشتات بشكل أفضع من ذي قبل، فنأبى التغيير. ولكن إن تذكرنا أن الحياة هي كفاح وإصرار وعزيمة، سنتغلب عليه.

(طور ذاتك)

أيقنتع المرء بمايفعله وبما يريد؟

لا فكرة لدي عن انطباع كل شخص، وبما يفكر به وما يريد أن يفعله، لكن كل ماأعلمه هو القليل من الذين يعشقون أحلامهم بصدقاً ووفاء، ويبدأ ذلك من تطوير ذاته ونفسه، وهذا مايجعله أكثر نجاحاً وتطوراً، وكم سيكون جميلاً إذا كان الجميع يمثل بهذه الصفة الجميله، حتماً مااستصبح الحياة جميله رغم صعوبتها ومرارتها وعلقمها، لكننا بقدر المستطاع نحاول أن نجعلها أجمل واكثر بريقاً ولمعاناً

سؤالاً يواجهنى كثيراً:

مالذي يمنعنا من تطوير ذواتنا؟

هي الحقيقه الحياة التي نعيشها والوقت الفارض قوته ونفوذه على معيشتنا هو الأكثر استغلالاً علينا، وهذا مايجعلنا نضحى بالكثير من الطموح، هذه كانت وجهة نظري في وقتاً مضى، أما الآن فقد تغير كثيراً، فالمطر يبدأ بقطره ومن ثم تتوالى القطرات الأخرى فصيبح منظره خلاباً وفاتناً، هذه القطرات تتحول إلى بحيرات، لنكن نحن القطرات المتساقطة في وطننا وعوالم أخرى، فلنكون بحيراتنا، مهما كانت العثرات والحواجز والحدود، لعنبرها بسلاماً وأمان، لا نريدها أن تمنعنا من تحقيق طموحاتنا، لا نريدها أن تتسلط علينا،

كن انت التغيير الذي تريد ان تراه في العالم .- غاندي

ابدأ بالضروري ، ثم انتقل الى الممكن ، تجد نفسك فجأة تفعل المستحيل .-
فرانسيس بيكون

تخلي عن عاداتك القديمه التي توحى بالتباطئ والتجهل ، لاتكن متعصباً نحو
نفسك أو غيرك، تخلي عن ذاتك القديم وابداء بذاتك الجديد،
انظر إلى العالم، واسترق النظر من شروق الشمس الجميل وحاول أن تجعل
حياتك جميله مع ذاتك المطور، ومأعنيه ليس لما يتخلى عن الدين والأيمان، هذا
ليس ما اقصده، بل نحو نظريتك لهذا العالم اليأس، نظرتك نحو هذا العالم الذي
يرفضك ويتغاضى النظر إليك وإلى ماتحلم به، وإلى عادات قبيلتك التي لاتسمح
لك بالتطور، اكمل تعليمك وحقق طموحك ومنجزاتك وحاول أن تعمل بما
تعلمت، ولاتحدد مصيرك بعمل والدك وجدك وكل من حولك، دعهم يعيشون
حياتهم بطريقتهم وعش حياتك بطريقتك المهم أن يكون بحدود ماأمرنا الله.
كم يؤسفني قول هذا لكنها الحقيقه تداول الناس حياتهم أباً عن جد ويؤثر ذلك
أنطباعاً سيئاً عن التقدم والتطور والتفكير، تثبت حقائق ما توارثوه عبر الأجيال
المتعاقبه فيولد أنطباعاً سيئاً نحو هؤلاء المتعلمين الذين شقوا طرقهم بأنفسهم
وطوروا ذواتهم وحققتهم، وقاموا ببناء حياة تناسب عقلياتهم.

إن أعظم اكتشاف لجيلي ، هو أن الإنسان يمكن أن يغير حياته ، إذا ما استطاع أن يغير اتجاهاته العقلية -وليام جيمس.

«لملم شتاتك وأنهض من جديد»*

لملم شتاتك وأنهض من جديد، لاتقبل الفشل والضياع، لاتقبل الخذلان والصفعات مهما كانت قوتها وتأثيرها، لاتجعلها تؤثر عليك فبالنهاية أنت الخاسر فلا تقبل بذلك، أجعل من عزيمتك أقوى منها ومن عثراتها، كُن كجلالاً إذ ضرب بالسوط تحت الشمس الحارقة ويعتلي جسده صخرةً كبيرة وتلقى اقسى العذاب من أميه إلا أن عزيمته كانت أقوى من أميه كانت أقوى بكثير فهو يعلم نهاية أن يُطاع أميه لذلك فضل على ما اتاه نبي الله صلوا عليه

عليه أفضل الصلاة والسلام، هل حصل على شيء، نعم فقد حصل على رضى الله ورسوله فقد حصل على حلمه وهو عبداً للواحد الأحد وصاحب خاتم الأنبياء وأجمل ما حصل عليه هي جنة الله، وما أجمل هذا رغم عذابه لم يستسلم بل نهض بقوة أكبر إذ كان هو منادي للصلاة، لماذا لا تكن كجلال لاتجعل شتاتك يسيطر عليك، مهما كانت قوة الضربات التي اسقطتك، انهض منها بقوة تفوق قوتها، أياك أن ترضخ لسوطها وصخرتها، أياك أن تستسلم مهما كان هدفك ستصل إليه حتماً، وهذا لا يحتاج يأس وشتات وضياع، بل يحتاج إلى عزيمة وإصراراً.

في أغلب الأوقات يسيطر علينا الشتات بشكلًا أفضع من ذي قبل فنأبى
التغيير ولكن أن تذكرنا أن الحياة هي كفاح وإصرار وعزيمة سنتغلب عليه..

(لا تهرب بل واجهه)

الهروب، هو عدم تقبلنا للأشياء المصدة لنا الاشياء التي تواجهنا وتحزننا، حينها نهرب من مواجهتها إلى عالماً لا ينتمي لنا إلى عالماً لا يظم مشاعرنا وأحلامنا، نخاف المواجهه في تلك اللحظة فنختار الهروب عن المواجهه، وهذا سيئاً جداً ولن يحقق لنا شيئاً غير الوجد والاختناق وستحيط بنا الهزائم من كل مكان، هكذا سيكون مصيرنا أن اخترنا الهروب عن المواجهه.

أليك ما كتب الآن ولك الأختيار فيما كتبت به، هي الحياة لا تقتصر تحت مسمى سعادة تلك اللحظة، بل هي لحظات تختار بها أن تضعفك وتسقطك وتحبطك والأسوى من ذلك هي أن تسقط عليك انواع الاوجاع والألام، هي الحياة لاتأتي كما نشتهي، يكمن دورك في هذه الحياة، هي المواجهه نعم المواجهه هي سلاحك عند ضعفك لاتهرب فتزيد الطين بله، بل واجهه لنتقل للمرحلة الأخرى، وأن جرحت ضمد جراحك وأستمر، يمكنك أن تحدد سكتك الحديديه في إحدى محطاتك في قطار الحياة ويمكنك تجنب ذلك الشخص الذي يقف أمام قطارك يمكنك أن توقفه لفترة ثم تستمر عبر محطاتك، لهذا اياك أن تستسلم وتهرب بل واجهه ماتعيشه كي تتخطى أكبر مشكلاتك،

لا تعيق أحلامك بهروبك المستمر مما يخيفك ويعيقك، لا تتحجج بمسمى الخوف
المستقبلي الذي ترسمه بخيلتك اياك ثم أياك أن تخطى في تحركاتك، الهروب لن
يفيدك بشيء بل سيخلف لك ندوباً لا تشفى، وكلما رأيتها تتذكر هروبك المخزي،
هي أحلامك يا أخي ويا أختي فلا تتخلوا عنها مهما كانت الظروف مهما كانت
صعوبة الطرق التي تسلكونها لا تخافوا بل واجهوا وتحلوا بالعزم والأرادة
والإيمان، لا تجعل حياتك مؤلمة، لا تجعل حياتك بين الخيال والواقع، الهروب
من المواجهه شيئاً سيئاً للغاية فلا تختاره، أياك والأستسلام، لا تختبئ خلف لا
استطيع مواجهته.

الجناء يهربون من الخطر ، و الخطر يهرب من الشجعان .- دوديتو

(أعمل بجد أكبر)

مهما كان العقاب الذي تحصل عليه مقابل ما تنشط جسدك براحة العمل نحو تحقيق حلمك يهون، فعند زيادة الأحلام لدى الإنسان تزداد العواقب الوخيمه وتزداد الجراح الأليمه ويصاب الإنسان بحالة من الذهول بهول ما وقع به بهول ما واجهه وذلك أشبه بأرنب يقفز عبر الطرقات ليجد جزراً ليدخره لفصل الشتاء فيصادف الثعلب المكار العدو اللدود للأرنب فيحاول أن يحتال عليه بمكره وجعله وجبة طعامه لهذا اليوم ويمكن للأرنب أن يدرك خطورة مواجهة هذا الثعلب، فيعود خطواته إلى الوراء ويبدأ بهروبه الناجي من ذلك الثعلب فيحاول الثعلب أن يلحقه، فيخدش جزءاً بسيطاً من الأرنب، لكنه يعود هذه المره إلى منزله ليتعافى ذلك الخدش ومن ثم يواصل بحثه عن طعامه لفصل الشتاء، فقد يكون الإنسان هو الأرنب الباحث عن طعامه فيما تكون الحياة ثعلباً أمامه، فيعرف أنه لا جدوى من عراكه فيحاول الهرب لكنه يُجرح وهذا أفضل من أن يموت وأولاده ينتظرانه وهم يتظرون جوعاً، ليعُد بسلام ثم يذهب مرةً أخرى،

علي أن اخبرك بكل صراحة تامه، ما الذي تحققة أن قررت التخلي عن العمل لتحقيق حلمك، ماذا سيكون حصادك نهاية هذا العام وأنت قررت التخلي عن مواكبة عمالك

لن تحصد شيئاً، ستتجرع العلقم وتغوص بمرارته، وستندم على ذلك، لذا عليك أن لا تفسح المجال لندمك وليأسك، عليك أن تتخطى ما يواجهك عليك أن تكون قوياً لمواجهة الثعلب، عليك أن تحمي نفسك وتحمي حلمك من هذا الثعلب الماكر، لانه إذا قام بالتهامك حتماً ما سيلتهم أطفالك،

يقول الكاتب والدكتور الشهير رحمه الله/إبراهيم الفقي:
ينبغي أن يكون هدفك الأول هو العمل على زيادة احتمالات توصلك إلى تلك المكانة حيث تكون أحد هؤلاء المرموقين،
ينهمك بعض الأشخاص في العمل لأسابيع وشهور، بل لسنوات سعياً نحو احد الأهداف الكبرى دون تحقيق إلا قدرٌ ضئيلٌ من التقدم وغالباً ما يفتقدون حماسهم ويتخلون عن المحاولة وما لا يدركونه أنهم قد أنجزوا كل العمل التمهيدي اللازم وكانوا في الغالب قد وصلوا إلى نقطة الانطلاق نحو النجاح، كانوا على وشك بلوغ السرعة التي يتمنونها نحو أهدافهم وكذلك بدأت أهدافهم بالتحرك نحوهم بأقصى سرعة/إبراهيم الفقي.

لا يمكنك أن تتخلى عن ما بدأت به، ولا تسيطر على عقلك الباطني بأنك لن تبلغ مساعيك مهما كانت مبالغتك في عملك، ستحقق انجازاتك، بأقل أو بأكثر من وقتاً مضى ولكن نحن في زمن السرعة، تحاول التكنولوجيا تسهيل للإنسان جوانب حياته بشتى انواع الطرق، يمكنك أستغلال ذلك في عملك، لا تحبط نفسك، فالفائدة تعود عليك أنت، بالنهاية أنت تعمل لتوفر لك ولعائلتك تكاليف العيش، مقابل ماتعب من أجله، يأتيك نهاية كل شهر

إن ما تحصل عليه من دون جهد أو ثمن ليس له قيمه . مجهول

أعمالنا تحدنا بقدر ما نحدد نحن أعمالنا !!مجهول

إلى القمة دائماً

إلى القمة دائماً انها تبحث عنك هي تريدك وبشدة فلا تتهرب صل إليها بأقرب وقتاً يمكنك أن تختصره للوصول إليها، كُن ملكاً لا يهوى غير الملك والقمة دائماً، لاتضع نفسك اسفلها، بل أعلاها، إلى القمة دائماً، اياك والاستسلام أياك أن ترفضها أياك أن تخذلها لن تقبل الخساره ولن تتقبلها، فأليك القمة، حارب حد طموحك قاتله بكل قواك وجه إليه سلاحك الفتاك

وأخبره أنك تريد الوصول إلى القمة دائماً ولن تتخلى عن هذا الحلم مهما حدث
ومهما كانت ظروفك ومعوقاتك لا تستسلم ولا تيأس ولا تجعل ملك الأحباط
يستحوذ عليك وعلى طموحاتك، اكتب قصتك أنت وكن مخرجها ومنتجها،
حتماً ستصل إلى القمة،

هل شعرت يوماً من الأيام بلذة الفاكهة التي قطفتها من بستانك وقد زرعتها من
قبل، هكذا هو الوصول إلى القمة، لها مذاقاً لا يصف مهما تعددت المذاقات، لها
لباً طبيعياً خالاً من المواد الكيميائية، والسبب يعود لزراعتها الطبيعيه إذ زرعتها
أنت ونمت بفضل الله، فاصبح مذاقها لايقاوم، تجعلُ منك مدمناً حقيقاً
لا ينفعه الأطباء.

لهذا اختر القمة دائماً هي موقعك، ولا تتخلى عنها، هي دارك وأمانك هي
مستقبلك ومستقبل اطفالك هي أمجادك وأجداد أحبابك، هي حلم طفولتك وحلم
شبابك وشيبتك، هي مسيرتك القمة هي دربك دائماً.

في الحقيقة الوصول إلى القمة هو صعباً بالنسبة للكثير من الناس أو يمكنني
القول أن حصيلتهم نسبة ٠/٠٩٠ يواجهون صعوبة الوصول إلى فكرة انه سيصل
إلى القمة مهما كان الثمن الذي يدفعه، سيصل إليها حتماً، لكنهم لا يفكرون بهذه
الطريقه بل الطريقة الأخرى وهي الفشل والسقوط والخسارة، أنا لا يمكنني أن
اخترق قانون الحياة وأخبرك أن لاشيء سيحدث مما تتوقعه من فشلاً ذريع، بل

سأخبرك بأنك ستفشل فشلاً ذريعاً وستسقط مراراً وتكراراً، لكن المقابل هو وصولك إلى القمة والمكوث فيها نهائيتك ستكون القمة أن أردت ذلك. لا شيء يصل إلى متعة الوصول إلى القمة بعد معاناتاً طويلاً. هناك إنسان ما يجلس تحت شجرة ماء، لأن أحدهم غرس هذه الشجرة منذ وقت طويل. -وارين بافيت، أشهر مستثمر أمريكي في البورصة صوّب نحو القمر، فحتى إذا أخطأت فأنت ستصيب النجوم - كلنت ستون أول الشجرة... النواة! مجهول إن السعادة تكمن في متعة الإنجاز ونشوه المجهود المبدع -روزفلت لعله من عجائب الحياة، إنك إذا رفضت كل ما هو دون مستوى القمة ، فإنك دائماً تصل إليها -سومرست موم لا تجعل قطار حياتك يتوقف عند محطة الياس واحتفظ دائماً بتذكرة الامل - غير معروف.

هون عليك

لا تُثقل على نفسك، ولا تعاقب نفسك، هونها عليك، فكل شيء يسير وفق ما أرادهُ اللهُ، وما عشقت به نفسك؛ فهونها عليك، لا تحزن، كل شيءٍ ماضٍ، وكل جميلٍ آتٍ؛ فهونها عليك ولا تقلق، إن طموحك الذي اخترته أنت، وحملت به، وحاولت جاهداً للوصول إليه فتأخرت؛ ستصله حتماً، قد يكسوك الحزن وتصبح مكتئبٌ، وغير راضٍ عن نفسك، ويحدث كل هذا في آنٍ واحد، وكل شيءٍ يأتي متدفقاً، لكنني أقولها لك وبكل معاني الكلمات المسطرة: هونها عليك، فكل مر سيمر وإن طال، فالكون يمضي كما يريدُه اللهُ، فهو الميسر، والمدبر، وهو من يحسنُ التدبير، فهونها عليك، إن أراد اللهُ لك أن تأخذ نصيبك من هذا؛ فستأخذه مهما طالت الطرقات، ومهما كثرت العقبات، واسي نفسك بأملٍ من اللهُ، لا تحزن، فهونها عليك؛ فسيحين دورك في الوقت المراد أن تأخذه، فقد كتب كل شيءٍ في صفحتك، فهونها عليك، لا تيأس وتتحطم، ولا تبني حدًا لطموحك إثر تعثرِكَ بمطبٍ صغيرٍ وفعله كبير، فهذا لن يمنعك من تحقيق حلمك، ولن يمنعك من الأحلام وتنفيذها، فكل شيءٍ بيد اللهُ، فلا تخف، ولا تحزن، ولا تيأس؛ سيمضي كل شيءٍ، فقط كل ما تحتاجه، هو القوة، حارب كل عقباتك بحكمةٍ وذكاء، وهونها على نفسك، مهما كانت الضغوطات، والمعوقات؛ فهونها عليك.

(توكل على الله)

لا يمكننا أن نكمل حياتنا دون التوكل على الله، لا إله إلا الله،
إليك مماحكى عن حاتم الأصم...

التوكل على الله تعالى

حكى أن حاتما الأصم كان رجلا كثير العيال، وكان له اولاد ذكور واناث، ولم يكن يملك حبة واحدة، وكان قدمه التوكل. فجلس ذات ليلة مع اصحابه يتحدث معهم فتعرضوا لذكر الحج، فداخل الشوق قلبه، ثم دخل على اولاده فجلس معهم يحدثهم، ثم قال لهم: لو أذنتم لأبيكم أن يذهب الى بيت ربه في هذا العام حاجا، ويدعو لكم، ماذا عليكم لو فعلتم؟ فقالت زوجته وأولاده: أنت على هذه الحالة لا تملك شيئا، ونحن على ما ترى من الفاقة، فكيف تريد ذلك ونحن بهذه الحالة؟ وكان له ابنة صغيرة فقالت: ماذا عليكم لو أذنتم له، ولا يهتمكم ذلك، دعوه يذهب حيث شاء فإنه مناول الرزق، وليس برازق، فذكرتهم ذلك. فقالوا: صدقت والله هذه الصغيرة يا أبانا، انطلق حيث احببت. فقام من وقته وساعته واحرم بالحج، وخرج مسافرا وأصبح أهل بيته يدخل عليهم جيرانهم يوبخونهم، كيف أذنوا له بالحج، وتأسف على فراقه اصحابه وجيرانه، فجعل اولاده يلومون تلك الصغيرة، ويقولون: لو سكت ما تكلمنا. فرفعت الصغيرة طرفها الى السماء

وقالت: إلهي وسيدي ومولاي عودت القوم بفضلك، وأنت لا تضيعهم، فلا تخيبهم ولا تخجلني معهم

فبينما هم على هذه الحالة إذ خرج أمير البلدة متصيدا فانقطع عن عسكره واصحابه، فحصل له عطش شديد فاجتاز بيت الرجل الصالح حاتم الأصم فاستسقى منهم ماء، وقرع الباب فقالوا: من انت؟ قال: الأمير ببابكم يستسقيكم. فرفعت زوجة حاتم رأسها الى السماء وقالت: الهى وسيدي سبحانك، البارحة بتنا جياعا، واليوم يقف الأمير على بابنا يستسقيننا، ثم انها اخذت كوزا (وعاء صغير للشرب) جديدا وملأته ماء، وقالت للمتناول منها: اعذرونا، فأخذ الأمير الكوز وشرب منه فاستطاب الشرب من ذلك الماء فقال: هذه الدار لأمير، فقال: لا والله، بل لعبد من عباد الله الصالحين عرف بحاتم الأصم. فقال الأمير: لقد سمعت به. فقال الوزير: يا سيدي لقد سمعت انه البارحة احرم بالحج وسافر ولم يخلف لعياله شيئا، وأخبرت أنهم البارحة باتوا جياعا. فقال الأمير: ونحن ايضا قد ثقلنا عليهم اليوم، وليس من المروءة ان يثقل مثلنا على مثلهم. ثم حلّ الأمير منطقته من وسطه ورمى بها في الدار، ثم قال لأصحابه: من أحبني فليلق منطقته، فحل جميع اصحابه مناطقهم ورموا بها اليهم ثم انصرفوا. فقال الوزير السلام عليكم اهل البيت لآتينكم الساعة بئمن هذه المناطق، فلما نزل الأمير رجع اليهم الوزير، ودفع اليهم ثمن المناطق مالا جزيلا، واستردها منهم. فلما رأت الصبية الصغيرة ذلك بكت بكاء شديدا فقالوا لها: ما هذا البكاء إنما يجب

ان تفرحي، فإن الله وسع علينا. فقالت: يا أم، والله انما بكائي كيف بتنا البارحة جياعا، فنظر الينا مخلوق نظرة واحدة، فأغنانا بعد فقرنا، فالكريم الخالق اذا نظر الينا لا يكلنا الى احد طرفة عين، اللهم انظر الى ابينا ودبره بأحسن تدبير. هذا ما كان من أمرهم. وأما ما كان من أمر حاتم أبيهم فإنه لما خرج محرما، ولحق بالقوم توجع أمير الركب، فطلبوا له طيبيا فلم يجدوا، فقال: هل من عبد صالح؟ فدلّ على حاتم، فلما دخل عليه وكلمه دعا له فعوفي الأمير من وقته، فأمر له بما يركب، وما يأكل، وما يشرب. فنام تلك الليلة مفكرا في أمر عياله، فقيل له في منامه: يا حاتم من أصلح معاملته اصلحنا معاملتنا معه، ثم أخبر بما كان من أمر عياله، فأكثر الثناء على الله تعالى، فلما قضى حجه ورجع تلقاه اولاده فعانق الصبية الصغيرة وبكى ثم قال: صغار قوم كبار قوم آخرين وإن الله لا ينظر الى أكبركم ولكن ينظر الى اعرافكم به فعليكم بمعرفته والاتكال عليه، فإنه من توكل على الله فهو حسبه. ما اجمل أن نأخذ العبر من سبقونا، وما اجمل أن نتوكل على الله في كل أمورنا مهما كانت ومهما كان حجمها، فالتوكل على الله هو أمراً جميلاً، أحلم وما تخليش لأحلامك حدود وتوكل على الله فهو يحسن التدبير

يقال عن التوكل، التوكل على الله هو: اعتماد القلب على الله تعالى في استجلاب المصالح ودفْع المضار، ومعناه: تفويض الأمر لله، والإستعانة به في جميع الأمور، وربط الأشياء بمشيئته، وهو: صفة إيمانية، و يقين، وثقة، ويكون التوكل مقرونا بالسعي والحركة، وعند مبادئ الأمور، وفي سائر الأحوال. ولا يتحقق معناه بغير عمل فمن أراد الرزق أو النجاح بذل الجهد متوكلا على الله، وترك العمل تواكل مذموم، قال الله تعالى: وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ﴿وتَوَكَّلْ عَلَى الْحَيِّ الَّذِي لَا يَمُوتُ وَسَبِّحْ بِحَمْدِهِ وَكَفَى بِهِ بِذُنُوبِ عِبَادِهِ خَبِيرًا﴾ [25:58]

—سورة الفرقان آية: ٥٨—

عن عمر بن الخطاب رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: لو أنكم توكلون [1] على الله حق توكله، [2] لرزقكم كما يرزق الطير، [3] تغدوا خماصا وتروح بطانا.. حديث صحيح
قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿9:51﴾

انظر تفسير ابن كثير. وقد علمنا رسول الله صلى الله عليه وسلم الأخذ بالأسباب، وأمر أمته بالتداوي، فعن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «ما أنزل الله داء إلا أنزل له شفاء» رواه البخاري.

الخاصة:

لا تضع حدًا لطموحاتك، ستكون أنت كما تمنيت وكما شئت
فقط حاول، وثابر، وأجتهد، وكما قيل لكل مجتهدًا نصيب
فلتكن أحلامك هي نصيبك في نهاية الأمر، ولتجد مفتاح
النجاح بين يديك، لا تخف شيئًا، تحدى كل العقبات والظروف
والصخور كي تصل إلى القمة، لن يخيفك شيء ما دمت طموحًا
ومجتهدًا، دع عنك كل تلك الأقفاس التي تقيدك، وأنهض مسرعًا
لتحقيق ما أردت.

انتهى..