

بسم الله الرحمن الرحيم

رحلتك لتحقيق النجاح

قبل أن نتحدث عن النجاح و رحلتنا لتحقيقه و خريطتنا في هذه الرحلة،
فلا بد لنا أن نتحدث عن رحلتنا و خارطتنا في هذه الدورة المصغرة و عن
المحطات التي سنتوقف عندها .

المحطة الأولى : محطة النهاية .

المحطة الثانية : محطة الشغف .

المحطة الثالثة : محطة قوة العقل الباطن.

المحطة الرابعة : محطة الأهداف .

المحطة الخامسة : محطة المهارات .

المحطة السادسة : محطة الإنجاز الشخصي .

مقدمة

معظم الناس يكتفون بأن يدعوا الحياة تسييرهم كما يحلو لها ، غير أن عددا قليلا منهم يقررون ما سيجري لهم في الحياة ، فلا يكفي مجرد البقاء على قيد الحياة !!!

و في هذه الدورة سنتطلع على بعض المهارات العملية و التي تبين لنا كيف نأخذ من الحياة أكثر من مجرد تركها تسييرنا و سنتناول خارطة طريق سنطبقها لنحقق ما نريد و نصل إلى النهاية السعيدة التي نتمناها جميعا .

فالله تعالى خلقنا لغايتين أساسيتين الأولى و هي عبادته جل و علا و الثانية هي أعمار الأرض و هذه الغاية هي أساس حديثنا في هذه الدورة .

أناردس
ANARDES
استثمر ذاتك

ما هو النجاح؟؟؟

إن تعريف النجاح مهمة صعبة ، فمعظم الناس يساؤون بينه و بين الثراء و النفوذ و السعادة ، و لكن النجاح الحقيقي ليس شيئا تحوزه أو تحرز به ، بل بالأحرى هو رحلة تطوي حياتك كلها على طريقها .

تعريف النجاح : (هو أن تعرف مقصدك في الحياة ، و تنمو لبلوغ أقصى إمكانياتك ، و تزرع بذورا تفيد الآخرين)

جون ماكسويل

ومن هذا التعريف نرى إن مفاتيح النجاح هي :

معرفة مقصدك في الحياة

النمو نحو بلوغ أقصى إمكانياتك

زراعة بذور تفيد الآخرين

فليس النجاح حكرا على ذوي الموارد المالية أو المواهب الفذة ، إنه ميسور لأي شخص يرغب في تعلم بضعة مبادئ عملية ، ثم يعيشها يوما فيوما .

من هذا التعريف نستطيع أن نقول أن النجاح هو عبارة عن رحلة ، ونحتاج فيها إلى معرفه طريق هذه الرحلة و معلومات عن تلك الرحلة فملى سبيل المثال إذا طلبت منك أن تذهب في رحلة فأول سؤال سيتبادر إلى ذهنك أين سنذهب ؟

و من ثم قد تسأل كيف سنذهب ؟ و ما كلفة الرحلة ؟ و هل المكان جميل ؟ وقد تسأل عن الحالة الجوية ؟ و عن وسيلة المواصلات التي ستقلنا إلى هناك ؟؟؟؟؟

وق تصل إلى عدد لا نهائي من الأسئلة

و هذا هو الطبيعي فأنت ذاهب إلى منطقة مجهولة بالنسبة لك و بالتالي لن الغالبية العظمى لن تذهب في تل الرحلة إلا إذا توفر لديهم أربعة أسباب :

- 1 . معرفة عامة عن المكان الذي ستذهب إليه .
- 2 . الإجابة عن جميع الأسئلة التي تدور في بالهم .
- 3 . البحث عن معلومات أكثر .
- 4 . معرفة الكلفة .

و النجاح كذلك هو عبارة عن رحلة ، و نمر من خلالها بعدة محطات و أول مشكلة بعدم قدرة البعض على تحقيق النجاح هو عدم معرفة معنى كلمة نجاح ، و للأسف الأغلب ينظر إلى أي شخص يتصور أنه ناجح فيريد أن يكون مكانه فيتصور فيتصور أن النجاح هو الظهور بمظهر شخص آخر لسنا إياه ... فمثلا نريد أن تكون لدينا ثروة أيلون ماسك و جسم أرنولد و ذكاء بيل جيتس و شهرة اوبرا و أناقة جورج كلوني الخ

لا نستطيع أن نكون 10 أشخاص آخرين !!! و الأهم من ذلك لا ينبغي لك أن ترغب في أن تكون شخص أو أشخاص آخرين . فإن حاولت أن تتحول إلى شخص واحد منهم فقط شخص واحد ، لأنك لن تكون ناجحا ، و لو تأتى لك ذلك ، لغدوت صورة تقليدية مقلدة .

أعود و اكرر إن الأغلب يقع في فخ التفكير أن النجاح يعني أن تكون شخص آخر فقد تكون لديك صورة خاطئة عن النجاح ، و بهذا فإننا نسيء فهم معنى النجاح . و الغالبية العظمى يظنون أن النجاح هو انجاز واحد أو تحقيق هدف واحد ، واليك بعضا من اعم المفاهيم الخاطئة بشأن النجاح :

الغنى

وهو اعم مفهوم خاطئ بشأن النجاح فنربط النجاح بحجم أو كمية الأموال أو الثروة التي نملكها، فكثيرون من الناس يعتقدون أنهم إن كدسوا الثروات يكونون ناجحين ، غير أن الغنى لا يؤتي الرضا أو النجاح . فلو افترضنا جدلا أن ذلك صحيح ما هي كمية الأموال التي سأفترض أنها إذا كانت معي سأكون ناجح و هل هي دخل شهري ، أم ثروة !!! و هل إذا حققت ذلك المبلغ المطلوب سأقف عند ذلك الحد ؟

شعور خاص

فالبعض يربط السعادة بالنجاح فانا إن كنت سعيد سأكون ناجح و لكن ما هو معيار تلك السعادة ؟

و ما فائدة السعادة أن فقدت وظيفتي أو لم يكن لدي مال لآخر الشهر من هنا قد تكون السعادة مهدة في أي وقت .

شراء ممتلكات

كل شخص منا يرغب بشراء سيارة أحلامه أو منزل أحلامه و قد يكون فعلا اشترى ذلك المنزل ، و لكن هذا الشعور أو الرغبة بعد فترة تهدأ و يصبح لدينا حلم شراء منزل جديد أكبر أو سيارة أفخم و أعلى و بالتالي سوف تكتشف انك لا زلت لم تحقق النجاح و لا حتى الرضا طويل الأمد الذي توقعت .

النفوذ

البعض يعتقد أن النفوذ و السلطة هما النجاح و لكن لنرى كم شخص كان لديه نفوذ أو سلطة و تحولت تلك النعمة إلى نقمة فهي مسؤولية كبيرة جدا و مهددة دائما .

الإنجاز

يوجد مرض اسمه مرض الغاية فيعتقد البعض فيعتقد البعض أنهم سيكونون ناجحين حينما يستطيعوا تحقيق غاية ما كان يفوز بمنصب أو كما لاعبين الأولمبياد

الحصول على الميدالية الذهبية و لكن هذا الانجاز وقتي و مؤقت فالإنجاز هذا سيحقق أعلى منه غيرك و أنت بعد فترة تقول في نفسك أستطيع أن أحقق أفضل من هذا الإنجاز .

دعنا نعود إلى تعريف النجاح : (النجاح هو أن تعرف مقصدك في الحياة و أن ترتقي إلى أقصى إمكانياتك أو أن تزرع بذورا تفيد الآخرين) .

يمكنك أن تدرك من هذا التعريف لماذا النجاح رحلة بدلا من كونه مقصدا ، فبصرف النظر عن مقدرا ما تعيشه أو عما تقرر أن تعمله في حياتك فإنك لن تستنفذ أبدا قدرتك على الارتقاء إلى إمكانياتك القصوى و لن تعدم البتة فرصا لمساعدة الآخرين إذ انك حين تنظر إلى النجاح على انه رحلة لن تواجه ابداً نحاوله الوصول إلى مقصد نهائي مبرك و لن تجد نفسك البتة في وضع تكون فيه قد أحرزت هدفا نهائيا لكي تكتشف فقط انك ما تزال غير راضي و تفتش على شيء تقوم به .

هذا و تتمثل فائدة أخرى من فوائد التركيز على رحلة النجاح بدلا من بلوغ مقصد ، أو تحقيق هدف ، في حيازتك إمكانية تحقيق النجاح اليوم فلحظه تنعطف نحو الاهتمام إلى مقصدك و الارتقاء إلى إمكانياتك القصوى و مساعدة الآخرين ، لحظتئذ يكون النجاح شيئا تنعم به الآن لا شيء ترجو على نحو غامض أن تبلغه ذات يوم .

دعنا نلقي نظرة على كل وجه من أوجه النجاح هذه لتدركها إدراكا أوفى :

معرفة مقصدك :

لا يمكن أن يحل أي شيء محل معرفتك لمقصدك ، وإذا كنت لا تحاول باجتهاد أن تكتشف مقصدك يرجح أن تقضي حياتك أنت تقوم بالأمر غير الصحيحة .

إنا الله خلق كل شخص لغاية معينة و مسؤوليتنا أن نميز تلك الغاية

ولكن كيف اعرف مقصدي ؟؟؟

إليك بعض الأدوات التي ستساعدك في تمييز مقصدك :

عم ابحت ؟ لنا جميعا توق شديد دفين في قلوبنا شيء يتكلم إلى أعمق أفكارنا و مشاعرنا شيء يضرم نفوسنا و يلهمها ، ومن الناس من يشعر شعور قوي بما هيه ذلك الشيء وهم بعد صغار السن ، في حين يطوي آخرون نصف عمرهم حتى يكتشفوه ، ولكن مهما كان الوضع فهو هناك إنما يعوزك أن تعثر عليه .

لماذا خلقت ؟ كل منا يختلف عن الآخر فلا أحد في الدنيا سوانا له تماما ما لنا من مواهب و قدرات و خلفية و مستقبل و هذا واحد من الأسباب التي من أجلها تكون قد أخطأت خطأ فادحا إذا حاولت أن تكون شخص آخر غير ذاتك .

فكر في مزيجك الفريد من القدرات و الموارد المتاحة لديك و تاريخك الشخصي و الفرص المتاحة حولك ، فإذا حددت تلك العوامل موضوعيا و اكتشفت توق قلبك تكون قد أنجزت الكثير بصدد اكتشاف مقصدك في الحياة .

هل أثق في إمكانياتي ؟ لا يمكن دائما أن تتصرف بطريقة لا تنسجم مع نظرتك إلى نفسك ، فإن لم تكن تثق بأن لديك إمكانيات فلن تحاول أبدا أن تبلغها و أن لم تكن راغبا في السعي إلى بلوغ إمكانياتك القصوى فلن تكون ناجحا على الإطلاق .

متى أبدا ؟ بعض الناس يعيشون حياتهم يوما بيوم ، أذنين للأخريين بأن يملوا عليهم ماذا يفعلون و كيف يفعلونه . وهم لا يحاولون أبدا أن يكتشفوا غايتهم الحقيقية التي لأجلها يعيشون و آخرون يعرفون غاياتهم إلا أنهم لا يتصرفون أبا على أساسها أنهم ينتظرون إلهاما أو دعوه مباشرة أو مصيبة لا سمح الله ، وعليه فإن الإجابة عن السؤال متى أبدا ؟ **هوا لان**

الارتقاء إلى أقصى إمكانياتك :

أن لدينا إمكانيات قصوى غير محدودة تقريبا ، ومع ذلك تحاول قلة قليلة جدا أن تبلغها لماذا ؟ و الجواب هو أننا نستطيع أن نفعل أي شيء ، ولكننا لا نستطيع أن نفعل كل شيء ، إلا أننا جميعا نحب أن نحمل لقب صاحب السبع صنایع . و بغير أن نتقن أية صنعة منها إلى التمام . ولكي تبدأ بالتغيير و تصل إلى أقصى إمكانياتك ، إليك هذه المبادئ الخطوات الأربعة لتضع قدميك على طريق الارتقاء إلى أقصى قدراتك :

1 . ركز على الهدف الرئيسي :

ما من شخص بلغ أقصى إمكانياته بتثبنت ذاته في عشرين اتجاه ، فبلوغك إمكانياتك القصوى يقتضي التركيز ، لذلك كان من المهم جدا أن تكتشف مقصدك و ما أن تقرر أن تركز انتباهك ، حتى ينبغي ل كان تقرر عما أنت مستعد أن تتخلى أن كي تفعل ذلك ، و هذا أمر حيوي حاسم ، فلا يمكن أن يحصل نجاح من غير تضحية ، إذ الأمران يسيران يدا بيد ،

2 . ركز على التنمية الدائمة :

إن الالتزام بالتنمية الدائمة و المستمرة هو مفتاح بلوغك أقصى إمكانياتك و إحرازك النجاح ، ويمكنك كل يوم أن تصبح أفضل قليلا مما كنت عليه بالأمس ، وذلك يقربك خطوة واحدة من بلوغ أقصى إمكانياتك ، و لسوف تجد أيضا أن ما تحصل عليه نتيجة لنموك ليس على نحو وثيق .

3 . انس الماضي :

يوم أمس انتهى ليلة البارحة تذكر هذه المقولة دائما لتتذكر أن الماضي مضى و انقضى ، وأن علينا أن ننظر إلى الأمام لا إلى الوراء .

ربما تكون قد ارتكبت في حياتك أخطاء كثيرة ، أو ربما لك ماضي صعب على نحو خاص و حافل بالعقبات فما عليك إلا أن تشق طريقك وسط ركام ماضيك و تمضي إلى الأمام و لا تسمح لماضيك أن يمنعك من بلوغ إمكانياتك الأقصى .

4 . ركز على المستقبل :

المستقبل هو المكان الوحيد الذي لا بد أن نمضي إليه فإن قدرتك الكامنة موجودة أمامك استغلها مهما كان عمرك لا تعرف لكم من العمر تبقى لك ففي وسعك أن تصير أفضل مما أنت عليه اليوم .

زرع بذور تفيد الآخرين :

عندما تكون عارفا مقصدك و مرتقيا إلى بلوغ إمكانياتك القصوى ، تكون قد وضعت قدميك فعلا على الطريق المؤدي إلى النجاح و لكن لرحلة النجاح جزءا متما مهما بعد ، إلا وهو مساعدة الآخرين فبغير هذه الناحية قد تكون الرحلة اختبرا موحشا ضحلا ، فأنت كذلك في طريقك في هذه الرحلة تحتاج إلى مساعدة الآخرين فالحياة خذ وهات مقوله : إننا نكسب عيشنا بما نحصل عليه ، و لكننا نعيش حياتنا حقا بما نعطيهِ .

المحطة الأولى

المحطة النهائية

إلى أين أريد أن أذهب ؟

إذا سألتك أين ستقضي عطلتك الصيفية مثلا ، فستكون سعيدا عندما تبلغني أنك قد اخترت مدينة معينة ستقضي بها إجازتك و سوف تتحدث عن خطتك و الأماكن التي ستزورها و مدى معلومات عن تلك المدينة و سعر التذكرة و كم تنفق هناك و ما هي الأسواق أو المولات المتواجدة في تلك المدين هاو المدن القريبة منها .

ولو قمت مرة أخرى بسؤالك سؤالا مماثلا : إذا أتيح لك أن تذهب إلى أي مكان فإلى أين يروقك إن تذهب ؟ ليس من حيث العطل الاستجمامية ، بل في حياتك ؟ و في إجابتك على هذا السؤال كثير مما يحدد كونك ناجحا أو يرد لك ذلك أضعافا مضاعفة . يرد لك ذلك أضعافا مضاعفة . فاشلا ، لانت ترى أننا جميعا على سفر علما ذلك أم لم نعلم ، إذ أننا نسافر حتما إلى أواخر حياتنا فالسؤال الحقيقي لنا هو أنختار مقصدا و نتخذ مسلكا لبلوغه ، أم ندع التيار يجرفنا و نترك للآخرين إن يرسموا أين سينتهي بنا المطاف ؟ إن الخيار بمجمله في أيدينا .

تרחال إلى لا مكان

لا تجعل حياتك عبارة عن رحلة ليس لها مقصد ، و لا طريق مرسوم ، ينبغي ان تحدد مقصدك ، و تبحر نحوه ،

فالنجاح رحلة ، فأنت تغدو فجاء ناجحا حين تصل إلى مكان مخصوص أو تحرز هدفا منشودا ، إنما لا يعني ذلك أن لك أن تسافر بدون أن تحدد مقصدك ، فلا يمكن إن تبلغ غايتك و ترتقي نحو إمكانياتك القصوى ، إن لم تكن تدري في أي اتجاه ، و لا بد ل كان تكتشف حلمك .

المحطة الثانية محطة الشغف

تعريف الشغف :

تعريف الشغف في اللغة هو (الوله أو التعلق بالشيء تعلقا شديدا ، و هو أقصى درجات الحب ، و هو غلاف القلب) .

أي بمعنى آخر هو اعلي من مستوى الحب و العشق .

أم إذا ربطنا الشغف بالنجاح فنستطيع أن نقول الشغف هنا هو فن خلق الفرص و فن إيجاد الحلول ، فإذا كنت شغوف جدا بشيء ما فأنت قادر على صنع الوسيلة المناسبة لتحقيق غاياتك و أهدافك في هذه الحياة .

إن للحياة التي نحيها طريقان لا ثالث لهما و هما :

الطريق الأول : طريق اللازم :

و هو ذلك الطريق الذي لا يكون للإنسان فيه حول و لا قوة إذ لا يكون هو صاحب القرار حتى في أهم الأشياء التي تؤثر على حياته كالدراسة و التخصص والعمل حتى الزواج و يكون على الأغلب الوالدان هما أصحاب القرار بحجة أن ابنهما صغير و لا يعرف أن يتخذ قراراته بنفسه .

من المفهوم أن الطفل يجب أن يكون الطرف الأكبر في السن هو من يتخذ القرارات ولكن ليس أن ستمر ذلك إلى الأبد ، ومن صفات هذا الطريق :

1. معظم الناس موجودين فيه .

2. في الغالب لا نأخذ فيه القرار .

3. سهل .

4. نهاية عادية .

أما الطريق الثاني : طريق المفروض :

و هو ذلك الطريق الذي يكون الشخص هو مسؤول عن كل قراراته و لا أحد يتخذها عنه و هذا لا يمنع من أن يستشير والديه أو أي شخص لديه خبرة أكثر منه ، وهنا نرى بأن ذلك الشخص يستطيع بناء مستقبله و حياته وفق قراراته و يكون أقرب للسعادة من صاحب الطريق الأول .

أما عن صفات هذا الطريق :

. اختيارك أنت .

2 . لا يوجد عدد كبير من الناس .

3 . تطوير مستمر .

4 . حب ، شغف .

5 . نهاية ناجحة جدا .

كيف أجد شغفي؟؟

يوجد أربعة طرق ليجد الإنسان شغفه إذ أن بعض الناس لا زالوا يبحثون عن شغفهم لذا هذه الطرق ستساعدك حتما في إيجاد شغفك .

الطريقة الأولى : كن عقلانيا :

الحماس دائما مطلوب ، ولكن كن عقلانيا في اختياراتك و لا تدع هذا الحماس يحبطك بأن تضع أهداف غير معقولة لحياتك كأن تقول سوف أحقق هذا لعام دخل يتجاوز المليون دولار و أن تلا تملك عمل حاليا ، أو أن تقول سوف اعمل على تخفيض وزني بمقدار 40 كيلو غرام خلال 10 أيام !!!

لذلك ولكي تجعل شغفك مستمر و لا تحبط كن عقلانيا .

الطريقة الثانية : اكتب نعيك :

نعم اكتب نعيك!!! ماذا تريد أن يقول عنك الناس عند وفاتك؟؟؟ ما هو الإرث الذي ترغب في تركه ؟

ما هو التأثير الذي ترغب أن يكون بعد وفاتك ؟ أم تريد أن تعيش و تموت و أنت إنسان عادي !!!

الطريقة الثالثة : اسأل من حولك :

في بعض الأحيان يمتلك أي شخص منا مهارات معينة تميزه عن الآخرين ولكن لا نشعر بأن تلك المهارات هي ما يميزنا و لا نستغل تلك المهارات في تحسين حياتنا و حياة من حولنا من الناس لذا فكر قليلا ما هي الأشياء التي يستشيرني بها المقربين مني ، واسأل أصدقائك و أهلك هذا السؤال فربما تصل إلى الإجابة .

الطريقة الرابعة : اكتشف و جرب و حاول :

إذا كنت لا تزال لا تعرف ما هو شغفك إذن جرب مهارات جديدة مهما كانت و حاول أن تستمر لمدة شهر أو شهرين لعلك تجد شغفك في تلك المهارة و تبدأ قصة نجاحك مع تلك المهارة .

كيف أشعل هذا الشغف ؟

إن الشغف هو عبارة عن الوقود الذي يجعلك دائما متحمس و تعمل بدون أي كسل أو ملل لذا لا بد أن يبقى هذا الوقود موجود و تبقى دائما تشعل هذا الشغف عن طريق هذه الخطوات :

1. أن تكتب أهدافك و أحلامك على ورقة أو على هاتفك و كل يوم تقرأ هذه الأهداف عن الاستيقاظ و قبل النوم فهذه كافية لتجعلك دائما متحمسا .
- 2 . اسأل نفسك دائما لماذا أقوم بذلك ؟ ما هو الإنجاز المطلوب مني ؟ ما هي طريقي؟؟ و أين أجد نفسي بعد عدة سنوات ؟
3. دائما اسأل نفسك كيف أفعل ذلك ؟ و ما هي الطرق المتاحة ؟ و عند الإجابة ستجد ألف طريقة تساعدك على تحقيق أهدافك و بالتالي تجد نفسك متحمسا للعمل و خلق الفرص الجدية في عملك .
4. لمن تفعل ذلك ؟ كل منا لديه قيم ولديه التزامات و لديه عائلة يفكر بها مجرد تفكير بتلك الأشياء ستري نفسك تقاتل من أجلهم لتحقيق أهدافك و لتكون مصدر فخر لهم .

لماذا نفقد الشغف ؟

في بعض الأحيان نشعر بالكسل والملل و عدم القدرة على الاستمرار بل و قد نرغب بتغيير مسار حياتنا و تجربة أشياء جديدة و كلن لماذا يحصل ذلك ؟ إن هذا ما يسمى فقدان الشغف وله عدة أسباب منها :

1. لم يكن شغفك بالأساس !!

نعم قد تكون دخلت تخصص أو وظيفة لإن البعض نصحك بها ولكن عندما تجربتها لم تجد شغفك فيها لذلك تشعل بالملل و عدم القدرة على إكمال طريقك فيها ، و تجد نفسك غير مهتم بالأصل .

2. تكافئ نفسك دائما :

في بعض الأحيان كل منا يضع خطة لانجاز عمل أو وظيفة ما أو يضع مخطط ليومه لانجاز عمله إلا أن في بعض الأحيان لا نقوم بإكمال المطلوب منا فنجلس لنشاهد التلفاز أو نخرج مع الأصدقاء أو ننام ساعات أطول فتجد أن عقلك الباطن يفهم ذلك على أنه مكافأة لذا كن صارما مع نفسك و اجبر نفسك على العمل و انجاز المطلوب و من ثم كافئ نفسك مكافأة بسيطة نظير هذا الانجاز .

3. الشعور بالراحة داخل منطقة الأمان :

كل منا يحب ما تعود عليه و نجد من الصعوبة إجراء أي تغيير في حياتنا و هذا ما يسمى منطقة الراحة و هي عدم حب الغامرة و حب التغيير ولكن هذه المنطقة إذا بقينا في داخلها أن نتطور ولن يكون هناك أي تغيير في حياتنا ولن نحقق أهدافنا لذا ابحث دائما عن فرص جديدة و تحديات جديدة و لا تبقى طويلا داخل هذه المنطقة .

4. خيبات الأمل المتكررة :

الحياة ليست سهلة كما يرسمها البعض فهناك صعوبات و مع ذلك يجب أن تستمر في طريقك لتحقيق مراد ولا تدع بعض الإحباطات و العثرات توقفك فكن مع الله ولا تبالي .

5. تسرب الملل :

وهذا شيء طبيعي عند العمل لساعات طويلة و بذل الجهد المستمر لذا غير روتينك في بعض الأيام و خذ إجازة قصيرة للراحة و الاستجمام و هذا كفيل لتعود سريعا و بنشاط و حماس .

6. عدم التنافسية :

تشعر في بعض الأحيان و خصوصا إذا وصلت إلى مستوى متقدم في مهنتك أو وظيفتك أو دراستك بأنه لا يوجد منافس لك و هذا شعور زائف ابحث عن من هو أفضل منك و ادرس نقاط قوته و شاهد و راقب من هو في مستواك و سجل ماذا يفعلون و قم بمساعدته من هو أقل منك .

كيف أحول شغفي إلى مصدر دخل ؟

إذا عرفت شغفك فهناك طريقتين لتحويل هذا الشغف إلى مصدر رزق :

1. كن خبيراً في مجال : يجب أن تدرس و تقرأ وتطور نفسك في المجال الذي وجدت شغفك فيه ويجب أن تعرف كل شيء عن هذا المجال حتى تتحول إلى المرجع الأول و بالتالي تحقق دخل عالي جداً منه .
2. البحث عن جميع الفرص المتاحة : في كل مجال يوجد فرص كثيرة متاحة ، ويجب علينا استغلال كل هذه الفرص حتى يتكون لدينا دخل دائم ومستمر وبدون توقف .



المحطة الثالثة

محطة الأهداف

ما هو الهدف ؟

إذا قمنا بتجزئة كلمة هدف كما يلي :

حرف الهاء : هدف واضح محدد .

حرف الدال : دافع قوي .

حرف الفاء : فعل هائل كبير و فوري .

و بالتالي هو هدف واضح ينبع من دافع قوي ويحتاج إلى فعل كبير وفوري ليتحقق .

تعريف آخر للهدف : (هو وعد أعد به نفسي لتحقيق أمور تعمل على تحسين حياتي وحياء من حولي خلال فتره زمنية محددة) .

أنواع الأهداف :

أولا : من حيث الفترة الزمنية :

1. أهداف قصيرة المدى : وهي تلك الأهداف التي نضعها لمدة لا تتجاوز السنة الواحدة كأن نقول أهداف خلال 12 شهر القادم أن أفقد 25 كيلو غرام من وزني .

2 . أهداف متوسطة المدى : و هي تلك التي تتراوح مدتها من سنة إلى خمس سنوات كأن نقول أنوي أن أدرس المحاسبة في الجامعة خلال 4 سنوات القادمة .

3 . أهداف طويلة المدى : و هي تلك الأهداف التي تتراوح مدتها من 5 إلى 10 سنوات كأن تخطط أن تشتري منزل جديد خلال 10 سنوات القادمة .

ثانيا : من حيث طبيعة الأهداف :

1 . أهداف روحانية : وهي تلك الأهداف التي تربطك بالله من صلاة وصوم وصلاة و حج وعمره وحفظ القرآن .

2 . أهداف صحية : و هي العناية بالصحة من مأكّل و رياضة و جسم مثالي .

- 3 . أهداف مهنية : و هي التي تكون مرتبطة بعملك و مهنتك .
- 4 . أهداف خاصة بالعلاقات : و هي تلك الأهداف التي ترتبط بالعائلة و الأصدقاء و صلة الرحم .

صفات الهدف الذكي :

- لا بد لكي تحقق أهدافك أن يكون هدفك ذكي فما هي صفات الهدف الذكي :
- 1 . واضح جدا وحدد : يجب صياغته بكلمات لا تحتمل التأويل أو التفسير ويكون مصاغ بلغة سهلة يستطيع أي شخص فهمها.
 - 2 . . قابل للقياس : يجب أن يكون مرتبط بالأرقام ليس مجرد كلام فقط يجب أن يكون هناك أرقام لمعرفة مدى نجاحك بتحقيق هذا الهدف.
 - 3 . صعب وممكن : يجب أن تحققه عند بذل مجهود كبير جدا وتعب مضني لتحقيقه .
 - 4 . محدد بوقت : حتى تعرف مدى نجاحك في تحقيق هدفك يجب أن يرتبط بفترة زمنية محددة مسبقا .
 - 5 . مكتوب : لا يتم الاعتراف بأي هدف غير مدون ولا يتم قرأته بصورة مستمرة و دائمة.

كيف أضع أهدافي :

- هناك خمسة أسرار تساعدك عند وضع أهدافك ، وهذه الأسرار :
- 1 . ركز على هدف واحد كبير جدا :
 - ضع جميع أحلامك التي ترغب في تحقيقها خلال 12 شهر القادمة ثم اختر أكثر حلم إذا تحقق سيكون له أكبر أثر على حياتك .
 - 2 . اكتب هدفك بصيغه السؤال :
 - واجعلها تبدأ بكلمة كيف ؟ وضع على الأقل 20 إجابة .

3 . اكتب أهدافك بصيغة المضارع :

حتى يتعامل معها عقلك الباطن و كأنها موجودة بالفعل ، فإذا كان هدفك هو أن تكسب 3000 دولار شهريا اكتب هدفك أنني اربح 3000 دولار شهريا وهنا يتعامل عقلك الباطن مع الحدث كأنه حدث فعلا .

4 . تأكد لا حدود لأهدافك :

لا يوجد أي حدود لإمكانياتك و هنا نتحدث عن الثقة بالنفس أي شيء ممكن أن تتعلمه وان تعلمه ، أي مهارة تستطيع أن تتعلمها . و أجعل أهدافك كبيرة .

5. سرعة اتخاذ القرار :

ابدأ الآن ولا تنتظر نعم لا تنتظر و ابدأ الآن ، و لا تنتظر أن تكون خبيراً كي تبدأ ولكن ابدأ لكي تصبح خبيراً و لا تؤجل عمل اليوم إلى الغد ، فقط تخيل فكرتك التي تؤجلها منذ عام لو طبقتها العام الماضي إلى أين كان وصلت هذه الفكرة !!!

كيف أحقق أهدافي ؟

هناك 6 طرق إذا طبقتها ستحقق أهدافك بطريقة مضمونة وأكيدة :

الطريقة الأولى : تحديد أهداف ذكية وواضحة و تمثلك هذا وقد تحدثنا سابقاً عن الأهداف الذكية .

الطريقة الثانية : اسأل نفسك لماذا أريد تحقيق هذا الهدف ؟ ما هي القيم والأحلام والغاية التي أنا خلقت من أجلها .

الطريقة الثالثة : اتخاذ إجراء يومي ودائم ومستمر : اترك منطقة الراحة ، واصل ستة شهور ولاحظ الفرق ، ضع في البداية أهداف قصيرة المدى و بسيطة نوعاً ما و عند انجاز هذه الأهداف ستكون لك دافع لاتخاذ أهداف أكبر .

الطريقة الرابعة : الالتزام التام وظيفتك الآن هي تحقيق أهدافك تعلم أن تقول لا ، تعلم أن تصنع مستقبلك فطالما وضعت خطة لتحقيق أهدافك لا تضيع الوقت أبداً .

الطريقة الخامسة : ابحث عن نموذج للعمل ، ابحث عن قدوة ، عن من يساعدك ، عن من يتطور دائماً ، من تستفيد منه .

الطريقة السادسة : الاستمتاع وأنت بطريقة لتحقيق أهدافك . اجعل تحقيق الأهداف متعة كيف لا و أنت تعمل وفق شغفك وحلمك دائماً ، من تستفيد منه .

المحطة الرابعة

محطة العقل الباطن

نحن لا نمتلك سوى عقل واحد فقط و لكن لهذا العقل وظيفتين وكل وظيفة تختلف عن الأخرى ولكن سميت كل وظيفة بمسمى العقل الواعي و العقل الباطن فظن البعض أن للإنسان عقليين .

العقل الباطن نستطيع تشبيهه العقل الباطن بالتربة الخصبة و التي تقبل أي نوع من البذور مهما كانت لذا عليك أن تعتني بتلك البذرة و تنتبه عند زرع تلك البذور في هذه التربة فأنت البستاني الذي يقوم بعملية الزراعة ، و الأفكار هي عبارة عن تلك البذور التي تقوم بزرعها في عقلك الباطن و الذي اتفقنا بأنه هو التربة الخصبة التي تقبل جميع أنواع البذور .

أما العقل الواعي نستطيع تشبيهه بربان البخارة فهو الذي يوجه طاقم باخرته إلى بر الأمان و يوجههم باتجاه الميناء المطلوب الوصول إليه ، فالطاقم لا يعرف اتجاهات و لا يعلم الطريق و لكنه يطيع أمر ذلك الربان فعقلك الواعي هو الربان و عقلك الباطن كطاقم السفينة أو البخارة الذي يطيع الأوامر .

ما هو السر ؟

الجميع يعلم بأن هناك عقل واعي و عقل باطن و لكن السر هنا و الذي لا يعلمه الجميع هو القدرة على التناغم بين وظيفتي العقل ، و القدرة على نقل الأمنيات و الأحلام و الأفكار الإيجابية من عقلك الواعي إلى عقلك الباطن بكل سلاسة و سهولة ، و القدرة على الاتصال و إطلاق العنان لقوى عقلك الباطن .

و لكن هنا يجب أن تعي نقطتين مهمتين ألا وهما :

- 1 . عندما يقبل عقلك الباطن فكرة فإنه يبدأ في تنفيذها فوراً .
- 2 . عقلك الباطن يتعامل مع أفكار الخير و الشر على قدم و ساق و لا يميز بينهما .

و دائماً ما نسأل لماذا لا نحقق ما نرغب ؟؟

منذ الصغر و نحن نسمع كلمات قد تكون محبطة أو سلبية مثل

لا تفعل ، سوف تعاقب ، لن تستطيع ، النتيجة سلبية ، فاشل ، صعب جداً .

حتى و عندما كبرنا استمرت هذه الإيحاءات السلبية و البرمجة الخاطئة مثل ، هذا هو قدرنا ، البطالة في كل بيت ، لا يوجد حظ ، الفقر في كل مكان ، لن تجد وظيفة ، لا تغامر ، لقد كبرنا على ذلك الخ

و بالتالي هذه البرمجيات خلقت لدينا دافع من الخوف و الرهبة و عدم حب المغامرة لا بل توقع الفشل قبل البدء في أي شيء .

و هنا علينا العمل على :

- 1 . نتذكر دائما بأن عقلنا الباطن لا يجادل أبدا و يقبل أي أمر كما هو لا بل ينفذها فوراً .
- 2 . اجعل تفكيرك دائما ايجابيا و فكر بالخير .
- 3 . تذكر دائما بأن الله خلقنا على فطرة الحب و الخير .
- 4 . أنت دائما تمتلك سلطة الاختيار فأنت دائما مخير .
- 5 . اجعل دائما عقلك الواعي هو حارس البوابة و وظيفته حماية عقلك الباطن من الأفكار المضللة و البرمجة السلبية .
- 6 . لا تهتم لما يقوله الآخرون فكلماتهم لن تضرك بشيء أبدا .
- 7 . اجعل تفكيرك مرن و اختر ما يناسبك من أفكار .
- 8 . دائما راقب أفكارك لأنها تتحول إلى أقوال و رقاب أقوالك لأنها تتحول إلى أفعال و راقب أفعالك لأنها تتحول إلى عادات .
- 9 . لا تقل لا أستطيع و إنما قل دائما إنني امتلك القدرة على فعل كل شيء و أي شيء من خلال قوة عقلي الباطن .

كيف تجعل عقلك الباطن يعمل لحسابك ؟

هناك ستة طرق تجعل عقل الباطن يعمل لحسابك و يجعله مثل المارد الموجود داخل مصباح علاء الدين و الذي ينتظر الأمر من سيده كي ينفذ جميع أوامره و هذه المفاتيح الستة هي :

- 1 . الفعل ورد الفعل قانون كوني فكرتك هي الفعل ، واستجابة عقلك هي رد الفعل ، وأيا كان الشيء الذي تطبعه في عقلك الباطن فإنه يحدث على شاشة الأحداث والتجارب التي تمر بها لذا راقب أفكارك دائما .
- 2 . عند عدم تحقيق أي من الرغبات التي نطلبها قد نشعر ببعض الإحباط فإن وضعت الصعاب والعقبات أمامك فبساطة عقلك الباطن سوف يستجيب لذا لا تيأس واستمر دائما بالإيجابية والتفاؤل وردد دائما : إن الله خلقني في أحسن تقويم وأنا على ثقة بأن قوة عقلي الباطن سوف تحقق ما أُرغب .
- 3 . إياك من التوتر والقلق والخوف لأنهم قد يسببوا الإخلال بالإيقاع الطبيعي لقلبك ورتبتك وأعضاء الجسم الأخرى .
- 4 . اجعل عقلك الواعي دائما مشغولا في توقع الأفضل وبالتالي يسجل عقلك الباطن بكل طاعة تفكيرك المعتاد .
- 5 . تخيل النهاية السعيدة أو حل لمشكلتك ، اشعر ببهجة الإنجاز و ما تتخيله وتشعر به سيقبله عقلك الباطن ويشرع في تحقيقه.
- 6 . قبل دخولك إلى النوم وعند حالة النعاس أبلغ عقلك الباطن بطلب محدد وتأكد من قدرته على صنع المعجزات .

تمارين للعقل الباطن :

أولا: التأكيدات الإيجابية:

وهي باختصار عبارات إيجابية يتم ترديدها للنفس بشكل متكرر عبر عدة وسائل سمعية وبصرية ولفظية، ولا يكفي التردد فقط دون الإيمان الكامل بصحة هذه التأكيدات .

وكأمثلة على التأكيدات الإيجابية التي يجب تكرارها يوميا:

- أنا مفعم بالطاقة الآن، وكل يوم.
- النجاح هو نصيبي اليوم وكل يوم.
- أرى الآن كيف تدفق طاقة الكون إلى نفسي.
- طاقة الشفاء تملأ جسدي باستمرار.
- قوة العقل الكوني تملأ حياتي بالثروة والرخاء.

ثانيا : قم باستخدام أساليب التكرار المختلفة للتواصل مع العقل الباطن :

- كالكتابة وهي واحدة من أفضل الطرق في برمجة العقل الباطن.
- والتسجيل الصوتي.
- والرموز البصرية.
- والتكرار اللفظي بصوت عالٍ.

ثالثا : برمجة العقل الباطن قبل النوم :

- من أفضل الفترات التي تتم بها برمجة العقل الباطن بنجاح هي فترة ما قبل النوم وعند الاستيقاظ.
- وذلك ببساطة لأن العقل الواعي يرفع يده عن أفكارنا خلال النوم، ويبدأ عقلنا الباطن بالعمل على أرشفة أفكارنا وتجهيزها لتتحكم بيومنا القادم، لذلك ستشعر أن ما تفكر به قبل النوم تجد آثاره في أحلامك من جهة، وفي يومك التالي من جهة أخرى.

- ويمكن برمجة العقل الباطن قبل النوم عبر الخطوات التالية:

أولاً: التركيز على الأهداف الإيجابية قبل النوم:

كعادة سيئة عند الجميع، نقوم بتذكر كل ما مر معنا خلال النهار قبل النوم، ولكن إذا ترغب ببرمجة عقلك الباطن قبل النوم يجب عليك طرد الأفكار والأحداث السلبية، واستدعاء التأكيدات الإيجابية.

ثانياً: البدء ببرمجة العقل الباطن قبل النوم بـ 10 دقائق على الأقل:

- وذلك عبر إنهاء كل ما تحتاج لإنهائه في حياتك العملية والاجتماعية قبل النوم بعشر دقائق، والبدء ببرمجة عقلك الباطن من خلال:

- الابتعاد عن الهاتف المحمول ومواقع التواصل الاجتماعي قبل النوم.
 - استخدام التأكيدات الإيجابية التي تجد نفسك تحتاجها.
 - عدم التفكير بما حدث اليوم أو ما سيحدث غدًا.
 - التفكير بالأهداف والطموحات.
 - يجب ألا تذهب للنوم قبل أن تتأكد من أنك طلبت من عقلك الباطن ما تريد أن تكون عليه حياتك.
 - وفي الصباح استيقظ قبل بدء الحياة العملية بساعة واحدة على الأقل، وحاول أن تكون هذه الساعة للاسترخاء والتأمل والتفكير الإيجابي وأهم من ذلك كله الدعاء بصدق ، حيث أن الدقائق الصباحية الأولى مهمة جدًا في برمجة العقل الباطن.
- ثالثًا: النوم العميق:

- يجب عليك تهيئة البيئة المناسبة للحصول على ساعات من النوم العميق الكافي، حيث أن الاستيقاظ المفاجئ يقطع عمل العقل الباطن.

ANARDES

استثمر ذاتك

المحطة الخامسة

محطة المهارات

إذا أردت أن تحقق أعلى انجاز وتحقق النجاح الدائم والمستمر عليك معرفة المهارات التي تساعدك على ذلك وتختصر كل الطرق وهنا سنتحدث عن أهم تسع مهارات تساعدك على ذلك :

المهارة الأولى : مهارة العرض والإلقاء :

وهي مهارة مطلوبة دائما وهي إن أتقنتها ستميزك عن غيرك .

المهارة الثانية : أن تكون تعرف طريقك وصادقا مع نفسك :

حدد بوصلتك وابدأ وقبل ذلك اعرف إمكانياتك ، وضع أهداف كبيرة واربطها مع المجهود والوقت .

المهارة الثالثة : امتلاك الثقة بالنفس :

لا أحد يعلم ما بداخلك وما هي الأمور التي حصلت لك وكل إنسان مشغول في نفسه ، لذا ثق بنفسك دائما ، وإذا لم تثق أنت في نفسك من سيثق بك ؟

المهارة الرابعة : مهارات التواصل :

وهي من أهم المهارات التي يجب عليك أن تتقنها فهي تساعدك في تكوين العلاقات وتحقيق الأهداف .

المهارة الخامسة : إدارة الوقت :

كلنا يملك نفس 24 ساعة ولكن هناك من يجعلها 48 ساعة وهناك من يجعلها تمر وكأنها ساعة .

المهارة السادسة : توقف عن البكاء على اللبن المسكوب :

ابدأ من اللحظة الحالية وتناسى كل المشاكل والهموم والآلام و تعلم من عثراتك .

المهارة السابعة : عش في الوقت الحالي :

أنسى الماضي فهو لن يعود أبدا ، ولا تحمل هم الغد والمستقبل فربما يكون أفضل من توقعاتك .

المهارة الثامنة : احرص أن تبقى دائما ناجحا :

لا تجعل النجاح غايتك بل اجعله طريقك ، وانتقل من نجاح إلى آخر ولا تقف عند إنجاز معين وكأنك حققت غايتك من الحياة .

المهارة التاسعة : استمر في التعلم والتطور :

القراءة ، التدريب ، السير الذاتية ، كن دائما خبيرا في مجالك وتعلم كل ما هو جديد .

كيف أحقق دخل من المهارات ؟

الناس والشركات والحكومات لا تدفع شيء بالمجان بل تدفع للقيمة الإضافية ، تدفع لمن يؤثر ومن يحقق الفرق .

بالتالي عليك تطوير مهاراتك لتحقيق التقدم المطلوب ، وتحقيق الإضافة المطلوبة والمزيد من القيمة .

هناك ثلاث طرق تستطيع من خلالها تحقيق دخل عالي ، و عليك إتباعها جميعا :
الطريقة الأولى : عليك أن تختار مهارة ذات دخل مرتفع لنتميز عن غيرك من المنافسين .

الطريقة الثانية : اقضي يوميا ساعتين في تطوير هذه المهارة ، واجعلهما ساعة تدريب وتطوير وساعة ممارسة .

الطريقة الثالثة : سوق مهاراتك : أرسل نماذج عملك ، قابل المهتمين أرسل سيرتك الذاتية ، اعرض خدماتك ولو بالمجان في البداية .

المحطة السادسة محطة الإنجاز

ما هو الإنجاز ؟

هو ذلك العلم الذي يجعلك تحول الحلم إلى حقيقة ، و تحويل ألا مرئي إلى مرئي
أنه ببساطة علم تحقيق الأهداف .

نظرية الرفاهية :

أوجدها د. مارتن سلينجمان و ملخصها :

1. كن إيجابي .
2. كن شغوفا .
3. اجعل علاقاتك جيدة .
4. حدد هدفك .
5. يتحقق الإنجاز .

لماذا لا يتحقق الإنجاز ؟

السبب الأول : الإستراتيجية :

1. الأدوات .
2. النظام .
3. القدوة .

السبب الثاني : الأنماط السلبية :

1. قناعات .
2. مشاعر .
3. أفعال .

السبب الثالث : الاستمرارية :

1. كن في بيئة داعمة .

2. ابحث عن الموجه .

كيف أعظم الإنجاز ؟

كل شخص منا يريد تحقيق أعظم إنجاز وبأسرع وقت وإليك هذه النصائح العشرة ،
والتي إن التزمت بها سوف تحقق إنجازات عظيمة وبسرعة :

1. تصرف كأنه حدث بالفعل:

إن أردت تخفيض وزنك مثلا اعتبر ذلك قد حدث بالفعل ، وتصرف بناء
على ذلك .

2. أنجز مهمة كل يوم:

سجل ما هي أهم الإنجازات التي ترغب في تحقيقها كل شهر وابدأ بالأهم
ومن ثم المهم .

3 .وسع دائرة علاقاتك :

ولا تدعها فقط من خلال زملائك بل من جميع التخصصات .

4. عدم الشكوى أو الشرح :

أنت الآن بصدد بناء مستقبلك الذي تريده أنت ، وحسب قناعاتك أنت فلا
تتشغل بأراء الناس .

5. اعشق عملك :

واعرف كل صغيرة وكبيرة عش تفاصيله ، وابحث دائما الأسرار التي تميزك
عن غيرك والتي تجعلك دائما في القمة .

6. حدد أهدافك المالية :

اجعل هدفك الوصول إلى الحرية المالية عن طريق تعدد مصادر دخلك .

7. ابقى دائما جائع :

لا تعتمد على مهارة واحدة لا تعتمد على حلم واحد لا تعتمد على مصدر دخل
واحد لا تعتمد على إنجاز واحد .

8. ركز على الجودة :

قدم كل ما لديك بكل قوة وجوده ولا تهمل شيء لأنك هنا تحافظ على صورتك .

9. ابحث دائما عن الفرص :

لا تعتمد على فرصة واحدة ، بل ابحث واخلق أنت الفرص فأنت جاهز الآن .

10 . أعطي قبل أن تأخذ :

لا تنتظر المقابل دائما بل ابدأ أنت بالعطاء وسوف يرد لك ذلك أضعافا مضاعفة .

إعداد : احمد العزة



تم بحمد الله

أناردس
ANARDES
استثمر ذاتك

أناردس
ANARDES
استثمر ذاتك

أناردس
ANARDES
استثمر ذاتك