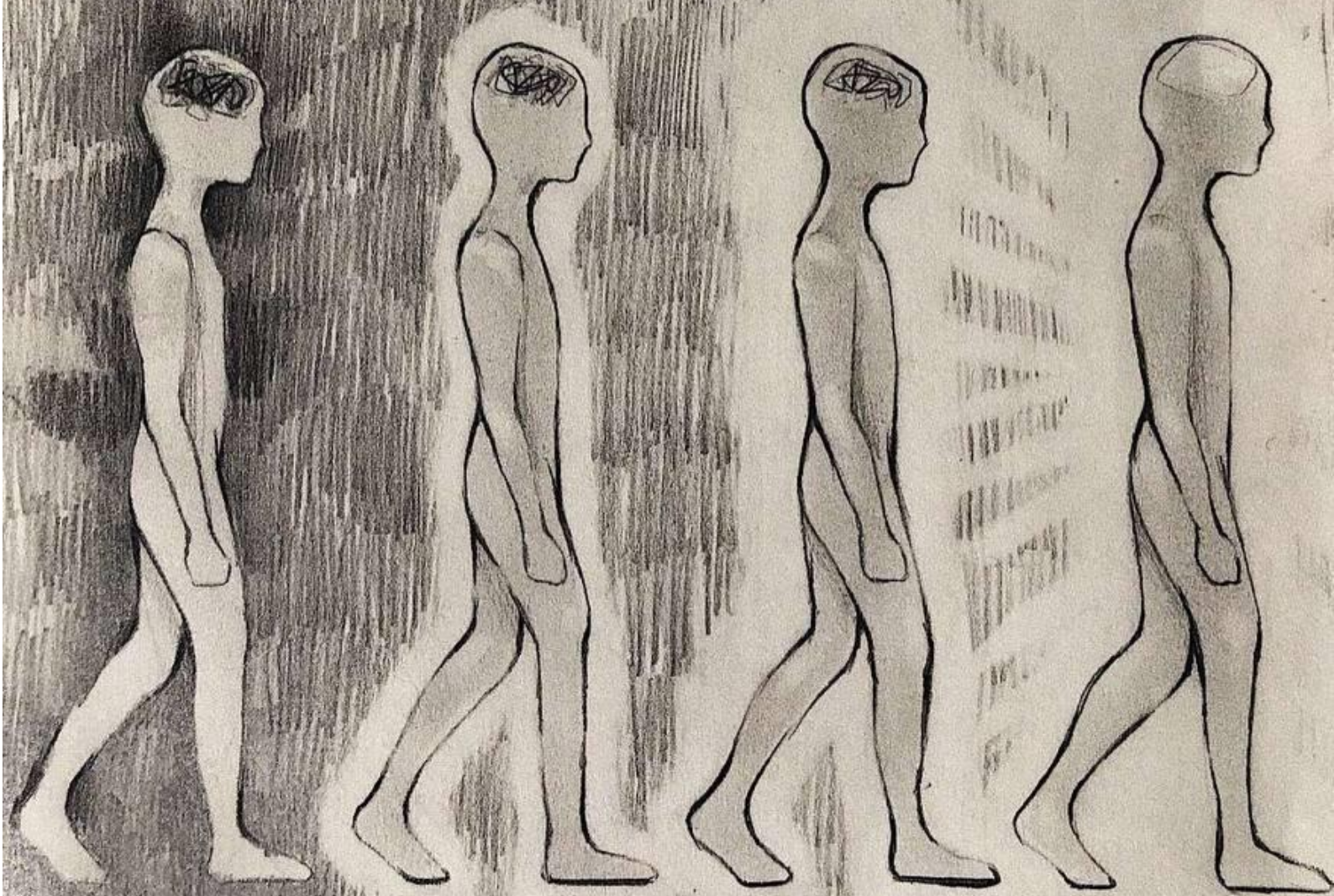


وَكَمْ ضَلَلْنَا



وَكَمْ أَذِينَا فِي حَقِّ دِينِنَا وَلَكِنْ حَانَ الْوَقْتُ لِلرَّجُوعِ

• هاجر الرشيد •

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وكم ضللنا

هاجر الرشيد

وكم ضلنا

الفهرس:

.....الاهداء

.....المقدمة

.....قليل دائم خير من كثير منقطع

.....مصيرها ان تذهب

.....شغل عقلك اللاواعي

.....الشاكي الباكي

.....تظاهر بأنك

.....انصح واقبل إذا استتصحت

.....الاعتراف بالخطأ

.....نظرية التجاذب

.....٠ اقواعد للنجاح يجب ان تبني عليها مستقبلك

.....ثق بنفسك أكثر

.....افتدك الله ثم

.....الانضباط الذاتي

.....الانتصار

.....لماذا لا نرتقي

.....ليس يعنك

.....التردد

.....اتخاذ القرارات

.....الاعتذار

.....إذا كنت تريد ان تنجح فتحمل المسؤولية

.....الانجاز

.....اجعل لك بصمه في عالمك

.....التفاؤل والمتفائلين

.....الخاتمة

إهداء إلى...

التي تحملت عثراتي ووثقت بخطواتي وناضلت من أجل مستقبلي
وحياتي إلى التي علمتني حب كل شيء اهدي هذا الكتاب إلى بهجة
وسعادة قلبي أمي...

المقدمة:

بسم الله الأول والآخر الميسر لكل شيء الحمد لله أولا وآخرا على توفيقه لي في كتابة هذا الكتاب البسيط الذي أتمنى ان تجدوا فيه ما ينفعكم ويطور من ذاتكم ويرقى بكم إلى هامات عالية لترفعوا بها عقولكم ومجتمعكم ودواتكم وأسأل الله أن ينفعك هذا الكتاب أخي القارئ ويعينك على فعل الخيرات ويبعد عنك شرور نفسك وشر الشيطان

في هذا الكتاب ستتعلم كل ما هو نافع لك وستكون لديك مجموعة من الأخلاقيات التي أهملناها والتي من شأنها أن تحسن حياتنا وتطور أفكارنا وقيمنا وتحسن تعاملنا مع غيرنا.

هاجر الرشيد .

1443\11\16

قليلًا دائمًا خير من كثير منقطع.

إن النجاح لا يتعلق بالكمية بقدر ما يتعلق بالاستمرارية وان كانت في هذه الاستمرارية شيء قليل لكن قليلًا دائمًا خير من كثير منقطع فإذا أردت أن تكون منجزًا في حياتك عليك بالمداومة على الشيء الذي تريد تحقيقه إلى أن تنجزه فالكثيرين يعرفون كيف ينجحون لكنهم يجهلون أنه يجب عليهم الصبر والمداومة المستمرة لتحقيق النجاح ويقولون إذا أردت أن تأكل فيلا فعليك تجزئته إلى أجزاء صغيرة لكي يسهل عليك أكله فالحلم مثله عليك كل يوم أن تنجز منه شيئًا ولو كان يسيرًا حتى تكمله

إذا كنت تريد أن تستمر في عادة حسنة فعليك أن تقسمها على أجزاء صغيرة وفي النهاية يكتمل الشيء الذي تريده ومن هذه الأمثلة:

إن تمارس الرياضة كل يوم وتبدأ أولاً على فترات قليلة لكن تكون منتظمة فيه على نصف ساعة كل يوم حتى وإن كان لديك عمل مهم فإذا كان لديك عمل مهم فعلي الأقل مارس الرياضة لو ربع ساعة في اليوم

فالرياضة مهمة وستجني ثمارها في المستقبل فجعل من يومك نصف ساعة أو ربعها وكن مداومًا عليها.

إن تحفظًا من القرآن كل يوم نصف وجه ويمكنك حفظها وأنت في السيارة أو في وقت الانتظار إذا كان لديك موعد أو قبل أن تنام أو أي وقت يناسبك وإذا كنت مشغولًا احفظ لو إيه فأحب الأعمال إلى الله أدومها وإن قل فلا تحفظ في يومًا واحدًا جزءًا ثم تهجره وتعود على جزء آخر.

احفظ كل يوم على قدر مقدرتك من الحفظ ولا تكلف نفسك ملا تطبيق ولا تشغل نفسك بحفظ القرآن كاملاً ولكن جاهد نفسك على أن تداوم على حفظه.

إن تقرأ كل يوم لو خمس أو عشر صفحات من أي كتاب أنت تحبه أو تقرأ في أي مجال يستهويك لانت القراءة تعود على الإنسان بفوائد عظيمة وكثيرة

ومن أهمها أن القراءة تنشط العقل وتحفزه وهي تزيد من معرفتك وتوسع مداركك والقراءة غذاء العقل فحاول أن ترغم نفسك على القراءة وإن كنت لا تحب وداوم على شيء قليل ومن ثم ستجد نفسك تحبها.

إن تحفظا كل يوم ثلاث أو أربع كلمات من اللغة التي تريد تعلمها وأن تداوم على دراستها من ناحية الكتابة والحفظ والقراءة ولو استطعت في يوم من الأيام وكنت غير مشغول فزد من الكلمات لو كلمه واحدة وستجد نفسك خلال سنة أو أكثر بقليل متقن هذه اللغة وتعرف كل معانيها ومصطلحاتها.

إن تتصدق على الفقير ولو بريال واحد فبعض الناس يظن أنه يجب عليه أن يتصدق بالكثير وأنه إذا تصدق بالقليل فهذا عيب لا ليس عيبا ولكن من الأفضل إذا كان لديك صدقه أن توزعها على أشخاص أكثر خير من أن تعطي واحدا منهم كثيرا فبعض الناس لا يتصدق إلا قليل وإذا تصدق تصدق بالكثير

لا تعطي كل ما في محفظتك وتصدق لو بريال كل مرة ولا تستحي من القليل ولقد روي عن عائشة رضي الله عنها أنها اشترت جارية فجاء جبريل على النبي -صلى الله عليه وسلم- وقال له اخرج الجارية من بيتك فأنها من أهل النار ثم أخرجتها عائشة ودفعت لها ببعض من التمر فأكلت الجارية بعضه وفي الطريق مرت على فقير فدفعت إليه باقية ثم أتى جبريل على الرسول -صلى الله عليه وسلم- وقال (يا محمد إن الله يأمرك أن ترد الجارية فإن الله أعقها من النار لأنها تصدقت بنصف تمرة) فقال النبي -صلى الله عليه وسلم- لعائشة رضي الله عنها (يا عائشة اشترى نفسك من النار ولو بشق تمرة).

تعلم ان لا تشغل نفسك بأكثر من عمل اجتهد على عمل واحد مع الاستمرارية لان المداومة المستمرة تحقق كل شيء في الحياة.

المختصر المفيد:

قَالَ اللهُ تَعَالَى: أَلَمْ يَأْنِ كونه يداوم ولو على ثلاث أو واحدة كل ليلة أفضل من كونه ليلة يوتر وليلة يهمل.

مصيرها أن تذهب.

مصير... أفكارنا أن الأمل لا يوجد له مكان فينا أو أن الفرح لن يمطر علينا أو أن التفاؤل لن يكون معنا كل هذه الأفكار التي في عقولنا لها مدة وستذهب لأنه لا يوجد إنسان كامل فينا وأيامه الحلوة تتغلب على أيامه المرة كل هذا يذهب وتأتي مرحلة جديدة في الحياة لم تكن نتوقع أنها ستأتي فكل شيء سيمر.

مصير... أفكارنا أننا لا نستطيع أن ننجز شيئاً أو أننا لا نملك القدرة على فعل شيء أو أننا لا نملك الكفاءة أن نكون ناجحين في الحياة وأن نصنع التغيير كل هذا سيتغير ويذهب بعد مدة فلا شيء يبقى على حاله تتغير أجسامنا طريقة تفكيرنا نضرتنا للشيء تعاملنا كل شيء يتغير لا يبقى شيء مثلما كان وأمامك اختياران إما أن تتغير للأفضل أو تتغير للسوء.

مصير... الأمل والحزن الذي يغلف معظم حياتك والضيق الذي يعترى قلبك كل هذا لن يبقى متمسك بك طوال العمر فكل شيء سيمر ويأتي يوم نفرح به ويأتي يوم نحزن به فالحياة يوم معك ويوم عليك.

مصير... الكسل والإحباط والفشل في الحياة كل هذا لن يدوم فالفشل هو صديق النجاح لأنه لا يوجد نجاحاً إلا وكان خلفه الكثير من والفشل والإحباط والفشل يعطيك حافزاً أنك لن تتجرف نحوه مرة أخرى أو تسير على نفس الخطأ مرة أخرى وتذكر أنه لن يدوم هذا الشعور وسيأتيك الفرج.

مصير... الفقر والجوع وهذه الحالة لن تبقى على حالها ستأتي أيام حلوة وجميلة تغير كل حياتك ويأتي الغنى ويملاً طريقك بالفرح والبهجة.

كل هذه الأمثلة عبارة مصير ويذهب لن يبقى كل شيء في الحياة على حاله ولن تبقى أنت في المكان الذي تجلس بل ستقوم وتنهض من هذه الغفلة وستنجر وستغير من نفسك وتحسنها وقال أحمد الشقيري (لحظه قد تغير يومك، يومك قد يغير حياتك، حياتك قد تغير العالم).

نعم صحيح أن مصير كل شيء يتغير ولكن يجب أن تبدأ أنت بتغيير هذا المصير لن يستطيع أحد أن يخرجك من الأملك بعد الله إلا أنت ولن يستطيع أحد أن يخرجك من همك وحزنك بعد الله إلا أنت ولن يستطيع أحد أن

يغير من نفسك إلى الأفضل بعد الله إلا أنت ولا تستمع للذي يقول الوقت
يغير كل شيء لا تنتظر من الوقت أن يغيرك أبدا التغيير من هذا اليوم
وجعل هذا اليوم هو نقطة البداية نحو حياة مثمرة وسعيدة.

فقم و غير من نفسك ومن العالم بطريقه أحسن وجعل من نفسك خير تغيرا
لأنه ليس كل تغير شيء فهناك تغير جيد وهذا التغير الذي ستغيره بنفسك
سيغيرك ويحسن حياتك إلى الأفضل.

المختصر المفيد:

يقول إبراهيم الفقي: إذا أردت أن تغيرا مصير حياتك، غير إدراكك.
فعليك أول أن تغير إدراكك ومن ثم تبدأ بتغير مصير حياتك ومن ثم
مصير العالم.

شغل عقلك اللاواعي.

كيف تنجح في الحصول على ما تريد؟

هل سألت نفسك ذات مرة أنه كيف يمكن أن تنجح في كل شيء أو أن تحصل على أي شيء، إذا سألت نفسك ذات مرة هذا السؤال فسأخبرك أنه يوجد جواب ويوجد طريقه، وطريقه سهله جدا لكي تحقق مرادك وتحقق الذي تتمناه.

قرأت في كتاب قوة عقلك الباطن كيف يمكنك تشغيل عقلك الباطن أو عقلك اللاواعي في مصلحتك وأنا نستطيع جميعنا أن نشغله ونستفيد منه بطرق سهله جدا.

في البداية ما هو الفرق بين عقلك الواعي وعقلك اللاواعي:

عقلك الواعي: هو الذي يركز على المنطق وعلى المعلومات والأسباب والنتائج وهو الذي يدعم الفكرة أو يرفضها وهو أيضا الذي يجري مناقشات معك ويستند في ذلك على الأفكار الموجود من قبل.

والعقل الواعي هو الذي يدرك ما يحدث من حولك ويحلل البيئة المحيطة بك.

عقلك اللاواعي: يتمتع العقل اللاواعي بقدره هائلة فهو الذي يلهمك ويرشدك وهو الذي يشغل نبضات قلبك ويتحكم في كل العمليات الحيوية في جسمك وهو يعرف الحلول لكل المشاكل

العقل اللاواعي أشبه بغرفة تخزين فيه كل الأفكار التي تدخل إلى العقل سواء كانت إيجابية أو سلبية وعقلك اللاواعي لا يجادل ولا يناقش الأفكار الجديدة أو الكلام الذي ستقوله فهو مسؤول عن تبني أي فكره تدخل إلى العقل ويعمل عليها فقط.

كيف تشغل عقلك اللاواعي:

أنضر إلى عقلك اللاواعي كأنه حديقة وأنت البستاني الذي يبذر (الأفكار) في عقلك الباطن ومعظم هذه الأفكار تكون دون وعي منك لأنه من تفكيرك المعتاد ومثلما أنك بذرة هذه البذور ستحصد هذه الأفكار في حياتك

فعقلك كأنه أرض خصبه ويمكنك بذر كل أنواع البذور فيها سواء كانت
الجيدة أم السيئة و عليك الاختيار هنا هل تريد أن تبذر فكرة جيدة أم تبذر
فكرة سيئة.

كيف تفكر في البذرة الجيدة:

إذا أردت أتفكر في البذرة الجيدة فعليك أن تحذف من قاموسك كلمة لا
أستطيع وهناك نقطة مهمة جدا أنه ما دام عقلك الباطن يقبل فكرة ما فإنه
يبدأ في تنفيذها فعقلك الباطن لا يناقشك فيما تقول يعني أنك عندما تقول لا
أستطيع أن أدرس أو أقول إنه هذا المرض لن يذهب أو عندما تريد شراء
شيء تقول أنا لا أستطيع شراءه فسوف يعمل عقلك الباطن على ذلك وينفذ
الذي تقوله من دون أي اعتراض ويجعل من هذه الفكرة أمر واقع ويقول
أحد الحكماء (ماكنيت أخشاه وبشدة لحق بي) وبدلا من ذلك فكر افضل
وستبدل عبارة لا أستطيع ان ادرس بعبارة انا أستطيع ان ادرس وان هذا
المرض سيذهب بأذن الله وسأشتري الذي اريد شرائه فهذا افضل وتذكر
ان عقلك الباطن يستطيع ان يصنع لك المعجزات اذا استخدمته بطريقة
ذكية وراقب ما تقوله فعقلك الباطن يتبنى أي شيء تقوله ويحوله الى
حقيقة.

كيف يقوم عقلك الباطن في حل المشكلات:

إن عقلك الباطن له عقلية خاصة لكنه يستوعب ويقبل أنماط التفكير التي
تملكها وعندما يكون هناك مشكلة يشرع العقل الباطن على إيجاد حل لها
ويتوقع منك أن تتوصل إلى قرار نهائي وحقيقي وصادق من خلال عقلك
الواعي ويترجم عقلك الواعي ما يطبع داخله أو ما يؤمن به عقلك الواعي
والعقل اللاواعي لا ينطق الأسباب مثل العقل الواعي فهو فقط يقبل الأفكار
ويتبناها.

يمكنك أن تتلقى الإرشاد من عقلك الباطن عندما يكون عليك أن تتخذ قرارا
صعبا أو عندما تفشل في أن ترى حلا لمشكلتك أبدا في الحل وأن تفكر
بإيجابية وغير أفكارك كي تغير مصيرك فأنت قائد نفسك وعقلك وأنت
تمتلك القدرة فعل أي شيء و عليك أن تختار وتفكر في الحياة والصحة
والسعادة بدلا من العكس لأنه عقلك الباطن يصدق كل شيء.

كن ذكيا واعرف كيف تشغل عقلك اللاواعي لأنه قدرة لا مثيل لهل و عليك
أن تدرب نفسك على أن تفكر وتتحدث بإيجابية أكثر فهذا من شأنه أن
يحسن ويغير من حياتك إلى الأفضل.

المختصر المفيد:

إن ما يقوم به العقل الباطن شيء مدهش وجميل وكن ذكيا وستغل هذه
الميزة الموجودة لدى الكل لكن ليس الكل يعرفها.

والآن هل توصلت إلى كيف يمكنك أن تنجح في كل شيء وتحقق الذي
تريده؟

الشاكي الباكي.

يقال أنه كان هناك رجل حكيم يأتي إليه الناس من كل مكان لاستشارته. لكنهم كانوا في كل مرة يحدثونه عن نفس المشاكل والمصاعب التي تواجههم، وعن نفس الأمور التي تحدث معهم كل يوم حتى سئم منهم. وفي يوم من الأيام، جمعهم الرجل الحكيم وقصّ عليهم نكتة طريفة، فانفجر الجميع ضاحكين. بعد بضع دقائق، قصّ عليهم النكتة ذاتها مرّة أخرى، فابتسم عدد قليل منهم. ثمّ ما لبث أن قصّ الطرفّة مرّة ثالثة، فلم يضحك أحد. عندها ابتسم الحكيم وقال: - "لا يمكنكم أن تضحكوا على النكتة نفسها أكثر من مرّة، فلماذا تستمرون بالتذمر والبكاء على نفس المشاكل في كل مرّة؟!"

وهناك فوئد تلخص مجمل هذه القصة:

١١ أنه إذا رأيت شخصا يستمع إلى مشاكلك ويسمع تذمرك على كل شيء ويصبر فلا تكلف نفس فوق طاقتها فإن كل شخص له حد إذا كلفته فوق طاقته سينفجر وتذكر البالون عندما تبدأ بنفخها كثيرا ماذا سيحدث حينها؟ ستنفجر وكذلك الحال مع الذي يستمع إليك كل يوم ويسمع نفس الكلمات وهناك مثل شعبي يقول (إذا كان صاحبك عسلا لا تلحسه كله).

١٢ مهما كان الشخص يحبك ويريد أن يخفف عنك من آلامك فسيأتي يوما من الأيام ويضجر من هذا الحال فلا تكون شاكيا باكيا طوال الوقت اجعل وقتا بين كل تذمر وتذمر لكي تحس بفرق في حياتك ولكي تخفف على من حولك.

١٣ التذمر والتشكي لن يغير حالكا فقط هو مضيعة للوقت.

١٤ إذا شكوت للناس ما حل بك فأنت ستندم يوم من الأيام وقد قال كريم العراقي أبيات جميلة تبين أثر الشكوى للناس فقال:

لا تشكُّ للناسِ جرحَ أنتِ صاحبهُ لا يؤلِّمُ الجُرحَ إلا مَنْ به ألمٌ

شكواك للناسِ منقصةٌ ومَنْ مِنَ الناسِ صاحٍ ما بهِ سقمٌ

وقال أيضا في نفس القصيدة:

فإن شكوتَ لمنْ طابَ الزمانُ لهُ عيناكَ تَغلي ومنْ تشكو لهُ صنمٌ

وإذا شكوتَ لمنْ شكواكَ تُسعدُهُ أصفَتَ جُرْحًا لجرْحِكَ اسمُهُ الندْمُ

١٥ لا تقلق فإن القلق يؤدي إلى مشاكل نفسية وجسدية وبإمكانك أن تتعامل مع أي مشكلة دون أن تقلق يعني: لا تقلق من الاختبار إذا كنت دارسا ولا تقلق على نفسك من عين الناس إذا كنت قارئ وردك ولا تكون قلقا من كلمه قالها فلأن إذا كان شخص لا يهتمك ولا تكون قلقا من الغد فالغد لم يأت بعد.

١٦ انظر إلى الحياة يتفاءل وإيجابية ولا تركز على توافه الحياة وتتشغل عن ملذات الحياة فحلاوة القهوة في مرارتها فالحياة لا تكون جميلة إذا كان كل شيء جميل ومفرح، يجب أن يكون هناك عثرات تتعثر بها لكي تحس بطعم الفرح فالحياة حلوه هكذا ولا تجعلها كلها مرة وتعيسة اجعل وقتا لكل شيء.

١٧ إذا أردت أن تشكو شيئا فلا تشكو إلا لله فلا أحد سيفرج كربك ويكشف همك وحزنك غير خالقك تعلم أن تدعو الله أن يزيل همك ويشرح صدرك

وأن تشكو ما بك لله خير من أن تشكوه لأحد فإذا أخبرت حزنك لأحد قد يسيء إليك به أو قد يكشفه لأحد أو لا يرشدك للطريق القويم أما إذا شكوت حزنك لله فعلم أن الله لن يخيب أملك وسيرشدك للطرق القويم وتذكر عندما قال يعقوب -عليه السلام- لأولاده (إنما أشكو بثي وحزني إلى الله وأعلم من الله ما لا تعلمون) فيعقوب -عليه السلام- شكاهم على فقدان يوسف لله فلم يخيب أمله ورزقه الصبر على فقدانه فلا تيأس فإن الله معك.

المختصر المفيد:

احتفظ بكلامك السلبي لنفسك ولا تشغل به الناس فالهم همك وليس همهم.

تظاهر بأنك...

تظاهر بأنك... واثق من نفسك وأنت قوي وعبر عن ثقتك بأعلى صوتا وجاور الأشخاص الواثقين وتعلم منهم

أعط نفسك قيمة وكون لديك الثقة المطلقة بنفسك تحرر من شعور الخوف كن واثقا فيما تملك فلا أجمل من شعور الرضا فقد حان الوقت أن تبدأ!!

ويوم سترى نفسك تتظاهر بالثقة وبعد مدة ستكون واثقا من نفسك لإراديا... ويقولون دائما عليك إن تفعل ما تعتقد أنك لا تستطيع حتى تزيد ثقتك بنفسك!!!

تظاهر بأنك... شجاع حتى وإن كنت خائفا وتحدى جميع مخاوفك حاول أن تتعايش معها حاور نفسك قل أنا أستطيع أعط لنفسك رسائل تحفيزية كن شجاعا في المواقف وكن شجاعا في ارضاخ من أهانك وتذكر قول الشاعر إيليا أبا ماضي:

لا أحب الإنسان يرضخ للوهم،

ويرضى بتافهات الأمانى

إن حيا يهاب أن يلمس النور

كميت في ظلمة الأكفان

وحياة أمد فيها التوقي

لا تواز في المجد بضع ثوان

الشجاع الشجاع عندي من أمسى

يغنى والدمع في الأجفان.

تظاهر بأنك... ذكي حتى وإن كنت غيبا وتعلم كيف تكون ذكيا في تعلم ذاتك قبل أن تكون ذكيا في تعلم إي شيء لأنك إذا فهمت ذاتك ستفهم من حولك... كن ذكيا وانظر إلى الموضوع من جميع

الجوانب و ثم احكم. خطط كل تفاصيلك فالأذكياء هم الذين يخططون ويعرفون كيف يأخذون قرارات والذكي هو الذي يحدد غايته من الحياة وهناك حكمة تقول (نسيان غاية المرء هو أكثر أشكال الغباء انتشارا)

تظاهر بأنك... سعيد حتى وإن انفطر قلبك من الحزن والكدر ابتسم حتى وإن ظهر على هيئتك الحزن وهناك فلسفة تقول

(التظاهر بالسعادة رغم الألم، لا يعكس إلا قوة شخصيتك) لا تقم الناس بالحزن إذا كنت متكدرا فال تكرر كلا من حولك استعن بالله ثم بنفسك وستفرج من عند الله!

تظاهر بأنك... غبي وتغافل ما استطعت فإن التغافل فن من فنون الحياة لا ترد على كل من أساء لك تظاهر بأنك غبي وتركه مع نفسه يتنازع فلا شيء أكره على الإنسان من أن يسفه شخص وهناك أبيات لأبي تمام تؤيد المكتوب:

ليس الغبي بسيد في قومه
ولكن سيد قومه المتغابي.

وقول الشافعي: الكيس العاقل، هو الفطن المتغافل.

المختصر المفيد:

ليس عيبا أن تتظاهر بأنك... ولكن العيب ألا تطور نفسك هذه الطريقة ستساعدك على أن تحسنا من نفسك وان تحسن من تعاملك مع الآخرين فجربها في حياتك فهي مفيدة.

انصح واقبل إذا استنصحت

قال الرسول -صلى الله عليه وسلم- (لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه) ومن الأمور التي يجب أن تحب أخاك بها هي أن تنصحه وتبعده عن كل شر وعن كل أذى يؤذيه أو يقلل من إيمانه أو أخلاقه فالنصيحة مهمة في نهضة المجتمع ورفعت الفرد ومهمة في إصلاح ذواتنا وتطويرها والنصيحة مهمة في كل شيء وقد أمرنا ديننا أن نأمر بالمعروف وننهي عن المنكر ومن كمال الإيمان ومن تمام الإحسان أن تنصح أخاك المسلم بما فيه خير له وعن جرير -رضي الله عنه- قال (بَايَعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَلَى إِقَامِ الصَّلَاةِ، وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ، وَالنُّصْحِ لِكُلِّ مُسْلِمٍ) وعن تميم الداري -رضي الله عنه- أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ (الذِّينُ النَّصِيحَةُ)

وهنا نقول انصح ولكن بنفس الوقت خذ نصيحة من استنصحك ولا تنفر منه وفيما قال عبد الله بن مسعود "إن من أبغض الكلام عند الله أن يقول الرجل للرجل: اتق الله فيقول: عليك نفسك"

:ومن الأمور التي يجب عليك أن تطبقها كناصر وتعمل بها

١| اكن أميناً صادقاً مخلصاً مبتعداً عن الغمز واللمز في نصحك

٢| لا تكون جاف فظ غليظ في إلقاءك النصيحة تدفع الذي أمامك إلى الغضب وإذا كنت تعرف أن أسلوبك فظ وسيخرج أو يغضب المستنصح فأخبر شخص أمين وصاحب أسلوب أن يذهب هو وينصحه وقد قال الله تعالى: (ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ)

٣| أن تكون عاملاً بما تنصح الناس به فعلياً سبيل المثال إذا جاء شخص وقال لك لا تسرق وبدأت النصائح تنهمر من فمه وهو معروف عنه أنه سارق هل ستأخذ عنه النصيحة؟ لا فهنا سنكون

مشككين في أمره ولن نأخذ عنه شيئاً وليس هناك شيء أبلغ من
قول أبي الأسود الدؤلي حينما قال

لَا تَنْهَ عَن حُلُقٍ وَتَأْتِي مِثْلُهُ

عَارٌّ عَلَيْكَ إِذَا فَعَلْتَ عَظِيمٌ

وأيضاً على لسان شعيب -عليه السلام- في سورة هود (وما أريد
أن أخالفكم فيما أنهاكم عنه)

٤\ أن تكون في السر ولا تكون أمام مجموعة من الناس وإذا كانت
أمام الناس فتكون هنا توبيخاً وليس نصحاً وقد قال الشافعي رحمه
الله:

تَغْمَدَنِي بِنُصْحِكَ فِي أَنْفِرَادٍ وَجَبَّيْنِي النَّصِيحَةَ فِي الْجَمَاعَةِ

فَإِنَّ النَّصْحَ بَيْنَ النَّاسِ نَوْعٌ مِنَ التَّوْبِيخِ لَا أَرْضَى اسْتِمَاعَهُ

٥\ أن يختار الوقت المناسب للنصيحة فلا تنصح أحداً وهو غاضب
أو هو حزين أو متضايق فعلم هنا أنه سينفر منك

٦\ قبل أن تنصح أحداً تحرى المسألة ولا تباشر بالنصح دون التأكد

٧\ اجعل كلامك لين مع من تريد نصحه واختر عبارات لبقه

٨\ كن هادئاً وصابراً ومتوقفاً أن المستنصح ربما يفعل أو يثور
عند نصحك له

النصيحة أخي القارئ من أعظم الأسباب المؤدية إلى التودد بين
الناس لأن فيها فوائد عظيمة جداً ولو كانت عادة سيئة لما أمرنا
الدين الإسلامي أن نطبقها في حياتنا

المختصر المفيد:

تذكر دائما أن الشخص الذي يحبك ويبحث عن مصلحتك هو الشخص الناصح لك فلا يوجد كاره يحب أن ينصحك لأن في ذلك نفع لك وتذكر أيضا أن أسلوبك في النصح أهم من النصيحة نفسها.

الاعتراف بالخطأ

هناك مبادئ في الحياة لاكتساب الخبرة ومن هذه المبادئ هي القدرة على الاعتراف بالخطأ والتعلم منه ولكن الخطأ ليس أن تخطئ... بل إن لا تتعلم من أخطائك

والذكي هو الذي يعرف كيف يتعامل معها بحيث تكون في مصلحته والخطأ يعكس ما أنا عليه من الأخطاء فهيا التي تخبرنا بأننا لسنا على صواب أو على الطريق الصحيح والخطأ ليس عيبا لكن أن يحدث في طريقك خطأ وتعود وتكرر الخطأ الذي ارتكبه

مثال أنت كنت في اختبار وأتى سؤال لا- تعرفه هنا يجب عليك المحاولة وليس عليك شيء إذا أخطأت ولكن أن أتى مرة أخرى نفس السؤال ولم تعرف الجواب فهذا يعني أنك تكرر نفس الخطأ

وقال النبي صلى هلا عليه وسلم (لا يلدغ المؤمن من جحر مرتين)

وموسى -عليه السلام- عندما قتل نفسا اعترف بذنبه وقال: ربي أنى ظلمت نفسي فاغفر لي فغفر له

والشاهد من هذه القصة: إن كل خطأ يغفر لكن يجب على الشخص الاعتراف بالخطأ والتعلم منه

وفي هذه الأيام أصبحنا نسمع عن الذين فشلوا في الحياة بسبب خطأ ربما يكون كبيرا لكن يجب التأقلم مع الأوضاع والخوض في الحياة والتعلم من مشاكلها

والخطأ هو واحد من طرق النجاح والنهوض للقمة والتميز وقال هيودج وايت: الأخطاء هي دروس في الحكمة؛ فلا يمكن أن تغير!! الماضي... ولكن ما زال المستقبل تحت سيطرتك

والخطأ واحد من الأسباب التي جعلتنا نرى العلماء الآن فلا يكون
هناك نجاح إلا وكان خلفه ملايين الأخطاء.

المختصر المفيد:

كن ذكياً وعرف كيف تتعامل مع الأخطاء التي تحصل معك.

نظرية التجاذب.

في حياتنا اليومية دائما ن فكر بأفكارنا بالماضي أو أفكارنا بالمستقبل فكلما فكرت بموقف سلبي أو إيجابي في حياتك زادت قوة الجذب لهذا الموقف فمثلا هناك قصة لرجل يعاني من شلل حركي ذهب إلى الدكتور جوزيف ميرفي وأخبره أن يعطيه نصيحة فقال له تخيل أنك في المكتبة تمشي وتقرأ كتب أو أنك تمشي لترد على الهاتف فبدا هذا الرجل بسماع النصيحة وصار يردد هذه الفكرة مرتين في اليوم يقول هذا الرجل المشلول بعد مدة كنت في البيت لوحدي ولم تكن ممرضتي أو زوجتي معي وكان الهاتف يرن وكان بعيدا عني مسافة ١٢ قدما ومع ذلك تمكن الرجل من الرد على الهاتف بسبب أنه كان لدى الرجل سدا عصبيا منع الموجات الصادرة من المخ إلى الوصول إلى ساقيه.

فهذا الرجل جلب فكرة الشفاء لنفسه وعقله استجاب لها -باذن الله- فهذه واحدة من القصص عن التجاذب.

ومن صور التجاذب أيضا أن تكون تفكر في شخص ثم فجاء يرن هاتفك فإذا هو نفس الشخص الذي كنت تفكر فيه قبل قليل.

فكلما فكرنا بأمر نريد أن تحدث معنا أو موقف نريده أن يحصل كلما زادت قوة التجاذب لهذه الفكرة فمثلا إذا كان لديك مرض وكنت تفكر أنه لن يزول منك فإنه لن يزول منك بإذن الله والعكس صحيح إذا فكرت أنه سيذهب وكلك أملا ويقينا بالله أنه سيذهب، سيذهب -باذن الله- ونصيحة مني أن توازن نفسك على ما أنت تريد.

المختصر المفيد:

(كل متوقع آت فتوقع ما تتمناه) علي بن أبي طالب -رضي الله عنه-.

10 قواعد للنجاح يجب ان تبني عليها مستقبلك

هناك قواعد في الحياة مهمة وضرورية لتبن لنفسك ركيزة ثابتة ومضمونه وهذه القواعد هي القواعد التي يسير عليها الناجحون في هذه الحياة وهذه القواعد تأتي مع التدريب والتعود عليها ومن أهم هذه القواعد:

١١ كن أنت الأول في العمل لا تدع أي شخص يأخذ مكانك إذا تغيبت ودعهم يقولون ليت فلان كان معنا.

وهذه النقطة ضرورية ومهمة جدا لأنه عندما تحاول وتجاهد أن تكون الأول والمتصدر يعني أنك تريد أن تكون المتميز وركز هنا على كلمة المتميز فلا أحد يحب أن يكون إنسانا عاديا فكن أنت المتميز الذي يحتاجه الناس ولا يستطيعون العيش من دونه.

١٢ لا تقارن نفسك بأحد لأنه كل شخص لديه الظروف التي جعلته يتقدم وينجح وما أكثر الذين نجحوا وكان ورائهم فشل وخيم ومأس أليمة لكنهم وثقوا بأنفسهم وتحذوا المصاعب لكي ينجحوا فقط عليك أن ترى نفسك وترى الظروف التي تعيش فيها وأن تتأقلم عليه مهما كانت صعبة ومؤلمة.

١٣ يجب عليك أن تطور نفسك كل يوم وأن تواكب نفسك وأن تهتم بكل التفاصيل الكبيرة والصغيرة لأن التفاصيل الصغيرة هي التي تصنع التفاصيل الكبيرة.

١٤ لا تقل إنني سأنجح عندما أكبر ألم تر العلماء الذين نجحوا من سن صغير ووصلوا لمراحل متقدمة من النجاح لا يشترط النجاح أن تكون كبير فقط عليك أن تبدأ وان تبني نفسك من الصغر.

١٥ لا تخاف من ارتكاب الأخطاء فالأخطاء هي التي تصنع النجاح ويقولون إن لم تخطأ فلن تنجح والخطأ فرصة لبناء الشخصية من خلال التعلم واكتساب الخبرات والأخطاء تعلمك الحكمة إذا مر

عليك خطأ مشابه فأنت تعرف كيف تتعامل معه وتذكر دائما أن الأخطاء هي التي تصنع المستحيل.

١٦ لا تضني أن النجاح وتحقيق الحلم سهل فهو أصعب مما تتوقع فكثير من الأشخاص ضنوا أن النجاح سهل والوصول إليه أمر عادي فأنت لا تنظر

إلى الأمر من منظور واحد أنظر إليه من كل الجوانب وإذا نضرة إليه من جميع الجوانب ستري أنه لا يوجد نجاحا سهلا.

١٧ توقع كل الاحتمالات الجيدة والسيئة توقع أنه سيكون لديك أعداء نجاح توقع أنه ما من نجاح سهل توقعاً أنك سترتكب الكثير من الأخطاء في طريقك لتحقيق النجاح توقع أنك ستبأس يوم من الأيام توقع أنك ستري وجوها كنت تعرفها لكن عندما تراها تحسب أنه المرة الأولى التي رايتهم فيها توقع أنك ستحقق أحلامك توقعاً أنك ستصبح الشيء الذي كنت تتمناه لكن عليك أولاً أن تتوقع توقع فحسب.

١٩ لا تنتظر تقدير الآخرين وان كنت تبحث عن رضا الآخرين فأنت ستشقي نفسك فقد قال سفيان الثوري) إذا عرفت نفسك، لم يضرك ما قيل فيك) فإذا كنت تعرف نفسك لن يضرك أحداً أو يقف في طريقك فعليك أن تؤمن بنفسك.

١٩ امشي مشياً ثابتاً ولا تستوحش الطريق لقلّة سالكيه كن أنت أول من يصنع شيئاً لم يصنعه أحد ابتكر شيئاً لم يأت على بال أحد كن في الطريق لوحده استند على نفسك وكانك أعظم شيئاً يستند عليه ولا تستوحش الطرق ولا تخاف فقال علي بن أبي طالب -رضي الله عنه- (لا تستوحشون طريق الحق لقلّة سالكيه).

١١٠ أكمل طريقك حتى النهاية ولا تترك آخر ورقه بالدفتر فارغة أكمل الحلم فهناك الكثير ممن توقف عند أو يأس أو توقف عند أول

نجاح أو أول تكريم أو أول جائزة وإذا بدأت العمل فواصل وكن
مثابرا حتى النهاية فحلاوة النجاح لا تقدر بثمن ومرارة الخسارة
شيء مؤلم فقال إبراهيم الفقي: السير على الطريق المستقيم ال
يحتاج فقط إلى عيين مفتوحتين وإنما إلى عقل مفتوح أيضاً.

المختصر المفيد:

حقق نجاح أنت لم تكن تتوقعه أو أحد يتوقعه وكن موقنا بنفسك أنك
ستنجح.

ثق بنفسك أكثر.

ثق بنفسك أكثر.

عندما ترى شخصا للمرة الأولى يكون هناك انطبعا أو لا عن هذا الشخص وغالبا تحكم على هذا الشخص أن شخصيته قوية أو ضعيفة أو هو شخص لطيف أو شخص غير محبوب.

وعند رؤيتك لشخص وكان الانطباع الأول أن هذا شخصيته قوية فهذا شخص يثق بنفسه والواثق هو الشخص الذي يثق بنفسه وبصفاته ويثق برأيه ولا يغيره إلا إذا اقتنع أن في التغيير فائدة وإذا كنت واثقا من نفسك من الداخل فهذا سينعكس عليك من الخارج ويقولون دائما إن مفتاح النجاح أول هو الثقة بالنفس وتعزيز الصفات الإيجابية فيها.

وإذا كنت واثقا من نفسك فلن تنصرف إلى اتباع آراء الناس وليس المهم كيف يراك الناس، ولكن المهم كيف ترى نفسك.

ومن الأشياء التي تعزز الثقة بالنفس هي:

أولا: الإدراك المعرفي أو المعرفة العلمية وهي أن تكونا متطرق إلى جميع المواضيع لتكون قادرا على التواصل بثقة والدخول في النقاشات والحوارات التي تساعد على توسيع مدارك الفكر والعقل.

ثانيا: لا تكون الثقة بالنفس فقط من الداخل بل يجب عليك الاعتناء بالمظهر الخارجي ولبس اللباس المرتب النظيف والاعتناء بالنظافة الشخصية وهذه أشياء تزيد ثقتك بنفسك.

ثالثا: لا تركز على نقاط ضعفك ولكن لا بد من تحديد نقاط الضعف لديك وطريقة العمل عليها وتطويرها وكن مركزا في تفكيرك ونقاطك الإيجابية لأن هذا من شأنه أن يرفع ثقتك بنفسك أكثر ويعزز من شخصيتك.

ومن الأشخاص الذين كان لديهم ثقة بالنفس واعتزاز هو المتنبي فقال:

الخيل والليل والبيداء تعرفني

والسيف والرمح والقرطاس والقلم

وقال أيضا:

أنا ترب الندى ورب القوافي

وسام العدااء وغيظ الحسود

المختصر المفيد:

ثق بنفسك فكلام الناس لا ينتهي.

افتداك الله ثم

جاء رجل إلى النبي سليمان وطلب منه أن يعلمه لغة الحيوان فأخبره سليمان -عليه السلام- أنه لن يتحمل هذا العبء

وأصر راج منه على تعليمه

وسأله أي لغة تريد أن تتعلمها فقال الرجل لغة القطط فإنها تكثر في قريتي ونفخ النبي في أذنه وبالفعل تعلمها وفي طريقه إلى منزله وقفا على إحدى القطط القريبة من بيته وسمع قطتان يتحدثان قالت إحداهن للأخرى أنا جائعة هل لديك زاد نتزود به؟ فردت قائلة اصبري فقد سمعت هذا الديك يقول إنه مريض وسيموت بعد مده ولما سمع الرجل الحوار قال في نفسه والله لن أترك الديك لكي تأكلوه وذهب في الصباح وباع هذا الديك وسالت القطّة هل مات الديك قالت لا فقد باعه لكن اصبري فقد سمت إن الخروف يتمم ويقول إنه مريض وسيموت

وسمعهم وهم يقولون فذهب وباع الخروف وفي اليوم التالي قالت القطّة هل مات الخروف؟ قالت لا فقد باعه أيضا!! لكن اصبري فقد سمت من نبي الله سليمان أن هذا الرجل سيموت فعندما يموت يكون هناك زاد نتزود من بعد موته من الأطعمة التي سيضعونها

وعندما سمع الخبر ذهب الرجل راكضا بيديه وقدميه إلى سليمان -عليه السلام- وسأله عن الذي سمعه من القطط فقال له سليمان -عليه السلام- إن الله افتداك بالديك وبعته وافتداك بالخاروف وبعته أيضا فاكتب وصيتك فلأمر واقع عليك لا محال!!!

الآن ما هي الفائدة من هذه القصة:

إن الله يدفع عنك البلاء وقد تحسب أنه شيء يضرك وبعد زواله تكتشف أنه يفيدك وفي مصلحتك وتذكر دائما انه حتى الورقة التي تسقط على الأرض حكمه من الله وتدبير من عنده فحتى الورقة لها حكمة فما بالك بأمر من أمور عباده.

إن من حكم الله في الكون ومن عدله أن أوقع المصائب على العباد لاننت المصائب كلها خير فتقع على المؤمن أما اختبار أو ابتلاء فيرى هل يصبر

أم يجزع فلا تأتي وتعترض على كل مصيبة تحدث معك فكن من الصابرين وشكر الله على كل شيء.

إذا أصابتك مصيبة تعلم أن تقول (لا حول ولا قوة إلا بالله) وهذا يعني أنك موقن يقين تام أن لا حول ولا قوة إلا من الله وحده وهذه الكلمات كنز من كنوز الجنة فهي تعين المؤمن على الصبر وتثبت قلبه وتشرح صدره وسبب ذلك لأنها كلمات استسلام وتفويض لله وقال ابن باز الحكمة في ذلك: إن العبد ضعيف ليس له قدرة على التحول من حال إلى حال إلا بالله ففوض أمرك كله إلى الله وتيقن أن كل شيء له حكمه.

لا تنبش كل شيء ولا تحاول أن تعلم كل ما يقال وكل ما يفعل ليس كل شيء يجب أن تعلمه ولا يجب أن تفتش أو أن تتعلم شيئاً لا يفيدك

فلو أن الرجل لم يتعلم لغة القطط لكان افتداه الله بالديك وانتهى الأمر لكن أصر وألح إلحاح شديد على تعلمه ولكن ما هي النتيجة؟؟ خسر حياته بسبب تطفل منه يريد أن يعرف ماذا تتكلم القطط ويأتي الذي يقول في تحسر على نفسه ليت اعرف ماذا يقول فلان وفلان وماذا يفعل هذا وماذا يصنع هذا

اترك الخلق للخالق ولا تتطفل بشيء لا يعينك.

المختصر المفيد:

تعلم من القصة أنه مهما كان فأنت راض بالذي أعطاك الله إياه وان هناك معرفة أفضل من معرفة ماذا يقول فلان وفلان.

(الانضباط الذاتي)

مفتاح النجاح في هذه الحياة هو الانضباط الذاتي ودون الانضباط الذاتي لن يكون هناك نجاح أو تطور فدائماً النجاح موصول بالانضباط وأعني بالانضباط هو القدرة على السيطرة على النفس وضبطها والصبر وعدم الاستسلام لأي مشاعر أو أفكار سلبية

وهذه الصفة لا يتمتع بها الكثير فهي التي تميز بين الناجحين والفاشلين في هذه الحياة فناجحون هم الذين يضبطون أنفسهم ويعرفون كيف يتعاملون مع ظروف الحياة والتأقلم معها ويضعون قواعد لأنفسهم ويسيرونها عليها أما الفاشلون فهم يسيرونها على مبدأ لا شيء ولا يضعون لأنفسهم قواعد يضبطون أنفسهم عليها

وغالباً سترأود إلى الذهن أن الانضباط يعني جلد الذات والسير على قواعد ثابتة ومملة والقسوة على نفسك أو العيش في إطار ضمن حدود ثابتة ولكن في الحقيقة ضبط النفس له أهمية كبيرة وتعتبر من المهارات الضرورية في الحياة ومن خلاله يستطيع الشخص أن يتغلب على أي نقاط ضعف لديه

والتحلي بالانضباط لا يكون في العادة أمراً ممتعاً في لحظتها لكن هذا الانضباط يقود إلى مستوى متقدم في الحياة

إذا كان لديك قدرة الانضباط بالعمل على مستوى دائم ستتغير حياتك إلى الأفضل مع مرور الوقت

:وهناك معادلة اخترعها تبين أن ضبط النفس موصول بشيئين هما

ضبط النفس + تحمل المسؤولية = النجاح

وهناك مقولة تقول: انضباط الآن وحياة أفضل غداً أو حياة سهله الآن ومعاناة غداً

والذكي هو الذي يعرف ماذا سيختار وهنا يأتي دورك فعليك أن تسأل نفسك ماذا تريد أن تجني من هذه الحياة وما الأشياء التي يجب عليك أن تحسنها بنفسك حتى تضبط ذاتك

الانضباط هو أسلوب من أساليب الحياة التي لا تقل أهمية عن أي شيء بل هي من أهم الأساليب المؤدية إلى تحقيق الأهداف والوصول إلى النجاح إذا كنت تريد النجاح، يجب أن تكون منضبطًا. لكن الواقع قاس، والرغبة في أن تكون شخصًا منضبطًا ذاتيًا يعني أنه يجب عليك إجبار نفسك على القيام بأشياء لا تحبها ولا تريد أن تفعلها

كيف تكون منضبطًا ذاتيًا

تكون منضبط ذاتي من خلال فهم نفسك وفم الظروف التي تعيش فيها والتأقلم معها والانضباط ليس عندما يشاهدك الجميع بل يكون عندما لا ترى أحدا عندما تكون أنت ونفسك مع بعض عندما لا يوجد مشجعون عندما يختار الذين حولك أن يكونوا عاديين وأنت تختار أن تكون القوي والمميز مثلا

1\ أن تنضبط بتناول أطعمه صحية عندما يكون هناك أطعمه مغريه أكثر . وهذا الانضباط سيغير حياتك مع مرور الوقت وسترى نتائج ملحوظة

2\ أن تنضبط بالدراسة عندما يكون هناك ألعاب مغرية أكثر وعندما يختار من حولك ان لا يدرس

3\ عندما توقظ نفسك من النوم للقيام للعمل وبينما هناك أشخاص من حولك نائمون

كل هذه الأمثلة تعبر عن الانضباط وهناك أمثله أكثر لان كل شخص لديه مسؤوليات يجب عليه الانضباط بها

الخيار لك هل تريد أن تغير حياتك جذريا من خلال ضبط نفسك أو أن تعيش بالحياة دون أي هدف وعدم ضبط النفس بقواعد ستغير حياتك إلى الأبد

:المختصر المفيد

:هناك مقولة تقول

بدأ كل من حقق أشياء عظيمة بالفوز بأول انتصار على أنفسهم. وكان الانضباط الذاتي نجاحهم الأول

ولا تنس أن تطوير الانضباط الذاتي للمرء هو ترويض نفسه وليس إيذاء نفسه.

الانتصار.

كان هناك إمبراطور عظيم في اليابان يقوم بإلقاء قطعة نقدية قبل كل حرب يخوضها فإن جاءت كتابه يقول للجنود (سنتعرض للهزيمة) وان جاءت صورة يقول لهم (سنتنصر) لكن هذا الإمبراطور كان في كل مرة يحقق الانتصار وكان الجنود يقاتلون بحماس حتى ينتصروا.

مرت السنوات وكبر الإمبراطور وهو يحقق انتصارا تلو انتصار فجاءت لحظاته الأخيرة، وهو يحتضر فأتى عليه ابنه الذي سيكون إمبراطورا من بعد موته وقال:

يا أبا أريد أن تعطيني القطعة النقدية لأواصل وأحقق الانتصارات مثلك، فاخرج الإمبراطور القطعة النقدية من جيبه فأعطاه إياه، فنظر الابن إلى القطعة النقدية فوجد أن الوجه الأول صورة وعندما قلبه تعرض لصدمة فقد كان الوجه الثاني صورة أيضا!!!
وقال لوالده تخدع الناس كل هذه السنوات ماذا سأقول لهم إن أبي الشجاع الذي لا يقهر مخادع؟؟

فرد قائلا: أنا لم أخدع إحدى هذه الحياة عندما تخوض في أي معركة يكون لك اختياران الانتصار والخيار الثاني الانتصار.
وقال أيضا "الهزيمة تتحقق إذا فكرت بها والنصر يتحقق إذا وثقت به" وكانت نصيحته لابنه ان لا يتغلب على هموم الحياة بالحظ وإنما يتغلب عليها بالإرادة والثقة بالنفس.

وهكذا تغلب هذا الإمبراطور الذكي في كل المعارك!!

يقول ونستون تشرشل "إن الإجابة الوحيدة على الهزيمة هي الانتصار!!"

وأعني بالانتصار هنا أن تنتصر على أفكارك السوداوية ومخاوفك من الحياة والناس فكن ذا عزيمة لتمحو هذا اليأس وتعيد الانتصار

لك وتقول هيلين كيلر "العلم مليء بالمعاناة وهو أيضا مليء
بالانتصار"

المختصر المفيد:

انتصر على كل من آذاك انتصر على كل من قتل من شانك وأهانك
ولا تجعل أحدا ينتصر عليك فلست أقل من أحد في شيء.

لماذا لا نرتقي؟

في المجتمع هناك عادات تنتشر عند الناس وأصبح من المتعارف عليها وتكثر في هذه الأيام وبشدة.

وهي أن يقوم الشخص من المكان الذي كان جالسا فيه سواء كان في طريق أو حديقة أو أي مكان عام ويترك ورائه مزبلة ولا يكثرث لأحد ولا يفكر أن هناك من سيأتي ويجلس بعده ولا يخجل من نفسه ولا من غيره أن يقوم وكل تلك القذارة متروكة لا بل يقوم ويذهب إلى سيارته دون أي تحمل مسؤولية أو أدنى تفكير بالنظافة العامة للمكان.

لو كل شخص فينا تحمل المسؤولية قليلا فقط وجمع ما تركه خلفه لما احتجنا إلى عمال النظافة ولم نحتج إلى من ينفض بعدنا.

لماذا لا يرتقي المجتمع فكرا ونراعي أن هناك أشخاصا سيأتون بنفس المكان أو يمشون بنفس الطريق الذي مررنا به لماذا لا نفكر بغيرنا ونتحمل مسؤولية تنظيف المكان الذي دمرناه من بعدنا وليس من الصعب على المرء تنظيف المكان الذي كان جالسا فيه ولم أقل إن ينسف ما خلفه هو وما خلفه غيره لا فقط نضاف ما خلفته أنت فقط.

إذا أنت تحملت المسؤولية الآن وعلمت أبناءك وعلمت من يكون معك ولو تحمل كل شخص مسؤولية المكان سيكون المكان نظيف.

يستطيع أن يقوم من مكانه ألا وهو منظم الذي تركه فإذا رأيت يوم مجموعة من الناس تقوم وتركت خلفها مزبلة فلا تستحين أن تذهب وتنصحهم وتقول لهم أن ينظفوا الذي تركوه فهم لم يستحوا عندما قاموا وتركوا مخلفاتهم ورائهم ولم يراعوا أحدا والذي لا يراعي الناس لا تراعيه أبدا.

واستغرب من هؤلاء الأشخاص كيف يقومون ويتركون المكان بحاله يرثي لها ولا يفكرون بغيرهم ولم يأمرنا ديننا ولا نبينا بأن نترك المكان بفوضى وخراب ولكن دع المكان بنفس الذي كان عليه قال رسول الله -صلى الله عليه وسلم- (طَهِّرُوا أَفْنِيَّتْكُمْ، فَإِنَّ الْيَهُودَ لَا تُطَهِّرُ أَفْنِيَّتَهَا). ولا تكن كاليهود لا ينضب المكان الذي تجلس فيه واعرف أنك إذا تركت مكانك

ولم تتظفه من بعدك فسيأتي يوماً من الأيام وتريد أن تجلس في مكان وسيكون مثل الذي تركته من قبل.

وإذا مررت بمكان فيه أوساخ على الأرض فأبعدها عن طريق المسلمين وقال نبي -صلى الله عليه وسلم- (عُرِضَتْ عَلَيَّ أَعْمَالُ أُمَّتِي حَسَنَتَهَا وَسَيِّئُهَا، فَوَجَدْتُ فِي مَحَاسِنِ أَعْمَالِهَا الْأَذَى يُنَاطُ عَنِ الطَّرِيقِ).

ولا تقتصر النظافة على هذه الأماكن فقط حتى دورات المياه التي بالأسواق والمدارس والحدائق فأصبحنا للأسف لا نرى هذه الأماكن نظيفة إلا نادراً فلو أن كل شخص نظيف من بعده المكان الذي يدخله لوجدنا كل مكان نذهب إليه نظيفاً وجميلاً.

المختصر المفيد:

لا ترم كيس البطاطس على الأرض وتحمل مسؤولية نفسك.

ليس يعنك!!

في هذه الآونة الأخيرة انتشر بين الناس ظاهرة التطفل والتدخل فيما لا يعني الشخص ويتجاوز كثير من الناس الأدب في حديثهم مع الآخرين، ولا يراعون في ذلك خلق ولا حياء بسبب جهلهم وقلة عقلهم بمكارم الأخلاق ولم يأمرنا الإسلام أن ننشغل بأمور تافهة ولا تعيننا وأمرنا أن ننشغل بأمور ديننا ودنيانا ونترك الخلق للخالق وأن نبتعد عن اللغو في الكلام وترك القيل والقال وبعضهم لا يستحي أن يسألك في أمورك الشخصية فتجده يقول:

هل تخرج ابنك... ما هو تخصصك... هل حملتي... هل أنجبت ابنتك بنتا أو ولدا... كم طولك... كم وزنك... كم عمرك... كم نسبتك في الجامعة... لماذا سافرت وكم يوم مكثت هناك... هل اشتريت بيتا جديدا... إلخ.

وقد يسألك بأمور خاصة أكثر وعندما تعرض عن الإجابة عنه يغضب ويهجرك مدة من الزمن ويذهب ويفضحك في كل مكان ويقول فلأن جحودا.

إذا أتاك مثل هذه النوعية من الناس فأدعوك أخي القارئ أن تهجر هذا الشخص لأن في الغالب هؤلاء الأشخاص يأخذون منك حديثا وأخبارا وأنت لا تأخذ شيئا منه لأنه يذهب جل وقته وهو يسألك في ماذا تفعل، وكم، ومتى، وأين... إلخ.

من الأدب ترك سؤال الناس بأمورهم التي لا تعنيك وعدم التطفل عليهم، وعدم التطفل على الناس واجب عليك وليس كرم منك وعن أبي هريرة رضي الله تعالى عنه، قال سمعت رسول الله صلى الله عليه (وسلم من حسن إسلام المرء تركه ما لا يعنيه)

ومن بعض قصص السلف في الرد على المتطفلين:

قال عمرو بن قيس الملائي:

مر رجل بلقمان والناس عنده فقال له: أأست عبد بني فلان؟ قال: بلى.
قال: الذي كنت ترعى عند جبل كذا وكذا؟ قال: بلى. فقال: فما بلغ بك ما أرى؟ قال: صدق الحديث، وطول السكوت عما لا يعنيني

وهناك قصه عن النبي -صلى الله عليه وسلم- على توفى رجلا من أصحابه يعني النبي صلى الله عليه وسلم، فقال رجل: أبشر بالجنة.

فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: أو لا تدري؟! فلعله تكلم بما لا يعنيه، أو بخل بما لا يعنيه.

وقال مَورِق العِجَلي:

أمرٌ أنا في طلبه منذ كذا وكذا سنة، لم أقدر عليه، ولست بتارك طلبه أبداً، قالوا: وما هو؟ قال: الكف عما لا يعنيني.

وهناك أبيات تصف كلام النبي صلى الله عليه وسلم في بيتين:

وعمدة الدين عندنا كلمات أربعة من كلام خير البرية

أنقى الشبهات، وازهد، ودع ما ليس يعينك، واعملن بنيه

المختصر المفيد:

دع الخلق للخالق ولا تشغل نفسك بأشياء ومواضيع لا تفيدك وتعلم أن تقلل من هذا التطفل قدر المستطاع.

التردد.

التردد هو السلوك الذي يجعل صاحبه مترددا في اتخاذ القرارات وهو عدم اليقين بالشيء في داخل صاحبه وهو الذي يجعل صاحبه يتأخر في الحياة فالأشخاص الذين يمتلكون قوة اتخاذ القرار هم الأشخاص الناجحون لأنهم لا يضيعون الفرص من بين أيديهم بسبب التردد والتردد من أعظم الأسباب المؤدية إلى فشل آلامه وعدم نهضتها.

وهناك حكمة تقول "عندما تتنافس فتذكر، في حال كسبت فأنت تكسب كل شيء وفي حال خسرت فإنك لا تخسر شيئاً... فلماذا التردد؟"

حقاً لماذا التردد لماذا لا يقبل الشخص أن يتطور لماذا يخاف من السقوط وهو أساس كل نجاح لماذا لا يجرب لماذا يضيع على نفسه فرصه ربما تغيير حياته إلى الأفضل لماذا؟

وأريدك أن تعرف أخي المتردد أنه كلما زاد التردد أبعدت عن نفسك فرص عديدة وصارت أهدافك أبعد وفرص إحباطك وفشلك في الحياة أكثر.

وأريدك أن تعرف أنه كلما كنت غير متردد وكنت تمشي نحو هدفك بخطى ثابتة كلما حققت مرادك وبلغت أهدافك وأحلامك وقللت فرص فشلك في الحياة.

وهناك مثل يقول: من يتردد بين مسجدين يرجع دون صلاة.

والآن ما هي أسباب التردد؟

١١ تربية الأهل وربما من أهم أسباب تردد هذه الأجيال هو عدم ترك الأهل خيار أبنائهم القرار وحتى في القرارات العادية مثل الأكل أو اختيار الملابس.

١٢ أن يكون لديك ضعف في المعلومات تجاه الموضوع الذي تتردد من أجله والحل أن تبحث أكثر فيه.

١٣ أن المتردد إذا أقدم على فعل يخاف النتائج المترتبة عليه إذا أخطأ فيحاول أن يبتعد عن كل الفرص ويترك المجازفة وقد يكون هذا من ضعف شخصيته أو من عدم ثقته بنفسه.

١٤ من الأسباب الناتجة عن التردد عند بعض الأشخاص هي الاعتماد على الآخرين في اتخاذ القرار مثل جعل الوالدين هم الذين يحددون كل قراراته.

١٥ وجود أشخاص محبطين ولا يشجعون على فعل الفرص.

١٦ عدم الثقة بنفسك والإيمان بقدراتك وبما تستطيع.

١٧ كثرة التفكير بالعمل ويقول عالم النفس السويسري (التردد وإطالة التفكير في القيام بعمل ما، غالبا ما يتحول إلى سبب لأبطاله)

والآن بعد عرفت أهم أسباب التردد تريد أن تعرف كيف تتخلص منه؟

١١ بالتجارب وهذه الطريقة هي الأكثر فعالية للتخلص من التردد.

١٢ حضور دورات تتعلم فيها كيف تتخلص من التردد وفي هذه الأيام ستجد الكثير من الدورات وغالبيتها مجانية.

١٣ ثق بنفسك وآمن بها وتوقع نتائج أحسن.

١٤ ابحث وقرا كتب عن كيفية التخلص من التردد أو كتب تجارب الناس في التردد وكيف إثر في حياتهم.

والآن كيف يمكنك أن تتخذ القرار دون تردد؟

هناك طريقتان في اتخاذ القرار دون تردد وهي:

الطريقة الأولى: اتخاذ القرار في الأمور العادية وأن تتخذه بسرعة ودون تفكير مثل أن تتخذ قرارا سريعا إذا كنت محتارا في أن تذهب إلى مطعم أم حديقة وهذه الطريقة فعالة جدا لكي تحسن من ترددك.

الطريقة الثانية: اتخاذ القرار في الأمور الكبيرة مثل زواج طلاق الإقدام على وظيفه التقاعد كل هذه تحتاج أن تفكر في الموضوع.

ولكن كيف تتخذ القرار الصحيح؟؟

أولا عليك أن تجمع المعلومات عن هذا القرار يعني تبحث عن مزاياه ورزاياه وأن تعرف هل سيفيدك أم لا.

ثانيا حدد إيجابيات وسلبيات كل قرار ستتخذه وهذه من أفضل الطرق في اتخاذ القرارات الكبيرة.

المختصر المفيد:

التردد العقبة الوحيدة المؤدية إلى الفشل وهو أكبر عقبة في طريق النجاح
فحاول وجرب كل الفرص ولا تندم إذا أخطأت لان كل شيء فيه مصلحة
لك.

اتخاذ القرارات.

في حياتنا كثيرا ما نتخذ قرارات مصيرية مثل الزواج او قرارات عادية مثل هل اشترى دفترا اسود ام احمر وربما لا يمر يوم الا وقد اتخذت أكثر من قرار واحد والقرار هو طريقة يتوصل اليها الشخص الى اتخاذ القرار في امرين او اتخاذ القرار في أمور معينة

واتخاذ القرار من الواجب عليك فعله و عليك ان تتخذ قراراتك بنفسك حول مستقبلك حياتك ومصيرك.

من أعظم الأسباب الموصلة الى النجاح هي اخذ قرارات تغير حياتك الى الأفضل وربما قد تأخذ قرار وتكتشف في النهاية انه سيء او ليس في مصلحتك او لا يفيدك في شيء بالمستقبل ولكن كن واثقا موقنا أنك فعلت الصواب عندما اتخذت قرار وعملت فيه. هنا ليس عليك شيء لأنك فعلت الذي عليك وربما لو لم تختار هذا القرار الذي تراه الان سيء ستندم على عدم اختيارك له في المستقبل فكن واثقا باختيارك حتى لو كان هناك شيء من الخوف في نفسك.

وتسألني اخي القارئ ماهي الفائدة من اخذ القرارات لماذا لا اترك شخص يأخذ القرار عني؟

وهنا تأتي أهمية اتخاذ القرار:

أولا: يساعدك اتخاذ القرار في حياتك على نجاحك ورسم مستقبلك وتحقيق غايتك.

ثانيا: تنظيم حياتك ومعرفة اولوياتك وما عليك القيام به.

ثالثا: ان تعرف ان اتخاذ القرار سيؤثر على حياتك وليس حياتك فقط وانما على العالم لأنك إذا اتخذت قرار ان تكون طبيبا فانت ترسم مستقبلك ومستقبل العالم اما إذا اتخذت قرار ان لا تكون أي

شي فأيضاً ستؤثر بهذا القرار على العالم لأن قرارنا يؤثر على الناس.

والآن بعد أن عرفت بعض من أهميات اتخاذ القرار ستسألني كيف يتم اتخاذ القرار المناسب السليم الذي يبني مستقبلك ويوسع مداركك؟

كيف يتم اتخاذ القرار:

١١ امسك ورقة وضع جدول يوضح مزايا ورزيا كل قرار سوف تتخذه وبناء على ذلك حدد موقعك واستشهد بكلامي هذا على قول غازي العتيبي (على صانع القرار ألا يتخذ أي قرار إلا إذا اكتملت امامه المعلومات) .

١٢ يجب أن تعرف أن أي قرار سوف تتخذه أنت مسؤول عنه وحدك وعند الفشل لا تحمله أحد سواك فأنت المسؤول.

١٣ خذ وقتاً كافياً في اتخاذ القرار لأن هناك قرارات لا تتحمل التأجيل وهناك قرارات تتطلب أن تفكر فيها كثيراً.

١٤ إذا استصعب عليك اتخاذ قرار فلا تخرج من أن تستشير أحد ودائماً استشر شخص ذو خبره ويكون واعياً مدركاً لجميع التفاصيل.

١٥ فكر بمستقبلك عند اتخاذ هذا القرار هل سيكون في مصلحتي؟ هل هذا القرار سيساعد في رفعتي أم انحطاطي؟ هل سيكون ملتزم بضوابطي الدينية والأخلاقية أم لا.

١٦ لا تفكر بمشاعرك عند اتخاذ القرار لأن المشاعر قد تكون خداعة في بعض المواقف،

دائماً عد الى عقلك وشاوره لان العقل دليل الانسان في حياته.

٧| عند اتخاذك القرار كن حاضر الذهن لا تشوش نفسك بأي فكره وتأكد من حالتك المزاجية قبل الاقدام على اتخاذ القرار وكن مسترخيا هادئاً لان التفكير يتوقف عند الغضب او الحزن وهذا من حقه ان يجعلك تختار قرار انت لا تريده.

٨| لا تكن مترددا في اتخاذ القرار وكن حازماً مع نفسك وثق بنفسك ولا تجعل أي شخص يؤثر عليك ويقولون (الناجحين سمة أساسية هي الحسم.. كل قفزة عظيمة في حياتك تأتي بعد اتخاذ قرار حاسم في أمر ما).

هذه من الأسباب المساعد على اختيار القرار الأنسب والتي قد يجهلها البعض والتي قد يندم الشخص على عدم العمل بها ومعرفتها.

المختصر المفيد:

اتخذ في حياتك قرار يقفز بك لغايات لم تكن تتوقعها في حياتك واتخذ قرار يكون ضمن حدود وضمن اهداف واضحة ونهاية مبينه من البداية.

الاعتذار

من فطرة الإنسان أنه كثير الخطأ ومن فطرته أيضا أنه لا يحب الاعتراف بالخطأ المرتكب في حق غيره أو في حق الله.

وقد شبه عدم الاعتراف بالخطأ بأنه نوع من أنواع الظلم.

والاستعلاء وكبر النفس في رفضها فكرة الاعتذار لهي صفة تحط من قدرك كل الانحطاط وتنقص من قدرك كل النقص وتسيء اليك كل الإساءة

والعاقل هو الوحيد الذي يعلم ان الاعتذار وسيله لخطف واستمالة القلوب ويقولون دائما إذا اردت ان يعجب بك كل الناس حتى كارهوك ومبغضوك ويرفع شأنك ومنزلتك ان تعتذر وتقول (انا اسف... اخطأت في حقك).

ولسنا أفضل من ابونا ادم -عليه السلام- عندما امره الله ان لا يؤكل من الشجرة التي في الجنة وعصى ادم ربه واكل منها ثم عاقبه الله بأنزاله من الجنة فتاب ادم واعترف بخطاه وقال (فَتَلَقَىٰ آدَمُ مِنْ رَبِّهِ كَلِمَاتٍ فَتَابَ عَلَيْهِ إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ).

الاعتراف بالخطأ لهو من نبل النفس وحسن طباعها فما أكثر الرجال الين فقدوا رجولتهم لأنهم يعدون ان الاعتراف بالخطأ يحط من قدرهم وما أكثر النساء الاتي فقدن جمال أنفسهن خوفا من الاعتراف بالخطأ.

تواضع عند خطئك واطلب الصفح والعفو من صاحبه إذا أخطأت واعلم انه سيسامحك ويعفو عنك وحتى إذا أخطأت بحق نفسك بارتكابك المعاصي والذنوب فتب الى ربك واستغفره لأنه غفور رحيم متجاوز عن سيئاتك وزلاتك رحيم بك أكثر من رحمتك على نفسك او رحمة والدتك عليك واعلم انه كما غفر لآدم فسيغفر لك ويهديك الى طريق الاستقامة ويبعدك عن طريق الاعوجاج والضلال وقل كما قالت بلقيس عندما ظلمت نفسه (رَبِّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي وَأَسْلَمْتُ مَعَ سُلَيْمَانَ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ).

وانت عليك اخي القارئ بالعفو عند من يخبرك بما زلة في حقك واذنب فيك لأنه لا اشيء أصعب على المرء من ان يظهر نفسه بلباس الخطأ.

وما أجمل قول النبي -صلى الله عليه وسلم- حينما قال لعقبة بن عامر (يا عُقْبَةُ! صَلِّ مَن قَطَعَكَ، وَأَعْطِ مَن حَرَمَكَ، وَاغْفُ عَمَّنْ ظَلَمَكَ).

وقوله أيضا (كُلُّ بَنِي آدَمَ حَطَّاءٌ، وَخَيْرُ الْأَخْطَائِينَ التَّوَّابِينَ).

ان الاعتذار طريقه سحريه في دخولها في قلب صاحبها فهي تحط من الكره الذي يسكن القلب ويقول محمد بن إسماعيل الاسحاقي:

إذا اعتذر الجاني محاذ العذر ذنبه

وكان الذي لا يقبل العذر جانياً.

وقول الشافعي -رحمه الله- وجعل مثواه الجنة:

اقْبَلْ مَعَاذِيرَ مَنْ يَأْتِيكَ مُعْتَذِرًا

إِنْ بَرَّ عِنْدَكَ فِيمَا قَالَ أَوْ فَجَّرَا

لَقَدْ أَطَاعَكَ مَنْ يُرْضِيكَ ظَاهِرُهُ

وَقَدْ أَجَلَّكَ مَنْ يَعْصِيكَ مُسْتَتِرًا.

وقوله أيضا:

قِيلَ لِي قَدْ أَسَى عَلَيْكَ فُلَانٌ

وَمُقَامُ الْفَتَى عَلَى الدُّلِّ عَارٌ

قُلْتُ قَدْ جَاءَنِي وَأَحَدَتْ عُدْرًا

دِيَّةُ الذَّنْبِ عِنْدَنَا الْإِعْتِذَارُ.

المختصر المفيد:

إذا كنت لا تريد ان لا تعتذر فلا تخطأ في حق أحدهم واحترم نفسك وغيرك...

إذا كنت تريد ان تنجح فتحمل المسؤولية.

يجب أن تعرف أن كل نجاح متعلق بالدرجة الأولى على قدرتك على تحمل المسؤولية والوعي التام بمشكلة الخوف في داخلك من تحمل المسؤولية من الخطوات الأولى نحو تحقيق المسؤولية.

في البداية ماذا أعني بتحمل المسؤولية: أقصد أن تتحمل مسؤولية نفسك وعملك وأن تتقنه وتجتهد في إخراجه بأحسن الأشكال وأن تتجنب وتبتعد عن كل ما يعيقك عن التكاسل أو الملل في أدائه، وتحمل المسؤولية الخطوة الأولى نحو الوصول إلى الغاية التي تريدها وهي بناء مستقبل حياتك، ولكن يبقى هناك عوائق تبعدك عن تحمل المسؤولية، وأكبر عائقا هو الخوف من الخوض في التجارب والفرص وعدم الفهم والوعي بتحمل المسؤولية.

أريد أن أسألك عزيزي القارئ كم مرة في حياتك ترددت وخفت نتيجة عدم تحملك المسؤولية أو كم مرة ضيعة فرص عظيمة من بين يديك ربما تغير حياتك إلى الأفضل نتيجة لعدم إدراكك بتحمل المسؤولية؟

دائما أسعى في حياتك وافعل الأمور التي تخف منها ولا تواجهها بالهرب ولا تهرب من فرص عظيمة لأجل الهروب من تحمل المسؤولية كن دائما مستعدا للوقوع في الأخطاء متعلم منها ومتيقن أنه لا يوجد نجاحا إلا بالأيمان بنفسك أولا ثم تحمل المسؤولية تعلم أن تخرج من القوقعة التي ترتاح فيها فشعور الراحة الدائم ليس شعورا جميلا لأنك ببساطة تقف حيثما أنت واقف دون أي فائدة وبهذا تمنع أي فرصة تطرق بابك.

ولكي تعالج نفسك من الخوف من تحمل المسؤولية يجب أن يكون لديك إرادة قوية وثقة بالنفس عالية لكي تواجه جميع المشاكل وعندما تتغلب على شعور الخوف ستكون مدركا لما يحصل في حياتك وتعلم كيف تتخذ قرارات تناسبك وتناسب مستقبلك.

لا تتعلق بالنتائج وجرب أن تفكر بالسعي وتترك التفكير في النتائج لاحقاً وتذكر أنك لست مسؤولاً عن النتائج وإنما مسؤول عن السعي لتحقيق الفرص (وَأَنْ لَيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى)

لا تربط فشلك بمشروع ما أو فشلك بمادة دراسية بفشلك دائماً كن متفائلاً بالنتائج وإن فشلت مرة أخرى فالفشل سبيل للتعلم والفشل شيء عظيم ونعرف جميعنا أنه لا يوجد نجاحاً إلا ولحقه الفشل من كل مكان لكن هنا يأتي دورك في التعلم من أخطائك وتجنب الوقوع بها مرة أخرى

ولا تربط تحمل المسؤولية بالحرية أولاً أفهم ما معنى الحرية واعرف أن الحرية لها ضوابط دينية وأخلاقية ثم طبقها في حياتك ولا تقول لا أريد تحمل المسؤولية لأن حريتي ستكون مقيدة وعلم أن الراحة لا تكون إلا بتحمل المسؤولية

صحيح أن تحمل المسؤولية صعب لكن يجب عليك أن تتعلمه وإذا لم تكن بالمكان الذي تريده أو تحلم أن تكون فيه فعليك هنا أن تستجمع كل قواك وتحمل المسؤولية أنت وحدك وتغيره في أسرع وقت لأنه أنت الذي ستبني مستقبلك بيدك وأنت الذي ستسعد نفسك وليس شخصاً آخر

يجب أيضاً أن تتحمل مسؤولية دينك بتبليغه وأن تتحمل مسؤولية الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر ولا تضني أن هذه هي مسؤولية العلماء والدعاة فقط لا هي مسؤوليتك أيضاً ونرى دائماً أن الشيء الذي يوقع الدولة في هلاك وضياع هو عدم تحمل المسؤولين عنها المسؤولية وهذا السبب الرئيسي في وقوعها وعدم نهضتها

:المختصر المفيد

إن الشعور بالمسؤولية والقيام بها على

أكمل وجه يجب ان يكون نصب اعيننا ومنهاج حياتنا ونور
مستقبلنا وان يصبح مسلكا يسير عليه كل الناس.

الإنجاز

أن الإنجاز هو رغبة الفرد بالتقدم من خلال الأهداف والطموحات التي يسعى لها

ومن خلال الرغبة بالإنجاز ظهر لنا الكثير من الأشخاص الناجحين ولكن لم يكونوا لينجحوا إلا إذا كان لديهم خطة يسيرون عليها وينجزونها على أتم وجه وما أكثر الذين يمر عليهم أيام وشهور وسنان وهم لم ينجزوا شيئاً ولا حتى إنجاز صغير فهم يضيعون عن أنفسهم الفرص الكثيرة التي إذا استغلها لمصلحته لاكتسب أشياء عديدة!!

والإنجاز ليس بالشيء الهين ولكن يجب أن تدرب نفسك عليه ويجب أن تمتلك ثقة بنفسك لكي تشجعك على أن تنجز وأن تعمل على نفسك أكثر وان تبني لنفسك خطط وأفكار واضحة

أعط نفسك فرصه كن أنت من يشجع نفسك على أن تنجز

لا تترك نفسك للآخر ثم تأتي وتقول ليتني كنت أنجز في حياتي أكثر ولكن لا ينفع الندم بعد مضي الوقت فقد قيل الاجتهاد أهون بكثير من ألم الندم وذي فشلت فلا تيأس فإن الفشل هزيمة مؤقتة فكن ذا عزيمة لتنجز.

كيف تكون إنسانا منجزا:

١١ أن لا تدخل إلى رأسك فكرة أنك لا تستطيع أن تنجز فهذا يوقعك بالإحباط فقط عليك أن تثق بنفسك أنك تستطيع أن تكون منجزا فهؤلاء الذين نجحوا لا يتميزون عنك بشيء فكلنا لدينا عقل ونعرف كيف نتعامل معه.

١٢ إذا أردت أن تكون منجزا عليك أن تكتب قبل أن تنام ماذا أنجزت في هذا اليوم وتضع خطه تبينا ماذا ستنجز غدا فهذا

سيساعدك على أن تعرف ماذا أنجزت اليوم ويعطيك دافعا قويا جدا لبداية يوم جديد مليء بالإنجاز.

١٣ أبدأ يومك بتفاؤل وإيجابية فإذا كنت مستيقظا بكل إيجابية وتفاؤل فأنت تعطي لنفسك حافزا ويكون هناك تشجيع من قبل النفس وهذا الفعل يجعلك تنجز أكثر.

١٤ النوم: النوم من أهم الأسباب المؤدية إلى النجاح فجرب نفسك عندما تكون لا تنام عندما تستيقظ ماذا يحدث لك؟؟

تكون كسولا وغير متزن مزاجي وتصبح لا تطيق الحركة وتكون مقصر في كل شيء لأنه باختصار أنت تفكر في النوم فقط فجرب أن تنام مبكرا لكي تستيقظ من النوم وأنت في أفضل مزاج.

١٥ قرر أن تكون منجزا من داخلك ولا تدع أحدا يؤثر عليك.

١٦ أن تحدد أهدافك وأعني بتحديد الهدف أن تضع لنفسك هدفا تستطيع أن تنجزه وإذا وضعت لنفسك هدفا صعبا من بداية الطريق فعلم أنك لن تكمل هذا الطريق فضع هدفا محددًا وواضحا ويسهل عليك تنفيذه ومع الوقت ومع التدريب أبدا بوضع خطط أكبر.

١٧ أن تضع هدفا يوميا وأن تضبط نفسك عليه وفي البداية لا تضع أكثر من هدف فهذا يساعدك على الاستمرارية وقليل دائم خير من كثير منقطع وأحب الأعمال إلى الله أدومها وإن قل.

١٩ اجعل من يومك ساعة مخصصة تنجز فيها الهدف الذي وضعته لأنه عندما تضع وقتا محددًا تكون قد تذكر نفسك لا إراديا فيه.

جميل أن تضع لك أهدافا وطموحا وتكون قد أنجزتها فشعور الإنجاز شعور عظيم ولم يعلم عنه الكثير فاغتنم الفرصة وأبدا بالإنجاز!!

المختصر المفيد:

يقول روبن شارما: "تؤدي الإنجازات اليومية الصغيرة بمرور الوقت إلى نتائج مذهلة."

اجعل لك بصمة في عالمك.

ليس هناك شيء أجمل من أن تقدم للأمة شيء يتذكرونك به أو أن تترك ذكرى تخلد في عقول الناس أو أنك تكون قدوة للكبير قبل الصغير أو أن تذكر وقت غيابك أو أن تذكر بعد موتك فهذا شعور رائع ولا يوصف عندما تقدم للناس شيئاً يتذكرونك به ويدعون الله لك ويقولون الله يكثر من أمثال فلان.

وما أسوء من أن تترك في قلوب الناس وعقولهم ذكرى سيئة تجعلهم كلما تذكروك بها دعوا الله عليك وقالوا الله لا يذكر فلان بالخير.

وجعل لك في الحياة بصمة حتى لو كانت كلمه حسنه تقولها لأحد أو اجعل بصمتك في الحياة أخلاقك الفاضلة أو تصرفاتك مع الناس وتعلم دائماً أو تدعون ربك أن يجعل لك محبة وقبول بين الناس وقل "وَأَجْعَلْ لِي لِسَانَ صِدْقٍ فِي الْآخِرِينَ" (الشعراء: ٨٤)

وقال الطنطاوي إن معنى هذه الآية واجعل لي ذكراً حسناً، وسمعة طيبة، وأثراً كريماً في الأمم الأخرى التي ستأتى من بعدي.

وقد أجاب سبحانه له هذه الدعوة، فجعل أثره خالداً، وجعل من ذريته -الأنبياء والصالحون، وعلى رأسهم سيدنا محمد -صلى الله عليه وسلم

وقد دل دعاء إبراهيم -عليه السلام- على أنه يجب على المسلم أن يدعو ربه بأن يكون قدوة ويحاول جاهداً أن يكسب قلوب الناس.

ابداً واترك إثر منذ صغرك ولا تأجله إلى رشدك واعلم أن كثيراً من العظماء الذين غيروا التاريخ كانوا صغاراً وكان مؤسس اللغة العربية سيبويه الذي ترك ذكرى خالدة في الجميع والذي يعرفه الصغير والكبير قد مات وسنه دون الخمس والعشرين عاماً ومثله الكثير من العلماء الذين رحلوا لكنهم تركوا ورائهم مجداً شامخاً واسماً يذكر وعمل يؤجر إن شاء الله.

ودائماً كنت أسأل نفسي لماذا أجعل لنفسي بصمة في المجتمع وما الفائدة من ذلك.

وأخيرا توصلت إلى جواب هذا السؤال وهو (حتى يستمر معروفك بعد موتك لكي تنام في قبرك في راحة) تخيل لو أنك مررت بالحياة مرورا ولم تترك شيئا يذكر في الحياة أو أنك تركت إثر سيئ في شخص لم ينسه طوال حياته ومن الممكن أن تتعقد حياته بسبب هذا الأثر السيئ الذي تركته فيه.

:وهناك طرق كثيرة تجعل لك بصمة في مجتمعك وحتى في العالم ومنها

ابتسم في وجه من تعرفه ومن لا تعرفه فلابتسامة تفتح لك القلوب ولن تخسر شيئا إذا تبسمت بوجه أحد وتذكر قول الرسول -صلى الله عليه وسلم- (لا تُحَقِّرَنَّ مِنَ الْمَعْرُوفِ شَيْئًا، وَلَوْ أَنَّ تَلَقَى أَخَاكَ بِوَجْهِ طَلَّقَ) وقال أيضا (تبسّمك في وجه أخيك صدقة...).

كن دائما متفائلا ونثرا على الناس الإيجابية والفرح اجعلهم يضحكوا فلم يعد أحد يطيق أن يصاحب أو يتكلم مع الأشخاص السلبيين والذين من النادر أن يضحكوا ولا تكون عبوس الوجه مقطب الحواجب ضيق الخلق يكرهك من يعرفك ومن لا يعرفك ويقولون إن البيئة الإيجابية تولد أشخاصا إيجابيين والبيئة السلبية تولد أشخاصا سلبيين.

أعط الناس هديه ولو بسيطة يتذكرونك بها فالهدية تورث في القلب الحب والألفة بين الأشخاص قدم هدايا للمحيطين بك فهي تفتح قلوب الآخرين وقد قالوا عن الهدية بين الأصدقاء (إذا كان الأصدقاء يتبادلون الهدايا، فإن الهدايا هي التي تصنع الأصدقاء) وكان الرسول -صلى الله عليه وسلم- يقول "تهادوا تحابوا" وقال الفضل بن سهل: ما استرضي غضبان ولا أستعطف السلطان ولا سُلِّبَتِ السخائم ولا دُفِعَتِ المغارم ولا أستميل المحبوب ولا توقي المحذور بمثل الهدية.

وهذا لما في الهدية من إثر بين الناس ولا تكثر على نفسك بإعطاء أغلى الهدايا، فالهدايا ليست بقيمتها المادية وإنما بقيمتها المعنوية.

وأخيرا اجعل لك بصمة في مجتمعك بأخلاقك الحسنة وتعاملك الفاضل وهناك فلسفة تقول لكل إنسان بصمة يمتاز بها عن الغير البعض بصمته الحكمة وآخرين بصمتهم الصدق وأناس بصمتهم العقل ولكن الأخلاق الجميلة تجمع كل البصمات فجمال أخلاقك يكفيك عن جميع البصمات.

فصاحب الخلق الحسن تبقى بصمته ولن تزول فتمسك بأخلاقك فهي أجمل
بصمة يمكن أن تتركها في قلب أحدهم

وأدعوك أخي القارئ ان لا تتركب قطار الحياة وتنزل منه إلا إذا تركت
أثرا حسنا في راكبي هذا القطار اجعل نفسك مزدهرا في كل مكان وأنقش
اسمك على كل قلب أسعد الآخرين بكلمة وأسعدهم بالطرق المتاحة لديك
اجعل كل شخص يتذكرك بكلمة طيبة

:المختصر المفيد

اللهم اجعل لنا بصمة في الحياة وجعل لنا لسان صدق في الآخرين

التفاؤل والمتفائلون.

إن التفاؤل من أعظم الأسباب وأهمها للوصول إلى السعادة والتفاؤل من صفات المؤمنين ومن صفات التي يحبها الله ورسوله وقد كان النبي -صلى الله عليه وسلم- يحب التفاؤل في جميع أمورهِ ويكره التشاؤم وذكر عنه الكثير من المواضع التي تفاعل فيها فقد كان النبي -صلى الله عليه وسلم- يغير أسماء بعض الأماكن ويغير بعض أسماء الرجال والنساء إلى ما يدعون إلى التفاؤل فلقد غير النبي -صلى الله عليه وسلم- اسم واد يقع جنوب المدينة المنورة من اسم (وادي عفرة) أو (وادي غبرة) إلى (وادي خضرة) وهذا الوادي الآن يطل على ساحة خضراء جميلة.

وهذه الصفة صفه إذا تخلق بها المؤمن فسيسعد في حياته لأنها فيها ارتباط عظيم بالله لان المؤمن متيقنا يقينا تاما وكاملا أن كل الأمور مرجعها إلى الله وحده (وَإِلَيْهِ يُرْجَعُ الْأَمْرُ كُلُّهُ).

وثيقا دائما أن التشاؤم لا يعود عليك بخير وإنما بضرر فتفاعل لان التفاؤل يحل المشكلات ويفك كل المضلات وقد كان النبي -صلى الله عليه وسلم- يقول (لا عدوى ولا طيرة، ويعجبني الفأل الصالح) فكان النبي -صلى الله عليه وسلم- يحب الفأل والكلمة الصالحة ويكره التشاؤم والكلمة السيئة وإذا كان المسلم متفائلاً بربه ساق الله إليه كل أسباب الرضا، والقناعة والسعادة.

ومن أهم الأسباب المؤدية إلى التفاؤل:

كن واثقا بالله خيرا لأنك إذا وثقت به فسيحصل معك كل شيء حسن وكل شيء أنت تتمناه فكن متفائلا واثقا بالله فما خاب من وثق به.

لا تخالط ولا تعاشر مجتمع سلبي ومتشائم لأنهم في يوم من الأيام سينشرون عليك سمومهم القاتلة ومن ثم ستكون مثلهم فالصاحب صاحب فإذا كان صديقك متشائما وسلبيا فأنصحك أن تتركه وأنصحك قبل أن تتركه ولكن لن تنفعه النصيحة لئن أبو طبع لا يترك طبعه فإذا تغير يوم أو يومان فلن يتحمل أكثر وسيرجع على حاله فإذا مررت بهؤلاء الأشخاص مرورا فقط فأسرع في الركض وإذا استطعت فركض بيديك وقدميك.

أنضر إلى الحياة بإيجابية وتفاؤل ولا تسمح لمشاعرك و غضبك أن تسيطر على يومك لأنك إذا سمحت لها يوماً ستأتيك هذه المشاعر كل يوم وكل ساعة.

وأثبتت الدراسات أن المتشائمين هم أكثر الناس عرضه للموت والمرض لأن أفكارهم سوداوية وقائمة فهم لا يحملون إلا التشاؤم في حياتهم وبينما أن المتفائلين هم أقل الناس عرضه للموت والمرض لأنهم ينظرون إلى الحياة بفرح ويتفاءلون بأن الغد أجمل وان السعادة ستمطر عليهم من السماء.

إن تمارس الرياضة ربع ساعة في اليوم وأنصحك بالمشي في مكان مفتوح لأن المشي في مكان مفتوح يرخي العقل ويشعر الشخص بالفرح وإذا مارست الرياضة فإن هناك هرمونا في جسمك يسمى (الاندورفين) وهو الهرمون الذي يسمى (هرمون السعادة) هذا الهرمون يشعرك بالفرح ويشعرك بإيجابية وإذا كنت ممارسا للرياضة البدنية فإن هذا من الأسباب المؤدية إلى ارتفاع هرمون السعادة وهناك دراسة تقول إن الركض بشكل خاص يرفع من مستوى إفراز الاندورفين.

وهناك أمثلة كثيرة تساعد على التفاعل وكل شخص يعرف كيف يجعل نفسه متفائلا وإيجابيا.

المختصر المفيد:

تفاعل فإن في التفاؤل حياة تفاعل وكن إيجابي تفاعل وأسعد نفسك تفاعل ولا تجعل مشاعرك أو أفكارك تهدم حياتك تفاعل لكي تفرح ولا تشقى في حياتك.

الخاتمة:

وفي ختام هذا الكتاب أشكرك أخي القارئ على إنهاءك الكتاب وأتمنى أن يكون في حسن ضنك وأن تكون قد نلت مبتغاه وأن يكون حسن منك ولو بشيء يسير وأعانك على دينك ودنياك.

وأحب أن أشكر كل من وقف معي وكان مسانداً لي ومشجعاً واختص من هذا الشكر إخوتي أصدقائي جميعهم لأنهم كانوا معي من بداية الخطى

كما أشكر كل شخص اقتنبت من حكمه أو أشعاره أو كتبه.

وفقك الله أخي القارئ لما يحب ويرضى... وعسى أن ينفع الله بك الأمة الإسلامية.

هاجر إبراهيم الرشيد.