

حقق هدفك



تأليف

مينا دنيا لمعى

مقدمة

من منا لا يريد أن يكون ناجحا ؟ اليس ذلك حلم كل إنسان ؟ من منا لا يريد تحقيق اهدافه ؟ من منا لا يريد أن يكون قدوة يقتدى بها ؟ من منا لا يريد أن يكتب اسمه فى قائمة الناجحين ؟

بالطبع كلنا نسعى للنجاح ، وتحقيق الأهداف ، ولكن البعض منا لا يعلم أى الطرق التى يسلكها من أجل تحقيق اهدافه و تحقيق النجاحات ، لذلك سأوضح لك فى هذا الكتيب الذى بين يديك الآن الخطوات التى يجب أن تسلكها لتحقيق اهدافك ، ونظرا لأنى أعلم أنك لا تحب القراءة ، فقامت باختصار هذه الخطوات إلى ١٢ خطوة فقط ، مع الشرح المبسط لكل خطوة .

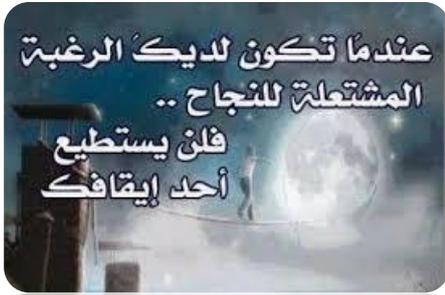
فأقرأ بتأنى هذه الخطوات ، وطبقها فى حياتك فهى مضمونة .

الخطوات التي يجب أن تسلكها لتحقيق اهدافك :

أولا : الرغبة :-

((إذا لم يكن لديك الرغبة فى المخاطرة فى بعض الأحيان ، فعليك أن ترضى بأن تكون شخصا عاديا))

- جيم رون -



- يجب أن يكون لديك رغبة مشتتة من أجل

تحقيق هدفك ، رغبة تدفعك إلى المغامرة ،

رغبة تجعلك تسهر الليالى ، تعمل بلا توقف ،

تبحث عن المعلومة فى كل مكان .

ذات يوم ذهب أحد الشباب لسقراط يطلب منه أن يتعلم الفلسفة ،

وسأله : ماذا على أن أكون حتى أتعلم الفلسفة ؟

قال سقراط : اتبعنى

تبعه الشاب وذهب وراءه إلى بحيرة صغيرة ، قال سقراط للشباب :

اقترب من المياه برأسك ، وفى طاعة مد الرجل رأسه ليقترب من المياه

، ضغط سقراط بكفتا يديه على رأس الشاب دافعا إياها أسفل الماء ،

وكانت مقاومة الشاب ضعيفة فى البداية ، ومن ثم عندما بدأ يفقد قدرته

على الاستمرار فى الماء بدون أوكسجين ، دفع برأسه وكل قوته يدي

سقراط ليخرج رأسه من الماء متعجبا من فعلة سقراط الحمقاء ،

قال الشاب : ماذا فعلت بي !!؟

قال سقراط : ما هو أكثر ما احتجته بينما كنت بالماء ؟

قال الشاب : الأوكسجين

قال سقراط : عندما يصل احتياجك ورغبتك فى النجاح مثل احتياجك ورغبتك إلى الأوكسجين و أنت أسفل الماء وقتها سوف تكون من الناجحين .

فيا من تريد تحقيق اهدافك ، والنجاح فى حياتك أعلم إن لم يكن النجاح بالنسبة لك حياة أو موتا فلن تنجح أبدا .

ثانيا : تحديد الهدف :-



✓ يجب أن يكون الهدف الذى تسعى إليه هو

هدفك أنت ، ولا تجعل أى شخص يختار لك

هدفك ، لكى تشعر بالرضا والسعادة عند

تحقيقه .

✓ لا يمكن أن تصوب على هدف أنت لا تراه

، لذلك قم بتحديد هدفك بدقة ، اجعله واضحا

أمامك دائما ، اكتبه فى ورقة وضعه على

الحائط ، انظر إليه باستمرار ، فبمجرد كتابتك له فأنت بذلك تكون

قد حققت 40% منه . ولكن عند تحديد هدفك يجب مراعاة الآتى :

١- أن يكون محددا : أى تختار التخصص أو المجال الذى ينتمى إليه بالتحديد .

٢- أن يكون قابلا للقياس : أى يكون لديك العلم بالمدة التى يتطلبها تحقيق هذا الهدف .

٣- أن يكون قابلا للتحقق : أى يكون واقعا ويمكن انجازه فى المدة المحددة . فمثلا لا يمكن أن يكون هدفك هو تعلم لغة جديدة ، وتضع لذلك مدة تتراوح ما بين ٦ اشهر - ١٢ شهر ، فتعلم اللغة يحتاج على الأقل ٣ سنوات .

٤- أن يكون مرتبطا بالمرحلة : أى يكون مرتبطا بأولوياتك فى هذه المرحلة (الفترة) .

٥- أن يكون محددًا بزمن : أى يكون محددًا بمدة وليس متروكا بدون تحديد الوقت المخصص له .

ثالثا : الإلتزام :-



- يجب أن تكون ملتزما بالوقت الذى وضعته لتحقيق الهدف .

- ها أنا اسمعك الآن و أنت تقول ليس لدى

الوقت الكافى لكى التزم بتحقيق هذا الهدف ، ولكنى أتيت إليك بدراسة ستجعلك تمحو هذه المعتقدات الخاطئة التى تخدع بها نفسك باستمرار، هذه الدراسة تقول أن الشخص لو درس فى مجال واحد كل يوم ولمدة ساعتين ، فسوف يصبح خبيرا فى هذا المجال بعد ٥ أعوام .

فهل لا تمتلك ساعتين فراغ يوميا !!!

اترك هذه الآلة التي بين يديك الآن ، اترك تلك التي يسمونها مواقع التواصل الإجتماعى (السوشيال ميديا) ، والتي تستغرق من وقتك الساعات بدون تحقيق أى إنجاز ، اذهب سريعا وحدد هدفك ، حتى تكون فخورا بنفسك عند تحقيقه ، فهذه المواقع لن تفيدك بشئ بل أنها ستسلب طاقتك وتملئ افكارك بالسلبيات ، اتركها الآن قبل فوات الأوان .

رابعاً : الإصرار :-



إذا اردت تعلم الإصرار ، فاسترجع ذكرياتك الجميلة فى الماضى ، استرجع ذلك الوقت الذى كنت فيه طفلا ولكنك كنت تعلم معنى الإصرار ، حينما طلبت من والديك أن يشتروا لك دراجة ، ولكنهم رفضوا هذه الفكرة فى البداية ، ونظرا لإصرارك الشديد وإلحاحك قاموا بشرائها لك ، ويرجع ذلك لإرتكازك الذهنى على شراء الدراجة .

- فلماذا لا تفعل هكذا حاليا للوصول لأهدافك !!؟؟
- لماذا لا تصر على تحقيق هدفك مهما كانت المعوقات امامك ؟
- تذكر دائما أنك لو أردت الحصول على أى شئ فى هذه الحياة ستحصل عليه عندما يكون لديك الإصرار الكافى ، ويكون هذا الهدف نقطة إرتكازك الذهنى .

خامساً: كن واثقا فى قدراتك :-

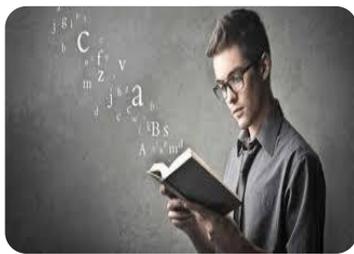
- يقول علماء الأعصاب أن المخ يستطيع أن يتعامل مع ٣٠ مليون معلومة فى الدقيقة الواحدة .

- الجهاز العصبى له ١٠٠ بليون خلية عصبية ، وبين كل خلية عصبية وأخرى توجد الألياف العصبية ، وعدد الألياف بين الخلايا العصبية رقم لا تستطيع قراءته ، وهذا ما يجعلك تستطيع التعرف على شخص لم تراه منذ أكثر من ٢٠ عاما فى لحظة واحدة .



- عين الإنسان تغلق وتفتح فى اليوم أكثر من ١٨ ألف مرة ، وذلك يساعدك على القراءة السريعة .
- هل تعلم أنك تستطيع أن تطور من ذكاءك .
- كل ذلك وما زلت تشكك فى قدراتك !!!!!!!
- ((ثق بنفسك وبقدراتك ، وتذكر دائما أنك لو أردت أن تحقق هدفا ما ، فإن الكون كله سيطاوعك لتحقيق رغبتك))
- رواية الخيميائى -

سادسا : التعلم باستمرار :



- يقول بيتر دراكر فى تعريف المتعلم :
- هو ذلك الشخص الذى تعلم كيف يتعلم ومستمر فى التعلم ، وأنا أقول لك أن الجاهل هو هذا الشخص الذى اكتفى بما تعلمه فى المدرسة والجامعة ولم يستمر فى التعلم بعدها .

- لا تتوقف عن التعلم ، اقرأ الكتب ، اجمع المعلومات ، احضر الدورات التدريبية وذلك حتى لا تكون ضحية الجهل ، وحتى

- تستطيع أن تحقق أهدافك ، فالعالم الذى نعيش فيه فى تطور سريع للغاية ، يجب عليك أن تواكب هذا التطور ، وخاصة فى مجالك .
- يقول ستيفن ر. كوفى مؤلف كتاب العادات السبع للناس الأكثر فعالية : إذا أردت أن تعجل من نجاحك عليك أن تتعلم شيئا جديدا كل يوم .
- تعلم باستمرار فإله خلقك فى أحسن تقويم ، وميزك بالعقل عن باقى الكائنات ، فاستغل تلك النعمة فى اكتساب مهارات جديدة ، وتحقيق أهداف مفيدة .
-

سابعاً : التضحية :-

- فى البداية يجب عليك أن تضحى ، ضحى بمالك ، بوقتك ، بجهدك ، فوقت البداية هو المرحلة الأصعب ، والتي إذا أحسنت استغلالها ، وعملت جاهدا فى ذلك الوقت ، بغض النظر عما ستفعله ، ستعيش ما تبقى لك من عمر سعيدا . وتذكر دائما أن تفعل ما يجب عليك فعله لا ما تحب فعله
- اهجر تلك الجلسات التى ليس لها قيمة والمتمثلة فى (القهاوى ، الكافيهات ، الصحبات السيئة ، الخ ، والتي لا تحقق منها شيئا مفيدا ، و إن لم تتركها حالا ستكون شاهدا على فشلك فى المستقبل .
- أسلك تلك الطرق الصعبة المليئة بالآلام ، التى ستجعل منك فى المستقبل شخصا ناجحا ، يقتدى به .
-

ثامنا : التدريب والممارسة :-

تدرب باستمرار ، لا تأخذ المعلومة دون أن تطبقها ، حاول بكافة الطرق أن تجد طريقا لتطبيقها ، فالتدريب و الجانب النظرى وجهان لعملة واحدة ، وكل منهما يكمل الآخر ، وبذلك تكون قد تعلمت ما تلقنت .

تاسعا : تخلص من المحبطين :-

- تخلص من المحبطين السلبيين الذين يستمتعوا بأفساد كل ما هو جميل .



لماذا تتخلص من المحبطين ؟ لأن المحبطين سيأثروا عليك من خلال عقلك الباطن (اللاواعى) ، وهو ذلك الجهاز الذى يتسلم كل المعلومات التى تأتيه من عقلك الواعى ، و بدون التفكير فيها سيشرع فى تحقيقها .

- لا تحيط نفسك بهولاء الأشخاص الذين لا يخرج منهم سوى السموم ، ولأن آلية عمل عقلك الباطن هى نفس آلية عمل جهاز الكمبيوتر ، فكل ما تدخله إليه سيخرج لك بالشكل الذى أدخلته ، فأحترس !

عاشرا : أصنع خريطةك الذهنية الصحيحة :-

ماذا لو كان لديك خريطة طبع عليها عن طريق الخطأ أنها خريطة الإمارات ، وأنت تريد الذهاب إلى السعودية ، هل لو أتبعتها ستصل إلى مبنغاك ؟

بالطبع لا

هكذا ما يحدث مع عقلك ، فلو وصفت له طريقا خطأ ، أو رسمت طريقا ليس هو هدفك . بالطبع لن تصل إلى ما تريد تحقيقه ، ولو بعد حين .
- ضع خريطتك الذهنية بدقة ووضوح ، فهي كالبوصلة التي ستدلك على الطريق الصواب ، وأعمل دائما في صمت .

حادى عشر : كن إيجابيا :-

((انظر إلى الجانب الإيجابى فى أى مشكلة تتعرض لها))

- مينا دنيال لمعى -



- سوف تواجهك مشاكل كثيرة أثناء السير فى طريق تحقيق هدفك، يمكنك أن تأخذ من هذه المشكلات عائقا يمنعك من تحقيقه ، أو تتعلم من أخطائك حتى لا تقع فى نفس المشكلات مرة أخرى .

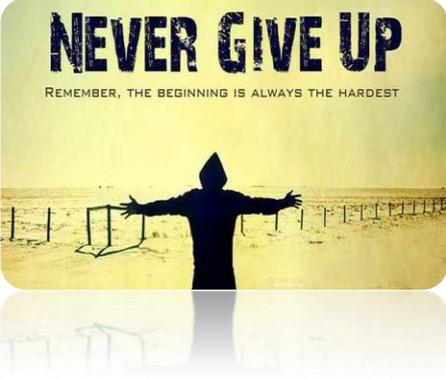
- كن إيجابيا ، ولا تنظر للسلبيات من حولك ، كن أنت المصباح الذى ينير طريق الآخرين ، ساعد الجميع على أن يكونوا ناجحين ، انشر من حولك السعادة والامل والرجاء ، فالذى تفعله مع الآخرين سيرتد إليك ولو بعد حين .

- كن إيجابيا ولا تقل أن الحياة تعب ومشقة ، لأنك ستراها هكذا ، وستتعب من أقل مجهود ، بل قل أن الحياة جميلة ، وستجدها هكذا ، ولا تنسى آلية عمل عقلك الباطن .

ثانى عشر : لا تستسلم ابدا :-

((كرهت كل لحظة فى التدريب ، ولكنى كنت أقول : لا تستسلم ،
أتعب الآن ثم عش بطلا بقية حياتك))

- محمد على كلاى -



- (لا تستسلم) ، أجعل من هذه المقولة انشودة
تتغنى بها دائما ، ردها باستمرار ، لا تكف
عن الصياح بها ، ذكر نفسك دائما بأهدافك ،
وردد هذه المقولة باستمرار ((أنا أستطيع
تحقيق هذه الأهداف ، لا يستطيع أحد أن يعيقنى
، فأنا املك من القدرات ما يجعلنى أصل إلى هدفى)) .
- ثق بنفسك وقدراتك ، وأعلم أن الشخص الذى يحقق أهدافه هو ذلك
الشخص الذى لا يوجد فى قاموسه كلمة مستحيل .
- ابذل كل ما بوسعك ، ومهما كانت الصعوبات التى تواجهها لا
تستسلم ، وكن على يقين بأن غدا ستختفى تلك الغيوم العتماء ،
وستظهر شمس مشرقة لا تغيب وهى شمس النجاح .

إلى اللقاء....

مع خيالى : مينا ونبال لى