

سلسلة

أسرار

صناعة

النجاح

3

السر الثاني

# النفس القوية والنجاح

كاتبة الأسيرة: هيام محمود

"3"

السر الثاني

النفس القوية والنجاح

مكتبة الأسرة

حياء محمود

قال تعالى:

{ يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ  
وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ  
وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ }{11}

سورة المجادلة

اغتنم خمساً قبل خمس:

حياتك قبل موتك،  
وشبابك قبل هرمك،  
وفراغك قبل شغلك،  
وصحتك قبل مرضك،  
وغناك قبل فقرك.

# أسرار

## صناعة النجاح

- كيف تغير نفسك؟
- كيف تبني حياتك؟
- كيف تتجاوز أزماتك؟
- كيف تؤسس أحلامك؟
- كيف تتفوق في عملك؟
- كيف تنجح في بيتك؟
- كيف تواجهان المصاعب وتغلبان على معوقات النجاح؟
- كيف تتقن فن اللعب مع أحداث الحياة؟

كان الكتيب السابق  
هو السر الأول  
من أسرار صناعة النجاح  
وهو: **الإيمان والنجاح**  
وتكلمنا فيه عن  
العلاقة القوية بين الإيمان وتقوى الله وبين النجاح في الحياة

=====

وستتناول في هذا الكتيب  
السر الثاني  
من أسرار صناعة النجاح  
وهو:  
**النفس القوية والنجاح**

## الإهداء

أهدي أسراري إلى:

- كل من يبحث عن النجاح.
- كل من يريد استحقاق الخلافة في الأرض.
- كل من يبحث عن الامتياز والتفوق.
- كل من يريد أن ينجز وينتج ويحرز التقدم.
- كل من لم يشعر حتى الآن بقيمة الحياة ومعناها.
- وإلى كل من يبحث عن نفسه.

## المقدمة

بسم الله الرحمن الرحيم، والصلاة والسلام على خير المرسلين ، وعلى آله وصحبه والتابعين ، وتابعيهم بإحسان إلى يوم الدين ، يا ربنا لك الحمد كما ينبغي لجلال وجهك ولعظيم سلطانك ، حمدا كثيرا طيبا وافرا مباركا فيه ، ملء السموات وملء الأرض ، وملء ما بينهما ، وملء ما شئت من شيء بعد... وسبحانك سبحانك، سبحانك لا علم لنا إلا ما علمتنا إنك أنت العليم الحكيم ، سبحانك يا من عنده مفاتيح الغيب لا يعلمها إلا هو، ويعلم ما في البر والبحر، وما تسقط من ورقة إلا يعلمها، ولا حبة في ظلمات الأرض ولا رطب ولا يابس إلا في كتاب مبين.

ربّ أشرح لي صدري ويسّر لي أمري واحلل عقدة من لساني يفقهوا قولي.

ثم أما بعد...

فقد عمّ الأمة الإسلامية حالة من الفوضى والعشوائية في السلوك، وفي الحياة عامة، وتباعدت بها الخطى عن النهضة والتقدم والحضارة، وصارت خلف الركب آلاف الأميال، وانتشرت في الأمة نماذج الكسالى واللامبالين، الذين يتفنون في قتل الوقت فيقتلون أنفسهم ويقتلون مجد الأمة بأكباد غليظة، ويأيد ملطخة بدمائها. وللأسف لم يبق من الأمة إلا القليل من يتمنون لأمتهم العزة، وحتى هؤلاء فقد عثرت بهم الخطى، وضلوا الطريق، وضاعت بهم السبل؛ لأنهم لم يعرفوا الطريق الصحيح الذي يوصلهم للحلم الذي ينشدونه.



ومن هنا وجب على كل مخلصٍ لدينه ناصحٍ لأمتِه أن يكون معيناً لإخوانه على الرقي والتقدم بذواتهم، ومن ثمَّ بآمتهم، والله في عون العبد ما كان العبد في عون أخيه، لذا شرعت في كتابة هذا البحث الموضوعي العلمي الذي أرجو من الله جل وعلا أن ينفعني به وإياكم وسائر المسلمين، وأن يعيننا به جميعاً على نصرة هذا الدين.

وأرجو من الله أن أكون قد وفقت في هذا العمل. وأن ينتفع به كل مسلم ومسلمة لنتفع به أمة الإسلام.

اللهم لا سهل إلا ما جعلته سهلاً ، وأنت تجعل الحزن إذا ما شئت سهلاً.

وما توفيقي إلا بالله عليه توكلت وإليه أنيب.

ربنا تقبل منا إنك أنت السميع العليم

هيام محمود روي

2008 /1

تاريخ إعادة الصياغة

2016 /12

# تنبيه هام

لم أقصد البتة فى أية مرة قلت فيها النجاح  
أى شيء يخالف نهج الله...

بل أعنى أول ما أعنى من النجاح:  
النجاح فى إقامة دين الله فى كل ذرة من حياتنا.

# كيف أنجح في حياتي؟

- الأسباب الإيمانية للنجاح.
- الأسباب النفسية للنجاح.
- الأسباب الجسمية للنجاح.
- الأسباب العقلية للنجاح.
- الأسباب الاجتماعية للنجاح.
- الأسباب المعرفية للنجاح.
- الأسباب العملية العشرة للنجاح.

## تمهيد

### كيف أنجح في حياتي؟

مما لا شك فيه أن النجاح مطلبٌ ثمين، وإذا أردت أن تحقق المطلب الثمين فلا بد أن تبذل له من وقتك ومن فكرك ومن جهدك ومن مالك، وإلا فأنت لاهثٌ وراء الوهم، راکضٌ خلف السراب، تحلم بالنجاح وتهزى، وسوف تستيقظ من الحلم لتجد نفسك على صخرة الواقع الذي ليس فيه سوى خيبة الأمل، ولكنك إذا كنت جادا في الرغبة، فسيسهل عليك الوصول للنجاح- إن شاء الله- فكل الناس تحب النجاح، لكن القلة منهم فقط هم تصل إليه. فإن تساءلنا: ولم ذاك؟

فالجواب واضح: لمشقة الوصول، وعناء الطريق، وطول المسافة، وبذل الجهد الجهد، وكما قال الشاعر:

لولا المشقة ساد الناس كلهمُ الجود يُفقر، والإقدام قتالُ

فلا بد من البذل والعناء لتحقيق الهدف العظيم الذي لاتصبو إليه إلا النفوس العظيمة ذات الهمم الشوامخ.

وقد قمت بتقسيم الأسباب المعينة على الوصول للنجاح إلى مجموعة عناصر، وأولها الأسباب الإيمانية، فما من خير إلا والإيمان هو السبب الأعظم في الوصول إليه، وما من شر إلا وتقوى الله سبب في دفعه عن العبد.

## وأسباب ذلك النجاح مقسمة في سبعة أسرار:

### أولاً: الأسرار الإيمانية:

1. الإخلاص لله، وتعدد النوايا الصالحة.
2. حسن الظن بالله، والثقة فيه.
3. التوكل على الله.
4. الدعاء والاستعانة بالله.
5. الاستخارة والتسليم.
6. حب النفع للمسلمين، والعمل من أجل فحضة الأمة.
7. تجنب المعاصي، وتقوى الله: {وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا}.
8. شكر الله، فهو باب المزيد، والتواضع بالنعمة.
- 9- أنفق يا ابن آدم يُنْفِقْ عَلَيْكَ.

=====

### ثانياً: الأسرار النفسية:

- 1- الرغبة المتقدمة.
- 2- الإصرار على النجاح.
- 3- الثقة في النفس.
- 4- التفاؤل.
- 5- الصبر على مشقة الطريق وطوله.

=====

# السر الثاني النفوس القوية

إن نفس الإنسان التي وهبها الله لنا بما تحمله من عقل وروح تحوي أسراراً عظيمة نعجز عن إدراكها كلها والإحاطة بها جميعاً، قال تعالى: **{وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ {21}}** سورة الذاريات.

فعلى الرغم من كل الآيات المبهرة والمعجزة الموجودة في تكوين جسد الإنسان، إلا أن قوى النفس تبقى هي أعظم معجزة، وبقي عليك أن تنظر لنفسك على أنها جزء من أبيك آدم، ذلك الذي أكرمه الله فصوره بيده ونفخ فيه من روحه جلّ جلاله، ثم أسجد له ملائكته، وجعله خليفة في أرضه، ثم جعلنا نسلًا من هذا الخلق الرائع، فإن شعرت بشرف تلك النفخة التي نفخها الله جلّ جلاله في أبيك آدم، فارتقيت في عالم الروح ستحلّق مع الملائكة، وإن لم تشعر سوى بنيان الجسد الترابي وعشت له فقط ستزل لمستوى البهائم والأنعام وربما الوحوش والسباع.

إن النفس آية رائعة من آيات الله في الكون، وعلى الرغم من كل القوى والأسرار المعجزة في ذلك الكون تبقى النفس التي سُخّر لها كل ذلك هي السر الكبير، والتي علينا أن نستثمرها أحسن استثمار لنرقى بها في الدنيا والآخرة. ومعا نبدأ بإيقاظ النفس من سباتها لتصير أروع مثال ممكن لها، فللنفس القوية التي تحقق الأهداف العلامات خاصة جداً، والأسباب النفسية للنجاح تعني تحريك النفس تجاه الهدف بالحب والرغبة الجارحة والحماسة والصبر والإصرار على تحقيق ما ترغب في الوصول إليه.

(1)

# الرغبة المتقدة والحماسة الدائمة



## 1- الرغبة المتقدمة والحماسة الدائمة

إن حب أى شئ هو أقوى محرك للنفس البشرية لتصل إليه. وهو الدافع لتحدى كل الظروف الصعبة والعوائق المحيطة والمشبطات التي قد تعيقك عن الوصول لهدفك، وهو الشعلة التي توقد أسفل الصاروخ لينطلق بمنتهى القوة والسرعة صاعداً إلى السماء فلا يوقفه شيء من المعوقات والمشكلات.

فالإنسان حين يحب شيئاً ويرغب بشدة فيه، يوجد له الدوافع، ويهيء له الأسباب الموصلة له، وعلى قدر هذا الحب وتلك الرغبة القوية في الهدف والحماسة الزائدة تجاهه يكون العرق الذي يُبذل وتكون التضحيات التي تقدم، وعلى قدر ذلك أيضاً تكون قوة التخطيط والبحث عن الأسباب ومواجهة المعوقات وقوة التفكير، وسرعة اتخاذ القرارات، والبحث عن البدائل في الوسائل التي تحقق نفس الهدف المنشود، وعلى قدرهم كذلك يكون الصبر على الهدف والإصرار والمثابرة والدأب، وعلى قدر هذا كله تكون النتائج التي تُجنى من ورائه.

فالرغبة المتقدمة هي التي تجعل الإنسان يعيش حياته متفانياً من أجل تحقيق هدفه مهما كان صعباً، ومهما طال الطريق إليه، وإلا فيستجيل أن يصبر على مشقته، وهذه الدوافع تتواجد وتقوى من تحيل الثمرات الحلوة التي نجنيها في حياتنا من وراء تحقق ذلك الهدف على أرض الواقع؛ أي: ماذا سيحقق لك هذا الهدف في حياتك؟ وماذا ستجني من ورائه؟

وفي الواقع نحن جميعاً نسعى إلى السعادة من وراء النجاح، لكن لكل إنسان

مفهوم عن النجاح وحدود له غير التي يتخذها غيره، فقد يرى إنسان نجاحه في الثروة، وقد يكون نجاح آخر في حصوله على المنصب المرموق، وقد يرى غيره النجاح في الحصول على أعلى الشهادات الأكاديمية، وقد يرى آخر ذلك في تأسيس شركة أو مؤسسة ضخمة، وقد يراه آخر في اكتشاف جديد أو اختراع يسهل على الناس حياتهم، وقد يراه غيره في عمل مؤسسة خيرية تخدم المجتمع في أحد جوانبه الهامة.

والحقيقة أن النجاح الحقيقي يعتمد على التوازن في كل شيء، فلا يهمل شيئاً على حساب شيء آخر، وإنما هو متوازن بين الدين والعلم والصحة والأسرة والمكانة والثروة والترفيه عن النفس عن كذلك، كما أنه مرتبط ارتباطاً وثيقاً بما نقدمه للآخرين، فلن نشعر بلذة النجاح الحقيقي إلا حينما نمد يد العون لنساعد من يحتاج للمساعدة، وذلك هو مقياس النجاح الحقيقي.

وأما السعادة فهي موجودة حيث يوجد رضا الله، وهذا ما يسعى له الإنسان الصالح، وهذا هو أصل السعادة حقاً، فليست سعادته بعرض من الأعراض الزائلة التي تنتهي بنهاية الدنيا. فالفرق بين النجاح والسعادة أن الإنسان قد يكون ناجحاً ولا يكون سعيداً، لأن نجاحه لم يكن في مرضاة الله، أو أن نجاحه قد ألماه عن طاعة ربه، فالنجاح يكون فيما يفنى، أما السعادة فلا تكون إلا بما يبقى، بمعنى أننا حين نحقق النجاح في منصب ومكانة وصحة وأسرة فكل تلك الأشياء ستفنى الجسد والصحة والمال والشركة وكذلك الأسرة، أما حين أحقق معهم رضا الله فإن ذلك لا يفنى أبداً، حيث إنه الشيء الوحيد الذي سينتقل معي إلى قبري ثم إلى رحلي في الدار الآخرة، فإن عشت على مرضاة الله تحول نجاحك لسعادة حقيقية تمتد من الدنيا للآخرة، فتجني ثمار ما حققته في الدنيا

الفانية في دار البقاء، وتستفيد بما قدمته من مالك وعلمك وما فعلته مع أسرتك من خير وتربية وتقويم، تستفيد بذلك كله بعد أن تخرج من الدنيا وحيداً كأن لم تكن.

=====

وأياً ما كان الهدف الذي تسعى لتحقيقه، فالطريق يبدأ من هنا، من دوافع النفس، من قوة الرغبة، ورؤية الهدف ماثلاً أمام عينيك، وحين تمتلك الرغبة القوية، فسوف تُدَلُّ كل الصعاب، يقول الدكتور إبراهيم الفقي: "يُحكى أن شاباً صينياً ذهب إلى حكيم ليسأله كيف أحقق أهدافي، وأتغلب على المعوقات؟..... فوضع الحكيم إناء به ماء ثم وضع رأس الشاب في الماء، وضغط عليها بقوة، وأبقاها داخل الماء لبعض الوقت وهو يضغط عليها بكلتا يديه، فأخذ الشاب يقاوم مقاومة ضعيفة في البداية، ثم بدأت مقاومته تزداد شيئاً فشيئاً ولكنه لم يستطع أن يخرج رأسه، ثم اندفع فجأة خارج الماء بقوة شديدة مطيحاً بذراعي الحكيم وهو ثائر من شدة الغضب، وقال للحكيم: لقد سألتك كيف أحقق أهدافي، لكنك كدت أن تقتلني!! فقال له الحكيم: في البداية قاومت الضغط بضعف، ثم لما بدأت في الاختناق قاومت بقوة أكثر، ثم لما صارت رغبتك في التنفس عارمة أخرجت رأسك ولم أستطع أن أوقفك: "عندما تكون لديك الرغبة المشتعلة في النجاح، فلن تستطيع العقبات أن تقف في طريقك".

فالرغبة إذن هي أولى شروط التغيير، وإذا أردت أن تصل لدوافعك من الهدف وتؤكد على رغبتك فيه، فسل نفسك أولاً: لماذا تريد هذا الهدف؟ كما يقول الدكتور إبراهيم الفقي: "الرغبة المشتعلة طريق النجاح، فلو كنت جائعاً ستأكل، ولو كنت عطشاً ستشرب، ولو اختنقت من عدم التنفس ستستنشق، وكذلك

لو كنت تريد النجاح ستنجح وستكسب وتفوز بإذن الله. إنه اختيار وقرار ومسئولية، فكل شئ في حياتك يسير باستراتيجية. وما دمت تريد نتائج مختلفة عما وصلت إليه الآن، لابد أن تسلك سلوكاً مختلفاً، وأن تدرك إدراكاً مختلفاً، وأن تفكر بطريقة مختلفة. وهذه هي البرمجة الداخلية".



إن رحلة النجاح طويلة، وقد تكون شاقة لأنها تتطلب الكثير من العمل، وهذا يعني أن الذي لا يمتلك الحماسة المتقدمة قد يتوقف في منتصف الطريق، أو حتى قبيل النهاية، كما أن من يسافر وهو لا يمتلك البترين الكافي في سيارته ستوقف به في منتصف الطريق.

لكن الاحتفاظ بالحماسة أمر غير سهل أبداً، كما أن الإبقاء على الرغبة المشتعلة ليس يسيراً كذلك، ولكن هناك طرقاً تبقى على الرغبة وتشعل الحماسة باستمرار، ويمكننا إن اتبعناها أن نحفظ بهما حتى النهاية.



### كيف أصنع الحماسة بداخلي؟

إن وقود الحماسة هو الهدف، لكنك قد تمتلك الهدف ثم تفقد حماسك تجاهه فجأة، ربما بسبب كثرة المثبطات التي تفقدك الأمل، أو كثرة المسؤوليات التي تشغلك عن هدفك، أو بسبب فقدانك للإصرار والعزيمة، ولكن أيا كان سبب فقدانك للحماسة، فيإمكانك أن تعثر عليها من جديد، فقط افعل تلك الثلاث، وستشتعل الحماسة بداخلك:

**1- اقرأ أهدافك كل يوم:** فقراءة أهدافك كل يوم تنقلها من حيز النسيان لموقع الصدارة في ذهنك، فتجد نفسك منساقاً في اتجاهها من دون تردد.

**2- تذكر ما الذي ستجنيه حين تحقق تلك الأهداف:** فإذا ذكرت نفسك باستمرار بما يمكنك أن تجنيه من خير في الدنيا والآخرة من تحقق تلك الأهداف التي اخترتها لنفسك، فبالأكيد ستجد أن الحماسة تدب في نفسك أكثر، وستجد سيرك نحو هدفك صار حثيثا.

**3- أغمض عينيك وشاهد نفسك وأنت تحقق أهدافك:** فالخيال قوة، وهو قوة لا يستهان بها، ودورها الأكبر في حياتنا أن الفكرة التي تحوم في عقلنا باستمرار تكون هي البداية الحقيقية للفعل، فإن ملأنا أفكارنا بما نعزم عليه، وشاهدنا صورته ماثلة أمام أعيننا، سنجد خطواتنا متوجهة نحو الهدف وحريصة عليه ومتحمسة له.

وبالمداومة على هذه الخطوات الثلاث ستجد نفسك متحمسا لهدفك متوجها إليه

**لكن احذر أن تشعل حماسك نحو هدف لا يرضي ربك،  
لأن هدفك سوف يحرقك أولا.**

وبعد أن تشعل حماسك نحو الهدف عليك أن تتخذ خطوات توصلك لهدفك، لتحوله من حلم لواقع، وإذا كنت تجد صعوبة في القيام بخطوات محددة تساعدك على الوصول لهدفك، فاتبع تلك الاستراتيجية القوية مع أعمالك المعلقة:

**تدرب على تنفيذها في عقلك أولا**

إن هذا هو السر الأكبر في التغلب على الملل والفتور، وهو السر في إنجاز الأعمال المتراكمة التي تهرب منها باستمرار على الرغم من أنها هي التي ستقودك للنجاح وتحقق أهدافك.

لقد نجحت تلك الطريقة بشكل مميز معي، فلقد كتبت كتابا كاملا على الحاسوب منذ عام 2007، ثم فقدت النسخة المكتوبة إلكترونيا وكان علي إعادة كتابتها، ولم يكن بإمكانني تفويض العمل لغيري، لأنني أقوم بالصياغة وأنا أكتب، فكان من المستحيل أن يكتبه أحدٌ غيري، وجلست أنوي وأؤجل إعادة كتابته لسنوات عديدة، وأقسّم الكتاب المتكون من 230 صفحة فقط على ثلاثة شهور بمعدل صفحتين فقط يوميا، وأبدأ في الإنجاز ثم أشعر بملل شديد وتكاسل عن كتابته، وأنشغل بأعمالي الجديدة، ثم قرأت عن تقنية التدريب بالذهن كلمات مختصرة جدا في كتاب قوة التركيز، وهي "تدرب على إنجازها في عقلك أولا"، فأعجبتني وبدأت ممارستها فوراً مع أعمالي المعلقة، وقد كانت تلك الأعمال هي: إعادة كتابة كتابي "وما خلقت الجن والإنس إلا ليعبدون"، وإنهاء بحثي في علاج السرطان الذي يحتاج لكتابة كل صفحة منه للعديد من الأبحاث والمقالات، وإعادة صياغة هذا الكتاب الذي بين أيديكم جزء منه، وقد كنت انتهيت من كتابته عام 2008، ولكن لم تعد تلك الصيغة القديمة تروقني الآن، فالإنسان ينمو كل يوم مع اكتسابه العديد من الخبرات والمهارات والعلوم الجديدة، المهم أنني شاهدت نفسي في عقلي وأنا أقوم بكتابة تلك الأشياء، ونظرت في عقلي لشكل الكتاب النهائي بعد تمامه، والنتيجة كانت مذهشة وسريعة أيضا، فلقد وجدت نفسي مندفعة تجاه الأعمال التي كنت أقرب من إنجازها، وأنا متحمسة أيضا، فهذا القانون رائع، جربوه مع أعمالكم المعلقة وستدهشكم النتيجة بإذن الله.

وأما تلك الأعمال التي يمكنكم تجربته مفعها فقدتكون مادة دراسية يؤررك

مذاكرتها ويصعب عليك إنهاؤها، أو التمرينات الرياضية التي ترغب في ممارستها  
ويمنعك الكسل، أو البرنامج الغذائي الصحي الذي ترغب أن تداوم عليه  
وشهيتك تقاومك، وربما هي العناية بعلاقاتك الهامة كبر والديك، وصلة رحلك،  
وإسعاد زوجتك وتقديم الاهتمام لأطفالك، كما يمكنك استخدامه في التدريب  
على المواجهة مع مديرك الذي يضغط عليك في العمل ولا يمنحك الأجر الكافي  
لجهودك، أو مع زميلك في العمل الذي يسخر منك أو يحاول هز ثقتك بنفسك،  
المهم أنك ستدرب في عقلك على تلك الطريقة الجديدة التي ستعامل بها مع  
الأمر، وترى نفسك وأنت تقوم بذلك وتنجح فيه، والأهم أن تركز على  
النتيجة النهائية التي ترصيك، وهي نجاحك في المهمة على أكمل وجه، وشعورك  
بالراحة والسعادة أيضا.

### **افعل تلك الثلاث، وستشتعل الحماسة بداخلك:**

- 1- اقرأ أهدافك كل يوم.
  - 2- تذكر ما الذي ستجنيه حين تحقق تلك الأهداف.
  - 3- أغض عينيك وشاهد نفسك وأنت تحقق أهدافك.
- لكن احذر أن تشتعل حماسك نحو هدف لا يرضي ربك،  
لأن هدفك سوف يحرقك أولا.**

### أسرار صناعة النجاح

1

اقرأ أهدافك كل يوم

3

أغض عينيك  
وشاهد نفسك وأنت تحقق  
أهدافك

الرغبة المتقدمة

2

تذكر ما الذي ستجنيه  
من تحقق تلك الأهداف

واحذر أن تشعل حماسك نحو هدف لا يرضي ربك  
لأن هدفك سوف يحرقك أولاً

الكاتبه هيام محمود



(2)

الإصرار

وقتوة الإرادة

## 2- الإصرار وقوة الإرادة

إن الإصرار ينبع من أعماق الإنسان، وهو ناتج عن شدة تعلق قلبك بالهدف، وقوة رغبتك فيه. ومن العسير جدا أن نحقق أهدافنا من دونهما، فمن دون الإصرار والإرادة القوية ستجد نفسك محاصرا بالمشكلات، مثقلا بالمسئوليات، وعاجزا عن المواجهة والاستمرار، وستنهزم وتستسلم أمام ما يعترض طريقك من عقبات.

إن الإرادة هي التي تقاوم..... إنها تقاوم عاداتنا السلبية التي تشدنا نحو القاع، وتقاوم رغبتنا في التكاثر وحب الراحة والاستمتاع بدلا من العمل والجد، وتقاوم المشغطين الذين يحاولون ثني عزيمتنا ويدفعوننا للتوقف بالسنة حادة وقلوب باردة، وتقاوم المشتتات والقواطع التي تحاول تنحيتنا عن أهدافنا وشغلنا عنها، وتقاوم المعوقات التي تدفعنا للتراجع للخلف أو حتى الوقوف مكاننا بلا أن نتقدم خطوة للأمام، وتقاوم انجرافنا مع سيل المسئوليات التي لا تنتهي، وتقاوم انشغالنا الوهمي بالكثير والكثير من الأعمال التي لا تحقق أهدافنا ولا تقدم لنا نفعاً، وتقاوم سيرنا مع ما نحب بدلا من تقديم الأولويات التي توصلنا لأهدافنا، وتقاوم رغبتنا في التوقف عند حدود التعلم بدلا من التطبيق الذي يوصل للهدف.. إنها الإرادة. فإذا علمنا أهمية الإرادة فلا مناص لنا من بنائها، وعلى البنيان أن يكون خراسنيا صلبا قويا كي لا يصاب البنيان بالتصدع مع زلازل الحياة وهزاتها المتتالية.

=====

## كيف أولد الإرادة بداخلي؟

إن الإرادة القوية تتبع تلقائياً من الرغبة القوية، وكل النماذج التي نتعلم منها صلابة الإرادة كانت لديها رغبة عارمة في شيء ما، دفعته تلك الرغبة لأن تقاوم كل ما يصددها عنه؛ فالرغبة القوية في الجنة هي التي دفعت أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم للتغير في لحظة إيمان صادق، فسكبوا الخمر على الأرض حتى غرقت المدينة في بحر من الخمر المسكوبة فور نزول الأمر بالتحريم، مع ما للخمر من سطوة على النفوس بسبب إدمانها. وهي هي التي دفعت نساء المدينة أن يشققن مروطهن ليصنعن منها حجاباً يسترهن فور نزول الأمر بالحجاب، مع ما لجمال المرأة من أهمية عندها، ولكنهن لم يترددن لحظة في تنفيذ الأمر الإلهي، فإرادتهن صارت أقوى بقوة الإيمان وقوة الرغبة في الجنة وقوة الخوف من النار.

والإرادة القوية التي نشأت من خوف الله هي التي ثبتت ذلك الصحابي الجليل عبد الله بن حذافة أمام الفتن الخاطفة في قصة ثبات مدهشة - كما يحكيها الشيخ علي القرني في شريطه المدهش "صفحات مطوية" - بتصرف يسير:

"حيث أسره الروم وأرادوا فتنه، فسَلَطُوا عليه إحدى بغاياهم لتوقعه في الفاحشة، فحاولت إغواءه بكل ما أوتيت من جمال، ولكنه كان صامداً كالجبال مع كل ما للشهوة من سطوة على نفوس الرجال، ومع أنه محروم من زوجته منذ شهور، ومع أنه وحيد في بلد لا يعرفه فيها أحد، وهو وحيد معها في سجن مغلق عليهما لا يراهما من البشر أحد، وهي ليست جميلة فحسب وإنما من الفاتنات، وقد خلعت عنها ثيابها وحياءها وبادرتة. ولكنه مع كل هذا قاومها بقوة الإيمان وقوة الخوف من الله حتى إنه التصق بالجدار وأغمض عينيه وأخذ يتلو القرآن، حتى صرخت هي قائلة: أخرجوني أخرجوني، والله لا أعلم أأدخلتموني على بشر أم على حجر، ولا يعلم هو أنني أنا أم ذكر"، إنها قوة الإرادة التي تتبع قوة الإيمان وقوة الخوف من الله.

وهي نفس الإرادة التي جعلت عميرا بن حمام يندفع في ساحة الجهاد، ويرمي بضع تمرات في يده مخافة أن تضعيف وقته وتؤخره عن ذلك الموعد الذي ينتظره مع اللجنة بعد أن علم أنه من أهلها، قائلا بكل قوة: "لن عشت حتى أكل تمراتي هذه إنها حياة طويلة"، وانقض مجاهدا بكل ما أوتي من قوة حتى نال الشهادة، إنها قوة الرغبة في الجنة، والتي دفعت به في صفوف الموت، مع ما لحب الحياة ومهابة الموت من قوة في نفوس البشر.

وهي نفس الإرادة التي جعلت الإمام البخاري "يسافر متنقلا بين البلدان ست عشرة عاما ليجمع صحيح البخاري من العلماء في مختلف الأمصار، وما كان يكتب حديثا في صحيحه إلا اغتسل وصلى قبله ركعتين"، فأخرج صحيحه من ست مائة ألف حديث بذل في جمعها الجهد الجهيد ولم يتوان في بذل الوقت والمال، حتى صار كتابه أصح كتاب بعد كتاب الله جل وعلا، إنها إرادة صلبة رباها حبه لرسول صلى الله عليه وسلم، ورغبته في لقياءه على الحوض، ورغبته القوية في جمع حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم في كتاب واحد.

وهي الإرادة التي أهت الإمام النووي عن الزواج فتفرغ لطلب العلم، وكان زاهدا عن الدنيا أعرض عما فيها من ملذات وزخارف قانعا بأكلة واحدة في يومه وهاجرا النوم إلا أن يغلبه، ومع أنه عاش ستا وأربعين سنة فقط إلا أنه "ترك من المؤلفات ما لو قُسم على سني حياته لكان نصيب كل يوم كراستين، وقد كان يكتب رحمه الله حتى تكل يده فتعجزه".

وهي ما جعلت المشاق في سبيل الهدف هيئة لدى ابن طاهر المقدسي حتى قال: "بُلْتُ الدَمَ في طلب الحديث مرتين، مرة ببغداد ومرة بمكة، كنت أمشي حافيا في الحر فلحقني ذلك، وما ركبْتُ دابة قط في طلب الحديث، وكنتُ أحمل كتيبي

على ظهري"، وهي التي دفعت ابن عقيل أن يكتب كتاب الفنون في 800 مجلد، وهي التي جعلته يكمل طلب العلم وهو ابن ثمانين سنة في حين يعجز شبابنا عما فعله هو، وهي التي جعلت ابن تيمية لم ينقطع عن البحث والتأليف طيلة حياته حتى في سفره وحتى في سجنه رحمه الله، حتى قال عنه البساطامي: "كان كعبة الصخرة مليء كتباً لها لسان ينطق"، وهي ما دفعت ابن الجوزي لأن يقول: "ما أشبع من مطالعة الكتب، ولو قلت أني طالعت عشرين ألف مجلد كان أكثر، وأنا بعد في الطلب، ولقد تاب على يدي في مجالس الذكر أكثر من مائتي ألف نفس، وأسلم على يدي أكثر من مائتي نفس"، وهي ما دفعته لأن يذهب ليقراً القراءات العشر على ابن الباقلاني وهو ابن ثمانين سنة فأنى لشبابنا بمثل همتهم، وهي ما جعلت الحسن اللؤلؤي يكافح مع الكتاب أربعين سنة حتى قال: "غبرت أربعين عاما ما قلت ولا بت ولا اتكأت إلا والكتاب موضوع على صدري"، وهي ما جعلت ابن حجر نموذجاً يفخر من يستمع لسيرته أنه من علمائنا، حتى قال عنه تلميذه السخاوي: "إنما كانت همته المطالعة والقراءة والسماع والعبادة والتصنيف والإفادة، بحيث لم يكن يُخلّي لحظة من أوقاته عن شيء من ذلك، حتى في حال أكله وتوجهه وهو سالك"، وهي ما دفعت ابن منظور صاحب لسان العرب لأن يسهر ويكتب "ويقضي الليالي الطوال ساهراً، وهو يضع بجانبه إناء فيه ماء فإذا غلبه النوم أخذ من الماء وسكب في عينيه، حتى عمي في آخر عمره، وقد وجدوا بعد موته خمس مائة مجلد كتبها بخط يده"، وهي ما دفعت البيهقي ألا يستسلم أمام محنته "فلم يتوقف عن الكتابة حتى بعد أن لحقته علة ففقطعت أصابعه العشر، ولم يبق إلا الكفان، وكان مع هذا يأخذ القلم بكفيه ويضع الكاغد على الأرض ويمسكه برجله ويكتب بخط حسن"، وهي ما دفعت الجاحظ لقراءة لا تتوقف حتى أنه "لم يقع بيده كتاب قط إلا استوفى قراءته كأنه ما كان، وكان يكتري دكاكين الوراقين ويبيت فيها

للنظر"، وقد اقتطفتُ بعض هذه القصص من الكتاب الرائع "المشوق إلى القراءة وطلب العلم"، والذي أنصح كل من يريد أن يوقظ إرادته من سباتها أن يقرأ هذا الكتاب الرائع. إنها الإرادة، لقد أرادوا جميعا وحققوا ما أرادوه، فماذا تريد أنت؟ وماذا ستفعل حيال ما تريد لكي تحققه؟

=====

### كيف أقوى إرادتي؟

إذن فالرغبة القوية هي التي تعمل كوقود للإرادة، فتقويها وتجعل منها نموذجا مذهلا يقود مباشرة نحو الهدف. وكما أمكنهم فعل ذلك فيمكنك أنت أيضا بالرغبة والرغبة، بالحب والخوف. أن تفعل مثلما فعلوا، فحين تحب النجاح، وتخاف من الفشل، ستمشي في طريق النجاح بخطى حثيثة، ولكنه ذلك الخوف الدافع للعمل، وليس الخوف المبطئ والمقعد عن العمل، وحين تحب أهدافك، وترغب بها، وحين تخشى مرور قطار العمر سريعا بلا أن تحقق أهدافك، حينها... وحينها فقط ستندفع بقوة الإرادة..

إنها إرادة - فأنت تريد بكل قوتك - وتندفع في اتجاه ما تريد: فإن كنت تريد السعادة - أو تريد النجاح - أو تريد النجاة، إن كنت صادقا في تلك الرغبة، وإن كانت قوية حقا لديك فسوف تندفع في طريقها، وتعمل بجد لايهدأ حتى تحصل على ما تريد.

وأما إذا كانت إرادتك ضعيفة تجاه شيء مهم لك، فيجب عليك أن تسعى في تقوية تلك الإرادة، حتى تصير شعلة تدفعك في الاتجاه الصحيح، فإن أردت أن تقوي إرادتك، فاستعن بالله أولا ثم عليك بتلك المعادلة، إنها قوية حقا:

قوّ رغبتك في هدفك  
وقوّ خوفك من ضده  
ضع عينيك على جائزتك  
ثم انطلق كالصاروخ..

### قصة إرادة عجيبة

#### رجل الجبل

لقد أذهلني والله قصة إرادة عجيبة لم تكن في زمان الرسول صلى الله عليه وسلم، ولم تكن في زمن التابعين، ولكنها في زماننا هذا، في قرية صغيرة من قرى الهند، حتى أنها لفرط صغرها وفقر أهلها لم تحظ بعناية المسؤولين في المدينة، **إنها قصة دأشراث مانجي**، ذلك العجوز الذي يمتلك إرادة من حديد، فمنذ سنوات طويلة وبالتحديد عام 1960 أصيبت زوجته إصابة خطيرة، وكانت بحاجة لنقلها فورا للمشفى الذي لم يكن موجودا وقتها سوى في المدينة، وعلى الرغم من أن المدينة لا تبعد عنهم سوى 7 كيلو مترات فقط إلا أن سيارة الإسعاف كانت مضطرة لقطع مسافة 70 كيلو مترا للوصول لتلك القرية المعزولة؛ بسبب وجود جبل يحول بين القرية والمدينة مما يجبر السيارة على الالتفاف حول الجبل فتتضاعف المسافة عشر مرات، وبسبب هذا الأمر تأخرت سيارة الإسعاف طويلا وماتت زوجته بين يديه وهو عاجز عن أن يسعفها.

ظل هذا الرجل يحاول أن يقنع المسؤولين بشق نفق في الجبل لتقليل المسافة بين القرية والمدينة لئلا تتكرر مأساة زوجته مع شخص آخر، ولكن لا حياة لمن تنادي، فحمل الرجل العجوز أدواته الضعيفة من فأس ومول و حمل معها إرادته

الحديدية، وبدأ رحلة شق النفق في الجبل بنفسه، فكان يذهب كل يوم من الصباح وحتى المساء للحفر وحده بلا أن يستسلم للتعب، وبلا أن يستسلم للأعذار على الرغم من قوتها فهو فلاح عجوز، وهو هزيل البنية، وهو في المهمة وحده بلا أن يساعده أحد، وأدواته بدائية، والمهمة عظيمة جدا، وتحتاج لوقت طويل وصبر عظيم وقد يموت قبل أن يتم عمله، وبلا أن يستسلم لفقدانه الأمل بعد موت زوجته، وبلا أن يستسلم لكلمات المشبطين وسخريتهم منه بل إنه قد أصمّ أذنيه عن سخرية الناس منه، وعن اتهامهم له أنه قد فقد عقله وأصابه الجنون بعد موت زوجته، ووسط ذهول الجميع استمر رجل الجبل في الحفر لمدة 22 عاما بلا توقف، حتى أنجز وحده المهمة كاملة وحفر نفقا في الجبل، طوله 110 مترا بعرض 9 أمتار وارتفاع 7 مترات، مختصرا الطريق بين قريته والمدينة من 70 كيلو مترا إلى سبعة كيلو مترات فقط!!!!

تُرى ما الذي حرّك إرادته بكل تلك القوة مع أنه لن يعيش طويلا بعد إنهاء المهمة؟ وربما لا يستفيد شيئا أبدا من هذا النفق الذي أفنى فيه عمره؟ لم تحمل مرارة الصبر وشدة التعب مع كبر سنه وضعف جسمه وقلة أدواته وسخرية الناس من حوله.. تُرى ما الذي يملكه هو ولا نملكه نحن؟ ...إنها الإرادة.. وإنه هو أسطورة الإرادة، ولولا أن إرادته كانت أقوى من الجبل ما استطاع أن يخترقه. وقد صدقت هذه القصة المقلوبة الرائعة لابن القيم رحمه الله حين قال: "لو توكل العبد على الله حق توكله في إزالة جبل عن مكانه، وكان مأمورا بإزالته لأزاله".



فيالعار المتخاذلين والمعتذرين بكل عذر تافه ليقعدوا عن درب النجاح...وأين نحن من أصحاب الإرادة والمهمم العظيمة التي تشق نفقا في جبل؟ هل صارت إرادتنا ضعيفة للحد الذي يضعف فيه الشاب أمام سيجارة تدمر صحته وتعرضه للسرطان والفشل الكلوي وأمراض القلب وتعرضه قبل ذلك كله لمعصية الملك، أو يتخاذل عن مقاومة الجلوس أمام شاشة التلفاز ليضيع وقته ويقتل أحلامه ويضيع دينه بقلب بارد، أو يضعف عن مقاومة نفسه وهي تدفعه للنظر لامرأة تجردت من عفتها وحيائها مستعرضة جسدها في الشارع والجامعة والعمل فيشغل باله ويضيع همته في السفاسف والنجاسات ويفقد خشوعه في صلاته ويفقد حيائه ويسمم قلبه.

إن إرادتنا لا تختلف شيئا عن هؤلاء الذين سطوروا أعظم أساطير الإرادة، ولكننا فقط عطلناها عن العمل.. إن الإرادة ليست حكرا على أحد، بل هي ملك للجميع، فالنفس التي سواها الملك فأحسن صنعها بما أعظم الإمكانيات التي تفوق قوة كل شيء آخر موجود في هذه الدنيا، ولهذا كانت الدنيا مسخرة بأكملها للإنسان.. وعلى الرغم من أن الإنسان مملوء بالمعجزات المذهلة في تكوين جسمه، إلا أن المعجزة الكبرى ليست فيما يظهر منه وإنما فيما يختفي، في عقله ونفسه وروحه، تلك القوى التي يمكنها أن تفوق كل قوى الدنيا، متى ما فهم الإنسان حقيقتها وربطها بخالقها واستخدمها كما ينبغي.

**فإن أردت حقا أن أولد الإرادة القوية بداخلي:**

**فعليّ أولا أن أدرك من أكون في هذا الكون:** ولماذا استعمرنا الله في أرضه، وما الذي أمدنا به من قوى مذهلة في تكويننا الجسدي والنفسي والروحي والعقلي

تؤهلنا لتلك المهمة، وما الأسرار الكامنة بداخلنا والتي من أجلها سخر الله لنا كل شيء، وسخرنا نحن له هو فقط جل جلاله.

### والخطوة التالية أن ألقب في صفحات الماضي والحاضر لأرى ما الذي فعلته قوة

الإرادة من نماذج مذهلة: يعجز اللسان أمامها وتقف النفس متجمدة من فرط الدهشة أمام ما تصنعه تلك النفوس، التي حتى وإن أصابها العجز التام فهي ترقد على فراش العجز بإرادة تفوق الجبال قوة وروعة لتسطر أجمل القصص التي تحبرك أن البنيان الشاهق الذي صورّه الله جل جلاله وأسجد له ملائكته لم يكن هو ذلك الجسد الرائع المدهش فقط، لقد كان شيئا آخر، شيئا مختلفا تماما عن كل شيء في هذا الكون.. إنه عقل ونفس وروح.. إنه كيان كامل..

وفي أي شيء يوظف فيه ذلك الإنسان تلك القوى فإن قدراته لا تنتهي أبدا، وسواء وظّفها في العلم أو الاكتشاف أو الاختراع أو الكتابة أو الدعوة أو العمل أو حتى الإفساد فإن تلك القدرات لا حدود لها أبدا، ويبقى له تبعات ماقدّمه يجنيها بعد أن يُسلم روحه ويرقد في قبره بلا حراك ليحني بيديه ثمرة ما عاش عليه...

وإنه والله لمن الحزن أن نرى كل تلك القوى المذهلة تترنح في الشوارع تسير على غير هدى لا تعرف إلى أين هي ذاهبة، فأما بناتها فتتولى كالأفاعي في ثياب بالكاد تستطيع أن تلبسها لا لتستر جسدها وإنما لتقتل كل معاني العفة والفضيلة، لا تعرف من الحياء إلا اسمه، ولا من الطهارة إلا رسمها تباع القيم والأخلاق بلا مقابل، وأما شبابها فهم يلهثون وراء بعض حطام الدنيا ومتاعها يجلسون على المقاهي ليضيعوا تلك الطاقة البشرية الهائلة في لعب الأوراق وقتل

الأوقات، أو يرمون على الأريكة أمام الشاشة التافهة لتقتل طاقات جسارة في تشجيع كرة من الجلد منفوخة بالهواء تتقاذفها أحمدة اللاعبين والناس في دهشة ولهفة على مصير تلك الجلدة، أو يضيعون طاقتهم المذهلة أمام فيلم حقير يشوه كل شيء جميل لجعل من الإنسان مجرد كتلة من الشهوات لاتعيش إلا من أجلها، أو يجلسون أمام موقع إباحي خبيث ينجس عقلهم وروحهم ثم يسرون كالذئاب الجائعة تبحث عن فريسة تلتهمها من الفتيات التي تباع العفة والجسد لكل مفترس لئيم، أو نجدهم في أحد الأزقة يقتلون ذلك البنيان العظيم بقصرص من المخدر يدمر خلاياهم وأنسجتهم ويهدم بنيان العقل والنفس والروح الشامخ ويهدم معه جيلا من الشباب هم أمل أمة مريضة لأن شبابها يطعن فيها من كل مكان، فياليتنا نفيق وننتبه قبل أن تأكل بلادتنا الأخضر واليابس ويسقط البنيان فوق رؤوسنا.

**وأما الخطوة الثالثة فهي أن أرى هدي أمامي دائما:** أن يصير حاضرا في مخيلتي، ولا أغمض عيني عنه أبدا، فهو بين العدسة والجفن ولن يغيب عن عين قلبي مادمت حيا أتنفس، حتى أراه ماثلا أمام عيني حقيقة أعيشها وأستمتع بها في الدنيا وأجني منها الأجر العظيم في الآخرة بإذن الله.

=====

### مزلق في طريق الإرادة

#### الإرادة المؤقتة

وأما المزلق الخطير الذي يترلق فيه أصحاب الإرادة فهو التغيير المؤقت، فهم يغيرون السلوك، مع إبقائهم على الاعتقاد الخاطيء والرباط السلبي، بمعنى أنه

قد يترك معصية لبعض الوقت لكنه في قرارة نفسه يشعر أنها جميلة وأنها تسبب له السعادة، أو يمارس سلوكا إيجابيا جديدا لكنه في قرارة نفسه يعتقد أنه سلوك ممل أو غير مهم أو يربطه بالألم والجهد والمشقة، وهذا الأمر من الخطورة بمكان؛ لأنه يدفعه للخلف دوما فلا يلبث أن يعود أدراجه لما تركه.

فعلى سبيل المثال من يحاول ترك التدخين أو إنقاص وزنه مثلا، يبدأ بإرادة قوية، حيث يتحمس لفعله حماسة بالغة، ربما بسبب كتاب قرأه أو محاضرة حضرها، أو بسبب آثار سلبية ألمت بصحته، فاتخذ قراره الفوريّ بالتغيير، وبدأ من فوره في ممارسة العادات السليمة، لكن بعد مضي بعض الوقت لاتبث حماسه أن تخفت، وإرادته أن تخور، فتعود عاداته القديمة للطفو على السطح مرة أخرى، فأين ذهبت قوة الإرادة؟

**لقد تلاشت، لأنه لم يغير الاعتقاد، ولم يغير الرابط،** لقد ربط سعادته بالسيجارة أو بالتهام الطعام بكميات كبيرة وبأخطر أنواع الطعام كالحلوى والدهون، ومن دون حتى أن يفكر في تذوق طعامه ومضغه بل إنه يتلعه ابتلاعا، لقد ربط سعادته بقضاء معظم الوقت مستلقٍ على الأريكة وهو يشاهد التلفاز أو يقلب صفحات الجرائد من دون القيام بعمل ذي قيمة أو جدوى، لقد ربط سعادته بياضعة الوقت وبالكسل والراحة، في حين أنه ربط الألم بممارسة الرياضة أو بالحرمان من الحلوى أو بترك المقالي المملنة بالدهون المتأكسدة السامة، أو بالإقلاع عن التدخين، أو بتعلم العلم النافع. **فكيف إذن سيثابر ويصل لهدفه؟**

**إن أول ما علينا فعله لكي نغير السلوك السلي أن نغير الاعتقاد والقناعة المرتبطة بهذا السلوك: فتعلم أضرار ما سنتركه من سلوك سلبى ضار، ونعلم**

**فوائد** ما نحن مقبلين عليه من سلوك إيجابي نافع، ثم **يجب أن نربط مشاعر السعادة** بالسلوك الإيجابي لما سيجره علينا من خير في الدنيا والآخرة، **وأن نربط مشاعر الألم** بالسلوك السلبي لما يجره علينا من ألم وشقاء في الدنيا والآخرة. وهذا لن يتسنى لنا ما لم ننظر في العواقب التي سوف تتبع السلوك، وأثاره في حياتنا الدنيا وحياتنا الآخرة، وعلينا ألا نكتفي بمجرد النظر، **بل ننظر بعدسة مكبرة** فنضع أعيننا على المصير، حينها سنختار بإرادة قوية لاتترجح المصير الأفضل، وسنحب الطريق والسلوك الذي سيوصلنا للمصير الأجمل.. وسوف نصنع مشاعرنا التي سوف تحرك سلوكنا في الاتجاه السليم.



ويمكننا في بداية تكوين العادات الجديدة الإيجابية أن نلعب لعبة مؤكدة النتائج مع أنفسنا لتوليد الدوافع التي تشعل الإرادة وهي لعبة الثواب والعقاب... تلك هي اللعبة التي تفهمها النفس جيدا وتجيد التعامل معها أيضا بقوة حتى ولو كانت تلك النفس مجرد طفل صغير، فحين نحرّض طفلا على سلوك ما وهو يرفضه، نضع مكافئة للسلوك، ومن هنا يتولّد الدافع لدى الطفل، فيقوم بالسلوك على أفضل وجه. وكذلك حين نضع له عقوبة ما كأن يحرم من لعبة يحبها أو من نزهة ينتظرها.

مالذي حدث؟ وما الذي قوى إرادته؟ إنه الحافز - الرغبة في الحصول على المكافئة، والخوف من فقدانها. إنها الطريقة نفسها التي حرّض القرآن بها نفوسنا للعمل من أجل الآخرة وترك سبيل الشيطان، وهي فعليا الطريقة الأقوى لتعديل السلوك، وفي معظم الأوقات سنجد القرآن يبدأ بالرغبة قبل الرهبة، وهو مايشير بقوة لقوة المكافئة في التغيير بشكل قد يفوق العقاب لدى كثير من

الناس، يقول الدكتور أندرو ويل: "إذا شجبت السلوكيات غير المرغوب فيها ببساطة دون توضيح للفائدة التي ستعود عليك من وراء تركها، فقد يستحيل عليك التغلب على تلك السلوكيات، ومهما كان الضرر، فالإقلاع عن سلوك سيء يجب أن يؤمن للمقلع ميزة رائعة تعوضه عن تلك الخسارة". ويقول: "الخوف فَعَل في تسهيل تغيير السلوك، لكن السعي وراء التعزيز الإيجابي أفضل في الحفاظ على ديمومة السلوك الجديد كما تبين الأبحاث".

وهناك أمر آخر لا يقل أهمية **وهو المنافسة**، فعلى سبيل المثال حين نضع الطفل في منافسة مع بعض أقرانه، سنجد أن المنافسة تشعل إرادته وتلهب حماسه وتجعله يصبر على الفوز إصراراً عظيماً، وهي نفس الطريقة التي دعانا الله إليها، أن نتنافس في طريق الجنة وعلى درجاتها العليا، كما قال تعالى: **{ وَفِي ذَلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ {26} }** سورة المطففين، إنها طريقة فعالة حقاً في التغلب على الإرادة الضعيفة.

إن جميع مشعلات الإرادة موجودة في القرآن: من التعلق بالجنة، والخوف من النار، عبر تحيّل كل تفاصيل الجنة لإشعال الرغبة فيها، وكل تفاصيل النار لإيقاظ الخوف منها، والدعوة للتنافس بين المؤمنين للحصول على الجائزة العظيمة، إنها النفس التي خلقها الله، وهو وحده يعلم أسرارها وخوافيها، وما يستثيرها ويقويها. ليتنا نفهم قرآننا وسنجد حلاً لكل مشكلات حياتنا.

**إذن ما يولّد الإرادة هو:**

"الرغبة القوية" ونستطيع أن نوّلد الرغبة بالحب والشغف - أو الحرص على الجائزة - أو الخوف من الفشل أو الهزيمة أو العقاب - وكذلك بالمنافسة. فالحركات مختلفة، وعلى كل منا أن يفهم ما يحركه أكثر ليستخدمه في تحريك إرادته وتقويتها. يقول ستيف تشاندلر في كتابه مائة طريقة لتحفيز الذات، تحت عنوان "أشعل الديناميت الكسلان": "إن كل إنسان لديه قوة إرادة، لكن عدد رهيب من الناس يحسب أنه لا يمتلك قوة إرادة، لكن لكل إنسان محرك ما لإرادته".



حين ننظر للشباب الذي يعيش بلا هدف ولا معنى لحياته، نعلم ونتأكد أن عدم وجود هدف في حياة الإنسان هو موت في صورة حياة، وهو ما يدفع الإنسان حقاً لفقدان الأمل وعلى أثره تضييع الإرادة فيضيع وقته وعمره.

لقد أذهلتني قصة إرادة عجيبة  
إنها قصة دأثرات مانجي صاحب الإرادة الحديدية،  
الذي لولا أن إرادته كانت أقوى من الجبل ما  
استطاع أن يخترقه  
إنها تؤكد مقولة ابن القيم: لو توكل العبد على الله  
حق توكله في إزالة جبل عن مكانه، وكان مأموراً  
بإزالته لأزاله.

## الخلاصة

### أسرار صناعة النجاح

1

اعلم أولاً من تكون في  
هذا الكون  
والقوى المذهلة التي  
أمدك الله بها

2

قلّب في صفحات الماضي  
والحاضر لترى ما فعلته  
قوة الإرادة من  
نماذج مذهلة

الإرادة

3

اجعل هدفك ماثلاً  
أمام عينيك  
لا يغيب عنها أبداً

الكاتبه هيام محمود



(3)

# الثقة في النفس

## 3- الثقة في النفس

إن الثقة في النفس تعني الثقة بالموهب والإمكانات التي حباها الله بها، مع اليقين بالقدرة على تحقيق النجاح بها بإذن الله، فأنا إنسان كرمي الله على سائر مخلوقاته، وأمدني بالعقل والإرادة والروح القوية، وأعطيني من الإمكانيات ما يؤهلني لأعمر الأرض، فلا تنقصني المواهب ولا الذكاء لكي أحقق أهدافي ونجاحاتي.

والثقة عنصر مهم للغاية فلا بد أن نذكره قبل أي نجاح وفي أي مجال، فالوائق ينجح في عمله ويحقق هدفه - بإذن الله - مهما كان صعبا أو بعيدا، والمهزوز يفشل في عمله مهما كان سهلا ومهما كان يتقنه.

إن الثقة بالنفس تُبنى فينا منذ الصغر حين نتلقى الحب الكافي، والتشجيع، وحين يسامحنا الأبوان على أخطائنا، وحين يركزون على إيجابياتنا، ويمتدحون إنجازاتنا، ويتغاضون عن أخطائنا وهفواتنا، وكذلك حين ننجح مرة تلو الأخرى، وبهذا تنمو الثقة وتزداد بداخلنا، وكلما ازدادنا نجاحا أضفنا رصيда جديدا للثقة فزادت أكثر.

وأما حين نتعرض في الصغر لعدم التقبل أو السخرية أو كثرة الانتقاد أو كثرة اللوم، أو يُقال لنا أو عنا الكثير من الكلام السلبي ونُعت بالصفات الذميمة، أو حين نتعرض للرفض ولعدم الصفح عن أخطائنا، أو نتعرض لظروف قاسية من الفقر والحرمان، أو تُقابل إنجازاتنا بالسخرية منها، أو حين نفشل لمرات عديدة، فإن ثقتنا بأنفسنا تهتز، ومع توالي تلك الأحداث السلبية قد نفقد الثقة تماما، ثم نجد أنفسنا نتخبط في الحياة.

لكن المدهش أن تلك الثقة حتى وإن فارقنا لبعض الوقت، فإننا نستطيع أن نستردها ونبنيها في أنفسنا من جديد لنحقق بها النجاح. فهلم معي في رحلتنا للنفس القوية، لكي نبني الثقة، ونجعلها مساعدتنا في طريقنا نحو النجاح.

## كيف أقوى ثقتي بنفسي؟

### 1- ركّز على جوانب القوة لديك:

فلكل إنسان مزاياه مهما كان فيه من العيوب، ولكل إنسان جوانب قوة مهما كان فيه من الضعف، كبر عدستك وأنت تنظر للجوانب المشرقة فيك، وركّز عليها ونمّها أكثر، كن عين نحلة ولا تكن عين ذبابة. فعين الذبابة تقع على القمامة وتتبعها، بينما عين النحلة تقع على الزهور وتتبعها.. ولا يعني هذا الكلام أن يركز الإنسان على مزاياه بشكل يصيبه بالغرور، وإنما بصورة ترى فيها منة الله عليه بأن وهبها إياه، وبشكر الله عليها باستخدامها في طاعته وفي نفع غيره.

### 2- تقبل نقاط ضعفك، وحسن منها قدر ما تستطيع:

فلكل إنسان مهما كان عظيماً نقاط ضعف، فنحن بشر ولسنا ملائكة، ومادامنا كذلك ففينا النقص والعيب، ولا كمال إلا لخالق البشر سبحانه وتعالى، ولا عصمة إلا لأنبيائه صلوات الله عليهم أجمعين، ومقياس النجاح يرتبط بنظرتك لذاتك وتقبلك لها، وألا تعظم من شأن ما ينقصك، وتنظر له بالعدسة المكبرة، بل مرّره وعش حياتك، وأما ما كان من نقص من كسبك أنت وأنت تستطيع أن

تغيره فالواجب عليك أن تغيره؛ لأن هذا هو الذي يعيبك حقاً، وهذا ما يحدد مدى استحقاقك للنجاح، فإن شعرت بالعجز أمام سلبياتك ووقفت مكتوف اليدين أمامها فلن تكون حينها جديراً بالنجاح؛ لأن قوتك تكمن في قدرتك على تغيير نفسك وتحسين ذاتك والسيطرة على عيوبك.

### فالأمر هنا يختلف بين نوعين من العيوب:

**فالصنف الأول من العيوب:** ما يعجز البشر عن تغييره؛ لأنه ليس من كسب الإنسان مثل من خلق دميماً أو لعائلة فقيرة مثلاً أو كان ضريراً أو أصم أو أبكم أو مقطوع اليد أو الرجل، فهذه الأشياء لا يمكننا تغييرها ولكن علينا أن نتقبلها فقط، وأن نصنع قيمتنا الحقيقية بنجاحنا وبنناء قيمة ذاتنا بالعلم والعمل وحسن الخلق، وألا نحتقر أنفسنا بسبب شكلنا أو أسرتنا أو عجزنا.

**وأما الصنف الثاني من العيوب:** فهو ما يمكن تغييره ببذل الجهد فقط، وهذا يشمل كل صفاتك السلبية كالغضب والبطء والحساسية الزائدة والعجلة واللامبالاة، وكثرة النوم أو كثرة الطعام، وكذلك مشكلاتك كالجهل والفقر، وحتى المرض أحياناً، فاستعن بالله ولا تعجز، وغير في حياتك ستتغير، واسع بتفاؤل ويقين وسيصير ما كان سبباً للألم في يوم ما مدعاة للسرور في اليوم التالي، بشرط أن تبذل كل الطرق الصحيحة التي توصلك لهدفك، وأن يسبق ذلك استعانة قوية بالله بيقين تام وثقة كاملة في ملك الملوك والأملأ، فهو الذي لا يعجزه شيء في الأرض ولا في السماء.

=====

### 3- توقف تماماً عن مقارنة نفسك بالآخرين:

فالإنسان الذي يقارن بينه وبين غيره يظلم نفسه ويؤلمها؛ لأنه يقارنها بهم في أشياء هو ضعيف فيها وهم فيها أقوىاء، فلن تعود عليك هذه المقارنة الظالمة بشيء سوى الحسرة والألم والمزيد من الإحباط والتعاسة، تقبّل أن الله خلق البشر مختلفين في القدرات والمواهب ليبقى الجميع محتاجا لغيره فيتعاون الجميع ويسود المجتمع التكافل والتعاون، ويبقى كل شخص بارزا في مجال محدد يحتاجه فيه الآخرون. وتؤكد أن الذي تقارن نفسك به في شيء ما لديه نقص في شيء آخر ربما هو موفور لديك وأنت لا تشعر به، فلقد اعتاد البشر على التطلع لما في أيدي الآخرين مما ينقصهم، بينما يرون ما لديهم كمسلمات، مع أن ما هو لديك قد يكون محط نظر الآخرين وأنت لا تشعر! كقصة الرجل الفقير الذي كان جالسا على الرصيف يتطلع لسيارة فارهة ويقول لأصحابه لو أن لي فقط مثلها، فبرز له صاحب السيارة الثري منها قاتلا: يا ولدي أنا صاحب السيارة التي تتمناها لكنني محروم من الإنجاب ومريض بأمراض تمنعني من التمتع بمالي، فهل تبادلني حالك بحالي فتعطيني صحتك وأولادك وتأخذ كل أموالي؟ فدهش منه الرجل وقال: بل أحد الله على ما أعطيني..

**وتعلم أن تستخدم المقارنة الإيجابية:** أي أن تقارن نفسك بالآخرين فيما أنت قوي فيه لترى نعمة الله عليك، فتشعر بالسعادة وتشكر النعمة، وهكذا علّمنا رسول الله صلى الله عليه وسلم حين قال: " انظر إلى من هو تحتك ولا تنظر إلى ما هو فوقك، فإنه أجدد أن لا تزدرى نعمة الله عندك " رواه ابن حبان في صحيحه، ولا يعني هذا أن تكون ضعيف المهمة، بل اجعل همّتك فوق السحاب، ولكن انظر لمن هم أقل منك على الأرض لترضى وتشكر، وبالطبع فهذا في أمور الدنيا فقط، بينما لا يصح أن تنظر لمن هو أقل منك ديناً لتفرح بنفسك أو تستهين

بمعاصيك، ففي هذا الأمر عليك أن تنظر لمن هو أعلى منك ديناً لتنافس على دينه وتكون خيراً منه، وهذا ما علمنا إياه ديننا، فقد دعانا إلى المنافسة على الجنة ونعيمها، كما قال تعالى في سورة المطففين: **{وَفِي ذَلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ}** **26}}**.

=====

#### 4- إذا راودتك الأفكار السلبية فأوقفها فوراً:

فنفسك دوماً ستحاول أن تجذبك لأسفل في كل شيء، لا تسمح لها بذلك أبداً، أوقف حديث الذات المدمر، فإن ذكرت نفسك أنك لست واثقاً من نفسك، اطرِد تلك الفكرة السلبية من عقلك تماماً، ووجه فكرك بأكمله نحو الثقة، وتذكر المواقف التي كنت فيها واثقاً وناجحاً، وستشعر بالثقة، وستتصرف بثقة، وستنجح بإذن الله، لقد اكتشف العلم الحديث أن الإنسان تراوده حوالي ستون ألف فكرة سلبية باليوم الواحد، فلو أنك تركت عقلك يسترسل مع تلك الأفكار المدمرة أو الوسوس التي يلقيها الشيطان في نفسك فستدمرك، لذا فعليك أن توقفها فوراً بأمرين: الاستعاذة بالله فوراً، وتحويل الفكر إلى جهة أخرى إيجابية ونافعة.

=====

#### 5- واجه مخاوفك ولا تتردد:

فالتردد عدو النجاح، سيوقفك مكانك بلا حراك، وستضيع منك الفرص واحدة تلو الأخرى بينما أنت واقف مكانك تفكر وتتردد، استشر واستخر، واعزم أمرك، وخض التجارب مادامت خيراً وترضي الله، ولا تخش الفشل، فالذي يجرب ويفشل خير ألف مرة ممن لا يجرب ولا يفشل، والطريقة الوحيدة

لكي لا تفشل هي ألا تفعل أي شيء، والطريق الآمن الوحيد هو ألا تسلك أي طريق، إنما طريقة الجبناء، ولكنك لست منهم ولن تكون منهم، إذا هممت بأمر فاستخر ربك وتدبر عاقبته، فإن كان شرا فتوقف فورا، ولكن إن كان خيرا فأمضه، ولكي تتغلب على ترددك "قل لنفسك كما يقول الدكتور إبراهيم الفقي رحمه الله: ما أسوأ ما يمكن أن يحدث، ثم هيء نفسك لقبول الأسوأ، ثم انطلق في نجاحك حريضا على حدوث الأفضل".

لا تخش شيئا، فالخوف سيقيدك جامدا في مكانك، **والجمود كالموت سواء بسواء**، فالحي يتحرك وينتج وينجز ويساعد غيره ويفعل الخير حتى يلقي ربه بصحيفة مليئة بالإنجازات الرائعة والأعمال الصالحة، والجامد يبقى مكانه لا يتقدم، تحركه الريح كيفما شاءت، ويستخدمه الآخرون لتحقيق أهدافهم، فهو ترس في عجلتهم لأنه بلا هدف، وهم يحققون نجاحهم بمساعدته هو، بينما يبقى هو في خدمتهم ليحصل على فئات موائدهم، ليس عليك أن ترضى بالدون وأن تبقى ضعيف الهمة تنتظر من يعطيك، لم لا تتغير لتصير أنت من يعطي، لم لا تكون أنت اليد العليا التي تعطي وتقدم؟! "يحكى أن شقيقا البلخي خرج في رحلة تجارة بعيدة ومر بصحراء رأى فيها طائرا أعمى، فتعجب وتخير متسانلا كيف يعيش هذا الطائر الأعمى وحيدا في تلك الصحراء الكبيرة، وبينما هو في ذهوله، تفاجأ بطائر آخر يأتي ليلقي للطائر الأعمى طعاما في فمه، فقال مادام الله يرزق الطائر الأعمى في مكانه فسيرزقني، وليس علي أن أسافر وأتاجر وأتعب وأنا في مثل هذا العمر، وركب عائدا لشيخه يخبره عما رأى وما عزم، فتعجب أستاذه مما سمع، وقال له لم رضيت أن تكون أنت الطائر الأعمى؟! لم لا تكون الطائر المبصر الذي يساعد غيره أليست اليد العليا خيرا من اليد السفلى، ففهم شقيق الدرس كما ينبغي وعاد لتجارته"، وعسى أن

نفهمه ونعيه نحن أيضا لأننا منذ قررنا أن نكون الطائر الأعمى وأمتنا تتسول على كل موائد الغرب قمحها ودواءها وسلاحها وحتى سجادة صلاتها يصنعها لنا بوذيو الصين، ومن حينها ونحن نتقهقر للوراء وما عاد لنا وجود بين الأمم القوية، مع أننا كنا بديننا أعزهم وأقواهم.



## 6- طوّر ذاتك:

فتطوير الذات يزيد الثقة بالنفس، ويجعلك أقوى، اكتسب العديد من المهارات، فقيمتك ستعلو كلما تعلمت الجديد وطبقته في حياتك، اقرأ وتعلم كل مفيد، فكما يقول الشيخ إبراهيم الحارثي في شريطه الرائع صناعة التغيير والذي أنصح كل حريص على التغيير أن يستمع إليه بقلبه وعقله وروحه فهو من أروع ما سمعت، يقول - بتصرف يسير: "الكتب مدرسة حقيقية، تكتسب فيها الخبرات والتجارب والمهارات التي تعلمها غيرك في سنوات، يقدمها لك سهلة على ورق فاخر وطباعة أنيقة بسعر زهيد، لتأخذ خلاصة تجاربه وخلاصة ما تعلمه في سنوات عمره في ساعات معدودة، لتضيف إلى عمرك أعمارا جديدة".



## 7- احرص على الإنجاز:

فالإنجازات ترفع رصيدك من الثقة، لذا اصنع ألبوما للإنجازاتك ونجاحاتك، وانظر لإنجازاتك دائما - ليس نظرة تعال وتفاخر - وإنما نظرة تجعلك تستشعر نعمة الله عليك، وتأكد أنك كما حققت ذلك يمكنك أن تحقق المزيد، ستمدك رؤيتك لتلك الإنجازات بوقود من القوة والحماسة، وستفجر طاقاتك لتصنع المزيد منها، وستشعرك أنك كما نجحت فيما مضى تستطيع أن تنجح من





## 8- انظر لعشارتك على أنها تجارب مفيدة:

فالعشرة مهما كانت كبيرة فإنها تجربة علمتك الكثير، تعلم من توماس أديسون الذي أنار العالم باختراعه الرائع ذلك المصباح الكهربائي الذي غير شكل حياتنا جميعا، والذي اخترعه بعد ألف محاولة فاشلة، وتعرض للسخرية المريعة والانتقاد اللاذع، ومع ذلك كله لم يستسلم، وكان يقول: "لقد عرفت ألف طريقة خاطئة لصنع المصباح"، حتى نجح في المرة التي تلت الألف، وكان يتعجب ممن يسمون محاولاته الخاطئة بالفاشلة، وكان يرد بمنتهى القوة: "لقد عرفت مئات الطرق الخاطئة لصنع ذلك الشيء، فماذا تعرف أنت؟!". هناك الكثير من الإيجابيين الذين أخرجوا من حياتهم كلمة الفشل حتى قالوا: لا يوجد شيء اسمه فشل، وإنما فقط تجارب ونتائج وخبرات تعلمناها من كل تجربة مررنا بها. والحقيقة أنها حقا تجارب تعلمنا وتزيد من قدراتنا وكفاءتنا لنواجه الحياة ونحن أقوى وأكثر قدرة على التعامل بحكمة مع المستقبل، وعلى حماية أنفسنا من الوقوع في مثلها، وكما يقول الدكتور إبراهيم الفقي - رحمه الله: "الضربة التي لا تقتلني تقويني".



## 9- لا تسمح لأحد بالسخرية منك ولا بالتقليل من شأنك أو تشييطك:

فأنت إنسان رائع بكل معاني كلمة الروعة، ففي عقلك وحده مليون مليون خلية، وهو ما يعني أنك تملك قدرات عقلية تفوق مليارات المرات أعظم حاسوب تم اختراعه على وجه الكرة الأرضية، ولديك من المواهب ما يحتاج كتابا كاملا لوصفها، فليس عليك أن تنصت لأي إنسان يحاول أن يقلل من

قدرك أو يشعرك بالضعف أو الفشل أو أن يصنفك وفق هواه أو مصالحه الشخصية، أو حتى وفق نظرتة لك.

**ألغ كل حديث سلبي يوجّه إليك من الآخرين:** لا تسمح لهم بأن يوجهوا دفعة سفينة حياتك نحو الأعماق فيغرقوك، أغلق أذنيك بسدادتين كذلك الضفدع الأصم الذي لولا أنه كان أصم لأوقعته كلمات المشبطين التي تنزل على القلب كالجمر تحرق الأمل وتقتل الحلم، ففي هذه القصة الرمزية درس عظيم علينا جميعا أن نتعلمه وأن نطبقه مع المشبطين: "يحكى أن مسابقة أجريت بين الضفادع حول تسلق تلة عالية، وانطلق الضفادع محاولين الصعود وكلهم همة وحماس، وأخذ الجمهور المتحلق حول التلة يصيحون بأعلى صوهم هذا مستحيل، لن تستطيعوا مهما فعلتم، ستسقطون، وبالفعل بدأت الضفادع تشعر بالضعف والوهن وعدم القدرة على السيطرة على أنفسهم، وبدأ بعضهم ينظر لأسفل وهو مذعور، حتى أخذت الضفادع تنهاوى بعد أن تملكها اليأس من الوصول واحدا تلو الآخر، وبقيت مجموعة قليلة صامدة، فتعالت الهتافات، لن تتمكنوا من الوصول أبدا، ستتعبون الآن، ستترلق أقدامكم، ستسقطون كما سقط الآخرون، وبالفعل سقط الجميع ولم يتبق إلا ضفدع واحد فقط، وكلما تعالت الهتافات أكثر وزادت الصيحات من حوله كلما تقدم نحو هدفه بحماس أكبر، ولم يبال بما يحدث حوله حتى أدرك القمة، ولما نزل التلّف الناس حوله في دهشة يسألونه كيف استطعت أن تصل؟!... ففوجئوا أنه أصم لا يسمع، وقد كان يظن صيحات الناس من حوله هتافات تشجيع، فكانت بدل أن تثبطه تزيد من حماسه وقوته وإصراره على الوصول".

نعم. هذه هي الحقيقة الكاملة، لو أعطيت أذنيك للناس لحاصرتك توقعاتهم السيئة وكلماتهم القاتلة، ولسقطت كما سقط الآلاف صرعى. قتلت أحلامهم الكلمات. لذا كن أصم مع المشبطين، وأغلق أمامهم عقلك وقلبك، لا تسمح

لأحد السليبين بأن يسيطر عليك ولا تستمد قوتك من كلماتهم أو نظراتهم، فتلك الكلمات ستتغير وتلك النظرة الباردة ستتبدل بعد أن تصير ناجحاً، تماماً كما تبدل الحرباء لون جلدها لتناسب المكان الجديد، أو كما يبدل الثعبان جلده القديم بجلد جديد، فسيضحكون في وجهك بعد أن تنجح ضحكات صفراء ويشنون على ذكائك وعبقريتك ويخبرونك كم أنت شخص رائع، وكم أنهم كانوا يعلمون أنك ستصير شيئاً عظيماً، وأنهم فقط إنما كانوا يتحدوك لتزداد قوة ونشاطاً، لا تلتفت لهم فتوقعاتهم لا تعينك في شيء، فقط سر على دربك وأنت تنظر للبعيد، وترى النجاح ماثلاً أمام عينيك، ومادمت كذلك فستصل ياذن الله.

ولا يعني هذا الكلام ألا تلتفت لمن ينهك على أخطائك، فربما كنت مخطناً في اختيار هدف لا يناسب إمكاناتك، أو أخطأت في سلوكك طريق غير موصل للهدف، لاتغلق أذنك عن الناصحين أبداً.

**والفرق بين الناصح والمشبط:** أن الناصح يضع قدمك على الطريق الصحيح، وحين يسد أمامك باباً يفتح أبواباً، وحين يذكر بك عيب يقول لك حاول وستستطيع إصلاحه، إنه يدلك ويرشدك، وفي الغالب هو إنسان متفائل وعقل وحكيم وذو خبرة وتجارب ولعله أحد الناجحين، فلتتعلم منه، ولتصلح نفسك وتصحح أخطاءك.

أما المشبّط فهو إنسان متشائم، يرى الدنيا بنظراته السوداء، وكل الطرق عنده مسدودة، وكل الحلول مرفوضة، يذم الدنيا والناس، ويكثر الشكوى والنواح، ينتقد بلا هدف، ويجد لذته في إغلاق الأبواب أمام الناس. فإن لم يكن من رحك

فابتعد عنه قدر ما تستطيع، واسلك كل طريق هو ليس فيه، وإن كان من رحمك فتجنب أن تخوض معه أي حديث عن النجاح أو الطموح، واجعل حديثك معه عاما وعلى قدر الموضوع، ولا تأخذ منه نصيحة ولا مشورة، مع الحفاظ على كامل الإجلال والاحترام لو كان من ذوي الشيبة، وأظهر خضوعك لو كان هو أحد أبويك، فحق الوالدين عظيم جدا، ولهما حق الطاعة والاحترام والإجلال.

وتأكد أن أعظم الناجحين قد تعرّضوا لمن يشبطهم ويلقي الأشواك في طريقهم، لكنهم لم يلتفتوا أبدا لتلك الكلمات المثبطة ولم يبالوا بها، وكلما ألقى أحدهم الأشواك في طريقهم أخذوها وجعلوا منها أقلاما كتبوا بها قصص نجاحهم، وكلما وُضعت أمامهم صخرة تسد الطريق اتخذوا منها سلما نحو الأعلى، تعلّم من الحصان العجوز في حفرة الموت حين اتخذ من تراب قبره سلما للصعود "يحكى أن حصانا عجوزا سقط في حفرة عميقة، وحاول صاحبه أن يخرج به بكل الطرق فلم يستطع ذلك، فاستعان بأهل قريته فقالوا له: إن إخراجك من هنا مستحيل إلا أن تأتي بآلة ضخمة لتخرجه، فعرف الرجل أن الحصان سيكلفه فوق ثمنه، وقال في نفسه أنه عجوز على كل حال، فلأجعله قبره ولألقي عليه أكواما من التراب ليموت ويستريح، وبالفعل أخذ هو وأهل القرية في سكب التراب على الحصان العجوز، لكن الحصان لم يقف مكانه ويستسلم وإنما فاجأهم بردة فعله التي لم يتوقعها أحد، فبدأ ينفذ التراب عن كتفيه كلما سقط عليه، ويقفز خطوة لأعلى فوق التراب، متخذا منه سلما نحو الصعود والنجاة، ووسط دهشة الجميع وجدوا الحصان قد اقترب من الأرض وهو ينشر التراب من على جسمه، ثم قفز وخرج من حفرة الموت، متخذا من تراب مدفنه سلما نحو النور والنجاة"، فأمامك طريقان إما أن تنجح والآخر أن

تنجح أيضا فلاستسلام مرفوض، وهو ليس من شيم المؤمن الذي يعلم أن لديه ربٌ لا يعجزه شيء في الأرض ولا في السماء وهو على كل شيء قدير، وأنه يجيب من دعاه ويكفي من توكل عليه، **كن كالمياه قوية في جريانها لكنها مرنة، فإن اعترض طريقها صخرة عظيمة إما أن تعتلها أو تدور حولها أو تفتتها بالضربات المتتابعة، لكنها تعبر حتما ولا تقف،** وسأورد لكم القصص الرائعة التي تثبت أن الإنسان قادر بإذن الله على تجاوز أصعب التحديات - بإذن الله - في الكتيب الحادي عشر وهو كتيب الثقة بالنفس.

### واليك أيها المثبط أقول:

كم من كلمة أحييت أملا، وكم من كلمة قتلت حلما، وكم من كلمة وكم من كلمة...، فالكلمة سلاح خطير جدا، فتذكر قبل أن تفتح فمك لتنفث سمومك في الناس وتخرج ثعابينك لتلدغهم أن الكلمة الطيبة صدقة، وأن رسول الله صلى الله عليه وسلم قد قال: **"يسروا ولا تعسروا، وبشروا ولا تنفروا"** رواه البخاري ومسلم، فلا تسد الأبواب المفتوحة أمام الآخرين، ولا تطفئ شعلة الأمل لتتركهم يتخبطون في ظلام اليأس، فاليأس أقوى عدو للإنسان، قل كلمة طيبة لن تضرك أبدا، وحتى لو لم تكن ترى من الدنيا سوى السواد، فما ذنب الناس أن تريهم هذا السواد معك، ففي حديث صحيح يقول النبي صلى الله عليه وسلم: **"ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيرا أو ليصمت"**، واعلم أن أول من يستعود عليه الكلمة هو قائلها، فلو قلت كلمة سيئة ستزيد السوء في حياتك، وأما من يقول كلمة طيبة فستعود بالنفع على قائلها أولا، فانتق كلامك، ولا تقل الحسنى فقط وإنما قل التي هي أحسن من الحسن كما قال

تعالى: { وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ... } {53} سورة الإسراء.

=====

## 10- لا تستسلم أبدا، ومهما حدث:

فنحن البشر جبلنا على ألا نستسلم، ولو كنا نستسلم ما تعلمنا حتى أن نقف على قدمينا ولا أن نمشي خطوة، فقبل أن نمشي وقعنا مئات المرات، ولكننا كنا نقوم ونحاول مرة أخرى، كان هذا قبل أن يلقي الآخرون في نفوسنا الخوف والشك والقلق والاستسلام، تعلم من النملة التي علّمت القادة درسا قويا في الإصرار، فهي مهما حدث لا تستسلم، ومهما كانت الصعاب فعينها على إيصال الطعام لجحرها، لا تفكر إلا في العمل، ولا تعني لها الصعاب شيئا، فإن كانت الحبة ثقيلة جلبت من يساعدها، وإن كانت المسافة طويلة تحملت المشقة، وإن كان الطريق مبتلا بالمياه دارت حول نقاط المياه لتجنبها حتى وإن تسبب هذا في مضاعفة طول الطريق، وإن كان الجحر في الأعلى وعليها أن تصعد فوق الجدار حاملة الطعام الثقيل فهي تحكم الإمساك بالطعام وتسير بحذر وببطء، وإن وقعت الحبة منها مئات المرات بل آلاف المرات فلن تفعل شيئا سوى أن تنزل لتأخذها وتصعد من جديد، فليس في قاموسها شيء يسمى الاستسلام، أو البحث عن هدف بديل يكون سهلا.

افعل ذلك مع هدفك، ودُر مع الهدف حيث دار، حتى تصل - مادام خيرا وسينفعك في الدنيا والآخرة، لكن هذا لا يعني ألا تكون مرنا، ومن مرونتك أنك قد تبدّل في بعض تفاصيل الهدف لأجل أن تصل إليه معدلا بعض أخطائك ومتعلما من عثرتك وسقطاتك.

=====

## 11- امسح الرجمة السلبية:

فنحن جميعاً أُلقي في برمجتنا بعض الكلمات السلبية، ولكن لسنا جميعاً صدقناها وسلطنا طريقنا طبقاً لها، إن بإمكان كل واحد منا أن يختار ما يصدقُه عن نفسه وأن يختار أفكاره وقناعاته، أنت حر حتى هذه النقطة ولكنك بعد أن تختار قناعتك عن ذاتك لن تبقى حراً لو كان اعتقادك سلبياً، وإنما ستكون أسيراً مكبلاً لدى هذه القناعة، فلو قلت لنفسك أنك غبي أو فاشل أو ضعيف، فلست بحاجة لفعل المزيد، لقد أطلقت الشرر وسيلتهم الحريق كل شيء أمامه، وستجد نفسك تتصرف كغبي أو فاشل أو ضعيف رغم أنك، وستجد الناس ينعثونك بهذه الصفات حتى لو كانوا لا يعرفونك أبداً، ثم تتعجب وتقول كيف عرفوا ذلك، وستجد كل يوم دليلاً جديداً على فشلك وغيابك وضعفك، ولن تزيد أمورك إلا سوء، ولن تستطيع أن تغير شيئاً حتى تغير تلك القناعة السلبية التي دمّرت بها حياتك وشوهت بها مخلوقاً عظيماً خلقه الله في أحسن تقويم، وأمدّه بأعظم القدرات والإمكانات.

عليك أن تفهم أن كونك فشلت ولو لعشرات المرات لا يعني أن تصف نفسك أنك فاشل، وكونك لم تفهم بعض الأشياء لا يعني أنك غبي، وليس عليك أن تضع نفسك في قالب سلبي أو تسمح للآخرين بوضعك فيه لجرد أن بك بعض العيوب كباقي البشر، سلط الضوء على قدراتك الرائعة، وتحدث مع نفسك إيجابية، وفكر في الجانب المشرق دائماً في نفسك وفي حياتك، وركّز على نجاحاتك، كن إيجابياً في التفكير.

غير تلك القناعة السلبية التي تعيق حركتك، وضع مكانها قناعة إيجابية قوية تغير حياتك للأفضل وتقودك نحو النجاح، نعم، أنت ناجح وذكي وقوي، قل

لنفسك كلاما إيجابيا، وقدم تأكيدات صباحية ومساءنية في كل يوم جديد، حتى تقتلع الأفكار السلبية العميقة بكل جذورها السلبية الضاربة في أعماق نفسك، واغرس مكانها بذرة الأمل بكل ما تحمله من فروع نضرة وجذور رطبة تمتد في أعماق أعماقك لتقودك نحو النجاح فلا يوقفك شيء أبدا بإذن الله.



## 12- اهتم بمظهرك، فهو يعطي صورة عنك:

فالناس تحب الشخص حسن المظهر، وتمنحه المزيد من الاحترام والثقة والتقدير، كما أن المظهر يفتح لك الكثير من الأبواب المغلقة، ولا تنس أن الله جميل يحب الجمال، ولكن لا تهتم بالمظهر وتهمل الجوهر، فمهما كان غلاف الكتاب جميلا لكنه فارغ من المحتوى القيم فلن يكون له مكان في مكتبتنا، فأكمل مظهرك ومخبرك، واجعل روحك قوية بالإيمان، وقلبك مملوء بالحب والخير، وعقلك مملوء بالعلم والحكمة، ولسانك لا ينطق إلا بالكلمة الطيبة، وارسم البسمة دائما على وجهك فهي الأفضل.

ولتذكر المرأة أن هذا الكلام لا يعني أبدا أن تلبس الثياب التي تبرز مفاتن جسدها، فالمظهر الحسن في حق المرأة يعني الثوب الساتر النظيف الجيد والذي ينم عن احترامها لدينها وذاتها، لا أن تتخذ من جسدها وسيلة للفتنة والجذب أنظار الرجال، ولا أن تجعل من نفسها سلعة رخيصة تكسب المال بلفت الأنظار، يستغلها أصحاب المتاجر والشركات لبيعوا سلعهم بجسدها الذي أرخصته إلى حد الإذلال، صحيح أن الجسد قد يفتح لك بعض الأبواب لمكسب دنيوي سريع، لكن تأكدي عزيزتي أنه سيفتح لك أيضا أبواب جهنم



على مصراعيها، وستتقضي رحلتك القصيرة في الدنيا الفانية وسوف تخرجين منها محمولة على الأخشاب ملفوفة بقطعة رخيصة من القماش في وقت لا تعرفيه ولم تستعدي له، لتكويني وجها لوجه مع عملك وصحيفتك التي ملأيتها بالذنوب بيديك أنت، فلا تغتري بالجمال فلن يدوم، ولا بالشباب فسوف تهرمين، ولا تغتري بالأبواب المفتوحة لك فإنما فتحتها ضعاف النفوس، ولا تغتري بالمال وبالعمل وبالدنيا فإنما هي متع زائلة توشك أن تفارقك أو تفارقوها.

=====

### 13- ساعد الآخرين:

فخير الناس أنفعهم للناس، وحين تساعد غيرك ستجد من يساعدك، وستنتفع لك كل الأبواب المغلقة، وسيثق فيك الناس ويحبوك، وستزداد ثقتك في نفسك لأنك قادر على فعل الخير وعلى مساعدة الغير، وقبل كل ذلك وفوق كل ذلك سترتفع درجاتك عند رب العباد، وستلقى الأجر والثوبة في صحيفتك التي ستمسكها بيديك في يوم من الأيام، إنه يوم قريب، فلا تجعل الدنيا كل همك.

=====

### 14- كن إيجابيا وتغير للأفضل:

فالتغير سنة الحياة، ولا يبقى شيء ثابت على حاله إلا ويندثر، كالديناصورات العملاقة لم تتغير ولم تتكيف فاندثرت، أما الحيتان فقد تكيفت فبقيت وعاشت ملايين السنين بعد الديناصورات وحتى يومنا هذا، لا تكن أسير عاداتك، فمهما كانت العادة ثابتة وقوية يمكن تغييرها، فحتى مدمن المخدرات يمكنه أن يتجاوز ذلك ويعود طبيعيا كباقي البشر، فلا تكن عزيزتك واهنة أمام سيجارة، ولا تقف مكتوف اليدين أمام حبك للطعام الذي يسبب لك سمّة تضعف ثقتك، أو

أمام حبك لمشاهدة التلفاز الذي يضيع وقتك ودينك فيقل إنجازك وثقتك، أو حبك للنوم وكسلك الذي يفقدك القدرة على ضبط مواعيدك ونجاحك في عملك فتفقد ثقتك، مهما كانت العادة قوية يمكنك أن تغيرها، فقط استعن بربك وابذل جهدك بثقة في النجاح، وثابر على ذلك، فحتى أعق العادات يمكن تغييرها بالعزيمة واليقين والإصرار، ولا تنس أن الله وعد من جاهد نفسه بالانتصار عليها قال جلّ جلاله: **{وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ {69}}** سورة العنكبوت، ولكن ذلك مرهون بشرط، أن يكون **{فِينَا}** في الله وابتغاء مرضات الله، فضع رضا الله نصب عينيك ثم سر، وستبلغ بإذن الله.

=====

### 15- وأخيرا: تقبل نفسك كما هي، وقدّر ذاتك:

فالثقة تبدأ من التقبل، وقد تكلمنا فيما قبل عن تقبل وجود نقاط الضعف وعن ضرورة السعي لتغييرها، بينما نتكلم في هذه النقطة عما لا يمكن تغييره، فتقبل الذات يعني أن تتقبل الأوضاع التي لا يمكنك أن تغيرها، مما خلقك الله عليها، فلن يفيدك شيء أن تنظر لها بالأسى والحسرة، وأن تحزن لأنك مصاب بعجز أو مرض، فما لا يمكن تغييره أبدا علينا أن نتقبله وأن نرضى به ونحمد الله عليه أيضا، فكم من مبتلى صنع ببلائه إنجازا للمجتمع لم يكن ليصنعه لولا هذا البلاء، وكم من عاجز جعل من عجزه سببا لنجاحه وتفوقه، فقد كان حقا ضريرا من اخترع لغة برايل ليقرأ كل ضريح، وقد تجاوز الكثير من المعاقين حدود إعاقتهم وصنعوا إنجازات لا يقدر عليها حتى المعافون، وكم كم دواء صنع من وباء، وكم من اختراع صنعته أزمة، فتقبل ما أنت فيه، وعش حياتك

على أفضل صورة، واصنع لك حلماً يناسب مشكلتك، ولا تستسلم أبداً.

ويحدثنا الدكتور إبراهيم الفقي عن التقبل كعنصر من أهم العناصر النفسية اللازمة لتحقيق النجاح قائلاً:

"إن التقبل هو الرضا عما وهب الله من نعم، وعما وضعك فيه من ظروف ومستوى، وتقبل الإنسان لحياته هو الذي يحدد مدى راحته النفسية، ومدى طمأنينته واستقراره. ثم إن عدم التقبل لن يجعل الإنسان يحزن شيئاً سوى التعب والألم، كما أنه لا يؤثر شيئاً على تغير الوضع أو تحسن الحال، بل على العكس إنه يجلب اليأس والألم والتشاؤم وربما الحقد والحسد للآخرين، فيصير صاحبه ممن يتراجع للخلف ولا يخطو للأمام. لابد أن تحب نفسك، لا بمعنى الأنانية وإنما أن تتقبلها كما خلقها الله جل وعلا. قد تنظر في المرأة فتكره نفسك لضعف التقدير الذاتي منك لنفسك، لابد من التقدير الذاتي والرضا بالنفس والظروف؛ ومن هنا يكون الانطلاق لتصير أفضل فيما بعد. مادام تركيزك على نفسك ضعيفاً فستظل على ما أنت عليه من حال، وستمشي نحو مكانك. لا تقلل من قدراتك، فقدراتك تكبر بإنجازاتك. فكر بإيجابية، قل: سأكون اليوم أحسن ما يمكنني أن أكون، مثلما تفعل في رمضان. ثم اجعل ذلك اليوم أسبوعاً، ثم اجعله شهراً، ثم عاماً، ثم عمرك".

كان أدبسون يتعجب ممن يسمون محاولاته  
الخاطئة بالفاشلة، وكان يرد بمنتهى القوة:  
"لقد عرفت مئات الطرق الخاطئة لصنع ذلك  
الشيء، فماذا تعرف أنت؟!"

## ملحوظة هامة

فرق شاسع بين الثقة بالنفس والغرور؛ فالثقة بالنفس محمودة ما لم تتطرف وتصل للكبر والغرور، والنظر للآخرين من نافذة برج عاجي يراهم كحشرات صغيرة، فلا يبالي بهم، وقد يظأ عليهم لأجل مصالحه الشخصية، فتكون ثقته الكاذبة سبب هلاكه في الدنيا والآخرة.

وهي أكبر خطراً وأعظم شراً وإهلاكاً حين تكون ثقتنا بأنفسنا بمعزل عن ثقتنا بالله الذي نستمد منه قوتنا وقدرتنا على النجاح؛ فالوائق تتبع أولى منابع ثقته **من استمداده العون من الله**، فقانونه الأكبر الذي لاتصمد أمامه الصعاب والعوائق الكبار هو: **"لا حول ولا قوة إلا بالله"**.

## الخلاصة

### أسرار صناعة النجاح

11

امسح البرمجة  
السلبية

12

اهتم بمظهرك  
بما يرضي ربك

13

ساعد الآخرين  
سيساعدوك

14

كن إيجابيا  
وتغير للأفضل

15

تقبل ذاتك  
وقدرها

6

طور ذاتك

7

احرص على الإنجاز

### الثقة بالنفس

8

انظر لعثراتك  
كخبرات مفيدة

9

لا تسمح لأحد  
بتشيطك

10

لا تستسلم  
مهما حدث

1

ركز على  
جوانب قوتك

2

تقبل نقاط  
ضعفك وحسنها

3

لا تقارن نفسك  
بالآخرين

4

أوقف الأفكار  
السلبية فورا

5

واجه مخاوفك  
ولا تتردد

الكاتبة هيام محمود

(4)

## التفاؤل

## 4- التفاؤل

### ما هو التفاؤل؟

إن التفاؤل شعور جميل يملؤ النفس بالسعادة. فالتفاؤل لا يرى من الماضي إلا دروسا تعلمها، ولا يرى في الحاضر إلا نعمة يشكرها، ولا يرى في المستقبل إلا فرصا يمكنه أن يحصدها.

إنه دوام التوقع للخير ودوام الانتظار له حتى في أحلك الظروف، ودوام انتظار للفرج حتى في أصعب المشكلات، ويقين بأن الحال سيتبدل للأفضل، يدفع التفاؤل لعدم الاكتراث بما يقع من أحداث سيئة، فلا يعطيها فوق حجمها ولا يضخمها ولا ينظر لها بعدسة مكبرة فتشغل حيز التفكير وتحمل الخوف والألم، وإنما ينظر لها على أنها مجرد أحداث مؤقتة ستزول قريبا، فيتجاوزها ويمررها، ويتعلم منها ليصنع مستقبلا أفضل.

على عكس المتشائم " الذي يرى في الماضي الألم والفشل، ويرى في الحاضر المتاعب والمشكلات، ويرى المستقبل مخاوفا وعقبات"، وكلما وقعت له مشكلة ركّز عليها وضاعف من حجمها، وبقي واقفا عندها لا يلتفت لما فيها من دروس وعبر، ومن فرص وآمال.

### هل التفاؤل يؤثر على حياتنا؟

بالطبع نعم، فهو يؤثر على الأفكار، وعلى المشاعر، وعلى الصحة، وعلى السلوك، وحتى على من يحيطون بنا أيضا... فالتفاؤل أفكاره إيجابية مشرقة، هذه

الأفكار تجعل مشاعره أيضا إيجابية مما يعني أنه سيتمتع بصحة أفضل، وحتى لو أصابه مرض فتفاؤله يزيد من فرص شفائه بإذن الله؛ لأن تفاؤله ينطوي على حسن ظن بالله وثقة فيه وانتظار لروح الله ورحمته، كما أن المتفائل أكثر عملا وإنتاجا، لأن عقله يحمل أهدافا قوية، ويرسم صورا جميلة للمستقبل تدفعه للسعي وراء تحقيقها، فتجده نشيطا مستبشرا ساعيا نحو الفرص مقتنصا لها، مكافحا مجتهدا، وفي علاقاته مع الآخرين تجده متحمسا محمسا، يسعى الآخرون للقرب منه والجلوس معه؛ لأنه يعطيهم صورة أفضل عن أنفسهم وعن المستقبل، ويعطيهم حلولاً لمشكلاتهم، ويبين لهم المنح التي زرعت في قلب منحهم، إنه في عالم الناس يشبه الشمس التي تدور حولها أفلاكها، فالجميع يحبه ويجب الجلوس معه والاستماع إليه.

إن التفاؤل بكل بساطة هو عين ترى الجميل، وعقل يفكر في الجميل، ويركز على الجميل الذي في حاضره، ويتوقع الأجل في مستقبله... فيعيش حياة جميلة بإذن الله.

=====

### لم علينا أن نتفاءل؟

لأن قانون النجاح هو: **تفاءلوا بالخير تجدوه** إنه قانون من أهم قوانين الحياة... فالتفاؤل سبب حقيقي لجلب أصناف الخير لحياتنا بإذن الله، فالمتفائل حقا يعيش سعيدا مهما اعترضته العقبات، وينتصر على كل محنة تقف في طريقه مهما كانت صعبة، وتسير حياته على النحو الذي يتمنى أن يعيشه بإذن الله، فالتفاؤل سر عظيم من أسرار السعادة.

وأحب أن أنوه أن هذه المقولة قد لا تكون حديثا، فقد سنل ابن باز عن مقولة



**تفاءلوا بالخير تجدوه، هل هو حديث؟**

فأجاب: "لا أعلم له أصلاً في الأحاديث الثابتة عنه صلى الله عليه وسلم، ولكن معناه صحيح؛ فإنه يحب الفأل عليه الصلاة والسلام وينهى عن الطيرة، والفأل هو الكلمة الطيبة التي يسمعها المسلم فيرتاح لها وتسره، أن يسمع كلمة طيبة فيسر بها ويمشي في حاجته ولا تردده عن حاجته، كأنسان يطلب ضالة، يسمع إنسان يقول: يا واجد.. أو يا ناجح! فيفرح بذلك، أو مريض يسمعه يقول: يا معافى، أو يا مشفى! أو ما أشبه ذلك فيفرح بذلك ولا يرده عن حاجته وما أشبه ذلك".

وأما التشاؤم فهو بغض مقيت، يجلب لنا كل الشرور، ويسد أمامنا كل الأبواب المفتوحة، ويصعب علينا ما سهل من الأمور، فحين نشاءم تسوء حالتنا النفسية وتسوء توقعاتنا ونصطدم بما توقعناه، فنخرج من مشكلة لمشكلة، ومن محنة لمحنة، وتضعف مناعتنا ونواجه الأمراض، ونُشع طاقة كنيية مظلمة تجمع حولنا كل المكتئبين والمتشاؤمين أمثالنا وتنفر منا كل الأشخاص الإيجابيين والمتفائلين والمبتهجين، ونعيش في غم وكآبة متتالية، نعيش حياتنا متناقلين يحملنا اليوم إلى الغد ونحن كارهون لكليهما.

أما حين نتفاءل فنحن نحني ثمار التفاؤل العظيمة في حياتنا، فمن نفس مبتهجة، ووجه بسوم، ومن حماسة ووقود ذاتي للعمل، ومن إيجابية تغيرنا نحو الأفضل دائماً، ومن طاقة عالية وصحة جيدة، ومن حب الناس لنا وإقبالهم علينا، فالناس تنفر من النفوس الكئيبة المتشاومة، وتحب الإنسان البسوم البشوش السعيد، ومن توارد للخيرات علينا، فالتفائل يعيش حياة سعيدة جميلة مثل أفكاره

الجميلة، وتكون أفكاره لوحة يرسمها بألوان إيجابية مشرقة.

### لكنني في هذا السياق أحب أن أحذر من أمر خطير

فالتفاؤل حقاً يكون سبباً في حدوث الخير في حياتنا - بإذن الله - لكن هذا الأمر ليس بمعزل عن الخالق سبحانه وتعالى، فالله جل جلاله هو من بيده الأمر كله، قال تعالى: **{قُلْ إِنَّ الْأَمْرَ كُلَّهُ لِلَّهِ}** 154 / آل عمران، وأقدارنا تسير وفق أمره وحكمه، والتفاؤل هو سبب من الأسباب يؤدي إلى نتيجة من النتائج تحت سلطان الله ومشيتته، كما أن الدعاء بشروطه الصحيحة هو سبب مذهب لحدوث ما يشبه المعجزات في حياة البشر، ولكن من الذي يستجيب الدعاء ويحقق الأمنيات؟ إنه الله جل جلاله، وكما أن بذر البذور في الأرض وريها بالمياه هو سبب يؤدي إلى نتيجة هي خروج الزروع والشمار، لكن من الذي ينبت؟ إنه الله جل جلاله، لا يوجد في البذرة نبتة، ولا يوجد في التربة نبتة، إنما هو الله جل جلاله جعل من تلك البذرة الصغيرة شجرة كبيرة بها مئات الثمار وآلاف البذور، قال تعالى: **{أَفَرَأَيْتُمْ مَا تَحْرُثُونَ} 63 {أَأَنْتُمْ تَزْرَعُونَهُ أَمْ نَحْنُ الزَّارِعُونَ} 64 {لَوْ نَشَاءُ لَجَعَلْنَاهُ حُطَامًا فَظَلَلْتُمْ تَفَكَّهُونَ} 65}** سورة الواقعة، وقد يقدر الله لتلك البذرة ألا تنبت، وقد يقدر أن تنبت ولا تثمر... إذن فالأمر كله بيد الله سبحانه وتعالى، وليس بعيداً عن الخالق.

لكن الكثير من أبناء هذه الأمة قد انساقوا وراء نعيم غريان الغرب من أصحاب العقائد المشوهة والمختلطة، فآمنوا بما يسمى قانون الجذب، ولهذا القانون سر خطير وقصة مفزعة، لكن تلك القصة مخفية عن الأنظار، والقانون يعمل في عقول المسلمين كما تعمل النار في الهشيم، فيتآكل الإيمان، والمسكين تحدث له

بعض المواقف التافهة فيصدق أن عقله قد صار مصباح الأمنيات، وأن بإمكانه أن يحقق كل شيء عبر الاستعانة بعقله، ففقد عقيدته، وفقد صلته برب السماء وآله عقله فصار يدعو من دون الله، أو ليس الدعاء هو العبادة؟!!! قال تعالى: **{وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ}** {60} سورة غافر، وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «إن الدعاء هو العبادة». رواه الأربعة، وقد جاء عن النبي صلى الله عليه وسلم: "مَنْ لَمْ يَدْعِ اللَّهَ يَغْضَبْ عَلَيْهِ" 2654/السلسلة الصحيحة للألباني، وعن النبي صلى الله عليه وسلم: " ليس شيء أكرم على الله تعالى من الدعاء " رواه أحمد.

### فلماذا يعتلي الدعاء تلك المكانة العظيمة في ديننا حتى يسمى بالعبادة؟

لأن الدعاء ببساطة شديدة ينبع عن الإيمان القوي بأن الله هو الملك، وأنه على كل شيء قدير، وأن بيده خزائن السموات والأرض، والكل مقهور تحت سلطانه، والأمور كلها تجري بتدبيره ومشئته، كما أنه يشتمل على الاستعانة التي تعني أنني يارب أعلم أنك قريب مني ترى مكاني وتسمع سؤالي وتعلم حالي، ولعلمي أنك أنت الملك وأنت مالك الملك والمملوك، فأنا ياخالقي أثق فيك وأعلق أمانتي بك وحدك، وأدعوك جهرا وخفية، وأدعوك رغبا ورهبا، وأدعوك خوفا وطمعا، وأحسن الظن بك أنك ستجيبني، أدعوك كما أمرتني وأنتظر إجابتك كما وعدتني، إنها عبادة مهمة جدا، فإن صرف العبد شيئا من تلك العبادة لغير الله فقد أشرك مع الله، سواء أكان هذا الشيء هو قبر أو حجر أو كوكب أو بشر أو حتى هو عقله، فيقينا نحن المسلمين أن الله يدبر الأمر في الكون كله، وما من شيء يخرج عن تدبير الملك، وأن كل ما عدا الله هو الباطل

والضلال، قال تعالى: {قُلْ مَنْ يَرْزُقُكُمْ مِّنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ أَمَّنْ يَمْلِكُ السَّمْعَ  
وَالْأَبْصَارَ وَمَنْ يُخْرِجُ الْحَيَّ مِنَ الْمَيِّتِ وَيُخْرِجُ الْمَيِّتَ مِنَ الْحَيِّ وَمَنْ يُدَبِّرُ الْأَمْرَ  
فَسَيَقُولُونَ اللَّهُ فَقُلْ أَفَلَا تَتَّقُونَ {31} فَذَلِكُمْ اللَّهُ رَبُّكُمُ الْحَقُّ فَمَاذَا بَعْدَ الْحَقِّ إِلَّا  
الضَّلَالُ فَأَلَيَّ تُصْرَفُونَ {32}} سورة يونس، لكن ما يسمى قانون الجذب والذي  
يمكن أن نسميه قانون الحرف أو قانون الشرك... يجعل من العقل ذلك المخلوق  
الصغير لها من دون الله، ندعوه فيلي لنا الرغبات ويحقق الأمنيات فيشفي  
الأمراض، ويعطي الرزق، ويجلب الحظ، ويعطينا الزوج والأطفال أيضا، فما  
هذه الترهات التي أسقطت قوما ليسوا بالقليل من المسلمين في هوة سحيفة من  
الفساد العقدي؟

إن هذا القانون وراءه قصة خطيرة جدا، فهو مدسوس علينا من رجل لا أعرف  
له ديناً أراد أن يدعي لزوجته ما يشبه النبوة، فزوجته المحترمة إستتر يأتيها صوت  
من أبراهام - شخصية من نسج خيالهم يدعون أنها لامادية لا يمكن رؤيتها ولا  
سماعها من البشر وكأنهم يريدون تشبيهها ياله - يعطيها فيها تعاليم للبشر  
بطريقة تشبه الوحي الذي كان يتنزل على نبينا صلوات ربي عليه وتسليماته  
فتصاب بالاهتزاز أثناء اتصالها به، ولأنه شيء غير مادي فهو يعرض الأفكار  
التي تستقبلها إستتر بطريقة عجيبة وهي تستقبلها كالمستقبل في جهاز الراديو،  
وتقوم بتحويل تلك الأفكار غير اللفظية التي تستقبلها منه للغة الإنكليزية،  
ولا يوجد دوما كلمات مادية تعبر عن تلك الأفكار اللامادية التي تتلقاها إستتر،  
مما يدفعها لتشكيل تراكيب جديدة أحيانا لتعبر عنها.

فمن هو هذا الأبراهام؟ وما هي تعاليم أبراهام؟

يصف الكتاب أبراهام بأنه الظاهرة اللامادية التي تعجز الكلمات عن وصفها لكنه ببساطة مجموعة من المعلمين يتمتعون بذكاء فائق ومحبة غير مشروطة!!! أي أنهم مجموعة من الآلهة يرسلون تعاليمهم للبشر ليحسنوا من حياتهم.

**وأما عن تعاليمه:** فهي تعاليم تتعلق بخلق حياة سعيدة تحقق فيها أمانيك، وتسمح للآخرين بخلق ما يشاؤون... هكذا صدر إستر وجيري هيكي كتابهما المخرب للعقيدة، فمعلمو أبراهام هم من طرحوا قانون الجذب الكوني، وقد تم طرحه عام 1985، وفي جوهره أن كل شيء يجذب كل ما هو على شاكلته، ما يعني أن البشر من وجهة نظرهم يمكنهم جذب ما يريدونه عبر أفكارهم أي أنك إذا أردت شيئا فليس عليك أن تدعو الله أبدا، وإنما فقط فكّر فيه وسيقوم عقلك احترام بجذبه كالمغناطيس!!!

وفيما بعد انتشر هذا القانون بشكل مذهل وأثر في ملايين الناس، من خلال إستر نقلا عن أبراهام، ثم تم الاستمداد منه في كتاب السر الذي قلب موازين العقيدة في قلوب الكثير من المسلمين... وكذلك كتاب قوة العقل الباطن الذي خرب عقيدة المسلمين بما فيه من ضلالات وترهات، ويمضي هذا الكتاب أو ذاك في عبث وخرافات متتابعة تصطدم مع صريح العقيدة النقية وفطرة الإيمان بالله والتوكل عليه، ودعائه والاستعانة به والذي هو لب العبادة أو هو العبادة.

سخف وترهات، لاتعدو كونها عبث شياطين الإنس مع شياطين الجن، جعلوا من العقول آلهة تعبد من دون الله، وبئس ما يقولون، لكن قانون التفاؤل الحقيقي هو قانون السبب والنتيجة، أحد القوانين القوية التي وضعت لنا في الحياة، فالتفاؤل سبب قوي من أسباب السعادة والنجاح... لكن هذا التفاؤل على

قوته وروعته لا يعمل بمعزل عن تعلق قلوبنا بالله، وربط آمالنا به، والتفات قلوبنا له من دون الأسباب، **فنحن نبذل السبب لكن قلوبنا لاتتعلق به أبدا وإنما بخالقه رب العالمين...** كما نذاكر لننجح، ونبذر لينبت ويشمر، ونستزوج لننجب... إلخ، كلها أسباب كونية وضعها الله موصلة لنتائجها، **لكنها وعلى الرغم من أهميتها، فهي لا تعمل بعيدا عن الخالق أبدا، وإنما بأمره ومشيته، وقد تفقد الأسباب قيمتها، فذاكر ولا تنجح، وتزوج ولا تنجب، وتبذر ولا تنبت أو ينبت فلا يشمر.** فالأمر كله مردود لخالقه سبحانه وتعالى.

فتفاؤل المؤمن إذن هو مزيج من التسليم واليقين، فالمؤمن يسلم أمره الله، ويوقن أن الله سيختار له الخير دائما، يدعو بيقين، ويوقن أن الله سيحييه ويحقق رجاءه، وحتى لو حدث له خلاف ماكان يرجوه، فهو متفائل به لثقته في ربه، ويقينه أن الله يختار له الخير دائما... ولحسن ظنه بربه وثقته فيه فإن الله جل جلاله يكون عند ظن عبده به، فيرى من فيوض كرمه وجميل نعمه ما يذهل العقل عن وصفه، ولايقوى اللسان على شكره.

لقد كان نبينا متفائلا جدا، ففي قمة محنة تخرج منه أعظم البشارات، فقد روي عنه أنه قال لسراقة بن مالك: " **كيف بك إذا لبست سوارى كسرى؟**" وهو ملاحق من الكفار في الصحراء في هجرته من مكة للمدينة، لايملك حتى أن يحمي المؤمنين الذين آمنوا معه، ووعد بكنوز أعظم ملوك الأرض في ذلك الوقت. وقد روى ابن حجر في الإصابة أنه لما أقي عمر بن الخطاب بسواري كسرى ومنطقته وتواجه دعا سراقة بن مالك فألبسه إياها. وفي قمة محنة أصحابه وشدة تعذيبهم من المشركين يعطيهم البشارة التي تطمئن

القلوب، وتنقلها بصورة مشرقة في المستقبل حتى ولو كانت الحنة شديدة على النفوس " والله ليتمن هذا الأمر حتى يسير الراكب من صنعاء إلى حضرموت لا يخاف إلا الله والذئب على غنمه ولكنكم تستعجلون " رواه البخاري

وفي قمة الحنة وهم يحفرون الخندق، والأحزاب تحاصرهم، والرعب يملأ قلوب المؤمنين حتى لا يأمن أحدهم أن يذهب لقضاء حاجته يشر بفتوح لأعظم أقطار الأرض حينذاك، فحين عرضت لهم صخرة صلبة، فأخذ النبي صلى الله عليه وسلم المعول، فقال كما روي عنه: " بِسْمِ اللَّهِ، فَكَسَرَ ثُلُثَهَا، فَقَالَ: اللَّهُ أَكْبَرُ، أُعْطِيَتْ مَفَاتِيحُ الشَّامِ، وَاللَّهِ إِنِّي لَأَنْظُرُ قُصُورَهَا الْحُمْرَ، ثُمَّ ضَرَبَ الثَّانِيَةَ، فَكَسَرَ ثُلُثَهَا الْآخَرَ، فَقَالَ: اللَّهُ أَكْبَرُ، أُعْطِيَتْ مَفَاتِيحُ فَارَسَ، وَاللَّهِ إِنِّي لَأَنْظُرُ قُصُورَ الْمَدَائِنِ الْأَبْيَضِ، ثُمَّ ضَرَبَ الثَّالِثَةَ، فَقَطَعَ بِقِيَّةِ الْحَجَرِ، فَقَالَ: اللَّهُ أَكْبَرُ، أُعْطِيَتْ مَفَاتِيحُ الْيَمَنِ، وَاللَّهِ إِنِّي لَأَنْظُرُ أَبْوَابَ صَنْعَاءَ مِنْ مَكَانِي هَذَا " .

صلى عليك الله يا نبي الله، في كل محنة بشرى، وفي كل أزمة نورا ينير الطريق أمام المؤمنين. وكان يقول صلى الله عليه وسلم: "ويعجبني الفأل الصالح: الكلمة الحسنة" متفق عليه، وكان يمسح على المريض بيده ويقول: "طهور إن شاء الله". وكان يعجبه الاسم الحسن، حتى أنه كان يغير اسم أي صحابي يعبر اسمه عن شر ويبدله باسم طيب، وكان يستبشر بالاسم الجميل، فكما جاء عنه صلى الله عليه وسلم أنه لما جاءه سهيل بن عمرو في يوم الحديبية قال: "لقد سهّل لكم من أمركم". وقد كان يدعونا للتبشير والتيسير، فقال صلى الله عليه وسلم: "يسرّوا ولا تعسّرا، وبشّروا ولا تنفروا" رواه البخاري.

ولقد كان من أصحابه صلى الله عليه وسلم من يتفادل ويعلم ذلك التفاؤل أمام الجميع، ويتحقق تفاؤله حقا، كعبد الرحمن بن عوف الذي كان يقول: لو رفعت

حجرا لوجدت تحته ذهباً، إنه تفاؤل قوي لكنه لم يكن منفصلاً عن الله، ولا مبتعداً عن اليقين والثقة فيه وحسن الظن به جل جلاله.

لكن على الرغم من كل ذلك فعلينا أن نعلم أن التفاؤل يعمل تحت أمر الله ومشيتته، فلن يغير التفاؤل القدر... أحضري كل قوى الدنيا في لحظة الاحتضار كي تمنع الموت عمن حضره الأجل؟! بل أحضري كل قوى الدنيا لتهدب العقيم طفلاً من دون أن يلجأ الله فيه ربه، بل اجمع لي كل قوى التفاؤل في الكرة الأرضية لمنع حرباً أو توقفها.

تفاؤل، واجعل من التفاؤل عادتك، لكن لا تحمله فوق طاقته، فالتفاؤل ليس هو مصباح الأمنيات في القصص الخيالية، إنما هو حسن ظن بالله، والأمر كله بيد الله...

### فهو القائل جل جلاله

#### أنا عند ظن عبدي بي

إنه حديث قدسي صحيح، فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "يقول الله: أنا عند ظن عبدي بي، وأنا معه إذا ذكرني، فإن ذكرني في نفسه ذكرته في نفسي، وإن ذكرني في ملأٍ ذكرته في ملأٍ خير منهم، وإن تقرب إلي شبراً تقربت إليه ذراعاً، وإن تقرب إلي ذراعاً تقربت إليه باعاً، وإن أتاني يمشي أتيته هرولاً" رواه البخاري ومسلم، وفي رواية لأحمد: "إن الله عز وجل يقول: أنا عند ظن عبدي بي، إن ظن بي خيراً فله، وإن ظن شراً فله".

إنه يترجم الكثير من الأقدار والأرزاق التي في حياتنا، فهي بيد الملك وهو من يوزعها، ولكنه بعدله ورحمته يعطينا على قدر ظننا، فلنحسن الظن ونأخذ



بالأسباب، ونصبر كي ننال ما نريد، ولا نُحمّل التفاؤل فوق طاقته، فإنما هو دابة تحملنا في الطريق، وتعيننا على الوصول، فمن دون الدابة قد تجد الكثير من المشقة، وتعاني ويركبك التعب، ويطول عليك الطريق، ويشتد عليك حره وبرده، وربما انقطع بك الطريق قبل أن تصل، ومع كل ذلك فهو لا يعدو دابة تحملك فتسهّل عليك وعورة الطريق ومشقة السفر وقطع المفاوز، بينما الذي سيوصلك حقاً، وينجيك من قواطع الطريق ويحقق لك مقصودك هو الله جل جلاله، فاقدر ربك حق قدره، وستنال مطلوبك بإذنه وعونه.



## كيف نطبّق التفاؤل في حياتنا؟

- 1- ابدأ يومك سعيدا حامدا، واختمه بالسعادة والحمد.
- 2- تحكم في أفكارك وفكرّ بإيجابية.
- 3- تحكم في كلماتك، وتكلم بإيجابية.
- 4- اشكر النعم، وركّز عليها.
- 5- توقع الخير، وتيقن أن الخير آت.
- 6- غيّر نظرتك للأمور.
- 7- ابتسم دائما، وقلّ إني راض.

=====

## 1- ابدأ يومك سعيدا حامدا، واختتمه بالسعادة والحمد:

فالיום يُرسم من بدايته، فكما قيل: "سعيدٌ في صباحك، سعيدٌ طوال يومك"، فأول شيء أمرنا أن نفعله عندما نفتح أعيننا أن نحمد الله على نعمة الحياة، فنقول: "الحمد لله الذي أحيانا بعد ما أماتنا وإليه النشور" رواه البخاري، فكيف يكون يوم المؤمن لو أنه تأمل حقيقة ذلك الذكر الرائع، الذي يوجه تفكيره أول ما يستيقظ من نومه إلى النعمة والحمد، قلبه من أعماق قلبك، وتذكر أنك وهبت نعمة الحياة من جديد بعدما سلبتها أثناء النوم، وتذكر أن الكثيرين قد سلبوا نفس تلك النعمة في نفس تلك الليلة فلم يستيقظوا من نومهم بينما أنت استيقظت.

تذكر وأنت تفتح عينيك أن لك عينا تفتحها بينما مئات الألوف قد فقدوا نعمة البصر، تذكر وأنت تنهض من فراشك أنك قادر على الحركة بينما آلاف الناس عاجزون عنها في فراش المرض أو العجز، تذكر وأنت تقضي حاجتك أن هناك آلاف المرضى عاجزون عن ذلك، وتذكر وأنت تغسل وجهك ويديك أن آلاف العاجزين يحتاجون من يغسل لهم وجوههم لأنه ليس لديهم يد تتحرك، وتذكر وأنت ذاهب لصلاة الفجر أن لك ساقا تحملك، وتمشي بها لطاعة ربك، بينما الملايين تقودهم أرجلهم للمعصية بلا أن يستحوا ممن وهبهم تلك النعمة العظيمة.

ثم تذكر وأنت تتناول إفطارك مئات الآلاف الذين يعانون من الفقر والجوع،

وأطفال الصومال الذين يموتون جوعاً لأن ضمير أمة قد مات ولأن أثرياءها يفضلون أن تبقى أموالهم مكدسة في البنوك حتى يرحلوا عنها ويتركوها رغم أنفوسهم فيستمتع بها ورثتهم ويحاسبونهم عنها، وتذكر وأنت تجلس مع أسرتك في أمن وأمان في منزل دافئ في الشتاء ومبرد في الصيف تذكر المشردين والمعذبين وأصحاب المخيمات وهم يعيشون بين حطام بيوتهم وأصوات المدافع والجثث المرمية على الأرض، يفترشون الأرض ويلتحفون السماء حتى في أصعب ليالي الشتاء الباردة وفي أشد أوقات الصيف حرارة، تذكر وأنت ذاهب لعملك أنك حر طليق وأن لك عمل ورزق، بينما آلافٌ غيرك قد حُرِّموا حريتهم في سجون اليهود وأمثالهم في بلاد العالم، وتذكر أن مئات الآلاف عاطلون عن العمل ويحتاجون للمساعدة ليجدوا قوت يومهم... تذكر حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم: " **من أصبح [ منكم ] آمناً في سربه، معافى في جسده، عنده قوت يومه، فكأنما حيزت له الدنيا بحذافيرها**" رواه الترمذي

ابداً يومك سعيداً فأنت مغمور في النعم، واحمد الله من قلبك، وسر في حياتك وأنت تهدف أن تصنع البسمة على وجوه المعذبين.

ولأنتم حتى تستشعر السعادة، فعلى الرغم من أي مشكلة تمر بك الآن فأنت مغمور في نعم الله تتقلب فيها.

إن الشيء الذي تفكر فيه كل يوم قبل أن تنام هو الأكثر تأثيراً في حياتك، لذا لا تفكر في مشاكلك قبل أن تنام، ولا تركز على متاعبك وآلامك، بل اجعل هذا الوقت من أجل التفاؤل فقط، ركّز على كل خير، وادع الله وأنت موقن بالإجابة، ونم على هذا اليقين، فإنك ستلق ما نمت عليه بإذن الله، فقبل أن

تغمض عينيك تذكر أن تقول: " الحمد لله الذي أطعمنا وسقانا، وكفانا وآوانا، فكم  
ممن لا كافي له ولا مُؤَوِّي" رواه مسلم، فتركز على النعم التي في يديك وعلى  
حرمان الكثير مما أوتيته أنت، فذلك يجعلك ممتنا وسعيدا بما معك من النعم،  
راضيا وشاكرا، وهذا هو طريق الزيادة من كل خير {وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ  
لَأَزِيدَنَّكُمْ...{7}} سورة إبراهيم.

=====

## 2- تحكم في أفكارك وفكر بإيجابية:

الفكرة السلبية هي العدو الأول للنجاح، فالتركيز على الأشياء السلبية يجلب لك الحزن أو الغضب أو القلق، ويشعرك بمشاعر أليمة، ويجلب لك الأمراض، إضافة إلى أن الفكرة التي تركز عليها سرعان ما تتحقق في حياتك.

دعك من كل فكرة سلبية تشتت قوة ذهنك الكبيرة، وتبدد الطاقة العظيمة التي وهبها الله لك لتعمر بها أرضه، وكلما واثقت فكرة سلبية استعذ بالله منها، وتوجه لفكرة إيجابية بدلا منها.

فأنت حين تفكر فكرة واحدة سلبية وترتكز عليها ستجد عقلك يدعمك، ويحفز كل الأفكار السلبية الكامنة بداخله لتتوافد عليك، فتجد نفسك محاصرا في أفكارك السلبية كالغريق بين الأمواج العاتية، أو من سقط في حفرة عميقة في سفح جبل شاهق، قرر أن تخرج نفسك من تلك الحفرة المليئة بالثعابين والعقارب، واخرج لتنفس الهواء النقي فوق سطح الأرض بين الأزهار والأشجار، فهناك الكثير من الأشياء الجميلة التي تستحق أن تعطيتها انتباهك.

وياك أن تصاحب متشائما أبدا، فالمتشائم شخص قد لبس نظارة سوداء قاتمة السواد على عينيه، فما عاد يرى الجمال في الدنيا، وإنما يرى كل شيء من منظوره الأسود، إنه يشوه الجمال، ويحوّل السعادة لكدر، ودائما ما يتوقع الأسوأ فيقع فيه لأنه توقعه، يبدأ المشروع الجديد بنفس كثيفة قلقمة متخوفة، يبدأ وكل تركيزه منصبّ على الفشل، ويخبر أصدقائه أعلم أن هذا لن ينجح أبدا، سأخسر أموالي، ثم لما يحدث ما توقعه لأنه توقعه يقول لهم: ألم أقل لكم أنيا سأفشل، إنه ينفر ولا يبشر، ويبغض ولا يحب، ويحجم عن الخير ولا يقدم،

وحياته سلسلة متتابعة من المصاعب والمشاكل والحن والمتاعب والفشل، وكلما خرج من حفرة وقع في أسوأ منها، حتى صحته تتدهور، وحتى علاقاته تسوء، إنها نفسية خطيرة على صاحبها وعلى من يصاحبه، فإن اضطرت لجلاسة هذا النوع من الناس فاسمع وألق من النافذة، أعطه كامل نظرك وأبعد عنه كامل انتباهك، فإن كلامه أخطر على عقلك من الفشل ذاته.

=====

### 3- تحكم في كلماتك، وتكلم بإيجابية:

حين تتحدث عن نفسك فلا تقل إلا خيرا، فإن قلت: "دائما أو أنا" فاجعل بعدها خيرا، اذكر الأشياء الإيجابية التي تحدث في حياتك وأولها اهتمامك: دائما ألقى الخير في حياتي - دائما أوفق في حياتي - أنا مجتهد في عملي - أنا سعيد - أنا نشيط - أنا واثق - أنا ناجح - أنا متفائل..... إلخ

لا تحمّل نفسك أحمالا من الاعتقادات السيئة التي تدفعك للفشل. ولا تركز على ماعندك من مشكلات، ولا تكثر الشكوى والحديث عن أوضاعك السيئة، بل ركّز على صدها:

فإن كنت محتاجا ادع الله بالرزق الواسع، وإن كنت مريضا ادع الله بالصحة الوفرة، وإن كنت في مشكلة ادع الله بالفرج القريب... ادعه بثقة وبقين وحسن ظن، وخذ بأسباب الخير، واجعل كل فكرك منصبا على ذلك الخير الذي ترجوه وأنت واثق أنه في طريقه إليك، ركّز على الخير وسيأتيك من كل مكان ياذن الله.

وقدّم الكلمة الطيبة للناس، فالكلمة الطيبة صدقة، والناس بحاجة لتلك الكلمة التي قد تزح عنهم همومهم وأعباء حياتهم، وتأكد أن من يورّع الأمل على الناس لن يخسر شيئا ولن يفقد بعض ثرواته، وإنما سيزداد الخير في حياته، وسيجني ثمار ما يقوله للناس في حياته خيرا وبركة... فالكلمة التي تخرج من فمك تعود عليك أولا، إن خيرا فخير وإن شرا فشر.

=====



#### 4- اشكر النعم، وركّز عليها:

كما قيل: " كن عين نحلة تقع على الزهور، ولا تكن عين ذبابة لا تتقاع إلا على القاذورات"، تلفت حولك لترى الجمال في كل مكان، انظر لثراه في السماء الزرقاء المرتفعة الجميلة، في أنفاس الصباح الباردة، في قطرات الندى فوق الزهور العطرة الملونة، في الأشجار الممتدة على طول الطريق بخضرها المبهجة، وفي أصوات الطيور التي تغني في الصباح، في شروق الشمس وغروبها، وفي نجوم السماء وقمرها، في حركة الحياة ودبيها، ارفع بصرك فكلما رفعته ارتقى ولم ير إلا الجميل، لا تلتفت للزحام والصعوبات والمشكلات والأخلاق السيئة في الشوارع والطرق، بل ركّز على كل شيء جميل، لا تنظر إلى القاع ثم تقول لا أرى إلا الكدر، فأنت من تختار أن ترى الكدر، فكما يُروى في قصة قصيرة جميلة معبرة: "أن شخصان قد نظرا من خلف القضبان: فنظر أحدهما إلى السماء فتيسم، ونظر الآخر للتراب والحصى فحزن".

إنما نظرتك للأمور، فكل شيء موجود في الحياة، ونحن من نصنع فارقا بنظرتنا للأمور.

#### أحصِ النعم

أحضِرْ دفترًا وقلما واجلس لتكتب نعم الله عليك، صحيح أننا مهما فعلنا فلن نحصيها، ولكنها محاولة صغيرة لنرى نهر النعم الذي يتدفق علينا ونتقلب فيه ليلاً نهاراً ونحن لا نشعر، وصدق الله العظيم إذ يقول: **{وَإِنْ تَعَدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا إِنَّ اللَّهَ لَفَقِيرٌ رَحِيمٌ {18}}** سورة إبراهيم

اكتب كل نعمة في جسدك، وفي حياتك، اكتب كل نعمة مرت بك فيما سبق، وكل نجاح لنجاحته، وكل خير حققته.

أحص كل ما تستطيع ولا تترك شيئا، مع أن الإحصاء مستحيل فكيف نحصي ما لا نعلم، وكيف نحصي مع جهلنا وقصر نظرنا.

هل سبق وأخبرك أحد أن الشعور بالألم نعمة تستحق الشكر، نعم والله إنه لنعمة، فقد قرأت منذ عدة سنوات مقالة عن طفلة لا تشعر بالألم، وما أسرع أن يقول الجاهل - كما قلت يومها - يالها من محظوظة، لكنها على الرغم ممن يراها في نعمة قد كانت في خطر عظيم لم أدركه حتى أتممت قراءة المقال، فالطفلة لا تشعر بالألم ولا تعرف معنى الأخطار، بمعنى أنها لو قطعت جزء من جسدها بسكين لن تشعر ولن تتألم وستستمر، ولو دخلت في رجلها قطعة زجاج مثلا لن تتألم ولن تشكو، ولو أصابها مرض خطير فلن تشعر بالألم ولن تبكي ولن تشتكي، بمعنى أنها ما كانت لتعيش بدون أن تشعر بالألم، فبالنعمة الألم التي تعمل كجهاز إنذار للجسد أن بالجسد شيئا خاطئا يحتاج لإصلاح فوري قبل أن يتطور للأسوأ.

يالها من نعمة عجيبة، وكم من آلاف النعم تحيط بنا ونستخدمها كل يوم ونحن لا نشعر حتى بوجودها، حتى يصيب النعمة بعض العطب أو الكسل فنشكو ونتذمر وكأننا لم نثقل في النعمة لسنوات وسنوات.

إننا وبالأسف لانتبه للنعمة حتى نصاب بالمرض فنعرف قدر النعمة العظيمة التي كنا نعم بها، فمن يُصاب بالبواسير مثلا ربما يقول لأستطيع أن أفعل شيئا عاديا يفعله كل الناس بسهولة، إنه إخراج السموم والفضلات من جسمك بدون ألم، فما بالك كنت تفعل ذلك كل يوم لسنوات وسنوات وأنت غافل عن

النعمة ما شعرت بها ولا حمدت الله عليها.

حين يصاب أحدهم بضيق في التنفس يحدث نفسه كم هو مؤلم وخانق ألا تستطيع أن تتنفس، فما بالك كنت تتنفس ما يقرب من ثلاثين ألف نفس كل يوم وما شعرت بنعمة النفس، وما حمدت الله عليها.

ينبض قلبك كل يوم ما يزيد على مائة ألف نبضة تضخ الدماء في أنحاء الجسد لكامل الأعضاء ليعطيها القدرة على الحركة والعمل. لكننا لانشعر بتلك النعم العظيمة طالما هي مستمرة بالعمل، ولا نشكر الله عليها، فإذا مرضنا اشتكينها، فيأله من عمل مشين.

وهكذا يسير جسدك كله، كمصنع عملاق يعمل ليلا نهارا بلا توقف وأنت لا تشعر، تمضغ طعامك بأسنان ولسان ولعاب ولثة، وتبتلعها بالخلق والبلعوم، وتضممه في المعدة والأمعاء ثم تخرج فضلاته وسمومه عبر القولون وجهاز الإخراج، الكليتان تخرجان السوائل الضارة عبر الحالب والمثانة لتخرج في صورة بول، والكبد ينظف الدم من السموم، والبنكرياس يحول السكر لطاقة، والقلب يضخ الدم للجسد كله فيدور الدم ويغذي كل عضو من أعضائك، والرئتان تنقيان الهواء، وتدخلان الأكسجين وتخرجان ثاني أكسيد الكربون، كل جزء من جسدك يقوم بعمل عظيم لا يقوم به غيره، حتى الشعيرات والأوردة والشرابين والغدد والهرمونات، والخلايا والأنسجة، والمفاصل والعظام والعضلات، كل ذرة في جسدك لها وظيفة تعمل بها من أجل راحتك، فإن تعطلت وتوقفت بدأت في الشكوى والتذمر، مع أنك لم تكن تشعر بوجودها أصلا.

كل ذلك يعمل وأنت نائم وأنت تلهو وأنت تعصي، لا ينقطع المدد ولا يتوقف الجسد عن العمل حتى و لم تشكر ربك المُنعم عليك.

ولو كان الجسد سيتوقف حتى نشكر الله على كل عضو يعمل لبقينا عاجزين حتى عن تحريك اللسان، فحركة اللسان نعمة أخرى تستحق الشكر. فاللهم لك الحمد والشكر أولا وآخرا، حمدا كثيرا طيبا وافرا مباركا فيه، ملء السموات وملء الأرض وملء ما بينهما وملء ما شئت من شيء بعد.

ألا تعلم كم مرضا مسجلا حتى يومنا هذا، لقد قرأت عن خمسة آلاف مرض، يصيبك الفزع لسماع اسم أكثرها، كالطاعون والدرن والسل والكوليرا والمalaria والإيبولا والسرطان بكل أنواعه والإيدز والزهري والسيلان، وأنفلونزا الخنازير، وفيروسات الكبد وتليف الكبد، وفشل الكبد، والفشل الكلوي، وفشل القلب، والذبحة الصدرية، والجلطة الدماغية، والجلطة الرئوية، والسكتة القلبية، وتصلب الشرايين، وضمور العضلات، والروماتويد، ثم نصاب بالضجر حين يتلى الله بترلة برد أو ببعض السعال.

هل سمعت عن عضو من الجسد يأكل الدود فيه وصاحبه لا يزال حيا ويخرج الدود منه ويتساقط أمام عينيه، إي وربي لقد سمعتها مرتين فرجل كان طريد الشوارع لا بيت له يأوي في أي مكان من الشارع يرمي فيه، وقد عطف عليه بعض الشباب الطيب وصدم لما رأى الدود يخرج من رجله على الأرض ويعود، ورجل كان صالحا فزني واستمر العيش في الزنا فأصابه مرض عجيب حتى صار

الدود يخرج من فرجه ويتآكل أمامه وهو غير قادر على فعل شيء.

فإن حمدت الله في كل يوم أن لم تصبك فقط تلك الأمراض الخطيرة فستبقى غارقا في النعم من دون أن تشكر. ومن منا يشكر الله خمسة آلاف مرة في كل يوم، بل حتى في كل شهر، ومع ذلك فالعطاء لم ينقطع والمدد لم يتوقف، حتى وأنت مستمر في المعصية.

بل انظر لكليتك لتعلم كم أنت ثري، فمريض الفشل الكلوي يغسل كليته في الأسبوع ثلاث مرات فقط، بينما تغسلها أنت ستا وثلاثين مرة في كل يوم، من دون أن تضطر للانتقال للمشفى ولا تجرع الألم، ولا قضاء أربع ساعات في كل مرة تغسل فيها مستلق على فراش المرض، ومن دون أن تحتاج لأن تدفع آلافا مؤلفة في كل مرة تغسل فيها كليتك، هل تعلم حين تفسد الكلى تماما ويحتاج المريض لمتبرع يعطيه إحدى كليتيه كم يدفع ليشترىها عشرات الآلاف، وبعدها يكون مضطرا لإجراء عملية جراحية قد تنجح وقد تفشل، وهل تعلم أنه بعد نقل الكلية له بنجاح قد تفشل تلك الكلية الغريبة عن القيام بعمل كليته الأصلية خلال سنوات قليلة فيحتاج لشراء كلية جديدة أخرى.

انظر لنعمة البصر التي تستعملها كل يوم آلاف المرات، وياليتك تستعملها فيما يرضي الله، لقد قرأت في كتاب القراءة السريعة لتوني بوذان، في فصل عيناك المدهشتان: "أنه لو أردنا صنع آلة تقوم بعمل العين أنها ستتكلف 68 مليون دولارا، وقد أعلن معمل كيرن السويسري أن تلك العين الجديدة سيكون حجمها مائثا لحجم

مترل حتى تستطيع أن تحمل آلات تعمل كما تعمل العين، ومع كل هذه التكاليف المادية الرهيبية، ومع كل هذا الحجم العملاق، فلن تكون العين الميكانيكية قادرة على الحركة"، فكم نعمة في تلك العين التي معك، فلست محتاجا أن تحمل مترلا ضخما فوق رأسك لكي ترى به، وكم أنت ثري فلست بحاجة لدفع 68 مليون دولارا لتشتري لك عينا تبصر بها، وكم أنت محظوظ بعين تتحرك يمنة ويسرة بكل سهولة، فهل تحركها في طاعة الله أم في معصيته؟!!!

وإن كانت هذه هي تكلفة العين فكم يأتري يتكلف صنع كلى أو كبد أو لسان أو أذن أو قلب أو مخ، ومع كل ذلك فلن تكون أبدا قريبة الشبه بما خلقه الله، وهل يقدر على ذلك أحد أبدا؟!!! { هَذَا خَلْقُ اللَّهِ فَأَرُونِي مَاذَا خَلَقَ الَّذِينَ مِنْ دُونِهِ بَلِ الظَّالِمُونَ فِي ضَلَالٍ مُبِينٍ {11}} سورة لقمان. لقد صنع العلم الحديث للناس قلبا اصطناعيا، فهل ياترى أذى مهمة القلب البشري المذهل الذي أبدعه الخالق العظيم والذي يغذي 300 مليون مليون خلية في جسم الإنسان مع صغر حجمه وخفة وزنه حيث يزن ربع الكيلو فقط، وهو فوق ذلك يؤدي وظيفة نفسية رائعة حيث ينشأ عنه الإحساس والعواطف والقدرة على الحب، كما أنه يحتوي الإدراك والذكريات ؟!!! بالطبع لا، فقد أثبت فشلا ذريعا؛ إنه مجرد مضخة دم، وحتى هذه لم يحسن القيام بها، فطبقا لما جاء عنه في موقع المهندس عبد الدائم الكحيل للإعجاز العلمي في مقالة بعنوان أسرار القلب والروح - بتصريف يسير: " يزرع القلب الاصطناعي بداخل الجسد في صورة جهاز صغير أشبه بمضخة دم تعمل باستمرار، وهي لاتنبض كالقلب وإنما تصدر صوت محرك كهربائي، والأمر لا ينتهي عند ذلك، فحجم هذا القلب هو تسعمائة جرام أي مايقرب من الكيلو

جرام، والأسوأ هو أنه مضطر لأن يحمل معه بطارية كبيرة الحجم تزن كيلو جراما آخر بشكل دائم، ويستبدها كلما نفدت، وهي متصلة بجسمه عبر الأسلاك يسير بها في كل مكان ولا يمكنه تركها أبدا حتى في حال نومه أو استحمامه، والأسوأ من مواصفات هذا القلب الجديد أنه لا يؤدي سوى الدور الآلي للقلب، ولا يؤدي دوره العاطفي، فبحسب ما جاء: لقد عاني أولئك الذين امتلكوا القلب الاصطناعي من عرض خطير، فقد فقدوا كل المشاعر، لم يعد باستطاعتهم الشعور بالحب والإحساس بالآخرين، وأصبحوا لامبالين بأي شيء لا يهتمون بالحياة، ولا يعرفون حتى لماذا يعيشون، لم يعودوا قادرين على فهم العالم من حولهم، حتى إنهم فقدوا الإيمان بالله، ولم يعودوا مبالين بالدار الآخرة، وكثيرا ما يفكرون بالانتحار... وعلى الرغم من كل ذلك فقد فشل القلب الصناعي كما أكدت إدارة ادواء والغذاء الأمريكية؛ لأن المرضى الذين تمت إجراؤها عمليات زرع هذا القلب لهم ماتوا بعد عدة أشهر بسبب ذبحة صدرية مفاجئة".

هل تعلم أنك تتجدد بأكملك كل عدة سنوات: " فالجلد يتجدد كل أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع، وشعر الرأس يتجدد كل عدة سنوات، الكبد يجدد خلاياه كل خمس سنوات، والكلية تتجدد خلاياها كل عامين تقريبا، كما تستبدل بطانة الشعب الهوائية كل عدة أيام، وتجدد خلايا الدم الحمراء كل أربعة أشهر، كما تجدد خلايا الدم البيضاء في حوالي عام،... إلخ " كما يؤكد ذلك العلم الحديث.

لديك 50-75 تريليون خلية بجسمك تعمل في خدمته...جروح تندمل...ودماء تتجلط...وكسور تلتئم...وخلايا تتجدد...قلب ينبض...ودم يُضخ...وأفئاس تخرج وتدخل...وطعام يُهضم ويُوزَّع...كل هذا يحدث لك كل يوم، وبلا مقابل، وأنت تغط في نوم عميق، وحتى وأنت تعصي من وهبك هذا

السيل من النعم، وحتى وأنت تعرض عن أداء حق الله من العبادة التي افترضها عليك، مع أن الله لم يأمر بك بشيء كبير أبداً، فما الصعب فيما افترضه عليك الملك بعد كل ما أعطانا؟! **خمس صلوات** تستغرق نصف ساعة أعطاك مقابلها 23.5 ساعة، **وشهر تصومه** أعطاك في المقابل 11 شهراً تفطره، و 2.5 % **زكاة مالك** - إن تعدى النصاب - وترك لك 97.5 %، و **حجة واحدة** في عمرك كله، حتى وإن عشت مائة عام، ووالله لو تعلم ما في تلك العبادات من علاج لجسدك وروحك، وكيف أنها تحسّن حياتك لعلمت أنها نعمة جديدة تستحق الشكر.

قلّب نظرك في أصحاب البليات والأمراض لترى بعدسة مكبرة ما أنت مغمور فيه من النعم، فتشكر الله من أعماق قلبك. لماذا لا ننظر حولنا لنرى كم من مريض وعاجز ومعاقل وجاهل وسجين وفقير ووحيد ويقيم ومشرد وخائف ومُطارَد وأصحاب الخيام والجماعات والحروب.

وكم من كافر يعيش في الحياة كالأنعام، ثم يصير إلى الشقاء الأبدي، فيالها من نعمة أن تكون مسلماً، ووالله لو عشت تشكر الله على تلك النعمة وحدها منذ ولدت إلى أن تموت هرماً ما كفيته حقها من الشكر، كيف لا وهي تعني النجاة من الشقاء والجحيم.

لم لا نحمد ونشكر على ما نحن فيه بدلاً من الشكوى مما ينقصنا، والتذمر من سوء أحوالنا، لكن كما قيل: "الشيطان يجعلنا نركّز على المفقود... لينسينا شكر الموجود". لذا خالفه أنت، وركّز على العطايا والنعم التي في حياتك، لتعلم كم



أنت ثري، وانشغل بالشكر فالشكر باب المزيد. وتذكر أنك لن تستطيع أن تعيش في تناغم مع ذلك الجسد الذي خلقه الله إلا إذا كنت توظفه في طاعة الله. وليكن مبدؤك الدائم في الحياة: "بدلاً من أن تلعن الظلام أوقد شمعة"، فكل وضع يمكن تغييره، فقط حين تستعن بربك، وتعمل على تحسين الوضع، ولا تستسلم أبداً ومهما حدث.

=====

## 5- توقع الخير، وتيقن أن الخير آت:

فإن توقع الخير قوة عظيمة، تحرك النفس تجاه الخير الذي تتوقعه، فالخير قريب منا ومحيط بنا وموجود حولنا في كل مكان، فإن ركّرت عليه فستسمى نحوه وسوف يأتيك ياذن الله، وإن تجاهلته ولم تنظر له فلن يطرق بابك، وإنما سيذهب لمن يركز عليه ويطلبه من خالقه فيدعو الله أن يهبه إياه.

فكر في الخير وتوقعه، ففانون النجاح واضح ولا يحتمل الجدل، وليس له معنيان: تفاعل - تجد ياذن الله ، من دون أي فواصل، فلا عطف ولا تراخ ولا تسويف، ليس تفاعلا بالخير ثم تجدوه، وليس ستجدوه، وإنما تفاعلا لتجدوه.

## المهم أن نتقن فن التفاوض حقا:

فالتفاوض الذي يعمل في حياتنا على نحو مدهش ليس مجرد مقولة باللسان، وإنما هو **تفاوض اليقين**، يقينٌ يملؤُ كيانك تشعر معه بالسعادة أن ما رغبت فيه وتمتئته ووضعته كهدف لك وسعيت له ستحققه ياذن الله، ولا أحد من البشر يستطيع أن يواجه ذلك اليقين أو يقف في طريقه. فإن فعلنا ما يستوجب الأمر، فسنجني ما نريده فعلا ياذن الله.

وأنا أؤكد لك أنه بمجرد أن تصل لتلك المشاعر القوية الجارحة اليقينية، فستجد الخير الذي طالما حلمت به وتمتئته وانتظرت طويلا يأتي إليك ويطرق بابك، ويصر على الدخول وإن أبيت ذلك.

## وتذكر أنه:

باليقين تُصنع المعجزات، وباليقين شرب خالد بن الوليد السم ولم يمِت، وباليقين

مشى سعد بن أبي وقاص على الماء مع جيشه بخيولهم حتى عبروا البحر في فتح  
فارس، وباليقين مع الصبر تجني كل ما تريد، ومهما كان ما تريد - يا ذا الله.

=====

## 6- غير نظرتك للأمور:

فالناس جميعا لديها مشكلات، ونحن لا نختلف كثيرا في أن في حياة كل منا عشرات، ولكن الاختلاف الحقيقي يقع في نظرة كل منا لتلك العشرة. قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "عجبا لأمر المؤمن إن أمره كله خير، وليس ذلك لأحد إلا للمؤمن، إن أصابته سراء شكر فكان خيرا له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيرا له" رواه مسلم، فالإنسان اخطب اليأس المستسلم ينظر لمشكلته على أنها النهاية، وأنه لا أمل له، وهذا ما سيحدث له في كل مرة، لكن الناجح والمتفائل والمُصرّ على النجاح سينظر لها على أنها كانت مجرد تجربة وفشلت، وقد تعلم منها الكثير واستفاد منها تماما، وأنها ستحميه في مستقبل حياته من الوقوع في مثلها...إنها أفكار المتفائل التي ترى كل شيء في الحياة بعين خاصة جدا، ومقياس لا يحتمل التأويل السليبي.

إن العثرة خطوة أساسية في طريق النجاح والوصول للهدف. فحين نتعثر سنقف وننظر خلفنا متسائلين: لماذا وقعت؟... لأن هناك حجر في الطريق، ولأنني لم أنتبه له، وكذلك كنت مسرعا، وهكذا سنتعلم أن هناك حجارة في الطريق، وأن علينا أن نلاحظها وننتبه لها كي لا نصطدم فيها ونسقط مرة أخرى، وأن علينا ألا نسرع بل نتأن كما يتطلب الموقف، وهكذا سنجد في كل عثرة درسا سيجعلنا أقوى من قبل وأقدر على مواجهة المستقبل بإذن الله.

إن المتفائل يضع تلك الآية العظيمة دائما بين عينيه، قال تعالى: {وَعَسَى أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَى أَن تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا

**تَعْلَمُونَ {216}}** سورة البقرة، فهو يعلم أن كل شيء قد يكون خيرا وقد يكون شرا، لذا فهو لا يحزن على شيء فاتته، ولا يفرح بشيء جاءه، فهو دائم التسليم لله، وفي هذا الصدد تأتينا قصة طريقة ومعرفة:

" يحكى أن ملكا كان له وزير حكيم، وقد كان لا يحدث شيء من الأمور إلا وقال لعله خير، وحدث أن قطع أصبع الملك فقال الوزير له لعله خير، فغضب الملك عليه غضبا شديدا، وزج به في السجن، وبعدها بمدة يسيرة خرج الملك مع حاشيته في رحلة صيد، فضلوا الطريق ونزلوا بقرية قوم يعبدون الأوثان ويقدمون لها القرابين من البشر، ولكنهم لا يقدمون إلا رجلا شريفا، فلما رأوا الملك أخذوه وربطوه ليقدموه قربانا لأوثانهم، ولما هموا بذبحه فوجئوا أنه مقطوع الأصبع، فحلّوا وثاقه وتركوه؛ لأنهم لا يقدمون قربانا مشوها، ولما عاد الملك أمر فوراً بإطلاق سراح وزيره واعتذر منه، وقال له: لقد كنت محقا فلولا أن أصبعت قد قطع لذبحوني، ولكنك عانيت أنت من السجن وتألمت منه فما كان الخير في ذلك؟ فقال له الوزير الحكيم: لو لم أسجن لكنت معك في رحلتك، ولذبحوني بدلا منك".

وهكذا كل الأمور قد تكون خيرا وقد تكون شرا، ولا يعلم خوافي الأمور إلا الله، ومهما كانت مشكلتك صعبة غير نظرتك لها، وتيقن أنها الخير، وأنها ستكون سببا في الخير لك، وحمد الله على كل حال، واتخذ منها خطوة تقودك نحو الأفضل.

وتحضرني في ذلك قصة رائعة جدا عن كيفية تحويل الألم لأمل مهما كان الطريق مظلما، إنها قصة أرض النعابين: "إنها قصة حقيقية تحكي عن مزارع هولندي يُدعى فان كلويغرت باع كل ما يملك في هولندا وهاجر لجنوب أفريقيا على أمل شراء أرض خصبة يحوّلها لمزرعة ضخمة، لكنه خدع واشترى بكل ما يملك أرضا جدياء، والأسوأ أنه اكتشف أنها مليئة بالعقارب والأفاعي والكوبرا، فأصابته الصدمة بالذهول ولم

يعرف كيف يتصرف، فالأرض التي وضع فيها كل ما يملك لا تصلح لشيء أبداً، ولا حتى أن يعيش فيها، حتى هنا كان أي شخص عادي ليستسلم ويندب حظه ويلفه اليأس من كل مكان، ولكنه لم يفعل ذلك وإنما صنع من السم ثروة، حيث قرر أن ينتج من الأفاعي مضادات سموم، فتحولت أرضه الجذباء لأكبر منتج للقاحات السموم في العالم"، فيا لها من دروس وعبر لو أردنا فقط أن نتعلمها، فعلى الرغم من أنني من أكثر المتفائلين الذين التقيت بهم في حياتي، إلا أنني حين قرأت نصف القصة الأول انتابني الدهول وقلت يالها من كارثة كيف سيتصرف؟ لكن الحل دائماً يخرج من قلب المشكلة، والمنحة تخرج من رحم المحنة، فلا تستسلم أبداً، فقط غير نظرتك للأمور... وتذكر أن المتفائلين لا يعرفون شيئاً يسمى اليأس.

=====

## 7- ابتسم دائما، وقل إني راض:

ابتسم دائما، فالابتسامة صدقة، وحين تبتسم فأنت تخبر عقلك أنك راض وسعيد، وتأمره أن يحفز كل ملفات الرضا والسعادة الموجودة بداخله ويستدعيها لك ليذكرك بها على الدوام.

الابتسامة تجعل الوجه طيبا، والنفس مرتاحة، إنها هدية تقدمها لكل من يحيط بهذا الوجه الباسم، وهدية تقدمها لنفسك أولا حين تنظر في المرآة وترى نفسك مبتسما، فأنت تعلنها بكل بساطة أنك في خير، وحين تكون في خير، فستشعر بشعور طيب، وسيأتيك المزيد من الخير من كل مكان ياذن الله.

كن راضيا وسعيدا من الآن، لا يفصلك عن السعادة إلا أن تقرر أن تكون سعيدا، لا تؤجل سعادتك للغد، ولا تعلق سعادتك على شيء لم يحدث أو أمنية تتمناها أو شخص تحبه، وكما قيل: "نحن دائما نعلق سعادتنا على شيء بعيد أو أمنية لم يلد لها الغد، المهم أن السعادة هناك، ليست معنا ولا قريبة منا"!!!!... هذا منظور خاطيء للأمور، فيأمكننا أن نشعر بالسعادة من كل شيء يسير يمر بنا، أن نرى السعادة في جمال الصباح، وفي قدرتنا على التنفس، وفي قدرتنا على الحركة أو الكلام، أن نراها في من يحيطون بنا وحبونا، في ضحكات أولادنا ولهوهم البريء، وفي كل يوم جديد يهبه الله لنا وفيه فرص لخير كثير يمكننا أن نغتنيها، علق سعادتك على طاعتك لربك: { قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ }{58} سورة يونس، واجعل كل يوم في حياتك سعيدا بطاعته والسعي لرضاه عنك. من الآن، لا من الغد.

إن المتفائل يضع تلك الآية العظيمة دائما بين عينيه،  
قال تعالى: {وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَى  
أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ }  
سورة البقرة. {216}

فهو يعلم أن كل شيء قد يكون خيرا وقد يكون شرا،  
لذا فهو لا يحزن على شيء فاته، ولا يفرح بشيء  
جاءه، فهو دائم التسليم لله.



## أسرار صناعة النجاح



الكاتبه هيام محمود

(5)

الصبر على

طول الطريق

ومشقة

## 5- الصبر على طول الطريق ومشقته

والصبر هو حبس النفس على ما تكره، ولا بد منه في كل مرحلة، وكل إنجاز كبير وعمل ذي قيمة في حياة الإنسان، ومن دون الصبر لن تحصل على ماتريد، كالزراع الذي يغرس البذرة ويقلّب الأرض ويسقيها بالماء ويضمّن عمله التهوية والسماد الجيد والحماية من الآفات ثم لا يصبر على خروج الثمرة، فيستعجل ويسارع باليأس والملل ويدع العمل، فلن يجني أى شيء، ولن يحصد سوى خيبة الأمل، وبوار السعي. وما أكثر آيات القرآن التي دعت للصبر وحضّت عليه، مما يدلنا على أهمية الصبر في حياة المؤمن، وأنه لا يمكن الوصول لأي شيء من دون صبر.

إن الصبر ليس عجزاً ولا استسلاماً، ولا أن تقف مكتوف اليدين تشاهد الأحداث وتقول إني صابر. فالصبر سكون في النفس مع العمل والسعي، ولكن المفارقة أننا نجد من يدعي الصبر نفسه هانجة وجسده ساكن عن الحراك، فيالعكس المفاهيم، وقلب الحقائق، وخطأ التصور الذي ابتلينا به في أمتنا، والذي يقود لسوء التصرف وأقبح النتائج.

=====

### كيف نصبر؟

إن الصبر الذي نحتاجه في رحلة النجاح ينقسم إلى ثلاثة أنواع:  
فصبر على مشقة الهدف نفسه... وصبر على طول الزمن... وصبر أثناء مواجهة المعوقات...

**فأما الصبر على مشقة الهدف:** فما من هدف عظيم إلا وله مشقاته، ويحتاج للبذل والسعي والجهد الجهيد.

**وأما الصبر على طول الطريق:** فكما قلنا في النضج والاستواء فلكل هدف سام وقته الذي يحتاجه حتى يستوي، كنمو الشجرة، فكلما كانت الشجرة عظيمة تحتاج لسنوات أطول في نموها.

**وأما الصبر أثناء مواجهة المعوقات:** فطريق النجاح لن يكون ممهدا ومفروشا بالورود، ولكن نحن تصنع الرجال، وتبني الهمم، وتقويك أكثر، والفشل سلمة تصعد عليها لتصل لهدفك، فثبت أنك تستحق الحصول على النجاح الذي وصلت إليه، ليس بالفشل ذاته، وإنما بتجاوزك له وانتصارك عليه وعدم استسلامك له، وبما تعلمته منه من تجارب وخبرات... فالفشل ما هو إلا تجارب مررنا بها لتتعلم ونقوى وننضج أكثر، إنما مجرد عثرة على الطريق، ولا يمكن لمن تعثر أن يظل مرميا على الأرض أبد الدهر، بل يجب أن يقوم وينفض عن نفسه الغبار ليكمل المسير، وما من عاقل إلا ويجب أن ينظر لما أوقعه ويعرف لم أوقعه لكي لا يقع فيه مرة أخرى.

=====

**ما الذي يعينني على الصبر؟**

**أولا: استعن بالله ولا تعجز:**

فنحن لن نستطيع أن نكتسب الصبر إلا بالاستعانة بالله، فهذا هو أقوى سبيل يوصلنا للصبر، ويمكننا منه، فليكن اعتمادنا الأول على ربنا، نستمد منه العون والنصر على أنفسنا أولا، ثم على مشوارنا الطويل، وأن يمدنا بالصبر واليقين

حتى نحقق الخير لنا ولأمتنا، لكن الاستعانة يجب ألا تكون مجرد استعانة باردة من قلب فاتر يخرج كلمات فحسب تناسب عبر لسانه وقلبه يعيث ويلهو في شعاب الدنيا، إنما استعانة قلب صادق قوي محموم، يوقن أن الملك هو الذي يسير الأمور ويبيده وحده كل شيء، فما من حلم سيتحقق من دون عونهِ ونصرهِ، وما من صبر سنصبره إلا أن يصبرنا، سبحانه جل جلاله، وما من شيء يحدث في ملكوته إلا بأمرهِ، فلا تذهب بعيدا، وقف على باب القريب المجيب سبحانه.

## 2- أحب الصبر لعاقبته الحلوة:

فحين نعلم أن عاقبة الصبر حلوة، فستتحمله مهما كان مرا وشاقا على النفس، كما يتجرع المريض الدواء المر انتظارا للشفاء وطلبا للذة الصحة والعافية، وكذلك جرعات الصبر تجرعها وعينك على النجاح، فما من ناجح إلا وسلك ذلك الطريق وتجرع تلك الجرعات المريرة، لكن العاقبة دائما حلوة، وكما جاء: "اعلم أن النصر مع الصبر، وأن الفرج مع الكرب، وأن مع العسر يسرا"... ما من ألم يدوم، والظلام مهما طال لا يد من إشراقة الصباح، فإن كان الصبر ضرورة لitim النجاح، فليكن إذن مطية تغطيها في سبيل الوصول.

## 3- اعلم أنك بحاجة للصبر لتنمو:

علينا أن ندرك أننا لانتاج إلى الصبر فقط لنصل لهدفنا، وإنما نحتاجه كذلك للنضج والاستواء في كل مجال من مجالات حياتنا، فحين يطلب أحدهم العلم يحتاج لسنوات من الصبر مع الكتب والبحث والتنقيب والسؤال ومجالسة العلماء، حتى يبني عقله، ويؤسس علمه وفكره.

وحين يجد إنسان نفسه موهوبا في أحد الفنون كالشعر أو الكتابة أو الخطابة أو الرسم أو الخط يحتاج لسنوات من الممارسة والتدريب والصبر حتى تكتمل موهبته وتقوى ملكته ويصير مبدعا.

وفي علاقاتنا الزوجية نحتاج كذلك للصبر حتى ننضج و نفهم شخصية الآخر، ونكتسب القدرة على التعامل الناجح معه رغم اختلافه عنا تماما في كل شيء تقريبا، وحتى يتشرب كل واحد منا بعض صفات شريك حياته مع طول العشرة ومرور السنين.

ولكي تنجب الأم طفلا نحتاج لأن تصبح تسعة أشهر حتى يكتمل النضج والنمو فيحدث المخاض، وما كان أيسر أن يتم ذلك في يوم وليلة، ولكنها حكمة الله في قيمة الصبر حتى النمو والاكتمال.

وفي تربية أولادنا نحتاج لصبر أعظم، فذلك الكائن الصغير الذي يفعل كل شيء يخرجك عن طورك وعقلك وهدونك يحتاج منك سيلا من المشاعر الدافئة والحب والتقبل، وأن تعلمه وتطوره من دون أن تنتقده أو توبخه، وأن تغير عاداته السيئة من دون أن تكون عنيفا معه أو تفقده ثقته في ذاته، كما يحتاج منك لأن تضبط سلوكياتك وتمالك أعصابك وتسيطر على أخطائك لتصلح أن تكون قدوة له فهو يتربى على ما يرى لا على ما يسمع، ففي تلك الرحلة الطويلة التي تجد نفسك محاصرا فيها بالكثير من المتاعب تحتاج فيها لكمية عظيمة من الصبر على ضبط الأعصاب وأنت تنشيء فردا صالحا، فأنت تبني بنيان إنسان يحتاج لسنوات طويلة من العمل الجاد لينمو جسده وعقله ونفسه وروحه، ولتؤسس له قيمه وعاداته.

وحين نمر بأزمة صحية جراء سلوكيات سلبية قمنا بها وأسلوب حياة خاطيء

سرنا عليه لسنوات طويلة، نحتاج للصبر ونحن نمارس عادات جديدة صحية حتى يتخلص الجسد من مرضه ومن السموم المتراكمة فيه على مر السنوات، وحتى يبرأ بإذن الله ويتعافى، وحتى يكتسب عادات صحية جديدة تزيد قوته ونشاطه. وحين نغير عادات سلبية اعتدناها لسنوات طويلة نحتاج للكثير من الصبر مع ضبط النفس والمجاهدة حتى ننجح في انتزاعها، واكتساب العادة الجديدة الحسنة، والمداومة عليها.

وكذلك حين يحمل إنسان على عاتقه هم رسالة إصلاحية ينشرها في مجتمعه لينبئ بها قيمة ما، فإن أقوى سلاح يحتاجه في نشر رسالته هو الصبر، سواء أكانت رسالته دعوية أم اجتماعية أم صحية... إلخ

وحين يؤسس أحدهم تجارة جديدة أو مصنعا أو شركة أو مؤسسة يحتاج لسنوات من العمل الدؤوب والكفاح المستمر، لأجل إنجاح شركته وتسويق تجارته، وليكسب ثقة العملاء، وليصنع لنفسه اسما مرموقا في سوق الأعمال، وليحافظ على قوة مكانته في السوق أمام السوق العالمية المملوءة بالمنافسين.

وهذا هو النجاح إذن بكل أنواعه يحتاج الصبر ويعتمد عليه، وأي نجاح يتحقق بدون صبر هو نجاح زائف، أو نجاح صغير لا يستحق أن يسمى نجاحا، ولا أن يحمل صاحبه لقب ناجح.

إذن فالوصول للنضج والاستواء يستدعي أن تدور في معركة الحياة وتطحنك راحا وتمرمعها الضارية، وتواجه معوقات النجاح وتتفاعل معها سلبا وإيجابا حتى تتعلم من أخطائك وعثراتك ما يجنبك الوقوع في مثلها، وحتى تكتسب الخبرات التي تؤهلك للنجاح والتفوق، كقصة تلك الفراشة: "التي

ظلت تحاول جاهدة أن تخرج من الشرنقة دون فائدة، حتى ثقت فيها ثقباً صغيراً ولكنه كان لا يزال صغيراً على خروجها، وكل يوم تحاول وتحاول دون جدوى، فرآها أحد المارة فأشفق عليها وقرر أن يساعدها، فثقب لها ثقباً واسعاً بالشرنقة فخرجت، لكن المفاجئة أنها لم تستطع الطيران، فجناحها لم يكتمل بعد في قوته، وعاشت تلك الفراشة ضعيفة كسيحة تجر نفسها على الأرض، لم تعش كفراشة طائرة جميلة تحلق في السماء، فالعجيب في الأمر أن بقاءها في صراعها مع الشرنقة كان يقوي جناحها ويعينها على الاكتمال، لكن الاستعجال جعلها تواجه ما لم تكن مستعدة له بعد ففشلت"، إنه استعجال النتائج واختصار المراحل الذي يضعفنا بدلاً من أن يقوينا، ويجعلنا عاجزين عن مواجهة الحياة، فلنصبر إذن حتى يشتد عودنا ويقوى ساعدنا.

إن النجاح السهل الذي يعتمد على طي المراحل والقفز على الفرص، في الغالب لا يكون نجاحاً حقيقياً، إنه يكون مجرد فرصة أصابتك، ولكن مشوار النجاح الذي نلاقي فيه الصعاب ونواجه فيه الخن، ونحسن فيه التصرف برغم كل ما نواجهه، ونجاهد أنفسنا ونغير عاداتنا ونعدل سلوكياتنا، هو الذي يثمر نجاحاً حقيقياً يستحق التقدير. وكما قيل:

"ما انقادت الآمال إلا لصابر"

فنحن نحتاجه ليس فقط لكي نصل، وإنما كذلك لنقوى ونتحسن، كذلك الفراشة الصغيرة التي كانت بحاجة للصبر حتى تنمو قبل أن تواجه الحياة، لذا علينا أن نصبر نحن كذلك حتى نقوى ويشتد عودنا، فلا تلعب بنا الريح وتلقي بنا في كل واد.

#### 4- هيء نفسك لصعوبات الرحلة:

فما من مسافر إلا ويعد نفسه إعداداً جيداً لسفره، ويحمل معه ما يحتاجه في



رحلته، والتهيؤ في رحلة الصبر في طريق النجاح يعني أن تدرك ما أنت مقبل عليه، من طول للطريق، ومشقة ووعورة، وعقبات ومعوقات، ومن فاشلين ومشيطين ينثرون الأشواك لك على الطريق، ومن مواجهة الفشل لمرات ومرات، قد تصل أحيانا إلى السقوط المربع الذي تخسر فيه كل شيء حولك.

إن معرفتك أنك على موعد أكيد مع تلك العقبات يعطيك ميزتين مهمتين: **فالأولى أنك تصير مهينا نفسيا**، وبمجرد أن تقع العثرات في طريقك تقول في نفسك هذا مؤثر على أنني أسير بالطريق الصحيح، فطريق النجاح لا بد فيه من العثرات، إذن فأنا أسير على الطريق الصحيح، فلا تفت في عضدك ولا تضعف من عزيمتك، بل على العكس تزيد همتك وتقوي وثبتك.

**والثانية أن تكون مستعدا للتعامل معها**، وأن تتعلم كيف تعامل الآخرين مع مثل تلك العقبات وكيف اجتازوها، حتى تستطيع التغلب عليها حينما تظهر. إذن فالصبر ضرورة لا مفر منها، وكل الطرق عقيم مالم نصبر، فهو الخطوة الأساسية التي لا يمكن تجاوزها بأي حال من الأحوال ولا القفز عليها، فلنصبر ونصابر ونربط في مكاننا، فنحن على ثغر من ثغور الإسلام في كل ميدان نحن فيه، فلا يؤتى الدين من قبلنا.

## 5- كن على يقين بالفوز:

فلو كنت محبطا وفاقدًا للأمل لن تستطيع أن تقاوم وتصبر حين تصيبك الحزن، لكن يقينك الجازم أن حلمك الكبير سوف يتحقق سيدفعك للصبر وأنت مرتاح النفس، وسيحميك من اليأس والرجوع مهما ادلهمت الخطوب، ومهما علت سماءك الغيوم.

فيقين الصابر يملؤ نفسه بالأمل أنه سيصل لهدفه مهما حدث، وصبر الموقن يحمل في طياته العمل والمرونة، فلا يتوقف أبدا عن سعيه، ولكنه يكون مرنا بما يكفي للالتفاف على الهدف والدوران حوله بكل الطرق الممكنة، وبذل كل الجهد الذي يتطلبه الأمر، ومحاولة بعد محاولة بلا كلل ولا ملل ولا توقف إلا لإعادة الحسابات وتقييم ما سبق من أفعال لتعرف أين بالضبط ممكن الخلل الذي أعاقك عن الوصول لما تريد، ولإنشاء الخطط الجديدة الموصلة لهدفك القديم، أو تعديل بعض أركان الهدف نفسه لتوافق الظروف الجديدة التي تمر بها.

## 6- قوّ رغبتك في هدفك، وإصرارك عليه:

فالهدف الذي لا يملؤ النفس لن تتحمل النفس لأجله المشقات، ولن تخاطر لأجله، ولن تؤجل الكثير من متعتها وتفارق مشتيتها بسببه، لكن الهدف المتأجج في النفس هو الذي سيدفع لذلك كله، سيدفعك لعمل مستمر وكفاح متواصل. فحبك لهدفك سلاح لا يمل ولا يكل، ولا يفقد قوته وبريقه أبدا، يواجه كل المحن بصلاية، وكلما زدت من استشعارك لعظمة الهدف ازدادت إصرارا على الوصول، وازدادت تقدما للتضحيات في سبيل تحقيقه، فقط ذكر نفسك دوما بما سيحققه لك حصولك على هدفك في الدنيا والآخرة، وإياك أن تبذل حياتك لهدف ينطفئ نوره بموتك، بل اجعل الهدف مصباحا ينير لك ظلام القبر ويؤنس وحدتك ويذهب وحشتك فيه.

## 7- صاحب أصحاب المهمم وانظر في سير الناجحين، وكيف صبروا وظفروا:

فأصحاب المهمم العالية يصيرون من حولهم بعدوى الحماس، إنها عدوى رائعة لذا

كن مرافقا لهم فإنهم خير معين على الصبر والإصرار حتى الوصول، وتجنب تماما مصاحبة الكسالى والفاشلين ومضييعي الأوقات والباحثين عن اللهو ومتع الدنيا، فإن صاحب صاحب، وقد تصيبك بلادهم بالعدوى فيؤاد حلمك الكبير حيا وهو لا يزال في المهد صغيرا.

وانتزع من وقتك وقتا لتقرأ في سير الناجحين، فما رأيت مثلها جذوة توقد من النار تلهب الحماسة وتشعل الأمل، فلو لا تلك السير والقصص المبهرة لربما تتراجع، فأنت قد تجد نفسك في بعض الأوقات محاصرا بالمشاكل ومثقلا بالمسئوليات وأعباء الحياة، منهزما من مرورك بفشل تلو فشل، تشعر بالعجز وأنت مكتوف اليدين، قد يتسلل الملل لنفسك، وتخبر روح الحماسة بين أضلاعك، قد تجمع عليك أصوات المثبتين كنعيق الغربان، فتجد نفسك تتراجع وتسير للوراء، وربما تشعر أنك تسقط في بئر ناضبة مظلمة كتيبة بعيدة القاع فتصطدم بحجارتهما وتسيل الدماء من جراحك وتصرخ من شدة الألم فلا تجد ثمة مجيب أو كف حنون يمسح عنك آلامك ويربت على كتفك ويمد لك يد العون..... هنا يجب عليك أن تمسك بسير الناجحين لترى وتتعلم كيف واجهوا الخن وصبروا، ولتجعل من قصصهم مصباحا يضيء لك الطريق، فتقتدي بهم وتهتدي بآثارهم. قد تنتشلك تلك القصص وما فيها من محن وصبر وألم ومشقة قد تنتشلك من جب اليأس ومن صحراء الملل ومن نعيق المثبتين ومن حفرة الاستسلام والانهزام ومن وحشة الوحدة. تلك القصص قد تلعب معك دور الحبل الذي تشبث به وأنت على مشارف السقوط من فوق جبل شاهق، فتشبت بالحبل بكلتا يديك وبكل قوتك، فإنه سيساعدك كثيرا بإذن الله.

### هل تجد نجاحا من دون صبر؟

سل كل من بنى نجاحا أو شيّد مؤسسة أو قاد فكرة قوية ناجحة، أو صنع إصلاحا عظيما، سله كم تطلب ذلك منك؟ سيخبرك أن الأمر استدعى سنوات وسنوات، وجهد وتضحيات، ومعاناة ومواجهة شرسة مع العقبات، وقلّ أن تجد نجاحا منهم إلا وقد صبر وصابر لعشر سنوات أو حتى خمس عشرة سنة، وكلما عظم الهدف زادت سنوات البذل والتضحية حتى إنّها قد تصل لعشرين سنة كاملة.

انظر لسيرة المصطفى صلى الله عليه وسلم، فعلى الرغم من كونه نبي الله إلا أنه لم تُختصر لأجله الخطوات ولم تُذلل له العقبات، مع أنه لم يكن يسعى إلا لنصرة دين ربه، والله قادر على نصره، لكن ليس هناك في دنيا النجاح نجاح سريع وطرق مختصرة، لقد كان عليه أن يجتاز كل المراحل وأن يواجه كل العقبات، كان عليه أن يتجرع اليتيم والألم بفقد الأب والأم، كان عليه أن ينتقل من بيت لبيت وأن يعاني موت كل من كان بمثابة مأوى يحميه كجده عبد المطلب والحبيبة خديجة وعمه أبو طالب ثم عمه حمزة، كان عليه أن يحتفي مع أصحابه لسنوات طويلة في دعوة سرية يخفون دينهم، ثم كان عليه أن يواجه الكفر والظلم فيرفضه المجتمع ويحاربه بكل قوته وشراسته فيُعذّب أصحابه بيد الكفار، ويُتهم بالسحر والسفّه والجنون والكذب، ويحال بينه وبين إيصال دعوته، ويسكب عليه سلا الجذور وهو يصلي أمام الكعبة، ويُلقى الشوك في طريقه وأمام منزله، وتُطلق بنتيه، وأن يتعرض للسخرية منه ومن دعوته، وأن تُرفض

دعوته لمرات ومرات، وأن يتعرض لمحاولات القتل المستمرة، كان عليه أن يعزل في الشعب مع أصحابه فيعانون الجوع الشديد والجهد الجهد لثلاث سنوات، كان عليه أن يخرج من بيته خائفا في جنح الليل طريدا من مكة التي أحبها كما لم يحب بقعة في الأرض، وأن يفارق بيته وماله وأهله، وأن يسافر معانيا مشقة الصحراء مع الخوف والمطاردة مع الحزن على الفراق، كان عليه أن يواجه منافقي المدينة واليهود الجرمين وهم يحكيون الدسائس ويشقون الصفوف ويمكرون بالمسلمين، كان عليه أن يتجرع مرارة الانتقام في عرضه في أحب نساته إليه العفيفة الطاهرة أمنا عائشة الصديقة بنت الصديق، كان عليه أن يقاسي مرارة فقدان أولاده واحدا تلو الآخر أمام عينيه، كان عليه أن يتعرض للسحر، وأن يقاسي في جهاده في أحد والخندق وتبوك، لقد كابد وعانى وصبر على نصرة دين ربه، لم يستسلم للمعوقات ولم ينهزم أمام العقبات، ولم ييأس أبدا، حتى جاء الفتح ودخل مكة فاتحا منتصرا ودخل الناس في دين الله أفواجا، لا يحول بينهم وبين الإيمان قوة ظالم ولا تجبر متجبر، بعد ثلاث وعشرين سنة من الجهاد والصبر والمصابرة، لكنه وبعد ذلك كله لم يلبث أن فارق الحياة.

وهكذا الأهداف العظيمة... طرقها عظيمة وتحتاج لجهد عظيم وصبر عظيم وسنوات طويلة، لا بد فيها من الصبر، وإلا فلا أهداف عظيمة، تعلم من سيرة حبيبك صلى الله عليه وسلم، وتعلم أنه لا يوجد طرق مختصرة وإلا لنجح كل ذي نفس هينة تركز للدعة وتحب الكسل وتستمرىء النعيم، فالهدف العظيم يحتاج للجهاد العظيم والصبر العظيم واليقين العظيم، ويحتاج للنفس العظيمة أيضا التي تصر على الوصول مهما حدث. مثلما تعرض ابن تيمية للسجن حينما واجه الباطل في مجتمعه وكان أسدا قويا، فلولا صبره وجلده ما بلغ تلك

المتزلة في قلوب الناس حتى اليوم، ومثلما تعرض أحمد بن حنبل لفتنة عظيمة لرفضه بأن يقول بفكرة خلق القرآن، ولولا ثباته العظيم لاتبع الناس الباطل وماتت سيرة أحمد مع من مات، ولكن صموده كالجبل في وجه الباطل جعل منه أحمد بن أحنبل إمام أهل السنة، وكذلك كل مجاهد ينصر دينه واجه المصاعب في طريق تحقيقه للنصر كعمرو بن العاص وخالد بن الوليد، وكقطر في مواجهته مع التتار، وصلاح الدين في مواجهته مع الصليبيين، ومحمد الفاتح في فتحه القسطنطينية، وكطارق بن زياد، وموسى بن نصير في فتح الأندلس، لم تكن طرقهم قصيرة أبداً، بل كانت طويلة جداً، كما أنها لم تكن مفروشة بالأزهار، بل كانت مفروشة بالصبر، والصبر مر وله أشواكه، ولكنهم أصروا ووصلوا.

**وكذلك كل فكرة عظيمة، وكل طموح كبير يحتاج إلى وقت، وإلى صبر، وإلى بذل وتضحيات.**

=====

قال ابن تيمية: "بالصبر واليقين تنال الإمامة في الدين".  
وكما أن الإمامة في الدين تحتاج لهذين العنصرين القويين  
فكذلك تحتاجها في تحقيق هدفك والوصول لحلمك  
صبر ويقين إنهما مفتاح الوصول.

=====

**احذر عدوك**

واحذر عدوك اللدود في تلك الرحلة، وهو الاستعجال، وكما هو في حال الدعاء يجعل صاحبه يستحسر ويدع الدعاء، فكذلك هو مع النجاح، يوقف

صاحبه ربما قبل الوصول بخطوات، فإن كنت عجولا ولا صبر لك، أضعت على نفسك فرصة النجاح، وإن تحليت بالصبر وتحملت به نلت مرادك ولو بعد حين ياذن رب العالمين، فالنصر مع الصبر.

وغالباً ما سيصاب المتعجل باليأس أو الملل، واليأس سمٌ كبير وداءٌ وبيل، يؤدي إلى تراجع الإنسان عن كفاحه الذي قد يوصله لهدفه. وكذلك هو الملل سيقيدك عن العمل ربما قبل أن تجني الثمرة بقليل، وكما قال أديسون: "الفاشلون هم أناس لم يعرفوا كم كانوا قريبين من النجاح حين توقفوا"، وكما قيل في حكمة قديمة: "الإغراء بالتراجع سيكون أقوى عند اقتراب النصر".

فحتى الدعاء ههنا الرسول صلى الله عليه وسلم عن تعجل ثمرته، وربط الإجابة بعدم التعجل، ففي رواية لمسلم والترمذي يقول صلى الله عليه وسلم: " لا يزال يستجاب للعبد ما لم يدع يأثم أو قطيعة رحم، ما لم يستعجل، قيل يا رسول الله ما الاستعجال؟ قال: يقول قد دعوت وقد دعوت فلم أر يستجب لي، فيستحسر عند ذلك ويدع الدعاء " حسن لغیره، وقال بعض السلف: "من استعجل الشيء قبل أوانه، عوقب بحرمانه" فلا تعجل همك رؤية الثمرة، وإلا أسأت العمل ولم تجن شيئا مما تمنيته، سر في الطريق بعزيمة قوية وأنت تعلم أنك حتى لو لم تجن الثمرة لنفسك فسيجنها من بعدك، كما قال القائل:

" زرع من قبلنا فأكلنا، ونزرع ليأكل من بعدنا".

=====

**فأخلاصة** أن كل هدف تريد تحقيقه يحتاج لصبر... العلم يحتاج لصبر، والنبذة تحتاج لصبر، والمبنى يحتاج لصبر، والتجارة تحتاج لصبر، والصناعة تحتاج لصبر،

والشروة تحتاج لصبر، والفكرة تحتاج لصبر، والذي يستعجل لن تعجل الحياة  
لعجلته، ولن تعجل أقدار الله ولا سننه الكونية لعجلته... وسيفقد من نجاحه  
على قدر تلك العجلة.

### وتذكر جيدا:

إن رحلة النجاح لن تكون نزهة تحمل فيها مصباح الأمنيات المزيف، إنما رحلة  
طويلة وشاقة، ولكنها ممتعة حقا، فعشها واستمتع بما مادام هدفك نبيلًا ونافعا في  
الدنيا والآخرة.

وكما أن الإمامة في الدين تحتاج لهدين  
العنصرين القويين  
فكذلك تحتاجها في تحقيق هدفك والوصول  
لحلمك  
صبر ويقين إنها مفتاح الوصول.



أسرار صناعة النجاح



الكاتبة هيام محمود

وبذلك تكون قد جمعت الأسباب النفسية التي توصلك إلى قمة النجاح إن شاء الله، لكن لا بد ألا تنسى أن الأسباب النفسية مع غيرها من الأسباب كالشبكة المترابطة، وأن الذى يصنع كل ما فات ثم يستغنى به مثلاً عن الأسباب الإيمانية أو الأسباب العملية أو غيرها لن يحقق ما يريد من نجاح باهر، فعلام ستصير أو علام ستفعل أو حتى علام تجمع العزم والإرادة والحب والرغبة والتقبل مالم يكن هناك هدف تسعى له السعى الحثيث وتخطط له وتدير وقتك من أجل الحصول عليه.

والحمد لله أولاً وأخيراً  
ربنا تقبل منا إنك أنت السميع العليم

## طَبَقِ الآن

### الخطوات العملية

#### لتطبيق السر الثاني للنجاح في الحياة

- 1- **الرغبة المشتعلة:** عندما تكون لديك الرغبات المشتعلة فلن تستطيع العقبات أن تقف في طريقك.
  - 2- **أشعل حماسك:** فوقود الحماسة هو الهدف، لكن احذر أن تشعل حماسك نحو هدف لايرضي ربك؛ لأن هدفك سيحرقك أولاً.
  - 3- **قوة الإرادة:** إن إرادتنا لا تختلف عن كل أساطير الإرادة ولكننا نعطلها عن العمل.
  - 4- **أيقظ إرادتك النائمة:** أدرك من تكون - وقلب صفحات الإرادة - وضع هدفك أمام عينيك.
  - 5- **قوّ ثقتك بنفسك:** فكل إنسان منا جوانب ضعف مهما كان عظيماً، لاحتقر نفسك بسبب شكلك أو أسرتك أو عجزك، وتذكر أننا نصنع قيمتنا الحقيقية بنجاحنا وبنناء قيمة ذاتنا بالعلم والعمل وحسن الخلق.
  - 6- **كن أصمّاً مع المثبّطين:** لاتسمح لهم أن يوجّهوا دقة سفينة حياتك نحو الأعماق فيغرقوك، فإذا ألقوا في طريقك صخرة فاصعد عليها واتخذ منها سلماً نحو النجاح.
  - 7- **اصبر وتفاعل:** فالصبر مفتاح الفرج، ولانتقاد الآمال إلا لصابر، وحين تتفاعل بالخير ستجده ماثلاً أمامك.
- إنه الصبر واليقين سبيل الإمامة في الدين**
- وهما السبيل لتحقيق هدفك والوصول لحلمك



## المصادر

ليس لي بفضل الله مصادر في هذا الكتيب إلا القصص المروية فأكثرها منقول من شبكة الإنترنت، والقليل من المقطوعات المكتوبة باللون الأزرق أشرت إليها في موضعها.

وليس لي فيما كتبت من فضل، وإنما هو فضل من عند الله ولقد كان هذا الكتيب من أكثر أقسام الكتاب تعسرا عليّ إلا أنني استعنت بربي، ففتح الله عليّ أكثر مما أردت.

أسأل الله أن ينفعني وإياكم بما وفقني لكتابته.

فالفصل لله وحده، والشكر لله وحده.

### يقول الإمام النووي:

"ومن النصيحة أن تضاف الفائدة إلى قائلها،  
فمن فعل ذلك بورك له في علمه وحاله...!  
ومن أوهم فيما يأخذه من كلام غيره أنه له،  
فهو جدير ألا ينتفع بعلمه،  
ولا يبارك له في حاله...!"

**يقول العماد الأحفماني:**

" إني رأيت أنه لا يحتاج أحد كتاباً في

يومه إلا قال في نفسه :

لو تخير هذا لكان أحسن

ولو زيد هذا لكان يستحسن

ولو قُدّم هذا لكان أفضل

ولو تُرك هذا لكان أجمل

وهذا من أجمل العبر

وهو دليل على استيلاء النفس

على جملة البشر "

## الفهرس

المقدمة.....	8
كيف أنجح في حياتي؟.....	11
النفس القوية.....	15
1- الرغبة المتقدمة.....	17
2- الإصرار على النجاح.....	27
3- الثقة في النفس.....	47
4- التفاؤل.....	69
5- الصبر على طول الطريق ومشقته.....	102
طبق الآن.....	121
الفهرست.....	125

الكتيب الرابع بمشيئة الرحمن

## السر الثالث

# الجسم القوي والنجاح





## إصدارات المؤلفة

### الكتب:

- 1- "ما خلقت الجن والإنس إلا ليعبدون".
- 2- أسرار صناعة النجاح.
- 3- الأسرار السبعة للسعادة الزوجية.
- 4- أسرار تربية الأطفال.
- 5- أسرار التمتع بالصحة.
- 6- المحاور الخمسة لضبط الحياة.
- 7- الدعوة رسالة الأنبياء.
- 8- مائة سبب للسرطان
- 9- مائة عشبة مضادة للسرطان
- 10- التفاؤل وعلاج السرطان
- 11- خواطر ودروس من مدرسة الحياة.
- 12- الكرتون يبني أم يدمر. شواهد من الواقع.
- 13- عظماء الإسلام.

### الكتيبات:

- 1- القلب السليم.
- 2- أنت الآن حر.
- 3- دروس من سورة التوبة
- 4- رسالة لمن يشاهد الفواحش.
- 5- الاتصال بالله.
- 6- تحقيق الإخلاص.

- 7- رمضان أغلى أنفاس العمر.
- 8- ومضات إيمانية.
- 9- ومضات من الحياة.
- 10- ومضات من الآيات.
- 11- ومضات من القصص.
- 12- ومضات من كلام السلف.
- 13- التلفاز ترفيه أم تدمير؟

### وللأطفال

- 1- عقيدة الطفل المسلم.
- 2- مختارات من كتب الحديث.
- 3- مهارات النجاح للطفل المسلم.

### سلسلة نقطة تحول

مجموعة قصصية عن تغيير الذات

## سلسلة أسرار صناعة النجاح

- 1- هل أنا ناجح في حياتي؟
- 2- السر الأول: الإيمان والنجاح.
- 3- السر الثاني: النفس القوية والنجاح.
- 4- السر الثالث: الجسم القوي والنجاح.
- 5- السر الرابع: العقل والنجاح.
- 6- السر الخامس: العلاقات والنجاح.
- 7- السر السادس: المعرفة والنجاح.
- 6- السر السابع: الأسباب العملية للنجاح.

### همسات عن الكتابة

الكتابة ليست مجرد كلمات تجري من القلم على الورق  
إنها أكبر من ذلك بكثير  
إنها معان تنساب من نفس إلى نفس  
ومن روح إلى روح

فمن القلم إلى الأوراق  
إلى العقول والأفكار  
إلى النفوس والأرواح  
إلى التجسيد الحي في سلوك البشر

فرسالة لكل من يحمل قلما  
ليكتب كلمة  
كن مصباحا  
يضيء طريق الناس للخير  
ولا تكن خنجرا  
تطعن في الدين والقيم والأخلاق

كاتبة الأسرة: هيام محمود

## ملحة شكر القارئ

إني لا أرى لقلمي فضلاً على أحد من قرائي  
وإنما أرى الفضل لقارئ  
فلولا أنكم قرأتم ما كتبته وعملتم به  
لبقيت أفكارى حبرا على ورق لا حياة فيها  
ولكنكم وهبتموها الحياة  
حين وهبتموها حكمة وقلوبكم

فأشكركم...

أشكر كل من قرأ لي فكرة حسنة فاعتنقها وعمل بها  
واتخذها دليلاً في الحياة  
فانتفع بها في الدنيا والآخرة  
ونشرها ونقلها لغيره فنفع بها  
وأعاد النفع عليه وعلي

فيا قارئ العزيز..  
لولا عقل رشيد يقرأ  
ما كان قلم رشيد يكتب

فأشكرُك من أعماق قلبي

كاتبة الأسرة

هيام محمود

للمزيد من التثبيت  
يمكن تحميلها من مكتبة:  
صيد الفوائد

ويمكنكم متابعتي على:

صفحتي على الفيس بوك

الكاتبة هيام محمود

وحسابي على تويتر

الكاتبة هيام محمود

وأرحب باستفسارتكم على صفحتي على الفيسبوك

مركز النور للإرشاد الأسري



# أسرار صناعة النجاح

الكتاب الذي يجمع أسباب

النجاح

ويقدمها لك سهلة

وواضحة

وما عليك إلا أن تتفهمها

لتصير ناجحا

للنجاح أسرار... إذا أردت أن تعرفها

فتابع معنا هذا الكتاب المميز