

## القوة الذاتية.. أساس التغيير



كان هناك شاب يريد أن يسود العالم في لعبة السيف Swordmaster وهي لعبة من ألعاب الكاراتية فدلوه على رجل ياباني وهو رجل متقاعد يعيش فوق جبل وقالوا له: اذهب إليه لعله يقبلك.

فالشاب لم يضع وقتاً وذهب إليه مباشرة، فتركه الرجل لمدة أسبوع من غير أن يتكلم معه طوال هذا الأسبوع، ثم سأله بعد أسبوع: ماذا تريد؟ قال: أريد أن أتعلم لعبة السيف وأكون من رواد العالم في هذه اللعبة. فقال له الرجل: وأنا أقبلك. ففرح الشاب. فقال له الرجل: أنا هنا أعيش وحدي أنظف الأرز وعندني بئر أُخرج منه الماء فأنت سوف تقوم بهذه الأعمال مكاني.

وبدأ الشاب يقوم بتنظيف الأرض وتنظيف الأرز ويخرج الماء من البئر، وطل على ذلك لمدة أسبوع، ثم أتاه الشاب بعد أسبوع وقال له: أنا لم أتعلم شيئاً خلال الأسبوع وأنا لم آتٍ لذلك، أنا جئت لأتدرب على اللعبة فقط! فقال له الرجل، أنا سعيد لأنك لاحظت ذلك، وقال له: اذهب وأكمل ما كنت تفعل وسوف نبدأ التدريب.

فذهب الشاب إلى عمله مرة أخرى وبدأ الرجل معه التدريب، فكان يتركه وهو منهمك في عمله ثم يخرج إليه فيضربه بالسيف الخشبي على رأسه ويختفي، وظل الرجل لمدة أسبوع يفعل ذلك مع الشاب فولد داخل الشاب حاسة لم تكن موجودة من قبل.

بدأ يدرك بحاسة السمع والبصر أن هناك شخصاً ما سوف يأتيه فبدأ يمسك بعد ذلك السيف منه وبدأ الشاب يفعل ذلك مع الرجل عندما يجده مشغولاً فيمسك الرجل السيف من الشاب.

فقال الرجل: ماذا تعلمت خلال هذه الفترة؟ تعلمت الكثير وأهم شيء تعلمته القوة الذاتية التي هي أساس التغيير في الإنسان وأساس التقدم والنمو. فقال الشاب: وما هو الإدراك؟ قال الرجل: أن تدرك أين أنت. هذا بداية التغيير.

أن تدرك كيف تفكر هذا بداية التغيير.

أن تركز على شيء هذا بداية التغيير.

فإدراك 50% من التغيير سوف تستمر عليه.

- كَيْفِيَّةُ اكْتِسَابِ الْعَادَاتِ

إذا لم يكن هناك إدراك للأفعال فلا يمكن أن يكون هناك تغيير، فإذا كان هناك فعل سلبي وأنت لا تدرك أنه فعل سلبي فكيف يمكنك تغيير هذا الفعل وأنت لا تدركه.

فالمفهوم الذاتي يحتوي بداخله على الإدراك أولاً، والإدراك يعطي معنى، والمعنى يكون لغة، واللغة بها معتقداتك وقيمك وإدراكك للأشياء، ووجهات نظرك هي التي تعطيك الثقة بالنفس حتى تواجه العالم الخارجي.

وعندما يختلف معك أحد في الرأي فأنت تدافع عن مفهومك الذاتي، وهناك أكبر من 90% من سلوكياتنا تلقائية نفعها بدون تفكير فيها؛ فمثلاً دخولك لمكان يعني وجود (كُيس نور) فأنت بدخولك سوف تنور هذا المكان فتبحث عن كيس النور، وهذا تعميم إجابي تلقائي.

وهناك تعميمات سلبية عندما تلغي سعادتك وتعيش في وهم وتعاسة. العقل الواعي ليس لديه فكرة عن شيء إطلاقاً، والعقل اللاواعي: هو المسؤول عن مخازن الذاكرة فيعي العقل الواعي أنه لا يعي شيئاً يبدأ في تعلمها، والعقل اللاواعي يبدأ في تخزينها.

مثلاً: أنت تريد تعلم القيادة ورأيت الناس وهي تقود فنزلت وركبت عربة وبدأت تقود فلم تستطع فالعقل الواعي اكتشف إنه غير ماهر في القيادة والعقل اللاواعي ليس لديه معلومات مخزونة عن القيادة، فأنت لا بد أن تتعلم القيادة.

وبعد ما تعلمت ويبدأ يكون عندك معلومات، فبمجرد أن تتعلم وتمارس تصبح القيادة تلقائية لذلك معظم التغيير لا واعي ومعظم التعليم لا واعي، فالإدراك هو الذي يشعرك بالمسؤولية وبخطأ العمل الذي تقوم به وأن هناك شيئاً لا بد وأن يتغير أو أن هناك شيئاً يحتاج إلى زيادة تركيز ليصبح العمل أفضل من ذلك، فلو لا الإدراك لصاع الإنسان ولعاش في ضياع ولو لا الإدراك لكان الإحباط مَلَكَ حياة الناس.►

المصدر: كتاب سلسلة النجاح (12) طريق إلى النجاح