

## سر تجديد النفس



«لماذا نجد لدى بعض الأشخاص حيوية وثقة تفوق لما لدى الآخرين؟»

يوجد لدى كل فرد منا مخزون من الطاقة لا يحد، وبين وقت وآخر، وعن طريق الصدفة أو الحظ، يحدث اتصال مع هذه الخزانات الغامضة. ونشعر بدفقة كبرى من الثقة والابداع والرضى عن النفس، ومن ثمّ وفجأة ينقطع الخط الموصل وتعود من جديد لنكون أنفسنا العادية.

إطلاق القوة الكامنة في الإنسان نفسه:

إنّ إطلاق القوة الكامنة والخرافة في الإنسان نفسه وبالخصوص من العقل الباطن هو بالتأكيد أعظم التحديات على الإطلاق. وهناك قلة من الأفراد يبدو أنّ الخط يظل مفتوحاً بالنسبة لهم بين العقل الباطن والعقل الظاهر، ومثل هؤلاء الأشخاص يكونون أكثر حيوية وحركة وانتاجاً وحياء من الآخرين. منهم نادراً ما يشعرون بالتعب، وهم نادراً ما يشعرون باليأس، وعلى نحو ما فقد اكتشفوا سر تجديد النفس والطاقة الخفية في العقل الباطن.

ولتحقيق أفضل النتائج لإطلاق القوة الكامنة في أعماق نفسك، اجعل الخير ينتصر مرة بعد أخرى، وتعتمد في إنجاز عمل ينطوي على قيمة أخلاقية: تقديم المساعدة إلى شخص محتاج، تصحيح الخطأ الغفران لعدو. ولأفضل النتائج ينبغي أن لا يكون العمل منطوياً على أيّة فائدة لك شخصياً.

وما دمنا نعيش في عالم أخلاقي وروحي، لا بدّ أن تضعنا تأدية الأعمال الأخلاقية ووعينا الروحي في صف واحد مع القوى التي تدعّمه.

هذه الوصفة السحرية هي: واجه الحياة بحماسة! وما من شخص متحمس لعمله يحتاج أن يخاف من أي شيء في الحياة، فجميع فرص الحياة هي بانتظار اقتناصها من قبل أشخاص يشعرون بالحب نحو ما يفعلون.

وقد قال "إمرسون": "ما من شيء عظيم تم إنجازه بدون الحماسة". فالحماسة هي الصفة السحرية فهي تتغلب على العقبات وتقضي على عوامل التردد وتؤدي إلى إنجاز الأمور والشئ المثير للانتباه بشأنها هو كونها معدية. فالحماسة هي حالة الاهتمام - الاهتمام الفعلي - بشيء ما. ابحث عن الحماسة باستمرار لدى الآخرين، وعندما تكتشفها، اقتنص شرارات منها. هذه الشرارات سوف توقد ناراً في داخلك.

#### طاقة خفية في العقل الباطن:

توجد قوى خفية لدى الناس. ففي لحظات الطوارئ كثيراً ما نطلق طاقات جسدية ضخمة يقوم رجل برفع سيارة محطمة لإنقاذ السائق المحصور تحتها، تقطع امرأة مسافة ميل سباحة بعد انقلاب زورقها، وهي تمسك بطفلها وتسحبه نحو شط الأمان. وتنبع مثل هذه القوة من الطاقة الخفية في العقل الباطن. ومن هنا تنبع الطاقة الذهنية أيضاً. وبشكل عام فإن الرجال المبدعون الخلاقون هم أولئك الذين استطاعوا الإبقاء على الخطوط بين العقل الواعي الظاهر والعقل الباطن مفتوحة.

#### توقف عن محاسبة نفسك بقسوة:

توقف عن التركيز على أخطائك ونقائصك، وامنح نفسك الفضل في بعض الحسنات. ينبغي أن يكون الناس ألطف مع أنفسهم، وذلك لأنهم في كثير من الأحيان تؤدي الرقة مع النفس إلى التقليل من أساسيس الذنب والشعور بالنقص التي تمنع تدفق القوة من العقل الباطن. وان الخير منك يفوق إلى حد بعيد ما لديك من شر. ولذا كن دقيقاً مع نفسك، ودع السعادة والتقدير الذاتي والطاقة تدخل حياتك من جديد.

والواقع أنه عندما تواجه تحدياً ما فلا بد أن يحدث رد فعل لديك. وان العديد من الأشخاص لا يجدون الأمر يمثل هذه السهولة. ذلك لأنهم يرفضون التحديات، ولكن لا يلبث أن يحين الوقت الذي ترى فيه شيئاً يتطلب الإنجاز إلى درجة نشعر معها بالخلج لوضع اصبعك به، ومن ثم فجأة وباعجوبة تكتشف أنك تمتلك الطاقة أو الصمود أو العناد أو أي شيء يتطلبه إنجاز العمل. وهذا أمر مثير للغاية، فالإحساس بالإنجاز يخلق إحساساً بالرضى بحيث تتقبل التحدي التالي لدى بروزه. وتبدأ العملية السحرية من جديد. وإذا كنت تبحث عن سر تجديد النفس، فاعثر على شيء يتطلب الإنجاز وابدأ في إنجازه. ▶

المصدر: كتاب أيقظ قوة عقلك الخارقة/ كيف تتحكم في طاقاتك الخفية الذهنية، الجسمية والروحية