أسلوب العمل الناجح



◄خذ وقتك كي تجعل حالة عقلك الفكرية والذهنية، متناسبة والوضع الذي تريد أن تبدأ به العمل.

إذا كان لديك مقابلة مهمة، فإنّك لا تذهب لهذه المقابلة بدون مظهر لائق من نظافة وثياب.. انّك تسعى أن تظهر بأحسن ما تستطيع. وتُظهر أنّ هذا الوضع والمظهر هو حالتك الطبيعية.

الآن تصور عقلياً أنّك ذاهب لمقابلة ذاتك الناجحة. فكيف تكون حالتك العقلية والذهنية لجعل هذه المقابلة ناجحة؟

اعطي نفسك نموذج من حالتك العقلية والذهنية كما كنت في إحدى المواقف الناجحة السابقة، حتى ولو كانت وأنت في المدرسة.

ما تريد أن تصل إليه وتلتقطه هو الحالة العقلية التي كنت فيها عندما نجحت. استرجع فقط الشعور والثقة التي كنت بها، عندما عرفت الحقيقة الواقعة المطلوبة منك، وقد ادركت أنّك تستطيع عمل الشيء الضروري، وأنّ ما ستقوم به ضمن قوتك وطاقتك استرجع بكلّ ِ وضوح قدر استطاعتك للمحيط والجوّ وواقع تلك اللحظة الناجحة. الآن أنقل لخيالك سلسلة النجاح تلك إلى العمل الذي بين يديك في الوقت الحاضر. إذا كنت متأكداً انّ كلّ شيء بالنسبة للعمل الراهن سوف يتم بيسر كما حصل عندما تم نجاحك السابق، إذا عرفت أنّ ما ستبدأه سوف يسير بالتأكيد بصورة صحيحة، من لحظة الابتداء حتى نهاية العمل، كيف تشعر؟ كيف تقوم بالعمل؟ كيف حالة عقلك التي ستكون عليها خلال القيام بالعمل؟

ثبت انتباهك على ذلك، لأنّه سيكون هيئة وحالة عقلك الذهنية خلال العمل الجديد. لا تبدأ العمل إلا بعد بلوغك هذه الحالة الذهنية. عند إيجادك هذه الحالة من المزاج تثبت بها لفترة. وبعدها يتدفق السيل المسدود: مباشرة، بدون مقاومة، بالاتجاه الصحيح. وكلّ دقيقة تزداد قوة التيار، وكلّ ساعة تمضي تنير إليك السبيل إلى انتصارات ونجاحات عديدة في المستقبل.

لمنعنا الخوف من النفوذ والتسلط على نفوسنا، نقوم باستعمال قدرات واستعدادات لم تكن لنا المقدرة سابقاً على اكتشافها. ونكتشف أنّنا نملك طاقات واسعة لم نكن نتوقع وجودها.

ويظهر شيئاً آخر، وهو الخبرة التي نكتسبها مخالفة لذاتنا السالبة السابقة. والسجلات للأعمال البناءة التي تحققت باستعمال هذه المعادلة، تدهش من لم يمارس هذه الخبرة. وهذه الخبرات النشطة لا تتوقف ولا تتبع بأي رد فعل سلبي فيه جمود وعدم نشاط. بل دائماً يتبيّن أمامنا أعمالاً رائعة سنحققها، فليس هناك أي فرصة لظهور أي انحطاط أو انقباض في النفس.

العملية من أساسها ليس نوعاً من خداع النفس، فنحن في حياتنا اليومية عمليون، وما يعمل ويعطي ينتجه لنا هو حقيقتنا العملية، ويصبح أساساً لنشاطنا البعيد. وكما يقول وليم جيمس: "أفكارنا تصبح حقيقية بنسبة نجاح جهدها في وظيفتها الوسطية".

من الواضح انّه في أكثر أمور الحياة كلّ منا يحب أن يعمل "كما لو" أنّ هذا أو ذاك الوضع شيء حقيقي واضح. ولكن من لم يقم بعمل الشيء لن يحصل على القوة".

وبصورة فجائية ستشعر بانطلاق طاقاتك الكامنة. انّك تأخذ من نفسك أوامر العمل، وتستطيع أن تبدأ. ستشعر أنّك لست بحاجة إلى دفع نفسك للعمل، فكلّ طاقتك طليقة وحرّة لدفعك للعمل.

النجاح أو الفشل في الحياة وفي سن الرشد يعتمد بصورة كبيرة على الطاقة، الشجاعة والثقة بالنفس التي يجابه بها الإنسان المشكلة لجعل أحلامه تتحقق. الثقة بالنفس في أي مشروع تأتي كقاعدة من تذكر نجاحات الماضي.

ضع هدفك أمام عينيك، واعمل أي شيء كلّ يوم لتحقيق هذا الهدف مهما كان بعيداً.. لا تتكلم إلا قليلاً للآخرين عن هدفك الجديد. إذا تكلمت باكراً ربما شعرت أنّ هنالك مؤامرة ضد قيامك بأي شيء مخالف لعملك أو عاداتك التقليدية.

إنّ أولئك الذين لا يزالون عبيداً للأحلام، ولإرادة الفشل، سيشعرون بعدم الراحة من منظر أي شخص يتحرر من الأعمال والعادات القديمة. سيشعرون أنّه في العمل الخارج عن مألوفهم بعض النقص الموجه لأنفسهم، ويشعرون بعدم الراحة.

العقل الباطن سيعرف أنّ سيطرته ربما عُكّرت، وفرصته لسرحان الفكر وأحلام اليقظة، قد أخذت منه. لذلك سيلجأ للمقاومة. من أكثر الأشكال العالمية التي تأخذها هذه المقاومة للعقول الباطنة هي بشكل اقتباسات، وأقوال مأثورة تظهر كأنها حكم، لكنها عادة عزاء للنفس، ينطلق من أفواه أولئك الذين يرفضون الواقع والحقيقة. منهم ربما يقول: "تتغير السماء ويبقى القلب كما كان"، انّهم لا يقتبسون الأمثال بالصورة والظروف الأصلية التي وضعت لها. ويقولون: "العشب دائماً أكثر خضرة في الجهة المقابلة للسياج". ستسمع هذا من أولئك الذين لا يرعجون أنفسهم بالنظر خارج ساحات بيوتهم. هكذا يبدأ الأسلوب الخبيث للتقليل من حماسهم ودعم أنفسهم من وجهة نظرهم. وإذا عجزت الأمثال عن ثنيك من التقدم في هدفك الجديد، سوف يلجأون إلى الإغاظة والازعاج.

لا تضع نفسك في موقف مثبط للعزم من البداية، أو التهكم على برنامجك الجديد. وكن مطمئناً انّه بعد زمن قصير ستتكلم نتائج عملك عن نفسها، مادة إياك بكلّ المبررات التي تحتاجها للمضي قدماً في مشروعك أو هدفك الجديد.

واجعل سؤالك الأوّل لنفسك، "ماذا يجب أن أكون أفعل الآن إذا كان حقيقة انّه من غير الاحتمال أن أفشل في أي عمل: السفر، الزراعة، الكتابة، التصوير، التجارة أو أي عمل من مئات الأعمال المختلفة: الرقص، الخياطة، برمجة الكمبيوتر، دراسة الموسيقى أو أي عمل آخر. وبالتفكير والبحث يمكنك معرفة ما يجب أن تكون عليه الخطوات الأولى للسير في أهدافك ومشاريعك البناءة، إذا نظرت للواقع وللحياة من حولك.

مع كلّ النعم التي تغمرنا وتحيط بنا، الغريب انّ كثيرون منا لا يرون أي قصد في حياتهم وفي أيامهم.

هناك بعض الحقيقة في نقد واقعنا وأيامنا وعالمنا الحاضر. ولكن في جميع العصور عاش الناس في خطر ونقص وعدم كمال، ولكن كثيرون منهم عاشوا بغنى ونجاح، وآخرون كانوا خائفين من العيش والحياة.

وهكذا هذه الأيّام، بعض الناس يعيشون بسلام واطمئنان، وبعضهم الآخر يستعملون المنطق والتفكير ليبتعدوا عن الحياة الكريمة.

ليس هناك من مبرر للفكر السلبي الذي يبدد ويضيع الحياة. حيث تجد الناس في مدنيتنا الحاضرة المعقدة، غالباً ما يعيشون بالضجر والقلق بدل البحث والمغامرة. وإذا فكرت بعمق ستجد أنّ العيش بلذة وهناء وتفاؤل، يمكن أن يكون حقيقة في أيامنا الحاضرة في عصر الفضاء والاتصالات السريعة والجينات المستحدثة.

للعيش الخّلاق هناك قوة فائقة تنير لك الطريق، هذه القوة هي "تصورك الذاتي". فلا تدع القلق يحبط آمالك وتطلعاتك. فالإنسان إذا كان يرجو الصحة والسعادة والنجاح، عليه أن يقهر هذا العدو الذي هو القلق. فإنّه يبدد القدرة على التركيز الذهني ويشتت أفكارنا ويسبب توتر الأعصاب، ويؤدي إلى كثير من الأمراض الجسمية والنفسية، ويسلب الإنسان من بهجة العيش والحياة.

لكي تجلب الصحة والعافية إلى حياتك، انّك بحاجة إلى تصور إيجابي صحي. ترى من خلاله ذاتك كإنسان يستحق الثقة والتقدير والرضى. فالصورة التي يعطيها الشخص لذاته، والظريقة التي يرى نفسه داخلياً، أساسية ليتلائم الإنسان مع ذاته والعالم من حوله.►

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