دقائق تكفي لحل جميع مشكلاتك

قبل كلّ شيء عليك أن تعلم نفسك التركيز على الحل وليس على المشكلة...

لا تركز على لماذا أنا فاشل؟ ركّز على كيف أكون ناجحاً؟

تجربة..

من فضلك لا تتخيل قلماً ذهبياً يمكن وضعه في جيبك أو الشنطة..

لا تتخيله لامعاً براقاً..

ماذا حدث؟

أغلب الناس تخيل صورة القلم رغم أني قلت لا..

هذا يعني أنّ العقل الباطن يحذف كلمة لا ويركز على باقي الجملة..

ماذا تتوقع أن تجني عندما تفكر في مستقبل ابنك غير المبشر...

ماذا يحدث عندما تفكر في مشاكلك الأسرية..

نعم أنت تحصل على ما تركز عليه...

هنا طريقة أعتقد أنها عملية وناجحة في حل المشاكل:

أوّلاً: حدد المشكلة بدقة، فأحياناً كثيرة ما نتوهم بأنّ هذا الأمر مشكلة ولكنه ليس كذلك.

لذا وجب عليك معرفة ما إذا كان هذا الأمر مشكلة أوّلاً أم لا.

ثانياً: ضع مجموعة من الإقتراحات والحلول، حاول أن تكوّن أكبر قدر عندك 10 إقتراحات، 100 إقتراح.. إلخ.

ويجب أن تكون الإقتراحات أو الحلول بصيغة إيجابية...

مثلاً:

صيغة سلبية: يجب علي أن لا أبذر نقودي.

صيغة إيجابية: يجب على أن أقتصد وأن أوفر نقودي.

اكتب ما تريد وليس ما لا تريد،

ركّـِز على ما تريد وليس ما لا تريد،

تذكر دائماً أن ما تركز عليه تحصل عليه وهو يأتيك.

ثالثاً: اختر أحد الحلول التي تراها مناسبة، وربّما تستخدم جميع الحلول..

رابعاً: ضع النتائج المترتبة على القيام بالحلول المختارة...

خامساً: نفذ وكن صاحب عزيمة، استمتع بحصولك على ما تريد.

المصدر: كتاب تحقيق رغباتك