



11/25/2023



## قوة العقل الباطن في تحقيق الأهداف



الأستاذة فطيمة درويش

**Derouiche Fatima**  
**Cultural Thinking Association for**  
**Giftedness & Creativity**

كثيرون، تضيع حياتهم في عالم التمني، يحلمون؛ لكنهم لا يملكون الدافع أو الخطة المدروسة لتحقيق هذا الحلم؛ إذ يُمثل الهدف الشيء الذي يسعى إليه الفرد من أجل تحقيقه، وتحقيق الغاية المرجوة، وهو الموجه لسلوك الفرد، وهو ما يشبع الدافع، واليه يتجه السلوك، ويكون في العادة شيئاً خارجياً، وهو النتيجة الحاسمة التي يسعى إليها الفرد.

### تحديد الهدف:

إن تحديد الهدف خطوة من عملية كبرى، تسمى التخطيط؛ إذ تسهم عملية التخطيط في الآتي:

1. توافر المعلومات.
2. امتلاك المقدرة والخبرة.
3. تحديد الهدف.
4. توفير الوسائل ، والإمكانات؛ لتحقيق الهدف.
5. تحديد زمان تنفيذ العمل، ومكانه، ومراحله، وخطواته.
6. تحديد من ينفذ كل خطوة من تلك الخطوات وإعداده لذلك.
7. الإشراف على التنفيذ، والمتابعة، والمراجعة، والتقييم باستمرار.

### أقسام الأهداف: تتكون الأهداف من قسمين هما:

- أهداف كبرى أو طويلة الأمد : وهي بالنسبة للإنسان كالبوصلة المصححة لسيره باستمرار.
- أهداف صغرى: وهي أهداف فرعية جزئية، تتناول تحقيق مرحلة معينة فهي مرحلية، تخدم الأهداف الكبرى.

### مهارة تحديد الهدف: لتحديد الهدف ، يُمكن الالتزام بالآتي:

1. توفير المعلومات اللازمة لتحقيق الهدف، مثل: الخارطة الذهنية، والواقع الخارجي، والخبرات السابقة، والمعتقدات، والقيم .
2. الإيمان بالهدف وقيمته، وأهميته، وألويته بالنسبة لغيره، وأنه يضيف للحياة كل جديد، والقناعة الجازمة بذلك ، ويقدر الإيمان بأهمية الهدف، يكون مقدار الإبداع.
3. دراسة العواقب، والآثار المترتبة على تحقيق هذا الهدف ، والتأكد من صلاحيتها، وإمكانية تحملها.
4. تصوّر الهدف وقد يتحقق بشكلٍ واضح، باستخدام الحواس وتخيل مرحلة تحقق الهدف بكل تفاصيلها؛ إذ يُسهم ذلك في تحفيز الطاقة، وتوجيه التفكير نحو الإبداع .

5. أن يكون الهدف ممكنًا ، أي أن يكون واقعيًا، ليس خياليًا، ولا وهميًا؛ لأن كثيرًا من الناس يعيشون حياتهم في الأوهام، والخيالات، ويعيش آخرون أسرى الواقع الحاضر دون تجاوزه.
6. أن يكون الهدف مجديًا؛ إذ لا يكفي أن يكون ممكنًا، بل لابد أن يكون الهدف عند تحققه أولى بالنفع، والفائدة، ويكون ذا قيمة عالية ، بالثمن الذي يقدم للوصول إليه؛ ما يستدعي معرفة مقدار الثمن من الوقت، والمال، والجهد، والعلاقات، وغير ذلك .
7. أن يكون الهدف مشروعًا.
8. معرفة المسؤولية حول تحقيق الهدف مهمة جدًا؛ إذ إن جهود الآخرين في سبيل ذلك لا تتجاوز المساعدة التي لابد من تحديدها ، ومعرفتها، والتأكد من إمكانية حصولها، والسعي لتوفيرها.
9. تحديد الموعد الزمني للخطة؛ للوصول للهدف، وأن يتم صياغة الهدف بطريقة تمكن من قياس عملية تحققه.

### الخطوات التي تسهم في تحقيق الأهداف:

- يُمكن تعرف بعض الخطوات التي تُسهم في تحقيق الأهداف:
1. اختيار الخطوات الصغيرة: أن هذا الأمر لا يؤدي إلى الشعور بالتوتر، فالتحركات الجزئية تُسهم في الوصول للهدف، وتكون من العوامل المسببة للإنجاز ، فعلى سبيل المثال: إن " كتابة خطاب "، فمجرد إحضار ورقة وقلم ، ووضعهما على المكتب؛ يُسهم في استرجاع المعلومات؛ للكتابة.
2. التدوين: يُشير التدوين إلى عملية تدوين الخطوات، التي تُسهم في تحقيق الإنجاز المرغوب، وتحديد الوقت والموعد المناسبين لكل خطوة.
3. تدوين خطوات أخرى عند الانتهاء من تدوين الخطوة الأولى، إذ يتمثل التدوين بسلسلة من الخطوات.
4. تجنب التكرار: ما يُشير إلى تجنب جدولة الأعمال؛ حتى لا يتم تكرارها يوميًا، إذ إن تدوين العمل الذي سيتم القيام به غدًا، وعند الانتهاء منه لابد من تدوين العمل الذي سيتم القيام به في اليوم الذي يليه.
5. البحث عن المساعدة: من الأشخاص الذين يهتمون باستخدام الحركات الجزئية، بحيث يتابعون بعضهم بعضًا.
6. تدوين الملحوظات عن كل خطوة : بذلك تتكون المقدرة على استرجاع معلومات الخطوات كافة، والمقدرة على رؤية الإيجابيات؛ لتعزيزها، والسلبيات؛ لتجنبها، أو تغييرها.

## العقل الباطن:

يُمثل العقل الباطن كتاب حياة؛ إذ أيما كانت الأفكار، والمعتقدات، والنظريات، والمبادئ التي يتم كتابتها، أو طباعتها، أو التي يتأثر بها العقل الباطن، سوف يتأثر بها تجسيدًا للظروف، والأحوال، والأحداث الخارجية، فما يُكتب في داخل الإنسان؛ سوف يُجربه ويُمارسه في الخارج، فهناك جانبان لحياة الإنسان: ظاهري، وداخلي، مرئي، وغير مرئي، وفكرة، وتجسيدها. بناءً على ذلك، فإن قشرة الدماغ تستقبل الفكرة على شكل نبضات عصبية؛ إذ هي العضو الجسدي للعقل الواعي، وعند استقبال العقل الواعي (العقل الظاهري) لهذه الفكرة واستيعابه لها؛ فإنها تنتقل إلى أجزاء الدماغ الأخرى حيث تتحول إلى شيء ملموس، وتتجسد في التجربة الحياتية. ويُمكن القول أن العقل الباطن لا يستطيع أن يجادل، بل ينفذ ما يُطلب منه فقط، وما يُطبع فيه، فهو يقبل الحكم، فالنتائج النهائية التي يتوصل إليها العقل الواعي، بوصفه أمرًا مفروغًا منه، هي بمثابة تأليف كتاب حياة إنسان ما؛ لأن أفكار إنسان ما، تصبح تجاربه، وفي ذلك يرى الفيلسوف الأمريكي "رالف والدو أمرسون": أن مكنون الإنسان هو ما يفكر فيه طول النهار.



المصدر: <https://www.google.com/search?q>

ويرى عالم النفس الأمريكي وليام جيمس: أن القوة التي تحرك العالم تكمن في العقل الباطن، فهو يتسم بذكاء مطلق، ويتسم بحكمة لا حدود لها، وأي شيء يُطبع في العقل الباطن، سيبدل العقل الباطن جهودًا كبيرة؛ لتحقيق هذا الانطباع في الواقع العملي، لذا ينبغي أن يُطبع في العقل الباطن الأفكار الصحيحة، وهذا ما يُفسر حالة الفوضى، وغياب الرضا لدى المجتمعات كافة؛ الأمر الذي يُشير إلى غياب التفهم لما يحدث من تفاعل بين العقل الباطن، والعقل الواعي، فعندما يعمل الإثنان معا باتفاق، وانسجام، وسلام، وتزامن وقتي؛ فسوف تأتي النتيجة لتبشر بكل ما هو إيجابي .

## مقدرة العقل الباطن في صنع المعجزات:

يتمتع العقل الباطن بقدرة هائلة فهو يُلهم، ويُرشد، ويبوح بالأسماء، والحقائق، والمشاهد المخزنة في مستودع الذاكرة، وهو الذي يشغل نبضات القلب، ويتحكم في الدورة الدموية، وينظم عملية الهضم، والامتصاص، والإخراج، فعندما يتم تناول قطعة من الخبز؛ يقوم العقل الباطن بتحويلها إلى الخلايا، والعضلات، والدم، والعظم؛ إذ يتحكم العقل الباطن في العمليات الحيوية، ووظائف الجسم كافة، ويعرف الحلول للمشكلات كافة، فهو لا ينام؛ من أجل ممارسة مهامه .  
ويُمكن اكتشاف مقدرة العقل الباطن في صنع المعجزات، وذلك عن طريق إبلاغه بوضوح قبل الاستسلام للنوم مباشرة، بالرغبة في إنجاز شيء محدد، وسوف يتم اكتشاف أن الأقوال الكامنة سوف تتحرر؛ لتقود إلى النتيجة المرغوبة.



المصدر: <https://www.google.com/search?q=>

وفي ذات السياق، يُعد العقل الباطن مصدرًا للأفكار المثالية، والطموحات عالية المستوى، والتطلعات التي تستشرف الإيجابيات؛ وفي ذلك استطاع النحات اليوناني " فيدياس " اكتساب الفن، والمهارة؛ لتجسيد الجمال، والنظام، والتناسق في الأحجام، باستخدام الرخام، والبرونز؛ إذ يُمثل العقل الباطن معينًا لا ينضب، يستمد منه كل العظماء قوتهم المذهلة.

ولعل قصتي مع حفظ القرآن، تُبرز أهمية العقل الباطن في تحقيق الهدف؛ إذ كانت البداية في عام (2006م)، بعد قراءتي لكتاب المفاتيح العشرة للنجاح، إذ كتبت عدة أهداف منها: حفظ القرآن الكريم في كناش صغير، لم أره إلا مرة، أو مرتين بعد ذلك، وسجلت في مسجد الغفران، وبدأت في حفظ القرآن مساء كل خميس، وحفظت من سورة "يس" إلى سورة "فصلت"، مساء كل خميس، ثم توقفت عن الحفظ، وكانت الأسباب المعيقة التي وقفت حائلًا دون حفظي للقرآن كثيرة، منها: ضغوط العمل.

وهناك أسباب أخرى أسهمت في تحقيق هدفي، واكتسابي المقدرة على حفظ القرآن ، منها:  
حديث العقل الباطن الذي لا ينام، أثناء نومي؛ إذ رأيت رؤيا وأنا أحضن مصحف، وقرأ الآية: "  
إن هذا القرآن يهدي للتي هي أقوم " صدق الله العظيم ، وفي سياق العقل الباطن الذي لا يُهزم،  
رأيت في المنام مرة أخرى أنني أبحث عن دار الإمام في العاصمة ، ثم رأيت أنني أدخل مسجد  
في العاصمة ، ورأيت إمامًا يمنحني مصحفًا.

ومن الآثار الناجمة عن قوة العقل الباطن ومقدرته الآتي:

❖ الهدية العظيمة المقدمة لي من قبل أحد أبناء صديقتي (عبد الرحيم)، ألا وهي: كتاب الله  
عز وجل.

❖ سماعي لصوت أستاذي : " يوسف عبد الرحمن"، عبر إحدى القنوات الإعلامية، الذي  
قال لي يومًا: أهم ما يميزك البحث عن الجودة، والتميز في كل شيء، وفقك الله لكل  
ما هو خير.

يُمكن القول، إن ما يُشير إليه العقل الباطن لدي دفعني إلى تحقيق الهدف في حفظ القرآن،  
إن هذا العقل هو القوة التي تُسهم في تمكين الإنسان من تحقيق أهدافه، وتمكينه من ممارسة  
مسارات حياتية سليمة؛ الأمر الذي مكنتني من تحقيق الهدف الذي سطرته في خلايا عقلي الباطن؛  
ألا وهو حفظ القرآن العظيم ، وكانت ختمته في بيت خالتي حفظها الرحمن.



المصدر: <https://www.google.com/search?q=>

الحمد لله الذي تتم بنعمته الصالحات .