

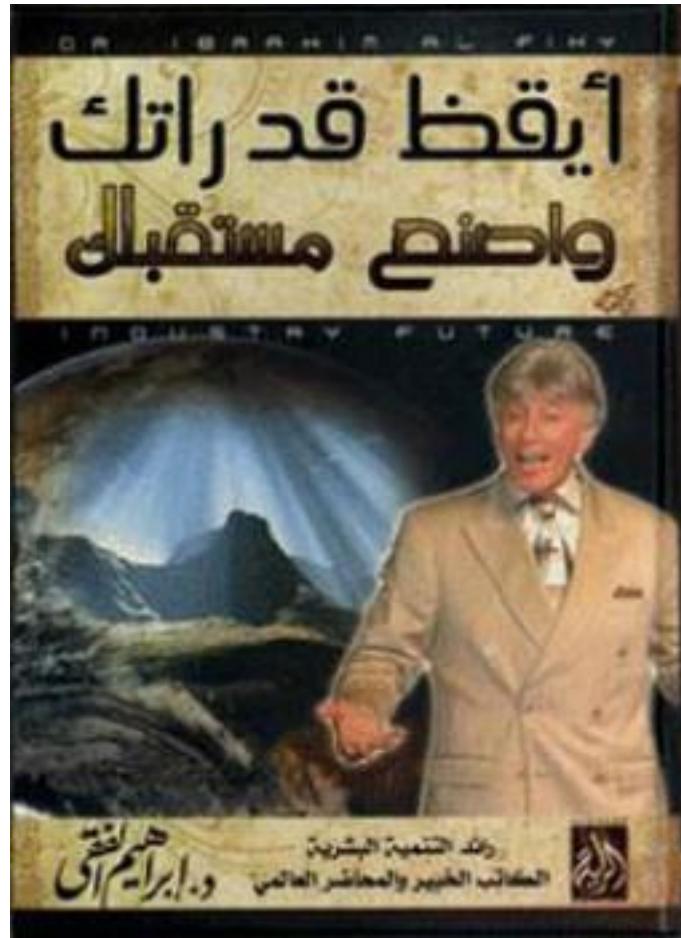
تلخيص كتاب أيقظ قدراتك واصنع مستقبلك

د. إبراهيم الفقي

إعداد / محمد عطيتو

بطاقة الكتاب :

أيقظ قدراتك واصنع مستقبلك	اسم الكتاب
د. إبراهيم الفقي	المؤلف
دار الرؤية للنشر والتوزيع	دار
139	عدد الصفحات
محمد عطيتو	تلخيص



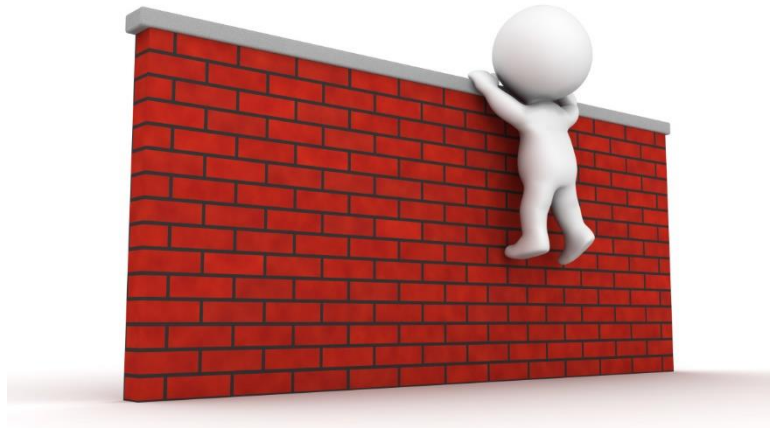
أفضل عبارة تحفيزية يمكن لك أن تسمعها :

اعلم أنك تستطيع بإذن الله أن تحقق أفضل مما أنت عليه الآن ..
تأمل في هذه العبارة جيداً ، فهي كفيلة أن تشع الأمل في روحك وقلبك ، وطالما
تشبعت بالأمل في غد أفضل ، انطلقت نحو العمل بعزيمة ماضية و نفس مطمئنة .

أيقظ قدراتك :

تخيل أنك تود أن تنطلق بسيارتك ، ولكن مكبح فرامل اليد كان معلقاً ، هل ستسير السيارة؟!

كذلك أنت أيها الإنسان .. لا تستطيع أن تتحرك ، وتنمو ، وتتقدم للأمام ، وهناك فرامل تمنعك ، وتعيقك .



لذا عليك أن تبطل عمل الفرامل أولاً ، وأشهر هذه الفرامل التي تعيق قدراتك هي فرامل الأعذار ، وأنواعها كثيرة ولا بد من إبطالها جميعاً .. هيا لتتعرف عليها .

فرامل الأعذار

• عذر الحالة النفسية :

ويمكن إبطاله بـ : الانهالك في عمل مفيد .. قد تجد صعوبة في الشروع في العمل ، ولكنه بمجرد أن تشرع وتبدأ .. ستتبخّر الحالة النفسية السيئة ، وينصلح مزاجك المتعكر .. جرب وسترى !!

• عذر الحالة العائلية :

قد تتحجج بأنك لم يتم تربيتك بصورة سليمة من قبل والديك ، وأن والدك أهانك مثلاً ، وكان يقسو عليك .. ويمكن إبطال هذه الفرامل بـ :

- 1) أن تعلم جيداً أن أباك – مهما ظننت – يحبك ويتمنى لك الخير .
- 2) أن لا أحد تدرب والداه على التربية المثالية ، وقاما بتربيته على أحسن ما ينبغي .
- 3) لماذا لا يكون العيب فيك أنت ! ولماذا تنفي عن نفسك كل التهمة ، وتحاول أن تعمل على تبرئتها على الإطلاق؟!
- 4) والداك قد يظهران من القسوة ، وعدم التفاهم ؛ لانهماكهما في التفكير في كيفية إسعادك .

- 5) تعلقك بهذا العذر لن يحرز لك أي تقدم ، وستبقى محلك سر .
 - 6) لماذا لا تفكر بالطريقة العكسية : سأكون نعم الابن لأبواي !!
- **عذر الحالة الاجتماعية :**

قد تشعر بأنك لا تعرف كيف تتعامل مع الناس .. ويمكن إبطال هذا العذر بـ : تجنب الأخطاء الواضحة في التعامل مع الناس ، والأمور المجمع عليها بأنها غير لائقة ، ثم لا عليك بعد ذلك .. افعل ما تشاء .

- **عذر الحالة المهنية :**

ويمكن إبطاله بـ : طور نفسك دائماً .. واعلم أن سنة واحدة كافية لأن تكتسب فيها مهارة تفتح لك بإذن الله أبواب الرزق على مصاريعها .

- **عذر الحالة المادية :**

تجد الكثير من الناس يقول : لو كان عندي أموال لفعلت ، وفعلت ، ويمكن إبطاله بـ : أن تعلم أن الإحصائيات العالمية تؤكد أن الذين يملكون الأموال بالوراثة عن آبائهم أقل من 7% من أغنياء العالم !!

- **عذر الخوف :**

الخوف – بصفة عامة – من القيام بفعل .. ويمكن إبطاله بـ : أبشرك بأن هذا الخوف لن يستمر معك ؛ لأن المسؤوليات ستلقى على عاتقك في يوم من الأيام ، وستكتسب المناعة الكافية ، ولكن شطارتك تكمن في التوكل على الله

، وطرده هذا الخوف مبكراً حتى قبل مواجهة المسؤوليات ، وتعلم المغامرة (المحسوبة) لكي تنفتح لك الفرص من كل جانب .

● عذر العادات :

أي العادات السيئة ، ويمكن إبطاله بتقنية بسيطة :
كون عادات إيجابية ، وستعمل على مزاحمة العادات السلبية وطردها ،
والأمر يحتاج إلى صبر فاصبر !!

● عذر العمر :

شعورك بأنك صغير جداً ، أو كبير جداً .. وهذا العذر يتأكد بالكبر في السن
أكثر .. ويمكن إبطاله ب : دعني أصارك بأثك – وأنت كبير – لو أردت
أن تتعلم مهارة جديدة عليك وليست من تخصصك فلك أن تتعلم بالعمر ()
وهو ليس مبرراً كافياً حتى في هذه الحالة) ، ولكن إذا أردت أن تخطو
خطوة في تخصصك الذي تعرفه بالفعل .. فلا حجة لك .

● عذر الحالة الجسمانية :

ويمكن إبطاله بالعلم أن :

الكثير من المعاقين صنعوا المعجزات .. لا عذر لك يا كسول .

ومما يبطل الأعذار السابقة : العمل والعمل والعمل .. والصبر والصبر والصبر .

الدورة النفسية لمرض الأعذار :

يقرر الإنسان الفشل ، ويبدأ في انتحال واختيار عذر مناسب يركن إليه في تبرير
فشله ، ويستخدم هذا العذر كلما تحدث إلى أحد ، أو تحدث إليه أحد ، ويكرر هذا
العذر مرة تلو الأخرى ، ويتحول العذر في النهاية إلى اعتقاد ، ويبدأ الفاشل في
تدعيم هذا الاعتقاد ، ويصبح الفشل عنده عادة .

فالدورة النفسية لمرضى الأعذار تتكون من : قرار ثم اختيار ثم استخدام ثم تكرار ثم اعتقاد ثم تدعيم ثم عادات .

وكما قلنا فإن العذر لن يحرز لك أى تقدم وستبقى محلك سر ، ولذلك فبعد أن يصبح الفشل عادة ، يدخل الإنسان الفاشل في دوامة الأحزان والآلام .

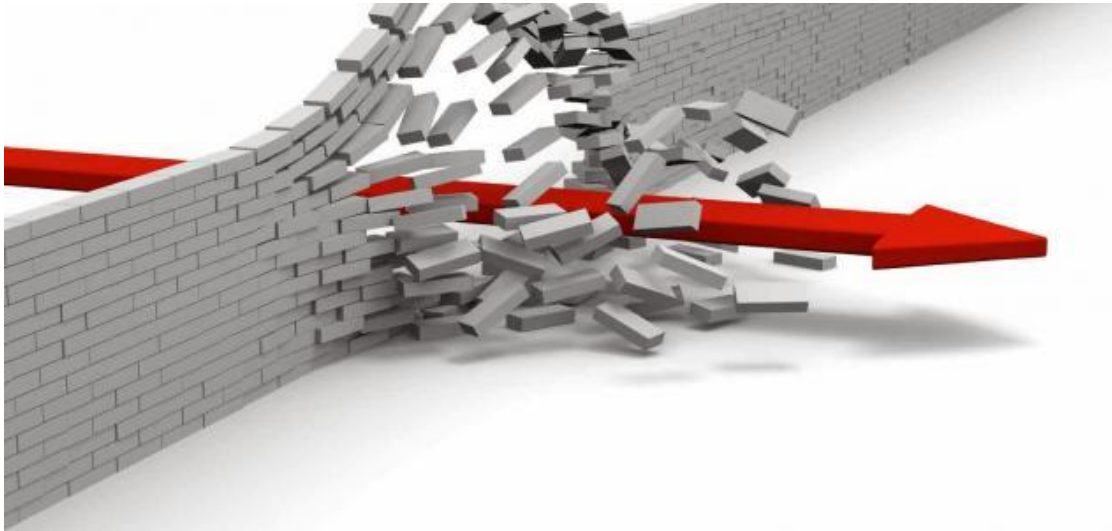
وهنا يبدأ فى النظر إلى عذره نظرة فاحصة تكشف زيفه ، ولكن بعد فوات الأوان ، ويبدأ في القول : يا ليتني فعلت ، وفعلت .

ولكن الشيء الجميل في الموضوع أن الآلام والأحزان يصبح من الصعب على الإنسان أن يتكيف معها ، وهنا ينفض ويبدأ في إدراك الأعذار على حقيقتها ، ويشرع في رحلة التغيير ، وتتحول الآلام إلى قوة وقدرات .. ويبدأ الشخص يقول : أنا لا يمكن أن أعيش بهذه الطريقة بعد اليوم .. لابد أن أتغير .

فالتألم المستمر والإحباط يجعل الإنسان ينفجر داخلياً وينطلق .. ويبدأ في رفع فرامل اليد ، ويضغط على البنزين .. فتقفز السيارة للأمام .

كيف توقف قدراتك ؟

يجب عليك أولاً أن تبطل كل الفرامل المذكورة لتحرر قدراتك ، وبعد ذلك ركز على نقاط قوتك ، وستجد نفسك انطلقت بسرعة الصاروخ .



ستدرك أن النجاح ما هو إلا مسألة وقت لا أكثر ، وأنه مهما ضعفت إمكانياتك فسيظل بإمكانك أن تفعل الكثير والكثير .
كما يجب عليك أن تنفض عنك كل الأحاسيس السلبية التي تكونت عندك من تجارب الماضي الفاشلة ، وانظر إليها على أنها مهارات استفدت منها .

اصنع مستقبلك :

قال تعالى (وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ)

العمل ثم العمل ثم العمل

العمل يؤدي إلي الإنجاز , ثم إلي تحقيق الذات ، ثم إلي قوة الثقة بالنفس ، ثم إلي شكر الله , ثم تتكرر الدورة مره أخرى .
واعمل للدنيا والأخرة .. للدنيا : خطط وكأنك تعيش أبداً , وللأخرة : كأنك ذاهب إليها اللحظة .. وهذا يؤدي إلي أن تعيش متزناً لا مادياً تأخذك الدنيا في وديانها ومتاهاتها , ولا تعيش منعزلاً في صومعة تنتظر يوم تموت .
بل تعيش متزناً , بحيث إذا جاء الموت , تكون قد تهيأت له بالصالحات , وفي نفس الوقت تركت لأولادك وأسرتك ما يكفيهم , وتصبح قدوة وأسوة في الخير .

عند التخطيط لمستقبلك :

عندما تقوم بوضع هدف معين فلا بد أن تضع في اعتبارك الغاية الكبرى التي نذرت نفسك لما .. فهي لا تتغير إلا بتغير القيم التي أوحى بها .. وبالتالي فإن الأهداف من الممكن أن تتغير لأن الهدف هو الطريق الموصل للغاية .. وهذا الطريق قد يكون مسدوداً وقد يكون غير ممهد وقد تكتشف أنه لا يوصل للغاية .. وفي كل هذه الأحوال فإنك تغير الطريق أي تغير الهدف .

بعد أن تقوم بوضع الهدف فأنت تشرع في تنفيذه ، وعندما تنفذ فإنك تقيس هل أنت في الطريق المتوقع لتحقيق الهدف .. وهذا هو التقييم ، وبعد التقييم تبدأ في التعديل .. وعندما تقوم بالتعديل فأنت قد تعلمت واستفدت .

هذه هي الخطوات التي ستمر بها وهذه هي الرحلة الطبيعية لسير الأحداث ، ولا يجب أن تتدهش أو تنزعج .. فأنت تتعلم ومن الطبيعي أن تغير وتعديل ، وبالتالي لا بد أن تتحلى بالمرونة والصبر .

وعليك أن تشكر الله لأنك ستجد نفسك في تطور وازدياد وتحسن مستمر . بعد كل ما سبق ، وبعد الصبر والكفاح .. ستتحقق أهدافك بإذن الله ، وبعد ذلك ستجد نفسك تبذل المجهود لمساعدة الآخرين وإعانتهم علي تحقيق أهدافهم كما حققت أنت أهدافك .

من خواطري حول كتاب أيقظ قدراتك واصنع مستقبلك :

مما لفت نظري في كتاب (أيقظ قدراتك واصنع مستقبلك) كثرة قصص الناجحين التي أوردها الدكتور إبراهيم الفقى في كتابه ، وغالبية هذه القصص يتم ذكرها بشكل مقتضب ويتراوح تناولها ما بين عدة سطور إلى صفحة ونصف الصفحة على الأكثر في الغالبية الساحقة من هذه القصص ، وعندما تأملت في هذه القصص وأصحابها انتابني شعور غريب ؛ إذ أن هذه القصص تثير عندي التحفيز والإلهام ، كما أنها تثير أيضاً – وبالعجب – الإحباط والفتور ، وتأملت في سبب هذا الشعور ولاحظت الآتى :

أولاً : إن قصة الواحد من هؤلاء الناجحين العظام يذكرها المؤلف في عدة سطور ، ويكون عمرها عدة عقود ، فيستشعر القارئ أن القصة بدأت وانتهت في فترة زمنية كتلك التي قرأ فيها القصة باقتضاب !! ، فيظن أن في الأمر معجزة من أين له بمثلها (وهنا منشأ الإحباط) ، والمعجزة الحقيقية هي التزام هذا الناجح بالعمل والسعى لعشرات السنين .

ثانياً: قد يستشعر القارىء أن المطلوب منه أن يحقق نجاحاً عظيماً يشغل العالم كله ، فلا بد من حصوله على جائزة نوبل ، ولا بد من أن يتصدر اسمه الأغلفة الأولى فى جميع الصحف والمجلات ، ولا بد أن يذكر اسمه فى موسوعة جينيس للأرقام القياسية ، ولا بد أن يكون من أغنى أغنياء العالم .. هذا الذى يتسرب إلى ذهن القارىء عندما يقرأ قصصاً لأمثال : ستيف جوبز ، وطه حسين ، وأحمد زويل وغيرهم (وهنا منشأ الإحباط) .

وهذا ليس مطلوباً منك عزيزى القارىء ، إنما ما هو مطلوب منك أن تبذل جهدك ما استطعت فى السعى لهدفك الذى قد يتلخص فى تربية أولادك مثلاً على الخلق القويم والنهج المستقيم .. وأنت إذ تفعل ذلك فأنت من الناجحين العظام الذين يعرفهم الملأ الأعلى فى السماوات ، ولا عليك بعد ذلك أن ينظر إليك أهل الأرض على أنك من المغمورين العاديين فى الحياة الدنيا .

ثالثاً: ذكر هذه القصص باقتضاب شديد يغفل جوانب عظيمة منها ، فمثلاً عند ذكر قصة طه حسين لا يذكرون سوى تحديه لإعاقته وتغلبه عليها لدرجة أنه صار عميداً للأدب العربى .. لا يذكرون أن طه حسين عاش شطراً من حياته متشائماً شاعراً بالعجز والضعف وناقماً على إصابته بالعمى وساخطاً على ذلك إلى أن تزوج من زوجته الفرنسية التى وقفت بجواره وقلبت حياته رأساً على عقب .. لا يذكرون أن من النقاد من يرى طه حسين مجرد أديب من الأدباء وربما لا يكون أفضلهم (فضلاً عن كونه عميداً للأدب العربى) ، بل إن أديباً آخر كالعقاد قد سبقه بخطوات واسعة فى هذا المجال كما يرون .. لا يذكرون عن هيلين كيلر أن هناك من وقف بجوارها مثل معلمتها الرائعة آن سوليفان التى طالما احتملتها وساعدتها وعلمتها الكثير .. لا يذكرون أن هيلين نشأت فى المجتمع الأمريكى حيث الأدوات ميسرة لها ، والإمكانيات متوافرة فى دولة اهتمت بالمعاقين وذوى الاحتياجات الخاصة أكثر من اهتمام دول أخرى بالأصحاء الأسوياء !!

إن عدم ذكر مثل هذه الجوانب يصور هؤلاء الناجحين وكأن إرادتهم فولاذية لا تنكسر قط (وهنا منشأ الإحباط) ، والحق أنهم بشر كالbشر لهم جوانب ضعفهم وقصورهم وعجزهم وحمقتهم !!

والخلاصة عزيزى القارىء أنك ينبغي أن تستلهم من هذه القصص ما يدفعك ويشجعك ويحفزك ، وتتغافل عما يمكن أن يثير إحباطك واكتئابك للأسباب التي ذكرناها آنفاً .

ها نحن - عزيزى القارىء - قد انتهينا من استعراض هذا الكتاب للدكتور إبراهيم الفقى رحمه الله ... فاحرص كل الحرص على التشبع بهذه العبارة التي ذكرناها فى بداية التلخيص وهى :

اعلم أنك تستطيع بإذن الله أن تحقق أفضل مما أنت عليه الآن ..

لو أعجبك هذا التلخيص ، فيمكنك أن تدعمنا على باترون على الرابط أدناه لدعم عمل المزيد من تلخيصات الكتب النافعة ..

<https://www.patreon.com/user?u=10623697>

رابط صفحتنا على الفيسبوك :

[/https://www.facebook.com/t3anshabketab](https://www.facebook.com/t3anshabketab)

رابط موقع تعاشب كتاب :

[/http://t3anshab.com](http://t3anshab.com)

للتواصل معنا :

atito@t3anshab.com

مع تحيات / محمد عطيتو

مع تعانشب كتاب .. الكتب بقى ليها طعم تانى !!