**بسم الله والحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وبعد: فهذه الحلقة الرابعة عشرة في موضوع (القوي ) وهي بعنوان : \* أهم ملامح القوة الذاتية :**

**العنصر الثاني : الإصرار :**

**يأتي عنصر الإصرار بعد تمام إدراك القوة الذاتية لدى الشخص؛ حيث أن التفكير المستمر وتمام الوعي بأن لكل حدث في الحياة وجهان أبيض وأسود يمكن الشخص من أن يرى الجانب المضيء مما حوله فيصبح أكثر إيجابية وتركيزاً على ما يسعده فقط، كل ذلك يساهم في تولد قوة كبيرة من الإصرار عند الشخص على تحقيق أهدافه مستخدماً عناصر القوة الذاتية وعدم الاكتراث بأي عقبات تقف في طريقه مهما بلغ حجمها. يساعد الإصرار صاحبه على تحمل المشاكل التي قد يقع بها أملاً في أنها ستزيده قوة وصلابة تساعده أكثر على الوصول لأحلامه، كما يشتمل إصرار الشخص أيضاً على رغبة ملحة في تحسين كافة ظروف حياته المحيطة به سواء أكانت الظروف المادية فتجده يعمل بجهد مضاعف للحصول على راتب أكبر مثلاً أو الظروف الاجتماعية فيسعى الشخص لتحسين علاقته بعائلته وأصدقائه وتكوين علاقات اجتماعية جديدة وكذلك الظروف النفسية فيبتعد تلقائياً عن كل ما يصيبه بالإحباط أو الاكتئاب وعلى العكس يواظب أكثر على ما يجعله سعيداً مبتهجاً. الاعتقاد الاعتقاد هو نتيجة مترتبة على اكتمال الإدراك لدى الشخص وتولد الإصرار لديه على تحسين حياته فيبدأ الاعتقاد بالبزوغ أي أن الشخص أصبح الآن على يقين بأنه-وبدون الحاجة لأي مؤثرات خارجية-يمتلك مفاتيح السعادة لنفسه والتي تؤهله لتقلد أسرار القوة الذاتية الخاصة به، وكذلك الاعتقاد بأن خلف كل حزن سيأتي فرح فلا ييأس من أي ضائقة يمر بها وعلى العكس فخلف كل ابتسامة قد تأتي الدموع فلا يفرط في سعادته بشكل يؤثر عليه سلباً بعد ذلك.**

**العنصر الثالث : الهدف :**

**الهدف أو الغاية هو أحد أهم عناصر القوة الذاتية، فعند تحديد الإنسان لهدفه والعمل عليه يفتح العالم له كل الأبواب المغلقة. فطريق النجاح والوصول إلى الهدف وتحقيقه طريق ممتع وشيق ويكسب النفس والروح الكثير من القوة عن طريق خوض التحديات، فعندما يحدد الشخص المكان الذي تنبعث منه قوته وعندما يحدد المكان أو الغاية التي يرنو إليها والخطوات التي يجب عليه اتباعها لتحقيق ذلك الحلم؛ يصبح المستحيل ممكناً.**

**العنصر الرابع : القرار :**

**تعتبر القدرة على الاختيار واحدة من أعظم المنح والقدرات التي يمتلكها الإنسان؛ فالحرية في اتخاذ القرارات هبة عظيمة يجب على كل منا تقديرها. ولكن دوماً ما تواجه قراراتنا الكثير من الخوف والتردد، ولكن لا تقلق فكل القرارات تحمل العديد من النتائج منها ما يحمل نتائج سلبية ومنها ما يجيئ بنتائج إيجابية، ولتعلم دوماً أن التعلم لا يأتي إلا بالاستمرار في الرحلة والإصرار على قراراتنا وعدم الرجوع عنها مهما كانت الضغوط والمؤثرات، وستجد أنه بعد العديد من القرارات الخاطئة أن العقل قد مر بمرحلة من النضج لم يكن ليصل إليها دون مراحل من الفشل، فاتخاذ القرارات يشبه عضلات الجسم يجب عليك دوماً تمرينها وكلما زاد التمرين كلما زادت العضلة، كذلك قراراتنا كلما اتجهنا لأخذ القرارات وتنفيذها بدقة وحزم كلما كانت قراراتنا تحمل صواباً أكبر وحملت العديد من النتائج الإيجابية عند تنفيذها.**

**العنصر الرابع : قوة التركيز :**

**عند تحديد الأهداف واتخاذ القرارات لا يتبقى أمام العقل البشري لتنفيذ تلك القرارات والعمل على تحقيق تلك الأهداف إلا التركيز عليها، فإذا أردنا النجاح في أي شيء يجب علينا تركيز كل اهتمامنا على هدفنا وأن نضعه نصب أعيننا فالتركيز يمنح العقل القوة، تلك القوة التي يستطيع منها الشخص تحقيق المستحيل. فكما يعد التركيز هو أساس النجاح كذلك يمكن أن يكون مصدر للفشل، وللحصول على التركيز اللازم للنجاح يجب على الشخص :**

**أولاً : أن يكون مسئولاً بصوره كاملة عن قراراته وأن يتوقف عن لوم الآخرين، ويجب عليك دوماً أن تواجه مشاكلك الخاصة بحلولك الفريدة، حتى يتجه كل وعيك وتركيزك ناحية هدفك وحلمك، فلا بد لك من تسخير عقلك نحو هدفك، وأن تتذكر دائماً تلك الأهداف ودوافعك تجاهها والرغبة من تحقيقها، وبالطبع يجب عليك دوماً أن تشعر بالتفكير السلبي وأن تدرك سبب تواجده حتى تستطيع التغلب عليه.**

**إلى هنا ونكمل في اللقاء القادم والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.**