**بسم الله والحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وبعد:فهذه الحلقة الرابعة والثلاثون في موضوع (القوي ) وهي بعنوان : أنواع التفكير الإيجابي :**

**رابعاً: التفكير الإيجابي في المعاناة:**

**عندما يصاب الإنسان بمرض خطير أو يفقد أحد أعضائه في حادث، أو يفقد عزيزا عليه، فإنه يمر بعدة مراحل نفسية قد تستمر معه لفترات طويلة أو تنتهي بالتقبل والتحول والتفكير الإيجابي والتركيز على الحل. وهناك بعض الناس لو واجهته صعوبات في حياته تجعله سلبياًّ.فنجد تفكيره سلبياًّ، وتركيزه يكون على أسوأ الاحتمالات، وأحاسيسه سلبية، مما يؤثر على سلوكياته.**

**خامساً: التفكير الإيجابي المستمر في الزمن:**

**هذا النوع من التفكير الإيجابي هو أفضل وأقوى أنواع التفكير. لأنه لا يتأثر بالمكان أو الزمان او المؤثرات، بل هو عادة عند الشخص مستمرة في الزمن.**

**فسواءً واجه الشخص تحدياً أم لا، فهو دائماً يشكر الله سبحانه وتعالى، ثم يفكِّر في الحل والبدائل، حتى أصبحت عادة يعيش بها في حياته.**

**الشخص من هذا النوع تجد حياته متزنة وسعيدة وهادئة. هذا هو التفكير الإيجابي المستمر في الزمن،**

**الذي لا يتأثر بشيء أو بأحد. ولكن على العكس ففي الأزمان يستخدم الشخص هذا السلاح الرائع في التغلب عليها، ويركز دائماً على الجانب الإيجابي من الحياة. وهذا لا يعني الهروب من المشاكل، بل إيجاد الحلول لها.**

**قال المحاضر الأمريكي دكتور واين داير: ((إن هناك حلاًّ روحانياًّ لكل مشكلة)). وهذا صحيح، لأن الشخص الروحاني إيجابي بطبيعته ويتوكل على الله سبحانه وتعالى ويحقق أهداف حياته ويعيش في سلام داخلي واتزان في كافة أركان الحياة.**

**صفات الشخصية الإيجابية :**

**هناك عشر صفات أساسية تتميز بها الشخصية الإيجابية الرائعة، لتكون مصدراً للقوة والإصرار والتميز وتساعد صاحبها على تحقيق أهدافه والشعور بالسعادة والهدوء النفسي وراحة البال:**

**1- الإيمان بالله سبحانه وتعالى والاستعانة به والتوكل عليه:**

**الشخصية الإيجابية شخصية مؤمنة بالله عز وجل وتتوكل عليه حق التوكل والاستعانة به في كل الأوقات. وقد قال الله سبحانه وتعالى في كتابه العزيز:**

**﴿ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ﴾ [آل عمران: 159].**

**2- القِيَم العُليا:**

**الشخصية الناجحة تعيش بقيم عليا، فتجدها تبعد عن السلوكيات السلبية مثل الكذب والغيبة والنميمة والغيبة والفتنة والاستغلال وكل ما يبعدها عن الله سبحانه وتعالى. بل تتميز هذه الشخصية بالصدق والأمانة وحب الخير للناس والعطاء والكرم والانتماء لله والتطبع بأخلاق الرسول عليه الصلاة والسلام وأخلاق الرسول والأنبياء، والتسامح المتكامل.**

**3- الرؤيا الواضحة:**

**الشخصية الناجحة تعرف جيِّداً ما تريد على المدى القصير والمتوسط والبعيد. وتعرف ماذا تريد ومتى تريد وكيف تستطيع أن تحصل عليه باستخدام كافة المصادر والإمكانيات لديها. وتخطط للتنفيذ بمرونة تامة حتى تحصل على أهدافها.**

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