(١)

عنوان الدرس ..... اليوم الإثنين ..... التاريخ ١٢/٩/١٤٤٣
١٨/١١/٢٠٢١م

دروس مستفادة من الرياضة

- محرك الرياضة يقابل عقل الإنسان

وكذلك عقل الإنسان فإنه قدرة الإنسان على استخدام قد تضعف عند الكبار.

تقرأ جزاء

- محرك الرياضة على حالته لا ينقص منها شيء وإنه طال عمر الرياضة. كذلك خلايا العصبية التي تكون دماغ الإنسان لا تنقص إلا بنسبة صغيرة جدًا حيث تشير الدراسات أنه المرء حتى الثانية من عمره وهو لم يفقد من خلايا الدماغ إلا الأحوال

الاحتمال الأكثر هذه الأجزاء نتيجة الصدى

يصل إلى

الأحوال ٣٪ من

نادرًا أنه تخلو رياضة من محرك وكذلك الإنسان

- المحرك قديمًا يبقى الضعف وخامة كلما امتد عمر الرياضة

- إذا لم يتم تشغيل المحرك مدة طويلة فقد بعض أجزائه بالصدى وزعزعة توقف عن الحركة. كذلك فإنه العقل الذي لا يستخدم يؤدي إلى ترهل خلاياه وثم فقدان نشاطه

عنوان الدرس ..... اليوم ..... التاريخ / / ١٤

جسم السيارة يقابل جسم الإنسان

- جسم السيارة يحتاج لبعض الصيانة والصبغ والتلميع ليكون السيارة مقبولة بين الناس ويسمح للسيارة بالتجول في الشوارع. كذلك فلابد لجسم الإنسان من نظافة وجسم هندام وزوال للتشوهات الظاهرة ليبقى الإنسان مقبولاً بين الآخرين وليمكنه الإختلاط بهم.
- كثرة تزويق وتلميع جسم السيارة لا يؤثر في أداء السيارة شيئاً. كذلك فإن الإهتمام بالمظهر الخارجي للإنسان لم يؤدي إلى تغير في إنتاج الفرد وتحسن في أدائه

أو راديتر وتغيير إطارات

- تحتاج السيارة إلى صيانة دورية من تغيير زيوت وتشحيم وزيادة ماء البطارية أو مشاحات. يقابل هذا ما يحتاجه الإنسان من حاجة إلى تجديد في حياته سواءً كان التجديد في المعرفة أو السلوك أو العلاقات.

وتنظيفه

- لابد من استخدام أنواع معينة من الزيوت والشحوم والمياه استخدام زيوت أثقل أو أخف أو مياه غير مقطرة للبطارية أو مياه غير نظيفة للساحات كل ذلك سيؤدي إلى خلل في أداء السيارة وربما قد يؤدي إلى أعطال فيها. كذلك فإن التجديد في الأفكار والسلوك والعلاقات لابد أن يكون ضمن إطار معين وإلا فقد يؤدي إلى خلل واضح في شخصية الإنسان. فمثلاً لو تمنى شاب مستقيم على دينه الله متهجاً فكرياً إلحادياً أو تغريبياً أو يسارياً فلا شك أن ذلك سيؤدي إلى هدم في كيان هذا الشاب.

كذلك الحال بالنسبة للعلاقات ، فمن تربى مع مصاحبة الصالحين والأخيار ثم اختار أن يزل هؤلاء ويصاحب السادين والمفسدين فإنه لا شك وأنه يجد ذلك اختلافاً واضحاً في شخصية هذا الإنسان .

• لابد للزيوت والشحوم والمياه أن تضاف بمقادير معينة وتضاف أو زيادة قد يؤدي إلى خلل في أداء السيارة وربما إلى تعطل بعض أجزائها . كذلك الحال بالنسبة للأفكار والسلوكيات والعلاقات فلا بد أن نوازن ونأخذ ونعطي بمقادير معينة وإلا فقد تؤدي إلى حدوث بلبلة واضطراب واضح في حياة الفرد .

- لا بد من وجود البنزين ضرورة لاستمرار السيارة لضمان سير السيارة وإذا ما فرغ خزان السيارة من البنزين توقفت السيارة عن الحركة . يقابل هذا في الإنسان الهمة والجهد الذي يبذله الإنسان للوصول إلى مبتغاه . فإذا همة الإنسان وجهده قد لا يصلان إلى درجة الصفر ما يفتر استمرار الإنسان في الحركة . لكن ما يجب أن يلاحظ أن إنتاج الفرد قد يتدنى إلى أدنى مستوياته بفتور همته ونقصان جهده وهذا يعكس وقود السيارة فإنه السيارة تتعثر في الحركة إذا ما نفذت البنزين بالكامل .

• لا يمكن تحريك المقود بحرية وسرعة دون ضابط فيؤدي بالسيارة إلى عدم مباراة مكانها، كذلك فإنه الإنسان الذي لا يستقيم في حياته معينة وأحياناً فلن يسير في مكانه ولن يصل إلى هدفه.

عنوان الدرس ... اليوم ... التاريخ / / ١٤

٤

- لكل سيارة مقود يوجه دفتها إلى الإتجاه الذي يراد أن تسير عليه. كذلك فلا بد للإنسان من رسالة تكون له بمثابة البوصلة التي تحدد له الإتجاه الذي عليه أن يسلكه في حياته.

- لا بد للسيارة من طريق تسير عليه. كذلك فإنه لا بد للإنسان من خطة في حياته يسير عليها ليصل إلى أهدافه.

• كلما كانت الطريق أكثر تمهيداً كلما أن ذلك بالسيارة فيسير برفق وسهولة. كذلك فإن الخطة الواضحة المعالم المكتملة التفاصيل تجعل من حياة المرء تسير بسلاسة ويسر.

• توجد على الطريق وعلى جانبيه لوائح إرشادية وعلامات توجه السائق نحو الوجهة التي يقصدها. كذلك فلا بد للخطة التي يضعها الإنسان من معالم واضحة وخطوات محددة ليستدل بها في مسيره.

• توجد على الطريق محطات للتزود بالوقود والإحتياجات الضرورية واستراحات يستظل تحتها الراكب من عناء السفر. كذلك فلا بد أن تكون في خطة حياة الإنسان من وقفات - كالدورات التدريبية وحضور الدروس والمحاضرات - للإستمتاع إلى الجديد من الأخرى - يتزود به الإنسان في رحلته الطويلة. أيضاً فلا بد لخطة الإنسان أن تكون بها أماكن ومساحات يتيح للمرء أن يأخذ قسطاً من الراحة والإستجمام، مثلاً لا بد أن تحتوي خطة الإنسان على أوقات للترفيه والإستمتاع سواءً كان بطريقة فردية أو عائلية أو جماعية كالذهاب في رحلات وإقامة الحفلات والمشاركة في الفعاليات الثقافية والإجتماعية والرياضية.

• توجد على الطريق لوحات تشير إلى المسافة المتبقية ليصل الراكب إلى الوجهات المختلفة القادمة. كذلك، فلا بد أنه يوجد على الخطة نقاط يتعرف فيها الإنسان على الجزء الذي قطعه للوصول إلى أهدافه المختلفة ومقداره المتبقي. ~~ومن المهم أن يعلم الراكب اللوحات~~ الذي لا يرى لوحات تشير إلى المسافة المتبقية للوجهات المختلفة تعرقله فتصيبه بشيء من الإحباط من طول المسافة وقد يشك في أنه يسير في الاتجاه الخطأ أو ربما الطريق الخطأ. كذلك فإن الخطة التي لا تحتوي على نقاط صاحبة من ~~شأنها~~ ما يشجع الإنسان به على ما بقي من خطوات للوصول إلى أهدافه المختلفة كما فإن الإنسان قد يأتيه الإحباط وتتمالكه الكسل فيحول معه إلى خطته وجدواها في تحقيق غاياته وربما أدى ذلك إلى فتور همته وتوقف سيره.

• لابد للمسافر أنه ~~يتوقف~~ يراجع خطة سفره سواء كانت بصورة ذهنية أو باستخدام خارطة. هذه المراجعة قد تكشف له عن أخطاء ارتكبها في خطته أو فرص ضيعها أثناء سيره. كذلك فإن هذه المراجعة قد تكشف له عن فرص قادمة ~~يحكم~~ عليه أن لا يفرط فيها أو أخطار عليه التحرز منها. الوقوف عند هذه الوقفات للمراجعة ضرورية بالنسبة للإنسان الذي يسير على خطة تحقق أهدافه. إنه المرء الذي يحاسب نفسه ويحلل ~~خطوات~~ مراحل حياته السابقة ليكتشف أموراً هي في غاية الأهمية بالنسبة لما يستقبله من خطوات قادمة.

وأن المحاسبة والنقد الذاتي للكفيلة بأن كشف همة المرء ويدفعه قدمًا نحو الأمام. كذلك فإن هذه المراجعة ضرورية لأنه يفتح المرء عينيه ~~على~~ ويلفت بأذنيه ليتعرف على ما يجري حوله ويكيّف نفسه وخطته بالصورة التي تعود عليه بأكبر مصلحة.

- عليكم للمرء أن يكتشف طرقًا فرعية قد تختصر عليه الكثير من الوقت وتختصر له المسافات. كذلك فإن الإنسان الذي يُترك دفة حياته وفق منهجية واضحة سيأتي على فرص لو اختصرك لوفرت عليه سنوات من الجهد والوصلة إلى أهدافه في أقصر مدة.

- ~~لكن~~ معظم السيارات تصلح لأكثر من راكب والسيارة التي يقيد منها أكثر من شخص هي أفضل من تلك التي يحتكرها صاحبها لاستخدامه الشخصي. كذلك فإن يوسع الإنسان أن يصل إلى النجاح الذي ينشده ويحقق الأهداف التي يرجوها وهو يحمل معه أناسًا في رحلة النجاح هذه أناسًا آخرين.

- إن زيادة عدد الركاب في السيارة قد لا يؤثر كثيرًا في أداء السيارة وسرعتها. كذلك فإن الإنسان الذي يختار رفقاء دربه وشركاء نجاحه بعناية فلن يؤثر أولئك الأشخاص على مسيره نحو النجاح إلا بقدر يسير وهو الجهد الإضافي الذي سيحتاجه المرء لإبقاء العلاقة الوطيدة بينه وبين شركائه.

- وخاتمة

• إنه الركاب في السفر الطويل - يكونون عوناً للسائق حيث أنهم يساعدونه إثناء قيادته ويجعلونه منتبهاً في قيادته وربما ينبهوه إلى خطر معين أو عرقلة قادمة. كذلك فقد يكون للركاب دور في إعانة السائق في قيادة السيارة وفي تحمل أعباء ونفقات السفر. مثل هذا يقال بالنسبة للإنسان الذي يصطحب معه آخرين ليصعدوا إلى سلم النجاح. كم من أقران أعانوا صاحبهم في مسراه وأقالوا عثراته وتفقدوا كرباته.

خاتمة

• فلابد من اختيار الركاب بعناية عند الرغبة في الذهاب إلى رحلة طويلة فإنه الركاب الذين تختلف وجهاتهم ومصالحهم ورغباتهم سيؤثرون في سير الرحلة وربما كانوا سبباً في إفشالها. كذلك فلابد أنه ينتقي رفقاء دربه بعناية ودقة فإنه "الصاحب ساحب" كما يقال. فلو وضعت لنفسك خطة واضحة وحددت هدفك للوصول إلى أهدافك ثم قرّرت اصطحاب آخرين لهم أهداف غير أهدافك وتوجهات غير توجهاتك فإنه خطتك لن تجدي نفعاً في تسيير حياتك وربما أصبحت حياتك خابطة لخبط رجل عشواء وأصبحت كالدابة التي تنقل الناس إلى مقاصدهم دون أن تعي هي لتقصد مقصداً أو وجهة.

• إن الاستمتاع بالرحلة والبقاء مستوى عالٍ من البهجة والسرور والانشراح أثناء الرحلة ليعتبر من أهم مقومات الرحلات الناجحة. لذلك، فإنه لا يكفي للمرء أن يصل إلى أهداف رحلته ولكنه عليه أن يستمتع بنفسه وأهله ومعارفه. لابد أن تفرض عليك العادة وتتملكك الاطمئنان والرضى بما تفعل وأن تكون ذا شعور مرهف وإحساس فياض، باحتياجات نفسك واحتياجات الآخرين. إذا ما استطعت هذه الجوانب فستكون بمثابة الإنسان الآلي الذي برمجت ليصل إلى نقطة معينة دون أن يشعر بما فيه هذه الحياة من جمال وسعادة.