

# بُرْنَا الْمُنتَظِرِ

اعرف نفسك ...

ar.bornamontazer.com

وما الفرق

بين معرفة

نفسى

أو جهلها؟

لماذا يجب أن

أعرف نفسى؟



■ لماذا يجب أن أعرف نفسي؟ وما الفرق بين معرفة نفسي أو جهلها؟



■ لماذا يجب أن أعرف نفسي؟! معرفة النفس! مغامرتي الباطنية!

أي من هذه الأوصاف تنطبق عليك؟  
هل لديك مجموعة أدوات فلكية وكنت شغوفاً بهذا المجال منذ الصغر؟  
هل تعرف كل لاعبي كرة القدم بجميع تفاصيلهم؟ كمكان ولادتهم وكيف أصبحوا نجومًا مشهورين؟

هل تعشق الرحلات الخيالية وقرأت ما لا يقل عن خمسين رواية عنها؟  
هل أنت قائد فريق البرمجة في المدرسة، وهل يلجأ إليك كل من واجه مشكلة في أي برنامج؟  
أن تكون عبقرية في مجال علمي أو مهارة معينة شيء ممتع جدًا!

هذا الشغف الذي يدفعك لاكتساب المزيد من المعرفة هو في الحقيقة رغبة في "طلب العلم" في داخلك! ولكن هناك طفلًا صغيرًا بداخل كل واحدٍ منا، وهذا الطفل مرتبط بجميع نجاحاتنا، وشخصيتنا، وثقتنا بأنفسنا على الصعيدين الفردي والاجتماعي! هل سمعت يومًا صوت بكاء هذا الطفل في داخلك؟ هل شعرت يومًا أنه يدفعك نحو طعامه الخاص؟ إذا لم يشعر هذا الطفل بالجوع، فلن يطلب منك أي طعام أبدًا! لكي تجيب على هذه الأسئلة، عليك أولاً أن تجد هذا الطفل بداخلك وتفهم طبيعة جوعه، تمامًا مثل لعبة "بو"!



■ لا أدري ماذا أكل؟



امسح رمز QR



هل سبق لك أن سألت نفسك: "من أنا حقًا؟" أو "لماذا يجب أن أعرف نفسي؟" قد تبدو هذه الأسئلة بسيطة جدًا في البداية، لكنها قد تكون في الحقيقة بداية لمغامرة كبيرة. نحن البشر نحب دائمًا أن نفهم كل شيء؛ من أسرار الكون إلى عوالم الميكروبات. تخيل فقط، هناك أكثر من 5900 تخصص جامعي، وكل واحد منها يحاول أن يُلقي الضوء على جانب من هذا العالم. ولكن المحطة المهمة التي غالبًا ما ننسى زيارتها هي العالم في داخلنا! يمكننا القول بأننا جميعًا نوع من المغامرين الذين يحبون اكتشاف كل شيء، لكننا أحيانًا ننسى أن أهم اكتشاف هو اكتشاف أنفسنا! إن معرفة النفس تشبه امتلاك خريطة كنز مخفية، تُرشدنا إلى كيفية الاستفادة القصوى من قدراتنا واهتماماتنا.

### ■ فضول مفيد

منذ الطفولة وحتى مرحلة البلوغ، هناك مجموعة من الأسئلة التي تدور في أذهاننا ولا تختفي أبدًا، بل نستمر في البحث عن إجاباتها، مثل:

- لماذا أنا هنا؟

- ماذا سيحدث إذا غبت يومًا ما؟

- ماذا سيحدث بعد الموت؟

لاداعي للقلق إطلاقًا! من الطبيعي تمامًا أن نكون فضوليين بشأن مراحل حياتنا المختلفة. في الواقع، تُعد هذه الأسئلة وسيلة لفهم المعنى الحقيقي لحياتنا، كما أنها تؤثر على قراراتنا واختياراتنا المستقبلية. بصراحة، جميعنا نريد أن نعرف من أين جئنا، وما هو دورنا هنا، وماذا سيحدث لنا بعد الموت!

الجزء المثير في المغامرة هو أن كل واحد من هذه الأسئلة يحمل مفتاحًا لخريطة كنز، يمكنها أن تأخذنا في رحلة لاستكشاف الكنوز الخفية داخلنا. لذا، يمكننا القول إن كل سؤال مهم يخطر ببالنا هو طريق يقودنا إلى ذلك الكنز العظيم، ألا وهو ذاتنا الحقيقية!

## ■ البطل الخارق في داخلك!

إذا كنت لا تزال تتساءل: "لماذا يجب أن أعرف نفسي؟"، فاعلم أن معرفة النفس هي رحلة شخصية تُعرِّفنا بقوانا الحقيقية والمخفية. هل رأيت يومًا كيف يكتشف الأبطال الخارقون قوتهم الحقيقية ويبدأون في تحقيق أمور مذهلة؟ أنت كذلك!

قد تظن أنك مجرد مراقب عادي، لكن معرفة نفسك يمكن أن تُعرِّفك بالبطل الخارق الذي يسكن داخلك، ذلك الذي يمتلك قوى خفية ويمكنه حتى تغيير العالم.

كل ما عليك فعله هو أن تُقبل على معرفة نفسك أكثر لتكتشف ما تمتلكه من قدرات مذهلة!

نحن مثل المغامرين الذين يواجهون أشياء جديدة كل يوم. من خلال معرفة النفس، يمكننا أن نسافر إلى أعماق ذواتنا، حيث نتعرف بشكل أعمق على نقاط قوتنا وضعفنا.

معرفة النفس أشبه بأداة قوية تساعدنا على رؤية عالمنا الداخلي بوضوح؛ مثل عدسة مكبرة تكشف لنا العوالم الدقيقة والصغيرة، أو تلسكوب يقرب إلينا النجوم البعيدة.



امسح رمز QR



■ استمع إلى هذا البودكاست:

لا بد أن لديك أيضًا الكثير من هذه الذكريات!  
تلك اللحظات التي تفقد فيها السيطرة على نفسك  
هل مررت بمواقف انفجرت فيها غضبًا دون أن تتمكن من التحكم بنفسك أو حتى  
التفكير في الأمر، وانتهى الأمر بشكل لم تكن تريده؟

### ■ أحلامٌ تحلّق مع معرفة النفس

عندما نعرف أنفسنا، لا تبقى أحلامنا صغيرة. بل تكبر أكثر فأكثر.  
إذا اكتفينَا بالنظر إلى روتين حياتنا اليومية دون التفكير في الغد، سيأتي  
يوم نشعر فيه بأننا تخلفنا عن الركب! قد شعرت بهذا من قبل!  
معرفة النفس تساعدنا على التخطيط ليس فقط لحياتنا الحالية، بل  
لمستقبلنا أيضًا. كما أن فهمنا لأهمية معرفة أنفسنا يساعدنا على  
التعامل بشكل أفضل مع المواقف والخيارات التي تواجهنا في الحياة.

هل تعلم ما هي أول خطوة لبناء برج شامخ؟ نعم، إنه بناء أساس قوي! معرفة النفس هي ذلك الأساس القوي الذي نبني عليه أحلامنا الكبيرة. فعندما نعرف أنفسنا، لا تبقى أحلامنا محدودة بمرحلة المراهقة، بل تستمر في النمو والتحقيق طوال حياتنا. لقد شرحنا ذلك هنا بمزيد من التفصيل:

### ■ مَنْ هو البطل الخارق في حياتك؟



امسح رمز QR



عندما تعرف نفسك، ترى العالم بشكل مختلف. إذا أردنا أن نبدأ بلعب لعبة كمبيوتر جديدة، ما أول شيء نفعله؟ نتعرف على الأضرار وقوانين اللعبة، أليس كذلك؟ إن حياتنا أيضاً تشبه لعبة كبيرة؛ وإذا لم نعرف قوانينها، وأهمها معرفة أنفسنا، فلن نستطيع الفوز فيها. معرفة النفس تساعدنا على فهم قواعد لعبة حياتنا، وتمكننا من تحقيق أفضل النتائج.

بمعنى أن معرفة النفس تجعلنا بطريقة ما نرى العالم من نافذة أوسع وبرؤية أكثر وضوحًا. وكأننا نرتدي نظارة خاصة تجعلنا نرى العالم بألوان لم نكن قادرين على رؤيتها من قبل.

هل فكّرت يومًا كيف يعرف بعض الناس دائمًا ما الذي ينبغي عليهم فعله، وكيف يتمكنون من تجاوز المواقف الصعبة التي تعترض طريقهم؟ إن سر نجاح هؤلاء يكمن في معرفتهم العميقة بأنفسهم.

عندما نعرف أنفسنا، نستطيع التعرف على مواهبنا واهتماماتنا وحدودنا، وهذا يساعدنا على اتخاذ قرارات أفضل في حياتنا.

إذًا، معرفة النفس ليست مجرد نافذة لعالمنا الداخلي، بل هي أيضًا مفتاح لفهم أسرار عالمنا الخارجي.

### ■ حان الوقت لتبدأ!

تخيل أن تستيقظ يومًا ما وقد فقدت كل ذكرياتك عن نفسك. لا تعرف ما الذي تحبه أو تكرهه، ولا حتى كيف تلبي احتياجاتك عندما تشعر بالعطش!

تخيّل الآن لو أنّ هذا المثل الصغير يصبح له معنى أوسع في حياتك. الخلاصة هي: إذا كنّا لا نعرف حقًا لماذا نحن هنا، وماذا نريد من الحياة، فكيف يمكننا أن نخطو خطوات راسخة في طريقنا؟

بما أننا فهمنا الآن مدى أهمية معرفة النفس، وأجبنا على سؤال "لماذا يجب أن أعرف نفسي؟"، فقد حان الوقت لبدء هذه الرحلة الرائعة.

## اعرف نفسك ٢

دعونا نحوّل هذه الرحلة إلى مغامرة كبيرة في حياتنا، بحيث تقربنا كل خطوة من أنفسنا الحقيقية والسعيدة.

كل ما علينا فعله هو أن نسأل أنفسنا: "من أنا؟" ثم نخطو في طريق اكتشاف أنفسنا.

ليس فقط لمعرفة "من نكون"، بل أيضًا لنصبح أفضل نسخة من أنفسنا. قبل قراءة المجلة التالية تأكد من الاستماع إلى بودكاست "السراج" بتركيز، وقم بتدوين ملاحظات لنفسك

امسح رمز QR!



ar.bornamontazer.com

.....