

# you<sup>2</sup>

A High-Velocity Formula for  
Multiplying your Personal Effectiveness  
in Quantum Leaps

PRICE PRITCHETT, PH.D.

# You<sup>2</sup>

# Price Pritchett

كتاب أنت تربيع لدكتور برايس بريتشيت. برايس بريتشيت حاصل على دكتوراة في علم النفس. وهو متخصص في مجال إدارة التغيير، وتسريع النتائج، ودمج الشركات. برايس بريتشيت هو أحد أهم الاستشاريين في مجال الأعمال حول العالم. كما أنّ له عشرات المؤلفات وهو أحد أنجح الكتاب من حيث المبيعات.

كتاب أنت تربيع هو كتاب صغير الحجم، كبير القيمة. هذا الكتاب ذو الـ 33 صفحة يحمل 18 درسًا هامًا لكل إنسان. سيعلّمك هذا الكتاب كيف تحقق قفزة في نتائجك بشكل سريع وبدون مجهود. هذا الكتاب يتحدّى الاعتقاد السائد عندنا بأنّ مفتاح الزيادة هو المجهود الأكبر ويؤسّس لاعتقاد جديد، أنّ مفتاح الزيادة هو توسيع دائرة الرؤية والبحث عن طريق بديل، وسهل، وخالي من العقبات.

---

تم تجميع الترجمة من طرف: سعودي مراد MOURAD SAOUDI

---

يتعلق الأمر بقوة "أنت تربيع" استراتيجية القفزة الكمية لتحقيق أداء مذهل. إن تحقيق نقلة نوعية -الانتقال منك إليك-2- يعني إنجاز المزيد، في وقت أقل، بجزء بسيط فقط من الجهد الذي كنت تبذله. في كتابك 2، يوضح برايس بريتشيت أساليب ديناميكية وفريدة من نوعها للقفز إلى ما هو أبعد من العروض العادية وتحقيق نتائج مثيرة. توقف عن المحاولة بجهد أكبر. فكر فيما يتجاوز ما يسمح به المنطق السليم. قم بحركتك قبل أن تكون جاهزاً. ابحث في الداخل عن الفرصة. اتبع استراتيجية 2you غير التقليدية لاختراق الحواجز الوهمية والسعي لتحقيق إمكاناتك الحقيقية.

**قصة حقيقية** كنت أجلس في غرفة هادئة في فندق ميلكروفت إن، وهو مكان صغير هادئ مختبئ خلف أشجار الصنوبر على بعد حوالي ساعة من تورونتو. لقد تجاوزت الساعة الظهيرة، في أواخر يوليو/تموز، وأنا أستمع إلى الأصوات اليائسة لصراع الحياة أو الموت الذي يجري على بعد بضعة أقدام. هناك ذبابة صغيرة تحرق آخر طاقات حياتها القصيرة في محاولة يائسة للطيران عبر زجاج النافذة. تحكي الأجنحة النحيفة القصة المؤثرة لاستراتيجية الذبابة - حاول بجهد أكبر. لكنها لا تعمل، فالجهد المحموم لا يقدم أي أمل في البقاء. ومن المفارقات أن النضال جزء من الفخ. من المستحيل على الذبابة أن تبذل قصارى جهدها لتنجح في اختراق الزجاج. ومع ذلك، فقد خاطرت هذه الحشرة الصغيرة بحياتها للوصول إلى هدفها من خلال الجهد الجاد والإصرار. هذه الذبابة محكوم عليها بالموت. سوف يموت هناك على حافة النافذة. عبر الغرفة، على بعد عشر خطوات، الباب مفتوح. عشر ثوانٍ من زمن الطيران ويمكن لهذا المخلوق الصغير

أن يصل إلى العالم الخارجي الذي يسعى إليه. ومع إهدار جزء صغير فقط من الجهد الآن، فمن الممكن أن تتحرر من هذا الفخ الذي فرضته على نفسها. احتمال الاختراق موجود. ستكون سهله جدا.

لماذا لا تحاول الذبابة اتباع نهج آخر، شيء مختلف تمامًا؟ كيف تعلقت إلى هذا الحد بفكرة أن هذا الطريق بالتحديد، والجهود الحثيثة، تقدم الوعد الأكبر بالنجاح؟ ما هو المنطق في الاستمرار، حتى الموت، في السعي لتحقيق اختراق من خلال "المزيد من نفس الشيء"؟ لا شك أن هذا النهج منطقي بالنسبة للذبابة. لسوء الحظ، إنها فكرة سوف تقتل. "المحاولة بجدية أكبر" ليست بالضرورة الحل لتحقيق المزيد. قد لا يقدم أي وعد حقيقي بالحصول على ما تريده من الحياة. في بعض الأحيان، في الواقع، يكون هذا جزءًا كبيرًا من المشكلة. إذا راهنت آمالك في تحقيق إنجاز على بذل مجهود أكبر من أي وقت مضى، فقد تقضي على فرصك في النجاح.

## المحتويات

- (1) الوعد .....ص6.
- (2) قفزات نوعية.....ص7.
- (3) انت 2you .....ص8.
- (4) قم بتغيير قواعدك الشخصية لتحقيق النجاح. ....ص10.
- (5) توقف عن المحاولة بجهد أكبر.....ص11.
- (6) تجاهل الطرق التقليدية.....ص13.
- (7) فكر فيما يتجاوز ما يسمح به المنطق السليم.....ص14.
- (8) تعليق الكفر.....ص16.
- (9) التركيز على الغايات بدلاً من الوسائل.....ص18.
- (10) الاعتماد على القوى غير المرئية.....ص20.
- (11) اختر مجموعة مختلفة من المخاطر.....ص22.
- (12) ثق في قوة السعي.....ص23.
- (13) يسعى إلى الفشل.....ص25.
- (14) تشعر بعدم الارتياح.....ص27.
- (15) افتح هداياك.....ص28.
- (16) اقع في الحب.....ص30.
- (17) اتخذ خطواتك قبل أن تصبح جاهزاً.....ص31.
- (18) ابحث في الداخل عن الفرصة.....ص33.

# الوعد

هل أنت مستعد لهذا؟ الآن، في هذه اللحظة، أنت قادر على التحسين الهائل في أدائك. يمكنك مضاعفة فعاليتك الشخصية، والوصول إلى مستويات عالية جديدة، وتحطيم سجلات إنجازاتك القديمة. سيكون من الصعب عليك أن تتخيل النتائج التي يمكنك الحصول عليها. يمكنك أن تصبح أنت2. ليس عليك أن تستقر على الأمور كما هي الآن. هذا يمكن أن يتغير. بشكل درامي. إذا كنت مستعدًا، فإن الحياة مستعدة لتمنحك تجربة رائعة. يمكنك القفز إلى مدار أعلى من الإنجاز... عش الحلم... واستمتع بمستوى مختلف تمامًا من النجاح. كما أنه ليس من الضروري أن تكتفي بتحسين الأمور تدريجيًا أو تدريجيًا. مثلما يمكن أن يتحسن مستوى أدائك بشكل كبير، كذلك يمكن أن يتحسن معدل إنجازك. علاوة على ذلك، تتطلب صيغة 2you مجهودًا أقل بكثير مما بذلته في الماضي. أنت لم تصل إلى إمكاناتك الكاملة. حتى الآن، أنت لم تقترب حتى. بغض النظر عن الطريقة التي ترغب بها في قياس النجاح، وبغض النظر عن كيفية تعريف الإنجاز، فإنك بالكاد خدشت سطح ما يمكنك تحقيقه شخصيًا. ولكن ربما حان الوقت لتغيير كل ذلك. ربما أنت على استعداد لتحقيق قفزة نوعية.

ليس عليك أن تكون راضيًا عن تحسين الأمور تدريجيًا أو تدريجيًا.

# قفزات نوعية

القفزة الكمية هي مصطلح مأخوذ من مفردات الفيزياء الجديدة - فيزياء الكم - العلم الذي يقف وراء الإنجازات التكنولوجية مثل الليزر والتلفزيون وأجهزة الكمبيوتر والاتصالات الفضائية والطاقة النووية. توصف فيزياء الكم بأنها أقوى علم ابتكره الإنسان على الإطلاق. فهو يتطلب إعادة تفكير كبيرة في مفاهيم مثل الزمان والمكان، وكيفية عمل الوعي البشري. لفيزياء الكم أيضًا آثار مذهلة فيما يتعلق بك، وإمكاناتك، وقوة العقل. وبكل بساطة، سيتعين علينا كبشر إعادة صياغة أفكارنا حول الكون وكيف نتلاءم معه. يصف فريد آلان وولف، في كتابه الحائز على جوائز بعنوان "أخذ القفزة الكمية"، المصطلح بأنه... القفزة الانفجارية التي يمر بها جسيم من المادة أثناء انتقاله من مكان إلى آخر... بالمعنى المجازي، فإن تحقيق القفزة الكمية يعني القيام بقفزة كمية خطيرة، والذهاب إلى منطقة مجهولة مع عدم وجود دليل لمتابعة. ويشير الفيزيائيون الذين يدرسون ميكانيكا الكم إلى أن الجسيمات تقوم بهذه "القفزات" دون جهد واضح ودون تغطية جميع القواعد بين نقطتي البداية والنهاية. ما الذي يحدث هنا؟ كيف يحدث هذا؟ وهل من الممكن لك كفرد أن تفعل شيئًا مشابهًا جدًا في أدائك الشخصي؟

# 2you

لتبسيط الأمر، كبشر، سيتعين علينا إعادة صياغة أفكارنا حول الكون وكيف نتلاءم معه.

يعمل معظم الأشخاص بعقلية تفترض أن النجاح يأتي خطوة بخطوة. الفكرة غير المعلنة ولكن الشائعة هي أننا يجب أن ننتقل بشكل منهجي من مستوى إنجازاتنا الحالي إلى المستوى التالي. ومن ثم، وفقاً للفكرة، يمكننا من تلك المرحلة أن نبدأ العمل نحو التخرج إلى المستوى الأعلى التالي في التسلسل. تقدم تدريجي. وهذا مفهوم خاطئ مؤسف، وينعكس بوضوح في الطريقة التي نعمل بها. إنهم يبذلون قصارى جهدهم يوماً بعد يوم لتحقيق مكاسب إضافية في أدائهم. هذا روتين جميل. هذا هو طريق النمو التقليدي. لكن حياتك ببساطة لا يجب أن تسير دائماً بهذه الطريقة. إن التقدم بوتيرة محسوبة - خطوة بخطوة من المكان الذي أنت فيه إلى مستوى أفضل قليلاً - عادة ما يبدو أسهل وأكثر طبيعية وأكثر أمناً. ولكن في مجالات معينة من حياتك، يمكنك التفكير بنفس السهولة فيما يتعلق بتخطي المستويات. يمكنك الانتقال من مستوى إنجازك الحالي إلى مستوى أعلى بعدة مراحل بشكل مباشر. يمكنك تحقيق نقلة نوعية. أنت تصبح أنت2. بدلاً من قبول الظروف الحالية أو الاكتفاء بالتحسن التدريجي، يمكنك أن تسعى لتحقيق اختراق. يشير 2you إلى "قفزة متفجرة" في أدائك الشخصي تضعك بعيداً عن الخطوة المنطقية التالية. إنها صيغة لتحقيق تقدم مذهل في الإنجاز وتحقيق أحلامك.

يعد مفهوم you2 أحد المكاسب الأسيية وليس التقدم التدريجي. يمكنك مقارنتها بالضرب بدلاً من الإضافة، فهذا يعني تقدماً هندسياً في فعاليتك. وهذا أمر مثير واستفزازي أيضاً، لكنه يصبح أفضل. وتذكر أن القفزات الكمية يمكن أن تأتي دون بذل جهد واضح. هذه حركات عالية السرعة تنقلك إلى مستويات أداء أعلى بشكل كبير دون معاناة تستغرق وقتاً طويلاً. يبدو أن القفزات الكمية تنتهك المنطق السليم... تماماً! إن فكرة "الانتقال إلى مدار أعلى"، وتخطي عدة درجات في سلم الإنجاز في هذه العملية، تبدو للناس وكأنها فكرة بعيدة المنال، وربما حتى مثيرة للغضب. بعد الحقيقة، قد يُنظر إلى القفزات الكمية على أنها تحركات عملية ومعقولة وحتى واضحة، لكنها عادةً لا تأتي إليك على أنها تحركات واضحة في الوقت الحالي. عادةً ما تدرك منطقتهم الخفي وأناقتهم عند الرجوع إلى الماضي. ومن المؤكد أن القفزات الكمية ليست مناورات معقدة أو معقدة. إنها تميل إلى أن تكون بسيطة وفعالة في استخدام الطاقة وموفرة للوقت. 2You، استراتيجية القفزة الكمية، يمكنها تحقيق تلك الأحلام والطموحات الخاصة التي تشعر غريزيًا أنها يجب أن تكون ملكك. لكن الاختراق يتطلب خروجًا جذريًا عن بعض عاداتك. يشير 2you إلى "قفزة متفجرة" في أدائك الشخصي تضعك بعيدًا عن الخطوة المنطقية التالية.

## قم بتغيير قواعدك الشخصية لتحقيق النجاح.

إن الاستفادة من فعاليتك الشخصية بشكل كبير - من خلالك إليك 2 - ليست فكرة شائعة. لا ينبغي أن تتفاجأ عندما تعلم أن النجاح غير التقليدي يستدعي اتباع أساليب غير تقليدية. تتطلب القفزات الكمية سلوكاً متناقضاً. تحركات غير عادية. غالباً ما تبدو الإجراءات التي تبدو ظاهرياً وكأنها تتعارض مع المنطق السليم. ومع ذلك، كبشر، فإننا عادة ما نسير مع ما هو واضح. نحن نقع في عادة الاعتماد على السلوكيات التي يبدو أنها كانت الأفضل بالنسبة لنا على مر السنين. عندما نتبع نهجاً يبدو مفيداً للغاية، ويمكننا من الأداء الجيد والنجاح، فإننا نصبح متعلقين به. نحن لا نتخلى بسهولة عن نمط العادة هذا. في الواقع، هناك ميل لاتباع نهجنا المفضل أكثر فأكثر، بحيث نصبح أفضل وأفضل في التعامل مع الأشياء بهذه الطريقة المعينة. تؤدي هذه البراعة في اتباع نهج معين إلى اعتمادنا المفرط على الاستراتيجيات والتكتيكات التي يتضمنها. نحن نقاوم المناورات الجديدة لأنها تجعلنا نشعر بالخرق والحرج، وبأننا أكثر عرضة للخطر. ولكن إذا كنت ترغب في تسريع معدل إنجازك بسرعة، فيجب عليك البحث عن سلوكيات جديدة واستخدامها بقوة. مواقف جديدة. يجب أن تكون على استعداد للخروج من روتينك من أجل تحقيق نقلة نوعية.

من المحتمل جداً أن تفقد الأشياء التي نجحت معك في الماضي صلاحيتها للخدمة عاجلاً أم آجلاً. حتى لو كان نهجك المعتاد لا يزال يحمل وعداً بالحفاظ على مستوى الأداء الحالي ومنحنى النمو، فقد لا يساعدك إذا كنت ترغب في الوصول إلى مستويات إنجاز أعلى بكثير. وإذا واصلت الاعتماد على تلك الإجراءات

الروتينية القديمة، وربما تتكى عليها أكثر عندما يتضاءل أدائك أو يتراجع، فإنك تخلق فخاً لنفسك. هناك مفارقة معينة هنا. يمكن أن تصبح سلوكياتك الأكثر موثوقية تاريخياً هي العقبات الرئيسية أمام النجاح في المستقبل. من الممكن أن يعيقوا تقدمك. قد تكون بمثابة خطوط حدود شخصية تحد مما يمكنك إنجازه في حياتك. ولكن هناك مسار آخر للعمل. إنه طريق القفزة الكمية. أنت2. تشرح الفصول التالية الإستراتيجية المميزة المتضمنة. إذا كنت ترغب في تسريع معدل إنجازك بسرعة، فيجب عليك البحث عن سلوكيات جديدة واستخدامها بقوة.

## توقف عن المحاولة بجدية أكبر.

ولا يمكن تحقيق القفزات الكمية من خلال خطوات تدريجية أو من خلال "المزيد من نفس الشيء". عليك تغيير التروس. عليك أن تتبع أنماطاً جديدة من التفكير والعمل. قواعد ما ينجح وما لا يتغير دائماً عندما تحاول الانتقال من الأداء العادي إليك2. والتوقف عن التفكير في الأمر. وإليك الطريقة التي تسير بها الأمور - عادةً ما يمنحك "المزيد من نفس الشيء" المزيد من نفس الشيء. بالطبع، إذا كان هذا هو ما تبحث عنه بشكل أساسي، فلا بأس. حاول بجهد أكبر واحصل على مكافأة أكبر قليلاً. حاول بجهد أكبر ويمكنك أن تتوقع نتائج أفضل بكثير. يمين؟ عاجلاً أم آجلاً ستصل إلى النقطة التي لا يمكنك فيها بذل جهد أكبر. من الممكن أن تكون أعلام روحك، أو أن مواردك الجسدية والعقلية ممتدة إلى أقصى حد. وفي كثير من الأحيان، قبل أن تصل إلى هذه المجموعة من الظروف، تصل

إلى نقطة تناقص العائدات - فالمحاولة بجهد أكبر تبدأ في إنتاج أقل فأقل. في الواقع، في بعض الأحيان، لا يؤدي تكثيف جهودك إلى أي شيء سوى مشاكل أكبر. وكمثال على ذلك، ارجع إلى قصة الذبابة. كان من الممكن أن تبتعد تلك الحشرة الصغيرة عن النافذة بمقدار 180 درجة وتتبع المسار الأقل مقاومة أثناء طيرانها إلى الباب المفتوح. قفزة نوعية نحو الحرية. عشر ثواني من الطيران السهل ستفعل ذلك.

لقد حقق نجاحًا كاملاً، في حين كان مصير ساعات الإحباط والذعر التي قضاها في ضرب أجنحته على الزجاج أن تنتهي بلا جدوى بالموت على حافة النافذة المغبرة. الآن هذه ليست الحجة ضد الانضباط الذاتي أو المثابرة. تلك هي الفضائل الحقيقية. على مدى حياتهم يمكنهم تقديم مساهمة قوية في النجاح والإنجاز. فهي أساسية لتنمية مواهبك. من المهم للغاية أن تبذل جهدًا كبيرًا، وفي بعض الأحيان يكون "البقاء في السلطة" هو ما يحقق فوزًا كبيرًا. ولكنك ستجد عادة أن بذل المزيد من الجهد لا يؤدي إلا إلى مكاسب تدريجية، وليس قفزات نوعية. ضع في اعتبارك أيضًا أن المحاولة بجهد أكبر (حتى بجهد أكبر) لا تقدم في بعض الأحيان أكثر من مجرد طريق مستقيم للإرهاق. إن محاولة تحقيق النجاح من خلال "المزيد من نفس الشيء"، والعزم والاعتماد على الجهود الملتزمة، يمكن أن يعميك عن مسارات أفضل. إذا كنت ترغب في تحقيق قفزة نوعية، فتوقف عن التفكير في بذل جهد أكبر. المزيد من الجهد ليس هو الحل. عادةً ما يمنحك "المزيد من نفس الشيء" المزيد من نفس الشيء.

## تجاهل الطرق التقليدية.

لا ترحم بشأن تجربة شيء مختلف. عادةً ما نحقق النمو التقليدي لأننا نفكر وفقًا للخطوط التقليدية. نحن نحقق مكاسب معقولة في الأداء لأننا نعتمد على أساليب معقولة. نجد طرقًا لإجراء تحسينات متواضعة في مستوى نجاحنا لأننا لا نبحث عن شيء أكثر من ذلك. تتطلب القفزات الكمية منك التخلي عن الوضع الراهن. بدلاً من تجربة ما كنت تفعله دائماً مرة أخرى، ربما بمزيد من القوة والتصميم، تجاهل المعتاد. يتطلب 2you تغييرًا مفاجئًا في السلوك. ابحث عن خطوة متناقضة. على سبيل المثال، فكر في عكس مجال عملك. حاول أن تكون غير منطقي. الإرتداد. إذا كنت تضغط على الحائط، افتح الباب وادخل منه. إذا كنت تدفع باتجاه النهر، فحاول السير مع التيار. استخدم البراعة بدلاً من الجهد. يجب عليك أن تفعل شيئًا جديدًا! إن الاتجاه السائد، عندما تتوقف أو تبدأ في الاستقرار في أدائك، هو العودة إلى الأساسيات و"القيام بما تفعله بشكل أفضل". لكن القيام بما تفعله بشكل أفضل يمكن أن يكون أسوأ شيء يمكنك القيام به. لا يهم حقًا مدى قدرتك على القيام بشيء ما إذا كان القيام به هو الشيء الخطأ. "الإيمان بالمألوف" ينصب الفخ. وأنت تنبثق ذلك عندما تعيد استثمار نفسك فيما يبدو منطقيًا كأنه سيعمل لأنه كان يعمل عادةً في الماضي. لتحقيق نقلة نوعية، عليك أن تخرج من الروتين الذي كنت تركز فيه. ثانيًا، خمن روتينك. التغلب على الإدمان على المنهجيات القديمة الخاصة بك. تعيين نمط جديد. إذا توقفت الأشياء التي تقوم بها عن العمل، توقف عن القيام بها. التركيز على ما

يعمل. إذا كنت ستترك ما كنت تفعله، بدلاً من الإصرار على القيام به بشكل أكثر صعوبة، فإنك على الأقل تخلق فرصة - بعض "المساحة" - للقيام بشيء آخر. تأتي القفزات الكمية عندما تبحث عن الحل الأنيق. لذا ابحث عن نهج يتميز بالبساطة والدقة والكفاءة والدقة. لن يكون الأمر معقدًا أو مستهلكًا للوقت مثل صراعك الحالي. بشكل عام، سيكون الأمر أقل تطلبًا لطاقتك وعواطفك. وربما لن تكون مألوفة لك. أنت تدعو إلى منظور جديد، وحركة ماهرة، ومسار أقل مقاومة. هناك طريقة يمكنك من خلالها إنجاز المزيد بموارد أقل. الإرتداد. إذا كنت تحاول تسلق الجدار، فافتح الباب وادخل منه. إذا كنت تدفع باتجاه النهر، فحاول السير مع التيار.

## فكر بما يتجاوز ما يسمح به المنطق السليم.

يمكن العثور على معظمنا وهو يطير بالقرب من الأرض. في كثير من الأحيان لا نمنح أنفسنا الإذن بالتحليق. لقد حان الوقت للبدء في التركيز على الاحتمالات، بدلاً من التركيز على الحدود أو العقبات. إن تحقيق قفزة نوعية يعني التحرك خارج حدودك العقلية. إذا كنت ستعيد التفكير في طريقة تفكيرك، فيمكنك مضاعفة إمكانات أدائك. يجب أن تدع رغباتك ترشدك، بدلاً من السماح لنفسك بأن تكون محاصرًا بالقيود المتصورة. إن السعي وراء القفزة الكمية يعني انتهاك حدود الممكن. وهذا يعني تحقيق ما هو أبعد من الواضح. لذا، لا تقصر رغباتك على ما تعتقد أنه "يمكنك الحصول عليه"... ابدأ في السعي وراء ما "تریده". هذا يعني أنه يجب عليك أن تمنح نفسك الإذن بالحلم والمخاطرة. يجب

أن تحرر نفسك. إن التحسن بنسبة عشرة أو عشرين بالمائة ليس هو الفكرة على الإطلاق. وهذا من شأنه أن يمثل مكاسب تدريجية فقط. قد يكون هذا أداءً مثيرًا للإعجاب في بعض المواقف، مثل وجود عقبات غير عادية أو مجموعة من الظروف الصعبة للغاية. ولكن في حين أن مثل هذا الهدف قد يكون تحدياً، فإنه لن يمثل قفزة نوعية. فبدلاً من "عشرة بالمائة إضافية أو نحو ذلك"، تنتج القفزة الكمية مكاسب هائلة ومتعددة، أي زيادة هائلة. إن القفزات الكمية هي بحكم تعريفها مذهلة إلى حد ما، وغير تقليدية بالتأكيد.

لا تظن أن أي شيء يمكنك التفكير فيه ممكن. لكن في بعض مجالات حياتك، يكون ما يقع في متناول يدك كافيًا لإرباك العقل. يمكنك مضاعفة مستوى نجاحك. ثلاثة أضعاف ذلك. أبعد من ذلك بكثير، يمكنك رفع مستوى أدائك إلى القوة الثانية أو الثالثة أو الرابعة... أو أبعد من ذلك. صحيح أن هناك حدودًا، لكن لا داعي للقلق بشأنها. حدودك الحقيقية هي أبعد بكثير من حدودك العقلية المصطنعة. الحدود الحقيقية لن تحاصرك، لكن الحدود الزائفة التي تحملها في عقلك هي سجن فرضته على نفسك. إذن كيف يمكنك الخروج من هذا السجن؟ من خلال الاستسلام. عليك أن تتخلى عن بعض معتقداتك القديمة وأن تضحى ببعض أنماط التفكير "المعقولة". ما يسمى بالفطرة السليمة يمكن أن يكون لعنة تضع سقفاً لمدى وصولك أو مدى ارتفاعك. 2you، استراتيجية القفزة الكمية، مبنية على حس غير عادي. إن التحسن بنسبة عشرة أو عشرين بالمائة ليس هو الفكرة على الإطلاق. وهذا من شأنه أن يمثل مكاسب تدريجية فقط.

# تعليق الكفر.

تصرف وكأن نجاحك مؤكد. بدلاً من التراجع لأنه لا يوجد لديك دليل دامغ على أنه يمكنك تحقيق قفزة نوعية، انظر ما إذا كان سينتهي بك الأمر إلى أدلة تثبت عدم قدرتك على ذلك. فقط قم بالقفز - تصرف كما لو كان نجاحك مضموناً - ثم انظر إلى مجموعة الأفكار التي يجب أن تؤمن بها. قد تكون عقليتك في الوقت الحالي معيبة بسبب الشك والتشكيك. إن فكرة إحداث نقلة نوعية في أدائك، والقفز من مستوى إنجازك الحالي إلى عدة مراحل أعلى بضربة واحدة جريئة، هي فكرة غريبة. لم يتم تدريبك على التفكير بهذه الطريقة. قد تكون لديك تحفظات محددة حول إمكانية تحقيق مثل هذا التحسن المتسارع على الإطلاق، خاصة بجهد أقل وفي إطار زمني مختصر. ومع ذلك، يتفق الخبراء عمومًا على أن الأشخاص عادةً ما يستخدمون حوالي عشرة بالمائة فقط من إمكانياتهم الحقيقية. إذا قبلنا هذه الحجة، وحتى لو لم تكن هناك موارد أخرى خارج نفسك يمكنك استخدامها للتأثير على الموقف، فلا يزال بإمكانك القيام بعشرة أضعاف ما كنت تفعله. إن شكوكك، التي تفترض أنها مبنية على تفكير عقلائي وعلى تقييم موضوعي لبيانات واقعية عن نفسك، متجذرة في القمامة العقلية. شكوكك ليست نتاج تفكير دقيق، بل تفكير معتاد. منذ سنوات مضت، قبلت الاستنتاجات الخاطئة باعتبارها صحيحة، وبدأت تعيش حياتك كما لو كانت تلك

الأفكار المشوهة حول إمكاناتك حقيقية، وتوقفت عن التجربة الجريئة في الحياة التي جلبت لك العديد من السلوكيات الرائعة عندما كنت طفلاً. الآن هو

لقد حان الوقت لك لتكتشف الإيمان الذي كان لديك في نفسك من قبل. إذا كنت تريد أن تكون متشككاً في بعض الأفكار التي تستحق حقاً أن يتم التشكيك فيها، فتحدى الأفكار والمعتقدات التي تم الجدل حولها ضد تحقيق قفزة نوعية. ضع تلك الأفكار القديمة المثبطة على المحك من خلال تطبيقها بكل ما لديك. في الوقت الراهن مجرد تعليق الكفر. ليس من الضروري أن تكون مقتنعاً بقدرتك على النجاح في تحقيق نقلة نوعية، ولكن لا تستمر في تصديق تلك الأفكار القديمة التي كنت تحملها حول حدودك الشخصية. إذا كان ذلك سيجعل الأمر أسهل، توقف لبعض الوقت عن تصديق أي شيء. فقط تصرف وكأن لديك الإيمان الكامل. ما عليك سوى أن تفعل ما ستفعله إذا علمت أنك ستنجح. تتصرف وكأن لديك تلك القناعة الكاملة. الشك هو الذي يسبب أكبر الضرر. لذلك لا تعطيه أي مساحة عقلية. تقدم بجرأة، كما لو أنه من غير المتصور على الإطلاق أن تواجه أي شيء آخر غير نقلة نوعية ناجحة. إذا كان يجب أن تشك في شيء ما، شكك في حدودك. إذا كان يجب أن تشك في شيء ما، شكك في حدودك.

## ركز على الغايات بدلاً من الوسائل.

ليس عليك أن تعرف كيف ستصل إلى هناك، ولكن عليك أن تعرف إلى أين تريد الذهاب. من المهم أن يكون لديك صورة واضحة تمامًا لما تريد تحقيقه. اعمل بصورة ذهنية محددة بوضوح للنتيجة التي تسعى إليها. ركز انتباهك على المكان الذي ستهبط فيه في نهاية نقلتك الكمية. تصور وصولك. عندما تفعل ذلك، يبدو الأمر كما لو أنك "تجذب" نفسك إلى الطرق والوسائل المستخدمة في المنهجية للوصول إلى هناك. تبدأ الحلول بالظهور. الإجابات تأتي إليك. إذا بدأت بالقلق بشأن كل ما سيتضمنه الانتقال من هنا إلى هناك، فمن المحتمل أن تتعثر في الأسئلة المتعلقة بالمنهجية. ينشغل الناس دائمًا بجوانب "كيفية القيام بذلك" فيما يتعلق بالقفزة الكمية. تخطاها! الإجابات سوف تأتي لك. وعندما يفعلون ذلك، فمن المحتمل أن تجدهم حلولاً بسيطة ومبسطة. انظر، القفزة الكمية هي خطوة كنت على استعداد للقيام بها بالفعل. أنت فقط لم تفعل ذلك بعد. لديك الإمكانيات، والموارد متاحة، والفرصة موجودة. ما هو مفقود هو قرارك بالذهاب لذلك. ربما سيساعدك هذا في تأطير الموقف بشكل أفضل. القفزة الكمية هي شيء كنت تمنع حدوثه. إنه ليس شيئاً لديك

تكافح من أجل تحقيق ذلك. أنت لا تجبره حقاً على الوجود ... أنت فقط تسمح بحدوثه. المفتاح هو عدم الوقوف في الطريق! القفزة الكمية هي الشيء غير المتوقع الذي يأتي إليك بنعمة مفاجئة. يمكنك أن تفتح نفسك لمثل هذا الإنجاز، بل يمكنك حتى أن تدعو إليه، لكن لا يمكنك تحقيق ذلك من خلال

الكفاح بشكل أكبر أو الإصرار على تطوير الخطة المثالية أولاً. يتم تحقيق 2you من خلال عملية اكتشاف بديهية وغريزية تعتمد على الإحساس بالاتجاه والعمل. إذا كان لديك الإجابات والبنية وبالتأكيد في المقدمة، فهي ليست قفزة نوعية. لا تتضمن الصيغة تنظيم كل شيء بدقة وإزالة جميع المخاطر قبل القيام بهذه الخطوة. هناك عنصر من عناصر hipshooting هنا. لا تعتمد على إنهاء جميع المشكلات الإجرائية الخاصة بالرحلة قبل أن تبدأ الرحلة. يجب أن تكون على استعداد لتحمل الغموض والارتباك، وربما حتى الفوضى لفترة من الوقت، وتشكيل خطة لعبتك أثناء تقدمك. اسمح ببعض الفوضى في حياتك. إذا كنت مهتمًا جدًا بخطة العمل خطوة بخطوة التي يجب اتباعها، فستجد نفسك تفكر في المشكلات المحتملة والحواز التي يمكن مواجهتها. في الوقت الحالي، كل ما تحتاجه هو نقطة الهدف والعمل.

إن القفزة الكمية، بحكم تعريفها، تعني الانتقال إلى منطقة مجهولة بدون دليل يمكن اتباعه. أنت شخصيًا ترسم الخريطة أثناء تقدمك. انظر إلى الأمر بهذه الطريقة - ليس من المفترض أن تقلق بشأن ما يحدث في منتصف القفزة... من المفترض أن تفكر في المكان الذي ستهبط فيه. المفتاح هو عدم الوقوف في الطريق!

## اعتمد على القوى غير المرئية.

قد يبدو تحسين أدائك بمقياس كبير -أنت2- غير واقعي إذا كنت تعتقد أنه شيء يجب عليك القيام به بنفسك. لكنك لا تفعل ذلك. انسَ فكرة أنك يجب أن تكون قادرًا على رؤية جميع الموارد اللازمة لتحسين أدائك بشكل كبير، بشكل ملموس وعلى مرأى ومسمع. هناك موارد يمكنك الوصول إليها ولا يمكن رؤيتها، وهي أعظم وأقوى بكثير من الموارد التي قد تراقبها بسهولة. وغياب الأدلة ليس دليلًا على غيابهم. فكر في جبل جليدي، حيث لا ترى سوى قمة ما هو موجود بالفعل. كما أن هناك موارد غير مرئية، على الرغم من أنها بعيدة عن الأنظار، وجاهزة لإحداث فرق عميق فيما يمكنك تحقيقه. كل ما عليك فعله هو الانفتاح والسماح لهم بالدخول. القفزات الكمية هي مجرد عملية استخدام نفسك وعالمك بشكل مختلف، وبالتالي السماح للإمكانيات الأخرى الموجودة بالتحقق بالفعل. إن رغبتك في تحقيق نقلة نوعية هي عامل التمكين. أنت لا تحقق أحلامك، وإمكاناتك الكاملة، من خلال كفاحك الفردي. كما ذكرنا سابقًا، لا الجهد الخام ولا قوة الإرادة المطلقة هي الحل. إن "المحاولة بأقصى ما تستطيع" لن تصل بك إلى أبعد ما تستطيع الوصول إليه. يجب عليك الاستفادة من أنظمة الدعم التي لا يمكنك رؤيتها إلى حد ما، فإن تحقيق نقلة نوعية يشبه لعب البريدج. لا يمكنك المزايدة بمفردك... فمزايديتك تعتمد أيضًا على قوة بطاقات شريكك. لن تتمكن حقًا من رؤية تلك البطاقات حتى يحين وقت اللعب بها، لكنك تثق في أنها ستجلب قوة قيمة إلى يدك. القوى غير المرئية هي قوى شبحية لا يمكن تفسيرها

بشكل كامل. ربما تبدو لك ظواهر غامضة إلى حد ما، ولكن الحقيقة هي أنها ستقدم مساهمات مذهلة لجهودك. يبدو أن هذه القوى غير المرئية تعمل من خلال عقلك الباطن، والصور الذهنية، والحدس، و"الحظ". قد تصاب بومضة من الإلهام خلال لحظة من العزلة. قد يأتي إليك حل مبتكر لمشكلة ما في المنام. يمكن أن تومض فكرة رائعة في ذهنك أثناء تصور هدفك. بطريقة ما يبدو أن الموارد التي تحتاجها تظهر عن طريق الصدفة. ارسم صورة حية في ذهنك حتى تعرف هذه القوى ما تريده بالضبط. بطريقة أو بأخرى، سوف تهرك القوى غير المرئية بتأثيرها. الاعتماد على ذلك. تصبح القفزات الكمية سهلة عندما تقوم بتوصيل مصدر الطاقة الرائع هذا. ليس عليك أن تفهمها بشكل كامل لكي تستخدمها، تمامًا كما لا يتعين عليك فهم فيزياء الطاقة الكهربائية المعقدة لقلب مفتاح المصباح وإغراق الغرفة بالضوء. عندما تركز باستمرار على صورة واضحة لما تريد تحقيقه، وتتحرك نحوه بثقة، فإن القوى غير المرئية سوف تتجمع لدعمك. هذه الأشياء المجهولة، هذه الموارد غير المرئية، هي أقوى العوامل المتاحة لمساعدتك في تحقيق النقلة النوعية إليك<sup>2</sup>. كما أن هناك موارد غير مرئية، على الرغم من أنها بعيدة عن الأنظار، وجاهزة لإحداث فرق عميق فيما يمكنك تحقيقه.

## اختر مجموعة مختلفة من المخاطر.

إن تحقيق القفزة الكمية يبدو أمرًا محفوفًا بالصدفة. إن المخاطر التي تضربك واضحة إلى حد ما، وقد تكون مهددة للغاية، ولكن يجب عليك مواجهتها مع المخاطر الخفية التي تقبلها عندما تقرر التعايش مع الوضع الراهن. اسأل نفسك عما تخاطر به إذا لم تحقق القفزة النوعية. الخطر هو أنك لن تحصل على ما تريده حقًا من الحياة. عليك أن تفهم أنه لا يمكنك الهروب من المخاطرة أبدًا. إنه ليس شيئًا يمكنك أن تقرر العيش معه أو بدونه. هناك شيء ما على المحك دائمًا. يمكنك فقط أن تقرر المخاطر التي يجب أن تتحملها. سواء اخترت تحقيق نقلة نوعية، أو اتباع روتينك المعتاد، فإنك تضع شيئًا ما على المحك. لذا اختر بعناية، ولا تخدع نفسك بفكرة أن "اللعب بطريقة آمنة" من خلال العيش مع الوضع الراهن يمنحك أفضل الاحتمالات. قد يكون هذا هو أضمن طريقة للخسارة. إن القفزات الكمية تعني أنه يجب عليك، إلى حد ما، تجاوز منطقة الألفة والأمان والراحة. ولكن يمكنك الانتقال إليك دون أن تكون متهورًا أو متسرعًا. وبصراحة، فإن تحقيق نقلة نوعية ليس مجرد مقامرة. انها ليست حماقة. أنت ببساطة تنتقل إلى فرصة كنت تتجاهلها. أنت تتخلى عن أعذارك. أنت تعيد صياغة المشكلة. أنت تأخذ فرصة مختلفة تمامًا. القفزة النوعية هي المخاطرة بطريقة تكشف الحقيقة، وتكشف كيف الشيء الوحيد ذو الأهمية الذي يقف في الطريق هو أنت. خطر الإيمان بنفسك. المخاطرة هي التصرف على افتراض أنه يمكنك النجاح في تحقيق نقلة نوعية. وإلا فإن الخطر يكمن في أنك

لن تقبل إلا بجزء بسيط مما تقدمه لك الحياة. هذه ليست حالة اغتنام فرصة كبيرة، بل مسألة منح نفسك فرصة كبيرة. إن العائق الرئيسي أمام التغلب على الصعاب هو عدم تحديها أبدًا. وإلى أن تختبر الحدود فيما يتعلق بما يمكنك تحقيقه، لا يمكنك أن تعرف حقًا ما هي فرصك حقًا. وتتغير الاحتمالات لصالحك عندما تبدأ في تحديها. ولكن إذا حاولت التقليل من نقاط ضعفك عن طريق تجنب مجموعة جديدة من المخاطر، فإنك تقضي على فرصك في تحقيق قفزة نوعية. أكبر عائق أمام التغلب على الصعاب هو عدم تحديها أبدًا.

## ثق في قوة السعي.

لقد حلمت بالعديد من الأحلام التي كانت لك لتأخذها. في الواقع، كانت جميعها تقريبًا في متناول يديك. حتى الآن، معظم ما تحلم به يمكن أن يكون لك. السر البسيط هو السعي. سعي! تبدأ الأحلام في التبلور إلى واقع عندما يتم متابعتها. لقد تصرف العالم بشكل مختلف عندما تتخذ إجراءً فعليًا لتحقيق ما تريد. ما تتمنى أن يكون "يمكن أن يكون" يبدأ بالضرورة. يتحرك الحلم في اتجاهك، ويبدأ في الوصول إليك، حتى عندما تصل إليه. ضع في اعتبارك أن الأحلام التي حققتها في الحياة هي تلك التي سعيت إليها بنشاط. ما حققته هو ما قررت أن تسعى إليه بطريقة أو بأخرى. يمكنك "التفكير بشكل إيجابي" طوال اليوم وطوال العام، ولكن العمل الإيجابي هو الأهم. التمني

والشوق والرغبة والرغبة... هذه ليست مثل السعي وراء الحلم. هذه حالات ذهنية، ويمكن أن تلعب دورًا مهمًا في عملية التحول إلى نفسك. لكنها سلبية في الأساس. ومن ناحية أخرى، فإن المطاردة نشطة. إن الوصول إلى حلمك هو سلوك - تحرك - وهو يقصر المسافة بينك وبين هدفك المنشود. معظم الناس يخلطون بين الرغبة والرغبة والسعي. قد تكون رغبتهم في الحلم يائسة وعميقة. ولكن عندما تفشل تلك الرغبة في تحقيقها، فإنهم يستنتجون أن الحلم لا يمكن أن يكون حلمهم. في الواقع، الدليل الوحيد الذي لديهم هو أن الشوق ليس كافيًا.

إن البيانات المتوفرة تثبت فقط أن الرغبة وحدها لا تحقق النجاح. السعي هو ما يجعل الفرق. الوصول إلى ما تريد يغير احتمالات الحصول عليه على الفور، وبشكل جذري. "ما تريده" يصبح جزءًا من التبادل الديناميكي، بين العالم وأنت في شراكة، عندما تتصرف وتوسع نفسك نحو الحلم. Zyou يعتمد بقوة على فرضية السعي. تتطلب منك القفزات الكمية اتخاذ موقف هجومي. لا يمكنك تحقيق مكاسب هائلة في نجاحك من الموقف الدفاعي. لا يمكنك البقاء في موقف سلبي وإجراء قفزة نوعية. يجب عليك المضي قدما في الحلم. هذا يعني أنه يجب عليك ترك الغطاء، الأمان، الذي يصاحب مجرد الرغبة في شيء ما. يجب أن تضع ثقتك في العمل. اسأل... اطلب... اقرع... فيكون الحلم لك. معظم الناس يخلطون بين الرغبة والرغبة والسعي. يجب أن تضع ثقتك في العمل.

## يسعى للفشل.

تتطلب القفزات الكمية الاستعداد لارتكاب الأخطاء. لا يمكنك أن تختبئ في منطقة السلوك الآمنة التي تغلبت فيها على احتمالات الفشل. إن عدم الرغبة في مواجهة الهزيمة أو الوقوع في المشكلات يعد أمرًا خارجًا عن القانون لتحقيق قفزات نوعية. ما لم تسمح لنفسك بارتكاب الأخطاء، والفشل، فلن تتاح لك الفرصة أبدًا لاختبار حدود ما أنت قادر حقًا على تحقيقه. يجب أن تدرك أنه إذا لم تكن تواجه أي صعوبات أو مشاكل أو ألم، فمن المحتمل أن تكون أهدافك منخفضة للغاية. لقد استقرت في نموك وإنجازك. ربما تكون بعيدًا عن الوصول إلى حدودك. لذا فكر في المشكلات أو الألم أو الانزلاق في الأداء كعلامة إيجابية. يحدث تأخر الأداء عادةً في البداية عندما تقوم بإجراء نقلة نوعية. إنها فترة التوقف التي تستعد خلالها للقفز، وهي الخسارة المؤقتة للزخم الذي يحدث أثناء عملية "تغيير التروس". إنك تتعمد زعزعة استقرار نفسك عندما تتخلص من أنماط العادات التي تمثل الوضع الراهن. أنت تخلق بعض الفوضى الداخلية لنفسك. لذا كن مستعدًا لاحتمال الارتباك والقلق والفشل. وهذا جزء من الانفتاح على منهجية جديدة لديها القدرة على تحقيق مكاسب هائلة في الأداء.

في كثير من الأحيان في الحياة، يبدو أن الأمور تزداد سوءًا في الطريق نحو التحسن. كن مستعدًا لهذا النوع من التطوير. المشاكل تنتمي إلى هذه العملية. إنهم جزء من المعادلة التي تنتجك<sup>2</sup>. إنها ليست دليلاً على أن طموحاتك عديمة

الجدوى أو أنه يجب عليك الاستسلام. وكما قال أحدهم: "كل شيء يبدو وكأنه فشل في المنتصف". لا يمكنك خبز كعكة دون أن تتسبب في فوضى المطبخ. في منتصف العملية الجراحية، يبدو أن هناك جريمة قتل في غرفة العمليات. إذا قمت بإرسال صاروخ نحو القمر، فحوالي تسعين بالمائة من الحالات يكون خارج المسار - فهو "يفشل" في طريقه إلى القمر من خلال ارتكاب الأخطاء وتصحيحها باستمرار. في البداية قد تشعر بالنشوة لأن التوجه نحو الكم هو أمر مثير. ولكن بعد ذلك فإن الواقع الصعب المتمثل في "المشاكل" قد يصفعك على وجهك. غالبًا ما يتنكر التقدم في شكل مشكلة. من السهل أن تفقد الثقة، لأن الآخرين قد يسحبون دعمهم وينتقدون جهودك. وهذا، بالإضافة إلى مخاوفك وشكوكك، يمكن أن يغيرك بالانقلاب على نفسك. هذه هي النقطة الحاسمة في التقدم - لا تستسلم! الفشل ينتهي هنا. إنها علامة على التقدم! سوف يغيرك التوتر نحو التراجع إلى "أمان" الوضع الراهن، أي إلى فخ المألوف. فقط تذكر هذا: الفشل لا يعني أنك مهزوم. في الواقع، النضال يمنحك القوة. إنه مثل تخفيف الفولاذ أو الألم الذي ينطوي عليه يطور العضلات. الصعوبات هي مجرد دليل على أنك تتعلم وتتقدم. لذا ابحث عن الفشل... ثم استخدمه. لا تفسر المشاكل أو الأعطال كدليل على أنه يجب عليك الإقلاع عن التدخين، بل اعتبرها دليلاً على نموك وتحسنك. الفشل هو المورد. يساعدك على العثور على حافة قدراتك. الفشل هو المورد. يساعدك على العثور على حافة قدراتك.

## تشعر بعدم الارتياح.

القفزات الكمية تخرجك من منطقة راحتك. تعد نفسك لركوب البرية جميلة. ستغطي بعض التضاريس غير المألوفة وتواجه عقبات لم تواجهها من قبل. قد يبدو الأمر وكأن سلسلة الأمان التي تربطك بأنماط السلوك التي نجحت في الماضي قد تم تمديدتها إلى أقصى حد. في بعض الأحيان قد تتساءل عما إذا كان الوضع على وشك الخروج عن نطاق السيطرة. رد الفعل الطبيعي هو الرغبة في التمسك بقوة. ولكن عليك أن تتعلم كيف تتركها. يتم تحقيق 2you من خلال الإصدار. لذا استرخ إذا كنت تريد القفز. لا تتفاجأ إذا شعرت بعدم الارتياح، فهذا جزء يمكن التنبؤ به من العملية. عندما تقوم بالقفزة النوعية، فإنك تترك الموقف، لكنك لا تتحكم فيه كثيرًا. في الواقع، الطريقة الوحيدة التي يمكنك التحكم بها هي من خلال (1) معرفة إلى أين أنت ذاهب، (2) مواصلة السعي، و (3) التعلم من أخطائك. إن القفزة الكمية هي عمل إيماني، مبهج وربما مخيف في نفس الوقت. عليك أن تتخلى عن درجة كبيرة من الأمن والأمان، وأن تخوض قدرًا أكبر من الغموض والارتباك وعدم اليقين، وأن تتصارع مع مجموعة جديدة تمامًا من المشكلات، وتدعو إلى الفشل، وربما تواجه انتقادات من أشخاص آخرين كانوا جزءًا من حياتك. مجموعة الدعم في الماضي. تجعلك غير مريح؟ هذه علامة جيدة.

إذا كنت لا تشعر بأي قلق أو إزعاج، فمن المحتمل أن المخاطرة التي تقوم بها لا تستحق منك. المخاطر الوحيدة التي ليست مخيفة بعض الشيء هي تلك

التي تجاوزتها. يوفر مستوى الراحة العالي دليلاً قوياً على أنك "تلعب بطريقة آمنة"، ولا تنمو، ولا تختبر حدودك حقاً على الإطلاق، ولست في طور تحقيق نقلة نوعية. ربما تحرز تقدماً تدريجياً - وهذا ممكن - ولكنك لن تحقق تقدماً كبيراً. يحملك 2you إلى ما هو أبعد من عاداتك اليومية المعتادة ويتطلب المزيد من الجرأة. لذلك فقط اذهب إلى هذا متوقعاً لمسة من القلق. إن عدم الارتياح هو رد فعل نفسي يمكن التنبؤ به عندما تحدث نقلة نوعية. لقد قيل أنه إذا فعلت الشيء الذي تخافه، فإن موت الخوف أمر مؤكد. الشجاعة ليست غياب الخوف والقلق، بل هي المضي قدماً بالرغم من تلك المشاعر. لذا اضغط على. إن عدم الارتياح هو رد فعل نفسي يمكن التنبؤ به عندما تحدث نقلة نوعية.

## افتح هداياك.

لديك العديد من الهدايا التي لم تفتحها من قبل. هذه هي هدايا الموهبة والقدرة و"الوصول" التي يمكنك الحصول عليها. إن الأشخاص الذين نسميهم موهوبين يختلفون عن الآخرين بطريقة خاصة جداً. وقبلوا هداياهم. لقد "تركوا ذلك يحدث". إن أصحاب الإنجازات العالية، والأشخاص الذين تعجبهم، هم أولئك الأفراد الذين فتحوا مواهبهم. هؤلاء الفائزون لديهم المزيد من الهدايا لأنهم استولوا عليها وأخرجوها من الغلاف واستخدموها. حان الوقت الآن لتفعل شيئاً ما بهداياك. المطالبة بها، وقمت بإنشائها. الوصول إليهم، وهم يتحققون. استخدمها، وسوف تنمو لخدمتك بشكل أفضل. إذا نظرت إلى تلك المهارات

المحددة التي طورتها على مر السنين، والمواهب التي أظهرتها، فستجد أنها الهدايا التي فتحتها واستمتعت بها. ولكن كم عدد الأشخاص الآخرين الموجودين في متناول يدك؟ مقابل كل هدية قمت بفتحها على مر السنين، هناك المئات التي لم تقم بفك تغليفها أو إخراجها من العبوة. هذه الإمكانيات غير المستخدمة تختبئ هناك، في انتظار أن تلعب دورًا في نقلتك الكمية. عندما تقوم بنقله نوعية تكتشف الكثير من الأشياء الجديدة عن نفسك. Zyou هي تجربة رائعة في اكتشاف الذات. يحدث التحول، التحول.

فكر في يرقة مخططة تزحف بتواضع على طول جذع نبات الصقلاب على بعد بضع بوصات من أمان الأرض، وتتحول إلى فراشة ملكية جميلة بشكل لافت للنظر وتحلق عاليًا في الهواء وتسافر بشجاعة آلاف الأميال في رحلة حجها السنوية. لكي يصبح ملكًا، ويحرر تلك الأجنحة ذات اللون البني المحمر اللامع، ويطير عاليًا وحرًا، يجب على المخلوق أن يخرج من شرنقة الأمان ويفتح هداياه. افتح بعضًا أكثر لك. ابحث عن أجنحتك. إذا نظرت إلى تلك المهارات المحددة التي طورتها على مر السنين، والمواهب التي أظهرتها، فستجد أنها الهدايا التي فتحتها واستمتعت بها.

## اقع في الحب.

لن تحدث القفزات الكمية إذا كنت تعيش الحياة بقلب فاتر. الشغف جزء مهم جداً من العملية. إنه يشعل الروح ويملأ الروح، وينشط قلبك وعقلك لتحقيق قفزة نوعية إلى مستوى أعلى من الأداء. كما أن الشغف يبقيك مستمراً عندما تواجه المشاكل وعدم اليقين. لكن العاطفة نفسها يجب أن تتأجج، وتغذي تلك الشعلة برؤى حلم درامي. يجب أن تشتعل القوة العاطفية بداخلك بدرجة كافية لحمايةك من التأثيرات المروعة للشك وعدم اليقين والنقد والفسل. فقط الرغبة العميقة يمكنها توليد مثل هذه الحرارة. لكي تهتم بهذا القدر من الاهتمام، بالطبع، يجب أن يكون هناك شيء يستحق الاهتمام به - شيء رائع ومميز وثنمين بما يكفي لإشعال النار في قلبك. هذا يعني أنه يجب عليك تخفيف القيود المفروضة على تفكيرك، ومنح نفسك الإذن لمتابعة ما تريده أكثر. المناخ مناسب لتحقيق نقلة نوعية فقط عندما تنجذب بشغف إلى هدف معين. لذا دع أعمق رغباتك توجه هدفك. ضع أنظارك أعلى بكثير من الهدف "المعقول". إن قوة الهدف تكون عميقة فقط إذا كانت لديك رغبة تحرك القلب. يجب أن يكون الدافع الداخلي قوياً بما يكفي ليحملك إلى ما بعد مرحلة التفكير بالتمني. الحلم يجب

ترجمة كتاب أنت تربيع, [09:08 2024/01/06]

En réponse à [ترجمة كتاب أنت تربيع]

إنك 2 برايس بريتشيت تستهلكك، وتتحكم فيك، وتدفعك إلى العمل، وتمنعك من بذل جهد فاطر في السعي. القفزات الكمية هي فعل حب، وبيان عاطفي لكيفية اهتمامك بالشئ الذي تسعى إليه. وحدها الحركة العاطفية هي التي تملك القدرة على أن تحملك المسافة منك إليك<sup>2</sup>. دع القلب يتولى مسؤولية جسدك. إذا كان لديك "هوس رائع"، فأنت مستعد لتحقيق نقلة نوعية. يجب أن يكون هناك شئ يستحق الاهتمام به - شئ رائع ومميز وثمانين بما يكفي لإشعال النار في قلبك.

## اتخذ خطواتك قبل أن تصبح جاهزاً.

لا تتعثر في الاستعداد لذلك. أي شئ آخر تحتاجه سيأتي كما تذهب. يمكن لأي شخص أن يصنع مهنة من خلال وضع الأساس للقيام بشئ كبير حقاً. يرجى أن تفهم أنك لا "تستعد" لقفزة نوعية. أنت تقوم بذلك، ثم تقوم بضبط أسلوبك. عليك أن تفعل ذلك، بدلاً من الاستعداد إلى الأبد، لذلك ستأكد من أنك ستنجح بشكل صحيح. "صفر عيوب" هو مفهوم عدائي في السعي وراءك<sup>2</sup>. عليك أن تتصرف أولاً، ثم تضع إطاراً لتفاصيل استراتيجيتك. واصل تحقيق حلمك... ابدأ... ودع ما يحدث يساعدك على تطوير خطة لعب متماسكة. التنقل هو العنصر الحاسم. ثم تتطور صياغة الإستراتيجية بشكل طبيعي من خلال

عملية الاكتشاف الخاصة بك. ستكتشف، بمجرد البدء، أنك تعرف أكثر مما تعرف أنك تعرفه. فقط ثق بغرائذك. مرة أخرى، القفزة النوعية هي شيء أنت على استعداد للقيام به بالفعل! إنه ليس مخططاً سخيًا ومتوحشًا يستدعي ضربة حظ رائعة لمجرد الحصول على فرصة خارجية للعمل. إنه ليس مثلاً على مدى وصولك إلى ما يتجاوز فهمك. ومن المؤكد أن الأمر لا يتعلق بالسعي لتحقيق هدف كبير يتطلب إعدادًا مضمينًا. القفزة الكمية هي الخطوة التي يمكنك القيام بها. الآن. إنها تمثل خطوة عملاقة يمكنك القيام بها بمجرد اتخاذ القرار والانفتاح على الموارد المتاحة حاليًا لخدمتك.

"الاستعداد" هو، بصراحة تامة، تكتيك للمماطلة، وعمل من أعمال القلق، ولعبة خداع تعمل عليها بنفسك. أنت بالفعل في وضع يسمح لك بالهروب إلى مستوى أعلى من الأداء. إذا انتظرت حتى تتمكن من تحقيق الكمال، فلن تحصل عليه أبدًا. الوقت للبدء هو الآن. 2you يمكن أن يحدث فقط في الوقت الحاضر. ستكتشف، بمجرد البدء، أنك تعرف أكثر مما تعرف أنك تعرفه.

## ابحث بالداخل عن فرصة.

كل ما هو مطلوب الآن، يأتي من داخلك. الفرصة، والتوقيت، والقدرة على الأداء - هذه الأشياء موجودة فيك، وليست في الموقف. لقد تمت تغطية معادلة 2you، وهي استراتيجية تحقيق نقلة نوعية، هنا. لديك تلك الإجابات. الإجابات على الأسئلة المتبقية يجب أن تأتي من الصوت في الداخل. الآن عليك أن تستمع إلى نفسك. تلك هي الأصوات التي لا يستطيع أحد سماعها. أحلامك، ورغباتك، والأفكار التي تثير سخونة عقلك، تحمل الرسائل التي تساعدك في العثور على "الشمال المغناطيسي" الخاص بك. إنهم يشيرون إلى الطريق نحو الاختراق لك2. انظر إلى داخلك وانظر إلى ما يجذب وعيك، حيث ستجد الاتجاه. كل شيء آخر في مكانه. في انتظاركم. افعل ذلك. تحقيق نقلة نوعية! افعل ذلك. تحقيق نقلة نوعية!

"...هناك شيء مثل المحاولة جاهدة. " عليك أن تغني وكأنك لست بحاجة إلى المال - أحب وكأنك لن تتأذى أبدًا - عليك أن ترقص وكأن لا أحد يراقبك - يجب أن يأتي ذلك من القلب إذا كنت تريد أن ينجح. " تعال من القلب " غنتها كاثي ماتيا.