

مما علمتني

الحياة

مرحى ماهر حسنى

كتاب خواطر

تسويق وتصميم الغلاف -
دعاء الطيباني

مداد
لعمل العواصم العربية

تقديم: مشروع مداد

مما علمتني الحياة

مرواح ماهر حسّو

كتاب خواطر

تصميم غلاف وتنسيق:

دعاء الطيباني

مما علمتني الحياة

الإهداء:

لمن تستنير الدروب بوجوده

لمن تنور العقول بقربه .

أهدي كتابي هذا لله عز وجل الذي فتح علي ووقفني

لأحظى بكتابته

إلى ..

ملاذي وملجأئي ..

سندي وأماني

راحتي وفرحتي

قوتي في الحياة

أبي وأمي

أدامكما الله وأطالاً في عمركما

أهديكما هذا العمل فأنتم أول من آمن بقدراتي وإمكانياتي
ودعمني لأصل إلى أولى مبتغاي.

المقابلة:

التجارب تعطينا الكثير من الخبرات، فقدرتي على كتابة هذا الكتاب اعتمدت على المواقف اليومية في هذه الحياة ولا سيما أدق التفاصيل فأنا أرى أن القدرة على التعبير لا تقتصر على قراءة الكتب فكثير من الناس قارئون ولكن ليست كاتبين

صحيح أن القراءة غذاء لاستمرار التعبير وبلاغته

لكن يبقى الخوض الفعلي في هذه الحياة له تأثير أعمق وأقوى من القراءة النظرية البحتة

فالكتابة بالدرجة الأولى تعتمد على التأثر بما يحيط

التأثر الذي يتولد من الإحساس العميق

و أيضاً على سعة التفكير النابع لأفكار لا تنضب.

ففي كتابي هذا سأحدث عن الكثير من الأفكار المتنوعة
المستقلة عن بعضها...

والكتاب سيكون عبارة عن ثلاث أقسام :

القسم الأول:

قسم الجواهر الكريمة:

ديننا دين السلام والأمان أقبل إليه بحب ووثام واجعله
سلاحك في ظلمة تلك الأيام كي تهون عليك المصائب والألام

**"كيف تكون علاقتك بالله سبحانه وتعالى علاقة ناجحة
ترضيك وترضي بالأولوية ربك عليك"**

لتكن علاقتنا مع ربنا علاقة قوية جذورها مرسخة ينبغي أولاً
أن نبني هذه العلاقة على أساس متين وهذا الأساس يكمن في
الإيمان بالله والثقة به سبحانه وتعالى....

فما معنى الإيمان بالله!!؟

الإيمان بالله معناه واسع شاسع

فهو لا يقتصر على اليقين بوجوده فقط

بل على الإيمان والتصديق الكامل بقدرته وهيمنته على
الأمور كلها....

ومن هذا الإيمان تولد الثقة بالله

الثقة التي من سيمها الرئيسية التوكل على الله وتسليم زمام
أمورنا له من "أدق التفاصيل إلى أكبرها"

فما أجمل أن تفوض أمورك لأحد وما بالك أن يكون هذا
الأحد هو الفرد الصمد القادر المقتدر على كل شيء.....

فالإيمان القوي بالله هو أساس نجاح طاعاتنا

فأنا أو من أن لا ثبات ولا إتقان لأي عبادة من العبادات
المفروضة على الإنسان كالصلاة أو... الخ دون الإيمان
الكبير بالله تعالى

الإيمان بالله هو أساس لكل تفاصيل علاقتنا مع الله من عبادة
إلى ثقة ومن حب إلى أمل.....

ومن دونه تفشل تلك العلاقة...

وكما نعلم أن قانون العلاقة الناجحة يكون :

الإيمان والثقة اللذان يولدا الأمل والحب..

والإثبات لذلك أنه عندما نريد أن نصلي بشغف أو ندعو الله
بخشوع نحاول القرب من الله والتعرف عليه أكثر وزيادة
علمنا وتدبرنا لعلمه وآياته وصفاته

لكي نوصل إلى صدق الإخلاص وحب الله تعالى...

فما أجمل أن نصل إلى تلك المرحلة

أن نتوكل على الله حق التوكل في أصغر الأشياء وأكبرها..

وأن ندعو الله في كل خطوة من حياتنا

وكم يستحب أن ندعو الله ونتوكل عليه في كل خطوة من
حياتنا

عند بدء أي عمل أو الذهاب إلى أي مكان أو حتى عند شراء
أي شيء

أن يكون لنا علاقة سرية خاصة مع إلها

وأن نكون معه دائماً

من خلال كلام لساننا ومشاعر قلوبنا

فإن توكلت على الله جلبت القوة والأمل لقلبك

"ومن توكل على الله فهو حسبه"

فماذا تريد أكثر من ذلك!!؟

"الخير والشر"

ليس بالضرورة أن يكون الخير في القدر الأجمل؟!
 لكن حتما الخير سيكون في القدر الأفضل...
 أما عن الشر، فالشر ربما يكون جميل في المظهر وامتدني
 النوايا في المخبأ
 ومن الممكن أن يكون قبيح ظاهريا ومسيء باطنيا، أي أن
 يكون واضح دون مراوغة...
 ولا ننسى قول الله تعالى: (وعسى أن تكرهوا شيئا وهو خير
 لكم وعسى أن تحبوا شيئا وهو شر
 لكم والله يعلم وأنتم لا تعلمون)
 "صدق الله العظيم"

" مفتاح باب النجاة والهروب "

مارأيت مفتاح باب النجاة والهروب سوى بمناجاة ربي
المعبود فدعائي متشبث منبثق من قلبي ودمعي ساخن متلهب
من أثر همي

لجؤني إليه لجوء الساجد الخاضع المتطلب برجاء وتمني

أتكلم وأبوح له عن أمري شاكية له همي

متطلعة إلى الإجابة على دعوتي باستجابة أمنيته
فبالدعاء يحيا قلبي

ويتجدد أمني وبه تكتمل حياتي

فأنا من دونه لا أرى بقعة أمل في حياتي

بل ولا ذرة...

فدعائي تنادي به روعي

ويتمناه قلبي.....

"يامن تراني"

يامن تراني وتسمع كلامي يامن أناجيه في ظلمة أيامي

يامن يرحمني ويبعد عني أحزاني

أرجوك ألا تتركني في وقت الأامي

وأن تقربني لك في كل أيامي

أطلب منك العون فأعني على تحمل البلوى

أطلب منك المدد فأمددني بالقوة

أطلب منك الإجابة فاستجب لي كل دعوة

أستجد بك فأغثني

أطلب منك فلبني

"كم أنت كريم يا إلهي"

كم أنت كريم يا إلهي نبتعد عنك وعن ذكرك وعبادتك ومع ذلك تقربنا لك رغم كل ذلاتنا ومساوئنا

أو من أن لراحة لمخلوق دون ذكر الخالق والخضوع له والسجود بين يديه والطلب منه دون سواه

فقربنا منه يجعل القلب مطمئن والأمر ميسر

فلم العذاب والألام؟!..!

لم الضعف والهوان؟!..!

لم الخوف والأوهام؟!..!

ورب السلام حي لاينام

لم التوتر والقلق؟!..!

لم الألم والوجع؟!..

والله قريب سميع مجيب

عالم ما لا يعلمه البشر

قادر على ما تعجز عنه البشر

لعلها كلمة القريب

والتي هي من صفاته الحسنی

أن تريحنا وتبعد عنا شتات أمرنا ورهبة خوفنا وتعب فكرنا"

"اشتياق نائر"

والروح أنت وحنّت

والقلب سكت وصمت

والنفس هلكت فاستسلمت

أما العقل فظل متكلماً دون جدوى.....

قلبي المجروح قل بصوت مبجوح لرب الروح

اشتقت للفتوح....

"قدرنا بمشيئة الله"

وكل الذي نتمناه بيد الله

وكل الذي نعيشه بأمر من الله

فلنطمئن فما قدرنا إلا من عند الله

فهو الخير بإذن الله

"التفاؤل سبيل النجاح"

تفاؤلنا دليل على قوة إيماننا

لولا الأمل لكانت الحياة ميتة في قلوبنا وأنفسنا فالتفاؤل هو العيش هو الحياة هو الصبر الذي يقودنا الى القوة أمام عثرات الدنيا لنحاول ان نكون أحياء في عالم التفاؤل ساندين حياتنا إليه ان يكون نقطة قوتنا في لحظة ضعفنا

ولندعو ربنا ان نثبت على التفاؤل والا نضعف اما اليأس القاتل

فكلما حاول اليأس ان يأسرنا في سجنه يأتي الأمل ويحررنا من تدميره

لأننا عالمين ان الهم سيذهب والفرج

"الشكوى لله طمأنينة للنفس"

الشكوى لله مفتاح لانفتاح القلب

وراحة الصدر

وسلامة الروح

الشكوى لله تريح النفس وتزيل هم الأمس

الشكوى لله ترويح للكرب وراحة للجسد واستراحة للعقل.....

أما الشكوى لغير الله فقد تؤدي إلى جرح كبير عميق في
القلب نازف باستمرار

والصمت دون تكلم وبوح انهيار...

فما أجمل الشكوى لربنا.....

"توبة القلب الصادقة"

ثقل قلبي بالذنوب

وملئ بالآثام

فأنبت الى رب الأكوان

وعدت إليه متضرعة راجية منه المغفرة والعتقان

متطلبة منه الرحمة بعد العصيان

ليت ذاك الحال يكون حالي في آخر الأيام لكي أفوز بحسن
الختام

"كم نحن ضعفاء"

كم نحن ضعفاء.....

في كل شيء نضعف..

في صلاتنا نضعف ونتكاسل استسلاما..

في صيامنا نصبر إرغاما..

مع والدينا لا نمسك أعصابنا..

وفي الذنوب يهوى قلبنا وتضعف أنفسنا

أرى الضعف في كل شيء..

وكم نحن غافلين!!!

نفقد وعينا بإرادتنا!!

في الليل نشد غطاءنا ونخسر كنزا أعده الله لنا

نخسر دعاء يرد الروح وهواء نقي صافي يداوي المجروح

نخسر في الليل ساعة ووقت ثمين لن يعوض

أخشى في يوم المحشر أخشى الندم دون فائدة على أوقات
هدرتها ولن تعوض

أن ينحسم أمري السرمدى دون مرافقة حبيبي نبي الله صلى
الله عليه وسلم

أخشى.....

"الحب في الله"

ترون شيء أجمل من الحب والعطاء النابع من قلب صافي
دون انتظار مقابل!!؟؟!!

عطاء بلا حدود ..

حب دون وجود مصالح... بعيدا عن الحب المزيف والصدقة
المزيفة

لنجعل علاقتنا بالناس مبنية على الحب في الله

فما أجمل أن نبني علاقاتنا بالبشر على نهج الله وطريق
رضاه ♥

حقا لو كنا ذلك

لما رأينا الفساد والشر الموجود الآن على أرض الواقع...

"حياتنا ملك لربنا"

أيقنت أمراً خلال حياتي "أنه لأحد يضمن أن حياته سوف
تصبح مثلما يريد فالله قادر على تغيير الحال حينما يريد"

حقاً أن الملك لله وليس لنا شيء في هذه الدنيا فهو المعطي
والأخذ

فلنحمد ربنا على الذي وهبنا إياه حمداً يوافي نعمه.

لنشكر ربنا على ما أعطانا ولم يعطينا.

ففراق الغالي صعب...

إيانا والاعتراض على مشيئة ربنا..

فكم نحن غارقون في نعم لا ندركها...!! ولا نستشعر بأهميتها
الا عند فقدانها!!

لتدرك أنفسنا عند البلوى. " كم نحن بحاجة للمفقود ولكن كم
نحن بنعم بالوجود"

فالصحة حقاً مثلما يقولون أنها تسوى الدنيا وما فيها..

فلولا الصحة يأتي شيء!؟

أما بوجودها فيمكن أن يأتي أي شيء

لنجعل الحمد والشكر لله يخرج من أعماق قلوبنا. لنجعله
يرضيانا

عندما تشعر بأنك بحاجة لشيء مفقود وأنت سوف تضعف
أمام الاعتراض على مشيئة وحكم الله. فقط حاول أن تتذكر
النعم الكثيرة التي وهبك الله إياها وأن تستشعر بشعور من فقد
كل الذي تملك حينها تدرك كم أنك بنعم لاتحصى..

"إحساسنا بأي أحد لا يقارن أبداً بإحساس إلهنا الأحد"

أيقنت اليقين التام أنّ إحساسنا جميعاً دون أي استثناء تجاه
أي أحد. كم أن هذا الإحساس نسبته ضئيلة جداً مقارنة
بإحساس ربنا رب السلام

عرفت أيضاً كم أننا بحاجة لأحد أن يشعر بنا وأن نشكو له
حينما نكون متألمين بحيث بشعوره بنا يهون علينا مصائبنا
ويمسح لنا دمعتنا ويقوي لنا قوتنا ويجدد لنا صبرنا،... لكن
مع كل هذا وإن وجدنا ذلك الشخص...

أولاً هذا الشخص لا يدوم فإنه لا يدوم سوى الحي القيوم

ثانياً مهما شعروا بنا هناك أثقال في القلب لا ينتشلها سوى
الله

وتيه بالعقل لا يبدله بتوجيه وإرشاد سوى الرحمن الرحيم

فيا ليتنا نوثق حبلنا بحبل الله للحظة الممات

"أتمنى أن تبقى أنفسنا مجاهدة في ساحة المعركة صامدة"

"دعاء الله سلاح للإنسان"

كيف بإمكانني التكلم عن الشعور الذي يرافقني عند طلب
شيء ما، من الله

وعن الأثر الذي يتركه هذا الشعور في نفوسنا وقلوبنا
وعقولنا...

فالقلب يطمئن بدعاء الله..

وعندئذ العقل يتنور بنور الله..

والنفس تطمئن عند ترجي الله..

تعلم أنه هو القادر هو العالم كل شيء يروّعها، وأنه هو الذي
يشعر بها في كل ثانية ولحظة..

فعندما يخذلوننا البشر نلجأ إلى الله..

و عندما نشعر بضيق نتوسل إلى الله..

تالله عندما أدعو الله و عندما أخشع و تبدأ دموع أعيني
بالانهمار، بعد هذا أشعر باطمئنان يرافق جوارحي و بقوة
تشد على صبري و بارتياح عجيب...

(اللهمّ أعنا على ذكرك و شكرك و حسن عبادتك و لا تجعلنا
عن ذكرك من الغافلين

يارب اغفر وارحم و أنت خير الراحمين)

"ياقدوتي وحببي"

نشر الإسلام وحقق الأمان...

علم الإنسان مكارم الأخلاق...

يا رسولِي وسَيِّدِي يا نبيَّ اللهِ...

أنت حبيبي وحبیب الله..

أنت قدوتنا يا أعظم خلق الله...

فالقلب يأمل أن يزورك...

والروح اشتاقت لرؤيتك...

والعقل ينزّه شخصيتك...

أنت شفيعنا في يوم القيامة..

علمنا معنى الأمل...

أو عظنا في كل أمر....

فكيف لا نتمثل بأطهر البشر...

لعلنا نرفع راية الحق والإيمان وننشر الإسلام في كل
مكان..

وندعو إلى السلم والسلام..

لكي نحقق مايريده الرحمن...

"هو الله"

هو الملاذ..

هو الذي يملأ القلب بالأمان ويبعد عنه الهموم والأحزان..

هو من يلهم نفوسنا الصبر والسلوان...

وهو الذي يحمينا من ظلمة تلك الأيام

هو من يجعلنا نفوز بالتقوى والرضوان..

فهو دواء الإنسان وهو الذي يهتئ لنا سبل السلام..

"يوماً ما ستجد أنّك ممتنّ لكلّ كرب وهمّ أصاب حياتك"

يوماً ما ستعلم أن الهمّ سيعلمك الكثير وسيأتيك يوماً ما
بالجميل!!؟

يوماً ما ستوقن أنّ مصائب الحياة ستزيد من اقترابك لمولايك
فسيكبر بربك صلاك...

يوماً ما ستعلم أن عباداتك وطاعاتك أصبحت باردة روتينية
وأصبحت تحتاج للحماس والحيوية...

وسترى أن الكرب هو من كان يحرض الحيوية بجوف
العبودية...

يوماً ما ستجد أن الصبر الذي رأيتَه المعنى الحقيقي للقهر

يوماً ما ستجد هذا الصبر أنه مصدر القوّة واليسر!!؟...

يوماً ما

"الناس أجناس"

ثمّة أشخاص يعتبرون أن الدين يقتصر على العبادات
والطاعات

وينسون أن الدين نصيحة وأخلاق....

يتجاهلون القيم والمبادئ التي حثّ عليها الدين من الكرم
والتضحية إلى الإحساس بالآخرين.....

وكأننا نسينا أن الأسلوب المرموق في الكلام أساس جلب كل
إنسان...

والعكس صحيح فنفورنا من إنسان بنظرنا أنه بعيد عن
الالتزام بالدين

هذا النفور سيزيد الإنسان تمرد وتذمر...

وهذه المشاعر ستجعله همته بفتور نحو الدين ومقوماته....

فليس كل إنسان قليل الدين سيئ... .

ربما هناك صفات في هذا الإنسان ليست موجودة في إنسان
آخر

كطيبة القلب مثلاً

ربما ترى توازن في الناس

أناس ترى دينهم يتمثل في العبادات والطاعات

وأناس ترى دينهم يتمثل في رقي تعاملهم مع الآخرين...
والإحساس بهم وإعانتهم بشتى الطرق

وفي النهاية ليس على وجه الأرض إنسان كامل

ولكن هناك إنسان يسعى للكمال بنية صادقة وإنسان يكتفي
بذاته

"القرآن نبع للأمل"

أمل خفق في القلب بعد إصابته باليأس

أحيا ظلمات الدرب جاء من قرآن ربي

ومكث في الروح والعقل

أضاء الكون ونوره أشرق كإشراق الشمس أزال العتمة من
الطرق أنسانا جرح الماضي وجعل العيش هنيا وجعل النفس
رضية حطم الخذلان وملأنا بالإيمان برب السلام

"اليأس قاتل"

يأسنا من تلك الحياة يضيع علينا فرص النجاة يجعل القلوب
 راجفة من العيش خائفة والعيون باكية يحزننا على ما فاتنا
 وعلى ما سيأتينا فحزننا يجعل الجسد مرهق والقلب مهلك
 *الناس أصبحت تنتهج الدين في الكلام وتنساه في
 التطبيق؟!....

*منهج الأخلاق نسي في هذا الزمان؟!!

*النفاق أصبح في أدق التفاصيل؟!!

*ترى المظهر شيء والمضمون شيء آخر؟!!

لكن بالرغم من هذا

لنتذكر أمراً واحداً أنه:

كما تدين تدان

في مبدأك

في معاملتك

في حياتك بأكملها

الله حق ولن يضيع لك حق مثقال ذرة...

إن ظلمت ستظلم

إن جرحت ستجرح
فصحيح أنك الآن متكيف بطريقة تصرفك لكنك أبداً لست
مالك أثره

الله لنا جميعا

ولكن للحق بعيداً عن الباطل

فيكفي علمه بكل شيء

وهيمنته على الأمور كلها

هذا الأمر كفيل ليزرع الطمأنينة في قلوبنا

القسم الثاني:

قسم الحوامر الإبداعية:

*دعونا نروّح عن أنفسنا ...

*دعونا نعبر عن مشاعرنا المرهفة وأحاسيسنا الصادقة

*دعونا نستنبط ما يجول في خاطرنا من كلام ومعاني

كي لا نصاب بالضغظ الفاني

"نفس متناقضة"

نفس متناقضة تصارع الشر وتريده وترغب الخير وتبيده لا
تدري إلى أين ماضية وأي طريق سالكة تلك الحياة الفانية
وستشعر مع مر الزمان أنها مرت بثانية

"تائهة"

تائهة في خطاها ضائعة في طريقها متشتتة في فكرها لا تجد
مفتاح لأي منفذ مقيد قلبها مأسورة نفسها سجين فكرها تشعر
وكان أيديها مكبلة

"أأكتم أم أبوح"

أحمل عبأ بنفسي

أتمرد وأتذمر من نفسي

في بعض الأحيان أكتم بسبب قيدي

وعندما أبوح أبوح بسبب ثقل قلبي وعقلي

"الروتين قاتل"

الروتين قاتل لنجعل أدق التفاصيل فيها تغيير لا بالنتيجة بل
 بالطريقة فبالتجديد حياة ليس فيها سأم وبالتعبير روح ليس
 بعده وهن

"فن الكلام"

الكلام الجميل قليل ودليل له آثار وتأثير فذاك الكلام كافيا لأن
يكون دافعا للأمام بعيدا عن الهروب والاستسلام

"حالة يرثى لها"

باتت لاتشعر....

تنصدم بالنتيجة...

تندم ولا تتعلم...

تسمع ولا تستجب....

تشعر وكأنها غريبة عن هذه الدنيا بعيدة... تعيش في عالمها
الخاص، تحلم وتنتظر، تتمنى ولكنها تتخذل، تخاف من

اتخاذ أي خطوة على أرض الواقع فتراجع، ينتابها شعور بأنها غير قادرة وتتخيل أنها فشلت.

تجربتها قست عليها وجعلتها تعيش بجو سلبي بداخلها، دائمة العيش في الأحلام وحيدة في تلك الأيام تعيش بأحلامها لكي ترى الحياة الحقيقية تفرح تتنفس عندما تحلم تنتعش وتفرغ عن نفسها تقول لو أني ما حلمت لما بقيت ، قالت لي أيضا : ولكني عندما ينتهي الحلم وأعود إلى أرجاء الحياة أشعر وكأنني كنت في غيبوبة وصحوت منها .

عدت إلى الحياة مصدومة غير متلائمة وكأنها ليست حياتي ، عدت لها بحزن ويأس ..

هكذا قالت لي

قالت لي ذات مرّة: "كنت جالسة لوحدي في الطريق، وأثناء جلوسي رفعت رأسي إلى السماء فرأيت القمر، وفي أولى اللحظات لرؤيتي له، شعرت أنه في حالة استياء!!!!!! وبذات الوقت كان حالي من الحال الذي رأيته في ملامح وجه القمر..

فأحببت حينها أن أحدثه"

(فكانت محادثتي له كالتالي):

"أيها القمر"

أيها القمر المشع بالنور تعالَ لنتقرب من بعضنا

تعالَ لأشكو إليك همي وأبثّ لك حزني فأنت وحيد وأنا
وحيد..

أنت في مكان مظلم وأنا أشعر وكأن قلبي في مكان مظلم

فأنت تظهر عندما يغيب الضياء ويأتي الظلام لتتشر نورك
على هذا الكون

أليس بمقدرتك على أن تريحني؟؟

فهلاً غمرت قلبي وعقلي بنورك

فهلاً ينجلي الظلام الذي أصابني

فحالي من حالك. تعال لنصبح أصدقاء ونتلاقى كل يوم...

أيها القمر لقد فارقتني الصديق..

لقد أصبح الموت مني قريب..

لقد أذابني اللهب..

اقترب مني وأقترب منك، كن معي أكن معك

لا لا انتظر لا تذهب وتتركني.

لا تغادر فتتعبني

لا تغيب وتحرقتني.

فذهب القمر وعدت وحيداً ليس لدي أحد .

كأنه لا يريد أن يكون صديقي أو أنه ليس لديه طاقة تحمل
لسماعي

هكذا قالت لي

"الصمود اليأس"؟!

عجبٌ لمرءٍ صامدٍ دون أمل!!!

فلم الصمود إن كان الأمل مقطوعاً؟؟!!!

أظنّ أنه ليس صمود، بل ربما فقدان الشعور والعيش بحيادية

"النجمة البارقة"

نظرت إلى السماء وهي عاتمة حالكة، فرأيت نجمة مشعة
بارقة، تبرق وتظل بارقة. كنت كلما نظرت إليها أراها
بارقة، تبرق تارة وتتوقف عن البريق تارة، ولكن كان هذا
الأمر لا يتجاوز أجزاء من الثانية..

ولكن بريقها كان يوحي في نفسي الأمل..

كأنها كانت تقول لي لاتيأسي، فأنا كلما كنت على وشك
الانطفاء أعود لأبرق من جديد لكي أزيّن السماء وأضيء
للناس دروبهم...

أيقنت حينها أنه لأفائدة من الانطفاء...

وأننا لانحصد من انطفاء العقول والاستسلام سوى الخسران

"إلى متى"

وفي فترة من الزمان عندما يبتلئ الإنسان...
 المؤمن يصبر ويجور على نفسه ويتحمّل عذاب النفس وأنين
 الروح ولكن إلى متى....
 فعندما يراوده ذلك السؤال (إلى متى)

حين ذلك يفقد الشعور..

يفقد الإدراك والإحساس، ولا يشعر بشيء. فقط يشعر بأنه
 بأقوى درجات العذاب... وحينها لا يريد أحد أن يوعظه أو
 ينصحه ولا يهمه شيء. وينفجر من بعد ذلك الضغط النفسي.

ويستسلم دون الندم...

" لا يريد سوى إغماض العينين والنوم العميق وتخدر
 الإحساس وفقدان إدراك العقل"

(حتى إشعار آخر)

"وما الدنيا إلا طريق"

وما الشوق إلا اشتياق يسكن الأرواح عند الافتراق..

وما الحب إلا أنين يصاحب المرء عند الحنين...

وما النفس إلا أداة تضعف وتقوى أمام الحياة..

وما القلب إلا عضو

يزدهر بالحب ويذبل بالخلو....

وما الدنيا إلا طريق

نسير به شئنا أم أبينا يا صديق....

"ما معنى الحياة"

ما معنى الحياة أتعني الهناء أم الشقاء؟!...!

أهي درب مليء بالأزهار المتفتحة أم درب مليء بالأشواك المنغرسة....

هي ماذا؟!...!

هي عيش طويل في المعاناة وقصير في المداواة؟!...!

هل هي الجمال الظاهري والباطني؟!...!!

هل نحن من نحبها أم هي من تحبنا؟!...??

هل نحن من نتعبها أم هي من أتعبتنا بشكلها ومضمونها?!...!!!

هل هي العيش المغيث أم العيش الدفين?!...!

"نعم إنني عاشقة"

عاشقة القمر المنير ليلاً والغائب نهاراً..

عاشقة الليل وسواد الليل..

عاشقة البحر بصوته

بموجاته..

بهدوئه..

بصخبه..

بتمايله..

وبطيفه الأزرق...

عاشقة السماء الصافية المنمّقة بالغيوم البيضاء..

عاشقة النجوم البرّاقة..

هذا عشقي الذي يأخذني إلى دنيا ثانية...

هذا من يهيج بي الأمل والصمود والقوة

هذا من يثير شعوري الذي أحبه وأريده وأحتاجه..

هي طبيعة خالقي

وأنا أهيم عشقاً بها.

"كلمة الحياة"

كلمة الحياة مشتقة من الكلمات التي تعني الإحياء وما شابه ذلك

ولكن هذه الحياة هل حقاً أحييت قلوبنا وأنفسنا؟!.....

"ولعلي"

ولعلي أركض دون توقف للوصول إلى حلم الغد والأمس..

لعلي أصل إليك يا من أراك في جوف الظلام وأهمس بك همس..

لعلي أراك قبل الممات وقبل أن أوضع في التابوت وأدفن بالقبر فيكون ضاع مني الكنز؟!.....

"الكلام المتسرع به"

أناس من صفوف الكلمات المتهورّة و الغير المدركة تصفّ..

وعند سماع الإنسان تلك الكلمات يبدأ عقله حينها
بالاضطراب

فلا يدري ماذا يقول حينها من دفاع وحكمة وعن ماذا يسكت
من غباوة ومسالمة....

أما عن قلب هذا الإنسان عند سماعه تلك الكلام السامّ فقلبه
يبدأ أن يجفّ من المشاعر الإيجابية والمعنويات العالية..

وروحه كأنّها حين ذاك تشعر بأنّها تُزَف؟!.....

"زمن فصل الشتاء الساكن"

زمن فصل الشتاء الساكن يغطّي بنقيّه وبياض ثلوجه كل شيء داكن..

لكن شتاؤنا هذا صامت أم صريح؟!....

هل هو الفصل الذي يريح الروح أم الفصل الذي يذبح القلب الذبيح؟!....

كيف يشعر المرء في هذا الفصل؟!!

ما هو حاله تجاه الشتاء..؟!!!

الإنسان في هذا الفصل..

من خارجه يشعر بهدوء قويّ وبالطبع من تأثير الوسط
الجويّ الخارجيّ!

ولكن كثرة هدوئه لهذا الفصل

تبعث في النفس الداخليّة للإنسان الضجّة كضجيج البركان
في الحدّة

فالكأبة في بعض الأحيان تسيطر عليه جرّاء كثرة هدوئه
ولفحة برودته لجوّ هذا الفصل

وأحيانا يشعر بارتياح عارم يجتاح القلوب عند النظر إلى
الثلج الصافي

والمطر الصارم...

الذي يظللّ ينهلّ باضطراب وارتباك...

وأنذاك يشعر المرء بحاجة للعجلة والسرعة في هذه الحياة..

و عند النوم الخافت وإحساسه بالبرد الصاعق...

يشعر الإنسان باحتياجه لدفء الروح التي حالما تدفأ تشعّ
من جسده حرارة الأمل برب الروح.

"ما معنى الحب"؟؟!

ما معنى الحب

أيعني الحياة أم الممات؟!!

أهو انتعاش أم ارتعاش؟!!

هل يكتفى به أم هو من يكتفى منا؟!!

أتشعل به نار الغيرة أم دفؤها...

هو النور أم الشرور؟!!

هو كشمس ساطعة أم كنار متوهجة؟!!

هو ماذا؟!!

هو الظلام أم النهار؟!!

هو الشفاء أم الداء؟!
هل يستحق الحب التضحية ولكن تضحية الحب هل ستجعلنا
ضحية؟!!

"الكلام له أثر"

الكلام يؤثر بشكل كبير فإمّا أن يؤثر كتأثير السمّ القاتل أو
كتأثير لقاء بعد شوقٍ جائرٍ؟!.....

"حلاوة الأطفال"

الأطفال الصغار يجلبون لحياتنا مشاعر نريدها أن تصاحبنا
بدوام

وهي الأمل والأمان

تكفي بسمتهم وضحكتهم لانتشالنا من التعب والألام إلى
السلام والاطمئنان ..

لكن لم الأطفال الصغار تكفل دائماً بأن توقف عبرات أعيننا
عند نزولها!!

لماذا هم يبقون محطّ الأمل عند أشدّ ألمنا

أهل السبب هو..

نعومتهم وصغر أحجامهم ...

أم عدم استيعابهم لما يحيط بهذا الكون من هموم وأثام.....

أم أن قلبهم النظيف من المشاعر السوداوية كالكراه والبغض

أم...الخ

*هم كتلة من البراءة

*الابتسامة تبقى شعارهم

القسم الثالث:

قسم المقالات التكوينية:

*تفكر لترتقي..

*ابتعد عن كل يثبطك ويؤذيك وتمسك بكل ما يفيدك ويقوبك

*حلق في سماء الفكر القويم لتسمو وتعلو فهذا القرار الحكيم

"ثناءك مرتبط بإثباتك"؟!

لن تمدحك الناس إن لم يكن هناك شهادة أو برهان لإنجازك
أو إبداعك...

أو لربما شهرة لمهارتك..

فالبشر تريد دائما منك الإثبات

فلو كان عمالك قيّم وثمان سيهمل إن لم يكن هناك تسليط
ضوء عليه سابق...

والعكس صحيح

فحتى لو كان عمالك صغير سيكبر في نظر الناس إن كان له
تأثير مزخرف...

من الممكن أن الناس تأخذ بالشكل وتنسى المضمون...

وكأنها تحب الرتوشات وتنسى الاحترافات!!

"سيادة المشاعر في لحظة الغضب"!

النصيحة والوعظ للإنسان في لحظة غضبه تضر لا تنفع

وهذا الضرر يكمن في زيادة تهيج غضبه أو لربّما لزيادة

جلد ذاته وتشتت انتباهه... فالإنسان في لحظة ثأره يرى

صعوبة في تقبل المنطق ولو كان يريد الصواب...

وينجذب لهوى مشاعره ولو كان مدركاً لخسارة هذه

المجازفة...

باختصار في لحظة غضبنا وتشتتنا نقاوم الحقيقة ونستجيب

لرغبة مشاعرنا....

مشاعرنا فقط!!

"كثير من الناس أصبحت ترى العرب العرق البخس في
العالم"

تمسكنا بكل مافي الغرب من أفكار إلى مبادئ..

ونسينا كل مافي أصل العرب من أصالة إلى نبل..

لم أصبحنا نخلط الأمور ببعضها ونطغيها على بعضها؟!..

هذا ليس بأمر عادل طبيعي...

فإن تعقدنا من جزء من الكل لا يعني أن الكل أصبح سبب
تعقدنا ونفورنا...

نحن أصبحنا نستهمين كثيراً بكرامة العرب..

أصبح العرب محطّ السخرية..

العرب ليس حثالة لمن شوّه فكره

#العرب أصل لكل أصيل..

"أصعب ما في الوجود هو القيام بعد القعود"؟!!

الفشل المتكرر يعني الانخزال من الذات المستمر...

وإن كان الفشل متكرر

كلمة "متكرر" بحدّ ذاتها تعني أن الاستسلام ليس له مكان
وأن الأمل مازال بأمان...

أقسم لكل من ذاق الأمر من المرّ

وبالرغم من هذا حاول ثم حاول ثم حاول
أنه جدير بالعظمة..

لمجرد ثبات قوته رغم الهزيمة..

لمجرد محاولته التي رافقها الإصرار والتمسك حتى الوصول
إلى نتيجة سليمة....

"فقوة الإنسان الحقيقية أراها تكمن في المحاولة الثابتة وليس
بالنجاح المستمر"؟!!

"في مجتمعنا هذا"؟!!

المجتمع يؤثر بشكل كبير على الإنسان وقدراته...

فإمّا أن يكون المجتمع مساند أو عائق...

لدينا الكثير من المفهومات الخاطئة حول كثير من الصفات
والسمات الراقية التي يتميّز بها الإنسان عن غيره؟!....

أولاً:

سمة الصمت:

فمثلاً الإنسان الكثير الصمت في مجتمعنا

يعتبر أنه إنسان لا يجيد الكلام أو أنه يحقن في نفسه الكثير
على فلان وفلان.....

ولو تعمقنا أكثر في فن الصمت لوجدناه أنه فن لا يحترفه
الكثيرون...

أنا لا أدعي أن يكون شعارنا السكوت..

لكن الصمت في بعض الأحيان يجدي...

ففي مواقف عديدة بيننا وبين الكثير من البشر ،يكون الصمت
سلاحنا.....

والصمت يكون على النهج التالي:

هدوء اللسان وتفكر العقل بعمق دون زيادة أو نقصان...

والسمة الثانية :

سمة الهدوء

فهدوء الإنسان في مجتمعنا يعني برودته وفتوره؟!!!

لكنّ معنى هدوء الإنسان الحقيقي هو التروّي والتأني..

وأرى أن هناك رابط وثيق بين هدوء الإنسان وصمته؟!.....

السمة الثالثة:

سمة العزلة (المؤقتة)..

لكن في الحقيقة الناس تمزج بين مفهوم العزلة والوحدة؟!..

لكن ليس كل إنسان منّا ينعزل عن الآخرين لفترة معينة يعني أنه يعاني من وحدة...

فهناك إنسان يرى في العزلة الراحة والتمكين النفسي له..

فبعض منّا تكفيه العزلة مع شرب فنجان من القهوة وسماع موسيقى هادئة لاسترجاع قوته وهمته إلى هذه الحياة..

والبعض يروّح عن نفسه من خلال عدة أمور كالتكلم مع من
يحب أو ممارسة بعض المواهب:

كالرسم...

كتابة..

غناء..

رقص....

فبالنهاية

يستوجب علينا أن نعتزف أنّ لكل منّا طقوسه وأجواءه
الخاصة به ..

لكي لا نستغرب من أي شيء بعيد عن هوى قلبنا وتفكير
عقلنا...

وأخيراً

"لندع كل إنسان منّا وشأنه"

"القلب النظيف المحب"

الأشخاص الذين يزيّن قلوبهم محبة الآخرين وتمني الخير لهم
جميعاً...

يمكنثون في قلوبنا ويسكنونه رغماً وليس رغبة؟!!

"فجوف المحبة يكون هو تمني الخير بإخلاص"

وعندما يحبك أحد ستشعر أنك أحببته أيضاً أنت بدون
السيطرة

بمجرد أن كان هذا الشخص يحمل لك مشاعر طيبة منمقة
بالخير لك..

فإن أردت أن تكسب قلوب الآخرين..

دع قلبك نظيف تجاههم

دعه نقي كنقي الثلج..

لا يحمل أي من المشاعر السوداوية التي من سيمها الرئيسية
الكره والحقد...

سأنوه على أمر ما...

لنسال أنفسنا سؤالاً مهماً.....

في بعض الأحيان..

هناك أشخاص نكرهم كره أني...

ولفترة محددة

بسبب مواقف معينة...

لكن بشكل عام نحن نكون نكمن لهم جذور المحبة في قلوبنا..

ولكن هناك أناس تنزعج من نفسها أن تكون كهذا النمط..

اي ألا تستقر فروع محبتها لأشخاص معينة..

لكن هل يا ترى نحن كبشر نستطيع أن نتحكم في تلك
المشاعر التي ربما تكون أنية..

لم لا نفكر قليلا قبل إعطاء الإذن لتلك المشاعر السلبية
المبغضة...

هذا التفكير الذي يتمحور حول شيء اسمه المقارنة..

بالمقارنة بين الحالتين نستطيع في بعض الأحيان أن نسيطر
على هذه المشاعر..

والمقارنة أقصد بها التخيل...

فإن تخيلنا الحالة الأولى ولنفترض

أنها حالة كره الآخر..

دعونا نتصور حدوث هذه الحالة بكل ما يحاوطها..

من شعور الطرفين إلى النتائج والأعراض سواء الأعراض
(الجسدية والنفسية)

فأنا أو من أن الحاقد والذي يكره الآخر

لا يشعر بطعم الراحة...

فإن تكره يعني أن تُكره

والعكس صحيح

لكن الإنسان الذي يمتلك بذرة الخيرة والطيبة

بطبعه يريد جميع الناس أن تحبه..حتى ولو لم تستحق جميع
الناس هذه المحبة..

وستصيبه حالة من الندم والغضب وتأنيب الضمير حيال هذا الأمر.

وكل هذا ربما سيكون بينه وبينه نفسه

أي سيكتفم جميع هذه المشاعر وربما سيتظاهر بالراحة والانتقام؟!.

والحالة الثانية

هي حالة الصفح والعفو...

فعندما يصفح الإنسان...

يشعر بشعور لا يماثله أي شعور...

لو قارنا بين شعور الكره (عدم الغفران)

الحب (الصفح)

لوجدنا أن الصفح يزيد المحبة

وعدم المسامحة تزيد الغمامة السوداء بين الطرفين...

الصفح يجلي القلوب...

ويطهرها..

الصفح يجعل الإنسان يشعر بالتميز؟!..

لأن قليلا من الناس من تستطيع أن تصفح عن الآخرين
وخاصة عند أشد المواقف وأصعبها....

وأیضا يجعله يلتمس بنفسه الرضا (رضا النفس والرب)

وأنه قدوة لمن في الأرض من أناس...

بالصفح يزيد السلام والود...

وبالعفو عن الآخر نتحد وتقوى عزيمتنا....

الكره يشتت القلوب ويبعد الدروب..

وفي النهاية:

أعلم أن ليست استجابة الناس جميعهم متماثلة لهذا التفكير
(المقارنة)

والسبب يكون عدم إعطاء جميع الناس الإذن لهذا التفكير
وربما التمسك بفكرة الكره؟!....

"هاجس الخوف"

الخوف ليس مجرد شعور يهدّ كيان الإنسان..

الخوف تأثيره يكون على نطاق واسع..

فتأثيره على مشاعر قلب الإنسان ..

يصحب معه العقل نحو أفكار وصور وتخيلات سلبية

"بمعنى هواجس"...

فعندما نخاف من عدم وصولنا إلى أمر ما...

تبدأ سلسلة أفكار سلبية تدور في عقلنا حول عدم الوصول
إلى هذا الأمر والنجاح به..

ونهمل التركيز بلا شعور على مفهوم الوصول والنجاح في
هذا الأمر..

فعند الخوف يشعر الإنسان بالخطر وتتهيج دقات قلبه...

فيثار عقل الإنسان بكلمات عديدة تتحد هذه الكلمات جميعها
بمعاني الوجود، فهذه الكلمات تكون تتصف بالقسرية
واللزوم...

و تؤدى هذه الكلمات إلى تشكيل شبكة من الأفكار السلبية
حول العمل الذي جعلنا نشعر بالخوف من عدم النجاح به..

وبسبب شعورنا بالخوف يعلن تفكيرنا الاستسلام لتلك الأفكار
السوداوية...

بسبب تعمق تفكيرنا بها...

وبهذا تكون تلك الأفكار قد دعمت وتشبّت جذرها فتطغى
على أية فكرة إيجابية...

ويصبح كامل السيطرة لها؟!!!

"الفراغ المتكامل"

فراغ الإنسان في الحياة

أي فراغ قلبه وعقله وجسده في أن واحد؟!!

فراغ الإنسان هو عبارة عن سلسلة متكاملة

فمثلاً فراغ القلب من الشغف في عمل ما يؤثر على استجابة العقل برطوبة للتفكير في هذا العمل....

فلو افترضنا أن هناك شخص مشتاق بتلهف للدراسة فحتماً قلبه سيكون يملؤه الشغف للإحساس بإنجاز هذا العمل وبالتالي سيستجيب عقله للتركيز في الدراسة بنسبة كبيرة

عكساً ما نراه في شخص مصاب بالفتور من الجدّ بالدراسة

فهذا الأمر يزيد العقل صعوبة للتركيز والتفكير في هذا العمل

نتيجة لذلك سيبقى هذا الإنسان إنجازة قليل وسيتخلله
العرقلة...

أما عن فراغ الجسد...

فراغ الجسد يجتمع به فراغ العقل والقلب

فإن فراغ القلب من المشاعر الإيجابية التي يرافقها الحماس
تجاه عمل حركي (كالرياضة)..

ستكون استجابة الجسد للعمل ضئيلة وشاقة..

وذكرت سابقاً أنّ فراغ القلب من مشاعر معينة يؤدي إلى
فراغ العقل من التفكير المناسب تجاه تلك المشاعر..

وبالتالي قد تتوقف أو لربّما سيصعب علينا أن نكون حافلين
بكل ما يحتويها من جوراح وو... الخ

"كيفية التفكير الحكيم"

التعامل مع الناس والاختلاط بين الناس ليس بالأمر الهين...

ربّما سنصادف في حياتنا فئات من الناس متفاوتة في السمات..

لاسيّما التفكير بشكل كبير؟!...

سيجعلنا هذا الأمر نشعر بعرقلة كبيرة بالتعامل معهم؟!...

فإن جلسنا بحوار مع شخص معين، ثقافة أفكاره نحو وجهة محدّدة...

ليبقى نقاشنا وحوارنا معه ضمن نقاط ودائرة هذه الثقافة...

لكي نتمكن نحن الاثنان من سلامة هذا النقاش المعنوية والفكرية...

ولكي يكن مرحّب بنا بأي من المجالس...

يجب أن نتّبع أصول نجاح هذه المجالس...

لو افترضنا رجلين أحدهما تميل ثقافته بشدّة نحو الأخبار
السياسيّة وأحدهما للأخبار الرياضية...

فبالنقاش بين هذان الرجلان لا بدّ أولاً أن يتحدّ النقاش نحو
فكرة معينة...

لنفترض الحديث أنه كان حديث الأخبار الرياضية

والرجل الأول كان يكثرث اهتمامه أكثر للأخبار السياسية
حول العالم

فحتماً خبرته بالأخبار الرياضية تبقى أقل...

من الرجل الثاني...

فبهذه الحالة على الرجل الثاني الشديد العمق بالأخبار
الرياضة

عليه أن يتكلم عن الرياضة بأسلوب بسيط دون الشرح
العميق وبدون تفرّج بالأفكار الرئيسية حولها

ومن كلمة إلى كلمة سوف يعلم مدى ثقافة الرجل الآخر
بالرياضة وأنواعها..

ولكي يتمكن من استمرار النقاش بطريقة تسهل على الرجل
الأخر...

دون إصابته بالارتباك والضجر.....

"فلكي نبقي متفاهمين ومتفقيين مع الجميع يكفي أن نعامل كل
امرئ وفق مستوى تفكيره ونمط علمه وحيث مبادئنا وقيمنا
الأخلاقية"

"هذا العالم"؟!!

نحن كبشر حقيقيين لا ننسى معنى العلاقات النقيّة التي تزيّنها
معنى الإنسانيّة....

لكن هذا العالم طغى عليه معنى الجشع والماديّة وأصبح
أغلب ناسه تذهب بهرولة نحو المقامات ونسيان
الكماليّة؟! دون الالتفات إلى الوراء أو وحتى تذكر معنى القيم
الأخلاقيّة?!!!

فتلك الناس يعرفون تمام المعرفة معنى العلاقة الصادقة
الطاهرة....

لكن لا يدركون الإدراك الكامل لآثار اتباعهم علاقة
المصلحة فقط مع الآخرين!؟

جعلنا هذا العالم نقّس النّاس المعنويّين

الذين يزيّنهم معنى الإحساس...

أرى أنه ينبغي علينا أن نتمسك بهؤلاء الناس بشدة

فهؤلاء الناس لن يغيرهم أيّ حال؟!.....

"التفكر والإحساس أساس التعبير"

ليس بالضرورة لشخص يعبر عن مشاعر معينة بكل ما يحاوطها لتلك المشاعر سواء من ألام أو سعادة أو.. الخ

ليس بالضرورة لصاحب هذا الكلام والتعبير أن يكون مرّ بتجربة خاصّة حول هذه الأحاسيس....

فلا داعي للتجارب الخاصّة دائماً لكي نستطيع أن نعبر عمّا في هذا الواقع والكون...

يكفينا التفكّر والإحساس بأي شيء حتى نستطيع أن نوسع مدى فكرنا وتعبيرنا...

فالإحساس ارتباط كبير بفكر الإنسان

وعلم الإنسان يثبت ذلك...

فعن طريق السيّالات العصبية الحسيّة يحدث لنا الإحساس

وأنا يهمني في هذا الكلام الإحساس "المعنوي" الذي ينبع من القلب..

وحينذاك تحدث لنا الاستجابة الفكرية لتأثيرات السيّالات الحسية التي تجري في العقل بشكل عام....

أنا ليست غايتي في هذا الكلام أن أوصل معلومة طبيّة

فأنا أودّ بهذا الكلام أن أعني بأن الأحاسيس بشكل عام مرتبطة بتفكير الإنسان..

وأيضاً أودّ أن أقول أوّلاً بأنّه لا داعي فقط للمؤثرات أن تكون داخلية ونابعة من دواخلنا حتى نستطيع التأثير والاستجابة المعنويّة

فهناك أيضاً كثير من المؤثرات الخارجيّة

سواء المواقف عامّة

أو من خلال التلفاز أو ما يخصّ وسائل التواصل الاجتماعي

أي :

"السوشال ميديا".....

"الإحساس بالآخر"

كل شخص في يومنا هذا يعيش ظروفه وألامه الخاصة...

لكن صحيح أنه تختلف حدّة وفجاعة مصيبة عن مصيبة...

لكن بالنهاية جميعهم تحت مسمى مصائب..

أي ألم وهم ووجع....

حبّذا لو لم نكن أنانيين في الإحساس؟!.....

أصبحنا في عالم نحتاج به لإثبات شدّة ألمنا؟!.....

جعلنا هذا العالم نريد الاتحاد والاعتراف جميعاً بشعار

الشعور بالألم!!!!

ليتنا نعلم أن الإحساس بالأخر يفوق كل شيء....

أعظم ما يمكن أن تقدمه لإنسان يعيش أنين بداخله هو
الإحساس به..

أن تشعر بأحد لا يعني فقط أن تصغي له بأذنانك بل أن
يصغي له قلبك قبل أي عضو آخر من جوارحك

حبذا لو دمعت عيناك دمة مليئة بصدق الإحساس
والمحبة...

فإن أردت الإحساس بالأخر

لا عليك بكثرة الكلام من اللسان

يكفي أن يتكلم قلبك فهو أصدق بالكلام!؟

"الجنة بلا ناس ما بتنداس"

هذا المثل لو تعمقنا به لوجدنا الكثير من الأفكار والأمور
التي تدور حوله؟!...

نحن كبشر في جميع أحوالنا بحاجة إلى من يقف بجانبنا
ويساندنا في جميع خطوات حياتنا ...

ولكل فئة من الناس لها دور في حياة الإنسان..

فالإنسان بحاجة إلى من يدعمه ويسانده في كل لحظة من
حياته

في فرحه وفي أحزانه

عند ألامه وعند شدائد مصائبه

فعند الألم يحتاج إلى من يروّح له عن نفسه ويفرّغ عنده
ألمه من خلال ضمّه بشدة ومسك يده بقوة...

هذا الشخص الذي تتجسد به الطيبة والإحساس بالآخر..

فحقاً نحن نحتاج عند وجعنا إلى من يشعر بنا..

وعند الفرح يحتاج الإنسان إلى من يفرح معه بمناسبة فرحه

كالفرح بالنجاح والإنجاز...

هذا الشخص الذي يريد لنا الخير من أعماق قلبه..

هذا الشخص الذي يمتلك القلب النقيّ الصافي...

وعند اتخاذ قرار مصيري يحتاج الإنسان إلى من يمتلك سداد
الرأي والعقل الحكيم...

ففي بعض الأحيان عند اتخاذ الخطوة الحاسمة والقرار
المصيري نحتاج إلى هذا الإنسان الذي تتمثل به القوة
والجرأة....

الذي يضغط على قلبه من أجل تحقيق نهاية الطريق!!؟

ولكن في النهاية جميع فئات الناس يجب أن تمتلك صفة
واحدة وهي التشجيع

تشجيع الإنسان مهما حدث له ومهما اشتدّ كربه...

أيضا يجب عليهم جميعاً أن يتحدّوا على كلمة واحدة لهذا
الإنسان

وهي "الأمل" حتى في أشدّ الظلام!....

"تعلق الطرف الآخر" ..

التعلق جميل عندما يكون تعلق طبيعي دون مبالغة..

أما عندما يكون تعلق يتغلغله المرض

فهنا المشكلة...

فالتعلق المرضي لن يؤثر فقط على الطرف الآخر

بل أيضاً على المتعلق بحد ذاته...

ربما يفكرون الناس أن المتعلق بحبيبه يكون بحالة رضا
وبراحة نفسية جيدة

لأنه متعلق بحبيبه؟!!

لكن ليتنا نعلم بأن المتعلق بحبيبه بإفراط

ليس براضٍ عن هذا الشعور الذي ينتابه رغماً عنه..

هذا الشعور الذي يخبّط حياة الطرفين..

وليس الطرف الآخر فقط من يصبح يكره حياته...

فالتطرف المتعلق يكون يعاني من داخله وخارجه...

فداخله يكون مضطرب من هذا الشعور والتصرفات السلبية
المبنية على هذا الشعور..

وخارجه يتهدّم عندما يرى محبوبه أصبح يكرهه وينفر منه!

هذا التعلق مشكلة لها جذور كبيرة...

منها الفراغ...

كالفراغ العاطفي ..

أو مشكلة فقدان المتوالي..

كفقدان أب أو حبيب أو... الخ

أيضاً مشكلة

الحياة الفارغة..

عدم الإنجاز..

عدم وجود هدف نسعى إليه برغبتنا.....

"نصائح قصيرة"

إن كنت تريد شخصاً لك فقط فاعلم أنك ستخسر هذا الشخص يوماً ما...

اهتمامك الزائد بأي أحد سيجعلك تدفع ثمن التجاهل....

فنّ التجاهل لا يكون أثره سلبي دائماً بل أحياناً هذا الفن يفيد....

فالتجاهل البسيط بين العشيقين ينفع في بعض الأحيان..

كمثل تجاهل نظرة ينتظرها العشيق من قبل عشيقته..

فكبرياء الأنثى أمام حبيبها يدفع مشاعر قلب حبيبها

نحوها أكثر...

وكأنّ جاذبيّة المحبّة تزيد عند زيادة الكبرياء لدى الأنثى؟!...!

عكساً ما نراه...

في الأنثى التي تهتمّ وتفرد في اهتمامها في حبيبها..

من نظرة إلى كلمة؟!!

ومن غيرة إلى تفقّد؟!.....

"ما الفرق بين التجربة العمليّة والدراسة النظريّة"؟

(وجهة نظر)

مثال:

تجربة المرض تشابه دراسة المرض؟!!

ونستطيع أن نطلق على تجربة المرض "بتجربة عملية"

فعندما نمرض أي نوع من الأمراض لأعوام طويلة

سنكون تقريباً قد درسنا هذا المرض من أعراض ونتائج
وأسباب بشكل غير مباشر

باستثناء شيء اسمه الإحساس بالألم □!؟!

أما إن كنا ندرس هذا المرض كدراسة نظرية فهنا بالطبع لن
يرافقنا الألم سواء ألم نفسي أو جسدي

لكن بالدراسة ستكون صورة المرض لدينا مقيدة ومحدودة...

أما عند خوض التجربة في الحقيقة سيكون مفتوح ومتاح
مجال للتعرف على المرض أكثر

واستيعاب لصورة أفكاره أكثر.

"الاعتماد الكلي على أحاسيس القلب يجعل حياتنا في تدهور"

اعتمادنا الكامل في الحياة على الأحاسيس المرهفة
والعواطف الجياشة يفيدنا كحلّ أني قريب ولكنه يخسرنا
خسارة ربّما تكون بمثابة قرار مصيري....
وبالمقابل تحيّننا لرأي عقولنا ومبادئه الحكيمة....

توجع المشاعر لفترة مؤقتة

ولهذا السبب نحن نفضّل..

بل إن صحّ الكلام ضعفنا يكثرث لميول المشاعر في اتخاذ
القرارات الحاسمة..

بسبب رؤية الأمان بها

لكن في الحقيقة هذا الأمان يكون مزيف

تزيفه أفكارنا بوجهتها وإطغاء الإيجابية فيها....

ومن وجهة نظر

أنا نحن كبشر...

هوانا وضعفنا جذبنا للحظة القريبة الأنيّة...

على عكس رأي العقل الحكيم

الذي لا يتسرّع بالحكم واتخاذ القرار فهو يتصور الحالتين:

حالة رأي القلب

حالة رأي العقل

ومن ثم يوازن بينهما ويفكر بتخطيط وتآني من غير أيّة
عجلة..

حتى ينتشل من كلا الرأيين ما يريد ويحظى بالرأي السليم
السديد.....

"في التآني السلامة"

عندما ندرك شخص ما، أنه منهُك..

حزين...

لأي سبب من الأسباب..

(حتى ولو كان هذا الشخص له دور في جعل ذاته في هذا
الحال)

إن أردنا الوقوف بجانبه ومساعدته..

فليس من الصواب أبداً

في بداية الحديث معه أن نفتح النقاش بجملة

لماذا هكذا فعلت؟!..

بل لنحاول أن نتكلم معه بطيب الكلام وأن نجعل كلامنا معه
رطب..

فمن الممكن أن نكون مسالمين حياديين في الكلام

أو حتى لو اضطررنا في البداية أن نقول (معك حق)!!

فنحن نرغب مساعدته

ولكي نساعده في حل المشكلة

يجب أن نخفف عنه حدة ألمه وأجيج نار قلبه

لكي يرتاح لنا أولاً ومن ثم ليستجيب لكلامنا

فلا يجب أن نجور عليه ونزيد ألمه ألماً

فبداية المساعدة لا تكون بالزجر والردع وإحساسه بتأنيب
الضمير حتى ولو هو من كان المخطئ...

لأن في هذا الكلام وهذه القسوة لن يستجيب وسينفر

ومن الممكن أن يرفض الحديث تماماً..

وبهذا الحال سوف يكتم جرحه وألمه وسوف تذهب المساعدة
وسنزيد الأمر سوء

وسنشعر نحن الذي رغبنا بمساعدته بالفشل والقهر حيال ذلك
الموقف...

وخاصة إذا كان هذا الإنسان المتعب قريب لنا ومحبوب من
قبل قلوبنا..

فلا تستهينوا بنطق أي كلمة من لسانكم دون تدبّر وتمعّن في
المعاني والآثار...

حتى ولو اضطررتم أن تخططوا للكلام قبل البدء بأي حوار
ولو كان هذا الحوار في نظر الناس لا يستحق التأنى!!....

فالعفوية والبساطة صحيح أنها إيجابية وتبعث في نفس
الإنسان روح المداعبة والفكاهة

لكن ليست بجميع المواقف

"عامل بالرفق والطيبة"

المعاملة السيئة التي تقلل من تقدير الإنسان سواء أن كانت هذه المعاملة من خلال ذم هذا الإنسان ولومه أو التجريح في قلبه...

والتقليل من شأنه أو.. الخ

فإن تلك المعاملة كفيلة بأن تحوّل كل شيء إيجابى في عقل الإنسان إلى كتلة من السلبية في تفكيره...

هذه المعاملة تترك شحنات سلبية في قلب الإنسان لا يزيلها سوى كلمة طيبة...

أو تشجيع على عمل ولو كان هذا العمل ليس بأهمية كبيرة

وإن لم نحاول أن نساعد هذا الإنسان..

فهذه الشحنات السلبية ستتفاقم وستؤثر على حياة الإنسان
بأكملها

فمن الممكن لتلك الشحنات التي شحنت هذا الإنسان بمزيد
من الإحباط والتشاؤم..

أن نستبدلها بشحنات أكثر إيجابية

بشحنات تجعل هذا الإنسان يشعّ من جديد بالأمل والطاقة
الإيجابية...

كالوقوف بجانب هذا الإنسان ودعمه بدوام...

ربّما لا ينبغي علي أن أعمم في كلامي هذا

فمن الممكن أن نرى أشخاص قوتهم جبارة..

لا تؤثر عليهم هذه المعاملة، بل إن صح التعبير

هذه المعاملة لا تؤثر على حياتهم ومسؤولياتهم..

ولكن هذا الشيء لا يعني أن تلك المعاملة لن تؤثر على مشاعر قلبهم وعلاقتهم مع صاحب هذه المعاملة...

فحتى هؤلاء الأشخاص سيتحملون الآثار السلبية لتلك المعاملة الرديئة وسيقاومون وسيضغطون على أنفسهم لمواجهةها بكل ما فيهم من قوة...

في النهاية...

أرى أن ردة فعل الإنسان على هذه المعاملة ستكون مختلفة بحسب طبيعة كل إنسان...

"الرب قوة"

يقولون أنّ الأمل يجعل المستحيل حقيقة..

وأنا أقول أنّ الرب هو من يورث الأمل ومن هنا تصنع
المعجزات □ □

الرب في نظري هو الأقوى والأكثر رسوخاً وثباتاً للأمل....

فحبنا لله سبحانه وتعالى هو من يجعلنا نخلق الأمل من
صلب صخر الحياة..

أيضاً عندما نحب أحداً من قلبنا حينها سيتسأل الأمل إلى
حياتنا تدريجياً

حقاً أنني أرى الرب أساس انتعاش الحياة

الرب بين حبيب ومعشوقته...

الحب بين الأصدقاء...

الحب بين الأخوة..

الحب بين الأقرباء

و... الخ

فعندما نكون أهل للمحبة ونحب صدق المحبة نعيش في عالم آخر..

عالم مليء بالعطف باللطف، بالرحمة، بالرأفة، والرفق..

صدقاً نحن في زمن نتعطش به للحب القريب من قلوبنا
والبعيد عن أنظارنا...

أتدرون ما معنى الحب الحقيقي بعيداً عن الإعجاب وخفقان
القلب

رأيت وسأرى وما زلت أرى

أن الحب الحقيقي هو التضحية...

الحب حلم وصبر...

الحب أمانة..

الحب وفاء وإخلاص..

الحب تعاون ..

الحب بشكل عام هو تمنّي الخير لغيرنا..

الحب هو النية الصافية الصادقة من أعماق قلوبنا..

هنا يكمن معنى الحب الحقيقي ونكون قد أعطينا الحب مزاياه
الرئيسية

تحب شخصاً وتتعلق به

تتفاعل في الحياة من خلاله

تحيا في الحياة من جديد من مجرد كلمة يتفوه بها إليك..

الحب هو من يحرّضك ويحثّك على العمل..

على القوة...

على البدء من جديد.....

من كان يحبّك حقاً حتى ولو كنت أنت لا تميل إليه فإنه حتماً
سيأتي يوم ويرغمك على حبّه

فالاهتمام هو الحب...

وبالعكس تماماً

من تحبه ولا يحبك سيأتي يوم وتنساه وتطوي صفحته

فالتجاهل هو عدو الحب!..

"مراحل راحلة"

كل شيء إلى زوال..

زمننا هذا في زوال..

رحلتنا في هذه الدنيا إلى زوال..

نولد أطفال نكبر ونترعرع إلى أن نصبح أشبال..

وهكذا حتى أن نصير كبار....

لكل مرحلة عمرية مّيزة أنيّة.....

المراحل العمرية هي فترات أنيّة في زمنها ومخلدة في
أثرها....

تشدني كل مرحلة نحوها بفضل مزاياها...

وتبعدي كل مرحلة عنها من أجل الخوض في رحلة في غير
مرحلة..

ولكن بالنهاية

حياة الإنسان ما هي إلا مراحل وهنيئاً لمن أعطى كل مرحلة
حقها وألزمها حدودها واتعظ من خلال تجاربها والخوض
فيها..

كل مرحلة عمرية يوجد بها التعويض من ناحية والفقدان من
ناحية أخرى..

وكانها عملية هدم وبناء..

فمرحلة الطفولة مرحلة يكون بها الإنسان ضعيف في
القدرات الجسدية والعقلية..

يكون فكره بها محدود..

فلا يشغل فكر الإنسان في هذه المرحلة سوى اللعب واللهو والمرح وكيفية الحصول على الفرح والسرور البسيط ويتجلى هذا، مثل خلال سعي الأطفال بشتى الطرق لكسب قطعة من الحلوى أو للحصول على هدية بسيطة...

ولكن إنها مرحلة يكون بها الإنسان نقيّ النية..

صافي القلب

يكون بها الإنسان خالياً من الهم والغم...

وتكون اللامبالاة هي مبدأه في هذه الحياة...

فكم نحن بزمن نفتقد به الطفولة في قلوبنا وتفكيرنا..

كم نحن بحاجة للبراءة كبراءة مظهرهم...

وللابتسامة الصادقة كابتسامة مبسمهم...

نحن في زمن يريد تكرار أحداث الطفولة...

نحن في زمن يريد تخليد مواقف الطفولة في ذواكرنا.....

إنها مرحلة الطفولة

وماذا عن مرحلة الشباب

مرحلة القدرة البدنية والعقلية

مرحلة القوة في كل شي..

مرحلة السعي والإنجاز..

مرحلة تحديد المصير..

مرحلة حسم وجهة المستقبل..

إنها مرحلة التجارب بعثراتها ومطباتها ومغامراتها...

وأرى أن هذه المرحلة هي المرحلة الأهم في حياة الإنسان

وأنها المرحلة التي يوجب بها على الإنسان استغلالها...

وها هي مرحلة الشباب...

نأتي الآن إلى مرحلة الكمال ومرحلة الشيخوخة

مرحلة الكمال مرحلة النبوغ العقلي و مرحلة الشيخوخة
مرحلة الوهن الجسدي وهي مرحلة تشبه مرحلة الطفولة من
ناحية القدرة البدنية المثبطة

ولكنها تختلف عنها من ناحية

الاتزان والحكمة..

وأرى أن ما وجد الاتزان والحكمة في مرحلة الشيخوخة إلا
بفضل أخطائنا في المرحلة اليافعة

فمرحلة الشباب محطّ الأخطاء ومصدر الخبرة في المرحلة
الأخيرة في حياة الإنسان..

وفي نهاية الحديث

أودّ الوصول إلى فكرة

أن المراحل العمرية التي يمر بها الإنسان هي مراحل
متكاملة

(تكمل بعضها البعض)

"التربية مسؤولية"

التربية تتطلب القليل ولكن ذاك القليل يتطلب الكثير..

التربية ليست بالضرب والعنفوانية..

التربية بالأسلوب والكلمة الطيبة..

التربية بالحوار وليست بالشجار..

التربية بالاهتمام وليست بالإهمال..

التربية ليست فقط بالطعام والشراب والنظافة والكسوة فليست
بالإشباع الجسدي فقط فالإنسان بحاجة لكثير من الإشباعات
الدينية والروحية والنفسية

فينبغي أن ندرك شدة أهمية ذلك الأمر

"علينا أن نوسع مدى وأفاق رؤيتنا"

ينبغي علينا التروّي والتأني في الحكم والتعمق في التفكير
دون التقيد به...

وتركيزنا على تفاصيل معينة ليست أساسية ورئيسية في معنى
الحدث تجعلنا نحكم بشكل خاطئ...

"الاكتئاب"

الاكتئاب اضطراب في دماغ الإنسان فهو مرض نفسي
حقيقي وله وجود وليس كما يقول البعض المتشددّين في الدين
بأنه مجرد حزن يذهب عن طريق التقرب الى الله و... الخ

صحيح أن العبادات والطاعات تكون روحانية

ولكن هذه العبادات ليست الحل الجذري لمرض الاكتئاب إنما هي لها دور وتساعد في تخفيف حدة الاكتئاب وأعراضه

ولكن لا تقضي عليه تماماً...

فالإكتئاب هو عبارة عن اضطراب نفسي ناتج عن التصاق
ذكريات الماضي في العقل...

كوجود مشاهد وصور وأفكار تترجم معنى الفقدان والخسارة
الآن سواء (في المجال العاطفي، المهني، الدراسي)

وهذا الفقدان يتلاعب في مشاعر وعواطف القلب

للوصول الى أقصى درجات الحزن والعزلة والانطواء...

ويكون تفكير العقل أثناء اضطراب الاكتئاب على النهج
التالي

نجاح في الماضي فشل في الحاضر.

حب في السابق وفقدان الآن...

أما عن القلق فأراه عدوّ نجاح الإنسان في المستقبل...

عدوّ لراحة جسده..

ولطمأنية قلبه.....

وكأنما عند وجود القلق لا داعي لإرادة الإنسان...

"تعطى السيادة له"!!!!

"الترغيب والترهيب"

إنني مع فكرة الترغيب في أي فكرة أو أمر إيجابي ، فأنا لا
أؤيد الترهب ولا أرغبه بل وحتى لا أتقبله...

أنفر منه حتى أجعله ينفر مني...

أنجذب لفكرة الترغيب والليونة...

أشعر وكأنني أصبح في قمة الحماس وفي أعلى ذروة للطاقة
عندما أطمئن للمسبب والنتيجة...

فتحفيز عقلي على العمل وتشجيع قلبي على التقبل لا يأتي
بالزجر والردع...

بل يأتي بالليونة بعيداً عن الشدة والتشدد...

باللطف بعيداً عن القسوة....

ففي الترهيب أرى سلام للنفس دائم...

أما عن الترهيب في نظري أنه من الممكن أن يفيد وينفع وأن يدفع الإنسان للأمام...

لكني أرى أن نتيجة اتباعه واتباع أسلوبه مؤقتة..

فالإنسان بطبعه ضعيف، قليل التحمل...

وإن اتبعنا معه أسلوب الترهيب من الممكن أن يتقبل ويندمج لكن لفترة محدودة وبعدها سوف يصاب بالجزع ونفاد الصبر بسبب الشعور الذي يرافقه عند ترهيبه من أمر ما

ومن الممكن أن يصيبه الضجر وبرودة وفتور في الهمة إن استخدمنا معه أسلوب الترهيب..

أما عن الترهيب فهو الأقوى والأكثر رسوخاً من الترهيب لأنه يجذب القلب ويحيي العقل ويطمئن النفس

فمع كل هذا كيف للإنسان ألا تقوى همته وعزيمته؟!!

الترغيب هو مبدأى لاتباع الصواب

أما عن الترهيب فهو بعيد عن فكر عقلي ومشاعر قلبي...

ولكن تبقى هذه وجهة نظري الخاصة بي

وبالنهاية تختلف طباع الناس ومشاعرهم

لكني سأقول الآن شيئاً: *من الممكن أنه يجب أن تكون حالة
الترغيب والترهيب متوازنة ومستقرة في حياة الإنسان في
جميع الجوانب والنواحي

"الاحترام متبادل"

الاحترام ركن أساسي في نجاح العلاقات بين الناس..

وهو يعي التقدير في المعاملة والكلام الرطب...

أيضاً إنه يساعد كثيراً في توثيق العلاقات جميعها...

وهو كفيل بتوليد المحبة والود بين البشر...

ببساطة:

"أن تُحترم يعني أن تُحترم"

"ليس بالضرورة"

ليس بالضرورة لصاحب الكلام النظري أن يكون صاحب التنفيذ العملي والتطبيق الكامل لهذا الكلام...

وهذا الأمر لا يدعو للنظرة السلبية لهذا الكاتب

بسبب أن الكلام النظري العلمي المعرفي يظل أقل عباً من التطبيق....

فلا يوجد إنسان معصوم عن الخطأ...

ولكن هذا الشيء لا يمنع من كتابة أشياء علمية نظرية مفيدة.... بالإضافة

إلى السعي والمحاولة باستمرار للتنفيذ والتطبيق

لم؟!!

لمّ الزواج المبكر؟!؟!....

لنسمح لأنفسنا أن ننجح في أكثر من جانب وأن نعيش أكثر
من حياة...

فالعزوبية لها استقلالها الخاص..

لنجعل أنفسنا أن تعيشها بشكل مؤقت..

فبالزواج لانستطيع أن نرجع إلى كل مافي الورااء...

يظنون أنّ الزواج راحة و متعة فقط؟!!!

يحسبون أنه الاستقرار لأي فرد!!..

يفضلون الزواج وهم صغار

ألا يعلمون أن في ذلك سائل ومسؤول عن كل أمر يدور؟!!!

فالزواج مسؤولية، لأنكر أنه أمر إيجابي

ولكن لنعلم أنه ينبغي لمن يرغب الماضيّ نحو تلك الخطوة

أن يتأتى قبل اتخاذ أي قرار
"لحظات العمر لن تتكرر"

عش كل لحظة من حياتك بالشكل المناسب...

ولا تجعل لحظة في المستقبل تشعرك بالخوف

لا تجعل هذه اللحظة تضيّع عليك فرحة لحظتك الأنية...

فكل لحظة من حياتنا لا تعوّض وكل لحظة تعاش بكيفية
معينة...

"اللوم"

اللوم شعور قاسي جداً على الإنسان في أي مرحلة من
مراحل عمره

اللوم لا ينسى!؟

وتأثيراته كبيرة سواء على روابط المحبة بين الناس أو.. الخ

ولكن ماذا لو استبدلنا هذا اللوم بطريقة عتاب أفضل من
طريقة اللوم وتأنيب الضمير

مثلاً بطريقة مثلى

كإطغاء الأفكار الإيجابية والصفات الإيجابية عند الإنسان
على الأفكار السلبية والصفات السلبية التي في الإنسان الذي
نريد أن نلومه

وهذا الشيء يتمثل من خلال أسلوب دبلوماسي في طريقة الكلام..

كوجهة نظر هذا الأسلوب سيتمص كل الآثار السلبية المترتبة لهذا اللوم

فعندما تفوق نسبة الدعم المعنوي على نسبة توضيح الأخطاء بطريقة ملائمة

هذا الشيء سيجعل الإنسان يتقبل هذا التوضيح لأخطائه أكثر

وكان هذا التوضيح للأخطاء أصبح مزين ومزخرف بمزيد من الكلمات المملوءة بالإيجابي.

"يحكمنا القدر"

يحكمنا القدر ويجعلنا نُجبر على محاولة التكيف مع ظروفه
الطارئة بأي شكل من الأشكال....

لكن هذا التكيف يبقى خارجي

أي تكيف شكلي مذهري (أمام الناس)

أما أمام ذواتنا...

فداخلنا يكون مشتعل كالنيران...

فوحدها المشاعر والمعنويات

لا تسمح لنا بالتكيف بها...

لكنها ربّما تعطينا الفرصة لعدم خروجها أمام البشر وكتمانها
لفترة من الوقت

ومن ثم تنفجر تلك المشاعر والعواطف..

فمنهم من تنفجر عواطفهم عن طريق البكاء

ومنهم عن طريق دعاء الله .

ومنهم من خلال ضرب الذات والشتم...

ولكن كل هذه الطرق ماهي إلا وسائل للترويح عن نفس
أنهكها قدر محتّم عليها...

قدر جعلها توشك أن تغرق في بحر اليأس والبؤس

قدر كبّدها بخسائر فادحة..

قدر أصابها بنزيف بكاء في قلبها....

قدر طال وجار عليها....

"هذا هو القدر الذي لم يكن بإرادتنا بل يُقدّر علينا"....

"التواضع يكسب الإنسان الثقة"

تواضع الإنسان مع الآخرين يفتح له باب الألفة والمودة معهم
وهذا التواضع ربما سيكسبه من دون جهد استغنائاه عن صفة
الغرور وما شابه هذه الصفة

فجائز أن تمنحه الآخرين شعور أجمل من شعور الغرور
كشعور الثقة بالنفس من خلال رفع شأنه وو.. الخ

لكني لا أنكر أن طبيعة النفس البشرية في بعض الأحيان
تريد من داخلها الكبرياء المبالغ به لكي تشبع غرورها...

لكننا لو اطلعنا على نتيجة استجابتنا لهذا الكبرياء لرضينا بأن
نكون متواضعين في كل شيء..

"فعلينا أن نؤلف لكي نألف".....

"ليتنا"

"ليتنا في تأثر دائم بما حولنا"؟!

ليتنا نطيل التأثر كلما استطعنا؟!

ليتنا نظل متأثرين لكي نبقى متعظين...

إنني أرى أن التأثر في هذه الحياة أساس التغيير..

ومهما تأثرنا نبقى متعطشين للتأثر في الحياة...

فكلما تأثر الإنسان أكثر كلما صحو ضميره وتجددت
أحاسيسه أكثر

(على قدر تأثرنا يكبر تأثيرنا في حياتنا)

"ماهو النجاح"

إذا أردنا أن نعرّف النجاح..

كيف بإمكاننا أن نعرفه؟؟؟

أهو الوصول إلى القمم أم هو الوصول إلى شيء اسمه الإبداع ولو كنّا في بداية السّلم...

فأنا إن أردت أن أعرف النّجاح سأعرفه هكذا..

النجاح: هو الإبداع والإبتعاد هو الإتقان والتميّز باحتراف و بشكل إيجابي ولو في أشياء بسيطة وتفصيل صغيرة...

فعلينا أن نحدّد ماذا نريد في هذه الحياة...

هل نريد الوصول إلى القمة حتى ولو دون الوصول إلى الإبداع إلى حد الذروة

أم غايتنا هي الإبداع حتى ولو لم نصل إلى العلياء؟...

"كم كان جميلاً"

كم كان جميلاً لو أن جميع الناس كانت تفكر بأن اعتمادنا على المساومة في كل شيء سيخسرنا أذكى المشاعر...

العالم العاطفي والمعنويات والمشاعر هي أحاسيس صادقة عميقة هادفة للعطاء دون مقابل...

العالم العاطفي أجمل بكثير من العالم المادي لما فيه من صدق المحبة والتضحية..

فالحب ليس له أساسيات نظرية

الحب في القلب..

الحب ينبع من داخل الإنسان..

الحب يكون بأعماقنا ويظهر من خلال تصرفاتنا وملامحنا...

الأشياء المادية تجيء وتذهب

أما عن الأشياء العاطفية فهذه الأشياء إن أتت لا تزول

تبقى ويبقى أثرها محفور بداخلنا....

"الإنسان"

الإنسان ليس بثبات في كل أمر تارة ينجلب للنزوات وتارة
يستقيم في الطرقات.....

الإنسان الصامت لا يعي أنه لا يجيد الكلام بل يعي أنه لا
يتدخل في جميع أمور الأنام؟!!!

الإنسان الضعيف الإرادة يحتاج للدعم والمساندة..

الإنسان المحفز والممدوح من قبل الآخرين سيبقى قوي مهما
عاصفته السنين...

الإنسان يصعب عليه الطريق مازال يفرط في التفكير
والتخطيط....

الإنسان مليء بالمشاعر والكلام ولوصوله للنجاح يحتاج
للترويح عن نفسه بدوام....

"الغيرة نار دفاء أم حريق"؟!

لا أحد منا لا يغار وهذه طبيعة النفس البشرية؟!!!

ولكن ما هي الغيرة أهي غبطة أم حسد؟!!!

ما أسبابها؟!!

أهل من يحرضها النقص ام الغرور...

ما تأثيرها على النفس البشرية وكيف يمكن مواجهتها؟!!!

وهل الغيرة شعور محفز للإنسان أم مثبط لعزيمته..

تلك الأسئلة التي تختلف أجوبتها لدى الناس وهذا الاختلاف
يترتب على طبيعة كل شخص منا..

فمن الناس من تقوى عزيمة وهمته نحو العمل بمجرد شعوره بالغيرة من أحد غيره

ويرى في الغيرة شعور المنافسة والتحدي!

ومنهم من يرى في الغيرة من شخص آخر شعوراً مثقلاً ومكدر...

*فالغيرة مميزات ومنكسات؟!..!!.. فعندما يكون الإنسان واثق بنفسه وقدراته ومشبع كاف الإشباع من المدح والتشجيع من قبل الآخرين

فعند ذاك سوف لا تؤثر عليه الغيرة بشكل عام

بسبب أن مشاعره وقواته قد تأهبت لها سابقاً..

وهذا الدعم النفسي من قبل الآخرين له ،تقريباً سيؤثر على وجهة غيرته(الغبطة)

وبالعكس تماماً

فعندما نرى شخصاً قليل الثقة بنفسه..

محبط من داخله...

مذوما من قبل الآخرين.

فأنذاك سيغار ممن أفضل منه بلا شك...

وسيلعب هذا الضغط السلبي من قبل الآخرين على وجهة
غيرته (الحسد)....

فلغيرة تأثيرات على نفس الإنسان وصحته وعلاقته مع
الآخرين

الغيرة التي ليست معتدلة تكون ممرضة....

ولمواجهتها ينبغي للإنسان أن يعزز قدراته ومهاراته لكي
يكتفي بنفسه... ولا بد لحصول هذه الإمكانيات الاستعانة
بالآخرين المقربين

وفي النهاية أود أن أقول أنني لا أعمم في كلامي هذا.....

"علاقة الغيرة بحياة الإنسان"

إنّ رضا الإنسان على نفسه يأتي من إتمام واجباته بإتقان
وبالوقت المناسب..

والرضا يخفف من حدّة الغيرة..

أما عن الاعتراض فيزيد من شعور الغيرة..

فالإنسان المنجز في حياته..

المثبت ذاته..

المتميز في مجاله..

يكون إنسان قوي بالخوض في الحياة وراض عن نفسه
وبالتالي سوف لا يغار من غيره فوق الحد الطبيعي..

عكساً ما نراه في الإنسان..

الفارغ من الأهداف..

الذي نراه على هامش الحياة ..

هذا الإنسان سيبقى إنسان ضعيف مهما قدم له؟!...!

"الغيرة الجامحة"

الغيرة الجامحة المنقلبة إلى حسد مفعّم بالنوايا السيئة هي التي تجعل من صاحبها شخص يبحث بسعي لإيجاد عيب أو نقص بالأناس الأخرى الخيرة، ولكن هؤلاء الحساد لا يدركون أن الأناس الطيبة المنمّقة بالخير لا نجد بهم إلا كل من الصفات

"الفراغ مرض ساري"

لَمْ يَأْتِرِي هُنَاكَ أَنَسٌ تَحْذِرُ مِنَ الْفَرَاغِ فِي الْحَيَاةِ (عَدَمِ وَجُودِ
هَدَفٍ نَسْعَى إِلَيْهِ)

لَمْ يَجِدُونَ الْفَرَاغَ أَفَّةً كَبِيرَةً فِي حَيَاةِ الْإِنْسَانِ
الْفَرَاغِ كَالْمَرَضِ السَّارِي الْمَعْدِي..

يَبْدَأُ رَوِيداً رَوِيداً بِإِكْمَالِ سُلْسُلَةِ الْفَرَاغِ فِي جَمِيعِ جَوَانِبِ حَيَاةِ
الْإِنْسَانِ..

سِوَاءِ الْجَانِبِ النَّفْسِيِّ وَ...الخ..

فَعِنْدَمَا نَفْرَغُ مِنَ الْعَمَلِ يَتَفَرَّغُ عَقْلُنَا وَقُلُوبُنَا بِأَنْ وَاحِدٍ..

وَفَرَاغُ الْقَلْبِ مِنَ الْمَشَاعِرِ الْإِيجَابِيَّةِ الْهَادِفَةِ

يَعْنِي إِعْطَاءَ فُرْصَةٍ لَتَهْيِجَ الْمَشَاعِرَ السَّلْبِيَّةَ أَوْ وَحْتَى إِلَى
إِثَارَةِ الْغَرَائِزِ..

أَيْضاً فَرَاغُ الْعَقْلِ مِنَ الْأَفْكَارِ الْإِيجَابِيَّةِ يَعْنِي إِعْطَاءَ فُرْصَةٍ
لِقُوقَعَةِ مِنَ الْأَفْكَارِ السَّلْبِيَّةِ..

"صعوبة التعلق"

شعور التعلق بأي شخص أو أي شيء كم أنه جميل هذا الشعور بلحظة الوصول وكم أن هذا الشعور يكون شنيع بلحظة البعد عنه جبراً بدون قبول؟!
 فدوماً يكون الأصعب على مشاعر قلوبنا من اعتيادنا على الإحساس بشعور اعتدنا عليه بتلهف..
 هو افتراقنا لهذا الشعور..

(هذا الشعور الذي نعشقه ونغرم به)...

فالأصعب من التعلق يكون هو الافتراق بعد التعلق...
 والأصعب من شعور الهوى بشغف هو شعور الجوى.....
 فدوماً اعتيادنا على أي شعور يبقى صعب علينا في ممارسات حياتنا ولكن الأصعب والأكثر قسوة على قلوبنا ومشاعرنا هو الافتراق بعد اللقاء
 كافتراق شعور جميل مثلاً

"أصل الزمن ثانية"

من ثانية إلى سنة تمر رحلة وحدة الزمن من أدنى ذروتها الصغرى إلى أقصى ذروتها الكبرى في كوننا هذا...

فالسنة تبدأ بثانية وتنتهي ببداية سنة؟!!

ومن مهد الثانية إلى لحد السنة يكون هنالك أفرع الوحدة الزمنية

من دقيقة إلى ساعة ومن ساعة إلى يوم.... الخ.

وهذه الأفرع الزمنية التي تتجسد بها حياتنا

ولأننا خلقنا أمة وسطا فكذاك حياتنا العملية تكمن في الزمن الوسطي

فحياتنا الثانية تكون البداية والأفرع الزمنية الوسطى تكون
العاملة والسنة تكون النهاية

لكن السؤال الآن؟...

كيف هو استهلاك معدل زمننا الوسطي؟!؟

أين يستخدم وبماذا؟!؟

هل ياترى تتكرر أعمال نبيلة؟!؟

هل تتطور انجازات جميلة؟!؟

حتى نأتي بنهاية السنة بحصاد كبير ايجابي ...

فهذه الأسئلة هي التي توضح الاختلاف بين حصاد إنسان
عن إنسان في نهاية المطاف

فهناك إنسان يوم تلو يوم يكرر الأفعال الحميدة وتكون تلك
الأفعال حصاد شهر ومع تكرار الأشهر يكبر ذلك الحصاد

إلى أن تنتهي أشهر السنة وتأتي السنة القادمة وهكذا يمر
عمره

فهنئاً لمن جزأ حصاده السنوي الإيجابي على الأجزاء
الزمنية التي تبدأ من ثانية وتنتهي بنهاية سنة؟!!

"لطفاً منك"

لطفاً منك إن لم تنفع إنسان لا تضره ..

إن لم تلئم جراحه لا تزيدته فتكاً

إن لم تعينه ولم تساعدك بكلامك لا تجرحه وتزيدته ألماً
بشفافيتك المفرطة

نحن جميعنا بشر..

فكّر في كلامك قبل أن ينطق به لسانك..

ضع نفسك في مكان غيرك ووجه الكلام الذي تريد قوله
إليك...

وعش في إحساس غيرك..

حقاً عندها ستشعر أنك حيّ..

حيّ في المشاعر والإنسانية

نحن إنس والإنس من الأنس

لنكن أنساً لبعضنا ..

كلمة منك فقط ربّما ستهدم قلوباً وستجلب البؤس واليأس

وبذات الوقت كلمة منك سوف تحيي القلوب وتزرع فيها
الأمل..

لا تقل لأحد بالغ في مشاعره أن مشاعره جياشة وأنه حساس
لدرجة مفرطة

فإن لم يكن الموقف والكلام يدعو لتلك الحساسية لما أصابته
تلك الحساسية

وإن لم يبالي لتلك المشاعر واحتضنها في قلبه لكان قد
تضاعف أثرها

"نتأثر بالمصادر أكثر من المحتوى"!!!؟

على سبيل المثال عندما يرسل لك أحداً تحبه وتعجب به،
رسالة ما...

ستهتم لهذه الرسالة بشغف وتلهّف حتى ولو كان نمط هذه
الرسالة يبعث في نفسك الضجر عادة...

لكنك ستري هذه الرسالة ممتعة ولن تشعر بزمن قراءتها...

وكانك ستحبها على قدر محبتك لمرسلها!!!؟

فعندما يقول لنا من نحبه موعظة أو نصيحة أو قول ماثور
فإننا سنتقبل منه هذا الكلام.. أكثر من إنسان لانحبه كثيراً...

فمن الممكن أنّ عدم محبتنا الشديدة لإنسان ما، ستجعلنا نوعاً
ما، لا نألف قوله ولا نهتم له ولأرائه، حتى ولو كان هذا
الإنسان آرائه ومبادئه صحيحة، فربما سنجد عباً وعرقلة
باتباع نهجه لهذا الإنسان!!!؟

(أرى أنّ المشاعر تلعب ايضاً دوراً كبيراً حتى في ذلك)!!؟

"أساس النزاع والخلاف هو عدم اعتراف الإنسان
بخطئه" ..

من أجل أن يتجنب الإنسان النزاعات، يجب عليه أولاً أن
يحمي نفسه من الوقوع بالخطأ لكي لا يضع نفسه بهزيمة أو
خسارة معنوية وإن كان ولا بدّ من أن يخطئ..

حينها ينبغي على الإنسان أن يعترف بخطئه بأسلوب
مرموق..

يبعده عن فتح مجال للأخرين من الاستهانة به والنظرة
السلبية المزعجة له..

(لنتخيل الآن لو كانت الحياة بأكملها بعيدة عن التخاصم
والتشاجر

يا إلهي كم كان سيغمرها السلام والمحبة والوئام)..

"الحالة النفسية أساس الصحة النفسية والجسدي"

عندما يكون الإنسان سعيداً خالياً من الهم تهون عليه مصائب الدنيا، يرى جانب لا يراه أي شخص

يمكنه أن يفعل ما يشاء بتصميم مهما كانت عرقلته قويّة فذلك الشي لا يثبّط من همته

فالحالة النفسية المستقرّة بشكل إيجابي، هي أساس الراحة

فالإنسان البائس لو كان الدهر ذهباً لا يرى فيه سوى البؤس والتشاؤم، فإنه يرى في دنياه صعوبة وتعسير وتمرد..

"كيفية التعامل مع المراهق"

يختلف التعامل مع الإنسان من مرحلة لمرحلة، فبمرحلة المراهقة ينبغي الحذر والتأني في أي تصرف أو كلمة..

إدراك تلك المرحلة ضروري، وذلك مسؤولية الأسرة بتوفير الوسط المناسب وإشباع المراهق من كافة النواحي..

فالمراهق يجب أن يكون له مكانة بالأسرة ثم بالمجتمع لكي لا يشعر بالنقص وأن نكون مستمعين له ولآرائه ونأخذ وجهات نظره بعين الاعتبار حتى لا يشعر بأنه من الفئة المستهلكة فقط بل له كيان وبصمة وشأن. ثم إنّ التفكك الأسري هو الأشد خطورة وبسببه يتفكك المجتمع . فمن الضروري أن تكون الأسرة متضامنة ومتحدة فذلك الشيء يعكس على الأبناء الثقة بأسرتهم فتقتهم تجعلهم يتكلمون لأهليهم بشفافية بعيداً عن القلق والتزييف

وهذا الشيء يمكن الآباء والأمهات من الاطمئنان لأولادهم

وينبغي أيضاً على المجتمع دراسة تلك المرحلة لأنها مرافقة لكل إنسان بمرحلة من مراحل العمر فدراستنا لتلك المرحلة تجعلنا لانظلم المراهق ونشعر به ونعلم أنّ هناك أشياء في تلك المرحلة تكون خارجة عن سيطرته أو بتعبير آخر يجد عرقلة في التعامل معها..

فالمراهقة أشبه بصراع لا يحلّه سوى متابعة المراهق ووعظه والوقوف بجانبه..

نأتي إلى موضوع المدح....

الإنسان بشكل عام بحاجة إلى المدح

فكيف المراهق؟؟؟!..

وهو في تلك المرحلة الحساسة (مرحلة المراهقة)

فالمراهق تؤثر فيه أبسط الكلمات إما إيجاباً أو سلباً

فهو يبالي في الإحساس نوعاً ما ويتعمق في كلمة ما ويحللها
بشكل عميق ودقيق

فيجب علينا أن نختار الكلمات الجميلة واللطيفة المناسبة له
لكي لا نتعبه ونؤثر له أثر نفسي في نفسه

كما أنه يجب علينا حماية المراهقين من رفاق السوء فهم
الأكثر تأثيراً عليهم بكونهم قريبين لعمرهم وفكرهم
ومستواهم

فالمراهق بطبيعته هش وينقاد نحو مشاعره وشهواته فهو
ضعيف المجاهدة إذا لم يكن بجانبه أشخاص واعيين متفهمين
قادرين على جلبه إلى الخير بطريقة معينة

فالمراهق كالإسفنج في الامتصاص فإنه يمتص ما يتعرض له
فإمّا أن نجعله يمتص الخير أو الشر

أيضا على الآباء والأمهات حماية أبنائهم من مواقع التواصل
الاجتماعي فإن لم يكن علاقة الوالدين بأولادهم علاقة متينة
ووثيقة فلن يتقبل الأولاد منهم النصائح. في تلك الحالة يجب
أن يوفّروا لهم أصدقاء صالحين وجو صالح بعيداً عن
الانحرافات حتى يتغلغل بهم وتصبح إرادتهم قوية ويصبحوا
قادرين على مواجهة ما هو رديء بكل سهولة. ولكن بأن
يشعروا أن تلك الخطوة عفوية بعيدة عن التخطيط والإصرار

فهناك يوجد نصائح وتحذيرات واجبة على الأهل توجيهها
لأبنائهم المراهقين..

ولكن بالطبع يجب أن يكون وعظهم بالتدريج دون ملاحظتهم
بذلك

كما أنّ مرحلة المراهقة تجعل الأبناء تائهين فارغين
أوحافلين بالشر إن لم نملاً ذلك الفراغ بالثمرات الخيرة
الحسنة

فالفتيات المراهقات يتسمن بالإحساس المرهف وبتغلب قلبهن على عقلهن في جميع الأمور يفكرون بمشاعرهن بعيداً عن فكرهن فهم ضعيفي الإدراك في تلك المرحلة إن لم نقم بتوعيتهم وأن نشبع حاجاتهم فحاجات المراهق كثيرة..

الحاجة النفسيّة والجسديّة والعقليّة والروحانية والدينيّة

نستنتج من الموضوع السابق..

الذي تحدثنا عنه أنه يجب علينا إشغال المراهق بأشياء تكون بذات الوقت مفيدة وممتعة

فكيف ذلك؟؟..

عندما تكون الأشياء نابعة من القلب والعقل وأن نجعل المراهقين يعلموا بيقين تام أن لامفرّ منها إلا إليها فعندها يحاولون أن يجعلوا تلك الأشياء ممتعة ولكن ينبغي أن نساعدهم بجعلها تملك تلك الصفة

من خلال تعليمهم أسلوب نمط ، تغيير معيّن يتخلّلها

فعند ذلك تكون العزيمة والإصرار مصاحبة لذاك العمل
ويكون الاهتمام والانجذاب إليه فعّال

ويوجب علينا أيضاً الانفتاح للأبناء مجال لكي لا يتمادوا
فالمرهقين مثلما علمناهم اعتادوا

ومن أول خطأ لهم ينبغي أن يعاقبوا عليه منذ صغرهم ففي
كبرهم يصبح ذلك صعب بسبب ما يدعون به الاستقلال

ننهي ذلك الموضوع

بأن المراهقة محطة التجارب والأخطاء ومن تلك الأشياء
يتولد الاستقرار والوعي في جميع الجوانب

فالمراهقة مرحلة للسعي للاستقرار المعنوي من خلال
العثرات.....

"أهمية الشغف في العمل"

الشيء الناتج من القلب والعقل والذي يرافقه العزيمة والإصرار والسعي بكل مابالوسع، هذا الشيء يكون ناجح ويتخلله المهارة. فالرغبة الحقيقية بالعمل دون غضب أو جبر لها دور كبير في الاستجابة والإتقان....

"الحياة الناجحة السعيدة ملك الإرادة القوية"

إن لم تفرح نفسك لن يأتي احد ويفرحك

لن يستطيع احد أن يسعدك إن لم تبادر بالمضي بالسعادة

لن يسعدك أي انسان إن لم تفتح له المجال

لن تشعر بفيض وعمق السعادة إذا استسلمت للحزن والتعاسة

فلنفتح ولنسمح للنفس أخذ حقها وسعادتها فالحياة ماضية

اما ان تشعرك بالسعادة واما بالتعاسة

فبإرادتنا نجعل ادق التفاصيل ممتعة ومنفعة

بقوتنا نجعل العسر ميسرا

عندما نوقن انه الخير وانه ماض لا محالة

"أجمل ما يكون في الزمان هو السلام والعيش بأمان"

العيش في السلم في جو هادئ مليء بالاحترام والاتفاق يولد
في النفس الراحة والسعادة دون أن نشعر وذلك الشيء يعكس
على النفس والاطمئنان والرضا فيجعلنا قادرين على
المواجهة بعيدا عن التعقيد والتعسير

السلام يسر ليس بعده يسر..

"النظام سلم النجاح"

النظام هو النجاح ولكن دون تقيد فالتقيد يأسر ويتعب

ولكن أن يكون نظاما يرافقه حرية معينة ومحدودة

فذاك الشيء يجعل النظام فعال وبرغبة وليس عبأ

"كيفية تثبيت المعلومات"

لكي نكون قد درسنا أي من المعلومات بشكل صحيح ونجاح
يجب علينا أن ندرس بكيفية معينة وهذه الكيفية تكمن من
خلال استيعاب المعلومة بشكل كامل ومن ثم التثبيت
لاستيعاب هذه المعلومة بالصياغة الصحيحة التي تمثل باللغة

الفصيحة والواضحة والتي تشمل جميع عناصر تلك
المعلومة....

"فرحنا الحقيقي في الهدف النبيل"

الفرح الحقيقي يكمن في الإنجاز، في المهام الفعالة في الشيء
العظيم المميز

فليس كل تعب سلبي

هناك تعب فذ

فالفرح الحقيقي لا يكمن في الطعام والشراب والنزهة

الفرح الحقيقي يكون في تجاوز العقبات والمصائب صحيح
أن ذلك الشيء متعب لكن تعبته سيكون مؤقت أما عن أثره
فسيبقى مرسخ

الخاتمة:

يسرني أن يكون هذا الكتاب كتاب هادف مليء بالنفع وأن تكون أفكاره
قد وصلتكم بأسلوب منمّق بعيد عن الرتابة

اللهم اجعله عملاً خالصاً لوجهك

اللهم انفعنا وانفع بنا

أستودعكم عند الله أحبتي

يسّرني أن يكون هذا الكتاب كتاباً
هارفاً مليئاً بالنفع وأن تكون أفكاره قد
وصلتكم بأسلوب منمق لطيف بعيداً
عن الرتابة.

اللهم اجعله عملاً خالصاً لوجهك.
اللهم انفعنا وانفع بنا.
أستوركم عند الله أحبتي.

- مرح ماهر حسنو -