

تستطيع أن تكون ناجحا

◆ كتاب للإلهام والأمل

د. مهدي عامري

تستطيع أن تكون ناجحاً كما أنت تعلمه بالمثل

د. مهدي عامري

تريد أن تنجح في عملك؟ لا توزع الجرائد بيديك، و لكن بقلبك، و ضع فوق كل جريدة تعطيتها لشخص ما عاطفة صادقة و نية طيبة. هكذا ستنجح. إن ما توزعه في نهاية المطاف ليس الورق، و لكنه الحب و الحلم بمستقبل أفضل. ان الحب كما يقول جلال الدين الرومي " لا يكتب على الورق، لأن الورق قد يمحوه الزمان، و لا يحفر على الحجر لأن الحجر قد ينكسر، و لكن الحب يوصم في القلب فيبقى إلى الأبد". تخيل نفسك هؤلاء الناس الذين يقرؤون جرائدك كل صباح. كم من شاب كسير الفؤاد أو عجوز وحيد أو مراهق يعاني من سوء الفهم أو أرملة ذابت أحلامها في طاحونة الحياة... كم من واحد من هؤلاء منحتهم من حيث لا تدري جرعة من الحب؛ أنت هؤلاء فابتسم لهم و نور حياتهم وامنحهم الأمل و مع كل جريدة تضعها بين أيديهم ضع جزءاً من قلبك، بل كن قلباً يمشي على قدميم... كن حبا مهدي إلى الجميع!

لست خبيراً في إيجاد الحلول السحرية للمشاكل و لا متمرساً في إيقاف الأزمات التي يمكن أن تعترض رحلتك نحو النجاح، و ما أكثرها في عالمنا المليء بالفرص و التحديات و المناقسة و ما يرافق كل ذلك من ضغط نفسي و أوجاع في الرأس و أرق و شكاوى من صفعات القدر و إصرار البعض على رؤية النصف الفارغة من الكأس. لكن دعني أضع بين يديك مجموعة من الأفكار الملهمة التي يكفي أن تطبق نصفها أو ربعها حتى تحدث الفرق النوعي في حياتك...



١. مهدي عامري

تستطيع أن تكون ناجحاً

كتاب للإلهام والأمل





الكتاب: تستطيع أن تكون ناجحا

المؤلف(ة): د. مهدي عامري

الإيداع القانوني: 2020MO2644

ردمك: 978-9920-780-97-1

مقاربات للنشر والصناعات الثقافية

العنوان: ص.ب. 2997 البريد المركزي – فاس- المملكة المغربية

القسم الفني: 00212535736164 - 00212651288089

قسم التوزيع: 00212653600985

الفاكس: 00212535736164

البريد الإلكتروني: approches.fes@gmail.com

الموقع: www.moqarabat.com

تستطيع
أن تكون ناجحاً

قائمة المحتويات

- 13..... طريقك إلى النور
- 27..... سجّلات الروح
- 43..... أنت جزء من لاهوت التنوير
- 49..... رحلة الحب والموت
- 57..... النادي الملكي للقراءة السريعة
- 63..... أنت مواطن عالمي
- 66..... سبيلك إلى الثراء
- 74..... فكر خارج القوالب
- 78..... ليت كل عين ترى!
- 81..... تستطيع أن تكون ناجحاً
- 83..... تعلم... وتحرك!
- 91..... لنبحث عن اللامتناهي
- 93..... طريقك إلى الشكر
- 96..... تسعون
- 100..... امرأة بألف رجل

- 103.....مبروك.. لقد أصبحت أبا!
- 106.....رحلة الخلود
- 108.....نهاية وباء.. كلمات عن الأمل
- 112.....سنكون الأفضل في عالم ما بعد الوباء
- 116.....أحلام فترة الحجر

أهدي هذا الكتاب لوالدي الكريمين وزوجتي وأبنائي
الذين لولا حيمهم الهائل واللامشروط لما خرج هذا
العمل إلى الوجود..

كيف تستفيد من هذا الكتاب ؟

يتألف كتاب "تستطيع أن تكون ناجحاً" من 20 نصبا تنتمي إلى مجال فكري فريد يتقاطع فيه التواصل بالتنمية الذاتية.

عادة ما ينظر كثير من الناس في مجتمعاتنا إلى التنمية الذاتية على أنها ليست أكثر من كلام فارغ وبيع للأوهام، وإلى مدرّبي التنمية الذاتية على أنهم كل الباحثين عن النجومية والتسيّد ومدّعي الكمال والحكمة، لأنه في كل بلد تجد تقريبا آلاف من هؤلاء ممّن صاروا بين عشية وضحاها حكماء قادرين على تغيير حياة الأشخاص وانتشالهم من التعاسة النفسية وتقديم حلول يدعون أنها فورية وأنية لعدد لا يستهان به من المشاكل. وهنا يدفعنا التساؤل كخبير في التنمية الذاتية أمضى سنوات مديدة في البحث والتكوين، من أين اكتسب هؤلاء الشرعيّة أو التكوين اللازم في وقت قياسي حتّى يستطيعوا التعامل مع نفسيات هشّة لأشخاص يعانون في الواقع من اضطرابات خطيرة؟

الخبر السار أنك تحتاج لتجريب وصفات رائدي التنمية الذاتية وتؤمن ببعضها وتكفر ببعضها الآخر، لتصل في نهاية

المطاف لأن تصبح مدربا لذاتك. نعم، كن طيب نفسك
واعلم أن المدربين المهرة يحتاجون أنفسهم لمدرسين أمهر منهم.
إن كل هذه الشذرات لم تكتب تحت الطلب، ولكنها نابعة
من وعي وجودي بالأهمية القصوى لفلسفة التطوير
الشخصي بالنسبة لكل من يريد أن ينمو عاطفيا وماديا
ومهنيا وروحانيا، والأکید أن مواد هذا الكتاب رأت النور
كلها في فترات سعبي الشخصي إلى محاصرة ذاتي بعدد هائل
من الأسئلة : ما الذي يحتاج إليه قراء التنمية الذاتية في
زمن اليوتيوب والفيديوهات الفيروسية والسرعة الهائلة في
تقاسم المعلومات ؟ هل هناك من طرائق جديدة لمخاطبة
هذا الجمهور المستعجل ؟ كيف يمكن استقطاب التركيز في
زمن التشابكات التي لا تحصى.. بل في زمن الترابط السريع
واللامحدود؟

أسئلة كثيرة أثارتي وأنا أحاول انهاء فصول هذا الكتاب
الذي صمم خصيصا لأجلك، في حجم صغير يحتاج اليه كل
قارئ سريع ومعاصر.

إن الهدف الأساسي من هذا العمل هو أن أضع بين يديك
مأدبة فكرية في ما قل ودل من الكلمات، وأن تصل في نهاية

قراءتك لهذا الكتاب لأقصى مقامات اللذة ونشوة الفكر والقلب والروح.

هذا الكتاب يزخر بقصص مشرقة للأمل والإلهام لأشخاص من مختلف مناحي الحياة، يتعاملون مع الصعوبات والتحديات بمنتهى الشجاعة والحزم. إن أبطال هذا الكتاب ليسوا من ورق، ولكنهم أشخاص من الواقع، قابلت معظمهم وانطبعت في خيالي وفؤادي حكاياتهم بما تحمله من سحر التجربة وعبق الإلهام.

ولأن قارئ اليوم مستعجل، ويرغب في النفاذ إلى أمهات الأفكار بأسلوب المختصر المفيد، حتى يتسنى له أن يصرف وقته في أنشطة أخرى غير القراءة والتثقيف الذاتي المستمر، فإن اختياري الاستراتيجي منذ بداية خط السطور الأولى من هذا الكتاب كان ولا زال هو تقليص زمن التعلم وتحقيق الاستفادة من محتوى الكتاب على أحسن وجه، فمواد " تستطيع أن تكون ناجحا " سلسلة الأسلوب، موجزة المبني والمعنى، ويمكن قراءتها في جلسة واحدة، أي في بضع ساعات، وذلك حسب سرعة القارئ في المطالعة. ولكن، مع هذا، فالمنصوح به هو إعادة قراءة الكتاب مرات متوالية، حسب الحالات الشعورية والمزاجية، وتبعاً لرغبة جمهور من

القراء لا يستهان به، في معاودة تسجيل الأفكار الهامة
والمشرقة التي يحفل بها هذا الكتاب.
فليكن شعارنا جميعا هو المزيد من التعلم الايجابي
والتواصل الفعال والتأمل الهادئ المستنير في هذه الرحلة
الفكرية، وربنا وخالقنا ولي التوفيق.
د. مهدي عامري

طريقك إلى النور

عملت لسنوات طويلة في توزيع الجرائد بهدف تمويل مصاريف الدراسة والظفر بشهادة الدكتوراه في علم الاجتماع. وبرهنت لي الحياة فيما بعد أن أقوى محطة في حياة المرشد ليست الحصول على شهادة فهذه الأخيرة لا تساوي إلا الخبر الذي كتبت به. إن أؤمن ما يمكن أن نراكمه هو شيء واحد : رصيد التجارب.

كنت أقوم من نومي كل صباح على الساعة الخامسة صباحا وأمضي ساعات طويلة في توزيع الإعلانات أحيانا وغالبا الجرائد. وكانت مهمتي هي أن أستنفذ كمية الورق الموكل لي، الأمر الذي علمني السرعة في العمل والمحافظة على الابتسامة وملاحظة الناس الذين ألقاهم في العمل كل يوم.

وكان نبيل، رئيسي في العمل يقول لي دائما :
"تريد أن تنجح في عملك ؟ لا توزع الجرائد بيدك، ولكن بقلبك، وضع فوق كل جريدة تعطيها لشخص ما عاطفة صادقة ونية طيبة. هكذا ستنجح. إن ما توزعه في نهاية المطاف ليس الورق، ولكنه الحب والحلم بمستقبل أفضل.

ان الحب كما يقول جلال الدين الرومي "لا يكتب على الورق، لأن الورق قد يمحوه الزمان، ولا يحفر على الحجر لأن الحجر قد ينكسر، ولكن الحب يوصم في القلب فيبقى إلى الأبد". تخيل نفسك هؤلاء الناس الذين يقرؤون جرائدك كل صباح. كم من شاب كسير الفؤاد أو عجوز وحيد أو مراهق يعاني من سوء الفهم أو أرملة ذابت أحلامها في طاحونة الحياة... كم من واحد من هؤلاء منحته من حيث لا تدري جرعة من الحب؟ أنت هؤلاء فابتسم لهم ونور حياتهم وامنحهم الأمل ومع كل جريدة تضعها بين أيديهم ضع جزءاً من قلبك، بل كن قلباً يمشي على قدميه... كن حبا مهدي إلى الجميع!

لست خبيراً في إيجاد الحلول السحرية للمشاكل ولا متمرساً في إيقاف الأزمات التي يمكن أن تعترض رحلتك نحو النجاح، وما أكثرها في عالمنا المليء بالفرص والتحديات والمنافسة وما يرافق كل ذلك من ضغط نفسي وأوجاع في الرأس وأرق وشكاوى من صفعات القدر وإصرار البعض على رؤية النصف الفارغة من الكأس. لكن دعني أضع بين يديك مجموعة من الأفكار الملهمة التي يكفي أن تطبق نصفها أو ربعها حتى تحدث الفرق النوعي في حياتك.

لست مدربك الشخصي ولا قائدك الروحي ولا شيخك وأنت بالمثل لست مريدا لي ولكني شخص يجيد فن الاستماع وقادر أن أتقاسم معك تجربتي في التغلب على الكثير من المشاكل.

أنت أولا وقبل كل شيء طيب نفسك، لكنني سأضع بين يديك الفتيل. أشعل النار في الفتيل واخرج من الظلمات إلى النور. إن كل إنسان في الكون يملك طبيعة نورانية هي الأصل في خلقه، وما الشك والحيرة والخوف...آه من الخوف (رأس جميع المشاكل في الحياة!)، ما كل ذلك وسواه إلا القواقع التي تغلف كياننا النوراني بغطاء سميك من العتمة.

حان الوقت للخروج من الظلمات إلى الإشراقات اللامتناهية لروحك عندما تتناغم مع رقصة الكون الذي يخلق انسجامنا مع قوانينه ومتغيراته أسباب السعادة والتفوق وتجاوز أغلال الأنا.

كلنا نعيش داخل قواقع. شئنا أم أبينا فكلنا دون استثناء حبيسو قوقعة أو مجموعة من القواقع التي يختلف سمكها من شخص لآخر. الخوف، الخجل، التردد، سوء الظن، السلبية، الكسل، اللوم، النقد الهدام، المقارنة الاجتماعية،

الاكتئاب...إنها قواقع تحبسنا وتمنع عنا الانطلاق بكل حرية وأريحية نحو أحلامنا وأهدافنا والفرص العظيمة التي تعدنا بها الحياة.

هل شعرت ذات يوم أنك تريد أن تعبر عن فكرة بناءة في اجتماع مع زملاء العمل لكن هناك شيئا غامضا يلجم لسانك ويمنعك من التعبير؟

هل شعرت يوما ما حين كنت تلميذا أو طالبا في مرحلة الجامعة أن لديك فيضا من الأفكار الابداعية لكنك خائف من البوح بها لأستاذك في الفصل خشية التعرض لسخرية أقرانك؟

هل سبق لك أن قمعت داخل أعماقك ذلك الصوت الرومانسي الذي يهتف "أحبك" والذي كان متوجها إلى خطيبتك أو زوجتك أو أمك لأنك ربما تعتقد أن التعبير عن الحب نقص في الرجولة وعلامة على الضعف؟

هل ضيعت يوما فرصة ثمينة في العمل ببساطة لأن خجلك، الذي لم تتغلب عليه، أوحى لك أنك لا تستحق ذلك العمل؟

هل ضاعت منك فرص أخرى في المسيرة المهنية أو العلاقات العاطفية أو الاستثمارات المالية لسبب متعلق بفقدان الثقة في النفس أو الخوف من الفشل ؟

إن هذه الحزمة من الأسئلة تكشف لنا عن القواقع التي يمكن لكل واحد منا أن يسكن فيها موليا بذلك ظهره لأفاق لا محدودة من تحسين وتطوير الذات في شتى المجالات.

أنا مسجون داخل قفص... أحس أنني مكتوم الأنفاس ولا أستطيع أن أفكر بشكل إيجابي... غلاء المعيشة طاحونة أبدية لا تسمح لي أن أقف بصلافة أمام تحديات الحياة اليومية...وزني زائد ولا أملك الحماس لممارسة الرياضة أو إتباع حمية غذائية... كثيرة هي العبارات السلبية من هذا النوع، وأكد أنك لست الوحيد في هذا العالم الذي ردد يوما ما بعضا منها. إن تقلبات الحياة وتناقضاتها وجري الكثير من الأسر إلى سداد الفواتير نهاية كل شهر، إضافة إلى الضغط اليومي الناتج عن إيقاع الحياة السريع نتيجة التنقل الدائم والرغبة في النجاح والتماهي مع الأغيار والخوف اللامبرر أحيانا من الفشل، قد يحول حياة كثير من اخواننا البشر إلى حلم مزعج بل إلى كابوس يتكرر كل يوم.

قبل أسابيع قليلة كانت لي محادثة طويلة مع أحد الأصدقاء وقال لي حرفيا : " ما السبيل إلى تحقيق ذاتي في عالمنا القاسي وأنا لا أملك أبسط شروط راحة البال : أن أتنفس الصعداء ! "

يقول عمر :

" لقد كان هذا حالي أيضا قبل 10 سنوات. إحساس مزمن بالارهاق والاحباط وفتور الحماس الناتج عن انعدام الأهداف. بعبارة أخرى، كنت على شفا جرف هار جراء صدمة عاطفية حبستني لأزيد من 6 شهور في قوقعة سميقة من الأسى والرثاء. كنت كل صباح أجد مشقة كبيرة في الاستيقاظ من النوم. كنت سجين محيط هائج لا يرحم إسمه الحياة. لا طعم ولا أمل في الأفق، لأنني (وذلك ما وعيته فيما بعد) لم أدرك أن الفشل كما يقول أنتوني روبنز غير موجود ولكن ثمة فقط نتائج وتجارب في الحياة. وبقيت أيامي متشابهة تسير على إيقاع واحد إلى أن ابتسمت لي الحياة حين نفذت عن رأسي وأفكاري الغبار وقلت بصوت مرتفع : كفى من اجترار الآلام. غير مكان العمل، بل المدينة برمتها وسجل نفسك في النادي الرياضي وواظب على التمارين البدنية وتجنب الأشخاص السلبيين وتناول طعاما

صحيا وطالع كل يوم 40 صفحة على الأقل من كتاب جيد يحمل بين ثناياه أفكارا كلها أنوار واشراقات. افعل كل ذلك وأخرج من قوقعة البكاء على الذات التي صنعتها لنفسك، لأنك إن لم تفعل ذلك بكل حزم مع التحمل الكامل للمسؤولية فإنه ليس ثمة شخص آخر سيفعل ذلك مكانك".

أيها الجرم الصغير الذي سكن فيه العالم الأكبر. أيها القبس المشتعل من روح الكون الملتهب بالعطاء والحب. أيها الحائر في الطريق/ الطرق المتعددة تعاريجها ونهاياتها بتعدد السالكين، لقد حان الوقت ليخرج كل من حبس نفسه في قوقعة ما إلى رحاب النور ويولي الظلمات ظهره...

إذا لم تكن مقتنعا أن هذا هو الوقت المناسب لكسر أغلال التفكير السلبي، فدعني أطرح عليك سؤالاً واحداً : متى إذا ؟ ما شعورك وأنت تصر على السكن في هذه القوقعة لخمس سنوات إضافية ؟ الكثير من الوقت يمكن إهداره ولكن قرار التغيير مثل ضربة السيف. سريعة وقاطعة.

دعني أكرر سؤالاً : إن لم يكن التغيير الآن فمتى إذا ؟
تقول هيلين كيلير:

" إن لم تكن الحياة مغامرة جريئة فهي لا تعني شيئا على الإطلاق". وأنا أقول لك : دعني أضع بين يديك مجموعة من الأفكار الملهمه التي يكفي أن تطبق نصفها أو ربعها حتى تفكر خارج قوقعة التفكير السلبي وتحديث الفرق النوعي في حياتك.

انك لا تحتاج إلى مطالعة ما يلي من سطور. ما تحتاج إليه وبقوة هو الفعل. أرجوك، اختر مكانا هادئا، تنفس بعمق لمدة 3 دقائق، أوجد داخلك حالة من التجرد والصفاء الذهني. عد إلى عدتك الثمينة (الورقة والقلم)، إقرأ معي بصوت مرتفع واثق ودون ما يلي :

1. سأكون ملاحظا جيدا للمجتمع. إن الشيء الأكثر إثارة في الحياة أن تهتم بمعرفة واستكشاف أسرار الناجحين. إن ذلك يشبه في بداية الأمر لغزا من الألغاز، لكن حله ينطوي على الكثير من المتعة والفائدة الفكرية والعملية. كيف يفكر الناجحون ؟ متى يستيقظون من النوم؟ على الساعة 12 صباحا؟ لا أعتقد. إن لديهم أحلاما عملاقة تجعلهم يبكرون إلى شواغلهم وكتابة بطولاتهم في سجلات التاريخ. إن من يحلم بتغيير مصيره نحو الأفضل يستفيق باكرا ويعمل بجد وكد، ومن يحلم ولا يتحرك من أجل حلمه يظل غاطا في

النوم ! كيف يعمل الناجحون ؟ ما هي مخططاتهم ؟ ما هي الكتب التي يطالعونها ؟ ما هي درجات التزامهم ؟ ما هي استراتيجياتهم المالية والرياضية والعاطفية ؟ إن البحث في هذه التساؤلات الكبرى وإيجاد عناصر إجابة لها سيخلق لديك الفرح الممزوج بالدهشة. لا يستحق الأمر بحثا علميا أكاديميا. الملاحظة فقط. كن إذا ملاحظا جيدا لحياة العظماء والناجحين في محيطك !

2- تعرف على القواقع التي تحبس فيها نفسك. إن أملك سيصبح يوما ما جزءا من علاجك. فاقبل الألم المطهر للروح من الصدا. ان أول خطوة نحو الخروج من العتمة الى النور تبدأ بسماع ذلك الصوت الداخلي العميق الذي يتردد في نفسك : من أنا؟ ماذا أريد أن أكون ؟ ما الثمن الذي أنا مستعد لدفعه لأنال مبتغاي ؟ هناك أشخاص استغرقوا سنوات من حياتهم للتعرف على ذلك الصوت الداخلي ولكنهم كانوا في قمة السعادة حينما تعرفوا بارهاف السمع لذلك الصوت الداخلي على ميولهم الحقيقية في الحياة. إليك شهادة في هذا السياق لأستاذة الاسبانية ليلي التي قبلت أن أتقاسمها معك في هذه السطور : "نشأت في وسط أسري أفعمني بالحب، لكن أبي كان قاسيا مع ميل إلى

المثاليات : (لا تأكلي باليد اليسرى مثل الشيطان ! دعك من أحلام الكتابة الأدبية وركزي على مهنة التدريس..اللغات بالأساس...إن الكتاب يحلمون بتغيير العالم وهذا حلم جميل لكن كم واحد منهم إستطاع سداد أقساط الكراء أو شراء بيت أو بكل بساطة التكبسب من عمله ؟ دعك من أحلام الفن والأدب وفكري في المال، عصب الحياة !.. ولم تكن بيدي بحيلة ووضعت أحلامي بين يدي والدي وبعد سنوات وجدتي أدرس الاسبانية في السلك الثانوي. وكان جمهوري تلاميذ لا يهتمهم من التعليم سوى الشهادة. هل تساوي شهادة ما سوى الخبر الذي كتبت به؟ لا أعتقد. لكنني اليوم وأنا شارفت على الخامسة والستين وحصلت على تقاعدي النسبي منذ 10 سنوات تمكنت منذ رحيلي عن عملي بالتدريس من تحقيق حلم الطفولة : الكتابة. لا أظن أن الوقت كان متأخرا. المهم أن الحلم تحقق، وأملك في رصيدي الأدبي 45 قصة مصورة كتبتها للأطفال.

ما محركي الأول في هذا المشروع ؟ أن أداعب خيال أحفادي السبعة بأقاصيص "قبل النوم". لقد منحني عشقي للكتابة الأمل الخالد في إيجاد معنى للحياة. ولشدة حماسي تمتد طقوس الكتابة لدي حتى ساعات متأخرة من الليل

دون أن يكون ذلك مدعاة للإحساس بالحرمان من النوم. إن مهمة الشمعة أن تضيء والماء أن يروي العطش والحب أن يداوي الآلام، ومهمتي في الحياة أن أكتب وأساعد قرائي على اكتشاف الكنز المخفي في أعماقهم : الخيال الجامح والرغبة في تلوين الحياة وطاقة التعبير والابتكار.

3- أخرج حالا من القوقعة وكن مؤمنا بمنافع التغيير. ارسم طريقك في الحياة ولا تتعلل بحجج واهية (أنا محكوم، لقد فات الأوان...)، دائما هناك متسع من الوقت ما دمت حيا على هذه الأرض. لا تسمح لدوامة الحياة (الزواج، العمل، الأبناء...) أن تجرفك إلى مستنقع آسن وتحطم على صخرة الروتين أحلامك. قال لي ذات يوم صديقي أحمد وهو أستاذ في علوم التواصل: " أنت أستاذ طموح ولديك إصدارات علمية. واصل العطاء نفسه. اعتن بأبنائك فهم أئمن كنز وهبه إياك الله، لكن بالمقابل لا تنس مسيرتك المهنية ونجاحك في العمل". كم هي رائعة هذه الكلمات. بل إن لها مفعول السحر كلما تذكرتها. ولكن، ماذا عنك أنت ؟ هل فقدت نفسك لأنك لم تتمكن من الخروج من الاطار الذي رسمته لنفسك؟ هل توقفت عن التجديد داخل المنطقة الآمنة والمريحة من حياتك ؟ هل تعتبر نفسك

موظفا بخبرة 20 سنة أم أن هذه الخبرة المزعومة هي في واقع الأمر تجربة سنة واحدة من العمل مكررة 20 مرة؟! أرجوك، ضع نفسك على قائمة أولوياتك وستندهش حتما بلائحة الفرص اللامتناهية التي ستهبها لك الحياة.

4- ابحث أولاً عن إشباع روحك بعمل ما تحب...المال سيأتي لاحقاً. لماذا؟ لأن رحلتك في الحياة هي "أنت". وما المال والنفوذ سوى تجليات سطحية لنجاحاتك. إن حلاوة الانجاز لا تقاس بالأموال ولكن بتلك الراحة النفسية العميقة التي تصدر من أعماق قلبك وتثلج صدرك.

قال لي يوماً صديقي الرائع فريد والدموع تتألق في عينيه :
" لن أنسى ما حييت تلك الكلمات السحرية التي غمرني بها أستاذي عبد الجليل حين بدأت العمل كأستاذ محاضر معه في الجامعة نفسها : (اجلس الآن في مكتبي واستعمل مراجعي وهذي الكتب الموضوعة على الرفوف متى شئت وكيف شئت، بل اقرأ وخرّش الأوراق واخلق نظريات جديدة. أنت شاب مليء بالطاقة والنية الحسنة. المستقبل كله أمامك. أريدك أن تصبح من كبار أساتذة سوسولوجيا الإعلام في العالم العربي).

إن الإنسان لا يملك سوى حياة أرضية واحدة. سواء عشت 30 أو 100 سنة فإن الحياة الجيدة المخطط لها بنجاح أن تسعى إلى إشباع روحك بعمل ما تحب، فليس المال هو الذي سيحقق لك ذاتك ولكنه حتما رضاك عن نفسك واستمتاعك بعملك، سواء كنت رساما مع لوحاتك أو روائيا مع قصصك أو أستاذا مع تلاميذك أو بستانيا مع أزهارك وأشجارك.

5- تحكم في مشاعر الخوف واستبدلها فورا بموارد جديدة للطاقة والأمل والانفتاح وتغيير الاتجاه متى كانت الحاجة ماسة لذلك. بعبارة أخرى كسر جميع القواقع السلبية في حياتك وأجب عن الأسئلة التالية :

ما هي أقصى درجات المتعة التي يمكن أن أصل إليها في حياتي؟ هل هناك متع روحية ونفسية وعاطفية جديدة يمكن أن أظفر بها بعيدا عن المتع الكلاسيكية لمجتمعات الاستهلاك (المال والنفوذ والشهرة) ؟ بالمقابل ما أسوأ سيناريوهات الفشل التي يمكن أن أتعرض له إن غامرت بالتجديد ؟ هل أسكن في قوقعة الخوف من التجربة لأن ذلك نابع من ذاتي النورانية المتناغمة مع القوة اللامحدودة

لصانع الكون أم أن المشكل الرئيس هو سخرية الآخرين في
حالة الفشل ؟

لا تكن بالضرورة نلسون مانديلا القرن الحادي والعشرين
ولا المهاتما غاندي ولا رسولا موحى إليه... كن فقط ذاتك
الساكنة في بحر الإشراقات واستفت قلبك، فمجدك
الشخصي ليس ترفا فلسفيا؛ إنه ليس هناك بعيدا جدا، إنه
هنا وأقرب إليك من حبل الوريد، إنه روحك الصافية
مطلقا، إنه نبض قلبك ونداؤه العميق. كن أنت. كن ذاتك.
أخرج من غياهب الظلمات إلى محيط الأنوار. بين يديك الآن
جميع الخطط واستراتيجيات النجاح. لا تكتف بمطالعة
هذه السطور. التمس خيرا تجده.. تفاعل.. اعمل.. تحرك !

سجلات الروح

1

تجربة خيالية، عاصفة، مجنونة، تفوق كل التوقعات..
تجربة جنونية لونت نبضاتها زمان الوداع وانغرست
جذورها في عنان السماء، محلقة مع النوارس، تحت ظلال
الشك، وانطلقت أصداؤها في الكون، على أنغام موسيقى
اللانهايات.

السجن !

وجودي فيه مصير حتمي، وهناك وجدت المظلوم
والمقهور والمحتال والغافل والمطحون تحت رحي الوجود
والبزناس والمتعلم والأمي والغني والفقير. هناك وجدت مقلدا
لشارلي شابلن، ومتأثرا بروائع نجيب محفوظ، ومروجا لأفكار
المهاتما غاندي، ومن دب اليأس القاتل في أغوار روحه
فصارت أيامه متشابهة متطابقة مثل الأوراق البيضاء
لكراس لم يمسه أحد.

السجن.. لن أمضي فيه أسبوعا أو شهرا أو شهرين ولكن
سنوات من الوجود على هامش حياة استثنائية تنتظرني

هناك. هل سأغادر الزنزانة بفهم جديد للعالم؟ هل كان

مقامي هناك، حزنا في حزن؟

أكيد لا... ولكن ما الحزن؟

إنه فيما يبدو حالة غامضة مهمة، بين حدود الحياة والموت، وأنت تستطيع أن تعرف الشيء الكثير عنه إذا فحصته من الخارج، أما الباطن فسر مغلق غارق في الظلمات. ما الذي لاح على وجه فتح الله وهو يغرق يومذاك في حزن دفين لم تنتشله منه سوى جمل المواساة الصادرة عن أمه وهي تزوره في السجن؟

نظرات شاردة، قلب يعصره الألم، لحية مهملة، وجه هادئ، لكنه مريد حفرت عليه ليالي السهر أخايد عميقة، ولعل هذا هو تماما أحد المظاهر الخارجية للحزن..

كان حكم السجن قاسيا. ربما أقسى من الموت، لأن الموت نهاية، وانتظار سنوات السجن القادمة بداية موت بطيء...

5 سنوات.. شيكات دون رصيد تناهز قيمتها 300 مليون. حكم قاس، لكنه منتظر، وهل له إلا أن يبقى ذاهلا حائرا وسؤال وحيد، أقسى من هول الصدمة، يزلزل كيانه: كيف تطمئن النفس في السجن بعيدا عن كل شيء، داخل

اللاشيء، وكيف له أن يقضي هذه السنوات المديدة بين
الجدران الأربعة ؟

- فتح الله، اسمعني جيدا، أنت في السجن ويخيل إليك
هذي الأيام الأولى أنه مكان لا يطاق. بلى، ليس هو كذلك
دائما. إن السجن الحقيقي هو أن تركز روحك للخرافات
والجهل وأن لا تستفيد من مدة اقامتك هنا لتعليم وتنوير
نفسك. لن يمنعك أحد من القراءة، لن يمنع أحد أهلك من
إحضار الكتب إليك داخل السجن. فتح الله، إن سجنك
حافل بالحرية.. حرية التعلم والقراءة والاطلاع على أفكار
وقصص جديدة لم تصادفها قبل في حياتك خارج الجدران..
و هل يتمنى الانسان على الله أكثر من أن يهبه رفقة
صديق مرشد، ويبوئه كل يوم الارتقاء في مصاف المعرفة ؟
الفضل يعود لك يا عزيز، وقصة فتح الله في السجن، هي
تماما قصتي التي سأرويها لك بالتفصيل.
نعم، فتح الله هو أنا، وأنا فتح الله، وهذي فاتحة
القصة...

يغمرنني شعور عجيب ولذيذ أني أحياء من جديد، وأنني لم أعد من أهل الدنيا. ما الذي حصل؟ ما الذي تغير في داخلي؟ ما سر هذا التحول المستنير الذي أعيش على أيقاعاته المشرقة كل يوم؟ زنزانة السجن هي نفسها، لم تتغير، لم تزد مساحتها، لم تضي من جديد، انها هي ذاتها برطوبتها وتجهمها وبردها المماثل لقبلة بلا طعم، لقبلة من قبل الوداع... ما الذي تغير إذا؟

الكتب هنا متناثرة يمينا وشمالا، وهي الشموع التي تضيء أيامي في السجن. صحيح أني هنا فقدت قدرتي على الحركة ولقاء الناس في أماكن العمل، لكنني خارج السجن كنت محدودا جدا.. وكانت حياتي كلها تنصب في اتجاه واحد : الجري وراء المزيد من الأموال عن طريق الصفقات...

كانت حياة كلها انطلاق، لكنني في خضمها كنت مكبلا بالأغلال : المادية الطاحنة والبحث عن الثروة بأي وسيلة كانت. كنت حبيسا في قمقم، وكان هذا القمقم بكل بساطة أفكارني عن المال..

المال هو الحياة. دون مال لن تستطيع أن تفعل شيئا، لن تأكل أفضل الطعام، لن تزور أمهر الأطباء، لن تبني أحسن

بيت، لن توفر لأبنائك أحسن مستقبل وأنجح تعليم، لن يحترمك الناس ويقيموا لك وزنا، لن تكون مهيبا مرهوب الجانب، لن تحل بإشارة من اصبعك الكثير من المشاكل، ولن يصادقك أصدقاؤك بل حتى أعداؤك..

كانت حياتي كلها تدور في فلك المال، لكني الآن منفصل عن الماضي، طليق السراح.

و لكم كنت ثقيلًا مشدودًا إلى الأرض، وها أنذا أتخلص من حملي وأرسل وثاقي وأحلق عاليًا في سماء قراءاتي وأفكاري. كنت محدودًا فصرت دون حدود، كنت حواس قصيرة المدى فانقلبت حسًا كونيًا شاملًا كله إدراك وبصيرة واغتراف من ينابيع العرفان، فصار الكون على مرمى شبر أو أقل، بل حل في وحللت في لانهاياتها الساطعة المبهرة.

لم يحدث هذا التحول الشامل في لمح البصر، لكني احتجت الى عامين حتى أصبح مدمنا على المطالعة، وحتى أتمكن بفضل هذه العادة الملكية من أن أكسر جدران الصمت وأعانق المستحيل..

3

فتح الله، اسمعني جيدا، أنت في السجن، لكن روحك ترفرف في ملكوت الحرية، إن هذه الكتب المتناثرة هنا

وهناك، بين أرجاء هذه الزنزانة، والتي يربو عددها على 600 كتاب.. هذه الكتب سجلات لروحك التي ولدت من جديد بفضل عادتك الملكية الأثيرة : القراءة. هل أنت سجين ؟ لست كذلك وهذه الشذرات الفكرية التي تنير المكان جزء لا يتجزأ من روحك. هناك من يعتقد أن الكتب جامدة اذا لم تقرأ وأن ما يبث في أوصالها الحياة هو التصفح واقتفاء الفكرة تلو الأخرى. هذا الاعتقاد نسبي جدا. ثمة روح عظيمة ثاوية في كل كتاب من قبل أن يفتح ويقرأ. إنها روح الكون من قبل أن يخلق، ولكن هل يفهم كل الناس هذا الكلام الأشبه بالسحر وما هو بسحر ؟ ليست كل أذن تسمع، وليست كل عين ترى، وليس كل فؤاد يطلع على أسرار الغيب ويبصر.. حين تدمن القراءة كما فعلت أنت على مدار هذين العامين يصير سمعك رهيفا خارقا للحجب، وبصرك بصيرة نافذة وقلبك فؤادا ينبض بالأمل والعشق. ربما تقول لي : أنت تبالغ يا عزيز، انك تمجد السجن، بل كأنك تشجع الناس على ارتياده ! إطلاقا.. افهمني جيدا، يقول ألبرت إنشتاين : (عندما نقبل حدودنا فإننا نتجاوزها بعيدا). هل تتأمل معي لحظة من الزمان هذا الكلام الحكيم لانشتاين ؟ إن حدودك هي جدران هذا السجن الذي يجثم على صدورنا

جميعا، لكنه، ولحسن الحظ، لم يقتل أرواحنا التي تسافر في ملكوت الأفكار اللامحدود. انظر مرة أخرى إلى جواهرك الملقاة لكثرتها على الأرض : قواعد العشق الأربعون، مائة عام من العزلة، الخيميائي، حضرة المحترم، العجوز والبحر، الحب في زمن الكوليرا، الفتوحات المكية... وغيرها مئات من العناوين المشرقة بأنوار المعرفة.. إنه يحق لزوجتك وأبنائك وخاصة لأمك أن يفخروا بك جميعا. أي نعم، يفخروا بك لأنك لم تسلم روحك للخرافات والجهل وسجلت إلى جانب قراءتك التي لا تنتهي في ماستر الفلسفة الذي تعده بين أسوار السجن.. الكثير من الناس، ونحن كنا من بينهم قبل أن نلتقي هنا، يعتقدون أن الدراسة في السجن غير ممكنة. هذا اعتقاد خاطئ، وها نحن معا ندرس، كل واحد حسب احتياجات روحه وفكره، أنت اخترت الفلسفة، وأنا شارفت على إتمام رسالة الدكتوراه في علم النفس.. صفحات أخرى قليلة وتكون هذه الثمرة المعرفية جاهزة للمناقشة.. أنظر إلى هذا الزاد النفيس الذي لا فقر بعده أبدا. انك حين قبلت مقامك هنا، وانغمست قلبا وعقلا وروحا في القراءة، قبلت حدودك الجديدة، في هذه الزنزانة الباردة كما الموت، لكنك

تجاوزتها بعيدا وحلقت في سماء الفكر. إن كتبك هذه أثنى ما تملكه هنا. والروح التي تنبض في ثناياها من روح الكون..

4

ما السجن ؟

ما الغرض من طرح هذا السؤال وأنت صرت أكثر حرية وانطلاقا من ذي قبل ؟ أنت سعيد في شقائك، منعّم في حرمانك، تغترف من معين الحياة وتهل.. أنت تحيا هنا، لكن غدا لناظره قريب.. تحيا ها هنا كما تحيا مخلوقات الله التي لا تعرف اليأس والأمل، لكنك دربت نفسك وروحك على الأمل، وصرت بمدد من المولى متعلما داخل السجن، بل أكثر من ذلك، عينتك الادارة مشرفا على مكتبة السجن لحسن سلوكك ولين طباعك.

فتح الله، ابني الحبيب، أنا أمك، فاسمعني جيدا : كنت أعتقد للوهلة الأولى، حين رموك في غيابة السجن، انك ستنهار، لكنك بهرتني، واكتشفت أن الكتب التي كنت أزودك بها بانتظام، تحت طلبك، أنقذتك من اليأس، بل طهرت روحك من الصدا ، فشكرا لخالق الانوار التي تفيض من هذي السجلات التي لا تموت، شكرا لمخرج الحي من الميت، للحي الذي لا يموت.

كنت ساذجة وكنت تماما مثلك، في تجارتك المجنونة وجريك المستमित خلف المال ..كنت أحيأ على الهامش، بل كان الهامش أنا، وكانت حياتي تمضي على إيقاع رتيب : أكل وشرب ونوم وذهاب إلى الحمام، واعتناء بالبيت والابناء ومشاهدة لا تنتهي للأفلام والمسلسلات، ولم تكن هناك وسط تفاصيل هذا الزحام الخانق، وجبة معرفية واحدة ..لكم كنت ساذجة وغارقة في الخرافات والجهل، لكني وأنا أخط إليك رسالتي العاشرة هذه تغيرت. صرت قدوتي، وأصبحت تماما مثلك.. أصبحت مدمنة على القراءة... كنت حريصة على اقتناء الكتب التي تطلبها، وكنت في البداية لا أكثر لها، بل أسلمها فقط لك كما تسلم البضاعة لت شحن على ظهر سفينة تبحر إلى عالم بعيد.

و ذات يوم كنت أنوء بحمل 55 كتبا اشتريتها من أكبر مكتبة في العاصمة، كنت اصعد السلالم وبين يدي هذا الحمل الثقيل، وفجأة تعثرت في الدرج وسقطت الكتب في الأدراج محدثة ضجيجا غريبا عجيبا تلتقطه آذاني لأول مرة. لم يكن هذا الضجيج بضجيج، ولكن خيل إلي في لحظة خاطفة أنه يشبه صوت الاشجار وهي تقطع، ولأني كنت صائمة يومذاك، مع ايمان قوي صاحبني منذ طفولتي

بالحياة وعلاماتها ورموزها الخفية، فإني تخيلت هذا السقوط صعودا الى الأعالي، وتخيلت أنه ليست الأشجار التي تقطع حين تسقط الكتب، ولكني أنا المقطوعة إن اكتفيت بحمل الاسفار وتوصيلها دون قراءتها، وفي مشهد لن أنساه ما حييت، استجمعت أنفاسي وشرعت في التقاط الكتب وتصنيفها، وكان لغرابة الصدف أول ما قرأت في الكتاب المفتوح الذي التقطته، هذه السطور...

5

" لا تحزن فإن أي شيء تفقده سيعود إليك في هيئة أخرى؛ لا تجزع من جرحك، وإلا فكيف للنور أن يتسلل إلى باطنك؛ ما تبحث عنه يبحث عنك ؛ تعلمت التفكير، بعدها تعلمت التفكير داخل قوالب، بعدها تعلمت أن التفكير الصحيح هو التفكير من خلال تحطيم القوالب..."

لكم تبهرنى هذه الأقوال الخالدة لمولانا جلال الدين الرومي، وأنا تماما مثل أمك، من تلاميذه ومريديه. ليست أمك هي الوحيدة التي تغير حالها واتجه إلى الأفضل اثر دخولك للسجن، لكني أنا أيضا بت أنظر الى الحياة بشكل جديد. إن مهمتي الأولى في الحياة أن أبقى وفية لك، لأنك كنت دائما، ورغم كل شيء، الزوج الحنون الصالح. لن

أطلب الطلاق، كما تلح علي بعض النسوة الجاهلات -
سامحهن الله. سأعتصم بالصلاة والصبر والدعاء في الليل
وأعماق الفجر، فربنا وخالقنا سميع الدعاء وصاحب
الفضل والفرج.

ان مهمتي الثانية في الحياة، هي إعادة النظر في التوجه
الدراسي لابننا الوحيد فريد. كان خطأ فادحا أن تفرض
عليه دراسة القانون، دون أدنى اكتراث بحبه الأبدي
للموسيقى... الآن فهمت باقتناع تام أن سعادة فريد هي
اتباعه لقلبه. يعشق الموسيقى حد الجنون ؟

فليدرس الموسيقى، وليمارسها بانتظام، وليعزف اليوم
وغدا ودائما دون هروب وتستر من الآخرين. فليفعل ما يحب
وليعيش حياته مثل أسطورة شخصية يكتب صفحاتها
المشرقة بأنغام كمانه وندونات عوده وغناؤه الشجي الذي
يمزق القلب حزنا وفرحا. أو ليس فريد موسيقيا متعدد
المواهب؟ إذا ساندت كل أسرة في هذا العالم الفسيح ابنا
لها بهذه المواصفات والمواهب، فكم مقدار السعادة التي
سنجنمها في نهاية الأمر؟ تخيل معي...

أنا الذي أدعوك يا أبي العزيز إلى أن تتخيل السعادة الهائلة التي تغمر كياني وهذا الخبر السار يرف لي عن طريق أحد معارفي في مجال الصحافة : والدك استفاد من العفو، ونظرا لحسن سيرته داخل السجن فإن عقوبة السنوات الخمس خففت، والدك يتم بعد يومين 3 سنوات ويغادر بعدها أسوار السجن !

يا الهي ! معجزة. أكاد لا أصدق..

بلى.. صدق ما حصل يا بني، فمعجزات الحياة لا تنتهي. الحياة بدورها، بين الألم والأمل، معجزة المعجزات. لو كان هذا هو الفصل الأول لرواية أكتبها عن مقامي في السجن، لكان جديرا به أن يشبه هذه السطور:

(كان يا ما كان، كان هناك رجل يدعى فتح الله، وكان سر تسمية والدته له بهذا الاسم هو حلمها أن يفتح الله له أبواب الرزق باشتغاله في التجارة، هذا لأن فتح الله سليل أسرة تاجرة حتى النخاع من جهة أبيه وأمه وأجدادهما على مدار أجيال وأجيال، وكانت أحلام فتح الله الذي كان يسكن في طفولته في بيت فسيح وجميل على ضفاف البحر، و الذي

كان يستمتع بحياة هادئة في كنف والدين محبين كريمين لم يبغلا عليه وعلى سائر إخوته بمال أو رعاية... كانت أحلامه محصورة في هدف واحد وكبير : أن لا يخيب ظن والديه به وأن يمضي قدما بكل طاقته وحماسه وذكائه في عالم التجارة، عاقدا العزم على أن يكون من كبار الأثرياء..

مهلا.. هل أتوقف قليلا ؟ أليست "كان يا ما كان " عبارة تستهل بها قصص الأطفال والجنيات والخرافات الموغلة في القدم ؟ أليست "كان يا ما كان" عبارة سحرية لتنويم العقول وتخدير المشاعر والأحاسيس ؟ ألا يراد منها الابتعاد عن الواقع والإبحار في شطآن الخيال ؟ كلا وألف كلا... رغم أن قصتنا معاصرة، رغم أن أحداثها تعود فقط إلى 10 سنوات خلت ، فدعونا نحتفظ بهذه البداية، على الأقل حتى نشعر أن هناك ما يستحق الحكى فيما يلي من سطور وأحداث.

كان فتح الله قد أتم هذا العام ربيعته الرابع والاربعين، وكان كل من يراه يعتقد بل يجزم أنه شديد اليفاعه، دعونا نبسط ونقل أنه يلوح أصغر من سنه : 30 أو 35 سنة على أقصى تقدير. أما عن أوصافه، فهو شديد الحماس، كثير الطموح، محب لكسب المال، عاشق للمغامرة، ولوع

بالسهرات العائلية والأسفار وتنظيم الولايم وإطعام المحتاجين وفي عينيه بريق دائم وشغف لا ينتهي بالمجازفة، وحب، وأمل وتعلق جنوني بالحياة.

وذات خريف بارد وحزين، توسطت سماءه شمس كسيفة، وداعت أشجاره نسائم بطعم الوداع، لاحظ فتح الله، وهو يملأ في مكتبه إحدى ملفاته التجارية انه يكاد يختنق من كثرة العمل ، وأنه يحتاج إلى إحياء سنة من سنن طفولته التي قضاها بين أمواج البحر ونوارسه وأصدافه وسحره اللامتناهي، إنه يحتاج إلى جولة على ضفاف الكورنيش. فاللحظات التي كانت تدخل السرور إلى قلبه وتشعره بالبهجة أكثر من أي شيء آخر هي تلك التي داب أن يقضيها في معية البحر، بالرغم من الوحدة أحيانا وزخات المطر أو تيارات الهواء البارد أحيانا أخرى.

وكان له ما أراد، وأتم فتح الله جولته التأملية على ضفاف البحر، لكنه بمجرد عودته إلى المكتب صبيحة الغد الموالي، أخبرته السكرتيرة أن الشرطة تستدعيه على عجل للتحقيق. لماذا؟ شيكات دون رصيد تناهز قيمتها 300 مليون. يا إلهي ! كيف لم ينتبه لأخطائه الفادحة في التجارة في المدة الأخيرة ؟ كيف لم ينتبه لها وهو يلهث خلف المزيد

والمزيد من الأموال ؟ ما مصيره وكل أمواله موضوعة في طاحونة التجارة ؟ ما المصير الذي ينتظره ؟
الواقع أن فتح الله لم يحتج وقتا كثيرا ليسقط فريسة للعذاب النفسي، لأنه أودع السجن في غضون أيام قليلة، بعد أن استحال عليه أن يسدد ديونه المتراكمة. وكانت أسابيع السجن الأولى قاسية يسمها طعم الهزيمة المر، ولكن فتح الله سرعان ما أفاق من هول الصدمة، وأسس له داخل السجن حياة جديدة عنوانها الأمل والعلم والتعلم والحلم بغد أفضل، وكان الفضل الأول في هذه الولادة المشرقة يعود لمدرّبه ومرشده عزيز الذي كان يردد دائما على مسامعه هذه العبارات :

تخالني مرشدا لك. أوكي.. لكني أحتاج بدوري لمن يرشدني في غيابة السجن وظلامه الدامس.. إن وجودنا معا في السجن ليس عذابا أو غضبا إلهيا. بالعكس، إنه نعمة النعم. علينا أن نهزم رغباتنا قبل أن نهزم أعداءنا، لأنّ أصعب انتصار، كما يقول أرسطو، هو الانتصار على الذات. ان عزلتنا هنا فرصة للقراءة والتأمل وتطهير الروح من الصدا. علينا أن نكابذ ونجاهد لمعرفة نفسنا داخل هذي الزنزانة، قبل أن نموت وقد غفلنا عن معرفة ذاتنا وما الذي

كان يراد منا في الحياة. علينا أن نعرف هنا نفسنا قبل فوات الأوان، لأن ذلك بداية كل حكمة. ان ما نحتاج إليه هو أن نعود إلى أعمق نقطة في ذاتنا، تلك المنطقة المنسية من أرواحنا التي سودتها مادية الحياة، والتي تحتاج الآن، وبسرعة، لأن تنغمر بالألوان والاشراقات التي تضعها على السكة الصحيحة للوجود. علينا أن نحرر أنفسنا من الأوهام ونغتني كل لحظة من حياتنا في التعلم. علينا أن لا نترك الأمل بين براثن الألم. البحر يوماً سهياً، وعلينا أن نتعلم الإبحاريين أمواجه العاتية..

وأخيراً.. من نحن ؟ من أين جئنا ؟ وماذا نفعل ؟
ان هذا هو السؤال الحاسم..

أنت جزء من لاهوت التنوير

ما بوصلة القيم التي تريد أن تسترشد بها في حياتك ؟
كيف تريد أن تمارس لعبة الوجود على هذه الأرض ؟
تريد أن تعيش فقط لنفسك ؟
هل تطمح أن تؤثر على مصائر الآخرين وتحدث الفرق
النوعي في جودة حياتهم ؟
هل ستمارس لعبة العيش على هذا الكوكب في نطاقك
الضييق؟

هل هناك مجال لمساعدة الآخرين على المضي قدما في
طريق نجاحهم ومجدهم الشخصي ؟
ذلك ممكن جدا وسيتيح لك أن تتحرك في آفاق شاسعة
تتجاوز قوقعة الأنا والتركيز على الذات. في جميع الأحوال،
أنت حر وتملك الامكانيات اللانهائية للاختيار...

إن معظم الناس الذين أعرفهم يركزون على خدمة
وارضاء ذواتهم أولا. ربما لأن لسان حالهم يقول : (ليس لدي
الوقت للاهتمام بالآخرين. من واجبي أن أضع ضمن أولوياتي
الجري وراء المال وسداد الفواتير المتراكمة نهاية كل شهر
ورعاية الأطفال وتوفير القليل من النقود قبل الصيف

للذهاب في عطلة قصيرة مدتها أسبوع أو عشرة أيام. هل هناك أصلا متسع من الوقت لرصد احتياجات الآخرين والاهتمام بحل مشاكلهم ؟).

وثمة صنف ثان ممن أعرفهم يعتقدون أنهم غير مؤهلين لعون الآخرين لمجموعة من الأسباب يمكن تلخيصها في 4 نقاط : الخوف من الفشل، عدم الثقة في النفس، السلبية، خيبة الأمل تجاه المجتمع ونمط تفكيره القائم على الفردانية المفرطة.

إن حياتك ليست ملكا لك وحدك. إن جزءا عظيما منها يجب أن تساهم به في حياة الآخرين. هذا الالتزام نحو مجتمعك رحلة لانتهائية واستكشافية لقدراتك ومواهبك وأحلامك. " إن الهدف من حياتنا هو أن نضيف قيمة إلى حياة أفراد هذا الجيل والجيل الذي يليه"، كما يقول المخترع والفيلسوف بكمينستر فولر.

بناء على هذا فإن قيمة عبورنا في الأرض ترتبط بالاضافة التي نقدمها إلى العالم؛ فكل منا يولد وفي أعماقه مواهب وعطايا منحها الخالق له من أجل استخدامها في التواصل والتعامل مع الآخرين.

لا تكن مركز الكون. لا تعش لنفسك. أنت ذرة تسبح في
ملايير الحيوانات والأهداف والمصائر. عش للآخرين ونور
حياتهم كما أوصاك الإله الكريم بذلك.
افعل الخير من أجل الآلاف بل الملايين وكن طرفا فاعلا
في لاهوت التنوير...

لنلق نظرة على التاريخ. لنأخذ مثال توماس اديسون
الذي كرس حياته لتحقيق فكرة ينور بها حياة الآخرين :
اختراع المصباح الكهربائي. لقد كان أصدقاء إديسون يتهمون
بالجنون. : (هل فكرت لحظة واحدة في لامعقولية مشروعك
؟ محض هراء ! إنك غارق في الأحلام حتى أذنيك يا
توماس...!).

هل استسلم اديسون ؟

لم يستسلم...و اعتكف في مختبره شهورا طويلة يكافح
ويجرب إلى أن اكتشف أنه باختراعه الناجح في نهاية المطاف
كان يحتاج إلى معرفة ألف طريقة لعدم اختراع المصباح
الكهربائي...

ومرت السنوات ونور مصباح اديسون حياة الملايير ...
إن مشروع اديسون ليس مستقلا ومنعزلا في الزمان
والمكان. انه جزء من مشروع كوني رباني رحماني لإخراج

العالم من اليأس إلى الأمل ومن الشك إلى الايمان. إن هذا المشروع يمكن اختصاره في كلمتين : لاهوت التنوير. وأنت، ما خطتك لتكون مساهما في هذا المشروع ؟ الفقراء في كل مكان وبلاؤهم شديد. قد يكون ما أقوله مثاليا، لكن على الأقل انخرط في المجتمع المدني، انضم إلى الجمعيات الخيرية وكن سببا في تحقيق العدالة الاجتماعية، والتنوير السياسي والتأزر مع الطبقة العاملة. إن السيد المسيح نفسه كان وعاش فقيراً، وقد اهتم بالفقراء والمنبوذين، الى جانب أن حقوق المهمشين كان لها حضور في رسالة الإنجيل. بالمقابل كان محمد (صلى الله عليه وسلم) غنيا يملك خمس الغنائم لكنه عاش متواضعا زاهدا وسخر أموالا طائلة للنهوض بالمحتاجين وتنوير حياتهم. إن كل شخص فوق هذا الكوكب لديه مهمة سامية تتجاوزه، ومهمتك أنت، إن قبلت، أن تكون عضوا في نادي (لاهوت التنوير).

قد تقرر على سبيل المثال أن تكون قائدا لبرنامج توعوي حول الاقلاع عن التدخين، لأنك كنت من قدماء المدخنين ورميت بالسجائر في سلة النسيان منذ 20 سنة وتحسن تبعا لذلك تنفسك ووضعك الصحي العام بل حتى اسلوب

إنفاقك دون نسيان شبكتك الاجتماعية التي توسعت بشكل مدهش.

لا توجد أعذار لعدم الفعل. الحياة كلها فرص للعطاء وإن كنت مسلحا بقانون النوايا وكانت نيتك 100 بالمائة، لا أقل، فإنك حتما ستصل إلى هدفك. قرر أن تستثمر كل دقيقة من وجودك في معترك الحياة، فربما تكون هذه الدقيقة هي الأخيرة، وفي هذه الحالة اذا كنت تحيا في هذه الدقيقة فهناك سبب لذلك. ربما ستسألني : (كيف لي أن أعلم أن مهمتي قد انتهت؟). سأجيبك فورا : (ما زلت تنففس. أنت حي ترزق. مهمتك لم تنته بعد !)

من السهل جدا أن تشاهد في الحياة اليومية مجموعات من الأشخاص لا تفعل شيئا..لا تنتج قيمة مضافة تذكر...الأمثلة كثيرة لا يمكن حصرها : تلاميذ همهم الوحيد النجاح دون بذل المجهود وبالاعتماد الكلي على الغش في الامتحان...، شباب يقضون كامل يومهم بالمقهى في لعب الكوتشينة... أثرياء يملكون الملايير ويراكمون شراء العقارات عوض استثمار أموالهم في انشاء الشركات لتحريك الاقتصاد...

والآن دعني أسألك : إذا كانت لديك كل هذه القدرات
والمواهب ولم تفعل شيئا لخدمة الآخرين وتنوير حياتهم، كما
أمرك الله بذلك، فمن سيقوم به إذا ؟
صحيح، لكل إنسان هدفه المحدد، لكنك جندي من
جنود الله في حياتنا القصيرة على هذا الكوكب، ومهمتك
تتجاوز كيانتك الضيق إلى آفاق لا محدودة. فكلنا خلقنا
لهدف كبير...أن نساعد الآخرين على استخراج النور الذي
يتلألأ داخلهم، لأن ذلك وسيلة لتمجيد الإله الساكن عميقا
فينا، في قلوبنا جميعا.

إن هذا الايمان ليس موجودا في بعض القلوب، ولكنه
مخفي مثل الكنز في قلب كل مؤمن بضرورة مساعدة الآخرين
وتحريرهم من مخاوفهم وتنويرهم وارشادهم إلى سلوك
طريق مجددهم الشخصي، تماما كما يريدنا ويأمرنا بذلك
الله.

لست وحدك. دعني أكرر هذه الفكرة. ان أهدافك ومعنى
حياتك متعلقة حتما بأن تكون الشمعة التي تضيء حياة
الآخرين. ان السماء سخرتك لاعمار الكون لأنك خليفة الله
في الأرض وجزء لا يتجزأ من لاهوت التنوير.

رحلة الحب والموت

الشك، اللذة، الألم..

هناك من يظن أن أرواح الموتى سافرت إلى العالم الآخر
دون رجعة.

كثير من أرواح الموتى من طينة طيبة.. أرواح الموتى لا
تموت..

النبضة الأولى انبثقت من تلاقي مجهولين في خط الحياة
وولادة كائن جديد ألقى بلهفة الحب ولوعة العشق المقدس
في أول مأوى آمن له.

حضن الأم دافئ كأول لبن وأول قبلة وأول ضمة وأول
اتحاد باك مرتعش معك يا روح الكون الزاهر الظاهر
المشعشة أنواره هنا وهناك..

من عشق فعف فكمتم فمات فهو شهيد، لكن عشقي لك
يا أمه صارخ حد الشهادة والاستشهاد، فلأصرخ ملئ قلبي
وروحى لعلك تقرؤني أيها العالم.

إذا كانت تلك الأشياء التي مررت بها في مسار حياتي
وشكلت ملامح حياتي الماضية تبدو عصبية التعبير صعبة
الكتابة فهل ذاك معناه أن لا أكتب؟ كيف أستطيع أن أبقى

وفيا لروحك أيها الماضي الحاضر وأحكيك أيتها الأم في قلب
الواقع، في صميم ما حدث، لكن مع استدعاء الخيال
الداعم للحكي؟ فالكون دون خيال بنيس وفقير حد الموت.
هل كنت أكتوي من حيث لا أدري وأشتعل بنيران الكون؟
عبثا أحاول الغوص في ذكريات حياتي واسترجاعها أمام
عيني كشريط سينمائي..

انها تتفجر في اللاوعي كرؤيا سرالية ، كرؤيا ممنوعة،
صادمة، قاهرة فتختزل آلاف الصور والاستهجمات التي
حفلت بها حياة كاملة في حلم واحد.

أسمع أنغاما رقيقة ولا أعرف المصدر، نايات وترانيم
الحزين العاشق المتأمل تمزق بياض الغرفة، لكن العازف
مجهول، متوار عن الأنظار.. تدفعني أياد قوية إلى الأمام لكني
لا أعرف من الدافع وأين الوجهة وما ثمن الرحلة في هذي
البيداء الشاسعة.. تصبح أصوات مجهولة في داخلي أن قم
فورا لمكتبك واحمل القلم واكتب دون أن يهيك من يقرأ،
فما ستدبجه لن يضيع أبدا، لأنه ثمة دائما قارئ لكل كتاب
ينفعه ذات يوم ويرشده إلى طريق جديد، ولو بعد حين.

عبثا أحاول، لكني لن أركن لليأس. قصتي يجب أن تروى
وخلقت لأحكيها لك، في هذا المجرى الوجودي النابض
بالأحلام قبل أن نولد.

من أين أبدأ ؟ ما جدوى أن أكتب لك هذه الاعترافات
السائلة من معين الروح الذي لا ينضب ؟ ما جدوى ذلك
ولم يعد أحد في زماننا، تقريبا.. لم يعد أحد يقرأ ؟ في أي
غيب كنت أتيه منطلقا مع تيار متلاطم من الأرواح الهلامية،
الشفافة، المنفلتة من إسار الزمكان قبل أن ألتقي بك ؟

هل كنت أشتعل ولا أحترق ؟ هل كنت أحييا ولا أحتضر ؟
هل كنت أبحر في أعماق المحيط وليس بين يدي عنوان أو
بوصلة أو خارطة طريق ؟ هل كنت ثائرا، فائر الحمم، لكن
دون هدف ؟

نعم، إني أنبض بالحياة وإذا كان لها أن تبدأ فقد بدأت،
وإذا كان لها أن تروى فأنا الراوي وأنت المستمع...

يقول الراوي : كلنا معنيون بمساعدة الآخرين وارشادهم
إلى تنمية ذواتهم. كلنا ننتمي الى هذا الكون الشاسع
ومطالبون بدفع الآخرين إلى اكتشاف واستثمار النور الذي
يتألق داخلهم. إن هذه المساعدة هي ما يخلق المعنى بالنسبة
لكل شخص يريد لمروره السريع على هذا الكوكب أن يكون

ذا مغزى.. بعبارة أخرى، أن يترك بصمة له في الحياة. وفي هذا السياق نستطيع أن نجزم أن التربية الراشدة هي قوة هائلة من قوى التحرير، كما أن الفشل في التربية هو القهر والظلم بعينه...

ويسترسل الراوي :

" ماتت أمي السعدية منذ 30 سنة، لكنها حاضرة معي..لكن روحها تحوم فوقى وتمنحني كل يوم قدرا عظيما من البركة.. كل يوم.. لا أبالغ.. كل يوم.. هناك من يظن أن أرواح الموتى سافرت إلى عالم آخر دون رجعة.

هناك من يتخيل أن من مات فقد غاب عن هذا العالم وغادره إلى الأبد، وهذا غير صحيح، لأن اجتيازنا السريع لهذي الحياة الأرضية بداية الرحلة نحو ملكوت الخلود.. خلود الروح بين يدي خالقها وبارئها من العدم..

هناك من يعتقد أيضا أن تقبل الموت بسهولة لا يكون إلا في متناول النفوس القوية المؤمنة، وأنا أريد أن أضيف رأيا في غاية الأهمية : تقبل الموت رحلة تحتاج للتأمل، لأن التقبل في أرقى معانيه كامن في قدرتنا جميعا على قيادة عواطفنا وسلوكاتنا وردود أفعالنا، ومن هذا المنطلق فإن

أغلب الرسائل التي يحيل إليها موت قريب وعزيز في لحظة حاضرة لن تفهم وتفك شفراتها فكا إلا في المستقبل.

هناك من يظن أن أرواح الموتى ولت إلى برزخ مجهول..أنا أعتقد إلى درجة اليقين أن أرواح من غادرونا، خاصة إذا كانوا من نبتة طيبة..هذه الأرواح ترفرف فوق رؤوسنا وتراقبنا في هدوء، مثل الشاهد الصامت لكل ما يقع ويصطخب في مسرح الحياة..

أمي.. لالة ديالي.. ذكراك مقدسة.. أين أنت ؟
أنت هناك وهنا، في أعماق أعماق قلبي، ومنك تعلمت حب التعلم والكتابة منذ الصغر..

كنت الابن الوحيد، والأخ الأصغر لثلاث بنات يكبرني سنا. كم جميل ذاك التفرد بالذكرورة في المملكة السحرية للإناث.. ها هو الوافد الجديد يفرغ في قالب التهذيب، ويتعلم التحكم في نظمه المختلفة. ها هو ذا يخطو الخطوات الأولى، ويتعلم المشي والكلام، ويشب عن الطوق، ويستعان على ذلك بالمكافأة والزجر، ولا بأس بقليل من الضرب، وتلوح هنا الطفولة كطيف خالد من أطيايف السعادة، ويلوح الزمن أيضا سرمديا دون بداية ونهاية، بل دون حد.

هل قضى فتح الله يوم طيبا في المدرسة ؟ أ لم يزعجه
هناك أحد ؟ هل فهم وأنجز بهدوء تمارينه المنزلية ؟ هل
أكمل فتح الله طعامه ؟ إنه يغط في نوم عميق..و لكن هل
فتح الله مغطى جيدا ؟ البرد قارس..يجب أن نشترى له غدا
المزيد من الملابس الصوفية...

آه من الذكريات.. الابن الغالي..عملة من ذهب..أخو
البنات.. ها ها ها

كانت أمي تقول لي دائما : أنت الابن الأصغر وأخو البنات،
لكني أريدك أن تدرس وتشتغل في الوقت نفسه.. أريدك رجلا
أفتخر به ويقتدي به الآخرون.. تفهمني ؟ أريدك رجلا يتعلم
ويكسب المال من عرق جبينه..

و كان لأمي ما أرادت، حرفيا، وعملت الصيف في بيع
الحلوى على عربة خشبية من صنع يديها الكريمتين، أما في
باقي الفصول فكان العمل يقوم على بيع لعب الأطفال أيام
السبت والأحد..

ذكريات وذكريات حلو طعمها كالشهد..آه من السحر
اللامنتهي للذكريات.

أمي..أنت هناك وهنا، في أعماق أعماق قلبي، ومنك تعلمت العمل والاجتهاد.. من أمومتك اللامشروطة وحبك الطاهر الفياض صار ذاك الغصن شجرة حبلى بالثمار..

منك تعلمت يا أملي أن الأمل يولد في كثير من الأوقات عندما يكون كل شيء تقريبا غارقا في اليأس.

منك تعلمت يا أمي أن العقل والحياء هما رأس المال الأول، وأنه لا يحسن أن يتجر بهما، لأن علما لا يعمل به، وعقلا لا ينتفع به، وحياة لا تلهم الآخرين، كمنزل لا يسكن وطعام لا يستساغ وكنزلا يعرف فيقدر.

الماضي فات، ولكنه لم يمت وهو حاضر فينا بقوة الذكريات، وأنا أتذكر الأمس مثل اليوم..

كنت راقدًا في المستشفى ملفوفا في الجبس، وفهمت من وشوشة الأطباء أن حادثة السير التي تعرضت لها على متن سيارتي في الطريق السريع تكاد تكون مميتة، وأني سأعيش في أحسن الأحوال لأيام أو لأسابيع قليلة قادمة.

لا... يا إلهي ! ساعدني، أرجوك.. إني أضع رضا والدي في أكف الدعاء.. إني أضع بركة أمي وحي الخالد لها في أكف الاستجابة.

إلهي، استجب لي واجعل بركة أمي البلمس الشافي،
اجعلها إكسير الحياة...
ومرت الأيام، ومرت الأسابيع.. ومرت الأعوام، وعاش فتح
الله 55 سنة أخرى، متحديا حسابات وتكهنات الأطباء..
بركة الأم.. الحب سر الأسرار.. الحب يصنع المستحيل..
وها هو فتح الله اليوم يربو على السبعين ويمسك بكل هممة
القلم الذهبي الجميل الذي أهديته إياه يا لالة السعدية في
عيد ميلاده الخامس ويخط بيمينه هذي السطور وعيناه
تبكيان من ألم وأمل اللقاء ...
كثير وكثير من أرواح الموتى من طينة طيبة.. أرواح الموتى
لا تموت..

النادي الملكي للقراءة السريعة

هل أنت مستعد لقراءة 50 كتابا في السنة أي بمعدل كتاب واحد في الأسبوع ؟ إن كبار المثقفين يفعلون ذلك. هل أنت مستعد للتضحية بساعات الجلوس الطويلة خلف التلفزيون كل يوم وتعويضها بالقراءة الجادة، في ميدان تخصصك أولا، وفي حقول الثقافة العامة ثانيا ؟ هل أنت مستعد لتقليل ساعات استخدامك للسمارتفون وباقي أجهزة تكنولوجيا المعلومات ؟ إن كبار المثقفين يفعلون ذلك. هل أنت مستعد لتخصيص 10 % على الأقل من دخلك الشهري للنفقات المتعلقة بالكتب ومشاهدة الأفلام الجديدة في دور السينما وحضور ما أمكن من عروض الموسيقى والمسرح في محيطك القريب أو السفر لأجل ذلك ؟ إن كبار المثقفين يفعلون ذلك...

ربما تكون من الأغنياء... ربما تكون مشغولا جدا... ربما تكون الاثنيين معا، ربما يسيطر عليك التفكير الشعبي البسيط ومؤداه أنك لا تحتاج إلى القراءة لتنمية معارفك وتثقيف نفسك، فالمال وحده يكفي لضمان العيش المريح وحل ما استعصى من المشاكل. إذا كنت تعتقد ذلك فإنه

من الممكن -إن كانت لديك الرغبة الشخصية- أن تغير هذا
المعتقد ، وتنضم إلى النادي الملكي لكبار المثقفين : قادة
الفكر الذين يقرؤون كثيرا وسريعا ويستعملون لبلوغ هذا
الهدف ترسانة من التقنيات والأساليب.

تريد أن تكون قائدا ؟.. كن قارنا !

لقد هاجمنا العصر الذهبي للمعلومات ولا فرار لنا من
سيلها الجارف لذواتنا وعقولنا وأنماط تفكيرنا في كل ساعة
ودقيقة وثانية من كل يوم. إننا على فوهة بركان من
المعلومات.

إنه أعظم انفجار حصل منذ بداية التاريخ إلى الآن. لم
يشهد أي عصر سابق هذا الكم المهول من البيانات
والاحصاءات والصور واللوغاريتمات والأرقام التي تعصف
بحياتنا دون توقف. إن مناصري هذا المد العلمي والاعلامي
لديهم قناعة راسخة أن مستقبل البشرية سيعيش على
إيقاع زلازل معرفية أكثر خطورة.

إن الأمثلة الدالة على ذلك لانهائية. دعونا نستعرض
بعضها منها :

- الطبعة الواحدة من صحيفة نيويورك تايمز تحتوي على معلومات تفوق ما تعلمه شخص طوال حياته خلال القرن 16

- كمية المعلومات المتاحة اليوم تتضاعف كل 5 سنوات
- أكثر من 7000 دراسة علمية تصدر كل يوم على المستوى العالمي

- ما يقارب 90 بالمائة من جميع المعارف العلمية تم استحدثه بالكامل في العقود الثلاثة الأخيرة
- صدرت في الخمسين عاما الماضية كمية من المعلومات تفوق ما أنتجه العقل البشري على مدار 5 آلاف سنة متوالية

لقد تحول كل واحد منا بفعل التدفق المعلوماتي إلى نسخة معاصرة من (سيزيف) ، الذي قدر له أن يبقى إلى الأبد - حسب أساطير الإغريق- يدفع صخرة كبيرة إلى أعلى الجبل، ولا تلبث أن تنحدر متدحرجة منه قبل أن يصل إلى القمة. صخرة زمننا الراهن هي طوفان المعلومات.

هل تعتقد أنه من المهم أن تتحكم في المعلومات وتنتقي منها ما تحتاجه عوض أن تتحكم فيك ؟ هل لديك صعوبات في قراءة وغرلة ما تحتاجه من معلومات في عملك

اليومي ؟ هل لديك الوقت لقراءة كل رسائلك الالكترونية ؟ هل تتمنى أن تقرأ بسرعة أكبر وتنعم بتذكر المزيد مما قرأت ؟ إذا كنت تريد أجوبة شافية عن هذه الأسئلة وما ينجر عنها من استفهامات فرعية فمرحبا بك في النادي الملكي للقراءة السريعة.

لدي، لهذا الغرض، 6 خطوات أضعها بين يديك :
أولا. كن قطارا فائق السرعة في القراءة. امض إلى الأمام دون الرجوع إلى الوراء. لا تعد القراءة. من المهم كسر روتين إعادة قراءة الكلمات على الصفحة. إذا شاهدت عيني أي قارئ عادي، ستلاحظ أن نظره يقفز عبر الصفحة عوض القراءة الأفقية. وهذا لأن الشخص العادي يميل إلى الرجوع إلى الكلمات التي سبق أن قرأها. اجمالا هذا هو العائق الذي يمنعك من القدرة على زيادة سرعة القراءة.

ثانيا. استعن بكرونومتر. يجب عليك اختبار نفسك والتدرب على زيادة سرعة قراءتك باستخدام كرونومتر لتحديد سرعتك وحساب عدد الكلمات التي يمكنك قراءتها خلال دقيقة واحدة.

ثالثا. حدد هدفا. كل ما تحتاج إليه هو التدريب المستمر، لذا قم بتحديد هدف معين، مثلاً بتعيين عدد من

الصفحات لقراءتها خلال يوم أو أسبوع وكافئ نفسك عند تقدمك في كل مرة.

رابعا. استخرج من كل كتاب نقاطه الرئيسية دون القراءة الخطية الكاملة. إذا كان وقتك ضيقاً وكنت بحاجة إلى قراءة شيء ما بأسرع ما يمكن، خذ نفساً عميقاً وافتح الكتاب واستغرق بعض الوقت في قراءة جميع العناوين الرئيسية والفرعية. اقرأ قائمة المحتويات، الرسوم التوضيحية، والمخططات، المقدمة والخاتمة... وبعد ذلك طالع الفقرة الأولى من كل قسم رئيسي.

خامسا. استفد من الكتب الصوتية المتوفرة بكثرة على الانترنت. التكنولوجيا تفتح لك آفاقا معرفية لا حدود لها. لا تكتف بمطالعة الكتب الورقية. عندما تكون في طريقك إلى العمل، داخل السيارة أو في المواصلات العامة، فكر بتزجية وقت الرحلة بسماع كتاب صوتي يفصلك عن الضجيج المحيط بك ويقدم لك زادا فكريا لا يقدر بثمن.

سادسا. ابتعد عن أماكن الضوضاء بما يُجنّبك الوقوع في الأخطاء التي تؤدّي إلى القراءة غير السريعة بحيث ينفصل الشخص عما يجري من حوله، وفكر في إنعاش تركيزك كلّما

كان ذلك ضروريا بأخذ أقساط من الراحة تختلف مدتها من فرد إلى آخر وتراوح عموما بين 10 الى 30 دقيقة.

أنت مواطن عالمي

أرفض أن تعيش متقوقعا في فكر أي طائفة أو مذهب أو ايدولوجيا أو تيار سياسي أو عرقي! أنت انسان. أنت مواطن عالمي. لا تخف من العزلة، لا تخش أن تنفرد بنفسك كل يوم بين 30 إلى 45 دقيقة. فعلا، ذاك ما تحتاجه كل يوم : العزلة والتأمل.

إن من لا يملك كل يوم وقتا مخصصا للإبحار في محيط الذات، لا يملك الحياة..

عندما تسأل الناس عن أكثر شيء يزعجهم ويخيفهم في الحياة اليومية، فإن أغلب الأجوبة تنصب تقريبا في اتجاه واحد : أن أبقى وحيدا دون تواصل مع الآخرين. نعم.. نحن نحتاج إلى الآخرين حتى نتبادل المنافع ونرتقي ونغتنى ونمضي قدما في مسارات التنمية الذاتية والروحية، لكن ما نحتاجه أيضا في مجتمعات الضوضاء والفوضى والضجيج والاستهلاك اللامحدود هو بضع دقائق كل يوم لسبر أغوار الذات.

لا تحبس نفسك بين أسوار أي مذهب أو طائفة.. أنت إنسان عالمي وانتماؤك الأول والخالد هو هذا الكون الفسيح المتنوع المتعدد اللائتهائي.

ما الذي تروج له المذاهب ؟ ما الذي تدافع عنه الطوائف؟
حذار من الاختلاف ! فلان يفكر بطريقة مختلفة، يلبس
لباسا مختلفا، يعتنق دينا مختلفا... حذار! إنه مصدر للخوف،
ان مرافقته تخرجك من دائرة الأمان والمعتقدات الشخصية
الراسخة... أنت مختلف. لا أهتم بك ! هل تشاهد هذا الفيلم
؟! أنت غريب الأطوار! تقل من استخدام تكنولوجيا المعلومات
في حياتك اليومية ؟ لا فائدة ترجى منك ! أنظر إلى كم الأحكام
الجاهزة الملقية للآخر في اختلافه وتفرده وتميزه. إننا تلقينا جزأ
كبيراً من هذه الأحكام في المدرسة وعن طريق الوسائط الأخرى
للتنشئة الاجتماعية : الأسرة، النوادي، ووسائل الاعلام.
تريد أن تنمو وتزدهر وتصنع أفضل نسخة من ذاتك ؟ أنت
تحتاج للآخرين. إن أغلب الكنوز التي يمكن أن نعثر عليها في
حياتنا الغربية العجيبة في الآن ذاته لموجودة بين أيادي
الأجانب.. أي الأشخاص الذين لا نعرفهم، أي نعم، الأجانب،
بمعنى المختلفين عنا في الفكر والشكل والسلوك والأسلوب،
والمتوائمين معنا في رأسمالنا الانساني المشترك.
لا تعش بين جدران طائفة أو مذهب أو أي انتماء عرقي أو
سياسي وفي الوقت نفسه لا تخف من العزلة، ولا تخش أن
تنفرد بنفسك كل يوم لممارسة العزلة والتأمل.

إن انتماءك الأول والخالد هو الكون، فأنت مواطن عالمي.
أنت انسان...

سبيلك إلى الثراء

قال لي يوما صديقي عبدول :

- إنني أفضل أن أموت في سيارة بورش على أن أعيش في كوخ حقير!

أصبت على الفور بالذهول :

- ألهذه الدرجة تمجد المال؟؟

- ليس حبا صرفا للمال ولكنه وعي بأهميته القصوى في عالمنا الاستهلاكي. إن مجتمعنا بلا قلب. لقد عشت طفولة صعبة غاب عنها حنان الأبوين. أمضيت الابتدائي بكامله في مدرسة داخلية في ديبغو سواريس على ساحل مدغشقر. عشت شبها بالأيتام، في فقر شديد، وبلا حب. كانت لدي أحلام المليونير، لكنني عشت فقيرا، وكنت ألقب نفسي ساخرا "بالمليونير الفقير". لكم تمنيت أيامذاك أن تكون بين يدي عصا سحرية اسمها المال لأشتري لنفسي كل شيء : قصيرا أسكن فيه، الطعام الوفير الجيد، متع الحياة، الترفيه، الملابس الدافئة... وربما حتى الحب...إن كان الحب يشتري بالأموال لاشرتيته ! وكان حظي من مباحج الحياة فيلم هندي أحضره في

دار السينما نهاية الأسبوع ويزرع في خيال الصغير الذي كنته أحلام الثراء : البطل فقير، حبيبته ثرية، السيارات في الفيلم فارهة توحى بأن ثراء الممثلين في الواقع ربما يكون بالمثل لا حدود له. نهاية الرواية حزينة لأن ديباك، البطل الهندي الفقير، لم يتمكن من الزواج بحبيبته الثرية. هل فهمت الآن لماذا أحلم بالموت في سيارة بورش على أن أعيش في كوخ حقير؟

كانت تلك قصتي مع عبدول ولدي الآن قصة أخرى...
كنا جالسين في مقهانا المفضل (روج إي نوار) المطل على المحيط، وكان الطقس لطيفا ربيعي النسومات، وفي لحظة لا تنسى من حديثنا المفعم بالود، سألت صديقي فوزي :

- هل تحس بالغبرة في أمريكا ؟

- أبدا... (وغمز بعينه اليمنى وسألني مبتسما) :

- وهل تحس أنت بالغبرة في المغرب ؟

- أحيانا، عندما أسوق سيارتي في شارع مليء بالحفر، أو أركب الترامواي وخلال الرحلة لا أجد انسانا واحدا يقرأ، أو أسمع قصصا مأساوية لأناس تعرضوا لألوان مهينة من الابتزاز في المصححات الخاصة... هناك أمثلة أخرى كثيرة، لكني وقتها أحس في وطني بطعم الغربة...

-بالنسبة لي الغربية في زمننا يا مهدي لا علاقة لها بالحدود،
فنحن نعيش في زمن العولمة. كل بعيد أصبح قريبا بل على
مرمى شبر أو أقل. إن الغربية هي أن تحس بالظلم في بلدك
الأم... الغربية أن تنتهك حقوقك في وطنك ولا تستطيع أن تدافع
عن نفسك وتسترجع كرامتك. هذي هي غربة الوطن، وبالمقابل
فإن غربتك في أمريكا هي أن يكون جيبك فارغا. انها غربة
الجيب... أنا أعمل هنا منذ 10 سنوات كمهندس نظم
معلومات، وليس معنى كلامي أنني أحصر السعادة في الخندق
الضيق للثراء المادي، لكن أن يكون في جيبك ورصيدك البنكي
ما يكفيك من الأموال لتعيش كريما قانعا مرفوع الرأس..تلك
هي الدنيا وما فيها...
إنه الثراء بعينه...

و الآن بعيدا عن هذه الحكايات ما تعريفك أنت للثراء ؟ هل
تريد أن تكون ثريا ؟ هل لديك ما يكفي من الأساليب المبتكرة
والاستراتيجيات الجيدة للوصول إلى هدفك : أن تكون ثريا، أن
تنعم بجودة الحياة التي طالما حلمت بها ؟ إذا كنت تظن أي
سأسرد عليك قصص نجاح الأغنياء والخطط التي اتبعوها
لمضاعفة أموالهم فإن هذا أمر بديهي. إنه أفق إنتظار كل
شخص يحصر الثراء في المال.

لا تدمن كتب التنمية الذاتية التي بدورها تحاول أن تقنعنا أن الثراء يساوي جني المزيد والكثير من الأموال بحيث لا يصبح الانسان بعد ذلك بحاجة إلى العمل.

ثمة عناوين خادعة لكتب مدرين يهدفون إلى بيع الثراء وربطه بمقدار ما في جيبك من دولارات. كيف تصبح مليونيرا في 30 يوما... أسرار المليونير... العادات الخمس للملياردير الناجح... كفى من الأوهام !

حذار من إدمان هذه العقاقير المسكنة مؤقتا لآلام فقراء الجيب. الثراء ليس أكواما من الدولارات ولا جبالا من الأسهم في البورصة ولا أسطولا من العقارات القابلة للبيع أو الكراء أو لاستثمارات أخرى. الثراء شيء آخر ومختلف تماما عن كل ما قرأناه وسمعناه وشاهدناه في برامج تدريبي الحياة...

إذا أردت أن تخلق الثراء فاعلم أولا أنك مسؤول عن قيادة سفينة حياتك على جميع المستويات : صحيا، واجتماعيا، ومهنيا، وعاطفيا وماديا. لاحظ معي أي وضعت المال في أسفل القائمة. كيف يكون هناك استمتاع بالمال اذا كانت صحتك متدهورة ؟ تخيل أنك تملك ملايين الدولارت ولكنك لا تستطيع الانجاب وحياتك الاجتماعية في مستوى الصفر؟ تخيل أنك

من أصحاب الملايين لكن المال الذي تربحه اليوم تنفقه غدا
في اليانصيب والسهرات الحمراء ؟

ما قيمة المال اذا في غياب الشروط الضرورية للاستفادة منه
: العاطفة والتدبير وسلامة البدن من الأمراض ؟

المال مهم، لكن الأهم منه تحكّمك في نجاحك المالي واسهامك
في تحسين جودة حياة الآخرين والنهوض بالمجتمع بفضل ما
تربحه من أموال. وهذا بالضبط أسلوب من يريد فعلا
الوصول إلى الثراء. إن نجاحك المالي يقوم أيضا على فكرة
شديدة الأهمية : رغبتك القوية في الاستزادة لكن مع القناعة
بما بين يديك حاليا. إن هذا النجاح المالي مسألة إدراك وذلك
يشبه تماما الاستعارة الكلاسيكية للنصف الممتلئة من الكأس.
كفى من الشكاوى ! أنا فقير.. الحكومة تعمد إلى اقتطاعات
إضافية من الأجور الثابتة للموظفين الذين يزدادون فقرا جراء
هذه السياسة. أنا فقير ! أنا تعيس ! كفاك من تكرار هذه
الكلمات السلبية. ابحث عن مصادر أخرى للدخل. افعل
المستحيل وستجد ضالتك. لا تلعب دور الضحية. إن الفكرة
المهيمنة على الضحية هي في أغلب الأحوال عبارة (أنا مسكين).
وبناء على قانون الجذب فإنك تصبح لا محالة في زمرة
المساكين لأنك مغناطيس للأفكار السلبية.

ثمة ضحايا وصل بهم الأمر إلى احتراف لعبة إلقاء اللوم، وذلك بالبحث عن أقصى عدد ممكن من الأشخاص والظروف التي يشار إليها بأصابع الاتهام. ليس هذا أسلوبا مناسباً. إنها لعبة تنطوي على كثير من التسلية لأن صاحبها يصبح بلا مسؤوليات ويستمتع بالتهرب من الأدوار الإيجابية التي يمكن أن يضطلع بها لتحسين وضعه. كثيرا ما يتهم الضحايا القدر والحكومة والاقتصاد الوطني وغلاء المعيشة ومدير الشركة وزوجاتهم وأبناءهم دون نسيان آبائهم، فهل ذلك هو ما يحل المشكل؟

لعلك سمعت سابقا هذه الفكرة : إن مدمني الشكوى يكابدون حياة صعبة، وعندما يتعلق الأمر بالأموال فإن هذه الصعوبة تصبح مزدوجة : انهم يؤذون أنفسهم أولا بحصرها في دائرة اللافعل (شكاوى لا تنقطع دون العمل على إيجاد حلول) . ثانيا، تسهم شكاواهم التي لا تنقطع في تمرير الطاقة السلبية إلى المحيط الاجتماعي. كن حذرا مرهف الحس متوقد الذهن ولا تضع نفسك في خانة المشتكين.

إن الشكوى مصدر سالب، والطاقة السلبية معدية لا محالة. إن الكثير من الناس يمكن أن يجاملوا مشتكيا

وينصتوا له دقيقتين أو 3 دقائق. لكن، هل هم مستعدون
لاستقبال شكاواه طول الوقت ؟
لا أعتقد...

والآن لننتقل إلى تمرين يعود عليك حتما بالنتيجة. غايتنا إن
كنت تشتكي من قلة الأموال، سم ذلك الفقر إن شئت... أقول،
هدفنا أن نغير من إدراكك الشخصي لقانون الثراء. سوف
نستبعد 100% كونك ضحية فأنت ربان سفينة حياتك. إنزو،
من فضلك في مكان هادئ، خذ ورقة وقلم، وسجل معي ما يلي
:

1- في كل مرة أدرك أنني أشتكي من نقص موارد المالية،
سأتنفس بعمق وأغمض عيني لمدة دقيقة واحدة. سأفكر في
ثلاثة أشياء إيجابية تخلق لي السعادة : ربما الضحكة البريئة
لبنيتي الصغيرة، كوني في صحة جيدة ولا أحتاج لإجراء عملية
جراحية مستعجلة، استمتاعي بالأمس بمنظر الغروب على
شاطئ البحر... أو اصل إغلاق عيني وأرسل لصانع الكون من
صميم قلبي رسالة عنوانها العرفان.

2- في كل مرة أشتكي من قلة المال دون أن أتحدى بالتفكير
والفعل الايجابي أصنع بسبابتي اليمنى سكيناً وأمرره بتصميم

على عنقي. إن الشكوى المستمرة اغتيال لحياة أفضل تفيض
بالفرص والتحديات.

3- أكتب كل يوم قبل النوم ملخصاً لأفكاري وإنجازاتي
بالكامل، بل بالتفصيل الدقيق. بعبارة أخرى، أجب عن هذه
الأسئلة : كيف تعاملت مع مواقف هذا اليوم؟ بالعاطفة؟
بالعقل ؟ هل بالاحتكام إلى وجودهما المتوازن ؟ ما أفضل ما
فعلته وما هو الأسوأ ؟ وأخيراً ما السبيل إلى تحسين باقي أيامي،
بدأً بالغد ؟

فكر خارج القوالب

الحياة حكايات وروايات وتجارب للتعلم والتدبر والتأمل.
ولدت وتربيت في أحضان أسرة مثقفة حريصة على توفير
أفضل تعليم لأبنائهم. الأب أستاذ والأم طبيبة أطفال. وكنت
منذ نعومة أظفري ألقى والدي راجعا من العمل وعلى وجهه
مسحة مزدوجة من التعب والسرور. وكنت أسأله دائما :
- كيف لوجهك يا أبي أن يترجم في الوقت ذاته تعباً
وسروراً؟

و كان كعادته يقهقه من سؤالي المتكرر ويجيبني بلكنته
الساخرة والودودة في الآن نفسه :

- أسئلة الفيلسوف لا تنتهي.. كيف سأتعامل معها يا الهي
؟! اسمعني جيداً، أنت صغير السن لكنك تطرح أسئلة في غاية
الوجاهة..عندما أعود من العمل كل يوم أكون في غاية الإنهاك
لكن روحي أخف من الريشة. لماذا ؟ لأني بكل بساطة أمضيت
يوماً كاملاً في الاشتغال بما أحب. التدريس بالنسبة لي متعة لا
تضاهي..إنه متعة المتع.. أنا مثل الفلاح الذي يرمي البذور في
الأرض ويدعو الله أن يبارك له فيما تخرج الأرض من نباتها

وشجرها. تخيل أني ألقى يوميا 100 طالب، وأنثر بين أياديهم بذور المعرفة. إذا استفاد طالب واحد أو اثنين فذلك كاف جدا.. لا يمكن أن يهتم الجميع بما تقول ولو كان في غاية الروعة والتأثير، لكن على الأقل هناك من سيرهف لك السمع ويهتم بأفكارك وربما يقلد أسلوبك في التعامل والتواصل وحل المشكلات. إن أجمل ما تعلمته من طلابي هو عدم الكف عن طرح الأسئلة وحب الاطلاع... وأجمل شيء علمته لطلابي في العشرين سنة الأخيرة هو التفكير خارج القوالب. يقول جلال الدين الرومي : (تعلمت التفكير، بعدها تعلمت التفكير داخل قوالب، بعدها تعلمت أن التفكير الصحيح هو التفكير من خلال تحطيم القوالب).

هذا ممتاز..لكن، كيف تفكر خارج القوالب ؟ أن تفكر خارج القوالب معناه بكل بساطة التفكير خارج صندوق النمط السلوكي الذي يجعل الانسان حبيسا له ويحد من رؤيته للفرص العظيمة والأحلام والمتع والموارد اللامحدودة التي تزخر بها الحياة.

قبل 30 سنة كان لدي صديق يصغرنى سنا وكان فؤاد وهذا هو اسمه شديد التعلق بوالديه (عاطفيا) ، ولكنه كان مستقل الفكر... وكان والداه يرددان على مسامعه ليل نهار :

(لن تنجح في الحياة حتى تحصل على أقصى عدد ممكن من الشهادات الجامعية..نريد في البداية إجازة، بعدها ماستر، بعدها شهادة دكتوراه في الفلسفة، بعدها نريدك أن تصبح أستاذا جامعيا مرموقا وذائع الصيت، ليس في بلدك فحسب ولكن خارج حدوده...)

و كان فؤاد ينصت لوالديه بمنتهى الاحترام لكن أعماقه كانت تجيش بالحزن والتمرد، وكان يقول لنفسه : إن نصائح والدي نابعة من الحب..أحترمها، لكني سأفعل ما أريد...سأحصل فقط على شهادة الاجازة في التسويق وانطلق في عالم التجارة..لا يهم أن أريح دائما في البداية، لكني سأراهن على مراكمة التجارب والعلاقات الانسانية..لا بأس أن أفشل بين حين وآخر، فلعل الفشل هدية من السماء تعلمني أن النجاح ليس سهلا وأنه يستحق أن نضحى من أجله...

و مرت السنوات وأصبح فؤاد من كبار المليارديرات، وقبل 3 سنوات استضافته قناة تلفزيونية في لقاء مفتوح حول نجاحه في التجارة فكان أول ما قاله في تلك المقابلة هذه الكلمات :

إن الشكر، كل الشكر أوجهه لوالدي الكريمين الذين تعلمت منهما عاطفة الحب ووضعتها في تصميم وعمل ما أحب : التجارة. إن والدي فخوران جدا بما حققتة وأصبعا يقولان

لي دائما : جميل أنك استخرجت من كلامنا ونصحنا إياك
عاطفة الحب، فالحب يصنع المستحيل، والأجمل أنك فكرت
من خلال تحطيم القوالب..لا يمكن أن يكون الجميع
مهندسين وأطباء وأساتذة..فبارك الله لك وللجميع...
فعلا، الحياة حكايات وروايات وتجارب للتعلم والتدبر
والتأمل...

ليت كل عين ترى !

ربما تكون الأشياء البسيطة أكثر الأشياء جلبا للسعادة
ولكن..هل كل عين ترى ؟

يقول الراوي : أنا ممتن لك كل يوم، إلهي، لأنك تلهمني أن
أحيا ببساطة. الله أكبر...الله أكبر...الصلاة خير من النوم ! منذ
وقت ليس بالهين، منذ شهرين وأنا أسكن قرب هذا
المسجد..إنه على مبعده 3 دقائق بالسيارة، لكني لم أصل فيه
ركعة واحدة. لن أتحجج بضيق الوقت. أقوم كل يوم على
الساعة الخامسة صباحا، واليوم لدي همة عجيبة لأداء صلاة
الفجر في مسجد الحي. الله أكبر..الصلاة خير من النوم..على
بركة الله..

صليت الفجر هناك وعدت إلى البيت. كان لدي متسع من
الوقت، فعدت إلى البيت ولا نية لدي في الذهاب إلى مكان
آخر، فاليوم أحد ولا أحد يعمل. صعدت إلى السطح وبدأت
أستنشق ملء رئتي هواء الفجر. يا سلام. كله نقاء وعذوبة ! إنه
طهارة للروح والبدن معا. إن أكثر شيء في هذا العالم يجلب
السعادة هو البساطة. ليس لدي مسؤوليات كبرى هذا اليوم
فماذا أفعل ؟ أطلت النضر إلى السماء المصطبغة برداء الفجر

الساحر، أغمضت عيني وأرهفت السمع لدييب قلبي.. سبحان
الله العظيم، سبحان الله وبحمده.. وفي خضم ذلك انهمرت في
أعمق جزء من روعي أنهار الذكريات...

...أريدك يا بني أن تواصل حياتك بالأمل نفسه الذي
يشتعل في قلبك. كن ممتنا واشكر ربك كل يوم على جميع
النعم. عندما تحصل على ترقية في الوظيفة، عندما تنتظر
أبناءك في بوابة المدرسة، عندما تقوم من نومك سليم البدن
معافاه، عندما تأكل طعاما شهيا ويمنحك نصيبا من المتعة...
إن حياتنا على سطح الأرض معجزة.. إن كل دقيقة من حياتنا
تستحق الشكر... لقد تقاعدت عن العمل منذ أزيد من 15
سنة لكني أذكر لحظات مشرقة من شبابي... كنت أريد دائما أن
أعيش ببساطة وأن لا أكف لحظة واحدة عن الامتنان لما تهبني
إياه الحياة. عندما كنت أجد نقودا ملقاة في الأرض فإني أنحني
والتقطها.. أطبع عليها قبلة وأدعو لنفسي ولأحبائي بالبركة...
الغريب أي عندما كنت مفلسا في أواسط الثلاثينات لم أكن
كثير الشكوى، بل كنت دائم الصمت والتفكير وكان لسان حالي
يقول : أزمة وتمضي. أنا بصحة جيدة... الصحة والسلامة، هذا
هو المهم !

والآن. بعد أن تقاعدت عن العمل ونيفت على السبعين،
ما زلت أمارس كل يوم ولمدة 45 دقيقة رياضة المشي، في
الصباح الباكر، بعد صلاة الفجر...أمشي كل يوم..أتنفس
بعمق، أتوقف بين حين وآخر، لثواني معدودة، وأهتف في
باطني : " الحياة بسيطة، وأكثر الأشياء بساطة أجلبها للسعادة،
فليت كل عين ترى ! " .

تستطيع أن تكون ناجحاً

هو يستطيع وأنا أستطيع، ولكن ماذا فعل ذلك الشخص الناجح حتى وصل إلى هدفه ؟ وكيف ؟ ما هي أساليبه واستراتيجياته في معترك الحياة ؟

إن أول خطوة للنجاح أن تبدأ بتغذية عقلك بالأفكار الايجابية. قم من نومك كل صباح وابدأ يومك بجرعة مكثفة من التفاؤل وحب الحياة. تذكر أمراً في غاية الأهمية : البشر مخلوقات تحكمها العادة ، فإذا تعودت على الفعل البناء والسليم حصدت نتائج من نفس النوع. كيف يمكن لمن استهل يومه بعبارات الشكوى والتأفف والضجر من المحيط الاجتماعي أن يأمل أن يمضي يومه على إيقاع إيجابي؟

كل صباح، عندما تفتح عينيك وتغادر فراشك، درب نفسك على أن تستقبل أجمل وأروع ما تجود عليك به الحياة. كن مغناطيساً للسعادة والانجاز وراحة البال. كن السعادة نفسها... لا يكفيك إذا أن تملأ فضاءك بالتأكيدات الايجابية (أنا سعيد..أنا في قمة التفاؤل..سأحصل على ما أريد...)، ولكن تحرك بعقلك وبدنك وروحك واحساسك في الاتجاه الملكي

للتأكيدات الايجابية. إن كل كلام طيب وهادف لا يرافقه فعل من نفس النوع هو مضیعة للوقت...

إن أحد أهم أسباب النجاح هو أن تمتلك إلى جانب مسؤولیاتك العظيمة والجادة في الحياة (الدراسة، العمل، جني الأموال، تكوين أسرة، شراء بيت...) وقتا ورسیدا للترفيه. أنفق بين الفينة والأخرى شيئا من المال على كل نشاط من شأنه أن يجعلك سعيدا وأن يولد لديك الاحساس العميق أنك قادر على التحليق بحرية في سماء أحلامك ورغباتك، بعيدا عن الروتين القاتل وضغوطات الحياة اليومية. لا يهم كمية الأموال التي تنفقها على هواياتك، ولكن الأهم أن تجعل من هذا الانفاق..من هذا الاهتمام بالذات عادة أصيلة من عاداتك في الحياة. مارس الرياضة التي تحب، التزم بمصادقة الأشخاص الذين تحس بمعيتهم أن الصداقة الحقيقية متعة بلا حدود وأن الوقت مع الأصدقاء اللطفاء لا يمر..تناول عشاءك مرة كل أسبوع، أو كل شهر في مطعم فاخر، ولو كنت من ذوي الدخل المحدود، فما أجمل أن تحس أنك ثري بين وقت وآخر وأنتك تحب ذاتك..أي نعم، فأنت تستحق.

هو يستطيع، وأنا أستطيع.. بل كلنا نستطيع أن نكون ناجحين وأن نحيا كما نحب...

تعلم... وتحرك !

ما النموذج الجديد للتعليم الذي ينبغي الترويج له في زمن تكنولوجيا الانترنت وعمولة الأفكار والسييل الهائل من المعلومات ؟ هل يجب أن نعلم الطلاب ما يفيدهم ويربطهم بتحديات عصرهم أم أن هدفنا الوحيد حشو الغلاف الزمني لحصص التدريس بنظريات قديمة ومملة غير ذات بعد تجريبي ومنفصلة عن الواقع ؟ هل التعلم ما زال مجديا بين أسوار الفصل ؟ هل ثمة فائدة لإملاء الدروس والحفظ عن ظهر قلب ؟

ان سرعة إنتاج المعارف في 2019 وفي أفق السنوات المقبلة هائلة وفوق خيالنا وتصوراتنا، فهل يحق لنا سجن الطلاب في الجامعات وحصر عملية التعلم في الفضاء الدراسي؟
نريدها جامعة من نوع آخر...
جامعة بلا جدران...

نريد رحلات تعليمية في الجبال والوديان والقرى والصحاري وعلى الشواطئ وبين أحضان الطبيعة...
الأستاذ تغير دوره، فهو لا يستطيع أن يمد الطالب بالمعرفة ولكنه يسهل له اكتسابها. تريد أن تتعلم بشكل فعال أيها

الطالب؟ تريد أن تخلق الاستفادة القصوى في رحلة علمية
تعليمية هدفها النجاح وصناعة الشخصية؟

إن تلقين المعارف عوض تجريبها يهدم أكثر مما يبني لأن ما
يقابله هو طمس روح الابتكار وإهمال الأنشطة التي تظهر
المهارات والمواهب. لا تكتف بما يعطى لك في الدرس أو
المحاضرة الفلانية. تحرك أيها الطالب. كون نفسك بنفسك
واعلم أن أكثر من 80% من تحصيلك العلمي تصنعه بنفسك.
سطر لك هدفا واضحا : أن تنمي مواهبك وقدراتك ومعارفك
وشغفك بالجديد بالقراءة والسفر والرياضة ومشاهدة الأفلام
ومصاحبة الناجحين.

تحرك في هذا الاتجاه !

لماذا تتحرك بدنيا وفكريا في رحلة التعلم ؟ لأن قيمة الأفراد
والشعوب وقوتها ، كما يقول توفيق الحكيم، تُقاس بمقدار
حركة الفكر فيها.

لماذا تتحرك ؟

قد يبدو هذا سؤالاً بسيطاً خاصة إذا كانت الإجابة من نوع
(كثيرا ما أتحرك وأعمل دون الحصول على نتائج
مرضية)...كلنا تعودنا على سماع عبارات من هذا القبيل في
الحياة اليومية. هناك الملايين من الناس يتحركون، ولكن وهذا

هو المشكل، بلا أهداف ودون استراتيجيات واضحة المعالم. وإذا سمحت لي أن أتقاسم معك تجربتي في تدريس الكبار لأمكن لك أن تفهمني جيدا وتستكشف المعنى العميق للحركة الذي أروج له في كل المحاضرات والمشاريع والتمارين التطبيقية.

هناك عدد غفير من طلبتي يصابون بالذهول في بداية أول لقاء بيداغوجي لي معهم عندما يكون أول ما أقوله لهم : (سأبدأ بالتمارين وأضع لاحقا بين أيديكم بعض المفاهيم النظرية. إن غايتنا في أول تمرين، سأسميه "هرم الحياة"، أن نتعارف جيدا، أن نتواصل، أن نكسر الجليد، أن يأخذ كل طالب 3 دقائق ويجيب على 3 أسئلة كبرى : من أنا ؟ ماذا أفعل ؟ إلى أين أذهب ؟

بمعنى آخر: ما هويتي وانتماءاتي ؟ ما أنشطتي وهواياتي ؟ ما أهدافي ؟ إن جميع الفلسفات والتيارات الروحانية والديانات السماوية والوضعية سعت منذ فجر التاريخ إلى تقديم عناصر إجابة عن هذه التساؤلات الكبرى التي هي في واقع الأمر أسئلة الهوية ومعنى الوجود في الحياة والمصير. وعندما ننجز تمرين "هرم الحياة" نسعد جميعا باكتشاف

بروفائيات متميزة للطلاب ونفاجاً بتنوع المواهب : الغناء،
الكتابة، الرقص، الرسم...

ان الأفكار الأولى التي أفتتح بها لقاءاتي مع الطلبة دائما ما
تكون مليئة بالطاقة الايجابية :

ليس هذا درسا كلاسيكيا قائما على التلقين ولكنه دعوة إلى
"التعلم بالمشاريع". يقول أرسطو : "الاستمتاع بالعمل يضفي
عليه المثالية"، وهذا ينطبق تماما على المتعة التي تجنيها من
مشروعك. إن "التعلم بالمشاريع" مفهوم ثوري، فعندما يكون
لديك مشروع فأنت لا تشبه الموظف الذي يصدأ من انتظار
راتبه نهاية كل شهر دون اجتهاد في عمله. عندما تكون صاحب
مشروع فإنه يعمل من أجلك. في نهاية مشوارك الدراسي
الجامعي ستعمل أجيرا ومنكم من سيخوض مغامرة المشروع
الشخصي. إن الأمل أن يكون هذا المشروع المستقبلي يعمل
لأجلك. تريد مزيدا من التوضيح ؟ اليك الأمثلة التي قد تشمل
العقارات المستأجرة وحقوق الملكية الفكرية للكتب وبرامج
الانترنت والأفلام والموسيقى والمحتويات الترفيهية الأخرى،
والأفكار المسجلة باسمك، والتسويق الشبكي ، إضافة إلى خلق
مشروع يعمل ليلا أو نهارا وفق نظام محكم لا يحتاج بالضرورة
إلى تدخلك. في نهاية الأمر، انها مسألة فكرة مبتكرة خلاقة

بموجبها يعمل المشروع ويقدم خدمات للناس والمجتمع دون أن تعمل أنت.

تحرك وضع جزءاً من قلبك وعاطفتك في مشاريعك حتى تتحول إدارة هذه المشاريع إلى لعبة ممتعة ومسلية، فالحياة (كما المشاريع) التي تخلو من العاطفة "ليست غير حركة جافة وصارخة وممزقة"، كما يقول فكتور هوجو.

ابحث لك عن فكرة لمشروع تساعد به المجتمع وتكون بفضلها صانعا للأمل والتغيير. "إياك والخلط بين الحركة والفعل"، كما جاء على لسان أرنست همنغواي، فتصورك لمشروع ما حركة لأفكارك، ولكن تنفيذه هو الذي سيخرجه من دائرة التجريد إلى الفعل.

ربما تسألني: وماذا تفعل أنت كأستاذ؟ إن مهمتي أن أضع بين يديك المنهج، وأبني لك الطريق لتصل إلى أقصى أهدافك مع ضمان شعورك بالرضا عن أدائك خلال رحلة البحث. أي نعم، التعليم بالنسبة لي رحلة البحث عن الذات والتعرف على رغباتك العميقة والأصيلة التي لا تشبه غيرها، والتي باقتفاءها تخلق التميز والفرق النوعي في حياتك.

ما دوري أنا في هذه الرحلة؟ أن أمسك بيدك حتى تتحرك في الاتجاه الصحيح، أن أكون مرشداً لك دون وصاية أو

سلطوية، فأنا لست سوى مرافق ومسهل لعملية التعلم ووحده القادر على الوصول إلى حالة الاشباع الفكري وتعلم مهارات جديدة، وهذا يتوقف على درجة حماسك وقبولك للحركة والتغيير لأجل تحسين جودة حياتك أولا وفي ما يلي جودة حياة الآخرين.

عندما أتحدث إلى الطلاب من واقع خبرتي الشخصية أقول أيضا لهم :

كل واحد منكم يريد أن يتعلم. أكيد. هناك عدة اشكاليات اجتماعية تريدون أن تغيروها، فأنتم في مستقبل الشباب وتريدون أن يكون جيلكم قائدا لا يشبه غيره... تريد أن تغير العالم ؟ ابدأ بنفسك أولا وركز على تطوير مكتسباتك وتوسيع أفق أحلامك والرفع من سقف التوقعات حتى تنال الكثير. إنه لمن الأفضل لي أن أحلم بطاقة 180 % حتى أصل إلى 60 أو 70% تقريبا من أحلامي. هذه النسب المئوية مجرد أرقام اعتبارية وأنتم تفهمون المقصود...

ليس هناك من هذه الأفكار والرؤى ما يمكن اعتباره سليما أو خادعا أو حقيقيا أو خياليا 100% ، ولكن دافعي هو التجربة والنتائج المشرفة التي حصلت عليها في مهنتي كأستاذ في السنوات الأخيرة. إن الحركة هي أساس النجاح خاصة إذا

كنت تعرف الاتجاه الصحيح وبين يديك بوصلة القيم. فكل ما نعمله ونتحرك لأجله في الحياة ينبع من صميم معتقداتنا وقيمنا الشخصية : التضامن، التعاطف، تكريس النفوذ، قيادة الآخرين، خلق الألفة، نشر المحبة والخير...

و بما أننا نعيش في عالم قائم على التقابلات وازدواجية الخير والشرف إن هناك قيم بناءة وأخرى هدامة. في حياتنا ثمة بالمثل تقابلات من الأضداد على جميع المستويات : الأبيض والأسود، الغنى والفقر، اليمين واليسار، العلم والجهل، القوة والضعف، العطاء والمنع... كل هذه النماذج قابلة للاختيار وتمنح لكل شخص بصمته الشخصية ولونه المتميز : هل فلان يفكر في سعادة الآخرين؟ هل يركز على نجاحاته بنوع من الفردانية ولا يهمله أن يكون جزءاً من نجاح الأغيار؟ هل لديه كامل الثقة في نفسه أم يحتاج دوماً لسماع عبارات الاطراء حتى يحس بالتقدير وربما العظمة وينتج جرعات إضافية من القيمة المادية والمعنوية ؟

بالمقابل، إلى جانب بوصلة القيم هناك ترسانة الأدوات والمهارات. تخيل أنه لدينا كمية كبيرة من الذهب، ذلك أمر رائع، ولكن لصناعة حلي ومجوهرات راقية أين هو الصائغ المحترف؟ هذا هو التحدي.

و بالرجوع إلى تجربتي في التدريس أود أن اضيف أن المتعلم
الجيد لهو أكثر من طالب منظم ومرتب ولكنه في مقام المستثمر
الذي يهتم بصناعة مستقبله بنفسه. ربما تفكر أني أبالغ وأن
المعرفة منفصلة تماما عن عالم الأعمال لأنها تسخير للعقل
المفكر والحركة والاكتساب والفعل.

إن المعرفة استثمار وقوة، والقوة هي القدرة على الفعل...
ولعلك سمعت سابقا بهذه المقولة لكني أرددها على مسامعك
حتى يستقر في لاوعيك الهدف الذي ينبغي أن يلبيه التعليم
المعاصر: حث الطالب على الابتكار والاستثمار لأجل أن يصبح
أكثر مناعة وقوة في عالمنا القائم على الربح والمنافسة.

لنبحث عن اللامتناهي

تأمل في تاريخ الانسانية. هل هو تاريخ سلام ووثام؟ لا...إنه تاريخ عنف واقتتال وحروب لا تنقضي. إن الاختلاف معطى طبيعى وصحى لا يمكن الشك فيه، لكن تاريخ البشر بعقائدهم وأديانهم وأفكارهم وثقافتهم المختلفة كان دائما وما زال إلى اليوم مجالا للصراعات والنزاعات. إن ثنائيات الخير والشر؛ الحلال والحرام، الثواب والعقاب، المكروه والمستحب، الملاك والشيطان، الجنة والنار..هي التي كانت سببا في هذا الكم الهائل من الصراعات في العالم. هل يرضى الإله الظلم والشر لعباده ؟ أكيد لا..لكن أين لب المشكل ؟ لنقل أن الاشكال يكمن في صراع ما اختلف وتنافر من الأفكار، فالإله رب التجانس والاختلاف.

إننا نحتاج في عصرنا الموسوم بتنامي نزعات الكراهية والعنصرية والاققتال تحت راية الطوائف والأديان إلى تجربة إنسانية كونية قائمة على الحب. نحتاج إلى دين إنساني ينبني على التفاؤل ومحبة الحياة وعشق الآخر، وبذلك نناهض كل أشكال العنف والقتل والحرب.

إن كل دين يعتقد أصحابه أنه يحض على العنف وإقصاء الغير والعدوان هو دين مشكوك لا محالة في صحته وأحقيته بأن يكون دستورا للتعامل والتواصل بين البشر. الأديان شتى، الملل والعقائد كثيرة جدا، لكن إله البشر واحد أحد والسبيل إليه سبل شتى، بعدد أنفاس الخلائق.

الله محبة ورحمة وتسامح، وكل من يحارب باسم الاله، فإنه يبتغي وجهها آخر غير وجه الله الذي يهمل به. فلنبحث عن الإله العظيم، اللامتناهي..عن المطلق..في جوانبتنا. لنرجع إلى الأنا الداخلي العميق، لنعد إلى حضرته الهية ونتحد بقدسه..فهذا التأمل الباطني في الذات بما يشملها من عمق وصمت ونظر، هو صلاة ونسك العاشق الباحث عنه هنا وهناك ودائما وأبدا...

نحتاج إذا لمفهوم التسامح المتصل بالحب ومناهضة العنف والتخلي عن العناد والتعصب لمذهب معين، فثمة صراطات مستقيمة تؤدي إليه. لننظر إلى الانسان إذا باعتباره قيمة القيم، لأن كل قيمة يزعم المرء تحليه بها، يجب أن تخدم الانسانية جمعاء وأن تحقق الخير لكل البشر.

طريقك إلى الشكر

إذا كنت من الأشخاص الذين ينتظرون دائما الشكر من الآخرين فأني أدعوك إلى عدم قراءة هذا المقال..
هاهاها..اني أمزح معك.. بلى ، إقرأ هذا المقال من ألفه إلى يائه...

لقد أنجزت عملا رائعا؛ أنا أشكرك، أنا فخور بك؛ أنت مجتهد في عملك وتستحق علاوة بل ترقية؛ نحن نحتاج في إدارتنا إلى رجال ونساء من الطينة نفسها؛ أنت تفيض عطاء واستقامة وجدية فيا ليت كل المهنيين مثلك !
مهلا، مهلا.. هل أنت متعود على سماع هذه العبارات الايجابية، الرنانة، الطافحة بالعرفان في محيط عملك ؟
أكيد..لا !

إني لا أحتاج إلى قيادة دراسات إحصائية حول هذا الموضوع، لكن أكثر من 97 في المائة من الأشخاص الذين قابلتهم في السنوات الخمس الأخيرة قالوا لي حرفيا : (حينما أنجز أعمالا رائعة فإنه لا أحد بتاتا يشكرني أو يعترف على الأقل بمجهوداتي..لا المدير.. ولا الزملاء.. حتى زوجتي وأبنائي لا يفعلون ذلك !)

كفى من الأوهام !

اسمعي جيدا..أنت لا تحتاج الاعتراف بمجهوداتك حتى يكون عطاؤك في العمل كبيرا وحتى يصبح حماسك له في المستقبل مشتعلا..لا تنتظر أن يشكرك أحد، لا تنتظر أن يشجعك أحد، لا تنتظر أن يثني على تضحياتك الجبارة في العمل أحد.

أحيانا، تنتظر الشكر في مكان عملك سنة أو سنتين أو 3 أو 5 أو 20 سنة، ولا يأتي الشكر من أحد.

أنت تفهمي جيدا، اشكر ذاتك ! كافي نفسك مقابل كل إنجاز حقيقي لك، سواء في ميدان العمل أو في حياتك الخاصة. إن هذا الشكر جزء لا يتجزأ من محبتك لذاتك كما هي وليس كما يريد أن يراها الآخرون.

أن تحب ذاتك هو ما تحتاج إليه حتى ترفع من مستوى حماسك وتصل إلى المنسوب الأقصى للطاقة. اشكر نفسك على العمل الجاد، على العمل المثمر، أكثر من ذلك، احتفل بنجاحك، بعيدا عن الحاسدين والشامتين والناقمين والغربان من البشر. أنت إنسان فريد من نوعه. أنت نسخة كونية فريدة أيضا من هذا الانسان الذي لا يشبه إطلاقا الآخرين..

والآن، أنجز معي التمرين التالي :

اصعد إلى سطح البيت، فجرا، أو في الثلث الأول من الليل، أو مساء إن شئت. لك واسع الحرية والاختيار. أغمض عينيك، تنفس بعمق، تخيل أن الكون كله تلاشى وحل محله قلب محب، كبير، معطاء.. قلب كله خير وعاطفة ونور.. بلا حدود. ضع نفسك في أعماق هذا القلب. ردد بعبارتك الخاصة كلما ينحو في هذا الاتجاه : (إلهي، خالقي، ربي..أحبك ! شكرا لك أولا لأنك وهبت لي أجمل وأعظم نعم الحياة : السمع والبصر والفؤاد والصحة والمسؤولية وحرية الفعل والاختيار. هل أنتظر بعد ذلك الشكر من أحد ؟ حبيبي.. سأشكرك وأشكر نفسي على كل نجاح وامتياز وتألق. سأعشقك دائما وأبدا دون قيد أو شرط، وسأقبل وأحب أيضا ذاتي)

تسعون

عاشت جدتي لأبي حتى بلغت تسعين سنة. وقد كانت لالة نفيسة تجسيدا حقيقيا للشخص العاشق للحياة. كانت شديدة العناية بأنافتها، تضع أحمر الشفاه الوردي ورشات زكية من عطرها البلدي الفواح ليس فقط في المناسبات العائلية، ولكن أيضا في بيتها، وإن لم تغادره. وكانت أنفاس كما كان يحلو لي أن أناديهما على سبيل الدعابة قادرة على مجابهة صعوبات الحياة وأحزانها وأتراحها ونوازله المزلزلة للبدن والنفود والروح بقدر هائل من الصلابة واللامبالاة والحب الجارف للحياة.

كانت لالة أنفاس تمتلك دقة قناص حربي في تحقيق الأهداف، أي أهدافها الكبرى، ومنها تزويج بناتها الأربع بسادة في غاية الواجهة والثراء وضمان تربية وتعليم كريمين لأبنائها التسعة. حتى تدرج جلهم في أرفع المناصب وزاول نصفهم دزينة من المهن الحرة المدرة للدخل.

و بقدر ما أستطيع التذكر وإعادة بناء أحداث الماضي بلمستي الشخصية، فإني لا أومن بالسيرة الذاتية المحضنة، فالخيال الراقص على إيقاع السرد المشفوع بالزيادة أو

النقصان في ما وقع من أحداث...هذا الخيال جزء لا يتجزأ من كل سيرة ذاتية، سواء كانت روائية واقعية أو ذهنية رمزية.

كنت أرى جدتي ترفل دائما في قفاطينها الحريرية المبهجة للعيون بألوانها وتفاصيلها وزخارفها البديعة، وكان أجمل ما في وجه لالة نفيسة عيناها الضاحكتان المستبشرتان دواما وسط وجه صاف لم تنل منه تجاعيد الشيخوخة.

كانت حياة لالة نفيسة حافلة بالأحداث الكبرى التي بصمت التاريخ المعاصر، أي المئة سنة الأخيرة من القرن العشرين الماضي. بالفعل، شهدت جدتي ولادة معجزات بشرية في غاية الروعة، كالانترنت والأقمار الصناعية والكمبيوتر والتلفزيون. لكن أكثر ما أثار دهشتها الشديدة هو عندما طلبت منها أسرتنا الصغيرة ذات يوم مرافقتها في رحلة بحرية، لأنها ببساطة رفضت الفكرة بداية بذريعة أنها تجاوزت سن من يذهبون للاستجمام في البحر، وهي علاوة على ذلك تخاف خوفا شديدا من معانقة ذاك المجهول الهادرة أمواجه بسبب أو لا سبب؛ فمكوئها طوال عمرها في مدينة داخلية، على مبعده 555 كيلومترا من الساحل قتل لديها رغبة إلقاء ولو نظرة خاطفة إلى البحر، في رحلة من

الرحلات، وهذا رغم دعوات أبنائها الكثيرة. ولكن، هذه المرة بالذات، وافقت لالة نفيسة وهي تقول بصوت مشتعل بالحماس : "لم لا؟"

و عندما وقفت على ضفة الشاطئ داعبت الأمواج المتكسرة قدميها العاريتين، فانتابتها موجة هستيرية من الضحك وقالت لأمي بصوت منتش جذلان :

- ليست معانقة الأمواج ما يضحكني، ما يدهشني هو جواب مقنع عن سؤال يتردد في خاطري : كم يحتاج هذا اليم اللامحدود من أكياس الملح حتى يصبح طعمه أجاجا ؟

و مرت الأيام، واستدعت خالتي كنزة جدتي إلى مرافقتها في عمرة إلى المدينة المنورة، فوافقت هذه المرة دون أدنى تردد، ولحسن الصدف كنت أرافق المعتمرتين في الرحلة على متن الطائرة، وأثناء السفر سمعت جدتي تهمس لخالتي :

- لا تخيفني هذه التكنولوجيا الغريبة بالنسبة لي، ولا يخيفني البتة أن أموت في عنان السماء ونحن نحلق فوق المحيطات، على هذا الارتفاع الشاهق، لأنني هنا أحسني أقرب ما أكون إلى خالقي !

و مرت سنوات أخرى، أحسبها خمس عشرة أو عشرين سنة على أقصى تقدير، وكنت حينذاك في كاليفورنيا للمشاركة في مؤتمر علمي حول الميتافيزيقا، ولانشغالي بهذا الملتقى الفريد فقد أبقيت هاتفي المحمول صامتا طوال ثلاثة أيام (وهي مدة المؤتمر)، لكن رسالة نصية عجيبة قادمة من الضفة الأخرى للمحيط بدلت بصمت هاتفي المؤقت بصمت من نوع آخر.. بصمت أكثر بهاء وجلالا : " ودعتنا اليوم جدتك لالة نفيسة إلى العالم الآخر، وعلى شفيتها ابتسامة هادئة مطمئنة. لقد التحقت بالرفيق الأعلى بينما كانت منهمكة في تلاوة آيات من سورة يس في مصحفها المذهب الذي لا يفارقها أبدا. كانت جدتك على متن الطائرة المتوجهة إلى الديار المقدسة لأداء شعائر حجتها الثالثة.. رحم الله لالة نفيسة وألحقنا بها مسلمين ومؤمنين. آمين.."

امراة بألف رجل

في اليوم العالمي للمرأة أود أن أوجه تحية محبة وتقدير بلا حدود لجميع نساء المعمور.. لمن تعول أسرتها بعد فقدان الزوج، لمن تسهر الليالي عاكفة على تربية وخدمة أبنائها، لمن تواجه الأفكار التقزيمية لذكائها وتصر على إحراز الشهادات العليا وعلى النجاح والتميز في عملها وحياتها اليومية.

في اليوم العالمي للمرأة، أقف احتراما لكل المبدعات في العالم، في شتى المجالات : هيلين كيلير، اوبرا وينفري، أحلام مستغانمي، فاتن حمامة، غادة السمان، فاطمة المرنيسي، نوال المتوكل... اللائحة طويلة لا متناهية، وكل نساء العالم يستطعن أن يكن مبدعات في العطاء والقيادة وإلهام الآخرين.

توقف قليلا أيها الرجل... لست وحدك في معترك الحياة. إن حواء انسانية مبدعة ومصدر دهشة لكل رجل في هذا الكون الفسيح. لماذا في نظرك؟ بكل بساطة، لأن إبداع المرأة لا يخلو من جرعة مكثفة من النعومة والحب. وإذا كان تفكير الرجل خطيا تتابعيا كما تشير إلى ذلك العديد من الدراسات العالمية الرائدة في علم النفس، فإن تفكير المرأة

مختلف. كيف ذلك اذا ؟ إنه تفكير عاطفي حلزوني تربط فيه المرأة اتخاذ القرارات بالمكونات الثلاثة للزمن : الماضي، الحاضر والمستقبل.

عزيزي آدم.. اسمعني جيدا.. لا تعتقد أن رؤيتك للحياة هي دائما الأصوب. إن حواء تتميز ببعد النظر أكثر منك، وخاصة فيما يتعلق بتدبير شؤون البيت، وتربية الاطفال والشعور بالخوف الايجابي عليهم، دون نسيان التفكير ليل نهار في أسباب راحتهم وسعادتهم.

إن تحديات المجتمع المعاصر فرضت المساواة بين الجنسين، فللرجل والمرأة مبدئيا الحقوق نفسها في التعليم والولوج لسوق الشغل وإثبات الذات، وهنا تخطر ببالي فكرة قلما ينتبه إليها عموم الناس، ومفادها أن منافسة المرأة العاملة للرجل أكسبها صفات ذكورية دون أن يكون هذا التوصيف حاطا من قدرها؛ لأن الصفات الذكورية المشار إليها هي المزيد من الحزم والشجاعة والتحدي والثقة في النفس التي يتمتع بها الرجال الحقيقيون.

ما المطلوب اذا لكي يظل ميزان الذكورة / الأنوثة مستقيما ومتوازنا ؟ ما المطلوب لأجل الحفاظ على التفاعل السليم والتواصل الناجح بين آدم وحواء ؟

انك يا آدم مطالب أن تكتسب في زحمة الحياة
المعاصرة ومستجداتها بعض الصفات الأثوية... أنت رجل،
أكيد.. لكنك مدعو إلى اكتساب المزيد من العاطفة والرقّة
والحب حتى تهب نسائم الهدوء الشعري على حياتك
المفعمة بالقسوة والجد.

هذا تماما ما هو مطلوب في عالم اليوم : امرأة ورجل
قويان لكن مع قدر لا بأس به من رهافة الحس وتذوق
الجمال ورقّة المشاعر.

مبروك.. لقد أصبحت أبا !

هل يحدث لك أن تتوقف أحيانا وترهف السمع لموسيقى الكون ؟ هل من عادتك أن تنتبه الى عبقرية الخالق المتجلي في كل ذرة من مخلوقاته ؟ هل يمكن لك أن تمنع التأمل في أجزاء الكون المتحركة وكماله الهندسي وتفاعلاته ومد وجزر محيطاته ؟ إن هذا التجلي المدهش للذكاء الكوني ليس من قبيل الصدفة، إنه لم يحدث بفعل ضربة حظ، لكنه ثمرة اعجاز إلهي خارق.

أن ترزق بمولود جديد هو جزء لا يتجزأ من هذا الاعجاز.. من هذه القوة الكونية الهائلة والمفارقة لكل الحدود. بكلمات أخرى : أن ترزق بمولود جديد يدل على أن صانع الكون العظيم الذي وهبك هذه النعمة كثير العطاء وفياض الرحمات.

ماذا يمكن أن تفعل على المستوى العملي لإكرام مولودك الجديد بأحسن استقبال ؟
سأمدك بأربعة إرشادات منها ما هو نفسي / عاطفي،
ومنها ما هو مادي، ومنها ما هو رمزي / روحاني :

أولا. كن حنوناً تجاه أم هذا المولود الجديد. إن حمل الجنين 9 شهور كاملة وما يصاحب ذلك من آلام وأوجاع وتوجسات تجربة في غاية المشقة. إن خروج مولودك الجديد من ظلمات الرحم الى أنوار الحياة معجزة الهية، بل هي عطية العظيات وتضحية الأم الأولى في معترك الوجود. أغدق إذا عاطفتك الصادقة على هذه الأم المعطاءة، لأنها بعد الولادة تتعرض باستمرار، خاصة في فترة النفاس، لموجات من الكآبة. كن رقيقاً رحيماً بهذه الأم، فهي نصف المجتمع، لكنها تلد وتربي المجتمع برمته.

ثانياً. أحدث تغييراً في ديكور البيت، في قطع الأثاث، وهنا لست مجبراً على شراء قطع غالية، ولكن بعض التغيير في جمالية البيت وإعادة ترتيب عناصره ضروري ومطلوب للتعبير مادياً عن فرحك بمولودك الجديد.

ثالثاً. ابحث عن موارد جديدة مدرة للدخل. قد يكون عملاً إضافياً في نهاية الأسبوع، أو ربما عملاً تطوعياً لصالح جمعية خيرية أو شبابية، لن يجلب لك مباشرة عائداً مادياً، لكن بركته وفتحه لأفاق مستقبلية غير متوقعة، أكيدة بإذن الله.

رابعاً. توجه إلى المولى بالشكر والعرفان، في كل ثانية، في كل دقيقة، في كل ساعة، وكل يوم، دون استثناء، ولا تنس أن تربط بين المولود الجديد الذي رزقت به وبين تحسينك لجودة حياتك وجودة حياة الآخرين.

رحلة الخلود

هل يحدث لك الآن، في هذه اللحظة، شيء مخيف ؟ في هذه الدقيقة، حيث أنت جالس تقرأ هذه السطور، هل يحدث لك شيء سيء حقا أم أن ما يدور في رأسك فقط أفكار ملونة بالعدمية السالبة لطاقتك الايجابية ؟ عندما تستسلم للتفكير السلبي فإنك تستنزف الطاقة التي تلزمك حتى تتحرك وتملأ حياتك بالأفعال المؤسسة لعيشة كلها إبداع وراحة بال. إن أئمن ما نملك في الحياة هي الحياة نفسها، وأئمن عنصر في حياتنا السريعة والعابرة على هذا الكوكب الميكروسكوبي في هذا الكون اللامحدود هي نعمة الصحة، فحافظ على صحتك بالتغذية السليمة والرياضة والعادات الايجابية مثل القراءة والتأمل والتنزه والتفكر في أسرار الكون. لكن الحياة لا تقدم لك دائما الاخبار السارة، فهناك من وقت لآخر أحداث حزينة تزلزل توازنك النفسي ومنها مثلا فقدان حبيب أو عزيز. كفى من الأوهام ! هناك من يظن أن أرواح الموتى هاجرت إلى العالم الآخر دون رجعة، لدي رأي آخر في هذه المسألة : أجساد الموتى متحللة

وفانية لكن أرواحهم لا تموت. ان فقدان شخص عزيز لا يحمل دائما في طياته معنى كارثيا ولا يجب أن يعادل مشاعر الألم والحزن. لماذا ؟ لأن المسألة أبسط مما نتخيل جميعا، كيف تنظر إلى تجربة الموت. هل الموت يساوي فقط انتقالا إلى العالم الآخر، أم أنه أكثر من ذلك تجلية للروح من الصدا وانبعثت جديد وخلق متواصل لدوامة من المعاني التي تنضاف لحيوات الآخرين ؟

هناك من يتخيل أن من مات فقد فنى وغادر إلى الأبد عالمنا الارضي. هذا غير صحيح. الموت بداية الرحلة نحو عالم الخلود، أي خلود الروح بين يدي خالقها وبارئها من العدم. تقبل اذا موت الأحباب والأصحاب وانظر إلى جانبه الايجابي الخلاق. لقد مات جدك أو عمك أو أخوك لكن أعلى ما ترك هو الأثر الطيب وبصمة راسخة لدى الأجيال القادمة. ذلك ما يستفاد بالضبط من تجربة الموت، وبناء على هذا فإن تقبل الموت رحلة تحتاج إلى التأمل؛ من نحن؟ ماذا نفعل ؟ إلى أين نذهب ؟

نهاية وباء.. كلمات عن الأمل

في رقعة بعيدة من بلاد الصين، في اقليم ووهان، في شهر ديسمبر 2019 ، سيولد وباء شرير، قاتل، في هذا المكان.. وباء أكثر فتكا من أي شيء شهده العالم المعاصر، منذ نهاية الحرب العالمية الثانية.

سينطلق الوباء القاتل من هناك ويسافر في شتى أصقاع الأرض، مخلفا وراءه الحجر الصحي والعزل الكامل لأزيد من ثلث سكان الكوكب. سيخلق دوامة هائلة من المشاعر الصارخة بالألم والخوف والترقب وملايين علامات الاستفهام عما يحمله الغد. وهنا سوف تغلق حدود كثير من الدول وتمتلئ المستشفيات بضحايا الوباء القاتل، بين مصاب ومشكوك في اصابته وميت.

آلاف الاصابات وآلاف المحاولات من قبل الأطباء لاختراع لقاح الوباء القاتل.. ولكن، لن تنجح البشرية في هزيمة الوباء القاتل إلا بشيء واحد: الأمل !

ليس ما نسمعه شيئا بما يحدث في قصص والت ديزني وسينما هوليوود وأفلام سوبرمان وجيمس بوند : بطل لا يقهر، يسير منتصب القامة، منفوخ الصدر، فيدخل بين

فكي الجحيم المستعيرين باللهب حتى يغلب واحدا من الشرور العظمى على وجه الأرض. إن بطلنا الاسطوري لن يرف له جفن ولن يهنا له بال ولن يتردد لحظة واحدة في ذبح التنين المجنح وسحق الشياطين وإعدام مصاصي الدماء وإنقاذ الكوكب من الشر المستطير. بطلنا الأسطوري سيغلب الوباء القاتل ولن ينقذ معه السندريلا فحسب ويطير بها على صهوة حصانه المجنح، لكنه سيتولى إنقاذ العالم من الدمار المحقق به من كل جانب.

بطلنا الأسطوري كلمة واحدة : الأمل !

فليكن شعارنا كلمة واحدة ولكنها ناطقة صداحة بملايير المعاني : الأمل !

ليكن شعارنا لمواجهة الوباء القاتل والتصدي له ومقاومة الأسابيع والشهور الطويلة للحجر الصحي المزيد من الأمل، في خالقنا، في ذواتنا، وفي قدرة عالمنا على التكيف واستعادة عافيته في المستقبل.

لماذا الأمل ؟ لأنه عندما يصير كل شيء خرابا بأبعاد يصعب تخيلها، ونبقى في بيوتنا، ونحن ننعم بالدفء الأسري والراحة والانترنت وباقي تكنولوجيات الحياة اليومية.. عندما

يصير كل شيء خرابا، يبقى الأمل، هو ذاك الترياق السحري
للفوبيا المتنامية جراء الوباء القاتل.

فلنجرؤ على الأمل بعالم جديد لما بعد الوباء، حيث
نتعلم من حالة الطوارئ ما هو أساسي : الاكتفاء بما هو
مهم في الحياة، العودة إلى ذاتنا وفطرتنا البشرية، التعاطف
والتضامن والتأمل والقناعة بما هو كائن.

لنجرؤ على الحلم بأرض جديدة قليلة التلوث، نعيد فيها
النظر في منظومة قيمنا وتراتبية أولوياتنا القائمة على
الاستهلاك والمادية الطاحنة.

لنجرؤ على الأمل بعالم جديد لما بعد الوباء القاتل حيث
يعامل الناس باعتبارهم غايات وليس باعتبارهم أدوات للربح
والإنتاج.

لنجرؤ على الأمل والحلم بعالم جديد يولد من رحم
التنوير ويحترم فيه الطبيب ورجل الأمن وعامل النظافة
والأستاذ والباحث البيولوجي في مختبره العلمي. هؤلاء
الأبطال يقفون في الخطوط الأمامية وفي ساحة الشرف،
ويضحون بأرواحهم لمحاربة الوباء القاتل.

إن التحدي الراهن ليس الأمل وحده. نحتاج كلنا لما بعد
الأمل.

لن نأمل في ما هو أفضل. سنكون الأفضل.. اليوم،
وغدا..

سنكون الأفضل في عالم ما بعد الأمل، لأنه عندما يصير
كل شيء خرابا لن يبقى لدينا إلا قوة أفكارنا وحلمنا الأبدى
والخالد بمعانقة عالم أفضل.

سنكون الأفضل في عالم ما بعد الوباء

لم أقرر أن أختلي بنفسي، بعيدا عن الضجيج اليومي واكراهات الحياة المعاصرة، لكن الوباء هو من حكم علي وعلى الملايير من حولي بالعزلة. ما أغرب أن تجد نفسك على حين غرة محكوما بالبقاء في البيت، بعيدا عن الملاهي وايقاعات الاستهلاك التي يسير عليها نمط حياتنا الراهنة.

اسمعي من فضلك.. الوباء ليس هو الهلاك بعينه، فرب ضارة نافعة، ورب مانعة جامعة ورب مهلكة منجية. الوباء الذي نتعرض له هنا وهناك، في شتى أصقاع ودول العالم لا يحمل في طياته الشر المطلق، كما تريد أن تروج لذلك كثير من وسائل الاعلام. إن هذا الوباء "القاتل" ينبغي أن يقتل وباء أكثر منه خطورة : عاداتنا وقيمنا الاستهلاكية المعاصرة التي دمرت ولا تزال تدمر كوكبنا الأرضي.

إن وباء كورونا فرصة للعودة إلى الذات، إلى جذور طبيعتنا الانسانية. فهل هناك شيء أعمق وأنبل وأعظم من العودة إلى الجذور، إلى النبع الصافي الذي لا ينضب، إلى هوياتنا الأصلية والأصيلة ؟

توقف قليلا عن الركض. أوقف لبضعة شهور ماكينة التصنيع المتوحش واسأل نفسك أيها الانسان المعاصر عن أسباب ونتائج وجودك على الأرض. إن كان هناك من دمر الطبيعة، وتسبب في مشكل الاحتباس الحراري وكارثة التلوث البيئي وثقب الأوزون الهائل والاستنزاف المفرط لموارد الطبيعة وخيراتها، فإنه حتما ليس كائنا غيرك، أيها الانسان المعاصر.

لدي اليقين أن وباء كورونا نعمة مهداة من الخالق، لأنه يمنحنا في زمن الترابطات والتشابكات الهائلة البعيدة عن روح التواصل فرصة لا تعوض للخلوة، وأنا لا أعرف فيلسوفا أو مفكرا أو قائدا أو نبيا مرسلا تدرج في مسالك الروحانيات وصنع أفضل نسخة من ذاته إلا وقد مارس الخلوة في مرحلة من مراحل حياته...

إن كورونا يجب أن يزرع فينا الأمل بعالم أفضل : عالم ما بعد الوباء، فالأسابيع وربما الشهور الطويلة التي نقضيها في الحجر المنزلي ليست بتاتا مضيعة للوقت، ولكنها فرصة ذهبية لاستكشاف الذات وإعادة ترتيب الأولويات. إن العزلة الناجمة عن الحجر الصحي لا تساوي الفراغ القاتل، انها

ليست وقتاً ضائعاً، ولكنها استثمار ثمين في الأزمنة القادمة لبشرتنا الجريحة.

إليك اذا قائمة لما يمكن التمرن عليه كل يوم لمقاومة الضغط النفسي الناتج عن العزل في زمن الوباء :

(1) مارس كل يوم قليلاً من التمارين الرياضية. اذا لم تتوفر لديك تجهيزات بالبيت فلا مشكل في ذلك. على الأقل مارس المشي في البيت أو في السطح على فترات متباعدة، بمعدل 10 إلى 15 دقيقة في كل مرة.

(2) استمع إلى أحدث الكتب الصوتية واملأ يومك بالمطالعة والاعتراف من ينابيع المعرفة.

(3) ساعد في إدارة وتدير شؤون البيت، من طبخ وغسل وكنس وما إلى ذلك من الحركات اليومية التي تحرق كمية كبيرة من الدهون وتخلص الجسم من السموم: سموم الكسل والاسترخاء طيلة اليوم دون مجهود يذكر..

(4) اقض أوقاتاً دافئة مع أبنائك. إن الآباء والأمهات قلما يجدون ما يكفي من الوقت في أيام العمل العادية للاستمتاع بصحبة أبنائهم. في زمن الوباء، الوقت كله بين يديك فاستثمره على النحو الصحيح مع أبنائك وبناتك..

5) سارع إلى تنمية الجانب الروحاني لديك بالصلاة والتأمل والذكر والفكر والابتغال إلى الخالق أن يرفع عن البشرية الوباء والبلاء ويأتي عهد جديد قريب تغسل فيه الأرض من الشرور.

أنت في بيتك، ولا شيء في ذهنك سوى أخبار من يموتون بسبب الوباء. ليس هذا هدف مكوثك في البيت. كفى من الأوهام ! أسلك مسلك التأمل والعزلة ودرب نفسك على التكيف مع الأزمات والتحلي بالصبر والأمل بعالم أفضل. إن كورونا ليس هو الشر المطلق. و(عسى أن تکرهوا شيئاً وهو خير لكم)، وإن كان هناك بطل تلوح ملامحه ومعالجه بين الغيوم الداكنة لإنقاذ البشر من اليأس، فإنه بطل أسطوري واحد : الأمل.

أحلام فترة الحجر

كان حلمي منذ مدة ليست بالهينة أن أختلي بنفسي ثلاثين أو أربعين يوما في مكان قصي بعيدا عن روتين الجري اليومي وراء عادات الاستهلاك وبين دوامات الضجيج وأبواق السيارات وزحمة الناس والاختناق في الشوارع بفعل التلوث والاحتباس الحراري وتقلبات الفصول المدهشة والمخيفة في الآن نفسه. كان حلمي أيضا الابتعاد عن إدمان الآلات وسطوة التكنولوجيا واختراقها الهائل لحياتنا المعاصرة.

مضت أيام قليلة من مارس 2020 وفوجئت مثل الملايين من حولي بالإعلان المفاجئ عن حالة الطوارئ احترازا من تفشي الوباء القاتل. في البداية، شعرت بهول الصدمة. يا إلهي كيف لي أن أحتجز في البيت ثلاثين يوما قابلة للتمديد وأنا الرجل الحر الطليق المولع بالحركة والمقاهي والأسفار؟

إنه أمر شديد الصعوبة ولم أجربه في حياتي مرة واحدة، لكن هذه المرة من واجبي أن أنسجم مع أحلامي القديمة وأكون صادقا مع نفسي. لماذا في نظركم؟ دعوني أعترف أن هذه فرصة ثمينة جاد بها القدر للاختلاء بالنفس وإعادة تنظيم الوقت وترتيب الأولويات وتخلية الذهن من

التوتر وتجلية الروح مما علق بها من صراعات وهموم الحياة اليومية.

خلال الأيام الأولى للحجر العالمي، كانت وحشية أخبار موت الآلاف من حاملي الفيروس القاتل في العديد من الدول أشد كثيرا من وحشية الوباء نفسه. هذا الطاعون الجديد أربك جميع الحسابات وأعاد توزيع أوراق الكوتشينة البشرية على هواه... ها هو يطيح باقتصادات أعنى الدول وأقواها ويستعبد الأحرار فارضاه عليهم المكوث في البيت، ويعبث بسعر البترول، ويكون سببا مباشرا في تسرب اليأس إلى أرواح الملايين جراء الجمود وفقدان موارد العيش والخوف من شبح الموت المحقق بنا هنا وهناك.

إن إصرار البعض على اعتبار الطاعون الجديد حدثا عابرا في التاريخ المعاصر أكذوبة القرن، وإصرار البعض الآخر على كسر الحجر المنزلي بالخروج ومخالطة الأغيار تحت مسمى الحرية الفردية.. إن ذلك يعادل مهمة من ينتحر بإرغام نفسه على اغتراف الموت من دلوى فيض بالسموم.

و مرت الأسابيع الأربعة الأولى من مسلسل الكابوس المستجد، وقررت السلطات تمديد فترة الحجر الصحي ثلاثين يوما إضافية. وردد أكثر المتحمسين لهذا القرار غير

المستغرب في ظل تفشي الجائحة : " خيرا إن شاء الله. لم نبرأ
وحدنا من آلام الهرولة في الشوارع ليل نهار جريا ورا السراب
ومظاهر الاستهلاك الفج والمادية الطاحنة، لكن ثقب الأوزون
بنفسه التأمت جروحه وبدأ يتمائل للشفاء، ناهيك عن
ملايين الحيوانات البرية التي نعمت بالحرية والراحة بالتوازي
مع احتجاز أكثر من نصف سكان الأرض في المنازل !

أوه ! أيها الطاعون الجديد، أيها المارد، أيها الشرير
القاتل، الخفي عن الأنظار، العابر للقارات، الفتاك، القاهر
لاقتصادات وحكومات أعتى الامبراطوريات، يا من يحلق
فوق فوهة الجحيم.. كيف نجحت في إصابة الكوكب الأرضي
بالشلل ؟ كيف أنهيت المصافحة وتبادل القبلات والعناق
الفطري بين بني البشر ؟ كيف ألزمتهم بالتباعد وتوخي
الحذر، وكيف كتمت الأفواه، ورميت بسهمك القاتل للملايين
فاتكا بمئات الآلاف من الأرواح ؟ ما الذي فعله هذا العالم
المسكين حتى يسلط عليه طاعون مدمر مثلك ؟

أيها الوباء القاتل، انك من مسرحيات الرعب وقصتك
مضمخة بدماء الحزن، لكنها تثير الالهام في نفوسنا وتمنحنا
جرعة مكثفة من الأمل.. نعم، الأمل في عالم أفضل تعطى

فيه الأولوية للصحة والبحث العلمي والتعاون الدولي لمكافحة النوازل والجوائح.

إن قصتك لم تنته بعد، ولكنها البلمس الشافي من الأوهام.. أوهام العظمة والجبروت البشري، فالعظمة فقط للخالق، ملك الملوك ورب الأرباب. إن قصتك طويلة يئن لها الملايين من الألم، لكن الأمل بين ثناياها يتوهج، وهي تجعلنا نقول : " البشرية مثخنة بالجراح، لكن الفرج قريب، لأن اليسريولد حتما من رحم العسر، فلماذا نركن لليأس؟ أملنا لا حدود له في معجزة ربانية تطهر من الأثام وجه الأرض".

فرج الله قريب، فلماذا نركن لليأس؟ هذا هو السؤال الحاسم الذي سنطرحه على أنفسنا في هذا الزمن العجيب.. زمن التغريدات العاصفة لملايين الخاملين على فيسبوك وتويتر. هؤلاء الذين لا يتحركون من أماكنهم أشخاص عوضوا الفعل بالكتابة، والكتابة بنشر الصور ومشاركة الشائعات عوض التفكير المتأن قبل التواصل مع الآخرين.

فرج الله قريب، ولا مجال لليأس، فقصة الطاعون الجديد (التي لم تنته فصولها بعد)، هي في الوقت ذاته قصة أكبر كارثة صحية ونكسة اجتماعية واقتصادية يعرفها التاريخ المعاصر. لكن بطولية بني البشر تكمن في تقبل ما

يحصّل والمحبّة الحكيمّة لما هو كائن، مع التحلي بالأمل في مستقبل أفضل. إن الفعل البطولي لبني البشر يكون بطوليا بالفعل عندما يجعلنا نرى إمكانيّة وجود عالم أفضل في غياهب الظلام، وانطلاقا من حالة وجودية يكاد يلوح فيها كل شيء خرابا في خراب..

د. مهدي عامري

- من مواليد مدينة فاس يوم 10 أكتوبر 1981
- يعمل حاليا كأستاذ باحث بالمعهد العالي للإعلام والاتصال بالرباط (المغرب)
- يمتلك د. عامري خبرة مهنية في التدريس والتكوين الجامعي والبحث العلمي الأكاديمي والتنمية الذاتية و النشاط الجمعوي الثقافي والسينمائي تفوق 11 سنة
- عمل سابقا كأستاذ متعاقد ومنسق تربوي بالمدرسة العليا للتواصل والإعلانات بالدار البيضاء، واشتغل أيضا في السنوات الأخيرة، كأستاذ جامعي بدوام كامل في مجال الإعلام والاتصال بفرنسا
- د. مهدي عامري كاتب وناشر منتظم لعدد من الكتب في التواصل والتعليم الرقمي اضافة الى القصة القصيرة
- صدر له كتابان عام 2019 عن دار ماهي للنشر والتوزيع (الاسكندرية) : "أحلام ونهاية الأحلام"، و"أترك الجمود وابدأ التغيير"
- د. مهدي عامري حاصل على شهادتي الدكتوراه والتأهيل الجامعي في علوم الإعلام والتواصل في جامعة بوردو (فرنسا) وفي كلية علوم التربية بجامعة محمد الخامس بالرباط.