كتاب

فضفضة

بعد منتصف الليل

رانيا رمضان

بنت البروفيسور

إهداء

إلى كل انسان سوي يبحث عن تطوير ذاته للأفضل

ولكل من يحب أعمالي ووجد بها ما هو جميل أعدك

بأنك ستجد دائمًا في كل عمل جديد لي ما هو أجمل

مقدمة

يحتوي هذا الكتاب على عدة خواطر في مواضيع مختلفة كل خاطرة تناقش أمر من الأمور التي تشغل بالنا في مجتمعنا في هذا العصر الذي نعيش به.

أعدك بأنك ستجد في خواطر هذا الكتاب النور الذي سيدلك على سبب آلامك، و ستجد به أيضًا ما يؤيد أفكارك، و في بعض الأحيان ستجد خواطر ترشدك لما هو صحيح و تعدل من مسارك.

أدعو الله أن تجدوا في هذا الكتاب ما هو مفيد و ممتع و يكون خير رفيق و تنصح به رفاقك

(1)

السوشيال ميديا

صرت عندما استخدم هاتفي المحمول تصيبني حالة من الصداع لا مثيل لها، أشعر أن الانترنت وخاصة مواقع التواصل الاجتماعي التي للأسف ليس لها من اسمها نصيب، أن تلك المواقع أشبه بالوحل الذي يغرقك ويسحب قدمك للهاوية وعليك يا عزيزي أن تخر واقعًا في الهاوية لأن من تذل قدمه بها يعلو شأنه في هذه الحياة الغريبة التي نعيشها.

صرت أشعر أني مثل الأمهات في الأفلام القديمة عندما كانوا يقلن بحسرة: "في السابق الحياة لم يكن حالها كما هي عليه الآن" ومن ثم تمصص شفاها.

ها أنا صرت مثلهن تمامًا، أتذكر في طفولتي عندما كانت فتاة ترسل صورتها لشاب مرتبطة به هذا يعني أنها في قمة الانحلال والانحراف، ويبدأ من حولها يخوفونها من ابتزاز ذلك الشاب بصورها.

اسمعك يا من تقول: "أكيد هي أرسلت له صور خليعة...!"

بل الحقيقة يا عزيزي كان أغلبهن يرسلن صور عادية تمامًا ولكن من حولها يجعلونها تعيش في جحيم لأنه ذاك الشخص

يمكن أن يستخدم الفوتوشوب ويجعل رأسها أو ملامحها على صورة امرأة أخرى وهكذا.

في الماضي الذي ليس ببعيد يا عزيزي فالماضي الذي أتكلم عنه يفصلنا عنه مجرد عقد وبضعة أعوام.

كان إذا قررت أن تلتقط صورة في وضع حرج لصديقك أو صديقة وأقصد بوضع حرج أي في خلال مزح الأصدقاء الذي نكون به متخليين عن عقلنا، من كان يمسك عليك هذا الفيديو تشعر أنه يمسك عليك ذلة رهيبة يمكنه إذا جعل أحد يراه خارج نطاق الشلة أي الأصدقاء المقربين فمعنى هذا أنه ليس بصديق حقيقي لأنه جعل منك مسخة أمام أناس أنت ترسم الرزانة أمامهم، لأنه معروف المزح والجنون لا يجب أن نمارسه أمام كل من هب ودب كي لا نخسر كرامتنا.

بينما الآن يا عزيزي أنا صرت أتعجب لأن البشر بكل قواهم العقلية يفعلون ذلك بنفسهم.

الآن الفتيات لا يرسلن صورهن فقط لأحبائهن بل للجميع.

اسمعك يا من تقولي: "وما بها أن أنشر صوري...! أنا في الشارع يراني البشر والسوشيال ميديا حاليًا صارت مثل الشارع أو المؤسسات التي تجمعنا في الواقع...".

حسنًا يا عزيزتي ولكني لم أقصد الصور العادية البتة، بل أقصد أن بعض الفتيات ينشرن على حسابتهن الشخصية صور

مثل الصور التي كنت أتكلم عنها منذ قليل، تلك الصور التي كان يجتهد الشاب في الماضي كي يقوم بتنفيذها على الفوتوشوب كي يبتزها بها، ولكن الآن ها هي تنشر صورها بنفسها وما السبب في كل هذا؛ أنها تريد أن تحصل على كم من اللايكات إي الإعجابات وهو شيء إلكتروني ليس له قيمة إلا عند من تهون عليه نفسه في سبيلها.

تقول لي أكيد اللايكات والفولو مهمان لأنهما إن لم يكونا كذلك لما رخصت نفسها ورقصت و...

صحيح أنها مهمة لهم كي يحصلوا على بعض الفرص للإعلانات ومنها يحصلون على المال كي يشترون السيارات والفيلا... إلخ.

في الماضي القريب كان أغلب الشباب يتسم بغيرة رهيبة ولا يسمح أن يرى أحد صورة حبيبته، وإذا تجرأت ونشرت صورتها في بداية السوشيال ميديا كان يستشيط غضبًا، بينما الآن ها هو من يعرض عليها أن يكشفوا حياتهم وأغلب تفاصيل حياتهم على الملأ، سواء حلوهم ومرهم وفضائحهم.

لا تقل لي أنهم قلة قليلة، بل قل كانوا قلة قليلة، ولكن في وقتي هذا حتى الأناس العاديين، أغلب الشباب والشابات المرتبطين يوضحن تفاصيل خاصة لا شأن للعامة بها.

في البداية البنات هن من بدأن في نشر مشاعرهن وتفاصيل العلاقة، ولكن الموضة الحالية أن ينشر الشاب وأسمحوا لي ألا أقول عنه رجلًا من يقبل أن تظهر حبيبته بشكل غير لائق كي يظهر أمام الناس رومانسي ومتحرر ولا يقيد زوجته أو حبيبته من كثرة حبه لها.

صرنا في زمن كلما صرت ديوث أكثر كلما صرت رومانسي أكثر ولا مثيل لك، وتذكروا أنا لا أقول الكل بل الأغلب إلا ما رحم ربي.

وكذلك الآن صار الكثير من الشباب ينشئون المحتوى التافه ولكنهم للحق والحق أقول يقولون إنه محتوى هادف بغرض الكوميديا.

أعلم أن هناك قلة قليلة من الموهوبين حقًا، ولكن الأغلب يعتمد على فضح ذاته.

في بداية السوشيال ميديا وانتشار الانحلال والمحتوى التافه بين الشباب والمراهقين كنت اتسأل في قرارة نفسي أين الأهل من فعل أبنائهم الشنيع ذا.

ولكن تساؤلي لم يدم كثيرًا إلا وأفاجئ في أيامي هذه أن الاباء والأمهات بعدما صارا متمكنين من استخدام السوشيال ميديا لم أعد أميزهم عن تفاهة الشباب والمراهقين.

حينها قلت: "أكيد أولئك الاباء والأمهات المختلين أو التافهين أو المنحلين هم أباء ذاك الشباب الفاسد".

لذا أردد في قرارة نفسي: " يا له من زمن عجيب تنتشر به التفاهة وتصير عادية بسرعة البرق".

لمَ يفعل المرء في ذاته هكذا...! لمَ يظهر أو تظهري عارية أو شبه عارية، لمَ ترقصي، لمَ تتصنع الغباء، لم قررت أن تصير أخرق...؟

لا تقل لي أني أحب موهبة التمثيل، لأن نسبة الموهوبين حقًا على السوشيال ميديا ليست بكثيرة بينما الباقي ما هم إلا أناس خدعتهم الدنيا، قرروا أن يختاروا الدنيا عن الأخرة.

قرروا أن يجنوا المال عن طريق الفضائح أو التسول، أولئك هانت عليهم كرامتهم ونفوسهم مقابل الدنيا الفانية.

كنت أقول لمَ تلك الفتاة ترقص هكذا أكيد هي جلبت العار لأهلها، ولكن الآن ها هي أمها ترقص بجانبها.

وما هذا الشاب ذا الصوت النشاز والحركات البلهاء والدم الغث أكيد جلب لأهله العار لأن أهله يشعرون بالخزي عندما يراهم أحد من الجيران ويقولون على ابنهم اخرق لا توجد لديه أي موهبة.

بل الحقيقة أن أباءهم فخورين بهم ويقولون أبني جلب لنا الشهرة لا الخزي.

من كثرة انتشار الغباء والمزح السمج والرقص والانحلال لم يعد كما في الماضي عار وشيء يتوارى منه المرء بل صار عادي جدًّا بل الذي صار غير عادي هو أن تهاجمهم.

لأنك في نظرهم جاهل ورجعي، فأحب أن أقول لهم:

نعم أنا جاهلة عما تفعلون وأي نعم أنا رجعية عن الطريق الذي أخترتموه.

يا عزيزي أنا أقتدي بنبي الله لوط، الذي صارت بلدته تعتبر الرذيلة أمر عادي وما هو شاذ أن هناك أناس يتطهرون.

ولكن هذا لم يجعل نبي الله لوط ومن معه قلة أن يعتبر أن الرذيلة والفضيحة والشذوذ أمر طبيعي.

اسلك يا عزيزي طريق الخير والصلاح مهما قل سالكيه، وكما ذكرت لك أن هناك نسبة كبيرة من محتوى السوشيال ميديا تافهة فلا تنس أن هناك نسبة قليلة من الموهوبين الذين يعملون ويكدون ويتعبون ولا ينامون كي يفيدوا من حولهم فأولئك أولى لكم أن تدعمون.

ومهما انتشرت الرذيلة والتفاهة أرجوكم ورائها لا تنجرفون.

إذا رأيتم العاصي أو التفاهة أمنع ظهور صفحتهم ولهم أبدًا لا تتابعون.

التفت لمن هو محترم ذا محتوى بالفعل هادف أولئك من يستحقون بالوقت لهم تقضون.

ها أنا حكيت الموضوع واقترحت لكم ماذا تفعلون ولكم حرية الاختيار في النهاية بماذا ستقررون.

***

(2)

كن طفلًا

اكتشفت حل سحري يا رفاق وأتسأل لمَ لا نطبقه على أنفسنا كما نتعامل به مع الأطفال الصغار.

عندما يسقط طفل صغير أو بمجرد أن يتعرض لأي أذى سرعان ما نهرع مهللين ونصدر أصواتًا تدل على السعادة كلغناء والتصفيق كي يلهى الطفل عن ألمه وبالفعل سرعان ما ينسى وجعه وألمه ويتوقف عن الصياح والصراخ والبكاء بل ويبدأ في الضحك والرقص أحيانًا.

إذن لمَ لا نطبق ذات الفكرة مع أنفسنا نحن الكبار، تقولون لي أننا بالغين وحجم المشكلة التي نمر بها أكبر بكثير فكيف تشبهينها بموقف لطفل.

صدقوني أنا فعلت ذلك مع نفسي عندما أمر بأمر يسبب لي الضيق أو الحزن حينما كنت أفكر في سبب حزني لا يفيدني شيء سوى أن الحزن يزداد أكثر.

بينما تجاهل الحزن ومنغصات الحياة وأشغال العقل بمسببات السعادة حينها أشعر أن القوة بداخلي تزداد أكثر وأكثر.

لا أقول لك تجاهل حزنك أي ألا تتعلم من الموقف الذي سبب لك ألمك، وألا تفهم الدرس الذي مررت به، أفهم جيدًا أنك شخص ناضج وعاقل يجب أن تأخذ الأمور على محمل الجد.

ولكن ليس له أي فائدة أبدًا التفكير في الحزن لأن هذا يجعل سم الكآبة يتوغل في دمك ويشل حركتك وتظل محلك سر.

لذا إذا مررت بموقف سبب لك الحزن، تعلم المغزى من الموضوع، ولكن أياك أن تسمح للشيطان أن يتحكم بك ولا تنسى أن الشيطان يعدكم الحزن.

يستغل الشيطان فكرة انكسارك فيبدأ يوسس لك أن الحياة صارت سوداء وتوقفت عند هذا الحد.

بل كن ذكي ولا تنجرف وراء مكر الشيطان.

وأي صعب نمر به مصيره النسيان، لذا لا يجب أن تقضي بسببه فترة طويلة حزين أو ندمان.

كن بشوش دائمًا وأجعل سعادتك في كل شيء حولك، وصدقني ستجد السعادة في كل لحظة في حياتك فلا تستسلم لألمك ولا تقول لي أنه لم يأن الأوان.

لا تؤجل سعادتك للغد لأن الغد ليس مضمون في الاتيان.

بل عش الحاضر برضا وتقبل، حينها ستجد السعادة الدائمة من الرب المستعان.

(3)

أسوء خيانة خيانة الصحة

أتعجب ممن ينهار عندما يخونه أحدهم.

يا عزيزي لا تنهار على قليل الأصل الذي اختار إنهاء المشوار

أرجوك لا تجعل لقلة الأصل قيمة ولا تجعل من سيرة الخائن لكل من هب ودب حوار.

بل عليك أن تسعد لأنك أكتشفت باكرًا ولم تفني عمرك معه مثل الحمار.

عليك أن تسجد للرب ركعتين حمد وشكر لأنه خلصك من هذه العلاقة السامة، وصدقني وكن على يقين أنك ستعلم انه عليه الزمن دار.

وسينكسر مثل ما كسرك وسيجرع كأس الخذلان الذي يأكل الروح فكم هو مثل الحميم المنصهر الحار.

ولكن كلامي لك الآن هو ألا تحزن على من قرر الفرار.

ولا تقل لي أنا أموت، اتعذب، كل جوارحي تصرخ من شدة الألم والحياة صارت مظلمة وكأن لا توجد نعمة في حياتك سواه.

تقول لي: نعم هو النعمة الوحيدة في حياتي ومن دونه أعاني وأصرخ وأقول آه.

أنا أقدر مشاعرك يا عزيزي لكن لا تجحد بنعم الله من اجل من أعتد أذاه.

لا تبكي وتصرخ للرب معترضًا وتقول له: لمَ يا رب حرمتني من الذي قلبي هواه.

لمَ تعترض على رحمة الرب، بل عليك أن تفهم جيدًا إن الابتلاء في الحياة إذا جاء في أي شيء في الحياة فهو أهون من الابتلاء في الصحة.

يعني بمعنى أصح إذا مررت بأي خذلان في حياتك عليك أن تلملم شتات نفسك سريعًا وتصلي وتحمد الرب على حكمته وقدره لك وألا تجحد بباقي نعمه من أجل زوال نعمة.

لا تكن غبي بل أفهم إن اختيار الله لك هو حق النعمة ولو كتب لك بقاءه لكان صار أكبر نقمة.

يجب لسانك أن يظل رطبًا بذكر الله وألا يتوقف عن الحمد ما دامك مازلت تتنعم بالصحة.

كل شيء في الحياة يعوض صدقني، ومن يرحل يأتي من هو أفضل منه إلا الصحة، لو كتب الله لك فقدانها لن تعود لك مرة أخرى، وحينها ستعرف معنى المعاناة على حق.

لا تنظر للحياة بسوداوية بسبب من لم يتسم بالصدق.

لا تتمسك بمن استغل حبك وطيبتك وجعلك مثل العبد له ومارس معك الرق.

بل كن عزيز النفس شامخ وللرب راضي وبدلًا من أن تهرع لأحد كي تشكي له ذلتك وخيبتك وخذلانك بل أهرع لباب الرب وله دق.

وستجد الرب في استقبالك ولن يمل من سماعك حتى تمل.

أهرع للرب وقل له احمدك على أنك كشفت لي الحقيقة، ونعمك عليَّ كثيرة وفكرة رحيل الخسيس ما هي بمصيبة عليَّ تحل.

بل هو أفضل قرار منك يا رب ألا أكمل مع من إن أكملت معه لكانت قدمي في الهاوية ستذل.

راضي وحامد لك يا رب على نعمك عليَّ التي لن أجحد بها من أجل أنك قررت برحمتك أن تأخذ واحدة وتزل.

***

(4)

الحزن قرار

الإنسان الكئيب مثل القنبلة الموقوتة فهو لا يؤذي نفسه فقط بل يؤذي كل من حوله.

كأبته تتحول من مجرد طاقة سلبية داخلية إلى طاقة سلبية تصيب كل من يقترب منه.

كأبته تتحول إلى نار تريد أن تأكل كل شيء أمامها حتى من يرغب في إطفائها.

إصرار الشخص الكئيب على تمسكه بحزنه إنه لإصرار غريب.

حتى من يحاول أن يهون عليه يتملكه اليأس من محاولته معه بل في بعض الأحيان يصيبه طاقة سلبية منه.

لذا لا تفني حياتك مع من هو مصر أن يغلق عينيه كي يقول لا يوجد ضوء في الحياة مع إنه لو فتح عينيه لرأى النور.

وإن لم يكن هناك نور في بعض الأحيان فعليه أن يخلق نور كي يأنس في حياته.

ونور الحياة هو أسباب السعادة كالأمل والتفاؤل، في بعض الأحيان تكون متوفرة لنا تلقائيًا من عند المولى عز وجل.

ولكن هنالك بعض البشر السوداوين في حياتنا بمجرد أن يكتب الله عليهم موقف مؤلم يغلقون أعينهم عن كل ما هو جميل.

ومهما تقل له افتح عينيك الدنيا صارت حلوة، أو إن هذه هي سنة الحياة يوم مر ويوم حلو ومن بعد الظلام يأتِ النور.

ولكنه صار متشائم جدًا يخاف أن يفتح عينيه ويأمن للنور مرة أخرى فيأتِ الظلام ثانيةً فيصدم.

بل على كل منا أن يعتاد على ظلمة الحياة أحيانًا بل علينا بتقبل ابتلاءات الحياة التي لولاها لما كنا شعرنا بقيمة ما هو جميل في حياتنا.

لذا علينا ألا تجعلنا الأبتلاءات نكره كل ما في حياتنا بل علينا بسبب الصدمات تلك نشعر بقيمة كل ما هو باقي وكل ما هو مريح.

يعني على سبيل المثال إذا جرح إصبع فقط من جسمنا أعلم جيدًا إنه لمؤلم ولكن هذ الجرح البسيط سوف يظهر طريقة تفكيرك تجاه الحياة.

يعني يوجد شخص لن يفكر في شيء سوى ذاك الجرح وكم الألم الذي صار يشعر به.

وهناك شخص أخر ينظر لباقي جوارحه التي لم يصيبها مكروه ويحمد الرب على كمية الراحة والنعم والصحة التي ينعم بها ولا يدري.

بيدك يا عزيزي أن ترى حياتك كما تشاء، يمكنك أن تراها جحيم وما هي إلا دار للعذاب والفقد والخذلان والتألم.

وبيدك تراها مكان به الكثير من مسببات السعادة التي حولنا ولا نشعر بقيمتها وحتى دروسها التي تظنها مؤلمة ما هي إلا للتعلم.

بيدك أن تجمع حطامك من بعد الكسر وتبني نفسك بشكل جديد، وبيدك أيضًا أن تدفن نفسك حيًا تحت الرطام.

صدقني لا تقل إنك تقول ذلك لأنك لست مكاني، بل صدقني يا عزيزي أن الرب عادل والله يبتلي كل من هو على هذه البسيطة ولكن الفرق بين القوي والضعيف والمتفائل والمتخاذل هو القرار.

قرارك بأن تكون قوي وألا تستسلم أو إنك تأخذها من قاصرها وتظل في مكانك لا تحرك ساكنًا تبكي على الأطلال.

تبكي على ما تظن إنه محال.

ولكن صدقني الشخص المصر المعافر لا يوجد عنده كلمة مستحيل ولا يعيقه شيء على تحقيق مراده لا ناس ولا مال.

لأنه واثق في ذاته وفي ربه بإنه لم يظلمه بإختياره له بل كل ما يمر به خير من رب الخير فيبتسم للرب ويكمل.

لا يقول للرب يا رب لمَ من بعد كل هذا الطريق الذي سرته وفي النهاية ما هو إلا طريق مسدود...؟

وإن كان شر لي من البداية لمَ جعلتني اضيع فيه وقتي...؟!

لعل الله جعله مسدود لك لإنك لو أكملت به لكنت خسرت نفسك لا وقتك فقط، فالحمدلله.

يعني بمعنى اصح إذا كنت تعافر في أي طريق في حياتك ولم تجد التوفيق به، عليك أن تغير الطريق أو عليك أن تدبره جيدًا لعل الله يريدك أن تفكر في الأمر طريقة مختلفة بها الخير لك أكثر من التي اخترتها من البداية.

يعني الله ينوي لك الخير وأنت بحماقتك وتفكيرك البشري القاصر على نظرك المحدود تظن الله ظالم وكتب عليك اليأس والفشل.

بل الحقيقة من وجهة نظر المولى العلي الحكيم إنه يرى الموضوع من منظور مختلف، ولو قابلت اختيار ربك بالرضا وسرت في الطريق الذي رسمه لك المولى لسوف تصل لبر الأمان.

وبدلًا من الإعتراض والبكاء واليأس قابل أي صدمة أو عرقلة في حياتك بالتفكير والتدبر ومحاولة فهم الحكمة الإلهية فيها ومن ثم قم وأحمد الرب وأكمل السير.

كن بداخلك يقين ورضا ولا تنظر لغيرك وتظنه سعيد بل هو من قرر أن يكون سعيد وتقبل الفقد في حياته بالرضا.

بيدك أن تنزل على خدك دموع الحزن من اليأس من رحمة الله، أو دموع الفرح بسبب جبر الرب بالعوض لمن رضا.

لذا في النهاية تذكر بيدك أن تكون قنبلة موقوتة تبعث الطاقة السلبية وبيدك تكون مصدر أمل وبهجة وذلك إذا اقتديت بمن حمد الرب على ما قدر وقضا.

***

(5)

جلاد الروح

كبرنا وصرنا قاسين على أنفسنا مثلما كان يفعل ابائنا معنا في طفولتنا.

أصبحنا نلوم أنفسنا على كل ما هي صغيرة وكبيرة.

بمجرد أن نضع رأسنا على الوسادة أي إنه وقت الراحة والنوم كي يهدأ عقلنا من ضجيج الحياة وصخبها، ولكن هذا لا يحدث معنا، صار يأتِ لنا جلاد أنفسنا هو يشبهنا تمامًا ولكنه ينظر لنا نظرة شر وكره لم أرى في حياتي لها مثيل.

يعني بمجرد ما أريد أن أغمض عيني يصدر صوت كي أفتح عيني وأراه أمامي يقف أمام الباب ووراءه نور وما يظهر منه إلا كونه ظل أسود تمامًا يمسك بيده سوط وعينيه متقدين نارًا وها هو يهم بالاقتراب مني ببطيء وهو يضرب بالسوط أرضًا.

أقول له: حل عني، اتركني وشأني، أرجوك دعني اتهنى وارتاح يومًا من دون هذا العذاب.

ولكنه يقترب مني وينظر لي بعينيه الحمراوين ويلسع جسدي بسوطه ويقول لي:

أنا أفعل ذلك كي أقومك ومن أجل مصلحتك، ها، لمَ قصرت في عملك اليوم...؟ وما الذي قلته ل....؟! ولماذا لم تطور نفسك في...؟ من هم في سنك فعلوا...؟ ...إلخ.

طبعًا كل سؤال بلسعة سوط على جسدي ولكنها تؤلم عقلي وقلبي.

صرنا لا ننام إلا بعد أن تهلك روحنا من كثرة البكاء الذاتي واللوم والعتاب.

يعني إن لم يعد من يلومنا على افعالنا ويتربص بنا كما يقولون لمصلحتنا فنخلق نحن بداخلنا شخصية تمارس معنا هذا الدور.

يمكنك أن تسميه جلاد الروح، أو كما يقولون جلد الذات أو الضمير.

لا أدري ماذا أقول لكم ولكني أشعر أن لولا أبائنا الحازمين المنتبهين لكل ما يصدر منا لما صرنا ما عليه اليوم.

أعلم إن التركيز الشديد يشعرك بالتقيد في بعض الأحيان ولكن ذلك التقيد يعلمك الالتزام والانضباط.

يعني لو كان انتباههم أمر سيء لما كانت الدولة وضعت للشعب قانون وذلك القانون لا يظلم إلا من قرر أن يظلم نفسه، ولكنه مقوم للنفس المنضبطة به.

لو كان الضمير بإفعل ولا تفعل سيئًا لما كان أرسل الرب الرسل برسالته التي تبيح للناس أمور وتمنعهم من أمور كي يكونوا في أحسن حال.

يعني لو عشنا حياتنا من دون ضمير نفعل ما نشاء بالشكل الذي نريده لسوف نكون في اسوء صورة ممكنة من أنفسنا.

يعني الشخص الذي لا يرتاح له بال ولا ينام إلا بعد أن يلوم نفسه عن فعل قام به فهو شخص نقي وقلبه نابض بالحياة عن غيره الذي يفعل ما يشاء ويصدر منه كل ما هو مؤلم لغيره ولا يبالي.

الشخص الذي يقيم نفسه رغبة منه أن يحسن من نفسه ويطورها ولا يرتاح له بال إلا أن يصل لمراده ما هو إلا الانسان الذي أراده الرب خليفة له في الأرض كي يعمرها بعلمه وعقله الذي ميزه عن باقي المخلوقات.

لذا كبرنا وأدركنا نية ابائنا وأمهاتنا لنا، لم تكن نيتهم التقليل منا أبدًا بل كانت نيتهم نية الحب، ورغبتهم في أن يقومونا وأن نكون في أحسن صورة وأفضل حال.

يعني إذا جئت لكي تنام ورأيت جلادك جاء لا تحزن بل أحمد الرب لأنك عندك ضمير يحبك يريد أن يوقظك من غفلتك.

صدقني الغفلة واللامبالاة إذا عشت بها في الحياة سوف توقعك في النهاية في الهاوية.

وجلد الذات نوعان نوع يقومك ويحسنك للأفضل مثل الأباء الذين لا ينتقدون بنا إلا ما هو سيء فقط من أجل مصلحتنا وهذا نقد بناء لا ضرر منه.

ولكن هناك نوع سيء جدًا من جلد الذات وهو جلد الذات على كل صغيرة وكبيرة، حتى أتفه الأمور يؤرقك ويؤلمك بسببها ويلومك عليها.

إذا كان جلادك من هذا النوع فنصيحتي لك أن تغلق باب غرفتك (أي باب عقلك) كي لا يدخل لك مرة أخرى لأن لومه غير مفيد بل مؤذي للروح، مثله مثل الأباء الناكرين الجاحدين بما هو جميل في أولادهم بل يرون كل ما بهم سيء.

تذكر ماذا كنت تفعل عندما كان يعاملك ابوك أو أمك بهذه القسوة والجحود، كنت تتجنبهم صحيح...!

أه، ها أنت واقف أمامهم، أه انت تسمعهم ولكن أذنك صارت صماء عما يقولنه لك...!

فكن أصم عن جلاد نفسك الظالم، إلى أن يعدل عن طريقته ويعلم إن الجلد يكون فقط على ما يستحق، لإن كثرة الجلد واللوم يبلد المشاعر.

***

(6)

قاعدة الخمس ثواني

وكالعادة في وقت فراغي أو اثناء قيامي بشيء ما وأريد أن استمع لشيء اثناء عملي استمع للكتب الصوتية التي تكون نعم الاختيار لإشغال وقتي بما هو مفيد إذا كانت كتب وبما هو ممتع وشيق إذا كانت رواية.

في ذلك اليوم سمعت كتاب اسمه"قاعدة الخمس ثواني" والفكرة التي تناقشها الكاتبة هي أن تهم سريعًا إذا جالت في بالك فكرة وتقم بتنفيذها إذا سمح الوقت.

تذكر إنها كانت مجرد امرأة عادية لا تفارق أريكتها، فقط تأكل وتشاهد التلفاز، حياتها مملة ورتيبة مثلها مثل الكثير منا.

تقول كانت تجول في بالها خواطر كثيرة وأفكار ولكن كسلها وتمسكها بأريكتها تمكنا منها أكثر من شغفها، وهذه الحالة هي التي نحاول أن نقاومها جميعنا فنحن في صراع مع نفسنا يا رفاق مع نفسنا الشغوفة ونفسنا الكسولة التي ترغب في الحصول على أكبر قدر من الراحة وإذخار أكبر قدر كذلك من القوة، ولك أن تتخيل يا عزيزي أن المسؤول عن هذا القرار الأحمق هو عقلنا لأنه يرغب بتخزين أحتياطي من الطاقة والقوة لوقت اللزوم.

ولكن بسبب غباءنا صرنا نعتاد أمر تخزين الطاقة وخوفنا من نفادها وصرنا لا نحرك ساكنًا.

صرنا كلما رغبنا في الحركة نشعر بتعب وسرعان ما نقرر أن نترك ما هممنا للقيام به خوفًا منا أن نفقد قوانا ونخر واقعًا.

ولكن الحقيقة يا رفاق أننا من دلعنا جسدنا لحد زائد، لدرجة أن جسدنا صار ضعيف خائب لا يستطيع أن يواجه أو يقاوم متاعب الحياة فصار يأخذها من قاصرها والتزم الأريكة أو السرير وكفى.

يا رفاق إذا قررنا أن نقارن أنفسنا بمن سبقونا من حيث المجهود الجسدي، فما نحن إلا مجرد بهائم خاملة لا تتحرك إلا بضع حركات خلال اليوم ومن قلة حركتنا لقد صدئت مفاصلنا بل تحجرت.

أه نسيت ما الذي اقحمتوني به يا أعزائي، ولكن ما قلته هو من حسرتي على جيلي، دعوني أكمل لكم مغزى الكتاب.

وفكرة أني شردت بهذه الخاطرة داخل الموضوع، هذا بسبب التشتت الذي خلفته السوشيال ميديا وسببته لعقلنا، صرنا إذا بدأنا موضوع ندخل في موضوع أخر بعده وبعده الكثير والكثير، صار عقلنا يدخل به كمية معلومات متداخلة ليس لها علاقة ببعضها البعض والعقل صار مشتت ومتعب وجسدنا

على السرير خامل، صرنا ميتين أو يمكنك أن تقول مغيبين ومشلولين عن القيام أو أخذ خطوة ذات نفع تجاه مستقبلنا.

يا ربي، حسنًا... حسنًا، اسمعكم تقولون لي أني نسيت الموضوع ثانيًا.

أه عندكم حق يا رفاق، هي تقول: كانت على أريكتها وكانت تشاهد لحظة إطلاق الصاروخ وكي ينطلق يأخذ 5ثواني وبعد هذه الخمس ثواني ينطلق مسرعًا تجاه الفضاء.

قالت في قرارة نفسها لمَ لا تطبق هذا النظام أو هذه الفكرة مع ذاتها، يعني عندما يأتي لها الشغف أن تهم مسرعة وتستغل شغفها وتقوم بتنفيذ ما ترغب به بعدما تعد لخمس ثواني وتنطلق.

يعني أنا أحكي لكم عن نفسي بما إني مؤلفة وهذه نصيحة لمن يحب التأليف ويشعر أن بداخله كلام ولا يستطيع أن يكتبه بسبب إنشغاله في أمور شتى في حياته، فنصيحتي له أقل القليل أن تقوم بتدوين عنوان الفكرة في مفكرة ورقية أو المفكرة الموجودة على الهاتف المحمول ويمكنك في وقت فراغك أن تطلع على المفكرة وتتذكر الموضوع وتسترسل الأفكار حينها.

ولك أن تتخيل أن هذه الخاطرة التي أقوم بكتابتها الآن ما هي إلا فكرة قمت بكتابة عنوانها منذ أكثر من شهر.

لذا عليك إن أتاك الشغف وأنت لديك وقت لتنفيذ ما خطر في بالك قم وفز من مكانك مسرعًا وأنطلق مثل الصاروخ واستغل قوة الإندفاع الذي أرسلها الله لك، استغلها كي تتميز وتمضي قدمًا.

أرجوك لا تخمدها بكسلك لا تجعل شعلة الشغف تنطفئ بسبب كسلك، بل إنك إن تركت نفسك لشعلة الشغف مرة لوجدت أن نار الشغف سوف تزيد وتتأجج بداخلك، ولكنك إن تكاسلت فستخمد وتتحول إلى رماد وستكون مجرد شخص خامل منطفئ أو ممكن تظل كما أنت، مجرد شخص روتيني.

لأن الفرق بين المميز والروتيني أن المميز يستمع لصوته الداخلي المحفز ألا وهو الشغف.

عندما تدبرت فكرة الكاتبة بفكرة الخمس ثواني سرحت قليلًا وتذكرت أن الرب جعل الصلاة في حياتنا كي يعلمنا الانضباط والالتزام.

يعني الله جعل لنا الخمس صلوات وكل صلاة لها أذانها أي صوتها الذي يقول لنا آن الأوان وهيا فز وتحرك وإياك أن تؤجل لأنك كلما أجلت كلما قل ثوابك وهنالك من لا يصلي تمامًا وهذا الذي لن يحصل على ثواب بتاتًا.

وهذه الفكرة بالضبط مثلها مثل صوت الشغف إن اتبعته في أوانه لسوف تتميز وتكون مع أعلى العليين بينما إذا اتبعته بعد

قليل ستحصل على نتيجة جيدة ولكن ليس مثل من هموا مسرعين لصوتهم.

ولكن إذا قررت تجاهل صوتك تمامًا واخترت اريكتك فمثلك مثل من التزم مكانه عن الصلاة ولم يصلي.

بمعنى اصح إذا كنت تريد الفلاح والنجاح عليك أن تستمع جيدًا لصوت الأذان الذي يتردد خمس مرات يوميًا بحي على الفلاح حي الصلاة.

الله يقول لك إذا اتبعت الصوت وقررت الحركة والالتزام والبعد عن التكاسل سوف تفلح وأول خطوة تعودك على الالتزام واتباع الصوت هو صوت الأذان.

إذا تمكنت من ترويض نفسك أنك إذا سمعت الأذان تهم مسرعًا للصلاة، سيكون هين عليك أنك إذا أتاك الشغف تهم مسرعًا للقيام بتنفيذه، لن تقول حينها: لا بعد حين سوف أقوم بذلك.

عندما اتدبر ما اختاره الله لنا أنه من الأفضل عندما تحين الصلاة سيكون الثواب أكثر بكثير إذا هممنا بالذهاب للمسجد مترجلين، وهذا كي يعتاد الجسم على الحركة، كي نجبره على الحركة كي يعتاد على ذلك.

جسدنا مثل طفلك صدقني، يعني في يوم لو أبنك قال لك: "ابي لا أريد أن أدرس أنا متعب". والحقيقة أنه ليس متعب ولكن كل ما في الأمر أنه يريد أن يرتاح وأنت بسبب طيبتك تركته

يرتاح، وفي الغد كرر الأمر ومن ثم مرارًا وتكرارًا إلى أن صار أمر أعتيادي ألا يدرس وحينها لا تلم غير نفسك لأنك من اقنعت ابنك أن التكاسل عن الدراسة أمر عادي.

مثله مثل مع جسدك الذي عودته ألا يتحرك بسبب رغبتك أن ينعم بالراحة فصار لا ينعم بالراحة فقط بل اعتاد عليها وجعلته ينسى ماهية الحركة وإذا قرر الحركة يعتبرها عذاب.

علينا أن نلتزم بالقرب من الله والذهاب لبيت الله والحركة لأن هذه أول خطوة للفلاح وهذه الخطوة نطبقها مع شغفنا حينها سنكون أعظم أمة أخرجت للناس على حق.

أعزاءي نحن الأمة المسلمة أكثر أمة لا تحتاج كتب تنمية ذاتية لأن كتابنا القرآن لهو أعظم كتاب للحياة على وجه البسيطة، فيه تقويم للناس وأساليب للنجاح لا حصر لها إن التزمنا وتمسكنا به.

نصيحتي لك في النهاية أتبع طريق ربك اتبع صوت شغفك ولا تسمع لصوت الكسل الذي يهمس لك بالراحة وصدقني الكسل لم يكن راحة أبدًا بل ما هو إلا خمول وموت للروح وللجسد بل كن شغوفًا وشغفك هو الوقود الذي يحركك للأمام.

***

(7)

اختر نفسك

فكرة أن يختار المرء نفسه هذه أفضل قرار

لا تقل لي هذه أنانية

بل كل ما اقصده أن تستخدمها بالعدل

أي إياك أن تبيع نفسك أو وقتك من أجل أحد أنت شاريه

لا تفكر بإنه إن فعلت معه ذلك سيشتريك هو كذلك

بالعكس أنت في نظره شخص بائع لنفسه ولم يشتري نفسه فلمَ سيشتريك...!

فكل ما أقصده يا عزيزي قبل ما تشتري أحد اشتري نفسك ومن ثم اشتري ما يليك.

***

(8)

انطفاء الحب

في أغلب الأحيان الشيء الذي كنت ترغب به بشدة وكنت تشعر أنك ستموت لإجله.

وتحاول وتتحمل وتعافر من أجل أن تحصل عليه في النهاية لا تناله.

مع إنك كنت تظن أنه السبب الوحيد للسعادة وأنه أملك في الحياة ولكن في الحقيقة لم تنل منه سوى خذلانه.

ولكن مع الايام ستتقبل أنك ليس لك نصيب به.

ولكن يشاء القدر بعد ذلك يجمعك به مرة أخرى، ولكن حينها ستكون فقدت شغفك تجاهه.

وقلبك الذي كان ينبض له صار مجردة صخرة.

وعندما يمد لك يده في هذه المرة.

تقول له: لا ولا أريد كلام بيننا، اخرنا السلام بالكلام وكفى.

يقول لك: غريبة! هذا كان مرادك في يوم من الأيام.

وقتها تقول: أي شيء بالنسبة لي كتب بجانبه كلمة "كان" فقلبي منه اكتفى.

وصرت أعتبر أنه لا في يوم حتى على بالي خطر، لأنه من كل جوارحي انتفى.

لا أريد أن يعود بيننا الكلام من جديد فلا أريد أن يصحى جرح قلبي من بعد أن شفى.

يوجد أمر إن لم يحدث في أوانه يجب أن نعتبره مات.

ولا تقل لي يمكن أن نعيده في ظروف جديدة بل إن قلبي ما صدق إنه تحرر منه بالكاد.

***

(9)

الأم

أمي نعمة المولى وجنته على الأرض.

وحبي ليها فاق كل التوقعات وصار ليس له حد.

امي كائن ملائكي لأنها لم تأذي في يوم أحد.

ولكن للأمانة لنفسها قد اذت.

هي الطيبة ذات الحنية المفرطة وبالفعل من أجل غيرها تضحي بروحها ودمها.

وبعد كل الذي تقوم به من اجلنا أقصى ما يمكن للمرء أن يقول لها:

"أحبك" ولكن كل كلام الدنيا لا يكفيها حقها.

امي التي ضحكتها تنير الدنيا كلها.

امي هي وحدها لو بي هموم الكون أشعر بالأمان بمجرد أن أكون بجوارها.

قلبي المكسور يطمئن بمجرد ما يشعر بنبض قلبها.

الدنيا مهما تعرفني على ناس غيرها، ابدًا لن أحب أحد كحبي لها.

أو يكون في يوم ندها.

لأن أمي هي تاج رأسي ولا أحد في يوم سيحبني مثلها.

أحبك يا من أعيش بها ولأجلها.

***

(10)

الوحدة

وعدت يا قلبي مرة أخرى وحداني.

وصوتك صار عالي.

وصرت تصرخ من الوجع بآه يا ني...!

رجعت مرة أخرى تعاني.

وكله كان بيدك كررت نفس الخطأ ثاني.

ولا تبكي وتنوح وتقول لي ما اغباني...!

ولا تشغل الحزين من الأغاني.

تقول لي: "إنها تذكرني بمن آذاني"

آه يا قلبي أريد أن اعرف لمَ ليس لديك عقل...؟!

تقول لي: "أنا لا أعرف سوى الإحساس ليس لي في المنطق

ولكن الإحساس هو الذي رفعني لسابع سماء ومن ثم رماني.

وفي النهاية يعود حالي وحداني.

وأجلس أفكر فمن آذاني.

أو بعد فترة أفكر في أحد ثاني.

وأكرر نفس حظي معه وفي النهاية ها هو أيضًا قرر أن يؤذيني.

مع أنى كنت مستعد أقضي معه الباقي من عمري وسنيني.

ما دام يا قلبي أنت راضي بغبائك ولا تحب أن تفكر لمرة بالعقل.

لا تجعلني أشعر بوجعك، أم أقول لك أنا لا أريد أن أكون معك

ولا أريد أن أكمل لأنك تجعلني أعيش في جحيم وللنار سترميني.

هم يؤذوك وتأتي أنت تطلع عيني.

انا الموت أهون عندي من قلب غبي قراراته تعذبني وتبكيني.

***

(11)

فقدان العزيز

العمر مر منه سنة وكالعادة في لحظة فات

وعقلي إلى الآن لم يستوعب أنه فقد عزيز ومات

مازلت أشعر بكونك هنا وسوف أراك وأقول لك حاجات

اصدعك بحلمي وهدفي وإني بالفعل احتاج كي تتحقق معجزات.

أشعر أنك أمامي وأرى نظرة فخرك بي

فخور بنظرة التحدي التي اخذتها منك التي دائمًا في عيني

وكذلك لمسة يدك لي وأنت تشبهها بيدك

أحلف لك يا أبي مثل ما كنت سبب صيتي وفخري واعتزازي سأكون لك ولاسمك فخرك وصيتك

لأني لم أنسى يا أبي وصيتك

وصيتك لي من صغري أن أكون مثلك

وأخذ طريقك

طريق الاصرار والنجاح الذي من بعد صومك وتعبك وجدت عيدك

ها أنت أمامي واسمع همسك بكلمة يا قطة

ياااه لو الزمن يعود بي سنة لأجري عليك وأحضنك وأقول لك كم أنا أحبك

وهذه المرة ستكون من قلبي ليست كما تقول أوانطة

ملعونة الدنيا التي تجعلنا نبعد عن أحبابنا

نظن أن الغاليين في حياتنا دائمين

ولاكن فجأة يسافر بعيد ولكن هذه المرة من دون شنطة

تذهب كي تراه اخر مرة

وتنظر لعينيه

وتحاول أن تمسك يديه

ولكن الكفن منعك من القرب

والموت صار حاجز يمنعك أن تعيش معه مرة أخرى لحظة صفا أو حب

اخر نظرة لعينيك لي كان بها كلام

آه هي عينيك لم تكن تتحرك ولكن شعرت ان آخر مقابلة كان بها اتفاق لا مجرد أن أراك والسلام

رأيتك في الكفن بعينيا

ولكن لا عقلي ولا قلبي صدق غيابك ثانية

بالعكس الموت جعلني أحبك أكثر

هل تذكر عندما كنت تسألني: "بتحبيني يا قطة اد ايه

اد السما ولا اد البحر"

أقول لك: قد البحر لأني أحبه.

تقول لي: وإيه كمان...؟

أقول لك: قد السماء التي بها القمر ولكني لا أحب بعده

تقول لي: وإيه كمان...؟

أقول لك: أحبك قد الدنيا.

كم أتمنى أن أراك حتى ولو ثانية

واقولها لك بقلبي لا فقط بلساني

والله يا ابتي أنا لا يوجد فكرة جعلتني اعاني

إلا فكرة اني في يوم كنت بعيدة عنك

ولكن كان عندي أمل في يوم أكون قريبة منك

فنصيحتي في النهاية لكل شخص

لا يغرك سن احبابك أو سنك

اذهب لهم واقترب منهم وسامحهم وعبر لهم عن حبك

اذهب قبل أن تأتي لحظة الموت بإذن ربك

نصيحتي لك دعك من حزنك أو كرامتك وتعامل مع الكل بطيبتك.

***

(12)

أبو رجل مسلوخة

احيانًا اتأمل في طباعي كي أقوم بعمل تعديل لشخصيتي بترك ما هو غير جيد والتمسك بما هو جيد وصالح مع المحاولة على تحسينه وتطويره.

ولكن هنالك طبعان سيئان بي للحق والحق أقول الا وهما العصبية والوصف الجارح اثناء المزاح الذي يسمى في عصرنا الحالي بالتنمر.

أحاول جاهدة ان اتوقف عن عصبيتي أولًا لانها تتعبني وتتعب قلبي أكثر بكثير مما تؤذي من حولي، وغير ذلك عندما افق من اوج غضبي اكتشف أنى تفوهت بكلام قلل من قدري أكثر بكثير مما قلل من قدر من امامي الذي استدرجني لهذا الوضع، فكم أتمنى أن أكون من أولئك الذين يتسمون بالبرود والهدوء فكم هم في نعيم، أشعر أنهم يقولون في قرارة ذاتهم من يريد أن يأخذ صورة سيئة لي هو حر فهذا قراره، وإذا أراد أن يأخذ صورة جميلة عني فيا مرحبا به.

اه يا ربي كم اجاهد نفسي كي أصل لهذه المرحلة من السلام النفسي التي لا يهمني فيها سوى ما افعله وأكون راضية عنه وربي يعلم صدق نيتي به ومن يريد أن يسئ الظن بي فليحترق في الجحيم بدلًا من تحترق روحي اثناء ثورة غضب بسببه.

اترون يا اعزائي كيف انفعلت وأنا اريد أن أخذ قرار أن اتوقف عن العصبية.

اشعر أنه طبع لعين يجري في دمي بسبب جينات ابي التي ورثتها منه، ولكني أحاول جاهدة أن اتوقف عنه خوفًا على قلبي وعقلي لا من أجل من حولي للأمانة فهم يستحقون ال....

لا إله الا الله يبدو ان فكرة التوقف عن العصبية تزيدني عصبية.

دعوني احكي لكم عن طبعي الثاني الذي اريد أن اتوقف عنه بعدما عرفت انه يجعلني اكتسب كم رهيب من الذنوب وأنا أظن نفسي مجرد مازحة أو واصفة.

فكم من مرة أحدهم يقول لي حرام تقولين عنها هكذا فأقول وأنا أدافع عن حسن نيتي بأني لم أعيب في شكلها بل هي حقًا بها هذه الصفة.

يعني الآن عندما كبرت أمي تقول لي توقفي عن هذه الصفة يا بنتي، وأختي الكبرى تتوعدني بأني سوف أنجب أطفالًا يحملون كل الصفات التي تنمرت بها على غيري.

الآن كل من حولي من الصالحين وأنا وحدي صرت في هذا الزمن من المتنمرين.

الا يتذكرون القصص التي كنت اسمعها منهم في صغري مثل أبو رجل مسلوخة الذي كان بالنسبة لي أبشع بوبع في الحياة.

ولكن الان بما أنى ارغب فعًلا في التوقف عن الوصف الجارح الذي يسمى حاليًا بالتنمر تأملت قصة أبو رجل مسلوخة، ولقد أدركت كم هي قصة مأساوية حولوها الأهل المتنمرين إلى قصة رعب يخيفون بها الأطفال كي يسمعون كلامهم.

تخيل كونك رجل مسكين شاء القدر أن يسقط على رجلك قدر زيت أو ماء مغلي فصرت أبو رجل مسلوخة.

تخيل كم الألم الذي يعانيه أبو رجل مسلوخة أشعر إنه يقول في قرارة نفسه:

-اجيبها منين ولا منين من المي بسبب سلخ قدمي ام خوف الأطفال مني...؟

هنا أدركت كم انا حمقاء حتى ولو أصف لا يصح أن أصف ما يجرح غيري.

فهي تعلم جيدًا ان أنفها كبير ولكنها تحمد الله لان هذا قدر الله لها وهو يعلم كونه قصير فكلامي له لا يفعل شيء سوى إنه يزيد الطين بله، والأخر يعلم جيدًا كونه أصلع فلا داعي أن أذكره بكونه تعس الحظ عندما ورث تلك الصفة من أهله.

صرت أنظر لنفسي وقلت يمكن غيري يستخدم ذلك الأسلوب معي بحجة المزح أو الوصف ولكني حينها سوف أنفعل بشدة لأن هذا أسلوب جارح حتى وإن كان وصف بما هو بي، سوف

انفعل بشدة وأقوم بفتح رأسه الصلعاء فأنتم تعرفون كم أنا عصبية.

أووه يا إلهي ما الذي تفوهت به أنا تنمرت أثناء غضبي، يبدو أنه لا يوجد فائدة بي، ومن به طبع صعب أن يغيره، ولكن سأحاول.

***

(13)

أجمل بداية وختام

انت أجمل بداية ومسك الختام

انت يا من بمجرد أن لمحته قولت هذا هو الشريك التمام

والحمدلله ظني طلع في محله

وحالي معك عال العال

ووضعي صار على ما يرام

وكل من رآني قال يا سلام

لم أعد أحتاج أن أتكلم مع أحد بعد ما وجدت من يغنيني عن كل الانام

وكيف لي أن أحتاج غيرك أو حتى أجد لهم وقت

ها انا معي فارس ولا في الاحلام

فارس ماذا

قل ساحر ومخاوي للجان

انه من سرق قلبي من دون أن يبدأ حتى في الكلام

قل عنه طبيب

لأنه دواني من كل الألام

قل عنه شاعر

لأن كلامه نغم واحساس، وبسببه قلبي في عشقه هام

حياتي معه صارت تمام التمام

وصار هو بالنسبة لي سبب الراحة ولم اعد احتاج النوم ولمَ أنام...؟!

لأن من ينام يهرب من حياته لأجل أن يرى أحلام ما هي إلا مجرد اوهام

قلت لكم عنه انه فارس ولا في الاحلام

وساحر جنن عقلي بنظرته من دون أن يقول كلام

وقلت عنه شاعر لأنه يزيد عشقي له بحبه الآسر الذي جعلني معه في حالة وئام

وطبيب لأنه دواني من الالام

وكذلك مهندس لأنه أعاد ترميم روحي بعد ما أصبحت حطام

وهو بالنسبة لي ضابط لأنه من كل ما في الحياة هو ليا الحام

وهو وحي من ربي الذي يجعل لدي إلهام

كي اكتب عنه قصص وروايات واغاني وأفلام

صدقوني من مثله الحياة به تبدأ، ولا يصح يكون بعده أحد لأنه مسك الختام.

***

(14)

كيف تنشئين رجلًا

أشعر بالحزن على حال تلك المرأة التي تفرط في دلع ابنها، والدلع ليس بشراء كل ما يشتهيه، بل الدلع يكون أحيانًا بعدم ردعه عن أفعاله السيئة.

لا أحب تلك المرأة التي تنشئ أبنها على النزعة الذكورية في السلطة مثل إنه له الحق في أن يعامل أخته كالخادمة لأنه يستخدم أسلوب الأمر معها لا أسلوب الطلب.

وحتى إن كان تعاملنا مع الخدم فهم على العين والرأس فكلنا عند الله سواسية كأسنان المشط، ولا يوجد فرق بيننا سوى بالطاعة والعبادة، علينا في حياتنا عندما نتعامل مع أي أحد سواء غريب أو قريب أن نستخدم صيغة الطلب لا الأمر، علينا أن نرفق ببعضنا البعض.

لا أحب تلك المرأة التي ترى أبنها يتطاول على ابنتها بالكلام ولا ترده عن فعلته تلك ظنًا منها أنه أخوها وله الحكم والسلطة عليها.

إن هذه الأم لا تدري شيء عن مفاهيم التربية الصحيحة أبدًا.

الأخ يجب أن يكون سند لأخته، يكون الأمان والمأوى الذي تلجأ إليه بعد غياب الأب.

الأم التي ترى أبنها في يوم تجرأ على أخته وهم كي يضربها ولم تأخذ ردة فعل لمنعه، ووقفت أمامه وعلمته خطأه سيظن أن انفعاله هذا عادي وسيأتي يوم ويتزوج وفي أقل موقف ينفعل على زوجته ويهم بتعنيفها، وفي الأيام العادية سيكون فظ غليظ اللسان أمر ناهي لا يعرف الذوق أبدًا، لأنه في صغره وشبابه لم يرى من أمه التي هي انثى أي ردة فعل باحتقار أفعاله فظن أن هذا الطبيعي قائلًا في قرارة ذاته:

"ما دام أمي لم تردعني عنه فهو أمر مقبول".

ولكن يا أسفي على تلك الأم التي أنشأت ابنها على عدم احترام الأنثى لأنه سيأتي يوم ويتطاول عليها باللسان وليس بغريب عليه أن يتطاول باليد كذلك.

على هذه المرأة ألا تلوم سوى نفسها لأنها ربت أبنها على حب نفسه وسلطته ومكانته ومصلحته، علمته كيف يمارس مقولة "أنا ومن بعدي الطوفان".

لا تستغرب يا عزيزي عندما ترى شاب تافه أخرق وحقير رمى أمه في الشارع أو في دار مسنين، فهذا الشاب القذر هو نتاج تربية سيئة، تربية علمته أن يكون قانونه

"نفسي ثم نفسي".

لا تقل لي يا عزيزي أكيد الأم كانت قاسية وها قد جاء اليوم الذي يرد لها ما فعلته معه من قسوة وسوء معاملة.

لا والله يا عزيزي، بل من يفعل ذلك هو الشخص الدنيء الذي من صغره لم يجد من يقول له أن فعلك هذا خطأ خوفًا من ردة فعله.

حبها له جعلها تتغاضى عن عيوبه، وخوفها من ردة فعله جعلها لا ترغب في توجيهه للصواب.

فكان نتاج حبها المفرط له هو دمار شخصه وسوء فعله تجاه كل من حوله وفي نهاية المطاف إذا كانت هي عقبة في يوم تجاه مصلحته فلن يتردد لحظة في أن يستخدم وقاحته تجاهها.

والنتيجة عادلة يا عزيزي لأن المرء يجني ويحصد ما زرعه.

فنصيحة لكل الأمهات عليكِ بالالتزام بثوابت التربية الصحيحة خاصة إذا كان أبنك ذكرًا، ربي أبنك على الرجولة وكيف يكون قوام للإناث سواء اخوته البنات أو أمه أو زوجته وغيرهن.

علميه أن الرجل يعني الأمان، علميه أن الرجل يعني المأوى والملجأ، علميه فكرة القوامة التي ذكرها الله في كتابه العزيز بأن الرجال قوامون على النساء.

علميه أن الذكر لا يحصل على لقب الرجولة بطريقة الأمر أو بالتحكم أو السلطة.

عليمه أن الرجولة أفعال والرجولة هي التعامل باللين مع النساء.

ذكريه بوصية الرسول في خطبة الوداع: "استوصوا بالنساء خيرًا".

علميه أن الأنثى لا يصح تعاملها بالتسلط والتحكم أبدًا لأن نبينًا محمد قال: "رفقًا بالقوارير".

اجعليه يفهم أن الأنثى لا تنكسر بالضرب فقط، بل القول قادرًا أن يكسرها، لا تنسى تشبيه النبي محمد لهن بالقوارير، الأنثى مثل الزجاج سهل أن تنكسر، لذا انتبه لكلامك معها.

علمي أبنك بأنه ليس له الفضل على اخوته البنات أو زوجته في حالة تكفل بالمصاريف، لأن بهذا الفعل ليس به أي تضحية أو ميزة بل هو أمر طبيعي وسمة من سمات الرجولة، بل وأساس الرجولة التي أمر الله بها عندما ذكر في كتابه الكريم: "الرجال قوامون على النساء".

علميه أن الرسول قال: "ما اهانهن إلا لئيم، وما أكرمهن إلا كريم".

علميه أنه ليس قوام فقط بكونه السند والمسؤول عن الأمور المالية وكفى بل إذا اضطرت الظروف إلى أن يخدم نفسه أو أن يعين أهل بيته من أخوته أو زوجته وأولاده في أعمال البيت هذا لن ينقص من رجولته شيء، علميه أن الرجولة في الإعانة والقوامة، علمية أن سي السيد الأمر الناهي المتسلط هو أسوء صورة مثلت الرجل، بل صورة الرجل الحقيقي تأخذ

من سيد الرجال وسيد الخلق أجمعين النبي محمد صلى الله عليه وسلم الذي كان يعين أهل بيته في أعمال البيت.

اجعليه يتدبر أمر الله ورسوله في التعامل مع الإناث ولا تنسي أنكِ كذلك أنثى، وما تزرعيه بداخله في النهاية ستجنيه.

لا تبني به حب الأنا وحب التسلط والإهانة وهو لا شيء، لأن بذلك تخرجين للمجتمع ذكر فاسد لا يمت للرجولة في شيء.

أقرئي وتدبري ما قلته لكِ جيدًا كي تنشئ للمجتمع رجل، كوني أنتِ مميزة وأسسي هذا الرجل في هذا الزمن حيث قل في زمننا الرجال وكثر به الذكور.

***

(15)

أهم حافز للتخلص من الكسل

صدقوا أو لا تصدقوا يا رفاق أنا مرت عليَّ فترة كنت أنام كثيرًا، يعني أقوم بعمل منبه كي يوقظني بعد مرور 7ساعات ونصف كما يقول العلماء لأن هذه هي أفضل مدة يحتاجها الجسم كي يتمتع بأكبر قدر من الراحة، حينها تسألت ولمَ لا أنام 8ساعات عرفت أن السبب الذي يقوله العلماء أن الجسم ينام ومدة النوم تكون على دورات وكل دورة ساعة ونصف، وإذا استيقظت في منتصف الدورة أو ربع أو قبل أن تنتهي الدورة يشعر المرء بالنعاس ورغبة شديدة في النوم، حينها قلت لنفسي:" آها يا رانيا بسبب أنكِ تنامين 8ساعات ترغبين في المزيد من النوم لذا تنامين بالتسع ساعات وأحيانًا أكثر".

لدرجة أني صرت أقول لنفسي أني لا أنام بل أدخل في غيبوبة.

ولن تصدقوا يا رفاق أنا عندما كنت أنام بالتسع ساعات كنت أشعر برغبة ملحة في النوم.

وعندما طبقت الطريقة السحرية التي نصح بها العلماء بأن أنام 7ساعات ونصف كانت النتيجة مبهرة يا أعزاءي.

كنت استيقظ متعبة كذلك وأشعر بثقل رهيب ورغبة في النوم، ولا تنسوا أن المزيد من النوم كان يزيد الطين بلة.

كان يلتهم ساعات يومي أولًا فبالتالي أتعطل عن ممارسة أشغالي، وكان يزيد فوق ألم جسدي آلامًا.

ولكن يشاء قدر الله واللهم لا اعتراض على أقدار الله فكل أقدار الله خير.

أمي أجرت عملية جراحية فصارت طريحة الفراش، أمي التي كانت تستيقظ باكرًا كي تجهز الفطور وتقوم بأعمال البيت.

فكنت أنا استيقظ بعد الظهر وأحيانًا بعد العصر، فأجد أن طعامي جاهزًا غير عابئة سوى أن أنتهي من تناول طعامي كي أجهز لأذهب لعملي أو إذا كنت في البيت أبدأ بممارسة هواياتي من حيث الكتابة أو التسجيل الصوتي.

ولكن عندما مرضت أمي صرت أنا المسؤولة عن البيت، فصرت ملزمة أن استيقظ باكرًا وأنا أنام بعد الفجر، أي تكون حصيلة نومي ساعتين أو بالكثير ثلاث ساعات.

والذي يجعلني استيقظ وكلي نشاط هو سبب واحد هو أن ليس هناك حل أخر سوى الاستيقاظ، لأني إن لم استيقظ من سيقوم بتلك الوظائف المتعددة.

تعجبت من حالي كثيرًا وقلت في قرارة نفسي:" هل هذه أنتِ رانيا التي كانت تنام 9ساعات وتشعر بدوار رهيب وتثاقل، الآن صرتِ تنامي ساعتين وتقومين نشيطة بل تقومين بكل

الأعمال بسرعة رهيبة، وتقومين بدور أمكِ ومازلتِ تمارسين هواياتكِ كذلك، أوه يا للعجب...!".

لا أقول لكم إني أنام ساعتين وكفى بل أكمل نومي ولكن قبل المغرب أنام ثلاث ساعات وأقوم من جديد كي أكمل ما تبقى من واجباتي تجاه البيت أو عملي الخاص بهواياتي.

الحقيقة يا رفاق بأن النوم ليس هو الذي يخلصنا من آلام أجسادنا، فالمزيد من ساعات النوم لا تفيد بل أحيانًا تزيد ثقل الرأس وألم الجسد.

بل الحقيقة أن القليل من النوم هو الذي يحتاجه جسمك سواء كان متواصلًا أو متقطع بل المهم أن تنام وبشكل معقول.

والطريقة المثلى للتخلص من الكسل هو كثرة المسؤوليات.

المسؤوليات غصبًا عنك ستجعلك لا تفكر ولا حتى أن تسمع صوتك الداخلي وهو يتدلل عليك ويقول لك:" أرغب بالمزيد من الراحة".

بل المسؤولية ستجرك من رجلك جرًا فتهرول مسرعًا كي تقوم بما ورائك.

كنت أحيانًا أسمع محاضرات لناجحين كثر مثل دكتور ذاكر نايك وهو يقول إنه ينام فقط 4ساعات ويقول إنه ما شاء الله لا يشتكي من أي أمراض بسبب قلة النوم، لأن هناك من يقول إن قلة النوم قد تسبب أضرار للقلب أو العقل.

وكذلك دكتور إبراهيم الفقي قال ذلك، فكنت أتعجب وكنت أقول يعني أولئك من طين وأنا من طين أخر، هل حيوان الكسلان له صلة قرابة بي...!

ولكن الحقيقة يا رفاق أن كل ما قالوه كان صحيح، أن وضعهم المليء بالمسؤوليات مثل السفر لإلقاء المحاضرات أو حتى عملهم أو هواياتهم كل ذلك دافع لعدم الكسل.

الكسل سببه الأول والأخير ليس أنك متعب وجسمك مجهد وعقلك يتعبك من أقل مجهود، بل الحقيقة أن هذا الشعور يتمكن منك عندما يكون لك وقت فراغ فتبدأ تسمع لمتطلبات عقلك ألا وهي رغبته في الراحة وتلك الرغبة الملحة ليس سببها الحقيقي الإجهاد من أقل مجهود بل هو من قلة المسؤوليات.

نصيحة من أختكم رانيا، أكثر من أهدافك ومسؤولياتك، أكتب العديد من المهام التي يجب أن تنجزها في يومك وصدقني عقلك الذي وهبك الله به لا ينقصه شيء عن عقل العباقرة والمميزين.

كل ما في الأمر أن تترك العنان وتسمع صوت شغفك، ولا تتبع صوت عقلك في بعض الأحيان الراغب في الراحة سواء على هيئة نوم أو استراحة، لأن كل تلك حجج للهرب من المسؤوليات وإذا هربنا من المسؤوليات لن ننجز المهام فلن تحقق الأحلام ولا التميز.

أكتفي بالقليل من الراحة ولا تظن أن كثرتها سوف تمدك بالكثير من القوة بل الحقيقة سوف تهدر يومك وقوتك.

لذا أحب أن أختم في النهاية مقطع مؤثر جدًّا من أغنية الصراط المستقيم للفنان حسين الجسمي:

سنمضي قدمًا بأمر القدر

ونغدو رفاتًا ويبقى الأثر

فلا تنتظر

من الآن كن ما تريده لغد

وحسن وغير إلى أقصى حد

لهلم بجد

حاول يا عزيزي أن تجد وتجتهد فلا ندري متى سوف نرحل عن هذه الدنيا وسوف ننام كثيرًا في قبورنا فلا تقلق ستنام يا عزيزي ستنام ولكن عليك أن تعمل وتجتهد وتترك أثرك الطيب الصالح في هذه الدنيا.

كن مصر على أن تترك بصمتك بها وتأثيرك في نفوس كل من حولك وكل من عرفك.

أجتهد كذلك في علاقتك بربك كي تنعم بالراحة عندما تنتقل للحياة الآخرة.

تريد أن تنعم بالراحة دنيا وأخرة، عليك بالعمل، العمل هو أساس الراحة لا التعب.

بل الكسل هو أهم أسباب التعب بلا منازع.

استمع لصوت شغفك يا خليفة الله، يا أعظم ما في الكون، الله خلقك قوي فلا تصدق وسواس عقلك وشيطانك بأنك ذا قوة قليلة عن غيرك، وأن الله ظلمك بهذا الجسد الهزيل الذي يتعب من أقل مجهود، بل الله لا يظلم أحد، أعمل وعمر في الأرض بالطريقة التي تناسبك، عمر بسعيك بقدمك، عمر الأرض بيدك، عمرها بقلمك، المهم ألا تتوقف.

ولا تصدق من يقول لك أن الآلة أن ظلت تعمل كثيرًا ستتلف، قل له أنا أنسان من خلق الله العظيم لا مجرد آلة من صنع الإنسان الذي أقسم الله أنه لن يستطيع أن يخلق جناح بعوضة.

نحن آلة ربانية قوتها أسطورية لذا استمر في السعي والعمل، ومعنى كلامي أن تنام ما يحتاجه جسمك بالعقل، أي أن تنعم بالراحة بالشكل المعقول.

وألا تخاف من كثرة المهام وعليك أن تكون مسؤول.

إذ كنت لا تريد أن تستمر في كونك كسول.

وتذكر تلك المقولة التي لا أعرف صاحبها ولكنها أعجبتني بشدة:

من ابتعد عن الوسادة اقتربت له السيادة

ومن لزم الرقاد حرم المراد

ومن أكثر النوم سبقه القوم

ومن أغتر بالأمل ترك العمل

والقمة أساسها (قم) "يا أيها المزمل" قم الليل"

يا أيها المدثر" قم فأنذر"

***

(16)

تحرير المرأة تم المثلية وماذا بعد...!

منذ بضعة أيام كنت أشاهد فيلم السهرة مع والدتي والذي يكون في أغلب الأحيان فيلم أبيض وأسود لأني وأخيرًا أدركت قيمة هذه الأفلام عندما كبرت.

في صغري كنت أجد تلك الأفلام سخيفة ومملة وغير مبهجة وذلك قد يكون بسبب أني لدي أختيارين شيء مبهج وملون وأخر قاتم وباهت، كطفلة صغيرة كنت أميل لما هو مبهج من الخارج ولكن عندما كبرت أدركت ألا تخدعني المظاهر وعليَّ أن أهتم بالمضمون.

عندما كبرت أدركت أن الأفلام القديمة ذات مغزى ومعنى ومسلية في نفس الوقت على عكس أفلامنا الحالية التي تتسم أغلبها بالركاكة من حيث التأليف خاصة وبقية العوامل الأخرى عامةً.

في طفولتي كم كنت أكره إسماعيل ياسين وكم كنت أجده سمج جدًّا ومبالغ في أداءه، ولكن عندما كبرت أدركت أنه ليس ممثل كوميدي فقط بل الحقيقة أنه يناقش قضايا عدة.

على سبيل المثال، كنت أشاهد فيلم له وكان بدايته أنه معترض على تمكين المرأة وأنها صارت تنافسه في مجال عمله.

وأن الميزان أختل، فإذا ذهبت المرأة للعمل وهو كذلك للعمل فمن سيربي الأطفال.

اسمع منكن من تقول أنا مقتدرة وبإمكاني أن أجلب مربية للأولاد بينما أمارس عملي وحقي في النجاح وترك بصمة في المجتمع.

أحب أن أقول لها أنها فكرة جيدة في الوقت الحالي، ولكن صدقيني الأطفال سيكونون مرتبطين بالمربية أكثر منكِ بكثير، وعندما يكبرون سيكونون لا مباليين بأي أحد في هذه الأسرة لأنه لم ينشأ على الترابط والتواجد وأهمية وحدة الأسرة.

ها... أسمع واحدة أخرى تقول: "أنا برغم كوني لا أستطيع أن أجلب مربية لأولادي أستطيع أن أقوم بعملي وأعود مرة أخرى لكي أدير بيتي بنظام معين".

أحب أن أحيكِ عزيزتي على دوركِ البطولي الرائع المتميز بالتضحية بأفضل شكل ممكن.

ولكن سؤالي الحالي: "لماذا تقومين بدوركِ ودور غيركِ...؟"

جهد البيت وجهد العمل هذا لأمر شاق عليكِ.

الله قسم المجهود لكل من الرجل والمرأة.

للرجل مجهود يختلف تمامًا عن المرأة، وهذا لا يميزه في شيء لكي ترغبي في أن تتساوي به.

عزيزتي المرأة أنتِ كاملة بكونكِ أنثى لا تحتاجي أن ترتدي ثوب غير ثوبك كي تظهري لمن حولكِ أنكِ مثل الرجل وقوية. أنتِ قوية كما أنتِ بكونكِ أنثى، قوية على تحمل مسؤوليتك ودوركِ.

تقول لي واحدة أخرى: "لولا تمكين المرأة لظل الرجل في استبداده للمرأة ومعاملتها مثل الامة أو الجارية التي ليس لها حل سوى أن تتحمل أذيته لأنها إن تركته لن تجد مأوى يأويها ويوفر لها سبل النجاة من مأكل وملبس.

هناك من تسألني: "كيف لن تجد من يأويها إذا تطلقت، أين دور الأهل في هذا العصر...؟"
أحب أن أُقول لكِ عزيزتي أن قبل حرية المرأة المرأة كانت مهانة بشكل لا يمكن تخيله أبدًا، بالرغم أن الإسلام جاء لكي يكرم المرأة ولكن الناس لا يطبقون من القرآن سوى ما يخدم هواهم.

كانت فكرة الطلاق مرفوضة في المجتمع برغم أن الله أحله.

وردت في قصة سيدنا أيوب عندما مرض كانت زوجته تعمل كي توفر له أحتياجاته.

يعني معنى ذلك ان القرآن لا يقبل أن تعامل المرأة كعبدة بل أعطاها الحق أن تتحر من علاقة مؤذية هي تمر بها عندما قال: " إمساك بمعروف أو تسريح بإحسان".

وكذلك أباح الإسلام للمرأة أن تعمل ولم يمنعها أبدًا، ولكن فكرة العمل بشكل مستمر برغم وجود مسؤوليات عدة على عاتق المرأة والرجل بالفعل قوام عليها، هذا أذى كبير للمرأة وعلى تماسك أسرتها فيما بعد، الله في كتابه العزيز قال:

" فَقُلْنَا يَا آدَمُ إِنَّ هَٰذَا عَدُوٌّ لَّكَ وَلِزَوْجِكَ فَلَا يُخْرِجَنَّكُمَا مِنَ الْجَنَّةِ فَتَشْقَىٰ".

يجب أن ننتبه جيدًا أن الله قال لفظ الشقاء على أدم فقط، فلم يقل لتشقيا، لأن معروف أن شقاء الرجل في الأر ض يسعى كي يحصل على رزقه وماله ولقمة عيشه، بينما المرأة دورها في بيتها بأن تكون مدرسة لأولادها وسكن ومودة ورحمة ورأفة وحضن دافئ لزوجها، تكون السكن الدافئ الذي يأوي إليه كي ينعم بالسكون من بعد ضجيج العالم المؤذي.

تخيلي عزيزتي أن تكوني أنتِ كذلك مطحونة في العالم الخارجي وتتحملي ضغوطاته غير مسؤولية البيت، سيأتي عليكِ لحظة ستنفجرين، وأغلب النسوة حاليًا يخترن الطلاق كي تتمتع بحريتها المطلقة، بل تختار نفسها لأنها تريد أن تغلب الرجل في مجاله.

مع أن ساحة المرأة غير ساحة الرجل.

يعني إذا كانت البنت غير متزوجة يمكن أن تظل تعمل كي تترك بصمتها في المجتمع ولمَ لا، لأن المسؤولية عليها حينها محددة ألا وهي العمل وكفى مثلها مثل الرجل.

بينما إذا تزوجتِ يجب أن تختاري بيتكِ وهذا لا يدل عن انتقاص بكِ أبدًا وإذا ظل الرجل يرتقي في عمله فهذا لا يجب أن يزرع بداخلك ضغينة تجاهه بل أن نجاحه هو نجاحكِ.

بل ونجاحكِ الأكبر أن تهتمي ببيتكِ وأولادكِ الذين هم نسخة مصغرة منكِ، كنتِ تريدين أن تنفعي المجتمع بنفسكِ ولكن الآن أذا استثمرتِ وقتك وفكركِ جيدًا ستعرفين أنكِ سوف تخرجين للمجتمع أولاد مميزين متعلمين وحتى إن كن بنات معنى ذلك أنكِ أنجبتِ للمجتمع مدارس عظيمة لإنشاء جيل مثقف.

أعلم جيدًا أن تحرر المرأة له دور إيجابي في تخلص المرأة من الاستعباد والإذلال من الرجل إذا كانت في علاقة سيئة لا أنكر ذلك.

أعلم أن تحرر المرأة مكن المرأة أن تصل لمناصب عالية جدًّا.

ولكن للأسف في وقتنا الحالي بسبب تمكن المرأة الشديد ورغبتها في أن تكون مثل الرجل بل أحيانًا أفضل منه صرت أرى أن الرجال كما يقولون بالمصري "استحلوها" وكأنهم

يقولون في قرارة أنفسهم: " مش أنتِ عاوزة تكوني زي الراجل... أشربي بقى".

في البداية سمح لها بالعمل بعد ذلك شكى لها من قلة المرتبات فطلب منها أن تشاركه في مصاريف البيت.

مع أن لو المرأة لا تعمل في الخارج ومكتفية فقط بدورها وعملها في بيتها وتقوم بالدور الذي أمرها الله به، لكان هو قام بالدور الذي أمره الله به ألا وهو أن يكون قوام، وقوام يعني متحمل المسؤولية.

يعني إذا كان مرتبه من العمل لا يكفي المصاريف لا يمد يده لزوجته بل يعمل في عمل إضافي كي يقوم بدوره ألا وهو القوامة على البيت.

أسمع واحدة منكن تقول: "أنا في مرة رفضت أن أعطي له مال كي أعلمه جيدًا أن المال الذي أحصل عليه من وظيفتي يخصني أنا فقط، كي أجبره على القيام بدوره كرجل قوام ولكنه قصر في الطلبات بشكل كبير وحجته هي قلة المرتب.

الحقيقة يا عزيزتي أنه يعلم أن هناك حائط سيسنده، إنه يعلم جيدًا أنكِ ستأتي عليكِ لحظة تقولين فيها سوف أساعدك كي تمشي المركب.

في البداية النساء سمحن لأنفسهن أن يتعبن في العمل الخارجي والعمل في البيت وتحمل جزء من المصاريف مع زوجها وحجتها كي تمشي المركب.

ولكن لا يوجد أسوء من مركب يقودها رجل عاجز.

تخيلي معي ذلك المنظر، بأنكِ في المركب وفي حضنك أولادك وبيد أخرى تجدفين، وهو في الناحية الأخرى يجدف بيد وباليد الأخرى يشرب سيجارة، كما يقولون بالمصري: "مريح دماغه".

لأنه وجد من يشيل عنه جزء من الشيلة.

والمصيبة يا أعزاءي أن هناك ذكور في هذا العصر وأسمحوا لي أن أقول ذكور لا رجال، لأن الرجل لا يقبل على نفسه أن يكون عالة لا على أهله ولا زوجته.

الآن صار بعض الذكور يعتمدون بشكل كامل تقريبًا على شريكة حياته، ولكن للحق والحق أقول هو لا يظهر نفسه بأنه عالة بشكل مباشر، بل يبدأ في كونه عالة بشكل غير مباشر وبخطوات تكتيكية إلى أن يأتي اليوم الذي يكون عالة بدون ما يشعر في أي لحظة من اللحظات بخزي من نفسه.

صدمت يا رفاق عندما شاهدت فيديو لمذيع يسأل شباب العصر الحالي وكان السؤال هو: " في اللقاء الأول مع شريكة حياتك من سيدفع أنت أم هي...؟"

تخيلوا أن هذا السؤال أمام كاميرات فعلى الأقل يا سيدي أكذب، كن رجلًا على الأقل أمام الكاميرا...

ولكن الصدمة أن الأغلب قال: "يجب عليها أن تعزم بكونها ستدفع ولكني سأدفع أنا لأنها أول مرة.

بعد ذلك سألهم المذيع: "حسنًا، وماذا عن اللقاءات الأخرى... هل ستدفع أنت"
الأغلب قال: "لا، يجب أن تكون مرة أنا ومرة هي...".

حينها قلت لنفسي سحقًا للمساواة التي جعلت لرجل متمكن وله القدرة أن يكون قوام ولا يكون قوامًا وذلك بسبب رغبة المرأة وسماحها له بذلك.

والبعض قال: "لن يوجد فرق بيني وبينها فإذا دفعت فلا مشكلة".

قلت في قرارة نفسي:

"بل هناك مشكلة يا عزيزي في رجولتك".

قلت حينها: سحقًا للمساواة، سحقًا لليوم الذي رغبت فيه المرأة أن تعتمد على نفسها كي تتجنب الإذلال من الظالم من الرجال، فكان نتيجة اعتمادها على نفسها أنها جعلت الكثير من الذكور عالة، عالة بصدر رحب وعين وقحة.

بنات ما زلن مخطوبات أو ما زلن على البر، ويظهر لها أن شريك حياتها عالة وغير مسؤول فتكمل معه بحجة ألا يوجد فرق بين الرجل والمرأة

حينها أنفعل وأقول: بل يوجد فرق، والمرأة شيء والرجل شيء أخر.

الذكر إذا أراد أن يفتح بيت يجب أن يكون رجلًا.

والمرأة إذا أرادت أن تدخل بيت الزوجية يجب أن تكون أنثى، أنثى فقط كي لا يختل الميزان.

بينما إذا كان الكلام خارج إطار الزواج أي أن المرأة تريد أن تمارس حقها في العمل ولا تريد أن تختار الزواج أو ليس لها نصيب هنا الكلام يختلف، هنا المرأة مثل الرجل في تحمل المسؤولية في العمل وترك الأثر.

بينما في الزواج يجب أن تكون أنثى وتتحمل مسؤولية بيتها وألا تقصر في حقه ولا حق بيتها ولا في حق جمالها ولا في حبها وحنيتها مع زوجها.

والذكر إذا أختار الزواج يجب أن يعرف قدر المسؤولية وأهمية القوامة على أهلة وبيته، وألا يسمح لنفسه أن يكون عالة.

ويجب أن تفهم المرأة ألا تضحي كثيرًا، يمكن مرة أثنين، بالكثير ثلاث، ولكن إياكِ أن تتمادي في العطاء للذكر لأنه يظن

أن ذلك حق مكتسب وبذلك تجعلينه يتجرد من كونه رجل ويحب الراحة وكونه عالة.

لا تقولي لي كي تمشي المركب، لا تتحاملي على نفسكِ وتكوني أنتِ رئيس المركب وعمالها في نفس الوقت، لا تقطعي نفسك في هذه العلاقة.

بل أتركِ المركب له، إذا وجدته يحاول جاهدًا ألا تغرق المركب أكملي معه، لأنه عاد لرشده وأنه سيعود لمبدأ القوامة وتحمل المسؤولية.

بينما إذا رأيته لا مبالي بغرق المركب كل ما عليكِ أن تهربي وهنا أخرجي الرجل الكامن بداخلك وكوني المسؤولة والقوامة على نفسكِ وأولادكِ، وإذا وجدتِ شخص أخر يريد الارتباط بكِ هنا ارجعي مرة أخرى وتحلي بأنوثتكِ كي يعلم بأنك مسؤولة منه ويجب أن يكون رجل معكِ ويتحمل مسؤوليتكِ.

لا تقولي لي أنا عندما تركت شريكي لأنه عالة ها أنا متحملة المسؤولية بنفسي وأصرف كل مالي على أولادي أيضًا ولكن الفرق أنه لم يعد معي، لمَ قررت أن أرحل وأخرب بيتي، وتقولين المثل المصري: "ظل رجل ولا ظل حيطة".

أحب أن أقول لكِ أنكِ إذا تخلصتِ من شريكك العالة أنتِ بذلك حافظت على أولادكِ الذين سيكون لهم دور في المجتمع في المستقبل.

بإنفصالك عن الشريك العالة يترسخ في أذهان أولادك أن الرجل عندما لا يكون قوام لن تختاره أي أنثى، سوف يهان بينما إذا كان رجل مسؤول الأنثى ستضعه على رأسها لا في قلبها فقط.

بينما إذا رأى أن أبيه عالة وأمه هي التي تتحمل المسؤولية سيخلق هذا شعور بداخله أن هذا أمر عادي وعندما يكبر سيكون عالة مع شريكته ويعتبر أن ذلك حق مكتسب.

وكذلك إذا استمررت في علاقة فاشلة سيخلق هذا شعور داخل بناتكِ بأن على المرأة أن تضحي وتقبل بأي تقصير من الرجل تجاهها لأن يكفي وجود سيادته في حياتها.

ستتذكر قولكِ عندما كنتِ تستمرين في التضحية وتقولين: "ظل رجل ولا ظل حيطة".
كوني قوية ولا تستمري مع رجل مستبد أو رجل عالة، علمي بناتكِ أنهن يستحققن الأفضل دائمًا.

علميهن أنهن يجب أن يكن رجالًا عندما لا يكن هناك رجل في حياتها، بينما إذا حصلت على شريك الحياة يجب أن تكون أنثى كي يكون لها رجلًا قوامًا كريمًا يرفق بها كما أمر ديننا العظيم.

علمي أولادك أن الشيء الذي يزيد عن حده المسموح ينقلب ضده.

يعني التحكم بالمرأة لدرجة الاستعباد غلط.

وتحرر المرأة ومساواتها بالرجل أيضًا غلط.

والرجل ينسى رجولته ويقبل بأن تكون المرأة مسؤولة معه أو عنه غلط.

يجب أن نراجع ديننا ونتذكر القوانين التي وضعها المولى لأنها مناسبة لأي عصر، ولكن غلطنا هو أننا نسيء تطبيق قوانين ربنا.

بل نتبع قوانين المجتمع، أحيانًا تحكم مفرط واستعباد ومرة أخرى تحرر تام.

والذي أخذناه من التحرر التام في هذا العصر هو خراب البيوت أولًا، والأنثى لم تعد أنثى والرجل لم يعد رجلًا.

الرجل صار يعود لبيته ولم يعد يجد السكينة والراحة والدفء بل صار يجد رجل أخر في البيت ولكن بجسم انثى.

والأنثى لم تعد ترى الرجل رجلًا وهو مساوي لها أو عالة عليها.

فصارت المرأة ترى في صديقتها رجولة أكثر من الرجولة التي في زوجها فتبدأ تميل لها.

والرجل صار يجد في صديقه انوثة ولين أكثر من زوجته فيميل له.

أه سحقًا للمساواة التي جعلت لا الرجل رجلًا ولا الأنثى أنثى.

سحقًا للتحرر الذي لم نفهمه جيدًا ولم نستغله بالشكل الصحيح.

يعني أنا في عصري الحالي سمعت عن استعباد المرأة ورغبتها في استخدام حقوقها إذا أجبرتها الظروف على تحمل المسؤولية وبعد ذلك صارت تشارك في البيت مع زوجها، وبعد ذلك صارت هي من تتحمل في بعض الأحيان فصارت تميل للرجولة أكثر من الأنوثة.

وبسبب التحرر صارت المرأة قادرة أن تحب وتختار شريك حياتها وهذا شيء جميل، ولكن مع الوقت صارت قادرة أن توهب نفسها للرجل من دون شروط أو قيود فكانت النتيجة أن الرجل لم يعد يشعر بأنه يرغب في أن يعافر ويحفر في الصخر كي يصل لتلك الجوهرة الصعبة المنال، بل ومع الوقت وفي عصرنا الحالي زهد الرجل من جنس الإناث من كثرة ما جربه، فصار يميل إلى شيء غير مألوف ألا وهو جنسه، فزاد الشذوذ يا سادة.

أرجع للنقطة التي بدأت بها وهو الفيلم الذي كان يناقش تحرر المرأة ورغبتها في الاستقلال، فكانت النتيجة الآن أن المرأة في عصرنا الحالي صارت هي الرجل والرجل صار في بعض الأحيان الأنثى.

والآن الفكرة الجديدة التي يناقشونها في الأفلام هي الشذوذ، والشذوذ هي نتيجة تحرر المرأة ومساواتها بالرجل فصار لا فرق بين رجل وأنثى، كل ما عليك في هذا العصر أن ترتبط بمن يميل إليه قلبك لا يهمك نوعه فصار لا فرق بين أثنين، فكم الآن الكثير من الذكور له لحية وشارب ولكنه من الداخل أنثى لأنه لم يجد من يعلمه كيف يكون رجلًا، رأى أب عالة وأم متحملة للمسؤولية.

وصرت ترى بنت شابة حليقة الرأس، لا تتعجب من شكلها هي فعلت ذلك في نفسها لأنها قررت أن تكون رجلًا عندما لم تجد رجل في حياتها.

صرنا في زمن غريب، مختل الميزان.

والناس به مختلين العقل، والسبب في ذلك لأنه يرمي أذنه وعقله للمجتمع وأراءه التي بسببه سوف تؤدي بنا إلى الهاوية.

علينا أن نراجع أنفسنا ونراجع ديننا، وأن نحترم أختيار الله لنا، بكون الرجل رجلًا وعليه أن يكون قوام.

وأن الأنثى أنثى وهذا لا ينقص شيء من قدرها، بل هي المربية والمنشئة والمسؤولة عن الجيل القادم فانتبهي لكل قراراتك فأنتِ مؤثرة حتى بأفعال أنتِ تظنين أنها غير مباشرة.

يجب أن نعود لقرآن ربنا، ونتبع قوانينه كي نعدل الميزان، المرأة لها كفة والرجل له كفة.

لا يصح أن تصمم المرأة أن تكون في كفة الرجل، ولا الرجل يكون في كفة المرأة لكل منا دوره العظيم وإذا لم يقم كل طرف بدوره سيختل الكون صدقوني.

هذا كلامي في العموم وأنتم تعلمون جيدًا أن لكل قاعدة استثناء، فهناك حالات بسبب الانفصال يكون الأطفال مع أبيهم وأبيهم يكون عظيم ويقوم بدور الأم والأب سويًا ولكن هذه تضحية عظيمة وصعبة.

وكذلك المرأة في بعض الحالات يموت زوجها أو تنفصل عنه فتقوم بكلا الدورين وتنجح بهما وتكون بالفعل عظيمة ولكنها تقوم بمجهود كبير.

ولكن أنا أتكلم عن الوضع في الأغلب كيف يجب أن يكون كما أراد الله، كي لا يكون طرف من الأطراف مضحي زيادة عن اللزوم بل يقوم كل طرف بدوره فقط، كي يقوم به بشكل مميز.

يعني المرأة تكون أنثى ولا تقصر في انوثتها، كي يكون الرجل معها رجلًا.

وصدقوني أغلب الأمراض الشائعة التي تعاني منها أغلب البنات مثل تكيس المبيض الذي صار شائعًا كثيرًا في وقتنا الحالي بسبب عدم شعورها بكونها أنثى مقدرة فقررت أن تكون رجلًا.

والرجال وأمراضهم الشائعة التي لا أستطيع ذكرها هنا وشعوره بالعجز وذلك بسبب شعوره الكامن في داخله بكونه ليس رجل كامل.

الحديث في هذا الأمر يحتاج كتاب كامل لا خاطرة واحدة ولكن أدعو الله أن تكون الرسالة وصلت أن نفق وننتبه قبل ما يتفاقم الأمر أكثر من ذلك.

نصيحتي الأخيرة علينا أن نعود إلى الله ونطلب منه توجيهنا لأن الله يوجهنا للصواب.

***

(17)

الجحود

اتعجب كثيرًا عندما تعطي وتضحي من أجل أحد لا تجد إحسان بل تجد منه عدم تقدير لأفعالك، ولكن سرعان ما أتذكر أن هذا طبع أغلب البشر والذي يثبت لي ذلك هي قصة بني إسرائيل مع سيدنا موسى عليه السلام، عندما طلب من المولى أن ينعمهم بالطعام فأرسل لهم المولى المن والسلوى، يعني العسل ونوع شهي من الطيور يسمى بالسمان، تخيل هذا الأكل الشهي لم يحمدوا الرب عليه ولم يقدروه، بل طلبوا من نبينا موسى أن ينعمهم المولى بالفول والقثاء "نوع من الخضار تشبه الخيار" والبصل والعدس.

تخيل يا عزيزي أمامك عسل ولحم شهي وتطلب فول وعدس، لا يوجد تحليل لأولئك النوع من الناس ألا أنهم عندهم خلل في عقلهم.

لم يتعلموا تقدير العطاء، بل الرغم أنه إذ لم يكن لديه سوى الفول ويجب عليه إذا أراد أن يحصل على اللحم الشهي أن يجد ويتعب ويكد، لكنت رأيته عندما يحصل على اللحم يأكله وهو مستلذ به ومقدره جدًّا.

يعني أولئك العقول يحبون الشيء بالتعب فلذلك يقدرونه.

بينما بالإكرام والعطاء لا يشعرون بقيمته بل ويتركونه ويشتهون ما هو أرخص وأقل.

لذلك لا تحزن على إكرامك وعطائك وتضحيتك من أجل أحد.

ولا تستمر في تعجبك من جحود الناس وعدم تقديرهم لتعبك وحبك وتضحيتك، وتذكر أن سلالة بني إسرائيل تلك انتشروا في بقاع الأرض، فأكيد من قابلته وجحد بفضلك هو من سلالة ذلك القوم الذي في السابق جحد بكرم الرب.

ولكن نصيحتي لك في النهاية، لا تنتظر الشكر من أحد ولكن إذ لم تجد التقدير المطلوب أو المتبادل، كل ما عليك أن ترحل، وتستمر في طبعك الجميل ولا تتوقف عنه بسبب أولئك الجاحدين.

بل استمر في العطاء إلى أن تصل في يوم وتجد من يتعامل معك بالمثل.

من يعاملك كأنك نعمة من الرب ويحمد الرب عليها لا يجحد بها.

لذا لا تغير ما هو إيجابي بك بسبب ما هو سلبي في الآخرين.

ومهما كثر في الدنيا الجاحدين مد أنت لغيرك يد العون وكن لهم خير معين.

***

(18)

تحويل العادات

أنا شخص كل فترة أحاول أن أجاهد نفسي سعيًا لتغيير شخصيتي إلى الأفضل، ومن ضمن القرارات التي أخذها من حين لآخر هو التوقف عن سماع الأغاني ومن ثم أعود مرة أخرى وهكذا.

ولكن عندما أتوقف عن سماعها أدرك لمَ هي حرام.

هي ليست بحرام ومنكر من الكبائر يعني.

هو مجرد ذنب ملهي فقط، وهذا رأيي الذي استنتجته من تجربتي.

لأن في يوم توقفت عن سماع الأغاني وصرت أسمع بدلًا منها القرآن فوجدت نفسي قرأت الكثير من القرآن مع الكثير من القراء.

والكثير من القرآن يعني الكثير من الثواب بدون أي مجهود، مجرد أن أذنك منصتة ولسانك يردد بشكل لا إرادي والحساب بيحسب كم ثواب لا محدود بدون أن تشعر أنك تحت ضغط بل تقوم به بشكل عفوي بسبب التعود مثلما نفعل مع الأغاني ولكن الأغاني يا سيدي إذا كانت لا تضر بالذنوب مثلًا وهذا الأمر أختلف فيه العلماء بس الأكيد أنها لا تنفع.

أقصد أنها لن تنفعني في الكتاب الذي سوف أقابل به الله.

يعني إذا كانت اللحظات التي سمعت فيها الأغاني لم تكتب ذنوب، ولكنها ستظل خالية من أي ثواب.

تقول لي أن الأغاني تبعث النشاط والبهجة وأحيانًا تحسن الحالة النفسية، وأنا لا أنكر ذلك فالعلم أثبت تأثيرها على العقل بالفعل، لدرجة أن في وقتنا الحالي صاروا ينتجون موسيقى بترددات معينة لها تأثير مثل الإدمان، فبالتالي حقيقة تأثير الموسيقى سواء بالشفاء أو الاسترخاء أو حتى الإدمان، سنقول إن تأثيرها لحظي فقط ولكن فيما بعد، أقصد في الأخرة ماذا سأستفيد منها.

في الجانب الآخر القرآن الكريم وبالفعل أثبت العلم تأثيره على النفس فهو يساعد على الاسترخاء والراحة بالإضافة إلى الرسائل الإلهية التي تطمئن قلبك تارة، ورسائل أخرى توضح لك الموقف الذي تمر به والعظى منه، بل ويحكي لك قصص سابقين كي تتعلم منهم، وتخيل تلك القصص أو الحالات التي تجد بها حالتك لن تمر مرور الكرام بالإكتفاء بالتأثير النفسي اللحظي بل بالثواب في الآخرة كذلك.

لذلك حاول يا عزيزي جاهدًا أنك إذا رأيت نفسك تبتعد عن طريق الصواب أن تعود مرة أخرى إليه.

كلما جذبك الشيطان لراحة الدنيا التي لا يكون لها تأثير على الأخرة بالنفع بل أحيانًا يكون بالضرر.

حاول أن تترك يد شيطانك وتهرول مسرعًا لطريق الرب الذي إن سلكته ستكون قادرًا أن تمحي ما ارتكبته في طريق الشيطان.

ليس مهم إذا كنت في أول الطريق مثلي أن تكتب وتخطئ أحيانًا ولكن تذكر أن هناك طريق الرب الذي يمكنك أن تسلكه وتمحي من خلاله أي أخطاء ارتكبتها.

وكلنا في الصغر كي نتعلم الكتابة أخطأنا كثيرًا، ولكن خطئنا كان نتيجة في بعض الأحيان بسبب أننا نجاهد كي نتعلم، ولكن سيأتي عليك الوقت الذي تكتب بدون أي تراجع وبدون أي خطأ، كما تعلمت الكتابة في صغرك وأخطأت كثيرًا إلى أن تمكنت أن تكتب بالقلم الجاف.

جاهد نفسك ولا تحزن إذا أخطأت أحيانًا، الله معنا والله يمحو الذنوب جميعًا، ولكن من وقت لآخر علينا أن نحاول أن نستبدل أي عادة تأخذ من وقتنا في الدنيا ولا تؤثر بالإيجاب - على حياتنا الخالدة في الآخرة.

علينا أن نتعلم الاستثمار الصحيح في الحياة كي ننعم بنتيجة ذلك الاستثمار في حياة الخلود

إذا أحسنا في الدنيا وأتبعنا أوامر الرب المعبود.

(19)

لعبة الشطرنج قانون حياة

أحيانًا أتأمل في حياتي وأقول لماذا فقدت ذلك الشيء الذي كنت أرغب به بشدة ولماذا فجأة وبدون سابق إنذار خسرت أناس لم أكن أظن في يوم خسارتهم...؟

ولماذا قطع عني الطريق الذي كنت أتمنى أن أسلكه ظنًا مني أن نهايته هدفي وبر الأمان.

ولكن كلما أكبر وأنضج وأنظر خلفي وأتذكر ما خسرته أو من فقدته لا أشعر بالندم وصرت مدركة حكمة الرب في تدبير أمري.

أنا كشخص بسيط لا يحكم على الموقف سوى من منظوره الحالي غير مدرك ما هو الأفضل لي وما سيترتب للغد من هذا القرار.

هنا يتدخل الرب الحكيم المدبر لحمايتي.

صرت أتأمل رقعة الشطرنج الخاصة بي وسرحت بها، ووضعت نفسي مكان الجنود أولًا ومن ثم مكان الحصان ومن ثم الفيل والقلعة ومن ثم الوزير.

أدركت أن الله له حكمة في أن أمر بخسائر وهذا أمر وارد لأن الخسائر أو ما يسميه الناس بالفشل.

ولكني لا اسميه بفشل اطلاقًا، لأني مع كل خسارة أو مع أي خذلان أمر به يجعلني أفكر بشكل إيجابي في الحكمة من وراء ظهوره في حياته أي الدرس الذي تعلمته ومن ثم يتحول إلى حافز كي أنتقل لمرحلة ومستوى جديد بدرس جديد وهذا الدرس يرفعني أكثر ويقويني أكثر ويزيد مزاياي.

في البداية إذا تأملت الخسارة الأولى تكون بسيطة على قدر مستواك الجندي في الشطرنج ومن ثم هذه الخسارة تزيد من وعيك وتجاربك وتؤهلك لتكون مثل الحصان ولكن في لحظة يجب أن يتم التضحية به من أجل شيء أهم وهو الفيل وعندما تصل قدرتك ومزاياك له ستكون ذا خبرة أعلى والخبرة تصقل أكثر وأكثر بالفقد، الفقد والخسائر ليست ظلمًا من الله بل هي دافع للتفكير بشيء آخر غير الذي فقدته وإذا نظرت جيدًا ستجد أن الذي معك الآن هو أفضل مما فقدته ولكن كل ما عليك أن تفهم حكمة ربك لوضعك الحالي أو لحالتك الراهنة.

ومن ثم في النهاية ستجد نفسك تفقد الوزير، حتى الوزير الذي يعتبر أقوى قطعة في اللعبة بسبب أنه متعدد المزايا حرفيًا ولكن يجب فقده إذا تطلب الأمر كي تحمي الحلم الأكبر ألا وهو الملك.

كل ما تظن أن المرحلة التي أنت بها هي أفضل مرحلة يمكن أن تصل لها في الحياة، فيقوم الله بتغيير قواعد اللعبة وتفقد ذلك الشيء كي تفكر بشكل أنضج وترى أنك تستحق ما هو أفضل وأفضل، وذلك العلو والتطور في حياتك سيحدث إذا ظننت بالله خيرًا وفهمت حكمته وسلمت أمرك لتدابيره لك، وعندما تفقد شيء لا تقل لماذا يا رب...؟

بل كن مقتنع وكلك يقين أن الرب رحيم ولا يظلم عبد من عباده أبدًا، بل ستكون مدرك وفاهم تمامًا ما مررت به في المرحلة السابقة وقد حولت أسباب ما يسمى بالفشل إلى حافز للنجاح، وكن على استعداد لأي فقد إن صار، وكن قوي وجاهز للمرحلة القادمة، ولا تكن مثل الطفل الصغير بمجرد ما يبدأ باللعبة ويجد من أمامه فازه مرة يقول لن ألعب.

بل عليك أن تلعب وتتعلم، لأننا لن نتعلم إن لم نفشل، ما يسميه الناس بالفشل هو أكبر معلم، فلا تأخذه على صدرك هكذا كأنه شيء سلبي، بل الفشل هو المقوم الحقيقي، هو الذي يفتح عينيك عن أمور أنت غافل عنها، هو الذي يعلمك دروس لن تتعلمها إن لم تأخذ تلك الصدمة.

ولكن لا تدع تلك الصدمة توقفك مكانك بل حولها إلى طاقة لكي تدفعك للأمام.

ولا تدع الحزن يأكل ما تبقى من روحك بسبب الفشل بل خذ الأمر ببساطة وأنه شيء لصالحك وتقبله وعش في سلام.

(20)

رسائل من قلب القرآن

في يوم كنت أشعر بضيق بسبب أني شعرت أن شخص ممن حولي يمكر لي، وكالعادة لا أترك نفسي لتفكيري بل أهرع لربي وأصلي وأقرأ قرآن، وكانت السورة التي صليت بها هي سورة يس وشعرت من خلالها بعدة رسائل من الرب وأولها هذه الآية:

(وَجَعَلْنَا مِن بَيْنِ أَيْدِيهِمْ سَدًّا وَمِنْ خَلْفِهِمْ سَدًّا فَأَغْشَيْنَاهُمْ فَهُمْ لَا يُبْصِرُونَ).

فكانت هذه الرسالة مثل البلسم الذي هدأ حرارة قلبي، وأمنه من خوفه.

من بعد انتهائي من صلاتي صرت أرددها فأطمئن قلبي، لأني أقولها بيقين، وإذا وثقت في رب البشر لن يصيبني من البشر أي ضرر.

لذا يا عزيزي إذا خفت مكر من حولك لا تخف ولا تذل نفسك لأي بشر مثلك بل أهرع لرب البشر وأشعر برسالته لك ومن لديه رب لا يصح أن يصيب الهم القلب.

من لديه أب ويهرع إليه في شدته يشعر بالأمان فما بالك بالرب المتعال.

وكلما خفت من شيء ردت هذه الآية:

{وَجَعَلْنَا مِن بَيْنِ أَيْدِيهِمْ سَدًّا وَمِنْ خَلْفِهِمْ سَدًّا فَأَغْشَيْنَاهُمْ فَهُمْ لَا يُبْصِرُونَ}.

حينها إذا قلتها بيقين لن يستطيع أحد ضرك لا بفعل ولا حتى بحسد من العيون.

***

والرسالة الثانية من الرب لي كانت من خلال هذه الآية العظيمة:

(لَا الشَّمْسُ يَنبَغِي لَهَا أَن تُدْرِكَ الْقَمَرَ وَلَا اللَّيْلُ سَابِقُ النَّهَارِ ۚ وَكُلٌّ فِي فَلَكٍ يَسْبَحُونَ).

هنا زاد قلبي طمأنينة عندما أدركت أنه لن يصير إلا ما كتبه الله لي وكل شيء مقدر ومكتوب، وما دام توكلي على الله فسوف أنول رحمته وحمايته من شر عباده.

ولكن بعد ذلك صرت أفكر في هذه الآية من جانب آخر وهو تأمل أقدار الرب.

فمثلًا إذا جاء للمرء إشارة من ربه بالتحذير من شخص أو شيء معين والمرء لا يأخذ بتلك الإشارة ظنًا منه أنه يستطيع أن يغير من هذا الشخص للأصلح، فلن يصير في النهاية سوى ما كتبه الله لك.

فيجب على المرء ألا يخاف من مكر البشر لأنه ما دام في حماية الرب لن يضره شيء.

بينما إذا حذرك الرب من البشر وأنت لا تأخذ بالرسالة ظنًا منك أنك ستنال منفعة ممن حذرك الله منه فهذا ظن خاطئ ولن تنال منفعة ممن حذرك منه رب الأقدار.

كن على يقين فقط بربك وتذكر لو اجتمع الناس على أن يضروك بشيء لن يضروك بشيء إلا ما كتبه الله عليك.

وإذا اجتمع الناس على أن ينفعوك بشيء لن ينفعوك إلا بما كتبه الله لك.

فدع إيمانك فقط بالله ورسائله ولا تدع للناس سلطان عليك لأن الله معك.

***

والرسالة الثالثة من هذه السورة العظيمة هي:

(فَٱلۡيَوۡمَ لَا تُظۡلَمُ نَفۡسٞ شَيۡـٔٗا وَلَا تُجۡزَوۡنَ إِلَّا مَا كُنتُمۡ تَعۡمَلُونَ)

عندما وصلت لهذه الآية شعرت بأن يد الله تربت على كتفي، سورة يس التي طالما قرأتها، ولكن في هذا اليوم لمستني الكثير من الآيات وصرت أبكي بشدة، أبكي من حبي لربي، أبكي لأني شعرت أنه يشعر بي، أبكي لأني شعرت أنه

يطمئنني بأنه سينصرني، لأن الله يحاسب المرء بنيته والله أعلم بمن يحب الخير للغير ومن يكن الشر.

هنا وكلت أمري لقاضي القضاة الرب العادل الذي لا يظلم أحد مثقال ذرة من خردل، وارتاح قلبي لأن الله قال لي أن المرء لن يجزى سوى بما عمل.

هنا لم أعد أخاف مقدار ذرة، ويقيني بربي بعد هذه الآية قد أكتمل.

***

وبعد ذلك جاءت لي الرسالة الرابعة من قلب القرآن:

(فَلَا يَحْزُنْكَ قَوْلُهُمْ إِنَّا نَعْلَمُ مَا يُسِرُّونَ وَمَا يُعْلِنُونَ)

هذه الآية غمرت قلبي بسعادة رهيبة، وقلت في قرارة نفسي، كيف هذه السورة التي فتحتها صدفة جاءت لي بكم هذه الرسائل وكم المشاعر والكلام الصادق من الله لي.

حينها قلت لنفسي مهما ذهبت لناس واشتكيت لهم همي لن أجد من يفهم حالتي ويواسيني كما وساني الله بكلامه العظيم.

هنا أدركت فعليًا بأن الله أقرب إليّ من حبل الوريد.

وعندما نطق لساني بتلك الآية "فلا يحزنك قولهم" هنا شعرت بصوت هامس من داخلي، صوت يبعث السكينة والأمان،

فصرت أبكي ولكن ليس حزنًا ولكن أبكي لأن لدي سند في الحياة وهو ربي.

حينها صرت أبكي بشدة وشعرت أني في حضن أبي، وربنا أب لنا لأن هو من يقومنا ورب لأنه يربينا على قيمه العظيمة.

شعرت بصوت داخلي يقول لي:

لا تحزني ما دمت أنا معكِ، لا تحزني ما دمتِ لجئتِ إليّ.

***

وختمت قلب القرآن بهذه السورة التي جعلتني أذهب لكي أنام وأنا مرتاحة القلب والبال.

(إنمَآ أَمۡرُهُۥٓ إِذَآ أَرَادَ شَيۡـًٔا أَن يَقُولَ لَهُۥ كُن فَيَكُونُ

فسبحان الذي بيده ملكوت كل شيء وإليه ترجعون)

هنا شعرت أني سأنام وأنا في حمى الله ولن يصيبني إلا ما كتبه الله لي، وكذلك يمكن أن يحدث لي ما أتمناه وأدعو به الله.

كما دعا زكريا ربه بأن يكون له ذرية بعد أن اشتعل رأسه شيبًا وبكلمة كن من المولى صارت دعوته له حقيقة.

فصرت أدعو الله أن ينصرني على كل من يريد بي ظلمًا أو مكرًا، نمت وكلي يقين بأن الله سيقول لدعوتي كن فتكون.

وسيحميني المولى مما يمكرون.

(21)

رسائل من سورة ص

في يوم كنت اسمع سورة ص وكنت اسمعها للحق بإمعان وتركيز وكانت بصوت الشيخ هيثم الدخين ذا الصوت العذب المريح للنفس، وذا سرعة في التلاوة وسطية لا سرعة بطيئة جدًّا ولا سريع جدًّا فيفقدني التركيز في عظمة الآيات.

في ذلك اليوم شدت انتباهي بعض الآيات ومنها:

(وَهَلْ أَتَاكَ نَبَأُ الْخَصْمِ إِذْ تَسَوَّرُوا الْمِحْرَابَ (21) إِذْ دَخَلُوا عَلَىٰ دَاوُودَ فَفَزِعَ مِنْهُمْ ۖ قَالُوا لَا تَخَفْ ۖ خَصْمَانِ بَغَىٰ بَعْضُنَا عَلَىٰ بَعْضٍ فَاحْكُم بَيْنَنَا بِالْحَقِّ وَلَا تُشْطِطْ وَاهْدِنَا إِلَىٰ سَوَاءِ الصِّرَاطِ (22) إِنَّ هَٰذَا أَخِي لَهُ تِسْعٌ وَتِسْعُونَ نَعْجَةً وَلِيَ نَعْجَةٌ وَاحِدَةٌ فَقَالَ أَكْفِلْنِيهَا وَعَزَّنِي فِي الْخِطَابِ (23) قَالَ لَقَدْ ظَلَمَكَ بِسُؤَالِ نَعْجَتِكَ إِلَىٰ نِعَاجِهِ ۖ وَإِنَّ كَثِيرًا مِّنَ الْخُلَطَاءِ لَيَبْغِي بَعْضُهُمْ عَلَىٰ بَعْضٍ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَقَلِيلٌ مَّا هُمْ ۗ وَظَنَّ دَاوُودُ أَنَّمَا فَتَنَّاهُ فَاسْتَغْفَرَ رَبَّهُ وَخَرَّ رَاكِعًا وَأَنَابَ ۩ (24) فَغَفَرْنَا لَهُ ذَٰلِكَ ۖ وَإِنَّ لَهُ عِندَنَا لَزُلْفَىٰ وَحُسْنَ مَآبٍ (25) يَا دَاوُودُ إِنَّا جَعَلْنَاكَ خَلِيفَةً فِي الْأَرْضِ فَاحْكُم بَيْنَ النَّاسِ بِالْحَقِّ وَلَا تَتَّبِعِ الْهَوَىٰ فَيُضِلَّكَ عَن سَبِيلِ اللَّهِ ۚ إِنَّ الَّذِينَ يَضِلُّونَ عَن سَبِيلِ اللَّهِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ بِمَا نَسُوا يَوْمَ الْحِسَابِ (26).

هنا شعرت برسالة الله لي من خلال هذه القصة الجميلة، بأن عليّ أن أتخلص من صفة التسرع وعدم الحكم بالعاطفة، بل على المرء أن يحكم عقله وأن يستمع كثيرًا ومن ثم يفكر أكثر ومن ثم يحكم.

وأنا للأسف وكما تعرفون أنا شخص عصبي وضيق الخلق كثيرًا وإذا حدثني أحد فسرعان ما أجعل من أمامي يتوقف عن الحديث وأتحدث أنا ظنًا مني أني فهمت المقصد وأبدأ أشرح وجهة نظري، وكيف لوجهة نظري أن تكون صائبة وهي مبنية على جزء من كلام من أمامي.

ففكرة التمهل والصبر والاستماع وعدم الاندفاع بسبب العاطفة ستكون النتيجة في النهاية هي قول كل ما هو صائب لأنه مبني على أسس سليمة.

أفضل بكثير من التسرع وبعد ذلك نفسي تكون لي مليمة.

وعليّ أن أكون واسعة الصدر واتسم بالصبر والاستماع المنصت كي أكون مع من حولي بالفعل حليمة.

***

ومن ثم سقطت على مسامعي مجموعة آيات لقصة أخرى من نفس السورة العظيمة:

(وَوَهَبْنَا لِدَاوُۥدَ سُلَيْمَٰنَۚ نِعْمَ ٱلْعَبْدُ إِنَّهُۥٓ أَوَّابٌ (30) إِذْ عُرِضَ عَلَيْهِ بِٱلْعَشِيِّ ٱلصَّٰفِنَٰتُ ٱلْجِيَادُ (31) فَقَالَ إِنِّيٓ أَحْبَبْتُ حُبَّ ٱلْخَيْرِ عَن

ذِكۡرِ رَبِّي حَتَّىٰ تَوَارَتۡ بِٱلۡحِجَابِ (32) رُدُّوهَا عَلَيَّۖ فَطَفِقَ مَسۡحَۢا بِٱلسُّوقِ وَٱلۡأَعۡنَاقِ (33)).

هذه الآيات لمست قلبي وشعرت كم أنا حمقاء لأني في بعض الأحيان تشغلني الدنيا عن ربي حبيبي، ربي الذي وهبني كل شيء، هذه الآية علمتني من مثل أعلى ألا وهو سيدنا سليمان، فالأنبياء جاءوا للدنيا كي يكونوا مثل أعلى لنا ونقدتي بسيرتهم وعلاقتهم المُثلى مع الله عز وجل.

تخيل سيدنا سليمان الذي أوتيّ ملك لم يكتبه الله لأحد من بعده، في مرة فقط تأخر عن ذكر ربه بسبب أنه كان مع خيله إلى غروب الشمس، فشعر بندم رهيب لأنه تأخر عن المنعم بسبب النعمة، هنا قرر بسبب قوة إيمانه أن ينهي سبب إلهاءه عن ربه فقام بذبح الخيل كي لا يؤخره شيء عن عبادته لربه، لا يريد أن يشارك شيء الحب في قلبه مع حبه لربه كي يكون حبه لله خالصًا.

علينا أن نفعل ذلك مع كل الملهيات التي كثرت في حياتنا، علينا أن نجعل حبنا لله هو الطاغي على قلبنا.

يجب أن يكون حبنا لله يكون خالص ولا نجعل لله أندادًا والانداد لا يجب أن يكونوا آلهة أخرى قد يكونوا أشخاص في حياتنا بسبب حبنا لهم نرضيهم ولا نرضي الله.

نقابلهم ولا نقابل الله.

علينا أن نراجع أنفسنا، علينا أن نحمد الله على نعمه التي وهبنا إياها ولكن لا يجب أن تكون النعم سبب بعدنا عن الرب.

بل علينا أن تزيدنا النعم لله قرب.

وتزيد قلوبنا لله حمدًا وشكرًا وحب.

***

(قَالَ رَبِّ ٱغۡفِرۡ لِي وَهَبۡ لِي مُلۡكٗا لَّا يَنۢبَغِي لِأَحَدٖ مِّنۢ بَعۡدِيٓۖ إِنَّكَ أَنتَ ٱلۡوَهَّابُ (35) فَسَخَّرۡنَا لَهُ ٱلرِّيحَ تَجۡرِي بِأَمۡرِهِۦ رُخَآءً حَيۡثُ أَصَابَ (36) وَٱلشَّيَٰطِينَ كُلَّ بَنَّآءٖ وَغَوَّاصٖ (37) وَءَاخَرِينَ مُقَرَّنِينَ فِي ٱلۡأَصۡفَادِ (38) هَٰذَا عَطَآؤُنَا فَٱمۡنُنۡ أَوۡ أَمۡسِكۡ بِغَيۡرِ حِسَابٖ (39) وَإِنَّ لَهُۥ عِندَنَا لَزُلۡفَىٰ وَحُسۡنَ مَـَٔابٖ).

وهذه الآيات قوت يقيني أكثر في الطمع لكرم الرب، الله قال: أدعوني استجب لكم، وأنا عند ظن عبدي بي.

فإذا ظننت بالله خيرًا وإذا كان قلبي كله يقين بأن الرب الكريم سوف يكرمني والله الرزاق سوف يرزقني والله الرافع سيرفع من شأني، إذا ناديت الله بأي اسم من اسمائه ودعوته أن يمن عليّ بفضله من هذه الصفة لسوف يكرمني بها ولمَ لا...!

والأنبياء قد جاءوا الدنيا كي نقدتي بيقينهم بالله ولا نطلب من البشر شيء بل علينا أن نناجي الرب بما يتمناه قلبنا.

والله بكلمة كن منه سيكون كل ما في خاطرنا وودنا.

وآخر مجموعة من الآيات التي لمستني عندما استمعت لتلاوة سورة ص كانت تحمل رسالة أخيرة ومختلفة لي بها توجيه مهم:

(وَاذْكُرْ عَبْدَنا أَيُّوبَ إِذْ نادى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الشَّيْطانُ بِنُصْبٍ وَعَذابٍ (41) ارْكُضْ بِرِجْلِكَ هذا مُغْتَسَلٌ بارِدٌ وَشَرابٌ (42) وَوَهَبْنا لَهُ أَهْلَهُ وَمِثْلَهُمْ مَعَهُمْ رَحْمَةً مِنَّا وَذِكْرى لِأُولِي الْأَلْبابِ (43) وَخُذْ بِيَدِكَ ضِغْثًا فَاضْرِبْ بِهِ وَلا تَحْنَثْ إِنَّا وَجَدْناهُ صابِرًا نِعْمَ الْعَبْدُ إِنَّهُ أَوَّابٌ (44)

هذه الآيات تحمل عدة رسائل بأن على المرء عندما يمسه ضر ألا يلجأ ويشتكي للبشر ولا يضجر ويقول لمَ أنا يا رب البشر...!؟

بل أقتدي بنبي الله أيوب وكن صابرًا على بلواك.

ولا تقل لله لمَ ابتلاك

ولا تذهب للبشر وتشتكي من قلة حيلتك أو سوء حالك لأنه لن ينفعك بشيء بالكثير يشمت بك وبأذاك.

كل ما عليك أن تركض برجليك وتتوضأ بالماء البارد وتذهب للقاء رب العباد.

حينها سيكرمك الرب لأنك لم تجزع بل فهمت حكمة الله ومن ثم يكافئك الرب بالمراد.

وسيكون جزاء القلب الصابر الفرحة من بعد ما كان الألم والحزن به قد ساد.

***

(22)

الحب الأسطوري هل هو في الروايات فقط...؟

عندما أنظر لمن حولي وأرى أن الأغلب في وقت الجد يرحل بحجة النصيب والظروف أو أن هنالك من أجبرهم على ذلك. فأقول في قرارة نفسي يا له من عذر أقبح من ذنب، وعلى من يسمع تلك الحجج الفارغة ألا يلتمس عذر لمن لم يفي بالوعد.

لإن لا يوجد شخص بالغ ناضج يستطيع أحد أن يجبره على شيء، فلا تقل لي أمي أجبرتني ولا أبي قال لي سوف أغضب عليك، يا أخي عيب على شاربك الذي تحت أنفك.

عندما أتوقف عن سماع قصص من حولي في العصر الحالي وأسمع قصص الحب الخالد الأسطوري وأقول في قرارة نفسي:

"ماذا حدث لهذا الجيل ألم يعد هنالك رجال يقولون: إما أن تكون حبيبتي معي، إما الموت".

لا تقل لي أن هذا كلام روايات بل هو كلام من هو صادق في الوعد والمشاعر.

بينما إذا قلت لي أنك وافقت على سميحة شكاشك من أجل أبوك أو أمك وأنك مجبر... أعلم يا عزيزي أنك قد وجدت شيء جيد في هذه السميحة فجعلتك توافق وقلت في قرارة نفسك:

"يلا كلهم حريم وكلهم مثل بعض ولكن هذه يرضى عنها والداي".

ونعم الأبن البار الصالح، ونعم الأبن الغير مسؤول الذي لا يستطيع أن يأخذ قرار لنفسه فينتظر والداه يختارا له.

عندما أسمع تلك القصص أموت من الضحك، وأنظر لأولئك أشباه الرجال على أنهم طفل بكفولة وأمه تضمه في حضنها و"تهشتكه" وأبيه أمامه يمسك برضاعة ويفعل حركات خرقاء حمقاء له بوجهه كي يضحك.

أولئك الإباء والأمهات بفعلتهم تلك لا يريدون مصلحة ابنهم بل هم يريدون أن يحكموا السيطرة عليه في كل قرارته، وهو اعتاد على ذلك فصار متكاسل عن صنع قرار لذاته ولا أن يكون مسؤول عن نفسه حتى، ولمَ يفكر ما داما والداه يديران حياته بدلًا منه...!

عندما يخلصك الله من أبن أمه يا عزيزتي لا تبكي ولا تصدقي حججه أن الظروف هي التي فرقتكم، بل أحمدي الله أنه كشفه لكِ بأنه غير مسؤول وليس له كلمة ولا قرار لحياته.

ولا تتعجلي يا عزيزتي بل انتظري من يحبك حب اسطوري. من يحبك ويصر عليكِ ويحبك حب غير عادي.

لا تقولي إن هذا كلام القصص والروايات مثل روميو وجوليت

بل أن من يحب سوف يصر على من أحب حتى لو اقفلت كل الأبواب في وجهه سوف يخترق الجدار من أجلك لأنه يعتبرك ونس وأمان وبيت.

وسيقول لكِ أنكِ تستحقين كل شيء من أجلك به ضحيت.

وللعلم هذا الكلام لا ينطبق على الرجال فقط، ينطبق كذلك على الكثير من البنات اللاتي تزوجن ولم يصن وعدهن لشريك حياتهن، لا تصدق يا عزيزي أن أباها اجبرها فوافقت، بل بكامل إرادتها وافقت على غيرك لأنها التمست به ميزة.

يمكن ترفض في بادئ الأمر ولكن في النهاية توافق.

لأن الصادق في الوعد لن يتوقف عن إصراره بالرفض ولكن من سرعان ما يوافق ويقبل بالأمر الواقع لم يكن محب صادق من البداية.

فلا تحزن على تلك الرخيصة التي وافقت على من دفع أكثر ولا تحزن على تلك الكاذبة في الحب، بل أحمد الرب الذي يظهر لنا حقيقة من نظنهم أوفياء ونحن نكن لهم بصفاء نية الولاء.

الله جعلك تمر بذلك كي لا تبكي على ما هو مضى وفات، بل تحمد الرب على أنك خرجت من بحر الحب الذي عمى عينك عن الحقيقة وجعلك غارق في الغباء.

لذا نصيحتي لا تشغل بالك بهم ولا تلتمس الأعذار لمن قال لك وداعًا وهذا آخر لقاء.

أحمد الله على فراقهم لك وانتظر الحب الأسطوري الذي يصر عليك ويحبك بصدق ولن يتركك لحظة لأنه وعدك بالبقاء.

***

(23)

اللجوء لملك الملوك

في ليلة وكالعادة كي أنام أحب أن استمع لكتاب أو رواية، في تلك الليلة كنت اسمع حلقة من ألف ليلة وليلة، حدث بها موقف من مشهد بسيط ولكنه لمس قلبي وعلمني درس كبير.

كان هناك ملك لا يحب الضحك أبدًا وذلك لأنه فقد نعمة الذرية في حياته فصار بأس يأس وحرم الضحك في مملكته، ومن يضحك سرًا في بيته يسمعه الجنود ويقومون بجره للسجن.

في يوم دخل درويش للملك وأعطاه خاتم وكان هذا الخاتم يساعده على الضحك، فأحب الملك الهدية وقال للدرويش:

"أطلب مني أي شيء وسوف أحققه لك جزاء لك على هذا الخاتم".

فقال له الدرويش بمنتهى الثقة:

"أريد أن أرجع شاب مرة أخرى..."

فرد عليه الملك مستغربًا:

"وكيف لي أن أفعل ذلك...! أطلب شيئًا آخر...".

"أريد أن يكون لي ذرية"

"وكيف لي أن أفعل ذلك لك وأنا لم أستطع ذلك لنفسي"

"أريد أن أكون خالدًا في هذه الحياة وألا أموت"

فغضب الملك بشدة وقال له:

"ما هذه الطلبات التي تطلبها، أطلب شيء يمكنني أن أحققه لك".

فقال له الرجل الحكيم ضاحكًا:

"ولمَ أطلب منك وأنت غير قادر على شيء وبإمكاني أن ألجأ إلى الله القادر على كل شيء".

ومن ثم اختفى في نفس اللحظة كيفما ظهر في لحظة.

هذه القصة علمتني أن قوة إيمان المرء تجعله عزيز النفس، لا ينحني ولا ينكسر ولا يذل لأحد من أجل مصلحة أو مال أو وظيفة وغيرها، لأن الله هو الرازق المعطي، لماذا اترك باب الرازق وأذهب مثل الأحمق وأطرق باب المرزوق...؟
وبعدما تمعنت أكثر في التفكير، فتذكرت قصة سيدنا إبراهيم عليه السلام عندما أشعل الكفار النار والقوه بها، فجاءه جبريل وعرض عليه المساعدة، ولكن سيدنا إبراهيم بمنتهى ثقة العبد المؤمن المخلص لله وحده قال له:

"أما منك فلا".

بالرغم أن سيدنا جبريل ملاك من الله ارسله لكي يساعده ولكنه قال بعزة نفس: "منك أنت فلا"، أنا اعتمادي فقط على الخالق لا على مخلوق مثلي.

لذا علينا دائمًا أن نأخذ بالأسباب ونفعل كل ما هو مطلوب منا وما نحن مكلفين به ومن ثم لا تخفض رأسك لمخلوق ما دام معك الله الذي بيده الرزق لا بيد المخلوق.

ولا تحني ظهرك ولا رأسك لأحد بل كن دائمًا شامخ عزيز النفس ودع رأسك دائمًا مرفوعة لفوق.

وطالما فعلت ما بوسعك ووكلت ربك فكن على يقين بأنك في النهاية الخير ستذوق.

***

(24)

الفراق علينا حق

لا توافق على شخص لا يتقبلك كما أنت

عليك يا عزيزتي ويا عزيزي أن تكون واثق في ذاتك بأنك متميز، ما دمت أنت في عين نفسك متميز وجميل، أعلم يا عزيزي أن نفسك لا تكذب عليك لأننا أكثر من يعرف عيوبنا عنا.

فإذا رأيت من أمامك ينتقدك في شيء أنت لا تراه عيبًا في نفسك. أعلم أن العيب به هو لا بك أنت، ما دام ما تفعله يرضي الله أولًا ومن ثم يرضيك، أعلم أنه ليس عيب، بل أن شريك حياتك يحب أن يمارس سلطته عليك كي يرى غلاوته عندك.

ولكن يا عزيزي لا تطاوعه لأنه كما نقول بالمصري:

"هيسوق فيها" و"سبناله دخل بحماره".

بمجرد أن يضمن شريك حياتك مكانته عندك سوف يبدأ بلوي الذراع يا أما تفعل ما أريده يا أما أحزن منك أو ننفصل.

لذا نصيحتي لمن هم في أول العلاقة لا تعطي انطباع لشريك حياتك بأنك قطعة صلصال وهو قادر على تشكيلك كما يحب.

وضح لشريك حياتك بأنك كما تقبلته مثلما هو عليه أن يتقبلك كما أنت.

لا يصح أن يكون شريك حياتك يريدك أن تتخلى عن ذاتك ويصورك بالصورة التي في باله.

إذ لم تكن صورتك كالصورة التي في باله من الأساس فلا تستمر معه لأنه لن يرضى عنك بتاتًا، وكلما رضيته بشيء، سيختلق شيء آخر كي تفعله من أجله.

هو مستمر في تلك العلاقة لأنه يتلذذ بالتسلط لا بالحب.

أنت تشبع به غريزة التحكم بتجريدك لهويتك.

لا تدع أحد يقل منك ولا أحد يغير منك بحجة الحب.

من يحب يحبنا كما نحن، مثلما أحببناهم مثلما هم.

لا تخف من رحيل من يعتبرك صبورة يرسم عليها وكلما رسم صورة لا تعجبه مسحها أو قام بالتعديل عليها.

أنت لست لعبة، بل أنت نعمة.

أرحل ولا تكمل مع من لا يراك أعظم إنجازاته.

لا تكمل مع من يركز على عيوبك ولا يرى مميزاتك.

أرحل ولا تخف من وجع قلبك يومين أو من أهاتك.

أظن يومين حزن أفضل من عمر يفنى مع من لا يقدر الجميل من صفاتك.

***

(25)

زينة الدنيا وإذلال النفس

في ليلة من الليالي سمعت حكاية ما قبل النوم كالعادة وكانت حكاية من حكايات ألف ليلة وليلة، هذه الحكاية تمعنت في مشهد بها وخطر لي أن أكتب تلك الخاطرة لأن بها درس مهم جدًّا.

في يوم من الأيام خرج الملك ووزيره بملابس العامة فمروا على متسول أعمى يضرب نفسه كي يعطيه الناس مال.

فتعجب الملك لمَ يفعل ذلك...! فذهب إليه وسأله:

"لم تهين نفسك هكذا وتضرب نفسك كي تحصل على المال؟" فقال له المتسول حكايته:

"أنا كنت تاجر وكان لي الكثير من المال، ولكن في يوم جاءني درويش وقال لي سوف أدلك على مكان للكنز وسوف نقتسمه سويًا، لأني أنا من أعرف مكان الكنز وأنت برجالك وجمالك كي نحمله لأنه كثير، فوافقت، ولكن عندما رأيت الكنز طمعت وقلت له لن أعطيك النصف بل سوف تأخذ الثلث فقط، فوافق الدرويش، ونحن في طريقنا فكرت في الموضوع أكثر وازداد طمعي فقلت له سوف أعطيك الربع فقط لأن لولا رجالي وجمالي لما حصلت على شيء، فوافق الدرويش، ومن ثم قلت

له لن تأخذ إلا جمل واحد مع كيس واحد من الكنز فوافق الدرويش ورحل، وبعد ذلك طمع بي الرجال الذين كانوا معي وسرقوا الكنز وتركوني في الطريق أبكي إلى أن فقدت بصري، ومن ثم جئت إلى هنا وصرت أتسول كي أقدر أن أعيش.

طبعًا التسول ما هو إلا حجة تافهة لمن يريد الاستسهال وعدم التعب، عمر ما كان إذلال النفس هو الخيار الأخير للمرء للحصول على المال.

أي شخص حولنا من المتسولين في الشارع أو حتى المتسولين إلكترونيًا هم أناس رخيصين النفس فاقدين العزة والكرامة.

لا تقل لي أنها ضاقت بهم كل السبل فلجئوا إلى هذا الحل، بل هم اختاروا أسهل طريق وأسرع حل لتكوين ثروة، ولكن بما تفيد الثروة بلا سمعة وبلا كرامة.

لذا أعذروني يا رفاق إذا كنتم تتابعون المتسولين إلكترونيًا واسمحوا لي ألا تقولوا مشاهير وتتكالبون على ما وصلوا إليه.

أولئك مالئين الجيوب فارغين العقول.

أغنياء المال فقراء العزة والجاه.

هذه ليست شهره التي تقوم على الإسفاف والفضائح وعدم الستر.

بل عار على كل من يمد يده للغير سواء في الشارع أو على الأنترنت برغم القدرة.
عز نفسك يا عزيزي ولا تستسهل سبل الرزق لأن عزيز النفس في عصرنا الحالي صار نوع شحيح الوجود وصار يتميز بالندرة.

***

(26)

المقارنة وعدم الراحة

طبع المقارنة من أكثر الطباع التي تسبب عدم الراحة بسبب قلة رضى المتصف بها.

يعني على سبيل المثال كانت هناك شابة أعرفها لا داعٍ لذكر اسمها تتصف بهذا الطبع الهالك لروح صاحبه.

كانت دائمًا تقارن نفسها بمن في مثل سنها وتقول:

"لماذا لم أتزوج بعد أو حتى تتم خطبتي، بالرغم أن ..... أقل مني في الشكل وأنا أجمل منها بكثير".

وعندما تتم خطبتها تقول: لماذا خطيبها جلب لها كذا وأنا خطيبي لا يفعل ذلك.

ومن ثم عندما تتزوج في أول شهر تبدأ تصيح وتنوح:

"لماذا لم أحمل مباشرة مثل صديقتي ...."

وإذا حملت وأنجبت تقارن ابنها بمن في سنه وتقول:

"لماذا من هم في سنه أثقل منه وزنًا، لماذا زحفوا قبله، لماذا نطقوا قبله.....إلخ.

بالرغم أن التأخر لا يكون بالكثير، بل يكون الفارق بضع أيام ولكن الشخص الغير راضي لا ينتظر على رزقه أبدًا ولا يعلم أن كل شيء في الحياة مكتوب له فلا داعِ للاستعجال ولا حتى حسد من سبقك.

من يتصف بهذا الطبع لا يرى ما لديه بل طبعه هو أن ينظر لما عند الغير وما يفقده.

وإذا أنعم الله عليه بما يتمنى لا يحمد الله بل ينظر لشيء جديد يفقده وموجود لدى الغير كي يشعر بعدم الرضى.

من يتصف بهذه الصفة يعيش عمره كله فاقد لهويته لأنه لا يريد حياة يرسمها هو، بل يريد حياة مقلدة منسوخة من حياة الآخرين.

ولا يرضى بما يحصل عليه لأنه ينظر للمفقود في حياته وموجود عند غيره من المقربين.

وإذا تأخر حصوله على شيء يريده بشدة يبدأ يبكي بحرقة بدمع العين.

لذا كي ترتاح يا صديقي غض بصرك عن حياة غيرك، كي تعيش في رضى وقلبك يعمه السلام بدلًا من نار الحقد وحسد الحاسدين.

ولا تقل لي أنا لست بحاسد أنا فقط أقارن لأني أشعر أني من المبتلين الفاقدين.

ولكن الحقيقة يا صديقي أنك من المكرمين المنعمين، ولكن هذا ما سولت به نفسك بأنك من المحرومين وذلك بسبب وسوسة الشياطين.

لذا كلما قررت أن تقارن بين نفسك والآخرين تذكر قول الرب المعين:

"وَلا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلَى مَا مَتَّعْنَا بِهِ أَزْوَاجًا مِنْهُمْ زَهْرَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا لِنَفْتِنَهُمْ فِيهِ وَرِزْقُ رَبِّكَ خَيْرٌ وَأَبْقَى".

تذكر تلك الآية يا عزيزي وأرضى بقدرك وأحمد عليه رب العالمين.

***

(27)

الهروب

ها أنا أمر بموقف أخر صادم

ولمشاعري ولآلامي كاتم

ولم أعد أستطيع النوم وكيف لي أن أنام وأنا صرت على حالي
وكل ما مررت به نادم

ودمعي الغالي صار ينزل على الرخيص ولم أعد عليه صعبان

الآن قسى بعد ما كان يقبل الايادي لأجل أن ينول الرضا

هو كان لأجل يطول نجم السماء عشمان

قالوها زمان

ولكني غشيم لم أصدق

لا تأمن لمن يشبع من بعد ما كان جوعان

انت غشيم يا قلب افرطت في العطاء بالحب والاهتمام

والآن صار جزاءك منه الهجران

يهجر بعد ما نجيته من تيهته وزرعت في حياته الأمان

قرر البُعد بعد ما أويته

وجدته وحيد ملقى في صحراء حياته

عنده جفاف من الحب وعطشان

وانت بحبك رويته

وبتواضعك يا قلبي رفعته من الأرض

وجعلته على عرش قلبك سلطان

ولكن المصيبة أنه صدق الحفيان

وصار يعتبر تقديرك له حق مكتسب وليس مسموح لك في لحظة أن تعترض أو تعلن العصيان

جعلك في حبه ضعيف ومن فكرة البعد خائف وجبان

فصرت كلما قدرته أكثر، قل منك وعدم حبه لك انكشف وبان

لأنه تأكد أنك في حبه في حاله إدمان

فصار يدهس عليك

لأنه علم أنه مهما يؤذيك

ستظل في حبه ولهان

ظللت في وهمك يا خيبان

إلى أن جاء يوم رماك فيه من قصرك، وجعل أحد غيرك يملأ المكان

والآن وبرغم كل الذي فعله بك، لا تستطيع أن تهدأ يا قلبي

ولا تجعلني حتى انام

إلى متى ستجعلني اعاني

بسبب من للعشرة ما صان

أرجوك يا قلبي دعني اهرب من وجعي وأنام

***

(28)

الاستحقاق

لا تحزن عندما أقرر البعد عنك، لمجرد أني لم أخذ منك الحب كما أحبه.

أنا شعري إذا اهتممت به ولم أجد النتيجة التي أتوقعها منه أقوم بقصه.

أعلم أن مبدأ التعلق ليس في حياتي.

أحب الأشياء تكون في حياتي مميزة أو على الأقل موزونة بين الاهتمام والعطاء والأخذ والحب.

بينما إذا كانت النتيجة أقل من المتوقع يجب الاستغناء على الفور، لأن الرضا بالقليل سينتج عنه خلل.

لذا لا تدع التعلق وتمسكك بأشياء أو بأشخاص خطأ، تعاني بسببهم الخلل في حياتك.

تعلم الاستحقاق يا صاح ومثلما تعطي لغيرك ما يستحقه يجب ألا تقبل إلا بما تستحقه.

وتحرر من مبدأ التعلق لأنه سيعيشك في عبودية وذل وغيرك سوف يلوي ذراعك.

تحرر من التعلق كي لا تزداد اوجاعك.

(29)

رصيد الحب

بائعين غدارين

وظننا أنهم على الوعد باقيين

ونحن كنا بحبنا لهم صادقين

ولكنهم كانوا كاذبين

وضحكوا علينا بكلامهم، أنهم حقيقة في التمثيل شاطرين

وفي النهاية ها هم مع غيرنا عائشين

ونحن على فراقهم نبكي بدمع العين

ها هم ضحكهم وصل لك، وأنت تصرخ من الأنين

وهم قاسيين

ونحن ضعفاء مخذولين

طبيعي نشعر بالخذلان، أولئك لم يكونوا عشرة يوم ولا يومين

اولئك كانوا عشرة سنين

اولئك من فنينا العمر لأجلهم ومعهم

وعلى كل شيء منهم، كنا نقول لهم عليه أمين

والآن اختفوا من حياتنا

وقلبنا لم يعد قادر أن يجعلنا نعيش مستكنين

وكيف له أن يدعنا نرتاح، وهو يتقطع من الشوق والحنين

وساعات عندما تغلبنا الذكريات، نذهب حينها لرب العالمين

ونقول له يا رب نرجع مرة أخرى لبعض أمين

حينها نقول لأنفسنا

أفق لنفسك وأنظر لي وقل لي، أنت تريد أن تعود لمن لم يكن صادق بالوعد ولا حتى خير معين

أتريد أن تعود مرة أخرى لأحد من الغدارين

من لم يضحي من أجلك، ولكن بك كانوا مضحين

وأنت كنت معهم الجدع المحب المعطاء

وهم كانوا مستسلمين

لم يفكروا حتى أن يفعلوا شيء لأجلك أولئك كانوا فاقدين الشغف تجاهك، وأنت كنت تعتبرهم لك الدوبامين

أنت في نظرهم "واقع على شوشتك" وأشعلت لهم اصابعك شمع في اليدين

ومن كثر عطائنا صاروا بنا زاهدين

وها نحن من بعد فراقهم لم نعد على الحب مرة أخرى قادرين

لأن رصيدنا من الحب جعلناه ينفد على بضعة كاذبين بائعين

***

(30)

الأمان

تهرب للرب الرحمن

عندما تشعر أنك ندمان

على كل لحظة كنت بها عنه بعيد

تذهب إليه وحينها تشعر كم أنت من حالك خجلان

وتسأل نفسك: لماذا كنت تفعل المستحيل لأجل تنول رضا غيره

وذلك لأنك تعرف أن ربنا رحيم والرحمة منه لنا ضمان

ولكن ما الذي يجعلك تضمن أنك سوف ترجع له وتكون بين يديه من ثان

لأنه ممكن في لحظة حياتك تنتهي، وفجأة وأنت بعيد عنه تقفل كل البيبان

لذا كن دائمًا في الامان

كن يا عزيزي دائمًا بين يدين الرحمن

اطلب رضاه وتوكل عليه لأنه وحده المستعان

وتوقف عن الجري وراء رضا الناس لأنه لا يوجد أمان لإنسان

اقترب من ربك الودود بحب، وتذكر أن العمر فان

وأن اجلك كل يوم وكل لحظة يكون منك دان

اقترب لربك حبيبك كلما سمعته يناديك للقاه مع كل آذان

اجري مسرعًا بشوق لنداه، استشعر آياته اللاتي تقشعر لها الأبدان

استمع لكلام حبيبنا ربنا

بدل ما كنت تتمنى ان تستمع لكلمة في لحظة شوق أو وجدان

لا تتسول حب ولا كلام من أحد، لأن هذا سيزيد عليك الأحزان

كن مع ربنا أولًا، وحينها ستشعر بالأمان

حينها ستكون ضامن بقربك من ربنا الدنيا، وفي الآخرة سيكون لك الجنان

***

(31)

اختيار الذات

أخاف أبعد عنكِ وأكون مع غيركِ وأظلم نفسي

وأخاف أكمل معكِ وأكون في النهاية ظلمت نفسي

صرت أخاف أقترب منكِ لأني كلما اقتربت أنتِ تقسي

وبمشاعري لم تحسي

وصرت أشعر أنكِ لا تلاحظين وجودي مهما أقول لكِ أو اعبر لك عن حبي بأعلى حسي

احيانًا أفكر في طريقتكِ وفتوركِ معي أنكِ ناسية اسمي

نظرتكِ لي تقول إني صرت غريب بالنسبة لكِ

وشكلك قدرتِ لكل ذكرياتنا تنسي

كيف تنسي وأنتِ من وعدتني وقولتِ لي:

"أنت مستقبلي وحاضري وأمسي"

والآن صار عندكِ استعاد على قلبي تدهسي

ها انا كلما أحضنكِ صرت أشعر ببرود قلبك

ألم يكن يذوب بمجرد ما يحس بلمسي وهمسي

قلبك اتجاهي صار حجر وها أنتِ عليا تقسي

لذا قررت ان أبقى مع نفسي

ولكن لن أكون مع غيركِ

لأني لست مثلك تعرفي تكذبي في الحب وتؤذي

لا أريد أن أدخل في علاقة، في الأول أحس بالحب

وبعد ذلك اصير مثلكِ على الحبيب تقسي

كلما أريده ان اختار نفسي

فكيف لي أن أنتظر غيري يشتريني وأنا أشعره برخصي

.....

(32)

هوان النفس

عندما حزنك على غيرك يهون

اعلم أنك مع انسان للعشرة لا يصون

من يحب حقًا يعتبرك بالنسبة له الكون

عندما حزنك على غيرك يهون

وأنت تظل مستمر معه لأنك تحبه

أعرف أنك في هذا الحب مجنون

من يحب لو يلمح دمع في عين حبيبه

على طول يجري عليه ويخطفه في حضنه الحنون

من يحبك لن تغفا له جفون

الا وأنت مرتاح

لأن من يحب يكون لك بالفعل السند والعون

من يحب يركز في كلامك ويكون لك الكاف والنون

يركز في كل شيء تريده ويفاجئك به

ويقول له كن فيكون

من يحب لا يتركك في صراع مع نفسك

بل يظل معك ويسمع فضفضتك إلى أن يحل فيك السكون

وحينها تطمئن لأنك بالفعل أحسنت اختيار شريك العمر

من سيكون منه البنون

الحبيب الصح هو من يريح بالك

لا من يتركك تأكل عقلك الظنون

هو من يخرجك من العتمة للنور

ومن على اكتافك يزيل الهموم

لذلك لو وجدت نفسك مع أحد حزنك عليه يهون

ابعد عنه واتركه وستجد الحنون الذي سيكون لك الكون

***

(33)

الثقة في تدابير الله

كنت أقرأ سورة الكهف وكالعادة أحب أن أتدبر معانيها بالرغم أني أعرف قصصها جيدًا ولكني أتدبرها وفي كل مرة أنظر للقصص بمنظور مختلف، فعلى سبيل المثال استوقفتني وكالعادة قصة سيدنا الخضر وسيدنا موسى عليهما السلام.

في بداية رحلة سيدنا موسى مع سيدنا الخضر، أوضح له سيدنا الخضر قائلًا " إِنَّكَ لَن تَستَطيعَ مَعِيَ صَبرًا " ولكن سيدنا موسى أصر أن يكمل رحلته مع سيدنا الخضر كي يحصل على أقصى قدر من العلم والمعرفة، وذلك بعد الموقف الذي مر به سيدنا موسى عندما كان يخطب في بني إسرائيل فسألوه:

هل يوجد أحد أعلم منك يا موسى...!!!

فرد سيدنا موسى بمنتهى الثقة ألا يوجد أحد أعلم منه.

هنا عاتبه الله لأنه لم ينسب الفضل إليه وأخبره بأن هناك من هو أعلم منه ودله أنه سيجده عند مجمع البحرين، وستكون هناك علامة دالة على مكانه.

هنا خرج سيدنا موسى مع فتاه يوشع بن نون، وظلا يسيران إلى أن غلبهما التعب والنعاس وناما عند الصخرة، وعندما استيقظا وبدءا بالسير طلب سيدنا موسى من فتاه أن يحضر

غدائهما ولكنه نسي ان يخبره بأن السمكة هربت، وهو علم ذلك من أثرها، فعادا من جديد واتبعا اثر تلك السمكة وهنا وجدا سيدنا الخضر.

(وَإِذ قالَ موسى لِفَتاهُ لا أَبرَحُ حَتّى أَبلُغَ مَجمَعَ البَحرَينِ أَو أَمضِيَ حُقُبًا * فَلَمّا بَلَغا مَجمَعَ بَينِهِما نَسِيا حوتَهُما فَاتَّخَذَ سَبيلَهُ فِي البَحرِ سَرَبًا).

(فَلَمّا جاوَزا قالَ لِفَتاهُ آتِنا غَداءَنا لَقَد لَقينا مِن سَفَرِنا هـذا نَصَبًا * قالَ أَرَأَيتَ إِذ أَوَينا إِلَى الصَّخرَةِ فَإِنّي نَسيتُ الحوتَ وَما أَنسانيهُ إِلَّا الشَّيطانُ أَن أَذكُرَهُ وَاتَّخَذَ سَبيلَهُ فِي البَحرِ عَجَبًا).

(قالَ ذلِكَ ما كُنّا نَبغِ فَارتَدّا عَلى آثارِهِما قَصَصًا * فَوَجَدا عَبدًا مِن عِبادِنا آتَيناهُ رَحمَةً مِن عِندِنا وَعَلَّمناهُ مِن لَدُنّا عِلمًا).

بمجرد أن قابل سيدنا موسى سيدنا الخضر طلب منه أن يصحبه كي يتعلم ما لا يعلمه.

ولكن سيدنا الخضر قال له صراحة: إنك لن تستطيع معي صبرًا.

ولكن سيدنا موسى أصر أن يرافقه، فسيدنا الخضر أشطرت عليه شرطًا.

ألا يسأله عن شيء إلى أن يخبره هو نفسه كل شيء في الوقت المناسب.

(قالَ لَهُ موسى هَل أَتَّبِعُكَ عَلى أَن تُعَلِّمَنِ مِمّا عُلِّمتَ رُشدًا * قالَ إِنَّكَ لَن تَستَطيعَ مَعِيَ صَبرًا * وَكَيفَ تَصبِرُ عَلى ما لَم تُحِط بِهِ خُبرًا).
(قالَ سَتَجِدُني إِن شاءَ اللَّـهُ صابِرًا وَلا أَعصي لَكَ أَمرًا * قالَ فَإِنِ اتَّبَعتَني فَلا تَسأَلني عَن شَيءٍ حَتّى أُحدِثَ لَكَ مِنهُ ذِكرًا)

وكما نعلم يا رفاق المواقف التي مرا بها سويًا بدءًا بالسفينة التي خرقها سيدنا الخضر ومن ثم قتل الصبي ونهاية ببناء الجدار على كنز بدلًا من اعطاءه لليتيمين اللذان يعيشان في القرية التي يسكنها أولئك البخلاء الذين رفضوا أن يطعموا سيدنا الخضر وسيدنا موسى.

وكما تعلم في كل موقف من تلك المواقف لم يلتزم سيدنا موسى بالشرط الذي طلبه منه سيدنا الخضر "بألا يسأل" وكيف لنبي يدعو للفضيلة أن يسكت وهو يرى أحد يخرق السفينة لأولئك المساكين، وكيف ألا ينفعل وهو يرى سيدنا الخضر وهو يقتل الغلام الصغير، وفي النهاية كيف له أن يطمئن على حال اليتيمان في قرية البخلاء وأهلها الذين لا يمدون يد العون حتى لمن يطلب المساعدة.

عندما تأملت تلك القصة تمثلت امامي علاقتنا بالله.

أحيانًا نمر بأشياء قد نظنها شرًا ونقول" لمَ يا رب أمر بهذا...؟ أو لمَ فقدت هذا...! أو لمَ أخرت عني هذا...!".

فعلى سبيل المثال عندما خرقت السفينة كان على سيدنا موسى ألا ينفعل لظاهر الموقف قبل أن يفهم الحكمة من راء الموقف.

فلو كان يعلم أن خرق السفينة سيحمي مصدر رزق أولئك المساكين الذين يعملون في البحر.

ذلك الموقف الذي يبدو ظاهره الأذى والفقد والعطلة، ألا أنه أرحم قرار من رب العالمين لكي يحمي تلك السفينة من ذلك الملك الذي يأخذ كل سفينة غصبًا.

في هذه القصة الأولى تمثل في حياتنا التأخيرات عندما نتعطل في حياتنا ولكن بعد تلك العطلة تيسير رهيب، لأن الله يعلم إذا يسر لنا ما نرغب به بالشكل الذي نريده وفي الوقت الذي نريده لكنا خسرنا كل شيء.

يعني إن لم يخرق السفينة، كانت السفينة أخذت وضاع مصدر رزق المساكين.

وفي القصة الثانية عندما قتل سيدنا الخضر الغلام، هنا انفعل سيدنا موسى عليه السلام مصدومًا وقال:

(قالَ أَقَتَلتَ نَفسًا زَكِيَّةً بِغَيرِ نَفسٍ لَقَد جِئتَ شَيئًا نُكرًا)
ولكن ما خفي عن سيدنا موسى أن هذا الغلام سيكون أبن عاق وعاص لوالديه، فعندما يموت يعوضهما الله بأبن صالح خير منه، هذا أفضل قرار وأحسن تدبير من الرب الرحيم.

(وَأَمَّا الغُلامُ فَكانَ أَبَواهُ مُؤمِنَينِ فَخَشينا أَن يُرهِقَهُما طُغيانًا وَكُفرًا * فَأَرَدنا أَن يُبدِلَهُما رَبُّهُما خَيرًا مِنهُ زَكاةً وَأَقرَبَ رُحمًا) فهذه القصة يمكن أن نطبقها على ذاتنا في حياتنا، فمثلًا عندما يكون هناك اشخاص في حياتنا قد نظنهم هم الحياة وفقدانهم أو رحيلهم عنا أكبر ظلم.

ولكن في حقيقة الأمر في بعض الأحيان يجعلنا الله نخسر أناس بشكل تام لأن وجودهم ضار بنا، وفقدانهم ليس بظلم لنا بل من سيأتي بعدهم هم العوض، من سيكونون العون والسند، مثل الأبن البار الذي عوض به الله الوالدان الصالحان بدلًا من ابنهما العاق الذي كان يظنه سيدنا موسى أنه نفس زكية وأن قتله ظلم وخسارة للأهل ولكن الحقيقة عكس ذلك كما تعلمون.

بينما القصة الأخيرة عندما أقاما الجدار على الكنز الخاص باليتيمين بدلًا من أن يعطوه إليهما بما أنهما يعيشان في قرية بخيلة لا تمد يد العون.

هذا منظورنا نحن ولكن حقيقة الأمر هي أن الله اجل ان يستخلصا كنزهما إلى أن يبلغا اشدهما، وحينها سوف يكونا قادران واعيان بشكل أفضل على إدارة هذا المال بشكل صحيح.

(فَانطَلَقا حَتّى إِذا أَتَيا أَهلَ قَريَةٍ استَطعَما أَهلَها فَأَبَوا أَن يُضَيِّفوهُما فَوَجَدا فيها جِدارًا يُريدُ أَن يَنقَضَّ فَأَقامَهُ قالَ لَو شِئتَ لَاتَّخَذتَ عَلَيهِ أَجرًا)

(وَأَمَّا الجِدارُ فَكانَ لِغُلامَينِ يَتيمَينِ فِي المَدينَةِ وَكانَ تَحتَهُ كَنزٌ لَهُما وَكانَ أَبوهُما صالِحًا فَأَرادَ رَبُّكَ أَن يَبلُغا أَشُدَّهُما وَيَستَخرِجا كَنزَهُما رَحمَةً مِن رَبِّكَ وَما فَعَلتُهُ عَن أَمري ذلِكَ تَأويلُ ما لَم تَسطِع عَلَيهِ صَبرًا).

وهذه القصة يمكن أن نطبقها على نفسنا وذلك عندما نظن أن الله يمنع عنا شكل من أشكال الرزق، ولكنه يؤجله إلى الوقت المناسب لنا.

قد يؤجل الله لنا مصدر الرزق الذي نحلم به وذلك لأنه يريدنا أن نصل إلى أفضل مرحلة من الوعي والتفكير التي تجعلنا نحافظ على هذا الرزق وألا يضيع منا بعد عناء.

فالكثير حصل على المال ولكن لم يكن لديه الوعي الكافي الذي يدله على الطريق الصحيح للحفاظ على هذا المال، فضاع بالساهل.

لذا فبعض الأحيان يمنع الله عنك شيء بشكل مؤقت إلى أن يأتي الوقت المناسب كي تحصل عليه.

لذا علينا أولًا أن نتحلى بالثقة في الله، وأن نصبر على ما لم نحط به علمًا.

وإذا وجدنا أن ما نريده لا يسعى لنا كما نسعى إليه، فعلينا أن نعلم أن لله حكمة في هذا الفقد وعلينا أن نتذكر قول الله تعالى:

(وعسى أن تكرهوا شيئا وهو خير لكم وعسى أن تحبوا شيئا وهو شر لكم).

وفي وقت الضيق بدلًا من الجزع والاعتراض وكأن الله ظلمك، حشاه ربي، فالله لا يظلم أحدًا ابدًا، بل أن ربي حرم الظلم على نفسه.

بل عليك في لحظة الفقد والمنع والتأخير عليك بالصبر الجميل، وذلك ليس بالصبر فقط وأنت تشعر بالضيق من الحرمان.

بل الصبر الجميل، ذلك الصبر الذي يتحلى صاحبه بحسن الظن في تدابير الله.

عندما تمر بالفقد برغم استمرارك بالسعي، ترد وأنت كلك يقين أنك محسن الظن بالله، والله قال:

(أنا عند ظن عبدي بي).

لذا عليك أن تحسن الظن بالله، وقل لنفسك:

مهما مررت بمواقف ظاهرها لا يرضيني، أكيد الله له حكمة من ورائها وبصبري عليها يجهزني ربي للعوض الذي سيمحي دمع عيني.

لذا إذا مررت بصعوبات أو معرقلات تأخرني أو تمنعني

مما أظنه الخير أو المراد، سيكون ظني حينها أن الرب يجعلني أمر بكل هذا كي من الشر يحميني.

وبعد الصبر على الفقد والتأخير، الرب بكل الخير سوف يجزيني.

***

(34)

لم أعد طفلة بعد

العمر مر بسرعة يا رفاق، ولكني لم أكن مدركة أنه مر إلى هذا الحد، أعلم أني كبرت وأعلم أني حققت الكثير من الأشياء بتوفيق ربي لي ومازلت أطمح بتحقيق المزيد بعون الله وقدرته، ولكني أحقق كل ذلك وأسعى في الحياة بعقل ناضج وروح طفولية مرحة لذلك لم أشعر بالعمر.

إلى أن جاء يوم عيد ميلادي ونشرت فيديو لي مع أولاد أختي فواحدة من ضمن متابعيني قالت لي: هل الطفلان الصغيران أولادك؟

هنا صدمت من السؤال...! فأنا في نظر نفسي ما زالت صغيرة مع ان امي وهي في مثل عمري كانت انجبتني وأنجبت كل أخوتي وكانت تحتفل بالدكتوراه مع أبي، وها أنا أولاد اختي يقولان لي خالتو...؟

خالتو من يا قردة يا صغار...! أنا رونا... قولا لي رونا، فأنا طفلة مثلكما.

وما صدمني بشكل مفاجئ، الأطفال الصغار في الشارع عندما يقابلوني ويقولون لي يا تنط...!

تنط من يا عفاريت أنتم...!

فأنا كنت العب مكانكم منذ بضعة سنين.

كيف للعمر أن يفوت بسرعة هكذا.

حينها أنظر لنفسي في المرآة واتسأل:

-هل أنا كبرت لهذه الدرجة...؟

بل شكلي يبدو عليه الصغر وذلك لقصر طولي وقلة وزني وروحي المرحة.

أم أن الأطفال ينظرن لي كما كنت أنا أنظر للكبار...!

فكنت أظن كل من هو أطول مني، أي من هم في ثانوي فما فوق أي أنه يكبرني بالكثير.

يكبرني فقط ولكن ليس لدرجة تنط...!

كلمة تنط لم اذكرها إلا لمن في عمر أمي بينما أي أحد يكبرني أقوله أو لها "حضرتك".

بينما تنط...!

أووووه، هذه الكلمة ما زال يتردد صداها في أذني.

هل كبرت لهذه الدرجة...!

العمر لم يكن أبدًا شبح مخيف لي مثل أغلب الناس والبنات خاصة.

وذلك لأن كل يوم في حياتي هو فرصة للتعلم وتحقيق إنجاز، فلم أندم على يوم فات من عمري ولله الحمد.

ولكن كلمة تنط ايقظتني على مسؤوليتي تجاه المرحلة الجديدة من عمري ألا وهي مرحلة أني أكون تنط للجيل الجديد.

وكلمة تنط تضع على كاهلي مسؤولية تجاههم، فكيف لي أنا ك "تنط" أن أؤثر في هذا الجيل الجديد.

لذا سأسعى جاهدة كي أكون تنط مؤثرة واكتب لهم أعمال تحثهم على الجميل من الصفات، من خلال أعمال مشوقة ومفيدة.

بينما في الواقع سأكون بعون المولى، تلك التنط التي يحبها الصغار، تلك التنط التي يحب الأطفال أن يأخذونها مثل أعلى لهم وقدوة حسنة.

وعلي أن أعيش مرحلة التنط بصدر رحب وكما يجب أن يكون إلى أن تأتي المرحلة القادمة التي سيكون وقعها صادم

بداية الأمر ألا وهي "الحاجة" أو "تيتا"، ولكن بعد سماعها على أرض الواقع سيكون مؤشر أني دخلت مرحلة جديدة وعليّ أن استعد لها على أكمل وجه.

لذا عليّ أن أتقبل مرور العمر.

لأني إن تقبلته أو لم أتقبله في كل الحالات سيمر.

***

(35)

تلذذ بالحلال وابتعد عن الحرام

اتعجب أحيانًا عندما أتأمل في حالنا عندما يذهب الانسان كي يبحث عن غير المتاح كي يتلذذ به.

على سبيل المثال قد يكون متاح للمرء الحب من كل من حوله ويذهب للبحث عن الحب في الخارج.

وأنا هنا لا أقصد الحب الحلال...!

بل أقصد من يبحثون على اشباع تلك الرغبة بشكل غير حلال.

اسمعك يا من تقولين لي:

أنا افعل ذلك ليس لإشباع رغبة مؤقتة والسلام، أنا أعلم أن ما أقوم به حرام، ولكن نيتي خير، وعندما يجمع الله شملنا سوف أتوب واستغفر عن تلك الفترة.

نعم، ماذا تقول يا أنت...!

تقول لي أنك في هذه العلاقة كي تحجزها كي لا توافق على غيرك إلى أن تكون جاهز لكي تتقدم، وبعد أن يكون كل شيء في النور سوف تتوبا عن تلك الفترة التي لا ترضي الله...!

ها، وماذا عنك أنتِ أيضًا...!

تقولين أنكِ تركت فرصة لكل من هب ودب يدخل حياتكِ لأنكِ في عرض أحد يسمعك أو يهتم لأمركِ لأن أهلكِ غير مهتمين بكِ لدرجة أنكِ تشعرين أنهم غير مدركين أنكِ على قيد الحياة من الأساس...!

ألا تظني يا عزيزتي أنكِ بالغتِ في التعبير بعض الشيء...!

ولكني أتفق معكِ بأن هناك بعض الأهالي لا يقومون بدورهم على أكمل جه.

ولكن هل هذا فعلًا دافع كي تدعي من يسوى ولا يسوى يدخل حياتك ويوهمك بسعادة في بداية الأمر ومن ثم يختفي.

تقولين لي: أن نيتك طيبة وشريفة وأنكِ بالفعل ترغبين في أن تجدي من يحبك ويهتم لأمركِ ويعوضكِ عن جحود أهلك خاصةً والدنيا عامةً.

أنا أعلم يا عزيزتي أن نيتكِ طيبة ولكن هل من يدخلون حياتك في الخفاء نيتهم طيبة كذلك...!

تقولين لي احتمال يكونوا ولاد حلال، واحتمال يكونوا ولاد حرام...!

ولكن سؤالي لكي يا عزيزتي، لمَ تجعلين حياتك رهن احتمال...!

يمكن أن يكون العوض ويمكن لا...!

مع أن يا عزيزتي من يكنوا في الخفاء ولا يأخذون خطوة جد بعض بضعة أشهر بالكثير يكونوا بنسبة كبيرة متلاعبين، وستكونين أنتِ من أجلهم مضحية وفي النهاية بسببهم ستبكين.

لا تقل لي أنك دخلت علاقة لكي تحجزها الآن لأنك محرج أن تتقدم لأهلها وأنت لست بجاهز، فلا تظن أن

تلك العلاقة المحرمة هي التي سوف تحفظ نصيبك معها.

بل يمكن أن تكونا سويًا وإن لم يكتب الله لكما النصيب تنفصلا، يوجد مثل مصري يقول:

"تكون في ايدك وتقسم لغيرك".
"الدنيا زي الخيارة يوم في ايدك ويوم في ايد حد تاني".

يعني امتلاكك لشيء في يدك الآن لا يضمنه لك إلى الأبد، بل ما يضمن لك نصيبك هو الله، يعني من البداية استودع ما تحب لله وأطلب من الرب أن يوفقك في الحصول عليه.

فإذا حصلت عليه في الوقت المناسب بالشكل الذي يرضي الله من البداية، فهو كان نصيبك يا عزيزي، فلا تخف، لا يوجد أحد يأخذ رزق أحد، كلنا كتب لنا أقدارنا وأسماء ازواجنا وأولادنا، لذا هذا الشيء الذي لا يتطلب منه أن تجري جري الوحوش وتحاول أن تأخذه عنوة أو تحجزه لأن كما يقولون: "نصيبك هيصيبك".

وأنتِ يا عزيزتي لا تقولي لي:

أخاف أرفض العلاقة معه فيرتبط بغيري وبذلك أكون ضيعت الفرصة على نفسي.

أحب أن أقول لكِ: لو مكتوب أن يعرف غيرك سيعرف غيرك حتى وهو معك.

وإذا كان مقدر لكِ سيكون مقدر لكِ لأن الله كتب ذلك.

فلا تحاولي أن تنجحي علاقة محرمة "بالفهلوة" ظنًا منك أنكِ سوف تتمكنين من حماية هذه العلاقة من الفشل...!

بل الحقيقة إذا أراد الله لهذه العلاقة الانتهاء ستنتهي حتى ولو كنتم في اوج حبكما.

وإذا أراد الله أن يجمع شملكم سيجمعكم في الحلال حتى ولو بعد سنين.

لذا لا تتلذذ بالحب في غير أوانه كي لا تعاقب بحرمانه.

أو كي لا تتعذب من آلامه.

بل تلذذ بما هو موجود، ولا تقل اهلي لا يقدموا لي الحب، فهم يجعلوني أشعر أن ليس لي وجود.

نصيحتي لك يا صاح أقترب أنت وأعطهم الحب فأنت بعد قليل ستجد الحب الحلال ولن يكون لك وسطهم وجود.

حب كل من حولك ولا تنتظر رد الجميل من الأهل بالمثل، فحبنا لأهلنا لا يجب أن يكون بشروط أو ببنود.

أذهب وأملأ قلبك بحبهم واحتوائهم، وإن لم تجد من يحدثك...! تحدث أنت معهم وتوقف عن السكوت.

وتلذذ بمتع الحلال في أوانه وابتعد عن الحرام ولا تقترب منه كي لا يسحبك في طريقه وقدمك فيه تفوت.

فالسير في طريق الحرام يكون نهايته الحسرة في كثير من الأحيان والبكاء كمدًا لدرجة الموت.

لذا لا تحاول أن تحصل على رزقك عنوة، بل اسعى إليه وهو بأمر المولى ميسر لك ويعرف طريقك جيدًا حتى ولو كنت في بطن الحوت.

لذا أنظر لكل ما حولك جيدًا، وانظر للمتع الحلال وتلذذ بها وادعو أن يثبتك على الطريق الصحيح رب العزة والملكوت.

(36)

لم تعد الأشياء التافهة تقلقني

CBT على الضيق

أتعجب من ردود أفعالي التي تغيرت كثيرًا عن الماضي.

في الماضي عندما صدم المرء لأول مرة من الحب، لم تمر الصدمة من الانفصال مرور الكرام، بل استمرت الصدمة لفترة، فترة كان يعاني بها المرء وعقله لا يتوقف عن الدوار فالأفكار به تدور منها انكار وتساؤلات، ويعاني بها بالكثير من المشاعر المتخبطة ولكن بعد مرور تلك الصدمة يخرج المرء بشخصية جديدة ومفاهيم أكثر واقعية وتقبل لنوايا البشر مع إدراك تام أننا نتعامل مع بشر لا ملائكة.

فطبيعي أن نقابل منهم الخير والشر.

فكرة العيش في الأحلام الوردية والحياة المثالية لم تعد موجودة بل نظرة الواقعية المتزنة هي التي صارت تسيطر على المشهد.

أي بمعنى أصح صرنا ننظر للأمور بشكل حقيقي، يعني ما هو جميل نراه فقط جميل وليس أجمل شيء في الحياة وأن الحياة لن تكون حياة من دونه لأن هذه المبالغة ستؤدي في النهاية إلى تضخيم الواقع وزيادة التعلق بأوهام.

صرنا لا نخاف مما كنا نخاف منه، لأننا عرفنا السبب الحقيقي للخوف، اننا لم نكن ننظر للأمور بشكل صحيح.

كنا نخاف الفراق ظنًا منا إننا لن نستطيع العيش من دونهم وكأنهم الأوكسجين الخاص بنا.

فكنا نفعل كل ما بوسعنا كي لا يأتي ما نخاف منه ونمر به.

ولكنه في النهاية يأتي، وهذا ليس ظلم من الله أبدًا، بل الله أراد أن تمر وتجرب ما تخاف منه كي تعرف حقيقته.

لا أكذب عليك أنك سوف تصدم عندما تواجه ما تخاف وذلك بسبب الصورة التي في خيالك عنه، ولكن مع مرور الوقت ستدرك أنك تبالغ من مخاوفك، وأنك لم تمت عندما حدث ما تخاف حدوثه، بل الحقيقة أن الحياة تستمر.

تستمر حتى بعد موت أعز الناس في حياتنا.

كل شيء يمر والحياة لا تتوقف على شيء ولا على شخص ولا على أي خسارة أي كانت.

لا أقول إنك سوف تخرج كمن لم يمر بشيء وبعد فترة ستشفى...!

لا، لا يوجد شيء ينسى، وعدم النسيان رحمة من الرب كي لا تمر بتلك الصدمة من جديد، تلك الصدمة التي تريك الأشياء على حقيقتها وبحجمها الحقيقي.

لن تنسى من رحل أو من غدر أو من مات.

بل ستظل تتذكرهم وتتذكر الدروس التي تعلمتها منهم التي سوف تفيدك فيما هو آت.

لذا نصيحتي لك يا صاح، لا تبالغ وأنظر لما هو جميل على أنه جميل، ولا تظن أن شخص أو شيء هو كل الحياة ومن دونه الحياة ستنهار.

بل الحياة تستمر في كل الحالات.

ولا اريدك يا عزيزي أن تبالغ في اللامبالاة والتصغير وأن تتجاهل ما تمر به وتدعي النسيان، بل أعط كل شيء حجمه وتذكر دروسك ولكن لا داعِ للعيش بها وعدم تجاوزها.

اعطي لكم مثال طريف وقد يعتبره البعض مقزز:

البعض منا يخاف من الصرصور بشدة ولا يستطيع أن يظل في مكانه إذا علم أن هناك صرصور معه.

تخيل شخص بالغ طوله يتراوح من متر ونصف إلى مترين خائف من صرصور لا يتجاوز بضع سنتيمترات...!

اسمعك يا من تضحك وتتهكم وتقول:

وهل يوجد شخص بالغ طوله متر ونصف...!

أحب أن أقول لك وبكل فخر بأنني 155سم أي متر ونصف ملئ بالثقة والتميز.

دعكم من نرجسيتي ولنكمل الموضوع.

لماذا ذلك الشخص البالغ يخاف من ذلك الصرصور الصغير، وذلك بسبب تصوره عنه، هو في خياله أو تفكيره أن هذا الصرصور أذاه كبير، لذا يصرخ ويهرب أو يطلب المساعدة من الأخرين كي يحموه من هذا الأذى الذي لا يحتمل، وبمجرد أن يتم قتل الصرصور يهدأ ويستقر وكأن السلام قد حل.

بينما إذا تحكم في أفكاره المسؤولة عن مشاعره ومشاعره المسؤولة عن سلوكه سيتغير الموقف تغير جذري.

على سبيل المثال إذا تحكم في طريقة تفكيره وجعلها تسير في مسارها الصحيح سيكون الوضع كالتالي:

تفكيري عن الصرصور أنه مصدر أذى وقلق رهيب سيكون أنه مجرد صرصور صغير لا يستطيع فعل شيء، وأقصى

شيء يستطيع فعله إذا كان يطير مثلًا أن يلمسني، ولمسه لي مقزز ولكن بمجرد استحمامي سوف اتجاوز الموضوع، إن لم اتجاوز هذه الذكرى في نفس اليوم سيكون بعد بضعة أيام.

المهم أن الموضوع لا يستحق الهرب أو القلق أو الخوف فهو لن يميتني.

وبعد ذلك أي بعد ما غيرنا طريقة تفكيرنا ووضحنا كل الاحتمالات الواقعية سوف تتغير بالتالي مشاعرنا ستتغير نتيجة لذلك.

يعني عندما كان تفكيري أن هذا الصرصور مصدر أذى كانت مشاعري هي الخوف والقلق والتوتر.

ولكن عندما تغيرت طريقة تفكيري لتفكير واقعي أي النظر للأمور بحجمها الطبيعي بدون تصغير أو تضخيم.

تفكيرنا كالتالي:

إنه مجرد صرصور صغير وأذاه ليس بضرر كبير يستحق الخوف فنتيجة لذلك مشاعري تكون متزنة تدفعني للمواجهة لأنه أمر بسيط لا ضرر منه كي أواجه.

ويوجد في علم النفس نظرية اسمها رد الفعل العكسي، يعني بمعنى اصح لكي تتخلص من الخوف والقلق عليك بالمواجهة

والمواجهة تكون بشكل متزن في مواقف لن تعود بضرر علينا.

دعوني أحكم لكم قصة قصيرة بخصوص المواجهة للتخلص من الخوف.

في طفولتي كنت أخاف بشدة من الحيوانات، كل الحيوانات بلا استثناء.

وأكيد يوجد سبب أو موقف ما جعلني أخاف منها ولكني لا أتذكره وهذا إن دل على شيء فيدل على أن ذلك الموقف حدث لي وأنا عمري أقل من 3 سنوات، أي قبل العمر الذي تختزن به الذكريات.

ومعروف أن الطفل بطبعه شجاع لا يعرف الخوف.

فأكيد أنا أقدمت واقتربت من حيوان ما، وكما تعلمون ردة فعل الحيوان ستكون المسؤولة عن شكل علاقتي به، إذا كان الحيوان لطيف وهادئ لكنت مثل أي طفل، لكنت اقتربت أكثر وأكثر وصرت عندما كبرت عاشقة للحيوانات.

لكن إذا كان نصيبك مثلي والحيوان فعل ردة فعل جعلتك تخاف وتبكي هذا سيتسبب عندما تكبر في شعور الخوف الدفين والرغبة بالهرب من الحيوانات أي كان نوعه.

طيب هل هذا يعني أن أظل باقي عمري أهرب...!

لا، بل علينا بالمواجهة، والمواجهة تكون كالتالي:

في يوم من الأيام عندما كنت في مرحلة الإعدادية، كنت عند خالتي، وخالتي تربي قطة في بيتها وأنا كنت أحاول جاهدة أن ابتعد عنها، فعندما علم أبن خالتي وكان حينها شاب كبير، كبير الجسم ولكن صغير العقل...
أوه، عذرًا، ولكنكم ستعلمون لما قلت ذلك عنه.

عندما علم أني أخاف من القطط أمسك بالقطة وحملها ورفعها وقال لي وسط الموجودين أن الحل كي لا أخاف من القطة هي مواجهة القطة ورماها علي، فصرخت وبكيت بمجرد ملامسة القطة لي، ومعروف أن القطة عندما تخاف تمد مخالبها وتتحرك حركة سريعة.

وبعد هذا الموقف تخيلوا هل تخلصت من خوفي من القطط...!

لا يا اعزاءي بل زاد وحياتكم.

لأن رد فعل القطة جعلني أخاف أكثر وأكثر منها.

تمر السنين وأنا كما أنا أخاف من أغلب الحيوانات والطيور تقريبًا.

إلى أن جاء الوقت الذي بدأت بالعمل فيه.

أي كان عمري حينها 20 عامًا أي قبل 7 سنوات، حينها كنا انتقلنا لمكان جديد وهذا المكان أي تلك المنطقة كانت شبه خاوية وبها كلاب.

ففي كل مرة إذا وجدتهم كنت أتصل بأمي كي تأتي وتأخذني أو أخي كي أعود للبيت بسلام.

إلى أن جاء يوم كنت أمشي في الشارع مع أمي فأقترب مني كلب، ومن عادتي عندما أشعر بحيوان يقترب مني أغير اتجاهي وأجعل الحيوان بجوار أمي.

هذه ليست نذالة مني، ولكن أمي هي مصدر الأمان لي، يومها ماما قالت لي:

دعيه يمشي بجوارك فلن يفعل لكِ شيء ما دمتِ في حالكِ.

لم أصدقها وظللت أسير في حماها، إلى أن حكت لي موقف يخصها وذلك الموقف غير لي حياتي " أي خوفي من الحيوانات".

أمي قالت لي أنها أيضًا كانت تخاف من الكلاب إلى أن جاء اليوم وجدي غريب علمها شيء جعلها تغير وجهة نظرها تمامًا هي كذلك.

في يوم دخلت بيتها "أي بيت جدي عليه رحمة الله" فوجدت في المدخل كلب كبير فأمي خافت بشدة أن تدخل، فجدي غريب قال بلين واللين أقل كلمة يمكن أن تصف طيبته وحنيته التي ليس لها مثيل:

لا تقلقي يا بنتي، اقتربي منه فهو لن يؤذيكِ أبدًا، هيا اقتربي أكثر، بل والمسيه مثلي، ضعي يدكِ عليه.

وبالفعل وضعت أمي يدها عليه فلم تجد لخوفها أي أسباب بل وجدت بالفعل أن الكلاب أو الحيوانات عندما يشعرون بالأمان فهي لا تشكل خطر علينا.

بعد أن استمعت لقصة أمي التي أعطت لي مثال حي بأنها مثلي وقدرت أن تتغلب على خوفها وتحوله إلى شجاعة بالمواجهة، لذا قررت أن أكون مثلها.

فأجمل شيء عندما تكون قدوة لأولادك أو لمن حولك بالمواقف لا بالكلام فقط.

فلا يصح أن يكون أب جبان ولا يستطيع أن يأخذ حقه أن ينصح أبنه أن يأخذ حقه بنفسه...!

بل من الأفضل أن يكون هو مثل أعلى له في الشجاعة، أي بمواقف حقيقية لا بمجرد كلام وهكذا...

وبالفعل يومها عندما اقتربت مني قطة جعلتها تمر بجانبي ولم أهرب أو أغير اتجاهي.

لم أعد أخاف من الحيوانات لأني صرت أنظر لهم بواقعية مع إدراك حقيقتهم بدون أي مبالغة.

نعود مرة أخرى لمثالنا عن الصرصور ونختم بأخر نقطة سوف تتغير معنا ألا وهي السلوك.

في الحالة الأولى أي في الحالة التي ننظر بها للأمور في غير حجمها الحقيقي، كان تفكيرنا ان الصرصور أذاه كبير فكانت مشاعرنا نتيجة لتفكيرنا الخوف والقلق وفي النهاية سيكون سلوكنا الهرب والصراخ وطلب المساعدة إذا وجدت.

بينما إذا غيرنا طريقة تفكيرنا بشكل واقعي بأنه مجرد صرصور صغير لذا ستكون مشاعرنا عدم القلق والتأهب وسيكون سلوكنا المواجهة.

تخيل يا عزيزي أن المثال الذي طبقناه على الصرصور يمكن أن تطبقه على أي شيء يقلقك في حياتك.

حول طريقة تفكيرك من الطريقة التي أنت عليها سواء تضخيم أو تصغير إلى رؤية الأمور بشكل واقعي، وصدقني هذه طريقة من طرق العلاج النفسي وتسمى بالعلاج السلوكي

المعرفي CBT وسوف أتحدث بالتفصيل عن هذه الطريقة في كتاب أخر بعون المولى.

ولكن باختصار يمكنك استخدام تلك الطريقة لفهم الأمور بشكل صحيح والتحرر من المخاوف ورؤية الحال كما هو عليه لا كما تراه أنت.

أي ستتخلص من أوهامك وترى كل شيء بحجمه وصورته الحقيقية أي بدون زيادة عن الحد.

***

(37)

لكي يطمئن قلبي

إن الانسان عندما يطلب ممن يحب اثبات على حبه هذا لا يكون أبدًا دليل على قلة الثقة به، بل كل ما في الأمر أنه يريد أن يطمئن قلبه عندما يرى الاثبات من حبيبه.

فعلى سبيل المثال قصة سيدنا إبراهيم عليه السلام عندما طلب من الله اثبات على قدرته على احياء الموتى، فطلب منه الله أن يأخذ الطير ويضع كل جزء منه في مكان وبكلمة من الله سوف تجمع تلك الأجزاء ويعود الطير مرة أخرى للحياة.

﴿وَإِذْ قَالَ إِبْرَٰهِـۧمُ رَبِّ أَرِنِى كَيْفَ تُحْىِ ٱلْمَوْتَىٰ ۖ قَالَ أَوَلَمْ تُؤْمِنْ ۖ قَالَ بَلَىٰ وَلَٰكِن لِّيَطْمَئِنَّ قَلْبِى ۖ قَالَ فَخُذْ أَرْبَعَةً مِّنَ ٱلطَّيْرِ فَصُرْهُنَّ إِلَيْكَ ثُمَّ ٱجْعَلْ عَلَىٰ كُلِّ جَبَلٍ مِّنْهُنَّ جُزْءًا ثُمَّ ٱدْعُهُنَّ يَأْتِينَكَ سَعْيًا ۚ وَٱعْلَمْ أَنَّ ٱللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ﴾

عندما طلب سيدنا إبراهيم هذا الطلب من الله، قال له الله:

أولم تؤمن! حينها قال سيدنا إبراهيم:

ولكن ليطمئن قلبي...

أي انا أؤمن بقدرتك وعظمتك وعلى وجودك ولكن قلبي سيطمئن عندما أرى اثبات، يعني أحيانًا نطلب ممن نحبهم اثبات على حبهم ليس شكًا بهم أو قلة ثقة، بالعكس بل الدليل سيطمئن قلوبنا ويزداد حبنا لهم أكثر وأكثر.

في بعض الأحيان لا يكون الكلام وحده كافي لكي القلب يطمئن.

بل يحتاج المرء في بعض الأحيان الاثبات بالأفعال لأنه إن لم يجدها يحزن القلب ويأن.

عندما يرى المحب الاثبات الذي يطمئن قلبه من محبوبه فيهدأ عقله من الضجيج وقلبه يستكن.

وعندما يتجاهل المحبوب الدليل حينها المحب يسيطر عليه القلق ومع الوقت عقله يجن.

لذا عندما يطلب منك حبيبك إثبات، هذا ليس شك بك، بل من حبه لك.

لذا اثبت له صدق نواياك ولقلبه دائمًا طمئِن.

(38)

مواصفات فارس الأحلام

من الجميل أن يكون تفكيرنا عن فارس الأحلام والأولوية في الصفات تكون الصفات الشخصية لا الظاهرية.

لا أنكر أن المواصفات الظاهرية مهمة ومطلوبة، ولكن مواصفات الشخصية أهم.

وتلك المواصفات المقصود بها الأخلاق والعادات وطريقة التفكير ومن ثم يأتي بعدها بقية المواصفات التي تخص المظهر والمال والجمال والمنصب والمكانة الاجتماعية وغيرها.

على سبيل المثال:

عندما يكون شريك الحياة ملتزم بالصلاة هذا يكون مؤشر جيد ومطمئن بأنه سيكون ملتزم معي.

من يستيقظ من عز نومه كي يقابل حبيبه الله في صلاة الفجر، يستطيع أن يفعل لمن يحب أي شيء هو يريده وقت ما يحتاج.

عندما يكون شريك الحياة لا يدخن فهذا معناه أنه يخاف على صحته ويفعل ذلك لأنه يعلم أن الصحة أمانة وعليه أن يصون الأمانة التي سوف يسأله الله عنها.

وقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: لن تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يسأل عن أربع:

عن شبابه فيم أبلاه؟ وعن عمره فيم أفناه؟ وعن ماله من أين اكتسبه، وفيم أنفقه؟ وعن علمه ماذا عمل به؟

فعندما أجد شريك الحياة يحافظ على صحته ويصون الأمانة التي أعطاها الله له، أكيد سوف يحافظ عليّ وسوف يصون الأمانة التي أعطاها له الله اولًا وأهلي ثانيًا.

وهكذا يا رفاق طبقوا بقية الصفات الشخصية واعتبروها الأهم لأن البيوت تبني مع أصحاب النفوس السوية، تبني البيوت بمن يتسموا بالأخلاق والدين.

ابحثوا عن البر بأهله المعطاء الكريم بالحب والاحتواء والمشاعر قبل المال.

ابحثوا عمن هو ذا صحبة صالحة، فالصاحب ساحب.

فلا تقل لي أن خطيبتي صالحة ولكن صديقتها سمعتها غير جيدة.

لا تقولي لي أن خطيبي صالح ولكن أصدقائه مدمنين وعلاقته بهم مقربة فكيف لي أن أطمئن بهذه الصحبة.

يمكن علاقته بهم تكون سطحية ويحاول من حين لأخر أن ينصح بالخير أو أن يكون نموذج صالح على الأقل كي يقتدوا به إذا كتب الله لهم الهداية.

نبحث في شريك الحياة عن سمعته في منطقته، ولا نأخذ ببعض الكلام ولكن على الأقل نعرف ما يقال.

ومن ثم يهمنا مكانته الاجتماعية ومنصبه في العمل بأنفسنا.

فلا نكتفي بحديث المرء عن نفسه وهكذا...

لذا علينا في قائمة الشروط أن نضع الأخلاق والعادات وطرق التعامل ومن ثم العلاقات الاجتماعية والمكانة العملية والتعليمية.

يقول النبي ﷺ في الحديث الصحيح: تنكح المرأة لأربع:

لمالها، ولجمالها، ولحسبها، ولدينها؛ فاظفر بذات الدين تربت يداك.

تذكروا أن تظفروا بالخلوق وذا الدين، وذا الدين هنا لا أقصد به من يتخذه رداءً ورياءً.

بل من يأخذ دينه كتالوج للتعامل في الحياة.

من يكون الدين في خلقه، وهذا ليس معناه أن نتجاهل تمامًا المواصفات الظاهرية بل هي مهمة كذلك.

فلا تدع بحثك عما هو مهم أن ينسيك الأهم.

فالأمور لا تصلح إذا وضعت في غير موضعها.

فلا تأتي فيما بعد تشتكي من أشياء كثيرة لا تعجبك، تذكر أن تلك العيوب كانت أمامك منذ البداية ولكن بهرجة الظاهر قد عمت عيناك.

لذا في بداية الأمر اغلق عينيك كي لا تخدعك المظاهر وركز على ما هو غير ظاهر.

من أفعال وتصرفات وأفكار، فإذا صحت، أفتح عينيك كي تتمتع بالظاهر وبما هو جميل من مظاهر.

ركز في بداية اختيار شريك الحياة على السواء النفسي والديني أولًا ومن ثم السواء الاجتماعي كي تكون على العيش معه إلى أخر يوم في عمرك قادر.

***

(39)

الكتاب صديقي

قد تكون شخص اجتماعي جدًا ولكن ليس لديك أصدقاء، لديك الكثير من المعارف ولكنك لا تحب أن تأخذ فلانًا خليلًا.

وذلك لأنك مشبع داخليًا فلا تحتاج للبحث عن الصداقة في الخارج.

فيوجد البعض منا يكتفي أن يكون صديقه هو أبيه أو أخيه أو أمه أو اخته.

وهذا الشكل من الصداقة كم أحبه، فمثلًا أنا أقرب شخص لي في الحياة هي أختي ليندا، فهي اختي وبنتي وصديقتي، فلما أذهب وأبحث عن صديقة كي أفضفض لها وها هي أختي بجواري محل اسراري.

بينما يوجد البعض منا لا يجد من يسمعه بالداخل" أي في بيته" فبشكل تلقائي يخرج ويبحث عن صديق كي يسمعه، وفي بعض الأحيان لا يجد البعض ذلك الصديق المقرب الذي يكون بئر اسراره ومنبع أفكاره، وفي بعض الأحيان يكون هو سبب من أسباب دماره.

فيبدأ باعتبار كل من حوله أصدقاءه ويبدأ بكشف ورقه للجميع لعله يصير له منهم فلانًا خليلًا.

ولكنه يجده مستحيلًا.

لذا في هذه الحالة انصحك بهذا الصديق.

الذي يهون عليك ما تمر به من ضيق.

وهو الكتاب يا عزيزي فهو أحسن رفيق.

رفيق يعطي لك الكثير.

وتجد به ما هو مفيد وشيق ومثير.

الكتاب هو الصديق الذي إذا كان طريقك مظلم فسيجعله طريق منير.

ويجعل عقلك ينضج ويغير لك طريقة التفكير.

يمكن أن يكون معك في أي وقت، في وقت الاستراحة أو الطريق أو حتى في السرير.

وإذا أردت أن تفضفض لأحد يمكنك أن تدون ما يخطر في بالك في كراسة افكارك.

دونها على شكل خواطر أو قصص أو حتى اشعارك.

المهم أن تستمر في الحياة ولا تقيد مسارك.

ولا تحاول جاهدًا لجذب انتباه من حولك ولا تدع لأحد سلطة عليك، بل كن أنت صاحب قرارك.

فها أنا قلت لك ماذا تفعل الناس في حالة عدم وجود صديق.

اما يتسولون اهتمام، اما يأخذون الكتاب رفيق.

فكر بما قلته، وفي النهاية أنت المسؤول عن قرارك الذي سيكون سبب سعادتك أو سبب شعورك بمزيد من الضيق.

***

(40)

ما ينكسر يمكن إصلاحه...!

في يوم من الأيام وبعد عودة أختي الكبرى من شهر العسل في الأقصر وأسوان اشترت لي بعض الهدايا التذكارية الفرعونية فهي تعلم جيدًا بأني عاشقة لكل ما هو فرعوني الطراز فكم أنا فخورة بمصريتي وحضارتي على مر العصور.

نعود لموضوعنا، كان من ضمن تلك الهدايا تمثال لإزيس وهي فاردة جناحيها وكأنها قادرة بحبها أن تحتوي العالم أجمع.

كنت أحب هذا التمثال بشدة عن بقية الهدايا وكان على سراحة "تسريحة" غرفتي أي في كل مرة أقف أمام مرآتي كي أرى نفسي أراها وأرى شموخها وقوتها وقدر الحب في رغبة الاحتواء.

ولكن بعد مرور 3سنوات كسر ابن اختي الصغير ذلك التمثال ولكن عن غير عمد.

ومعروف عندما يتم كسر شيء اتخلص منه، ومعروف كذلك بالمصري" إن اللي اتكسر عمره ما بيتصلح".
ولكن هذا التمثال أحبه وأريده معي بشدة.

لذا قررت أن أصلحه، وبالفعل أصلحته، كان ما كسر به هي أجنحته وبعدما قمت بلصقه عاد متماسكًا ولكن يوجد بعض الأماكن الصغيرة إذا ركز بها المرء سيدرك أن هذا التمثال قد كسر من قبل.

عندما تأملت الموضوع فهمت ما يلي:

أن ما يكسر يتم إصلاحه إذا أردنا نحن ذلك.

عندما ينكسر شيء ونتخلص منه بسرعة هذا دليل أننا لم نعد نكترث له أو لم نعد نحبه ولم يعد ذلك الشيء يشكل لنا أهمية، فإذا كان وجوده مع عيبه لا يفيد شيء نتخلص منه.

بينما إذا كان حبنا للشيء كبير جدًا لن يؤثر به ذلك الكسر ولن يشكل لنا مشكلة ولا حتى عيب واضح يجعلنا بسببه نتخلص منه.

باختصار طالما استطعت أن تتخلص من أي شيء أو شخص " عند ظهور به عيب فذلك يدل على أنك لم تعد باقي عليه ولم تعد هناك مشاعر تجاهه.

بينما إذا ظهر عيب في شريك حياتك وأنت باقي عليه ستظل معه على عيبه وستحاول كي تصلحا الوضع لأن ما ينكسر يمكن إصلاحه.

فكرة كسر جناحي التمثال أوحى لي شيء أخر.

في بعض الأحيان في العلاقات تحدث مواقف من شريك حياتك تكسرك، ففي بعض الأحيان يوجد البعض منا يقرر الرحيل وشعارهم فيها ما ينكسر لا يمكن إصلاحه مرة أخرى.

ولكن يوجد من تغلب مشاعرهم عقلهم فيقرروا الاستمرار وإعطاء فرصة أخرى وإصلاح ما تم كسره.

وبالفعل يصلح الأمر ولكن أثر الكسر سيظل ظاهر، سيظل يذكرنا بذلك الدرس وذلك الألم.

كل شيء ينكسر يمكن أن يتم إصلاحه ولكن مستحيل أن يعود كما كان عليه.

يمكن بعد كسرك لي أن استمر في حياتي معك، ويمكن كذلك أن أظل أحبك ولكن سيظل بداخلي شعور بأنك كنت سبب كسر وألم لي في يوم من الأيام.

في النهاية ما سيدعك تحكم وتقرر أن ما ينكسر يمكن إصلاحه هو مقدار حبك للشيء، هل يستحق فرصة أخرى في حياتك أم لا...؟
وفي كلا الحالتين الشيء لا يعود كما كان عليه.

***

(41)

ولسوف يعطيك ربك فترضى

كنت أقرأ سورة الضحى واستوقفتني قليلًا وخطرت في بالي تلك الخاطرة.

في تلك الآية "مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ" أي أن الله لم ولن يتركنا أبدًا ولن يكرهنا مهما فعلنا من ذنوب وما دمنا نعود إليه فسوف يعفو عنا وعن كل ما فعلناه من ذنوب بل سيبدل سيئاتنا حسنات وهذا كله من رحمة ربي لذا علينا ألا نشعر في وقت الضيق أننا وحدنا وأن الله لا يسمعنا بل الله معنا ويحبنا، الله أقرب الينا من حبل الوريد.

وفي آية أخرى "وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لَّكَ مِنَ ٱلْأُولَىٰ" لذا لا تدع جريك وراء الدنيا وزينتها تجعلك تنسى الهدف الحقيقي من مجيئك للدنيا وهو نجاحك في الاختبار.

في بعض الأحيان يدعي المرء للحصول على شيء مثل أن يجمعه الله بمن يحب ولكن الله لا يستجيب له ويجعل من يحب يكون نصيب غيره، هذا يشعر المرء بأن الله لا يسمعه مع أن لو تأمل الأمر بمنظور شامل يمكن أن يدرك أن نصيبه لم يأتِ بعد، وأن نصيبه سيأتي له بشريك حياة مناسب له وأفضل من

اختياره لنفسه وهنا سيدرك ويتذكر الآية "مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ" الله لم يتركك ولم يظلمك بل الله يريد الأنسب لك وبعد ألمك يريد أن يعوضك.

وعندما تجد العوض تتذكر تلك الآية "وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لَّكَ مِنَ ٱلْأُولَىٰ".

يعني إذا ضاع منا شيء أو خسرناه فعلينا أن نحسن الظن بأن ما هو أت هو أفضل لنا.

ولكن في بعض الأحيان يكتب الله علينا ألا يكون العوض لنا في الدنيا وهنا علينا أن نتذكر الآية بذلك المنظور "وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لَّكَ مِنَ ٱلْأُولَىٰ".

أي ما تحرم منه في الدنيا يعوضك الله بأفضل منه في الأخرة.

يعني من لم يرزق بالزوج الصالح أو الزوجة الصالحة في الدنيا مثلًا سيجد في الأخرة العوض.

من ذاق الظلم وعانى من الاستبداد في الدنيا سيرفع الله من قدره في الأخرة وهكذا.

وعندما جاءت تلك الآية "وَلَسَوْفَ يُعْطِيكَ رَبُّكَ فَتَرْضَىٰٓ" هنا شعرت بسعادة عارمة عندما قرأت تلك الآية ولكني أمعنت التركيز في تلك الآيات

"فَأَمَّا ٱلۡيَتِيمَ فَلَا تَقۡهَرۡ، وَأَمَّا ٱلسَّآئِلَ فَلَا تَنۡهَر، وَأَمَّا بِنِعۡمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثۡ ".

يعني إذا اردت أن يعطيك الله ومعروف أن الله يعطي بلا مقابل، ولكن إذا أردنا أن نأخذ بالأسباب فعلينا بالتالي ألا نقهر الايتام، بل علينا معاملتهم برحمة وإذا كنا مقتدرين بعض الشيء فالنقم بمد يد العون، ومن ثم " وَأَمَّا ٱلسَّآئِلَ فَلَا تَنۡهَر" يعني إذا سألك أي أحد وانت كنت مقتدر على المساعدة فلتساعده، ولا تقل لنفسك انه غير محتاج.

هناك حديث الحسين بن علي بن أبي طالب أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: (للسائل حق وإن جاء على فرس)

المهم ألا نترك من سئلنا وطلب مساعدتنا وأظهر حاجته لنا إذا كنا مقتدرين مع التغاضي عن نيته فهذا بينه وبين الله.

وتذكر هذا الحديث "واللهُ في عونِ العبدِ ما كان العبدُ في عونِ أخيه".

ونختم موضوعنا بتلك الآية الجميلة التي أتمنى أن يأخذ بها الناس " وَأَمَّا بِنِعۡمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثۡ".

فإذا أردت أن يكرمك الله أكثر ويعطيك حتى ترضى، أن تتحدث بنعمة ربك عليك، أي تظهرها ولا تخفها.

الله يقول في آية أخرى "لئن شكرتم لأزيدنكم".

ولكنك يا عزيزي بما أنك تعيش معي في هذا الزمن العجيب تجد من يكرمه الله بأي شيء سواء مال أو عيال يبدأ عندما يراك يشتكي بأن العيال بهم أسوء الصفات والمال ليس به بركة وأن عليه ديون، وإذا أكرمه الله بالزواج يبدأ بالشكوة بسبب كثرة المشاكل.

حينها تتحول كل النعم التي أعطاها الله له بأنها مصدر للشكوى وللمعاناة وتخيل يا عزيزي هو يجحد بنعمة الله خوفًا من الحسد.

وهو لا يعلم بأن جحوده بالنعم ونكران فضل الله عليه هما السبب في زوالها لا الحسد.

فالحسد حله بسيط هو التزامك بأذكارك فقط بينما غير ذلك عليك ان تظهر فضل الله عليك، وتحمد الله وتشكره على نعمه كي يزيدك أكثر.

وهنا أنا أقول تظهر النعم أي لا تخفها لا أقصد التفاخر بها.

لذا باختصار إذا اردت أن يعطيك الله لا تقهر اليتيم ولا تنهر السائل ولا تجحد بفضل ونعمة الله عليك.

وتذكر أن في وقت شدتك ووحدتك وخسارتك بأن الله لم يودعك، بل أن الله معك وسوف يعوضك في الوقت المناسب.

في وقت شدتك أذهب إلى الله وستشعر بقربه وحينها عندما تشعر بقرب الله منك ستتخلص من شتاتك وضياعك وتيهتك وستهتدي إلى الطريق الذي به عوضك، وذلك ما ستدركه من هذه الآية "ووجدك ضالًا فهدى".

لذا إذا اردت الخير في حياتك يزيد.

عليك أن تقترب دائمًا لربك في شدتك وفي رخائك لا تكن بعيد.

وساعد وارحم اليتيم وبعطائك اجعله سعيد.

وللسائل لا تنهر فهو ليس عبد في زمن كان مباح فيه العبيد.

ولنعم الرب اشكر ولا تجحد بها كي تعم النعم في حياتك وتزيد.

***

(42)

لا إفراط ولا تفريط

الاعتدال يا اعزاءي هو أساس كل شيء في الحياة.

فكل شيء إذا قل عن المعقول يحدث به خلل.

وإذا زاد عن الحد يحدث خلل كذلك وحتى وإن كان الشيء الزائد عن الحد شيء في معتقدنا إيجابي.

يعني إذا الحب صار زيادة عن اللزوم فيصير الحبيب يضيق على محبوبه بكثرة التدخل في تفاصيل حياته.

فيصير المتحكم في حياته وإذا لم يطاوعه محبوبه في تحكمه يترجم الحبيب أن محبوبه لا يحبه.

وفي بعض الأحيان الأخرى بسبب كثرة حب الحبيب لمحبوبه يتنازل عن كرامته أو يتحمل أشياء هو لا يقبل بها وذلك لأن الحبيب يخاف أن يعترض على ما يفعله حبيبه في حقه وذلك لأنه يخاف من ردة فعله التي تهدده بزعل محبوبه منه، أو بعده عنه.

يعني بمعنى أصح شدة الحب تسبب نتيجتين سلبيتين على حسب شخصية من يحب.

كثرة التحكم والسيطرة والتدخل في التفاصيل.

أو التضحية بشكل مبالغ فيه ورغبة لإرضاء الطرف الأخر، إلى أن يفقد الطرف الأخر الشعور بتقدير هذه التضحية.

وهذه هي نتيجة الافراط في الحب.

بينما في حالة التفريط في الحب، هو الإهمال وضمان الطرف الأخر، فعندما تقلل من اهتمامك بشريك حياتك وذلك لأنك ضمنت تعلقه بك، هذه الخطوة تبدأ في هز العلاقة وتفقد متانتها.

ومع الوقت تفتر والشوق يقل ولا يكثر.

ونأخذ مثال أخر على الافراط والتفريط:

مثلًا إذا أفرطنا بالاهتمام بالورد الخاص بنا ومن شدة حبنا له نقوم بريه بشكل يومي بالكثير من الماء، ونيتنا أن نجد أثر هذا الاهتمام وهذا الحب بأن نجد الكثير من الزهور.

ولكن في الحقيقة أننا نجد أن الورد بدأ يذبل.

حينها تندهش هل هذا يكون نتيجة اهتمامك...!

ومثال على التفريط في الاهتمام بالزرع "الورد".

يعني تتذكر كل عدة أيام أن تسقيه فتجد مع الوقت أنه بدأ في الذبول ومن ثم الموت.

وهنا ستجد أن الافراط والتفريط متساويان في النتيجة.

ومثال أخر تلمسه أغلب البنات المهتمات بالبشرة والشعر

SKIN CARE أو HAIR CARE

أغلبهن يعلمن أن بعد شراء أغلى المنتجات والالتزام بأقصى روتين للبشرة أو للشعر يجدن بشرتهن وشعرهن صارا أسوء.

وعندما يتوقفن عن الروتين تمامًا يستمر السوء كذلك ولكن عندما كانت امهاتهن يهتممن بهن كان شعرهن وبشرتهن في أحسن حال.

اسمع أحدكم يقول إن الضغط الذي يمر به المرء في كبره عامل ومؤثر في دمار البشرة والشعر.

نعم لا أنكر ذلك، ولكن أنظر للأمهات والجدات ستجد أن أغلب بشرتهن صافية وشعرهن في أفضل حال وذلك لأنهن لا يبالغن في الاهتمام.

مجرد اهتمام بسيط بلا أي مبالغة.

فعدم المبالغة في الاهتمام وعدم المبالغة في التجاهل أو الإهمال هو سر نجاح أي شيء أو حتى أي علاقة.

لذا للحصول على أفضل نتيجة تذكر لا إفراط ولا تفريط، تعلم التوازن يا عزيزي وتحكم في اندفاع مشاعرك إذا كانت كثيرة، وأعمل على زيادة مشاعرك أو اهتمامك إذا كان أقل من المطلوب، تذكر أن نبينا محمد حثنا بأن خير الأمور الوسط، فحاول أن تكون وسطي دائمًا.
فتذكر أن تعدل كفة الميزان، يعني نفس القدر الذي تضعه في هذه الكفة يجب أن يكون نفس القدر من الطرف الأخر لك راجعًا.

لذا لا تبالغ في العطاء أو الحرمان كي لا تكن في النهاية نادمًا.

***

(43)

من الأحمق الذي فعل ذلك...؟

بما أني مصرية سأحكي لكم أمر شائع يصدر من بعض المصريين ولا أدري إذا كان هذا شيء شائع في الدول الأخرى ولكن أتوقع ذلك لأن البشر يتشابهون في كثير من التصرفات.

مثلًا عندما تشتري شقة جديدة بدلًا من أن تجد مباركة، تجد البعض يقل لك: "من الأحمق الذي شار عليك أن تشتري في هذه العمارة، المبلغ الذي دفعته كان يمكنك أن تدفعه في شراء وحدة في الفضاء".

وأخر يقول: "الشقة تمام ولكن التشطيب سيء تمامًا، فإذا كلمتني كنت نصحتك بفلان الفلاني فهو حاصل على دكتوراه في تشطيب الشقق".

وهكذا يا عزيزي قس على هذا المنوال.

يعني بدلًا من أن تجد مباركة ودعوة جميلة، تجد في الواقع قدر كبير من الانتقادات.

وحتى من يقول جميل لا يكتفي بالمدح إلا ويقول ولكن كان يجب كذا وكذا...

ألا يدركون أولئك الناس أننا بالفعل حصلنا على الشيء يعني النصيحة ليست في أوانها لأن الأمر قد وقع.

لذا تلك النصيحة لن تنفعنا بشيء، بل الدعوة هي ما ستنفعنا كي يبارك الله لنا في هذه الخطوة الجديدة.

أجد في بعض الأحيان أن الكلمة الطيبة ثقيلة على البعض، والنية الطيبة والسعادة للغير من سابع المستحيلات.

فبدلًا من أن تندم غيرك في عز فرحته على ما حصل عليه، بل امدحه على تلك الخطوة.

وإذا كانت لا تعجبك يا عزيزي بارك وكفى.

وتذكر أن الكلمة الطيبة صدقة، يعني بكلامك الطيب تأخذ ثواب صدقة وتفرح قلب غيرك.

لذا دعنا نتوقف عن ذلك الطبع، طبع ذلك الناقد الخبير الذي يرى العيوب في غيره وما يملكه.

اجبر خاطر غيرك بكلمة طيبة كي تكتمل فرحته، وحينها ستجد الله يجبر خاطرك ويرسل لك من يسعدك.

(44)

كوني مثل القطة

كوني انثى

تأملي معي يا عزيزتي القطة وتصرفاتها، انظري إلى كبريائها وكيف لا يعجبها العجب.

لا توافق إلا بما تحب، ولا تقتنع بشيء يفرض عليها.

بمعنى أصح أجد في القطط طبع مميز، طبع يجب كل أنثى أن تتسم به، وهو أن القطط تعرف قدرها.

فلا تحاول ان تفعل المستحيل كي يحبها من امامها بل هي تعرف ومتأكدة بأن من أمامها يحبها وسيفعل لها كل ما تحبه هي.

يعني باختصار كوني متأكدة ما دمتِ في حياة أحد هو اختارك من البداية فلا داعِ أن تتحولي مهرج كي تفعلي كل شيء كي تحصلي على رضاه ويظل يحبك ويفعل لك ما تحبيه.

بل كوني مثل القطة التي تعرف قدرها، وهي كلها يقين ما دام من أمامها اختارها، هذا دليل على أنه يحبها لذا سيفعل لها كل شيء هي تحبه.

كوني مثل القطة في دلالها كذلك، أنا أنثى دلوعة والرجل في حياتي قوام عليّ سواء أبي أو أخي أو زوجي.

وقوام عليّ يعني مسؤول عني، وهذا لا ينتقص مني في شيء.
بل عندما توقفنا عن دلالنا وجعل الرجال يقومون بدورهم الخاص بالقوامة والمسؤولية علينا فلم يعدوا رجالًا.
ونحن لم نعد نتسم بالأنوثة.

لذا لا تخافي وتقولي أخاف إن جعلته ملزم بكل شيء يتركني، لذا سوف أساعده في كذا وكذا...

وهكذا تظني أنكِ ستحصلين على رضاه وإعجابه.

ولكن في الواقع سينفر منكِ ويبحث عن انثى تشعره برجولته.
ولكن إذا استمر معكِ اعرفي أن من معكِ رجل فاقد للرجولة وبه قدر عالي من الانوثة.

لأن الأنثى هي من تسعد عندما تأخذ وتجد القوامة من غيرها.

لذا دعونا لا نجعل الميزان يختل.

كوني أنثى كاملة كي تجدي رجل قوام.

وكما قلت لكي كوني مثل القطة في تقدير الذات بدلًا من الاعتماد في الحصول عليه من الأخرين.

وكوني مثل القطة في الدلال وأخذ الحق بالأسلوب الذي خلقك الله به، فدعي أسلوب الرجال للرجال.

ولكن هناك صفة في القطط اريدك ألا تتصفي بها، وهي صفة النكران.

ومعروف أن هذه سمة تتسم بها أغلب النساء، ويوجد حديث نبوي شريف قال عن النساء: " يكفرن العشير ويكفرن الإحسان لو أحسنتَ إلى إحداهن الدهر ثم رأت منك شيئا قالت ما رأيت منك خيرا قط".

يعني ينكرن العشرة وينكرن ما هو جميل.

يعني بمعنى أصح لا تدعن الاستحقاق يصل لمرحلة انكن تنكرن ما هو جميل وما يبذله الغير لكن.

باختصار كي تكوني انثى كما قال الكتاب:

اعرفي قدركِ بدلًا من أن تنتظري أن تعرفيها من غيرك.

كي تجذبي الانتباه وتحصلي على رضا غيرك دعي القوامة لأصحابها ولكي عليهم الدلال والدلع مع عدم نكران ما هو

جميل منهم كوني قطة لطيفة ولا تكوني جعفر أو قطة ناكرة للجميل وتطلعي عينهم.

***

(45)

أنت قدوة

قل لي يا عزيزي هل تحب أن يفعل أخوك ما تفعله.

هل ستشعر بالفخر إذا وجدته يقلدك في التدخين مثلًا أو اللعب ببنات الناس أو حتى عدم الاجتهاد في الدراسة أو العمل...!

تقل لي أن كل أخوتك صالحين وأنت وحدك الشاذ عنهم وصرت هكذا بسبب صحبة السوء الذين زينوا لك الدنيا وسحلوك في شهوات لاحد لها إلى أن صرت في الوحل.

قل لي يا عزيزي هل تحب أن تكون قدوة لأولادك على حالك ذا...!

هل ستحب أن ترى ابنك يأخذ أفسد شاب في المنطقة خليلًا...!

وأنتِ هل تحبي أن تري أختك تفعل ما تفعليه وأن تمر بما مررتِ به.

هل ستحبين أن ترينها تضيع عمرها والشباب يلعبون بها أو هي تلعب بالشباب...!

هل تحبين أن ترينها في الشارع تتجول مع أقذر شلة، أي بنات سيئات السمعة، يوجهونها لأقذر الطرق.

هل تحبين أن تكون بنتك مثلك تضيع عمرها لكي تكسب رضا وجذب انتباه الناس بطرق لا ترضى الله...! أكيد لا...!

فباختصار اجلس مع نفسك وتأمل حياتك وقيمها وقل لنفسك بصراحة هل أنت قدوة جيدة أم سيئة...!

فإذا كنت قدوة حسنة فجد واجتهد كي تعلى أكثر وكي تكون أفضل نسخة من نفسك، وأفضل مثل أعلى يقتدى به.

بينما إذا كنت قدوة سيئة فلا تحزن بل تب لله عن كل ذنب وابدأ في بناء نسختك الجديدة وأصلح من ذاتك كي تكون قدوة لمن حولك، قدوة صالحة ترشد من حولها للصلاح والفلاح.

فتذكر يا عزيزي اننا ضيوف في هذه الدنيا الفانية فلا تدع مفاتنها تجرفك للهاوية.

بل اعتمد واجتهد بها وافعل ما هو خير، لكي تحصل في الجنة على مكانة عالية.
ولا يغريك في الدنيا المتع الزائلة.

بل اطمح كي تكسب في الأخرة ما تشتهيه أو ما يخطر على بالك في أقل من ثانية.

تمتع بحلال الدنيا وكن ذا أثر طيب قبل أن تصير لمن حولك مجرد ذكرى في الأيام الخالية.

فأنت المسؤول على سيرتك التي ستتركها في الدنيا.

هل ستترك أثر طيب الناس له متذكرة...!

أم أن وجودك كأنه لم يكن والناس لك ناسية...!

راجع نفسك وقيمها وقومها وكن قدوة طيبة.

كي تكون مكانتك عند ربك في جنة عالية.

ولا تخدعك الدنيا الفانية

التي إن انجرفت وراء مفاتنها ستصلى نار حامية.

ولجلدك حارقة كاوية.

لذا اطمح في حياتك للأفعال السامية.

كي يتبع أثرك أحبائك وتسعد بهم وبنفسك لأنك قدوة صالحة.

***

تم بحمد الله

2025/3/27

رانيا رمضان

بنت البروفيسور

أعمال بنت البروفيسور

نركسوس (رواية نفسية اجتماعية)

بروفيتيا (رواية فانتازيا اجتماعية)

لاڤيت الفضفضة- كيمياء السعادة (كتاب تنمية ذاتية وخواطر دينية)

جد ولعب وجرح وحب (ديوان باللفصحى والعامية)

طيف أروما (رواية رعب ورومانسية)

البروفيسور- الخلاصة لفهم الوجه الحقيقي للحياة (كتاب تنمية ذاتية وقصائد شعرية)

المهدي المنتظر (رواية رعب ونفسية)

أولاد لوسيفر ج1 فارس وجواد (رعب ونفسية)

أولاد لوسيفر ج2 الخناس (رعب ونفسية)

60قانون لامتلاك السعادة وتجاوز صعوبات الحياة (كتاب تنمية ذاتية)

كتاب تعلم تفسير الأحلام مع بنت البرو فيسور

كتاب تعلم فن كتابة السيناريو

كتاب فضفضة بعد منتصف الليل

***

يمكنكم الاستماع لأعمالي صوتيًا على قناتي على اليوتيوب

"رانيا رمضان بنت البروفيسور"

لا تنسوني من دعواتكم أخوتي لي بالتوفيق ولكم بالمثل

وكذلك ادعوا لوالدي البروفيسور رمضان عبد الله بالرحمة والمغفرة وأن يجعل الله مأواه الفردوس الأعلى هو وجميع أموات المسلمين

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

***