

...للألات الزراعية الحديثة ...

...A.Y.E ...

...أحمد وياسين وعصام



١٠٠

سر من أسرار الحياة البسيطة

فكرة وتنسيق ... عصام سعد إبراهيم الصاوي

الصفوة صناع الثقة

قرية قراقص . مركز دمنهور . محافظة البحيرة . مصر

مقدمة الكتاب

هذه ومضات، لا تُقرأ بعين الاستعجال، بل تُتأمل بقلب يبحث عن
الطمأنينة، وخلاصة تجارب لمن فهم أن الحكمة في تقليل التكلفة، وأن
السعادة تكمن في خفة الروح وصفاء السريرة.

في زمن أثقلته المظاهر الزائفة وأغرقتة التراتيب المعقدة، يأتي هذا الكتاب
ليضع بين يدي القارئ مفاتيح النجاة والسكينة. إنها دعوة صادقة لنفض
غبار التنافس المحموم على حطام فاني، والعودة إلى الفطرة النقية حيث
الدنيا في اليد وليست في القلب، وحيث يكون العطاء والإنفاق سرا
وعلانية هو طريق النيل الأبدى.

هنا تجد أسراراً صيغت بمداد التجربة واليقين، لتكون زاداً لمن أراد أن
يحيى خفيف الظل، ثقيل الأثر، موصولاً بربه، مسارعاً لخير الدار الآخرة.

١٠٠ سر ... من أسرار الحياة البسيطة

السر الأول: الدنيا في يدهم وليست في قلوبهم ... ينفقون بالليل والنهار سرا وعلانية موصلاتي للخير ... شحن سريع للدار الآخرة... والعبادات عندهم برامج للوقاية لعدم الوقوع في الخطأ وكذلك للصيانة الدورية والعلاج عند الوقوع في الخطأ

إبتغاء رضى الله وحده... دائما الله اكبر في باله ... ومحبه ومهابته في قلبه والدنيا في يده ... يبدأ في البكور وفي قيام الليل يناجيه ... اللهم انا نسألك رزقا طيبا واسعا وارزقنا وأنت خير الرازقين ... اللهم إنا نسألك علما وعملا طيبا متقبلا ... ربنا هب لنا من لدنك رحمه وهبيء لنا من أمرنا رشدا ... ربنا هب لنا من لدنك رحمة وعلما ... ربنا هب لي من لدنك ذرية طيبة إنك سميع الدعاء ... اللهم أصلح لي في نفسي وعقلي وروحي وقلبي وجسدي وأهلي ومالي ... وأصلح لي في ذريتي وأرحم أبي وأمي في الدارين ووتقبلني في الصالحين ... اللهم امين

السر الثاني: الرضا بالقليل

الاكتفاء بما تيسر من الرزق والحمد لله عليه دائماً... ويشحن الباقي
رصيد للأخرة شحن سريع .. كما كان يفعل محمد رسول الله عليه السلام.

وترك التطلع إلى ما في أيدي الآخرين لراحة القلب.

وإدراك أن السعادة في قلة التكلف والبعد عن البهجة الفانية.

نعم أحسن السيارات والبيوت عندنا ... ولكن لا نتكبر بها على خلقه ...
بل نساعدهم ونحسن إليهم ... عن طريق وسيط للخير ... وبالسيارة مرة
وبالحمار مرة أخرى ... وبالدراجة العادية مرة أخرى ... وبالموتوسيكل
مرة أخرى ... وبالملبس الذي يناسب حرية الحركة في كل وسيلة

مواصلات

ودايما ... خذ بهذه النصيحة ... على قد لحافك مد رجلك ودايما تذكر
وابتغي فيما أتاك الله الدار الآخرة ولا تنسى نصيبك من الدنيا وأحسن
كما أحسن الله إليك... ولا تبغي الفساد في الأرض إن الله لا يحب

المفسدين

السر الثالث: طهارة السريرة

سلامة الصدر تجاه الخلق ونزع الغل والحق من القلوب.
استواء الظاهر والباطن في طاعة الله والإخلاص له... قدر المستطاع.
السعي في إدخال السرور على الآخرين بغية رضا الخالق.
وكن سبب في ترزق الناس... يرزقك فهو خير الرازقين ... وهل جزاء
الإحسان إلا الإحسان

السر الرابع: البساطة في المأكل والمشرب

الاقتصار على الضروري من الطعام والابتعاد عن الإسراف.
نظام الطيبات
تذوق طعم العافية في الوجبات البسيطة غير المعقدة.
أرز مطهي بالبخار... بطاطس مسلوقة ثم مقلية...
سكر... زيت... خل... خبز شعير... عسل نحل... ماء صافي مثلج...
دهن ضاني وسمن بقري للطبخ

سكر...تمر... تين مجفف ... زبيب مجفف ... لحم ضاني أو ماعز أو بقر
أو جمل ذكر أو أنثى ... كفتة الارز باللحم

شوربة سمك البساريا .. او شوربة اللحم .. والمواسير البقري ... أو شوربة
البطاطس

اما السمك ..سمك بحر مثل سردين البساريا ... عمره قصير ولا يحمل
مواد سامة وطعمه مقلي لذيق

الصيام يوميا .. ولإفطار على السكريات وعدم إدخال الطعام على
الطعام

أما المشروبات ... نعناع ساخن مع حبتين قرنفل محلى بالسكر... كركديه
مثلج محلى بالسكر أو ساخن

كاكاو بريحة جوز الهند محلى بالسكر

شيكولاته بني غامق

عصير قصب السكر

عصير الخروب الطبيعي محلى بالسكر

السر الخامس: صفاء الروح والبعد عن الصخب

الهروب بالاختيار نحو الطبيعة الهادئة لتجديد طاقة الروح.

التقليل من مخالطة المجالس التي لا طائل من ورائها سوى اللغط.

الاستئناس بالوحدة المثمرة في التفكير والتدبر.

السر السادس: خفة المأوى والأثاث

العيش في مساحة واسعة النطاق قليلة الأساس تسهل صيانتها وتنظيفها.

التخلص من الزوائد والأشياء التي لا فائدة حقيقية منها في المنزل.

إدراك أن كثرة الممتلكات تقيد الحركة وتثقل كاهل المرء.

السابع: حسن استثمار الوقت

البدء بالبكور واستغلال ساعات الصباح الأولى في الإنجاز.

عدم إهدار الساعات فيما لا ينفع من لهو حديث أو تشتيت.

تنظيم الأوقات بين العمل والعبادة والراحة بحكمة وهدوء.

الثامن: خدمة العيال والاهتمام بهم

غرس القيم العالية في نفوس الأبناء بالعمل لا بالقول وحده.

مشاركة أفراد العائلة تفاصيل الحياة اليومية بروح المحبة.

توريث البساطة والاعتماد على النفس كأثمن كنز للأجيال.

السرتاسع: التوكل الحق على الله

تفويض الأمور كلها لخالقها بعد أخذ الأسباب كاملة.

اليقين التام بأن ما أصاب المرء لم يكن ليخطئه وما أخطأه لم يكن ليصيبه.

طمأنينة القلب عند الشدائد لعلم العبد بأن الله كافيه.

السر العاشر: ترك فضول الكلام

صيانة اللسان عن الاكتفاء بالقليل والقال وكثرة السؤال.

إدراك أن الصمت حكمة بالغة تريح الجوارح وتصفى النية.

الكلام بقدر الحاجة وبما ينفع السامع والمتكلم.

السرا الحادي عشر: تيسير الأمور وعدم التعقيد

اختيار الطرق الأسهل والأبسط في إنجاز المهام اليومية.

الابتعاد عن التعقيدات البيروقراطية والفكرية في المعاملات.

مرونة التعامل مع المتغيرات بروح هادئة متزنة.

السرا الثاني عشر: العناية بالبدن بالحركة والعمل

إعطاء الجسد حقه من العمل اليدوي المفيد والجهد العضلي.

الحفاظ على اللياقة الطبيعية من خلال الحركة المستمرة في قضاء الحوائج.

الابتعاد عن الكسل والخمول اللذين يورثان أمراض الروح والبدن.

السـر الثالث عشر: تجنب الديون والالتزامات الثقيلة

العيش في حدود الكفاف دون التورط في قروض استهلاكية مرهقة.

قناعة النفس بأن راحة البال مقدمة على المظاهر الكاذبة.

إبقاء الحسابات خفيفة ونظيفة أمام الخالق والمخلوق.

السـر الرابع عشر: حب الأرض والارتباط بالطبيعة

التردد على الزرع والنبات ومراقبة مراحل نمو الحياة ببساطة.

استنشاق الهواء النقي والتمشي الحافي على التراب بعد صلاة الفجر في

الأراضي الزراعية على جسر التربة أو ممشي البحر أو النهر

استشعار عظمة الخالق في تفاصيل الطبيعة المحيطة بالمرء.

السر الخامس عشر: صلة الرحم بلا تكلف

زيارة الأقارب بقلوب صافية وهدايا رمزية تعبر عن المودة.

العفو عن زلاتهم وتجاوز عن هفواتهم حفظاً للود.

إدراك أن صلة الرحم تزيد في الرزق وتوسع الصدور.

السر السادس عشر: إفشاء السلام وتواضع الجانب

البدء بالسلام على من عرف ومن لم يعرف من المؤمنين.

وتذكر دائماً تبسمك في وجه أخيك صدقة...

خفض الجناح ولين العريكة في التعامل مع الصغير والكبير.

التحرر من كبرياء النفوذ والمال أمام تواضع الإنسانية.

السابع عشر: تذكر الموت وقصر الأمل

جعل الآخرة نصب العين في كل خطوة وحركة وسكون.

عدم الاغترار بطول البقاء في هذه الدار الفانية.

الاستعداد للقاء الله بتقديم العمل الصالح بصمت وخفاء.

الثامن عشر: الإحسان إلى الجار

تفقد أحوال الجيران وسد ما أمكن من دون إزعاج.

كف الأذى عنهم واحترام خصوصياتهم بكل مروءة.

ابتسامة صافية وكلمة طيبة تجمع القلوب وتبديد الوحشة.

السـر التاسع عشر: حفظ السـر وأمانة الكلمة

الوفاء بالعهود والعقود ولو على قطع الرقاب.

نقاء الضمير في التعامل مع ثقة الآخرين.

السـر العشرون: التحرر من آفة العجلة

الأناة والتروي في اتخاذ القرارات وحل المشكلات.

إدراك أن كل شيء بحساب وقدر وأن الأمور تتوارد بأوقاتها.

طمأنينة النفس في تدبير الله الحكيم لخلقه.

السـر الحادي والعشرون: الاقتصاد في استهلاك الموارد
الحفاظ على النعمة وعدم إهدار الماء أو الطعام أو الطاقة.

إعادة تدوير الأدوات البسيطة والاستفادة القصوى منها.

تذكر أن الشكر يحفظ النعمة ويديمها على العبد.

السـر الثاني والعشرون: ستر عيوب الناس

الانشغال بعيوب النفس وتزكيتهم عن تتبع عورات الآخرين.
والحجاب حجاب قلب وغض بصر لا حجاب ملابس أو مظاهر كدابه ...
ذلك أطهر لقلوبكم وقلوبهن ..

التماس الأعذار للمخطئين بروح الأبوة والأخوة الصادقة.

نشر المحبة بالستر والتغافل عن الهفوات الشخصية... ولكن إذا تكرر الخطأ
فهجر جميل ..دون أذى ... فأصفح عنهم وقل سلام ... واصبر صبرا جميلا
... ودايما تذكر .. إنه من يتقي ويصبر فإن الله لا يضيع أجر المحسنين

السر الثالث والعشرون: حب القراءة والاطلاع الهادئ

مطالعة الكتب النافعة التي تغذي الروح وترتقي بالفكر... معرفة الله دون
وسيط من القرآن فقطككتاب مسطور ... ومن بديع خلق الكون
والإنسان ككتاب منظور...

الابتعاد عن الصاخب من وسائل الإعلام والتركيز على العبر.

تدوين الخواطر النافعة والافكار الصافية للاستفادة منها.

السر الرابع والعشرون: الصدق في القول والعمل
مطابقة الظاهر للباطن دون تزييف أو نفاق اجتماعي.

الوفاء بالكلمة حتى وإن كانت على حساب المصالح الشخصية.

إدراك أن الصدق منجاة ولو كره الكارهون.

السر الخامس والعشرون: الرضا بالقدر خيره وشره
استقبال المصائب بالصبر الجميل والاحتساب عند الله.

قل لن يصيبنا إلا ما كتب الله لنا ... لنا مش علينا... حكيم يفعل في
أَملاكه مايشاء فنحن ملكه وهو حكيم لا يفسد أَملاكه بل يصلحها إنا
له وإنا ايه راجعون ... حكيم .. خبير ... عليم يدبر الأمر.... وعسى ان
تكرهوا شيئاً ... ويجعل الله فيه خيرا كثيرا والله يعلم وأنتم لا تعلمون

....

ما أصاب من مصيبة في الأرض ولا في أنفسكم إلا في كتاب من قبل أن
نبرأها إن ذلك على الله يسير... لكي لا تأسو على ما فاتكم ولا تفرحو بما
أتاكم... السكربت والسيناريو بعلمه مكتوب دائما اشحن رصيدك
ورصيد الستر بالعمل الصالح ... فمعظم ما أصابنا فيما كسبت أيدينا
ويعف عن كثير... ولو كان ظلما ... نصبر فعنده الجزاء العظيم

استقبال النعم بالشكر والتواضع لولي النعم.

لئن شكرتم لأزيدنكم والشكر يكون بالعمل والحمد بالقول واللسان ..
وما تنفقوا من شيء فإن الله به عليم ... وما تنفقوا من شيء يوف إليكم
وانتم لا تعلمون ... وما أنفقتم من شيء فهو يخلفه وهو خير الرازقين
استقرار النفس على بحر من اليقين بأن الخيرة فيما اختاره الله.

السر السادس والعشرون: البعد عن المراء والجدال العقيم
ترك المجادلة في غير طائل ولو كان الحق مع المراء لسلامة القلب.

إيثار السكينة والهدوء على إثبات الذات في المجالس.

الحفاظ على طاقة النفس موجهة نحو الإنتاج لا الخصام.

السر السابع والعشرون: تذوق جمال الصمت في الليل
قيام جوف الليل والاستئناس بمناجاة الخالق في خلوة تامة.

استنشاق سكينة الليل وهدوء الكون البعيد عن صخب النهار.

استمطار الرحمات والاستغفار والتسبيح والحمد في ساعات السَّحَر
المباركة.

السر الثامن والعشرون: خدمة الضيف وإكرامه
من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليكرم ضيفه
والجودة بالموجودة

الترحيب بالضيف بما تيسر من الموجود دون تكلف مقيت.

طلاقة الوجه وحسن الاستقبال أثمن من أصناف الطعام.
إدخال الأنس على قلوب الوافدين بروح الكرم الأصيل.

السر التاسع والعشرون: التوبة المستمرة والاستغفار
تعهد القلب بالتطهير اليومي من أدران الغفلة والخطأ.
تجديد العهد مع الله عند كل صباح ومساء بالاستغفار.

إدراك أن العبد خطاء وخير الخطائين التوابون.

السر الثلاثون: التحرر من عبودية الموضة والمظاهر و عبودية رئيس
الشركة أو مدير القسم ... بيننا قانون وورق أما إذا رفعت الأيدي أو
تطاول اللسان ... هنا تساوت الروس والعين بالعين والبادي أظلم
فكرامة الإنسان وحفظ ماء الوجه فوق كل شيء...

ارتداء المريح والنظيف والملائم دون الالتفات لصرعات السوق الفانية.

الثقة بالهوية الشخصية والبعد عن التقليد الأعمى للآخرين.

الاقتصاد في شراء الملابس والاكتفاء بالحاجة الفعلية.

السر الحادي والثلاثون: العفو عند المقدرة

مسامحة من أساء وصفح عن الزلات التماساً لعفو الله. خصوصاً عندما
تكون قادر على رد الصاع صاعين .. فاعف عنهم واصفح الصفح الجميل
دون أذى ... واهجرهم هجرا جميلا... واصبر الصبر جميلا...

طي صفحة الماضي وعدم الاجترار في الأحقاد والضغائن.

راحة البال التي يورثها العفو لا تقدر بثمن.

السر الثاني والثلاثون: إتقان العمل ولو قلّ

أداء المهام اليومية مهما كانت بسيطة على أكمل وجه.

مراقبة الله في السر والعلن عند صنع أي شيء باليد.

فالله يحب المحسنين

استشعار أن العمل الصالح عبادة وقربة خالصة.

السر الثالث والثلاثون: البساطة في الأعراس والمناسبات

تجنب الإسراف والبذخ في الأفراح والأتراح والاقتداء بالأصول.

التركيز على جوهر المناسبة وصلة الرحم بدلاً من المظاهر الزائفة.

تخفيف الأعباء عن كاهل الشباب والأسرة.

السر الرابع والثلاثون: بر الوالدين والإحسان إليهما

خفض صوت الجناح لهما وتلمس رضاهم في كل صغيرة وكبيرة.

فبر الوالدين أساس صلاح الحال ووفرة المال

الدعاء لهما في ظهر الغيب باستمرار وبصدق.

إدخال السرور على قلوبهما بأبسط الكلمات والهدايا المعنوية.

السر الخامس والثلاثون: الأمانة في المعاملات المالية

براءة الذمة في البيع والشراء وعدم أكل أموال الناس بالباطل.

الابتعاد عن الشبهات والربا وكل كسب غير طاهر.

إبقاء التعاملات واضحة وشفافة وموثقة بصدق.

السر السادس والثلاثون: السعي في قضاء حوائج الضعفاء

مد يد العون لليتامى والمحتاجين بصمت... عن طرق وسيط

تسخير الجهد والوقت لرفع الظلم أو تخفيف الكرب عن مكروب.

فخير المعروف ... إغاثة الملهوف

تذوق حلاوة العطاء من خلال جبر كسر القلوب المنكسرة.

السر السابع والثلاثون: الصحبة الصالحة النافعة

اختيار الأصدقاء الذين يذكرون بالله ويعينون على طاعته.

التقليل من مخالطة أصحاب الغفلة والغل وأهل اللغو.

بناء مجالس تحيطها السكينة والذكر والعلم النافع.

السر الثامن والثلاثون: شكر النعم القليلة

النظر إلى ما عند المرء من عافية وأمن وقوت بعين الرضا.

عدم تضخيم المفقود على حساب الموجود الدائم.

تكرار الحمد والشكر بالقلب واللسان والجوارح.

السـر التاسـع والثلاثون: البـعد عـن الحـسد و تـمـنـي زوال النـعم

تـمـنـي الخـير للنـاس وسـلامـة الصـدور د تـجـاه أرزاقهم.

العـلم بـأن خـزائـن اللـه مـليئـة و أن الرزق مـقسـوم بـحـكـمـة.

راحـة النـفس فـي قـبـول قـسـمـة اللـه للعباد.

السـر الأربـعون: الحـلم والأناة عـند الغـضب

كـظـم الغـيـظ والسـيـطـرة عـلى النـفس عـند الاسـتـفـزاز.

تـذكـر عاقـبـة الغـضب والتـنـزه عـن الرـد بـالمـثـل.

الهدوء الذي يطفئ نار الفتـن في بدايتها.

السر الحادي والأربعون: العناية بالبيئة والنظافة العامة
إمالة الأذى عن الطريق كصدقة وواجب إنساني وديني.

الحفاظ على نظافة المكان والشارع والقرية وكأنها بيت المرء.

غرس حب النظافة والترتيب في نفوس الصغار.

السر الثاني والأربعون: الصبر على مشاق الحياة اليومية
استقبال المتاعب بروح راضية وقلب صلب لا يتكسر.

إدراك أن الدنيا دار ابتلاء وليست دار راحة دائمة.

احتساب كل عناء في سبيل الله أجراً وثواباً.

السـر الثالث والأربعون: التواضع في المجالس والمشي
خفض الصوت في الحديث وعدم التكبر على الخلق.

المشي على الأرض هونا دون خيلاء أو بطر.

إدراك أن العظمة لله وحده وأن تواضع العبد يرفعه.

السـر الرابع والأربعون: حفظ اللسان عن الغيبة والنميمة
تزهد النفس في لحوم الناس وأعراضهم.

توجيه الحوارات نحو العلم والعمل والتفكر البناء.

استشعار رقابة الله على كل حرف يخرج من الشفاه.

السر الخامس والأربعون: القناعة برزق اليوم الواحد

عدم الاكتراث المفرط بهموم الغد وقلقه المفتعل.

التركيز على أداء عمل اليوم والتوكل على الله فيما يستقبل.

إيقان أن رب الأمس هو رب اليوم وغداً.

السر السادس والأربعون: تعلم المهارات اليدوية والحرفية

الاعتماد على الذات في إصلاح ما فسد في البيت أو الورشة.

توريث الصنعة واليد العاملة كعزة وكرامة للمرء.

تذوق متعة الإنجاز الحقيقي بصنع اليدين.

السر السابع والأربعون: الوفاء بالعهود والعقود

صدق الوعد حتى مع الأعداء أو المخالفين.

احترام المواعيد والالتزامات بكل دقة ومسؤولية.

إبقاء الذمة نظيفة والكلمة سيفاً صادقاً.

السر الثامن والأربعون: الابتسامة الصادقة في وجوه الناس

نشر البشاشة والطاقة الإيجابية في المحيط اليومي.

إدراك أن الابتسامة الصدقة الأيسر والأعظم أثراً في القلوب.

مواجهة جفاء الحياة بلين الوجه وبشاشته.

السر التاسع والأربعون: البعد عن التكلف في الأقوال والأفعال

العفوية والصدق في التعبير عن الذات دون تصنع.

التحدث ببساطة تفهمها العقول والقلوب بلا استعراض.

التحرر من نظرة الإعجاب المصطنع من الآخرين.

السر الخمسون: تخصيص وقت للخلوة والتفكر

الجلوس مع النفس لمحاسبتها وتصفية حساباتها مع الله.

التفكر في ملكوت السماوات والأرض وما خلق الله.

استمداد السكينة الداخلية من عمق الاتصال بالخالق.

السرا الحادي والخمسون: الحرص على كسب الرزق الحلال الطيب

تحري الحلال الدقيق في كل درهم يدخل الجيب والبيت.

التيقن بأن القليل الحلال يبارك فيه ويكفي ويزيد.

الابتعاد عن الشبهات والمكاسب السريعة الملوثة.

السرا الثاني والخمسون: إكرام عابر السبيل والمحتاج

مد يد المساعدة لمن انقطعت به السبل دون منّ ولا أذى.

تقديم الطعام والشراب والملجأ بروح رحبة ومضيافة.

استشعار فضل إطعام الطعام وإفشاء السلام.

السر الثالث والخمسون: التخلص من فضول الفضول ومتابعة تفاهات
الناس

غض البصر والسمع عما لا يغني ولا يسمن من جوع في أخبار الخلق.

توجيه الاهتمام نحو بناء الذات والعائلة والمجتمع المحلي.

إغلاق النوافذ الرقمية والإعلامية التي تبدد الأوقات.

السر الرابع والخمسون: حب الصمت وتوقير القول النافع
الاحتفاظ بالكلام الجميل والحكمة الموزونة لوقت الحاجة.

تجنب كثرة الثثرة التي توقع المرء في الخطأ والزلل.

إدراك ثقل الكلمة وأثرها الباقي في نفوس السامعين.

السر الخامس والخمسون: الصبر على أذى الجيران والناس

مقابلة الإساءة بالإحسان تذليلاً للقلوب القاسية.

العفو والتجاوز طلباً لمرضاة الله لا لثناء المخلوقين.

حفظ المودة العامة وعدم تأجيج الصراعات الصغيرة.

السر السادس والخمسون: العناية بالحيوانات والرفق بها

سقي الحيوانات وإطعامها والرفق بها كمنهج حياة رحيم.

حصان ... ماعز ... حمار...

عدم إلحاق الأذى بأي كائن حي دون مبرر شرعي أو ضرورة.

استشعار رحمة الله التي وسعت كل شيء.

السر السابع والخمسون: اليقين بأن الفرج مع الكرب
عدم القنوط عند اشتداد الأزمات والضيق المادي أو المعنوي.
اللهم اقسم لنا من خشيتك ما تحول به بيننا وبين معصيتك ... ومن اليقين
ما تهون به علينا مصائب الدنيا

انتظار الفرج بحسن ظن وثقة مطلقة بعدل الله وحكمته.

إدراك أن مع العسر يسراً وأن الليل يتبعه الفجر لا محالة.

السر الثامن والخمسون: الاعتدال في كل مناحي الحياة
تجنب الإفراط والتفريط في الأكل والشرب والعمل والعواطف.
سلوك الوسطية التي أمر بها الشرع واستقرت عليها الفطرة.

حفظ طاقة الجسد والروح من الاستنزاف غير المبرر.

السر التاسع والخمسون: زيارة القبور والاعتبار بالموت
تذكر الدار الآخرة عند رؤية القبور وأهلها تحت التراب.

خلع جلاباب الكبر والتعلق الفاني بالدنيا الزائلة.

الدعاء للأموات واستشعار سرعة انقضاء رحلة الحياة.

السر الستون: البساطة في الضيافة والاستقبال
فتح بيوت طيبة الطعم والريح بأيسر الموجود.

التركيز على الأنس والأحاديث الدافئة لا تكلف الأطباق.

إشعار الضيف بأنه صاحب البيت ومن أهله.

السـر الحادي والستون: حسن الاستماع لمن يكلم المرء

إعطاء المتكلم كاملاً الانتباه والتقدير دون مقاطعة.

الإصغاء بقلب مفتوح لفهم مقصود الطرف الآخر بصدق.

احترام آراء الناس وخبراتهم الحياتية المتنوعة.

السـر الثاني والستون: التحرر من حب المدح

العمل بصمت وإخلاص دون انتظار لتصفيق أو إطراء بشري.

التحرر من آفة الرياء والسمعة في أعمال البر والخير.

الاكتفاء بعلم الله ورضاه عن السر والعلن.

السر الثالث والستون: البعد عن الترف في في الملبس والمأكل أو المسكن

اختيار الطيب المعتدل دون إسراف أو تبذير يفسد القلوب.

تذكر الناس ... المحتاجين عند التمتع بنعم الله الواسعة.

شكر المنعم بالعمل والبذل لا بالبهجة والمباهاة.

السر الرابع والستون: المداومة على العمل الصالح وإن قلّ

اختيار الأعمال النافعة والمستمرة ولو كانت يسيرة وثابتة.

تجنب الانقطاع المفاجئ والحماس المؤقت المهلك للطاقة.

إدراك أن أحب الأعمال إلى الله أدومها وإن قلت.

السر الخامس والستون: إدخال البهجة على قلوب الأطفال
مسح العبرة عن وجه يتيم أو ملاعبة طفل بابتسامة صافية.

زرع الطمأنينة والأمان في نفوس الصغار بحنان نقي.

تربيتهم على قيم الصدق والرجولة والبساطة والخير.

السر السادس والستون: الرضا بالمكان والبيئة المحيطة
حب القرية أو المكان الذي يعيش فيه المرء والتعلق بترابه.

العمل على إعمارهِ وتجميلهِ بأبسط الأدوات المتوفرة.

تجنب الشكوى الدائمة والتذمر من جغرافية الواقع.

السر السابع والستون: حفظ اللسان عن الغيبة والوقيعة

صيانة المجلس عن الخوض في أعراض الغائبين.

توجيه الدفة نحو الإصلاح المباشر والنصح بالرفق.

تنظيف مجالس الأنس من أدران اللسان وسقوطه.

السر الثامن والستون: الاعتماد على الذاكرة الحية والتفكر

التقليل من الاعتماد المفرط على المشتتات الرقمية في حفظ القيم.

إعمال العقل في تدبر السنن الكونية والتجارب اليومية.

بناء وعي ذاتي متين ومستقل عن التيارات الجارفة.

السر التاسع والستون: الصبر على طاعة الله والثبات عليها

مجاهدة النفس في أداء الصلوات والعبادات بخشوع.

الثبات على المبدأ الحق ولو قل السائرون في طريقه.

وفي الصعاب تخيل أنك تعيش مع محمد رسول الله وأصحابه في كل
مراحل دوته ... واجعل رسول الله لك قدوة في كل مواقف الحياة ... همم
تناطح الجبال والسماء ثباتا وهمه عالية في أي عمل مصنع مثلا لانتاج
الألات الزراعيه الصغيرة ... والله يا عم لو وضعوا الشمس في يميني
والقمر في يساري على ان اترك هذا الأمر ما فعلت ... حتى يتمه الله أو أن
أهلك دونه ... وأيضا ... يا أيها المزمّل ... يا أيها المدثر... يا أيها النبي
والاستعانة بالله في كل عثرة أو فتنة تواجهه المسير.

السر السبعون: التواضع في طلب العلم ونشره
الاستماع لمن هو أدنى سناً أو منزلة بحسبان الحكمة ضاعة المؤمن.

نشر المعرفة النافعة بأسلوب بسيط يسهل فهمه على العامة.
التحرر من الاستعلاء المعرفي والغرور الفكري.

السر الحادي والسبعون: العناية بالكتب والأدوات النافعة
الحفاظ على الأدوات وصيانتها لتستمر في خدمة صاحبها طويلاً.

تقدير قيمة العلم المحفوظ في السطور والصدور.

إعادة تدوير المصادر والاستفادة منها لأقصى حد ممكن.

السر الثاني والسبعون: صفاء النية في كل حركة وسكون

استحضار رضا الله في الأفعال اليومية الصغيرة والكبيرة.

تحويل العادات المادية العادية إلى عبادات بالنية الصالحة.

طهارة القلب من أغراض الدنيا الخسيسة.

سرقة ... زنا او مقدماته ... خمر ومخدرات أو خلافه ... وأحرص على
طهارة الظاهر والباطن... فهي حبال مزله لا تقترب منها حتى لا تصيدك
أنت وكرامتك ومالك واسرتك ... وتذكر دائما اللي يخاف ربه متخاف منه
ولا تخاف عيه ... وتذكر دائما إن الله يحب التوابين ويحب المتطهرين ...
والقبول بيد الله وحده بل يعطي وسام لمن كان خطاه كثيرا ورجوعه
أيضا كثيرا ... نعم العبد إنه أواب ... اغلط بس اغلط صح فكل بني آدم
خطأ اغلط بس اغلط غلطه متعيش معاك العمر كله

السر الثالث والسبعون: تجنب التسويف والتأجيل المؤذي
إنجاز المهام في أوقاتها دون تراكم يثقل الكاهل والنفس.

استغلال نشاط الصباح في قضاء ما يلزم من عمل.

إدراك أن الوقت مر السحاب وأن ما فات لا يعود.

السر الرابع والسبعون: الرحمة بالضعفاء والمساكين
تفقد أحوال الجيران والأقارب المحتاجين بصمت كامل.

مد يد العون والمعونة دون انتظار مقابل أو شكر.

تذوق حلاوة جبر الخواطر الإنسانية النقية.

السر الخامس والسبعون: الرضا بتقلبات الأيام والأحوال
تقبل الشتاء ببرده والصيف بحرّه واليسر والضيق والغنى أو الفقر...
بصدر رحب.

إدراك أن الحياة دار ترحال وليست مقراً ثابتاً ومستقراً.

الثبات النفسي عند المحن والابتلاءات المختلفة.

السر السادس والسبعون: الحفاظ على الطهارة والنظافة الشخصية
تعهد البدن والثياب بالماء والطهر والنقاء المستمر.

إدراك أن النظافة من الإيمان وانعكاس لطهارة الروح.

العناية بالتفاصيل الصغيرة في المظهر الهادئ النظيف.

السر السابع والسبعون: الاستغناء عن آراء الناس بما يرضي الله

التحرر من ضغط المجتمع الاستهلاكي والمظاهر الكاذبة.

السير بثبات نحو الهدف الحقيقي والمبدأ القويم.

عدم الالتفات لمن يسخر من البساطة والاستقامة.

السر الثامن والسبعون: إطعام الطعام وإفشاء المحبة

مشاركة الرغبة البسيط مع المحتاج والضيف بروح رحبة.

إشاعة أجواء الألفة والرحمة في محيط العائلة والجيران.

إدراك أن الطعام المبذول بحب يبارك الله فيه.

السر التاسع والسبعون: الصبر على فقر المال وغنى النفس

عدم الشعور بالدونية بسبب قلة ذات اليد المادية.

الاكتفاء بغنى القلب والضمير والقناعة الذاتية الراسخة.

إيقان أن الكرامة الحقيقية تكمن في التقوى والعمل.

السر الثمانون: ترك المراء وإن كان الحق مع المراء

إيثار سلامة الصدر والمحافظة على الود على كسب الجدل.

التنازل عن الحق الظاهري أحياناً حقناً للقلوب من التنافر.

الهدوء النفسي المقدم على لغة الانتصار الوهمي.

السر الحادي والثمانون: مراقبة الله في السر والعلن
استحضار قرب الخالق في الخلوات والظلوات تماماً كالجلوات.

الحياء الحقيقي من نظر الله إلى قلب العبد وحاله.

استقامة الضمير بعيداً عن أعين الناس ورقابتهم.

السر الثاني والثمانون: البساطة في الأعراس والمناسبات
التخلص من قيد الديون والمظاهر الفارغة في الأفراح.

التركيز على جوهر الصلة والمباركة دون إسراف مذموم.

تخفيف التكاليف لتسهيل حياة الشباب وبناء الأسر.

السر الثالث والثمانون: الوفاء للغائبين وحفظ عهدهم
ذكر المحبين والأصدقاء بالخير في غيبتهم ودعاء بظهر الغيب.

عدم التنكر لمن أسدى معروفاً قديماً وبقي وفاقاً له.

نقاء الذاكرة الإنسانية من الجحود ونكران الجميل.

السر الرابع والثمانون: تذوق متعة العمل اليدوي الخالص
حراثة الأرض، أو إصلاح آلة، أو بناء جدار بنفس مطمئنة.

الشعور بأن عرق الجبين في الحلال يطهر النفس والبدن.

ثمرة الجهد البشري المباشر أشهى وأطيب أثراً.

السر الخامس والثمانون: العفو عن الزلات الشخصية المباشرة
عدم تتبع الأخطاء الصغيرة التي يصدرها الأقارب والأصدقاء.

غض الطرف والتغافل كأصل أصيل في استمرار العلاقات.

سعة الصدر التي تتسع لزلات البشر ونقائصهم.

السر السادس والثمانون: الحفاظ على أوقات الصلاة والصلة بالله
جعل مواقيت الصلاة محاور تدور حولها تفاصيل اليوم البسيط.

الإقبال على الصلاة كراحة واستجمام روحي من صخب الدنيا.

الخشوع والسكينة في الوقوف بين يدي الخالق العظيم.

السر السابع والثمانون: التحرر من الشكوى الدائمة والتذمر
توطين النفس على حمد الله في السراء والضراء بصمت.

إدراك أن الشكوى لغير الله مذلة وتضييع للطاقة الإيجابية.

بث الأمل والتفاؤل في المحيط اليومي بالقول والفعل.

السر الثامن والثمانون: حفظ الود في الخصومة وعند الاختلاف
أدب الاختلاف وعدم الفجور في الخصومة أو تجريح الأهل.

إبقاء شعرة معاوية والقدرة على العودة للسلام متى أمكن.

سمو النفس عن الانتقام الشخصي والتشفي الرخيص.

السر التاسع والثمانون: تذكر نعم الله الصغيرة الخفية

التفكر في نعم التنفس, العافية, الأمن, والماء البارد.

شكر الخالق على ما اعتاده الإنسان فَنسي قدره العظيم.

استشعار الرضا الداخلي المستمر من تتبع المنن.

السر التسعون: البساطة في التعامل مع الأخطاء وإصلاحها

مواجهة الخطأ بالاعتراف والاعتذار دون مكابرة أو لجاجة.

السعي السريع نحو الإصلاح والتقويم بروح إيجابية.

الاستفادة من التجارب والتعلم من الدروس بحكمة.

السّر الحادي والتسعون: الاستغناء عما لا يضر فقده
العيش بأقل قدر ممكن من الاحتياجات الاستهلاكية المظهرية.
إدراك أن حرية الإنسان تكمن في قلة ما يحتاجه من الأشياء.

خفة الروح والجسد في السفر والترحال والحياة.

السّر الثاني والتسعون: الصبر على فقد الأحبة والابتلاءات
احتساب المصاب الجلل عند الله بيقين واسترعان صابر.

عدم الجزع المذموم والرضا بقضاء الله وقدره النافذ.

إبقاء الأمل حياً بقاء في دار لا عناء فيها ولا فراق.

السر الثالث والتسعون: توريث القيم الصالحة لا الأموال الفانية

الحرص على تعليم الأبناء الصدق، المروءة، والعمل اليدوي.

ولو الاتنين يبقى خير ونور على نور

ترك سمعة طيبة وأثر حسن في نفوس الجيل القادم.

إدراك أن المال يذهب ويبقى الأثر النافع.

السر الرابع والتسعون: حب الاستغفار والتسبيح في الأوقات كلها

جعل اللسان رطباً بذكر الله أثناء المشي والعمل والجلوس.

محو خطايا النهار والليل بالاستغفار المتواصل والدائم.

طمأنينة القلب بذكر الله وألا بذكر الله تطمئن القلوب.

السر الخامس والتسعون: البعد عن تكلف الضيافة والإسراف فيها

تقديم الموجود برحب وجه وبشاشة صادقة دون تصنع.

إسقاط الحواجز الرسمية المصطنعة بين الأهل والأصدقاء.

إعلاء قيمة الأنس الروحي على وفرة الطعام والشراب.

السر السادس والتسعون: الرضا بما قسم الله من عقل وجسد ومظهر

التصالح مع الخلقة والقدرات الشخصية دون تدمير وسخط.

استثمار ما أعطى الله من طاقات في نفع النفس والناس.

ثقة النفس الهادئة والمستقرة في داخلها تماماً.

السر السابع والتسعون: ترقب الموت بزاد صالح وخفيف الحساب

إبقاء الصفحة نظيفة والديون مسددة والقلب سليماً طاهراً.

الاستعداد للرحيل في أي لحظة دون تعلق مادي مزعج.

السعي الدائم لأن يكون الأثر بعد الرحيل خيراً خالصاً.

السر الثامن والتسعون: إكرام ذوي القربى والمحتاجين بصمت

العطاء في الخفاء ودون إحراج لمن يعينهم المرء.

حفظ كرامة المحتاج وجبر كسره بكل لطف ومحبة.

تذوق حلاوة الإنفاق الخفي الذي لا تعكره منة ولا أذى.

السر التاسع والتسعون: صفاء الروح من الأحقاد والضغائن الطويلة

غسل القلب كل مساء من أدران اليوم وغبار تعامله البشري.

إبقاء صفحة اليوم جديدة وبيضاء مع كل شروق شمس.

العيش بخفة روح ملائكية لا تثقلها تراب الأرض الفانية.

السرمائة: إدراك أن الحياة رحلة عابرة وباب لدار الخلود

فهم الغاية الكبرى من الوجود الإنساني المكتفي بالبساطة.

جعل كل خطوة وعمل وابتسامة رصيذاً حقيقياً للدار الآخرة.

الاستعداد للقاء الله بقلب سليم، ويد باذلة، وروح راضية مطمئنة.

خاتمة الكتاب

وفي نهاية هذه الرحلة الهادئة بين أسرار البساطة واليقين، يبقى العبرة ليس فيما نجمع ونكدس، بل فيما نقدم ونترك خلفنا من أثر طيب وثرى صالح. إن الحياة البسيطة ليست حرماناً، بل هي تحرر واعي من قيود التكلف ومظاهر الزيف التي تنهك الروح وتثقل الخطى.

نسأل الله أن يجعل هذه الكلمات زاداً خالصاً تقرباً إليه، ومفتاحاً لكل قلب يبتغي السكينة والرضا، وأن تظل الأكف باذلة للخير سراً وعلانية، والقلوب معلقة بالدار الباقية، حيث لا ينفع مال ولا بنون إلا من أتى الله بقلب سليم.

أخيراً ... الذي لا يهاب الموت بل يتمنى لقاء الله ... يقينا بما عنده من خير كثير والفوز الكبير ... جزاء لكل خير قدمته لحياتك الحقيقة ... حياة الخلود والتنعم والسعادة الأبدية في جنات عدن تجري من تحتها الأنهار والفوز بلذة النظر إلى وجه الله الكريم ... الودود ... الشكور ...

وذلك هو الفضل المبين

بهذا فقط ... تنحني أمامك جميع الصعاب في هذه الدنيا الفانية

ظهر الكتاب

هذه ومضات لا تُقرأ بعين الاستعجال، بل تتأمل بقلب يبحث عن
الطمأنينة الحقيقية والخلاص من صخب الحياة المعاصرة. في زمن أثقلته
المظاهر الزائفة وأغرقه التنافس المحموم، يأتي هذا الكتاب ليضع بين
يديك مفاتيح النجاة والسكينة، مستهلاً بحكمته الخالدة: الدنيا في يدهم
وليست في قلوبهم... ينفقون بالليل والنهار سرا وعلانية موصلاتي
للخير.. شحن سريع للدار الآخرة. إنها دعوة صادقة لنفض غبار التكلف
والعودة إلى الفطرة النقية، لتدرك أن السعادة تكمن في خفة الروح،
وصفاء السريرة، وتدبر أسرار البساطة التي تجعل عمرك زاداً مباركاً
وموصولاً أبداً برضا الخالق

أكثر ما يبهر في رحلتنا داخل هذا الكتاب ... هو هذا التناغم العجيب
بين دقة الصنعة المادية الخشنة — من تصميم الآلات والورش والتروس
— وبين رقة الروح التي تتأمل البساطة، وتبني معالم "الحياة البسيطة"
بكلمات تقطر زهداً و يقيناً، حتى لكأنك تنحت الكلمات والكتل من طينة
واحدة: طينة الإنسان الذي عرف ربه فاستغنى به عن كل ما سواه.

إضافات

كن مع الله ولا تبالي كلمات مؤثرة من مصطفى محمود تغيّر نظرتك
للحياة

<https://www.youtube.com/watch?v=hGT6o7MenJs>

اليقين | أسرار وصدّات | The secrets of certainty | أمين
صبري | Amin Sabry

<https://www.youtube.com/watch?v=AW4XncYOojk>
[&t=917s](#)

رحلة إلى جهنم - تحذير قبل المشاهدة! أمين صبري

<https://www.youtube.com/watch?v=4KgEQsZVd30>
[&t=1570s](#)

(الخوف من الله) وتأثيره الاقتصادي والسياسي - أمين صبري

<https://www.youtube.com/watch?v=1DmwgdxK5m>

[Q&t=1961s](#)

أسرار التوكل | لماذا يحب الله المتوكلين بشكل خاص | أمين صبري

<https://www.youtube.com/watch?v=IqJ9THhxEFE>

[&t=842s](#)

العبادة طريقك للرزق | اعبدْهُ كما يُريدُ يَرْزُقُكَ كما تَشَاءُ | أمين صبري

حلقة جريئة جدًا مع د. ضياء العوضي | الحقيقة الكاملة عن نظام

الطبيات

<https://www.youtube.com/watch?v=xBJDf1L6UzM&>

[t=335s](#)

سينتهي الخوف من حياتك نهائياً اذا عرفت هذا السر- كريم الشاذلي

https://www.youtube.com/watch?v=AR0M_Pmwu

[Go](#)

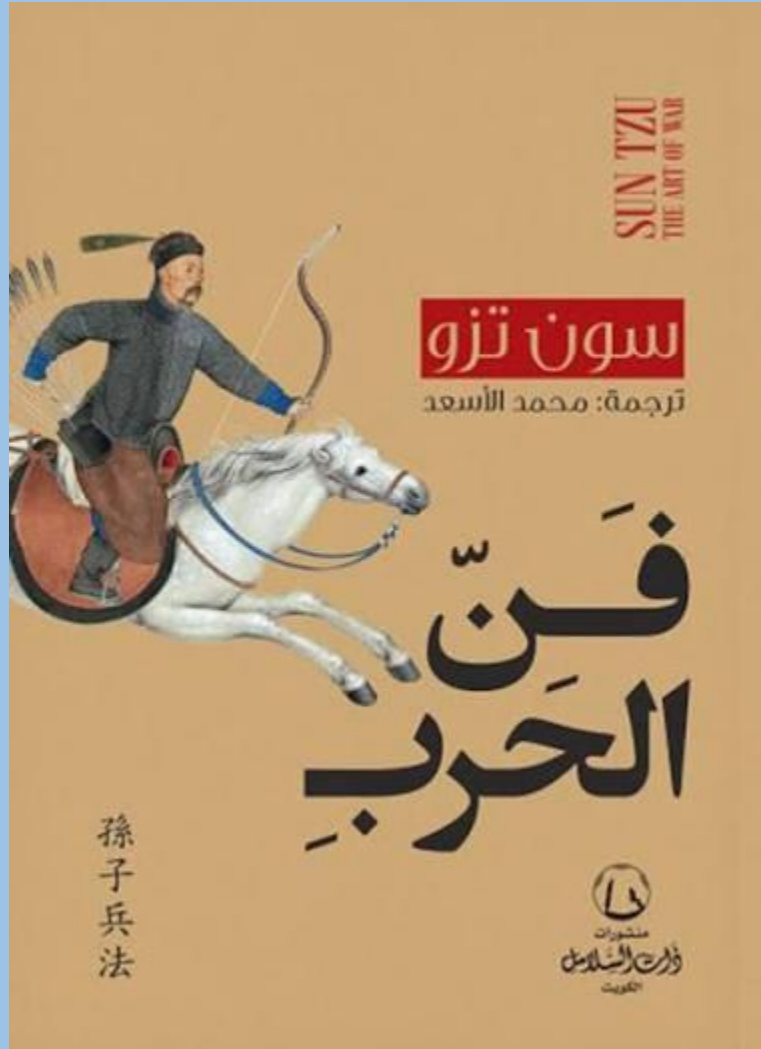
كتب مهمه
القرآن الكريم



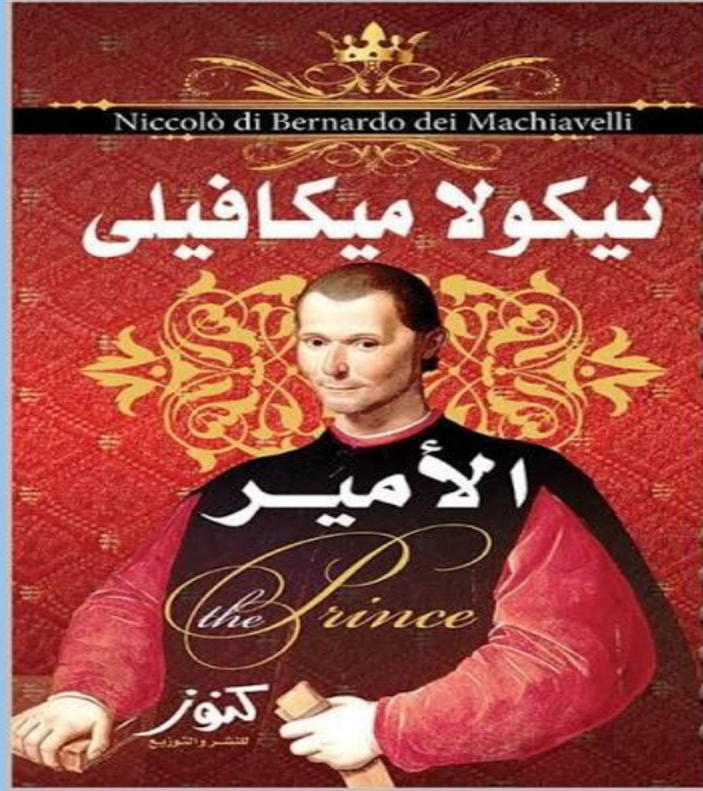
وكذلك الكتاب المنظور... خلق الكون والإنسان والتأمل في خلق الله
حتى تصل إليه

فن الحرب ..صن تزو

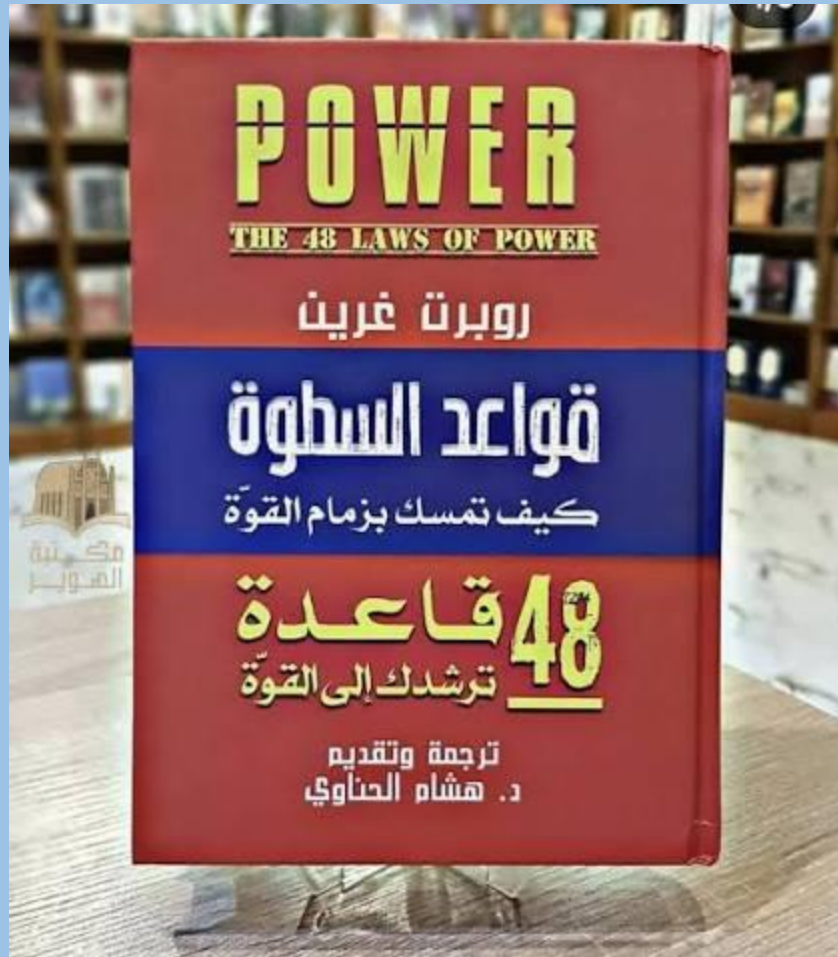
عدو عاقل خير من صديق جاهل



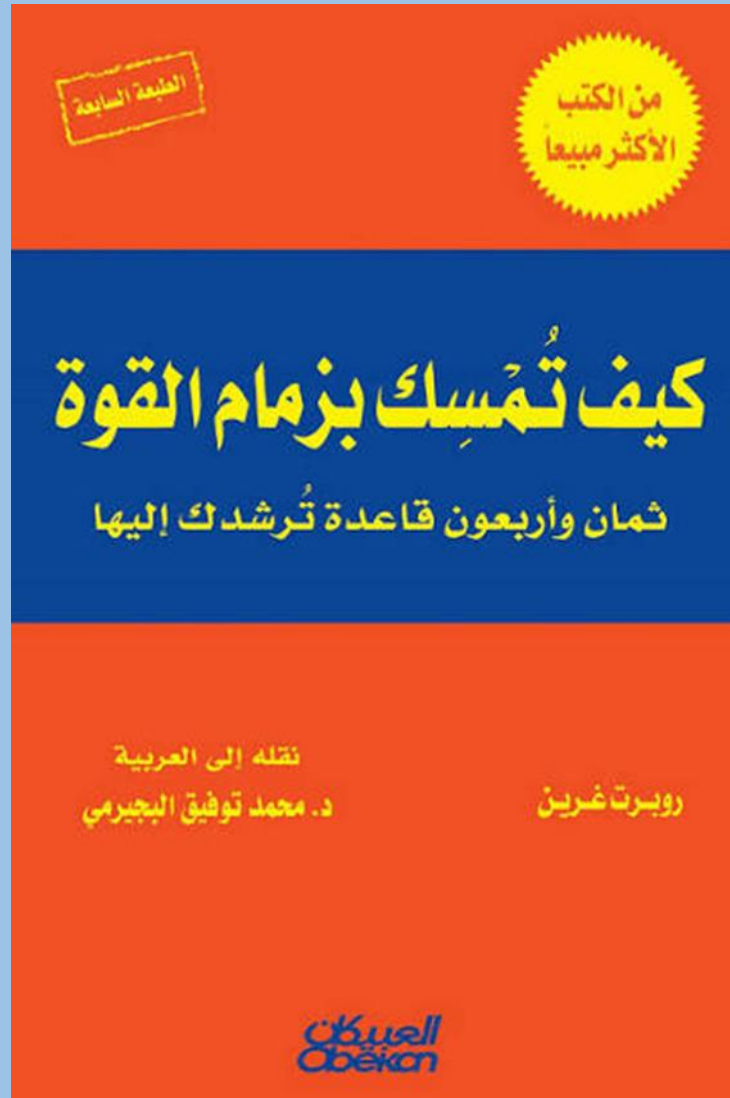
اعرف كيف يفكر عدوك



اعرف كيف يفكر عدوك



اعرف كيف يفكر عدوك



ثم تركها ورحل ... وترك خلفه الأثر الطيب

تأملات تحت ظل شجرة ... في سعة القرآن الكريم ... وصحبة زاد اليقين



فكرة ونسقي

www.foula-book.com

1

FOULABOOK.COM

وَيَكْأَنِي

من عتمة الغفلة إلى نور اليقين

خمس محطات وجودية • صحو القلب • صلو الروح • لذا النظر إلى وجه الله

→ حبل
→ ميزان
→ موت
→ خلقة
→ خصوصية

دعوة
للتفكير والتدبر
في عواقب
الأمور

صار مشاكل مع الدنيا ومع جميع الناس (خلوهم وشرهم)
متجهاً لله وحده... ودار الخلد... ولذا النظر إلى وجه الله الكريم

عصام سعد إبراهيم الصاوي
فكرة وتنسيق

FOULA&BOOK.COM

٤٨ قانون في التجارة والبيع والشراء و إدارة الاعمال

تجارة لن تبور

مع الله ومع نفسي ومع الناس



فكرة وتنسيق

عصام سعد ابراهيم الصاوي

الطبعة الثانية

نسخة مطورة

FOULABOOK.COM

المصفوفة الحيوية

التناغم الكيميائي بين الإنسان والحصان

دراسة علمية شاملة للارتباط بين الكيمياء الحيوية، وظائف الجسم،
كيمياء المشاعر، والتأثيرات العقلية في كل من استلثاتيين.



كيمياء الجسم
والعناصر الأساسية



العصبية والمخاطبة
والشعور



تجهيز الدموي
والنفس



الهرمونات
والخلايا العصبية



الطبيعة والبيئة
وأهمية البيئة الصحية

46

ساحة الإنسان
لترى من العلم
وأهميته وأبعاده
وتعلم من الحصان
نظام التفكير وكيفية
الجسد ووظائف القلب

18

بين العلم والطبيعة والإيمان

رحلة لهم جسد الإنسان وروح الحصان
تعد ساحة متكاملة وحياة متوازنة



قوة وبنية
متفوقة



ساعة وتوازن
داخلي



دم نقي
والكسجين والبر

غذاء وتنسيق



قدرة وتحمل
واستمرارية



وطاء ونظام
ومخاطبة ساحة

عصام سعد إبراهيم الصاوي

FOULABOOK.COM

عيشها ببساطة

