

قناديل



د. محمد محمود أستاذ





قناديل



قناديل
د. محمد محمود أسعد
المكتبة العربية
المكتبة العربية
الأولى
9693 / 2025
978-977-9658-64-3

اسم الكتاب:
اسم الكاتب:
المراجعة اللغوية:
تصميم الغلاف:
الطبعة:
رقم الإيداع:
الترقيم الدولي:



almaktaba79@gmail.com



Facebook.com/almaktaba79



01030365801 – 01014977934

جَمِيعُ الْحَقُوقِ مَحْفوظٌ

للمكتبة العربية للنشر والتوزيع، ولا يجوز استخدام أي من المواد التي يتضمنها هذا الكتاب، أو استنساخها أو نقلها، كلياً أو جزئياً، في أي شكل وبأي وسيلة، دون الحصول على إذن خطوي من الناشر.



قناديل

مجموعة مقالات متنوعة

د. محمد محمود أسعد



رؤى روحية وجدانية في كتاب "قناديل"

بقلم أ. سما ساوي بغدادي¹*

مقدمة

كان لي شرف القراءة الأولى لكتاب "قناديل" للدكتور المبدع محمد محمود أسعد الذي خصني في تقادمه.

يأتي كتاب "قناديل" ليضيء زوايا من الفكر، ويُسلط الضوء على قضايا مجتمعية وثقافية متنوعة بأسلوب راقٍ يجمع بين البساطة والعمق، لما يتاز به الكاتب بثراء قاموسه الثقافي، وقدرته على استيعاب مختلف القضايا المطروحة بوعي ناضج وإحاطة شاملة، مما يجعل قراءة منشوراته تجربة ممتعة ومثيرة للشغف.

إن ما يميز هذا الكتاب ليس فقط تنوع المقالات التي يحتويها، بل أيضًا الأسلوب السلس الذي يعكس عمق الفكر وسعة الاطلاع. فكل مقال هو بمثابة قنديل يُبَدِّل ظلمة الجهل، وينح القارئ معرفة ثمينة وإلهاماً فكريًا يدفعه للتأمل وإعادة النظر في الواقع من زوايا جديدة.

كتاب "قناديل" يجمع بين المعلومات القيمة والمتعة المعرفية، ويحفّز القارئ على التفاعل مع محتواه بروح منفتحة ونظرة تحليلية.

¹) *أديبة وناقدة عراقية

فمن خلال هذا العمل، يؤكد الكاتب على أهمية نشر الوعي وإثراء العقول، ليبقى "قناديل" نبراساً لكل من يسعى لاكتشاف الحقيقة وتطوير الذات والمساهمة في نهضة مجتمعه.

وطئة

يأخذنا كتاب "قناديل" في رحلة نحو جوهر الإنسان، حيث تتجلى فيه إشارات روحية تحاول أن تمّس الروح قبل العقل، وتوقظ فيه إحساساً عميقاً بالذات والوجود. هذا الكتاب ليس مجرد مقالات فكرية أو تأملات فلسفية، بل هو قنديل يضيء زوايا النفس، ويعيد تشكيل الوعي الإنساني على ضوء القيم الروحية والتجربة الوجدانية.

"قناديل" ليس مجرد كتاب، بل هو شعلة تضيء دهاليز النفس، وتدفع القارئ إلى البحث عن نوره الداخلي. إنه دعوة للتأمل، للحب، للإيمان، وإعادة تشكيل علاقتنا مع ذواتنا ومع الكون. فالنصوص هنا ليست مجرد كلمات، بل مرايا تعكس حقيقة الروح الباحثة عن الخلاص والنور.

البعد الروحي للنصوص

١- الحكمة كطريق إلى النور الداخلي

تنبض صفحات "قناديل" بحكمة تتجاوز المألوف، وكأنها رسائل من عالم خفي تدعونا إلى التأمل وإعادة اكتشاف حقيقتنا. النصوص تسير في خط روحي يربط الإنسان بالكون، حيث تصبح الحكمة ضوءاً

داخلياً يقود القارئ إلى حالة من الصفاء الذهني والتوازن الروحي. فكما تنير القناديل الدروب تحتاج أرواحنا إلى الحكمة لتنير دروبها.

الحضور الإنساني في النصوص

البحث عن الذات الحقيقية

المقالات تطرح تساؤلات وجودية تمسّ جوهر الإنسان، كمن يبحث في داخله عن صوت خافت يحاول أن يعلو فوق ضجيج الحياة. هناك دعوة ضمنية للتخلّي عن الأوهام التي يصنعها العقل، والافتتاح على معرفة الذات الحقيقية، تلك التي تنبض بالنور الإلهي بعيداً عن قيود الماديات.

3-الأمل كجسر بين الأرض والسماء

يتغلغل الأمل في ثنايا النصوص كضوء روحي يربط بين المعاناة والتحرر. لا يتعامل الكاتب مع الأمل ك مجرد فكرة إيجابية، بل يراه كحالة روحية تتبع من الإيمان بأن كل تجربة هي جزء من رحلة أعمق نحو الالكمال الداخلي. فالأمل في "قناديل" ليس مجرد شعور، بل هو طاقة كونية تعيد توازن الإنسان بين الأرض والسماء.

4-اللغة كأداة للارتقاء الروحي

اللغة في الكتاب ليست مجرد وسيلة تواصل، بل هي موسيقى داخلية تشبه الترانيم الروحية، حيث تتناغم الكلمات مع إيقاع الروح.

الكاتب لا يكتفي بالسرد، بل ينحت المعاني وكأنه يسعى إلى إخراج نور مخبأ داخل الكلمات، فتشعر وكأنك أمام نصوص تتجاوز حدود الزمن والمكان، لتخاطب جوهرك العميق عبر لغة شفافة ندية بالشعور الإنساني المترف بالنقاء، مع جودة عالية في انتقاء المعلومة لتزهر المعاني بالجمال والجودة معاً.

أبعاد النصوص الإنسانية من منظور روحي

أ- الوعي كإدراك إلهي

كتاب "قناديل" الذي نالني الشرف في قراءته الأولى كتاب روحي وإنساني عالي، لا يطرح الأفكار من منظور منطقي فقط، بل يتعامل مع الوعي كحالة إدراك عميق، أشبه بانكشاف النور الإلهي داخل الإنسان. هناك دعوة ضمنية لأن يكون الإنسان أكثر إدراكاً لحقيقة، وأن ينظر إلى حياته كرسالة مقدسة، لا مجرد مسار دنيوي عابر.

ب- الحب كطاقة كونية

الحب في النصوص ليس عاطفة سطحية، بل هو قوة روحية تعيد تشكيل العالم الداخلي والخارجي. هناك حديث ضمني عن الحب بوصفه ترددًا "طاقوياً" يشبه النور، حيث يصبح الحب في أرق صوره وسيلة للوصول إلى الحقيقة المطلقة. والإيمان الحقيقي بالله واليقين المطلق به والى أن هناك وحدة كونية تربط البشرية برباط إنساني، أخلاقي



هو جوهر الوجودية والمحبة الخالصة التي خلقها الله وحققتها الإنسان
كخليفة في الأرض .

ج- المعاناة كطريق للخلاص

النصوص لا ترفض المعاناة، بل تحتضنها كجزء من التجربة الروحية والإنسانية في واقع مليء بالصراعات والكبوسات. فالألم في كتاب "قناديل" ليس نهاية، بل هو طريق للتجلي، حيث تصبح كل لحظة تحديًّا بمثابة باب يُفتح نحووعي أعمق ونور أشد إشراقاً، وإصراراً أقوى على التغيير الحقيقي .

الخاتمة

"قناديل" ليس مجرد كتاب مقالات، بل هو رحلة فكرية تحاول إضاءة العقول، وتحفيز النفوس، ودفع القراء نحو إعادة النظر في واقعهم بأسلوب يجمع بين الحكمة والبساطة. يمثل الكتاب دعوة صادقة لإحياء القيم الإنسانية، وهو إضافة قيمة لكل من يسعى للتأمل والتطوير الذاتي. ألف مبارك دكتور محمد على هذا العمل وأمنياتي لحضرتكم بمزيد من الارتقاء والتفوق.





إهدا

شكراً لكل من عمل بجد
شكراً لكل من مسح دموع الشكالى
شكراً للكل من مد يد العون للمحتاجين
شكراً لكل من أشعلوا قناديلأ ناروا لنا فيها دروب الحرية والكرامة
إليهم جميعاً أهدي عملي هذا بكل ود واحترام

محمد

إضاءة

في زحمة الحياة وتعقيداتها، نحتاج نحن البشر بين فترة وأخرى إلى وقفة تأمل تعيد إلينا وهج القيم وفحوى المبادئ، وتضيء لنا مسارات الفكر والوجودان. يأتي كتاب "قناديل" ليكون مرآة تعكس لنا نبض القلوب المتأملة وأحلامها، ومشعلًا ينير لنا دروب التغيير الإيجابي.

في كتاب "قناديل"، ستجد عزيزي القارئ مجموعة من المقالات تتتنوع بين النصيحة والإرشاد وتطوير الذات، تهدف في مجملها إلى تقديم رؤى مستنيرة فيها إضاءات فكرية، ووجهات نظر تجمع بين الأصالة والحداثة، مفعمة بالأمل والتفاؤل، تبث روح الإيجابية فينا وفي المجتمع الذي نعيش فيه.

كتاب "قناديل" ليس مجرد مجموعة مقالات متنوعة، بل هو نبضات فكرية تسعى لإلهام العقول النيرة والقلوب المتقدة. إنه رحلة فكرية تغوص في أعماق قضايا عامة بأسلوب يجمع بين العمق والبساطة، وبين التأمل والتحفيز.. رحلة فصولها متعددة تبدأ بالسلام والأمان وتنتهي بالعدل والإحسان، بين البداية والنهاية تقع سجلاتنا من نشاط وخمول، وفرح وكآبة، وصلة وفتور. كل مقال في الكتاب هو قنديل صغير يحاول أن ينير لنا زاوية من زوايا حياتنا اليومية، ويشجعنا على إعادة التفكير في أرائنا ومسؤولياتنا تجاه أنفسنا، والمجتمع، والوطن.



كتاب "قناديل" يُسلط الضوء على قضايا مجتمعية وثقافية هامة، من خلال إثراء الوعي الوطني والاجتماعي عبر طرح تساؤلات هامة وتقديم حلول عامة. مع ترك مساحة تأمل للقارئ لإعادة النظر في واقعه وما آل إليه. إنه دعوة صادقة لإنجاح القيم الإنسانية التي تجمعنا، واستلهام للأمل الذي يغذى حاضرنا لبناء غدٍ أجمل وأفضل.

المؤلف





السلام عليكم

لعل القاسم المشترك بين تحيات الشعوب لبعضها البعض هو التقدير والاحترام، لكن تتميز تحية الإسلام "السلام عليكم" عن باقي التحيات في أنها دعاء بالسلام والأمان ووعد بذلك، ولها معاني عميقة من الرحمة والمحبة والألفة بين قائلها ومتلقيها. ولنا في إلقائها والرد عليها أجر عظيم كونها عبادة وسبب في التقرب من الله والبشر، فإن كان إلقاؤها سنة فالرد عليها واجب وكما للتحيات الأخرى آداب فلتتحية الإسلام آداب وواجبات أيضاً.

تحية الإسلام عادة يُلقِيَها الصغير على الكبير، والراكب على الماشي، والماشي على الجالس، ولها أهمية بالغة لأنها من حقوق المسلمين ومتمنينا لعلاقاتهم، وهي من خصائص الأمة الإسلامية دون غيرها من الأمم الأخرى.

لإلقاء تحية الإسلام على الآخرين فوائد كثيرة منها فوائد روحانية عظيمة مثل نشر المحبة والألفة بين الناس وسبب لمغفرة الذنوب والتقرب إلى الله، ومنها اجتماعية فالتحية تزرع الود في القلوب ومحو العداوة وتستبدلها بالصدقة، ولتحية الإسلام ثواب عظيم وأجر متصاعد يكتمل بإلقائها بشكل كامل: "السلام عليكم ورحمة الله وبركاته".

إن "السلام عليكم"، و"صباح الخير"، و"مرحباً"، واي عبارات أخرى مشابهة هي تحيات أشبه بوسائل للتواصل الاجتماعي القريب والبعيد نستخدمها نحن البشر بهدف إظهار اهتمامنا بالآخرين والتعرّيف بأنفسنا، وغالباً ما تأتي التحية عند الدخول للمجالس أو بداية المحادثات البينية أو حتى المرور من الجنب أو في بداية أي لقاءات أو اجتماعات حضورية أو عن بعد.

أما بالنسبة للتحيات الأخرى، فتختلف من ثقافة إلى أخرى ومن مجتمع لآخر، وتتنوع أشكالها بين شفهية وجسدية ومكتوبة، فأما الشفهية فيشترط فيها حضور المُلقي والمُتلقِي في مكان واحد. وحسب متانة العلاقات واختلاف الحالات تحول أحياناً إلى تحية جسدية تتّنوع باختلاف عادات الشعوب وتتنوعها الثقافي والاجتماعي حول العالم، ولعل من أبرزها تحية "الهونجي" في نيوزيلندا وتكون في ملامسة الأنف والجبين مع ضغط رقيق عليهما، أما تحية اليابانيين فتكون بالخناء بسيطة تزداد أكثر كلما طلب الأمر تعبيراً أكثر بالتقدير والاحترام. إما "المانو" فهي تحية أهل الفلبين حيث تكون على شكل تلامس الجبهة لكف الشخص الأكبر سنًا كشكل من أشكال التبجيل والاحترام له. أما تحية أهل الهند فهي "الناماستي" وتكون بضم اليدين ورفعهما إلى الصدر. إما عند الباكستانيين فتكون بالاحتضان ووضع الكفين خلف ظهر الشخص الآخر، أما في فرنسا فتكون التحية بتقبيل الوجنتين وفي روسيا بتقبيل الخدين ثلاث مرات مع المصافحة، أما في مجتمعاتنا العربية فغالباً ما تبدأ بإلقاء التحية الشفهية وخاصة تحية



الإسلام (السلام عليكم) وان اقتضت الحاجة إلى المزيد من التعبير عن التقدير والترحاب تتحول التحية إلى تحية جسدية على شكل قُبَّل على الخدين عند غالبية أهل الشام ومصر، أو على الجبين والكتف عند أهل السودان، أو المخاشمة (تقريب الأنوف لبعضها) كما عند أهل الخليج العربي.

أما النوع الآخر من التحية فهو التحية المكتوبة التي تقرن بالبعد المكاني حيث بُدء في استخدامها في المراسلات الشخصية والعامة ووسائل التواصل الاجتماعي والنقل المباشر والعمل عن بعد.



الوطن يا ولدي نعمة

قديماً، قالوا إن لم يكن لك كبيرٌ فاشترِ كبيراً، وانا أضيف إن لم يكن لك وطنٌ فابحث عن وطن، فالكبير والوطن نعمتان لا نشعر بقيمتهمما وضرورة تقديرهما إلا بفقدهما.

الكبير يا ولدي هو الناصح الأمين والسد الورىن، والوطن هو الحضن الواسع والقلب الجامع.

مهما يكن يا ولدي لا تعتاد نعمة وجودهما في حياتك لأن اعتياد النعمة يقلل من قيمتها ويجحد حقها وتصبح كأنها تحصيل حاصل. قيمة الوطن يا ولدي أغلى من أي احتساب وارفع من أي مستوى، لأن الوطن نعمة عظيمة عليك شكرها وتعظيم قيمتها، لأنها مصدر للأمان والطمأنينة ومكان للراحة والذكريات والانتماء.

الوطن يا ولدي أكثر من أرض نأوي إليه متى نريد، إنما هو حضن آمن ومصدر فخر وهوية.

للأسف كثيرون يا ولدي لم يعرفوا قيمة الوطن إلا عندما تركوه لأي سبب كان سواء لسفر برغبة أو بإجبار، في غربتهم تراهم يعيشون على حب أوطانهم وذكرياتهم الجميلة فيها والارتباط بها مهما عانوا من قسوة المتسليطين عليها، مهما تغربوا عن أوطانهم، تبقى لهم لحظات مليئة بالهدوء ومفعمة بالذكريات، في كل شارع لهم فيه قصة ورواية، في كل مكان لهم فيه جمال واثر في القلب لا يفني.

في غيابهم عن أوطانهم أجسادهم لم تعد قادرة على تحمل
الصدمات ولا مقارعة الخطوب، أجسادهم أمست كقلوبهم بحاجة
ماسة للراحة هناك، فمهما فعل المتسلطون في أوطانهم من تجفيف
للجذور وتنشيف للبحور، وتهديم للجبال، وتقليع للأشجار، وتغيير
منهج مجريات الأمور لا تنضب أشواؤهم لأوطانهم لأنها لهم الحب
الخاص والشوق الجارف ومهوى الفؤاد فيها تسكن الروح مهمما ابتعدوا
خلال تغريبتهم القسرية، وتبقى أوطانهم لهم البوصلة التي تُوجه
أسفارهم ولو بعد حين.

الوطن يا ولدي ليس إلا أم رؤوم لا يقصي أحدا من أبنائه مهمما فعلوا،
يعفو عنهم يسامحهم ويدعو لهم بالهدایة، يتنتظر عودتهم بفارغ صبر.
الوطن يا ولدي أب رحيم يحنون على أبنائه رغم كل ما تعرض إليه من
ضغوطات، هو لا يهجرهم كما هم يفعلون، هو يحتويهم ويحنون على من
تبقي منهم بود، ويأمل برجوع من ابتعد منهم واغترب، ويحزن بأسى على
من اختطفته أيادي الموت بقسوة.

الوطن يا ولدي ليس جغرافية وتاريخ وحسب بل هو قلب كبير
يحتوي الجميع، هو ليس سيفاً مسلطاً على رقاب أبنائه، وهو ليس بقوانين
بشرية لتهجير أولاده، هو أحياناً محكوم وغالباً مظلوم مثله مثل
ينتظر فرجاً عاجلاً ليعود كما كان حاضناً للجميع.

الوطن يا ولدي يبكي كما تبكي أنت وينزف كما تنزف أنت إن تسلط
عليه أوغاد، وهو وجه صبور وثغر مبتسם وقد مياس إن أداره حكماء.



اعلم يا ولدي أن الوطن لا يموت طالما يعيش في قلوبكم، صحيح أنه قد يمر بحالات من الضعف قد تصل لحد الانهيار نتيجة اضطرابات داخلية أو اعتداءات خارجية لكنه أبداً لا يموت، ولئن قيل ذلك فيكون القول مجازياً لا أكثر، لأن موت الأوطان إنما يرمز إلى فقدان القيم، والهوية، والاستقرار عند أبنائها. ولعل شيئاً من هذا القبيل يحدث عندما تسيطر الأنانية عند السلطة المتحكمة فيه فينتشر الفساد في مفاصل الحكم والمجتمع ويتراجع الولاء ويتلاشى الانتماء، لكن رغم كل ذلك تعود الأوطان للحياة من جديد في أي لحظة بإرادة إبنائها وإعادة إعمارها على القيم والعدالة والعمل الهاذف والم المشترك.

مهما يكن يا ولدي، إن رحل عنك أبواك وأظلمت الدنيا في وجهك وكان لك وطن فأنت لست بيئيم ولا بمعزول عن الدنيا ولا تعيش في عزلة عاطفية، إن كان لك وطن فلك ظهر تستند إليه ولك حصن تأوي إليه دون خوف من قادم.

اعلم يا ولدي أينما كنت في هذا العالم الفسيح فلك حقوق على وطنك وله عليك واجبات. إما حقوق المواطنة فتأتي في تقديم التعليم والرعاية الصحية والعمل والحماية بما يضمن لك حياة كريمة ومستقرة، وأحياناً تخطي هذه الحقوق حدود البلاد وتحفظ خارجها كالحماية وفقاً للأعراف الدولية والقوانين والتشريعات. لكن يختلف مستوى تطبيق هذه القوانين وفقاً لمدى متابعة التنفيذ. كثير ما نسمع عن تدخل سفارة بلد ما في متابعة شؤون مواطنيها المقيمين في بلد آخر حفاظاً على حقوقهم المالية والإنسانية.



أما عن واجباتك كمواطن فهي توازي حقوقك، واهمها الدفاع عن وطنك وحماية حدوده ومصالحه وسمعته، واحترام قوانينه والالتزام بها، والمشاركة في نهضته وتنميته، والحفاظ على بيئته وممتلكاته العامة والعناية بموارده الطبيعية ومرافقه العامة. وحسن الانتماء إليه والولاء له.

كن فخراً لوطنك يا ولدي يكن فخراً لك



مشكلة اعتياد النعمة

من الطبيعي جداً أن يتنعم الإنسان بما رزقه الله وان يحمده ويشكره على ما منّ عليه من عطايا وأرزاق، لكنه من غير الطبيعي أن يعتاد على النعم الموهوبة له وتصبح عنده تحصيل حاصل لأن مفهوم الاعتياد في هذا الخصوص يُشير إلى حالة المرء غير المدرك أو غير الممتن للنعم التي يملكتها بسبب تعوده عليها وكأنها أصبحت جزءاً لا يتجزأ من حياته اليومية مما يفقد الشعور بقيمتها وفضائلها، فيبدأ في التعامل معها وكأنها أمر طبيعي متوفّر طوال الوقت.

حدّارٍ أيها الإنسان أن تكون هكذا وإنْ توقع غضب الله عليك وغياب البركة عما أنت فيه.

يمكن تعريف الاعتياد على أنه نوع من أنواع التعلم غير الترابطي الذي يتضمن تناقض الاستجابة الفطرية للموجودات من حولنا إثر التعرض المتكرر لها. بهذا يكون المفهوم العام للاعتياد على أنه عملية تعود على وجود شيء معين أمامنا أو في متناولنا من خلال تكرار وجوده وكثرة توفره.

لا شك أن لاعتياد النعم أسباب، من هذه الأسباب كثرتها مما يجعل المرء غافلاً عن شكر الله عليها حتى انه يراها حقاً مكتسباً لا يرجع فضل أصلها إلى مصدرها الحقيقي مما يؤدي بصاحبها إلى التكبر والغرور معتقداً بأنها حق وليس هبة من الله، الأمر الذي يدفعه إلى الجحود وعدم الاعتراف بفضل الله عليه فيها مما قد يؤدي إلى زوالها.

ولعل خير مثال على مقصد المقال قصة قارون صاحب الثروة الهائلة حتى أن مفاتيح خزائن كنوزه المتنوعة كان يشق حملها على مجموعة من الرجال الأقواء. وكيف جعلته ثروته الكبيرة تلك متكبراً على من هم حوله، ظالماً لقومه، ومتجاهلاً لنصائح كانت تأتيه بضرورة الإحسان وعدم الفساد، لكنه كان دائماً يقابل تلك النصائح بالرفض جازماً أن ثروته تلك جاءته من علمه وتجارته.

إن اعتياد قارون على وجود الثروة والرفض للنصائح قاده إلى غطرسة وتجاهل لمصدر النعمة وواهبيها. ونتيجة لذلك خسف الله به وبداره الأرض، ليكون عبرة لمن يعتبر. وقد أخبرنا الله جل شأنه وتعالى قصة قارون في سورة القصص فقال: (قَالَ إِنَّمَا أُوتِيتُهُ عَلَى عِلْمٍ عِنْدِي) فجاءته النتيجة (فَخَسَفْنَا بِهِ وَبِدَارِهِ الْأَرْضَ فَمَا كَانَ لَهُ مِنْ فِتْنَةٍ يَنْصُرُونَهُ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَمَا كَانَ مِنَ الْمُنْتَصِرِينَ)، ولعل العبر من قصة قارون كثيرة منها: وجوب الاعتراف بفضل الله علينا بما أعطانا من أرزاق ونعم، وإن أي ثروات ونجاحات عند المرء إنما أتت بفضل وتوفيق من الله، ووجوب شكر الله عليها، والتحذير من جحودها، قال تعالى (لَئِنْ شَكَرْتُمْ لِأَزِيدَنَّکُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ) سورة إبراهيم آية 7. والتحذير من الغرور والتكبر جراء توفر الثروة لأن ذلك انحدار أخلاقي وتعالي على من هم دونه يقع فيه كثير ممن وسع الله عليهم ويؤدي بهم غالباً إلى الهالك. ووجوب استخدام الثروة للخير وليس لفعل الشر والرذيلة. ومن أسباب اعتياد المرء على النعم أيضاً الروتين اليومي وتكرار الحصول عليها بشكل يومي دون انقطاع.

وكان كل ما تكرر عنده تقرر، فاعتياد المرء على ما رزقه الله من أعمال وممتلكات يجعله معتاداً عليها وينسى قيمتها الحقيقية. كما أن فرط الانشغال بالحياة والانغماس في مباحثها يُعد من أسباب اعتياد النعمة كونه يُقصي المرء عن أهمية النعم الموهوبة له وعن تقديرها ويبدأ تركيزه على ما يفتقد به من تقدير ما يمتلكه.

من أسباب اعتياد النعمة أيضاً المقارنة بالآخرين والغيرة من يمتلك أكثر الأمر الذي يُقلل من قيمة ما يمتلك المرء نفسه. كما أن غياب التفكير في مصدر النعمة أو الجهد المبذولة للحصول عليها. يعتبر من أسباب اعتياد النعم هذا بالإضافة للانبهار بالماديات والتكنولوجيا الحديثة التي تساهم بشكل مباشر في نسيان النعم الروحية التي يمتلكها البشر.

وكما لاعتياد النعمة أسباب لها نتائج ومساوئ وخيمة منها الإهمال في استخدامها بشكل صحيح فدخول أي شيء في مفهوم الروتين اليومي قد يساعد في إساءة استخدامه وإهدار قيمته أو التقليل من جودته، ويؤدي ذلك إلى ضعف الشعور بالامتنان لوجوده والتذمر والشكوى من النواقص الصغيرة فيه وتناقض شعور الفرح بالرضا والسعادة بتوفره.

بالطبع لا أحد منا ينكر أن للنعمة وجهان: وجه تكريبي من الله للمرء على ما يبذله من جهد وما يحققه من أهداف وإنجازات، فلكل مجتهد نصيب، ووجه تنببيه، فقد تكون النعمة وسعة الرزق ابتلاء من الله للإنسان ليختبر إيمانه وشكره عليها، فإن حمد الله عليها وأثنى عليه فيها وحفظها كما يجب زاده الله فيها وفي غيرها، وإن تكبر وتجبر بها أزالها

وأزاله معها. قال تعالى: (وَاعْلَمُوا أَنَّا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَأَنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ) سورة الأنفال، آية 28.

برأي الشخصي، يعتبر اعتياد النعمة في مفهومه العام سوء إدارة لها لأنه غالباً ما يؤدي إلى إهمالها وعدم تقديرها فالاعتياض على الشيء يجعل صاحبه يراه أمراً عادياً وحقاً مكتسباً يُهمش قدره ويتجاهل مصدره. ويأتي عكس اعتياد النعمة التمكين في النعمة الذي يشير إلى قدرة الإنسان على إدارة النعمة والتعرف عليها واستخدامها بشكل إيجابي في الطاعات والأعمال الصالحة، وتقدير الظاهر منها والخفي، والاعتراف بفضل الله في منحها، الأمر الذي يعزز من الاستقرار والرفاهية للفرد والمجتمع.

شخصياً، لا أرى في أمراضنا الخفيفة وحسائنا البسيطة في حياتنا اليومية نعمة بل نعمة توقظنا من غفلة تعيد لنا القيمة الحقيقة لما في أيدينا من أرزاق ولما في أجسادنا من نعم لا تُعد ولا تُحصى.

أخوي أخواتي.. حذار من تحول النعم عندكم إلى نقم، فسوء التصرف بما أكرمنا الله فيه يؤدي إلى نتائج عكسية، فلنأمل أهلت صحتك أو عائلتك أو عملك أو أي شيء تمتلك مفاتيح إدارته، توقع تنبئها قادماً إليك، فسوء إدارة النعمة بكفرانها وإهمالها قد يؤدي إلى نقصانها وزوالها.

والسؤال المهم هنا، كيف لنا أن نتجنب اعتياد النعمة في حياتنا اليومية ونحسن إدارتها؟



بالطبع يمكننا تجنب ذلك بخطوات ت McKayنية بسيطة وذلك من خلال التفكير والتأمل بما أكرمنا الله فيه من نعم وأرزاق. ودوم الحمد والشكر لله على تلك النعم الموهوبة مهما كانت بسيطة، والابتعاد عن المقارنات السلبية مع الآخرين والغيرة منهم، والتركيز على ما عندنا دون النظر لما يأيدونه بل السعي لمساعدة من يحتاج منهم وصرف المال في مصارفه لاكتساب الأجر والشعور بقيمة ما نملك، فالتمكين في النعم وحسن إدارتها ليس واجباً دينياً وحسب بل هو عامل رئيسي في تعزيز استمراريتها وزيادتها وهو أيضاً مفتاح للسعادة والطمأنينة وراحة البال.



نسيج الحياة

في نسيج الحياة البشرية يحمل كل منا خيطاً فريداً ومميزاً عن باقي الخيوط. إهمال أي خيط مهما بدا الأمر بسيطاً، يؤدي إلى تشوه في النسيج، وإضعاف الخيوط الأخرى.

حياتنا كمركب كبير يُحرق في محيط واسع. لكل فرد من طاقم هذا المركب دور حيوي في رحلة الإبحار. إهمال أي دور، مهما صغر، يهز استقرار المركب بأكمله.

من يضمن ألا يهتز رأس الهرم إذا اضطربت قاعدته؟
كل دور، مهما بدا بسيطاً، هو محرك في عجلة التقدم. تأثيره يمتد من الصعيد الشخصي والعائلي إلى المجتمع والبيئة المحيطة. إن غياب أي دور مهما كان بسيطاً يؤثر سلباً على جودة الحياة حولنا.

لا يمكننا تحقيق التقدم والارتقاء إذا أهملنا الأساسات. كيف نسعد بالحياة ونحن نهمل دور العامل أو نتجاهل أهمية المزارع؟!
كيف ننعم بالنظافة ونحن نُقلل من شأن عامل النظافة؟

الخباز، الحداد، النجار، السائق، الممرض، المعلم، الشرطي - كلهم أساسيون في بناء مجتمع حيوي. مهما بلغت الأمم من تقدم، لا يمكننا الاستغناء عنmen يقومون بتوفير احتياجاتنا الأساسية من مأكل ومشروب ومأوى. هذه الوظائف والمهام اليومية هي قناديل تضيء دربنا وتسهل مسيرتنا الحياتية.



فلنقدر كل دور، ولندرك أن لكل جهد قيمة، فكل الأدوار ضرورية
لبناء مجتمع متماسك ومزدهر.

في الختام، علينا ألا نعزم دورنا ونبالغ فيه مهما كان كبيراً، وألا نُقلل
من شأن دور الآخرين. فكل دور هو لبنة أساسية في صرح الحياة الكبير.



كن بـسـماً

ما أخلد كلمات الشاعر المهجري إيليا أبو ماضي حين قال:

كُن بـسـماً إـن صـار دـهـرـك أـرـقـمـا

وـحـلـاـوـة إـن صـار عـيـرـك عـلـقـمـا

بهذه الأبيات، يفتح إيليا أبو ماضي نافذة على عالم من الخير والعطاء الذي لا ينتظر مقابلًا. يدعو الإنسان إلى أن يكون مصدراً للشفاء والسرور، حتى في أحلك الظروف، وأن يتحلى بروح الإحسان التي تنشر السعادة في النفوس وتخفف الآلام.

كم هو جميل أن يكون الإنسان كالنهر المتدفق، يمنح الحياة لكل ما حوله دون أن يطلب منهم شيئاً في المقابل. أن يكون منارة تهدي الأرواح الضائعة وسط الظلمات الحالكة مهما أحاطت به التحديات أو غمرته الضغوطات. فالعطاء الحقيقي لا يقاس بالمقابل الذي نحصل عليه، بل بما نتركه من أثر طيب في حياة الآخرين.

كم جميل أن تكون بـسـماً ومـصـدـر رـاحـة وـسـعـادـة لـكـلـ مـنـ يـلـجـأـ إـلـيـكـ. قد تكون كلمة طيبة هي كل ما يحتاجه شخص أرهقته الحياة، أو ابتسامة صادقة تربيل عن قلبه ثقل الهموم. أن تكون بـسـماً يعني أن تقدم النصيحة الصادقة لمن يشق بحكمتك، وأن تكون سندًا لمن يحتاج إلى دعمك، سواء كان قريباً منك أو صديقاً لك أو حتى غريباً عنك.

هل تعلم أن الإنسانية الحقيقة تبدأ من البيت. "خيركم خيركم لأهله"، كما قال النبي محمد ﷺ. كن ببسماً لعائلتك، امنحهم الحب والرعاية والاهتمام. اجعل بيتك مكاناً يشع بالدفء والطمأنينة. ثم انطلق بهذا الخير إلى مجتمعك، وكن جزءاً من سرائه وضرائه. شارك الناس أفراحهم وأحزانهم، وكن داعماً لهم في كل المواقف.

في العمل، كن قوياً أميناً تتحلى بالإخلاص والإتقان؛ فقد قال النبي ﷺ: "إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنـه". اجعل أخلاقك الحمدية دليلاً على إنسانيتك الحقيقة. ابتسامتك قد تكون عدوى إيجابية تنقل السعادة إلى زملائك وعملائك وكل من تقابـلـهم.

أن تكون إنساناً يعني الكلمة يعني أن تحمل رسالة الخير والسلام في قلبك وسلوكك. أن تكون ببسماً يشفي جروح الآخرين، وينحـمـهمـ الأمل في أوقاتـ اليـأسـ. الإنسـانـيـةـ لـيـسـ مجرـدـ شـعـارـاتـ تـرـفعـ، بلـ هيـ أـفـعـالـ صـادـقـةـ تـنـبـعـ مـنـ القـلـوبـ.

أن تكون ببسماً يعني أن تكون مفتاحاً للخير مغلاقاً للشر وعوناً للضعف دون أن يتـوـسـلـ لـمسـاعـدـتـكـ وـعـونـكـ.

أن تكون ببسماً يعني أن تكون حكـيـماـ متـرـفـعاـ عنـ صـغـافـرـ الآخـرـينـ وـتـكـونـ عـونـاـ لـهـمـ بدـلـاـ منـ أـنـ تـكـونـ مـراـقبـاـ لـهـمـ وـسـيفـاـ مـسـلـطاـ عـلـيـهـمـ لـأـنـ قـيـمـتـكـ أـكـبـرـ مـنـ أـنـ تـهـدرـ فـيـ تـرـهـاتـ الـأـمـورـ



أن تكون بـسماً يعني أن تعطي لوجودك بين من حولك معناً جميلاً وعميقاً.

أن تكون بـسماً يعني أن تزرع الراحة والحب والإحسان في قلوب الناس، وأن تحركهم في نفوسهم ليشعروا بحلوة طعم الحياة ويكتشفوا الخير فيهم.

أن تكون بـسماً يعني أن ترك بصمة جميلة في حضورك وغيابك.

ختاماً، دعونا نتذكر دائماً أن العالم بحاجة إلى المزيد من البلاسم البشرية التي تداوي الجراح وتنشر الأمل، فكن أنت أحدها وجزءاً من منظومة الخير كي تنشر الفرح والسرور حيثما كنت.





الفكر والمال.. متى يلتقيان؟

في ساحة الحياة، غالباً ما يكون المال والفكر في صراع شبه دائم. يقفان على طرفي نقىض في أي حوار. كلاهما يسعى أن يجر بساط الغلب لصالحه بشتى الطرق والوسائل. لئن جرى بينهما لقاء وشرع صاحب المال في حديثه وأظهر تعاليه انبرى له صاحب الفكر باستهجان لما يقول، وإن نطق صاحب الفكر بتأملاته، قلل صاحب المال من شأن كلماته وعمق أفكاره. الغريب في الأمر أن العامة من الجمّهور لا يصفقون إلا لصاحب المال، رغم أنه غالباً ما يبعث بحياتهم وأحلامهم بطرق خفية ويُفرغ عقولهم من أي تفكير. أما صاحب الفكر، الذي يسعى لتحرير عقولهم وتعزيز وعيهم، فلا يجد منهم سوى الصد والتتجاهل المقيت أو الإعجاب الصامت في الظل أو بعد فوات الأوان. رغم أن لا ذاك أعطاهم ولا هذا أخذ منهم.

حقيقة لا يمكن إنكارها، إن للتفكير الأولوية في الابتكار والإبداع، وهو المحرك الرئيس لتحقيق الثروة وبدون فكر راشد، قد تُهدر الثروة أو تستخدم بشكل غير فعال، لكن أيضاً يبقى المال أداة ضرورية لتحويل الأفكار إلى واقع.



بعضهم قد يقول: المال قد يُعوّض عن غياب الفكر العميق باستقطاب أهل الخبرة والرأي السديد، لكن ألا ترون معي أن الفكر يبقى في كل ذلك هو الأساس. أليس الأفضل من استمرارية هذا الصراع العمل على ردم الصدع والتقريب بينهما لتحقيق النجاح.

أليس في تكامل الفكر والمال حلاً مرضياً ومشجعاً للطرفين. الطموح والابتكار يوفران الأساس من طرف، والمال يدعم التنفيذ ويُسرّع الوصول إلى الأهداف من طرف آخر.



صراع الذات بين الحقيقة والمظاهر

في عالمنا المعاصر، غالباً ما نجد أنفسنا في مواجهة ذاتية مع ظواهر معقدة تتجلى في شتى مناحي الحياة - منها على سبيل المثال لا الحصر ظاهرة عدم المصداقية أو ما يمكن تسميتها بالتفاقق. هذه الظاهرة تعكس صراع الداخلي بين ما نحن عليه حقاً وما نريد أن يرانا عليه الآخرون، ظاهرة تمثل تحدياً أخلاقياً واجتماعياً يستحق منا التأمل والدراسة والسعى الجاد لإيجاد الحلول.

للأسف، يتجلى النفاق في مظاهر متعددة من حياتنا اليومية:

في المساجد، نجد من يتظاهرون بالتقوى أمام الناس، بينما قلوبهم بعيدة عن روح العبادة الحقيقية. يدخلون إلى المسجد فرادى متکاسلين متشائجين لا يصدقون متى ينتهي الإمام من إمام الفريضة حتى يخرجوا منه جماعات متدافعين لا يتذكرون ماذا كان يقرأ الإمام، وعن ماذا كان يتحدث الخطيب، ما أخشاه أن يكونوا في ذلك أقرب توصيفاً لما جاء في قوله تعالى {وَلَا يَأْتُونَ الصَّلَاةَ إِلَّا وَهُمْ كُسَالَى} سورة التوبة، جزء من آية 54. طبعاً هذا عنمن يذهب للمسجد، لكن ماذا عنمن لا يذهب للمسجد، وهو يتكلم بالدين ويدعو للورع والاستقامة وهو عن الدين بعيد القلب والسلوك، يقول لك إن الدين معاملة وأن الدين ليس بالصلوة والقيام ناسياً أو متناسياً أن الصلاة عماد الدين من أقامها أقام الدين ومن هدمها هدم الدين.



أما في داخل البيت، فالخطب جلل والنتائج مخيفة، نعظ أبناءنا بالفضيلة، لكننا نخالفها في السلوك. كل منا يتظاهر بالالتزام الأخلاقي والديني ويعطي عنه الدروس وهو عنه بعيد. في الخفاء يشاهد ما لا يجب مشاهدته ويفعل في سره ما لا يجب فعله وأمام أولاده يعظ وينهر. قليلون جداً منا من يوازن على إيقاظ أطفاله على صلاة الفجر، وكثيرون لا يفعلون ذلك خوفاً عليهم من البرد بينما يوقظونهم مبكراً على الدوام المدرسي خوفاً عليهم من التأخير والتراجع الدراسي، ثم يعودون ويتركوهم في لهوهم لبعد منتصف الليل رغم معرفتهم أن ذلك يؤثر على صحتهم النفسية والجسدية.

في بيئه العمل، نتظاهر بالالتزام الصارم بالقواعد والقوانين، بينما نسعى خفية للاستفادة من الثغرات لمصلحتنا الشخصية. نحرص أن نستفيد من ساعات عملنا ولو بدقائق محدودة لخروج فيها قبل انتهاء ساعات الدوام أو تأخر عنه أو نقضي ساعات هنا وأخرى هناك بين المكاتب متقللين وللقليل والقال ناقلين. كثيرون يعملون على التأخير المقصود في الإنجاز في أعمالهم اليومية ليعطوا انطباعاً للآخرين أن وقتهم مشغول وأن ساعات الدوام قليلة لإنجاز جميع الواجبات اليومية ولذلك يجب على مرؤوسيهم الموافقة على ساعات عمل إضافية أو العمل في أيام عطل لكسب المزيد من الأجر غير المستحقة.

في مسرح الحياة الاجتماعية، نجد الكثيرين منا يرتدون أقنعة مزينة بأبهى الصفات وأنبل الأخلاق، أمام أعين المجتمع، يحرصون على تقديم أفضل ما لديهم، كأنهم يسوقون لأنفسهم. ويسعون جاهدين لإظهار محسنهم كأزهار متفتحة.

إذا.. ماهي الأسباب وراء الواقع في هذا الفخ الأخلاقي؟

لا شك أن الأسباب متعددة ومتباينة. فالضغط الاجتماعي تدفعنا أحياناً للتتوافق مع معايير قد لا نؤمن بها حقاً. والخوف من الرفض يجعلنا نخفي جوانب من شخصيتنا الحقيقية. كما أن السعي وراء المصالح الشخصية قد يدفعنا لتقديم صورة مزيفة عن أنفسنا. لكن هل تعتبر هذه الأسباب مبررات للوقوع في هذا التناقض؟

بالطبع لا، لأن وجود هذا التناقض بين الذات الداخلية والمظاهر الخارجي له تأثيرات عميقة على الفرد والمجتمع. فعلى المستوى الشخصي، يؤدي إلى شعور بالاعتراب عن الذات وفقدان الهوية الحقيقية. أما اجتماعياً، فإنه يقوض الثقة بين الأفراد ويضعف النسيج الاجتماعي.

إذاً. كيف لنا أن نواجه هذه المعضلة الأخلاقية؟

الحل يبدأ من عند كل منا.. من الداخل، بالصدق أو لـ

إصدق مع الله يصدقك وكن معه يكن معك، اتق الله في نفسك وعزز الوعي الذاتي والشجاعة الأخلاقية عندك. عليك أن تتحلى بالشجاعة للتعبير عن قيمك الحقيقية، حتى لو تعارضت مع التوقعات الاجتماعية. اعمل على بناء علاقات أصلية قائمة على الصدق والشفافية كي تساهم في خلق بيئة اجتماعية أكثر صحة.

مما لا ريب فيه أن التربية الأخلاقية تلعب دوراً محورياً في هذا السياق. فغرس القيم الأخلاقية في الأجيال الصاعدة يساعد في بناء مجتمع أكثر صدقاً ومتناسكاً.

على المستوى المجتمعي، يجب أن نعمل على تحدي الممارسات الاجتماعية التي تشجع على النفاق و علينا أن نعمل على تعزيز الثقافة الاجتماعية التي تقدر الأصالة والصدق.

في الختام، إن مواجهة النفاق بأشكاله وأسبابه هي رحلة شخصية وجماهيرية.. رحلة تتطلب منا جهداً مستمراً للموازنة بين متطلبات الحياة الاجتماعية وقيمنا الشخصية. وبينما يبدو هذا التحدي صعباً، فإن السعي نحو حياة أكثر أصالة وصدقاً هو السبيل لبناء مجتمع أكثر قوة ومتناسكاً، مجتمع يقدر الحقيقة فوق المظاهر ويحترم التنوع الحقيقي في الشخصيات والآراء.

فن المسافات

أحسنت إدارات المرور صنعاً حينما فرضت مخالفات على السائقين الذين لا يلتزمون بترك مسافة أمان كافية بين سياراتهم أثناء القيادة في الشوارع والطرق بهدف تقليل الحوادث وضمان سلامة الجميع، خاصة في الظروف المناخية السيئة.

إن ضرورة ترك المسافات أخذني إلى جوانب أخرى من حياتنا الاجتماعية والعلاقات الإنسانية بعيداً عن الطرق والمرور في علم الفلك مثلاً، المسافة بين الأرض والشمس تحافظ على توازن دقيق يحمي الأرض من الاحتراق أو التجمد، إن اقتربت الشمس منا أكثر أحرقتنا وإن ابتعدت عنا تجمدنا.

في الكتابة، المسافة بين الكلمات تسهل علينا القراءة والفهم. أما في العلاقات الإنسانية، فإن "فن المسافات" يصبح مهارة حيوية تضمن استمرارية العلاقات بين البشر دون تصدام.

إن إتقان فن المسافات يعني معرفة متى نقترب ومتى نبتعد، بحيث نحافظ على مساحة آمنة تضمن الاحترام المتبادل والود. الاقتراب المبالغ فيه قد يؤدي إلى التوتر والاختناق، بينما البعد الزائد قد يسبب الجفاف والنسيان وتجفيف العلاقات. لذا، يجب أن تكون خطواتنا محسوبة بدقة؛ لا نقترب أكثر مما ينبغي ولا نبتعد أكثر مما يجب.



إن ضبط المسافات بیننا نحن البشر ليس قانونا ملزماً كما في المرور والقيادة ولكنه حاجة ملحة، انه دليل على احترام الذات والآخرين كونه يطيل عمر العلاقات الإنسانية ويزيد من قوتها. فلكل إنسان منا خصوصيته التي يجب أن تُحترم، تماماً كما للكواكب من مسارات يجب ألا تتدخل في لا تدمر بعضها بعضاً..

ختاماً، للحفاظ على جمال علاقاتنا واستمرارها مع الآخرين، علينا إتقان فن المسافات. وقتئذ أيامنا ستصبح أجمل لأننا أتقنا التوازن بين الاقتراب والابتعاد.



يوم عقيم

لا شك أن لكل واحد منا، مهما بلغت بساطة عيشه، أهدافاً يسعى لتحقيقها، سواء كانت قصيرة الأجل أو طويلة المدى. فكل فرد منا يعمل بجهده وإدراكه لتحقيق تلك طموحاته التي تشكل جزءاً لا يتجزأ من مسيرته في هذه الحياة.

فاللديم، على سبيل المثال، يذهب إلى المدرسة يومياً ليتعلم وينجح، يتدرج في المراحل الدراسية واحدة تلو الأخرى، حتى يحصل على شهادة تؤهله لمواجهة تحديات الحياة والبدء في بناء حياته الخاصة.

والزارع، يحرث أرضه ويزرعها ويعتنى بها طوال العام، ليعيش فرحة الحصاد في جني ثمار جهده. تلك الشمار لا تقتصر على إطعام أسرته وحسب، بل هي تحريك لعجلة الحياة وتوفير احتياجات أسرته والمجتمع حوله من محاصيل وغذاء.

في عالم التجارة، يُخاطر التجار بالبيع والشراء سعيًا وراء الأرباح التي تمكّنه من توسيع نطاق أعماله وتحقيق إنجاز تلو الآخر، واضعاً نصب عينيه هدف الاستمرارية والنمو.

أما الوالدان، يبذلان قصارى جهدهما لتوفير حياة مستقرة وأمنة لأبنائهما، حياة تعزز من نوهم وتساعدهم على تحقيق أحلامهم وتطلعاتهم المستقبلية.

السؤال ماذا لو مر يوم على كل أولئك ولم يخطون فيه أي خطوة نحو تحقيق أهدافهم المرجوة؟ ألا يؤخر ذلك تأهيل التلميذ وحصاد المزارع وتطور التجار واهتمام الوالدين؟ هل سيكون ذلك اليوم إلا عقيماً وخاليًا من أي تقدم نحو ما يسعون إليه ويؤثر سلباً على جودة حياتهم؟!.

أليس من واجبنا نحن البشر أن نحاسب أنفسنا على غياب الجهد والتقصير في أي يوم عقيم يمر علينا؟ أم أنها نبر لأنفسنا بأن ذلك مجرد "استراحة محارب" كما يقول بعضهم؟

أليس التوقف عن السعي بلا مبرر يؤدي إلى تأخير الوصول إلى المقصود؟!

أليس علينا أن نعمل بجد لتعويض ما فاتنا؟!
أليس علينا أن نشعل قناديلنا لنعود للدرب الصحيح فنشد الهمة ونعيد ترتيب الأولويات للوصول إلى أهدافنا دون مزيد من التأخير؟ فالحياة يا صاحبي لا تنتظر المتردد़ين، والطموحات لا تتحقق إلا بالعزيمة والعمل الجاد المستمر.

لا تخرج عن روتينك

كثيراً ما نسمع أن الروتين عدو الاستمتاع بالحياة، وأنه مصدر رئيسي للملل والرتابة في حياتنا اليومية. هذا الشعور قد يكون حقيقياً إلى حد ما، خاصة في سنوات الشباب حينما تكون الحركة متقدمة، والرغبة في التجديد لا تعرف الحدود. لكن مع مرور الزمن وتقدم العمر، تتغير الأولويات، ويعاد ترتيب الاهتمامات، ويصبح الروتين الذي كنا نهرب منه بالأمس هو ملاذنا الآمن اليوم لأنه ينحنا الاستقرار والراحة.

لا شك أن التغيير ضروري في بعض الأحيان لإضفاء لمسة من الحيوية على حياتنا، لكن المبالغة في كسر الروتين، خاصة مع التقدم في العمر، قد يؤدي إلى نتائج عكسية. فالهروب المستمر من غط الحياة المعتاد قد يبدو ممتعاً ومثيراً في البداية، لكنه قد يتحول مع الوقت إلى مصدر للإرهاق الجسدي والنفسي، خصوصاً لأولئك الذين وصلوا سن التقاعد الوظيفي أو تجاوزوا

فيما أظن أن في مرحلة متقدمة من عمر الإنسان، يصبح الحفاظ على التوازن أكثر أهمية من السعي وراء المغامرات والتجارب الجديدة التي قد تستنزف الطاقات بدلاً من أن تضيف إليها شيئاً جديداً.

في شبابنا، كنا ملك طاقة لا تنضب. كنا نقضي الليالي في اللعب والسهر، وأحياناً نصل الليل بالنهار دون أن نشعر بثقل الأعباء أو آثار التعب. كانت أجسادنا قادرة على تحمل كل شيء تقريباً، وكانت عقولنا مفعمة بالحماس والرغبة في استكشاف كل جديد.

أما الآن، وبعد أن مضت معظم سنوات العمر، وقاربت شمسنا على الأفول، وأصبحت أجسادنا أقل قدرة على التحمل واقل حيوية، يتوجب علينا أن نتعامل مع أنفسنا ومع أيامنا بواقعية أكثر.

ليس من الحكمة أن نحاول استعادة شبابنا بأي ثمن أو أن نقنع أنفسنا ومن حولنا بأن ربيع العمر ما زال مستمراً. فكل مرحلة من مراحل الحياة لها جمالها الخاص وتحدياتها الفريدة. وما علينا إلا أن نقبل هذه الحقيقة بصدر رحب وأن نعيش كل يوم يمر علينا بما يناسب قدراتنا وظروفنا.

الروتين الذي كنا نعتبره مملاً أو حتى خانقاً في سنوات مضت يمكن أن يصبح الآن مصدراً للراحة والاستقرار النفسي والجسدي لنا لأنه يوفر لنا نظاماً ثابتاً يساعدنا على إدارة حياتنا اليومية بسهولة وبدون ضغوط إضافية. بالطبع، هذا لا يعني أبداً أن نتجنب التغيير الإيجابي ونخر أنفسنا من لحظات السعادة بالتجدد بين الحين والآخر، لكن يجب أن يكون ذلك ضمن حدود المعقول والمنطق ودون مبالغة قد تؤدي إلى إرهاق لا طائل منه.

لا شك أن الحياة ليست سباقاً دائماً نحو الجديد والمثير؛ كثيرة هي المرات التي يمكن جمال الحياة في بساطة عيشها وفي تفاصيلها الصغيرة. لذلك، دعونا نتمسك بروتيننا اليومي ونقدر قيمته بدلاً من الهروب منه بحثاً عن مغامرات قد تبدو جذابة في البدء لكنها تحمل معها عقبات وأثاراً مرهقة على المدى الطويل.



في النهاية، السعادة الحقيقية ليست دائماً في التغيير الكبير أو الخروج عن المألوف؛ غالباً ما تكون السعادة في الاستقرار وفي القدرة على التكيف مع ما نحن عليه الآن ومع ما تفرضه علينا وجوه الحياة المتعددة.



يُوْه لَا يُنْسِى

مذهول، فرحان، خائف

هكذا كانت حالي حرفياً في صباح الأحد 8 ديسمبر 2024، وأجزم أنها كانت حالة الملايين من السوريين عندما تنفسنا الصعداء في ذلك الصباح الاستثنائي بعد سنوات عجاف من الخوف، والتهجير، والمعاناة التي أغلقت كاهلنا، رغم اختلاف المواقف والأراء.

في ذلك الصباح، كانت الأرض لا تسعننا، احتللت عندي مشاعر الذهول بالفرح، عشنا فيه عيداً لم نكن لنحلم فيه لو لا رحمة الله بنا، حيث اجتمعنا نحن السوريون في الداخل والخارج على قلب واحد، مختلف بخلاص طال انتظاره.

لن نبكي بعد اليوم نعيش في عزلة عاطفية، رغم كل ما فقدناه من أهل وأحباء، فالاليوم شعرنا بأننا مملوك وطنًا يمكن أن نعود إليه بحرية دون خوف من المجهول.

كم بكينا في السنوات الماضية؟ بكينا على أهل لم نستطيع أن نراهم مجددًا، على وطن مُرق شر تمزيق، على أخلاق تبعثرت وسط الركام، وعلى أحلام تبخرت رغم أهميتها. لكن اليوم، بفضل من الله، بكينا فرحاً، واحتفلنا بنور فجر جديد أشرق علينا، تصافحت الأيدي فيه، وتوحدت القلوب رغم الألام والجرائم



في ذلك الصباح.. صباح العيد الجديد لم نكن بحاجة إلى ثياب
جديدة، فقد كانت قلوبنا جديدة مليئة بالحب والحياة. اجتمعنا على
التسامح الذي أعاد لنا إنسانيتنا، وأنسانا خلافاتنا، شاكرين لله وممتنين
لكل من وقف معنا في رحلة الخلاص

شكراً لكل من عمل بجد
شكراً لكل من مسح دموع الشكالى
شكراً لكل من مد يد العون للمحتاجين
شكراً لكل من أشعلوا قناديلأً أثاروا لنا فيها دروب الحرية والكرامة

اليوم نبدأ عهداً جديداً، عهداً نعد فيه أنفسنا بالحفظ على هذا
الوطن الذي استعاد نبضه. لن نسمح بعد الآن لخريف أن يسلب ريعنا،
ولا لظلم أن يغطي نور شمسنا. بالحب والعمل سنعمر الوطن، وسنرعاه
حتى يصبح جنة للجميع.

أيها السوريون: أشعلوا قناديل الفرح، احتفلوا وعيشو العيد بشكر
وامتنان، واغسلوا عيونكم بدمع السرور، واملؤوا قلوبكم بنسم الحرية
وعبق الكرامة. وأودعوا في قلوبكم أمانة الحفاظ على هذا الوطن. في يومنا
هذا هو ولادة جديدة لسوريا الحبيبة بعد مخاض عسير استمر لعقد
ونيف.

خذارِ من وأد هذا المولود الجديد الذي اخضر في وجهه الربيع
ونامت على وجنتيه شقائق النعمان

هذا اليوم ليس مجرد يوم انتصار وحسب، بل بداية حياة جديدة
لوطن أحببناه فعاش فيها مهما ابتعدنا عنه مجربين.

عهدٌ جديدٌ نبدأه اليوم ول يكن شعارنا فيه الحفاظ على مولودنا
الجديد وبذل الغالي والنفيس في رعايته كي يبقى حبيباً للجميع. فلا
خريف يرمي عنه الأخضر ولا شتاء يكسوه السواد.

نختلف اليوم بفرحة طال انتظارها، ونأمل أن تستمر بعون الله. لكن
هذا الفرح لا ينسينا المأسى التي مررنا بها من قتل وتهجير وحرمان. لن
ينسينا أبداً 13 عاماً من الألم والمعاناة. لكن لمنع أي أعمال انتقامية
فردية، يجب علينا جميعاً - أفراداً وجماعات - الالتزام بالقانون الذي
يطبق على الجميع دون تمييز. هذا الالتزام يمثل خطوة أساسية نحو بناء
مجتمع صحي قائم على العدالة والحرية، مما يعزز مناعة بلدنا ضد تكرار
الظلم الذي دفع شعبنا المكافح ثمناً باهظاً للتخلص منه. لنجعل العدالة
والمساءلة معًا هدفنا المشترك في بناء وطن جميل يحترم كرامة مواطنه
ويضمن حقوقهم.

ختاماً، فرحنا اليوم فرح مضاعف لتحقيق حلم طالما راودنا خلال
السنوات الصعبة الماضية. معه فقط عادت البسمة إلى شفاهنا والفرحة
إلى قلوبنا.

مبارك هذا اليوم لكل من بقي صامداً في الداخل، ومبارك لكل من شتّته القدر في مشارق الأرض ومغاربها حاملاً في قلوبه حب الوطن وأمل العودة. الرحمة والخلود لأرواح من فقدناهم وهم يدافعون بشجاعة عن أرضهم وكرامتهم، ولأولئك الذين ابتلعتهم البحار وهم يبحثون عن حياة أفضل في المجهول، ولكل من غيّبتهم يد القدر في الداخل والخارج.

إننا اليوم نقف على اعتاب مرحلة جديدة، سوريتنا الجديدة التي نحلم بها جميعاً، سورية التي تجمع ولا تفرق، تحضن أبناءها بختلف أطيافهم دون تمييز أو تهميش. نسأل الله أن يرزقنا قيادة وطنيّة ملهمة، قيادة نابعة منا ولأجلنا، تعمل بصدق وإخلاص بروح الفريق الواحد، واضعة مصلحة الوطن فوق كل اعتبار، بعيدة عن التدليس والمصالح الضيقة.

معاً، لنجعل هذا اليوم بداية لعهد جديد من البناء والتكاتف، حتى نبني سورية على أساس العدالة والمساواة والحرية. سورية التي تستعيد مكانتها بين الأمم، وتكون وطناً كريماً لكل أبنائها دون استثناء.

مبارك لنا جميعاً هذا الأمل المتجدد، ومبارك لكل قلب ينبض بحب سورية ويسعى لإعادة إعمارها بالعلم والعمل والإرادة الصادقة.



سجل يا تاريخ

أتمنى أن يُسجل التاريخ يوم الثامن من ديسمبر 2024 بحروف من نور،
شاهدًا على شعب لم يُظهر.

ثلاثة عشر عاماً من الألم والمعاناة (2011-2024) عشناها نحن
السوريون بين أجيج النيران وصقيع المنافي. لا نريد أن تتحول معانانا
وتضحياتنا إلى كلمات منسية أو قصص مشوهة على صفحات التاريخ
تماماً كما قرأنا وسمعنا عن صفحات تاريخية قزّمت أبطالاً ورفعت شأن
من لا يستحق أي ذكر.

كم أتمنى أن تُروي قصتنا بصدق للأجيال القادمة، كملحمة شرف
وكرامة، وأن تبقى قصة ثورتنا منارة تُستلهم منها الدروس وال عبر. كم أتمنى
أن يحفظ أطفالنا وأحفادنا أناشيدها كما نتغنى فيها الآن عن ظهر قلب،
وأن تبقى ذكرياتها حية في قلوبهم.

كم أتمنى ألا تصبح سنوات ثورتنا يوماً ما جزءاً من ماض منسي؛ بل
أن تبقى شاهداً حياً على نضالنا، تُروي للأجيال القادمة كقصة شرف
وإلهام، فلا تُنسى المعاناة التي عاشها أبطالها، ولا الدماء الطاهرة التي
سالت، ولا الأحلام والذكريات التي تركها خلفهم ملايين المهجرين.

كم أتمنى أن تكون ثورتنا قصة تاريخية مشرفة، يتناقلها أحفادنا جيلاً
بعد جيل، وأن تصبح منهاجاً أكاديمياً تُستلهم منه الدروس وال عبر.



أيها السوريون: علينا أن نوثق كل لحظة، أن نحكى قصص الآلام والأحلام التي عشناها وسمعناها، أن نجعل العالم يعرف عن دموعنا، عن جراحنا، وعن روح الإنسانية التي فقدها الكثيرون وسط صخب الحرب وأجيح النيران. نريد أن تزدهر المكتبات بقصصنا، وأن تحكي كتبنا عن النضال الذي أعاد لنا اعتبارنا كبشر، عن شعب رفض الخضوع، وعن أمل لم يتلاش.





فن السيطرة

يشير مفهوم "السيطرة" بشكل عام إلى عدة سياقات منها التحكم الإداري في مؤسسة أو حكومة، أو السيطرة الشخصية والاجتماعية على أفراد أو جماعات. فهل السيطرة قريبة من السلطة أمّا أنها سلبية المفهوم على الدوام؟

هناك فرق واضح بين السلطة والسيطرة، ويكمّن هذا الفرق في السياق والغاية، في بينما تشير السلطة إلى الممارسة الشرعية للقوة، وتحظى بقبول مجتمعي وقانوني طالما أنها تستند إلى قوانين وأعراف وتمارس مهامها بشكل يضمن المسؤولية والتوازن، وتحقيق المصالح العامة، والسعى في رزق الناس، وتأمينهم من أي مخاطر. تأتي السيطرة لتشير إلى فرض الهيمنة بالقوة والترهيب لإخضاع الطرف الأضعف أمام الطرف الأقوى. وعادة تفتقر السيطرة للشرعية كونها غالباً ما تقوم على القهر والإكراه.

إذا.. هل السيطرة سلبية على الدوام؟

لا يمكننا الجزم أن السيطرة دائماً مقرونة بالسلبية والاستعلاء واكتساب الفرصة وإنما أحياناً قد تكون فنا مقترناً بالإيجابية لها مهارات واستراتيجيات تُستخدم للسيطرة على الآخرين وضبط تصرفاتهم خلال إدارة المواقف الطارئة والأزمات الحرجية.

هل هذا يشير إلى قرب السيطرة من السلطة؟!

بالضبط، السيطرة ليست بالضرورة دائماً سلبية، وأنها تحكم قسري بالآخرين، وأنها تستخدم فقط أسلوب الترهيب بل بالعكس يمكن أن تكون إيجابية ولها فوائد وعوائد جمة على الآخرين خاصة عندما تتبع أسلوب الترغيب بالحكمة وتكون ضمن إطار أخلاقي. ولئن استخدمت القوة البدنية في الترهيب فإن القوة العقلية هي الأساس في الترغيب أبداً لا أبدر السيطرة السلبية ولا أشد على أيدي محترفيها ولكن كلماتي هذه إنما هي محاولة توضيحية لبيان ماهية السيطرة الإيجابية التي أرى فيها تكليفاً مجتمعياً شأنها شأن السلطة القانونية.

لعلي أرى أن فرض السيطرة غالباً ما يكون قريباً من القيام بأعمال التجارة والمال لوجود مصالح شخصية يسعين لتحقيقها، فكلهما يشتراكان في غياب العواطف والمشاعر الإنسانية أثناء سعيهما لتحقيق أهدافهما والوصول إلى الأهداف المنشودة رغم وجود استثناءات في عالم التجارة والأعمال الذي أحياناً يجمع بين النجاح المادي والقيم الإنسانية. واستثناءات في اعتبار السيطرة سلبية لأنها يمكن أن تكون أداة إيجابية إذا ما استُخدمت لتحقيق التوازن وإدارة الأمور بشكل فعال دون إلحاق الضرر بالآخرين.

لا شك أن جميع المخلوقات تسعى جاهدة إلى فرض سيطرتها على من حولها بهدف الهيمنة عليها وغالباً ما يكون ذلك بالترهيب وإظهار القوة، لكن ننفرد نحن البشر عن باقي المخلوقات الأخرى بأننا نفرض سيطرتنا على غيرنا أيضاً بطريقة الترغيب وكسب الثقة وقد تكون هذه

الطريقة أكثر فعالية واقل تكلفة لمن أراد باعتبار أنها لا تلجأ إلى استخدام القوى البدنية وإنما القوى العقلية المقرونة بالحكمة والإقناع.

برأي الشخصي، من هنا ينشأ الترابط بين السلطة والسيطرة، فالسلطة تؤدي إلى السيطرة والعكس صحيح، فكلما تحسنت إدارة السلطة أكثر كلما كانت السيطرة منطقية وقوية أكثر، وكلما ساءت إدارة السلطة كلما ترهلت القوى وضعفت السيطرة وانتشر الفساد وعم البلاء وتغلبت المصالح الفردية على المصلحة العامة وغاب الحق وسد الباطل.

غالباً ما تقوم السلطات ذات الإدارات السيئة بمارسات خاطئة تجاه تابعيها عندما تضرب بيد من حديد وتبالغ بالترهيب، بدلاً من التقرب منهم والمصارحة معهم سعياً منها لاسترجاع هيمتها والسيطرة على زمام الأمور من جديد.

هل صحيح أن لفرض السيطرة إيجابيات ومحاسن؟
نعم صحيح، وهذا ما يسمى بـ"السيطرة الإيجابية" حيث يمكننا أن نتعرف عليها من خلال الأشكال التالية:

السيطرة على النفس وضبط رغباتها، فالنفس أمارة بالسوء ومن الحكمة والرشاد السيطرة عليها وضبطها في الموقف الحرجة والتحكم في أهوائها وكبح جماحها، واتخاذ أي قرار بشكل عقلاني بعيداً عن التوتر والاندفاع والعاطفة والمصلحة الشخصية.

تعتبر السيطرة على النفس مهارة فردية وهي أشبه برياضة ذهنية تهدف إلى تنمية القدرات البدنية وكشف الطاقات الداخلية عند صاحبها مما تؤهله لتقبل ذاته والتعامل مع عيوبه بشكل بناء، وتساعده على رفع كفاءاته الشخصية في التعامل مع المواقف الحرجية بنشاط وثقة، والتحكم في الانفعالات وخاصة الغضب منها.

هل يمكننا إتقان فن السيطرة على النفس؟

بالطبع يمكننا فعل ذلك من خلال اتباع عدة خطوات مفيدة مثل: الاعتراف بوجود مشكلة ضعف في سيطرتنا على أنفسنا، ثم علينا تحديد كل ما يثير غضبنا، والتحدث مع المقربين منا وأصحاب الخبرة عن مشكلة الضعف تلك وبذل الجهد في فهم وجهة نظر الآخرين، ثم علينا بناء الثقة في الأشخاص المحيطين بنا وحسن الاستماع لهم وتجنب التنمّر والعدوانية تجاه الآخرين والعمل على تطوير القدرة على المسامحة والمصالحة، ثم ممارسة تقنيات الاسترخاء والتأمل وتمارين تعزيز السيطرة على النفس.

وهل للسيطرة على النفس تمارين أيضاً؟!

نعم هنالك تمارين تعزز التغلب على النفس والسيطرة على أهوائها: منها على سبيل المثال لا الحصر تحديد وقت يومي للقراءة والالتزام به، إجبار النفس على تناول طعام معين في يوم محدد، وضع جدول نوم منتظم، إضافة عادات مفيدة للروتين اليومي، الامتناع عن فعل شيء محبب ولو مرة في الأسبوع.

من الجدير بالذكر أن السيطرة على النفس ليست إذلاً للنفس البشرية كما يفهمه البعض بقدر ما هي تطوير لها كي يصبح الفرد أكثر تحكماً في انفعالاته وأكثر فعالية في التعامل مع أي تحديات يومية تواجهه.

ماذا عن بقية أشكال السيطرة الإيجابية؟
الشكل الثاني للسيطرة الإيجابية هو السيطرة في العلاقات والتأثير على الآخرين بشكل إيجابي ومفید من خلال اتباع مهارات عدّة أهمها مهارات الإقناع والاستماع الفعال والمحوار البناء بهدف بناء علاقات قوية ومتوازنة.

أما الشكل الثالث للسيطرة الإيجابية فهو السيطرة في بيئة العمل والإدارة الفعالة لوقت العمل وموارده البشرية والمالية بما يحقق أهدافه الموضوعة وحل أي نزاعات أو تحديات طارئة فيه، واتخاذ قرارات صحيحة مبنية على بيانات حقيقة، واستخدام مهارات القيادة والتحفيز.

يتمثل الشكل الرابع والأخير للسيطرة الإيجابية بالسيطرة الفكرية وتوجيهه أفكار وتوجهات الآخرين نحو مقتضيات المصلحة العامة وذلك من خلال استخدام مهارات الإقناع بالمنطق والمحوار البناء وليس بأساليب الضغط والإجبار.

ثمة أدوات عدة للسيطرة الإيجابية يمكننا أن نتعرف عليها باختصار هنا منها: التواصل الفعال و اختيار الوقت والكلمة المناسبة. واستخدام



استراتيجية التخطيط في وضع الأهداف وفهمها وتهيئة الموارد والوسائل لتحقيق الأهداف الموضوعة. ومن أدوات السيطرة الإيجابية أيضاً استخدام الذكاء العاطفي وفهم رغبات ومشاعر الآخرين والتعامل معهم بدرامية وحنكة.

ومن أدوات السيطرة الإيجابية أيضاً الثقة بالنفس والتأثير الفعال في الآخرين من خلال الحضور القوي الذي يترك عند الآخرين انطباعاً مؤثراً.





مِنْ فَرْعَنْكَ؟

كثيراً ما نسمع المقوله الشعبية: "قالوا لفرعون مين فرعونك؟ قال لهم ما لقيت حدا يردني". رغم بساطتها، تختصر هذه المقوله معاني عميقه تكشف عن آفة الاستبداد والطغيان عندما تعيب المحاسبة والردع.

فمن هو فرعون ومن يشبهه في حياتنا اليومية؟ وكيف نتخلص من أمثاله وأفعالهم؟

فرعون كان لقباً ملكياً يطلق على حكام مصر القديمة، لكن مع مرور الزمن، ارتبط هذا الاسم بالظلم والاستبداد، بدءاً من الحاكم الذي عاصر النبي موسى عليه السلام، والذي يعتقد أنه رمسيس الثاني (1279-1213 ق.م.). فرعون هذا لم يكتفي بادعاء الألوهية، بل أفسد في الأرض، فقتل الأبرياء واستعبد بني إسرائيل. وهكذا تحول لقب "فرعون" من رمز ملكي مشرف إلى صفة مذمومة تُطلق على كل مستبد وفاسد.

تكرر ورود قصة فرعون في القرآن الكريم عشرات المرات لعدة أسباب وحكم عظيمة فيها غايات تربوية وروحية وتعليمية عميقه للبشرية عبر العصور أهمها بيان صراع الحق والباطل، فقصة النبي موسى عليه السلام وفرعون تمثل نموذجاً للصراع بين الإيمان والطغيان.

هذا بالإضافة لتثبيت رسولنا الكريم محمد صلى الله عليه وسلم في دعوته فما واجهه النبي موسى عليه السلام من أذى قومه يشابه ما كان يمر به سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم مع قريش.

لم يعد "فرعون" مجرد حاكم ظالم في عصور مضت، بل أصبح رمزاً لكل من يتلوك أدوات التحكم بالأخرين الذين يُمارسون الطغيان عليهم. مع تطور اللغة والمجتمع، ظهرت مسميات جديدة لتوصيف فرعون ومن شابهه في عصرنا، منها:

"الديكتاتور"، و"المستبد"، و"الطاغية"... الخ.

ولأن جوهر المشكلة واحد، والقواسم المشتركة متعددة كالاستغلال، والظلم، والإصرار على إخماد أصوات الآخرين وسحق تطلعاتهم. كثرت فراعنة العصر، فأصبح الأب الذي يفرض رأيه دون اعتبار لرغبات أسرته فرعوناً، والمعلم الذي لا يُراعي احتياجات طلابه فرعوناً، والمدير الذي يستغل موظفيه فرعوناً، والحاكم الذي يبني سلطانه على قهر شعبه وتهميشهم فرعوناً.

من المؤكد أن الغباء في عصرنا يمكن فيمن شابه فرعون الأول في استعباده لمن حوله، متناسياً أن العصر قد تغير والجيل قد تعلم، والعالم أصبح قرية صغيرة، وباتت المعرفة متاحة للجميع، وأصبحت الشعوب أكثر وعيًا بحقوقها.

لم تعد التبعية عمياً أو مفروضة على أحد بالقوة، بل أصبحت قائمة على الإقناع والاحترام المتبادل. فشعوب اليوم أصبحت أكثر قدرة على مواجهة فراعنة عصرهم سواء بالكلمة أو بالفعل.



مع كل ذلك، للأسف، لا يزال هنالك حمقى يصفقون للظالم ويرقصون أمام المستبد، مما يزيد من غطرسته ويُطيل أمد طغيانه. هؤلاء، بجهلهم وتواطئهم، يساهمون في تكريس الفساد والاستبداد. إنهم حقاً من ران على قلوبهم وأصبحت غلفاً، غير مبالين بمعاناة غيرهم.

دموع الفرح

لطالما استطاعت قلوب الرجال أن تتهرب من إشهار أحزانها بالدموع رغم كل ما يعتصرها من ضغوط، لكنها غالباً ما تعجز مهما كانت صلدة أن تحجب دمعة فرح جاءت بعد عسر شديد.

فرح الرجال كقلوبهم يأبى أن يُحاصر في زاوية التناسي والتهميش. علمياً قالوا: إن القدرة على إنتاج الدموع لا تختلف بيولوجياً بين الرجال والنساء، بل الفرق بينهما هو القدرة على الحبس والتعبير.

صحيح أن دموع الفرح ليست بالضرورة قليلة مثل دموع الرجال، ولكن هناك بعض العوامل التي تجعلها قليلة ونادرة كونها ترتبط بمواضف عاطفية محددة وشديدة، وهنا تتلاقى دموع الرجال ودموع الفرح كونهم ليسوا جزءاً من التجربة اليومية للبشر.

عموم الرجال لديهم ميل اجتماعي لكبح دموعهم مهما كان سببه، بما في ذلك دموع الفرح، ويعود ذلك لعادات وتقالييد موروثة مربوطة بالرجلولة ورباطة الجأش. ورغم ذلك أحياناً نراها تتلاألأ في عيونهم وتنساب على خدودهم، لكنهم يسارعون بإخفائها بأطراف أصابعهم أو بالالتفات للوراء خوفاً من أن يراهم أحد.

لذا، يمكننا القول إن قلة دموع الفرح ودموع الرجال ليست مسألة كمية بقدر ما هي مسألة توقيت وسياق اجتماعي.

عندما تبكي القلوب فرحاً، أعلم أن الدموع المتساقطة رغم قلتها
تبقى قادرة أن تختصر كل الحكاية بما فيها من جروح لم تندمل بعد
وتحشرجات لم تُشف ولم يسمع عنها أحد.

القلوب الفرحة قد لا تبكي لما هي فيه من بهجة وحبور إنما تبكي
خلافاً مما كانت فيه من سنوات عجاف مضت ومضي معها ألم جم
 وأنين مكتوم.

دمعة الفرح عند الرجال ليست وليدة لحظتها إنما عمرها السنين
الطوال، فقط كانت محجورة في عيون أصحابها إثر ملمات وضغوطات
لكن فجأة جاءها الفرج فانفجر سدها وأطلق لها العنان.

قلوب الرجال لا تضحك هكذا ولا تبكي هكذا بدون سبب، هي لا
تبكي رغم أنها تحمل في داخلها جبالاً متراكمة من الهموم، هي تبكي لأن
هناك جزءاً منها ما يزال يحتضن أملاً بأن الأفضل قادم وها قد لاحت
بشائره.

قناديل

في زوايا هذا الكتاب تتدلى "قناديل" من نور، لا تضيء الطرق بل تضيء الأرواح. كل مقالة فيه نافذة على الذات والكون، دعوة للتأمل والتطهر من ضجيج العالم. هو حديث القلب إلى القلب، والعقل إلى الضمير، حيث تقاطع الحِكمة مع التجربة، ويصبح الحرف مرأةً للروح. هنا، تتوارى الضوضاء ليعلو صوت الصفاء، وتتشكل من الكلمات مساحات صمتٍ نقى. بين السطور، دعوة للصدق، وللناظر إلى الداخل، للبحث عن المعنى في أبسط الأشياء. "قناديل" ليست نصوصاً ثقراً، بل أنفاس تُستشعر. إنها رحلة نحو النور، نحو الإنسان حين يكون أجمل، وأصدق، وأكثر قرباً من ذاته وحالقه.

الناشر،

