اِبتسم وفرّح غيرك

بالعاميّة

مريم توركان

الإهداء

إلى رَّوحِ خالتي أُمّ بُشرى.. رَحِمَها اللَّهُ وغفر لها.

مريم توركان

الفهرس:

1_بس أنت قول يا ربّ

2_كسر القلب (الجزء الأوّل)

3_كسر القلب (الجزء الثاني)

4_كسر القلب (الجزء الثالث والأخير)

5_الثقة بالنفس تحديدًا (الجزء الأوّل)

6_الثقة بالنفس تحديدًا (الجزء الثاني والأخير)

7_الأمانة بمفهومها العام

8_اِبتسم وفرّح غيرك

9_حافِظ على صلاتك تُحفَظ حياتك

10_خُسارة في السجاير

11_جرّب ومش هاتخسر حاجة

12_اِبعد عن الأندال

13_هاقولك حاجة حلوة

14_أبو الجمايل

15_الشمّاعة

16_دوّار المواصلات

17_التواضع

18_أنت طيّب لكن مش ساذج

19_الحكاية وما فيها

20_مريم دي أنا

21_خراب البيوت

22_النظافة

23_القطر

24_عيش سعيد علشانك

25_عايز تنجح في حياتك

26_أنت سبب رئيسي في كُلّ اللي بيحصل

1_(بس أنت قول يا ربّ)

المقال ده مخصوص ليك، أيوا ليك يا اللي مكشّر، وقافل بؤك على أسنانك لحسن تهرب منك.

نفكر بالعقل كده شوية، ليه مكشّر وحزين؟

ليه شايل هموم الدُّنيا؟

بتفكّر ليه لما هي مالهاش حلّ؟

أنت عارف طبًعا إنْ ربّنا سُبحانَهُ وتعالى نجّاك من كتيييير قبل كده، وعارف طبًعا إنه حلّ كلّ مشاكلك اللي مالهاش حلّ، وأكيد عُمرك ما هاتنسى لما وقعت وقوّمك، طب إيه اللي حصل المرّة دي؟

ما تسيبها على اللَّه زي ما بتعمل دايمًا، سيبها على ربّنا وتأكد إنه مش هايضيّعك، خلليك واثق زي ما صرف عنك كلّ الشرور هايلطف بيك، ويطمن قلبك.. بس أنت قول يا ربّ.

2_كسر القلب (الجزء الأوّل)

كتير جدًا بنسمع جُملة (قلبي مكسور) لكن بعضنا مش بيفهمها، وده علشان محسهاش، القلب المكسور ده صاحبه اختصر كميّة وجع ماهولة في جُملة (قلبي مكسور)، طب إزاي جاله إحساس الكسر في قلبه؟

لأسباب كتيييييير أهمها الظُلم؛ كتير مِنّنا لما بيتظلم مش بيقدر يعبّر عن اللي جواه، فبيكتم مشاعره السلبية في قلبه، وده لوحده مش بس بيكسر القلب لأ ده ممكن بعد قضاء اللَّه وقدره يتسبب في وقف القلب أو السكتة القلبية.

كمان من أهم أسباب كسر القلب وسّع كده شويه

الخُذلان، طب هو يعني إيه خُذلان؟

الخُذلان ده عكس العَشم، لما بتتعشّم في حد قُريب منك _من حُبّك فيه_ ويطمنك في الأول إن عَشمك في محلّه، لكن تثبت لك الأيَّام إن عَشمك مش في محلّه.. إزاي؟

بالمواقف، مثلًا حصل لك ظرف طارئ، احتجت له بس للأسف ما لقيتوش، مش بس كده ده كمان ممكن يعاملك ببجاحة لمُجرد إنك كنت متعشّم فيه، هنا بقى هاتقوله: ما كانش العَشم يا فلان، الجُملة دي بتخرج م الصميم، وبيخرج معاها حتة من قلبك أخدها حد ما

يستاهلش، فتعيش بينك وبين نفسك مخذول، قلبك مكسور، بس أقولك حاجة: اوعى تجلد ذاتك، أنت بخير وجميل، مش ذنبك إنك قدّرت حد ما يستاهلش، مش ذنبك إنك وثقت فتعشّمت فيه، خالص على فكرة، لكن يبقى ذنبك بجد لو ما اتعلمتش الدرس.

وللحديثِ بقيّة ما دامَ في العُمرِ بقيّة.

3_كسر القلب (الجزء الثاني)

قُلت إن الظُلم والخُذلان من أسباب كسر القلب.. تمام، طب في أسباب تانية؟

طبعًا، والسبب ال 3 في كسر القلب هو الحُزن، والحُزن ده ليه أسباب، منها الفقد مثلًا، لما بتفقد حد عزيز ده بيأثر عليك، حياتك بعد ما فقدته مش هي قبل ما تفقده، الدنيا بتقف عندكَ في اللحظة دي حرفيًا، حتّى لو تعايشت برضو بتحسّ بحاجة ناقصاك، مكان فارغ جواك مش مُمكن حد يملاه، وفقد الأرواح أهون شوية من فقد القلوب؛ إحساس صعب إنك تفقد روح غالية على قلبك، لكن الأصعب إنك تفقد قلب كُنت فاكرُه مُستقرك والأمان، ده كُلّهُ بيأثر سلبي على القلب ويتسبب في كسر القلب.

كمان الهموم مش بس بتكسر القلب، لأ وبتأثر على النفس والجسم، فجأة تلاقي نفسك حاسس إنك متكتف وعاجز عن الحركة، وبرضو بتتعايش وبتسايس أمورك، لحد ما تحسّ إن روحك تقلت من كُتر الهموم وضهرك اتكسر، وكل ده بترجمه النفس لوجع وألم كفيل إنه يكسر القلب.

طب تعمل إيه؟

تسيبها على رّبّنا، وتركز مع نفسك.

أقولك حاجة حلوة: حِبّ نفسك وقدّرها واوعى تتكسر لغير رّبّنا، لو حبّيت نفسك مش هتهون عليك، عارف ده معناه إيه؛ معناه إنك مش هتقدّر حد على حساب نفسك.

حِبّ نفسك مش هتظلمها، اعرف قيمة نفسك تعيش مرتاح، اعرف حدودك وحافظ عليها، ما تسمحش لحد إنه يتعدّى حدوده معاك.

كونك طيّب دي نعمة وميزة، لكن إيَّاك تكون ساذج اللي يضحك لك تفتكره بيحبك، واللي يقولك إزيك تفتكرها له جِميلة، وياخدك العَشم لو قالك أخبارك إيه وتفتح له بيتك، خلليك عاقل وناضج، واعرف إن الثقة غالية ومش كل الناس غالية.

أسعِدوا أنفسكم بأنفسِكم ولأنفسكم.. لأنَّكم تستحقون.

4_كسر القلب (الجزء الثالث والأخير)

إتكلمت إمبارح عن بعض أسباب (كسر القلب)، وشرحت في مقالين مُنفصلين الأسباب دي، والنهارده هختم الموضوع ده بالجزء ال3 والأخير.. فعلى بَرَكة اللَّه.

قُلت في الجُزئين اللي فاتوا إن الظُلم والخُذلان، والحُزن والهموم، كلها أسباب لما بتحصل لحد بتوصله لكسر القلب، يعني لما تسمع حد بيقول: قلبي مكسور افتكر إنه ما حسّش كده من فراغ، لأ ده حصل معاه حاجات سببت له كسر في قلبه.

كمان من الأسباب سبب ما حدش واخد باله منه، سبب مش بس خطير، لأ ده خطير جدًا؛ وهو جَلد الذات، طب هو يعني إيه جَلد الذات؟

جَلد الذات ده ببساطة شديدة هو إنك تقعد تلوم نفسك ليل نهار، عَمّال على بطّال، ما أنكرش إن في حاجات تستاهل تلوم نفسك عليها، لكن كمان في حاجات ما تستاهلش، جَلد الذات ده بقى يعني تلوم نفسك على طول ع اللي يستاهل وكمان اللي ما يستاهلش.

دايمًا بتحسّ بالندم واللوم والتقصير، وده طبيعي لإننا بني آدمين، لكن إنك تجلد ذاتك علشان عايز تعيش المثالية فده مش طبيعي، ليه مش طبيعي يا مريم؟

علشان إحنا بني آدمين ممكن نغلط عادي بس المهم نصّلح غلطنا قبل فوات الأوان، ممكن نفشل وارد جدًا ولو مفيش فشل يبقى مفيش نجاح، ممكن وممكن وممكن، لكن شعورك إنك لازم توصل للمثالية ده مش في محلّه.

طيب الحلّ إيه يا مريم؟

الحلّ بسيط جدًا، اوعى تنسى إنك بشر يُخطئ ويُصيب، ما تحمّلش نفسك فوق طاقتها، ده رّبّنا سُبحانَهُ وتعالى مش بيحمّل العبد فوق طاقته، قوّي صِلتك برّبّنا، قرّب منه أكتر، خلليك واثق في كرمه، عَشمان في فضله، طمعان في رحمته، مهما عملت ومهما حصل لك اِرجع لرّبّنا وما تيأسش خالص.

أقولك حاجة حلوة: حِبّ رّبّنا علشان خلقك وكرّمك وفضّلك، حِبّ نفسك علشان هي خلق من خلق اللَّه، حِبّ نفسك زي ما هي، حِبّ الحلو فيها وزود منه، ركز على اللي مش عاجبك فيها وغيّره، اوعى تجلد ذاتك علشان قلبك يبقى صحيح، وجسمك يبقى سليم.

حِبّ رّبّنا تعيش سعيد.

5_الثقة بالنفس تحديدًا (الجزء الأوّل)

النهارده هاتكلم عن الثقة بالنفس تحديدًا، طبعًا هتسألني: يعني إيه ثقة بالنفس؟

الثقة بالنفس دي نعمة من نِعَم اللَّه على عباده، بتكون عبارة عن قوّة داخلية داعمة لصاحبها، وبتمثل عامل حماية ليه من أي عوامل خارجية ممكن تتسبب في التقليل منه، لحد كده تمام.. تمام.

طيب هي بتفضل ثابتة ولا بتتغير؟

سؤال وجيه، مفيش حاجة في الدُنيا ثابتة بالمعنى الحرفي فطبيعي الثقة بالنفس تكون قابلة للتغيير هي كمان، بس خللي بالك التغيير ده بيكون إمَّا سلبي أو إيجابي، يعني إيه؟

يعني تغيير الثقة بالنفس بينعكس على صاحبها سواء بالنفع أو بالضرر.

طب إزاي أعرف أفرّق بينهم؟

هاقولك: ببساطة شديدة الثقة بالنفس لما تقل تتسبب بمتاعب لصاحبها هو في غِنى عنها، مثلًا حصلت لك ظروف خارجة عن إرادتك خللتك مش زي الأول؛ استغنوا عنك في الشغل، خسرت فلوس، مُستواك الإجتماعي قَل، صّحتك ضعفت، وزنك نزل، فشكلك اِتغيّر،

مشاكل سببت لك إجهاد وإرهاق، عيّشتك في قلق وتوتر، فشعرك شاب قبل ميعاده وبدأ يوقع، وشك بقى شاحب،

دي كلها أسباب كفيلة تقلل ثقتك في نفسك، طيب أعمل إيه يا مريم؟

الحلّ بسيط جدًا، هتدور حواليك، هتلاقي كتير، بس ساعة ما تحتاج حد مش هتلاقي غير اللي بيخاف عليك بجد، هتسيب كل اللي حواليك وتمسك في اللي بيخاف عليك وبيحب لك الخير، قُلت لي ليه؟

علشان اللي بيخاف عليك هيخاف عليك حتّى من نفسك، هيقف معاك، هيقويك، هيسندك، هيدعمك وده اللي أنت محتاجه في الوقت ده، لكن النوع اللي منه كتير ده مالوش تلاتة لازمة، بوق ع الفاضي، يوم ما تحتاجه يتبخر، تظهر له مشاكل الدُنيا، مش فاضي لك، مع إنك قدمت له السبت والحد والإتنين بس هو استخسر فيك ساعة من يوم التلات، ده تمامه ترجعه برا حدودك الخاصّة، رجعه غريب زي ما كان قبل ما تعرفه.

هاكمل باقي الكلام في مقال تاني.

6_الثقة بالنفس تحديدًا (الجزء الثاني والأخير)

هكمل كلامي عن الثقة بالنفس تحديدًا.

زي ما قِلة الثقة بالنفس بتتعب صاحبها كمان زيادتها بتأذيه مش بس كده لأ دي ممكن تتسبب في غضب ربّنا عليه؛ بتقول: إزاي؟

في قاعدة عامّة حُطّها في دماغك وهي أيّ حاجة بتزيد عن حدّها بتتقلب لضدها، يعني إيه الكلام ده يا مريم؟

يعني لما الثقة بالنفس بتزيد بتوصل صاحبها للغرور، والغرور ده معناه النفخة الكدّابة، اللي بتسبب لصاحبها المصايب، والغرور مع الوقت بيوصل صاحبه للكِبر، يعني بني آدم مُتكبِر وده طبعًا حرام بتحريم اللَّهُ لهُ وكذا رسولهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قال اللَّهُ تعالى في حديث قُدسي: "الكِبرياء ردائي والعظمة إزاري فمَن نازعني واحدا منهما ألقيته في جهنم ولا أُبالي"، وكذلك قول رسول اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "لا يدخل الجنّةَ مَن كان في قلبهِ مثقالُ حبَّة خردلٍ من كِبر".

هتسألني يعني إيه حديث قُدسي؟

سؤال مُحترم من شخص يُحتَرَم، الأحاديث تنقسم لنوعين، أحاديث قُدسية وأحاديث نبوية؛ والحديث القُدسي هو الذي يُنسَب إلى ملك الملوك ربّ العِزّةِ والجبروت فيُنقَل على لسانِ سيدنا مُحمّدٍ _صَلَّى اللَّهُ

عَلَيْهِ وَسَلَّمَ_ ويُقال عنهُ: يقول اللَّهُ جلَّ وعلا، لكن الحديث النبوي هو ما كانَ دونَ ذلك من قولِ الرسول صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ.

وبعد ما عرفت إن قِلة الثقة بالنفس بتسبب متاعب لصحابها، وزيادتها ممكن توصل صاحبها للهلاك _والعياذُ باللَّه_ هاتقول: طيب الواحد يعمل إيه يا مريم؟

هاقولك: يعتدل في ثقته بنفسه يعني لو قَلّت يستعين برّبّنا ترجع زي ما كانت، ولو زادت يقلل منها ويتواضع للَّهِ رّبّ العالمين، ودايمًا الواحد يدعي رّبّنا في صّلاته، وطول الوقت إن يرضى عنه ويحفظه ويبعد عنه كل ما لا يُرضيه.

مالك وشّك اِحمّر كده ليه؟

إيه.. قُلت إيه.. مش بتصلّي!!!

هوّن عليك، هاكلمك عن الصّلاة البوست الجاي بإذن اللَّه.

أقولك حاجة حلوة: لما رّبّنا يبتليك ما تزعلش، ولا تحزن، ده رّبّنا بيحبّك علشان كده اِبتلاك، عارف إن في حاجات كتير بتكتشفها وقت ضيقتك، بتعرف حقيقة اللي حواليك، بتعرف قدرك عندهم، بتعرف كل حاجة وكإن البلاء ده رّبّنا بيفتَّح بيه بصيرتك، المهم لما تلاقي حد قُريب منك ظلمك، شِمت فيك، استغلّك، مش ساعدك ولا وقف جنبك، بيقلل منك، اوعى تفقد ثقتك في نفسك باللَّهِ عليك، أنت حلو

وبخير بس هو اللي ناقص والنقص طبع فيه، بس أنت مش كنت واخد بالك، اوعى تستسلم لكلامه المسموم، خلليك واثق في نفسك، ولا يهمك اللي يقول لك: عجزت قبل ميعادك، شيبت بدري، ده أنا أكبر منك وما يبانش عليا، سيبك منهم ومن كلامهم وركز مع نفسك، اوعى تسمح لأفكارهم الشّيطانية تدخل دماغك، حافظ على صبرك، اقفل على نفسك أي مدخل يقدروا يدخلوا منه.. خلليك واثق إنك حلو بس بصيت لنفسك في المراية الغلط.

الثقة بالنفس تَقوى من الثقة باللَّهِ سُبحانَهُ وتعالى.

7_(الأمانة بمفهومها العام)

هاتكلم النهارده عن الأمانة بمفهومها العام، والأمانة دي معناها إني بآمن حد مُعيّن على حاجة مُعيّنة، زي مثلًا إنك تدي صاحبك مبلغ وتقوله: يا فلان أنا مسافر وخللي الأمانة دي معاك لحد ما أرجع، ولازم تعرّف المُؤتَمن بكينونة الأمانة اللي هاتشيلها عنده، كمان لازم اللي وافق يشيل أمانة حد يعرف في الأول هو هايشيل إيه بالظبط.

مش شرط تكون الأمانة فلوس، خالص على فكرة، ممكن تكون كلمة، ممكن يكون إحساس، ممكن يكون وعد، ممكن وممكن وممكن.

طيب أمانة الفلوس وعرفناها، إيه بقى أمانة الكلمة دي يا مريم؟

أمانة الكلمة دي معناها حد أمنّك على كلام مُعيّن.. إزاي؟

مثلًا حصل له موقف مُعيّن وجالك علشان يفضفض معاك، وقتها قالك حاجات مش قالها لك قبل كده، أو حابب ياخد رأيك في حاجة فقال لك عن السبب، كمان ممكن تكون قاعد مع ناس بتتكلموا في موضوع مُعيّن، كل كلمة سمعتها في القعدة دي بقت أمانة، ومش من حقّك تحكي عن اللي سمعته لحد مش كان حاضر أصلًا.

ده بخصوص أمانة الكلمة،أمَّا أمانة الإحساس فدي ببساطة شديدة إنك تحسّس حد بإحساس مُعيّن، زي مثلًا لما تحسّس حد بحُبّك ليه، ده بيخللي الشخص ده مطمن وسعيد، طبيعي يثق فيك بعدها،

خصوصًا لما يلاقيك أهل للثقة دي، وده طبعًا بتبينه المواقف بس، لكن الكلام ببلاش ومش عليه جمارك.

كمان من الأمانات أمانة الوعد؛ يعني لما توعد حد بحاجة لازم توفي بوعدك، طالما إنك وعدت بحُرّيتك وما حدش غصبك على كده، وخلليك عارف إن الشخص اللي وعدته ده ممكن يكون بيثق فيك فصدقك، مش بس كده لأ ده تلاقيه كمان رَتِب أموره على أساس وعدك.

طيب لو حصل وحد أمنّي أمانة أعمل إيه يا مريم؟

سؤال مُحترم من شخص يُحتَرَم، في الأول قبل ما تشيل الأمانة اعرف تفاصيلها كويس، اعرضها على عقلك، قارنها بقوة تحمّلك، وأخيرًا اسأل نفسك: هل أنا قد الأمانة دي ولا لأ؟

وبُناءً على إجابتك هتحدد موقفك.

أقولك حاجة حلوة: الأمانة شيلة تقيلة جدًا أتقل م الجبل، سواء كانت كلمة أو إحساس أو فلوس أو غيرهم، فخلليك ذكي وخفّف شيلتك على قد ما تقدر، ولو حصل وحد شاف فيك الأمان جاهد نفسك علشان تكون عند ظنّه، وطبعًا كل ده هايحصل لما تستعين بالمُعين وهو اللَّه.

خلليك أمين مع نفسك تأنس ويُؤنَس بك.

8_(اِبتسم وفرّح غيرك)

نقول: سلام عليكم ورحمة اللَّه وبركاته، ويلا بينا.

كتير جدًا بنسمع جُملة "الراجل ما بيعيّطش"، وطبعًا دي جُملة لا محل لها من الإنسانية، بتسألني: ليه؟

هاقولك: علشان العِياط (البُكاء) ده شعور إنساني، ربَّنا سُبحانَهُ وتعالى خلقنا وفينا مشاعر وأحاسيس، لازم نحترم ده فينا ونقدّره، وغلط جدًا إننا نتجاهل شعور جوّانا أو إحساس حاسّيناه.

بالنسبةِ للراجل اللي مش بيعيّط، ده كلام مش تمام؛ علشان كونه راجل وبيعيّط لسبب ما، حاجة حزينة حصلت له، تعب، وجع، ألم، مرض، فقد، فراق، غدر، اِستغلال، دي كُلّها أسباب كفيلة تنّمي مشاعر الحُزن جوّاه فطبيعي جدًا يعيّط، وده طبعًا مش بينّقص من رجولته.

كونه راجل ودَمعته قُريّبة ده مش يعيبه، كونه راجل وبيستحي ده مش يقلّ منه، بالعكس زينة الرجولة الحياء، فالراجل اللي بيستحي بيكون أجمل من غيره.

طب أعمل إيه يا مريم لما أكون محتاج أعيّط بس بخاف يقولوا عليا مش راجل؟

مبدأئيًا كده ربّنا يسعد قلبك ويغسله من كُلّ حُزن ومش تعيّط تاني، أنت بتقول: لما أكون محتاج أعيّط، عارف ده معناه إيه؟

معناه إيه يا مريم؟

هاقولك: معناه إنْ عندك اِحتياج ورغبة في العِياط (البُكاء)، وده علشان شعور جوّاك دفعك لكده، وممكن جدًا تكون تراكُمات نفسية؛ حاجات حصلت لك خللتك تحسّ بكسر جوّاك، وجع صاب قلبك لسبب مُعيّن، نفسيتك تعبت من وضع مُستمر فيه رغم إنه مش مناسبك، الظروف أجبرتك على التأقلم رغم إنْ نفسيتك مش قابلة كده.

المُهم، كُلّ ده كفيل يحرّك جوّاك شعور العِياط (البُكاء)، وسيبك من جُملة "بيقولوا" علشان دي جُملة مُستفزة للعقل، أصل طبيعي أسألك: مين هم اللي قالوا؟

وطبيعي هايكون جوابك هو الصمت، علشان كده سيبك من كلام الناس وركز مع نفسك، ولما تحتاج تعيّط، اقعد في مكان بعيد عن العيون وعيّط براحتك زي ما أنت عايز، ويا حبّذا لو صلّيت ركعتين للَّهِ وبكيت، السجادة بتفرح بدموعك يا رَجُل.

أقولك حاجة حلوة: أنت حلو زي ما أنت، مفيش حاجة تعيبك خالص طالما أخلاقك عالية، ومُتمّسك بدينك حسب مقدرتك.

أنت حلو زي ما أنت مهما يحصل لك، طالما رَّوحك طاهرة وقلبك نضيف، ونفسك راضية وعقلك شغّال.

خلليك عارف إنك حلو مهما حزنت ومهما جرى لك، هتفضل أنت زي ما أنت، سيبها على اللَّه وابتسم.. اِبتسامتك بتفرّح غيرك؛ علشان هي اِبتسامة ربَّانية طالعة من قلبك الطاهر.

اِبتسم وفرّح غيرك.

9_(حافِظ على صلاتك تُحفَظ حياتك)

هاتكلم النهارده عن الصّلاة فعلى بَرَكة اللَّه.

طبعًا كُلّنا عارفين إن الصّلاة عِماد الدين وعارفين أهميتها ومكانتها، واللي مش عارف اِسأل واعرف عن اللي ما تعرفوش من أمور دينك، قُلت لي بتتكسف تسأل، ليه؟

إيه.. بتقول: بتخاف تسأل لحسن يفكروك مش عارف دينك؟

طب مبدئيًا كده أنت حد مُحترَم، بس نقطة إنك بتخاف من نظرة الناس ليك دي مش في محلّها، عارف ليه؟

علشان الأولى إنك تخاف من ربّنا سُبحانَهُ وتعالى، تخاف من نظرتك أنت لنفسك لما تبقى مُسلم بالتسمية فقط، تخاف إنك يوم القيامة هاتقول إيه لسيدنا رسول اللَّهِ _صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ_ هاتقوله إيه اللي عملته للإسلام؟

مالك، رايح على فين؟

اوعى تمشي، اسمع للآخر ولو ما عجبكش الكلام ما تشتريش.

أنت عارف إن ربّنا بيحبّك؟

مالك وشّك اِحمّر كده ليه؟

إيه.. بتقول: إنك عبد عاصي، طب ومالو، ومين في الدُنيا مش عاصي؟

مين فينا خالي من الذنوب والمعاصي؟

مين خدعك وفهّمك إن عصيانك للَّهِ يمنعكَ من أداء الصّلاة؟

حتّى لو عصيت اللَّه لا تترك صّلاتك، كُلّنا بني آدمين على فكرة، وكُلنا ربّنا أعلم بخبايانا ونوايانا، اوعى تترك صّلاتك مهما عملت ومهما حصل لك، صّلاتك هي صِلتك بالذي خلقكَ وفضّلكَ وكرّمك، دي الحاجة اللي الوحيدة اللي لا تسقط أبدًا فإن كنت مريض تؤديها قدر استطاعتك، وإن نسيتها تؤديها وقت تذكُرك، أمَّا عن النساء فالأعذار القهرية تُسقِطها عنهنَّ حالَ حدوثها وإلى أن تنقضي، والأعذار القهرية هي الحَيض والنِفاس.

الصّلاة هي الفريضة الوحيدة التي فُرِضَتْ على رسولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ من فوق سبع سماوات، عارف ده معناه إيه؟

معناه إن ربّنا سُبحانَهُ وتعالى فرضها بدون واسطة مَلك.

صّلاتك هي المؤشر لحياتك اللي بتعيشها، يعني إيه يا مريم الكلام ده؟

يعني لو أنت خلليت صّلاتك رقم واحد ربّنا هايجعلك الأول دايمًا، لكنْ لو أخّرتها هتتأخر، إنما لو تركتها عمدًا وإنكارًا فقد خرجتَ من المِلّة واللَّهُ أعلى وأعلم.

عارف لما كلنا نموت أول حاجة بنتحاسب عليها _طبعًا كل واحد لوحده _ هي الصّلاة.

الصّلاة قبل ما تكون رُكن من أركان الإسلام، هي مِنّة ربّ العالمين، حاجة كده مُريحة ومُطمئنة، حاجة بتغذي الروح، حاجة ما يعرفش قيمتها غير اللي محافظ عليها، وتاركها محروووووووم وربّ مُحمّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ محروم.

اوعى تتكسف تسأل عن حاجة مش عارفها في دينك، سيبك من كلام الناس علشان في القبر كل واحد بيكون لوحده، فلو مُقصر في الصّلاة جاهد نفسك وبعون اللّه أنت قدّها، لو بتضيّع أوقات خُد عهد على نفسك ما تضيّعش، لو مش بتصلّي غير الجُمعة جاهد وحارب الشّيطان وابدأ صَلّي عندك أيَّام الأسبوع 7 في كل يوم 5 أوقات (فجر، ظُهر، عصر، مغرب وعِشاء)، ده غير النافلة عندك مثلًا الضُحى وقيام الليل.

أنت عارف لما بتعصي ربّنا الشّيطان بيدخل لك من الباب ده علشان يخلليك تيأس من رحمة ربّنا، ويوسوس لك إنك عاصي وربّنا مش هايغفر لك، ولا هايقبل صّلاتك فبلاش تصلّي وتتعب نفسك ع الفاضي.

عارفة إنك بتتكسف تصلّي وأنت لسه عاصي الرحمٰن، طب ما أنت جدع اهو، أيوا جدع، اللي قلبه عَمران بحُبّ اللَّه وبيتكسف من معصيته يبقى جدع ومُحترَم، عافِر وكافح لحد ما هاييجي يوم وتلاقي ربّنا بَّغض إليكَ المعاصي، يعني إيه يا مريم؟

يعني لما تجاهد نفسك علشان تلتزم بطاعة اللَّه قدر استطاعتك ربّنا هايعينك ويسّهل عليك الطاعة اللي أنت فاكرها صعبة، مش بس كده لأ ده كمان سُبحانَهُ وتعالى هيكرهك في المعاصي واحدة واحدة، لحد ما تلاقي نفسك قرفت م المعاصي حتّى لو كانت أمامك ليل نهار، ده بجد؟

طبعًا وجد الجد كمان ما أنت لما بتصدق مع اللَّه ربّنا بيصدقك فبيُلقي الإخلاص في قلبك، وإذا سَكَنَ الإخلاص قلبك يَئسَ منك الشّيطان، فعلشان كده حافظ على دينك، حافظ على صّلاتك، ما حدش هاينفعك وقت حسابك غير عملك، ما حدش هايديلك من صلاته، ولا من صيامه وصدقته، حرام عليك تضيّع نفسك، جاهد نفسك، عافِر علشان الجنّة تستاهل.

أقولك حاجة حلوة: اوعى هموم الدُنيا تنسيك إننا اتخلقنا أصلًا علشان نعبد ربّنا سُبحانَهُ وتعالى، اعتبر الدُنيا طريق وأنت هاترتاح؛ لأنَّكَ هتتعامل معاها بمبدأ إنك ضيف وهايجيلك يوم وتمشي، فطبيعي هتعافر علشان تسيب ذِكرى حلوة اللي يسمع اسمك يقول: اللَّه يرحمه. حافظ على صلاتك تُحفَظ حياتك.

10_(خُسارة في السجاير)

لما بنشوف حد بيدخن بعض مننا بيوبّخ فيه من غير ما يعرف هو ليه بقى بيدخن؟

طبعًا التدخين سلوك مُضّر جدًا، ولا يجوز شرعًا بل ويُحرّم لأضراره العظيمة، واللي أكدّها الأطباء المُختصين.

مالك مكشّر كده ليه؟

بتقول: إنك بتدخن ومش قادر تبطل.

طب مبدأئيًا كده أنت حلو، وكونك عايز تبطل تدخين دي حاجة حلوة منك لنفسك أولًا وللي بيحبّوك بعد كده، مُجرد إنك فكرت وحاولت ده بيأكد إنك مش هاوي تدخين، حتّى لو مش قدرت تبطل ورجعت تدخن من تاني.

يعني إيه الكلام ده يا مريم؟

يعني أنت مُجبر على التدخين مش بتدخن بمزاجك، واللي يقولك إن اللي بيدخن ده بكِيفه يبقى مش فاهم حاجة، علشان مُعظم المُدخنين زي ما قُلت مجبورين ع التدخين؛ لأسباب كتيييييير جدًا منها على سبيل المثال لا الحصر، أسباب نفسية.

ممكن توضيح يا مريم؟

طبعًا، يعني أنت مثلًا لما بدأت تدخن أكيد كان في سبب ولا أنت كنت هاوي ولا إيه؟

بتقول: فعلًا كان في أسباب مش سبب واحد، وعُمري ما كنت هاوي تدخين ولا حتّى بفكر فيه، بس حصلت لي ظروف مُعيّنة لاقيت نفسي دخلت سكة التدخين.

وده اللي بقولك عليه أسباب نفسية، وطبعًا كل واحد مش هايروح يقول للناس: يا جماعة أنا مُجبر ع التدخين وأسبابي النفسية كيت وكيت.

لأ مش هايحصل كده علشان الأسباب دي سرّ صاحبها، ومش مُهم لأي حد إنه يعرفها؛ لإنَّها مش هاتفيده في حاجة.

كونك عايز تبطل تدخين ده أفضل قرار ممكن تاخده في حياتك، عارف ليه؟

علشان نفسك غالية وعزيزة، وتستاهل تبطل تدخين علشانها.

لو مهما حصل لك ومهما حاولت تبطل تدخين ومش قدرت لأسباب كتيييييير اوعى تيأس، حاول تاني وتالت وعاشر، عافِر مرّة واتنين وألف أنت قدّها وقدود، أخلِص النيّة وقوّي عزيمتك علشانك أنت علشان صحّتك، علشان جسمك، علشان عقلك، علشان نفسك، أنت تستحق كل خير والتدخين ده شرّ ربّنا يتوب عليك منه.

أقولك حاجة حلوة: التدخين عادة وتقدر تبطلها، جرّب تقلل عدد السجاير اللي بتدخنها في اليوم؛ يعني لو بتدخن كتير خلليهم حبة صغيرة أول يوم، تاني يوم حدد عدد مُعيّن للسجاير، تالت يوم كده وهكذا، بعدها شوف السبب اللي خلاك تبقي مُدخِن، أول ما تعرفه حاول تجتنبه بكل الطُرق والوسائل، لو في حد بيعينك ع التدخين ابعد عنه، وطبعًا ابعد عن الضغوطات على قد ما تقدر، كمان لازم من وقت للتاني تغيّر جو غير الجو اللي أنت فيه، تشمّ هوا، تشوف وشوش جديدة، تفرّح عينيك بالخُضرة والمناظر الطبيعية، اعمل حاجة بتحبّها.

لما تلاقي نفسك مش قادر تبطل فكّر في حاجة تعينك على كده، طبعًا أهم حاجة صّحتك، بعد كده فكر وفكر وفكر بجد هاتلاقي أكتر من سبب يعينك.

طبعًا هتدعي ربّنا في صّلاتك إنه يتوب عليك، وربّنا مش هايخذلك.. خلليك واثق إنك حلو وخُسارة في السجاير.

11_(جرّب ومش هاتخسر حاجة)

جاية أقولك حاجة حلوة ومش هأخرها لآخر المقال.. نقول: سلام عليكم ورحمة اللَّه وبركاته، ويلا بينا.

عارف مهما حاولت تبيّن إنك مش فارق لك كلام اللي بيحبّوك ونصحوك قبل كده تبطل تسمع أغاني بس أنت اتأثرت، أنا عارفة إنك بتحبّ ربّنا ونفسك تعمل كل اللي يرضيه، وعارفة كمان إنك من وقت وأنت بتحاول تبطل تسمع أغاني، عارفة إنك بتقبل النصيحة وبتحبها كمان، بس العيب في اللي نصحوك المرّة دي، أيوا العيب فيهم، عارف ليه؟

علشان نصحوك قُدام الناس وده ما يصّحش؛ أيوا ما يصّحش حد ينصحك قُدام الناس أو قُدام حد تاني، طالما أنت اللي هاتتنصح يبقى الكلام بينك وبينه ما ينفعش يسمعه تالت، بتقول: ليه هو سرّ؟

طبعًا سرّ، سرّ جميل من حد بيحبّك وخايف عليك، وهاتلاقي دايمًا اللي بيحبّك مش بينصحك قُدام حد أبدًا، علشان كده يبقى بيفضحك مش بينصحك.

طيب يا مريم أنا عايز أبطل أسمع أغاني ومش قادر مع إني بصلّي.. أعمل إيه؟

سؤال جميل من حد نضيف، ما هو اللي يجاهد نفسه علشان يرضي ربّنا، ويبعد عن حاجة اِتعوّد عليها يبقى نضيف، هاقولك: جُملة مش قادر دي مش في محلّها عارف ليه؟

علشان أنت بتجاهد في شُغلك ومش بتدخل جيبك قرش حرام، وكمان بارّ بولدتك وحنين على إخواتك، بتتعب علشان راحتهم، بتتقي ربّنا فيهم، بتعامل كل الناس بما يُرضي اللَّه، فأنت تقدر تبطل تسمع أغاني، اسمع منّي أنت قدّها وقدود.

نيجي بقى لأصل الموضوع، أنت بتسمع أغاني ليه؟

بتقول: علشان تفصل من تعب الشُغل، ودوشة الحياة، معنى كده إنك مش بتحبّ الأغاني لكن واخدها وسيلة تريّح بيها أعصابك.

دايمًا فاهماني يا مريم، مش زي اللي يقول: على إيه بتصلّي لما بتسمع أغاني؟

حاسّسني إن ربّنا مش هايقبل صّلاتي.

هاقولك: ولا يهمك خالص، كإنك مش سمعته، اغسل دماغك من كلامه، علشان هو حد جاهل بالدين، بدل ما ياخد بإيدك بيغرّقك.

يعني ربّنا هايقبل صّلاتي مريم حتّى وأنا بسمع أغاني؟

مبدأئيًا كده رحمة ربّنا واسعة للمؤمن التقي، فأنت اِعشم في الرحمة دي، واطمع في مغفرته سُبحانَهُ وتعالى، أمَّا عن قبول الصّلاة من عدمه فدي حاجة ربّنا وحده اللي يعلمها، إحنا بناخد بالأسباب وربّك هو اللي بيحاسب.

ومن الأسباب دي مثلًا إنك تبطل تسمع أغاني، لكن ما تبطلش تصلّي لو غلبتك نفسك ومش قدرت، يعني أنت بتصلّي وبتسمع أغاني في نفس الوقت، حاولت تبعد عن الأغاني خالص بس مش قدرت هل ده مُبرر إنك تترك صّلاتك؟

طبعًا لأ، ليه؟

علشان أنت كده عملت بالظبط زي المثل اللي بيقول: "جيت تكحلها عميتها"، حافِظ على صّلاتك مهما حصل، وأنت بتصلّي ادعي ربّنا بنيّة صادقة خالصة إنه يتوب عليك من سماع الأغاني ويكرهك في كل حرام، ادعي مرّة واتنين وألف لحد ما هاييجي يوم وتلاقي نفسك بطلت تسمع أغاني.

هاقولك حاجة حلوة كمان: لما تكون في عربيتك بلاش تسمّع اللي حواليك اللي بتسمعه طالما هو مش قرآن ولا حاجة هاتفيدهم في دينهم أو دُنيتهم، ليه يا مريم؟

علشان أنت كده من غير ما تعرف بتاخد سيئات كتيييير، وكمان بتشيل ذنب كل اللي سمع صوت الأغاني من عربيتك، أنت عارف إن أي بيسمع صوت المؤذن كل ده حسنات ليه، أنت برضو لما تعلّي صوت الأغاني بتاخد سيئات بالإضافة لسيئاتك.

طب الحلّ إيه يا مريم؟

الحلّ بسيط جدًا، هنعمل خطّة بديلة؛ يعني بدل ما تسمع طول اليوم كله أغاني اسمع حبة صغيرة، وبعدها جرّب تسمع القرآن الكريم مجوّد بصوت الشيخ المنشاوي _رَحِمَهُ اللَّه_ مش هاتندم خالص، وطي صوت الأغاني واسمع لوحدك بعدها جرّب بدل ما تشغل أغاني في عربيتك شغل سورة بتحبّها من القرآن الكريم، وقتها مش هاتلاحق على الحسنات اللي بتضاف لحسناتك، الموضوع سهل جدًا بس أنت اللي مكسّل.

أنت عارف إنك مهما سمعت أغاني عُمرك ما هاتحسّ براحة الأعصاب والهدوء النفسي، بالعكس الأغاني بتتلف خلايا في دماغك، وبتضّر الجهاز العصبي، ولا إراديًا بتتحكم في الشعور عندك، ممكن تكون بتحسّ بمُتعة أثناء سماعها لكن دي مُتعة كذّابة، بمجرد ما ماتسمعش ولا كإنك استفدت حاجة، أمَّا سماع القرآن الكريم فهو علاج للنفسية، وسكينة للروح، وهدوء مُبالَغ فيه للأعصاب، وإن جرّبت وقريته بصوتك فذالكَ مُقوّيٍ للذاكرة.

القرآن كلام ربّك اللي بتحبّه وقلبك عَمران بحبّه موجود بين إيديك، تسيبه وتجري ورا كلام طالع م اللسان، كلام بني آدمين زيّك زيّهم، كمان مش بيحبّوك علشان يخافوا عليك، أنت أصلًا مش في حساباتهم، المهم يكسبوا من وراك، قُلت لي إزاي؟

ما هو أنت لو مش بتسمع أغاني ومعاك إخواتك وقرايبك، وأصحابك وجيرانك، وزمايلك ومعارفك، كان زمان مفيش أغاني؛ لإنهم مش هايلاقوا حد يشتري بضاعتهم.

جرّب تسمع القرآن الكريم بصوت المنشاوي تحديدًا بعد كده اسمع كل الأصوات.

طب واشمعنى المنشاوي يا مريم؟

علشان المنشاوي بياخدك معاه في عالَم تاني، بيعيّشك بإحساسه اللي بيقراه، مش هاتندم أبدًا، هاتلاقي نفسك بتحسّ القرآن الكريم مش مُجرد بتسمعه بس، وده لوحده كفيل يريّح أعصابك ويهدّي نفسيتك ويخلليك مبسوط.

جرّب ومش هاتخسر حاجة.

12_(إبعد عن الأندال)

هاتكلم في المقال ده عن الندالة.. بِسْمِ اللَّهِ وبهِ أستعين.

طبعًا كالعادة هتسألني: طب هو يعني إيه ندالة؟

الندالة دي معناها ببساطة شديدة الحقارة، السفالة، وطبعًا المعنى بيبقى صِفة للبني آدم الندل، يعني الندل ده حد حقير، سافل، خسيس، أيوا زي ما سمعت كده، دي مش شتيمة _معاذ اللَّه_ دي صفات بعض الأشخاص اللي موجودين حوالينا.

والندل بيعرف يشّكل نفسه كويس جدًا حسب الموقف اللي هو فيه، قُلت لي: إزاي؟

يعني مثلًا تلاقيه لو حصلت له ظروف مُعيّنة يبدأ يستعطفك، بعدها يلاقيك طيّب فيستغلّك، طيّب فين المُشكلة؟

المُشكلة إنه بيطمنك ويعشّمك آووووي، يعني ممكن يجبرك تساعده في حاجة تخصّه، وطبعًا أنت مش بيهون عليك؛ لإن للأسف الشديد الندل ده بيكون قُريب منك سواء قريبك، صاحبك، زميلك، أو حتّى جارك، بعد ما تساعده تعدّي الأيَّام وييجي وقت ردّ الجميل، ساعتها بس بتعرف يعني إيه بني آدم ندل؛ لما تلاقي معدنه قشرة، طبعه خسيس، اللي يحبه لنفسه يكرهولك، واللي يكرهوا لنفسه يحبهولك،

مش ممكن يحبّك تبقى زيّه سواء في الشغل، الوضع الاجتماعي أو حتّى المستوى الفِكري.

لما يحصل وتقابل حد م النوع ده احمد ربنا علشان وَّفر عليك كتيييير، ادالك خِبرة في التعامل مع أمثاله، زوّد مناعتك ضد الصدمات، لإنه زي ما قُلت الندل بيكون حد موثوق فيه من ناحيتك، وده طبعًا لقُربه منك، المهم ما تزعلش خالص، اعتبره درس واتعلّم منه، وخلليك عارف إن الدُّنيا مش بتدّي دروس ببلاش، دروسها قاسية ومؤلمة لكنْ بتعرّفك قُدرتك وقيمتك أنت عند نفسك، فما تزعلش، كله لمصلحتك.

طيب الحلّ إيه يا مريم؟

الحلّ بسيط جدًا، كَبّر دماغك، ما تاخدش كل حاجة على أعصابك، ما تدققش، ما تركزش مع كل حاجة، خلليك مراية للي حواليك، يعني إيه مراية دي كمان يا مريم؟

هاقولك: خلليك مراية للي حواليك يعني عامِل كل واحد زي ما بيعاملك لا أكتر ولا أقل، ما تدّيش حد أكبر من حجمه، ولا تقلّ من حد، ولا تعظّم حد، خلليك مُعتدل في تصرفاتك، كمان اللي يقف معاك اقف معاه، اللي يساعدك ساعده، اللي يشمت فيك اجتنبه، اللي يتمنّى لك الشرّ ولو بهزار اطرده من حياتك غير مأسوف عليه، اللي يقول عليك حاجة مش فيك اطمن أنت حلو بس هو ناقص تربية وأخلاق ودين.

طبعًا المُعاملة بالمِثل دي حاجة عادلة جدًا، لكن لو أنت هتعامل حد لوجه الرحمٰن فدي بقى فيها كلام تاني؛ يعني هاتعفو عند مقدرة، هاتصبر، هتردّ السيئة بالحَسنة، هاتتغافل عن التقصير والتحقير والشماتة، هتساعد وتدعم، هتعامل حد لوجه الرحمٰن يعني هاتغسل قلبك من كل المشاعر السلبية اللي سببها لك.. إن قدرت فاللَّهُ يُحِبُّ المُحسنين وإن مقدرتش فلا تَظلِم أو تُظلَم.

أقولك حاجة حلوة: نفسك غالية حافِظ عليها وابعد عن الأندال.

13_(هاقولك حاجة حلوة)

هاقولك حاجة حلوة يمكن تخلليك تبتسم ووشّك ينوّر زي الأوّل.

نقول: سلام عليكم ورحمة اللَّه وبركاته، ويلا بينا.

دلوقتي إحنا في الساعات الأخيرة من سنة عدّت من عُمرنا، سنة كانتْ درس لكُلّ واحد فينا، وكُلّ السنين دروس على فكرة، العِبرة إننا نتعلّم، يمكن كتيييير مننا شايف إنَّها مُجرد كام ساعة مش هاتغيّر الكون يعني، ده حتّى يمكن مش نلحق نغيّر فيها حاجة من نفسنا أصلًا.

مبدأئيًا كده الكلام ده مش في محلّه.

هتسألني: إزاي يا مريم؟

هاقولك: صحيح الكام ساعة دول مش هاتقدر تغيّر فيهم الكون، لكن تقدر تغيّر فيهم من نفسك، مستغرب ليه، ده الموضوع سهل خالص؛ هاتقول: بِسْمِ اللَّهِ وتبدأ بإخلاص النيّة لهُ جَلَّ وعَلا، وهاتستعين بهِ سبحانهُ وتعالى على تغيير نفسك للأفضل، بعد كده هاتشوف الأسباب اللي تناسبك وتركز عليها، هاتشوف إيه اللي عملته في السنة اللي فاتت ومش راضي عنه وهاتجتنبه في السنة الجديدة، هاتشوف إيه اللي قصرت فيه وتحاول تركز عليه.

مالك زعلان كده ليه؟

بتقول: إنك حاولت كتيييير تحافظ على صّلاتك بس فشلت، كمان كان نفسك تختم القرآن الكريم بس مش قدرت، كُنت عايز تصوم تطوع وما حصلش، كان نفسك تبطل تدخين بس الضغوطات خللتك تراجعت عن قرارك، كان وكان وكان.

طب مبدأئيًا كده أنت حلو فما تزعلش، وما تحزنش إحنا لسه فيها، إزاي بس يا مريم؟

هاقولك: الكام ساعة الباقيين دول نقدر نعمل فيهم كُلّ حاجة، هاتنوي إنك تحافظ على صّلاتك من دلوقتي فهاتقوم حالًا تتوضأ علشان تصلي العِشاء، بعدها يا مُميّز هاتفتح مُصحفك المُطيَّب وهاتبدأ بأول صفحة، بعد ما تخلّص تعمل حسابك بكره الإثنين (صيام تطوع اهو)، أمَّا بقى بخصوص التدخين واللي أنت بجد خُسارة فيه هانعمل خِطّة بديلة نضحك بيها على عقلك؛ هاتمسك سِواك وتعمل نفسك كإنه سيجارة، هاتقربه من بؤك وتاخد شهيق وبعدها هاتطلع زفير وهكذا، بالحيلة دي نقدر نضحك على عقلك علشان هو اتعود على طريقتك في التدخين، أمَّا بخصوص النيكوتين اللي بقى في دّمك، فأنت هاتجيب أعشاب طبيّة من أيّ عِطارة، وهاتشرب منها لحد ما تغسل جسمك من آثار النيكوتين.

وبكده تبقى عملت كُلّ حاجة في الكام ساعة الباقيين دول، وكمان عندك وقت تزور صاحبك اللي بتحبّه، وتكلم حد بقالك فترة ما كلمتوش.

أقولك حاجة حلوة: اوعى تستسلِم للضغوطات علشان أنت اللي هاتخسر نفسك، ودي مقصودة من اللي سبّب لك الضغوطات، والدليل هاتلاقيه عايش حياته زي ما هو عايز، أنت كمان ليك حياتك اللي لازم تعيشها واللي ما ينفعش حد يعيشها غيرك، اوعى تيأس أو تحزن أو تزعل، مهما حصل لك لسه عندك وقت وقُدامك فُرصة تبدأ من جديد بإختلاف الأزمنة والتواريخ.

خلليك عارف إنْ العُمر مُجرد رقم واللي بيفرق بجد هو العمل وجمال الروح.

14_(أبو الجمايل)

كتير جدًا بنشوف في حياتنا بعض الناس اللي ليهم طابع خاصّ، معروفين بيه منين ما يروحوا، بيحبّوا يكونوا في دور أبو الجمايل، اللي خيره على ده وده.. لحد كده تمام، تمام.

الشخص اللي م النوع ده مُستنزِف للطاقة، سبب من أسباب الإرهاق، عامل رئيسي للإجهاد، قُلت لي ليه؟

الأول هاقولك إزاي تعرف الشخص ده؟

لما حد يقدّم لك نصيحة مثلًا وتشكُره عليها، أو تردّها له بنصيحة تانية هو محتاجها في وقتها، المفروض كده كتر خيرك وخلصت على كده، لكن هو يسكت؛ أبدًا، لازم يحسّسك إنه ليه جِميل عليك، في أقرب فرصة تلاقيه بيفكرك كل شوية يقولك: نسيت الخدمة الفلانية اللي ساعدتك فيها؟

مع إنك قدّمت له قصادها خدمات، لكن هو كده بيلاقي نفسه في الدور ده، دور أبو الجمايل، ولو حصل ولمّحت له مجرد تلميح إنك ردّيت له الجِميل جمايل، يقعد يشكي ويبكي.. ليه؟

علشان يحسّسك بالذنب كمان وإنك بني آدم ناكر للجميل.

طيب الحلّ إيه يا مريم؟

لما تقابل النوع ده م الناس اوعى تديله فرصة إنه يعيّشك إحساس الندم والذنب، ما تسمحش ليه إنه يدّخل في حياتك لا هو ولا غيره، كمان حذاري تطلب منه خدمة حتّى لو هتقف عليه، اسعى ودور على حد غيره يساعدك، لكن ده مش من وراه خير، هو بيبيّن إنه عايز لك الخير لكن فِعله بينفي كلامه.

أقولك حاجة حلوة: خلليك ناضج عامِل الناس بحدود، كل واحد وليه معاك حدود، ده قريب، ده حبيب، ده صاحب، ده جار، ده زميل، ده وده وده.. لكن في الآخر مفتاح باب حياتك في إيدك، حافِظ على حُرمتها واوعى تفتح لحد بابها، خلليك راجل زي الجبل؛ مع الناس بتضحك والكل فاكرك سعيد، في حياتك شايل هموم ما تشيلهاش جبال، حزين، مُبتَلى لكن راجل.

أنت حلو وجميل ما تسمحش لحد يشيلك جمايل هو ما عملهاش أو عملها واتردت له بزيادة، اجتنب النوع ده م الناس علشان تعيش في سلام نفسي، وتحافظ على طاقتك، وتشتري دماغك.

15_(الشمّاعة)

هاتكلم في المقال ده عن الشمّاعة، نقول: سلام عليكم ورحمة اللَّه وبركاته، ويلا بينا.

كتير جدًا بنشوف ناس بتحمّل غيرها غلطها، وبيفرحوا جدًا بده، وبيتمادوا فيه، وده طبعًا بيخلّيهم يحسّوا بعدم التقصير.

أكيد في ناس تستاهل تتحمّل غلط غيرها طالما هي السبب، لكنْ إنك تاخدها حِلوانة في سِلوانة وتعلّق غلط أنت على شمّاعة يبقى أنت مش تمام.

إزاي يعني يا مريم مش تمام؟

يعني أنت مش بتحبّ نفسك؛ لأنَّك لو حبّيت نفسك مش هاتضيّعها وهاتحافظ عليها.

مش فاهم، ممكن توضيح؟

هاقولك: لو أنت في مرّة من المرّات غلطت، المفروض إنك تعترف بغلط، وده طبيعي للأنفُس السوية، لكن إنك تكابر وتخدع غيرك ونفسك قبلهم لما تدوّر على شمّاعة تشيّلها غلطك، يبقى أنت مش تمام، عارف ليه؟

ليه يا مريم؟

علشان أنت كده بتأذي نفسك، وبتعوّدها على الشمّاعة اللي تعلّق عليها غلطها، وده في حدّ ذاته غلط فادح، لأنَّك بتحرم عقلك حقّه في التفكير عن حلّ المُشكلة اللي وقعت فيها، أو تصحيح الغلط اللي صدر منك، وكمان بتعلّم نفسك الكذب والخداع.. بتخدع نفسك!

طيب إيه الحلّ؟

الحلّ إنك تقف مع نفسك وقفة صدق، صارح نفسك، واعترف بغلط، وفكّر إزاي تصلّحه، واوعى تيجي على نفسك، عاملها بالطِيبة، وخلليك عارف إن كُلّنا بنغلط ومفيش حدّ فينا معصوم، مش عيب إنك تغلط، المُهم تتعلّم من غلط.

استعن باللَّهِ واسعى وجاهد نفسك في إصلاح غلطك، خلليك قد المسؤولية حتّى في الغلط مش ترمي غلطك على غيرك، وعلى فكرة كُلّ حدّ بيعلّق غلطه على شمّاعة بتلاقيه محلّك سر ولو عدّى عليه قرن من الزمن، بلاش تكون زيّه.

نيجي بقى للشمّاعة بذات نفسها، لو حصل ولاقيت نفسك بقيت شمّاعة وأنت في حالك لا بيك ولا عليك، اوعى تقبل بالوضع ده، إِيَّاك تشيل غلط غيرك، حذاري تحمل سوء أفعال غيرك، ده ربّنا سُبحانَهُ وتعالى قال: "ولا تزرُ وازرةٌ وزرَ أُخرى"، فأنت ليه تعمل في نفسك كده؟

ليه تحاسب على حاجة مش عملتها؟

ليه تشيل شيلة غيرك؟

واوعى تضحك على نفسك بكلام زي ده موقف جدعنة، وكان لازم أقف مع صاحبي، أو أخويا، أو أي حدّ في العموم، طب أنت عارف إنك بكده بتضّره مش بتنفعه زي ما أنت فاكر؟

إزاي يا مريم؟

أنت لما تحلّ محلّ الشمّاعة وتشيل غلطه أنت بتدّمّره؛ علشان لو بتحبّه هاتخاف عليه، ولو بتخاف عليه هاتوجهه بغلطه وتعرّفه الصّح فين، مش هاتسيبه على عَماه، وتعمل نفسك جدع وتشيل معاه، ده غير طبعًا إنك بتغضب ربّنا سُبحانَهُ وتعالى؛ لأنَّك بتظلم نفسك واللي هي هاتتحاسب عليها وعن كُلّ اللي بتعمله فيها وليها.

أقولك حاجة حلوة: خلليك أمين مع نفسك وحاسبها على كُلّ كبيرة وصغيرة، وصغيرة وكبيرة، واوعى تخدعها وتضللها، وحذاري تشيّل غيرك غلطك أو حاجة أنت عملتها، طالما شايف نفسك أقل من الاعتراف بنتايج عملك.. يبقى مش تعمل حاجة غير لما تكون مُستعدّ لتحمّل نتايجها.

وقبل كُلّ ده طبعًا خلليك مع ربّنا، مصلحتك إنك تكون مع ربّنا، وقتها مش هاتلاقي طريق تغلط فيه ولا حدّ تشيّله غلطك؛ علشان طريق ربّنا مُستقيم مش فيه شمّاعة؛ عارف ليه؟

علشان مش بيسلكه غير الرجالة.. الرجالة وبس.

16_(دوّار المواصلات)

هاتكلم النهارده عن دوّار المواصلات، نقول: سلام عليكم ورحمة اللَّه وبركاته، ويلا بينا.

كتير منّنا بيحصل له دوّار المواصلات، يعني إيه دوّار المواصلات يا مريم؟

يعني لما تركب أي وسيلة مواصلات على مدى تنوعها تحسّ بإضطراب في جهازك الهضمي، تحسّ كإن معدتك مش مُستقرّة، ده طبعًا بالإضافة لشعور الغثيان وأحيانًا القئ، وكمان الدوخة اللي بتحصل لك طول ما أنت في وسيلة المواصلات، دي دوّار وبيختفي تدريجيًا لما بتقرب من المكان اللي أنت رايح ليه، طب ما سألتش نفسك ليه بيجيلك دوّار المواصلات ده؟

ده يا إنسان بيحصل لأسباب نفسية بحتة؛ ليها علاقها بنفسيتك، ممكن تكون مهموم أو مضايق ونفسيتك مش أحسن حاجة، ده بيأثر سلبيًا على الجهاز الهضمي، اللي بدوره بيكون مضطرب نوعًا ما، وبالتالي بتحسّ بدوّار وغثيان والشعور بالرغبة في التقيؤ.

طيب أعمل إيه يا مريم؟

حاول قبل ما تركب أي وسيلة مواصلات تاخد معاك كتاب تقرأ فيه مثلًا، ليه؟

علشان تشغل عقلك بالقراءة، ومش يبقى عندك وقت تفكر بطريقة سلبية، أو تفتكر همومك، اِشغل فِكرك في حاجة بتحبّها، فكّر بطريقة إيجابية.

أقولك حاجة حلوة: ممكن تشغل جهازك الهضمي باللبان، أيّ نوع بتحبه، وأيّ نكهة بتفضّلها، وفي نفس الوقت اتفرج على صور مناظر طبيعية من موبايلك، ويا حبّذا لو سمعت قرآن كريم بصوت أنت بتحبّه، وقتها بس هاتنسَ الدُّنيا باللي فيها.

وعلى العموم سيبيها على الرحمٰن، هو خلقك وهو كفيل بيك، وحَسِّن نفسيتك بالقراءة، أو الكتابة، أو الرياضة، أو مُساعدة الغير، وفِعل الخير على قد ما تقدر.

أول ما نفسيتك تبقى كويسة كُلّ أجهزة جسمك هاتكون تمام جدًا، وخاصّةً الجهاز الهضمي، واللي هو علاقته طردية مع النفسية؛ يعني لو النفسية تمام الجهاز الهضمي هايكون مُستقرّ، والعكس بالعكس لو النفسية تعبانة الجهاز الهضمي هايبدأ يعترض على شكل قُرحة معدة، وقولون عصبي، وهلُّمَ جرّة.

خلليك مع ربّنا واقرأ واسمع قرآن كتيييير هاتلاقي نفسيتك بقت تمام.

17_(التواضع)

نقول: سلام عليكم ورحمة اللَّه وبركاته، ويلا بينا.

في ناس كتير جدًا فاهمة التواضع غلط، إزاي يا مريم؟

فاهمين إنك تتواضع يعني تذلّ نفسك، وطبعًا ما ينفعش تتذلّ لغير اللَّه، علشان هاتتحاسب على نفسك واللي بتعمله فيها، في فرق كبير جدًا بين التواضع والذُلّ، التواضع إنك تكون إنسان وبسيط في تعامُلاتك مع النّاس، يعني اللي يعرفك يحبّك لسهولة عِشرتك، ولِين طبعك، وده بيدفعه إنه يكون على سجيته معاك، مش مُتكلّف علشان يقدر يعاملك.

أمَّا الذُلّ فمعناه الضعف والخضوع، إنسان مذلول يعني إنسان خاضع مُستكين وضعيف، وده حاجة مش لطيفة ولا مقبولة عند الأنفُس السوية، حاجة النفس تأنفها، والإنسان المذلول ده حدّ نفسه هانتْ عليه فبقى سهل يهينها.

التواضع لا يخرج إلَّا من قلبٍ طاهر ونفسٍ زكيّة؛ علشان المُتواضع بيتواضع لمين وليه؟

بيتواضع للَّهِ ربّ العالمين، علشان ربّنا يعلّي شأنه ويرفع قدره، وكمان يزيده من فضله.

أقولك حاجة حلوة: خلليك مع اللَّهِ وأنت الكسبان في كُلّ حاجة، أصل مصلحتك في الدُّنيا والآخرة إنك تكون مع اللَّه، تجاهد نفسك علشان ترضيه سُبحانَهُ وتعالى، تلتزم بالطاعة على قد ما تقدر، تحط قُدّام عينيك إنك هتتحاسب لوحدك على كُلّ كبيرة وصغيرة، النقطة دي لوحدها كفيلة تنّشط عقلك وتخلليك تشوف مصلحتك فين وتعملها.

خلليك عارف إن الذُلّ للَّهِ عِزّة وكرامة، والكسر بينَ يديهِ سُبحانَهُ وتعالى مَنعة ليك، والضعف أمامَ عظمتهِ قوّة، لذا لا تنكسر إلَّا للَّهِ ولا تُظهِر ضعفكَ إلَّا لهُ.. توضأ وصلّي ركعتينِ قضاء الحاجة وأزل السِترَ عن ضعفك، وأظهِر كسرك، واشكو لهُ جُرحك.. لا تخجل ولا تحزن ما دُمتَ في معيّةِ الرحمٰن.

18_(أنت طيّب لكن مش ساذج)

هاتكلم في المقال ده عن حاجة غريبة جدًا، نقول: سلام عليكم ورحمة اللَّه وبركاته، ويلا بينا.

أكتر حاجة باستغربها وبتستفزني جدًا هي وضع الظنّ في غير محلّه، يعني إيه؟

يعني مثلًا حدّ ظلمك وطالك أذاه، ده ماينفعش تحسِن الظنّ بيه، لأ ما ينفعش خالص، سألتني: ليه يا مريم؟

هاقولك: ببساطة شديدة علشان هو استحلّ ظُلمك، فأنتَ اجتنبه وابعد عنهُ خالص لو مش في مقدورك تجيب حقّك، لكنْ لو في مقدورك هات حقّك، وبرضو اجتنبه واديله كارت أحمر خرّجه بيه برا حياتك.

أصل بالعقل كده اللي غرّقك مش مُمكن هايديلك قشّة تتعلق بيها، لو هو خايف عليك ليه غرّقك أصلًا؟

ربّنا سُبحانَهُ وتعالى ادانا عقول نفكّر بيها، وجعلها في الدماغ أعلى الجسد مش في رجلينا، علشان نرقى بفِكرنا، نفكّر صحّ، تفكير يطلعنا لقُدّام مش يخسف بينا الأرض.

أحيانًا كتيرة جدًا الواحد فينا بيضّر نفسه بسوء فِكره، حدّ أذاك اجتنبه، مش تاخد وتدّي معاه، كده أنت بتضّرك زي ما هو ضّرك بالظبط، الموضوع صعب مش سهل، وده مالوش علاقة بإنه يتقال عليك ضميرك أسود، سيب اللي يقول يقول، لإن في الأوّل والآخر رَبّك هو اللي بيحاسب، وهو وحده مُطلع على النوايا اللي محلّها القلب يا بني آدم.

كمان كلام النّاس مالوش أساس؛ روح اسألهم عن آخر حدّ جابوا سِيرته هايقولولك: ما نعرفوش، فأنت شوف اللي يرضي ربّنا واعمله، وخلليك عارف إن أي حاجة بترضي ربّنا بتريّح نفسيتك أنت.

اوعى تفرّط في سلامك النفسي، إِيَّاك تيجي على نفسك علشان حدّ، نفسك دي هتتحاسب عليها خلليك فاكر ده واوعى تنساه، نفسك ليها عليك حقّ، حِبّها، قدّرها، أكرمها، تلطف بها، احنو عليها، لا تُرهقها ولا تُحمّلها ما لا طاقةَ لها به.

اوعى يغُرّك المعسول من كلام حدّ مش شفت منه غير كُلّ شرّ، ده بيتلّون علشان يا إمَّا ليه عندك مصلحة، يا إمَّا جايب لك مُصيبة، أصل بالعقل كده راجع سِجلّ البني آدم ده في دماغك وبعدين احكم أنت، وعلشان تبقى عارف كُلّ واحد فينا عنده فايلات متخزنة في ذاكرته للأشخاص اللي قابلهم في حياتهم على تنوع صِلتهم بيه، فلما عاطفتك تحاول تشوش على عقلك، فرمِل فورًا وافتح الفايل الخاصّ

بيه في ذاكرتك واللي هو ملاه بأفعاله، وقتها عقلك هيبقى عارف هايعمل إيه.

أقولك حاجة حلوة: خلليك مع اللَّه، إحنا في زمن صعب جدددًا، كُلّ شيء وارد، خلليك مع ربّنا وسيب الكون للي خلقه يدبّره، وأنت خللي بالك من نفسك وحافِظ عليك وما تسمحش لحد إنه يأذيك حتّى لو بكلمة، واوعى تكتم جواك علشان كُتر الضغط بسيبب إنفجار، خرّج مشاعرك السلبية في حاجة بتحبّها، رياضة مثلًا، قراءة، كتابة، جري، التأمل في الطبيعة، وتبقى أحسن حدّ لو توضأت وصلّيت ركعتين قضاء حاجة وشكيت لربّنا كُلّ اللي بيتعبك وهو بكُلِّ شيءٍ عليم.

أنت طيّب لكنْ مش ساذج.

19_(الحكاية وما فيها)

الحكاية وما فيها إن كائن بشري برُتبة نجس من كُتر حقده وكُرهه لأصحاب الأرض اللي أجدادهُ سرقوا حتة منها، بقى مش عارف يعيش، طب يعمل إيه فيهم أكتر من الإعتقالات التعسُفية، والسجن مدى الحياة، وإغتصاب الأسيرات، وإتاحة المُخدرات، والترويج للإباحية والشذوذ، كووووول ده يا بني آدم وبرضو ما قدرش يسلخهم من هويتهم الدّينية والوطنية.

قعد يضرب كفّ بكفّ وقرر إنه يعمل حاجة تتلهي فيها الدُّنيا كُلّها، فكانتْ الحرب على غزّة، طبعًا عرفتوا مين النجس ده.. أيوا هو حقير ياهو مش بس نِتن.

المُهم يا بني آدم علشان يخوض الحرب دي لا بُدَّ ليه من داعم، أوّل ما قال يا حرب، وبنت إمبارح ما كدّبتش خبر، هاتك يا دعم اشي سلاح، اشي مُعدّات، اشي طيّارات، اشي أكل وخلافه، اشي واشي واشي، ولمّا سمعت طراطيش كلام إنَّها هي اللي بتحارب بس بدراعها في المنطقة، دراعها اللي لازم يتقطع (خنازير الأرض)، قالت: ومالو ما أنا فعلًا بحارب الأبرياء من نساء ورُّضع وعجائز في غزّة بس بدراعي في المنطقة، علشان كده ما حدش يتدخل واللي هايتدخل هازعله.

طبعًا عرفتوا مين هي بنت إمبارح (بنت كولومبوس)، هي بعينها مفيش غيرها، لا ليها أصل ولا فصل وعمرها يتعدّ على الصوابع ومع ذلك ماسكة ذِلل على العالَم فبتحكمه من خلالها.

لحد كده تمام؟

تمام يا مريم.

طيب، نيجي بقى لمربط الفرس، ليه حقير ياهو ده مش راضي يوقف الحرب رغم إنه خسران، أيوا خسران حتّى لو حاول يظهر غير كده، خسران خُسارة رهيييييبة، ومع ذلك بيكابر، ليه؟

علشان ولا مؤاخذة سقط من نظر اللي بيدعموه من الغرب، واللي كان واعدهم إنه هايقضي على الفلسطينيين في غزّة، ويسوّي القطاع بالأرض، فقال لك لأ ده أنا لازم أردّ إعتباري، لازم أعمل حاجة ما تتنسيش، فبيقتل في أشقائنا ومش هاقول بوحشية، علشان ده نجس وخسيس ومش كان إنسان في تعامله معاهم قبل كده علشان يبقى متوحش دلوقتي، فكّروا بالعقل شوية، ده من أوّل ما سرقوا حتة الأرض وقعدوا فيها ومفيش من وراهم غير الخراب والدمار والهلاك للمنطقة كُلّها، وده ليه؟

علشان دول في الحقارة والخُبث والمكر والفتنة والندالة ونقض العهد مالهُمش مثيل على مستوى العالَم كُلّه، أيّ دولة بيحطوا رِجلهم

النجسة فيها بتتخرب، علشان كده الغرب هجّرهم وطردهم زي الكلاب الضالة مع اعتذاري للكلاب طبعًا.

المُهم النجس ياهو ده فاكر نفسه مخلّد فيها، فبيقتل وينهب وينتهك حُرمات أهل الأرض اللي سارق حتة منها، وطبعًا مدّفي نفسه بدعم وفلوس بنت كولومبوس، ومطمّن لصمت ولاة أمور العرب، فاكر نفسه هايفضل كده على طول، مع إن الفلسطينيين مش بيتحاربوا في حاجة غير دّينهم، تفتكر يا بني آدم اللي تهون عليه روحه في سبيل الدفاع عن دّينه ربّنا هايسيبه؟

طبعًا لأ وربّنا هاينصرهم عاجل أم آجل وهاتكون الغَلبة ليهم، المُشكلة فينا إحنا، إحنا اللي شادّينا كُرسي وقاعدين نتفرّج، إحنا عملنا إيه لدّيننا؟

بنعمل إيه في حياتنا يخلّينا مُستجابين الدُعاء؟

كُلّ واحد أدرى بنفسه.

20_(مريم دي أنا)

المقال ده للي معذّب نفسه، ليل نهار بيجلد فيها، مُتحامل عليها جدددًا، مش بيعطف عليها، ولا حتّى بيرحمها.

اِرحم نفسك شوية، حِنّ عليها، عامِلها بعطف ولُطف لوجه اللَّه، بلاش اللوم عمّال على بطّال، خصوصًا لو حاجة خارجة عن إرادتك.

خلليك واثق إنك مش بائس أكتر من مريم.

مريم مين؟

مريم دي أنا، النهارده وبدون قصد حذفت كُلّ ملفات وورد اللي عليها بعض كتاباتي، يعني حاجات مُهمة وجدددًا كمان، مش بس كده لأ واتحذف كمان مجموعة كنوز Pdf أصل أنا بسمّي الكُتب كنوز، وطبعًا ده للكُتب اللي تستحق.

المُهم استوعبت بعد دقايق إنّي عملت مُصيبة بدون قصد، حاولت كتيييير أرجع حتّى بعض اللي انحذف مش عرفت، فعملت إيه؟

زي الصورة كده، يعني جبتي وردة واديتيها لنفسك ولا عملتِ إيه؟

لأ مش جبت وردة لكنْ تصدقت على نفسي بكلمة طيّبة يمكن تهوّن عليها مُصابها، وابتسمتْ وقُلت: قدّرَ اللَّهُ وما شاء فعل، الحمدُ لِلَّهِ على كُلّ حال، وطبعًا كمّلتْ: اوعي تتكرر تاني علشان ما نزعلش من بعض.

21_(خراب البيوت)

هاتكلم النهارده عن خراب البيوت (الجزء الأوّل) نقول: سلام عليكم ورحمة اللّه وبركاته، ويلا بينا.

في وقت من الأوقات كُنت بتابع حساب مؤسسة قانونية، ففوجئت بإنْ الحساب بقى يعرض مُشكلات أُسرية، كملت مُتابعة فلاقيت إنْ 90٪ من المُشكلات المعروضة هي مشاكل متجوّزين، إمَّا الزوج اللي بيعرضها أو الزوجة.

في منها مشاكل صعبة حبّتين، لكنْ في كمان مشاكل تافهة حرفيًا، الغريب في الموضوع إنْ مُعظم اللي بيدّوا نصايح لعارض المُشكلة مُتفقين على جُملة واحدة "الطلاق هو الحلّ"، الجُملة دي مش عجبتني، ولا هي أصلًا حلّ، بعدين لو كان الطلاق هو الحلّ فعلًا مش كانتْ الزوجة لجئتْ لعرض مُشكلتها.

البيوت مش خالية من المشاكل، والزوجين المُتفاهمين عارفين دا كويس، بس بيعرفوا يحتووا مشاكلهم ومش يخرجوها برا البيت.

إنك تحاول تلاقي حلّ لمُشكلة حصلت لك مع مراتك دا كويس، إنك تبحثي عن حلّ لمشكلة بينك وبين جوزك دا كويس، لكنْ إنكم أنتوا الإتنين تجعلوا مشاكلكم مشاع كدا فدا اللي مش كويس خالص ولا لطيف بالمرّة.

بتسألني: ليه يا مريم؟

هاقولك: المفروض اللي فرضه العقل إن البيوت ليها أبواب، ودا ليه يا مريم، علشان نخبّط عليها، طبعًا لأ، اومال علشان إيه؟

علشان اللي جوا البيت ما يطلعش برّاه، يعني اللي يحصل بينك يا زوج أنت ومراتك مهما يحصل حافظوا على أسرار بيتكم، حتّى مشاكلكم مع بعض دي من أخصّ خصوصياتكم، آه واللَّه، ما يصّحش خالص تكشفوا سرّكم لحد، ما بالكم بقى بإنكم بتعرضوها على شكل مُشكلة على حساب عام.. مشاع يعني، وكمان بتنتظروا ردّ من ناس ما تعرفهمش ولا حتّى تعرفوا إذا كانوا حقيقيين أو مُزيّفين، فطبيعي جدًّا يستهتروا بمشاكلكم، ويستهونوا ببيتكم، ويقولوا لكم "الطلاق هو الحلّ"، وأنت وهي عارفين إنه مش حلّ ولا حاجة!

أنتِ عارفة يا زوجة إنك مش ليكِ الحقّ إنك تعرضي مُشكلة بينك وبين جوزك غير لما تاخدي موافقته، آه يا أستاذة ما لكيش حقّ خالص، فقبل ما تعرضي المُشكلة قولي لجوزك: ممكن لو سمحت أعرض مشكلتنا واللي أنت طرف فيها، واللي هي من أسرار بيتنا على حساب عام للي رايح واللي جاي؟

وأنت كمان يا زوج ابقى استأذن مراتك قبل عرض المُشكلة طالما هي طرف فيها.

هو أنتوا فاكرين بعرضكم لمشاكلكم بالشكل دا هاتتحلّ يعني، حتّى لو كانتْ بدون أسماءكم، تبقوا غلطانيين؛ ليه يا مريم؟

علشان اللي بيقرأوا مشاكلكم دول ناس أغراب عنكم، لا أنتوا تعرفوهم ولا هُم أصلًا يعرفوكم، ودي تفرق إيه يا مريم؟

تفرق كتيييييير جدددددًا، علشان اللي يعرفوكم شافوكم وأنتوا بتبنوا بيتكم سوا، شافوا فرحتكم ببعض، شاهدين على الأيَّام الجميلة اللي عيشتوها مع بعض، علشان كدا لو حصلت ما بينكم مشاكل بيفكروكم بأيَّامكم الحلوة وحُبّكم لبعض.

لكنْ الغريب اللي مش عارفكم بيستسهل ويستهتر ويستهون ويستخف بيكم فبيقولكم "الطلاق هو الحلّ"، من امتى كان خراب البيوت حلّ يا عاقلين؟

هو بيقولكم كدا علشان مش عاش حياتكم ولا يعرفها، وممكن يكون اللي بينصحكم دا طفل لم يكتمل عقله بعد!

ودا علشان أنتوا مش عارفين بتتعاملوا مع مين.

المُهم، أنت عارف وهي عارفة كويس جدًّا إنكم مش عايزين تبعدوا عن بعض، ومش عايزين تخربوا بيتكم، وإلَّا لكنتوا اتطلّقتوا وكانتْ صفحات عرض المشاكل دي قفلت من زمان.

****

أقولكم حاجة حلوة: خراب البيوت مش بالساهل، والبيت اللي بيتخرب مش بيرجع يتعمّر تاني، بلاش تضيّعوا جزء من عُمركم.

قبل ما تفكروا في الطلاق فكّروا في قلوبكم لو مش عندكم أطفال، لكنْ لو عندكم أطفال فكّروا فيهم طالما قلوبكم هانت عليكم.

فكّروا في الأطفال اللي بينكم، فكّروا في اِحساسهم لمّا يلاقوا أصحابهم عايشين حياة أُسرية مُستقرّة في حين إنكم معيّشينهم في شتات؛ أيوا يا فندم شتات، شتات أُسري ونفسي، عواقبهُ وخيمة وكارثية على الطفل، الطفل البرئ اللي أنتوا خلّفتوه بكامل رضاكم، وكنتوا سُعداء جدددًا بسماعكم نبضات قلبه، دلوقتي لما جه الدُّنيا وبقى طفل بقيتوا كُلّ واحد بيفكّر في نفسه ومُفيش حدّ بيفكّر فيه.

****

مُفيش حاجة اسمها نطلّق ونبقى كويسين مع بعض علشان الأودلاد، دا كلام مش صحيح ولا هو في محلّه، علشان الأولاد مش عايزين علاقتكم تكون سطحية مع بعض، مش عايزين أُمّهم تبقى غريبة عن أبوهم، ولا هُم عايزين أبوهم يبقى راجل غريب مُحرّم على أُمّهم.

الأولاد أهم ما فيهم النفسية فلو أنتوا اِتطلّقتوا قضيتوا على نفسيتهم بالإعدام، هاتشوفوهم عايشين وبيظهروا إنهم مبسوطين، لكنَّهم

وللأسف الشديد بيكونوا مدّمرين، مُشتتين، غير آمنين ولا مُطمأنين ولا حتّى مُستقرّين.

الأولاد أمانة في رقبة أبوهم وأُمّهم، اتقوا اللَّه فيهم، وبلاش تعذّبوهم.

****

مٰفيش حاجة اسمها إنك هاتكوني الأُمّ والأبّ في نفس الوقت، والكلام دا للزوج، مٰفيش كدا خالص، مٰفيش حدّ بيحلّ محلّ حدّ، أصل الأدوار دي ربّنا هو اللي قسّمها الست هي الأُمّ والراجل هو الأبّ، ومٰفيش حاجة اسمها الخال والد؛ لأ يا فندم الخال مش والد غير لعياله هو وبس، لكنْ ولاد الأخت ليهم أبّ يبقى ليه يتحرموا منه؟

مٰفيش حدّ بيعوّض مكان الأبّ، ودا ليه يا مريم؟

علشان الأبّ ربّنا زرع فيه عاطفة الأبوّة، ممكن الخال أو غيره يحنّ عليهم، لكنْ إنه يكون بعاطفة الأبّ ناحية ولاد أخته فدا مُستحيل، علشان هُم مش مخلوقين من صُلبه، هُم ولاد أُخته فبيحبّهم لحُبّه لأخته لكنَّه مش محلّ أبوهم أبدًا.

****

وياريت لو عندكم مشاكل بلاش تعرضوها على ناس ما تعرفوهاش، عايزين تعرضوها على حدّ طالما أنتوا مش بتسمعوا لبعض، يبقى اعرضوها على حدّ من قرايبكم يكون ثقة وأهل للصُلح والمشورة.

وأنت يا اللي قاعد شُغلانتك "الطلاق هو الحلّ" تعرف إيه حضرتك عن البيوت علشان تُقدِم على نصيحة ظاهرها نصيحة لكنَّها خراب بيوت، شُفت مُشكلة لاقيت لها حلّ صحيح سليم قول، مش لاقيت بلاش تتفيهق بحلول لا تمت للواقع بصلة، بلاش تكون سبب في خراب بيت حدّ، البيت علشان يكون بيت بياخد من عُمر صاحبه وصحته وشبابه اللي بيقضيه متغرب علشان يجمع فلوس تخلّيه يعرف يعمل بيت، اِنما حضرتك بقى مش عارفين إذا كنت عارف حاجة عن اللي بتقوله ولا بتتصدر وخلاص.. اوعى تنسَ إن المُستشار مُؤتمن.

****

قبل ما تفكّروا في الطلاق اِسألوا نفسكم: هل عندكم اِستعداد وطاقة تعيدوا كُلّ اللي كان بينكم من جديد مع حدّ جديد؟؟؟

22_(النظافة)

هاتكلم النهارده عن النظافة، نقول: سلام عليكم ورحمة اللَّه وبركاته، ويلا بينا.

النظافة نعمة من نِعَمِ اللَّهِ سُبحانَهُ وتعالى، يَمُنّ بِها على مَن يشاءُ من عِباده، والنظافة دليل على إيمان الشخص، إزاي يا مريم؟

هاقولك: الإنسان المؤمن بيحبّ ربّنا، بتقول: ما كُلّ النَّاس بتحبّ ربّنا، تمام، لكنْ مش كُلّهم بيترجموا الحُبّ لعِبادة وقُرب، ودا الفرق، المؤمن لما بيحبّ ربّنا سُبحانَهُ وتعالى بيترجم دا لسلوك عملي، فتلاقيه طول الوقت مُنشغل بالطاعة، مش عنده وقت فراغ خالص، لإنه كُلّ ما بيخرج من طاعة بيدخل في اللي بعدها وهكذا.

المؤمن بيحبّ النظافة جدًّا ودا من طِيب نفسه وجمال رَّوحه، بيحبّ كُلّ ما هو طيّب، دايمًا مُهتم بنفسه وبنظافته الشخصية، فتلاقيه مُهندم، مُهذب، مُطيّب، مُرّتب، حَسن الهيئة.

كمان هاتلاقيه بينفرّ من كُلّ خبيث قبيح، ودا من فِطرته السويّة، مش بيحبّ يأذي حدّ علشان كدا بيزود اِهتمامه بنفسه لمّا يكون رايح الشُغل، أو بيصلّي في المسجد، أو هايحضر مُناسبة مُعيّنة، تلاقيه مُميّز بنظافته وشياكته وأناقته.

كتير جدًا بسمع إن النظافة مُكلّفة، والدُّنيا غالية، وعلشان الإنسان يهتم بنفسه فمحتاج مبلغ وقدره.. الكلام دا غلط جدًّا جدًّا كمان، إزاي بقى يا مريم، هو أنتِ مش عايشة معانا؟

هاقولك: طبعًا عايشة، بس النظافة دي سلوك، والسلوك بالمُمارسة بيكتسب الإستمرارية وبعدها التعوّد، يعني أنت لو بتغسل أسنانك الصُبح كُلّ يوم، هاتتعود على كدا ومش هاتوقف حتّى لو الدُّنيا غليت، اللي عايزة أقوله إن النظافة مُتاحة للجميع بلا اِستثناء، يعني اللي مش عاجبه الكلام دا، هل بيتكم مش موجود فيه ماء؟

أكيد موجود، والماء دا أطهر الطهور، دا الماء لوحده يُمكن اِستخدامه في النظافة عن طريق الإغتسال مثلًا، كمان أكيد البيت فيه صابون وش مثلًا، دا كمان يُمكن اِستخدامه في تنظيف الجسم، وبعدها نيجي لحاجة مُهمة جدًّا وهي مُزيل العرق وع فكرة مش لازم يكون ماركة مُعيّنة، خصوصًا في وقت الحرّ دا وَجَب اِستخدام مُزيل عرق لتجنُّب أذية الغير، طالما فيه اِختلاط سواء في العمل، المواصلات، أو حتّى لو مفيش اِختلاط بحدّ يبقى علشان نفسك.

النظافة مش محصورة في حاجة بعينها، فمهما الدُّنيا غليت النضيف هايفضل نضيف حتّى لو مش عنده غير الماء، أمَّا الحجج والأعذار فكُلّها واهية.

أقولك حاجة حلوة: النظافة مُريحة جدًّا للنفسية ومُنّفرة للشَّيطان، ودا علشان الشَّيطان نَجِس قبيح خبيث، لا يُحِبُّ إلَّا ما هو مِثله، الشَّيطان بيكره النظافة، وبيكره المكان النظيف، وبيحاول يعرقل الإنسان عن اِهتمامه بنظافته الشخصية، فبيوسوس لهُ بالهموم والأحزان ويجيب له اِكتئاب، ويعيّشه حالة نفسية سيئة ويخلّيه مش يهتم بنفسه ونظافته.

اِهتم بنفسك في حدود المُتاح عندك.. بس اوعى تكسّل وتفرّح الشَّيطان فيك.

23_(القطر)

هاتكلم النهارده عن القطر، نقول: سلام عليكم ورحمة اللَّه وبركاته، ويلا بينا.

الحياة ببساطة شديدة عاملة زي القطر، بتركب فيه من أوّل ما بتتولد، في الدرجة اللي مُقدّرة لك من قبل خلق السماوات والأرض بخمسين ألف سنة، طول فترة تواجدك داخل القطر، هي نفسها طِيلة عُمرك المُقدّرة ليك تعيشها على وجه الأرض.

طول ما أنت في القطر هاتقابل أشكال وألوان، أنواع كتير من البشر، منهم الملازم ليك، وده اللي رحلتك مش بتكمل غير بيه، ومنهم ضيف الطريق، وده بيكون ضيف على رحلتك، ممكن يكون حامل بِشارة، وممكن يكون حامل رسالة، وفي الحالتين هاتستفيد بتواجده المؤقت.

في كمان الأصيل وده هاتعرفه من طول السكّة، هاتعرفه من جدعنته، وأخلاقه العالية، وأدبه الجميل، وصفاته الحَسنة، وروحه الجميلة، وقلبه الطاهر.

وزي ما في الحلو، في اللي مش حلو، هاتقابل الناقص، وقليل الأصل، وناكر الجميل، والمؤذي، والكذّاب، والمصلحجي، وأخيرًا الندل.

وعلشان رحلتك تكمل على خير، لازم ولا بُدّ وحتمًا تعرف إزاي تتعامل مع الأنواع الغير سويّة من البشر.

إزاي يا مريم أتعامل معاهم وأنا مش شبههم؟

سؤال مُحترم من شخص يُحترم، هاقولك: عارف يا أستاذ أنت، لو كان كُلّ رُكّاب القطر شبهك كُنت مش هاتعرف قيمة نفسك، كُنت هاتكون مُجرد تكرار، ومسخ لأشباه كتير كُلّهم مضمونهم واحد.

لكنْ إنّك تكون أنت بكُلِّ ما فيك، شكلك، طبعك، طريقة تفكيرك، نظرتك للأشياء، صوتك، قلبك، روحك، كُلّ حاجة فيك، دي حاجة حلوة.

طول رحلتك هاتكتشف نفسك مع كُلّ محطّة يقف فيها القطر علشان غيرك ينزل بعد ما جه دوره، زي ما هاتكتشف طِباع اللي معاك في الرحلة، هاتكتشف حاجات جديدة مش كنت تعرفها عن نفسك قبل كده.

أرجع لسؤالك: إزاي هاتعامل مع الأنواع الغير سويّة وأنا مش شبههم؟

الإجابة بسيطة جدًّا: مش هاقولك عامل كُلّ واحد باللي تشوفه منه، علشان كده ممكن تكذب على اللي بيكذب عليك، لكنْ هاقولك: التعامل بحدود، يعني تحافظ على حدودك، واوعى تدخل حدّ مش مرتاح في معاملتك معاه جوا حدودك، ما تسمحش للكذّاب إنه يكذب عليك، ولا تدّي فُرصة للناقص إنه يقلّ منك، وطبعًا المؤذي هاتجتنبه، وناكر الجميل اِعتبر نفسك عملت معاه الخير ورميته البحر، ده لو

مش كان لوجه اللَّه تعالى، أمَّا الندل بقى فده تبعد عنه خالص، حتّى لو عسّلك الكلام إيّاك تسمع له.

هاتفضل تعامِل وتتعامل لحد ما القطر يوصل بيك لمحطّتك، وقتها هاتكون رحلتك قرّبت تنتهي، بعد ما تكون أخدت خِبرة جامدة، ويكون يقينك أقوى، وعقلك أكبر، وتعرف إنْ القطر ماشي ماشي، مش بيقف عند حدّ مُعيّن.

أقولك حاجة حلوة:

مهما حصل لك خلليك راضي عن نفسك، اوعى تجلد ذاتك، اوعى تقسى على نفسك، حِنّ عليها وارحمها لوجه اللَّه.

خلليك عارف إنْ القطر بيلّم فبلاش زعل ولا حُزن، لإنّك أكيد حد م الرُكّاب هايضايقك، المضايقة دي بتاخد عليها ثواب لما بتصبر، وحقّك بيرجع لك على حياة عينك.. اِبتسم وفرّح قلبك بأيّ حاجة بتحبّها حتّى لو كانت مُجرد آيس كريم شيكولاته.

24_(عيش سعيد علشانك)

هاتكلم النهارده عن حاجة جميلة، نقول: سلام عليكم ورحمة اللَّه وبركاته، ويلا بينا.

الدُّنيا مش ثابتة على حال، وده لوحده كفيل يزود عند العاقل اِتزانه في اِتخاذ القرارات الخاصة بدايرة علاقاته.

يعني إيه يا مريم؟

هاقولك: يعني عامِل النّاس كما تُحبّ أنْ يُعاملوك بيه.

قصدك يا مريم إنّي أعامل شخص مؤذي باللي أنا نفسي يعاملني بيه؟

لأ طبعًا ده مش قصدي ولا عُمره هايكون.

أومال إيه يا مريم معنى الكلام ده؟

هاقولك: علشان نبقى مُتفقين، النّاس أنواع، في منهم اللي يشبهك، وده هو اللي هاتعمله باللي نفسك يعاملك بيه، وفي منهم المؤذي، ده بقى هاتتجنبه خالص علشان سلامك النفسي، وفي منهم بين البنين، اللي هو مش مش مؤذي لكنَّه كمان مش شبهك، فده ليه مُعاملة خاصّة لو هاتقدر عليها تعامل معاه.

مريم يعني إيه مُعاملة خاصّة؟

مُعاملة خاصّة يعني هاتكون علاقتك بيه مُحاولات إرضاء وتوضيح، وده علشان هو مش شبهك، كمان النوع ده بيحب معاملتك ليه، بس مُعاملتك، لكنْ في نفس الوقت مش بيردّ لك المُعاملة لا بالمِثل ولا غيره.

النوع ده بتكون مُضطر تتعامل معاه، ليه يا مريم؟

علشان بيكون داخل حدود دايرتك الخاصّة، ومش بينفع تتجاهله أو تتجنبه، لوجود رابط بينكم، سواء رابط أُسري أو خاصّ بالعمل.

المهم، ركز مع اللي شبهك علشان المُعاملة تكون أسهل وأوضح، ولو مش لاقيته في وقتك الحالي، دوّر عليه، البني آدمين كتير وأكيد هاتلاقي شبهك فيهم.

إذا اِضطرتك الظروف تتعامل مع النوع بين البنين تعامل عادي طالما كرامتك محفوظة، لو حاسيت بمثقال ذرّة إهانة، اِجتنب واِبعد فورًا.. ربّنا خلقك وكرّمك بلاش تذلّ نفسك.

هاقولك حاجة حلوة: اِسعد نفسك بطريقتك الخاصّة، ولا يهمك أراء المُحبطين، عيش حياتك زي ما أنت عايز طالما لم تُغضب اللَّه سُبحانَهُ وتعالى.

بلاش تتعب نفسك في التفكير في نظرة النّاس ليك، وتفكيرهم فيك، حياتك ملك أنت حافظ عليها وعيشها صحّ.

الحياة واحدة والعُمر مش بيتكرر.. عيش سعيد علشانك أنت، أنت تستاهل تكون سعيد.

25_(عايز تنجح في حياتك)

عايز تنجح في حياتك عمومًا، هاقولك، نقول: سلام عليكم ورحمة اللَّه وبركاته، ويلا بينا.

عايز تنجح في حياتك ركز مع نفسك، شفت الموضوع سهل وبسيط إزاي؟

فين أسباب النجاح يا مريم؟

هاقولك: أسباب النجاح كُلّها اِجتمعت في الجُملة دي؛ ركز مع نفسك، أنت عارف أصلًا يعني إيه ركز مع نفسك؟

يعني إيه يا مريم؟

ركز مع نفسك يعني اِنشغل بنفسك، يعني بطّل تبُصّ في حياة غيرك، ما تشغلش نفسك بغيرك، ما تبُصّش في رزق غيرك وتقعد تحسب له، ما تتمنّاش عيشة غيرك؛ لإن عيشتك اللي مُش عجباك دي أحلى منها بكتيييير أُقسِم لك باللَّهِ العليِّ العظيم، أنت بس شايف القشرة الظاهرة ليك، لكنْ ما تعرفش اللي وراها.

ركز مع نفسك يعني بلاش تضيّع وقتك في الحِسبة لغيرك، بيشتغل فين وبكام، وبيصرف أد إيه وبيوّفر أد إيه، ويا ترى عامل حساب في البنك، وفي بنك إيه، وكُلّ الكلام اللي يجيب الفقر ده.

هايحصل إيه لو ركزت في حياتك اللي أنت سايبها تضرب تقلب، ورامي ودانك وعيونك في حياة غيرك!

ركز مع نفسك يعني هاتسعى، وتطور من نفسك، وتتعلّم مهارات جديدة، وتضيف خِبرات لخِبرتك في مجال عملك، وتحافظ على هدووووووءك، وتقضي وقت لطيف مع عيلتك.

ركز مع نفسك يعني تجتهد، فلما تنجح حتّى لو نجاح بسيط تحسّ بطعمه؛ لإنك تعبت علشان تنجح.

ركز مع نفسك وسيبك من غيرك، اشتغل على نفسك دايمًا، بلاش تضيّع وقت في حاجات تفقرك وتضّرك.

أقولك حاجة حلوة: نفسك هاتتحاسب عليها، اِتقي اللَّه فيها، ووقتك اِنتفع بيه، بلاش تهدره في حاجات مالهاش لازمة، اِعمل اللي ينفعك وسيبك من اللي يضّرك.. نفسك أولى بوقتك.

26_(أنت سبب رئيسي في كُلّ اللي بيحصل)

هل سألت نفسك قبل كده عن قوّة علاقتك بربّنا سُبحانَهُ وتعالى؟

هل جه في بالك إنْ مهما الدُّنيا ضاقتْ بيك، واتقفلتْ من كُلّ النواحي، وبقى مالهاش حلّ، والبلايا نازلة زي المطر، إنك ممكن تكون سبب من أسباب كُلّ اللي حصل ده!

أيوا أنت سبب رئيسي في كُلّ حاجة بتحصل ليك ولغيرك على وجه الأرض.

إزاي يا مريم؟

هاقولك: أنت عارف إنْ علاقتك بربّنا سُبحانَهُ وتعالى بتنعكس على المُحيط اللي أنت عايش فيه؛ وده طبعًا بيأثر يا إمَّا سلبي يا إمَّا إيجابي، وفي الحالتين أنت السبب، لما بتتقي اللَّه سُبحانَهُ وتعالى وتلتزم بالطاعة قدر استطاعتك، بتقّفل الأبواب في وجه الشّيطان، ومش بتديله فرصة يسبب لك أذية منها، وده ليه؟

علشان لما بتتقي اللَّه إيمانك بيقوَى، بتكون مؤمن قوي، والشّيطان ما يقدرش يحاربك وهو عارف إنك عبد مُخلص للرحمٰن، والإخلاص بييجي بعد التقوى، ربَّنا بيقذفه في قلوب مَن شاء من عِباده.

لما تكون ملتزم بالطاعة على قد ما تقدر ساعتها بَرَكة النعمة اللي أنت فيها دي بتحلّ على مُحيطك كُلّه، فممكن ربّنا يهدي بيك حدّ، حصل بلاء تدعو ربّنا يستجيب لك، تبقى معروف في السماء؛ ودي درجة مش بتوصلها غير بتقوى اللَّه والإخلاص، لما تقول يا ربّ، الملائكة خلاص عرفتك وحفظت صوتك، وربّنا سُبحانَهُ وتعالى يحبّك ويحبّ يسمع صوتك يعني وأنت تدعوه.

هل جرّبتْ تدّي الدُّنيا حجمها الطبيعي؛ إنَّها طريق للدارِ الآخرة، وليستْ دار قرار، يعني تتعامل معاها على الأساس ده علشان ترتاح، مش تخلّيها أكبر همّك، وتكبّرها وتعظّمها وأنت يا عاقل مش مخلّد فيها، شوية وهاتمشي.

يبقى تعمل إيه؟

أعمل إيه يا مريم؟

تعمل للآخرة لأنَّها هي دار المُستقر، وهي خير ليك من الدُّنيا، ومصلحتك إنك تكون مع ربّنا، علشان تعيش المُدّة اللي مكتوبة لك في راحة ورضا، وكمان تلاقي عملك الصالح مستنيك في أُولى منازل الآخرة، في قبرك، ساعتها هاتعرف إنْ طريق ربّنا يستاهل مُجاهدة نفسك، والصّبر والسعي والرضا، وقبل كُلّ ده قوّة اليقين وحُسن الظنّ بهِ سُبحانَهُ وتعالى.

عارف إنك بمعصيتك للَّهِ مش بس بتضّر نفسك، لأ ده أنت بتضّر نفسك واللي حواليك كمان، أمَّا ساعة الحساب فكُلّ واحد هايتحاسب لوحده، ده طبعًا لو مش كان داعي لضلالة مثلًا، أو مُبتدع حاجة مش واردة في السُنّة، أو مُعلّم النَّاس التفاهة واللي هي شرّ أصلًا، وقتها بيتحاسب عن نفسه وعن كُلّ نفس هو كان سبب إنها تتبعهُ في طريقِ الشّيطان.

سيبك من كُلّ ده، أنت حزين على اللي بيحصل لإخواتنا في غزّة وأنا عارفة إنك حزين، لكن حُزنك لوحده مش كفاية.

مالك وشّك جاب ألوان كده ليه؟

أعمل إيه يا مريم وأنا عاجز؟

مين ضحك عليك وفهّمك إنك عاجز، ده أنت لوحدك في إيدك كتيييييير، بس مش واخد بالك.

إزاي يا مريم؟

هاقولك: أنت عارف لما بتعصي ربّنا سُبحانَهُ وتعالى معصيتك دي ليها آثار جانبية، الآثار الجانبية دي مش بتحصل لك أنت بس، لأ دي بتحصل لإخواتك في غزّة كمان، وده سبب من أسباب اللي بيحصل لهم دلوقت، يعني أنت وأنت بتعصي ربّنا سُبحانَهُ وتعالى بتكون سبب في تأخير نصرهم، وبالتالي بتظلمهم قبل ما تظلم نفسك، أنت مُتخيّل اد

إيه المعاصي والذنوب مش مُجرد أفعال لحظية، لأ دي كفيلة تدمّر أُمّة بحالها وتودي بها للهلاك.

مش هاقولك إنك معصوم ومش مطلوب منك تعصي ربّنا من أوّل ما تتولد لحد ما تموت، لكن هاقولك من رحمة ربّنا بينا جعل لنا التوبة من المعاصي والذنوب، توب لربّنا سُبحانَهُ وتعالى، توب توبة نصوح لا رجعة فيها، ولو غلبتك نفسك وأعانها الشّيطان توب تاني وتالت وعاشر، توب على طول واستغفر لذنبك، ناجي ربّنا ليل نهار يتوب عليك ويغفر لك.

يا بني آدمين كُلّ اللي بيحصل ده على وجه الأرض نتيجة المعاصي والذنوب اللي ارتكبها اللي عايشين على الكوكب ده، كُلّ واحد فاكر نفسه حُرّ يعصي ربّنا زي ما عايز طالما هو اللي هايحاسبه، وده تفكير مش في محلّه طالما حُرّيتك المزعومة دي هاتكون سبب هلاك وخراب كوكب بأكمله.

أبسط مثال: الزاني وشارب الخمر، والعاهر وشاهد الزور، والدّيوث ومُمتهِن السحر، وآكل مال اليتامى وحارم الوارث من ميراثه، وغيرهِ من المُحرّمات.. باللَّهِ عليكم يا بشر كُلّ دول مش بيأثروا سلبيًا على الأرض واللي عليها؟

مالك، وإيه الدموع دي كُلّها؟

حاسس بالعجز يا مريم؟

لأ مش عاجز طالما أنت مع ربّنا سُبحانَهُ وتعالى، بتلتزم بالطاعة على قد ما تقدر، بتقع وتقف وتقف وتقع، وترجع تقف من تاني، بتستغفر دايمًا لذنبك ومش بتسيب للشّيطان تفصيلة يدخل لك منها، بتحافظ على صّلاتك وأذكارك، بتروي ظمأ روحك بالقرآنِ الكريم، بتحبّ سيدنا رسول اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّم وبتقتدي بيه على قد ما تقدر، عارف إن الدُّنيا طريق، والحياة قصيرة علشان كده شاغل نفسك بطاعة اللَّه، بتجاهد نفسك وتعافر علشان تسيب أثر طيّب، كُلّ همّك إنك تكون مقبول عند الرحمٰن، راضي بقضاءِ اللَّهِ وقدره، دايمًا بتتفاءل خير، وتُحسِن الظنّ باللَّه، اللي زيّك مش عاجز، اللي زيّك ربّنا يغيّر القدر بدُعائه.. فادعو اللَّهَ حتّى يقضيَ أمرًا كانَ مفعولًا.

أقولك حاجة حلوة: خلليك مع ربّنا علشان تكسب في الدُّنيا وتفوز بالجنّة في الآخرة.

مريم توركان