عَصر الساعَة

إشراف:

مديرة الفريق: مرح موسى عبدالقادر

اية نعيم حيبا

ريتاج ماهر عبدالغني

عَصر الساعَة

اشراف:

مديرة الفريق: مرح موسى عبد القادر

اية نعيم حيبا

ريتاج ماهر عبد الغني

تدقيق:

مرح موسى عبد القادر

ريتاج ماهر عبد الغني

نور عبد الكريم

تنسيق:

تالا وصفي ابداح

المقدمة:

عَصرُ السّاعَةِ هو ذاكَ الحينُ الَّذي تَتباطَأُ فيه نَبضاتُ الوَقتِ، حينَ تَتَسَلَّلُ اللَّحظاتُ بِخِفَّةٍ مِن بَينِ أَصابِعِنا، وكَأَنَّها تُسابقُ الزَّمانَ إِلى الأُفُقِ البَعيدِ. في عَصرِ السّاعَةِ، يَتَداخَلُ الماضي بِالحاضِرِ، وتَذوبُ الأَحلامُ في وَهجِ الحَقيقَةِ، فَتَبدو الحَياةُ وكَأَنَّها لَوحَةٌ رُسِمَت بِيَدِ الزَّمَنِ، خُطوطُها دَقيقَةٌ ولَكِنَّها تَملَؤُها الفَجَواتُ.

إِنَّهُ وَقتُ التَّأَمُّلِ الصّامِتِ، حَيثُ تَلتَقي النَّفسُ بِذاتِها، تَبحَثُ عَن مَعنى الوُجودِ في عَقارِبَ تَدورُ بِلا تَوَقُّفٍ، وتُفَكِّرُ كَيفَ أَنَّ كُلَّ ثانِيَةٍ تَقتَرِبُ بِنا خُطوَةً نَحوَ الغَدِ، تارِكَةً وَراءَها آثارًا لا تُمحى مِن الأَمسِ.

مرح موسى عبد القادر

لا تَخلُو حياتُنا اليوميةُ من المشاكلِ، فكلُّ واحدٍ مِنَّا يُواجِهُ مشكلةً ما في عصرِهِ التلوُّثُ، والأمراضُ، والفقرُ، والظلمُ، وعَدَمُ المُساواةِ كلُّها تحدثُ بسببِ أولئك الذين يتخذون قراراتٍ خاطئةً نتيجةَ امتلاكِهِم سُلطاتٍ لا تتوافقُ معَ مستوى ذكائِهِم.

سأتحدثُ اليومَ عن مشكلةِ الدِّينِ والإيمانِ باللهِ تعالى، يعتقدُ بعضُ الناسِ أنَّ معظمَ العباداتِ هيَ مجردُ مظاهرٍ وليست للعملِ بها، ضَعفُ الإيمانِ ظاهرةٌ مُتنوّعةٌ ومُتعددةُ الأشكالِ في العصرِ الحالي، منها الوقوعُ في المعاصي وارتكابُ المحرَّماتِ، ذلكَ لأنَّ المؤمنَ القويَّ في إيمانِهِ وثباتِهِ يخافُ اللهَ تعالى في كُلِّ صغيرةٍ وكبيرةٍ، لأنَّهُ وبكلِّ بساطةٍ، اللهُ تعالى يُراقِبُ الإنسانَ في كلِّ دقيقةٍ وساعةٍ من أفعالِهِ وأقوالِهِ. فإذا وقعَ الإنسانُ في معصيةٍ، كبيرةً كانت أو صغيرةً، أو في ذنبٍ عظيمٍ، انتفت عنه صفةُ الإيمانِ باللهِ تعالى في لحظةِ ارتكابِهِ للذنبِ والمعصيةِ.

ولهذا قالَ الرسولُ صلى اللهُ عليه وسلم: "لا يَزني الزاني حينَ يَزني وهو مؤمن، ولا يَسرقُ السارقُ حينَ يَسرقُ وهو مؤمن." وإذا كانَ الوقوعُ، أو كثرةُ الوقوعِ في المعاصي من مظاهرِ ضعفِ الإيمانِ، فإنَّ المُجاهرةَ والإفداحَ بهذهِ المعاصي والذنوبِ أصبحتا أعظمَ جرمًا.

الكاتبة: مرح موسى عبد القادر

في يومٍ من الأيام قرأتُ كتابًا اسمهُ "عصرُ الساعة".

كتابٌ يتضمنُ ألفَ معنى مُقتبس من كلِّ مكانٍ وزمان، لكن خطف عقلي وتفكيري عنوانٌ مميز وهو "كيف كان الإنسان يعيشُ في العصور القديمة؟".

ابتدأ الكتاب بالتحدث عن الإنسان، أنه كان يعيشُ متنقلًا، معتمدًا غذاءهُ على الصيد وجمع النباتات والثمار. استخدم أيضًا بعض الأدواتِ للقطع والكشط، التي صُنعَ بعضها من حجر الصوان. تلك الأدوات الحجرية البسيطة التي كان يستخدمها الإنسان الأول لقطع اللحم والجلود.

كان يعيشُ الإنسان فقط 38 عامًا، ووجد الباحثون أيضًا أنَّ عمر البشر البدائي كانَّ 37.8 عامًا. كان يسير الإنسان منحنيَ الظهر، ومفاصله مائلة إلى الأمام. الإنسان القديم بدأ عالمًا عابدًا ناطقًا متكلمًا بلغة منطقية مفهومة، في الوقت الذي ينادي فيه أغلب علماء الدراسات الإنسية، بأنَّ الإنسان الأول لم تكن لديه القدرة على الكلام، ولم تكن لهُ لغة يتكلم بها مع غيره.

كانت لغةُ الإنسانِ القديم أو طريقة التواصلِ لدى الإنسان القديم في العصور الحجرية قبل اختراع الكتابة بواسطة الأصوات أو الإيماءات أو الإشارات والرقص والتمثيل (لغة الجسد)، واستخدام الرموز، وباستخدام أشياء مساعدة كَالنار، والدخانِ والطبول. كانوا يأكلون الخضروات والحليب ومنتجاتِ الألبان واللحوم المختلفة. واستنتج العلماء أيضًا أنَّ حجم الإنسان قديمًا كان بين 144-155 سم، كانوا صغيري الحجم.

أما الآن في عصرنا الحالي، نشبه أشياء كثيرة في واقع مليء بالتواصل الاجتماعي المرعب الذي يدمر العالم.

سأروي لكم عن خاطرة تتحدثُ عن واقع مؤلم نعيشه في العصر الحالي.

خاطرةُ اليوم تتحدثُ عن حياةٍ سوداء يَعيشُها الإنسان كشخصٍ أعمى يرىَ السوادَ فقط، حُلمهُ الوحيد أن يرى أمهُ.

لماذا اخترتُ هذه الخاطِرة؟ ولماذا شَبهتُها كذلك؟ لأنَّ الكفيف يرى العالمُ بأكملهِ باللونِ الأسود، وحياةُ الإنسانِ هكذا أيضًا، عالمٌ مليءٌ بالسَواد. نضيعُ في بحرِ الهمومِ والألآم، نَركنُ على وسادةٍ مُتغرقةٍ بالدُموع، في النهارِ يخلقُ فيهِ التعبِ والمشقة، وفي الليلِ يطغو علينا النكدُ والاكتئاب. لما هذه الحياةُ قاسيةٌ؟ لما هذه الحياةُ مليئةٌ بالمتاعبِ؟ ألم نُخلقُ بشرًا؟ لماذا لا نسعى إلى النجاحِ، إلى الفرح، إلى حياةٍ مليئةٌ بالتَقدُمِ، بالمرونةِ والتعليمِ؟ كلَّ شيءٍ من حولنا يُحيطهُ الحُزنُ. نفتحَ التلفازَ لنُشاهدَ المُسلسلات والبرامجَ الثقافية، فنجدُ حالاتُ الوفاةِ والأخبارَ السيئةَ التي تَنتشُر في البلادِ.

كلما قل الناس مِن حولك،

اقتربتَ أكثرَ وأكثر من نفسك!

حيثُ الحقيقةُ ولا شيءٍ آخر..!

وكلما اجتمعتَ بالحقيقةِ، انفضَ الناسُ من حولك وبقيتَ وحيدًا..!

أنا لا أتعمدُ أن أنسى الناسَ من حولي، لكن في صدري من الأشياءِ ما يكفي..!

إني حزينةٌ وساكِتة فحسب.

وفي نفسي جُوعٌ لغيبٍ لا أفهمهُ!

أحتاجُ لأشياءٍ لا أفهمُ سرَّ احتياجي لها!

وأريدُ أحيانًا أن أهزَ القلبَ بعنفٍ..!

أن أنفضهُ من محتوياته التافهة،

والزوائدُ العالقة والأشياء الملتصقة بحواشيه..!

أشكو من علةِ التشبثِ ببقايا حكاياتٍ وأشياءٍ قديمةٍ..!

تويتر، إنستغرام، سناب، والآن تيليجرام...

برامجُ ليست على مقاسِ أحلامي!

برامجُ تواصُل اجتماعي توصلك بالآخرين، لكنها لا توصلك بك!

توغلنا في البعد والتّيه عن هذا الذي بداخلنا!

الورق هو أصدق ما تبقى في هذا العالم التقني!

كفى تدميرًا لأنفسنا، كفى إرهاقًا وتعبًا.

عالم التواصل الاجتماعي يفقدك أهم شيء، يفقدك قراءة وجوه الآخرين. بإمكاننا أن نكتب أنّنا بخير، لكن لا يمكن للعينين أن تشي بغير ما يختلج الروح. بإمكاننا أن ندّعي الحزن والبكاء كتابة، وفي الحقيقة هناك ضحكة شيطانية تشي بأنّ المقابل وقع في الفخ.

لفت انتباهي إشعار في الهاتف يقول:

"عليك إفراغ بعض المساحة لأن الذاكرة ممتلئة، وذلك قد يؤدي إلى توقف بعض البرامج".

فكرت في ذلك قليلاً، وقلت لنفسي: ماذا لو أفرغنا ما في نفوسنا من مساحات زائدة لا معنى لها وتزعجنا كثيرًا؟

كذكريات مؤلمة، مشاعر مؤذية، عادات سيئة، حسدٌ وضغائن وأحقاد تستنزفنا، أصدقاء سلبيون، زملاء محبطون، علاقات تضرُّ ولا تنفع، وكل ما هو مزعج في حياتك. أليست صيانة دواخلنا وتنظيفها من الشوائب أولى من صيانة هواتِفنا؟

كم أنتِ مُسرعةٌ أيتها الأيامُ، تركبينَ قطارَ الزمنِ وتحملينَ هُمومنا، سعادتُنا، طُفولتُنا وشبابنا. تختلجُ فينا العباراتِ تارةٌ وتَمحوها لحظةٌ من الفرحِ تارةً أخرى.

ننتظرُ فيكِ الغدَ ثم نتحسرُ على الأمسِ. نُراقبُ فيكِ هفواتِ الخلقِ وننسى أن نحاسبَ أنفُسنا.

وتتوالى الأحداثُ المُتشابهةِ، مرةً نَراها فينا، ثم نراها فيمن حَولنا، لكنَّ بحُكمٍ مختلف.

وكلها متشابهةٌ، فما أشبهَ اليومَ بالبارحةِ.

الكاتبة: آية نعيم

وعيٌ بلا تطبيق

عَصْرٌ لَمْ يَكُنْ لِيُحَدِّثَ عَنْ نَفْسِهِ فَقَدْ كَانَتْ إِنْجَازَاتُهُ كَفِيلَةً بِأَنْ تَأْخُذَ الدَّوْرَ، لَكِن كَانَتِ الضَّحَايَا قد تَتَزَايَدُ وَمَوْتَى الوِجْدَانِ تَتَأَلَّمُ، كَانَ أَشْبَهَ بِتَضْحِيَةٍ نَفْسِيَّةٍ لِإِنْجَازٍ كَبِيرٍ لَمْ يُنْسَبْ لَهُمْ، بَلْ كَانَ عِبْئًا وَثِقْلًا عَلَى أَكْتَافِهِمْ.

تَاللَّهِ إِنَّ الشَّوْقَ يَغْمُرُنَا لِأَيَّامٍ قَدْ وَلَّتْ وَلَنْ تَعُودَ، وَسْطَ بَسَاطَةٍ وَحَيَاةٍ مِلْيئَةٍ بِإِيقَاعِ أَنْغَامِ الاسْتِقْرَارِ وَالرَّاحَةِ. شَرِيطٌ مَرَّ عَلَى مَرْأَى الأَعْيُنِ ليسلم ذَاكَ الوُدّ الَّذِي كَانَ الرَّفِيقَ الخَلِيل.

فَفِي التَّمَسُّكِ بِوِصَالِ الخَالِقِ كَانَ الخَالِقُ مَعَكَ، فَفِي البُعْدِ كُلُّ يَأْسٍ وَإِحْبَاط، إِنَّ الأُمُورَ لَهَا رَبٌّ يُدَبِّرُهَا، فَلَنْ يُفِيدَكَ إِلَّا كُلُّ فَرْضٍ يُؤَدَّى، وَالآخِرَةُ جَزَاءٌ لَا يُنْسَى، وَاسْتِفْرَادٌ فِي حِسَابٍ دُونَ تَضْحِيَةٍ. فَكُنْ قَرِيبَ الدِّينِ وَإِنْ كُنْتَ بَعِيدَ الحين.

لَكَ طُقُوسٌ لَا تُحْصَى خِلَالَ يَوْمٍ فِي عَصْرِ تِلْكَ السَّاعَةِ، وَكَانَ نِصْفُهَا خَاطِئًا رَغْمَ وَعْيٍ وَإِدْرَاكٍ لِلصَّحِيحِ، نَسِيتَ دَوْرَكَ فِي نَفْسِكَ وَظَلِلْتَ تَنْتَظِرُ تَطَوُّرَ مَا حَوْلَكَ لِيَأْتِيَ آخَرٌ يَرْفَعُك.

هِيَ الحَيَاةُ، كُلُّ نَفْسٍ لِنَفْسِهَا قَائِمَةٌ، فَإِسْقَاطُ مَهَامِّكَ هُوَ إِسْقَاطٌ لِبَدَنِكَ. فَسَلَامٌ لِمَنْ وَاصَلَ مُتَمَسِّكًا.

الكاتبة: ريتاج ماهر عبد الغني

في زمننا الحاضر، في "عصرِ الساعة"، حيثُ تتسارعُ الأحداثُ وتَتَبدلُ الوجوهُ، تَعيشُ مصرُ في دوامةٍ من التحدياتِ التي لا تهدأ. بين شوارعِها التي تَحتضنُ تاريخًا عريقًا، وأحيائِها التي تَشهدُ واقعًا مريرًا، هناك أزمةٌ تتغلغلُ في حياةِ الناسِ بصمت. إنها أزمةُ الفسادِ الذي يَعصفُ بالأحلامِ ويأكلُ طموحاتِ الشبابِ كما تأكلُ النارُ الهَشيم.

نَرى المواطنَ البسيطَ يَتأرجحُ بين الأملِ واليأسِ، يسعى جاهدًا ليعيشَ حياةً كريمةً، لكنه يَجدُ الأبوابَ مُغلقةً أمامَه. يَضيعُ حقُّهُ في فرصةِ عملٍ، ويَضيعُ صوتُهُ بين طوابيرِ الانتظارِ والمكاتبِ المُتآكلةِ بالروتين. في "عصرِ الساعة"، تتسعُ الهُوةُ بين الأغنياءِ والفُقراءِ، بين مَن يَملكُ كلَّ شيءٍ ومَن لا يَملكُ سوى الأملِ في غدٍ قد لا يأتي.

إنها ليست مُجردَ أزمةٍ اقتصاديةٍ أو اجتماعيةٍ، بل هي أزمةُ ثقة. ثقةٌ ضائعةٌ في نظامٍ عادلٍ يَحمي الجميعَ، وفي عدالةٍ تَضمنُ للجميعِ فُرَصًا متساويةً. في هذا العصر، أصبحَ الوصولُ إلى الحقِّ حلمًا بعيدَ المنالِ، وأصبحتِ الأحلامُ تُسرقُ تحت جنحِ الليل، حيثُ لا يُرى إلا مَن يتقنُ فَنَّ الخداع.

مصر، قلبُ الحضارةِ، تجدُ نفسها اليومَ تسيرُ في طريقٍ مليءٍ بالعثرات، تحتاجُ لِمَن يُوقظُ فيها رُوحَ النضالِ من جديدٍ، لمن يَقولُ للفسادِ "كفى" وللظُلمِ "انتهى"، كي تعودَ الشمسُ تُشرقُ بنورها على كلِّ مَن يَحلمُ بمستقبلٍ أفضل.

الكاتبة: كريمة ذكي سيد

يَقظة:

وَأَنَّنِي أَسِيرَةٌ فِي سُجُونِ الحَيَاةِ

فَقَدْ سَلَبَتْنِي كُلَّ قُوَايَ

أَصْبَحْنَا عَجَائِزَ فِي عُمْرِ العِشْرِينَ

نَعِيشُ مَا هُوَ أَكْبَرُ مِنَّا

فَقَدْنَا مَا يَنْعَتُونَهَا بِالطُّفُولَةِ

أَصْبَحْنَا نَعِيشُ أَحْلَامَ غَيْرِنَا وَتَخَلَّيْنَا عَنْ أَحْلَامِنَا

أَفْلَتَتْ أَيْدِينَا فِي مُنْتَصَفِ المَعْرَكَةِ

حَاوَلْنَا التَّشَبُّثَ وَالمُحَارَبَةَ حَتَّى اسْتُنْزِفَتْ قُوَانَا

لَا أَسْتَطِيعُ المُضِيَّ فَقَدْ فَقَدْتُ ثِقَتِي بِهَذَا العَالَمِ بِأَسْرِهِ

لَطَالَمَا حَاوَلْتُ

وَلَا زِلْتُ أُحَاوِلُ، فَلَعَلَّهَا تَكُونُ تِلْكَ المَرَّةَ الأَخِيرَةَ الَّتِي أُهْزَمُ فِيهَا

فَلَا تِلْكَ الأَرْضُ أَرْضِي وَلَا ذَاكَ مَسْكَنِي وَلَا تِلْكَ أَنَا

لَسْتُ أَنَا

لَسْتُ أَنَا

لَسْتُ أَنَا

فَقَدْ انْطَفَأَتْ رُوحِي

جُثَّةٌ هَامِدَةٌ عَلَى قَيْدِ الحَيَاةِ

أَيُعْقَلُ أَنْ نَمُوتَ وَنَحْنُ أَحْيَاءٌ؟

أَيُعْقَلُ؟؟

أَيُعْقَلُ لِلْمَرْءِ أَنْ يَجْهَلَ نَفْسَهُ؟

أَيُعْقَلُ لِلْمَرْءِ أَلَّا يَعْلَمَ وُجْهَتَهُ؟

يُوَاصِلُ الـهُرُوبَ فَقَطْ...

عَيْنَاكِ الزَّيْتُونِيَّتَانِ أَرْهَقَتَا مِنْ جَهْشِ البُكَاءِ

وَجْهُكِ أَصْبَحَ شَاحِبًا

إِلَى هَذَا الحَدِّ؟

لَمْ أَعْتَدْ إِخْبَارَ أَحَدٍ عَمَّا فِي خَاطِرِي

اعْتَدْتُ السُّكُوتَ دَائِمًا

كُنْتُ المَلَاذَ الآمِنَ لِلْجَمِيعِ

وَهَلْ مِنْ مَلَاذٍ لِي؟

جَحِيمِي لَمْ يَنْطَفِئْ

أَهْوِي بِنَفْسِي إِلَى الـهَلَاكِ.

...

وصيّة:

عَمَّا تُرِيدُونَ أَنْ أَتَحَدَّثَ لَكُمْ؟

عَنْ تِلْكَ السُّجُونِ الَّتِي أُسِرْتُ بِهَا، وَالَّتِي لَا مَهْرَبَ مِنْهَا إِلَّا إِلَيْهَا؟

أُنَاشِدُكُمْ أَيُّهَا العَائِلَاتُ، لَا تَرْمُوا بِأَبْنَائِكُمْ فِي هَاوِيَاتِكُمْ

نَحْنُ لَا نَرَى المَأْمَنَ إِلَّا بِكُمْ، فَلَا تَكُونُوا أَنْتُمْ وَالعَالَمَ عَلَيْنَا

نَحْنُ لَا نَخْتَبِئُ فِي تِلْكَ الغُرَفِ المُعْتِمَةِ هُرُوبًا مِنْكُمْ، بَلْ مِنَ الحَيَاةِ وَمِنَ الأَشْخَاصِ الَّذِينَ يَعِيشُونَ بِهَا

نَحْنُ لَسْنَا أَطْفَالًا كَمَا تَرَوْنَنَا

نَحْنُ نَعِيشُ مَا لَا يُمْكِنُنَا البَوْحُ بِهِ

نَحْنُ نَعِيشُ نَتِيجَةَ خَطَايَاكُمْ

نَحْنُ نَعِيشُ مَا يَفُوقُنَا

الحَيَاةُ تَخْذُلُنَا وَنَحْنُ فِي عُمْرِ الزُّهُورِ

فِي ذَاكَ الوَقْتِ الَّذِي يَجِبُ أَنْ نَعِيشَ فِيهِ أَجْمَلَ لَحَظَاتِنَا

نَحْنُ لَسْنَا جَاحِدِينَ لِتِلْكَ النِّعَمِ الَّتِي فَضَّلْتُم عَلَيْنَا بِهَا

لَكِنَّنَا نُحَاوِلُ تَرْمِيمَ مَا هَدَمَتْهُ فِينَا الحَيَاةُ.

...

خليلي:

أَيَّا خَلِيلِي

أَيَّا صَدِيقِي

فَلَرُبَّمَا أَرَاكَ المَهْرَبَ مِنْ ظِلَالِي

فَلَا تَكُنْ ظِلِّي

حَافِظُوا عَلَى العُهُودِ وَالوُعُودِ

عِنْدَ اللهِ لَا يَضِيعُ شَيْءٌ

لَا أُرِيدُ أَنْ أَحْتَسِبَكَ يَوْمًا عِنْدَ رَبِّ العِبَادِ

صُونُوا فَقَطْ

عِنْدَ مَحْكَمَةِ اللهِ يَلْتَقِي الخُصُومُ، وَلَا أُرِيدُكَ أَنْ تَكُونَ خَصْمِي يَا خَلِيلِي

أُؤْمِنُ أَنَّ الصُّحْبَةَ الصَّالِحَةَ رِزْقٌ، وَأَنَّ الصُّحْبَةَ السَّيِّئَةَ ابْتِلَاءٌ

تِلْكَ الابْتِلَاءَاتُ تُعَلِّمُنَا مَا لَا يُمْكِنُنَا تَعَلُّمُهُ فِي أَلْفِ عَامٍ

تَجْعَلُنَا نَنْضُجُ بَاكِرًا

تَسْتَنْزِفُ مِنَّا شَيْئًا لِتُرِيَنَا الكَثِيرَ

كُونُوا أَصْدِقَاءَ جَيِّدِينَ

لِيَمُتْ لَكَ أَصْدِقَاؤُكَ عِنْدَ مَمَاتِكَ وَتَكُنْ لَهُمْ الدَّعْوَةَ الدَّائِمَةَ

...

خُذلان:

لَسْتُ أَهْلًا لِلْفُرَصِ الكَثِيرَةِ

هِيَ فُرْصَةٌ وَاحِدَةٌ اغْتَنِمْهَا لِتَبْقَى

كُنْ أَهْلًا لِتِلْكَ الثِّقَةِ وَالقَلْبِ الَّذِي اؤْتُمِنْتَ بِهِ

لَا أَسْتَطِيعُ الرُّجُوعَ كَمَا كُنْتُ بَعْدَ الخُذْلَانِ

وَإِنْ جَعَلْتُكَ تَبْقَى فَلَنْ أَكُونَ كَمَا عَهِدْتَنِي

لَا تُخَيِّبْ ظَنَّ تِلْكَ الرُّوحِ الَّتِي ظَنَّتْ بِكَ خَيْرًا

أَعْلَمُ أَنَّنَا نَحْنُ أَهْلُ الفَنَاءِ، وَأَنَّنَا لَا نَبْقَى وَجَمِيعُنَا رَاحِلُونَ

أَعْلَمُ جَيِّدًا أَنَّنَا مُؤَقَّتُونَ وَمُتَغَيِّرُونَ

وَأَعْلَمُ أَنَّنَا فَتَرَاتٌ فِي حَيَاةِ بَعْضِنَا

لَكِنَّنِي أَعْلَمُ أَنَّ الوَفَاءَ يَدُومُ حَتَّى بَعْدَ المَمَاتِ

أَقْدَارُنَا مَكْتُوبَةٌ، فَلْنَعِشْ بِسَلَامٍ

تَذَكَّرُوا دَائِمًا أَنَّ إِلَهَكُمْ هُوَ اللهُ "كُنْ فَيَكُونُ"، فَلَا يُعْجِزُهُ شَيْءٌ فِي الأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ

فَهُوَ قَادِرٌ عَلَى تَغْيِيرِ حَالِكَ بِلَحْظَةٍ لَمْ تَخْطُرْ بِبَالِكَ حَتَّى

تَذَكَّرُوا قَوْلَ اللهِ تَعَالَى: "وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الوَرِيدِ"، وَتَذَكَّرُوا أَنَّكُمْ فِي أَرْضِ البَلَاءِ وَالِابْتِلَاءِ، وَأَنَّ اللهَ لَنْ يُحَمِّلَكُمْ مَا لَا طَاقَةَ لَكُمْ بِهِ

تَذَكَّرُوا أَنَّهُ لَا يَزَالُ الخَيْرُ مَوْجُودًا مَهْمَا عَصَفَتْ بِكُمُ الحَيَاةُ

وَتَذَكَّرُوا أَنَّ اللهَ لَا يَضَعُكُمْ فِي تِلْكَ المِحَنِ وَالمَصَائِبِ إِلَّا وَقَدْ عَافَاكُمْ مِنْهَا، وَكَانَ يُرِيدُ أَنْ يُرِيَكُمْ مَا غَفَلْتُمْ عَنْهُ.

الكاتبة: فرح سليمان صومان

تضييعُ الوقتِ بدونِ الذِّكرِ

توقَّفتْ ألسنتُنا عن الذِّكر، فرَاحَتْ قلوبُنا تلهثُ وراءَ متاعِ الدُّنيا الزائل. فاللِّسانُ الذي يذكُرُ الله تجدُ صاحبَهُ ذا عقلٍ سليمٍ وأفكارٍ ناضجةٍ؛ فقد يُصيبُ اللِّسانَ عَدوى من جمالِ ما نطقَ به، فيكونُ نقيًّا لا ينطقُ عبثًا.

فإذا ما ذكرتِ المرأةُ اسمَ الله على ما تعدُّ من طعام، فستجدُ ما صنعَتْهُ أصبحَ ألذَّ وأشهى ممَّا صنعَتْهُ سابقًا. إنَّهُ الذِّكرُ يا أحبَّتي، الذي يُجمِّلُ ما قُرِأَ عليه، ولا يعرفُ قيمةَ الذِّكرِ إلَّا مَن اعتادَ عليه، وشعرَ بسِحْرِهِ في كلِّ فعلٍ يقومُ به.

فلا تُضيّعْ وقتَك الثَّمينَ على أشياءَ تافهةٍ لا مغزَى لها ولا هدف، واعلَمْ أنَّك محاسَبٌ على كلِّ شيءٍ. **"ثمَّ لتُسْألنَّ يومئذٍ عن النَّعيمِ." صدقَ اللهُ العظيم.**

نعم، الوقتُ الذي تُهدِرُهُ دون عملٍ ينفعُكَ في الآخرةِ سوفَ تُحاسَبُ عليه حسابًا عسيرًا؛ لأنَّهُ كان من النَّعيمِ الذي أهداهُ اللهُ لكَ ليرى ماذا ستفعلُ به.

السؤالُ هنا: كيف أستغِلُّ وقتي جيدًا؟!

وحتَّى لا أُضيِّعَ وقتَكم الثَّمينَ، الذي سأُحاسَبُ عليه معكم، سأكتفي بقدرٍ قليلٍ من الإجابةِ، لأنَّها أطولُ ممَّا تظنُّون!

فإجابتي تكمُنُ في نُفوسِكم، نعم.. في هذا الوقت، إنْ لم تجعَلْ لكَ خُطَّةً لآخرتِك، لن تنعَمَ بنعيمِ دنياك. لذا من اليومِ فصاعدًا، اجعلْ لسانَك ذاكرًا للهِ طيلةَ الوقتِ؛ فقبل البدءِ بأيِّ عملٍ ولو صغير، الجأْ إلى اللهِ وقلْ: بسمِ الله، ليعتادَ لسانُكَ على ذكرِه، فيحفظَكَ اللهُ في صغائرِ الأمور.

ردِّدْ كلَّ يومٍ: لا إله إلَّا الله؛ لتجدِّدَ إيمانَكَ به، فيرضى عنكَ ويجعَلَ قلبَكَ مؤمنًا مطمئنًّا.

سأخبركَ سرًّا عرفتُهُ منذ زمنٍ قريبٍ عن الذِّكر، وأعظَمُهُ الاستغفار! وقد عرفتُ عظمتَهُ من القرآنِ الكريمِ، قال تعالى: **"وما كان اللهُ معذِّبَهم وهم يستغفرون."**

أيْ أنَّ المستغفرينَ لا يُعذَّبون، فلا يشعرونَ بشقاء؛ لأنَّ قلوبَهم مُطمئنَّةٌ بالله. استغلَّ هذا الذِّكرَ لتأخذَ من الثَّوابِ ذروتَه، وقلْ: "أستغفرُ اللهَ العظيمَ عددَ خلقهِ." أي استغفارٍ يجعلكَ تأخذُ حسناتٍ بقدْرِ مخلوقاتِ الله. هل يمكنكَ عدُّ هؤلاءِ البشرِ أو عدُّ هذه النُّجومِ التي تُنيرُ السَّماء؟ لا يُوجدُ مَن خُلِقَ على الأرضِ يمكنهُ إحصاءُ الأسماكِ التي في البحر! هذا شيءٌ لا يقدِرُ عليه إلَّا الله، ومهما تطوَّرَ العلمُ فإنَّ العالِمَ هو الله.

ذِكرٌ واحدٌ لا يأخذُ دقيقةً من الدَّقائقِ الثَّمينةِ التي تُهدرُها دون رحمةٍ بنفسِك! وقلْ معي:

"أستغفرُ اللهَ العظيمَ عددَ خلقهِ ورضا نفسِهِ وزِنةَ عرشِهِ ومِدادَ كلماتهِ." فتأخذُ أكثرَ من مليارِ حسنةٍ وأنتَ تسيرُ في الطَّريقِ أو في المواصلات، ردِّدْها حتَّى تشعرَ بأنَّكَ من الذين لا يُضيِّعونَ أوقاتَهم.

ثانيةٌ واحدةٌ يمكنكَ بها أنْ تدخلَ الجنةَ، فلا تكُنْ من الذين نسُوا اللهَ فأنْساهُم أنفسَهم وهم لا يشعرون، غارقونَ في المعاصي، لا يدرونَ متى سيخرجونَ منها!

استغلَّ وقتَك دائمًا؛ عندَ فرحِك قلِ الحمدُ لله، وعندَ حزنِكَ اذكرِ الله وقل: "اللهم صلِّ وسلِّم وبارك على سيِّدِنا محمد"، فهي تكفي هَمَّكَ وتغفرُ ذنبَكَ، أيْ أنَّها تمحو الهَمَّ وتُبدِّلُه، وتُغيِّرُ ذنوبَك فتُحوِّلُها إلى حسناتٍ كثيرة.

اذكرِ اللهَ يذكرْكَ يا عزيزي، ولا تكنْ من الغافلينَ التائـهينَ الذين عاشوا حياتَهم كالأَنْعامِ، بلْ هم أضلُّ منـها؛ لا يفكِّرونَ بيومِ الحسابِ الذي سيأتي لا محالة!

الكاتبة: فاطمة عثمان / مصر

لعل من أهم القضايا التي انتشرت في العصر او دعنا نقول من أهم المشاكل أكثر انتشارا بين أفراد المجتمع العربي والغربي على حد السواء هو ما يعرف بالاكتئاب حيث يعد من اكثر مشاكل عصر الساعة شُوُعاً، فالاكتئاب قد يكون تحديا صعبا يواجه العديد من الأشخاص يمكن أن يتسبب في الشعور بالحزن الشديد والاضطراب العاطفي مما يؤثر على الحياة اليومية والعلاقات الشخصية ،من المهم فهم أن الاكتئاب ليس مجرد شعور عابر بالحزن بل انه حالة جدية تتطلب اهتماما ودعما ففهم الصحة النفسية بشكل صحيح أمر ضروري لضمان تقديم الدعم النفسي للأفراد ومعالجة القضايا النفسية بفعالية وهناك العديد من المفاهيم الخاطئة التي يمكن أن تؤدي إلى التباس او صم اجتماعي حول الصحة النفسية بحيث هناك أكثر من سبب يجعل من دراسة هذا الموضوع مطلبا علميا وطبيا و نفسيا واجتماعيا ومطلبا إنساني فوق كل اعتبار آخر، الاكتئاب من اكثر الاضطرابات النفسية شيوعاً بعد القلق ومن اكثر المشكلات الانفعالية التي تدفع الناس لطلب العلاج ،وهناك ما يشير إلى أن الناس في الحياة المعاصرة يعانون من الاكتئاب بصورة أكبر مما كان الناس يعانون منه في الماضي وفي المجتمعات السابقة، بحيث يرى البعض بأن السبب يمكن في افتقاد الفرد الآن إلى كثير من مصادر الدعم و الحماية ،فلم يعد الآباء قادرين على قضاء وقت أطول مع أبنائهم كما كانوا يفعلون في السابق فضلا عن ذلك فإن مفهوم الأسرة الممتدة بدأ يتقلص في كل المجتمعات تقريبا بما فيها مجتمعاتنا العربية لقد كانت الأسرة الممتدة في السابق تُحوط الفرد في المراحل النمو المبكرة بالرعاية والأمان حتى في غياب أحد الوالدين وتقلص الأسرة الممتدة وعدم وجود بدائل كافية تعوض الافتقاد للإحساس بالأمان و الرعاية ،يعتبر من بين العوامل التي أدت إلى حرمان الفرد في فترة مبكرة من النمو من الدعم و الرعاية والروح الاجتماعية التي كانت تُقدم.

لكن في وجهة نطري الشخصية فإن السبب الرئيسي في ارتفاع نسبة الاكتئاب وبخاصة في مجتمعنا العربي هو ضعف الوازع الديني لدى لمسلم والبعد عن طريق الله ضعف الإيمان بالله كذلك وضعف الإيمان بما

قسمه الله لعباده والقلق بشأن الغد وغيرها مع انتشار او غزو لمواقع التواصل الاجتماعي و ما يعرف بالذكاء الاصطناعي بين أفراد هذا لجيل خاصة الشباب والمراهقين منه أدى إلى ضعف الوازع الديني ومنه الإصابة بمرض الاكتئاب الحاد في بعض الأحيان دعني اخبرك اذا ضعُف الجانب الديني لديك ماذا يُسبب أولا الشعور بالفراغ الروحي بحيث يمكن أن يشعر الفرد بعدم الاتصال الروحي والعقائدي الذي قد يؤثر على شعوره بالراحة ،ثانيا الضعف النفسي قد يؤدي ضعف الوازع الديني إلى شعور بالضياع النفسي عجز عن التعبير عن الذات بشكل صحيح، ثالثا زيادة القلق والاكتئاب قد تزيد عدم الثبات الديني من مشاعر القلق والاكتئاب نتيجة عدم الاستقرار واليقين بالإضافة إلى فقدان الهدف والدافع كذلك تغير في العلاقات الاجتماعية وغيرها من المشاكل.

فالأخير أعزائي وددتم إخباركم بأنه من غير لمعقول ان يكون الانسان مسلم ويكون الجانب الديني لديه هش يسقط ويضعف من أول عثرة المعروف بأن الانسان المسلم شجاع في شتى الأمور والمواقف ،فالمسلم الحق يُخطط ويتوكل فكما يقال: الحكماء لا يقلقون يخططون و عليه التخطيط للمستقبل يقلل من حدة الإصابة بمرض الاكتئاب بالإضافة إلى هذا فالمستقبل مكتوب لا تفكر فيه هذا الأمور معرف عند المسلمين كل شيء ناصيته بيد الله والرزق وغيرها من الأمور كلها بيده سبحانه وتعالى، أيضا الالتزام بصلاة وفي وقتها والاذكار والمداومة على الاستغفار شيء عظيم يُربح بال المسلم ،كذلك الامتنان وشكر الله تعالى على وجود النعم والرضا بها يؤثر على صحتنا النفسية فالمنظور العلمية يعزز الامتنان إنتاج الدوبامين هرمون السعادة عندما يقام شعور الامتنان يطلق الدماغ موجة من الدوبامين الذي بدوره يزداد التحفيز والتركيز والشعور بالإنجاز والرضا على نفسك.

لهذا أيها المسلمون أتبعوا دينكم فهو يحفظكم من كل شر.

الكاتبة: هند جقريف الجزائر

الغفلةُ واليَقظةُ

اليقظةُ: مرحبًا!

كيف حالُكِ أيَّتُها الغَفلةُ؟

الغفلةُ: بخيرٍ، وأنتِ؟

اليقظةُ: الحمدُ لله.

إلى متى ستبقينَ غافلةً تائهةً في الطُّرُقات؟

الغفلةُ: أنا غافلةٌ وتائهةٌ، لا أعلمُ كيف يمكنُني أن أستيقظَ من غَفلتي!

اليقظةُ: أنا سأقولُ لكِ ماذا تفعَلين.

الغفلةُ: حسنًا...

اليقظةُ: أوَّلًا، سأطلُبُ منكِ قراءةَ كتابِ "أهميَّةِ الوقتِ".

الغفلةُ: حسنًا، سأفعَلُ.

اليقظةُ: عليكِ أن تكتُبي ماذا فهمتِ مِنَ الكتاب، وأيَّ الجُمَلِ أحبَبتِ.

الغفلةُ: حسنًا، سأفعَلُ.

اليقظةُ سألتِ الغفلةَ: هل قرأتِ الكتابَ؟

الغفلةُ: نعم، قرأتُه.

اليقظةُ: هيا، أخبِريني ماذا فهمتِ مِنَ الكتابِ؟

الغفلةُ: الكتابُ يتحدَّثُ عن أهميَّةِ الوقتِ، وكيف أنَّهُ مثلُ الدَّرَاهِمِ الثمينةِ التي لا نستطيعُ العيشَ بدونِها. والوقتُ يمرُّ كمَرِّ السَّحابِ في السَّماءِ وقتَ المطرِ.

وأنَّ كثيرًا منَ النَّاسِ غافلونَ عن قيامِ السَّاعةِ... عقولُهم لاهية، ولا نَدري متى تقومُ السَّاعةُ! علينا أن نكونَ جاهزينَ، وأن نَصحو من تلك الغفلةِ السَّوداء...

اليقظةُ: أحسنتِ يا غفلة!

هيا، أخبِريني أيَّ الجُمَلِ أحببتِ.

الغفلةُ:

الجملةُ التي أحببتُها: الوقتُ مثلُ الجوهرةِ الثمينةِ، لا ندري متى وأين تقومُ السَّاعةُ.

الغفلةُ تُذهِبُ عقولَنا النَّيِّرة...

هدرُ الوقتِ يُشتِّتُ الطُّرُقَ التي نسلكُها.

اليقظةُ: ها أنتِ أصبحتِ مُدركةً لأهميَّةِ الوقتِ، وقيامِ السَّاعةِ، وصَحوتِ مِنْ غفلتِكِ اللَّعينةِ!

الغفلةُ: الحمدُ لله، بفضلِ كتابِ "أهميَّةِ الوقتِ" الذي جعلتِني أقرَأُه قراءةً معبِّرةً وجوهريةً.

اليقظةُ: سأبقى أنا يَقَظَتُكِ، وكلَّما غَفلتِ وأخذكِ النَّومُ العميقُ، سَأُوقظكِ منه...

اليقظةُ: وقتُنا هو كنزُنا، عقلُنا هو ضِياؤُنا ونُورُنا، قراءتُنا هي نُورُ طريقِنا، يَقَظَتُنا هي بصرُنا ونعمتُنا الجليلةُ.

يومُ السَّاعةِ: هو يومُنا العظيمُ.

سلاحُنا هو التَّفكُّرُ والتأمُّلُ...

الكاتبة: آية ناصر

مشاكلُ عصرِنا

لم تقتصرْ مشاكلُنا على المالِ فحسب، بل افتقَرْنا أيضًا إلى الدِّين، والتقرب إلى الله، وأساسيات الإسلام، وكيف نَبني أجيالًا مُلتزِمين يخشَوْن اللهَ قبل كلِّ شيء. ولأنَّهم عَصَبُ الحياة، لا بُدَّ لنا من الالتفاتِ إليهم، واحتواءِ مشاكلِهم، وإيجادِ الحلولِ لهم.

لا سيَّما في وقتِنا الحالي؛ فبالرغمِ من التقدُّم التكنولوجيِّ، إلا أنَّ أغلبَ الشبابِ يُعاني من البطالة، والخوف من المستقبل، وعدم الشعور بالمسؤولية، ناهيكَ عن التفككِ الأُسريِّ الذي غزا عوائلَنا لأسبابٍ لا تُعَدُّ ولا تُحصى.

إذًا، كيف نجعلهم يعتمدون على ذاتِهم؟ ونُوجِّههم إلى المسارِ الصحيحِ للحياة، كونَهم العمودَ الفقريَّ للمجتمع؟ لا بُدَّ لنا من وضعِ حلولٍ لبناءِ مجتمعاتٍ شبابيةٍ خاليةٍ من التكاسُل وهدمِ الذات، والخوضِ في مشاكلِهم الخفية، لأنها آفةٌ تأكلُ وتنهشُ عقولَهم دون أن يشعروا، فيبقى الجسدُ نائمًا والعقلُ مُشوَّشًا.

إذًا، أينَ الحلول؟

لو تكفَّلَتْ كلُّ المجتمعاتِ بخفضِ مستوى البطالة وتوفيرِ أكبرِ عددٍ ممكنٍ من المشاريع، والاهتمام بوضعِ أساليبَ تُعزِّزُ روحَ الشباب، وتحبِّبُهم في إكمالِ دراستِهم، ووضعِ أسسٍ لمساعدة مَن يَصعُبُ على كاهِلِهم إكمالُ دراستِهم، مع أنَّ لديهم طموحًا وعزيمةً لصنعِ شيءٍ لأنفسِهم وللمجتمع.

تأخُّرُ الزواجِ أيضًا مشكلةٌ يُواجهها الشباب، وهي طريقٌ للانحراف بسببِ الثقافات الغربيةِ الدخيلة، والترويجِ لبعض الأمورِ التي لا تَمُتُّ للإسلامِ بصلةٍ.

الحروبُ أيضًا هي الطامَّةُ الكبرى التي تُعاني منها بلدانُنا، ومَن يدفعُ ثمنَها سوى الشعوب؟! كلُّنا يعلمُ ما تُخلِّفُه الحروبُ من خرابٍ ودمارٍ في الديارِ والإعمار. كم من العوائلِ عانَتِ الويلاتِ والفقرَ بسببِ آثارها، وخَلَّفَتْ دمارًا نفسيًّا، وجمَّدتِ الشبابَ في أهمِّ مراحلهم العمرية.

لذلك، من واجبِنا النهوضُ بواقعِهم من خلالِ حثِّهم على التعلُّم والثقافة الفكرية، وحثِّهم على الالتزام بالعبادة، وعدمِ هدرِ الوقتِ على أشياءَ دنيويةٍ زائلةٍ، فالعمرُ يمضي، ولا نأخذُ منه سوى الإنجازاتِ الحقيقية.

الكاتبة: انسجام قاسم محمد /العراق

الهَشَاشَة النَّفْسِيَّة

تُعَدُّ الهَشَاشَةُ النَّفْسِيَّة مِنَ الظَّواهِرِ المُتَزَايِدَةِ فِي عَصْرِنَا هَذَا، وَحَالَةٌ تَشْهَدُ تَراجُعًا فِي القُدْرَةِ عَلَى التَّعَامُلِ مَعَ الضُّغُوطِ الحَيَاتِيَّةِ والتهديدات النَّفْسِيَّةِ، تَتَجَلَّى هَذِهِ الهَشَاشَةُ فِي ضُعْفِ الْمُرُونَةِ النَّفْسِيَّةِ، مِمَّا يُؤَثِّرُ سَلْبًا عَلَى جَوْدَةِ الْحَيَاةِ.

مَفْهُومُ الهَشَاشَةِ النَّفْسِيَّةِ: الهَشَاشَةُ النَّفْسِيَّة تَعْنِي الإفتِقارَ إِلَى قُدْرَةِ التَّكَيُّفِ مَعَ الضُّغُوطَاتِ وَالْمَوَاقِفِ الصَّعْبَةِ، مِمَّا يُؤَدِّي إِلَى مَشَاعِرِ الْقَلَقِ وَالتَّوَتُّرِ، وَأَيْضًا الإِكْتِئَابِ وَالشُّعُورِ بِالْعُزْلَةِ.

الأَشْخَاصُ الَّذِينَ يُعَانُونَ مِنْ هَذِهِ الْحَالَةِ يَجِدُونَ صُعُوبَةً فِي التَّغَلُّبِ عَلَى الْمَشَاكِلِ وَالتَّعَامُلِ مَعَ الْمَشَاعِرِ السَّلْبِيَّةِ وَتَكْيِيفِ أَفْكَارِهِمْ بِشَكْلٍ إِيجَابِيّ.

وَجَدْتُ أَنَّ الْكثيرَ مِنَّا لَا يَعْلَمُونَ مَا هِيَ الهَشَاشَةُ النَّفْسِيَّةُ، وَهَلْ هُمْ فِعْلًا مُصَابُونَ بِهَا، وَمَا هِيَ الْآثَارُ الَّتِي تَظْهَرُ عَلَيْهِمْ، وَكَيْفَ يُعَالِجُونَ أَنْفُسَهُمْ مِنْهَا، وَالأَفْضَلُ تَجَنُّبُهَا؛ لِذَا قَرَّرْتُ البَحْثَ وَالْقِرَاءَةَ عَنْهَا بِشَكْلٍ كَبِير، وَبَعْدَ بَحْثٍ طَوِيلٍ عَلَى مُسَبِّبَاتِ هَذِهِ الهَشَاشَةِ، وَجَدْتُ أَنَّ أَكْثَرَ مِنْ ٣٠٪ مِنَ الأَشْخَاصِ يُعَانُونَ مِنْ أَشْكَالٍ مُخْتَلِفَةٍ مِنَ الهَشَاشَةِ النَّفْسِيَّةِ فِي مَرْحَلَةٍ مَا مِنْ حَيَاتِهِمْ، وَهَذَا يَنْحَصِرُ فَقَطْ عَلَى الْمُحِيطِ الْبِيئِيّ الَّذِي يَعِيشُونَ فِيهِ. إِذًا، مَا هِيَ الْعَوَامِلُ الْمُسَبِّبَةُ لِلْهَشَاشَةِ؟ وَمَا هِيَ طُرُقُ الْعِلاَجِ مِنْهَا؟ وَالتَّأْثِيرُ الْجَانِبِيُّ لَهَا؟

أَوَّلًا: مُسَبِّبَاتُ هَذِهِ الهَشَاشَةِ النَّفْسِيَّةِ هِيَ:

1. **الضُّغُوطُ الحَيَاتِيَّةُ: مِثْل التَّوَتُّرِ النَّاتِجِ عَنْ الْعَمَلِ أَوِ الْعَلَاقَاتِ الاجْتِمَاعِيَّةِ وَالشَّخْصِيَّةِ، وَأَيْضًا التَّغْيِيرَاتُ الْمُفَاجِئَةُ أَوِ الصِّرَاعَاتُ الأُسَرِيَّة.**

2. التَّارِيخُ الشَّخْصِيُّ: مِثْلَ النُشْأَةِ فِي بِيئَاتٍ غَيْرِ مُسْتَقِرَة وَتَجارِبِ الطُّفُولَةِ الصَّعْبَةِ قَدْ تُؤَثِّرُ عَلَى الِاسْتِقْرَارِ النَّفْسِيّ فِي مَرْحَلَةِ الْبُلُوغِ وَتَفَاقُمِ الْمُشْكِلَةِ.
3. نَقْص الدَّعْمِ الاجْتِمَاعِيّ: عَدَمُ وُجُودِ شَبَكَةِ دَعْمٍ فَعَّالَةٍ مِثْلَ غِيَابِ الْأُسْرَةِ وَالْأَصْدِقَاءِ يُمْكِنُ أَنْ يزِيد مِنْ مَشَاعِرِ الْوَحْدَةِ وَالْعَزْلَةِ.

ثانيًا: الآثَارُ الْجَانِبِيَّةُ: الهَشَاشَةُ النَّفْسِيَّةُ تُؤَثِّرُ عَلَى جَوَانِبَ مُخْتَلِفَةٍ مِنْ حَيَاةِ الأَفْرَادِ، وَمِنْ أَبْرَزِ آثَارِهَا:

1. التَّأْثِيرُ النَّفْسِيُّ: انْعَدَامُ الثِّقَةِ بالنَّفْسِ و هو :الشُّعُورُ بِعَدَمِ الْكُفَاءَةِ قَدْ يُؤَثِّرُ عَلَى تَقْدِيرِ الذَّاتِ.
2. الْقَلَقُ وَالِاكْتِئَاب.
3. التَّأْثِيرُ الاجْتِمَاعِيُّ: الْعَزْلَةُ الاجْتِمَاعِيَّةُ مِثْل : الِانسِحَاب مِنَ الْأَنْشِطَةِ الاجْتِمَاعِيَّةِ وَالْعَلَاقَاتِ بِسَبَبِ عَدَمِ الْقُدْرَةِ عَلَى التَّفَاعُلِ.
4. التَّأْثِيرُ الأَكادِيمِيُّ وَالْمِهَنِيُّ: انْخِفَاضُ الأَدَاءِ وَضُعْفُ التَّرْكِيزِ وَالْانْتِبَاهِ قَدْ يُؤَثِّرُ عَلَى التَّحْصِيلِ الدِّرَاسِيّ أَوِ الأَدَاءِ الْعَمَلِيّ.

رَأَيْنَا الآَن مَفْهُومَ وَأَسْبَابَ الهَشَاشَةِ النَّفْسِيَّةِ وَتَأْثِيرَهَا عَلَى الْفَرْدِ، فَقَدْ أَصْبَحَتْ مِنَ الظَّواهِرِ الْكَثِيرَةِ فِي عَصْرِنَا الْحَاضِرِ، يَبْقَى السُّؤَالُ الْوَحِيدُ هُوَ، مَا هِيَ طُرُقُ الْعِلَاجِ وَكَيْفَ يُمْكِنُنَا تجنبّها؟

أَوَّلًا: العِلَاجُ السُّلُوكِيُّ الْمَعْرِفِيُّ: يُسَاعِدُ عَلَى التَّعَرُّفِ عَلَى الْأَنْمَاطِ السَّلْبِيَّةِ وَتَغْيِيرِهَا.

ثَانِيًا: تَقْنِيَاتُ التَّنَفُّسِ الْعَمِيقِ: يُسَاعِدُ فِي التَّخْفِيفِ مِنَ الْقَلَقِ وَالتَّوَتُّرِ.

ثَالِثًا: بِنَاءُ عَلَاقَاتٍ قَوِيَّة: تَعْزِيزُ الْعَلَاقَاتِ الاجْتِمَاعِيَّةِ وَالتَّوَاصُلُ مَعَ الأَصْدِقَاءِ وَالْعَائِلَةِ يُعَزِّزُ الدَّعْمَ النَّفْسِيَّ.

رَابِعًا: تَطْوِيرُ الْمَرُونَةِ النَّفْسِيَّةِ: مُمَارَسَةُ التَّأَمُّلِ وَالْيَقَظَةِ لِزِيَادَةِ الْوَعْيِ وَالْقُدْرَةِ عَلَى التَّعَامُلِ مَعَ الضُّغُوطَاتِ.

خَامِسًا: مُمَارَسَةُ الرِّيَاضَةِ بِانْتِظَام: النَّشَاطُ الْبَدَنِيُّ يُسَاعِدُ عَلَى إِفْرَازِ هُرْمُونَاتِ السَّعَادَةِ وَيُقَلِّلُ التَّوَتُّرَ.

سَادِسًا: الْعِنَايَةُ بِالصِّحَةِ الْعَقْلِيَّةِ: تَنَاوُلُ مَشَاعِرِكَ بِصِدْقٍ وَالتَّحَدُّثُ عَنْهَا مَعَ الأَصْدِقَاءِ أَوِ الْمُتَخَصِّصِينَ.

سَابِعًا: وَضْعُ أَهْدَافٍ وَاقِعِيَّةٍ: تَحْدِيدُ أَوْلَوِيَّاتٍ وَأَهْدَافٍ قَابِلَةٍ لِلْتَّحْقِيقِ لِتَعْزِيزِ الشُّعُورِ بِالْإِنْجَازِ.

ثَامِنًا: تَجَنُّبُ الضُّغُوطَاتِ الْمُفْرِطَة: تَحْدِيدُ الْوَقْتِ لِلرَّاحَةِ وَالابْتِعَادُ عَنْ الْمَهَامِّ الْمُرْهِقَةِ.

بِاتِّبَاعِ هَذِهِ الْخُطُواتِ يُمْكِنُنَا تَجَنُّبُ مَخَاطِرِ الهَشَاشَةِ النَّفْسِيَّةِ.

الكاتبة: إيمان الخزاني من المغرب

مَسْرَحِيَّةٌ هَزَلِيَّة

كُنَّا نَعِيشُ حَيَاةً بِكَامِلِ مَعَانِيهَا؛ حُبٌّ.. لَوْعَةٌ.. اشْتِيَاقٌ.. هجْرٌ.. تَرْبِيَةٌ.. عَمَلٌ.. صِرَاعَاتٌ.. مَسَابَقَاتٌ.. أَمْوَالٌ، وَأَوْلَادٌ.. تَنْزُهٌ.. سَفَرٌ.. زَوَاجٌ.. ارْتِبَاطٌ.. نَوْمٌ.. أَرَقٌ.. مَرَضٌ.. شَقَاءٌ.. حُرُوبٌ.. حَيَاةٌ بِكَامِلِ مَعَانِيهَا حَقًّا.

أَمَّا مَا نَحْنُ فِيهِ الآنَ فِي هَذَا الْعَصْرِ اللَّعِينِ، فِي أَعْقَابِ الثَّوْرَةِ التِّكْنُولُوجِيَّةِ الْحَدِيثَةِ، وَانْتِشَارِ الْإِنْتَرْنَتِ بِصُورَةٍ كَبِيرَةٍ، وَدُخُولِ مَوَاقِعِ التَّوَاصُلِ الاجْتِمَاعِيِّ إِلَى كُلِّ نَفْسٍ، أَصْبَحْنَا نُمَثِّلُ أَنَّنَا أَحْيَاءٌ.

مَوَاقِعُ تُقَرِّبُ الْعَالَمَ، وَتُدْنِي الْقَاصِي، جَعَلَتْ مَشَارِقَ الْأَرْضِ وَمَغَارِبَهَا مُتَلَاصِقَتَيْنِ، لَا يخْفَى فِيهَا سِر، وَلَا تَبْتَعِدُ فِيهَا الْأَشْيَاء.

مَسْرَحِيَّةٌ هَزَلِيَّةٌ كَبِيرَةٌ يُؤَدِّي كُلٌّ مِنَّا فِيهَا دَوْرًا، وَلَكِنْ عَلَى مَوَاقِعِ التَّوَاصُلِ الاجْتِمَاعِيِّ؛ نسَافِرُ، نَتَعَارَفُ، نُحِبُّ، نَنْفَصِلُ، نَتَسَامَرُ، نَكْتُبُ، نُحَاضِرُ، نَتَعَلَّمُ دَوْرَاتٌ تَدْرِيبِيَّةٌ، تَنْمِيَةٌ بَشَرِيَّةٌ، كُتَّابٌ، وَمُؤَلِّفُونَ يَحْصُلُونَ عَلَى شهْرَةٍ عَالَمِيَّة، وَجَوَائِزَ خُرَافِيَّة.

عُلَمَاءُ جَهَابِذَةٌ صَنَعُوا الْأَفْكَارَ، وَنَوَّرُوا الْعُقُولَ، مَسَلسَلاتٌ وَأَفْلَام، حِكَايَاتٌ وَبَرَامِجُ، حُرُوبٌ... حُرُوبٌ... حُرُوبٌ كُلُّهَا فِي دُرُوبِ الْأَسْلاكِ، وَالشَّبَكَاتِ.

تَوَاصُلٌ اجْتِمَاعِيٌّ كَبِيرٌ، وَهُوَ فِي الْحَقِيقَةِ وَهْمٌ دَاخِلَ الشَّبَكَاتِ.

أَبْحَاثٌ، وَقِرَاءاتٌ، تَحَلِيلَاتٌ عِلْمِيَّةٌ، نَقْدٌ أَدَبِيٌّ، زِيَارَاتٌ عَائِلِيَّةٌ، بَحْثٌ عَنْ الْأَشْيَاءِ؛ مُشْتَرَيَاتٌ، مَلَابِسٌ، أَجْهِزَةٌ، كُتُبٌ، أَقْلَامٌ، أَلْعَابٌ، كُلُّهَا جُزْءٌ مِنْ مَسْرَحِيَّةِ الْحَيَاةِ، نعَشقُ حَدَّ الْجُنُونِ، نَتَزَوَّجُ، نُخَانُ... فِي أَسْلاكٍ.

اكْتَفَى كُلٌّ مِنَّا بِهَاتِفِهِ، وَأَصْبَحَ جُزْءًا مِنْ مَسْرَحِيَّةٍ هَزَلِيَّة يُسْدَلُ سِتَارُهَا مَعَ تَلَفِ الْهَاتِفِ؛ لِيَكْتَشِفَ الْفَرْدُ أَنَّهُ مَا عَاشَ يَوْمًا فِي الْحَيَاةِ.

الكاتبة: دعاء محمود /مصر

تشوُّه الحقيقة وضجيج الزيف

في هذا العصرِ المتقلِّب، نجدُ أنفسَنا عالقينَ في تناقضاتٍ مذهلةٍ بين الضياع في القيم وتشوه الحقائق، كأنَّنا في مشهدٍ مسرحيٍّ عبثيٍّ، حيثُ الفاعلُ مجهولٌ والضحيةُ بلا صوت. نعيشُ في عالمٍ غريب، تملؤهُ صراعاتٌ لا تقتصرُ على ساحاتِ المعارك فحسب، بل تتجاوزها إلى قلوبِ الناسِ وأرواحهم. سوريا وفلسطين أصبحتا مسرحًا للحروبِ التي لا نعرفُ مبتدأها ولا منتهى فصولها، وكأنَّ السماء تمطرُ قنابلَ بلا هوية، لا تُميِّزُ بين طفلٍ وشيخ، ولا بين مدنيٍّ ومحارب، وكأنَّ الكلَّ صارَ ضحيةً لجنون الإنسانية.

في هذا العصر، لا تقتصرُ الحروبُ على الحدود الجغرافية، بل تتغلغلُ في نفوس البشر. أصبحنا نشهدُ فتنًا تمتدُّ لتصلَ إلى جذورِ العلاقات الإنسانية، حتى بين الأقارب. الفتنةُ باتت لغةَ العصر، والحسدُ طغى على المحبة. الجملةُ الشائعة "القرايب عقارب" لم تعدْ مجردَ قولٍ عابر، بل باتت تعبيرًا حقيقيًا عن السمومِ التي تسكنُ العلاقات. في كلِّ زاويةٍ نرى تناقضاتٍ صارخة؛ أصحاب الحقِّ مُهمَلون ومُبعَدون، بينما المنافقون يتصدَّرون المجالسَ ويحكمون النفوس.

الرجلُ الصادقُ أصبحَ اليوم غريبًا في مجتمعه، يتهمونهُ بالجنون، بينما ذوو المال يحظونَ بكلِّ التقدير، بغض النظر عن فسادهم. الثراءُ بات معيارًا لكلِّ شيء، وأصبحت المجتمعاتُ تسجدُ أمام آلهةِ المادة، حيث الفقيرُ لا قيمةَ له، وكأنَّه يعيشُ على هامش الوجود، مكلَّلًا بالعارِ بسبب فقره.

المثقف، الذي كان في الماضي ضميرَ الأمة، بات الآن مرفوضًا، يعاني من تهميشٍ مُتعَمَّد. يُنظَرُ إليه على أنَّه "مُعقَّد"، بينما يتصدرُ المشهدَ أولئك الذين يمضونَ ساعاتٍ في متابعةِ التفاهماتِ على منصاتِ التواصل. الشهرةُ أصبحت تُقاسُ بعدد المتابعين وليس بمقدار العلمِ أو الفكر.

الكاتبُ الحقُّ أصبحَ مجنونًا في نظر المجتمع، والمفكرُ مملٌّ وثقيلٌ على قلوب العوام. وكأنَّ الكلمة فقدت قوتها، وغدتْ وسيلةً لكلِّ من هبَّ ودبَّ ليدَّعي الكتابة.

أما الجمال، الذي كان رمزًا للنقاء والحياء، فقد تحوَّل إلى صورةٍ مشوَّهة على صفحاتِ التواصل. الفتاةُ التي كانت تفخرُ بأخلاقها أصبحت تُطارد مقاييسَ زائفة، تلاحقُها عدساتٌ تحوّلُ كلَّ تصرُّفٍ إلى استعراض.
الحجاب، الذي كان رمزًا للوقار، أصبح موضةً يتلاعبُ بها البعضُ دونَ فهمٍ لجوهره. الشباب أصبحوا مشوَّهي الهوية، يتباهونَ بالسلوكياتِ التي لا تنتمي إلى أي ثقافة، وكأنَّ الرجولةَ تُقاسُ اليومَ بمدى الانغماسِ في التفاهة، لا بالمسؤولية والنضج.

الأسوأُ من كلِّ هذا أنَّ الأحلامَ ذاتَها تغيَّرت، أصبحَ الحلمُ اليومَ هو الهروبَ من هذا الواقع الذي يبدو وكأنَّه بلا أمل. الشبابُ يحلمون بالهجرة، هروبًا من أوطانٍ باتت تضيقُ عليهم بظلمها وقيودها، بينما الفتيات يتمنَّينَ الهروبَ إلى بيوتٍ منفصلة عن الأهل، وكأنَّ المجتمع أصبحَ سجنًا يحاولنَ الفرار منه. وفي ذات الوقت، نجدُ أنَّ كبار السنِّ، الذين باتوا يخشَون النهاية، يتمسَّكون بالحياة وكأنَّها ملكٌ لا يرغبون في تسليمِه.

تغيَّرت المفاهيمُ حتى في أفعالنا اليومية. أصبحَ التبذيرُ يُعتبر "إكرامًا"، وأصبحت التصرفاتُ اللامعقولة نوعًا من "التحرُّر". الجمالُ أصبحَ يُباعُ ويُشترى في غرفِ عملياتِ التجميل، والشابُّ الذي كنَّا نراهُ رمزًا للقوة باتَ ضائعًا بين موضاتٍ لا تمتُّ للرجولة بصلة. التناقضاتُ أصبحت القاعدة، والعقلُ أصبحَ رهينةً للعواطف الرخيصة.

في هذا الزمانِ المُشوَّش، حتى القيم الدينية والعلمية باتت مسرحًا للنفاق. العلمُ أصبحَ مجرَّد وسيلةٍ للثرثرة، والدينُ يُفسَّرُ على هواهم؛ الفتاوى تُصدرُ لتلائمَ الرغباتِ الشخصية. المحامي بات لصًّا في نظر المجتمع، والمظلومُ أصبحَ مُتَّهَمًا. التدينُ أصبحَ تُهمةً بالتشدُّد، بينما اللاديني يُتَّهَم بالإلحاد.

أصبحت هوية الإنسان مرهونةً بما يملك، لا بما يعرفُ أو يُبدع. الهواتفُ أصبحت معيارًا لتقييم الأشخاص، وكأنَّ التكنولوجيا حلَّت محلَّ الإنسانية. أصبحت القيمة تُقاسُ بالعلامات التجارية، وابتعدنا عن روحِ الإنسان الحقيقية.

هذا هو عصرُنا اليوم؛ زمنٌ تشوَّهت فيه الحقيقة وضاعت فيه القيم. عصرٌ يحتاجُ إلى وقفةٍ صادقةٍ مع الذات الإنسانية، لإعادة ترتيب الأولويات وتحديدِ المسار، قبل أن نغرقَ جميعًا في دوامةٍ لا نعلمُ إلى أين ستأخذنا.

الكاتب: وسام الدين رأفت

عَصْرُ التَّنَاقُضَاتِ بَيْنَ ضِيَاعِ القِيَمِ وَتَشَوُّهِ الحَقِيقَة

فِي عَصْرِنَا الحَالِي، نَحْنُ نَشْهَدُ تَحَوُّلًا كَبِيرًا فِي القِيَمِ وَالمَفَاهِيمِ الَّتِي كَانَتْ تُمَيِّزُ المُجْتَمَعَاتِ، أَصْبَحْنَا نَعِيشُ فِي عَالَمٍ غَرِيبٍ وَمَلِيءٍ بِالتَّنَاقُضَاتِ، حَيْثُ الحُرُوبُ تَدُورُ فِي كُلِّ مَكَانٍ، وَلَا نَعْرِفُ مَنْ هُوَ القَاتِلُ الحَقِيقِيُّ وَمَنْ هُوَ الضَّحِيَّة، نُشَاهِدُ الدَّمَارَ فِي سُورِيَا وَفِلَسْطِين، وَلَكِنَّنَا غَيْر قَادِرِينَ عَلَى فَهْمِ مَن المَسْؤُولُ عَنْ هَذِهِ الفَوْضى، وَكَأَنَّ الصَّوَارِيخَ الَّتِي تُمْطِرُ من السَّمَاء لَا تَحْمِلُ تَوْقِيعَ أَحَد، تَائِهَةٌ تَبْحَثُ عَنْ أَرْوَاحٍ تَأْخُذُهَا دُونَ تَمْيِيز، لَا يَقْتَصِرُ الأَمْرُ عَلَى الحُرُوبِ الدَّوْلِيَّةِ، فَقَدِ امْتَدَّتِ الفِتَنُ إِلَى قُلُوبِ النَّاسِ وَأَصْبَحَتْ تَنْتَشِرُ فِي كُلِّ مَكَانٍ، حَتَّى بَيْنَ الأَقَارِبِ، إِنَّ الفِتْنَةَ وَالحَسَدَ وَالكَيْدَ أَصْبَحُوا صِفَاتٍ طَبِيعِيَّة بَيْنَ النَّاسِ، وَأَصْبَحَتْ مَقُولَةُ "القَرَايِب عَقَارِب" حَقِيقَة مُؤْلِمَة تُعَبِّرُ عَنْ تِلْكَ العَلَاقَاتِ المَسْمُومَة.

لَقَدْ أَصْبَحْنَا نَعِيشُ فِي زَمَنٍ نَرَى فِيهِ المُنَافِقِينَ يَحْتَلُّونَ القُلُوب، بَيْنَمَا صَاحِبُ الحَقِّ بَاتَ مَكْرُوهًا، الرَّجُلُ الطَّيِّبُ الَّذِي يَتَمَتَّعُ بِنَقَاءِ القَلْبِ يُنْظَرُ إِلَيْهِ عَلَى أَنَّهُ مَجْنُون، وَالمُتَوَاضِعُ يُتَّهَمُ بِالتَّكَبُّرِ، أَمَّا مَنْ يَمْتَلِكُ المَالَ، فَهُوَ الَّذِي يُقَدَّرُ وَيُحْتَرَم، بِغَض النَّظَرِ عَنْ أَخْلَاقِهِ، و الفَقِيرُ أَصْبَحَ وَحِيدًا، مُهَمَّشًا فِي هَذَا العَصْرِ الَّذِي يَعْبُدُ القُوَّةَ المَادِّيَّةَ وَيَجْعَلُ مِنَ الفَقْرِ وَصْمَةَ عَارٍ.

المُثَقَّفُونَ وَأَصْحَابُ الفِكْرِ أَصْبَحُوا مُهَمَّشِين، حَيْثُ يُنْظَرُ إِلَيْهِم المُجْتَمَعُ عَلَى أَنَّهُمْ مُعَقَّدُون، بَيْنَمَا يُعْتَبَرُ مَن يَقْضِي وَقْتَهُ فِي مُتَابَعَةِ التَّفَاهَاتِ عَلَى مَنَصَّاتِ التَّوَاصُلِ الاجْتِمَاعِيِّ نَاجِحًا وَمَحْبُوبًا، أَصْبَحَتِ الشُّهْرَةُ تُقَاسُ بِعَدَدِ المُتَابِعِينَ، وَلَيْسَ بِالمَعْرِفَةِ أَوِ العِلْمِ، الكَاتِبُ الحَقِيقِيُّ بَاتَ يُنْظَرُ إِلَيْهِ عَلَى أَنَّهُ مَجْنُون، وَالمُفَكِّرُ مُمِلٌّ.

لَقَدْ انْعَكَسَتِ القِيَمُ بِشَكْلٍ كَامِلٍ، وَأَصْبَحَ كُلُّ مَنْ يُمْسِكُ قَلَمًا يَعْتَبِرُ نَفْسَهُ كَاتِبًا، وَكُلُّ مَنْ يَنْظُرُ فِي كِتَابٍ يُعَدُّ قَارِئًا، بِغض النَّظَرِ عَنْ عُمْقِ الفَهْمِ أَوِ الهَدَفِ.

كَمَا أَنَّ مَقَايِيسَ الجَمَالِ تَغَيَّرَتْ تَمَامًا، الفَتَاةُ الجَمِيلَةُ لَمْ تَعُدْ تِلْكَ الَّتِي تَتَحَلَّى بِالحَيَاءِ وَالذَّوْق، بَلْ أَصْبَحَتْ تِلْكَ الَّتِي تَعْرِضُ جَسَدَهَا لِلآخَرِينَ فِي مَلَابِسَ ضَيِّقَةٍ وَتُغَطِّي نِصْفَ رَأْسِهَا لِتَدَّعِي بِأَنَّهَا مُحَجَّبَةٌ، أَمَّا الشَّبَابُ، فَأَصْبَحَ الشَّابُّ الَّذِي لَا يَتَحَدَّثُ مَعَ الفَتَيَاتِ غَرِيبَ الأَطْوَارِ، بَيْنَمَا تِلْكَ الَّتِي تَخْرُجُ لِلتَّدْخِينِ وَتَجُوبُ المَقَاهِي يُنْظَرُ إِلَيْهَا عَلَى أَنَّهَا مُتَحَضِّرَةٌ، نَعِيشُ فِي زَمَنٍ أَصْبَحَ فِيهِ الشَّابُّ الَّذِي لَا يُدَخِّنُ عُمْلَةً نَادِرَة، وَكَأَنَّ الرُّجُولَةَ تُقَاسُ بِمَدَى التَّبْذِيرِ وَالتَّدْمِيرِ الذَّاتِيّ.

هَذَا العَصْرُ الغَرِيبُ لَيْسَ مُقْتَصِرًا عَلَى العَلَاقَاتِ الاجْتِمَاعِيَّةِ أَوِ القِيَمِ الأَخْلَاقِيَّةِ فَقَطْ، بَلْ حَتَّى أَحْلَامُ النَّاسِ تَغَيَّرَتْ، أَصْبَحَ حُلْمُ الشَّبَابِ هُوَ الهِجْرَةَ إِلَى الخَارِجِ، وَكَأَنَّ الأَمَلَ فِي تَحْسِينِ حَيَاتِهِمْ قَدِ انْحَصَرَ فِي مُغَادَرَةِ أَوْطَانِهِمْ، أَمَّا الفَتَيَاتُ، فَأَصْبَحَ حُلْمُهُنَّ الانْتِقَالُ إِلَى السَّكَنَاتِ، هُرُوبًا مِنْ وَاقِعٍ مُظْلِمٍ وَمُجْتَمَعٍ قَاسٍ. عَلَى النَّقِيضِ، نَجِدُ كِبَارَ السِّنِّ مُتَمَسِّكِينَ بِالحَيَاةِ بِشَكْلٍ غَرِيبٍ، وَكَأَنَّهُمْ يُرِيدُونَ أَنْ يُخَلِّدُوا فِيهَا، فِي حِينَ أَنَّ الشَّابَّ ابن العِشْرِين يَتَمَنَّى المَوْتَ، هَارِبًا مِنْ وَاقِعٍ لَا يَمْلِكُ فِيهِ الأَمَلَ.

المَفَاهِيمُ الحَيَاتِيَّةُ نَفْسُهَا تَغَيَّرَتْ، أَصْبَحْنَا نَتَمَتَّعُ بِالتَّصَرُّفَاتِ غَيْرِ العَقْلَانِيَّة، وَكَأَنَّهَا تَعْبِيرٌ عَنْ الحُرِّيَّةِ وَالشَّجَاعَةِ، فِي حِينَ أَنَّهَا لَيْسَتْ سِوَى تَمَرُّدٍ عَلَى العَقْلِ وَالْمَنْطِق، أَصْبَحْنَا لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ التَّبْذِيرِ وَإِكْرَامِ النَّفْسِ، وَبَيْنَ التَّرْفِيهِ وَالتَّهْلُكَةِ، الفَتَاةُ الجَمِيلَةُ اليَوْمَ هِيَ تِلْكَ الَّتِي تُجْرِي عَمَلِيَّاتِ التَّجْمِيلِ، وَالشَّابُّ الجَمِيلُ هُوَ مَنْ يَرْبِطُ شَعْرَهُ كَالنِّسَاءِ وَيَلْبَسُ مَلَابِسَ تَافِهَةً تُضَيِّعُ هَيْبَتَهُ، هَذِهِ التَّصَرُّفَاتُ الَّتِي كَانَتْ سَابِقًا مَوْضِعَ سُخْرِيَةٍ، أَصْبَحَتِ اليَوْمَ مُوضَة!

فِي ظِلِّ كُلِّ هَذَا الضِّيَاعِ، نَجِدُ أَنَّ البَعْضَ يَتَفَلْسَفُ بِكُلِّ وِقَاحَةٍ وَيَقُولُ إِنَّ الدِّرَاسَةَ لَا تُقَدِّمُ لِلإِنْسَانِ لُقْمَةَ عَيْشٍ، وَكَأَنَّ العِلْمَ فَقَدَ قِيمَتَهُ وَأَصْبَحَ مُجَرَّدَ وَسِيلَةٍ لِقَتْلِ الوَقْتِ، كَمَا أَنَّ الدِّينَ بَاتَ يُسْتَخْدَمُ وَفْقَ الأَهْوَاءِ، حَيْثُ يُفْتُونَ بِمَا يُنَاسِبُهُمْ وَيَلْتَزِمُونَ بِمَا يَتَمَاشَى مَعَ رَغَبَاتِهِمِ الشَّخْصِيَّةِ، أَصْبَحَ المُحَامِي يُنْعَتُ بِاللِّصِّ، وَالمَظْلُومُ يُنْظَرُ إِلَيْهِ عَلَى أَنَّهُ ظَالِمٌ، المُلْتَزِمُ بِدِينِهِ بَاتَ مُتَشَدِّدًا فِي نَظَرِ المُجْتَمَعِ، وَغَيْرُ المُلْتَزِمِ مُلْحِدًا.

فِي هَذَا العَصْرِ، الاحْتِرَامُ أَصْبَحَ مَقْصُورًا عَلَى مَنْ يَحْمِلُ هَاتِفًا مِنْ مَارْكَةٍ مُعَيَّنَةٍ، وَكَأَنَّ الهُوِيَّةَ الإِنْسَانِيَّةَ بَاتَتْ مَرْهُونَةً بِعَلَامَةٍ تِجَارِيَّةٍ، إِذَا كُنْتَ تَحْمِلُ هَاتِفًا ذَكِيًّا بَاهِظَ الثَّمَنِ، فَأَنْتَ مُحْتَرَمٌ وَمُقَدَّر، أَمَّا إِذَا كَانَ هَاتِفُكَ مِنْ مَارْكَةٍ أَقَلَّ شُهْرَةً، فَأَنْتَ مُتَخَلِّفٌ، اخْتَفَتْ قِيمَةُ الإِنْسَانِ كَفَرْدٍ مُسْتَقِلٍّ بِآرَائِهِ وَأَفْكَارِهِ، وَأَصْبَحْنَا نَقِيسُ النَّاسَ بِمَا يَمْلِكُونَ وَلَيْسَ بِمَا هُمْ عَلَيْه.

هَذَا هُوَ عَصْرُنَا الحَالِيُّ، حَيْثُ اخْتَلَطَتِ المَفَاهِيمُ وَتَدَاخَلَتِ القِيَمُ، وَأَصْبَحَتِ الحَقِيقَةُ مُشَوَّهَةً، عَصْرٌ يَسُودُهُ النِّفَاقُ وَالتَّصَنُّعُ، وَتُسْتَبْدَلُ فِيهِ القِيَمُ الحَقِيقِيَّةُ بِمَظَاهِرَ فَارِغَةٍ، هُوَ عَصْرٌ تَحْتَاجُ فِيهِ الإِنْسَانِيَّةُ إِلَى إِعَادَةِ تَرْتِيبِ نَفْسِهَا، وَإِعَادَةِ النَّظَرِ فِي مَسَارِهَا.

الكاتب: وسام الدّين رأفت

أَكتُبُ لَكُم وأنا لا أَدري ماذا سَأَكتُبُ في ظِلِّ عالَمٍ أَرادَ أَن يَكتَسيَ بِالظَّلامِ، وجَعَلَ الظُّلمَ رايَةً لَهُ. كَيفَ سَأَستَهِلُّ مُفرَداتي في عالَمٍ كَفَرَ بِالكَلِمَةِ، وأَخضَعَ الجَمالَ لِلظُّلمِ؟ هِيَ كَلِمَةٌ مُوصَدَةٌ عَلَيهِم، ارتَسَمَت بِالصِّدقِ وعُنوانُها الحَقُّ. هِيَ كَلِمَةٌ احْتارَت كَيفَ سَتَكتُبُ نَفسَها، وتَرَدَّدَت كَثيرًا، فَهِيَ تَصِفُ النّورَ الَّذي أَشرَقَ في عالَمِ السَّوادِ. هِيَ مُرادُ اللهِ عَلى أَرضِهِ، نَعَم، فَدُخولُ الإسلامِ بِكَلِمَةٍ، والدُّخولُ بِرَحمَةِ اللهِ بِكَلِمَةٍ.

أَرَأَيتُم أَنَّها سَهلَةٌ؟ أَتَعتَقِدونَ أَنَّها ستُروى؟ لا، والذي خَلَقَ مُحَمَّدًا، إِنَّها مُوصَدَةٌ عَلى قُلوبٍ اختارَت أَن يَعيشَ بِها الظَّلامُ. هِيَ أَصعَبُ مِن أَن تَخرِقَ جَبَلًا، هِيَ الفِعلُ الَّذي أَصبَحَ فِعلُهُ مُستَحيلًا. هِيَ صَعبَةٌ عَلى مَن جَعَلَ شِعارَهُ الدُّنيا، هِيَ مُستَحيلَةٌ لِمَن جَعَلَ غايتَهُ في هَذِهِ الفانِيَةِ إِرضاءَ عَبيدٍ لِلهِ عَلى إِرضاءِ اللهِ. ولَكِنْ دَقِّقوا، هِيَ سَهلَةٌ عَلى مَن عَقِلَ مَعنى العَقلِ وسَرَى فيهِ لِخِدمَةِ إِبقاءِ الحَقّ. هِيَ الجَمالُ الَّذي رَفَضَ بَشاعَةَ الباطِلِ. أَيُّها الأَحِبَّة، نُصرَةُ المُستَضعَفينَ بِكَلِمَةٍ، أَلا فَهَبّوا لِنُصرَةِ النّورِ عَلى عالَمِنا.

الكاتب: زيد محمد البيطار

جاهِلِيَّتَان

يُطلَقُ عَلَى العَصْرِ الَّذِي سَبَقَ نُورَ الإِسْلَامِ اسْمُ عَصْرِ الجَاهِلِيَّةِ؛ لِمَا فِيهِ مِنْ جَهَالَةٍ، وَتَعَصُّبٍ، وَغَضَبٍ، أَضَاءَ الإِسْلَامُ نُورَ الأَبْصَارِ الجَاهِلَةِ؛ فَتَوَقَّفَتْ بُحُورُ الدِّمَاءِ الَّتِي كَانَتْ تُراقُ لِأَبْسَطِ الأَشْيَاءِ، لَانَتِ العُقُولُ الصُّلْبَةُ، وَرَقَّت القُلُوبُ المُتَحَجِّرَةُ، انْتَشَرَ الإِسْلَامُ بِحُسْنِ الخُلُقِ، لَا بِسَفْكِ الدِّمَاءِ. انْقَشَعَتِ الجَاهِلِيَّةُ، وَازْدَانَ العَالَمُ بِتَعَالِيمِ الإِسْلَامِ.

تَطَوَّرَتِ الحَيَاةُ كَثِيرًا، بَعْدَ قُرُونٍ مِنَ انْتِشَارِ الإِسْلَامِ، وَبَدَأَ الْمَنْحَنَى فِي الهُبُوطِ مَرَّةً أُخْرَى لِنَصِلَ إِلَى جَاهِلِيَّةٍ أَكْبَرَ الْآنَ؛ سَفْكٌ لِلْدِّمَاءِ، حُرُوبٌ، دمَارٌ، تَشْرِيدٌ، زِيفٌ، كَذِبٌ، خِدَاعٌ، ضَلَالٌ، هُرُوبٌ، تَنَصُّلٌ، كُرْهٌ، مَا عَادَ الرَّجُلُ أَبًا، وَمَا عَادَتِ الأُمُّ تَحِنُّ، وَلَا هِيَ جَوْهَرَةٌ تُصَانُ، لَيْسَ لِلشَّهَامَةِ مَوْطِنٌ، وَلَا لِلْحَيَاءِ مَكَانٌ، مَا عَادَتِ الأَطْفَالُ أَبْرِيَاءَ؛ إِنَّهُمْ يَعْرِفُونَ كُلَّ التَّفَاصِيلِ، وَكُلَّ مَا لَمْ يُقَالْ.

إِنَّنَا الْآنَ لَسْنَا فِي جَاهِلِيَّةٍ أُخْرَى، بَلْ جَاهِلِيَّتَيْن؛ جَاهِلِيَّةُ الدِّينِ، وَجَاهِلِيَّةُ الإِنْسَانِيَّةِ، إِنَّ مَا بِنَا الْآنَ كَثِيرٌ عَلَيْنَا أَنْ نَعِيشَ فِيهِ بِسَلَامٍ، فَلْيُغْلِقْ كُلٌّ مِنَّا دَارَهُ عَلَى نَفْسِهِ، حَتَّى نَتَّقِيَ فِتَنَ آخِرِ الأَزْمَانِ.

الكاتبة: دعاء محمود محمد /مصر

عصر السرعة

تَتَطاولُ الْمَبَانِي، تَتَسَارَعُ وَتَسْتَحْدِثُ السَّيَّارَاتُ، تَتَطَوَّرُ التِّكْنُولُوجِيَا بِأَسْرَعِ مِنْ رَمَشَةٍ عَيْنَ.

التَّرْفِيهُ بَاتَ مُتَاحَا فِي أَيِّ وَقْتِ نشَّاءِ، لَكِنَّ هَلْ تَطَوَّرَتْ أَفْكَارُنَا وَمَبَادِئُنَا؟

نَحْنُ احفاد آدَمَ عَلَيْهِ السُّلَّامَ وَحَوَّاءَ عشّنَا عَلَى هَذِهِ الْأَرَضِ الَّتِي اهدت لَنَا آلَافُ النَّعَمِ عَلَى مَرِّ الْقُرُونِ.

مَهْمَا تَغَيَّرَتِ الطُّرُقُ وَأَسَالِيبُ حَيَاتِنَا، لَكِنَّ فُطْرَتَنَا وَطَبِيعَتَنَا مَا تُزَالُ كَمَا هِي، كُلٌّ مَنَّا يَبْحَثُ عَنْ مَا يَنْقُصُهُ.

شَرِيكُ حَيَاةٍ ؟ صَدِيقٌ وَفِي لَا يَطْعُنُكَ بِظُهْرِكَ فِي أَضِعْفَ لَحْظَاتِكَ ؟ الْإِسْتِقْرَارَ الْمَادِّيَّ ؟ الشُّعُورَ بِالرِّضَا وَهُوَ أَصْعَبُهُمْ، فَهُوَ لُغْزٌ يُحَيِّرُ كُلٌّ مِنْ وَصْلٍ إِلَى قِبَلِهِ مِنَ الْأَمْثَلَةِ الَّتِي تَمّ ذِكْرِهَا.

حَالَاتُ الْإِكْتِئَابِ فِي اِزْدِيَادِ الْمُرْتَفِعِ بِأَرْقَامٍ فَلَكِيَّةٍ وَكَذَلِكَ حَالَاتِ الْإِنْتِحَارِ عَافَانَا اللهُ وَعَافَاكُمْ.

فَمَا هُوَ سَبَبُ نَشْأَةِ هَذَا الْجِيلِ عَلَى الرَّكْضِ وَرَاءَ الشُّعُورِ بِاللَّذَّةِ اللَّحْظِيَّةِ الَّتِي لَا تُسَمِّنَّ وَلَا تُغَنِّي مِنْ جُوعٍ.

أَصْبَحَتِ الْعَلَاَّقَاتُ الرُّومَانْسِيَّةُ كَوَجْبَةٍ سَرِيعَةٍ يُتْمِ طَلَبِهَا بأرْخص سِعْرَ طَعْمِهَا لَذِيذٌ، سِعْرَهَا رَخِيصُ وَقْتِ اِنْتِهَاءِ هَذِهِ الْوَجَبَةُ قَلِيلٌ.

لَكِنَّ الشُّعُورَ بَعْدَ الْإِنْتِهَاءِ مِنْهَا يَمْلَؤُهُ الْخُمُولَ وَالنَّدَمَ.

فَكَذَلِكَ هَذِهِ الْعَلَاَّقَاتِ الْعَابِرَةِ تُكَادُ تُخْلُوا مِنْ أَيِّ مَشَاعِرِ حَقِيقِيَّةٍ فَقَطُّ وُجُودِهَا لِلْمُتْعَةَ وَعَدَمَ تَحَمُّلِ الْمَسْؤُولِيَّةِ وَ الشُّعُورُ الْفُرَّاعُ بَعْدَ الْإِنْتِهَاءِ مِنْ هَذِهِ النَّزْوَةِ.

تَتَسَابَقُ مَعَ الْوَقْتِ وَكَأَنَّك فِي سِبَاقٍ مع خَصْمِكَ السَرِيعٌ، رَجُلَاكَ اِنْهَكْهُمَا طُولَ الطَّرِيقِ.

يَمَرّ الْوَقْت كَلَمْح الْبَصَر وَكَأَنَّهُ لَا يَنْتَظِر أحَدا نُغْرِق فِي تَفَاصِيل الْحَيَاة الْيَوْمِيَّة فَنَجِد الْأَيَّام تَتَوَالَى دُونَ أَنَّ نَشْعُر بِهَا نَتَوَقَّف فَجْأَةً نَلْتَفِت إِلَى الْخَلْف فَنَجْد أَنَّ الْكَثِير مِنَ اللَّحْظَات الَّتِي كَنَّا نَظُنّ أَنَّهَا أبَدِيَّة قَدْ أَصْبَحَت ذِكْرَى بَعيدَة سُرْعَة الْوَقْت تَذْكُرنَا بِأَنَّ كُلُّ لَحْظَة ثَمينَة وَأَنَّ عَلَيْنَا أَنَّ نُعَيِّشهَا بِكُلُّ مَا نَمْلكَ مِنْ إِحْسَاس لِأَنَّ الْغَد قَدْ يَأْتِي أَسْرَع مِمَّا نَتَوَقَّع وَلَا شَيْء يَعُود كَمَا كَانَ

الكاتبة: ماريا الشيخ

العَديد من الأخطاء

(المشهد الأول)

كَانَتْ تَقِفُ تَحْتَ ظِلِّ الشَّجَرَةِ، وَالْغَضَبُ قَدْ غَطَّى مَلَامِحَهَا، شَعَرَتْ بِوُجُودِهِ فَاسْتَدَارَتْ لِتَرَاهُ يَقِفُ خَلْفَهَا مُبْتَسِمًا، اقْتَرَبَتْ مِنْهُ

وقَالَتْ وَالْغَضَبُ قَدْ ظَهَرَ فِي كَلَامِهَا: أَيْنَ كُنتَ؟ أَلَمْ تَعْلَمْ أَنَّ الْغَضَبَ قَدْ تَسَلَّلَ دَاخِلِي؟

قَالَ لَهَا بِتَسَاؤُلٍ: وَمَا سَبَبُ كُلِّ ذَلِكَ الْغَضَبِ؟

قَالَتْ: أُمِّي مُصِرَّةٌ عَلَى أَنْ أُكْمِلَ الدِّرَاسَةَ وَإِنَّ الْجَامِعَةَ فِي نَظَرِهَا مُسْتَقْبَلٌ وَرَاحَةٌ، وَأَنَا لَا أُحِبُّهَا، وَفِي النِّهَايَةِ سَنَتَزَوَّجُ بَعْدَ التَّخَرُّجِ مُبَاشَرَةً أَلَيْسَ كَذَلِكَ؟ إِذًا لِمَاذَا يَجِبُ عَلَيَّ أَنْ أَدْرُسَ وَأَنَالَ الشَّهَادَةَ؟

أَبْتَسَمَ وَقَالَ: بِالتَّأْكِيدِ سَنَتَزَوَّجُ وَالْقَرَارُ قَرَارُكِ، لَا يَحِقُّ لِوَالِدَتِكِ إِجْبَارُكِ، فَأَنْتِ كَبِرْتِ وَيَحِقُّ لَكِ أَنْ تَخْتَارِي حَيَاتَكِ.

(المَشْهَدُ الثَّانِي)

قالتْ بانفعالٍ شَدِيد: أَنَا لا أُرِيدُ أَنْ أُكْمِلَ الدِّراسَةَ، وَلا أُرِيدُ الشَّهَادَةَ، أُرِيدُ فَقَطْ الزَّواجَ وَسَأَجِدُ مَنْ أَخْتَارُهُ، لِيَكُونَ لِي السَّنَدَ وَالحَيَاةَ.

رَدَّتْ والِدَتُهَا وَقالَتْ: عَزيزَتي، مَنْ قالَ لَكِ أَنَّ الدِّراسَةَ سَتَقِفُ عَائِقًا أَمَامَ زَوَاجِكِ؟ كُلُّ شَيْءٍ سَيَأْتِي فِي وَقْتِهِ المُناسِبِ، وَلِكُلِّ شَيْءٍ أَوَانُهُ، لا أَحَدَ يَعْلَمُ مَا سَتُوَاجِهِينَ غَدًا، وَالشَّهَادَةُ هِيَ سِلاحُكِ وَمَلاذُكِ، وَلا قِيمَةَ لَكِ بِدُونِهَا.

قالتْ: سَأَعِيشُ مَعَ مَنْ أُحِبُّ وَأَنَا مُتَأَكِّدَةٌ أَنَّ أَحْلَامِي سَتَكُونُ لَهُ غَايَةً، وَلن أَحْتَاجَ لِدِراسَةٍ وَلا الشَّهَادَةِ.

قالت الوالدة: وَإِنْ لَمْ يَسْتَطِعِ المَرْءُ تَحْقِيقَ أَحْلَامِهِ، فَلَنْ يَجِدَ مِصْبَاحَ عَلَاءَ الدِّينِ وَالمَارد. وَالْحُبُّ وَحْدَهُ لَنْ يُبْنِي عَائِلَةً، فَكَمْ مِنْ قَضِيَّةِ طَلَاقٍ تُرَفَعُ الْيَوْمَ فِي الْمَحَاكِمِ، وَكَانَتْ بَدَايَتُهَا حُبًّا وَاهْتِمَامًا، أَرْجُوكِ عَزِيزَتِي عُودِي لِعَقْلِكِ كُلُّ تِلْكَ هِيَ مَشَاعِرُ مُرَاهَقَةٍ، مُتَقَلِّبَةً لَيْسَتْ ثَابِتَةً.

(المشهد الثالث)

قالت: مَاذا تَقْصِد؟ أَنتَ تَمْزَح أَلَيْسَ كَذَلِكَ؟

أَجاب: لَسْتُ أَمْزَح وَلَا يُمْكِنُنِي الزَّواج مِنْكِ، فَقَدِ اخْتَارَتْ وَالِدَتِي مَنْ سَأَكْمِلُ الطَّرِيقَ مَعَهَا.

قالت وَالدَّمْعُ فِي مَحْجَرِ عَيْنِهَا: وَأَنَا أَلَسْتُ صَالِحَةً؟ هَل كُلُّ ذَلكَ الحُبّ هَانَ عَلَيْكَ؟ وَأَحْلَامِي الَّتِي تَرَكْتُهَا مِنْ أَجْلِكَ، لِمَاذَا عَلَّقْتَنِي بِوَهْمٍ؟ بِرَبِّكَ أَجِبْنِي.

أَجابَهَا: لَمْ تَكُن سِوَى مَشَاعِرَ عَابِرَةً لَا قِيمَةَ لَهَا، وَبِالنِّسْبَةِ لِأَحْلَامِكِ لَمْ تَكُن يَوْمًا أَحْلَامِي، ذَلكَ الْوَهْمُ أَنتِ مِن نَسَجَتِهِ مِن خُيُوطِ الْعَنْكَبُوتِ الْوَاهِنَةِ، لَا عَلاقَةَ لِي بِذَلكَ وَكُلِّهِ، أَنتِ الْمَسْؤُولَةُ عَنْهُ وَالْقَرَارُ كَانَ قَرَارَكِ، أَتَمَنَّى أَلَّا أَرَى بَعْدَ الْيَوْمِ حَتَّى خَيَالَكِ.

(المشهد الرابع)

قالت: مَا بِالْ القَلْبِ لَا يَهْدَأُ، وَعَقْلِي بِالْأَفْكَارِ قَدْ بَدَأَ، كُلُّ شَيْءٍ ضِدِّي، فَيَالَيْتَنِي مِتُّ مُنْذُ زَمَنٍ طَوِيلٍ، وَلَا يُذْكَرُنِي إِلَّا شَخْصٌ عَزِيزٌ، وَرُبَّمَا حَتَّى ذَلِكَ الْعَزِيزُ غَيْرُ مَوْجُودٍ، لِمَاذَا الْحَيَاةُ هَكَذَا؟ دَائِمًا يَحْدُثُ عَكْسُ مَا نُرِيدُ.

جَاءَتْ مِنْ خَلْفِهَا وَوَضَعَتْ يَدَهَا عَلَى كَتِفِهَا وَقَالَتْ: وَمَا شَأْنُ الْحَيَاةِ إِن كُنَّا مَنْ نُقَرِّرُ، نَلُومُ الْوُجُودَ وَالْخَطَأُ مَوْجُودٌ فِينَا، ثُمَّ نَنْظُرُ لِلْحَيَاةِ نَظْرَةً سُودَاوِيَّةً وَكَأَنَّهَا عَدُوَّتُنَا الَّتِي سَبَّبَتِ الْأَلَمَ، إِيَّاكِ عَزِيزَتِي أَنْ تَقَعِي فِي بَحْرٍ

مِنَ الْأَوْهَامِ، وَتَمَثَّلِي دَوْرَ الضَّحِيَّةِ فَأَنْتِ لَسْتِ ضَعِيفَةً بَلْ قَوِيَّةً، رُبَّمَا أَخْطَأْتِ فِي الْبِدَايَةِ وَلَكِنْ هُنَاكَ أَمَلٌ فِي تَصْحِيحِ الْمَسَارِ مَا دُمْنَا عَلَى قَيْدِ الْحَيَاةِ.

ختامًا، لقد جَمَعَتْ تلكَ القِصَّةُ العديدَ مِنْ مَشَاكِلِ العَصْرِ، فالأُولَى هِيَ دَرْبُ العَلاقاتِ المُحَرَّمَةِ، حَيْثُ إنَّ هُناكَ العديدَ مِنَ الأَشْخاصِ يَسْلُكُونَ تِلْكَ الدُّروبَ، وَيُغْفِلُ أُولَئِكَ أَنَّ الدَّرْبَ الَّذِي لا يُرْضِي اللهَ لَنْ يُرْضِيَهُمْ حَتَّى لَوْ جَمَعَهُمْ سَقْفُ البَيْتِ. وَالمَشْكَلَةُ الثَّانِيَةُ هِيَ أَنْ يَبْنِيَ المَرْءُ أَحْلامَهُ عَلَى الغَيْرِ، أَوْ يَتَخَلَّى عَنْهَا مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ الغَيْرِ، فَالأَوَّلُ قَدْ لا يَسْتَطِيعُ تَحْقِيقَ كُلِّ أَحْلامِك، وَالثَّانِي لا يَسْتَحِقُّ التَّضْحِيَةَ لِأَنَّهُ قَيْدُ تِلْكَ الأَحْلامِ. وَالثَّالِثَة هُي الإِسْتِمَاعُ لِمَشَاعِرِ المُرَاهَقَةِ، وَالرَّكْضُ خَلْفَ أَوْهَامِ الحُبِّ الزَّائِفَةِ، نَتَخَلَّى عَنْ الدِّراسَةِ، ظَنًّا مِنَّا بِأَنَّ السَّعَادَةَ هِيَ تِلْكَ المَشَاعِرَ الجِيَاشَةَ، وَنُغْفِلُ عَنْ أَنَّ الشَّهَادَةَ سِلَاحٌ لِلْمَرْءِ وَكِرَامَةٌ.

والرَّابِعَةُ هِيَ أَنَّ كَلامَ الوالدَيْنِ فِي الغالِبِ صَحيحٌ، حَتَّى وَإِن كَانَ عَكْسَ مَا نُرِيدُ، أَسْتَمِعْ لَهُمَا بِعَقْلِكَ قَبْلَ قَلْبِكَ، لِأَنَّ مَصْلَحَتَكَ هِيَ الأَوْلَى بِالنِّسْبَةِ لَهُمَا، وَإِيَّاكَ أَنْ تَعْصِيَهُمَا فِي سَبِيلِ أَيِّ مَخْلُوقٍ، فَلا أَحَدَ يَسْتَحِقُّ الحُبَّ سِوَاهُمَا.

والخامِسَةُ وَالأخِيرَةُ، هِيَ نَظْرَتُنَا السَّوْدَاوِيَّةُ لِلأُمُورِ، لِأَنَّنا أَخْطَأْنَا فِي اخْتِيَارِ بَعْضِ القَرَاراتِ، فَنَنْظُرُ لِلْجَمِيعِ نَفْسَ النَّظْرَةِ، وَلِلْحَيَاةِ أَسْوَأَ نَظْرَةٍ، وَنَأْخُذُ مَوْقِفًا مِنْ كُلِّ شَيْءٍ نَمُرُّ بِهِ، وَنُغَفِّلُ عَنْ كُونِ الحَيَاةِ هِيَ مَرْحَلَةُ عُبُورٍ وَسَتَزُولُ، وَأَنَّ الأَخْطَاءَ هِيَ الدُّروسُ الَّتِي نَتَخَرَّجُ مِنْهَا بِمُعَدَّلِ الامتياز إِن كُنَّا نُرِيدُ ذَلِكَ.

الكاتبة: عهود لافي العجالين

بِلا عُنوان

لم تُراوِدني حِكاياتٌ لِكَتابةِ شَيءٍ يُذكَرُ عن خَيباتِ ذلِكَ العَصر. لَم أعلَم ماذا أَكتُب حُزنًا على أَبناءِ هذا الجِيل، وَالمُؤسِفُ أنني مِن ضِمنِ ذلِكَ الإطارِ المُزَخرَف بالمَعاييرِ المُحَدَّدةِ، استطاعتِ الهَواتِفُ الذَّكِيةُ اختراقَ خُصوصيَّتنا، وأَكثَر من ذلِكَ، أَصبَحنا لا نَنامُ إلا بَعدَ قِراءةِ مَنشورٍ مُزَيَّفٍ يُذكِّرُنا أنَّنا بِخير، بَينَما نحن على عَكسِ ذلِك، أو إذا استَيقَظنا، نهرولُ لِنَرَى عددَ الإعجاباتِ الَّتي حَصَلنا عَلَيها، والكَثيرَ الكَثيرَ مِن ذلِكَ عِندَما نَتَعَمَّقُ.

أُريدُ أن أَبكي على حالِ هذِه الأُمَّة، فيَصعُبُ عَلَيَّ كَيفَ سَأُرَبّي أَبناءً وأنا الآن أَسيرُ مَعَ ذلِكَ التَيَّار، لا أَعلَمُ إلى مَتى سَيستَمرُّ هذا الحال، لَم أستَطِعِ الاستِيقاظَ من الغَفلَةِ حتى الآن.

شُعورٌ مُشَوَّش، التأمُّلُ في الدِّينِ أو حَتَّى في مَواقِعِ التَّواصُلِ الاجتماعي، لا أَعلَم، ولكِنَّني حَقًا مُشتَّتة، أُفَكِّرُ في غَزَّة، ماذا أَكتُب، أو مِن أينَ أَبدأ؟ لا أعرِفُ النِّهايةَ كذلك. هل أَتَحَدَّثُ عنِ المَرأةِ الَّتي أَطلَقوا عَلَيها كَلبًا، أو عن حَرقِ تِلكَ الخِيامِ للنازِحين؟ أم عن عَدَمِ توفُّرِ مَقابِرَ لتِلكَ الجُثَث، أو الأَشياءِ الَّتي لا عِلمَ لنا بِها؟ أَكبَرُ خَيبةٍ أن تَرى أمامَك كُلَّ شيءٍ ولا يُمكِنُكَ تَحرِيكُ ساكِن، فقد انتهَت أَوراقي لِلكِتابةِ عن خَيباتِ العَصر، بلا عُنوان.

الكاتبة: حلا عوض

حَيَاةُ البُسطَاء

كَانَت حَيَاةُ القُدَمَاءِ أَجمَلَ بِكَثِيرٍ مِنْ حَيَاتِنَا هَذِهِ، نَحنُ الآنَ فِي حَيَاةٍ مُمِلَّةٍ جِدًّا، حَيَاةِ التِّكْنُولُوجِيَا وَالإِنْتَرْنِت، حَيَاةٍ بِلَا جُهد، فِي زَمَنِ المَاضِي، كَانَ لِلْحَيَاةِ مَعْنَى عَمِيق، لَوْ رَأَيْنَا مُقَارَنَةً بَيْنَ المَاضِي وَالحَاضِرِ فِي الاقْتِصَادِ، التِّكْنُولُوجِيَا، التَّعْلِيم، وَالحَيَاة الاجْتِمَاعِيَّة، وَحَتَّى صِلَةِ الرَّحِمِ.

كَانَ الاقْتِصَادُ قَدِيمًا مُعْتَمِدًا عَلَى الإِنْتَاجِ المَنْزِلِيّ فِي أَدَوَاتٍ بَسِيطَةٍ جِدًّا، عَكْس الآنَ؛ نَمَطُ حَيَاتِنَا مُعَقَّدٌ جِدًّا، وَالزِّرَاعَةُ الَّتِي كَانَتْ عَامِلًا مُسَاهِمًا لَيْسَتْ كَمَا فِي المَاضِي؛ فَقَدْ كَانَتِ الزِّرَاعَةُ أَسَاس الاقْتِصَاد.

التِّكْنُولُوجِيَا الَّتِي تَطَوَّرَتْ بِشَكْلٍ كَبِيرٍ كَانَتْ قَدِيمًا بَسِيطَةً، لَا تُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ، أَمَّا حَالِيًّا لَا نَعْرِفُ سِوَى البَرَامِجِ الَّتِي تَجْمَعُنَا فِي حَدِيثٍ بَسِيطٍ لَا يَتَعَدَّى عَشْرَ دَقَائِق، مَاذَا عَنْ حَيَاةٍ كَانَتْ مَلِيئَةً بِالحُبِّ وَبِصَوْتِ السَّعَادَة؟ كَانَتْ صِلَةُ الرَّحِمِ مِنَ الوَاجِبَاتِ اللَّازِمَةِ، فِي عَصْرِنَا هَذَا، عَصْر الفَرَاغِ، نَتَوَاصَلُ مَعْ بَعْضِنَا عَنْ طَرِيقِ الإِنْتَرْنِت.

مَاذَا لَوْ يَعُودُ الزَّمَان، حَيَاةٌ بَسِيطَةٌ مَلِيئَةٌ بِالحُبِّ وَبالفَرَحِ فِي كُلِّ شَيْءٍ؟ يَا لَيْتَ الزَّمَان يَعُودُ يَوْمًا مَا.

الكاتبة: فرح شهاب

مُستنقَع المُجتمع

قيل لي إنَّ هذا الكتاب يجب أن يصف مشكلات هذا العصر، وفكرتُ كثيرًا. توجد مشكلاتٌ كثيرة، لكن أيٌّ منها سوف يجعلك تقرأ؟ إلى أن طَرَأَ على ذهني أكبرُ المشكلات التي ذكَرتها سابقًا في كتاباتي عدةَ مرات، وهي فكرةٌ وضعتها ولا زلتُ أبنيها إلى يومنا هذا، وهي الدوبامين الحديث.

كانَ سابقًا، يأخذ الرجل السعادةَ في أنثى يحبها، قد يقتل أخاه من أجلها بحجر، ثم يشعل الباخورَ من كهنة الشامان. ثم أصبحَ الرجل يتردد على حاناتٍ في النمسا، ومن زقاقٍ إلى آخر مع هذه وتلك. ثم من زرع الأفيون (الخشخاش) السامريون، وهكذا تطورت كلُّ نقطة. فالحب لم يعد حبًا، بل أصبح حاجةً وغريزةً جنسية. وباخور الشامان أصبح سيجارة، وأيضًا تبغًا وحشيشًا، والقتل أصبح هدفه القتل، ولم يعد بالحجر بل أصبح بالبندقية ومن نواة الذرة إلى السلاح النووي. والزقاقات أصبحت بدعوات، وولها جزرٌ وقصورٌ، ولم تعد تُحصى على هذه وتلك. وزرع الأفيون أصبح مزارع مخدرات.

...

الحب وشريكة الحياة

ذُكرَ الحب في كلِّ الأمور تقريبًا، عدا الأرقام والمال. في العلاقات، في الروايات، في الدراسات، في الطبيعة والزراعة، والأديان، حتى ولا نستطيع إنكار نفعه الكثير وخطره الكبير. وُلِدنا جميعًا بحاجةٍ إلى البشر، وكان البشرُ عندما كنت رضيعًا هم أمك وأبوك، وكلما كبرتَ، ازداد الحب تفرعًا وتعقيدًا وشروطًا. فتصل إلى عمر 6-15 عامًا، فتصبح علاقاتُك مع والديك "علاقةَ حب مشروط". وتُشترط في كثير من الأحيان بالتفوق الدراسي أو الديني أو الدنيوي، وأن تكون كلبًا مطيعًا لا يعصي حرفًا.

(تخيّل عزيزي القارئ أن هذا في حال وُجد الحب). فتهرب من هذا الحب المريض إلى حبِّ صديقك الذي من بني جسمك (حب فطري سليم)، وتتنوع مسارات الحياة هنا، فقد تجد صديقًا تحبه وقد لا تجد. وفي حال وجدتَ، هل هو سويٌّ وسوف يدلك على طريق الخير، أم لا؟

وفي حال لم تجد في هذه المرحلة، كيف سوف تمضي وقتك، ما نوع الإدمان الذي سوف تدمنه لينسيك وحدتك؟ هل هو إدمان غريزي؟ أم إدمان فحم الكوك؟ أم الغرفة الحمراء؟

ثم تصل إلى ما تم اكتشافه أنه في جسمك أعضاءٌ تناسلية يجب أن تنتعش، فتتجه بالحب إلى الجنس المخالف لجنسك (في الحالات الطبيعية)، ويوجد هنا العديد من الطرق. وكل طريق يختار ما يتناسب مع معتقدك وعقدك ونظرتك للحياة.

الطريق الأول لا يحتاج الحب في حال انقضى الأمر إلى قضاء شهوة، وهي في أحد الأزقة التي ذكرناها سابقًا (عقدة الجنس) (كبت غريزي). وفي حال وُجد الحب، فإن الطرق تنجرف مع معتقدك، إما علاقة حب، مساكنة، خطبة، زواج، حبيبة، خذها كما يتناسب مع معتقدك. فمع البيئة

الحالية في الوطن العربي، تكون مليئة بالعقد، سواء "كبت جنسي" \ "تسلط" \ "عقدة شكل" \ "تعلق وهمي". يكفيك أن ترى شابًا فقط لأن الفتاة ابتسمت له، يظن أنها تحبه.

الدخان، السيجارة، الحشيش

أستطيع الآن أن أفتح أكبرَ المراجع، وأدخلك في محاضرة علمية مملة مليئة بالنعاس، لكن لم أفعل. في طفولتنا، اعتدنا أن نسمع رجلًا كبيرًا يثرثر، وكان عادةً يدخل وفي يده عصاٌ ملفوفة بشريط التبغ. كان يقول لنا أن ندرس، وأن أهم شيء هو الدراسة، وكان منه نسخ منه، من كان يشرح اللغة العربية وهو يتلعثم بالكلام، والإنجليزية وهو لا يجيد قراءتها، والتاريخ الذي كان يقول إن كولومبس مكتشف أمريكا، ومدرس الإسلامية الذي ظن أن الدين يُعلم بالضرب.

كان بمجرد خروجه يبدأ الطلاب بالصراخ كالمساجين المجانين والدَف على الدرج. وبمجرد دخول نسخته الأخرى، يصمت الجميع طاقة مختزنة.

كان هناك استراحة طعام اسمها (فرصة)، وكان من يستغل هذه الفرصة ويهرب، ومنهم من يبقى لكي لا يغضب والده ويضربه، ومنهم من قد لا يريد الخروج.

كان هناك صفٌ يوجد خلف المدرسة، والحمامات (أكرمكم الله) كانوا يجلسون ويدخنون ويضخمون أصواتهم ويتحدون بعضهم تحديات حمقاء. وأي شخص يدخل إلى مكانهم يجب أن يستأذن منهم لكي لا يقع في مشكلة معهم.

وكان أي شخص لا يدخن يقولون له "لست رجلًا" عقدة نقص تشوه منظور الرجولة وكبروا هم، وهم يستمدون استحقاقهم من هذه الدخان الذي يخرج من أفواههم. ومنهم من بقى على الدخان، وآخرون سيجارة، وآخرون حشيش، وحتى وصلوا إلى فحم الكوك.

ليس ذنبهم، بل الذنب على من فاقهم وعيًا ولم يحذرهم بذكاء من الدخان، بل فقط أخذه منهم في تفتيشٍ مفاجئ ليدخنه هو وزملاؤه في الاستراحة.

...

أخذ الحياة

فضلتُ كلمة "أخذ الحياة" على "القتل"، ففي حالات "أخذ الحياة" لا تخرج الروح، بل يبقى الجسد معلقًا بلا مستقبل، أو حاضر وماضي مكسور، يبقى يعمل 12 ساعة في اليوم لكي يذهب وينام ويستيقظ ليعود إلى العمل، فلو كان عبدًا لكان وقت العمل أقل.

وفي حالات لا يأخذ حياة شخص مادية، بل عاطفية، يبقى يحلم ويسهر ويفكر، ثم ينام وعقله في آخر حلقة لقاء، يظن أن كل شيء سوف يعود كما كان، ويتخبط بين الألم والقنوط واليقين والراحة، ولا يجد له مخرجًا مع عقله تعلق.

ترى صديقك أو صديقتك يقفز من علاقة إلى أخرى تعدد العلاقات نشوة المرغوب وأنت كشخص سليم تقول لماذا يفعل هذا في نفسه، هناك الكثير من الأسباب، ففي مستنقع المجتمع، يرى الشاب أو الفتاة مستوى جاذبيته بعدد الأشخاص الذين يقيم معهم علاقة صندوق الاحتياط عقدة الاستحقاق نشوة المرغوب.

هناك الكثير من الكلام الذي لا يزال يجول في ذهني، لكن أظن أنني اكتفيتُ من الثرثرة إلى اليوم.

الكاتب: مصطفى محمد جميل

استحوذ الغرب على العرب

استحوذَ الغربُ على العربِ، واختلسوا كلَّ شيءٍ مَلَكنا. أصبحنا نتبعُ الغربَ بأنماطهم، وسلوكهم، وحتى عَتْقهم، ونظنُّ أنَّنا هكذا أكثرُ تطورًا وازدهارًا. اتبعنا سبيلَ الغرب، وحملنا خطايا أنفسنا وأنفسهم، وستبقى ثقلاً على كاهلنا. سرنا حتى تغلغلَ الضَّلالُ فينا، وقست قلوبُنا، حتى نسينا من نحن؟ ومن نكون؟

نحن أُمَّةٌ وُلِدت بفطرتها على الإسلام، وُلِدت على كلمةِ الحق، وكان أولُ ما يلجُ إلى مسامعها "الله أكبر، الله أكبر". كان لوالدينا فضلٌ عظيمٌ علينا، زرعوا الدينَ في سنينِ طفولتنا دأبًا، وحاولوا بكلِّ جهدهم أن نقتدي برسولنا، وأن نصلَ إلى مراتبِ الصحابة. فهنيئًا لمن اتبعَ سبيلَ الحق وسارَ على دربه، والآخرُ منَّا من أغوته هذه الحياةُ الدنيا ومغرياتها.

لننظر إلى ما وصلَ إليه العرب، وإلى ما وصلَ إليه الإسلامُ في الوقت الحالي. يرجعُ ذلك إلى إهمال الأُمَّةِ بالعقيدةِ الإسلامية. نرى المعظمَ من شبابِنا اليومَ لا يعرفونَ للصلاةِ سبيلًا، هجروا صلاتهم وابتعدوا عن خالقهم، وأنفسهم تأبى لقاءَ الخالقِ عز وجل. أكادُ أجزمُ لك أنَّ ليس النصف، بل أكثرَ من النصفِ لا يتقنونَ قراءةَ القرآنِ الكريم، قراءةَ كلامِ ربنا الذي هو معجزته، اللسانُ الذي اختاره الله فنزلَ به كتابه العزيز.

يا حسرةً على العباد، أهملوا اللغةَ العربيةَ التي هي محاسنُ اللغاتِ، التي صانها الرحمنُ من كيدِ العدى. سرُّها الخفيُّ في ضادها.

من الجميلِ أن يتقنَ الإنسانُ التكلمَ بالعديدِ من اللغات، لكن الجهلَ والشيءَ الذي نستاءُ منه، أننا نرى الكثيرَ منَّا اليومَ يمزجُ اللغتينِ معًا ظنًّا منه أنها ثقافةٌ وتطويرٌ من الذات.

يجبُ أن يُستخدمَ اللغاتُ الثانويةَ وقتَ الحاجة، ويجبُ أن يتوعى العربُ ويدركوا سوءَ ما يفعلونه. يجبُ أن يضمحلَّ الجهلُ، ويُبَيِّنَ للأمةِ ما لها وما عليها.

الكاتبة: شهد هاشم اللوامنة

مَـا يُـواجِـهه العَالــمْ اليوم من التَلــوث

في البداية علينا أن نعرف ما هو التلوث البيئي، ويمكننا تعريفه بأنه: حدوث خلل في التوازن البيئي بدخول عناصر ومركبات تفسد النظام البيئي مما يؤدي إلى دمار البيئة وإصابة الإنسان والكائنات الحية بأمراض كثيرة ويكون في الماء أو الهواء أو التربة، وواجبنا التصدي له لحماية بيئتنا من الهلاك.

وبعد أن عرفنا ما هو، علينا التعرف على أهمّ أسبابه لنتمكن من محاربتها إذن من أهم أسباب التلوث البيئي هي استهتار الإنسان المفرط بالبيئة والتدخين وإلقاء مخلفات المصانع في المياه، وفساد الإنسان، حيث قال الله تعالى في محكم تنزيله: {ظهر الفساد في البر والبحر بما كسبت أيدي الناس} ، فالبيئة خلقها الله متوازنة وسخرها للإنسان كي تخدمه ويعمر بها الأرض، وأيضًا من أسباب التلوث هو قطع الأشجار التي تحمي البيئة من الأتربة وتنقي الجو من عوادم السيارات وتقلل من دخان المصانع.

ومن أهم أنواع التلوث هو تلوث الماء أي تغير لونه وطعمه فلا يصبح صالحًا للاستخدام ويؤدي إلى موت الأسماك وهلاك الثروة السمكية ويؤدي إلى موت الإنسان، وأيضًا تلوث الهواء بسبب التدخين وعوادم السيارات والدخان المتصاعد من المصانع.

ولكل هذه الأسباب علينا التصدي لهذا التلوث بقدر ما يمكننا والحرص على عدم تلوث البيئة ويمكننا التصدي له عن طريق زراعة الأشجار وعدم إلقاء مخلفات الإنسان ومخلفات المصانع في النيل أو البحر واستخدام وقود آمن للسيارات مثل الغاز الطبيعي والكهرباء.

التلوث اليوم لا يهدد الدول الصناعية الكبرى فقط أو مناطق معينة، إنه يهدد الكرة الأرضية أجمع ويهدد طبقة الأوزون التي تحمينا من الأشعة فوق البنفسجية، لذا علينا أن نقوم بتوعية المجتمع حولنا وحرصنا على عدم تلوث البيئة بقدر ما يمكن.

ويمكن أن يحمي كل فرد منّا نفسه من التلوث بعدم مخالطة مرضى الجهاز التنفسي، والبعد عن التدخين، وتعقيم الأدوات التي يستخدمها كل فرد منّا باستمرار وغسل الأيدي قبل الطعام والكثير.

الكاتبة: قصواء فيصل

الخاتمة:

فِي عَصْرٍ تَائِهٍ وَفِي زَمَانٍ يُحَدِّثُ عَنْ وَاقِعٍ مَرِير، كُنْتَ أَنْتَ الْعَابِرَ فِي هَذَا الْكِتَاب، فَأَلْقِ اللَّوْمَ عَلَى مَنْ كَانَ السَّبَب، وَكُنْ مُتَحَدِّثًا، لَا تَكْسَلْ وَلَا تُهْمِلْ، وَكُنْ مُسْتَمِرًّا، فَلِلْمَعَازِفِ أَلْحَان، وَلِلْمَشَاكِلِ حُلُول، فَكُنْ أَنْتَ حَلَّهَا وَسَارِدَهَا، فَالدَّرْسُ لَا يَنْتَظِرُ، وَإِنْ كُنْتَ فِي وُقُوفٍ تَامٍّ فِي اسْتِمْرَارية الْعُصُورِ.

قائمة الأسماء:

مرح موسى عبد القادر

اية نعيم حيبا

ريتاج ماهر عبدالغني

كريمة ذكي سيد

ماريا الشيخ

فرح سليمان صومان

عهود العجالين

حلا عوض

وسام الدين رأفت

فرح شهاب

فاطمة عثمان

اية ناصر

هند جقريف

انسجام قاسم محمد

ايمان الخزاني

دعاء محمود

نظرة السليماني

مصطفى محمد جميل

زيد محمد البيطار

شهد هاشم اللوامنة

قصواء فيصل

عَصر الساعَة

اشراف:

مديرة الفريق: مرح موسى عبد القادر

اية نعيم حيبا

ريتاج ماهر عبد الغني

رقم الاعتماد لدى
ملتقى العرب للثقافة والفنون
Moltaqa Al Arab Lil Thaqafa Wal Funoon
MAFTF : 00716