

وَمَضَاتُ تَنْمُوِيَةٍ



الطاهر اعمارَة الأدغم

تقديم

الدكتور: البشير بن الحبيب جاري

أستاذ محاضر بقسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة الوادي، الجزائر

وَمَضَاتُ تَنْوِيَةٍ

الطَّاهِرِ اَعْمَارَةِ اَلْاَدْعَمِ

تَقْدِيمِ

الدَّكْتُورِ البَشِيرِ بنِ الحَيِّبِ جَارِي

أَسْتَاذِ مَحَاضِرِ بَقْسَمِ عِلْمِ النَّفْسِ وَعِلْمِ التَّرْبِيَةِ، جَامِعَةِ الوَادِي، الجَزَائِرِ

نَسَقَهُ وَصَمَّمَهُ غِلَافُهُ

أ. لَطْفِي بنِ حَسِينِ

عنوان الكتاب: ومضات تنموية
الكاتب: الطاهر اعمارة الأدغم
الموضوع الرئيسي: اجتماعي، تنموي
عدد الصفحات: 171 صفحة
قياس الصفحة: 14.5 سم * 20.5 سم



شارع محمد نحميسي - الوادي - الجزائر

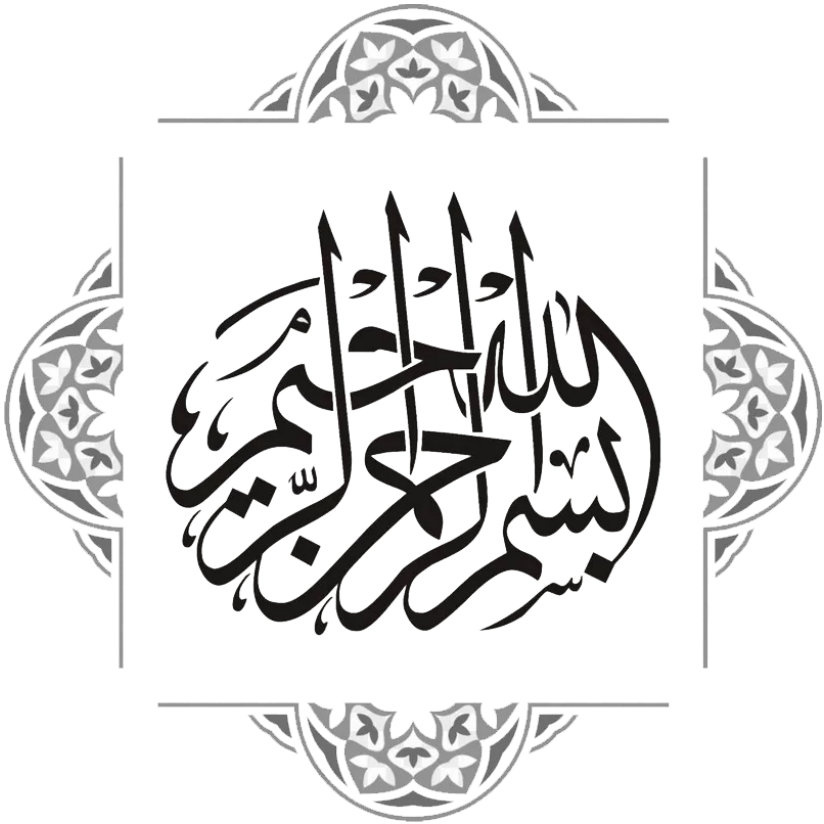
هاتف: 032.14.02.02

جميع حقوق الطبع محفوظة

الإيداع القانوني: أوت 2022

ر.د.م.ك: 978-9931-838-19-7 ISBN:

الطبعة الأولى: محرم 1444 هـ / أوت، أغسطس 2022 م



إهداء

إِلَى الْمُتَفَائِلِينَ بِحَيَاةٍ تَغْمُرُهَا السَّعَادَةُ
وَيَكْسُوهَا النَّجَاحُ

بقلم الدكتور البشير بن الحبيب جاري

أستاذ محاضر بقسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة الوادي، الجزائر

بسم الله الرحمن الرحيم، والصلاة والسلام على النبي الكريم، شرفني الأستاذ الفاضل، والإعلامي الصديق العزيز الطاهر اعمارة الأدغم الذي جمعني به الصحبة الكريمة والزمالة الطيبة لقرابة عقدين من الزمن، بكتابة تقديم لكتابه المبارك، الموسوم بـ "ومضات تنموية" ..

فقرأت الكتاب كاملاً، متفحصاً محاوره السبعة، ثم موضوعاته المختلفة، وأفكاره النيرة، حيث وجدت الكاتب قد وفق في تبيان أهمية التنمية وتطوير الذات وعلاقتها بالتنمية البشرية، إذ أوضح بأن التنمية الذاتية هي أحد الأبعاد الأساسية للتنمية البشرية بمفهومها العام، والتي تتضمن التنمية في الإنسان (الذاتية)، الصحة، التربية والتعليم، التكوين والسكن... الخ..

ثم ركز على بُعد التنمية الذاتية، مستعرضاً عدة موضوعات غاية في الأهمية تسهم في تنمية الإنسان من حيث مهاراته وكفاياته وقيمه واتجاهاته نحو الحياة الكريمة، وشملت: التغيير، الإيجابية والتفائل، والتواصل الفعال، والعلم والتعلم، والنفس والذات، والرؤية والتخطيط والأهداف والسعادة والنجاح.

استخدم الكاتبُ أسلوباً سهلاً ومُشوقاً غلبَ عليه الطابعُ القصصيُّ الممتع.

أسلوبٌ يُمْكِنُ القارئُ من الاستفادة الجَمَّة من محتوى الكتاب، وبيعتُ فيه الرَغْبَةُ في الاستثمار في النفس أولاً، من خلال سعيه المستمر في تطوير مهارات الحياة لديه، حتَّى يكون أقدر على الإبداع وتحقيق الأهداف وتجاوز التَّحديات...

فالإنسان هو عصب الحياة، وعندما نهتمُّ به سوف تستفيدُ مجتمعاتنا ودولنا ثمَّ أممتنا، فكلُّ إنسان هو عملةٌ نادرة، بداخله طاقة كامنة وأفكار إبداعية، يُمْكِنُ أن تستفيدَ منها الانسانيةُ جمعاء متى تحرَّر هذا الدَّاخل.. إذن لنستثمر في الإنسان، فهو أنجح استثمار، وهو المشروع الوحيد الذي لا يعرف الخسارة أبداً.

ختاماً، أسأل الله العليَّ القدير أن يبارك في هذا المؤلِّف ويعمِّم الانتفاع منه، وأن يوفِّقَ الكاتبَ في إتمام إصداره، ويمدِّه بموفور الصَّحة والعافية، والله من وراء القصد والهادي إلى سواء السَّبيل.

الوادي في: 15 أوت 2022

مقدمة:

كثيرةٌ هي الجهاتُ التي تهتمُّ بالتنميةِ البشريةِ وتحدّثُ عنها وتقدّمُ إحصائياتٍ وتعلنُ عن برامجٍ..

وفي هذا السياق نطالعُ تقاريرَ لحكوماتٍ ومنظّماتٍ دوليةٍ عن مؤشّراتِ التنميةِ البشريةِ في هذا البلد أو ذاك، وسبلِ النهوضِ والوصولِ إلى مستوياتٍ أفضل.

والتنميةُ البشريةُ التي تحدّثُ عنها الحكوماتُ في الغالب هي البعدُ الأوّل لمصطلحِ التنميةِ البشريةِ، ويتمثّلُ في عمليّاتٍ وبرامجٍ ذاتِ صلةٍ باستثمارِ المواردِ والأنشطةِ الاقتصاديةِ التي تولّدُ الثروةَ وتدفعُ عجلةَ الانتاجِ إلى الامام، وتهتمُّ بالهياكلِ والبُنَى التحتيةِ، ممّا يوسّعُ دائرةَ الاستفادةِ والانتفاعِ لدى جميعِ سكّانِ الدولةِ والشعبِ الواحد.

والبعدُ الثاني للتنميةِ البشريةِ، هو البعدُ الذاتيّ حيثُ الحديثُ عن قدراتٍ ومهاراتِ الفردِ في مختلفِ مراحلِ حياته، وتشملُ هذهِ التنميةُ الجوانبَ الروحيةَ والصّحيةَ والشخصيةَ والأسريةَ والاجتماعيةَ والمهنيةَ والمادية.

وإذا كان البعدُ الأوّلُ يعودُ في الغالب إلى سياسةِ الدّولةِ وحالةِ العسرِ أو اليسرِ التي تعيشُها؛ فإنّ البعدَ الثّاني للتّمنيةِ البشريّةِ (الذّاتيّةِ) يرتبطُ بشكلٍ وثيقٍ بكلِّ إنسانٍ تَعَمَلُ في داخله رغبةٌ عارمةٌ لتطويعِ مهاراته وقدراته، والتّحكّمِ في مشاعره، والإدارةِ الإيجابيّةِ لعلاقاته بالآخرين، ومن ثمّ تحقيقِ أهدافه والظّفِر بالسّعادة والنّجاح.

وإذا كان البعدُ الأوّلُ من اختصاصِ الدّولةِ بشكلٍ أو آخر، ولن يخوضُ فيه إلاّ أصحابُ المسؤولياتِ الكبيرة والخبرات والشّهادات الأكاديميّةِ العالِيّةِ، ومدراءِ المؤسّسات والمنظّمات، وضمنِ سياساتٍ محدّدة وموجّهة؛

فإنّ البعدَ الثّاني (التّمنيةِ الذّاتيّةِ) ميسّرٌ لكلِّ إنسانٍ سواءً بمفرده، أو من خلالِ محيطه الصّغير من أسرةٍ وجيرانٍ وأقاربٍ وأصدقاءٍ وزملاءٍ عملٍ.. وليس عليه سوى الاجتهاد والمثابرة لتبدأ النّتائجُ الإيجابيّةُ في الظّهور تَباعاً.

ومع أنّ التّمايزَ بين البُعدين، سَابِقِي الذّكر، يبدو جلياً لأوّل وهلة، فإنّ الحقيقةَ، التي ينبغي التّذكير بها، أنّ البعدَ الثّاني ضروريٌّ ومهمٌّ جدّاً لنجاح البعدِ الأوّل..

فهما كان حجمُ الأموال والجهود التي تُبذلُ في إطار البعد الأوّل؛ تظلُّ دون عائدٍ حقيقيٍّ ملبوس ما لم يرتفع الإنسانُ بنفسه، أو تُتوفَّر له من البرامج والسياسات والتّوجيهات ما يساعده على ذلك.. لأنَّ هذا الإنسانُ هو هدفُ التّمنية من خلال بعدها الأوّل..

نعم.. لا بدّ أن يخرجَ هذا الإنسانُ المقصودُ من دهاليز السّلبية والفضويّة والانتهازية، ليتحوّل إلى فردٍ بناءٍ إيجابيّ يحسُنُ التّعاملَ مع نفسه ومحيطه.

إنّ النّهضة الأوروبيّة المعاصرة مرّت إلى عصرِ الصّناعة ثمّ التّكنولوجيا عبر تنمية الإنسان، وذلك عندما عاشت أوروبا ثلاثة قرونٍ من التّفاعل والحوار والصّراع حول الفكر والعلم والفلسفة والأخلاق ومنظومة القيم، وغير ذلك ممّا يشغلُ عقل الإنسان..

وتعلت الأصواتُ واستمرّ الجدلُ والنّقاشُ حول العمل والاقتصاد والسياسة والحكم، والمتفق عليه والمختلف حوله، والدوائر التي تحكّم العلاقات داخل المجتمع الواحد، وعلاقاته بغيره من الأبعاد والأقربين...

والنتيجة: وصل الإنسان الأوروبي إلى مرحلةٍ حازَ فيها مجموعةً من القيم: الإتقان، الإبداع، الفضول العلمي، الانضباط، وحتى المغامرة، وإن كانت على حساب بلداننا وشعوبنا في كثير من الأحيان، للأسف الشديد..

وبعد ذلك: جاءت الثورة الصناعية فوجدت الإنسان المؤهل.. أو أوجدها ذلك الإنسان المسلح بعددٍ معتبر من القيم والمعارف والمهارات.

ولسنا بدعاً من الشعوب.. فالنهضة تمرُّ من طريق الفرد.. الإنسان..

والحمد لله.. لنا في ثقافتنا وتراثنا ورصيدنا الحضاري ما فيه الكفاية لانبعث فردٍ قادرٍ على التفاعل والتجاوب وصناعة النهضة...

وقد يبدو البعد الثاني، التنمية البشرية الذاتية، حكراً على المتخصصين في علوم النفس والاجتماع وإدارة الموارد البشرية والتخطيط وما شابه؛ لكن ذلك لا يمنع من الدندنة حول جميع القيم والأفكار والمعاني التي تخدم ذات الإنسان وتساعد على السير في دروب

الحياة المتشعبة، لأنَّ قسماً معتبراً من نَماء الفرد ونجاحه وسعادته تصنعه
التجارب الاجتماعية المتراكمة...

وهذه التجارب تبنيها خبراتُ السنين، بل القرون... وتناقلها
الأجيالُ كلباً عن كلب...

وفي هذا السياق تأتي ومضاتُ هذا الكتاب..

فقد تَرَجَمَ القلمُ الكثيرَ من القراءاتِ والاقْتباساتِ والتجاربِ
والمشاهداتِ الخاصةِ واللقاءاتِ والقصصِ، وحوَّلها إلى نصوصٍ قصيرةٍ
تصبُّ في عددٍ من الأساسياتِ التي يحتاجها الفردُ وهو يحثُّ الخطى
على طريقِ بناءِ سعادته ونجاحه.

الطاهر اعمارة الأدغم

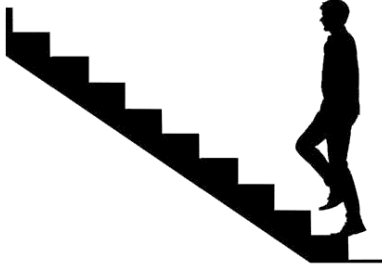
الوادي، الجنوب الجزائري

10 محرم 1444 هـ / 8 أوت، أغسطس، 2022 م

المحور الأول

في التفسير

التَّـنْمِيَّةُ الذَّائِمَةُ لِـلْجَمِيعِ



الإنسان، أيّ إنسان، في حاجة إلى مهارات التّـنْمِيَّةِ الذَّائِمَةِ وفنون الاتّصال، ليتمكّن من تطوير قدراته ووسائل تواصله مع الآخرين، ويعيش بشكل أفضل مع ذاته ومحيطه..

والأصلُ في هذا الفنّ (أو مجموعة هذه المهارات) هو خدمة الإنسان للوصول إلى أكبر قدر ممكن من السّعادة والنّجاح.

وهذه المهارات موجودة منذ وجد الإنسان، وملازمة له حيث كان زماناً ومكاناً، وإن كانت بعض الشّعب والحضارات أكثر تنظيراً وتطبيقاً لها كما هو الحال مع الحضارة الصينيّة التي برع أهلها في الاستفادة من قدراتهم والتّحكم في مشاعرهم.

وفي حضارتنا نجد تطبيقات كثيرة لمهارات ونظريات التنمية الذاتية الحديثة، حتى يكاد الباحث والمقارن، وهو يطالع ما وصلنا من الشرق والغرب، الجزم بأن كثيراً من هذه النظريات هي من قبيل "بضاعتنا ردت إلينا".

والوسائل المساعدة على الاستفادة من أفكار ومهارات التنمية الذاتية متعددة، ومن ذلك حضور الدورات والورشات والأمسيات التي تنظمها المراكز والجمعيات، وقراءة الكتب والاستماع إلى المحاضرات عبر الوسائط الحديثة..

ويستطيع كل راعب في تطوير نفسه الاندماج مع هذا العلم أو الفن بالقدر الذي تسمح به ظروفه المادية وطبيعة عمله ومشاغله، وسيلاحظ، بعد الاندماج، تغيرات واضحة في حياته، وسيخفف عن نفسه كثيراً من القيود السلبية والحواجز الوهمية.

إنها مهارات ونظريات وأفكار متاحة للجميع، ويستطيع كل من عزم على تغيير نفسه إلى الأفضل أن يستفيد منها، وإشاعتها بعد ذلك في محيط الأسرة والأقارب والأصدقاء والزملاء.

أَوْقِدْ شَمْعَةَ



كانت عبارته قاسيةً على الدولة والحكومة والمجتمع والعالم الثالث الذي نعيش فيه...

والسببُ هو عطل في توصيلات الكهرباء أصابَ العمارة التي تقعُ فيها تلك المؤسسة الصغيرة، أين كنتُ أشغلُ وظيفةً صحفيةً.

قال صاحبنا إنَّ العالمَ تطوَّرَ كثيرًا، ونحن ننتظرُ نصفَ يومٍ ليأتي الفريقُ التقنيُّ من الشركة المسؤولة ويصلحُ العطل الكهربائيَّ..

صاحبنا سرَّدَ أيضًا قصةً عن تأخُّرِ معاملةٍ له في إدارة حكومية، وأردفَ ذلك بسببٍ "مرکز جدًّا"، ولم يفتَهُ أن يقارنَ بين وضعنا ووضع بلاد العالم الأول، وشددَ على أنَّ اللحاقَ بركب أولئك القوم بعيدٌ كلَّ البعد عنا.

وبعد حذف الشّتائم ربّما يكون في حديث الرّجل بعض الصّحة،
فنحن فعلا متخلّفون، وخدمات شركاتنا ومؤسّساتنا دون الحدّ الأدنى
المطلوب...

لكنّ المفارقة أنّ صاحبنا كان يتحدّث وفي يده سيجارة، ونحن
في مكتبٍ مغلقٍ وصغير الحجم، والأكثر من ذلك وجود تنبيه، أو
نصيحة، وبخطٍ واضحٍ يقول: الامتناع عن التدخين في الأماكن العامّة
والمغلقة سلوك حضاريّ، ولم يكتف صاحبنا بذلك بل تقدّم، بعد دقائق
من الشّرفة، ورمى عقب سيجارته هناك، بعد أن لوّث بها هواء
المكتب.

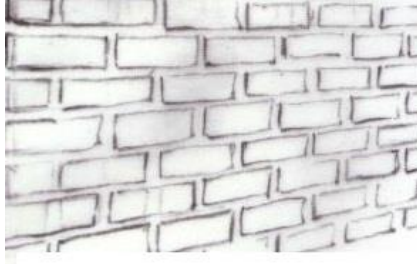
إنّ التغيير الحقيقيّ يبدأ من الدّاخل..

ومن أنفسنا مباشرة..

عندما نستقيمُ ونتصرّفُ بشكلٍ حضاريّ سوف تنتشر السلوكياتُ
الرّاقيةُ في مجتمعنا، ولنحقُ بركب الدّول التي سبقتنا في مجالات النّظافة
والخدمات والذّوق العام..

إنّ إيقاد شمعةٍ واحدةٍ خيرٌ من سبّ الظّلام ألف عامٍ وعامٍ.

جنون



الوصول إلى أعلى المراتب وأرقى المناصب حلمُ يراود أغلبيةً أبناء آدم وحواء، لكنَّ العملَ الجادَّ لأجل التغيير، حتَّى يصلَ الفردُ إلى ذلك "الفرق الذي يصنعُ الفرق"، هو العقبةُ التي يتوقَّفُ أمامها أكثرُ الذين يملهُون بالتغيير.

تسمعُ أحاديثَ طويلةً وأفكاراً متنوعَةً تتردَّدُ على لسان هذا الشخص أو ذاك، وقد نسمعها لعدد من السَّنوات، لكننا لا نرى لها أثراً على الواقع..

أي: "نسمعُ جعجعةً ولا نرى طحيناً".

الجلسةُ نفسها في المقهى أو في ساحة الحيِّ أو القرية، والأصدقاء هم أنفسهم لم يزدوا ولم ينقصوا، والطبائعُ والعاداتُ والسلوكياتُ لم يطرأ عليها أيُّ نوع من التغيير، والأداءُ الوظيفيُّ لم يشهد أيَّ تطور، وجمُّ

المطالعة والقراءة يراوح مكانه، إن كان موجودا من الأساس.. وهكذا تمر الأيام والسنوات في الانتظار.

من بين تعريفات الصينيين للجنون أن يكرّر المرء العمل نفسه وينتظر نتائج مختلفة عن السابقة.

ولو طبقنا هذا التعريف على مجتمعاتنا سنجدُ قدراً كبيراً من المجانين بالمعنى الصيني؛ فكثيرون يدورون في الروتين نفسه، ويقفون المواقف ذاتها، ومع ذلك ينتظرون حدوث تغيير في حياتهم لتتحول إلى أنماطٍ من النجاح والتميز والتألق والغنى.. تنزلُ عليهم دون سابق إنذار.

إنّ حال هؤلاء أشبه بمنّ يُداومُ الوقوف أمام جدارٍ جامدٍ وينتظرُ خروجَ صوتٍ منه.. فهو ينتظرُ ويمنيّ نفسه، لكنّه سيعيشُ الانتظارَ فقط فقط..

إذن: لنجهدَ جميعاً وتعاونَ حتى نتخلصَ من هذا الجنون.

نَظَّفُ أَوَّلًا بِأَوَّلٍ



هناك عاداتٌ سلبيةٌ وألفاظٌ غير سويةٍ يلتقطها الفردُ في حياته،
خاصةً المرحلة الأولى منها.

وبجهود ليست شاقةً يستطيعُ هذا الفردُ تغييرَ تلك العادات،
والتَّخَلِّيَ عن تلك الألفاظ والسَّيرَ بمستواه إلى الأفضل..

لكنَّ ما يحدثُ مع البعض أنَّهم يكبرون وتظلُّ هذه العاداتُ
والألفاظُ ملازمةً لهم...!

حدَّثني أحدُ الزملاء عن بعض الأدمغة الصَّحفيَّة عندنا...
أحدهم إذا خاصمَ رفعَ صوته ونزلَ بمستواه إلى أدنى الحدود، وخرجت
الألفاظُ السيئةُ وسيولُ الشتائم...!

وهكذا... عندما نهملُ الاجتهادَ على طريق التّخلّص من الرّكام السّلبّي، سيفضحنا أوّل موقفٍ غير متوقّع فنخرجُ عن الحدود، ويظهرُ الباطنُ أمام الملاء...!

صاحبُ درجةٍ علميّةٍ رفيعةٍ، وأستاذٌ قويٌّ في تخصّصه ومحترمٌ بين زملائه... كنتُ أجالسه حول طاولةٍ واحدةٍ فاحتاجُ إلى إجراء عمليّةٍ حسابيّةٍ فأخرج قلمه وأجراها ببساطةٍ على الطاولة، ولم يظهر عليه أيُّ ارتباكٍ أو نجل، فالأمرُ بالنسبة إليه عاديٌّ جداً...!

إنّها عادةٌ ربّما تأصلت عند الأستاذ من أيّام دراسته الابتدائيّة، واستمرت معه إلى بقيّة المراحل..

والبعضُ تعودُ مثلاً على الأكلِ وهو يمشي في الشارع، وهكذا كبر وصار بأولاده، وربّما بأحفاده، فإذا اشترى خبزاً من الدّكان سارَ إلى البيت آكلاً ماضعاً، وهو أمرٌ يتنافى مع وقارِ الكبار وهيبتهم.. وغير ذلك..

مشكلةٌ هؤلاء وأضرابهم أنّهم كبروا، وسارت بهم الشّهور والسّنون وارتقت بهم المناصبُ والأقلام، لكنّهم لم يجلسوا يوماً مع أنفسهم جلسةً محاسبيةً ومراقبةً، وتنظيفٍ أوّلٍ بأوّل.

المراهقة.. لَيْسَتْ قَدْرًا مَقْدُورًا



المراهقُ هو الَّذِي تَجَاوَزَ مَرِحَةَ الطَّفُولَةِ ولم يبلِغَ مَرِحَةَ النِّضْجِ بعد، وتعتبرُ كثيرٌ من المجتمعات الشَّخْصَ مراهقًا بين سنِّ الثالثة عشر والثامنة عشر..

وتبدأُ العلاماتُ في الظُّهور عندما يشرعُ المراهقُ في العناية بمظهره الجسْميِّ إلى حدِّ كبير، وقد يشكو من طُولِهِ المفرط أو قِصرِهِ البين أو من كبر أنفه أو أذنيه، وقد يرى أنَّ شكله غير جذابٍ للجنس الآخر. كما يميلُ المراهقُ إلى مقارنة جسمه مع أقرانه، وقد ينزعجُ حين يرى في جسمه ما هو مختلف عن غيره...!

والمراهقةُ في مجتمعنا اليوم صارت مرتبطةً بعددٍ من التصرفات السَّلبِيَّة ومظاهر التمرُّد على الآباء والأمَّات، والمشاغبات والمشاكسات في المؤسَّسات التَّعليميَّة والحفلات والأماكن العامَّة...!

وهي أمورٌ يمكن معالجتها والوقاية منها مسبقاً، أو التخفيف منها عند حدوثها..

لكنَّ الخطأ أن نعتقد أنها قدرٌ مقدور، لتصير المراهقةُ بعد ذلك "شّماعاً" نعلّق عليها التصرفات الطائشة و"الخرجات" غير الأخلاقية، وتقصير الأولياء في التربية والنصح والتوجيه...!

في بعض المجتمعات الزراعيّة الرّيفيّة والرّعوية ما زالت المراهقةُ بمفهومها الحالي غير معروفة، لأنّ الولدَ يجدُ نفسه، في سنّ الثانية عشر، في معترك المسؤوليةّ حيث يقومُ بمختلف الأعمال على قدم المساواة مع بقية أفراد الأسرة، وقد يتزوَّج هذا الولد في سنّ العشرين أو دونها.

إذن.. مفهوم المراهقة ليس دقيقاً بما فيه الكفاية.. ويمكن تجاوزه بشكل أو بآخر عندما تتوفرُ البيئة الدافعة نحو الرشد والنّضج المبكر.

خيارٌ واحد: استمتع بحياتك



يقول أحدهم:

عندما أستيقظُ من نومي يكون أمامي خياران فقط:
أستطيع أن أكون في مزاجٍ جيّد، أو أكون في مزاجٍ رديء...
وأنا أختارُ دومًا أن أكون في مزاجٍ جيّد..
ثمّ يواصل: في كلّ مرّة يحصلُ لي أمرٌ سيءٌ يكون أمامي خياران:
إمّا أن أكون الضحيّة وينتهي الأمر، وإمّا أن أتعلّمَ درسًا، وأنا دائمًا
أختارُ أن أتعلّم..

وهكذا.. فالحيّة لا تعدو مجموعةً خيارات، وإذا اختصرت
المواقف التي تمرُّ بك فإنّها في النهاية مجموعةٌ من الخيارات أيضًا:
فأنت من يختارُ نوعيّة ردّ فعلك تجاه قضية أو رأي أو موقف
من قريب أو صديق مثلاً..

وأنت أيضاً مَنْ يَخْتَارُ طَرِيقَةَ تَأْثِيرِكَ عَلَى الْآخَرِينَ، وَأَنْتَ مَنْ يَخْتَارُ طَبِيعَةَ مَزَاجِكَ، وَهَلْ يَظْهَرُ بِشَكْلِ جَيِّدٍ أَمْ سَيِّئٍ..

وهكذا.. فِي النِّهَايَةِ هِيَ حَيَاتِكَ، وَأَنْتَ الْمَسْئُولُ عَنْهَا، وَتَخْتَارُ لَهَا مَا تَرَاهُ مَنَاسِبًا.

إِنَّ تَحْدِيدَاتٍ وَمَشَاكِلَ الْحَيَاةِ حَقِيقَةً مِثْلَةً لِلْعِيَانِ، لَكِنَّهَا لَنْ تَكُونَ أَبَدًا الْعَامِلَ الْأَبْرَزَ وَالْحَاسِمَ فِي صِنَاعَةِ السَّعَادَةِ وَالرَّاحَةِ الدَّاخِلِيَّةِ، لِأَنَّ السَّعَادَةَ فِي الْقَلْبِ وَالْعَقْلِ مَعًا، وَلَا سُلْطَانَ لِكَاثِنِ دُنْيَوِيٍّ عَلَيْهِمَا، مَهْمَا كَانَتْ سَطُوتُهُ وَقُوَّتُهُ الظَّاهِرَةَ.

تَذَكَّرْ دَائِمًا أَنَّ حَيَاتِكَ أَمَانَةٌ فِي عُنُقِكَ، وَأَنَّكَ مَنْ يَخْتَارُ الطَّرِيقَةَ الْمُنَاسِبَةَ لِلْعَيْشِ..

وَمَعَ أَنَّ أَمَامَكَ خِيَارَيْنِ، فَاجْتَهِدْ دَائِمًا أَنْ تَرَكِّزَ عَلَى خِيَارٍ وَاحِدٍ لَا ثَانِي لَهٗ، وَهُوَ الْاسْتِمْتَاعُ بِحَيَاتِكَ بِكُلِّ إِجْبَابِيَّةٍ وَجَدِيدَةٍ وَمَسْئُولِيَّةٍ.

ابْتَسِمِ لِلرَّأَةِ



يقابلُك في الطَّرِيق، أو في مَكْتَبِهِ، أو سيارَةَ الأجرَةِ التي يقودها..
يقابلُك عابِسَ الوجهِ كَثيْباً كأنَّه يواجهُ عدوًّا لدوداً لتصفيةِ مجموعة
من الحساباتِ القديمة والحديثة، وليس حساباً واحداً...!

وعندما تتحدَّثُ بعد ذلك مع صديقٍ له أو زميلٍ وتشكو جَفْوَتَهُ
وَبُخْلَهُ الشَّدِيدَ في تعابيرِ الوجهِ الحسنَةِ؛ يبادرُ هذا الأخيرُ إلى التأكيدِ
على طَيِّبَةِ الرَّجْلِ وقلبه الصَّافِي، والجميعُ يشهدُ له بهذا.. وما أزعجك فيه
هو طَبِيعٌ أو عادةٌ اكتسبها صغيراً وظلَّت تلازمه كبيراً...!

إنَّ ابتسامتَكَ ومقابلةَ إِخوانِكَ بوجهٍ طَلِقٍ صدقةٌ تُؤجِرُ عليها،
وسلوكَ حَسَنٌ يزيدُك بين الناسِ محبَّةً ومكانةً..

والعكس صحيح.. فأَيُّ عبوس وجفاء هو حرمان من أجر الصدقة، إن لم يكن معصيةً خاصةً عندما ينغصُّ على آخرين، أو يشعرهم بالألم، أو يزيدهم همًّا كانوا في حاجةٍ إلى التخفيف منه.

يقول بعض الطيبين إنهم لا يقصدون، وهم صادقون..

لكن.. لا بدّ من الحذر كلّ الحذر، لأنّ الخارج هو عنوان الدّاخل، والظاهرُ خير دليل على الباطن.. وعليه ينبغي تدارك الأمر وتفقد الحال ومحاسبة النفس، لنمارس سلوك الابتسامة ولتتحول إلى عادةٍ وعبادة، نكسبُ بها الأجر ونحوزُ بها ودَّ الآخرين.

لا تتردّد إذا أدركت أنّك في حاجةٍ إلى النظر في المرآة والابتسام مراراً، والتدرب عدّة أيام، على أنواع وأشكال الابتسامات وما يصاحبها من حركات اليدين، لتكون حياتك أكثر لباقة وذوقاً، وتحوّل لقاءاتك بالآخرين إلى مساحاتٍ للفرحة وإدخال السرور على القلوب.

سِهَامٌ سَامَةٌ



الذاكرة مثل الجسم في حاجةٍ إلى تدريباتٍ وحركاتٍ يوميةٍ..
وعادةً ما نُشعُّ رغباتَ الجسم في الحركةَ والمشي والجري لتحقيق
النشاط المطلوب وتنشيط الدورة الدموية، لنعود بعد فقرة الرياضة
اليومية، أو الأسبوعية على الأقل، أكثر حيويةً وأقدر على استقبال يومٍ
أو أسبوعٍ جديد.

نعم.. الذاكرةُ في حاجةٍ إلى تدريباتٍ وتمارينٍ لتحافظ على
شبابها وقدرتها على التّجاوب والعطاء والحفظ والاسترجاع..
وتدريباتها ليست صعبةً ولا تستغرقُ ذلك الوقت الطويل، وهي
متاحةٌ في مواقع الأترنت، أو من خلال الكتب التي تتحدّث عن العقلِ
والذكاء والذاكرة والحفظ.

لكن...

قبل التمارين التي يمكنُ تعلّمها وممارستها، هناك تمرينٌ بسيطٌ وفي متناول الجميع، وينبغي التركيز عليه والانتباه جيداً إلى خطورته وأهميته..
إنّه التخلّص من البرمجة الآتمة التي نمارسها في حقّ ذاكرتنا...!
هذه البرمجةُ الخاطئةُ للذات نلاحظُها من خلال تكرار الإيحاءات السلبية، سواء بالحديث الداخليّ النفسيّ أو مع الآخرين..
وهي ظاهرةٌ شائعةٌ بين الناس، ومنهم مثقّفون وحتى أهل علم وبحث أحياناً..

إنّها تلك الكلمات التي تنطقُ بلا وعيٍ عند البعض.. فعندما يسأله أحدهم عن فلان أو رقم هاتفه، أو يذكره بأمْرٍ أو موعد ما.. يردُّ: وأين الذاكرة...؟! إنني كثير النسيان...!! إنني لا أحفظ شيئاً...!
وهلمّ جراً..

إنّها سهامٌ سامّةٌ نوجهها نحو عقولنا دون وعي...!!
فرققاً بالعقول..

إِعْلَانُ حَرْبٍ عَلَى الْجُنُونِ



سَيِّدَةٌ عَادِيَةٌ اسْتَمَعَتْ إِلَيْهَا وَهِيَ تَتَحَدَّثُ عَنْ جَانِبٍ مِنْ تَرْبِيَّتِهَا
لِأَبْنَائِهَا، فَقَدْ رَزَقَهَا اللَّهُ عَدَدًا مِنَ الْأَوْلَادِ، وَسَهَّلَ لَهُمْ لَقْمَةَ الْعَيْشِ عِبْرَ
مَحَلِّ حَرْفِيٍّ يَدِيرُهُ رَبُّ الْأُسْرَةِ.

كَبُرَ الطِّفْلُ الْأَوَّلُ قَلِيلًا، وَعِنْدَمَا بَدَأَ يَتَلَسُّسُ طَرِيقَهُ نَحْوَ الرَّشْدِ،
شَعَرَ الْوَالِدُ أَنَّهُ فِي حَاجَةٍ إِلَى مَسَاعَدَتِهِ فِي حَرْفَتِهِ، وَمَا هِيَ إِلَّا سِنَوَاتٌ
قَلِيلَةٌ حَتَّى وَجَدَ الشَّبْلُ نَفْسَهُ بَعِيدًا عَنْ أَبْوَابِ الْمَوْسَّسَاتِ التَّعْلِيمِيَّةِ...!

جاء الدور على الولد التالي..

وراح يزوج بين الدراسة والمساعدة في أعمال المحل إلى أن لفظته
المدرسة الأكاديمية، ثم الذي يليه، ثم الذي يليه...!

سار الجميع على خطى أخيم الأكبر، وتشربوا باكرًا حبّ الدرهم
والدينار، وفضّلوهما على القلم والقرطاس.

وجاء الدور على ما قبل الأخير، وهو في أواخر سنوات المرحلة
الابتدائية، فعمدت الأم إلى تجنيبه مساعدة والده في المحلّ، وكلّها أملٌ
أن يخالف دربَ إخوانه ليواصل تعليمه.

تصرّف تلك السيدة هل يعني أن جميع الأولاد الذين يساعدون
آباءهم يزهدون لأحقًا في الدراسة...؟

لا طبعاً.. لكنّ الجميلَ فيما ذهبت إليه تلك الأمّ هو إدراكها
العمليّ لأحد معاني الجنون عند الصينيين، وهو أن يكرّر الشخصُ العملَ
نفسه ثمّ ينتظر نتائج مختلفة، وهكذا تحاولُ الآن عدم تكرار أخطاء
الماضي، لتحصلَ على نتيجة جديدة.

نحن فعلاً في حاجةٍ إلى إعلانِ حربٍ على هذا النوع من الجنون..
وعلى جميع المسؤوليات..

في التفاصيل .. رمزية هائلة



مدرّج في الجامعة جمعنا فيه يوم تحسيسي للطلاب، والصيف في بدايته ..

ثلاث مكيفات هواء كبيرة تحاول تبديد الحرارة المخزنة من شمس الأمس ..

جاء العمال المكلفون وعالجوا أمر المكيفات لأنها بدت دون فاعلية، وخرج هؤلاء دون الانتباه إلى نافذة مفتوحة يحتاج إغلاقها إلى سلم متوسط الطول، وهكذا ظل قسم من جهد المكيفات مهدورا...!
في آخر المدرّج تقبع خشبة بناء كبيرة وقديمة ومشققة تشوه المكان .. حاولت إيجاد مبرر لوجودها وفشلت، فقلت في نفسي: لعل عملاً مسرحياً شهده المدرّج بالأمس...؟

كان من المفترض أن تشكّل تلك المكيفات التي تُخرجُ الهواءَ الباردَ منظرًا مكتملاً، أو عاديًّا على الأقل، لكنّها شكّلت مشهدًا فوضويًّا، والسببُ هو تلك الأسلاك الكهربائية المستحدثة والمتدلّية...!

لأنّ السيّد المهندس، أو الشركة، الذي صمّمَ البناية لم يضع في حسابه تبريد المكان، ربّما لأنّه لا يفرّق بين سييريا بمحاذاة القطب المتجمّد الشماليّ والصحراء الكبرى...!

ويكتملُ مشهدُ الفوضى واللامبالاة بلوحةٍ كبيرةٍ عليها كتابات كثيرة غير منسّقة، ربّما كان بعضها منذ بداية العام الجامعيّ...!

هذه تفاصيلٌ.. فلماذا نرهقُ أنفسنا في تتبعها...؟؟

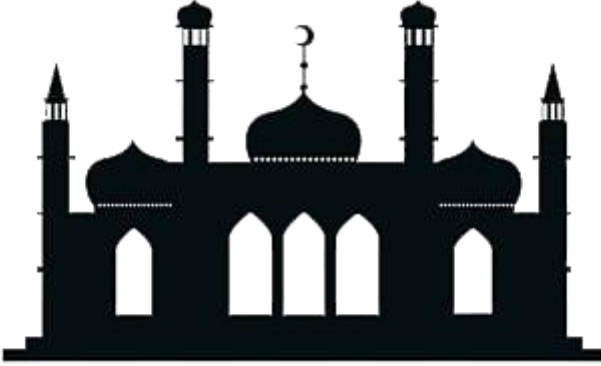
الحقيقة أنّ التفاصيلَ تدلُّ على ما وراءها من طرائق التفكير ومستويات الاهتمام والإتقان.. فيها رمزيّة هائلة.

وعندما نزرُ مدينةً، مثلاً، ونرى مظاهر الانسجام والنظام فيها، سندركُ دون عناء أنّ وراء هذا الأمر عقولاً منظمّة تملكُ القدرة على الإنجاز الحضاريّ الرّاقى.

المَحْوَرُ الثَّانِي

فِي الإِجَابِيَّةِ وَالتَّفَاوُلِ

التركيز السلي



عندما انتقلتُ إلى السّكن في حيّ جديد وصلتُ الجمعة لأوّل مرّة هناك، حيث المسجد المتواضع؛ تفاجأتُ بكثرة وفداحة الأخطاء اللّغويّة التي يقعُ فيها خطيبُ المسجد في الدّرس والخطبة على السّواء...! وأثرَ هذا الأمرُ عليّ وصار لي موقفٌ من الإمام دفعني إلى تجنّب التّكبير إلى صلاة الجمعة..

وإذا حضرتُ في البداية أركّزُ مباشرة على الأخطاء اللّغويّة وأستمعُ إلى الخطبة دون أيّ تفاعل مع كلام الإمام...!

وهكذا أعودُ إلى البيت لأقول لزوجتي بأنني لم أفهم شيئاً من الخطبة، وأنّ الإمام وقع في طاماتٍ لغويّةٍ من الوزن الثّقيل...!!

مرّة حدثت نفسي بالتبكير إلى الصّلاة، ودخلت المسجد وجلستُ في مكانٍ أرى منه الإمام بوضوح وهو يُلقي على الحاضرين درساً ما قبل الجمعة..

وهكذا سمعتُ الدرسَ ولاحظتُ أنّ الإمامَ يستعملُ طرقاً جيّدة في إفهام جمهور المصلّين، ويبسّطُ المواضيع للعوام، ويدخلُ في تفاصيل حياة النّاس ومشاكلهم اليوميّة، كما يستعملُ لغة الجسد والإشارة واليد بطريقة مقبولة، إلى جانب تنويع نبرات الصّوت، والوقفات التي يختارُ مواضعها بدقّة.

واستمرّ اهتمامي وإنصاتي للإمام في خطبة الجمعة أيضاً، وأثناء كلّ ذلك كنتُ أجاهد نفسي حتّى لا أركّز على اللّغة وأخطاء الرّجل.

ومن ذلك الحين صرتُ استفيدُ من خطب ودروس الجمعة بعد أن تركتُ التّركيز السّلبيّ، مع أنّي لم أترك قناعاتي بضرورة تخلص الخطباء والأئمّة والمحاضرين من الأخطاء اللّغوية، الكبيرة منها على الأقلّ، أمّا الطّيفة والطّارئة فلا يسلمُ منها إلاّ القليل.

رَسَائِلُ إِيْجَابِيَّة



كان الوضعُ ساكناً في قاعة الامتحان، فقد أكلتُ توزيعَ الأوراقِ على جميعِ الطلابِ، وانكبَّ كلُّ طالبٍ على أوراقه محاولاً الإجابة، فالمادّةُ تُصنّفُ على أنّها صعبة.

في هذا الهدوء الشديد انتابني قلقٌ مفاجئٌ لم أعرف له سبباً واضحاً...!

فبدأتُ البحثَ عن طريقة لطرده، والتناغم من جديد مع جوّ القاعة والطلاب.

قلتُ لنفسي: لمّا لا أبدأ في إرسال رسائل إيجابية ودعوات وأماني لكلِّ طالب من هؤلاء، خاصّة وهم على وشك التخرّج، فهم طلاب سنة رابعة ليسانس، والامتحان نهائيّ...؟

رحتُ أنظرُ إلى كلِّ طالبٍ عددًا من الثواني، وأتمنّى له من كلِّ قلبي النّجاحَ والعملَ والسّعادةَ في حياته، والتّلقّ في مجال عمله وفي خدمة مجتمعه وبلاده.

ومرّت عدّة دقائق.. ودون سابق إنذار شعرتُ بطاقةٍ عجيبة تسري في جسمي كلّهُ، وأحسستُ أنّ نفسي خفيفة جدًّا، وروحي وكأنّها تطيرُ في الفضاء.

لنجرب.. ولن نخسر شيئاً على الإطلاق..
جربوا المشيَ في مكانٍ عامٍّ مثلاً، وتوزيعَ النظرات اللطيفة على المارّة..

نظراتٌ وراءها أرواحٌ مرحةٌ ووجوهٌ بشوشة، ومعها إرسال أمنياتٍ ودعوات بانخير والسّعادة والتّوفيق والنّجاح للجميع.
وقبل النّوم أيضاً..

لنتعوّد على تفرّغ قلوبنا من كلّ أنواع الأدران والأحقاد والرّواسب، وسنلاحظُ البونَ الشّاسع..
ستبيتُ النّفسُ مطمئنّة، والقلبُ خالٍ إلاّ من الذّي فطره،
والجسمُ في أقصى حالات الرّاحة والاسترخاء.

رسائلُ ثمينة



داخل محلّ بيع ألعاب الأطفال تشاهدُ عددًا كبيراً من النماذج تملأ أرجاء المكان.. وأطفالنا على دراية تامّة بها بسبب السيل العرم من الفضائيات التي تبثُّ لنا ولأطفالنا كلَّ شيء من أيّ شيء، وحوّل أيّ شيء، دون أن يكون هناك شيء من الأشياء الكثيرة والجميلة التي يزخرُ بها تراثنا...!

قبل أن تشتري لعبةً ألحَّ ابنك عليها.. ماذا لو داعبتَ بائع الألعاب...؟

قل له مثلاً: هل هناك لعبة فلان أو علان...؟ وتذكرُ أمامه بطلاً وطنياً أو عربياً.. ثمَّ تشتري لعبةً ابنك المفضّلة وتغادر.

ويحدثُ أن تشتري شيئاً من دكان، أو تتناول طعاماً في مطعم لم تكن ترتأده من قبل، ويظلُّ في رقبته دينٌ بسيطٌ جداً..

صاحبُ المحلِّ أو المطعم قد تغاضى عن ذلك، ولكنك تُتذكَّرُ الموقفَ بعد أسبوعٍ وحتى بعد شهر، وتأتيك الفرصة المواتية لتزورَ ذلك المطعم أو الدكان، وتقابلَ الرجلَ بابتسامةٍ وديةٍ وتذكِّره بالأمر، وتدفعُ ذلك الدين البسيط، وتغادر.

وقد تحتاجُ إلى بيعِ سيارتك وتعليقِ إعلانٍ بذلك على الزجاج الخلفي.. وقد تعودَ الناسُ في بلادنا على الكتابة باللُّغة الفرنسية إلا القليل.. ماذا لو كتبتَ الإعلانَ بالعربية...؟

مواقفٌ بسيطةٌ لكنها حملت رسائلَ ثمينة.. في الأولى: ذكَّرتُ بالتراث والصمود في وجه العملة الثقافية المتوحشة، وفي الثانية: تركت رسالةً لصاحب الدكان أو المطعم أنَّ الدنيا ما زالت بخير، وفي الثالثة: أعلنتُ بقوة أنَّ العربية هي الأولى.

قَطِيعَةٌ ضُرُورِيَّةٌ



الإدمانُ على التفكيرِ السّوداويِّ مرضٌ عضالٌ يصيبُ الكثيرين، وعندما تقابلُ أحدَ هؤلاء المدمنين، وتستمعُ إليه تحسُّ أنه يجملُ على كتفيه أحمالاً ثقيلاً من المآسي والمصائب، تجتمعُ بين الأمسِ واليومِ والغد...!

فالماضي عبارةٌ عن مجموعةٍ مترابطةٍ من الهمومِ والعقدِ والخلافاتِ والحساسياتِ التي لم يضعْ لها حداً وظلّت ملازمةً له..
والحاضرُ هو تلك التّحدّياتِ والعقباتِ التي يراها مضاعفةً أضعافاً كثيرة..

والمستقبلُ هو ذلك المجهولُ الذي لا يعرفُ عنه شيئاً...؟
يعتقدُ الكثيرون، وللأسف الشديد، أنّ ذلك النّوعَ من التفكيرِ الشّدِيدِ السّلبِيَّةِ قدرٌ مقدورٌ لا مجال لتغييره، أو حتّى مجرد التّخفيفِ من حدّته وجبروته على العقلِ والقلبِ معا...!!

والسؤال الذي يطرح نفسه في هذا السياق: ما المانع الذي يحول بين أولئك وبين التفكير بشكل إيجابي، والتطلع إلى الأحسن دائماً حتى لو كان أحدهم في أوضاع مأساوية فعلاً...؟

الحل، هو اليقين بأن المستقبل بيد الله أولاً وأخيراً، فلماذا لا أتصوره على أحسن صورة وأجمل حلّة، ثم أبدأ تغييراً واقعياً وتغييراً حقيقيّاً لقدراتي ومواهي، حتى أحقق فعلاً صورة المستقبل المشرق.

أيها المتشائم: اكسب الوقت وقرّر من الآن، وأعلن القطيعة التامة مع الماضي السلبي، وافتح صفحة جديدة أساسها التفاؤل والتفكير الإيجابي، وستفاجأ بنفسك وقد امتلأت قوةً وجرأةً وشجاعةً على تخطي العقبات والصعاب..

وبعد فترة ستجد نفسك بين السائرين على طرقات التفاؤل والأمل، ومن ثمّ النجاح والسعادة.

رَاقِبْ أَفْكَارَكَ



تكونُ البدايةُ بسيطةً جداً، فهي مجردُ فكرةٍ عابرةٍ تمرُّ بالواحدِ منّا: رميُ ورقةٍ أو علبةٍ فارغةٍ في الشارعِ أو الطريقِ، أو حتّى في ساحةِ المنزلِ أو مكانِ العملِ..

وتتحوّلُ تلكُ الفكرةُ إلى فعلٍ عندما يُقدِّمُ الفردُ فعلاً على إلقاءِ شيءٍ في غيرِ مكانه، بدعوى أنّ الأمرَ هينٌ أو أنّه لم يجدِ سلّةَ نظافةٍ...! وتكرّرُ تلكُ الأفعالُ لتصبحَ عادةً في هذا الشخصِ أو ذاكِ، فلن يتحرّجَ من غيره، ونفسه، وهو يرمى قشوراً أو أوراقاً في مكانٍ ينبغي أن يظلَّ نظيفاً.

وتتوالى السّنواتُ لتتحوّلَ تلكُ العادةُ إلى طَبْعٍ متأصلٍ..

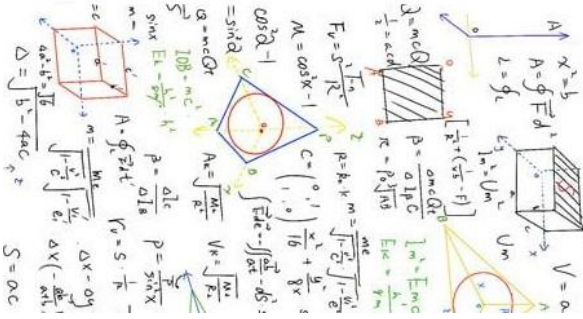
وهكذا نرى الشخص العريض الطويل الحسن الهندام يلوث المحيط بكل ما استطاع دون أدنى شعور بالذنب أو التفكير في عواقب ما يفعل، ومن هنا يحدد الشخص والمجتمع مصيره من خلال طباعه.. والمصير في هذه الحالة: محيط وسخ مشبع بالأوبئة والأمراض، ومناظر تنفر منها النفوس السوية.

حكمة مهمة ينبغي التواصي بها: راقب أفكارك لأنها ستصبح أفعالك، وراقب أفعالك لأنها ستصبح عاداتك، وراقب عاداتك لأنها ستصبح طباعك، وراقب طباعك لأنها ستصبح مصيرك.

إن جهود النظافة والتطهير التي تبذلها جهات مسؤولة مهمة للغاية، لكن الأهم والأساس هو الانطلاق في تصحيح اتجاهات التفكير:

انشغال إيجابي دائم بمسألة النظافة، سيؤدي إلى المحافظة على المحيط، ويتحول إلى عادة ثم طبع، والمصير هو مدن وقرى وأحياء نظيفة تسر الناظرين.

قناعات وقيود



دخل الطالب إلى المدرج واختار مكاناً في آخر الصفوف واستسلم للنوم...!

ودخل البروفيسور وراح يقدم درسه في مادة الرياضيات.. في نهاية المحاضرة استيقظ ذلك الطالب على أصوات زملائه وهم يغادرون..

نظر إلى السبورة، ونقل ما كان مكتوباً عليها: مسألان في الرياضيات

وعندما وصل إلى بيته بدأ يفكر في الحل...؟

المسألان كاتبا صعبتين، فاستعان بمكتبة الجامعة، واستعار المراجع اللازمة، وبعد أربعة أيام من الجهد المتواصل استطاع حلّ المسألة الأولى..

وفي محاضرة الرياضيات اللاحقة استغرب الطالب من أستاذه حين لم يسأل عن الواجب...؟

ذهب إليه وقال: يا دكتور لقد استغرقتُ في حلّ المسألة الأولى أربعة أيام، وبلغ حجم الحلّ أربع ورقات...!!

تعجب الأستاذ وقال: ولكني لم أكلفكم بأيّ واجب...!! والمسألان المقصودتان هما بعض أمثلة لمسائل رياضية عجز العلماء عن حلّها...!!

إنّها القناعة السلبية التي جعلت أساتذة وعلماء لا يفكرون في حلّ هذه المسائل الرياضية على اعتبار أنّها من المستحيلات.. ولو كان الطالب مستيقظاً أثناء شرح الأستاذ للدرس فلربما تشبّع هو أيضا بالقناعة السلبية، وما فكّر في حلّ المسألتين.

إنّ القناعات السلبية عن الحياة والنّاس والمستقبل وإمكانياتنا وطاقاتنا الشخصية تقيّد الكثير من تحرّكاتنا، وتضع بيننا وبين النّجاح والتّقدم والسّعادة جبلاً من الحواجز والعراقيل.

لنبدأ بالخطوة الأولى، ونستبدل القناعات السلبية بقناعات إيجابية عن أنفسنا والعالم من حولنا، وسنرى التغيير الحقيقي فينا وفي من حولنا.

كُلُّ إِنَاءٍ بِمَا فِيهِ يَرشَحُ



بعضُ النَّاسِ دَرَجُوا عَلَى السَّلْبِيَّةِ وَتَطَبَّعُوا بِهَا إِلَى أبعَدِ الحُدُودِ...!
وهكذا صارت تُهَيِّمُنُ عَلَى تفكيرهم وتصرفاتهم ومعاملاتهم مع
الآخرين، وحتى مع أقرب الناس إليهم..

وأكثر من ذلك: حتى مع النفس التي بين الجنبين...!

في كل مناسبة، وحتى دون مناسبة، تصدر عنهم تلك الألفاظ
السلبية القاسية، وذلك السيل من عبارات التشاؤم، والإصرار على هذا
النحو من التفكير السوداوي القاتل...!

كنتُ أقودُ سيارتي وأحاولُ الالتزامَ بجميع قوانين المرور حتى
البيسطة منها، رغم الفوضى التي يتفنن البعض في المحافظة عليها عبر
طرقنا...؟

ولأنَّ شخصًا كان يقطعُ الطَّرِيقَ فقد خَفَّفْتُ من سرعتي وأشرتُ له بيدي.. تفضّل، الطَّرِيقَ لك..

الأمرُ عاديٌّ جدًّا، وليس ضربًا من ضروب التّضحيةِ بالوقت، أو الكرم الزائد..

لكن... إلى هنا لم يستطع رفيقي المتشائم المتذمّر، الذي كان إلى جانبي في السيارة، تملك نفسه...

فقال بعصبية: أنت آثرته على نفسك.. فهل تتوقّع أن يُؤثرَ مرّةً أخرى إذا تصادفَ أن يكون هو السائقُ وأنت الراجل في هذا الطَّرِيق...؟

العبارةُ مستفزة.. لكنني حافظتُ على هدوئي وذكرتُ له المثلَ المشهور: "كلُّ إناءٍ بما فيه يَرشَحُ"..

وأردفتُ بالقول: المطلوبُ منّا هو الإيجابيةُ وإيثار الآخرين دون انتظار ردّ الجميل على الإطلاق.. علينا أن نتصرّف وفق ما تؤمنُ به من قيمٍ وحكمٍ وأخلاقٍ وآدابٍ وقوانين، ولا نتنظرُ حتّى يعملَ بها الآخرون، أو يتعهدوا لنا بتصرّفٍ مماثل.

الفَرَاغُ وَالشَّقَاءُ



الإحباط والملل والتشاؤم ثلاثيٌّ خطيرٌ يشتكي منه الكثيرُ من الشباب...؟

وإذا سألتَ أحدهم عن سبب ذلك سرَدَ قائمةً طويلةً من المشاكل تبدأ من البيت والأسرة، ولا تنتهي عند المجتمع وفئاته والدولة ومؤسساتها.

والمشاكل والعقبات والمطبات حقائقٌ واقعيةٌ ندركها جميعاً.. وهي جزء من حياتنا شيئاً أم أبنياً، وهي متعددة الأشكال والألوان، كما أنّها تختلفُ من مجتمع إلى آخر، حتى لا نظنُّ أنّ الدول التي تعيش رفاهيةً في العيش لا تعرفها.

وعند التّقصّي تجدُ أنّ أصلَ المشكلة يكمنُ في الفراغ والبطالة التي يعاني منها الكثيرُ من الشباب..

ولا أقصدُ البطالةَ المتداولةَ فهي في بعض الأحيان إفرازٌ لظروفٍ فوق طاقة الشباب فعلاً..

لكنَّ المقصودَ ذلك الفراغ الذي يفرضه الشابُّ على نفسه عبر إدمان السلبية في التعامل مع النفس والأسرة والمجتمع، والإجماع عن المشاركة الإيجابية والانخراط في حركة الحياة.

فإلى كلِّ شابٍّ يشعرُ بالإحباط:

إنَّ العلاجَ بسيطٌ للغاية ويدورُ حول التفاعلِ مع أسرتك والمجتمع.. وتقديم الخدمات والمساعدة للآخرين..

شارك في حملات تطوعية وأعمال خيرية عامة، فقد وُصف العملُ لمدة أسبوعين في خدمة الآخرين كعلاجٍ لحالات الاكتئاب... وغير ذلك.

يقول الكاتب والمفكر البريطاني الشهير جورج برناردشو: إنَّ سرَّ الإحساسِ بالشقاء هو أن يكونَ عندك وقت فراغٍ تتساءلُ فيه عما إذا كنتَ سعيداً أم لا".

أنا جديرٌ بالنجاح والفوز

Success



أغلبُ الفاشلين الذين لم يحققوا في حياتهم أيَّ نجاحات أو إنجازات تُذكر تجدهم مدمنين على سماع الصوت العاجز أو الحديث الداخليّ السلبيّ الذي تكثُر فيه عبارات:

لا أستطيع، لا أقدر، لستُ أهلاً لذلك، أنا أقلُّ شأنًا من الآخرين، ليس عندي قدرات كافية...!

تلك العبارات هي العدو الأول للنجاح، وهي أشبه بالمرساة التي تربط المرء إلى الحالة التي هو فيها، وتحبسه هناك دون حركة، ويظل كذلك حتّى يتمكّن من صمّ أذنيه عن ذلك الصوت العاجز.

هناك أحاديث داخلية أخرى تحملُ قدرًا من الإيجابية لكنها مشروطةٌ مثل:

أستطيعُ لكن أخاف، ويمكن أن أحققُ النَّجَاحَ لو أُنِحَّت لي فرصة، وعندِي إمكانياتٌ إذا فَسَّحَ الآخرون لي الطَّرِيقَ.. وهكذا دواليك..

والَّذي يَستَمِعُ إلى مثل هذه العبارات مع بداياتها الإيجابية لن يَختَلِفُ كثيراً عن ذلك الذي يَستَمِعُ إلى الصَّوت العاجز، لكنَّه قد يَنتَظِرُ إذا وَجَدَ من يأخُذُ بيده ويبددُ مخاوفه، لكنَّ الانطلاقَ الحَقِيقِيَّ والنَّجَاحَ الباهرَ في حاجَةٍ أكيدةٍ إلى قطع كلِّ صلَّةٍ بتلك الأصوات السَّلبِيَّةِ والاسْتِماعَ فقط إلى الحديثِ الدَّاخِليِّ الإيجابيِّ وتميِّته باستمرار.

لا يكفي أن تقولَ لِنَفْسِكَ، أو تَستَمِعَ لِنَفْسِكَ وهي تَحدِّثُكَ بأنَّكَ تَستَطيعُ النَّجَاحَ أو يَمكنُ أن تَنتَجِحَ، فتلك درجة عادية جداً..

فالامتيازُ والتَّفوقُ المَطلقُ أن تقولَ لِنَفْسِكَ دائماً:

أنا جديرٌ بالنَّجَاحِ والفوزِ والتَّميُّزِ..

وعندي من الإمكانيات ونقاط القوَّة ما يجعلني أحققُ ذلك وأستمرُّ عليه.

نخُّ الفراغ



قال لي الأستاذ المحترم، وهو يتحدّث عن فترة تكوينٍ يقضيها بعيدا عن محلّ عمله:

هل سمعتَ بخبر كذا وكذا، وهل سمعتَ بمقتل ذلك الطّفل...؟
ثم راح يسردُ بعضَ أخبار الإثارة الغريبة، التي نعلمُ، نحن معاشِرِ الصّحفيّين، كيف يتمُّ طبخُها وتضخيمُها وتزيينُها بأنواع البهّار لتخرجَ من المطبخ الصّحفيّ لذيذةً شهيةً...!

لم أعلّق على ما قالَ لأنّني شردتُ بذهني نحو تلك الأخبار المقرّزة التي تدمنُ عليها بعض صحفنا اليومية..

قال محدّثي: يبدو أنّك لا تتابع الصّحف هذه الأيام.. ثمّ أردف:
نحنُ نقرأ الصّحفَ باستمرارٍ في مرحلة التّكوين لأننا نعانى الفراغ..

استفزّنتني كلمةُ (الفراغ) وأفرغتُ كلامَ الرجلِ (الطيب) من أيّ مضمونٍ نافعٍ بالنسبة لي..

وأسعفني آذانُ العصر فتوجّهتُ إلى الصّلاة دون الحاجة إلى الدّخول في أيّ نوعٍ من الجدال..

وفي الطّريق رحّتُ أفكركُ في هذا الفراغ المزعوم لأستاذٍ تنفقُ عليه خزينةُ الدّولة أموالاً طائلةً ليتفرّغَ أسابيعٍ طويلة، أو أشهراً عديدة، للتّكوين والعلم والقراءة والاستزادة من كلّ نافعٍ يشدُّ من أزره في أدائه لوظيفته وخدمة بلده وأمّته.

إنّ كلمةَ الفراغ، وأيّ مرادفات لها، (عيب) في حقّ كلّ راغبٍ في سلوك طريقِ الجدّيّة والإيجابيّة وخدمة البلاد والعباد..

إنّ الإحساسَ بالفراغ لا يقتربُ إلّا من الكسالى والسّليبيّن والغافلين.

الْمَنْظَارُ الْمَكْبَرُ



سأحهم الله..

أقصدُ أولئك المرضى الذين أدمنوا النظر إلى الخير بمنظارٍ مصغرٍ،
وهكذا هي حياتهم:

إذا سمع أحدهم خبرَ خيرٍ في دنيا الناس وأعمالهم راحَ يتفننُ في
التقليل من شأنه، بل ويتعمدُ إهماله عند الحديث وضرب الأمثلة، وإذا
أورده متحدثٌ قلَّ من شأنه.. والهدف من كل ذلك مواصلة
(مناحة) التشاؤم والتدليل على نظرتة السوداوية وأنَّ (على الدنيا
السلام)..

وهذا المريض نفسه يتصرفُ مع أخبارِ الشرِّ عكس ما سبق
تماماً؛ فإذا بلغه نبأٌ سوءٍ، مهما كان هذا النبأُ صغيراً ومحدوداً ومحصوراً

وشاذاً؛ راحَ يبتدعُ الأساليبَ لإيصاله وإشاعته ونشره بين الناس، بعد عمليات التضخيم والتهويل...!

جاء في الحديث النبوي: "من قال هلكَ الناس فهو أهلكهم"، وجمهورُ العلماءِ على أن (أهلكهم) بضم الكاف، ومعنى ذلك كما جاء عند البعض: فهو أفلسهم وأدناهم.

إن الفهمَ الصحيحَ للدِّينِ والدُّنيا على حدٍّ سواءٍ يدعونا إلى إبرازِ أمثلةٍ وأخبارِ الخيرِ ودعوةِ الآخرين إلى تمثّلها.. ومن خلال ذلك يشيعُ التفاؤلُ بين الناس، وتنتشرُ الفضائلُ وتَسودُ من جديد..

على دعاةِ التّشاؤم أن يدركوا تمامَ الإدراك أن اليأسَ والقنوطَ يفتحان أبوابَ الشرورِ على مصراعَيْها، ويغلقان أبوابَ الخيراتِ.. وعليهم أن يدركوا أيضاً أن المعدنَ البشريَّ يحملُ الخيرَ دائماً مهما كان حجمُ الشرِّ الذي يبدو عليه؛ وعلينا فقط أن نبادرَ إلى البحثِ عن جوانبِ الخيرِ ونتميتها حتّى تتغلّبَ على جوانبِ الشرِّ.. نحتاجُ دائماً إلى منظرٍ مكبرّ.

ترتيب مثير



قسم بإدارةٍ عموميةٍ قبل نهاية الدوام بنصف ساعة فقط...
دخلتُ لإنهاء معاملةٍ تحتاجُ بعض الوقت، والمراجعة والكتابة على
جهاز الكمبيوتر..

استقبلني مسؤولُ الفريق ببشاشةٍ وودٍّ كأنه يعرفني منذ زمان،
وانغمسَ في قراءة ما سلّمتُ له من وثائق، ثمَّ انتقلَ إلى المكتبِ المجاورِ
حيثُ بقيتُ زملائه.. وانهمكوا جميعاً في الكتابة والمراجعة والتسجيل،
حتى سلّوني المعاملةَ كاملةً مصحوبةً بكلماتٍ طيبةٍ وابتسامات.

مشهدٌ أكثر من رائع، وسلوكٌ راقٍ إلى درجةٍ عاليةٍ جداً.. وفي
إدارةٍ عموميةٍ في زمن، أو مرحلةٍ مترهلةٍ سياسياً واجتماعياً..

سألتهم قبل المغادرةٍ عن سرِّ هذا النشاط في نهاية الدوام، وما
هو إحساسهم...؟

قالوا إنهم يشعرون براحة الضمير لأنهم يخدمون الوطن..

سألت: كيف لو جاءكم شيخ كبير وكثير الأسئلة..

قالوا: نصبر عليه حتى نفهمه ونقنعه..

أبدت إعجابي بالفريق وغادرت.. وإذا بزميل لهم، ليس منهم، يكشف لي في حديث لاحق أمراً آخر...؟

قال إنهم يعملون بعقود ما قبل التشغيل، أي بصفة مؤقتة ومحدودة الحقوق والمزايا.. لكنهم يؤدون عملهم بهذا القدر من الإلتقان والجدية..

إنها قيم الإحساس بأهمية العمل والوطن والمواطن وقيم الابتسام والالتقان.. ولا بأس أن تأتي بعد ذلك قيم المال والوظيفة والترقية وغيرها..

إنه ترتيب مثير جداً لسلم القيم.. فما أحوجنا إليه..

إنها القيم الإيجابية عندما تتحول إلى سلوك عملي نلاحظه في حياتنا اليومية، وينعكس على علاقاتنا ومعاملاتنا وأعمالنا..

احترامٌ فوق احترام



عَرَفْتُهُ شَابًّا مَكَاحًا يَسْعَى دَائِمًا لِتَحْقِيقِ النَّجَاحِ تَلُو النَّجَاحِ فِي
دِرَاسَتِهِ وَعَمَلِهِ، وَنَشَاطَاتِهِ وَإِبْدَاعَاتِهِ وَعَلَاقَاتِهِ..

كَانَ ذَلِكَ الشَّابُّ سَعِيدًا وَمُبْتَسِمًا عَلَى الدَّوَامِ، وَلَمْ أَقَابِلْهُ قَطُّ يَأْسًا
أَوْ مِتَشَائِمًا، وَكُنْتُ أَعْتَقِدُ أَنَّ مَرَاحِلَ حَيَاتِهِ مَرَّتْ عَادِيَةً، وَلَيْسَ فِيهَا
مِنَ الذِّكْرِيَّاتِ مَا يَنْغُصُ عَلَيْهِ أَيَّامَهُ وَلِيَالِيهِ، كَمَا يَحْدُثُ مَعَ الْبَعْضِ...
حَتَّى سَمِعْتُ الْخَبَرَ..؟

الْخَبْرُ لَمْ يَكُنْ عَفْوِيًّا فَقَدْ حَمَلَهُ إِلَيَّ شَخْصٌ مَغْرُضٌ، مَرِيضُ
النَّفْسِ، وَكَانَ يَظُنُّ أَنَّهُ سَيَضْرِبُ ذَلِكَ الشَّابَّ فِي مَقْتَلٍ وَيُدْفِعُنِي إِلَى
تَغْيِيرِ نَظْرَتِي إِلَيْهِ، وَالْحَدَّ مِنْ احْتِرَامِي الشَّدِيدِ لَهُ..

قَالَ لِي: إِنَّ عَائِلَةَ فُلَانٍ مَرَّتْ بِمَشْكَلَةٍ كَذَا وَكَذَا قَبْلَ سِنَوَاتٍ،
وَأَهْلُ حَيِّهِ يَعْرِفُونَ هَذَا.. وَيَقْصِدُ مَحْنَةً لَهَا عِلَاقَةٌ بِالْأَخْلَاقِ الْعَامَّةِ..

راجعتُ عدد السّنوات التي ذكرها الراوي المغرض، فأدركتُ أنّ ذلك الشابّ مرّ بأهمّ مراحل دراسته الثانوية والجامعيّة، وهو يحمل آثار تلك المشكلة..

قلتُ في نفسي ردّاً على ذلك الراوي: سأحترمه فوق الاحترام الأوّل، لأنّي أدركتُ أنّه شخصٌ مميّزٌ فعلاً، فقد عرفَ كيف يتجاوزُ المحنَ ويفرّقُ بين أمرين:

ما هو متاح بين يديه، وما هو خارج طاقته وإمكاناته..

لقد وقعت الأسرةُ في مصيبةٍ أو فضيحةٍ، فهل يُعقلُ أن يتحمّلها هو طول الزمن، ويدمرَ حياته ودراسته، ويركَنَ إلى اليأس والقنوط...؟

ما أحوجنا إلى مساعدة الآخرين في هذا الاتجاه.. عبر إفهامهم أنّ ما فاتَ مات، ومن المهمّ جدّاً أن نخوّلَهُ إلى خبراتٍ وتجاربٍ مفيدة..

أمّا كلام النَّاس، والقيل والقال، فلسنا ملزمين به إلى أبد الآبدين..

ضَعْ نَفْسَكَ فِي مَكَانِ الْآخَرِينَ



قصد الموظف المتقاعد حديثاً إدارة المعاشات لمراجعة مستحقاته، بعد أن لاحظَ بعض الفروق الماليّة بينه وبين زملائه الذين تقاعدوا معه..

قابل موظفًا في الإدارة المعنية وشرح له ملابسات ملفه، وعبر له عن إحساسه بأنَّ حقّه مهضوم..

استمع الموظف بتأفّف ولم يردّ عليه بما يشفي الغليل، فعاد الرجلُ أدراجَه إلى بيته، وفي نيّته العودة مرّة أخرى لعلّ مزاجَ صاحبنا يتحسّن، فيصغي بما فيه الكفاية..

عادَ السَّيِّدُ المتقاعدُ إلى الإدارة بعد أيام، وقابلَ الموظفَ ذاته، فإذا بهذا الأخير يصرخُ ويغضبُ ويستنكرُ ما يسميه تعباً إضافياً يسببه أمثالُ هذا المتقاعد...!

خرجَ المتقاعدُ غاضباً وعازماً على عدم العودة، وقبل أن يصلَ البابَ الخارجيَّ للبنية قابلهُ موظفٌ جادٌ وطيبٌ فأعادَه إلى الدَّاخلِ، وطلبَ من زميلٍ له الاستماعَ إليه ومساعدته في الحصول على حقِّه، إن كان هناك خطأً ما في ملفِّه.. فإذا حدث بعد ذلك...؟

تلك الزيارةُ وزيارةُ أخرى فقط، ومع اجتهاد الموظف الطَّيِّبِ وإصراره على تتبُّع الملفِّ، حصلَ المتعاقد على مبلغ ثمانية ملايين سنتيم كان قد فقدَها في مستحقَّاته، وزادَ راتبُه التقاعديَّ بمبلغ معتبر.

كان المتقاعدُ في حاجة ماسَّة إلى ذلك المبلغ وتلك الزيادة.. فلماذا لم يجتهد الموظفُ الأوَّلُ في خدمته..

إنَّه داء فقدانِ قيمةِ العملِ والعطاءِ وخدمة الآخرين..

وجزءٌ من العلاج أن نضعَ أنفسنا في مكان الآخرين.. لتتخيَّلَ أننا هناك.. فكيف سنشعُرُ يا ترى؟؟

سِياقةُ المتعةِ



الطَّرِيقُ ضَيِّقٌ إِلَى حَدِّ مَا، وَمَعَ ذَلِكَ كَانَ فِي وَسْعِ سَائِقِ سِيَّارَةِ
الْأَجْرَةِ الَّتِي أَمَامِي أَنْ يَتَجَنَّبَ الْوُقُوفَ فِي وَسْطِ الطَّرِيقِ لِإِنْزَالِ الرَّكَّابِ
الَّذِي مَعَهُ..

صَبَرْتُ عَلَيْهِ، ثُمَّ صَبَرْتُ أَكْثَرَ لَمَّا لَاحِظْتُ أَنَّ الرَّكَّابَ عَجُوزٌ مُسِنَّةٌ
تَنْزِلُ بِيْطَاءٍ وَحَذَرٌ مِنَ السِّيَّارَةِ.

تَمَّتِ الْعَمَلِيَّةُ بِسَلَامٍ وَانْطَلَقَ السَّائِقُ دُونَ أَنْ يَصِلَهُ مِنِّي احْتِجَاجٌ
عَبْرَ الْمِزْمَارِ أَوْ إِشَارَةَ الْيَدِ، وَلَكِنَّهُ سَارَ عَشْرَةَ أَمْتَارٍ تَقْرِيْبًا ثُمَّ بَدَأَ يَدُورُ
فِي مَكَانِهِ لِيَعُودَ أَدْرَاجَهُ، وَكَانَ فِي إِمْكَانِهِ مَوَاصِلَةَ السَّيْرِ لِمَسَافَةِ أُخْرَى
لَيْسَتْ طَوِيلَةً، ثُمَّ يَدُورُ بَيْسَرٌ وَسَهُولَةٌ دُونَ أَنْ يَقْطَعَ الطَّرِيقَ وَيَعْطَلَنِي
مَعَهُ.

صبرتُ عليه هذه المرة أيضا وعذرتَه، ودارَ السَّائقُ وتقابلنا وجهاً لوجه، وأنا في انتظارِ ابتسامةٍ منه أو إشارةٍ سلامٍ من يده تقومُ مقامَ الاعتذارِ، لكنَّ المسكينَ ظلَّ صامتاً عن أيِّ نوعٍ من الكلامِ سواءً بلغةِ العبارةِ أو الإشارةِ، وهنا نفذَ صبري فأوقفتَه وقلتُ له: عطَّلتني أكثرَ من مرَّةٍ دون سببٍ مقنعٍ، فقل: آسف، أو شكراً أو أيِّ كلمةٍ..

والحقيقة أنَّ الرَّجُلَ استحي من نفسه وقال: سامحني..

علينا أن ندركَ أنَّ مثل هذه التَّصرفات ليست عاديةً، لأنَّ العاديَّ أن تسودَ بيننا ذوقياتٌ عاليةٌ ومجاملاتٌ وابتساماتٌ تزيّنُ لنا أيَّامنا وطرقاتنا، وترطبُّ من علاقاتنا وتصنعُ من مدننا حدائقٍ من الانسجامِ والتَّعاونِ والسَّعادةِ.

عندما ندركُ أهميةَ بناءِ ثقافةِ التَّعاونِ والتَّراحمِ في الطَّريقِ عبرِ محاربةِ الأنانيةِ والغفلةِ واللامبالاةِ.. سوف نصلُ إلى سياقةِ الذَّوقِ والمتعةِ.

الشعور بالمسؤولية..



تغيّر الزّمان وتبدّل النّاس وتشتبّت الحياة، وبالتالي ولّت الأيام
الجميلة...!

هكذا يحلو الحديث للبعض..

وهو أمرٌ يمكن التّغاضي عنه لو كان مجردَ مقارناتٍ بين الماضي
والحاضر، أو حنينٍ إلى الأيام الخوالي وما تحمله من صفاءٍ ونقاءٍ ربّما
عاشه الجارُّ في زمنٍ غير زماننا..

لكنّ المشكلةَ عندما يتحوّل هذا النّوع من التّفكير إلى شقاءٍ
وتعاسةٍ واعتزالٍ للحياة، أو للإيجابية بمعنى أصحّ.

إنّ الحياة رسالةٌ مستمرة، والانسان الرّسالي لا يعرف الشّقاء
النّفسيّ لأنّه يعيشُ في سياقٍ متسلسلٍ من العمل لفكرته وما يحقق
رسالته، وهكذا يجدُ وقته مشحوناً بالجديد والمفيد والنّافع دائماً.

إن الذين يتحدثون عن الفراغ والتعاسة وهمون، لأن الواجبات والمشاكل، إن قاموا بها، لن تترك لهم مجالاً للتفكير في وهم التعاسة..

كلُّ واحدٍ منا مسؤول عن نفسه وترقيتها وتكوينها وتحسين مستواها، حتى يتحوّل إلى شخصٍ مؤهّلٍ لأداء دورٍ فاعلٍ وإيجابيٍّ في المجتمع.. وعليه أن يدرك أنه مسؤولٌ عن كلِّ شيءٍ في هذا العالم، بقدر طاقته وما يستطيعُ تقديمه.

عندما يدركُ كلُّ واحدٍ منا أنه مسؤولٌ عن ذلك المحيط المهمل، وتلك الأخلاق والأذواق المتدنية في المجتمع، وذلك الخليط من الفوضى المرورية في الطرقات؛ سوف ينطلقُ بعدها نحو العمل ضمن أولوياته وطاقاته وقدراته، وسوف يشعرُ بالسعادة والرضا عن نفسه، لأنه يساهمُ في الارتقاء بالمجتمع إلى الأعلى.

عندما أدركُ هذه المسؤولية.. هل أجدُ وقتاً للشعور بالفراغ.. ومن ثمّ الملل والإحباط والشقاء...؟؟

المَحْوَرُ الثَّالِثُ

فِي الْعِلَاقَةِ مَعَ الْآخَرِينَ

وَالْتَوَاصُلِ الْفَعَّالِ

أَخْطَرُ مِنْ مَجْرَدِ غَضَبِ عَابِرٍ



بنتٌ صغيرةٌ لم تتجاوز مرحلةَ التَّعليمِ الابتدائيِّ.. يبدو عليها سيماءُ الحياءِ والأدبِ..

دخلت البنتُ أحدَ دكاكينِ حيناءِ، واشترت ثلاثَ قاروراتِ مشروباتٍ، ووضعتها في كيسٍ بلاستيكيٍّ وهمت بالخروج، فإذا بالكيسِ يعجزُ كعادته عن تحمُّلِ الوزنِ الزائدِ، فسقطت إحدى القاروراتِ على الأرضِ وتداركت البنتُ البقيَّةَ.

غضبَ صاحبُ الدكانِ للمشروبِ البرتقاليِّ قد سالَ على الأرضيَّةِ، ومغربُ رمضانٍ قد اقترب والزبائنُ ينتظرون..

فصاحَ في وجهِ البنتِ: أحضري كرتوناً من الخارجِ، فخرجت البنتُ الطيِّبةُ وفعلت ما طُلبَ منها، ومع انشغالِ الحانوتيِّ بزبائه اجتهدتُ وفتحتِ الكرتونَ ووضعتَه على المشروبِ المُسالِ، ظناً منها أنَّ المطلوبَ هو تجفيفُ المكانِ.

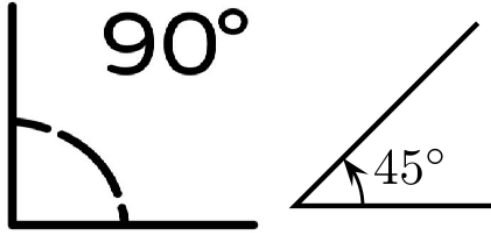
لمَح صاحبنا الموقفَ فصاحَ من جديد أن احضري كرتوناَ آخر،
ولما أحضرتَه خَطَفَهُ من يديها ووضع فيه الزجاجةَ المنكسرةَ ورماه في
صندوق القمامة، وشيَّعَ البنتَ الصَّغيرةَ بنظرةٍ غاضبةٍ.

صبرتُ حتى خرجَ الجميعُ وطلبتُ ما جئتُ من أجله، وأنا أدفعُ
المبلغَ المستحقَّ عليَّ قلتُ للخاتونيَّ بهدوءٍ:

ما دَخَلَ الرَّفقُ في شيءٍ إلاَّ زانَه وما نزعَ من شيءٍ إلاَّ شانَه..
إنَّكَ في رمضانَ ومشغولٌ جدًّا، لكن دعني أخبرك أنَّ تصرَّفَكَ كان
أكبرَ من الموقفِ بكثيرٍ، وغضبك على البنتِ أمامَ النَّاسِ قد يسبِّبُ لها
فقدانَ الثَّقةِ طوالَ حياتها...!

إنَّ الأمرَ أخطرُ من مجردِ غضبِ نظنَّه عابراً وننفسُ به عمَّا
بداخلنا، إنَّه مستقبلُ جيلٍ كاملٍ ينشأ على إيقاعِ الهزاتِ النَّفسيةِ
المتتاليةِ في البيتِ والدَّكانِ والشَّارعِ.. وحتىَّ المدرسةِ أحياناً..

الزَاوِيَةُ وَالزَاوِيَةُ الْآخَرَى



قاعةُ الأساتذةِ في الكليةِ إلى جانبِ تواضعها كانت ضيقاً إلى حدٍّ كبيرٍ، ومع ذلك يحدثُ أن يتجمعَ فيها عددٌ معتبرٌ من الأساتذةِ، وبعضهم بصحبةِ طالبٍ دراساتٍ علياً ليقراً عليه صفحات من رسالته العلمية..

دخلتُ القاعةَ مرةً وبدأتُ القراءةَ في كتابٍ تمهيداً لتحضيرِ مادةٍ علميةٍ لطلابي، واندجمتُ مع مادةِ الكتابِ والأفكارِ التي تداعتُ معها، وحدثتُ نفسي بسهولةِ الانتهاءِ ممَّا حضرتُ من أجله، وفي أقلِّ من ساعة..

فجأةً بدأ الجوُّ العامُّ في القاعةِ الصغيرةِ في التغيُّر.. فبعد أن كان هناكُ أستاذٌ واحدٌ يستمعُ إلى طالبةٍ تقرأ ما أنجزته من بحثها بصوتٍ

منخفضٍ نسبياً؛ دخلتُ أستاذةً بصحبةِ طالبتها التي تشرفُّ عليها في رسالتها لنيل الماجستير.

استفتحت الأستاذة، وهي فاضلةٌ لا شكَّ في ذلك، الحديثَ بنقاشٍ مسموعٍ جداً مع طالبتها، وراحتُ تستعرضُ معها مواقفَ سياسيةً ودينيةً وآراءً مختلفةً.. ولم تكن المسافةُ الفاصلةُ بيننا أكثرَ من مترين.. ولم تكتفِ الأستاذةُ بذلك بل دخلتُ أكثرَ من مرّةٍ في حوارٍ أو نقاشٍ يستمرُّ لعدّةِ دقائق مع أحدِ الأساتذة، وكان "الطينُ يزدادُ بلّةً" عندما تدخلُ إحدى زميلاتِ الأستاذة، فيتبادلان سلسلةً طويلةً من ألوانِ التّحياتِ والمجاملاتِ، والسؤال عن الأحوال والأهل بصوتٍ مسموعٍ للجميع طبعاً، ومزعجٍ أحياناً.

المشكلةُ في مثل هذه المواقف أنّ كثيراً من الأشخاص تعودوا أن ينظروا إلى ما حولهم من وجهة نظرهم فقط..

والحلُّ هو أن يعودَ الشّخصُ نفسه على النّظرِ عبْرَ الزاوية الأخرى.

خَلَّ فِي الْإِتِّصَالِ



دخل الأستاذُ إلى قاعةِ الامتحانِ وشرعَ مباشرةً في قراءةِ الأسئلةِ على طلابه، ليردَّ بعد ذلك عن أيِّ استفساراتٍ تصدر عنهم، لكنَّ المفاجأةَ كانت حين رفعَ كثيرٌ منهم أصواتهم منددين بأكثر من سؤالٍ.. والعلَّةُ أنَّهم لم يدرسوا حوله شيئاً في خلال العام، ولم يسمعوا أنَّ الأستاذَ تحدَّثَ عنه خلال المحاضرة...!

دخلَ الأستاذُ معهم في جدالٍ وكان سلاحه القويَّ في وجوه المعترضين أنَّهم "مدمنون" على الغياب عن المحاضرات، وبالتالي فاتهم الانتباهُ لهذه الأسئلةِ ومذاكرتها قبل الامتحان.

أصرَّ الأستاذُ على موقفه وزادَ على ذلك بأن أقسمَ أكثر من مرَّةٍ على أنه شرحَ المواضيعَ محلَّ الخلافِ في المحاضرة..

وكان ردُّ أكثر من طالب وطالبة بنفس الأسلوب، وهو القسَمُ بأنهم حضروا ولكنَّ الأستاذَ لم يتطرَّق لهذه المواضيع والمسائل...!
خرج الأستاذُ بعد أن هدأَ الجدلُ وعادَ الطَّلابُ إلى أوراقهم يحاولون الإجابة، وكان دوري مقصوداً على مراقبة الامتحان، لكنني لم أتمكن من السكوت عن هذا الموقف غير السويّ.
قلتُ للطلاب:

سوف لا أدلي بدلوي في المسألة، ولن أتحدّث عن صاحب الحق، وهل هو أنتم أم الأستاذ...؟
لكنّ الذي أستطيع التأكيد عليه، وبقوة، أنّ العلاقة وطريقة الاتصال والحوار بين الأستاذ وطلابه لا ينبغي أن تنزل إلى هذا المستوى من النقاش والجدال..

ولا بدّ أن تلاحظوا بأنّ هناك خلافاً في موازين الاتصال بينكم وبين أستاذكم.

سَاحِحٌ وَحَافِظٌ عَلَى طَاقَتِكَ



كنتُ أستمعُ إليه في كلِّ مكانٍ بالقرية وهو يحدثُ الكبارَ والصغارَ
عن أخيه الذي ظلمه عند تقسيم تركة والدهما..

وعرفتُ لاحقاً أنَّ تلك التركة مجرد عدد محدود من النخيل لا
يتجاوزُ أصابع اليد الواحدة.. لكنَّ الرجلَ حافظٌ على نعمة التشكي وأصرَّ
على عدم مسامحة أخيه بأيِّ حال من الأحوال، ومع تعاقب الشهور
والسنين خفَّ عقله تدريجياً، إلى أن صار يُعرف بمجنون القرية...!

الأمرُ لم يكن يستحقُّ التضحية بالعقل والحياة، ولو كان مثل
مال قارون، ولو أنَّ الرجلَ ساحِحٌ أخاه منذ الأيام أو الشهور الأولى، ثمَّ
انطلقَ في سبيل الحياة الواسعة لصار يملكُ أضعاف تلك التركة البسيطة.

الكثيرُ من النَّاسِ يصبِحون ويمسّون على الشّكاوى، واجترار
الخلافات والخصومات الماضية.. وتمرُّ السّنون وتكبر تلك "المادّة المجترّة"
لتتحوّل إلى أمراضٍ جسديّةٍ فضلاً عن النّفسية.

إنّ العاقلَ الحكيمَ هو الذي ينامُ هادئاً البال نظيفَ القلب،
ويضعُ رأسه على الوسادة وقد سَاحَ الجميع، و"فرغَ كُوبه" من كلِّ
الشّوائب التي لحقت به طوال اليوم..

تمرينٌ سهلٌ لا يستغرقُ سوى دقائق معدودة:

تجلّس في مكانٍ هادئٍ وتغمضُ عينيك، وتستعرضُ شريطَ
حياتك لتسامحَ كلَّ من ظلمك أو أساء إليك، وتتخلّصَ من كلِّ الأحمال
والأوزان التي تُنوءُ بها..

سَاحِ بِصِدْقٍ وستشعرُ أنّك خفيفٌ جداً، وكأنّك تطيرُ في الهواء،
وستجدُ نفسك أكثرَ قوّةً من ذي قبل، لأنّ طاقتك لم تعد عرضةً
للضّيع فيما لا طائل منه..

مَقْوَدُ السَّيَّارَةِ



المرونةُ مظهرٌ من مظاهر القوة، عكس ما يعتقدُه البعضُ بأنَّها ضعفٌ لا يتناسبُ مع الشخصية القويَّة..

والمقصودُ بالمرونة هنا أن يكون لك أكثر من حلٍّ لكلِّ مشكلةٍ تعترضك، ويكون في برنامجك أكثر من خطَّة وطريقة لأيِّ عملٍ تريد أن تنجزه..

فإذا كُنْتَ على سفرٍ غدا إلى مدينة وَهْرَان، على سبيل المثال، فضعْ أكثر من خيارٍ للسَّفَر:

فأنت ستسافرُ بالطَّائرة، خيارك الأوَّل، وإذا تأخرتُ لأيِّ سببٍ من الأسبابِ فتوجَّه بكلِّ هدوءٍ وبساطةٍ إلى محطة القطار، أو تتصل

بصديق تعرفُ أنه سيتحرّك بسيارته نحو وهران، أو تركبُ أولَ حافلةٍ متّجهة إلى هناك.

وعكس ذلك، أي عندما تهملُ الخيارات الأخرى، ستصابُ بالإحباط وينتابك الغضبُ وتقضي بقيةَ نهارك حزيناً لأنك وضعتَ خياراً واحداً هو الطّائرة التي تأخّرت أو أُلغيت رحلتها. والأمرُ ينطبقُ على بقيةِ النّشاطات الحياتية:

في تربية الأبناء نراعي المرونةَ ونغيّرُ الأسلوبَ كلّما شعرنا أنه غير نافع، والأمر ذاته في التّعامل مع العمّال والمرؤوسين، وفي الطّريقة المناسبة لإلقاء الدّرس أو المحاضرة، وفي التّعامل مع التلاميذ أو الطّلبة.. وغير ذلك

المرونةُ قوّة..

وفي مقود السيّارة خير مثال، فلوّلاً مرونته ما تحكّم في حركة السيّارة، بينما هناك أجزاء أقوى وأشدّ وأصلب وأكبر وزناً منه، خاصّة في الشّاحنات الكبيرة والطّويلة، لكنّها بلا حَوْلٍ وَلَا قُوّة.

الابتسامة.. والمتجر



كنتُ أقفُ أمامَ بائعِ خضرواتٍ أنتظرُ دوري مع آخرين، وقد
أنهى الرجلُ لتوّه معاملتهُ أحدَ الزبائنِ لكنّه لم يجد في صندوقه الصّرفَ
أو الفكّةَ الكافية، فتحرّك نحو جاره ليعيره مبلغاً مالياً، وتأخّر بعض
الوقتِ ونحنُ في الانتظار.

امرأةٌ عجوزٌ تنتظرُ دورها وقد نفذ صبرها فكشفت عن تدمرها،
وقالت للبايع الشاب بعد عودته:

لماذا تأخرت؟ ثمّ انسحبت محتجّةً دون شراء ما جاءت من
أجله..

البايع الشاب لم يملك نفسه هو أيضاً، وشيخ المرأة العجوز بكلماتٍ
غاضبة قائلاً:

لن يصيبني الفقر، وظلّ شارد الذّهن لبعض الوقت..

لما بدأ الشّابُّ إعداد طلبتي قلت له:

مالك ومال العجوز؟ ولماذا تضطرّ نفسك إلى الرّد على كلّ مَنْ
تصرّف معك بهذه الطريقة؟ أنت في دكان ويأتيك كلّ أصناف
النّاس، وعليك بالصّبر والابتسامة الدّائمة.. إنّ أعصابك في آخر النّهار
لن تكون معك بالتّأكيد، وصحتك لن تكون على ما يرام..

وأنا أغادر المتجر الصّغير المتواضع قلت للبائع الشّاب إنّ الحكمة
الصّينيّة تقول:

"الذي لا يحسنُ الابتسامَةَ لا ينبغي له أن يفتحَ متجراً".

وظاهرة الغضبِ السّريع والرّدود السّلبية تنتشرُ أيضاً بين الموظّفين
ورجال الشّركة والحراس والمسؤولين الذين يضطرونّ لمقابلة الجمهور..

ولا ينجو منها سوى الذين يمتلكون نعمة الصّبر وسعة البال كموهبة
ربّانية من الأساس، أو الذين تلقّوا تكويناً محترماً في أساسيات الاتّصال
والتّعامل مع الجمهور أو الزبائن أو المراجعين.

سيفُ الوقتِ والآخرون



الوقتُ من ذهبٍ أو أعلى من ذلك، وهو كالسيف إن لم تقطعه قطعك.. هكذا نعبّر عن الوقت في ثقافتنا.. لكن واقع الأمر يقول غير ذلك.. فقلةً منا هي التي تحسب للوقتِ حسابَه الدقيق، وتستغلُّ كلَّ ساعات اليوم على أحسن وجه.

البعض تعود الاسترسال في التفاصيل الدقيقة حول قضايا لا تحتاج أكثر من كلمات محدودة جامعة مانعة، وعناوين تغني عن المضامين..

وهكذا يحدث الآخرون في مجتمعه الصغير، أو يخاطب المسؤولين والإداريين، ويعرض عليهم مشاكله، ويزيد على الشرح المفصل غير المطلوب ثقلاً في الكلام وتزييفاً في العبارات وتشديداً على مخارج الحروف...!

ويزدادُ الحالُ سوءًا عندما يعيدُ تفاصيلَ القِصَّةِ أو الفكرةَ بطولها،
ظنًّا منه أنَّ الواقفَ أمامه لم يفهمه أو غفل عن بعض الجزئيات...!
وهكذا تعرفُ متى يبدأُ كلامه لكُنْكَ لن تضمّنَ متى ينتهي
هذيانُه...!

والنتيجةُ في مثل هذه الحالات، وبعد اشتهار هذا الأمر عن
فلان أو علان هي:

مسارعة الجميع إلى تحاشيه ما استطاعوا إلى ذلك سبيلًا..
إنَّ أوقات الآخرين مهمّةٌ وقد تكونُ الدّقيقةُ بحسابها، وأحدنا لا
يدري وهو يفصّلُ ويشرحُ ويعيدُ الكلامَ ويكرّرُ ذلك السؤالَ المستهلكَ
والممجوج:

هل فهمتني...؟

والمصيبةُ أنَّ الاستفسارَ عن الفهمِ نفسه إساءةٌ للمستمع، لأننا
اقترضنا فيه قلةً أو سوء الفهم..

المُقَاتَعَةُ ذَلِكُ السُّلُوكِ الشَّائِنِ



الاتّصالُ بالآخرين عن طريق اللّغة المنطوقة فنُّ ما زال يتجاهله البعض، ولهذا يتساقطُ متحدّثون ومعلّقون باستمرار في إشكالياتٍ وسوء تفاهم، وأحياناً مصائب كبيرة تبدأ بمجرد كلمة صغيرة لا يلقي صاحبها بالأمر وهو يطلقها، لأنّه تعود على الحديث دون ميزان محدّد.

ومن بين الأمراض المنتشرة في أحاديث النّاس وتجمّعاتهم:

داءُ مقاطعة الآخرين خاصّة عندما تكون دون سبب وجيه، وينتج عنها دائماً جدلٌ زائد، كما أنّها تحوّل جلسات الحديث عن أهدافها، خاصّة إذا كانت جادّة وشيقة.

إنّ الشّخص الذي يدمنُ المقاطعةَ يعمدُ إلى قطع حديث الطرف الآخر في وسطه تماماً، وهو في طريقه إلى إكمال فكرته أو إنهاء عبارته،

أو الانتقال إلى المحور الذي استعجلَ المقاطعُ في السؤال أو التعليق أو الاعتراض عليه.

ويزدادُ الطينُ بِلَّةً عندما يكرِّرُ المقاطعُ جرَمَه بعد قليلٍ ..

ومرّة بعد مرّة حتّى يصلَ المستمعون إلى مرحلةٍ متقدّمةٍ من الغيظ والسّخط، ويدفعهم أحياناً إلى الخروج عن الصّمت لإيقافه عند حدّه ..

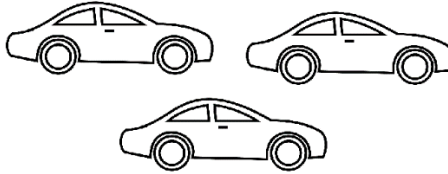
والنتيجةُ النهائيّةُ بعد تكرار هذا السلوك الشّائن:

النّبذ الذي يُفقدُ الفردَ المقاطعَ أيّ دورٍ في مجتمعه.

إنّ كثرةَ المقاطعة، والتّعبير عن الرّأي في كلّ صغيرة وكبيرة هو شكلٌ من أشكال الانانيّة والاعتداد الزائد بالنفس.

فإنّ أنا حتّى أعرف كلّ شيء، وأتحدّث في كلّ شيء، وأمام كلّ أحد، وفي أيّ مجلس دون أن مراعاة الآخرين...؟

(الْكُورْتَاَج) .. وَحُقُوقُ الْآخَرَ



سيارة إسعاف يحرصُ قائدها على بلوغ المستشفى لإنقاذ حياة مريض.. وسيارة خاصة يحاولُ سائقها إيصالَ زوجته الحامل إلى مركز الولادة.. وفجأة يقعُ ما ليس في الحسبان، حيث يشاهدُ السائقُ رتلاً من السيارات يسدُّ الطريق...!

ما هذا...؟

إنَّه (كورتاج) حيثُ تلك القافلة الطويلة من مختلف أنواع السيارات، وهناك يتبارى الشبابُ وترفع أصواتُ المزاميرِ وأصوات الموسيقى.. لماذا يا سادة...؟

إنَّه عرس...!

ما الذي قد يحدث لاحقاً...؟

سيارة الإسعافُ قد تعلقُ وراء تلك القافلة، وقد يتأخرُ المريضُ عن الوقت المناسب للإسعاف ويغادرُ الحياة..

والحال ذاته بالنسبة للمرأة الحامل، وما قد تتعرض له بسبب التأخير..

وفوق ذلك هناك من يتأخر عن موعد مهم كطبيب مناوب، وحارس أمن في منشأة حيوية، وحافلة نقل تصل في غير وقتها المحدد، فتحدث اضطرابات لأعمال وأوقات ركابها.

من السبب في كل ما حدث...؟

إنه الاستهانة بالآخرين والدوس على حقوقهم..

عقلاء من أصحاب الأعراس إذا وصله حديث أو لوم عن مثل هذه القوافل المستهترة يبادر إلى الاعتذار بأنهم شباب ولا حيلة لنا وإنها (ليلها وفراقها صباح) ...!

والسؤال: ما الحل؟ والجواب: لا حاجة لهذه الفوضى التي نسميها (العرس) إذا كانت السبب وراء مصائب في الطرقات وحوادث وتعطيل لمصالح الآخرين، وأيام ثلاثة من تصديع رؤوس الجيران وتشيت أوقات نومهم وراحتهم وإزعاج صغيرهم ومريضهم..

إنَّ الفرحَ في الزواج مشروع، والإعلانُ عنه مطلوب.. لكن.. دون مصادرة حقوق الآخرين.

المَحْوَرُ الرَّابِعُ
فِي الْعِلْمِ وَالتَّعَلُّمِ

الامتحانات مسؤولة الجميع



أزهارٌ وورودٌ وبالوناتٌ ملوّنةٌ وأعلامٌ مرفرفةٌ، وممرّاتٌ وقاعاتٌ نظيفةٌ، وجدرانٌ مزينةٌ بلوحاتٍ زاهيةٌ:

آياتٌ قرآنيةٌ وأحاديثٌ نبويةٌ شريفةٌ تحثُّ على العلم وتؤكدُ قيمةَ العلماء، وتشجّعُ على الإلتقان والتفاني والتفوق والنجاح، وعباراتٌ إيجابيةٌ قويّةٌ، وأبياتٌ شعريةٌ وحكم.

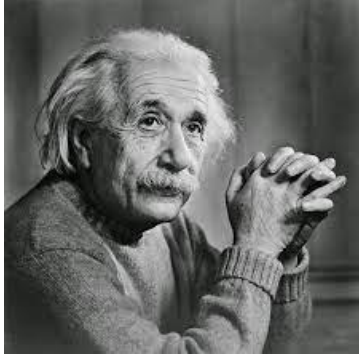
وإلى جانب كلّ ذلك ترى طاقماً متكاملأً متجانساً من المدرّاء والموظّفين والمشرفين والمستخدمين والحراس.. هذا الطاقم لا همّ له، في ذلك المكان الجميل وتلك المناسبة السعيدة، إلاّ السهر على إنجاز البرنامج ومساعدة أبطاله الحقيقيين..

إنَّ المكانَ الَّذِي سبقَ التَّغزُّلُ بِهِ لا يجرى إعداده لمؤتمر ستحضره شخصيَّةٌ نافذة، إمَّا هو مناخٌ ووضِعٌ متخيَّلٌ لمؤسَّسةٍ تعليميَّةٍ عموميَّةٍ تستقبلُ تلاميذها لامتحان نهائيٍّ انتظروه طوال العام، وأعدوا له العدة منذ أشهر عديدة، بل منذ سنوات عندما وطئت أقدامهم تلك المؤسَّسة في أوَّل أيام مرحلتهم الدراسيَّة تلك.

إنَّها إجراءاتٌ وخطواتٌ وعملياتٌ بسيطةٌ عند التَّطبيق على أرض الواقع، ولا تحتاجُ إلى أكثر من فريقٍ عمليٍّ يؤمنُ بحقِّ الطالب في جوٍّ مناسبٍ لجميع الامتحانات، خاصَّةً النهائيَّة منها، بعد أن يحدثَ طلاقاً بائناً بينه وبين الأفكار الباليَّة والتقاليد المدمرة والإجراءات والتصرَّفات السَّلبية والتوتر الَّذي يظنُّ كثيرون أنَّه قدرٌ مقدور أيام الامتحانات النهائيَّة.

إنَّها مسؤوليَّةٌ مشتركةٌ بين الأسرة والمؤسَّسة التعليميَّة ولجنة الحيِّ وإمام المسجد وسائق الحافلة وشرطيِّ المرور وحارس البوابة، وكلٌّ من له أدنى علاقة بالطالب أيام الامتحانات النهائيَّة.. مسؤوليَّةٌ تدعونا إلى تحويل الامتحانات إلى رحلةٍ ممتعة..

كُلُّ الْأَطْفَالِ مُتَفَوِّقُونَ



يُخْرِجُ الْأَطْفَالَ إِلَى الدُّنْيَا فِي مَسْتَوِيَاتٍ ذَهْنِيَّةٍ تَوْهَّلُهُمْ لِلتَّفَوُّقِ
وَالْإِبْدَاعِ..

لَكِنْ.. تَبْدَأُ الْمَشْكَلَةُ مَعَ التَّرْبِيَةِ الْخَاطِئَةِ عِنْدَمَا يُقَيِّدُ الطِّفْلُ بِأَلْفِ
قَيْدٍ وَقَيْدٍ، وَتُرَدَّدُ عَلَى مَسَامَعِهِ أَلْفُ كَلِمَةٍ لَا وَلَا يَوْمِيَا...!
وَالْأَشَدُّ مِنْ ذَلِكَ تِلْكَ الْأَلْقَابُ التَّحْقِيرِيَّةُ الَّتِي تُصَنِّفُ الطِّفْلَ فِي
خَانَةِ مَا...؟

إِنَّ التَّفَوُّقَ الدَّرَاسِيَّ مَرَحَلَةٌ يُفْتَرَضُ أَنْ تَكُونَ لَاحِقَةً فِي حَيَاةِ
أَبْنَائِنَا، وَلَا تَكُونَ بِالضَّرُورَةِ فِي السَّنَوَاتِ الْأُولَى، حَتَّى إِنْ بَرَزَ بَعْضُ
الْأَوْلَادِ أَكْثَرَ حَفْظًا أَوْ يَقِظَةً أَوْ نِبَاهَةً مِنْ الْبَعْضِ الْآخَرِ، لِأَنَّ جَمِيعَ
الْأَطْفَالِ مُتَقَارِبُونَ أَسَاسًا فِي الْمَوَاهِبِ وَالْقُدْرَاتِ.

إنَّ تقيِّمَ الأطفالِ على أساسِ السَّنواتِ الأولى للتَّعليمِ ليس صائبًا في الغالب..

بل قد يجني على مستقبلِ الطِّفلِ..

وكثيرٌ من العباقرة الذين خلَّدتهم إنجازاتهم العظيمة حكمت عليهم المدارس الابتدائية في زمانهم بالفشل والتخلف؛

فتوماس أديسون مثلاً، ذلك الرجلُ الذي أضاءَ العالمَ وصاحبُ الاختراعات الكثيرة جداً، طردته مدرسته الابتدائية، وألبرت اينشتاين كان يُعدُّ في تقيِّمِ مدرسته الابتدائية من المتخلفين!..

لكنَّ الاثنيْن، وبعد أن تحرَّرا من المناهج العقيمة التي كانت سائدة، وخرجاً إلى الفضاء الواسع الحرِّ، أبدعا وقَدَّما للبشرية خدمات جليلة.

الحقيقةُ التي يجب أن تزدهر في مناخنا التعليمي هي عدم وجود طلبة وتلاميذ راسبين، بل توجد طرقُ تعليمٍ ومناهجُ فاشلة، لأنَّها لا تمتلك تقنيات وآليات فرز التلاميذ والطلاب في كلِّ مرحلة من مراحل التعليم.

ومن ثمَّ توجيههم إلى المجال الذي يرغبون فيه ويطمحون إلى التميِّز في دروبه.

كُنْ أَكْثَرَ كَفَاءَةً



كهلٌ سليمُ الجسمِ والعقلِ يعملُ منذ سنواتٍ طويلةٍ موظفًا
بإحدى البلديات..

الرجلُ غير راضٍ عن موقعه الوظيفي، ويسعى إلى الترقية التي
تُحسِّنُ من درجته ورأته.. ما العيبُ في ذلك...؟

دار بيني وبين الرجل حديث، وكان هو المسيطرُ لأنه من ذلك
الصنف الذي يطيلُ الكلامَ ويعيدُ الجملَ والأفكارَ والمعاني دون مراعاة
للطرف الآخر.

اشتكى الرجل من الجامعة، وكان يظنُّها صاحبة الشأن في أمره،
والسببُ أنه أجرى اختبارًا كتابيًا هناك مع موظفين آخرين لأجل
الحصول على ترقية..

ومدارُ الشكوى حول الأسئلة التي وضعها الممتحنون، وحوال الذين شاركوا معه وأعمارهم الطرية في نظره، وقدرتهم على الحفظ والمراجعة دونه هو..!

كان يتحدثُ غاضباً: كيف لرجلٍ مثلي في الخمسين أن يراجعَ الدروسَ من جديد...؟ وكيف له أن ينافسَ شاباً تخرّجوا حديثاً من الجامعة...؟

حاولتُ التوضيحَ بأنّ النجاحَ لا يرتبطُ بعمرٍ محدّد، وأنّ التّحصيلَ العلميَّ متاحٌ للجميع.. لكنني فشلت.

سكّْتُ لأنّي أدركتُ أنّ مثل هذه الحالات في حاجةٍ إلى برمجةٍ جديدةٍ حول العلم وأهميته وطلبه من المهد إلى اللحد، وفي حاجةٍ أيضاً إلى أمثلةٍ من تاريخ الرجال في حضارتنا، وحتى من غيرنا، وأحاديثٍ عن أولئك الكبار الذين لم يكبروا إلاّ بعد أن انكبوا على العلم وتمردوا ضدّ عوامل السنّ والظروف والعقبات..

ما أحوجنا إلى تدبّر هذه العبارة: لا تطالبُ بأن تكون الأشياءُ أيسر، اطلبْ بدلاً من ذلك أن تكونَ أنتَ أكثرَ كفاءة.

أَوْقِفُوا النَّزِيفَ



ما التّخصّص الذي اخترته في الجامعة...؟

سؤال مفاجئٌ بالنّسبةٍ لتلميذٍ في المرحلة المتوسطةٍ وحتى في أولّ الثانوية، فكيف بالابتدائيّ...؟

لكنّ هذا السؤال مؤثّرٌ جدًّا في عمليّة البناء النفسيّ للتلميذ، ورافد قويّ، إذا تكرر بصيغٍ مختلفة، في عمليّة بناء الثّقة بالنفس والمستقبل العلميّ الزّاهر.

الإجابة، في كثير من الحالات التي مرّت بي:

أنا في المتوسطة فكيف أفكر في الجامعة...؟

ويكون جوابي: لا بدّ أن تكون الجامعة حاضرةً في ذهنك وترى نفسك هناك باستمرار، لأنّ في ذلك رسالة إلى داخلك بأنّ الأمر

محسوم، وبالتالي سوف تدخل الامتحانات، بعد التحضير الجيد، وأنت في حالة ارتفاعٍ لمنسوبِ الثقةِ بالنفس.

وهكذا.. في مرحلة الامتحانات لا بدّ من الحرصِ على تقويةِ رصيدِ الثقةِ بالنفس لدى أبنائنا وطلابنا..

علينا أن نوقفَ النزيفَ الذي نتعرّضُ له هذه (المادّة الحيويّة)..

إنّهم يسمعون كثيراً من أصناف الكلام السّليّ المحبّط..

ومسؤوليتنا أن نمطّرهم دائماً بوابلٍ من التّحفيزِ والتّشجيعِ والثّقةِ بالله أولاً، ثمّ بأنفسهم وقدرتهم على التّركيز والمراجعة والدّخول بخطى ثابتة إلى قاعة الامتحان.

إنّ الكلامَ (الكبير) مع الأولاد ليس ضرباً من ضروب الثّرة والحديث غير المناسب كما يرى البعض..

بل إنّهُ عينُ الصّواب، لأنّ أولادنا سيّتحسّسون أذهانهم في مراحل متقدّمة، وسوف يجدون عباراتٍ وأفكاراً ونماذجٍ وغيرها..

وهي ما اجتهدنا نحن لتخزينه في عقولهم ونفوسهم الطّريّة.

لِكُلِّ مَقَامٍ مَقَالٌ



قبل الامتحانات النهائية، وخلالها، يحتاج أولادنا التلاميذ إلى جرعات متوالية من التشجيع والتحفيز والحديث الإيجابي عن النجاح والمستقبل وسهولة تجاوز العقبات..

ومع كل ذلك وبعده دعاءً وتضرعاً إلى الله تعالى بالثبات والتوفيق.

قد يأتي التلميذ في اليوم الأول أو الثاني من الامتحان وفي نفسه بعض الوهن بسبب كلمة سلبية سمعها من زميل له، أو إحساس بأنه لم يكتب بالشكل المطلوب...!

وهنا يبرز دور الأسرة الواعية عندما تواسي ابنها بكلمات إيجابية وتخرجه من جو اليوم إلى الغد.

تمرّ أيامُ الامتحانات بهذا القدر من الإيجابية من طرف الوالدين وبقية أفراد الأسرة، ويحافظُ التلاميذُ على قدر من الهدوء والراحة النفسية والتفائل، وهي مكاسبُ في حدّ ذاتها، بغضِّ النظر عن مستوى الاستعداد للامتحان..

والسببُ بسيطٌ وهو أنّ مجردَ الدّخولِ إلى قاعةِ الامتحانِ بهدوءٍ وتفائلٍ هو ميزةٌ إضافيةٌ تساعدُ على توارد الأفكار وتذكّر المعلومات.

تمرّ أيامُ الامتحانات وقد ندركُ بشكلٍ أو بآخر أنّ الولدَ لم يُوقِّ في هذه المادّة أو تلك، لكنّ المطلوبُ هو السيرُ على المضمارِ ذاته من التّشجيع والتحفيز والكلام الإيجابي.

وعندما تظهرُ النتائجُ سوف يسهلُ على أسرِ النّاجحين التّعبيرُ عن مشاعرِ الفرح..

لكنّ المسؤوليةَ الأكبرَ تقعُ على أولياء الدّين لم ينجحوا في الامتحان...؟

إنّها مسؤوليةٌ شخِنِ الولد برسائل تناسبُ المقام، ومنها:
الحياةُ أرحبُ والمستقبلُ أوسع، وفضاءاتُ الدّنيا سَعُ الجميع..

التمرّ الداني..



أرض صحراوية قاحلة على امتداد البصر، ومظاهر الحياة شبه معدومة..

هناك نصب خليط من الناس خياماً بأثمة لا تكاد تقي حر الصيف ولا قر الشتاء..

كانوا يكابدون قساوة الحياة ويجاهدون النفس على التعايش معها، فلا مفرّ لهم بعد أن أخرجتهم الفتنة التي تفتك بأمن بلدهم.

إنها الحدود الجزائرية المالية في بداية ثمانينيات القرن العشرين، وهناك حطّ معلم سوفي جزائري رحاله ضمن فريق مدرسة تحاول ملاحقة البدو الرحّل من الجزائريين وجيرانهم الوافدين.

كانت حياة النازحين الماليين تقوم على الشاي والخبز اليابس فقط، ومعونة محدودة تصل من حين لآخر لا تتجاوز بعض الدقيق والزيت..

وكان بين القوم جدٌ وحفيدٌ يعيشان في خيمةٍ بالية، وعلى
الأجساد لباسٌ يؤدي بالكاد وظيفةَ السّتر.
واقترَبَ فصلُ الصّيف، وحن وقتُ عودةِ المعلّم إلى منطقتِه التي
وفدَ منها.. وأدي سوف..

وذات مساء دقّ الحفيدُ الباب... وتصورَ المعلّم وهو يسلمُ عليه
أنّه جاء لحاجةٍ مادية..
قال أريدُ حاجةً من هناك..

يروى المعلّم: تخيلتُ اثنين لا ثالث لهما: طعام، أو كسوة قديمة..
قال الحفيد: أريدُ كتاباً عنوانه الثمر الداني في شرح رسالة ابن أبي
زيد القيرواني..

تعجّب المعلّم وتساءل في نفسه: من أين له بهذا العنوان في هذه
الصّحراء القاسية، ورحلات التّشرد والألم..

وواصل الحفيد: لقد مرّ علينا قبل سنوات أحدُ طلاب العلم،
وحدّثنا عن العلم والعلماء والفقهاء والفقهاء، وفي ثنايا كلامه ذكّرنا هذا
الكتاب.

الامتحانات.. عادية جداً



عندما تقتربُ الامتحاناتُ تعتمدُ بعضُ الأسرِ (الحريصة) إلى إعلان حالة الطوارئ داخل البيت ومن هناك تطلبُ، أو تفرضُ، على الأولاد برنامجاً مكثفًا وتمنعُ عنهم ما كان مباحاً في سائر الأيام من تلفزيون وألعاب وخروج وغير ذلك..

ونتوقعُ بعد هذا البرنامج نتائج عالية.

والحقيقة أن فترة الامتحانات تحتاجُ فعلاً إلى حرصٍ ومثابرةٍ ومراجعةٍ مكثفةٍ بشكلٍ أو آخر..

لكن ما ينبغي التأكيد عليه هو تجنب صناعة الفزاعات لأولادنا، بعد تحويل البيت إلى مساحاتٍ من العبوس والتجهّم والخوف من النتائج غير المتوقعة وغير ذلك.

إنَّ التَّحْصِيلَ الصَّحِيحَ هُوَ الَّذِي يَقُومُ عَلَى الْعَمَلِيَّةِ التَّرَاكُمِيَّةِ
الهادئة، على مدى أيامٍ وأسابيعٍ وشهور العام الدراسي.. ومن ثمَّ وصول
المعلومات إلى الذاكرة البعيدة مع مرور الوقت..

وقبل ذلك وبعده القدرة على اكتساب مهارة التفكير والتصرف،
والإبداع في الإجابات والحلول بدل الأنماط الجاهزة التي يدمنُ عليها
الكثير من التلاميذ، فتفرزُ تفوقاً مشوهاً.

إنَّ واجبنا تجاه أولادنا هو المتابعة والتشجيع طوال العام، حتى
إذا اقتربت الامتحانات زادت المراجعة وربما تضاعفت، لكن دون
الوقوع في ذلك الجو الرهيب والفرع الدائم والضغط النفسي الشديد..

لنجهتد في السماح لحياة عادية جداً داخل البيت..

وهكذا يتصرف التلميذ أيام الامتحانات بشكلٍ عاديٍّ يؤهله
للحفاظ على هدوءٍ نفسيٍّ ورباطةٍ جأشٍ، هي أفضل بكثيرٍ من مراجعةٍ
مكثفةٍ وسط ضغطٍ قد يؤدي إلى نسفٍ كلِّ شيءٍ..

مِنَ الْمَحَبَّةِ إِلَى الْمَقْبَرَةِ



طالبُ علمٍ كبيرٍ في السنِّ، ربَّما تجاوزَ السَّتينَ بعددٍ من السنواتِ..
يوصلُ دراسته في الجامعة من جديدٍ.. ويداومُ على الحضورِ وينجزُ
البحوثَ ويناقدُ بحيويةٍ ونشاطٍ وروحٍ علميةٍ متميزةٍ.

الإنسانُ السَّويُّ حتَّى لو كان عاجزاً عن إنجازاتٍ محدَّدةٍ، يقدرُ
غيره ويكبرُ فيهمُ جهودهمُ وتفانيهمُ وسعيهمُ نحو النَّجاحِ..

هذا ما ينبغي أن يجده طالبُ العلمِ، سابقَ الذِّكرِ، في حيةٍ وبين
أقاربه، وعند مجتمع الجامعة من أساتذةٍ وطلّابٍ وعمّالٍ في مختلف
الأقسام من المطعم إلى المكتبة والبوابة وحافلات النقلِ.

نعم.. إنَّ واجبنا نحو المثابرين وطلبة العلم الكبار هو التقدير
والاحترام والإشادة، لأنهم يذكروننا، في زمن طغيان المادّة وانقلاب

سَلِّمِ القِيمَ، بقيمة العلم وأنه سيظلّ الأعلى دائماً مهما تهاوت النفسياتُ
والعقليّاتُ وتمادت في تقدير المظاهر والشكليات الزائفة الزائلة.

يقول طالبُ العلم، سالف الذكر، إنّ أكثرَ المواقف إخراجاً هي
مع بعض سائقي سيّارات الأجرة عندما يركبها لظرفٍ ما بدلاً من
حافلات النقل الجامعي...؟

يقول: أظنّ صامتاً في البداية لكنّ سائقَ التاكسي يستدرجني
ويستنطقني فإذا أفصحتُ له بأنّي في طريقي إلى الجامعة متعلماً لا معلماً،
يبادرُ بسخريةٍ مبطنّةٍ وثبيطٍ وكلامٍ سلبيٍّ عجيبٍ غريب...!
يعقّبُ طالبُ العلم:

أجتهدُ دائماً أن أتماسي وأتجاهل وأواصل مشواري غير عابئٍ بأحد
من أولئك الذين اختلطَ عليهم سلّمُ ترتيب القِيم، فصارت الدنيا الفانيّة
مقدّمةً على مراتب العلم العالية.. اجتهدُ دائماً أن أعملَ بشعاري المفضّل:
من المحبّة إلى المقبرة.

المَحْوَرُ الخَامِسُ
فِي النَّفْسِ وَالذَّاتِ

ابْتَسِمْ ثُمَّ ابْتَسِمْ



استقبالٌ باردٌ كالصقيع، ومعاملةٌ فيها قدرٌ من الحدة وخشونة الكلام، أما الابتسامةُ فبينها وبين ذلك المكان فراخٌ وأميال، وعندما حان دوري وأوصلني إلى حيث أنتظرُ من جئتُ من أجله، ضربَ البابَ بقوةٍ وخرج..

المكانُ هو عيادةٌ طبيَّةٌ خاصَّة، وفاقدُ الابتسامةِ وصاحبُ الاستقبالِ البارد هو الممرِّضُ المساعد..

انتهت المعاينة، وخرجتُ على الآأعودَ مرَّةً أخرى، لكنَّ الظروفَ أعادتني من جديد، لأجدَ نفسي في مواجهة ذلك الاستقبالِ الباردِ بحذافيره...

جلستُ في غرفة الانتظار أتبادلُ الحديثَ مع المنتظرين، والممرِّضُ يتحرَّكُ بين مكتبه وغرفة الطَّبيب كالعادة، وبقَّة رأيتَه يبتسم، بل ويضحك، فلم أتمالكَ نفسي لأحمد الله لهذا الممرِّضِ على "الشفاء"...

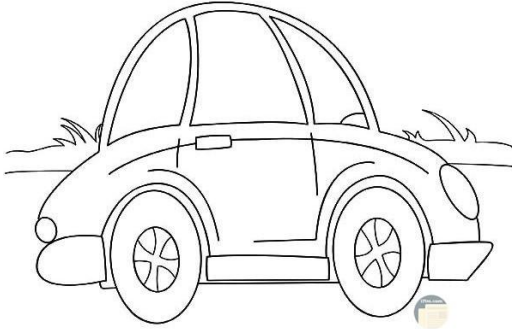
وقلتُ لمن حولي إنّ الرّجلَ مسكينٌ لم يكن يعرف للابتسامة معنى، وواصلتُ حديثي حول الابتسامة والضحك والمرح..

فتحرّكتُ شجونٌ جاري بالجنب، فقال إنّهُ كان يعملُ مسؤولاً مالياً في شركةٍ بها أكثر من ألف عامل، وكان يواصل الليل بالنهار، وحسابات ومكالمات هاتفية لا تكاد تنتهي، وأسفار عبر الطّائرة، وظلّ يعملُ مدّة ثلاث سنوات دون إجازة حتى جاء اليومُ الذي أُعْمِيَ عليه فيه والطّائرة على وشك النزول، ومن هناك نقلته سيّارة الإسعاف إلى غرفة العناية المركّزة ليظلّ بها ثلاثة أشهر متواصلة..

تعافى تدريجياً بعد ذلك وظلّ سنة كاملةً بعيداً عن العمل، وعندما عادَ ألزَمَ نفسه بعددٍ معين من ساعات العمل فقط، وأعطى لنفسه حقّها من المرح والفرح..

تمرّد على قساوة العمل وسطوة الرّوتين.. وابتسم للحياة..

أَنَانِيَّةٌ مَرَضِيَّةٌ



طابورٌ طويلٌ متزايد، وكلُّ سائقٍ ينتظرُ دوره، والشَّمْسُ تُلْفَحُ وجهه، وكلُّ له مقصده ومشاغله، وكلُّ له زوجةً وأولاداً ينتظرونه..
يأتي آخرون ويتجاوزون ويخلطون الحابل بالنابل في الطابور، ويختصرون المسافة من الجهة الأخرى، وعند نقطة التفتيش أو المكان الضيق يحاصرون الآخرين ويدفعونهم دفعاً إلى ترك الطريق لهم...!
يقومون بكل تلك الحركات السخيفة بمزيج من التهور والأنانية...!
أنانيةٌ مَرَضِيَّةٌ تتكرر كثيراً في طرقاتنا الرئيسية والفرعية، وفي المدن والقرى والأرياف على حدّ سواء، وإن اختلفت قليلاً من جهة إلى أخرى..

وأيضاً.. ترى أحدهم يتوقّف بسيّارته في مكان ليُنزل شخصاً أو يشتري شيئاً، فيعرقل حركة المرور ويزعج عشرات السيّارات ويعطلّ مصالح غيره دون أيّ شعور بالخلج من نفسه والآخرين.

وترى سائقيّن مسرعين دائماً لا يراعون غيرهم ولا ينتبهون للسيّارات التي تضطرّ لقطع الطريق أمامهم، مع أنّ ذلك لا يكلف سوى لحظات معدودة، ويمرُّ كلُّ إلى حال سبيله دون عناء الانتظار الطويل..

ومظاهر أخرى سلبية نراها في طرقاتنا تدلُّ على مقدار الأنانية المرصّية المنتشرة عند قسم من مستعملي الطرقات.

ضَعْ نَفْسَكَ فِي مَكَانِ أَوْلَيْكَ الْمُضْطَرِّينَ لِلْمُرُورِ لِتَقِفَ لَهُمْ هُنَيْهَةً، وَتَصَوِّرَ نَفْسَكَ وَاقِفًا فِي انْتِظَارِ دَوْرِكَ فِي اخْتِنَاقِ مُرُورِيِّ فَيَأْتِي مِنْ يَتَجَاوَزُكَ بِشَكْلِ غَيْرِ أَخْلَاقِيٍّ وَغَيْرِ قَانُونِيٍّ..

علينا أن نعتدّ جازمين أنّ أوقات الآخرين من ذهب، كما هي أوقاتنا تماماً، وليست من فضةٍ أو نحاسٍ أو حديد.. وعندها ستغزو السلوكيات الطيبة طرقاتنا.

ذَهَبٌ خَالِصٌ



عندما تقدّم ورقةً ماليّةً جديدةً من فئة (1000 دج) للبائع ستُقبض الحاجة التي جئت لأجلها فوراً، وتحقق تلك الورقة الهدف كاملاً، وهكذا تعودُ إلى بيتك بالبضاعة التي طلبتها..

ويمكنك أن تقضي أيضاً بما بقي من قيمة الورقة مصالح أخرى، أو تدفعَ أجرة النقل.

الورقةُ الماليّةُ نفسها قد تصيرُ قديمةً بعض الشيء وقد تُتعرّضُ لشيءٍ من الإهمال أو التداول الكثير عبر أشخاص لا يعيرون الاهتمام الكافي لسلامة وأناقة الأوراق الماليّة..

لكنّ تلك الورقة في النهاية ستؤدّي الغرض نفسه إذا ظلت واضحة الأرقام، ولن يتردّد تاجرٌ أو صاحبُ معاملة ما في قبولها، ولو على مضضٍ في بعض الأحيان.

الورقة المألّية نفسها إذا سقطت يوماً ما عن طريق الخطأ في مكان مهمل، وظلت هناك لفترة من الزمن، وعن طريق الصدفة، أو البحث في المهملات، وجدها رجلٌ أو طفلٌ وأزال عنها الغبارَ وشدَّ أطرافها بشرطٍ لاصقٍ.. وبعد أن تأكّد من سلامة أرقامها قدّمها لأقرب بنك، فما الذي سيحدث...؟

سيحصلُ حتماً على ورقةٍ أخرى جديدة بالقيمة نفسها.
الأمرُ نفسه قد يحدثُ للذهب الخالص.. لكنّ مجرد العثور عليه، ثمّ إجراء عملية تنظيف بسيطة يعودُ إلى سابقِ بريقه الذي يشدُّ الناظرين.. هكذا هو أنت.. قد تُتعبُ وتتردى وضعك.. لكنّ العملاق بداخلك..

فقط.. انفض الغبارَ عن نفسك، وستشعرُ باليقظة تسري في
كيانك من جديد، لأنك عملةٌ متجددةٌ وذهبٌ خالص.

التوازن.. دواءً نافع



شابٌ متأنقٌ متألقٌ يقودُ سيّارةً من ذلك النوع المتميّز والسّعر الغالي جدًّا..

تسييرُ السيّارة في الطّريق العامّ بشكلٍ عاديّ..

وفجأة يظهر غير العاديّ في هذا المشهد، حيث ينفتح زجاجُ السيّارة الأماميّ لتتلقّق منه علبةٌ عصير فارغة، أو عقب سيجارة ما زال مشتعلًا، أو مجموعةٌ من الأوراق تتناثرُ في الطّريق تتأثرُ أوراق الخريف...!

ومشهدٌ آخرٌ كثيرًا ما يتكرّر أمامنا..

وبطلُّه رجلٌ له مركزه الماليّ أو الاجتماعيّ أو السّياسيّ، ويحافظُ على الظهور بربطةٍ عنقٍ أنيقةٍ وبدلةٍ من قماشٍ وتفصيلٍ وخطاطةٍ متميّزة..

وجفأة تتغير مسارات الرياح، ويصادف الرجل المحترم ما يغيظه،
فيظهر مقدار ضعفه وافتقاره إلى التحكم في نفسه؛ فتطلق ألوان
وأشكال من السباب والشتم السوقية السخيفة البذيئة...!

وهذا المحترم نفسه قد يأسرك بحديثه وشكله، لكنه يفاجئك
بالتدخين في مكان عام مغلق ودون احترام لأحد أو اعتذار، وكأن ما
يقوم به هو الحكمة عينها، واللباقة ذاتها، والأدب برمته، ومكارم أخلاق
الأولين والآخرين...!

أمثلة أخرى متعددة وكثيرة في هذا الشأن...!

والعلة دائماً هي انعدام التوازن لدى الكثيرين، فأحدهم قد انتفخ
في جانب لكنه ظل هزيباً في جوانب أخرى مهمة..
والحل هو: الحرص على إدراك جميع الجوانب الأساسية في
حياتنا..

ثم استكملها وبنائها بشكلٍ محكم..

لنحصل على الدواء الذي يقضي على كثير من مظاهر الفوضى
والعبث والمشاجرات والتجاوز على حقوق الآخرين.

عُقْدَةُ الْاِكْتِمَالِ .. تَخَلَّصْ مِنْهَا



نهرٌ عظيمٌ تُتدفقُ مياهُهُ باستمرارٍ، وتسيرُ عبر مسافاتٍ طويلةٍ
باتجاهاتٍ مستقيمةٍ أحياناً ومتعرجةٍ أحياناً أخرى..
تلك هي الحياة.. والناسُ فيها أشبهُ بالسَّباحين، لكنهم مختلفون
متباينون في مواقفهم وطرقِ سباحتهم في هذا النهرِ.
بعضُ الناسِ يختارُ السَّباحةَ في النهرِ ومصارعةَ متاعبه وصخوره،
والدوران مع منعرجاته، وخلال الأجزاء المستقيمة الهادئة يتنفسُ
الصُّعداء..

والبعضُ الآخرُ لا يعرفُ من مهارات السَّباحة إلا القليل، وهكذا
يختارُ الانتظارَ والترقبَ حتى يمسكَ بناصيةَ السَّباحة ويدخلَ النهرَ قويا.
وهكذا... بعضُ الناسِ الطَّيِّبين في مجتمعاتنا اختاروا، وهم في
كامل قواهم العقلية والبدنية، الاصطفافَ في طوابير المنتظرين حتى

تتكمّل جميع الشّروط الموضوعيّة، وحتى تتوفر جميع الظروف المناسبة،
وبعدّها يمكنهم البدء في مشاريعهم وتطوير أنفسهم...!

وبعض الذين أصابهم عقدة الاكتمال هذه تراه متهاوناً حتى في
رفع مستوى تربيّة أولاده، أو توجيه ونصح أبناء عمّارته أو حيّه، وذلك
إلى حين اكتمال استقامة أحوال الفضائيات ووسائل الإعلام، وحتى
تختفي مشاكل المدارس ومؤسسات التربية والتعليم.. وهلمّ جرّاً...!

وآخر لا يفكر في نصح وتوجيه غيره، بل وحتى التّخلي عن بعض
العادات والسلوكيات المخالفة للقانون والنّظام..

إنّ المطلوب منا هو السّباحة بما لدينا من قدرات ولو كانت
بسيطة، ثمّ مواصلة التّعلّم واكتساب باقي المهارات أثناء السّباحة
الحدرة، وإذا شعرنا مرّة أنّ النّهر جارف فلا بأس من التّوقف قليلاً
لنستريح ونستعيد قوّانا..

أمّا التّوقّف الكامل، وحياة السّلبية الدّائمة، فالطلاق البائن بيننا
وبينها هو التّصرّف الحكيم.

الشخصية المتزنة



البروز والنجاح في أحد ميادين الحياة يتحقق للكثيرين، وهكذا نرى أحدهم وقد تحولَ إلى نجمٍ في محيطه أو مجال تخصصه وعمله..
أو في دنيا البورصات والشركات العابرة للقارات..

ومع الأيام والسنوات يجذبه ذلك "النجاح" ويستغرق كلَّ وقته ويشغله عن كلِّ شيءٍ سواه، فتراه إما مُنكبًا على عمله ليلا ونهارا، أو مسافراً بين البلدان ليكون الوقت الذي يقضيه على متن الطائرات أو السيارات أكثر مما يقضيه على ظهر الأرض!..

والحقيقة أنّ النجاح الإيجابي المتكامل هو ما تتحقّق فيه أركانُ الحياة المتزنة وهي سبعة:

الروحانيّ، والصّحيّ، والشّخصيّ، والعائليّ، والاجتماعيّ،
والمهنيّ، والماديّ.

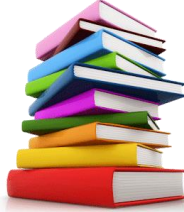
وفي حياتنا نصادفُ شباباً قد حقّقوا النّجاحَ في أحد الأركان السّبعة، سألفة الذّكر، وترى أحدهم وقد ركّز على ركنٍ محدّد أشدّ ما يمكن، وبذلَ فيه كلّ وقته، وقد يتوهّم بعد ذلك أنّ ذلك التّركيزَ سيوصله إلى السّعادة والحياة الهانئة.. لكن هيهات.

كثيرون ركّزوا على المال وحده وبلغوا فيه شأواً عظيماً، لكنهم لم يحقّقوا السّعادة لأنفسهم، بل ضاعت أسرهم ونشأ أولادهم نشأةً خاليةً من أيّ روابط نبيلة أو عواطف تشدّهم إلى والدٍ أو عمٍّ أو خالٍ.. وبعد انقضاء ربيع العمر وجدوا أنفسهم دون صاحب أو صديق مخلص سوى المال، فصار أشبه بالحسرة...!

وكذلك من ركّز على جانب آخر وترك البقية..

سيجد نفسه يوماً أمام فواتير مستحقّة لجوانب الحياة الأخرى..
فالحرصُ كلّ الحرص، والسعي ثمّ السعي نحو تلك الشخصية المتزنة.

حَاسَةُ الحِرْصِ



نسمع مرّات وكرّات من صديق أو زميل حديثاً حزيناً عن كتابٍ
عزیزٍ عليه، أو مجموعة كتب كاملة، فقد أثرها تماماً...؟
لم تُسرق تلك الكتب منه، ولم تتعرض للحرق، ولم تُتلف نهائياً
بسبب تسرب مياه الأمطار التي هطلت على بيت ذلك الزميل أو
الصديق..

ولم يغزو مكتبته أيضاً أي من أنواع الفئران أو القوارض...؟
ذلك الكتابُ المفقود.. وتلك الكتب الضائعة.. قد استعارها
صديقٌ أو أصدقاء، أو زميلٌ أو زملاء..
ونسي هو تقييد ذلك في سجلاته، ونسي أولئك المستعيرون أو
تناسوا الأمر، وهكذا ضاع ذلك الحق بالتقادم، أو هكذا يتصور البعض
على الأقل.

إنّ الكتابَ عزیزٌ على صاحبه..

وصاحب المكتبة الخاصة عادة ما يحتفظ لكل كتابٍ بذكرى شراء لها رابط نفسيٍّ بزمانٍ أو مكانٍ أو حدثٍ، أو مدينةٍ أو دولةٍ أو مناسبةٍ ثقافيةٍ أو علميةٍ كبيرةٍ أو صغيرةٍ..

كما يرتبطُ كلُّ كتابٍ بذكرياتٍ تتزامنُ مع جلساتِ المطالعة، وحتى تلك الهوامش التي يكتبها بخطِّ يده.. طبعاً لمن يحبُّ تلك الطريقةَ في التعليق على الكتب..

وبالتالي فإنَّ الكتابَ المفقودَ لن يُعوَّضَ في الغالب، ولو بطبعةٍ جديدةٍ فاخرة.

إنَّ الأنايَّةَ المفرطةَ هي التي تدفعُ المرءَ وتجره جراً نحو المماطلة في إعادة كتب غيره.. للأسف الشديد..

وفي المقابل: الإيجابية، والأمانة قبل ذلك، توقظُ حاسة الحرص، ومن ثمَّ إعادة الكتب المستعارة إلى أصحابها حال الانتهاء من قراءتها.

الزوايا الثلاث



هناك أشخاص إذا اختلفوا مع غيرهم انصرفوا وهم ينظرون إلى المسألة من وجهة نظرهم فقط..

وبالتالي: الحق المطلق معهم على حدّ زعمهم..

وهكذا يختلف أحدُهم مع مديره في العمل، فيرى أنه على صواب كامل، وأنَّ المديرَ كان موعلاً في الخطأ..

وتباینُ وجهةُ نظرِ شابٍّ ما مع صديقٍ له، فيتصوّرُ مشهداً ما حدث من زاويته هو فقط، ويتألّمُ بشدّةٍ ممّا سمعَ من كلامٍ أو تأنيب، ولا يفكرُ في الغالب فيما يكونُ قد بدرَ عنه هو.

ومواقفُ أخرى مشابهة تحدثُ بين الزوجين مثلاً، وبين البائع والزبون، وغيرهم، حيث يصرُّ كلُّ طرفٍ على التّحديق في القضية أو المشكلة من زاويته فقط..

والنتيجة واحدة وهي إصرار كل طرفٍ على ما هو عليه، وتصعيدُ
الخلافات بدل الوصول إلى حلِّ لها.

ماذا لو نظرَ كلُّ شخصٍ إلى الموضوع عبر ثلاث زوايا:

في الأولى ينظرُ إلى المسألة من وجهة نظره الشخصية البحتة.

وفي الزاوية الثانية يتقمَّصُ شخصيةَ الطرف الثاني ويتحمَّسُ

مشاعره، وكيف ستكون النتيجة يا ترى...؟

وفي الزاوية الثالثة يوسِّعُ الأمرَ أكثر، فينظرُ بعيني شخصٍ محايدٍ

حكيم، ويسمعُ بأذنيه، فكيف يكون موقفه من الطرفين...؟

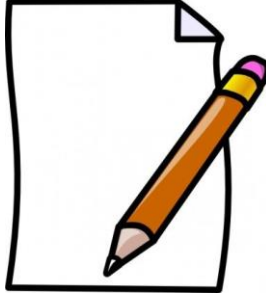
إنَّ النظرَ عبر هذه الزوايا الثلاث يكسبنا قدرًا كبيرًا من الحيادية

والموضوعية في تجاوز إشكالاتنا مع غيرنا..

ويجعلنا أكثر تفهيمًا وتقبلاً للآخرين..

فيتقلَّصُ بالتالي حجمَ الغضبِ والاكتئابِ من حياتنا.

القائمة



مهما كان مقدار الثقة التي نحملها في صدورنا، ومهما كان حجم الإنجازات والنجاحات والألقاب؛ فإنَّ هناك محطات ومطبات تقع فيها أحيانا فنشعر ببعض الخيبة ربّما تهزُّ مخزونَ الثقة بالنفس وتقدير الذات. أحدهم تعرّض مرّة لمثل هذا الامتحان القاسي، وغرق في الألم، وشعرَ لبعض الوقت أنّه لا يجدُ في نفسه تلك الثقة التي كان يعهدها بها.

حاول إعادتها، وجرب أكثر من طريقة، ثمّ اهتدى إلى أن يكتب شيئاً على ورقة بيضاء...؟

راح يخطُّ على الورق عدداً من الأسماء التي يعرفها.. هذا أستاذٌ لامعٌ وجادٌ يحترمني، وهذا تلميذٌ يعرفُ لي قدري، وهذا جارٌ يبادلني المودّة، وهذا قريبٌ يحبُّني لوجه الله دون مصلحة،

وهذا شخصٌ يبشُّ في وجهي كلهاً قابلني، وهذا مديري المباشر الذي
يثق في كفاءتي...

راحَ يقلِّبُ القائمةَ من جديد، ويتذكَّرُ كلَّ واحدٍ من الأسماء
المكتوبة ومقدار العلاقة الإيجابية التي تجمع به، ويقول لنفسه:

أنا بخير إذا كان فلان بفضلِه ما زال يحترمني، وفلان بعلمه
وإمداحني، وفلان برجاحة عقله ويستشيرني...

فألي ومال كلمة عابرة أو جملة طائشة، وكيف لي أن أجعل منها
معياراً وأهدرَ طاقتي وأقضي على نفسي..

وكانت المحصلةُ تقديرًا عميقًا لذاته، واحترامًا لنفسه، وإدراكًا بيننا
أنَّ ما مرَّ به لا يعدو أزمةً عابرةً وسحابةً صيفٍ سرعان ما تنقشعُ، ثمَّ
تعودُ المياه إلى مجاريها.

ما أحوجنا دائماً إلى رفع منسوبِ الثقةِ بالنفسِ وتقدير الذاتِ،
وعبر أكثر من أسلوب وطريقة.

إِنَّهَا مَسْئُولِيَّةُ الْجَمِيعِ



ربّما صارَ من المألوفِ لدى الكثيرين قراءة خبر انتحارِ شابٍّ في العشرين أو الثلاثين من عمره..

وربّما تجاوزَ الأمرُ هذا المستوى عند البعض، حيثُ لم يعد خبراً يثير الانتباه لتكراره في الجرائد الوطنية، خاصّة تلك التي ينتشرُ بين صحفيتها وباءُ الإثارة والتّضخيمِ وصناعةِ التّشاؤمِ في حياة الشّباب.

والأسبابُ التي تُوردها الجرائدُ في تفاصيل أخبارِ انتحارِ الشّباب تركّزُ على الظروفِ الاجتماعيّة الصّعبة التي يعيشها صاحبُ هذه الحالة أو تلك..

لكنّ هذه الظروفُ قد تشتركُ فيها نسبةٌ معتبرةٌ من سكّان الجزائر، تزيدُ أو تنقصُ من منطقة إلى أخرى.. فلماذا ينتحرُ هذا ويصبرُ ذاك...؟

ولماذا تزدادُ الظّاهرة عند الشّباب وتقلُّ عند غيرهم...؟

وهل نملك حلولاً سحريةً لمشاكل وتحديات الشباب حتى نحولَ بينهم وبين هذه الظاهرة...؟

والحقيقةُ أنّ أسبابَ هذه الظاهرة تراكميةٌ تشتركُ فيها عواملُ عديدةٌ منها ضعفُ الوازعِ الدينيِّ بين الشباب بسببِ إهمالِ أسرهم من جهةٍ وتقصيرِ المناهجِ التعليميةِ، لمن واصلَ الدّراسةَ منهم طبعاً، وعدمِ كفايةِ الجهودِ التي تقومُ بها المساجدُ والجمعياتُ الخيريةُ التي تعنى بالتّعليمِ والتّوعيةِ الدّينيةِ والعملِ في أوساطِ المجتمعِ.

لكن..

علينا دائماً التّأكيد على أنّ وراءَ الانتحارِ يأسٌ شديد، وأنّ إبعادَ شبحِه يكمنُ في زرعِ الثّقةِ باللهِ أولاً، ثمّ في النّفسِ وقدراتها والتّفاؤلِ بالمستقبلِ المشرقِ..

لكن كيف ذلك...؟

إنّها مسؤوليتنا جميعاً من خلالِ محاربةِ اليأسِ عبرِ نشرِ التّفاؤلِ والأملِ والفرحِ والابتسامةِ..

العلاج النفسي بين أيدينا



تصرّفاتٌ غريبةٌ نلّمسها من هذا القريب أو ذاك، ومن هذا المسؤول والزميل والسائق والتاجر، ويعايشها الزوج مع زوجته والعكس...

وفي النهاية مجموعةٌ من التحديات والعراقيل تعيقُ الاتصالَ الصحيحَ بين الناس، وتشحنُ علاقاتهم بكثيرٍ من المنغصات والمشاكل التي تعطلُ وتؤخرُ المسيرةَ الناجحة.

لقد اعتادَ الناسُ أن يتوجهوا إلى طبيبِ الأبدان كلما حزّبهم أمرٌ سيّئٌ، ومن هناك قد تبدأُ رحلةُ علاجٍ طويلة، عافانا الله وإياكم، وقد تظهرُ النتائجُ سلبيةً، بمفهومِ الطبِّ، مائةً في المائة وأنّ هذا الشخصُ أو ذاك لا يعاني شيئاً من أعراضِ المرضِ، وإنما هي شكوكٌ وربما وسائلُ فرضتها عواملُ نفسية.

وفي المقابل هل يسارعُ النَّاسُ في مجتمعاتنا إلى الطَّيِّبِ النَّفْسَانِيَّ
كلِّها أَحْسَوْا بِمَنْغَصَاتِ دَاخِلِيَّةِ، وَتَرَائِمِ سَلْبِيَّاتِ وَمَشَاكِلِ وَعُقَدِ
وَمَلَفَّاتِ ظَلَّتْ مَفْتُوحَةً لِعِدَّةِ سَنَوَاتٍ وَأَكْثَرِ، وَهَلْ يَحْسُونُ أَصْلًا
بِالْحَاجَةِ إِلَى هَذَا الْعِلَاجِ وَضُرُورَتِهِ...؟

إِنَّ كَثِيرًا مِنَ الظَّوَاهِرِ الْاجْتِمَاعِيَّةِ السَّيِّئَةِ هِيَ نَتَاجُ أَمْرَاضٍ نَفْسِيَّةٍ
دَاخِلِيَّةٍ أَكْثَرَ مِنْهَا رَغْبَةً فِي الْإِجْرَامِ وَالْإِفْسَادِ..

وَقَدْ نَتَخَّلَّصُ مِنْ جَلِّ هَذِهِ الظَّوَاهِرِ عِنْدَمَا تَلْتَمُّ الْجِرَاحُ النَّفْسِيَّةُ
وَتَسْوَدُ السَّكِينَةُ وَالْهُدُوءُ تَلِكِ النَّفُوسِ الْحَائِرَةِ، وَتَحْوُلُ الْعِلَاقَاتُ الْعَائِلِيَّةُ
وَالْاجْتِمَاعِيَّةُ مِنْ مَسْتَوَاهَا الْحَالِي إِلَى مَسْتَوِيَّاتٍ أَفْضَلِ.

وَالْحَلُّ.. هَلْ نَقِيمُ عِيَادَاتٍ نَفْسِيَّةً تَمَاطُلُ عِدَدَ مَحَلَّاتِ الْمَوَادِّ
الْغِذَائِيَّةِ...؟

طبعاً.. لا..

فَنَحْنُ فِي حَاجَةٍ إِلَى عِيَادَاتٍ عِنْدَمَا تَكُونُ الْحَالَاتُ مَسْتَعْصِيَّةً
فَقَطْ، لَكِنْ فِي يَدِ كُلِّ وَاحِدٍ مِمَّا تَعَلَّمَ بَعْضَ طَرِيقِ النَّسِيَانِ وَالْعَفْوِ وَالْمَسْحِ
الْيَوْمِيِّ، وَإِغْلَاقِ الْمَلَفَّاتِ وَالْقَضَايَا السَّابِقَةِ.

حَوْلَ الْهَمَّةِ.. لِنُدْنِدَنَّ جَمِيعًا



في حلبة السِّبَاقِ وعند وصول الفرسان بجيولهم إلى خطِّ النَّهايةِ
صاحَّ أحدُ المتفرِّجين، وقفزَ عدَّةَ مرَّاتٍ في مكانه، وكانت علاماتُ
البِشْرِ باديةً على وجهه..

أحدهم، وكان إلى جانبه، سأله بهدوء:

هل فازَ حصانُك بالمركزِ الأوَّلِ في السِّبَاقِ...؟

قال الرَّجُلُ المسرور:

لا، لكنَّ اللَّجَامَ الَّذِي اسْتَعْمَلَهُ فارسُ الحصانِ الأوَّلِ هو ملكُ
لي، وقد استعاره مِنِّي قبل السِّبَاقِ..

نعم.. إنَّه أتموذجٌ لأحدِ مستوياتِ الهمةِ عند النَّاسِ، فأحدهم
تتعلَّقُ همتهُ بالثَّريا، وآخر يقنَعُ من الحياةِ بِلِجَامٍ أَعَارَهُ لِفَارِسٍ وهكذا
يفرَحُ لفوزِ (لِجَامِهِ في السِّبَاقِ)...

(رُبَّ هَمَّةٍ أَحْيَتْ أُمَّةً) قولٌ مأثورٌ يُنسَبُ إلى الإمام عليّ بن أبي طالب كرم الله وجهه..

فما أحوجنا إلى تمثله خاصة في هذه المرحلة التي تمرّ بها أمتنا وبلادنا..

أفكارٌ مشاريعٌ يمكن أن تُصلحَ الكثيرَ من جوانب حياتنا الروحية والثقافية والعلمية والمادية وغيرها..

وهي لا تحتاجُ سوى إلى هممٍ عاليةٍ ومبادراتٍ تجمعُ بين صدق العزم والإخلاص والعلم..

ثمّ نتابعُ بأعيننا كيف تتحوّلُ مؤسساتٌ من الترهّل والسلبية إلى الحياة والإيجابية..

وكيف نغيّرُ حالَ أحياءٍ وقرى ومدن من الفوضى والأوساخ إلى النظافة والنظام..

وكيف ينتفضُ جيلُ الشّباب والمراهقين على حياة الكسل والتقليد والقشور وسفاسف الأمور، ليجدَ نفسه في المعالي بكلّ معانيها..

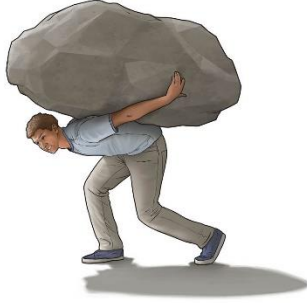
إنّها الهمةُ فلندنِّدْ حولها جميعاً..

المحور السادس

في الرؤية والآهداف

والتنظيم

مِنطَقَةُ الأَمَانِ



مَعَ مُرُورِ الأَيَّامِ والسَّنِينِ يَتَعَوَّدُ المرءُ عَلَى المِحِيطِ الَّذِي يَعيِشُ فِيهِ، وَعَلَى جِيرانِهِ الَّذِينِ قَاسَمَهُمُ حُلُوقَ الحَيَاةِ وَمَرَّهَا، وَعَرَفَهُمُ عَن قُرْبٍ، وَصَارُوا جَمِيعًا أُسْرَةً وَاحِدَةً كَبِيرَةً، كَمَا هِيَ عَادَةُ الجِيرانِ فِي الحَيَاةِ البَسِيطَةِ العَفْويَّةِ خَاصَّةً عِنْدَ سَكَّانِ القُرَى والأريافِ.

وَالأَمْرُ نَفْسَهُ يَحدُثُ فِي الغَالِبِ مَعَ مِحِيطِ عَمَلِ المرءِ، حَيْثُ الزَّمَلَاءُ والرُّؤَسَاءُ والمُرُؤَسِينِ.

كَمَا يَعتَادُ المرءُ أَيْضًا عَلَى التَّفَاصِيلِ اليَوْمِيَّةِ لِتَضَاريسِ مَنطَقَتِهِ وَطَرَقَاتِهَا وَمَنَاحِهَا وَطَقْسِهَا.

هَذَا التَّعَوُّدُ وَالإِطْمِئْنَانُ إِلَى المِحِيطِ يُسَمَّى مَنطَقَةُ الأَمَانِ الَّتِي يَرسُمُهَا المرءُ لِنَفْسِهِ عَن قَنَاعَةٍ وَطَوَاعِيَّةٍ، أَوْ مَن خَلَالَ ظُرُوفِ قَاهِرَةٍ دَفَعَتْهُ إِلَى ذَلِكَ المِحِيطِ فَصَارَ مَنطَقَةً أَمَانٍ لَهُ..

وهكذا يعيش الكثير من الناس في مثثات أو مربعات، أو دوائر مغلقة بين العمل والبيت والمقهى أو النادي أو المسجد، والحديقة أو البحر أيام العطل.

ومع مرور الزمان وتعاقب الليل والنهار يقع أصحاب منطقة الأمان أكثر وأكثر في أسر تلك المربعات والدوائر والمثثات..
ويصير مجرد التفكير في التخلص منها أمرًا دونه خرط القتاد..
وقد يعيش الإنسان داخل منطقة أمانه هذه سعيدًا هانئًا، لكن في إطارٍ محدد.

وفي المقابل:

معظم الناجحين والعظماء، الذين أدوا أدوارًا جوهريّةً في التاريخ، لم يرهنوا أنفسهم لمنطقة الأمان المذكورة..
بل تمردوا عليها..

وَجَرَجُوا وَكَافُوا وَصَارَعُوا وَاجْتَهَدُوا وَتَعَبُوا..
حتى حققوا الأهداف التي سَطَّروها لأنفسهم.

المهم غير العاجل



كلُّ ما يقابلنا من أعمال وواجبات ومشاكل لا يخرجُ عن التصنيفات الأربعة التالية وهي:

مهمّ عاجل، ومهمّ غير عاجل، وغير مهمّ عاجل، وغير مهمّ غير عاجل..

وعندما نتفحصُ معاني الأقسام الأربعة سالفة الذكر يمكننا التّحكم بشكل جيّد في أولويّات حياتنا وبرامجنا وخطّطنا.

وفي هذا السّياق نجد أنّ أكثر الجادّين الذين يحملون رسائل في الحياة يقضون جلّ أوقاتهم في خاّنة المهمّ العاجل، حيث يلبّون نداء الواجب عبر مساعدة الآخرين والاستجابة لهم، والاهتمام بالحاجات والمطالب الحيّاتيّة الخاصّة.

وأمثال هؤلاء الجادّين لا يشكُّ أحدٌ في دورهم الكبير، وأيادهم البيضاء على أنفسهم ومن حولهم، وتأثيرهم الإيجابي على حركة المجتمع..

لكنّ الطّموح الذي يرغبُ في تقديم خدماتٍ نوعيةٍ لمجتمعه وترقيّة قدراته ومهاراته، يحتاجُ إلى الاهتمام أكثر بالعمل في خانة (المهمّ غير العاجل) حيث التخطيط واكتساب المهارات وبناء الخبرات والقدرات..

ومن ثمّ العمل والنشاط في مجالات حيوية تساهم في نهضة الأمة مستقبلاً، لسدّ ثغرات قلّ من يهتمّ بها في غمرة المشاغل اليومية والطوارئ.

نعم.. من أراد العمل للمستقبل فما عليه سوى الاهتمام بالمهمّ غير العاجل، حين يفرغ نفسه لِعِلْمٍ أو تخصصٍ نادر.

أمّا القسمان الباقيان فلهما شأن آخر:

حيث يمكن التّساعُح مع الأوّل (غير مهم عاجل) في الحدّ الأدنى مثل بعض الدّعوات والمكالمات الهاتفية والمجاملات وما شابه، أمّا الثّاني (غير مهمّ غير عاجل) فلا يصحّ للجادّين الاقتراب منه بأيّ حال من الأحوال.

قلاع في الهواء



القدرةُ على تحديدِ الاهدافِ والغاياتِ من أسسِ النَّجاحِ في حياةِ الإنسانِ..

يقولُ المثلُ الإسبانيُّ:

"إذا لم تبُنْ قلاعك في الهواءِ فلن تبنيها في أيِّ مكانٍ آخر" ..

وتقولُ الحكمةُ:

"إذا لم تكن تعرفُ إلى أيِّ شيءٍ تطمَحُ فإنَّك تطمَحُ إلى لا

شيءٍ" ..

وهناك عبارة جميلة تقول:

"إنَّ العالمَ يفسحُ الطَّريقَ للمرءِ الذي يعرفُ إلى أين هو ذاهبٌ".

ومختصرُ الكلامِ: إذا كنت لا تعرفُ ما تريد فلن تصلَ إلى ما

تريد ..

وبصيغة أخرى: لن تحقّق شيئاً بالصدفة..
وهكذا.. ينبغي لك أن تخطّط، وبدقّة، للوصول إلى ما تريد، ثمّ
تجتهد وتجتهد وتبدأ في انتظار النتائج تباعا..
لن تحقّق شيئاً وأنت جالس على سريرك تتمنّى، فقد يطول بك
التمنّى..

وما نيلُ المطالب بالتمنّى... ولكن تؤخّذُ الدنيا غلابا.. على حدّ
قول الشاعر.

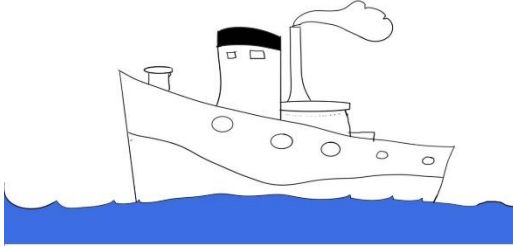
كلامٌ مختصرٌ أيضاً في هذه السّياق: من جدّ وجد، ومن زرعَ
حصد، ومن سارَ على الدّرب وصل.. وشخصٌ واحد فقط هو الذي
يحقّق النجاحات.. إنه العارف المصرّ..

وهكذا لتعلّم الطّريقة ثمّ نصرّ على بلوغ الأهداف..
يقول الحكيم كونفوشيوس: "النّاس بالفطرة متشابهون بالتّطبيق
مختلفون"..

نعم.. نشترك في مقدّمات وأساسيات، وبتاح لنا فرص العيش
والتّعليم وغيرها.. لكن... عند التّطبيق هناك من يبادر ويثابر وينطلق
في دروب الحياة بكلّ ثقة، وهناك من يخذل إلى الأرض ويتسمّر في
مكانه ويقنع بالقليل من العمل والإنجاز..

وهكذا يتفاوت النّاس ويتفاضلون في أشياء كثيرة.

حَدِّدْ مَكَانَكَ بِدِقَّةٍ



سيناريو يتكرّر عند البعض، حتّى لا نقول عند الكثيرين، وهو مسلسلُ التّسويف الذي يبدأ من أيّام الدّراسة الثّانوية حيث يخادعُ التّلميذُ نفسه ويؤجّلُ الانضباطَ الحقيقيّ والجدّ ويستبدله بأيّ جهدٍ يؤدّي به إلى تخطّي العقبة التي أمامه ليدخل الجامعة.

وعندما يكون في مدرّجات الجامعة يتكرّر الوسواسُ المرضيُّ نفسه حيث يحدثُ الشابُّ الأصدقاءَ والأهلَ والزّملاءَ بأنّ المهمّ هو إكمالُ هذه السّنوات بأيّ شكلٍ من الأشكال، وهكذا يكون الحضورُ والأداءُ والتّفاعلُ في أدنى حالاته، والهدفُ هو تخطّي المرحلة والولوجُ إلى الحياة العمليّة، وهناك يمكن التّمييزُ عبر تحسين الأداء...؟

وبعد التّخرّج يجدُ الشابُّ نفسه في دوامةٍ أخرى ومساراتٍ متشعبة، وهكذا يقولُ لنفسه من جديدُ بأنّه سيخدمُ وبيدعُ ويساهمُ في

تنمية المجتمع بعد أن تتحقق له الراحة في الوظيفة والأسرة والمحيط الاجتماعي.

وتمضي السنوات سريعةً ليحدث نفسه بأن أوان التقاعد قد اقترب، وسوف أحقق أهدافي العامة عندما أستريح من عناء الوظيفة، ويكون بين يدي وقت فراغ أشغله بأعمال عامة، وأحقق أهدافاً كنت أحلم بها في مرحلة الشباب.

وتمضي الأيام... وإذا بشيخ هرم يتحدث بحسرة ويقول:
لو عادت الأيام ورجع الشباب سوف أنجز الكثير وأحقق نجاحات ونجاحات...!

إنه ذلك التلميذ الثانوي والشاب الجامعي والموظف..
إنها حالات يقع أصحابها في داء التسويف..
فتسير بهم قاطرة الحياة دون شعور منهم.
إن الحياة سفينة يركبها كل الناس.. لكنهم يتفاوتون في المراتب
والمنازل والوظائف.. فأين أنت...؟

دعه وشأنه



مهما كانت درجة التجرد والتواضع تظلُّ في النفس مطامع ورغبات، تحثُّ صاحبها على التدافع الشريف في ميادين العمل والإنجاز والعلم والثقافة والمال..

وطبيعة الإنسان تجعله يأنف، أو لا يستريحُ تماما، وهو يرى غيره يتقدّم عليه في علمٍ أو جاهٍ أو مالٍ..

لكنّ هذا الإنسان، في الغالب، لا يجدُ غضاضةً في أن يتقدّم عليه ابنه، بل يفرحُ إذا رأى فلذة كبده قد تقدّم خطوات أبعد منه في علمٍ أو ثروةٍ أو منزلة..

وأكثر من ذلك قد يرى فيما يحققه الأبناءُ تكلةً لما بدأه هو، أو تجسيدا لرغباتٍ وطموحاتٍ سعى نحوها يوما.

ومع ذلك لا ينبغي للآباء أن يدفعوا أبناءهم إلى مجالات وتخصصات دون قناعة ورغبة منهم، لأنّ النتائج ستكون عكسيّة في الغالب، وأحياناً كارثيّة، وذلك عندما يجدُ الولدُ نفسه في مجالٍ لم يختره بنفسه، وأنّ الأمرَ مجردُ رغبةٍ من أمٍّ أو أبٍ..

المهمّ بالنسبة للأب هو غرس القيمِ العالية التي تُخدمُ المجتمع..
رجلٌ فاضلٌ من أهل العلم أجابني بنوعٍ من الاعتذار عندما سألتُه عن ابنه الأكبر، وقال إنّه لم يسلك طريق العلم والدراسة..
وطبيبٌ حدّثني مرّةً بنوعٍ من الانكسار لأنّ أبناءه لم يسلكوا طريقَ العلم والنحازة للتجارة..
وأستاذٌ جامعيٌّ أجابني بقدر من الحياء لأنّ ابنه لم يصل إلى الجامعة...

لا يهمّ كلّ ذلك..

المهمّ أن يحملَ الولدُ قيمَ الصّلاح والاصلاح، وسينفعُ الله به أينما حلّ وارتحل.

الْفَرْقُ الَّذِي يَصْنَعُ الْفَرْقَ



العمرُ الحقيقيُّ للإنسان هو تلك الإنجازاتُ والنّجّاحاتُ التي حقّقها في حياته، ومقدار الأيام والشهور والسّنّوات التي قضّاها في إيجابيّة عالية، وخدمة متواصلة لمن حوله.

أعمارنا قرب السّبعين وفوقها وأسفل منها، وهي في الغالب بين السّتين والسّبعين كما جاء في حديث الرّسول محمّد صلّى الله عليه وسلّم.. والسؤال ليس عن عدد السّاعات التي نعيشها، بل عن تلك الأهداف التي حقّقناها، والبصمات التي تركّاها في دنيا النّاس، فمرحّل وقد زدنا شيئاً في هذه الحياة، ولم نكن مجرد ثقّل إضافي عليها.

تقول إحدى الدّراسات إنّ النّاس، في الغالب، يقضون 16 سنة من أعمارهم في العمل أو الدّراسة، وأكثر من 17 عاماً في النّوم،

وستين ونصف (2.5) في الأكل، ومثلها في اللباس، ومثلها أيضا في دورة المياه..

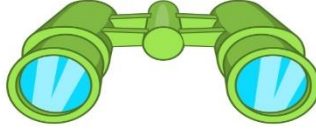
كما يقضون 3 سنوات وربع السنة في المواصلات، و7 سنوات ونصف السنة في العبادات، أما الاجتماعات فتأخذ من العمر عامين ونصف (2.5)، ثمّ عام وربع العام في الاتصالات الهاتفية.

لكن.. تلك الدراسة وأرقامها المثيرة هل هي قانون كوني لا يمكن لأحد التخلّص منه...؟
لا..

بل الصحيح هو العزم والحزم عبر عمليات اقتطاع من هذا الوقت وذلك..

والاستفادة من الوقت في تنمية مجموعة من المهارات الجديدة..
واكتساب المعارف والتميّز في هذا الفنّ أو ذلك..
وبالتالي سوف نصنع الفرق الذي يصنع الفرق في حياتنا وحياة الآخرين.

وُضُوحُ الْأَهْدَافِ وَعُلُوُّ الْهِمَّةِ



عجيبٌ وغريبٌ أمرٌ بعض النَّاسِ عندما يشكون من الفراغ
والقلق وبطء حركة الزمن...!

نعم.. البعض ما زال يقولُ لجليسه أو صديقه:

ما أطول هذا الصباح.. لقد مللتُ... ما أطول هذا المساء...!

ويزدادُ الطَّيْنُ بَلَّةً في رمضان عندما يشكو أحدُهم لمنَّ حوله طول
يوم الصَّيام، وبعد الشُّقَّةِ بينه وبين موعد آذان المغرب.

عجيبٌ فعلاً أمر هؤلاء النَّاسِ ونحن نعيشُ عالمًا تعددت فيه
الوسائلُ الحديثة، إلى جانب القديمة..

الأمرُ الَّذِي أتاحَ للجميع استغلالَ أوقاتهم على أحسن وجه
ممكن، والغوص في العلوم والمعارف والثقافات، وتطوير القدرات
والانطلاق بالذَّات نحو مجالات جديدة سواء في العوالم الحقيقيَّة أو
الافتراضيَّة.

رفوف المكتبات تزدهم بالكتب، والشبكة العنكبوتية تزخر بكل جديد ومفيد لمن أحسن الغوص في بحارها، والسباحة في مختلف مستويات مياهاها، والفضائيات صارت أكثر مما نتصور، ومع أنّ فيها من الغث الكثير، فإنّ فيها أيضاً من الخير والصّلاح الكثير ما يجعلها معاهد مفتوحة في البيوت لمن أراد التّحصيل عن طريق السّمع والبصر. الوسائلُ الكثيرةُ إذن..

لكنّ ما يفتقده الكثيرون هو وضوح الأهداف وعلوّ الهمة التي تدفعُ صاحبها إلى الرّكض دون توقّف في سبيل تحقيق الخطوة بعد الخطوة، ومن ثمّ الظفر بمعالى الأمور.

نعم.. نقرُّ بأنّ وسائلَ الفتن والملاهي كثيرةٌ في هذا الزّمان، لكنّ وسائل الخير والإصلاح أيضاً متاحة ولم تعد عصيةً على أحد، والمطلوبُ فقط هو هجر الأعدار والتّشميرُ عن ساعدِ الجدّ..

التَّخْطِيطُ وَالْكَرَّةُ



كَانَ الْحَدِيثُ يَدُورُ حَوْلَ أَهْمِيَّةِ التَّخْطِيطِ، وَضُرُورَةِ أَنْ يَكُونَ لِلفردِ النَّاجِحِ بَرْنَامْجًا خَاصًّا بِهِ حَتَّى لَا يَكُونَ ضَمْنِ بَرَامِجِ الْآخَرِينَ، وَلَا بِأَسْبَعِ ذَلِكَ أَنْ يَتَقَاطِعَ مَعَ غَيْرِهِ فِي بَرْنَامِجِ مَا أَوْ فَائِدَةُ مُشْتَرَكَةٍ..

أَمَّا الْخَطِيئَةُ الْكَبِيرَى فَهِيَ أَنْ يَعِيشَ الْفَرْدُ بِلَا أَهْدَافٍ إِيْجَابِيَّةٍ عَلَى الْإِطْلَاقِ، ثُمَّ يَقَعُ ضَمْنِ مَجَالِ مَخْطَّطَاتِ غَيْرِهِ.

تَحَدَّثَ الْمَحَاضِرُ حَوْلَ جَنُونِ الْفَضَائِيَّاتِ وَمَا تَفْعَلُهُ فِي عَالَمِ كَرَّةِ الْقَدَمِ وَالْمُنَافَسَاتِ الْعَالَمِيَّةِ، وَتَمَّ التَّرْكِيزُ عَلَى أَنَّ كَرَّةَ الْقَدَمِ لَعِبَةٌ شَعْبِيَّةٌ يَعِشُّهَا الْمَلَائِينُ، بَلْ مِائَاتِ الْمَلَائِينِ، وَمِمَارَسَةُ هَذِهِ اللَّعْبَةِ رِيَاضَةٌ شَيْقَةَ وَمُفِيدَةٌ، لَكِنَّ مَا آلَتْ إِلَيْهِ فِي زَمَنِ الْمَصَالِحِ الْمَادِيَّةِ الطَّاعِنَةِ لَمْ يَعُدْ مَقْبُولًا عِنْدَ الْعُقَلَاءِ.

مَا يَحْدُثُ فِي هَذِهِ السَّنَوَاتِ أَنَّ اللَّاعِبِينَ الْمُتَأَلِّقِينَ فِي النَّوَادِي الْأُورُوبِيَّةِ مِثْلًا يَضَعُونَ خَطَّطًا لِتَحْصِيلِ مَبَالِغِ طَائِلَةٍ، وَالنَّوَادِي كَذَلِكَ،

ثمَّ الشَّرَكَاتُ الكُبْرَى وما تحقَّقه من عوائد وشهرة عبر الإعلانات، وفي الأخير تلك القنوات المشفَّرة ومبيعاتها وإشهاراتها..

وجهدُ وبرامُجُ أولئك جميعاً مرهونٌ بالمشاهد العاديِّ الذي يسارعُ إلى شراء البطاقة الذكيَّة ليتابع المباريات، فتزيدُ قيمةُ الأشهارات وترتفعُ أسهمُ الشَّرَكَاتِ.

بعد المحاضرة اعترض طالبٌ، في مرحلة التعليم الثانوي، على هذا التوجيه قائلاً:

أنا الذي أضعُ مباريات كرة القدم في برنامجي لأنني اخترتُ المشاهدة...!

كلامٌ جميلٌ في ظاهره لكنَّ الحقيقةَ غير ذلك.. لأنَّ اختيارَ البرامج التي تملأُ فراغي وتحققُ أهداني ينبغي أن تخضع لأولوياتي ومعطيات حياتي، وحالة مجتمعي وبلادي وأمّتي.. وليس من خلال هذا الضَّغط الإعلاميِّ والمزاج المجتمعيِّ الجارف.

الْعَامُ الْجَدِيدُ.. وَالْأَهْدَافُ



عندما يقتربُ العامُ الجديد..

أبيّ الأسئلةِ أكثرُ إلحاحاً عند الجميع، وهل يعقلُ أن تمرَّ هذه الأيامُ كغيرها دون مراجعةٍ أو حساب..

إنَّ شمسَ العامِ الجديدِ تشرقُ على جميعِ النَّاسِ الأحياءِ، لكنَّ المفارقةَ أنَّها تشرقُ على البعضِ حاملةً معها الجديدَ والمفيدَ، وتشرقُ على آخرين كَسالفِ الأيامِ والسنين الخوالي.

السؤالُ الجوهريّ: هل يملكُ معظمنا أهدافاً واضحةً ومكتوبةً...؟

الإجابةُ المرَّة: لا..

وهكذا إذا أردتَ الدليلَ فاجمع 100 فردٍ في أيِّ ساحةٍ عامَّة، أو مهرجان أو مباراة كرة قدم..

وسألهم بعد ذلك عن الأهداف التي تحقّق النجاح..

وتحديداً: هل عندك أهداف مكتوبةً على الورق...؟

هنا مرّبطُ الفرّس.. حيث تكمنُ مشكلةُ الكثيرين حين يتصوِّرون أنّهم سيحقّقون النّجاح الذي يريدونه دون أهداف مسطّرة بعناية على الورق..

عددٌ محدودٌ هو الذي يحقّق النّجاح الباهرَ دائماً، وفي جميع مجالات الحياة.. وهم الكتّبة.

هم الذين يسطّرون أهدافهم على الورق..

أهداف واضحةً ومحدّدةً وقابلةً للقياس..

إنّ الفشل لا يعودُ إلى نقصٍ أو انعدامِ الفرّص، لأنّ الحياة تقدّمُ لنا جميعاً العديدَ من الفرّص الفريدة.. فهل الأشخاص الذين لا ينجحون في الحياة يخطّطون للفشل حقاً...؟

المؤكّد أنّ نواياهم غير ذلك، لكنّ المؤكّد أيضاً أنّهم لا يخطّطون لأيّ شيء، لأنّ ثلاثةً في المائة من سكّان العالم فقط يخطّطون لحياتهم بشكلٍ مكتوب، كما تقولُ الدّراسات.

المحور السابع
في السَّعَاةِ وَالنَّجْمِ

أُخْرِجْ مِنْ هَذِهِ الْمَرْحَلَةِ فَوْرًا



أخطرُ مرحلةٍ يعيشها الفردُ هي مرحلةُ الإسقاطات حيثُ يدمنُ خطيئَةَ إسقاطِ كلِّ شيءٍ على الآخرين من حوله..

ومن ثمَّ يتفننُ في تبرير فشله ومشاكله والعقبات التي تواجهه، وقدفها على كلِّ شيءٍ حوله مُتَجَنِّبًا دائماً الحديثَ عن نفسه ودوره في الفشل، وما كسبت يدها في المشاكل والعقبات التي تواجهه.

موظفٌ عاجزٌ عن الرقيِّ بنفسه ومستواه ودرجته الوظيفية، نراه يواصلُ الليلَ بالنهار في الحديث عن مشاكل الإدارة وتحيز المدير والرواتب المتأخرة والمواصلات المتعبة المملة والزملاء النمامين الوشاة المتملقين للإدارة وهكذا...!

وأبٌ بعد فشله في تخريج أولادٍ صالحين لنفسه ومجتمعه، يبالغ في سبِّ الزمان والمجتمع والجيران والقنوات الفضائية وأولاد الليل الذين أفسدوا أبناءه، وصديقات السوء اللاتي أثرن سلبا على أخلاق بناته...!

والطالب بعد أن يحصلَ على علاماتٍ ضعيفةٍ أو يضطرُّ لإعادة السنة، لا يجدُ أمامه إلاَّ الأساتذة فيكبلُّ لهم التهم، والإدارة فيصفها بأبشع الأوصاف، وجهات أخرى قد تكون أسرته من بينها، فيحملها المسؤولية الكاملة عن رسوبه ذلك العام...!

والتحديات والمشاكل الخارجية بالنسبة للفرد أو الأمة حقيقة لا مجال لنكرانها..

لكنَّ الذي يريدُ النهوض، فرداً أو دولة، لا يسعه إلاَّ تركُ خانة الإسقاطات هذه، وبأسرع وقت ممكن، ومن ثمَّ تحمل المسؤولية كاملة..

وعليه أن يعلمَ علمَ اليقين أنه كان مسؤولاً عن الماضي بتقصيره، وهو أيضاً المسؤولُ الآن عن المستقبلِ المشرقِ بجهوده وتفانيه وسعيه الدؤوب نحو تحقيق السعادة والنجاح.

دُونَ قَيْدٍ أَوْ شَرْطٍ



صورة الذات لدى أي فرد هي جوهر شخصيته، وهذا الأمر في غاية الأهمية لما له من آثار مباشرة على جميع جوانب السلوك الإنساني.. ويرى بعض خبراء التربية أنّ الإعداد الجيد لأجل النجاح في الحياة يكمن فقط في صورة الذات القوية الإيجابية.

وأولى الخطوات على طريق السعادة أن تقبل ذاتك كما هي الآن ودون أي شروط مسبقة، سواء كان ذلك بالنسبة للشكل والمظهر الخارجي، أو المستوى المادي أو العلمي أو الاجتماعي، وبغض النظر عن اللون أو العرق أو الجهة التي وجدت نفسك منتمياً إليها دون اختيار..

وهكذا فإنّ تحقيق السعادة لا يعني تحقيق الكمال، أو الثراء، أو امتلاك سلطة أو نفوذ، أو صلة قوية بشخصيات متنفذة.

بل إنّ تحقيق السّعادة يكمنُ في حبّك لنفسك بخصائصها الحاليّة، وهذا لا يعني الرّضا بالصفّات غير الإيجابيّة وترك السّعي لتغييرها نحو الأفضل..

لكنّ المطلوب أن تحبّ جوهرَ نفسك..

إنّ هذه الخطوة تجعلك سعيداً، ومن ثمّ تمهّد لك الطّريق نحو التفكير في الأفضل على جميع المستويات والجوانب المهمّة في حياتك.. ومن ثمّ الوصول إلى درجات أعلى للنّجاح والثّراء والعلاقات وغيرها.. شرط أن تكون البداية بالسّعادة المنطلقة من قبول الذات. كثيرون يبحثون عن السّعادة في الأعراس الماديّة أو المناصب العاليّة..

لكنّ المطلوب، وبإلحاح شديد، أن تكون سعيداً دون قيد أو شرط، ولا بأس بعد ذلك من البحث عن مظاهر أو كاليّات لسعادتك.

خيارٌ واحدٌ فقط



كثيرون هم أولئك الذين أدمنوا الشكوى من معوقات وتحديات الحياة، وشاهدوها عبر نظارات سوداء قائمة، فبدت لهم دائماً مجموعة من الحواجز والسدود والعراقيل والأعداء والشامتين..

وهكذا دواليك..

وبالتالي يعيش هؤلاء حياتهم بمزاجٍ ثقيلٍ سيء..

وفي المقابل هناك من اختار العكس تماماً.

يقول أحدهم:

عندما أستيقظُ من نومي يكون أمامي خياران فقط: أستطيع أن أكون في مزاجٍ جيّدٍ أو أكون في مزاجٍ رديءٍ، وأنا أختارُ دوماً أن أكون في مزاجٍ جيّدٍ..

ويواصل القول: في كلّ مرّة يحصل لي أمرٌ سيءٌ يكون أمامي خياران: إمّا أن أكون الضّحية وينتهي الأمر، وإمّا أن أتعلّم من هذا الأمرِ درسًا، وأنا دائماً أختارُ أن أتعلّمَ من الأمرِ.

إنّ الحياة لا تعدو مجموعةً من الخيارات، وإذا اختصرتِ المواقف التي تمرُّ بك فإنّها في النهاية مجموعةٌ من الخيارات أيضًا..

فأنت الذي تختارُ نوعيةَ ردِّ فعلك تجاه قضيةٍ أو رأيٍ أو موقفٍ من قريب أو صديق مثلاً..

وأنت أيضا الذي تختارُ طريقةَ تأثيرك على الآخرين..

وأنت الذي تختارُ طبيعةَ مزاجك هل يظهرُ بشكلٍ جيّدٍ أو سيءٍ...؟

وهكذا.. في النهاية هي حياتك، وأنت المسؤول عنها، وتختارُ لها ما تراه مناسباً.

إنّ تحديّاتٍ ومشاكلِ الحياة حقيقةً ماثلةٌ للعيان، لكنّها لن تكون أبداً العاملَ الأبرزَ والحاسمَ في صناعة السّعادة والراحة الداخليّة..

لأنّ السّعادة في القلب والعقل معاً، ولا سلطان لكائنٍ دنيويٍّ عليهما مهما كانت سطوته وقوته الظّاهرة.

لَا لِلْعَصَا وَالْخَاتَمِ



الحياة في أحد تجلياتها لا تعدو أن تكون مجموعةً من التّحديات والعقبات التي نملكُ تجاوزها والتّغلب عليها، وفق السنن الكونية والقدرات والمواهب والاستعدادات التي وهبنا الله تعالى إياها.. تلك التّحديات والعقباتُ تقابلُ الجميعَ تقريبا، وإن تفاوتت أشكالها ومظاهرها وأحجامها وطرقُ تأثيرها المباشرة وغير المباشرة. البعض يقابلُ الحياةَ بروحٍ وثابةٍ طموحة، وعينٍ تنظرُ إلى البعيد حيث المستقبل الواعد..

ومن هناك نتصاغُرُ العقباتُ وتراجعُ التّحدياتُ وتتحوّلُ بعد تجاوزها إلى مجموعةٍ من التّجارب المفيدة والذّكريات المحفّزة. وصنّفُ آخرُ يلجُونُ بوابةَ خريفِ العمر وما زالوا يلهون بخاتم سليمان وعصا موسى عليهما السّلام..

ويتناسون أنّ زمن المعجزات قد ولى، وأنّ التّشهير عن ساعد الجّد والعمل الدّؤوب والجهد المتواصل هو السّيبُل الوحيد لتجاوز العقبات والوصول إلى الأهداف والغايات.

إنّ على هذا الصّنف من الشّباب، خاصّة، أن يتوب عن فكرة انتظار "المعجزات" ..

ومن ثمّ يبدأ الحركة والعمل فوراً على طريقٍ في بدايتها لافتة كبيرة تقول:

مسافة الألف ميل تبدأ بخطوة واحدة ..

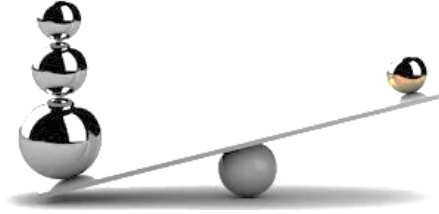
وأن يتذكّروا دائماً أنّ القطرات القليلة من المطر تصنعُ جدولاً، مهما ظهر صغيراً في البداية.

وأن يتخلّوا عن خطيئة انتظار الحظّ، لأنّ ذلك الحظّ المفترض "لن يسعدك إلا إذا تعاونت معه".

ومع أنّ الأمانى والأحلام أساسية في السير على الطريق وصناعة النّجاح؛ فإنّها تظلُّ بلا طعمٍ أو لونٍ أو رائحةٍ دون عمل وجهد...

لأنّ "الأمانى وحدها بضاعة الضّعفاء، والعمل بضاعة الأقوياء".

دَاءُ الْمُقَارَنَةِ



أغلب الذين حقّقوا إنجازات كبيرة، مادية أو علمية أو سياسية أو ثقافية، لم يقفوا هكذا دون سابق إنذار..

ولم يصلوا إلى القمم التي يتربّعون عليها بين عشية وضحاها...

بل كانت أيام وشهور وسنوات حياتهم سلسلة من الجهود المتواصلة والتضحيات والمغامرات، وحتى التحديات الكبيرة والفشل الذريع الذي يسبق النجاح.

وعندما يصل الناجحون إلى القمة ويجلسون مطمئنّين عليها، ينظر إليهم بعض الشباب نظرة خاطئة حين يختزلون سنوات التعب والجهد، وحتى الجمر، في مشهد التربع على ذلك الكرسيّ الزاهي الألوان، والراحة البادية للعيان، أو النجاح الباهر الذي تشرّب إليه الأعناق وتهفو إليه القلوب.

يخطئ البعض وهم ينظرون إلى المتربّعين على القمة، فيقعون في داء المقارنة غير المتكافئة..

ويقارنون أنفسهم وإمكاناتهم بما عند أولئك وما وصلوا إليه، ولا ينظرون سوى إلى الجوانب التي يفتقدونها..

وبالتالي يقع هؤلاء في مستنقع الإحباط ويتردّون إلى دركات اليأس، ومن ثمّ البقاء في المكان ذاته دون أيّ فرصة مناسبة للوصول إلى السعادة والنجاح.

إنّ المقارنة الحقيقية تنصبّ على نفسي وبرايجي وأين كنت قبل سنة أو سنوات، وأين صرت الآن بجهودتي الحالية ومثابرتي..
وأين سأصبح بعد سنواتٍ أو عند التّاريخ المحدّد الذي وضعته نصب عيني..

وبعد ذلك أتطلّع بشكلٍ إيجابيٍّ إلى القمم التي وصل إليها الآخرون، بل وأتمثل خطواتهم لاقتفاءها، وأهدفهم للوصول إليها.. لأنّ المنازل التي بلغوها ليست مستحيلة..

وما حقّقه ليس من قبيل المعجزات أو الخوارق.

الإنتاج والسعادة



الشكوى داءٌ يصيبُ الكثيرَ من الناس ويحوّلُ أحاديثهم مع
غيرهم إلى عرائض مليئةً بالتظلمات من كلِّ شيء حولهم..

شكوى من المجتمع والإدارة والحكومة والجيران، والأولاد وقلة
الراتب وصعوبة الحياة، وحتى الطبيعة تنالُ نصيبها من التشكي، فإذا
جاء الصيفُ حلت معه الشكوى من الحرِّ، وإذا دخلَ الشتاءُ كان
الضجرُ من القرّ.

حديثٌ متواصلٌ يتقنه البعض عن العقبات والمشاكل،
وتعقيدات العمل ومشاكسات الزملاء، وتراكمات أعباء البيت
والمصاريف...

والنتيجة الطبيعية دائماً مزيداً من الشعور بعدم الرضا وفقدان السعادة والراحة البدنية والنفسية.

هذا الصنف يدندن بأحاديثه في كل مكان، ويكررها على مسمع الجميع: زملاء عمل، وأقارب وأصدقاء وأولاد وجيران..
والحالة طبعاً إحساس دائم بالشقاء، وتعبير مستمر عن عدم الرضا..

أما المشاكل فهي في مكانها لم تغادره قيد أنملة، لأنها تتلقى يومياً سيلاً من الشكاوى والخطب، ولا تتلقى نصف خطوة جادة على طريق التفكير في الحل، فضلاً عن الشروع الفعلي فيه.

والحقيقة أنّ تحديات الحياة لا تستثني أحداً من الناس تقريباً، لكنّ الحكماء هم الذين يقابلونها بالعمل الدؤوب المتواصل..

تعالوا نملأ أوقاتنا بالرياضة والقراءة المفيدة والنشاطات العامة، وسنرى بعد ذلك إن كان هناك وقت للشكاوى من تحديات الحياة، بل العكس هو الذي سيحدث حيث الشعور بالسعادة، لأننا تركنا دائرة الشكاوى وتحولنا إلى دائرة الإنتاج، والإنتاج من أهم مصادر السعادة وراحة البال.

الْحَيَاةُ رِحْلَةٌ..



يعيش البعض في وَهْمِ الانتظار سنوات طويلة، وقد تصلُ الحالُ
بأحدهم إلى قضاء العمر كله في حلقة مغلقة من الأوهام..

ثمَّ يغادرُ الدنيا وهو على تلك الحال..

والسبب هو تلك المثالية الخيالية..

كان أحد العلماء يقول: إذا خرجتُ ووجدتُ من هو أعلم مِنِّي

فذلك يوم فائدتني..

وإذا وجدتُ من يساويني علماً فذلك يوم مذاكرتني..

وإذا وجدتُ من هو أقلُّ مِنِّي علماً فذلك يوم زكّاتني..

رؤية ذلك العالم لوضعه اليوميّ تؤشّرُ إلى فهمٍ ثاقبٍ وصائبٍ

وحكيمٍ للإنجاز وتحقيق الذات مهما كانت الظروف والأحوال، فالرجل

ومضات تنموية

لا يكون دوماً معلباً مُوجَّهاً، وهكذا يتعامل مع كلِّ حالةٍ بطريقةٍ منفصلة تماماً..

وفوق تلك الرؤية الثاقبة يمكن الحديث عن الأوضاع والشروط الكاملة التي ينتظر الكثيرون توفرها حتى يصلوا إلى الإنجاز والنجاح.. وهكذا تضيعُ السنواتُ ويهدرُ العمرُ في انتظار أمرٍ لن يتحقَّقَ لسبب بسيط هو أنَّ الكمالَ لله وحده، والظروف المتكاملة الشروط قد لا تتحقَّقُ إلاَّ للقليل، وتظلُّ أيضاً نسبيةً حتى لأولئك.

إنَّ النهر يجري ولا ينتظرُ أحداً، فاشرع في السباحة بما تملك من مهارات.. وإذا شعرتَ بأنَّ النهر قويٌّ في منعطفٍ ما فتَّحِ واجلسْ بعض الوقت على صخرةٍ ثمَّ واصل السباحة.....

اسبح وتعلَّم بقية مهارات السباحة في الوقت ذاته.

النجاحُ رحلةٌ وليس هدفاً محدداً بذاته..

والرحلةُ قد تكونُ مخوفةً ببعض المخاطر، وقد تشوبها نقائص، لكنَّها تظلُّ رحلةً بكلِّ ما فيها..

الفهرس

الفهرس

إهداء

2..... تقديم:

4..... مقدمة:

المحور الأول: في التغيير

10 التنمية الذاتية للجميع

12 أوقد شمعاً

14 جنون

16 نظف أولاً بأول

18 المراهقة.. ليست قدراً مقدوراً

20 خيار واحد: استمتع بحياتك

22 ابتسم للبراق

24 سهام سامة

26 إعلان حرب على الجنون

28 في التفاصيل .. رمزية هائلة

المحور الثاني: في الإيجابية والتفاؤل

31 التركيز السلي

33 رسائل إيجابية

35 رسائل مئينة

37 طبيعة ضرورية

39 راقب أفكارك

41 قناعات وقود

44 كل إناء بما فيه يرشح

46 الفراغ والشقاء

48 أنا جدير بالنجاح والفوز

50 نغ الفراغ

52 المنظار المكبر

54 ترتيب مشمر

56 احْتِرَامٌ فَوْقَ احْتِرَامٍ

58 ضَعَّ نَفْسَكَ فِي مَكَانِ الْآخِرِينَ

60 سِيَاقَةُ الْمُتَعَةِ

62 الشُّعُورُ بِالمَسْئُولِيَّةِ ..

المُحَوَّرُ الثَّلَاثُ: فِي العَلَاقَةِ مَعَ الْآخِرِينَ وَالتَّوَاصُلِ الفَعَالِ

65 أَخْطَرُ مِنْ مَجْرَدِ غَضَبٍ عَابِرٍ

67 الزَّوَايَةُ وَالزَّوَايَةُ الأُخْرَى

69 خَلَلٌ فِي الاتِّصَالِ

71 سَامِحٌ وَحَافِظٌ عَلَى طَاقَتِكَ

73 مَقُودُ السَّيَّارَةِ

75 الِابْتِسَامَةُ .. وَالمَتَجَرِّبِ

77 سَيْفُ الوَقْتِ وَالأُخْرُونَ

79 المَقَاتَعَةُ ذَلِكَ السَّلُوكُ الشَّائِنِ

81 (الْكُورْتَاجِ) .. وَحُقُوقُ الأُخْرَى

المُحورُ الرَّابِعُ: فِي العِلْمِ وَالتَّعَلُّمِ

- 84 الأمتِحاناتُ مَسْؤُولِيَّةُ الجَمِيعِ
- 86 كُلُّ الأَطْفالِ مُتَفَوِّقُونَ
- 88 كُنْ أَكْثَرَ كَفاءَةً
- 90 أوقِفُوا النَّزيفَ
- 92 لِكُلِّ مَقامٍ مَقالٌ
- 94 الثَّمَرُ الدَّانِي
- 96 الأمتِحاناتُ .. عاديَّةٌ جَدًّا
- 98 مِنَ المَحَبَرَةِ إِلى المَقْبَرَةِ

المُحورُ الخامِسُ: فِي النَّفْسِ وَالذَّاتِ

- 101 اِبْتَسِمُ ثُمَّ اِبْتَسِمَ
- 103 أَنانِيَّةٌ مَرَضِيَّةٌ
- 105 ذَهَبٌ خالِصٌ
- 107 التَّوازُنُ .. دَواءٌ نافعٌ

- 109 عَقْدَةُ الْاِكْتِمَالِ .. تَخْلُصُ مِنْهَا
- 111 الشَّخِصِيَّةُ الْمْتَزِنَةُ
- 113 حَاسَةُ الْحِرْصِ
- 115 الزَّوَايَا الثَّلَاثُ
- 117 الْقَائِمَةُ
- 119 إِنَّهَا مَسْؤُولِيَّةُ الْجَمِيعِ
- 121 الْعِلَاجُ النَّفْسِيُّ بَيْنَ أَيْدِينَا
- 123 حَوْلَ الْهَمَّةِ .. لِنُدْنِدَنَّ جَمِيعًا
- الْمَحْوَرُ السَّادِسُ: فِي الرُّؤْيَةِ وَالْأَهْدَافِ وَالتَّخْطِيطِ**
- 126 مَنطِقَةُ الْأَمَانِ
- 128 الْمُهْمُ غَيْرُ الْعَاجِلِ
- 130 قِلَاعٌ فِي الْمَوَاءِ
- 132 حَدْدُ مَكَانِكَ بِدِقَّةٍ
- 134 دَعُهُ وَشَأْنُهُ

136.....الْفَرْقُ الَّذِي يَصْنَعُ الْفَرْقَ.....

138.....وُضُوحُ الْأَهْدَافِ وَعُلُوُّ الْهِمَّةِ.....

140.....التَّخْطِيطُ وَالْكَرَّةُ.....

142.....الْعَامُ الْجَدِيدُ.. وَالْأَهْدَافُ.....

الْمَحَوْرُ السَّابِعُ: فِي السَّعَادَةِ وَالنَّجَاحِ

145.....أُخْرِجْ مِنْ هَذِهِ الْمَرْحَلَةِ فَوْرًا.....

147.....دُونَ قَيْدٍ أَوْ شَرْطٍ.....

149.....خِيَارٌ وَاحِدٌ فَقَطْ.....

151.....لَا لِلْعَصَا وَالنَّخَاتِمِ.....

153.....دَاءُ الْمُقَارَنَةِ.....

155.....الْإِتِّبَاحُ وَالسَّعَادَةُ.....

157.....الْحَيَاةُ رِحْلَةٌ.....

160.....الفهرس.....

صَدْرَ الْمَوْلَفِ:

- دَنَدَنَاتٍ فِي الْاِحْسَاسِ وَالتَّفَاؤُلِ وَالتَّغْيِيرِ
- مِنْ أَرْوَعِ الْقِصَصِ فِي التَّحْفِيزِ وَالتَّغْيِيرِ وَالسَّعَادَةِ وَالنَّجَاحِ

Flichers of Development

By

Tahir Amara Ladghem



Al amal Al Moshrek press

EL-OUED, ALGERIA

First Edition 2022 AD / 1444 AH

Flichers of Development

نحتاج دائماً إلى الدُّنْدَنَةِ حول القِيمِ والأفكارِ
والمعاني التي تخدمُ الإنسان، وتساعدُه على السَّيرِ
في دُرُوبِ الحياةِ المتشعِّبَةِ..

وفي هذا السِّياقِ تَرَجَّمُ القلمُ الكثيرَ من القراءاتِ
والاقتباساتِ والتَّجاربِ والمشاهداتِ الخاصَّةِ
واللِّقاءاتِ والقصصِ، وحوَّلها إلى نصوصٍ قصيرةٍ
تصبُّ في عددٍ من الأساسياتِ التي يحتاجُها كلُّ
واحدٍ مِنَّا، وهو بحثُ الخُطى على طريقِ بناءِ
سعادتهِ ونجاحه.

Tahir Amara Ladghem



مطبعة الأمل المشرق
شارع محمد خمبستي - الوادي - الجزائر
هاتف 032 14 02 02

جميع حقوق الطبع محفوظة

الإيداع القانوني

ر.د.م.ك : 7 - 19 - 838 - 9931 - 978 : ISBN



أوت 2022

