تواصل

الجزء الخامس

فاصل ولن

نورة طاع الله

Break and we will not continue

فاصل ولن نواصل

الجزء الخامس

نورة طاع الله

نوع العمل : خواطر ورسائل

الكاتب : نورة طاع الله

تصميم الغلاف : ميري عماد

تعبئة وتنسيق : منةالله أحمد

هذا العمل تم تحت اشراف فريق

كيان اللا رواية للنشر الالكتروني

لينك الجروب

جروب اللا رواية

لينك البيدج

اللا رواية للنشر الالكتروني

إن تم تحميل هذا العمل من موقع آخر أو مكان آخر فيعد إنتهاكا لحقوقنا وسرقة أعمالنا وسرقة حق المؤلف

المقدمة

نأخـــذ فاصـــلنا فنعيـــد حســـاباتنا فنقـــول كلمتنـــا الأخيـــرة لنكمـــل الطريـــق فقـــد لا نواصـــل المشـــيء بـــنفس الطريـــق وهـــذا الأكيد.

‘‘

لا ترهق نفسك

جميعنا نعلم أن النفس لها حق علينا ونحن ملزمون بأن نحافظ عليها الحفاظ الذي يمنعها من الضرر والهلاك.. وهذا واجب كل انسان اتجاه نفسه ومن فعل عكس ذلك فقد ألقى بنفسه في بئر الهلاك والضياع الذي الخروج منه صعب وقد يصل لدرجة المستحيل..

هناك أناس لا يجتهدون لتقديم ما هو أفضل وأجمل وجيد لأنفسهم فالنفس تعاني منهم أشد المعاناة وأصعبها فهم يرهقون أنفسهم بلا داعي ولا سبب وان كان هناك داعي وسبب فلن يصل لدرجة أن ترهق نفسك الارهاق الذي يجعلها بعيدا عن

الراحـــة والطمأنينـــة التـــي الـــنفس بحاجـــة اليهـــا باســـتمرار ومتـــى غـــاب الأمـــان والاطمئنـــان فقـــدت الـــنفس الكثيـــر وضـــاعت بـــين الخـــوف والقلـــق والرعـــب وحتـــى أنهـــا لا يمكنها الاستمرار وتستسلم بسرعة..

هـــل هنـــاك فعـــلا مـــا يســـتدعي لأن نوصـــل بـــالنفس الـــى هـــذه الدرجـــة وهـــل هنـــاك مـــن يســـتحق أن تعاقـــب نفســـك لدرجـــة أن ترهقهـــا الارهـــاق الـــذي يجعلهـــا تصـــرخ وتفقـــد لـــذة الحياة.

توقـــف فـــي أن ترهـــق نفســـك وتجعلهـــا تخـــرج عن المسار الذي وجدت فيه وعليه..

توقـــف فـــي أن تقـــول لنفســـك لمـــاذا لمـــاذا والماضـــي ذهـــب ولـــن يعـــود وان حاولـــت

ارجاعه بكل الطرق والوسائل فلن يرجع فأنت سوى ترهق نفسك ولما كل هذا الندم وأنت لازلت على قيد الحياة ولك أن تقدم الرائع والكثير لنفسك مادام الوقت موجود والروح لا تزال تسكن الجسد.

توقف في أن تلوم نفسك بين الحين والأخر وتسمعها الذي لا ترغب في سماعه ولن يجدي نفعا..

توقف عن التفكير، الذي قد جعل من نفسك ومنك شخصا يكاد بلا جسدا بلا روح فكلنا نعلم أن التفكير الزائد والكثير والتفكير في السلبي وفي الذي ذهب ولن يعود والتفكير في الغيب والمجهول والمستقبل كله يدمر الانسان وكيانه

ويـتخلص منـه فـي أجـل قصـير.. فـلا التفكيـر الكثيـر ينفـع ولا عـدم التفكيـر ينفـع ولا الماضـي الـذي أصـبح ماضـي ينفـع ولا الـذكريات تعيـد مـا كـان ومـا حـدث ولا القلـق والخـوف مـن غـدا سـيجعلك فـي أحسـن حالاتك.

لا تحـاول اقنـاع نفسـك بالـذي أنـت فيـه وتقـوم بـه ضـد نفسـك فـلا ترهقهـا أكثـر وأخرجهـا مـن الـذي هـي فيـه لأنـك لـو تعلـم مـا قـد يخلفـه الارهـاق الـذي تتعـرض اليـه الـنفس وتعيشـه تـدرك كـم أنـت ظالمـا لنفسك.

لا ترهـق نفسـك فلـك رب كبيـر لـك أن تلجـأ اليـه فـي جميـع الأوقـات وتناديـه وتترجـاه

وتطلب منه ما تريد بقلب خاشع مطيع راض وسترى ما الذي سيحدث ويكون..

لا ترهق نفسك فالذي ذهب قد ذهب وان عاد لن يعود..

لا ترهق نفسك فغدا وبعد غد مستقبل وغيب لا تعلم ان كنت ستكون فيه أم لا..

نعم لك أن تحلم وتسعى وتجتهد لتحقق ما حلمت به وما رغبت به ومن حقك ولا حد يمنعك ولكن لا يصل بك الحال في أنك تفكر كيف تأكل ومن أين تعيش فالرزق يوزعه صاحب الأرزاق والعمر ان طال فهو قصير فاستغل وقتك وعمرك في فعل الجميل الذي تقدر عليه اليوم وخطط لغد التخطيط الجيد الايجابي وأترك الذي ليس

لـــك لله فهـــو خـــالق الكـــون والعبـــاد ومـــدبر كـــل شيء..

لا ترهـــق نفســـك وانهـــض بهـــا فهـــي منـــك ولـــك وبحاجـــــة اليـــــك.. لا ترهـــــق نفســـــك فهـــــي لا تســـــتحق منـــــك كـــــل هـــــذا فالبســـــيط رغـــــم الظـــروف يعـــيش الحـــال فالرضـــا دومـــا يجعلنـــا في أحسن حال.

لا ترهـــق نفســـك لتـــنجح ولتكـــون كمـــا تريـــد أن تكـــــون ان أردت أن تكـــــون فـــــي المكـــــان ومـــــع الأشخاص وعلى الحال الأفضل الجيد.

لا ترهـــــق نفســـــك فحقـــــا لا شـــــيء يســـــتحق.. والـــذي يســـتحق فعـــلا لـــن تصـــل بـــه نفســـك الـــى الارهـــــاق الـــــذي يجعلـــــك تتـــــألم وتشـــــتكي وتضعف و، و، و، و،

فــلا ترهــق نفســك وعــش حياتــك فــي طاعــة وعبـــادة ترزقـــك الســـكينة والطمأنينـــة التـــي ســـتعم وتحتـــل قلبـــك ونفســـك وجســـدك كلـــه... فارتاح ولا ترهق نفسك.

“

قل كفى وسر

كثيرا مالا نتجرأ على قول كفى.. نستحي أن نحرجهم أو نتسبب لهم في ألم قد لا يجدون له علاج فوري فنغلق على كلمة كفى بالسلاسل والأغلال ونكمل ونتحمل منهم الكثير ونقاوم وكله لأننا فكرنا فيهم ولم نفكر في أنفسنا فتكون النتائج دوما مضرة ولا ترضينا في النهاية.

لم نتعلم ولم يعلموننا أن نقول كفى ونسير..

تعلمنا أننا نتحمل وعلمونا أن نتقبل مهما كان وهنا هم أضرونا ونحن لم ننفع أنفسنا ولا هم نفعونا فأصبحنا لا كما نريد

بالعكس كما هم يريدون ومع هذا نحن لسنا في المستوى المطلوب الذي يبحثون عنه.

متى قلت كفى فأنت غير راضي وترفض الكثير من القليل أو القليل من الكثير أو كل القليل ومعه الكثير..

متى قلت كفى فأنت تريد وترغب وتسعى وقد قررت تغيير نمط التفكير والحياة لديك ولا يهم ان قبلوه أم رفضوه فهذا يعنيهم ولا يعنينا.

هل لك الجرأة.. هل لك القدرة أن تقول كفى وبعد كفى تسير.. نعم تسير ولن تلتفت ورائك مهما نادوك وطلبوا منك سوى سماعهم فأنت لن تبالي لأنك قلت

كلمتك الأخيرة التي هي كفى وسرت لتكمل وترى وتهتم بالذي ينتظرك.

أعلم أن الكثير يريد أن يتعلم قول كفى بكل شجاعة وقوة.. مع أن كفى لنا أن نقولها بسهولة وبكل الأوقات الا أنها لا تقال في كل الأوقات ولجميع الأشخاص وفي شتى المواضيع فقد خصصت لمواضيع ولأمور ولأشخاص ولوقت ومكان لا غيره..

لك أن تعلم وتكن يقضا فتدرك مع لك أن تقول كفى ومتى لك أن تتريث وتنتظر وتتحلى بالصبر وتستعين بالتحمل والانتظار الى أن يحين موعد قول كفى فتقولها وأنت راضي ومقتنع أنك لن

تـــأذيهم ولـــن تتجـــاوز الحـــدود لا مـــع نفســـك ولا معهم.

نعـــم متـــى حـــان الوقـــت وتطلـــب الموقـــف قـــل كفـــــى ولا يكفـــــي أن تقولهـــــا وتنتظـــــر ردة فعلهم فتتأثر فتتراجع فتعود بأدراك.

نحـــو الـــوراء وتبقـــى بـــنفس الزاويـــة وكأنـــك لـــم تقـــول كفـــى بـــالأحرى أنـــت قلتهـــا قـــولا لا فعلا ولا تطبيقا ولا تنفيذا..

متـــى قلـــت كفـــى فأنـــت قلتهـــا لتنهـــي مـــا تريـــد أن تنهيـــــه ولتوقـــــف مـــــا تريـــــده أن يتوقـــــف ولتســـير بعـــدها نحـــو الطريـــق الـــذي رســـمته وينتظـــرك ومنـــه تبـــدأ مـــن جديـــد البدايـــة التـــي لـــن يكـــون فيهـــا ســـكوت ورضـــا بالـــذي لا رضـــا فيه..

لا تحـــاول اقنـــاع نفســـك بأنـــك أنـــت الصـــح عنـــدما تمتنـــع عـــن منـــع نفســـك وارضـــائها لتعـــيش مـــع نفســـك بســـلام ومـــع مـــن حولـــك بأفضل وضع وحال..

لا تحـــاول أن تعلـــم نفســـك الـــذي لـــن تـــتعلم بالرضـــا وان تعلمتـــه فقـــد تعلمتـــه لأنـــه مفـــروض عليهـــا ولا شـــيء يفـــرض عليـــك تعلـــم الـــذي لا ينفـــع ولا يفيـــد مهمـــا كـــان ومهما حصل..

حـــاول ومـــع المحاولـــة نفـــذ وطبـــق فـــلا تحـــاول بـــلا الوصـــول الـــى نتيجـــة وهـــدف فـــي الاخيـــر فالـــذي يهـــم لـــيس أنـــك حاولـــت فجميعنـــا نحـــاول ونســـتمر فـــي المحاولـــة الا أن محاولتنـــا ســـرية لا يعلمهـــا غيرنـــا ولـــم نبـــوح

بهـا فلـيس المحاولـة هنـا مـادام الأمـر يتطلـب الجهر والاعلان لتكون الأمور واضحة..

قلـت كفـى دون تـردد أو خـوف أو حيـرة أو ندم..

نعـم قـل كفـى وأنـت تعـرف مـدى قولـك لهـذه الكلمة ولماذا تقولها وماذا تريد منها..

قـل كفـى ليسـتيقظ النـائم وليتوقـف المتجـاوز للحـدود ويعـرف حـدوده ولتضـع حـدا للـذي يحدث معك وحولك.

قـل كفـى وسـر نحـو الطريـق والحيـاة التـي أنـت وضـعتها بعـد كفـى وأعلـم أنـك متـى قلـت كفـى وسـرت فأنـت لـن تخسـر ولـم تخسـر بـالعكس فأنـت قـد تخلصـت مـن الـذي لا بـد

مـن الـتخلص منـه وأنـت تبـدأ مـن جديـد مـن اجلك أولا ومن أجل الجميع في النهاية..

كفـى وسـر وسـترى كيـف سـتكون نفسـيتك وصـحتك وحالتـك ومزاجـك وحياتـك بعـد ذلـك فتـدرك أنـك قـد تـأخرت ولكـن بـذكاء منـك قـد سارعت في منع الفرصة أن تغيب للأبد.

‘‘‘