



# أسرار الأمس

سارة خالد

# **فلسفة شخصية**

2025

إلى كل من سيقرأ هذا الكتاب يوماً...

ستجد نفسك بين السطور، لأنك ربما كنت  
أحد أسراري.

## الإهاداء

إلى كل من سكن الأمس وترك  
أثراً .

إلى أولئك الذين زرعوا بذور  
الأمل رغم عواصف الزمن،

إلى أيادي أمسكت بيدي حين تاهت  
المسارات، وإلى أصواتٍ غدت  
أحان الصبر والفرح في أوقات  
الضعف،

هذا الكتاب أهديه إليهم،  
بكل الحب والامتنان.

ماذا لو ...

ماذا لو أن رائحة القهوة ليست رائحة، بل هي أنيء الذاكرة المنسية، يُسْكِب  
في فنجان من الصمت؟

وماذا لو أن قطرات المطر ليست ماء، بل هي دموع السماء التي تغسل  
أوجاع الأرض، وتعيّد للحياة رونقها المفقود؟

## التعلم المستمر: بوصلة الفهم ودرع ضد التهميش

في نظري ، لا يقتصر التعلم على مرحلة زمنية معينة أو مؤسسة تعليمية محددة؛ بل هو ضرورة حتمية في كل الأوقات .

أرى أنه يمثل بوصلة توسيع مدارك الإنسان ، وتنمية القدرة على فهم العالم من حوله بعمق أكبر ، مما يجعله أقل عرضة للتهميش في مجتمع دائم التغير .

إن التوقف عن التعلم يعني التوقف عن النمو ، وهذا في حد ذاته نقص كبير في رحلة الحياة.

النقطة الجوهرية التي أؤكد عليها في التعلم ليست مجرد الحفظ والتلقين المجرد .

فالحفظ وحده لا يضيف قيمة حقيقية ما لم يقترن بالفهم العميق . يجب على المتعلم أن يسأل نفسه باستمرار " ممَّا أَقْرَأْتُ؟ " ، " ممَّا أَدْرَسْتُ؟ " ، و " ممَّا أَتَعْلَمْتُ؟ " . هذا التساؤل المستمر هو الذي يحول المعرفة من مجرد معلومات جامدة إلى فهم حي ومطبق.

كل ما يتعلم الإنسان أو يدرسه ، حتى لو بدا غير ذي صلة في لحظته ، لابد أن يأتي وقت و تكتشف أهميته و فنעה في سياق حياتي ما .  
لكن جودة هذا التعليم و الفهم العميق له لا تتحقق إلا إذا ظلت أدوات الاستفهام الخامسة (لماذا؟ كيف؟ متى؟ أين؟ ومن؟) حاضرة في الذهن .  
فاختفاء هذه المفردات من عملية التعلم يعني اختفاء جودته ، و يتحول إلى مجرد تلقين لا يُنتج فكراً حقيقياً أو وعيًّا منظوراً .

أرى أن الاكتفاء بقدر محدود و قليل من المعلومات يضمن للإنسان "حياة تعيسة جداً" فالشخص الذي لا يسعى لتوسيع معارفه لن يفهم ما يجري في العالم من حوله ، وسيصبح أشبه بـ"بلبل خلق ليغرد ، لكنه أصم" لا يسمع ولا يتفاعل مع لحن الحياة .

المعرفة والمعلومات يمكن أن تأتي من كل مكان ، لكن المصدر هو الأهم .  
فكيف يمكننا أن نثق بصحة القول إذا كان مصدره مجهولاً أو غير موثوق به؟ هذا يؤكد على ضرورة البحث عن المصادر الموثوقة والتحقق من المعلومة .

أشدد على أهمية الاستمرار في التعلم واسغال النفس به باستمرار ، لأن الفراغ أعتبره "سيئاً جداً". الفراغ يخلق "فجوة كبيرة في الصدر ،" و يجعل الإنسان مضطرباً، ويبحث عن ذاته فلا يجدها .

بل قد يدفعه إلى فعل "أشياء قد يندم عليها لاحقاً، و حينها لا ينفع الندم ". التعلم هنا يصبح درعاً نفسياً ضد الفراغ وضياع الذات.

ولكي يكون التعليم ذو جودة عالية وفهم عميق ، يجب أن يتم تطبيقه على الحياة اليومية .

تماماً مثل قراءة القرآن الكريم؛ لا يكفي مجرد التلاوة ، بل يجب "التمعن ومعرفة لماذا قال الله هكذا ،ماذا أرادنا أن نعرف أو أن نفعل؟". وهذا التفكير ينطبق على جميع العلوم والمعارف .

يجب أن تدور في ذهن المتعلم كل أدوات الاستفهام باستمرار ، ليتحول التعلم إلى رحلة فهم وتطبيق ، لا مجرد استهلاك للمعلومات.

يترك المرء جزءاً منه ثمن كل تجربة،  
لذا يحنّ حين ينظر إلى صور الطفولة،  
حين كان إنساناً كاملاً

## ثمن التجارب: بين براءة الطفولة ووعي النضج المؤلم

إن الحياة، في جوهرها، ليست سوى سلسلة متواصلة من الدروس، دروس أرى أنها تختلف جذرياً عن أي تعليم نتلقاه في المدرسة، فهي دروس شديدة التميز وعميقة التأثير.

كل تجربة نمر بها، أراها بمثابة امتحان قاسي، يدفعنا لـ"بتر أحد أطراف الروح" كـ"ثمن" لا مفر منه\*.

هذا الثمن، رغم قسوته، يحمل في طياته حكمة بالغة؛ فذكرى ذلك الطرف المبتور، وتلك الجروح العائرة، تظل حاضرة في الوعي، فتمنعنا من معاودة تكرار الأخطاء التي تسببت بهذا البتر.

مع كل درس جديد نتعلم، وكل تجربة نعيشها، أرى أن الإنسان يفقد جزءاً لا يتجزأ من روحه التي ولد بها سعيدة.

إنها البراءة التي تتلاشى تدريجياً، فلا يعود المرء ينظر إلى الأشياء بنفس النظرة الطفولية الصافية، التي لم يشوبها حزن ولا تعasse. هذه هي طبيعة الحياة كما أدركها؛ يجب أن تدفع مقابل وجودك فيها، مقابل ليس مادياً على الإطلاق، بل مقابل روحي بحت.

هذا الإدراك العميق يفسر انتشار المقوله الشعبية "الوعي يَتَال صاحبه". فيالرغم من كونها مصطلحاً عامياً جداً، إلا أنه يصف بدقة متناهية مرحلة التعasse التي قد تنتاب الإنسان عندما يدرك الكثير من حقائق الحياة القاسية.

ولكن، لا ينبغي أن يُنظر إلى هذا الإدراك المترافق على أنه سلبياً بالكامل. فعلى النقيض، هو يحمل في طياته إيجابيات عظيمة؛ إذ يقلل من مخاطر الوقوع في الأخطاء، ويحد من سوء التقدير في كل جوانب الحياة، مما يجعل المرء أكثر حصانة وقدرة على المضي قدماً بحكمة.

هذا الفهم المعمق للوجود يربطني مباشرة بالاقتباس الذي لامسني: "يترك المرء جزءاً منه ثمناً كُل تجربة، لذا يحن حين ينظر إلى صور الطفولة، حين كان إنساناً كاملاً".

إن الحنين الذي ينتابنا عند النظر إلى صور طفولتنا، ليس مجرد اشتياق زمني للماضي، بل هو حنين عميق إلى ذلك "الكمال" المفقود. أرى أن الطفولة هي مرحلة الكمال المطلق، لأن الطفل يكون فيها غير مدرك لأي شيء من تعقيدات الحياة وقوتها.

البراءة تملأ روحه في تلك المرحلة، ويظن أن كل شيء في الوجود سعيد، ولا مكان للحزن فيه. الطفل، في نفائه الفطري، ينظر للناس ببراءة مطافحة وثقة تامة، معتقداً أن كل ابتسامة يراها في وجهه أحدهم تعني حباً صادقاً له.

أبسط الأشياء كانت كفيلة بإسعاده، ولم يكن يحمل هماً لشيء. "تلك النظرة الطفولية ياليتها تعود لتنوقف عن التبصر بشاشة البلوغ" التي تكشف كل زيف وقبح.

إن هذا التناقض الصارخ بين صفاء الطفولة و"كمالها" من جهة، وواقع النضج الذي يحمل "شاشة البلوغ" وجروح التجارب الروحية من جهة أخرى، يوضح لماذا يكون الحنين إلى ذلك "الكمال" المفقود قوياً جداً في نفس الإنسان.

نهايةً أن الحياة لم تخلق لكي نسعد بها بسذاجة أو دون عناء، وحين ندرك هذه الحقيقة الجوهرية، فإن ذلك يعظم في نفوسنا اليقين المطلق بوجود الجنة كجزاء عظيم لصبرنا على كل ألم ومرارة نذوقها في الحياة الدنيا، حيث نؤمن بأن أي ألم نذوقه هنا، لن نراه أو نشعر به أبداً في الجنة.

يَلُودُ بِالصَّمَتِ إِنْ ضَاقَ الْبَيَانُ بِهِ  
وَالرُّوحُ إِنْ تَعْبَثُ بِالصَّمَتِ تَعَصَّمُ

وَفِي الْفُلُوبِ ضَجَّيجٌ لَا تَبُوحُ بِهِ بَعْضُ  
الْحُرُوفِ بِقَلْبِ الْحُرْ تَسْتَعْلُ.

## بصمات النور: شهادة على بقاء الخير في القلوب

على الرغم من إدراكنا العميق لحقيقة أننا محاطون أحياناً بأشخاص سلبيين فعلاً، إلا أنني أؤمن بأن النور لا يزال يضيء من أحدهم، أو ربما هؤلاء هم أشخاص يبعثهم الله إلينا كـ"إشارة" مؤكدة على أن الحياة لا تزال تحمل الخير في طياتها.

ولربما يعود إدراكي لهذه الحقيقة إلى طبيعة شخصيتي "الدقيقة جداً"، التي تلاحظ ما لا يراه البشر العاديون؛ أن هنالك قلوباً لازالت صافية، وليس متلاعبة، قلوب أتمنى لها أن تبقى نقية ولا يؤذنها "لثواث الحياة" وقسواتها.

قد تكون أحياناً نمر بواقع مؤلم بغض الشيء؛ لا نجد من يوافقنا على قراراتنا، تحبط عزائمنا، ونشكك في أنفسنا.

ولكن في تلك اللحظات بالذات، يرسل الله لنا أشخاصاً طيبين، يقumen بمواصلة أحزاننا، وينحوننا أملأً جديداً في السعي والحياة مرة أخرى. منهم من يذكرنا بالله، فيلمم جراحتنا بذكر الله وطمأنينته، ومنهم من يواسينا بكلماته الطيبة، وينذكرنا بقصص الناجحين ليرفع من طموحنا وعزيمتنا.

ويبين كل هؤلاء، لا ننسى ولدينا، فهم لم يقدموا المواساة فحسب، بل كانوا "كل شيء" لنا. إن وجودهم في هذه الحياة هو أكبر نعمة لدينا. أحاديثهم، وإن بدت عادية في ظاهرها، تبرهن لنا أن لدينا سندأً حقيقياً لا يمكن أن ينكسر. يجب ألا ننظر إلى كلمات ولدينا بسطحية، بل ننظر إلى أعمق من ذلك، إلى حجم العطاء والحب غير المشروط الذي يقدمانه.

لطالما تمنيت أن أركض بعمرى، أن أسرع للحاق بكل شيء لأجلهم، أن أفرجهم ولو لمرة واحدة، أن أرسم البسمات على وجوههم. والحمد لله، إن لم أقدر على فعل هذا في الماضي، فإني لا ولن أستسلم. سأسعى جاهداً مرة أخرى، ولن أستسلم بهذه المسؤولية أبداً.

لكنني أيضاً لا أريد أن أذهب إلى طريق ليس طريقي، أو أن أتخذ مساراً لا ينسجم مع قناعاتي، فقط من أجل سعادة مؤقتة أو مظهر خارجي. سأعاود المحاولة، لا لأجل نفسي فقط، بل لأجل ذلك الهدف الأسمى وأجل أحبابي.

وأعلم بقيناً أن الله لن ينسى دعواتي، ولن ينسى أنني حاولت بما أستطيع من جهد وطاقة. أؤمن أن الله يخبي لي الخير، لكنه سيأتي في وقته المحدد، وفي ذلك الوقت، سأرسم البسمة والفرحة على وجوه كل من يحبني ويدعمني.

## الخوف من المجهول: يقين الحاضر وتمام تقويض الأمر لله

فيما يخص طيف الخوف من المجهول، وتلك الهاجس التي قد يحملها لنا الغد المترقب، فإن حقيقتي وقناعتي الراسخة تكمن في أنني لا أعنى بما سيحدث غداً على الإطلاق.

فلسفتي في الحياة جوهرها أننا وجدنا لنسعى ونعيش اليوم بكل تفاصيله الدقيقة؛ لندرس بجد واجتهد اليوم، لنأكل ونتنفس بوعي وحضور في هذه اللحظة، ولنعمل بكل إخلاص وعزيمة في هذا اليوم الذي بين أيدينا. أما مدارات الغد ومقاديره، فهي موكولة بأكملها إلى تدبير الله وحده. فما شأني أنا بالغيب المكون الذي لا يحيط به علماء إلا الخالق البصير؟

لذا، فإن نصيحتي النابعة من القلب هي عدم الإيغال في التفكير بالمجهول؛ لأنه في أغلب الأحيان لا يقود إلى خير، بل هو بوابة واسعة للفقد المضني والاضطراب النفسي المستمر.

قناعتي هي أنني إن كنت أستطيع فعل شيء ما اليوم، فسأبذل فيه قصارى جهدي، بكل ما أوتيت من قوة وإخلاص وتفانٍ، وبعدها أسلم النتائج برمتها إلى إرادة الله القدير.

فحن كبشر لا نملك سوى السعي للحديث والاجتهاد المترافق، والله هو المتكلف بالرزق الوفير. أؤمن بيقين لا يتزعزع بأن رزقنا لن يضيع أبداً، ولن يستطيع كائن من كان أن يسلبه من أيدينا، ولن ننال في نهاية المطاف إلا ما كتبه الله لنا وقدره.

هذه هي وجهة نظرى الثابتة وغير المتغيرة فيما يخص أمر السعي والتسليم في مسيرة الحياة.

لكن، عندما يتعلق الأمر بالقرارات المصيرية الكبرى، فإن الموقف يكتسب بعض الأبعاد الإضافية؛ فلابد من التمعن والنظر بعين العقل والحكمة إلى الآثار والنتائج المحتملة التي ستخلفها قراراتنا على واقعنا وحاضرنا ومستقبلنا القريب.

هذا التفكير لا يعني الخوض في خيالا الغيبيات التي لا يعلمها إلا الله، بل هو تحكيم حصيف للعقل في دراسة الأسباب والنتائج المنطقية المترتبة على أفعالنا، مع التسليم التام بأن النهاية الكبرى والمال الأخير لكل الأمور هو بيد الخالق العظيم.

نعم، أنا على يقين مطلق وثقة لا متناهية بأنه لو عملنا بكل طاقتنا، وبدلنا أقصى جهد ممكن في سعينا، ثم توكلنا على الله وتركتنا كل شيء لتدبيره، فإن النتائج ستتفوق كل خيالاتنا وتوقعاتنا؛ بل ستكون أفضل بما لا يقاس مما قد نأمله أو نخطط له بأنفسنا المحدودة.

إنها معادلة متكاملة تجمع بين السعي الدؤوب للحثيث والتوكيل المطلق غير المشروط، وهي المعادلة التي تمنح الإنسان القدرة على عيش حاضره بقوة وعزيمة، وتسليم مستقبله بثقة ويقين لا يتزعزع في تدبير الله.

## تأثير الموسيقى: بين الوهم والإدراك

حقيقة، اكتشفت هذا الأمر منذ وقت ليس ببعيد؛ أن الموسيقى رغم جمالها الظاهري تملك تأثيراً خفياً على أرواحنا، فهي تجرنا من الواقعية وتدفعنا نحو الانغماس في الأوهام والخيالات. تحرّك مشاعرنا العاطفية بشدة، فيذوب معها الحس بالجدية والمسؤولية.

قد يبدو الأمر غير مقلق في ظاهره، لكن من تجربتي الشخصية، وجدت أن هذا الانغماس يضيف الكثير من الأوهام إلى حياتنا دون أن ننتبه. أحياناً لا تكون حزاني حقاً، أو تكون قد تجاوزنا ألمًا معيناً، لكن بمجرد أن تبدأ تلك الإيقاعات بالانسياق، تستيقظ الجروح القديمة، أو يخلق شعور جديد من لا شيء.

كنت مثل أغلب الناس لا أستطيع تحمل الطرقات الطويلة من دون الاستماع لشيء. ومع الوقت، انتقلت إلى الأغانى بدون موسيقى، لكنها ما زالت تؤثر فيي، فالكلمات نفسها تملك وقعاً عاطفياً يترك أثراً في النفس.

من الناحية الدينية، كنت أتجنب المعازف لعلمي بحكمها، لكن روحي بقيت تتأثر، وهذا ما جعلني أعيد النظر. تركها بالكامل أفضل، واستبدالها بما هو نافع أكثر للعقل والروح.

أذكر مرة في طريقي للعودة إلى المنزل، حين لم أستمع لأي شيء، بدا لي الطريق مختلفاً، أو بالأحرى رأيت الحياة بجديتها وواقعيتها دون تلك العاطفة البالغ بها التي تبئها الموسيقى.

عندما أدركت كم تزرع الأغانى فينا أوهاماً واندفاعات لا تشبه وعيها الحقيقي. يجعلنا نعيش طيشاً عاطفياً دون أن نعي حجم التأثير.

أما من حيث علاقتها بالدراسة ،فالآخر كان واضحًا جدًا بالنسبة لي .الأغاني والموسيقى توهمنا بأننا نركز ،وأننا نستمتع باللحظة ،لكن في الحقيقة هي نشست الانتباه وتبتعد العقل عن التركيز الحقيقى .  
المتعة الحقيقية تكمن في التركيز الوعي لما أكتبه أو أدرسه ،وأن يكون عقلي حاضرًا بالكامل ،لا منجرًا خلف إيقاع .

التعلم الحقيقى لا يتحمل هذا التشويش .نحن لا ندرس كى نمضى الوقت ،بل كى نفهم ،ننتمق ،وننمو .والموسيقى ،إن لم تكن مدروسة ومحدودة ،قد تسرق هذا التركيز وتصنع وهمًا بالتقىم ،في حين أننا عالقون في نقطة واحدة لا نبرحها .

ولهذا ،أنا أقترح بالاستماع إلى الأصوات الطبيعية الهدئة تلك التي لا تسيطر على الوعي ،بل تخلق خلفية هادئة تحافظ على صفاء الذهن .بصوت المطر ،أو الرياح ،أو خرير الماء ...أصوات لا تشتبك التفكير ،بل تعزز التركيز دون أن تشعر بوجودها .

ولا ننسى أن الأغاني في كثير من الحالات قد تدفعنا إلى القيام بأشياء لا نرغب بها أصلًا .نحن تحت تأثيرها لا نكون نحن .تأثيرها قد يشبه المخدرات في لحظة الهروب من الواقع ،وفي دفع الإنسان نحو تصرفات لا تتوافق مع قيمه الحقيقة .  
لذا ،من الأفضل تجنبها بجميع أشكالها ،وتجنب ما يؤدي إليها .

صحيح أننا بشر ولسنا آلات نغير عاداتنا بين يوم وليلة ،لكن لا تسرف في الانغماس بالأوهام .  
جاهد نفسك ما استطعت ،فالتحرر منها ليس مستحيلا ،بل يحتاج إلى وعي مستمر وبديل صحيحة تغريك .

## ماذا لو تمهل الوقت؟

تخيل، أيها القارئ العزيز، لو كانت لدينا ساعة...  
لكنها ليست ساعة عادية.

ساعة ثمكنا من التحكم بالزمن، أن تُبطئه حين نحتاجه أكثر.  
تُبطئه لنكمِل مهامنا بهدوء، دون قلق، دون توتر.  
تُبطئه عندما نكون بين من نحب، في مناسبة دافئة، والابتسامات تملأ  
الوجه.  
تُبطئه لمنْح لحظاتنا الجميلة حقها، لحظة صفاء، لقاء قلب، وقت بسيط  
سرقه لأفسينا من فوضى الحياة.

لو كانت تلك الساعة بين أيدينا...  
ل كانت الحياة أسهل، أرق، وأغنى.  
كنا سننجز أكثر، ونشرع أكثر، ونحيا بعمق.

لكنه، قدر الإنسان أن يعيش عمرًا قصيراً،  
لا يكفيه الوقت، ولا يتسع له اليوم مهما اتسع.

ورغم ذلك، نواصل سباقنا مع الزمن،  
نركض لندرك ما يمكن، ونسعى أن ننجز بكل ما فينا...  
ولو قليلاً، من كل ما نريد.

## التربية : بين الشدة والتهاون

طالما اعتقدت أن الشدة بين الآباء والأبناء لا تخلق إلا فجوةً تتسع مع الوقت. كنت أؤمن أن المودة والاحترام بين الطرفين تصنع علاقة صحية، وأن بعض الصداقة لا تقلل من مكانة الوالد، بل تعزّز الثقة وتجعل الأبناء يعودون لأباهم عند كل منعطف، بدلاً من التوجه إلى الغرباء الذين قد لا يحملون نفس التربية أو الحرص.

لكن، مع مرور الوقت أدركت أن هذا الأسلوب لا يصلح مع كل الأبناء. بعضهم لا يحسن التعامل مع الحرية، ولا يقدر النصح، ولا يفرق بين الاهتمام والسيطرة.

هذا الأسلوب يحتاج إلى أبناء متفهمين، ناضجين، عقلاً.

أما من تغمرهم الطيش واللامبالاة، فسيأخذون التهاون على أنه ضعف، والحب على أنه تساهل، ويتمادون حتى يضيع التوجيه تماماً.

أنا لست من يؤمنون بالضرب أو الإهانة أو كسر الشخصية كوسيلة تربية. لكنني في الوقت ذاته لا أؤمن بإطلاق الحبل على الغارب.

الشدة الدائمة تصنع شخصاً منغلقاً، خائفاً، أو متربداً يفرّ لأماكن لا يفهمها أحد . بينما التهاون الدائم يخلق أشخاصاً بلا وعي، بلا حدود، بلا قيمة واضحة للصواب والخطأ.

أفضل طريقة من وجهة نظري أن تكون في المنتصف. أن نزرع القيم بالحوار، وأن نغرس الاحترام من غير إذلال، وأن نربط التربية بالدين. لا ك مجرد طقوس، بل كفناعة عميقة أن الإسلام وجد ليحفظنا، لا ليقذتنا. الدين، حين يكون صحيح الفهم، لا يُنْتَج حيلاً معقداً أو خائفاً، بل يخرج أبناء يُميزون بين الهوى والصواب، ويعرفون أن لهم قيمة أكبر من اتباع ما هو شائع.

من الطبيعي أن يختلف الجيل الجديد عن الجيل السابق.

ما حدث معك قد لا يحدث مع ابنك. ولكن المهم أن تكون نصائحك موجودة، واضحة، عقلانية، حتى لو لم تُتَّبَع حرفياً. وجودها في ذهن الابن سيمكنه أفقاً أوسع حين يتخذ قراراته، حتى لو اختار عكسها.

الأهم ألا يكون محصوراً في زاوية واحدة.

ومن أكثر الأمور التي أؤمن بها: لا يمكن أن تكون شخصاً فوضوياً، غير ملتزم، لا أخضع لأي مبدأ، ثم أتوقع من أطفالي أن يكونوا عكس ذلك.

هذا غير منطقى . الأبناء لا يتسلكون بالكلام وحده، بل بما يرونـه يومياً . سلوكـك هو أول درس يكتبـ في ذاكرـته، وأخلاقـك هي القـالب الذي سـيـتـسلـكونـ فيه وـعيـه . ولـهـذا أـعـتـقـدـ أنـ إـصـلاحـ النـفـسـ يـسـبـقـ الإـنـجـابـ . لأنـ التـرـبـيـةـ لـيـسـ مجردـ طـعـامـ وـشـرـابـ وـمـدـرـسـةـ، بلـ بـنـاءـ دـاخـلـيـ يـبـدـأـ بـكـ .

وـأـنـاـ لـأـنـصـحـ بـالـإـكـثـارـ مـنـ الـأـبـنـاءـ . الـعـالـمـ لـيـسـ بـحـاجـةـ إـلـىـ مـزـيدـ مـنـ الـعـدـدـ، بلـ إـلـىـ الـقـلـيلـ مـنـ النـوـعـيـةـ . أـنـ تـرـبـيـ طـفـلـاـ وـاحـدـاـ بـطـرـيـقـةـ صـحـيـةـ، خـيـرـ لـكـ وـلـهـمـ مـنـ أـنـ تـنـجـبـ خـمـسـةـ بـلـ وـقـتـ وـلـاـ وـعـيـ وـلـاـ مـاتـابـعـةـ .

### خصوصـاـ الطـفـلـ الـأـوـلـ ...

هوـ حـجـرـ الـأـسـاسـ . هوـ النـمـوذـجـ، الـمـعـلـمـ الـأـوـلـ لـإـخـوـتـهـ، حـتـىـ لـوـ لـمـ تـقـصـدـ ذـلـكـ . إنـ كـانـ صـالـحـاـ، كـانـ سـبـبـاـ فـيـ صـلـاحـ الـبـقـيـةـ . إـنـ انـحـرـفـ، كـانـ سـبـبـاـ فـيـ انـهـيـارـ الـبـيـتـ مـنـ الـدـاخـلـ، حـتـىـ لـوـ كـنـتـ حـاضـرـاـ وـجـيـداـ، لـأـنـهـ سـيـقـضـيـ وـقـتـاـ أـطـوـلـ مـعـ بـاـقـيـ الـأـطـفـالـ مـنـكـ، وـسـيـتـأـثـرـوـنـ بـهـ أـكـثـرـ مـاـ يـتـأـثـرـوـنـ بـكـ . وـلـأـعـلـمـ لـمـاـ دـائـمـاـ التـأـثـيرـ السـلـبـيـ أـسـرـعـ مـنـ الإـيجـابـيـ، لـكـنـهـ كـذـلـكـ ... أـمـاـ الـأـجـهـزـةـ الـذـكـيـةـ، فـحـدـثـ وـلـاـ حـرـجـ . لـأـنـصـحـ أـبـدـاـ بـتـرـكـ الـطـفـلـ مـعـهـ دـوـنـ رـقـابـةـ .

حددـ مـاـ يـشـاهـدـ، وـكـمـ سـاعـةـ يـشـاهـدـ، وـرـاقـبـ مـاـ يـسـتـهـلـكـهـ .  
الـطـفـلـ لـاـ يـمـيـزـ بـيـنـ الصـحـيـحـ وـالـخـطـأـ كـمـاـ تـفـعـلـ أـنـتـ .

نـحـنـ الـكـبـارـ نـدـرـكـ الـخـطـأـ أـحـيـاـنـاـ، وـنـسـقـطـ فـيـ رـغـمـاـ عـنـاـ . فـكـيفـ بـطـفـلـ؟  
بعـضـ الـأـبـاءـ لـاـ يـهـتـمـ إـنـ كـانـ طـفـلـهـ صـالـحـاـ، مـاـ دـامـ لـاـ يـسـبـبـ لـهـ مشـكـلـةـ . وـهـذـاـ  
خـطـأـ قـاتـلـ . لـأـنـكـ لـنـ تـسـأـلـ فـقـطـ عـنـ نـفـسـكـ، بـلـ عـنـهـمـ جـمـيـعـاـ . أـنـفـقـ مـالـكـ عـلـىـ  
كتـابـ يـوـسـعـ عـقـلـهـ، بـدـلـ أـنـ تـشـتـرـيـ جـهـازـاـ يـفـسـدـهـ .

اقـرـأـ مـعـهـ، تـحـدـثـ مـعـهـ، عـلـمـهـ كـيـفـ يـرـىـ الـخـطـأـ، وـكـيـفـ يـحـبـ الصـوـابـ . وـلـاـ  
تـنـسـ الـحـدـيـثـ الشـرـيفـ:

"كـلـكـمـ رـاعـ، وـكـلـكـمـ مـسـؤـولـ عـنـ رـعـيـتـهـ ."  
كـلـ كـلـمـةـ، كـلـ تـصـرـفـ، كـلـ سـكـوتـ... أـنـتـ مـسـؤـولـ عـنـهـ .  
وـسـتـحـاسـبـ عـلـىـ تـرـبـيـتـهـ كـمـاـ تـحـاسـبـ عـلـىـ صـلـاتـكـ تـمـاـ .

## بين الشغف والواقع: كيف نختار طريقنا؟"

اختيار التخصص الذي نحبه هو من أكثر القرارات المصيرية في حياة الشباب. كثيراً ما نسمع أن الشغف هو الطريق الوحيد للسعادة المهنية والنجاح، لكن هل هو وحده كافٍ؟ هل يجب أن نقدم الشغف على الأمان الوظيفي والدخل المادي؟ أم أن الموازنة بين ما نحب وما يفرضه الواقع هي الحل؟

الحياة واسعة، مليئة بالشخصيات والطرق، وقد تُعجب لاحقاً بما لم نفكر فيه اليوم. لكنني أؤمن أن الإنسان لا يجب أن يتخلّى عن ما يحبه بسهولة. لا يجب أن يدفن رغباته تحت نقل الواقع، لأن هذا ليس فقط يضره شخصياً، بل ينعكس أيضاً على المجتمع بأكمله.

إذا لم يجد الإنسان شغفه في ما يدرسه، فلن يقدم شيئاً حقيقياً. سيعيش سنواته وهو يجرّ قدميه، يؤدي ما عليه دون روح، دون تجديد أو إبداع. سيتحول التخصص إلى عباء، إلى شيء يوّقه صباحاً بمزاج باهت، لا رغبة له فيه.

شخصياً، مررت بهذه التجربة. حاولت أن أقنع عائلتي برغبتي، لأنني أعلم أنني لن أبدع في تخصص لا أريده. التخصص بالنسبة لي مثل الزواج: ارتباط طويل، لا يمكن تغييره بسهولة. وإذا لم يكن هذا الارتباط نابعاً من الحب، فسيكون مقيداً، خانقاً، مهما بدا من الخارج.

أتمنى من الله أن يُعين كل من يسعى لشخصه الذي يحب، لأن التعب في ما نحب هو تعب جميل، سنصبر عليه، وننتظر ثماره بشغف. وسننجح لأننا نحب ما نفعل، لا لأننا مجرد مؤدين لمطلوب.

أرى أن من أسباب تراجع مستوى بعض الوظائف في العراق – وربما في دول أخرى أيضاً – أن الكثرين دخلوا تخصصاتهم تحت ضغط الأهل أو تقليداً للغير، لا بداعٍ شخصي. ولهذا، بعد التخرج، لا يضيفون جيداً، ولا يطورو من أنفسهم، وكأن التعليم كان محطة وانتهت. والنتيجة: وظائف باهتة، وحياة مهنية باردة، حتى لو بدا الأمر ظاهرياً مستقراً، إلا أن في القلب فراغ لا يُملأ.

وإن فرضت علينا الظروف تخصصاً لا نحبه، فسيظل بداخلنا صوت يهمس بأن شيئاً ما ينقصنا. أن هناك مجالاً كنا نحلم به، ولم نلتحق به. وهذا شعور فاسد.

لكن كيف نكتشف شغفنا الحقيقي في سن مبكرة؟ أعتقد أن أرواحنا تعرف الطريق. الشغف يولد من أشياء صغيرة أحببناها منذ الطفولة، من هوايات جذبنا، أو مواد دراسية استثارت فضولنا. علينا أن نجرّب، أن نبحث، أن ننظر إلى التخصص نفسه لا إلى من يمارسه. أن نقرأ عنه، نغوص في تفاصيله، لا نكتفي بالسماع من غيرنا.

وهنا يأتي دور المدرسة، والعائلة، والمجتمع. لا يكفي أن يوجّهوا الأبناء نحو تخصصات "مضمونة"، بل يجب أن يساعدوهم على اكتشاف ذاتهم. الشغف لا يُفرض، بل يُكتشف.

رسالتي لكل من لم يجد طريقه بعد: لا تستسلم. ما جعل الله في قلبك حبّاً لشيء، إلا وكان له سبب. اسع إليه بصدق، وابذل ما تستطيع. إن وصلت، فاحمد الله، وإن لم تصل، فاسعى من جديد ، حتى وإن اختلف المسار قليلاً لازال بامكانك الوصول .

هَوْنُ عَلَيْكَ فَمَا فِي الْلَّوْحِ قَدْ كُتِبَ  
وَاللَّوْمُ يُورِثُكَ الْأَحْزَانَ وَالْتَّعَبَ  
فَاسْعُدْ بِمَا فِي يَدِكَ الْيَوْمَ مِنْ أَمْلَىٰ  
وَلَا تُفْكِرْ بِمَاضِكَ الَّذِي دَهْبَأَ

## التخطي: رحلة الروح نحو التعافي واليقين

كل إنسان على هذه الأرض يحمل في طيات روحه فصوًلاً من الألم، وقصصاً من الثقل كادت أن تهوي به. لحظات ظن فيها أن النهاية قد حلت، وأن الحياة بعدها لن تكون سوى ذكرى باهتة تبقيه على قيد التنفس، لا الحياة. قد يبلغ اليأس بالبعض مبلغاً يظنون معه أن الوقت قد حان لإنها سطور حكاياتهم.

### الوهم الذي ينسجه الألم:

لكن هذا كله ليس سوى وهم ينسجه العقل حين يفسّر الألم الروحي كأنه حكم بالموت. ندخل في دوامة درامية، تتواتي حباتها، حتى تصفينا الحياة بوجع الواقع، فتجبرنا على اليقظة. ننظر إلى أنفسنا بدھشة، مدركين كم كنا أغبياء داخل سجن الأوھام.

### شهادة على لطف الله:

أعترف: هنالك لحظات من الصعوبة البالغة، حين يبلغ الألم منتهاه. لكن عندما نتأمل حجم ما تخطيـناه من مصاعب، نشعر باندھال مطلق: "مستحيل... كيف حدث هذا؟" نتساءل، ونحن الذين كنا نظن أننا سنبـوت من شدة الألم.

ذلك الاندھال ما هو إلا شهادة على لطف الله الذي لا ينتهي. هو سبحانه من أنعم علينا بتلك السمة العجيبة التي تمكـنا من تجاوز المحن. علينا أن ندرك هذه النعمة إدراكاً حقيقـاً، وألا نحبـس أنفسنا في صندوق ضيق من اليأس، فالحياة أوسع وأعمق بكثير.

## الخطي... رحلة لا توقف:

أجل، التخطي ليس حدثاً يقع مرة ثم ينتهي، بل هو مسار دائم يستمر مدى الحياة.

لن ننسى تماماً ما عشناه؛ هناك شيء في ذاكرتنا – ربما ميل خفي – يجعلنا نحتفظ ببعض الألوان الحزينة. تلك التجارب تشتري بيتها دائماً في إحدى خلايا المخ. لن تغادرنا، لكنها لا تعني أننا لم تتجاوزها. تلك المصاعب هي التي شكلتنا، وصفقتنا، وجعلتنا أقوى مما كنا عليه.

لن تتوقف الحياة عند أحد. وإن بقيت وحيداً، فلن تموت؛ بل ستكون أقوى مما كنت عليه يوماً.

## خطوات التخطي:

### 1. الإدراك:

أن الأمر كله لله، وأن ما نمر به امتحان، تكتب فيه درجات الصبر والثبات. هذا الإدراك يمنحك السكينة و يجعلنا نرى المحنّة بعين الإيمان.

### 2. التقبل:

أن نفهم أن كل تجربة سيئة تحمل درساً، مهما كان فاسياً. لن نتعلم شيئاً بالمجان. لذا، نتقبله بليجاية، ونضيئه إلى رصيدها المعرفي بدل أن نغرس فيه.

### 3. التذكرة:

حين نعجز ولا نملك حيلة، نذكرة أنفسنا أنها مجرد مرحلة، وأننا نجونا من ما هو أسوأ. لا ندع الحزن يبتلينا، بل نبحث عن بصيص من الحكم وسط الألم، ونفعل ما بوسعنا اليوم، لأن الحياة لا تنتظر.

وأخيراً...

ابكي اليوم، وتالم، وفكر بعمق، لكن لا تجعل كل ذلك يستمر للغد.

## التكنولوجيا: آفاق جديدة ومخاطر كامنة

في عصرنا الحالي، أصبحت التكنولوجيا قوة لا يمكن إنكارها، فهي تتغلغل في نسيج حياتنا اليومية لتشكلها من الداخل والخارج. إنها حقيقة ذو حدين، تحمل في طياتها إيجابيات نافعة جداً تُعد باتفاق لا حدود لها وفي الوقت ذاته تخفي سلبيات مقلقة جداً تهدد قيمنا وأخلاقنا، لتؤثر بعمق على الأفراد والمجتمعات على حد سواء.

من جانبها المشرق، أحدثت التكنولوجيا ثورة غير مسبوقة في سهولة الوصول للمعرفة والتعلم. فالمعارف التي كانت في الماضي حكراً على قلة، أصبحت اليوم متاحة بضغطة زر. الدورات التعليمية المتخصصة، الشروحات الواافية لأي موضوع، الشهادات المعتمدة، والمكتبات الرقمية التي تضم ملايين الكتب، كلها أصبحت في متناول اليد، مما يفتح آفاقاً واسعة للتطور الشخصي والمهني دون قيود جغرافية أو مادية تذكر.

كما أنها سهلت تبادل الأفكار وتوسيع المدارك الإنسانية؛ منصات مثل "كوارا" تتيح التعرف على آراء متنوعة ونظريات مختلفة قد لا تخطر بالبال، مما يثير الفكر ويشجع على التفكير النقدي.

إضافة إلى ذلك، توفر التكنولوجيا مصادر لا تقدر بثمن للدعم النفسي والتحفيز الذاتي؛ فمتابعة حسابات متخصصة في الصحة النفسية أو العادات الإيجابية يمكن أن تكون وقوداً يعيد للإنسان لذة الحياة ويرفده للعودة إلى روتينه الصحي خطوة بخطوة.

لكن الوجه الآخر لهذه التكنولوجيا يكشف عن جوانب مظلمة تثير القلق العميق. إن الكم الهائل من المعلومات المتاحة قد يتحول من نعمة إلى نعمة، فقد يؤدي إلى الضياع والتشتت إذا افتقر الإنسان لوجهة واضحة أو هدف محدد.

كما يبرز خطر إهار الوقت الثمين على محتوى فارغ لا يضيف أي معنى حقيقي للحياة، أو ما هو أسوأ، التأثر بأفكار سلبية وغير صحيحة يمكن أن تنشئ القيم وتؤثر على السلوك.

الأخطر من ذلك هو أن سهولة التصرفات وانعدام الرقيب المباشر في العالم الافتراضي قد يشجع الأفراد على القيام بـ"أشياء ما كان ممكناً سوينتها لو صار نفس الموقف بالحياة الواقعية"، مما يسهل انتشار العلاقات المحرمة والحديث غير الأخلاقي مع الجنس الآخر في بيئة افتراضية تفتقر للمسؤولية والضوابط.

الخصوصية والحياة الأخلاقي هما من أكبر ضحايا هذه الثورة الرقمية. فهو النشر ومشاركة كل تفاصيل الحياة الشخصية عبر "Stories" وتحت ذريعة العادلة، يجعل الإنسان "نصف عار" إذا كان قليلاً متحفظاً و"عارياً جداً" إذا كان لا يتردد في نشر كل شيء.

هذا التعبير القوي يعكس فقدانًا مؤلمًا للحياة وحدود الخصوصية. هذا الواقع المريع يقود البعض إلى فقدان الكرامة والأخلاق، و"الانساق وراء الشهوة على حساب الكرامة"، حيث يذل البعض نفسه وبهينها ويخرج للناس بـ"أسوأ شيء ليضحكهم". هذا يدفع المرأة إلى التساؤل بمرارة: "أين ذهب الحياة والأخلاق والكرامة والعزّة؟"

إنهم يبدون وكأنهم لا يخالون بأنفسهم أو لا تناصرهم أفكارهم ليلاً، لا يفكرون بما فعلوه، ولا يشعرون بأنهم "عارون من كل سمات الجيدة وأنهم سوئ حثالة ما يسمى بالإنترنت". ولا يمكن إغفال الجانب المظلم الآخر المتمثل في سهولة الوصول إلى الحرام عبر الهاتف وبسرية، بالإضافة إلى وجود موقع أسوأ بكثير مثل "الدارك ويب" التي تمثل قمة الانحطاط وثير الاشمئزاز العميق.

## نقطة التحول : فهم التغيير وواقع العلاقات

إن الحياة ما هي إلا مسيرة مستمرة من التغيير والتحول المتواصل. كل يوم يحمل في طياته إضافة جديدة؛ قد تكون مفهوماً جديداً، تجربة فريدة، أو حتى لمحات مختلفة عن تعقيبات العالم. هذا التراكم اليومي، وإن بدا بطيئاً، يؤدي حتماً إلى تحولات ملحوظة في صورة الإنسان وحياته. لكن الفارق الجوهرى في هذه المسيرة يكمن في طريقتنا في التعامل مع هذه التحولات.

فمن يمتلك القرة على تقبل التغييرات بوعي، وربطها بمنطقية، وإضافتها إلى رصيده المعرفي، يجد نفسه في حالة نمو وتطور دائم، قادرًا على مواكبة الحياة بمروره.

يجد نفسه في صراع مستمر مع ذاته ومحیطه، مما يعيق فهمه للحياة ويحد من إمكاناته، بل وقد يلحق به أضراراً نفسية عميقة.

في خضم هذه المسيرة المتغيرة، قد يصل الإنسان إلى نقطة تحول محورية تدفعه إلى إعادة تقييم شامل لمحيطه وعلاقاته. هذه النقطة غالباً ما تنشأ من تراكم المواقف التي تكشف عن الزيف، النفاق، والسر المستتر في التعاملات البشرية.

عندما تزايـد هـذه الصور القائـمة لـانعدـام الصـدق والـكرـاهـية يـصبح هـذا التـراكـم حـافـزاً لـتـغيـير جـذـري في طـرـيقـة التـعامل مع العـلـاقـات الـاجـتمـاعـية. أـرـى أنـ الـبـحـث عن "الـشـخـص الـحـقـيقـي والـصـادـق"، أوـ منـ يـمـتـلك "الـطـيـبـ منـ الـدـاخـل" وـلـيـسـ مجـرـدـ قـنـاعـ خـارـجـيـ، يـكـادـ يـكـونـ مـهـمـةـ مـسـتـحـيلـةـ خـارـجـ دائـرةـ الـأـفـرـادـ الـفـلـيـلـينـ الـذـينـ نـقـ بـهـمـ قـنـقـةـ مـطـلـقـةـ.

لذا، فإن هذا الإدراك يدفع نحو تبني الانعزال كخيار وقائي وحماية للذات . إنه ليس مجرد انسحاب عابر أو هروب من الواقع ، بل هو قرار واعٍ بالحد من التفاعلات مع أولئك الذين قد يسبّون الألم ، أو يستنزفون الطاقة ، أو يعكرون صفو الحياة الهدى .

يصبح هذا التوجه أشبه بدرع نفسي يحمي الإنسان من التداعيات السلبية للعلاقات الزائفة والمسومة . ورغم هذا التحصين ، فقد تظهر التجربة أن المرأة لا يزال معرضًا للأوغراد الفارغين من أنفسهم ، "مما يعمق قناعته بضرورة هذا الانعزال ، ويثبت له صحة مساره في حماية ذاته من شرور الآخرين .

إنها ليست تراجعاً عن الحياة ، بل هي إدارة حكيمه لحدود النفس في بيئه اجتماعية لا توفر الأمان الكافي للعلاقات المبنية على الثقة المطلقة التي يبحث عنها الإنسان الصادق .

## في زحام السرعة... أفكّر

تمر الأيام سريعاً، وكأنها لا تنتظر أحداً،  
ليس الوقت فقط ما يُسرع،  
بل حتى نحن نسرع... في تفكيرنا، في مشاعرنا، في ردودنا،  
كأننا نخشى التأخّر عن شيء لا نعرفه.

أمسك نفسك أحياناً وأنا أنساع:   
هل أعيش حقاً؟  
أم أنني فقط أؤدي دوراً، أُنجز ما يفترض أن أُنجزه،  
وأجتاز اللحظات دون أن أراها بعمق؟

هناك فرق شاسع بين أن نعيش...  
 وبين أن نكون حاضرين داخل لحظاتنا.  
أفكّر كثيراً، أكثر مما يجب،  
أحلل الموقف، النظرات، الكلمات العابرة،  
وربما أرهق نفسي بما لا يحتاج كل هذا التأمل،  
لكنني، رغم كل شيء... لا أتمنى أن أكون ساذجة.  
لا أريد أن أكون سطحية، ولا عابرة في ذاتي.

نعم، الحياة ترکض، وأنا أرکض معها،  
لكنني أحتاج أحياناً أن أتمهل، أن أنفس،  
أن أذكّر نفسي أن هذه اللحظات لا تعود،  
وأن الشعور بها كما هي، دون تزوير أو تجاهل،  
ليس ضعفاً... بل وعيّاً.

## طبيعة العلاقات: دروس من واقع مؤلم

التعملق في تجارب العلاقات البشرية كشف لي عن حقائق جوهرية، غالباً ما تكون مؤلمة، حول الطبيعة المركبة للإنسان وتقاعاته.

أولى هذه الحقائق هي أن الخير في الإنسان ليس مطلقاً أو حصيناً من التوأقصى؛ فكل شخص، مهما بدا طيباً في جوهره أو سليم النية، يظل معرضاً لوسائل الشر أو للغرائز الدفينة التي قد تقوده إلى تصرفات لا تُحمد عقباها.

النقطة الفاصلة هنا ليست في وجود هذه النوايا السيئة المحتملة، بل في قدرة الإنسان على السيطرة على ذاته ومحاربة هذه الجوانب السلبية. كثيراً ما أرى أن البعض يتصرفون بمراعاة لذاتهم فقط، تاركين "جروح أفعالهم بلا أسف" في نفوس من يتعاملون معهم، وهذا الجانب يؤكد على هشاشة العلاقات وتعيدها.

أما الدرس الأكثر قسوة والذي ينكر في خبرتي الحياتية فهو أن الصدق التام والنوايا الطيبة المطلقة نادراً ما تُصادف خارج الدائرة المقربة جداً من عائلتي.

فالتجارب المتراتكة تُظهر بوضوح كيف أن العلاقات، التي قد تبدأ بحماس ووعود، قد تنهار في لحظات عند اكتشاف جوانب غير متوقعة، أو نوايا خفية، أو حقائق تنهي هذه العلاقة "في ثوانٍ".

هذا الواقع يؤسس لقناعة راسخة بأن الظاهر قد يكون خادعاً بشكل كبير؛ فالكلام المعسول والوعود الرنانة، بل وحتى الأفعال التي تبدو نبيلة، قد تكون مجرد أقنعة محكمة.

إنها استراتيجية يستخدمها البعض لإيهام الطرف الآخر بأنه شخص "جيد ومحل ثقة"، فقط لتأتي الصدمة في نهاية المطاف، كاشفة عن حقيقة مغايرة تماماً ومؤلمة.

هذه الخبرة المريرة تعزز لدى الحذر الشديد في التعامل مع الآخرين، وتبعد الانزعال الذي أصبح استراتيجية دفاعية للحفاظ على سلامة الروح والنفس من الخذلان المترافق.

ما ني مخالف على حكم الأقدار  
هذا نصيبي بالدنيا وانا قبلته  
ما باليد حيلة ولا على كيفي اختار  
لكن حظي والقدر ما توقعته  
يا الله لا تحملني فوق ظروفي اضرار  
ما بقى هم في حياتي الا حملته

## فلسفة القرار: المنطق والعزل كركائز للذات

في رحلة الحياة، أصبحت أرى أن جوهر اتخاذ القرارات السليمة يتجلّى في اعتماد منهجين أساسيين: التفكير المنطقي الصارم والوعي التام بحدود العلاقات الإنسانية.

في عالم يعج بالتناقضات وتتقاذفه العواطف المتضاربة، يصبح تبني المنطق أساساً لا غنى عنه.

هذا يعني أن المرء لا يدع العواطف تملّي عليه خياراته، ولا ينجرف خلف توقعات غير واقعية؛ بل يفضل تحليل الأمور بموضوعية ودقة. هذه المقاربة تمنح القدرة على تقييم المواقف من منظور عقلاني بحت، مما يمكنني من اتخاذ قرارات أراها الأنسب والأكثر صواباً لمساري الشخصي، بعيداً عن تأثير تقلبات المزاج أو الضغوط الخارجية.

تتكامل هذه الرؤية المنطقية مع قناعة راسخة نابعة من عمق تجربتي، وهي تفضيل الانعزال الذاتي على الانغماس في العلاقات الرا凡ة.

قد يثير هذا الخيار قلق المقربين، وقد يُنظر إليه على أنه نوع من "العقد النفسي" كما قيل لي. لكن الحقيقة هي أن هذا التفضيل ينبع من قدرة فريدة وحادة على تحليل تصرفات الآخرين وقراءة ما بين السطور في سلوكهم. هذه البصيرة تمكّنني من رؤية ما لا يراه الآخرون، مما يسهل على التمييز بوضوح بين العلاقات التي تحمل في طياتها الصدق والأصالة، وتلك التي تُبنى على النفاق، المصالح، أو تفتقر إلى الجوهر الحقيقي.

لذا، فإن الانسحاب من هذه العلاقات السامة لا يُعد هروباً من الواقع الاجتماعي، بل هو بمثابة إجراء حماية للذات من الاستنزاف العاطفي والنفسي وتعكير الصفو الذهني.

ارى أن الحفاظ على السلام الداخلي والهدوء الشخصي أثمن بكثير من الانخراط في علاقات قد تجلب ضرراً أكبر من النفع.

هذا الاختيار يعكس وعيًا عميقًا بحدود الذات، واحتياجاتها للحفاظ على طاقتها الإيجابية، ويعزز القدرة على وضع حواجز قوية تحمي الذات في بيئه اجتماعية لا يمكن الاعتماد على صدقها دائمًا. إنها فلسفة حياة تهدف إلى تحقيق التوازن بين الانخراط مع العالم وحماية الذات من شوائبها.

## البوصلة الشخصية: الدين، المنطق، والمسؤولية

تتحدد مسيرة الإنسان في الحياة وتتجه دفة قراراته وفقاً لبوصلة داخلية معقدة، تتكون من ثلاث ركائز أساسية متكاملة: الواقع الديني، التحليل المنطقي، ومراعاة الأثر الإنساني على الآخرين.

أولاً، يقف الدين كمرشد أول وميزان أخلاقي لا غنى عنه في كل قرار يتخذه الإنسان.

في ظل غياب مرشد بشري دائم يمكن الركون إليه لتعليم الصواب وإيصال الخطأ، يصبح الالتزام بمبادئ الدين الإسلامي هو الدليل الأقوى. فقبل الإقدام على أي خطوة أو تبني أي فكرة، يقضى الوقت في التفكير: هل هذا الفعل يتعارض مع مبادئ الدين والأخلاق؟ إذا كان الجواب بالنفي، فإن الإقدام عليه يصبح ضرورة، حتى لو قوبل بالرفض من الآخرين، وهذا يعكس قوة في القناعة وثقة في المسار ما دام متوافقاً مع المبادئ الروحية والأخلاقية.

أما إذا كان الجواب بالإيجاب، فإن الابتعاد الفوري يصبح واجباً لا يحتمل التأخير.

هذا المبدأ يمنح الإنسان وضوحاً وحسماً لا يتزعزع في اتخاذ القرارات المصيرية واليومية.

ثانياً، يأتي المنطق كمعيار أساسي لقياس الأفعال والخطط. فالاقناع الشخصي بفكرة ما لا يكفي بحد ذاته لفرضها على الآخرين أو اعتبارها الحقيقة المطلقة. بل يجب أن تكون هذه الأفكار مدروسة بأسباب وحجج منطقية يمكن أن يتقبلها العقل السليم.

الإيمان بقوة الحجة العقلانية يجعل الإنسان يثق بأن المنطق السليم قادر على إقناع أي شخص لديه استعداد للفكير، وأن الرفض لا يأتي إلا من "الجاهل" الذي يفتقر إلى القدرة على الاستدلال والتحليل.

هذا المبدأ يعكس عقلية تحليلية متقدمة، ورفضاً قاطعاً لفرض الأراء دون أساس عقلي متين.

ثالثاً، تبرز قيمة المسؤولية تجاه الآخرين كخط أحمر لا يمكن تجاوزه، حتى في أصعب الظروف. قبل تقييم الإيجابيات الشخصية لأي فعل أو خطة، يجب النظر أولاً إلى الضرر المحتمل الذي قد يلحق بالذات أو بالآخرين.

المثال الواضح على ذلك هو عدم إمكانية تبرير السعادة الشخصية الناتجة عن مكسب مادي (مثلاً شراء سيارة بمال بيع المنزل) إذا كان ذلك يؤدي إلى تشريد المقربين أو إلحاق الضرر بهم.

هذا المبدأ يعكس حساً عميقاً بالمسؤولية الأخلاقية والوعي بتأثير الأفعال، ويشير إلى أن القسوة الظاهرة في التعامل مع العلاقات لا تعني بحال من الأحوال إيهام الآخرين عمداً أو تجاهل تبعات الأفعال عليهم.

إنها دعوة للتفكير في العواقب الإنسانية قبل أي خطوة، ووضع الحدود الأخلاقية حتى في سبيل تحقيق الأهداف الشخصية.

"والخلاصة من كلّ ما سبق أن  
نتعلم درساً مفاده أن لا يكون  
في قلبك شيء أعز من الله".