

هناقات روح

هند أحمد العرياني



هفتاد روح



© مركز الأدب العربي للنشر والتوزيع، ١٤٤١ هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

العرياني، هند أحمد

هتافات روح. / هند أحمد العرياني. - الدمام، ١٤٤١ هـ

١١٠ ص؛ ١٤ × ٢١ سم

ردمك: ٦-٢٥-٨٣٠٥-٦٠٣-٩٧٨

أ. العنوان

١- الثقة بالنفس

١٤٤١/١١٠٩٩

ديوي ١، ١٥٨

رقم الإيداع: ١٤٤١/١١٠٩٩

ردمك: ٦-٢٥-٨٣٠٥-٦٠٣-٩٧٨

مركز الأدب العربي للنشر و التوزيع

الموقع الإلكتروني :

Www.Adab-Book.Com

مركز الأدب العربي

@Services_Book

@Services_Book

مركز الأدب العربي

adabarabic7

services_book@outlook.sa



مسؤول النشر :
للتواصل

0597777444

حمل تطبيق

مركز الأدب العربي للنشر والتوزيع



المملكة العربية السعودية - الدمام

لطلب إصدارات مركز الأدب العربي

@Adab_Book

00966594447441

دولة الإمارات العربية المتحدة مكتبة الأدب العربي 00971569767989

مملكة البحرين مكتبة قصر فخر الدين 0097366753587

جمهورية مصر العربية مركز الأدب العربي 00201120102172

الحقوق محفوظة : لا يسمح بإعادة إصدار هذا الكتاب أو أي جزء منه ، أو تخزينه في نطاق استعادة جميع المعلومات أو نقله بأي شكل من الأشكال بدون إذن سابق من الناشر .

جميع العبارات و الأفكار الواردة في الكتاب تعبر عن

وجهة نظر المؤلف دون أدنى مسؤولية على الناشر .

مقتضات روج

تأليف

هند أحمد العرياني

 @hnoodh12

 @hinoody

 hind-hii@hotmail.com

الطبعة الأولى

١٤٤١ هـ - ٢٠٢٠ م

المحتويات

٩	الشكر والعرفان
١١	إهداء
١٣	مقدمة
١٥	النبض الأول: خلجات نفس
١٧	أنتَ مضيء
١٩	أشعرُ بك
٢١	حسرة وألم
٢٣	أحببتك
٢٥	انتبه لنفسك
٢٧	نغزات قلب
٢٩	صباحك أنت
٣١	كُنْ حذراً
٣٣	خفايا
٣٥	النبض الثاني: قرارك باختيارك
٣٧	بعد الحطام



- ٣٩ تجاوز الأمر
- ٤٢ وجهة نظري أبثها إليك
- ٤٤ مشاعر معاريس
- ٤٦ أسعد نفسك
- ٤٨ سرّ نجاحك
- ٥٠ من أجلي
- ٥٢ أحسن الظنّ بي
- ٥٥ الصداقة الإلكترونية
- ٥٨ القضاء والقدر
- ٦١ الثقة
- ٦٣ كن قدوة
- ٦٥ حب وزواج من أشخاص كبار في السن
- ٦٧ الشخصية النكديّة
- ٦٩ خارج عن المألوف
- ٧٢ تعاسة غيرك
- ٧٥ حسبي الله ونعم الوكيل
- ٧٧ العروس
- ٧٩ قرارك بعقلك
- ٨١ فخر الوطن
- ٨٣ سلاحك بصمتك



٨٥	النبض الثالث: بين حنايا الروح
٨٧	أريد الأمان
٨٩	غامضة
٩١	عجلة تفاؤل وأمل
٩٣	في ركن غرفتي
٩٥	صفعة مطلقة
٩٨	بلا حدود
١٠٠	قطعة ولكن
١٠٣	لطف الله
١٠٥	وهم الحب
١٠٧	عديمة الإحساس
١٠٩	النهاية..





الشكر والعرفان

الشكر لله على كرمه ولطفه وعظيم سلطانه،
الذي رزقني بأسرة دافئة حنونٍ ساعدتني على تخطي المشكلات،
ودائماً تشجّعني وتفخر بي.
والفضل والتقدير لمن دعمني في برامج التواصل الاجتماعي،
وكان يقرأ بتمعن، ونصحني بتأليف هذا الكتاب
وأيضاً لن أنساك أنت: يا من أكرمتني، واقتنيت كتابي.



إهداء

إلى أول حب في حياتي، ونبض إحساسي ..

أبي ♥ أحمد

إلى سعادتي وجنتي وأمان قلبي ..

أمي ♥ علوة

إلى سندي وفخر حياتي ..

أخي ♥ ضيف الله

إلى عضدي ورفيق دربي ..

أخي ♥ عبد الله

إلى من يشعر بي، ويهتف في قلبي ..

أختي ♥ خديجة

إلى المدللة وسرّ مبسمي ..

أختي ♥ سمية

مقدمة

كثيرون من الناس يحزنون ويعانون بصمت، لا يعرفون التعبير عمّا يجول في خواطرهم. يئنّون بصمت وفي داخلهم عاصفة من الجروح والتعاسة والحزن.

ويوجد أناس لا يعرفون قيمة أنفسهم، بيدهم كل الحب والأمل والتفاؤل، يحبّون أن يحيوا بفرح وسعادة دائمة، بدون أيّة صعاب، بدون أيّة مواجهة؛ فيفشلون عند أول تجربة يخوضونها، ويتوقفون عند عتبة اليأس! .

كل شخص في داخله قوة عظيمة يتفاجأ بها، عندما ينتهي من مشكلته ...

كيف تخطيت الأمر؟

كيف نجوت؟

كيف استطعت؟

فقررت أن أقدم لك هذا الكتاب؛ لعلّه يشفي بعض جروحك، ويكون بلسماً لها.



النبض الأول:

خجرات نفس



يَهْمُنِي أَنْ تَكُونَ مُضِيئًا، لِأَنَّ هَذِهِ هِيَ حَقِيقَتُكَ الَّتِي تَشْعُ نُورًا..

لَا تَحْزَنُ عِنْدَمَا تُصَابُ بِالْحَسْرَةِ وَالْأَلَمِ؛

فَأَنْتَ فِي نَهَايَةِ الْأَمْرِ بَشَرًا..

فَمَنْ الطَّبِيعِيُّ أَنْ تَمَرَ بِمَشَاعِرِ الْحُبِّ وَالْفَرَحِ؛

لِأَنَّكَ خُلِقْتَ بِمَشَاعِرٍ مِنْ نَعْمٍ..



أنتِ مضية

أنتِ لا تدرك أنّ الخير صنّع فيك، والأمل قد خلُق منك،
والتفاؤل بيتك الذي يحتويك؛ لذا لا تيأس، واستجمع قواك.

عندما تكون مغرماً بنفسك تطوّرها وتحنو عليها، وتهتم بها.
سوف ينعكس هذا الاهتمام على روحك، وتكون لك شخصية
جذابة جداً... فقط، اعتنِ بنفسك.

أنتِ قدوة للشخص الآخر، علمتِ بذلك أم جهلتِ، فأحسنِ إليه.

يهتمُّني أن تباعد عن الأمور، التي تسرق ابتسامتك الجميلة منك.
فجمالُ ابتسامتك هو الأهمُّ دوماً.

قُمْ واستعدِّ وانطلقْ؛ فالحيأةُ سريعة. أنتِ ما زلتِ بخير وبصحة
جيدة، وتملكِ الوقت.. إذا أنتِ تستطيعِ فعل كل شيء.



فَزِدْ من حزمك وانطلق، فأنت خُلقت مميّزاً، وما زال الوقت
متوفراً لديك.

كن بخير من أجل نفسك، ومن أجل أناس يفرحون بوصولك،
فجمال ما تكتب قد أثارَ روحاً تتممُ باسمك.

لا تنتظر الفرصة، بل اصنعها

احذف كلَّ ما يؤلمك، كلَّ ما يُحزنك، كلَّ ما يعكّر صفو حياتك..
هي حياتك أنت، فلم تُغرقها في أحزان الماضي.



أشـربـك

لا أعلم مقدار حُزنك وألمك وانكسارك.. لكنني أعلم أنّ هُناك ربّاً
رحيماً مُجيباً للدعاء ولو بعد حين.

عينك الجميلتان لم تُخلقا للحزن. ابتسم؛ فجمال ابتسامتك هو
الأروع دوماً.

كن بخير، وانتبه لنفسك؛ فمشاعرك عظيمة. لا تمنحها إلا لمن
يستحقها

عش حياتك كما تريد أنت، لا كما يُريد الآخرون؛ فأنت من
ستحقق حلمك.. وأنت من عليك المقاومة.. وأنت من عليك
النزول والصعود، أنت وحدك فقط.

هوّن على نفسك، وخفّف عنها، لا تكن أنت ومتاعب الحياة
عليها. ربّت على قلبك، وقُل له بصوت هادئ: الله معنا،



وسيلطف بنا، أغمض عينيك، تنفس بهدوء، لا تفكر بشيء، فقط
اهدأ.

عندما تأخذك الحياة إلى محطات لا تريدها، فلا تستمر وتضغط
على نفسك بالذهاب والإياب. فقط وبكل بساطة: عد إلى
وجهتك التي ترى نفسك مبدعاً فيها؛ فالحياة حياتك أنت،
فاستمع بصنعها.

أفِق من غيبوبتك... فلا أحد سيحطم نفسه سواك... كُن خيراً
رُوح لخيرِ جسد.

أرى الحزن يتدفق منك، واليأس يسيطر عليك، وأعلم أنك
تُجاهد لتخفي حرقه ألمك. فهون على نفسك، فمصائبك عظيم.



سـررة وألـح

ما ذنبى إن كُنْتُ غلطة ما يسمّى بكذبة الحب. حُرمتُ
الحبّ من أجمل كلمة لا أستطيع حتى أن أتمتّم بها ..
هل تعلمون مدى حُزني وانكساري؟ .. ولكن سأكون أفضلَ
منكم، وسأتعب لتحقيق حلمي، وسأصنع أسرة تعوّضني
عن حرمانى. أنا قوة خرجت من غلطة.

ارحمْ دقائق قلبك، ولا تؤذها بفوضى الذكريات

أسرفت في خذلان قلبك كثيراً، أما حان الوقت أن
ترحمه؟

الخدلان ألم وخيبة وصمت وحزن، أتمنى أن أساعدك، وأزيلَ
ألمك كلّهُ، لكن لا أستطيع! أتعرفُ لماذا؟ .. لأنك غارق في
وحل ألمك.



ترتجفُ مشاعركُ من جفاء المحييين.. تحتاج إليهم لكن
 بصمت.. تبكي بكل هدوء.. تتظاهر بالسعادة.. غارق في
 تفكيرك.. أنا أشعر بك؛ فاهداً.

حدث ما حدث.. انس الماضي بكل تفاصيله، ما ذنب الحاضر
 تعيشه بكل حزن وخذلان؟ أنت تتألم والطرف الآخر يعيش حياة
 سعيدة، أليس هذا يحد ذاته ظلماً لك؟

كانت صامتة حتى شعروا أنها بلا مشاعر.. جرحوها بكل قسوة..
 اتهموها بغير وجه حق.. كانت تنظر إليهم بصمت، تنظر إلى
 أعينهم وتتساءل: كيف طعنوها في الظهر، تنظر إلى ألسنتهم
 وتتساءل: كيف تقتلها بكل فخر بما تتفوه به؟.. كانت وكانت،
 وما زالت ثابتة المبادئ.. كانت سعادتها سجدة، وانكساراً للرب.

إرهاق عقلك، وآلام قلبك، وضيق أنفاسك... ستدرك قريباً أنها
 لا تليق بك. أستمري في المقاومة؟



أصببتك

عندما أنظرُ إلى عينيك، أراهما تتوهجان: أهو سحر؟ أم ماذا؟!

ليست أوهاماً ولا تخاريفَ، ولا كذباً ولا أشياء محرّمة، هي
مشاعر صادقة تتأرجح بين الشرايين والأوردة.

يدقُّ قلبي كلما راقبتك من بعيد، فهل يدقُّ قلبك؟ أم ما زال بعيداً
عن الخفقان؟

أعلمُ برسائلك، وأعلم أنني المقصود، وأعلم أن قلبك يخفق
بشدة، وأعلم أنك الحنون.

أصعبُ الحروف: هي التي تحبسها؛ حتى لا يُساء فهمك



أعاتبُ قلبي قبل أن أعاتبك، أتخافُ أن أخذلك؟

من أنتَ حتى تهدم قوانيني جميعها، وتحتكر تفكيرِي؟

عندما تكونُ كلماتي بلسماً لجروحك، وجبراً لكسرِكَ، وراحةً
لتعبِكَ، صدّقني: سأكون في قمة سعادتي، وسأستمر من أجلك
أنت فقط.



انتبه لنفسك

هدّئ من روعك؛ فما تخشاه سيصيبك بالجنون، لا تدمّر عقلك.

استرّ عثراتك وعيوبك، وتعلّم من أخطائك بصمت.. فالناس لن ينسوا اثر تركك. وقد يعيبونك عليها لسنين طويلة من عمرك، والسبب: لحظة ضعف وانكسار. فالجأ إلى الله في كل أمورك، فلا منجاة إلا به، ولا ملجأ إلا إليه.

قوّم قراراتك؛ فلا أحد سيفهم رغباتك سواك

الضحيج الذي حولك، لا تدعهُ يؤثّر عليك. المهم سلامك الداخلي، ورجاحة عقلك.

لا تنس نفسك؛ حتى لا تكون الضحية فتندم



توقّف عن الخضوع لمشيئة البشر، فما الفائدة من عقلك إذا كنت
نسخة مقلّدة لعقول البشر؟

لا تقلق، أنت بخير، ما دام قلبك ما زال ينبض

حولك جاهلون، سيقولون لك: يا للأسف، لقد تغيرت كثيراً! لا
تهتم؛ فالأرجح أنك تغيرت للأفضل، في حين لم يحالفهم
التوفيق، ولم يتغيروا.



نغزات قلب

نغزات قلبك، أحلامك، ضيق صدرك، لا تتجاهلها. وراجع نفسك، وتذكّر أنّ: (قلب المؤمن دليله).

أثبت نفسك لنفسك، وليس للآخرين

عندما تكون مشبعاً بحبّ الذات، فإنك تتخذ قرارات أفضل

آهاتك، آلامك، معاناتك، يسمعها الله، أفتبقى يائساً؟

دقات قلبك الضعيفة.. أنفاسك الواهنة.. مشاعرك المهملة..
إحساسك المتبلد.. ستحيا قريباً، وسيدقُّ قلبك من جديد. فقط
كن مطمئناً.



رحمأك يا الله بقلوب لا تعرفُ معنى البوح، الصمت يخيم عليها،
لا تعرف ماذا تقول؟

نغزأتُ قلبك، حيرة فكرك، لم تخلق عبثاً.

سحقاً للنسيان عندما يغزو رأسك، ويسرق أجمل اللحظات، ويُبقي
المك.



صباحك أنت

صباح الأمان لقلبك العظيم، الذي يعطي بكل سخاء

صباح الأمل لعيونك الحائرة، التي تجذب كل من رآها

صباح الخير لكل شخص حزين، خُذَل، جُرَح. عيونُه ذُبلت من
الفقد والتعب، وروحه أنهكها الألم. فرفقاً بروحك العطرة أيُّها
المحزون، التي تُفوح عبيراً. وثق أن عينيكَ الجميلتين لم تُخلقا
للحزن.

صباحك أنت، ثم أنت، ثم أنت، يا عظيم الروح!

صباح الأمل لحلمك المنتظر، ولبسمتك الجميلة، التي تُبهج كل
من يراها؛ فيبتسم.



صباحك سعيد. انس ألمك وحنك، فما ذنبُ يومك كي يعيش
حزن أمسك؟

الصباح يتسم بلقائك.. اشعر بعظمة وجودك، فلقد حارت
اللغات في وصفك.

صباح الجمال لروحك الجميلة، التي تشعُّ جمالاً



كُنْ صَدْرًا

عقلك يشعر بك؛ فلا ترهقهُ بجنون تفكيرك

رفقاً بقلوب لا تعرف إلا الذبول، إمّا اسقيها فرحاً لتزهر، أو دعها
تذبل.

لا تكثرث بانتقاداتِ الناس؛ فلا أحدَ منهم يشعر شعورك.

علاقات التواصل الاجتماعي نادراً ما تجدها صادقة. فلا تستنزف
عاطفتك وتفكيرك في علاقات افتراضية، ترهقُ بها قلبك عبثاً.

كُن كالبحر هادئاً غامضاً، لا أحد يعرف ما بك؟! ولا تكن
كالسفينة الكلُّ يغيرون وجهتك متى ما أرادوا.



كن مستقلاً قدر المستطاع، لا تنظر بأعين الآخرين، لا تسمع
بأذانهم، لا تفكر بعقولهم. فكر بعقلك أنت، وكن وفياً لضميرك.

لا تسخر من مشاعر أحد؛ فالمشاعر عظيمة، لن تشعر بأحاسيس
الناس إلا إذا ابتليت بما عانوه من تجارب.

حافظ على أتران مشاعرك، ولا تكن مندفعاً؛ فعواقب الاندفاع
دائماً وخيمة.



خفايا

قلبك دليلك، لا تستهنُ بدقائقه المتسارعة، فهي إشارة تحذير.

لا أريدُ منك شيئاً. فقط دعني أكتبُ حزني، وأعزفُ ألحاني بهدوء
بعيداً عن استيائك.

لا تكثرثُ لكلام الناس، سيقولون ما يريدون، فاسترخُ

أحبيبتك بصدق، وضعتُ ثقتي بك، ثم علقتني ورحلت. يا ترى
هل هذا هو الحب؟

تعبتُ وكافحتُ وتأقلمتُ وتخطيتُ. أتشكُّ بعد هذا بأنك
ضعيف؟



الأمان الذي تمنحه لغيرك، سيعودُ إليك أضعافاً مضاعفة. فقط
استمرَّ ببثِّ كرم أخلاقك.

أن تكون وحيداً، أفضل بكثير من أن تكون مزدحماً بالمنافقين.

أقوى صراع: بين عقل لا يريد، وقلب يهوى ويريد، فمن
سينتصر؟





النبض الثاني

قرارك باختيارك



أنتِ ملكِ نفسك،
وقدرتكِ على تجاوز المحن والصعوبات بيدك أنتِ.
لا تتوقع عندما أقدم لك النصائح، وأمدُّ لك يد العون،
وأنتِ في قرارة نفسك لا تريد أن تتخطى ألمك.. كسرِك.. حزنك
أنكِ ستنجح. على العكس...
لا بدَّ من أن تكون مقتنعاً وواثقاً من قدراتك العالية، ولا بدَّ من
التجاوز والتغاضي
ليس من أجل شخص ما.. بل من أجلك وأجل سلامك
الداخلي، الذي يحتاج منك أن تُراعيه، وأن تعمل لبنائه وتدعيمه.
لذلك: توازن في قراراتك، فلا أحد يستطيع أن ينيرك سواك



بعد المطامح

البشر جميعاً يتعرَّضون لمواقف بسيطة ولمواقف عصبية. البعض يتخطونها بكل سهولة، والبعض الآخر لا يستطيعون.. لصعوبة الموقف الذي يكسر نفوسهم وقلوبهم. وهذا لا يعني أنَّهم ضعفاء، بل على العكس، فكل شخص يمر بمرحلة ضعف وقوة، وتشتت وثبات، واختلال وتوازن. فأَيُّ شخص يمرُّ بهذه المراحل يعكس جزءاً من إنسانيته.

لا تخف أو تقلق أو تصب بالحيرة؛ فكلنا نمرُّ بالمواقف ذاتها. لكن الفرق يكمن في: كيف تواجه ضعفك وتشتتك وحزنك؟

هل استسلمت لليأس بكل سهولة؟ ورميت اللوم كله على نفسك؟ أم خففت على نفسك، وشددت حزمك، وصنعت من حزنك فرحاً، ومن هممك فرجاً، ومن تعبك راحة؟.

انظر حولك: هل يوجد شيء يبقى كما كان؟

الوردُ إن لم نسقه فسوف يذبل، ويستبدل بلونه الجميل واللطيف لوناً باهت. وسيعتري اليأس أغصانه، وتذهب جاذبيته.



كذلك نفسك: اهتمَّ بها، واجعل منها شخصية قوية لا تهزم، شخصية عظيمة ذكية تطوّر من نفسها، فلا توجد نفسٌ تخذل نفسها.

تعرّضت للكسر وللهزيمة، فقدت صبرك، كيف تسترجع قوّتك من جديد؟

- * كُنْ متيقِّناً بأنَّ الله لم يضعك في هذا الموقف، إلا لأنَّك جديرٌ به؛ لقوله تعالى: (لا يكلفُ الله نفساً إلا وسعها)
- * مشاعرُ الحزن والخوف والقلق جزءٌ من حياة الإنسان، فلا يوجد شخص بلا مشاعر.
- * ثق بنفسك، واعطفْ عليها، ولا تجعلها مثاراً للشفقة
- * كن لجرحك خير طبيب، ولنفسك خير صديق، وخير معلم.
- * ثق أنك إنْ أهملت نفسك، وأكثرت لها اللوم والهموم؛ فسوف يزداد عليك الألم.
- * لا تقسُ على نفسك وتحطِّمها؛ فهي الوحيدة التي تستحق العناية والاهتمام، كي تواجهَ بها الحياة بكل قوة.
- كُنْ مختلفاً، ولا تكن نسخة عن أحد، فأنت فريدٌ من نوعك



تجاوز الأمر

نصادف في حياتنا أشخاصاً نتعرّف إليهم، نحُبُّهم، نحترمهم. وبعد فترة نشعر أنّهم تغيّروا، ونشعر بالغضب والضيق: لماذا تغيّر هذا الشخص؟ ما هي الأسباب؟ وكل شخص يفترض توقّعات للتغيّر.

لكنّ ثمة أمرٌ هامٌّ كثيراً ما نغفل عنه: هل هذا تغيّر جيد؟ هل هذا تغيّر طبيعي أم مصطنع؟

«صديقتك تغيّرت معك، هل أزعجك الأمر؟»

ربّما قد تغيّرت لأنّ موضوع الزواج غير بسيط. تخيّلني أن تُمضي عمرك مع أهلك، وفجأة تنتقلين للعيش وحدك في بيت جديد، مع زوج وأهل جدد!، إنه ليس بالأمر البسيط. وليس كل شخص يستطيع تجاوز هذه المرحلة والتأقلم معها. بعض الفتيات لا يتغيّرن بالزواج؛ فلديهنّ قدرة عالية على التكيف، وبعض الفتيات لا يبذلن أيّ مجهود لاستقبال التغيّر الجديد في نمط الحياة.



صديقك حظيَ بوظيفة جديدة، وتغيّر في تعامله معك،
هل تعاتبه؟

أكد سيتغيّر نمط حياة الشخص بعد الزواج والبدء بعمل،
لأنّ نظام حياته تغيّر. قبل الذهاب إلى العمل كان يسهر
ويتحدث معك، أمّا بعد القدوم من العمل فأصبح الشريك لا
يملك وقت فراغ للسهر. وسيكون باله مشغولاً بوظيفته،
طبعي جداً أن يتغير سلوكه تجاه عائلته.

صديقك كان يضحك (شلة الأصدقاء)، وهو المهرج لها.
فجأة تغيّر! لم يعد كالسابق، فهل تستاء منه؟

قد يشعر يوماً ما بأن شخصيته ضعيفة؛ لأنّه يضحك
الناس بكلامه، وأحبّ أن يغيّر من شخصيته، وأن تكون له
(كاريزما) وكيان خاص به.

صديقتك، أختك، أيّ شخص تغيّر تجاهك، كيف نتجاوز
هذه المشكلة؟

* ثقي أنّ كل شخص في الدنيا يجب أن يتغيّر، سواء كان
التغيير للأسوأ أو للأفضل.

* تيقن وكن مؤمناً بالقدرات الفردية. مثلاً: إذا حدثت معك
مشكلة وتجاوزتها بسهولة، يمكن مع غيرك أن يتعب
ويفشل في تجاوزها!



* لا تملك الحق أن تعاتب شخصاً على تغيّره تجاهك،
وأنت لا تعلم ما هي أسباب تغيّره؟ كل شخص عنده
طموح ورغبة بأن يكون الأفضل.

التغيّر شيء طبيعي في الحياة، لا بدّ أن نؤمن به. فتغيّر للأفضل
فأنت قوي، وقد خلقت قوياً.



وجهة نظري أبتئماً إليك

دائماً ادعُ الله بكل قوة وبكل رغبة؛ كي يُيسِّر لك أمرك، سواء أكانَ زواجاً، أم برّاً بالوالدين، أم وظيفة، أم غيرها، وكنْ مُلحاً في الدعاء.

* إذا لم تنل الوظيفة، فإنك قد تغضبُ وتستاء! أين دعاؤك، وحسن ظنك بالله؟

* تدعو الله أن يرزقك الزوجة الصالحة، وكلّما تقدمت لخطبة فتاة تمّ رفضك! غضبت؟ .. أين دعاؤك المستمرّ؟ أين ذهبَ يقينك بالله!!

* تكونين مؤمنة، وتأملين الفوز بالجنة، وإذا توفّي لك قريب تغضبين! هل نسيت الدعاء لله؟ تطلبين أعلى شيء في الكون، ولا تقدّمين الدعاء مقابلاً له؟ .. الجنة غالية جداً، ولا تعطى إلا برحمة من الله.

عندما تدعو الله أن يحقق لك أمنية، كن متيقّناً من الاستجابة ومن عفو ورحمة الله بك، سواء تأخرت الاستجابة أو أتت سريعة. كن متيقّناً أنّ أمر الله كله خير.



كيف تتقبَّل الحياة، مهما كانت نتيجة دعائك؟

- * باستشعار عظمة الله وقدرته، وأن الله تعالى بيده كل شيء، وأنه - سبحانه - هو النافع والضارّ.
- * ثقْ بأنَّه إن لم يستجب لدعائك في الدنيا، فسيسْتجِبُ دعَاؤك في الآخرة.
- * دائماً ادعُ الله واشكره، فلا أحد يستحق الثناء والمدح سواه.
- * توجّه لله بالدعاء في كل وقت، سواء كانت أوقاتاً سعيدة ومريحة، أو كانت حزينّة وصعبة.
- * لا تيأس من رحمة الله، الله كريم وسيسْتجِبُ لك في الوقت المناسب.

الحياة مليئة بالمصاعب والمتاعب، يجب علينا أن نصبر، وأن نعلم أنّنا في دنيا فانية، وأنّ الهَمّ والغَمّ لا بدّ منهما. فكن متفائلاً وصبوراً من أجل جنة عرضها السماوات والأرض.



مشاعر معاريس

كثيرون من الناس يجبرون أنفسهم على الزواج، خوفاً من
نظرة الناس للعازبين، وكلام الناس حولهم.
كونوا متيقنين بأن الشائعات والأقاويل ستنال الناس جميعاً،
سواء تزوّجوا أم لا.

أنتم رائعون في مراحلكم العمرية كلّها، كلما طال عمرك،
نضجت أكثر فأكثر، وأصبحت أكثر وعياً.

دع كلام الناس جانباً، وعش لأجلك أنت، فلا أحد سيتحمّل
عواقب الزواج سواك. فأحسن الاختيار للشريك.

تعرّضت للإحراج من سؤال الناس: لماذا لم تتزوج؟ لماذا
لم يأت نصيبك؟ كيف تردّ عليهم بطريقة لبقة؟

* كن واثقاً من نفسك، واعلم بأنّ (كل تأخيرة فيها خيرة)،
والله ما أخرك إلا لخير، وأنت لست مجبراً على شرح
هذا الكلام للناس. كن مؤمناً بالله في أعماق قلبك.

* لا تشعري بالحرج إذا سألك: لماذا لم تتزوجي؟ قلولي
لهم بابتسامة جميلة: لم يتقدّم إليّ من يستحقني بعد. أو



قولي: ما زالَ الوقت مبكراً على الزواج، أنا منشغلة الآن بتطوير نفسي، أو وظيفتي، أو دراستي.

* لا توافقِ على الزواج وأنتَ لستَ مقتنعاً به، لمجرد الهروب من الواقع؛ لأنك وحدك ستواجهُ أضرار تسرعك. وكذلك أولادك مستقبلاً.

* اصبري واحتسبي الأجر، وسيرزقك الله بالزوج الذي يستحقك، لأنك تستحقين الأفضل دائماً.

ليس ما يهمُّ: العمر أو الشكل عند اختيار الشريك. الأهمُّ رضا الطرفين، وارتياحهما، واقتناعهما بعضهما ببعض. فالزواج حياة ومشاركة، ولا تعيروا أذنًا لكلام الناس في شريك حياتكم.

أنتم نور يعمُّ الكون؛ فلا تنطفئوا.



أسعد نفسك

يشكو كثيرون من عدم السعادة والرضا، ويشعرون بضيق النفس. لكن تيقن: إذا لم تسعد نفسك بنفسك (مهما قدّم لك أهلك وأصدقاؤك) فلن تشعر بسعادة؛ لأنك من الأساس تفتقد القناعة، ولا تشعر بالانتماء إلى محيطك.

إن لم تنتبه لنفسك ولم تسعدّها؛ فلن تتذوّق طعم الراحة والسعادة من خلال أمور هامة. يجب أن تبدأ بها يومك، وتنمي بوساطتها شعور السعادة بداخلك؟

* أهمّها: الصلاة في وقتها، فإن صلّيت الصلاة في وقتها، فأبشّر بالراحة وبالسعادة.

* النظافة الشخصية: نعم النظافة لا تستغرب، الحفاظ على النظافة سيُشعرك براحة وبإحساس لطيف، وستغدو ثقتك عالية بنفسك، وطبيعي أن يولّد الأمر السعادة فيك.

* خصّص وقتاً لنفسك في يومك، تقوم خلاله بأمر تحبّها. مثلاً: تشرب قهوتك، تقرأ قصصاً، تشاهد فيلماً.



* دَلِّ نَفْسَكَ: خَصِّصْ يَوْماً فِي الْأَسْبُوعِ لِتَعْتَنِي بِنَفْسِكَ:
ضَعْ (مَاسِكَ) لِلشَّعْرِ، مَقَشِّرَاتٍ لِبَشْرَتِكَ، اهِتَمِّ بِالرِّيَاضَةِ
وَأَحِبِّ نَفْسَكَ. وَسَيَنْعَكِسُ هَذَا الْحُبُّ وَالْإِهْتِمَامُ عَلَيْكَ
خَيْرًا.

* أَحْسِنْ إِلَى وَالِدَيْكَ، وَاعْظِفْ عَلَى إِخْوَتِكَ، فَيَسْعَادَتِهِمْ
وَبَقَرِبِهِمْ تَأْنِسُ.

كُلُّ شَيْءٍ بِيَدِكَ، وَسَعَادَتُكَ بِيَدِكَ؛ فَاسْعُدْ نَفْسَكَ تَسْعُدُ.

سر نجاحك

في كثير من المواقف، نلاحظ أنّ ثمة أشخاصاً تحصل معهم مشكلة ويخرجون منها بنجاح، ومن غير أيّ جهد، فنستغرب ماذا حدث؟!

إحداهنّ نجدها فتاة عادية، لكنّ فيها شيئاً يجذب: أخلاقها عالية، محبوبة، سبحان الله نشعر أنّ الخير يتبعها في كل مكان. ممّا يجعلنا نتساءل: ما سرُّ البركة والخير اللذين يتبعانها؟

شخصان يتقدمان لوظيفة: الأول شهادته متوسطة وتمّ قبوله، والثاني شهادته عالية ولم يتمّ قبوله، لماذا؟!

كثيرٌ من الأمور تكون غير واضحة للناس، لكنها واضحة لأصحابها، وبركتها وفضلها منهم وإليهم.

على كل شخص أن يتحلّى بالسريرة الصالحة، وأن يبتغي وجه الله تعالى فيما ينوي أو يفعل.

كيف أمتلك سرّاً لنجاحي، ونوايا صالحة إلى يوم مماتي؟

* تقربُ إلى ربك بصلاة النوافل والوتر، خصّص وقتاً يومياً لقراءة شيء - ولو يسيراً - من سُور القرآن. وصمّ يوماً لوجه الله.



* تصدَّقْ بكثرةٍ على المحتاجين، ليس شرطاً أن تكون الصدقة مبلغاً مادياً. ربَّما تكون كلاماً حسناً مثل: هوَّناً عليك. ساعد المحتاجين، وقدم لهم النصَّح، واجعلْ أعمالك كلّها خالصة لوجه الله.

* بعض الحسابات البنكية تخدمك وأنت في بيتك، ولا أحد سواك يعلم بها. تستطيع أن تكفل يتيماً. تبرَّع بأيِّ عمل ينفَعك في آخرتك.

* شارك في أعمال تطوعيَّة، تفيدك وتفيد غيرك.

* لا تمنَّ على أحد بالعطاء مهما قدَّمت، وحتى لو لم يكن الشخص يستحق الخدمة. أنت عملت تقرباً من الله. لا تلتفت للناس.

دع الناس وشأنهم، واعمل لنفسك، وفي سبيل نجاحك، واصنع من نفسك شخصاً لا يتكرر.

من أجلي

هذه رسالة لكل أم وأب، لكل وليّ أمر: اتَّقوا الله في أبنائكم. كثيرون من الأبناء ضاعوا بسبب الإهمال والتهميش والتصغير والعنف، والتقليل من شأنهم. سواء كان ضمن الأسرة، أو أمام الأهل والجيران.

لا تجبروا أبنائكم على القيام بأمور لا يحبونها. هذا الجيل ليس كجيلكم. سابقاً كان الأبناء يسمعون كلام الأهل، حتى لو لم يفتنعوا به، لكن اليوم كل شيء تغَيَّر: الجوّال يختار الأصدقاء، المدرسة والجامعة يعلِّمان الأبناء أشياء كثيرة.

اجلسوا مع أبنائكم، أفهموهم الصّح والخطأ، فإن لم تُجالسوهم سيُجالسهم الغرباء، وقد يتعلّمون من هؤلاء الخطأ. ممكن أن يقولوا لهم: أنت من حقك أن تعيش، وأهلك ليس من حقهم محاسبتك. وأنت فتاة حرّة، فيصلون بالأبناء إلى درجة يرفضون معها تقبُّل حتى رأي الوالدين.

لا تُجبروا أبنائكم على الزواج، من حق الأبناء اختيار شركاء حياتهم. إنَّ الإِجبار على الزواج ظلم للأسرة وللأطفال مستقبلاً.



إذا رغبتِ ابنتكم في التوظيف فدعوها تتوظف، لأنها ستتمّي نفسها وقدراتها، لكن أكيد بشروط وقوانين أفتنعوا ابنتكم بقبولها؛ لكي تعي وتعلم لم هذا ممنوع وهذا مرغوب؟!

لا تقارنوا أولادكم بأولاد الناس. الله خلق لكل شخص ميزة وطاقة. إذا كان ولدك يعاني من بطء في الحفظ، فهذا لا يعني أنه غبي، بل يعني أنه من الممكن أن تكون كمية المعلومات كثيرة بالنسبة إليه، وتحتاج وقتاً أطول.

أغرقوا أبناءكم بالحب وبالاهتمام وبالعناية؛ فإن لم توفرها لهم سيتوجهون إلى غيركم، وقد ينحرفون بسبب هذا التوجه، والسبب الرئيس هو الإهمال.

لا تصرخوا في وجوه أبنائكم. قد تسبّبون لهم ضعفاً في الشخصية. فأتثناء نقاشك مع ابنك، قد تصيح في وجهه أكثر من مرة، ولن يتحدث معك أو يناقشك في موضوع ما مستقبلاً، كي لا تواجهه قسوة منك.

أيتها الأم: صادقي ابنتك، دعها تفضفض لك، بدلاً من أن تكشف آلامها وأسرارها لغيرك. اكتشفي ماذا تحبّ؟ وماذا تكره؟ الفتاة تحتاج حباً واهتماماً، خصوصاً في زمن كهذا يعطي فرصة سريعة لانحلال وسقوط ضعفاء النفوس في آية لحظة.

أبناءؤكم أمانات، فكونوا لهم خيرَ صاحب، يكونوا لكم خير صديق.



أحسن الظنّ بي

سأتكلم بأسلوب مختلف؛ لكي يصل إليكم إحساسٌ
وشعور من يُساء بهم الظنّ دوماً.

وسأختارُ اسماً عاماً، الاسم: فلانة وفلان...

فلانة وفلان شخصانِ مسالمانِ يحبانِ الخير للناس، مهما
كانت مستوياتهم أو مكانتهم الاجتماعية. لكنهما في المقابل
يتعبان ويتأذيان من الناس. وفي الوقت نفسه، هما من النوع
الكتوم، ويظهر عليهما الحزن بسبب ذلك.

فلانة تحب أن تخفف الهموم عن صديقتها، لكن حصلت
معها مشكلات، ولم تتواصل معها منذ فترة. لاحظت
الصديقة الأمر، وعابت فلانة قائلة: أنتِ متغيرة، ولم تعودي
مثل السابق معي، قالت لها فلانة: أنا أواجه حالياً بعض
الظروف القاسية. استفسرت الصديقة: وما هي هذه الظروف؟
قالت فلانة: لا أودُّ الحديث عنها. صاحت صديقتها محتجةً:
أنتِ لا تستحقين صداقتي، لماذا لا تخبريني بظروفكِ؟ لماذا
تُخفينها علي؟



لقد أساءت الصديقة الظن بفلانة، وفلانة طبعها كتوم.
تخيّلوا معي أن تقف إحداكنّ مع صديقتها في الظروف كلّها،
وفجأةً عند أول تقصير تسيء الظن بها؟

فلان معتاد أن يقوم بعمل بينه وبين ربّه، ولكن بدأ بعمل
لم يستطع أن يكمله بسبب سوء ظروفه المادية. رآه أخوه
حزيناً وسأله عن السبب. فأنكرَ فلان وجود أي سبب!
لاحظَ أخو فلان أنّ فلاناً يقضي معظم وقته على الجوّال،
فقال له: بالتأكيد أحدٌ ما قد خدعك واحتالَ عليك؛ لذلك لا
تريد أن أعلم بالأمر! تخيلوا معي ما قد يكون وضع فلان؟
إنّهُ متضايق من ظروفه المادية، ومتضايق أكثر لأنّ أخاهُ أساء
الظن به.

قد نجد إحداهنّ تعاني من الوحدة، ومتنفّسها الوحيد
رسائل و بوستات عن طريق قنوات التواصل الاجتماعي،
ورسائلها حزينة تعبّر عمّا يجول في نفسها. لذا تعرضت
للهجوم بسبب رسائلها، ومَن هاجمها لا يعلمون أنّ هذا هو
متنفّسها الوحيد للتعبير عن مشاعرها.

فإن كانت لديك كلمة طيبة تهوّن بها مصائب الناس قلّها
بكل عطف. وإلا فاصمتِ وأحسن الظن؛ لأنك إذا أحسنت
الظن بالناس، حققتَ فائدتين:



١ - نلتَ أجراً لأنك أحسنتَ الظن، والتمستَ العذر لأخيك المسلم.

٢ - ملكتَ راحة بالك، ودعوتَ العباد للإيمان وللتمسك بالخالق.

الحياة مليئة بالعقبات التي تواجه الناس؛ فلا تحكم على الناس من مظاهرهم، ولا تُسَيِّ الظن بهم، ولا تقفُ أنت والعقبات ضدَّ الناس.



الصدقة الإلكترونية

الصدقة شيء جميل في الحياة، والصدقة متنوعة ومتعددة: صدقة عمل، صدقة مدرسة، صدقة جامعية. وأيضاً أصبح هناك ما يسمّى بالصدقة الإلكترونية. وكثيرون متعلقون بها، لماذا؟

* لأنّ معظم الناس لديهم وقت فراغ قاتل، لا يريدون أن يعرف حقيقتهم أحد، أو حقيقة ماضيهم.

* معظم الناس يريدون مصادقة أشخاص لا يعرفونهم، يخفون عليهم ما يريدون، ويبرزون ما يريدون من معلومات.

* انتشار الجوّال والتطبيقات والبرامج المسلّية، جعل الناس يجلسون فترات طويلة وحدهم، مع قنوات التواصل الإلكتروني.

أنا لستُ ضد الصدقة الإلكترونية، لكنني ضد التعمّق فيها، وتجاوز الحدود بشكل مبالغ فيه.

الصدقة الإلكترونية من مساوئها: فقدان المصداقيّة في التعامل. فأنت لا تعلم غالباً: هل تتحدث مع شاب أم مع

فتاة؟ لا دليل يثبت حقيقة الشخصية. فمكالمة الفيديو، والمكالمة الصوتية، للأسف قد تكونان خادعتين. فبعض الناس يبدعون في التكرار، وفي تقمص شخصيات مختلفة بشكل ممتاز، إلى درجة تجزم معها أنك تتحدث مع شاب، وتكتشف فيما بعد أنه فتاة!

كيف أقيم صداقة إلكترونية لا تضرني، ولا تعرّضني للاستغلال؟

* معلوماتك الشخصية احتفظ بها لنفسك. مثلاً: اسمك، الرباعي، هويتك، صورك، رقم جوالك، مكان عملك، مدرستك، حسابك في البنك.

* لا تثق بأحد مهما كانت هويته، ليس الجميع يستحقون ثقتك. البعض يتفنون في كسب ثقتك: ترسل إحداهن صورته من دون أن تطلبي منها ذلك؛ لتوضح لك أنها تثق بك. عندها، تمنحنيها ثقتك، وترسلين لها صورتك، بعد فترة تكتشفين أن صديقتك المزعومة هي رجل! وهنا تبدأ مرحلة الاستغلال والابتزاز.

* نقاط ضعفك لا تتكلم عنها. البعض يستغل هذه النقطة، ويجعلك تدفع ثمن اعترافاتك.

* لا تتعلق بأحد، لأن الصداقة الإلكترونية عرضة للانسحاب في أي وقت.



* كُنْ مَتَّزِنًا فِي عِلَاقَاتِكَ، فَإِذَا قَرَّرَ أَحَدُهُمْ أَنْ يَتَّعِدَ عَنكَ،
لَا يَضُرُّكَ مِنْ أَمْرِهِ شَيْءٌ. فَوْجُودُهُ كَانَ جَمِيلًا، وَعَدَمُ
وَجُودِهِ أَجْمَلٌ.

عَشْ حَيَاتِكَ لِنَفْسِكَ، لَا تَسْمَحْ لِأَحَدٍ أَنْ يَتَحَكَّمَ فِي سَعَادَتِكَ وَفِي
حَيَاتِكَ.

القضاء والقدر

كثيرون منَّا يعانون من فقد عزيز، أم، أب، أخ، صديق. هذا
الفقد ليس شرطاً أن يكون موتاً، قد يكون هجراً، مرضاً،
سفراً، عملاً...

- * بعض الناس يأتيهم مشروع زواج، لكن لا يتم؟
- * صديقك تغيّر نحوك، وابتعد عنك دون سبب؟
- * أمك، أبوك، مريضانِ بداء عُضال، لا تستطيع تحمّل ذلك؟
- * أتكّ وظيفة مرموقة، لم تتحمّل أعباءها، وتركتها؟
- * دُعيت إلى حضور حفلة، أمك رفضت ذهابك إليها؟

هذه الأمور تفسيرها وحكمتها عند الله، كتبها الله لك ليس
عن عبث، بل هي امتحانٌ وبيان لقوة صبرك. والله لا يتلي
شخصاً إلا بما هو قادر على تخطّيه، مهما كانت خطورته.

- كيف تكون إنساناً مؤمناً صابراً على البلاء والقضاء والقدر؟:
- * كن واثقاً بأنَّ الله لا يريد لك إلا كل خير، وبأنَّ هذه الدنيا
دار الفناء، وأنت ذاهب منها لا محالة.



* كثرة المصائب والابتلاء يدلان على حب الله لك، وربك إذا أحبَّ عبداً ابتلاه. فتخيّل أن مَنْ خلق الكون والسموات والأرض يحبك!

* لا تفسّر الأمور كما تراها، مثلاً: إذا كنت إنساناً ملتزماً بالاستغفار والذكر، وتأمّل زواجاً صالحاً، وجاء اليوم الموعود لكن لم يتم الأمر! فيجب ألا تسخط وتعاتب ربك وتقول: أين نتيجة صبري ودعائي؟! إنه الإيمان بالقضاء وبالقدر. قل من هذا المنطلق: ربي أراد لي الخير، هذا الزواج قد يحمل تعاسة لي، والله أبعده عني.

* تمسّك بالأمل مهما قال لك الأطباء. مثلاً: إذا كنت مريضاً، لن تحيا كثيراً، أو كانت أمك مريضة، لن تنجو من المرض. فلا تيأس، لأن الله إذا أراد أمراً قال له: (كن فيكون). عش مع والديك بكل حب وبرّ، ولا تستسلم لكلام الأطباء، وعليك بالدعاء لهما والصدقة.

* لا تحزن على نفسك إن كنت وحيداً، فالوحدة أفضل بكثير من أن تكون بصحبة أناس لا يخافون الله. مثلاً: كان لديك صديق، تغيّر فجأة بدون سبب مقنع، ستحزن للأمر. لكن أنت لا تعلم لماذا أبعده الله عنك ذلك الشخص؟ قد يكون التقى بأصدقاء فاسدين، ولا يريد الله أن تتضرر منه؛ فأبعده عنك.



* إذا واجهتَ ظروفَ قاسيةَ فلا تنكسر وتشتك، بل كن قوياً
وثابتاً، واعلم أن الله يريدك أن تكون أكثرَ صبراً وقوةً،
فالظروف كفيلاً بتعليمك ذلك.

هذه الدنيا مليئة بالعقبات وبالصدمات؛ فتوكل على الله،
وامض مطمئناً.



الثقة

نعاني أحياناً من الثقة الزائدة فيمن حولنا، سواء منحنا الثقة لقريب أو لغريب عنّا، ثمَّ نُصدم من ردة فعله ذات يوم، لماذا؟ لأننا أسأنا استخدام هذا المفهوم!

كيف أمنح الثقة؟ ومن يستحقُّها؟:

- * امنح الثقة لرَبِّكَ الذي أحسنَ خلقك، الذي لا يريد الضرر بك.
- * امنح الثقة لأمِّكَ ولأبيك اللذين يحبَّانك، ويتمنَّيان إسعادك.
- * امنح الثقة لأخيك ولأختك، هما سندك وعضدك في الحياة.
- * امنح الثقة لصديق، لكن بحدود المعقول، فالثقة المفرطة تؤدي إلى الصدمات.
- * امنح الثقة لشريك حياتك (زوج، زوجة) لكن بحدود. مثلاً: أنا أثقُ بزوجي، لكن لا أتحدَّث عن صديقاتي أمامه، ولا أخبره بأمور لا فائدة منها.

متى تحذر من الثقة؟

- * احذر من الثقة التي تعطى عن طريق وسائل التواصل الاجتماعي، أكثر المصائب والمشكلات والابتزاز



والانحراف تصدر من الناشطين عليها، لماذا؟ لأننا بالغنا فيها، وفي تقدير أصحابها. بعض الأحيان يكون السبب هو الواقع المهمّش للشخص، الذي يعاني من نقص شديد في العاطفة؛ فيلجأ إلى وسائل التواصل الاجتماعي؛ ليرمم النقص العاطفي، فيقع في الخطأ.

* لا تمنحي الثقة لصديقتك التي خانتك، وشعرت بالذنب وطلبت منك السماح. سامحها، لكن كوني حذرة منها، امنحها ثقة بسيطة، ولا تذكرى أمامها معلومة قد تضرك بها.

* لا تمنحي الثقة للفتيات جميعهنّ من حولك؛ فلسنّ جميعاً مثل أختك، ولسنّ من تربّين على يد أمك. بعضهنّ خلوقات، وبعضهنّ مخادعات.

* لا تمنح ثقتك للأقارب؛ قريبك هو صلة رحمك، يستحق الثقة لكن بحدود، لا تبالغ في منحه الثقة؛ فتندم.

باختصار: امنح الثقة لكن بحدود، ولا تُدلّ بآية معلومة لأحد يمكن أن يضرك باستخدامها.

أجمل ثقة هي الثقة بالله وحده، فهنيئاً لمن كان الله هو كل جوارحه..



كن قدوة

القدوة ليست محصورة بالأم، أو بالأب، أو بدكاترة الجامعات، وبالأخصائيين الاجتماعيين فقط، بل أنت قدوة، الأخت قدوة، والصديق قدوة، والخالة، والعمّة، والجدّة.

* إذا ارتكبت أختك معصية، فلا تخبر أمك، بل كن أنت السبب في هدايتها. مثلاً: إذا اكتشفت أن أختك على علاقة مع شاب، فلا تضربها وتذلّلها، الكل يخطئون ويضعفون، خصوصاً فيما يتعلق بالمشاعر. تحدّث معها، افهم السبب الذي جعلها تسلك ذلك الطريق! قد تكون أنت السبب، لأنك لا تشعر بها، ولا تهتم بها، ولا تتحدّث معها. أو يكون السبب أنّها لا تسمع الكلام المعسول بل تفتقده، وجاء شاب وأسمعها كلاماً معسولاً، فطبيعي أن تنجذب إليه. أقنعها أنّ هذا الأمر خطأ، وأنت أخوها ولا تريد إلا مصلحتها، لأنها مثل الجوهرة، فتكون قد احتويتها بعاطفتك الأخوية، فترك الشاب الذي يتلاعب بها.



* صديقتكِ على معصية، لها علاقات غرامية مع الشباب، كلامها قدر، شاذة. حاولي تغييرها قدر المستطاع. وقد تصادفين صديقة شاذة في علاقاتها ومثليّة، حاولي ثنيها عن هذا السلوك الذي يهتز له عرش الرحمن، ويخالف الطبيعة والسلوك البشريين. في البداية سيكون الأمر متعباً، مع الاستمرار - بمشيئة الله - ستترك الأمر. إذا فشلت في هدايتها، فدعيها وشأنها، وابتهلي إلى الله أن يهديها.

* أمّك لا تصلي الصلاة في أوقاتها، أو مهملة لها، حاولي أن تقنعيها أن أداء هذه الفريضة في وقتها، يجلب راحة وانشراحاً كبيرين للمصلي، وقد يؤدي ذلك إلى أن تتبع خطاك، وتؤدي الصلوات في حينها بحماس.

كنّ قدوةً صالحةً؛ فالحياة لا تدوم، كنّ جميلاً بأخلاقك وبحسن تربيّتك وسلوكك.



حب وزواج من أشخاص كبار في السن

الحب فطرة، ولا نستغني عنه. الحب من احتياجات البشر الأساسية، ليس شرطاً أن ينصبَّ الحب حول شخص، يمكن أن تحبَّ نفسك، حياتك، ممتلكاتك، وظيفتك، دراستك.

الحبُّ شيء جميل جداً وطاهر، خصوصاً إذا تكلَّل بالزواج. بعض الفتيات يحببن شَباناً أصغر منهنَّ، وبعض الشباب يُغرمون بفتيات أكبر منهم سنّاً. سأتحدّث عن الحب والزواج من شخص أكبر منك عمراً بكثير، أي يكبرك بعشر سنوات وما فوق.

بعض الفتيات يتسرَّعن في قبول العريس، دون تفكير: هل الشخص الذي سأتزوجه مناسب أم لا؟

نصيحة: مهما طال بك العمر، لا تتزوج إلا الفتاة التي تشعر بأنها تستأهلك وترتاح لها. ولا تظلم نفسك بالزواج من فتاة من أجل مالها أو جمالها.

بماذا أفكر قبل الموافقة على الزواج من شخص كبير في العمر؟

* فكري أولاً أن هذه حياتك، ولا أحد ينفَعك أو يفهمك غير نفسك. ومهما نصحك الناس بشأن الزواج، فلا تتزوّجي إن لم تقنعي بالشخص.



- * في حال الزواج من رجل متقدم في السن، ستكونين غالباً الزوجة الثانية، وهنا لا بدّ من حدوث مشكلات في الاستحواذ على الزوج، من جانب الزوجة الأولى وأولادها.
 - * طبيعي جداً، إذا تزوجَ رجل من امرأة كبيرة في السن، فستقل فرصة الإنجاب.
 - * في حال إنجاب المرأة المتقدمة في السن بعد الزواج، فسيصعب عليها العناية بطفلها، والصبر على تربيته.
 - * لا تغرّكِ الحالة المادية للزوج، فقد يقسم ممتلكاته بين ورثته وأولاده، وقد يحرمك منها.
 - * بعض الأزواج المتقدمين في العمر، قد يكونون عقلاء، متفهمين، ومواكبين لمتطلبات الحياة، لكن بعضهم قد يحملون أفكاراً بالية، وعقولهم متحجرة، لا تستطيعين تغييرها مهما حاولتِ.
 - * إذا تزوجَ الرجل بامرأة يحبّها، وهو متقبّل لسلبياتها ولإيجابياتها؛ فتهانينا له ولأمثاله. لكن عليه أن يتحمّل نتيجة قراره، وأن يتكيّف معها.
- أنا لستُ ضد الزواج، سواء أكانَ الشريك كبيراً أم صغيراً في العمر، لكن ما أنا ضدّه هو التسرّع في اتخاذ القرار. فلا تتزوجوا عن جهل واستهتار. إنّها حياتكم، وأنتم جديرون بالراحة فيها، فأسعدكم الله جميعاً.



الشخصية النكديّة

في أغلب المناسبات الاجتماعيّة، يكون هناك شخص يحبّ أن يسرق الأنظار، يحبّ أن يسيطر على الناس، أن يبرز نفسه بأيّة طريقة وبشكل لافت، وبدون لباقة في الحديث. يكثر من الثرثرة، ويسخر من الموجودين، ويرى نفسه شخصية هامّة، ولا يعلم أنّه مصدر للنكد.

وللأسف، فإننا نجد هذه الشخصية في المدارس، في الجامعات، في أيّ مكان!

أغلب الأشخاص النكديين، يكونون من داخلهم حسّاسين جداً، متعبين مهمومين، ينفسون عن همومهم بالسخرية من الآخرين، وبالتقليل من شأنهم.

كيف تتصرف مع الشخصية النكديّة؟:

* تجاهل صاحب هذه الشخصية، فمواجهته ستزيد الأمر سوءاً، السكوت والصمت في هذه المواقف، يعتبر قوة وليس ضعفاً.

* تحدّث مع الشخص النكدي على انفراد، وقدم له النصيح. وأفهمه أنّ ما يقوم به ليس منه فائدة، وسيجرّ عليه ذنوباً



متراكمة، وقد يأتي يوم يكون فيه هو، أو ولده، أو شخص عزيز عليه، محلّ سخرية وضحك من الآخرين.

* حاول فهم الأسباب التي جعلت من أي شخص نكدياً، وعالجها إن أمكن.

* أنصتْ لهموم وأسرار صاحب الشخصية النكديّة بشكل واضح، واهتمّ لكلامه. فقد تستطيع مساعدته كي يتحول من شخصية سلبية إلى شخصية إيجابية.

* امدح الشخص النكدي على بعض مزاياه وشجّعهُ، وأوضح له الجوانب الإيجابية في شخصيّته، مما قد يعدّل من استجابته وسلوكه.

* إن لم تكن قادراً على النصح، فاكتمِ بالدعاء له، وتجنّبهُ كي لا يُعديك بسليّته.

احمدوا الله دائماً وأبداً، فالشخصية النكديّة تعتبر شخصية مريضة. أسألُ الله أن يشفي هؤلاء الناس، ولا يجعلنا مثلهم. فالحمد لله دائماً وأبداً.



خارج عن المألوف

من منّا لا يملك حُلماً أو هدفاً أو موهبة أو صنعة يبدع ويفخر بها؟

الكثيرون لديهم ملكة الإبداع، لكن لا يظهرونه، بحجة أنه شيء غير هام! يخرجهم أمام الناس.

وغيرها من الحجج المحبطة، التي يتوهمها الشخص، ويحطّم إبداعه بسبب وهم الإحراج من إظهار تميّزه في أي مجال.

نصيحة: الوقت يمرُّ سريعاً، استثمر وقتك ومواهبك، واصنع من نفسك موهبةً لا تتكرر، موهبةً خارجةً عن المألوف.

كيف تُبدع في موهبتك بما يُرضي الله، وتُخرج الإبداع من داخلك؟:

* توكل على الله، واعلم أنّ الله أعطاك من الإبداع ما لم يُعطِ غيرك، وميّزك عن خلقه، ألا يستحق الله الحمد والثناء على ذلك؟



- * كل بداية تحتاج صبراً ومثابرة وإصراراً. وثق من أنك تريد شيئاً خارجاً عن المألوف، بمعنى يتطلّب وقتاً وجهداً.
 - * التخطيط الجيّد والمُتقن، ووضع أهداف قريبة وبعيدة المدى، تحدد فيها ماذا تريد بالضبط؟ وكيف ستكون بعد سنة أو بعد سنتين أو أكثر حسب هدفك.
 - * البُعد كلّ البعد عن المُحبطين، والذين يكسرون الأمل فيك، أو يحتقرون موهبتك.
 - * رافق المبدعين والتميّزين، وتعلّم منهم كيف وصلوا إلى هذا المستوى من التقدم، وتعلّم من أخطائهم.
 - * إذا واجهتك مشكلة فلا تتجاهلها، بل اسع إلى حلّها؛ حتى لا يكون هناك تراكم في المشكلات.
- أمثلة لمواهب، وكيفية الإبداع فيها، لتكون خارجة عن المألوف:
- * تصميم الملابس: لكل فتاة تعشق وتهوى التصاميم نقول: أغلب المصممين أسعارهم باهظة، وبعضهم تكون تصاميمهم مركّزة على العُري الجسدي. أنتِ صمّمي (موديلًا) يتميّز بالستر وبالأناقة، وفي الوقت نفسه سعره معقول وغير مبالغ فيه. واعرضي موديلاتك على حسابات التواصل الاجتماعي، مع وضع بصمتك على كل قطعة.. أرسلني طلبات الزبائن مغلفة بقطع قماش أنيق



أو دانتيل أو مخمل، وضعي عليه شعارك.. أنت متميزة، ولا ترضين إلا بالتميز.

* الكتابة: لديك موهبة في الكتابة، اكتب حتى لو لم يُعجب أحد بكتاباتك. يكفي أنها تُعجبك، وتشعر أنك من خلالها تكتب بمشاعرك وبأحاسيسك العميقة. وثق كتاباتك في مدونة وافخر بنفسك. شارك في برامج التواصل الاجتماعي، في (هاشاقات)، وفي الموضوعات التي تكون حديث الناس. دع الناس يقرؤوا رأيك وأسلوبك العجيب من خلال كلماتك. لا تتوقف عن التأليف؛ فجمال حروفك يجب أن يصل إلى الجميع.

* صناعة الصابون: تملكين موهبة، وتحبين الروائح العطرية. اصنعي أشكالاً من الصابون على شكل سرير الأطفال مثلاً، أو يكون الصابون على شكل ألعاب ومكعبات للاستحمام، على شكل بطّة وأخطبوط وأسماك مع إسفنجة، وتكون أشكال قوالب الصابون جذابة ولافتة للصغار قبل الكبار. ستكونين هكذا خارجة عن المألوف. كوني مبدعة ومميزة كعادتك.

أنت خلقت بمفردك، وب عقلية فريدة ومميزة عن غيرك، لا تكن نسخة طبق الأصل عن غيرك، أنت فريدٌ من نوعك أيها المبدع.



تعاسة غيرك

إلى كل فتاة تنجذب إلى رب أسرة، أو رجل ليس من محارمها ويكون متزوجاً، أقول:

كيف تسمحين لنفسك أن تحرمي رجلاً من العيش مع زوجته وأطفاله بسلام، لأجل سعادتك فقط!!

تُفكِّكين وتُشتِّين أسرة كاملة من أجل نفسك فقط!!

تعانين نقصاً في العواطف أو في سواها؟. عالجيهِ بعيداً عن إفساد سعادة الناس، وقهر الآخرين.

ضعي نفسك مكان الزوجة، وتخيلي أنك تحترمين زوجك، وتقدرين عمله، وتقبلين تقصيره بحقك، وتهتمين بأطفالك، وبكل بساطة تأتي امرأة أخرى لتخطف زوجك، لأنها تعاني فراغاً عاطفياً، وأعجبت بزواجك، فماذا ستكون ردة فعلك؟

واقعيّاً: المرأة التي تحتك بالرجال، وتحترم الحدود معهم، ولا تتجاوزها؛ ستفرض احترامها على المجتمع، والعكس صحيح.



كيف تكونين سعيدة، وتمتّعين بشخصية مميزة، بعيداً عن
إتعاس غيرك؟

* ثقي أنك إذا هدمت حياة غيرك، فمستحيل أن تكوني
سعيدة!

* ضعي حدوداً لكل شيء، خصوصاً في علاقتك مع
الرجال. مثلاً في العمل: لا تعطي أحداً رقم جوالك،
حساباتك في التواصل الاجتماعي. لا أحد يستطيع أن
يجبرك على كشف خصوصياتك إلا بمبادرة منك.

* حافظي على مظهر محتشم، غير لافت للنظر.

* ليكن أسلوبك مع الناس رسمياً، لا داعي للكلام اللطيف،
أو للتساهل في الحديث. أو لقول عبارات في غير
مكانها.

* ضعي هدفاً واضحاً في حياتك، ولا تسمح لنفسك
بالخروج عنه. مثلاً: ما هو هدفك من شبكات التواصل
الاجتماعي؟ هل هو مجرد تعارف و ملء للوقت الفارغ؟
أم تثقيف لنفسك وتطوير لها، ومساعدة الناس، ورسم
البسمة على وجوههم؟

* تيقني أن علاقتك بأي رجل متزوج مهما تعمّقت، ستنتهي
بالفراق، ففي النهاية سوف يرجع إلى زوجته وبيته، مهما



حاولتِ التمسك به. فابتعدي عن العلاقة مع الرجل
المتزوج أو غير المتزوج ممَّن لا يناسبك، أنتِ أرقى من
أن تصبحي صائدة للرجال.

رجلكِ المناسب سوف يأتيكِ، لا تُتعبِي نفسك بالبحث عنه. الله
خلقكِ جوهرة مصونة شريفة، ملكة وقدوة للآخرين، فلا تخسري
نفسكِ وكرامتكِ من أجل أهواء نفس، أنتِ من يجب أن يقودها
ويروضها، وليست هي.



حسبي الله ونعم الوكيل

نتعرض للظلم وللقهر في مواقف كثيرة من حياتنا اليومية: في المدرسة، في البيت، في الجامعة، في السوق، في الوظيفة، في حياتنا الزوجية.

الظلم أمر مؤلم، وخصوصاً للأشخاص من النوع الكتوم، فهم يتلعون الظلم ويصمتون، ولا يستطيعون التحدث عنه. قد يكون ذلك بسبب الخوف، أو لأنهم غير قادرين على المواجهة.

كوني قويّة عند التعرض للظلم، ثقي بقدره الله على نصرك، وبأنّه وضعك في موضع المظلوم؛ ليقوّيك ويزيد وعيك.

تعرضت للظلم؟ كيف تتعامل معه؟

* ثق بأنّ الظلم نوع من أنواع الابتلاء، فالله إذا أحبّ عبده ابتلاه، فهنيئاً لك بحب الله.

* إنّ ما تعانیه من ظلم، مقدّر لك من الله سبحانه وتعالى.

* لا تفكّر بالانتقام من الظالم؛ فهو مضيعة للوقت، وقد تؤذي نفسك وغيرك بسبب الانتقام!



* تيقن أن الله قادر أن يُريحك من الظلم، ولكن يريدُ رفع درجاتك في الدارين: الدنيا والآخرة، فكن صبوراً وشكوراً.

* كن مؤمناً بأنه لا يوجد إنسان خالٍ من الضيق والهم والمشكلات والظلم، لكن الفرق بين الناس في كيفية تعامل الشخص مع مشكلاته، ومدى إيمانه بالقضاء والقدر.

* إذا كانت لديك القدرة على مواجهة من ظلمك، وتوضيح الأمر له، وتذكيره بالآخرة وبحساب الله، فلا بأس في أن تفعل.

* واجه الظلم بكل قوة، وإذا لزم الأمر فاطلب المساعدة من شخص حكيم.

* أفصح عن هويّة من ظلمك، واعفُ عنه؛ فتوابك عند الله.. والحياة دروس وعبر، يجب عليك التحلي بالصبر والشجاعة لأنك قوي وعظيم، وتستحق كل شيء جميل، فكن كذلك..



العروس

ذاتَ يومِ جاءَ فارسٌ أحلامِكِ، وأنتِ في عمرِ صغيرٍ،
وافقتِ لأنَّكِ سعيدةٌ به، دونَ تفكيرٍ ودراسةٍ للموضوعِ،
فبعضُ الفتياتِ يتسرَّعنَ في الزواجِ لأنَّهنَّ متقدِّماتٌ في
السنِّ، ويخفنَ من العنوسةِ ومن نظرةِ الناسِ إلى العانساتِ.

أنتِ شابٌ تمتلكِ وظيفةً مرموقةً، ومركزاً اجتماعياً مميّزاً.
تعبتِ من إلحاحِ أهلِكِ: تزوّج.. تزوّج.. تزوّج؛ فتزوجتِ
فقط لكي ترتاحِ من إلحاحهم.

العمر المناسب للزواج:

لا أرى أن هناك عمراً مناسباً للزواج في هذا الزمن. بعض
الفتيات صغيرات في السن، لكن - ما شاء الله عليهنّ -
ناضجات، عاقلات، مثقفات، والعكس صحيح... بعض الفتيات
أعمارهنّ كبيرة، لكن - للأسف - لا يعرفنّ إنجاز أبسط الأمور!

كيف أعرف أنني مستعد للزواج، وكيف أكون زوجاً صالحاً؟

* أهمّ نقطة: أنت: ما هي فكرتك عن الزواج؟ هل الزواج
همٌّ وغمٌّ ومسؤوليّة؟ أم أنّه حبٌّ وتعاونٌ ومشاركةٌ
وتكوينٌ عائلة سعيدة؟



* لا تربطي فكري عن الزواج بعمرِكَ. مثلاً: عمرِكَ
٢٧ عاماً ولم تتزوجي، هذا لا يعني قبولك بأيِّ زوج،
حتى لو كان سيئاً، ولمجرد أن ترتاحي من لقب العانس.

* لا تتوقع أبداً أن زوجتك ستكون كاملة الأوصاف؛ لذا كن
واقعيّاً.

* هل أنتِ قادرة على إدارة بيت كامل وحدكِ؟

* هل أنتِ ملئمة بصفات الزوج وواجباته وحقوقه؟

* هل عندكِ قدرة على تقبُّل رأي الآخرين، وخصوصاً أهل
زوجكِ؟

* هل أنتِ مستعدة لتلعب دور الأب؟

كونوا واثقين بأنفسكم وبقدراتكم، ولا ترضوا بالزواج
إلا وأنتم راغبون ومقتنعون به.

الحياة الزوجية حياة جميلة مستقرة، لكن لن تصبح كذلك
إلا بالاجتهاد، والتعلم، والصبر، وتوفيق الله قبل كل شيء.



قـرارك بعقلك

اهدأ من فضلك، هم لا يعلمون بقناعاتك، لا يعلمون كم
تعبت من أجل أن تكوّن هذه الشخصية.. لا يدركون كيف
تحملت وُصفت وتعبت على نفسك. في الحقيقة هم لا
يرون إلا ما يريدون رؤيته فقط.

لذلك لا تُتعب نفسك وثرهقها، فهم لا يرغبون أن تكون
أفضل منهم، لا يريدونك مميّزاً في وقتك، في هوايتك
الخاصة، في حياتك.

يريدونك شخصاً يسمع كلامهم بكل تمعّن، يفهمهم، يلبي
رغباتهم، ويكون مهرّجاً لهم، يتحكمون به كيفما يشاؤون..
والويل لك إن نصحتهم بأمر؛ لأنهم لا يخطئون في نظر
أنفسهم.

هذه الفئة من الناس منتشرة، لكن ليست المشكلة هنا،
المشكلة الحقيقية أن تسمح لهؤلاء الناس بتخطي الحدود
معك، وبالتحكّم بك في أبسط حقوقك، وأن تلعب معهم
دور الضحية، وتشعر بأنك مقيد بهم.



إذا أردت حقاً أن تغيّر من نفسك، وتحرر من القيود، ويكون لك كيانٌ خاص، فأكمل القراءة، وإذا كنت لا تريد الأمر، فأرجوك لا تضيّع وقتك وتقرأ:

* ثق أنك حرّ، والله خلقك حرّاً، ولا أحد يستطيع أن يجبرك على أمر لا ترغب به.

* أنت من تملك نفسك، وأنت المسؤول الأول والأخير عن راحتها، لا تهملها وتهتمّ بأمور أقلّ أهمية من نفسك.

* سعادتك بيدك، ولا أحد سيهديك السعادة، إذا لم تمنحها لنفسك أولاً.

* لا تسمح بالتقليل من شأنك، لأنّ نفسك عظيمة، وليست موضعاً للتقييم.

* لست مجبراً على قول: نعم دائماً، من حقك أن تقول: لا أستطيع.. سأفكر في الأمر لاحقاً.. قد أفعل في فرصة أخرى.

حياتك ملكك، أنت من تجعلها سعيدة، وأنت من تجعلها كئيبة، فحكّم قراراتك دائماً، ولا تستهنُ بقدراتك، فأنت لديك قدرة على السموّ دائماً وأبداً.



فخر الوطن

نعيشُ بكل هدوء واطمئنان.. لا نعرف معنى الحرب،
نتقلَّب في نعيم الأمان.

تحيّة لكل رجل أمن سهرَ على راحتنا، فداننا بأغلى ما
لديه، تركَ والديه والدموع لا تفارق مُحيّاهما، وزوجته التي
تحمل طفلها، وهو يلوّح لأبيه ويودّعه بابتسامه بريئة. تركَ
كل هذا من أجلك أنت.

يذهب إلى الميدان متحمساً للدفاع عن وطنه، في الشمس
الحارقة، يصارع الهواء والغبار، يظل منتبهاً، لا يستطيع أن
يأخذ قسطاً من الراحة، يقاوم، لا يخاف الموت، بل يخاف
عليك من العدو.

يأتي الليل ويحلُّ الظلام، ويتحمَّل قسوة البرد، وعدم
وضوح الرؤية، ويحرس المكان وأنت تغط في نوم عميق!

هل سمعت يوماً ببيكاء الروح؟

عندما يرى حامي الوطن صديقه قد استشهدَ وقد تيّم
أطفاله، وآخر فقدَ بصره، وآخر فقدَ قدمه؛ يتعصّر حزناً



وَأَلْمَأً، يَشْتَأقُ إِلَى وَالدِيهِ إِلَى أَسْرَتِهِ، وَلَكِن لَأ يَسْتطِيع
الْبُوح؛ لِأَنَّهُ يَحْمَلُ أَمَانَةَ وَمَسْؤُولِيَةَ عَظِيمَتَيْنِ.
فَأَحْمَدُ اللّهُ عَلَى مَا أَعْطَاكَ مِنْ نِعَمٍ، وَلَا تَنْسَ رَجُلًا يَسْهَرُ
عَلَى رَأْحَتِكَ.

إِلَى كُلِّ شَخْصٍ يَدَافِعُ عَنِ وَطْنِهِ أَقُولُ: نَحْنُ فُخُورُونَ بِكُمْ،
وَنَشْعُرُ بِالْقُوَّةِ وَبِالْأَمَانِ بِوُجُودِكُمْ بَعْدَ اللّهِ. وَلَنْ نَنْسَاكُمْ مِنْ
خَالِصِ دَعَائِنَا، فَلَا عَيْشَ لَنَا بِدُونِكُمْ.



سلامك بصمتك

أحياناً يُثار غضبك، وتبدأ بالصراخ وترفع صوتك، وقد تقول كلاماً تندم عليه، وتفقد هيبتك ومكانتك بسبب موقف قد يكون بسيطاً، لا يحتاج إلى كل هذا الجهد.

وبعد انتهاء الموقف تفكر قليلاً. قد تغضب مرة أخرى من ردة فعلك التي لم تكن في محلها، وتشعر بالحزن والندم جرّاء ذلك. فكر قليلاً: لِمَ هذا العناء والتعب كله؟ فقد أسأت لنفسك، وأسأت لغيرك، من أجل شيء لا يستحق أن تُتلف أعصابك من أجله!

حاول دائماً أن تكون شخصاً متوازناً، تستطيع أن تتمالك نفسك عند الغضب. فما الفائدة أن يعلو صوتك؟.. هل تعتقد أنّ الصوت العالي قوة؟ إنه يدل على ضعفك.

وقد تتعرّض لذبحة قلبية أو للمرض، وتنهار من أجل ماذا؟ من أجل موقف أزعجك؟.

صحتك، شخصيتك، حكمتك، هيبتك: لا تجعلها محطّ سخرية أو شفقة الناس. اجعل من صمتك سلاحاً، يقيك شرّ غضبك.





النبيض الثالث:

بين حنايا الروح



أكتبُ عن الروح التي تعبت بصمت،
الروح التي تريد أن نشعر بها،
لا تريد كشف هويتها.
تريد أن تنطلق بكل قوة، بكل حرية، بكل صبر.
أرجوك لا تقاطعها في اندفاعها،
دعها تخرج من صمتها العنيد، الحزين، الكئيب!
دعها تعزف بكل ألم، بدون مقاطعة، اتركها تكتب وتُخ.
لعلَّ ما حدث يكونُ عبرةً لغيرها،
وبلسماً لجروح أرهقها الكتمان!
كما تعلم - عزيزي القارئ - المشاعرُ عظيمة،
يجب أن نحذر عندما نتعامل معها.
فبكلمة تفرح، وبكلمة تسخط،
فأرحم ضعف روحها، ودعها بسلام.



أريد الأمان

عشتُ في أسرة غريبة! يملؤها الحُزن والمشكلاتُ من كل جهة. أذهب إلى المدرسة، وأسمعُ كلام المعلم: إنَّ الأسرة هي الأمان، وأستنكرُ الأمر! أين الأمان؟!

أعودُ إلى البيت، أسمعُ مناقشاتِ أمي وأبي، وكلُّ منهما يحاول أن يثبت أن كلامه صحيح، وأنَّ الآخر مخطئ. كالعادة، أمسكُ بيد أخي الصغير، وأتجهُ إلى غرفتي الهادئة من أي صوت.

مرّت الأيام، والوضعُ يزدادُ سوءاً؛ حتى تمَّ الطلاق.

لا أخفي عليكم سرّاً أنّي فرحتُ بهذا الخبر! على الأقل ارتاحُ من الإزعاج والمشكلات، وظننتُ أنّها النهايةُ للحزن.

لكنَّ الأمر لم يكن بهذه البساطة، دخلتُ في مشكلة أخرى مصيرية: أمي تُريدني معها، وأبي يُريدني، أنا أذهبُ مع من؟!

قررتُ أن أعيش مع أمي؛ لأنّها موطن الأمان. عشتُ حياة هادئة. أبي طلبَ رؤيتي، وتغيّرت ملامح أمي، وبدأت تتكلّم عن أبي بكل سوء: أبوك، وأبوك، وأبوك...



أذهبُ إلى أبي، فيتكلّم بسوء عن أمي: أمك، وأمك،
وأمك...

أعودُ إلى غرفتي الهادئة، أفكر وأكادُ أجُنُّ: أيعقل هذا؟!
من منهما أصدّق؟ أنا حقّاً لم أتَمَّ الرابعة عشرة من
عمري، لكن أميِّز، وأفكر، وأبكي بكل حُرقة؛ لأنّي لا أشعر
بالأمان: لا مع أمي، ولا مع أبي.

أمي وأبي لا يحبّان بعضهما بعضاً، فما ذنبي أن أعيش في
تشتت بسببهما؟ أصبحت لا أرغبُ أن أراهما؛ لأنّي تعبتُ من
أن أكون ضحيّة لتصرّفاتهما.

فنصيحة إلى الأزواج المطلقين: لا تُقحموا أبناءكم في
مشكلاتكم؛ فهذا ليس ذنبنا بل ذنبكم. اتركونا نحيا بكل حب،
وبكل أمان، بعيداً عن التناقض الذي يُلازمنا كل حين.



غامضة

أنا لستُ غامضة ولا معقدة، لا أريد أن أصوّر حياتي في التواصل الاجتماعي، ولا أريد أن أكون متصّعة من أجل إثارة إعجابكم. أنا لديّ «مبدأ».

كثيرون من الناس إن لم تنالي إعجابهم، قالوا عنك بكل بساطة: غامضة ومعقدة، لماذا؟! فقط لأنك لم تُتحي لهم معرفة ما بداخلك، يريدون أن يعرفوا تفاصيل حياتك كلّها، ربما هوَ فضولٌ لديهم، أو ربما أنتِ حقاً مختلفة!!

* مختلفة في تعاملك مع الله

* مختلفة في لباسك

* مختلفة في حجابك

* مختلفة في بركّ بوالديك

* مختلفة في خوفك على إخوتك

* مختلفة في أفكارك

* مختلفة في طموحك



- * ما أجمل الاختلاف؛ إذا كان سيزيدك تقرباً من الله،
وسيزيدك نوراً وبهجة!
- * ما أجمل الاختلاف؛ إذا كان سيرسم على حدود والديك
ابتسامة!
- * ما أجمل الاختلاف؛ إذا كان سيقربك من إخوتك.
- * ما أجمل الاختلاف؛ إذا كان سيمحو عتمة الجهل عن
عينيك!
- * ما أجمل الاختلاف؛ الذي سيخلق في روحك إحساس
الروعة!
- لا بأس أن أكون غامضةً ومعقدةً في نظركم، لكنني في نظر نفسي
وفي قرارتها: ملكة.



عجلة تفاعل وأمل

أنظر يميني أرى عجلة، وأنظر يساري أرى عجلة، وقدمي أمامي لا تستطيع الحراك إلا بصعوبة .. أستيقظ كل صباح على أمل أن أنهض بكل حرية، بعيداً عن الكرسي المتحرك.

أشعر بالحزن على نفسي: لماذا أنا هكذا!! لماذا الناس ينظرون إليّ دائماً بشفقة، وب نظرة حزينه، وكأنني أنا السبب فيما يحدث لي؟!

قلبي يتقطع ويتمزق؛ عندما أريد أن أقوم بأقل مهمة من مهامي ولا أستطيع! كأن أذهب لأشتري من سوپر ماركت بعض الحلوى .. ولا أستطيع؛ لأنّ الطريق غير مهياً لي.

وما يؤلمني أكثر، عندما أكون موظفاً ولديّ مسؤولياتي، وأطور من نفسي، وأكون في مرتبة لا بأس بها من العلم، وأذهب وكلّي أمل وفخر، وأتقدّم لأكمل نصف ديني، ويتم رفضي بسبب إعاقتي!

هل أرتاح من نظرات الناس؟ من حزن أمي وإخوتي؟ من عدم الوثوق بشخص مثلي؟ من عدم اهتمام أصحاب المشاريع بالأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة مثلي؟



صحيح أنني شخص لديه خلل في الجسم، لكن ليس
لديّ خلل في عقلي.

سأصمدُ أمام إعاقتي ولن أَيْأسُ؛ فقريباً سأفُفُ وسأُصْفُقُ
لنفسي على قوتي، وتحمُّلي، وتغلبِّي على إعاقتي.

أرجوكم، اهتُمُّوا بذوي الاحتياجات الخاصة؛ فنحنُ بشرٌ مثلكم،
لا ينقصنا شيء. نحتاج أن تثقُوا بقدرتنا وتدعمونا
بكل فخر وأمل.



في ركن غرفتي

أجلسُ في ركنِ غرفتي، أفتحُ ألبومَ الذكريات، أتأملُ كل ما كتبتهُ أو احتفظتُ به، أتأملُ عرائسي الصغيرة التي كُنْتُ أَلعبُ بها، وأرى صورتي عندما أتممتُ عامي الرابع... فأبتسمُ وأضحكُ. لقد كبرتُ! وأفكرُ: كيفَ كانت هذه الأشياءُ الصغيرة تُسعدني وتشدُّني إليها؟

في الجانبِ الآخر من الألبوم، أرى ضحكةً اختفت، وخاتمَ حُبِّ قد كُسِر، وسنداً غابَ عني؛ فتتلاشى ضحكاتي، وأتحوّل من فرح إلى حزن، وتتغيّر ملامحي من إشراق إلى قتامة، ويصبحُ وجهي شاحباً لو نظرَ إليه أحدٌ لسقطت دموعه المترامية تلك أسفاً عليّ! فأسرُعُ وأغلقُ ألبومَ ذكرياتي، وأغادرهُ مسرعة.

لكِنِّي أتوقف قليلاً! فإلى متى سأظلُّ أهرب من ذكرياتي؟ إلى متى وقلبي يتقطع ولا أستطيعُ تجاوز الأمر؟ هل سأعيشُ هكذا دائماً؟ وإلى متى؟

فقررتُ - بكل عزم وإصرار - أن أمحو هذه الأفكار الحزينة، وأن أجعلها سعيدة لا حزينة، وذلكَ بالنظر إلى ألبوم الصور من وجهة نظر أخرى.



فالضحكة سترجع؛ إذا آمنتُ بالله، وعلمتُ أنه لا بدَّ من الإيمان بالقضاء وبالقدر. والإيمان بأنَّ الذي خلقَ الحزن يخلق الضحكة، فلا تستسلم للحزن؛ فالحياة مليئة بالفرح وبالبهجة.

خاتم الحب الذي كُسر لم يكن من نصيبي منذ البداية، وأنا لا أعلم ما نهاية هذا الحب؟ لكنَّ الله أبعدُه عني، وأنا موقنة بالتعويض الجميل الذي سيجبر خاطري، وسيأتي من رب العالمين.

السَّنَد الذي فقدته: مَنْ الذي أفقدني إِيَّاهُ؟ أليسَ الله؟ كيف لم أفكّر هكذا من قبل؟ فالحزن والفقْد أعميَا بصيرتي! الله في المواقف والأحوال جميعها حكيم، وقد أخطأت حينَ استندتُ على شخص، ولم أستندُ على الله؛ لأنَّ الله لا يغيب، لا يقهر، لا يُحزن، فتوقفتُ عن الحزن... وها أنا أعيدُ ترتيب ألبوم ذكرياتي من جديد، برؤية جديدة.

لا تُضِعْ عمركَ بالحزن وبالأسى؛ فالحياة جميلة ومفرحة بحب الله، وبالرضا التام بقضائه، وبمعرفة أنه لا شيء يدوم على حاله.



صفحة مطلقة

ما ذنبي إن أُجبرتُ على الزواج في سن مبكر، ولم يكن لديّ حيلة إلا أن ألبي رغبة أبي، وأوافق على زوج لا أعرف عنه شيئاً، إلا أنه يملك بيتاً شرعياً مستقلاً، وسأعيشُ هناك في مستوى مادي أفضل.

تزوجتُ، ولصغر سنّي وجهلي، لم أكنُ أعلم ما هي حقوق الزوج؟! ما هي المسؤولية الزوجية؟! ولا كيف أديرُ حياتي بشكل جيد؟

كُنْتُ أمني نفسي من خلال الزواج، أن أعيشُ في بيت آخر، وأن أهتمّ برجل واحد فقط.

ولأنّ نظرتي بسيطة للأمور؛ فقد تألمتُ وعانيت كثيراً من رجل - أو بالأصح - من شبه رجل، كان يأتي في منتصف الليل ليضربني ويشتمني، وكنتُ بين يديه جارية لا تعرف ماذا تقول؟ لا بل تبكي وتصمت، ويمر العمر وهي صامته! واستمرّ الرجل في الشتم والسب والإهانة والتقصير في حقّي، لدرجة أصبحتُ فيها كالدمية الهامدة لا أستطيع الإتيان بحركة!



كنتُ أستغرب من الزوجات الأخريات! كيف يضحكن
ويعشنَ بسلام؟ وكيف يعتنينَ بأنفسهنَّ، على العكس مني!

بعد عشرِ سنوات، قرّر زوجي أن يتزوج، فتزوَّج، فصدمتُ
وصعقتُ! ليس من الزواج الثاني، بل من المعاملة: فشتانَ ما
بينَ معاملة زوجي لي، ومعاملتهِ لزوجته الثانية!. شعرتُ
بالأسف على نفسي، وعلى عمري، وعلى صحتي، وعلى
تعليمي الذي ذهبَ سدى!

ومع ألمي وقهري كلهما، فقد طلقني زوجي؛ لأنّه
لا يتحمل النظر إلى وجهي، لأنني لم أكنُ أهتمُّ بنفسي، ولم
أعجبهُ يوماً ما.

هل تشعرون بالألم والأسى الذي أشعر به؟!

كان طلاقِي صفة قوية على وجهي، تعاتبني: لماذا أهنتِ
نفسك؟ لماذا تحملتِ؟ ماذا جنيتِ من هذا الزواج؟ ماذا،
وماذا، وماذا؟!

أصبحت الكلمات تتفجر من داخلي، رحّت أبكي وأندبُ
حظّي. ولكن لا جدوى! خسرتُ نفسي وحياتي قبل كل شيء.

قررتُ أن أكملَ تعليمي الثانوي، ثم التحقت بالجامعة
وتوظفتُ، وأصبحَ لي كيانٌ خاص ومكانة في المجتمع.



تغيرت حياتي كُلُّها، أصبحتُ إيجابية وأحبُّ الناس، وأطوّر نفسي للأفضل.

يرجع الفضل إلى الله، ثم إلى صنعة تلقيتها وهي طلاقي.
فالحمد لله على كل حال.

رسالة إلى كلِّ مطلَّقة:

الطلاق بداية للانطلاق في حياة جديدة. لا تلومي نفسك على ما فات، ولا على تقصيرك، فالطلاق من الماضي، وأنتِ الآن في الحاضر. توكلّي على الله، وابدئي حياة جديدة مليئة بالحب والتفاؤل، وثقي أنّهُ لا شيء سيكسرُك بعد الآن. أنتِ امرأة قوية، انطلقي إلى الأمام؛ فالحيّة بانتظارك.



بلا حدود

عند الثانية عشرة من منتصف الليل، أتفرَّغ لسماع هموم
البشر المختلفة: شخص يعاني من ألم الفقد، وآخر من قسوة
الحياة، وآخر من أخٍ له...

وأخرى تبكي من زوج خائن، ومطلقة تريد أن تضمَّ أبناءها
إلى صدرها، وطالبة تريد أن تنجح، ومغترب يحترق على
وطنه، وكاتب يُخفي ألمه بين حروفه.

فأتعجَّب من حالهم! وأسأل نفسي كثيراً: هل أقدم العون،
أم أصمت؟

هل أجبر كسر قلوبهم، أم أترَيِّث؟ هل أتجاهل وأتغاضى،
أم أواجه معهم؟

عشتُ صراعاً بين عقلي وقلبي: عقل يهتف: ساعدي
بحدود، وقلب يهتف: ساعدي بلا حدود!

فتشجَّعتُ وقررتُ المساعدة. واجهتُ صعوبة، وخفتُ
كثيراً من تعلق البشري، من أن أصبح مدفناً لأسرارهم.



أصبحتُ فعلاً طوق نجاة لكثيرين من الناس، جبرتُ
الخاطر، قدّمتُ لهم ما أستطيع من حلول، وكانَ بيدي
المزيد، لكنني توقفتُ عند حدٍّ معيّن؛ حتى لا يشعروا أنّني
أصبحتُ ملكاً لهم.

قدّم العون ولا تبال، لكن بحدود المعقول، حتى لا يتمّ
استغلالك، وتنسى نفسك بين هموم البشر.



قطعة ولكن

تخرجتُ من الجامعة بأعلى الدرجات، وكنتُ مصدر الفخر في عائلتي. توظفتُ سريعاً، كانت الأفراح تُزرع في طريقي، ولم أشعر بالخيبة أو بوطأة البطالة بعد التخرج، عكس زملائي الذين يعانون منها حتى الآن.

قررتُ أمّي تزويجي من فتاة ذات جمال وأدب، فوافقتُ لأنّه لم يكن ينقصني في الحياة إلا الزواج. تمّ الزواج، وعشتُ سعيداً.

رزقني الله بمولود كالبدّر المنير، لا أستطيع وصف مشاعري! كنتُ في قمة فرحي، أضحكُ كالمجنون. ويوماً بعد يوم، يزدادُ حُبّي لطفلي.

وعندما أكملَ طفلي عامه الثاني، بدأتُ تظهر عليّ علامات غريبة من التعب والإرهاق. فتوقعتُ أنّها بسبب إنهاك نفسي بالعمل. ونسيّتُ نفسي، ولم يخطر ببالي أن أذهب إلى الطبيب، حتى سقطتُ مغشياً عليّ.

تمّ فحصي، وكانت الكارثة والصدمة! فقد كنتُ مصاباً بورم خبيث! يا الله ما أقسى تلك الليلة! الحزن يخيم عليّ،



أبكي بحرقة، تذكرت مراحل السعادة جميعها التي مررت بها، وأولها طفلي.

جاء الطبيب لتهدئتي، وسرد قصصاً عمّن تمّ شفاؤهم من هذا المرض، ليخفّف من ألمي، ولكنني كنتُ في عالم آخر مظلم! بدأتُ بجلسات العلاج؛ فالموت يلاحقني لا محالة.

وفي يوم من الأيام كنتُ بمفردي في أحد المنتزهات، وكنتُ أتصوّر جوعاً، وكانت هناك قطة صوتها يشقُّ مسمعي.

كانت رجلاها مكسورتين، وتجرُّ نفسها كأنها مشلولة. وكانت عربة القمامة - أعزّك الله - مرتفعة، لا تستطيع أن تقفز إليها. تأملتُ حالها، وذهبتُ إليها، وأعطيتها طعامي. قمتُ بتقطيع الدجاج لها، وكانت تأكل بكل شراهة.

شعرتُ بسعادة عظيمة! وبعد الانتهاء من الطعام، وضعت رأسها على يدي وكأنها تشكرني. تلك الليلة لم أنم من فرحتي وسعادتي.

وبعد شهر تقريباً، كنتُ كالعادة ذاهباً إلى المستشفى، وكانت المفاجأة أنّ المرض قد تراجع بنسبة كبيرة جداً، ولم يبقَ إلا القليل وسيزول مع المواظبة على العلاج. عندها سألني الطبيب: ماذا فعلت؟ هل سافرت إلى الخارج أم ماذا؟

لم تخطر قصة القطة على بالي، تلك اللحظة.



كرمُ الله كبير: فعلتُ شيئاً جيداً لم ألقِ له بالاً، وأكرمني
الله بعظيم صنعه! ومنذ تلك اللحظة لم أقطع الصدقة،
وعاهدتُ نفسي أن أشكر الله؛ فقد كنتُ غارقاً في النعم، ولم
أُحسن التصرف. فالحمد لله على عطائه.

افعل الخير بكل رغبة وصدق؛ وستجدُ أضعافه، وستفرح،
وستبتهج، وستسعد.



لطف الله

في المرحلة الثانوية كنتُ سعيدة جداً، وأجتهد في الدراسة من أجل التخرج بمعدل مرتفع، والالتحاق بالجامعة.

بداية السنة كانت جميلة، كنتُ أضحك مع صديقاتي وأبتهج، وكنتُ قليلة الصديقات، أكتفي بعدد محدود منهن.

عندما بدأت الدراسة الجديّة، بدأت صديقاتي بالتغيّر. ودائماً كنتُ أسأل نفسي: ماذا فعلتُ؟ هل قلتُ كلاماً لا ينبغي قوله؟ وليس من طبعي أن أسأل الشخص: لماذا تغيرتُ؟

بكيّ وحننٌ كثيراً، وكنتُ أفرغُ طاقتي كلّها في الدراسة. انتهت المرحلة الثانوية، كانت طويلة وكنتُ فيها وحيدة، عندها جاءت فرحتي الكبرى: بقبولي في الجامعة.

بدأت حياة الجامعة، وشعرت بالخوف والحزن؛ فلم يتم قبول صديقاتي في المرحلة الثانوية فيها. وتكرّر لدي شعور الخوف والوحدة، ولكنّ الحياة تفرض التعرف على زملاء جدد في الدراسة، وأكملتُ دراستي من مشاريع وواجبات جماعية دراسية مختلفة.



وبعد الانتهاء من الفصل الأول، رنَّ هاتفي، كانت إحدى صديقتي في المرحلة الثانوية! شعرتُ بفرحة غامرة، كانت تتحدث بكل لهفة وشوق، بعدها قالت بكل وضوح: ألم تلاحظي تعيُّرنا معكِ خلال المرحلة الثانوية؟ أجبتها مستغربة بالنفي! قالت: ابتعدنا عنكِ آنذاك لأنكِ تختلفينَ عنَّا في تربيتكِ، في حجابكِ، في دراستكِ، في طموحكِ، فابتعدنا عنكِ حتى لا نوذيكِ.

شعرتُ حينها بهدوء داخلي عجيب! وشعرتُ بأنَّ رحمة الله كانت تحيطني من كل اتجاه، ولم أكنُ أشعرُ بذلك، لم أرَ الموضوع من تلك الزاوية الإيجابية. كنتُ ألومُ نفسي فقط، والله كانَ يكرمني بحمايته العميقة. كان الله معي في كل لحظة، ولم أنتبه لذلك!

اعلم أنَّ الله يَكُنُّ لكَّ الخير، إنْ أحزنك في بادئ الأمر، فسيفرحك في النهاية. اضحكْ واستمتع بحياتك، لا تضع سعادتك بيد صديق؛ فقد يتغيَّر خلال لحظة! بل اجعل الله سعادتك؛ لتحيا السعادة كلَّ لحظة.



وهج الصب

مضت سنة وكانت من أجمل سنوات حياتي، أحببْتُها بكل صدق. أخلصْتُ خلالها في مشاعري، كُنت مثلاً حياً في الوفاء والحب.

كنتُ أُحادثها بشكل يومي، أعبرُ لها عن فرحتي، وأقولُ إنِّي ملكْتُ الدنيا، شعرتُ معها بالحب الحقيقي، وبسعادة لانهاية لها، إلى درجة أنني أسمىها زوجتي. تعبتُ من أجلها، درستُ وتوظفتُ لكي أتقدّم للزواج بها، ويستمر حبُّنا إلى الأبد.

ذهبتُ إلى أبيها، وكلّي أمل بمباركته للزواج، فقال بالحرف الواحد: لقد تأخرت، فقد جاء نصيبيها!!

صُعقتُ بهذا الخبر! كيف يحصل هذا؟ أينَ قيمة حبي ومشاعري؟؟ أينَ زوجتي المستقبلية؟؟ مستحيل أن تكونَ لغيري!

خرجتُ وأنا أحبس دموعي حتى لا أنفجر قهراً، نعم...
إنني أبكي على حبي الذي ذهبَ في لحظة سوداء!



أتصلتُ بها كالمجنون، وأنا أصرخ وأبكي وأصيح: لماذا
لم تخبريني بأمرِك؟ أين وعدك لي؟ أين حُبِّك؟ ألسْتُ أنا
حُبِّك الأول والأخير؟ ماذا حدث؟

لَمْ لا تنظفين؟ أرجوكِ قولي الحقيقة، ماذا يحدث؟.
فقلت بصوت لا يكاد يُسمع: هذا نصيبي، وأنا لسْتُ لكِ.
وأقفلت الخط في وجهي بكل برود وقسوة وبلا رحمة.
لا أعلم: هل أبكي على نفسي، أم على حُبِّي؟ أم من رُدِّها
الذي كان صادماً لي؟!

ذهبتُ إلى عيادات طبيِّة كثيرة علِّي أنسى ألمي وحزني،
فقدتُ نصف وزني، ذبلَ وجهي، أخذتُ إجازة من عملي، لم
أعد أرغبُ في الحديث مع أحد، ولم أعد أشعرُ بوجود أحد!

أصبحتُ جسداً بلا روح، ولا طعمَ للحياة عندي، لكنِّي -
بكل صدق - أعترفُ بخطئي: فالحبُّ شيء غير مضمون
النتائج والعواقب، وأنا أحببتُ بصدق، ولم أفهم طبيعة الحب!

لَمْ سمحتُ لتلك الفتاة بالعبث بمشاعري؟ لَمْ سلَّمتُ لها
أمري بكل سهولة؟ لقد بنيتُ كلَّ هذا الحبِّ على باطل؟، إنَّه
بطلانٌ ووهم...

وهذه هي نتيجة أوهام الحب.



عذيمة الإحساس

قال بأعلى صوته: أنتِ لا تشعرين بي، أنتِ عذيمة الإحساس! أعطاكِ الله الجمال والأسلوب الحسن، لم لا تقبلين بحبِّي، ستعيشين معي أجمل شعور. من حقِّي وحقِّكِ أن نمنح حبًّا فرصة التحليق.

لم تصدِّيني؟ لم أنتِ صامتة؟ شجاعتكِ عظيمة، تخرجين الغريق من الماء بكل براعة! ملكتِ قلبي وروحي، أحببتكِ بصدق، أريدكِ حبيبةً، وأختاً، وأمًّا، وزوجةً. أريدكِ أنتِ، لا غيركِ.

تحملتُ كلامه الجارح، ولكن لم يشعر بي.

أنا فتاة من عائلة مشهورة بالدين وبالأخلاق الحميدة. وكنْتُ رمزاً للغة وللشموخ في تربيتي وقوة شخصيتي. الكلُّ يهابونني، وقيمون لي ألف حساب.

إخوتي يرونني أمَّهم الثانية، وأبي يغمرنني بالسعادة دوماً، وأمِّي تعشق ضحكاتي.



هو لا يعلم هذه الحقائق، لأنني حتى لو بُحْتُ بها، فلن يفهم مقصدي، وسيتمسك بي أكثر. أفضل الصمت كثيراً على أن يُساء فهمي.

هو لا يفهم أنني سأصدم أهلي بهذا الخبر! كيف أخبرهم بأنني أحادثُ شاباً وقعَ في حبي؟ كيف أخونُ ثقة أهلي من أجل حبٍّ لا أعلم إن كان صادقاً! ولا أريدُ حباً غير مشرفٍ، لا أريدُ أن أضعَ مشاعري بيد شخص خنتُ أهلي بمحادثته بالخفاء.

أفضلُ أن أكونَ عديمة إحساس، ولا أرى الحزن في عيون أفراد أسرتي.



النهاية..

عمّ تبحث عزيزي القارئ؟ مراجع الكتاب، أليس كذلك؟
تعمّدتُ ألا يكون هناك مراجع للكتاب؛ لأنّ مشاعركَ عظيمة،
يجب أن تُرسلَ مباشرةً من قلب إلى قلب

لغة المشاعر والأحاسيس لا تتحمّل الاقتباس. ولأنّك
عظيم؛ كتبتُ لك، كي تعلم أنّ مشاعركَ ليست مهمّشةً، بل
محطّ اهتمام.

فسامحني إن كان كتابي مضيعةً لوقتكَ، ومخيّباً لظنّكَ.
حاولتُ قدر المستطاع أن يكون الكتابُ ملامساً للقلب وللروح،
قبل العقل. وأن يكون بسيطاً الكلمات، واضحاً.

وحتى لا أتعبك أكثر في القراءة، أتمنّى أن أكون قد وُفّقتُ
لإسعادك.

دمت بكلّ ودّ

هند أحمد العرياني





روحك عظيمة وقلبك زاهر بجميل صنّعتك ..
لا أريد ان ارى الحزن يتسلل بداخلك ويسرق ضحكائك التي
تسعد كل من رآها ..
أريد منك أن تحسن الأختيار حتى لاتقع في شر قراراتك وأن
تكون قدوة لنفسك وقائد مغوار لايهاب العدو بل يقاتل بكل
شرف وقوة ..
ولا تعتقد ان مشاعرك مهمشة بل هي محل الاهتمام وتقدير..
ويكفي فخرا أن تكون أنت دافعي للكتابة عنك وسأكتب بكل
حب قد أنير قلبك الذي زال ومازال يخفق بكل حب

هند احمد العرياني

@ hnooodh12