

ثي عُمَا..

الطبعة الأولى

١٤٤٣هـ - ٢٠٢١م

دار إيلف الأدبية

للنشر والتوزيع

Falalmi@gmail.com

الكويت: هاتف ٢٤٥٧٠٠٨٢ - ٩٦٩٩٩١٨٢ (+٩٦٥)

حولي - شارع المثني - بجوار مجمع البدر

تلفاكس: ٢٢٦٤١٧٩٧ (+٩٦٥)

شيءٌ مما..

الذُّكُورُ سَيِّدُ الْمَرَاةِ الْعَجِيبِي

حَدِيثُ الْإِسْلَامِ فِي الْوَلِيَّةِ

لِلنَّشْرِ وَالتَّوْزِيْعِ

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

شيءٌ ما...

ليست مجردَ كَلِمَاتٍ، بل هي رَسْمَةٌ تشكَّلت من أحداث الحياة؛ لتنتقل مشاعر متفاوتة، وصدئ كلماتٍ ربما ينتفع بها شخصٌ ما زال يبحث عن سبيل للراحة، أو آخر ما زال يتأمل في الوجوه العابرة بحثًا عن أشخاص يشعر معهم بالأمان النفسي، وآخر تخطَّى حدود الألم بحثًا عن أمل، ربما لن يصل إليه، وربما إذا وصل إليه رَحَلَ.

جميلٌ أن تصل إلى قلوب مَنْ تمر بهم، أو يمرُّون على كلماتك فيشعرون أنك تكلمت بما يدور في أنفسهم، في الوقت الذي لا يعجزون هم عن التعبير عما يعيشونه أو يشعرون به، ولكن صادفت عباراتك وقتًا كانوا أحوج فيه إلى من يصف شعورهم وهم يتأملون بصمت، وقد كان ما فعلته أنت هو مجرد جرأة في التعبير، جعلتهم يفكرون واقعياً

بالخروج من دائرة الوهم، ويبدأون بتحريك المياه الراكدة؛ ليكتشفوا أنّ في داخلهم رُوحًا تستحق أن تستمتع بما حولها، خلال رحلة تمضي دون توقُّف.

وكم هو جميلٌ أن نبحتَ بين الجُمَل والكلمات عمّا يساعدنا لنعيش واقعًا مبهجًا، قد نصل إليه ذات يوم، ولكن على الرغم من ذلك لا ينبغي لنا أن نرفع سقف طموحاتنا فوق المتوقع، فبطبيعة الحال لو حاولنا أن نستدرك كل ما يدور في مخيلتنا من أسباب الحصول على واقعٍ مكتمل، لا بدّ أن يبقى في النفوس «شيءٌ ما».

كتبه

الدكتور نسيب العجمي

الكويت في ٤/٦/٢٠٢١م

كان هنا ثم رحل

كثيرون الذين يَمُرون في حياتنا، ويُسكِّلون جزءاً من وقائعها وأحداثها، ولكن قليل أولئك الذين يُفتقدون إذا رحلوا، وذلك أن المرء لا يبحث حين الفقد إلا عمَّن ترك أثراً في حياته، وطبع فيها صورةً ليس من السهل أن تشبهها صورة.

يُمُرُّ في حياتك بعض الأفراد الذين لا يمكن أن تنسى مواقفهم؛ لأنهم تركوا جرحاً عميقاً في فؤادك، أو ألمًا لم تستطع أن تداويه على مرِّ السنين، فهذا لا تستطيع أن تقول: إنه رحل، لأنه لم يكن هنا أصلاً!

وفي المُقابل يقف على طريق حياتك شخصٌ ليس بالفرد العادي، ربما لأنه كان سبباً في ترتيب حياتك المبعثرة، وأفكارك المُشتتة، فساهم في وضعك على جادة الصَّواب، فانطلقت بفضلِهِ نحو النجَّاح.

لا تكن نظرتنا مادية بَحثة، فنظن أن النجاح متعلق

بالدراسة والوظيفة والمناصب، فهذا جزء من النجاح، وربما يصل المرء إليه دون كدٍّ وتعب، لكن النجاح الحقيقي هو المتمثل بأسرة متماسكة، أو شخصية عاطفية من السهل أن يصل إليها المرء دون بذل جهدٍ مضاعف.

قد مرَّ بك يوماً أو سيمر بك شخصٌ ساعدك على تمييز الألوان، فعلمت من خلاله أن بعض الألوان رغم زخرفها تجلب التشويش، وتجعل الأنحاء قاتمة، ولا أعني بالألوان تلك التي تدور في مخيلتك، بل أعني تشابه وقائع الحياة عليك، فتحتاج إلى مُنقذ.

لا تظنَّ للحظةٍ حينما تقرأ مثل هذا العنوان وهذه العبارات أننا نقصد علاقة غرامية نعبر عنها بالفاظ جذابة، فالأمر أكبر من ذلك، وأعظم من علاقة عابرة، فالذي يكون له أثر في حياتك باختصار هو من تستطيع أن تشبع منه عاطفياً بالدرجة الأولى، وتروي بوجوده مشاعرك، فإذا رحل عنك لأيِّ سبب، نظرت إلى مكانه فقلت: كان هنا ثم رحل، وعلى قدر تأثيره في حياتك سيكون ألم الرحيل.

انظر في أحوال الناس ثم اعتبر، فلم يعرف كثيرٌ من

الأبناء أثر الوالد إلا بعد رحيله، ولم يعرف الصديق قيمة الصديق الوفي إلا بعد انقطاع العهد بمثله، ولم يعرف الأخ أو الأخت قيمة إخوانهم وأخواتهم إلا بعد تفرقهم في الأنحاء والبلدان، وكلما طال الأمد، كبر الإحساس بالفقد.

رأيتُ بعض الناس -وهذا من علامات الأوفياء- لما كبر عمره وبدأ سن النضوج، بدأ يبحثُ عن أصدقاء الماضي الذين كانت علاقته بهم مبنية على الاسم فقط دون المناصب والألقاب، فإذا وجدهم ملاً قلبه الشعورُ بالشبع العاطفي.

كثيرة هي الصور، ومتعددة تلك المواقف، لكن السعيد حقاً هو ذلك الشخص الذي عاش مسالماً في عباراته، ودوداً في معاشرته، حتى إذا رحل وافتقد، رأى الناس مكانه شاغراً لا يكاد يسدُّ، فقالوا: كان هنا ثم رحل، وكأنهم يعنون بذلك: كم ترك رحيله في قلوبنا من ألم.

الأمان النفسي

الناس - وإن لم يُظهروا ذلك أو يعترفوا به- يحتاجون إلى الأمان النفسي، وهذا الأمان لا يقتصرُ على صورة واحدة أو نمطٍ واحد، فكل شخص يعرف ما يحتاج إليه، والسبيل إلى الحصول عليه، ولذلك حينما لا يفوز بما يأمل يعود محبطًا.

حينما ترى الأب وهو يحتضنُ ابنته الصغيرة، لا تتصور أنه فعل ذلك فقط ليعطيها الحنان، بل ربما أنه يبحث عن الأمان في أحضان طفلة لم تعرف الكذب أو التمثيل.

من أجل ذلك لا بُدَّ للمرء أن لا يضع الهدف الأصلي حتى يفوت الوقت المحدد له، فيعود بعد ذلك صفر اليدين.

تأملت في أناس كانت علاقتهم بأسرهم باهتة، حيث غفلوا أو أهملوا استغلال الحدث في وقته، فبقيت في صدورهم عبرةٌ كلما رأوا من استغل الفرصة في وقتها ليشبع عاطفيًا.

فهناك ابنة رأت حاجزًا متوهمًا بينها وبين والدها، فلم تحصل على الحنان في وقته، ولم تستفد من تجاربه وخبراته، بل وربما لم تعطه ما كان يحتاج إليه ليعود إليها بستانًا مشمرًا بالفوائد، فلما تجاوزت المرحلة حاولت أن ترتب أوراقها، وتحصل على شيء، لكن لأنه كان في غير وقته جاءت النتائج ضعيفة، وإذ بها بعد فترة كلما التفتت وجدت طعم الحرمان.

وهناك أختٌ لم تستثمر علاقتها بأختها، ومالت إلى الصديقات، ظنًا منها أن الصديقة ستسد مكان الأخت، وأنها سترويها بالحنان الذي تحتاجه، حتى كانت علاقتها بأختها مجرد مشاركة في سكنٍ تحت سقف واحد، مثلها كمثل مجموعة من العمال المغتربين الذين ذهبوا إلى طلب العيش في بلد آخر، فيشتركون في غرفةٍ واحدة طمعًا في تخفيف المؤونة، فإذا رجعوا من العمل في آخر النهار ألقى أحدهم بنفسه على فراشه من شدة التعب، ليقوم في صباح اليوم التالي حتى يستأنف العمل على نمط واحد، حيث لا مجال للحديث ولا تبادل الأفكار والآهات.

ومثل ذلك تلك الأخت التي نأت عن أختها بأفكارها وأسرارها؛ حتى جعلت بينها وبين أختها حاجزًا وعلاقة شبه رسمية، وذهبت تبحث عن الأمان لدى الصديقة التي صار لها مع مرور الزمن حياتها الخاصة، وقد ضعفت العلاقة وأصبحت مجرد ذكرى، فرجعت إلى أختها لتبحث عن الحنان القائد إلى الأمان، فإذا بالوقت قد مرَّ، وإذ بها تحاول أن ترمم ما تهاوى من جدران العلاقة -وربما تحصل على شيء- ومع ذلك تأتي الثمرة ضعيفة؛ لأنها جاءت في غير وقتها.

أمثلة كثيرة، وصور متعددة، نظن أنها ليست بتلك الأهمية، لكن مع تقدم الأيام، ستعرف أن السرَّ في تحقيق الناس للأمان النفسي هو باستغلال الواقع على حسب حاله الذي كان عليه، فإذا مرَّ زمنه، ربما حاول بعض العقلاء ترميم العلاقات، لكن تبقى الغُصَّة التي لا تُفارق الكثير، وهو أن صاحبه لم يرتو في الأوان الذي يناسب حاله، ولو حاول أن يُكرِّر المحاولة، فسيحتاج إلى شيء كبير من العناء.

ومع ذلك لا يُقال: بما أنه قد مرَّ أوان الشيء فلا داعي للمحاولة، فقد يكون للقاء النفسي بعد تذوق طعم الفراغ

القلبي أثرٌ بالغٌ، وطعم جميل؛ لكونه جاء بعد حرمان.

فلا يُقال: لا تحاول أن تعود بعد أن فرَّطت، لكن المقصود

استغلال الثمار في أوانها، وإن كنت في بداية الطريق فاستغل

الحدث في وقته، حتى يكبر معك ويتنامى، فترتوي عاطفيًا،

وتشعر بالأمان الذي تشعر به طفلةٌ أَلقت بنفسها بين يدي

والدها الحنون.



الوجوه العابرة

خلال هذه الحياة التي تعيشها، سيمر بك أشخاص ربما لمرة واحدة، ولن يلتقوا بك بعدها، لكن كان مرورهم بك لأنهم احتاجوا إليك في أمرٍ ما، أنت تظنه شيئاً عادياً، في الوقت الذي يرونه من أثقل الأشياء، فلا تستهين بذلك الموقف وتلك اللحظات، فلو لم يكن منها إلا انطباعها في الذهن لكان كافياً، فكيف إذا كان لها ما يتبعها من الآثار الجميلة؟

حين يحتاج الناس إليك لا يدُر في خلدك للحظة أنهم ضعفاء وأنت قوي، أو أنك مكتفٍ وهم محتاجون؛ بل هو تبادل أدوار في هذه الحياة، وسيأتيك الوقت الذي تحتاج إلى غيرك رغم ما تتمتع به من عناصر القوة والتأثير، وستشعر حينئذٍ بذات الشعور الذي مرّوا به.

مشكلتنا دائماً أننا لا نعرف قيمة الشيء ومدى أثره إلا إذا كنّا أحد أطرافه، والأقسى: أن لا نعرف أثره حتى لو مرت بنا

التجربة وكنا أحد أطرافها.

وإذا كانت هذه الحاجة التي نتحدث عنها، مما قد تمرُّ بالإنسان لمرة واحدة أثناء عمره الطويل، فكيف بالحاجة المستمرة التي كلما ظن المرء أنه استقر تفتَّت له من جديد، مع عدم شعور الآخرين به، وغفلتهم عن حاله، حتى يفوت الوقت الموافق لها، فإذا حصلت المؤازرة له بعد ذلك لم يكن لها طعم ولا معنى.

كثير من الناس جعلوا بينهم وبين أقرب الناس إليهم أبواباً موصدة حتى بَخِلُوا بأقل الأشياء كلفة، وهي الشعور بهم، فلما تنبهوا بعد فترة -هذا إن تنبهوا- حاولوا الاستدراك، فإذا المشاعر باردة، وإذا بحاجة الآخرين إليهم قد أُشْبِعَتْ من غيرهم، أو ظلت جائعة إلى آخر مدى، مع ما يُرافقها من الذكريات المؤلمة والخواطر الحزينة.

تلمس حاجة الناس إليك ليست مقصورة على المبالغ المادية، أو ضيافةٍ عابرة، هناك أشياء أكبر من ذلك، تتمثل بالاحتواء الوجداني؛ فهو أعظم من المادة وأكبر من الأموال.

رأيت في وجوه بعض الناس انكساراً يعجزون عن الحديث

عنه، حتى إذا فاض الإناء وتفجرت المشاعر، بثوا إليك مقدار ما في قلوبهم من الجراح، من جحود من تفضلوا عليه، وتنكر من بذلوا له أجمل أيام حياتهم.

كم كان للحواجز المتوهمة بين الوالدين والأبناء، والأخوة والأخوات، من الأثر السلبي، حتى جعلت الحياة تسير بينهم برسمية زائدة، أو بوضع نفسي مضغوط قد ينفجر بأي لحظة، فإذا نظرت إلى السبب الرئيسي وجدت أن أحد هؤلاء الأطراف لم يُعطِ الآخر فرصة ليثبت شعوره ويبين حاجته، ولو أنه فعل لانتهى هذا الواقع البئيس.

أنت لن تعيش مُخلدًا، فليكن ارتباطك بالناس -وخصوصًا الأقربين- من خلال معرفة حاجاتهم، وما الذي يفتقدونه لديك؛ لأنك ربما ستكتشف هذا الشعور بعد فترة، فتبحث عنهم لتستدرك، فتجدهم قد رحلوا أو استقلوا، ومهما حاولت وبذلت لن تستطعم لذة هذا العمل لأنه قد فات وقته.

إن من أصعب ما يواجه الإنسان: أن يشعر بحاجته إلى الآخرين، فلا يجد من يفهمه، وحينئذٍ تراه يُفضل الانعزال بأفكاره، والانزواء بمشاعره، كثير الصمت، قليل الاختلاط

لمن كان يظن أنه سيَجِدُ عندهم القلب المتسع لمشاعره، فإذا اضطر لمجالستهم اكتفى بأقل ما يطلق عليه اسم الوصل، مع صمت مُطبقٍ إلا بأقل العبارات وأوجز الكلمات.

ولو تأملت جيداً وجدت أن سلوك الطريق لم يكن صعباً، لكن البعض أضع سبيل الوصول إليه، فلما حاول العثور عليه، وجد نفسه في بدايته حين بلغ الآخرون نهايته، فاستقروا في أماكنهم، ورسّموا حياتهم على وفق منازلهم، وهو يدعوهم اليوم إلى ما كانوا محتاجين إليه بالأمس، وكأن لسان حالهم يقول: أين أنت حينما احتجنا إليك؟، لقد فات الأوان، فلا حاجة لنا بالتفاتك إلينا وقد استقرت حياتنا على ما هي عليه، مع فيضٍ من ذكريات!

بعد ثلاثين عامًا

خطرت في بالي فكرة، وورد على خاطري وارد، كيف ستكون أحوالنا بعد ثلاثين سنةً من الآن؟

ضع نفسك في هذا الشعور لترى ما يمكن أن تؤول إليه حالك، فقد يكون مثل هذا التفكير مساعدًا لك على تصحيح وضع، أو ترتيب أوراق، أو تجاوز أزمة، أو ربما ترى أنك قد أعطيت بعض الأمور اهتمامًا بالغًا، أو أهمية تحولت مع الوقت إلى مرض، ثم ستعرف أنها بعد مضي ثلاثين عامًا لن يكون لها أهمية، إنما هي في حقيقة الحال جمع لهموم مختلفة، ورفع لمستوى الضغط النفسي الذي يجعلك مُنهارًا ضعيف القوى.

بعد ثلاثين عامًا، سيكون بعضنا أثرًا بعد عين، وخبرًا بعد أن كان حقيقة، وذكرى بعد أن كان وجودًا، هذا إن تذكره أحد.

سير حُلُّ بعضنا عن الحياة، ويقدم على الرؤوف الرحيم، وكأنه لم يكن يوماً شغل حيزاً في هذا الوجود الشاسع، ومع هذا فقد يكون له ذكرى في أذهان الآخرين لكونه شخصاً إيجابياً، قدّم ما يستحق أن يذكره به الناس، من لطف، وإحسان، وصلاح، وحرص على مصالح الآخرين، أو أي أثرٍ يستحق أن يُذكر من خلاله، أو أنه ورث ذكرى مُزعجة في أذهان الآخرين، لكونه لم يستثمر ما عاشه من أيامه في عملٍ ينبغي أن يُشكر عليه، بل كان اسمه قريباً للذكريات البائسة التي تعلق في أذهان المتواصلين معه.

وقد يكون أهون حالاً من ذلك، حيث يكون مروره هادئاً، فهو وإن لم يترك بصمة مميزة إلا أنه على الأقل لم يؤذِ أحداً.

بعد ثلاثين عاماً، وإن قدّر لبعض الناس أن تسير حياته بسلام إلى حدٍّ بعيد دون عقبات، رغم ذلك سيعتريه تغيير الزمن، وتقدم السن، ويكفي أن تتخيل أن طفلتك الجميلة ذات السبع سنوات التي ملأت الدنيا زهواً وجمالاً، سيكون سنها سبعة وثلاثين سنة، وحينها ستقول في نفسك حين

تتخيل ذلك: ما أسرع الأيام!، فكيف بمن كان عمره الآن أربعين سنة، فسيكون عمره بعد ثلاثين سنة سبعين عامًا، هل تخيلت ذلك؟

قد يؤخّر بعضُ الناس كثيرًا من المشاريع إلى الغد، فإذا بالغد يصيرُ شهرًا، ثم سنوات، حتى دَهَمَهُ السبعون عامًا - هذا إن مرّت بسلام دون أمراض وأزمات كبيرة-، فإذا به وقد نسي عمره، فلم يحقق طموح الشباب، ولم يعيش بسلام، بل قضى عمره يخطط لبناء بيتٍ أو تجارة، أو شراء بستان، أو.. أو..، وفي خضم ذلك بقي يعيش الضغط النفسي من وراء هذا التفكير حتى منعه من الاستمتاع بحياته؛ لأنه أجّل سَعَادَتَهُ حتى يَحْصُلَ له ما يريد، فلما حصل له - هذا إن حصل - جاءه وقد ضَعُفَت قواه، وتعب بدنه، وعجَزَ عن تذكر ما مرَّ به من أحداث الأَمْس، فكيف بمن لم يحقق هدفًا أصلاً، إنما بقي بين الأفكار والتوهّمات حتى أفلت شمس الشباب، وتبخرت مع ذلك الأمنيات.

حين تتخيل مُضَيّ ثلاثين عامًا على حياتك زيادة على سنك الحالية، ستعرف كم من الأمور التي حملتها لنفسك

فوق طاقتها، وتسببت بقتل لحظات الفرح، وكأنك قد عَقَدتَ العزم على أنك لن تمارس السعادة إلا إذا حصل لك ما سعت لتحصيله، فإذا بلغت ذلك العمر الذي تخيلته لم تشعر بالفرح؛ لأنك خلال هذا الطريق الطويل الذي سعت خلاله إلى تحصيل ما توهمته من أسباب الفرح، تغيَّرَ طَبْعُكَ، وأصبحت امرأً جدياً حتى في أماكن اللين واللهاو، وكَسَوْتَ قلبك رداءً قسوة الطباع، وحين بلغت الهدف لم تستطع أن ترجع إلى طبيعتك الماضية؛ لأن اللين، والسماحة، والبساطة، كانت قرينة لحياتك الخالية من المسؤوليات، ولما بلغت ما أردته من تحصيل هذه الأسباب، قارَنَ ذلك تغيُّرَ الطبع حتى لم تعد قادراً على الشعور بالسعادة؛ لأنك فقدت الطبع القديم المَرِنَ القائد إليها.

بعد ثلاثين عاماً، سيكثُرُ الندم على كثير من المواقف التي مرت بنا، حيث يستشعر المرء أن ذلك التصرف كان غير مناسب، وردة الفعل تلك كان مبالغاً فيها، وأن تفويته لتلك الفرصة كانت غلطة عُمُر، وأنَّ خصامه لفلان وإساءته لفلان كان تصرُّفاً قاسياً، وكان بإمكانه أن يتصرف بطريقة أخرى

لا ينتج عنها ردة فعل عنيفة.

بعد ثلاثين عامًا، العاقل سيعيد ترتيب أوراقه من جديد، ومع ذلك قد يسعفه الوقت والوضع ليصحح ما بدر منه من الهفوات، وقد لا يتمكن من ذلك بسبب أن الأفراد رحلوا، أو تغيروا، أو صعب التواصل معهم بدنيًا أو قلبيًا، أو لأنهم كانوا سيقبلون منه تلك المبادرة قبل ثلاثين عامًا؛ لأنهم كانوا محتاجين إلى بذله آنذاك، فلم يعد له الآن قيمة، حين جاء في غير أوانه، وإلى غير أهله.

لقد ضربت المثل في ثلاثين عامًا حتى تعرف ما يمكن أن يكون في مدة مؤثرة على حياة الإنسان، تمرُّ عليه كنائم استيقظ فإذا به يعاين واقعًا جديدًا عليه، وربما يدعوه ذلك إلى التأقلم على واقع لا يرغبه أو يلجأ إليه مضطرًا، فإذا كان ذلك فلا تؤجل حياتك إلى ما سيكون بعد زمن، وعش حياتك الحالية، ولا تتصرف بمواقف إذا مرَّ بك زمن طويل ندمت عليها، وكن مُسالمًا مع نفسك قدر الإمكان؛ لأنك ستكون في يوم من الأيام مجرد شخصية عابرة في حياة الآخرين، حتى الزوجة والأبناء، فلا تهلك نفسك وتجمع إليها الأمراض بحجة أنك تريد أن

توفر لهم حياة سعيدة، هذا إذا كان في حق الأولاد
والزوجات، فكيف إذا كان لغيرهم من البشر الذين ربما لن
تُمثل في حياتهم ولا مُجرد ذكرى.

كُن مُسالماً مع نفسك، أعطِ ما يجبُ عليك، وتفضّل بزيادة
على ذلك، ولكن لا تُرهق نفسك، فإنك ستعرف بعد ثلاثين
عاماً أنك كنت تسعى في مُحيط كنت ستصل من خلاله إلى
نفس النتيجة دون أن تقتل نفسك، فأنت تسير في أمور مقدّرة
من الله، مطلوب منك أن تسعى لا أن تقتل نفسك، فبسبب
سعيك الحثيث قد حمّلت نفسك همّاً، ومع ذلك لم تتجاوز
ما قدره الله لك.

تأمّل جيداً ما يحدث بعد ثلاثين عاماً من الآن؛ فإنك
ستتصرف بتلقائية وهدوء، وستبتعد عما يورثه التفكير والتخطيط
والهموم من الضغط الذي يهدم صحتك، ويتعب فكري،
وأفضل ما يوصلك إلى تصور ما سيحدث بعد ثلاثين عاماً،
أن تتأمّل فيمن بلغها فعلاً، اسمع منه فإنه سيتحدث عن نفسه
وما حصل له من الأزمات، وما خسره من الأصدقاء، وما بناه
من المواقف على سوء ظن، وما قطعه من علاقات بسبب

ردة فعل مبالغٍ فيها، وما أفضى فيه عمره فيما يظن أنه سيكون سبباً في سعادته، فلما حصل له ما يريد من تجارةٍ أو مالٍ أو جاهٍ فإذا به قد فقدَ من يمارس معهم أسباب السعادة من ابنٍ كبير، وابنة تزوجت، وزوجة تقدمت في العمر وتغيَّر تفكيرها.

فإذا وجدت من بلغَ هذا العدَّاد الزمني، وتجاوز السنوات، ورأيته يتحدث عن ذلك الزمن الذي مرَّ به، فلا تُفوّت على نفسك فرصة الاستماع إليه بجميع مشاعرك، فإنما هو في حقيقة الحال يصف حالك بعد مرور ثلاثين عاماً من الآن، فاستدرك أنت ما فاته هو بتصحيح مسارك قبل أن يمرَّ بك الزمن فتحدِّث غيرك بما فاتك أنت، وتكرر نفس الخطأ الذي وقع فيه، فلا يلزم أن تقتصر استفادتنا على التجارب التي مرَّت بنا، فقد يمرُّ بنا أشخاص يمثلون حالنا لو أخذنا ذات الطريق الذي سلكوه، فإذا علمنا أنهم سلكوا الطريق الخطأ، حولنا مسارنا إلى طريقٍ آخر، طمعاً في تحقيق حياةٍ -على أقل الأحوال- نسلم فيها مما يؤذينا.

سبيل الراحة

لعل من أصدق علامات النُّضج: أن المرء كلما تقدم به العمر مال إلى الصمت، فتجده لا يدخل في أي نقاش، ولا يستهويه أي موضوع، ويكون غالب أحواله الاستماع، بل وأشد من ذلك أن يدور حوله الحديث في أمورٍ يعرفها ويخوض الناس فيها بالخطأ، ومع ذلك يكتفي بالاستماع، فلا أدري أهى حالة مَلَل من الكلام، أو أنه يرى أن الناس قد أصدروا الحكم قبل النقاش، فلا يرى فائدة من الإدلاء برأيه، أو أن الأمر فيما يراه يحتمل وجهات النظر؟

ولذلك حين يتقدم بك العمر، ستذكر كثيرًا من المواقف التي أضعت فيها وقتك، وأتعبت ذهنك، وكثر فيها ضجيجك وضجيج الآخرين من حولك، لو رجع بك الزمن لكان دورك فيها كواقفٍ على ضفة نهر، يشير بالسلام إلى أهل الناحية الأخرى دون اقتراب.

كم مرّت بنا من مواقف بدلنا فيها أنفس الأوقات في نقاش عقيم قد تحدّدت نتيجته قبل أن يبدأ، فأهدرنا طاقاتنا، وتحركت من خلاله الضغينة على بعضنا، فعلمنا حين بلغنا درجات النضج أنه لا يستحق كل هذا العناء، أو لعلنا خسرنا شخصاً كنا نستطيع المحافظة على صداقته ووده، لو أعطيناه فقط الفرصة ليتحدث ونحن نستمع.

قد لا يُدرك المرء أهمية هذا الأمر إلا عندما يكبر، وتغشاه حالة من السكينة، فيعود ليحسب الأرباح والخسائر، ثم يقوم بعد ذلك بخطوات ربما يستطيع من خلالها ترميم الماضي المتصدع بسبب لا شيء.

كنت أظنُّ -كغيري-: أنَّ الحديث عن فضائل الصّمت أمر عادي أو مبالغ فيه، فلما بدأتُ مرحلةً من مراحل النضج فيما أرى، علمتُ أثرَ هذا الصمت في العلاقات الاجتماعية، فقد يكثر الخوض حولك في موضوعٍ ما فتصمّت، فيغلق باب من الخلاف كان بينه وبين أن يفتح أن تتكلم.

وقد يأتي إليك من يشتكي همّاً، وينفجر أمامك بصوته العالي، وكأنه يشتكي إليك أنه لم يجد من يفهمه، فتصمت

طويلاً وتستمع إليه، فتجنبه مشكلة حلها عسير، وقد لا تقدم إليه حلاً أو تدلي إليه بمشورة، ولكنك ستعلم بعد مُدَّةٍ أنَّ مجرد استماعك إليه دون مقاطعة كان هو الحل الأمثل لمشكلته، فقد كان يريد فقط أن يستمع إليه أحد، ليُخْرِجَ الزفير الحار المَحْشُور في داخله حتى يرتاح.

كنتُ أظنُّ أن الاستماع للآخرين لا يُمثِّل شيئاً في حياتهم، فوجدت أن كثيراً من الناس يعدُّون ذلك من فضائلك، فالقلوب تحترق من الداخل بنار قد أغلقت حولها الأسوار، فإذا استمعتَ إلى صاحبها خَرَجَت ألسنةُ اللهب، فبرد الجوف.

وقد رأيتُ من الناس من يأتي إليك بمشكلته التي تعلم من أول كلمة أنه ليس لها حلٌّ أبداً، إلا بخسارةٍ فادحةٍ من جميع الجوانب، وقد يرى هو أيضاً أنك لا تملك حلاً لمشكلته، ومع ذلك إذا رأى صمتك واستماعك إليه باهتمام، إذ به يتحدث بكل تفاصيل مُشكلته، ويسهب في الحديث دون انقطاع، حتى يصل إلى الشعور بأنك قدّمت إليه حلاً لمشكلته، على أن الأمر ليس على هذه الصورة ولكنك قدمت إليه بعض ما يحتاجه باستماعك، في الوقت الذي لم يجده عند

غيرك، أو يجده لكن عند شخصٍ يستمع إليه دون اهتمام بالأمر، حيث يستمع وهو مُقبل على أمرٍ آخر، فيزيد ذلك المتكلم همًّا إلى همِّه.

ولا تستغرب، سيِّمُ بك شخص ليشاورك في أمر قد عزم على التعامل معه بطريقةٍ ما، ومع ذلك يقترب منك ويحدثك بأمره لحاجته إلى الحديث.

ستدرك كلما تقدَّم العُمُر أنَّ الصمت فضيلة وراحة، وسيمر بك كثير من المواقف تتنازل فيها عن حق واضح لك، مقابل أن تسلم على صَفاء ذهنك وهدوء نفسك، ولا تجد إلى ذلك سبيلًا إلا بمزيد من الصَّمت، فإذا انقشع الغيمُ علمت أن ما خسرتَه لا يُمثَّل شيئًا بالنسبة لما ربحته.

وسيمرُّ بك أناسٌ تستغرب من تلقيهم للأمر بكل برود، فتتهمهم بالسلبية، لكن ستعلم حين مُرورك بذات المرحلة التي مروا بها لماذا هم فعلوا ذلك، فقد أدركوا أنَّ كثيرًا من المَعارك لا تستحق أن نكون من عداد جنودها؛ لأنَّ الربح فيها لم يظفر بشيءٍ، والخاسر قد خسرَ راحته وهدوءه، ولذلك فقد رأوا من الحكمة أن يصمتوا إيثارًا للسلامة، وكفى بها غنيمة.

استمتع بمن حولك

في هذه الحياة، نُقابل أناسًا يكون لهم في حياتنا أبلغ الأثر، يحضرون فيملأون حياتنا أنسًا وسرورًا، ويذهبون فنشتاق إليهم، فكل ما حولنا يُذكرنا برسوم منازلهم، وكلما طال أمد الغيبة عظم الشوق في القلوب، فإذا مرَّ ذكرهم تحرك القلب واضطرب، كطفل رأى أمه بعد غيبة، فتراه يقفز فرحًا حتى لا تكاد تسعه الدنيا.

مثل جميع البشر الأصحاء، تتحرك قلوبنا لأناس مرُّوا في حياتنا، فاستوطنوا تفاصيلها، ساعة ساعة، ولحظة لحظة، فلما تفرقنا لأيِّ سببٍ كان، كبر الشوق وصاحبه الألم.

قد تكتشف بعد زمن أنه حتى الجميل من الذكريات قد يتحول إلى قصة ألم، حيث تتمنى أمرًا، ولكن الواقع لا يُسعفك. لا تكن نظرتنا ضيقة حينما نقرأ مثل هذه العبارات، فنتصور أن مثل هذا الكلام مقصور على علاقات الغرام

الموهوم، فالأمر أوسع من ذلك، فقد تفتقد أبًا، أمًّا، صاحبًا، أختًا، أختًا، قد اجتمعت معهم على صفوٍ وودٍّ، ثم كتب الله أن ينتهي التواصل إلى الأبد بسبب الرحيل المُقَدَّر، أو يضعف لأي سببٍ ما، وهنا ستعرف معنى الشوق، وتجد أنك كلما حاولت أن ترتوي حين لحظات اللقاء، سرعان ما يشتد ظمؤك إذا غابوا عن عينيك.

قد لا تعرف أن الأشواق قاتلة، إلا إذا كنت ممن يداوم على مُصاحبتهَا، فإذا أردت أن تطفئ لهيبها الذي يحرق فؤادك إذ بها تتقد من جديد.

مساكين أولئك البُؤساء الذين لم يشبَعوا ممن حولهم، يظنُّون أن وجودهم في حياتهم أمرٌ عاديٌّ لا جديد فيه ولا مزيَّة، فإذا ذهبوا إذ بحياتهم تزداد ظلمة وخوفًا من القادم المَجْهُول.

ولو تأملوا في أحوال الذين يعيشون حولهم وقد افتقدوا الأشخاص الذين كانوا يستمتعون بهم، لعلموا الانكسار الذي يسكن في قلوب أولئك الفاقدين، في الوقت الذي توفر لهم هم ذلك الواقع العاطفي الحنون، لكنهم فرطوا فيه.

لا تكن حياتك باهتة، استمتع بمن حولك من الأشخاص الذين تحبهم ويحبونك، ومُدِّ إليهم جسور التواصل، ولا تُشيد الحواجز المتوهمة فيما بينك وبينهم، فإذا ذهبوا من حياتك كبرت حسرتك، وعلمت مقدار الفقد.

ينبغي الاستمتاع بمن حولنا من الأشخاص الذين يملؤون حياتنا دفئاً، كما نستمتع بأجمل الأشياء التي نرى لها أجمل الأثر في تغيير نفسياتنا حتى تبدو سعيدة مستقرة.

والحذر من أن نفرط بلحظات الأنس التي تمرُّ في حياتنا زهداً فيها، وأملاً في الحصول على واقع أجمل، فلا نحن بالذين حصلنا على ما نأمل، ولا نحن بالذين سلمنا على الواقع الجميل الذي لم نعرف قدره حتى صار من عداد الذكريات.

كسر القلوب

مع هذا الكظيظ من الزحام، حيث ازدحمت الطرقات بالأشخاص، وكثرت العلاقات والمعارف التي تولد عنها كثرة الاحتكاكات والمواقف، أصبح كثير من الناس على جاهزية الاستنفار، ومهيئاً للانفجار، وأصبحت قلوب الكثير ظمأى إلى جرعات من لطف، فتستثيرها المشاعر، وتؤثر فيها أدنى كلمة، ويهيجها أدنى ردة فعل.

مع كل هذه الأوصاف، يأتي من يتصرف مع الآخرين وكأنهم خلوا من الأحاسيس، أو أنهم يملكون مشاعر متجمدة، فيمارس معهم ما اعتاده من فظاظة ألفاظ، أو قسوة طباع، دون أن يعلم ما الذي يمكن أن ينتج عن فعله ذلك.

لا أدري، هل أصبح كسرُ خواطر الآخرين هوايةً عند بعض الناس حتى ذهبوا يمرحون ويسرحون بين شعاب قلوب الآخرين، ليحدثوا فيها جراحاً قاتلة واضطراباتٍ مزللة؟

ألا يعلم هؤلاء أن كسر القلوب ككسر العظام، كلاهما يحتاج إلى أن يجبر، ويصعب جبره؟

كَمْ يبخل الكثير في جَبْرِ القلوبِ المُنكسِرة، على أن هذا الصَّنِيع ربما لا يكلفهم إلا كلمات يسيرة قد لا تتجاوز الكلمتين يوصل صاحبها من خلالها رسالة مفادها: إني أفهمك.

مما لا أشك فيه أنه وعلى الرغم من أن جبر الخواطر لا يُكَلِّف إلا كلمات يسيرة في الغالب، وأحياناً فعل يُعبّر عن مدى الإحساس بالآخرين ولو لم يصاحبه كلام، ورغم سهولة ذلك إلا أنه يُمثّل تميّزاً خاصاً، وحالة نادرة لا يدركها إلا مُوفّق؛ لأنها تعكس نفوساً عظيمة، وقلوباً كبيرة، استشعرت ما يدور في حياة الآخرين، وما تخلّل حياتهم من الانكسار، وكأن هذا الألم الذي حلّ بها، قد وقع على قلوبهم هم.

لا تستهن بجبر خواطر الناس، فربما بكلمة واحدة تُغيّر حياة شخصٍ كان على حافة الهاوية، وبكلمة منك أعدت له تماسكه واطرانه، فثبت على طريق الصواب.

تعترى بعض الناس - وإن كانوا أقوياء - حالة من العجز، فيحتاجون إلى كلمة تدعمهم، قد تيسر على لسانك فتعيدهم

إلى استجماع القوى.

وقد يكون المرء عاقلاً متزناً، لكن تغشاه حالة يُعاني بسببها من الشتات الذهني، فتأتيه كلماتك كالبلسم الذي يداوي جراحه، فيقوم من جديد ليواصل مسيره.

ضعفاء نحن وإن رأنا الناس أقوياء، فإنَّ ثَمَّةً ضعفاً داخلياً يسكن قلوبنا في بعض الأحوال، حتى لا نملك قراراً ولا فراراً، بل ترى أحداً يتلفَّت يَمَنَّةً وَيَسْرَةَ كالمتنظر لمن يدفع إليه برأي أو مشورة، حتى ينهض من جديد.

وأنت حين تُعاني مثل هذا الاضطراب، ستعرف قيمة الكلمة اليسيرة التي جَبَرَتْ خاطرَكَ، وتثمن موقف من تلفَّت بها، ليس لأنك عاجز على كل حال، ولكن لأنها أتتكَ على حين حاجةٍ إليها.

فإذا رأيت من أكثر الصَّمت، وبدأ شاردَ الذهن، مُشْتَتَ الفكر، وقد سَنَحَتْ لك الفرصة لمعرفة ما أهمَّه، فسارع إلى ميدان الفضل، ومقدمة السبق، بكلمات تجبر بها خاطرَه، فإنك يوماً ما ستكون في مقامه، وستعرف أثر هذه الكلمات الداعمة لك لتتماسك وتعيد ترتيب أوراقك، ولو تفوَّه بها إليك طفل!

الآمال

جلست في مكان مرتفع تَمُرُّ قريباَ منه أفواجٌ من السيارات في بداية كل صباح، حيث ينتشرون إلى أماكن العمل اليومي، فسرح فكري مع سائقي هذه المركبات، كيف يفكِّرون، وما الهدف الذي يسعون إليه، والشيء الذي يريدون تحقيقه؟

سيارات تسير في طريق واحد، لكن تحملُ في داخلها آمالاً كبيرةً وأمنياتٍ مختلفة، ومسارعةً إلى الانجاز، قبل أن يأتي آخر فيشغل المكان ويفوز بالوقت الفاصل بين حصول الشيء وعدمه.

ولما نقلتُ هذه الصورة إلى واقع الناس، وجدتُ أننا هكذا نعيش، وعلى ضوءه نتعامل، نحمل الآمال ثم نسعى إلى تحقيقها، وقد نصلُ أو لا نصلُ.

فمركب يصل إلى مقصوده، وآخر أضاع الطريق فلم يصل،

وآخر أخذ مسارًا آخر فلما حاول الرجوع فإذا بالوقت قد فاتته وفات معه فرصة تحقيق المراد، وهناك آخر في أثناء سيره بدا له أمرٌ، وخطر في باله خاطر، فقرر أن يأخذ مسارًا آخر، طمعًا في الحصول على فرصة أو واقع أفضل مما كان قد خطط له، وقد يحصل له ما يريد أو لا يحصل.

فأنت حين تنظر، ترى طريقًا واحدًا يسير عليه أناسٌ كثير، لكن في أثناءه تتشعب المسارات والمخارج.

وهكذا هي الآمال، تختلف باختلاف المسالك، يسير المرء على طريق لتحقيق هدفٍ ما؛ ربما لو أكمله حصل له ما يريد، وفجأة تجده وقد أخذ طريقًا آخر، ظنًا منه أن فرصة الفوز من خلاله أكبر وأفضل.

بل وإنك ترى طريقًا كنت تظن أن لن يطرقه أحدٌ؛ لأنه شاقٌّ ووعرٌ، ومع ذلك فقد سلكه أفراد من الناس، لِمَا وقع في نفوسهم أنه لن يتحقق الهدف الذي يحلمون به إلا من خلاله.

وقد يرى بعض الناس طريقًا مما يُزهد فيه، ظنًا منهم أن هذا الطريق لن يصل بسالكه إلى محطة، ومع ذلك تجد من يسلكه ويسير عليه، حتى يحقق هدفه من خلاله.

حين تعرف هذه الحقيقة وتتصور هذا المثال الذي ذكرته، ستعرف حينئذٍ أنَّ أفكار الناس تختلف كاختلاف آمالهم، ومع ذلك فمن المؤكد الذي يجب أن يبقى منحوتاً في القلب أنَّ وجود الآمال لا يعني بالضرورة حصول ذات النتيجة التي كنا نتصورها أو نحلم بها، فمردُّ الأمرِ بالتالي إلى الله سبحانه، فقد يبسرُّ للمرء مبتغاه، وقد يمنعه منه لحكمة منه ورحمة، فقد تكون نهاية الإنسان ودمار حياته فيما كان يحلم بالوصول إليه، ورأى في ظاهر الأمر أنه من أسباب نجاحه وهنأ حياته.

ليس عيباً أن يأمل المرء بأن يعتلي سُلَّم النجاح، وأن يحصل على أسباب التقدم، لكن الواجب أن لا يُوسَّع سقف الآمال والأمانى، حتى إذا لم يحصل منها شيء، أو حصل له شيء أقل مما كان يطمحُ به، عاد منكسراً لا يقوى على ترميم نفسه وترتيب أولوياته من جديد.

فالواجب عليه أن يسعى إلى ما يريد، دون أن يهلك نفسه بتحميلها ما لا تُطبق أثناء السير إلى الهدف، أو بالتضجر والتشكي إذا لم يحقق هدفه؛ لأنه في هذه الحالة ستعظم

الخسارة جدًّا في إرهاق نفسه بكثرة اللوم حتى يؤثر ذلك على صحته، ويخسر هدوء نفسه وراحة قلبه، وهذه هي الخسارة الحقيقية، لذلك كم من البائسين الذين فاتهم شيءٌ من الأهداف الدنيوية، فلم يقوموا بإعادة الكرّة أو تغيير المسار، بل وقفوا يلومون أنفسهم ويقتلونهم كمدًّا، حتى خارت قواهم، وضعف تفكيرهم، وبينما الناس الذين سقطوا معهم استأنفوا العمل ونَجَحُوا، أو على الأقل جَرَّبُوا نشوة التحدي، إذ بهؤلاء قد وقفوا عند نقطة الخسارة، فلا حصلوا على هدف، ولا أبقوا على رأس مال.

جميل أن يسعى المرء إلى تحقيق طموحه، ويستثمر أفكاره ليحقق منها نتائج النجاح، لكن لا بُدَّ أن يعلم أن النجاح أمرٌ نسبي وليس دائمًا مرتبطًا بالنتائج، فالنتائج بيد الله، فقد يحصل له ما يريد أو لا يحصل، ولا شك أن من درجات النجاح خوض التجارب، وطردهم الفخر الذي يظنه في نفسه أو يظنه فيه الآخرون، كما يجب أن لا تغيب عنه حقيقة مهمة، وهي: أن الاستثمار الحقيقي يكون في مُحَافَظته على نفسه في صحته ومبادئه وتحدي شعور الفشل،

فليس الفشلُ في خسارة الأرباح التي كان يتوقعها، بل الفشل الحقيقي هو الجلوس دون همّة، والاكتفاء بسبِّ الواقع، في الوقت الذي تسابق الفائزون لحصد الجوائز.

ومع كل هذا، فمن المهم حين السير إلى تحقيق الآمال والتطلعات، أن لا تنظر إلى تحقيق الربح المتردد بين البقاء والتحوُّل، وتنسى رأس المال الحقيقي الذي يجب المحافظة عليه، وهو الارتباط النفسي بأقرب الناس إليك، والمتمثل بالأسرة: الوالدين الملاصقين والزوجة والأبناء، حتى لا يلهيك عنهم السعي خلف الآمال، فإذا رجعت إليهم لم تجد منهم أحداً، لأنك جئت في الوقت الخطأ، فتجد أبدأناً دون أفكارٍ متقاربة، قد عاش كل واحد منهم مع أفكاره وتطلعاته، فتوقن حينئذٍ أنك أضعت الهدف الأصلي الذي يروي جفاف قلبك، ويرطب حياتك.

وعليه، فاسع إلى تحقيق آمالك، ولا تنس مهماتك الأساسية، ولترتاح نفسياً ضع في مخيلتك دائماً أن الواقع أصدق من الآمال، وهذا مما يدفعك أن تسير نحو ما تخطط إليه بهدوء، فإن حصل لك ما تريد فخير، وإن لم يحصل فخير.

ابحث عن نفسك

جميل جداً؛ بل ومن المهم بمكان: أن يجعل المرء لنفسه محطاتٍ يقف عندها بين فترة وأخرى، فيحاسب نفسه برفق وأحياناً بحزم، ينظر فيما سبق من أيام حياته، يتأمل فيما جناه من ثمرات، هل كانت مناسبة لعظيم ما سعى من أجله، وبذل فيه أوقاتاً مهمة من أيام حياته، ويقلب صفحات الخسائر التي حلّت به، وكيف تُعوّض؟

لا تنظر إلى الثمرات والخسائر في باب الأموال فقط، بل بنظرة شاملة للعلاقات والسلوكيات التي من شأنها أن تربطك بالآخرين، أو تقطع حبال التواصل.

جلوسك مع نفسك وتقليب أوراقك الماضية من أعظم أسباب النجاح الشخصي، وهذا لا يعني بالضرورة أنك قد تستطيع استدراك كل ما فاتك، لكن يكفي أن تشعر أنّ نفسك

قريبة منك إذا أردت أن تصل إليها فعلت؛ لأن كثيراً من الناس بينه وبين نفسه وحشة قطعت جبال التواصل، وجعلته غير قادر على تغيير بعض السلوكيات الظاهرة أو الخفية، فتجده يشعر بالفشل، حتى ولو حقق شيئاً من النجاح الظاهري.

تحتاج أن تجلس مع نفسك دون مشوشات حتى تستطيع أن تعرف ما تريد، لأنك إذا عرفت ذلك بلغت السعادة الداخلية التي حُرِمَ منها الكثير، حتى كان هذا الشعور عنصراً فعالاً في إسقاطهم، فالحياة مضمرة مع الأحداث، ولن تستطيع أن تقابلها بجيش مضطرب لم يستطع أن يوحد صفوفه تجاه الهدف، وهكذا النفس في معاملة الأحداث، لا بد أن تجمع لها عناصر القوة حتى تحقق بغيتك.

كنت أسمع من قبل أن المرء يجب أن يحاسب نفسه دائماً، وتخيلت أن المحاسبة تعني الحرمان أو القسوة، فكتشفت أن المحاسبة أن تعاتبها بلطف لأنها أحب ما يكون إليك، فإذا كنت هادئاً استجمعت شتات فكرك، وعرفت كيف ومتى ستستأنف العمل دون أخطاء.

صدّقوني، نحتاج نفوسنا، نحتاج أن نخلو بها دون ضجيج

الآخرين، وحينئذ سنكتشف كم كنا أنانيين حين لم نمكّنها منا،
 وسنسمع عتبًا شديدًا منها يقول: أين أنت عني منذ زمن؟
 مشكلة الناس دائمًا في التصور الخاطئ أو الناقص،
 فينظرون دائمًا من ناحية الريح المادّي، والتجارات المالية،
 فينطلقون نحو مُحاسبة أنفسهم من خلال نظرة تاجر، والأمر
 ليس كذلك، فانتفاعك بنفسك أكثر ما يكون من خلال
 السلوك والمشاعر القلبية، وتحقيقك لشخصية كنت تراها
 في ذهنك أو أمامك، فتقلها إلى أرض الواقع من خلال
 نفسك.

دائمًا اجلس مع نفسك لتجد المتعة، تفقد حالتك مع
 ربك سبحانه، هل قمت بحقه أم لا؟ فهذا رأس السعادة.
 راجع علاقتك مع الأشخاص، فهناك من تحبه ويحبك
 وقطعتَ معه حبال الوصل، ليس جحودًا لكن بحُجّة الانشغال
 في الحياة، وهناك من جرحته بكلمة بسبب موقف لا يستحق
 كل هذا التشنج، فحتاج أن تعتذر منه حتى تعاود الاستمتاع
 بعلاقة جميلة كادت أن تنقطع كليًا ومثلها لا يُفرّط فيه.
 وهناك علاقة كانت سبب دمارك، أو ألحقت بك خسائر

فادحة على مستوى الشخص والأسرة والمجتمع، فتكشّف لك من خلال جلوسك مع نفسك أنّ مثل هذه العلاقات يجب أن لا تكون في حساباتي، وليس لها محل في حياتي، فمع اللحظة التي تقطعها تكون قد وضعت قدمك على أول خطوات النجاح.

ومما يُعينك على اكتشافِ نفسك أن تلغي حاجز الصدِّ المَبني بينك وبين بعض الأشخاص العقلاء الرّقيقين الذين يُحبُّون لك الخير، فإنك حين تُمكنهم من نفسك سينصحون لك وينبهونك على أخطائك أو على سبل نجاحِ غفلة عنها، فيكونون عوناً لك على الوصول إلى نفسك المفقودة.

ولذلك احذر أن تفعل فعل الغلاظ المتكبرين الذين لا يقبلون من أحدٍ رأياً، ولذا تجدهم من خطأ إلى خطأ ومن سقوطٍ إلى سقوط؛ لأنه قد وقع في أنفسهم أنهم يعرفون كلّ شيء، ولا يحتاجون أحداً ليشير عليهم، فحرموا السعادة التي لا يمكن وصفها، وهي القرب من الناس والانبساط لهم، والتمتع بالهناء النفسي.

ولذلك تجدُّ أولئك المتواضعين حتى في حالة الخطأ

أو فوات ما كانوا يطمعون به، تجدهم مُنْشَرِحِي الصدر؛ لأنَّ
الشعور بالرضا قلبيُّ أكثر منه ظاهريُّ، فكيف إذا جمع لهم
الأمران: أشبعوا أنفسهم بالمشاعر، ونجحوا في السعي
الظاهر، وشواهد الحال تبين لك أنَّ أكثر الناس حرماناً هو
المتكبر الذي بنى بينه وبين الآخرين سدوداً لا تُخترق ولا
تُسلق، حتى إذا احتاج إلى إشباع نفسه بالعواطف، فإذ
بالناس قد أخذوا مواقعهم، فمن يلتفت إليه؟!

لذلك تفقد أحبَّ الناس إليك وهي «نفسك»، لا تهملها
حتى يفوتك قطار الزمن، ولا تكتشف ذلك إلا بعد فوات
أوانه، فإذا مضى ذهبَتْ لتغوص في بحر الأمنيات: «ليت
وليت».

اجعل نفسك قريبة منك، اخلُ بها بين أوقات وأوقات،
واستشر مَنْ تحبه وتعرف نصحه، فإنَّ الفوز الحقيقي هو أن
تفوز بنفسك، في الوقت الذي ترى فيه الكثير قد خسروا
أنفسهم ورفعوا راية الهزيمة والانكسار.

الأب.. الجندي المجهول

تأمّلتُ في حالِ كثيرٍ من الآباء الذين يعيشون حولنا، واستمعت إلى شكاوهم وأناتهم الحارّة، حتى ترسّخت لديّ قناعةٌ لا تقبل الزحزحة أو التحريك، وهي أنه لن يعرف المجتمع قيمة الآباء إلا بعد فقديهم، ولن يتصوروا مقدار ما يبذلونه من جهد وعناء لتحقيق الأمان لأسرهم، وتذليل العقبات أمامهم حتى يسعدوا بواقع مطمئن، إلا إذا رحلوا عنهم.

كتبت ذات مرة عبارة في أحد المواقع مفادها: «تعزية إلى الآباء المناضلين، لا تقتل نفسك كمدًا وحسرة، فلن يعرف الأبناء أنك رجل عظيم حتى ترحل عن الدنيا»، ربما تكون هذه العبارة لامست ما في قلوب بعض الآباء، لكن الأجل ما أبلغني به صديق أن ابنته قرأت هذه العبارة فقالت

له: أتدري يا أبي؟ إنني أخاف فعلاً أن أفقدك!، فأنا أرى دائماً في حالات الوفاة حين تكون المتوفاة امرأة، يقولون: «أرملة فلان»، فغالبًا ما يكون الرجل هو السابق، فأنا أخاف أن ترحل وتتركنا!

حين أخبرني بمقولتها تلك قلتُ له: هذا لأنَّ الرجل يتحمَّل جبالاً من الهموم المُتراكمة، والضعوبات النفسية، حتى يغزوه داء الضغط المسمى: «القاتل الصامت»، وهو لا يشعر، فإذا به وقد طَرَحَه المرضُ فصار خبيراً بعد عين.

لا نُقلِّل من مسؤولية الأم وما تتحمله من مهمة عظيمة في بيتها، لكن حينما تنظر إلى المجتمع -ونحن منهم- تجد أنهم يثمنون عطاء الأم وإن كان قليلاً، ويشكرونها على القيام بمسؤولية التربية لأولادها مع أنه من صميم عملها وواجبها، بينما لا يثمنون للوالد بذله، وإن كان من الكماليات والتحسينيات، فضلاً عن الواجبات.

الوالد هو الجُندي المَجْهُول في معركة الحياة، الذي يَصُدُّ العَدُوَّ عن أهل داره، ويسعى لتأمين حُدودهم، وتهيئة الأرضية التي يعيشون عليها سُعداء، ومع ذلك هو يعملُ

بصمت، ويئنُّ بخفية، وربما يُجرِّحُ عَشْرَاتِ المرات حينما لا يرى تمشيناً لمواقفه العظيمة، ولو من خلال كلمة لطيفة، ومع ذلك تجده مُستمرًّا في سعيه، مقبلًا على عمله، ويرى أنَّ هذا من صميم واجباته، ولو لم يكن واجبًا فعلاً...!

وفي آخر المطاف، يكبر الأبناء، ويعيش كل واحدٍ منهم حياته، وقد لا يلتفتون إلى الوراء لينظروا إلى سُلَّم الأعمال التي قام بها ذلك الأب، فيزيده جرحًا وألمًا أن يبقى وحيدًا فقيرًا إلى الإشباع العاطفي الذي لا يُكلِّفهم شيئًا، ومع ذلك تجد الكثيرين يبخلون به.

وأصعب ما يكون في هذه الحلقة الدائرية الكبيرة، أن يكون الأب غير قادر على إبداء مشاعره، لعلمه أنه لو تكلم لن يجد من يفهمه، أو يرى الآخرون أنه يبالغ، أو يمتنع عن إبداء مشاعره؛ لأنه يرى من المعيب لمثله أن يطلب ما هو حق فطري له.

ولأنَّ الحياةَ دائرةٌ كبيرة، ونقطة النهاية بالنسبة إليها هي نقطة البداية، تجد أن بعض أصحاب العقول النيِّرة والقلوب المبصرة، سيكتشفون هذه الحقيقة حينما يكونون في ذات

الموقع، ويتحولون من مقام الأبناء إلى خاثة الآباء، فيعلمون حينذاك مقدار ما تحمَّله الأب، وعظيم ما فعله، وسرَّ صلابته الخارجية بالرغم من رفته الداخلية، وحاجته النفسية للحنان واللفظ، لكن من المؤسف أن يتأخر اكتشاف ذلك إلى الوقت الذي اعتاد المرء فيه على نوعية من العيش وتأقلم معها، فلو جئت لتبذل إليه ما كان محتاجاً إليه يوماً من الأيام، لن يكون متلهفاً عليه رغم فقدانه، بسبب أنه قد فات وقته.

ربما تستغربُ أنني كنت أقول لبعض الناس الذين شرعوا ببناء بيت مستقل لهم ولأسرتهم: اجعل الغرف متقاربة، لا تُقسَّم بيتك إلى أدوار؛ لأن البُعد يزيد الشتات، وسيأتيك زمن يفيض فيه حنانك، فتريد أن يكون الأبناء أمامك لتشيع منهم، ويشعروا بدفء حنانك، كثيرٌ من هؤلاء لم يقتنع، فلما مرَّ به الزمن، رأى أن ما أشرتُ به عليه كان هو عين الصواب، وعاد ليقول: وسَّعت البيت، باعدت بين الغرف، بدأت الاستقلالية المتوهمة، ضعفت العلاقة، حتى إنَّه ليمرُّ على ابني أو ابنتي الأسبوع وأكثر، فلا أراه ولا أسمع صوته وهو معي في نفس البيت.

قد لا يكون هذا من باب القطيعة، لكنه من باب اللامبالاة، حتى إذا رحل ذلك الأب العظيم الذي كانوا يعتمدون عليه في أمور حياتهم، وصدموا بمواجهة الواقع بعد رحيله، وتكلفهم كثير من الأمور الشاقة التي كان يحملها عنهم، عرفوا آنذاك كم كان عظيمًا، ومقدار ما كان يُقاسيه، زيادة على ما كان يجرحه من اعتقادهم بأن ما يقوم به أمر عادي لا يستحق الاحتفاء.

لا شك أن مُدبر الأمور هو الله سبحانه، وهو الذي يجري الأمور بحكمته ورحمته، لكن الأب القائم بشؤون أسرته هو ملاذ الأبناء بعد الله، حيث لا ينقطع همُّ تفكيره بأبنائه إلا مع توقف قلبه، ومع ذلك كله يجب أن يكون بذله لله، ويطلب جزاءه من الله، وأن يُعزِّي نفسه دائمًا -إذا قام بواجبه- بأن يملأ قلبه قناعة بأنه رجلٌ عظيم، وأنه كغيره من الآباء لن يعرف أهل البيت قيمته إلا إذا ترجَّل راحلاً.

فإذا كان الأمر كذلك، فلا ينس في خضم هذه الأحداث، وكثرة البذل والعطاء للآخرين، أن يجعل لنفسه جانبًا من الاهتمام، فيعطيها ما تستحقه من الراحة كمكافأة لها بعد

طول كدّ وعناء، ولا يحصر نفسه في زاوية الشكوى والأنين،
فجميلٌ أن يُعطي المرء بسخاءٍ ماديًّا وعاطفيًّا، لكن في الوقت
ذاته لا بدّ أن يكون لنفسه جانبٌ من العطاء، ولا تتوقف حياته
على تثمين الآخرين لجهوده، فإذا لم يرَ منهم ذلك قاده ذلك
إلى الشعور بالإحباط.

قد لا يشعر الناسُ بقيمتك، وهذا مما يجرح قلبك
ويؤلمك، ولكن ما دامت نفسك بين جنبيك فحقّق لها بعض
ما تطمع به، حتى إذا ما أرادت أن تُعاتبك يوماً على جفائك
معها، سليتها بقولك: ربما أعطيتك بعض ما تستحقّين.

العلاقات المتموجة

يفرح المرء حين تربطه علاقة صداقة ووثام مع شخص يُحبه ويألفه، وذلك أن القلوب يُحاصِرُها الجفاف بين فترة وأخرى، فتحتاج إلى نبع صافٍ لترتوي منه، فتتجدد بها الحياة، وما أجمل في هذا المقام من صديق ودود قريب من النفس، وزيادة على ذلك ثابت الموقِف، يقوم على أرضية صلبة، ليست هشة ولا آيلةً للسقوط عند أول هزة أو حركة.

وحينما تنغمس في الحياة وتتوغل في أحداثها على طول الأمد، ستكتشف أن هذا المطلب ليس سهلاً، بل إنَّ تعب الوصول إليه، على قدر جمال الحصول عليه، على أنه قد يحصل عليه المرء في حالات فريدة دون بحث ولا كد ولا تعب، ولكنه امتنان من الله سبحانه وتعالى.

وفي المُقابل ترى بعض الصداقات رغم حاجة الإنسان

إليها، وصبره على ما يُكَدِّرُ صَفْوَهَا، ترى صاحبها في عناءٍ شديد بسبب تقلب مزاج الصديق، فمرة ساحة خضراء، ومرة صحراء قاحلة، ولذا لا يستقر بها الإنسان؛ لأنها علاقة متموّجة، تحكمها ردود الأفعال التي لا شأن للصديق بها، وكأنَّ صاحب هذا الطبع المتقلب جعل صاحبه محطة لتفريغ شحنات الغضب التي تعتريه.

لا يَحْسُنُ بِالْمَرْءِ أَنْ يَحْصِرَ نَفْسَهُ فِي زَاوِيَةِ تِيهْوَمِ أَنَّهَا صِدَاقَةٌ، فلا ينال من ورائها إلا العناء وتعب القلب، والحياة قصيرة ليس فيها من الوقت ما يكفي لبرمجة شخصياتنا وقلوبنا ومشاعرنا على حسب طباع الآخرين.

من المفترض بالصديق أن يكون ملجأً لصاحبه، وأن يفهم كلامه وإشاراته قبل أن يتكلم، فإذا تحدث صاحبه لم يضع في مخيلته التساؤلات المعنفة للنفس: «أخشى أن يفهم على نحو سيئ، أخشى أن يظن أنني أقصد كذا فيضيق صدره»، فمثل هذا الشعور يجعل المرء دائم القلق، لا يتكلم بما يريد دون محاذير، ولو انطلق فإذا بالاعتبارات لفلان أو فلان تجعله محبباً في طرحه، حتى إنَّ ذلك يظهر جلياً على طريقة ألفاظه.

ونحن وإن كنا نقول للصديق الذي لا يريد أن يخسر صاحبه: ما الذي يلجئك إلى مصاحبة مَنْ طبعه قائم على المزاجية، والناس يُغني بعضهم عن بعض، ويسد بعضهم فراغ بعض؟ ففي المقابل يجب أن نرسل رسالة لمن قامت علاقاته على المزاجية والاستنفار: هل تفكرت في حقيقة سلوكك؟! ألم تحدثك نفسك أنك قد أصبحت ثقيل الطبع؟ ألا تخشى أن ينفد صبر الآخرين فيبتعدوا عنك، فتعيش في عزلة عن السعادة التي لم تقدرها حقَّ قدرها؟

يجب أن يقف الإنسان دائماً ويحاسب نفسه، علاقتك مع الآخرين لا شأن لها فيما يحصل لك من مواقف مزعجة أو أحداث محزنة، واتصالك بالآخرين ومعاملتك الحسنة معهم ستحتاجها لملء فراغك العاطفي، ولذلك فمن جميل ما يحفظ به المرء ارتباطه بالآخرين أنه إذا رأى من نفسه في وقت ما أنه معكر المزاج، وأنه لو خالط صاحبه وجلساءه قد يصدر منه تصرف يكدّر صفو الوصل والألفة، فأفضل علاج هو أن يعتزله حتى يلملم شعث فكره وشتات رأيه.

وهذا لمن كان ثابت القدمين على مبدأ واحد، وأما من

لم يَزِدْهُ الأمدُ إلا ثباتاً على طبعه ببناء علاقته مع الآخرين على حسب مزاجه، فهذا هو الخرق الذي لا يُرَقَع، والجُرح الذي لا يلتئم، وعلى العاقل إن ابتلي بأحد هؤلاء أن يبتعد بنفسه عنهم، ولا يكن كخاطب الود عند من لا يحبه، والراكض خلف من يهرب منه، فإن اختار مُصاحبة مثل هذا ظناً منه أنه سيتغير طبعه، فقد بنى علاقته على أساس هشٍّ قد يَهْوِي به في حال اعتماده عليه، فإذا به قد أصيب بمقتل.

لن يفهموك

جميل أن تحدد لنفسك هدفاً، ثم تنطلق نحو تحقيقه، لكن ينبغي لك أن تعلم أن من أسباب النجاح أن تُبادر إلى ما عزمت على فعله، وأن تمضي إليه قدماً ما دام صواباً.

وكن على يقين أنك كغيرك إذا انطلقت نحو غاية لا بُدَّ أن يعترضك بعض الناس بكثرة الأسئلة والتعليقات، أو ردَّات الفعل غير المبررة، فلا يثنيك ذلك عما عزمت عليه، ولا تُضع وقتك في الدفاع عن نفسك في كل موقف، فهذا نوع من الانهزامية، وسيكون على طول المدى معوقاً عن بلوغك الهدف الذي ترمي إليه.

الناس لن تُنصفك في الغالب، المستفيد منك وغير المستفيد، فلست مُلزماً أن تبرر لكل أحدٍ لِمَ فعلتَ أو امتنعتَ.

قد لا يدرك الناس عمق التفكير الذي تتمتع به، وطول النظر الذي تتصف به، فما الهدف من الشرح المُطَوَّل الذي يأخذ من وقتك حتى ينطفئ نور همتك؟، بل وقد يأخذك إلى دائرة اليأس والقلق حتى تدبل، ويجف منبع الهمة والطموح الذي يتفجر داخلك.

أنصف نفسك، فالناس لا ينصفون.

أستغربُ من بعض الآباء الذي يخطط كل شيء لمصلحة أبنائه وهم لا يعلمون، ثم يأتونه مهاجمين يبحثون عن تبرير، ومع ذلك يقف أمامهم موقف الضعيف المُنكسر، ويكدر راحته ببذل الوقت الطويل والجهد الكبير، من أجل إقناعهم بما سيعلمون مع مرور الزمن أن الوالد كان ناصحًا لهم أشد النصح، لكن لا يعلمون ذلك إلا بعد دفعه لضريبة ذلك من وقته وصحته وتفكيره.

جميلٌ أن تكون هناك مشاركة من قبل الغير لأفكاري وخططي، لكن من غير المناسب أبدًا أن يبقى المرء مترددًا غير قادرٍ على اتخاذ قرار، فالصواب أن تدعو الله بالتوفيق وتستخيره في أمورك، ثم تمضي إلى ما عزمت عليه.

كثير من النَّاسِ إنما أتعب نفسه لكونه رهن عقله لتفكير الناس، وهذا خطأ، فمن غير المَعْقُول أن تجعل الآخرين يُخَطِّطون حياتك وكأنك لا وجود لك، أظن أن هذا فهم مغلوط لمعنى المشاورة، خصوصًا إذا كان من تشاركه في أمرك له مصلحة فيما تطرحه عليه من أفكار، فهو في الغالب ينظر إليها من باب ما يستفيده هو من سَعِيكَ، لا من ناحية الأصبوب من الخيارات التي تعرضها عليه.

لا أدري ربما أن عمق تفكير بعض الناس يجعلهم كثيرًا ما يشعرون بصعوبة المضي فيما يريدون القيام به، نظرًا لضعف تصور من أمامهم عن بلوغ مستوى عقولهم، ولذلك يجب عليه ليشعر بالراحة، أن يتوجه إلى عمله الذي أقدم عليه دون إضاعة الوقت فيما لا ينفعه، فالناس جُبلوا على حُبِّ المشاركة، ولذا تجد كثيرًا مما لا شأن له في أمر ما، تجده أول المسارعين بإدلاء رأيٍ أو فرض وجهة نظر، أو الغضب إذا لم يُؤخَذ برأيه، وعلى اختلاف درجات العقول تكون ردود الأفعال، فإذا علمت ذلك، وجب عليك أن تتفكر جيدًا، كم عندك من العمر حتى تهدره من أجل التوضيح

لفلان، أو التبرير لفلانة؟

إلى متى يعيش المرءٌ وهو يرى من أولويات حياته التبرير
للآخرين عن أفعاله؟ لماذا استولى هذا الشعور على البعض
حتى أذهب رونق حياتهم، وكَدَّرَ سعادتهم؟

عِشْ كَمَا أَنْتِ، تَمَتَّعْ بِحَيَاتِكَ، وتعامل مع المواقف بسهولة
دون تعقيد، لا تشغل نفسك كثيرًا في الشرح للآخرين عن
أسباب اختيارك أو وجهات نظرك، لن يفهموك في الغالب،
وإن فهموك كان من خلال بوابات حياتهم، وميل طباعهم،
فرجعت وكأنك لم تُقل شيئًا، ولم توضح مُلْتَبَسًا.

صحيحٌ أن المرءَ يحيا من خلال القيود العامة للمجتمع،
فلا يتجاوز المألوف، أو يتعدى على العُرف، لَكِنْ هُنَاكَ أُمُورٌ
لا يلزمه أن يفتح على نفسه من خلالها أبواب الآراء والتدخلِ
الذي يُضَيِّقُ حياته.

اجعل لنفسك مساحة رحبة خالية من القيود، بحدود
الضوابط العامة، ثم تصرف بأريحيته.

ارسم طريقك، وحدد اتجاهك، والجا إلى الله بطلب
التوفيق والسداد، ثم امض إلى ما تريد، ولا تجعل ضجيج من

حولك يمنعك من الوصول إلى ما تصبو إلى تحقيقه،
فالضجيج يُشوش الأفكار، ويزيد الآلام، ويقطع الآمال.

واحذر من الوقوف عند كل محطة لاحت لك برؤية أو
رأي، بل مُرَّ بها سريعاً، فليس كل محطة تستحق التوقف أو
الانتظار.



الألم

في هذه الحياة، تختلف الآلامُ بقدر ما تتنوع الآمال، وكل امرئٍ لا بُدَّ أن يناله نصيبه من الألم، بين قليل وكثير، وخفيف وثقيل، بل وحتى المرء الناجح الذي حصد نتيجة سعيه، لم يبلغ هذه المنزلة إلا بشيءٍ من الألم، إلا أن ألم هذه المرحلة سينسأه حين فوزه بمطلوبه.

ومع تفاوت الآلام، فإن من أشدها وقعاً على النفوس، أن يفني المرء عمره في طريق يظن أنه هو الصحيح، فلما ابتعد به المسير، علم أنه كان على خطأ، فيحاول الاستدراك، فما يُسَعِفُه وقتٌ ولا تُعينه قوة، مثله في ذلك كمثل متسابق أجهد نفسه بالجري في مضمار المدينة، فلما نظر خلفه لم يرَ أحداً من المنافسين، وواصل السير مسرعاً، مع شعوره بالسعادة أن تفرّد عن المتسابقين، فلما ابتعد ولم يمكنه الاستدراك

اكتشف أنه كان يجري في الطريق الخطأ، وتشعبت به سلك المدينة، فوقف محبطاً قد بردت عظامه، وأكلت قلبه الحسرات: أبعده هذا الجري الطويل كنت في الطريق الخطأ؟! ففكر أن يعود من جديد ويستأنف الانطلاقة، ليس من أجل الفوز، بل كنوع من التبرير لنفسه أنه كان مجتهداً، فإذ به قد فاتته ما كان يطمع به ويطمح إليه.

أرأيت هذا المقدار من الألم؟!!

ربما كان هذا من أقسى أنواعه وقعا على النفوس، وأشدّها فتكاً في القلوب، وربما أن هذا النوع هو أكثر ما يُعانيه الناس، لكن لن يشعروا بوقعه الأليم، ويتذوقوا طعمه المؤلم، إلا حين بلوغ الوقت الذي يظنون أنهم سيحصدون فيه الثمرة، فإذا بهم وقد رجعوا يضربون أحماساً في أسداس.

لكن وبالرغم من اكتشاف هذه الحقيقة المؤلمة، ومعاينة الخسارة، لا ينبغي للمرء أن يعلن الاستسلام، وعليه أن يخلق له واقعاً جيداً ولو كانت الثمرات ضعيفة، وأن يلتمس له طريقاً وإن كانت الطرق متشعبة، فقد يكون هذا الألم الذي

حصل له، يفتح له باباً لم يكن له أن يدخله إلا من طريق هذا الألم، فهو الذي دلَّه عليه، وصدَّمه واقعٌ جعله يُعيد التفكير فيما كان منه، فأبقى نتيجة سعيه القديم على حالها، وبدأ برسم انطلاقةٍ جديدة و حياةٍ أخرى تقوم عليه وحده؛ لأجل أن يعيشها هو دون أن يشاركه أحد ممن كان يظن أن سعادته لا تكتمل إلا به، ولن تستمر إلا معه، فإذا باكتشافه لحياته الجديدة يُبرهن له أن سرَّ الجمال في بعض مراحل الحياة أن تعيشها وحده، مع إشراكٍ ثانويٍّ قليل لمن حولك أحياناً.

فلا تُحبَط إذا مسَّك الألم، ونالكَ التعب، ومما يُسليكَ في ذلك: أن الكثير يشاركونك مثل هذا الواقع، ومع ذلك استمرت الحياة؛ لأنها باختصار لا تقف على أحد، وهذا هو السرُّ الذي من أدركه أعاد ترتيب أوراقه، وعلم أن الخاسر الحقيقي بفواتِ سعادته وقوَّته ورونقه هو نفسه، فرجع إليها بما يكون سبباً في بعثها من جديد، وطوى صفحات الذكريات المؤلمة ما استطاع، وبدأ زمن المتسابق الطموح في المضمار الصواب.

الميل إلى الصمت

رأيت كثيرًا من العقلاء إذا تقدم عمره يبدأ بالميل إلى الهدوء، ويمتحن الصمت، كأنه بذلك يُريح ذهنه من كثرة الضجيج الذي ملأ حياته طوال سنوات فائتة من عمره، ولم أدرِ حينها - وإن كنتُ علمتُ ذلك فيما بعد - ما الذي يجعل المرء يمتطي سهوة الصمت؟ أهو معاينة لنفسه لكثرة ما تكلمت فيه من مواضيع أصلية أو فضولية، فرأى أنها قد أخذت كفايتها من الحديث، فلا بدَّ أن تعطي الآخرين الفرصة للحديث عن أنفسهم، إنجازاتهم، بل وحتى كلامهم المزعج الذي لا يُعلم تحت أي نوع يُصنّف.

أو أن يكون هذا الصمت بسبب أنه لم يجد من يفهمه إلا القليل، وحين لا يجد ذلك القليل في مجلسه مال إلى الصمت؛ توفيرًا على نفسه أن يبث مشاعره إلى من لا يفهمها،

أو نثر جواهره أمام من لا يعرف قيمتها فيعود بأئسًا حَسِيرًا،
ولذلك رأى أن الصمت أنجح من الكلام.

كنا نقرأ ونسمع كثيرًا عن فوائد الصمت ومدح العقلاء
له، وكيف تسبب لأصحابه بأن بلغوا درجات السُّؤدد، ولكن
لن تكتشف حقيقة هذا الكلام حتى يكون الصمت سلوكًا
ميدانيًا لك، فحينئذ تعرف الأمر على حقيقته.

الناس في كثير من مواقفهم يحتاجون إلى قليل من الكلام
وكثير من الصمت، ولذلك كان أقرب الناس إلى الناس هو
الذي حين يلجؤون إليه يعطيهم الوقت الكافي للحديث عن
كل ما يريدون دون مقاطعة، حتى ولو كان كلامهم من النوع
المُكرَّر؛ لأنهم وجدوا من ساعدتهم ليطفئوا الحريق الملتهب
في داخلهم حين باحوا له بكل ما يريدون، فهدأت أنفسهم
بسبب ذلك.

ولا يعني ذلك أنه قد أوجَدَ لهم حلًّا لما يعانون منه، لكنه
قد قدَّم لهم علاجًا آخر تمثل في الاستماع إلى أحاسيسهم
المتعلقة بالألم، وقد ذكر علماء السلوك النفسي أن استماعك
لحديث امرئٍ بما مرَّ معه من الأحداث المؤلمة أو الآلام

المُزعجة، أهمُّ لديه من تقديم حلِّ لِمَا عَرَضَهُ عَلَيْكَ؛ لأنه ربما كانت المشكلة الأصلية التي يعاني منها أصلاً هي أنه لم يجد من يستمع إليه، فيحتاج إلى أن يُلقَى بهذه الأثقال التي يحملها فوق ظهره فيرتاح منها.

الصَّمتُ أعظمُ الأبوابِ إلى الأحاسيس والفهم، وحين يعرض عليك أي موقف استمع ولا تُقاطع، واصمت طويلاً، وحينئذٍ سيتبين لك موضع الخلل وطريق الخلاص منه، وفهم الأشخاص، سواء ذلك في باب المواقف والمشاعر العامة، أو الأعمال والمسئوليات الخاصة، فإنَّ المقاطعة والضَّجيج والحرص على الكلام وإسكات المُقابل، سبب للغفلة عن بعض الجزئيات التي عليها مدار الحُكم وقيام الوقائع.

لا تتصور حين تُعرض عليك واقعة ما أنها مُشكلة يجب عليك أن تحلها، حيث إنَّ بعض المشكلات ليس لها حلٌّ؛ لأنه لا توجد مشكلة أصلاً حتى نحتاج إلى البحث عن حلٍّ لها، وإنما هي أحاديث يحتاج أصحابها إلى من يستمع إليهم، ربما تكون أحاديثهم هامة أو من فضول الكلام، أو على الأقل قُل: أحاديث مجالس كما هو حال أكثر المجالس، فالناس يريدون

أن يتحدثوا فيحتاجون إلى من يستمع إليهم، وقد توسموا فيك هذه الخصلة، فلا تخذلهم.

الصَّمتُ أمام الآخرين علامة على سعة التفكير، وعِظَم القلب حتى استوعب هموم الناس وآلامهم، فارتاحت نفوسهم إليه، فإذا استشعروا الضيق والألم تلفتوا باحثين: أين فلان؟ ويكفي به سعادة: أن الناس حين تعظم همومهم يرونك المرفأ الآمن، والشاطئ الهادئ، والحضن الكبير، الذي يتخلصون من أثقالهم عنده.

لا أنكر أن الناس يستفيدون من صمتك كثيرًا، حيث يضمّدون جراحهم بسبب عباراتك المرتبة بعد صمتك الطويل واستجماع فكرك، لكن أيضًا أنت في المقابل قد استفدت فائدة عظيمة؛ حيث إنك في فترة الصمت قد جال فكرك في ذات نفسك، فاكتشفت مواضع النقص وسبل الكمال، أو على الأقل تحقيق الأمان والهدوء، فسارعت إلى أسباب ذلك، ففزت بما تحب في الوقت الذي خسر فيه كثير الكلام أضعاف ما ربحته أنت بسبب أنه لم يُعطِ نفسه فرصة ليصمّت حتى ينكشف إليه سبيل الفوز والظفر فيسارع إليه.

لن تكون لك كما تريد

الذي يعيش في هذه الحياة لن تغيب عنه حقيقةً لا تحتاج إلى اكتشاف، وهي أنه لن تكون له الحياة كما يُريد، فلا بُدَّ أن يتعرض لأنواعٍ من المَحَنِ على اختلاف درجاتها ما بين شديد ويسير، وتفاوت رُدود الأفعال نحوها ما بين متتصر ومهزوم.

حينَ تَنظُرُ إلى أحوالِ بعض الناجحين، سيتضح لك جلياً أنه لم تكن حياتهم سهلةً مُيسرةً على كل حال، بل ربما سترى بشكل واضح أن ذلك النجاح الذي حققوه خرج من واقعٍ مليء بالألم والمعاناة، لكن الذي فعلوه أنهم لم يستسلموا، بل جاهدوا حتى حَوَّلوا ذلك البلاء إلى قصة نجاح، رغم غُصَّات الألم التي تعترى حديثهم المملوء شَجَنًا.

لا شك أن ما يصلُ إليه المرء من نجاح وتقدُّم هو توفيق

من الله، ولكن من أسباب ذلك تمتع الإنسان بشخصية لا تهتز لأدنى موقف، فيبقى على إثره قابعا في مكانه يفكر: لم كان هذا؟ ولم حصل ذلك؟ بل سرعان ما ينظر إلى الغد، وتشغله رغبة بلوغ الهدف عن ردة فعل ستمنعه من المضي قدما نحو غايات المجد.

ستجد يوماً من يسعى إلى تحطيم ذاتك، ويحاول أن يُثنيك عن تحقيق حلمك، بقصد أو بغير قصد، وسيكدرك ذلك، ويضيق صدرك بكلامه، لكن ثق أن حلاوة الفوز بالمطلوب، ستُنسيك ألمَ كلماته، فاجعل نظرك متجهاً نحو تحقيق مرادك، ولا يشغلك الالتفات إلى كلمات أقصى أثرها لا يتجاوز الكلام.

كم عانى أناس من كلمات المُخذّلين حين رأوهم يسيرون في بداية طريق النجاح، حتى أيقنوا في داخل نفوسهم أن هذه العبارات بمثابة الحرب المُوجّهة إليهم من أجل قتل طموحهم وفتّ عزيمتهم، فاستجمعوا قواهم وتجاوزوا آلامهم، فبقوا متماسكين، سائرين على الطريق حتى وصلوا، في الوقت الذي انهار غيرهم عند أول كلمة، فجبنت نفوسهم عن

المواجهة، وذبلت رغبتهم في تحقيق ما يطمعون به، فبقوا عند نقطة البداية التي تحوّلت مع الأيام إلى مجرد فكرة.

لا شك أن الظفر بالمطلوب وتحقيق الأهداف من أجمل الأمور وقعاً في النفوس، لكن الشعور الأجمل أنك لم تحقق هذا المطلوب إلا بعد عناء، وتجاوز الكثير من العقبات التي وُضعت في طريقك لتمنعك من تحقيق ذلك، والأجمل من ذلك كله أن تحوّل تلك العقبات نفسها إلى سبب لنجاحك.

ستمر بك أشياء كثيرة تحاول منعك من وصولك إلى القمة، فلا تسمح لها بأن تكسر عزمك أو تنخر قوّتك، فإنك إن وصلت إلى ما تريد، ستنظر إلى نفسك نظرة الفخر أنك لم تنهزم، ولم تُسلمها إلى عدوّ جامعٍ حسود، أراد قتل طموحها حتى تبقى قابعة في الفشل.

لا تستسلم في معارك الحياة التي يخوضها الكثيرون معك ولا يعلمون لِمَ فعلوا ذلك؟ وستعلم وأنت تتقدم نحو المجد، أن الحسد من أن تبلغ مبلغهم، أو فشلهم من أن يصلوا إلى هدفٍ ما حتى بقي لهم مجرد حلم مع انكسار نفوسهم، جعلهم يندفعون إلى منعك من الوصول إليه،

وكانهم يرون في شخصك تذكيرًا لما أصابهم من الفشل، فلا يشغلك ذلك، واستعن بالله، وامض في طريقك فإنه يُوشِك من سار على الدرب الصحيح أن يصل إلى مُبتَغاه، فينسى كلَّ ما مرَّ به من تعب عند أول خطوة يضعها على القمة.



الأسرة

حين ينعم الله عليك بأفراد يجتمعون حولك في كل وقت، ويشملهم مسمى «الأسرة»، لعلك تظن أن هذا أمر عادي؛ لأنك اعتدت على وجوده، وترى أنه شيء لا يحتاج إلى كل هذا الاحتفاء والاهتمام، لكن لو نظرت إلى هذا الوجود من خلال أعين المحرومين منه، لتيقنت حينئذ بأهميته، وأبهرك جمال بنائه، وعلمت كم أنت غارق في نعمة يغبطك عليها الآخرون.

إن وجود أشخاص لهم أهمية عظمى في حياتك، ويملؤونها دفئاً وحناناً وجمالاً، يجعلك لا تفرط باستمتاعك بهذه الأجواء؛ لأن هذا الواقع لن يدوم طويلاً، نعم هو ربما لن ينقطع، لكن يضعف اللقاء نظراً لطبيعة الحياة وتفرع هذه الأسرة إلى أسر أخرى كل واحد منها سيكون له عالمه

الخاص، حيث تبدأ العجلة بالدوران من جديد على محطات أخرى وأفراد مختلفين.

على المدى البعيد، لن يشعر بمرارة الفقد الفعلي لهذا الجو العاطفي الجميل إلا اثنان، أحدهما أكثر ألمًا من الآخر، الأول: شخص لم يتوفر له الجو الأسري نظرًا لكون هذه الأسرة من أول قيامها لم توفق للترابط، ولم تعتد على الوصل، فنشأت على أساس خاطئ، كلما طال به الأمد إذ بالبناء يميل حتى يتهاوى، أو يبقى صورة متماسكة في أعين الناس، ولكن في حقيقته يعاني من الانهيار.

على أنه لا يفوتني أن أشير إلى أن كثيرًا من التصرفات التي تؤدي إلى هذا الحال تقوم على التخيلات، ونبد الواقع الذي يمكن أن يبقى سعيدًا، والانتقال إلى خيال نجعله واقعًا فيدمر علينا حياتنا، مثاله: كمن يعيش في سعادة وهناء لكنه نظرًا إلى ما يدور حوله من وقائع حية، أو مقاطع مرئية، أو كتابات مُحِبِّطة، فنقل الخيال الذي مرَّ أمامه إلى واقع تعامل به في حياته، فدمر عليه أنسه وسعادته، ولو لم يكن كذلك، فأخبرني ما السبب الذي بنى كثيرًا من الحواجز بين ابنة

صغيرة وأب لطيف، لم تُعطِه فرصة ليتقرب منها؟ هذا لأنها تعاني من صُورٍ مرت أمامها لأبٍ آخر، فنقلت واقعه إلى حياة والدها، فبنت حاجزًا بينها وبين والدها، وعلى إثر ذلك لم تستمتع بوقتها معه، وقِسْ على ذلك علاقة الآباء بالأمهات، والإخوة بالأخوات، وهذا الذي يجعل الأسر تنشأ على بُنيانٍ ضعيف التشييد فلم ينتفع أهله به.

وأما الصنف الثاني ممن يُعاني شعور الفقد: فهو الذي توفرت لديه كل أسباب الدفء العاطفي في أسرته، ففرط فيها أثناء وقته المحدد له معها، حتى مرت الأيام، وضعفت العلاقات، فلما رجع ليرمم البناء فإذا به لم يستطع، فسَلَّم إلى واقعه الذي كان هو سببًا فيه، ومع ذلك تبقى في حلقه غُصَّة كلما رأى استمتاع الناس بمن حوَّلهم وهو يفتقد ذلك الجوّ الأسريّ الحنون.

الأسرة هي السرور، وقد كنت أنصح من حولي ممن درَّسته من صغار السن في الجامعة أو خلال محاضراتي الأخرى بكلمة طالما رددتها عليهم مرارًا: «أعط والدك فرصة للتعبير، أعط والدتك مجالًا للحديث، لا تعش وهما يجعلك

تبني حواجز بينك وبينهم حتى تتخيلهم عاجزين عن إسعادك، وربما يحاولون معك مرارًا ليعبروا لك عن مشاعرهم، فتصدهم عن ذلك، فيتركوك وما اخترت لنفسك، وفي آخر المطاف ستكتشف خسارتك، لكن في وقت يكون فيه كل شيء قد قام أساس بنائه على مكان لا يمكن تحويله منه إلى مكان آخر، وربما تأتي لتعالج، لكن في الغالب لن يكون هناك مُتعة؛ لأن الأمر قد جاء في غير وقته».

الاستمتاع بالطفل يكون في حال الصُّغر وما تتصف به الطفولة من الظرافة والمواقف المضحكة، والاستمتاع بالوالدين يكون في حال الحاجة وعجز الصغير عن القيام بأمور لا يستطيعها إلا الكبار، فيحتاج إلى من يُعينه عليها من الوالدين، وهذا كفيلاً بتقوية العلاقات الدافئة بين أفراد الأسرة، فتخيّل لو أنك تركت من احتاج إليك في حال عجزه، أو فوتت الاستمتاع بشخص في حال جاهزيته لهذا الأمر، ثم جئت لتفعل هذا الشيء في حال فواته، فهل تظن أن يكون هناك انتفاعٌ يروي ظمأ القلوب العطشى المحتاجة إلى فيض من حنان؟

إذا علمنا ذلك وجبَ علينا أن نعرف مقدار نعمة الأسرة، ونستمتع من خلالها بكل أمرٍ في وقته، حتى إذا افترت الأبدان في سِكَك الحياة، بقي معنا الحنانُ الذي يدعونا لأن نكون أوفياء، ونُمد جذور الوصل العاطفي والمحبة القلبية، التي متى احتجنا إلى شيءٍ منها وتلاقت الأبدان من جديد، لم نشعر بالغرُبة القلبية، أو نُعاني من العلاقات الباهتة والمشاعر المتكلفة التي تصطنع من أجل أعين الخلق وخوف كلامهم، بل يكون اللقاء فرحةً تتجدد، وشعورًا يمتد، ليبقى واقعًا أجمل ينعكس على أجيالنا القادمة، التي شيّدنا لها البنيان بأسرة قامت على أسس ثابتة، وجذور متصلة، حتى ازدادت بهجةً ودفئًا ورحمةً.

البحث عن صديق

قلوب الناس مليئة بالقصص والحكايات، حقيقية كانت أو متوهمة، ومع ذلك فإنَّ فيها ما يُرى أنه حِمْلٌ ثقيل، يحتاج صاحبه مَنْ يساعده على حمله أو التخفيف عنه، ويفتقر وهو يصارع الأحداث المزعجة إلى مَنْ يخفف عنه وقع الألم، من صديقٍ يفهم شكواه، أو بنَّةً لمشاعره المزدحمة، ولكن ليس أيَّ صديق.

حين يُقلِّب المرءُ النظر في علاقاته مع الآخرين، يجد أنه يعيش بين جملة من الأصدقاء، وحين يُمعنُ النظر جيداً يتيقن أنهم ليسوا بمنزلة واحدة، بل قد يتردد أن يُسمِّي بعضهم صديقاً، بل ويعلم مع طول الأمد، أن كثيراً ممن كان يظنهم أصدقاء لم يكونوا في الحقيقة إلا من جملة المعارف.

لنتأمَّل في حياتنا، قد تجد في حياتك مجموعة من

الأصدقاء، تعيش معهم أو بينهم عمرًا طويلًا، ومع ذلك لم تحتج إليهم يومًا ولم يحتاجوا إليك، لا من ناحية المادة ولا بذل الجاه، فتكون مهمة الصداقة وإن كانت لذيذة، لكنها حقيقة لم تكن صعبة.

ومع ذلك فقد تحتاج إلى صديق حقيقي يُبَادِلُك المشاعر، وأعلى درجاتها: أن تشعر أنك أمام صديق لا يتعامل معك بشيء من الانقباض، أو قل: بعض الرسمية التي لا يتصرّف بها مع غيرك.

رأيتُ من أحوال الناس مَنْ يشتكي من صديقٍ له، هو يعامله بطريقة الورق المكشوف، وفي المقابل فإنّ ذاك الصديق يتصرف معه بشيء من الانقباض، وكأنه يريد أن يوصل إليه إشارةً بأن علاقتي معك تقف عند هذا الحد.

نعم، ليس من المُستحسن أن يكون المرء مُنفتحًا مع صاحبه في كلِّ أسرار حياته، فبعض الأمور يجب أن تبقى سرًّا حتى عن أقرب الأشخاص إليه ولو كانوا من أسرته، وبعض الأسرار تخص بيته فلا ينبغي أن تظهر لأجنبيٍّ مهما كانت قوة العلاقة معه، لكن على الأقل لا بدّ أن يشعر المرءُ

بأنَّ هذا الشخص الذي انفتح معه بشيءٍ من أسرار حياته ينبغي أن يعامله بنفس الشعور.

في تصوري أنَّ الشخصَ الذي تُصاحبه لزمِنٍ مديد، ثم ترى أنه يتصرف معك بشيءٍ من الانقباض عن الإدلاء بمشاعره كما أنت تفعل، هذا لا يُصنَّف من جملة الأصدقاء.

كنتُ أسمع من بعض الأشخاص شكوى تحمل في طياتها ألمًا دفينًا، مفادها أنَّ فلانًا الذي أشاركه أدقَّ تفاصيل حياتي، أرى حين أحدثه في بعض أموري يتلقاها ببرود أو عبارات باهتة، رغم أنني أرى انفتاحه مع بعض الأفراد، فأستغرب؛ لِمَ يتصرف بهذه المشاعر الباردة تجاهي؟!

تأملتُ في شكوى هذا المتألم، فرأيت شخصًا ناجحًا مقبولًا ليس عنده من الصفات التي تُنفِّر من انفتاح صاحبه تجاهه، فوقع في نفسي أننا قد نخطئ كثيرًا في تصنيف بعض العلاقات على أنها صداقة، بل كان اللائق بها أن تسميها فرض واقع، أو مصلحة خفية مُتأملة تظهر حقيقتها مع الوقت، أو تجانسًا في الطباع، ومع ذلك كله لا تستطيع أن تدخلها في مسمى الصداقة، وأكبر دليل على ذلك: أن ترى

مع طول الوقت كثيراً ممن تربطك بهم علاقة إذا طال بكم الزمن يتحولون إلى نقطة في حيز الذكريات، ولا يثبت في حياتك إلا أشخاصٌ مُعيّنون لا تستطيع أن تطلقَ على بعضهم أنه صديق إلا القليل النادر.

ولذلك لا تعجب أن بعض الناس قد يبتعد بدنياً عن بعض أصحابه، نظراً لظروف الحياة، وقد ينقطع عنه طويلاً، لكن لو دهمه موقف من أحداث الحياة تواصل مع فلان الذي طال أمد التواصل معه، وأعرض عن أناسٍ يلاصقونه في كل يوم، ولم يبح لهم بحاجته، لا تتخيل للحظة أنه فعل ذلك لأنه صاحب مصلحة لا يذكر الناس إلا إذا أحتاج إليهم، بل قل: علم أن صديقه الحقيقي الذي سيفهم معاناته هو صديقه القديم الذي أدخره لمثل هذه المواقف.

والناس إنما يرمون أثقالهم على المرء الذي يوقنون أنه قادر على حملها، فلا يتباطأ ولا يبحث عن أعذارٍ لينأى بنفسه بعيداً عن ميدان الاضطرار إليه، ويكفيه فخراً في نفسه أن يرى الناس وقد وضعوه في هذه المنزلة.

الصداقة أمر جميل، وواقع لذيذ، وقد لا يحتاج الصديق

إلى مال صاحبه ما عاش في هذه الحياة، ولكنه يستمتع بالحديث إليه، وفي رأيي أنه إن رآه باهت المشاعر، بارد التلقي لِمَا يخبره به، أو لا يبادلُه ذات التصرف فيدلي إليه ببعض أموره، فهذا ليس بصديق، والواجب عليه أن يلتفت إلى غيره ممن يحبه ويألفه، حتى لا يكون كَمَن غرس بذراً في غير أرضه، فكان مآله الذبول.

إن أقوى درجات الصداقة هي بذل المشاعر، أما التصرفات فهي نابعة من هذا الشعور ونتيجة له، فإن لم تجد ذلك مع أنه لا يُكلف الناس شيئاً، فاعلم أن هناك جداراً عازلاً، فلا تُضع وقتك بالانتظار أمامه متى يزول، بل غير مسارك نحو من تجد عنده قلبك.

الحرمان على قدر العطاء

من المؤسف أن يستقرَّ في النفوس أنه على قدر ما تُعطي
يكون الحرمان!

فهل يتوجب عليك أن لا تعطي كثيرًا؛ بل وتمنع كثيرًا،
حتى يشعر الناس بعطائك حين تعطي؟!

مع الأسف أن هذا هو حال الكثير، إن أعطيت شيئاً رأوا
أن هذا العطاء من قبيل الواجب، لا فضل لك فيه ولا مزية،
بينما ترى في الجانب الآخر شخصاً منع من حوله أو من
تحت يده من أمورٍ مهمّة في حياتهم، فلمّا فتح لهم باب
العطاء القليل، رأوا أن هذا منتهى الفضل.

لا تضيق ذرعاً إن بذلت للآخرين، ثم نظرت حولك
ورأيت اتصاف الناس بهذه الطبيعة، فأكثر الناس على هذا
الطريق، إما نكراناً لجميل، أو اعتياداً على نعمة لن يعرفوا

قدرها حتى يكونوا في نفس الموقف الذي أنت فيه والحال التي أنت عليها.

لو تأملت في حال المحرّومين، للمست حرارة كلماتهم وهم يتحدثون عن نعمة عادت إليهم بعد يأس، أو حق رُدَّ إليهم بعد أن كان مسلوبًا، أو على الأقل ناقصًا.

ربما التعامل بمثل هذه التصرفات طبيعيٌّ لأناس ظنوا أنّ من باب سياسة الحياة أن أطبّق مبدأ المنع، حتى إذا أعطيت بعد ذلك عرف الناس فضلي وشكروني على صغير ما قدمت إليهم ورأوه كبيرًا، لكن الأمر ذاته يكون مُحيرًا إن كان هذا الشخص عاطفيًّا يرى العطاء سَجِيَّة، ويحاول أن يعيد ترتيب أوراقه، وأن يطبّق مبدأ المنع الذي لم يعتد عليه، فإذا به يفشل عند أول تجربة عاطفية عاصفة، ربما لأنه يحب أن يبقى طبعه الرقيق كما هو لا يتغير، ولو كان في المقابل أن لا يرى في أعين الناس شكرًا وامتنانًا، ويعود بعد ذلك منكسرًا.

لا شك أنه لا يحسن بالمرء أن يعمل من أجل أن يشكره الناس على عطائه أو ما يقوم به من واجباته، لكن في المقابل لا بد أن نعرف أنه لا ينبغي التعامل بجلافة مع مثل هذه النفوس

الكبيرة التي تعطي بلا حدود، حتى يسكن تلك الأبدان الشامخة نفوس مُنكسرة.

الناس يهربون من الحقيقة التي يعترفون بها لأنفسهم بصمت، وهي أنهم يحتاجون إلى كلمة ثناء، لا ترد الجميل لكنها تجبر النفوس، وتقوي العزيمة، لا سيما إذا كان العطاء لا حدَّ له، فإذا لم يظفروا بذلك علموا مقدار ما يعيشه الناس من النكران.

تخرج مع طفلك، تمرُّ به محلاً للأغذية، تشتري له حلوى بأزهد الأثمان، يجلس بجانبك ثم تنطلق من فمه جملة ثناء ودعاء أن لا يحرمه الله منك، يرقص قلبك طرباً، ثم تلتفت حول نفسك قائلاً: ألا يتعلم الكبار جمال العبارة من هذا الطفل؟! ألا يعلمون كم أزالته هذه الكلمة من التعب؟! التعب؟!!

ثم تجيب نفسك قائلاً: لا تحزن، فهكذا هم البشر، على قدر ما أعطيت وتنعم الناس بما تبذله، ولم يشعروا بالحرمان الذي يجعلهم يتلذذون بالعطاء بعد فقد، على قدر ما حرموا غيرهم من أن يتلذذ بعطائه، بل والأنكى أن تخرج منهم

العبارات الناطقة أو النظرات الصامتة: «أن هذا واجبك، وكل الناس مثلك، وليس لك فضل».

فتعود إلى نُقطة البداية، تحاول أن تحرّم ليشعر الناس بفضلك، فيصعب التطبيق، إما لفوات الوقت، أو لأن هذا اللباس لا يليق بشخصك المعطاء ونفسك الكبيرة، فتبقى في قمة العطاء ولو كان في المُقابل أن تشعرَ بالجرمان.



كن لطيفاً.. ولكن..!

اللطف في العلاقات مَطْلَب مهم، وهو بلا شك توفيق من الله لمن اتصف به، فهو بوابة إلى القلوب، وأداة مهمة من أدوات التأثير على الغير، حيث إن المتصف به يستطيع من خلال اللطف بالمعاشرة -قولاً أو فعلاً- أن يقنع الآخرين بما يريد، ويروّض نفوسهم لقبول ما يريد بثه فيها، والناس في كل عصر يجني المتلطف بهم من الثمرات ما لم يجنيه غيره.

وفي هذا الزمان الناس أحوج إلى التلطف بهم أكثر من أيّ زمانٍ مضى، نظراً لتحول الحياة إلى حياة جافة، كثرت فيها المشوشات، وظهر فيها مبدأ الـ«أنا» على السطح واضحاً جلياً.

لا تظن أن المرء إذا تَلَطَّف بالآخرين انحصرت فائدة ذلك على المقابل فقط، كونه لم يرَ أو يسمع ما يؤذيه، أو

يُنجز له عملاً كان متوقفاً، وما أشبه ذلك، بل إن المتلطف لا يعدم فوائد كثيرة من خلال تلطفه بالغير، والدخول إلى قلوبهم، فيبادلونه المشاعر، فيهنأ برقة الطبع ولين القلب، وتذوق حلاوة الوصل عوضاً عن الجفاء وقسوة القلب المانعة من كل خير، ويكفي بذلك فوائد عظيمة، ومن جرّب امتلاء قلبه بالعاطفة بعد الجفاء والصد، عرف ما تعنيه هذه العبارات.

فكن لطيفاً ما استطعت؛ لتحيا سعيداً ما عشت، ولكن في المقابل هناك منزلة لا ينبغي للعاقل أن يضع نفسه فيها ولا يعطيها حقها من الاحترام، فيجتري عليه من يريد تنقيص قدره، وازدراءً شخصه، فإذا قادتة قدمه حتى التقى بمثل هؤلاء، فالواجب أن يحفظ سمته دون تكلف، ويظهر جوانب من ذكائه دون مبالغة، ليبقى من أمامه واقفاً على خط يعرف أنه غير مسموح له بتجاوزه؛ لأن بعض الناس -لقلة خبرته وتجاربه في الحياة- يظن أن اللطف دليل الضعف، ومثل هذا إذا التقيت به فلا تمكّنه من نفسك ليتلاعب بها تلاعب الصبي بالكرة يدحرجها كيف يشاء.

كُن لَطِيفًا قَوْلًا وَفِعْلًا، وَلَكِنْ لَا تَنْسَ حَقَّ نَفْسِكَ مِنْ
التَّقْدِيرِ وَالاحْتِرَامِ، وَإِذَا رَأَيْتَ مَكَانًا لَا يَصْلِحُ لَكَ، وَقَدْ
يُخْرِجُكَ إِنْ بَقِيَتْ فِيهِ عَنِ اللَّطْفِ، وَرَبَّمَا تَعَدَّى ذَلِكَ إِلَى
التَّجَاوُزِ مِنْ قِبَلِكَ، فَغَادِرْ بِلُطْفِ دُونَ أَنْ تُوْذِيَ أَحَدًا مَا
اسْتَطَعْتَ، وَابْحَثْ عَنِ مَكَانٍ يَلِيقُ بِطَبْعِكَ الْجَمِيلِ، وَأَدَبِكَ
الْأَصِيلِ، فَالزَّمْهُ، فَالْحَيَاةُ وَاسِعَةُ الْأَرْجَاءِ، فَلَا تَحْبِسْ نَفْسَكَ
فِي مَكَانٍ لَا يَلِيقُ بِكَ، فَيَطْوِلُ بَعْدَ ذَلِكَ نَدْمُكَ، بِسَبَبِ مَا فَعَلْتَهُ
فِي حَقِّ نَفْسِكَ.



تحريك المياه الراكدة

من غير المستغرب أن يلجأ إليك بعضُ الناس ليُبتئوا
إليك بأشجانهم وبعض ما يعانون، لكن المفاجأة التي قد لا
ينتبه إليها كثير من الناس أن تكتشف أنك محتاجٌ إليهم بقدر
حاجتهم إليك أو أكثر.

ولا يلزم أن تكون حاجتُك إليهم من نوع حاجتهم إليك،
بيتٌ شكواك إليهم، أو سردِ مُعاناتك لهم، لكن قد تكتشف
أنهم أحيوا عندك بعض الشعور الذي فقدته منذ زمن،
وحركوا المياه الراكدة لديك، وكسوا قلبك - بدون قصد
منهم - بلباس من الرقة واللين.

كثيرةٌ هي المواقف التي تمرُّ بالإنسان من هذا النوع،
حيث يسعى شخص ما في حاجات الناس، ويناضل من أجل
أن يُشعرهم بالأمان فيما جاؤوا به إليه، وأثناء ذلك العمل

يجد أنه قد خاض تجربة رجع على إثرها بفيض من المشاعر التي تعود عليه بالأمان العاطفي، وراحة البال، وهدوء النفس.

وأنت حينما تنظر إلى بعض نوعياتٍ من البشر يتضح لك المراد من كلامي هذا، فلو تأملت بمن يسعى على الأيتام، أو يكفل الأراامل، أو يساعد المحتاجين من الفقراء، أو يركض في حاجة العاجزين عن أخذ حق لهم وقد شغل الناس عنهم، ترى أنه مع الوقت قد كُسي هذا الشخص رقة ورحمة ولطفًا، بل وحتى لو كان في أول أمره قاسيًا، سرعان ما تغير طبعه وأصبح شخصًا آخر، ربما هو لم ينتبه إلى ما فاز به حتى ينبهه شخصٌ بقوله: لقد تغيرت يا فلان، أو أن يمتدح على سعيه بعد أن كانت تنظر إليه العيون بنظرات البغض والازدراء، فهنالك يعلم يقينًا أن حاجته لمن جاءه ليث إليه بحزنه، أعظم من حاجة هذا المشتكي إليه، وما ناله من ثمرات هذا الأمر أكبر بكثير مما قدّمه للآخرين.

ولعلّ من أعظم التوفيق للمرء أن يكون أهلاً لحاجات الناس، وأعظم منه أن لا يرى له فضلًا فيما يقدمه، ويرى في

نفسه أن ما استفاده منهم أضعاف ما استفادوا منه، فقد يكون أقصى أمنياتهم أمرًا ماديًّا، أو بذل جاه، وهو قد حصلَ على ما هو أعظم من ذلك: راحة بال، وهناء عيش، وطمانينة قلب، ورقَّة طبع، فيعظم فرحه حين يُعَين فوزه في مضمارٍ قد خسر فيه الكثيرون، مع كونه لا يكلفهم شيئًا، ولكن يبقى الأمر المهم وهو أن التوفيق إلى مثل ذلك هو مِنَّةٌ من الله على عبده، حيث وفقه بفضله إلى ما حُجب عنه كثير من الخلق.

التوقف المفاجئ

سيمر بك وقتٌ ترى فيه شخصاً قد اعتدت عليه وهو كثير العطاء، يبذل الجاه، ويفزع مع الضعيف، ويواسي المحزون، ثم فجأةً وإذ بك تراه قد توقّف عن العطاء، أو صَعَفَ عما كان يبذله ويسعى فيه، فلا يأخذك العجب، ولا يملكك الاستغراب، فالإنسان طاقة، ومهما كان معطاءً، فبسبب ضغوط الحياة، لا بُدَّ من لحظة يتوقف فيها عن العطاء، فلا تطلب منه أن يخالف مقتضى الطبيعة البشرية.

إنَّ مطالبتك لشخصٍ ما بأن يبقى على ذات الطبيعة التي أَلْفَهَا لزم من طویل من حياته مَطْلَبٌ صعب، فأنت لا تعرف ما الذي يُعَانِيهِ، وما الذي جعله يغيّر مجرى حياته، فقد يكون بَدَل كلِّ ما في وسعه لمُساعدة الخلق، في الوقت الذي كان يُعَانِي فيه من الانكسار الداخلي، أو قُل: الانهيار الذي لم يُرد

أَنْ يُظْهِرَهُ لِلآخِرِينَ، لِيَبْقَىٰ غَيْرُهُ مُسْتَمْتَعًا بِمَا حَصَلَ عَلَيْهِ مِنْ مَكْسَبٍ، حَتَّىٰ لَوْ كَانَ عَلَىٰ حِسَابِ رَاحَتِهِ هُوَ.

كثيرون هم العظماء الذين يبذلون بصمت، كما يئنون بصمتٍ أيضًا، ربما لأنهم لا يجدون في واقع الحال من يقدر على فهم ما يشكون منه، أو أنه أمرٌ يستحون من ذكره، فيبقى الأئين بصمت، إلى أن ينقطع النفس، وتصمت الحياة!

ولذلك تجد أن هؤلاء يمرُّ بهم وقتٌ يميلون فيه إلى قلة الاختلاط، أو شيءٍ من العزلة، وإن اختلطوا كانوا كثيري الصمت، طويلي التأمل، وربما تسكن بين جوانحهم عبوة كبيرة، قد تنفجر دفاقةً عند أدنى اصطدام ببعض أحداث الواقع.

فإذا رأيت من هذا حاله، وقد علم عنه قبل ذلك كثرة البذل وعظيم النفع، فلا تكثر عليه بالأسئلة عن تغير الحال، وكأنك تأتيه مُعنتًا، فماضيه الجميل يشفع لحاضره الساكن، والتمس له العذر، بل وادفع عنه ما استطعت، فلعلة كان يجاهد على حساب نفسه، حتى وصل إلى النقطة التي لم يستطع أن يتحرَّك بعدها، فرأى لزامًا عليه أن يتوقَّف.

قد لا يستشعرُ هذا الحال إلا المُنصِفون الذين علموا أحوال الناس أو حنكَّتْهم التجارب، فعذروا ذلك العمود الشاخص؛ لشعورهم بأنه لم يَبَقَ منه إلا وقوفُه الشامخ مع تحطُّم داخله الذي يتطلب ترميمه عناءً شديداً.

وقد يأتي من يثرَّب عليه، ولا يلتمس له أدنى عذر، فإذا تقدم العمر، فمَسَّه شيءٌ مما مسَّ صاحبه، علم يقيناً أنه كان معذوراً، وأنه كان قوياً رغم تراحم الآلام، وتشتت الأحلام.

ولذلك كان أكثر الناس نجاحاً: من جمع الله له شتات فكره، فأثمرَ سعيه حينما أراد الوصول إليه، فإذا كثرت حوله الوقائع والأحداث، مع طلب من لا يعذر، وضجيج من لا يكف، رأيتُه وقد انقطع عما اعتاده الناس منه.

فإذا أردت أن تعرف أسباب ذلك، فانظر إليه فقط من باب الإنصاف، فهناك ستتسع له عندك مساحة العذر، وتفتح له أبواب التبرير.

وهم المثالية

نبالغ كثيراً في رسم النظريات التي تكون من نوع المثالية التي يصعب تحقيقها في الغالب، ونكتشف ذلك عند أول محاولة لنقل تلك النظرية إلى أرض الواقع.

كثيرة هي القرارات التي يتصور المرء أنه لو أقدم عليها لانفجرت له كثير من المواقف الضنك، وفتحت له أبواب الراحة، وحين يصل إلى مرحلة التطبيق يجبن أن ينقلها إلى أرض الواقع لسبب من الأسباب، فيتأخر، وبسبب هذا التأخر ربما يدفع ثمن ذلك من جميل أيامه.

انظر في واقع الناس، دورات تدريبية، مؤتمرات تأهيلية، استشارات سلوكية ونفسية واجتماعية، حين تستمع إلى كل ذلك أو تراه، يُخيل إليك أن أي مشكلة ستعرض إليك أو إلى غيرك، سيكون من السهل حلها من خلال تطبيق تلك الخطوات

التي تمّ تلقيها ودراستها، ولكن حين تُواجه الواقع تجد أن هذه النظريات قد تبدّدت وصعب تطبيقها، وهذا ليس لأن تلك الخطوات والحلول غير صحيحة، ولكن لأن الأشخاص الذين تُعرض عليهم يختلفون من ناحية القبول والسلوك.

فإذا علمت ذلك، أقمت العذرَ لكثير من الناس الذي يتملّك العجب والاستغراب من أنهم لم يتجهوا إلى ذلك الاتجاه مع أنه واضح، وتنسى أنه قد لا يكون اتضح لهم كما انكشف لك، أو أنهم علموا منه ما تعلم، ولكن جاءهم ما هو أقوى منه، فمَنَعَهُم من الأخذ به.

لا تنظر إلى الناس من باب الأسباب المُجرّدة والقواعد المطلقة، بل انظر إليهم من باب الواقع، فهذا فيه رِفْقٌ بالناس ورحمة بهم.

تعوّدت منذ زمن بعيد حين يأتيني بعض الناس يطلب الاستشارة في موضوع ما، أن أعطيه كل ما يلزمه من المشورة، وأحاول أن استوعب كل ما يجري حوله، فأغلق أبواب الخلل ما استطعت، ومع ذلك فقد عمدت في الغالب على إيراد جملة أقولها بعد كل مشورة أقدمها لمن جاء يستشيرني:

«إنما المُستشار مثل خياط الثوب الذي يبذل جهده في إخراجه على أحسن هيئة، لكن الذي يعرف مدى مُناسبة القياس لجسمه هو أنت»، وإنما أعني بذلك: أن أترك للمُستشير مجالاً واسعاً في الاختيار والتطبيق، فقد يكون الحل صواباً لكنه لا يستطيع تطبيقه؛ لأنَّ المُتلقي لن يتقبَّل ذلك.

كنت أرى من الخطأ عند بعض المستشارين -أيًّا كان نوعه- حين يأتيه من يشكو إليه خصماً ما، أن يتوجه بكلامه إلى حال الخصم بقوله: كان الواجب أن يفعل كذا، أو: لا يحق له أن يفعل كذا، ونحو ذلك من العبارات، وفي رأيي أنَّ مثل هذا الصنيع لا يحل المشكلة، لأنَّ الشاكي لن يستطيع أن يرغم أو يقنع خصمه بفعل كذا وترك كذا، وكان الواجب على المُستشار أن يتوجه بحديثه إلى الشاكي، فيُخبره بكيفية العمل تجاه المُشكلة التي يعاني منها؛ أن يتأقلم مع واقعه مثلاً، أو يصبر، أو يقطع الطريق، أو يُنهي التواصل، ونحو ذلك، ففي هذا راحة للشاكي أكثر من إثقاله بهمَّ آخر زيادةً على ألمه النفسي حيث نحمله مسؤولية تغيير سلوك الخصم؛ لأنه ثَمَّة فرقٌ كبير بين الشكوى الودية، والخصومة القضائية،

فالأولى تعالج مشكلة صاحب الشكوى، والثانية تعالج تجاوز المعتدي ليردَّ الحق لصاحبه دون النظر بما يلحق ذلك من التأثير على العلاقات الخاصة.

وحين نعرف صعوبة تطبيق النظريات على أرض الواقع في كثير من الوقائع؛ يتضح لنا جلياً سبب صبر كثير من الناس على أصناف من الأذى والتعب النفسي؛ ذلك لأن البديل الواقعي لن يُنهي المشكلة بقدر ما يزيد الأضرار التي تلحق بالمتضرر زيادة على ما هو فيه.

كم نتمنى أن تنقل كثير من النظريات الجميلة إلى الواقع حتى يزدهر، لكن حينما تعلم أن الواقع لا يتسع لذلك، يجب أن تترك مجالاً رحباً للآخرين إذا لم يُقدِّموا عليه، فلا تنظر إليهم شراً؛ بل قل: الواقع أقوى من النظريات!

رحلة بلا توقف

ستأتيك لحظةٌ تعرف فيها أن الحياة أشبه ما تكون بقطار سائر، لن يعني له شيئاً أن تتركب أو لا تتركب، ولن يتوقف من أجلك حتى تُفكر هل تتركب أم لا، فالركاب كثر، والمراحل متعددة، ومحطات التوقف المؤقت لن تمنعه من السير إلى حيث الهدف المنشود، والغاية المرادة.

إن علمت ذلك؛ فارق نفسك، وتعامل معها بلطف، خصوصاً فيما يتعلق بالتفكير، ولا تظن أن الحياة متوقفة عليك، أو أنها تنتظر رأيك وماذا تقرر، فالبلاء متوفرون، ولن تنال من التفكير فيما يكون وما لا يكون إلا إرهاب قلبك، وإثقال فكرك بما يعود عليك بانهيار القوة، وضعف البدن.

ربما أكون كغيري لم اكتشف هذه الحقيقة إلا بعد

سَنَوَاتٍ مِنْ خَوْضِ غِمَارِ الْحَيَاةِ، حَيْثُ كُنْتُ أَعْتَقِدُ أَنَّ مَصِيرَ شَخْصٍ مَا أَوْ حَيَاةٍ آخَرَ مَتَوَقِّفَةٌ عَلَيَّ، ثُمَّ اكْتَشَفَتْ أُنِّي وَضَعْتُ نَفْسِي فِي دَائِرَةٍ مِنْ شَأْنِهَا أَنْ تَكْدَّ الذَّهْنَ حَتَّى لَا يَسْتَطِيعَ بَعْدَ ذَلِكَ تَجْمِيعَ أَفْكَارِهِ لِيَنْطَلِقَ نَحْوَ مَا يَطْمَحُ إِلَيْهِ، فَكَانَ مَا نَدُورُ فِي فَلَكِهِ مُجَرَّدَ نَظَرِيَّاتٍ لَا يُمْكِنُ تَنْزِيلُهَا عَلَى أَرْضِ الْوَاقِعِ، وَالنَّتِيجَةُ مِنْ وِرَائِهَا تَعَبُ الْقَلْبِ دُونَ جَدْوَى.

كُنْتُ أَرَى بَعْضَ النَّاسِ قَدْ أَجْهَدَ نَفْسَهُ بِالتَّفْكِيرِ فِي شَأْنٍ مَن حَوْلَهُ حَتَّى تَحْوِلُوا إِلَى سَلْبِيْنٍ لَا يَسْتَطِيعُونَ مُوَاجَهَةَ الْحَيَاةِ، بِسَبَبِ أَنَّهُ تَحَمَّلَ عَنْهُمْ الْمَسْئُولِيَّةَ لِدَرَجَةِ التَّفْكِيرِ نِيَابَةَ عَنْهُمْ، وَنَسِيَ أَثْنَاءَ ذَلِكَ أَنَّهُ حَمَلَ عَقْلَهُ فَوْقَ طَاقَتِهِ حَتَّى دَهَمَتْهُ الشَّيْخُوخَةُ رَغْمَ شَبَابِهِ، وَحِينَ نَظَرَ إِلَى أَقْرَانِهِ وَجَدَ أَنَّهُمْ مَا زَالُوا يَتَمَتَّعُونَ بِرُوحِ الشَّبَابِ، وَفَكَرَ مَجْمُوعٌ غَيْرُ مُشْتَتِّتٍ، وَالْفَرْقُ بَيْنَهُ وَبَيْنَهُمْ أَنَّهُمْ قَسَمُوا الْمَسْئُولِيَّاتِ الذَّهْنِيَّةَ، فَأَخَذُوا مَا يَطِيقُونَ بِحُدُودِ مَسْئُولِيَّاتِهِمْ، وَكَلَّفُوا غَيْرَهُمْ بِتَحْمَلِ مَسْئُولِيَّتِهِ الذَّهْنِيَّةِ وَالْبَدْنِيَّةِ، ثُمَّ لَمَّا نَظَرَ إِلَى النَّتِيجَةِ رَأَى أَنَّ فِي مُحْصَلَةِ الْأَمْرِ قَدْ بَلَغَ كُلُّ وَاحِدٍ هَدَفَهُ الَّذِي يُرِيدُ، وَلَمْ يَتَوَقَّفِ الْقَطَارُ طَوِيلًا لِيَتَنَظَّرَهُ، بَلْ إِنَّهُ اسْتَعْلَلَ فِرْصَةً وَقُوفَهُ الْمُؤَقَّتِ

ليركب به حتى يوصله إلى حيث يريد.

الحياة لن تتوقف، وثق أن المرء إذا احتاج إلى نفسه سيتحوّل من شخص سلبي إلى شخص يسعى بكل شراسة حتى يحقق مَصَالِحَهُ ويظفر بحاجته، وأكبر دليل على ذلك: انظر إلى المرأة التي تُوفِّي زوجها وترك لها مجموعة من الأبناء، وقد كانت ضعيفة تعتمد على زوجها بكل شيء، فجأة ولأنها احتاجت ترى أنها تحوّلت إلى شخصٍ قوي؛ نظرًا لما تعلق بها من المسؤوليات والأولاد، أين كانت هذه القوة؟ كانت دفينه قد أخرجتها الحاجة إليها، فبحث عنها في خفايا نفسها فوجدتها عند أول مواجهة مع الواقع.

فإذا علمت ذلك، فتلطّف مع نفسك وارضمها، الحياة لن تقف عليك، لا تضغط نفسك حتى تخرّ من طولك إلى الأرض دون سابق إنذار، أعطِ الحق الذي عليك، والواجب المتعلق بك، لكن لا تقتل نفسك بالتصرف بدقة تجاه كل موقف، حتى لا يقتلك الإجهاد الذهني، فتظهر آثاره من خلال تشتت تصرفاتك وانهييار بدنك، وتذكر دائمًا أن القطار

سائرٌ إلى حيث وجهته المُقررة ولن ينتظرك، وبقي الأمرُ متعلقاً بك؛ تَركب أو لا تَركب، وهكذا هي مواقفُ الحياة.



الخروج من الدائرة

لم يكن ذلك الشخص يظنُّ أنَّ العمر سيجري سريعاً،
كحُلْمٍ زائرٍ مرَّ على أجفان نائم، فاستيقظ فإذ بالأحلام لم يبق
منها إلا الآلام.

كثيرةٌ هي المواقف المؤلمة، والعبارات المُزعِجة،
والعلاقات المتوترة، حتى يشعر من مرت به بشوق إلى
الهدوء، وطمأً إلى الراحة، التي قد تحصل أو لا تحصل.

يبدأ بعضُ الناس في التعبير عن ذاته، فيرسم حبراً على
ورقات بيضاء، حتى يجد أنه قد كثر الكلام، وتزاحمت
العبارات، واختلطت الأحرف، وكأنه يبحث عن شيء
مفقود، لا يدري ما هو، وأين هو؟

لعل في حياة الكثيرين شيئاً يبحثون عنه، لم تظهر
علاماته، ولم تتبين ملامحُه، وربما بعد زمن طويل سيعثرون

على شيءٍ يملأ أجوافهم بالقناعة أن هذا هو ما كانوا يبحثون عنه، فينعكس هذا الشعور على حياتهم فيضفي عليها رونقاً من السعادة.

لا أدري هل الناس يفتقدون بعض الأشياء حقاً، أم هو مجرد شعور، لكن في ظني أن هذا الأمر يمثل سلوكاً معيناً في حياتهم، ولذلك كان أسعد الناس من تعلق قلبه بالله، لأنَّ الشعور بفيضان القلب بالسعادة سيبقى ملازمًا لأيامهم بصورة تفوق الوصف، ويكفي أن ذلك التعلق سيُطفئ في قلوبهم لهيبَ الشعور بالفقد.

الشعور الوجداني له تأثيرٌ في حياة الفرد، وينعكس على سلوكه، ومن أجل أن يسعد في حياته عليه أن يلتمس الفرصة التي تشعره بالسعادة والأنس، وسبيلُ ذلك: أن يبادر إلى ما يرى فيه سعادته دون تردد، فتفويت الفرصة السانحة واضحة المعالم بتحقيق السعادة على أمل أن يحصل على فرصة أخرى أفضل، هو في الحقيقة تضييع للوقت وهدرٌ للطاقة، وقد تأتي تلك الفرصة المُتخيَّلة وقد لا تأتي.

كَمْ مَرَّتْ بنا أوقاتٌ عَظُمَ فيها ندمنا على شيءٍ مرَّ بنا

ففوتناه! وبعد زمن طويل اكتشفنا أننا لو أخذنا به لتغيرت مجريات حياتنا، وكان واقعنا أفضل مما نحن فيه، وأدركنا بعد مرور الأيام أننا بسبب تأخرنا أو تردُّدنا باتخاذ القرار قد دفعنا ثمن ذلك من جميل أيامنا.

ولأن التاريخ لا يعودُ إلى الوراء، فليس من المُستحسن أن نعيش على أنقاض الماضي ظناً أن مجرد التفكير به سيغير حياتنا، بل نكمل مسيرة الحياة وفق واقعنا الذي نعيشه، ونعلم أن ذلك الأمر لم يكتب لنا لحكمةٍ يُريدها الله سبحانه.

المُشكلة التي يَمُرُّ بها كثير من الناس أنهم لا يريدون أن يتأقلموا مع واقعهم، وهذا مما يجعلهم يعيشون في دائرة التوتر والاضطراب.

ولو أنهم فرَّقوا بين الواقع والمأمول لعلموا المقدار الفاصل بين الراحة والعناء، فكثير من أمور الحياة لا بدَّ من التعامل معها كواقع، مع الأخذ بالاعتبار أن الواقع قد لا يكون مُقنعاً لكن لا بدَّ من التأقلم معه.

حين كان بعض الناس يعرض عليّ مشكلة تهمه، كنت أقول له: تأقلم مع واقعك، ثمَّ أردف قائلاً: لا أعني أن واقِعك

جيد، ولكن أقصدُ أن تعيش معه كما هو مع الوضع في
المُخيلة أنه ربما لن يتغير، وفائدة ذلك: أنك حينما تُضَعُ هذا
الشعور في نفسك، ستعامل معه كما هو وليس كما تريد أن
يكون عليه، وهذا بحد ذاته كافٍ لأن تشعر بالهُدوء مع نفسك
حتى تُخرِجَها من دائرة التوتر.

اصنع لنفسك واقعا سعيدا قدر الإمكان، أخرج نفسك
من دائرة التوتر، انظر إلى النصف المملوء من الكأس، ولا
تنظر إلى الجزء الفارغ، فالنظرة الإيجابية ستدفعك إلى
تحقيق فرص السعادة.

لا تجعل الوقائع سبباً في كسرِكَ، بل دافعاً للقيام
والنهوض لتحقيق ما تريد من الأهداف، وتأمل: كم أخرجت
المحن التي مرَّ بها بعض الناس أفراداً ناجحين، فهناك تعلم
موقناً أنه ربما يولد النجاح من رحم البلاء.

وإذا داهمك الشعور بأنك تبحث عن شيء مفقود، فلا تُضِعْ
وقتكَ بالسؤال عما يكون هذا الشيء، فتتعب ذهنك وتفكيرك
حتى يشيخ، ولكن بادر إلى العمل بما أمكنك من أسباب، حتى
تُصيبَ ما تبحث عنه، أو يتحقق لك واقع لم تكن تحلم به.

متعة اللحظة

كثيرة هي الأحلام التي تنشأ صغيرة، ثم لا تزال كذلك حتى تكبر، وقد تتحقق وقد لا تتحقق، فهكذا تسير الأمور إلى حيث يُقدِّرها الله سبحانه وتعالى.

لكن الذي قد يُشعر بالألم: أن يتحقق ذلك الحلم في غير وقته! حينما يُفني المرء شبابه، ويحمل قلبه فوق ما يُطيق، ويستهلك في سبيل تحقيق ما يريد أجمل أيامه، لكنه لم يحصل له ما يريد إلا في وقتٍ متأخر، أو قُل: في الوقت الخطأ!

لا شك ولا ريب أن كل ما يقدره الله للعبد خير، وعليه أن يتلقى ذلك بالقبول؛ لأن تأخير ما كان يطمح إليه ربما كان المراد منه اختبار صبره ولجؤه إلى ربه وخالفه، لكن في مجريات هذه الأحداث كانت هناك متعة ما، الذي يجعلها

مميزة أن تأتي في وقتها.

لن يستشعر جمال اللحظة الكاملة رجلٌ قد فاضَ في يده المال حين بلغ الستين من عمره، لأنَّ الصحَّة والقوة التي لم تكن هي كفترة الشباب، وإن كان قد بقي مقدَّارٌ من اللذة يستطيع أن يستمتع به، بل وربما يرى أنَّ مجيء المال في فترة النضج أفضل؛ لأنه ربما لو كان المال قد حصل في فترة الشباب لمال إلى بعض التصرفات غير السويَّة، لكن الذي نَعْنِيه: أنَّ مجيء المال مع الصحَّة وشيء من الفراغ يُجمِّله حيث يستطيع الاستمتاع به على وجه الحقيقة، شريطة أن يخاف الله في تصرفاته، فاللبس والرحلات والطعام في فترة القوة نِطاقه أوسع وحده أكبر.

بعض الأحلام مدمِّرة إذا جاءت في غير أوانها، وقد تُؤدِّي إلى الخروج عن المألوف، وانظر حينما يتعلق قلب الكبير ببنتٍ صغيرة مقدار ما يحصل له من الدمار، فلا هو القادر على التقدُّم، ولا هو الطامع بالسلامة، ولو كَبُرَتْ أحلامه لم يُطَاوعه الواقع، فمن الصعوبة بمكان أن تلتقي شمسُ الغروب بشمسٍ أشرقت للتو وما زالت في زمن الإشراق، ولو

أنه في بداية أمره استعان بالله حقًا وقال للأحلام: قفي؛ لفاز بالسَّلامة رغم حدوث بعض الاهتزازات، ومن استعان بالله أعانَه، وقد يذهب إلى تحقيق حُلْمِه في جهة أخرى رغم ما يكون فيها من النقص، لكن كونه يحقق بعض أحلامه سيشعره ذلك بنوع من الانتصار، رغم فُقدانه نوعًا من المتعة كان يتخيله ويحلم به، لكن لأنَّ هذا هو الواقع فلا بُدَّ أن يسير في طريقه، فالوقوف لن يغيِّر الواقع، ولن يكون له نتيجة.

هناك ثمرٌ في البستان كنت تأمل أن يخرج في حِلِّه وأوانِه، وما زالت عينك تراقبه لتستمتع به في وقته، ولكن تأخر لسبب ما، وحولك من فاز بثمره في وقت أوانه، وأنت ما زلت تُراقب، وقد يحصل لك بالتالي لكن مع تأخر الأوان، وستفرح على الأقل لأنك تجنبت الخسارة، أو لأنه تحقق لك ما تعبت من أجله حتى تشعر أن تعبك لم يذهب سُدىً، ولكن في داخلك كنت تتمنى لو أنه تقدَّم على وقت حصوله لتذوق المتعة الحقيقية، وهكذا هي الحياة والمواقف.

وبالرغم من ذلك ورغم وجود حَسرة الفوات والفقد في القلوب، لا ينبغي للمرء أن يقتل نفسه كمدًا على ما فات،

أو يكثر التفكير فيما تأخر حتى يقتله الهَم، بل عليه أن يستمتع بالشيء الذي صار له واقعاً جديداً، ويكيّف حاله عليه ويستمتع به في وقت مَجيئه، وإن كان يتمنّى أنه لو تقدّم على هذا الوقت، فالأوقات تتسع، والأهم أنه ينبغي لنا أن نكتشف طريقة التعامل مع ما حولنا كواقع لا أمني، فكم كان للعيش في دائرة الأمني أعظم الأسباب في تشتت الذهن وتَخطيم النفوس!

فالواجبُ: تكيف الواقع حسب ما جاء، وتخطيط ما حصل على حَسَب وقت حصوله، مع الثقة أن البدائل موجودة، والمتعة في حياة الإنسان عبارة عن اكتشاف ذاته وفق ما يجري حوله، وأن لا يقفَ موقف العاجزين الذين يعيشون في دائرة: «لو كان هذا الشيء قد حصل قبل هذا الوقت!» فمثل هذه العبارات تقتل الأمل وتُضعفُ العزيمة، بل الواجبُ أن تعيش على حَسَب واقعك وإن كنت ترى أنه قد حصل متأخراً، وتُخطط لسعادتك من خلال هذا الواقع، والأهم: أن توقن وتثق بأن ما أخره الله لك -إلى هذا الوقت الذي ترى أنه في غير أوانه- أنه هو الخير، فربما يتأخر الأمر

ويجتمع معه الحسرة على ما فقدت فيما سبق، فيكون هذا دافعاً لك إلى اكتشاف آفاقٍ جديدة، لو حصل لك منها ما تريد في سابق الأيام لم تكتشفها.

لا تقف موقف العجز، وتخض بحور الأمانى، بل تعامل مع واقعك كواقع، فحينها سينكشف لك الغطاء عن واقع جميل حجبته عنك غشاوة العيش مع الأحلام، والتحسر على ما مضى من سالف الأيام.

فإذا حصل لك شيء من الأسباب التي تُعينك على الحصول على المتعة فبادر إليها، وطوع ما حولك حتى يكون على حسب ما تتمناه وتأمله من الراحة، واطوِ صفحة الأحلام، فإن الأحلام المُجرّدة لا تبني مجداً، ولا تجلب سعادة.

فهرس الموضوعات

- شيءٌ ما ٥
- كان هنا ثم رحل ٧
- الأمان النفسي ١٠
- الوجوه العابرة ١٤
- بعد ثلاثين عامًا ١٨
- سبيل الراحة ٢٥
- استمتع بمن حولك ٢٩
- كسر القلوب ٣٢
- الآمال ٣٥
- ابحث عن نفسك ٤٠
- الأب .. الجندي المجهول ٤٥
- العلاقات المتموجة ٥١

- ٥٥ لن يفهموك
- ٦٠ الألم
- ٦٣ الميل إلى الصمت
- ٦٧ لن تكون لك كما تريد
- ٧١ الأسرة
- ٧٦ البحث عن صديق
- ٨١ الحرمان على قدر العطاء
- ٨٥ كن لطيفاً.. ولكن!..!
- ٨٨ تحريك المياه الراكدة
- ٩١ التوقف المفاجئ
- ٩٤ وهم المثالية
- ٩٨ رحلة بلا توقف
- ١٠٢ الخروج من الدائرة
- ١٠٦ متعة اللحظة
- ١١١ فهرس الموضوعات