

سَعَادَتُكَ هِيَ أَنْتِ

وَأَنْتِ سَوْجُودِ

نُورَةُ الْأَحْمَدِ



أسرد للنشر الإلكتروني

سَعَادَتُكَ هِيَ أَنْتَ

وَأَنْتَ مَوْجُودٌ

ASRUD

نوره الأحمـد

نشر الإلكتروني

تأليف: نوره الأحمد

تصميم الغلاف: رانيا السفوت

تنسيق وتصميم داخلي: نجوان محمد

تدقيق لغوي: سندس أحمد، أمنية مرعي

©جميع الحقوق محفوظة، لا يُسمح بنسخ أيّ جزء من هذا الكتاب بأيّ شكل من الأشكال وبأيّ صيغة، أو التصرف فيه بأيّ أسلوب من الأساليب بدون إذن خطي من الناشر والمؤلف معاً.

الناشر: أسرة للنشر الإلكتروني

الواتساب الخاص بالدار: 01113536610

البريد الإلكتروني:

Asrud.for.e.publishing@gmail.com

إنّ الآراء الموجودة في هذا العمل لا تعبر بالضرورة عن رأي دار أسرد للنشر الإلكتروني.

إهداء إلى نفسي

لطالما أنّي مشيتُ على قَدَمي المكسورة... ولم أترك أثرَ
يدي على كَتِفِ أحدٍ.

لحظة تمر...

كنتُ أتمنى لو كان العالم سهلاً أخضراً أركض فيه بلا
توقف، ودون أن أنظر ورائي، وفي نهايته أجد الطرف
الأخر من الدنيا، الذي لا يعرفني ولا أعرفه.

لحظة تمر...

تمنيت فيها أن أستيقظ في مكان آخر، في بلد نسي
التاريخ اسمه، أضاعته خرائط العالم.

المقدمة

كان عمري دقيقة، لم أستطع أن أفتح عيني جيداً..
بدأت بفتحها تدريجياً، رأيت مجموعة من البشر يقفون
حولي، لم أكن أعلم من هم، إنها الدهشة يا صديقي.. أين
أنا(؟)

أجل أنا في الحياة الدنيا.

وضعتني إحداهن في حضن امرأة، لم أكن أعرفها
جيداً.. كل ما أعرفه أنني أشعر بالأمان فقط.

كنت الطفلة الأولى

بدأت حياتي الجديدة وبدأ عدادُ الأيام يعمل لدي، كنت
في كلِّ يوم يمضي أحاول أن أتأقلم مع هذا العالم شيئاً
فشيئاً، بدأت أتعلم الجلوس.. ومن ثم تعلمت النطق..
وكانت أول كلمة أتلفظ بها هي ماما وبعدها بابا؛ لا

أعرف الترجمة الحقيقية لهذين الاسمين.. لكنني كنت
أشعر بالأمان فقط عند لفظهما.

الأيام تمضي..... والسنوات تنقضي.. وأصبحت
أقصى أمنياتي متى سأكبر(?)

متى سأذهب للمدرسة.. متى سأنتهي الإعدادية.. متى
سأنتهي الثانوية.. متى سأخرج من الجامعة (?) بل
ومتى سأجد عملاً(?).. بقيت هذه (متى) تسحبني
وتسحبني حتى وصلت في نهاية المطاف.. إلى جملة يا
ليتني لم أكبر(!).

ما الذي حصل(?)

وما الذي غير نظرتي للحياة(?)

وما الذي جعلني أضيف (لم) إلى الجملة وأقلب المعنى
وأعود سنواتٍ للوراء(?)

نعم إنها الحياة يا صاحبي... كلُّ حرف كتبته لي لتقرأه

أنت..... كان يجعلني أقف عند نقطة نهاية أو بداية

جديد.

لربما سَطَّرْتُ الحروفُ على سطورٍ في غير
أوانها..... ولربما وُضعتُ الشِّدة في موضعٍ قبل
حيالها.... ولربما وقعت الكسرة في موضعٍ أُجبرت
عليه، وبقيت الفتحة تنتظر الضمة على قارعة
الطريق..... لتأتي وتضم تلك الجروح التي خلدها
الأيام على جدران قلبها.

لقد بلغت من عمري اليوم اثنين وعشرين عامًا - قد
تعادل مني وعشرين عامًا أو أكثر- كبرتُ على الحياة
في وقتٍ مبكر.. مبكر جدًا.

أصابني الألم.. الحزن.. والفقد بكل أنواعه.

كانت المسؤوليات كبيرة على عاتقي، حيث كنت
مضطرة للابتعاد عن أسرتي وأنا في السابعة عشر من
عمري؛ حتى أستطيع أن أكمل دراستي وبالفعل حصلت
على شهادتي الثانوية، ومن ثم دخلت كلية العلوم قسم
الرياضيات، لقد أصبحت مسؤولة عن حياتي كاملة.
أقضي يومي بين العمل ودوامي الجامعي خلال النهار،

وفي الليل أهتم بدراسة واجباتي.. لا أنام سوى ساعتين فقط. من شدة التعب قد تراني أنام في المواصلات وفي العمل وأثناء الدروس، أسرق دقيقة النوم سرقة من الوقت وكأنها أربع وعشرون ساعة نوم بالنسبة لي. دائماً كنت أقع في مشاكل ولا أجد من يربت على كتفي ويخبرني بأن هذا الوقت سيمضي، لم يقف بجانب أحد وأنا أرى أبواب الدنيا كلها قد أغلقت في وجهي، باختصار.. كنت في وحدتي وحدي.

الوحدة متعبة يا صديقي.. متعبة جداً، لطالما أصابني المرض ولم أجد من يأت لي بالماء مع الدواء. اشتقت لحضن أمي، واشتقت لأن أشعر بالحنية والأمان.. أصبحت أتمنى عندما تتعبنى الحياة في الخارج أن أعود لغرفتي وأجد قلباً واحداً يحتويني كقلب أمي، ويحتوي ما أصابني من تعب وإرهاق جسدي ونفسي. كنت أبكي لوحدي دائماً، أبكي بحرقة بألم، أبكي عندما يذهب

أصدقائي إلى منازلهم في فترة العطلة، وأنا عالقة بين العمل والدراسة والمسؤوليات المتكالبة عليّ.

بقيت سنوات على هذا الحال.. إلى أن جاء ذلك اليوم وبدأت تحدثني نفسي من لي غيرك.. نطق قلبي قائلاً: وأنا من لي؟

فلم يكن لعقلي سوى أن ينضم له متحدثاً وأنا معكم،.... فنطقت أنا وقلت: "أنا لكم".

قراراتي الجديدة:

قررت أن أحب نفسي وأن أَرْضَى عنها كل الرضا،..... أن أحقق الاكتفاء الذاتي. أخطأونا جميعاً:-

الفراغ

للنشر الإلكتروني

الفراغ هو عدو يحمل سلاحاً مدمراً،... ما إن جعلته يستفرد بك إلا وقضى عليك، كيف ذلك إذن؟

حسنًا سأخبرك: عندما تقضي أيام وساعات طويلة بمفردك، فإن دماغك يبدأ تدريجيًا بالعودة إلى الماضي والذكريات الحزينة والمواقف المؤلمة التي مررت بها سابقًا، فتجلس وقتًا طويلًا وعقلك لا يتوقف عن التفكير في كل صغيرة وكبيرة، وما إن ينتهي من أحداث الماضي، يبدأ بزراعة الخوف من القادم والمستقبل بداخلك، يجعلك تفكر بأن أحزان الماضي مرتبطة بالمستقبل، فتشعر باليأس، الإحباط، الملل والضجر من كل شيء. ثم يتعب العقل من كثرة التفكير فتخد إلى نومٍ شبيه بالسبات العميق، وعندما تستيقظ تشعر بالتعب الشديد ونفسك محبطةً تمامًا.

باختصار:

الفراغ يجعلك تقف في مكانك؛ لا أنت تسير إلى الأمام، ولا أنت تعود إلى الوراء..

فتعيش ضمن دوامة الاكتئاب التي لا حدود لها.

الإقبال على الحياة:

حتى تستطيع أن تقبل على الحياة مجددًا؛ يجب عليك أن تقتل الفراغ أولاً.

تأجيل السعادة:

كنت دائماً أربط سعادتي بأحداث معينة، مثلاً:

سأكون سعيدة عندما أنهي الإعدادية، سأكون سعيدة عندما أنال شهادتي الثانوية، لا بل عندما أعمل، سأكون سعيد... إلى ما لا نهاية حتى قتلت سعادتي بنفسى، فكرة أن تربط سعادتك بأشياء دنيوية؛ تأتي وتذهب هي خطأ ترتكبه بحق نفسك، لأنها تموت مع الوقت، وتصل للحدث الذي ربطت سعادتك به وأنت لا تملك نفس المشاعر التي كنت عليها عندما كنت تخبر نفسك بهذا الحدث.

لذلك عليك من الآن أن تتعلم كيف تعيش اللحظة..

عش اللحظة، عش يومك بكل تفاصيله،... لا تنتظر
للوراء ولا تنتظر الغد فقط عش يومك وكأنه آخر يوم
لك في الدنيا.

التعلق:

كنت أعتقد أن الناس هم مصدر السعادة، نلتقي
بأشخاص نحبهم ويحبوننا فننتعلق بهم على المدى البعيد
سواءً أكانوا أصدقاء، أو عائلة، أو حتى أحياء.. ومن ثم
يخرجون من حياتنا. كنت أتعلق بشدة وأحزن على
الداخل إلى حياتي والخارج منها، طبعًا لا يفوتك أمر
التعلق يأتي من النقص الذي تعانيه في حياتك،.....
من حرمانك للحب والاحتواء، وهذا من أكبر الأخطاء
الذي قد نرتكبها بحق أنفسنا.

اليوم سأسألك سؤالاً (؟)

لو قلت لك ابن لي بيتًا وضع لهذا البيت أساسًا ماذا
ستضع (؟)

هل ستضع الكرتون أم البلاستيك (؟)

بالتأكيد سيكون جوابك: لا هذا ولا ذاك.

ستقول سأضع أساساً قوياً متيناً لهذا المنزل حتى لا يسقط على رأسي.

نعم هكذا هم البشر يا صاحبي، لا يصلحوا لأن يكونوا أساساً لحياتنا وسعادتنا أبداً.

إياك ثم إياك ثم إياك أن تربط سعادتك بمخلوق على هذه الأرض وإياك ثم إياك أن ترى شخصاً كمحور لحياتك..... لأن الناس تأتي وتذهب.. تحب وتكره.. هذه هي

الطبيعة البشرية الثابتة فلا تعول على صديق... ولا على حبيب.. ولا على أي أحد. وتأكد بأن (تعلق الفاني بالفاني يفنيه وتعلق الفاني بالباقي يبقيه) واعلم بأن التعلق لا يصلح إلا لله هو الباقي.. هو المغني.. هو الكافي..... اجعل بينك وبين الله علاقة قوية لا تهتز.

حبك لله اجعله أكبر من الدنيا بأكملها..... يا صاحبي إن الله يغار على قلبٍ تعلق بغيره.. فيصدك عن ذاك ليردك إليه.

حتى تستطيع أن تعيش حياتك وتستمر بها.. يجب عليك أن تفهم وتعمل بفكرة أنك خلقت حرًا. هذه العلاقات الموجودة في حياة كل منا، ما هي إلا للاستمرار والعيش في هذا الكون،... لكن لا تحلق بعيدًا وضع في ذهنك بأن لا أحد سيبقى، الكل ذاهب كل واحد يسير وفق قدره المكتوب، لذا كن حنونًا... كن طيبًا... كن إنسانيًا لكن إياك أن تنسى نفسك لأنك مسؤول عنها..... هذه الفكرة شبيهة بفكرة أن تتدفأ حول النار دون أن تلقي نفسك بها فتحترق.. كلنا ذاهبون يا صديقي.

وتأكد بأن تعيش الحياة على مراحل... في كل مرحلة يهيئ الله لك أشخاصًا يكونون معك، وما أن تنتهي هذه المرحلة، ويذهب معها أناسها، ستنقل لمرحلة حياتية جديدة يهيئ الله لك أشخاصًا جدد..... ولا يبقى منهم إلا الأثر الطيب من الجميع... أنت تسير وهم يسرون

وكل منهم يقف عند نقطة لا يمكنه تجاوزها، فتلك
حدوده، هذا هو قانون (system live)

نصيحتي لك:

يقولون أن فاقد الشيء لا يعطيهويقول آخر
أنَّ فاقد الشيء يعطيه وبقوة وأنا أقول لكلاهما يا فاقد
الشيء... لا تستنزف طاقتك ومشاعرك هنا وهناك،
وتصل

لمرحلة وأنت محطم تمشي في الطرقات..... تبحث عن
لافتة تخبرك أين أنت الآن.

قلبك من يستحق أن تمنحه كل المشاعر الأشياء التي
فقدتها أنت، وفي يوم من الأيام إن أردت أحد أن
يمسك بيدك ..فامسك بيدك الاخرى، فتلك اليد هي التي
لن تخذلك ما حييت.

الثقة :

تعامل مع الحياة بحكمة وبوعي أكبر، ثق بالناس لكن لا تثق ثقة كاملة، ...ثق بحدود ثقة لا تضرك ولا تضرهم، ومن تثق به اليوم لا تثق به غدًا (لا ترفع سقف توقعاتك بالآخرين).

عندما يسألك أحدهم هل تثق بي(؟)، قل له نعم أثق بك اليوم لكن غدًا لا أعرف، لأنني أعرفك اليوم ولا نعرف من تكون غدًا.... وهذا هو قانون الحماية وعدم ترك المجال للخيبة، كن متميزًا؛ بتفردك بأخلاقك وحافظ على نقاء قلبك وجوهرك الثمين، .. واجعل حياتك مملكة صغيرة لا يعيش بها إلا من تسمح له بالدخول إليها، ويحترم قوانينها. عندما تقدر نفسك وتحبها هكذا ستحبك الحياة، وستحب عملك الذي كنت تضجر منه طوال الوقت؛ .. لأنك ستكون على موعد مع نفسك في آخر الليل؛ مع جلسة تأمل وهدوء وفعلٍ للأشياء التي تحبها.

عندما تحب نفسك ستتنظر للحياة بنظرة مختلفة؛... نظرة
ثلاثية الأبعاد وتكون أنت المركز. عندما تحب نفسك
سوف تبتسم بداخلك عندما يوبخك أو يصرخ في وجهك
أحد أبويك أو كليهما؛.... لأنك تعلم أن في يوم من الأيام
سيصبحان كبيران في السن سينخفض صوتهما، ويملاً
الشيب رأسهما،..... ستتمنى أن يعود الزمن بك
سنواتٍ للوراء، حيث تراهم يقفان أمامك بكامل قوتها
وصحتها وظهرهما مشدودًا ليرفعا صوتهما أمامك. ما
يجب عليك أن تعلمه أنك ستكون أهلاً لهما.
الحياة قصيرة، وأنت مسؤول (وتحسب أنك جرمٌ صغير
وفيك انطوى العالم الأكبر) فقط ارضَ عن نفسك
وتصالح معها ومع من حولك.. لأنّ الرضا هو أعلى
مراحل النضج العقلي والقلبي، عندما ترضى سيرضى
عليك ربُّ الرضا، وسيرضيك بما تحب وترضى.

كيف تجعل نفسك تشعر بالرضا؟

يا صاحبي إن الألم هو قاعدة من قواعد الحياة وأساس لها، لا يمكننا أن نعيش بدون الألم، لولا الألم لما كنا نحن اليوم هنا. كان أحدهم يسير في إحدى الطرقات شارداً الذهن يفكر في أمرٍ ما، فجأةً ضربته سيارة ضربة قوية، تم إسعافه ونقله إلى المستشفى وبعد إجراء التحاليل الطبية والعمليات اللازمة، شك الأطباء بأنه قد أصيب بالشلل، لكن لا يتأكد الأمر إلا عندما يستيقظ. استيقظ المريض وبدأ الطبيب بإجراء عدة اختبارات؛ دغدغة قدميه وما شابه، فإن شعر المريض وقال أنا أتألم، أموره سليمة وإن لم يشعر بشيء فقد أُصيب بالشلل حقاً.

الشعور حياة.. للنشر الإلكتروني

امرأة في شهرها الأخير من الحمل، شعرت فجأةً بآلام المخاض، حان الوقت لكي تضع مولودها؛ تألمت ألماً شديداً، ألماً قاتلاً، لكنها عندما وضعت طفلها ورأته

بجانبيها نسيّت كل لحظات الألم، وستعود لتلد مرة ثانية وثالثة ورابعة وهي تعلم أنها قد تموت ألمًا، لكن شعور الأمومة من جديد يجعلها تنسى مرارة الألم، هذه المرأة لو لم تتألم لبقيت في حالة سكون، لم تكن أنت لتأتِ ولا آتي أنا ولا كلماتي هذه، عندما تعلم وتفهم أن الألم هو أساس لاستمرار الحياة، ستبتسم عندما تتألم..

تطوير الذات:

من حقوق نفسك عليك ألا تتوقف عن تطويرها والتقدم بها نحو الأفضل، في البداية احذف من قاموس حياتك هذه الكلمات (لا، لا أستطيع، على الأقل، لا أعلم، احتمال، لو، لبيت)

هذه الكلمات هي دمار بالمعنى الحرفي واللغوي، تجعلك تقف في المنتصف تأكلك الحيرة،

تعلم أن تثق باختياراتك..

وإذا ترمي بنفسك في سلسلة احتمالات لا يمكن أن تكون حقيقية. فهي تبقى احتمالات، وألا تكون متحولًا عشوائيًا

لا يعرف مصيره.. كن حدًا ثابتًا اعرف ذاتك، واجعل
محط قدمك في طريق واضح لا يعتريه الغموض. ولا
ترضى أن تكون نهايتك غير معروفة أو بلا تعيين. بل
كن متتابعًا لا تنقطع، مستمرًا في الركض وراء
أحلامك.

لحظة استدراك..

اسأل نفسك ماهي رسالتي في الحياة(؟)

لماذا أنا موجود(؟)

ماهي الإنجازات التي فعلتها في حياتي(؟)

أنت كائن عظيم أتيت على هذه الحياة لتؤدي رسالة
كلفك الله بها؛... إيصال الرسالة أمرٌ متعب، لكنك يجب

أن تثبت نفسك وتصل. فالنبي محمد صل الله عليه
وسلم عندما كلفه الله برسالة الإسلام، تعب كثيرًا.....

عانى وعاش في مشقة وكبد.. لكنه لم يستسلم، وقال
لعمه علي بن أبي طالب رضي الله عنه:..... [والله يا عم

لو وضعوا الشمس في يميني والقمر في يساري لن
أترك هذا الأمر حتى يظهره أو أهلك دونه].

أي همة هذه (!!)

أوليس رسول الله أحق بأن نقدي به (!)

السر:

سأخبرك الآن عن سرٍ ثمين؛ السر موجود في عقلك
الباطن (اللاواعي)

أولاً: العقل اللاواعي لا يستطيع أن يميز بين الخيال
والواقع، فأنت عندما تعتقد وتقول أنا لا أستطيع..
أنا فاشل.. أنا مكتئب.. أنا حزين..... أنا في مصيبة..
عقلك الباطن يصدق هذه الأفكار ويعكسها على حياتك
دون أن تنتبه؛.. فهو يأخذ التعليمات منك ويؤمن بها
ويبرمجك على أساسها، فتجد نفسك كما أخبرت نفسك.
حتى نتخلص من هذه المشكلة يجب عليك أن تجعل
عقلك الباطن يعمل لصالحك، (اتخذة صديقاً لك)

وسلاحك الذي ستتغلب به على مشاكل الحياة،.....
ادعمه بالأفكار الإيجابية، ولا تسمح للأفكار السلبية أن
تتدخل أبدًا،.. كلما هاجمتك فكرة سلبية اقتلها بفكرة
إيجابية،..... وقد قلت لك سابقًا أن تحذف تلك الكلمات
من قاموسك لأن عقلك الباطن لا يحبها.
فأنت الداعم الأكبر لنفسك.. ابحث عن الإيجابية دائمًا..
في حياتك في عملك في كل شيء..

فن التعامل مع المشاكل الحياتية.

أولًا الغ كلمة (مشكلة) من حياتك واقلب الأمور كلها
لصالحك..

كيف(؟)

ضع أمامك ورقة وقلم واكتب المشكلة واكتب سلبياتها
وإيجابياتها؛ وبعدها ابدأ بقلب السلبيات كلها لصالحك
لتصبح إيجابيات.

سأعطيك مثالًا واضحًا:

عندما كنتُ في سنتي الأخيرة من الثانوية كان حلمي أن أدخل كلية الطب البشري، على الرغم من أنني مررت بصعوبات ومعاناة كثيرة خلال مسيرتي التعليمية وانقطعت سنوات عن الدراسة ولم يكن لدي أساسٌ أبدًا في جميع المواد، تخيل أن تدخل الثانوية وأنت فقط تجيد الكتابة والقراءة، ليس لديك أية معلومة.. هكذا كنت أنا، لم أتوقف عن الكفاح في سبيل نيل هذا الحلم. وبالفعل رتبت أوراقِي، نحن علينا السعي وعلى الله النتيجة. وبالفعل درست وتعبت إلى أن حان وقت الامتحان، تدهور وضعي الصحي كثيرًا وأُصبت بانهيار عصبي بسبب الضغوطات الكثيرة قبل ليلة الامتحان، وبالرغم من ذلك ذهبت للامتحان، أُصيبت يداي بفقر شديد بسبب الانهيار وأفكاري تبعثرت. كتابة اسمي فقط كانت تأخذ وقتًا، كنت أنظر إلى ورقة الأسئلة وعياني مليئة بالدموع، لكنني كنت أقول لنفسي بأني ما دمت أستطيع سأحاول. وينتهي الوقت وأنا لم أنتهِ من الحل. وبعد فترة ظهرت النتائج وقد نجحت، لكنني لم أنل ما أريد..

أعطيت ذاتي حقها في التعبير عن مشاعرها، لكن لا بد والخروج من هذه الدوامة والنظر للأمور بعينٍ أخرى. نظرت في نفسي وحدثتها بأن يجب عليها أن ترضى، لأن الله يعلم والله يرى ويضع كل واحدٍ منا في المكان المناسب له والذي هو أهل له.

أنا سعيدة اليوم بذلك لأنه اختيار الله، لربما لو كان تركني لاختياراتي لغرقت.

واتخذت قرارًا بالأأسمح للواقع أن يحبطني وأن يتحكم بي كيفما يريد، كسرت الحاجز بيدي.

ووضعت الخطة البديلة، وهذه الصفة التي أحبها في نفسي؛ أنها لا تقبل الهزائم والخسائر، أجعلها في صفي دائمًا فأنا الطرف الرابح في كلا الحالتين. وضعت كل الأفرع التي نلتها وأجريت دراسة عن كل الكليات ومستقبل كلٍ منها واخترت أن أدخل كلية العلوم قسم الرياضيات. سافرت لمحافظة أخرى وبدأت بدراسة قسمي بحب لأنه اختيار الله. وكما أخبرتكم سابقًا؛ بأنني

أصبحت أعمل وأدرس وأطور نفسي حتى أصل إلى القمة، وهذا بالنسبة لي بحد ذاته إنجاز عظيم.. وأنا اليوم أكتب هذا الكلام في السنة الثالثة لي في الجامعة. وسيكون العكس لو أنني تصرفت مع نفسي بطريقة عكسية، فلو جلست في دوامة الحزن والاكتئاب واليأس ولماذا أنا هكذا ولماذا غيري؟ والكثير من الأفكار التي تجبرك ألا تتقبل ما حصل، وأن تدخل فرعًا جامعيًا وتدرس بکراهية وتقنع نفسك بأنك فشلت، حينها ستكون قد ظلمت نفسك ومستقبلك وحياتك القادمة.

ما ذكرته كان مثالًا واحدًا حتى لا أطيل عليكم الكلام أكثر.. يمكنك أن تقيس هذا المثال على كل مشكلة تواجهها في حياتك.

فقط درب نفسك وتعامل معها بكل ود ولطف ومحبة، لا تتقيد بشيء ولا تنهزم أمام أي شيء مهما كانت رغبتك به كبيرة، إياك أن تنهزم (!)

لا أنكر أننا نحن كبشر نمرّ بأوقات ضعف وقد نبكي أحياناً، ولا مانع أن تعطي نفسك وقتاً لتفريغ الطاقة السلبية الموجودة بداخلها في التعبير عن مشاعرها سواء كانت حزن، اكتئاب أو غضب، حتى تتخلص منها وتعيد شحن بطارياتك وأن تمضي للأمام فما زال هناك الكثير يجب عليك أن تفعله..

كن لنفسك كل شيء!

في النهاية

لو تمعنت في النظر إلى آلام حياتك وضغوطاتك ومشاكلك ستجد أنّها هي التي تصنع منك إنساناً عظيماً قوياً صلباً لا ينكسر.. وتصل بك إلى مرحلة النضج والوعي.

لا تبحث عن الراحة يا صديقي فهي ليست هنا، وإنما الدنيا رحلة والمستراح الجنة. تأدب في حضرة الله ولا تسأله لماذا عن أي شيء يجري في حياتك؛ لأن الله ما أراد بعبده إلا كل خير حتى لو لم تكن تعرفه

.....فإنه سبحانه يعلم ويرى وأنا على يقين تام
ومطلق بأن سبب تيسير أمور حياتي في أيام الشدة
والقسوة، أن دموعي ما هانت على الله يوماً.... فقط
أجلس وانظر إلى السماء بعينين دامعتين يملؤهما الأمل
والرضا... من دون حتى أن اتكلم ، يسمع الله نداء قلبي
بلا حروف واقول وعزتك وجلالك أني برحمتك أثق و
لطفك شاملني وعزته وجلاله لم يطلع علي صباح إلا
وحاجتي بين يدي ..أنا أتعامل مع رب كريم ..رحيم
..رؤوف بعباده ...

الله اختار وأنا رضيت، لأنه وعدنا في الجنة وفي الجنة
سأحقق كل ما لم انله في الحياة وجعلت لي دفترًا صغيراً
أسميته أمنياتي في الجنة، وضعت فيه كل شيء أريده
واستودعته عند الله، فإن نسيت... الله لا ينسى، أما الآن
يجب ان تستمر في رحلتك استثمر وقتك فكل يوم
يمضي ينقص من رصيد أيامك.

عندما تصلي صلواتك في وقتها وسط الضغوط والأعمال، تكون قد أرضيت خالقك، عندما تعطي وقتًا لعائلتك وتقضي لهم حوائجهم تكون قد أرضيت أبويك، عندما تقضي ساعات طويلة في العمل وتعمل بحب ونية صادقة وطيبة، فإن الله سيبارك لك بعملك وبمستقبلك الذي تعمل له، عندما تتحدث مع صديقك المقرب تكون قد حافظت على علاقة جميلة في حياتك، عندما تجلس على الانترنت لتحضر درسًا لذكر الله تكون قد أيقظت نفسك من الغفلة، عندما تتعلم كل يوم ١٠ كلمات من لغة تحبها تكون قد طورت نفسك، عندما تخصص خمس عشرة دقيقة لحفظ آية من القرآن سترفع مكانتك في الجنة. بكل آية تحفظها ترتقي بها درجة في الجنة.

جاء في حديث رسول الله عليه الصلاة والسلام

((يُقال لقارئ القرآن يوم القيامة اقرأ وارتنق ورتل كما كنت تُرتل في الدنيا فإن منزلتك عند آخر آية تقرأها))
قيل تقرأها يعني تحفظها. وقال العلماء: "أن عدد

دَرَجَاتِ الْجَنَّةِ بِعَدَدِ آيَاتِ الْقُرْآنِ" يعني كُلُّ آيَةٍ تَحْفَظُهَا
تَرْتَفِعُ دَرَجَةً فِي الْجَنَّةِ بِإِذْنِ اللَّهِ تَعَالَى. جعلنا الله وإياكم
من أهل القرآن. "عش وأنت تجاهد حتى تصل وإن لم
تصل فإنك والله قد وصلت لأنك كنت تجاهد"
.....والسر الأعظم سأعطيه لك فخذ

الصدقة: والله وتالله وبالله ما من يوم تصدقت به على
أحد ما إلا ورده الله لي بأضعاف مضاعفة.

فضل الصدقة: عن أم سلمة رضي الله عنها قالت: قال
رسول الله صل الله عليه وسلم ("صَنَائِعُ الْمَعْرُوفِ تَقِي

مَصَارِعَ السُّوءِ، وَالصَّدَقَةُ خَفِيًّا تُطْفِئُ غَضَبَ الرَّبِّ،

وَصِلَةُ الرَّحِمِ زِيَادَةٌ فِي الْعُمْرِ، وَكُلُّ مَعْرُوفٍ صَدَقَةٌ،

وَأَهْلُ الْمَعْرُوفِ فِي الدُّنْيَا هُمْ أَهْلُ الْمَعْرُوفِ فِي الْآخِرَةِ،

وَأَهْلُ الْمُنْكَرِ فِي الدُّنْيَا هُمْ أَهْلُ الْمُنْكَرِ فِي الْآخِرَةِ")

{صحيح الترغيب للألباني}

تخيل أن يكون يومك هكذا، روتين متجدد فيه لقاء دائم مع الله وصنائع المعروف، ستتحول كتلة اكتئابك إلى طاقة هائلة تشع النور لنفسها ولمن حولها.



ASRUD

للنشر الإلكتروني

لحظة تمر، كنتُ أتمنى لو كان العالم سهلاً
أخضراً أركض فيه بلا توقف، ودون أن أنظر
ورائي، وفي نهايته أجد الطرف الآخر من الدنيا،
الذي لا يعرفني ولا أعرفه، لحظة تمر تمنيت
فيها أن استيقظ في مكان آخر، في بلد نسي
التاريخ أسمه، وأضاعته خرائط العالم.

تصميم الغلاف
رانيا السفوتة

