العلاقات الإنسانية من خلفية هندسية

مهندس أيمن فوزى

إسم الـــكتاب : العلاقات الإنسانية من خلفية هندسية
إسم الكـــاتـــب : مهندس/ أيمن فوزي
تصميم الغلاف : م / أيمن فوزي
رقـــم إيـــداع : ٢٠٢١/٣٧٨١
ترقيم دولـــي: ٩٧٨-٩٧٧-٦٨١٠-٣٤-١

شارك سطورك مع العالم

العلاقات الإنسانية من خلفية هندسية

مهندس أيمن فوزى

The Writer Operation

شارك سطورك مع العالم

إهداء

أهدى هذا الكتاب إلى السند / فيفيان عبيد

أيوه أنت قريتها صح ، ومفيش أى غلطة إملائية ولا حاجة ، السند (مش السيد طبعاً ☺) السند اللى دايماً موجودة فى كل تفاصيل حياتى ، السند اللى بجد ، السند اللى طول عمرى بسند عليه بجد وبحمله كل أحمالى ، السند اللى عمره ما إتخلى عنى ولا سابنى ولا لحظة فى أى حاجة واجهتها.

السند اللى كنت أحب دايماً أتفرج على تعبيرات وشها لما تقرأ حاجة كتبتها ، كنت بعرف هى فى أنهى فقرة لما كنت بشوف تعبيرات وشها ☺

لما كانت ترفع حاجبها اليمين كنت بعرف إن فى فكرة أول مرة تخبط فى نافوخها ، ولما كانت ضحكتها تزلزل المكان ، كنت بعرف أنهى فقرة بالظبط ضحكتها كده ☺ ☺ ☺

كانت ملامح وشها بيبان عليها أد إيه الأفكار عجباها ، وأد إيه مبسوطة بيها.

وبرضه كان بيبان على ملامح وشها إن فى جزء مش مفهوم أقصد به إيه ، وكنت ممكن فعلاً أعيد صياغته من تانى عشان المعنى يوضح أكتر.

السند اللى كانت صديقتى من حوالى 22 سنة ☺
ومازالت برضه صديقتى لغاية دلوقتى.

السند اللى ربنا كرمنى إنها تكون شريكة حياتى ،
واللى غيرت منى كتير ، وخلتنى أصير أفضل.

السند اللى ممكن تستحمل عشانى أى حاجة ،
وممكن برضه تعمل عشانى أى حاجة.

إهداء إلى زوجتى السند / فيفيان عبيد

شكر خاص

أحب أشكر كل الناس اللى شجعتنى على الكتابة لما عرفوا إنى عايز أكتب الكتاب ده ، الناس اللى كانوا السبب فى إن الكتاب ده يخرج للنور.

أحب أشكر الناس اللى قروا بعض المواضيع فى الكتاب ده وقت ما كنت بكتبها عشان آخد رأيهم وإنطباعاتهم ، وحقيقى فرق معايا جداً تشجيعهم وحسسونى إنى بعمل حاجة كويسة.

الناس اللى إنبسطولى من الخطوة دى وشجعونى عليهارغم إنى أحياناً كتيرة كنت بفكر أتراجع عنها لأنها خطوة جديدة وغريبة علىَ.

أحب أشكر عيلتى اللى شجعونى كتير ، وأحب أشكر كمان أصدقائى وزمايلى اللى شغالين معايا فى المكتب الفنى ، واللى بعتبرهم عيلتى التانية ، واللى هما يعتبروا أكتر ناس سمعت كلمات الكتاب ده ، وحقيقى أنا بسبب ردود أفعالهم تجاه اللى بيسمعوه ، قررت آخد خطوة الكتابة عشان إحتمال ناس تانية تستفيد وتنبسط من الأفكار دى.

حقيقى شكرااااااااااااااااااا

نصيحة قبل ما تقرأ الكتاب ده

لو أنت من محبى القراءة زى حالاتى كده ، الكتاب ده ممكن يخلص معاك فى قاعدة واحدة ، وساعتها الإستفادة من الكتاب ده مش هتبقى زى المطلوب ، لأن هدف الكتاب ده إنه يكون له تأثير فى حياتك.

عشان كده يفضل إنك تقرأ موضوع واحد بس فى اليوم ، وإنك تحاول تفكر فى الكلمات المكتوبة وتشوف هى مكانها فين من حياتك ، ساعتها بس هتستفيد من اللى بتقراه.

عشان كده حتى لو الكتاب شدك وحسيت إنك عايز تكمل قراءة ، ماتعملش كده ، وإكتفى بإنك تقرأ وتفكر فى اللى قريته ، وإنك تحاول تطبق اللى قريته على حياتك.

بس برضه مش شرط إنك تمشى ورا الكلام ده ، إمشى ورا إحساسك وحدسك ، ولو حسيت إنك عايز تكمل قراءة ، إعمل كده ، وبعدين إبقى إرجع إقرأ أكتر المواضيع اللى لمستك من تانى.

مقدمة

أنا إسمى أيمن فوزى صدقى ، إتخرجت من مدرسة صنايع خمس سنين (مدرسة جلال فهمى الفنية المتقدمة) سنة 2000 ، وبعدين كملت دراسة فى كلية الهندسة جامعة القاهرة لغاية لما إتخرجت من قسم القوى والآلات الكهربائية سنة 2005 ، ومن ساعتها أهلى ومراتى معتبرنى الكهربائى اللى المفروض يصلح أى حاجة تعطل فى البيت ، آه وربنا زى ما بقولك كده ☺

المهم ، أنا بقالى حوالى 15 سنة شغال مهندس ميكانيكا ، وبالتحديد مهندس إطفاء حريق (وماتسألنيش إزاى ، عشان دى قصة كبيرة محتاجة كتاب لوحده).

حقيقى أنا حبيت المجال ده جداً وتميزت فيه ، رغم إنى كنت بكره الميكانيكا وأنا فى الكلية والمدرسة الصنايع كمان (يعنى قعدت حوالى 10 سنين بكره ميكانيكا ، ومن يوم ما إشتغلت ، وأنا شغال مهندس ميكانيكا).

ما علينا من كل الهرى اللى فات ده ، بس قصة الكتاب ده بدأت من وقت لما كنت بدى محاضرات عن الحريق لفريق العمل الجديد فى

الشركة اللى أنا شغال فيها ، وعلى مدار سنين كتيرة من المحاضرات دى ، بدأت أربط بين الحاجات اللى بشرحها وبين حاجات بنقابلها فى الحياة وفى علاقتنا مع الناس وحتى فى علاقتنا مع نفسنا.

وبدأت فى النص كده أوقف المحاضرة وأتكلم مع الناس عن بعض الحاجات دى عشان أكسر جو الـ Technical شوية ، والحقيقة إنى لاقيت قبول وإستجابة منهم للأفكار دى ، وطبعاً ده شجعنى أنى أكمل فى الموضوع ده لدرجة إنهم كانوا بيستنوا المحاضرات دى عشان يسمعوا أفكار زى كده.

وفى يوم من الأيام فى حد من اللى بيسمع الأفكار دى دعانى لإجتماع شباب جامعى عشان أقول الأفكار دى ، لكن حقيقى فى البداية رفضت ، بس فى نفس الليلة دى بالليل وأنا بحاول أنام ، لقيت فكرة بتيجى ورا فكرة ، لغاية لما كونت مجموعة أفكار ، وتانى يوم الصبح بلغت الشخص ده بإنى موافق على دعوته.

أنا قدمت الأفكار دى فى 3 إجتماعات زى كده ، والحقيقة إن كل مرة كان بيبقى عندى أفكار جديدة بقولها.

عشان كده فكرت إنى أجمع كل الأفكار اللى وصلتلها حتى وقتنا هذا ، فى كتاب وأنشره ، يمكن حد يستفاد من أى فكرة منها.

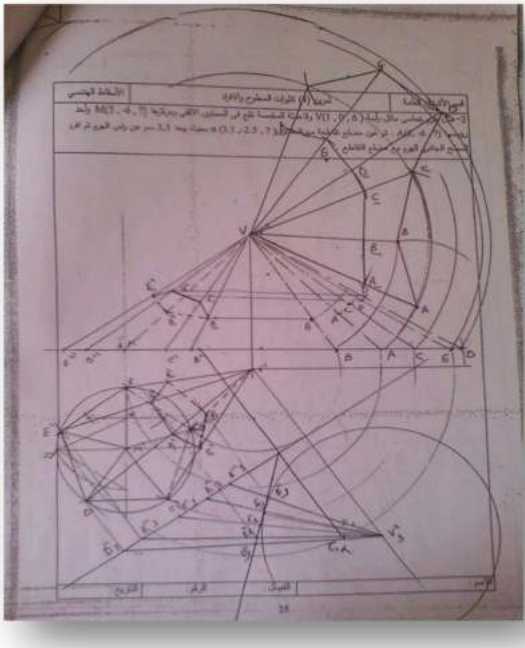
الأفكار اللى هتقروها هنا هى أفكار متعددة ومختلفة ، قد تكون غير مترابطة ببعضها ، وقد يبدو لك أحياناً إنهم عكس بعض.

الأفكار دى مش مكتوبة فى أى كتاب قبل كده ، ماتدورش عليها يعنى ، لأنها نتاج خبرة حياة ، نتاج خبرتى أنا الشخصية فى الأربعين سنة اللى عشتهم لغاية دلوقتى ، ولكن ده لا يعنى إنهم أفكار جديدة ، ممكن تكون الأفكار دى إتقالت قبل كده من ناس كتير قبلى ، بس الفرق إن أنا بقدمهالك بطريقة تفكير مختلفة وبأمثلة مختلفة لأن الأمثلة المذكورة هنا هى فى واقع الأمر ليها علاقة بالخلفية الهندسية اللى أنا جاى منها.

الأفكار دى ممكن تساعدك فى تحسين علاقتك بالأشخاص اللى حواليك ، أو حتى ممكن تساعدك فى تحسين علاقتك بنفسك ، لأنها ممكن تفهمك وتفسرلك رد فعل الناس تجاهك ، ده ممكن يساعدك فى تحسين أمورك.

المطلوب منك إنك تفكر فى كل الأفكار دى ، وحدد مين من الناس اللى تعرفهم فى حياتك ينطبق عليه الأفكار دى.

الرسمة اللى تحت دى هتبين لك كويس طبيعة الدماغ اللى فكرت فى الأفكار دى وهتبين كويس الخلفية الهندسية اللى أنا جاى منها ، الرسمة دى لمادة كنت بدْرسها زمان فى إعدادى هندسة (يعنى أول سنة فى الكلية) ، المادة دى إسمها هندسة وصفية (دى مادة تتخيل فيها إنك بترسم فى الفراغ) ، تخيل بقى دى مادة كانت بتتدرس فى أول سنة فى الكلية ، تخيل بقى على التخرج كده كنا درسنا إيه ☺ ☺ ☺



جاهز بقى إنك تسمع الأفكار دى ☺ ، لو جاهز يبقى يالا بينا ☺

أيمن فوزى

كلمات

هسألكم عن كام كلمة كده ، وعايزك تفكر فى أول مدلول أو معنى جه فى دماغك أول لما سمعت الكلمة دى :

كيلو .....

ميجا ، جيجا .....

سنتى ، ميللى .....

فيمتو .....

لو عايز تكتب فوق مكان النقط أول حاجة جات فى دماغك لما سمعت الكلمات دى ، إعمل كده.

أنا هقولك أغلبية الناس جاوبت بإيه لما سمعت الكلمات دى ، وأعتقد إن أنت كمان ممكن تكون دى نفس إجاباتك :-

كيلو (جرام - قوطه – خيار – وزن- ريجيم)

ميجا ، جيجا (نت – فلاشه – باقه – آيس كريم "عشان ميجا يعنى وكده ☺")

سنتى ، ميللى (طول)

فيمتو (ثانية – دكتور زويل – وقت)

لكن الحقيقة إن كل الإجابات دى غلط ، لأن الحقيقة إن كل الكلمات اللى فاتت دى هى عبارة عن أرقام ، أيوه أرقام ، أنت مستغرب طبعاً ، بس هى دى الحقيقة.

يعنى زى ما فى كيلو قوطه ، فى برضه كيلووات ، وكيلو فولت ، لأن كيلو تعنى رقم 1,000 يعنى واحد وقدامه 3 أصفار ، وبرضه ميجا تعنى 1,000,000 يعنى واحد وقدامه 6 أصفار.

هسيبلكم صورة فيها كل المسميات والأرقام دى.

The Prefixes Used with SI Units

Prefix	Symbol	Meaning	Scientific Notation
exa-	E	1,000,000,000,000,000,000	10^{18}
peta-	P	1,000,000,000,000,000	10^{15}
tera-	T	1,000,000,000,000	10^{12}
giga-	G	1,000,000,000	10^{9}
mega-	M	1,000,000	10^{6}
kilo-	k	1,000	10^{3}
hecto-	h	100	10^{2}
deka-	da	10	10^{1}
—	—	1	10^{0}
deci-	d	0.1	10^{-1}
centi-	c	0.01	10^{-2}
milli-	m	0.001	10^{-3}
micro-	μ	0.000 001	10^{-6}
nano-	n	0.000 000 001	10^{-9}
pico-	p	0.000 000 000 001	10^{-12}
femto-	f	0.000 000 000 000 001	10^{-15}
atto-	a	0.000 000 000 000 000 001	10^{-18}

بس الحقيقة إن أغلبية الناس جاوبت نفس الإجابات ، لأن عندهم حكم مسبق عن الكلمات دى ، وبمجرد إنهم سمعوا الكلمات دى ، بدأوا يجاوبوا نتيجة حكمهم المسبق.

الحكم المسبق يعنى الإجابات الجاهزة ، القوالب اللى إحنا حاطين فيها الحاجات ، واللى بتطلع بمجرد ما تيجى سيرة الحاجات دى.

الحقيقة إننا عندنا أحكام مسبقة على حاجات كتيرة فى حياتنا ، عندنا أحكام مسبقة عن أشخاص ، عن مجموعة من الناس ، عن ديانة معينة ، عن مذهب معين ، عن شعوب معينة ، عن بلدان معينة ، عن أفكار معينة ، عن الرجال ، عن النساء ، والأكثر صعوبة إننا عندنا حكم مسبق عن نفسنا ، أيوه عن نفسنا **!!!!** ، والحكم المسبق عن نفسنا بيمنعنا إننا نعمل حاجات كتيرة لأن دايماً بنقول لنفسنا أنا مش هقدر أعمل ده ، أو إن الشئ ده صعب علىَّ جداً وإستحاله أنجزه.

الحكم المسبق على نفسى ، بيمنعنى من النمو ، بيقف عقبة فى طريق إنى أتغير للأحسن ، حكمى المسبق على الأشخاص بيمنعنى إنى أكتشف أشخاص جميلة ممكن يبقوا موجودين فى حياتى.

أنت ممكن تكون خسرت أشخاص فى حياتك نتيجة حكمك المسبق عليهم ، ممكن تكون خسرت

وظيفة ، أو حتى سفرية أو خروجة حلوة نتيجة حكمك المسبق.

حكمى المسبق على الأشياء أو الأشخاص أو حتى على نفسى ، هو أكبر عقبة ممكن أواجهها فى حياتى.

توقف فوراً عن أحكامك المسبقة ، وإدى لنفسك فرصة إنك تتعرف على الأشياء والأشخاص عن قرب.

غسيل المواعين

حد بيعرف يغسل مواعين ؟ طيب لما بتيجى تغسل المواعين وتلاقيها متسخه جدا وتلاقيها مليانه دهون كتيرة ، يا ترى بتعمل إيه ؟

أنا بصفتى شخص بغسل مواعين كتير وعندى خبرة فى الموضوع ده ، أقدر أفيدك فى القصة دى ، وأقدر أقولك ممكن تعمل إيه عشان تعرف تقضى على كل الدهون والحاجات المتسخه دى.

كل اللى عليك إنك تقعد تدعك الحاجات دى كتيييير وتفضل تدعك وتدعك لغاية لما تزول ، وساعتها بس هتلاقى المواعين دى بقت بتلمع ورجعت أكنها جديدة من تانى.

بالظبط ده اللى بيحصلنا لما الدنيا تقعد تدعك فينا ، بتخلينا نتغير ، بتخلينا نتجدد ، وكأننا بنرجع نلمع من الأول.

كلنا بنتضايق من الظروف الصعبة والألم والوجع اللى ممكن نقابلهم فى الحياة ، لكن الحقيقة إن الألم والوجع هما نعمة وفرصة من الله عشان نرجع نتجدد من الأول ونبقى أفضل.

المطلوب منك إنك تتقبل أى ألم أو ظروف صعبة ممكن تواجهها فى حياتك ، ساعتها بس هتحس بالإمتنان والرضا ، وساعتها بس حياتك هتتغير للأحسن.

أنا شخصياً مريت بفترة صعبة فى وقت من الأوقات فى حياتى بوجه عام وكانت الضغوط كبيرة جداً ، ساعتها فكرت إنى أتحدى نفسى فى حاجة طول عمرى بفشل فيها ، وقولت لنفسى أنا لازم أنجح فى التحدى ده ، وإنى أكيد ساعتها هقدر أتغلب على المشاكل والصعاب اللى بتقابلنى فى حياتى.

يمكن ساعتها كانت فكرة غريبة وتكاد تكون مجنونة ويمكن تبان ملهاش علاقة مباشرة باللى بمر بيه وقتها ، بس أنا ساعتها كنت مؤمن إنى لو نجحت فى تحدى نفسى ، ده هيكون حافز ودافع لىَ إنى أنجح فى حل المشاكل والصعاب اللى بواجهها.

وفعلاً قررت إنى لازم أخس ، الموضوع ده أنا فشلت فيه على مدار سنين ، جربت طرق مختلفة وحاولت كتير لكن كل مرة كنت بفشل. أنا كان وزنى وقت ما قررت أعمل كده حوالى 113.5 كيلوجرام.

بدأت فعلاً المشوار وفرحت جداً لما نزلت ربع كيلو فى أول إسبوع ، رغم إنه ساعتها كان يعتبر إنجاز بسيط لكنه كان حافز قوى بالنسبالى عشان أقدر أكمل.

وفعلاً كملت ، وبدأ وزنى ينزل أكتر وأكتر ، إسبوع بعد إسبوع وشهر بعد شهر ، وحقيقى ده حفزنىجداً بشكل عام فى حياتى ، وخلى عندى قوة فى مواجهة الظروف والصعاب ، وساعدنى إنى أقدر أحل المشاكل اللى بقابلها فى حياتى.

النهاردة أنا وزنى حوالى 80 كيلوجرام ، ومش بس كده ، الموضوع ده شجعنى إنى أكمل وأبدأ فى موضوع الـ Body Transformation بمعنى إنى أبدأ أغير شكل جسمى وبقى الموضوع مش مجرد بفقد وزن وبس.

هسيبلكم شوية صور ليَّ ، قبل وبعد ، عشان تحفزكم وعشان تتأكدوا إن فعلاً أى صعاب أو ألم ممكن تقابله فى حياتك ، هما فرصة للتغيير وإنك ترجع تتجدد من تانى ، وترجع تلمع ، وتصير أفضل.

بتعرف تعد لغاية كام؟

وإحنا صغيرين أوى كان الكبار بيسألونا السؤال ده "بتعرف تعد لغاية كام؟" وأكيد كلنا إنبسطنا وإحنا بنجاوب إننا بنعرف نعد من (1) لحد (10) ولما كبرنا شوية صغيرين كمان عرفنا نعد من (1) لحد (20) ، ولما كبرنا أكتر شوية ، إنبسطنا أوى لما عرفنا نعد من (1) لغاية (100) ☺ ☺

لو خدتم بالكم ، دايماً بداية العد بتبدأ من الرقم (1) وسواء الصغيرين اللى إتعلموا العد ، أو الكبار اللى علموا العد ، كلهم بيبدأوا من رقم (1) ، لكن الحقيقة إن فى رقم قبل رقم (1) وهو رقم (صفر) لكن طبعاً حضرتك هتقولى "(صفر) إيه يا عم اللى أنت بتتكلم عنه ، ده رقم ملهوش أى لازمة"

ممكن فعلاً يبان إن عندك حق ، وإن رقم (صفر) ده ملهوش لازمة ، بس الحقيقة إن المشكلة مش فى رقم (صفر) ، المشكلة الحقيقية هو المكان اللى بتحط فيه رقم (صفر) ☺ ☺

تعالوا نآخد مثالين على الموضوع ده :-

أول مثال هو رقم (999,999) ، لو حطينا (الصفر) على أقصى الشمال ، ساعتها الرقم هيبقى (0999,999) يعنى الرقم فضل زى ما هو ومزدش أى زيادة خاااااالص ، يعنى فعلاً (الصفر) معملش أى إضافة للرقم ، يعنى فعلاً (الصفر) فى المثال ده مكنش ليه أى لازمة.

طيب تعالوا نآخد نفس الرقم (999,999) بس المرة دى هنحط (الصفر) على أقصى اليمين ، ساعتها الرقم هيبقى (9,999,990) يعنى الرقم ده ساعتها إتضاعف عشر مرات وأصبحت قيمته عشر أضعاف لما حطينا (الصفر) على أقصى اليمين ☺ ☺ ☺

عشان كده (الصفر) مش رقم ملهوش لازمة ولا حاجة ، الكلام ده غلط ، (الصفر) ممكن يخلى قيمة الرقم تتضاعف عشر مرات ، المهم هو المكان اللى بنحط فيه (الصفر).

ده بالظبط اللى بيحصل فى الحياة ، فى علاقات فى حياتنا بتحسسنا إن إحنا ملناش قيمة ، فى شغل بيحسسنا إننا عديمى الفايدة ، لكن الحقيقة المشكلة مش فيك ، المشكلة فى تواجدك فى العلاقات دى وفى الشغل ده.

العلاقة اللى تحسسك إنك ملكش لازمة ، سيبها وإقطعها ، وإبدأ علاقات مع ناس تانية لأنك ساعتها هتبقى فى العلاقة الغلط ، فى المكان الغلط.

الشغل اللى يحسسك إنك عديم الفايدة ، سيبه وإبدأ فى مكان تانى جديد ، مكان يقدرك ويعرف قيمتك كويس.

مفيش حد فينا ملهوش لازمة ، كل واحد فينا عنده حاجات بتميزه عن الآخرين ، المهم إننا نكتشفها والأهم إننا نكتشف مكاننا الصح والمظبوط ، مكاننا اللى يخلينا نضاعف قيمة المكان اللى إحنا فيه عشرات المرات ☺ ☺

<u>أنا (صفر) ، على أقصى اليمين</u>

ما تيجوا نلعب

بما إنى مشيت مشوار فى موضوع الجيم ، والـ Body Transformation ، تعالوا نلعب التمرين ده مع بعض.

ده تمرين إسمه همر Hummer وهو عبارد عن إنك تمسك الدمبلز بحيث يكونوا عمودى على دراعك ، زى ما هو موضح فى الصورة ، وتنزل وتطلع أكنك ماسك شاكوش وبتدق على رأس مسمار.

طبعا أغلبيتنا معندوش دمبلز ، بس مش مشكلة ، إمسك أى حاجة ليها أى وزن ، زى مثلاً إزازة مياه معدنية ، أو أى حاجة زى كده.

التمرين ده ممكن تعمله بإيد واحدة ، أو بالإيدين بالتبادل مع بعض.

خلينا بس الأول نتفق على شئ ، وهو إن لما العضلة تبدأ تشد عليك ، ده معناه إن العضلة بدأت تستفاد من التمرين ، وهو ده المقياس اللى دايما بيقيسوا عليه قيمة التمرين وقوته فى عالم الجيم.

أنا عايزك تعمل التمرين ده مرتين ، أول مرة تطلع وتنزل بس بسرعة.

أما بقى تانى مرة ، إعمل التمرين ده بس لما تيجى تنزل بإيدك ، إنزل بشويش ، بالراحة ، واحدة واحدة ، على أد ما تقدر.

فى كل مرة وأنت بتعمل التمرين ده كمل فيه لغاية لما تلاقى نفسك مش قادر تكمل ، وفى كل مرة عد أنت عملت كام عدة فى التمرين.

اللى هتلاحظه إنك فى أول مرة لما كنت بتطلع وتنزل بسرعة ، أنت عملت عدات كتيرة لغاية لما بدأت تحس إن العضلة شدت عليك.

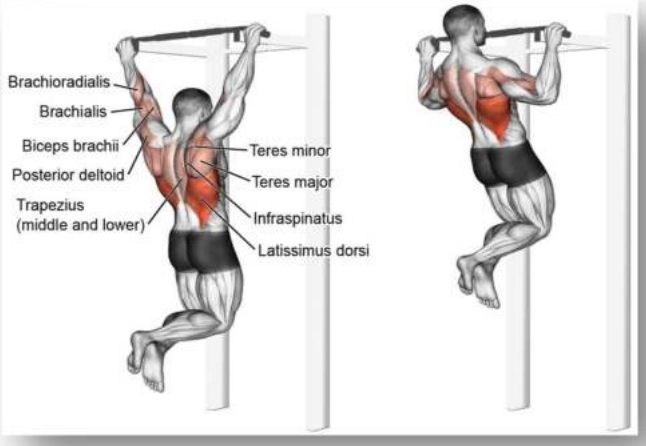
لكن فى تانى مرة لما كنت بتنزل بشويش ، أنت عملت عدات أقل وبدأت تحس إن العضلة شدت عليك.

معنى كده إن الفايدة من التمرين التانى أقوى من التمرين الأول لأن إحنا عدينا عدات أقل والعضلة بدأت تشد عليك.

السبب ورا الموضوع ده هو إنك لما بتنزل بالدمبلز بشويش ، فأنت ساعتها بتقاوم النزول ، وبالتالى بتقاوم الجاذبية الأرضية ، اللى بدورها بتجذبك إنك تنزل لتحت لكن أنت بتقاوم النزول ده ، وبالتالى هنا بتيجى الفايدة من إنك تؤدى التمرين بالطريقة دى.

ده بالظبط اللى بيحصلك فى حياتك لما تقاوم السقوط ، لما تقاوم إنك تغلط ، لما تقاوم أى شئ يجذبك لتحت ، تحت أخلاقك ، تحت مبادئك ، تحت معتقداتك ، مقاومتك دى بتقويك ، بتخليك أقوى وأفضل.

فى تمرين تانى وهو تمرين العقلة ، زى اللى فى الصورة دى.



التمرين ده معتمد على وزن الجسم ، بمعنى إنك بترفع نفسك لفوق وبعدين تنزل تانى.

التمرين ده لو أنت مبتدأ بيكون صعب عليك جداً إنك تعمله ، لأنك فى البداية مش بيبقى عندك القوة الكافية إنك ترفع نفسك لفوق.

عشان كده لما بييجوا يعلموا التمرين ده للمبتدئين ، بيخلوهم يقفوا على كرسى ويمسكوا العقلة وبعدين يبدأوا ينزلوا بشويش بجسمهم لتحت ، وبعدين يعيدوا التمرين ده بنفس الطريقة لغاية لما

يبقى عندهم القوى الكافية إنهم يقدروا يرفعوا نفسهم بدون إستخدام الكرسى اللى كانوا بيطلعوا عليه.

نفس الموضوع بالظبط ، طبقه على حياتك ، لو أنت النهارده مش عندك القدرة إنك تطلع لفوق فى حياتك ، إنك تخطوا خطوات إيجابية ، إنك تطلع لقدام ، يبقى على الأقل قاوم السقوط ، قاوم إنك تفشل ، قاوم إنك تقع لتحت ، قاوم أى شئ يجذبك لأسفل.

مقاومتك المستمرة دى هتديلك قوة فى يوم من الأيام وتخليك تطلع لفوق ، هتخليك أحسن وأفضل وأقوى.

ريموت التليفزيون

أكيد كتير مننا أول لما قرأ عنوان الموضوع ده إفتكر كل الخناقات اللى كانت بتحصل فى البيت على ريموت التليفزيون ، وأكيد إفتكرت مين أكتر شخص فى البيت متحكم فى ريموت التليفزيون وبيجيب القنوات اللى على مزاجه ☺ ☺

أكيد كتير إفتكرت إن أحياناً الخناقات دى ممكن تنتهى بأن حد يروح دايس على مفتاح الـ Power بتاع التليفزيون ويروح قفله عشان يريح دماغه من الخناقة ☺ ☺

كتير مننا بيستخدم الريموت فى حياته ، مش بس ريموت التليفزيون لكن ريموت لكل جهاز منزلى فى البيت تقريباً ، لكن مفيش حد فينا قبل كده ركز فى الشعار اللى على مفتاح الـ Power بتاع الريموت.

الشعار ده بيبقى زى الموجود فى الصورة دى.

الشعار ده هو فى حقيقة الأمر عبارة عن رقمين (1) و (0)، طبعاً أنت ممكن تكون مستغرب من الموضوع ده ، بس لو ركزت هتلاقى إن رقم (1) هو الخط الرأسى ، ورقم (0) هو الدائرة الغير مكتملة واللى بتحتوى رقم (1).

فى علم الكهرباء ، رقم (1) يعنى (ON)بمعنى إننا موصلين كهرباء ، ورقم (0) يعنى (OFF) بمعنى إننا فاصلين الكهرباء.

وعشان تصدق كلامى أكتر ، روح شوف المكتوب على مفتاح الـ Power الخاص بأى مشترك كهرباء ، هتلاقيه زى الصورة دى.

لو ركزت فى صورة المشترك هتلاقى إن الرقمين (1) و (0) مكتوبين هنا بكل وضوح مش زى المفتاح التانى.

ده عشان إن المفتاح الأول بقدر أشغل وأفصل منه الجهاز ، يعنى لو ضغطت عليه مرة يشتغل الجهاز ولو ضغطت بعد كده على نفس المفتاح يفصل الجهاز.

الشخص اللى عمل اللوجو بتاع مفتاح الـ Power هو الحقيقة أبدع جداااا فى إنه يعمل لوجو يعبر عن الموضوع ده بشكل خرافى ، لكن الحقيقة رغم كل ده محدش خالص خد باله من كل التفاصيل دى ، وإن اللوجو ده هو فى الأساس عبارة عن رقمين (1) و (0).

بس ده فى نفس الوقت لا يمنع إن الناس كلها عارفة إنها تقدر تشغل وتفصل الجهاز من نفس المفتاح.

الحقيقة إحنا كمان أوقات كتير ممكن نعمل مجهود خرافى فى شغلنا ، أو حتى فى علاقتنا ببعض الأشخاص ، لكن ممكن محدش يشوف أوى المجهود ده ويقدره زى ما إحنا شايفينه ، وأوقات كتيرة كمان بنحس ساعتها بالإحباط ، وإن محدش مقدر اللى بنعمله.

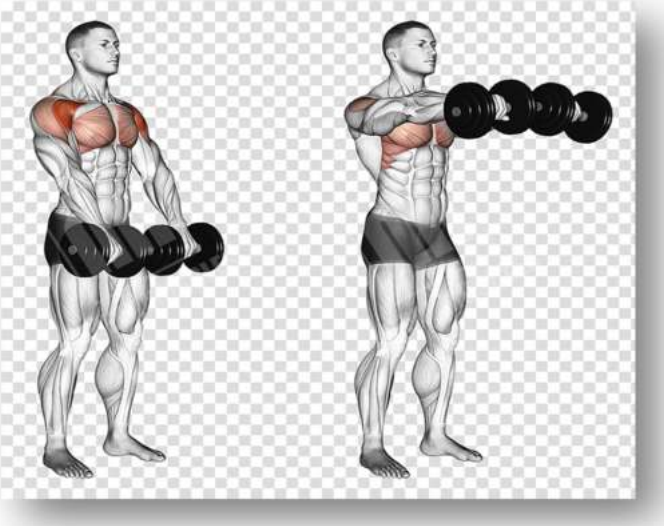
الموضوع ده فكرنى بحاجة كنت قريتها زمان فى كتاب إسمه (السعادة تنبع من الداخل) ، كان الكاتب بيتكلم عن التوقعات ، وإن توقعاتى لتصرفات الناس تجاهى بتبقى من أكتر الحاجات المخيبة للآمال :

"ما من شك فى أن لتوقعاتى الأثر العميق فى إحلال السعادة فى حياتى. وهذه أمثولة يصعب تعلمها. فبقدر ما أنتظر أن تأتينى السعادة من الخارج ، من الأشياء أو من الأشخاص أنفسهم ، أحكم على أحلامى بالموت إذ أن السعادة تنبع من الداخل.

نحن فى غالبيتنا رومنطيقيون فاشلون. والمؤسف أن موت الآمال الرومنطيقية أمر عسير. نحن نستمر فى نسج أحلام لا تمت إلى الواقع بصلة ، ونروح نخفى حقيقة الواقع وراء أقنعة من الألوان الزاهية. نبنى قصوراً فى السماء ونقنع أنفسنا بأن السعادة أشبه بمعادلة سحرية ، فإذا ما عرفنا المعادلة ملكنا السعادة. ولكن القنوط سرعان ما يداهمنا كلما بحثنا عن السعادة فى عالم الأشياء أو إنتظرناها حتى من أيدى البشر".

ما تيجوا نلعب تانى

المرة دى هنلعب تمرين أسهل شوية ، المرة دى إمسك دمبلز فى إيديك زى اللى فى الصورة كده ، إختار وزن يكون خفيف وطبعا زى ما إتفقنا قبل



كده ممكن تستخدم إزازة مياه معدنية أو أى حاجة تانية بس المهم يكون وزنها خفيف.

إختار أى وضع من الأوضاع اللى فى الصورة ، أو إختار أى زاوية ميول بينهم ، مش هتفرق كتير

المهم فى الموضوع إنك تثبت على الوضع ده أطول وقت ممكن ، إثبت على الوضع ده دون أى حركة ، لغاية لما تحس إنك مش قادر تكمل ، لغاية لما تحس إنك مش قادر تشيل الوزن ده تانى.

طيب هو إيه اللى حصل وخلاك مش قادر تكمل ، مع إن إحنا إختارنا نشيل وزن خفيف؟

اللى حصل هو إنك شيلت الوزن ده لفترة طويلة ، لوقت كبير ، ومع مرور الوقت بدأ الوزن ده يبقى تقيل عليك ، رغم إنه كان خفيف ، لكنه أصبح تقيل ، ومع مرور الوقت أكتر وأكتر ، الحمل ده زاد لدرجة إنك مقدرتش تستحمل تشيله بعد كده.

هو ده اللى بيحصلك فى حياتك لما تقعد تشيل هم حاجة معينة لمدة طويلة ، وتفضل متضايق من حاجة معينة لوقت طويل ، وتقعد كل يوم تفكر فى الشئ اللى مضايقك ده ، وتقعد تحزن أكتر وأكتر، وكل يوم عن التانى مضايقتك بتزيد ، وحزنك يكبر أكتر وأكتر لدرجة إنه هييجى عليك يوم وماتقدرش تستحمل الحمل ده والحزن ده أكتر من كده ، وساعتها هتلاقى نفسك بتنهار.

الوقت إما يكون دواء ، وإما يكون داء لكل أوجاعنا ، وإحنا اللى بنختار ، ولما نقعد كل يوم نفكر فى كل اللى بيضايقنا ، مع مرور الوقت

هنلاقى إن الشئ اللى بيضايقنا أصبح كبير وتقيل ومش قادرين نتحمله ، رغم إنه كان بسيط وخفيف ، لكن حملنا ليه طول المدة والوقت الكبير ده هو اللى زود حمله علينا.

توقف عن التفكير الكتير فى الشئ اللى بيضايقك ومتخليهوش يطول معاك لمدة كبيرة عشان هييجى يوم ومش هتقدر تتحمل.

إختار إنك تخلى مرور الوقت يبقى دواء مش داء.

إختبار قراءة

وإحنا صغيرين فى المدرسة كان بيبقى عندنا إختبار قراءة وكان الهدف منه معرفة مدى تمكنا من القراءة.

طيب لو أنا جيت دلوقتى بعد كل السنين دى وقولتلك أنا عايز أديلك حاجة تقراها وتورينى قدرتك على القراءة ، بيتهيألى هتحس إن أنا مجنون ، وهترد عليَ وهتقولى "طيب ما أنا يا عم أهوه عمال أقرأ الكتاب اللى أنت كاتبه ، يبقى أكيد بعرف أقرأ".

أنت صح ، وعندك حق ، بس إيه رأيك تعال كده نجرب إنك تحاول تقرأ المكتوب فى الصورة اللى تحت دى.

إنكنتلديكقدرتعليقراءتهذهالكلماتبكلسهولتفإنكإنسانذوقوتملاحظتكبيرة

صعبة ، صح؟ أنت أكيد دلوقتى رجعت تستهجى زى زمان لما كنت صغير ، وممكن تكون عرفت

تقراها بصعوبة شديدة وممكن تكون معرفتش خالص.

طيب تعال كده نجرب تانى ، وحاول كده تقرأ الجملة المكتوبة فى الصورة الجاية دى.

إن كنت لدنك قدره على قراءه هده الكلمات بكل سهوله فإنك إنسان دو قوه ملاحطه كبره

سقفة كبيرة ليك بقى عشان عرفت تقراها بكل سهولة بالرغم إن الجملة مكتوبة أحرف فقط من غير نقط ☺ ☺ ☺

طيب دلوقتى بعد ما قريت الجملة المكتوبة فى الصورة التانية ، إطلع إقرأ المكتوب فى الصورة الأولى ، ساعتها هتكتشف إنها نفس الجملة ☺

طيب إيه اللى حصل؟ الجملة الأولى كانت الكلمات كلها ملزوقة فى بعضها وماكنش فى أى

مسافة تفصل ما بين كل كلمة والتانية ، لكن الجملة التانية بالرغم إن ماكنش فى نقط فوق الحروف لكن عرفت بسهولة تقراها لأن كان فى مسافة بين كل كلمة والتانية.

ده بالظبط اللى بيحصل فى العلاقات ، أحياناً كتيرة بيبقى يهمنا إننا "نحط النقط فوق الحروف" وكتير جداً بنسمع الجملة دى "إحنا لازم نقعد ونحط النقط فوق الحروف" بنسمع الجملة دى فى حياتنا سواء فى الشغل أو حياتنا الخاصة.

لكن الحقيقة مش هو ده أهم حاجة ، بدليل إن الجملة الأولى "النقط كانت فوق الحروف" لكن أنت معرفتش تقرأ الكلمات.

الحقيقى إن الأهم فى علاقاتنا هو المسافة المظبوطة بينك وبين الطرف الآخر ، هو ده الأهم لأن المسافات لما بتضيع بين العلاقات ، هنا بتبدأ المشاكل ، والمسافة دى مختلفة على حسب نوع العلاقة ، يعنى المسافة بينك وبين الناس اللى معاك فى الشغل أكيد مختلفة عن المسافة اللى بينك وبين عائلتك ، وبرضه مختلفة عن المسافة اللى بينك وبين شريك حياتك.

حتى نفسك ، لازم يكون بينك وبينها مسافة آمنة ، طبعاً أنت هتحس إنى فعلاً مجنون لما بقولك إن لازم يكون بينك وبين نفسك مسافة ، بس حقيقى

الموضوع ده مهم جداً ، مهم يكون بينك وبين ميولك اللى ممكن توقعك ، مسافة.

بينك وبين رغباتك الجامحة ، مسافة.

بينك وبين أفكارك السلبية ، مسافة.

مسافة تخليك تعيد التفكير فى الأمور ، وتخليك تبعد عن الأشياء اللى ممكن تأذيك حتى لو كنت بترغب فيها.

فى حاجة أخيرة عايز أقولكم عليها فى الموضوع ده ، وهى إن المسافة دى لازم تكون منطقية بمعنى متبقاش زيادة عن اللزوم ، زى الجملة اللى فى الصورة الجاية دى.

أ ن ك ن ت ل د ي ك ق د ر ة ع ل ى ق
ر ا ء ة ه ذ ه ا ل ك ل م ا ت ب ك ل س
ه و ل ة ف إ ن ك إ ن س ا ن ذ و ق و
ة م ل ا ح ظ ة ك ب ي ر ة

لو حاولت تقرأ المكتوب فى الصورة اللى فاتت دى مش هتعرف ، لأن المسافات هنا بقت غير منطقية ، مابقتش بتكون كلمات وبالتالى مبقتش بتكون جملة مفيدة.

وهى دى المشكلة اللى ممكن تقع فيها لو بالغت فى المسافات بينك وبين الآخرين ، وهى إنك ممكن تصبح شخص إنطوائى ومنغلق على نفسك.

المسافات الآمنة مهمة جداً فى حياتنا ، لما أنت بتسمح إن الناس تتخطاها ، بتبدأ تقع فى المشاكل ولما أنت بتزود المسافات دى زيادة عن اللزوم بتصبح شخص منغلق على ذاتك.

مهم تحدد كويس المسافات دى بحيث تكون آمنة لعلاقاتك المختلفة.

إختبار حساب

طالما عملنا إختبار قراءة فى الكتاب هنا ، يبقى ماينفعش نفوت تكملة الكتاب ده من غير ما نعمل إختبار حساب (رياضيات – Mathematics) ، أنا كتبتها بكل الطرق عشان محدش يعمل نفسه مش فاهم بتكلم عن إيه بالظبط ويحاول يهرب من الإختبار ده ☺

طيب هاتوا ورقة وقلم وحلوا المسألة البسيطة دى

$X = 3Y$ $X + Y = 8$ Find X & Y

إحنا فى المسألة اللى فاتت دى عايزين نوجد X,Y بناءاً على المعادلتين اللى فوق دى.

عامة ، أنا هسيبلكم مساحة فاضية هنا عشان تحلها ، وعامة أنا هحلها فى الصفحة الجاية ، بس حاول أنت لوحدك الأول ☺

الحل

$$X + Y = 8$$

$$(3Y) + Y = 8$$

$$4Y = 8$$

$$Y = 8/4$$

$$Y = 2$$

$$X = 3 * 2$$

$$X = 6$$

فى المثال اللى فات ده عرفنا نوجد X لما وجدنا Y اللى برضه عرفنا نوجدها عن طريق X ☺ ☺

ده بالظبط اللى بيحصلنا فى الحياة مع بعض الناس القليلة الموجودين فى حياتنا ، وهو إننا بنلاقى نفسنا بوجودهم فى حياتنا ، وكأنى وجدت ذاتى ونفسى (X) لما إتقابلت مع الناس دى (Y).

الناس دى هما اللى بينتشلونا من الضياع اللى بنبقى عايشين فيه لفترة من حياتنا ، الناس دى بيصالحونا على نفسنا وبيخلونا نقدر نقبلها بكل عيوبها ومميزاتها ، لأن الناس دى فى الأساس

قدروا يقبلونا بكل عيوبنا ومميزاتنا ، عشان كده قدروا يساعدونا على قبول نفسنا زى ما هى.

الأشخاص دى ممكن يكونوا حلوا معادلة حياتنا ، وكملوا الناقص اللى فينا.

الناس دى مش شرط بس نكون قابلناهم فى حياتنا الشخصية ، لكن كمان ممكن نكون قابلناهم فى حياتنا العملية ، فى الشغل ، وكانوا سبب لنضوج شخصيتنا وتطورها.

حقيقى يمكن يكونوا مش كتير فى حياتنا اللى ينطبق عليه الكلام ده ، لكن أكيد فى حياة كل واحد فينا هذا النوع من البشر ولو حتى قليلين ويتعدوا على الصوابع.

الناس دى وجودهم فى حياتك نعمة من الله ، المفروض تشكر الله عليهم.

والمفروض كمان لو أنت دلوقتى جه فى بالك حد وأنت بتقرأ الكلام ده ، يبقى إبعتله رسالة شكر دلوقتى ، وعبرله عن إمتنانك لوجوده فى حياتك.

☺ ☺ ☺

ما تيجوا نلعب مرة كمان

عمرك قست طولك قبل كده؟ يمكن كتير مننا مفكرش يعمل الموضوع ده ، ولا كان من ضمن إهتماماتنا ، بيتهيألى لو الصدفة سمحت بحاجة زى كده ، هنقيس طولنا ، لكن لو الصدفة مسمحتش ، مش هيبقى عندنا أى دافع إننا نسعى مخصوص إننا نقيس طولنا.

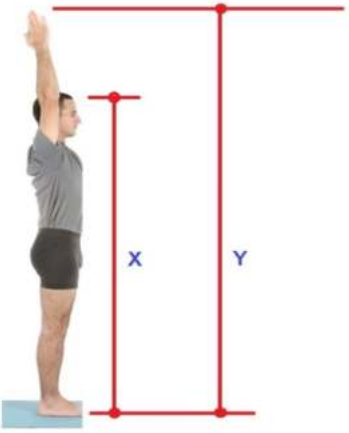
أنا عملت اللعبة دى كذا مرة فى المحاضرات اللى بديها ، والغريب إنى لاقيت قبول وفرحة غريبة من كل الناس إنهم عايزين يقيسوا طولهم ، الكل كان من جواه عايز يعمل كده ، حتى لو أظهر عكس كده عشان كان مكسوف أو محرج.

أنا إستعنت بمتر ليزر بنستخدموا فى شغل المواقع زى اللى باين فى الصورة كده.

وطلبت من كل واحد من الحاضرين إنه يقيس طوله ، تفتكروا قاسوا طولهم إزاى؟ وتفتكر لو أنت جاتلك الفرصة دى ، هتقيس طولك إزاى؟ أنت طبعاً مستغرب سؤالى ، صح؟

بيتهيألى إنك هتقولى ، "عادى جدا ، همسك المتر وهحطه عند أعلى نقطة فى راسى وهقيس لغاية الأرض"

برافو عليك ، هو فعلاً كل الناس عملت كده ، بس الحقيقة إن الناس كلها إنصدمت وحسوا إن أنا بغشهم لما مسكت المتر عشان أقيس طولى بعد ما كلهم قاسوا طولهم ، ولاقونى رفعت إيديا لأعلى نقطة تقدر توصلها إيديا ، وقست الطول ما بين أعلى نقطة وصلتلها إيديا وبين الأرض ، زى الصورة دى.



الصورة دى فيها مقاسين ، مقاس (X) زى الطريقة اللى قاس بيها كل الناس ، ومقاس (Y) زى الطريقة اللى أنا قست بيها. ومن الواضح إن (Y) أكبر بكتير من (X) ، وطبعا أنا فى اليوم ده طلعت أطول من أطول حد موجود ☺

أنا عايز أقولكم حاجتين من اللعبة دى :

أول حاجة ، إن كل واحد فينا جواه طاقات وإمكانيات هو لسه مكتشفهاش لغاية دلوقتى ، عندك قوة كبيرة كامنة جواك ، محتاج إنك تكتشفها وتطلعها للنور ، قوة وطاقة أكبر من اللى ظاهره ليك.

مين فين لما يبقى عايز يجيب حاجة من المطبقية بتاعة المطبخ ، بيرفع إيده لغاية مستوى راسه بس؟ ولا واحد ، مظبوط؟ كلنا بنرفع إيدينا لمستوى أعلى من مستوى راسنا عشان نطول الحاجة دى ، ومين فينا لما بييجى يشترى سلم ألوميتال ، بيشتريه على أساس الطول لغاية مستوى راسه؟ ، كلنا بنشتريه على أساس لما نقف عليه ونرفع إيدينا لفوق نطول الحاجة بكل سهولة.

عشان كده أنا بقولك إن أنت جواك طاقات وقوة وإمكانيات أكبر من اللى أنت تعرفها ، وأكبر من اللى تعرفه عن نفسك ، واللى يخليك تكتشف القوة

والطاقات دى ، إما حد يكون شايف فيك الحاجات دى زى مثلاً صديق قريب منك ، أبوك أو أمك ، أو مدير يكون أمين تجاهك ويشجعك على إكتشاف نفسك.

أو بقى إنك تتعرض لظروف صعبة وعسيرة ، تخرج من جواك كل الطاقة الكامنة فيك.

تانى حاجة عايز أقولهالك من اللعبة دى ، إن أنا لما قست نفسى رفعت إيديا لأعلى نقطة تقدر توصلها إيديا ، لكن فى نفس الوقت أنا كنت واقف عدل على رجلىَ زى الصورة كده ، وموقفتش على أطراف رجلىً عشان أزود الطول.

وهقولك أنا ليه معملتش كده ، عشان ساعتها هبقى واقف وأنا مش متزن ، وممكن بسهولة جداً أقع على الأرض ، وبالذات لو واقف على سلم ، لأن أنا هبقى جايب آخرى.

وهو ده الغرض التانى من اللعبة دى ، هو إنك أوعى تجيب آخرك فى شئ معين ، متخليش حاجة معينة تتعبك وتجيب آخرك فيها ، لأنك ساعتها هتبقى مش متزن ، وساعتها ممكن بسهولة جداً تقع وحياتك ممكن تتدمر.

بتعرف تقرأ؟

ماتقلقوش ، إحنا مش هنعمل إختبار قراءة تانى ولا حاجة ☺ ☺

بس زى ما قولتلكم فى أول الكتاب إن أنا واحد من محبى القراءة ، وإتعودت من سن مبكر (تقريباً من سن أولى إعدادى) إنى أقرأ يومياً قبل ما أنام بالليل.

أنا معرفش إيه سر إرتباطى الشديد بموضوع القراءة ده ، هـل يمكن لأنى إتعلمت أقرأ من سن مبكر ، أنا إتعلمت أستهجى الكلمات من سن أولى إبتدائى ، وبقيت بعرف أقرأ الجرائد من سن 2 إبتدائى تقريباً ، وكنت بنبسط أوى لما حد كبير يقولى "خد إقرالى المكتوب فى الجرنال" ☺

حتى لو أنا مش عارف سر إرتباطى بالقراءة ، لكن الشئ اللى متأكد منه ، هو إنى إتعلمت كتير من كل شئ قريته ، سواء كتب قصصية ، أو كتب علم نفس ، أو كتب فلسفة ، كتب دينية ، كتب إدارة ، أو حتى الكتب اللى قريتها فى الهندسة بشكل عام سواء أثناء الدراسة ، أو الكتب اللى تخص الشغل والمجال اللى شغال فيه.

والحقيقة إنى مش بس إتعلمت كتير من الكتب دى ، لكن كمان الكتب دى أثرت فى شخصيتى ، وخلت عندى نوع آخر من النضوج ، ونوع آخر من الفكر ، وفتحت مداركى.

"إقرأ" ، هو أول أمر مذكور فى القرآن الكريم ، إتذكر حتى قبل أى شئ تانى ، وأعتقد إن ده دليل على أهمية القراءة للإنسان ، وإنها أد إيه بتنمى شخصيته وبتطورها وبتنمى معرفته ومداركه.

مفهوم القراءة بالنسبالى بقى أعمق بكتير من مجرد القراءة اللى إحنا نعرفها ، اللى هى قراءة الكتب.

الموضوع بالنسبالى دلوقتى هو إسلوب حياة ، بمعنى إنى إستفدت من القراءة لدرجة إنى بدأت أتعلم كمان إنى أقرأ المواقف ، أقرأ الأحداث اللى بتحصل قدامى، إنى أقرأ الأشخاص.

يمكن يكون الكلام ده غريب وجديد على أذهانكم ، لكن حقيقى القراءة بتعمل كده ، بتنمى وتطور شخصيتك ، وبتخليك قادر إنك تعرف تقرأ الناس اللى حواليك وتقرأ كمان اللى بيحصل حواليك.

فى جملة مشهورة بتقول إنك "تقرأ ما بين السطور" ، بمعنى إنك تقرأ ما هو خفى ومش ظاهر للناس العاديين.

الحقيقى إن القراءة تقدر تخليك تعمل كده ، تخليك تقدر تتعرف بسهولة على اللى "ما بين السطور" اللى غيرك يمكن يكون مش واخد باله منه.

فى عيد ميلادى الأربعين ، جاتلى هدية من أحد الأشخاص اللى شغالين معايا ، الهدية دى عبارة عن قلم محفور عليه خصيصاً الجملة دى :

"BEST LEADER"

الحقيقى إن يمكن الناس اللى شغالين معايا شايفنى كده ، بس الحقيقى برضه إن واحدة من الحاجات اللى خلتنى كده هى القراءة الكتيرة.

أنادايماً بقول لنفسى الجملة دى :

"To be BEST LEADER, you shall be BEST READER"

بمعنى إن عشان تكون قائد كويس ، لازم تكون قارئ كويس ☺ ☺

BEST LEADER

ما تيجوا نلعب لعبة أخيرة

اللعبة دى محتاجة فريقين أو على الأقل شخصين ، وبعدين نقطع ورقتين ونكتب فى كل ورقة الرقم (6) بالإنجليزى زى الصورتين دول كده.

بس لما نيجى نوزع الورق على الفريقين ، نشقلب ورقة من الورقتين ونديها لفريق منهم ، زى الصورة دى كده.

وبعدين نسأل كل فريق منهم ، الرقم اللى معاك كام؟

فى فريق هيجاوب إن الرقم اللى معاه هو رقم (6) لكن الفريق اللى شقلبنا ورقته هيجاوب إن الرقم اللى معاه هو رقم (9).

تفتكروا مين فيهم إجابته صح ، ومين فيهم غلط؟

ماتتسرعش فى الإجابة ، لأن لو السؤال اللى فات مبنى على اللى شايفه كل فريق ، يبقى الفريقين إجابتهم صح.

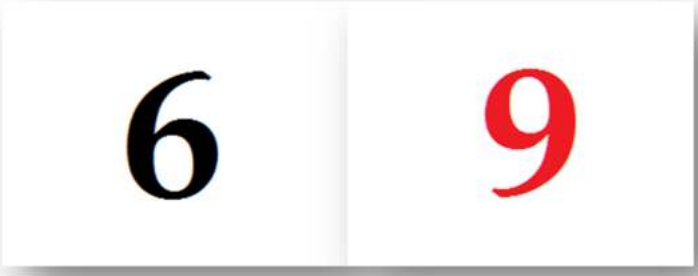
لكن لو السؤال اللى فات مبنى على اللى كتبناه فى الأساس قبل ما نشقلب أى ورقة ، يبقى الفريق اللى جاوب وقال إن الرقم هو (6) ، يبقى هو الفريق اللى إجابته صح.

طبعاً أنا عارف إن كتير منكم هيقولى إحنا عارفين اللعبة دى قبل كده ، إيه الجديد يعنى فى الموضوع؟

طيب ما تتسرعش عشان اللعبة لسه هتبدأ ☺ ☺

دلوقتى بقى هنخلى كل فريق يمسك الورقة بتاعته زى ما إستلمها ويقف جنب الفريق التانى.

يعنى بمعنى آخر إننا نحط الورقتين جنب بعض ونلزقهم فى بعض بحيث يبقوا أكنهم ورقة واحدة زى الصورة دى بالظبط.

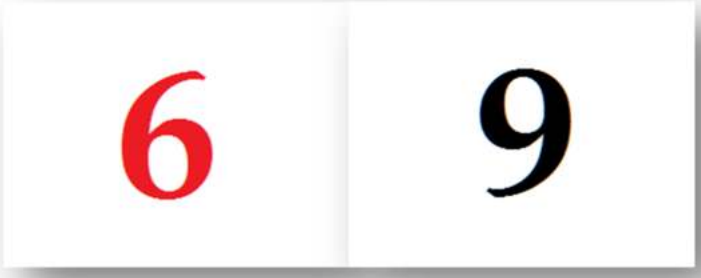


دلوقتى بقى نخلى كل فريق يقرأ الرقم المكتوب ، هنا بقى الكل هيجتمع إن الرقم هو (69).

طيب لو شقلبنا الورقتين بس وهما ملزوقين فى بعض كده ، تفتكروا هيبقى الرقم كام؟

حاول تجاوب الأول قبل ما تعرف الإجابة من الصورة الجاية.

أعتقد إن فى ناس كتير منكم جاوبوا وقالوا إن الرقم هيبقى (96) ، طيب ما تيجوا نشوف ☺



الحقيقة إننا لما شقلبنا الورقتين لما كانوا ملزوقين فى بعض ، الرقم فضل زى ما هو (69) وماتغيرش ولا حاجة ☺

ده لأن رقم (9) لما راح هناك بقى (6) ، والعكس صحيح ، رقم (6) لما غير مكانه بقى (9) ☺ ☺

أنا عايز أقولكم على حاجتين فى الموضوع ده :

أول حاجة هو إن مفيش حد فينا يمتلك الحقيقة كاملة ، كل واحد فينا يمتلك جزء من الحقيقة ، عشان كده دايماً المشكلة اللى بنقابلها هو إن كل واحد فينا شايف للأسف إن هو الوحيد اللى صح وباقى الناس غلط.

تانى حاجة بقى وهى الأهم ، إن لو كل واحد فينا حط نفسه مكان الطرف التانى وشاف الموضوع من منظور ووجهة نظر الطرف الآخر ساعتها بس هيشوف الموضوع كله من كل زواياه وساعتها هيقدر يشوف الحقيقة كاملة ، وساعتها هتبقى الحقيقة واضحة ومهما شقلبنا الأمور هتفضل الحقيقة زى ما هى لأننا هنكون خدنا كل الآراء والأفكار المختلفة فى إعتبارنا.

أنت لا تملك الحقيقة كاملة ، أنت تملك جزء منها والرأى الآخر المختلف عنك يملك بقيتها.

Recycle Bin

فى أوائل التسعينات لما إستعملت الكمبيوتر لأول مرة فى حياتى ، إنبهرت به جداً وإنبهرت بالتكنولوجيا اللى كانت موجودة وقتها ، لكن يعتبر من أكتر الحاجات اللى عجبتنى ساعتها هى Recycle Bin ، يمكن أنت ممكن تستغربنى دلوقتى ، لكن وقتها كان الموضوع مبهر حقيقى لأن فكرة إنك ممكن ترجع حاجة مسحتها ، كانت فكرة مبهرة فى الزمن ده ☺ ☺

طيب أنا عايز نلعب لعبة بسيطة سوا ، وهى إنك تفتح الـ Recycle Bin الموجودة على جهاز الكمبيوتر بتاعك وإمسح كل اللى جواها ، بس طبعاً بعد ما تتأكد الأول إنك مش عايز أى ملف موجود جواها.

بعد ما تعمل كده ، إقفل الـ Recycle Bin ، ساعتها هتلاقى شكلها بقى عامل زى الصورة دى.

طيب دلوقتى بقى أنا عايزك تفتح ملف Word جديد ، وماتكتبش فيه حاجة خالص وبعدين إقفله ، وبعد كده إمسحه ، ساعتها هتلاقى صورة الـ Recycle Bin بقت بالشكل ده.

لو دققت كويس فى الصورة هتلاحظ إن الـ Recycle Bin بقت مليانة على الآخر ، مع إنك مسحت ملف واحد بس ، وتانى حاجة كمان الملف ده كان أصلاً فاضى !!!

الحقيقة – وللأسف – إننا بنقابل ناس فى حياتنا قلوبهم عاملة زى الـ Recycle Bin ، فجأة تلاقى قلوبهم بقت مليانة من ناحيتك دون أى أسباب معروفة.

الحقيقى إن الناس دى بيبقوا مصدر طاقة سلبية موجودة فى حياتك.

الموضوع ده فكرنى بقصة يمكن مش كتير مننا يعرفها ، وهى قصة الزارع اللى خرج عشان يزرع أرضه ، لكن وهو فى الطريق سقطت بعض الحبوب على بعض الأماكن ، من ضمنها أماكن كانت حجرية ، يعنى مفيهاش تربة ، لكن الحبوب اللى وقعت فى الأماكن الحجرية دى طلعت زرع بسرعة ، لكن لما الشمس طلعت ، الزرع ده إتحرق ومات لأنه ماكنش له أصل أو بمعنى أدق عمق ، أو تربة خصبة.

عشان كده إحنا كمان ممكن يكون فى حياتنا أشخاص تربطنا بيهم علاقة عميقة من طرفنا إحنا بس ، لكن هما ممكن يكونوا لأ.

أنا فى الموضوع ده بالذات مش هقدر أنصحك بنصيحة معينة ، لأن الموضوع ده بيختلف من شخص لشخص ، لكن أنا هنا زى ما قولتلك فى مقدمة الكتاب إنى ممكن الأمثلة اللى موجودة فى الكتاب ده تفسر لك بعض الحاجات اللى بتقابلها فى حياتك مع بعض الناس وأنت ممكن تبقى مش فاهم بالظبط إيه اللى بيحصل.

بس لو أنت عايز تعرف خبرتى الشخصية فى الموضوع ده ، أنا هقولك ، أنا عن نفسى مراراً وتكراراً حاولت كذا مرة أنضف اللى موجود جوه الـ Recycle Bin وكذا مرة أقعد مع الأشخاص اللى من النوع ده وأتعاتب معاهم عن طريقة تصرفاتهم الغريبة والموضوع ينتهى بسلام لأنى كنت كل مرة بآجى على نفسى فى سبيل الإحتفاظ بالأشخاص دى فى حياتى ، لكن مع الوقت حسيت إنى تحملت كتير وإنى جبت آخرى (زى ما وضحتلك قبل كده فى لعبة المتر الليزر) ، عشان كده قررت إنى مش هكمل بنفس الطريقة فى العلاقة مع الأشخاص دى.

اللى عليك دلوقتى هو إنك تفكر وتحدد مين من الناس اللى تعرفهم فى حياتك ، قلبه عامل زى الـ Recycle Bin ، ساعتها بس أنت وحدك اللى تقدر تقرر صورة اللى جاى بينكم.

ما بين المطرقة والسندان

زمان أووى سنة 1995 لما كنت بدرس فى مدرسة الصنايع ، كان عندى يوم كامل كل إسبوع بندخل فيه ورشة من الورش وبنقضى طول اليوم بنتعلم حاجات كتيرة وبنشتغل فى الورشة ، وطبعاً طبيعة اللى بنشتغله بيبقى له علاقة بالورشة اللى بندخلها.

وكان كل فترة ندخل ورشة مختلفة نتعلم فيها حاجات مختلفة ، مرة ورشة خراطة ، مرة ورشة كهرباء ، مرة ورشة سيارات ، وهكذا.

مرة بقى دخلنا ورشة الحدادة ، وعرفونا ساعتها على حاجة إسمها (سندان) وبعدين وزعوا على كل واحد فينا (مطرقة) ، زى اللى فى الصورة كده.

وبعدين إدوا لكل واحد فينا سيخ طوله متر ، وكان على شكل مربع ، زى اللى باين فى الصورة.

وطلبوا مننا إننا نحول الشكل الرباعى ده إلى شكل ثمانى عن طريق وضعها على السندان ثم الطرق عليها.

وفعلاً كل واحد فينا بدأ يضرب بالمطرقة على أحرف السيخ ده عشان نحوله لشكل ثمانى (الحمد لله إنى مش من الجيل الحالى ، وإلا كان ممكن يدونا قطعة شغل ويقولولنا حولوا القطعة دى من بوز الإخس إلى بوز البطة ☺ ☺ ☺).

وفعلاً بعد مجهود كبير ، بدأت قطعة الشغل دى تتشكل وتتحول من الشكل المربع للشكل الثمانى ، وحقيقى الواحد ساعتها إنبسط إنه عرف يعيد تشكيل القطعة دى ☺

ده بالظبط اللى بيحصل لكل مدير موجود فى مسئولية معينة ، بيبقى عامل كده زى قطعة الشغل ، محطوط (ما بين المطرقة والسندان).

دايماً عنده تعليمات من الإدارة العليا (المطرقة) ، ودايماً عنده طلبات ورغبات من الموظفين المسئول عن إدارتهم (السندان).

دايماً بيحاول ينفذ تعليمات الشركة بحيث يطلع أكبر قدر من الشغل من الموظفين اللى مسئول عنهم ، لكن فى نفس الوقت مطلوب منه إنه يراعى طلباتهم وإحتياجاتهم.

والموضوع ده أحياناً كتيرة بيكون مش سهل ، لأنك لازم تراعى حق المنشأة اللى أنت شغال فيها بس فى نفس الوقت لازم تراعى حقوق الناس اللى مسئول عن شغلهم.

الموضوع ده مرهق ومتعب لأقصى درجة ، وكتير من الأحيان بييجى على حساب أعصاب وقدرة تحمل الشخص ده ، بالذات لو الشخص ده عنده أمانة تجاه الطرفين.

لكن الحقيقة إن الشئ الإيجابى فى الموضوع ، إن شخصيته بتتشكل من جديد ، بيصبح شخص مختلف ، شخص قادر على التفكير خارج الصندوق عشان يحاول يلاقى حلول يراعى فيها حق الشركة ، وفى نفس الوقت يرضى الناس اللى شغالين معاه.

لو أنت مدير فى مكان ما ، إعرف إنك هتتحط "ما بين المطرقة والسندان" ، إعرف إنك هتتعب وهتتألم كتير ، بالذات لو أنت شخص أمين.

إعرف إنك هتعانى من الطرفين ، وإعرف إن بالك هيفضل دايماً مشغول ، وإنك هتفضل تعمل فى تباديل وتوافيق عشان توصل لأنسب طريقة تطلع بيها شغل من الناس اللى شغالين معاك وفى نفس الوقت يكونوا مرضيين.

لكن رغم كل ده ، إعرف كمان إن شخصيتك هتتشكل من أول وجديد ، وبعد مرور السنين هتكتشف إنك بقيت شخص مختلف ، شخص تانى خالص ، شخص عنده كمية نضوج أكبر ، شخص قادر على حل المشكلات وإدارة الأزمات شخص غير اللى كنت تعرفه زمان ☺ ☺

بتعرف تكوى؟

يا ترى كام واحد فيكم بيعرف يكوى الهدوم كويس؟

طيب لما بتيجى تكوى الهدوم بتعمل إيه بالظبط؟ أنا عايزك تفتكر مع نفسك كل الخطوات بالتفصيل.

طيب إيه رأيك لو إديتك هدوم زى اللى فى الصور دى عشان تكويها ، تفتكر هتبقى سهلة ولا صعبة وأنت بتكويها؟

طبعاً أنت هتقولى إنهم سهلين جداً ، وفعلاً هما سهلين وتقدر تكويهم بكل سهولة ، وبمجرد ما تفردهم على ترابيزة المكواه هتبدأ تمشى عليهم بالمكواه وبسرعة وبسهولة هتكويهم.

طيب لو إديتك بقى هدوم زى اللى فى الصور دى هتعمل إيه؟

فى منكم اللى هيشوفهم سهلين ، لكن فى منكم اللى هيقرر إنه يوديهم للمكوجى ☺ ☺

الحقيقة إنك لو حبيت تكوى البلوزات اللى فاتت ، فأنت لازم تآخد بالك كويس من كل الخطوط الموجودة فيهم وتحاول تفرد البلوزة مرة فى

الإتجاه دى ، ومرة تانية فى إتجاه تانى ، وهكذا عشان تقدر تكويها كويس وتطلع مظبوطة ، لإنهم مختلفين تماماً عن المجموعة الأولى.

ولو أنت حاولت تكويهم بنفس الطريقة اللى كويت بيها المجموعة الأولى هتلاقيهم إتكسروا والخطوط اللى فيهم ضاعت وبقى شكلهم وحش.

بمعنى إنك لو ماكونتش أدركت الإختلاف بين المجموعتين ، وكنت إتعاملت مع المجموعة التانية زى المجموعة الأولى ، كنت أكيد بوظت المجموعة التانية.

ده بالظبط اللى بيحصل فى الحياة لما مانعرفش ندرك ونقبل إختلافات بعض ، ويمكن يكون أغلب المشاكل اللى بنواجهها فى حياتنا سببها عدم قبول الآخر المختلف عنى فى الفكر ، أو فى الآراء أو وجهات النظر.

عدم قبول الآخر المختلف عنى فى الشكل أو اللون أو الدين أو الوظيفة أو الطبع أو .....

كل واحد فينا بيبقى عايز الناس تقبله زى ما هو ، تقبله بمميزاته وعيوبه ، تقبله حتى لو مختلف عنهم فى بعض الأشياء والأمور.

لكن اللى أنت مش واخد بالك منه ، إن الآخر المختلف عنك فى بعض الأمور ، هو كمان بيبقى عايزك تقبله زى ما هو ، بإختلافاته.

ونفضل كلنا نلف فى دائرة مفرغة ، ونفضل كلنا ندور على حد يقبلنا زى ما إحنا بإختلافاتنا ، ومحدش فينا بيآخد الخطوة ويبادر تجاه إنه هو اللى يبدأ بقبول الآخر المختلف عنه.

على الفيسبوك فى حاجة مشهورة وكلنا ظهرت لنا إسمها "People You May Know" هى عبارة عن تخمينات لناس ممكن تكون تعرفهم ، بس السؤال هنا هو إزاى الفيسبوك بيخمن الناس دى؟

الحقيقى إنك لو ركزت شوية هتلاقى إن أغلبية الناس دى بيبقى فى عامل مشترك وهو إما صديق مشترك ، أو إنه درس معاك فى نفس الجامعة ، أو أنت ممكن تكون قابلت الشخص ده وسجلت رقمه على موبايلك ، أو إفتراضات تانية كتيرة.

الحقيقة بقى إننا فى العالم الإفتراضى "فيسبوك" كلنا بنقبل بعض على الفيسبوك وبنبعت لبعض "Friend Request" مع إن العامل المشترك ممكن يكون حاجة واحدة.

لكن إحنا للأسف فى العالم الحقيقى مابنعرفش نقبل بعض ولا إختلافات بعض ، رغم إن ممكن تبقى فى حاجات كتيرة مشتركة وحاجة واحدة بس أو حاجات قليلة وبسيطة اللى فيها إختلاف.

عداد الضغط

أنا شغال فى مجال إطفاء الحريق زى ما ذكرت فى المقدمة قبل كده ، وإحنا فى المجال ده بنركب شبكة مواسير ، والمواسير دى بتبقى طول الوقت مليانة مياه ومضغوطة بحيث بتبقى جاهزة عشان – لا قدر الله – لو حصل حريقة نقدر نطفيها على طول.

وطبعاً عشان نقدر نخلى المواسير دى مليانة مياه طول الوقت ومضغوطة ، لازم بعد ما نخلص تركيب المواسير نعمل إختبار ضغط عشان نتأكد إن مفيش أى تسريب من شبكة المواسير وبالتالى نقدر بعد كده نملى شبكة المواسير دى بالمياه ونسيبها مضغوطة طول الوقت.

فى إختبار الضغط ده بنستخدم عداد ضغط ، عشان يساعدنا نقرأ الضغط اللى جوه المواسير ، زى اللى موجود فى الصورة دى.

المهم بقى فى الموضوع ده إن أنت عشان تعرف تآخد القراءة المظبوطة للعداد ، لازم تقف قدامه بالظبط عشان تبقى القراءة صحيحة.

لكن لو وقفت بزاوية شوية يمين العداد ، ساعتها هتقرأ قيمة أكبر من القيمة الحقيقية ، ولو وقفت بزاوية شوية شمال العداد ، ساعتها هتقرأ قيمة أقل من القيمة الحقيقية.

ده بالظبط اللى بيحصل معانا فى الحياة ، ممكن نقابل ناس تشوفنا بقيمة أقل من قيمتنا الحقيقية ، وممكن برضه نقابل ناس تشوفنا بقيمة أكبر من قيمتنا الحقيقية.

الحقيقى إن قيمتك الحقيقية هى جواك ، وأنت الوحيد اللى تقدر تحددها مش الناس.

عشان كده بلاش تتأثر بآراء الناس فيك ، وبلاش تهتم الناس شايفاك إزاى ، وإيه هى صورتك فى عيونهم.

بلاش تطير فى السما من مدح الناس الإيجابى فيك ، وكمان بلاش تقع لسابع أرض من ذمهم فيك.

هما إتنين بس مفيش غيرهم اللى يهمك صورتك قدامهم ، أنت والله ، فقط لا غير.

لو حسيت فى يوم من الأيام إن صورتك إتهزت قدام نفسك ، أو إتهزت قدام ربنا ، يبقى ساعتها بس إعرف إن فى مشكلة حقيقية ، وساعتها بس يبقى لازم تشتغل على نفسك عشان تقوم من تانى وترجع صورتك اللى ترضيك قدام نفسك.

أنت الوحيد اللى ليك الحق فى الحكم على نفسك وإنك تقيمها وتقومها لو محتاجة تقويم.

موتور المياه

فى أغلبية بيوتنا القديمة ، كان بيبقى عندنا موتور مياه متركب فى الدور الأرضى عشان يقدر يوصل المياه للأدوار العليا.

وكتير مننا سمع جملة "الموتور ده كذا حصان" ، ده معناه قدرة الموتور ، وأكيد كل ما عدد الأحصنة زاد ، كل ما كان الموتور ده أقوى ، وبالتالى يقدر يوصل المياه لمسافة أكبر وأعلى.

لكن الحقيقى إن فى حاجة مش كتير من الناس يعرفوها ، وهو يعتبر المسئول الأول عن توصيل المياه لمسافة أكبر وأعلى ، وهو "الضغط".

والتعريف الهندسى بكل بساطة للضغط هو "القوة على المساحة" ، زى المكتوب فى الصورة دى

$$P = \frac{F}{A}$$

P = pressure
F = force
A = area

معنى كده إن كل ما زاد الضغط ، كل ما زادت وكبرت المسافة اللى يقدر يطلع بيها لفوق.

ده بالظبط شبه اللى بيحصلنا فى الحياة ، كل ما كان الضغوط اللى نتعرض لها أكبر ، كل ما قوة تحملنا بتبقى أكبر ، وكل ما نقدر نوصل لمكانة أعلى.

كتير مننا بيرفض الضغط اللى بيتعرض له ، ومش بسهولة بنقدر نقبله ، وده طبيعى مفيهوش مشكلة ، لكن المهم إننا لازم نتعلم إزاى نتعامل مع الضغوط لأنها حقيقى بتساعدنا نوصل لمكان ومكانة أكبر.

الموضوع ده شبه كده إستخراج البترول والمعادن الثمينة من باطن الأرض ، الطاقات دى عشان نقدر نخرجها من باطن الأرض ، لازم نحفر لأعماق كبيرة داخل باطن الأرض.

إحنا كمان جوانا طاقات كبيرة وثمينة ، وعشان تطلع للنور لازم يتحفر جوانا ، لازم نتعرض للضغوط ، عشان هى دى اللى هتساعد إن كل الطاقات دى تظهر.

وساعتها هنتفاجئ من نفسنا ، وهنتفاجئ من كل القوة والطاقة اللى كانات مدفونة جوانا دى ☺

الموضوع ده كمان شبه الزرع ، أنت عشان تزرع أى حاجة ، بتجيب البذرة الأول وتدفنها فى التراب ، بتحطها فى عمق فى الطين ، لكن بعد كده ، البذرة دى بتطلع من الطين وبتكبر وبتبقى شجرة كبيرة ☺

إفتكر دايماً الجملة دى :

"لن تنمو وتثمر ، إن لم تنغرس فى الطين أولاً"

☺☺☺

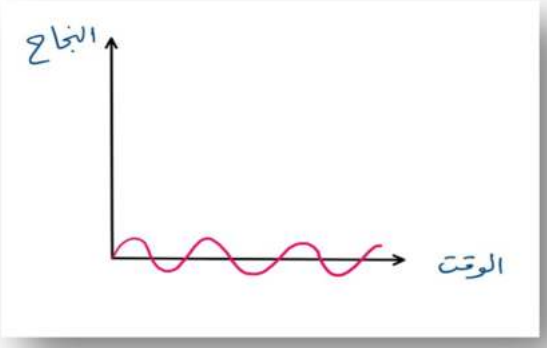
يا فاشل يا فاشل يا فاشل

لما دخلنا المدرسة بدأنا نسمع جملة "ذاكر كويس عشان تنجح وتجيب مجموع" ، وبرضه سمعنا جملة "لو مذاكرتش هتبقى فاشل زى فلان" ، ومن ساعتها وإحنا بقينا بنجرى ورا النجاح وبقينا بنهرب من الفشل وأحياناً كتيرة بنخاف منه كمان زى كده "كريم عبد العزيز" فى فيلم "الباشا تلميذ" لما كان بيتضايق من كلمة "يا فاشل يا فاشل يا فاشل".

أغلبيتنا بيحس إننا من ساعتها ، دخلنا فى صراع دائم بين الفشل والنجاح ، وبقى الموضوع مش بس مرتبط بالمدرسة والدراسة ، لأ دا بقى مرتبط بالحياة بشكل عام ، فى العلاقات ، فى الشغل ، فى كل مكان وزمان.

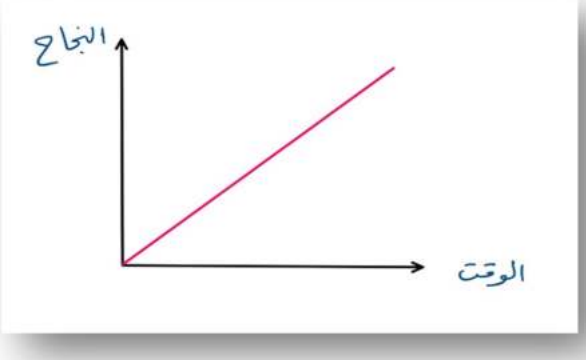
طيب لو فكرنا نستخدم لغة الهندسة فى عمل رسم بيانى Diagram يوضح شكل الشخص الفاشل ، تفتكروا هيبقى عامل إزاى؟

بيتهيألى ممكن يبقى عامل زى الصورة دى



زى ما هو باين فى الصورة دى ، إن الوقت بيمر لكن مفيش أى معدل للنجاح ، دايماً طالع نازل دون تحقيق أى نجاح يُذكر.

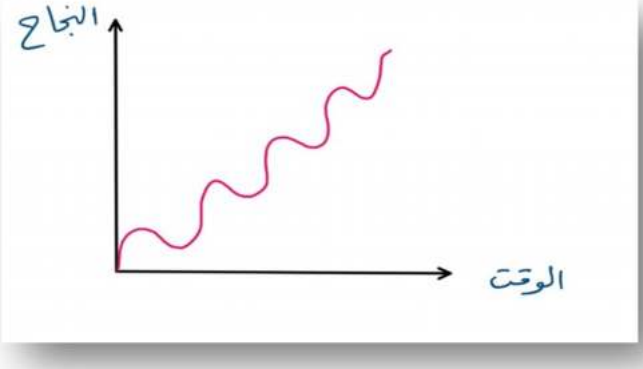
طيب لو فكرنا برضه نرسم Diagram نوضح فيه الشخص الناجح ، بيتهيألى هيبقى عامل زى الصورة دى



زى ما هو باين فى الصورة كده ، إن فى نجاح مستمر مع مرور الوقت.

بس الحقيقة إن الرسم البيانى السابق بتاع الشخص الناجح مش مظبوط ، لأن على أرض الواقع مفيش حد فينا يقدر يعمل كده طول الوقت ، مفيش حد فينا مبيفشلش ، مفيش حد فينا مبيغلطش.

عشان كده لو فكرنا نرسم Diagram يوضح الصورة الحقيقية (من وجهة نظرى) للشخص الناجح ، هتبقى زى الصورة دى



زى ما هو باين فى الصورة ، إن الشخص ده مع مرور الوقت بيقع ويقوم وبعدين يرجع يقع وبعدين يقوم وهكذا ، بس الحقيقة إنه بيتعلم من أخطائه ، عشان كده أخطائه بتديله دفعة لقدام وبالتالى هو بينجح مع مرور الوقت.

الحقيقة إننا كلنا بنمر بأوقات فشل فى حياتنا ، أوقات ضعف ، أوقات إحباط ، أوقات سقوط ، لكن المهم إننا نتعلم من فشلنا ، نتعلم من سقطاتنا وساعتها بس هيبقى الفشل والسقوط هما مصدر نجاحنا.

أنا شخصياً مريت بسقطات ووقعات كتير فى حياتى ، لكن الحقيقة كنت بحس إنى كل مرة بقوم أقوى من الأول ، وحقيقى كنت بحس إنى كل مرة بتعلم حاجة جديدة من سقطاتى دى وبكتسب خبرة مختلفة فى الحياة ، عشان كده أنا مش بخاف من الفشل ، بالعكس أنا بحس إنى بتعلم منه وبيخلينى أقوى وبيخلينى أطلع لقدام.

الموضوع عامل كده زى النطاطة اللى فى الصورة دى

كل ما تقع عليها بقوة أكبر ، كل ما ترفعك لفوق أكتر ، وهو ده اللى بحسه من سقطاتى ، حتى لو وقعت وكانت وقعتى قوية وكبيرة ، بقوم برضه بقوة أكبر وبتعلم درس أكبر فى الحياة.

عشان كده أنا دايماً بحس إن الفشل هو معلمى فى الحياة ، وإن مصدر قوتى ونجاحى هو فشلى ☺

و زى ما "الصبر مفتاح الفرج" كمان ممكن يبقى

"الفشل مفتاح النجاح"

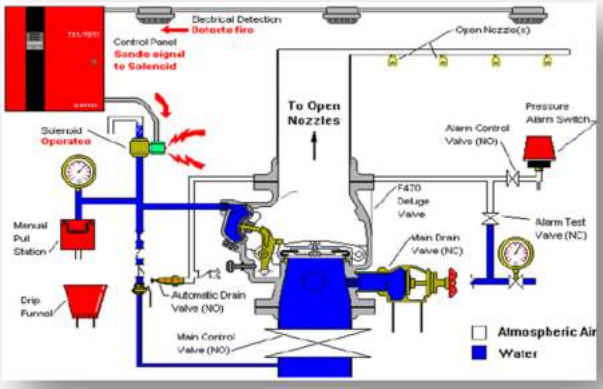
Deluge Valve

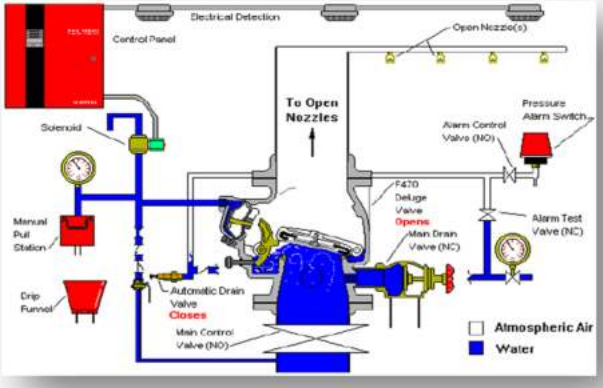
فى مجال إطفاء الحريق اللى أنا شغال فيه ، بيبقى عندنا شبكة إطفاء حريق عبارة عن مجموعة من المحابس والمواسير ورشاشات المياه ، والمواسير دى بتبقى مليانة مياه طوال الوقت ومضغوطة زى ما قولتلكم قبل كده ، ووقت الحريق ، الرشاشات دى بتفتح أوتوماتيك وبتنزل مياه وتطفى الحريقة.

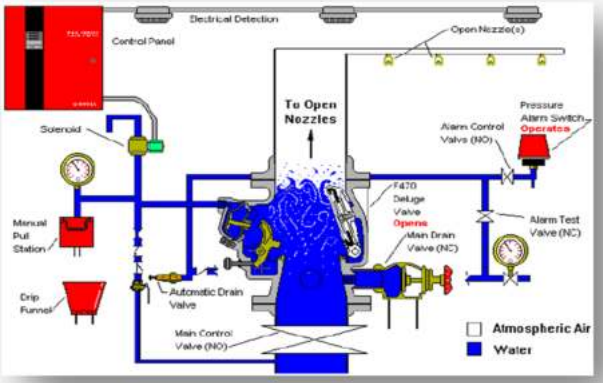
لكن أحياناً تانية فى بعض التطبيقات بنبقى محتاجين شبكة مواسير جافة (Dry) بمعنى إنها تكون فاضية ومفيهاش مياه ، لكن وقت الحريق لازم تتملى بالمياه بطريقة أوتوماتيك وتنزل المياة دى من خلال الرشاشات.

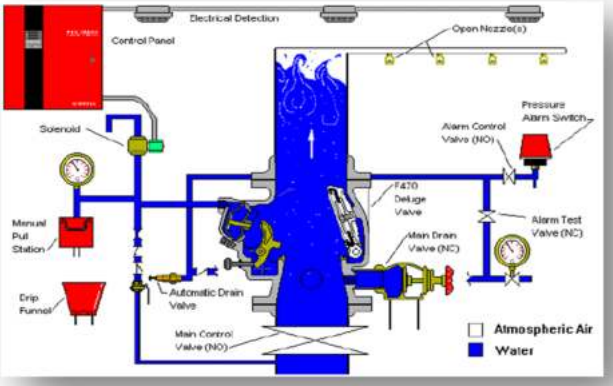
فى النوع ده من التطبيقات بنستخدم محبس إسمه محبس ديلوج "Deluge Valve" والترجمة الحرفية للإسم ده معناها "محبس غمر" لأن المحبس ده بيكون قبله مليان مياه ، وبعده فاضى ، ووقت الحريق ، المحبس ده بيفتح أوتوماتيك ويعدى المياه للمواسير اللى راكبه بعديه وبيغمر المكان كله بالمياه.

هسيبلكم شوية صور توضح الموضوع أكتر من كده.









الموضوع ده عكس الجملة الشهيرة اللى بتقول إن "البُعد جفا" لأن مش شرط إن لو بقالك كتير ماشوفتش ولا إتكلمت مع حد معين من الأشخاص اللى كانوا موجودين فى حياتك ، يبقى بينكم نوع

من الجفا ، زى ما أنت متوقع ، بالعكس أنت ممكن لو تواصلت مع أحد الأشخاص دى تتفاجئ من ترحابه بمكالمتك وإنه أد إيه هو سعيد ومبسوط إنكم رجعتوا تتكلموا تانى ، وممكن كمان لو محتاج منه مساعدة ، تلاقيه واقف جنبك وبيغمرك بمساعدته ، زى كده لما محبس الديلوج بيغمر كل المكان وقت الخطر والحريق.

لو أنت بقالك كتير ماتكلمتش مع حد معين فى حياتك ، وحسيت إنك عايز تكلمه بعد ما قريت الكلام ده ، يبقى ماتتأخرش فى الخطوة دى ، وقوم كلمه دلوقتى ، إذ ربما ترجع علاقة جميلة كانت موجودة بينكم فى يوم من الأيام.

وبرضه أنت كمان لو حد تواصل معاك بعد فترة كبيرة من إنقطاع التواصل بينكم ، إعمل كده ، يمكن ترجع علاقتكم قوية زى الأول.

تعرف إيه عن الـ UPS ؟

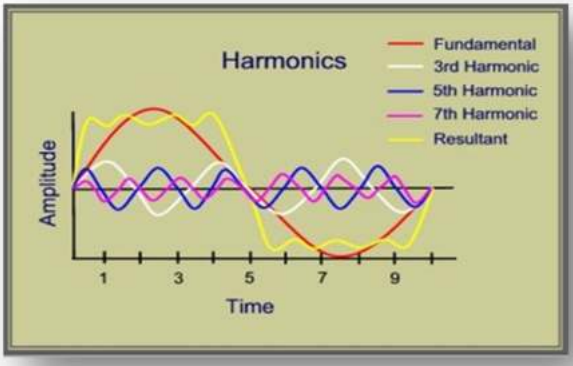
كتير مننا يمكن أول مرة يسمع عن الـ UPS وكتير برضه ممكن يفتكر إن ده مدخل الفلاشة فى أجهزة الكمبيوتر ، بس الحقيقة لأ ، التانى إسمه USB لكن ده إسمه UPS وهو إختصار "Uninterruptible Power Supply" ومعناه مصدر كهرباء غير منقطع.

بس قبل ما أتكلم عن الـ UPS ومكوناته الداخلية الأساسية ، كنت عايز أعرفكم الفرق بين حاجتين دايماً بنسمع عنهم وهما AC و DC .

معلش هو الموضوع قد يبدو هندسى بحت وسخيف بس إستحملونى وكملوا قراءة للآخر.

الكهرباء الموجودة عندنا فى البيت فى برايز الكهرباء هى من النوع AC وهى إختصار "Alternating Current" بمعنى التيار المتردد.

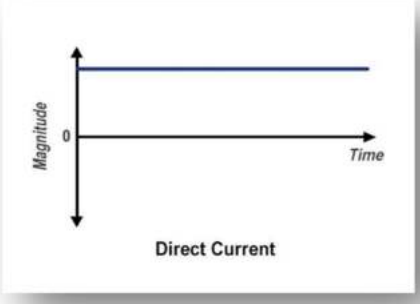
هسيبلكم صورة توضح شكل النوع ده من الكهرباء.



زى ما هو باين فى الصورة كده إن الموجات دى عبارة عن ترددات تحتوى على حاجة إسمها Harmonics واللى بنعتبرها كمهندسين كهرباء إنها موجات مشوهه أو أحياناً بنسميها مجازاً شوائب.

بينما بقى النوع التانى من الكهرباء إسمه DC وهو إختصار "Direct Current" بمعنى التيار المستمر.

هسيبلكم صورة توضح النوع ده من الكهرباء.



زى ما هو باين من الصورة كده إن التيار المستمر خالى تماماًتقريباً من أى شوائب.

الحاجة التانية اللى عايزكم تعرفوها هى إن كل الأجهزة الإلكترونية زى الكمبيوتر وخلافه ، جواها دائرة بتحول الـ AC اللى موجودة فى فيش الكهرباء إلى DC لأن لو التيار المتردد دخل على طول على أى مكونات إلكترونية هتتحرق وهتفرقع.

معلش هو الموضوع زى ما قولتلكم طويل وسخيف شويتين بس إستحملونى للآخر.

الحاجة الأخيرة بقى اللى عايزكم تعرفوها قبل ما نتكلم عن الـ UPS ، هى إن نقل الكهرباء من مكان لمكان اللى بيتم عن طريق أبراج الكهرباء بيكون فى صورة AC لكن لو عايزين نخزن كهرباء ، أيوه إحنا بنعرف نخزن كهرباء ، مستغرب ليه ، إحنا فعلاً بنخزن كهرباء فى صورة DC زى كده بطاريات الموبايل اللى حضرتك ماسكه فى إيدك طول الوقت ، دى متخزن فيها كهرباء DC .

دلوقتى بقى بعد المقدمة الطويلة دى ، هنتكلم أخيراً عن الـ UPS وهو جهاز هدفه الرئيسى إنه يمد الأجهزة بالكهرباء زى الكمبيوتر والتليفزيون وهكذا ، فى حالة إنقطاع الكهرباء.

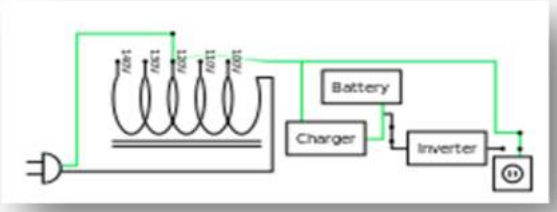
الجهاز ده فى منه أحجام وأشكال كتيرة ، منه الحجم الصغير اللى يشغل جهاز كمبيوتر ، وأحياناً بيوصل حجمه إنه يكون داخل غرف كبيرة.

هسيبلكم صور للـ UPS توضح الموضوع ده.

الفكرة بكل بساطة إن الـ UPS ده بيدخله AC وجواه دائرة كهربية بتحول الـ AC إلى DC وبالتالى نعرف نخزن الكهرباء وبعد كده فى دائرة تانية بتحول DC إلى AC بحيث تقدر توصل مثلاً الكمبيوتر عليه.

وفى حالة إنقطاع الكهرباء ، يبدأ الـ UPS بإمداد الكمبيوتر بالكهرباء من خلال البطاريات اللى مخزنة كهرباء DC .

هسيبلكم صورة بسيطة توضح الفكرة الداخلية لمكونات الـ UPS .



معنى كده إن الـ UPS إستقبل كهرباء AC "اللى فيها شوائب زى ما قولنا فى الأول" وبرضه خرج كهرباء AC .

لكن لما خزن كهرباء جواه ، خزنها فى صورة كهرباء DC اللى خالية من الشوائب زى ما قولنا فى الأول برضه.

ده بالظبط عامل زى الشخص اللى بيعرف يتعامل مع الناس اللى حواليه والعالم الخارجى المليان بالشوائب ، لكن فى نفس الوقت نقى من جواه ، ومش بيخزن أى كراهيه أو أى مشاعر سلبية تجاه الآخرين.

الموضوع ده من أصعب الحاجات اللى أى شخص يحاول يعيشها ، ويحاول يحقق المعادلة الصعبة دى.

إنه إزاى يقدر يتعامل مع الناس المختلفين عنه وعن أفكاره ومبادئه ، لكن فى نفس الوقت يقدر يحافظ على مبادئه وأفكاره ونقائه الداخلى ، وإنه لما يقيم نفسه بعد مرور السنين ، يلاقى نفسه لسه محتفظ بنقائه وأخلاقه.

الموضوع ده بيفكرنى بالعبارة الشهيرة :

"كونوا حكماء كالحيات ، ودعاء كاليمام"

آخر حاجة عايز أقولها

لو سألت كل واحد فيكم عن مسمى للعصر اللى عايشين فيه دلوقتى ، أعتقد إن معظمكم هيجاوب وهيقول "عصر السرعة".

ده فعلاً حقيقى ، هوفعلاً عصر السرعة ، كل حاجة عايزين نعملها بسرعة ، الطفل الصغير عايز يكبر بسرعة ، اللى فى إبتدائى عايز يخلص المرحلة دى بسرعة ويطلع للمرحلة اللى بعدها.

اللى فى الجامعة عايز يخلص جامعة عشان يلاقى شغل ويشتغل بسرعة ، واللى بيشتغل عايز يخطب بسرعة ، واللى خاطب عايز يتجوز بسرعة ، واللى متجوز عايز ..... ☺ ☺

فى قناة على اليوتيوب إسمها "بيسوهات" لليوتيوبر الشهير "بسام" ، القناة دى بتتكلم عن السفر والبلاد المختلفة ، فى فيديو شوفته قريب على القناة بيتكلم عن "أسرع 10 بلاد فى الإنترنت ، وأبطأ 10 فى 2020".

هو فى الفيديو ده أخد مثال إننا لو حبينا نعمل download لفيلم حجمه 5 جيجا بايت ، كانت أسرع دولة هى ليختنشتاين وكان الفيلم هينزل فى دقيقتين و 58 ثانية ☺ ، بينما أبطأ دولة كانت جنوب السودان والفيلم ده هينزل فى 19 ساعة ونص. (مصر كانت فى ساعتين و 24 دقيقة) ☺

هسيبلكم صورة لشكل القناة على اليوتيوب عشان تخشوا تشتركوا فيها وتستمتعوا بالفيديوهات الموجودة عليها.

يمكن يبان من كل اللى فات ده إن موضوع السرعة هو شئ مهم فى العصر اللى إحنا فيه ، ويمكن يكون ده حقيقى ، بس للأسف فى شئ سلبى فى الموضوع ده ، زيه زى أى حاجة فى الحياة ، فيها الإيجابى ، وفيها السلبى.

لما بتبقى حياتنا ماشية على وتيرة السرعة ، نمونا ونضوجنا بيبقوا أبطأ ، لأننا مش بنآخد بالنا من تفاصيل كتيرة حوالينا ممكن نتعلم منها حاجات كتيرة.

أغلبية الناس بتشوف إن النضج بيكون على سن الأربعين تقريباً ، لكن الحقيقة هو إن الموضوع مش مرتبط بالسن ولا حاجة زى ما كل الناس فاكرة ، أو خلينى أقول بطريقة أخرى هو إن الموضوع ممكن يكون مرتبط بالسن لكن بطريقة غير مباشرة.

على سن الأربعين كده ، بيبدأ الواحد من نفسه يحاول يبطئ سرعة الحياة اللى هو عايشيها ، بيبقى ميال أكتر للهدوء ، ميال أكتر للجلوس فى البيت وتقليل الخروجات والفسح ، ميال أكتر إنه يآخد وقت مع ذاته ، ساعتها بس بيبدأ يلاحظ حاجات عمره ما خد باله منها قبل كده ، وبيبدأ يفكر فى حاجات بتبقى أول مرة يفكر فيها.

الحاجات دى مش شرط تكون حاجات عظيمة عشان يلاحظها أو يآخد باله منها ، لكن على العكس ، يمكن تكون حاجات بسيطة بيعملها فى اليوم المعتاد بتاعه.

عشان كده يمكن تكون فى مواضيع أنت قريتها فى الكتاب ده ملهاش علاقة بالهندسة ولا حاجة ، لكن هتلاقى ليها علاقة بالحياة بشكل عام ، لكن هى مكتوبة من وجهة نظر مهندس جاى من خلفية هندسية.

أنتم لو روحتوا قريتوا المراجع بتاعة الكتاب ده اللى أنا إستفدت منها فى كتابته ، هتلاقوها غريبة شويتين ، وهتلاقوا فى منها حاجات بسيطة بعملها فى اليوم الإعتيادى بتاعى.

مش معنى كلامى طبعاً إنك تكون بطئ فى حياتك أو فى شغلك ، لكن الهدف من الكلام ده هو إنك تآخد وقت مع ذاتك وتفكر فى الحاجات البسيطة اللى بتعملها كل يوم ، ساعتها أكيد هتتعلم حاجة جديدة ، وساعتها أكيد شخصيتك هتتطور ☺.

شكر أخير

فى النهاية أحب أشكر كل حد فيكم أخد خطوة شراء كتاب لكاتب مجهول ، أول مرة فى حياته يكتب أصلاً .

أحب إنكم تتواصلوا معايا عشان أعرف كل ملاحظاتكم وتعليقاتكم على الكتاب ، ويا ريت أعرف إيه أكتر حاجة لمستك فى الكتاب ، وإيه أكتر حاجة نويت إنك تحاول تعملها لما قريتها.

ولو فى حد فيكم بيعلم تحت الكلمات اللى لمسته ، يبقى يا ريت يبعتلى صورة من الحاجات اللى علم عليها وحط تحتها خط ☺ ☺

ممكن تتواصلوا معايا على البريد الإلكترونى

ayman.fawzy1280@gmail.com

أو على الواتساب (+2) 01201200336

شكر!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

المراجع

المراجع اللى إستفدت منها فى الكتاب ده ، بعضها تقليدى وطبيعى ، والبعض الآخر قد يبدو لك غريب شويتين زى الكتاب كده بالظبط ☺ ☺

المراجع دى هى كالآتى :-

- الحاجات اللى إتعلمتها من الحياة.
- الحاجات اللى إتعلمتها من الهندسة.
- الإنجيل – العهد الجديد.
- القرآن الكريم.
- الأعمال المنزلية ☺.
- هواية الخط العربى.
- تمارين المقاومة (تمارين الحديد).
- كتاب "السعادة تنبع من الداخل".
- قناة "بيسوهات" على اليوتيوب.

الفهرس

إهداء 5

شكر خاص 7

نصيحة قبل ما تقرأ الكتاب ده 9

مقدمة 11

كلمات 17

غسيل المواعين 21

بتعرف تعد لغاية كام؟ 27

ما تيجوا نلعب 31

ريموت التليفزيون 37

ما تيجوا نلعب تانى 41

إختبار قراءة 45

إختبار حساب 51

ما تيجوا نلعب مرة كمان 55

بتعرف تقرأ؟ 59

ما تيجوا نلعب لعبة أخيرة 63
Recycle Bin 69
ما بين المطرقة والسندان 73
بتعرف تكوى؟ 77
عداد الضغط 83
موتور المياه 87
يا فاشل يا فاشل يا فاشل 91
Deluge Valve 97
تعرف إيه عن الـ UPS؟ 101
آخر حاجة عايز أقولها 107
شكر أخير 111
المراجع 113

شارك سطورك مع العالم

01122380443