الموت

كتبت هذه الكلمات وأنا لازلت أبحث عن إجابة للتساؤل الذي أثاره عندي الفضول لخوض تجربة جديدة في معرفة ما يخفيه هذا المصطلح الذي يختلف تعريفة باختلاف فهمه، فالموت هو نفسه لكن ماذا يعني وماذا يخفي خلفه.

ولماذا يكثر في شهور معينة تتكرر في كل عام، ولماذا يخشاه الكثير من البشر وينتظره جمع غفير آخر بشوق؟ كل هذا والموت هو الموت لا اختلاف فيه بين فقير أو غني أو طاغية أو صالح، من جهة المبدأ مع أن الطريقة قد تختلف، ولكن المحصلة واحدة وهي جثة هامدة لا حراك فيها، فيما يخيل لنا، لماذا نحزن على موت القريب أو العزيز، هل هو الخوف من الموت أو الخوف من الفقد؟ أم لأننا غلبنا الظن أنه قد لا نلتقي به مرة أخرى مع العلم أن اللقاء بهذا العزيز شيء وارد وكبير، خاصة إذا سعينا لذلك.

بصراحة الإنسان الذي يعرف حقيقة الموت لا ولن

يخشى لقاءه بل بالعكس تماماً قد ينتظر هذا الزائر العزيز، لأنه بكل بساطة البوابة التي لابد من عبورها للقاء المولى سبحانه، كيف لا ونحن جميعنا مؤمنين بهذا اللقاء الذي سنقف فيه بين يدي المولى عز وجل، والسؤال هنا مرة أخرى لماذا قد نخشى الموت ونحن نعلم أنه زائرنا لا محالة؟ مع العلم أن هذا الخوف الذي نبرره بأعذار واهية يدفعنا لعدم التفكير فيه مما يؤثر على استعدادنا له فنفاجأ به ونحن غير واعين لمرحلة حياتنا، فنقع ضحية وهم كبير بدافع الخوف، هذا الخوف الذي إذا أزلناه سنحيا حياة مليئة بالحب والشوق للقاء الموت لأنه شوقنا وحبنا الأصلي للقاء الله، وسيكون الموت أشهى من العسل المصفى، ولكن لكي نستمتع بلقاء الله ونشتاق للقائه يجب أن نحيا حياة يحبها الله ويرضاها منا لكي يستقبلنا وهو راضٍ عنا، لذلك أوجد الله القوانين والسنن التي لا تتغير ولا تفنى لتكون عوناً لنا لنعيش حياة سهلة كريمة، تنتهي بشوق ولقاء، والشيء الجميل الآخر أن هذا الكون بما فيه مسخر لتسهيل هذه الحياة لكي نعبر منها ونحن في سلام داخلي ينعكس

على حياتنا الخارجية ويصحبنا حتى في لحظاتنا الأخيرة من هذه الدنيا. منذ الصغر ونحن نعلم أنه من شب على شيء شاب عليه، وهذا أمر طبيعي ومن الطبيعي أيضاً أنه من شَاب على شيء قُبض عليه، لذلك بيدك القرار وعندك حرية الاختيار للنهاية التي تريد أن تنهي بها المرحلة الانتقالية من عمرك، ولا تنس أن ما ستنتهي به سيكون بداية لمرحلة أطول تحتاج استعداداً وتهيئة حقيقية، لذلك فبناؤك اليوم لحياة مليئة بالحب والاستقرار النفسي ومرتبطة بالمولى سبحانه وتعالى كفيل بأن يزرع في قلبك حب الموت وعدم خشية الفراق، اسمحولي على هذه الكلمات ولكنها تأملات من واقع الحياة.

obeikandl.com

obeikandl.com

حياتك من صنع أفكارك

في خاطرة مرت عليَّ في ليلة من الليالي وفي تطبيق مباشر للقاعدة، راقب الأفكار التي تدور في ذهنك قبل النوم بخصوص صلاة الفجر – خاصة إذا كان موضوع الصلاة يهمك– إذا كانت الأفكار سوداوية محبطة كأن تقول لنفسك إذا قمت أصلي سأكون متعباً طوال النهار ، أو مثلاً لقد نمت متأخراً يعني مستحيل أن أنهض للصلاة ، أو يمكن أن أقوم إذا سمعت المنبه، وغيرها الكثير من الأفكار فأبشرك بأنك لن تصلي الفجر مع الجماعة. وإذا صادف وكنت مستيقظاً في ذلك الوقت، فستجد صعوبة بالغة للقيام من الفراش. كل هذا لأنك زرعت فكرة عدم استطاعتك القيام، فترجمها عقلك لحقيقة وعشتها كواقع.

كن إيجابياً وفكر بطريقة إيجابية لأنك تستطيع إحداث تغير كبير في حياتك بمجرد تغيير تفكيرك، ما دام غيرك قام بهذا العمل فهذا يعني أنك تستطيع بكل تأكيد.

obeikandl.com

فكرة سوداء

لا تجعل الأفكار السوداء اتجاه الآخرين تحكم على علاقتك بهم، فبمجرد أن تقابل شخصاً ما تنساب عشرات الأفكار في ذهنك لتشكل لك صورة ذهنية مستقبلية عن الشخص الذي أمامك، وكأنك تعرفه منذ زمن، لأنك إذا رسمت بأفكارك صورة إيجابية عاملته بكل احترام وحب وتقدير، وإن كان العكس كأن تتصور كم هو متكبر أو جاهل أو غيرها من الأفكار فسيترجمها سلوكك حين تتعامل معه بطريقة فظة غير لائقة، فتخسر شخصاً قد يكون أعظم مما رسمتهُ لك أفكارك.

openkandil.com

obeikandl.com

ثلاثية التكوين

عند علماء السلوك المعرفي يرتبط السلوك بالتفكير الذي يؤثر على المشاعر. وهذه الثلاثية التي ترسم معالم حياة الفرد منا ، ففكرة تولد شعوراً ، والشعور يترجم إلى سلوك حي يتفاعل مع الآخرين. فعندما تفكر في لحظات كنت فيها سعيداً أو فرحاً ستترجم هذه الأفكار إلى مشاعر حب وسعادة لتحرك السلوك نحو الهدوء والروية. والعكس صحيح فالتفكير في شخص عزيز متوفي بطريقة تثير مشاعر الحزن مثلاً سينتج عنها شخص حزين قد يرفض الطعام أو الخروج من المنزل في ذلك اليوم لهذه المشاعر، والشيء المثير للدهشة هو استمرار المشاعر حتى بعد ذهاب الفكرة، وهذا تفسير لما قد يمر على الإنسان من مشاعر لا يعرف سببها، وفي العادة قد لا ينتبه لمشاعر الفرح والسرور ولكنه حتماً سيلاحظ المشاعر السلبية. فلذلك قد يكون من الجيد مراقبة الأفكار وتعزيز الجيد منها وطرد السلبي لكي نحصل على المشاعر التي نريد، لأنها حتماً ستنعكس على سلوكياتنا. ولا ننسى أن حياتنا من صنع أفكارنا.

obeikandl.com

ضحك يدخل الجنة!

روي أن أعرابياً باع نعيمان جرة عسل فاشتراها منه، فجاء بها إلى بيت السيدة عائشة في يومها وقال: خذوها فظن الرسول صلى الله عليه وسلم أنه أهداها إليه، ومضى نعيمان.

فنزل الإعرابي إلى الباب، فلما طال قعوده نادى: يا هؤلاء إما أن تعطونا ثمن العسل أو تردوه علينا!

فعلم الرسول صلى الله عليه وسلم بالقصة، وأعطى الأعرابي الثمن، وقال لنعيمان ما حملك على ما فعلت؟

قال «رأيتك يا رسول الله تحب العسل ورأيت العكة مع الأعرابي. فضحك الرسول صلى الله عليه وسلم ولم ينكر عليه».

ولقد قال عليه الصلاة والسلام عن نعيمان هذا فيما بعد: «دخل نعيمان الجنة ضاحكا لأنه كان يضحكني»

ماذا نستفيد من القصة ؟.

obeikandl.com

التعاون حيث لا تعاون

فاجأني أحد أصدقائي في الجامعة بهذا الحديث الشريف «لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه» وعلى شفتيه ارتسمت ابتسامة مكر ودهاء، ومن غير مقدمات فهمت ما يرمي له صاحبنا ، ولماذا يذكرني بهذا الحديث الشريف في هذا الوقت بالذات قبيل الامتحان بساعات ، وفي رسالة واضحة لباطل غلفه صاحبنا بهذا الغلاف البريء، وكأن الظاهر الجميل يبرر العمق الداخلي الخبيث بكل مكر وتلاعب بالألفاظ.

لا يخفى عليكم إخواني وأخواتي الأعزاء مدى الشعور الجميل عندما تتاح لي الفرصة لتقديم العون والمساعدة لأي كان من حولي، فهذا رزق من الله سبحانه وتعالى يسوقهُ لمن شاء من عباده، ولأنها جزء من رسالتي في الحياة لرسم الابتسامة على الشفاه، كما لا يخفى عليكم وجود الكثير من الشباب السلبي الذي يحاول جاهداً أن يثبت للعالم أن الأمور لا تعمل وأن مجريات الحياة عبارة عن دوامة سلبية ليس بها شيء

جميل ناسياً أو متناسياً أن الحياة من صنع المبدع سبحانه وتعالى الذي أبدع كل شيء صنعاً، لذلك قد أقضي جزءاً من وقتي لمساعدة هذا والشرح لذلك لبعض المواضيع الدراسية. مستشعراً قول الله تعالى «وتعاونوا على البر والتقوى» ، فالجلوس قبل الامتحان للنقاش والمذاكرة فهي من البر والتقوى الذي يأجرنا الله عليه بإذنه ، وبهذه الطريقة الكل رابح.

وبكل صراحة لا أستطيع أن أخفي شعور السعادة عندما أقدم يد العون لأصدقائي من حولي، وهذا لا يعني التعاون المطلق والتعاون حيث لا تعاون، فحين كان النقاش والمساعدة قبل الامتحان من البر والتقوى فإنه في وقت الامتحان يخرج من هذه الدائرة وينتقل للدائرة المقابلة والتي هي على النقيض تماما حيث الإثم والعدوان، والتي تكمله الآية الكريمة «ولا تتعاونوا على الإثم والعدوان» .

فصاحبنا عندما احتج بكلام الحبيب عليه الصلاة والسلام «لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخية ما يحب لنفسة» فهو محق وكلامه صحيح مئة بالمئة فلأني أحب

لك الخير فلن أساعدك على غش نفسك ووطنك بل وأمتك . فتعاوني أو قل غشي لك في الاختبارات مما لا أحبه لنفسي ولذلك لا أحبه لك أخي الغالي.

أخي الغالي تذوق طعم السعادة الحقيقية بقربك من مولاك سبحانه وتعالى، عش في دائرة التعاون المحمود على البر والتقوى، ففيها العاصم من الهم والقلق قبل وبعد الاختبارات، بل وتضمن سعادة الدارين في الدنيا والآخرة . فحين لم تحصل على درجات في امتحان الدنيا البسيط ، تحصل على الدرجات العالية في امتحان الآخرة الأهم والأصعب، وفقنا الله وإياكم لما يحب ويرضى ، ولا تزعل مني لأني أحب لك ما أحب لنفسي.

openkandil.com

السعادة

بصراحة الكل يسمع عن السعادة ويبحث عنها ولكن للأسف الأغلب لم يعشها بطريقتها الصحيحة، ولم يعرف قواعدها السليمة، والحديث عن السعادة يشبه الحديث عن الحاضر الغائب، فالكل يسعى ويكدح ويقضي الساعات والأيام في طلب السعادة. ولا يعكر الاستمتاع بحياة سعيدة إلا بعض المفاهيم المغلوطة عنها، والتي يتشربها الشخص فتلازمه في كل حركات حياته، والسؤال المهم هل السعادة غاية نسعى إليها أم وسيلة نستخدمها في طريق الحياة الطويل القصير؟

بصراحة عندما طرحت هذا السؤال على مجموعة من الأصدقاء في جامعتنا الحبيبة تبين لي عدم وضوح صورة السعادة في أذهان الكثيرين، فأخذ الجميع بالتشريق والتقريب، ولا يلامون لسبب بسيط جداً وهو أنه لا يوجد للسعادة تعريف محدد من خلاله يصل الفرد لها، وطريقها يختلف باختلاف الشخص والزمان والمكان. فإذا سمحتم لي أن أخبركم عن السعادة من وجهة نظري

البسيطة المتواضعة، فالسعادة وسيلة من خلالها نعيش في دائرة السلام الداخلي والصفاء الروحي، وهي مرتبطة برابط وثيق جداً بالرضا بقسمة الله سبحانه وتعالى، فعكس السعادة التعاسة، وسببها الرئيس عدم الرضا بقسمة الله، فإن حصل صاحبنا على بيت تمنى أكبر منه، وإذا امتلك سيارة لم ير في الشارع إلا الأفخم والأغلى منها، وإذا تزوج امرأة جميلة ظن أن جميع نساء العالم أجمل من زوجته، فهو في دوامة كبيرة تعصف بكل ما هو جميل في حياته وتشوه كل فرص السعادة التي تطرق بابه فيعيش في دائرة السخط وعدم الاستقرار الداخلي، فتفوته متعة عيش اللحظة والاستمتاع بالواقع الجميل من حوله. فالسعداء بحياتهم يعملون وينتجون وهم راضون بما قسم الله لهم، يسعون إلى التغيير بكل جهد واجتهاد وتخطيط واستعانة بالمولى سبحانه، تجد الابتسامة ترافقهم في أغلب أوقاتهم، يستمتعون باللحظة لأنها هبة من الوهاب سبحانه، خلعوا النظارة السوداء وألقوها بعيداً عنهم، ونظروا إلى الوجود بنظرة الإيمان، فنشروا الإيجابية لمن حولهم، رزقنا الله وإياكم

السعادة في الدنيا والآخرة. وأختم كلامي بما قال الكاتب «ابيكتيش» (لقد وجدت أن نصيب الإنسان من السعادة يتوقف في الغالب على رغبته الصادقة في أن يكون سعيداً).

obeikandl.com

أخبريني عن حبك

هيا أخبريني عن نفسك،،،

أخبريني عن قلبك،،،

أخبريني من يسكن هناك في ذلك الكوخ القديم،،،

من ذلك الشخص الذي تربع بين جنباتك،،،

من ذلك الشخص الذي تضحكين له من أعماق قلبك،،،

أخبريني عن مواصفات كاتم أسرارك،،

أصدقيني هل لي مكان عندك،،،

ودعيني أرحل بعيداً بعيداً حيث لا أرى أحداً غيرك،،،

نعم هناك في أعماق ذاتك الصافية،، ولا تزعجيني

دعيني أعيش ما بقى من لحظاتي معك بعيداً عنك،،،

لعلي أجد لي مكاناً في ذلك الكوخ،،،

obeikandl.com