obeikandl.com

كان... والآن

كان... والآن (فضفضة)
الكاتب: أحمد ممدوح
الإخراج الداخلي : إسلام الحماقي
تصميم الغلاف : مصطفى أبو مسلم
مدير النشر: أحمد خطاب
رقم الإيداع: 25962 - 2017
الترقيم الدولي: 978-977-6598-35-5
الطبعة الأولى: 2017
إشراف عام : أحمد عبد الجواد

مؤسسة عابر للنشر والتوزيع

01007677910 - 01111883712
3aberorg@gmail.com
www.3aber.org
عابر 3aber

جميع الحقوق محفوظة، وأى اقتباس أو إعادة طبع أو نشر فى أى صورة كانت ورقية أو إلكترونية أو بأية وسيلة سمعية أو بصرية دون إذن كتابى من الناشر، يعرض صاحبه للمساءلة القانونية.

obeikandl.com

كان... والآن

أحمد ممدوح

obeikandl.com

obeikandl.com

إهداء...

إلي أبي وأمي وأخي هيثم وتوأمي شروق..

أنتم من كنتم مشجعي للكتابه وإنشاء طاقات الإبداع لدي.... أحمد الله علي انه رزقني بكم،

فأنتم خير سند.

إلي أصدقائي أشكركم علي المواقف التشجيعية لكى اكمل مسيرتى.

إلي صديقي محمد الفاضلى أنت لم تكن مجرد صديق.. فأنت أخ لم تلده أمي لي.. أنت من

أقرب الناس إلي قلبي.

إلي الذين جمعتني بيهم الصدف أو من كانوا بإختياري أشكركم علي عونكم لي كي أصل إلي غايتي.

شكر خاص إلى الدكتورة إسراء محمود الجزار.. والدكتورة سارة محمود الجزار فأنتم خير عون لي في طريقي وأحمد الله على أنه جمعنى بكم.

شكر خاص إلى الدكتورة إسراء محمود الجزار.. والدكتورة سارة محمود الجزار فأنتم خير عون لي في طريقي وأحمد الله على أنه جمعنى بكم.

obeikandl.com

obeikandl.com

الفهرس

إهداء... ..... ٥

الفهرس ٧

فضفضة ..... (موضوع) ٩

حبيبتى ..... (قصيدة) ١٣

القرارات ..... (موضوع) ١٥

الحاجات اللي البنت بتحبها ..... (موضوع) ١٧

البنت بسيطه فى تفاصيلها ..... (قصيدة) ٢١

شريط مش مسموحله يسف ..... (موضوع) ٢٣

قبل النوم ..... (قصيدة) ٢٨

obeikandl.com

الصحاب اللي بقوا سبب مشاكلنا ..... (موضوع) ٣٠

ليه تملى ..... (قصيدة) ٣٤

العشم ..... (موضوع) ٣٦

انا الطفل ..... (قصيدة) ٣٨

الفرق بين القدر والنصيب ..... (موضوع) ٤٠

لما زاد البعد ..... (قصيدة) ٤٣

كلنا محتاجين اللي يفهمنا ..... (موضوع) ٤٥

قصة فأر ..... (موضوع) ٤٨

الاهتمام ..... (موضوع) ٥١

حته سكر ..... (قصيدة) ٥٥

ازاى اكون واثق في نفسي ..... (موضوع) ٥٧

بحب اتنين في وقت واحد ..... (موضوع) ٦١

obeikandl.com

البنت كتاب مقفول ..... (قصيدة) ٦٦
الحاجات اللي الولد بيحبها ..... (موضوع) ٦٨
ركن للمتجوزين ..... (موضوع) ٧٠
كلمة الى حبيبتي ..... (قصيدة بالفصحى) ٧٢
متحكمش علي غيرك ..... (موضوع) ٧٤
الرواية الجديدة ٧٧
تعريف شخصية الكاتب ٧٨
للتواصل مع الكاتب ٧٩

obeikandl.com

obeikandl.com

فضفضة

كلنا بنمر بفترة بتكون صعبة علينا، زي مثلا فراق حد كنا بنحبه أوي، ومكناش نتخيل ف يوم إننا نفترق. مش مهم مين فارق مين، المهم إن النتيجة بقت واحدة.. وكل واحد فينا بقى بعيد عن التاني.

أنا عارف إن في شخص دلوقتي جه في بالكوا.. بس نصيحة مني، لو إنت هتعرف ترجعله تاني وتكملوا وتعيشوا مع بعض، ارجعله ولو تقدر تسامحه ارجعله.. أما لو مش هتقدر تسامحه.. مترجعلوش علشان مش هاتنساله اللي عمله فيك يوم فراقكم.. وياريت تعتبره مش بس صفحة من حياتك واتقفلت، لأ دي اتقطعت خالص.

و الفراق، أحيانا بيكون ربنا شايفهولنا صح.. وإحنا وقتها بنعترض وبنقول لأ.. بس صدقني لو كان فيه خير كان ربنا هيقعدهولك.. لكن اعرف إن اللي حصل ده ربنا مقدرهولك وبيكون هو الصح، وإنت مش حاسس.

و متزعلش على حاجة راحت منك، ومتزعلش كمان على حاجة فارقتك وخلاص بقت ماضي.. ((لو علمتم ما في الغيب لتمنيتم الواقع))، ارضى باللي ربنا كاتبهولك، ساعات بيكون في مصلحتنا وإحنا مش شايفين،

obeikandl.com

لكن بنعرف قيمة اللي حصل بعد فتره.. وقتها بس بنستسلم لإرادة ربنا ونؤمن إنه فعلا كان خير لينا.

و مش شرط يكون الوجع فراق بس.. في وجع كمان أكبر من كده، ممكن نكون بنحب شخص ومكملين معاه، وفجأة.. يتصاب بمرض التغيير، يعني ميبقاش الشخص اللي إحنا عرفناه أول مرة.. فى البدايه كنا شايفينه شخص مثالي، كان بيحافظ علينا وبيهتم بينا.

يعني مثلا.. مهما كان مشغول عنِك.. يتصل بيكي ويقولك إيه يا حبيبتى عاملة إيه، ومكنش بيحسسك إنه مشغول.. لأ.. كان يكلمك عادي خالص وممكن يسيب حاجة مهمة علشان يكلمك، وعلشان يوصلك إحساس إنه مهتم بيكي بزيادة.

لكن دلوقتي.. تتصلي بيه وإنتي محتاجاله.. «**ألو، أنا محتاجالك وعايزاك في موضوع.. ثواني يا حبيبتي، أو ممكن يقولك طيب نأجل الموضوع بعدين أنا ف إيدي حاجة هخلصها وهرجع أكلمك.. وتقوليله محتاجالك.. يقولك ثواني بس هو أنا قولتلك حاجة.. أنا قولتلك ثواني وهرجع أكلمك.. طب أنا عايزاك ضرورى.. يووووه إنتي زن زن زن ثوااني وهرجع أكلمك..** !»

بتبدئي إنتي بقى تقولي كرامتي فين، وتقوليله ماشي لما تبقى فاضي ابقى كلمني.. !

وقتها بتبقى عايزة أي حد تحكيله وتفضفضي معاه.. لكن فى

حاجات مينفعش يسمعها غيره؛ لإن إنتي معتبراه هو الشخص الوحيد اللي في حياتك، معتبراه هو نفسك اللي ممكن تسمعك. بس للأسف هو محسش بكده..

إوعي تكوني عبيطة وتقولي الحب ملوش كرامة، مين قال كده؟ الحب أساسا هو اللي بيعلي الكرامة.. والحب الحقيقي، يعني حبيبك لو غلط فيكي، يرجع يعتذرلك، وكمان ميكررش غلطه ده تاني.

متفضليش تسامحي وتسامحي لحد ما تخسري كرامتك.. لو فضلتي تسامحي كتير؛ يبقى تستاهلي اللي يجرالك.

و إنت كمان يا عم.. اهتم بيها شوية، حسسها إنها أحلى حاجة في حياتك، اسمعلها كتير، إوعى تقول على حاجة هي بتحكيها تافهة او إيه الموضوع الأهبل اللي إحنا بنتكلم فيه ده.. لأ.. متقولش على حاجة في حياتها تافهة واسمعها وركز ف تفاصيل كلامها، علشان صدقني هي بتحس بيك، وبتحس امتا إنها مش فارقة معاك وامتا بتكون فارقه معاك.. ولو وصلها الإحساس داه، ساعتها هتبطل تحكيلك وهتبعد عنك بالتدريج.

خليك عارف إن البنت دي إنسانة ربنا خالقها علشان يفرحنا.. وعلشان يطلع الكبت والهم اللي جوانا، ربنا خلقهم علشان يخليهم متعتنا.. حاول متطفيش نورها، خليها هي الشيء الوحيد اللي في حياتك مختلف..

obeikandl.com

«بصي.. أنا عندي الناس دي كلها كوم وإنتي كوم تاني» .. صدقني الجملة دي بتفرحها وهاتفرق معاها..

إسعدها على قد ما تقدر.. اهتم بيها بزيادة.. إوعى تقول خلاص إحنا فاهمين

بعض وبقالنا سنين بنقول كلام حب.. إحنا كل شوية هنتكلم؟.. لأ.. خليك عارف إن البنت دي بتكون زي الوردة؛ عايزة اللي يرويها كل يوم بكلام حلو.. بكلام حنين.. بفضفضة عن المشاعر.. بموقف حلو هي عملته معاك إنت منسيتوش ليها..

صدقني لو عملت معاها شوية الحاجات الصغيرة دي.. هي هتسعدك أكتر ما إنت بتسعدها.. خليها تطلع كل اللي جواها ليك، تفضفض باللي مضايقها، تطمنلك وتحكي!

وعلى فكرة البنت لو اطمنت ليك، هاتروح معاك أي مكان حتي لو النار، أصل مش من السهل إن البنت تحكي.. !

obeikandl.com

حبيبتى

بحسك صوت بيندهلى وبتمشاله على مهلي

يا حضن تملى بيساعنى

كأنك من بقيت اهلى

كأنى اعرفك من سنين فاتت

وانتى داخله حياتى من كام يوم

مش لازم اول حب فى حياتنا

يكون حب حقيقى ويدوم

يا جنه انا شبهتها فـ بنت

وجودك جمبى يا حبيبتى

شال عنى همومى واطمنت

يا دخله حياتي بالقوه

يا ساكنه القلب من جوه

obeikandl.com

وجودك انتى فى حياتى

حقيقى شيئ محليها

يا جنه حلمت اكون بيها

توبه من همومى واصلى

يا اجمل حاجه حصلتلى

وصعب تانى تحصلى

ولو ايدى مسكت ايدك

اوعدك فى يوم ماتسبش

وعهد الله انا قلبى مابيشوكش

وحبيتك جدا لانك

شايله حبى جوه منك

خايفه من غيري وكإنك

ام عاوزه تحتوينى

هافضل جمبك طول حياتى

واللى باقى من سنينى

obeikandl.com

القرارات

كلنا لينا نصيب من اختياراتنا، سواء قرارات بناخدها أو مواقف بتحصلنا كل يوم. ولكن كل شيء بيكون بإرادة ربنا ومشيئته في الآخر، وده اللي بتوضحه الآية الكريمة:

﴿لِمَن شَآءَ مِنكُمۡ أَن يَسۡتَقِيمَ ﴿٢٨﴾ وَمَا تَشَآءُونَ إِلَّآ أَن يَشَآءَ ٱللَّهُ رَبُّ ٱلۡعَٰلَمِينَ ﴿٢٩﴾﴾ **صدق الله العظيم.**

ربنا بإيده سعادتنا ونجاحنا وحياتنا كلها، وأي حاجة في حياتك اتمنيتها ومحصلتش، اعرف إن ربنا ليه حكمة ف كده واكيد ده الخير ليك.. لو ف يوم اتأخرت على شغلك وانت متعود تركب القطر ويومها فاتك، واضطريت تروح بمواصلة تانية، وانت في الشغل عرفت إن القطر ده عمل حادثة! تأخيرك ده مش كان خير ليك؟

طبعا كلنا عارفين قصة سيدنا يوسف مع اخواته لما فكروا يقتلوه، لكنه ممتش لإن إرادة ربنا كانت فوق إرادتهم. ولما باعوه علشان يبقى من العبيد ويخدم الناس، شاءت إرادة الله إنه يبقى ملك مصر! القصة دي من أروع القصص اللي ممكن نستنتج منها تقلب البشر من حال لحال.. من محنة إلى منحة، من ذُل إلى عِز، من خوف إلى أمن وراحة. ساعتها هتطمن بإن إرادة

obeikandi.com

ربنا هي اللي بتحركنا للخير لينا، حتى لو إحنا مش مُدركينه دلوقتي.

زمان في بلاد الهند كان في طبيب مشهور إنه بيعالج مرضاه ببراعة من مرض نادر.

هو الوحيد اللي اكتشف علاجه، سمعته وصلت لبلاد كتير وكانت الناس بتجيله وتحجز عنده بالشهور، رغم ارتفاع سعر العلاج عليهم. في الوقت ده كان في أم لطفل صغير عايشيين في جزيرة بعيدة جدا.

الست دي كانت مريضة بالمرض النادر ده وعجزت عن الوصول للطبيب بسبب بعد المسافة اللي بينهم، وبسبب ارتفاع تكلفة العلاج عليها. يشاء الله إن الطبيب ده يجيله مؤتمر في دولة قريبة من الجزيرة دي. وهو في الرحلة، الطيارة سقطت اضطراريا لسوء الأحوال الجوية هناك. أغلب اللي على الطيارة ماتوا، وعاش بس كام شخص من بينهم الطبيب.

خرج من الطيارة وهو مصاب وفضل يزحف على بطنه، بيدور على أي مكان يروحله أو أي شخص يساعده.. شاف من بعيد كوخ بسيط متداعي، فضل يزحف لحد ما وصلّه.. خبط على الباب وفتحله الطفل الصغير، نده أمه وساعدوه على الدخول، واعطوه من الطعام البسيط اللي عندهم وفضل عندهم ٣ أيام بيراعوه، لغاية ما بدأ يسترِد صحته شوية.. في الفترة دي لاحظ مرض الأم وسألها عن صحتها، فضلت تحكيله عن مرضها النادر وعن الطبيب الهندي الوحيد القادر على شفاءها بعد الله سبحانه وتعالى..

obeikandl.com

وإزاي فقدت الأمل في الوصول إليه واكتفت بالدعاء كل ليلة انها ممكن توصله ف يوم.

ابتسم الطبيب وقالها: رب السموات استجاب دعواتك وأتى بي زاحفا إليكي! وسأعالجك مجانا بسبب كرم ضيافتكم لي.. الست وقفت عاجزة عن الكلام، في ذهول تام. لقت نفسها بتسجد لله وتبكي بشدة. سبحان الله ازاي ممكن يمنعك من شئ في سبيل شئ آخر أهم. فعلا القدر مُقَدَّر.. وما شاء الله سيكون!

obeikandl.com

الحاجات اللي البنت بتحبها

الحاجات اللي البنت بتحبها، هي حاجات بسيطة بس بتفرحها أووووي.

أكتر حاجة بتحبها، إنك تقولها بحبك.. وتحسسها دايما بالاهتمام.. إوعى مرة تكون بخيل في مشاعرك.. يعني تطلع الكلمة بالعافية.. أو تحسسها إن الموضوع مجاملة علشان تراضيها والسلام.. لازم دايما تكون مهتم بيها.. لإن زي ما قلت قبل كده، ربنا خلق البنت زي الوردة.. بتبقى عايزة كل يوم تسقيها حب وحنية واهتمام.

دايما حسسها إن هي أغلى حاجة في حياتك وإنك من غيرها مش هتعرف تكمل خطوة واحدة.. عرفها إن هي المحرك الأساسي في حياتك للنجاح.

البنت بسيطة، وأقل حاجة بتفرحها وأقل حاجة بتزعلها خليك حسّاس في مشاعرك.

تاني حاجة...

هتستغربها مني شوية، بس معظم البنات بيحبوها جدا.. وهي إنك تبقى مجنون معاها.. مش مجنون يعني تشد شعرها.. لأ.. مجنون إنك تعيش

obeikandi.com

معاها لحظة حلوة.. لحظة جنون، تعمل معاها حاجة مختلفة.. ممكن تبقوا ماشيين في الشارع.. تشيلها فجأة، وماتدورش على كلام الناس علشان الناس مهما عملت هايعبوا فيك.. قدملها وردة على نص ركبة.. صدقني هتفرق كتير، حاول تخلي خروجاتكم كلها حاجة ماتتنسيش..

خليها تروح البيت تفضل تفكر في مقابلتكم وتبقى مبسوطة، واسعدها علي قد ما تقدر علشان تكون بنتك المطيعة واللي مبسوطة بوجودك جمبها.

تالت حاجة...

اللي معظمكوا بيغلط فيها.. إوعى تكلمها وإنت واقف مرة مع أصحابك.. علشان البنت دايما بتبقى عايزة تحس إن هي سر ف حياتك.. وإن إنت محافظ عليها قدام الناس كلها وقدام ربنا كمان.

يعني متقعدش وسط صحابك وتتكلم عنها..

رغم إن هي مش بتبطل كلام عليك مع صاحباتها.. بس مفيش بنت بتحب كلامها معاك يوصل للشباب بالذات.. خد بالك من نقطة زي دي.

رابع حاجة..

لو كنت لسه مقابلها وسايبها من عشر دقايق..

ارجع كلمها وقولها ((على فكرة إنتي وحشتيني.. وعايز أشوفك تاني..))

obeikandl.com

رغم إنها لسه ماشية.. بس حسسها إن هي حاجة مهمة جدا في حياتك، وإنك افتقدتها بمجرد ما غابت عنك دقايق بس.

خامس حاجة...

و دي مهمة جداا.. وأنا شخصيا بعتبرها حاجة حلوة.. دايما وإنت بتكلمها.. اوعى تنزل عينك من على عنيها.. هي طبعا هتبقى هتموت من الكسوف.. بس برضُه خليك باصص لعنيها وهي بتكلمك.. علشان إنت في اللحظة دي.. بتبقى شايف كسوفها.. ومن أجمل الحاجات في البنت خجلها.

سادس حاجة...

حاول لو فيه حاجة في حياتك.. موقف، قرار، تاخد رأيها.. علشان تحس باهتمامك بيها وإن رأيها يهمك.

سابع حاجه...

أي بنت بتحب اللي بتحبه يكون بيغير عليها.. بس مش الغيرة اللي تخنق يعني..

حسسها إنك بتغير عليها.. ولما تخرج، قولها متتأخريش عليا.. ولو وقفت تكلم حد من زمايلها في الكلية أو في الشارع.. قولها على فكرة.. مش حابب إنك تقفي كتير معاهم علشان ممكن يتكلموا كتير ويطلعوا سرك.

ممكن هي تظهرلك وقتها إنها اضايقت، بس هي من جواها هتفرح

obeikandl.com

ثامن حاجة...

لو زعلت منك وإنت الغلطان.. إوعى تسكت.. إفضل وراها..

صدقني.. لو قالتلك سيبني!.. هي من جواها بتكون عايزاك تتكلم وتتحايل عليها أكتر.. علشان بس تحس إنك خايف على زعلها..

و إفضل ابعتلها في رسايل وقولها إنك مكنتش تقصد اللي إنت عملته ده كله وإنك بتحبها، خليك وراها ومتسيبهاش.

لكن لو مش إنت الغلطان.. اتقل شوية.. بس مش تتقل يعني لدرجة يومين تلاتة.. لأ.. إنت أقصى حاجة ليك يوم.. علشان بس هي متحسش إن إنت ما صدقت وبعدت أيام، وأهو يلا خناقة والسلام وأهي بعدت شوية..

اوعى تحسسها ف يوم إنك ممكن تبعد عنها ف أي وقت، حسسها دايما إنك جنبها ومطمنها مهما حصل، علشان أي بنت بتحب الإنسان اللي تحس معاه بالأمان.

تاسع حاجة...

إفضل وراها لغاية ما تقولك .. بحبك.. !

عارف ليه.. علشان هما بيتكسفوا أوي من الكلمة دي.. ويا سلام بقى لو إنت بتكلمها في الموبايل.. تعالى ف آخر المكالمة وقولها.. نفسي أسمع منِك كلمة بحبَك.. هاتتكسف، بس إنت زِن وماتسبيهاش غير لما تقولها.

obeikandi.com

عاشر حاجة...

و دي اللي هختم بيها.. يوم عيد ميلادها.. الساعة ١٢ بالدقيقة.. تكون باعتلها رسالة وتقولها كل سنة وإنتي معايا.. كل سنة وأنا بحبك.

و ربنا يخليكي ليا ومايحرمنيش منك.. الساعة ١٢ بالدقيقة.

متخليش حد يسبقك.. لا صاحباتها ولا قرايبها ولا أهلها.. كون إنت دايما أول حاجة ف كل حاجة ف حياتها.

الاهتمام ده هو اكسجين العلاقة لو قل.. العلاقة هتتخنق وتموت.. الاهتمام هو اللي بيطلع الطاقة السلبية اللي جوانا.. وبيخلي جوانا كل يوم حب جديد.

الاهتمام ممكن يخليك تعشق حد كنت بتكرهه، زي ما الإهمال ممكن يخليك تكره حد كنت بتعشقه! الفرق بينهم هو الحب اللي بجد. !

obeikandi.com

البنت بسيطه فى تفاصيلها

بحبك حب زايد عن حده

وخطك هايمشى على خطى

لو كان فى يوم ضده

مش هابعد عنك ولا مره

ولا اسيب الدمعه دى فـ عنيكى

وان خوفتى فى يوم جدا

هاتلاقى ايديا دي في ايدكى

دى البنت بتضعف لو خافت

او حست انك مش ليها

وبتطمن جدا بوجودك

لو كنت راجلها وحميها

وتعيش الدنيا ببساطه

obeikandl.com

دى البنت اساساً شيئ ورد

تسقيها حنانك والحب

وتشيلك دايماً فوق راسها

لو كنت حياتها فى صوره اب

و فى تعبك دايما تلاقيها

اشطر من اشطر دكتوره

برائتها بتفضل جواها

اصغر من طفله فى سنه اوله

فبلاش وحياتك تقتلها

دى البنت بسيطه فى تفاصيلها

obeikandl.com

شريط مش مسموحله يسف

كل واحد فينا ربنا رزقه بشريط جوه عقله بيخزن عليه كل ذكرياته، سواء كانت حلوه أو وحشة.

بس دايما الذاكرة مش بتخزن كل حاجة.

لإن في حاجة اسمها ذاكرة مؤقتة وذاكرة دايمة، الذاكرة المؤقتة دي هي اللي بتخزن المواقف العادية أو اللي مالهاش تأثير علينا ولا على مشاعرنا علشان كدا بتتبخر وبتتنسي مع الوقت.

لكن الذاكرة الدائمة، دي ليها قصة تانية خالص.

مش بتخزن غير الحاجة اللي بتأثر على مشاعرنا، يا إما بتزعلنا أووي، أو بتفرحنا أووي.

[المشهد الأول]

فراق الشخص اللي كان عزيز على قلبنا.. الشخص اللي حلمنا معاه بكل حاجة نفسنا نعيشها.

وكمان رتبنا حياتنا سوا، ويمكن نكون إختارنا أسماء لأولادنا اللي لسه في المستقبل، ولكن يدخل القدر من عند ربنا ونفترق.

obeikandl.com

من هنا يبدأ العقل يخزن في شريطه ذكرى من الذكريات الدائمة؛ اللي هاتفضل مكملة معانا.

[المشهد الثانى]

لما يكون أهلك متعشمين فيك إنك تبقى حاجة كبيرة في المجتمع

وفجأة تخذلهم، ومتكُنش عند حسن ظنهم بيك.. رغم إنهم مقصروش في حاجة، وكان كل اللي تطلبه تلاقيه.. وتيجي انت بكل سهولة تضيع تعبهم بإهمالك وتقصيرك، بعدها بقى يبصولك بنظرة وحشة رغم إن في قلوبهم كل الحب ليك.

في اللحظة دي بتتمنى الموت، أهون عليك من إنك تشوف النظرة دى في عيونهم وتحس بكسره.

كل الذكريات المؤلمة دي، والشريط بيسجل!

[المشهد الثالث]

أنا دايما بحتوي أهل بيتي واخواتي واسمعهم،

و أحِل كل مشاكلهم، وواقف جنبهم مهما كانت الظروف.. ولو حد فيهم وقع في ضيقة أو عمل حاجة غلط، بداري عليه وأحِل مشاكله من بعيد لبعيد، من غير ما حد يسمع عن غلطته.. لكن انا لما بقع في مشكلة، مالقيش حد منهم بيداري عليا ويعمل معايا زي ما عملت معاه.. وأوقات بييجوا عليا كمان ويفضلوا يلوموني، رغم إن كل بني

obeikandl.com

آدم خطّاء.

ولما آجي أعاتبهم، بطلع أنا الغلطانة برضو واللوم عليا، وبيبقوا فاكرين إنهم شايفين أحسن مني.

و يبدؤا كمان يحسسوني إني قليلة الحيلة وضعيفة.

ومن هنا برضو الشريط بيسجل ذكرى توجعنا.

[المشهد الرابع]

لما نكون في علاقة..
علاقة من طرف واحد..
مشاعر من طرف واحد..
اهتمام من طرف واحد..
حب من طرف واحد..

دي حاجة مع الوقت بتتقلب لكره، لما نفضل ندي الشخص اللي قدامنا مشاعر ومستنين إنه يبادلنا نفس المشاعر دي، وبعدها بنتصدم للأسف إنه مش حاسس بينا.. ساعتها بنضعف وبنبقى عاملين زي عود القش بيتكسر من أقل لمسة.. ولما نهتم بشخص، ونبقى مستنين منه حتى رسالة قبل ما ننام، وهو مايبعتش! دي حاجة برضو بتتعبنا؛ علشان الاهتمام ماينفعش ينطلب؛ لإنه لما بينطلب بيكون مجرد مجاملة..

كل الحاجات دي والكراكيب دي شريط عقلك بيخزنها.

obeikandl.com

[المشهد الخامس]

كل واحد فينا ليه ناس في حياته غالية عليه أوي..

وناس تانية غالين بس أقل شوية، وناس أقل أكتر، وناس وجودها زي عدمها..

ومن هنا بنبدأ بترتيب الشخصيات في حياتنا؛ في ناس معينة بنخليهم في المرتبة الأولى، لكن أحيانا الناس اللي بنحطها في أعلى مراتب الغلاوة، هما أكتر ناس بتكسرنا... !

يعني ممكن يحرجونا قدام الناس. ممكن يحطموا أحلامنا أو وقت ما بنحتاجهم مش بنلاقيهم. ومن هنا برضو شريط العقل لسه بيسجل!

كل الذكريات دي بتتسجل جوه شريطنا .

و علشان مش بننساها بسهولة ،

سميته «شريط مش مسموحله يسف»..

obeikandi.com

لكن برضو علشان تبقى فاهم وتبقي فاهمة..

ربنا رزقنا بنعمة النسيان، يعني مهما كان الجرح جوانا، ربنا مع الوقت بيخففه وبيهون على قلوبنا.

يعني مثلا اللي مات ليه حد، زي أم أو أب أو أخ أو أخت. بكي عليه يوم وفاته؛ علشان الفراق دايما بيكون صعب.. !

لكن مع الوقت ربنا رزقه بالنسيان وطبطب على خاطره، ونساه الزعل والبكى.

ماحدش بيموت ورا حد من الزعل.. علشان رب العباد أكبر من العباد نفسها

خليك دايما مؤمن إن ربنا هايعوضك بالأحسن.

ولما ربنا بياخد مننا حاجة عاوزينها؛ بيكون هايدينا حاجة محتاجينها.

شريط حياتنا سَجِّل خلاص؟... وكل يوم بيبدأ يشتغل لوحده في عقلنا، بدون أدنى إرادة مننا.. بيتعرض زي فيلم السينما بالظبط، ساعتها بنتخيل المشاهد والأماكن والأصوات.. وساعات كمان بنشم ونسمع ونحس كإننا جوه الشريط.

بنقوم بدور المخرج والمصور والممثل في نفس الوقت! وكل ده، وقت السرحان قبل النوم.

obeikandl.com

قبل النوم

أكتر وقت بيقتلني

وقت السرحان قبل النوم بالتحديد

ألقى نفسي توهت

ويتعاد شريط حياتنا من جديد

والشريط يبدأ يسف

وأبدأ أسرح بالساعات

و ذكريات كتير بتلف

والوجع قالب سكات

وأفضل أعاتب فيك

بكلام كله هم

جيت علي نفسي عشان أرضيك

وإنت قلبت حياتي غم

obeikandl.com

قالولي ماتزعليش إنه سابك

بكـرة يجي يدق بابك

ويركع ويبوس الأيادي

كنت عارفة إنها طبطبة ع الفاضي

قولتلهم

مش حكاية إنه سابني

أو فراق عادي وخلاص

الحكايه إنه باعني

وشمت فيا كل الناس

obeikandl.com

الصحاب اللي بقوا سبب مشاكلنا

الصحاب اللي مبقتش زي زمان..

اللي بقت تصاحبنا علشان خاطر مصلحة معينة هما عايزينها مننا.. يعني مثلا، لو إنت طالب في جامعة.. فيه ناس معينة كده من صحابك تلاقيها طول السنة آخرها إزيك.. عامل إيه..

يسلموا عليك من بعيد لبعيد.. والواضح للناس إن الشكل العام من بره صحاب، لكن الحقيقة إن هو شكل وروتين مش أكتر.

و لما متكونش معاهم بقى، يغتابوك.. يتكلموا عليك من وراك.. يروحوا يقعدوا مع صحاب تانيين ويحكوا عنك مواقف وحشة ليك معاهم..

وتيجي أيام الامتحانات بقى... تظهر المشكلة الأكبر؛ وهي الاهتمام المفاجئ بيك من الصاحب اللي كان طول الوقت بعيد عنك وعن مشاكلك، يقرب منك فجأة كدا وسبحان الله بقيت إنت أكتر وأقرب صاحب ليه، علشان بس في مادة إنت فاهمها وهو لأ، يعني برضو قربلك علشان مصلحته مش أكتر، لكن في مشاكلك يبعد عنك ويقول هو أنا ناقص مشاكل!

obeikandl.com

هو قرب منك وصاحبك علشان مصلحة؛ إنك تذاكرله..

و تلاقيه طوول الوقت بيطمن عليك! يتصل بيك! ويقولك إيه وصلت لحد فين؟ ذاكرت إيه؟ طمني عليك!.. والصبح بقى قبل الامتحان يتصل بيك يصحيك ويطمن إنك نزلت ولا لأ! بس في الحقيقة هو عايز يطمن على نفسه وعلى مستقبله اللي هيضيع من غيرك ويمكن كان يقصد إنك تذاكرله حاجة قبل ماتدخلوا الامتحان

و مجرد ما تخلص الامتحانات من هنا، ولا كإنه يعرفك! سؤاله واطمئنانه عليك.. بح! والمشكله كمان إنه بيكون بيقضي الأجازة مع ناس تانية من صحابه هو..

بتحس ساعتها إنك كنت لعبة ف إيده، أو حاجة استفاد منها ورماها في الآخر. ودا اكتر احساس بيزعلنا..

فينا اللي مش بيفرق معاه إن صاحبه استفاد منه ومابقاش يعبره، أحب أعرفكم النوع دا مازعلش من اللي ماعبروش ليه.. ؟

علشان هو أخد مليون مقلب من ناس قبل كدا. علشان كده جسمه اتعود علي الصحاب البيّاعة، لكن النوع التاني بيزعل لو صاحبه كان مصاحبه مصلحة، النوع دا زِعِل وأخَد على خاطره علشان هو طيب وبيتعود علي الناس بسرعه، ولسه جديد في الكار ومادقش طعم إن حد

obeikandi.com

يبيعه قبل كدا، لكن أحب أقولك يا طيب اتعود علي كدا علشان زمنا اتغير وماحدش هاينفعك غير نفسك.

في ناس تانية برضه بتواجههم مشكلة زي كده. زي مثلا، لو واحدة مخطوبة لشاب كويس أوي وأمّور، بتكون مبسوطة بيه وبتبدأ هي بكل حسن نية، تعرّف خطيبها على صاحباتها البنات.

و فجأة، تلاقي واحدة صاحبتها منفسنة عليها..... صاحبتها دي تبدأ بقى توقع بينها وبين خطيبها، تبدأ تحكي مواقف وحشة هي كانت بتعملها زمان معاهم علي سبيل إنها بتهزر.

أنا مستغرب الناس اللي بتنفسن ليه كده.. ؟

خليكي ف حالك! يا تقولي عنها الحلو يا متقوليش أصلا، هو لازم الحقد والغيرة يبقوا جواكي؟

ياريت الناس دي تغير من نفسها وتصفي نيتها شوية علشان ربنا يكرمهم هما كمان بإنسان كويس يعرف يسعدهم...

هما عارفين نفسهم كويس أوي وبيبقوا واضحين لينا، بس للأسف ساعات بنكون عارفين بس مش قادرين نخسرهم.. علشان بنحبهم وماتعودناش نبيع صحابنا.. بنستنى لما حبهم ده يدمرنا وبعدين نفوق.

obeikandi.com

إزاي بقى هنعالج المشكلة دي؟

قاعدة واحدة لازم نطبقها في حياتنا.. إنك تخلي حياتك دي زي الدولاب.. !! يعني إنت عندك هدومك في دولابك، الحاجة اللي ملهاش لازمة تبدأ تستغنى عنها لإن هي ماهاش قيمة عندك ووسّخت شكل دولابك..

أهو كده بالظبط لازم تعامل صحابك، أو الناس اللي ف حياتك عموما، علي حسب أولاويتهم في حياتك يعني الأهم ثم الأقل ثم الأقل

اللي ملوش لازمة ف حياتك.. إحذفه

اللي ملوش لازمة ف حياتك.. متخليهوش عِبء عليك

اللي ملوش لازمة ف حياتك.. إرميه

علشان تعيش حياتك مرتاح، لازم تعيش لنفسك. ومش معنى إنك تعيش لنفسك تبقى أناني.. !! لا طبعا عيش لنفسك، علشان مفيش حد هايخاف عليك قدك..

ولو حد طلب منك أي حاجة، ساعده واقف جمبه..

بس متستناش منه مقابل حتي لو كلمة حلوة، عوِّد نفسك تستنى الخير من نفسك وبس.

obeikandl.com

خليك دايما فعّال للخير.. وكون واثق إنك لما بتعمل ثواب، دي بتبقى تجارة مع ربنا، والتجارة دي بالذات مابتخسرش أبداااا، هايفتحلك أبواب كانت مقفولة علشان عملك الطيب...

التجارة مع ربنا مكسب، عمرها ما كانت خسارة.. !

obeikandl.com

ليه تملى

ليه تملي شايفها صاحبه

وبتعاملها كإنه عادى

وتتجاهلها كل فتره

تعمل مشغول وانت فاضى

وانت تعرف بنت غيرها

وبكل سذاجتك تحكلها

احنا روحنا واحنا جينا

و اتقابلنا كتير حكينا

عن هوايا وعن هواها

وانت اعمى ومش حاسسها

وتبتسملك عشان دارى

هى تسمع بس تبكى

obeikandi.com

كاتمه قهره جوه منها

وانت برضو مُصر تحكى

ومش حاسسها ومش فاهمها

هى دى اللى بتحبك اكيد

احتويها وكون ابوها

واوعى مره تكون بعيد

obeikandl.com

العشم

المعنى الحقيقي للعشم، هو الأمل والرجاء والظن..

زى مثلا لما أقول ((أنا لسه عندى عشم في إني أعوّض التقدير بتاعي السنة الجاية)) يعني إننا نتوسِّم الخير وحسن الظن...

لو قلنا لشخص (عشمي فيك) يعني أملي فيك..

معناها إنك لما تطلب حاجة من شخص بينك وبينه علاقة كويسة بتبقى متأكد انه هيوافق لأنك عشمان فيه ومش متوقع أبدا إنه هيرفض عشان إنت عارف إنه بيعزك أوى.

بتمر علينا مواقف كتير وأكترها إننا بنكون عاملين زي الراديو اللي بيسجل وجع غيره، وطول الوقت بيهّون عليه تعبه وإحنا اصلا محتاجين اللي يهون علينا وجعنا..

ومن هنا بقى يبدأ العشم، صحابنا بيكونوا عاوزينا نسمعهم ونخفف عنهم الحاجة اللي منكده عليهم، وبنسخّر نفسنا إننا نسمعهم مهما كانت ظروفنا حتى لو مش فاضين أو مشغولين، لكن مابنعرفش نحرجهم أو نقولهم نأجل الموضوع وقت تاني.. علشان مش من طبعك إنك تحرج حد

obeikandl.com

وكمان إنت بتحب تقدر كل الناس حتي لو هو أقل منك في المستوي.

بس من الحاجات اللي بتكسرنا..

لو إحتاجنلهم وفجأة اختفوا، ومش لاقيين حد يسمعنا ويخفف عننا، زي ما كنا بنسمعهم ونخفف عنهم.

والمشكلة إنك ملكش حق تعاتبهم علشان كده كده هتطلع إنت الغلطان واللوم عليك، رغم إنك مش بتلاقي حد منهم جمبك ويتهربوا من وجعك، وبرضو ملكش حق تزعل.. علشان هما عاوزينك المعشوم فيه.. ! مش العشمان في حد.

خليك دايما صاحب نفسك!

obeikandl.com

انا الطفل

ونتقابل ونتعاتب عتاب اطفال

وكل الحقيقه بتبان

انى بحبك بكل الالوان

الاصفر دا فيه غيرتى

والاحمر جنونى وطيبتى

وبضايق جدا من غيرك

لو مره يجيبوا فى سيرتى

يا بنت الطيبه والعفه

يا بنت الجمال والذوق

يا ميه زمزم ترويني

فى عطشى بكل هدوء

وانا الغيره عليكى قتلانى

obeikandl.com

وابان الهادى من بره

وماسمحش تكونى لغيرى لو مره

يا بنت برائتها

تحنن قلب كان ظالم

يا بنت عرفتها صدفه

ودخلت حياتى بكل هدوء

يا حلم حلمته انا بسرعه

ومن جماله صعب افوق

انا الطفل اللى شافك

ومسك فيكى واتشعبط

وانا العاقل فى افعالى

لكنى معاكى بستعبط

وبعمل انى مابغيرش

لكن حقيقى ماستحملش

انك تكونى لغيرى

obeikandl.com

بشوفك بعين ورا الشبابيك

بسجل فيها تفسيرى

لجمال ست البنات

يا ورده مهما دبلتى

بتفضل ريحه حب جواكى

يا حبيبتى مهما غضبتى

بتفضل طيبه سكناكى

وبشوف الحب هو انتى

بحسك دنيتى وبنتى

والنور اللى نور كل حياتى

لذلك دايما بدعيلك

بدعيلك دايما فى صلاتى

obeikandl.com

الفرق بين القدر والنصيب

في شعرة بتفرق مابين معنى القدر والنصيب، لو فهمتها، يبقى هتعيش ف رضا طول حياتك..

النصيب.. هو شيء ربنا كاتبهولك من قبل ما تتولد.. يعني مثلا، هتتولد في أسرة فقيرة ولا غنية، هتكون مهندس ولا دكتور، هتدخل تجارة ولا حقوق ولا آداب، حياتك هتكون عاملة إزاي، عمرك هيكون قد إيه. حاجات كتير أوي زي كده، هو ده النصيب..

لكن القدر.. شيء ربنا قدره ليك علشان شايفك تستاهله.. يعني مثلا، لو إنت قابلت حد في حياتك وحبيته، أول حاجة بتفكر فيها يا ترى هيكون من نصيبي؟ يا ترى الشخص ده هيكون ليا ولاّ يا عالم ربنا كاتبلنا إيه؟

إنت عارف لو حافظت عليه، وفضلت تدعي ربنا كتير إن يكون ليك، وهو كمان كان زيك، بيتمناك من ربنا وبيعمل كل حاجة تقربك منه وعلشان تبقى ليه، وبيثبت لربنا قبل ما يثبت للناس ويثبتلك إنت كمان إنه بيحافظ عليك بمعني الكلمة.

obeikandl.com

ممكن ربنا يكتبه ليك وتكونوا لبعض، رغم إن إنتوا في الأول مكنتوش من نصيب بعض، انا عارف انكم مستغربين الكلام... لكن تعالوا وشوفوا القصة دي.. !

الدعاء بيغير القدر؛ إزاااي!

هحكيلكم قصة صغيرة جدا...

كان في مرة ست مكنتش بتخلف.. راحت لسيدنا موسى وقالتله يا كليم الله، روح لربك واسأله.... يعني ادعيه وقوله «.. أنا مبخلفش.. اسأله إن أنا أخلف. ف راح سيدنا موسى لربنا وقاله يارب، فلانة بتقولك إن هي نفسها تخلف. فربنا وقتها رد عليه وقاله يا موسى.. » لقد خلقتها عقيم عقيم «، يعني كده كده مش هتخلف.. !

رجع سيدنا موسى للست وقالها ربنا خلقك عقيم. فاترجته إنه يرجع لربنا ويسأله انها تخلف. فسيدنا موسى رجع وقاله يارب.. الست بتتمني إنها تخلف. فقاله يا موسى لقد خلقتها عقيم عقيم..

رجع سيدنا موسى للست تاني.. وقالها إنتي مش هتخلفي تاني، ربنا خلقك كده. الست طبعا ميأسِتش.. فضلت تدعي ربنا لمدة أربع سنين.. ! وكان عندها أمل إن ربنا هيستجيبلها وإنها هتخلف في يوم..

obeikandl.com

و بعد أربع سنين بفترة، سيدنا موسى عدى على نفس القرية، وقابل نفس الست. فلقاها شايلة طفل صغير على دراعها، فسألها.. مين ده؟ قالتله ربنا رزقني بيه.

سيدنا موسى ماكنش مصدق، كان كليم الله، رجع لربنا وقاله يارب إن وعدك حق.. إنت قولتلي إن هي عقيم عقيم، يعني مش هتخلف؟... ربنا رد عليه وقاله يا موسى لقد أتتني في ليلة ذات قدر، ودعتني في المرة الأولى، فقلت لها عقيم عقيم.. فقالت رحماك يا أرحم الراحمين، فقلت لها عقيم عقيم.. فأتتني في المرة الثالثة، وقالت رحماك يا أرحم الراحمين، فاستجبت لها ووهبتها الولد الصالح..

عرفتوا بقى، إن الدعاء ممكن يغير القدر..

لو قابلتوا حد، حبوه بضمير.. واسعوا إنه يكون ليكوا.. وادعوا ربنا ليل نهار إنه يكون من نصيبكوا. صدقوني لما ربنا بيشوف إلحاح وإصرار عبده في الدعاء.. ساعتها هيستجيبلكوا وهايقدرلكم الحاجه اللي شافكوا بتسعوا عليها وكمان بتثبتوا لربنا إنكم تستاهلوها.

لما تحب حد حافظ عليه، خاف عليه، اتقي ربنا فيه، بس لما تحبوا..

اختاروا صح.. !

obeikandl.com

لما زاد البعد

لما زاد البُعد بِنّا
زاد معاه الإكتئاب
إتعاهِدنا زَمان وقولنا
مُستحيل لو حَد ساب
سيبتني واختارت حياتك
قولت هي عندي أهَم
كُنت أناني لحُب ذاتك
وأنا بسهر أعَيّط دَم
سيبت كُل ذِكرى لِيا
حتى صورتَك بتحاوطني
قَتَلت مشاعِر حِلوَة فيا
حتى صوتَك هَيموِّتني

obeikandl.com

بحاوِل اتأقلِم مع غيرك

بس بجد مش حَسّاه

تملي دايما كنت بَحلَم

إنّك إنت اللي هاكمل مَعاه

أُوعي مَرّة تقولي مالِك

عشان هاقول تَمام مَفيش

إنت عارِف جواب سؤالك

يبقى أحسَن مَتِسألنيش

القصيده مكتوبه على طريقه الشعر الغنائى ((القصيده يجوز ليها ان تغنى))

obeikandl.com

كلنا محتاجين اللي يفهمنا

كلنا عاوزين اللي يريحنا في كلامنا..

مش عاوزين نتعب من كتر توضيح وجهة نظرنا وشرح النية اللي كنا بنتعامل بيها..

عاوزين حد يفهمنا صح، مش يفهم كلامنا غلط، عاوزين حد وقت ما نغلط هو اللي يطلعلنا مبرر وعذر، مش يجبرنا إننا نتعب علشان نفهمه كنا نقصد إيه..

عاوزين حد كدا عامل زي الأسد والمدرب بتاعه..

الأسد بيفهمه من نظرة عينه ولو مدربه ضربه، بيفهم إنه علشان عاوزه يقدم عرض حلو قدام الناس ويكون شكله كويس والكل يصفقله على أداءه.

الأسد هنا فهم مدربه صح لما ضربه،وعمل العرض وشرف نفسه وصاحبه قدام الجمهور.

إحنا بقا عاوزين اللي يفهمنا من جوانا؛ علشان مايفرجش الناس علينا ولا يشمتهم فينا.. عاوزين اللي يطبطب على قلبنا وطول الوقت يحسسنا إنه

obeikandl.com

جمبنا مهما حصل، مش عاوزين اللي يهددنا كل شوية إنه هايمشي ويسيبنا في أي لحظة، عاوزين اللي يحبنا بجد من قلبه.

دايما الكلمة الطيبة بتجبر الخاطر، علموا أولادكم من صغرهم إنهم يكونوا طيبين مع الناس اللي حواليهم، وإنهم مايطلعش من بوقهم غير الكلمة الطيبة الحنينة.

ماتعلموش أولادكم إنهم ياخدوا حقهم من اللي حواليهم بأي طريقة، علموهم ياخدوا حقهم بطريقة واحدة وهي.. «الأدب»..

علمه إنه يحترم أي حد، وعرّفه إن احترام الناس ليه من احترامه لنفسه، يعني قوله المحترم بيفرض علي الناس إنها تحترمه من غير مايطلب.

علموا أولادكم إنهم مايجوش علي مشاعر حد ولا يتسلوا ببنات الناس علشان بنات الناس مش لعبة، وخليه دايما ماشي بمبدأ «كما تدين تدان ولو بعد حين»، قوله لو اتسليت ببنت هاتلاقي اللي يتسلي بأختك ولو ماعندوش اخوات بنات قوله هايتسلي ببنتك او زوجتك في المستقبل.

وكمان بلاش الضغط الزايد علي بناتكم، في إنهم لازم ترتبطوا بواحد معاه فلوس كتير، دوروا هما هايكونوا مرتاحين في أنهي جوازة، دوروا علي سعادتهم، مش أهي جوازة والسلام، يعني اللي قبلكم أخدوا إيه...

وبلاش دايما الجملة اللي بتتكرر دى « بصي يا بنتي كلنا مأخدناش اللي بنحبهم يعني مثلا أنا وأبوكي أهو ماكناش علي علاقة حب قبل الجواز

obeikandl.com

ومانعرفش بعض، واتجوزنا جواز صالونات وإنتي شايفانا مبسوطين وفرحانين مع بعض أهو ما شاء الله، يا بنتي الواحدة مننا مش عاوزة غير اللي يعيشها في مستوى حلو».

أحب أقول لحضرتك يا ست الكل، بنتك مش محتاجة اللي يعيشها في مستوى هاي كلاس.. بنتك عاوزة اللي حاسه معاه بحب، اللي أول ماتترمي في حضنه تحس إنها بنته، علشان هي سابت بيت أبوها وراحت بيته، عاوزة اللي أول ماتشوفه تفرح وعنيها تلمع، عاوزة تكمل قصة حبها مع الشخص اللي لمسها من جواها وهز عرش قلبها، بنتك عاوزة تعيش يا حجة مش عاوزة فلووووووس فهمتيني.

وبلاش جملة « إمتى هانفرح بيكي بقي!! «، الجملة دي كفيلة تجيب لأي بنت اكتئاب حاد في مشاعرها، إنتي ممكن تفرحي بيها بس في أي حاجة تانية غير الجوازة اللي مش علي مزاجها دي.. ممكن تفرحي بيها لما تساندها في تعليمها وتنجح وتفرحك، وممكن تفرحي بيها وهي بتزيد حلاوة مع الإنسان اللي بتحبه، وممكن تفرحي بيها لما تلاقيها بتفضفضلك وعملاكي صحبتها ومش بتخاف منك علشان إنتي مطمناها ووعدتيها إنك هاتقفي جمبها مهما كانت أخطأها، ممكن كمان تفرحي بيها لما تلاقيها فرحانة بوجودك جمبها، وإنك بتحللها كل مشاكلها وتطلعيها منها.

علموا أولادكم يحترموا المشاعر، علشان هما مسؤولين منكم.

obeikandi.com

لما كانوا صغيرين وطلعوا وحشيين، إنتم السبب في كدا؛ علشان مَكنوش فاهمين الصح من الغلط.

أُقفوا جمبهم لما يغلطوا وساندوهم، بلاش تيجوا عليهم وتلوموهم لإنكم إنتم المسؤولين عنهم.

obeikandl.com

قصة فأر

الإحساس بالفشل دا أكبر حاجة ممكن تهدك ومتخليش عندك طموح لأي حاجة.. هاوصلكم رسالة صغيرة من الحاجات اللي أنا شخصيا اتعلمتها في حياتي.. كانت قصة الفئران.

ريتشر كان عالم في الخمسينات. كان بيعمل تجارب نفسية على الفئران.. ومن ضمن واحدة من تجاربه، إنه جاب مجموعة من الفئران وحط كل واحد منهم في إناء زجاجي مملوء بالماء لحد نصه.. وكبير علشان الفأر ميقدرش إنه يتعلق بضاوفره أو إنه ينط بره الإناء..

ريتشر كان بيحسب الوقت اللي هايكون فيه كل فأر قادر علي الاستمرار ومحاولة الخروج قبل الاستسلام للغرق.. طبعاً كان هناك اختلاف بين كل فأر والتاني لكن في المتوسط كان الفأر يحاول لمدة ١٥ دقيقة تقريباً ويستسلم للغرق. بعد كدا ريتشر عمل إعادة للتجربة لكن مع بعض التغيير..

كان لما يشوف الفأر في لحظاته الأخيرة، وإنه على وشك الاستسلام، كان بيخرجه من الإناء ويجففه ويسيبه يستريح شوية وياخد نفسه.. وبعد كدا يحط الفئران مرة كمان في الإناء.. !

obeikandl.com

عمل كدا مع كل الفئران وبدأ يحسب متوسط الوقت في المرة الثانية.. طبعا كلنا فاكرين المتوسط الأول كان ١٥ دقيقة تقريباً..

كلنا متوقعين أن يكون متوسط الوقت في المحاولة الثانية أقل بكتير؟!

في المرة الثانية كان المتوسط أكتر من ٦٠ ساعة!!.. ساعة مش دقيقة!.. كان في فأر استمر لمدة ٨١ ساعة تقريباً.

نيجي بقى لتحليل التجربة، وهي أن الفئران في المحاولة الأولى فقدت الأمل بسرعة بعد أن تأكدوا أنهم مش هايقدروا يفرّوا من الغرق اللي كانوا فية.. لكن في المرة الثانية كان عندهم خبرة قبل كدا بإن في أمل، وإنه في أي لحظة ممكن تمتد لهم يد العون تنقذهم. علشان كدا استمروا أكتر في انتظار تحسن الظروف.

المضمون من كل كلامي دا، إني عاوز أفهمك مهما وقعت في مشكلة، خليك واثق إن ربنا هايساعدك وهايطلعك منها. إوعي مرة تفقد الأمل في أي حاجة مهما كانت الصعاب، وكمان ماتستسلمش من أول مرة، وخلي كل موقف وقعت فية يكون بداية لضربة قوة ليك..

حاجة بسيطة عاوز الكل يفهمها، هي مدى ارتباط القدرة الجسدية بالحالة النفسية..

obeikandi.com

أحيانا شخص بينام ساعات كتير، ورغم كدا بيبقى مش عاوز يروح الشغل أو الكلية أو يقوم يذاكر علشان بيحس إن ماعندوش طاقة وتعبان! وممكن ينام ساعة واحدة ويصحي من نومه بسرعة يجهز شنطته علشان يروح رحلة او يقابل شخص بيحبه..

و أحيانا شخص تاني ممكن يكون مريض ونايم في سريره، وماعندوش طاقة إنه يعمل أي مجهود.. طيب لو حس إن بيته بيقع هل هايفضل نايم في مكانة؟؟.. اكيد لأ..

مرة واحدة هايقوم جرى من السرير .. طيب هو جاب الطاقة دى منين رغم إنه ماكنش قادر يقوم من مكانه؟

هنا بقا ظهرت حالة ارتباط القدرة الجسدية بالحالة النفسية.. وهي إن جسمه مش قادر يعمل أي مجهود.. لكن لما حصل الموقف المفاجئ دا؛ حالته النفسية هنا اقنعته إنه ماعندوش أي تعب وانه قادر يقوم من السرير ويجري كمان ..

نكتشف من اللي حصل إن معظم البشر يقدروا يعملوا أي حاجة لما يدوا نفسهم عزيمة وإرادة إنهم فعلا يقدروا يعملوا الحاجة دى.. علشان كدا بلاش اليأس والاستسلام خليك دايما انسان ناجح وطموح.

وممكن إنت من غير أي حد جمبك تدي نفسك الطاقة والتشجيع وماتوقفش حياتك علي شخص، علشان االحياة أكبر من شخص.. وكمان اوعي الزعل ياخد منك خانة ويسكن فيك!

obeikandi.com

مقولة لابن القيم رحمه الله:

الحُزن يُضعفُ القَلب، ويُوهنُ العزم، ويضر الإرَادَة، ولا شَيء أحبُ إلى الشّيطان من حُزن المُؤمن..

إنت لو إديت لنفسك إيحاء وقوة واقنتعت إنك ممكن تنجح في حاجة هاتنجح، علشان ذهنك بيفرض قيود على قدراتك الجسديه... أو على الأقل يوهمك بوجودها ويديلك طاقة.

obeikandl.com

الاهتمام

الاهتمام من الحاجات اللي إحنا مينفعش نطلبها.. مينفعش تقول لحد اهتم بيا أو حس بمشاعري، أو علي الأقل لو حسيت إن أنا زعلان.. قولي مالك؟

علشان الاهتمام لما بينطلب بيكون مجاملة وساعتها بيكون ومالوش طعم.

الاهتمام، يعني بنكون محتاجين اللي قدامنا يسمعنا ويحس بينا، محتاجين حد قبل ما نبقى عاوزين نحكي.. يجي يقولنا مالك.

قبل ما نكون عاوزين نقول إننا مخنوقين نلاقيه بيتصل بينا بسرعة، يقولنا علي فكرة أنا حاسس إنك مخنوق... ؟

أكتر حد محتاج الاهتمام ده، هي «البنت»

والبنت هنا مقصود بيها ممكن تكون أمك، أختك، زوجتك، حبيبتك، بنتك.

عارفين ليه هما أكتر ناس محتاجة الاهتمام؟..

obeikandl.com

عشان ربنا خلقهم كده، لازم يحسوا إن في حد بيهتم بيهم ويخاف عليهم ويحسسهم دايما إنهم فارقين معاه. إنت بقى حاول تكون ماشي معاهم بمبدأ « الغفران».. يعني لو غلطت سامحها وعديها ماتقفش على كل كبيرة وصغيرة، ولو مشيت بمبدأ الغفران والتسامح معاها، مش هتكرر غلطها تاني..

ولو اتكرر.. سامحها؛ لإن هي بطبيعتها بتغلط كتير غصب عنها، بس ساعتها هتفضل فاكرالك إنك كنت بتسامحها دايما وبتقف جمبها.. وده لوحده دافع كبير يخليها تفكر ألف مرة قبل ما تغلط.

خليك دايما عارف إن الهدايا من ضمن الاهتمام.

و على فكرة، الهدية مش بتمنها الغالي أو بحجمها الكبير، ممكن تجبلها هدية صغيرة وإنت ماشي في الشارع، لكن إنت بكده بتوصلها رسالة إنك فعلا مهتم بيها.

والله أقل كلمة بتفرحها، وأقل كلمة بتزعلها. حاول دايما إنك تحترم أفكارها ووجهات نظرها.. افتح باب نقاش بينك وبينها.. متقولش أنا الرجل وإنتي الست، أصل أنا لو عملت بكلام هيقولوا عليا..... شورتها!!

لأ.. لو فضلت ماشي بالتفكير ده هتبقي إنت الغلطان.

obeikandl.com

دايما بيقولوا «وراء كل رجل عظيم، امرأة عظيمة» فعلا الناس دي ماغلطتش.. عظمة ونجاح وقوة الراجل، بيستمدها من الست اللي معاه، وعشان تبقى عارف كمان الاهتمام ده بيولد الاحتواء.

الاحتواء... ده شيء راقي جدا، لو إحتويت شخص هييجي يحكيلك كل اللي بيحصله في حياته، حيحكيلك كل تفاصيله من غير ما إنت تقوله إحكيلي أو تجبره إنه يتكلم.

شاركها ف كل تفاصيلها؛ قولها عملتي إيه النهاردة، إحكيلي اللي ضايقك.... طب ياحبيبتي لو كنت زعلتك في موقف.. سامحيني.

إوعى تكون فاكر إن الراجل اللي بيعتذر، ده بيقلل من شأنه..

بالعكس، الراجل القوي هو اللي لما يغلط يعتذر.. هو اللي لما ييجي على حد منه.. يتأسفله.

متكنش أناني أو مغرور في معاملتك معاها.. احترم كل قرايبها، ولو إنت مضايق من شخص منهم متتكلمش عنه وحش ع الأقل حتي قدامها، ولو شايف مثلا إن أخوها مش كويس متقولهاش أخوكي دا أنا مش بطيقه.. يعني متصغرهاش قدام الناس أو حتى قدام نفسها... ارفع من شأنها وحب اللي هي بتحبه.

الاهتمام ده لازم يكون موجود في أي علاقة،

obeikandi.com

مش شرط يكونوا اتنين بيحبوا بعض بس، ممكن يكون بين اتنين أصدقاء، اتنين اخوات

الاهتمام هو أكتر حاجة ممكن تديك دافع إنك تكون إنسان ناجح في حياتك، يعني لما تلاقي حد موهوب في لعبة الكورة مثلا، وحد من أهله بيهتم بيه ويوديه أندية، ووصل نادي كبير وبقي لاعب مشهور، كل دا علشان هو لاقي حد يهتم بيه ودا كان أكبر حافز إنه ينجح ...

الاهتمام أحلى حاجة يا سادة.. ممكن يحلي قهوتنا السادة.

و كمان ممكن يكون في شخص إنت حبيته أوي لمجرد إنه اهتم بيك بالرغم من إنك في البداية مكنتش بتحبه.. بس اهتمامه بيك خلى في حب بينكم انتو الاتنين، وشخص إنت كنت بتحبه أوي، وكرهته برضو أوي لمجرد إنه مبقاش يهتم بيك زي الأول. الاهتمام مواقف مش كلام.

obeikandl.com

حته سكر

يا حته سكر كالعاده
تدوب فى قهوتي الساده
فتتحول زياده كرمل
ويزيد العشق عنيكي
شوفيلك لوصفك حل
يا اجمل طفله ف برائتها
تحنن قلب حد عجوز
ماتنفعلوش جوازه
لكن معاكى تجوز
ويصغر كمان عشرين
بقربك يشوف الجنه
ويعيش له فيها سنين

obeikandl.com

يا اصغر بنت فى الدنيا

تكون العاقله فى جنونها

ووقت الضيقه بتساعي

ووقت الضعف بتقوي

ف جمالك انتي يا حبيبتي

يوم عن يوم بتحلوي

obeikandl.com

ازاى اكون واثق في نفسي

الثقة بالنفس بتعتمد على إحساس الشخص بقيمة نفسه، وإن قراراته بتصدر من شخصيته ومن عقله، يعني هو بيكون سيد قراره.. على العكس بقى عدم الثقة بالنفس.

دي حاجة بتشبه الخنقة، والإنسان اللي بيكون ماعندوش ثقة كافية في نفسه؛ بيكون حاسس إنه متراقب من كل الناس اللي حواليه.. يعني ممكن توصل بيه الدرجة إنه وهو خارج لمشوار معين يبلس طقم ويقول ياترى هايكون حلو ويعجب الناس ولا لأ.. وممكن يغير أكتر من طقم كمان.

أكتر سؤال بيتردد.. هل الثقة بالنفس شئ بيكون مكتسب ولا موروث؟

معظم الناس بيقولوا إن الثقة بالنفس شئ مكتسب،

لكن لازم يكون عندنا الإيمان إن ربنا خالق كل واحد فينا عنده ثقة بنفسه.

لكن احنا اتسحبت مننا الثقة بالنفس.

وأكتر حد سحب منك الثقة دي هو إنت!

obeikandi.com

وكمان من غير ما تحس.. زي مثلا الكلمات اللي دايما بنرددها بينا وبين نفسنا، تقول مثلا أنا فاشل.... أو مش هقدر أكمل..... أنا غبي.

أهي الكلمات الصغيرة دي بتفرق جدا في حياتنا.. شايفنها جمل بسيطة وكل جملة فيهم مكونة من كلمتين أو ثلاثة، لكن تأثيرها علينا بيكون حجمه كبير.

وبرضو من ضمن الحاجات اللي بتقلل ثقتنا في نفسنا، لمايكون في بعض الناس من اللي حواليك يقارنوك بحد... !

وممكن الناس دي تتمثل في أهل بيتك، صحابك، الأشخاص اللي في حياتك.

ولما تتقارن بحد بينتج حاجتين..

وأولهم يا إما تحس إنك قليل، يا إما تكره الشخص اللي بتتقارن بيه.

فيه أسباب بتكون هي الدافع القوي إنك تحس بعدم الثقه منها:-

١) لما تكون فشلت مثلا في الدراسة أو في الشغل وتلاقي بعض الانتقادات من الناس اللي حواليك بشكل مؤذي أو جارح.

٢) نظرة الأصدقاء أو الأهل بطريقة سلبية لشخصيتك، وعدم الاعتماد عليك في الأمور المهمة.. أو إنهم يحرموك من فرصة إثبات ذاتك .

٣) الخوف والقلق من إنك تعمل تصرف مخالف للعادة، علشان خايف

obeikandl.com

من اللوم والاحتقار.. وكمان لما تكون عندك موهبة وحد بيطلب إنك تقدمها قدامه وتكون خايف لما تقدمها متعجبهوش .

كل الحاجات دي لازم تصلحها في نفسك بالتدريج وهانعرف ازاي نعالج كل دا مع بعض.

طيب إزاي هنبدأ نعالج إنعدام الثقة؟

١) إقبل بأي فرصة ممكن تجيلك، عشان تثبت نفسك للآخرين وإنك فعلا إنسان مش عاجز عن النجاح.

٢) إبدأ إنك تصارح نفسك بعيوبك ونقط الضعف اللي فيك، واجههم وعدل منهم للافضل علشان أهم حاجة الإنسان مننا لازم يكون صريح مع نفسه قبل مايكون صريح مع الناس.

٣) خليك دايما عارف إن البشر ربنا خلقهم كلهم سواسية وإن ربنا لما خلق البشر مميزش شخص عن التاني.. ربنا سبحانه وتعاله خلق كل إنسان فينا له ٢٤ قيراط!! فيه منكم هيستغرب إزاي إن كلنا زي بعض وفينا الغني وفينا الفقير واللي شكله حلو وفينا اللي شكله وحش؟؟؟!!!!

هنا بقى بتدخل حكمة ربنا،.....

يعني مثلا تلاقي الغني لو ربنا مديله ١٠ قيراط من المال وخمسه قيراط من الجمال وخمسة قيراط من راحة البال وأربعة قيراط حب الناس ليه.. بكده يكون كملوا ال ٢٤ للغني..

obeikandl.com

نيجي بقي للفقير.. ممكن يكون ربنا رزقه بخمسة قيراط من المال و٩ قيراط من حب الناس.. و٧ قيراط من الجمال و٣ قيراط من راحة البال.

لو حبينا نقارن بين الغني والفقير، هنلاقي إن ربنا أعطى الغني ٢٤ قيراط وأعطى الفقير ٢٤ قيراط، لكن بنلاحظ اختلاف في النسب بين كل نعمة ربنا مديهاله والتانيه... أهو كدا بالظبط إن ربنا خلق البشر كلها بحقوقهم بس الاختلاف إنه زود كل واحد فينا موهبة معينة وقللها عند شخص تاني وممكن يكون مقلل حاجه عندنا ومزودها عند حد تاني.

الغرض من القصة دي؛ إنك متقولش إن إنت ربنا خلقك ناقص عن حد. كلنا ربنا خلقنا زي بعض، مفيش حد أحسن من حد وحقوقك إنت واخدها كاملة.

إحمد ربنا دايما على كل حاجة سواء كانت خير أو من وجهة نظرك شايفها شر لأن مفيش حاجه ربنا بيعملها مش خير لينا..

حاول إنك تتقبل كلام الناس اللي بتنتقدك ومتاخدش الكلام بعصبية أو تفكر إن كل اللي بينتقدك بيكرهك.. لإنك لو إقتنعت بفكرة إن كل المنتقدين ليك بيكرهوك دي حاجه مع الوقت بيكون تأثيرها سلبي عليك وبتسبب كره للاخرين.

obeikandl.com

دايما خليك مركز علي المهارات أو القدارات اللي بتمتلكها. وأوعى تتجاهل أي إمكانية أو ميزة ربنا مديهالك مهما كانت بسيطه، علشان كل مهارة صغيرة بتكبر مع الممارسه.

خلي دايما إنسان قدوة حسنة في حياتك تساعدك على اكتساب الخبرات والمهارات

وأفضل من يمكن أن تقتدي به هو رسولنا الكريم.

متحاولش إنك تبص للماضي وتركز على الجانب السيء اللي كان فيك..

خليك دايما بتفتكر لنفسك المواقف الكويسة وتحاول تطورها.

obeikandl.com

بحب اتنين في وقت واحد

من الحاجات الصعبة اللي ممكن تقابلك في حياتك، هي إنك تبقى تايه في مشاعرك.. يعني مثلا ممكن تحب شخصين في وقت واحد..

ومحتار مابينهم تكمل مع مين، وتسأل نفسك إنت بتحب مين أكتر.. أو إنك تفضل تدور على حاجة ضاعت منك ومش لاقيها، أو تدور على حاجة جوه نفسك سواء كانت مشاعر أو ميزة كانت جواك واتحولت لعيب، ومابقتش شايفها في نفسك زي زمان.

أو فقدت الثقة بينك وبين أقرب الناس ليك وبتحاول تدور على أي حاجة ترجع الثقة دي تاني، علشان مش عاوز تخسره لإنك بتحبه.. كل الأشكال دي بتتمثل في صور انك تايه جوه نفسك.

نتكلم عن مشكلة من وجهة نظري شايفها أكبرهم..

و هي. إنك تحب شخصين في وقت واحد. دا بيكون احساس صعب؛ لإن من هنا بتبدأ المشاعر تتشتت وتوه جواك، وعاوز تحدد من فيهم أكتر شخص يستحق إنك تكمل معاه؟...

obeikandl.com

الصراحه الله يكون في عون الشخص اللي بيحب اتنين في وقت واحد، لإن عقله بيكون جوه متاهة، وللأسف الخريطة بتاعت الطريق للراحة كمان وقعت منه من أول ما قابل الشخص التاني اللي حبه. وأكتر سؤال بيتردد جوه نفسك!!..

هل أختار الإنسان اللي عرفته الأول وبقالي كام سنة جمبه وهو عشرة حياتك؟ ولّا الإنسان اللي لسه داخل حياتك من كام يوم، بس خطفك ولمس قلبك من جوه وكمان حسيت إن هو فاهمك أكتر من حبيبك اللي عرفته في الأول ..

اسباب الحيرة دي كلها حاجة هاقولكم عليهم..

*** أولا..**

يا إمّا الشخص اللي عرفته في الأول دا هو السبب؛ علشان خلاك تبص لغيره... لإن هو في حاجات ناقصاه كتيييير وكان نفسك تلاقيها معاه وهي للأسف مش موجودة في شخصيته، وإنت حاولت معاه بدل المره ألف مرة إنك تغيره أو تخليه يحب الحاجات اللي إنت نفسك فيها وماعرفتش.. وحاولت معاه تاني علشان يكون زي ما إنت عاوز؛ علشان نفسك تحس معاه حاجات حلوه ماينفعش تحسها مع غيره، وبرضو هو مش قادر يتغير أو يطلع من جلده لإن دا طبعه، ودايما الطبع بيغلب التطبع.

obeikandl.com

او في يوم قلل مشاعره ... يعني مابقتش تحسه زي زمان أو ممكن يكون حصل ملل في العلاقه بينكم...

انت بتميل للشخص اللي بيدلك حب اكتر غصب عنك علشان دايما الانسان مننا بيميل للمشاعر الحلوه والحنيه واللي يحس بيه اكتر.....

غصب عننا والله بنتعلق مش بمزاجنا.

المشكلة الأكبر أو الحاجة اللي بتسببلك جرح إنه يعمل اللي انت عاوزه علشان يرضيك وإنت تحس إرضائه ليك دا مجاملة.

وبعد مايعمل اللي إنت عايزه، فجأة يحصل منه موقف يضايقك علشان خرج من الإطار اللي إنت كنت راسمه له، أو اللي هو مشي عليه علشانك. لان زي ماقولت قبل كده، إن الطبع بيغلب التطبع.

نيجي بقى للسبب الثاني..

* هو إنت، بمعني إنك مش أي حد يملئ عينك بسهولة، بس الشخص الثاني اللي دخل حياتك، شغل بالك وخلاك تفكر فيه بشكل كبير ومحصلش ليك قبل كده إنك تفكر فـ حد بالحجم دا كله.

أو يمكن يكون فيه حاجة كمان إنت السبب فيها برضه..

هو إن الشخص اللي عرفته أول واحد وكنت مدخله حياتك؛ كنت معتبره سد خانه أو بيملى مكان حد كان قبله.... ودي أكبر كارثة ممكن تحصل.

obeikandl.com

ماينفعش تدخل حد حياتك وتقول فترة مؤقتة علشان أنا مجروح وهو هيعوضني.

مينفعش يبقى عندك فراغ عاطفي وتملى حياتك بأي شخص والسلام.... قلوب الناس ومشاعرها مش لعبه بلاش تتعب نفسك اكتر ماهي تعبانه وتصلح الغلط بغلط..

طيب إزاي هنختار واحد من الأتنين دول

أول حاجة..

هنتكلم عن الشخص الاول، مش الشخص التاني اللي دخل حياتنا ولخبطها. الشخص اللي كان في الأول أول ماتعرفنا عليه، كنا بنحبه جدا.. بس فجأة، إتغيرت فيه حاجات كتير وحاجات كتير قلت

لو كان هو كده فعلا، وانت حاولت ترجعه زي أول مرة عرفته فيها، بس برضو كل محاولاتك فشلت.

اعرف إنه هو هيفضل على كده ومش هيتغير..

هل ينفع أسيبه ولا لا!!؟

دي حاجه تتوقف علي رصيده عندك، بمعنى على حسب المواقف الحلوة اللي عملها

وعلي حسب المواقف الوحشة اللي صدرت منه وضايقتك.

obeikandi.com

يعني مثلا لو هو كان رصيده الحلو اكتر بكتير من الوحش، وإنت شايف فيه كل المميزات الحلوة.. بس فيه حاجات مش كاملة برضه..

أحب أقولك مفيش إنسان مثالي، أو إنسان كامل... ولو الإنسان اللي إنت عرفته أول مرة فيه كل حاجة إنت بتتمناها، بنسبه ٨٠٪. أحب أقول لحضرتك متسيبوش علشان الشخص الثاني..

على الأقل الشخص اللي عرفته أول مرة، إنت بقالك كام سنه معاه، وفهمت طباعه وعيوبه ومميزاته وقدرت تقيمه بنسبه ٨٠٪. ودي نسبة الإنسان الطبيعي من حيث التوافق.

أنا ليه بقولك متسبش الإنسان اللي إنت عرفته أول مرة، علشان حد جديد خطف قلبك ومشاعرك وحسيت إنه كامل وفيه كل الصفات اللي إنت بتحلم بيها. وهو دا اللي يناسبك وفاهمك من غير ماتتكلم..

خليك واقعي شوية، وإعرف إن دايماً البدايات بتكون حلوة..

يعني الشخص التاني اللي إنت عرفته دا، وحسييت إنه فارس أحلامك..

وهو دا اللي هتعيش معاه أسعد أيام حياتك.

وفجأة نسيت الشخص اللي عرفته أول مرة. برغم إنك كنت حاسس معاه في البداية نفس الإحساس اللي إنت حسيته مع الشخص التاني.

obeikandl.com

حاول إنك متسبش الشخص اللي عرفته أول مرة؛ علشان إنت مش ضامن إنك لو اختارت الشخص الثاني اللي دخل حياتك فجأه ده، ممكن بعد وقت طويل يتغير.. ودا الطبيعي!

بس اللي مش طبيعي، إنه ممكن يتغير ويبقى أسوأ بكتير. وممكن كمان تبقى نسبة تقييمه أقل من ٥٠٪.

علشان كده، لو عرفت شخص وحبيته ولقيته يناسبك بنسبة كويسه، إمسك فيه، وحاول متبصش لغيره... اللي بيسيب الحلو ويدور على الأحلى، لا بيطول الحلو ولا الأحلى.. !

لكن فيه نقطة صغيرة أحب أوضحها....

لو الشخص اللي إنت عرفته أول مرة بعد كام سنة من عشرتكم مع بعض، لقيت نسبة تقييمك له ٥٠٪.. ولقيت إن حبك ليه بيقلل منك وبيضعفك، يبقى في الحالة دي لازم تسيبه.. بمجرد إنك تلاقي أي شخص تاني مناسب.... علشان الحب اللي يضعف صاحبه؛ عمره ما كان حب بجد.

obeikandl.com

البنت كتاب مقفول

البنت كتاب مقفول

تفهمها، سهل تفسرها

و طبيعى تكون بتحبك

و خايفه من الحب ليكسرها

حسسها دايما بوجودك

عارفها ان انت معاها

خليها مرفوعه الراس

كون نجم وساطع فى سماها

طمنها بيك تستقوى

علمها ازاى تبقى قويه

هايجى اليوم وتكون سندك

وفى عطشك تبقالك ميا

obeikandl.com

وان زعلت مره فـ واسيها

او حاول انك تحسبها

ماتقولش فى مره دى نيكاديه

دى بأبسط كلمه هاتكسبها

مش معنى انها زهقانه

تسيبها لوحدها وتِكبر

البنت لما بتضايق

ممكن مـ الصعب تِعبر

و الراجل لازم يتحمل

دا اهم صفاته الصبر

هاتشوفك نور فى الدنيا

وتشوفك نور فى القبر

obeikandl.com

الحاجات اللي الولد بيحبها

اعرفي بقى تعامليه إزاي.. يعنى هو بيحب إيه، وبيكره إيه. لازم على قد ماتقدري تحاولي تحبي اللي بيحبه، وتخففي من اللي بيكرهه.

قالك عايز أسمع منِك كلمة بحبَك، اتقلي عليه شوية واتدلعى، بس أوعي ماتقوليهاش لو لقيتيه عمل حاجة ضايقتك أوي، إزعلي منه. بس مش تتقلي أوي عليه لحد ما ييجى يصالحك. إلا لو كانت المشكلة تستاهل بجد.

لو جت عينِك في عينه وإنتوا مش قريبين من بعض، يعنى مثلا هو قاعد مع صحابه وإنتي قاعدة مع صحباتِك ابتسميله ابتسامة تحسسه إنه واحشِك.

حاولي ماتزعليش من أقل حاجة. وخصوصا من موضوع البنات.. حاولي ماتخنقيش عليه أوي لو لقيتيه بيكلم واحدة مثلا زميلته في الكلية. وتقوليله «إيه ده انت واقف مع

واحدة غيرى؟، إنت مابتحبنيش» ... بلاش الغيرة اللي تخنق دي. معظم الولاد بيتخنقوا بسرعة.. !

obeikandi.com

حاولي تحسسيه إنه أهم حاجة عندِك في حياتِك وتراعي مشاعره في كل كلامِك. يعنى

أوعي تتريقى عليه أو تتكلمي على عيب فيه بتعمق؛ لإنه حتى لو مكنش مبينلك إنه مضايق، هيكون بيغلي من جواه إنِك شايفة فيه عيب.

حاولى على قد ماتقدري لو نازلة كلميه. قوليله أنا فلانة صاحبتى عايزاني انزل معاها أنزل؟؟

آل يعني بتستإذنيه.. وإنتي عارفة إنه مش هيقولك لا، بس تحسسيه إن رأيه مهم. ولو مرة قالك لا اقعدي؛ ممكن يكون بيختبرك هايشوفك هاتكوني مطيعة ولا لأ.. يعني قبل ماتعملى أي خطوة في حياتِك حاولي تعرّفيه.

إعرفي إن الشاب ممكن لما يكون متنرفز، ويقول حاجة تضايقك، ساعتها ماتتخليش عنه وتزعلي وهو في حالته دي.. خليكي جمبه حتى لو قال حاجة تضايقك. وبعد ما الموضوع يعدي ويبقى معاكي، اتدلعى عليه.. آل يعني زعلانة، بس برضه ماتزوديهاش. لازم تكوني حطاله عذر من جواكي.

آخر حاجة، لما يكون مبسوط وإنتي مضايقة،

obeikandl.com

حاولي حتى لو مضايقة تداري ده. وتعيشي معاه الجو اللي هو عايشه. ولو عنده مشكلة، حليها معاه. مش يبقى هو متنكد وإنتي تيجي تفرجيه على صور رحلة كنتي لسة فيها، وإنتي عماله تضحكي.. !

عيشي معاه اللحظة بلحظلتها... هايحبك أووووي.

obeikandl.com

ركن للمتجوزين...

قومي قبل جوزك من النوم بنص ساعه.....

أغسلي وشك وسنانك وسرحي شعرك، بلاش تسيبي شعرك زي الغرولة

شغلي قرأن وجهزي الشاي واعملي الفطار الخفيف،،، كيك مثلا، بسكويت، جبنات، بيض، عصير الموجود يعني.

المهم ماينزلش علي لحم باطنه اتقي الله، حضري له الحمام، يعني غياره او الفوطه ولو عندك بانيو املية...

ادخلي بقي صحيه بس احذرى الصوت العالي وشدي الغطي بهدوء.... وبوسيه من جبينه وقوليله حبيبي يالا قوم علشان محضرالك كل حاجه.... وهو في الحمام تكوني مجهزه هدومه ولما يخرج ساعديه يلبس، مش عيب تلبسيه الشراب، مش هيقلل من قيمتك، وانك تختاريله البرفان اللي يحطه وانك تعجبي بيه وتقوليله كلمه كويسه مش هاتخسري حاجه...

وإنك تفردي له سجاده الصلاه والله هاتاخدي ثواب.

وهو بيصلي حطي الفطار ع السفرة حضرى جزمته نضيفة ومتلمعه، إفطري معاه ووصليه لحد الباب، بوسيه وطبطبي عليه، إدعيله وقوليله

obeikandl.com

هاتوحشني وماتغيبش عليا.. صدقيني هايرتاح نفسياً وهايشوف شغله ببال رايق وهايبقي ملهوف يرجع علشان محتاج حنيتك.. وبعد ماينزل نامي وإرتاحي بس إعملي حسابك تقومي قبل ميعاده بوقت مناسب.. روقي بيتك وحضري أكلك وإلبسي وسرحي شعرك وحطي برفان وإتمكيجي وإستنيه ولما يرجع من الشغل قابليه بطريقه حلوه وإبتسامه جميله.... والله هايعشقك

obeikandl.com

كلمة الى حبيبتي

سَأحفُر اسمكِ يا حبيبتي على كُلِّ ميادِيني

و سأكتُبُ فيكي شِعرا يملأ كُلَّ دواويني

...

في جرحي أصرُخ باسمك، فإسمك يداويني

أكُن حائِرا بين الناس، فقلبُك يأويني

...

أكُن جائِعا أو عاطِشا، فحُبُك يرويني

أكُن خائِفا من الناس، فعطفُك يحميني...

أحسَنت الاختيار، وبِسَهمِ عشقِكِ أصبتيني

حبكِ كان سَهرا، وإليه دعوتيني

أتمنى أن يَكُن حبي حَفلا، وإليه تأتيني

أتيتِ به تاجاً، وعلى رأسي توجتيني

obeikandl.com

...

و مِن كَأسِ حبكِ الزاهِد أذقتيني

لا منكِ أشبَعُ، ولا منكِ تسقيني

...

ذاك هو الحُب، يا من بِحُبكِ تراوغيني

و جعلتي القمرَ صديقي، أحاكيه ويحاكيني

...

يا من مَلّكتيني نفسكِ، وعليها آمنتيني

سأحافظ عليكِ، مراعاة لربي ولكِ ولديني

obeikandl.com

متحكمش علي غيرك

متحكمش علي أخلاق شخص من كلام او من موقف حصل قدامك وتقول دا متدين او محترم او العكس لمجرد كلام قاله او فعل عمله لأنك متعرفش اللي جوه النفوس ايه ولا تحكم علي حب شخص او كرهه ليك من الكلام او من كام موقف عمله،،

﴿ وَمِنَ ٱلنَّاسِ مَن يُعۡجِبُكَ قَوۡلُهُۥ فِي ٱلۡحَيَوٰةِ ٱلدُّنۡيَا وَيُشۡهِدُ ٱللَّهَ عَلَىٰ مَا فِي قَلۡبِهِۦ وَهُوَ أَلَدُّ ٱلۡخِصَامِ ﴿٢٠٤﴾ ﴾.

متحكمش علي موقف شوفته بدون تفكير وبدون ما تفهم كل وجهات النظر لأن بعض الامور محتاجة تفكير وتريث ومشاورة قبل الحكم..... متحكمش في مشكلة بين اتنين من غير ما تسمع الطرفين لأنك مش نبي ولا ربنا بيلهمك الصواب والخطأ.

متحكمش علي بنت من لبس او تصرف انت متعرفش اخلاقها وتفكيرها عاملين ازاي مع احترام الشرع واحكامه بس ممكن هي احسن كتير من ناس مستخبية في رداء التدين والأخلاق ومن جواهم فراغ وفساد -متحكمش علي شخص بيضحك وبيهزر كتير انه عايش حياته وباله

obeikandl.com

مرتاح انت متعرفش ان الناس اللي عايشة عشان تسعد غيرها وتفرحهم ممكن يكونو اكتر ناس حزينة من جو اهم.

متحكمش علي شيء بالفساد او الصلاح عشان وجهة نظرك تتفق مع شق معين في الموضوع.. فيه قواعد وأصول بتحدد الصح والغلط مش أنا ولا انت ولا تفكيرنا سواء كان صح او غلط.

متحكمش علي الناس من المظهر او من الخالارج فقط.. لان والله بيظهر حاجات حلوة كتير قدام الناس.. وميعرفوش النفوس فيها ايه..... بيظهر اللبس الشيك والاستايل والموضة وتفكره غني ويكون فقير لا يملك سوي اللبس اللي عليه والفقر مش عيب.

ناس بتعمل نفسها مصدر قوة وسُلطة وهم من جواهم اضعف ما يكون..... ناس بتفتخر بنفسها قدام الخلق وهم عارفين ان أقل حد في البلد احسن منهم في كل شيء ولكن التظاهر لإخفاء ما هم فيه من ضعف وقلة حيلة.... وناس بتدعي المثاليلة والشرف وهم اكتر ناس بتغلط وحتي مبتفكرش تحاسب نفسها لكن لو حد غلط قدامها تقيم عليه الحد ويدعي انه مثال يحتذي به ولازم المجتمع كله يبقي زيه.

وناس بتدعي الثورية والنضال والبطولة خلف الشاشات لكن لو جت لحظة الثورة الحقيقة والخروج بيفضلوا مكانهم لا يتأثرون ولا يأثرون

obeikandl.com

بل بالعكس بيعاتب وبيحاسب الناس اللي خرجت وتعبت وشاركت وماتت بدون فهم او وعي وكأنه قاضي معين يحاسِب ولا يُحاسَب.

متحكمش علي حاجة ملكش علاقة بيها لأن في أغلب الاحيان ظنك بيكون خطأ.. وكلامك ممكن يجرح ناس كتير وانت مش واخد بالك وبترمي الكلمة لا تلقي لها بالا بدافع من الغرور او ارضاء النفس او الكِبر.

فيه رب بيحاسب الناس علي باطن الأمور قبل ظاهرها وهو أقرب إلينا من حبل الوريد.. لو كل واحد فكر في اصلاح نفسه قبل ما يفكر في العتاب والكلام والحساب لغيره.

مش عارف بعد ٢٠ سنة هتكون حالتنا عاملة ازاي.. احنا اكتر جيل بيجيله ملل واكتئاب وزهق من نفسه ومن المجتمع والحياه.. بتهيألي العواجيز عندهم روح وسعادة وعايشين ايامهم اكتر مننا زمان بالرغم من بساطة الاشياء وقلة التكنولوجيا كانت الحياه ليها طعم تاني وروح حلوة مكنش فيه موبايلات ولا فيس بوك وكنا بنقعد بالساعات نستني مسلسل او فيلم حلو ولو قفلت معانا ممكن نتفرج علي نشرة الاخبار ونسلي نفسنا بمليون حاجة وعمرنا ما كنا بنحس ان الايام شبه بعض ولا كنا بنزهق ولا نكتئب وكانت ابسط الاشياء بتخلينا نفرح.. يمكن التكنولوجيا والنت والاختراعات دي موتت الحاجات الحلوة دي فينا وهو دا السبب ان كل يوم

obeikandl.com

بقي شكل التاني وبقي فيه حالة من الفراغ والملل عند معظم الناس.. وبقت العلاقات سطحية جدا واللي بنبقي فاكرين اننا قريبين منهم بضغطة واحدة كل شيء بينتهي بينا.. معتش حد بيبقي علي حد ولا حد بيسأل علي حد.. حتي البوستات اللي اتشهرت بقت كلها بتحث علي كدا.. ان لو حد مسألش عليك متسألش لو حد زعلك اديله بالجزمة لو حد عملك سين ومردش يبقي بيتكبر عليك وانك مينفعش تسأل علي حد ولا ينفع تقلل كرامتك عشان حد وهكذا.. وخلونا نكره بعض ونخاف من بعض.. بقي كل واحد فينا عايش في كوكب لوحده في النهاية.

obeikandl.com

الرواية الجديدة

ان شاء الله هايكون في رواية جديدة بعد الكتاب.

الرواية قصه حقيقة بين اتنين وكانت مفاجأة.

انتظروني في عدد جديد من الكتب والروايات وتقدروا تتابعوني من خلال الايميل الشخصى .

اتمني اني اكون قدرت اوصل لمشاعركم واعبر عنها.

obeikandl.com

تعريف شخصية الكاتب

احمد ممدوح عطالله

طالب بكلية الهندسة .. قسم بتروكيماويات .. مهندس بترول في المستقبل ان شاء الله.. محل الإقامة في البحيرة لكن مقيم بالاسكندريه للدراسة.

بحب الكتابه والاشعار والكورة وكنت لاعب في نادي الرجاء لما كان في الدورى الممتاز .. بحب اهل بيتي جدا وليا توأم اسمها شروق واخ اكبر مني ودا سندي وضهرى وتاج راسى اسمه هيثم.. وطبعا امي التراب اللي بتمشي عليه انا بعشقه.. وابويا دا قدوتي وتاج راسي وبتعلم منه علي قد ما اقدر.

obeikandl.com

للتواصل مع الكاتب

علي الفيس بوك :

ahmed@swiso.net

اسم الايميل للمتابعه:

Ahmed Mamdouh

obeikandl.com