

المجلد ١ الاصدار ١٠

المشوّقة

المجلة التي تحركك!

كما هو

يمكن أن نكون محبوبين لذاتنا

حواجز الحب

وكيف يمكننا التغلب عليها

الحب هو...

...وأكثر من ذلك

همس الحب

لا تدوم الأشياء إلى الأبد، لكن الأطفال يدومون

ما يهم فعلا

"أنت من أحب"

كما هو

يمكن ان نكون محبوبين لذاتنا

ملاك اسمها بيفرلي

هل يستحق الحب المعاناة؟

لقد توقع ذلك مني

الحب هو...

...واكثر من ذلك

حواجز الحب

وكيف يمكننا التغلب عليها

أقوال مأثورة

عن الحب

المجلد ١ الاصدار ١٠
سعاد أبو حليم
كريستينا لاين

واثق زيدان

motivated@motivatedmagazine.com
www.motivatedmagazine.com

المشوقة © ٢٠٠٥
جميع الحقوق محفوظة

العدد
أسرة التحرير

التصميم:

اتصل بنا:

موقع الكتروني:
بريد الكتروني:

الحب هو سر العذوبة الحياة. انه يرفعك احيانا نحو السماء ويتركك ارضا احيانا اخرى. قد يكون مدويا متأججا او حساسا ورقيقيا، يأتيك مجانا ودون مقابل، انه تجربة شخصية مذهلة يعيشها العالم أجمع. الحب جوهره تشع جمالا من جميع اوجها، كل وجه يشع اكثر من البقية، انه شيء صوفي، سحري، مدهش اسمه الحب.

حب متبادل اكبر من كل الكلمات، يمكنك ان تراه في وجه ام وطفلها، في وجوه الامل الذين ينتظرون عودة ابنهم الغائب، في وجهي عاشقين يهيمنان في الحب ويضيعان في عالم العيون والاحلام. يمكنك ان تراه في وجوه أناس يهتمون بالمشردين والبؤساء، في وجوه الغرباء والاصدقاء واي شخص لطيف يراعي مشاعر الآخرين.

في اي وقت نلمس فيه الحب، نجد لمسة من الحب الإلهي.

هذه الصفحات القادمة لا تطالبنا ان ننظر الى الموضوع بانصاف فقط، لكننا نأمل ان تمس مقالات هذا العدد من المشوقة كل القلوب وتملؤها بالحب، ذلك الحب الذي لا يرتبط بحدود ولا يعرف الأنانية والمحابة، ذلك الحب الذي لا يقف عند أية نهاية.

اذا حاول كل شخص منا تفعيل الحب فاننا سنغير العالم، لن يحدث ذلك بين ليلة وضحاها لكن بعد فترة وجيزة سنغير عالمنا، حياتنا، والواقع الذي نعيش.

تفعيل الحب الحقيقي دائما يصنع فرقا!

سعاد أبو حليم
خصيصاً لـ "المشوقة"

همسة الحب

من رواية كيث فيلبس



توقف الحافلة لنقل سيدتين متقدمتين في السن، نزل السائق من الحافلة وساعدهما في الصعود، عندما ذهب الجابي لاحصاء الاجرة اكتشف انهما تريدان الاتجاه الاخر. فتوقف السائق في الحال وقام بانزالهما وايقاف السيارات المارة حتى قطعنا الشارع، بقي معهما حتى توقف الباص وساعدهما في الصعود ثم عاد الى حافلته.

عندما صعد السائق، قوبل بالمديح والاطراء من قبل الركاب، وعندما بدأ السير ظهر الفرحة على وجوه المسافرين، وامتلاً الباص بالهمسات وابتسامات الرضا بدلا من الصمت العميق الذي كان يخيم على الباص. ♥



"أنت من أحب!" ما يهم فعلا

بتصرف من بول هارفي

في صباح أحد الايام، كان كارل يقود سيارته متجها نحو عمله عندما اصطدم بسيارة كانت تقودها سيدة. نزلت السيدة من السيارة وهي مضطربة واعترفت بخطئها، لقد كانت عاجزة عن مواجهة زوجها لان سيارتها جديدة ولم يمض يومين على شرائها.

لقد كان كارل لطيفا لكن كان مشغولا باجراءات تسجيل المعلومات عن الحادث، وعادت هي لتأخذ بعض الاوراق المهمة من ظرف في سيارتها.

لقد كانت الورقة الاولى التي وقعت في يدها مكتوبة بخط يد زوجها:
"في حالة وقوع اي حادث، تذكري عزيزتي أنني أحبك انت لا السيارة." ♥

بقلم: أبي بلير، بتصرف

كانت أبي بلير عاملة اجتماعية في الستينات، وذات مرة اتخذت قرارا بكفالة طفل لم ولن تتساه، فلتروي أبي لنا القصة.

انني اتذكر المرة الاولى التي رأيت فيها فريدي، احضرته امه بالرضاعة الى وكالة التبني حيث اعمل، كان فريدي يقف في ساحة لعب مغلقة وابتسم لي ابتسامة عريضة حتى بانت اسنانه، كم كان جميلا! ضمته امه المرضعة بين ذراعيها وقالت " هل ستجدين عائلة لفريدي؟" ثم نظرت اليه، لقد كان بلا ذراعين.

قالت امه المرضعة: " انه ذكي جدا، يبلغ من العمر عشرة اشهر فقط، انه يمشي ويتكلم ". ثم قبلته وقالت " قل كلمة " كتاب " للسيدة بلير ". ابستم فريدي وخبأ رأسه في كتف امه المرضعة التي اخذت تقول: " فريدي لا تتصرف هكذا، " وأضافت، انه حقاً لطيف، انه ولد طيب!

ذكرني فريدي بولدي عندما كان في عمره، عينان بنيتان وشعر داكن وكثيف.

قالت امه المرضعة: " انك لن تتسيه سيدة بلير، اليس كذلك؟ "

قلت لها: " حتما لن انساه. "

صعدت للأعلى وتناولت النسخة الاخيرة من القائمة التي تدرج فيها الحالات التي يصعب فيها ايجاد أسر للكفالة.

كان فريدي في الشهر العاشر، وقد توفي والداه في حادث سيارة وهو يبلغ



يمكن أن
نكون
محبوبين لذاتنا



من العمر شهرا واحدا فقط. ولد فريدي بلا ذراعين لكنه يتمتع بصحة جيدة. ذكرت امه المرضعة ان لديه علامات تنبئ بزكاء خارق، انه يمشي ويتكلم بشكل اعتيادي، ان فريدي ولد محب ورقيق وهو جاهز لعائلة تتكفله الآن.

انه مهياً كما اعتقد، لكن هل هناك من يتهياً له؟

انها العاشرة صباحا في احدى ايام الصيف الجميل، حينها كانت الوكالة تعج بالأزواج الذين لديهم مقابلات ولقاءات مع الأطفال، انهم يريدون اطفالا يشبهونهم قدر الامكان، يكونون صغارا قدر الامكان، والاهم انهم بلا مشاكل صحية، فمعظم الآباء يقولون: " ان ظهرت مشاكل صحية بعد ذلكفتملك مسؤولية نتحملها كأهل حقيقيين لهم، لكن ان نختار طفلا يعاني من مشكلة صحية، هذا كثير جدا."

ومن يلومهم؟

لم اكن وحيدة في البحث عن اسرة لفريدي، فعندما كان الباحثون الاجتماعيون يقابلون اسرة ما كانت المقابلة تبدأ بالامل في انهم قد يقبلون بفريدي، لكن الصيف شارف على الانتهاء وما زال فريدي معنا في عيد ميلاده الاول.

قال فريدي ضاحكا: " لقد اصبح فريدي كبيرا جدا كبيرا جدا.... " ومن ثم وجدتهم.

بدأت بدراسة الحالة كالعادة، حالة جديدة ودراسة

بيئية جديدة، حيث يريد شخصين تبني طفل. انهما يدعيان فرنسيس وأدوين بيرسون، فرنسيس في الخامسة والاربعين وأدوين تبلغ من العمر احدى وأربعين عاما. انها ربة منزل ويعمل هو كسائق للشاحنات.

ذهبت لرؤيتهما، انهما يعيشان في بيت صغير متواضع في ساحة مملوءة بالاشجار القديمة واشعة الشمس، لقد رحبوا بي واثقوني بلهفة وخوف.

احضرت السيدة بيرسون قهوة ساخنة وبعض الكعك المحلى الطازج، وجلسا امامي بالقرب من بعضهما واحدهما يمسك بيد الآخر. بعد لحظة، بدأت السيدة بيرسون بالحديث: " اليوم عيد زواجنا الثامن عشر."

ثم قالت وهي تنظر الى زوجها: " سنوات جميلة ما عدا...، نعم دائما هناك استثناء ". تأملت تلك الغرفة النظيفة قائلة: " انها نظيفة جدا، اليس كذلك؟"

فكرت في غرفة جلوسي مع أطفالتي الثلاثة. قد اصبحوا في سن المراهقة الآن، واجبت، " نعم، اعرف ماذا تقصد."

" ربما قد كبرنا الآن على ذلك؟"

قلت لها مبتسمة " لا اعتقد ذلك."

قال السيد بيرسون: " لم نكبر بعد، لقد كنت دائما تعتقد ان ذلك سيحصل هذا الشهر او الشهر المقبل، الاختبارات، الفحوصات وكل هذه الأشياء

واكثر واكثر. لكن لم يحدث شيء، لقد كنا فقط نأمل ونأمل، حتى مرت السنين."

من المفضلين لدي. لم يكن يبدو المرض عليها بتاتا بل كان الشعر ان ذلك يعني الكثير لهم، لكنني كنت متماسكة وقوية ولم تأثر كثيرا. نعم، ها انا هنا ابكي الدموع.

قال السيد بيرسون: "حاولنا التبني قبل ذلك، اخبرتنا احدى الوكالات ان شقتنا صغيرة جدا، اهذا انتقينا هذا المنزل، ووكالة اخرى اخبرتنا اننا لا نملك المال الكافي حتى اخبرنا صديق عنك، وقررنا ان نحاول مرة اخيرة." قلت: "هذا من دواعي سروري."

ربما كانت بيضلي ملاكا من السماء، ربما كانت طيبة جدا في هذا العالم العالم فاعطاها الله جناحين قبل اي منا، لم تمسها شرور هذا العالم ابدا وكانت طاهرة بريئة لدرجة انها لا تعرف معاناة من يسهر بجانب مريض يمر بالآمه.

قالت السيدة بيرسون وهي تحدق في زوجها بفخر: "هل يمكننا الاختيار على الاطلاق، ولد لزوجي على سبيل المثال؟" فاجبت: "سنحاول ان يكون ولدا، اي نوع من الاولاد تريدان؟"

كان يبدو انه مغير المعقول ان حياة بيضلي ستنتهي وكذلك حياة آلاف، بل مئات الآلاف، بل الملايين من الناس. هل اضيِّع الوقت في رعاية ارواح صغيرة لتمتد

ضحكت السيدة بيرسون قئلة: "كم نوع من الاولاد هنالك؟ هناك نوع واحد فقط، زوجي رياضي كان يلعب كرة القدم في المدرسة الثانوية، كرة السلة وكذلك سباقات الميادين، سيكون راعيا مناسباً لولد."

نظر السيد بيرسون اليّ قائلاً: "انا اعرف انك لا تستطيعين اخبارنا متى سيتم ذلك بالضبط، لكن هل لديك فكرة كم احدى الاطفال الذين قمت بزيارتهم في مشفى السرطان قد ماتت للتو، اعرف كم عانت في ايامها الاخيرة قبل الموت. انها الآن في الجنان لكنها لا تزال في السابعة من عمرها، كانت بيضلي

الحب هو ...



الإيمان،

الثقة،

المساعدة،

التشجيع،

المشاركة،

التفاهم،

الشعور،

العناية،

الدعاء،

العطاء.

... وأكثر

من ذلك

رواية ديفيد فونتين

الحب هو التواصل مع الآخرين.

الحب هو العاطفة والاحساس.

الحب هو الحياة والنبض والدفء.

الحب يأخذك نحو الأفضل دائماً.

الحب هو أعظم ما يحتاجه المرء، ولهذا فهو أعظم خدمة يمكن ان تقدمها للانسان.

لا تستطيع ان ترى الحب الا عندما يعبر الآخرون عنه او يظهره او يضعوه موضع التطبيق.

الحب هو المراعاة.

الحب دائم، لا يعرف الزمان او المكان.

الحب يسعى دائماً لايجاد طريق.

الحب هو عطاء الذات.

الحب نادر، النوع غير الأتاني.

الحب لا يقدر بثمن.

الحب هو المكافأة بذاتها.

الحب لا يعرف الأذى.

الحب الحقيقي يفضل سعادة الآخرين على سعادتك.

الحب يختار الالم لمساعدة الآخرين.

الحب هو الشجاعة.

الحب هو التضحية الكاملة.

الحب لا يذهب سدى. فهو يعطي فوائد جمّة ايئنا وضعناه.

الحب للأبد.

حواجز تعيق الحب

وكيف يمكننا التغلب عليها



الخوف - العقبة الاساسية هو خوفاً، فحساسيتنا الزائدة من ان نقوم بشيء قد يؤدي مشاعرنا، او خوفاً الزائد من خيبة الامل، او اعتقادهم بأننا لحوحين او مناققين واننا نرغمهم على تبادل المجاملات.
فكيف نتغلب على ذلك الشعور؟ انها الطريقة نفسها في التغلب على خوفاً من ركوب السفينة وذلك باتخاذ قرار حاسم!



الأنانية - اذا تعاملنا مع الناس والمواقف التي نمر فيها كما امر الله عز وجل، فاننا سنلاحظ الفرق! جميعنا سمعنا بالحكمة التي تقول: "إن السعادة أن تعطي لا أن تأخذ"، وكلنا نتفق على المبدأ لكن يبقى القول اسهل بكثير من العمل.



علينا ان نتذكر دائماً ان الله عز وجل لا يتوقع منا فعل ما لا نستطيع دون مساعدته، وهنا يظهر ايماننا به تعالى وامثالنا لأوامره رغم كل مغريات الحياة التي من حولنا. عندما نفعل ذلك سوف نجني نتائج لا حصر لها يهبنا الله اياها لأننا أولينا الآخرين اهتمامنا دون أنانية. قد لا تكون النتائج مادية او آنية لكنك لن تشعر بالأسف لان الله سيعوضك سابقا او لاحقاً! احياناً بعض التضحيات لا تبدو تضحيات لكنها استثمارات سترد اليك يوماً ما.

الاستياء - الاستياء من اهم الاسباب التي تخلق الحواجز بين الناس، انه عادة يبدأ بأمر صغيرة. كأن يفعل شخص اي شيء يؤلمنا او يؤذينا ونبادله بالمثل ويكون ذلك حجر الاساس وقد يتكرر ذلك مرات عديدة وبذلك يرتفع الحاجز شيئاً فشيئاً ويمنعنا من رؤية الآخر. اسوأ ما في الأمر هو ان نحاول تبرير أخطائنا كأن نقول: "حسناً، انا لا أتصف بالكمال، ربما اكون قد اخطأت لكن خطأه كان اكبر"، ولكن في حقيقة الامر شعورنا بالاستياء، يعني الخسارة دائماً. انه يفصلنا عن الآخر ويهدم العلاقات فيما بيننا، وبذلك يرتفع الجدار أكثر فأكثر ويجعلنا نعيش حالة عزلة وتعاسة دائمة. الحل الوحيد هو ان نتحدى الحواجز ونهدمها وان نسامح ونبدأ من جديد.



الانشغال - اذا لاحظت عدد المرات التي لم تول فيها الناس اهتماما او عدد

الفرص الضائعة في التعبير عن حبك وتقديرك، اذا تساءلت عن سبب ذلك فانه يكون الانشغال في العمل. العالم يتسارع من حولنا وكلنا نقع تحت ضغوطات الحياة لنبقى في المقدمة دائما ولنستطيع توفير مقومات الحياة التي اصبحت باهظة الثمن. اثبتت العديد من الاحصاءات ان الحب ومساندة الآخرين والشعور بتحقيق الذات كلها نستمدھا من العائلة والاصدقاء، وفي نفس الوقت بينت نفس الاحصاءات ان لا وقت لدينا نمضيھ مع العائلة والاصدقاء.



الحل بسيط لكنه ليس سهلاً: اذا كان هناك اولويات فتعامل على انها اولويات. ذكّر نفسك كل صباح وخلال النهار بان الناس هم على سُلّم اولوياتك، حاول ان تتواصل معهم بابتسامة او ثناء او كلمة عطف. وبذلك فان العمل سيصبح اسهل واقل عناء، علاوة على ذلك ستكسب حب الناس وهذه الابتسامات والثناء وكلمات العطف سترد اليك في الحال، ولأكثر من ذلك شعورك بالرضا لانك جعلت حياة شخص ما او عمله او حياته افضل. ان هذا اهم انجاز في حياتك!

الاعتیاد - معظم المحبين يتوقون للحظة التي يرتبطون فيها والتي تصبح

فيها حياتهم أفضل فأفضل. ينظر الامل لعيون أبنائهم التي يملؤها الأمل نظرة عمق راجين الله عز وجل ان لا نخيب امالهم وان تتحقق امانیهم. يتبادل الاطفال الوعود ببقائهم افضل الاصدقاء، الاطباء، الممرضون، المدرسون، العمال كلهم يهبون حياتهم لخدمة الآخرين. انه الحب الذي يجمع العائلات، ويخلق الصداقات وكل العلاقات الجيدة، لكن لماذا تنتهي حياة الأزواج بالشجار؟ ولماذا يشكو الامل



ويفقدون صبرهم؟ لماذا ينفصل الاصدقاء؟ ولماذا تسلب الانانية الحب من قلوب الناس؟

اننا نلقي اللوم على الاعتياد، وبمرور الوقت نعتاد على الاشخاص الذين نعيش معهم، ونتوقف عن معاملتهم كما يجب. القدم والبلی في الحياة اليومية، والعلاقات الانسانية التي تقل قيمتها المعنوية لدينا، تجعلنا نبحت عن الاخطاء ونرى التجاعيد، وبذلك يأخذ الروتين مجراه.

عندما يصبح الملل واضحا، علينا ان نعكس اتجاه حياتنا، ان ذلك يحتاج لجهد كبير ولن يكون سهلاً لكن في النهاية يمكننا القيام بذلك، فلنحاول ان نذكر انفسنا بالشخص الآخر عندما قابلناه اول مرة، ولنتذكر ما قال وما فعل في اول مكان رايناه فيه، فالحل الأكيد والوحيد هو ان تهذب نفسك وان تمنح الآخر وقتنا كافيا وبذلك ستكون النتائج فورية.



"لقد توقع ذلك مني"

هناك قصة عن اخوين تطوعا كلاهما في الجيش خلال الحرب العالمية الاولى وطلبا ان يكونا في نفس الكتيبة. فأرسلا بعد حين الى الخطوط الأمامية حيث الخنادق. في حرب الخنادق، كانت كل جهة تحفر شبكة خنادق على طول الخطوط الأمامية لمنقتهم ويضعون السياج الحديدي في الجهة الاخرى. ومن وقت الى اخر كان الجنود يحاولون الاندفاع لاخترق خطوط العدو، وفي احدى تلك الهجمات، جرح الاخ الاصغر جرحا بالغا في المنطقة المشتركة بين طرفي التراع. وترك وحيدا يواجه الموت هناك.

بينما كان الاخ الاكبر آمنا في خندقه، يرى ما يحدث ويعرف ما عليه فعله، شق طريقه عبر الخندق بين جنود الآخرين حتى وصل الى قائد فرقته.

"يجب علي ان اذهب لاحضاره! صرخ الاخ الاكبر في بين غبار المعارك. "هذا غير معقول!" اجاب القائد صارخا. "ستموت في لحظات اذا أطلقت برأسك من الخندق!"

ولكن الاخ الاكبر أفلت نفسه من بين قبضة القائد، واندفع من الخندق، يبحث عن اخيه تحت نيران العدو.

وعندما وصل لم يكن باستطاعة الاخ الاصغر سوى الهمس، "لقد كنت متأكدا من مجيئك!"

وفي هذا الوقت جرح الاخ الاكبر أيضا بجروح بليغة وبالكد استطاع ان يجرح أخاه الى خطوطهم حيث وقعا كلاهما داخل الخندق.

جاء القائد وسأل: "لم فعلت ذلك؟ لقد اخبرتك انك ستموت!"

فأجاب الاخ الاكبر بابتسامة اخيرة: "كان علي فعل ذلك، لقد توقع مجيئي ولم استطع خذلانه!"

ومهما كان من حواجز

نواجهها في الحب،

فلنتذكر ما قاله الكاتب

والمحاضر المعروف،

(إيميت فوكس) بان

الحب الكبير لا يترك صعوبة لا يتغلب عليها

ولا مرضا ولا يشفيه، ولا بابا لا يفتحه، ولا

خليجا لا يجسّره، ولا حائطا لا يهدمه، ولا خطأ

لا يصلحه. وبغض النظر عن تعقد المشاكل او

قتامة الأفق او ضخامة الخطأ فان الحب يكتسح

كل هذه العوائق!





ملاك اسمها بيفرلي

هل يستحق الحب المعاناة؟

يملاً رأسها ولم تكن نحيلة كالآخرين. لقد كنت اسلم جدلاً انها في الساعة العاشرة من صباح كل يوم خميس تكون في غرفة الالعاب تنتظر ان نبدأ درس الرسم.

انه يجلب الآلام في كل مرة تشهد في نهاية حياة يافعة، وموت شخص عزيز على قلبك.

لم تكن هناك ذلك اليوم ولن تكون هناك بعد ذلك. لقد كانوا دائماً يقولون لي: " لا تتعلقي بالأطفال"،

لا مجد لكن هناك راحة، تكمن هذه الراحة في ان تمس قلوب الآخرين ثم في العالم الآخر، وبالتالي فانني اشعر انني قدمت الشيء الأهم.

لكنني لم اكن أبالي معتقدة انني استطيع تجاوز ذلك، لقد كنت اتهم ان حياتهم معلقة بخيط وانني استطيع التعامل مع الموقف عندما ينقطع ذلك الخيط. ترك عدد من المتطوعين الاشتراك العملي لوفاة الاطفال الذين تعلقوا بهم. بها الحياة اكثر قليلاً؟ وان كان وجودهم لفترة قصيرة فقط فهل من المنطق ان احبهم وكانهم سيعيشون للأبد؟

عاشت بيفرلي سبع سنوات، وقد اعيش انا حتى اصل سن السبعين او اكثر، لا اعلم انا ولا احد يعلم كذلك، فقد يفاجئنا الموت في اية لحظة، لكنني اشعر بانني ساذهب الى الجنة حيث سارى وجها واحدا لن يفاجئني، هناك في ذلك المكان الذي لا توجد فيه معاناة او بكاء او حتى موت. ذلك الوجه هو وجه الملاك، تلك الملاك المدعوة بيفرلي.

ان لهذه الأسئلة اجابة مدهشة في نفسي: ان مستقبل هؤلاء الأفراد غامض للغاية، وكل يوم يمر، كل ثانية يمكن حسبتها من عمرهم. فالسؤال هنا لا يكمن في احتمالية حياتهم او مماتهم وانما يكمن في احتمالية ان نحيا نحن لنقدم لهم الحب.



عن الحب

العطاء هو مقياس الحب.

ليس للحب عمر محدد، انه يولد دائما وباستمرار.
بلايز باسكال

في الحب لا إحساس بالعبء.

من يزرع بذور الحب والرقعة يتمتع بحصاد مزدهر.

في اي مكان يوجد فيه انسان آخر، هناك فرصة لابداء
الحب.

الحب هو ان تفضل سعادة الآخرين على سعادتك.

الحب هو ان تنزف مع من ينزفون، تعاني مع من
يعانون،

الحب فاكهة كل الفصول وفي متناول الجميع.

- الأم تيريزا

وان يتألم قلبك مع من كُسرَتْ قلوبهم.

من احب شيئا اكثر من ذكره.

رقعة الحب نعمة مزدوجة، نعمة على من يعطي واخرى
على من يأخذ.

الحب هبة من السماء.

عندما يوجد الحب في حياتك، يظهر ذلك على وجهك
مباشرة.

الحب سيل يلاقي قلبا خاليا فيملؤه.

