منطقة الشباب

العدد ٦

«هل لديَّ ما يكفي؟»

الأطفال الذين يهتمون

هل أنتِ باحثٌ؛ حافظٌ أم مانحٌ للأشياء؟

منطقة الشباب

العدد ٦

إنتاج المشوِّقة

المحتويات

لقد فعلوها !

٣ «هل لديّ ما يكفي؟»
٤ صديقي
٦ ركن الأنشطة: أسبوع الإحسان

وأنت أيضاً تستطيع ذلك!

٦ الأطفال الذين يهتمون
٧ أعمال صغيرة من الإحسان
٧ اقتباسات حول الإحسان
٨ رُكن الأنشطة: جرة العملات المعدنية

عندما تكون الأمور صعبة

٩ فرصة أخرى
١٠ مرّرها

تحدّث عنها

١٢ هل أنت باحثٌ؛ حافظٌ أم مانحٌ للأشياء؟

أشخاص مشهورون

١٣ ألبرت أينشتاين
١٤ رُكن الأنشطة: رياضيات الإحسان

تجهيز ... إعداد ... عمل!

١٥ استخدم كلماتك

تقدير

مدير التحرير: كرستينا لين
محررون مشاركون: لويز واتسون، أنيتا فلوريجن
التصميم: وائق زيدان

حقوق الطبع ٢٠١٢ للمشوقة © جميع الحقوق محفوظة

كلمة التحرير:

ذات يوم، لاحظ ولدٌ؛ اعتاد تناول غدائه في كافتريا المدرسة أن المرأة الجديدة التي بدأت العمل خلف طاولة التقديم كانت عابسة الوجه. وبدا عليها التعب أيضاً. «لا بد أنها كانت تصنع الساندويشات منذ ساعتين تقريباً إلى الآن.» هكذا فكر الولد في نفسه. «وأنا لست إلا مجرد ساندويش آخر بالنسبة لها.»

أخبرها بطلبه. فقامت بوزن الدجاج على ميزانٍ صغير ووضعت ورقة خس وبعض رقائق البطاطا وناولته صحنه.

في اليوم التالي، مر في نفس الطابور - نفس المرأة ونفس العبوس. الفرق الوحيد هو أنه لاحظ الشارة التي تحمل اسمها. ابتسم وقال لها، «مرحباً، يونيس.» وأخبرها بطلبه. خمّن ماذا حدث؟ نسيت الميزان ووضعت كومة من الدجاج وأعطته ثلاث ورقات خس وكومة من رقائق البطاطا فوق الصحن حتى سقطت عن الصحن!

أن تكون لطيفاً في تعاملك مع الآخرين فإن ذلك له قوة تأثير هائلة، ويمكن أن يحدث فرقاً شاسعاً عند الناس. إن القصص والمقالات والنصائح في هذا العدد من «منطقة الشباب» تركز على هذه المهارة الهامة التي تكون في أغلب الأحيان مهملة. أحياناً لا تلقى تصرفاتنا اللطيفة رد الفعل الفوري، ولكن في الكثير من الحالات نشهد النتائج على الفور. وعندما يحدث ذلك، فإن الأمر دائماً يستحق أن نروي قصته.

إذا كان لديك أية قصص عن الإحسان، أرسلها إلينا على البريد الإلكتروني youthzone@motivatedmagazine.com وأخبرنا عنها.

كريستينا لين
لـ منطقة الشباب

«هل لدي ما يكفي؟»

بقلم شارون بالمر، بتصرف

بينما كنت في الدقائق الأخيرة من تسوقي في أحد محلات ألعاب الأطفال، قررت أن ألقي نظرة على الدمى من أجل بنات أختي.

كانت هناك فتاة صغيرة تلبس ملابس جميلة وتنظر بشوق إلى الدمى أيضاً، وتمسك بقوة على بعض النقود في يدها. وعندما تعثر على دمية تحبها تستدير إلى والدها وتسأله إذا كان ما لديها يكفي لشراء تلك الدمية. وكان في الغالب يجيب بالإيجاب، ولكنها ظلت تبحث وتعود لنفس مقولتها المتكررة «هل لدي ما يكفي؟».

وكان هناك ولد صغير في سنها يتجول في الممر أيضاً، وبدأ يفتش بين ألعاب الفيديو. كان يلبس بشكل مرتب إلا أن ملابسه بدت مستهلكة بشكل واضح، و معطفه يبدو أصغر من قياسه بنمترين. وهو أيضاً كان يمسك نقوداً في يده ولكن بدا أنها لا تزيد عن خمس دولارات على أكبر تقدير.

وكان الولد مع والده ايضاً، وظل يلتقط ألعاب الفيديو الواحدة تلو الأخرى، ولكن في كل مرة يلتقط فيها واحدة كان ينظر إلى والده والذي بدوره يهز رأسه بالنفي وكأنه يقول «لا».

وأخيراً اختارت الفتاة الصغيرة الدمية التي تريدها وهي دميه جميلة الملابس براقة ويمكن أن تحسدها عليها كل فتيات الحي. على الرغم من ذلك، توقفت الفتاة وكانت تراقب الحديث بين الولد وأبيه. و بشيءٍ من الحزن والإكتئاب؛ تخلى الولد عن لعبة الفيديو واختار شيئاً آخر. بدا وكأنه كتيب من الملصقات بدلاً من ذلك. بعد ذلك انصرف الولد وأباه إلى ممر آخر في المحل.

أعادت الفتاة الدمية التي اختارتها إلى الرف مرة أخرى، وهرعت إلى ألعاب الفيديو. واختارت بحماس واحدة كان الولد قد تفحصها، وبعد أن تحدثت إلى والدها هرعت تجري إلى صندوق دفع النقود. أما أنا فالتقطت مشترياتي وسرت في الصف خلفهما. وبعد ذلك، التحق في الصف نفسه الولد وأبوه خلفنا، فبانت السعادة بشكلٍ كبير على وجه الطفلة الصغيرة.

بعد دفع ثمن اللعبة ووضعها في كيس، أعادتها الفتاة إلى أمينة الصندوق وهمست شيئاً في أذنها. ابتسمت أمينة الصندوق وتناولت لعبة الفيديو من الفتاة ووضعتها أسفل طاولة المحاسبة.

دفعت ثمن مشترياتي وبينما أنا أرتب الأشياء في محفظة نقودي، وصل الولد إلى أمينة الصندوق التي أدخلت ثمن مشترياته في الآلة. ثم قالت، «تهانينا. أنت زبوني رقم مائة لهذا اليوم و قد فزتَ بجائزة!»

بهذه الكلمات، ناولت الولد لعبة الفيديو. لم يستطع أن يفعل شيئاً سوى أن يحملق فيها غير مصدقٍ لما يجري. وقال، أن تلك اللعبة هي بالضبط ما كان يريد! كانت الفتاة ووالدها يقفان عند مدخل المحل في حينها، ورأيت على وجهها أكبر وأجمل ابتسامة رأيتها في حياتي. وعندما خرجا من الباب تبعتهما على مسافة لصيقة خلفهما.

بينما أنا في غاية الدهشة مما شهدته، سمعت والد الفتاة يسألها لماذا فعلت ذلك.

لن أنسى أبداً ما قالته له.

«أبي، ألم يرد جدّاي أن أشتري شيئاً يجعلني سعيدة؟»
قال «نعم، بالطبع يا حبيبتي، لقد قالا ذلك!»
ردّت قائلة، «حسناً، لقد فعلت ذلك فقط!»
وبذلك ضَحِكَت وبدأت تجري نحو سيارتهما، ومن الواضح أنها كانت تجيب على سؤالها المتكرر: «هل لدي ما يكفي؟» ☼

صديقي

كان هنالك ولد يتيم يبيع الجرائد في الطريق. توقف رجل ليشتري منه جريدة.

و بينما كان الرجل يبحث عن النقود في جيبه سأل الولد عن مكان سكنه. رد الولد قائلاً أنه يعيش في كوخ صغير في الجزء المظلم من المدينة في الأسفل على ضفة النهر.

جاء السؤال التالي، «ومن يعيش معك؟»
وكان الجواب «جيم فقط. جيم معاق ولا يستطيع العمل. إنه صديقي.»
بلغت الجرأة بالرجل مبلغها ليقول الملاحظة التالية: «سيكون حالك أفضل كثيراً من دون جيم، أليس كذلك؟»

جاءه الرد مع شيء من الإحتقار، «لا يا سيد. لا أستطيع التخلي عن جيم. لن يكون هناك أحد ينتظرني في البيت عندما أعود. و لا يمكن لي أن أرغب في العيش والعمل من دون أن يكون هناك من أتقاسم معه لقمة العيش. هل يمكنك أنت ذلك؟»
كانت تلك محاضرة قصيرة ولكنها كانت في الصميم. ☼

أسبوع الإحسان

أطلب الإذن من معلمك أو مرشدك أو والديْك إذا كان من الممكن أن تجتمعوا كصف دراسي أو مجموعة أصدقاء - لتعزيز فكرة الإحسان لمدة أسبوع واحد. اختر شعاراً واحداً أو أكثر واصنع لوحات وملصقات كثيرة. ضعها في غرفة الصف وفي غرفتك وعلى خلفية السيارات (بعد الحصول على تصريح رسمي بذلك) وحيثما يمكنك ذلك.

وأيضاً استخدم شعارات الإحسان كلما كنت تكتب شيئاً مثل الرسائل الإلكترونية والواجبات المدرسية، إلخ. ويمكنك أيضاً أن تصنع ملصقات لتزيين دفاترك المدرسية. بعض الشعارات يمكن أن تشكل لوحات عرض رائعة تعرض في نوافذ المحلات في الحي الذي تقطنه. إليك بعض الأمثلة كي تبدأ بها:

- الإحسان يمكن أن يغير العالم.
- الإحسان يبدأ مثل موجة الماء...
- الإحسان يجعل قلبك يتوهج!
- الإحسان الذي يقدمه الناس ينعكس عليهم.
- أنا أومن بقوة الإحسان السحرية.
- مارس أفعالاً تنم عن الإحسان من حينٍ إلى آخر.

الأطفال الذين يهتمون

اكتشاف حاجة و الوسيلة لملئها

بقلم: ثوماس فيلدز-ماير

من

سبنسر وايل، ١٣ عاماً

الإنجاز

اخترع سيارات مرتبطة بعمود الجليكوز (سيارات ال في) للأطفال المرضى

الإلهام

كان سبنسر وايل، الذي تربى على يدي أم لها تاريخ طويل مع أمراض القلب، قد قضى وقتاً كافياً في المستشفيات كي يعلم أنه كان يرغب في علاج المرضى، وخصوصاً الأطفال، ليشعروا بحال أفضل. و في زيارةٍ إلى مستشفى الأطفال في بتسبيرغ، لاحظ سبنسر ولداً يسير عبر الجناح في لعبة على شكل سيارة أطفال، بينما كانت أمه تمسك بعمود الجليكوز (ال في) وتلهث وهي تجري خلفه. يقول سبنسر، «تساءلت لماذا لم يفكر أحد في ايصال عمود الجليكوز (ال في) مع السيارة؟»

الحل

التمس سبنسر التبرعات للسيارات ذات البدالات ولأعمدة الجليكوز (ال في) ، وسجل أسماء المتطوعين الذين سيقومون بعملية اللحام. النتيجة هي: الآن أصبحت شركة كيد كير رايد توي ذات شعبية لدى الأطباء والمرضى على حد سواء في مينيولا، في مستشفى جامعة وينثروب بنيويورك حيث أصبحت العشرات من هذه السيارات قيد الإستخدام. وللسنة القادمة، تخطط شركة ليتل تايكس توي لتوفير هذه السيارات على مستوى الوطن بأكمله. يقول الدكتور مارك وينبلات، مدير مركز سرطان الأطفال في وينثروب، «إنها تجعل بيئة المستشفى أقل تهديداً. وينسى الأطفال أنهم يحصلون على المعالجة.» ويعود الفضل في هذا إلى سبنسر الذي حصل على المساعدة والتوجيه من أخيه الأكبر وزميله في الإختراع، براندون، ١٦ عاماً، والذي صنع، من بين أشياء كثيرة، «الخنفساء الإبرة»، التي تجعل من ال آي فيز تجربة أقل إيلاماً. «لا نستطيع إلا الإعتراف بأنهم مرضى.» يقول براندون، «ولكن على الأقل، بإمكاننا مساعدتهم في الحصول على مزيد من المرح والمتعة.»

أعمال صغيرة من الإحسان

بقلم بريتاني إيكرت

لقد كان ذاك مجرد حدث صغير، ولكنه كان عظيم التأثير.

ذهبتُ لإحضار بعض المواد المدرسية بعد ظهر أحد الأيام، فتحت الباب وأمسكت به كي أسمح لسيدة عجوز واهنة الجسم بالدخول. وما أسعدني كثيراً أنها كانت ممتنة للغاية بقولها، «أشكرك شكراً جزيلاً» ، وقولها، «أنتم الشباب رائعون في هذه الأيام.» وقد كان لذلك كبير الأثر علي؛ ليرسم على وجهي ابتسامة كبيرة. وأخبرت أصدقائي في المدرسة فقالوا أن ذلك شيء رائع.

أليس رائعاً عندما يكون لأقل الأمور ذلك الأثر الكبير الذي يلمس شغاف قلبك بصورة ليس لها مثيل؟ إنها مجرد فكرة، ولكن بالنسبة لي فإن أي تصرف فيه شيء من الإحسان هو هدية لك تماماً كما هو هدية للشخص الذي تقدمه إليه.

أقوال مأثورة عن الإحسان

- الإحسان لغة يمكن للصم سماعها ويمكن للمكفوفين رؤيتها. - مارك توين
- كن محسناً لغير المحسنين- إنهم بحاجة إليه أكثر من غيرهم. - أشليه بريليانت
- إنسَ الجروح، ولا تنسَ الإحسانَ أبداً. - كونفوشيوس
- إن الإحسان لا يضيع هباءً، حتى لو لم يؤثر في من تحسن إليه، فعلى الأقل إنه ينفع مانحه. - إس. إتش. سيمونز
- إننا في غالب الأحيان نقلل من القوة التي تمتلكها لمسة حانية أو بسمة أو كلمة طيبة أو أذن صاغية أو كلمة تقدير نابعة من القلب أو عمل ضئيل يدل على الإهتمام؛ إذ كلها تحتوي على إمكانات قادرة على أن تقلب الحياة رأسا على عقب. - ليو إف بوسكاجليا

youthzone@motivatedmagazine.com

جرة العملات المعدنية

بعد الاستئذان من والديك و/أو معلميك اجتمع مع صفك أو مع مجموعة من الأصدقاء وقرروا معاً دعم مؤسسة خيرية معينة أو دعم قضية ما. بعض الأفكار هي : جناح الأطفال في مستشفى ما أو ملجأ أيتام في منطقتك أو مدرسة للصم أو للمكفوفين. وعندما تختار المؤسسة أو القضية التي تريد دعمها قم بالآتي:

١. ضع علامات على أوعية أو جرار كبيرة من البلاستيك أو الزجاج تقول: «نقود من أجل .....» (املأ اسم المؤسسة التي تريد دعمها.)
٢. إذا حصلت على تصريح ضع الأوعية في مدرستك وفي مواقع أخرى تضمن فيها أن يراها الناس.
٣. إحرص على أن تخبر كل من تقابله عن مشروعك هذا وأخبرهم أيضاً كيف يمكن لهذا المشروع أن يدعم ويساعد القضية التي تريدها.
٤. عندما تمتلىء الجرة أو الوعاء، ابدأ بواحدة أخرى. وطيلة مدة المشروع خمن وصفك أو أصدقاءك قيمة النقود التي في الجرة، وكم عدد القطع المعدنية التي بها وكم تزن الجرة ...إلخ.
٥. عندما يكتمل مشروعك «نقود من أجل .....»، أكتب مقالاً في مجلة المدرسة الإخبارية أو إلى جريدة المدرسة ورتب الطريقة التي سيتم من خلالها نقل تلك الأموال إلى المؤسسة التي اخترت دعمها.

هذا المشروع يؤكد بشكل عملي كيف يمكن لفعلٍ صغير - مثل المساهمة ببضع قطع من العملات - أن يحدث فرقاً ومن ثم يتسع ويكبر لكي يتحول إلى عدد كبير من أعمال الإحسان والمشاركة والرعاية والإهتمام. ومن المدهش حقاً أن هذه العملات القليلة سرعان ما تنمو وتصبح مبلغاً كبيراً من المال أيضاً.

نصيحة:

غيّر مكان الجرار في المبنى بشكل يومي؛ مثل مركز المعلومات أولياء الأمور، وقاعة الموظفين والمكاتب وغرف العمل، ...إلخ. أبلغ مجموعة العاملين في المبنى عن مشروعك وشاهد كيف النقود تزداد وتزداد!

ليس من السهل دائما أن تكون محسناً. عندما يتذمر الناس ويرتكبون أخطاءً أو يشتكون قد لا تكون لدينا الرغبة أن نستجيب لذلك بالإحسان واللطف. أو عندما تريد أن تفعل شيئاً لنفسك قد يكون الأمر فيه الكثير من المعاناة والإجهاد كي تقوم بعمل فيه إحسان للآخرين بدلاً من ذلك. فيما يلي نورد لك قصتين تبينان عملياً أنه على الرغم من الظروف التي نعيشها، فإن الإحسان هو دائماً أفضل سياسة وأكثرها جزاءً حسناً وهي الأجدر بالإتباع.

فرصة أخرى

ماذا كان بوسعك أن تفعل؟

المؤلف مجهول

لو قُدِرَ لإنسان أن يسامح إنساناً آخر حق المسامحة لكان ذلك الشخص هو ثوماس إديسون، مخترع المصباح الكهربائي. عند مرحلة ما من تجاربه، كان إديسون قد توصل أخيراً إلى إنتاج المصباح بشكل تام - النتيجة النهائية لمئات المحاولات، لقد كان ذلك أول مصباح كهربائي يتم صنعه عبر التاريخ. وكان إديسون يملؤه الفخر والسعادة الغامرة. لقد مرت سنوات طوال وهو يحلم بهذه اللحظـــة.

«خذه إلى الطابق العلوي يا جيمي،» قال إديسون مناولاً المصباح لمساعده جيمي برايس. ثم فجأة يسمع صوت تحطم ويستدير إديسون ليرى مصباحه الثمين وقد تناثر شظايا على أرض الغرفة. لقد انزلق المصباح من بين أصابع جيمي!

لم ينبس إديسون ببنت شفة - يمكنك أن تتخيل ماذا كانت أفكاره عندئذٍ. عاد إلى طاولة مشغله واستأنف العمل مرة أخرى... كي يصنع مصباحاً آخر. مرت عدة أيام أخرى قبل أن يصبح المصباح الثاني جاهزاً أخيراً. وهناك على طاولة المشغل كان المصباح «يجلس» بتمامه وكماله أمام صانعه.

ثم قام إديسون بعمل كبير جداً جداً - كدليل على أنه قد سامح مساعده على كسر المصباح الأول. مع ابتسامة، ناول المصباح الجديد لجيمي، وقال، «كن حذراً الآن!» لقد قام بمنح الولد فرصة أخرى. لم يكسر جيمي المصباح هذه المرة - ولهذا فقد أصبح لدينا ملايين المصابيح في عالم اليوم. ☼

مرّرها

من www.helpothers.org ، بتصرف

هذه القصة في الحقيقة ليست قصتي أنا بل هي قصة ولديّ، جوشوا وكريستوفر وعدد من أصدقائهما.

ذات يوم سبت، وقبل عدة سنوات عندما كان الأولاد في صفوف المدرسة الإعدادية وبعد سقوط الثلج لسمك يبلغ عدة بوصات، طلبت من ولديّ أن يعتنيا بالممر أمام المنزل. قلت لهما، «اجرفا الثلج عن الدرج وعن مدخل المنزل. ومر دخول السيارة، ذلك سيكون جميلاً ...»

في الواقع لم أتوقع منهما بذل ذلك الكم الهائل من الجهد. فأنا أعلم أنه كان يوم سبت ولا مدرسة وكان من المخطط أن يمر بهما بعض الأصدقاء لكي يتمشوا جميعاً إلى المول.

مضت ساعة وخطر ببالي أن أخرى مدى تقدمهما في العمل، وكنت قد استبقيت مصروفهما لدي رهينة حتى يتما عملهما. وافترضت أنهما سيحتاجانه من أجل الممر.

فتحت الباب الأمامي، ولكن لم أشاهد أي أثر لهما في أي مكان على مرمى نظري. لقد تم تنظيف المدخل وكذلك الدرج ومدخل السيارة... و كذلك كانت مداخل السيارات لدى جيراننا على الجانبين . كان للجاروف آثارٌ مميزة و متشابهة على الأرض.

كنت فضولية ولكن ليس لدرجة تدفعني إلى القلق عليهما. ببساطة، افترضت أنهما تجولا في الأنحاء قليلاً وأنهما بعد قليل من اللعب في مكانٍ ما سيعودان ويحضران قبل الغداء.

لكن بعد ساعة أخرى بدأ الفضول يتحول إلى قلق. ارتديت معطفي وانطلقت أتجول في الشارع على مهل.

كانت هناك آثار أقدام. لاحظت أثراً لحذاء كريستوفر الأيمن الممزق. استطعت أن أعد على الأقل خمسة أزواج من آثار الأقدام، وبدأت أقتفي أثرهم في أنحاء مجمعنا السكني.

وبعد ثلاثة مبانٍ في الطريق إلى زاوية الشارع لاحظت مدخل السيارة لأحد المنازل وبه آثار جاروف بنفس النمط الذي عليه منزلنا ومنازل جيراننا. فقد كان مدخل السيارة ومدخل المنزل والدرج المؤدي الى المدخل الأمامي قد تم جرف الثلج عنها، ولكن لم يكن هناك أي مؤشر على أن المجموعة قد تقدمت إلى باب المنزل أولاً كي تفاوض على شيء من المكافأة أو الأجر.

عدت بنظري إلى الطريق الذي جئت منه ونظرت إلى الآثار التي اقتفيتها. كانت آثار الأقدام تؤدي مباشرة من منزلنا إلى هذا المنزل. لقد كان يخص، كما أتذكر، سيدة عجوز كانت تقضي جل وقت فراغها في الاعتناء بإبن أختها. كان الولد معاقاً ويلزم الفراش. وكانت السيدة أرملة وليس لديها أولاد.

استمرت آثار الأقدام من هناك إلى ما وراء زاوية الشارع. وبعد مبنيين، شاهدت مدخل منزل ودرجه ومدخل السيارة وقد تم تنظيفها جميعاً. بدا لي حينئذ أنه كان لديهم تصميم من نوعٍ ما في حملتهم هذه؛ إذ لم يكونوا ينتقلون من بيت إلى آخر على التوالي كما يمكن لك أن تتوقع. كانت المجموعة تتقصد باختيار منازل معينة وتنظف الثلج من أمامها ثم تتحرك قدماً.

عند ذلك استسلمت وعدت إلى المنزل. انتظرت، حوالي الساعة الواحدة عاد جوش وكريس إلى المنزل ومعهم بعض الأصدقاء، دعوتهم للدخول - كان هناك ثمانية منهم - لتناول الشوكولاته الساخنة ولفائف القرفة. لم أسأل أية أسئلة ولم أعط أية إشارة أنني اقتفيت أثرهم. وعندما أعطيتهم مصروفهم ناولني أحد أصدقائهم واحدة من الملاحظات التي كانوا يتركونها في كل مكان «جريمة» كانوا يرتكبونها. تقول الملاحظة:

«لقد تم تنظيف ممركم من الثلوج. لا داعي لأن تشكرونا. افعلوا شيئا طيباً لشخصٍ ما هذا الأسبوع. نتمنى لكم إجازة أسبوع رائعة!» ☼

هل أنت باحث، حافظ... أم مانح للأشياء؟

مجهول - أسطورة

كانت امرأة حكيمة تسافر عبر الجبال ووجدت حجراً ثميناً في أحد الجداول.

في اليوم التالي التقت مسافراً آخر كان جائعاً، وفتحت المرأة الحكيمة حقيبتها لتشاركه طعامها.

رأى المسافرُ الجائعُ الحجرَ الثمينَ وطلب من المرأة أن تعطيه إياه، ففعلت ذلك دون تردد.

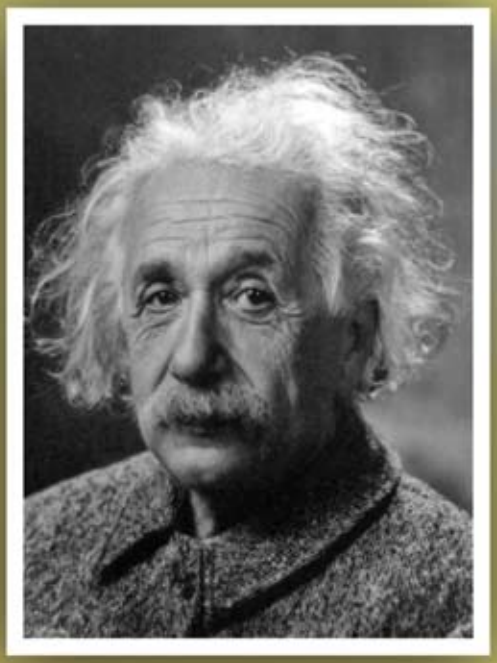
غادر المسافر وهو يكاد يرقص سعادة بهذا الحظ العظيم. كان يعلم أن الحجر يساوي ما يكفي لتأمين احتياجاته بقية حياته.

ولكنه عاد بعد عدة أيام ليعيد الحجر إلى المرأة الحكيمة.

«لقد كنت أفكر.» قال المسافر. «أنا أعلم كم هو ثمين هذا الحجر. ولكنني أعيده إليك على أمل أن تعطيني شيئاً أغلى وأثمن: أعطيني ما تملكينه بداخلك من حكمة مكنتك من أن تعطيني هذا الحجر.»

تحدّث عنها

ما رأيك في هذه القصة؟ هل تعتقد أن المسافر قد فعل الصواب عندما أعاد الجوهرة إلى المرأة؟ ولماذا؟



ألبرت آينشتاين

الاسم عند الولادة: ألبرت آينشتاين

ولد في: ١٤ آذار ١٨٧٩، اولم، ڤورتمبيرغ، ألمانيا

توفي في: ١٨ نيسان ١٩٥٥ (وعمره ٧٦)، برينستون، نيو جيرسي، الولايات المتحدة

لقد كان ألبرت آينشتاين أكثر علماء القرن العشرين تقديراً واحتفاءً به. قام بالتوصل إلى نظرية النسبية، وثوّرة الفيزياء وأصبح أيقونة للعبقرية. ولقد كان أيضاً طيباً جداً وإنساناً محباً للإهتمام بالآخرين. إليك بعض الحكايات اللطيفة عنه:

في منزل آينشتاين

لاحظت إحدى جارات آينشتاين، وهي أم لفتاة في العاشرة من عمرها، أن طفلتها كانت تزور منزل آينشتاين بشكلٍ متكرر. تساءلت المرأة حول هذا وشرحت لها طفلتها، «لقد كان لدي مشكلة في واجبي المنزلي بمادة الرياضيات. وسمعت من الناس أن في المنزل رقم ١١٢ يقطن عالم رياضيات كبير وهو أيضاً رجل طيب. طلبت منه أن يساعدني وقد كان راغباً جداً في ذلك، وقد شرح لي كل شيء بشكل جيدٍ جداً. وقال لي أن أذهب إليه كلما واجهت مسألة صعبة جدا.»

آينشتاين الطيب

ذات مرة، أرسل آينشتاين جواباً جنباً إلى جنب مع صفحة كاملة ملأى بالأشكال، إلى فتاة ذات خمسة عشر ربيعاً والتي كانت قد كتبت إليه تطلب المساعدة في واجبها المنزلي: «لا تقلقي بشأن الصعوبات التي تواجهينها في الرياضيات؛ أستطيع أن أؤكد لك أن الصعوبات التي أواجهها أنا أعظم كثيراً.»

أخطاء آينشتاين

قدم آينشتاين إلى جامعة برنستون في عام ١٩٣٥ وسألوه ماذا يبتغي من أجل دراسته.

رد قائلاً: «مكتب وبعض الدفاتر وسلة مهملات كبيرة كي تتسع لكل أخطائي.»

رياضيات الإحسان

إليك شيء تفكر فيه مع صفك أو مع مجموعة أصدقائك:

كم من الوقت يستغرق القيام بمليون فعل من الإحسان؟ ماذا يمكن أن تحتاج؟

إن فعل الإحسان يمكن أن يكون من السهولة بمكان مثل ابتسامة ودودة لشخص غريب، أو فكرة طيبة لشخص ما، أو الإمساك بالباب للآخرين، أو مساعدة عجوز في عمل روتيني، أو السماح لسائق بالمرور عبر حركة السير، أو شكر أحدهم على خدمة قدمها أو مسامحة شخص

تشعر أنه قد سبب لك الأذى و... تطول القائمة بلا حصر.

هل تعتقد أن بإمكانك القيام بمليون عمل من الإحسان في حياتك كلها؟ إن كان الأمر كذلك، فلنبدأ اليوم!

إليك بعض التسلية والمرح مع الرياضيات... لو أن كل شخص في مجموعتك أو صفك قام بعمل طيب كل يوم، كم سيكون قد عمل مع نهاية العام الدراسي؟

الفكرة مقتبسة بتصرف من (إبذر بذور الحب)

٥٠ فعل من الإحسان كل يوم ... لمدة ٥٥ سنة ... تساوي ملايين فعل من الإحسان.

الفكرة مقتبسة بتصرف من (إبذر بذور الحب)

استخدم كلماتك الخاصة بك

كانت «السنترال» (وهي عاملة بدالة هاتف) متعبة وتشعر بصداع في رأسها؛ ولقد نجحت للتو، بعد محاولات متكررة، في العثور على رقم كانت سيدة تريده بشغف شديد - وهنا كانت السيدة تتصل من جديد! «ألا تستطيع تلك المرأة أن تهدأ لدقيقة؟» هكذا فكرت «السنترال» وهي ترد على الاتصال وتكرر، «الرقم، من فضلك؟» محاولة أن لا تتحدث بجفاء.

«السنترال» قال صوتٌ عذب، «أود أن أقدم لك شكري على العناء الكبير الذي كلفتك من أجل العثور على ذلك الرقم الأخير. إنك دائماً طيبة جداً ومتعاونة جداً، وأنا أقدر ذلك منك غاية التقدير.»

كانت المفاجأة هائلة، وغمرتها بشكل لا مثيل له لدرجة جعلت السنترال تتأتئ بالكلام وبشكل مضطرب، «أنا - آه، نعم يا سيدتي.» لم يحدث شيء مثل هذا لها من قبل. فجأة أصبح الصداع أفضل؛ فجأة النهار صار أكثر بهاءً؛ وفجأة أيضاً أحست بحرقة في قلبها تبعث على البكاء ومدت يدها لتتناول منديلاً من الورق. يا له من شعور جميل أن يقدم لك أحدهم الشكر. ☼

الكلمات لها قوة!

إنها تحفز ... وتلهم ... وتشجع ... وتمنح الثقة، وتجلب السعادة.

- ⌘ اكتب ملاحظات شكر وتقدير لعمال الكافتريا ولحراس المبنى أو أي من طاقم العمل في مدرستك والذين لا ينالون شيئا من التقدير في العادة.
- ⌘ أخبر شخصاً ما بأنه يعتبر شخصاً مميزاً بالنسبة لك.
- ⌘ اكتب رسالة إلى شخصٍ ما تخبره أنك تكن له تقديراً كبيراً.
- ⌘ اكتب رسالة إلى صديق أو زميل دراسة أو زميل عمل تبرز فيها مواطن قوته.
- ⌘ إلعب لعبة «١٠ أشياء جيدة». اذكر عشرة أمور جيدة عن شخص ما.

تذكر أن الكلمات لها قوة كبيرة. قل شيئا لشخص تعلم أنه يود سماعه - أو يحتاج الى سماعه.

الإحسان هو ...

الإحسان صبور.

الإحسان لطيف.

الإحسان ليس غيوراً.

الإحسان لا يحب الظهور.

الإحسان ليس متكبراً.

الإحسان متزن.

الإحسان ليس أنانياً.

الإحسان لا يغضب بسهولة.

الإحسان ينسي أخطاء الآخرين.

الإحسان لا يَضْحك عندما يصاب الآخرون بالألم.

الإحسان يقول الصدق.

الإحسان دائماً يحمي.

الإحسان دائماً يثق.

الإحسان متفائل.

الإحسان دائماً يواصل المحاولة.

الإحسان لا يفشل أبداً.