المشوّقة

المجلة التي تدفعك إلى الأمام

دليل العطاء

الهدايا التي نقدرها أكثر

قم بتمريرها

كلّ منا لديه شيءٌ ليعطيه

الليلة التي سبحت فيها الملائكة

من خلال عيون

صبي راعٍ

ردود على أسئلتك

كيف تضع ترتيباً لقراراتك

في السنة الجديدة

عدد خاص

كلمة المحرر

عيد الميلاد هو وقت يُسْتَحْضَرُ فيه الخير في الناس، وهو وقتٌ نتجه فيه للتعمق في البحث عن السلام والأمل، عن جوهر مصادر الرعاية والعطاء اللامتناهي للآخرين، ونتوق فيه لأيام قادمة أفضل وأكثر إشراقاً.

لكن ماذا عن هذه السنة؟ آخذين بعين الاعتبار كل ما يحدث حولنا في هذا العالم، هل هناك سبب واحد يجعلنا نعتقد أن السلام والأيام الأكثر إشراقا ستأتي؟

إحدى قصصي المفضلة تعطي فكرة عظيمة عن عيد الميلاد وعن السنة الجديدة القادمة- الوقت الذي نأمل فيه بحدوث التغييرات الأشياء للأفضل. ربما تتذكرونها من مقالة ديفيد فونتين في العدد الأول من المشوقة. إنها تحكي قصة راعٍ متواضع حوّل بيده أرضاً قاحلة في جنوب فرنسا إلى أرض مزروعة بأشجار الجوز بينما كان يرعى أغنامه على أحد جوانب التلة كل يوم. وبعد انقضاء أكثر من عشرين أو ثلاثين عاما كان قد حرّج المنطقة بأكملها، حيث عادت الحياة البرية هناك وحُسِّنت التربة للزراعة. وبعد ذلك، انتقل الكثير من الناس إلى تلك المنطقة التي كانت متصحرة وأصبحت حيوية ومزدهرة. لقد أوجد الراعي ببطءٍ فرقاً واضحاً في ذلك الجزء من العالم.

ما أُثْبِتَ في النهاية أن نتيجة الإلهام المفاجئ شيءٌ عظيم، كم من الناسَ تعتقد أنّهم لا يبالون بهذه الفكرة ويعدونها جنوناً، مستحيلا، أو ليست مهمتهم؟ لكن ليس ذلك الراعي، فقد آمن بفكرته وحولها إلى فعل.

ما كان يفعله كل يوم يخلو من الصعوبة، لكنه ثابر على ذلك يوما بعد يوم، فالأشياء العظيمة تأتي نتيجة الكدح بصبر، إنه فعل ما يستطيع فعله وآمن بأن الله سيتولى البقية.

نحن أيضا نستطيع أن نوجد فرقاً في كل شخص نتصل معه بمواقفنا وتصرفاتنا. كانت قد انتشرت أغنيه شائعة قبل بضع سنوات تقول: "إذا أضاء كل منا شمعة واحدة صغيرة، كم سيصبح هذا العالم مضيئا!"، قد لا يكون بمقدورنا إضاءة العالم بأكمله لكننا نستطيع إضاءة الجزء خاصتنا في هذا العالم، جميعا نستطيع.

منّا جمعيا في المشوقة، فليباركم الله وذويكم بسلامه التام، وليساعدنا في إسعاد الآخرين في موسم عيد الميلاد هذا في هذه السنة الجديدة، ودائماً!

سعاد أبو حليم
خصيصاً لـ "**المشوّقة**"

المشوّقة عدد خاص

جدول المحتويات

عيد الميلاد في بيت لحم
قصيدة.....٣

دليل العطاء
الهدايا التي نقدرها أكثر.....٤

هدايا الحب.....٥

قم بتمريرها
كلّ منا لديه شيءٌ ليعطيه ٦

ما يمكن أن يفعله
شخصٌ واحد ٧

الليلة التي سبحت فيها الملائكة
من خلال عيون صبي راعٍ.....٨

ردود على أسئلتك
كيف تضع ترتيباً لقراراتك في السنة الجديدة ١٠

جهز صواني الأرغفة.....١١

السنة الجديدة
قصيدة.....١٢

أسرة التحرير:
سعاد أبو حليم
كريستينا لاين
التصميم:
تريشنا بروكس
جون أرتشر
الرجاء الاتصال بنا على:

الموقع على الإنترنت:
www.motivatedmagazine.com
البريد الألكتروني:
motivated@motivatedmagazine.com

المشوقة 2004
جميع الحقوق محفوظة

عيد الميلاد في بيت لحم

كان في فصل الشتاء
مسافرون في الظلماء
زوج يرنو بحنان
لأم طفل السماء
ولمغارة الميلاد
في فجر يوم الرجاء
عيد الميلاد في بيت لحم
ينير درب الأنام

وُلد الطفل المسيح
أمه كانت سعيدة
والله ناجى الرعاة
في الجبال البعيدة
والمجوس في المشرق
رأوا نجم الخلود
عيد الميلاد في بيت لحم
قد عم الحب الوجود

أطفالنا في بيت لحم
على الدوام خائفون
أسمع الآباء تدعو
وكذا الأمهات
صراخهم في الكون يدوي
رحماك يا رحمان
فمتى في بيت لحم
يسود فيها السلام

في يوم ما من السماء
أمير الحب سيعود
وتنتهي كل الحروب
والدمع والآلام
عندها لحن الفرح
سيغني للأحلام
عيد الميلاد في بيت لحم
وعلى الأرض السلام

بقلم مايكل دولي

دليل العطاء

الهدايا التي نقدرها أكثر

تذكرت ما قلت لأمي ذات مرة عندما كنا نتسوق في متجر يعرض تنزيلات: "ماما، أعتقد أنك تحبين الألعاب أكثر منا نحن". فقد كانت الطريقة التي تفحص فيها كل لعبة، تقرأ الكتيب بتأن، تعد قطع الأحجية، وتضع قطع كل لعبة مع بعضها البعض (في التنزيلات لا بد أن تكون هناك قطعاً مفقودة)، لقد كنت على يقين بأنها أحبت تلك الألعاب بجزئياتها الصغيرة الهامة كما كنا نفعل ونحن صغار. كانت دائماً تراقب المبيعات علّها تستطيع هي ووالدي الكادح وضع الهدايا لنا تحت شجرة عيد الميلاد عندما كنا أطفالا صغاراً.

في عائلتي، لم يكن العطاء محدوداً بالأشياء، فبعض الأحيان كانت الهدايا جماعية، كانوا يصحبوننا لمتنزه نلعب فيه لعبتنا المفضلة معاً، أو نذهب في رحلة بعربة عبر الغابات في الجوار، أو يصحبوننا لزيارة بعض الأماكن التاريخية.

عندما أعود بذاكرتي للوراء، أستطيع أن أتذكر بوضوح أن عائلتي لم تكن تحب الألعاب وكذلك البقية التي ذكرتها كما أعتقد- لقد كانوا يحبون العطاء فقط. كانوا دائما يعطون، مهما كانت أوقاتهم أو اهتماماتهم، كانوا يساعدوننا في واجباتنا المدرسية ومشاريعنا، وكنا نجد دائما آذاناً صاغية، لم يكفوا أبداً عن العطاء من صميم قلوبهم.

كلما كان عيد الميلاد يقترب، لا يسعني إلا أن أتذكر وأندهش من تلك الهدايا البسيطة المليئة بالحب، لقد كانت مميزة بالنسبة لي حتى بعد سنوات مضت. فقد وضع عطاؤهم المبادئ لدي حول كل ما يتعلق بعيد الميلاد. لا أقوى على تذكر هدايا عيد الميلاد ذاتها، لكنني لا أقوى على نسيان حب أمي وأبي المتحمس للعطاء دائماً.

بالطبع، تقديم الهدايا تقليد غير محدد بوقت لكنه طريقة رائعة في التعبير عن الحب، فالهدايا دائماً مثيرة خاصة بالنسبة للأطفال، ربما يكون ذلك لأن الله وهبنا منذ زمن بعيد في عيد الميلاد الأول

حبه بالطريقة التي نتفهمها أكثر، فقد وهبنا هبة باقية سامية لم توهب من قبل بهذه الطريقة المتواضعة البسيطة- وهبنا حبه وروحه على شكل طفل جميل.

عمال المبيعات الحديثين الآن وجدوا في العديد من العطل مناسبة لتقديم الهدايا للإحتفال بها، ويقنعونك بشرائها بسرعة حتى أنك لا تقوى على التذكر أي واحدة اشتريت أو لماذا لكن توقف لبرهة، واسترجع في ذاكرتك كل الهدايا التي تلقيتها ولماذا تقتنيها بابتهاج. هل هي الأشياء التي تراها وتحملها، أم الحب الذي يغلف تلك الهدايا؟

فلنجعل قدوة الله في عيد الميلاد هذا ودائماً دليلنا للعطاء.

توقف لحظة، واسترجع الهدايا التي تلقيتها والتي تستحق التذكر أكثر، ولماذا ما زالت تقتنيها بابتهاج.

بقلم ليندا سالازار

قال أحد المحامين الشباب الناجحين: "أعظم هدية تلقيتها كانت إحدى هدايا عيد الميلاد عندما أعطاني والدي صندوقاً صغيراً، في داخله ملاحظة تقول: "بني، في هذا العام سأمنحك ٣٦٥ ساعة- ساعة كل يوم بعد العشاء. إنها لك، نتحدث فيها عما تريد، نذهب فيها أينما تريد، نلعب فيها ما تريد، إنها ستكون الساعة خاصتك!"

أضاف المحامي: "لم يحافظ والدي على وعده لي فحسب، لكنه كان يجدده في كل عام، لقد كانت أعظم هدية تلقيتها في حياتي، فأنا ثمرة ذلك الوقت".

هدايا الحب

قبل أن يأتي عيد الميلاد، أخبر مدرس طلابه في أفريقيا أنّ الناس في التعبير عن سعادتهم وشكركم لله يكون بتبادلهم الهدايا في يوم عيد الميلاد. وفي صباح عيد الميلاد، جاء أحد الطلاب بمحارة بحرية لامعة جميلة وقدمها لأستاذه. وعندما سأل المعلم عن مكان اكتشافه لهذه المحارة الرائعة، أجاب الولد بأنه مشى مسافة أميال إلى أحد الخلجان، وهو المكان الوحيد حيث توجد مثل هذه المحارات الرائعة.

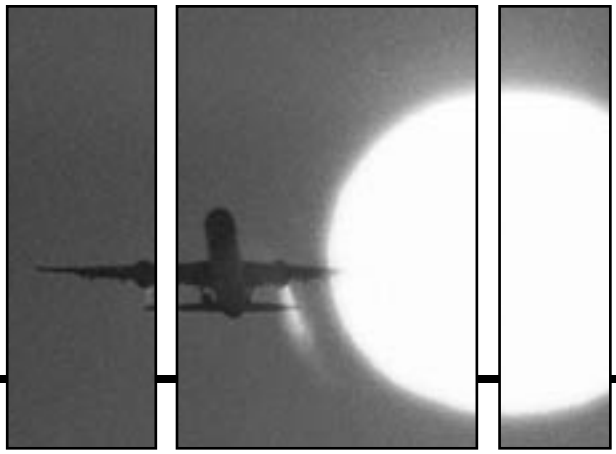
قال المعلم: "إنه لرائع منك أن تمشي بعيداً لتحضر لي هذه الهدية الجميلة".

لمعت عينا الولد قائلة: "المشي بعيدا جزء من الهدية".

بقلم : ليليا بوثرز

كلٌّ منا لديه شيءٌ ليعطيه

ثمر بثمربرها



جلست في مقعدي منتظرة الإقلاع، كان ظهري وأضلعي تؤلمني من جلوسي في السيارة لمدة خمس ساعات باتجاه المطار والطيران لمدة ساعتين من الجولة الأولى تجاه عودتي إلى البيت، ولم أكن أتطلع إلى خمس ساعات أخرى مقيدة فيها في مقعد من الدرجة الاقتصادية.

كان تفكيري منصباً على ابنتي التي لم تتجاوز الثامنة عشرة، فقد تركتها. لتعيش مع أخيها الأكبر لفترة وجيزة، سوف أفتقدها كثيرا! كانت هذه المرة الأولى التي تغادر فيها البيت، وكنت أتألم من فكرة بعدها عني. إنني أعرف ذلك الشعور جيداً، إنها كانت الخامسةً من أبنائي الستة الذين غادروا البيت. كان عليّ أن أتعود على ذلك كما اعتقد، لكن الشعور بالفراغ بدأ يلاحقني، وتوهجت الدموع في عيناي لكنني قررت أن لا أنجرف في عواطفي.

أخذت الطائرة تدرج ببطء بادئة الرحلة، أغلقت عيناي ودعوت الله أن يمنحني رحلة آمنة وأن يحفظ ابنتي العزيزة وبقية أبنائي ويلفهم برعايته، وقد شكرته على عنايته الدائمة بهم. هاجس صغير كان يتسلل إلى قلبي بأن ابنتي ستكون بخير في رعاية أخيها الأكبر، كما كان الأمر مع أشقائها الأربعة الذين غادروا المنزل من قبل.

أقلعت الطائرة، صعدت، ثم استقرت في الجو.

حلّت بي طمأنينة عندما تذكرت أن الله لم يخيب دعائي من قبل لأولادي الأربعة، فتحولت دموع الشوق إلى دموع الإمتنان فشكرت الله على طمأنينته ورعايته.

عندما فتحت عيناي، رأيت امرأة تصطحب طفلتها التي لم تتجاوز الثالثة، انتقلت الى المقاعد بجانبي والتي كانت فارغة حين الإقلاع، رغم أنني أملت أن تبقى تلك المقاعد فارغة حتى أستطيع التمدد، لكنني أدركت أن المضيفة شعرت أنهما تحتاجان ذلك الفراغ.

رأيت المرأة تشق طريقها بصعوبة وابنتها التي كانت متعبة وضعيفة ومحتاجة للنوم، عرضت عليها وسادة وبطانية إضافية لتوسد رأس الطفلة. بنظرة امتنان، أخبرتني أنها انتهت للتو من رحلة طيران دامت ثماني ساعات، فاستغرقت الطفلة حالاً في النوم ونصف جسدها على مقعدها والنصف الآخر في حضن والدتها.

قدموا لنا وجبة، وتبادلنا الحديث بعدها، ثم جمعت المضيفة الصينيات وحاولت المرأة أن تأخذ قسطاً من الراحة. بعد عدة دقائق لمحت دمعة انسكبت على خدها، ثم أخرى، حاولت مسح دموعها قبل أن أراها لكنها أدركت ذلك وابتسمت ابتسامة خجولة.

سألتها: "هل أنت بخير؟"

نستطيع دائما وضع قطرات من الحب في قلوب الذين نمر بهم، حتى لو بكلمة، ابتسامة، أو نظرة عطف، وسيوقنون أن الله أحبهم في ذلك اليوم! روحه ستخبرهم بذلك. قدر قليل من الحب يشجعنا على المضي قدما!"

— ديفيد فونتين

ما يمكن أن يفعله شخص واحد

أجابت والدموع تنهمر من عينيها: "نعم ..... نعم"

لمست ذراعها بلطف قائلة: "هل هناك ما أستطيع فعله؟"

وبجهد شجاع حاولت أن تتمالك نفسها، وأخبرتني أنها أخذت ابنها الذي يبلغ من العمر ستة عشرة عاما للدراسة خارج البلاد، لديها سبعة آخرين لكنه كان أكبرهم وهو أول من غادر البيت، إنها تفتقده كثيرا.

نظرت لها باندهاش، ها أنا كنت جالسة بجانب امرأة تعيش نفس العواطف التي كنت أعيشها قبل دقائق وأنا أفكر في ابنتي العزيزة.

مسكت بيدها بلطف وأخبرتها أنني أتفهمها، حدثتها عن ابنتي وشاركتها الهواجس التي تسللت إلى قلبي قبل برهة، استمتعت إلي بعمق وابتسمت بينما عيونها تدمع أخبرتها بأننا نستطيع الدعاء لأبنائنا ونثق بأن الله سيرعاهم.

علمت للتو أن معتقداتنا مختلفة، لكن كلانا على علم بأن الله الذي نحب يحب أطفالنا وسوف يعتني بهم. تحدثنا أكثر بقية الرحلة، وتبادلنا أرقام الهواتف وتعاهدنا أن نبقى على تواصل في المستقبل.

بعد الإفتراق، لم يسعني إلا أن أحمد الله في ترتيبه للأشياء. أنا على يقين أن الله رتب هذه المقاعد على متن الطائرة حتى أستطيع تمرير بعض كلمات التشجيع والطمأنة لشخص آخر. وبذلك نشعر كلانا بالراحة."

إذا توقفنا عن التفكير فيما يمكن أن نفعله، فإننا لن نجد نهاية لمقدار ما يمكن أن تكون حياتنا مفيدة. نستطيع إظهار الإهتمام بالمنبوذين، نقدم العطف، ونكون لطفاء ومتكاتفين. نستطيع أن نقدم آذانا صاغية أو يد المساعدة لشخص محتاج. يمكننا أن نكون دائما مرحين، ونرى الجوانب الإيجابية في كل موقف، ونساعد الآخرين على فعل ذلك.

إذا أراد أي شخص منا أن يكون كذلك فانه فعلاً يستطيع أن يوجد فرقاً في هذا العالم، ويستطيع أن يحفّز الآخرين لفعل ذلك."

— ماريا فونتين

الميلاد المجيد

الليلة التي تبحث فيها

من خلال عيون صبي راعٍ

بقلم: لورين روز

هل سبق لك أن تساءلت ما كان عليه حال راعٍ صغير في عشية عيد الميلاد الأول عندما سمع الملائكة تغني؟ أغلق عينيك لحظة وتخيل هذه الليلة في الزمن البعيد. فنعود بذاكرتنا للوراء وتلميح نظرات خاطفة على ما حدث في تلك الليلة الممطرة الباردة في الحقول بالقرب من بيت لحم في عيون صبي راعٍ.

مرحباً! اسمي حامد، كنت أعيش في فلسطين منذ زمن بعيد، كان بيتي حجرياً صغيراً مبنياً من الطين، حيث كنت أعيش مع أمي وأبي، أخي الأكبر، وأختاي الصغيرتين. كان والدي نساجين، وكان أخي الأكبر يساعدهما التجارة.

أصابت عائلتنا الصغيرة أوقاتاً عصيبة. كنا نجلس ذات مساء على مائدة العشاء حين أخبرني والدي: "بني، تعلم كم أصبحت ظروفنا صعبة الآن، وقد وافق أحد جيراننا أن يعطينا جزءاً من الصوف في نهاية السنة القادمة إذا ساعدته في حراسة أغنامه في الليل". كنت في السابعة حينها، متأهباً لمساعدة عائلتي في تخطي تلك الصعوبات، هذا ما جعلني صبياً راعياً.

كنت أجلس كل ليلة طويلاً على جانب التلة، أكتسي بطبقات من نسيج خشن، أحس بالنسيم على وجنتي ومتدفأ بنار المخيم التي أوقدها راعٍ يكبرني في السن. كانت معظم الليالي تمرّ ساكنة، وكنا عادة نغرق في النوم بسلام حول النار حيث ترعى الخراف في الحقل المجاور، وفي ليالٍ أخرى كان علينا أن نطرد الحيوانات البريّة علّها تتسلل للقطيع، لكننا لم نفقد خروفاً واحداً فقد كان الله يعتني بنا وبالقطيع.

لقد كنت أصغر الرعاة، كنا نجلس حول النار في الأمسيات نغني أغانٍ قديمة. كانت أوقاتاً بهيجة بالنسبة لي. زكريا- أحد الرعاة الكبيرين في السن- كان يتحدث أحياناً مطولاً عن المسيح الموعود. إنني أتذكر الجلوس والاستماع له جدياً، كان يخبرنا بصوته المهتز أنّ أحداً سيأتي يجلب لنا الحياة، الحب، والحرية، أحد سيكون راعياً مثلنا يعتني بنا ويحضر أي خروف ضل عن الحقل خاصته.

قال زكريا: "إنه سيأتي ويجلب معه السلام، يداوي القلوب المجروحة، يبشر الأسرى بالحرية، ويعيد النظر للمكفوفين، يعتق المسحوقين. آه كم أتمنى أن أعيش وأشهد ذلك اليوم!"

تضاءل صوت الرجل العجوز، وكانت كلماته لا تزال ترن في أذني، ودعوت الله أنا أيضاً أن اشهد ذلك اليوم.

مرت شهور بعد عملي كراعٍ، عندما عشت ليلة استثنائية باردة، حيث تهيج الجمرات في نار المخيم وتذهب الخراف للنوم. قمنا بجمع الخراف وحاولنا الاستسلام للنعاس، لا زلت أتذكر ما قلته لنفسي: "يالها من ليلة جميلة مزدانة بالنجوم! كانت النجوم كبيرة لامعة، حتى أنني شعرت أنني أستطيع الوصول إليها للمسها!".

بدأت أحلم بالضياء، الحب والدفء، كان هذا ما استيقظت عليه فجأة! فتحت عيناي وحدقت في ذلك الضوء الباهر الذي لم يؤذ عيناي البتة. ظهر شيء سماوي مذهل في السماء، بشعر ذهبي طويل يلوح مع الريح. شعرت بالخوف في البداية، لكن أي أثر للخوف ذهب عندما بدأ ذلك الملاك الجميل بالكلام وقال: "لا تخافوا! فها أنا أبشركم بفرح عظيم! فقد ولد لكم اليوم في بيت لحم السيد المسيح. تجدون طفلا بقماط ونائما في مذود."

قبل أن أستوعب ما سمعت، أضاءت السماء من حولنا في مشهد مثير! لقد رأيت آلافاً- لا أستطيع أن أحصيها لكن كانت هناك آلاف من الملائكة تسبح قائلة: "المجد لله في الأعالي، وعلى الأرض السلام، وفي الناس البهجة!"

ملأت الموسيقى الهواء وانتشر التسبيح في تناغم من أروع ما رأيت، كنا صامتين! كانت عيوننا تتسع بذهول! وقلوبنا تملؤها البهجة! وأرواحنا تود لو تحلق في السماء!

عندما انساب صدى التناغم لأصوات الملائكة عبر الليل، جثم زكريا على ركبتيه وهتف: "المجد لله! لقد أنعم علينا بحبه العظيم! فلنذهب إلى بيت لحم ونجد الطفل، إنه ملك الحب!"

البقية على صفحة ١١

س: في كل سنة جديدة، أضع قرارات أشعر أنها ستجعلني أتقدم في الحياة، لكن مهما كانت البداية التي صنعتها عظيمة، يبدو لي أنني لا أستطيع متابعة العزم. ماذا أفعل حتى أستمر في قراراتي وأحصل على النتائج التي أريد؟

ج: جميعنا نلتقي في ذلك، إنه لصعب أن نشعر بأننا غير قادرين على إحراز تقدم في المواقع التي نريد التطور فيها. مهما حاولنا ومهما وضعنا من قرارات، عادة يبدو لنا أننا غير قادرين عن التخلي عن العادات السيئة وخلق عادات جيدة، إن هذا يصبح محبطاً ومخيباً للآمال حتى أننا عادة نفقد الثقة بالتغيير، وربما نشعر باليأس.

بالرغم من مرورك بهذه المشاعر، فالتغيير الذي تأمله ممكن بمساعدة الله تستطيع الحصول على النتائج التي ترجو، وكل ما يريده منا هو التعاون فيما بيننا وأن نثابر في بذل جهودنا في الإتجاه الصحيح.

إليك بعض الوسائل المجربة والمثبتة للتقدم المتواصل:

- عليك أن تكون مقتنعاً تماما أن التغيير مطلوب. ضع قائمة للأسباب التي جعلت التغيير مطلوباً.
- اطلب العون من الله. إذا كنت واثقاً أن تغييراً بعينه يريده الله لنا، فاطلب العون من الله وتوقع ذلك.
- حدد أهدافا واقعية. الأهداف الغير واقعية مربكة وبالتالي تعيق الإنتاج. لا تحاول تحطيم الرقم القياسي في القفز العالي من المحاولة الأولى، فإنك ستصبح محبطاً وسيقلل هذا من قوة احتمالك. دع الأرقام القياسية جانباً، وابدأ من العائق بالمستوى الذي تعلم أنك تستطيع إزالته بالعمل القليل ثم ارفع ذلك درجة في كل مرة.
- لا تحاول إجراء تحسينات في أكثر من مجال مرة واحدة. حدد أولوياتك، ورتبها حسب ذلك، وعندما تحرز تقدماً ملحوظاً في المجالات الكبيرة، أضف واحدا أو اثنين من المجالات الأخرى في كل مرة.
- قم ببرمجة التغيير في جداول يومية أو أسبوعية.ما لم تضع وقتاً خاصاً لاتخاذ إجراء إيجابي لتفعيل التغيير–كأن تقوم بالرياضة مثلا– فإن ذلك على الأغلب سيضيع تحت ضغوطات أشياء أخرى عليك القيام بها، كما يحدث دائماً.
- ثق بأحد ما. أشياء صغيرة تشجع وتقوي اتخاذ القرارات، كأن تشارك الرغبة في التغيير مع أحد يحترمك، يتفهم أسبابك، وسيشجعك في ذلك. وهذا يفسر سبب نجاح الجماعات الداعمة.
- تقبل المساعدة من الآخرين. يمكن أن ترى أنه من التواضع أن تسأل زوجك أو زوجتك، صديق قريب، أو زميل عمل عن رأيهم البسيط حول كيفية التقدم نحو هدفك. لكنهم يستطيعون تزويدك ببصيرتهم وكذلك تشجيعهم. تقريباً كل واحد في كتب الأرقام القياسية وكتب التاريخ كان لديه مدرباً، معلماً، أو معاونا مخلصاً داعماً.
- قم بصياغة معاهدة. أعمل على ذلك مع أحد يشاركك نفس الهدف، وتحديا بعضكما البعض، حفزا بعضكما على العمل، وساعدا بعضكما عندما يتعثر أحدكما، فالانتصارات تصبح أحلى عندما تتشاركونها.
- كن صبورا. التحسن يكون عادة بخطوة واحدة في كل مرة، وبعض الأحيان خطوة واحدة تكون نتيجة خطوتين إلى الأمام وواحدة إلى الوراء. طالما أنك تحرز تقدماً، فإنك في طريقك للوصول إلى هدفك. المتابعة هي المفتاح، واكتساب عادة جديدة قد يستغرق ستة أسابيع أو ربما شهرين.
- لا تتوقف. إذا انحرفت في عاداتك القديمة، لا تحكم على نفسك بالفشل ولا تيأس. راجع قائمة الأسباب التي جعلتك تريد التغيير، وعاود تقييم السبل لحدوث ذلك التغيير، وحدد ما سار على نحو خاطئ. أدع الله وامض وعاود المحاولة مرة أخرى، فكل عقبة لا توقفك تقويك في الحقيقة.

سنة جديدة سعيدة – وأنت جديد سعيد!

بقية صفحة ٩

فكرت في نفسي قائلاً: "ماذا أقدم له عندما أراه؟ ليس لدي شيء فأنا صغير السن وصغير القدر وفقير جداً. هزعنا باتجاه المدينة وكانت أفكاري تداخل عندما وصلنا إلى مدخل كهف صغير، طرقنا فجاء رجل لطيف إلى المدخل. لقد كان الحب والدفء يدنو قريباً من ذلك الكهف القديم ويشع رهبة، فعرفنا أننا وجدنا السيد المسيح!

اقتربت من المذود حيث يستلقي الطفل بوجهه الجميل المشع بالحب والسلام، ركعت وقبلت جبهته الصغيرة، ملأت الدموع عيناي. كانت أمه تستلقي خلف المذود، لفت ذراعها حولي ومررت يدها في شعري المبعثر. لقد غيرت تلك اللحظة حياتي للأبد!

كنا مذهولين حتى أننا فكرنا في تلك التجربة فيما بعد، عندما وجدت نفسي جالساً مرة أخرى على جانب التل أحدق في الليل المرصع بالنجوم الذي يلفنا والخراف من حولنا، أتعجب لماذا نزلت الملائكة من السماء في تلك الليلة الأكثر ذهولاً وتقديساً في العالم لتعلن الأنباء السارة لنا- نحن جماعة الرعاة المتواضعين؟

أدركت لاحقاً أن الله يحبنا جميعاً، مهما كان قدرنا صغيراً، فالحب الإلهي- يمتد دون نهاية ولا يعرف المحاباة لأي طفل في العالم حتى أنا- الفتى الراعي الفقير! وفجأة عرفت أي هدية أقدمها له! ليس لدي شيء ملموس لكنني أملك قلباً مليئاً بالحب حيث أستطيع أن أرد عطاءه بالعيش لأظهر حب الله وأضيء من أجل الآخرين.▪

جهزي صواني الأرغفة وسيرسل محصول القمح

كان جدي يملك شركة طحن للحبوب، لا يُعتبر عملاً ناجحاً في سنوات الضيق خلال الثلاثينيات، فمزارعو الأراضي الجافة في المنطقة ليس لديهم أية حبوب ليحصدونها، ومع ذلك كان جدي موفقاً بينما المطاحن الأخرى خسرت، وأعتقد أن ذلك كان بسبب موقفه الإيجابي.

لم أسمع جدي يتفوه بكلمة يأس واحدة، ما كنت أسمعه منه عادة هو ما كان يقول لجدتي:"جهزي صواني خبز الأرغفة وسيرسل الله محصول القمح".

لم أفهم معنى ذلك حينها كطفل صغير، لكن بطريقة وبأخرى عرفت أن علينا أن نتأهب للعمل في أية فرصة، وأن نعيش بترقب. عرفت أن ذلك يعني أن نؤمن بالله ونثق به مهما بدت الأمور سيئة.

والآن في مستهل السنة الجديدة، علي أن أطوي صفحة السنة الماضية، سأختار الأشياء الجيدة التي حصلت، واستمتع بها كالخبز الطازج المخبوز للتو، ثم سأجعل السنة تمر وأجهز صواني خبز الأرغفة، فإنه سيرسل محصول القمح!

- بقلم: مارلين مورغان

أقوال مأثورة

يفتح العام الجديد
صفحاته أمامي،
عنوان غلافه، "حياتي"
أفتح الغلاف وأنظر بين الصفحات
ولكني لا أرى عليها
أية كلمات
لأنني أنا الكاتب وأمسك بالقلم
أكتب السطور ليقرأها البشر.
أي نوع من الكتب
سيكون كتابي
فيه يقرأ الآخرون خط حياتي ؟
في كل يوم أكتب صفحة،
هل سيكون كتابا قيّما
عندما يكتمل ؟
أعني يا رب على جعل هذه
الصفحات نظيفة منصفة،
لأعيش الحياة التي كتبتها هنا!

-جيرترود لورا غاست