

المشوقة

المجلة التي تدفعك إلى الأمام!

رسالة بمناسبة العيد

أجمل الأيادي

الهدية التي تقدمها،
-والهدايا التي ستبقى قيمة
إلى الأبد

عيد الميلاد هو
عيد المحبة
هدية يتيم

العزم
كيف تفي بقراراتك في
السنة الجديدة؟

عدد خاص

بدخولنا هذا الموسم البهيج، الذي يشهد قدوم عيد الفطر السعيد، عيد الرحمة الذي نتذكر فيه المحتاجين، وعيد الميلاد المجيد الذي نحتفل فيه بميلاد يسوع المسيح (عليه السلام)، فإننا نجد، ونحن نقترّب من بداية العام الجديد، أن الوقت مناسب لنفكر ملياً ما يدور خلفنا والتحديات التي تواجهنا.

وفي العام الجديد، يتخذ كثير من الناس قرارات ويقررون بأنهم سيتغيرون أو يتفوقون في مجالات معينة من مجالات حياتهم. ويصمم البعض على أن يشكلوا عادات شخصية أفضل أو أن يتخلصوا من عادات سيئة. ويصمم آخرون على اتخاذ مواقف أفضل تجاه الناس وتجاه الحياة بشكل عام. كما أن آخرين كذلك يضعون نصب أعينهم أهدافاً أكثر سمواً لأنفسهم.

وتعتبر السنة الجديدة بالنسبة لأولئك الذين مروا بصعوبات أو مشقات أو خسائر استثنائية في العام الفائت رمزا لبداية جديدة ولأمل جديد في أن يجدوا أمامهم أوقاتاً أفضل. أما بالنسبة لأولئك الذين أمضوا سنة مليئة بالأمور الطيبة والحبور فإن قدوم السنة الجديدة قد يعتبر مناسبة بهيجة. ثم هنالك أيضاً أولئك الذين قد يتطلعون إلى قدوم السنة الجديدة بحشية وترقب وتساؤل حول ما تحبّه لهم شخصياً أو ما تحبّه للعالم.

ومهما تكن الحال، ومهما تكن الظروف التي قد نجد أنفسنا فيها في الوقت الحاضر، فإننا جميعاً نشمن المدخلات الإيجابية والتشجيع الإيجابي قبل أن نسير قدماً في رحلتنا. وإننا نأمل في أن يكون هذا العدد الخاص من مجلة **المشوّقة** الذي تصدره في هذه العطلة بمثابة هذا التشجيع لكم.

وقد جمعنا مقالات هذا العدد من مصادر مختلفة، بعضها يذكرنا بأولئك الذين هم بحاجة لحبنا خلال هذا الموسم. والبعض الآخر يزودنا بالنصائح التي تدول حول كيفية المشاركة بأفراح هذا الموسم وبالشعور بالانتماء إلى من هم حولنا. كما أن هناك مقالات أخرى تلهمننا بالإيمان بالمستقبل. أي أن هناك شيء ما لكل شخص. فتهانينا لكم بالعيد السعيد وبعيد الميلاد المجيد وبالسنة الجديدة السعيدة.

سعاد أبو حليم
لـ المشوّقة

المشوّقة عدد خاص

رسالة بمناسبة العيد

أجمل الأيادي ٣

الهدية التي تقدمها

-والهدايا التي ستبقى قيمة إلى الأبد..... ٤

عيد الميلاد هو عيد للحبة

هدية يتيم ٦

النمط

درس في الحب..... ٨

أيام الأمس في هذه الحياة

«دع الماضي خلفك» ٩

لا تنظر ورائك

قصة للسنة الجديدة..... ٩

ما هو الموضوع برمته؟

هذا هو معنى حياتي..... ٩

العزم

كيف تفي بقراراتك في السنة الجديدة..... ١٠

ردود على أسئلتكم

الصفحة هو المفتاح..... ١١

ما الذي أتمناه لك؟

قصيدة العام الجديد..... ١٢

أسرة التحرير:

سعاد أبو حليم

كريستينا لاين

التصميم:

تشيئا راي

الرجاء الاتصال بنا على:

الموقع على الانترنت:

www.motivatedmagazine.com

البريد الإلكتروني:

motivated@motivatedmagazine.com

المشوّقة ٢٠٠٢ ©

جميع الحقوق محفوظة

رسالة خاصة بمناسبة

العيد

أجمل الأيادي

الذيذة عند جمعها، بأن يديها أجمل الأيدي. أما آلاء التي نالت يداها حصتها من عذوبة العطر الندي، فقد كانت يداها بالنسبة لها هي الأجل. غمست جميلة أصابعها الرقيقة في الجدول الصافي وعندما تألفت قطرات الماء الماسية عليها، تصورت بان يديها أجمل الأيدي. حينئذ، قدمت فتاة متسولة طالبة صدقة، ولكن الأميرات أبعدن ملابسهن الفخمة جانبا وابتعدن عنها.

فمرت المتسولة بكوخ قريب من القصر، حيث وجدت امرأة ذات وجه لوحته الشمس و يدين مخشوشنتين من العمل الشاق وامتدتا لها بالخبز. تروي لنا الأسطورة، بأن المتسولة تحولت فورا عندئذ إلى ملاك وظهرت عند بوابة الحديقة قائلة، أجمل الأيدي هي المستعدة دائما لأن تبارك وتساعد الآخرين.

وها هو عيد الفطر السعيد، عيد العطاء ومراعاة المحتاجين معنا مرة أخرى. وهو يذكرنا جميعا أن نشارك هدية المحبة والرحمة مع الآخرين ومد يد المساعدة لمن يحتاجها. لتتمو هذه الهبة وتصبح قوية في داخل قلوبنا وقلوب الآخرين وليباركنا الله ونحن نركز عليها في تعاملنا مع الغير خلال هذا الموسم البهيج.

يفد علينا عيد الفطر المبارك مرة أخرى حاملا في طياته أطيب الأمانى بالخير وأجمل معاني الرحمة والمحبة. فالمحبة... لا تترك صعوبة لا تتغلب عليها أو مرضا لا تشفيه، أو بابا لا تفتحه، أو خليجا لا تعبره، أو حائطا لا تطيحه، أو خطأ لا تصلحه. لا يهم تعقد المشاكل أو اليأس أو ضخامة الخطأ، لأن المحبة تكتسح كل هذه العوائق!

يسكب علينا العيد نور محبته، هذه الهبة التي تنمو وتنمو وتقوى وتقوى، عندما نجعلها شعار تفاعلنا وتعاملنا مع بعضنا البعض. فأعمال الخير والاهتمام بالآخرين، وكلمات المحبة والتشجيع والثناء أو حتى ابتسامة وكل الأشياء الإيجابية والطيبة التي يمكن أن نقولها عن الغير، العطاء من النفس والإصغاء إلى الآخرين والمشاركة في تخفيف الأعباء، كل هذه تظهر وتؤكد محبتنا للغير رغم أنها تبدو أشياء بسيطة، إذ تدخل الحياة فينا وتدفي قلوبنا وتشفى أمراضنا وتزيدنا قوة وتجددنا.

هناك أسطورة تقول بأنه في قديم الزمان عاشت ثلاث سنوات في قصر فخم. وبينما كن صباح يوم في الحديقة الرائعة بجداولها المندفعة وورودها الحمراء، طرح السؤال من منهن تملك أجمل يد.

فكرت نرجس وقد اصطبغت أصابعها البيضاء بلون الفراولة



قد تظن أن لديك القليل مما تقترحه للآخرين لكي تجعل لديهم فارقا في حياتهم، ولكن هذا ليس هو الحال. إن القائمة التالية تبين لك كيفية العطاء بإغداك على الآخرين هدبا يبقب أثرها إلى الأبد. ولنبدأ:



الهدية التي

— بقلم: دي ان لودويغ

هدية الوقت

في عالمنا المشغول دائما أصبحت عبارة «ليس لدي وقت لكي...» شكوى عالمية. والعلاقة بين شخصين تحتاج لكي تنجح، مثلها في ذلك مثل النبتة النامية، الرعاية. إن معظم العلاقات الإنسانية تستفيد مما يعرف بـ «أثر الوقت». إن مكاملة تلفونية لصديق غير سعيد أو زيارة مدتها نصف ساعة إلى خالة تعيش بمفردها تعني الكثير، ولكنها تكلف أقل القليل.

هدية المثال الطيب

يتعلم معظم الناس الاتجاهات وأنماط السلوك الأساسية عن طريق ملاحظة الآخرين. لذا، كن مثالا طيبا بمعالجتك للمواقف الصعبة بطريقة تتم عن النضج.

عطية القبول

كثير من المشاكل بين الأزواج وزوجاتهم أو بين الأصدقاء تبدأ عندما يحاول أحدهم أن يغير الشخص الآخر لكي يوافق على ما يحمله من أفكار. ولكن هل تعلم أن الناس يقومون غالبا بالتخلي عن عاداتهم السيئة بمجرد قبولهم على ما هم عليه؟

قال رالف والدوايمسون:
«إن العطية الوحيدة هي جزء من ذات الشخص». وهذه هي ما عليه الهدا بالاثنا عش- هديتك أنت. إنها لا تكلف شيئا ولكنها بعضا من ائمن الهدا التي بإمكانك أن تقدمها لأصدقائك وعائلتك. إن أثرها قد يدوم طوال الحياة.

من أحد مبارك على وجه هذه الأرض أكثر من الأم – ولكن ما من أحد مبارك في السماء أكثر من الأم التي تعرف متى تخفف قبضة يدها» .

هدية الكشف عن الذات
لا خيار للعلاقات إلا أن تنمو وتتسع ، أو أن تصبح جامدة في مكانها وتؤول إلى الانهيار . إن إفصاحك عن ذاتك وسماحك للآخرين بأن يعرفوا عنك أكثر قد يحول علاقة زاوية إلى علاقة تزخر بالازدهار ، كما أنها تعمل على دعم الصداقة الناجحة أو الزواج الناجح . إن الاحتفاظ بمشاعرنا والأفقال عليها وعلى ما يثير استيائنا وأملنا لا يضر بنا فقط بل يحرم الآخرين من معرفتنا على حقيقتنا. ♦

لنا العطاء وعندما نقبل بعطاياهم بطريقة مهذبة ، فعندها قد نكون أعطيناهم أهم الهدايا على الإطلاق.

هدية الاختلاء بالنفس

كثيرا ما نضايق من نحبهم بأسئلتنا ومطالبنا في أوقاتهم الخاصة . إن لكل منا حاجة للرفقة وحاجة للاختلاء بنفسه . إن عليك أن تتخلى أحيانا عن جزء من فضولك الطبيعي وان تعطي لمن تحبهم الحق في الانفراد بأفكارهم ومشاعرهم.

هدية تقدير الذات

إن من الصعب أن تقاوم إغراء تقديم نصيحة أو مساعدة غير مرغوبة أو غير ضرورية لمن تحب . إن مثل تلك النصيحة قد تطعن في الصميم تقدير الشخص لذاته . ويقول المثل الصيني: «ما

هدية رؤية افضل ما في الآخرين

عندما نتوقع من الناس أن يستجيبوا بطريقة إيجابية ، هذا هو ما يفعلونه.

هدية الإقلاع عن عادة سيئة

لدينا جميعا عادات تزعج من نحبهم . ويا لها من هدية رائعة لو أنك استطعت أن تقلع عن عادة غير سارة وضارة بالصحة.

هدية التعليم

إن تقديمك العون لشخص ما أن يتعلم شيئا ما إنما هو استثمار هام لسعادتهم مستقبلا . إن سماحنا للآخرين بمشاركة مواهبنا تشكل طريقة طيبة لإظهار حبا.

هدية الاستماع

قليل منا يعرف كيف يصغي بانتباه . وكثيرا ما نقاطع كلام الآخرين أو نتصرف بدون اكرات أثناء كلامهم.

هدية المرح

هناك أناس «يفسدون بهجة» الآخرين من حولهم، بينما هناك آخرون يقودون الناس إلى إيجاد البهجة بين ثنايا الأحداث العادية.

هدية جعل الآخرين يعطون

عندما ندع الآخرين يقدمون



عيد الميلاد هو . . .

الدوام في كل يوم (مخاطرا بإثارة غضب خالته، كما علمت فيما بعد) ليقوم بمساعدتي في ترتيب غرفة الصف تلك. وكنا نقوم بذلك بهدوء وراحة، بدون أن نتكلم الكثير، ولكننا كنا ننعم بوحديثنا تلك الساعة من كل يوم. وعندما كنا نتجاذب أطراف الحديث، كان معظم كلام مروان عن أمه التي رحلت عن دنياه وهو صغير للغاية، إلا أنه كان يتذكر أنها

كانت امرأة عطوفة ولطيفة ومحبة، وأنها كانت تقضي كثيرا من وقتها معه.

وعندما اقترب موعد العطلة، بدأ مروان يعجز عن التأخر بعد الدوام المدرسي كل يوم. وبدأت أترقب قدومه، وعندما

لاحظت أنه يغادر غرفة الصف بسرعة بعد انتهاء الدوام، أوقفته بعد ظهر أحد الأيام، وسألته عن سبب عدم مساعدته لي بترتيب غرفة الصف، وأخبرته كم كنت أفتقده. وأجابني وعيناه تشعان بشغف: «هل افتقدتني حقا؟» فأوضحت له بأنه كان أفضل مساعد لي.

إن عيد الميلاد هو عيد المحبة، وعيد البهجة، وعيد العطاء والمشاركة، كما أنه عيد لم الشمل والضحك مع العائلة والأصدقاء، وعيد تبادل الهدايا. ولكنه بصفة خاصة عيد المحبة.

إنني لم أكن مقتنعة بهذا الكلام إلى أن قدم لي تلميذ صغير الحجم تشع البراعة من عينيه الواسعتين ووجناته

الناعمتين هدية رائعة في إحدى السنوات. كان مروان، ابن الحادية عشرة، يتيما يعيش مع خالته، وهي امرأة لاذعة في منتصف العمر، وكانت تبدي ضيقا شديدا بالرعاية بابتن شقيقتها الراحلة.

ولم تكن تألو جهدا في تذكير مروان بأنه لولا كرمها لكان متشردا بلا مأوى. وبالرغم من كل ما كان يلاقيه من احتقار ومهانة في ذلك المنزل، إلا أنه حافظ على عذوبة طبعه وحسن خصاله.

ولم ألاحظ مروان إلا بعد أن بدأ يتأخر في غرفة الصف بعد نهاية

نعم إن هذه المناسبة هي للأفراح والحبور والغناء، وللخير ولتقديم الهدايا الرائعة، وعيد الميلاد، بشكل خاص، للمحبة.

وأقوم بالابتسام فقط عندما يتساءل
أصدقائي وهو يرفعون حواجبهم
بفضول وأقول لهم أن هذا الصندوق
يحتوي على المحبة في داخله.

نعم إن هذه المناسبة هي للأفراح
والحبور والغناء، وللخير ولتقديم
الهدايا الرائعة، وعيد الميلاد، بشكل
خاص، للمحبة.

— المؤلف مجهول

عيد المحبة

«لقد كنت أعد لك مفاجأة» —
همس لي بثقة «إنها لعيد الميلاد».
وبعد أن أنهى هذه الكلمات أحس
بالارتباك واندفع خارجا من الغرفة
وبعد ذلك لم يعد يتأخر في المدرسة.

وأخيرا، جاء آخر يوم مدرسي
قبل العطلة. وتسلس مروان ببطء إلى
الغرفة بعد ظهر ذلك اليوم ويده
تخفيان شيئا خلف ظهره. وقال لي
بخجل: «لقد أحضرت لك هديتك»،
وإنني أمل أن تعجبك». ومد لي يديه
بالبهية. وكان في باطن يده صندوق
خشبي صغير.

فقلت له: «إن هذا الصندوق
جميل يا مروان. هل يحتوي على
شيء؟» وفتحت الصندوق من أعلاه،
ونظرت داخله، فأجابني: «انك لا
تستطيعين رؤية ما بداخله. كما انك
لا تستطيعين أن تلمسيه أو تتذوقيه أو
تحسيه، ولكن أُمي كانت دائما تقول
لي أنه يعطيك شعورا طيبا طوال
الوقت، ودافئا في الليالي الباردة،
وأمنا عندما تكون وحيدا تماما».

وحدقت بالصندوق الفارغ، وقلت:
«يا مروان، ما الذي سيعطيني شعورا
طيبا للغاية؟».

همس مروان بلطف: «إنها
المحبة، وكانت أُمي تقول لي دائما
أنها تكون في أفضل حالاتها عندما
نقدمها للآخرين». ثم استدار بهدوء
منصرفا من الغرفة.

وهكذا، فإنني الآن أحتفظ
بصندوق صغير من الخشب على
البيانو في غرفة المعيشة في منزلي،

النمط



بقلم جاك سميث

كما نقلت إلى ريموند نولز
(بتصرف)

لم أسأل رمزي البالغ من العمر تسع سنوات ولا شقيقه شريف البالغ من العمر سبع سنوات حول ورق اللف البني الذي كانا يتبادلانه بينهما كلما زرنا كل مخزن.

إن نادينا يأخذ أطفال العائلات الفقيرة في مدينتنا في عيد كل سنة في جولة تسوق شخصية وكان رمزي وشريف الذي كان والدهما بدون عمل من نصيبي.

وبدأنا الرحلة بعد إعطاء كل منهما الدنانير الأربعة المخصصة. وكنت في المخازن المختلفة أقدم اقتراحات ولكن كان ردهما دوما «لا» مع هزة رأس جادة، وأخيرا سألت: «أين تقترحان أن نفتش؟»

فرد رمزي «هل بإمكاننا الذهاب إلى معرض أحذية يا سيدي؟ نود شراء حذاء إلى والدنا كي يتمكن من الذهاب إلى العمل.» وفي معرض الأحذية، سأل البائع ماذا يريد الولدان الصغيران. فظهرت الورقة البنية. وقالوا: «نريد حذاء حسب مفاص هذا القدم.»

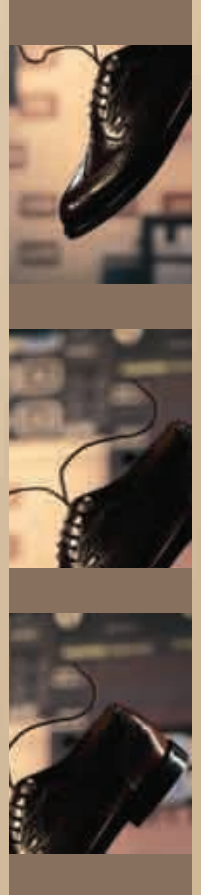
وأوضح رمزي أنها كانت قالباً لقدم والدهما. إذ قاما برسمها وهو نائم على الكرسي.

فقام البائع بفرد الورقة على مسطرة القياس ثم اختفى. وسرعان ما عاد بعلبة مفتوحة وسأل «هل يصلح هذا؟» فنظر رمزي وشريف إلى الحذاء بشغف شديد. فسألوا: كم ثمنه؟ وقبل أن يسمع رمزي الرد، كان يردد السعر الذي شاهده على العلبة بإحباط «ستة عشر وخمس وتسعين» وإن كل ما معنا هو «ثمانية دنانير فقط.» نظرت إلى البائع ففتح وقال: «هذا هو السعر العادي، ولكن عليه خصم، إنه اليوم فقط ثلاثة وثمانية وتسعين.»

وبعد أن أمسكا بالحذاء بسعادة، اشترى الولدان هدايا لوالدتهما وشقيقتيهما الصغيرتين، ولم يفكرا بنفسيهما ولو لمرة واحدة. وأوقفني والد الولدين يوم العيد في الشارع، وكان منتعلاً الحذاء الجديد والامتنان بادياً في عينيه وقال «إنني أشكر الله على وجود الناس الذين يهتمون.»

فأجبت: وأنا أشكر الله على ولديك الاثنين، اللذين تعلمت منهما في مساء واحد حول المحبة أكثر مما تعلمته طوال حياتي.» ♦

دكتور في الجبر.



أيام الأمس هي هذه الحياة

إن أيام الأمس
في هذه الحياة
قد ولت إلي
غير رجعة،
ولم تعد
قادرين علي
الوصول إليها،
وإن الله هو
الذي يتولاها
بتدبيره الآن،
فدعها هناك.

إن هناك يوما ذهبيا لا أفلق بشأنه أبدا — يوما خال من
الهموم ومن المخاوف ومن الترقبات — إنه الأمس — الأمس بهوموم ومقاعبه
وآلامه وأخطائه ونواقصه.
لقد مضى الأمس، ولن يعود أبدا. وأنا لا أستطيع أن أبطل عملا قمت فيه بالأمس،
أو ألا أقول كلمة قلتها. إن كل ما يحتويه الأمس من خطأ أو صواب أو ندم أو سعادة
أصبح بيد إله المحبة.
فإنه وحده يمكن له أن يأتي بالعسل من الصخر، وأن يأتي المياه من بطن أشد
الصحارى قسوة. وهو وحده القادر على أن يحول البكاء إلى ضحك، وأن يعطي جمالا
للمرء، وروح الثناء بدل الهم، وأن يبدل أحزان الليل بفرحة الصباح.
نعم، لقد ذهب الأمس، وكان لي، ولكنه الآن بين يدي الله.

— روبرت بريديت

لا تنظر ورائك

قصة للسنة الجديدة

فوق رأسي. وفي هذه اللحظة نسيت ما قاله لي صبي
الشاطئ—ونظرت إلى الورا.

حسنا، إنني لم أغرق—على الأقل ليس تماما.
وبقيت هناك طافيا في المحيط بينما كان يغوص
لوحى بعيدا بمفرده، إلى إن استجمعت شجاعتى
أخيرا لأقوم بمحاولة ثانية.

لقد تذكرت دائما ما قاله لي صبي الشاطئ:
لاتنظر ورائك. وعليك أن تطبق هذا على الأخطاء
الماضية وعلى الفرص الضائعة وعلى المشاعر
المجروحة وعلى المظالم (حقيقية كانت أم وهمية)،
بل عليك النظر إلى الأمام، وأن تواجه الأمام. وعليك
أن تركز على ما هو أمامك. وهذا هو الشيء
الرئيسي.

ارثر غوردون
(يأذن من جايدوبوستس)

كنت متقلبا على لوح ركوب الأمواج ووجهي
إلى الأسفل على بعد نصف ميل من الشاطئ. لقد
كنت دائما أرغب في ركوب الأمواج، ولكنني هنا
بين هذه التلال الخضراء الضخمة من الماء لم
أشعر بروح المغامرة الشديدة.

«إن هذا يكفي» — قال صبي الشاطئ الذي
اصطحبني على لوحه. وتابع: «والآن استدر وواجه
الشاطئ. وعندما ترفع موجة من الموجات لوحك،
عليك بأن تجدف بقوة، ثم انهض واقفا.
أقف؟ وسألته وأنا أحاول ألا يبدو الذعر في
صوتي: «أخبرني، أهم شيء علي أن أتذكره؟»
أعاد كلماتي بابتسامة: «أهم شيء؟ لا تنظر
ورائك».

ورفعت الموجة التالية اللوح، وبدا أمامي وكأن
هوة عظيمة قد انفتحت في البحر. واهتز اللوح
وغاص في جرف زمردى اللون بشكل يكاد يكون
عموديا. وحاولت الوقوف. وكنت أعرف أن ورائي
كان هناك ملايين الأطنان من الماء المالح ترفرف

المشوقة عدد خاص

واتخذت منها لعية لي، وبعد ذلك استحوذ على لبي حقيقة أنه كان بإمكانني أن أعكس الضوء إلى الأماكن المظلمة التي لا تصل إليها أشعة الشمس أبداً- أي في الحفر والشقوق العميقة والغرف المعتمة. وأصبح الأمر مدعاة تسلية لي حيث أقوم بإدخال الضوء إلى الأماكن التي يصعب الوصول إليها».

ثم أضاف البروفسور باباديروس: «إنني قطعة من مرآة لا أعرف تصميمها أو شكلها. ومع ذلك، فأنا أستطيع بما لدي أن أعكس الضوء إلى الأماكن المظلمة في هذا العالم-

وفي الأماكن السوداء في قلوب الناس- وأن أغير بعض الأشياء في بعضهم. ولعل هناك آخرين يرون ويفعلون نفس ما فعله. وهذا هو ما أسعى إليه وهذا هو معنى الحياة.

وعندئذ أخذ مرآته الصغيرة وأمسكها بعناية، وأمسك بالأشعة المشرقة لضوء النهار التي تخترق النافذة ثم عكسها على وجهي وعلى يدي».

وهكذا، فإن كثيراً مما عرفته عن ثقافة وتاريخ اليونان في ذلك الصيف قد انمحي من ذاكرتي، ولكنني في «محفظة» عقلي ما زلت أحمل مرآة مستديرة صغيرة. ◆

— تيد كاشيون بتصريف

المشوقة عدد خاص

«دكتور باباديروس، ما معنى الحياة؟» كان سؤالي هذا موجهاً إلى البروفسور الألماني المسن المختص بثقافة وتاريخ اليونان.

وتبع هذا السؤال الضحكة المعتادة، وبدأ الناس يتحركون للذهاب. ورفع باباديروس يده وهدأ الجمع الموجود في الغرفة، ثم نظر إلي نظرة طويلة وتساءلت عيناه إن كنت جادا، وأدرك من عيناى أنني كذلك،

ما هو الموضوع برمته؟

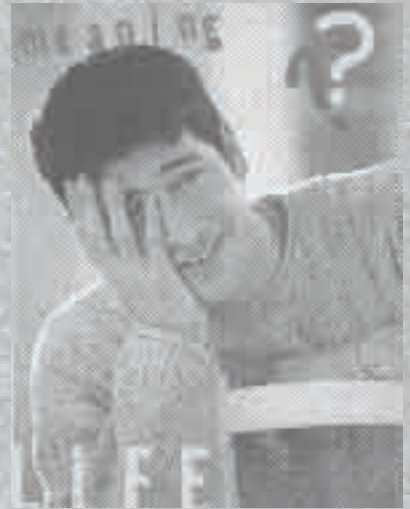
فقال: «سأجيب سؤالك». ثم أخرج محفظته من جيبه وأخرج منها مرآة مستديرة صغيرة جداً بحجم قطعة العملة المعدنية الصغيرة. ثم تابع قائلاً: عندما كنت طفلاً صغيراً، كانت عائلتي فقيرة جداً وكنا نعيش في قرية بعيدة. وفي أحد الأيام، وبينما كنت سائراً في الطريق، وجدت قطع مرآة مكسورة وكانت لدراجة نارية تحطمت في ذلك المكان.

وحاولت أن أعيد جمع القطع كلها- ولكن ذلك لم يكن ممكناً، وهكذا فقد احتفظت بالقطعة الأكبر- أي هذه. ثم استعنت بحجر لأجعلها مستديرة،

ومع ذلك، فأنا أستطيع بما لدي أن أعكس



الضوء إلى الأماكن المظلمة في هذا العالم- وفي الأماكن السوداء في قلوب الناس- وأن أغير بعض الأشياء في بعضهم.



العزم

— ديفيد فونتين

أن لديك
تصميماً أقوى
وعزماً أشد
وقدرة أكبر على التغير
مما قد تصورته قط.



كثير من الناس يبدأون السنة الجديدة بقطع الوعود على أنفسهم بأن يفعلوا هذا أو ذاك، وأن يغيروا هذا أو ذاك، وأن يتخلوا عن عادة سيئة أو أن يتخذوا أخرى جديدة. وأحياناً ما ينجح هذا، وكثيراً ما يفشل. ولماذا؟.

ولكنه أصبح أسير عاداته. وهناك قول مأثور يحدثنا على أن «قيود العادات السيئة ضعيفة جداً لنشعر بها إلى حين أن تصبح شديدة القوة عندما نحاول التخلص منها». وهذا الأمر يكون صحيحاً، لولا معونة الله لنا وقوته العظيمة.

امتلك رجل ما مرة نسراً، واحتفظ به لسنوات عديدة مقيداً بوثد. وفي كل يوم، كان النسرة يسير حول ذلك الودت مرات ومرات. وعندما أدرك النسرة الهرم، أشفق عليه سيده وقرر إطلاق سراحه. وفعلاً، نزع عن قدمه الحلقة المعدنية وأطلقه في الهواء. لقد أصبح النسرة طليقاً، ولكنه نسي كيف يطير، فعاد أراجاه إلى الأرض، ورجع إلى حفرته القديمة وبدأ يدور ويدور كما كان يفعل لسنوات عديدة. ولم يكن هناك سلسلة أو قيد يقيد،

إن بإمكانك أن تطلب من الله أن يساعدك في التغلب على عادة سيئة، أو ضعف تعانیه، وسترى النتائج. إن الله تعالى يعدنا بأن من سيأتي إليه لن يرفضه بأي طريقة من الطرق، وإن ما تطلبه في صلاتك بصدق سوف تناله. إن عليك أن تستعين بإرادتك وأن تبذل جهداً كبيراً أثناء عملية التحول التي تسعى إليها، ولكن بإرادة الله وبعونته ستجد أن لديك تصميماً أقوى وعزماً أشد وقدرة أكبر على التغير مما قد تصورته قط. ◆

ردود على أسئلتكم

س

إنني أشعر بأن حياتي قد لحقها الدمار بسبب الجرح العميق الذي سببه لي أحد الأشخاص. فماذا أفعل لكي أتغلب على ما أحس به من ألم وجرح وامتعاض؟

قال أحد الأشخاص مرة: «إن الصفح هو المفتاح الذي نفتح به أبواب الامتعاض وقيود الكراهية. وهو القوة التي نحطم بها سلاسل المرارة وقيود الأنانية».

وللتخلص من الامتعاض والمرارة فإن الخطوة الأولى هي أن تصفح – وأن تغفر بكل صدق لشخص ما، وأن تسمح لما تحس به من مشاعر ضد ذلك الشخص بالذهاب بعيداً. قد يكون من الصعب عليك أن تفعل هذا، ولكنك لا تستطيع أن تقول أنك تصفح ولكنك لا تستطيع أن تنسى أبداً. وإذا ما واصلت لومك للشخص الآخر، فإنك تصبح مسؤولاً عما تشعر به من تعاسة، ولكن ما إن تلقي بمشاعر الكراهية جانباً، ستستطيع السير إلى الأمام.

وليس مهما معرفة سبب المرارة أو الامتعاض الذي نجمت عنه مشاكلك، فإن محبة الله يمكنها أن تعمل كإسهم يداوي الجراح. حتى وإن كنت غير مدرك تماماً كنه المشكلة بينك وبين الشخص الآخر، فإن محبة الله هي الجواب. ما عليك إلا أن تطلب منه أن يضع حبه لذلك الشخص في قلبك، وعندئذ سيزودك هذا ببداية جديدة.

بإمكانك أن تتخذ قراراً لك في السنة الجديدة، فأن تصفح عن أولئك الذين اخطأوا بحقك، وأن تتسى الماضي وأن تسير قدماً نحو مستقبل خالٍ مما تتوء به من مشاعر المرارة. ◆

ما الذي ساتمناه لك؟
كنوز الأرض؟
أغاني فصل الربيع؟
مسررات ومرح؟
زهور في طريقك؟
سماء صافية على الدوام؟
هل سيضمن لك هذا سنة جديدة سعيدة؟

ما الذي ساتمناه لك؟
ما الذي يمكن ان يجلب لك
اشعة الشمس المشرقة طوال السنة؟
اين هو الكنز،
الأزلي والثمين،
الذي سيضمن لك سنة جديدة سعيدة؟

انه الايمان الذي يتزايد،
والسير في النور،
والأمل الذي يزخر بالسعادة والشروق،
انه الحب الكامل،
الذي يطرح مخاوفنا بعيدا
ان هذا كله هو الذي سيضمن لك
حياة جديدة سعيدة.

-فرانسيس ريدلي هافرجال (بتصرف)