المشوّقة

المجلة التي تدفعك إلى الأمام!

عدد خاص

كلمة المحرر

يستلم معظمنا سيل من الرسائل الألكترونية التي تشجعنا لإرسالها إلى عدد من الناس الآخرين مع وعود مرفقة رائعة، هذا لو فعلنا ذلك. وقد تكون بعض هذه الرسائل الألكترونية ذات معنى وتمس شغاف القلوب بينما نُهمل بعضها فوراً دون أن نلقي لها بالا مرة ثانية. وفي كلتا الحالتين، فإننا ببساطة لا نريد أن ندخل في سباق لا معنى له لكي نبقي على استمرار سيل الرسائل.

إلا أن هناك أوقاتا نشعر فيها بالفرح الغامر الحقيقي لإرسال رسالة ونحن نشعر بالتأكيد أنها سوف تنير يوم أحد أحبائنا أو تعطي بعض التشجيع لصديق مهموم.

وبمناسبة عيد الفطر فإننا نفكر بشكل خاص في إرسال شيء له معنى إلى الآخرين، في الغالب فإن الأمر لا يستغرق كثيراً. فأصغر أفعال الخير قد تحدث فرقا كبيراً كما في القصة التالية:

«سارت ابتسامة صغيرة في طريقها المرح. ذهبت أولا إلى ولد عبر الشارع، ثم عبرت بعد ذلك إلى أمه التي كانت على فراش الشفاء في المستشفى. ومنها قفزت تلك الإبتسامة إلى شخص مريض آخر في غرفة المستشفى. وبعد أن مكثت هناك لفترة خرجت من الباب على وجه زائر. ثم قفزت إلى باص مثبتة نفسها على وجه السائق الذي أخذها بدوره إلى زوجته عندما وصل الى البيت. وقد مررت هذه الإبتسامة إلى طفلهما الأصغر الذي أعطاها بسرور إلى عمته. وقد تنقلت تلك الإبتسامة طول اليوم من ذلك الشخص إلى الشخص الآخر وأحيانا أكثر من مرة. واليوم الذي يحتمل أنه كان يوما متعبا لبعض الناس تحول إلى يوم فرح في وقت ما. ورغم أن الإبتسامة قد انتقلت من شخص إلى آخر إلا أنها تركت أثرها على كل قلب وبقي الفرح في ذلك القلب. ولن تعرف أبداً ما هو القرار الذي يعتمل في ذهن شخص ما اليوم، إن ابتسامتك أو جزء من الحب الذي تعطيه لشخص ما بطريقة بسيطة يمكن أن يكون إستجابة لدعاء شخص آخر، وسوف يعود الفرح دائما بطريقة أو بأخرى إليك مرة ثانية. وفي الغالب فإنك حتى لا تعلم أن الحب الذي يظهر لك من خلال ابتسامة كان نتيجة سلسلة الإبتسامات التي بدأتها أنت — منذ عدة اسابيع.

وقد يكون كل منا، خلال تلك الأعياد الخاصة مخلصا في إرسال البسمة، بعض الحب، كلمة حنونة، ورسالة أمل. لن نخسر شيئا عند إرسال تلك الهدايا القيمة التي تعطي الحياة.

عيدك مبارك! قدمها لغيرك!

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

المشوّقة عدد خاص

جدول المحتويات

أنقله لغيرك...
العطاء ٣

أنقله لغيرك...
الأمل ٤

أنقله لغيرك...
الشكر ٥

أنقله لغيرك...
نكران الذات ٦

أنقله لغيرك...
التقدير ٨

أنقله لغيرك...
التسامح ٩

أنقله لغيرك...
الحُبْ ١٠

من القلب
شموع الأمل ١٢

أسرة التحرير:
سعاد أبو حليم
كريستينا لاين
التصميم:
جون أرتشر
مارك زنكنر

الرجاء الاتصال بنا على:

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

المشوّقة 2008 ©
جميع الحقوق محفوظة

أنقله لغيرك...

العطاء

روى هذه القصة التالية كاتب شغوف بالسفر ففي إحدى رحلاته في الريف حيث كان متعبا وعطشانا، وصل إلى بيت صغير بدون طلاء كان يقف على قمة تل منحدر. وعلى جانب واحد من الطريق كانت هناك لافتة تشير إلى طريق أصابه البلي والإهتراء ولافتة تقرأ "ادخل وتناول مشروبا باردا."

وبعد الممر بمسافة قصيرة وجد ينبوع من الماء المثلج، وكانت هناك مغرفة قديمة الطراز تتدلى فوقه، وفوق مقعد مجاور كانت هناك سلة تفاح صيفي مع لافتة اخرى تقول: "تفضل!".

وقد أثار ذلك فضول الشاب وذهب إلى الزوجين العجوزين اللذين يعيشان في البيت الصغير وسألهم عن اللافتات والفاكهة. وقد علم أنهما كانا بلا أطفال وأن مزرعتهم الفقيرة كانت تزودهم باليسير مما يقتاتون منه. ولكن بما أنه كان لديهما ماء نبع بارد وفير وفاكهة كثيرة فقد شعرا بأنهما أغنياء وأرادا أن يتقاسما ذلك مع أي شخص يكون مارا بذلك الطريق.

وقال السيد العجوز: "إننا فقراء بحيث لايوجد لدينا ما نتبرع به لعمل الخير، ولكننا فكرنا بامكاننا بهذه الطريقة تقديم شيء للناس الذين يمرون من طريقنا".

ليس النجاح في الحصول على معظم ما تستطيع ولكن بإعطاء أفضل ما تستطيع.

والمرء ينال رزقه بالكسب ، لكن يعيش حياته بالعطاء .

الطريقة الأكيدة للحصول على السعادة وراحة البال هي عند تقديم هذه الأشياء لشخص ما.

الهدية الصغيرة فيها الكفاية إذا كان لديك قلب كبير.

ما أنفقت هو ما كان لدي وما أبقيت هو ما فقدت، وما أعطيت هو ما بقي لدي.

أنقله لغيرك...

الأمل

في إحدى الأمسيات رغبت بأن أكون بمفردي، دخلت إلى قاعة معارض ووقفت هناك في السكون وما يشبه الظلام. لقد كان المكان كئيبا في تلك الساعة، ولو لا رغبتي في أن أكون وحيدا، لما اهتممت أن أكون هناك. فالنوافذ كانت موحشة، وللتو حضر حارس القاعة وظنا منّي أنه يريد إغلاق القاعة، هممت بالمغادرة. "كلاّ، لا تفعل!" قال هامسا. "لا تذهب حتى يدخل الضوء، انتظر حتى يدخل الضوء." فانتظرت. ازدادت الغرفة ظلاما وتعمّقت الظلال، وبدت النوافذ بشعة ومقززة حتى أنني رغبت كثيرا بمغادرة المكان. ولكن فجأة، أضيئت مصابيح الشوارع في الخارج، وتغيّر شكل المكان بشكل لا يوصف. ويا له من تحوّل جميل!

خيّل لي بأنني لم أر ألوانا رائعة كهذه، مثل هذه الإيحاءات السماوية التي ارتسمت على زجاج النوافذ الملونة المضاءة بألوان مدهشة. كل شيء قد زيّن بجمال سماوي مما أنعش روحي، وأردت أن أحتفظ بتلك اللحظة بذاكرتي للأبد.

ثم تذكرت الظلام والإحباط الذي غالبا ما أثقل روحي، وكيف يمكنه أن يتلاشى طالما تمسكت بالأمل وتركته يغمر نفسي. لقد تعلمت سرا من ذلك الحارس العجوز، نعم لقد تعلمت سرا. ولطالما فكرت في هذا الأمر:

"انتظر حتى يدخل الضوء."

الأمل لا يستسلم، والإيمان لا يتوقف عن إيلاء الثقة، والحب لا يفشل أبدا.

ما دامت هناك حياة، هناك أمل.

لأَنَّ لِلشَّجَرَةِ أَمَلاً، إِذَا قُطِعَتْ أَنْ تُفْرِخَ مِنْ جَدِيدٍ وَلاَ تَفْنَى بَرَاعِمُهَا. - قول مأثور

أنقله لغيرك...

الشكر

هنالك
أسطورة عن
ملاكين أُرسلا إلى
الأرض لجمع صلوات البشر،
وكان يتعين على واحد منهما
أن يملأ سلته بتوسلاتهم والآخر
بجمع شكرهم وعند عودتهما إلى
السموات كانت سلة أحدهما مليئة
وفائضة بتوسلات البشر. بينما عاد
الآخر بقلب حزين ومهموم لأن
سلته كانت شبه فارغة. إن شكر
الناس لله نادرا ما يسمع على
الأرض رغم أن الملاك قد
بحث بهمة. لا تدعنا ننسى
أن نعبر عن شكرنا لله
في دعواتنا.

بوسعنا أن نشتكي
وجود الشوك في
شجيرات الورد، أو
نفرح او جود الورد في
شجيرات الشوك.

إذا توقفنا انفكر، فإنه
سيكون ادينا سببا الشكر.

من ينسى اغة الشكر، لا يمكنه
التخاطب مع السعادة.

كنت كئيبا لأنني لا أملك حذاء، إلى أن
التقيت في الشارع برجل لا يملك قدمين.

السعادة تأتي من قلبك، ولا تأتي من محيطك.

أنقله لغيرك...

نكران الذات

مصادفة ؟

بقلم أدْ كوبر، بتصرف

أنا فخور جداً بابنتي أميليا. عندما كانت في التاسعة من عمرها كانت توفر مصروفها طول السنة وتحاول أن تكسب المزيد من النقود عن طريق قيامها بأعمال صغيرة لدى الجيران. كانت أميليا مصممة على توفير ما يكفي لشراء دراجة جبلية وهو شيء طالما اشتاقت للحصول عليه.

سألتها: "كيف تعملين يا عزيزتي". وقد عرفت أنها تأملت أن يكون لديها كل النقود التي تحتاج إليها مع نهاية السنة.

قالت: يا والدي لدي تسعة وأربعون دولاراً. لا أدري إن كنت أستطيع تحقيق هدفي."

قلت لها مشجعا: لقد عملت كثيراً بجد. تابعي ولكن تعلمين أنك تستطيعين الحصول على دراجتك من مجمع الدراجات الذي عندي.

" شكرا يا والدي ولكن دراجاتك قديمة جداً."

ابتسمت في نفسي لأنني أعلم أنها على حق. لأنني كجامع للدراجات الكلاسيكية، فإن جميع دراجات البنات عندي هي من موديل ١٩٥٠ وليس من النوع الذي يمكن أن تختاره طفلة اليوم.

وبعد ذلك ذهبت أنا وأميليا إلى التسوق ورأت عدة دراجات أقل غلاءً حيث اعتقدت أنه يمكن الاستقرار على واحدة. وعندما تركنا أحد المحلات لاحظت أن أمام محل متطوع يجمع الفلوس للصدقة وسألت: " هل يمكننا أن نعطيهم شيئا يا والدي ؟ "

أجبت "آسف أميليا ليس عندي فكة".

واصلت أميليا العمل بجد طوال باقي الشهر وبدا أنه أمكنها أن تصل إلى هدفها بعد كل ذلك. ثم فجأة في أحد الأيام نزلت الدرجات إلى المطبخ وأعلنت أمام والدتها قائلة بتردد:

"أمي، تعرفين كل الأموال التي كنت أوفرها؟

فقالت زوجتي ديان ماذا بها هذه الاموال يا عزيزتي؟

فردت، "أشعر أن الله يريدني أن أتصدق بها."

انحنت ديان حتى مستوى أميليا وقالت: "هذه فكرة لطيفة يا حبيبتي، ولكنك كنت توفيرين طوال السنة، ربما يمكنك التصدق ببعض هذه الأموال."

هزت أميليا رأسها بقوة: "أعتقد أن الله يريدني أن أتصدق بها كلها."

وعندما رأينا أنها جادة، قدمنا لها اقتراحات مختلفة حول التصدق بها. ولكن يبدو أن أميليا كانت مصممة على قرارها. وهكذا ففي صباح أحد الأيام الباردة وبدون ضجة تبرعت أميليا بكل مدخراتها البالغة ٥٨ دولاراً لنفس المتطوع المستغرب والممتن الذي سبق أن رأيناه.

وقد تأثرت بميزة حب الغير عند أميليا، ولاحظت فجأة أن وكيل سيارات محلي كان يجمع دراجات مستعملة لإعادة تجديدها وإعطاءها للأطفال الفقراء. وأدركت أنه إذا كانت ابنتي البالغة من العمر تسع سنوات قد استطاعت أن تنفق كل مالها فإنه يمكنني بالتأكيد أن أتخلى عن واحدة من مجموعتي من الدراجات.

وبينما قمت بالإمساك بدراجة لامعة للأطفال ولكنها من الطراز القديم من الصف الموجود في الكراج، بدا لي أن هناك دراجة ثانية في الصف تلمع ايضا. هل أعطي دراجة اخرى؟. لا بالتأكيد واحدة تكفي ولكن عندما دخلت إلى سيارتي لم أستطع أن أبعد عني الشعور بأنه يمكنني أن اتبرع بدراجة ثانية كذلك. فإذا كان بإمكان أميليا أن تعطي دون تردد فقد قررت أنني أستطيع أن أفعل ذلك أيضا. وعليه فقد استدرت وحملت الدرجة الثانية في صندوق السيارة توجهت الى الوكالة.

وعندما سلمت الدراجات شكرني التاجر وقال: لقد تسببت بإسعاد طفلين يا سيدي وهذه بطاقاتك.

سألت: "بطاقات؟"

"نعم نحن نعطي عن كل دراجة يتم التبرع بها فرصة لربح دراجة جبلية جديدة رجالية ذات سرعة – ٢١ من محل دراجات محلي، وهذه بطاقتين لك عن فرصتين."

ولماذا لم أتفاجأ عندما ربحت التذكرة الثانية الدراجة؟ ضحكت دايان بفرح وقالت لا أصدق أنك ربحت!

قلت: " أنا لم أربح. من الواضح أن أميليا هي التي فازت."

ولماذا لم أتفاجأ عندما استبدل تاجر الدراجات بسعادة الدراجة الرجالية المعلن عنها بالدراجة الجبلية الرائعة للفتيات؟

أهي مجرد صدفة؟ ربما! أحب أن أعتقد أنها طريقة الله في مكافأة فتاة صغيرة مقابل تضحية أكبر من عمرها – بينما هي تعطي والدها درسا في الإحسان.

نكران الذات هي عادة يجب عليك استثمارها.

إملأ حياتك بالحب ولن يكون لديك متسع للأنانية.

وإذا لم تكن هناك طريقة لتقديم هدية جميلة، أعط من نفسك.

إن أصغر جهودنا تتضاعف عندما تكون الدوافع خلفها غير أنانية!

مقتطف من الحكمة

حديثا، وعندما اقتلع طبيب الأسنان أحد أضراس العقل لي، أخبرني بحقيقة مثيرة مفادها أنه "عندما يقتلع الضرس الذي يسبب أوجاعا فإن العظمة التي كانت تثبته تدعه ينزع بسهولة. ولكن إذا سمحت للوقت بأن يمر ، تصبح العظمة أقل تسامحا. وتصبح العظمة الجيدة والضرس الرديء متشابكين."

عندما ذكر لي طبيب أسناني كلمات "أقل تسامحا..." جعلتني هذه الكلمات أشعر كأن روحي مثل تلك العظمة. فعندما يسيء لي أحد ما، أشعر بالامتعاض وهذا طبيعي. ولكن إذا تعمقت جذور الامتعاض، فإن هذا يجعل روحي غير قادرة على التسامح.

والآن، وعندما يساء لي، أسارع باقتلاع تلك الإساءة قبل أن تتشابك روحي الطيبة مع الشعور السيء.

— جين تيلي

أنقله لغيرك...

التسامح

سُئِل ولد صغير ما هو التسامح فكان جوابه الرائع: "إنه العطر الذي تتنفسه الأزهار عندما يُداس عليها".

التسامح هو المفتاح الذي يفتح باب الإستياء وهو يحل أصفاد الكراهية. إنه القوة التي تكسر سلاسل المرارة وقيود الأنانية.

يوفر التسامح تكاليف الغضب والتكلفة العالية للكراهية واستنفاذ الطاقة.

والطريف في التسامح أنه يدفئ القلب ويُبَرِّد الغُصَّة.

أجمل ما في الإنسانية حين تصلي للتسامح أو عدا ذلك أن تُسامح بعضها.

أنقله لغيرك...

التقدير

جلس طبيب وكتب رسالة شكر الى مُدرسة لأنها كانت تشجعه كثيرا عندما كان طالبا في صفها منذ ٣٠ سنة. وفي الأسبوع التالي جاءه الرد مكتوبا بخط مرتعش وجاء في الرسالة ما يلي:

"عزيزي وجيد: أريدك أن تعرف ماذا عنت رسالتك لي. لقد أصبحت الآن امرأة عجوز في الثمانينات من عمري وأعيش وحيدة في غرفة صغيرة. أصنع طعامي بنفسي، ويبدو أنها الورقة الأخيرة من عمري الباقية على الشجرة. وقد يهمك أن تعرف يا وجيد أنني درّست لمدة خمسين عاما في المدرسة وفي كل تلك الفترة كانت رسالتك هي أول رسالة تقدير أستلمها طول حياتي. وقد وصلت في صباح يوم قاتم بارد وأفرحت قلبي الوحيد العجوز كما لم يفرحني أي شيء مثلها منذ سنين كثيرة."

الكلمات الحنونة هي موسيقى العالم.

في الزواج، مع الأطفال، في العمل، وفي أي علاقة أخرى أونصة واحدة من الثناء الخالص لصفة مميزة أو فعل ما يعمل أكثر بكثير من طن من إيجاد الأخطاء.

لا تنسى بأن التقدير دائما يلقى التقدير.

إن أكبر رغبة لم يتم تلبيتها في العالم هي الحاجة للتقدير.

يدان جميلتان

اكتشف أن بيت العائلة يحترق، فكروا ان كل شخص خارج المنزل ما عدا الطفلة الرضيعة ثم أنقذتها الأم. كبرت الطفلة ولمدة سنين بعد هذه الحادثة ، كانت الأم تتجول في المنزل ويداها مغطاة ولم يشاهد أحد أبدا يدي الأم مكشوفة.

وفي يوم من الأيام دخلت الإبنة إلى غرفة الأم فجأة ووجدت الأم جالسة ولم تكن يديها مغطاة. كانت يداها ممزقتين ومشوهتين وعليهما ندوب.

وفي الحال حاولت الأم أن تغطي يديها عندما تقدمت الإبنة ولكنها قالت بعد ذلك «من الأفضل أن أخبرك عن ما حدث. لقد حدث ذلك عندما اشتعلت النار في المنزل حيث كنتِ في سريرك. وقد شققت طريقي بين النيران للوصول إليك، ولففتك في بطانية وقذفتك من النافذة حيث أمسك بك شخص ما. ولم أستطع نزول الدرج ولذلك تسلقت من الشباك. إحترقت يداي ولذلك انزلقت ووقعت على التعريشة. وعندما سقطت تمزقت يداي. وقد قام الطبيب بواجبه خير قيام ولكن يا حبيبتي تشوهت يداي من أجلك."

في الحال قفزت البنت التي أصبحت صبية إلى أمها وأخذت يد واحدة ثم الأخرى ودفنت وجهها في تلك الأيادي، واستمرت في القول، "إنهما يدان جميلتان يا أماه، إنهما يدان جميلتان."

أنقله لغيرك...

الحب

للقلب عيون لا يعرف العقل شيئا عنهما.

الحب بوابة كل شيء جميل.

الحب هو الإيمان، الثقة، المساعدة،
التشجيع، المشاركة، التفاهم، الشعور،
الإهتمام، الدعاء، العطاء.

حيث يوجد الحب الكبير توجد دوما
معجزات كبرى.

شموع الأمل

ليبارك الله أولئك الذين هم شموع الأمل والإيمان والمثابرة. ليبارك الله أولئك الذين يتمسكون بالنور ورعايتهم له كي يبقى منيرا. قد لا نشعر بالانتصار أو أننا قد لا نقوم بما فيه الكفاية. قد نشعر بالإحباط مع تواصل الحروب وأنباءها. قد تثبط عزيمتنا من الأخبار الحزينة التي تنقلها الشاشات. ولكن نكون مباركين إذا حافظنا على بريق الأمل وأبقيناه متوهجا، مثل القبطان في قصة الباخرة التي باغتتها العاصفة.

فعلى مدى يومين، هاجت الرياح وزمجرت مما أفزع الركاب فزعا شديدا. وأخيرا، تسلق راكب قلق إلى حيث يمكنه رؤية القبطان. وعند رجوعه إلى الركاب، نشر الأخبار السارة بقوله، "نحن بخير. ستصل الباخرة إلى المرفأ، لأنني رأيت القبطان والابتسامة تعلو وجهه."

قد تكون الحياة أحيانا كالبحر الهائج حيث يتعين عبوره بقارب من الصبر، ومجداف من الأمل، ولكن نتبسم عبر كل زوبعة ونشعر بالسلام لأن الله يقود حياتنا. ونبقى ثابتين في الأمل وعازمين أن لا ننهزم لأننا نؤمن بالغد. لأن لنا رؤيا تساعدنا في التطلع إلى الأمام.

ويمكننا إحداث فَرقاً في حياة الآخرين، بأن نكون قدوة حسنة للثبات. إن جذورنا تمتد عميقة في تربة الأمل والمحبة ولا شيء يمكن أن يزعزعها. نعم، تأتي الرياح بما لا تشتهي السفن، ولكن تعلمنا من خلالها مواجهتها بالعزيمة والشجاعة. وأطفالنا براعم غضة طرية تنهل من مكونات الأمل والمحبة. وهم ينهلون منها، يشعرون أن كل شيء على ما يرام لأننا نبتسم، ونواصل المسيرة بدون تردد أو ارتياب.