

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

تَرْمِيم

٨٦

إِضَاءَةً
فِي
السَّعَادَةِ وَسُحْكَمَةِ الْحَيَاةِ

** معرفي **

www.ibtesama.com/vb
مُسْدِيَاتِ مَجَلَّةِ الْإِبْتِسَامَةِ

تألِيفُ

أ. د. عَبْدُ الْكَرِيمِ بَطَار

خَلَالِ التَّسْلِيمَ

للطباعة والنشر والتوزيع والترجمة

**** معرفتي ****
www.ibtesama.com/vb
منتديات محلة الابتسامة

سَكِّينَةُ الْمُهَاجِرَاتِ

سَيِّدُونَا وَنَعَانُونَ إِلَيْهِ أَضَاءَةٌ
فِي
الْسَّعَادَةِ وَتِحْكَمَةِ الْحَيَاةِ

** معرفتي **
www.ibtesama.com/vb
منتديات مجلة الابتسامة

كَافَةُ حُقُوقِ الطبعِ وَالنَّسْرَ وَالتَّرْجِمَةِ مَحْفُوظَةٌ

لِلسَّابِرِ

دارُ السَّلَامُ لِلطبَاعَةِ وَالنَّسْرَ وَالتَّرْجِيمَةِ
لِصَاحْبِها

عبدُ الْفَادِي مُحَمَّدُ البَكَارُ

الطبعة الثانية
والأولى لدار السلام

١٤٣١ - ٢٠١٠ م

بطاقة فهرسة

فهرسة أئماء النشر بإعداد الهيئة المصرية العامة لدار الكتب والوثائق القومية - إدارة الشؤون الفنية

بكاري، عبد الكرم.

عش هاتا : ست وثمانون [إضاعة في السعادة وحكمة الحياة / تأليف : عبد الكرم بكاري . - ط ١ - القاهرة : دار السلام للطباعة والنشر والتوزيع والترجمة ، [٢٠١٠] .

٢٨٠ ص ٢٠٤ بسم .

٩٧٨ ٩٧٧ ٣٤٢ ٨٩٨ تدمك ٣ -

١ - السعادة .

٢ - العنوان .

١٥٢,١٢

جمهورية مصر العربية - القاهرة - الإسكندرية

الإدارة : القناطر : ١٩ شارع مصر لطفي مولوي لشارع عباس العقاد خلف مكتب مصر للطيران
منذ الحديقة الدولية وأمام مسجد الشهيد عمرو الشرييني - مدينة نصر
هاتف : ٢٢٧٠٤٢٨٠ - ٢٢٧٤١٥٧٨ + ٢٠٢ (٢٢٧٤١٧٥٠ +) فاكس :

للكتابة : فرع الأزهر : ١٢٠ شارع الأزهر الرئيسي - هاتف : ٢٠٢ ٢٥٩٣٢٨٢٠ + ٢٠٢ (+)

للكتابة : فرع مدينة نصر : ١ شارع الحسن بن علي متفرع من شارع علي أمين امتداد شارع مصطفى النحاس - مدينة نصر - هاتف : ٢٤٠٥٤٦٤٢ + ٢٠٢ (+)

للكتابة : فرع الإسكندرية : ١٢٧ شارع الإسكندر الأكبر - الشاطئي بجوار جمعية الشبان المسلمين
هاتف : ٥٩٣٢٢٠٥ فاكس : ٥٩٣٢٢٠٤ + ٢٠٣ (+)

بريدتها : القاهرة : ص.ب ١٦١ الغورية - الرمز البريدي ١١٦٣٩

البريد الإلكتروني : info@dar-alsalam.com
موقعنا على الإنترنت : www.dar-alsalam.com

دارُ السَّلَامُ

للطباعةِ وَالنَّسْرِ وَالتَّرْجِيمَةِ
٢٠١٠ م

تأسست الدار عام ١٩٧٣ م وحصلت على جائزة أفضل ناشر للتراث ثلاثة أجزاء متالية ١٩٩٩ م ٢٠٠٠ م ٢٠٠١ م هي عمر الدار كورة بما يقد ثلث ماضى فى صناعة النشر

عِشْرَهُونَانِعًا

سِتٌّ وَثَمَانُونَ إِضَاءَةً

فِي

السَّعَادَةُ وَالْحِكْمَةُ الْحَيَاةِ

تألِيفُ

أ. د. عبد الباريم بخار

دار الشِّلَام

للطباعة والنشر والتوزيع والترجمة

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

فِهْرُسُ الْمَوْضُوعَاتِ

١٢	مقدمة الكتاب
٢١	القسم الأول: السعادة والهباء: (وفيه ١٨ إضافة)
٢٣	١ - جذور التعاسة
٢٤	٢ - حتى نعرف السعادة
٢٥	٣ - الاستقامة عين السعادة
٢٦	٤ - برمج عقلك ونفسك
٢٧	٥ - التناصر الاجتماعي
٢٨	٦ - السر المنشوق
٢٩	٧ - ضمان السعادة
٣٠	٨ - الحكمة أساس الهباء
٣١	٩ - كي تدوم السعادة
٣٢	١٠ - يحدّثونك عن السعادة
٣٦	١١ - السعادة ليست هدفاً
٣٩	١٢ - فرق كبير
٤٠	١٣ - بعيداً عن الأوهام
٤٢	١٤ - ليس بالمال وحده
٤٤	١٥ - كن إيجابياً

٤٦	١٦ - ليس بالشهرة فقط
٤٨	١٧ - الفلاح لا النجاح
٥٠	١٨ - لكي يكون النجاح فلاخا
٥٣	القسم الثاني: منفصات السعادة: (وفيه ٣٧ إضافة) ...
٥٥	١٩ - زيف وليس سعادة
٥٨	٢٠ - ابتعد عما ينغرسك
٦٠	٢١ - إبحار نحو السعادة
٦٢	٢٢ - بوصلة السعادة
٦٤	٢٣ - السأم عدو الهناء
٦٦	٢٤ - الملل دون استعجال
٦٨	٢٥ - للملل فوائده
٦٩	٢٦ - افهم الحياة
٧٢	٢٧ - كن نبيلا
٧٤	٢٨ - جمل باطنك
٧٦	٢٩ - قو حركة الأفكار والمشاعر
٧٨	٣٠ - احذر أن تكون منهم
٨٠	٣١ - قيم نفسك
٨٢	٣٢ - اعمل
٨٤	٣٣ - ضع مسافات

٨٦	٣٤ - ضع الأمور في مكانها
٨٨	٣٥ - ضع حدًا لحدودك
٩٢	٣٦ - كن مشرق التفكير
٩٤	٣٧ - الكسل العقلي
٩٥	٣٨ - حاسب نفسك
٩٨	٣٩ - عمق وعيك
٩٩	٤٠ - تدرب وواجه
١٠٢	٤١ - كي لا تسأم
١٠٣	٤٢ - فُكِّر دون تصلب
١٠٦	٤٣ - اكسر الرتابة
١٠٧	٤٤ - من دون قناع
١١٠	٤٥ - افعل الجميل
١١١	٤٦ - خارج الجهات الست
١١٤	٤٧ - أوقات ومساحات للتفكير
١١٥	٤٨ - معادلة خاطئة
١١٧	٤٩ - أحب الخير للناس
١١٨	٥٠ - عُدْ إلى ذاتك
١١٩	٥١ - حجم القلق
١٢١	٥٢ - بعيدًا عن مجتمع الحريم

١٢٢	٥٣ - ضيق المساحة
١٢٤	٥٤ - نوع اهتماماتك
١٢٥	٥٥ - تقبل وتفهم
١٢٧	القسم الثالث: الحياة الهائمة: (وفيه ٣١ إضافة)
١٢٩	٥٦ - صفت إيمانك
١٣٠	٥٧ - ميل وإحساس
١٣٢	٥٨ - صل تيار قلبك
١٣٤	٥٩ - فلتكن حزّ الروح
١٣٦	٦٠ - كن وسطاً
١٤٠	٦١ - كن عاقلاً
١٤٢	٦٢ - ابتسم وتفاعل
١٤٤	٦٣ - اكبح واستغل
١٤٦	٦٤ - اخطر واقتصرم الرهبة
١٤٨	٦٥ - عش روح الحياة لا شكلها
١٥٠	٦٦ - أتقن وتفوق
١٥٢	٦٧ - افتح الأبواب
١٥٤	٦٨ - بشر وامرحي
١٥٦	٦٩ - أدر إدراحك
١٥٧	٧٠ - ظلل يأيمان

١٦٠	٧١ - ترث واحكم
١٦٢	٧٢ - كن حكيمًا
١٦٤	٧٣ - انتبه وتوازن
١٦٦	٧٤ - ابحث عن قلب
١٦٨	٧٥ - امنح الحب
١٧٠	٧٦ - كن مخلصاً
١٧٢	٧٧ - حسن مشاعرك
١٧٤	٧٨ - اسأل نفسك
١٧٥	٧٩ - كن صوتاً رقيقاً
١٧٨	٨٠ - كن بسيطاً طيباً
١٨٠	٨١ - اشكر الناس
١٨٢	٨٢ - الحاجز الممتاز
١٨٣	٨٣ - أخي بصدق
١٨٦	٨٤ - فليكن إيمانك أحضر
١٨٨	٨٥ - كن صديق القلوب
١٩١	٨٦ - اقتبس وقاوم
١٩٥	القسم الرابع: قبل الوداع
١٩٧	كلمة قبل الوداع
٢٠٥	ومضات شعرية

٢٠٧	١ - قصيدة (يوسف القرضاوي)
٢٠٧	- السعادة
٢٠٩	- الشراء
٢١٢	- التفوذ
٢١٥	- السكون وال الخمول
٢١٨	- الغرام
٢٢٠	- الإيمان
٢٢٢	- قلب
٢٢٦	- قوة
٢٣٠	٢ - قصيدة نعيم الروح (سليم عبد القادر)
٢٣٣	٣ - قصيدة علمت الحب (كمال المصري)
٢٣٥	ومضات سريعة
٢٥٥	من وحي التجارب الشخصية
٢٧٣	السيرة الذاتية للمؤلف



إلى حراء تأملاً وصدقاً

(تساءل أرسطو مرة فقال:
 ما هو أرقى خير يمكن أن يبلغه
 المرء بجهده؟ وبعد بحث
 وتنقية وجد أرسطو أن
 عامة الناس وصفوتهم اتفقوا
 على أن السعادة هي الخير
 كله؛ ولكنهم اختلفوا في
 تحديد كنهها).

الأخلاق النيقوماجية

الكتاب الأول: القسم الرابع



يا أَللّٰهُ كن معاً... يا أَللّٰهُ حبينا بك...
 يا أَللّٰهُ اجعل أيامنا سعيدة وعيشتنا هانعة رضية...
 اللّٰهم إِنّا نعوذ بك من الكسل وسوء الكبر ونعوذ بك من
 عذاب النار...

يا غياثنا عند دعوتنا... ويَا عَدْتَنَا فِي ملْمَتْنَا...
 ويَا رَبْنَا عَنْدَ كَرْبَتْنَا... ويَا صَاحْبَنَا فِي شَدَّتْنَا...
 يا ولِي نعمتنا...

يا إِلَهَنَا... هب لنا حيَاةً رضية...
 وعمرًا مديداً... وصحةً تامة... وعملًا رشيدًا...

يا أَللّٰهُ كن رفيقنا في حياتنا واغفر لنا بعد حماتنا...
 ربنا آتنا في الدنيا حسنة وفي الآخرة حسنة وقنا عذاب
 النار...

ربنا هب لنا من لدنك ذرية طيبة إنك سميع الدعاء...
 اللّٰهم اهدنا إلى السعادة والأنس برضوانك...



السيدات والسادة القراء:

اطمئنوا فلن يضيع وقتكم سدى مع هذا الكتاب الجديد
كل الجدة في أسلوبه وطريقته...
إنه لا يعتمد وصفات السعادة جاهزة ولا يشتمل حشوأ
وإطالة.

كما أنه ليس كتلك الكتب التي تبرق في مسمياتها،
وتختف في مضامينها، تلمع في عناوينها، وتنطفئ في
حقائقها... إنه كتاب من نوع آخر.

حًقا لقد أتحمت المكتبة العربية بكتب أثقلت وكدت
الذهب المسلم والعربي.

كما أن الكتب المترجمة الوافدة - التي تتحدث عن
السعادة - لم تكن تحمل روح أجوائنا العربية والإسلامية
وحتى من الناحية العلمية، كانت تفتقر إلى الدقة في نقل
مضامينها حيث عانت الكتب غير العربية من عمليات
الجراحة غير التجميلية في النقل والترجمة.



(عش هانئا):

هذا الكتاب الذي هو في أصله محاضرة مطولة، هو خلاصة مكثفة لعقل ذكي من أذكياء العالم الإسلامي.

الدكتور بكار:

المفكر الذي يحب الله، ويسعى لرضاته، ويدعو الإنسان إلى السعادة بالحكمة والعقل.

هذه الإضاءات هي إضاءات عابد، لكنه ليس بعبد صمت لسانه وطال منامه...

إنها تبرق بالخير وتحامي عن الإنسان إذ صدرت عن قلب تقيٌ نقىٌ يلهف لإسعاد الناس، وإدخال المسرات إلى القلوب وإذكاء الخير وتنمية الوجودان.

إنك ستتلهم للاطلاع على هذه الخلاصات الرائعة والتعامل معها فهي ستبعث فيك حبورةً وسروراً، وتقرن لك بين الفلاح والنجاح، وتبتعد عن مظاهر النشوة واللذة العابرة لتوصل في ضميرك وعقلك وروحك ثقافية السعادة، وأسس الحياة الهانئة، وستعيد لإنسانيتك رؤية إيجابية تبدّد الضباب وتزيل الاكتئاب.

إننا نعيش بلا شك، في عصر مزاجي متقلب صعب في أيامه، ولكن كل هذه الصعوبة والمزاجية والتقلبات ينبغي أن تسقط تماماً على أسوار عالمنا الداخلي الجميل.

جد السير نحو أهدافك وابتسم للحياة، وتقديم،

واستعن بالله، وكن نقى السريرة، عميق الفكر، وانظر كيف ستكون السعادة حليفتك!

إن جمال الروح ونظافة الشعور وألق الداخل هو الحصن المتين الذي ينبغي ألا تخترقه عواصف الأيام ومصاعب الحياة...

إن السعادة الحقيقية أن تبقى شامخاً لا تتكتّر أمام جروح الدهر وألامه وألا تشعر بالأسى والحزن يقعد بهمّتك.

تحرك على بصيرة، وخذ جرعات متتالية من الأمل بالله، واليدين بما يهبه لك من عون، ما دمت أنت صادق النفس والسريرة، تسعى لخير نفسك والآخرين معك، وحاذر أن تكون رجل الوجدان والذكريات الماضية، عش حياتك مهتماً بها لا مغتماً واسكب في يقينك معاني الأمل والود والطيبة.

إن شريط الحياة والذكريات هي تجربة علينا أن نستفيد منها دون أن تعكر صفاء داخلنا.

علينا ألا نلوم أحداً، ولا نعلق آمالنا أو أفراحنا على أحد...

انظر إلى نفسك أولاً وأخيراً ولا تراقب أحداً وتوكل على ربك.



أنْ أعيش هانئاً يعني أنني استطعت أن أتوازن في حياتي وأحقق المعادلة الصعبة:

صلح مع الذات وسلامة في العلاقات...

ولكن السؤال الذي يقفز دائمًا إلى الذهن، ويبيقى يحفر
مجراه في تضاريس أعمارنا، وفي ساعاتها اليومية: متى نظرف
بالسعادة وتذوم علاقتنا بها؟

إن تصوّراتنا عن تحقيق هناء العيش قاصرة، ونحن غالباً
ما نحاول تحقيقها بصورة ناقصة غير كاملة.

التجارب علمتنا أن السعادة لا تُشتري بمال؛ فهي ليست
في سيارة فارهة، ولا في قصر مشيد، ولا في نفوذ مسلط
ولا في... إنها منك... من داخلك...

دواوك فيك وما تبصر

وداؤك منك ولا تشعر

إن الكائن الإنساني الذي يتميز بالتزان الداخلي والوقار
والرصانة هو الإنسان الممتلىء الذي يعيش هانئاً.

ولا نقصد بالامتلاء الشبع والسمنة، بل الامتلاء هو
طيب النفس، وغنى الروح، وصدق الشعور، وحساسية
الضمير، وتنقُّل لأذى الناس، وحرص على سلامه النفس
والمحيط، وقيل كل هذا رضا ربّنا سبحانه.



لعل البحث عن السعادة هو القاسم المشترك الأول في
حياة البشرية وفي اهتمامات الإنسانية جموعه وهو أحجية
محيرة حقاً.

فتش كثيرون عن حل لهذا اللغز والسر المشوق، وخاص بعضهم في سبيل تحقيق ما يظنون أنه إسعاد لهم مخاطر وأزمات؛ بل حروباً وقتلاً وإيذاء لأناس آخرين.

وفي النهاية جلس هؤلاء ليجدوا أن ما بحثوا عنه هو سراب، وأن ما كانوا يظنون سعادتهم به لم يتحقق.

بل إن بعضهم سيقع في رحلة محاسبة النفس وجلدها وقهر مشاعر الأسى والحزن والتفريط التي تغزو أقطار روحهم فتجففها وتبعث فيها معاني الوحشة والقلق على ما ارتكبوه من أخطاء في حق الآخرين إرضاء لهواهم وظناً أنه سعادتهم. ويبداً هؤلاء في تصورات وتأملات جديدة ورحلة شاقة رصداً لذلك الأمل والأحجية الكبيرة، وبحثاً جديداً عن السعادة.

إن الطريق الموجز للوصول إلى السعادة لا بد لها من حركتين متوازيتين:

أولاًهما: حركة نحو تنضير الداخل، وتهوية الوجودان، وتعريفه لأشعة المحبة والإيمان.

وهذه الحركة خير معين على السكن النفسي والاستقرار المعنوي.

إن الإنسان الذي يعي عقله معنى رقابة الله عَزَّلَهُ ويستحضر قربه ويأنس به، ويستشعر صحبة الله ووده ويرقب معيته، كذلك الذي يلحظ معاني القدوة الشريفة في المربي محمد ﷺ؛ ذلك النبي البشري الرائع الجميل السعيد

الذي قرّب إلى الأذهان والأرواح أسمى مظاهر الصلة الإيجابية بالله وبالكون وبالحياة وبالإنسان وتحقّقت السعادة فيه وفيمن حوله.

إن من يستحضر هذه الحركة الداخلية لن تخترم شظية من شظايا البؤس روحه ونفسه وهو الإنسان السعيد حقاً، إنه لا يرسم في حياته إلّا لوحة من الصدق النبيل ورحلة من الإيجابية والخير والتماهي مع أسرار الكون.

والحركة الثانية: نحو الآخرين؛ وهي أن يلتزم من خلال حركته هذه بمعايير التقوى والخلق والقواعد القرآنية الإنسانية، وليس مقصودنا منه أن يلتزم المرء شارة أو حلية ما ليدل على صلاحه أو إصلاحه، بل هي يقظة أخلاقية تلاحق صاحبها ومسؤولية كبيرة في نقل كل تلك القيم التي يؤمن بها من حيز التصور إلى السلوك المعاش صدقاً وعدلاً وخدمة وإتقاناً وإبداعاً؛ وهذا الركنا ضروريان للسعادة ولا تتحقق لها من دونهما.

إن البشرية عذبت نفسها مرات ومرات واختبارت أنواعاً كثيرة لتحقق معاني السعادة، ولكنها ما زالت تبحث وتبحث؛ ﴿وَمَنْ أَغْرَضَ عَنِ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنكَأَ وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَغْمَى﴾ [طه: ١٢٤].

إنه من لم يصادق نفسه ويعرف حقيقتها ويتسابق معها في ميادين الخير وفي دروب الدنيا فضيلة وإيجابية وصناعة للحياة وإبداعاً وإنتاجاً وخيرية لن يكون مسؤولاً ولو ملك

أموال العالم بأكمله، كذلك من لم تقم علاقاته معبني جنسه على مبادئ وقيم وسلوك وأخلاق فسوف يكون متواتراً قلقاً.

إن الاكتفاء الذاتي والقناعة العقلية والحب للناس هي مفاتيح السعادة والهناء.

اخرج من قناعتك الموهومة واعرف الكثير من الحكم والاستنتاجات العظيمة في هذا الكتاب، وقم برياضة فكرية وتربيية وجذانية وسوف تجد تغيراً كبيراً في حياتك.

حاول أن تدخل إلى حراء إنه عالم جميل، ترى هل سألت نفسك: كيف كان عالم غار حراء؟
إنه جلوس إلى الذات... تفكّر وتدبر..
تخلية وتحلية... تأمل ومناجاة...
شفقة وإذكاء عاطفة... تنمية عزيمة ووقدة روح...
وسعادة لا يقاربها سعادة.

وختاماً، الكتاب في أصله ثلاثة أقسام:

القسم الأول: يتعلق بمعنى السعادة والهناء.

القسم الثاني: يتكلم عن منغصات السعادة.

القسم الثالث: يدور حول مقومات وشروط الحياة الهائة.

أحقنا فصلاً متميزاً وهو القسم الرابع: أسميناه: قبل الوداع. وأضفنا في نهاية كل إضاءة سؤالاً حول أثر هذه

الإضاءة في تحقيق السعادة في ربع حياتك ننصحك
بالإجابة الصادقة عليها.

حاول أن تعيد قراءة الكتاب مرات ومرات وستذكرنا
بخير إن شاء الله.

تحية لك سيدي الكريم وسيدي الفاضلة اللذين أعرتمونا
وقتاً للحديث معكم.

وندعوا الله لنا ولكم عيشاً رضيئاً وسعادة لا تحددها حدود.

علاء الدين آل رشي

مازن دباغ

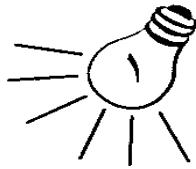


القِنْيَمُ الْأَوَّلُ: السُّعَادَةُ وَالْهُنَاءُ

(١٨) إِضَاعَةٌ



** معرفتي **
www.ibtesama.com/vb
منتديات مجلة الابتسامة

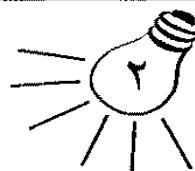


جذور التعاشرة

ما أرسَلَ اللَّهُ تَعَالَى الرَّسُلَ، وَلَا أَنْزَلَ الْكِتَبَ إِلَّا مِنْ أَجْلِ
إِنْقَادِ الْبَشَرِيَّةِ مِنَ الشَّقَاءِ وَدَفْعَهَا فِي اِتِّجَاهِ الْحَيَاةِ الْكَرِيمَةِ الْهَانِئَةِ
الْمُطْمَئِنَّةِ الَّتِي تَلِيقُ بِهَذَا الْإِنْسَانِ الْمُكَرَّمِ؛ وَالَّذِي سَخَّرَ اللَّهُ لَهُ
مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مِنْهُ وَكَرْمًا؛ لَكِنْ مُعْظَمُ
الْبَشَرِ أَعْرَضُوا عَنْ هُدَى الْأَنْبِيَاءِ - عَلَيْهِمُ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ -
فَأَوْقَعُوا أَنْفُسَهُمْ فِي مُضْطَرِبٍ وَاسِعٍ مِنَ التَّعَاسَةِ وَالْبَلَاءِ،
لَا يَعْرِفُونَ كَيْفَ يَخْرُجُونَ مِنْهُ، وَلَا كَيْفَ يَتَعَامِلُونَ مَعَ
تَحْدِيَاتِهِ وَابْتِلَاءَتِهِ.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك.

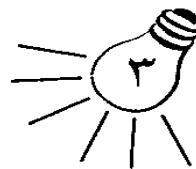


حتى نعرف السعادة

من الصعب أن نعرف جوهر السعادة وجوهر الحياة الطيبة وأن نتعامل مع حوادث الحياة بقوة ورحابة أفق ما لم ننظر إلى الحياة الدنيا والحياة الآخرة على أنهما يشكلان فصلين في رواية؛ ومع أن الفصل الأول هو الأقصر والأقل شأنًا إلا أن الفصل الثاني لا يكون ولا يقرأ إلا بعد وجوده وقراءته؛ حيث لا حظٌ في الآخرة ولا في الجنة لمن لم يمر على الحياة الدنيا؛ وهذا يشكل التفاتة مهمة إلى ضرورة عدم الاستخفاف بالحياة التي نحيها هنا على هذه الأرض ما دامت تشكل المر الوحيد إلى الحياة الأبدية والخالدة.

عزيزي القارئ:

بيّن رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك.

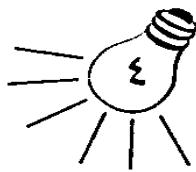


الاستقامة عين السعادة

مع هوان الدنيا على الله - جل وعلا - ومع تحذيره لنا من أن ننظر إلى متعها وملذاتها ومغرياتها نظرة عمساء أو حولاً، فإنه وعد عباده الصالحين بحياة طيبة على هذه الأرض، تشكل عاجل البشري، ومقدمة الجزاء الذي أعدّه لهم في الآخرة؛ حيث قال سبحانه: ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيهِ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنُجَزِّئُهُمْ أَجْرَهُمْ بِإِحْسَانٍ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ [النحل: ٩٧].

عزيزي القارئ:

بِيَنْ رَأِيكَ فِي هَذِهِ الْإِضَاءَةِ وَمَدْى تَحْقِيقِهَا لِلْسَّعَادَةِ فِي حَيَاةِكَ.



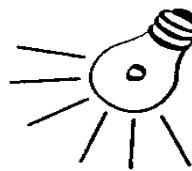
برهم عقلك ونفسك

إن عقولنا وأمزجتنا وأهواءنا مختلفة. وإن وقع مسارات الحياة يختلف من شخص إلى آخر، كما أن وقع الأحزان والآلام في نفوسنا يختلف كذلك. ولهذا فإن كل واحد متى يحتاج كي يحيا حياة طيبة إلى وصفة خاصة، كما يحتاج المريض الذي يعاني من عدد من الأمراض الخطيرة إلى خطة علاجية دقيقة وشخصية.

ولكن مع هذا، فإن بين الناس الكثير من الأمور المشتركة، فنحن البشر مفطوروون على أشياء كثيرة متجانسة وموحدة ومحكمون في الوقت نفسه بسنن إلهية واحدة؛ ومن هنا فإننا سنتنفع - بإذن الله تعالى - من زيادة بصيرتنا بما نريده من هذه الحياة، وبما لا نريده، كما سنتنفع بالخبرات التي تعلمنا كيف نوجه إدراكتنا، وكيف نعيد تقييم الأشياء والأحداث من أفق عقيدتنا، ومن أفق الحاجات والشروط التي يملئها علينا العيش في زمان كثير المغريات كثيرة المتطلبات وكثير الفرص أيضاً والتحديات.

عززي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك.

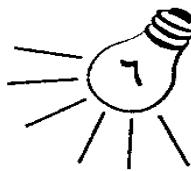


الناصر الاجتماعي

إن الله - جلَّ وعلا - فطر النفوس على الميل إلى النعيم والأمن والراحة والتقليل من بذل الجهد، والبعد عما يسبب لها العناء والألم، وكل ما يعكر المزاج، ويهدد الاستقرار؛ والأشخاص الذين يرغبون - عن وعي - في أن يكونوا تعساء غير موجودين، ومن موجبات الأخوة أن يساعد بعضنا بعضًا على إدراك ما يجلب لنا الهباء وراحة البال.

عزيزي القارئ:

بِيَنْ رَأَيْكَ فِي هَذِهِ الْإِضَاءَةِ وَمَدْى تَحْقِيقِهَا لِلْسَّعَادَةِ فِي حَيَاةِكَ.

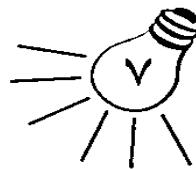


السُّرُّ المُشَوّق

علينا أن تكون صرحاً وواقعيين حتى لا نقع في التهويل أو التبسيط؛ حيث أعتقد أن مفهوم السعادة مفهوم غامض، ويقاد ال�ناء أن يكون سرّاً أودعه الله - جلّ وعلا - في العلاقة القائمة بين الإنسان والأشياء؛ فالإنسان الكائن المحدود مهما كان نافذ البصيرة، ومهما ملك من المفاهيم والأدوات يظل عاجزاً عن الإحاطة بما يريد في هذه الحياة على وجه الدقة؛ حيث إن كل واحد من مشتهياتنا قد يجلب لنا السرور والهناء مدةً من الزمن، ثم يفقد مفعوله وبهجهته، وأحياناً يتحول إلى شيء منغص نتمنى أننا لم نحصل عليه!

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك.

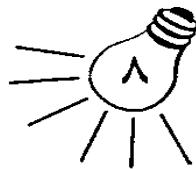


ضمان السعادة

إن سعادتنا الحقيقية تحتاج إلى علم مطلق بكل الأشياء، وهذا ما لا سبيل إليه بالنسبة إلى بنى الإنسان؛ ولهذا فإن اتباع سبيل الله - تعالى - والبحث عن مراضيه فينشط والمكره، يضمن لنا الكثير من أسباب الهناء والفوز؛ إنه يرسم لنا كل الخطوط العريضة، وعلينا نحن باجتهادنا وعمق رؤيتنا أن نبحث في التفاصيل، ونتلمس ما يساعدنا على أن تكون أكثر هناءً وأقل تعاسة.

عزيزي القارئ: ☺

بِيَنْ رَأِيكَ فِي هَذِهِ الْإِضَاءَةِ وَمَدْى تَحْقِيقِهَا لِلْسَّعَادَةِ فِي حَيَاكَ.

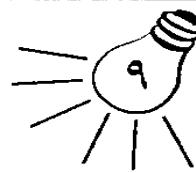


الحكمة أساس الهناء

ظفرنا بالسعادة لا يحتاج إلى الكثير من العلم، ولكنه يحتاج إلى (الحكمة)؛ أي إلى نوعية القرار الذي يتخذه كل واحد منا ونوعية الاختيار للطريق الذي عليه أن يسلكه. ولهذا فإن القليل من الحكمة ينفع المرء ولو لم يتتوفر له إلا القليل من العلم. وحين نفقد الحكمة فإن كثيراً من العلم قد لا يعني شيئاً؛ وصدق الله تعالى إذ يقول: ﴿وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا﴾ [آل عمران: 269].

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك.



كي تدوم السعادة

الحياة الطيبة لا تخضع للإرواء المباشر حيث لا تنقضي مشاعر السعادة والهناء كما تنقضي المشاعر التي تصاحب إشباع الغرائز؛ فالأمر هنا مختلف.

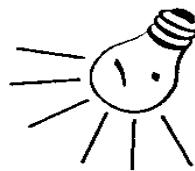
إن السعيد يتربع على قمة من الانشراح والحبور والطمأنينة، ورجاء ما عند الله - تعالى - إنه يتلذذ بكل شيء في إطار المباح وفي إطار الاعتدال، إنه يتصرف في الحاضر مراعيًا متطلبات المستقبل عن طريق تنظيم تناوله للملذات وإيقاف رغباته عند الحدود التي يتطلبها الاستمرار في السعادة والطمأنينة.

إن طالب السعادة يريد لمسراته أن تكون شاملة تتصل بوجوده كله، وترعى حاجاته وميوله، كما تراعي مصيره ومستقبله.

إن بين السعادة واللذة فارقاً أشبه بالفارق بين الإنفاق الفوري لمال جاهز نمتلكه، وبين تكوين رأس مال أو احتياط للأيام القادمة.

(عزيزي القاريء)

بيئن رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك.



يحدّثونك عن السعادة

للبشرية تجربة ثرية في تصور السعادة والهباء ولكل واحد منا أحاسيسه وظنونه وأوهامه في هذا الشأن، وشيء جميل أن نستعرض بعضًا من مقولات الحكماء وخبراتهم في الإنسان السعيد والحياة الهائمة:

يقول أحدهم: إن السعادة الحقيقية تكمن في تقدير مواهب الآخرين والفرح لفرحهم؛ ولهذا فإن أسعد إنسان هو ذلك الذي كلما رأى شخصًا مسروقاً أحس بالسرور يتغلغل في نفسه؛ وبما أن المسوروين في هذه الدنيا كثيرون فإنه سيجد دائمًا مصدرًا متجددًا لابتهاج الروح.

حكيم آخر نظر إلى الوجه الآخر من العملة حين ذهب إلى أن القلوب الكبيرة لا تسعُد أبدًا بسبب ما تحسسه من نقص في سعادة الآخرين؛ وعلى هذا فإن السعادة قد تكون من نصيب الأنانيين المغفلين!

يقول حكيم ثالث: ضاعف جهلك لتبلغ السعادة، ويعني بذلك أن الذين يدققون في الأشياء، ويطّلعون على ما في الواقع يجدون الكثير من الخلل والكثير من الفواجع مما يكدر خواطركم؛ ولذا فإن جهلكم يحميكم من ذلك. ولكن العديد من الحكماء يرون أن المرء يجد متعة كبيرة في المعرفة والاطلاع على أسباب الحوادث وفهم العلاقات التي تربط بين الأشياء،

ويذكرون في هذا السياق أنه قيل لأبي بكر الخوارزمي عند موته: ما تشتهي؟ قال: النظر في حواشى الكتب!

هناك من يرى أن السعادة تكمن في رؤيتها للأشياء وتفسيرنا للواقع وردود أفعالنا على الحوادث؛ ويعلل لذلك بأن لكل شيء في حياتنا عشرين ظلاً، ومعظم هذه الظلال من صنع الناس، ويفيد هذا القول على نحو قوي قوله - عليه الصلاة والسلام -: « عجبًا لأمر المؤمن، إن أمره كله له خير، إن أصابته سراء شكر فكان خيرا له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيرا له، وليس ذلك لأحد إلا للمؤمن »^(١).

إن جحود النعمة يحولها إلى شرّ يجعل عاقبتها سيئة، كما أن التأف والشكوى عند المصيبة يحرم المسلم من أجرها، ولا يغير من واقع الأمر شيئاً.

هناك قول طريف يرى صاحبه أن السعادة في الدنيا ليست سوى شبح، يُرجى فيطارد، ويلاحق فإن وقع في القبضة، وصار شيئاً ملموساً، ملأ الناس وسموه، وحاولوا البحث عن غيره؛ وكان سعادة الناس وفق هذه الرؤية تكمن في ملاحقتهم لما يظنونه مصدراً لإسعادهم، وليس في التمتع به.

بعض الحكماء يرون أن أسعد الناس هم أولئك الذين يكتشفون أن ما ينبغي أن يفعلوه، وما يفعلونه حقاً هما شيء

(١) أخرجه مسلم عن صحيب برقم (٢٩٩٩) وأحمد في مسنده.

واحد؛ أي أن لديهم تطابقاً قوياً أو شبهه تام بين المعتقد والسلوك.

ومن خلال ذلك الاكتشاف يشعرون بخيرية ذواتهم، ويطمئنون إلى خيرية المصير.

وهناك قول واقعي طريف وبعيد عن أي معيار موضوعي، هذا القول يرى صاحبه أن السعادة ليست في المال أو الجاه أو الصحة أو الاستقامة أو الإيثار، ولا في أي شيء من هذا القبيل، إنها في شيء واحد؛ هو ظن المرء بأنه سعيد.

السعادة شعور بالارتياح والانشراح والإقبال على الحياة والهناء، فإذا ظن الواحد أنه يملّك هذا الشعور، فهو إذن سعيد بقطع النظر عن كل ما قيل ويقال حول شروط السعادة ومقوماتها. ووجهة هذا القول تنبع من أنك لا تستطيع أن تقول لشخص يعبر عن شعوره بالسعادة: إنك تعيس وشققي مهما كان لديك من الأدلة والبراهين على شقائه وبؤسه.

هذه الأقوال حول السعادة تذكرنا بقصة العميان الذين وضع كل واحد منهم يده على جزء من الفيل ظنًا منه أن ذلك الجزء هو كل الفيل، ثم راح كل واحد يصف الفيل من منطلق ظنه، فخرجوا بأوصاف كثيرة متباعدة.

الأقوال التي سبقت عن السعادة، كلها صحيحة إذا قلنا: إنها تفسّر بعض أسباب أو مقومات السعادة؛ وهي جميعاً في

الوقت نفسه خاطئة إذا قلنا: إنها تفسّر السعادة على نحو كامل.

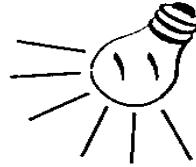
عزيزي القارئ: ☺

بيّن رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك.

** معرفتي **

www.ibtesama.com/vb

منتديات مجلة الابتسامة



السعادة ليست هدفاً

أهل العمق في الرؤية والغنى في التجربة ينصحوننا بأن لا نجعل السعادة هدفاً نسعى إليه ونجرى خلفه؛ وهي نصيحة عجيبة عند النظر الأولي السريع؛ إذ إننا جميعاً في واقع الحال نطارد شيئاً نظن أن في الحصول عليه ما هو أمتع وأرفه وأريح.. لكن هل نحن مصابيون في ذلك أم أننا نبحر في محيط الوهم الأكبر حيث ننتقل من جزيرة إلى جزيرة ظانين أن الجزيرة التي سنصل إليها هي الجزيرة المبتغاة، حتى إذا ما حللنا فيها اكتشفنا أنها أقل مما نؤمن، وبعد مدة تذهب البهجة ويصيبنا السم والملل؛ فتنشر الأشارة صوب جزيرة أخرى، وهكذا..

الحكمة تقول: إن خير وسيلة لبلوغ السعادة هي ألا تتخذ السعادة غرضاً مباشراً ولا هدفاً صريحاً؛ لأنك إذا فعلت ذلك كان الهباء بالنسبة إليك مثل فريسة يخطئها الصياد، كلما سدد إليها من بعيد.

إننا لو تأملنا في حياة الناس - وقد أكون أنا وأنت منهم -
لوجدنا:

- أن القسم الأول من الحياة ينقضى في اشتفاء القسم الثاني وما يخبئه من مفاجآت سارّة.

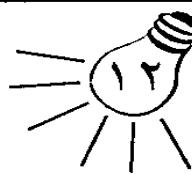
- أمّا القسم الثاني، فإنه ينقضى في التأسف على القسم الأول.

- يقول أحد كبار الأدباء العرب في العصر الحديث: كيف السبيل إلى السعادة والرضا وأنا لم أبلغ شيئاً إلا تطلعت إلى شيء آخر أبعد منه مناً، ولم أحْقِ أملًا لنفسي أو للناس إلا اندفعت إلى أمل هو أشقّ منه وأصعب تحقيقًا. فإذا كان الأمل الذي لا حدّ له، والعمل الذي لا راحة منه سعادة، فأنا السعيد الموفور، ما في ذلك شك. أمّا إذا كانت السعادة هي الرضا الذي لا يشوبه سخط، والراحة التي لا يشوبها تعب، والنعيم الذي لا يعرض له بؤس، فإني لم أذق هذه السعادة بعد، وما أرى أنني سأذوقها إلا أن يأذن الله لي فيما بعد هذه الحياة.
 - تمنى أحدهم لو كان الإنسان يولد وهو ابن ثمانين، ويتدرج في العمر نزولاً ليموت وهو ابن عشرين؛ فذاك قد يكون أفضل وسيلة للتخلص من أوهام المستقبل، حيث إنه يستطيع آنذاك أن يتعامل مع شؤونه بخبرة ابن الثمانين. وإذا كان هذا عبارة عن أمنية لن تتحقق، فلماذا لا يجلس الواحد منا إلى ابن الثمانين ليسأله عن الأشياء التي طاردها طيلة عمره من نحو الشروء والمتعة والجاه والشهرة واكتشاف البلاد.. وكيف كانت مشاعره حين ظفر بها، وقبض عليها؟ إن هذا خير لنا من أن نسير في طريق صعبة ووعرة ستين أو سبعين سنة؛ لنجد أمامنا لوحة تقول: عفواً الطريق مغلق.
- لعلَّ الأوَّلَى بنا - وهذه هي الحال - بدل أن نسعى إلى الحصول على أشياء محددة، نظن أن السعادة كامنة فيها،**

الأولى بنا أن نتبع في سلوكنا قواعد محددة، نعتقد أن في التزامها احتمالاً كبيراً لأن تكون سعداء، ونتعامل مع تلك القواعد على أنها مثلثي في تحقيق الحياة الطيبة، ونتعامل معها أيضاً كما لو كانت أهدافاً في حد ذاتها.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك.



فرقٌ كبيرٌ

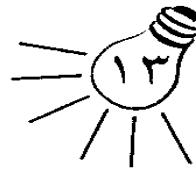
من المهم أن نفرق بين السعادة وبين اللذة والنّشوة. اللذة والنّشوة عبارة عن حالة من السرور تنتج عن إرواء غريزة من الغرائز، وطابع تلك الحالة ينزع دائمًا نحو المؤقت والعارض، فنحن نشعر بلذة الطعام ما دام في أفواهنا، فإذا تجاوزها ذهبت لذتها، وليس في إمكاننا إطالة أمد تلك اللذة والإحساس بها عن وقت تناولها. وحين يكون الطعام من مصدر محرّم أو تناوله يُسراف فإن تلك اللذة تصبح منقوصة ومكدرّة؛ لأن صوتاً ينبعث من أعماقنا يؤثّبنا على تناول ذلك الطعام، ويتوعدنا عليه بالعقاب أو بالأمراض والأوجاع.

وأسوء الناس حالاً هم أولئك الذين يبحثون عن النّشوة أينما كانت، ومهما ترتب على حصولها من نتائج سيئة؛ إنهم أرقاء لدى نزوات لا تعرف الارتجاء ولا تتوقف عند أي حدّ إلّا حدّ العجز!

عزيزي القارئ:

بيّن رأيك في هذه الإضاعة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك.

.....
.....
.....



بعيداً عن الأوهام

ليس هناك شيء يشكل بكل تفاصيله ومعطياته على وجه الانفراد سعادتنا القلبية؛ حيث إن السعادة عبارة عن نسيج معقد، وما يسهم في تحقيقها متعدد الأنماط والأشكال. قد تكون في أحسن حال، وتتذكرة حديثاً مؤلماً، فيعكرك يوماً كاملاً. وقد يملأ أحد الناس كل مقومات السعادة الشخصية لكنه يُرزق بولد منحرف أو معوّق، ينگد عليه حياته، ويعكر عليه كل ألوان النعماء التي يتمتع بها.

معظم الناس قد وقعوا في وهم تغيير مجرى حياتهم من خلال الوصول إلى شيء ما، فهذا يعتقد أن مبلغاً كبيراً من المال سوف يجعله في قمة السعادة والأمان.

وثانٍ يعتقد أن وصوله إلى منصب معين سيفتح أمامه كل أبواب ال�باء.

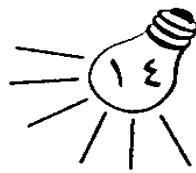
وثالث يعتقد أن أبناء هذا الزمان لا يحترمون إلا الشخص المتفوق الناجح، ولا سعادة مع ازدراء العباد أو في المكانة العادية؛ ولهذا فإن النجاح بالنسبة إليه يشكل الباب العريض الذي سيدخل منه إلى عالم الأحلام الوردية وهكذا..

ومع أنني أعتقد أن من الصعب جدًا أن نقنع الناس بأن هذا الذي يعلّقون عليه كل آمالهم في تحقيق السعادة لا يعدو أن يكون واحداً من الأوهام الكبيرة التي دوّختنا ودوّخت الأمم

من قبلنا، إلا أن علينا أن نحاول في ذلك لعله يتشكل وعي مستقبلي بهذه القضايا، فيرتاح بعض المجهدين، ويتأتى بعض اللاهيين والمندفعين.

عزيزي القارئ:

بيّن رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك.



ليس بالمال وحده

إذا دققنا في دور المال والثروة في حياتنا وفي تحقيق السعادة لنا، فإننا سنجد أن كل واحد من بني الإنسان سيظل في حاجة إلى شيء من المال حتى تستقيم حياته، ويتمكن من قضاء حوائجه؛ ولكن وجود شيء من المال ليس الشرط الوحيد للعيش الهازي، فشروط الحياة الطبيعية عديدة، والمال واحد منها.

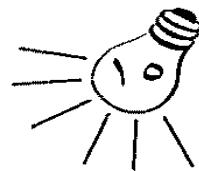
المال وسيلة، ويساهم في سعادة الناس ما دام يمكن استخدامه من قبل الذين يملكونه؛ فإذا فاض عن الحاجة والقدرة على التمتع به، فإن علاقة صاحبه به تصبح وهمية. المال الذي بين أيدينا قد يكون وسيلة لتحريرنا من الشعور بالعجز ومن ذل الحاجة إلى الناس، لكن عندما ننهيكم في جمع المال أملأ في حياة أهنا وأرغد؛ فإن ذلك المال قد يكون طريقاً إلى العبودية والاسترقاق، فيهدى المرء كرامته في سبيل الحصول عليه، وقد يقترب اكتسابه بالمعاصي والربا والغش.. لأن الملاحظ أن من يؤمن أن المال هو كل شيء، يفعل أي شيء من أجل الحصول عليه... ومع كل هذا، فإن المال الذي نفني الأعمار في جمعه هو نفسه الذي لا يترك لنا أي وقت للاستمتاع به!

إن رجلاً بلا مال هو رجل فقير، ولكن الأفقر منه - إذا

أردننا أن نغوص نحو الأعماق – رجل ليس لديه إلا المال.
نحن بحاجة إلى الإيمان بأن المال ليس هو الطريق السريع
إلى كل ما نتمناه، وأن هناك من موارد السعادة والسرور
ما يفوق ما يؤمن به المال منهم، لكن تلك الموارد تحتاج إلى
نوع من الالتماس الذي يصل إلى حد الاكتشاف.

عزيزي القارئ: 

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك.



كن إيجابيًّا

إن لكل شيء نملكه في هذه الحياة إيجابياته وسلبياته، له وجهه المشرق ووجهه الكالح، ونحن الذين نرى الوجهين معًا أو نرى الوجه الذي نختار، وسيكون من مصلحتنا دائمًا حين لا يكون أمامنا أي حل لأن نرى الوجه المشرق؛ لأنه آنذاك يكون هو الحل.

وفي هدي نبينا ﷺ ما يزكي هذا الملحم:
فقد عاد - عليه الصلاة والسلام - أعرابيًا يتلوى من شدة الحمى - درجة حرارة مرتفعة جدًا - فقال له مواسياً ومشجعاً على احتمال المكرور: «ظهور»؛ فقال الأعرابي: «بل هي حمى تفور على شيخ كبير لتورده القبور».

قال عليه الصلاة والسلام: « فهي إذن »^(١)؛ أي هي كما ترى، وكما تظن.

وقد أراد النبي أن يري ذلك الأعرابي الوجه الآخر للحمى، وهو تكفير الذنب، لكن ذلك الأعرابي أبى إلا أن يرى الوجه السلبي.

(١) أخرجه البخاري عن عبد الله بن عباس رضي الله عنهما، رقم (٦٦٣)، باب المناقب.

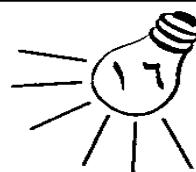
عزيزي القارئ:

يُسِّن رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك.

** معرفتي **

www.ibtesama.com/vb

منتديات محلة الاتسامة



ليس بالشهرة فقط

بعض الناس أو كثير منهم - على الأصح - عُلق كل توازن شخصيته وكل آماله وطموحاته على الشهرة، وطيران الذكر بين الناس، واكتساب ثنائهم. وهو في سبيل ذلك مستعد لخوض الأهوال، كما نشاهده في بعض المغامرات والألعاب الرياضية. وكالذي ينفق الأموال الطائلة في مشروعات خيرية أو على القراء أو في سبيل أن تلهج الألسنة والأقلام بحمده الثناء عليه. تقول العرب: «برق خلب». وهم في هذا يتحدثون عن السحاب يومض برقه حتى يُرجى مطره، ثم ينقشع دون أن تهطل قطرة واحدة.

هكذا الشهرة؛ حيث تسمع الكثير من الثناء والتجليل، فإذا عدت إلى نفسك لم تجد شيئاً بين يديك ولا في نفسك. وإن العاقل حين يسمع الثناء، ويرى ذكره يطير في الآفاق، يرجع إلى نفسه، فإن وجد أنه أعظم وأكثر مما يقول الناس، قال: لم يأت الناس بجديد، وأنا أعرف قدر نفسي. وإذا وجد نفسه أقل مما يقولون، شعر بنوع من الخذلان والصغار؛ لأنه أوقع الناس، أو وقع الناس بسببه في نوع من الخديعة وضلال الرأي.

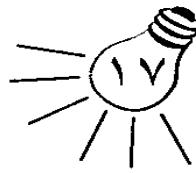
في بعض الأحيان أقول: إن الزَّهَاد هم أعقل الناس؛ لأنهم يتصرفون وفق ما تملئه معرفة الحقيقة الكاملة؛ حيث

إنهم تحرروا من التشتت بأذيال حياة زائلة، واستطاعوا أن ينسحبوا في الوقت المناسب من الصراع المحموم واللاأخلاقي على النفوذ والثروة في دار الفناء، فاستراحوا، وأراحوا.

إن الزاهد أدرك بصيرته خط النهاية وهو واقف عند خط البداية؛ فرأى أن المعركة على الشهادة ليس فيها رابح، ومن يمكن أن يسمى رابحاً لا يبتعد كثيراً عمن يسمى خاسراً. ليس الزاهد بالضرورة مخفقاً أو عاجزاً أو كسولاً، ولا نرضى بذلك لأي مسلم، لكنه - أيضاً - ليس مهوساً ولا صاحب رؤية عمشاء، ولا مخدوعاً بالسراب؛ ومن هذا وذاك جاءت عظمة بطولته.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



الفلاح لا النجاح

في الناس كثيرون يرون أنهم سيبلغون درجة عالية من ال�باء؛ بل إنهم سيولدون ولادة جديدة عندما يصبحون في الذروة بين زملائهم، أو عندما تبلغ رؤوس أموالهم كذا وكذا من الألوف أو الملايين. ومع أنها أمة محتاجة إلى أكبر عدد من الناجحين حتى تخلص من العديد من أزمات التخلف العلمي والتكنولوجي، إلا أن هذا لا ينبغي أن يصرفنا عن حقيقة أن أعداداً باتت تعتقد أن النجاح سيتحقق لهم أعظم أشكال السرور.

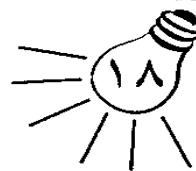
وقد حدث بسبب هذا الاعتقاد نوع من التحول في المفاهيم؛ حيث صار كثيرون يذكرون كلمة (النجاح) أضعف ذكرهم للكلمة (الفلاح) والتي تعني الطيبة والصلاح، وترتبط بالفوز الآخروي. وصار الناس في تعاملهم مع بعضهم يعطون أهمية متزايدة للثروة والتفوق على حساب الاهتمام بالأخلاق والسلوك الحسن والتقوى.

لست هنا أريد مدح الإخفاق؛ بل يمكن التأكيد على أن الناجحين قد يكونون أقل فساداً من المخفيين، ولديهم أسباب أقل للإساءة إلى الآخرين، وأسباب أكثر للإحسان، لكن أريد التأكيد على أن النجاح ليس هو سفينة النجاة من الشقاء ولا هو الطريق السريع إلى المسئات، ومع أهميته

إلا أن علينا أن نتذكر حجم الثمن الذي سندفعه من أجله، ونتساءل كذلك عن أولئك الذين سيدفعون ثمنه معنا دون أن يصيروا شيئاً من ثمراته.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



لكي يكون النجاح فلاحًا

إذا كنا في حاجة إلى النجاح، فما الأمور التي تجعلنا نستمتع بشهد النجاح دون أن نُشاك بأشواكه، ودون أن نُزعج من خلاله الآخرين فنفقد مورداً مهمّاً من موارد الهناء حين نفقد التعاطف الذي ننتظره منهم؟

إن النجاح يجر القوة والنفوذ والمال والجاه، وتكمّن السعادة في استخدام هذه الأمور استخداماً حسناً. إن عقيدتنا والفطرة التي فطرنا الله عليها، والأعراف القائمة في المجتمعات تتوجه جميعاً وجهة واحدة؛ هي توجيه الرجل الناجع نحو ثلاثة أمور؛ هي:

١ - أن يكون عادلاً.

٢ - ومشفقاً.

٣ - ومتواضعاً.

- العدل يقتضي من الناجع ألا يوقع الظلم بالآخرين خلال مسيرته الحياتية المظفرة، وهذا يشمل فيما يشمل كسب المال من الحلال وبالطرق المشروعة. وهذا في الحقيقة يحتاج إلى طاقة وإرادة غير عادية؛ حيث الحاجة المائة إلى كبح جماح النفس عن أن تنجدب نحو مغريات الثروة وإغراءات الجمع والاستحواذ. فنحن المسلمين نعتقد أن النجاح الدنيوي إذا تم بطرق غير مشروعة كان وبالاً على

أهلها؛ لأن لذائذه تنقضي في الدنيا، وتبقى منغصاته في الآخرة يوم لا ينفع مال ولا بنون. وإنما نقول هذا الكلام ونحذر هذا التحذير؛ لأن الخبرة علمتنا أن الهاشم الذي يفصل بين النجاح من جهة وبين الرشوة واللصوصية والاحتيال هو هامش ضيق؛ ولذا فإنه يمكن للمرء في كثير من الأحيان أن يتجاوزه عن قصد وعن غير قصد.

- الشفقة شيء ثان يحتاج إليه الناجح، فهو خلال عمله يلتقي بالكثير من العناصر الضعيفة التي تحتاج إلى اللفتة الحانية والمواساة الصادقة. وإن الوقوف إلى جانب هذه العناصر هو أحد أهم الوسائل التي تجعل للنجاح بعداً إنسانياً وأخلاقياً حيث تتم من خلال الشفقة والرحمة ترجمة المكاسب الاقتصادية إلى مكاسب روحية واجتماعية، وبذلك يدخل السرور على المرء، ويشعر بأنه ابتعد خطوة عن داء الأنانية والأثرة الذي يصاب به الناجحون في العادة. وإن الشفقة ترتبط ارتباطاً أكيداً بكرم النفس ومحبة الآخرين، وهما خصلتان ضروريتان للشعور بالخيرية والأمان.

- التواضع هو أكثر الخصائص صعوبة في الاكتساب إذ يبدو أن لدى الناجحين شيئاً عميقاً يدفعهم نحو الاعتزاز بالنفس والإحساس بالفرق بينهم وبين الأشخاص العاديين. وذلك ربما كان يعود إلى أن الناجح - ولا سيما رجل الأعمال - قد قام بأعمال كثيرة، تقوم على الكفاح والشجاعة والاستحواذ والتملك؛ وظفره بكل ذلك يجعله

مثلاً إلى الغطرسة والعجرفة والاستهانة بالآخرين.
النراة في المعاملات المالية والاستقامة على الشريعة
والشفقة والتواضع، سمات مهمة يحتاجها الناجحون حتى
يكون لتعلقهم بالنجاح بوصفه مدخلاً إلى ال�باء والسرور
معنى مقبول ومفهوم.

إن النجاح مثل النفوذ ومثل الصحة يمكن أن يساعد على الحصول على السعادة والطمأنينة والانشراح إذا استخدم استخداماً صحيحاً ولا سيما في أيامنا هذه؛ حيث انتشر التخفف من المعايير الأخلاقية لصالح تكديس الأشياء والاستحواذ على المناصب والمكاسب.

عزيزي القارئ:

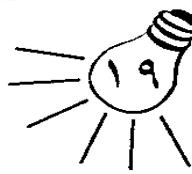
بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

القِسْمُ الثَّانِي: مِنْفَعَاتُ السُّعَادَةِ

(٣٧) إِضَاعَةٌ



** معرفتي **
www.ibtesama.com/vb
منتديات مجلة الابتسامة



زيف ولبيست سعادة

من منفّعات الحياة الطيبة اتجاهه المرء إلى اتخاذ الملاذات أساساً ورأس مال جوهريّاً للحصول على السعادة.

ومما يؤسف له أن أعداداً متزايدة من الناس؛ ولا سيما الشباب والفتياًن صار لديهم اعتماد أساسي في الحصول على السعادة والأمن والاطمئنان على ما ورد إلينا من العالم الغربي الصناعي من تقنيات ووسائل تقوم أساساً على الرفاهية والسعى إلى الانتصار على الإملاق والعوز والملل؛ بل على الشيخوخة والقبح.

وقد نشطت في الآونة الأخيرة عمليات التجميل للرجال والنساء - وهي أشكال وفنون كثيرة - كما كثرت الأدوية المنشطة وتلك المقاومة لتكلس الخلايا.

وقد صار مستقرّاً في أذهان الكثيرين منا أن الإنسان السعيد هو دائماً شاب، والمرأة السعيدة هي دائماً جميلة.

السعادة صارت لدى الكثيرين تكمن في التسلية والمرح والرحلات والخروج إلى المنتزهات؛ بل إن الأمر تجاوز ذلك إلى وجود مساعِي مسافة لإحداث نشوة مصنوعة في الروح عن طريق العقاقير المخدرة، وهي كثيرة ومتعددة؛ وعلى من يقع في فخاخها أن يزيد من تناولها حتى لا تفقد تأثيرها. وهكذا تصبح الحياة السوية لدى المدمنين حياة لا طاقة، ويؤدي بهم

ذلك في نهاية الأمر إلى تدمير حياتهم الروحية والنفسية والاجتماعية.

إن السعادة التي تتطلب النشوء هي سعادة دائمًا زائفة ومزورة.

وإن من المؤسف مرة أخرى أن الأجيال الجديدة باتت تتلقف شروط الحياة السعيدة من التربية المشوهة الموجودة في كثير من البيوت، ومن حملات الدعاية والإعلان التي تصور للناس أنهم إذا لم يتحولوا إلى مستهلكين نهمين لكل شيء، فإنهم سيكونون متخلفين وبعيدين عن الحضارة وتذوق ملذات المعاصرة والحداثة.

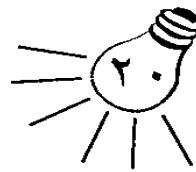
وإذا عدنا إلى قرارنا نفوسنا - وإلى ما تعلمناه من مبادئ ديننا ومن حكمة الأمم - وجدنا أن السعادة الحقيقية تكمن في أمور كثيرة ذات علاقة بالقيم والمبادئ والأفكار والسمو والتضحية والعطاء غير المشروط.

ونحن لا نتجاهل قيمة كل ما يتمتع به الناس بطريقة مشروعة لكن الاعتراض على جعل الملذات أساس السعادة مع أنها لا تعدو أن تكون أشياء تكميلية.

إن الواحد منا يدرك بوضوح الفراغ الروحي الذي يشعر به بعد انقضاء أي ملذة من ملذات الجسد. وحين تكون اللذة قد تمت عن طريق غير مشروع؛ فإن المرء يشعر بعتمة روحية وبوخز الضمير وبشيء من احتقار الذات.

عزيزي القارئ: 

بِينَ رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



ابتعد عما ينفّسك

المزعجات والمنغصات التي تعكر مزاج المرء على نحو مباشر وعلى نحو غير مباشر كثيرة، وبعضها يصعب التعبير عنه؛ لأنّه دقيق للغاية. وبعض أشكال الشعور بالتعasse، يعود إلى أسباب مزاجية فردية غامضة.

ولاريب بعد هذا وذاك أن تأثير كل منغص من المنغصات التي تتعرض لها يختلف من شخص إلى شخص آخر؛ وعلى سبيل المثال فإن الناس يختلفون في حبهم للذرية، فعاطفة الأئمة تكون مشبوبة ومستعرة لدى امرأة، وضعيفة نسبياً لدى امرأة أخرى؛ ولذا فإذا حُرِمت هذه وتلك من الذرية فإنّ تأثير ذلك على تعكير المزاج لديهما سيكون مختلفاً.

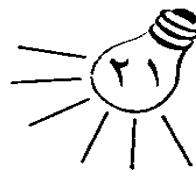
ولكن مهما يكن الشأن فإن الأمور المشتركة بين الناس في مسألة الحياة الطيبة وفي غيرها هي أمور كثيرة، وهذا ما يسُوّغ لنا الحديث عن هموم الناس وشجونهم، وهذا ما يعطي خطابنا مشروعية الشمول والتعميم.

إن معرفتنا بالأسباب التي تجر الشقاء قد تكون أهم من معرفتنا بالأشياء التي تجعل حياتنا طيبة وسعيدة؛ لأن الله - جلّ وعلا - فطر الناس على حب الحياة والتشبث بها، وأتاح لهم أنواعاً عديدة من الممتعات والمرفّهات، فإذا قلت عوامل التعasse والنكد في حياتهم شعرووا بطريقة آلية وعفوية

بالبهجة وانتابتهم مشاعر الارتياح.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



إبحار نحو السعادة

أكبر مصدر لتنفيص الحياة السعيدة، هو ضياع الهدف الأسمى والنهائي الذي وجدنا من أجله على هذه الأرض، أو غياب ذلك الهدف عن الوعي، فلا يدرك المرء معنى الاختبار والابتلاء، ولا معنى بذل الجهد من أجل أشياء غير مادية ولا معنى مجاهدة النفس أو الصبر على البلوى. وإن عقولنا غير مؤهلة لتحديد ذلك الهدف على نحو مستقل؛ والوحى وحده هو الذي يحدد للناس لماذا هم هنا، وما الذي عليهم أن يفعلوه إذا ما أرادوا أن يعيشوا سعداء على هذه الأرض، وإذا ما أرادوا استمرار هنائهم لما بعد الموت.

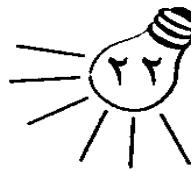
الحياة الدنيا بكل ما فيها من مسرّات ومنغصات هي مجال اختبار لنا: ﴿الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوكُمْ أَيْثُمْ أَحَسَّنُ عَمَلًا وَهُوَ أَعَزِيزُ الْغَفُورِ﴾ [الملك: ٢]، والهدف النهائي لمساعي الناس في هذه الحياة هو الفوز برضوان الله تعالى؛ والذي يعني الاستقرار الخالد في جنات النعيم: ﴿وَبَشِّرِ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ كُلَّمَا رُزِقُوا مِنْ ثَمَرَةٍ رِزْقًا قَالُوا هَذَا أَلَّذِي رُزِقْنَا مِنْ قَبْلُ وَأَتُوا بِهِ مُتَسْبِّهِينَ وَلَهُمْ فِيهَا أَزْوَاجٌ مُطْهَرَةٌ وَهُمْ فِيهَا خَلِيلُونَ﴾ [البقرة: ٢٥].

إن كثيراً من الشقاء الذي يعيش فيه بعض الناس مرده إلى

أنهم يفقدون المغزى من الخير الذي يلقاهم والشر الذي يلاقونه، فلا يحسنون الفهم ولا التصرف لا مع هذا ولا حيال ذاك؛ فيسيطران ويلهوان حيث ينبغي الحمد والشكر، ويجزعنون وييأسون حيث ينبغي الصبر والتسليم لله تعالى، وعاقبة ذلك مباشرة فقد الهباء الموصول بالفكرة والرؤى والوضعية العامة.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



بوصلة السعادة

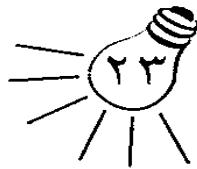
الهدف العظيم لا يكفي أن يكون جزءاً من معتقد المسلم فحسب، بل ينبغي أن يكون حاضراً في وعيه وانتباهه عند كل عمل مطلوب شرعاً، وأي عمل يخدم مقصداً شرعياً عاماً حتى ينال المثوبة عليه، وحتى يستمتع بالمشاعر التي يوفرها إحساس المرء بخيرية ذاته ويقينه بأنه يسعى إلى خير وأن مآلـه بالتالي هو الفوز بالنعيم الأبدي.

بالنـية ووضوح الـهدف يصبح للـحياة معنى، ويـشعر المسلم بالامتلاء العاطـفي والـوـجدانـي، حيث تـصـبـح تـصـرفـاته منـطـقـية وـمـفـهـومـة وـقـابـلـة لـالـشـرـح وـالـتـوـضـيـع عـلـى نـحـو ما نـجـدـه فـي قـولـه سـبـحانـه: ﴿قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِقُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾ [الأنعام: ١٦٢].

إن الخطوة الأولى على طريق تحجيم المنـفـضـات والمـزعـجـات تمـثلـ في أن نـعـيد تـرتـيب حـيـاتـنا وـاهـتمـامـاتـنا عـلـى نـحـو يـجـعـل حـيـاتـنا قـيـمة وـمـعـنى، وـلـيـس لـذـلـك سـوـى طـرـيق وـاحـدـ هو الإـصرـار عـلـى ضـبـط سـلوـكـاتـنا فـي الـاتـجـاه الـذـي أـرـادـه مـنـا الـخـالـق - جـلـ وـعـلا - وـهـو اـتجـاه وـاـضـح وـبـيـنـ، لـا يـزـيـغـ عـنـه إـلـا هـالـكـ.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



السأم عدو المهناء

السأم والملل والضجر من الأعداء المهمين للحياة السعيدة.

التقدّم الذي حدث في العصر الحديث ذلّل الكثير من الصعوبات، ووفر الكثير من المرفهات، لكنه جعل حياة الناس رتيبة تمضي على نمط واحد: في الساعة الفلانية يتناول الموظف الفطور، وفي الدقيقة الفلانية يخرج من بيته إلى عمله، وأنماط ما عليه أن يؤديه من عمل في يومه، وأنماط المراجعين له صارت محفوظة عن ظهر قلب. وفي ساعة معينة يكون الانصراف ثم الغداء، ثم النوم إلى ما قبل المغرب ثم مساعدة الأولاد في كتابة واجباتهم، وبعد ذلك حديث قصير مع الزوجة والأولاد، يتلوه سماع نشرة الأخبار، أو رؤية شيء آخر، وبعد ذلك يهجم النعاس والنوم من أجل الراحة والاستعداد ليوم جديد وهكذا..

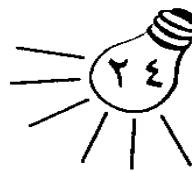
ومن ليس موظفاً له برنامج يومي مشابه. هذه الرتابة في الأنشطة اليومية، جعلت أيام السنة متشابهة إلى حدٍ مذهل، مما أوجد لدى الناس قدرًا لا يُستهان به من الملل والإحساس بأن الغد لن يحمل أي جديد ما دام اليوم لا يختلف عن الأمس في أي شيء، وبالتالي فلا شيء يدعو إلى الابتهاج أو الانتظار. ويبدو أن الشعور بالإثارة أو الدهشة وتوقع الأشياء غير المألوفة يشكل جزءاً جوهريّاً من طبيعتنا نحن بني آدم، ومن ثم

فإن نمط الحياة الذي يحرمنا من هذه الأشياء يجعلنا نشعر بأن الحياة نفسها فقدت مذاقها الأصلي ومتاعتتها المرجوة. حين يكون ثمة فروق كبيرة بين الظروف الحاضرة وبين الظروف الأكثر ملائمة لطبيائنا وحاجاتنا النفسية؛ فإن السأم يبدأ بالتلغلل في نفوسنا.

عزيزي القارئ:

بِيَّنْ رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



الممل دون استعجال

الذي يخيف دائمًا ليس السأم الدوري الذي يكون بين موجات النشاط والحركة والإقبال والانجذاب؛ ولكن السأم الذي يخيم على النفس ويستولي على الشخص في معظم أوقاته. ولا بد أن ندرك أن السأم جزء طبيعي من الحياة، فأعظم الكتب إمتاعاً وفائدة يحتوي على بعض الفصول المملة، وأكثر الأعمال حيوية، لا يخلو من بعض الأمور المزعجة والمملة؛ ولهذا فيجب أن نتعلم كيف نتحمل ذلك، ونتقبله على أنه جزء طبيعي من الحياة، ويجب أن نعلم صغارنا هذا الأمر أيضًا، فبلغ المعلى وذرى المجد، يتطلب دائمًا الصبر والقيام بأعمال ليس فيها أي شيء من الإثارة.

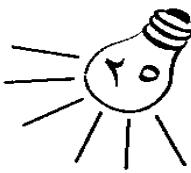
والرجال العظام كانوا – دائمًا وعلى مدار التاريخ – يقومون بأعمال كثيرة تبدو للآخرين مملة وعقيمة. والإنجازات العظيمة تحتاج إلى الحياة الهدئة المنظمة، وليس إلى الحياة المُتقلبة والمثيرة.

الحياة الصناعية التي نعيشها في البيوت المغلقة حالت بیننا وبين الحيوية والنشاط والتفتح والتأثر الذي نجده عند تجوّلنا في الحقول، وعند قطفنا لثمار شجرة أو مشاركتنا في سقاية بستان. إن بعدها عن الحياة الملتصقة بالأرض التي تفور بالنمو والتتجدد جعلنا لا نرى سوى الإسمنت والحجر والحديد، فتصلبّت نفوسنا وجفت مياه الروح في أعماقنا!

إني أعتقد أن علينا ألا ننظر إلى موضوع الملل نظرة متوجلة أو نظرة استخفاف؛ إذ من الواضح أن كثيراً من الجرائم الكبرى؛ كالاغتصاب، وشرب الخمر، والقتل، وقطع الطريق كان للسمام والملل نصيب في دفع أصحابها إليها.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



للملل فوائد

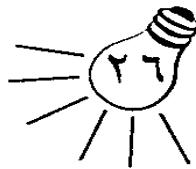
أشعر في بعض الأحيان أن الله - جل وعلا - زودنا بالسأم لنتخذ منه عازلا يحول بين نفوسنا وبين الأشياء السيئة التي نراها ونسمعها، حيث لا يحول بيننا وبين التفاعل وبالتالي التأثر بالكلام الرديء، والأفكار التافهة شيء مثل الضجر.

وقد يكون للسأم ميزة أخرى تلمسها من خلال التجربة، وهي أنها لو لا السأم لأصبينا بالإرهاق من فرط النشاط والاستجابة للمثيرات المختلفة؛ ولهذا فإن السأم يشكل فترة استجمام؛ ولطالما كان الملل مقدمة لنشاط عظيم وتحفز نفسي وانطلاق روحي هائل.

شيء جميل أن نرى الأشياء من أكثر من زاوية وأن نقلب الأمور على أكثر من وجه لنرى التوازن المدهش الذي بشه الخالق - جل وعلا - في هذا الكون، ولنلمس شيئاً من حكمة الحياة.

عزيزي القارئ:

بيّن رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



افهم الحياة

الجهل بطبيعة الحياة أحد المنغصات الأساسية للعيش؛ حيث إن كل واحد منا يرسم صورة للحياة والأحياء من أفق فهمه ومعارفه وخبراته، وهي دائمًا محدودة وجانبية وجزئية. وهكذا فالآمنين يظن أن كل الناس أمناء.

واللطيف يتوقع من كلّ الناس أن يعاملوه بلطف. والكذاب يظن أن كل الناس كذابون.

الذين تعودوا رحاء العيش يصدرون إذا مرت بهم أيام شدّة وضنك.

والذين عايشوا الأزمات والشدائد القاسية يبطرون ويضجرون إذا داهمهم الرخاء واليسار.

الحقيقة أن في الحياة دائمًا مفاجآت وأمورًا تصدم وتجرح، وتخالف التوقعات.

في المجتمع تفاوت واختلاف في العقول والأمزجة والمصالح، وكل واحد من الناس ينظر من زاوية معينة تهمه، أو هو لا يستطيع أصلًا أن ينظر من غيرها.

كثيرون منا لا يستوعبون شيئاً من هذا لأنهم حالمون مثاليون رسموا صورة للكون ظنوها هي الصورة الوحيدة الصادقة، وكل ما يخرج عن تلك الصورة هو بالنسبة إليهم

شيء غير معقول ولا مقبول؛ ولهذا فإنهم باستمرار في حالة شكوى وعتب على الآخرين ولوم لهم.

إنهم يتجرّعون الكثير من الغصص والآلام بسبب جهلهم بالطبيعة التي منحها الله - جلّ وعلا - لهذه الحياة.

إذا علمنا أن الدنيا دار ابتلاء فينبغي أن نتوقع الابتلاء في كل نواحيها وكل مراحلها ابتلاء بما نعرف وبما نجهل، بما ننكر وبما نقرّ، بما يسوء، وبما يسر.

قالوا الحياة قشور

قلنا فأين الصميم

قالوا شقاء فقلنا

نعم فأين النعيم

إن الحياة حياة

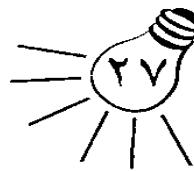
ففارقوا أو أقيموا

النابهون فيما يقضون الشطر الأول من أعمارهم قبل أن يعرفوا طبيعة الحياة.

أمّا الآخرون فيخرجون من الحياة الدنيا إلى عالم الآخرة قبل أن يتعرفوا عليها؛ وهذا من أسباب الشقاء، ومن جملة النقص المستولي على عموم البشر.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



كن نبيلاً

أسوأ أنواع الحسد هو ذاك الذي يتجاوز الخواطر والتشهيات والتمنيات إلى إلحاق الضرر بالمحسود من غيبته والكيد له وإطلاق الشائعات عليه، وهذا يورث صاحبه شيئاً من احتقار الذات.

الحسد ينطوي على سوء ظن بالله تعالى؛ فكأن الحاسد يعتقد أن ما عند الله تعالى ليس كافياً للجميع، فيتمنى أن يصير إليه ما عند غيره. وينطوي على اعتراض على قسمة الله للخيرات والأرزاق حين يتمثل الحاسد انتقال النعمة من المحسود إلى شخص ثالث.

إنه بدلاً من أن يحمد الله على ما أولاه من النعماء، وعلى ما في حوزته، يعتصر قلبه الألم على ما في حوزة الآخرين.

الرجل العاقل - في الحقيقة - لا يقل فرجه بما لديه لأن شخصاً آخر أو تي شيئاً يزيد، أو يتفوق على ما عنده؛ ولهذا فإن الحسد في الواقع هو شكل من الرذيلة الأخلاقية والعقلية؛ لأن الحاسد لا ينظر إلى الأشياء على ما هي عليه في ذاتها، وإنما ينظر إليها من خلال علاقتها بغيرها.

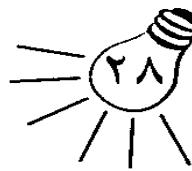
وما يفيد في التخلص أو التخفيف من هذا الداء الإعراض عن التفكير في أمور الآخرين إلا على سبيل

الإصلاح؛ بالإضافة إلى تجنب المقارنات والموازنات بين ما يملكه الشخص، وبين ما يملكه غيره؛ إذ طلما جاءت المقارنات بالأمور السيئة والنتائج الخاطئة.

بعض المسلمين يملكون نوعاً جميلاً ورائعاً من السمو الروحي والخلقي؛ حيث إن الواحد منهم حين يشعر بانفعالات الحسد تعتمل في صدره يقاوم تلك الانفعالات ويسترذلها، ويحاول التخلص منها؛ ولا يكتفي بذلك بل يسعى في الإحسان إلى المحسود والدعاء له ونشر فضائله. وهذا - على قلته - موجود، والكرام دائمًا قليلون. وهذا من الإيمان ومن النبل الذي على كل مسلم أن يرتقي إليه.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



جمل باطنك

العجب والغرور والكبر أدوات مترابطة ومتغيرة، وظاهرها يعطي مؤشرات خاطئة لأصحابها؛ حيث يبدو المصابون بهذه الأدواء في حالة حسنة، فهم يشعرون بالتمثيل والنجاح والثقة بالنفس والتفوق على الآخرين والوجاهة الاجتماعية والاستغناء عن الناس في الوقت الذي يشعرون فيه بحاجة الناس إليهم. هذه الأمراض تعكّر صفو الحياة؛ لأن كل الأديبيات الإسلامية تؤكد للمسلم أن الإحسان إلى الناس هو - باعتبار ما إحسان إلى الذات كما أن الإساءة إلى الناس هي - باعتبار ما - إساءة إلى الذات وإلى النفس.

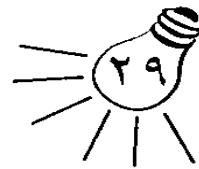
إن العبودية لله تعالى تتطلب من المؤمن الانكسار والتذلل بين يدي خالقه إلى جانب اتهام النفس وحسن الظن بالناس والإحسان إليهم والتواضع والاعتراف بالخطأ، وما شابه هذه المعاني؛ وهذه كلها تكون معدومة أو ضعيفة لدى المعجبين بأنفسهم والمغرورين بما يملكون والمتكبرين على الآخرين.

وهذا يجعل المرء في مواجهة نفسه، وفي حالة تمرد على الفطرة التي فطر الله الناس عليها، ولهذا فإن المغدور والمتكبر يشعر بين الفينة والفينية أنه ليس في الموقع الصحيح؛ ولا سيما حين يرى إعراض الناس عنه وجفاءهم إياه، حتى أهل بيته يشعرون بأنه أقل بكثير مما يرى نفسه، وهذا يؤجج في داخله

صراغاً خفيّاً ومستمراً يشوه كل جمال حياته الباطنية،
ويجعله في حاجة إلى علاج مما هو فيه.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



قَوْ حركة الأفكار والمشاعر

العجب بالنفس ينطوي دائمًا على اعتقاد بالكمال والتفوق على الآخرين؛ وهذا فيه تزكية للنفس مع أن الله - جل وعلا - أمرنا باتهام النفس وعدم تزكيتها؛ حيث قال سبحانه: ﴿فَلَا تُرِكُوا أَنفُسَكُمْ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقَى﴾ [النجم: ٣٢]. وقد قال عليه الصلاة والسلام لأبي ثعلبة الخُثْنَي: «إذا رأيت شحًا مطاعًا وهو متبوعًا وإعجاب كل ذي رأي برأيه فعليك بنفسك» ^(١).

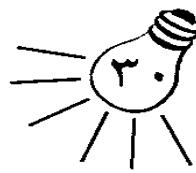
فكأن العجب يُسهم في إفساد الحياة الاجتماعية، ويضعف حركة التبادل في المشاعر والأفكار، مما يجعل مفسدة الاختلاط بالناس أكبر من المصلحة المرجوة؛ ولذا فالصيرونة إلى نوع من مجانية الناس واعتزالهم تكون أفعى للمسلم آنذاك.

لا ريب أن من حق المرء أن يعرف قدر نفسه وقيمة ما يملك من إمكانات وموهاب، وهذا يعد ميزة لكن لا بد معه من الشكر والحمد لله تعالى، والانفتاح على ما لدى الآخرين؛ فالكمال في كل شيء نسيبي، وهو قابل للضمور إذا أحطناه بالعجب، وقابل للنمو إذا اعتقدنا أن لدى الآخرين شيئاً يمكن أن نتعلم منه ونستفيد منه.

(١) رواه الترمذى برقم (٣٠٦٠) في التفسير، وأبو داود برقم (٤٣٤١) في الملاحم، وابن ماجه برقم (٤٠٦٣) في الفتن.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



احذر أن تكون منهم

الشعور بالاضطهاد والتآمر وقهر الآخرين شيء مستشیر بين الناس، وهو واحد من الأمور المهمة في إفساد متعة الحياة وتکدير الخاطر.

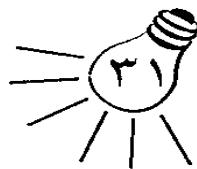
في أمة الإسلام أشخاص كثيرون جداً يعتقدون أن السبب الجوهرى في تخلف الأمة لا يعود إلى قصورها الذاتي، ولا إلى الأخطاء والخطايا التاريخية والمعاصرة والحاضرة؛ وإنما إلى المؤامرات التي تحاك من الأعداء خارج حدود العالم الإسلامي؛ ولا سيما الدول الغربية.

ولهذا فإنهم كثيراً ما يعتقدون أن انحطاط تلك الدول أو دمارها هو الذي سيخلص العالم الإسلامي من أوضاعه الراهنة. حين تجالس هؤلاء تجد أنهم يشعرون بدرجة عالية من المراقة واليأس وانسداد الأفاق. ولم لا يكون الشأن كذلك وهم يشعرون أن مفتاح كل تقدم يمكن أن نجزه ليس في أيدينا؛ وإنما في أيدي خصومنا التاريخيين والمنافسين لنا في عالم اليوم.

هؤلاء الناس نفروا أيديهم من أي عمل إيجابي بنائي؛ لأنه في نظرهم ليس مجدياً!

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



قيِّم نفسك

هؤلاء الذين تسيطر عليهم فكرة قهر الأُمم لأمة الإسلام يظلون غير قادرين على تقييم أحوالهم ونقدها وإصلاحها، وتجد الواحد منهم يسلك في الاستسلام للأوضاع السيئة مسلك الجبرين الذين يعتقدون أن الإنسان لا يعدو أن يكون كالريشة المعلقة في الهواء تميلها الرياح يمنة ويسرة؛ مع أن هؤلاء ليسوا جبرين في نظرتهم لأفعال العباد!

على الصعيد الفردي الداخلي تلقى كثيرين من الناس يعتقدون أن عدم استقرارهم في مؤسسة أو شركة أو مهنة يعود أساساً إلى الظلم الذي وقع عليهم، أو إلى عدم تحملهم لمشاهد التسيب والفساد الذي وجدوه في المؤسسات التي عملوا فيها. ومع أن وجود ما يتحدثون عنه ليس نادراً في الحقيقة إلا أنك تجد عند البحث والتدقيق أنهم لم يستطيعوا القيام بواجباتهم المهنية والوظيفية على الوجه المطلوب، أو لم يستطيعوا التلاوم مع رؤسائهم أو زملائهم، فتم الاستغناء عنهم.

وهناك أشخاص يشعرون أن حياتهم معرضة للخطر بسبب الحسد والحدق الذي يُكتنف بعض الناس لهم؛ ولذا فهم في توجس دائم. وهؤلاء في الحقيقة يحتاجون إلى علاج نفسي.

وثمة فريق ثالث من الناس منزعجون دائماً؛ لأن من يقيمون علاقات معهم لا يعاملونهم بالكياسة والرقة واللطف والعطف الذي يستحقونه.

وأخيراً هناك نموذج **المُحسِّن** الذي يعمل دائماً الخير للناس، ويد لهم يد العون والمساعدة على الرغم من عدم طلبهم ذلك؛ لكنه مندهش وفزع من أن أولئك الذين تلقوا مساعدته لا يُظهرون له أي اعتراف بالجميل.

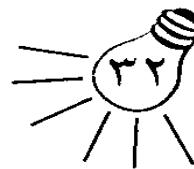
تشترك كل هذه الأصناف من الذين يشعرون بالقهر والاضطهاد إلى الذين يشكون من الناس نكرانهم للجميل، في أنهم يسيئون فهم الحياة، وفهم العلاقات مع الآخرين؛ بل يسيئون فهم أنفسهم أيضاً.

ومع أنك قد لا تعثر على أي علاج ناجع لبعض حالات هوس الاضطهاد إلا أن الحالات الخفيفة التي يشعر بها من ليس مصاباً بالتصلب الذهني قد يكون له بعض العلاج، وعلينا أن نتعاون في بلوورته وتقديمه.

عززي القارئ: ☺

بيّن رأيك في هذه الإضاعة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



اعمل

العمل بالنسبة إلى الإنسان العاقل الراسد يشكل وسيلة وهدفاً في آن واحد، والبطالة تقضي على الوسيلة والهدف بضربة واحدة. ومن هنا فإن على كل واحد منا - وفي أي سن كان - أن يفكر بما يمكن أن نسميه (الاحتياط المهني) كما نفكر كيف نحتاط للأمور المالية وعلاقاتنا الاجتماعية.

الاحتياط المهني؛ معناه تعدد اهتمامات المرء وتعدد المهن التي يمكن أن يعمل فيها، إذا حال تقدم السن، أو حالت ظروف معينة دون العمل في بعض منها.

التدريب على العمل - والعمل بشكل مجاني مدة من الوقت أو بأجر زهيد - باب عريض لتكوين احتياطمهني، ولا يقوم به إلا الذين يعرفون القيمة الجوهرية للعمل.

لو تأملنا في أحوال العاطلين عن العمل - مع تقديرنا لصعوبة كثير من الظروف في كثير من البلاد - لوجدنا أن لديهم خلطة سيئة من الكسل والفوضى، وضعف الاهتمام واليأس والارتباك، وضعف الكفاءة وضعف التأهيل الذاتي والمهني.

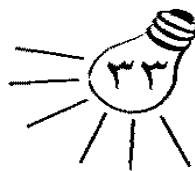
إن هناك دائماً فرصاً لكن الذين يستفيدون منها هم الأشخاص الأفضل والأكفاء والأنشط.

إن أي عمل شريف وبأي أجر كان يمكن أن يؤمّن للواحد منا درجة من السعادة أفضل بكثير من الوضعية النفسية التي

يكون فيها في حالة البطالة والفراغ.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



ضع مسافات

الفجوة بين الطموح والإنجاز كثيرة ما تشكل مصدر إزعاج مستمر لكثير من الناس.

وينبغي أن نقول أولاً: إن من المهم أن يكون للمرء آمال يطمح إلى تحقيقها، وأن يكون لديه أهداف يسعى إلى الوصول إليها؛ فالحياة من غير شيء يكون أمامنا - تعني الجمود والتخلّس.

التقدم الحضاري بطبيعته يجعل طموحات الناس تتسع؛ فالذي يُغرى بالسعى إلى المزيد من الرفاهية وإلى المزيد من اقتناء الأشياء واستهلاكها هو الرفاهية نفسها، لكن الإمكانيات التي تساعدنا على تحقيق ما نتشوف إليه لا تنموا، ولا تتطور بقدر تضخم تطلعاتنا؛ فيكون لدينا من ثمّ شعور مستمر بأن ما نجده أقل بكثير مما نطلب.

في عالم المسلمين فقر وعزّ واسع النطاق، لكن طموحات كثير من الناس ليست مستمدّة من واقع المسلمين؛ وإنما من واقع العالم الصناعي ذي الثراء العريض؛ وهكذا فالخسارة تكاد تجتاح كثيرة من النفوس من خلال ما يشاهدونه من مظاهر البذخ والرفاهية في الفضائيات.

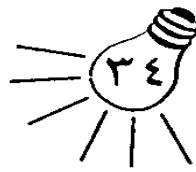
هناك لون آخر من ألوان التعasse يحلّ بنا نتيجة خطأ في فهم الأشياء وفي تصورها؛ إذ إننا كثيرة ما نتخذ قراراتنا بناء

على أفضل التصورات والتوقعات وأحسن الاحتمالات، ثم نصادم بعد ذلك، ونقع في الإحباط نتيجة تخلف النتائج المرجوة؛ فالتجارة للربح والدراسة للنجاح والسفر للمتعة والترويح، ولا يحسب حساب أي شيء آخر ربما يقع؛ ولهذا فإن التفاؤل الذي يزيد عن حده، ينقلب في يوم واحد إلى تشاوئم وإحباط.

أن يكون هناك مسافة بين ما نريد وبين ما هو موجود، هذا شيء جيد، لكن لنضغط على أنفسنا كي تبقى المسافة في حدود الممكن والمقدور عليه؛ فتقدم بطيء ومستمر خير من قفزة في الهواء، لا نعلم ما الذي ستسببه لنا؟

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



ضع الأمور في مكانها

من هنا الأهمية الزائدة لأي موضوع يسبب لنا الإزعاج والخوف.

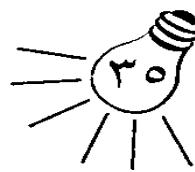
يقول أحد الفلاسفة المعاصرین: قدمت في شبابی عدداً لا يستهان به من المحاضرات العامة. وفي بداية الأمر كان كل جمهور من السامعين يفزعني؛ فكان توتر أعصابي يجعلني أتكلم ببراءة، وتأتي خطبتي مشوهة جداً. و كنت أخشى من هذا المأزق كثيراً حتى إنني كنت أتنى في بعض الأحيان لو كسرت رجلي قبل الصعود إلى المنصة وتقديم المحاضرة. وحال انتهائها أكون مرهقاً من عنف التوتر العصبي. وتدريجياً عوّدت نفسي الشعور بأنه لا فرق بين ما إذا تكلمت جيداً أو ردئاً، فسوف يظل الكون على ما هو عليه، ولن تخرّب الدنيا في كلا الحالين. ووجدت أنه كلما قلّ اهتمامي إذا تكلمت جيداً أو ردئاً كلما قلّ الكلام الرديء الذي أتكلمه.

وهكذا أخذ التوتر يقلّ تدريجياً حتى وصل تقريباً إلى نقطة التلاشي.

فلنتعلم وضع الأمور في نصابها من غير إفراط ولا تفريط، فذاك أدعى لاطمئنان نفوسنا وراحة قلوبنا.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



ضع حدًا لحدودك

الأنانية والتمحور حول الذات مرض خطير من أمراض عصرنا؛ وهذا المرض يجلب لنا الكثير من المزعجات، مع أن الظاهر أن الأناني شخص يخدم ذاته ومصلحته على أفضل وجه ممكن، لكن الأمور في الحقيقة أعقد من أن تفهم على هذا النحو.

إن كثيراً من مباحث الروح ومسرات الخاطر يأتي من وراء تفكير الإنسان في مسائل غير شخصية؛ أي من وراء تفكيره في مسائل لا يعود عليه منها نفع خاص و مباشر. وعلى سبيل المثال؛ فإن مورداً من أعظم موارد السعادة يتمثل فيما تجلبه لنا الحياة من أمن وسرور عن طريق التبادل المجاني والتكافل الخلقي والاجتماعي على مستوى الأسرة والحي والبلدة..

ولك أن تتصور معي صدقة من غير تبادل لأي شيء مادي، أو منزلًا يتقاضى فيه الزوج من زوجته أجرة المنزل وثمن الطعام الذي تأكله، وتتقاضى فيه المرأة من زوجها ثمن خدمة الأولاد، وتنظيف البيت وطهي الطعام. ولك أن تتصور حينئذ النزاع اليومي والحساب المصلحي والأناني الذي يتم في كل الأوقات. لا شك أن الحياة ستكون حينئذ مرهقة غاية الإرهاق.

شعار الأنانيين: «أنا ومن بعدي الطوفان».

- وتحقيق هذا الشعار على الوجه الأكمل يقتضي رذيلتين:
- الشح بكل ما تحمله من معاني الأثرة والإمساك، والجشع بكل ما يحمله من معاني الشعور بال الحاجة والرغبة في الاستحواذ على ما في أيدي الآخرين.
 - البخل حين يسيطر على نفس إنسان يجعل تلك النفس أمّ تعاسته ومصدر شقائه؛ فالبخيل المقتر مهما ملك يكون في حالة أشد من حالة الفقر.

إن الفقير يفتقد بعضاً أو كثيراً من الأشياء، لكن الصحيح الأناني يفقد كل شيء، وتملاً قلبه الحسرات بسبب عدم امتلاكه الإرادة التي يحتاجها للإنفاق على ما يشهيه. قال عليه الصَّلاة والسلام: « اتّقوا الظُّلم؛ فإن الظُّلم ظلمات يوم القيمة، واتّقوا الشُّح فإن الشُّح أهلك من كان قبلكم، حملهم على أن سفكوا دماءهم واستحلوا محارمهم » (١).

أما الجشع وحب الاستئثار الذي يصاب به الشخص الأناني، فإنه يشكل جذراً مفزعاً من جذور الرذيلة. والإنسان الجشع يسلك مسالك يتنزه عنها الحيوان بالغرية التي وضعها الله تعالى فيه، على حد قول الشاعر:

الذئب يترك شيئاً من فريسته
للجائعين من الذؤبان إن شبعا

(١) رواه مسلم عن جابر، وأحمد في مسنده.

والمرء وهو يداوي البطن من بشم

يسعى ليسلب طاوي البطن ما جمعا

الطمع حين يتحكم يأنسان يحول نبله ومرؤته وذكاءه
إلى شيء يشبه البلاهة تارةً والدناءة تارةً أخرى؛ فالإنسان
الطمّاع الجشع يتصرف تصرفات لا يتصرفها في العادة من
رزق أيّ قدر من العقل والحكمة والكياسة. يقول أحد
الكرماء: وهبني أحد الأعراب نعجة، فأهديت إليه ناقه. ثم
أهداني نعجتين، فبعثت إليه بناقتين. وبعد ذلك جاء إلى
حظيرتي، وأخذ يعد النوق التي فيها!. قد وجدها صاحبنا
صفقات رابحة ومجازية. ولا شك أن ذلك الكريم وجد أنه
إذا لم يكن للجشع أي حدّ، فلا بد من أن يضع لكرمه
بعض الحدود.

يحب الناس الشهيد؛ لأنه يشكّل في نظرهم النموذج
الأرقى والأعظم للعطاء والبذل، ويكرهون الشحيح والأنانى،
ويستخفون به، وينبذونه؛ لأنه في نظرهم في درجة أقل من
درجة إنسان. وهكذا فالمرء الذي يتمحور حول ذاته يواجه
صراعاً مـا في الداخل على الصعيد النفسي والروحي، ويواجه
صراعاً في الخارج على الصعيد الاجتماعي، وهو الخاسر
المهزوم في كل الصراعين!

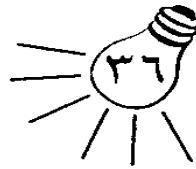
عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

** معرفتی **

www.ibtesama.com/vb

مقدمة في العلوم



كُنْ مُشِرِّقَ التَّفْكِيرِ

اليأس والتشاؤم ورؤية الجانب المظلم من الأشياء، والشعور بانسداد الأفق، وانقطاع الحيلة مصادر لإفساد الحياة الطيبة ومصادر لانحطاط الشخصية وفقدان إمكانية التطلع إلى ما هو أحسن وأقوم. وقد كان ﷺ يعجبه الفأل، ويكره التشاؤم لما للأول من آثار نفسية حسنة، ولما للثاني من آثار عامة سيئة. حين يسافر الإنسان في طلب علم أو في تجارة أو قضاء مصلحة؛ فإن هناك احتمالاً لأن يتعرض لحادث أو أن يسطو عليه اللصوص، أو يتعرض لخدعة أو ضياع.

وهناك احتمال أن يمرض، ولا يجد من يرضيه، ويهتم به، وهناك وهناك ...

ولكن إلى جانب هذه الاحتمالات السيئة هناك احتمال أكبر لتحقيق الهدف من السفر والفوز به.

وهناك احتمال أن يتحقق أكثر مما كان مرجواً ومتوقعاً.

المتشائم يرى الاحتمالات السيئة فقط.

ومتفائل يرى الاحتمالات المشرقة. كل منها يرى نصف ما يمكن أن يقع.

ولهذا فإننا مع التفاؤل ينبغي ألا ننسى احتمال وقوع شيء غير مرغوب فيه.

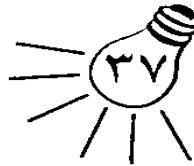
المتشائم بفعل اتجاهه السئوداوي يحمل نفسه متابعاً جمّة

هي أشد وقعاً على أصحابه من المصائب واللممات التي يمكن أن تقع. وحين يقوم بالعمل بروح تشاورية، فإنه يبذل أقل الجهد؛ لأنَّه يفتقد الحماسة للجد والنشاط.

والخلاصة أن المتشائم يعيش في نكد دائم؛ لأنه بين أمرتين سيئتين: مكروه يصيبه ومكروه يتوقعه؛ حتى في الوقت الذي ينال فيه الخير والفلاح يتذكر ما يمكن أن يأتي بعد ذلك الخير من سوء وشر. إن من أشد ما يعانيه الإنسان، ويکابده أن يموت بداخله شيء وهو ما زال حيّا. وذلك الشيء هو الأمل والرجاء بتحسن الأحوال؛ ولذا قالوا: إن أفق الناس من ليس له أمل يحفزه على العمل.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



الكسل العقلي

يبدو أن الرتابة وتكرار الأعمال اليومية ليست هي المسبيبات الوحيدة للملل؛ بل هناك أسباب جوهرية أخرى، فنحن لا نشأب ولا نسام حين تكون عقولنا في حالة تشغيل نشط وفي حالة يقظة تامة؛ فمن الصعب أن نتصور محاميًا يتشاءب أثناء مرافعته الأولى أمام المحكمة، أو نتصور رجل أعمال يصاب بالضجر أثناء توقيع عقد صفقة كبيرة. وهذا يعني أن الكسل الذهني وعطلة عقولنا عن الاهتمام بأشياء نافعة ومهمة توقعنا في الملل؛ والذي هو - كما ذكرت - العدو الأول للحياة السعيدة.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

.....

.....

.....

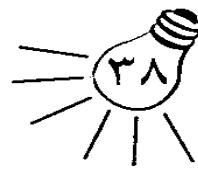
.....

.....

.....

.....

.....



حاسِب نفسك

على المرء فيما يواجه من نقود وحملات تبدو عدائمة أن يتهم نفسه، ويراجع موافقه.

وعلى سبيل المثال؛ فإن هناك من يكره (الغيبة) ويمسك لسانه عن الوقع في أي أحد بسوء، لكن كثيراً ما يحدث أن يقاوم المرء شهوة اغتياب فلان من الناس عشرين مرة لكنه في موقف من المواقف تغلبه نفسه، فيتكلّم عنه بكلام يغضبه، ويحدث أن يقوم من يبلغه بذلك الكلام، فيشنّ حملة ضده.

هذا الرجل الذي من شأنه مقاومة الغيبة نسي الموقف الذي اغتاب فيه، فظن أنه يتعرض لهجوم ظالم؛ والأمر ليس كذلك. وهذا الأمر يتكرر يومياً في المدينة الواحدة مرات عديدة.

على المرء ألا يبالغ في تقدير صفاته الخاصة لا من حيث عظمة الفضيلة فيه، ولا من حيث قلة الشر لديه؛ فإذا فعل ذلك يكون قد ترك في حياته وعلاقاته هامشاً للخطأ ولإمكانية المؤاخذة من قبل الآخرين.

من المهم في هذا السياق ألا تتوقع أن يهتم الناس بنا كما نهتم بأنفسنا؛ فالناس ينظرون إلى أمور الحياة من زاويتهم الخاصة، وليس من زاويتك أو زاويتي؛ وعلى هذا فليس للمرأة العجوز أن تتوقع من ابنتها أن تعزف عن الزواج رغبة

في البقاء إلى جوارها كي تقوم على خدمتها. وليس للأهل أن يتوقعوا من ابنهم أن يطلق زوجته، أو يعيش معها في نكد دائم تلبية لرغبتهم في سكناه معهم. إن علينا أن نعترف أننا نتصرف في بعض الأحيان بنوع من الأنانية والجشع، وإذا لم يفعل الناس ما نريد، ويستجيبوا لرغباتنا، تضيقنا وشعرنا أنهم يضطهدوننا!

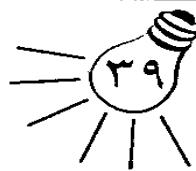
ومن المهم كذلك أن يدرك كل واحد منا أن الناس الآخرين، يصرفون من وقتهم في التفكير فيه أقل بكثير من الوقت الذي ينفقه في التفكير بذاته؛ فالواقع أن لدى جميع البشر مشاغلهم وشؤونهم الخاصة التي تستنزف طاقاتهم في الليل والنهار، وليس لدى كثير منهم أي وقت للتفكير فيه أو السؤال عنه أو الانشغال بحياة المكايد له.

إنني أعتقد اعتقاداً جازماً أن ما نفعله بأنفسنا على مستوى أمتنا، وعلى مستوى مجتمعاتنا، وعلى مستوياتنا الشخصية والخاصة تعجز أكبر قوة معادية في الأرض أن تفعله بنا؛ فالقصور ذاتي والإخفاق داخلي، وما يتم تجاهنا من مؤامرات طبيعية تقتضيه سنة المدافعة وطبيعة الابتلاء، ولو كنا في موقف قوة لفعلنا مع الخصوم مثله وربما أكثر منه.

لنعد إلى قول ربنا - جلَّ وعلا - : ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا يَقُومُونَ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا يَأْنَسُوهُمْ﴾ [الرعد: ١١] فهما وتحليلاً وعملاً، وسنجد خيراً كثيراً.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



عمق وعيك

لا أحد يجلب الشقاء لنفسه عن طريق العمد والقصد - حتى الذين يرتكبون جريمة الانتحار - والعياذ بالله - ينطلقون من فلسفة قتل النفس من أجل النفس، لكن الناس بسبب من جهلهم وعدم إدراكهم للطبيعة البشرية وطبيعة الحياة يجلبون لأنفسهم كل أسباب الحزن والألم. ومهمتنا أن نتعاون لإنضاج وعي عام وعميق بتلك الأسباب؛ لعلنا نتعلم كيف ندير أزماتنا وكيف نوجه إدراكتنا نحو ما فيه خيرنا وسعادتنا في الدنيا والآخرة.

عزيزي القارئ:

بِيَّنْ رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

.....

.....

.....

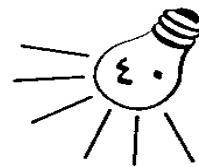
.....

.....

.....

.....

.....



تدرّب وواجه

الإرهاق والقلق والخوف والتوتر العصبي أمور باتت شائعة في زماننا هذا إلى حد أنها صارت تهدد الحياة الطبيعية لدى معظم الناس، وباتت فعلاً أبرز مظاهر العصر الحديث.

الزمان الذي نعيش فيه بمتطلباته الكثيرة وشروطه القاسية وتعقيداته الشديدة صار يتطلب من الواحد منا المزيد من التفكير، والمزيد من الحذر والاهتمام. وزاد الطين بلة ضعف الاهتمام بالجوانب الإيمانية والروحية لدى معظم المسلمين.

إننيأشعر في بعض الأحيان أننا في حاجة إلى قدر كبير من التوازن حتى لا نحيد عن الطريق الصحيح، وصار مثلنا مثل الذي يسير على حبل مشدود؛ فهو مطالب أولاً بأن يسير ومطالب ثانياً أن يبذل قصارى جهده في حفظ توازنه حتى لا يسقط؛ ولهذا فإنه ليس هناك أي سبيل لتفادي التوتر والقلق بصورة كلية.

التعب الجسماني المحس بدون أن يكون مفرطاً يظل أقرب إلى أن يكون سبباً من أسباب السعادة؛ وهو يفضي إلى النوم الهدئ، ويجعل قابلية المرء لتناول الطعام جيدة، كما أنه يضفي نكهة ممتعة على المسارات المتاحة في الإجازات والرحلات وأوقات الفراغ. لكن حين يكون التعب الجسماني

مفرطاً وقاسياً، فإنه يغدو أحد الأعداء المهمين للسعادة والانشراح، ولهذا فإنه ينبغي العمل على تفاديه والتقليل منه إلى أدنى حد ممكن.

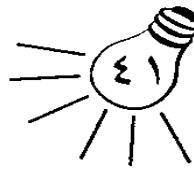
القلق في الحقيقة هو نوع من الخوف، وجميع أشكال الخوف ينبع عنها التعب والإرهاق العصبي. والحقيقة أنه لا يكاد إنسان يخلو من شيء من خوف، فهذا خائف من زوال منصب يحتله، وذاك خائف من خسارة مالية كبيرة تلحق به، وثالث خائف من اطلاع الناس على بعض أخطائه وعيوبه وهكذا..

إن الإرهاق العصبي لا يسبب لنا الإزعاج، ولا يقدر صفو حياتنا فحسب؛ بل إنه إلى جانب ذلك يجعل اهتماماتنا بما يجري من حولنا محدودة. وقد يكون ما يدور حولنا خطيراً جدًا، ويحتاج منا إلى ما يشبه الاستفتار، لكن الإعفاء الذي نحن فيه يجعل تفكيرنا في ذلك هامشياً، ويجعل انطباعاتنا عنه مبهمة ومشوهة.

نحن في الحقيقة في حاجة إلى أن ندرب أنفسنا على مواجهة القلق والإرهاق والخوف حتى نتخلص من الأوهام التي تقتل طاقاتنا الحيوية، وتبدد صفاعنا وراحتنا.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



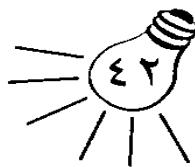
کی لا نسائم

من حقنا أن ننظر إلى السأم المستمر على أنه داء حقيقي، يحتاج إلى علاج؛ وإن من أهم علاجاته العمل وإشغال النفس بشيء نافع. وقد أثر عن الشافعي رضي الله عنه أنه قال: «نفسك إن لم تشغلها بالحق شغلتك بالباطل ».

إن الفراغ كثيرة ما يولّد الضجر؛ لأنه أخو العدم؛ ولأنه سكون وخروج من سياق فاعلية الحياة؛ والنفس توّاقة إلى المشير والجديد والمفاجئ.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



فَكْرٌ دُونَ تِصْلِبٍ

كثيراً ما يكون مصدر شقاء الإنسان عقله وليس قلبه، فالعقل الذي يتبع طريقة متصلبة في التفكير يسبب لصاحبها الكثير من العناء؛ لأنَّه يُرِي صاحبها العالم على غير ما هو عليه، وتحتبط عليه الرؤى بالأهواء، وتُصبح ممارسة الاضطهاد ضد المخالفين أمراً مشروعاً وعادلاً. وإذا صار صاحب العقل المتصلب صاحب سلطة؛ فإنه يمارس الطغيان في كل صوره، فيحرم صاحبها من نعمة التبادل مع الآخرين ونعمَّة تجديد الرؤى والأفكار وكشف العطُب في بعض جوانب ثقافته.

إن علينا أن نعترف في البداية أن لدى كل واحد منا درجة من التصلب الفكري، فنحن لا نستطيع بصورة دائمة وضع الحواجز بين التصلب المدود الذي يتمثل في الجزء بالعقائد والمبادئ والمفاهيم الكبرى، وبين التصلب الذهني المذموم الذي يتجلّى في النقص في المرونة الذهنية، وفي التمسك بأمور خلافية اجتهادية على أنها أمور قطعية لا يجوز الاختلاف فيها.

نحن في الحقيقة كثيراً ما نتأذى، ونؤذِّي غيرنا من خلال التعبيرات القاطعة التي نستخدمها غير مبالين بمشاعر الذين يستمعون إلينا؛ ومن ذلك مثلاً ما نسمعه من قول بعض الناس: أنا لا أقول هذا أبداً. كلامك لا يمكن قبوله. فلان دائماً

يكذب. كل جاهل سيء. من قال إن أمة الإسلام فقيرة. كثرة العلم وبال على صاحبها وهكذا..

إن الكثير من القطيعة الاجتماعية والثقافية، والكثير من أسباب ضمور الحوار وركود حركة الجدل والنقاش يعود إلى مشكلة التصلب الذهني؛ حيث يشعر الناس بعدم وجود فائدة من مجالسة فلان أو محاورته أو محاولة حل بعض المشكلات معه. وتكون النتيجة أن يشعر المصابون بهذه الآفة بعزلة ثقافية واجتماعية تسبب لهم آلاماً نفسية شديدة، وتشعرهم بأنهم مظلومون مضطهدون مع أنهم هم الذين بدؤوا باضطهاد غيرهم حين سفهوا أقوالهم، وحين حرموهم من أي فرصة لإثبات صحة ما يذهبون إليه.

ربما كان التعليم القائم على التلقين والحفظ والشرح المذهبي الضيق من جملة الأسباب التي تكون العقلية المتصلبة، ولهذا فإني أعتقد أننا في حاجة ماسة إلى إثراء الدراسات المقارنة في كل العلوم الإنسانية والاجتماعية، وتعزيز الحوار والنقد العلمي والثقافي.

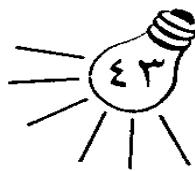
إن للعقل في إسعاد الناس وإشقاءهم دوراً هو في العادة أكبر مما يتم الاعتراف به. وقد آن الأوان لإعادة فحص كل الأفكار وكل المفاهيم التي تجعل حياتنا مضطربة وقلقة وبائسة.

إن هناك العديد من الأشياء التي تعكر صفو الحياة أعرضنا عن الحديث عنها خشية الإطالة، وذلك من نحو الحقد

والكرامة والغصب والاكتئاب والاعتماد الزائد على الآخرين والشعور المبالغ فيه بالذنب والنقص في احترام الذات، وإدمان الهروب من الحقيقة وما شاكل ذلك. وآمل أن يكون فيما قدمناه ما يكفي لإدراك المنعّصات الأساسية للحياة الهاشة.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

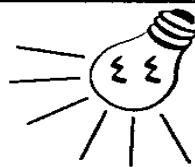


اکسر الرتبۃ

من أجل القضاء على ما يمكن القضاء عليه من الملل والسام، فإن على كلٍّ من تجمعهم رابطة أسرة أو صدقة أو عمل إيجاد شيء جديد يكسر الرتابة، ويولّد درجة من الإثارة؛ لتغيير الأُمُّ من ترتيب أثاث البيت بين الفينة والفينية، وليحاول الأب أن يفاجئ الأسرة بشيء لم تعتد عليه من الخروج إلى نزهة أو القيام بزيارة إلى أحد الأماكن أو إيجاد أسلوب جديد في التوصل وهكذا..

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



من دون قناع

من الأمور التي تؤثر على نحو شيء في سعادة المرء الرياء والحرص على رضا الناس، ونبيل ثنائهم ودفع ذمهم، ومراعاة أذواقهم وملاحظاتهم على نحو مبالغ فيه. شيء مطلوب في الأصل ألا نقف موقف التهم وألا نتصرف تصرفات تجعلنا موضع نقد من قبل الآخرين. هذا المبدأ مسلم به، لكن المشكلة تكمن في الشطط في الانصياع لرغبات الناس والشطط في حب الاستحواذ على ثنائهم وتقديرهم.

إن فينا أشخاصاً كثيرين يلبسون لكل حالة لبوسها، وللواحد منهم أكثر من قناع، وترى الواحد منهم قد بذل جهوداً مضنية طول حياته من أجل رسم صورة براقة له في أعين الناس، وعليه الآن أن يبذل جهوداً أخرى حتى لا تخدش تلك الصورة، ولا يهم ما إذا كان ذلك يتطلب النفاق والرياء والكذب والمديح، وكتمان الحق والسكوت عن المنكر.

إن همه باختصار أن يدو لائقاً اجتماعياً في نظر الناس،
ولا يأبه كثيراً لنظر الله تعالى له!

صنف من هؤلاء يسيطر عليهم هاجس نظرة الناس لهم، فهم يقومون بأنشطة اجتماعية عديدة بغية ظهورهم في طبقة أعلى من طبقتهم الحقيقية؛ حيث إنهم يقدمون الهدايا القيمة لمن يعتقدون أنهم أرفع درجةً منهم، كما يقومون بزياراتهم

وعرض الخدمات عليهم.

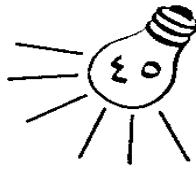
هذا الصنف من الناس يشعر بالآلام نفسية غامضة وخفية. وتلك الآلام مردّها في الحقيقة إلى فقد الانسجام بين عقولهم وأرواحهم من جهة وبين سلوكياتهم ومجاملاتهم الاجتماعية من جهة أخرى.

كما أن تلك الآلام تعود أحياناً إلى النزرة الدونية التي تكونت لديهم عن أنفسهم؛ حيث يشعرون في أعماقهم أنهم غير صادقين ولا عزيزي التفوس ولا مستقيمين ولا أقوياء بما فيه الكفاية. وهذا الصنف من الناس في حاجة ماسة إلى أن يعرف أن ما فقدمه بمراءاته ومجاملاته هو أكثر بكثير من كل الأشياء التي سيكتسبها وبكل المقاييس. وإن في تكاليف الحياة ومتطلبات القيام بأمر الله تعالى لشغلاً عن كل شغل، كما أن فيها من الجراء ما يفوق بما لا يدع مجالاً للمقارنة ما يمكن أن يربحه من وراء لبس قناع وخلع قناع.

لا ريب أن الحضارة تعني فيما تعنيه المزيد من الإحساس بالآخرين؛ لكنها تعني - أيضاً - استقلال الشخصية والحساسية نحو الكرامة الذاتية وتنفيذ القناعات الخاصة. ومهمتنا دائماً أن نقوم بسلوك المسلك الصحيح نحو كل ذلك.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



افعل الجميل

كثير من السأم يأتي من وراء الأثرة والتمحور حول الذات؛ وإن القيام بالأعمال الخيرية والتطوعية فوق أنه سبب للحصول على الأجر والمشوبة وفرصة لردّ دين قديم لأمتنا علينا فإنه أيضاً يوجد لدينا فضيلة الاهتمام والمشاركة والتابعـة، وهذه أمور أساسية في كسر جمود الروح.

(عزيزي القارئ:)

بيّن رأيك في هذه الإضاعة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

.....

.....

.....

.....

.....

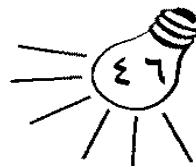
.....

.....

.....

.....

.....



خارج الجهات الست

الفراغ والبطالة من مصادر النكد، ومن مفسدات الحياة الطيبة.

إن الله - جل وعلا - خلق لكل واحد منا يَدِين لكي عملاً ونتجاً، فإذا توقفنا عن العمل بصورة غير معتادة ولا طبيعية شعرنا بأن شيئاً ما ينقصنا، وشعرنا باضطراب داخلي عنيف.

حين يظل الإنسان عاطلاً عن العمل فترة طويلة، فإن أحواله المادية تصبح قلقة، وربما وقع في حرج شديد من العيش، وتصبح الحياة بالنسبة إليه عبارة عن وحدات زمانية يجب التخلص منها بأقل قدر ممكن من المعاناة. وأكثر من (٦٠٪) من المسلمين يعيشون في وضعية من دفع الأيام إلى الأيام، كما يدفع المرء شيئاً يريد أن يتخلص منه؛ وهذا وحده كافي لنزع الكثير من أردية السعادة والسرور عن أي حياة وأي عيش.

ليست مشكلة البطالة محصورة في فقد المرء لمصدر قوته وقوت عياله؛ وإنما يتولد عنها آثار نفسية واجتماعية وسلوكية خطيرة، فحين يجلس المرء مدة طويلة من غير عمل فإن ارتكاسات كريهة تصيب شخصيته بوصفه إنساناً وبوصفه كائناً يمكن أن يكون فاعلاً ومؤثراً ومنتجاً وعاملأً.

ويكن أن يفسد احترامه لنفسه وثقته بذاته؛ هذا إذا لم تؤدي البطالة إلى انهيار حياته الأسرية، وتسمم الجو الذي يعيش فيه صغاره.

وهذا كله في كفة، وإمكان انغماسه في اللهو مع قرناء السوء، وإمكان إدمانه للمخدرات والمكيفات في كفة أخرى. وحين يحدث ذلك؛ فإن العاطل عن العمل يكون أقرب إلى المعوق والمشوّه.

وقد صدق من قال: إن البطالة ألم المعايب.

الفراغ يجعل المرء في مواجهة نفسه، وهذا أمر صعب حيث لا يرى فيها آنذاك إلا النقائص والسلبيات، ونقاط الضعف؛ لأن فضائل الإنسان لا تتجلّى إلا في أوقات العمل والكد والتعب والعطاء.

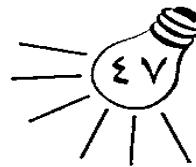
في دورة الحياة تكون حياتنا موزعة على حلقات متناوبة من العمل والفراغ والجهد والهزل والتعب والراحة والأخذ والعطاء والتأثير والتأثير.. أما في حالة البطالة؛ فإن المرء يعيش في فراغ يحده من جهاته الست، وأنذاك فلا بد أن تفقد الحياة طعمها الحقيقي.

عزيزي القارئ: ☺

بِينَ رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

..... * معرفتي *

www.ibtesama.com/vb
منتديات محلة الإتسامة



أوقات ومساحات للتفكير

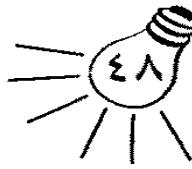
لا تفكّر في مشكلاتك ولا في الأمور التي تزعجك إلّا إذا علمت أنّ هناك جدوى للتفكير.

ولا فائدة من التفكير إذا لم يكن عند المرء بعض المعلومات حول الأمور التي تزعجه، وإنما لم يستفد من التفكير شيئاً.

أما في الليل فلا تفكّر أبداً سواءً أكانت هناك جدوى من التفكير أم لم تكن؛ وذلك حتى لا يحرم الإنسان نفسه من النوم والراحة التي يحتاجها للعمل والأداء الجيد في يوم جديد.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



معادلة خاطئة

الكبير أعظم شرًا من الغرور، وأعظم شرًا من الغُجب؛ لأنَّه يشتمل عليهما ويزيد بخصلة قبيحة، هي ردُّ الحق أنفة من اتباعه والخاضوع له.

المتكبر ينشر في المجتمع معادلة الاِزدراء المتبادل، يزدرى الناس؛ لأنَّه يراهم أقل منه، والناس يزدرونـه لـكـبرـه وسـوءـ خـلقـه. قال أحدـهـمـ:

مَثَلُ الْجَاهِلِ فِي إعْجَابِهِ
مَثَلُ النَّاظِرِ مِنْ أَعْلَى الْجَبَلِ

يَحْسُبُ النَّاسَ صَغِيرًا وَهُوَ فِي
أَعْيُنِ النَّاسِ صَغِيرًا لَمْ يَزِلْ
وَيَبْدُو أَنَّ الْمَتَكْبِرَ يُدْخِلُ نَفْسَهُ فِي دُورَةٍ مِنَ الْعَلَاقَاتِ
الْمَرِيضَةِ؛ فَهُوَ يَتَكَبَّرُ عَلَى مَنْ دُونَهُ بِمَقْدَارِ إِذْلَالِ نَفْسِهِ أَمَامَ مَنْ
يَرَى أَنَّهُمْ فَوْقَهُ.

يصلُّ الـكـبـرـ في بعض الأحيـانـ إلى درـجةـ يـحتاجـ معـهاـ صـاحـبهـ إلى عـلاـجـ، كـماـ هوـ الشـأنـ فيـ المصـاـيـنـ بـجـنـونـ العـظـمةـ،
وـهـؤـلـاءـ فيـ عـصـرـ الشـروـةـ وـالـقوـةـ وـالـتقـنيـةـ المتـقدـمةـ بـاتـواـ كـثـيرـينـ.
وـقـدـ كـانـتـ العـربـ قدـيـمـاـ تـضـعـ [حـذـيقـةـ الـأـبـرـشـ]ـ فـيـ
مـقـدـمةـ الـمـتـكـبـرـينـ؛ حـيـثـ إـنـهـ كـانـ لـاـ يـنـادـمـ أـحـدـاـ لـتـكـبـرـهـ،

ويقول: إنما ينادمني الفرقدان.

هذا الرجل لا يدرى أنه لا يستطيع عزل مجتمع بأكمله،
لكنه يعزل نفسه، ويورثها آلام الوحشة والغربة وهو بين أهله
وفي دياره.

ويذكرون أن [ابن عوانة] كان من أقبح الناس كبراً
حيث روى أنه قال لغلام له: اسقني ماء. قال الغلام: نعم.
فقال ابن عوانة: إنما يقول: نعم، من يقدر أن يقول:
لا، اصفعوه، فصُفع الغلام.

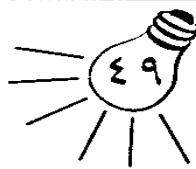
لا يستطيع المرء أبداً أن ينعم بالسعادة والطمأنينة وهو
ينشر بين الناس الحقد والكراهية.

ولا يستطيع أحداً أن يؤذى الآخرين باحتقارهم دون أن
ينال حظه من أذاهم.

المغورو والمعجب بنفسه والمتكبر يضعون مادة عازلة بينهم
ويبين المسيرات التي ينالها المحسنون والأخلقاليون والطيبون من
جرأاء حبهم للناس وحب الناس لهم. وعلى نفسها جئت براقبش!

(عزيزي القارئ)

بيّن رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



أَحَبُّ الْخَيْرِ لِلنَّاسِ

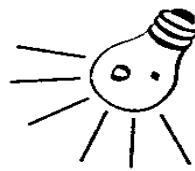
من أهم ما يكدر صفوـة الحياة (الحسد) وهو تمنـي المرء زوال نعـمة يراها على أحد من الناس وانتقالـها له أو لغيره. وهو مركـوز في طبـاع البشر كما أنه مرتبط في كثير من الأحيـان بالمنافـسة؛ حيث إنـ الإنسان يكرـه أنـ يفـوقه أحد من أقرـانه وأنـداده في شيء من الفـضـائل المـادـية والمـعنـوية، فالـشـحـاذـون لا يـحـسـدـون أـصـحـابـ الـمـلـاـيـنـ، لكنـهم بـالـتـأـكـيدـ يـحـسـدـون من يـتـفـوقـ عـلـيـهـمـ فـيـ الشـحـاذـةـ مـنـ أـمـثالـهـمـ.

الحسـدـ كانـ ذـنـبـ إـبـلـيـسـ، وـهـوـ الـذـيـ اـفـتـحـ طـرـيقـ هـذـهـ السـيـئـةـ؛ حيثـ إـنـهـ حـسـدـ آـدـمـ لـمـاـ رـأـهـ فـاقـ الـمـلـائـكـةـ بـأـنـ خـلـقـهـ اللـهـ تـعـالـىـ بـيـدـهـ، وـأـسـجـدـ لـهـ مـلـائـكـتـهـ..

الحسـدـ وـاسـعـ الـاـنـتـشـارـ بـيـنـ النـاسـ، ولـدـىـ الـمـرـءـ اـسـتـعـدـادـ لـلـإـصـابـةـ بـهـ فـيـ سـنـ مـبـكـرـةـ جـدـاـ؛ إـذـ يـمـكـنـ لـلـطـفـلـ مـنـذـ السـنـ الثـانـيـةـ مـنـ عـمـرـهـ أـنـ يـحـسـدـ أـخـاهـ إـذـ رـأـىـ أـهـلـهـ يـفـضـلـونـهـ عـلـيـهـ.

☺ عـزـيزـيـ القـارـئـ:

بيـئـ رـأـيكـ فـيـ هـذـهـ الإـضـاءـةـ وـمـدـىـ تـحـقـيقـهـاـ لـلـسـعـادـةـ فـيـ حـيـاتـكـ:



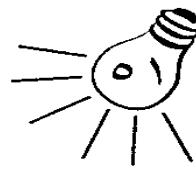
عَدْ إِلَى ذَاتِكَ

القرآن الكريم يعلّمنا أن المشكلة الجوهرية ليست في تسلّط الأعداء، ولكن في ضعف دفاعاتنا، وضعف التزامنا وقيامنا بأمر الله تعالى، المشكلة في ضعف همتنا وانخفاض إنتاجيتنا وسيطرة الكثير من الأدواء والعاوهات الذهنية والخلقية علينا؛ على نحو ما نلمسه في قوله سبحانه: ﴿أَوْ لَمَّا أَصْبَغْتُكُمْ مُّصِيبَةً قَدْ أَصَبْتُمْ مِثْلَيْهَا قُلْتُمْ أَنَّ هَذَا قُلْ هُوَ مِنْ عِنْدِ أَنفُسِكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾ [آل عمران: ١٦٥]. حين هزم المسلمون في أحد قال بعضهم: كيف نُهزم ونحن جند الله؟ فنزلت الآية.

ويقول سبحانه: ﴿ وَإِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَقَوَّلَا لَا يَضْرُكُمْ كُيَدُهُمْ شَيْئًا ﴾ [آل عمران: ١٢٠]

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



حجم القلق

إن علينا أن نؤمن أن القلق لا يجرد الغد من مأساه، لكنه يجرد اليوم من أفراده.

وإذا كان هذا هو الشأن، فشيء من الثقة بعونه الله تعالى، وشيء من التوكل عليه، وإيمان راسخ بالقضاء والقدر والاستسلام لأمر الله.

أقول: إن هذه المعاني تخفف عن المسلم الكثير من مخاوفه وأحزانه، وتمنه بعزم جديد.

المتاعب التي نواجهها يجب أن تحملنا على التفكير العميق وليس على القلق.

وأنا أعتقد أن عدم مواجهتنا الجادة والصريحة للأمور التي تخيفنا هو السبب في سيطرة تلك الأمور علينا.

لو تأملت في أوضاع الشخصيات القلقة لوجدت أن هناك رفضاً تاماً لمناقشة أي شيء؛ حيث إن الإنسان القلق يستسلم استسلاماً تاماً للأوهام والهواجس المزعجة، ويعتقد أن ما يخشى فقده سيفقد، وما يخشى وقوعه سيقع، ولا فائدة ثرثجى من التفكير فيه. وهذا خطأ فادح.

حين تكون قلوبنا مثقلة بالأسى ونحن نتألم من فرط الحزن أو خيبة الأمل، فلنحاول التخلص من ذلك، وإن شئت أن تقول: مقاومة ذلك عن طريق الإيمان بأننا ما زلنا نملك شيئاً:

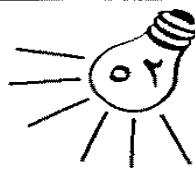
الأول: دعاء الله تعالى، والتضرع إليه بأن يكشف البلوى، ويزيل الغمة.
والثاني: العمل على التخفيف من الآثار السيئة التي تترتب على وقوع ما يقلقنا وقوعه.

ومن وجه آخر؛ فإنه يمكن تحجيم القلق بتفعيل رؤيتنا للحياة الدنيا، فكل ما يجري في هذه الدنيا من مآسٍ يأخذ طابع المؤقت والعبير، وإن أعظم العواصف التي تثور في حياتنا، لا تعدو إذا حققنا النظر وتأملنا جيداً أن تكون في نهاية الأمر عبارة عن زوبعة في فنجان – كما يقولون – فالواحد منا ليس سوى جزء صغير من العالم، ويجب أن يعرف قدر نفسه، ولا يبالغ كثيراً في تضخيم أهميته.

نحن في حاجة إلى نوع من الترويض العقلي ونوع من السيطرة على أفكارنا. والحقيقة أن معظم الناس لديهم مشكلة ضعف توجيه أفكارهم والسيطرة عليها ومناقشتها وتقييمها. والقيام بذلك ليس بالأمر الصعب كما قد نتوهם.

عزيزي القارئ:

بین رأيك في هذه الإضاعة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



بعيداً عن مجتمع الحرير

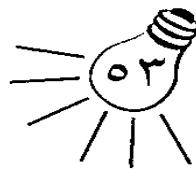
الحسد بين النساء قد يكون أكثر انتشاراً حتى في الأوساط الراقية والموسرة؛ ففي المناسبات العامة والأفراح حين تدخل امرأة حسنة الهدام؛ فإن عيون النساء تنشد إليها، تتسمّر عليها. وكل واحدة من في المجلس – باستثناء من هنّ أحسن منها هنداً – ترسل نظراتها الفضولية إلى تلك المرأة، وتحاول جاهدة أن تجد فيها نقصاً أو عيباً. وهناك يُنظر إلى كل قصة أو حكاية تتناول امرأة بالغمز واللمز على أنها صحيحة ومسلمة إلى أن يثبت بالبراهين القاطعة عكس ذلك!

إن كل امرأة تعتبر النساء الآخريات منافسات لها، على حين أن الرجال لا يشعرون بهذا الشعور إلا بالنسبة لمن يعملون معهم في نفس المجال أو نفس المهنة، وفي بعض الأحوال الخاصة الأخرى.

عزيزي القارئ:

بِيَّنْ رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



ضيق المساحة

الغرور شيء قریب من الغُجب، إنه نوع من السكون إلى الهوى دون مواجهة ولا محاولة للتمييز بين الحق والباطل، وما يليق وما لا يليق.

إن الله تعالى وصف الشيطان بأنه [غَرُور]؛ فإيقاع الناس في الغرور عمل شيطاني والاستجابة لوسائل الشيطان في الانخداع ببعض الميزات هو هزيمة أمام الشر الذي يمثله الشيطان ويرعاه.

الغرور شيء كريه؛ لأنه يؤذى صاحبه من جهات عديدة؛ فالمغدور غير قادر على الاعتراف بأنخطائه في سلوكه وعلاقاته واجتهاداته. كما أنه غير قادر على الاعتراف بنقاط الضعف التي لديه، فيجد من يساعدة على تجاوزها.

الغرور يجعل المرء يستخف بالآخرين، كما أنه يجعل صاحبه يشعر بنوع من التشبع الزائف ببعض القيم، ويشعر - بغير حق - بأهميته الشخصية.

إن الغرور على صلة وثيقة بالأنانية الفردية.

والغرور يعمل بقسوة في نفس صاحبه، وفي الحياة الاجتماعية؛ حيث يتوقع المغدور من الناس أن يعملوا باستمرار شيئاً له، من نحو الخضوع والمديح والاعتراف أمامه بالضعف والاعتراف بالحاجة إليه.

أحد الحكماء قال: إن أتعس اللحظات هي لحظة الانتصار؛ لأنها في بعض الأحيان تكون عبارة عن مقتلة؛ إذ كثيراً ما تكون بداية لمرحلة من الشعور بالغرور. وقد صدق. فآفة النجاح الظن بالوصول إلى نهاية الطريق، مع أن طريق التقدم والتفوق له بداية، ولكن لا نهاية له.

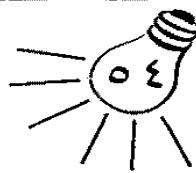
إن في نفس كلّ واحد منّا مسحة من الغرور، وعلينا
ألا نسمح لها بالتضخم.
إن الحياة لقصيرة مهما طالت.

ولحظات الغرور ليست سوى قطرات ماء لا معنى لها في
محيط الزمان الكبير.

أيها المغدور إنك تؤذى نفسك بموقف ذهني خاطئ والكون يستمر في حركته، وفي اتجاهه على ما هو عليه دون أن يعبأ بك أو بغيرك.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



نوع اهتماماتك

تنوع الاهتمامات شيء جوهري في طرد الملل؛ إذ مهما كان العمل الذي نقوم به ممتعًا وشيقًا، فإن الانغماس فيه لفترات طويلة يؤدي في النهاية إلى كلال الروح وقد النشاط.

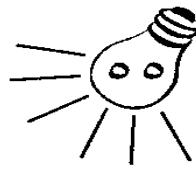
الذي يحب التعلم والاطلاع والمعرفة - مثلاً - في إمكانه أن يقطع القراءة في مجال تخصصه واهتمامه، ليقرأ في مجلة أو رواية أو كتاب بعيداً عما كان يقرأ فيه، وفي إمكانه أن ينتقل إلى طريقة تعلم أخرى؛ كأن يحاور بعض الأشخاص في قضية ما، أو يتعلم عن طريق السماع لبعض المجرمين أو الخبراء.

الأهم في تنوع الاهتمامات أن يكون في الأصل لدى الواحد منها شيء يهتم به خارج أوقات العمل الرسمي الذي يكسب منه لقمة عيشه؛ إذ إن كثيراً من الناس يعانون من الملل؛ لأنه ليس لديهم أي مشروع أو أي قضية أو عمل يقومون بالعمل فيه أثناء أوقات فراغهم.

(عزيزي القارئ :)

بيّن رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك :

.....
.....
.....



تقبل وتفهم

يعلمنا القرآن الكريم وتعلمنا أدبيات الإسلام عامة أنه ما من بلاء وما من سوء وشر إلّا يمكن التخفيف منه، وما من داء إلّا وله دواء قد لا يقضي عليه، لكن قد يجعل التعايش معه ممكناً.

وقد قال عليه الصَّلاة والسلام: « ما أَنْزَلَ اللَّهُ مِنْ دَاءٍ إلَّا أَنْزَلَ لَهُ دَوْاءً عَرَفَهُ وَجَهْلَهُ »^(١). ويبشرنا الله - جل جلاله - بإشارة عظيمة تنطوي على لفتة سخية في عطائها وقدرتها على تخفيف الضغوط؛ حيث يقول سبحانه:

﴿فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾ [الشرح: ٥، ٦]

اليسير موجود في نفس اللحظة التي نرى فيها العسر، وهو يسر متعدد الوجوه والمظاهر والمكامن، لكن قصورنا التربوي والثقافي يجعلنا نرى العسر وحده، ونرى الأبواب الموصدة دون الأبواب المفتوحة.

إذا أردنا أن نبحث عن مصادر للسعادة والطمأنينة، فإننا سنجد الكثير الكثير.

هذا عمر رضي الله عنه يعلمنا كيف تستبطن دواعي الاغتباط والرضا والحمد من قلب الشدة والمصيبة، فقد أثر عنه أنه قال: ما أصابتني مصيبة إلّا حمدت الله فيها على ثلاثة أمور: أن لم تكن في ديني، وأن كانت هكذا ولم تكن أكبر.

(١) رواه البخاري في كتاب الطب.

وحمدته على الشواب الذي أرجوه من ورائها.
إن الأحزان تحفنا على العمل والصعود إلى العلياء،
وبمقدار ما تكون أحزاننا عميقه يكون لها الأثر في تغيير
أوضاعنا وتحسين أحوالنا بشرط أن نتقبلها بتفهم ووعي، وأن
نعرف كيف نستخدمها في التقدم والارتقاء.

عزيزي القارئ: ☺

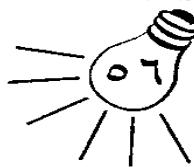
بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

القسم الثالث: الحياة الهانئة

(٣١) إضاءة



**** معرفتي ****
www.ibtesama.com/vb
منتديات مجلة الابتسامة

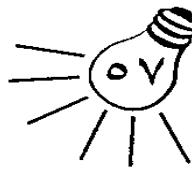


صف إيمانك

حين نتحدث عن الشروط والمقومات والداعي والأسباب التي تجعل حياتنا ثرية بالهباء والسرور والسعادة فإننا ننطلق - كما انطلقنا في الحديث عن منغصات السعادة - من أفق الاعتقاد بأن كل عنصر أو أمر يساعد على تحسين مستوى سعادتنا، يختلف في تأثيره باختلاف الناس واختلاف أوضاعهم وأحوالهم، واختلاف تطلعاتهم وأمزجتهم؛ ولهذا فإن ما يعده أحد الناس مهمًا لراحته وسعادته قد ينظر إليه آخرون على أنه شيء ثانوي أو تافه. ولكن بوصفنا مسلمين؛ فإن المتوقع أن نعطي انتباهاً خاصاً للمسائل والقضايا التي تتصل بعقيدتنا ومبادئنا ونظرتنا العامة للحياة؛ لأن روح التدين التي تتغلغل في أعماق كل مسلم تجعل حياتنا قلقة وقائمة كلما جرحنا صفاء التوحيد، أو خرجنا عن مقتضيات الإيمان بالله تعالى.

(عزيزي القارئ)

بیّن رأيك في هذه الإضاعة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



مِيل وَإِحساس

الإيمان هو المحور الذي يدور حوله عدد من الأمور المؤثرة في سعادة المؤمن؛ ولم لا والإيمان هو الذي يصوغ وجودنا المعنوي، وهو دليلنا إلى عالم الغيب، وهو الذي على أساسه نفس حوادث الحياة، ونحدد علاقتنا بها.

ليس المقصود بالإيمان هنا مجرد التصديق بوجود الله تعالى ولا مجرد الإقرار بأن لله تعالى علينا حقوقاً، إنه يتتجاوز ذلك إلى نوع من الشعور الخاص بالله، ونوع من ميل القلب إليه والأنس به - سبحانه - والاطمئنان بذكره والحياء منه والهيبة له. وهذا الإيمان الخاص هو ما يسميه بعضهم بـ «المعرفة» التي يتحدث عنها خاصة من الصالحين والمتقين.

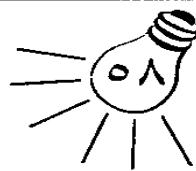
إنها إحساس قوي بعمية الله تعالى وقربه واطلاعه على عبده. وقد أطلق - عليه الصلاة والسلام - على هذا النوع من الإيمان السامي اسم (الإحسان) حين سأله جبريل عن الإحسان؛ حيث قال: «الإحسان أن تعبد الله كأنك تراه، فإن لم تكن تراه، فإنه يراك».

وقال سبحانه: ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي فَرِيعٌ﴾ [البقرة: ١٨٦]. وقال: ﴿مَا يَكُونُ مِنْ نَجْوَىٰ ثَلَاثَةٍ إِلَّا هُوَ رَابِعُهُمْ وَلَا خَمْسَةٍ إِلَّا هُوَ سَادِسُهُمْ وَلَا أَدْفَنَ مِنْ ذَلِكَ وَلَا أَكْثَرُ

إِلَّا هُوَ مَعْهُدٌ أَيْنَ مَا كَانُواۤ إِنَّمَا يُتَشَهَّدُ بِمَا عَمِلُواۤ يَوْمَ الْقِيَمَةِۚ إِنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ
يُكْلِلُ شَنِئَ عَلَيْمٌ ﴿٧﴾ [المجادلة: ٧].

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



صلٌّ تيار قلبك

فهم سلفنا الصالح من الآيات والأحاديث الدالة على قرب الله تعالى من عباده واطلاعه على دقائق ما يختلج في صدورهم ضرورة أن يتخد المسلم من هذا المعنى حافزاً على العمل والاستقامة، ورادعاً عن الخطايا والرذائل، كما أنهم رأوا أن الإيمان الصحيح والعميق يوفر مصدراً للأنس والطمأنينة والقوة والجلد على الكفاح ومواجهة الصعب؛ وهذا ما نلحظه في سير كثير من رجالات الإسلام السابقين والمعاصرين.

يقول أحدهم: دخلت على محمد بن النضر الحارثي فرأيته كأنه انقبض؛ أي ظهرت عليه علامات الانزعاج، فقلت: كأنك تكره أن يأتي إليك الناس؟ قال: أجل. فقلت: أما تستوحش؟ قال: كيف أستوحش وهو يقول؛ أي الله تعالى: «أنا جليس من ذكرني»؟!

وكان حبيب أبو محمد يخلو في بيته؛ ويقول: من لم تقر عينه بك، فلا قررت عينه. ومن لم يأنس بك فلا أنس. وقال معروف العابد المشهور لرجل: توكل على الله حتى يكون جليسك وأنيسك وموضع شکواك، وترفع إليه حاجتك.

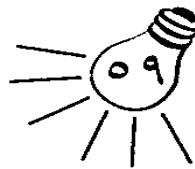
لذة المناجاة والشعور بعمية الله تعالى هما جوهر التيار الروحي الذي يجب أن ننشئه اليوم لمواجهة التيار المادي

الهائل الذي جعل الناس ينتشرون في كل اتجاه بحثاً عن المتع والمليذات.

لκنهم في كل مرة يشعرون بخيالية الأمل، كما هو شأن
شارب البحر؛ كلما ازداد شرباً ازداد ظمأً وعطشاً.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



فلتكن حِرَّةُ الرُّوح

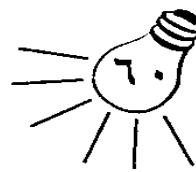
كانت الروح حرّة طليقة وحين واجهها الجسد بحاجاته التي لا تنتهي من الطعام والشراب واللباس والمسكن.. حولها إلى سجين وأسير؛ ولهذا فإنّها تحتاج إلى تحرير حقيقي؛ ولا سيما في هذا الزمان، حيث أخذت حاجات الجسد في الازدياد، ففي كل يوم أشياء جديدة يشعر الناس بنوع من العوز إن لم يتلّكوها، ويتمتعوا بها؛ ولذا فإننا في الحقيقة بحاجة إلى ثورة أو انتفاضة روحية في وجه الخنوع أمام المطالب المادية المتزايدة، كما يفعل العظماء الحقيقيون في كل الأمم.

روى الطبراني في تاريخه أن عمر بن عبد العزيز رض أمر - وهو أمير على المؤمنين - رجلاً أن يشتري له كساء بثمانية دراهم، فاشتراه له، وأتاه به. فوضع عمر يده عليه وقال: ما ألينه، ما أحسنه! فتبسم الرجل الذي أحضر الكساء. فسأله عمر: لماذا تبسم؟ فقال الرجل: لأنك يا أمير المؤمنين أمرتني قبل أن تصلك الخلافة أن أشتري لك مطرب خز، فاشتريته لك بآلف درهم، فوضعت يدك عليه، فقلت: ما أخشنـه! وأنت اليوم تستلين - أي تحكم بالليونة - كساء بثمانية دراهم؟! فقال عمر: ما أحسب رجلاً يبتاع كساء بآلف درهم يخاف الله. ثم قال: يا هذا

إن لي نفسي تواقة إلى المعالي ما نالت شيئاً إلا تاقت إلى
ما بعده، ونفسي اليوم تتوق إلى الجنة!

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



كُنْ وسَطًا

الاعتدال والتوسط يشكّلان عصارة من عصائر الحكمة المهمة في عصرنا؛ حيث إن كل فضيلة محفوفة برذيلتين:

- رذيلة التفريط والتقصير.

- ورذيلة الإفراط والإسراف.

إن طاقاتنا محدودة، وأوقاتنا وقدراتنا على الاهتمام والتركيز هي الأخرى أيضاً محدودة.

وإن اهتمامنا بأي فضيلة من الفضائل على نحو مسرف، يخل بتوازننا العام؛ لأنّه يفوّت علينا فرصة الاهتمام بفضائل أخرى. وهكذا تقلب الإيجابيات إلى سلبيات والنجاحات إلى هزائم.

إن ما يلفت الانتباه اليوم أن الناس كلما تقدموا في سلم الحضارة والمدنية؛ نسوا الحاضر من أجل المستقبل؛ وعندما يخيب المستقبل آمالهم يدركون أنّهم لم يعيشوا أبداً؛ ولذا فإننا لا نعثر حولنا إلا على أناس سقطوا في الطريق وهم مخدوعون في الغالب، وعليهم علامات المؤس والنكد والخيبة. شيء مؤسف أن تجد نفسك بلا ماضٍ ولا مستقبل، وللهذا فإن الحكمة تقتضي أن نلزم الاعتدال في التعامل مع كل الأزمات وكل الوعود وكل الأشياء. التطرف موجود في التركيب العقلي لدى معظم البشر، موجود في الموروث الثقافي عند

جميع الأمم، وواجبنا دائمًا أن نقاوم القرارات والعادات والسلوكيات والمواقف المتطرفة.

وقد تكرّم الله - جلّ وعلا - فجعل هذه الأمة أمةً وسطًا، فتعاليم ديننا تنزع إلى الوسطية في اتجاهها العام، وفي فلسفتها ومعالجاتها للأحداث. وينبغي أن تكون نحن كذلك. إنني أرى كثيرون من الشباب الذين أهملوا صحتهم وواجباتهم الاجتماعية سعيًا وراء المجد والنجاح في عالم الأعمال؛ وهذا من قلة البصيرة؛ حيث إن عليهم أن يعلموا أنه في العالم الحديث ليس ثمة نجاح من غير اعتدال، فعدم الاهتمام بالصحة يهدم القوى الحية، فيرى المرء نفسه وقد أصابه الكلل في وقت مبكر. وإهمال الشأن الاجتماعي يحرم المرء من مصدر من أعظم مصادر البهجة والسعادة.

إن المطلوب من الشباب أن ينموا في أنفسهم، وفي عقولهم روح التواضع والاهتمام الآخرين في سلوكيهم الخاص وفي أعمالهم ووظائفهم وأنشطتهم العامة. وإنما أقول هذا وألح عليه بقوة؛ لأن الشعور باللياقة والقدرة الشخصية التي اتخذت شكل الثورة في أيامنا هذه يدفع المرء دفعاً إلى العداون على الآخرين من خلال إهمالهم وتجاوزهم وعدم الالتفات إلى أمزاجتهم ومصالحهم. وهذا يسبب الشقاء للمرء، ويشعره بغربة الروح، ويوجد لديه الكثير من المصاعب، كما أنه يجعله بالتالي يواجه مصاعب الحياة

بدون أصدقاء وبدون مخلصين يساعدونه على النجاح. في حمى عالم الأعمال ومعاركها الطاحنة قلما نعير هذه الأمور اهتماماً يذكر، كما لا نعير جرحي المواجهة الضاربة خلال الحرب الاهتمام الذي يستحقونه!

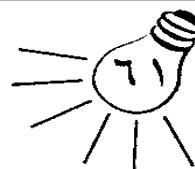
في المقابل هناك شباب وكهول ألغوا قاعدة الكفاح وبذل الجهد المتفوق من حياتهم؛ ولهذا فإنهم يفاوضون دائماً على الفئات؛ وعندما تضيق الطرق السهلة، وتكثر الحجارة في الدروب الواسعة يصبح الطريق المنحدر المعبد أكثر إغراء، فيسيرون فيه؛ فتتراجع ملكاتهم وقدراتهم، ويصبحون آخذين عوضاً عن أن يكونوا معطين.

الاعتدال دائمًا مطلوب فالغرور كالذلة، وجنون الاستغلال بالإنجازات الكبيرة كالكسيل، والفووضي. والصلابة التي تصل إلى حد العناد، والليونة التي تصل إلى حد الضعف، والعقلية المغامرة التي تصل إلى حد التهور.. كل هذه الأمور لا تقود إلى أي نجاح، كما لا تقود إلى أي سعادة.

إننيأشعر أن معظم الناس يفقدون شيئاً أطالوا في البحث عنه دون أن يجدوا إلا القليل منه؛ إنه الاعتدال والتوازن والتوسط وإعطاء كل ذي حق حقه.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



كُنْ عَاقِلًا

القناعة والرضا بما قسم الله للعبد، باب كبير من أبواب السعادة؛ لأن إصرار المرء على أن يحوز كل شيء هو ضرب من الجنون.

وإن التفريط في كل شيء هو نوع آخر من الجنون أيضًا.

وإن القناعة هي كنز الحكيم وبيت قصيدة الحكمة.

إن العاقل يعرف أنه لا يستطيع أن يحصل على كل شيء؛ ولذا فإنه يضبط ذوقه وعمله ولذته، ويتعدل في طموحاته.

والطموحات هي ذلك الهوى الكبير في نفوس البشر، والتي يصعب جدًا من غير وضع حدود لها الشعور بالاستقرار وإيجاد الوقت الكافي للاستمتاع بالمباهج الروحية. ولهذا فهناك أكثر من توجيه نبوي للأمة بضرورة الرضا بما قسمه الله تعالى، وعدم مد الطرف إلى بعيد. يقول - عليه الصلاة والسلام -:

«قد أفلح من أسلم ورزق كفافاً وقنعه الله بما آتاه» (١).

وبما أن الإنسان مهما أوتي فسيجد دائمًا من أوتي أكثر منه، فقد وجها - عليه الصلاة والسلام - إلى أن ننظر عند الحاجة نظرة متوازنة ومتنوعة الاتجاهات؛ حيث قال: «انظروا إلى من هو أسلف منكم ولا تنظروا إلى من هو فوقكم؛ فهو أجرد

(١) رواه مسلم (١٠٤٥)، والترمذى (٢٣٤٩).

ألا تزدروا نعمة الله عليكم » ^(١).

ووجهنا إذا حدث أن نظرنا إلى من هو فوقنا بقوله: « إذا نظر أحدكم إلى من فضل عليه في المال والخلق؛ فلينظر إلى من هو أسفل منه » ^(٢).

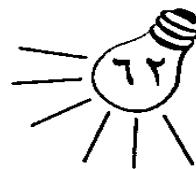
يقول أحدهم: حفيت قدماي، ولم أستطع شراء حذاء، فحصل عندي نوع من التبرم بحكم القضاء، فدخلت مسجد الكوفة، وأنا ضيق الصدر، فوجدت رجلاً بلا رجلين، فحمد الله وشكرته على نعمته.

عززي القارئ:

بِيَّنْ رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

(١) رواه مسلم (٢٩٦٣) في الزهد، والترمذى (٢٥١٥).

(٢) رواه البخارى (٢٧٦/١١) في الرقاق عن أبي هريرة.



ابتسم وتفاعل

الساخطون والمتكاون على ما فاتهم من متع الدنيا حرموا لذة القناعة؛ فهم لا يشعرون بما يتمتعون به من نعم غامرة، فقد أفوا تلك النعم، وبعضهم حصلوا عليها بسهولة، وهم يقولون دائمًا: ينقصنا كذا وكذا، ونريد كذا وكذا، ولا يقولون: عندنا كذا وكذا. إذا أراد الواحد منا أن يكون سعيدًا، فهذا أمر يمكن تحقيقه، لكننا نريد أن تكون مثل أولئك الناس الذين يظهر أنهم يملكون أكثر مما نملك، ويتمتعون بما لا نستطيع التمتع به؛ وهذا أمر عسير دائمًا؛ لأنه يغلب على ظن الناس حتى المحسودين منهم أن غيرهم أسعد وأحسن حالاً منهم وأقل شعوراً بالأزمات والمشكلات.

إن من أكثر ما يؤذي أحاسيس الرضا والطمأنينة أن نضعها موضع شك وتساؤل؛ وذلك حين نسأل أنفسنا: هل نحن سعداء أو لا؟ السعادة تحب الغفلة، وتكره الأضواء كما تؤذيها المقارنات والتطلعات غير المحدودة. فلننتبه إلى هذه المعاني إذا أردنا ألا نحط رحالنا على أبواب الشقاء.

من المهم حتى تكون سعداء أن نؤمن إيماناً لا تردد فيه أن السعادة مع قلة المال وضعف النفوذ وندرة الأشياء تظل شيئاً ممكناً، علينا أن نتعلم من الطيور شيئاً في هذا الشأن، فالعصافير لا يقل مرحه وتغريده عندما لا يحصل على غير

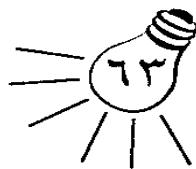
كسرة الخبر. ويجب أن نؤمن دائمًا كما يؤمن البحار أن الرياح الطيبة ستهب لتجري سفينته في الاتجاه المطلوب.

السعادة باختصار ليست شيئاً ظاهريًا، ولنست أسبابها ملموسة دائمًا. الخيال والتفاؤل والأمل والثقة بالله - جل وعلا - والاعتقاد بأن المحن لا تدوم، وأن مع العسر يسراً.. كل هذه الأمور تفتح لنا أبواب الحياة الطيبة على مصراعيها دون أن يكون بين أيدينا الكثير؛ وهذا ليس ادعاءً ولا تسليمة للمعدمين، لكنه الحقيقة الساطعة التي تسمى على الجدل.

أختتم الحديث عن القناعة بما روي من أن رجلاً سأله عمر ابن عبد العزيز رض: ما خير شيء أعلمه لولدي يا أمير المؤمنين؟ فقال عمر: علم ولدك الفقه الأكبر: «القناعة وكف الأذى».

عزيزي القارئ:

يُمْكِنُ رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



اكدح واشتغل

هناك ما يشبه الإجماع بين خبراء الحياة وأساتذة الحكمة على أن العمل والكدح يعد مصدرًا أساسياً من مصادر الحياة الطيبة؛ وهو إلى جانب هذا قد يكون شرطاً لها؛ أي من غير الممكن أو من الصعب على الأقل أن ينعم المرء بالسعادة والرضا إذا كان يجد نفسه في صورة دائمة أو غالبة معطلًا عن العمل.

نحن أمة في حاجة ماسة إلى أن تعيد بناء نفسها في كل المجالات، إذا ما أرادت ألا ينهار موقعها العالمي أكثر فأكثر. وإن أحد المداخل الأساسية لذلك يكمن في إرساء تقاليد ثقافية عميقة شاملة، تتجدد العمل الصامت، وتنظر بعين التقدير والاهتمام إلى كل جهد بناء، يبذله المسلم على صعيده الشخصي أو على الصعيد العام.

وقد قال - عليه الصلاة والسلام - : « لأن يأخذ أحدكم أحبله - أي حباه - ثم يأتي الجبل، فيأتي بحزمة من حطب على ظهره، فيبيعها، فيكف الله بها وجهه، خير له من أن يسأل الناس، أعطوه أو منعوه » ^(١).

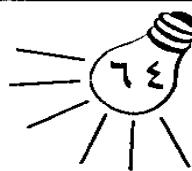
وقال أيضًا: « ما أكل أحد طعاماً قط خيراً من أن يأكل من عمل يده؛ وإن نبي الله داود كان يأكل من عمل يده » ^(٢).

(١) البخاري عن الزبير بن العوام في الزكاة (٣/٢٦٥).

(٢) البخاري عن المقدام في البيوع (٤/٢٥٩).

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك.



اخْطِ واقتحم الرهبة

من المدهش أن العمل مهما كان صغيراً يحمل ميزان الأعمال الكبيرة على المستوى النفسي، وعلى المستوى العملي الواقعي. إذا تأملنا في حياتنا وحياة الناس من حولنا وجدنا أن هناك الكثيرين من لديهم أفكار جميلة، لكن تلك الأفكار ظلت، وما زالت حبيسة الأدراج لماذا؟

لأن الناس لم يقوموا بأي خطوة عملية تجاهها. إن أي جهد عملي يشكل بداية، نكسر من خلالها رهبة الخطوة الأولى، ونتخلص بذلك من مزعجات اتهام الذات بالضعف والقصور، كما نتخلص من اتهامها بالوله بالكلام (الفارغ) الذي لا يتبعه أي تطبيق.

العمل مهما كان صغيراً، يساعدنا على اكتشاف أنفسنا وامتحان قوانا وقدراتنا، ويوضع صحة أفكارنا على المحك الذي لا يخطئ؛ لهذا فإن الفارغين والعاطلين عن العمل يحملون الكثير من الأوهام عن أنفسهم وعن الحياة من حولهم.

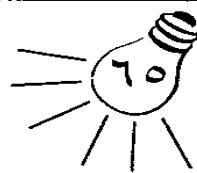
العمل بالإضافة إلى هذا وذاك يغير المعطيات التي بين أيدينا، ويخفف عنا بسبب الثروة التي تنتج عنه الكثير من صعوبات الحياة، يجعل البيئة التي نعيش فيها أكثر ملاءمة للحياة الهانئة المستقرة.

العمل هو الذي يأتي بالأمل، وهو الذي يجعلنا نستسهل

الصعوبات؛ لأننا من خلاله نباشر الممكن؛ ومباعدة الممكن وحدها هي التي تقلص مساحات المستحيل، ومساحات الأمور الصعبة.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



عش روح الحياة لا شكلها

نحن في حاجة إلى مقياس جديد ننظر من خلاله إلى الحياة، أو أن نغير العداد الذي نعد من خلاله الأعمار. العداد الموجود الآن يعد الساعات والشهور والأعوام؛ ففلان ما زال في الثلاثين، وفلان عاش تسعين، وفلان عاش سبعين.. وهكذا العداد يقيس شكل الحياة لا روحها ولا مضمونها ولا قيمها. العداد الجديد يجب أن يعد الأعمال والمنجزات والمبرات والهدايا التي يقدمها الواحد منها لأهله وجماعته وأمته.

نحن في حاجة إلى أن يدرك الناس أن الحياة الطويلة ليست بالضرورة هي الحياة الممتلئة بالأفكار والمشاعر المشحونة بالأعمال الجليلة والإنجازات العظيمة. هذا هو المقياس الذي يجب أن تتعلق به. ونحسب الأعمار على أساسه. وهذا المفهوم واضح في قوله ﷺ: «خير الناس من طال عمره وحسن عمله، وشر الناس من طال عمره وساء عمله» ^(١).
فما يستحق الاهتمام والاعتباط ليس طول العمر ولكن خيرية الأعمال التي تتجزأ فيها.

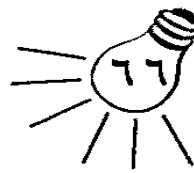
إن ملأنا حياتنا بالأعمال التي تنفعنا في الدنيا، ونبعد آثارها في الآخرة، هو الذي يجعل حياتنا تطول وتطول، إنها تطول بالسعادة التي يتركها العمل في نفوسنا، وتطول بالأجر الذي

(١) رواه الترمذى (٢٣٣٠)، ورواه الدارمى، والحاكم فى مستدركه.

ننتظره من الله - جلّ وعلا - يوم لا ينفع مال ولا بنون.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



أتقن وتفوّق

بعض الناس يقوم بأعمال معينة ليس من أجل فوائدها المباشرة؛ وإنما من أجل التسلية وطرد السأم، والتخلص من الفراغ، وذلك مثل الشري الذي يمارس هواية صيد السمك. وهذا النوع من الأنشطة إذا ظل في حدود الاعتدال فإنه يحقق بعض السعادة لكونه سد باباً من أبواب التعasse، وهو الضجر والفراغ.

أما العمل الهدف الجاد؛ فإنه لا يحقق السعادة إلا إذا أدي بطريقة متقدة ومنظمة، فالناس الذين يؤدون أعمالهم بطريقة ردئية يشعرون بأنهم لم يقوموا بواجبهم، وهم غالباً لا يحبون أعمالهم، ويرون أنهم دخلوا ذلك المجال عن طريق الخطأ، وهذا كله يجعل المرء يشعر بنوع من الارتباك ودرجة من الإحباط.

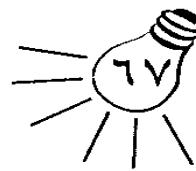
العمل الممتع الذي يأخذ بلب الإنسان فعلاً ويرضيه غاية الإرضاء هو العمل الذي يؤدي بطريقة متقدة ومتفوقة، فيها إبداع وفيها فكر وتجديد وخروج عن المألوف؛ حيث يشعر المرء آنذاك أنه يضيف إلى الحياة شيئاً، كما يشعر أنه ينمو ويكبر مع كل إنجاز يتحققه. وقد ورد في الحديث: «إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتلقنه»^(١).

(١) حسنة الشيخ ناصر الدين الألباني كما في صحيح الجامع وضعيفه.

لنجرب أن نعمل في عمل نحبه، ولنجرب أن نؤدي ذلك العمل بأفضل طريقة ممكنة، لنرى بعد ذلك حجم ما يعود على نفوسنا من انتراح وسرور وسعادة من وراء ذلك.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



افتح الأبواب

الأفكار الإيجابية هي الأخرى تبعث السرور في نفوسنا. ومن المؤسف أننا في زمان ينتشر فيه الإحباط في نفوس كثير من الآخيار، كما ينتشر الوباء نتيجة سيطرة الأفكار السلبية عليهم.

هناك أشخاص يدللون الناس من حيث لا يشعرون على الطريق المسدودة ولا تعرض أمامهم فكرة إيجابية إلا ذكرروا لك السلبيات التي يمكن أن تنشأ عنها، فيشيعون في الناس روح الكآبة واليأس من صلاح الأحوال.

ومن الصعب على الواحد من هؤلاء أن يتذكر أنه قدم في يوم من الأيام فكرة إيجابية، أو اقترح اقتراحًا عمليًا أو طور مشروعًا إنتاجيًّا!

إنني أؤمن إيمانًا جازمًا أن كل نظرية تؤدي بالناس إلى طريق مسدود، وتبعث فيهم روح الاستسلام هي نظرية خاطئة، وتحتاج إلى نبذ أو تعديل أو تطوير.

لنكن على ثقة أن من أكثر الأشياء بعثًا على الرضا في هذا العالم ما نحمله ونذيعه من الأفكار السارة واللطيفة والإيجابية.

وإن الأفكار الجميلة هي التي تصنع الشخصية، وإن كل فكرة جميلة أو إيجابية ندخلها إلى أذهاننا تقوم بطرد فكرة سيئة أو هداة من عقولنا، وبذلك نذوق بعض طعم السعادة.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك.



بَشِّرْ وَأَمْرَحْ

الشاشة والمرح والإيجابية والاستبشار كلها أمور تساعد على انشراح الصدر، وإيجاد الأحساس والمشاعر الندية والساربة. نحن في حاجة مستمرة إلى أن نستبشر، ونبشر غيرنا، وأن نمرح ونجعل غيرنا كذلك يمرح في غير إسراف ولا استخفاف بعزم الأمور. وإنه لأدب عظيم يعلمنا إيات القرآن الكريم، ويعلمنا إيات النبي ﷺ؛ حيث يرشد الله - جل وعلا - إلى أن يبشر المؤمنين بكريم موعد الله في الدنيا والآخرة في آيات كثيرة، يقول - سبحانه - : ﴿ وَالَّذِينَ أَجْتَبَيْتُمْ أَنْ يَعْبُدُوهَا وَأَنَابُوا إِلَى اللَّهِ لَهُمُ الْبُشْرَى فَبَشِّرْ عِبَادِ ﴿١٨﴾ الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَسْتَمِعُونَ أَحْسَنَهُ ﴾

[الزمر: ١٨ ، ١٧].

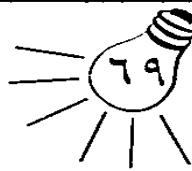
ويقول: ﴿ وَبَشِّرْ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ جَنَّتِ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا أَلَانَهَرُ ﴾ [البقرة: ٢٥].

وبشر عدداً من أصحابه بالجنة وببعض نعيم الدنيا، وبشر زوجه خديجة رضي الله عنها ببيت في الجنة من قصب - اللؤلؤ الم gioف - لا صخب فيه ولا نصب؛ أي بيت هادئ لا صياح فيه ولا تعب.

الإشارة توجه العقل وتوجه الروح والخاطر نحو التفاعل مع أعزب الآمال والأمنيات والمحبوبات؛ فيضج الجو كله بالحبور والسرور وتنسى الآلام، وتخفي المزعجات.

عزيزي القارئ:

بِيَنْ رَأِيكَ فِي هَذِهِ الإِضَاءَةِ وَمَدْى تَحْقِيقِهَا لِلْسَّعَادَةِ فِي حَيَاةِكَ:



أدر إدراكك

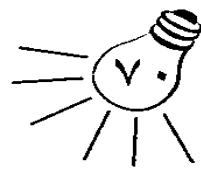
مشكلة الإنسان أنه يصدر دائمًا في موقفه من الأشياء عن رؤية جانبية جزئية، ولو أننا وكلنا قضية من القضايا المهمة إلى أفضل مركز دراسات في العالم لكان ما يصدر عنه من تقارير وآراء ونصائح شيئاً قابلاً للنظر والنقاش والمراجعة؛ هذه هي طبائع الأشياء ولهذا فإن من المهم أن نستخدم هذه الخصيصة للعقل البشري في بلورة رؤية للسعادة وللحياة تنسجم مع معتقداتنا، وتتوفر لنا في الوقت نفسه واقياً من بعض أسباب الشقاء؛ وهذا يتم عن طريق توجيه الإدراك.

وإذا أردنا أن نصل بمصطلحًا جديداً، فيمكن أن نقول: (إدارة الإدراك) لدينا على النحو الذي ندير به الأزمات، فالوعي غير المكتمل بالأشياء من حولنا يترك لنا هامشًا لتوجيهه واستخدامه فيما يجلب لنا الهناء.

عززي القاريء:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

.....
.....
.....
.....
.....



ظلل بإيمان

لكل حقيقة ظلال عديدة، وهذه الظلال تشَكّل وقع هذه الحقيقة علينا، وعلاقتنا بها.

نحن الذين نقوم برسم تلك الظلال من خلال وعيينا وفهمنا للحياة.

وإن كثيراً من الحقائق يظل قابلاً لأنفسه تفسيرات متباعدة ومتضادة، فلنكن ونحن نقوم بذلك أوفياء لعقيدتنا وللمبادئ والقيم النبيلة التي نؤمن بها، ولنحرص في الوقت نفسه على التفسير وعلى الظل الذي يخفف من متاعبنا، و يجعلنا أحسن بصيرة وأفضل اطمئناناً.

الموت حقيقة كونية لا تقبل الجدل ومعظم الناس ينظرون إليه على أنه نهاية لحياة محبوبة ومرغوبة - حتى بالنسبة إلى التعباء - وهم يخافون مما يأتي بعده؛ لكن يمكن الانطلاق من نقطة مغايرة لما عليه الآخرون؛ حيث يمكن النظر إلى الموت على أنه فاتحة خير عظيم، وأن ننظر إلى الحياة التي نحياها الآن على أنها حاجز يحول بيننا وبين نعيم الآخرة.

ولنستمع إلى نصيحة غالبية من الصديق عليه السلام حيث يقول:

« لا تغبطوا الأحياء إلا على ما تغبطون عليه الأموات ». يقول: تخيل أن الذي يتمتع بما يغبط عليه قد توفي؛ فإذا كان بعد وفاته سيظل موضعًا لغبطتك؛ فاغبطه على ما هو

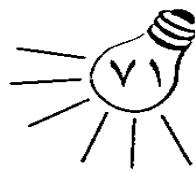
فيه الآن وهو حي. وإذا كنت لن ترى وجهًا للغبطة آنذاك فلا تغبطه الآن. وقد انطلق عليه من إيمانه الراسخ بأن الدنيا بكل نعيمها ومتاعها وحبورها لا تعدو أن تكون شيئاً مؤقتاً، وهي إلى زوال أكيد. ولو أن الناس فكروا بهذه الطريقة لما حسد أحد أحداً على شيء من أمر الدنيا؛ ولكن هيهات هيهات!

وكتب رجل في الثمانين إلى رجل في الستين مهنيتاً له على بلوغه هذه السن مع الصحة والعافية، وقال: قد بدأت تعيش بعد ستين سنة من التأهب وأنت الآن من الحكم والخبرة بحيث يمكنك أن تكتشف كما اكتشفت أنا من قبلك أن أفضل شطر من الحياة هو بين الستين والثمانين. لا تتصور أبداً أنك تقترب من النهاية بل من بداية جديدة؛ إنك إذا اعتقدت ما أقول لك فإن موقفك سيتغير كلياً، وسوف يكون لك مستقبل تستشرفه، وتتطلع إليه. ثم قال له: إن على المرء أن يحيا الحياة بمحاجتها، وعليه أن يتحملها في بعض الأوقات، ولكنها على كل حال تقدم لنا أساساً وإلى الأبد للوعد بأمور أسمى وأجمل.

هذه هي البراعة في إدارة الإدراك وتوجيهه الوجهة التي تزيدنا قوة وأمنا.

عزيزي القارئ: ☺

بيّن رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



تربيَّث واحكُم

كثير من سخطنا واحتجاجنا على الناس والأحداث والمواقف، يعود إلى أننا لم نر الصورة كاملة بسبب قصورنا الذهني أو بسبب العجلة في فهم الأمور أو بسبب عدم وجود إمكانية للحصول على ذلك.

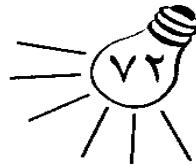
كم حدثت مشاجرات ومكاييدات، ثم تبين أنه لا مسوغ لها، وأنها حدثت بسبب عدم فهم الأمور كما يجب.

هذا رجل ركب مع أطفاله الأربعة في عربة قطار، وكان الطريق طويلاً، فنام بعض الركاب، واستغرق بعضهم في قراءة كتابه أو روايته المفضلة؛ وقد شعر الجميع بالأذى الذي أحدهه صخب الأطفال الأربعة الذين كان أكبرهم في السابعة، وتحملوا ذلك مدة، ثم قام غير واحد منهم إلى الأب يؤنبونه على ترك أطفاله يركضون ويصرخون في ممر العربة. وهنا انساحت دمعة من عين الأب، واستغرب الحاضرون ذلك، ثم قال: إن والدتهم توفيت في الصباح، وأنا غير قادر على ضبطهم؛ وهم في هذه الظروف. وهنا انقلبت مشاعر كل من في عربة القطار من مشاعر سخط وغضب إلى مشاعر رحمة وحنان وعطف، وأخذوا يجذبون الأطفال إلى مقاعدتهم ليلاعبوهم ويعطوهם بعض الحلوي. إن مزيداً من الفهم لأحوال الناس من حولنا سيخفف من

مشاعر الاستياء نحوهم، وسيعود علينا بالتالي بالارتياح والهدوء.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



كن حكيماً

من غير الممكن أن نعيش في وسط ذهني على ما نحب ونشتهي؛ فهناك دائمًا شيء من الظروف المعاكسة والأوضاع غير المواتية. وهذا من تمام الابتلاء لنا في هذه الحياة. وإدراكنا لهذه الحقيقة، يجعلنا نعتقد أن وضعينا مع الهناء والسعادة، ليست كوضعيّة من استلقي تحت شجرة في انتظار الشمار الطازجة والشهيّة حتى تساقط في فمه. إن هناك فقرًا وصحّة مهدّدة، وخلافات أسرية، ومنافسات في الأعمال، وهناك الكثير الكثير من المنغصات والمزعجات؛ وللهذا فإن من جملة توجيهه إدراكنا أن نحيا في هذه الدنيا على أساس أن السعادة ليست شيئاً يُهدى إلينا، وإنما هي شيء ننجزه.

نحن في تعاملنا مع الظروف المحيطة بنا في حاجة إلىبذل الجهد والعمل المثابر، كما أننا في بعض الأحيان بحاجة إلى الإذعان والتكييف.

نحن دائمًا في حاجة إلى الحكمة التي ترشدنا إلى المواطن التي علينا أن تكون فيها أشد صلابة وأكثر مقاومة؛ لأن طبيعتها لا تقبل المساومة، كما أننا في حاجة إلى أن نعرف متى علينا أن نذعن ونرضي ونتكيف لأنه لا يمكن غير ذلك، أو لأنه ليس من الحكمة بذل الجهد وتبذيد الوقت في التخلص من أمور غير ذات قيمة.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



انتبه وتوازن

إن مما يلفت الانتباه ذلك التوازن الذي بشه الخالق - جل وعلا - في حياة العباد؛ حيث إن من الواضح أن الشعور بلذائذ الحياة لا يكتمل أبداً من غير المرور ببعض منغصاتها. لا يمكن تذوق حلاوة الحياة على الوجه الأكمل من غير تذوق مرارتها.

وقد كانوا يقولون: إن للشووهاء فضلاً على الحسناء؛ لأنه لو لا التشوه الذي لدى الشووهاء ما عُرف حسن الحسناء، وهكذا الحياة، فالذين ولدوا وهم يتقلبون في ألوان من النعيم المستمر، يموتون دون أن يتعرفوا على بعض متع الحياة على الوجه الأكمل.

إن الاستلقاء على السرير يكون أشهى ما يكون بعد يوم من الكد والنصب والإعياء.

هكذا نجد السعادة في تلك السلسلة المتباوبة من السراء والضراء والشدة والرخاء والغنى وال الحاجة والنشاط والكسل. الكسل الذي يذمه كل الناس، والسأم من العمل ومن لقاء الناس، عبارة عن سلاح تدافع به الحياة الطيبة عن نفسها في وجه الجدية والصرامة الزائدة، وفي وجه الانشغال الدائم والجري غير المحدود خلف إنجازات موهومة.

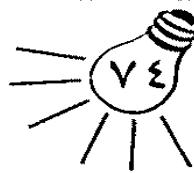
إن الحزن الذي يعقب السرور يحول ما انقضى من أيام

المسرات إلى ذكريات عزيزة نستحضرها متى ما شئنا، ونرى فيها مصدراً نقيناً للاستمتاع على حين أن أيام السرور كانت مشوبة غالباً بمنغصات ليس أقلها السأم من مرور الأيام على و蒂رة واحدة.

إذا استقبلنا منغصات الحياة على أنها ضرورية للشعور بالهناء فإن تلك المنغصات سوف تبدو على أنها أقل إيداءً للنفس وأقل تكديراً للخاطر. إنه لشيء مدهش أن يتمكن المعدبون في الأرض من أن يتذوقوا نكهة جديدة للسعادة لا يستطيعون تذوقها حتى لو كانوا من المرفهين في الأرض!

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



ابحث عن قلب

تشكل علاقاتنا الاجتماعية مورداً من أهم موارد سعادتنا وهنائنا.

والحقيقة أن من الصعب على المرء أن يتصور شكل السرور الذي سينعم به لو نشأ وهو لا يعرف والديه ولا إخوته وليس له زوجة ولا أقرباء ولا أصدقاء ولا زملاء يأنس بهم، ويفضي إليهم بذات نفسه.

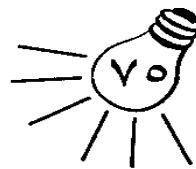
إننا بسبب الأنانية والخوف من التضحية بتنا نخاف من أي حديث عن الحياة الاجتماعية؛ لأننا نظن أننا بذلك نعرض أنفسنا لإرهاق العطاء المجاني والتنازل عن بعض المكاسب الشخصية.

نحن نأخذ من مجتمعاتنا أكثر مما نعطيها، فالمجتمع يستطيع أن يستمر إذا فقد بعض أعضائه، ولكننا لا نستطيع أن نهأ ونحمي أنفسنا من غير مجتمعاتنا.

إننا حين نواجه الصعوبات والعقبات مجتمعين نشعر بشقة أكبر وتخف علينا وطأة المواجهة. وإن دروب الحياة - حتى السهلة منها - تكون وعرة وموحشة إذا عبرها الواحد منا بمفرده، المرء لا يشقى ولا يحس بالتعاسة والقلق إذا وجد قلباً يخفق مع قلبه، فكيف إذا وجد عشرات القلوب؟!

عزيزي القارئ: ☺

يُسْأَلُ رأِيكَ فِي هَذِهِ الإِضَاءَةِ وَمَدْى تَحْقِيقِهَا لِلسُّعَادَةِ فِي حَيَاةِكَ.



امتحن الحب

ما دمنا نتجاوب روحياً وما دامت أوضاع كل واحد منا مرتبطة بأوضاع إخوانه وأهله وأصدقائه، إذاً فمن المهم أن أعتقد أن مساعدة أي واحد من المسلمين تعني أنني أساعد جزءاً صغيراً من كياني المعنوي الكبير.

وحين أسبب الأذى إلى أي واحد من المسلمين فإنني أؤذي نفسي من حيث لاأشعر.

وبناءً على هذا، فإنه ليس هناك من سبيل لتدعم السعادة والطمأنينة في حياتنا العامة إلا أن نسعى إلى أن نطلبها للجميع، ونحاول تحقيقها لكل من نعرف وبنفس الدرجة على مقدار ما نستطيع.

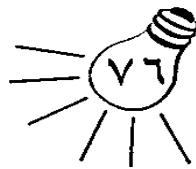
إن من مصادر السعادة لدى المرء أن يملأ التوجه الودي نحو الأشخاص الآخرين؛ حيث نشعر نحوهم بالتقدير والإعجاب، ويشعرون في المقابل أنها نقدم لهم نوعاً من الإعزاز، والذي يقابلونه من جهتهم بالشكر والعرفان.

لنعمنح الحب والعطف والاهتمام ولكن دون أن ننتظر من الآخرين التجاوب الفوري والحادي؛ إن ذلك الانتظار يفسد المشاعر، ويجلب التعasse، الحب الحي المورق هو الحب غير المشروط. ومن المهم كذلك ألا نشعر ونحن نقدم التعاطف أو المعونة للآخرين أننا نقوم بالواجب تجاههم.

الشعور بالواجب نافع في مجال الأعمال والوظائف؛ لأنه يجعلنا ننشط، ونتحمل المسؤولية، لكنه في مجال العلاقات الاجتماعية يعد ضاراً لأنه يفرغ تعاطفنا من مضمونه الأسمى ومن نكهة النبل التي تستر فيه.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



كن مخلصاً

إسعاد الآخرين وخدمتهم والتحفيف من درجة آلامهم حين يكون بداعي إيماني عميق وبدافع من النبل والكرم الذاتي، فإنه يعمد العلاقة بيننا وبين الله - جل وعلا - لأنها يشكل بصورة ملموسة نوعاً من التحسن في امثالنا لأمر الله. وحيينما نحرص على أن يكون خاصاً جداً ومستوراً عن أعين الناس حتى نحافظ على نقائه وعفويته.

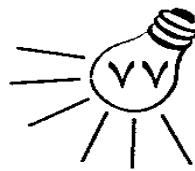
تحدثوا عن رجل كان يتربّد إلى إحدى دور الأيتام بعد ظهر كل يوم أربعاء ليقضى ساعة من الزمن يرافق خلالها عن الصغار البائسين، وذلك برواية القصص والحكايات والمغامرات لهم وبملاعبهم بشتى الألعاب المسلية. وكان هذا يخفف من العبء الملكي على كواهل المشرفين على الدار.

ولما سُئل مدير الميتم عن هذا الرجل أجاب أنه لا يعرف عنه شيئاً ولا من هو؛ ولكن مجرد وصوله إلى الميتم يبعث السرور إلى نفوس الصغار، الذين يخفون إلى استقباله، ويتحلقون حوله وكأنه صار بمنزلة الأب لكل واحد منهم.

وكان الرجل يجذب الفضوليين الذين يحاولون التعرف عليه بقوله: لا أهمية لذلك، لو أخبرتكم لفسد كل شيء. إن علينا أن ننمّي في أنفسنا حب العمل التقى الخفي الصامت حتى نكسر من شوكة الأنانية المتتجذرة في نفوسنا.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاعة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



حسين مشاعرك

لعلنا نستطيع أن نجاهد أنفسنا لننظر إلى بعض الأمور نظرة جديدة في سبيل تحسين مشاعرنا ومواقفنا من بعضنا: ما رأيكم في أن ننظر إلى إيشار الآخرين على أنفسنا في بعض الأمور والأشياء على أنه اختبار للقوة؟ كلما أراد الواحد منا أن يؤثر أخاه بشيء، ونراحته نفسه في ذلك فليتعامل معها على أنه في حالة منازلة أو مغالبة، وأن المطلوب منه أن ينتصر في هذه المغالبة.

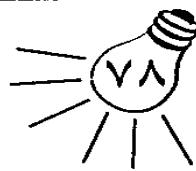
ما رأيكم أن ننظر إلى الإيشار على أنه واقٍ أو عازل لأرواحنا عن الصداً أو الأنانية، وننظر إلى كل موقف إيشاري تطوعي خيري على أنه عمل من أجل تألق الروح وإزالة الصداً عنها؟

من الممكن أن ننظر إلى تحمل الآخرين وغض الطرف عما يدر منهم من هفوات على أنه اختبار للحب.

الذي يحب أخاه أكثر يتحمل منه أكثر. وحين نجد أنفسنا عاجزين عن التحمل؛ فلننظر إلى ذلك على أنه نقص في الحب والمودة.

عزيزي القارئ:

بيّن رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



أسأل نفسك

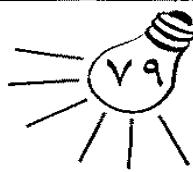
سيكون من الحكمة أن يسأل الواحد منا نفسه بين الفينة والفينة:

- هل أنا لطيف؟
- هل أراعي مشاعر الآخرين وحقوقهم؟
- هل أنا أأناني أفكـر في رغباتي الخاصة؟
- هل أنا صريح أكثر مما ينبغي إلى درجة إيقاع الآخرين في الحرج؟
- هل أن ملتزم بـأداء الحد الأدنى من حقوق المسلمين على نحو ما لخصه يحيى بن معاذ بقوله: «ليكن حظ المؤمن منك ثلاثة: إن لم تنفعه فلا تضره، وإن لم تفرجه فلا تغمـه، وإن لم تـخدـه فلا تـذـمـه».»

عزيزي القارئ: ☺

بـين رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



كن صوتاً رقيقًا

للتبسم تأثير هائل على الحالة النفسية للإنسان على نحو لا يدركه كثير من الناس.

إن أحوال الروح تابعة لأوضاع البدن، فبمجرد أن تنفرج أسارير الإنسان، ويضحك أو يبتسم، ينشأ تيار من السرور والاستبسار، ليجتاج النفس، ويفيّر في وضعيتها.

ومن الصعب أن يبتسم المهموم أو المكتئب دون أن يطرأ تغيير فوري على حالته النفسية؛ ومن هنا عد - عليه الصلاة والسلام - التبسم نوعاً من المعروف أو الإحسان حين قال: «تبسمك في وجه أخيك صدقة» ^(١).

وقال عليه السلام: «لا تُحقرن من المعروف شيئاً ولو أن تلقى أخاك بوجه طلق» ^(٢).

حين يبتسم الإنسان في وجه أخيه، فإنه يحسن إلى نفسه أولاً بدفع حالته النفسية نحو الانشراح والسرور، ويسعد إلى الذين يبتسمون في وجوههم حين يشيع فيهم مثل ذلك. إن من طبيعة السرور أنه ينتقل بالعدوى، بل لا يتم إلا إذا جرى فيه التبادل، حين نضحك معًا لسماع طرفة أو حكمة

(١) رواه البخاري في الأدب المفرد، والترمذى وابن حبان عن أبي ذر، وهو حديث طويل، وصححه الشيخ الألبانى فى صحيح الجامع وضعيفه.

(٢) رواه مسلم (٢٦٢٦) فى البر والصلة.

أو خبر أو تذكر شيء جميل أو توقع شيء محبوب، فإننا نغمر أنفسنا بمشاعر الأخوة والزماله والمساواة، وتزول الفوارق الثقافية والاجتماعية بلمحة بصر.

وحين تلتقي أعيننا بعضها وننحن في ذروة الضحك والانفعال السار الذي تحدثه الطرفة أو الدعابة، فإنه يحدث نوع من التفريج عن الكروب العصبية والنفسية، وتبادل مشاعر العرفان والثقة والتفوق والانفتاح والألفة والعقوبة. وكأن الطرفة تحول أهل المجلس إلى عناصر كيميائية جمعتها خلطة واحدة، فأخذت تتفاعل على نحو مدهش وعجب. في الدعابة تظهر براءة الإنسان، ويذهب عنه التكلف والاحتشام المصطنع، كما أن في الدعابةأمانًا من بعض الكبر، وقد كان عليه الصلاة والسلام يداعب أصحابه، ويضحك مما يضحكون منه، ويعجب من الأمور التي يعجبون منها.

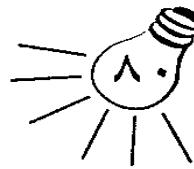
إن الابتسamas التي توزّعها على من نعرف، وعلى من نحب وعلى من نلاقيه هنا وهناك ممن نعرف ومن لا نعرف - قد ننظر إليها على أنها أشياء ضئيلة أو تافهة، لكنها إذا ما نشرت على طول طريق الحياة فإن الارتياح والاغبطة الذي تصنعته، قد يصعب تخيله!

لتحاول ألا تصدم أحداً، ولا نسرق السرور من قلب أحد
وألا تحطم الأمل في قلب بشر.

إن الصوت الذي يرُن بالرقه واللطف للصغير والكبير
يجلب للناس غبطة لا مثيل لها.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



كن بسيطاً طبيعياً

للسعادة رافدان أزليان أبديان هما؛ البساطة والطيبة.
إذا أردنا لمشاعرنا أن تنتعش ولنفوسنا أن ترتاح فلننشر
هاتين الفضيلتين في حياتنا العامة وفي علاقاتنا.

تعني البساطة عدم التكلف والتخفيض من التعامل
ال رسمي ومن القيود المظهرية، الناس كلهم يحبون أن يتعاملوا
دون تعقيدات وأن يتقابلوا وجهاً لوجه دون (رتوش) ودون
أقنعة، لأن التكلف متعب ومكلف ومزعج. وهو الضريبة
التي يدفعها معظم الأثرياء!

إن البساطة توفر للفقراء قدرًا لا يستهان به من الهناء،
فهم يتناولون الطعام البسيط عند جيرانهم وأقربائهم
وأصدقائهم دون مواعيد مسبقة ودون استعدادات كبيرة،
ويطلبون المعونة من بعضهم يسر وسهولة ودون شعور بكثير
حرج؛ ولهذا فإن قلوبهم تظل قرية من بعضها، وهم
لا يحتاجون إلى التصنّع؛ لأن أمورهم مكشوفة أمام بعضهم.
أما الأثرياء فهم محرومون من ذلك كله أو أكثره.

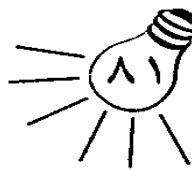
أعتقد أننا لو ملکنا الشجاعة الكافية لحصلنا على كثير مما
نريد في هذا، ولكن ليس مع كل الناس، نحن نحب عدم
التكلف، لكن نخاف من نقد الناس: نخاف من أن يفسروا
عدم الاهتمام بتحضير ضيافة فاخرة أو جيدة لهم - مثلاً -

على أنه بخل أو أنه يعبر عن الاستخفاف بهم. لكن هذا سيزول إذا فهموا أننا نتصرف هكذا ثقة بالولد ووحدة الحال التي بيننا.

الطيبة تعد مصدر هناء - كما ذكرنا - وهي تعني عدم التدقيق على كلام الآخرين، وعدم التشدد في نقد أحوالهم وعدم الإلحاح على معرفة أخبارهم وأوضاعهم، كما تعني حسن الظن بهم وحمل كلامهم على أحسن الوجه، الطيبة تعني أننا نسهل للناس طرق فهمهم لنا وطرق تعاملهم معنا. ومن كان منا لا يملك مثل هذه المعاني، فليجاهد نفسه ليملك أكبر قدر منها في سبيل إسعاد نفسه وإسعاد غيره.

عزيزي القارئ:

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



اشكر الناس

إذا كنت حزينًا؛ لأن بعض معارفك أو بعض من يمكن أن تدعهم أصدقاء لك يغارون من إنجازاتك، فينبغي أن تعلم أن الحياة كانت دائمًا هكذا.

وعظماء كثيرون عانوا من مثل هذا الذي تذكره. وكثير منهم أثبتوا عظمتهم من خلال ترفعهم عن التوافه وتجاوز الهاجسات وانسجامًا مع النبل الذي بين جوانحهم. ومع المعاني التي جعلتهم عظماء.

أما نحن من جهتنا، فعلينا أن نعترف بالجميل لمن يحسن إلينا؛ حيث إن الاعتراف بالجميل يجعل صاحبه يحافظ على الصداقة القديمة، ويكسب صداقات جديدة.

وقد قال - عليه الصلاة والسلام - : « من أحسن إليكم فكافئوه، فإن لم تستطعوا فادعوا له » ^(١).

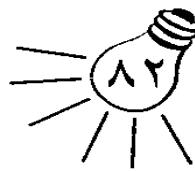
كنت في زيارة من مدة لواحد من الرجال المعدودين في المجال التربوي، وقد أدهشني تواضعه الجم الذي لم يشوش على معاني العظمة التي يتحلى بها، وكان قد نقل قولهً عن أحد أصدقائه، والذي توفي من نحو عشرين سنة، واستطرد في الكلام؛ حيث قال عن ذلك الرجل: فلان كان صديق

(١) رواه أبو داود (١٦٧٢)، والنسائي وأحمد بصيغة قرية والبخاري في الأدب المفرد، قال النووي في الأذكار: روی بإسناد الصحيحين.

عمرى. ثم قال: وله على أىادِ وأفضال كثيرة جدًا. وقد علا ذلك المربى الكبير في عيني أكثر وأكثر للعرفان بالجميل لصديق توفى من مدة ليست قصيرة!

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



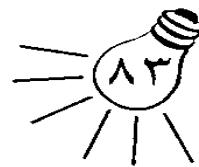
الحاجز الممتاز

يشكل العمل حاجزاً ممتازاً بين المرء وتحوله حول ذاته، وغوصه في همومه الشخصية، وحين يقع المرء في شدة أو أزمة أو إخفاق ذريع.. فإنه يكون من الحكمة اللجوء إلى العمل بوصفه صارفاً لنا عن الاستغراق في الهموم ونحن نشعر بالعجز عن معالجة تلك المشكلات في أوقات الفراغ الطويل يسجن الإنسان مع نفسه، ويواجهها وتواجهه، وعندما تبدأ سلسلة من الانفعالات المزعجة كتلك التي يواجهها الناس الذين يعيشون في السجون، بل أشد فهذا يسيطر عليه انفعال الإعجاب بالذات واكتشاف ميزاتها، وما يتبع ذلك من الشعور بالظلم والهضم له من قبل الآخرين. وآخر يسيطر عليه الإحساس بالإثم والمهانة واحتقار الذات. وثالث يسيطر عليه هواجس الخوف أو الحسد لفلان وفلان أو الشك في هذا وذاك.. وهذه الأمور مؤذية للصحة النفسية وجالة لأسباب التعasse.

عزيزي القارئ:

بiven رأيك في هذه الإضاعة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

.....
.....
.....



آخر بصدق

ما يعكر صفو الصدقة وصفو الأخوة الأحكام التي نصدرها على بعضنا. ويبدو أننا لا نستطيع تحاشي ذلك للعديد من الأسباب، لكن نستطيع أن نلتزم بالأدب الإسلامي الرفيع عند إصدار أي حكم على أي صديق. لننطلق من مبدأ: إن معرفتنا ببعضنا ليست كاملة؛ الواحد منا لا يعرف نفسه تمام المعرفة، فكيف تكون معرفته بغيره تامة؟! ولهذا فإن أي تصرف يقوم به أحد الناس، له خلفيته الخاصة، فقد يكون معدوراً فيما نأخذه عليه، وقد يكون قام به بناءً على اجتهداد منه أو بناءً على موازنة لتحقيق خير الخيرين أو دفع شر الشررين.

ويذكرون في هذا المقام أن أحد السلاطين سجن أحد الأشخاص بسبب إنكاره لبعض ما صدر منه من قول، ويبدو أنه قد أصدر عليه حكماً بالإعدام، فذهب أحد علماء المسلمين - وقد كان ذا مكانة رفيعة لدى الدولة - يستشفع في ذلك الرجل، ويطلب إطلاق سراحه، وقد كان ذلك العالم صديقاً شخصياً له، وهنا وافق السلطان على العفو عنه والإبقاء على حياته وإطلاق سراحه بشرط أن يضربه ذلك العالم عشر ضربات أمام الملأ. وقد كان الموقف محرجاً جدّاً، لكن ذلك العالم وافق على ذلك الشرط؛ نظراً لأن فيه

ارتكاب أخف الضررين وفعلاً ضرب صديقه فأخرجوه من السجن وانتهى كل شيء.

الناس الذين لا يعرفون الحكاية صاروا ينتقدون ذلك العالم، ويشهرون به بحجة أنه ضرب مظلوماً، أما الرجل نفسه فإنه لما فهم من صديقه العالم القضية عانقه وأثنى على العمل الذي قام به.

حين يُنقل إلينا خبر عن صديق فلنسوثق ولنتبين، كما قال الله - جلّ وعلا - : ﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِنْ جَاءَكُمْ فَاسِقٌ يُنَبِّئُ فَتَبَيَّنُوا أَنَّ تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهَنَّمَ فَتُصْبِحُوا عَلَىٰ مَا فَعَلْتُمْ نَدِيمِينَ﴾ [الحجرات: ٦].

قبل أن ننشر خبراً سمعنا فيه إساءة لأحد من الناس لنسأل أنفسنا عدداً من الأسئلة:

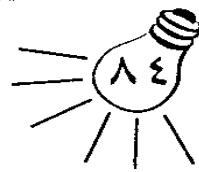
هل ما سمعناه صحيح؟

هل هناك حاجة أو فائدة من نشره وإذاعته بين الناس؟
هل نشره أمر مطلوب أو مرغوب فيه، أو يحقق مصلحة عامة؟

في ضوء هذه الأسئلة نقرر ما الذي علينا أن نفعله.
علاقتنا الحميمة كثيرة ما تكون حساسة، وكثيراً ما يكون جرحها وتکديرها أمراً سهلاً؛ ولهذا فإن علينا أن نرعاها بشفافية وإحساس مرهف.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



فليكن إيمانك أخضر

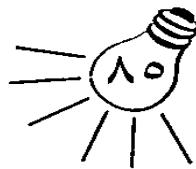
الإيمان الحي الفاعل يدفع المسلم إلى الاعتماد على الله تعالى في استجلاب المصالح ودفع المضار؛ حيث يسود المسلم شعور قويٌّ بأنه لا يعطي ولا يمنع، ولا يضر ولا ينفع إلا الله.

المسلم يأخذ بكل الأسباب المؤدية إلى مرغوباته، ويستخدم كل الخطط والأساليب المتاحة، وهو يؤمن أن النتائج بيد الله تعالى؛ التوكل الصحيح هو الذي يسبقه أخذ بالأسباب ويعقبه رضا بالنتائج واستسلام تام لأمر الله - تعالى - مع الاعتقاد بأن ما نرحب في الحصول عليه قد لا يكون خيراً لنا؛ كما قال سبحانه: ﴿وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوْا شَيْئاً وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ﴾ [البقرة: ٢١٦]. وقال: ﴿فَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئاً وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا﴾ [النساء: ١٩].

التوكل والرضا بما قسمه الله تعالى يشكلان أفضل واق وأفضل عازل لل المسلم عن الإرهاق العصبي الذي يصيب الناس بسبب معاكسة الظروف لهم ويسبب عدم تحقيق رغباتهم وطموم حاتهم.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



كن صديق القلوب

كثيرون أولئك الذين نتعرف عليهم، ونقيم علاقات معهم، لكن الذين نتخدthem أصدقاء قليلون، والقليلون جدًا هم خلص الأصدقاء؛ وهم أولئك الذين يشكلون بالنسبة إلينا السند الحقيقى بعد لطف الله تعالى وعونته في مواجهة الصعاب وتبديد الآلام والأحزان وبلوغ الأمانيات.. وقد قال عليه الصلوة والسلام: «الناس كأبلى مئة لا تكاد تجد فيها راحلة» ^(١).

صفوة الأصدقاء قد لا تشكل أكثر من واحد في المائة من معارفنا.

الصديق رقم (واحد) إنسان نشعر بعدم الخرج إذا أفضينا إليه بالحديث عن أنفسنا ومشكلاتنا الخاصة، كما نشعر أنه لا يمكن أن يشمت بنا، ولا يمكن إلا أن يتفاعل معنا، وكأن المشكلة مشكلته، وهو إنسان يفاجئنا دائمًا بأنه يعمل من أجلنا دون أن نعلم ودون أن يعلم أحد.

الآصدقاء يوفرون لنا أشكالًا من الهناء والأمن والتواصل والدعم المعنوي، وهذا يشكل شيئاً مهماً في الحياة الطيبة. وهم يحولون بيننا وبين العديد من الأزمات النفسية، بل إنه قد ثبت أن كثيراً من الاضطرابات الذهنية ينشأ بسبب

(١) البخاري في الرقاق عن عبد الله بن عمر (٢٨٦/١١)، ومسلم (٢٥٤٧) فضائل الصحابة، والترمذى (٢٨٧٦) في الأمثال.

ما يواجهه المرء من أزمات ومشكلات مع القليل من الدعم الاجتماعي والمساندة الأخوية.

علينا إذا وجدنا الصديق الصدوق أن نحرض على أخيته، وألا نفرط بسهولة بصداقته، وعلينا إلى جانب ذلك أن نصارحه بالأثر الطيب الذي يتتركه في حياتنا وبالمشاعر الدافعة ومشاعر الإعزاز والتقدير التي نكتنها له. وهذا يؤكّد للصديق أن التضحيات التي يقوم بها من أجل صديقه وقعت في موقعها، وهي موضع عرفان وتقدير، وقد قال - عليه الصلاة والسلام - : «إذا أحب أحدكم أخاه في الله فليعلمـه فإنه أبقي في الألفة وأثبتـ في المودة» (١).

قال أحدهم: قال لي جاري: صديق عند الضيق هو ما أود أن أكون، وقت الشدة سألجأ إليك. وعند الحاجة ستتجدـني صادقاً معك ومخلصاً لك. فكرت قليلاً، ثم وضعت يدي في يده، وقلـت له: أيها الصديق أنت قد لا تعرف المعنى العميق لهذه العبارة: الصديق هو ما يحتاج إليه القلب في كل وقت، وليس في أوقات الشدة فحسب.

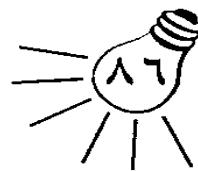
بعض الناس حرموا أنفسهم من السعادة التي توفرها الصداقة العميقـة؛ لأنـهم لا يثقون بغيرـهم، ولا يثقـ غيرـهم بهـم، إنـهم لا يثقـون بغيرـهم بسببـ ما لديـهم من سوءـ ظنـ، ولا يثقـ غيرـهم بهـم بسببـ سوءـ فعلـهم، أو بسببـ سيطرـة

(١) أبو داود (٥١٢٤) بصيغـة قـرـيبة، والترمـذـي (٢٣٩٣) وإسنـادـه صحيحـ.

الحسابات النفعية عليهم، فهم يريدون أن يتخدوا من الصدقة بقرة حلوّا تدرّ عليهم المنافع، هؤلاء الناس يشعرون بالغرابة والوحشة ولو كانوا يحيون بين أهلهم وذويهم.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:



اقتبس وقاوم

نحن لا نختلف أن سعادة المرء تتبع من داخله ولكن كثيراً ما تجمعنا الظروف والأعمال بأشخاص ينشرون الكآبة أينما ذهبوا، ويبيثون في نفوس جلساهم الحزن والأسى، إنهم أناس ناقمون على أنفسهم، وناقمون على كل شيء من حولهم، ويدغدغ بعضهم بعضاً حتى يتمكنوا من الضحك، وهم يضحكون لكن قلوبهم باكية! هؤلاء الناس يشقولون أنفسهم بأنفسهم بسبب رؤيتهم الحولاء للكون، وبسبب الأوهام والأفكار الفاسدة التي تسسيطر عليهم، والواحد منا حين يجتمع بوحدة منهم يحتاج إلى الكثير من الاستبشار والأمل والطموح والحماسة حتى يُنقى على نضارة روحه وحيوية نفسه.

هؤلاء لا يعرفون أن شكوى واحدة تطلق مئة شكوى من عقالها، وأن خوفاً واحداً يطلق مئة خوف؛ ولهذا فإنهم يسمون حياتهم وحياة غيرهم من حيث لا يشعرون.

هؤلاء اليائسون المحبطون الذين لا يرون إلا الجانب المظلم من الحياة وقعوا فيما وقعوا فيه لعدد من الأسباب، قد يكون أهمها أنهم لا يعرفون أن هناك معركة ينبغي خوضها قبل إحراز النصر؛ ولذلك فإنهم يتطلعون دائمًا إلى التمتع بانتصارات لم يخوضوا معاركها، وهذا ما لا يكون!

في الأمة إمكانات هائلة، وفيها رجال ونساء على أعلى قدر من الرقي والفاعلية والخيرية، وعلينا أن نقتبس من روح هؤلاء ومن عزائمهم التي لا تلين معاني الإقدام والاستمرار في العمل ونشر الخير والصبر على المكاره ومقاومة الإحباط والثبات على المبدأ.

عزيزي القارئ: ☺

بيان رأيك في هذه الإضاءة ومدى تحقيقها للسعادة في حياتك:

وفي الختام أسأل الله - جلّ وعلا - أن يرزقنا الرشد في الأمر كله وأن يصلحنا، ويصلح لنا وينا، وأن يسعدنا ويسعد بنا، إنه سميع مجيب، وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين وصَلَّى اللهُ تَعَالَى وَسَلَّمَ عَلَى عَبْدِهِ وَنَبِيِّهِ مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ.

أ. د. عبد الكريم بخار



**** معرفتی ****
www.ibtesama.com/vb
منتديات الابتسامة

القِنْسُمُ الْرَّابعُ: قَبْلُ الْوَدَاعِ



**** معرفتی ****
www.ibtesama.com/vb
منتديات مجلة الابتسامة

كلمة.. قبل الوداع

بِقَلْمِ أَ. عَبْدِ اللَّهِ زَنْجِيرِ (١)

عشْ هَانِئًا:

..... جمِيعنا شعوبًا وقبائل وأشخاصًا نرجو السعادة، نعشقها ونبحث عنها، وفي التاريخ ما زال الإنسان يستشرفها بكل الوسائل الواقعية والطوباوية فهي الحاضر الغائب وهي الحقيقة التي تشبه الوهم، بعضهم يراها في الجمال والحق والخير، وآخرون يرونها في الحب والحرية أو الهوايات أو التصوف، وسواهم من ينتظرها من الشهرة والثراء أو الوجودية والأناية.

يقول الدكتور بكار:

«للبشرية تجربة ثرية في تصوّر السعادة والهناء ولكل واحد منّا أحاسيسه وظنونه وأوهامه في هذا الشأن، وشيء

(١) كاتب وإعلامي سوري من مواليد عام (١٩٦٦ م) مثقف مستقل، يؤمن بالوسطية والمحوار وبالفقه الحضاري وإنسانية المشروع الإسلامي، ناشط هو باحث عصامي، عضو مؤسس في رابطة أدباء الشام، رئيس مجلس أعضاء مركز الرأي للتنمية الفكرية، عضو في إدارة شركة سنا للإنتاج الفني، صدرت له دراسات وقراءات صحفية عديدة في قضايا الأدب والسياسة والإصلاح.
من أعماله: الإعلام عالم، أفكار بلا أسوار، أوراق مسلم، فواصل ثقافية.

جميل أن نستعرض بعضًا من مقولات الحكماء وخبراتهم في الإنسان السعيد والحياة الهائة:

يقول أحدهم: إن السعادة الحقيقة تكمن في تقدير مواهب الآخرين والفرح لفرحهم؛ ولهذا فإن أسعد إنسان هو ذلك الذي كلما رأى شخصاً مسروراً أحس بالسرور يتغلغل في نفسه. وبما أن المسوروين في هذه الدنيا كثيرون فإن سيجد دائمًا مصدرًا متجددًا لابتهاج الروح.

حكيم آخر نظر إلى الوجه الآخر من العملة حين ذهب إلى أن القلوب الكبيرة لا تسعد أبداً بسبب ما تحسنه من نقص في سعادة الآخرين؛ وعلى هذا فإن السعادة قد تكون من نصيب الأنانيين المغفلين!

يقول حكيم ثالث: ضاعف جهلك لتبلغ السعادة. ويعني بذلك أن الذين يدققون في الأشياء، ويطّلون على ما في الواقع يجدون الكثير من الخلل والكثير من الفواجع مما يكدر خواطرهم؛ ولذا فإن جهله يحميهم من ذلك. ولكن العديد من الحكماء يرون أن المرء يجد متعة كبيرة في المعرفة والاطلاع على أسباب الحوادث، وفهم العلاقات التي تربط بين الأشياء. ويدركون في هذا السياق أنه قيل لأبي بكر الخوارزمي عند موته: ما تشتهي؟ قال: النظر في حواشي الكتب ».

والأستاذ د. عبد الكريم يطوف على أطراف هذا الحلم

الأزلي يقدم لنا حزمة وصايا واعية، فيها ابتكار وجدة وجاذبية وموعضة حسنة؛ وهي إذ تصدر بهذا النمط المبتكر شكلًا ومضمونًا إنما تصدر عن قلب كبير، ونفسية أمعية، عرفت مُرّ الألم وقهر الأيام، ومصاعب الهجرة والاغتراب، ولم تتعب أو تنسحب أو تتوان، بل واجهت المدحومات وتصدت لها تحت عنوان السعادة الأول والأوحد: الإيمان سبيلاً لا بديل عنه من أجل غد يملأ الحياة أزهاراً وأشعاراً وألوان قوس قزح ولি�مسي العالم كله بين أناملنا أريحيًا مطواغاً.

ييد أن الإيمان يحتاج إلى اليقين، واليقين يحتاج إلى الصبر والصبر يحتاج إلى المعرفة، والمعرفة تحتاج إلى الحق، والحق يحتاج إلى الوحي في تسلسل تصالحي مصالحي لم يعد يتقبل التراجع والتأجيل وخصوصاً في ظل أوضاعنا التي هوت بالإنسان إلى درك الوضاعة والضياع. ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلِسُوْا بِإِيمَانِهِمْ يُظْلَمُونَ أُولَئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ﴾ [الأنعام: ٨٢]



(عش هانئاً) وهو يظهر للنور ويحمل النور يخاطب في إمكانياتنا الممكن وما نحمله نحن بذواتنا ومجتمعاتنا من مسؤولية ووسطية وواجبات لنعيش بسلام ونجاة بوئام ننطلق من جذورنا البريئة التي رد بها الله - جل جلاله - ظنون الملائكة بنا: ﴿إِنَّهُ أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ﴾ [البقرة: ٣٠]. ولكي نسيح في جنبات الأرض بكل الوسائل المتطورة ونحمل

صورتنا الساطعة وشخصيتنا الأولى ومبادئنا التي بهرنا ومهرنا بها الدنيا قديماً وقت كنا خير أمة أخرجت للناس نهدي لهم دواعنا لا أدواعنا....

«إنكم قادمون على إخوانكم فأصلحوا رحالكم وأحسنوا لباسكم حتى تكونوا كأنكم شامة في أعين الناس فإن الله لا يحب الفحش ولا التفحش»^(١).

يقول الدكتور بكار:

«أكبر مصدر لتنغيص الحياة السعيدة، هو ضياع الهدف الأسمى والنهائي الذي وجدنا من أجله على هذه الأرض، أو غياب ذلك الهدف عن الوعي، فلا يدرك المرء معنى الاختبار والابتلاء، ولا معنى بذل الجهد من أجل أشياء غير مادية، ولا معنى مجاهدة النفس أو الصبر على البلوى.

وإن عقولنا غير مؤهلة لتحديد ذلك الهدف على نحو مستقل؛ والوحى وحده هو الذي يحدد للناس لماذا هم هنا، وما الذي عليهم أن يفعلوه إذا ما أرادوا أن يعيشوا سعداء على هذه الأرض، وإذا ما أرادوا استمرار هنائهم لما بعد الموت.

وال المسلمين وإن انتشروا بالسيف أحياناً فإن الإسلام العظيم لم ينتشر بالسيف ولا بالسهم وحاشاه، بل انتشر بإنسانيتنا وعدالتنا وأدبنا وتعارفنا وتسامحنا وإحساننا، وكل ما يكاد يكون مفتقداً في حياتنا الراهنة حين انكسفت شمس قيمنا

(١) رواه أبو داود.

وأخلقنا ورشادنا فتسلط بعضنا على بعض ثم تسلط علينا الآخرون، وعادت السامرية تطل من جديد برعونتها ومظالمها المضاعفة ولم تخل عن مظالمنا البشعة فيما بيننا ».



(عش هانئا) استشراف واقعي لإصلاحنا المؤمل، فنحن لن نتقدم مليمترا دون أن نسترد مثل الدعوة للخير والأمر بالمعروف والنهي عن المنكرات الحضارية والجماعية، وأن نعود إلى آثارنا تقدماً وتفويتاً وتصحيحاً.

إن البوس في الحياة السياسية مدخل مهم للتعریج على التخلف الاقتصادي والتكنولوجي، ولعل تقارير التنمية التي وضعتها الأمم المتحدة عن المنطقة العربية من أهم البراهين على ذلك، ومؤخراً ذكر العالم المصري فاروق الباز أنه مقابل كل براءة اختراع في العالم العربي هناك (١٦٠٠٠) براءة اختراع في كوريا الجنوبية وهناك (٤٨٠٠٠) براءة اختراع في الولايات المتحدة الأمريكية ^(١)، وهو ما يعد من ضروب التعasse التي تلف حاضرنا بمتاهاتها غير المتناهية ومن ثم لا مناص من البحث عن الخيارات المتوافرة والاستفادة المتاحة للخلاص بدليلاً عن الاستسلام والانتحار المادي والمعنوي.

يقول الدكتور بكار: « إنني أعتقد اعتقاداً جازماً أن ما نفعله بأنفسنا على مستوى مجتمعاتنا وعلى مستوياتنا

() برنامج بلا حدود، الجزيرة (٤/٦/٢٠٠٤) .

الشخصية والخاصة تعجز أكبر قوة معادية في الأرض أن تفعله بنا؛ فالقصور ذاتي والإخفاق داخلي، وما يتم تجاهنا من مؤامرات طبيعى تقتضيه سنة المدافعة وطبيعة الابتلاء، ولو كنا في موقف قوة لفعلنا مع الخصوم مثله وربما أكثر منه ». «



(عش هانئا) ترياق مقترن، وأفكار مجربة، ووجبات ناضجة من أجل النفس والحياة، وهو حديث لا يمل في أتون متابعينا ومنا كيدنا... فلكي تخترق حجب النزق وخلياه وتستعلي على حشود التواكل والإرهاق وتنعم بعالم الإحساس والاطمئنان والخصب ابحث عن التغيير وجدد جوك ومزاجك وارتشف من منابع الحكمة وفصل الخطاب وتكيف مع حركة الكون والعمران وانهض بأعبائك وأمالك وانعم براحة الروح والبال وحقق سعيك وسموك واسعد مع أريج الإيمان ونداءه وتذوق عذوبة الفعل والفعالية وأدر محركات إقدامك وأقدامك واستروح بأوراق الورد والأوراد ولا تتخيل الحرمان والتورع لترحم ذاتك وغيرك من لذائذ الحلال.

﴿ قُلْ مَنْ حَرَمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَأَلَّطَّبَتْ مِنَ الْرِّزْقِ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةٌ يَوْمَ الْقِيَمَةِ ﴾ [الأعراف: ٣٢].

يقول الدكتور بكار:

« السعادة باختصار ليست شيئاً ظاهرياً، وليس لها أسبابها

ملموعة دائمة. الخيال والتفاؤل والأمل والثقة بالله - جلّ وعلا - والاعتقاد بأن المحن لا تدوم، وأن مع العسر يسراً.. كل هذه أمور تفتح لنا أبواب الحياة الطيبة على مصراعيها دون أن يكون بين أيدينا الكثير، وهذا ليس ادعاء ولا تسليمة للمعدمين، لكنه الحقيقة الساطعة التي تسمو على الجدل ».

إنها سطور سهلة التعبير والتحقيق تطارد بالنوايس والحقائق عوامل القلق والهم والحزن والعجز والكسل والذوبان يعجز القلم عن شكر كاتبها الكريم الذي أغار لنا من مشكاته ما يعيننا على نوائب الحق والحياة.



**** معرفتی ****
www.ibtesama.com/vb
منتديات مجلة الابتسامة

ومضات شعرية

**** معرفتی ****
www.ibtesama.com/vb
منتديات الابتسامة

قصيدة السعادة

للعلامة

الدكتور يوسف القرضاوي

أمل إليه هفت قلو
ب الناس في الزمن التليد
أمل... له غورٌ القديم
كما له سحرٌ الجديد
أمل... إليه سعى الملو
كُ كما إليه رنا العبيد
وتزاحموا كالهيم يد
فُعها الصدى عنه الورود
وتساءلوا عنه، ولكن
من يجيب؟ ومن يفيد؟
فـ مـ شـ رـ قـ .. وـ مـ غـ رـ بـ
وكلاهما يرجو البعيد
عادوا وكل سؤالهم:
أين السعادة والسعادة؟

وتخالفوا، ولكل قو
م وجهة، ولهم عميد



الثراء

قالوا: السعادة في الغنى
 فأنحو الثراء هو السعيد
 الأصفر الرئان في
 كفيه يلوى كل جيد
 يرمي به شرگا يصيد
 من الرغائب ما يصيد
 وبه يدين له العصي
 وقد يلين له الحديد
 فإذا أراد... فكل ما
 في هذه الدنيا يريد
 وإذا تمنى الشيء جاء
 كما تمنى... أو يزيد
 والناس خلف ركابه
 يمشون في حضر وبيد
 يعني له رب القنا
 وتهيم رباث القدود

قلت: الفنى في النفس
 لعمرك العيش الرغيد
 كم عائل راض، وكم
 مثير على بوس قعيد
 فيقيم في هم الطريف،
 وفي الحفاظ على التليد
 ويذوب في أطماءه
 هي ناره وهو الوقود
 فهو الشقئ بوهمه
 وبحرصه العاني الكدود
 وهو الفقير وإن بدا
 في مال قارون العديد
 يعدو هنا وهناك في
 شغل كطوف البريد
 يبغي الملايين، فإن وفت
 يبلغ الألوف من النقود
 جشع به كجهنم
 يشكون: ألا هل من مزيد؟

أما الألى حول الركاب
 فهم لشهوتهم عبيد
 تخذوه صيداً والغبيئ
 يظنُّ أنَّهُم المصيد
 ويلٌ له ويلٌ إذا
 عثرت به قدمُ المجدود
 ستراه كالقبر الكئيب
 وكان كالصرح المشيد
 قد عافه الخُلُّ الودود
 كأنَّه نتنٌ ودود
 أمسى نذير الشؤم
 وهو الأمسي كان بشير عيد
 أمسى ينقر كالعوين
 وكان يطرب كالنشيد
 أبعد ذاك تظنُّ أن
 أخا الشراء هو السعيد؟



النفوذ

قالوا: السعادةُ في النفوذ
 وسلطنة الجاه العتيد
 مَن كالأمير وكالوزير
 وكالمدير وكالعميد؟

 يرنو إلى من دونه
 فيسابقون لما يريد
 وإذا رأى رأياً فذلك
 وحده الرأي الرشيد
 كل يسارع في هوا
 ه وعن رضاه لا يحيد

 قلت: اطرحوا هذه المظا
 هر واسمعوا بيت القصيدة
 فأخذوا النفوذ بجاهه
 يشقى وإن سحب البرود
 ما عاش يحرض أن يدو
 م له النفوذ ويستزيد

متسلقاً من فوقه
 طمع المشوبة والمزيد
 ومخافة أن يسقط الكر
 سئ يوماً أو يمتد
 مترضياً من دونه
 بعطائه أو بالوعود
 يبغي رضا كلّ الورى
 ورضاهما شيء بعيد
 فتراه يبسم للبغىض
 كأنه الحب الودود
 وتراه يتدخ الغبي
 كأنه الفطن الرشيد
 فاعجب لأزياء الملو
 ك وتحتها نفس العبيد
 لا يخدعنك ثلة
 حاطوا به مثل الجنود
 أبصراهم - إن شئت -
 حين يجيء بالعزل البريد!

تجد النفوذ هو كما
 تهوى وتنفرط العقود!
 ذهب البطانة واختفى
 الزوار وانقضى الحشود!
 قد كان سوق منى وكا
 نوا هم كتجار اليهود!
 وافوه يوم نفاقه
 وجفوه أيام الركود!
 وإذا رأوه دعوا: ألا
 بعدها كما بعدت ثمود!
 أبعد ذاك تظن أن
 أخا النفوذ هو السعيد!



السكون والخمول

قالوا: السعادة في السكون
 وفي الخمول وفي الخمود
 في العيش بين الأهل لا
 عيش المهاجر والطريد
 في لقمة... تأتي إليك
 بغير ما جهد جهيد
 في المشي خلف الركب
 في دعة وفي خطو وئيد
 في أن تقول كما يقا
 ل فلا اعتراض ولا ردود
 في أن تسير مع القطبيع
 وأن تُقاد ولا تَقود
 في أن تصيح لكل والي:
 عاش عهلكم الجيد
 في أن تعيش كما ئرا
 د ولا تعيش كما ثريدا!!

قلت: الحياة هي التحرك
 لا السكون ولا المهد
 وهي التفاعل والتطور
 لا التحجّر والجمود
 وهي المهاد: وهل يجا
 هد من تعلق بالعقود؟
 وهي الشعور بالانتصار
 ولا انتصار بلا جهود
 وهي التلذذ بالمتعاب
 لا التلذذ بالرقد
 هي أن تحسّ بآن كأ
 س الذل من ماء صديد
 هي أن تعيش خليفة
 في الأرض شأنك أن تسود
 هي أن تخط مصير نفسك
 في التهام وفي النجود
 وتقول: لا، وبم
 لكل جبار عنيد

هذا الحياة وشأنها
من عهد آدم والجدود
فإذا ركنت إلى السكون
فلذ بسكن اللحود
أفبعد ذاك تظن أن...
أنا الخمول هو السعيد؟



الغرام

قالوا: السعادة في الغرام
 الحلو في خصر وجيد
 في نرجس العين الضحو
 ك وفي الورود على المحدود
 في ليلة قمراء ليس بها
 سوى الشهب الشهود
 فيها التناجي يُستطاب
 كأنه وتر وعود
 قلت: الغرام خرافة
 كبرى وأحلام شرود
 هو فكرة بلهاء أو
 نزغات شيطان مرید
 هو شغل قلب فارغ
 فقد التطلع للصعود
 وهو الضنى وهو الدمو
 ع، وشقة القلب العميم

ما أضيع الأعمار تقضي
 في الهيام، وفي السهود
 في حب غانية لعوب
 في أمانى، في وعود
 الحب حب الأم،
 والأب والخليلة، والوليد
 حب المعانى والحقائق
 لا القدود، ولا النهود
 حب يدوم مع الزمان
 فلا خداع ولا كنود
 فدع التي تهواك حيث
 تراك كالزهر النضيد
 فإذا تغير دهرك الد
 واز غيرها الصدود
 وإذا رأت مع غيرك الدنيا
 مشت تحت البنود
 أبعد ذلك تظن عبد
 الغانيات هو السعيد

الإيمان

قل لِلَّذِي يَبْغِي السُّعَادَةَ
 هَلْ عَلِمْتَ مِنَ السَّعِيدِ؟
 إِنَّ السُّعَادَةَ: أَنْ تَعِيشَ
 لِفَكْرَةِ الْحَقِّ التَّلِيدَ
 لِعَقِيْدَةِ كَبْرِيِّ تَحْلُّ
 قَضِيَّةَ الْكَوْنِ الْعَتِيدَ
 وَتَجْبِيْبَ عَمَّا يَسْأَلُ الْحَيْرَ
 أَنْ فِي وَعِيِّ رَشِيدَ
 مِنْ أَينْ جَئْتُ؟ وَأَينْ أَذْهَبُ؟
 لَمْ خَلَقْتُ؟ وَهَلْ أَعُودُ؟
 فَثُشِّيْعَ الْفَكْرِ الْيَقِيْنَ
 وَتَطْرُدُ الشَّكَّ الْعَنِيدَ
 وَتَعْلُمُ الْفَكْرِ السَّوِيِّ
 وَتَصْنَعُ الْخَلْقَ الْحَمِيدَ
 وَتَرُدُّ لِلنَّهَجِ الْمَسَدَّدِ كُلَّ
 ذِيْ عَقْلٍ شَرُودَ

تعطى حيائلك قيمة
 رب الحياة بها يُشيد
 ليظل طرفك رانياً
 في الأفق للهدف البعيد
 فتعيش في الدنيا لأخرى
 لا تزول ولا تبيد
 وتمد أرضك بالسماء
 وبالملائكة الشهود
 وثريك وجه الله
 في مرآة نفسك والوجود



قلب

هذى العقيدة للسعيد
 هي الأساس، هي العمود
 من عاش يحملها ويهتف
 باسمها فهو السعيد
 هو مؤمن راسى اليقين
 كأنه الجبل الوطيد
 غال، فلا يرضى مبيع
 النفس بالثمن الزهيد
 الله منه قد اشتراها
 وهو أوفى بالعقود
 عرف الإله، فلم يُعَد
 في الشك يبدئ أو يعيد
 عرف المراد من الحياة
 فلم يعش عيش الشريد
 وتفاعل: هو والحياة
 يفيدها وله تفید

المال والجاه الحلا

ل يراه أدنى ما يريد
 فإذا استفاد المال فهو
 لخير أمته رصيد
 والجاه عدّته لنفع الناس
 من بيض وسود
 فيعيش من معروفة
 في مثل سلطان الرشيد
 ملئاً تحيط به القلوب
 ولا تحيط به الجنود
 ويعيش من إيمانه
 في عالم نائي الحدود
 في عرض ما اتسع الوجود
 وطول ما امتدّ الخلود
 ويعيش من أخلاقه
 في عالم الخير المديد
 حلّ الشمايل في حياء
 الزهر، في ظهر الوليد

في رقة الماء النمير
 وبهجة الفجر الجديد
 يحيى بقلب من حرير
 لا بقلب من حديد
 يحنو على العاني كما
 يحنو النسيم على الورود
 ويذوب للشاكى كما
 قد ذاب في الشمس الجليد
 هو في الرخاء وفي الشدائيد
 للجميع أخ ودود
 لا الفقر يذمه ولا
 الإثراء ينسيه العهود
 كالنجم يبدو في التحوس
 بُدوه عند السعوض
 الحب ملء فؤاده
 والحب كنز لا يميد
 حب كضوء الشمس يشرق
 ق للمستود والمسود

حب السعادة للبرية
 من قريب أو بعيد
 لا شامت بالمبتلين
 ولا لذى النعمى حسود
 لا حامل حقدا، فما
 أشقى الحياة مع الحقدود
 يسدي الجميل لكل حي
 من شكور أو جحود
 وإذا صنعت به الجميل
 فليس بالرجل الكنود^(١)



(١) الكنود: الذي ينسى الجميل والنعم.

قوة

هذا الرقيق تراه عند
 الرُّوع في قلب الأسود
 متباشماً والدهر غضباً
 ن يزمحُر بالوعيد
 فإذا رماه بالخطوب
 رماه بالعزم الجليد
 وإذا دعته الواجبات...
 فحملته بما يؤود
 وجدته صلب المنكبين
 فلا يخرُ ولا يميد
 هو كالشعاع المستقيم
 فلا يضل ولا يحيد
 هو ناصع، لا يختفي
 خلف ستائر والسددود
 فيه ثبات أخي العقيدة
 لا اضطراب أولي المحدود

للناس أرباب ولكن
 ربّه ربّ وحيد
 لا ينحني إلا له
 عند الركوع أو السجود
 صلدُ الرجلة، لا يرا
 ئي، لا يماليء، لا يكيد
 لا ينثني عند الوعو
 د، ولا يلعن لدى الوعيد
 لا يلتوي كالأفعوا
 ن، ولا يطأطئ كالعبد
 وإذا أريد على الدنيا
 قال: إني لا أريد
 هو مطمئنٌ لا يبغي من
 المخاوف في سهود
 وهو العزيز وإن يكن
 بين السلسل والقيود
 وهو الغني وإن يبت
 صفر اليدين من النقود

أيدين للفقر امرؤ
 أخلاقه نعم الرصيد؟
 أفيشتكي عقم الزما
 ن وقلبه خصب ولود؟
 آماله تنمو على
 الأحداث كالروض المجد
 ويدها إيمانه الد
 قاق كالدم في الوريد
 فيقوم من ساح اللقاء
 ء إلى لقاء من جديد
 ويذوق في كأس العذاب..
 عذوبة الصبر الحميد
 ويشيم في وجه البلاء
 ء مخايل النصر الكيد
 والنصر مثل الغيث يُعرف
 بالصواعق والرعد
 هذا لعمري شأن ذي الإيمان
 أو شأن السعيد

لا حزنَ لا ندمَ على
 أمس، فأشْمَلَ لا يعود
 لا خوفَ من غده فخوفُ
 غدَ ظنونَ لا تفِيد
 لا حرصَ لا طمعَ، فدا
 ءُ الحرصِ كم يُفري
 فلئن يعش لهو السعيد
 وإن يمت فهو الشهيد
 قل لِّذِي نشدَ السعا
 دة: دونك النبعُ الفريد
 إن السعادة منك، لا تأتيك
 من خلفِ الحدود
 هي بنت قلبك، بنت عق
 ملك ليس ثُشري بالنقود
 فاسعد بذاتك، أو فدع
 أمر السعادة للسعيد



قصيدة نعيم الروح

للسّاعِرِ الكَبِيرِ
الْأَسْتَاذُ سَلِيمُ عَبْدُ الْقَادِرِ

يقول لي صاحبي في دهشة: عذراً
ضيّعت دنياك في بحث عن الأخرى
وما عرفت من الدنيا حلاوتها
ولا تذوقت إلا البؤس والمرارة
أهدرت عمرك في الأوهام تنسجها
كمدمن الخمر يبني مجده شكرًا
حتى المأسى لقد أمسيت تألفها
تقول: تحت المأسى حكمة كبرى
تعلل النفس بالجنتات في غدتها
وكيف إن لم تجد جناتك الخضرا
قل لي، أتعرف ميئاً عاد يخبرنا
بما رأى بعدما قد أنزل القبراء؟!
إذا انتهى عمرٌ جاد الزمان به
يوماً، ندمت، ولم تسترجع العمرا

فقلت: يا صاحبي مهلاً، فلست أنا
 من كان يرعب لغوا يشبه الفكر
 لكنك تخجل مما قلت لو لمست
 عيناك يوماً، وأوعى قلبك (الذُّكْرَا)
 دنياك هذه التي تسبيك طلعتها
 لو جئت تحسِّنها ما جاوزَتْ صِفراً
 ما كنت أعبدَها، أو كنت أمقتها
 أعطيتها ما استحقت في النُّهْيِ قدرًا
 هي الطريق إلى الأخرى فاتقِنها
 فليس ينجو الذي لم يحسن السَّيِّرا
 كالنور أدخلها كالريح أعبرها
 لا خائفاً في المدى بريًّا ولا بحراً
 يا صاحبي ليس من لُغز أُخْبِثُه
 إن كان لغز فإني أكشف السترا
 آمنت بالله إيماناً عرفت به
 مغزى الحياة، فأمسى سرها جهراً
 وصرت أحيا نعيم الروح مبتسمًا
 في المرّ والحلو أبدى الصبر والشکرا

فلست أقط من بؤس أمره به
 ولست أبطر من يُشِّرِّ إذا مرتا
 تعيا لتأسرني الدنيا بزینتها
 فما تطيق، وأبقى مؤمنا حرا



علّمت الحب

الأستاذ كمال المصري

علّمت الحبَّ كيف يبحث ..

وَكِيف يعانق أَيَامِي

علّمت الحبَّ كيف يكونُ ..

عنوان غرامي و هيامي

فاحبَّتْ لدِيَّ ليس مجرد إحساسٍ ..

أو وصلة عشقٍ متنامٍ

بل هو ملء القلبِ ...

وملء النفسِ ...

يَحْكُمُ أَفْعَالِي وَكَلامِي

يرسم كُلَّ سماتِي ..

يَصْنَعُ كُلَّ شُؤُونِ حِيَاةِي ...

وَأَرَاهُ .. خلفي وأمامي

يَتَمَكَّنُ مِنِّي فِي صَحْوِي ..

بل يسلِّبُ مِنِّي أَحْلَامِي

يملاً مني صفحاتي..
 ويكون مداد الأقلامِ
 لأطوف الدنيا مزداناً..
 ولأعزف أحلى الأنغامِ
 وأقود العالم.. كلَّ الناسِ
 وأكون رسول الإلهامِ



هذا معنى الحبُّ لدىَ..
 دقة تحناني.. ثورة بركاني..

تيجان مقام متسامِ



وكلُّ ما أرويه من حبُّ..
 إن هو إلا جزءٌ منك..

يا ملهمتي.. وغرامي



ومضات سريعة

خلاصات مكثفة لما ورد في الكتاب

**** معرفتي ****
www.ibtesama.com/vb
منتديات مجلة الابتسامة

- معظم البشر أعرضوا عن هدي الأنبياء - عليهم الصلاة والسلام - فأوقعوا أنفسهم في مضطرب واسع من التعasse والبلاء، لا يعرفون كيف يخرجون منه، ولا كيف يتعاملون مع تحدياته وابتلاءاته.
- لا حظٌ في الآخرة ولا في الجنة لمن لم يمر على الحياة الدنيا. وهذا يشكل التفّاتة مهمة إلى ضرورة عدم الاستخفاف بالحياة التي نحيها هنا على هذه الأرض ما دامت تشكل الممر الوحيد إلى الحياة الأبدية والخالدة.
- من موجبات الأخوة أن يساعد بعضنا بعضاً على إدراك ما يجلب لنا الهباء وراحة البال.
- كل واحد منا يحتاج كي يحيا حياة طيبة إلى وصفة خاصة، كما يحتاج المريض الذي يعاني من عدد من الأمراض الخطيرة إلى خطة علاجية دقيقة وشخصية.
- الإنسان الكائن المحدود مهما كان نافذ البصيرة، ومهما ملك من المفاهيم والأدوات يظل عاجزاً عن الإحاطة بما يريد في هذه الحياة على وجه الدقة؛ حيث إن كل واحد من مشتهياتنا قد يجلب لنا السرور والهباء مدةً من الزمن، ثم يفقد مفعوله وبهجهته، وأحياناً يتحول إلى شيء منغص نتمنى أننا لم نحصل عليه!
- إن اتباع سبيل الله تعالى والبحث عن مراضيه في المنشط والمكره، يضمن لنا الكثير من أسباب الهباء والفوز.

إنه يرسم لنا كل الخطوط العريضة.

- ظفرنا بالسعادة لا يحتاج إلى الكثير من العلم، ولكنه يحتاج إلى [الحكمة]؛ أي إلى توعية القرار الذي يتخذه كل واحد منّا ونوعية الاختيار للطريق الذي عليه أن يسلكه.
- أسوأ الناس حالاً هم أولئك الذين يبحثون عن النّشوة أينما كانت، ومهما ترتب على حصولها من نتائج سعيدة؛ إنهم أرقاء لدى نزوات لا تعرف الارتواء ولا تتوقف عند أي حدّ إلّا حد العجز!
- إن السعيد يتربع على قمة من الانشراح والحبور والطمأنينة ورجاء ما عند الله تعالى، إنه يتلذّذ بكل شيء في إطار المباح وفي إطار الاعتدال، إنه يتصرف في الحاضر مراعيًا متطلبات المستقبل عن طريق تنظيم تناوله للملذّات؛ وإيقاف رغباته عند الحدود التي يتطلبها الاستمرار في السعادة والطمأنينة.
- الأقوال التي قيلت عن السعادة، كلها صحيحة إذا قلنا: إنها تفسّر بعض أسباب أو مقومات السعادة، وهي جميّعاً في الوقت نفسه خاطئة إذا قلنا: إنها تفسّر السعادة على نحو كامل.
- الأولى بنا أن نتبع في سلوكنا قواعد محدّدة، نعتقد أن في التزامها احتمالاً كبيراً لأن نكون سعداء، ونتعامل مع تلك القواعد على أنها مثلّي في تحقيق الحياة الطيبة، ونتعامل معها

أيضاً كما لو كانت أهدافاً في حد ذاتها.

• من الصعب جدًا أن نقنع الناس بأن هذا الذي يعلقون عليه كل آمالهم في تحقيق السعادة لا يعدو أن يكون واحدًا من الأوهام الكبيرة التي دوّختنا ودوّخت الأمم من قبلنا، إلا أن علينا أن نحاول في ذلك لعله يتشكلوعي مستقبلي بهذه القضايا، فيرتاح بعض المجهدين، ويتأني بعض اللاهفين والمندفعين.

• إن رجلاً بلا مال هو رجل فقير، ولكن الأفقر منه – إذا أردنا أن نغوص نحو الأعماق – رجل ليس لديه إلا المال.

• إن لكل شيء نملكه في هذه الحياة إيجابياته وسلبياته، له وجهه المشرق ووجهه الكالح، ونحن الذين نرى الوجهين معًا أو نرى الوجه الذي نختار، وسيكون من مصلحتنا دائمًا حين لا يكون أمامنا أي حل لأن نرى الوجه المشرق؛ لأنه آنذاك يكون هو الحل.

• ليس الزاهد بالضرورة مخفقاً أو عاجزاً أو كسولاً، ولا نرضى ذلك لأي مسلم، لكنه أيضًا ليس مهووسًا ولا صاحب رؤية عمشاء، ولا مخدوعًا بالسراب؛ ومن هذا وذاك جاءت عظمة بطولته.

• إن النجاح يجر القوة والنفوذ والمال والجاه، وتكمّن السعادة في استخدام هذه الأمور استخداماً حسناً.

• الخبرة علمتنا أن الهامش الذي يفصل بين النجاح

من جهة وبين الرشوة واللصوصية والاحتياط هو هامش ضيق؛ ولذا فإنه يمكن للمرء في كثير من الأحيان أن يتتجاوزه عن قصد وعن غير قصد. إن النجاح مثل النفوذ ومثل الصحة يمكن أن يساعد على الحصول على السعادة والطمأنينة والانشراح إذا استخدم استخداماً صحيحاً؛ ولا سيما في أيامنا هذه حيث انتشر التخفف من المعايير الأخلاقية لصالح تكديس الأشياء والاستحواذ على المناصب والمكاسب.

- النزاهة في المعاملات المالية والاستقامة على الشريعة والشفقة والتواضع، سمات مهمة يحتاجها الناجحون حتى يكون لتعلقهم بالنجاح بوصفه مدخلًا إلى الهدوء والسرور معنى مقبول ومفهوم.
- بعض أشكال الشعور بالتعاسة، يعود إلى أسباب مزاجية فردية غامضة.
- إن معرفتنا بالأسباب التي تجر الشقاء قد تكون أهم من معرفتنا بالأشياء التي تجعل حياتنا طيبة وسعيدة.
- مهمتنا أن نتعاون لإنضاج وعي عام وعميق، لعلنا نتعلم كيف ندير أزماتنا، وكيف نوجّه إدراكاتنا نحو ما فيه خيرنا وسعادتنا في الدنيا والآخرة.
- أكبر مصدر لتنفيض الحياة السعيدة، هو ضياع الهدف الأسمى والنهائي الذي وجدنا من أجله على هذه الأرض، أو غياب ذلك الهدف عن الوعي الحياة الدنيا بكل ما فيها من

مسرّات ومنغصات هي مجال اختبار لنا: ﴿الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَتُلَوَّكُمْ أَيْثُمْ أَحَسَنُ عَمَلاً وَهُوَ الْغَنِيُّ عَنِ الْفَقْرِ﴾ [المulk: ٢] والهدف النهائي لمساعي الناس في هذه الحياة هو الفوز برضوان الله.

- إن كثيراً من الشقاء الذي يعيش فيه بعض الناس مرده إلى أنهم يفقدون المغزى من الخير الذي يلقاهم والشر الذي يلاقونه، فلا يحسنون الفهم ولا التصرف لا مع هذا ولا حيال ذاك؛ فيسيطرؤن ويلهون حيث ينبغي الحمد والشكر، ويجزعون وييأسون حيث ينبغي الصبر والتسليم للله تعالى وعاقبة ذلك مباشرة فقد الهناء الموصول بالتفكير والرؤى والوضعية العامة.

- بالنسبة ووضوح الهدف يصبح للحياة معنى ويشعر المسلم بالأمتلاء العاطفي والوجداني، حيث تصبح تصرفاته منطقية ومفهومة وقابلة للشرح والتوضيح.

- الخطوة الأولى على طريق تحجيم المنغصات والمزعجات تتمثل في أن نعيد ترتيب حياتنا واهتماماتنا على نحو يجعل حياتنا قيمة ومعنى، وليس لذلك سوى طريق واحد هو الإصرار على ضبط سلوكياتنا في الاتجاه الذي أراده منا الخالق - جل وعلا - وهو اتجاه واضح وبيّن، لا يزيغ عنه إلا هالك.

- السأم والملل والضجر، من الأعداء المهمين للحياة السعيدة.

- الشعور بالإثارة أو الدهشة وتوقع الأشياء غير المألوفة يشكل جزءاً جوهرياً من طبيعتنا نحن بني آدم، ومن ثم فإن نمط الحياة الذي يحرمنا من هذه الأشياء يجعلنا نشعر بأن الحياة نفسها فقدت مذاقها الأصلي ومتعبتها المرجوة.
- الرتابة وتكرار الأعمال اليومية ليست هي المسبيات الوحيدة للملل.
- الكسل الذهني وعطالة عقولنا عن الاهتمام بأشياء نافعة ومهمة توقعنا في الملل؛ والذي هو العدو الأول للحياة السعيدة.
- شيء جميل أن نرى الأشياء من أكثر من زاوية وأن نقلب الأمور على أكثر من وجه لنرى التوازن المدهش الذي بشه الخالق - جلّ وعلا - في هذا الكون، ولنلمس شيئاً من حكمة الحياة.
- بلوغ المعالي وذرى المجد، يتطلب دائمًا الصبر والقيام بأعمال ليس فيها أي شيء من الإثارة.
- إن الفراغ كثيراً ما يولّد الضجر؛ لأنّه أخو العدم، ولأنه سكون وخروج من سياق فاعلية الحياة؛ والنفس تواقّة إلى المثير والجديد والمفاجئ.
- من حقنا أن ننظر إلى السأم المستمر على أنه داء حقيقي، يحتاج إلى علاج؛ وإن من أهم علاجاته العمل وإشغال النفس بشيء نافع.

- إن كثيراً من الناس يعانون من الملل؛ لأنه ليس لديهم أي مشروع أو أي قضية أو عمل يقومون بالعمل فيه أثناء أوقات فراغهم.
- الجهل بطبيعة الحياة أحد المنعّصات الأساسية للعيش.
- كثير من السأم يأتي من وراء الأثرة والتمحور حول الذات؛ وإن القيام بالأعمال الخيرية والتطوعية - فوق أنه سبب للحصول على الأجر والمشوّبة وفرصة لردّ دين قديم لأمتنا علينا - فإنه - أيضاً - يُوجِد لدينا فضيلة الاهتمام والمشاركة والمتابعة.
- في المجتمع تفاوت واختلاف في العقول والأمزجة والمصالح، وكل واحد من الناس ينظر من زاوية معيته تهمه، أو هو لا يستطيع أصلاً أن ينظر من غيرها.
- إذا علمنا أن الدنيا دار ابتلاء؛ فينبغي أن نتوقع الابتلاء في كل نواحيها وكل مراحلها، ابتلاء بما نعرف وبما نجهل، بما ننكر وبما نقرّ، بما يسوء، وبما يسر.
- النابهون فيما يقضون الشطر الأول من أعمارهم قبل أن يعرفوا طبيعة الحياة.
- أمّا الآخرون فيخرجون من الحياة الدنيا إلى عالم الآخرة قبل أن يتعرفوا عليها؛ وهذا من أسباب الشقاء، ومن جملة النقص المستولي على عموم البشر.
- كثيرون متّا لا يستوعبون شيئاً من هذه؛ لأنهم حالمون مثاليون رسموا صورة للكون ظنّوها هي الصورة الوحيدة الصادقة.

- العجب يُسهم في إفساد الحياة الاجتماعية، ويُضعف حركة التبادل في المشاعر والأفكار، مما يجعل مفسدة الاختلاط بالناس أكبر من المصلحة المرجوة؛ ولذا فالصيغة إلى نوع من مجانية الناس واعتزالهم تكون أَنْفع للمسلم آنذاك.
- من حق المرء أن يعرف قدر نفسه وقيمة ما يملك من إمكانات وموهبات، وهذا يعد ميزة لكن لا بد معه من الشكر والحمد لله تعالى، والانفتاح على ما لدى الآخرين، فالكمال في كل شيء نسيبي، وهو قابل للضمور إذا أحطناه بالعجب، وقابل للنمو إذا اعتقدنا أن لدى الآخرين شيئاً يمكن أن نتعلم منه ونستفيد منه.
- أيها المغرور إنك تؤذي نفسك بموقف ذهنی خاطئ والكون يستمر في حركته وفي اتجاهه على ما هو عليه دون أن يعأبك أو بغيرك.
- المتكبر ينشر في المجتمع معادلة الأزدراء المتبادل، يزدري الناس؛ لأنه يراهم أقل منه، والناس يزدرون له لكرهه وسوء خلقه.
- لا يستطيع المرء أبداً أن ينعم بالسعادة والطمأنينة وهو ينشر بين الناس الحقد والكرابية.
- لا يستطيع أحد أن يؤذى الآخرين باحتقارهم دون أن ينال حظه من أذاهم.

- المغرور والمعجب بنفسه والمتكبر يضعون مادة عازلة بينهم وبين المسرات التي ينالها المحسنون والأخلاقيون والطيبون من جراء حبهم للناس وحب الناس لهم.
- هناك أشخاص يشعرون أن حياتهم معرضة للخطر بسبب الحسد والحقد الذي يُكّنه بعض الناس لهم؛ ولذا فهم في توجس دائم. وهؤلاء في الحقيقة يحتاجون إلى علاج نفسي.
- على المرء فيما يواجه من نقود وحملات تبدو عدائية أن يتهم نفسه، ويراجع موافقه.
- على المرء ألا يبالغ في تقدير صفاته الخاصة لا من حيث عظمة الفضيلة فيه، ولا من حيث قلة الشر لديه. فإذا فعل ذلك يكون قد ترك في حياته وعلاقاته هامشًا للخطأ ولإمكانية المؤاخذة من قبل الآخرين.
- الفراغ والبطالة من مصادر النكد؛ ومن مفسدات الحياة الطيبة.
- إن هناك دائمًا فرضاً لكن الذين يستفيدون منها هم الأشخاص الأفضل والأكفاء والأنشط.
- إن أي عمل شريف وبأي أجر كان يمكن أن يؤمّن للواحد منا درجة من السعادة أفضل بكثير من الوضعية النفسية التي يكون فيها في حالة البطالة والفراغ.
- أن يكون هناك مسافة بين ما نريد وبين ما هو موجود هذا شيء جيد؛ لكن لنضغط على أنفسنا كي تبقى المسافة في

حدود الممكن والمقدور عليه، فتقدم بطيء ومستمر خير من قفزة في الهواء، لا نعلم ما الذي ستسببه لنا.

- نحن - في الحقيقة - في حاجة إلى أن ندرب أنفسنا على مواجهة القلق والإرهاق والخوف حتى نتخلص من الأوهام التي تقتل طاقاتنا الحيوية، وتبدّد صفاءنا وراحتنا.

- إن علينا أن نؤمن أن القلق لا يجرد الغد من مأساه، لكنه يجرد اليوم من أفراده.

- الحقيقة أن معظم الناس لديهم مشكلة ضعف توجيه أفكارهم والسيطرة عليها ومناقشتها وتقديرها. والقيام بذلك ليس بالأمر الصعب كما قد نتوهם.

- لا تفكّر في مشكلاتك ولا في الأمور التي تزعجك إلا إذا علمت أن هناك جدوى للتفكير.

- لا فائدة من التفكير إذا لم يكن عند المرء بعض المعلومات حول الأمور التي تزعجه، وإنّما يستفيد من التفكير شيئاً.

- في الليل لا تفكّر أبداً سواء أكانت هناك جدوى من التفكير أم لم تكن؛ وذلك حتى لا يحرم الإنسان نفسه من النوم والراحة التي يحتاجها للعمل والأداء الجيد في يوم جديد.

- مَنْحُنا الأهمية الزائدة لأي موضوع يسبب لنا الإزعاج والخوف.

- لنتعلم وضع الأمور في نصابها من غير إفراط

- ولا تفريط؛ فذاك أدعى لاطمئنان نفوسنا وراحة قلوبنا.
- من منغصات الحياة الطيبة اتجاه المرء إلى اتخاذ المزادات أساساً ورأس مال جوهرياً للحصول على السعادة.
 - حين تكون اللذة قد قمت عن طريق غير مشروع؛ فإن المرء يشعر بعتمة روحية وبوخز الضمير وبشيء من احتقار الذات.
 - شيء مطلوب في الأصل ألا نقف مواقف التهم وألا نتصرف تصرفات تجعلنا موضع نقد من قبل الآخرين. هذا المبدأ مسلم به؛ لكن المشكلة تكمن في الشطط في الانصياع لرغبات الناس، والشطط في حب الاستحواذ على ثنائهم وتقديرهم.
 - إن كثيراً من مباحث الروح ومسرات الخاطر يأتي من وراء تفكير الإنسان في مسائل غير شخصية؛ أي من وراء تفكيره في مسائل لا يعود عليه منها نفع خاص و مباشر.
 - الطمع حين يتحكم بـإنسان يحول نبله ومرءته وذكاءه إلى شيء يشبه البلاهة تارةً، والدناءة تارةً أخرى.
 - اليأس والتشاؤم ورؤبة الجانب المظلم من الأشياء والشعور بانسداد الآفاق وانقطاع الحيلة مصادر لإفساد الحياة الطيبة، ومصادر لانحطاط الشخصية، وقد ان إمكانية التطلع إلى ما هو أحسن وأقوم.
 - المتشائم يعيش في نكد دائم؛ لأنه بين أمرين سيئين: مكروره يصييه ومكروره يتوقعه؛ حتى في الوقت الذي ينال فيه الخير

والفلاح يتذكر ما يمكن أن يأتي بعد ذلك الخير من سوء وشرّ.
 • إن من أشد ما يعانيه الإنسان، ويکابده أن يموت بداخله شيء وهو ما زال حيّا. وذلك الشيء هو الأمل والرجاء بتحسين الأحوال؛ ولذا قالوا: إن أفق الناس من ليس له أمل يحفزه على العمل.

• إن الأحزان تحفظنا على العمل والصعود إلى العلياء، وبمقدار ما تكون أحزاننا عميقه يكون لها الأثر في تغيير أوضاعنا وتحسين أحوالنا بشرط أن نتقبلها بتفهم ووعي، وأن نعرف كيف نستخدمها في التقدم والارتقاء.

• كثيراً ما يكون مصدر شقاء الإنسان عقله وليس قلبه؛ فالعقل الذي يتبع طريقة متصلبة في التفكير يسبب لصاحبها الكثير من العناء؛ لأنّه يُرى صاحبه العالم على غير ما هو عليه.

• الإيمان هو المحور الذي يدور حوله عدد من الأمور المؤثرة في سعادة المؤمن - ولم لا - والإيمان هو الذي يصوغ وجودنا المعنوي؛ وهو دليلنا إلى عالم الغيب، وهو الذي على أساسه نفسّر حوادث الحياة، ونحدد علاقتنا بها.

• لذة المناجاة والشعور بمعية الله تعالى هما جوهر التيار الروحي الذي يجب أن ننشئه اليوم لمواجهة التيار المادي الهائل الذي جعل الناس ينتشرون في كل اتجاه بحثاً عن المتع والملذات؛ لكنهم في كل مرة يشعرون بخيبة الأمل، كما هو شأن شارب البحر؛ كلما ازداد شرباً ازداد ظماً وعطشاً.

- التوكل والرضا بما قسمه الله تعالى يشكلان أفضل واق وأفضل عازل لل المسلم عن الإرهاق العصبي الذي يصيب الناس بسبب معاكسة الظروف لهم وبسبب عدم تحقيق رغباتهم وطموم حاتهم.
- إن اهتمامنا بأي فضيلة من الفضائل على نحو مسرف، يخلُّ بتوازننا العام؛ لأنَّه يفوت علينا فرصة الاهتمام بفضائل أخرى. وهكذا تقلب الإيجابيات إلى سلبيات، والنجاحات إلى هزائم.
- واجبنا دائمًا أن نقاوم القرارات والعادات والسلوكيات والمواقف المتطرفة.
- القناعة والرضا بما قسم الله للعبد، باب كبير من أبواب السعادة؛ لأنَّ إصرار المرء على أن يحوز كل شيء هو ضرب من الجنون.
- الساخطون والمتباكرون على ما فاتهم من متع الدنيا حرموا لذة القناعة؛ فهم لا يشعرون بما يتمتعون به من نعم غامرة.
- إن من أكثر ما يؤذى أحاسيس الرضا والطمأنينة أن نضعها موضع شك وتساؤل، وذلك حين نسأل أنفسنا: هل نحن سعداء أو لا؟
- السعادة تحب الغفلة، وتكره الأضواء كما تؤذيها المقارنات والتطلغات غير المحدودة. فلننتبه إلى هذه المعاني إذا

أردننا ألا نحطّ رحالنا على أبواب الشقاء.

- العمل هو الذي يأتي بالأمل، وهو الذي يجعلنا نستسهل الصعوبات؛ لأننا من خلاله نباشر الممكن؛ و مباشرة الممكن وحدها هي التي تقلص مساحات المستحيل ومساحات الأمور الصعبة.

- نحن في حاجة إلى أن يدرك الناس أن الحياة الطويلة ليست بالضرورة هي الحياة الجيدة. والحياة القصيرة ليست بالضرورة هي الحياة التي تستحق العويل والرثاء.

- الحياة الطويلة هي الحياة الممتلئة بالأفكار والمشاعر المشحونة بالأعمال الجليلة، والإنجازات العظيمة. هذا هو المقياس الذي يجب أن تتعلق به، ونحسب الأعمار على أساسه.

- البشاشة والمرح والإيجابية والاستبشار كلها أمور تساعد على انتراخ الصدر، وإيجاد الأحساس والمشاعر الندية والساربة.

- إن أحوال الروح تابعة لأوضاع البدن، فبمجرد أن تنفرج أسارير الإنسان، ويضحك أو يبتسم، ينشأ تيار من السرور والاستبشار؛ ليجتاج النفس، ويغير في وضعيتها. لنحاول ألا نصدم أحداً، ولا نسرق السرور من قلب أحد وألا نحطّم الأمل في قلب بشر.

- إن الأفكار الجميلة هي التي تصنع الشخصية، وإن كل

فكرة جميلة أو إيجابية ندخلها إلى أذهاننا تقوم بطرد فكرة سيئة أو هدامة من عقولنا؛ وبذلك نذوق بعض طعم السعادة.

- إن مزيداً من الفهم لأحوال الناس من حولنا سيخفف من مشاعر الاستياء نحوهم، وسيعود علينا بالتالي بالارتياح والهدوء.

- السعادة ليست شيئاً يهدى إلينا، وإنما هي شيء ننجزه.
- السعادة في تلك السلسلة المتناوبة من السراء والضراء والشدة والرخاء والغنى وال الحاجة والنشاط والكسل.

- المرء لا يشقى ولا يحس بالتعاسة والقلق إذا وجد قلبه يخفق مع قلبه فكيف إذا وجد عشرات القلوب.

- من المهم أن أعتقد أن مساعدة أي واحد من المسلمين تعني أنني أساعد جزءاً صغيراً من كياني المعنوي الكبير.

- حين أسبب الأذى إلى أي واحد من المسلمين؛ فإنني أؤذي نفسي من حيث لاأشعر.

- لنمنح الحب والعطف والاهتمام ولكن دون أن ننتظر من الآخرين التجاوب الفوري والحار.

- الحب الحقيقي المورق هو الحب غير المشروط.

- من المهم ألا نشعر ونحن نقدم التعاطف أو المعونة للآخرين أننا نقوم بالواجب تجاههم.

- علينا أن ننمّي في أنفسنا حب العمل التقى الخفي

- الصامت حتى نكسر من شوكة الأنانية المتजذرة في نفوسنا.
- الصديق (رقم واحد) إنسان نشعر بعدم الخرج إذا أفضينا إليه بالحديث عن أنفسنا ومشاكلنا الخاصة كما نشعر أنه لا يمكن أن يشمت بنا.
 - الصديق هو ما يحتاج إليه القلب في كل وقت وليس في أوقات الشدة فحسب.
 - علينا أن نعترف بالجميل لمن يحسن إلينا؛ حيث إن الاعتراف بالجميل يجعل صاحبه يحافظ على الصداقة القديمة ويكسب صداقات جديدة.
 - مما يعكس صفو الصداقة وصفو الأخوة الأحكام التي نصدرها على بعضنا.
 - لكي نستطيع أن نلتزم بالأدب الإسلامي الرفيع عند إصدار أي حكم على أي صديق، لنتطلق من مبدأً أن معرفتنا ببعضنا ليست كاملة؛ الواحد منا لا يعرف نفسه تمام المعرفة؛ فكيف تكون معرفته بغيره تامة؟!
 - علاقتنا الحميمة كثيرة ما تكون حساسة وكثيراً ما يكون جرحها وتکديرها أمراً سهلاً؛ ولهذا فإن علينا أن نرعاها بشفافية وإحساس مرهف.
 - للسعادة رافدان أزليان أبديان؛ هما البساطة والطيبة.



**** معرفتي ****
www.ibtesama.com/vb
منتديات مجلة الابتسامة

من وحي التجارب الشخصية

**** معرفتي ****
www.ibtesama.com/vb
منتديات مجلة الابتسامة

من وحي التجارب الشخصية في السعادة^(١)

• من أراد السعادة أتته؛ فهي من صنع أفكارك ومن عمل يدك... إنها ليست بالكثير أو بالقليل الذي أمتلكه، إنها في قناعتي ورضاي بما بين يدي، إنها تبع من داخلي ومن فكري.
هنادي زيدان

أم لثلاثة أطفال.. سورية



• السعادة هي في إدراك الرضا الذي يكون في الفهم عن الله سبحانه وحكمته في تيسير وتسيير شؤون الكون والإنسان.

سليم عبد القادر

شاعر وباحث تربوي.. سورية



• أشعر بالسعادة حقاً عندما أصادق نفسي فأفرح لها إذا أحسنت وأتعلم من أخطائها. وأنظر إلى الماضي وكأنه مصرف للمعلومات وليس سجناً يحاصرني أو يرهقني، وأنطلع إلى الغد مهتماً لا مغتماً فأعمل بجد.

وتزداد مشاعر السعادة لدى عندما أقيم نسيجاً من العلاقات

(١) هذه الآراء أخذت بشكل عفوياً، من شرائح متعددة ومن أذواق معرفية وبيئية وفكرية متباعدة؛ وهي تعكس رؤى تفید ولا تکفى، بل لا بد من أن يعمل القارئ عقله.

الاجتماعية السوية على أساس الحب والخير والنفع المتبادل والصدق، وجوهر كل هذا عندي هو يقين بالله سبحانه، وعقل ناضج وإرادة نافذة وعافية دائمة وحرية لا يحدوها قيد.

علاء الدين آل رشي
كاتب وإعلامي.. سوريّة



- لجمال حياتنا سبيان: أولهما جمال العلاقة مع الذات، وثانيهما جمال العلاقة مع الآخر، فإذا كانت السعادة في الرضا الذي ينبع من الذات فإن كلمة (سعادة) مولفة من خمسة أحرف وحروفها متضمنة في كلمة من ستة أحرف ألا وهي كلمة (مساعدة)، فبقدر ما نساعد الآخرين بقدر ما يكون نصيبينا من السعادة.

د. ليلى الأحدب
مدير النشر في مركز الرأي... سوريّة



- السعادة كلمة بسيطة بلفظها، عظيمة بمعانيها ودلالاتها؛ فهي جنة الأحلام التي ينشدها أبناء العالم جمیعاً عالمهم وجاهمهم، غنيهم وفقيرهم، حاكمهم ومحكومهم، ولكن متى وكيف سننجح في الدخول إلى هذه الجنة؟

محمد الحوراني
إعلامي وكاتب.. سوريّة



• السعادة شعور جميل، ولكن متى تتملكها، إنها بعيدة عن أيدينا، ولا مساحة لها عندي بالمعنى الحقيقي إلا بمرضاة الله.

مودة عابدين بك
طالبة ثانوية... سورية



• أن أكون سعيداً يعني أن أكون في وفاق مع ذاتي، أعيش صلحاً داخلياً مع نفسي، وخارجيًا مع الآخرين، وعندما أعيش الحياة على طبيعتها من دون تعقيد أو تشويه للفطرة الإنسانية متمثلًا بمن قال: (السعادة هي ألا تفكر في السعادة).

فؤاد زينو

إجازة في الشريعة... سورية



• أحس بالسعادة حَالَمَا أشعر أنني راض عن نفسي وأتصالح مع ذاتي، إنها ليست في كسب (المال) ولا في منصب رفيع، أو في سيارة فارهة، أو في أي حالة معينة، إنها أشمل من كل ذلك إنها رقة ضميري ونظافة في سلوكي؛ وأحس بالسعادة تتدفق في داخلي حينما أكون مصدر إسعاد وود وسرور للآخرين، إنها حقيقة كبيرة أجدها في حياتي.

أشرف بكر

مدير قسم الكتاب العربي بشركة تهامة، مصر



- أشعر بالسعادة - فقط - عندما أحس أن رضا الله والوالدين قد استطعت تحقيقهما؛ فهذه ذروة السعادة لدى.

موفق عبد القادر البكار
مدير تسويق بدار السلام... مصر



- عندما أستطيع أن أرضي ربِّي وأوفيُّ ما للآخرين من التزامات وحقوق علىَّ أشعر بالسعادة حقًا.

محبي الدين الشامي
مدير عام مؤسسة الريان لبنان



- السعادة شعور في نفس المرء ليس هو وليد مظاهر خارجية أو متع آنية؛ وهو ثمرة للطمأنينة وحسن التعامل مع هذا الكون، ورب الكون عندما تكون الصلة قائمة على الحب والأنس بالله، إنه مهما اجتهدت في تحصيل عوامل السعادة فلن تتحقق إلَّا في إدراك المستقبل ويقين المرء بربه والأنس به.

د. محمد توفيق رمضان البوطي
أستاذ مساعد في كلية الشريعة بسوريا



- أشعر بالسعادة عندما أحقق أحلامي.

آدم طه
موظف بشركة



- السعادة أولاً هي فيض داخلي، وهي تناقض تام بين جميع الغرائز المركزة في نفسي.

د. خالص جلبي
كاتب ومحرك



- أشعر بالسعادة عندما أكون عامل سرور ومحبة لمن حولي، وأستطيع أن أكون صادقاً ونظيفاً في تعاملاتي، وأن يجد الآخرون نظافة في داخلي كما هي في خارجي، وأن أحقق جديداً نافعاً في حياتي أحقيق من خلاله مرضاه ربى وسعادة ذاتي.

محمد صالح بن حلي
نائب مدير مكتب الدعوة التعاوني بجدة



- تتحقق سعادتي عندما أرضي ربى.

إيمان زينو
سيدة



- أشعر بالسعادة عندما أحس بالاطمئنان؛ وهو نتيجة تفهمي لمن حولي وتفهمهم لي.

إيمان مارد يني
سيدة



• أرى السعادة حينما يمكّنني ربي من أن أساعد أحداً أو أن أرسم بسمة على وجوه الناس حينها أرى الجنة.

كمال المصري

مستشار شبكة إسلام آون لاين



• أشعر بالسعادة عندما ألقى شخصاً يحبني وأحبه ويقف إلى جانبي بصدق.

فتاحة سكارا

تقنية هندسة



• حين نتكلّم عن السعادة فإنّه ينبغي علينا أن نمحض النظر في معنى الكلمة فننفّذ إلى المراد الحقيقي، والمعنى الذي يملّيه الواقع وتنطق به الحقائق؛ فالسعادة حين نقصدها بحديثنا تختلف في حقيقة الحال عن معانٍ كالسرور والغبطة وانبساط النفس وتلهل الأسرار؛ إذ إن كلاً من هذه الكلمات لا تعدو أوصافاً وقتيّة أو لحظيّة، تصرف إلى نفس الإنسان وتنطلي على قلبه وفق مقتضى الحال وجريان الأحداث، وإنّه لم يكتب للسرور والغبطة في دنيانا أن تبقى متقرقة في عيني المرء ومغلفةً قلبه بقاء الحال المقيم الدائم، فقد مُجبل الإنسان على طبيعة تصرّفه عما يسعده بعد حين إلى ما سواه وتتملّم نفسه بما قد بعث فيها السرور منذ برهة أو هنيهة.. وهي شنة كونية مُجبل عليها الكون بأسره..

التغيير والتبديل.. وهو الثابت الوحيد على الدوام.. أن لا شيء يبقى على حال لا يتغير.. وفي هذا قال أبو العتاهية:

النفس بالشيء الممنوع مولعة
والحوادث أصولها متفرعة

والنفس للشيء البعيد مريدة
ولكل ما قربت إليه مضيعة

أما السعادة، الشاغل الأكبر لكل بني البشر على اختلاف أهواهم وتفرق مسالكهم ومراميهم؛ فهي لفظ أعم وأشمل من السرور اللحظي الذي يملأ صدر الإنسان وعينيه، فالسعادة إذا ما قورنت بالسرور والغبطة مقارنة لفظية مباشرة، فإنه يمكننا - تجاوزاً - أن نشبه السرور والغبطة والتلهل بالصفة في اللغة العربية، وأن نشبه السعادة بالحال فيها. أجل فالسعادة هي ذلك الحال الذي يمتد بالمرء على فترات من الزمن تطول أو تقصر ولا يمتنع أن تنطوي تلك الفترات على لحظات حزن ومواقف أسى، لكن القدر العام من الرضا الذي حظيت به نفسه وروحه، على امتداد هذه الفترة، يعكس له قدر السعادة التي غلبتها.

ليس أحدها بأقدر على وصف السعادة للأخر من نفسه التي يبن جنبيه، أنت من تحس بالسعادة، وأنت الذي تدرك متى تكون سعيداً، وكيف تشعر حينئذ، غير أنه كثيراً ما يقع أنا نخلط بين الصورة المجردة للسعادة، والصورة المتجسدة لها،

بكلمات أخرى، فإن كثيرين يبننا لا يكادون يفرقون بين السعادة بمعناها العام، وبين أسباب السعادة التي يرون السعادة حين يرونها أو يستشعرون الرضا والسكينة حين يشعرون بها، فتنطلق من بعض الأفواه مقولات كثيرة ما نسمعها أو نسمع أمثالها؛ مثل: السعادة في المال، أو المال وحده يحقق السعادة، أو السعادة الحقيقة في الصحة....، فالمال والعافية وحسن العشر... إلى آخر ذلك من أسباب السعادة إنما هي أمور يختلف الناس في طلبها والسعى إليها والميل لأحدتها دون الآخر، والسعادة ليست في أحدتها دون الآخر، وليس فيها مجتمعة؛ إنما السعادة هي الرضا والسكينة التي تغمر حياة المرء حين يبلغ غاية أو يمسك بسبب من أسباب السعادة التي يشندها..

إننا حين نمحض النظر مرة أخرى في مرامي بني البشر ومساعيهم على اختلافها وتعارضها وتشتتها في الحياة نبصر جلياً أن الناس جميعاً أفراداً وشعوبًا ينشدون السعادة بصورة من الصور أو على وجه من الوجوه، كل حسب اعتقاده وثقافته وإدراكه لحقيقة الحياة وعمق الرسالة التي خلق من أجلها..

• فالسعادة إذن تختلف أسبابها اختلافاً عظيماً بين الشعوب والثقافات المختلفة، غير أن طبيعتها لا تختلف قط؛ لأن طبيعة النفس الإنسانية ونوازعها، وكنه الروح التي نفخها الله في بني آدم لا تختلف، غير أن السعادة على وجه العموم تتبادر في أقدارها وحقيقة إدراكتها، فكثير من البشر يطلبون

السعادة في أسباب لا تأتينهم بها، فتبدو لنا صوراً عجيبة من تفشي الانتحار، وتعذيب النفس، وممارسة عادات شاذة في مجتمعات سيقت لها جل أسباب السعادة الظاهرة للبشر؛ ذلك أن الرضا والسكينة اللذين تشعر بهما النفس حين تبلغ غايتها لا بد أن يتوافقا مع ذات القدر من الرضا والسكينة اللذين تنشي بهما الروح وتسمو حين تحصل على الطمأنينة واليقين.

أحمد القطب / القاهرة
كاتب ومصمم جرافكس



• السعادة هي أن تؤمن أن هناك من يهتم بك ويحافظ عليك، من يسع دموعك ويضفي الابتسامة على وجهك، من يضيء لك الطريق حين تخيط بك الظلمات، وعندما تجده فقد وجدت السعادة الحقيقية فلا تدعه يتركك.

رانيا الشاعر
صحفية - القاهرة



• أشعر بالسعادة عندما أضع رأسي للنوم وأنا خالي الذهن من أي مطلب للناس عليّ.

حسن سالم
المدير الإداري والمالي بدار الفكر



- السعادة أن آكل لقمة هنية، وأعيش بسلام مع عائلتي وأن أكون مع ربِّي وأن أسمع الأخبار الطيبة.

طلعت عباس

رب أسرة



- أشعر بالسعادة عندما أعيش بكرامتي وتفق حياتي مع إنسانيتي، هذه سعادتي الحقيقية.

تيسير هنداوي

موظف



- أعيش حالة من السعادة؛ حينما أسهم في إغاثة ملهوف، وإنصاف مظلوم، وزرع البسمة على وجه بائس، وحينما أرى الحق يعلو ولو على لسان خصومي.

محمد خير الطرشان

معهد الفتح الإسلامي بدمشق



- إتقان العمل ثمرته النجاح، والنجاح قمة السعادة.

ماريا الحايك



- السعادة في أحد تجلياتها أن تنام وليس في صدرك غل على أحد، كذلك الصحابي الذي قال عنه ﷺ: «يطلع

عليكم رجل من أهل الجنة ». .

محمد سداد العقاد

مهندس وإعلامي



- السعادة: أن ينعم الإنسان بما وهبه الله من نعم كثيرة وخاصة نعمة الإيمان وأن ينظر إلى الناس من حوله ويرى البهجة في وجوههم.

الدكتور المهندس نهاد الغزي

مدير أوقاف دمشق



- عندما أحقق أهدافيأشعر بالسعادة.

هاني آدم ويس

مدبرة منزل



- سعادتي تكتمل عندما أشعر أنني مدعوم ومسنود وموفق من ربِّي.

أحمد الشعار

مدرس فنون دفاعية



- أشعر بالسعادة عندما أحس بالرضا وأتكيف مع الحياة.

ماجدة علي

سيدة مصرية

• عندما أحقق هدفي المنشودأشعر بالسعادة.

أمين عوض

إجازة بالشرعية الإسلامية



• أشعر بالسعادة الداخلية عندما أحس أن مشاعر الهناء والحبور تحف من حولي.

إيمان العلي

طالبة ثانوية



• لأننا نعيش هزائم متواتلة وعلى صعد مختلفة، انكفات أسباب سعادتنا؛ فانتقلت من عناوينها العامة إلى عناوين خاصة وأفراح صغيرة نولها لأنفسنا، نحاول أن نخترع أسباب الفرح، وإذا لا نفلح نستمر في استهلاك المزيد من القهر لعل القهر والهزيمة يصبحان أقل مرارة إذ نعتادهما. لأننا نكاد نفقد الأمل في مستقبل أفضل لأمتنا، نرقب بعض الأمل في عيون أطفالنا، علّهم يكونون أكثر جدوى منا.

• وأسباب السعادة لم تعد متوافرة، ولكنني أتوهمها وأحاول أن أعيش وهمي، عندما ألتم على أسرتي الصغيرة، أو تلتمن على أسرتي الكبيرة، ربما في رائحة الصنوبر وهي ترتبط بصوت صديق عتيق يياغبني بحضوره، وربما في

هنيهات تقضيها في ظل وارف وأحد من تحب ييادرك بقهوة الصباح، ربما في كتاب يخرج من رحم المطبعة بعد طول انتظار، ولكنها أسباب معدودة لا ترقى إلى ما كنا نحلم به من أوطان سعيدة ملأى بقلوب تعيش الحرية، ووجوه تحيا نضارة مستقبل واعد.

عبد الواحد علواني

كاتب وباحث تربوي



• كنت دائمًا منشغلًا بقضية السعادة ما السعادة؟ ووجدت في مطالعاتي الكثير من المخطوطات والعبارات والوقفات التي تدل على معانيها لا زلت أذكر كلمة للكاتب المصري يحيى حقي عن السعادة: (إنها لحظة صفاء مع صديق صدوق)؛ وكذلك سئل أحد الحكماء من إفريقيا السوداء عنها فأجاب: (السعادة هي أن تكون سعيدًا مع المشاكل التي لا تستطيع حلها).

وهي في رأي لفيلسوف فرنسي: (الوفاق مع الذات). ثم إنني منذ طفولتي قرأت (أبو القاسم الشابي) الذي توفي في الثالثة والعشرين - يعني أنه لم يتجاوز عتبة الشباب - فوجدت أنه يربط السعادة بالإرادة وتحديداً بإرادة الحياة وتحت هذا العنوان كتب قصيدة الرائعة التي خلدت ويحفظها الشباب العربي.

إذا الشعب يوماً أراد الحياة
 فلا بد أن يستجيب القدر
 ثم قرأت للمتنبي فلحظت عنده أن السعادة مقرونة
 بالكبرياء:

على قدر أهل العزم تأتي العزائم
 وتأتي على قدر الكرام المكارم
 وتعظم في عين الصغير صغارها
 وتصغر في عين العظيم العظام

ثم إن حياتي بالإضافة إلى هذه التأملات خبات لي قدراً
 صعباً فيه ما فيه من المنافي والغربة والبعد عن ربا الوطن
 والصعوبات القاسية، فأعطتني الرغبة في أن أكون سعيداً
 باكتسابي طاقة الإيمان، وأتذكر أنني عندما كنت مرات
 عديدة في متاعب وهموم أتمت في صوت مسموع:

﴿قُلْ لَنَّ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا﴾ [التوبه: ٥١].
 أو ﴿وَالضُّحَىٰ ۝ وَاللَّيْلٖ إِذَا سَجَىٰ ۝ مَا وَدَعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ ۝﴾
 [الضحى: ١ - ٣].

فأشعر بقوة تجاهني وتشددي وتجعلني أواجه هذه المصائر
 بتحدى الصابرين، مؤمناً أنَّ اللَّهَ يصطفى من يشاء من خلقه
 مستنجدًا بالأية الكريمة: ﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ حَتَّىٰ نَعْلَمَ الْمُجَاهِدِينَ ۝﴾
 [محمد: ٣١].

هذه هي السعادة التي ترفع الإنسان ولا تضمه، وتنوريه ولا تضعفه، وتسانده ولا تخذله.

• أما سعادتي الشخصية فهي سعادة يوميةأشعر بها حين أصحو من نومي وأذهب واقفا؛ وهي سعادة العافية وحينما أشرب قهوتي أو أتأمل وجوه أطفالـي أو أتمتع بعمل فني في السينما، هي سعادة لا توصف وهي متعددة المظاهر، أهمها تناغمي مع الكون، وفهمـي لوظيفتي في الحياة؛ لأنـها تشعرني أنـني ذرة في كون متناسق جميل بارئـه لطيف رحيم.

د. أحمد القديدي

تونس، جامعة قطر



**** معرفتي ****
www.ibtesama.com/vb
منتديات مجلة الابتسامة

السيرة الذاتية للمؤلف

أ. د. عبد الكريم بكار.

حصل على البكالوريوس من كلية اللغة العربية بجامعة الأزهر (١٣٩٣هـ / ١٩٧٣م)، وعلى الماجستير في عام: (١٣٩٥هـ / ١٩٧٥م)، والدكتوراه في عام: (١٣٩٩هـ / ١٩٧٩م) من قسم أصول اللغة بالكلية نفسها بجامعة الأزهر، وكان عنوان رسالته الدكتوراه: «الأصوات واللهجات في قراءة الكسائي».

قاد أ. د. عبد الكريم بكار مسيرةً أكاديميةً طويلةً، دامت (٢٦ عاماً): بدأت عام: (١٣٩٦هـ / ١٩٧٦م) في جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية في القصيم (السعودية)، ليتقلّب بعدها إلى جامعة الملك خالد في أبها في عام: (١٤٠٩هـ / ١٩٨٩م)، حصل خلالها على درجة الأستاذية في عام: (١٤١٢هـ / ١٩٩٢م)، وليبقى فيها حتى استقال منها عام: (١٤٢٢هـ / ٢٠٠٢م)؛ ليتفرّغ للتأليف والعمل الثقافي والفكري، حيث يقيم في العاصمة السعودية الرياض.

وتركتز المسيرة الأكاديمية للدكتور بكار على تدريس اللغويات، والتي شملت مواد المعاجم اللغوية، دلالة الألفاظ، الأصوات اللغوية، اللهجات العربية، القراءات القرآنية واللهجات، النحو، الصرف، المدارس النحوية وتاريخ النحو. كما قدم أ. د. بكار خلال تلك الفترة عدداً من الأبحاث والكتب المتخصصة والتعليمية في مجال اللغويات، وأسهم في النشاط

الأكاديمي للجامعات التي عمل بها من خلال رئاسته لعدد كبير من اللجان العلمية، ورئاسته لقسم النحو والصرف وفقه اللغة لعدة سنوات، ومساهمته في وضع المناهج، والإشراف على البحث، وتحكيم الدراسات العلمية.

وللدكتور بكار، نشاط مكثف على صعيد المحاضرات، والندوات الفكرية والثقافية والدورات التدريبية، وشارك في المئات منها في المملكة العربية السعودية والكويت وقطر والبحرين وتركيا ولبنان ومصر والأردن وมาيلزيا والسودان. كما يقدم حالياً برنامجاً أسبوعياً في قناة (دليل الإسلامية) باسم: « آفاق حضارية »، وبرنامجاً شهرياً بقناة (المجد) باسم: « معالي »، وكان أ. د. بكار قد قدم برنامجاً تلفزيونياً أسبوعياً في قناة (المجد) باسم: « دروب النهضة » لمدة عامين، وبرنامجاً إذاعياً أسبوعياً باسم: « بناء العقل في القرآن الكريم »، وبرنامجاً إذاعياً أسبوعياً آخر باسم: « العلاقات الإنسانية في المجتمع الإسلامي » استمراً لمدة سنتين بإذاعة القرآن الكريم بالرياض، بالإضافة لاستضافته في برامج عديدة على قناة (الرسالة)، وقناة (اقرأ)، وقناة الناس والتلفزيون السعودي.

ويحرص أ. د. بكار على أن يقدم رؤاه الفكرية والتربيوية من خلال مشاركته الواسعة في مختلف الصحف، والمجلات العربية المتخصصة وال العامة؛ حيث يكتب أ. د. بكار مقالات دورية في مجلة (البيان) اللندنية ومجلة (الإسلام اليوم) الشهرية، ومجلة: « مهاراتي » الصادرة عن جامعة الملك سعود وموقع « الإسلام اليوم »، كما يشارك باستمرار منذ أكثر من عشرين

سنة بمقالاته ودراساته في عدد من المجلات الدورية الأخرى. وأ. د. بكار عضو في المجلس التأسيسي للهيئة العالمية للإعلام الإسلامي التابعة لرابطة العالم الإسلامي (الرياض)، وعضو الهيئة الاستشارية بمجلة: «الإسلام اليوم» (الرياض)، وعضو الهيئة التأسيسية لقناة (دليل)، وعضو في مجلس الأمناء لقناة (سنا) الفضائية (عمان).

ويعد أ. د. بكار أحد المؤلفين البارزين في مجالات التربية والفكر الإسلامي؛ حيث يسعى إلى تقديم طرح مؤصل ومحدد لمختلف القضايا ذات العلاقة بالحضارة الإسلامية، وقضايا النهضة والفكر والتربية، والعمل الدعوي.

وللدكتور بكار حوالي ثلاثين كتاباً في هذا المجال؛ لقي الكثير منها رواجاً واسعاً في مختلف دول العالم العربي، كما قدم أ. د. بكار للمكتبة الصوتية أكثر من مائة ساعة صوتية مسجلة ومنتشرة في مكتبات التسجيلات الصوتية.

وفيما يلي قائمة بالكتب والدراسات الأكاديمية المتخصصة:

- ١ - أصول توجيه القراءات ومذاهب النحوين فيها حتى نهاية القرن الرابع الهجري، بحث غير منشور، (١٤٠٤ هـ / ١٩٨٤ م).
- ٢ - ابن مجاهد شيخ قراء بغداد، مجلة كلية اللغة العربية والعلوم الاجتماعية بالقصيم، (١٤٠٤ هـ / ١٩٨٤ م).
- ٣ - تحقيق كتاب: «القواعد والإشارات في أصول القراءات» للقاضي أحمد بن عمر الحموي، دار القلم، دمشق (١٤٠٦ هـ / ١٩٨٦ م).

- ٤ - الصفوة من القواعد الإعرابية، دار القلم، دمشق، (١٤٠٧ هـ / ١٩٨٧ م).
 - ٥ - تحقيق كتاب «رد الانتقاد على الشافعي في اللغة» للإمام البهقي، دار البخاري، بريدة، (١٤٠٧ هـ / ١٩٨٧ م).
 - ٦ - أثر القراءات السبع في تطور التفكير اللغوي، دار القلم، دمشق، (١٤١٠ هـ / ١٩٩٠ م).
 - ٧ - المهدوي ومنهجه في كتابة «الموضع»، دار القلم، دمشق، (١٤١١ هـ / ١٩٩١ م).
 - ٨ - ابن عباس مؤسس علوم العربية، دار السوادي، جدة، (١٤١١ هـ / ١٩٩١ م).
 - ٩ - دراسة لإنشاء مركز لتعليم اللغة العربية، كلية اللغة العربية بأبها، (١٤١٣ هـ / ١٩٩٣ م).
- أمّا الكتب التربوية والفكرية الصادرة للدكتور بكار؛ فمنها:
- ١ - فصول في التفكير الموضوعي، دار القلم، دمشق، الطبيعة الثانية (١٤١٤ هـ / ١٩٩٤ م).
 - ٢ - نحو فهم أعمق للواقع الإسلامي، دار المسلم، الرياض، (١٤١٥ هـ / ١٩٩٥ م).
 - ٣ - من أجل انطلاقة حضارية شاملة، دار المسلم، الرياض، (١٤١٥ هـ / ١٩٩٥ م).
 - ٤ - مقدمات للنهوض بالعمل الدعوي، دار المسلم، الرياض، (١٤١٦ هـ / ١٩٩٦ م).

- ٥ - مدخل إلى التنمية المتكاملة، دار المسلم، الرياض، (١٤١٧هـ / ١٩٩٧م).
- ٦ - في إشراقة آية، دار هجر، أبها، (١٤١٧هـ / ١٩٩٧م).
- ٧ - من أجل شباب جديد، بحث منشور في وقائع المؤتمر السنوي للندوة العالمية للشباب الإسلامي، عمان، (١٤١٨هـ / ١٩٩٨م).
- ٨ - حول التربية والتعليم، دار المسلم، الرياض، (١٤١٩هـ / ١٩٩٩م).
- ٩ - العولمة، دار الأعلام، عمان، (١٤١٩هـ / ١٩٩٩م).
- ١٠ - القراءة المشمرة، دار القلم، دمشق، (١٤٢٠هـ / ٢٠٠٠م).
- ١١ - العيش في الزمان الصعب، دار القلم، دمشق، (١٤٢٠هـ / ٢٠٠٠م).
- ١٢ - مسار الأسرة، دار السلام، القاهرة، (١٤٣٠هـ / ٢٠٠٩م).
- ١٣ - القواعد العشر، دار السلام، القاهرة، (١٤٣٠هـ / ٢٠٠٩م).
- ١٤ - التواصل الأسري، دار السلام، القاهرة، (١٤٣٠هـ / ٢٠٠٩م).
- ١٥ - هي هكذا، دار السلام، القاهرة، (١٤٣٠هـ / ٢٠٠٩م).
- ١٦ - تكوين المفكر: خطوات عملية، دار السلام، القاهرة، (١٤٣١هـ / ٢٠١٠م).

- ١٧ - المشروع الحضاري: نحو فهم جديد للواقع.
دار السلام، القاهرة، (١٤٣١هـ / ٢٠١٠م).
- ١٨ - من أجل الدين والأمة، دار السلام، القاهرة،
(١٤٣١هـ / ٢٠١٠م).
- ١٩ - من أجل النجاح، دار السلام، القاهرة،
(١٤٣١هـ / ٢٠١٠م).



رقم الإيداع
٢٠١٠ / ٩٩١١

الترقيم الدولي I.S.B.N
978-977-342-898-3

هَذَا الْكِتَابُ

يقدم إجابات لكثير من الأسئلة التي تشغّل فكر الإنسان في الوقت الراهن:

- ما هي السعادة وكيف تتحقق وكيف تدوم وما هي منفاصاتها؟
- ما التعاشرة وكيف تتغلب عليها؟
- ما حكمة الحياة وما الحكمة منها؟
- هل السعادة شكل أم روح؟

إن الكتاب قد عني بتقديم إجابات شافية لتلك الأسئلة في ست وثلاثين إضاءة في مفهوم السعادة وحكمة الحياة - إضاءات تحضّن الإنسان حتى لا تخترم قلبه شظية من شظايا البؤس وليريقى شامخاً، فلا تكسر آماله أمام جروح الدهر وألامه، وحتى يصل إلى جمال الروح ونظافة الشعور ونقاء الداخل الذي هو الحصن الخصين الذي ينبغي ألا تخترقه عواصف الأيام ومصاعب الحياة.

الناشر

دار السلام للطباعة والنشر والتوزيع والترجمة
القاهرة - مصر - ١٢٠ شارع الأزهر - ص. ب ١٦١ الفوريه
هاتف : ٢٣٧-٤٢٨ - ٣٧٩٤١٥٩ - ٣٥٩٣٣٢٤ - ٣٤٥٦٤٢٣
فاكس : ٢٣٧٤١٧٥ - ٢٣٧٤١٧٦٠ (٢٠٢) +٢٠٢
الاسكندرية - هاتف : ٥٩٣٢٢٥٥ - فاكس : ٥٩٣٢٢٠٤ (٢٠٣) +٢٠٣
www.dar-alsalam.com info@dar-alsalam.com

ISBN: ٩٧٨-٩٧٧-٣٤٢-٨٩٨-٣



9 789773 428983 >