

قرار



الأهداء

الى التي ذات مره جنئت وقلت لها سأقرأ لك
مقال ..

و عندما سمعته انبهرت به وبأسلوبه ففاجئتها
أكثر وقلت لها أنا من كتب هذا المقال

أمي

الى اللواتي شجعوني ودعموني ومن خلالهم
أستمديت قوتي وأستمريت بالكتابه

أخواتي

الى ذلك الرجل الذي اعطاني أغلى ما يملك
وجعلني أميرة مُدللّه

أبي

الى سندي الذي قدم لي المساعدة بجميع
انواعها والدعم والحب ليفتخر بي

زوجي

المقدمه

سأصبح كاتبه....سأجعل كلماتي دواء لكل من قرأها، سأساند ذلك الضعيف الذي لا يملك احد، سأضمد

جراح ذلك اليتيم

سأكتب واكتب ولن اتوقف حتى تبلغ كلماتي الافاق لتكون اما لذلك الوحيد الغريب

الذي لا اعرفه....

فهو فقط وجد نفسه في كتابي فأستأنس به

انا صاحبة قراري، انا عكازة سقوطي ، ودفئ شتائي ، ومجداف قاربي

وهدوء ليلي، وسكينة نفسي ، انا من يُعْلي شأني ومن يهتم بروحي....

حينما تغيب الشمس من عالمي ستشرق من جديد في فجر يوم جديد

انا من اخلق الاشياء الجميله داخلي

حتى استطيع منحها لمن حولي

لذلك مئات المرات اثق بنفسي كثيراً اثق بقراري وبكلماتي ستكون دواء للكثير.....

،، قرار الزواج،،

في لحظة الانبهار بعلاقه عاطفيه او الاعجاب الشديد بشخص معين قد تتخذ قرار سريع بالارتباط
وباعتبارها الخطوه التي تضمن وجود هذه الشخص الى جانبك ويبقى في حياتك
ولكن هذا القرار السريع من الممكن ان يغير حياتك.....

عليك ان تدرسه من كل الجوانب وعدم الاستعجال فيه ، الزواج شراكه مقدسه لا يقدم اليها
الا الكفوئين في الزواج يجب ان تعطي مثلما تأخذ وتقدم التنازلات والتضحيات مثلما تتوقع
من شريكك ان يقدم لك في المقابل وخاصاً في السنوات الأولى من الزواج

سيضطر الطرفين في تغيير طريقة حياتهما ليخلقوا حياة مشتركه

وممكن في بعض الأحيان يتخلوا عن بعض احلامهم ورغباتهم من اجل

إرضاء الشريك

الأهم.....

اسأل نفسك قبل اتخاذ قرار كهذا هل انا جدير بالثقه؟؟؟

هل سأكون وفي لهذه المرأه التي ستترك أهلها وعالمها وطموحاتها

من أجلي هل سأصونها واكتفي بها؟؟؟

اذا كنت واثق من وفائك فتقدم واذا لم تكن واثق فلا تخرب حياة هذه الفتاة ولا تظلمها معك قرار الزواج يحتاج الى تأني ودراسه عميقه وانتى ايضاً ايتها الانثى الزواج ليس مجرد ارتداء فستان جميل وحفله زفاف والتباهي امام صديقاتك فقط..لاياعزيزتي الزواج مسؤوليه كبيره هل انتِ جديره بتحمل مسؤوليه كهذه هل مستعده تماما هل قلبك وعقلك مقتنعين بهذا الشريك قناعه تامه ؟هل تؤمنين به؟ وبأنه شخص قادر على تحقيق أهدافه وتحمل المسؤليه؟ هل انتِ متأكده من انكِ على استعداد للالتزام بقضاء بقية حياتك مع هذا الشخص مدى الحياة وضعي بعقلك انه على مدار الوقت سيتغير كل منكما بطرق متعدده.

،، شبح الماضي،،

مهما حاول الانسان جاهدا ان يمضي قدماً وينسى الماضي
ولكن لا يستطيع حتى لو أراد هو ان يقضي على الماضي لابد من
وجود بعض الأشخاص الذين سيستمرون في تذكيرك بما حدث في
الماضي.....

سيحدث صراع بينك وبين ماضيك مهما حاولت التخلص منه سيظهر لك
مره أخرى سيكون مثل الشبح يطاردك في كل مكان ليس من السهل
ان تتخلص منه بين ليله وضحاها ستتعب وتحمل ماتسمعه من الناس
ستصبر وتفعل المستحيل لتتخلص من هذا الشبح عليك ان تفعل
عكس ما يقال عنك لتغير وجهة نظر الاخرين بك ، ابذل جهدك لتقضي
على ماضيك بأفعالك الجديده المعاكسه لافعالك الماضيه ان اردت ان
ترى نظرة الاحترام مره أخرى فأفعل ما بوسعك لتغير من نفسك
انت تستطيع فقط اصبر وثابر وستقضي على شبحك ستنتصر عليه
حتما ولكن.....

ان لم تغير من حياتك ونفسك وتقضي على عاداتك السيئه فأحتمل
نظرة الاستهزاء وأحتمل ان تبقى صغير بأعين من حولك وحتى بعين

نفسك ،نحن خُلقنا لتتعلم من تجاربنا

ولنصبح أقوى بكل عثره من عثرات الحياة لنكتسب الخبرات لنصبح

أسطوره من القوه والأخلاق والخبرات الذكي من يتعلم من عثراته ربما

لايتعلم من الدرس الأول ولا الثاني ولاحتى الثالث ولكن حتماً سيتعلم

ويكسب الخبرات ويقضي على شبح الماضي

لنجعل الاحداث الماضيه فرصه سعيده للتعلم والنمو.

حارب عاداتك السيئه حتى تلك التي لايعرفها احد سواك

،، النسيان،،

من بين كل هؤلاء الأشخاص الذين يمرون بحياتك سيمر عليك

شخص غير قابل للنسيان يستيقظ داخلك كلما ذهبت للنوم

تراه امامك كلما نظرت لوجهك في المرآة

كلما لمست قلم كتبت اول حرف من اسمه

شخص يختبأ داخلك

شخص كلما نفضته عاد....كذرات الغبار

يدخل العين ليدمعها

شخص زرع في قلبك وردة سوداء ذات اشواك

سوداء لانها لاتعرف ملامح السعاده والهناء جذورها اشواك

ان لم تحاول النسيان ولم تقاوم

فستموت ذات يوم بنوبه قاتله

هل حقا ستستسلم؟؟هل يليق بك الضعف؟

الانسان سُمي انسان لانه ينسى حتى عندما يموتون اشخاص
عزيزين على قلبنا سننسى اننا لن ننساهم ابدااااا...

ولكن بعد عدة أسابيع سننسى وستستمر الحياة وهذا هو طبع البشر
ينسى مهما اعتقد انه لن يستطيع فعقل الانسان يستمع الى افكارنا
ويطبقها

فمثلا لو قلنا لانستطيع نسيان هذا الشخص فعقلنا الباطن سيستقبل
هذه المعلومه ويحققها

نحن بيدنا نخلق القرارات ونجعلها تنطبق علينا لولا النسيان لمات
الانسان من كثرة الهموم والحزن والندم على الماضي.

شكراً لـ الماضي.....

الذي صنع مني شخصاً آخر

شكراً للأشخاص الذين جعلوني مختلف

فسوءهم صنع لي النجاح.

، ، ورقه وقلم،،

اجعل امامك هدف معين واجعل امامك الاشخاص

الذين قالوا لن تستطيع وحتماً ستستطيع

تحقيق النجاح المطلوب ... وبأمتياز

تحدى نفسك وتحدى من استهزء بقدراتك

وستكون النتيجة مذهلة وتذهل الجميع

اعلم ان الامر ليس سهلاً ولكن اولاً

امسك (ورقه وقلم)

لان الكتابه نوع من الطب وعلاجك لايتطلب اكثر من ورقه وقلم

والجلوس بمفردك وكتابه ما لايقال لاحد ولن يقرأه احد سواك

الكتابه لاتحتاج الى شهادات جامعيه ولاتحتاج الى موهبه بل

تحتاج لشجاعه

ومواجهه نفسك

امام ورقه وقلم حتى نستطيع التخطي والنجاح

والبدء من جديد فعليك مواجهة نفسك

امام ورقه وقلم

حتى لاتأخذك الحياة لدروب اخرى لكي تتخلص من الحريق

الداخلي تماما

نعم!

ارميه على ورقه تلك الجروح والاحزان

اكتبي فكل شيء تكتبيه يغادر قلبك ليقيم على الورق ، اقتليه

بدل ان يقتلك

وحده الحبر يطفى النيران المشتعله

قررت الرحيل ورحيلي لن يؤجل
قررت الرحيل ولن أعود
سأرحل من مكان لا يذكرني الا بأيام
حزينه وليال أليمه....لحظات صعبه
سأرحل ولن اعود.

، ، لا تكره الألم لانك ستتعلم منه ، ،

وحده الالم معلم جيد لانه يملك كل الوقت....
الوقت الذي يجعلنا ننسى مانود نسيانه
فيعدبنا ويلقنا حكمته واقسى استنتاجاته
فندفع الكثير من عمرنا مقابل درس نتعلمه بعد فوات الاوان
فالالم مدرسه لايتخرج منها المرء الا شخص كبير نادم
فلماذا نجعل الالم يصغرنا بدل ان نصغره
ولانعطيه مساحه ليسيطر علينا
بل لنستخدمه فرصه نتعلم منه
ونكون سادته لا ضحيته
الالم. مرحله تمر بكل حياة انسان
فهناك من يضعف ويستسلم للالم ومخلفاته
ولايتعلم منه شئى وهناك من لديه ارادة واصرار

**على تغيير ما هو عليه من اخطاء من اطباع وصفات واعادة عزت
النفس فالحزن كبير وياخذ من صحتنا ولكن رحمة الله (سبحانه
وتعالى) اكبر**

**فلو تقربنا الى الله لن يتجرء الشيطان على اغواءنا ولا نرتكب
الاطياء لان قلبنا سيكون مليئ بحب الله (سبحانه وتعالى)
وكره الفواحش والاعمال الحرام
فالحياة جميله بقرب الله .**

الألم ثمره
والله لا يضع ثماراً على غصن
ضعيف
لا يقدر على حملها

،،سامح من جرحك،،

لا نسامحهم حباً بهم ولكن لتصبح حياتنا افضل حتى لانستمر بالتفكير
بجرحهم ونعيش بحزن وكآبه وحتى نكف عن الحقد والتفكير بالانتقام
نسامحهم لننقذ انفسنا من سواد الروح والقلب فهل يستحقون ان
يتحول قلبنا اسود بسببهم

سنسامح من اجل انفسنا ومن اجل نجاحنا ولكن الأهم
نسامح دون أعادتهم لحياتنا ليلعبوا بها مره أخرى سنسامح بيننا وبين
انفسنا ،لنكف على التفكير بأعادة الجرح لهم
الانسان سُمي انسان لانه ينسى والله اعطانا نعمة النسيان
لننسى من جرحنا.....

لنعيش حياتنا ونعتبر هذا الشخص هو شئ زائد على حياتنا وخرج
منها

خرج منها لأننا لانملك له مكان بحياتنا

خرج بأرادتنا وبمزاجنا.....

لأننا نستطيع بكل سهوله أعادته لحياتنا ولكننا فضلنا خروجه ومحي كل ذكرياته

ولكن مع الأسف الاكثريه يفضلون الاحتفاظ بالجرح وينتضرون السوء يحدث للذي جرحهم ينتضرون سقوط هذا الشخص فهذا التصرف يشبه (الذي يتناول السم وينتظر موت اعدائه)

لانه بهذا التفكير يسمم نفسه الف مره في اليوم بينما الطرف الاخر يعيش بسلام

اعلم الامر صعب نسيان جرح لشخص عزيز ولم تتوقع منه جرح كهذا ولكن من اجل تخطي هذه المهمه الصعبه لنعبر هذا الشخص طفل فهل من الممكن ان نبقى نتذكر جرح لطفل غير واعى ولايدرك مايفعله لنكن نحن الأكبر والواعى لنقدم لانفسنا دائماا الحلول التي تجعلنا نعيش براحه وسلام

والاهم من كل هذا.....

توجد العقوبه الالهيه لماذا نسعى وراء الانتقام ولانؤمن بقدرات الله فهو سيعاقب الطرف الاخر بما يستحق

لنستودع امورنا بيد الله وننسى ونسامح ولانتثمت بما سيحدث لهم
لانه سيحدث لنا يوما ما.

أشرف الأثر العفو

،،القناعة كنز،،

القناعة كنز ولكن نحن البشر طماعين جدا لا نقتنع بما لدينا ولا نشكر الله على النعم التي لدينا دائماً ننظر للشئ الذي ليس لنا مع العلم الأشياء التي ملكنا وبيدنا هي اجمل بكثير من الأشياء التي ليست لنا ولكن لا اعلم لماذا نختار ونفضل العيش بالخوف بما ليس لنا ونهمل جمال الأشياء التي لنا طبيعة البشر غريبه حقاً.....

يملك كل شئ ولكن ينظر للذي ليس له

ماهذه الانانيه؟؟

لماذا لانقتنع بما لدينا من اشخاص من نعمات من أغراض من كل شئ فهناك من يحسدك على ماتملك يجب ان نشعر بالامتنان لأننا نملك كل هذه الأشياء

والامتنان يجعلك سعيد جدا من الداخل في بعض الأحيان لانرى مالدينا لأننا منشغلين بما ليس لنا

ركز على الأشياء التي هي ملك لك ، واستمتع بها

واشكر الله عليها وحافظ عليها جيدا.

،، الكرم سر السعاده،،

عندما يكون الانسان كريم مع من حوله

الاهل، الأصدقاء، وحتى الغرباء

سيشعر بسعاده كبيره لانه قدم المساعدة لاحدهم

سواء كانت هذه المساعدة ماليه او معنويه

اذا كنت قادر على تقديم المساعدة فلا تتردد ابداً...

مهما كانت هذه المساعدة بسيطه ولكن ستكون ذات قيمه عند الطرف

الاخر

سترسم الابتسامه على وجه الكثير وليس هذا فقط

فكلما تعطي اكثر تحصد أكثر

في بعض الأحيان نملك أشياء لانستخدمها ونركنها في احد زوايا المنزل

او بعض الملابس التي لم نعد نستخدمها فغيرنا يتمناها بشده فلماذا

لا نساعد؟

وبالمناسبه هذه المساعدة ستكون لها تأثير إيجابي على حياتنا فكانت

هنالك امراه مريضه مصابه بمرض (التصلب المتعدد)

فقال لهاالمعالج عليها ان تعطي تسعه وعشرون شيئاً خلال تسعه وعشرون يوماً

وقال لها هذا العمل سيساعدها في المعالجه فأصبحت هذه المرأه تعطي كل يوم شيئ وفي اليوم ال 24 من المعالجه أصبحت حالتها الجسديه ممتازه لانها كانت تشعر بالسعاده والامل في كل مره تعطي شيئ ل احد

فأفعل الخير كلما اتاحت لك الفرصه الى اكبر عدد من الناس لاطول فتره ممكنه وسوف يكون جزائك النجاح والسعاده والرضا عن النفس.

اصنع خيراً

لانه الشئ الوحيد الذي لا يموت حينما تغيب انت.

،، فراقاً جميلاً،،

هل تذكرين عندما رفعتي يديك للسماء؟؟؟
لتطلبي من الله عز وجل ان يبعد عنك السوء والأشخاص السيئين؟
لماذا اذاً تبكين على فراقه الان؟؟؟
اليس انتي من اردتي ان يبتعد الأشخاص السيئين عن حياتك ويأتيك
الخير
والان الله استجاب لكِ ولدعواتكِ
وابعده عنك
ليأتي من هو افضل واحسن لكِ
ليأتي من يحبك بصدق ويحافظ عليكِ ويخاف ان يخسرك
الحياة لاتتوقف على شخص
والانسان لايموت بعد فراق احد
فراقاً جميلاً وسيأتي من يستحقك
فكرة لانستطيع العيش من بعد شخص فارقنا
هي مجرد فكره في غاية السخافه

فلو كان به خير لما ذهب
الصادقون فقط هم من يبقون بحياتنا.

،،الأخطاء،،

معروف ان بني ادم كتله من الأخطاء والسبب هو.....
النفس الاماره بالسوء الموجوده داخلنا فتجعلنا نقوم بالاعمال السيئه
دون الشعور ان هذا خطأ على العكس تماما
نظن اننا الصبح وكل من حولنا خطأ
لكن لماذا الله اعطانا العقل؟؟
اليس هذا العقل له وظيفه لماذا لانستخدم هذا الجهاز العظيم الذي لو
استخدمناه لاصبحنا بأعلى المراتب وبأحسن الحال
لماذا دائما نتركه جانبا ونجعل الشيطان هو من يتحكم بنا ونجعل
عواطفنا تسيطر علينا فالانسان عندما يقوم بعمل خطأ يعتقد انه
سيبقى هذا الامر مخفي....
ولكن على العكس تماما ان الله لا يخفي الخطأ ولو بعد حين كثرة
الأخطاء تجعل منك اضحوكه للبشر حتى الأشخاص السيئين
سيصبحون فجئه ملائكه وينسون قباحتهم ويتذكرون اخطائك فقط

لماذا نعطيهم هذه الفرصه ؟ لماذا بفعل سيئ منا نجعلهم يعلنون علينا
قبل ان نخطأ لنفكر بماذا سيحدث بعدها ولا نفكر باللحظه فقط لنرتقي
لنصبح صاحبين قرار لنتحدى انفسنا اولاً
والناس الذين قالوا بأننا لن نتغير ثانياً.

،،الاستماع الى النصيحة،،

لماذا نتغاضى عن الاستماع لنصائح الاخرين ربما هذه النصيحة تغير حياتنا للافضل وتبعدنا عن طريق نحن في غنى عنه....
يا حواء

لاتتغاضى عن نصيحة والدتكِ ستندمين ندما عظيما لانها تدرك الحياة اكثر وتعرف مايليق بنا وما الذي يقودنا للضياع من المستحيل ان تقول الام شيئاً ولم يكن لمصلحتنا في بعض الأحيان أتذكر نصائح امي فأندم كثيرا....

لاني لم اخذ نصائحها على محمل الجد وحتى الأصدقاء في بعض الأحيان ينصحوننا ولكن مع الأسف لن نستمع ونندم فيما بعد صديق كهذا يخاف على مصلحتنا حرام نخسره لانه نادر ولكن نحن نذهب وراء أصحاب السوء ونترك الأصدقاء الصالحين.

عندما تقول والدتك ستندم على فعل هذا

انتبه .. ستندم حتمااا

،، قل شكرااا ولا تنتظر عفواً،،

الامتنان شعور جميل يعطي الانسان طاقة ايجابية

قل شكراً لكل شخص يساعدك ، قل شكراا حتى لاصغر الأمور

قل للأشخاص الذين بحياتك شكراا لانكم بحياتي ، قل شكراا حتى

للأشخاص الذين خذلوك وجرحوك

قل لهم شكراا لاني أصبحت شخصا اخر بفضلكم

شخص اقوى وصاحب إرادة وقرار شكراا لانكم ذهبتم لتفسحوا المجال

للأشخاص الأفضل منكم ينورون حياتي

قل شكراا لتعطي البهجة للطرف الاخر بالشعور انه فعل شيئ يستحق

الشكر والامتنان

حتى لوكان هذا الشئ بسيط قل شكراا في كل صباح

لانك مازلت على قيد الحياة كن ممتن لكل شئ ليعطيك الله اكثر)

ولئن شكرتم لازيدنكم)

قل شكراا ولا تنتظر عفواا.

قل شكراً لمن يستحق
ولاتظن انها كلمه صغيره بلا تأثير
لو ان كل من قال او فعل جميلاً
وجد من يقول له شكراً
لاتسعت مساحات الجمال في العالم

أصنع لنفسك كرامه

الشخص الذي يؤذيك حبه لا تسعى الى قربه

الشخص الذي يمر من جنبك كأنه لم يراك لا تناديه

الشخص المنشغل عنك دائما لا تتفرغ من اجله

الشخص الذي يرمي بك ويتركك من اول خطأ لا تعود له عندما يحتاجك

الشخص الذي لا يبادلك الحب والإخلاص لا تمنحه حبك ولا من وقتك

الشخص الذي لا يملك الوقت لك عندما يأتي وقت فراغه لا تستقبله

الشخص الذي لا يرد عليك وانته متأكد من فراغه لا تعاول الاتصال به

ثانية

اصنع لنفسك كرامه....

واترك من لا يعرف قدرك وقيمتك فالدنيا لا تقف على شخص

فالله يأخذ منك احد ليعوضك بالاجمل والاحسن

**كن شجاعا وان لم تكن كذلك فتظاهر
فلن يلاحظ احد الفرق**

لا شيء غريب في هذه الحياة

يرحل شخص تريده

ويأتي شخص أجمل

،،لا تملك الاحياة واحده،،

انت لاتملك الا حياة واحده وعمر واحد لماذا تتصرف وكأنه لديك حياة ثانية وتؤجل كل اشياءك ضناً منك ان الحياة مستمره الى ما لا نهايه عش كل يوم بيومه لان حياتك الثانيه تبدأ حين تدرك ان لديك حياة واحده عش كل يوم كما لو كان اخر يوم في حياتك امنح كل يوم الفرصه ليكن اجمل أيام حياتك ف فرصة الحياة سريعة الفوات بطيئة العوده

لا تؤجل شيء لغداً فربما ليس لديك فرصه للعيش غداً اعترف بحبك لاهلك ، عبر لامك كم تحبها وامتن من وجودها بحياتك ربما لن تتيح لك الفرصه غداا لتقول لها كم تحبها ، تقرب الى الله سبحانه وتعالى كأنه اخر يوم لك راجيا منه الغفران والهدايه ، اعتذر للناس الذين اسأت لهم ربما لن تمتلك فرصه لكى تعتذر غداا.... افعل ماتحب ، اسعد من حولك

والاهم ان تسعد نفسك لان نفسك لها الحق عليك يجب ان تعتني بها
تجعلها سعيدة لاتضيع من عمرك وتأخذ من سعادتك في ان تبقى
تتمنى وانت واقف بمكانك

اعمل، ثابر ولا تتذمر من حياتك فغيرك يتمناها

اقبل بما لديك اشعر بقيمة الأشياء التي لديك فكلما تقبلنا حياتنا كما
هي نشعر براحة البال ولا تتسلى عشا كأنه اخر يوم بحياتك.

،، اترك البشر واعمل لآخرتك،،

من خلال تجاربنا في الحياة والمواقف العديده التي نمر بها بحياتنا من المفترض ان نكتشف شيء واحد... وهو....

علينا ان لانحب غير الله (سبحانه وتعالى) هو وحده يستحق منا الحب والعباده وان نقوم بكل واجباتنا تجاهه ولا نقصر بشيء لان البشر مهما فعلت لهم من مواقف ومهما احببتهم بصدق ووفيت لهم واعطيتهم اغلى ماتملك بموقف صغير سيمحو كل حسناتك وكل حبك ويتذكروا هذا الموقف فقط

اما الله اذا ارتكبت اكبر الكبائر واعظم الأخطاء وفعلت حسنه واحده بقدر النمله

سيذكرها الله لك عكس البشر الذين يتذكرون الخطأ الصغير فقط فيجب ان نتذكر حب الله وقربه بدل حب البشر

فعلندما تقعون في مشكله او لديكم سر وتذهب وتقوله لصديق او حتى
اهلك

سيستمعون لك ويتعاطفون معك ولكن!

بأول سوء تفاهم يحدث بينكم سيعيرونك ويفضحون سرّك

بينما لو جلست وشكيت همك لله سيحل مشكلتك وسيحفظ سرّك

تقربوا من الله بقرآنة القران ، بفعل الخير بمساعدة الفقراء بالكلمه

الطيبه، بالصلاة على النبي والاستغفار

وهذا لا يعني ان نهجر البشر على العكس ولكن نتعامل معهم بدون

مبالغه.

**كلما بعثرتك الحياة
رتبها بالقران الكريم**

قد يتحول كل شيء ضدك
ويبقى الله معك فكن مع الله
يكون كل شيء معك

،،الثقه بالنفس،،

كوني واثقه بكل ماتقومين به حتى وان تعرضتي للنقد كوني واثقه من

نفسك ، خطواتك ، جمالك، عملك وكل شيء

لاتنتظري من احد ان يقيمك ويعطي رأيه لانك لست بحاجه للتقييم

الثقه هي بناء وعدمها هدم لاتهدمي شخصيتك وخاصتاً

الانثى

من الظلم بحق نفسك ان لا تعطيهما مايكفي من الثقه ، ثقي بجمالك

وحتى لو لم تملكي ذلك الجمال فمن المستحيل ان تُخلق الانثى بدون

جمالها الخاص لاتجعللي الجمال يؤثر على ثقتك بنفسك

ارفعي رأسك... اجعلي خطواتك محسوبه وأمشي بكل ثقه

تستطيعين فعل المستحيل والوصول لاعلى المراتب فقط ثقي

بخطواتك وقراراتك وامضي قدما بكل ثقه

الثقه لاتعوض ابداً فجمال المرأه بثقتها ، وما دامك مستمره في

المضي قدما

ستستمرين في التحسن وستحصلين على المزيد من الثقة وهذا بحد ذاته نجاح.

ارقصي وان لم تتقني الرقص

العبي أي لعبه

سرحي شعرك كما ترغبين

او اتركيه بدون أي شيء

كي يداعبه الهواء

انتي جميله بكل الأحوال

،، الحب الاعمى،،

الحب شيء جميل يجعلنا طائرين كالفراشه والطيور نحلق في السماء
ولكن.....

هنالك مايسمى حب اعمى هذا ليس حباً وانما اذيه للنفس ولمن
حولك عندما نشعر ان هذا الحب غير ممكن او مرفوض من قبل العائله
والمجتمع علينا التخلي فوراً

فحتى لو استمررت فيه ولم تبالي لكل من حولك فمستقبلاً ستخسر
اذا كنت تريد سعادة من حولك فلا تكن اناني لاتفكر في نفسك فقط
فكر بمن حولك ايضاً لاتكسب شخص واحد مقابل خسارة مجموعه
من الأشخاص الذين يريدون سعادتك ومصحتك
وايضاً.....

هنالك حب يستحق التضحية وتحدي الظروف من اجله
عندما لا يؤذي من حولك ولا يؤذي
ولكن هنالك حب كالسم.....

يؤدي حياتك ويكون مستحيل استمراره ومستحيل يكون له مستقبل

وانت تعلم هذا جيدا وتعلم اجتماعك معه مستحيل

ولكن اسمه جنون ان تستمر فيه وانت تعلم كل هذا. ، رأيت امامي

الكثير من قصص الحب الاعمى وكلها فشلت وخسرت

فمثلا التي هربت من عائلتها لتكن مع حبيبها ماذا كانت النتيجة غير

شوهت سمعت أهلها وتسببت بموتها

او ذلك الذي وقع بحب امرأه متزوجه وطلب منها الطلاق والهروب معه ،

او تلك التي وقعت بحب رجل متزوج وجعلت عائلته متشتته ماذا تظن

انها فاعله؟ كل هؤلاء لم يحبوا ابدا

ولم يقعوا بالحب اطلاقا

انه وهم تحت مُسمى (الحب الاعمى)

وهذه انانيه ايضا كل شيء قسمه ونصيب من انت حتى تريد تغيير قدر

الله(سبحانه وتعالى)؟

ذات مره قالت لي صديقتي جمله اعجبتني جدا

قالت لماذا استمر في شيء سيؤدي من حولي وينهي سعادتهم

وهذا الشيء بأستطاعتي تركه فلماذا استمر؟

تأملوها جيداً

الحب الحقيقي الذي يكون مُبارك من الاهل والأصدقاء وينتهي بخاتم
وفستان زفاف امام الجميع.

رَبِّي هَجْرًا جَمِيلًا
خَيْرٌ مِنْ مَخَالِطِهِ مُؤْذِيهِ

،،سأقضي على شخصيتي الشريره،،

نصفي الأول البريء الهادئ الجميل لا يحب الفوضى يفضل الجلوس
بهدهوء يحب الخير للجميع لا يريد اذية احد ابداا يفعل كل ماوسعاه
لاساعد من حوله حتى انه مستعد ان يضحي بسعادته من اجل سعادة
غيره ويثق بنفسه كثيراا

اما نصفي الثاني

المجنون الفوضوي الاناني لا يحب الخير لاحد لا يفكر الا بنفسه
لايحسب خطواته ولايعرف مصلحته يقع بالمشاكل دائماا غير واثق من
نفسه

نعم بحياة كل شخص منا شخصيتين!!

ونحن من نختار الشخصيه التي نريدها وفي بعض الأحيان الشخصيه

الثانيه(الشريره) تسيطر على الشخصيه الأولى

دون ان نشعر تجعلنا نفعل أشياء سيئه جداا

انه امر مرعب جداً ومخيف حقاً....

اقف كثيراً امام المرآة واسأل نفسي من انا؟؟

هل انا الفتاة الطيبة البريئة المحبوه

ام انا الفتاة السيئه التي تؤذي كل من حولها ولكني لا اريد ان أكون

سيئه واحاول ان اجعل شخصيتي الطيبه هي القياديه

انه امر صعب ان تعيش بشخصيتين

ولاتعرف من انت ومن تكون لاتستوعب الأفعال التي تقوم بها

تقف مصدوم امام افعالك السيئه

لاتقف هكذا انتفض للتخلص من شخصيتك الشريره واقضي عليها قبل

ان تقضي عليك انقذ نفسك منها فوراً وقل بينك وبين نفسك (انا

شخص صالح وطيب ولا تليق بي شخصيه كهذه) غذي عقلك بهذه

الأفكار وستتخلص من شخصيتك الشريره كن حكيماً واياك ان تنحني

مهما كان الامر

فربما لاتأتيك الفرصه كي ترفع رأسك مره أخرى.

**ان نفسي الضعيفه تحاول
ان تهزم نفسي القويه
هيا اخرجي من هنا ايتها الضعيفه
ف نفسي القويه ترغب في الانطلاق**

،،اصلاح النفس،،

لا تنتظر ولا ترجو تغيير احد لانك ستفشل
الانسان يتغير من ذاته من الداخل يقتنع بأنه يريد التغيير ، قبل ان
تنشغل بتغيير من حولك ، قم بتغيير نفسك أولاً.....
اعمل جاهداً وبأصرار لتغير من نفسك
ومن عاداتك السيئه ، قم بأصلاح نفسك وهدايتها لان نور اصلاحك
سينعكس على من حولك لاتطلب التغيير من احد قبل ان يقرر هو ذلك
لان الانسان هو فقط من يستطيع مساعدة نفسه وتحسين حالها
كن قوي وصاحب اراده وستحقق ماتريد وتغيير ماتريد تغييره الحياة
تجارب لناخذ دروس من كل ما يدور حولنا وليس من اخطائنا فقط
وانما من المواقف التي تحدث مع الأصدقاء والاهل لنرى الجوانب
الحسنة لكل الأصدقاء والاقارب لنضيفها الى شخصيتنا ليس من باب
التقليد ولكن من باب التنميه الذاتيه
وتغييرها للافضل

لنتعلم من كل موقف وكل كلمه لاتجعل شيء يفوتك بدون ان تستفاد

منه

انطلق لأصلاح نفسك.....

لتفاجئ من حولك ليفرحوا بك الذين يحبوك

ويغتاضوا منك الذين يكرهونك

والاهم.....

لتربح الرهان مع نفسك

ومع الذين يأسوا من تغييرك.

**التحسين المستمر افضل من
الكمال المؤجل!!**

،،ضجيج،،

مع ارتفاع صوت الاخرين من حولي ومع كثرة الضجيج والصراخ
لا استطيع سماع من بجواري وانا اتحدث معه يعلو صوتي ليسمعني ،

ويعلو صوته لاسمعه

هذا ان كان الضجيج خارجياً....

ام اذا كان الضجيج داخلي.....

والفوضى في صدري وعقلي فكلما زاد الضجيج زدت صمتاً

فكيف لي ان ارفع صوتي وانا لا اسمع صوتي لكثرة ضجيج روحي

فقط اصمت حتى تهدأ وتترتب روحي

من بعد هذا الخراب الداخلي

فالضجيج الداخلي عند الانسان هو امر في غاية الازعاج

وينتج عن طريق تفكير الانسان ومن الصعب تجنب الاستماع اليه وهو

يردد(لن تنجح ، لن تستطيع انت ضعيف)

فيعاني الكثير من الناس بسبب هذا الضجيج الداخلي وفي حال لن
يستطيع الانسان إيقاف هذا الصوت الداخلي الذي يبعث السموم في
النفس عليه ان يتعلم كيف يفكر بأيجابيه والتخلص من هذه السموم.

،،العقل السليم في الجسم العليل،،

ربما تجدها جملة غريبه بعض الشيء ستسأل كيف العقل السليم في الجسم العليل ولماذا؟؟؟

نعم انها حقيقه وليس مجرد نظريه او رأي لبعض الأشخاص ولكن دائماً يكون الانسان العليل فيه نقص ويشعر انه غير كامل فنلاحظ انه يسعى لاثبات ذاته وتفوقه على الاخرين يعمل جاهداً حتى يكمل النقص الذي بداخله

وحتى العرب لاحظوا هذا عندما قالوا (كل ذي عاهه جبار) فالذي لديه عاهه او مرض معين تكون له ذاكره جباره وذكاء لا يوصف ويكون له مميزات غير موجوده لدى الانسان الطبيعي يكون موهوب فمثلاً دائماً نرى الانسان الاعمى موهوب هو لا يرى ولكن يفعل مالا يستطيع الانسان البصير ان يفعله انها موهبه من الله (سبحانه وتعالى) فالله دائماً يأخذ شيء ليعوض بالاجمل فلا تنظروا لشخص مريض او لديه عاهه بعين الاستصغار او العطف لانه يملك ما لا تملكه انت فالله لا ينسى عباده ابداً

ان الله جعل له هذه العاهه وهذا المرض لانه يحبه ويريد ان يرحمه في
الآخره صحيح سيتعب في الدنيا من عطف الناس ومن الكلام الذي
يسمعه ويتعب من المرض نفسه
ولكن الله سيعوضه في الآخره اذا كنت مريض او لديك عاهه لاتخجل
منها ابداً على العكس تماماً اصبر
وسيفرح قلبك

فكلما صبرت وحمدت الله وشكرته ستكون الفرحة اكبر فجميع الأنبياء
(عليهم السلام) اعطاهم الله البلاء والمرض والفقر ولكن صبروا
اصبر وستنال لاتضعف ابداً وتمتع بالمواهب التي أعطاهها الله لك واشكر
الله عليها والله لا ينسى عباده ابداً ستفرح ذات يوم.

،،الهروب من الواقع،،

الهروب امر سيء جداً يدل على ضعف الانسان وعدم قدرته على مواجهة مشاكله وواقعه فنلاحظ انه يتهرب من خلال النوم لساعات طويله او اخذ بعض الادويه التي تجعله لا يدرك بما يدور حوله لينام ساعات أطول ولكن هل حقاً تظن من خلال النوم ستتحل المشكله اسمح لي ان أقول انك فاشل وضعيف وليس لديك مسؤوليه وشجاعه لتواجه مشاكلك لاتهرب من واقعك ابراً ، على العكس واجه واقعك واجه مخاوفك ابحث لتجد الحلول المناسبه كن صاحب أراده قرر ان تعيش الواقع كما هو هل تهرب لانك لاتستطيع نسيان ذكريات مؤلمه هل تظن بالهروب ستنسى ؟؟ على العكس تماماً بهذه الطريقه تقوم

بتأجيل قرار النسيان

ام انك تهرب من الفشل

فما بعد الفشل نجاح.....

واجه فشلك وازرع داخلك قرار النجاح

غذي عقلك بالافكار الايجابية وتخلص من شعور الاكتئاب والحزن وواجه
نفسك ومشاكلك وواقعك ولا تتردد في مواجهة الواقع انطلق ب ايجابية
فدقتي النوم لن يحل المشكله ولن يجعلك ترتاح ابداءا
ففي الحياة انت من تختار ان تكون قويا او ضعيفاا
انت صاحب القرار.

**ان اقصر السبل الى حل المشاكل
هو المواجهه والوضوح وقد تكون
المواجهه قاسيه لكنها ارحم من الهروب
وقد يكون الوضوح مؤلماً لكنه
اقل ضرراً من التجاهل**

،، حل الخلافات الزوجيه،،

من المستحيل ان تخلوا الحياة الزوجيه من الخلافات فالمشاكل تأتي من اثر الحب والغيره واختلاف وجهات النظر وهي شيء طبيعي في حياة الزوجين وتحدث عادتاً ايضاً بسبب الضغوطات اليوميه وصعوبة الحياة ولكن ايضاً ليس من الصائب ان نجعل مشاكلنا تتزايد كل يوم بل علينا معالجتها لان كثرتها تهدم العلاقه بين الزوجين وخاصتا الزوج تعرضه للنفور من زوجته بسبب المشاكل الكثيره فالخلافات الزوجيه كالمح في الطعام كثرته تفسد الطعام وتجعله لا يطاق المرأه هي التي تستطيع ان تكسب زوجها وتقلل من الخلافات وتتفادى المشاكل

فالرجل طبيعه تركيبه مثل الطفل من خلال الحنان والاعتناء به وتدليله يفعل لها كل شيء تريده اما اذا عاندت واختلقت المشاكل فالتحمل ماتراه منه من اهمال من ملل وعدم احترام كل شيء بيد المرأه اما ان تقرر العيش بسعاده وتجعل زوجها طفلها المدلل واما ان تقرر تعيش

بتعاسه ومشاكل متزايدة بلا توقف وفي المقابل تخسر زوجها وتخسر
كل شيء اهتمي به، كوني له قطعة السكر ليصبح شرابك العذب ولا
تجعلني بينك وبينه تدخل الكرامه
فلا توجد كرامه بين الرجل وزوجته
خلق الله حواء من ضلع ادم
فأذا كانت حواء جزء من ادم فإن ادم هو حواء كلها
وانت ايضاً أيها الرجل كن مستمع جيداً لزوجتك فأكثر مايسعد المرأه
هو عندما تصغي وتستمع لاحاديثها وتشاركها اهتماماتها
وايضاً هديه من غير مناسبه وعناق مفاجئ ومديح امام الاخرين
الاهتمام سر الزواج السعيد الناجح.

،،كوني فخوره،،

أنا فخوره بنفسي كثيراً فخوره بما أصنعه فخوره بما حقته من نجاحات
.....

فخوره حتى من أخطائي وهفواتي فلولاها لما أصبحت بما انا عليه الآن
لولا الفشل لما تحقق النجاح....

أنا فخوره بكل سقوطاتي التي سقطتها وبكل عثره عثرتها فلولاها لما
أصبحت بهذه الصلابه وبهذه القوه...

أنا فخوره بخيانة اصدقائي لي لأنهم جعلوني أنتقي الاصدقاء الحقيقيين
الذين أستطيع الأعتماذ عليهم.....

هل تعلمون أنا فخوره حتى بمرضي الذي اعاقني من فعل وتحقيق
الكثير ولكن من خلاله علمت ان الله يحبني كثيراً وما أبتلاني ألا ليغفر
لي أخطائي ويدخلني جناته.....

أنا فخوره لأنني ولدت أنثى ولأن الجنه تحت قدمي
فخوره بكل ما املك ، بكل ماتعرضت له من خيبات وجروح فلولاها لما
أصبحت هكذا.....

وجدتني انتمي لنفسى جداً لا احد يشبه معتقداتي ولا روتيني أنا
بمثابة أشياءي التي لا يمكن ان تصبح يوماً لأحد
وأن لنفسى كرامه تعلو على كل المشاعر
بالتأكيد لست الأفضل.....

ولكنني أصنع ماهو أجمل لنفسى وبطريقتي الخاصه
علمتني كرامتي وعزة نفسى أن لا أحد يستحق أن اذل نفسى ولو
للحظه من أجله

فأنا لا أملك وقتاً إضافياً لأكره أحد ولا لأفرط في حب أحد يستحق ولا
لأراقب أحد

بأختصار لا وقت لي الا القليل لنفسى أعيشه بوعي ونضج يرضيني
ويرضى ربي.....

أعيش بهدوء مع الأشخاص من حولي أحافظ على مسافتي مع
علاقاتي مع الاخرين وهذا أمر مريح للغاية فأفعل الصواب لان ذلك
سوف يجعل البعض ممتناً لي الجيد هو اني كل يوم أخلق لنفسى
ذاكره جديده يكون عنوانها لا للأخطاء لا للرجوع للماضي ذاكره لاتملك
مساحه للخيبات والأوجاع لاتملك مكان للأخطاء.

،،أعيش معك وليس لك،،

كتب الله لهما أن يكونا معاً فالشريك هو أضافه جميله في حياة
الأخر وليس أن تترك نفسك وطموحاتك وكل شيء وتعيشي
له فقط

لا تثقي كثيراً مهما كان الشريك موثوق ومهما كان خلوق
فيبقى صنف آدم تجري في عروقه الخيانه ويتخلى عنك بكل
بساطه

كوني مستعده دائماً ان يتخلى عنك حتى لا تنصدمي وتتأذي
كثيراً

ولاتعطي كل مشاعرك وكل حبك وتنغمسي فتندمين كثيراً

اجعلي الرجل جزء من حياتك وليس كل حياتك...

اجعليه إضافة جميلة ليومكِ فأن جاء اهلاً وسهلاً وازداد يومي
جمالاً وحب وشغف

وإن غاب يبقى يومي طبيعي ولا ينقصني شيئاً
لن أقبل في التضحية بحقوقى لمجرد أني أحبك.....

لا يهمني ان كنا نعيش الحب ، يكفيني احترامه لذاتي كأنشى
في حياته ، لها حقوق و ليست خادمة في منزله تؤدي
الواجبات..

لم احصل على شهادة ، و جمالاً الهى ، و عقل متزن ، حتى
أرمي نفسي امام رجل يرانى خادمه فقط ولم اترك أهلي
وعالمي من أجل شخص لا يقدر وجودي ولا يحترم ذاتي .

ها قد أتى!!
ذاك الذي باع الهوى !!
وما عادَ يشعُرُ بالرضا
متأملاً مني الرضا!
هل تظنُّ نسيْتُ الأسي؟؟
هيا أذهب وعُد لها..
تلكَ التي خذلتني من أجلها..
وقل لها أصبحت الآن هدية مني لها!!
وأعتذر لها لأنني أهديتها أرخص ما أرى..
لا تتأمل مني الرضا ، صدقني تركتك ونسيْتُ الهوى..
ولستُ أسفه عما جرى.....

**الأنثى ليست ناقصة ليكملها رجل وليست عورة ليسترها رجل
هي من تلد نصف المجتمع وتربي النصف الآخر.**

،،هدوء الانثى ،،

الهدوء هو ان يذهب من يريد ويأتي من يريد وتبقى الأنثى في
حالة استقرار لاتحزن لمغادرة ولا تفرح لقادم
عندما تتوكل على الله وتسلم امرها بيد الله وتقتنع بما لديها
وتعيش لنفسها لا يشغلها غموم الماضي وهموم المستقبل
الهدوء هو.....

أنثى يُقال لها مدينة السلام ، مرسى الامان ،الأحتواء

الهدوء لا يعني عدم القدرة على الحديث، أو ضعف في
الشخصية، بل بالعكس فهو يدل على القوة والوعي والمقدرة
على التحدث في الوقت المناسب، وهو من أجمل الصفات
التي يمكن أن يتحلّى بها الإنسان

لحظات من الخلوة و التأمل تحقق لي الهدوء والتوازن التركيز،
و تدفع في نفسي قوة هائلة لمواصلة الطريق
فإذا كان الكلام من فضه فالسكوت من ذهب
الهدوء لا يعني الأنطواء على الذات بل يعني القوة والصبر
والتحكم في المواقف الصعبة فالذي لا يملك الهدوء ستراه
يقول كل شيء يخطر بباله مما يجرح كلامه البعض وعندما يهدء
يتندم على كل ما قاله لا تنطق بالكلام إلا إذا كان كلامك خير
من الصمت. فلا تترك لسانك يسبق عقلك

الفم المطبق لا يدخله الذباب وخير الكلام ما قل وجل ودل ولم
يمل وحتى لا تكوني أنثى ممله ف التزمي الهدوء وكوني قليلة
الكلام وقبل ان تتكلمي أوزني كلامك واعرفي قيمته ومدى
تأثيره على الشخص المقابل.

،، تمسك رغم البعد،،

الكثير من الفتيات أراهم يتمسكون بشخص رغم انه هذا
الشخص خرج من حياة هذه الفتاة للأبد رغم انه خذلها أو تركها
تعاني

ولكنها تفضل أن تبقى تعيش على ذكرى جرحه
بحيث تتوقف حياتها ولا تسمح لنفسها أن تعيش من بعده علاقه
أخرى وترفض الكثير من الأشخاص الذين يتقدمون لها حتى
لا تمحو ذكرى هذا الشخص.....

بالمناسبه يا عزيزتي

أنتي حمقاء جداً.....

لأن ذلك الشخص الذي مازلتى تتذكرينه هو عاش حياته
وتخطاك منذ زمن.....

وحتى أن قال لك لا أستطيع نسيانك ومازلت أتذكرك ثقي أنه
يكذب فما أسهل الكلمات عند الرجال.....

يتكلمون ونحن نصدق كلامهم ونتأثر به ونبقى نتذكر هذه
الكلمات دائماً في الوقت الذي نراه نسي كلماته لأنها لن تنبع
من أعماقه

عزيزتي الأنثى.....

لا تفتحي كتاب قديم وتنبشي به وأنتي تعلمين جيداً ماهي
نهاية هذا الكتاب.....

لماذا تتعبي نفسك في التفكير بماضي لوبه خير لما ذهب

عيشي وتمتعي وأسمحي لقلبك يعشق من جديد

ربما الله أبعد عنك هذا الشخص لأنه يريد لك الأفضل.

،،كوني قارئه،،

كوني قارئه جیده عاشقه للكتب سیده مثقفه تتقنن الحوار
والجدل كوني أمرأه لاتهزمها الحروف ولا تكسرهما اللغه كوني
كما تستحقين أمرأه تشبه القصيده
المرأه القارئه لاينتهي ولايمل معها الحديث
لديها الكثير لتقولهُ لكّ والكثير من التركيز لتسمعك
فتاة تقرأ يرغبها العقل قبل القلب
القراءه تغذي الشعور وتنمي الخيال القراءه بحر عميق يُمكن
للمرء أن ينهل منه الوعي القراءه تطور السلوك والفكر
وتعطيك جوانب ايجابية مثمره القراءه كما اراها سفر نحو
تطوير الذات سفر نحو عالم واسع وممتلء بالمعرفه
من تعلق بالقراءه تتغير كل حياته تصبح القراءه كالهواء
بالنسبه له يتنفس من خلالها

،، 9 قواعد لا تستغني عنها ،،

**القاعدة الأولى : إذي يتركك على هامش الرف إكسري الرف
على رأسه وأمضي**

- القاعدة الثانية : قابلي الإهمال ب إهمال أبشع منه

- القاعدة الثالثة : لا تأخذي بالكلام ، ركزي ب الأفعال

- القاعدة الرابعة : أبني ف نفسك شخص ما يحتاج ف اليوم
الصعب ملجأ

- القاعدة الخامسة : إتركي بنفسك قناعه إن الخسارة هي
خسارة العافيه والجنه

- القاعدة السادسة : أبقِ مؤمنه بأن محد يقدر ينزع حزنك إلا
انت وإرادتك

- القاعدة السابعة : خلي كل همك هو إرضاء نفسك, أبعد
تمام البعد عن إرضاء الناس

- القاعدة الثامنة : اللي مايعرف يقدرك .. أمحيه

- القاعدة التاسعة والأخيرة : إذا لم تتعلمي من تجاربك
السابقه فتستاهلي كل ما يحدث لك في المستقبل.

" لم أتذكر أنني طلبتُ منك أي شيء ، لم أطلب عطفًا ولا بكاءً
من أجلي ، ولا حتى أن تقا تل الدنيا معي ، كنت أحتاج أن
أشعر بقلبك معي ، لا أكثر ..
بتضحيتك من أجلي بعدم الأستسلام والمواصله حتى
تحصل عليي...
ولكنك تناسيتَ بحجة الظروف ، أي ظروف هذه تمنعك من
المحاربه من أجلي
الحب الحقيقي يظهر معدنه عندما تحدث الظروف
فلو تخليتَ فانتَ لم تحبني أبدأ ، ولو بقيت و حاربت حتى أصبح
مُلكك و حلالك أمام الجميع ..
هذا هو الحب الحقيقي
أن تتوجني بخاتمك أمام الجميع

The End

Noor Hassan