

ولا تيأسوا من روح الله



ولا تيأسوا من روح الله

الكاتب
حبيل رشيد

ولا تيأسوا من روح الله

الإهداء:

إلى كل النبلاء الذين حين خيم الصمت بعد
نكتة سخيطة أطلقوا ضحكة أنقذت
الموقف.

ولا تيأسوا من روح الله

إهداء خاص:

إليك أنت من قلت ذات يوم؛

**إلى الذين يظنون أنهم يعرفوننا جيداً، والذين
نظهر في لحظتهم بشكل خاطف، إننا البسطاء
المهووسين بالعثور على ذواتهم، بالوصول إلى
طريقهم، من تتلخص رغباتنا في الرجاء بأن
يتمهل العالم عن تصدير أحكامهم إلى وقت
لاحق نقول فيه من نحن بيقين كامل.**

ولا تيأسوا من روح الله

كلمة لا بد منها:

هذا الكتاب عبارة عن قصص وعبارات نفسية
تلهمك في الحياة..

لظالما كان اقتباس من كتاب كاف لتغيير
شخص والهامة في الحياة..

فأنا حرصت على تقديم لك تلك اللطائف
النفسية أمل أن تساعدك وتساعدني في هذه
الحياة..

فأنا أعرف أنك أصبحت تعرف كل ما في
كتب التنمية الذاتية؛ كلها تقول: أيها الإنسان
كن خيرا..

فأنا لن أقول لك بل سأدلك على التغيير من
أين يأتي.. والكتب التي تساعدك في الحياة..

ولا تيأسوا من روح الله

وتذكر دوماً بغض النظر عمَّ حدث لك في
ماضيك أنت لست ماضيك، أنت الموارد
والقدرات التي تستقيها من هذا الماضي وهذا
هو الأساس لكل التغيير.
إقرأ قصة الشاب أولاً.. ثم أكمل بحثاً لك في
ثنايا الكتاب عما يلهمك..

ولا تيأسوا من روح الله

قصة الشاب

في ربيع عام 1871م؛ التقط شاب كتاباً وقرأ اثنتين وعشرين كلمة، كان لها أبلغ الأثر في تكييف مستقبله، كان الشاب طالباً يدرس الطب في مستشفى "مونتريال العام" بكندا، وحين أوشك على دخول الامتحان النهائي قلق على مستقبله، ولم يعرف ماذا يفعل، ولا كيف يكتسب خبرة، ولا كيف يكسب رزقه إذا تخرج، لكنه بفضل هذه الكلمات الاثنتين والعشرين التي قرأها أصبح أشهر طبيب في جيله.

ويعتبر هو الذي أسس مدرسة "جونز هويكنز" للطب، وترجع على كرسي الأستاذية في الطب بجامعة أكسفورد لزمان طويل وهو من أرفع

ولا تيأسوا من روح الله

المناصب الطبية مكانة في بريطانيا، وحصل على لقب «سير» من ملك إنجلترا، وحين توفي نشرت سيرة حياته في 1466 صفحة، إن هذا الشخص هو "سير أوسلر" الطبيب الكندي الذي يُعد من أعظم رموز الطب في العصر الحديث.

ولا تيأسوا من روح الله

هل تسأل عن تلك الكلمات التي قرأها؟
لقد كانت الكلمات التي قرأها من كتاب
الأديب الإنجليزي "توماس كارليل" والتي
أعانتها على أن يبدأ حياة جديدة وناجحة لا
يشوبها القلق وهي :
ليس علينا أن نتطلع إلى هدف يلوح لنا باهتاً
على البعد ، وإنما علينا أن ننجز ما بين أيدينا
من عمل واضح وبيّن..

ولا تيأسوا من روح الله

1

ابتعد عن أصدقاء السوء .. وأطردهم من
حياتك..

فثمة مشاكل تكمن في رفقتهم لا تحصى..
إنهم يحدثونك عن الفضل وعن العلاقات
السطحية..

ولن يفيدونك في شيء ..

بل ستضيع أوقاتك هباءاً معهم..

لهذا حاول قدر الإمكان أن تتخلص منهم .
وعليك في هذه الحياة أن تشبث في الذين

عرفوك تائها وبقوا معك

حتى وجدت بوصلتك

الذين عرفوك وحيداً وحزيناً

ووهبوك أكتافهم الهشة لتميل عليها

ولا تيأسوا من روح الله

الذين عرفوك ضائعاً
فكشفوا إليك شقوقاً في قلوبهم
لتسلك طريقك إليها
الذين وجدوك خائفاً تفرح يديك قهراً
فضمّوك إلى طمأنينتهم
الذين أحبّوا فيك شيئاً غائباً وآمنوا بك..

ولا تيأسوا من روح الله

يحكى أنه في خلف جبال الهمالايا كانت
تختبأ ولاية صغيرة وكان يحكمها رجل
كبير ذو خبرة ووقار ولكن المرض كان قد
انهكه وأحس بقرب نهايته وقد كان للحاكم
ولد وحيد شاب في سن الطيش والمراهقة. وذات
يوم أمر الحاكم ابنه بالحضور وقال له يا بني :
إني احس بقرب نهايتي وسأوصيك بوصية وهي
إن ضاقت بك الحال يوما ما وكرهت العيش
فاذهب الى المغارة المظلمة خلف القصر
وستجد بها حبالا مربوطا إلى السقف اشق
نفسك فيه لترتاح من الدنيا
وما كاد الحاكم ينتهي من الوصية حتى
اغمض عينيه ومات .. أما الوارث الوحيد للثروة
فقد أخذ يبعثرها ويسرف ويبدد على ملذات

ولا تيأسوا من روح الله

العيش وعلى رفقته السيئة التي طالما حذره
أبوه منها. وبعد برهته وجد الابن نفسه وقد
نفذت تلك الثروة الهائلة وتغير الحال وتركه
أصحابه الذين كانوا يصاحبونه لأجل المال
فقط حتى أقربهم من قلبه سخر منه وقال لن
أقرضك شيء وأنت من أنفق ثروته وليس أنا،

لم يجد الشاب ملاذا وما عاد العيش يطيب له
بعد العزفهو مدلل متعود على ترف الحياة ولا
يستطيع أن يتأقلم مع الوضع المحيط، فما
كان منه إلا أن تذكر وصية أبيه الحاكم.
وقال آه يا أبتاه سأذهب إلى المغارة وأشوق نفسي
كما أوصيتني وبالفعل دخل المغارة المخيفتة
والمظلمة ووجد الحبل متدليا من الأعلى، فما

ولا تيأسوا من روح الله

كان منه إلا أن سألت من عينه دمعةً أخيرة،
ولف الحبل على رقبتة ثم دفع بنفسه في
الهواء،

فما أن تدلا من الحبل حتى أنهالت عليتها أوراق
النقود من السقف ورنين الذهب المتساقط من
الأعلى يضج بالمغارة وقد سقط هو إلى الأرض
وسقطت بجانبه ورقه كتبها له أبوه الحاكم
يقول فيها يا بني قد علمت الآن كم هي الدنيا
مليئة بالأمل.

عندما تنفض الغبار عن عينيك وتدع رفقاء
السوء وهذه نصف ثروتك كنت قد خبأتها لك
فعد إلى رشدك وأترك الإسراف وأترك رفقاء
السوء.

ولا تيأسوا من روح الله

افهم هذا: أنت يجب عليك أن تعود إلى رشدك
وتترك رفقاء السوء ولتكن ناضجا..مخلصا مع
نفسك..

ولا تيأسوا من روح الله

2

إن الهم والاكئاب والحزن وكل الضجر الذي
تعاني منه سببه الرئيس هو أنت.. نعم
بتذكيرك السلبي تتسبب في تغذية هذه
الآفات ..

فالهوموم سموم .. واجب عليك أن تواجهها
بالأمل والتفاؤل..

عش حياتك ببساطة .. لا تعقد الأمور.. فالدنيا
قصيرة .. انسى كل ما يحزنك وتوكل على
الله وحده.. فهو كضياك في هذه الحياة..
الله أكبر من كل ما تعاني منه.. فاستعن
بربك وحده فهو القادر على كل شيء..

ولا تيأسوا من روح الله

يحكى أن العالم ابن سينا قام بتجربة جميلة
جدا..

فوضع حملين منفصلين كل واحد في قفص
والحملان متساويان بالوزن والعمر،
ومن سلالتة واحد ويتغذيان من نفس العلف....
وفصلهما ..

وضع بجانب الاول ذئبا في قفص يراه كل يوم،
ويسمعه ويشم رائحته ...
والحمل الآخر وضعه في منأى عن كل ذلك
...

وبعد عدة اشهر مات الحمل الذي يشاهد الذئب
يوميا، بسبب الضغط . والتوتر . والقلق .
والخوف . والرعب ..
مع ان الذئب في القفص ولم يتعرض له،

ولا تيأسوا من روح الله

والحمل الثاني الذي لم يشاهد الذئب عاش
يتغذى جيدا وبصحة وسلام ...
معاشرتك لانسان يسبب هذا الاذى الرهيب
والضغوطات اليومية
المستمرة كفيل بتدمير الصحة والجسد ..
لذا عليك ان تقوم بتفريغ طاقتك السلبية
المكتسبة منه عيش حياتك اشغل نفسك
باهتمامات تحبها
الجا الى اصدقاء يقدرون وجودك انت األى من
أن تهلك نفسك لأجل إنسان مستفز أو ابتعد
فالابتعاد أفضل الحلول..
تذكر: أن الخوف لا وجود له في أي مكان ما
عدا في أذهاننا..

ولا تيأسوا من روح الله

3

يقول ديل كارنيج: إن الخوف يسبب
القلق والقلق يسبب توتر الأعصاب واحتداد
المزاج ويؤثر في أعصاب المعدة، ويحيل
العصارات الهاضمة إلى عصارات سامّة تؤدي في
كثير من الأحيان إلى قرحة المعدة ..
لهذا عليك أن تواجه خوفك وأن تتقبله
وتضمه ..
فالتقبل هو الوسيلة الأولى في العلاج من
الوساوس .. التي تقودك إلى الخوف ..
وإذا أردت قهر الخوف فلا تجلس في المنزل
وتفكر في الأمر، بل اخرج وأشغل نفسك ..
كن شجاعاً وأتقن الخوف ..

ولا تيأسوا من روح الله

4

المكتئب : أنا يا دكتور .. تأتيني لحظات
أحس بها وكأنني غريب عن نفسي..ولا غاية
لي ولا هدف ..أحس بنفسي مشتتاً...وكلما
حاولت أن أنجز شيء ما أحس بالكسل
والخمول..

خلاصة القول يا دكتور أحس بتنميل في
مشاعري ..

هل هذا اكتئاب أم مرض ما..

الدكتور: نعم يا سيدي إنه الاكتئاب مرض
يصيب الوجدان فتضطرب المشاعر وتختلط.

ولا تيأسوا من روح الله

المكتئب: صحيح يا دكتور..فأنا أحس بالألم
وأنتي لا أشعر ولا أحس..
إنني أتألم لأنني لا أشعر..ولا أدري ما سبب ألمي

أشعر بالإشفاق على نفسي..أنعيتها..إنني
كالذاهل عن العالم من حولي..كالغريب
..كمن يراه هذا العالم لأول مرة..أشعر كأنني
أحلم..أفقد الاتصال المباشر لهذا العالم..لا
أستطيع أن أمسك شيئاً لأدرك وجوده وأتأكد
منه..إذا أمسكت شيئاً فكأنني لا أمسكه..لا
أشعر به..

ولا تيأسوا من روح الله

الدكتور: وماذا تفعل؟

المكتئب: أبقى دائما أتساءل ما هذا؟ ومن هذا؟ وأتساءل على نفسي فأندesh ..من أنا؟ من أكون؟ وما علاقتي بهذا العالم؟ أشعر بجمود في عواظي تجاه هذا العالم من حولي.. دائما في حيادية حيث لا أحب ولا أكره.. مع من حولي ومع نفسي.. إنني أندesh لنفسي.. وهذا الاحساس يأتيني بالألم والجزع.. إحساس مؤلم ومزعج ويثير الزهق والقرف وأحيانا الرغبة في الموت..

الدكتور: يا سيدي إن حالتك هذه تسمى في علم النفس باختلال الواقع.. وما تحسه تجاه نفسك وأنتك غريب يسمى باختلال الأنيتة..

ولا تيأسوا من روح الله

المكتئب : وما سبب كل هذا يا دكتور؟
الدكتور: فقدان موضوع حبك يا سيدي.. إن
الانسان يكتئب حينما يفقد موضوع
حبه.. وفقدان الحب هو المصيبة الكبرى في
حياة الإنسان..

المكتئب : أنا متزوج يا سيدي وزواجي مستقر
في هذه الناحية ولله الحمد..

الدكتور: موضوع الحب ليس مختصر على
حبيبته وحبيب وزوج وزوجته.. لا وألف لا
يا سيدي فأنت قد تكون مرتبط...متزوج
..لكن يغيب عنك الحب..الذي يعني التفاهم
..المودة الرحمة..فكلمة أنا أحبك معناها أنا
أفهمك..كما أن موضوع الحب..قد يتجلى في
غياب السمو والرقى لدى الإنسان..

ولا تيأسوا من روح الله

المكتئب : فأنا إذاً ..مريض نفسي ..

ومختل نفسياً ..يا إلهي..

سوف أصبح أضحوكة للمجتمع من حولي..

الدكتور: هذا هو أولى أسباب أمراضك

وعقدك النفسيتي يا سيدي..فأنت تقدر وتهتم

بالمجتمع أكثر من اهتمامك وتقباك

لذاتك ..وفهمها..

ولا تخاف ولا تحزن ..فكل منا عرضة لأي

مرض خفيف أو خطير..بل المجرم الذي يقتل

لا يمكن على الدوام أن نقول ..إنه عمد إلى

الإجرام لعاهة وراثية ..لأن الوسط الاجتماعي

بعاداته وتقاليده ومحظوراته وكواظمه هو

الذي أوجد في نفسه حالة إجرامية كان

ولا تيأسوا من روح الله

يمكن أن يتفادى منها لو أنه كان قد نشأ في
مجتمع آخر ..

المكتئب: مشكلتي التي لم أستطيع أن

أتخلص منها هي الغضب فأني شيء

يستفزني..أغضب من أطفالي وزوجتي على

أبسط الأسباب ..حتى في بعض الأحيان تقولي

لي ما بك يا زوجي الغالي ..فأنا فقط أمزح

معك..لماذا تكبر الموضوع ..فأنا فقط أريد

أن أستفرك لأعرف عواطفك ومشاعرك

تجاهي ..هل مازالت متقدمة وجياشة كما

كانت من قبل ..

وأنا أحس بالغضب بسرعة يا دكتور ..وحاولت

مرارا وتكرارا لأخلص نفسي من هذه العادة

التي أعرف أنها ستدمرني ...

ولا تيأسوا من روح الله

الدكتور: الغضب هو السبب المباشر والذي يتغذى عليه الاكتئاب.. عليك فقط أن تفهم ذاتك.. وأن تتعرف على الأسباب والمثيرات التي تثير فيك الغضب وتخلص منها.. إن كانوا أشخاصا تخلص منه.. إن كانت عادات فقومها وغيرها..

لا يوجد علاج للإكتئاب.. إلا بمجاهدة النفس وتدريبها على القيام بالأمر الهام.. احشر نفسك في العمل.. ستقطع شوطا طويلا في التعافي من الاكتئاب والأمراض النفسية.. غالبا تأتينا الأشياء التي تنغص علينا حياتنا من الفراغ العاطفي..

ولا تجعل نفسك تحت الضغط لأن جل الإكتئاب كما قلت لك هو الغضب وإن

ولا تيأسوا من روح الله

الغضب يجعل الحياة أكثر صعوبة وأقل
جودة والغضب لا يأتي إلا بالمزيد من الألم
والاستياء.. والشعور بالنقص.. والذنب ...
افهم هذا؛ إنه من الممكن جدا تربية النفس
على الصبر وضبط النفس من خلال وعي الذات
والتعرف على المثيرات للغضب والتدريب على
التعامل معها والتخفيف من الحساسية تجاهها..
سيدي الفاضل: تجنب من يثرون غضبك..
لا ذنب لمن هم حولك فيما تشعر به.

ولا تيأسوا من روح الله

5

قرأت كلاما جميلا يقول: لا تتطلب صفو
علاقة مع مخلوق، فإن طبيعة الحياة والعلاقات
التقلب، ولن تجد صفاء وإطراد إلا بعلاقتك
بربك وأعجبتني مقولته: " العلاقة، الناس
غزيرة بالمفاجآت غير المحتسبة، وهي مليئة
بالتعرجات والمنحدرات الكثيرة، أما الخالق
عز وجل فالعلاقة معه شديدة الوضوح إلى
درجة مثقال الذر".

لهذا كن مع الله دوما يكن معك..
فالحياة في هذا العصر تتطلب أن نعمق
إيماننا بالله عز وجل،
فالعلاقة مع الله قوامها القوة والثقة والإيمان
القوي..

ولا تيأسوا من روح الله

تذكر هذا؛ العلاقة مع الله جميلة، مؤنسة،
جابرة، أبدية، مُختلفة، عندما يُحبك
سينعكس حبه على وجهك وأخلاقياتك بل
سيُسخر لك الأرض ومن عليها، حتى تكره
التعلق بسواه، حتى تحب ما يُحب وتبغض ما
يُبغض، ستجده دائماً في حاجتك، وستشعر
معه بالحماية والوقاية والأمان التام .
وهناك كلام جميلاً يقول: كثرة النظر
والتأمل في كلمات الأنبياء في القرآن، سواء
كانت مناجاة مع مولاهم أو دعوة لقومهم =
يُضيء للإنسان مسيرة إلى الله، ويُبصره بحقيقة
الحياة وجمال العلاقة مع ربه، ويكسبه العزة
والأمل والطمأنينة في دعوته للعالمين، ويغديه
باليقين في وعد مولا أن العاقبة للمتقين.

ولا تيأسوا من روح الله

خُفوت المشاعر الإيمانية التي كانت سببا
لخوض الطرق العليّة في دين الله، وزاداً
للتضحية.. شاقّ على نفس المؤمن وقلبه،
ويُبقي له الآلام بغير رجاءٍ يُخففها، والتعباً
بغير لذة تغلبه؛ فقد يشعر بالحسرة والندم على
سلوكه هذه الطرق، أو يغيّر ويبدّل متأولاً
لنفسه ومتمكناً على ماضيه.
من سلم نفسه وعقله للقرآن.. نتزعه من حياته
الضيقة وهمومه الأرضية، وارتفع به إلى معارج
من نور، وألقى عليه قولاً ثقيلاً مُحمّلاً بهموم
أخروية وأعباء دعوية، ولكنها محضوفة
بالمعيّة؛ فإن تكونوا تألمون فإنهم يألمون
كما تألمون وترجون من الله ما لا يرجون.
فظوبى لمن اختار طريق الله، طوبى له.

ولا تيأسوا من روح الله

نعوذ بك سبحانه من سوء الظن بأقدارك،
ومن ضيق الصدر وعجلة النفس.

نعوذ بك من طمع النفس ومدّ البصر وتقلب
القلب.

نعوذ بك من الهلع والشح والكنود.

نعوذ بالله من شرور أنفسنا وسيئات أعمالنا

﴿إن يشأ يسكن الريح في ظلل رواكد على﴾

ظهره إن في ذلك لآيات لكل صبار شكور، أو

يوقهن بما كسبوا﴾

قيل: أنه تعالى لو شاء لسكن الريح فوقفت

السفن، أو لقواه فشردت وأبقت وهلكت، ولكن

من لطفه ورحمته أنه يرسله بحسب الحاجة

(ابن كثير)

ولا تيأسوا من روح الله

إن الله سبحانه قادر على إيقاف مجرى الحياة أو
تبديلها.

ولا تيأسوا من روح الله

6

قال ابن القيم: المحبة النافعة ثلاثة أنواع: محبة الله ومحبة في الله ومحبة ما يعين على طاعة الله تعالى واجتناب معصيته. والمحبة الضارة ثلاثة أنواع: المحبة مع الله ومحبة ما يبغضه الله تعالى ومحبة ما تقطع محبته عن محبة الله تعالى أو تنقصها، فهذه ستة أنواع عليها مدار محاب الخلق.

فتذكروا أخي العزيز أن تحب ما يحب الله ويرضاه..

ولن تسعد إلا برسول الله ﷺ وبتابع هدي رسول الله ﷺ و بإحياء سنة رسول الله ﷺ فكل السعادة في صدق المحبة والاتباع..

ولا تيأسوا من روح الله

7

يحكى أن الحزن ذهب بسجدة والفرح أتى
بدعوة

ويحكى أن الصلاة وطن تجعلك أنقى وأسعد ..
تأمل أنه من الأمور التي يمكن أن تحقق لك
سلاماً نفسياً أن تنوي عدم الحزن وإن حدث ما
حدث، فمن السذاجة النفسية التي يصاب بها
البعض أن كل موضوع كبير أو صغير يستحق
حزنك ويدخلك في اكتئاب ويغير في
مشاعرك وهو في حقيقته أمر تافه لا يرقى أن
يشغلك دقائق معدودة.

لا ترخص نفسك لتحزن على كل كبيرة
وصغيرة، كن على ثقة أن كل ما يمكن
تعويضه لا يستحق الحزن ولو لحظة.. الأمور

ولا تيأسوا من روح الله

التي تذهب وتأتي لها حساب جاري بالإضافة
والخصم فلا تفرح إن زادت ولا تحزن إن نقصت،
من لا يعرف قدرك لا عبرة له عندك ولا
حزن منه أو عليه، ما يحدث هو قدرك فلا
تحزن وتعامل معه بجِد، لا تسمح لشيء لا
يستحق أن يشوه نفسيتك وأن يستنزف طاقتك
وأن يغير قلبك..

يقول ابن القيم رحمه الله: الحزن يُضعف
القلب، ويوهن العزم، ويضر الإرادة، ولا شيء
أحب إلى الشيطان من حزن المؤمن.
إن حدث شيء فيقينك الذي يملأ قلبك:
قدر الله وما شاء فعل..

وتذكر أنه: لم يأت الحزن في القرآن إلا مَنهياً
عنه، لأنه لا مصالحة للقلب فيه، وهو أحب شيء

ولا تيأسوا من روح الله

للشيطان، وقد استعاذ منه رسولنا، فأحسنوا الظن
بالله

ولا تيأسوا من روح الله

8

يحكى أنه إمراة عثرت على ثعبان صغير جائع
... فقررت أن تنقذه مما يعانيه.. فأخذته إلى
بيتها وأوته وبدأت تطعمه حتى كبر الثعبان
وأخذ يعتاد عليها... حيث كان يتبعها فى كل
مكان تذهب إليه داخل المنزل...
وفى نهاية اليوم كان ينام بجانبها على السرير
مستمتعاً بدفتها ...
- مرت السنوات وكبر الثعبان ...
وفى أحد الأيام فوجئت تلك السيدة بأن
الثعبان توقف فجأة عن الأكل بدون سبب
معروف...
- حاولت السيدة الرحيمتة مع الثعبان كثيرا
لكي تجعله يأكل

ولا تيأسوا من روح الله

خوفاً عليه من الموت والهلاك...إلا أن الثعبان
كان يرفض

وفشلت جميع محاولاتها معه ...

- ظل الثعبان على حاله هذا لعدة اسابيع رافضاً
الأكل إلا أنه كان مازال يتبعها داخل المنزل
نهارا وبنام بجانبها على فراشها ليلا...بل وزاد
عن ذلك بأن كان يلتف حول جسدها وهى
نائمتاً طمعاً فى الدفاء ...

- أخيراً...وبعد عدة اسابيع قررت السيدة أن
تأخذه إلى الطبيب البيطري ليفحصه لعله
يكون مريضاً ويحتاج إلى العلاج

- كشف الطبيب على الثعبان ثم التفت إلى
السيدة وسألها :

ولا تيأسوا من روح الله

هل لاحظت أي أعراض أخرى على هذا الثعبان
خلاف قلته شهيته وامتناعه عن الطعام؟؟

- أجابت السيدة : لا

- سألتها الطبيب ثانياً : هل مازال يرقد

بجانبك اثناء نومك ليلاً؟؟

- اجابت السيدة : نعم فهو متعلق بي كثيراً

ويتبعني أينما ذهبت داخل المنزل، وينام

بجانبي في السرير كل ليلة ...

- سألتها الطبيب : ألم تلاحظ أنه في بعض

الأحيان يقوم بلف نفسه حول جسدك اثناء

نومه بجانبك؟؟

- اندهشت السيدة كثيراً وقالت للطبيب : نعم

... نعم ..

ولا تيأسوا من روح الله

فإنه في الآونة الأخيرة وأثناء مرضه كان
أحيانا يلتف حولي أثناء نومي طمعا في الدفء
والحنان... وكان حينما استيقظ يتبعني بعينه
فأهرع لتقديم الطعام له... لكنه للأسف كان
يرفض الأكل ويظل في مكانه ...

- هنا تبسم الطبيب وقال لها : سيدتى ... إن
هذا الثعبان ليس مريضا بل يستعد لالتهاك
!!!

إنه فقط يحاول أن يجوع فترة طويلة حتى
يمكنه أكلك

كما أنه يحاول كل ليلة أن يلتف حول
جسدك ليس حبا فيك

ولا بحثا عن الدفء والحنان كما تعتقدين ..
إنه يحاول أن يقيس حجمك مقارنة مع حجمه

ولا تيأسوا من روح الله

حتى تستوعب معدته وجبته بحجمك إنه يعد
العدة للهجوم عليك فى الوقت المناسب ..
فخذي حذرک سيدتي وتخلصي من هذا
الثعبان سريعا !!

- قد يعتقد البعض أنه يستطيع تغيير من حوله
بالحب أو العطف أو الأحسان ..صحيح قد تنجح
أحيانا مع بعضهم ..
لكن تذكر أن هناك طبائع تكون متأصلت
فى البعض
لا ينفع معها الإحسان ولا تعالجها المحبة ..
وهذه النوعية يكون الاقتراب منها خطر
جسيم ...
بادر بالتخلص من ثعبانك..

ولا تيأسوا من روح الله

افهم هذا؛

الإنسان يحب مصلحته..وأنت لا يمكن أن تقنع
إنسانا ما دون أن تفهم مصلحته..
وفي هذا يقول نيشته:- لا تقع ضحية المثاليّة
المفترطة وتعتقد بأن قول الحقيقة سوف
يقربك من الناس، الناس تحبّ وتكافئ من
يستطيع تخديرها بالأوهام، منذ القدم والبشر
لا تعاقب إلا من يقول الحقيقة، إذا أردت البقاء
مع الناس شاركها أوهامها، الحقيقة يقولها من
يرغبون في الرحيل.

ولا تيأسوا من روح الله

9

يحكى أنه كان هناك رجل حكيم يأتي إليه الناس من كل مكان لاستشارته. لكنهم كانوا في كل مرة يحدثونه عن نفس المشاكل والمصاعب التي تواجههم، حتى سئم منهم. وفي يوم من الأيام، جمعهم الرجل الحكيم وقصّ عليهم نكتة طريفة، فانفجر الجميع ضاحكين. بعد بضع دقائق، قصّ عليهم النكتة ذاتها مرة أخرى، فابتسم عدد قليل منهم. ثم ما لبث أن قصّ الطرف مرة ثالثة، فلم يضحك أحد. عندها ابتسم الحكيم وقال: - "لا يمكنكم أن تضحكوا على النكتة نفسها أكثر من مرة، فلماذا

ولا تيأسوا من روح الله

تستمرون بالتذمر والبكاء على نفس

المشاكل في كلّ مرة..

اتصل أحدهم بالشيخ ..

يشتكي له شدة ضيقه وأطال في الشكوى!

قال له الشيخ:

تقدر في سجودك أن تعيد سرد شكواك؟!

اتصل على الشيخ بعد اسبوع فقال له:

والله لا أشتكي لبشر بعد اليوم؛ قد فرج الله

همي ..

تذكر هذا؛ الشكوى لغير الله مذلت

ولا تيأسوا من روح الله

10

هناك قصة تقول:

كانت هناك فتاة مريضة بشدة، بكل يوم
تنتظر لحظة فراقها للحياة من كثرة الوجع
والألم الذي أودى بها وبجسدها المتآكل،
ولكنها بكل يوم كانت ترى من مكان
مرقدها شجرة تتساقط أوراقها كل يوم، وبيوم
أخبرت أختها الأصغر منها بأنها ستوفي منيتها
حالما تتساقط جميع الأوراق من تلك الشجرة
التي تراها يوميا، وبالفعل سقطت كل أوراق
الشجرة ما عدا ورقة واحدة استمرت في الشجرة
بالرغم من توالي الأيام والفضول، ومرت الأيام
الطوال وبدأت الفتاة بالتعافي والخروج من
شدتها، وبعدما أتم شفاؤها على أكمل وجه

ولا تيأسوا من روح الله

بفضل الله خرجت من حجرتها يعد غياب طويل
ولكنها فور خروجها اكتشفت أن تلك
الشجرة لم تكن إلا عبارة عن مجسم قد
صنعه أختها من أجلها حتى تتمكن بحبل
الله المتين وتتمسك بأي أمل، وبالفعل نجحت
الأخت الذكيّة في طريقة تفكيرها وقد شفا
الله عز وجل لها أختها المسكينّة التي تحملت
الكثير من الآلام قبل كتابة الشفاء لها.

لا شيء يمكن أن ينتشاك من براثن الحزن
والأسى والاكئاب وجل الأمراض إلا الأمل أيها
العزيز فالأمل هو ملاذنا الوحيد في هذه الحياة
..يقول الكاتب الانساني الرائع عبد الوهاب

ولا تيأسوا من روح الله

مطاوع: أين المضر لأمثالنا.. إذا لم نتعلق بأذيال
الأمّل في رحمة رب غفور وشفاعة نبي شفوق.

ولا تيأسوا من روح الله

فهذه رسائلي إليك أيها الصديق العزيز..

يا رفيقي ويا صاحبي ما تظن أنه بعيد للغاية
قد يصبح أمامك في اللحظة التالية.. وفي هذه
الحياة أيها الرفيق لا تنتظر قافلة العزيز.. لا
تأمل من الذئب أن ينطق.. ولا تبحث عن يد
بشرية لإخراجك.. لن تكون يوسفاً.. ولا وجود
لنسوة سيقطعن أيديهن لأجلك.. مد يدك إلى
الله.. وألجأ إليه.. فكل الأركان واهنت
وركنه الأبقى..

وتذكر ايها الغالي دائماً لله تدابيره.. فإن
يعض الفقد رحمة.. ولله تدابيره فإن بعض
المنع رحمة.. ولله تدابيره فإن العسر
يسراً.. ولم تضق إلا لتفرج.. قد لا تفهم ذلك

ولا تيأسوا من روح الله

اليوم أو غداً.. ولكن في مرحلة ما.. سيكشف
الله سبب مرورك بكل ذلك..
لا تيأس ولا تقنط ..
وتوكل على من لا عدل كعدله..
ولا عوض كعوضه..
ولا جبر جبره..
وأخيراً أيها الحبيب: يفوز الطيبون في النهاية
مهما تعددت خسارتهم.

ولا تيأسوا من روح الله

11

قرأت قصة تقول:

كان هناك طفل صغير في التاسعة من عمره،
أراه والده زجاجة عصير صغيرة وبداخلها ثمرة
برتقال كبيرة، تعجب الطفل كيف دخلت
هذه البرتقالة داخل هذه الزجاجة
الصغيرة...؟!؟

وهو يحاول إخراجها من الزجاجة عندها سأل
والده : كيف دخلت هذه البرتقالة الكبيرة
في تلك الزجاجة ذات الفوهة الضيقة...؟!؟
أخذه والده إلى حديقة المنزل وجاء بزجاجة
فارغة وربطها بغصن شجرة برتقال حديثاً

ولا تيأسوا من روح الله

الثمار، ثم أدخل في الزجاجة إحدى الثمار الصغيرة جداً وتركها.
ومرت الأيام فإذا بالبرتقالة تكبر وتكبر حتى أستعصى خروجها من الزجاجة، حينها عرف الطفل السر وزال عنه التعجب.
وقتها قال له والده : يا بني سوف يصادفك الكثير من الناس، وبالرغم من ذكائهم وثقافتهم ومراكزهم، إلا أنهم قد يسلكوا طرقاتاً لا تتفق مع مراكزهم ومستوى تعليمهم، ويمارسون عادات ذميمة لا تناسب أخلاق وقيم مجتمعهم.
لأن تلك العادات غرست في نفوسهم منذ الصغر فتمت وكبرت فيهم، وتعذر تخلصهم

ولا تيأسوا من روح الله

منها مثلما يتعذر إخراج البرتقالة الكبيرة من فوهة الزجاجية الصغيرة.

من هذه القصة يتضح لنا أيها السادة :

إن الإنسان من الصعب أن يتخلص من عاداته

السيئة التي تربي عليها من الصغرة أو التي

استمر عليها لفترة طويلة.

لذلك وجب علينا تربية أبنائنا منذ الصغر

على العادات الحسنة وتجنب العادات السيئة.

_كثيراً ما نرث عدة تصرفات عبر تربيتنا التي

تربينا عليها منذ الصغر وتسبب لنا عدة

مشاكل مع مرور الوقت.. فالغضب والاشمئزاز

والكره والحسد والسرقية والنميمة كلها أشياء

موروثة من وبيئتنا التي ولدنا وترعرعنا

فيها.. لهذا أيها الصديق المكثب ..راجع

ولا تيأسوا من روح الله

حياتك ودقق في تصرفاتك ..ستجدها غالباً
نابعتة من المحيط الذي كنت فيه منذ كنت
صغيراً..لهذا دائماً قبل أن تقوم بفعل أنت
تدرك أنه غير سليم راجع دافعك الأصلي
وهل أنت حر في إرادتك أولاً لكي تسلك هذا
السلوك..

فالإنسان يا عزيزي عبارة عن دوافع قهرية
تعرقل حياته..فمتى راجع حياته برمتها وحاول
أن يعيد النظر في سلوكه ..حتما سيتخلص من
عدة أشياء وأفعال لا فائدة منها ..وسيدرك في
نهاية المطاف حقيقة ذاته الأصلية ..وبصيرته
النافذة..

ولا تيأسوا من روح الله

12

واليك أيها المكتتب هذه الاضاعات النفسية
التي أتمنى أن تساعدك في بناء حياتك
الجديدة:

الاضاعة النفسية الأولى:

إن أخطر ما يمكن أن يحول دون تقدمك في
الحياة والنجاح وتحقيق ما تصبوا إليه هو
التعصب التقليدي فالتعصب التقليدي كما
يقول الباحث الاجتماعي علي الوردي: هو ميل
الانسان إلى التمسك بالمعتقدات والعادات
والقيم والأعراف التي نشأ عليها في طفولته...
إن الإنسان في حياته الاجتماعية يخضع
لتنويم يشبه التنويم المغناطيسي من بعض
الوجوه وهو الذي يمكن تسميته "التنويم

ولا تيأسوا من روح الله

الاجتماعي "فالانسان يظل خاضعا لهذا التنويم
مادام قابعا في بيته الاجتماعية التي نشأ
فيها، ولكنه لا يكاد يفارق تلك البيئة أو
يتصل ببيئات أخرى حتى يبدأ التنويم
الاجتماعي بالانقشاع عنه تدريجيا.
لهذا عليك دائما أيها الرفيق أن تفهم
سلوكك ودوافعك قبل أن تخطوا أية خطوة
في الحياة لكي تفهم طبيعته ذاتك أولا
وطبيعته من تريد أن يفهمك ثانيا.

الاضاعة النفسية الثانية:

التقدم يا صديقي مستحيل بدون تغيير
..وأولئك الذين لا يستطيعون تغيير عقولهم
لا يستطيعون تغيير أي شيء.

ولا تيأسوا من روح الله

الاضاعة النفسية الثالثة:

تذكر دوما أيها الرفيق: أن ليس وراء كل
شخص سيء ..تربية سيئة ..بل للصدقات دور
وللضغوطات دور ..وللمجتمع دور آخر..لاذنب
للوالدين..

لهذا عليك أن تنتبه للصدقات والعلاقات من
حولك فإذا لم تفعل بك الصدقات والعلاقات
كما يفعل الربيع بالأزهار اهجرها بيارفيقي
..هي حياة واحدة.

الاضاعة النفسية الرابعة:

لا تكتم مشاعرك أيها الطيب ..وعبرها عنها
سواء مشاعر حزن أو فرح..فكتمان المشاعر
يؤدي لشعور بما يشبه مشاعر الاكتئاب.

ولا تيأسوا من روح الله

الاضاعة النفسية الخامسة:

قبل أن يحسن الإنسان إلى الآخرين عليه
الإحسان لنفسه أولاً، أن يغفر لأخطائه، يتجاوز
عن هفواته، يحفل بمسراته.. يرمم ذاته.. يجبر
انكساراته.. يراجع حديثه الداخلي مع
نفسه.. ينتقي محيطه.. رفاقه.. تغذيته.. ما يسمع
وما يقرأ.. لا تكن أول هادم لنفسك.. أعطاها
الحب.. والرعاية والاهتمام.

ولا تيأسوا من روح الله

13

هناك قصة تقول:

أب قبل أن يموت قال لابنه: هذه ساعة جد جد جدك عمرها أكثر من 200 سنة، لكن قبل أن أعطيك إياها اذهب لمحل الساعات في أول الشارع، وقل له أريد بيعها، وانظر كم سعرها.. ذهب ثم عاد لأبيه، وقال: الساعاتي دفع فيها 5 دولارات لأنها قديمة، قال له اذهب إلى محل الأنتيكتة... ذهب ثم عاد، وقال: دفع فيها 5 آلاف دولار.. قال الأب: اذهب إلى المتحف واعرض الساعة للبيع، ذهب ثم عاد، وقال لأبيه: أحضروا خبيراً وقيّمها، وعرضوا عليّ مليون دولار مقابل هذه القطعة، قال الأب: أردت أن أعلمك إنّ المكان الصحيح يقدر

ولا تيأسوا من روح الله

قيمتك بشكل صحيح، فلا تضع نفسك
بالمكان الخاطئ وتغضب إذا لم يقدروك.
"من يعرف قيمتك هو من يقدرك، فلا تبق
بمكان لا يليق بك".

وعليك يا صديقي أنت تجعل لنفسك قيمة
عالية..

تجاه كل من يريد أن يستفزك أو يغضبك
كل دائما قويا.. عبر فهمك لذاتك وتقديرها
جيذا.

واليك يا عزيزي هذه الومضات فحافظ عليها
في حياتك..

1. من طال غيابه، أصبح غريبا .. فلا تطل
الغياب عن من تحب

ولا تيأسوا من روح الله

2. ابق وحيداً إن لزم الأمر، فلا شيء يستحق ملاحقة الآخرين
3. الابتعاد واجب، عندما تكون مع شخص يستكثر نفسه عليك
4. من يفكر بخسارتك .. ساعده
5. ابق دوماً مستغنى بنفسك .. فلا تسأل عن سبب الغياب، ولا تعاتب عن الرد المتأخر .
فكل واحد يتعامل معك حسب مشاعره
6. عاتب مرتين .. وأطلق سراحه في الثالثة
7. الكرامة خط أحمر، فإذا ما تم انتهاكها ..
رحل معها كل عزيز
8. اهتمامك بمن لا يهتم بك .. إهانتة
9. من يبتعد عنك برغبته، فابتعد عنه
بكامل رغبتك

ولا تيأسوا من روح الله

14

يُحكى أن فلاحاً زار أحد فلاسفة الرومان في
بيته، وصادف وقت مجيئه وقت غداء
الفيلسوف، فأصرَّ على ضيفه أن يجلس معه على
مائدة الغداء...

لَبَّى الفلاحُ دعوة صاحب البيت، وعندما تناول
طبق الحساء بين يديه رأى فيه أفعى صغيرة،
ولكنه رغم هذا أكل ما في الطبق لأنه كره
أن يخرج الفيلسوف!

عاد الفلاح إلى بيته، ولم ينم ليلته تلك من
وجع بطنه، وقال في نفسه: "هذا أثر السم"
وفي الصباح الباكر قصد بيت الفيلسوف عليه
يجد دواء لها ألم به، وكم كانت دهشته

ولا تيأسوا من روح الله

عظيمة عندما أخبره الفيلسوف أنه لم يكن
في الطبق أية أفعى، وإنما هذا إنعكاس رسمت
على السقف في الطبق، واصطحبه إلى غرفة
الطعام، وسكب له طبقاً وقال: أنظر جيداً
أيووجد أفعى؟

قال الفلاح: لا

عندها وضع الفيلسوف الطبق تحت الرسمت
التي في السقف مباشرة، وانعكست صورة
الأفعى فيه، ثم قال: الأفعى توجد في عقلك
فقط!

الغريب أن الألم في بطن الفلاح زال فور معرفته
بالحقيقة!

يقول ابن سينا: الوهم نصف الداء، والإطمئنان
نصف الدواء، والصبر أول خطوات الشفاء

ولا تيأسوا من روح الله

15

كيف يشتغل عقلك الباطن !!؟

تذكر جيدا أن عقلك الباطن يشتغل على

آخر فكرة يلغي أشياء كثيرة ويعمم أشياء

رغم أنك نائم .. لكنه يركز إجمالا على

آخر فكرة قبل نومك بدقائق وبالتالي مهما

كانت المشاكل اليومية في الحياة ينبغي أن

لا تفكر بها أبدا خاصة قبل النوم .

□ آخر 45 دقيقة قبل أن تنام هي أهم الدقائق

في حياتك

لان العقل الباطن يشتغل بما كان الإنسان قد

شغل نفسه به في آخر 45 دقيقة قبل أن ينام .

ولا تيأسوا من روح الله

لذلك اجعل دائماً آخر 45 دقيقة قبل النوم
لحظات تذاؤل لحظات أمل .. لحظات حلم
حقيقي تريد تحقيقه
إجعلوها لحظات إيجابية..
دائماً ركز على الأشياء الجميلة.. وثق بنفسك
فأنت تستطيع أن تفعل كل ما تفكر فيه..
فالنجاح رهين بالإرادة القوية ..
وتذكر دائماً؛ لا يصل الناس إلى حديقتك
النجاح دون أن يمروا بمحطات التعب والفضل
والياس، وصاحب الإرادة القوية لا يطيل
الوقوف في هذه المحطات..

ولا تيأسوا من روح الله

16

"كيف أضحكت الناس وأنت في عز مراحل
بؤسك؟

.. كيف تمكنت من الجثو على ركبتيك
باكياً دون أن يسمع صوتك أحد؟!
دون أن تسألك حتى أمك.. ما بك؟!
- دوستويفسكي

أفهم أن كل واحد منا يعاني من مشاكل
متكررة يومياً وأن لا أحد يفهم أحد...كلهم
يرون الصورة المضاءة منك فقط..أما حزنك
والأمك لا أحد يهتم بها..فأن لك أن تعيد
ترتيب أولوياتك واضعاً نفسك في المقدمة..
كن شجاعاً..وتخلص من مثالياتك..فالكمال
لله وحده..

ولا تيأسوا من روح الله

ولتعلم إن الإستمرار في البحث عن المثالية
والكمال يؤدي إلى فقدان الرضى عن الذات إلى
الأبد..

ولا تيأسوا من روح الله

17

لا تنطفئ وأنت الضوء الذي على توهجه استنار
طريقه، ونسج من دفاء إشعاعه لحافاً من الآمال
يحمي بها نفسه من أدران الحياه والآلام، لا
تنكسر وأنت خارطة لضع استدل على نفسه
منك أنت، من تكاملك وتصالحك مع
نفسك ... لا تكن كما لم تكن، خلقت
لتكون قوة ... لا تضعف وفيك جل القوة، لا
تستسلم وفيك كل الأمل، فالعلك قوه
أحدهم، إن بدا الحزن في عينيك أرقته ... قم
واسع لحلمك فالأحلام ليست حصيلة دموع
وأمنيات، هي حصيلة أعمال فاشلة، ناجحة،
مكدره، مزينة، هي أعمال تحتاج إلى أفعال، لا
تستسلم هناك شيء ما في المستقبل ينتظر

ولا تيأسوا من روح الله

وصولك إليه، قم فنفسك إلى جانبك
تساندك..

ولا تيأسوا من روح الله

18

يقول أحد الأخوة : كنت أشتري كل يوم صباحاً من بائع الصحف صحيفة، وقد علمني مرة درساً مهماً سيبقى في ذاكرتي طوال العمر !!

يقول : سألته مرة : كيف حالك اليوم يا عم ؟

فقال لي : والله، في نعمته الستر !!
فاندهشت من إجابته، وسألته : ولماذا الستر تحديداً ؟ !!

فقال لي : لأنني مستور من كل شيء !
قلت له مداعباً : عن أي ستر تتحدث،
وقميصك مرقع بألوان شتى ؟
فقال لي : يا بني، الستر أنواع :

ولا تيأسوا من روح الله

-عندما تكون مريضاً ولكنك قادر على السير بقدميك فهذا ستر من مذلة المرض .

-عندما يكون في جيبك مبلغ بسيط يكفيك لتنام وأنت شبهان حتى لو كان خبزاً، فهذا ستر من مذلة الجوع.

-عندما يكون لديك ملابس، ولو كانت مرقعة، فهذا ستر من مذلة البرد.

-عندما تكون قادراً على الضحك وأنت حزين لأي سبب، فهذا ستر من مذلة الإنكسار.

ولا تيأسوا من روح الله

-عندما تكون قادراً على قراءة الصحيفة التي
بين يديك، فهذا ستر من مذلة الجهل.

-عندما تستطيع أن تتصل في أي وقت بأهلك
لتطمئن عنهم وتطمئنهم عنك، فهذا ستر من
مذلة الوحدة.

-عندما يكون لديك وظيفة أو مهنة، حتى
لو بائع صحف، تمنعك عن مد يدك إلى أي
شخص، فهذا ستر من مذلة السؤال.

-عندما يبارك لك الله في أولادك وبناتك،
في صحتهم وتعليمهم، وزواجهم، وبيوتهم، فهذا
ستر من مذلة القهر.

ولا تيأسوا من روح الله

-عندما يكون لديك زوجة صالحة، تحمل
معك همّ الدنيا، فهذا ستر من مذلة الإنكسار
.

وتذكّر دائماً أنك تملك نعماً يتمناها ملايين
البشر،
هذه هي نعمت الستر.

((الستريا بنيّ، ليس ستر فلوس، وإنما ستر
نفوس)).

ولا تيأسوا من روح الله

19

لا بأس عليك إن أصاب قلبك الألم هكذا
الحياة يُعرف المعنى بضده " لن تمكّن حتى
تبتلى " كيف قلبك؟ ما زال بخير؟ هاتيك
الثقوب التي فيه يعلمها الله لولاها ما تسأل
التور إليك، هاك يسرفي قلب عسرقف على
كل لحظات يومك والمج جميل تدبير الله
لك مهما تعاضمت الأمور واشتد عليك الخناق
مهما كبر الثقل على كاهلك فالله أكبر،
أكبر من كل ما ظننت أنه يهدمك لا بأس
بالتعب لكن لا تحن ظهرك إبتعد قليلاً، و
أطلب من الله ترتيبك .

ولا تيأسوا من روح الله

20

إننا نعيش في زمن التغييرات والتقلبات النفسية
..أنت اليوم تتحدث مع شخص بلغت بسيطته
ومفهومة..وتحس أنك تفهمه وتعرفه حق
المعرفة..

ثم تتفاجأ في الغد أنه تغير وتبدل
عليك..ولم يعد ذلك الشخص الذي كان من
قبل ..

أنت هنا ستبدأ تتسائل ماذا فعلت له؟ماذا جرى؟
تحدثه ولا يرد!

أنت هنا عليك أن تفهم الطبيعة البشرية
المتغيرة..عليك أن لا تسأله ولا أن

تلاحقه..بل اتركه..فهو الذي قرر الرحيل لا
أنت..لماذا تجري خلف من ترك؟

ولا تيأسوا من روح الله

علينا في هذه الحياة أن نقدر أنفسنا حق
قدرها..

التقدير شيء غالي.. ولا يعطى إذا لم تعطيه
لنفسك أولاً..

واعلم أنه ؛ لا يوجد انسان على الأرض لم يشعر
قط بشعور عدم تقبل الآخرين له ، ففي
مرحلة ما من حياتك سيشعرك الآخرين
بأنك لست جيد بما فيه الكفاية ، عليك
عندها العودة لذاتك ومعرفة أنك شخص
جيد ويستحق التقدير..

ولا تيأسوا من روح الله

21

إضاءة:

عليك أن تتقبل ذاتك وأن تحبها..
حتى تصل إلى مرحلة النضج الذي يجعلك
ترفض التورط بعلاقة مؤقتة، أو صداقة باردة،
أو جدال أحمق، أو التعلق بالزائنين ..

ولا تيأسوا من روح الله

22

كيف نستغني؟

في هذه الحياة علينا أن نتعلم الاستغناء عن
الأشياء الغير الضرورية في حياتنا.. فلكي
نعيش في هدوء وانسجام وجب أن نحدد ما
نريده وأن يكون بسيط.. وأن نعيش الحياة
الساذجة ..

ولنعرف أن غنى المرء لا يقدر بعدد الاشياء
التي يملكها ، بل بعدد الاشياء التي يستطيع
الاستغناء عنها..

فكن سعيداً مع نفسك.. وافهم حياتك
.. وأحبها وتقبلها ..

ولا تيأسوا من روح الله

فالمرونة هي التي تساعدك في الأوقات التي
تعاني من شيء ما.

لا يجب أن تعطي قيمة لشخص أكثر من
حجمه..عامل الناس كما يعاملونك..
أن تكون قريباً من الناس وطيب الخلق فثمة
مشكلة ستعاني منها ألا وهي عدم
التقدير..فالناس جبلوا على تجاهل الشخص
الودود..والذي يكون متاحاً لهم..
فالمتاح يا صديقي غير مألوف بالمرّة..
علينا في مقابل هذا كله أن نتصالح مع
ذاتنا..فالتصالح مع الذات هو القيمة التي يُعول
عليها حتى لو كان تصالحاً في إحباطٍ وخيبة

ولا تيأسوا من روح الله

، لأن الشعور المُموه والمتلاعب به، مجرد
احتيال لا يحمل معناه أصلاً كي يوثق به...

علينا جميعاً أن ندرك وأن نعي نصائح العرب
قديمما التي تقول:

لا تراقق حديث السن... وحديث
الغنى... وحديث القيادة..

لا تعاند قديم المهنة... وقديم المعرفة..
وقديم الجيرة....

لا تطعن في نظيف الشرف... ونظيف
السمعة... ونظيف اليد...

ولا تيأسوا من روح الله

لا تجامل قليل العقل .. وقليل الخبرة... وقليل
الخير...

لا تتحدى قوي الايمان ... وقوي العضلات
... وقوي الذاكرة....

لا تشاور ضعيف الشخصية وضعيف النفس
وضعيف الحجته...

لا تتجاوز كبير القلب وكبير الهمة وكبير
الميعاد...

لا تنسى واسع الأفق... وواسع البال... وواسع
الحيلته...

ولا تيأسوا من روح الله

لا تقنع ضيق الخلق... وضيق النظرة... وضيق
التفكير...

لا تجادل صغير العقل وصغير السن وصغير
التجربة.