هلوسات منتصف الليل

لكي تسلك طريقاً جديداً تحتاج إلى اتخاذ قرار
وبعد ذلك تحتاج إلى أن تتسلح قدر ما تستطيع ، كي تكون قادرا على مواجهة ذلك العدو الشديد البأس ، الذي سوف يختبئ لك خلف كل منعطف ويترصد الفرصة السانحة ليهاجمك بلا رحمة.
الخوف ..
ذلك العدو الذي لا يُهزم ما إن يتمكن من شخص ما.
ففي حقيقة الأمر لا تهزمنا الصعوبات ولا تلوي ذراعنا ولكن الخوف منها هو ما يفعل كل ذلك، فمجرد بداية التفكير برعب في عواقب أمر ما أو هدف نريد تحقيقه نكون قد وضعنا قدما على طريق الفشل.
لا اقصد أن يقفز المرأة في الهاوية بدون تفكير ..
بالطبع لا ..
ولكن فليقفز في سبع هاويات إن هو فكر وقرر بلا خوف .. فالخوف يُفقد كل متعة طعمها وينزع منها ذلك البريق الذي يُميزها ويجعلها قادرة على بث السعادة في القلوب .
فالحب مع الخوف ، والسفر مع الخوف ، والعمل مع الخوف ، والأكل مع الخوف ، والضحك مع الخوف ، والنوم مع الخوف ، وكل ما نفعله مع الخوف لا طعم له، فلرجفة الخوف طعم يطغى على كل ما يخالطه.
وفي وقت محدد في حياة كل إنسان لا يرتبط بالعمر سيصل إلى قناعة في غاية الأهمية ، وهي أن أروع ما بالحياة أن يفعل ما يريد بلا خوف، ويفوز باللذات كل مغامر ويموت بالحسرات كل جبان.
انزع قميص الخوف وواجه الحياة عاري الصدر .. قد تخسر نعم ولكنك بالتأكيد ستحاول مرة أخرى ومرة أخرى حتى تحقق ما تصبو إليه، ولكن الوقوف في مكانك في حالة ثبات كشجرة عمرها مئة عام لأنك تخاف من عواقب التغيير ، سيجعلك تتحمل عواقب عدم التغيير والتي هي بلا شك أشد وطأة بكثير.
ومن وجهة نظري ، فإن الخوف الوحيد الذي يجلب المتعة ، هو الخوف من الله عز وجل.
« وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ »

د.شريف صبري
sherif.sabry2222@gmail.com

جاهلي

الخوف الذي زُرع في قلب الإنسان على ألا يخوض التجربة وإبداء الملاحظة والبحث عن العلم واستعمال العقل، مصدره المجتمع نفسه والذي صنع قيوداً بقوة التوارث بين الأجيال. وأكاد أجزم بأنها مشكلة أزلية عاشت مع العرب وبتفاقم كبير إلى يومنا هذا مع كل الحديث عن التقدم العلمي والمحاولة في صناعته والنهضة التكنولوجية والدلالات الظاهرية التي أخذت بمفهوم الرُقي. المجتمعات العربية أضاعت الفرص للنهوض بنفسها.
اتباع جاهلي متأصل وجوده سار ببعض العقول العربية والإسلامية إلى الدرك الأسفل من الجهل ، إلا من رحم ربي. الكثير من أفراد المجتمع يتجه إلى مزاولة أنشطة غير هادفة، وليست ذات نفع على المدى البعيد وبشكل مبالغ فيه، كالاهتمام الزائد في بناء الأجسام ونحتها، والتكلف في إقامة الحفلات والمناسبات الاجتماعية، والهوس بالألبسة والمنافسة على إظهار الجمال وصناعته، والابتعاد عن الاهتمامات الرئيسية للحياة وحمل الرسالة، ما هي إلا سلوك اجتماعي غير سوي وصورة حيّة للجهل وديمومته، كما هو دليل أيضا على ضيق الحدود الفكرية التي تم أسرهم فيها، ولا يمكنهم إبداء الآراء في القضايا المهمة على نطاق واسع، أو مناقشة المسائل الفكرية أو الخوض في العلوم، أو المحاولة للتقدم إلى الأمام في الإصلاح الاجتماعي الحقيقي الذي غالبا ما نراه اليوم يحمل مفهوما ظاهريا. وإن تحقق ذاك كله فهي من المجازفة التي قد تنهي حياة الإنسان.
خروج بعض الأفراد عن هذه الحدود الموضوعة لهم لن يسهل عليهم العيش بسلام أواسط مجتمعاتهم، وأول المعارك التي تنشب ضدهم هي المعارك النفسية التي تجعلهم في ظن أنفسهم أولا أنهم على خطأ دائم، ولا نفع منهم إلا المكوث داخل تلك الحدود الضيقة من الاهتمامات ، وتناقلها والتنافس فيما بينهم على افضليتها والابتعاد عن أي اهتمامات رئيسية تعكس قيمة وجودهم الإنساني، كالعلم والإصلاح الحقيقي الفعلي والتوجيه السليم والتغيير، واختيارهم البقاء داخل تلك الحدود هو اختيار يجعلهم أكثر أمانا واستقرارا وإبداعا على ما يقومون به فقط داخل تلك الحدود. هذا الإبداع الذي لا يمثل حقيقته، مجرد وهم عاشه أولئك على أنه إبداع وتميّز، وهو بعيد كل البعد عن مفهوم الإبداع وصناعته. وما يرجع ذلك كله إلا بسبب شبه غياب الوعي، وتهميش العلم الحقيقي وإخلال في التنشئة الاجتماعية الصحيحة والاهتمام بما لا ينفع والابتعاد عن المواجهة للاستفادة الحقيقية والفعلية.
ومن جهة أخرى أراها إعادة تدوير للنعرات الجاهلية وتوارثها حتى تظهر بشكل أكثر تطورا من ذي قبل وبتلقائية دون تدخل مقصود من الأفراد غالبا، وهذا هو السبب المشترك الذي يساند في نشر الجهل وجعل العلم محصورا على فئة معينة دون أخرى، ويكون التغيير داخل حدود ضيقة جدا ويسبقها الشكل. أليس كل ذلك ولادة جديدة للعدم؟

أحمد الزمام
@ahmadalzmam

انتبه كي لا تتأثر..!

بعض الاعمال التي نقوم بعملها لمجرد المساعدة فقط قد تكلفنا ثمناً غالياً ، لا نعيه جيداً الا بعدما نقوم بدفعه من صحتنا .!
من إكثر المشاكل الصحية شيوعاً في قسم طب العظام هي مشاكل اسفل الظهر ، التي يأتي مرضى يعانون منها بشكل كبير جداً .
وهذا سببه إما جهل ، أو عجلة ، أو عدم مبالاة ، وأكثر من يتضرر بها ، هم الذين يقولون لأنفسهم هذه لا تؤثر .
عندما تقوم بالمساهمة في حمل شيء ما او دفع شيء ما لا تكن عجلاً ، كذلك لا تتهاون مع الاوزان التي أمام عينيك .
حاول جيداً عمل دراسة ذهنية لها في عقلك ، من خلال وضع الشكل والوزن التقريبي ومقارنته مع صحتك الفعلية .
يعني انه لا يستحب لرجل او امراه في عمر الخمسين وما فوق ، حمل اشياء تعادل اوزانهم او حتى نصفها ، لان ذلك سيكون مؤثرا عليهم وان لم يكن في لحظتها ، كذلك شاب العشرين والثلاثين لايستطيع حمل او دفع اشياء تفوق وزنه ، فقط لانه شاب ، او حتى تصل الى النصف لانها قد تؤثر عليه .
العجلة في حمل الاشياء هي اكثر الاسباب التي تاثر على اسفل الظهر .
طريقة الجلوس ، طريقة النهوض ، اسلوب الحياة المتبع يشكل جزءا أساسيا في تحديد الصحة العامة للجسم .
في بدايات الألم في أسفل الظهر ، لا تتهاون واستشر الطبيب حتى لا تتفاقم تلك المشكلة وتتحول الى انزلاقات غضروفية تجعلك تعاني من الألم لفترات طويلة ، كذلك الالتهابات والشد العضلي مشكلة قد تتفاقم مالم تقم بعمل فحوصات مبدئية .
نهاية السطر ..
الصحة تاج على رؤوس الأصحاء لايراه إلا المرضى ، حافظ على تاجك الذي وضعه الله لك فوق رأسك

د.يوسف البرشوم
Twitter / @Yalbrshom

احترس من الرادار

مما لا شك فيه اننا جميعا نعرف ما هو الرادار ، وان من يمتلك سيارة يعرف جيدا ماهي عقوبة تجاوز السرعة في حالة ضبطك عن طريق هذا الجهاز العجيب الذي لا يفرق بين سيارة وأخرى ، بين قائد وغيره ، فالكل يطبق عليه العقاب او الصواب وكل واحد حسب درجة الخطأ الذي ارتكبه
هكذا ايضا حياتنا ، فلكل شخص فينا مركبته الخاصة الذي يقودها هو بنفسه ، فينا من تعلم القيادة على اساس ومبادئ .. من تتلمذ على يد رجال لهم شأن وعقول ناضجة.. من فتشو الكتب ودرسوا الأبحاث.. من لم يجعلوا أنفسهم مصب لأفكار وأهواء الآخرين.. من تصدوا الى الخطأ ولم يخشوا رصاص و أفكار الخادعين ، فكان من المستحيل ان يلتقط لهم الرادار صورة واحدة وهم متجاوزون للسرعة المسموح بها
وفينا من ترك نفسه الى عجلة القيادة وجلس بالمقاعد الأخرى ، وراح يبحر بخياله الى بحر لا يوجد به ناجون..
راح يلقى بجسده بين وحل وطين..
راح يشتت ما وهبه الله به ونسي ان مركبته تسير وهو ليس على عجلة القيادة..
ترك الطريق المهدة للسير وراح يجلس على شوك الازهار..
راح يجدف ويعوم في بحر من السراب..
وقد نجد في بعض الأحيان من غفلته الدنيا وأغمض عينيه لبعض الوقت وتعدي السرعة المفروضة ، فما كان الا ان يأخذ إنذارا من هذا الرادار بمجرد ان يصدر ضوء الرادار له ، يعود من غفلته ويندم على ما ضاع منه من وقت وهو بعيد عن مساره وطريقه الصحيح..
فإنه ليس من الخطأ ان تخطئ ولكن الخطأ الاستمرار في خطئك ، وانك لا تعترف بما صدر منك ويتسلل لك روح الكبرياء والعظمة..
فالنجاح في طريقك ليس عدم فعل الأخطاء ولكن تكرار الأخطاء.
فلكي تصل إلى نهاية الطريق لا تنظر إلى من بجانبك لا تنظر إلى من يلهو ويضحك.. من يتسلط ويحكم او من يكنز..
بل انظر إلى هدفك الذي من أجله تقود هذه المركبة..
ضع فيها افضل الوقود من محبة وصدق وأمانة....
لاتدخر شيئا لنفسك فكل ما تدخره لا حاجة لك به عند وصولك..
قد تجد الطريق طويلا ، لكن لا تياس من طول الطريق
فإكليل النجاح يأتي بعد تعب ، لكن من ترك عجلة القيادة الي اهواءه وشهواته تقوده قد لا يصل إلى نهاية طريقه .
وما علينا نحن الا ان ننبه انفسنا وغيرنا من هم معنا في هذا الطريق ، ونقول لبعضنا : «احترس من الرادار»

مجدي مكين
https://twitter.com/MagdiMakeen?s=08

الأسلوب الخفي !

إنّ التأثير غير المُباشر (الخفي) يؤدّي في الغالب إلى نتائج تأكيديّة أكثر من التأثير المباشر. ففي غير المباشر، لا يمكن لأي كائن عاقل أن يدفع تأثيره لأنّ المستهدف هُنا هو العاقل اللاواعي أو العقل الباطن، وهذا العقل يُعتبر بمثابة مخزن لكل شيء مررنا به، حيث يحتفظ بالمواقف والذكريات وغيرها.
أمّا التأثير المباشر، فالمُستهدف فيه هو العقل الواعي، وهذا العقل لا يستقبل أي معلومة أو حدث بشكل يسير؛ إذ أنّه يحلل ويفكر إلى أن يصل إلى نتيجة من خلالها يتخذ قراره إمّا بالرّفض وإمّا بالقبول.
الأسلوب غير المباشر هو ما يستخدمه الآن أعداء الفضيلة في الأفلام والمسلسلات الكارتونية وغيرها من وسائل الإعلام ، التي تخدم توجّهاتهم وتعمل وفق أجنداتهم عبر تزويد موادهم المرئيّة بصور أو عبارات ذات محتوى وضيع. ولتأكيد هذا الأمر، يمكنكم كتابة (رسائل خفية في المسلسلات الكارتونية) في برنامج جوجل أو اليوتيوب، وستروْن العجب والعجاب.
واذكر حدثًا قرأته قبل سنوات في كتاب (سلالة الدم) للزميل أحمد الفضلي، يذكر فيه أنّ عالما غربيًا قد أثبت صحّة تأثير الرّسائل الخفيّة؛ فقام بتجربة بسيطة على شاشات السينما حينما عرض عليهم فكرة مفادها أن يتم كتابة جملة قصيرة تظهر للمُشاهد بسرعة لا تُمكّنه من مشاهدتها!
وكانت الجملة تقول (أنا أحب تناول الفشار والبيبسي أثناء مُشاهدة أفلام السينما)، وبعد فترة وجيزة، أصبح المُشاهدون يفعلونها تمامًا!
قد يسأل سائل (كيف أثّرت بهم وهم لم يقرأوها؟)؛ الإجابة هي أن العقل الباطن لا يعتمد على التركيز إطلاقا، لذلك هو يستقبل كل شيء حوله.
ولاحظوا جميعكم حين تقفون في مكان ما أو تمرّون عليه مرور الكرام، ستجدون أنكم استقبلتكم الكثير من المعلومات التي تخص المكان كالألوان الموجودة وشكل الأبواب وغيرها.
ختامًا، لكي تؤثر على أقوام من البشر، ركّز على الأسلوب الخفي (غير المباشر).

مشعلْ الشّمّري
T: @MA8ROO6

هل هناك رجال ؟

الآن يتم بيع قضية فلسطين بالثمن البخس بأيدي عربية تدعي الطهارة والشجاعة والنبل والبسالة، أصبح بيع القضية بكل بجاحة وجرأة وبرود لم يسبق له مثيل، وسط صمت عربي شعبي مريب.
الحجة الساذجة التي يعلق عليها المتآمرون شماعتهم المتسخة هي بأن الفلسطينيين لم يستطيعوا التوافق على الحل فيما بينهم ، وأن المشكلات فيما بينهم كثيرة ولا حل لها. لم يسأل هؤلاء أنفسهم عن الشعب الفلسطيني بأكمله عندما تباع القضية بأرخص الطرق وأحقرها، وليس بأيدي العدو الإسرائيلي وإنما بأيدي من هم يجب عليهم الحل السريع، ولكن كانت الصدمة بالتحالف المشبوه فيما بينهم وبين العدو بين أزقة مشبوهة والضرب بعرض الحائط قضية العرب الأولى والأخيرة.
كل ذلك مغطى بصفقة القرن ، الصفقة التي ستجعل الدولة العربية دولا خاضعة لليهود والصهاينة والدول العظمى ، بلا قرار وبلا سيادة وبلا كرامة وبلا احترام للدم الطاهر.

وقفت دولة الكويت في كل المؤتمرات الدولية الأخيرة ، بأمر من صاحب السمو الشيخ صباح الأحمد ، حكيم العرب ، في وجه الجميع ضد كل محاولة لتلميع اسرائيل وتحجيم قضية الشعب العربي بأكمله.
لا تزال رجولتنا ناقصة كعرب ، مادام ثار الشهيد محمد الدرة لا يزال بارداً وغيره الآلاف من الشهداء، يقول شاعر عربي مقهور :
ماتت قلوب الناس ماتت بنا النخوة
يمكن نسينا بيوم أن العرب إخوة
نبكي ودمع الناس دمع بغير رياء
فإذا غفى الإحساس ماذا يفيد بكاه؟

مشاري محمد الاسود
Msharialaswd@