

إحترم نفسك

د . سعد صلاّ

إلى الله

نفسه

اسم الكتاب : احترم نفسك . .

اسم المؤلف : د . سعد صلال

رقم الطبعة : الاولى

تصميم الغلاف و التخطيطات الداخلية :

د . سعد صلال .

رقم الايداع : 17321

اسم الدار / أبجد للنشر والتوزيع .

تليفون : 35616220

محمول :

01069722417

01026648460

بريد الكتروني :

abgdweb@gmail.com

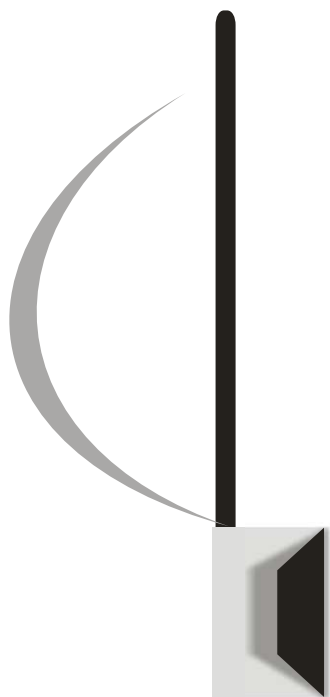
doctorsaadsallal@gmail.com

العنوان : 7

أبراج بنك مصر — خاتم المرسلين- الهرم .



د. سعد صلال



بلا مقدمة

لنبدأ القراءة .

كل ما في هذا الكتاب يجب ان نكتبه معا انت وانا وبالتدرج ..
كيف ؟

لماذا يجب ان اجهّز لك مادة مكتوبة كي تتلقاها ؟ ولماذا لا نتقاسم
الكتابة والقراءة معا وبنفس الوقت ؟
الموضوع هو (التواصل) .

انا حاليا اقوم بعملية تواصل معك من خلال هذ المشروع الذي
يسميه الناس (كتابا) .. لا اجد مبررا كافيا ان اكون اكثر كفاءة
منك لأتفرد بعرض وجهات نظري كما لو كنت استاذنا عليك ..
لدي رغبة اكيدة صادقة ان نتعاون مع بعضنا البعض للمضي
بموضوع التواصل ولكي يتحقق هذا الامر فيجب ان اكون امينا

وان نتبادل الادوار قدر الامكان او على اقل تقدير ممكن ان نسير خطوة خطوة على ان احتفظ بحقك بالرأي من خلال استشارتي لذلك وليس بالضرورة ان يكون الامر كاملا ولكنه قدر الامكان اي ان اتحدث عن نفسي ثم اتحدث عنك كما لو كنت انت انت ولست انا .

التواصل .

تعريفه .. حيث القمة العليا لهذا التعريف كمفهوم فلسفي شامل ثم التعرّيج لما هو دون التعريف حيث التطبيقات والامثلة ثم الخروج بنتائج مفيدة قدر الامكان ان لم تكن ممتعة ..

الهدف : هو تحسين قدرتي الشخصية على الحديث (مع نفسي) انا اولا من خلال ما ازعم انه تواصل معك انت ايها القارئ الكريم (وهو نفاق ابيض معك !!) لوضع برنامج عقلي لادارة شؤون حياتي بما هو افضل من اي برنامج عفوي تلقائي قد اكون اعيشه الان .. اي انها محاولة لتحسين (نفس) المصادر المتاحة لي من زمان ومكان (ظروف) مع (عقلي) انا ومن خلال هذه البداية الاولى للتواصل مع نفسي كما لو كنت اتحدث معها بغض النظر عنك نستطيع التعاون للانتقال بالتواصل العقلي معك انت ثم نقوم انت وانا بربط تواصلنا مع المحيط بنا من طبيعة مادية مينة ومجتمع وقيم تجريدية وهكذا ..

انها فكرة لتحسين حال اي منا من خلال افضل تواصل ممكن مع الذات لانجاز افضل كفاءة استغلال للزمن مع الظرف الخاص بي انا اولاً ثم لك ..

هناك الكثير من الاختلاف ربما بيني وبينك .. ولا بأس ..
اننا سنحاول ..

نحاول التواصل والاتفاق عليه ثم لا بأس بالاختلاف .. ف (الاتفاق على الاختلاف) اقوى وانصح وارقي من (الاختلاف على الاتفاق) باعتبارنا بشرا ، وهذا ما سوف نأتي عليه فيما بعد ضمن هذا الكتيب ، كما ان لنا خصوصية الرقي العقلي الذي يجب ان يتحول لتهديب ذواتنا من شوائبها ثم تحسين العلاقات المحيطة بنا وعدم صرف جهد كبير باللطم على الماضي او الندم او مناقشة الاخطاء السابقة على انها مصائب بل التحول لتقليص الخسائر كما اقول دائما ، ان لم نحظ بالارباح .. فنحن كبشر ليس لنا كما اعتقد جازما غير تقليص الخسائر كافضل انجاز ربحي ممكن في حياة كحياتنا .

التعريف .

تحديد سبب كتابة هذا الكتاب البسيط .

هل هو فعلا كتاب لك انت بالذات اولاً .. ام هي مناورة مني لمعرفة نفسي من خلال ما ازعم بانه رسالة موجهة للآخرين طالما

انا اناني واريد ان اعرف بالضبط كيف اقتصد بحياتي وانظمها ؟
 .. ولكي اقوم بذلك عليّ اولا ان ادّعي باني اكتب (كتابا) بينما
 الحقيقة هي انني اريد ان أدون على قصاصات من الورق شؤوني
 الخاصة كفواتير السلع التي اشتريتها والتي سوف اشترىها لأقيم
 مدئى حاجتي لها واهميتها مقارنة بالاثمان التي سوف ادفعها تماما
 كما هي الفواتير التي يجب ان ادفعها لشراء قيم ومبادئ وليست
 سلعا تجارية استهلاكية من (سوبر ماركت) !.. فما لديّ من نقود
 لا يسمح لي بان اشترى كل ما احب وربما ليس كما ما اريد بل ربما
 ليس كل ما احتاج له وكذا الحال بالنسبة لعقلي فله ايضا ما يجب
 شراءه على ان يُؤبَّ هو الآخر على اساس قيمة أية سلعة سوف
 اشترىها (مني) شخصا ومن تراثي العقلي وذكرياتي وشخصيتي
 أو أن أخرج للشارع واتبضع من سوق المجتمع من قيم ومبادئ
 وهكذا ..

أما بالنسبة لك فليس عليك الا أن تتواصل معي للنهاية سواء
 إختلفنا أو اتفقنا فمشرعنا واحد وهو معرفة الانسان لما عليه
 من (قوائم متطلبات) نفسية ثم البحث عنها في الخارج آخذاً
 بنظر الاعتبار جميع الاحتمالات ومن ضمنها عدم وجود هذه

المتطلبات اليوم بل ربما ستتوفر غدا أو أنها ليست في المواقع القريبة من عقلي أي القريبة من بيتي .. بل في مواقع أخرى .. مع الاستفسار الذاتي الدائم هو لماذا اشتري قima خارجية عن حاجة .. ام هو وجه كمالي ؟ وماذا أشتري ؟ وهل ابحت عن بدائل في حالة عدم وجودها او ارتفاع ائمانها ؟ بحيث استطع ان اقضي مؤقتا بعض المتطلبات الضرورية على حساب الكماليات و إن حانت الفرصة فاما ان اوفرّ ما يسمح من المال النفسي لشراء هذه المبادئ الغالية او ان انتظر لحين رخص ائمانها بحيث استطع ان اشتريها او ربما اكتفي بأخذ القليل منها حاليا وربما مجرد النظر لها من بعيد ..

العالم المحيط بنا ليس بعيدا عن عالمنا الذاتي فهناك شبكة تواصل مستمرة دائما من لحظة الحياة وحتى الموت .
الان انت وانا .. كلانا نكتب وكلانا نقرأ ..
حسنّا .. لنبدأ ..



التواصل

هو كشف علاقة بينية أحادية بين طرفين .

تجزئة التعريف :

كشف .. علاقة .. بينية ... احادية ... بين ... طرفين .

كشف : هو عملية (إيجاد) وليس اقامة أي إن العلاقة موجودة بصرف النظر عن زمانها السابق ولهذا فأن العالم بالنسبة لنا عبارة عن (سلسلة اكتشافات) وليس إختراعات على الإطلاق .. وهذه النقطة الاخيرة مهمة للغاية .. فالعقل البشري (أبن) عملية كشف مستمرة طالما هي الحياة ماضية به ..

المصادر موجودة وكل ما يقوم به العقل الانساني هو إكتشافها ..
علاقة : أي ان هناك ربطاً بين الطرفين وهذا الربط ينظّم الطرفين ويبدو هذا اللوهلة الاولى كما لو كان منفصلا عن طرفيه وهو خطأ شائع .. فلولا وجود الطرفين لما كان للعلاقة التي تربطهما وجود

ونخلص بالامر ان اية علاقة عبارة عن عملية كشف (جزء) من هذين الطرفين وليس كشف عنصر ثالث كما يبدو .
 بينية : اي انها علاقة بين طرفين فقط وليست متشعبة لاكثر من هذين .. والتعريف هنا غير كامل من اجل التوضيح و التبسيط والمضي خطوة اولى من اجل السهولة اما الحقيقة الابعد من ذلك بالتعريف فهي :

احادية : اي ان هذه العلاقة قد لا تكون بينية بين طرفين فحسب بل قد تزيد عن ذلك عندما يتوفر طرف ثالث او رابع او اكثر .. ولا يكتفي الامر عند هذا الحد بل قد يتعقد الامر اكثر عندما نلاحظ ان هذه الاطراف تقف موقفا (افقيا) رغم تعددها والاصوب هو كشف (العمق) اي ان بعض الاطراف المساهمة قد تأخذ اتجاهها عموديا من حيث القوة وليس مجرد النوع وبذلك تصبح العلاقة الواحدة افقية عمودية .. مما يعطيها قوة اكثر وشمولية اوسع ولكنها في نهاية المطاف ليست اكثر من علاقة من اجل تجنب المضي اكثر بهذه النقطة والاسهاب بها خشية التعقيد بالحديث والاكتفاء بهذا القدر .. (على الاقل لابقائك قدر الامكان مساهما غير منزعج) .

بين طرفين : وقد تحدثنا عن ذلك قبل قليل .

سنحاول الان ربط ما ذكرنا بما نحن فيه من هدف .. التواصل .

يبدو ان كل ما يحيط بنا في هذا العالم عبارة عن طرفين او اكثر مع علاقة رابطة .. كل شئ مربوط ببعضه ببعض وانه يتحرك بطريقة (حتمية) خلال الزمان اي ان ما يحيط بنا عبارة عن (اشياء) مادية تربطها علاقات هي القوانين اي انها (تتواصل) بعضها مع بعض من خلال هذه (العلاقات) ..

كل هذا على مستوى (الطبيعة) المحيطة بنا .

ان اية علاقة تربط طرفين هي (تواصل) بصرف النظر عن نوع التصنيف الذي اعتمدته البشرية لذلك .

ولو انحدرنا نحو مستوى تفصيلي فان هذا التواصل (العلاقة) تتنوع بتنوع ما اتفقنا عليه تاريخيا من تسميات لكي يتسنى لنا فهمها بطريقة افضل وعلى اية حال فهي الطريقة الوحيدة لدى العقل الانساني الذي يريد ان يفهم فيضطر ان (يفصل) الامور بـ (التجزئة) ثم وضع عناوين جانبية وفرعية لهذه التجزئة ثم البدء بـ (ربطها) بعلاقات يضع لها (تسميات) ثم ينطلق لمساحة واسعة من (الاستنتاجات) ..

انها طريقة الانسان بالفهم ..

ماذا لدينا لدى عقلك وعقلي حتى هذه اللحظة ؟

لدينا :

اولا : الطبيعة والمجتمع .

ثانيا : كل ما عدا المجتمع والطبيعة من (امور) .

ولماذا اقترح ان اقول (اموراً) تجنبنا لتعريف (الاشياء) وهي المواد التي نتفق على انها كل ما هو (مادي) محسوس بطريقة او بأخرى ضمن حدودنا العقلية المتعارف عليها علميا حتى اليوم . اما لفظة (امور) فلتتفق على انها كل ما لا يمكن تشخيصه او بأن له حيز معين ضمن حدود الزمان والمكان .. اي ان (الامر) غير (الشيء) ..

انت وانا كما نبدو كيانا ماديا (مشخصا) تحت سيطرة اعضائنا الحسية والطبيعة المحيطة بنا وكل الكائنات الحية وجميع ما في الكون المعروف علميا من مجرات مهما ابتعدت ومهما جهلنا اليوم معرفتها ومهما (سوف) نعرف مستقبلا من خلال الوسائل العلمية مهما امتد الزمان بنا ومهما امتد المكان بنا هي جميعا عبارة عن (اشياء) .

الامور هي المفاهيم التجريدية التي لا يمكن حسابها ماديا .. حسب القوانين العلمية . هكذا هو عالم اليوم والطريقة التي يصنف بها التفاصيل (اشياء وامورا) .. اذن لدينا واطنك تتفق معي انه لا يوجد غير ما تحدثتُ به ..

ولكن لدي تعليق على لفظة (امور) .. خاصة بعد ان فصلتها عن (الاشياء) .. وطبعا هذا كله لكي نمهد للخطوة التالية وهي ربط

(الاشياء) بعضها لبعض بـ (قوانين) ثم ربط (الامور)
بعضها لبعض بـ (قوانين) هي الاخرى .. ثم الانتقال لخطوة اكثر
تفصيلا وهي ربط (الاشياء) بـ (الامور) ..

التعليق الذي احببتُ ذكره عَرَضاً هو ان الامور هذه التي فصلتُها
عن الاشياء لا تؤكد استقلالها عن الاشياء كما حاولنا قبل قليل
من فصلهما .. إذ لديّ فكرة افتراضية فحسب هي ان هذه الامور
ليس اكثر من اشياء بحد ذاتها وان هذا التصنيف الذي فصلناها
عن بعضهما به ليس له من الصدقية الكثير فلو تمعنا اكثر بتحليل
(الامور) لوجدناها عبارة عن خرافة بشرية تعودناها منذ بداية
التاريخ .. فهناك احتمال كبير ان تكون هذه (الامور) ليست
اكثر من (مركبات كيميائية) في عقولنا نحن وبالتالي فان الامور
ليس اكثر من اشياء هي الاخرى اللهم ليس لنا ما يؤكد لها اليوم
في عصرنا الحالي بينما سيقوم العلم مستقبلا بكشف حقيقتها
واعتبارها (موادا طبيعية) تشبه اية مادة في الطبيعة !!

اوؤكد هنا بانني افترض .. !

فمثلا : (افكارنا) .. هي في (العقول) ولقد ذكرت ذلك بكتاب
سابق الا انني مضطر ان ابدأ بذكرها على عجلة للانتقال بعدها
لمرحلة (الاجتماع) حيث السير نحو موضوعنا الاساسي وهو (
التواصل) بكل انواعه ..

انني ببساطة احاول الوصول فيما بعد لمرحلة الحديث عن علاقائنا الخاصة نحن كـ (بشر) .

انني اظن بان (الافكار) عبارة عن (مواد كيميائية) في الدماغ وان العقل عبارة عن تسمية تجريدية لا محل لها من الاعراب لولا الاتفاق عليها تعسفا فلسفيا بتاريخ المعرفة البشرية .. فالعقل ليس اكثر من لفظة اقترحناها لتصبح في عقولنا هي الاخرى عبارة عن (وعاء) يشبه الاناء الذي (يحتوي) على الافكار ..

اما الحقيقة (الافتراضية) فهي ان كل ما لدينا عبارة عن جهاز عصبي يحتوي على مركبات كيميائية هي الافكار وقد صنفناها يوما ما في كتاب سابق كما ذكرت الى (بسيطة) وهي الايعازات الحسية التي تنتقل لنا عبر اعضائنا الحسية الخمسة انسانيا على الاقل من الخارج و (مركبة) وهي خليط من الافكار البسيطة والافكار البسيطة و (المعقدة) وهي الافكار الناتجة عن تفاعل كيميائي بين الافكار البسيطة والمركبة او المركبة والمركبة او المركبات الناتجة من تفاعل الافكار البسيطة والمركبة والمعقدة .. اي (التجريد) .

ان جميع المفاهيم الاخلاقية المتعارف عليها من قبل العقل البشري ليس لها اي رصيد خارجي باستثناء استنتاجاتنا الشخصية حولها

. انها جاءت كما هي مركبات بسيطة وقمنا نحن في ادمغتنا بمعالجتها كيميائيا مع سواها لنتنتج افكارا جديدة ليس موجودة في العالم الخارجي الذي تلقينا منه في البداية وهذه الافكار البسيطة هي الافكار الوحيدة النظيفة التي تلقيناها من الخارج وما عدا ذلك عبارة عن شרذمة ذاتية تمتد من حدود البساطة الساذجة الى حدود التشاطر والتذكي المغرور .. ولا اكثر ولا اقل ..

نحن (ابناء) صناعة ذاتية فكلما استلمنا من الخارج (شيئا) ما عبر اعضائنا الحسية قمنا باعادة برمجته حسب ما نراه لنصنع منه تركيبات جديدة ليست بالضرورة شرعية كما جاءت بل لقيطة غير شرعية احيانا و احيانا اخرى ذات طابع (قِيمِي) اخلاقي عالي المستوى ومع ذلك فهي ليست طبيعية وليست اصيلة .
ان جميع افكارنا المركبة والمعقدة ليست شرعية قدر (حينا) واحترامنا لها وانها مجرد جزء من (خرافة) .. !

أما زلتَ معي؟؟

اشعر ان لديك بعض التردد وحتى الرفض .. لنمض قليلا اكثر ثم نناقش الامر فيما بعد .

كيف تفهمني

لقد وجدت فيك بعض التردد وربما صعوبة قبول موقفي ..
سنجد الحل ..

انا ... وانت تعرفني .. ! .. ولكن من انت ؟

وكيف تفهمني انت كقارئ ؟

انت مَنْ بالضبط ؟

يجب اولاً ان نحدد ان ما اقله ليس متفقاً عليه على الاطلاق
والسبب هو (التنوع) بـ (المتلقي) اما لماذا يجب ان اذكر هذه
الملاحظة بالذات هنا فالسبب واضح وهو اختلاف طبيعة المتلقي
الذي يقرأ هذه السطور .. وماذا يحدد هذا الاختلاف ؟
انه تصنيف يجب ان نذكره الان لكي نتخطاه ثم نمضي فيما نريد
ذكره لاحقاً .

من يقرأ هذه السطور او سواها من اي كتاب عبارة عن انسان
يحاول بجهد مقصود ان يصل لما يثير فضوله وليس لمصلحتي
الشخصية .. انه يريد ان يكشف بعض الغموض في ذاته او

البحث عن ثغرة ما في معلوماته ليغلّقها او ان يتمتع بامر ما جديد عليه .. وربما هناك مبررات اخرى .. المهم هو التنوع ..
 اما لماذا وجوب ذكرها الان فهو ان نُقَيِّمَ (اولا) نوعاً من (التواصل) فيما بيننا ككاتب وكقارئ .. فاذا تحقق البند الاول من العقد المبرم بيننا وهو (الاتفاق على الاختلاف) نكون قد حققنا الكثير من الانجاز اللاحق .

انا لا اشترط التوافق او الانسجام او التأييد .. بل اشترط على نفسي اولا ان أُقَيِّمَ (علاقة) تواصل معك اولا وسوف لن نكون فاشلين اذا اتفقنا على ذلك من البداية ..

انا اوؤكد اختلافنا ومع ذلك سنحاول المضي .
 ... القارئ نصف الكاتب .

ولو اردنا الان وضع عملية التلقي من قبل القارئ او السامع على ما اريد انا او سواي قوله باعتباره جزءاً من كتابنا المتواضع هذا للتواصل فانه يعتمد على عدد من العوامل :

اولا : انت ... من ناحية الفئة العمرية .. اقصد سنّك .

ثانيا : نوع التجربة المتراكمة لك مع عمرك .

ثالثا : انا اثناء الكتابة والتجربة المستحدثة علي انا شخصيا ..

وليس فيما بعد مع تقدم عمري انا .. حيث تراكم تجربتي .

رابعاً : المستهدف بالتواصل ونوعه حسب الفئة العمرية والثقافة الآنية و المتراكمة لنفس المستهدف .

انت مع نفسك خلال فترات العمر المتراكمة .

انت مع عائلتك الاقرب خلال فترات العمر المتراكمة .

مع امك وابيك واخواتك واخوانك (العائلة الصغيرة) .

مع زوجتك او زوجك .

مع اولادك .

مع الاقارب .

مع المجتمع الذي تعرف خلال فترات العمر المتراكمة .

مع الاصدقاء والمعارف .

مع المجتمع الذي لا تعرف من خلال فترات العمر المتراكمة .

مع الدولة والقانون الوضعي خلال فترات العمر المتراكمة .

مع الله والماوراء خلال فترات العمر المتراكمة .

معني حالياً ونوعك من ناحية عمرك ثقافتك .. المتراكمة مع

الزمن فما تقرأه اليوم من هذه السطور ربما ستجده ليس هو بعد

عشر سنوات لو جربت قراءته ثانية رغم ان الكتاب هو هو وانت

انت ولكن بعد ان كبرت عشر سنين حيث (التراكم المعرفي) .

التراكم المعرفي بردود افعالك والتي تعتمد على المكتسب من

خبرات شخصية واجتماعية وطبيعية .

ان القاسم المشترك هنا هو المساحة الكبيرة التي نعيشها من اجل
 ان نفهم والعدد الكبير من الاحتمالات التي تسمح بتغيير فهمك
 للامور . اي ان تواصلك مع نفسك وسواك والطبيعة (متغير)
 مع الزمان والمكان مقرون جبريا بـ (التراكم) .
 اذن التواصل مقرون بالزمكان .. ولا توجد ضوابط محددة
 لتحديد مبادئك الاخلاقية .. فهي نامية باستمرار سيما ان هذا
 النمو ينقسم بدوره لقسمين :

الايجابي . السلبي .

اي ان نظرتك للتواصل مع الحياة ككل نفسك وسواك والطبيعة
 (متغيرٌ) جبريا اما نحو السلب او الايجاب ..
 فما هو السلب وما هو الايجاب الاخلاقي ؟
 انه (نظرتك) للامور وليست الامور نفسها وما هي نظرتك هذه
 ؟

لنحاول الان تلخيص ما مضى باختصار .. نحاول ان نعرف ما
 هي افضل طرق التواصل مع (المحيط) بنا باقل خسائر ممكنة
 ضمن الزمن المحدود لنا بما يسمى (حياة) ..
 الربح بتقليل الخسائر .

نحن مهزومون بكل الاحوال ولا محل للمكابرة .. كل ما في الامر
 اننا احياء مؤقتا وعلينا القبول بـ (الامر الواقع) اكثر مما هو (واقع حال) ..

نحن مهزومون لو اردنا الحرب .. لم يبق لنا غير السلام المشروط
على ان نطلق عليه الاستسلام المشرف ..

ان افضل طريقة هندسية لحياة اي منا كي يقلص خسائره هي ان
يتبع خطوات محسوبة (له) اكثر مما (عليه) فان وجد نفسه
مضطرا فلا بأس من التراجع وحين تحين فرصة التقدم فيجب
الخطو للامام ..

لا توجد خطط كاملة على الاطلاق .

المحيط كله منك انت اولا عقليا وبدنيا والطبيعة التي تؤثر عليك
والمجتمع الذي يضغط عليك والله جلّت قدرته وما له من تعاليم
اخلاقية خيرة لصالحنا كلها تمثل زوايا حادة ..

الحل الامثل للتخلص من الطعام هو (طرح النفايات) على الاقل
! ..

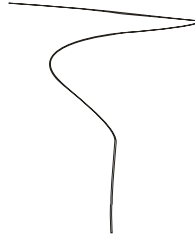
اذن فلنحاول انت وانا ان نفكر بتجرد كيفية تحقيق ذلك ... و لا
عليك من نفسك .. لا عليك منك .. فانت جزء من هذا الضغط
الوجودي الشامل .. عليك انت شخصا !

مع ذلك فان كل هذه الضغوط تمثل الحياة نفسها و بدون هذه
الضغوط نحن اموات .. ولهذا يجب التصرف مع الواقع بطريقة
تنفعنا قدر الامكان (جسديا) وتطمئننا قدر الامكان (نفسيا) .

لم اجد لك افضل من هذه الخلاصة المقنعة ..

أليست مقنعة ؟

لك الحق .. لنمض كما اتفقنا من البداية على الاختلاف فاذا
وصلنا النهاية من الكتاب وما زلت غير مقتنع بما اقوله فَلَكَ الحق
باسترداد ما دفعت من مال مقابل شرائه .. رغم شكى ان احداً
سيعيد لك مالك .. !!



التواصل الطبيعى

لو تصورت معي (كل) الوجود المادي (دفعة واحدة) على ان تعزل كل ما يحيط بك ولا تتصور سواه بعقلك فانك ستلاحظ انه عبارة عن (صورة) مرت لك من خلال (اعضاء حسك) لك واستقرت (تدريجيا) .. فمنها ما كان قريبا منك من ناحية قدرة اعضاء حسك على استقباله من معلومات خارجية ويدخل هذا ضمن قدرة هذه الاعضاء على الاستلام ثم خزن المعلومات في عقلك وهناك ما سمعت عنه من خلال الوسائل التعليمية او المدرسة او الجامعة او وسائل الاعلام والثقافة وما الى ذلك بحيث اصبح لديك مخزون من المعلومات التي تسمح لك بأمرين اولهما الاشياء المادية القريبة من حواسك الخمسة والتي استطعت بالتواصل المباشر ان تعي وجودها وان تستقر في عقلك وثانيهما ما ليس بقدرة اعضاءك التواصل (المباشر) مع اشياء بعيدة بل من خلال وسائل اخرى كما ذكرت قبل قليل كالنجوم البعيدة والمجرات وما الى ذلك ..

تستطيع ان ترى الشمس والقمر على بعديهما ليس لقدرتك الخارقة بالوصول لهما بل لقدرتهما الفيزيائية ان يصلا اليك .. وفي الحالتين فهما وسواهما من الاشياء المادية التي اما ان تصل لها او ان تصل لك من خلال اعضاء حسك فهذه جميعا ضمن قدرتك بالتواصل (المباشر) وما عدا ذلك من مساحات الكون

الهائلة والاسطورية الارقام مما لا تصدق غير انها ضمن حدود معرفتك (غير المباشرة) .

لقد (تواصلت) مع الطبيعة .. مع المادة ..

اما ماهية هذا التواصل فينظمه (القانون الطبيعي) .

القانون الذي ينظم ربط الاجسام المادية بعضها ببعض ..

المادة وما تشكلت عليه من خصوصيات تمثل اجساما متناثرة هنا وهناك في الكون وقبل ذلك على الكرة الارضية عبارة عن (اطراف) تربط بعضها ببعض (علاقات) هي (القانون الطبيعي) .

ولو تصورت معي (عدم) وجودنا نحن كبشر فان هذه الاجسام تتعامل مع بعضها البعض على اساس معين ينظم (تواصلها) بطريقة (غائية غامضة) ومع ذلك فهي عملية (منظّمة) ..

القانون الطبيعي هو الذي ينظم عملها .. ينظم حركتها الجزئية والكلية .. وليس الان محل ذكر التأثير الالهي على هذه الحركة وبداية تكونها فذلك امر سيأتي ذكره لاحقا ..

المادة كما اظن تبدو لنا (منفصلة) بعضها عن بعض .. اقول ربما الامر كذلك .. فمجرد التفكير بانها كلها عبارة عن قطعة واحدة متجانسة الكثافة لا يجعل للعقل محلا بتصورها خاصة وان

اعضاءنا الحسية ليس لها اكثر من استلامها كما هي اي منفصلة بعضها عن بعض بـ (التشكيل) وهذا الاخير هو الذي يحدد (مساحات) معينة متفاوتة بالمقارنة اي هناك ما هو بعيد وما هو قريب .. ليجعلها شبه مستقلة عن بعضها البعض مما يعطيها طابع (الانفصال) وبالتالي وجود (رابط) يؤدي لـ (علاقة) ومن هنا يبدأ مفهوم (التواصل) بين هذه التشكيلات المستقلة كما تبدو لنا لنعتقد اكثر مما نظن بانها (تتواصل) وهذا هو المهم بحدوثنا الان الذي يتلخص بان المادة الكونية كلها عبارة عن مفردات شبه مستقلة بالكثافة ونوعية المواد المكونة لها مما تشكل (اجساما) تربطها علاقات تواصل فيما بينها .

ربما هو نوع من التواصل الغبي .. ولكنه تواصل ..
حسنا لنقطع بعض الشيء الى الامام ..

الموضوع لم يعد ممتعا عليك .. اعلم بذلك !

ما هو التشكيل المحتمل للمادة ككل لكي تتواصل ؟

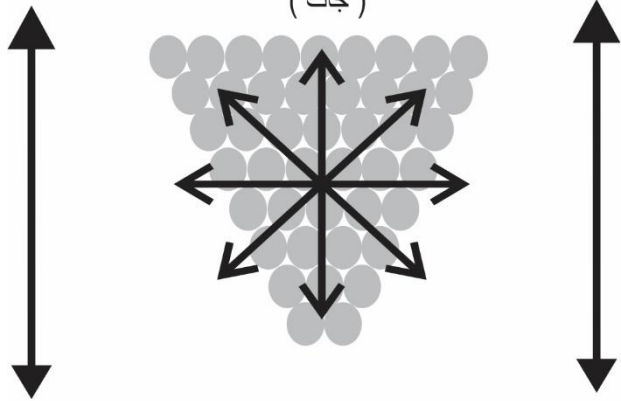
انه نوع من المثلث السائب .. وما معنى ذلك ؟

المادة الكونية كلها تقع ضمن هذا المثلث الافتراضي وكما يوضح

ذلك الشكل التوضيحي الآتي ذكره بعد قليل :

والان لو اتفقنا على ان الوحدة البنائية لاية علاقة هي (جزيئة اولية للتواصل - ج . ا . ت) والمختصر لها من الحروف الاولى هو (جات) والتي تمثل في الطبيعة اي جسم له شكل محدد فيزيائيا كما (يتبدئ) لنا ثم سوف نمضي فيما بعد لتحويل هذه الجات لمعرفة تحركاتها على المستوى العقلي والتجريدي يتكون لدينا شكل يشبه (شبه منحرف) :

إن أية كرة هنا تمثل وحدة بنائية مجسمة في الطبيعة اي
الجزيئة الاولى للتواصل
(جات)



ان الحركة الاكيدة بين هذه الجاتات ، هي حركة
افقية وعمودية وقطرية حسب قوانين الطبيعة

ولتفسير ذلك ببساطة نستطيع القول انك لو تصورت العالم المحيط بك دون المجتمع والكائنات الحية اي ان تتصور الطبيعة فقط فماذا ستري ؟

الاجسام المتناثرة هناك وهناك .. كل ما يمكن ان تصل له عينيك .. ان اي جسم من هذه الاجسام التي تراها بنفس الوقت وهي موزعة كما هي في الطبيعة عبارة عن (جزئيات) طبيعية .
عبارة عن اجسام تتفاوت باحجامها و كثافتها واشكالها ولكنها في نهاية الامر عبارة عن مجرد اجسام في الطبيعة ..

ان ايا من هذه الاجسام عبارة عن (جزئية اولية للتواصل) اي (جات) .. اي ان العالم الطبيعي المحيط بك عبارة عن مجموعة من (الجئات) المتناثرة على الكرة الارضية و في السماء قدر استطاعة عينيك على الرؤية ..

هذه الجزئيات الجئات الطبيعية لها ما لها فيما بعد حينما نتحدث عن نفس الجزئيات ولكن على المستوى (الاخلاقي) .. فلا بأس من الصبر بالقراءة ..

الان فلنحاول ان نتصور الآلية التي تتصرف بها هذه الجزئيات مع بعضها البعض بنا او بدوننا ..

انها تمارس القانون الطبيعي .. بكل اشكالة المعروفة علميا ..
حيث الجاذبية و التنافر و التسارع وما الى ذلك مما درسنا بالفيزياء
الطبيعية للمادة .. على افتراض اننا لازل نتذكر ذلك .. !

انت تراها كما هي .. انها تتفاعل مع (بعضها البعض) اي انها
تؤثر وتتأثر بالاجسام المحيطة بها .. هناك قوانين طبيعية تنظم
ذلك .. كل ذلك في نفس اللحظة التي تراها بها .. اي انك قمت
بعملية تثبيت (الزمان) لكي (تفترض) انها اجسام متناثرة تمثل
الطبيعة المادية كلها وانها تتفاعل فيما بينها بنفس الوقت ..

والان لو تصورنا امراً آخرَ ابعد قليلا من ذلك .. لو تصورت مثلاً
انك تستطيع ان تراها عبر (كلّ) الزمان (الممكن تصويره) ..
ستجد انها لم تصل الى الاشكال والكتل التي هي عليه الان لولا
(التقادم) الزمني الذي تعرضت له ..

والان سنمضي بخطوة ابعد ايضا .. لو تصورنا اي جسم منها
وبهذه اللحظة بالذات فانه يتكون هو الآخر من (عناصر) تكونه
وهي اصغر دائماً منه باعتبارها تكونه ..

ان هذه (العناصر) التي تكون الجزئية الطبيعة للتفاعل الطبيعي
تمارس (الحركة الذاتية) ايضا بعضها مع بعض .. حسب قوانين
(طبيعية) ايضا ..

ولللخروج من هذا المأزق بالحديث فليس علينا الا التسليم بان القانون الطبيعي يُمارس على الاجسام المتبدية لنا كما هي وكما نراها ونتحسس بها سواءً باعضائنا الحسية البسيطة او من خلال الادوات العلمية التي قربت المسافات بين المحجوم واختصرت الزمان .

ان الاجسام التي تتبادل التأثير الطبيعي فيما بينها تتكون من عناصر هي الاخرى .. وهذه العناصر تتبادل التأثير ايضا فيما بينها ..

الجميع يتبادل (التأثير القانوني) .. جميع الاجسام المادية في الطبيعة .. ولو تصورنا ان العناصر تتجزأ هي الاخرى لما هو اصغر والاجسام لما هو اكبر فاننا سنخلص بنتيجة بسيطة للغاية هي ان جميع ما في الوجود المادي يتبادل التأثير القانوني الطبيعي بغض النظر عن الزمان والمكان ..
بغض النظر عن (الزمكان) ..

انها الطبيعة المادية وقوانينها والتاثير المتبادل المستمر الخالد حسب قوانين الطبيعة .

والان عرفنا نوعية (التواصل الطبيعي) للمادة باجسامها وجزئياتها وعناصرها .. صعودا لأكبر ما يمكن ونزولا لاصغر ما يمكن .

انه باختصار التواصل الطبيعي ..

التواصل الحيوي

وهو القسم الثاني من التواصل .

و ينقسم لأربعة أنواع هي :

التواصل العضوي .

التواصل الوضعي .

التواصل الماورائي .

التواصل الاناني (الذاتي) .

حاول ان تتصور الان الكائنات الحية من حيوانات ونباتات فقط

.. انها تساهم بوجودها معك على هذه الارض .. انها معك في كل

مكان كما انها اقدم وجودا منك على الارض ..

انها كائنات حية مثلك تماما .

انها تتواصل مع بعضها البعض ايضا وفق (القانون الحيوي) .

ان العلم حتى اليوم عاجز عن الاحاطة التامة بالعلاقات المنظمة

الذكية التي تعيشها هذه الكائنات .. وكما اقول دائما (لا عدم في

(المجهول) .. فان جهلنا لا يعني عدم وجود علاقات مستقرة متطورة ومتغيرة مع الزمان والمكان بين النباتات فيما بينها والحيوانات فيما بينها ايضا وبين النباتات والحيوانات من علاقات اجتماعية ..

انها شبكة هائلة من القوانين الحيوية التي تتحلل بالعقلانية والحكمة تحت (غائية) غريبة مجهولة ..

العالم سوف يكتشف مستقبلا الكم الهائل من المعلومات التي ما نزال (لا نعرفها) تماما حول علاقات هذه الكائنات بعضها ببعض ..

انها تتوارث مثل الانسان الجينات التي (ارشفت) حيواتها السابقة وجميع ما مر به اسلافها ..

ولو اضعنا الانسان الى النباتات والحيوانات سنجد وليس بالصدفة اننا عائلة واحدة بصرف النظر عن الغرور البشري ..

جميعنا كائنات حية .. تحس و تتحرك كليا او جزئيا وتتنبه للاحاساسات الخارجية التي تؤثر بها ولها ردود افعال تؤثر على سواها ..

انها تتواصل فيما بينها وليست مجرد اجهزة (استلام) سلبية بل لها من قوة التأثير ما لها هي ايضا لحد (احتمال) تأثيرها على جميع من حولها .. اما عدم معرفة العلم حتى اليوم مقدار وقوة ونوعية هذه

التأثيرات فهي مشكلة العلم المعاصر .. وليس مشكلة الواقع المتراكم .

سنجد مستقبلا الكثير من المفاجآت الصادمة عن قوة تأثير الحيوانات والنباتات على البشر ..

وليس بعيدا عن هذا التواصل الحيوي التواصل البشري او ما يسمى بالاجتماع او علم الاجتماع رغم قصور هذا العنوان فالاجتماع ليس مقرونا بالانسان فحسب ..

المهم ان علم الاجتماع هو العلم الذي يناقش العلاقات (الانسانية - الانسانية) منذ بداية التقاء الناس بعضهم ببعض ثم تطور هذا الالتقاء الى منظومة مؤسسية واضحة المعالم وكل ما لحق بذلك من حيثيات لا محل الان لذكرها .

اشعر بك الان وانت تفكر بصوت عال لتقول لي : وما نفع هذه الحدود الطويلة العريضة ؟

أردُّ باننا في حالة (تحليل) للبنى الاساسية للتواصل من اجل مرحلة لاحقة هي (التركيب) اي اعادة بناء مفاهيمنا التطبيقية على المستوى النفسي اولا .. مما يخدمنا على الاقل باعادة ترتيب بعض الاوراق التي اطلقت علينا منذ ان كنا صغارا تحت تأثيرا آبائنا وامهاتنا والمجتمع القريب منا فاذا تخطينا الزمن لم نجد الوقت الكافي للخروج من مأزق الطمأنينة للموروث الراسخ ولا المكتسب السيء ..

اما ما اقصده بالضبط من المكتسب السيء فهو ما يتعلق بتأثيره السلبي على نفوسنا نحن اولا و احدد بوضوح على نفسية اي منا باعتباري اتشدد على (الانا) الخاصة باي منا وهي مفتاح كل حديث بعدئذ .. فاذا ضمنت انت نفسك وهو مُرتبة حسب مستقيمات مريحة لك انت بالذات فانك تكون بذلك قد خلقت (كائنا نفسيا) من (الايجاب الاخلاقي) الخير الفاعل نحو الاخرين وليس كائنا سلبيا بحكم عُقدِهِ القديمة الموروثة والمكتسبة لتطلب منه ان يكون ايجابيا بعدئذ والمقصود بالامر هو انت بالذات .. ولهذا لا بد ان نعرف اسس العملية من جذورها . وعودة لعلم الاجتماع فانه ناقش على مدى التاريخ البشري امرين فقط :

اولا : ما هو المجتمع وعلاقاته كما هي .

ثانيا : افضل بناء (شبكي) يربط ابناء المجتمع بعضهم لبعض . ولقد استفاد الكتاب من شتى المذاهب بالامر الاول وبعضهم خاض في البند الثاني وخاصة الصفوة منهم واقصد الانبياء والرسل والاولياء الصالحين ..

الجميع تقريبا يحاول ايجاد افضل علاقات اجتماعية مع شئ كثير من جهل الخطوة الاولى وهي التحليل .. ولتسهيل فهم هذه النقطة بالذات نستطيع تصور طبيب ما وهو يعالج بالدواء

الصحيح ضمن تشخيص خطأ .. او على اقل تقدير تشخيص قاصر او ناقص او مشوه او شاذ وقلما جاء احد باستثناء الرسل والانبياء من الوصايا الرصينة لولا التطبيق القاصر احيانا من قبل الاتباع الذين يتحملون وزر هذه المثلبة .. بالكامل .

وبما اننا بصدد الانانية واهميتها بالنسبة لك انت بالذات على الاقل فعليك اولا ان (تحلل نفسك) دون الذهاب سريعا للعلاج .. شخص من انت وهذا ليس امراً جديداً على فلسفة البشرية كلها حين قيل منذ البداية (اعرف نفسك) الا ان هذا غير كاف فمجرد ان تعرف نفسك خطوة كبيرة ولكن الذي لا يقل اهمية ان تضع لك انت بالذات وليس لمجتمع كامل علاج محدد فيفدك ضمن خصوصياتك ولو تعلمنا جميعا ان نحلل انفسنا ثم نضع لها كل على انفراد ما يناسبها فاننا نكون قد أمّنا فردا ناضجا ايجابيا اولا وكرر اولا .. ليتألف مجتمع ايجابي ثانيا اما العكس فانها غير مضمونة النتائج .

اعرف نفسك اولا ... ثم يجب ان تحترم نفسك .
ليس كافيا ان تعرف نفسك .. ثم ماذا ؟ وما اهمية ذلك ان لم تنطلق لتلافي عيوبها وتكريس حسناتها ..

لقد درجت اغلب العقائد الدنيوية على مناقشة المجتمع كحزمة واحدة يجب ان يعيش عقيدة معينة .. اي ان الاولوية هنا للعقيدة المثالية الرائعة ثم الذهاب بها للمجتمع لكي يطبقها والا فان الملام

هو المجتمع .. اي ان هذه العقائد تريد لنفسها القدسية لتشذب المجتمع وتفصله على مقاسها بينما الصواب هو ان يؤخذ المجتمع اولا ثم نجد له العقيدة المناسبة لنشذبها ونفصلها على مقاسه نحو الايجاب .

حلل وعالج ثم ركب ..

لا تضع حلولاً فوقية ناصعة البياض لتجد لها من يطبقها .. بل جِدْ من يطبق اولا لتضع له ما يناسبه من عقيدة .

ان اغلب علم الاجتماع عبارة عن (تحليل مجتمعي) وان اغلب علم الاديان عبارة عن (تركيب مجتمعي) دون ربطهما ربطا انسيابيا فكلاهما على صواب من ناحيته هو وحين ربطهما نجد العيب والاشكال والصعوبة التطبيقية .

لكي تبدأ مرحلة التحايل على مثالية هذه العقائد الطوباوية .

من لا يكون واقعيا بالتحليل والتركيب لا بد ان يتم التحايل عليه من قبل الناس .. واولهم انت وانا ..

لا توجد لدي فلسفة جمعية تتعلق بالبشرية اولا بل الاولوية الاولى .. الانسان الفرد ذاته .

ليس لدي عشرة الاف سنة من تاريخ البشرية لكي احللها كي اعرف الانسان الفرد وخاصة انت وانا .. بل عدد محدود من السنوات التي سيكونها عمرك انت فقط وبها ان الوقت ضيق

للغاية وبما انه لا اهمية على الاطلاق لاية فلسفة جماعية شاملة عند الفرد الواحد فعلينا ان نضع خطط الطوارئ الخاصة باي منا لتحليل ما يجري ووضع افضل الحلول له على قدر ما تبقى له من العمر .

وبالمناسبة في الساعة التي تقرأ انت الان هذه السطور لا تحسب ما فاتك بل ما تبقى لك من العمر .

دعك من كل شئ الا انت ..

انت اغلى ما يمكن في هذا العالم طالما انت حي .. فاذا رحلت فلا فائدة به ولا قيمة ..

كل ما لديك منذ هذه اللحظة عدة الاف من الايام .. احسبها بدقة .

اضرب عدد سنواتك المتبقية بالعدد (365) لتحصل على عدد ايامك المتبقية نسبيا وهذا كل ما في الامر ..

الموقف يدعو للتفأؤل .. عليك بوضع خطة عمل وخريطة طريق للكيفية التي يجب ان تقضي بها ايامك القادمة .. فاجعلها جميلة بالكثير مما سمعت من المواعظ التي تسمعها دون ان تلقى منك اذنا صاغية .. تسمعها دون ان تعي انها لم تأت من فراغ بل من حكمة السابقين الذين عرفوها بعد ان ندموا من ضياع اعمارهم بحيوات دون خطط عمل ولا خرائط طرق ..

تعلم كيف تصبح (مهندسا) لمشروعك ..

اغلبنا مشوه التربية بسبب تشوه المواد التي تم حشرها في عقولنا عندما كنا صغارا وهنا اجدني مضطرا القول لفظة (مشوة) وليس ناقصا اي اننا لسنا ناقصي تربية بل نحن ممتلؤن بتربية مشوهة سلبية ذاتية وفي احسن الاحوال ايجابية اجتماعيا على حساب ذواتنا المعذبة بنا وبالخير الذي نقدهه للآخرين على حسابنا . اية تربية تعسفية هذه .

كن اولاً وليكن الآخرون بعدك .. هذا كل ما في الامر .
 انا لست مجرماً للدفاع عنك ..
 انت متهم بنظر الآخرين الى ان تثبت براءتك .. وانا اقول انت بريء الى ان تثبت تهمة الآخرين .
 انا مع الخير الشخصي ثم الخير المجتمعي ثم مع الخير الحيوي كله ..

لماذا يهاجمني المجتمع عندما اكون انانيا شريفاً مع نفسي ومعه ؟
 المجتمع يريدني ذليلاً تحت قائمة شروطه فاحضّر له الطعام ثم ادفع نيابة عنه الفاتورة ..

سأأكل اولاً لاكتسب الطاقة ثم عليّ التواصل معهم وليس خدمتهم كما لو كانت شرفاً شخصياً لي ..

لو لم اكن على حق فتأكد انت بنفسك من الارشيف الطويل الذي
نذرت نفسك من خلاله لهذا المجتمع دون ان يتذكرك احد ولو
على اقل تقدير بادامة تجهيزاتك لتتولى خدمتهم ثانية ..
فتصور .. !

اذا كان الامر كذلك فلا بد من اعادة العدالة لنصابها ..
علي ان ادافع عن حقي اولا ثم واجبي ثانيا ..
هكذا هو شرف النبلاء .. وقيمة الفرسان ..
انا (حر) .. وسوف لن اكون حرا ما لم اكن (انانيا) اولا ..
فالشخص الغيري بالكامل اولا ليس حراً بما يكفي .. انه عبد .
العبودية المجتمعية سببها المجتمع نفسه وما غرسه بالنفوس من
تقديس القطيع على حساب الذات وانا لا اعارض ذلك ولكنني
اختلف بترتيب الاولويات ..

انا اولا .. وكل شئ عداي ثانيا .. هكذا هو الامر ..!
كيف لي ان اساعد واتفاهم وابتسم و حتى اخدم دون ان اكون
سعيدا قويا مكتفيا بحقي راضيا عن نفسي .. حرا بطواعية ما
اقدمه للآخرين ؟

ان هدف هذا الكتاب هو وضع النقاط على الحروف بدون لبس
على الدور الذي يجب ان تلعبه بحياتك انت قبل ان يلعب
الاخرون بها لمجرد ان تكسب رضاهم على حساب غربتك .

انها عبودية منتهجة .

الانانية هي الوسط بينك وبين الآخرين على ان تأخذ نفسك اولاً .. هذا كل ما لديّ .. فما الضير ؟

كيف لك ان تقود عربة تساعد بها الآخرين وانت سائق مريض .. عالج نفسك اولاً ..

يريدون ابتسامتك وتسامحك وغفرانك وعفوك ونبلك لهم بغض النظر عما يعتمل بداخلك من صفاء النية ..

لا تقدم شيئاً لست راضياً به عن نفسك انت اولاً .

لا تعط حريتك لمجرد ان يرضى عليك العالم .

كن انت اولاً .

يريدونك ان تبسم فقط .. ليس مهما ان تكون كئيباً . مثل دور

الطبيب المتفائل .. مهما كانت سريرتك الداخلية فذلك ليس مهما

عندهم .. يريدونك نموذجاً لتمثال روماني جميل من الخارج .. اما

دخلك فالى الجحيم ..

وبما ان احدا سوف لن يعرف جحيمك غيرك فانتظر قليلاً ..

اعرف نفسك جد ما لها وما عليها ثم ضع ما يناسبها من الخارج

ولا تضع الخارج وما يناسبه منك .

انها القوة المدعوة بالحق .

لا تخف . انت بالحالتين على ملامة .. فخذ بنفسك اولاً ..

ان اغلب ما يتضمنه هذا الكتاب عبارة عن خريطة طريق لك كي
تعرف ما لك اولا ثم ما عليك ثانيا ..
لا تضيع الوقت .

عمرك وما تبقى .. لا عمرك وما مضى .
لم يفت الاوان بعد ..

خذ الخطوة الاولى ولا تتخذ اي موقف عدائي من الاخرين فهم
ليسوا اعدائك .. انما انت صديقهم .
ادرس اسس التواصل الشامل كلاً على حدة ثم اجمعها ثم جد
نفسك فيها ثم طبقها على الاخرين بهدوء .. ولا تقلق من النتائج
.. فسوف لن تخسر اكثر من عيوبك ..

لا تخذلني فانا ادافع عنك ولا تهاجم بالسوء بل دافع بالحسن ..
انت في حالة غيبوبة خدمية مستمرة وبالمناسبة فليس من صالح
الاخرين ان تعي حقل لانهم مستفيدون من واجباتك .
ان قطع صلة الرحم من الكبائر .. فلا تقطع صلتك بك ..!
انت اول الاقرين .. بالمعروف !!

حينما بدأنا الكتاب اردنا فقط ان نستطلع المنطقة المراد خوضها
قبل القتال بها .. ومن الغباء الدخول بحرب قبل ان تعرف العدو
وارضه وتضاريسه لكي تمارس خططك المستقبلية عليه كما تشاء
انت لا كما تشاء الظروف لمجرد حماس حرب وشعارات نخوة ..

الذكاء يقتضي ان تدرس البيئة التي سوف تقاتل بها ثم تجهز ما امكنت ثم تبدأ بالساعة التي تختارها انت على ان لا يعرف العدو ساعة التنفيذ بالضبط ..

هذا ما يجب عمله مع مجتمعك الطيب .

ستحبهم انا على يقين .. ولكن بعد ان تحب نفسك اولا .

انا اعلم ان ذلك مبكر عليك .. ولهذا سوف نمضي بخطواتنا التي بدأناها قبل قليل .. اليس كذلك ؟

التواصل هو الطبيعي ثم الحيوي ثم بدأنا بتقليص مساحة المناقشة الى التواصل الاجتماعي الانساني .. انه مجتمعك الضرورة .

الطمأنينة فيه ... فلا تضيعه بتحطيم نفسك .

انه التواصل مع المجتمع وفق ما اتفق عليه بالقانون الاجتماعي الذي يضم اساسا (الموروث) الحضاري الذي تعيشه انت بالذات و (المكتسب) الذي يعتبر امتدادا للموروثك هذا .

حاول ان تلفت حولك الان .. ماذا ستجد .. ؟

ستلمح اولا عمرك .. ثم تنظر عن قرب عما يحيط بك من علاقات ثم تدفع بها للخلف حيث الشهور والسنوات والعقود السابقة لتختصر بدقائق قليلة رحلة عمرك السابقة مع كل ما حملت من

ظروف قاهرة فرضت عليك ومن اخطاء ارتكبتها بقصد او بسهو
و انجازاتك الكاملة والناقصة ..

ستجد نفسك امام معادلة حسابية غامضة ضبابية بعض الشيء عما
ربحت وما خسرت .. دون ان تتذكر اولا ان عمرك له اهمية
قصوى على حساب الانجازات او الكبوات السابقة .
لم يتبق من الوقت الكثير لكي نشق الجيوب ونلطم الحدود .. فكل
شئ سيكون على ما يرام ..

خسارة جزئية ولا خسارة شاملة ... بل من الذكاء احيانا قلب
الطاولة على الظروف وما فات مهما طال الزمن وخلق (برامج
هندسية) رائعة ترفع من الخسائر السابقة وتنتقل بكفاءة للارباح
..

لا بأس من الفشل اولا طالما هناك نجاح ثانيا .



التواصل العضوي

انت الان .. وفي هذه اللحظة بالذات لديك مليارات الخلايا التي تشكل جسدك .. انها تعمل على مدار الساعة عرفت بذلك أو لم تعرف .

انها تعمل منفردة وبالتعاون مع سواها ..

انها تتواصل هي الاخرى مع سواها لانجاز ما يراد منها ..

انت عبارة عن مجمع سكني هائل من الخلايا الصغيرة التي تتبادل الادوار النافعة من اجل انجاز هدف .. انه حياتك .. انها تأخذ الزمان المناسب لكي تؤدي ما عليها من دور حياة .. فاذا مات بعضها طُرح للنفايات الخارجية وانتهى الامر .. اما ما تبقى منها فيستمر بالعمل .. فاذا استمرت دخلت المواقع المنتجة الجديدة المُصدّرة للخلايا هي الاخرى بحالة الشيخوخة الى حد عدم استطاعتها تنفيذ ما عليها من تعويض خلايا .. وعندها يبدأ العد التنازلي لك كمظومة كبيرة ويبدأ الانحداد نحو الموت التدريجي الذي ينهي الامر ..

هكذا هي الامور .

(خلاياك) في حالة تعاون رغم كونها هي ذاتها تحتوي على عدد كبير من (العناصر) المكونة لها ايضا والتي تقوم بالتعاون فيما بينها

لانجاز عمل خلية واحدة فقط .. وبالتعاون مع سواها تؤلف جسمك ..

ان الخلية الواحدة تمتلك من العناصر ما يجعلها تتعاون وتتواصل لكي تحقق حياة هذه الخلية والخلية مع سواها من التواصل ايضا لانجاز حياة جسمك انت .
انه التواصل العضوي .

المهم بالامر هو انها تتواصل مع ذاتها ومع سواها اولا وثانيا ان الكثير مما تقوم به ليس بوعيك انت بل بـ (ارادتها الخاصة) اي ان وعيك ليس الزاميا دائما للسيطرة على عملها ..

انها تعتمد عليك بجزء من تواصلها اما ما تسيطر عليه انت بعقلك اتجاه جسمك وعقلك ايضا فهو (التواصل الاناني) وهو بداية ونهاية اي حديث لنا عن التواصل باعتباره (نظرتك) التي تقدر بها جميع انواع التواصل ثم تتفاعل معها حسب ما تراه مناسباً لك انت بالذات وليس سواك ولهذا اضعه في المرتبة الاولى من المناقشة .. فليس مهما ما تكون عليه احوال انواع التواصل الاخرى التي ذكرناها سابقا او التي سوف نذكرها بعد قليل قدر اهميتها عندك انت بالذات وقدر ردة فعلك عليها لانني ببساطة احترم (الانا) الخاصة بك اكثر مما احترم ما يقال لك او يقال عنك .

التواصل الوضعي

ليس جديدا عليك انك ضمن مجتمع والمجتمع ضمن ما يسمى (دولة) والدولة حسب تاريخها عبارة عن منظمة متفق عليها بعقد سياسي لادارة شؤونك وشؤون المجتمع .

انها تنظم علاقات الناس بعضهم ببعض من خلال دستور تنبع منه قوانين ومن القوانين التعليمات والاستثناءات .. بصرف النظر الان عن نوعية هذا الدستور ومقدار ما اصبح مقدسا لدى المواطن بهذه المؤسسة الطارئة التي اصبحت مع الزمن قوية لحد فرض الاتاوات على المواطنين الذين جاءوا بها اصلا من ابنائهم وليس من كوكب غريب ..

ما يهمننا الان هو ان لهذه المؤسسة (قانونا) هو القانون الوضعي للمجتمع وبما انك جزء منه فعليك الأخذ به والا فانه يحمل بطياته عقوبتك .. !

انه التواصل بين المواطن وبين (نظام) دولة وما أرادهُ المواطن لنفسه .

التواصل الماورائي

اي ان الانسان اما ان (يشك) او (يظن) او (يعتقد) بان خلف المادة ربّاً يحميه ويثيبه ويعاقبه ..

اما الطريقة الساذجة التي تعودها الانسان في هذا الامر فهي تحويل كل ما يجهل الى غموض مقدس .. يخافه حين حلّه .. ويهابه حين لقائه فاذا كان (ماوراء) كان له من القدسية ما يراى ان يكون له ربّاً ..

لقد تطور مفهوم الماوراء عبر التاريخ البشري وبما ان هذا التاريخ لم ينته بعد فان الانسان ما زال متمسكا بفكرة المجهول الغامض الذي يسيطر على جميع حلول ما لا يعلم .

انه كعاداته يريد ان يرمي بتبعات ما لا يعلم لكائن يعلم كل شئ .. ومن الجدير بالذكر ان نظرة الانسان لله جلّت قدرته تحمل نوعين من العقيدة .

الاولى هي العقيدة (الواقعية) التي يريد بها الانسان كما يريد بها هو
 لربه .. ولهذا تعدد الارباب عبر التاريخ وحتى عبر العالم اليوم .
 فهناك ديانات تؤمن بوجود الرب المشخص وهناك من يرفض
 ذلك لكي يحوله الى كائن تجريدي وفي الحالتين فانه رب (واقعي
) يجب ان يتواصل معه باية طريقة على ان يختار هو نوع الوسيلة
 التي يتصل بها بربه .. وكما كان السابقون يختارون لاربابهم المكان
 والشكل والمقومات الاخلاقية التي تناسبهم هم دون رأي لهذا
 الرب بالامر كالمعابد والزخرفة والطقوس وما الى ذلك فان ذلك
 يعتبر (واقعا) من قبل الانسان على الرب اكثر من واقع الرب
 على الانسان ..

الثانية هي العقيدة (الحقيقية) التي جاء بها الرسل والانبياء عليهم
 السلام .. حيث تم اصطفاؤهم من قبل الله جلت قدرته فكانوا
 يفهمون الله بطريقة غامضة تخصهم وتخص الله سبحانه وتعالى
 وكلهم متفقون على الفعل (الخيري) من الانسان لسواه .. وهي
 العقيدة الاكثر صدقية و معقولية من اية اقتراحات بشرية عادية
 لصناعة رب حسب الطلب .. !

الله جلت قدرته فوق شعوذة البعض عمدا او سهوا .. وفوق
 التصورات الوثنية التي يراد له ان يكونها بشريا وهو فوق ذلك
 تماما ..

لقد جعل البعض من الله وخوفهم منه أكثر من احترامهم له .. لقد خلقوا له ما ليس فيه ونسبوا له ما لم يكن ..

وبصرف النظر عن هذا الامر الذي ناقشته باستفاضة أكثر بكتاب سابق لي .. فما يعيننا الان هو ان للبشر ونحن جميعا صلة من التواصل مع الله الحي القيوم .

الناس لا تعي الكثير من الحقائق الالهية ومع ذلك فحسن النية كافٍ لزجهم في خانة المؤمنين بالله العليّ العظيم طالما تمسكوا بالاخلاق السامية للاديان السماوية وحتى العقائد الدنيوية فهؤلاء لا يقلون خيرية عن المؤمنين بوجوده العظيم ..

انه التواصل الالهي .. ولكي ننصف من يريد المضي اعمق من ذلك بصرف النظر عن النظريات الدينية فنقول انه التواصل بالماوراء ..

ايها القارئ .. يبدو انك تعبت بعض الشيء اعلم ذلك . تصور منذ يومين وانا لم اكتب حرفا واحدا لاستكمال الموضوع .. بعد اطلالة سريعة على ما كتبت قررت التوقف شعرت بان اهمية ما اقول ليست كافية .

على اية حال .. ربما سنتوقف انت وانا قريبا دون اي تحضير او انذار .. سنكمل الرحلة المتعبة هذه ولنر ما يجري .. فان ملّ احدنا فليترك الامر كله دون اسف او ندم ..

لقد بلغنا الان موقعا معقولا ..

اخذنا التواصل كتعريف عام ثم صنفناه كما نعرفه تقليديا
وبعجالة فهو بنوعين اساسيين الطبيعي والحيوي .. والحيوي
بحد ذاته ينقسم بدوره الى اربعة انواع هي : العضوي الوضعي
الماورائي والذاتي (الاناني) ..

.. ولم يتبق لنا بعد ان حللنا كل ذلك وهو (خارج) عنا الا ان
نحلل (نظرتنا) له .. وهي بمنتهى الاهمية فالانسان منذ بداية
وعيه التاريخي بما حوله وبنفسه ليس له الا هو لكي يحلل ويعالج
ويركب .. ليس غرورا بل جبرية وظائفية .

لقد وجد الانسان نفسه امام سيل من مستلزمات الطمأنينة
والامان المطلوب لحياة مسالمة فلم يجد كحلَّ وسط لتقليص
خسائره الا القبول بالضغط الخارجية .

اراد ان يمتلك كل شئ فعجز فتساهل فتنازل فخضع فاستسلم

انه يتحايل قدر ما امكن لكي يعود قيصر ا على كل ما يحيط به وبها
ان ذلك مستحيل من خلال ظروف خارجية لا حول له بها ولا
قوة .. وهي ما لخصناه قبل قليل .. فانا اقترح ان يُقَيِّمَ نوعا من
العلاقة (اللئيمة) مع هذه الضغوط فكان التواصل .

الطبيعة وما لها من قوة عليها فحاول ان يمارس القانون الطبيعي
بغض النظر عن رغبته والا لكان قد طار بالهواء لولا الجاذبية

وقفز الانهار لولا طاقة بدنه المحدودة وتزوج كل من مرت امامه
من النساء لولا الآخرين وقتل من لا يرضاه لولا الدولة وقانونها
وحتى اراد التمرد على بدنه فلم يجد غير الموت ان اراد الثورة على
بدنه فاضطر ان يأكل ويشرب بل اضطر ان يمارس التبول
والتغوط كاي حيوان .. ولو باستحياء ..

كل ما ذكرنا سابقا عزيزي القارئ عبارة عن قوى عظمى تمارس
عليك التأثير .. فكان تواصلك ..

لم تكن على ثقة تامة بهذه الصفقة ولا انت راضٍ تماما غير ان
الحتمية اضطرتك ان تقيم تواعلا مستقرا قدر الامكان مع
الطبيعة والمجتمع والكائنات الحية وبدنك واخيرا مع الله
سبحانه وتعالى ..

عزيزي القارئ بلا نفاق ... كم انت تحب الله جلّت قدرته .. لا
اظنك تحبه كل هذا الحب لولا مصلحتك .

انت اما تخافه او تطمع بجنة محتمة او اكيدة او انك تحترمه لاهليته
.. وفي كل الاحوال فانك تهدف رضاه على امل ان تحصل على
مكافأة ما يوما بعد وفاتك ..

لا تقلق .. انه نفاق شرعي ..

انت اناني على اية حال والله سبحانه وتعالى يعلم بذلك ولا يريد منك اكثر من ان تكون وسطا بانانيتك .. بينك وبين كل ما عداك .. وكرر كل ما عداك فالخير المطلوب منك ان يكون لك اولاً ثم كل ما عداك من مجتمعك والبشرية كلها والحيوانات والنباتات والطبيعة ..

انه يريدك ان تتعلم كيف تحب نفسك وتحب كل ما عداك صوب خير مقصود بصرف النظر عن الاستحقاقات المترتبة على ذلك .
 انت تعلم وانا اتفق معك ومثلك تماما ان هذه القوى هي التي تلعب دورا هائلا بحيواتنا ... لذا قررنا بعد دراسة ذكية ان نتواصل مع العدو املا بخلق صداقة محتملة وربما صداقة دائمة .
 ومن هنا دخلنا بحالة (الانا) التي تحدد رؤيتك لصفقتك الرابحة بالوقوف (وسطا) بينك وبين كل ما يحيط بك .. الطبيعة والمجتمع والدولة والله العلي القدير ..

اذن التواصل ليس فعلا كماليا طوعيا بل اساسيا جبريا .
 انت تتواصل ليس حبا بالآخرين فحسب بل حبا بنفسك انت اولاً .. فلا تبتأس ولا تندم ولا تمن .



التواصل الاناني (الذاتي)

وهو اساس حديثنا هنا .. فرغم جميع الضوابط التي وضعها الانسان لنفسه او التي فرضت عليه فان اقواها على الاطلاق هو (النظرة) التي يرى بها الانسان هذه القوانين .

انا اتفهم موقفك .. انت تحت ضغط مفاوضات قاسية مع الضغط بكل انواعه .. ومع ذلك لديك مساحة كافية لكي تضع لمستك الاخيرة على لوحتك الوجودية ..

لا تجعل من نفسك مجرد حجر يتفاعل تلقائيا بالكامل مع ظروفه حيث القوانين الطبيعية وسواها وهي التي تتحكم ..

كن انت على الضغط .. حاول ان تمارس اي دور يناسبك انت اولاً .. لا تستسلم بالكامل .. هناك هامش من حركة انانية تخصك مهما كلف الزمن ..

زمانك محدود .. خاصة بعد ان ادركت معني الربح والخسارة
 باشكالية الزمن .. الزمن ليس ما فات بل ما سوف يأتي .. ولا بد
 من الوقوف على حقيقة الاستسلام المُشرف امام هذا المشروع
 الذي يطلقون عليه (حياة) ..

كن فاعلا اولا .. وثانيا كن ايجابيا .
 ان التقسيم الانف الذكر لنوع الحيوية الانانية هو اساس كل شئ
 ..

بك او بدونك فالتاريخ الوجودي سائر لحتمية غامضة يستحيل
 معرفة نهايتها فلا مغالاة بغرور ولا حذقة بفلسفة .. عليك قبول
 (الامر) الواقع والاستسلام على ان تقا تل بايجابية حتى اللحظة
 الاخيرة احتراما لك ولوجودك .

انها حرب مفروضة وجميعنا يعلم انها ليست لصالح الحياة
 الخالدة .. واكرر الخالدة .. اي انها (حياة) اولا وليس بالضروري
 ان تكون خالدة ..

خذها كما هي على انها (حياة) واكتف بالامر ودع (الخلود)
 جانبا فهو خارج ارادتك تماما .

اذن لديك مساحة (معينة) محدودة .. للحركة فلا تضق ذرعا ..
 الامر يحتمل هذه المساحة فلا تفكر بـ (كل شئ) ولا تفكر بـ (لا شئ) ..

هناك حل وسط .. خذ به ولا تبالغ ..
 ان جميع القوانين الضاغطة أنفة الذكر تبدو كما لو انها مستقلة
 حسب الشرح المتواضع الذي تعرضنا له في بداية حديثنا ..
 هناك سؤال منطقي وهو : من يقول انها مستقلة بعضها عن بعض
 ؟ من يقول ان القانون الطبيعي والعضوي والوضعي والالهي
 والحيوي لا تتفاعل بعضها مع بعض . ؟
 حسنا .. لماذا لا نقترح اقتراحا معقولا هو ان (جميع) هذه القوانين
 عبارة عن (قانون واحد) يجمعها .. ؟
 انه القانون الوجودي ..



القانون الوجودي

من ملاحظة ما سبق بجمع هذه الضغوط التي قمنا نحن بتحليلها وتصنيفها نستطيع الخروج بنتيجة انها ليس قوانين منعزلة كما نرغب ان نشرح بل في حقيقة الامر هي (قانون واحد) .. قانون تفاعلي (ديناميكي) فيما بينها اي ان هناك قاسم مشترك يجعلها تتفاعل مع بعضها البعض بدون هذا التقسيم .

لنحاول التخلص مؤقتا من مقومات تشخيص مواد هذه القوانين اي لنحاول التخلص من الطبيعة كمواد ولا نبقي الا قوانينها ثم نحاول التخلص من المجتمع ولا نبقي الا قوانينه وكذا الدولة ولا نبقي الا قوانينها و الله جلت قدرته و جسده باستثناء قوانين عمله وكذلك حيويته بدون خلاياك ..

سنحصل على نوع من التجريد الهلامي العائم فوق الوجود المادي وتشخيصه ..

سنحصل على عالم من القوانين (الخالصة) تماما من اية مادة ..

عندها فقط نستطيع ان نتصور وجودها ككتلة واحدة من هلام شفاف يعلو على المادة ..

انها مجرد محاولة لعزل هذه القانونية الوجودية عن مسمياتها المادية الاساسية التي تربطها ..

انها نوع من الكينونة الافتراضية او لنقل اننا تصورناه بطريقة (مشوهة) لمجرد التصور .

كل ذلك وما زلنا خارج الامر اي لم نتدخل بعد بالقانون الاناني الذي يجعلنا متأثرين به ومؤثرين عليه ..

وبالرغم من تحفظي الشديد على عزل المسميات عن قوانينها باعتبار الاثنين امرا واحدا لا يصح عزلهما على الاطلاق .. ولكنه التوضيح فقط ..

ان جميع ما في الوجود عبارة عن (كم) واحد من (النوع) التواصل .. اي لا يوجد جسم طبيعيا ماديا ميتا كان او حيا كالانسان والحيوان والنبات ولا اي احتمال لكائنات اخرى غير محسوسة حاليا الا وهي وقوانينها عبارة عن كم واحد متوحد مع ذاته .

لا يمكن فصل القانون عن اطرافه .. ولا يمكن تصور وجود قانون بدون هذه الاطراف الا في حدود الافتراض النظري الاجوف ..

والاطراف هنا هي الاجسام ..

اما لماذا تشددت بعض الشيء على ذكر ذلك فالسبب هو ما سوف نتحدث به ربما لاحقا من حيث التواجد البشري اي انت وانا والجميع من ناحية والقوانين التواصلية التي تجمعنا بعضنا لبعض ..

لا توجد قوانين بدون اطرافها ..

وكذا العادات والتقاليد .. والاخلاق والاعراف والمبادئ والقيم .. انها اطراف ولكنها ليست اجساما مادية لها قوانينها كما تعودنا ان نتحدث منذ قليل بل ان نأخذ هذه المرة الافكار نفسها على انها اطراف كما لو كانت هي الاجسام المادية لنجد ان ما يربطها هي الاخرى عبارة عن قوانين ايضا ثم ننتقل خطوة اضافية لنقول ان المفردات الاخلاقية في العقل البشري عبارة عن اطراف وقوانين وكلاهما تجريد .

لا توجد اجسام عقلية قدر ما يسمح به التوضيح ايضا ..

بدأت اشعر بالصداع قليلا ... لا بأس ...

ولكي لا نمضي اكثر مما يجب فسوف نتوقف عند هذا الحد ثم نباشر بالتواصل الاناني مع كل ما عداك ..

تواصلك انت مع سواك ... مع كل شئ .. وهنا مربط الفرس .
انه القانون السائد في حالة خروجنا التام من كل هذه الامور
والوقوف على منصة خيالية وتصورها فقط دون ان نتعرض
لتاثيرها ..

سنراها كما وصفناها قبل قليل .. حسنا .. والان سنعود لنعيشها
وهذا واقع حال .. انت تقرأ الان وبعد قليل ستترك القراءة
لتتفرغ لشؤونك الاعتيادية اليومية وربما تعود للقراءة ثانية (على
افتراض عدم اشمئزاك حتى هذه اللحظة !) ..
ستمارس حياتك الاعتيادية .. فلتتوقف عند هذه النقطة .. لقد
دخلت مسرح الحياة التقليدية بكل قوانينها التي فصلناها او التي
جمعناها ..



التواصل الاناني

انه مادة حديثنا الان .. انه الاهم ..

الانانية هي الفضيلة ..

ان جميع المفاهيم الفلسفية التقليدية في حياة البشرية ليست الا بنات هذا المفهوم الاعلى والارقى والاكثر انصافا للانسان .

اما المغالطة تحت اية ذريعة فنفاق او تغابي .

انا لا اقصد بالانانية ما هو دارج كما اتهمت باكثر من مكان عند كتبي السابقة قدر توضيح الامر بصورة مختصرة .

حينما تحب انت صاحبي القارئ ان تشعر بالطمأنينة من فكرك وكلامك وسلوكك فانت اناني .. هكذا ببساطة .. وحينما تريد ان تضحي للآخرين بجزء من مالك او راحتك او جهدك انما (انت) بالذات من سوف يشعر بالطمأنينة وراحة البال .

لماذا تعتقد بانك (غيري) النزعة ؟

انت لا تقوم بهذا الجهد الغيري الا لانك انت بالذات تحب ان
تقوم بذلك .. وليس حباً بالآخرين .. !
الاخرون بالنسبة لك عبارة عن وسيلة .. مجرد (وسيلة) لتنفيذ
مخططاتك الطيبة .

مجرد جسور تعبر من خلالها لبر الامان النفسي والرقى الذاتي
والسمو الاخلاقي ..

من هم الناس والمجتمع والزوجة والابناء والوالدان وكل ما يحيط
بك من عالم تظن ظنا بانك تخدمهم هم لاجلهم .. ؟!
كلا .. انك انما تخدمهم لاجلك .

دع حكاية الاخاء والمروءة لاجل الناس .

انك لا تريد ان يقال عنك انك (اناني) فحسب .. لماذا لا تواجه
الموقف بشجاعة وتقول ان كل ما (تفكر) به هو لصالحك انت
حتى لو كلفك ذلك حياتك ؟.

لماذا لا تعترف بان لا (تتكلم) الا بمصلحتك انت حتى لو كان
هذا الكلام يقوم بخدمة الآخرين ويدفع بالخير لهم . ؟

لماذا لا تقر بانك لا (تتصرف) حركيا الا لكي تخدم نفسك على
الاقل لتشعر بالرضى عنك لا بالرضى عنهم .. ؟

انت تزعم انك طيب لاجلهم .. كلا .. كن واضحا انت طيب
لاجلك انت ..

هناك قيمة عليا تحاولها ومنصة سامية تريدها .. كُنْها .. ولكي
تكونها عليك ان تضحى بشئ منك لاجل الآخرين ..
اذن انت اناني .. الناس وسيلتك لبلوغك لا لبلوغهم ..
جميعنا بلا استثناء يفكر بهذه الطريقة ويتكلم ويتصرف ..
بل حتى من اراد رضى الله جلت قدرته فمن اجل نفسه .. من
اجل ان يحصل عل الفردوس الاعلى ولهذا فهو يدفع ضريبة مبكرة
للحصول على جزاء تقاعدي بالآخرة بل مضى البعض اكثر من
ذلك حينما قالوها مباشرة .. (رأس الحكمة مخافة الله) فحسبي
الله ونعم الوكيل .. (مخافة) ؟ !
والبعض يقول طمعا برضاك .

(طمعا) ؟ .. !

اي نفاق هذا ؟

انت ايها القارئ الكريم .. اظنك ما زلت معي .. اظن ذلك .
انت اناني .. ومهما زعمت انك تحاول ان تضيفي صفة (الغيرية)
عليك فانت منافق ..

كن شريفا على الاقل وقل الحقيقة ..

لا بأس ان تفكر وتتكلم وتتصرف بانانية طالما انها جميعا تصب في
(الخير) .. الخير الخاص بك اولا والخير الخاص بالآخرين ثانيا

..

قدم نفسك اولا انت بالخير .. فلولا (اولا) هذه ما كانت (ثانيا) .

كن وسطا حسب التعريف السائد بينك وبين الآخرين .. بينك وبين كل شيء .

بين (ذاتيتك) و (غيرية الآخرين) ..

هذا كل ما في الامر فلا تشمئز ..

فاذا اتفقنا على افتراض ذلك فسوف نتقل عزيزي القارئ نحو الخطوة التالية .. وهي كيف ؟

كيف اكون انانيا نبلا .. احترم نفسي اولا واحترم الله سبحانه وتعالى ثانيا والآخرين والدولة القوية ثالثا والطبيعة رابعا .. ؟
انت ونفسك ..

قبل ان ابدأ بالحديث لدي ملاحظة صغيرة لو سمحت وهي انني اتحدث مع حضرتك دون ان اعرف انك رجل او امرأة .. وبأي عمر انت وما هي ظروفك الشخصية التي ترسخت فيك لتستقبلني ..

ان الكاتب كصاحب المطعم الساذج .. يظن احيانا ان جميع الزبائن متشابهون او يظن انه على صواب مزمّن ..

الزبائن ليسوا متشابهين بل احيانا يبلغون من الذكاء او الغباء ومن الحذاقة او السذاجة ما يختار به اعظم عمالقة العقل البشري ..

قدم لكل منهم ما يريد طالما ان ذلك لا يضرّك شخصيا .. هم هكذا .. ربما انت على صواب وهم على خطأ ربما انت على خطأ وهم على صواب .. ما اهمية ذلك بالنسبة لك كرجل اعمال تريد رضى الناس ان لم نقل اموالهم .. موضوعنا هو رضى الناس عنك وشعورك بالارتياح لانظمامك لهم كقطيع انساني .

ليس مهما انك على حق دائما . المهم ان تكون على توافق .

اذن لا تتحدث الا كي تُسمع .. قدر الامكان ..

لا تفكر بك كي يسمعك الآخرون .

لا تفكر بك كي تسمعك .

اذا اردت التواصل مع الآخرين .. تعلم ان تفكر بما يريد سماعه الزبون .

انا اعلم انك على حق ... المشكلة ان المتلقي ليس انت .

عليك ان تضع معادلة توافق اولا ثم ابحت عن حقك في مخارج كلماتك .

قد لا يؤدي حقك للتوافق ولكن يؤدي التوافق عادة لكسب حقك ..

وهو ما سوف نتحدث عنه بشيء من الاسهاب فيما بعد تحت عنوان (كيف وماذا) ..

من هو الزبون ؟

انت .. انت الاهم على الاطلاق في هذا الوجود .
 انت الذي اذا عشت عاش الوجود كله ولو مت مات الوجود
 كله .. باستثناء الله جلّت قدرته ..

انه الكينونة الوحيدة التي تجده سواء كنت حيا وميتا .
 الرحلة قصيرة .. وبعد تقييم تفصيلي لكل ما في هذه الحياة لم اجد
 اكثر جدية ك (مادة موضوع) اكثر منك .

لا يعني ذلك ان تستولي على العالم لكي تكون سعيدا قدر ان
 تكون سعيدا ثم اختر ما تريد لتستولي عليه عندها فقط ستجد
 نفسك بحالة من الرضى ربما بالقليل جدا من العاب الاطفال التي
 يتقاتل عليها العالم من مال وجاه والقاب وشهادات وسلطة ..
 خذ نفسك اولاً ثم ابحث عن اي شيء بعدئذ وليس العكس ..
 اي لا تأخذ اي شيء من هذا العالم لكي تتوسم السعادة .
 انت اولاً ..

السعادة قناعة . قناعة محدودة بذاتها ..
 اللذة لا محدودة ... فالمال لا محدود حينما تملكه .. وسواك لديه
 الاكثر ومن الجاه ما لدى سواك الاكثر والسلطة وما لدى سواك
 الاكثر وغير ذلك .

القناعة محدودة وهي على قياسك بالضبط .. لو شئت .

لا تفكر بالقماش قبل جسمك .. انك سوف لن تصل لنتيجة محدودة عندما يكون مرادك القماش من اجل ذاته .. فهو لا محدود ..

قس نفسك اولاً ثم اختر ابعاد ما يناسبك من القماش .. هذا كل ما في الامر .

لقد جرب الجميع قبلك ولم يفلح احد .. فلماذا تكرر نفس التجربة القاسية مهما نجحت . ؟

اذن تعلم كيف تتعامل معك اولاً .

كيف تتعامل مع عدوك ... وهو انت .. لا احد يفرض عليك عقلياً ونفسياً ما تريد وما لا تريد وما تصبر عليه وما تتعجله .. المشكلة (عادة) فيك انت ..

ان ساعة الحصول على الامور والاشياء عادة بيدك ..

هناك ضغوط جبرية تعلم كيف تتماشى معها قدر الامكان اما التقاطع فهو نوع من الغباء الارعن ..

ليس مهما ان تكون بطلا يصطدم بالجبل ليشبث انه صاحب توقيات لا تقبل الجدل .. ستحطم رأسك من اجل فكرة ان يصفق لك الآخرون . ؟ اية حماقة هذه .

انت اولاً ..

ما معنى هذه الجملة .. ؟

انت اولاً بالمسائلة والواجب وليس بالضرورة انت اولاً بالمطالبة بحقك .

تعلم ان تقيم الواجب التربوي عليك انت اولاً ثم انطلق للبحث عن حقك .. لماذا ؟

حينما تنطلق للبحث عن حقك قبل واجبك فانك تعيش حالة مَرَكَبَة بلا فرامل .. انت لا تعرف من الاساس ما تريد وكم تريد لتتحول لوحش تعسفي بالبحث عن هدف غير منضبط انت تسميه (حقاً) وعندها سوف لن تعرف متى تتوقف عند حد معين يناسبك .

تعلم ان تعرف واجبك اولاً لتقيس بعده ما لك من حق .. فاذا تعلمت ذلك اولاً تجد لنفسك اهدافك الخاصة المحدودة التي تناسبك (انت) اي انك وضعت خارطة طريق لمعرفة مقدار حقك .

ان جميع الجشعين في هذا العالم لا يعرفون غير حقوقهم اولاً دون النظر لواجباتهم اولاً .. اما لماذا اشعر الشفقة على هؤلاء ليس كرها مني بانانيتهم انما حبا لهم بها فهوؤلاء عندما يتعلمون واجبهم اولاً وما يناسبهم من الحاجات فسوف لن يقعوا بفخ الجشع المؤلم لهم والقاسي على نفوسهم وبالتالي فانا ادعم انانيتهم بالحصول على السعادة الكافية لهم وليس باستخدام نفوسهم لتحطيم نفوسهم بأيديهم ..

الانسان الجشع غير اناني .. انه ضحية .
الانسان اللص بصرف النظر عن نوعية ما يسرقه من الاخرين ظنا
منه ان ذلك من حقه انما هو ضحية نفسه ..
انه ليس انانيا ساميا كما يجب ان يتحلى الفرسان .
انه نسي تماما من هو .. فتحوّل للصوص ذاته قبل سواه .. سرق نفسه
قبل العالم .. اكل فمه قبل طعام الناس .
انت اولا .

لا تخرج منها . ادخل نفسك . قسّها .. تأكد من معطياتها . ما تحب
وما تكره . وبعد ان تتأكد من ذلك . اخرج منها للعالم وانتق
بالسرعة او بالتأني او بالتأجيل او حتى بالالغاء فاتورة ما تريد ..
انت لست ملكك وحدك .

العالم المحيط بك له تأثير هائل ومن غير المنطقي ان تضع خطط
اركان حرب على جيوش لا تعرف مدى قوتها عند المواجهة فاذا
عرفت ما لك وما عليك فهذه ذروة الواقعية المنطقية التي تسمح
بحياة هادئة فلا كسل ولا طمع .

انه الوسط الطموح والسعادة .

ان اغلب مشاكلنا هي ان نضع خططا طموحة تصطدم بالواقع
الخارجي كأنّ تجهّز سرية قتال كفوءة لقتال جهة ما فاذا اخرجتها

ستجد جيشا لا اول له ولا آخر .. اذن كان عليك ان تعرف نفسك
اولا ثم ان تعرف غيرك .. ثانيا .
اعرف نفسك واعرف غيرك .

ومع ذلك فهذا وحده لا يكفي .. اعرف نفسك هي نصف الحل
.. النصف الآخر هو ان (تحترم نفسك) .

ان معرفة امكانات اي منكما انت والخصم يعني ان خطتك
للحرب ليست آمنة .. كثيرون يدخلونها على بركة الله ثم ماذا ؟
الله جلت قدرته لم يسمح بان تتوكل و.. تتوكل .. بل ان تعقل ثم
توكل .

اعرف نفسك اولاً .. ثم اعرف غيرك (محيطك كله) .
ماذا يعني ذلك ؟

اعرف نفسك بامرین لا ثالث لهما على الاطلاق وحسب الاولوية
:

اولا : عقليتك .

ثانيا : بدنك .

عقليتك هي نفسك . عالمك النفسي الذي تريد له ان يكون محترما
أما هادئا قدر الامكان باقل حرب ممكنة .
ثم بدنك المركبة التي تحملك .

فاذا عدنا لبدنك ثم الاستطراد لعقليتك كما سوف نمضي فيما بعد
فان بدنك .. و أؤكد هنا ثانية ليس اكثر من عربة تستحق منك

احترام ظرفها و عملها وصيانتها وادمتها رغم شيخوختها التي قدَّرَ عليك القبول بامرها الواقع وهي النهاية التي سوف تؤول لها .. الموت .

بدنك مجرد عربة .. لا تسرف بقديسيته .
الطعام الماء النظافة الوقاية الحركة التقوية الجنس التبول
التغوط .. الخ ..

انها عربة تحملك .. حسنا ثم ماذا ؟ انها ليست اكثر اهمية منك
بدلالة انها مجرد مشروع (ميكانيكي) خائن يسير نحو الهبوط
تدريجيا مع العمر رغم تصاعد عقليتك وقوتها ..
وبما ان امر البدن وشيخوخته ليست محل حديثنا الان فالمهم ان
لا تركز على اهمية هذا البدن العربة على حساب السائق .. السائق
اهم .. وهو نفسك .

خذ تماما بشروط ادامة العربة .. على ان لا تسرف فهي غيرك اولا
وثانيا انها آيلة للهاوية مع العمر مهما بذلت من شروط اطالة
عمرها .. هكذا هي الامور .

خذ بنفسيتك انت اولا وبدنك ثانيا : كي تقلص خسائرِكَ حينما
تضع اهدافك المالية بالمستقبل .. الكثيرون منا يقيمون الصلوات
على ابدانهم حتى على حساب نفسياتهم .. انهم فاسدون خونة ..

انهم ليسوا انانيين كما يجب ولا يتحلون باية قيمة اخلاقية رفيعة .. بل يضعون كل خططهم لتحقيق رغبات هذا البدن مهما كلفهم الامر على نفسياتهم .. والامثلة كثيرة جدا .. كالبحث عن القصور والخدم والسيارات الفارهة والسفريات الوقائية تحت مسميات (علاج) كاذبة .. والمال بكل اشكال استخدامه ليس لنفسياتهم بل لابدانهم .. هؤلاء ادنى من الحيوانات .. بل ان الحيوانات لا تفكر ولا تتصرف بهذه الطريقة الدنيا ابدًا .. انهم يعيشون قدر ما يشبعون ثم يستريحون ..

الانسنة ليست حكرًا على الانسان فجميع الحيوانات اكثر انسانية من بعض الناس .. اللهم الا الحيوانات المنزلية التي تلوثت بتربيتنا و بدأت تفكر بابدانها على حساب نفسياتها فنسيت حياتها البرية ..

متى كان القرد يصفع الاسد .. لمجرد ان تربى الاسد على دلال بدنه بتربية اصحابه في المنزل الفاره .. ؟
اذن عزيزي القارئ .. لا تدع بدنك بالولوية ولكن دعه على الخانة الثانية .. فكر عن نفسك بنفسك .

لا احد يعرفك اكثر منك .

نفسيتك اهم من بدنك .

ضع قائمة من معطيات تتعلق بنفسيتك . اكتبها . احفظها . انها وصيتك لك . انها وصية حياتك .. مقابل وصية موتك .

اكتب هذه الوصية وضع بها ما تحب وتكره على اساس نفسي ثم اخرج للخارج وحاول ان تبحث عما تحب وان تتلافى ما تكره .. ثم قم وهذا لا يقل اهمية عن كتابة وصية حياتك بتحديث هذه الوصية بين الحين والحين .. ولتسهيل الامر عليك اخترها مناسبة سنوية مثلا ولتكن عيد ميلادك او ليلة السنة .. او اي تاريخ شهري فصلي نصف سنوي او عشوائي .

المهم ان تكتب فاتورة طلباتك النفسية اولا والبدنية ثانيا ثم تخرج للمحيط لتبحث عما تريد ثالثا .

اما لماذا التحديث بالوصية فالسبب ببساطة هو التعديلات التي يجب ان تتخذها لتحسين خطة العمل .. من خلال العراقيل التي صادفتك والمبادئ التي لم تكن تعلم والخيانات المحتملة و تبدل شي من رغباتك او تبدل الاخرين بالنسبة لهذه الرغبات . و .. هكذا ... هي الامور .. !

لماذا يجب ان تسجل فاتورة الكهرباء واستمارة التأمين على الحياة وقائمة المطلوب من مواد لوليمة وسجل خواطرك الشخصي وحتى مذكراتك .. ولا تكتب فاتورة نفسيتك ؟

اكتبها .. جرّب .

اذهب لنفسك واجلس معها بهدوء فلا دلال ولا ملامة ثم ناقشها عما تحب وتكره كمسودة اولى للطلبات .. ثم ضع قائمة افتراضية للظروف الخارجية وحاول بعدئذ ان تتصرف ثم عدّ بين الحين والآخر لغرفتك وتفحص مقدار ما تحقق ولماذا النجاح ومقدار ما تخلف ولماذا الفشل .

ان مرور السنين عليك سوف يغير فاتورة طلباتك ايضا وليس بالضرورة ان يكون الواقع المحيط بك فحسب فخذ ذلك بنظر الاعتبار ..

الواقع يتغير وانت تتغير .. فغير انت فاتورتك النفسية التي يجب ان تلازمك طالما انت حي .

والان ما هي معطيات نفسيتك التي ذكرناها قبل قليل ؟
انها تعتمد كثيرا على :

اولا : جنسك .

ثانيا : عمرك .

ثالثا : موروثك .

رابعا : مكتسبك .

خامسا : وواقعك .

ايها القارئ الكريم .. انا لا اعرفك شخصا انما احترمك مهما اختلفت معي واتوقع منك بعض التفاعل .. ضدي او معي ..

حاول ان تتذكر من انت وقائمة طلباتك .. الموقف لا يتعلق بي
هذه المرة ..

حاول ان تكون صاحب المطعم .. ابدأ بالزبائن واكسب رضاهم
قدر الامكان ثم خذ حقك منهم بدفع الحساب ثم تمتع بما اخذت
و اياك ان تعكس المعادلة ..

لا تطالب الناس بدفع فاتورة طعامهم اولا سيما انهم لم يتذوقوا
بعد ما سوف تُقدِّمُ لهم ولا يعرفون ان كان الطعام بحد ذاته
سيعجبهم ام لا ؟

من الانصاف ان تكون عادلا . تأكد منهم اولا .
هكذا يجب ان تتواصل معهم .

ثقتك بنفسك عن معرفة ما يدور بنفوسهم دون ان تسافر بفكارك
لهم وتعرفهم يعني انك ستغامر بتقديم ما لا يحبون .. وربما
الانسحاب على اقل تقدير وعدم دفع الحساب والانكى من ذلك
انهم ربما سوف لن يزوروا مطعمك ثانية مهما حاولت ومهما كنت
صادقا بمعرفة رغباتهم فخية املهم لم تدع مجالا للعودة اليك
خاصة وانهم ليسوا مضطرين للمحاولة ثانية بسبب ازدياد عدد
المطاعم المتوفرة .

عزيزي القارئ .. اشعر مع مرور الوقت اننا انت وانا سنفتتح
مطعما ناجحا .. !!

مما سبق تتأكد اهمية الـ (كيف) اولا على حساب الـ (ماذا) ثانيا .
 ..حيث كيف تفكر بسواك .. لا .. بل كيف تفكر بنفسك انت .
 طريقة تفكيرك حولك انت اولا ..

عامل نفسك باحترام وهدوء ورعوية ..
 من هنا نبدأ ثم نتقل لاحقا لـ (كيف) تتعامل مع افكار الآخرين
 وكل هذا في مطبخك الداخلي ..

ان اغلب الناس بل اغلب الحيوانات تفكر بـ (كيف) تطرح
 نفسك اكثر من التدقيق في (مادة) موضوعك . والـ (كيف) هذه
 لها اهمية قصوى في واقع التواصل الانساني ..

لا تعتقد ان مادة حديثك مهما كانت ستثير اهتمام وحب الآخرين
 ما لم تقدمها نسمة من الذوق .. اي تفهم عقلية الآخر ثم الدخول
 من البوابات المفتوحة له هو وليس انت ..

انا اعلم ان المادة مادتك ولكن عليك ايضا ان تكون متفهما
 لبوابات عقله لادخال ما تريده فيها .

ليس مهما كم انتجت ولا نوع ما انتجت قدر اهمية كيف تسوق
 هذه السلعة .. انت ..

ان تواصلك مع الآخرين وخاصة نحن كبشر يتم من خلال (
 المحادثة) فهي اساس مركزي بين البشر على افتراض انهم تركوا
 (الشَّم) لمعرفة ما يجري في دماغك .

الحديث بين اثنين من البشر هي الوسيلة الاكثر اهمية بالنسبة للبشرية وعليك احترام ظروف هذه الوسيلة مهما كانت عقليتك من السمو .

ليس مهما جدا ان يعي الاخرون نويك قدر ان تصلهم رسائلهم بطريقة مريحة لهم وليس ظنا منك بانها مريحة لك .
تأكد من ذلك اولاً .. تأكد تماماً .

ان الكثير من الاقوال الرائعة العظيمة قد تم طمسها وهي لم تنزل في ارحامها بسبب سوء تقديمها ... انه العرض والتلقي ..
الـ (كيف) هذه مفتاح التواصل الانساني .

وبما اننا بدأنا بك انت اولاً فانت لست خارجاً عن هذه القاعدة ايضاً ..

عليك ان تعرف ما تحب ان تسمع اولاً ثم ادخل تدريجياً فيك لمعرفة ما لا تحب مهما كان نافعا .

تعامل معك .. على اساس انك شخص غريب .

تعود ان تبدأ مع نفسك مقدمة حلوة من خلال ذكر مناقبك الحسنة فليس بنا من الانبياء الا القليل ولكننا عبارة عن صندوق من الاخطاء مع قدر معتدل من الحسنات ..

اترك الكثير من الاخطاء الحقيقية في تاريخ حياتك وخذ بحسناتك فقط على انها اساس تواصل اولي معك .

ليس لانك تعرف نفسك فعليك البدء بمسلسل الملامة و مجرد
الاططاء لمجرد انها حقيقية ..

انك بذلك انما تقوم بابعادك عنك ثم تدريجيا تنخفض الرغبة
لديك بمناقشة نفسك ومعرفتها جيدا .

لا تأخذ ما أخذها من البداية .. انت لديك حسنات كثيرة وقد أثبتت
باكثير من مناسبة انك انسان قوي وان الظرف كان اقوى منك فلا
تلق بالتبعات كلها على عاتقك لمجرد انك غير ناجح .

ابدأ باحترامها من خلال افضل ما بها مهما كان صغيرا وتعلم ان
تبدأ بالدخول لك من خلال مجاملتك والكلمة الحلوة بينك وبين
نفسك ثم تحوّل تدريجيا لمناقشة ما هو سلبي فيك على ان لا تبالغ
بمحاسبة نفسك .

كلنا ابناء ظروفنا وانفعالاتنا واخطائنا ومن هذا كله فنحن هنا
واقفون ..

انت لست خارج لعبة الخطأ الخطأ الخطأ ... فالصواب ..
تعلم اولا وذلك بمنتهى الاهمية ان تحترم نفسك قبل مناقشتها من
اجل معرفتك بها .. اكثر واكثر .

انها ستتقلص حينما تبدأ بجدية عالية التدقيق بملفاتها الفاسدة ..
تحدث معها بروية ولطف وامتنان .

تعلم الـ (كيف) اولاً مع نفسك .. بغض النظر عن (المادة) المراد مناقشتها معها وكما هو حالك مع الآخرين ممن يحيطون بك حيث التواصل معهم بـ ثلاث من (كيف) وواحدة من (ماذا) تعلم ايضاً وتربّ على ذلك دائماً مع نفسك اولاً فانت لا تستطيع ابدا ان تتواصل بعفوية مع الآخرين دون ان تمر بدورة من تطوير قدرتك على ممارسة هذا الدور وبجدية على نفسك اولاً .

لستُ هنا ممن يثير اهتمامي كثيراً الآخرون قدر اهتمامي بك انت بالذات اما مجاملة الآخرين لمجرد النجاح معهم دون ان تكون قد مارسها على نفسك عبارة عن اهانة شخصية لك .. لماذا يجب ان يرتاح الآخرون من طرحك وانت متشنج مع نفسك ؟ لماذا لا تحترم نفسك ايضاً وتدللها . ؟

بل ان الامر ان كان مفتعلاً فسوف تلاقي الملل بعد حين لتتحول مجاملتك الكاذبة مع الآخرين على حساب نفسك الى انتفاضة من عاصفة سلبية نفسياً وقد تخسر خلال دقائق ما بنيت مع هؤلاء الناس خلال سنوات .

ان اغلب الانفعالات التي نلاحظها على البعض منا دون سبب كاف هي تراكم مجاملات الانسان مع الآخرين دون صدقيتها و مع ذات ذلك الانسان فلو كان قد تعود ان يجامل نفسه اولاً وان يرحمها منه وان ينصفها بنجاحاتها المؤقتة مهما كانت صغيرة وان لا

يركز على مقارنته بالآخرين من الناجحين او مدعي النجاح بامور دنيوية عادية على حساب نفوسهم لما اصبح بهذه الطريقة ولما عانى عواصف الانفعالات الذاتية والمجتمعية المفاجئة بالتحطيم والسلبية .

خذ نفسك اولا عزيزي القارئ .

تعلم ان تجاملها اولا وثانيا وثالثا ثم ادخل بالموضوع المراد مناقشته معها .. سوف تقبلك وتقبل طريقتك القاسية بالمناقشة او على اقل تقدير افضل من ان تدخل بمواضيعك على حيوان بري غير محترم .

ليس لانك تملك نفسك فهي جارية عندك .

نفسك كاميرة جميلة .. الناس ليسوا انبياء مهما زعموا فلا تصدق .. نفسك كبيرة مهما شعرت ان للآخرين ذوات عليا فاغلبهم كاذبون .

نفسك مليكة مهما كانت اخطاؤها و هي ابنة مجتمع غير منصف عموما .

لا تربط نفسك بالآخرين قد الامكان بل بك انت .. ثم هم .

انا اعني تماما قوة القطيع وقوة المجتمع ولكن اضمن نفسك وحصنها منهم والخطر حصنها منك انت اولا .

انت تعودت ان تتسلق مبادئ الطفولة وتربية القسوة بالقيم من خلال المدرسة والبيت والشارع والاعلام فاصبحت مدمنا على بلوغ هذه القيم المتطرفة بالايجاب ..

كل هذا امر حسن ولكن ليس على حسابك .

العصمة لله جلت قدرته .. والآخرين يدعون اكثر بكثير مما يفعلون فلا تثق بهم جدا .

خذ نفسك على انها خاصتك وملكيك الجميلة التي لوثها الآخرون فنظف ما لديك من اوساخهم ثم احببها واحترمها و عاملها بلطف .. كيفيها ظلم الآخرين .

بعد هذه المقدمة اياك ان تعتقد انك نجحت من الايام الاولى لتدخل المرحلة الثانية وهي مرحلة مناقشة نفسك حول بعض عيوبها ..

خذ وقتك الكافي لتتعلم الدلال الذاتي .

خذ وقتك تماما لتحترم نفسك بلا سبب واضح .

المهم ان تحب نفسك اولا ... كن انانيا وحسب .

وحين تتيقن لحد كبير انك بدأت ترتاح لك وترحب بنفسك ابدأ وبحذر شديد ان تناقشها بامور ليس ايجابية حتى وان كانت صحيحة .. ليس مهما انك على حق مع نفسك المهم انك باحترام معها .. دع الحق الان .. فاذا شعرت انك بدأت لا ترى من نفسك

استماعا كافيا فتأكد انك لم تدللها بما يكفي وتوقف عن اية مناقشة .. هي ما زالت بدور النقاهاة ولم تتعود الدلال .. بل هي حذرة ان تنقلب عليها باية لحظة فحياتها الطويلة معك لا تسمح بين ليلة وضحاها ان تثق بك وبمجاملتك هذه ..

انها تعتقد انك منافق صغير يحاول التدريب على اساليب اللياقة معها .

تعلم مدة طويلة . التدريب يأخذ احيانا وقتا اكثر من التطبيق . لا تيأس .

المشروع يستحق الجهد .

انه الحرية الاخلاقية لك دون ان تخسر المجتمع .

انها تربية جديدة عليك ورغم مقاومتك وتعبك فهي افضل من العبودية المجتمعية بل العبودية الوجودية كلها .

فاذا تدربت جيدا وعشت بسلام معقول مع نفسك على خطأها وصوابها .. على حسناتها وسيئاتها .. عندها فقط ابدأ باختبارها لتعرف كل مافيهها دون الاستعجال باحكامك حول الصواب المطلق .

خذها على خطأها اولا وعلى صوابها ثانيا .. حسب الاولوية وليس العكس .

لا تتوقع منها ان تكون تلميذا نجيبا ما لم تسر معه الدرب من
السلمة الاولى للتعليم .. فانت تُربّي عالما كبيرا كان مشوها ..
انها ليس بالمهمة السهلة .. ولكنها ضرورية لكرامتك امام نفسك
وتخليصك من لوثة الخوف والاستلاب المجتمعي وحتى الوجودي

لا تخف قدر امكانك .. لا منك ولا من الاخرين ولا حتى مع الله
سبحانه وتعالى .. فالايهان بك اولا وبالناس والوجود وفوق هذا
كله بالله سبحانه وتعالى عبارة عن احترام ذات وهو ابعد ما يكون
عن الخوف ..

لا تخف الله ولكن احترمه فيك .
الله سبحانه وتعالى ليس كائننا مرعبا .. الا بحالة واحدة وهي انك
انت من تريد ان يكونها عليه ..
ان الله غفور رحيم

عفوّ لعباده .. فلا تلصق به ما ليس فيه تحت عبادة الخوف منه
لتصلي ..

انه اكبر من ذلك بكثير جدا ..
المشكلة فيك ككائن خائف اكثر من الله جلت قدرته كمقدس
رحيم .

تعلمت الخوف منذ نعومة اظفارك فالتصق بك حتى مع الله ..
هكذا هو الامر ..

ومن الضروري القول هنا قبل ختم هذه الفقرة بالذات عزيزي
القارئ وهي انني اقدر امكاناتك مهما كانت وكما ذكرت قبل
قليل انني لا اعرف حضرتك شخصا من عواملك الخمسة
وبالتالي اقدر لك صعوبة الامر في البداية اما اذا تقدمت بالتربية
الوقائية هذه ولو على مراحل وبصبر فان نجاحك هائل فيما بعد
.. فانت حي حي بكل الاحوال لمدة طويلة باذن الله فلماذا لا
تجرب .. ؟ خاصة وانت في الحالتين ستعيش حالة نفسية ما .. فاما
بالاستقرار على التربية القديمة على عيوبها دون محاولة تحسينها
وسوف يمر العمر او ان تحاول ذلك وسوف يمر العمر ايضا ..
!

بعد ان اوشكنا على نهاية مناقشتك ذاتك بـ (الكيف) سندخل بـ
(ماذا) وهي ببساطة تعتمد على اساس منقلب ..
وماذا يعني ذلك . ؟

يعني ببساطة ان تبدأ بتحديد الهدف قبل الوسيلة .. وخذها من
النهاية .

وما هو الهدف ؟

الهدف ان تكون سعيدا مطمئنا مرتاح البال وعلى قدر عال من احترام النفس مع قدر كبير من التواصل الايجابي مع الله سبحانه وتعالى والمجتمع والطبيعة ..حتى تحين لحظة الرحيل .

بصراحة شديدة ... هل لديك هدف آخر ؟

لا عاقلا يفكر باكثر من ذلك .

المعتوهون وحدهم من يخرجون عن هذه القاعدة ..

هؤلاء بالذات يحتاجون لمساعدة لدخول ذواتهم وهم بحق يحتاجون المساعدة فليست لديهم القدرة على اختراق هذه الذوات المريضة وهؤلاء من يجب ان نقف معهم لمساعدتهم ليس بحل مشاكلهم بل بالدخول لذواتهم وحدهم دون مساعدة من احد فالدخول للذات بسلام ودون عاصفة ليس امرا سهلا الا على ذوي النفوس المطاوعة السهلة وانا اتفهم تماما صعوبة ذلك على البعض ..

انه واجب المربين والاعلام والاصلاحيات والسجون وقبل ذلك الروضة و المدرسة والجامعة والشارع و المجتمع ..

عما تتكلم .. ؟

خذ ظرفك البدني .

خذ ظرفك الاجتماعي .

خذ ظرفك الوضعي من الدولة وخذ وضعك الطبيعي ثم ابدأ بوضع ما يناسبك منها لا ما يناسبها منك ..

المعطيات هي هي .

بدنك ومجتمعك والطبيعة والدولة وعلى رأس القائمة الله جلت قدرته .

لا تضع مقاييس عليا من البداية لتقارن نفسك بها بل اعكس العملية تماما .. ضع معطياتك التي تخصك انت بالذات ولا سواك مهما كان قربه منك ثم (قلم) الظرف الخارجي كله على اساسك ..

ان كل ما يتعب الانسان في حياته هو ان يضع لنفسه نقطة نهاية فوق طاقته تعتمد على معطيات العالم المحيط به من مجتمع ودولة وطبيعة ورب .

ضع ما لديك انت اولا .. ثم قلم العالم على مقاسك ..
لا تأخذ اقل ولا تعط اكثر ..

لا تتوقع ان يتأقلم العالم معك ..

العالم كبير ومتعدد المواهب بتشذيب رغباتك ..

لا بأس انه (امر واقع) وطبعاً ليس من الحكمة الاصطدام بالجبل لمجرد اثبات ذات .. الاثبات الحقيقي للذات هو ان تتأقلم باقل خسائر ممكنة مع واقعك على افتراض ان لا ارباح بالامر .. هكذا هي الحياة ..

ان جزءا كبيرا من صفقة الهدنة التي نقيمها مع حيواتنا انها نابعة اساسا من التأقلم مع كيان اسطوري هو (القوة) .. وليس لدينا

الا حل من اثنين : اما الاصطدام حتى النهاية وهو الانتحار او التفاوض على ان تستمر المفاوضات حتى آخر لحظة من العمر .. سيما ان اعماقنا تعي تماما انه استسلام مشرف بخسارة قليلة .
الريح الوحيد في هذه الحياة هو قبوها ك (خسارة) .
البدائل مستحيلة .

ربما هناك نوع من المحاولات الفاشلة بتخطي حاجز المستحيل وربما هناك نوع من التسلية بالمقامرة ولكن الامر لن ينتهي لصالحك في حالة الحرب الا بهزيمة منكرة .

لا تجرب الحرب مع الحياة .. وفرّ الوقت ولا تدخل الحرب .
تفاوض و لا تنازل .. ومن يتنازل فهو من قدّم في نفسه قائمة طموحة جدا من شروط التفاوض ..

لا تنس ابدا بأنك قادم للحياة كمفاوض لا كمقاتل مغرور ..
تعلم كيف تتفاهم لا كيف تحتل .

الحرب في حدودها مقبولة .. اما ان تكون لمجرد كونها حربا بصرف النظر عن العدو .. فهو الغباء والانتحار الممنهج .
جميعنا مفاوضون حتى نموت .

وهكذا عليك عزيزي القارئ ان تضع شروطا معقولة للتفاوض فلا تظلم نفسك ولا تظلم الآخر ..

لقد تعودنا ان نللم كل شئ حولنا باعتباره جزءاً من حقنا ثم نتفاوض .. على ماذا ؟ انت احتويت كل ما لك واغلب ما للآخر وتريد منه ان يقف منك مكتوب الايدي ..

ضع ما يناسبك وظرفك ..
 ضع الخارج كله دفعة واحدة ..
 شذّب معطياتك اعتمادا على الخارج على ان لا تصطدم قدر
 الامكان ..
 احفظ تاريخ هذه الوثيقة ..
 حدثها فيما بعد ..
 بعد ان توفرت لك وثيقة العمل لا تنسها . لا تتجنبها . لا تحاول
 التخلص منها بالاشعور .. تأكد ان هذا المرّ القادم لك مفيد
 كتحصينك من مرض مزمن .
 تعود ان تكون دواء دائك .
 لا احدله اي اهتمام بما فيك اكثر مما يبدو منك .
 اعمل على هذا الاساس كل يوم بل كل ساعة وكل دقيقة .
 ابق في نفسك قدر الامكان لتعقمها من آفة النظر للاخرين اكثر
 من النظر لك .
 ان الـ (ماذا) هي مادة حديثك .. مادة تواصلك عموما .. من
 تفكير وكلام وسلوك .
 بماذا تتكلم مع الاخرين ؟
 تصور انك الان امام انسان تعرفه .. بماذا تتحدث معه ؟
 الامر يحتاج لشيء من التوقف .

من هو هذا الذي تتحدث معه ؟ ما هي قوة قربه منك ؟ ما هي معلوماتك عنه ؟ ما هي نقاط ضعفه وقوته ؟ ماذا يرغب ان يسمع وعماذا يرغب ان يتكلم ؟

اذن لدينا مؤشر جديد وقد دخل علينا اثناء حديثنا عن (ماذا) تتحدث مع الآخرين .. وهو (معطيات) المتلقي الذي تُقابل . من هنا نبدأ مرحلة جديدة وهي ان تأخذ الآخر اولا ثم تعود لنفسك ثانيا .. انه امر مهم جدا ..

لا تتحدث مع الآخر كما لو كان سيفهمك على كل احوالك ولا ان يؤيدك على كل ما تقول ..

انه ليس حجرا مجرد ان يسمعك .. ان ينافقك او يجاملك او انه اكثر انانية منك بحيث يعلم ان على المتحدث ان يسافر للمتلقي ثم يعدو ليتكلم لا ان يتكلم ثم يسافر ليعود بغنائم موافقة الآخر على ما قال ..

تعلم السفر اولا للآخر ثم عدّ ثم تكلم . لقد استطلعت ارض المعركة .. معركة التواصل السلمي وعرفت نقاط ضعف الآخر وقوته ..

إجهزْ عليه الان بحسن ما يرغب ان يسمع وتجنب سوء ما ليس له بذلك رغبة تكن عندئذ قد اشتريته دون ان يعلم ودون ان تدفع فلسا واحدا ..

ان الآخر لديه كم من معطياته الخاصة و عليك ان تعرف اكثر قدر منها قبل ان تتواصل معه .

كيف لك ان تشتري ما لا تعلم ولا تفحص ..

جرب تربية دراسة الاخرين .. ادخل فيهم .

اما البداية وهي بطاقة العبور فلا اكثر من ابتسامة ومشاركة اي موضوع يريد طرحه والاهتمام به وبموضوعه بجدية ستجد نفسك دون علمك بانه هو من يمهد لتوقيع مرورك به .. بل سوف يرجوك ان تدخله فيما بعد .. هكذا هي الامور .

اما حلقات القرب منك فهي عبارة عن درجات من ملفات من معطيات قليلة لمن كان بعيدا وكثيرة لمن كان قريبا منك فالاب والام مثلا لديك عنهما الكثير مما يجعلك قد حصلت على بطاقة دخولهما بحكم الزمن الطويل الذي قضيته معهما وبالتالي انت لست بحاجة لبطاقة دخول كما لو كنت قد قابلتهما للمرة الاولى في مقهى .. بل انت تعرف عما فيهما ربما اكثر مما هما يعلمان .

اذن لدينا :

اولا : بطاقة الدخول للآخر .

ثانيا : كشف معطياته العلنية والسرية .. فيه هو .

ثالثا : إنشاء قائمة من احاديث تخصه اكثر مما تخصك انت .

رابعا : تذكر ان لا تلامس نقاط ضعفه وتذكر ان تلامس نقاط قوته ..

خامسا : لا تمل من حبه لك .. فتلك هي النعمة بعد ان تحصل على النتيجة .

المحاضرة الذوقية

ومن الجدير بالذكر قبل المضي اكثر ان نتذكر ان الحديث مشاركة وليست محاضرة من استاذ لتلاميذه .

انها الجلسات الجمعية التي تضمك مع الاخرين وهي كثيرة سيما انها اساس حياة الناس الاجتماعية .. فباستثناء حديثك مع نفسك فانت بحالة مستمرة من (مشاركة) الاخرين المحادثة وليس (فرض) وجهات نظرك عليهم حتى وان كانت صحيحة وكانوا جميعا على خطأ .. اعطهم الفرصة بـ (المحاضرة) .

البعض منا لا يعرف متى يتكلم ومتى يتوقف .. بغض النظر عن مادة الحديث .. اي لدينا عاملان في هذا المنحنى الاول هو (مادة الحديث) المتداول والثاني هو (الزمن المخصص) لك بالحديث .

فلو جلست مع شخص آخر فقط اي ان مجموعكما اثنان فيجب ان تتوفر بهذه الجلسة ما يأتي :

اولا : مادة الحديث وهي التي يجب ان تكون ذات معطيات ..
 متقاربة قدر الامكان لـ (مجموع) ما لدى الطرفين في الجلسة من معطيات ..

اتفهم عزيزي القارئ انكما لا تتشابهان واتفهم ان الآخر جليسه لا يعي ما تفهم الان من تفاصيل المحادثة الناجحة فخذ انت زمام الامر .. سافر له .. بعد ان تدخله من مداخل مهذبة تثير اهتمامه هو لا انت .. ثم ادرس اي قدر من معطيات نفسيته ثم عد لتلتقط ما يماثلها عندك من معطيات ثم عدله بالحديث .

لقد وجدت بالحالة هذه قاسما مشتركا بينكما ولا بد ان تجده حتى لو اقتضى الامر ان تتفاهم معه حول المكان المشترك الذي تجلسان فيه و الجو والناس المحيطين بكما ..

لقد وجدت تطابقا جزئيا من معطياتكما ...

ابداً الان بكشفه من خلال هذه المداخلات البسيطة ودعه يتحدث عن الامر حيث تستطيع عندها ان تفهمه اكثر وان تعرف معطيات اخرى لتجد لها بنفسك ما يقاسمها ..

ها قد زادت المعرفة بالآخر .. جربْ وأسأله بعض الاسئلة العابرة
لمعرفة ما يجب قدر الامكان وما يكره من نفس الموضوع العرضي
السطحي الذي .. بدأتموا ..

هكذا اصبحت لديك مادة حديث ..

والان سندخل بالنقطة التالية من نجاح المحادثة وهو (الزمن)
المخصص لكل منكما فمن الواجب اخلاقيا ان تتقاسماه اي
تتحدث انت عما يحب سماعه هو وان يتحدث هو عما تحب سماعه
انت .. وكلاكما مناصفة .. هذه هي المحادثة النموذجية .. وخاصة
لغة العشاق .. والانانيون النبلاء .

ان شيئا من هذه النموذجية ليست يسيرة دائما فالناس عموما
تعاني من امية تقسيم المحادثة لـ (مادة مشتركة) (ومحاصصة
زمنية) .

والان لو افترضنا ان عدد الجالسين ثلاثة فلفروض ان يتقاسم
الثلاثة مادة الحديث قدر الامكان وان تتوزع حصص زمن محادثة
اي منهم الثلث .. ولو كان عدد الجالسين اربعة فلكل منهم ربع
الزمن المخصص للمحادثة ومن كان لا يريد الحديث فعلى
الاخرين تشجيعه للحديث عن نفسه على الاقل من اجل ان يأخذ
حصته هو .. انصافا للحق .

ولكي نبدأ من البداية تماما خذ نفسك انت اولا على انها اثنان ...
 انت وانت .. انت الطفل وانت الناضج ..
 الطفل ما يجب لا ما يفيد .. والناضج ما يفيد لا ما يحبه ..
 تعلم ان تتحدث معك .
 تعلم ان تتقاسم الرأي مناصفة بينك وبينك ..
 لقد ولدتَ وانت ابن ظرفك الجبري .. ابن طفولتك وكل ما تحمل
 من عوامل حفرت لها في ذاكرتك اللاحقة الكثير من البصمات
 التي يصعب التخلص منها بحكم الاحساس بالطمأنينة لها طالما
 انها تمثل الوطن الام .. وطن الذكريات التي بُنيَ على اساسها
 شخصك بحسناتها وسيئاتها .. مع ذلك فظرفك ليس بالضرورة
 كامل التربية لك ولهذا عليك اعادة النظر بكل ما مضى من حياتك
 السابقة عندما تتنبه للامر ولا تأخذ ما تعلمته وتربيت عليه على انه
 مقدس فقد يكون هذا المكتسب من طفولتك محترما يثير الراحة في
 نفسك ولكنه ليس بالضرورة صحيحا لانه اكتسب قوته من قِدمه
 لا من شرعيته .. من تواصله مع طفولتك الضعيفة لا من وحشة
 نضجك .. مع ذلك خُصَّ التجربة الجديدة التي تقوم انت بتربية
 نفسك عليها لا ما ربّاك عليها سواك حتى لو كان والداك
 وعائلتك القريبة جدا من نفسك ..

انا اتفهم تماما حساسية هذه النقطة بالذات .. ولكن لابد من التوقف قليلا عند معبدك والنظر له بشفافية ..

لقد فُرض عليك النظام الصارم من التربية الاولى بحياتك وقد اصبحت جزءاً منك وحتى الان الى الحد الذي لا ترغب معه بمناقشتها حتى مع نفسك .. بعضها ليس سيئاً بل حسناً كل الحسن فخذ به واتخذه وعززه .. كما ان هناك بالبحث ما لا يمكن اعتباره حسناً .. فلا تنزعج ولا تعتز باثمك ..

الاعتزاز بالاثم جزء من الطمأنينة العمياء على ماض حمل لحاضرك عيوبه المزمته وسوف يرفعها لك بمستقبلك .
كن حذراً من فاير وساتك عليك ..

انت ابن ظرفك .. وابوك ليس الله سبحانه وتعالى .

لم يكن ابوك ولا امك من التربية الكاملة ما يستحق كل هذه القدسية ولا كان منزلك الاول كعبة من التربية النقية .. وربما كانوا بعضاً من ذلك ولكن لديك انت ايضا بصمتك الجديدة التي سوف تشذب ما سبق .. كُنْها .. لا تقلق .. انت بالاتجاه الصائب رغم قلقك .. مع الزمن سوف تتعلم ان كل جديد عليك يثير القلق اولاً ثم الطمأنينة والامان فيما بعد طالما هو الصبح بعد الخطأ .

تعود ان تتحدث مع نفسك على الاسس ذاتها التي ناقشناها قبل قليل عندما تكون بحضرة الاخرين .. انت وانت .. انتما اثنان .. ابدء ببطاقة دخول هادئة مشجعة للآخر منك .. ناقش نفسك باريحية وبلا ملامة .. حاول ان تجد حسناتها اولا ثم ضع امامها بعض الملاحظات اللينة قابلة التعديل ولا تبالي بفرض كل شروطك مهما كان سليمة على طاولتها وبدون اية قسوة .. كن لينا معها .. معقولا بطرحك .. وبالتقسيط المريح .. لا تتشدد عليها لمجرد طموحك بنجاح تربوي سريع .. اخشى عليها منك ان تفقدك فيما بعد وترفض ان تتواصل معك ثانية وهنا الخطر الاكبر فلو فشلت بالتواصل مع ذاتك والتعلم على ذلك مع الزمن ليصبح جزءاً من تربيتك السائدة فقد تعجز التواصل مع الاخرين فيما بعد ..

انت لم تتواصل برحمة مع نفسك فكيف تريد لها ان تتواصل بدون نفاق مع الاخرين .. ؟

قدم الـ (كيف) مع نفسك واعرف كيف تفتح لك ابواب قلعتها الرصينة من الحجر التربوي الاول لطفولتها ثم ادخل عليها بعد الاحساس بالامان معك بالـ (ماذا) ثم تقاسم معها المحاصصة و لا تتحدث معها وحدك وكأنها تلميذ مضطر لسماعك .

اعطها نصف المعارضة .. و خذ منها نصف التأييد .

لقد بدأت تنجح عزيزي القارئ ليس بالتطبيق ولكن بالتنبه للامر
على الاقل .. اما التطبيق فيحتاج بلا شك الكثير من الجهد خاصة
بالبداية ..

الدفعة الاولى صعبة للغاية وانا اتفهم ذلك تماما ..
اما انت عزيزي القارئ فانا اشعر بظلمك معي .. انا وحدي من
اتحدث دون اي احترام لمحاصصتي !! لا عليك اكاد اشعر بك
وبمساهمتك الفاعلة من خلال ردود افعالك ضدي او معي ففي
الحالتين .. انا معك ونحن متفقان .



الاتفاق و الاختلاف

الاتفاق على الاختلاف

ولا الاختلاف على الاتفاق :

هكذا هو العنوان والشرح دفعة واحدة .

- (ليكن مبدأ ثابتاً .. ابدء به مع نفسك .. من المستحيل تحقيق)
- (كامل) الاتفاق و (دائماً) و في كل (الاوقات) وفي كل (الاماكن) .

من غير المعقول ذلك .

اذن علينا من البداية الاتفاق على ان اختلافك مع نفسك امر جبري بل هو السائد مقارنة بما هو سلبي يدعو للتشاؤم وهو الاختلاف على الاتفاق ..

اتفق مع نفسك على الاختلاف .. ولا تختلف معها على الاتفاق .
 فاذا كان الامر كذلك تكون قد قطعت الخطوة الاهم وما يتبعها
 اسهل بكثير وهو تطبيق نفس المبدأ مع الآخرين ولا تستثني احدا

كان زوجا او زوجة او ابنا او ابنة او اخا او اختا او صديقا او قريبا
او مجرد معرفة عابرة او حتى مع عابر سبيل .
يجب ان تؤمن بان الاتفاق على الاختلاف هو السائد ولا تتوقع
اكثر من ذلك خشية الصدمة من حلم اسمه التواصل من طرف
واحد .. حتى لو كان مع نفسك .

ان اساس جميع مشاكل العالم منذ بداية البشرية وحتى اليوم
وسوف يبقى الامر كذلك هو عدم الايمان من البداية بهذا المبدأ
الذي يحمل الطرف الآخر حتى قبل لقائه حملاً فوق طاقته ..
تصور ان تكون انت الطرف الآخر اليس لك الحق بان تحافظ على
خصوصيتك امام اي شخص آخر فلماذا اذن ترفض له هذه
الخصوصية ؟



الخصوصية

ان ما نسمية خصوصية اي منا عبارة عن رصيد قديم من صلابة شخصية بحكم التراث المرصوص رصا في عقليتك وهو الجزء الوطن من اغترابك الوجودي صوابا كان ام خطأ ..

خصوصيتك التي قاومتك عندما ناقشتها عن بعض عيوبها غير المعقولة التي لا تسمح بالمناقشة هي ذاتها الخصوصية التي يتحلل بها الآخرون المحيطون بك ..

عليك الحذر من الاقتراب منها الا ببطاقة دعوة مهذبة وهدوء .. ان احترامك لخصوصياتك التربوية التي تتجنب عادة مناقشتها حتى مع نفسك هي ذات القوة التي تحملها خصوصيات الآخرين معك حين تتواصل معهم وخاصة الاقربين جدا لك .. واقصد بالذات .. شريك او شريكة حياتك ..

الاختلاف هو السائد المزمّن .. التوافق طارئ هش . تعلم القناعة باي قدر من التوافق فالاختلاف هو السائد .

لا يوجد استنساخ تجربة على الاطلاق .

ان استنساخ التجارب مستحيل ..

التشابه بين اي اثنين في البشرية منذ ان اصبح الانسان انسانا
مستحيل فاقبل ان لا يشابهك احد وفكرٌ بفارق الاختلاف بينكما
قبل ان تفكر بحافة التشابه ..

الاختلاف اساس التواصل فخذ اولا بكيفية قبوله من قبل
الاخرين ثم كيف ينظرون لك عندما تريد تواصلهم باعتبارك
مختلف عنهم ويجب ان لا يكون هذا عاملا مخيبا للامل ..
لا تستثنِ احدا ..

من هنا نشأت الخصوصية التي تحدثنا عنها قبل قليل .
حتى انت لست خارجا عن (قانون الخصوصية) الذي يجعلك
انت ايضا بالنسبة لنفسك عندما تريد مناقشتها فهي تختلف عنك
منك بين حين وآخر كلما مر عليها الزمن وتراكت خبراتك
فكيف بالآخرين .

بل الاكثر من هذا ان من كنت قد اتفقت معه لا يعني ذلك انك
ستكون مسترخيا على امل ان يظل على اتفائه معك كل الوقت
فظروفه هي الاخرى كظروفك ستلعب به وتعديل من مستويات
اتفائه الشاملة التي قد تمر عليك لتجد هذا الذي كنت قد اتفقت
معه على اختلاف معك مما يصدمك الامر كما لو كان خيانة منه
.. على العكس خذ الامر برحابة صدر وتوقع ذلك وابذل جهدك
ان تعرف ماهية التغيرات التي طرأت عليه بل ماهية التغيرات

التي طرأت عليك انت ايضا لتجد ان عوامل الاختلاف قد تضاعفت وعندها ارجع بوصلتك الى اية نقطة تشابه قديمة بين الاثنين ثم ابدأ منها لتخفيف حدة الاختلاف من خلال التركيز على الاتفاقات اكثر من الاختلافات واعتبارها اساس تواصل وعندها ستجد نفسك في احسن الاحوال وانت تقلص خسارتك ان لم تربح ..

كالعادة .. انها ضريبة التواصل الجبري الذي لا غنى لنا عنه مع الآخرين وبلا مكابرة .. لو سمحت عزيزي القارئ .. حربك مع نفسك والآخرين ليست كفة ميزان بين نصر وهزيمة بل بتسليم مشرف وخروج هادئ باقل خسائر ممكنة عندها فقط تكون قد اطمأنت نفسك لك ولوجودك وغادرت كما جئت بلا ضوضاء .

اكتر من ذلك .. خيال مشوه لعقلية غير ناضجة . ولنعد قليلا للخلف انت كما انت الان .. اعزل نفسك عنك واعتبر ان لديك (انا اعلى) مما تعودت ان تتعايش معها ولا اقصد هنا ما يسمى (الانا العليا) المثالية بل الانا (الناضجة) التي تعرف كيف تحكم عمليات الداخل والخارج من راحتك وراحة بالك وسعادتك .. وهذا يدفعنا الى تحديد مختصر لـ

(الانوات الثلاث) ..

الانوات الثلاث

انت كما تعرف نفسك الان عندما تحاول الدخول لها كما هي ..
 لا بد ان لديك شيئاً من معرفتك بنفسك اكثر من سواك فانت تعلم
 مثلاً انك تحب الطعام الفلاني والمكان العلاني والصديق (س)
 وتكره (ص) وترتاح احياناً لـ (م) وهكذا .
 بعد ان قمت بالخطوة الاولى وهي الاستكشاف عما تحب وتكره
 وتطمئن وتخاف و تهدأ وتقلق خذ بالخطوة الثانية وهي (لماذا)
 على اي منها ..

هكذا بدأنا نضع خطواتنا الاولى لمعرفةك .
 ببساطة مهما كانت النتيجة فعليك ان تعرف اسباب قلقك
 واسباب طمأنينتك ومن خلال معرفة هذه الاسباب قم بالخطوة
 الثالثة وهي من هو (علّة) هذه الاسباب ؟
 انت طرف مساهم وسواك ايضاً ..

ما خفت من امر الا وكان لديك طرف آخر اثار بك هذا الخوف
مثلا .. او ما اطمأنت له نفسك الا وكان لديك طرف آخر ايضا
اثار بك هذه الطمأنينة ..

بالحالتين قلقك او طمأنيتك لها طرفان .
الاول (انت) والثاني (هو) .
والان من هو هذا الـ (هو) .

نبدأ من البداية ربما يكون هذا هو (انت) فانت تخاف نفسك
جدا وتحرص ان لا تضعها باحراج ما بعد صلاية تربية معينة في
حياتك منذ الطفولة وربما يكون هذا الـ (هو) هو اهلك وربما
زوجك او زوجتك وربما الاقارب والاصدقاء وربما المجتمع
ككل وربما الله نفسه جلت قدرته .

امسك باحدى يديك الـ (انت) والاخرى بالـ (هو) .
جِدْ العلاقة بينهما ... سلبية كانت او ايجابية .
مَنْ هو علّة هذه الشحنة بينكما ؟

لماذا هي علاقة سلبية ؟

لماذا هي علاقة ايجابية ؟

من هو اساسا من يشكل الكم الاكبر من سلبيتها او ايجابيتها ؟
كن واضحا ..

لا احد يلومك عليك .. فان كنت انت فخذها بـ (الانا الكبرى)
(ودعك من (اناك الصغرى) التي تحدثنا عنها سابقا وهي تراثك

التربوي الذي تعودت عليها واطمأنت نفسك له سلبا او ايجابا
حقا او باطلا ..

انها اناك الصغرى التي تتعامل معك بكل دقيقة من وعيك الحالي
دون ان تمضي اكثر من ذلك لاناك الكبرى وهي الانا الاكثر نضجا
وعدلا لك ولغيرك .
كن منصفاً منك عليك .

دعك من (اناك الصغرى) وخذ باناك الكبرى فهي اكثر اتزانا
واكثر انسيابية مع ظرفك الحالي ومتغيراتك الشخصية خلال
الزمن اضافة لمتغيرات الاخرين التي تريدهم كما تحب انت ..
وهذا امر مستحيل .

ربما ان اناك الصغرى مهمةٌ وعزيزةٌ عليك ولا تستطيع مقاومتها
الا انها بدأت مع مرور الزمن تشكل لك عائقا بالتواصل مع
نفسك ومع الاخرين وحتى مع الله فلماذا لا تجابهها بوضوح
وصراحة ؟

لماذا لا تقول لنفسك ان تربيتك الاولى مهما كانت غالية لم تعد
مناسبة لتطور اوضاعك النفسية وما استجد لك خلال سني
عمرك بالتقادم .. اليس حقا عليك ان ترحم نفسك منك ومن
تراث مقدس لم يعد سوى وثن في ماض كان جميلا وبدأ بالنفاذية

وانت في مكانك لا تغادر رغم ان القافلة بدأت بالابتعاد عنك
لمجرد انك معتز بموقعك . ؟

ان اناك الكبرئ ديناميكية حيوية تتعامل مع الواقع حسب التطور
الزمكاني .. زمانك المجتمعي ومكانك النفسي .. خذ بالجديد
المستحدث من حياتك فانه جبرية وانت تحاول التوقف عند حافة
الطفولة الجميلة و الشباب الاول ومبادئها ..

تعلم ان حياتك اليومية بحد ذاتها عبارة عن تراكم خبرات ولا بد
من اناك الكبرئ ان اردت ان تتعامل معه بمرونة وليس التمسك
الاعمى باناك الصغرى التي تربيت عليها ..

انا اتفهم تماما صعوبة فراق النفس مثل فراق الاحبة ولكن ذلك
يعني الموت الوجودي فيك ..

انت لا تريد ان تغادر مهدك حتى اللحى .. لماذا ؟
الموتى لا يخطئون ..

تأكد انك حي .. ولا بد ان تتعايش مع الذات الموضوعية للعالم
وان تتأقلم قدر الامكان وسطا بينك وبين هذا العالم فلا تقع بفخه
ولا تتحجر بقبرك الدنيوي وانت حي .

تعلم كيف تتعايش ولا بأس ان تخطأ فالخطأ افضل من الموت حيا
.. اضافة لذلك فانك ستتخلص من مخاوفك وتعزز طمأنيتك لو
احسنت اختيار الاطراف المساهمة بالعملية ثم وضعت ما يجب

فعله امام الطرفين انت و (هو) .. على ان لا تبخس حق الآخر
حقه ايضا فلو كان عليك الحق فلا بأس من التساهل فتشددك
على صوابك الدائم حتى وان كان حقاً ربما يجعلك تخسر الناس
لمجرد انك على حق بل قد تخسر نفسك بهذه العملية الجريئة وغير
الضرورية لكي تثبت انك على صواب وحق .
توافق بلا حق افضل من حق بلا توافق .
تأكد من ذلك .

امسح بعض الحق حتى لو كان لجانبك من اجل التوافق واقبل
بشيء من باطل الآخرين لتمشية الحال .. وهكذا تعلم كيف
تتفاهم مع نفسك ايضا .
فلكي تكون سعيدا تعلم ان تتوافق مع نفسك رغم باطلها افضل
لك من ان تختلف معها رغم حقها .

لسنا من القيم العليا كما لدى البعض من الموهوبين الذين يضحون
بسعادتهم من اجل الحق الخالص .. فان كنت من هؤلاء فلا بأس
ولكن لا تحاول ان تكونهم وانت اصغر بامكانياتك منهم والا
فسوف تحصل على نتيجة بسيطة هي انك (لا تربحهم كي تخسر
نفسك) .

تعلم ربط انك الصغرى بالكبرى قدر الامكان كتمرين اولي قبل
الخوض بالتفاصيل اللاحقة .

تعلم ان تعقد صداقة بين اناك التي توطنت عليها وبين اناك الثانية التي تشذب الاولى وتحسن علاقاتك مع نفسك ومع الاخرين ومع الله سبحانه وتعالى فاذا كان ذلك فسوف نتقل لاناك العليا .. (انا) المثل ثم نربط فيم بينهم .. وكل ذلك فيك انت لحد الان .

اما الانا الثالثة فهي (الانا العليا) .

انها الانا التي قيلت لك وجُبلت عليها ان تكون ساميا لتكونها .. انها القيم العليا . ولكي نتأكد من حقيقة هذه القيم فعلينا اولا تحليلها لجذورها ولتبسيط ذلك فان جميع القيم العليا تتسم بصفتين :

اولا : انها فوقية للغاية ..

انها لا تمثل الاغلبية الغالبة من البشرية .

انها اقرب للالوهية منها للانسانية ..

انها حقيقية اكثر من كونها واقعية لوشئنا احترامها لها ان نقول انها (حقيقية) فهي طوباوية خيالية غير قابلة للتطبيق على الاغلبية من البشرية في كل زمان وكل مكان .

انها مجرد حافة بعيدة يراد لمن يحاولها ان يكون قريبا منها قدر الامكان بسبب صعوبة تطبيقها من الناحية التقليدية باعتبارها حرمانا شديدا لرغبات الانسان الاعتيادية مما يضعه بمصاف (السوبرمان) كي يكونها .

انها تجرّدهُ لحد كبير من عناصر حياته الجسدية وحتى الكثير من النفسية لكي يبلغ بعضها منها .

ثانياً : انها مشتركة لدى جميع الامم تقريبا بغض النظر عن القومية والدين والفئة والمواقع الجغرافية والتاريخية كحب الله والوالدين والوطن والفروسية المتطرفة والكرم والعفة والنزاهة والزواج وما الى ذلك ما تكرسه المدارس الاولية للتربية من تعليم في مناهجها .

الانسان باي مكان من العالم وكل حياة البشرية له من مفردات الانا العليا ما يتميز بين مرحلة واخرى .. انها (انا) تتغير مع الزمن .. فلكل تاريخ من البشرية عبر مراحلها (اناتها) العليا الخاصة بها وكذا لكل امة مع الاخذ بالاعتبار انها لا تتبدل بسهولة مع الزمن وهذا ما يجعلها اصلب لدى فئات كثيرة من ابناء الامم ومن يشذ عن ذلك انها هو خارج عن القطيع الذي يؤمن بها كأب بعد الرب .. ولهذا كانت (الانا) اقوى لدى العقل الفردي الانساني من الانا الكبرى او الصغرى عموماً ورغم الالتفاف حولها والتحايل عليها غالباً فانها تظل الرمز الذي يستظل به الانسان كلما اشمئز من نفسه او الاخرين ولهذا كُتِبَ الشعر و أوْلِفَتْ الروايات والقصص والمسرحيات على اسس الصراع بينها وبين الانا الكبرى او الصغرى او كليهما مع هذه الانا .

ومنعاً للذهاب اكثر من ذلك نستطيع القول عزيزي القارئ انك تعيش حالات (الانوات الثلاثة) هذه بلا توقف وانك تتنقل بينها باستمرار اثناء حياتك .. ولا تستقر على واحدة منها ابدا مهما زعمت .

ان الاخرين وظرفك يحتمان عليك عدم الالتزام الدائم بالانا العليا ذات القيم ولا بأي (انا) خاصة لك .. وهذا امر شرعي تماما . المهم بين هذه الانتقالات ان تكون انت سعيدا بانتصارك على ذاتك الكثيبة اكثر من انتصارك المزيف على الاخرين الذي يكسبك اللذة والقلق على حساب الطمأنينة وراحة البال .. والان لو اردنا ان نعرف اية محطة يكون استقرارنا فهي الانا الكبرى .. بين الانا الصغرى التي تمتد بك للطفولة واثانها المتشددة والانا العليا واثانها المتشددة ايضا . انك الكبرى هي الخاصة بك انت .

ان اناك الصغرى وليدة وتغذية عائلتك وظرفك الذي كنت فيه ليّنا وتصلبت عليه صوابا او خطأ حقاً او باطلا .. واناك العليا عبارة عن وثن ذاتي خاص بك لحد انه يشارك الله جلّت قدرته بقوته خاصة وانه رمز القطيع الانتمائي الذي تتعايشه يوميا وما بينهما هو عدم الخضوع لما سبق من تربيتك التي (قد) تشوبها شوائب التربية العائلية والمجتمعية التي دمغتك بوسمها الحاد

فعدّلت منه ما يناسبك بعد ان حللته وما بين قيمٍ سامية فوق ان
تطوها او تصل لها .. دون خسائر فوق طاقتك ..
خذ بالوسط وكن باناك الكبيرى .
الانا التي ستشذب من خلالها اناك الصغرى والعليا معا .. وهي
الاكثر خصوصية وطمأنينة لك انت بالذات .



الظن

حسن الظن وسوؤه . انه الكثير من الوقت الذي نصرف كيف نعي مقدار ضياع الوقت بين هذين .. فاما ان تحسن الظن دون تأكيد على ما احسنه به او ان تسيء الظن دون تأكيد ايضا . السبب عاطفتك القبليّة التي في ذاتك انت قبل سواك التي تحركك كي تتخذ مواقفاً مسبقة دون اكتمال حلقة التدقيق بمن أحسنت أو أسأت ظناً .

و الغالب هو سوء الظن .. او سوء التقدير .

الفرق بين الاثنين هو النوع والكم .

ان تُسيء الظن ان تقدر الامر نوعياً بما هو مختلف قليلاً او كثيراً عن الواقع او سوء التقدير فهو اتخاذك النوع المحدد من الظن مع (تقدير كمي) لهذا النوع من الظن .

ان الكثير من (رود افعالك) لا تعتمد على (افعال) الاخرين قدر ما تضيف له من عندك من استعداد .. وقد ذكرت ذلك

بكتاب سابق وهو (الثابت الاناني) الذي يتواجد حتى قبل
الاحداث .. قبل ان تسمع اي كلام لترد عليه وقبل اي فعل من
الاخرين لترد عليه ..

انه استعدادك الشخصي الذي يُضربُ برد فعلك على فعل سواك
فيكون الناتج (ردة فعل) خاصة بك وهي عموماً ليست منصفة
او منطقية ..

ان ردة فعلك هذه على نوعين حسب الشحنة : اما ايجابية حيث
تكون ردة فعلك على فعل سواك كلاماً او سلوكاً من الايجابية
مالا يستحق الامر ذلك او سلبية اكثر مما يجب .

الجميع يقول انها العاطفة غير المنضبطة والحقيقية هي (اناك
الصغرى) التي تؤدي بك احياناً لاتخاذ قرارات غير معقولة فاما
ان تحب اكثر مما يجب او ان تكره اكثر مما يجب ... وفي الحالتين
فانت لست انت .

انصف نفسك منك اولاً واجعلها حَكماً معقولاً لك على الاقل فلا
تظلمها بحبٍّ لا لزوم له ولا بكرهٍ لا لزوم له ..
اعطِ كُلَّ ذي حق حقه ..

هناك اناك الكبرى لتعيش هادئ البال من ندم محتمل على حب
مبالغ فيه او كره مبالغ فيه .

ها قد اسأت الظن فاخذت الآخر على محمل الحب وهو لا يستحق ولم تكتفِ بذلك بل فصلت له من ثياب الحسنى ما هو كثير كميا .. وبعد حين تجده على حقيقته التي ظلمته بها ايضا ف (تندم) ... او العكس .. و .. (تندم) .. ايضا !

انت تقدّر حسب ما تراه (انت) مناسباً لسواك ..
ليس الامر غريباً بعض الشيء .

انت تعطي انطباعك عن الآخر كلاماً او سلوكاً دون ان تدقق ببعدِ نظريّ عمن يستحق ذلك و باية كمية فتقع بعادة (الندم) .. لا يندم من لا امل له .. ولا يندم من قرأ المستقبل قبل الماضي ..
اقرأ الامر على امد قادم باشخاصك قدر الامكان فلا تظلم نفسك بحبهم فوق طاقتك و لا تظلمهم بكرهك فوق طاقتهم .
ان الكثير من التقاطعات التي تمر بها بحياتك تتعلق بهذا التسرع او التأخير بالاحكام .. فتسيء الظن دون اسباب كافية لتندم وهذا ما يجعلك تعذب نفسك او ان تحسن الظن فيخيب لتعذب نفسك وكل ما في الامر ان عليك حساب (نوع) الظن و (كنه) او لا ثم ابدأ العمل على هذا الاساس .

ليس سوء الظن هو الآفة الازلية بل ارى انا بتواضع انه (حسن الظن) عادة ..

نحن ضحايا ظنوننا .. حسنة كانت او سيئة واللوم لا يقع على من تريد عتابه على خيانه او تجزيه على وفاء بل على انفسنا التي لا تحسن التحليل قبل التركيب والتحقق قبل الحكم .

انها تبعات الانا الصغرى التي تصر على قِيم ليست واقعية فتقع بالفخ وتندم والادهى انك تكرر التجربة الفاشلة ..

ضع كلاً بموقعه النوعي سلبا او ايجابا و مقداره كمياً و تخلص من نفسك واحكامك غير المعقولة التي تضرّك و توكل على الله .. لا فائدة من وفاء بغير محله .. فالمشكلة ليست بالوفاء ولا بالخائن .. بل بك انت .. فانت تريد من خائن ان يكون وفيّاً باية طريقة حتى لو نزفت دمك له .. لا فائدة .. التجارب اثبتت ذلك معك فلماذا

تكرر املك بربحٍ محتملٍ على حساب خسارة اكيدة ؟

كما انك تتجاهل احيانا او تقلل من شأن احد بحكم سوء ظنك رغم وفائه كما لو كنت مجبولا على خيبة املك منه مهما قال ومهما فعل .. انزع عنك اناك الصغرى .. شذها بما يلائمك انت وكن انانيا .. فارحم نفسك من غيرك وارحم غيرك من نفسك .

اللاجدية

اعتمادا على جميع ما سبق نستطيع القول ان خلف كل ما تسمع وترى عالما آخر لا تستطيع بجرة قلم ان تفهمه لما للآخرين من خصوصية تعتمد كثيرا على السرية اما خجلا او جهلا بالتعبير .. فاکثرنا يفهم ولكن لا يعرف كيف يفهم الآخرون موقفه فلا تعتمد على اساليب التعبير القاصرة عادة من قبل حتى اقرب ناسك .. هؤلاء يفكرون بطريقة جميلة ولكن يعبرون احيانا بطريقة قبيحة .. وانت وانا نعي تماما حسن الذوق بالتعبير خاصة واقصد الـ (كيف) بالتعبير على حساب (المادة) الا ان هؤلاء الاقربين منك يحسنون (المادة) التي يحبونك بها ويحترمونك ولكن ما يعوزهم الـ (كيف) وتربية الكيف هذه تعتمد على دراية تسويقية اكثر من انتاج داخلي في نفوسهم فلا تعاقبهم لسوء كيفهم قدر احسانك لهم على حسن عواطفهم .. ليس الجميع مثلك بحسن اختيارك لكلماتك وطريقة عرضك مواضيعك وكل ما يملكه هؤلاء قلوبا صافية والسُّنَّاء عكراً .. فلا تبتأس .. انهم اميون بعرضهم رائعون بقلوبهم فلا تؤاخذهم والسبب ليس بالضرورة

هم كاساس حديث لي بل كي تتجنب الانزعاج المستمر من اناس
لا يحسنون اختيار التسويق وليس عليك ان تعلمهم فَهْمٌ كما هم
ولن يتغيروا بسهولة طالما انت حي بل ان العالم كله ملئ بهؤلاء ..
مَنْ كان سيء المادة والكيف ومن كان حسناً باحدهما .. اذْ لا
يتشابه اثنان على الاطلاق ..

كن (لاجديا) عندما يتعلق الامر بعلم الاجتماع .. علم الاجتماع
المتعارف عليه وهو التواصل مع الناس بشتى دوائر قريهم منك و
الاكثر اهمية هو علم الاجتماع الخاص بك .. وهو ما اود تسميته بـ
(علم الاجتماع الفردي) الخاص بك .

كن لاجديا من اجلك انت اولا ثم من اجل الآخرين كي لا
تظلمهم ولا يظلمونك .. فمن لا يحتاج الناس لا يندم ..
اللاجدية ببساطة هي ان لا تعتقد ابدا انك مالكُ عربةٍ حين تتركب
..

الجميع مثلك عندما تسيء الظن وتحسنه باحيان متباعدة ليس لها
رابط محدد .. فلا تأخذ اي امر مهما كان على محمل جدٍّ مبالغ به و
الان لتتحدث بصراحة ما هو مقدار الجدية المطلوبة منك لاي
موقف يتصل بك ؟

الموقف هو (رد الفعل) لـ (فعل) معين و عادة وبصراحة هو
ما يتعلق بالتواصل مع الناس كما هو تقليدي .. فمن غير المعقول

ان تفكر كثيرا بردة فعلك اتجاه الطبيعة وتأثيرها عليك من جاذبية ومغناطيسية وما تؤول له الكرة الارضية التي تقف عليها و لا حركتها الدائرة حول نفسها او حول النجم الشمس ولا حتى المجرة التي ننتمي لها .. كما انك لا تفكر وبصراحة شديدة ايضا بالله عز وجل .. كما يراد منك من قبل الرسل والانبياء .. ولا تفكر كثيرا بمليارات الخلايا التي تؤلف جسمك والتي تعمل على مدار الساعة سواء عرفت بذلك او لم تعرف وما تأخذ من مواد طاقة حياتها وما تطرح من نفايات ولا شبكة المليارات من الخلايا العصبية المتوفرة في دماغك والتي لا تتوقف عن العمل لحظة واحدة ليل نهار ..

انت تفكر وترکز اكثر بردود افعالك على افعال الناس واحيانا تتنبه لنفسك .. هذا كل ما في الامر .. لديك الوقت الكافي ولكنك لست من النوع الذي يوجه اهتمامه (عادة) على غير ما يريد لنفسه من العالم وما يريد العالم منه ..

اي .. بصراحة انك تميل جدا لمعرفة اسس تواصلك مع الناس اولاً (القطيع) ثم اذا اتاحت الفرصة ان تعرف اسس تواصلك مع نفسك ثانياً .. ولا بأس ان تمارس نوع من الرياضة الذهنية احياناً لتناقش القانون الوضعي للدولة لتجد ما يناسبك منه وما لا يناسبك لتقع .. بفخ المعارضة السياسية .. !

لا يهملك من الامر كله الا نفسك ومصلحتك .. حسنا .. كن امينا على الاقل على ذلك ولا تشغل بجدية الامور اكثر مما يجب وكن انانيا صالحا كما تريد ان تكون فعلا وليس مجرد شعار تتشدد به . ان (ردود افعالك) (يجب) ان (لا) تتساوى بالمقدار و (لا) (تتقاطع) بالاتجاه من (افعال) الناس .

اعمل بالضبط عكس القانون الطبيعي .. لا تساوِ رد فعلك مع الفعل القادم لك .. لا مقداراً ولا اتجاهاً .. بل ربما يدعوك الامر ان تمضي مع الاتجاه نفسه الذي وردك .. القانون التواصلى الذكي غير القانون الطبيعى تماما . التوافق اهم من الحق .

توافق مع الافعال بردود افعالك ليس شذوذا ولا هوانا بل تسوية (ضرورية) لحياة آمنة بلا قتال قدر الامكان .. مع محيطك الانساني .

اللاجدية ببساطة ان تكون ردود افعالك غير الافعال التي تتلقاها والتي تلخص (دائما) بانها حسب قانونك الاناني الشخصى الذى يفيدك لا ما يفيد القانون الطبيعى ولا الرد بالمثل ولكن عكس الاتجاه ..

لست انت دائما عزيزي القارئ بالمزاج الذي يسمح ان تكون به كما يجب .. لديك مشكلة عابرة .. لديك المرسن .. لديك جدول لم ينفذ كما هو مطلوب .. اذن انت لست على استعداد لـ (تلقي) الآخرين كما لو كنت في سرير نومك .. وفجأة تجد نفسك امام مكتب العمل او ورشة الشغل التي تعمل بها .. انت في داخلك ما زلت نائما او على سرير نومك او في رغبة لخلوة وفجأة تتنبه لنفسك فاذا بك في الطريق وانت مسرع للوصول للعمل مثلا .. وفي هذه اللحظة تجد احدهم ممن تعرف سابقا وهو يريد ان يراك كما عهد هو عنك .. فما العمل ؟

يجب ان تعيش حالة القانون التواصلي المعاكس للقانون الطبيعي .. ذاتك تسير بسرعة معينة و باتجاه معين والآخرين لا يريدون ذلك .. تعود ان تعاكس قانونك انت نفسك ايضا .. لا تعاكسه بنفس المقدار .. بل ربما المطلوب منك ان تسير معه وحتى بنفس الاتجاه والمقدار .. ليس بالضرورة كي ترضي الآخرين بل كي تتخلص منك انت .. كي تتخلص من ذاتك السيئة المزاج في لحظتها وحتى قبل ان تقابل احدا يريد ان يراك كما عهدك بشوشا لطيفا مجاملا ..

لا تتبع اناك الصغرى بقوانينها كما ذكرنا سابقا ولا تطبق القانون الطبيعي على ذاتك بل لا تقاطعها و سر معها ثم تحول للخارج

واتلقت اتجاه سيرهم وسرعته ولا ترد عليهم كما يستلزم منك القانون الطبيعي بالمعاكسة فيوتن مات من قرون ..

خذ بنفسك انت و سرّ مع قانون الاخرين ايضا وربما اسرع مما (فعلوا) بك .. وباتجاههم نفسه ..

انها لاجدية القانون النفسي ..

انها نظرية ضرب القانون الطبيعي طالما انت اناني فلا عليك بالقوانين الطبيعية الحازمة الصادقة مائة بالمائة ..

اللاجدية هي ان لا تعتمد التقسيم الزماني على المكان بطريقة اذكى من الطبيعة .. كيف ؟

لديك ماض وحاضر ومستقبل .. كيف توزع اهتمامك ؟ ببساطة شديدة لن اقول لك خذ بالحاضر فهو الابقى لك وانس الماضي ولا تبالغ بالمستقبل ..

كلا .. بل اقول ببساطة ان هؤلاء جميعا عبارة عن (اوعية) تحتوي ذكرياتك . الماضي وما له من ارشيف والحاضر الذي سيصبح ارشيفا والمستقبل الذي تقوم عليه معطيات عديدة بعضها خارج عن ارادتك مهما فعلت ..

الماضي تجربة اكيدة مع جميع اوراق تقييمها السلبي والايجابي المر والحلو .. الحاضر وانت بقلب التجربة حاليا وسوف يكون ماضيا

بعد قليل وعليك توخي الحذر من تكرار الاخطاء التي جرت بالتجربة السابقة (الماضي) والمستقبل الذي ستكون به اكثر خبرة لتقليل الاخطاء والخسائر للحصول على نتائج افضل و ربما ارباح محتملة .. المستقبل و ليس ملكك تماما فلقد اصبح الماضي ملكك بالكامل بعد ان اكتملت التجربة والحاضر تحت يديك الان ولديك بالحاضر مساحة (محدودة) من الحركة ولا تعتقد ابدا ان مساحتك هائلة بالحاضر فالكل يشاركونك التجربة من طبيعة ومجتمع وجسدك ونفسيك وبالتالي فان الكثير من قراراتك الصائبة ليست قابلة للتطبيق طالما انك لست الوحيد باجراء هذه التجربة الحالية .

لماذا تنزعج عندما لا تكون الامور على مايرام ؟ و على ما يرام .. تعني ببساطة على مرامك انت .. ومن قال انك بالحاضر تعيش الوجود وحدك ؟

الكثيرون معك بنفس التجربة وهناك الكثير منهم من ليس يوافقك الرأي او لا يحسن التصرف وهو غالٍ عليك او ان المجتمع له ظروفه هو الآخر ما لا يسمح بان تطبق افكارك كلها ومهما قسّطت الامر على الزمن والظرف ف (الفعل الموضوعي) حتمية لا مناص منها على الاطلاق .. ولهذا فان الحاضر ليس رهينة خططك الذكية ولا توقيتاتك العبقريّة بل ان اغلبه بيد

سواك فلا تيأس بل قرر ما هو مقدارك من هذا الفعل و اترك المتبقي للظرف والزمن اما المستقبل فهو ما يحمل اكثر من الحاضر غموضا بمقدار دورك من خططك و مقدار تأثيرك مقارنة بذلك الظرف و ذاك الزمان ..

اذن لتتفق ان الحرب ليست مجدية مع المستحيل وان اعلى ما بك هو ان تخطط بسلامة عقل وان تظل بخندقك لتهارس دورك كجندي باسل مهما كانت نتائج المعارك التي يقوم عليه قادة كبار سواك .. هذا اكثر ما يمكنك فعله .. وبها انك تفكر بها عليك فخذ به جدية اما كل ما ليس لك به طاقة من ظرف وزمان في الحاضر والمستقبل فلا تأخذه باية جدية من تفكيرك طالما ليست لديك القدرة سوى القلق عليه فلا تضيع جهدك وركز على دورك فحسب وتوقع كل الاحتمالات وعش هادئا سعيدا بدورك المحدود في هذا العالم ..

بعضنا قلق ليس عليه بل حتى على العالم المحيط به و جميعنا نقدر هذا الاحساس بالمسؤولية الانسانية التي تشمل العالم كله بل الكون كله ولكن لا تتجاوز حدود الاحساس بالامر وليس بالضرورة تطبيقه كما تريد وكما تحلم .. ستظل في شرنقة أمك بالتحقيقه حتى تموت دون ان يتحقق .. واخص هنا بالذكر الكثير

منا ممن يتعامل مع السياسة والاقتصاد المحلي والدولي كما لو كان
رب اسرة تؤلف الوطن او الامة او العالم ..
انه احساس راق على ان لا يتغلب عليك .
انه مجرد طاقة تفاعلية عند الطلب اما اذا لم تجد من يسمعك ولا
تجد لك دورا بتغيير الامور وقد بلغ الامر بك ان نسيت
خصوصياتك لمجرد حلم فانت تضع طاقتك بلا فائدة فلا
الوطن ولا العالم مستفيد منك من ناحية ولا انت مستفيد من
طاقتك هذه لخدمتك انت من ناحية ثانية وخدمتك لا تزيد عن
التخلص من الامل البعيدة غير قابلة التطبيق ..
هذا كل ما في الامر ..

الانسان ليس ابن ظرفه بالكامل ولا اب ظرفه بالكامل .. هناك
مساحة من الحركة تضيق و تتسع مع الزمن وهنا يقع الذكاء ..
فانت تقود نفسك بعربتك الخاصة في طريق حياتك الخارجي ..
تعلم كيف تبدأ بتحريك هذه العربة بعد اخذ قسط من الراحة و
ملء الحزان بالوقود ثم الانطلاق بالتدرج وبحذر او تسارع
منظم تحت السيطرة فلديك شارع طويل وفيه منعطفات واحيانا
يضيق لحد كبير واحيانا يتسع لحد كبير وانت من خلال مرآة
عجلتك تستطيع تقدير الموقف ليس كما تحب ولا كما تكره بل
كما هو .. لتكون كما يجب !..

لا تنزعج من اي تأخير عندما تجد شجرة مقطوعة تقطع عليك الطريق .. خفف سرعتك وتوقف و ابدأ بلا تاخير طويل ولا ندم ولا نذب حظ .. ابدأ برفعها ولو اقتضى الامر منك ان تقطعها لاجزاء صغيرة كي تستطيع السيطرة على نقلها خارج الطريق ثم لا تركب العجلة كما لو كنت قد تأخرت بل خذ قسطا من الراحة فلنفسك عليك حق ايضا بعد تعب رفع الشجرة من الطريق .. اعتبر هذه الراحة جزءا من تعب رفع الشجرة فهو ليس زمنا ضائعا ان ترتاح قليلا بعد التعب وقبل البدء ثانية بالسير .. اما اذا جاء وقت التسارع لتعويض ما فاتك بعد اخذ الراحة ووجدت نفسك نعسانا فلا تنزعج ايضا واعتبر ذلك ايضا جزءا من وقت رفع الشجرة .. فغفوتك لاخذ قسط من النوم اكثر اهمية من احتمال نومك اثناء السياقة . ستكون خسارتك اكبر .

خذ وقتك الكافي للنوم ولا تبالغ ثم استعد للسفر ثانية وحالما تجد مشكلة اخرى بعد البدء بالسير فلا تنزعج ايضا .. تأخر قليلا او كثيرا ايضا و ابدأ ايضا من جديد .. هناك دائما طريق واسع بانتظارك وعندها لا تتأخر ابدا بتسريع المركبة على ان لا تأخذ الامر بجدية عالية هنا ايضا لتستغل فراغ الطريق الخارجي من اية عراقيل فـ (تندفع) كالمجنون لتعويض ما فاتك .. فهناك

احتمالان بهذه الحركة السريعة جدا حيث اما ان تصطدم بمركبة اخرى او ان تستهلك محرك المركبة بطريقة مجنونة مما تقلص بصلاحيته وفي الحاليتين فانت خاسر لمجرد ان تعوض ما تاخرت عليه ..

لو كنت مكانك لفضلت التأخير على الموت .
المركبة هي جسدك . وعقلك هو السائق .. والطريق امامك بكل غموضه من عيوب وحسنات وليس لديك مهما فعلت الا هذا الطريق فتصرف بلباقة .. لديك الكثير من المحطات القادمة في الطريق وتستطيع ان ترتاح بها مؤقتا او ان تعبأ خزان مركبتك وان تجد بعض الاصحاب في هذه المحطات .
الطريق لن ينتهي ابدا .. ستنهي انت قبل ان تصل .. الطريق هو المالا نهاية وانت محدود الطاقة بك وبمركبتك ..
لديك مركبة قابلة للاستهلاك مع الزمن فلا يفيدها وقود بعد حين ..

لا تمت قبل وقتك ولا تتوقع الخلود .

هكذا هي الامور .

انا اتفهم موقفك الان عزيزي القارئ .. لا تنزعج .. نحن جميعا عائلة سعيدة لو اردنا ذلك ونحن سعداء بوجود بعضنا جنب بعض ..

من قال ان الخلود سيوفر لنا الطمأنينة ..؟ الطمأنينة بـ)
 (لا جديتك) حول احتلال جميع القلاع لعدو اسطوري ..
 قاتل على قدر مقدارك ..
 استرح على قدر طاقتك ..
 عش كما انت بلا عَقْدٍ .. ثم دع الامر لله جلت قدرته بامانته .
 لا بدائل عن ذلك .. ولا مفرّ .. !
 السعادة احيانا ليست بالبحث عنها بل بتجاهلها لكي تتحقق ..
 لا كل خطة عبقرية تؤدي للسعادة ..
 الاخرون معك والطريق لا نهائي وانت وحدك باستثناء لقاءات
 في محطات استراحة .. تتمتع بمناظر الطريق الطبيعية حتى لو كانت
 رمالا متحركة وخذ كل ساعة من الطريق وانت تتمتع به كما لو
 كان هدفا بحد ذاته ..
 لا تتوقع ان تجد الجنة في محطات استراحاتك .. الجنة في الطريق
 نفسه .. بما تراه اثناء سفرك .. السفرة بحد ذاته عبارة عن هدف ..
 فلا تضيع الوقت باهداف (جدية) مبالغ بها ..
 ان الوقت الذي تقضيه في محطات الاستراحة لا يتجاوز (10٪) فلا
 تبالغ باهميته على حساب (90٪) من الطريق .. الطريق بحد ذاته
 ممتع .. لو اردت .. اما اذا تشددت على ان الطريق غير مهم فلا
 بأس ولكن ليس بحياتك اكثر من الـ (10٪) التي تعيشها في

محطات تعبئة الوقود والاستراحة . ولكن لدي سؤال مهم وهو هل انت تتوقع دائما الراحة في هذه المحطات ؟ وهل تتوقع دائما ان تجد ما تحب ومن تحب .. ؟

خذ الامر كله كمقابلة واحدة .. كل دقيقة هي لك يعني هي لك فلا بأس ان تضع لك اهدافا بعيدة ومتوسطة وقريبة ولكن لا تعيش على اهدافك كمستقبل على حساب حاضرك ايضا .. فحاضرك الحالي كان مستقبلك يوما ما ..

ارحم نفسك منك ومن فلسفتك التسارعية ..

لا تكن جديا ابدا ..

اجعل كل شئ خارج عنك ثم فكر بما لديك من وقت ومصادر متوفرة ليست بعيدة المنال واستفد منها بعمل اصغر تمثال فني ممكن .. ودع خوفو في قبره .. !

تواضع بطلباتك تسعد ..

لا تكن عربتك .. كن سائقها ..

لا تكن حياة العالم .. كن حياتك .

لا تكن (هُمَّ) .. كن (انتَ) .

كن انانياً .. والسلام .. !



التوافق ، تواصل ..

بينك وبين نفسك .. بينك وبين الآخرين .. بينك وبين الله سبحانه وتعالى هناك (حاشية) من الاتفاق و (اصل) من الاختلاف .. الاتفاق استثناء .. والقاعدة هي الاختلاف ولا بد من التأكد من صواب ذلك فحتى وانت معك مع ذاتك لا تحاول ايجاد (قواسم اختلاف) متفرقة بل حاول من خلال حوض الاختلاف السائد ان تلتقط اية حبة من اتفاق ..

ان التنوع الهائل بالنفس الانسانية وظرفها والانسان ومن يحيط به من مجتمع لا يسمح لنا بالقول ولو جزافا الا ان عدم التشابه اكثر من التشابه .. وان التنوع اكثر من الاستنساخ .. وان الحركة النفسية في الانسان وهو وحده والانسان وهو في محيطه الاجتماعي مع الزمان عبارة عن (حركة) ازلية لا تتوقف عن التدفق الوجودي الذي لا يسمح على الاطلاق بسيادة الاتفاق على حساب الاختلاف .. واقول الاختلاف واقصد به عدم التشابه ولا اقصد به الصراع .. حتى الان على الاقل ما لم يرد له ان يكون صراعا بدءاً من الخلاف النفسي وانتهاء بالقتل .. اما ما

يتعلق بهذا الاختلاف الشرعي الذي (قد) يتحول لـ (خلاف) مرضي غير شرعي في النفس الانسانية الواحدة طالما نحن باضيق حدودها فان نهايته ليس قتل الاخرين بل قتل النفس .. الانتحار ..

اما الاختلاف المَرْضِيُّ الذي ينتهي بالخلاف فقد يصل لحد الاجرام .. سواء ان كان مع المجتمع و الخروج عن القانون مع الدولة و الاتحاد مع الله .. او الكفر به .

(الخلاف) .. النهاية غير الناضجة (للاختلاف) ..

اتفق مع نفسك اولا ان الاختلاف (اصيل) والاتفاق (طارئ) ثم عمم ذلك على كل ما حولك .. فكم من مرة وجدت نفسك بحالة اختلاف مع نفسك .. مع ذلك لا تتقدم اكثر لتعلن (الخلاف) ولا تغضب من نفسك كما هو الحال بالنسبة لك مع الاخرين ..

تعود تسوية الامور على طريقة المفاوضات السلمية ..

خصمك انت اولا ثم الناس ثم الدولة ثم الله ..

حاول ان تربي نفسك على اساس التفاوض المستمر فاذا كانت لدية الفرصة بالاتفاق فلا تبخس حق (الآخر) الذي اتاح لك هذه الفرصة التي ربما كان هو من تعود التفاوض السلمي قبلك .. ومع ذلك كن مثله على الاقل .. لا تنزعج من نفسك .. انها لن تشبهك

ابدا مهما حييت ولن تتوافق كل الوقت مهما مهما حاولت .. بل
 عشها كما هي بلا جدية وبتوافق على اختلاف وبهدنة حرب
 كاقصى حد من سلام هش يجب ان يدوم قدر الامكان .
 ايها القارئ الكريم .. احب ان اذكر لك ملاحظة شخصية للغاية
 وهي انني اكتب لك لكي اسمع نفسي اكثر من ان اسمعك لكي
 اكتب نفسي .. كما انني اعلم انك تعرف كل ما ذكرته لك ولكن
 يعجبني ان اكتب اكثر من ان يعجبك ان تقرأ .. !



فوتوغرافيا الكلمة

ان اكثر ما يمكن ان يتواصل به الانسان مع الناس هو الكلمة .
اية كلمة . ؟

ليست ما يقال لسانا فحسب بل (الطريقة) التي تقال بها الكلمة .

الكلمة ليست آلية اولى للتواصل بل وسيلة شبه نهائية .
لقد ابتدأ التواصل من خلال الاتصال الذهني اولا مع الذات ان
كان الامر يتعلق بما يتحدث به الانسان مع نفسه او مع الاخرين
وهنا يدخل الرصيد السابق لهؤلاء في عقلية صاحبنا او ان يكون
الله سبحانه وتعالى .

الرصيد السابق من انطباع حول هذا (الآخر) الذي يؤثر كثيرا
على نوعية رد الفعل لديك ثم فكرة الاستقبال ثم فكرة المعالجة
ثم فكرة الطرح ثم طريقة الاختزال ثم التلحين ثم .. الكلمة
اخيرا ..

على الانسان الناضج الذي يريد السلام لنفسه اولا والسلام لسواه
ثانيا ان يتقن فن (فوتوغرافيا الكلمة) ..

فن عرض الفكرة على نفسك اولا ثم على الاخرين .

لا تعتقد نفسك بأمن من هجائك لو لم تقم بعرض فكرتك على نفسك انت ايضا بالطريقة التي تسمح لك ان تمرر عليها ما تريد .. فالمادة كما ذكرنا غير الكيف ..

فوتوغرافيا الكلمة هي الاثنان معا ..

ماهية المادة المطروحة والكيفية التي يتم عرضها بها معا وبنفس اللحظة وهنا دخلنا بهذا الفن الراقي الذي يميز الانسان الانسان عن سواه ممن يحمل لقب انسان وما هو بالانسان لولا هوية الدولة التي تؤكد ذلك ظلما ..! فالكثير من الحيوانات الاليفة تعرف كيفية عرض احساساتها بطريقة مهذبة غير جارحة اكثر من بعض البشر الذين يرتقي عليهم الحيوان احيانا بحكم سوء اختيارهم لكلماتهم ..

الكلمة التي تصدر منك يجب ان تكون مصورة جميلة قدر الامكان على الاقل في عيني من يتلقاها والا فما الفرق بين الانسان والماكنة ؟ ..

تعلم ماهية المادة .. من خلال التربية والتعليم . وتعلم كيفية عرضها من خلال تعليمك وتربيتك .. لا تنس نفسك .

ربما الامر صعب في بدايته للتطبيق ولكنه المران الذي يؤدي ليس بالضرورة ان يراك الاخرون من خلال كلماتك بافضل ما يمكن

بل ان تتجنب سوء خلقهم على الاقل من ردود افعالهم التي قد لا تستحقها انت بحكم حسن نيتك ..
ماهية المادة المنطوقة :

انت تتلقى كلاما ما او مشهدا تراه او امرا تشمه او شيئا تلمسه
او موضوعا تتذوقه ..
حسنا ..

انت تتلقى العالم . كيف ترد ؟

اما الصمت .. وهو جزء من الكلام الذاتي مع نفسك .. وهذا
ارحم انواع المخاطرة .. او الرد عليك ان تتحمل وزره .
وفي الحالين عليك ان تلمم شتات ما تعرف سابقا وما هو مخزون
في عقلك لتطلع لنا بالجواب او الرأي ان لم يكن سؤالا .. لا
يمكن لك طبعاً ان تتحدث خارج السرب وكأنك في عالم آخر
خارج نطاق ما تعرضت له او ما سؤلت عنه بل ضمن ذلك كما
افترض ! وهنا عليك ان (تلتقط) من هذه الشتات الكثيرة
المتناثرة في عقلك ما يناسب الرد .

لقد تلقيت احساسا ما وما يهمني هنا هو الكلام .. وسوف ترد
بآلية التالية :

اولا : ماذا (تختار) من كل ما لديك من افكار سابقة . ؟

ثانيا : ما هو (الوقت) المخصص لك بهذا الرد .. ؟

ثالثا : كيف تستطيع ان تضع نوتة (المستوى) الذي يفهمه من كلمك او سألك .. ؟

رابعا : كيف تجعله (مقتنعا) بما ترد عليه ؟

خامسا : كيف تنتهي من الاجابة عليه مع (قناعتك) انت ورضاك عن نفسك دون مواربة او نفاق او تنازل (قدر الامكان) .. ؟
من هذه العوامل الخمسة تستطيع ان تشكل (مادة) الرد و ..
(كيفية) الرد ايضا .. ولكي تبدأ بتطبيق هذه المعادلة السهلة ابدأ بها بالعكس تماما .. اي :

ارض عن نفسك .

اقنع الآخر .

جد مستوى تفكيره .

خذ بالوقت المخصص لك للرد ..

التقط مادة الرد .

ان (عكس) العملية هذه يؤدي بك لاحترام نفسك اولا حتى قبل من ترد عليه .. وهذا هو المهم بالامر كله ..

وبعد هذا تستطيع عزيزي القارئ ان تعرف مدى امية بعضنا عندما تكون ردود اقواله كردود افعاله طفولية لحد السذاجة مما يسمح بوضعه في خانة السطحية وقلة التربية التواصلية والانكى من ذلك في خانة (اللانانية) من ناحية احترام النفس ..

التعليم ليس دليلاً أكيداً على التربية بل هناك من يحمل عدة شهادات علمية مؤسساتية دون (تربية تواصلية) مع الناس وحتى مع نفسه .. وهذه هي الأمية التربوية التي أقصدها دائماً .. التربية أعلى من التعليم .

التعليم طارئ .. والتربية أصالة .

جميع قادة التاريخ الإنساني الأفاضل أخلاقياً كانوا متربين أكثر مما كانوا متعلمين .. وجميعهم بلا استثناء اعتمدوا مبدأً بسيطاً بالتواصل قبل مادة الكلام هو (الكيفية) التي يعرضون بها كلامهم والكيفية التي يستمعون بها ..

حسن الأصغاء حتى قبل حسن الكلام .. هذه هي هوية أي محترم في التاريخ البشري سواء كان الأمر على المستوى الجماهيري من قبل القادة والمصلحين أو على المستوى الفردي وحتى بين الإنسان ونفسه ..

التربية التواصلية الناجحة ..

حسن الأصغاء لا يعطي الفرصة للمتحدث أن يكمل ما يريد بلا مقاطعة بل يحفزها لاختيار أفضل ما لديه من الكلام فعندما يشعر المتحدث أنك مستمع له باهتمام حتى يكاد أن يطمئن أن لا أحد يقاطعه ، سيسترخي قليلاً ثم يبدأ بانتقاء أفضل ما لديه من الأفكار التي يريد قولها بعد التقاطها من عقله وربما سوف يحسن (

(الاختزال) بما يريد قوله وعندها يكون الموقف لصالح عدم الاسهاب الملل احيانا .. !!!

جرب .. وإن شئت ان تقاطعه فلا بأس بعد ان يكون قد اكمل القطعة الاولى من المراد حديثه الا ان العيب الاكبر بهذه العملية واقصد بها الاصغاء الجيد هو ان الآخر سيعتقد انك مستمتع بحديثه .. مما يشجعه على (التمدد) اكثر في محيطه الاقليمي ! فيبدأ بالزحف لـ (فكرة اخرى) مرتبطة باي خيط بالفكرة الاولى وهذا ما لا يمكن السماح به .. وعندها تستطيع التدخل للمقاطعة .. هنا فقط وليس قبل ذلك .. ولا بعد ذلك ..

ان عملية الرد على من تقابل تعتمد كثيرا على ما يجب ان ترده اكثر مما يجب ان تجبه ..

ان حبك للرد على اي فعل كلامي او سلوكي خارجي يعتبر جزءاً من نفسك وهذا مهم الا انه لا يد لك فيه باعتباره قادما عليك و ما يهمننا هنا ايضا كيف تفهم ما تسمع وترى .. ثم كيف تتفاعل .. ثم كيف ترد .

كيف تسمع وترى .. هي كما هي .

كيف تتفاعل تعتمد كما ذكرنا قبل قليل على قانون مغاير تماما للقانون الطبيعي برد الفعل على اساس الفعل ونوعه واتجاهه وقوته .

ما يعدل هذه المعادلة الرياضية هو (المعالجة) اي بعد استلامك لقول احدهم ورؤيته ستقوم بعملية عقلية سريعة قبل اي رد لمعالجة المعلومة من حيث :

- 1 . ما هو رصيد معرفتك بهذا الذي يتحدث معك . ؟
- 2 . ما هو رصيد المحيط الذي تعيشه ؟
- 3 . ما هو مقدار صبرك على تحمله ؟
- 4 . ما هي مصلحتك النفسية اولا من الرد عليه واي نوع من الردود يستحق هذا الانسان . ؟
- 5 . ما هي مصلحتك الدنيوية النفعية منه ومقدار توضيحتك بمجاملته وهل هي فوق طاقتك وطاقة مبادئك ام دون ذلك . ؟
- 6 . ما هو مقدار الزمن المخصص للرد عليه مع احتمال (تداعي) الموضوع و (تشعبه) للحد الذي لا يسمح به وقتك وليس وقته هو ؟

بعد تجميع هذه الظروف النفسية الخاصة بك تستطيع وبشوان ان تجمع ما لديك ك (رد) فعل ... هذا كل ما في الامر .

اما (رد الفعل) هذا فيعتمد كما هو معروف على :

اولا : اللغة المنطوقة وهي المتعارف عليها .

ثانيا : (مَسْرحة) الكلمة ... اي كيف تنطقها بما تحمله انت من احاسيس لحنية تؤدي بنفس الكلمة لاداء دور اضافي للكلمة

المنطوقة ذاتها .. وهذا طبعاً معروف ولا جديد لديّ فيه .. فمثلاً كلمة (لا) تستطيع ان تقولها بلطف ، بقسوة ، باشمئزاز ، بميوعة ، بذكورية .. الخ .

اذن الكلام المنطوق او الكتابة تعيش حالة من (قصور جبري) باداء واجبها كوسيلة تواصل مع الناس ويقال بالدراسات الحديثة ان تلحين ومسرحة الكلمة اكثر من المكتوب والمنطوق من الكلام نفسه بالتأثير .. واطن انك معي بهذا الامر ايها القارئ المتورط حتى الان .! . رغم اختلافك معي بكثير مما جاء سابقاً .. ولكي نقع على نتيجة محددة من هذا الموضوع بالذات ، نخلص للقول ان الكلمة التي تريدها ان تكون (ردة فعلك) على الآخرين يجب ان تحمل شخصيتك انت فلا هي كالقانون الفيزيائي من حيث نفس مقدار القوة وعكسها بالاتجاه ، وهي مقتصرة على الكتابة بالرد او الكلام .. بل بـ (مسرحة) هذه الكلمة والجملة والموضوع ككل لتصل في نهاية الامر لافضل واقصر قنطرة تواصل ممكنه مع سواك شيئاً كان او حسناً عدواً او صديقاً حبيباً او غريباً .. واتشدد على لفظة (مسرحة) على حساب (تلحين) لان الدور الذي تقوم به بتلحين الكلمة قد يحتاج منك تعابير وجه وحركة يدين وربما حركة جسم جزئية لتعزيز قوتها على الآخر وحسب ما ترغب لها بالوصول له على ان تبقي نفسك انت بالذات دائماً بمنأى عن اية

مهارات غير منصفة بحقك عندما لا تجد من يسمعك جيدا او لا يحسن التحدث معك .

ان اهتمامي بهذه الفقرة بالذات اكثر مما يجب وربما في فقرات قادمة سببه ببساطة ان اللغة بالنسبة للبشرية حتى اليوم هي المفتاح الاكثر اهمية بالتواصل رغم احتمال حصول تطور تقني مستقبلي يسمح للانسان بان يتواصل عبر (التلياثي) اي التواصل عن طريق الخواطر العقلية غير المنطوقة ولكنني اشك جدا بان ذلك سيخدم روح السلام الانسانية بهذه التواصل ما لم (تتمسرح) الكلمة والجملة والموضوع ضمن مستطيل مسرح المحادثة التقليدية الذي يمرر مشاعرك كداعم للغتك وليس العكس ، فاغلبنا لا يجيد التعبير ، الا ان احساسه مفهوم من قبلنا بل نقدر للكثير من نقابل ، احساسهم الرقيق المهدب وطيبة قلوبهم على حساب لغتهم التي يتواصلون بها معنا باعتبارها اداة سلبية تشوه سمعة المتحدث مما يجعلنا نفضل ان يعبر عن احساسه باقل كلام ممكن دون ان يخسرنا عندما يتحدث بقلة نضج وذوق .

ان اعظم ما يمكن ان يفعله الانسان من تربية ذاتية تواصلية هو ان يحول لغته الداخلية التي ستمر الى الخارج ، مجسمة ملونة .. بثلاثة ابعاد وبالالوان الكاملة للطيف ..

تصور عزيزي القارئ وانت تفكر اولا ثم تتحدث بلغة تحمل التجسيم والتلوين على مسرح فني امام جمهور يتكون من شخص

واحد هو حبيبك او حبيبتك .. هو والدك او والدتك .. هو صديقك او صديقتك .. هو ابنك او ابنتك .. بل الاعظم من ذلك عندما تبدأ برحلة نفسك منك لتتحدث معها بهذه الطريقة المتحضرة التي تليق بك كإنسان راقٍ .. سيما ان رقي (الإنسان المتمسرح) الفنان لا يحتاج لقرن حادي وعشرين ولا (تكنو) الحضارة المعاصرة .. بل هو جزء اصيل من ذوق الإنسان منذ مهد الحضارة البشرية وسوف يستمر فالكثير من اسلافنا الذي تفاهم الله جلت قدرته قبل الاف السنين كانوا يتحلون بهذه التربية الراقية ، فطريا وماتوا وماتت معهم واستمر وجودها بسواهم كلما عبرت شريحة من البشرية عبر التاريخ وتستمر ليومنا هذا وسوف تستمر بانجاب الإنسان الراقى الفارس السامي من لوثة الرعاع بالذوق .. كما هو العكس ايضا حيث الرعاع تاريخيا منذ بداية البشرية وحتى اليوم رغم كل ظروف التقنية والتعليم المتقدم والشهادات العالية بتخصصات ادبية وعلمية معروفة عالميا ، الا ان هؤلاء لا يزالون في حالة تخلف حضاري يعود لعصور ما قبل التاريخ من ناحية التصنيف الذوقي وليس (التصنيف التقويمي) الذي يعيشونه اليوم معنا ، فهؤلاء قد بعث القدر بهم من انفاق التاريخ المظلمة بضحالتهم و سطحتهم وقلة ذوقهم وحشرهم حشرا بايامنا هذه .

ان (فوتوغرافيا الكلمة) تعبير شبه ساذج عن مطالبة وجودية لسيادة بشرية على ذاتها المتخلف .

ليس مهما ان يتقدم العالم اليوم على صعيد الوصول خارج المجموعة الشمسية و السفر بالفضاء والقضاء على الامراض بل على مستوى سمو الانسان الانسان الحقيقي لوضعه بمرتبة تليق بهذه التسمية الانسان ..

الانسان بلا ذوق في الكلمة ، لا يزيد عن حشرة تعيش وتموت غير مأسوف عليها ..

إن كلبا يفهم معاني ما بين عيني من الاحساس ، ارقى مائة مرة من مائة انسان لا يحسنون الاستماع ولا الحديث .. !

يتحدث هذا مع هذه كما لو كان مجرد حنجرة ناطقة ليقول انه انسان .. هذا لا يكفي .. هذا ليس شهادة مرور لعاطفتها اذ كيف تثق بك كـ (انسان) اولا بل كـ (حيوان ناطق) وربما حيوان غبي .. فالحيوان عادة اذكي بالذوق من الانسان (المتحيون)

..

الاحصاء الحقيقي الانضج للبشرية لا يعتمد على المقاييس الحالية من حيث (العضوية) البشرية كما هي كـ (اجسام بشرية) لكي تحصل على هوية (مواطن) بل على هوية (كائن حي) فقط فاذا ما امتلك الذوق اتجاه ذاته اولا واحترمها ثم اتجاه الآخرين من

الناس واحترمهم ثم اتجاه جميع الكائنات الحية واحترمها ثم الطبيعة واحترمها ايضا .. فهو (انسان) ..

لو كان بيدي الامر لما اعطيت بطاقة مواطن الا لمن يتحلى بالذوق الرفيع والحس المرهف والمحترم ذاتيا بصرف النظر عن اي مؤثر اخر مثل الشهادة او المال او السلطة او الجاه او النسب او الدين او القومية او الوطن ..

لا بأس بعد هذا الاستعراض ولكن على الانسان الجاهل بالامر التصرف .. اما العارف بالامر ثم الابقاء على ما هو عليه تحت اية ذريعة ، فهي ليست خيانة للآخرين من قبل هذا الكائن المعتوه .. بل بحق نفسه هو ..

من لا يحمل الفروسية اتجاه الناس لا يمكن ان يكون نبيلاً مع ذاته .. العفو رحمة .. التسامح سمو .. التواضع رقي .. التغاضي نضج .. الذوق انسانية .. فمن لا يتمتع بهذه الصفات مع نفسه اولا ثم مع كل ما يحيط به فهو ليس انسانا على الاطلاق بل هو مخلوق حقير لا يستحق حتى لفظة (حيوان) .. القوة بهذه الصفات .

الاقوياء وحدهم من يحق له الحياة لانهم فرسان من الجنسين نساء ورجالا على حد سواء .

الفروسية ليست قرينة عورة نسائية او رجالية كما يظن او يعتقد البعض حتى ، بل هي القوة بالذوق اولا وما عدا ذلك فلدى

الحمار ما لا يختلف عن الانسان بهذه الناحية ولدى البقرة ايضا ما لدى الانسان من الجانب الآخر فلا فضل لاحد على احد بعضو او فتحة ..!

ما (فوق) ذلك هو الفیصل ، لا ما (تحت) ذلك على الاطلاق بل هي الاهانة الازلية لانسانية الانسان السامي .. السوبرمان الذوقي وليس القوي عضليا او عضويا او عسكريا او سلطويا ..

ما اغبى نيتشه عندما يتحدث عن سوبرمان غبي لمجرد انه قوي على ضعفاء .. لمجرد انهم لا يستطيعون مجاراته لطارئ ظرفي وقف عليه دون سواه .

الضعفاء فعلا هم ابناء البشرية غير الشرفاء من الناحية الاخلاقية النفسية المبادئية وليس الضعفاء ماليا او تعليميا او تحت اي مؤشر تقييم آخر .

لقد احتقرت بحياتي من المتعلمين اكثر بكثير ممن احتقرت من سواهم ممن لا يحمل حتى شهادة الدراسة الابتدائية ..

المتعلمون بلا ذوق عبارة عن يرقات مؤسسات مستبدة بغباء ممنهج مقارنة بالشرفاء خارجها ممن يحمل بالفطرة او التربية المكتسبة او المتوارثة قيم الشرف وعظمة السؤدد الذوقي .
التربية أم التعليم .

التربية اساس اي حدث يرتفع بالانسان لمصاف الانسانية
الاخلاقية وليس كما هو متعارف الانسانية (العضوية) التي تجعل
من كل من له مواصفات غبية كراس وجسم وساقين وعورة
وقدمين ، على انه (انسان) !!

ما اغبى معايير تقييمنا لذواتنا .. حتى اليوم .

علينا التخلص من ازلية الفكرة المقدسة عن كون الانسان الانسان
هو الانسان (العضوي) الذي يتحلّى بصفات انثروبولوجية
حسب تصنيف زمرة معقدة من علماء الجنس البشري وتطوره
العضوي ..

انهم يأخذونه كما هو حيوانا (جنينيا) يدرسون كل ما يحيط
بخللاياه وتطورها وخارطته الجينية دون ان يفكروا ان من
يدرسون ليس بالضرورة انسان لمجرد ان معاييرهم تقيّمه على هذا
الاساس ..

من قال ان (اساس) معاييركم هذه هو (المتفق عليه) من البداية
؟..

لا تضع لي مؤشرا انت ترضاه ثم تحاول ان تفصّل كل ما تريد على
اساسه ..

انا لا اثق بمعيارك فكيف اثق بنتائج تقييمك .

انت تعتبر مثلاً ، ان كل من لديه عيون زرقاء جميل ثم تخرج باستنتاج تعسفي تقول بعده ان كل من (ليس) لديه عيون زرقاء قبيح .. !! كأنك حجزت مقعد الصفوة اولاً حسب ما تشتهي ثم وضعت ما يناسب هذه الصفوة من مؤشر تقييم ..
هكذا هو حال التقييم السائد غالباً في مجمل المنظومة البشرية للمعايير الاخلاقية الحالية ..

من قال ان رفض الدين بالكامل سيحقق للجسم الحرية مهما كلف الثمن حتى لو كان الانتحار كما تتبجح بعض الفلاسفة الغربية ؟

من قال ان قيم الحشمة والتشذيب وتقليم اظافر الحيونة الانسانية لدى بعض الاديان مثلاً سوف يستعبد الانسان .. ؟
انه سيقلص من حرية (جسده) جزئياً لكي (يتحرر) عقلياً ..
من قال ان حرية الجسد اساس الرقي الغربي المعاصر الذي يشيد به الكثيرون بل يقلدونه على اساس انه رفاهية بل وحرية حتى ..
الا اللهم على اساس تكريس دونية القيميين من الناس السادة على ذواتهم المحترمين باخلاقيهم لاسباب عقائدية ترقى لمستوى تحطيم العالم كله اخلاقياً لبناء (انسان حيواني) جميل بدنياً عفنٍ اخلاقياً .. وهذا ما بدأ بالافق واضحاً حيث تحولت مجتمعات كاملة في العالم الغربي وكأنها حضائر حيوانية تمارس الجنس والخلاعة على انها جزء من الحرية ..

نعم هي حرية جسدية وليست حرية اخلاقية عقلية تجلب الطمأنينة للنفس بل تسحقها لحد انتشار الانتحار بين هذه الاوساط وهذا لا يعني ان الشرق المتخلف علميا عموما يحسن اختيار ذاته الاخلاقية من الناحية الذوقية ايضا بل يكاد ان يكون مفلسا هو الآخر فلا حرية جسدية ولا حرية ذوقية في كثير من المواقع المناققة تحت عباءة الدين البرئ منهم ..

اذن القضية قضية انسانية وليس بحدود حضارات تكنولوجيا .. كما ان مرجعها الاساس هو الانسان اينما كان في هذا العالم العائلي الخاص بنا والذي يجب ان يمارس الانسان فيه دور الممثل المحترم مع ذاته او لا صوب (خير) الفرسان ، ومع الجميع بعد ذلك تحت نفس اللائحة المحترمة .

فوتوغرافيا الكلمة .

فوتوغرافيا الروح .

فوتوغرافيا الحياة ..

انها التربية الاعظم على كل مراحل تاريخ البشرية القادم .
 الفوتوغرافيا التواصلية هي باختصار ان تفكر قبل رد الفعل سواء على مستوى عقلك معك ، او على مستوى رد الفعل على الله سبحانه وتعالى او مع الاخرين او كل شيء ميت يحيطك هي اعادة تنسيق لوحة ردود افعالك على كل شيء .. ولا بد من التأكيد هنا ان يجب ان يكون في داخلك اولا ..

اكرر داخلك اولاً ..

العالم السعيد فيك انت مهما كان الخارج ..

الفوتوغرافيا امران من حيث (التشكيل) :

اولاً : التجسيم .

ثانياً : الالوان .

وهي امران من ناحية (الهدف) :

اولاً : انت .

ثانياً : كل ما عداك .

وما المقصود بذلك ؟

التشكيل باختصار هو تحويل التواصل اللفظي الى حالة مجسمة ..

فلو تصورنا ان كلامك عندما يكتب على ورقة فسوف يتم

استقباله على اساس ادنى ما يمكن من التعبير المجسم . لماذا ؟ لانه

يكتب كما لو كان عظماً وعلى القارئ ان يتولى وضع اللحم عليه

ثم عليه ان يلون اللحم بما هو جميل ثم يطلب منه ان يتلقاه .. ولا

ادنى من ذلك جفافاً وبلا روح غير الرياضيات ..

فعندما تكتب على ورقة (قولاً ما) يخصك انت :

$$. 4 = 2 + 2$$

ان ما يتلقاه الآخر لكي تتواصل معه هو معادلة تخلف من روحك

الشخصية انت بالذات بالنسبة له فهي ارقام لا اكثر ولا اقل ..

اما مضامين هذه الارقام فعلى المتلقي ان يفهمك كما يريد هو اكثر مما تريد انت وهذا النوع بالذات من الاقوال يعتبر (خطأ) واحدا بكفاءة اية لغة تقال لكي تفهم .. اما اذا تطور الامر اكثر وتحول (قولك) الى كلمة مثلا :

... نعم ..

عندها يتوقف المتلقي من قراءة ورقتك هذه لكي يفهمك ولكن بسهولة اكثر فلو استبدلنا الكلمة مثلا بكلمة ثانية ولتكن :

الشمس . الحياة . نادي ليلى .. كلية .. الخ .

فان كلمتك هذه التي كتبتها لم تقلها بلسانك انما تحمل آخر من مجرد رقم من الرياضيات والسبب هو استعداد الآخر لوجود رصيد سابق يستطيع من خلال دمج مع كلمتك ليفهمك اكثر .

بدأ التواصل بالنجاح تدريجيا .

فاذا كانت الكلمة عبارة او جملة فان الامر لا يزال في حدود البعدين ..

مثال على ذلك :

صباح الخير .

انت رائع .

انت مجرم .

عيد سعيد .

عيد ميلاد سعيد .. الخ .

لقد تقدمنا الان من الارقام المكتوبة ليقرأها احدهم فيفهمك ،
الى كلمة ثم الى عبارة ثم جملة .

التواصل يتحسن .. كفاءة التواصل تتحسن .

والان . حاول ان تكتب على ورقة :

(عيد ميلاد سعيد) وارسلها لاحدهم ليقرأها ثم جرب ان تقف
امامه .. اعد نفس الجملة ولكن هذه المرة ان (تقولها) .

ما الفرق ؟

عندما قرأتها فانك اضفت لها اللحن الخاص بك .

اضفت لها جزءا من شخصيتك .. جزءا منك .. لم تعد مجرد عبارة
قد يشترك بها الجميع .

دع احدهم يقرأ جملة (عيد ميلاد سعيد) ثم قف امامه وقل نفس
الجملة بـ (اشمئزاز) : (عيد ميلاد سعيد) ثم اعد الكرة وقف
امامه وقلها له بـ (حب) (عيد ميلاد سعيد) .

حاول ان تتصور كيف يتم تلقي هذه العبارة ذاتها ولكن بثلاث
طرق : الاولى وهي مكتوبة ميتة والثانية وهي تقال بلحن احساس
سلبي والثالثة بلحن ودي .

السؤال كيف يتم تلقيها ؟

هنا دخلنا بالبعد الثالث للكلمة والجملة وحتى الموضوع .

الرياضيات هي البعد الاول .. وهي تقال هو البعد الثاني وهي تلحن هو البعد الثالث ..

هنا نكون قد عرفنا معنى الابعاد الثلاثة للمفردة .. الكلمة والجملة والموضوع ..

كيف تقول الكلمة والجملة والموضوع .

ضعه بإبعاده الثلاثة لتكون قد اديت عملك كما يجب ولم يبق الا (اللون) .

ان بعض من يعرف كيف يكتب يقوم بإنشاء بعدين او حتى اكثر بنفس الوقت كما لدى بعض كبار الكتاب فطريا او احترافيا ..

بعض الكتاب وبعض الخطباء يحسنون تحويل كلماتهم وجملهم ومواضيعهم بقدرة فطرية وموهبة عالية الى بعدين وثلاثة حتى .

ان بعض هؤلاء حينما يختار ما يكتب يضيف للكتابة ما (يوحى) بالبعد الثاني فتجد تأثيره في نفسك لمجرد ان تقرأ رسالته ..

انه من الكفاءة ما يجعلك تشعر به تشعر بأشمتزازه او حبه .. تشعر

انه لا يتحدث معك فحسب بل يكاد ان يلامس احساسك ايضا

..

يفهمك اكثر منك ربما الى حد ان يتحدث معك بالكتابة فقط ..

هؤلاء من القوة بالتعبير التواصل من هم على ندرة عالية كما هو

حال بعض العباقرة من كتاب الشعر والقصة والرواية والمسرح والمقالة والخطبة ..

ان بعضنا من النثر ما يحمل البعدين والثلاثة دفعة واحدة اثناء الكتابة وهو النثر الرفيع مقارنة ببعض النثر وان حمل المادة الجيدة الا ان عرضه لم يكن موفقا .. وهنا تكمن نقطة ضعف بعض العباقرة من ذوي الطاقات الهائلة بالتواصل الا انها (مادة) بلا (كيف) .. انتاج بلا تسويق .. وهي مثلبة رغم ذلك على حسن نية صاحبها .. ببساطة لانها لم تصل كما يجب للمتلقي .

اما (اللون) فهو الشحنة العاطفية التي تضعها ليتهاهاها الآخر الذي تريد التواصل معه وليس ما يضعه (هو) على ما تقول (انت) .. فلا تتوقع ان تقول انت (أمرًا ما) لكي يضع الآخر نيابة عنك احساسك ثم شحتك الايجابية من ود وحب واهتمام .

انه واجبك طالما اتخذت لنفسك دور (المتحدث) اما لو كنت مستمعا ولم تتلق ذلك لاي سبب كان و اردت التغاضي وهي صفة رائعة فلا بأس ان تضع شيئا من احساسك العالي بما يقول سواك خاصة عندما لا يجيد صناعة التواصل السلمي ..

الكثيرون ممن نعرف نعرفهم بنواياهم و قريهم منا .. ونعلم كم هم على مستو كبير من هذا القرب لنا ومع ذلك فهم لا يحسنون فن الابعاد التواصلية بنا ولا بالوان تزويقها ..

ساعدهم على ذلك .. استمع لهم وتكلم عنهم وانت ساكت ..
ضع احساسهم واستقبله و اطرّ سداجتهم والتقطها و لَوّن
ابعادهم وانظرها .

لا تتوقع ان الجميع يحسن الحديث رغم عراقه عقلياتهم وعلوّ
كعب علمياتهم وقوة حكمة عواطفهم ..
التسويق غير الانتاج .

عندما تقول ما تريد و تضع احساسك مع ايجابية هذا الاحساس
بما يناسب ذوق المتلقي تكون قد قطعت شوطا كبيرا لا باحترام
الآخر وهذا مهم فحسب بل باحترامك لنفسك انت وهذا هو
الاهم .

الكبار كبار ..

تعلم ان تكون كبيرا باحساسك عنك لتكون كبيرا .. بصرف
النظر عما وعمن يحيط بك .

من لا يستطيع الصعود لك .. لا تنزل له .

ليس بجرة قلم ستجد من يستمع لك كما تريد او ان يحدثك كما
تحب ان تسمع ..

انها جولة قد تأخذ منك حياة كاملة دون ان تحصل على ربع ما
تتمنى .. مع ذلك كن كبيرا .. هدفك انت .. الكبر هو لك .. لا
تتوقع من الاخرين ان يصفقوا لك .. بل ربما العكس حينما

يجدونك غير مكترث لسؤاتهم .. قد تجد العكس .. العناد لنجاحك واحترامهم .. التربص لترفعك بصغائرهم .. السخرية من قمتك بجحورهم .. مع ذلك كن كبيرا ..

اليس الكبار كباراً ؟ !

ان تعلم فن التواصل بالمحادثة مع الناس يجب ان يكون من اولي اولوياتك وهذا يعني ببساطة انك قد تخطيت اول دورة التواصل مع نفسك .. فمن لا يتعلم كيف يتعامل مع نفسه باحترام ومن لا يأخذها بنظر الاعتبار ومن لا يقيم لها وزنا باعتبارها آخر الناقدين لك وآخر المظلومين عندك وآخر من الغاضبين منك ، لن يتعلم ابدا كيف يتعامل مع الاخرين بنفس الاحترام بل يفعله (الاتيكيت) ويتصنع الذوق و يتحايل التقريب حتى يتعب ثم يقع بانهيال التزييف و حفر التزلف ونفاق الروح ..

لا تنافق احدا مهما كان حتى كان الله جلّت قدرته .. فانت اكبر من ان تنافق احداً .. واقصد بصورة خاصة نفسك .. كن مخلصا صادقا معتدلا مع نفسك اولاً ومع الله جلّت قدرته ثانياً ومع الاخرين ثالثاً ، ستجد انك سامٍ ، مهما كانت جغرافيتك وتاريخك ..

لا تنافق الله سبحانه وتعالى طمعا او خوفا عندما تتحدث معه في سرّك على افتراض ايمانك بوجوده بل كن واضحا .. فالمستقيم لا يخشى الزوايا .. كن مستقيما مع الله ولو كنت على خطأ او سهو .. خذ الامر على محمل الجد بان تسوي علاقتك بربك من زاوية تطوير امكاناتك بتقليص اخطائك ونزواتك وظلمك لنفسك وسواك .. كن واضحا .. قل انا اخطأت .. ببساطة .. ثم قل انا آسف .. واتبعها بجدية واخلاص ونظافة وقل سابدل جهدي بعدم تكرار ذلك مستقبلا حتى لو تطلب الامر مني بعض الوقت وبعد التجارب الفاشلة ولكنني جاد ايها الرب العظيم .. خذني على جديتي فانا اصدقك الوعد ولا انافكك المستقبل ..

تعلم ان تكون صريحا مع ربك .. كما انت صريح مع نفسك .. تعلم النظافة الروحية مهما كانت طقوسك الدينية وبغض النظر حتى عن دينك وحتى على افتراض الحادك .. ولا بأس ان كان ذلك يرضيك .. دعك مع نفسك بوضوح ..

تعلم ان تحترم نفسك من خلال الوضوح وعدم التحايل وكن معتدلا بشروطك على نفسك لسهولة تطبيقها عليك اولا و عدم خيبتك منك لو زادت عن امكاناتك المتواضعة في بداية تربيتك الجديدة فانت لست مصلحا يشار له بالبنان ..

انت ما زلت في بداية شوط اعادة النظر بارشيفك الامني النفسي
الخاص بك والذي لا يحقق معك فيه ، غيرك ..
قف متهمها و مدافعا وقاضيا بلا اية مجاملات ..

تعلم ايجاد اخطائك و فرزها والتعاون معك انت اولا لتخفيفها
وتقليصها والقضاء عليها تدريجيا وبالتقسيط المريح جدا .. فذلك
ادعى للخير لك انت اولا من البقاء في حفرة الامان الكاذب
الرخيص الى نهاية عمرك ..

تعلم بساعة تنبهك لنفسك انك لست نبيا وانك على حق
باخطائك وانك لست سعيدا عادة بالتحدث مع نفسك ، خاصة
اذا لم تكن قد جربت من الاساس عدم الحديث معها وقت الفراغ
لتقييم عملك اليومي معها ..

لا تؤاخذها على الصغيرة والكبيرة بل ان تتواصل معها فان
استحققت الثناء فعليك به و دعها تتمتع بثنائك .. وان كانت
تستحق اللوم فلا تقسُ عليها وعاملها بشيء من لطف الاستاذ
الابوي تجنبنا لخدشها بسبب التصويب الذي قد يؤدي بها لكرهك
حتى لو كنت على حق الى حد انها ستفرض منك حتى لقاءك
مستقبلا ..

لا تندفع بندم وتعنيف نفسك ، فلها من تراثها ما لها ..
خذها بهدوء فقد تعبت معك وتستحق الاحترام لو تواصلت
معها وجعلتها تمر بمراحل التعليم التقليدية المتابعة من الصف
الاول ثم الثاني ثم الاعدادية والثانوية وهكذا ..

لا تتوقع من نفسك ان تحصل على بكالوريوس تربية ذاتية في مرحلة قبل ذلك مهما كلف الامر بل كن معها رحيما بمراحل تعليمها تربيتك الجديدة التي تعتمد (احترامك لها واحترامها لك) .

لا تسامحها .. ولا تقسُ عليها ..
لا تسكت لها ولا تعنفها .. بل تحدث معها ولا تتغاضَ اخطاءها
انما اللين والحسنى .. والا .. لانفضتُ عنك !
ليست الغلاظة ما هو المقصود بسوء التصرف عند النصحية مع
الاخرين فحسب بل مع نفسك اولا ..
لا تعش غيوبة الوثنية للاخرين على حسابك ..
لا تلم نفسك كثير من اجل الاخرين بل لمها اذا استحققت ذلك
من اجلك انت اولا ..

انت الاستاذ الطيب المتسامح المعلم .. وانت التلميذ الجاهل
القاصر الراغب بالتعليم ، على ان لا تأخذه مأخذ طالب
الدراسات العليا لتحاسبه على اية زلة بعنف .. تفهم اخطاءه
وناقشه بمرونة وشجعه ان يتفاهم معك ثم اخرجها انتم الاثنان
ولست وحدك بقرار تحويل هذه الديون لمراحل وفي كل مرحلة
خذها بالتشجيع ..

عليك ان تثق وتحب نفسك اولا .. والا فلن تستطيع ابدا ان تثق
باحد او ان تحب احد ..

احبب نفسك .. تحب غيرك .

ثق بنفسك .. تثق بغيرك .

تعلم انت مع نفسك كاناني محترم ان تعيش الابعاد الثلاثة بـ (كيف تسوق نفسك معها) حتى قبل ان تدخل بصلب اي موضوع مناقشة ومهما كان مهماً ..

تعلم ان تكسب ثقتها بك بحيث لا تواجهها ابدا للتوقع منك الملامة والسخرية واليأس والاحباط ..

علمها كيف تستقبلك بابتسامة المتسامح لتقبل منك فيما بعد اي شرط تطلبه منها ..

لا تتوقع ان يقبل احد بشروطك مهما كانت لينة وانت تسوقك نفسك كفصّ غليظ اللغة ..

عامل نفسك بالابعاد الثلاثة من رقة الحديث فهي لك ومعك حتى لحظة وفاتك ولن يعيش معك احد سواها ولن يقاسمك الحلوة والمرّة سواها .

لا تعتقد ان زوجة او زوجا سيقاسمك كل شئ في حياتك كما يظن الكثير من المتزوجين ! ولا تعتقد ابدا ان صديقا واحدا بالعالم يستطيع ان يتفرغ لك بالكامل الى حد الدخول لخاصيتك تماما ليقاسمك كل شئ وفي كل الاوقات ، تفاصيلك الخاصة والسبب

ببساطة هو انه ذاته مشغول بنفسه عنك ايضا وله كل الحق . فلا تلقِ على الآخرين مسؤوليتك الخاصة بك ..

كن انت كما انت ودع الآخر كما هو له .. سيما ان هناك الكثير من مساحات التلاقي ولكن ليست كاملة مثل ما هو الامر بينك وبين نفسك .. لا اقصد العزلة على الاطلاق ولا البحث عن الوحدة وهي سرطان الانسان بلا شك ولكني اقصد منطقا عقلانيا يقول ان اثنين في هذا العالم لا يتشابهان مهما كان قربهما لبعضهما البعض كالام وابنها والاب وابنته والاخ واخيه وما الى ذلك والسبب هو ان لاي منا حياته الخاصة بحكم احتماله دماغا واحدا فقط وليس دماغين بنفس اللحظة ونفس المكان ..

انه المستحيل ..

ليس لدينا كافراد الا التعايش مع هامش التلاقي المقبول اجتماعيا وهو كاف جدا للحفاظ على الاجتماع والانا بنفس الوقت .. فلماذا تتداخل الاوراق ليفسد على الاثنين معا الاجتماع بالآخرين والتفرد بالانا ؟

تعلم ان تتفاهم تدريجيا مع نفسك بهدوء ..

خذ الخطوة الاولى بالتعارف بدون اية مناقشة عن اية خطط مستقبلية مهما كانت مهمة ، فالمهم في هذه اللحظة هو التعارف والاحساس بالطمأنينة من لقاءكما ..

كرر المحاولة لمدة قصيرة لا تزيد عن دقائق بالبديهة ..
 تعلم ان تعيش الامر مرة واحدة مثلاً باليوم ولعدة دقائق فقط .
 كن مع نفسك .
 ابتسم حين تدخلها .
 عانقها لو كان باستطاعتك على ان لا تتعجل الدخول بآية
 مفاوضات ولا مناقشات معها فالخطوة الاولى هذه على درجة (هائلة) من الاهمية ..
 لا تتكلم ابداً معها الا بما يطمأنها منك ..
 اثن عليها ..
 انظر لاجمل ما بها فقط ..
 تذكر مواقفها الحلوة التي كانت بها ضحيتك او ضحية سواك
 خلال اشهر وسنوات سابقة ..
 تذكر لها افضل ما بها من حرص و تعاون معك
 رغم مظلوميته من قبل الآخرين ..
 تذكر كم صبرت معك على الكثير من الاحوال السلبية .. ومع
 ذلك فهي ما تزال مسلحة وبنفس الخندق معك ..
 تذكر انها لم تأخذ (استراحة) منك ومن مشاكلك كل هذه
 السنوات ..
 لقد اثبتت على الجميع . مدحت الكثيرين ممن لا يستحق . خدمت
 العديد من الجاحدين . زرت المئات من صغار الناس بلا سبب

كاف لولا مجاملة ليست مجدية ولم تعط ثمارها وضاع تعبكما معاً فيها ..

انها رفيقتك اكثر من اي شخص آخر مهما كان قربه منك ..

ليس الزوجة شريكة حياة .

ليس الزوج شريك حياة .

نفسك هي شريكة حياتك ..

فاذا ما اطمأنت لك .. وبدأت تتحاور معها دون ان تنزعج منك

فابدأ بالتدريج بمناقشتها .. بماذا ؟

اياك ان تبدأ بالاختفاء ..

اياك ان تستهل زيارتك بالعيوب ..

ابدأ بانتصار ترك معها ..

تشدد على كشف افضل ما بها واعلى نجاحاتها مهما كانت ضئيلة

وحاولا معا ان تعرفا سر هذه النجاحات ثم صَعا قائمة بشروط

تحقيق افضل نجاحات مستقبلية ممكنة على الاسس ذاتها وربما

تطويرها .

انها الخطوة الثانية ... مناقشة النجاح واسبابه . فان تقدم الامر مع

مرور الايام والاشهر وربما السنوات ابدأ بالخطوة الثالثة وبحذر

شديد حيث مناقشة العيوب والاختفاء المتكررة بروح منطقية

التحليل العلمي وليس الشتيمة والسباب واللوم .

هناك مبررات كافية دائماً لاي خطأ .

هناك ظروف فوق ارادتك انت ونفسك وقد فرضت عليكما فرضاً ولكن هناك هامش من عدم تدخلكما باللحظة المناسبة لايقاف الخطأ .. لا بأس .. المرة القادمة ستتعاون مع نفسك بتلافي هذه النقطة بالذات .

اعد الامر مرة اخرى وحاول ان لا تنسى واياها مكمّن الخطأ فاذا بدأتما بوضع خطط الاصلاح ف (يجب) ان تكون الحلول فوق طاقتك او ان تكون سريعة ..

هناك دائماً هامش من تدخل الآخرين والظروف ولهذا ليس كل ما تكتبته مع نفسك من شروط تقويم الاخطاء يجب ان يتم بوقته ومكانه .

ضع مساحة كافية لاية استثناءات محتملة .

لا تنخذل لمجرد حدوث عراقيل ..

لا تكن طموحاً فوق العادة بانجاز نجاح فاغلب الفشل بسبب الطموح العظيم ..

تعلم الخطوات كفطيم مهما كان عمرك ..

لا حوادث طرق بلا سائق ..

المركبات ليست هدفاً لنقد .. لنكن واضحين .

لقد سرنا طويلاً انت وانا عزيزي القاري بما يجب ان نتعلمه لنترقى مع انفسنا اولاً وبمجرد بؤادر التجربة مع نفسك حول البرنامج

بالكامل لسواك .. لقد بدأت تصبح استاذا صغيرا مع نفسك
فقدم اوراق اعتمادك لمجتمعك والمحيطين بك وتفاهم معهم
ضمن نفس الخطوات تماما التي بدأتها معك . الخطوات الثلاث
السابقة تماما وبنفس التدرج ..

لا تتوقع من احد ان يقفز معك مراحل الدراسة لمجرد انك جاد
وانك طيب و مخلص معهم ..

تعلم الكيف . التسويق وكسب الثقة واحساسهم بالطمأنينة لك
قبل اية مادة تريد هالك منهم او لهم منك ..

اياك اياك ان تطرح ما تريد قبل ان تسوق نفسك فالكثير من مرارة
طلباتك ستمر بعد حلاوة تسويقك .

لا يثق بمنطقتك ولا منطقية سواك بانك على (حق) وهذا يكفي
.. مهما كان حقك ستجد صعوبة هائلة بفرضه ما لم يكن مدعوما
من البداية بدخول لائق محبوب محترم لخشبة المسرح .

الكثير جدا من الافراد التي قابلتهم بحياتي الشخصية كانوا قعما
بالحكمة مع حق شبه دائم ، ومع ذلك فقد كانوا مرفوضين من
اقرب ناسهم ليس لجهالة او ضحالة هؤلاء الاقربين بل بعدم
هضمهم للاسلوب .. للكيف .. للتسويق .. رغم كون ذلك
خارج نطاق (المادة الاصلية) المراد طرحها .

مهم ان تكون عالما .. الا هم ان يقبلك الجاهل ..

مهم ان تعرف الكثير .. الالهة ان تعرف كيف يعرفونك .
 لا احدا يرى دماغك .. الجميع يرون ابتسامتك .
 تعلم الثانية مهما كانت الاولى .
 ليس مهما انك على حق .. الالهة ان تكون قويا بذوقك .
 هكذا هي الامور .. !

تواصل مع نفسك ثم الآخرين بهيكل ثلاثي الابعاد للكلمة
 والجملة والموضوع ثم ضع الوانك الجميلة على الهيكل .
 تعلم ان تكون مصورا فوتوغرافيا لك .. لحديثك .. لشخصك ..
 معك اولا والله ثانيا والآخرين ثالثا .
 لا يحتاج الامر اكثر من شيء من التدريب والمران التدريجي الذي
 قد يأخذ بعض الوقت وليكن حتى سنوات فالنتيجة مؤكدة
 لصالحك ..

لا تقلق من طول فترة التدريب فلولاها ستتعب اكثر ..
 لا تلتفت حول دائرة على امل الوصول لهدف .. مهما طال عمرك
 فالدائرة ستكرر رغم قصر طول قطرها وسهولة قطع محيطها ..
 لا تتعلم الدوائر المريحة لمجرد انها قصيرة .
 هناك المستقيمات الطويلة التي تؤدي لنتائج تليق بك .. فانت كائن
 استثنائي .. انت غال عند الله سبحانه وتعالى وعندك وعند
 الآخرين ..

انت مَنْ تريد لها ان تكون كائننا يلف في ناعور .. لماذا ؟
استسهال الامر .. ؟ خوفا من المستقبل ؟ واي مستقبل ترجوه من
اللف في دائرة صغيرة لمجرد انها سهلة وانك غير قابل للتربية
الذاتية التي تجعل منك انسانا .. انسانا فعلا وليس مجرد رقم هوية
لدئ الدولة تقرُّ فيه هذه المؤسسة العتيدة بانك (مواطن) .. !
انت ما لم تكن انت .. انانيا فارسا .. محترما بداخلك معك ومع
الله والآخرين .. فانت لست مواطنا ساميا باي تعريف باستثناء
الدولة التي تجعلك خطأ وظلما مواطنا من الدرجة الثالثة حتى ..
مقارنة ببعض الحيوانات التي تعرف ما تريد وتعيش حالتها
الكاملة من الاستقلال واحترام خصوصياتها كما في بعض كلاب
الشوارع السائبة .. !

المواطنة (الانسانية) غير المواطنة (الوضعية) التي تريدها الدول
ومؤسساتها التي تضع بعض مواطنيها من الدونية ما يعرق له
الجبين كما في معاملة بعض اللقطاء والايتام والمسنين .. الدولة
ليست دائما محل ثقة بهذا المضمار الشخصي للذات الانسانية التي لم
تضع بعض اسس التعامل مع الذات الانسانية لتكون مؤشرا
جديا باحترام الناس .

تعلم الفاتوغرافيا النفسية ..

تعلم هيكل افكارك واحاديثك وسلوكياتك ثم لوّنها باجمل ما
يمكن ..

احتفل بها كعرس مزمن رغم ان عدد المدعوين لحفلاتك لا يتجاوز الـ (الضيف الواحد) فقط . وهو ببساطة انت ..
انت بتاجك ووصولجائك و روضتك وعرشك .. هو حكمك عليك .. هذا كل ما في الامر .

حينما تتدرب على نحت نفسك بعد وعيك لما جرى قبل ان تتدخل انت عليك وعلى تربيتك الموروثة والمكتسبة .. تجد انك فنان ذاتي على مراحل وانك بدأت تخطط ثم انزلت لون لوحتك ثم اضفت لها عطرك الشخصي .. بينك وبينك .. اولا .. ثم اطلقها بالتدريج على سواك فمن غير المعقول رفضك لك او رفض سواك لك الا اذا كان مجنوناً ..

ستكون امام نفسك جميلاً وتطرح نفسك على الآخرين جميلاً وتحدث مع الله جلت قدرته جميلاً .. فاين الخطأ ..؟!
التحامل عليك بعد هذا كله عاهة الآخرين عليك ولا بأس ان لا تكثرث ..

كن حيثما انت ولا تنزل لمن لا يقدر لك جمالك ..



المكوكية التواصلية

كن وانطلق ..

نم واستيقظ ..

اثبت و سر ..

تعلم السفر المكوكي بينك وبين نفسك وبين الناس .. والله
والطبيعة .

لا تتكأ عليك املا باستراحة مزمنة باعتبار ان الجميع يفهمك طالما
حققت آخر نجاح لك معهم ..

هم يتغيرون مع الزمن ..

حدّث معلوماتك عنهم بين الحين والآخر من خلال عدم
الانقطاع بالتواصل ..

لا تفكر بكبريائك الان ..

لكي تحظى بالطمأنينة عليك بهم ولكي تطمأن ، عليك بالتواصل
معهم ولكي تتواصل معهم .. تواصل معهم .. هكذا بساطة ..

حدّث التواصل معهم ..

خذهم كما هم ولا تأخذ نفسك كما هي ..

تعلم فن النحت الداخلي المذهب الذي لا يصل صلبك بل قشورك الخارجية .

كن سعيدا من خلال سفرات قصيرة مريحة لمن حولك .

تعلم ان تراهم اولا ليروك ..

تجنب ان تتوقع رؤيتك لكي ترد ..

انهم لا يرون مَنْ لا يراهم اولا .. الامر ليس نفاقا .. انهم العائلة يا اخي القارئ الكريم ولا بد من التسامح مع هذا العالم الاضطرابي الجميل لتخليصنا من وحشة وجودنا ككل ، من اساسه ..

لا بدائل عمن يحيط بنا الا الحب .

لا اعني عصمتهم من خطأ وسهو وعمد وجحود وخيبة وازعاج واحراج وغدر وسطحية وضحالة .. ولكن لا اعصم نفسي من حبههم ..

احبههم لكي احب نفسي .

اواصلهم لكي انتمي لي .

اقابلهم لكي اراني ..

احبههم لاني احب نفسي ..

خلاصة المكوكة كتربية ان تتعلم السرعة بالانتقال بينك وذاتك عندما تكون وحدك على ان تمارس فوتوغرافيا الكلمة معها في

كل سفرة ومارس الدور نفسه من (الفوتوغرافيا) و (المكوكية) معا
على سواك بعد نفسك ..

لقد تعلمت هيكله الكلمة حتى اللون والرائحة فتعلم السفر
ذهابا وايابا بينك وبين ذاتك والآخرين والله والطبيعة والوجود
كله .

الكسل النفسي بحكم الاحساس بامان المقابر يؤدي بك لراحة
الميت .. انت حي .. انت متورط بك حتى تتحرر منك ومن
تربيتك التي جئت بها .. وما جئت به ليس عيبا ولكنه ناقص عن
(تحديثات الواقع) التي تعيشه الان والذي سوف تعيشه حتى
ترحل ..

ليس عيبا ان تستلم تركة الموروث الرائع من ذويك ومجتمعك
وربك عندما لم تكن غير مستلم وديع انما الان وبعد ان عرفت
انك ابن مكتسب وموروث تربيتك لم يبق من العذر غير السير
معك بواقعك الجديد .. بواقع وجودك انت وببصمتك انت التي
سوف تشذب مخزون ما استلمت من ذويك واهلك ..

كن انت بالنصف الثاني على الاقل من حياتك لتبعث ما اضفت لما
اكتسبت الى بنيك .. تكن محترما بوضع بصمة جميلة على مسلة
الانسانية التي تتحمل توقيعك على صخرتها كـ (انسان) محترم ..
انها خلاصة الفوتوغرافيا بالمكوكية ..

لنبدأ الآن .. تصور دماغك وهو معملك الفني .. ورشتك الفنية للرسم والنحت .. انها قاعة كبيرة من الزجاج بستائر مسحوبة للجانبين .. مع بابين كبيرين احدهما لليمين والآخر للشمال .. المواد تدخل من اليمين .. وهو باب استلام العالم و باب الشمال لايخراج القطع الفنية حيث تستلم كل ما هو صالح وطالح من مواد لتبدأ بعقريتك عليها ..

حولها لقطع من الفن قدر الامكان ..

تعلم ان تستغلها لتصنع منها ما هو جميل .. حتى الاوراق المهملة من العالم تصلح ان تشكل منها شيئا او جزء من لوحة او تمثالا جميلا ..

البعض من هذه المواد ليس اكثر من قطع خردة معدنية و قناني بلاستيكية فارغة .. خذها على بعضها وارم ما لا امل به ، اما الباقي فتعلم كيف تصنع منه عملا فنيا مرسوما او منحوتا او تصميميا هندسيا بلا معنى .. المهم ان يخرج من الجانب الاخر وهو افضل مما جاء اولا من الباب الشمال .

لا تتعب .. التعب ان تتأفف . ان تنزعج لقلة و سوء ما دخل عليك من الباب الايمن .. لا تتوقع ان احدا سيعطيك لوحة جاهزة من الجمال ..

تعلم ان تكون مهندساً فنانياً لطيفاً مع نفسك بعد استلام نفايات العالم .. هذه هي الحرية الحقيقية للانسان السوبر ... السوبرمان الخاص بك وحدك .. النبيل الذي يتمتع بكل لحظة .. قدر الامكان ..

ازبال العالم كانت مواداً غالية الثمن .. خذها و اعد معالجتها بك ومنك واليك ثم الى العالم .. لمَ لا ؟

ضع في قاعتك ما تحب من اشياءك الحلوة التي تحبها عندما ترسم وتنحت .. ضع النباتات التي تحب .. دماغك بيتك .. اما جسمك فهو جزء من هذا العالم الذي يدخلك من الباب الايمن .. كل هذا على افتراض ان ما يدخلك عبارة عن نفايات وجزء كبير من هذه النفايات هو التواصل السيء الذي تتلقاه من قبل الناس ... فكيف اذا حمل معه البعض من الذوق والحب والاناقة .. ؟

بعدئذ تعلم كيف تجمع ما يدخلك من الباب الايمن لتعالجه ثم تدفع به للباب الايسر حيث يستقبله الآخرون ..

خذ شيئاً من الراحة بين الحين والآخر ..

لا تلم نفسك على عملك ..

لا تنزعج من مستقبل (محتمل) ..

لا تتألم لماض (سلبي) .. لا تبتأس من (حاضر) متعب ..

كل ما في الامر ان هذه التعاريف مفاهيم ذاتية في معملك الفني ... تستطيع ان تخرج لنا اجمل الاعمال الفنية من ازبال العالم ..

كن فنانا يصفق لك انت اولا ولا تكثرث بعدئذ .. التصفيق الذي يأتيك منك اكثر نراه من اي تصفيق آخر ..

ابتسم لنفسك .. توسدها .. صفق لها .. احترمها .. تحترمك ..
الاخرون لهم عوالمهم المشغولون بها وليس بالضرورة ان تكون
انت على صدارة مسارحهم ..

انهم مشغولون بهم .

ليس احتقارا او اهمالا بك بل لذواتهم ايضا الضريبة عليهم ..
وجزء قليل من اهتمامهم بك كاف جدا كصيد لائق يخلصك وهذا
اكثر ما يمكن منهم .. فلا تطلب الكثير ليس لبخلهم بل لقلة
ما عندهم .. فلا تؤاخذهم وبنفس الوقت لا تعتكف على
حقائقك ومبادئك كما لو كانت منزلة من السماء ، فانت (ابن
(ظرفك ايضا كما انت (ابوه) ..

ان مكوكية ذهابك للخارج والقُدوم وادخال ما غنمت لمصنعك
لا يعني انك (خالق) العمل الفني الذي سوف تخرجه بنفسك
للخارج وتسوّقه .. بل انت (معالج) وهذا يعني ان المادة التي
تعاملت بها من خلال رحلاتك المكوكية مع العالم الخارجي كانت
واقعية باستلامه وليس بخلقه ..

ان دورك لا يزيد عن معالجة هذا الذي استلمت وجاءك .. فتعلم
ان لا تبالغ بما كسبت من مكاسب على انها من عندياتك وحدك ..

ولهذا اياك اياك ان تعيش (الحقيقة) التي نتحدث عنها الان كل وقتك ..

ان جزءا كبيرا من (الواقعية) هي بقبول الامور كما هي حتى يحين وقت التعامل معها ..

لا تعتبرها نفايات نووية قاتلة طالما هي عندك وفي معملك .. السهو ضروري .. لا تكره نفسك لخطائك .

الواقع ضرورة ..

انه استراحة الانسان من الحقيقة .

الادمان على فهم العالم على اساس حقيقي ، خطر هائل ..

انها مكوكية الواقع والحقيقة .

انا اعلم اكتشافك الحقائق بالتدريج واعلم خيبة املك ببعض وقائعك احيانا واعلم انك تشعر بالنزاهة المريحة مع هذه الحقائق

التي استجدت عليك .. مع ذلك فان الرياضيات على قدسيته ليست محبوبة دائما ..

لا تكن مبالغا بتحطيم الواقع لحساب الحقيقة .

الواقع طمأنينة عموما والحقيقة قلق عموما .

الحرف حياة والرقم موت .

لا بأس بالارقام في الكثير من شؤون الحياة دون ان يصل الامر لحد العبادة ..

البعض ممن جرب الحياة بالحقيقة حرصا عليها بعد اكتشافها خاصة بمضمار فلسفة الوجود و غائيته لم يجد من الاصدقاء الا الحق .. فكان الانتحار العقلي وربما ادّى الامر للانتحار البدني .. خذ بالرقم الذاتي قدر ما يسمح به الحرف الاجتماعي والا فهو الخطر .

تعلم كيف تصنع وتسوق دون اصطدام ، فاذا كان ولا بد فخذ بهدنة التغاضي ولا تحارب على حق ..

المكوكية ببساطة عبارة عن تحسين علاقتك مع نفسك وسواك اي انها تحسين فقط لتخفيف الحرب المحتملة قدر الامكان والهدف العام هو التوافق من اجل سلام .. اي باختصار شديد التوافق اهم من الحق .. ما لم يكن الامر فوق طاقتك الا بدفاع فعليك بالهجوم .. لقد نفذ الصبر و رفعت الاقلام وهو استثناء نادر ..

انت اولا .. والمحيطون بك ثانيا هدفكم جميعا طلب الطمأنينة و الاحساس بها رغم كل اساليب المكابرة التي نتحلّى بها .. نريد ان نسمع ما نحب وما يدلل على كفاءتنا وما يؤكد نجاحنا .. نريد ان نسمع نصرا بلا هزائم .. حربا بلا خسائر .. ارباحا بلا نقد .. ثناء بلا لوم ..

نريد من يسمعنا اولا لنحدثه ثانيا .. وليس العكس .

ولاجل ان تسحب الآخر المقابل لك مهما كان بعده عنك فهناك طريقة بسيطة للغاية وهي ان تسأله بما يريد الاجابة عليه هو بصرف النظر عن اهمية السؤال والجواب بالنسبة لك بل الاكثر من ذلك ان اغلبنا يعرف جيدا ان من يسألنا عما نريد الاجابة عليه ، ليس مهتما بهذا الجواب ولا له اية اهمية عنده .. مع ذلك نصدق ما يكذب ونجيب على ما يسأل كما لو كان الامر جديا ..

أسأل الآخر اي سؤال يتعلق به وحالما يبدأ بالاجابة تابع اي برعم من سياق حديثه وتمسك به ثم اسأله عنه ايضا .

دعه يتكلم كيفما يشاء .. فاذا امتدحته على اية (ذرة) من حسنة بكلامه وتغاضيت عن (جبل) من عيوبه فتابع مع هذه الذرة واياك جبل الحق السلبي الخاص به ..

اذن :

اولا : اسأله عنه فقط .

ثانيا : اثن عليه بما فيه من اية نقطة ايجابية مهما كانت صغيرة .

ثالثا : اياك ان تتحدث عن نفسك خاصة بالمقارنة ..

رابعا : لو حاول ان يكون منطقيا لي طرح عيوبه فايك ان تستمر معه بها بل همّشها قدر الامكان وجِدْ لها عذرا من ظروفها وعُدْ ثانية لسؤاله عن احسن ما فيه او عما يجب ان يتحدث به ..

لا تخالف هذه القواعد الاربعة .. والا فانك ستكسب عدوا بارخص ثمن ممكن ..

هناك الكثير من الاذكياء الذين يتنبهون لذوقك فيرجعون لسؤالهم عنك .. اجب بسرعة باقل ما يمكن ثم عُدْ له .. واياك ان تقع بفخ نصبته له ليحبك كي تحبه .. والافانت ضحيته . المشكلة هنا ايها القارئ الحبيب لو صادفت قارئاً آخرًا ويعرف الشفرة هذه ، فعليّ تقع الملامة بلقائكما !!! بل ستحبان بعضكما البعض .. لتشدا طرفاً ثالثاً لكما ..

الهدف ان يحبك الآخرون قدر الامكان فانت لست بحاجة لمأتم تنفّس به عن كُربك امام احد الا من تعرفُ انت تماما انه يقف معك ويستمتع لك بحب وصداقة عميقة وتاريخ من الود المتبادل .. ان اغلب الناس لا تميل لنظرية التضحية بالمحادثة قدر حبهم لانفسهم .. والمحادثة بالنسبة للانسان منذ ان بدأ التواصل بهذه الوسيلة (اللغة) عبارة عن مُتنفّس مركزي هائل لتعزيز او لتحطيم التواصل .. انه اللسان .. الانسان لسانه ..

ان من تهتم به وتسأله عن احواله انما يريد منك الامان الذي يقلقه من وحشته الوجودية .. هو يعلم قبلك ان استماعك له لا يحل متاعبه ومع ذلك فهو لن يستغني عنك بل وسوف يشعر بالسعادة كلما انتهى وغادرك على امل لقائك ثانية ..

انها وحشة الانسان منذ بدء الخليقة بالاحساس بالاهتمام والثناء ولا فرق بهذه المعادلة بين طفل وكبير ومسن وفقير وغني وعبقري وغبي ومتدين او ملحد .. الانسان هو الانسان ..

ولهذا فان المحادثة الناجحة من خلال فنّك بالاستماع واستلام
 المادة الخام ثم صناعتك بفنها ثم اعادتها كمنتج جميل ككلام هي
 مفتاح الخير البشري و تقوية الأصرة وتعزيز الاجتماع وتعميم
 المحبة ..

كن كذلك مهما كلفك الامر ..



المقبولية . المنطقية . الجمعية ..

انها تلخيص لما جاء قبل قليل .. بين ان تكون (مقبولا) او ان تكون (منطقيا) مفيدا ..

عليك بالاولى غالبا والثانية نادرا ، للحصول على (معدل جمع)
ثالثا من الاجتماع السليم مع الآخرين (الجمعية) فالناس عادة
ليسوا بحاجة لنصائح مفيدة قدر حاجتهم لمحسوب مقبول ليتأكد
الاجتماع بهم ..

لا تعاكس المعادلة مهما كانت مبرراتك الا في حالات نادرة
كالتعامل مع ابنائك او اقرب اصدقائك او ان تكون مسشارا في
مؤسسة تطالبك بعين الرقم ان تحدد الحرف .. بعين العلم ان
ترسم الادب .

لا تتخذ هذا الامر دائما .. بل كن حذرا منه في الاغلب ..
من اجل الجمعية ، وازنْ بين المقبولية والمنطقية ولا تكن صادقا
تماما بعرض سلعتك امام الناس ، ليس هدفا مني ان لا تكون نزيها
بل لان الناس انفسهم لا يريدون منك صدقا جارحا قدر ما
يريدون كذبا معالجا ..

الريجيم النفسي

انها موضة العصر ان نفكر بكيفية التخلص من الدهون الزائدة في اجسادنا .. كل الهم .. كل الخطط .. الريجيم .. الجسد الجسد .. قدسية مبالغ بها .. اجسادنا وهي الرب المجهول .. وثن خلف الكواليس .. ولا نستطيع ان افهم حتى اليوم هذا الادمان السطحي لاهمية البدن باستثناء اهمية محدود تتلخص بما يأتي :

الجسد ليس اكثر من عربة تحملنا ولها الحق ان نصونها ونديمها قدر الامكان وبافضل وسائل الديمومة مع الاخذ بنظر الاعتبار انها مجرد مآكنة تتصاعد بالنمو حتى تتوقف ثم تبدأ بالشيخوخة التدريجية حسب معدل محدد سلفا ، لتنتهي مهما طال الزمن .

انها مركبتك .

انها غالية جدا ولكن ليست اغلى منك ..

تذكر ذلك دائما خاصة عندما تصبح كمالياتها محل اهتمامك المتطرف الذي يسبب لك الحرج احيانا مقارنة بكرامتك امام الناس وامام نفسك ..

انت تريد لها اغلى الملابس وارقى الاطعمة واعلى الخدمات مقابل
لذة الاحساس بالتصابي والسيطرة والزعامة على سواك ممن لا
يستطيع القيام بذلك .. !

انت تبيع احيانا اعصابك و احيانا جزءاً من احترامك لنفسك
مقابل ان تخضع لرغبات هذا الجسد العربة ..
انها ليست عربة وحسب بل يقودها حصان .. !

لا تضع اهتمامك بالحصان كما لو كان هو انت .. فكم من نزوات
طارئة مكلفة دفعت بك لمغامرات لا لزوم لها مقابل لذة هذا
الحصان .. لم اقل ان تقتل الحصان او ان تتصوفه لتجعل منه
ناسكا انما لا تضع على رأسه تاجاً وفي ذيله صولجانا لتقدم له
قرايين الجواري وما لذ وطاب لمجرد انه تابع لعربتك وساحب لها
..

انت سائق العربة وانت الكل بالكل ..
أدّم العربة واخدم الحصان دون ان يمس ذلك شعرة من كرامتك
الذاتية امامك انت اولا .. مهما خُفي الامر على الناس ..
كن انت باعصابك و عقلك و ضميرك .
كن بك .. كإنسان عاقل تجره عربة .. لا عربة يجرها إنسان بحصان
مقدس .. !

تعلم ان تحترم نفسك .. فبدنك خارج عنك .. قم بصيانتة قدر ما
استطعت على ان لا يجرّك ذلك لاية تنازلات ذليلة كالبحث عن

مالٍ فوق طاقة استهلاكك ، وجه فوق قامتك و مركز يعلو
هامتك وشهرة ارقى منك ..

انت وحدك تملك العالم كله لو شئت دون ان يعلم بذلك احد ..
وبشمن غير مكلف لا يتعدى ثقتك بنفسك وان ما عداك اقل اهمية
منك ..

كن انانيا عملاقا .. مهما كان الاقزام فوقك ..
اذن .. لا تتردد بالتفكير جديا بالريجيم النفسي ..
كيف ؟

خذ بالريجيم البدني اولا وتعلم منه معطياته من اهداف ووسائل
.. لماذا انت بحاجة لريجيم بدني ..؟

هناك زائد دهون مؤذي صحيا و قبيح جماليا ..
الامر تماما هو بالنسبة للريجيم النفسي ..
هناك افكار زائدة من دهون العمر موزية نفسيا وقبيحة اخلاقيا ..
وكيف الخلاص منها ؟ ..

الجواب مألوف ويتلخص بان تختار ما يناسبك انت وليس سواك
مهما كان قريبا منك نسبيا او حسبا تماما كالنظام الغذائي البدني ..
اختر لنفسك ما يناسبك من الافكار القادمة قدر الامكان وما
يصلك تستطيع ان ترفضه فليس كل ما يقدم لك يجب عليك ان
تأكله لمجرد عرضه عليك بوجبة طعام بل لك الحق ان تقول

آسف .. والا كيف لك ان تبدأ بالريجيم البدني ايضا ما لم تقل آسف
لا استطيع اكل ذلك .. رغم ان سواك له الحق بذلك لان وزنه
يسمح له وليس لك ..

خذ من الافكار ما يناسبك انت (كَمَا) و (نوعا) ..
ضع برنامج الاخذ هذا ضمن فاتورة الداخل من طاقة الروح
القادمة من الخارج تماما كما هو الغذاء ..
تعلم ان تضبط نفسك وان تمرن لسانك على قول (آسف) ..
لا تجعلك خارجك ..
سيطر عليك ..

تمرن على الامر .. ستجده صعبا في البداية كأية بداية مشروع ثم
مع الوقت ستجده سهلا حتى تحصل على الجائزة العظيمة
بالسيطرة على ذاتك ..

لم يكتف الامر عند معرفة ما يدخلك من طاقة خارجية من افكار
بل جاء الدور عليك ان تمارس الدور الذي ذكرناه قبل قليل وهو
المعالجة الفنية ثم البدء بالتمارين الرياضية للنفس حيث تسويق ما
تريده باناقة فترضي الاخرين وترضي نفسك بهذا التمرين الذي
سوف يستهلك طاقتك خشية خزنها وتراكمها فيك لحد الترهل
الدهني النفسي .. اما المتبقي من مرحلة ما بعد التسويق فاياك اياك
والاحتفاظ به ... ارمه بهدوء واستمرار وبلا ضوضاء مع اصرار
ثابت بعدم الاحتفاظ به ..

استلام بانتقاء .. معالجة بفن .. تسويق بذكاء .. مع طرح منظم
كلما اتاحت الفرصة .. انها الحياة .. انا لست حالما بحكم سهولة
المران المطلوب لهذه العملية الرائعة .

تعود عزيزي القارئ ان تمارس الريجيم النفسي على مدار عمرك
.. ان مجرد التكاسل يعني الترهل بافكار استلمتها واعتززت بها
رغم سلامتها ومع ذلك فقد زادت حتى بدأت تخزنها لحد الترهل
مستقبلا .. ثم حُدَّ السمنة المفرطة في عقلك ومشاعرك وقلبك
حيث الاذى وصعوبة التنفس النفسي وعدم القدرة على المشي
النفسي وحتى عدم قدرتك على ارتداء ملابس نفسية انيقة
بمناسباتك الغالية ..

لا تقع بفخ الترهل الذاتي .

رشق عقلك وقلبك وروحك وتعلم ان تتقي غذاءك الروحي
بوعى تام مع رياضة متوسطة لتصريف طاقة الحزن الزائدة في
روحك ..

ولو صحَّ لي بلا مؤاخذه بالتعبير غير العربي خذ بـ (الدايت)
النفسي من الزاد والشراب ..

حاول ان تفكر بالامر وحاول ان تجربه وحاول ان تتمرن عليه ...
لا اظنك ستخسر الكثير من هذه المحاولة ..

تربية الشوارع

اكاد اعرفك .. انت ابن ابيك وامك .. انت ابن مدرستك و تراث
صداقاتك الاولى .. انت تعلمت الكثير من البيت والعائلة ومن
هم اكبر منك واصغر منك .

تعلمت المبادئ التي يراد لك ان تكونها ..

ان اكبر مشاكل دراسة الانسان هي ان يُؤخذ قطعة واحدة .. في
الساعة التي يراد له دراسته بها ..

انت مثلاً ايها القارئ الكريم .. في هذه اللحظة .. من انت ؟ حتى
بالنسبة لك .. من انت ؟

انت تأريخك .. نعم .. غير ان ذلك غير كاف فهناك حركة تفاعلية
(ديناميكية) تتعامل مع مفردات تاريخك نفسه بحيث تولد
تعديلات مستحدثة على هذا التاريخ .. كيف ؟

لو تصورنا حياتك منذ ولادتك . في الستين الاوليتين ليس لك
من الوعي الكافي غير استلام الايعازات الداخلية من جسمك

الذي يحتاج ما يراد له من اسباب ديمومته فيطالب بها مثل الطعام والشراب والتبول والتغوط و الاحساس بالرعاية والطمأنينة من خلال عدم الصراخ والجو الهادئ وما الى ذلك . اي انك تتعامل باتجاهين ، ما يريده جسمك من متطلبات وما ينفذه العالم الخارجي لك منها فيقوم الوالدان بتنفيذ ذلك .

ليس بيدك حيلة بصرف النظر عن مستوى تنفيذ طلباتك . بعد ذلك يبدأ وعيك بتفقد المحيط فتبدأ باداركه ثم بالمساهمة بصنع ما تريد من خلال طريقة تسويقك لطلباتك و دراسة طريقة تنفيذها من قبل الاخرين ..

بدأت تتعلم تدريجيا كيفية التعامل مع تنفيذ هذه الطلبات ومع مرور الوقت يتحسن دورك بصناعة النفاق الاجتماعي . لا احد يعيش بدون ذلك .. جميعنا مناققون منذ الطفولة لبلوغ اقصى لذة جسمية واقصى طمأنينة عقلية .

من هنا نبدأ انت وانا بدراسة تاريخ حياتك .. ولنقل من اجل التوضيح ، انه مقطّع لمراحل .. فمثلا لو قلنا ان اول ستين لك لم تكن بوعيك ثم تلا ذلك بداية تدخلك الذكي بمسارات طلباتك وكيفية الحصول عليها ..

ان الظرف الخارجي المحيط بك من عائلة وآخرين وطبيعة ودولة ومفهوم جديد هو الله الغامض الوجود الذي تحاول ربطه بما يجري

لك وقبول توصيات الناس القريين لك نفسيا ثم خلط جميع هذه العناصر للخروج بأفضل ما يمكن لصالحك ..
اليس كذلك ؟

هل هناك من جديد بالامر ؟

ان اية قطعة زمنية من حياتك لها ظروفها التصاعدية ولقد تشكلت مثلث نفسي في داخلك يتكون من (الزمن) و (الظرف الخارجي) .. و (انت) ..

ان الجديد بالامر هو (التفاعل الداخلي) الذي يجري فيك بربط هذه القطع العمرية بعضها ببعض مع ظروفها ليس خارجا بل فيك انت من خلال تفكيرك انت ومن خلال صناعة ذاتية جديدة لما مررت به .

حياتك مراحل ولتفترض انها مقسمة بين طفولة غير واعية وطفولة واعية ومراهقة وشباب ورجولة وكهولة .. علما بانه لا توجد فواصل قاطعة بين اي منها مع الآخر فهي تمتاز بما يأتي :
اولا : انها متدرجة انسيابية بدون فواصل حدية .

ثانيا : انها تتفاعل مع بعضها البعض سلبا او ايجابا .

ثالثا : ان تفاعلها ليس بالضرورة ان يكون حسب تسلسلها اي ان الثالثة تتفاعل مع ما سبقها .. الثانية وما يليها .. وهكذا .. بل ان التفاعل عشوائي ينتقل من هنا وهناك بطريقة غير منتظمة طالما

هي في عقلك فقد تمر بتجربة حاليا مؤلمة وانت بمرحلة الرجولة لتتفاعل مع مرحلة الطفولة ثم تعود لك بناتج غير متوقع ولا يتناسب مع المرحلة الحالية التي تعيشها انت .. وربما انت بمرحلة الشباب وتمر بتجربة معينة ايجابية فتربطها تفاعليا مع مرحلة الكهولة رغم انك لم تمر بها بعد لولا انطباعك العام حول ما ستكون عليه انت في تلك المرحلة المستقبلية القادمة التي لم تمر بها بعد وهكذا ..

انها صناعة الذات الديناميكية بمعالجة الموارد الذاتية المتولدة من الخارج الزماني والظرفي .. والافضل تعبيراً ، الزمكاني الشامل للطبيعة والمجتمع والدولة والله جلّت قدرته .. والان جاء دور ما بدأنا به .. الشارع .. الشوارع .. انها ذيول المنازل ..

انها ملتقى المجتمع المجاني .. خليط التربيّات العائلية .. اجتماع بدون تنسيق لهدف واحد مهم للغاية بالطبيعة الانسانية لاي منا وهو اللقاء المريح وليس اللقاء المزعج .. البحث عن الطمأنينة وليس القلق ..

البيوت مليئة بالملل بعد النوم والطعام .. وحتى تكرار نفس الوجوه في البيت مهما كان عزيزا يسبب شيئا من الملل .. الملل المطلوب كسره بآية طريقة للعودة اليه على الاقل بعد حين .

انها جبلة الانسان .. وما هي هذه الجبلة ؟

يقال علميا ان هناك (تكيف وظيفي) .. اي ان اعضاء الانسان الحسية تعيش علميا حالة من التكيف الوظيفي (الفسيولوجي) ومثال على ذلك السمع مثلا فلقد اثبتت التجارب العلمية على جهاز السمع الانساني ان الصوت الذي تسمعه الاذن الانسانية يتعرض للاستفزاز في البداية ومع الوقت تقل حساسية هذا الجهاز لسماع نفس درجة الصوت مع الوقت .. فلو افترضنا اننا سمعنا فجأة صوت محرك مركبة كبيرة فاننا (ننبه) له بالبداية بطريقة عالية جدا ومع الوقت يقل الاستفزاز تدريجيا حتى نكاد ننساه مع الوقت فيتحول الامر عادي لا يثير فينا الاهتمام .. ليس الامر ان نتعود عليه (نفسيا) بل (وظيفيا) .. وهو معروف بـ (فعل التكيف الفسيولوجي) .. وكذا الامر تماما بما يتعلق بالبصر فاذا استمرت عينك وانت تنظر لمنظر معين يبهرك في البداية فانه مع الوقت ستجد ان انبهارك به يقل تدريجيا حتى يكاد يختفي . وهذا ما يتعامل به كوادر السياحة اينما كانوا في العالم .. فالسياحة لا تعتمد على الاستقرار قدر اعتمادها على التنقل بين الاماكن خلال فترات زمنية قصيرة لابعاد شبح الملل من الزبائن .

انه البصر والسمع .. وهذا لا يعني ان الحواس الاخرى ليست بعيدة من ذلك ايضا كالتذوق مثلا وهكذا ..

الجديد بما نريد طرحه الان عزيزي القارئ هو (فعل التكيف النفسي) وهو عملية التعود على الانفعالات ، سيئة كانت او حسنة .. سعيدة كانت او كئيبة .. ولهذا فان الكثير من البسطاء يواسون بعضهم بعض بعبارة جميلة هي (الزمن كفيل بالنسيان) وهم على حق بذلك تماما .. مهما كانت الامور التي نمر بها .. فكثير من المصائب التي تمر على احدنا لا يظن انها ستنتهي لشدة كارثيتها ومع ذلك فاذا جئت لنفس الشخص بعد حين ستجده بحالة اعتيادية وربما بحالة سعيدة بعد ان مرت الكارثة عليه مروراً انسياً وانخفضت قوة تأثيرها السلبي عليه مرور الكرام مع الزمن .. وبنفس الوقت المناسبات السعيدة التي نعيشها .

اذن فالانسان يعيش حالة من الانفعالات المتتالية بين السلب والايجاب .. ومع الزمن يقل تأثيرهما مهما كانا في البداية ..

انه (فعل التكيف النفسي) .. ولقد ذكرت مرة بكتاب سابق لي موضوع (الفعل الانعكاسي) و (الفكر الانعكاسي) المقصودان بالعادات والتقاليد المترسبة مع الزمن في العقل الانساني اما الان فسوف ينصب حديثنا على هذا (التكيف النفسي) ..

ان الملل الاجباري في بيوتنا لابد ان يكسر من خلال علاقات اجتماعية اي التواصل مع الاخرين وقبل ذلك وقد ذكرنا ذلك واهميته التواصل مع الذات .. وبما ان اغلب الدول الاقلتها لا

تراعي هذه النقطة بالذات فعلى الانسان ان يبحث بنفسه عن مناخ اجتماعي قطيعي ليتواصل معه ويكسر الروتين المنزلي وبعد ان يشبع من جرعة هذا التواصل ، يود العودة للبيت ثانية ..

الشارع بالنسبة لحديثنا الان ليس الشارع بالتعبير الحرفي بل التعبير الشامل للقطيع . انه عملية نقل الانسان من منزله الخاص به الى المنزل الاكبر .. المجتمع ..

العمل جزء من هذا الشارع .. الاختلاط بالزملاء والمعارف والآخرين الذين لا نعرفهم .. وهكذا فالانسان مشغول بالتنقل بين المجتمع الضروري والبيت الساكن بشكل مكوكي لضمان اكثر (نقل ايقاع) ممكن في نفسيته للخلاص من الادمان النفسي بالوجود الذاتي والتخلص من نفايات الوحدة .

الشارع هنا بالنسبة لحديثنا ليس الشارع التقليدي .. انه السوء والحسنى .. انه الخطر والامان .. انه نوع من تربية المغامرة شبه الأمانة لضمان الطمأنينة .

ان سوء وسلبية الشارع احيانا حصانة . هذا بالضبط ما اردت قوله والتشدد عليه .. ليس كل ما في الشارع من حركة اجتماعية يعني الامان .. بل الخطر المقبول وهو ضروري للغاية بالابتعاد مؤقتا عن الامان الكامل الملل في الانسان .

التربية السيئة ضرورية لاي منا خاصة الشباب المقبل على الحياة تحت مظلة هرم من القواعد الانضباطية الصارمة الصادرة من

الابوين والعائلة والمدرسة والقيم الفوقية التي يسمعوها الانسان في منابر الوراثة الثقافية .

عليه ان يتخطى قليلا هذا الحاجز المثالي ليرى بنفسه عفونة ما عدا ما تعلمه ليعي حجم نظافة ما يمتلكه فمن غير المعقول ان تظل عزيزي القارئ خاصة لو كنت في عمر الشباب ، اسير قيم نظيفة للغاية دون ان تعرف بنفسك وبتجربتك الخاصة مدى عفونة الشارع احيانا .

حاول ان تلامس هذه العفونة .. بحذر دون المضي بعيدا .
عاشر السيئين لتعرف كيف تحصن نفسك مستقبلا منهم ..
التحصين الطبي كما هو متعارف عليه عبارة عن جرعة من سم (معدل) بكمية قليلة تضمن الحصانة دون ان تسبب المرض ..
تعلم ذلك ايضا في حياتك العملية .

خض الشارع وخذ منه عيوبه بجرعات خفيفة على ان لا تتمتع الا بتذوقه ..

لا تمض اكثر ولا تعاشر الاشرار غير المعرفة السطحية فان مضت التجربة اكثر من ذلك فعليك التوقف .. عليك التوقف فورا ..
انتقل لتجربة اخرى .. تجربة لقاء الاصدقاء المزعجين مع الطيبين ..
انظر للناس وكيفية حركتهم وانت بالمقهى ..

لا تمارس عادة الا من باب التجربة والاحتفاظ بها ..

لا تدخل السوق لتشتري كل شيء .

خذ من السوق النظر وتجربة المساومة بالسعر دون شراء ، فإن اعجبك ما ينفعك ، اشتره ..

الشارع ضرورة اجتماعية للتواصل السلبي لتلافاه والايجابي لتبناه .. تعلم الفصل بين الاثنين ولا تكن حقل تجارب للشارع بل اجعل الشارع حقل تجاربك .

اياك ان تذوب بمتع على حسابك دون العودة لك بين الحين والآخر لتقييم ما يجري لك .. الكثير من حلاوة الشارع سامة . خذ القليل الذي يضمن الحصانة واللقاح وانتقل لسواه . تعلم كيف تحصل على اكثر ما يمكن من الامصال (الترياقية) من الشارع فهو معين عظيم ..

كيف لك ان تعرف الخير ما لم تعرف الشر اولا .. ؟

الانتقال بين الشر والخير عملية عقلانية ضرورية لضمان سلامتك العقلية و الاخلاقية والبقاء في حقل الجمال الروحي لا طول مدة ممكنة طالما ان اللعبة ليست جدية ولا طويلة بما يكفي .. الحياة .. حينما تغادر غرفتك عليك ان تثق انك سوف تلتقي بقطيع اشقائك من البشر سيئهم وحسنهم . بشرهم وخيرهم ..

لا تنم ولا تغفل ..

ابتسم وانت مسلح ..

لا تثق بسرعة ولا تقاطع بعجالة ..

لا تصادق ولا تعاد ..

كن على مرآى منك لمراقبتك بقرب فانت بريّ الطبع قابل
للمطاوعة الهمجية اكثر من التردد الناضج مهما كان عمرك .

لا تكن عفويا تماما .. الاخرون على حافات حياتك .. !

الناس اصدقاء حتى تصدم بمصالحهم ..

لا تصدم بمصالحهم الحياتية والنفسية ليكونوا اصدقاءك الاوفياء ..

تعلم فن الشارع .. انه رائع كاحد اسس تربية المنزل والرب ..

ليس ضيرا بل حسنة ان تتعلم كيف تقاتل من اجل السلام

الداخلي فيك اولا ..

تعلم رؤية الوساحة لتسعد بنظافتك الذاتية ..

تعلم الشر من بعيد لتعي الخير في داخلك ولغيرك ..

الشارع يوفر ذلك مجانا .. فان لم تجد بنفسك الكفاية فاستعن باحد

الكبار القريين منك للاستشارة .. اما وانت ناضج بما يكفي الان

فلا بأس من اعادة النظر و رمي (بعض) ما تراكم فيك من هذه

النفائات و (الاحتفاظ) باحسن ما في الشارع من متعة التسوق

الاجتماعي .

الشارع .. مدرسة ..

حضارة الشوارع

ان البشرية اليوم تعول كثيرا على الشارع حتى كادت الحضارة المعاصرة ان تكون (حضارة شوارع) بعد ان انزلت التكنولوجيا القيم العليا المكتوبة على الورق والمحفورة في الازهان الى خطابات جماهيرية قليلة الهيبة مما دفع الناس للمساهمة بالفعل المقدس وأنزلت الاصنام والاثاث من مواقعها السامية في السماء للارض .. انه واقع حال .. وربما الامر سيزداد اتساعا وليس سوءا كما يظن البعض ..

بالامكان الانتقال للحضارة الشارع بهدوء ودون كآبة . الموضوع يستحق الكثير وربما كتابا كاملا فيما بعد ولكن سنأخذ من هذه الحضارة ما يخصنا وهو حصتك انت عزيزي القارئ من الشارع التي تؤمن لك تواصلا سلميا مع ذاتك على الاقل ان لم نضمن التواصل الشامل الغيري بين القطيع وذاته ..

كثافة الكلمة

حينما تتكلم تعلم كيف تفكر اولا .. انا اقدر صعوبة ذلك .. فلقد تعلمت اللغة وانت طفل بطريقة ببغاوية حيث الجسم الخارجي وما ترمز له شفرة صوتية معينة ، فقلّدت الشفرة والتصقت بهذا الجسم .. ثم بشفرة صوتية اخرى لجسم آخر وثالثا ورابعا وهكذا حتى توفرت كمية جيدة من شفرات صوتية تعني مجموعة (اجسام) .. ومع الوقت دخلت عليك شفرات صعبة بعض الشيء لتعني (مفاهيم) وليس (اجساما) فبدأت تتعلم (التجريد) .. ثم تحولت هذه الشفرات تدريجيا الى رصيد عقلي نما مع الزمن لحد انك قمت ذاتيا بتشكيل شفرات خاصة بك في عقلك لتعني (مفاهيم) ليست موجودة في العالم الخارجي من الاساس .

..فتشكلت الافكار ثم (تبعثها) الكلمات ..

لا تأخذ بالكلمات قبل الافكار لمجرد انها اصبحت على طرف لسانك ..

عد ثانية لعقلك ثم لسانك .

انا اتفهم انزعاجك مني ومن هذه المحاولة .. فانت تقول الان الكلمة جاهزة على لساني وهي كافية لاداء الغرض فعلام العودة الى العقل .. الرحلة مزعجة وتأخذ بعض الوقت .. وهو امر غير واقعي .. انا اتفق معك تماما ولكن المشكلة ان عملية التعود على طرف لسانك قد تسقطك يوما ما بمصيبة مع الاخرين او مع نفسك .. تعوّد العكس ..

لا تثق بكل كلمة جاهزة للتسويق على طرف لسانك كما لو كان منصة شحن لباخرة تصدير ..

عد بالسلعة (الكلمة) لعقلك اختمها بختم التصدير ثم اعدّها ثانية للسانك حيث منصة التصدير .. ولا تقلق بعدئذ .

لماذا ؟

الناس ليسوا انت . الناس زبائن لهم خصوصياتهم . لا تعتقد ابدا انك وليّ امرهم وانك ناضج لحد انك تفهم الاخرين لمجرد انك تفهم نفسك ..

هؤلاء لهم عوالمهم الخاصة الغريبة والشاذة احيانا .
الكلمة .. و .. عُدَّ بها لمصنعها ثانية ..

دقق بها ليس ببعدها الاحادي .. ولا حتى ببعديها .. بل بثلاثة ابعادها فالآخرون يحسنون فن تذوق (لحن الكلمة) بالفطرة .. فلا تبخسهم حقهم ولا تطمر واجبك ..

لكي تصادق الآخرين على باحترام خصوصياتهم هم ، وليس خصوصياتك انت .. فانت وحدك جدير باحترام خصوصياتك حقاً و واجباً .. ولا سواك .. اما اذا كان من الآخرين ان يحترموا ذوقك فهذه نعمة ربانية .. !
قم بما عليك وانتظر ما لك .

الكلمة تعني اقامة قنطرة من علاقة .. ليس بالضرورة ان تكون هذه القنطرة دائمة فهي جاهزة للاستخدام لربط صفتين ثم رفعها وقت ما تشاء انت او ما يشاء الظرف والمهم ان تكون هذه القنطرة جاهزة .. كما ليس مهما ان تكون القنطرة وسيلة للتواصل الحميم بل تستطيع استخدامها اذا لزم الامر لانهاء علاقة ما مع شخص كانت له علاقة بك .. فاستخدمها معه استخدما وحيدا ونهايا اذا شئت باقل ما يمكن من الكلمات وباذوق ما يمكن من جانبك لتقول للآخر (آسف .. انتهى كل شيء بيننا) ..

في جميع الاحوال فالكلمة والجملة والموضوع القصير او الطويل المقال وليس المكتوب هي عبارة عن مشروع نغمي يحمل بطياته الشفرة التي نسميها (كلمة) مع (لحنها) ..

الكلمة كما هي مكتوبة ومُقالَة .. لا توجد على الاطلاق .. فالاساس بالامر هو اللحن الذي يرافقها والاحساس الذي تتضمنه .

ان جميع الحيوانات ولا استبعد جميع النباتات تتواصل من خلال
علائق معينة قد لانفهمها اليوم وسوف نفهمها غدا عبارة عن
احساس ينطلق من طرف للطرف الآخر دون (لغة) بشرية وهذا
يعني ببساطة ان اساس التواصل العاطفي بين الكائنات الحية
جميعا يعتمد على (الحن) الاحساس الصادر من احد طرفي علاقة
الى الطرف الآخر بدون ضرورة نطق ذلك على اساس شفرة
مقطعة تقطيعا صوتيا لنقول عنه (لغة) .. اي ان الانسان كالحیوان
يظن بل يعتقد جازما ان لديه (لغة !) يتفاهم بها بينما الحقيقة
التاريخية التي رافقت نقل الاحساس الانساني صوتيا من خانة
الصوت الحيواني الى الصوت الانساني المقطع بهذه الطريقة قد
تحول تدريجيا من صوت بلا معالم تقطيعية الى مقاطع ايقاع متنوعة
.. كما ان الزمن كان كفيلا بتحويل هذا الشيء او ذاك الى نعمة متفق
عليها اولا بانها تعني هذا الشيء وليس سواه فاستقرت مع الزمن
في عقول التي استخدموها على معناها المادي الخارجي الذي
وضعه للجسم او الشيء وزاد استقرارها في عقولهم وبدأوا
يستخدمون النعمة ذاتها مع مرور الزمن لتصبح مع سواها .. لغة
! ..

اللغة لاحقة للحنها الاحساسي العاطفي كوسيلة من وسائل
التواصل بعد ان كان الشم والتلامس هي اللغة الاقوى ..

الانسان حاول ان يقلص من الشم والتلامس مع الانسان الآخر
فاعتمد على اللغة اكثر فاكثر حتى اصبحت اقوى وسيلة تواصل
بشرية منذ خمسين الف سنة وحتى اليوم رغم علمي الاكيد انها
سوف تنقرض تدريجيا خلال الالف سنة القادمة ليتواصل
الانسان مع الآخر من خلال (التلي باثي) اي (التواصل البعيد) دون
الحاجة لمجموعة الاصوات .. اللغة ..!

عزيزي القارئ .. اظنني ذهبت بعيدا .. لتتوقف عند زمننا .. اللغة
والكلمة كاساس بناء الصوت البشري ..
لحن الكلمة التي تقولها اقوى بكثير منها هي ذاتها كما هي مكتوبة
.. فكن حذرا بايصال لحنك العاطفي من خلالها ..
تعلم كيف تصبح ملحننا مع استخدامها ..

تستطيع ان تقول (لا) باكثر من طريقة .. جرب ذلك ..
قل (لا) وانت (سعيد) لسواك . قلها وانت (مشمئز) .. قلها
وانت (غاضب) قلها وانت (تعبان) .. قلها وانت (حزين)
قلها وانت (عاشق) .. الخ .. ستجد لنفسك مجالا واسعا من
الاستخدامات بمجرد تغيير لحن الكلمة في ذاتك اولا ثم اطلاقها
للخارج .. وبالمناسبة لا تظن ابدا ان الآخر سوف يستلم هذه الـ
(لا) الخاصة بك مع لحنها دون ان يفهمها تماما كما ارسلتها له
فاذا لم تجد صداها فيه فيعني ذلك انه يتغافل امامك باحساسها

ويحاول اعطاءك انطبعا بعدم فهمها او بقلّة فهمها على الاقل ..
لا تثق به .. بل جدله العذر احيانا فالكثير من حولك لا يريدون
احيانا ازعاجك بردود اقوالهم كما كان قولك معهم من الخشونة
مثلا ..

الكلمة الانسانية ضمن سياق تاريخ البشرية الحالي تمثل حجر
الزاوية بكفاءة التواصل الاجتماعي ..
كن حذرا ب (اختيارك) لها وب (تلحينها) ..

تمرن على الامر مؤقتا ولا تتوقف عن التمرين .. حتى تجد نفسك
بعد فترة ليست بالقصيرة انك على اقل تقدير قد قلّصت خسائك
و ربحت الكثير من الاصدقاء بل حتى افراد عائلتك وخاصة
زوجك او زوجتك ..

لا بأس من الروح الفنية بلحن الكلمة وان كان كاذبا بعض الشيء
فهو مطلوب ..

الناس تحب الكذب الابيض مهما كان صدقك اسودا .



ثقافة الابتسامة

ان ما يدعم تلحين كلماتك و مواضعيك هو الابتسامة المرافقة .
 الابتسامة كلمة مرئية حلوة ..
 والكلمة ابتسامة مسموعة حلوة .

لا تتخل قدر الامكان عن الابتسامة فهي دعم مرئي كبير للحن
 الكلمة .

الابتسامة تعطي الانطباع بالسلام و الصداقة من البداية حتى بلا
 حديث .

الابتسامة وحدها هوية عبور سريعة للآخر دون اي استئذان .
 جرب وابتسم لسواك عندما تمر به ولا تعرفه .. لا بد ان يبتسم لك
 او على الاقل لن يعاديك .. (هناك حالات استثنائية لا بد من
 الاشارة لها وهي ابتسامتك مع زوجتك التي قد تؤدي بك
 لمجلس تحقيقي ! كما لو كنت تخفي عنها جنحة صغيرة قمت بها

سراً فتسيء فهمك مما يؤدي لـ (احتمال) كارثة .. فاية ابتسامة ليست بمحلها تعني انك ارتكبت ما لا تحمد عقباه وتحاول ان تدللها لاختفائه .. تجنب هذا الموقف احيانا ..!!) .

ان عضلات وجه الانسان تتمتع بخاصية التعبير عما يحيش في القلب .

انها امتياز استثنائي لنا كبشر ..

الحيوانات تختار احيانا للتعبير عما يحيش فيها فتشم وتلامس بعضها بعضا .

الابتسامة هي الاخرى كالكلمة ..

لا تعتقد ابدا انك تستطيع ان تنطقها بتعابيرك الخارجية دون لحن .

الابتسامة باطيافها الصفراء حيث المجاملة المقصودة الحمراء حيث الرغبة بالانتقام والحرب والبيضاء عن سلامة النية وهكذا .. الكثير مما اطلقنا من التسميات ولكن في نهاية الامر هي تعبير عن (لحن) داخلي فيك .

تعلم هنا ايضا كيف تلحن ابتسامتك . بالتزامن مع كلمتك بالتزامن مع قلبك .

تعلم كيف تكون الآخر وانت فيك ..

تعلم كيف تحترم نفسك وانت تتواصل ليس لان الآخرين يستحقون ذلك دائما بل لانك كبير .. لانك ستكون سعيدا بنفسك وانت محترم ..

الانانية الراقية ان تمارس الفروسية بصرف النظر عن مصادر
تحويلها ..

الجميع بلا استثناء يستحقون الرحمة والعطف لو كنت فارسا نبيلًا
فاذا كان المهجوم ، فعليك بالدفاع .. الدفاع المشرف ..
لا تقاتل ضعيفا ولا مستسلما .. واذا كان ، فتجنب سحقه قبل
انهياره ..

الابتسامة ثقافة .. تعودها ..

خذها مرانا من الصباح ..

جربها بلا تذوق اولا وكرر ثم كرر حتى تصدق انك مبتسم من
قلبك وليس بعضلات وجهك .. بعد حين ستجد ان ابتسامتك
التي تسعد الآخرين لم تعد تسعدهم وحدهم فحسب بل تسعدك
انت ايضا وهذا هو الالهم ..

لقد صدّقتَ انت أخيراً كذبتك .. فتمتع بها

اختلف مع الآخرين وانت مبتسم .. سيضيف ذلك لكلامك طعم
الهيبة ونكهة الكبر .. استرخ .. ابتسم . خذ من قلبك كلماتك
وقلها كما هي من القلب دون تصرف ..

تعلم الكذب الابيض لتتخلص من الصدق الاسود .

هكذا هو الامر عزيزي القارئ ..

النفعية رغم مساؤها ليست كارثية في مضمار الذات الباحثة عن
الطمأنينة من خلالها ومن خلال الآخرين .. الله الطيبة المجتمع
واولا .. انت ..

وجهك ليس ملكك وحدك فهو جزء من مشروع سياحي عام
... و كما لا ترمي الاوساخ في شارع عام .. فعليك ان تراقب
وجهك . وكما واجهة منزلك نظيفة ، اجعل وجهك كذلك
بالابتسامة ..

انها ليست مستحبة .. بل واجب بحكم الجبرية التواصلية مع
الآخرين .

المناخ الطبيعي النقي لنا جميعا دون ان نتعلم كيف نكونه .
الذوق الرفيع للانسان ، الانسان ..

الحس العالي باحترام الآخرين رغم اختلافك عنهم .
الناس كالنرد .. له ستة وجوه .. جميعها على حق .. ولا احد
يملك الحقيقة الكاملة .

كما تأخذ .. حاول ان تعطي ..

تعلم العطاء اولاً واترك ثانياً ..

انه الاخذ .. ستجده على بابك كل صباح ..

ابتسم .

لا اغلى منك ابدا على هذه الارض .
الاخرون معك وعليك ان تتنازل عن بعض منك لتقيم اية علاقة
.. انه المنطق .. حاول ان تعيش ثقافة الابتسامة ..
حاول ان تبسم قدر الامكان لتنقية التلوث النفسي السائد في
المناخ .. ابتسم .. وانا اتحمل اية مسؤولية قانونية تترتب على
ذلك .. اجعل كل الحب للجميع .. وخاصة نفسك .



الايحاء التواصلية

بين الانسان والانسان كما بين الحيوان والحيوان وكما بين النبات والنبات وكما ايضا بين الجماد والجماد .. نحن نعتقد ان الوجود كله ينقسم الى قسمين الحي وغير الحي .. والحي منه ينقسم بدوره الى ثلاث الانسان والحيوان والنبات .. هذا على الاقل ما هو اليوم من معرفتنا .. انه واقع علمي اجتماعي متوارث ومتعارف عليه لحد القطعية ولكن هناك استدراكان يستحقان الذكر :

الاول هو ان (الحيوية) وهي صفة الكائنات الحية لتمييزها عن الكائنات غير الحية محصورة بهذه الكائنات فقط .. بل زاد تقسيمنا الاعرج لحد اعتبار الانسان كائن عاقل والحيوانات مجرد ليست بشرا وكذا النباتات . وهذا خطأ .. فجميع الكائنات الحية قاسمها مشترك هو العقلانية اما التفاوت بالدرجة فلا يعني الغاء هذه العقلانية من الحيوان والنبات .. كل ما في الامر ان الانسان اكثر عقلانية من ناحية (الكم) العقلاني وليس النوع .. وبالتالي فجميع الكائنات الحية تفكر وتعقل وتتصرف على هذا الاساس

اما تفاوت وسائل التعبير عندها فليس للانسان الى نسبة العقلانية الاعلى و (اللغة) .

جميعنا عائلة واحدة واللغة البشرية ليست حكرنا علينا فالحيوانات لديها لغاتها الخاصة وعدم معرفتنا المعاصرة بهذه اللغة لا يعني الغاءها كما هي عادة الانسان عندما لا يعرف مجهولا ما فانه لن يتردد بالغائه .. !

قلنا سابقا (لا عدم في المجهول) ..

جميعنا ككائنات حية نمتلك عقلانية معينة وجميعنا يمارس لغة خاصة به .

لا نستطيع ان نفهم لغة الحيوانات ومن قال ان الحيوانات تفهم لغتنا ؟

الحيوانات تفهم احساساتنا فترد علينا بـ (سلوك) .. ونحن كذلك لا نفهم لغتها فنرد عليها باحساسنا ..

وهناك امر آخر مهم للغاية رغم انه افتراض معقول وهو : من قال ان النباتات لا تمتلك لغة خاصة بها هي الاخرى ؟

ان مجرد عدم معرفتنا بذلك لا يعني الغاء امكانية وجوده ..

النباتات هي الاخرى لها لغتها الخالصة التي لم يصل العلم بعد لرصد ذبذبات اصواتها الصادرة منها عندما تراعي صغارها اذا نمت الاشجار الوليدة قرب امهاتها آبائها و لا الصداقات القائمة

بين اشجار واعشاب نفس المكان مثل الغابة او الحديقة .. انهم مثلنا يتفاهمون بلغة خاصة . انهم مجتمعات ذات عقود اجتماعية ايضا ..

من قال ان النبات عندما تقطع زهرة منه لا يتألم وان النباتات المجاورة له لا تتألم هي الاخرى ولكن احدا لا يستطيع منع ذلك بحكم جبروت الانسان وغروره ؟

من قال ان النباتات لا تعاني من فراق الاحبة كحال الحيوانات عندما تراقب احدها وقد سحبوه للذبح او القتل من اجل ان نأكل لحمه نحن .

من قال ان الاشجار الكبيرة ليست زعيمة على من سواها في الغابة ؟ من قال ان النباتات لا تتعاطف بعضها مع بعض بل الاكثر من ذلك من قال ان النباتات لا تفهم علينا ولا تشعر بنا ولا تتعاطف او تحاصم او تكتئب او تنزعج او تغضب او حتى تبسم في دواخلها عندما تتعرض لحافر معين سواء جاء من قبلنا نحن كبشر او من الحيوانات المحيطة بها وحتى من قبل الطبيعة كالرياح او المطر او سواهما من التأثيرات الطبيعية ؟

انها كائنات حية ناطقة .. تتفاعل وتتأثر وتعاني وتسعد تماما مثلنا فاذا لم نكن نعلم ذلك فالسبب عدم وجود حواس كافية لدينا لتحسس ذلك وليس لعدم وجود هذه الامكانيات عندها ..

فنحن كعادتنا عندما لا نستطيع ان نتواصل مع امر ما نقول عنه انه (غير موجود) !! وكأن وجوده مقرون باتصالنا به فاذا عجزنا ، الغينا تماما وجوده وهذا بالضبط هو التعسف الفلسفي الخالد لدى البشرية القاصرة ، اخلاقا ..

من الانصاف ، انصاف المجهول من قصورنا الخالد .

هناك الكثير مما يستحق الافتراض على الاقل بهذا المجال ..

ان احتمالية ان تكون النباتات ذات حواس استقبال التأثير الخارجي و منافذ تعبير لهذا التأثير كالانسان تماما من حيث المبدأ باستثناء نوع المستقبلات الحسية التي تتلقى النباتات من خلالها التأثيرات الخارجية القادمة لها و استثناء نوع المنافذ التعبيرية التي تصدر و توضح ذواتها بها .. فالنبات عندما لا يمتلك عين واذن وجلد ولسان وانف باعتبار ان هذه المنافذ الحسية هي المنافذ الوحيدة التي يستقبل الانسان بها العالم الخارجي فان هذا النبات لا يستطيع ان يستقبل العالم .

طالما ان النبات لا يملك اذن فهو لا يسمع .. من قال ذلك ؟ ربما لديه عضو آخر خاص به يستطيع من خلاله سماع العالم الخارجي والذبذبات الصوتية القادمة له . من قال ان افتراضي خطأ ومن قال انها لا تملك هذا العضو السري الذي **يُنَاطِر** الاذن لدى الانسان ؟

النبات ربما يسمعنا بطريقته الخاصة وحتى ربما يستطيع ان يتكلم بلغته الخاصة من خلال ذبذبات نحن كبشر لا نستطيع ان نسمعها ليس لقصور بالنبات هذه المرة بل لقصور بنا لاننا ببساطة لا نستطيع سماعها . وهذا عدل ..
عندما لا تسمع احد فلا يعني ذلك انه لا يتكلم .. اقول ربما ..
تأكد من اذنك اولا قبل ان ترى فم الآخر ..

الغرور البشري لا يخف ابدا .. العلم يقلص هذا الغرور من خلال الزمن .. هي هكذا فلسفة العلم من الاساس ومع ذلك فان المجاهيل من الكثرة وبدفعة واحدة لا يمكن للانسان مهما تدرج بزمان معرفته بهذه المجاهيل الا ان يقسطها تقسيطا على مراحل لكي يفهم ما يجري وبما ان المادة خالدة على الاقل وفق المنظور المادي فان العلم خالد بكشف هذه المجاهيل (المشكلة) ليس هنا بل باحساس الانسان بالكمال في اية مرحلة من مراحل قصوره العلمي فيريد ان يمسك بكل مجاهيله ليعرفها دفعة واحدة والا .. فهي (غير موجودة .. !) .

تصور عزيزي القارئ كم انا كانسان قليل الحياء الوجودي ..
النباتات مثلنا تشعر وتدرك وتحس باعضاء خاصة بها وترد على الافعال بردود افعال مثلنا تماما ما عدا اختلاف نوع العضو الحساس ونوع العضو المنفذ للحركة .. اما صوت الانسان الذي

يتبجح به فلا معنى له على الإطلاق مقابل الامكانيات الهائلة المحتملة التي يمتلكها الحيوان والنبات من (وسائل) تواصل مادية غير معروفة حتى اليوم علميا .. وربما هي اكثر كفاءة بحكم نقص قدرة الصوت والكلام من كفاءتنا نحن كبشر .

اذن كـ (افتراض) فان الانسان والحيوان والنبات لديهم جميعا العناصر الآتية :

اولا : قاسم مشترك واحد هو الحس والحركة .

ثانيا : وجود (اعضاء) حس و (اعضاء) حركة منفذة لردود الفعل .

ثالثا : تختلف وتتفاوت قدرة الاعضاء الحسية والحركة لدى اي صنف من هذه الاصناف الحية .

رابعا : هناك احتمال ان يكون لدى اي من هؤلاء الثلاثة وبضمنهم البشر طبعا (اعضاء) حسية غير معروفة حتى اليوم علميا بالتاريخ البشري مع احتمال وجود (اعضاء) حركية لتفيد الاوامر بردود الافعال غير ما نعلم حتى اليوم ايضا .

خامسا : الكائنات الحية عائلة واحدة عندما نشأت اولا في بداية (الحوية) تاريخيا .

الان وبعد هذه المقدمة عزيزي القارئ وجدنا اننا عائلة واحدة و من الجدير بالذكر المرور على امرٍ آخر لا يقل اهمية عما ذكر وهو الطبيعة المادية التي نصفها اليوم علميا بانها (غير حية) ..

ان ما يسمى تقليديا (المادة) او (الطبيعة) هي في واقع الحال عبارة عن (كائن واحد) موزع على مكانه وزمانه كما هو النوع الانساني والحيواني والنباتي .

ببساطة شديدة هناك سؤال افتراضي هو :

لماذا لا يكون لدى هذه المادة (نوع) من العقلانية البسيطة التي تستطيع ان تؤثر بها على سواها من خلال تناثر جزيئاتها في الوجود .. من خلال الزمان والمكان .. الزمكان ؟

وكما هو النوع الانساني متناثر في الزمكان .. فهي المادة ايضا . !
ان الاجسام المادية تمتاز بصفات فيزيائية تؤثر بعضها على بعض ولدى البعض منها قوى خاصة غير المغناطيسية والجاذبية التي تتبادل التأثير فيما بينها .

تعلمنا من الفيزياء التقليدية للمادة تبادل التأثير هذا بصرف النظر عن نوعية النظريات الكثيرة المشيرة للامر الا ان الامر الجديد هو ان هذه الاجسام تبث (ذبذبات) وهذا ، معروف علميا على اية حال ، فلماذا لا نعتقد ان هذه الذبذبات تتأثر هي الاخرى بذبذبات الكائنات الحية ايضا ؟

لماذا تتبادل الاجسام المادية التأثير بينما لا تتبادل مع الانسان ايضا ؟ ولماذا لا نعتقد ان الانسان يستطيع ان يؤثر عليها فتستجيب او ان يؤثر عليها سلبا فتعكس عملها وتؤثر عليه سلبا ايضا ... ؟

ان الفكرة التقليدية المعروفة منذ بداية التاريخ ان بعض الاحجار الكريمة لها تأثير على الانسان وانا اظن بشيء من التحفظ صحة ذلك ..

واذا كان الافتراض هذا فلماذا لا نمضي اكثر من ذلك ونقول انه بما ان الانسان يتأثر بهذه الاحجار الاستثنائية التأثير على الانسان من خلال ذبذبات معينة غير معروفة حتى اليوم فمن الممكن القول ان الانسان ايضا له التأثير على هذه الاحجار .. اي لو صح لاحدنا ان يؤثر بطريقة لا اعرفها انا شخصا الان فمن الممكن ان يقلب الفيزياء النظرية رأسا على عقب وان يتحكم بقوانينها الفيزيائية بل ان يحول المادة الى (عدم) والعدم الى (مادة) !! ..

انا افترض فقط .. اما صدمة عدم تصديقك عزيزي القارئ لي فهو لانك بحالة صدمة كلما (اكتشفت) امرا جديدا في هذا العالم والسبب هو امكانياتك القاصرة التي تعتقد اعتقادا جازما بانه لا صدمة في الحياة ..

ان سبب الصدمة موجود قبلك ولكنك لم تنتبه له فاذا تنبهت قلت انك مصدوم بالمفاجأة . ! هذا كل ما في الامر .

المادة تعيش مثلنا بحالة من (حيوية) متدنية جدا ولكنها (موجودة) ، اما اثبات ذلك فقد يأخذ بعض الوقت عبر التاريخ

الكوني وعبر العصور القادمة وهناك احتمالات كثيرة .. فلماذا
نقطع الطريق على انفسنا كما لو كان التاريخ البشري المستقبلي هو
(اليوم) ؟

اذن يستطيع الانسان ان يتفاعل مع المادة الميتة وان يؤثر عليها
ويتأثر بها .. ان يتواصل معها .. وحتى ان يتكلم معها على ان
يتكلم معها بـ (وجدان نقي) .. وهذا معناه ببساطة (تركيز)
طاقتك الذاتية من ذبذبات للتحويل لفعل تأثيري مادي خارجي
ينفذ لك ما تريد ..



نظرية التواصل الوجودي

مما سبق نستطيع القول ان الوجود الكوني الشامل ، مرتبط بعضه لبعض ، ليس بشبكة من الخيوط التواصلية الوجودية بصرف النظر عن نوعية هذه الخيوط ، بل هو ذاته الشبكة المعنية بالحديث ..

الانسان والحيوان والنبات والطبيعة ، كيان واحد مرتبط بعضه ببعض .. يتواصل بعضه مع بعض بطرائق متنوعة منسجمة متناغمة جدا لحد الاطلاق بالدقة . اما نوعية هذه (الطرائق) فمتنوع جدا الى درجة ان القرن الحادي والعشرين ، ليس بقدرته حل معرفتها مقارنة فيما لو كنا الان بالقرن الحادي والخمسين او القرن الالف او القرن المليون من حياة الانسان ..

العلم سوف يتطور وعندها يتم له تدريجيا اكتشاف ، الكم الهائل من هذه الطرائق التواصلية التي تربط الكائنات الحية (الانسان ، الحيوان ، النبات) مع الطبيعة ..

العلم المستقبلي سوف يؤمن الكثير من المعلومات الجديدة الصادمة لعقلية الانسان في هذا القرن ، بتحليل هذه العلائق وطرائق التواصل بين الكائنات جميعا ، حيث لا توجد كائنات مستقلة الا في عقولنا ، بينما يسود التواصل المنظم والمنهج تماما بين الجميع بصرف النظر عن الحيوية التي اخترناها لتمييز بعض الكائنات عن سواها ، كما ميزنا اليوم الانسان والحيوان والنبات ككائنات حية ، مقابل الطبيعة غير الحية . وهذا امر يستحق الشك علميا على الاقل وفق منظور المستقبل .

لا اشك ابدا ، ولو كان افتراضا ، ان جميع الوجود ، يتشابك بعضه ببعض بوشائج تواصلية تربطه ربطا متراسا لا صدفة فيه ولا احتمال ..

الجميع ، الكائنات الحية والطبيعة عبارة عن (كم) واحد من ناحية (الحيوية) باستثناء (الدرجة) . والجميع في حالة تواصل دائم ، بغض النظر عن عدم معرفتنا المعاصرة لذلك .
التواصل شامل مطلق .

الجميع في حالة (فعل) و (رد فعل) تواصليا .
الغرور البشري ، ليس ذا قيمة علمية في نظري .. طالما ان هناك تاريخا سيحمل حل الالغاز وفك التلاسم ، علميا .
انه التواصل الوجودي ..

لا ازعم غير انها فرضية .. وربما ترقى حد النظرية .. ولكنني اثق
بها ثقة كاملة ..

والان ساعود لك عزيزي القارئ ، لتبادل قبل الختام بعض
الملاحظات المشتركة ..

لا تبخل بعواطفك على الاخرين بحجة احتفاظك بذلك لهم عند
الحاجة . كمن يحتفظ بالمال في جيوبه دون ان يتعطف بها على
اولاده بحجة كونها امانة في عنقه .. فطالما المال لم يخرج من الجيب
، فهو بحكم اللاشيء .. وكذا العواطف ، عليك بان لا تحتفظ بها
لمجرد انها امانة بعنقك وانك وحدك من تشعر بها ..
اعط .. تاخذ .. وليس العكس .

كل ذلك لا يزيد احيانا عن كلمات قليلة بمحلها وبتوقيتها
الصحيح ، لتدفع بها شرا ، او تكسب بها خيرا .. فلم البخل ؟
كن لطيفا مع سواك ، ستسترخي انت قبل هذا الـ (سوى) فلا
تتأخر بالدفع ..

الكلمة .. انسان ..

ولا تنس الاستماع .. فالاستماع نصف الكلام ..

وتذكر دائما انك لست مديعا لنشرة اخبار ، وعلى المشاهدين ان
يقبلوك .. بل لكل جلسة ظروفها الخاصة من جلاسها .. وكل من
تجالس له اذن خاصة به .. فحاول التأقلم بظرف من تلتقي بهم ،

لتكونهم فتسحبهم لحبك ، ولا تجعلهم يكونونك ، فيتسللون
تدريجيا من صالتك الذاتية .. مهما كانت انيقة ..

تذكر دائما ، لو سمحت ، ان الاختلاف مع الاخرين اساس (
اولي) قبل البدء بالتواصل ، فكن المهندس الذي يعكس العملية
ليتحول بعض هذا الاختلاف لاتفاق ، فاذا انجزت من ذلك
بنسبة (50 %) فانت ناجح بكل المعايير النفسية الاجتماعية
فالآخرون مثلك .. انت مختلف عنهم ولا تلم نفسك ، كما هم
مختلفون عنك فلا تلمهم .. اما التوافق معهم باي شكل من
اشكال التواصل وخاصة (فوتوغرافيا الكلمة) ، فطارئ استثنائي
وهذه هي السنة التقليدية للاجتماع البشري .

لا تتوقع من سواك اكثر مما يتوقع هو منك .. فلا تبالغ بالامل لكي
تعيش سعيدا وتجعل سعيدا بك او بدونك ايضا ..

فاذا افلست الا منك .. فانعم عليها بالحب والعاطفة الوردية و
حدثها باجمل ما تحب واثن عليها باروع ما تستطيع ..

تعيش ونفسك معك . وسوف ترحل وهي معك .. ولا صديق
سواك لك الاها .. فافرق بها راحلا او مستقرا .. مؤقتا او دائما ..

كن انت .

كن انانيا ..

كن انسانا ..



فهرس

7	بلا مقدمة	1
12	التواصل	2
19	كيف تفهمني	3
25	التواصل الطبيعي	4
32	التواصل الحيوي :	5
45	التواصل العضوي :	6
47	التواصل الوضعي :	7
48	التواصل الماورائي :	8
54	التواصل الاناني (الذاتي) :	9

10	القانون الوجودي :	57
11	التواصل الاناني :	61
12	المحاصرة الذوقية :	91
13	الاتفاق و الاختلاف	98
14	الخصوصية :	100
15	الانوات الثلاث :	103
16	الظن :	112
17	اللاجدية :	116
18	التوافق ، تواصل ..	129
19	فوتوغرافيا الكلمة :	132
20	المكوكة التواصلية :	167
21	المقبولية . المنطقية . الجمعية ..	178
22	الريجيم النفسي .	179
23	الريجيم النفسي .	184
24	حضارة الشوارع :	194
25	كثافة الكلمة :	195
26	ثقافة الابتسامة :	201
27	الاياءة التواصلية :	206
28	نظرية التواصل الوجودي :	215

تم بحمد الله ..

