

إن الأشياء ليست كما تبدو

فى النادى التقيت صديقتها.. منذ زمن لم ترها... تقول له: امرت أعوام ولا زال جسمك على مايرام وهذا طفلك بيدك ما أجمله وما أجملك تجيها بصوت خجل نعم طفلى جميل تفترقان وفى صدرها قهر وغضب ونيران لاتستطيع البوح بأنه ابن اختها فهى لم تتزوج حتى الآن.. إن الأشياء ليست كما تبدو.

...

مر الفقير أمام منزل ليشم منه رائحة الطعام يسترق النظر فتحى لو لم تشبع معدته يكفيه من الطعام نظرتة فهو لم يأكل منذ أيام يحسد الرجل فهو يلبس النظارات لتقى عينيه وطاولته شهية أكمل طريقة دون أن يلتفت إلى الوراء دون أن يدرك أن ما تحت النظارة الشمسية أعين عمياء أكمل طريق ولم يعلم أن الأشياء ليست كما تبدو.

...

يضحك بينهم بالساعات يجلى همومهم والأحزان يحسدونه فهو لم يذق الآهات ول يعرف الهم قلبه فرجع كل شخص منهم إلى أطفاله وزوجته وهو يعود إلى وحدته محاطا بالأدوية يداعب عزلته فهو تعدى وقته المقدر بالحياة ولا يعلم أى ساعة هى منيته.. فقط لو علموا أن الأشياء ليست كما تبدو.

فمهما بلغ جمال الصور ودقتها أو حتى بشاعتها فقط ألقها لتدرك أن الأشياء ليست كما تبدو ويبقى الأمل.

قواعد السعادة السبع

1. لا تكره أحدا مهما أخطأ فى حقك
2. لا تقلق أبدا
3. عش فى بساطة مهما علا شأنك
4. توقع خيرا مهما كثر البلاء
5. أعط كثيرا ولو حرمت
6. ابتسم ولو القلب يقطر دما
7. لا تقطع دعاءك لأخيك بظهر الغيب.



قل لأمك شكرا كل صباح ولا تنس..

عندما كان عمرك سنة - قامت بتغذيتك وتنظيفك... أنت شكرتها بالبقاء طوال الليل.
عندما كان عمرك سنتين - قامت بتدريبك على المشى... أنت شكرتها بالهروب عنها عندما تطلبك.
عندما كان عمرك ثلاث سنوات قامت بعمل الوجبات اللذيذة لك.. أنت تشكرها بقذف الطبق على الأرض
عندما كان عمرك أربع سنوات - قامت بإعطائك قلما لتتعلم الرسم... أنت شكرتها بتلوين الجدران
عندما كان عمرك خمس سنوات - قامت بإلباسك أحسن الملابس للعيد... أنت شكرتها بتوسيع الملابس.
عندما كان عمرك ست سنوات - قامت بتسجيلك فى المدرسة... أنت شكرتها بالصراخ لا أريد الذهاب.
عندما كان عمرك عشر سنوات - كانت تنتظر رجوعك من المدرسة لتعانقك.. أنت شكرتها بدخولك إلى غرفتك سريعا.
عندما كان عمرك خمس عشرة سنة - كانت تبكى خلال نجاحك.. أنت شكرتها بطلبك هدايا النجاح.
عندما كان عمرك عشرين سنة - كانت تتمنى ذهابك معها إلى الأقارب... أنت شكرتها بالجلوس مع أصدقائك
عندما كان عمرك خمسا وعشرين سنة - ساعدتك فى تكاليف زواجك.. أنت شكرتها بالسكن أبعد ما يمكن عنها أنت وزوجتك.
عندما كان عمرك ثلاثين سنة - قالت لك بعض النصائح حول الأطفال... أنت شكرتها بقولك لاتتدخل فى شئوننا
عندما كان عمرك خمسا وثلاثون سنة - اتصلت تدعوك للغداء عندها... أنت شكرتها بقولك أنا مشغول هذه الأيام.
عندما كان عمرك أربعين سنة - أخبرتك أنها مريضة وتحتاج لرعايتك... أنت شكرتها بقولك عبء الوالدين ينتقل إلى الأبناء

...

وفى يوم من الأيام سترحل عن هذه الدنيا وحبها لك لم يفارق قلبها ذا كانت والدتك لاتزال بقربك لاتتركها ولاتنس حبها واعمل على إرضائها لأنه لا يوجد لديك إلا أم واحدة وعندما تموت سوف تنادى عليك الملائكة أن قد ماتت من كنت ترحم بسببها... اتقوا الله فى الأمهات.

أجمل الكلمات

أجمل ما فى الرجل الرجولة
أجمل ما فى المرأة الأمومة
أجمل ما فى الطفل البراءة
أجمل ما فى الليل الهدوء
أجمل ما فى البحر الجبروت
أقوى لغات العالم... الصمت
وأبلغ لغات العلم... الدمع
الإفراط فى اللين ... ضعف
الإفراط فى الراحة ... خمول
الإفراط فى الحذر... وسواس
الإفراط فى الغيرة... جنون
أكرم النسب حسن الأدب

أصعب كلمة .. هى الكمال
أحلى كلمة.... هى السلام
آخر كلمة ... هى الموت
أفضل الانتقام... هو الغفران
أقصى النار .. هى الشوق
أعظم كنز... الفضيلة
أقوى عذاب ... هو الضمير
أحلى حب... حب الحبيب.

أحسن الحب... حب الزوجة
أدوم حب.. حب الأم
أفضل معرفة... معرفة الرجل لنفسه
أفضل علم.. وقوف المرأ عند علمه
أفضل المروءة.. إبقاء الرجل ماء وجهه
الدنيا مسألة ... حسابية

خذ من اليوم.... عبرة
إطرح منها التعب والشقاء
وأجمع لهن الحب والوفاء
واترك الباقي لرب السماء .
راقب أفكارك لأنها ستصبح أفعالك
راقب أفعالك لأنها ستصبح عاداتك
راقب عاداتك لأنها ستصبح طباعك
راقب طباعك لأنها ستحدد مصيرك



نصيحة أم..

ولدى العزيز ..

فى يوم من الأيام سترانى عجوزا ... غير منطقية فى تصرفاتى!!
... عندها من فضلك
أعطينى بعض الوقت وبعض الصبر لتفهمنى وعندها ترتعش يدى
فيستقطط طعامى على صدرى ... وعندها لا أقوى على لبس ثيابى
فتحلى بالصبر معى... وتذكر سنوات مرت وأنا أعلمك ما لا أستطيع
فعله اليوم !!
إن لم أعد أنيقة جميلة الرائحة !!
فلا تلمنى وأذكر فى صغرك محاولاتى العديدة لأجعلك أنيقا جميل
الرائحة
لاتضحك منى إذا رأيت جهلى وعدم فهمى لأمر جيلكم هذا .
ولكن... كن أنت عينى وعقلى لألحق بما فاتنى، أنا من أدبتك وأنا من
علمتك كيف تواجه الحياة

واحدة النفس المطمئنة

فى إطار سعى الجمعية العالمية الإسلامية
للصحة النفسية لنشر الثقافة النفسية بين جموع
المواطنين بطريقة سلسلة وبمبسطة لخدمة القارئ
وأسبابها وطرق علاجها. وحرصا من الجمعية
على محاربة الكثير من الخرافات السائدة فى
مجتمعاتنا العربية والإسلامية عن الأمراض
النفسية فقد قامت الجمعية بعمل موقع خاص
على الانترنت لخدمة القارئ العربى وذلك تحت
عنوان واحدة النفس المطمئنة
والعنوان الإلكتروني هو:

www.elazayem.com