روحوا القلوب

إعداد:
شيرين أشرف جمال

سأخبرك ببركة هذا الأمر

يحكي الدكتور حازم شومان يقول:
قبل أن أشتري سيارة كان يقابلني أحد جيراني في المنطقة بسيارته فيوصلني بالرغم من عدم وجود علاقة بيننا، وفي كل مرة يقول لي: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (من كان له فضل ظهر فليعد به على من لا ظهر له).
وفي مرة سألته: هل تفعل ذلك دائما؟ فقال: منذ سمعت هذا الحديث قلت سأجعله بابا لي من أبواب الخير.
قال: وسأخبرك ببركة هذا الأمر!
نجاني الله من حوادث موت محقق وأنا أعتقد أن ذلك بفضل العمل بهذا الحديث.
وفي مرة مررت بأزمة شديدة كادت تدمر حياتي لم تقدر كل علاقاتي على مساعدتي فيها.
مرت عليّ الأيام فيها لا آكل ولا أنام ولا أتحدث إلى أهل بيتي.
وفي يوم كنت عائداً من المزرعة في منطقة النهضة وكنت دائما وأنا راجع أوصل امرأة عجوز تبيع الجبن علي الطريق.
في وقت خروجي تكون قد انتهت، فآخذ منها الطبق الذي تبيع فيه وأضعه في شنطة السيارة، وأوصلها إلى مبتغاها.
في هذا اليوم لاحظت العجوز أنني كئيب على غير العادة، ودار هذا الحوار:
- مالك يا ابني؟
عندي كرب شديد يا أمي ما لم ينتهِ اليوم سأضيع.
قال: فتحركت العجوز للأمام، ونظرت من زجاج السيارة الأمامي إلى السماء وقالت:
يارب تفكله كربه اليوم.. والله لتفكله كربه!!
يقول: هززني الموقف، وكدت أقول لها:
كيف تتكلمين مع الله هكذا ؟!
ثم تذكرت سريعا حديث (رب أشعث أغبر لا يُأبه له لو أقسم على الله لأبره).
يقول: من ساعتها انشرح صدري وكأن شيئا لم يكن
عدت إلى البيت أضحك وأمزح وأكلت معهم، فسألتني زوجتي: فيه جديد؟
فقلت: لا، لكني متأكد أن الله لن يضيعني.
وبعد منتصف الليل اتصل بي أحد الأصدقاء الذين كانوا يسعون في حل المشكلة بلا فائدة وأخبرني أنه قضى لي حاجتي وحُلت المشكلة.
هذه بركة تعلم حديث واحد والعمل به وتعليمه.
فكيف بمن تعلم دين الله وعمل به وعلمه؟
وإذا عجزت عن ذلك فليكن لك حديث تعمل به وتبلغه. وتذكر ماذا قدمنا للإسلام؟

عندما تريد شراء منزل تذكر ٣ أشياء مهمة : الموقع .. الموقع .. الموقع.
ولا تدفع لأحد أجره قبل أن يتم عمله.
واختر زوجتك بعناية لأنها مسؤولة عن ٩٠٪ من سعادتك أو تعاستك.
ولا تتأخر في نومك.. إذا كنت تحرص على يومك
ولا تترك عملك قبل أن تؤمّن غيره.
وعندما تستعير سيارة صديق املأها بالوقود قبل إعادتها إليه .. (ومن الأفضل ألا تعوّد نفسك على استعارة أي شيء) .
ولا تدع الهاتف يقطع اللحظات الجميلة من حياتك .. فقد وُجد لراحتك لا لراحة المتصل.
وحين تقول والدتك ستندم على فعل ذلك .. فإنك ستندم عليه غالباً.
وكن شجاعاً .. وإن لم تكن فتظاهر ..!! فلن يلاحظ أحد الفرق.
وحين تصادف كتاباً جيداً .. قم بشرائه حتى ولو لم تقرأه.
وشجّع أبناءك على العمل في أوقات فراغهم عندما يبلغون السادسة عشرة .. بل قبل ذلك إن أمكن
ولا تصدق كل ما تسمع .. ولا تنفق كل ما تملك .. ولا تنم قدر ما ترغب.
ودلّل زوجتك وليس أطفالك.
وإذا استعرت شيئا أكثر من مرتين .. قم بشرائه.
وابتعد عن الأماكن المشبوهة .. فالأحداث السيئة لا تحدث إلا هناك.
والفاشل في إنفاق ماله .. فاشل في كل شيء في حياته.
وحين يسألك أحدهم سؤالا لا تحبه .. ابتسم وقل: ولماذا تريد أن تعرف ..!؟
وثلاثة أشياء لا تفقدها: أعصابك .. ثقتك بنفسك .. مفاتيح سيارتك.
ولا تتوقع من أطفالك أن يستمعوا لنصائحك .. عندما يكون وضعك مُزريا .
وكن أفضل صديق لزوجتك.
ولا تقل أبدا لا أملك الوقت الكافي .. فجميع العظماء كان وقتهم ٢٤ ساعة ولم يزد.
واترك بجانب سريرك قلم رصاص وورقة بيضاء .. فبعض الأفكار الذهبية تطرق عقلك وإذا لم تدونها تفقدها.
والجميع يحب الثناء .. فلا تبخل به .. ولكن حذار من النفاق .
وعندما تلعب مع أطفالك دعهم يفوزون عليك.
وتذكر: نجاحك غداً يعتمد على عملك اليوم .. بعد توفيق الله لك.
ولا تنتقد زوجتك أمام أطفالك مهما حدث.
وعندما تدخل غرفة ما .. أو اجتماعاً ما .. ادخل. وكأنك تملك المكان .. يعني واثق من نفسك.
وتعلم كيف ترفض .. ولكن لا تعتد على ذلك.
وعندما يصمت الجميع خجلاً .. قم وعبّر عن رأيك الجميل.
ولا تُضع الوقت في الرد على منتقديك.
ولا تناقش أمورك المادية مع من يملك أكثر منك بكثير .. أو أقل منك بكثير .
ولا تقس ثروة المرء بما يرتديه .. او يركبه.
وعندما تكون ضيفاً في مطعم .. لا تطلب شيئا أغلى من طلب مُضيفك .
وتوقف عن النقاش العقيم .. من أجل صحتك ولا تكن متعصبا.
لا تجعل نفسك العالم الفاهم في النقاش .. يكرهك الآخرون.
ارحم نفسك .. وحافظ على صحتك بابتعادك عن النقاشات العقيمة.
اكسب الرجال .. ولو خسرت المواقف.
لا تحتقرْ أحدًا .. ولا تسخر بأحد .. ولا تشتم .. أو تعيِّر أحداً.
نيّتك تتغير .. فكيف تعرف أو تجزم بنيّات الآخرين ؟.
لن يسألك الله عن نيّات الناس وأفعالهم .. سيسألك عن كلامك السيئ تجاههم.
لأن تُخطئ ١٠٠ مرة وأنت تحسن الظن .. خيرٌ من أن تخطئ مرة بإساءة الظن.
لا تقدّم على والديك مخلوقًا.
ولا تنسب لنفسك شيئا لم تفعله . واتقِ الله حيثما كنت ...
لاتكذب .. لا تكذب .. لا تكذب.

نوع من التربية فيه سمٌّ قاتل

احترس !

فذلك النوع من التربية فيه سمٌّ قاتل!

(دخل على والدته مقهورًا)

- ماما .. صاحبي ضربني ..

- انت السبب ، شوف غلطت في إيه خلاه يعمل فيك كده !

النتيجة = رجل بالغ .. يعاني من جَلد الذات !

الحل= اشرح لي الموقف بصدق .. أنت أخطأت ولكن تصرفه غير صحيح.

نتكلم بهدوء (نحن المرجع وملاذه الوحيد الإهمال يؤدي إلى كتم الطفل لكل ما يحدث له).

(أب يعاقب ابنه)

- طيب ، انت محروم من اللعب.

- أنا عملت إيه !

- مش عارف انت عملت إيه ؟! خليك بقا من غير لعب لغاية ما تعرف ..!

النتيجة = رجل بالغ .. مصاب بفرط التفكير (overthinking).

الحل = بهدوء أنت معاقب على خطئك ونشرح له الخطأ ونطلب الاعتذار والوعد بعدم التكرار.

(طفل يشعر بالحزن)

- مالك يا حبيبي

- زعلان

- طب خد كُل الشوكولاتة دي وما تزعلش

النتيجة = رجل بالغ .. مصاب بالشراهة المصاحبة لمشاعر الحزن ..

الحل= لماذا انت متضايق ؟ هل بسبب المدرسة ؟ هل ضايقك أحد ؟

نبحث مع الطفل عن السبب حتى يشعر بالراحة

(طفل يرتمي في حضن أمه باكيًا بحرقة)

- مالك يا حبيبي !

- إتخبطّ في الترابيزة ..

- كده يا تربيزة يا وحشة؟ ليه تخبطي أحمد ! إوعي تعملي كده تاني !

خلاص يا حبيبي ضربتها ..!

النتيجة = رجل بالغ .. يمارس الإسقاط ، دائم إلقاء اللوم على الآخرين ، ويتبنى دور الضحية ..

الحل = أرني هل تأذيت؟ لا تبكِ أنت ذكي ولن تركض ثانيا في البيت

(طفل جُرِح رغم رفقة أخيه الأكبر له)

- انت كنت فين لما أخوك اتجرح ؟ مش تاخد بالك!

- كنت بلعب !

- إنت إنسان مهمل ، لو كان جراله حاجة كنت مؤّتك !!

النتيجة = رجل بالغ ..فاقد الثقة بقدراته ..

الحل = عدم استغلال الطفل الأكبر هو ليس مراقبا ولا مربيا .

إعطاؤه دور القائد في العائلة لمنع الغيرة بين الإخوة وليس لتحميله مسؤولية ليست من واجبه.

(طفل معترض على أداء الواجب)

- طب لو عملت الواجب هاجيبلك هدية !

النتيجة = رجل بالغ .. مادي ، أو أنوي ..

الحل = نساعدة ونجلس معه حتى ينهي الواجب (الدعم النفسي مهم عند مواجهة الطفل لأي صعوبة).

(طفل يتعرض للتنمر من زملائه ويشتكي لوالده ، فيكون رده:

- معلش.

النتيجة = رجل بالغ .. انطوائي أو مصاب برهاب اجتماعي ..

الحل = أدخل الطفل دورات تعلم الرياضة لتقوية الثقة بالنفس

الذهاب مع والدة للمسجد أو التسوق..مخاطبة المدرسة وإبلاغها عن الأمر دون علم الطفل ..التنمر يؤثر في الطفل مدى الحياة

لا يجب الاستهانة به

(أم تشجع ابنها على السلوك الجيد)

- خليك مؤدب عشان أحبك !

النتيجة = رجل بالغ .. يتخلى عن مبادئه مقابل أن يجد قبولًا من المجتمع ..

الحل = حب الأم للطفل غير مشروط ..هي تحبه مهما فعل وهذا يجعله صريحا وجريئًا للتصرف على حسب فهمه وليس كما يملي عليه الآخرون

(أب صارم)

- مافيش نفس تتنفسه بدون إذني وإلا هتتعاقب.

النتيجة = رجل بالغ ..مُنقاد ..

الحل= عدم ترهيب الأطفال هم ليسوا لهم ذنب بما عشناه في الماضي من ظروف .

وأن تحملنا قسوة آبائنا ليس علينا أن نورثهم نفس ما عانيناه.

أطفالنا أمانة في أعناقنا ، لا تُقرروا الإنجاب قبل أن تدركوا حجم تلك المسؤولية !

فأطفال اليوم هم آباء وأمهات الغد ..

#مقتبس

وتظن أنك فاتك كثير من ترف الحياة حتى يذهب شيء من عافية الجسد..فتعيش حياة مختلفة تماماً وكأنك شخص آخر.. حينها سوف تُدرك كم كانت حياتك العادية الروتينية مُبهرة..ستنتبه فجأة أنك كانت تنهال عليك الأرزاق كل يوم دون انقطاع وكأنها المطر..لكنك صنفت الأرزاق حسب رغبتك.. فاعترفت بهذا وأنكرت ذاك!

القيادة فن

صاحب مصنع صابون كان عنده مشكلة كبيرة أثرت على سمعة المصنع .. المشكلة أن كان هناك علب صابون فاضية بسبب خطأ فى ماكينة التعبئة نتيجة سرعة خط الإنتاج .. جاب شوية خبراء وقالوله الحل جهاز ليزر يتحط على السير عشان يكشف العلب الفاضية والجهاز ده هيتكلف ١٠٠ ألف دولار !

صاحب المصنع كان مضطر يوافق عشان يحافظ على سمعة مصنعه .. وهو قاعد فى مكتبه دخل عليه عامل قاله أنا عاوز ١٠٠ دولار وأحل المشكلة !

صاحب المصنع سمع للعامل واداله الفلوس .. راح العامل جاب مروحة حطها على خط الإنتاج .. العلب الفاضية كانت بتطير من هوا المروحة والعلب الميانة بتعدي عادي !!!

عشان كده لازم تسمع لكل واحد في فريق عملك باهتمام .. ربما العامل البسيط عنده برؤيته حلا أفضل من الخبراء .. اسمع وشارك الناس وخليهم يفكروا ويحسوا إنهم بيساهموا في القرار هتنجح بنجاحهم .. الأفكار اللي هتخرج من عشرة بيفكروا غير الفكرة اللي هتخرج من واحد مهما كان !

القياده فن .

روحوا القلوب

قصة رائعة جدا

كنت كلما مررت بذاك الشارع المجاور للجامعة أثناء تحضير رسالة الماجستير وجدت نفس الفتاة تجلس وقد وضعت أمامها بعض أكياس المناديل بينما انشغلت هي بالكتابة في أوراق بيدها ، لم أهتم في البداية ومرة بعد مرة زادني الأمر فضولًا تُرى ماذا تكتب ؟!...

وقفت لأشتري منها مناديل وقلت ...

- ماذا تفعلين ...

أجابت دون أن تنظر ...

= أحاول إنهاء الواجب المدرسي قبل عودة أمي ...

-وأين أمك ؟!

= في إحدى البيوت المجاورة تمسح السلالم

-هل تذهبين الى المدرسة ؟!

= نعم ... فبعد وفاة أبي أصرت أمي على أن ندرس

- ألديكِ أخوات ؟!

= نعم ثلاث من الاناث ..واثنين من الذكور...

- أين هم ؟!

= أختي الكبرى تجلس مع الصغار وتعد أعمال المنزل ريثما نعود في آخر النهار... بينما يعمل أخي سالم في إحدى ورش السيارات ويعمل إبراهيم في مسح السيارات .

استكملت الحديث معها كثيرا وحاولت أن أعطيها المزيد من النقود لكنها لم تقبل أبدا . لكن عرفت من حديثها أنها تدرس في مدرسة الحي في الصف الثالث الابتدائي .

في اليوم التالي ذهبت إلى المدرسة وسألت عنها، رأيتها تجلس وحدها ليس لديها أي أصدقاء أو ربما ينفر الجميع منها كما أخبرتني المعلمة، حتى أن ملابسها تبدو قديمة لا تملك أي مصروف شخصي كزميلاتها، على الرغم من كونها متميزة جدا وذكية في دراستها، أحزنني ذلك كثيرا فقدمت إلى المديرة بعض المال وطلبت منها أن تكرم هذه الفتاة في اليوم المقبل باعتبارها طالبة مثالية وتقدم إليها هدية تشمل بعض الدفاتر والأقلام وما ينقصها في دراستها مع ثوب جديد ، وذلك لعفة نفسها وعدم تقبلها الصدقة من أحدهم ، لم تمانع المديرة في ذلك كما أنها أمدتني أيضا بعنوانها كما طلبت منها.

عدت يومها الى منزلي وبداخلي جزء كبير من الراحة لشعوري أنها ستفرح كثيرا بذلك ، وبينما نتناول العشاء لم يكن زوجي على ما يرام حاولت أن أعرف ماذا يحزنه هكذا، لكن لم يتحدث توقعت كما لو أن أحدا من أهله حدثه بشأن الإنجاب - الذي تأخر أربعة أعوام - ولا يريد أن يخبرني كيلا أحزن .

في اليوم التالي وقبل ذهابي إلى الجامعة ذهبت إلى منزل الفتاة وأخبرت والدتها أني سأقدم إليها في كل شهر مبلغا من المال لأجل دراسة ابنتها مع تأكيدي لها أن هذه جائزة من المدرسة لكونها طالبة مثالية ، فرحت الأم كثيرا بهذه المنحة وبقيت أنا على وعدي لطوال سنواتٍ كثيرة ، عشت هذه السنوات في سعادة كثيرة، كان الخير يأتي إليّ من كل باب أقصده ، أنجبت اثنين من الإناث ومثلهما من الذكور، حصلت على الماجستير وتبعته بالدكتوراه ، ترقى زوجي في عمله مرات متكررة تبدلت حياتنا كثيرا كثيرا ولم يكن يعلم زوجي كيف ذلك ، بينما كنت أعلم أنه سر الصدقة التي أقوم بها إلى هذه البنت وكلما ازددنا قدمت إليها المزيد .

اليوم أراها تجلس بين طلابي في كلية الطب تعد أكثرهن تفوقاً وتميزًا لا تعلم أني معها منذ طفولتها ولا تعلم أنها سر كل ما وصلت إليه في حياتي .

بقلم - ريم السيد

النعمة هي بفضل الله وحده

ليس من الضروري إذا كان أولادك مؤدبين وأخلاقهم جميلة ومتفوقين..

أن السبب أنك مثالي وبجهدك وصلت لذلك !

وأن الذين أولادهم أخلاقهم صعبة وغير متفوقين أنهم فاشلون !

من الممكن أنهم يبذلون جهدا أكثر منك !

كل ما في الأمر أن ابتلاءك ليس في أولادك !

ليس من الضروري أن زوجك حنون وطيب ورومانسي !

تظنين أن السبب أنك عرفتِ كيف تملكين قلبه!

وأن التي زوجها سيئ فهي فاشلة وما استطاعت أن تكسبه !

من الممكن أن تكون زوجة مثالية أكثر منك !

كل ما في الأمر أن ابتلاءك ليس في زوجك !

ليس من الضروري إذا كانت صحتك قوية (ما شاء الله) وجسمك رياضيا..

أن السبب همتك وأنك تهتم بطعامك الصحي

وأن الذين أجسامهم ضعيفة دائما غير مهتمين بصحتهم!

فيلم اسمه «In time»

قصته غريبة وأحداثه تكاد تكون قليلة لكن فيه «رسالة» عبقرية ومخيفة وواقعية إلى حد الذعر في وقت واحد !!

الفيلم بدأ بأن الإنسان عمره الحقيقي مُسجل على الذراع الأيسر (لكل الأبطال ولجميع المشاركين بالفيلم) حيث يحرص المخرج على أن يريك الثواني والدقائق والساعات كيف تستنفد من عمرك ..

والمرعب في الفكره استعمالهم العمر في التعاملات المادية بدل المال !!

بمعنى أنهم عندما يحصلون على متطلباتهم الحياتية اليومية يقومون بالسداد عن طريق الوقت المتبقي من عمرهم الموجود على ذراعهم....

مثلاً من يحتاج شراء أي شيء يجب أن يستغني عن ٣٠ دقيقة أو ساعة او يوم مقابل أن يحصل على هذا الشيء أو لو رغب في استعمال المواصلات فيجب أن يفرغ من ساعة اليد المسجل فيها «عمره» من أجل الوصول للمكان الذي يريد حيث لا يوجد أي تعامل بالنقود، التعامل بالعمر فقط لا غير.

وأضاف المؤلف في شيء من الواقعية يشبه واقع الحياة تماماً ..

أن هذه الساعة الرقمية الخاصة بالعمر يوجد فيها طبقية (فقراء العمر وأغنياء العمر ..)

أي أنه هناك أشخاص لديهم عمر زمني أكثر من ١٠٠ سنة وآخرون عايشين اليوم بيومه مجرد ما ينتهي وقتهم يموتون ..

أحد المشاهد يظهر البطل وهو ينتظر أمهُ على المحطة ليمنحها من يده بعض الساعات والأيام كي يلحقها قبل أن تموت لأنه كان متبقيا من عمرها ساعة ونصف وبطارية العمر لديها ستنتهي حيث ستموت بشكل

تلقائي ..

عندما استقلت الأم الباص قاصدة ابنها قال لها السائق سيدتي الإيجار يعادل استهلاك ساعتين من عمرك..

ولا تملكين سوى ساعة ونصف فقط فنظرت للناس حولها نظرة حيرة ورجاء، لكن لم يكترث أحد منهم ولم يمنحها أحد عدة دقائق من عمره ..

نزلت الأم وبدأت الجري مسرعة لمقابلة ابنها الذي قرر أن يهبها عشر سنوات من رصيد عمره المسجل على ذراعه حباً بها.

من بعيد شاهدا بعض وقاما بالجري باتجاه بعض والدقائق تعد والثواني تجري ومجرد أن وصلوا لبعض وحضنت ابنها وقعت بعدها

وماتت لاستنفادها آخر ثانية من عمرها ..

أكثر مشهد مؤلم في الفيلم كله ..

نظرة السيدة للناس في الباص وهم يتجاهلون حيرتها، كان ممكنا لأي شخص أن يمنحها دقائق من عمرهُ تساعدها للحصول على عشر سنوات إضافية على حساب ابنها الرائع ،

ولكن في الواقع لا أحد يستطيع أن يمنحك العمر ..

الفيلم أوصل رسالة عظيمة جدا:

مهما عملت في حياتك من حسنات أو سيئات، من شرور أو خيرات لبني البشر..

حينما تقع وتفشل أو تمر بأزمة ما، لن تجد أحدا بجانبك ولن تجد إنسانا يمنحك لحظة من عمره تسترجع فيها نفسك وقدراتك في محاولة للنجاح، لن تجد أحدا يضحي ويمنحك دقائق من عمره في سبيل أن تتخطى أزمتك وتتعافى ..

يوم ما ستقع وتنتهي بطاريتك وتوشك صلاحيتك على النفاد، لن ينقذك إلا نفسك وسعيك واجتهادك وحلمك ..

شخصان فقط سيكونان على أتم الاستعداد لتفريغ بطارية عمرهما من أجل أن تعيش أنت وتحقق أحلامك «أمك وأبوك»..

الوحيدان المستعدان لمنحك دقائق وساعات لأنهم يعتبرانك الأحق بكل دقيقة من حياتهم..... إنها الفطرة والمحبة المنقوله بطريقة الوراثية في الدم ..

إياك أن تضيّع دقيقة من حياتك في العبث والحسرة والحزن والانتقام والندم على شيء..

أي أحد منا مرسوم على ذراعه ساعة موجود بها بطارية عمره وهو يراقب الثواني والأيام تتراجع أمام عينيه كان سيراجع حساباته بشدة.

الوقت عامل أساسي

نحن نفقده بسهولة.

ربما كانوا مهتمين أكثر منك...

كل ما في الأمر أن ابتلاءك ليس في صحتك !

ليس من الضروري أنك إذا دخلت كلية عالية ودائما متفوق في حياتك العملية..

أن السبب هو لأنك الأذكى والأمهر،،

وأن الذين لا يمتلكون شهادة أو غير متفوقين علميا فاشلون!

كل ما في الأمر أن ابتلاءك ليس في علمك وعقلك!

ليس من الضروري إذا كنت خبيرا بالتجارة وجلب المال بأي طريقة حلال.. فإنك الأكثر شطارة و غنى ومالا من غيرك !

وأن الذين حاولوا كذا مرة والدنيا ضيقة عليها أنهم فاشلون!

كل ما في الأمر أن ابتلاءك ليس في مالك !

نحن لسنا قضاة على بعض،،

ولا نجاحنا سببه محاولاتنا..

نحن نأخذ بالأسباب مع اليقين أن التوفيق بالله..

وأن الفكرة كلها في المنح والمنع من الله..

* فإذا أكرمك الله بشيء جميل تأكد... أنه محض رزق من الله.. ولا تنظر للمحروم أنه ناقص بعمله أو أن الله لا يحبه !

*إذا نقصك شيء تأكد أنه ابتلاء لاختبار الصبر ! أو لرفع درجات ومحبة من الله !

المصيبة العظيمة: أن تظن أن هذه النعم التي أنت فيها بسبب مجهوداتك وذكائك وقدراتك ، وتنسى أنها محضُ منة من الله عليك !!

ولسان حالك يقول كما قال قارون (قَالَ إِنَّمَا أُوتِيتُهُ عَلَىٰ عِلْمٍ عِنْدِي)!!

وتنسى أن النعمة هي بفضل الله وحده ، وعليك أن تُحسن كما أحسن الله إليك ! لا أن ترى نفسك متميزا على الخلق ..

عافانا الله وإياكم ..

فالحمد لله حين منح

والحمد لله حين منع !!!