

## عاجل ..



د. محمد زكي عيادة

إن الشعور الذي داهمك حين لمحت العنوان والفضول الذي ساقك لمعرفة هذا الخبر العاجل هو ذاته الشعور الذي يكابده الموظف حين يتلقى شيئاً كهذا وبخاصة بعد أوقات الدوام، وأضف إلى الفضول شعوراً بالتشتت والقلق! إنها ظاهرة تتجدد في يومياته؛ فتربك أوقاته العامة، وتغضب حياته الخاصة! فاختيار العنوان والتوقيت حق مكتسب للمدير والنائب والمكاتب وغيرهم من موانع قيود تذكر! وما على الموظف إلا الاستعداد الدائم! فقد ينتفض هاتفه في أي لحظة، وكأنه إنذار يستوجب إخلاء ذهنه؛ ليتفرغ للطلب العاجل!

ولا يقتصر الأمر على العاجل من الطلبات، فقد تكون رسائل تذكير، أو تنبيه، أو إسناد مهام، تأتي أطراف الليل أو مع طلائع الفجر بحسب حال المرسل ومرآة وأوقات نومهِ وفراغهِ وجُلها طلبات قابلة للتأجيل!

والإنصاف المنطق لا تنتقد في ذلك الوظائف الأمنية إذا ما اقتضت الضرورة، ولكن أيسح أن يكون هذا ديدن المؤسسات الإدارية، وبخاصة التعليمية منها؛ تلك المعنية بتقويم سلوك المجتمع، وتوعية أفرادهِ، وترقية علاقته! لا تأخذ عملك إلى البيت وإلا ستدفع الثمن باهظاً، إنه عنوان دراسة منشورة لجامعة (زيورخ) الألمانية، خلصت إلى أن الخلط بين العمل والحياة الخاصة يحول دون حصول الموظف على قدر كافٍ من الراحة، ويقفل من إنتاجهِ وإبداعهِ في العمل؛ ولذلك شرعت الحكومة الألمانية بنسب قوانين تمنح أصحاب العمل من الاتصال بموظفيهِم خارج أوقات الدوام بهدف حماية نفسياتهم واحترام خصوصياتهِم.

وفي جامعة (فرجينيا) الأمريكية أظهرت دراسة أخرى أن ترك أوقات العمل مفتوحة؛ يزيد من مستويات التوتر، ويجعل الموظفين أكثر عزلة، ويؤثر سلباً على إنتاجيتهم الاجتماعية، وغيرها الكثير من الدراسات التي دعت مؤداً إلى سن قوانين تضمن الفصل الكامل بين العمل والحياة الخاصة للموظف.

وما لا شك فيه أن الخوض في مثل هذا الحديث في الشرق ضرب من الرفاهية، أو محل تهكم وسخرية! فالوظيفية أشبه بـ«خلم وودي» يمثل في ثقافة المجتمع الأمان والضمان ووسيلة العيش

بسلام، والموظف مبرمج على تقبل الأعباء، وحتى إن فكر بتترك العمل؛ عالمياً ما سيعود، ويحل به من جديد؛ لصيق الخيارات أمأته، وقسوة الظروف من حوله!

إن من التحديات البارزة التي باتت تترك الموظف في هذا العصر (عصر التكنولوجيا والفضاء المفتوح) هو ذوبان الحدود الفاصلة بين العمل والحياة الخاصة، وتغلغل هموم الوظيفة في العلاقات الأسرية والاجتماعية، تلك الأسرة التي تنتظر عودة مبعثها بلهفة؛ ليكف طلاساً مشاكلها، ويحل عقد التزاماتها، ويؤمن قيمة الفوائد وقوت العصارف، هذا إن كان قريباً من أسرته، فما بال هموم من

تفصله عنها المسافات والسجون؟! ما أحوجنا إلى التخطيط السليم، والاستثمار الفعال لساعات العمل الرسمية، وتبني ثقافة احترام الخصوصية؛ كي تصفو الأذهان، وتعلو الهرم؛ فتحيا روعة الهدى النبوي: «إن لنفسك عليك حقاً، ولربك عليك حقاً، ولضيقك عليك حقاً، وإن لأهلك عليك حقاً، فأعط كل ذي حق حقه».

وهل يتأتى أداء الحقوق، وجود العطاء بغير الصفاء وتنظيم الحياة؛ فالله اللطيف في حسن الإدارة، وجمال العبارة، وأوان الرسالة.. أشياء صغيرة، لكنها تحبب قلباً.

## ومضات

## العقل الباطن.. صندوقنا الأسود

إن اللؤلؤ المدفونة داخل النفس البشرية تحتاج من يكشفها، فالغوص في أعماق النفس البشرية لمعرفة الذات، فالذات أعلم بالنفس دون الرجوع إلى نظرية معينة فبذلك نستطيع تقريب مفهوم العقل الباطن...

العقل الباطن هو الوعي الذي يجمع كل ما أدخله الإنسان إليه من أفكار وتجارب سلبية ومشاعر الحقد والكراهة وأيضاً أفكار إيجابية ومشاعر جميلة وذكريات ملبية بالحب والود...

العقل الباطن من أقوى الأسلحة الموجودة على الإطلاق فإذا اردنا تدمير مجتمع مثلا فانت أمام خيارين اما ان تضربه بسلاح فتاك وصواريخ وقنابل أو تصرد لهم فكرة حديته يعملو عليها وهم غير مدركين ومع الوقت الفكرة تغزو العقل الباطن حتى تصبغ واقع...

إن كثرة التأكيد على فكرة معينة في العقل الباطن يؤدي لانتشارها وتأكيدها فيعطيها روحا ووجودا... نجد أن الفن قد يساهم في هذه الفكرة عن طريق المسلسلات والأفلام وذلك بتجسيد واقع الحرب والجريمة وسلبية المواقف بين البشر وحتى نهاية الأفلام والمسلسلات لتكون رسالتها إيجابية...

يتكون العقل من جزعين الجزء الظاهر النشاط والذي يسمى العقل الواعي وفيه يحدث الإدراك الحسي مثل الشم والملمس والتفكير (الحضري) أما الجزء الثاني فهو العقل الباطن وهو الكنز والقوة الجبارة ومركز الإحساس والمشاعر، وهنا يمكن تمييز الغطاء من وصل القمر أو الغوص في أعماق البحار كما نجد أيضاً الحياة التي يتنى فيها مستقبل الكثيرين من الناس...

إن العقل الواعي يستطيع ان يفكر ويميز الأشياء والألوان والأصوات والصح والخطا... كما ان العقل



منال عمر عبده

كاتبة سويدانية

اللاواعي يستطيع ان يختار من الأشياء أي فكرة تتكون في العقل الواعي النشاط تؤثر مباشرة على محتوى العقل اللاواعي (الباطن).... أي معلومة تغدو إلى العقل الواعي عن طريق مداخل المعلومات (الحواس الخمس) تؤثر على العقل الباطن ويأخذها كما هي دون زيادة أو نقصان وذلك لأن العقل الباطن لا يستطيع الاختيار ولا يمنطق الأشياء بل يتقبلها كما هي في العقل اللاواعي (وهنا تكمن خطورة الموضوع) العقل الباطن لا يستطيع أن يختار بين الصح والخطأ ويأخذ الأفكار كما هي من العقل الواعي سواء كانت صحيحة أم خطأ....

إن العقل الباطن هو مركز التحكم في الأساسيس والشعور والتصور والذاكرة وهو مركز حفظ ما ترسبه من خيال عن الماضي والحاضر والمستقبل سواء كان في الخير أو الشر كما هو (العقل الباطن لا يختار ولكن يقبل ما يمليه العقل الواعي المفكر)....

إذا تحدثنا عن كيفية السيطرة على العقل الباطن نجد ان التفكير الإيجابي في الحياة عموما وبث الأفكار المفرحة التي يغلفها التفاؤل تساعد في فرض الواقع الإيجابي على حياتنا ونستطيع جذب كل ما هو إيجابي لحياتنا لأن هذه الأفكار

تتحكم في ذكرياتنا ومشاعرنا الموجودة في العقل الباطن....

كذلك نجد أن التآزر مع الذات والاختلاف بها يساعد على تنقية العقل الباطن من الأفكار السلبية والسلبية والتخلص منها من خلال تحويلها إلى أفكار سعيدة عبر التفكير بالذكريات الجميلة....

كما ان محادثة النفس أمر ضروري واستعادة السيطرة على العقل الباطن خصوصا من خلال مدح النفس والذات والإفهام الإفرامات....

علينا تدريب العقل الباطن باستبدال الأفكار السلبية بأفكار إيجابية ويتم ذلك من خلال مراقبة أفكارنا التي تراودنا مهما بدت لنا سخيقة سنستبدل أي فكرة سلبية بفكرة إيجابية.... كما علينا استخدام قانون التصور اذا كانت لدينا مشكلة ما في المستقبل، لا تدع الشكوك والمخاوف من الفشل تلثمهم رأسك بل تخيل خروجك من المشكلة أو الموقف بطريقة إيجابية وابدأ التدريب على ما تريد فعله....

كما نجد التوسيع هو من قوانين العقل الباطن مثلا إذا لديك مشكلة ما فيجب أن تفكر في الحلول وليس في المشكلة أو ما تفكر فيه بتوسيع وزيد، وما تركز عليه يتوسع ويتضخم في العقل الباطن بفعل قانون الجذب....

وإنما يجب ان نجد إيماننا بالله وبالقضاء والقدر وان كل ما يحدث لنا خير ولو كنا نجهد ذلك.... وتوقع الخير ولا توقعه عبارات سلبية ومتشائمة تفعاء بالخير نجدوه....

إن قانون التكرار من الأشياء المفيدة جدا لبرمجة العقل الباطن على التفكير الإيجابي حيث ان ما يعاد عليه يقوم بحفظه وتنفيذه....

فالعقل الباطن هو عبارة عن الصندوق الأسود للإنسان به الخفايا والحلول لكل مشاكلنا...

## أيها الأبناء.. أصلحوا أنفسكم



محمد الشبراوي

مهاراته التخصصية، بينما التواصل يلعب الدور الرئيس بنسبة 85 % من هذا النجاح؛ فإن العربي الفذ قد نصح ولده قائلا: اصلح لسانك بالأدب؛ فإن الأدب أول مدلول به على عقلك! ولو اطلع شبابنا على مثل هذه الطائفت؛ لتمسكوا بأدينا العربي وارثوا من نبعه العذب.

إن كان ولقد درس الإنجليزية أو الفرنسية أو الإسبانية؛ فلا حرج ونشجعه على ذلك ونرجو له التوفيق، ولكن ما نكرهه هو أن يتصانم لتلك اللغات ويهزده في الضاد، وقد لفت الجاحظ الأبواب لأهمية اللغات فذكر أن صاحب اللغة الواحدة ثري في ألفاظه جزل في عبارته، لكنه فقير في أفكاره وعلى

يبعث بعض الآباء عن حلول لإشكالية صعوبة تعبير الأبناء عن أفكارهم باللغة العربية. ليس من المقبول على الإطلاق إرغام الأبناء على حب اللغة العربية، ولكن بوسعنا أن نحيب إليهم اللغة العربية؛ فاختيار كنوز من الأدب العربي تناسب الواقع المعاصر، واستحداث طرق تدريس مواكبة للعصر، وتطوير التكنولوجيا لخدمة اللغة العربية من بين الوسائل التي يمكن الاعتماد عليها.

الحوار الهادئ مع الأبناء دون تشنج أو قسر له دور كبير؛ فنحن نؤكد لهم على أهمية اللغة في الحوار، وعلينا أن نكون قدوة لهم في ذلك فنحدث بلغة سليمة بدون الاستعجابات الخارجية في المرافقات والمصطلحات إلا بما تقتضيه الضرورة، كما أن تخصيص ساعة يومياً للحديث باللغة العربية من شأنه أن يخلق جواً من الإلفة بين الشباب وبين اللغة العربية، لك أن تقرأ معه في كتاب من كتب اللغة الماتعة؛ وتشجعه على ذلك باكتر من طريقة، وساعده إن تعلمت واظب منه أن يواصل المطالعة بالعربية.

إن كنا نتغنى بالدراسة التي تثبت أن نجاح المرء في مجال عمله يعتمد على 15 % من

العكس منه صاحب اللغتين، ومن ثم يمكن لأبنائنا الذين يتقنون اللغات الأخرى أن يتفوقوا لنا أفضل ما يجودونه في تلك اللغات، ولن يكون ذلك بدون لغة عربية تعينتهم على تحمل هذه المسؤوليّة العظيمة.

ربما لو أدرك شبابنا أن سيبويه والكسائي قد لحننا في أول الطريق؛ فلما ثبتنا في طلب العلم تبرعا بجتهادهما على عرش النحاة، واسمهما يتردد في كل مكان، مما يشجع شبابنا على التماسي بهذين الرجلين؛ ليستقيم لسان هذا الشباب المدع.

للتعلم والوفقات الطويلة في الحديث تعود لتغير القاموس اللفوي لأبنائنا، وعليهم أن يتزودوا من كلمات لغتنا الخالدة ليطلقوا في حديثهم انطلق السهم إلى الرمية؛ فالألفاظ ذخيرة المتكلم، قال العنابي: أقدّر الناس على الكلام من عود لسانه الركن في مزيان الألفاظ.

ابداً الآن واستخدم ورقة وقلم لتجمع الكلمات الجديدة التي تمرتسمها أو تقرأها، وضمنها في قاموس الشخصني ثم تحدث بها ما ساحت الفرصة لك، واظب على ذلك لتمتلك حصيلة لغوية قوية، وتأكد أن من طلب شيئا وجدّه.

## همسة



## إذا فقدتم الذاكرة فلا تفقدوا رأسكم

منى بابتي

كاتبة لبنانية

أربع سنوات مرت من عمري، حملت معها ما حملت من حزن وفرح، وحملت معها ما حملت من ألم وأمل، كنت قد عاهدت نفسي خلالها أن لا أفقد رأسي، وإن سألتني «سيدي القارئ»، أين يجب أن تضع رأسك كي لا تفقده، سأهمس في أذنيك أكثر من مرة؛ إذخر أن تضعه على حضن حبيب، أذواقك العشق هوانا والحب مرارة.

أذخر يا صديقي «القارئ الصباحي» أن تستند رأسك على كتف صديق، يتحول في لحظة إلى عدو من أجل تحقيق أطماعه والتفليس عن مشاعره المكبوتة التي كنت تلمس نيرانها عندما تلسع مشاعرنا الصافية، ولكنك كنت تتغافل فقط لأنه صديقك.

وإن فقدت ذاكرتك يا صديقي فلا تفقد رأسك، وتصدق تلك الوجوه التي أطاحت بك مرة تلو المرة، متذكرة بأن في العمل لا مكان للفشل أو التهاون، وهي في حقيقة الأمر يتردد قدراتك خوفاً من نجاحك وتميزك. وقد تعلمت هذا المبدأ من صديقي -الحميم جدا-

الياباني، الذي لا تجمعني به سوى رسائل بلغة إنجليزية حروفها نابضة بالإرادة والكرامة، فعندما أعيب مطولاً عنه، أجد في جوالي رسائل تحوي مجموعة من جملة العميقة، وفي كل مرة يكررها لي؛ «لوقفت ذاكرتك، ونسيت وجوها علمتك والملك، تذكرني أن لا تفقدني رأسك في دائرة التناصح والنسيان».

في بادئ الأمر، استلزمني الوقت الطويل لأحافظ على رأسي، فلم أكن أتنبه إلى المكان الذي أسندته لي، فوجه الجميع في حياتي كانت تلمس السعادة في حياتي، لم أصدق يوماً أن بين تلك الوجوه الطيبة، والإبتسامات الدافئة، سوف أفقد رأسي مراراً، وتصيبني الجروح الحارقة، التي ما زالت حتى يومي هذا تحتاج إلى التداوي والعلاج.

يقول صديقي: «كنت ما أزال في ريعان شبابي، حينما أتاني جدي وهو يخفي شيئاً ما في يده، ولكنني وبسبب لهفتي المدفوعة، وثقتي المتزايدة، سارت نحوه، ومددت يدي لأشده له على يده معبراً عن محبتي له، وراعياً في معرفة ما يحمل لي.. في تلك اللحظة، بدأت الدماء تتدفق من يدي، وأصبحت بجرح عميق، وعندما حاولت معرفة ما كان يحمل لي شدة جدي يدي بقضعة قماش بالية، ومن ثم قال لي: «ليس كل من يحيط بك يستحق ثققتك، فلا تندفع نحو رغباتك، فتصاب بعصى التميز، فلا تدرك ماذا يحمل كل واحد لك في جيبتهِ، وأعلم أن الإنسان مخلوق محير، يتمكن من التحول في لحظات من دودو إلى حقود، ومن صديق إلى عدو». تمهل فلا تترك صفاً مشاعرك، بقودك إلى بؤرة البشر، مانحاً نفسك فرصه الدفاعية في الدفاع عن نفسه، فانت لا تملك روحك أو نفسك، أو حتى جسديك، كي تتعلم في اختياراتك الفاشلة في الحياة.

صديقي القارئ، إن فقدت الذاكرة فأحذر أن تفقد رأسك، ما زالت الفرص أمامك واسعة من أجل أن تعتن النظر جيداً، ماذا يحمل في يده، حبيبك، صديقك، وأقرب الأقربين لك.



## الفارس والسندريللا

عمر صفير

تبحت الفتاة عن «الفارس» والرجل عن «سندريللا» وتدور حول هذه الأحلام والبرغبات معظم المشاكل؛ وكلما ازمن الزمن قد تغيرت فإن العلاقات الإنسانية أيضاً تغيرت وليس معنى ذلك أنها أخذت منحى جديداً ولكن بمعنى أن صور العلاقات الاجتماعية باتت مختلفاً في أشكاله وطرق التعبير عنه.

فقدما كان الرجل الذي يريد أن يفتون يذهب إلى البيت المتقن معه دون أن يرى «فتاته»، حتى ليلة الذلة وليس هذا كلاماً «أحليماً»، بمعنى أنه في الأحلام فقط، ولكن لأنه كان يحدث فعلاً وقد حكي لي جدي تلك الوقائع.

أما اليوم فالفتاة ترى الذي يريد أن خطيبها بل وتذهب إلى صفحته على الفيس بوك أو السوشال ميديا التي يستخدمها إذا وجدت أو أي نافذة لتسمع منه، وكذلك العكس بالعكس وتبدأ مرحلة من أصعب ما يكون وهي مرحلة تسمى في علوم الرياضة البدنية «مرحلة اكتشاف قدرات الخصم».

وقد بات من السهل جدا الأمر بل و«عادي»، إذا من رحم ربي لأولئك المتمسكين بالعبادات والتقاليد العربية والإسلامية لمواجهة ذلك بحجج ليطلوا «ترتمة» بحجة «عاوزين نجوز البنات»، أو «دع الفتى يختار زوجته» ليذهب في هذا مذاهب شتى.

الولد أول ما تقع عينه على «البنات» فإنه يذهب إلى عينيها العميقتين وجسدها متناسيا أنه لا يذهب ليشتري قطعة «جاتو»، رافع بل ذهب ليقتن «برفيقة» رحلة الحياة، وهو أصعب قرار برأيي في الحياة لأنه القرار الذي يعيش معك طوال حياتك، فقرارات الشراء أو البيع تنتهي عادة بزوال المؤثر وهو فناء الشيء أو مرضي فترة زمنية عليه، وكذلك قرارات الحياة الأخرى مهما كانت فالزمن كفيل بعلاجها أما هذا فتبعاته تزداد يوماً بعد الآخر، بل وتتعدت ومآلت القرار إما أن تجعل سعيداً أو تعيساً.

لهذا التصحك في الاختيار وهي نصيحة محزب وهي رؤيتي التي قد تكون خاصة أو صحيحة أنك إن رغبت بالزواج أن تتفق أعلى قليلاً وأسرتك لتري كل شيء، انظر حولك للبيوتات القريبة منك فأنت أعلم بهم وبأحوالهم وهم كذلك.. فإن وجدت الرؤية محدودة فاستعن بأخريين من أقربائك الخصاص ليشيروا لك؛ لأنك قد تجد جوهرة بجوارك ولكنك لا تراها جيداً تطبيقاً للمثل الذي يقول «الناز القريبة تعمي» ثم أبدأ بتوسيع الدائرة قليلاً قليلاً كالمناجم الضوئي تماماً، ومنها إن يتصل البخيل من إلى جيرانك ثم إلى أهل بلدتك وهكذا..

## العاطفي.. العملي والبخيل

## كرمة الفكر



داليا الحديدي

كاتبة مصرية

أخي الرومانسي، يسعد الإنفاق، ولن يدخر مليماً للورثة، ولا يشعر بالألم مبرحة ولن تضعف عضلة قلبه حال خسارة نقوده، وقد يعمل مستقبلياً، لو شعر بالتفويض، هنالك يسع للنجاح، لمعاقبة من خذلوا قلبه، أو للانتقام لكرامته.

أما سيرته فيقرضها للمعارف، كما تصف العربية من خجلها، وساعة الخروج، يحلها الحلال. المخلوق العملي يعرف وسائل صيد الديناز وحفظه وتبئته ويقبل بالشاركة إن أمن للشرب، كما لديه استعداد طوري للمجازفة، فضلا عن تمتعه برؤية مستقبلية، فهو يخطط لما سيكوته بعد عقد من الزمان، تماماً كتخطيطه لصف سيرته بظهوره ليؤسس لنفسه عملية الخروج بوجه لاحقاً بعد ساعة زمن.

بينما تنحصر معرفة البخيل بكيفية الحفاظ على الفليس، إذ يؤلمه الإنفاق، لكنه غير معني بتسمية المال وغير مستعد للمجازفة بمدخراته، فلن يزوج بنفسه في المشاريع، ويرفض المشاركة، لذا فالمصرف أضمن أمثاله، لكن لا يخطط مستقبلية لديه سوى تأمين الموجود.

الرومانسي يتليل في المكالمات وهو مباهر في الإتصال، وغير يقظ لعامل الوقت ومواعيده غير دقيقة، بينما لن يسفح العملي دقائقه في الإتصالات الهاتفية إلا لدواعي المصلحة والعلاقات العامة وأحياناً الإنسانية، ويتأرق في إنهاء المكالمات، ولا يجري الإتصالات الدولية إلا للضرورة، وعقله لا يستوعب لجوء البعض للمناقشة، فيما يستطيعون التواصل عبر شبكات التواصل مجاناً، ولا يبتزع من ضعف الخطوط، وقد يضبط الإعدادات في هاتفه ليمنهي المحادثة تلقائياً عقب ثلاث دقائق في حال اتصاله، وحسن دقائق، في حاسب يسبقه تمام، ومنها إن يتصل البخيل من الأساس، لكنه يرحب بتلقي الإتصالات.

العاطفي شخص لا يعنيه النجاح المادي ولا يستهدف التفوق بحملة ذات بدوه، لكن يعنيه عقب وفاته، وكيف سيراه الناس، لذا، يولي عناية بصورته، كما يولي العاطفي أهمية لإسعاد نفسه والاستمتاع بحياته، لكنه أقل بدلاً للجهد في تحقيق أهدافه من العملي، أو لربما يتعرض مسار تحقيق أهدافه للتأثر بمزاجيته المتقلبة، فساعة يجتهد، فتعتقد أنه سيصل لمرحلة لنيل مراده وساعات يتقاعس عن همدان نفس.

المرأة العمليّة قد تزيد الخضب لأنها في الصورة ستبدو أجمل، والصورة أبقي وأخلد، أما الرومانسية، فمعنية بالظهور بشكل أجمل في الواقع، ومن ثم فلا تبالي في التبرج، كي لا يتحول مظهرها الحقيقي للشباعة وأن بدت صورتها محددة سلفاً للعناية بمظهرها العاطفية فأمرها خاضع للمزاج، بالمقابل، فهذه البخيلة الوحيد هو عدم الإنفاق على مستحضرات التجميل، فهي تستنشق الندائير وتنتشي برينين الفكة، وغير معنية بشكلها في الواقع أو في الصور ولا بما سيقوله الناس عنها ولا تنصت لأي هراء.

فالعملي لا يشبعه سوى الإنجاز العاطفي لا يشبعه سوى الإحساس أما البخيل فيشبعه الإمساك بالإنسان العملي يعرف أولوياته ويؤدبها ويلتزم بالجدته، فيحب الأصدقاء، لكن لوقتة الأولوية، فيقتن العلاقات لعدم هدر الوقت، أما العاطفي فلا يؤسس عمله طبق الجدول وأولويات.

فإن أحب الطعام، انهمك بدون حساب لعواقب الإغماس في الشره، فلا يولي الأولوية لصحته وهنماده بعكس العملي الذي يستعين بقدرته على الالتزام بأكل متوازن وفق وجبات بمواعيد ثابتة وبدون أسرف وإن أسرف مرة استلحق في