

السمكة لا تجيد السباحة



حسن الحلبي



**KEEP
CALM
AND
Read
Carefully**

هذا الكتاب

لا تقل لي إنك لا تملك وقتاً للقراءة ..

أرجوك ألا تقول لي إنك لا تملك وقتاً
للقراءة ..

هل ستقول لي إنك لا تملك وقتاً للقراءة ،
بينما أنت تقضي ثلاثة أرباع يومك تقرأ
وتشاهد ما يكتبه ويضعه الناس في فيسبوك
وواتساب وإنستجرام وتويتر وسنابشات ؟!

لا تضحك

ع حالك !



حاول ألا تستغرب من التنقل
غير المنطقي أحياناً بين الفصول ،
والأسماء ، والفقرات ،
والعبارات ، والمصطلحات ..
جواهر الأمور **كله** يكمن بالرحلة
السريعة التي أنوي أن آخذك
معي فيها ، محاولاً بها أن أفتح
نافذة جديدة في رأسك ، كي
ترى وتسمع وتكتشف فيها
أشياء ؛ **لم تكن تعرفها من قبل !**

حاول

فالفشل هو

النوقف عن

المحاولة!

نعم

ما الحياة إلا بحر كبير ، وأنت سمكة ، شئت
أم أبيت ، وافقت أم لم يعجبك الأمر ..

**بخياشيم أو من غير
خياشيم ، أنت سمكة !**

هل سترفض واقعك حقاً ؟!

هل سكره الماء ؟!

هل ستمقت نفسك ، وتصرّ أنك جئت إلى
هذا الكوكب في الوقت الخطأ ، كما يقول
البعض ؟!

أم أنك ستعترف بالحقيقة التي لا بدّ منها :

أنت سهكة ، وعليك

أن تجيد السباحة

كي تعيش !

سهكة لا تجيد السباحة ؛

هذه سهكة محكوم

عليها بالموت

بلا تردد !

قبل أي شيء ؛ ابدأ فوراً بتعلم اللغة

الانجليزية !

مهما كان تخصصك أو اهتمامك أو مجال
عملك أو دراستك ، الانجليزية لم تعد من
الكفايات بعد الآن ؛ ها هي حولنا ومعنا
رغم أنوفنا وعلينا أن نوليها اهتماماً أكبر !

لماذا تعتقد أن تعلم الانجليزية صعب حتى

هذه الدرجة ؟ !

قم فقط بتحميل تطبيق **Memrise** أو

Doulingo على هاتفك المحمول ،

واستمع بتعلم الانجليزية بكل سهولة ..

قم بزيارة موقع

www.Voscreen.com وتعلم نطق

الكلمات الانجليزية بأفضل شكل ممكن !

نصيحة مجربة

شاهد مسلسل **Friends** كاملاً .. احضره

كله ! المرة الأولى شاهده بالترجمة

العربية، والمرة الثانية بدون أي ترجمة ..



بالمناسبة

درست الأدب الانجليزي ٤ سنوات في

الجامعة؛ ثم أشعر بتحسن في لغتي

الانجليزية وفي استيعابي ، إلا بعد ما

شاهدت هذا المسلسل، عدة مرات !

النجاح يحققه
فقط الذين
بوأصلون
المحاولة بنظرة
إيجابية للأشياء

« تجاهل ثلاث »



هل

أنت

أخطبوط؟



حاول أن تحدد جيداً ما المجالات التي تريد
أن تتخصص فيها ، وأن تكون محترفاً بها ..

مجال واحد ؟ ثلاثة ؟

خمسة ؟ سبعة ؟

تأتيني رسائل كل فترة ، آخرها كانت من
شاب عمره ٢١ سنة ، مهتم بالتصوير
الفوتوغرافي ، والرسم ، ويقضي ساعة
من يومه في الركض ، كما أنه مهتم
بالعمل الحر عبر الإنترنت ، ويريد أن
يأخذ عدة كورسات في مجال صناعة
تطبيقات الأندرويد ، ويريد أن ينشر
مقطع فيديو جديد كل يومين في
يوتيوب .. و .. وأشياء أخرى !

رتب أولوياتك

وافهم

مهاراتك جيداً



هل أنت محترف بكل هذه الأشياء؟ أم أن بعضها (احتراف) وبعضها (شغف) وبعضها (إعجاب) وبعضها (هواية) وبعضها (أحب عمله أحياناً) وبعضها (أشعر أنني سأتميز فيه يوماً ما)؟

رتب أولوياتك وافهم مهارتك جيداً ،
وحاول أن تتخصص .. التخصص ثم
التخصص ثم التخصص ، لا تقتل نفسك بهذا
الضياع لجرد أنك تحب كل هذه الأمور ..
لن يمكنك التميز في كل شيء ، إلا إن كان
معك فريق عمل ، كامل ، متكامل ،
يساعدك على إنجاز المهام ، وعلى فعل ما
يجب أن يتم فعله !

قم بتقسيم عملك أو فكرتك إلى مهام
صغيرة ، ثم قم بعملها ..

لا تتركها مقسمة فقط وتنساها !

قم بعملها

عندما تنهض من نومك كي تجلس أمام
اللابتوب ؛ كن مدركاً لما ستجلس من أجله ،
هل تعلم ما الذي تريد أن تفعله ؟ يجب أن
تعرفه ، يجب ..

قل لنفسك

سأكتب مقالاً ، أو : سأبحث عن موضوع كذا
وكذا ، أو : سأشاهد الكورس الفلاني ..
قم بعملية (**التحديد**) لما تريد فعله ، من
باب التنظيم وإدارة الأولويات ، وأنصحك
أيضاً بأن تضع وقتاً تقريبياً للمهام التي
تريد القيام بها ، من أجل ألا تلهيك
السوشال ميديا عن أهدافك ومهامك !

**نصيحة أخرى ؛ حاول في بداية الأسبوع أن
تقوم بعمل قائمة أهداف للأسبوع كله ، ومن
ضمن هذه الأهداف ضع بعض الأهداف
الصغيرة المكررة ، التي تريد عملها بشكل
مستمر ، كي تصبح عادة عندك !**



إذا كنت قوياً بهجان ما ، ما الذي يمنعك أن تصبح خيراً بهذا الهجان ؟!

هل تعلم أنك تستطيع أن تتحول إلى خبير
في مجالك ، دون أن يأخذ منك الأمر كثيراً
من الوقت والتعب والجهد كما تتخيل ؟!
لو قضيت ساعة واحدة فقط من يومك
الثنين جداً ، ساعة فقط ..

ساعة واحدة ..

نعم ، ٦٠ دقيقة !

تقرأ وتشاهد وتتعلم فيها أشياء جديدة
عن مجالك ..

كل يوم ، ساعة واحدة فقط !

ما الذي سيحدث بعد سنة لو فعلت هذا ؟

سنكون قد أضفت
إلى قاعدة بيانات
مخك أكثر من
٣٦٥ ساعة من
المعرفة
والخبرات
والمعلومات !

انظر إلى نفسك في آخر يوم بالسنة ، مثلاً
في نهاية ٢٠١٦ أو نهاية ٢٠١٧ .. ربما
ستفعل كما يفعل الكثيرون وتضع ذلك
البوست المشهور الممل المكرر الغبي في
فيسبوك : " انتهى هذا العام ولم أقم بعمل
الكثير ، ولكن في العام الجديد سأتعلم
وأبني نفسي وأهتم بشخصيتي أكثر ،
وسأسعى نحو حلمي .. " إلخ إلخ إلخ إلخ
إلخ من الكلمات الحماسية التي يقولها من
غير اقتناع داخلي !

المشكلة أنه بعدها سيتحمس لمدة أسبوعين أو
شهر ، **وبعدها سينشغل بأمر آخرى ،**
وسينتهي العام وقد أضاع الأيام والشهور
بدون تفكير .. اختفت كل تلك الساعات
الكثيرة من غير أي فائدة حقيقية ، حتى
بعض الذين كان سعيداً جداً معهم ، وبأنه

يقضي وقته برفقتهم ، إما سافروا ، أو
ابتعدوا عنه بعد الزواج ، أو انشغلوا
بالحياة والظروف المعيشية ، أو — وهذه
التي تحدث كثيراً للأسف - : ثمة سوء فهم أو
مشكلة حصلت بينه وبينهم ، وحالياً ما يزال
الخلاف قائماً ، وكل واحد ذهب في
طريقه .. حتى هؤلاء ، كل واحد سار منهم
وحيداً لا يريد حتى أن يتكلم مع الآخر !
حاول دوماً أن تتعلم أشياء جديدة ،
الجميل أنك هكذا ستكون **السمكة التي**
تجيد السباحة والغوص وكل شيء ..
الأجمل من ذلك : لن تحتاج لشيء
كي تتعلم إلا لدفتر ، وقلم ،
واتصال بالانترنت فقط لا غير !

هل سهرت عن الـ MOOC قبل اليوم؟

كلمة MOOC اختصار لعبارة :

massive open online courses

أي ؛ الكورسات الجماعية
مفتوحة المصدر !

هذه كورسات يتم تقديمها من أكبر
الجامعات في العالم مجاناً للمتعلمين عن
بعد عبر الإنترنت ، وبعض مواقع
الكورسات الأونلاين تتيح لك أخذ
شهادة بعد الانتهاء من الكورس ..

بدلاً من تضييع وقتك على الإنترنت ،
سواءً في فضائح وصور ليس لها أي داعٍ
في **إنستجرام** ، أو في مقاطع فيديو
سخيفة لأناس يغنون داخل سياراتهم في
سناپشات ، أو تحديثات الحالة المملة
المكررة والحروب العنصرية الدينية
والسياسية في **فيسبوك** ، أو مجموعات
الطبخ والعائلة وصور صباح الخير
وجمعة مباركة في **واتساب** ؛ يمكنك أن
تدرس أونلاين ، مجاناً ، في أي مجال
تحبه ، كي تتطور فيه ، وتزيد علمك
ومعلوماتك وخبراتك به ، وأنت في
منزلك ..

ومن موبايلك أيضاً لو أردت !

جرب هذه المواقع

<https://www.edraak.org>

<https://www.coursera.org>

<https://www.udemy.com>

<https://www.aldarayn.com>

<https://www.alison.com>

<https://www.edx.org>

<https://www.maharah.net>

<https://www.codeacademy.com>

<https://www.Lynda.com>

<https://www.rwaq.org>

<https://www.life-global.org>

[/http://www.waqfonline.com](http://www.waqfonline.com)

[/http://menlbayt.com](http://menlbayt.com)

ولو أردت أن تبحث عن أي كورس
مباشرة ، فهذا محرك بحث شامل
ومتخصص عن الكورسات التي باللغة
الإنجليزية ؛

[/https://redhoop.com](https://redhoop.com)

وهذا محرك بحث للكورسات العربية ؛

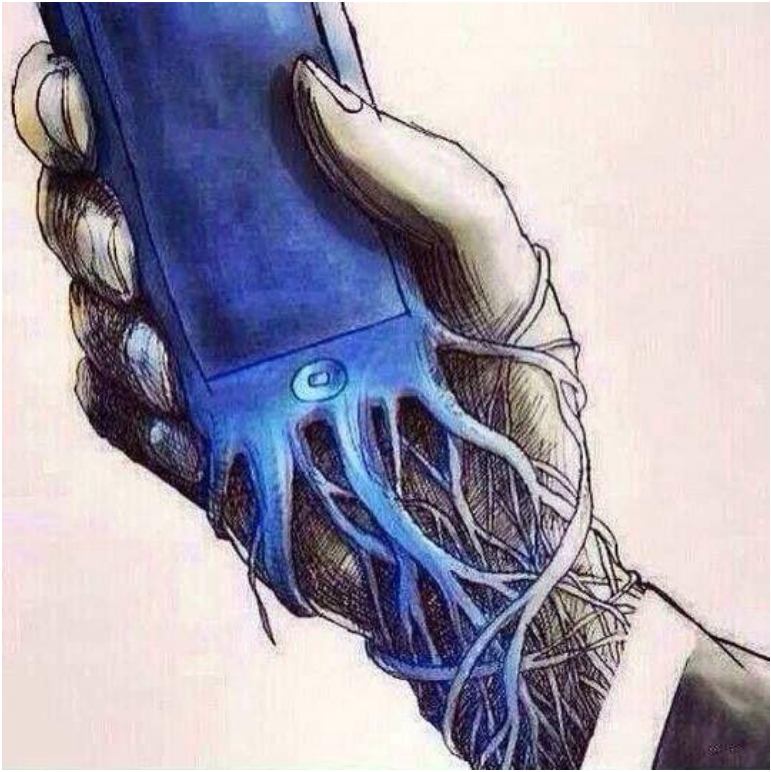
[/http://coursaty.me](http://coursaty.me)

**بُعني من الآخر : لا
بنقصك إلا بعض
الوقت ، وبعض**

الإرادة ، وبعض
الإدراك لها يجب أن
تفعله من أجلك
نفسك .. هكذا
سنعلم كل ما
تريد، وسنكون
الشخص الذي يجب
أن تكونه !

لماذا نحترق تضييع الوقت ؟

تصحو صباحاً ، وقبل أن تدخل إلى
الحمام أو أي شيء آخر ، تسارع
للإمساك بهاتفك المحمول لتري إن
أرسل لك أحدهم شيئاً ، أو إن أتاك
نوتفكيشن حول أحد حساباتك في
مواقع السوشال ميديا !



حتى قبل النوم ، ربما لا يوجد أحد
مستيقظ غيرك ، لكن هاتفك في يدك ،
وأنت تركز يميناً ويساراً ، من حساب ،
إلى صفحة ، إلى مجموعة ، ملاحقاً شيئاً

أو شخصاً أو هدفاً ، لا تدري ولا تعرف
عنه شيئاً !

ساعات ، وأيام ،
وأسابيع ، وأشهر ،
تهرب من بين أصابعنا
ونحن هناك ، نقرأ
ونشاهد ما يكتبه الجميع
بلا كلل أو ملل ، دون أي
استفادة حقيقية،
نستطيع أن نشكر أنفسنا
عليها لاحقاً !

بالمناسبة ، هذه 7 فيديوهات من
Tedx الغني عن التعريف ، ستساعدك
كي تعرف شغفك ومجالك ..
وبالطبع ؛ كلهم مترجمين للغة العربية ؛

*** Pursue Your Passion**

*** How to find and do work
you love**

*** Three Questions to
unlock your authentic
career**

*** Why you will fail to have
a great career**

*** Say Goodbye to Career
Planning**

*** Quit Your Job and Find
Your Work**

***The career advice you
probably didn't get**

www.Ted.com

**بشكل عام من المواقع
المذهلة والمميزة جداً،
وفيه آلاف الفيديوهات
التي تكفي لنحوّلك إلى
شخص خرافي..**

بمعنى الكلمة !

"كرهت كل دقيقة من التدريبات، ولكن
قلت: لا تتوقف، عاني الآن و عش بقية
حياتك كبطل" جملة صادقة جداً ، حقيقية
جداً ، واقعية ورهيبة وعظيمة جداً ، قالها
الملك محمد علي كلاي ، رحمه الله ..



نفس هذا الكلام ينطبق على كل شيء ،
وبالذات على العمل الحر عبر الإنترنت بما
أن هذا هو شغفي الأول ..

صدّقني ؛ لن تربح آلاف الدولارات من
عدة ضغطات على الكيبورد !

**أتمنى لو كان
الأمر بهذه
السهولة..**

**أتمنى والله ، لو كان
الأمر بهذه البساطة !**

الأمر ليس له علاقة باليانصيب ، أو
بالهدايا ، أو الجوائز ، وطبعاً مصباح علاء
الدين السحري مجرد خيال ، ولم يكن
حقيقياً أبداً .. اسمه (عمل عبر
الإنترنت) وليس (ربح من الإنترنت) ..

أنا ضد هذا المصطلح الشهير ، والمريض

نفسياً !

اقرأ كثيراً جداً في مجالك ، وطوّر نفسك ،
وضع خططاً ، وميزانية ، واعصف ذهنياً ،
واستشر أصدقائك ، وفكر ، وتعلم من
المحاضرات والفيديوهات والكورسات ..

جرب ، ونفذ ، وطبق

مهما شعرت بالسأم ،

والنعب ، والهمل .. لن

تصل لأي نتيجة إن لم

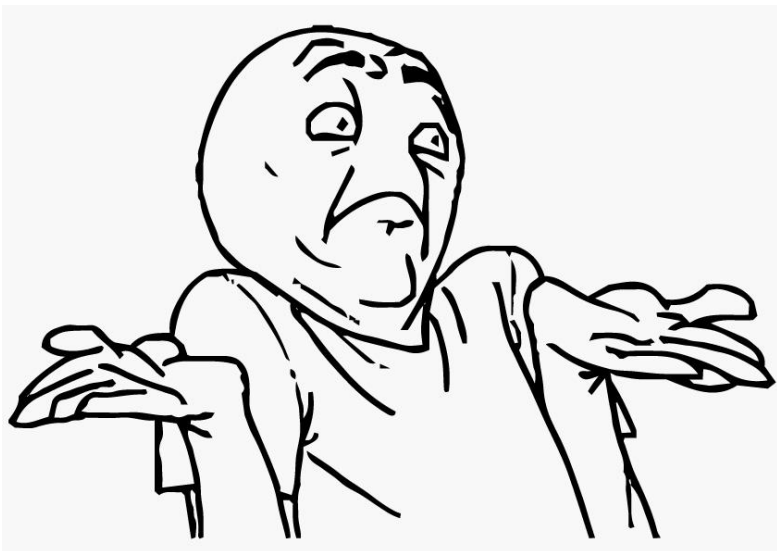
بحصل هذا معك !

لماذا يجب عليك أن تسأل
نفسك قبل القيام بأي شيء :

لماذا أريد أن أقوم به ؟!

سؤالك هذا سيساعدك أن تكتشف الهدف
الذي من أجله ستحافظ على الاستمرارية في
فعل الشيء الذي تريد القيام به ..
بالإضافة إلى أن هناك هرمون يتم إفرازه
في المخ ، اسمه (دوبامين) ، يحفز خلايا
دماغك ، ويجعلك مستعداً للقراءة أو
الدراسة أو التركيز أو العمل ..

لا تبدأ بالقيام بأي
شيء، دون أن
تعرف لماذا تريد
أن تقوم به !



سواء في المحاضرات التي أقوم بإعطائها كل
فترة ، أو بفيديوهات التي أنشرها في
فيسبوك وسنابشات أو يوتيوب ، أو في
الدورات الخاصة التي أقوم بعملها ؛ أركز
دائماً على أهمية أن يدرك المرء دوره
الخاص في التعليم .. أهمية أن يعرف أنه
بعد الدورة التي سيأخذها تبدأ مهمته
بزيادة أفقه أكثر وأكثر وأكثر !
لا يكفي أن تأخذ دورة عندي ، أو من أحد
مواقع التعلم المجاني عبر الإنترنت ، و ..
"**خلص بيكفي**" ! لا طبعاً ، لا يكفي ..
هذا الأمر كان مريحاً جداً بأيام المدرسة
والجامعة، **لكن الآن**، أنت تريد أن تدخل
سوق العمل ، وتريد أن تنمي مهاراتك
بحيث تكون شخصاً يستحق الاحترام ،
ويعينه الآخرون بأقصى سرعة فور رؤيتهم

لكمية ما يمكن له عمله بناءً على المكتوب في

السيرة الذاتية .. **لا تكتفي بالمعلومات**

التي تأخذها مني فقط ، ابحث في جوجل ،

ابحث في يوتيوب ، حاول أن تتابع الأشخاص

المميزين والمؤثرين في هذا المجال ، اصنع

مزيداً من العلاقات مع أشخاص من نفس

المجال ، لا تضيع حدثاً أو مناسبة عليك من

نفس المجال ..

كل يوم ، تعلم أكثر ، اقرأ أكثر ، شاهد

فيديوهات أكثر ..

هذا عالم سريع للغاية ، وكمية المعلومات

التي فيه هائلة ، أكبر من أن تتسع له كل

عقول البشر!

لن نتعلم كل شيء ، ولن نشاهد كل ما

يضعه ويكتبه ويصوره الناس ؛ **لكن** هناك

آلاف القطع من المحتوى بالخارج ، هناك

بانتظار أن يتصفحها أحد ، أن يزيد ثقافته
وعلمه ومعلوماته وخبراته .. **هناك** الكثير
من الكنوز التي تنتظر أن يكتشفها ناقصو
الثقافة والعلم ..

**ما الذي تنتظره كي
تصبح رائعا ؟**

**IF YOU'RE
WAITING
FOR A SIGN
THIS
IS IT.**

أمر غريب آخر

في بعض الدورات المدفوعة التي أقدمها في
التسويق الإلكتروني والسوشال ميديا
والسيو ؛ يفاجئني البعض بسؤال بعيد عن
الدورة ومحتواها بالكامل ؛ **"كيف أزيد
ثقتي بنفسي"** ؟ نفس هذا السؤال يأتيني
أيضاً على سناشات ، يتكرر بطريقة غريبة
وفي الرسائل بفيسبوك ؛
برأيي ، أعتقد أن حل أي مشكلة يبدأ
بالتفكير بها جيداً ..
لماذا لا يوجد عندك ثقة بنفسك ؟
هل بسبب شخص ما ؟
موقف معين ؟
حدث معين ؟
خلل في الطفولة مثلاً ؟

أم أنك تقارن نفسك بالآخرين ، وتنظر
إلى ذاتك نظرة دونية ؟

ثمة عبارة شهيرة جداً تقول ؛
" لا يستطيع أحد أن يشعر
بالنقص دون موافقتك " !

أنت السبب الأول لقلة ثقتك بنفسك

شعورك بالنقص ، وقلة ثقتك بنفسك ، هذا
شيء له أساس في أعماقك ، بداخلك ،
يجبرك باستمرار أن تخفض من صورتك
أمامك أنت ، بل يقنعك أنّ من حولك
يستخفون بك ، ويؤكد عليك أن الآخرين
أفضل وأذكى وأحسن منك ، بكل شيء ..

عليك أن تعرف جيداً كل ما لديك من
قدرات ومميزات ومهارات ، أن **تعرف**
نفسك ، أن تحدد ما تعتبره سلبيات أو
نقائص في شخصيتك ، أن **تحدد** ما الذي قد
يجلب إليك المشاكل .. وقتها ومع تحديدك
وتمييزك لكل شيء ، سواء كان أبيض أو
أسود : **أنت تملك** المفاتيح اللازمة لتظهر
أفضل ما لديك ، وتعالج أسوأ ما فيك ..
لديك الدافع اللازم لتوضيح ما تراه جيداً
وجميلاً ومميزاً ، **ولديك** ذات الدافع
لمعالجة وتطوير وتحسين نقاط ضعفك ،
وجعلها نقاط قوتك ..

مبدئياً ؛ تقبل ذاتك .. تقبل نقاط ضعفك
كما تتقبل نقاط قوتك .. أنت تعرف أنك
جيد في (أ) ولكنك غير جيد في (ب) ..
عظيم ! الآن عليك أن تهتم أكثر بكل ما

يتعلق بـ (أ) ، وعليك أن ترى (ب) من
منظور آخر ، منظور الخطأ وتصحيحه ،
ومعالجته ، وتحسينه ..

لا شيء يحدث بكبسة زر إلا على الإنترنت !
لكن فيما يتعلق بشخصيتك ، لن يحدث
التغيير المرجو بين يوم وليلة .. **بهدوء** ،
وثقة ، تغلب على الأمور التي تسبب
الإحراج ، والتي تجعلك غير واثق بنفسك ،
وبدلاً من تلعن الظلام يجب أن تشعل
شمعة ، كما يقولون ..



واجه خوفك !

املاً وقتك بالتركيز على ما يشغلك عن
الخوف والقلق والتردد وقلة الثقة بالنفس ،
تحرك ، زد من مهاراتك وخبراتك ، تعرف
على المزيد من الأشخاص ، انضم لبعض
المجتمعات الإلكترونية والجروبات
الفيسبوكية التي فيها الكثيرين ممن
يشاطرونك اهتماماتك ..

ابدأ بالتغلب على الأمور التي تراها

سيئة ، حولها إلى أشياء جميلة !

من المهم أيضاً أن تشاهد النماذج الواقعية

من أولئك الواثقين من أنفسهم .. شاهد

حلقات الـ **Stand Up Comedy** في

يوتيوب وNetflix وانظر إليهم كيف

يتحدثون ويضحكون بكل ثقة أمام عشرات

الآلاف من المتفرجين ..

لماذا لا يشعرون بالإحراج ؟

لماذا أنت تقلق حتى هذا الحد بينما

هم لا مشكلة لديهم إطلاقاً ؟

لأنهم لا يهتمون لأي شيء ، ولا لأي نظرات

من أي أحد ، ولأنّ هذه هي شخصياتهم ..

ما الذي يمنعك أن تكون منهم ، أو مثلهم ؟

أذكر وأنا في المدرسة ، وفي بداية مشواري
الكتابي ، جاءني الأستاذ (محمد سليمان)
رحمه الله وأخبرني إن هناك مهرجاناً
للقصة القصيرة ، وإنه يريد مني أن
أشارك فيه .. وقتها كنت خجولاً جداً ، لا
تنسى أنني في الصف السابع الابتدائي !
لكنني لم أهتم ، وتشجعت ، رغم أنني أعلم
كم أشعر بالخجل من الوقوف أمام الناس
والحديث دون قلق ..
شاركت ، وتلعت ، وارتبكت ، وأنا أصغر
المتحدثين على المنصة ، وأكثر من ١٠٠
شخص أمامي لأول مرة في حياتي .. لم
أنظر في عين أي منهم ، وبقيت واقفاً مثل
ال لوح ، والورقة في يدي ترتجف ، وجسدي

كله يرتجف !

لكن ..

ما الذي حصل بعدها ؟

لا شيء

عادي ، مرت الحياة بسلام والله العظيم
واستمرت الأرض تدور ، وبقيتُ حياً !
شاركت بعدها بعدة لقاءات ، وكل مرة كنت
أتحسن ، وكان إلقائي يتطور ، وبالذات
أنني كنت أتمرّن في البيت **وحدي** أمام
المرآة، **وأحياناً** مع بعض الأصدقاء ..
من المهم أيضاً أن تجلس مع أشخاص
يشجعونك على التخلص من هذه الأمور
السلبية ، **مع** أشخاص إيجابيين وواثقين من
أنفسهم ، دع أولئك المرتبكين والتعساء
والضعفاء للزمن ، أنت لست وليّ أمورهم
كي تتحمل أحوالهم وأوضاعهم ، **امنحهم**
بعض وقتك ولكن **لا تمنحهم الفرصة** لقتل
الأشياء الجميلة التي فيك ..

"المرء على دين خليله" ، و "الصاحب
ساحب" ، لا شك أن تدرك أن هاتين
الكلمتين تشملمان كل شيء .. كل شيء !
البعض يشعر أن ثقة ثقته بنفسه بسبب
الأوضاع السيئة التي مر فيها ، أو التي يمر
فيها ، من حالة معيشية متردية ، أو وفاة
أحد الوالدين ، أو أوضاع دراسية مثيرة
لليأس ، أو حروب متعبة ومرهقة نفسياً
وجسدياً ، هؤلاء على حق وعلى باطل بنفس
الوقت .. على حق لأنني أدرك جيداً أن
المصائب تقتل جزءاً من الروح ، تتعبك ،
تثير غشيانك وتزعجك جداً ، وعلى باطل
لأنه من الطبيعي ألا تستسلم لهذه المشاعر
طوال الوقت !

تأتيني رسائل كل فترة : "لماذا أنت دائماً
متفائل ؟ من أين لك كل هذا الفرح ؟ ألا

تشعر بالغضب من الحياة مثلنا ؟ ألا تمرّ
بلحظات تكون فيها بحاجة لأن تكتب وتحزن
وتبتعد وتهرب عن كل شيء؟

سؤالك غريب يا عزيزي

طبعاً ، كأي أحد في هذا الكوكب ؛ أشعر
باليأس أحياناً من عدة أمور ، وبالتعب ،
وبالإحباط ، وبالقلق والخوف والتوتر . .
ولكن ما أفعله أنني لا أسمح لهذه المشاعر
بالسيطرة عليّ ؛ لماذا أسمح لهذه السلبيات
أن تستهلك وقتي وتفكيري وأعصابي؟ لماذا
أتيح لها بكامل قواي العقلية والنفسية أن
تمنعني من الاستمرار؟

الطبيعي

أن تحدث معك هذه الأمور السلبية
والسيئة ، وأن تمر بظروف مزعجة ، وأن

تقابل أشخاصاً مملين وحمقى ومشيرين
للغشيان .. اسمها حياة ، هذا ما تفعله بك !

غير الطبيعي

أن تستسلم لهذه الأشياء ، أن تغرق دون
مقاومة ، أن ترضى بالواقع الذي أنت فيه
دون أي محاولة للتغيير والرفض ، أن
تعيش دور الضحية حتى الرmq الأخير في
هذه الحرب الطويلة !



قصة قصيرة

في نهاية الصف العاشر الابتدائي ، فوجئت
بشيء لم أتوقعه على الإطلاق :

رسبت بثلاثة مواد لأول مرة في حياتي

بالانجليزي والرياضيات والكيمياء !

أتذكر جيداً أنني صدمت جداً ، وأصابني
اكتئاب حاد سرعان ما **عالجته** عندما قدّمت
امتحانات الإكمال في العطلة الصيفية ،
ونجحت في المواد الثلاثة ، **ربما** لأنني كنت
في مدرسة خاصة ..

بعدها أخبرت والدي أن الخلل ليس بي
وحدي ، لكن المدرسة التي أنا فيها **لا أشعر**
بأي راحة بها ..

لا أشعر بأي راحة ، أبداً ؛ لا مع الطلاب ،
ولا مع الأساتذة !

ثمة شيء غير مريح في هذه البيئة ..

أحسست وقتها أنّ عليّ تغيير بيئتي !

لا أدري كيف خطرت ببالي هذه الفكرة
وقتها لكن شعرت أنّ هذا ما يجب أن أفعله !

نقلني والدي فعلاً إلى مدرسة أخرى ، بيئة
جديدة مختلفة كلياً ، أساتذة وطلاب أراهم
لأول مرة في حياتي ، والأهم ، نفسية
جديدة ، وعيون مختلفة ، أرى فيها العالم
بطريقة مغايرة عما قبل ..

لا تسألوني كيف ، ولكنني مع نهاية الصف
الأول الثانوي كنت الأول على الصف
والحمد لله ! حوّلت الرسوب بثلاثة مواد
بالعاشر إلى حصولي على المركز الأول على
الصف ، مما جعلني أدرس الثانوية العامة
على حساب المدرسة ! منحة مجانية دون أن
يدفع والدي - حفظه الله - قرشاً واحداً !
يمكنك أن تتأكد وأن تسأل مدارس **الاتحاد**
في محافظة **الزرقاء بالأردن** عن هذا الأمر
لو كنت تظنني أمزح أو أبالغ 😊

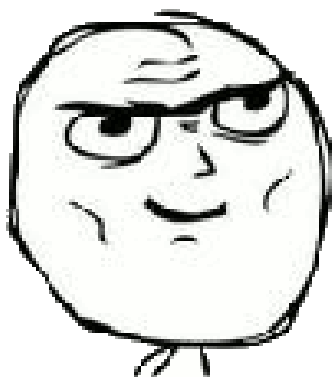


رأبي الخاص

لو شعرت أن الظروف التي حولك ، أو
الأشخاص الذين تشق طريقك معهم ، سبب
في إعاقتك أو توقفك أو تراجعك ..

غادرهم

غادر بيئتك ، جددتها ، وانظر للعالم من
زاوية أخرى ؛ إذ ليس من الضروري أن
يكون الخلل بك !



قصة قصيرة 2

مثل عشرات الآلاف من القراء الشغوفين ،
تابعت أعمال الدكتور (نبيل فاروق) و
الدكتور (أحمد خالد توفيق) منذ نشأتي ..

عشقت (رجل المستحيل) و(ملف المستقبل)
و (ما وراء الطبيعة) و (فانتازيا) وبقية
السلاسل لكل الكتاب ، واقتنيت كل
الروايات، **وشيئاً فشيئاً** بدأت أكتب،
وأنغمس في هذا العالم بكل طاقتي !

روايات
مصرية
للجيب

دائماً ، كنت —أثناء القراءة - أنظر للغلاف
الخلفي إلى صورة الكاتب ، وأقول لنفسي ؛
"سألتقي بك ذات يوم" !

مرت الأيام ، ونشرت كتابي الأول (زوجة
تختلف) وأنا طالب في الجامعة ، وكنت أكتب
ببعض الصحف المحلية ، ثم قدمت عدة
برامج إذاعية ، واستمرت الكتابة ، بلا
توقف ، واستمرت القراءة ، لكل سلاسل
(**روايات مصرية للجيب**) أيضاً بلا توقف !

تخرجت من الجامعة، وتوظفت في شركة
للبواخر والسفن ، وكان عندي وقتها الكثير
من وقت الفراغ أثناء الدوام ، **بصراحة** ..
وحينها بدأ السؤال المجنون يراودني ، وهو
نفس السؤال الذي كان يخطر في البال كلما
أمسكت القلم لأكتب : "**ماذا لو كتبت سلسلة**

مع المؤسسة العربية الحديثة ومع روايات
مصرية للجيب؟ هل هذا الحلم ممكن؟

أجبت نفسي مباشرة إن الجواب مجهول، لا
أعرفه، ولكن حتماً فكر فيه الآلاف قبلي،
فمن نال منهم فرصة للانضمام إلى هذه
الدار العظيمة؟ القليل جداً!

فما الحل؟! ما العمل؟!

اتصلت بالمؤسسة، وأجاب الاتصال سكرتير
المؤسسة (خالد الدسوقي)، وطلب مني أن
أرسل له ورقة فيها فكرة السلسلة التي أريد
كتابتها، مع العدد الأول منها!

أحم

لا أذكر ما حدث لي وقتها، لكنني جنت!

بسبب الحماس ، والشعور الهائل بأنّ ما
أريده (ممكّن) ؛ خلال أسبوعين كتبت
العدد الأول من سلسلة (تاكسي) ، وكان
اسمه (الذين جاؤوا) ..

اتصلت بالأستاذ (خالد) وأخبرني أن أرسله
له مطبوعاً ، ثلاثة نسخ ، إلى عنوانهم في
القاهرة ، مع النبذة التي عن السلسلة ..
وفعلاً خلال أيام قليلة أرسلت ما طلبه مني
إلى القاهرة بالبريد الجوي ..

حدثت هذه الأحداث في عام
2010 ، وأذكر جيداً جداً أنه كان
يوم سبت ، وستعرفون لماذا لاحقاً !

بعدها جاء السبت التالي ، فاتصلت عليه ،
وأخبرني إنّ العدد وصله ، وإنه الآن مع
لجنة القراءة ..

- متى أتصل فيك مرة أخرى ؟

- الأسبوع الجاي يا حسن !

فاتصلت **السبت** الذي بعده ، فأخبرني أن
أتصل **السبت** الذي بعده ..

واستمر هذا الحال أكثر من أربعة

أشهر ، أتصل فيه كل **سبت** ، ويؤجلني

للسبت الذي بعده بسبب لجنة القراءة !

شعرت بإحباط ، لكنني لم أياس ..

لن أياس .. سأتصل كل **سبت** !

حتى جاء اليوم الذي قال لي فيه :

- الدكتور (نبيل فاروق) قرأ روايتك ،

وأعجبته ، ويريد العدد الثاني والثالث من

السلسلة .. كي يقيم أسلوبك وأفكارك
بالشكل المناسب ، ويتأكد من قدرتك على
الاستمرارية ، وهي من أهم عوامل القبول
في السلاسل ..

الحماس كان هائلاً للغاية ، خلال أقل من
شهر كنت قد كتبت العدد الثاني (**حديقة**
الجثث) والعدد الثالث (**مالاكان**) من
السلسلة ، وتم الإرسال للقاهرة مباشرة
بالبريد الجوي .. **وكالعادة** ، كنت على
تواصل مستمر مع الأستاذ (**خالد**) عبر
الهاتف ، كل **سبت** أيضاً !

أواخر عام **2010** قال لي :

- عندنا الآن أول ثلاثة أعداد من
سلسلتك ، سنقرأها ونعطيك الجواب ..
اتصل بي **السبت** القادم !

وهنا ، لا بدّ من أن تعرفوا أنني من أواخر
عام **2010** وحتى أواخر عام **2013** وأنا
أُتصل به كل **سبت** ، والجواب دائماً هو :

**- لسة يا حسن ! كلمني
الأسبوع الجاي !**

استمر هذا الحال بيننا **4 سنوات ..** وفي يوم
ما ، في أواخر **2013** ، اتصلت فيه كالعادة
متوقعاً أن يؤجلني أيضاً للسبت القادم :

- طمني يا أستاذ خالد ..

- مبروك يا حسن !

- شو اللي مبروك ؟!

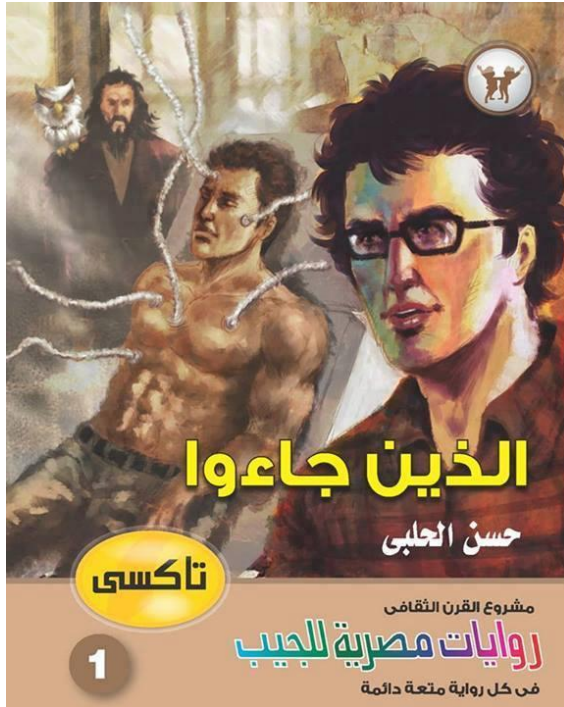
- مبروك .. حاجتك حتتطبع !

حرفياً ، هذا الحوار الذي دار بيننا ..

شعرت بعده أن هناك أفيال وردية
تغني من حولي ، وشعرت بألعاب
نارية تنفجر بوجهي ، وبأقواس قزح
ملونة في كل مكان !

ما حدث بعدها أنني كنت معهم في معرض
القاهرة الدولي للكتاب 2014 ، وأمست
العدد الأول من (تاكسي) بين يديّ ، وما
كان حلماً صار حقيقة .. بعيداً عن أنني
تشرفت وتعرفت على الكتاب الرائعين
شخصياً ، الدكتور (نبيل فاروق) و (أحمد
خالد توفيق) و (محمد رضا عبد الله) و
(محمد سليمان عبد المالك) و (تامر
إبراهيم) و (أحمد فكري) و (سالي عادل)
ودينامو المؤسسة (أحمد المقدم) ، والذين
أفتخر بهم جميعاً ، وأشكر نفسي على

إصراري للوصول للمؤسسة ولهم ، والذي
ربما لولاه لم يحصل أي شيء مما كنت أريد
وأرغب ، ولم يتحقق الحلم !



الفكرة من هذه القصة ، جاءني أثناء حفل
التوقيع شخص ما ، اقترب مني وقال لي :

- يا أخي أنا من مصر ، من القاهرة ،
وأرسلت أعمالي للمؤسسة منذ أكثر من **12**
سنة ، وحتى الآن لم أتلّق أي رد منهم ، مع
أنني أسكن على بعد نصف ساعة منهم !
كيف استطعت أن تنشر معهم ، وأنت لست
من مصر أصلاً ؟!

ابتسمت وأجبتة :

- **هل كنت تتصل فيهم كل سبت ؟!**

نظر إليّ وقتها ولم يفهم ، فوعده أن
أخبره **لاحقاً** لأنني كنت مشغولاً مع بعض
القراء .. **ف** .. ها قد أخبرتك هنا يا
صديقي .. **في** هذا الكتاب !

هذه القصة لك أنت بالذات ، ولكل شخص
يريد أن يعرف ما الذي يفعله الإصرار!

النجاح

يعتقده الناس هكذا



ولكن في الواقع هو هكذا



ملاحظة مهمة جداً : لا تدخل مجالاً
بعيداً عن اهتمامك أو رغبتك ، فقط
لأنك تتوقع أنه سهل ! يعني من باب
(سأجرب ولن أخسر شيئاً) !



لا تعمل هيك
بحالك.. أرجوك !

**المثالان الأشهر على هذه الحالة ؛ جماعة
التصميم الجرافيكى ، وجماعة السوشال
ميديا !**

عندما ترى هذين المجالين من بعيد ، ستشعر
أن الأمر سهل .. **هيببيبيبي** ! وداعاً للأشياء
الصعبة ، لقد وجدت الشيء السهل الذي
سيجلب لي الرزق الوفير دون تعب !
ستقنع نفسك وأنت تضحك ، أنك ستتعلم
استخدام بعض البرامج ، وستصبح بعدها
مصمماً محترفاً ! وستتعلم كيف تردّ على
بعض التعليقات في الفيسبوك ، مع بعض
المنشورات ؛ وهكذا أنت ختمت العلم !
خلص إنت ملك السوشال ميديا !

مبدئيًا يجب أن تعرف القاعدة الشهيرة والتي لا يعرفها

أحد للأسف : الشيء الذي يكون دخوله سهلاً ، يكون صعب المنافسة !

مصمم الجرافيك يجب أن يكون فناناً ، يفهم
في الألوان ، وعنده ذوق وحسن اختيار
وتنسيق وإبداع ، ولا بد أن يكون مطلعاً
على أمثلة كثيرة جداً جداً جداً جداً
في العالم كي يستطيع إنجاز شيء منافس ..

إن أتقنت بعض الفوتوشوب فهذا لا يعني أنك مصمم على فكرة !

نفس الكلام ينطبق على السوشال ميديا
والتسويق الإلكتروني أو السيو ؛ إذ يجب

أن تقرأ وتفهم وتدرس أشياء كثيرة ،
بالكتابة ومهارات التواصل وبعض البرمجة ،
والاستراتيجيات ، والتسويق ، وتحليل الناس
والجمهور، واستخدام الأدوات المجانية
والمدفوعة وغير ذلك ، مع الاطلاع المستمر
أيضاً ، والأمثلة الكثيرة جداً ..

كي تنجح في شيء يجب أن

تتأكد أنه مناسب

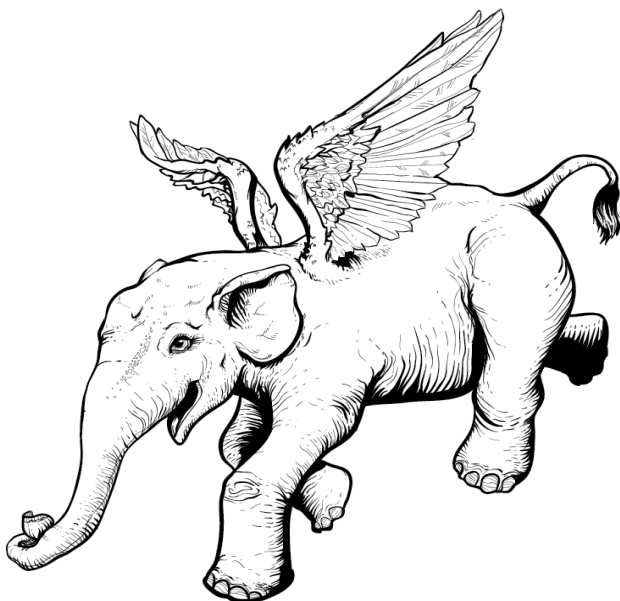
لإمكانياتك !

لو كنت تشك في إمكانياتك ،

ارفعها .. طورها ، زدها ، ما

دام هناك مجال معك !

الفيل لن يطير ، مهما أخذ
دروساً خصوصية في
الطيران ، لأنه لا يستطيع
الطيران ، وليس عنده
أجنحة من الأساس !



ولو كان هناك شخص يعشق الركض ، ولكن
بسبب حادث ما تم بتر قدميه ؛ لن يفوز
حتماً بالمراثون ..

ولو كان هناك شخص ، وزنه يتجاوز **160**
كيلوغرام ، أؤكد لك أنه لن يستطيع أن
يصبح عارض أزياء ، خلال أسبوع !

**تأكد أن الشيء مناسب
لإمكانياتك ، وبعدها امنحه
كل تركيزك ومجهودك
ووقتك وتعبك، كي تتميز
وتبدع فيه !**

أما أن تراه من بعيد ، وتدخله فقط -
لأنك تظنه سهلاً وتستطيع التمكن منه

بسرعة فهذا يعني أنك لم تفهم بعد
القانون العالمي : لا يوجد شيء سهل !

**بالمناسبة ؛ لو وجدت
شيئاً سهلاً فاعلم أنك
تقوم بعمله بطريقة
خاطئة ؛ على الأغلب !**

لو كان المجال الذي تريد دخوله سهلاً حتى
هذا الحد ، سيدخله **كثيرون** غيرك أيضاً ،
فلست وحدك من سيفكر بهذه الطريقة ..

بالتالي ، سيصبح عدد منافسينك كبيراً ،
والأسعار ستقل ، ولن تبقى لك قيمة
حقيقية مع مرور الوقت ، ما لم تكن متميزاً
ومختلفاً !

كن مهيئاً ومختلفاً قدر استطاعتك !

سنج لو أردت أن تنجح،
وفقاً إن بذلت كل ما
بوسعك كي تنجح ..
وسنفسل إن لم تفعل
شيئاً على الإطلاق !



سننجح لو تعبنا ، وسنفشل لو بقيت واقفاً مكانك دون أي حركة !

لن ينجح أحد من غير إصرار وإرادة وتعب

ومشقة ، وتصميم ..

لن ينجح أحد إن كان يجتهد بالطريقة

الصحيحة .. المهم أن تجتهد بالاتجاه

الصحيح ، فالأمر لا يتعلق بالتعب فقط ،

أبداً ، نهائياً ، قطعاً ، حقاً ، صدقاً !

الأمر يتعلق بالتعب على الأمر الذي **يستحق**

التعب ..

اتعب من أجلك ..

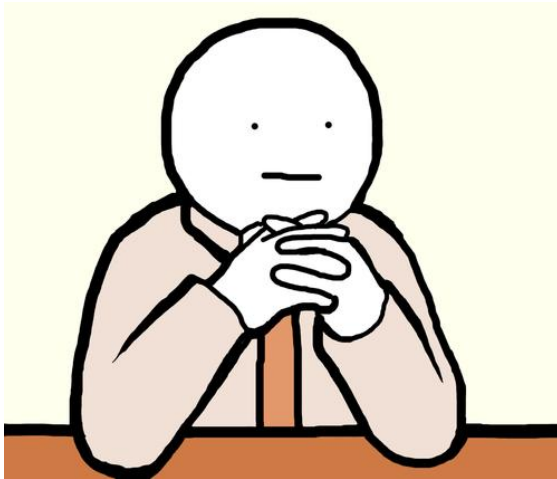
من أجل مستقبلك ..

من أجل تعلمك وتعليمك ..

من أجل تطوير مهاراتك ..

من أجل تقوية قدراتك وإمكانياتك ..
اتعب من أجل تنمية نفسك بالمجال الذي
تريد أن تكون خبيراً فيه ..
عندما تصل لمرحلة (**الخبير**) في أمر أو
مجال معين ، سيأتيك العمل حتى قدميك
والله العظيم !

أما عندما تجلس مكانك وتمارس الانتظار ،
بينما أنت على فيسبوك وواتساب وسنابشات
طوال الوقت دون أي خطوة عملية من
قبلك ، أعدك أنه لن يحصل شيء !



لا توجد خطوة عملاقة توصلك للمكان
الذي تريده بسرعة وسهولة ..
تحقيق هذا الأمر يحتاج إلى الكثير من
الخطوات الصغيرة ..



**فكر جيداً بخطواتك
الصغيرة القادمة؛
سنكون كيف ؟ وأين ؟
ومع من بالضبط ؟**

أن تكون **مبدعاً** وناجحاً ، لا يعني بالضرورة
أن تكون (إيلون ماسك) أو (مارك
زوكربيرج) !

الإبداع هو قدرتك على استخدام
إمكانياتك العادية ، لتطبق بها أفكارك
الجيدة ، وتوظف خيالك كي تفيد به
الآخرين ..

كلنا مبدعون ، صدقني ..

المعلم الذي يبتكر طريقة مختلفة لإيصال
مادته للطلاب ، هو **مبدع** ..
والشخص الذي يبث الطاقة الإيجابية في
شخص خامل ، هو **مبدع** ..
ربما تكون **مبدعاً** بالتصميم الجرافيكي ، أو
الحلويات الساخنة ، أو الكاريكاتير
السياسي ، أو بإلقاء الشعر ، أو بإسداء

النصائح التسويقية ، أو إعداد الطعام
الصيني ، أو التصوير ، والكتابة ..

اسأل نفسك :

بماذا أنا مهيدع ؟



انذار

إذا مرت عليك فترة طويلة وأنت بالبيت
دون عمل ، رغم أنك تبحث ولا تجد شيئاً ،
ببساطة راجع نفسك فالخلل بك أنت !

المشكلة ليست بالسوق ، بل بك أنت ..

إما أنك لست قوياً في مجالك ، ويجب أن
تكون أقوى في مجال آخر ، أو أنك لا تعرف
كيف تعرض نفسك بالطريقة الصحيحة ،
وبالوقت الصحيح ..

**لا تخدعني ولا تخدع نفسك : تعرف على
مشكلتك اليوم ، بدلاً من أن تبقى عالقاً
فيها للأبد !**

راسلني شاب قبل فترة ، وأخبرني إنه
محترف بالتصميم الجرافيكي جداً ، ولكنه
لا يعرف كيف يسوق نفسه ، ولا يعرف ماذا
يفعل ..

طلبت منه أن أرى بعض النماذج من أعماله
وفوجئت .. **واو** ! رهيب فعلاً وتصميماته
أكثر من متقنة وعظيمة .. طلبت منه
بعدها مباشرة أن يختلط بمجتمع الناس
الذين من نفس مجاله واهتمامه وخبراته
واحترافه .. **مجتمعات الفيسبوك** هي
الأفضل لبدء تكوين شبكة علاقات جميلة
مع أشخاص من ضمن تخصصه !

وفعلاً ، بدأ الشاب بالانضمام إلى **جروبات**
الفيسبوك الخاصة بالمصممين ، وبدأ يجب
على الأسئلة ، ويضع نماذج من أعماله ،
ويستفسر عن الخبراء ، وبدأ اسمه يسطع

في بعض الجروبات ، وبدأ بتكوين
الصدقات والمعارف ، وبعض الزبائن
بالتأكيد ، وأنا منهم !

ما الذي فعله ؟

وجد أقرانه ، كما يجب

عليك أن تجد أقرانك !

أنت محترف بالتصوير ؟ ابحث عن المهتمين
بهذا المجال في جروبات التصوير الكثيرة في
فيسبوك .. أنت محترف بالطبخ ؟ ابحث
عن المهتمين بهذا المجال في جروبات الطبخ
في فيسبوك .. أنت محترف بالكتابة ، أو
الرسم ، أو تصميم مواقع الإنترنت ، أو
البرمجة ، أو أي تخصص ؟

ابحث عن أقرانك ، عن الجروبات التي فيها
أشخاص لديهم نفس الاهتمام .. انضم

لهم ، شارك وتفاعل واسأل وأجب على
الأسئلة ، ابن لنفسك اسماً بينهم ومعهم
ووسطهم ، اصنع **قيمة** جديدة ، قدّم بعض
الحلول التي لا يعرفها الكثيرون ، اشرح
عن **أمر** ما بمجالك في فيديو أو مقال صغير
أو تسجيل صوتي مثلاً ..

من الضروري جداً أيضاً أن تقرأ عن :

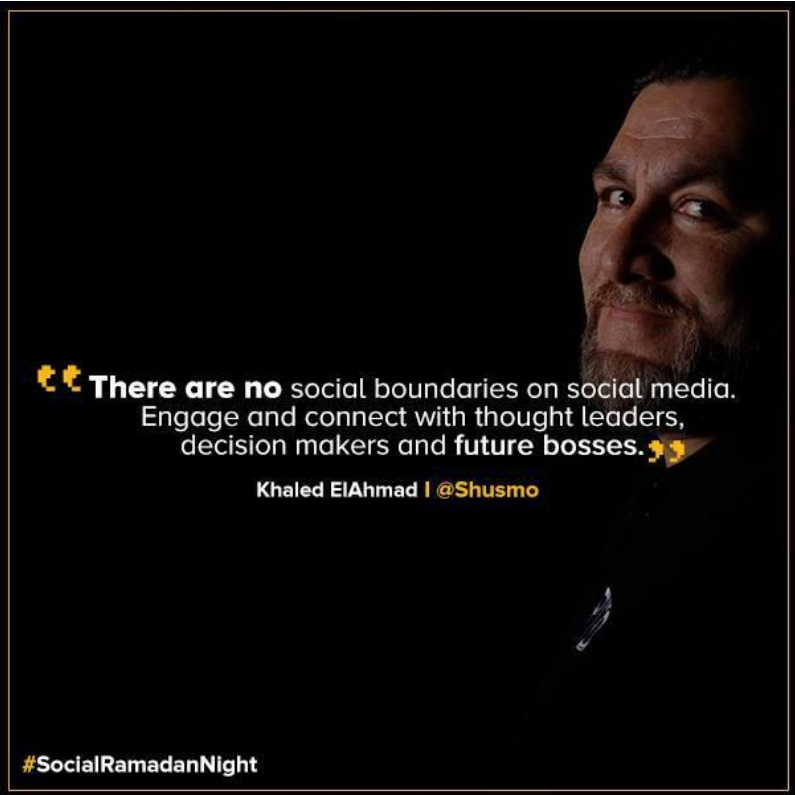
التسويق الشخصي Personal Branding

التسويق بالاحتوى Content Marketing

ضروري

للاغاية !

خبير الإعلام الاجتماعي (خالد الأحمد) يقول دوماً في
محاضراته ، إن السوشال ميديا فتحت كل الأبواب ، لا
توجد حدود أمامك ، تستطيع التواصل مع قادة الفكر
وصناع القرار ورؤساء الغد ، **من هاتفك المحمول** ! وهذا
ما أؤكد عليه هنا : تواصل مع الآخرين ، من أجلك أنت
}



☞ **There are no** social boundaries on social media.
Engage and connect with thought leaders,
decision makers and **future bosses.** ☞

Khaled ElAhmad | @Shusmo

#SocialRamadanNight

ثلاث قواعد اساسية بالحياه
Three basic rules of life

ابدأ من حيث أنت
Start where you are

إستخدم ما لديك
Use what you have

إفعل ما تستطيع
Do what you can

ما هي الأسباب الحقيقية التي بسببها لن نتجح أبداً بالعمل عبر الإنترنت؟!

١. في حاسوبك أكثر من ٢٠ جيجا من
الكورسات التدريبية والكتب الإلكترونية
 والملفات المحفوظة ، فقط للقراءة (يوماً ما)
 كما تتخيل ، دون أن تقرأ منهم أي شيء ..
ملفات ليس لها أي فائدة سوى استهلاك حيز
لا بأس به من الذاكرة !

٢. لو -على سبيل الافتراض - وجدت وقتاً
 للقراءة والاطلاع ؛ **لن تطبق** .. أنت لا
تجرب ولا تنفذ ! فقط تقرأ ، وتهز رأسك ،
وتتحمس قليلاً ، ثم .. **خلص** !

٣. إذا يسر الله لك ، واستطعت أن تطبق
بعض الطرق للعمل عبر الإنترنت ، فأنت

سوبرمان الآن وتريد كل شيء بسرعة
خارقة ! تريد الأرباح بأقصى وقت ممكن
وأقل مجهود ! تريد **٩٩٩** دولار من عمل لا
يتجاوز ساعتين يومياً وهذا مستحيل !
٤. تفكيرك التقليدي سيوقفك ! لا تحب
ولا تريد أن تفكر خارج الصندوق .. لا
تريد أن تغير ولو **٣٪** من الطرق المكتوبة
والمنشورة ، تريد أن تأخذها نفسها كما
هي ، وأن تطبقها بحدافيرها وأن تربح
جيداً ، رغم كل التحديثات المتجددة **يومياً** ،
وكثرة المنافسين الذين يدخلون المجال
بشكل مستمر ..

٥. عندما تجرب طريقة واحدة فقط للعمل
والربح ، وهذه الطريقة لا إبداع فيها ،
وبالعكس كل يوم هناك أشخاص جدد

يطبقونها ، مما يعني **تناقص** في الأرباح

والتفاصيل والأفكار !

٦. هل جربت أن تصنع منتجاً خاصاً بك ؟

أرجوك لا تكون من أولئك الذين يدخلون

عالم العمل عبر الإنترنت وبعد شهر

يصدرون كتاباً اسمه (**كيف تربح من**

الإنترنت) ويحاولون بيعه للناس ، طبعاً هنا

أتحدث عن شخصية حقيقية تعرفت عليها

قبل أشهر ! اصنع منتجاً أو كتاباً أو سلسلة

فيديوهات ، بالمجال الذي تتقنه وتحترفه ،

وتبدع به ، ثم سوّق له وابدأ عملية

الترويج بكل طاقتك . .

٧. هذا المجال هائل ، كل يوم هناك أمور

جديدة ، تحديثات مختلفة ، قصص نجاح

منوعة ، **لا تبقى** كما أنت ولا تعتبر

معلوماتك التي قبل سنتين هي المعلومات

الأهم ! عليك دوماً أن تبحث عن جديد

مجالك ، بكل شيء ..

٨. يجب أن تجرب بأموالك .. يجب أن

تدفع وأن تستثمر وأن تخسر ! يجب أن

تخسر .. لا بد أن تخسركي تعرف المكان

الذي لن تخسره فيه بالمرّة القادمة .. يجب

أن تكون ريادياً بالمعنى الحرفي للكلمة : أن

تكون مستقلاً ومغامراً ولا يهيك شيء سوى

النجاح ، رغم أنف كل الصعوبات ..

التسويق من أهم أسباب نجاح مشروعك ،

هو العمود الفقري للنجاح كما أقول دوماً في

محاضراتي : "لا نجاح لأي مشروع بدون

إشهار وتسويق وترويج .. أبداً" !

٩. عليك أن تأخذ هذا العمل بجدية ، لا

تدخل المجال من باب (يالله جرب) لأنك

ستحكم على نفسك بالفشل ! اقرأ ، وطبق ،

ونفذ ، وجرب ، وسوّق ، واستثمر ، بعد أن
تفكر وتخطط كثيراً .. يجب أن تعطي
الأمر اهتماماً وتركيزاً كبيرين ..

إما هذا وإما لا شيء

سيبقى العمل عبر الإنترنت برأيك ؛
مجرد خرافة يكررها الناس ، شيء
مستحيل وأسطوري ، تماماً مثل العنقاء
والخلّ الوفيّ !



منى تستطيع أن تقول لنفسك إن هذا هو الوقت الأنسب لتغيير مجالك، أو وظيفتك، أو دراستك؟!

★ عندما يكون أسعد وقت بالنسبة لك ، هو
الوقت الذي تبتعد فيه عن هذا الشيء أو
المجال ..

★ عندما تجد أنك لا تملك أي شغف أو
حافز لتطوير نفسك ومهاراتك وقدراتك
بهذا المجال ، ولا تريد أن تتعلم أي شيء
جديد حوله ..

★ عندما يكون هذا الشيء عائق أمامك ،
يمنعك من تحقيق طموحاتك ورغباتك ..
★ عندما تشعر بكرهك لنفسك في المكان !

★ عندما تتأكد كل يوم ، أنك لا تستفيد ولا

تتعلم ، بل تقضي الوقت فقط من باب

الواجب والتسلية !

★ عندما تعترف بينك وبين نفسك ، أن

هناك شيء آخر ترى أنك ستكون متميزاً

فيه أكثر ..

★ عندما تكون في قلب مرحلة (مش فارق

معي) !

★ عندما تتخيل نفسك في المستقبل ، وترى

أنك لن تبدع في هذا المجال نهائياً ..

★ عندما تحدد هدفك جيداً جداً ، قبل أي

تغيير تريد أو ترغب بأن تقوم به ..

نعم ، لا تنهزور ..

لا تنهزور

حدد هدفك جيداً قبل أن تتحول ، قبل أن
تصنع شيئاً جديداً وتجد تخصصاً أو عملاً أو
مجالاً آخر ، حدد ما الذي ستفعله بعد أن
تقوم بالتغيير أو التحول ، كي لا تصطدم
بالواقع !

لا تنهزور !

كل ثانية تقضيها في مجال
ليس مجالك ، أو بعيد عن
شغفك وطموحك وحلمك ؛
تعتبر خسارة حقيقية !



التغيير والسعي وراء الشغف
والطموح ؛ من أصعب القرارات
التي من الممكن أن تأخذها .. ولكن
بنفس الوقت ؛ هي أكثر الأشياء
التي ستندم عليها إن لم تفعلها !

لا يمكن لأحد أن يقول لك : **هذا مكانك ..**

أو : **هذا عملك ..**

أو : **هذا مجالك ..**

لا يمكن لأحد ، مهما كانت قدرته أو عمله
أو خبراته أو قوته ، أن يعطيك خطة
محددة مرسومة مسبقاً ، كي تسير بناءً
عليها ، وتصل لما تريد ..

مشاعرك ستتغير ..

وما تريده سيتغير !

ربما يساعدك أحدهم أن تفكر ، أن تفتح
عينيك بشكل أكبر ، أن ترى الأمور من
زاوية أخرى ، أو كيف تعمل بطريقة
صحيحة ، أو كيف تستغل وقتك وتقوم
بترتيب أولوياتك ؛ **ولكن ..**

حياتك قصتك ، وأنت بطلها



لا تقلد الآخرين ، ولكن اسأل :
ما الذي فعلوه ؟

اسأل الناس ، وتعلم كيف تفكر ، وكيف
تفهم ، وكيف تعمل ، وكيف ترى ..
وقتها ستدرك ما الذي يجب عليه فعله !

للأسف ، الناس ليسوا للناس

الناس عند أول فرصة مع شخص آخر ، ربما
سيبيعون كل شيء يذكرهم بك ! لن يكونوا
معك وقت حاجتك لهم ، ولن يعاونوك ولا
يساعدوك كما تتخيل أو تحلم ..

الناس يرغبون بأي شيء مريح ، بعيداً عن
القلق والإزعاج والتوتر ، والعلاقات
مشمولة بهذا الشيء بالمناسبة ! لذا عليك
أن تتعلم كيف تعمل ، وترتجل ، وتصرف ،
وتأخذ قراراتك بنفسك !

قصتك ، هي
كتابك .. وأنت
من سنكته ،
وليس أي
شخص آخر !

الحياة معركة مستمرة ، هل تعرف ذلك ؟!

أنت بمعركة ، والبقاء للشخص الذي عنده
استمرارية أكثر ، وبالذات إذا كنت في
الطريق الصحيح ..

ابن **طريقك** ، اصنعه ، ارسمه ، عليك أن
تعرفه ، عليك أن تجده كي تصل إلى المكان
الذي تريد **الوصول** إليه ، سواءً بعد سنة أو
سنتين أو أكثر ..

ما نوع السيارة التي تريد أن تتركبها ؟
ما شكل البيت الذي ترغب أن تعيش فيه ؟
ما طراز الحياة التي تريد أن يجربها
أولادك ؟ هل تريد لهم أن يستمتعوا ، أو
أن يعانون ؟

أين تريد أن تصل بالضبط ؟

فكر جيداً .. تأمل ما الذي تريد أن تقوم
به ، واتخذ قراراً من أجلك ! اقتل ترددك
أرجوك ! لا تضع قدماً وتؤخر الأخرى ..
لا تقف بين مسافتين ، انهض وتحرك ..
لا تركض مكانك !

وضعية جهاز (التريدمل) لا تليق
بك ، فالركض في مكانك لن يأخذك
إلى أيّ مكان !



اركض ، حاول أن تتجاهل المسلسلات
والأفلام **قليلاً** ، حاول أن **تؤجل**
السهرات مع الأصدقاء قليلاً ، حاول أن
تتناسى أحدث أنواع الهواتف المحمولة
والسيارات **قليلاً** ..

ركز أكثر على نفسك ، على تنمية
مهاراتك وذاتك وشخصيتك وأسلوبك
وقوة قدراتك وتمكينك لنفسك
وتطويرك لإمكانياتك ..

اقرأ أكثر في **مجالك** ، اقض وقتاً أكثر
في التعلم والتعليم ، بإفادة الآخرين ،
بمساعدة الناس ، بتحويل نفسك إلى
مبدع حقيقي ، بالبحث في **(جوجل)** و
(يوتيوب) عن كل شيء ممكن أن تتعلم
وتستفيد منه !

الفكرة إنك تكون

دينا هو

الفكرة إنك تكون شغال

٢٤ على ٢٤

الفكرة إنك تنطلق

وتستمر

وما توقف!

العبرة طبعاً ليست فقط في أن تقرأ كثيراً
جداً ، أو أن تشترك بكل كورس أو دورة
تراها أمامك ، ولا أن تشاهد مليون فيديو
في يوتيوب !

لا بدّ أن تجرب ..

لا بدّ أن تطبق ..

لا بدّ أن تمارس ..

لن تستطيع استخدام الفوتوشوب باحتراف ،
والتعديل على الصور ، والدمج ، والمزج ،
وأنت تشاهد فيديوهات أو تطلع على صور
ونماذج جميلة وإبداعية .. **هذا لا يكفي !**

يجب أن تشتري النسخة أو أن تقوم
بتحميلها من الإنترنت .. **يجب** أن تطبق
وتجرب كل الحيل والاستراتيجيات ، وأن
تقلد ، وأن تغوص في هذا العالم بقوة !

نفس هذا الكلام ينطبق على تعلم لغة
جديدة ، أو تعلم مهارات الافترايكت
والمونتاج أو حتى التصوير ، أو كتابة
المقالات الموافقة لشروط السيوف جوجل ،
أو عمل فيديوهات قوية والربح منها في
يوتيوب ، أو الربح من كليك بانك أو
ادسنس أو شوبيفاي ..

**مهما كنت دودة قراءة
أو دودة فيديوهات ؛ لن
تستفيد كما يجب أن
تكون الاستفادة ، دون
أن تجرب ما قرأته
وشأهدهته بنفسك !**

على سيرة القراءة

كل عدة أيام أبدأ بقراءة كتاب جديد ..
حالياً أقرأ الكتاب الواحد في أسبوع تقريباً ،
إن كان متوسط الحجم طبعاً .. وبحكم
مشاركتي ليومياتي في **سناشات** ، فإنني أقوم
بتصوير الكتاب قبل القراءة ، وأتكم عنه
سلباً أو إيجاباً بعد انتهائي منه ..



حسن الحلبي



onliners.team | 80,810

أستغرب أحياناً عندما تصلني رسائل يسألني

أصحابها بحيرة حقيقة : "وما الذي

قد نستفيد من القراءة؟"

بصراحة ، أغلب من يسألني هذا السؤال

أجيبه : "ابحث أنت .. هذا سؤال غريب

ووقع ولن أجيبه ! ابحث عن الجواب" !

إذا بعيداً عن إمتاع الروايات ، والقصص ،

والدواوين الشعرية ، وبعيداً عن نصيحتي

الدائمة بقراءة كل شيء من شأنه أن يثري

حصيلتك اللغوية / الفكرية / العلمية /

الثقافية / الأدبية ، فإنني **أنصحك جداً**

بقراءة الكتب التالية ، لما فيها من فوائد

عظيمة ، **رهيبه** ، ستفتح أبواباً كثيرة في

دماغك !

ستشكرني .. أنا متأكد من ذلك

اقرأ:

مميز بالأصفر

لا تفكر في حليب أحمر

العادات السبع للأشخاص الأكثر فاعلية

العادة الثامنة

فكر تصبح غنياً

أيقظ العملاق بداخلك

أطلق قواك الخفية

الراهب الذي باع سيارته الفيراري

دليل العظمة

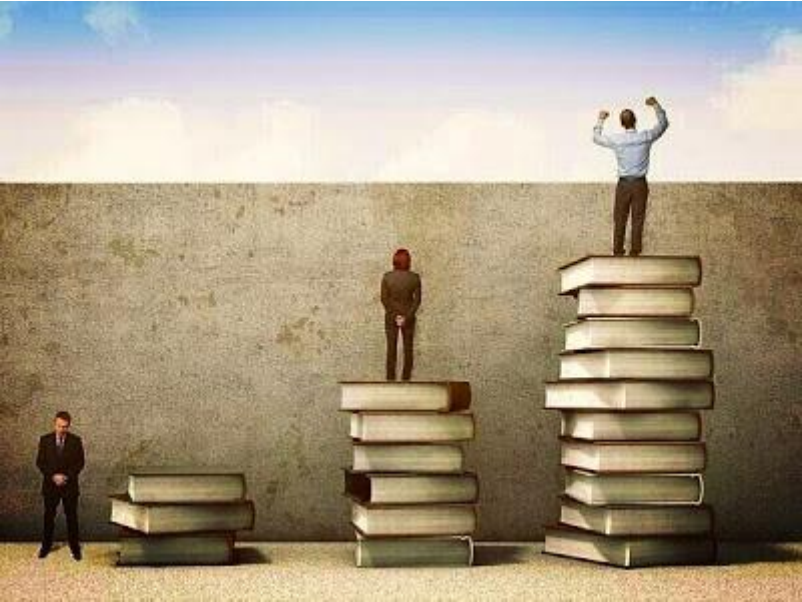
دليل العظمة ٢

اكتشف مصيرك

أغنى رجل في بابل

غير فكرك

تألق وأبدع
التأثير الخفي الخفي الخفي
تجراً تنجح
كيفما تكون كن أفضل
كيفما فكرت فكر العكس
٥٢ قاعدة للنجاح دون أن تخسر نفسك
اقرأ أي شيء يزيدك نهوآ!



.. وعلى سيرة القراءة أيضاً !

بحكم الرسائل والمنشورات والتعليقات وكل
ما أراه في جروب (أونلاينرز **onliners**)
في **فيسبوك** ، وهو أول جروب متخصص
بتعليم الشباب والفتيات كيفية العمل عبر
الإنترنت ، بطرق قانونية وشرعية ورسمية ،
بعيدة عن الطرق المشبوهة ، والتسويق
الهرمي والشبكي ، والأمور المحرمة ..
بحكم هذا فإنني أشعر بغضب شديد للغاية ،
من ذلك النوع المنتشر كثيراً بين الأعضاء :

النوع الكسول !

يريد التعلم لكن كسلا يمنعهُ ..

يريد التطور لكن كسله يوقفه ..

كسول ، يشعر بالإرهاق إن فكر بالبحث في
جوجل أو يوتيوب عن إجابات لأسئلته !

كسول ، لا يريد أن يتعب دقيقتين من أجل
الوصول لما يريد ..

كسول ، يريد النجاح ولا يريد النجاح !

كسول ، يريد عمل كل شيء ولكنه لا
يشعر برغبة بعمل أي شيء !

هذا النوع منتشر بشكل مبالغ فيه ، يريد
أن يكسب مالا عبر الإنترنت **عاجاهز**

وعالبارد المستريح — كما نقول - ، من غير

تعب وجهد وتفكير وقراءة وتطور وتعلم
واستثمار وبحث واستهلاك وقت !

والله العظيم ، هناك آلاف الإجابات في

جوجل ويوتيوب و **Qoura** ، أنت فقط

اطرح الأسئلة المناسبة ! ابحثوا عن

المعلومة، نبشوا ، بجبشوا ، نعم هناك أسئلة
من غير إجابة مباشرة ، لكن هذا بالذات هو

دور الخبرة ! هناك أمور لن تصل لها إلا

بعد خبرة ، وبعد أن تكون قد بحثت كثيراً

جداً دون أن تجد جواباً (مباشراً) لما

تريد .. هذه المرحلة الإجبارية **متعبة** لكنها

لذيذة ، ستبدأ بالتطبيق والتنفيذ

والتجريب ، **وستتصدم** من نتائج وصلتها ولم

تكن تتخيل أنك ستصلها ..

نتائج لم تصل إليها إلا لأنك جربت !

صدقوني : الشخص الذي يعتمد على غيره

بشكل كلي ، لن يحقق أبداً نجاحاً في

حياته .. **يجب** أن يكون — في داخلك — طاقة

كبيرة ، قوة عظيمة ، تدفعك لأن تجتهد

وتبحث بكل إصرار وعزيمة وإرادة من أجل

الوصول للشيء الذي ترغب بمعرفته

وتعلمه .. **يجب ، لا بدّ !**

يوميًا أرى طلبات الشباب من أجل
التوظيف .. صدقاً مع كل هذا التطور
والانفتاح ، هناك كمية وظائف هائلة في
مجالات السوشال ميديا والتسويق
الإلكتروني والتسويق بالمحتوى والـ
Branding والـ **Seo** والـ **SMO** وغير
ذلك .. لكن المطلوب بالطبع أشخاص عندهم
كفاءة عالية ، وليس أشخاص اكتفوا
بالشهادة الجامعية فقط ، وبعده فيديوهات
ومقالات من هنا وهناك ..

الكسل القاتل وصل بالبعض ، أنه يسألني
سؤالاً ، وأجيبه بالبحث عن كلمة معينة في
جوجل ، أو موقع فيه كل ما يريده عن ما
يريده ، لكنه يقول لك : **هات اللينك !**

يعني هو كسول لدرجة أنه لا يريد إن
يتعب نفسه بالبحث عن مكان أنت قلت
له أن يبحث فيه !

شخص غيره قلت له أن يقرأ مقالاً فيه
جواب سؤاله ، فقال لي : احكي لي الخلاصة !
واحد ثالث قال لي : أريد أن أتعلم ،
ورغبتني شديدة وملحة .. فنصحته بالمواقع
والقنوات التي فيها كل ما يرغبه .. وهنا
حصل له ما يحصل مع أكثر من ٩٠ ٪ من
الناس : تحمس بشدة ، وبدأ ، ولكنه بعد
يومين شعر بالإحباط ، وبضعف الدافع
والإرادة ، فتوقف فوراً وعاد لطبيعته !

الخلاصة : إن بقيت كسولاً وتعتمد طوال
الوقت على غيرك ، سيأتيك يوم تسقط
فيه ، ولن تستطيع أن تمشي خطوة واحدة !

تخلّى عن أهدافك.. تكن قوياً !

دوماً نقول : أطلق العملاق الذي في

داخلك ، وإياك أن ترفع الراية
البيضاء وتستسلم !

دوماً نقول : لا تجعل من نفسك

فريسة سهلة المئال ، أمام وحش
الإحباط !

لكن ؛ لماذا لا نفكر بالعكس ؟

لماذا لا نتخلّى عن أهدافنا ؟

نعم ، الآن أطلب منك أن تتخلى عن أهدافك !

تخلى عن أهدافك الصغيرة ، في
سبيل الوصول إلى هدفك الكبير ..
للنجاح ثمن ، ولا يمكنك أن تحصل عليه
بسهولة إلا إذا كنت (محظوظ) الشهير في
قصص (ميكي وبطوط) ، أو إن ورثت عدة
ملايين عن أحد أجدادك المغتربين في
أمريكا الجنوبية منذ عقود ، أو إن وجدت
حقيبة ممتلئة في النقود بجاوية القمامة
(هذا حلم الطفولة طبعاً) أو إن صار
والدك أو شقيقك وزيراً أو نائباً **فجأة !**

لِلنَّجَاحِ ثَمَنٌ وَعَلَيْكَ أَنْ تَدْفَعَهُ عَنْ طَيْبِ خَاطِرٍ ، وَإِلَّا لَنْ تَنْجَحَ

تَخَلَّى عَنِ الْوَاتْسَافِ وَالْفَايْبِرِ وَالْفَيْسْبُوكِ
وَالسَّهَرَاتِ وَالْكَافِيَّاتِ وَالْأَفْلَامِ وَالْمَسَلْسَلَاتِ ،
إِذَا كُنْتَ تَرِيدُ الْحَصُولَ عَلَى دَرَجَاتٍ عَالِيَةٍ
فِي الثَّانَوِيَّةِ الْعَامَةِ !

تَخَلَّى عَنِ الْمُنْسَفِ وَالْكَبَسَةِ وَالْمَقْلُوبَةِ وَالْقُدْرَةِ
وَتَوِيكْسِ وَسْنِيكَرْزِ وَالْجَاتُو وَالْكَنَافَةِ إِذَا
أَرَدْتَ أَنْ تَخَفِّفَ وَزْنَكَ !

تَخَلَّى عَنِ رُؤْيَا الْأَصْدِقَاءِ وَالْأَهْلِ وَجُودِ
الْأُسْرَةِ وَالْبَيْتِ وَالذِّكْرِيَّاتِ الْكَثِيرَةِ
الْمَشْتَرَكَةِ ، إِذَا أَرَدْتَ أَنْ تَعْمَلَ خَارِجَ الْوَطَنِ
مِنْ أَجْلِ مُسْتَقْبَلٍ أَفْضَلَ !

آمن بالهدف الكبير

آمن بنفسك وبقدرتك على الوصول إليه ،
وستجد أن كل تلك الأهداف الصغيرة تلك ؛
بدأت تصغر وتصغر وتصغر ، فأنت تتجاهلها
بكامل إرادتك !

قم بالتضحية كي تصل ، وتمسك بهدفك ،
وآمن به بكل طاقتك ، وأشعل ذاتك كي
تحققه مهما حدث ، ولا تسمح لشيء أو
لأحد أن يوقفك ..

**أنت في طريق طويل ، يبدأ
بالتعب ، وينتهي بالنجاح !**

ادفن الصعوبات بعيداً عنك ، وإلا دُفنت
أحلامك ..
مرّق ضعفك ..
مرّق خوفك ..

مرّق قلقك ..

والّا تمرّق مستقبلك بيديك !

كن واثقاً بقدرتك على الوصول ، وامسح

اللاستطاعة من قاموسك للأبد !

لا تيأس ، وكن قوياً ..

توّ تهما ما أنك تستطيع !



هل أنت طالب في الثانوية العامة؟!

يوميأ تأتيني أسئلة على حسابي في **سابشات**
من طلاب في الثانوية العامة .. هناك نسبة
تخط **هائلة**، هناك عشوائية كبيرة، وملل
فضيع، وإحباط مثير للدهشة ! كيف يريد
هؤلاء أن ينجحوا بدراساتهم وحياتهم مع كل
هذه المشاعر السلبية القاتلة ؟!
وكثيراً ما كنت أسأل هذه الأسئلة ، لكل من
يراسلني متأملاً أن أعطيه جواباً سحرياً :

إذا درست ونجحت ، فمن سيتأثر بنجاحك؟
إذا لم تدرس وتنجح ، فمن سيتأثر
برسوبك؟ من سيفرح لك وبك؟ ومن سيكون
من الشامتين بما حصل مع من وراء ظهرك؟
هذا الكلام ليس لطالب الثانوية العامة
فقط ، ولكن لأي أحد في نفس المكان ، سواء
كان طالب جامعة أو طالب للدراسات العليا
أيضاً .. الوقت هو لعبتكم أنتم ،
تستطيعون بناء الكثير من الأشياء في
ساعاتكم أو تستطيعون تضييعها فحسب !

أنت قرر ما الذي

تربده بالضبط

خذ قراراتك ، بعيداً عن تقضية الوقت في
السوشال ميديا ، وبعيداً عن الأصدقاء

الذي سيبعدون عنك فور دخولك الجامعة !
لحظة : ستقول لي إنهم سيقون معك في
الجامعة ! هل أنت متأكد من هذا؟ كم
النسبة تقريباً؟ خمسة بالمائة؟ حتى هؤلاء
الأوفياء لك، بعد التخرج من الجامعة ، كل
واحد سيذهب في حال سبيله ..
صدقني !

**أنت رأس مالك ، فلا تكن
أحمقاً وتضيع كل وقتك
بأشياء لن تكون ذات
قيمة لاحقاً !**

**أنت رأس مالك ، فلا
تتخلص من نفسك بيدك !**

ليس من الخطأ أبداً أن تبدأ بالعمل على
نفسك ، **من الآن** .. اعمل وأنت صغير ، هذا
الأمر كفيل بإعطائك الكثير من الخبرات
العملية والحياتية **وأنت ما زلت في بدايتك** !
هذا الأمر سيصقل شخصيتك ، ويطور
الكثير من الجوانب الأخرى ، ما دمت طوال
الوقت تتعلم أيضاً ..

**كلما كنت أصغر بالعمر ،
وكان كل تركيزك على
تطويرك لنفسك ،
ومهاراتك ، وذاتك ، كلما
كانت المنفعة لك أكبر
وأكثر !**

لو كنت تقرأ هذا الكلام وعمرك أقل من
١٨ سنة فأرجوك ، أرجوك ، ابدأ بالعلم
والتعلم اليوم ، من أجل أن تعيش حياة
أجمل غداً ..

هذا اليوم يومك ، هذا

العصر عصرك ، فكن به كما

يجب أن تكون !

حاول ألا تكون قصة حياتك مشابهة لقصة
الرجل العادي ، الذي ولد عادياً ، وكبر
بطريقة عادية ، ودرس بطريقة عادية ، ثم
دخل الجامعة ، ثم تخرج من الجامعة ، ثم
دخل سوق العمل ، ثم تزوج من فتاة عادية ،
ثم أنجب أولاداً عاديين ، ثم أنجب أولاده
أحفاداً عاديين ، ثم مات دون أن يعرفه
ويذكره أحد إلا من كان حوله فحسب !

لا تكن من هؤلاء الذين عاشوا
حياة كاملة وطويلة دون أن
يعرفهم أحد... **لا تكن** من
أولئك الذين يسرون في الظل ،
ويهربون من الأضواء ، ويخافون
من التغيير ، ويرغبون بالبقاء
بنفس الحال ، مع **نفس**
الأشخاص ، و**نفس** الأماكن ،
و**نفس** العمل ، و**نفس** أسلوب
التفكير ، و**نفس** طريقة الحياة ،
طوال الوقت ، طوال العمر دون
حلم أو طموح أو أمنيات !

لو أخبرتك أنه بعد ١٠ سنوات من
الآن ، سيكون هناك برنامج ما ،
على قناة تلفزيونية ما ، وفيها سيتم
عرض تقرير ، عنك أنت ..

**ما الذي تريد أن تبدأ
بفعله وتعلمه من
اليوم، كي يكون هذا
التقرير جيداً وپسنحوق
الاحترام والتقدير
والمشاهدة؟!**

مبدئياً ، ولو كنت طالب الثانوية العامة
الذي كنت أكلمه قبل قليل ، ابدأ بقراءة
هذه المقالات بتمعن .. كل هذه المقالات من
موقع (أراجيك) العظيم الغني عن
التعريف ، والذي اعتبره من أروع المواقع
العربية التي تقدم محتوىً عظيماً ، على
الإطلاق ..

**عززي المراهق، لهذه الأسباب أنت
محظوظ جداً**

و

**دعك من النسويف، مع هذه الأفكار
انجز هدفك الآن**

كنت أريد أن أضع لك الآن عشرات
العناوين لمقالات لا بدّ أن تقرأها ، لكن من
الجيد أنهم وضعوها كلها في قسم واحد ، هو
قسم (تعليم) .. ادخل الآن إليه من

موبايلك الذي كنت قبل قليل تدردش فيه
مع (حمزة) أو (جعفر) ، أو كنت تدردشين
فيه مع (سارة) أو (ياسمين) ☺

لا تقل ؛ ليس عندي وقت ..

**فأنت تملك الوقت ولكنك ربما تريد تضييعه
في أمور أخرى !**

لا تقل ، لا أستطيع أن أقرأ ..

لا تقل ؛ لا أحب القراءة ..

ربما نسيت أنك يومياً تقرأ الكثير من

المحتوى دون أن تدرك ذلك !

يومية تقرأ ما يُنشر في مواقع السوشال
ميديا ، ولو كانت هناك أداة معينة تستطيع
أن تعرف بها كم كلمة قرأت اليوم أو أمس
مثلاً ، وأنت تتجول في (فيسبوك) و
(إنستجرام) و (سنابشات) و (تويتر)
وغيرهم ؛ سيفاجئك الرقم حتماً .. **والله !**

انظر في عيني ، أنا وأنت نعرف ذلك

لا داعي لأن تخدع نفسك !

هناك وقت للقراءة ، ومن أجلك .. الجميل
في الأمر أنه من أجلك أنت ، كل ما قلته في
هذا الكتاب حتى الآن من أجلك أنت ،

فلماذا تريد أن تتجاهل هذا الأمر؟

لماذا تصرّ على البقاء في تلك الدائرة
السوداء ، المعتمة ، التي ليس فيها أي قيمة
مضافة لك ولحياتك ومستقبلك؟



الالتزام بالمواعيد

يحافظ على جودة عملك ، وعلى
علاقاتك ، وعلى استمرارك
بالطريق الذي تسير فيه ، **صح !**
قم بترتيب العالم الذي أنت فيه
بالطريقة المناسبة كي ترتاح ، وتبتعد
عن التقصير بحق نفسك ..
كثيرون جداً من يعانون من مشكلة إدارة
الوقت ، ولذلك بما أنني من أول الذين
كانت تسيطر عليهم المشكلة :

لجأت لحل بسيط !

كتبت على ورقة ، قائمة الأشياء الروتينية التي يجب عليّ عملها كل يوم .. ووضعت نفس الورقة في مكتبي بالمنزل ، وبالشركة ، وفي دفتري الذي أحمله معي دائماً بالحقيبة .. وأسليت هذا الشيء (السكرتيرة) ، ونصحت الكثيرين أن يعينوا هذه السكرتيرة لديهم ، كما فعلت أنا ، وكما ندمت لأنني لم أفعل من قبل !

قائمة المهام الكاملة المتكررة ، من موقع عليّ أن أنفقده يومياً ، من سيرفرات عليّ الاطمئنان عليها ، من صفحات عليّ تفقد رسائلها ، من منشورات في مجموعتي عليّ متابعتها ، من مقالات عليّ التأكد منها قبل أن ينشرها أحد أعضاء فريقتي ، وغير ذلك من أمور واجبة ولا بدّ منها ..

الورقة ، السكرتيرة ، هي الحل
الأمثل ، بعيداً عن كل تطبيقات الـ
To Do List في الهاتف المحمول ،
فلا شيء يشبه الكتابة بخط اليد !
من أهم الأمور التي يجب عليك
أن توليها المزيد من الاهتمام :
إدارة وقتك ، وترتيب
أولوياتك ..

هكذا سنتمكن من

الإمساك بكل

الخيوط بيدك !

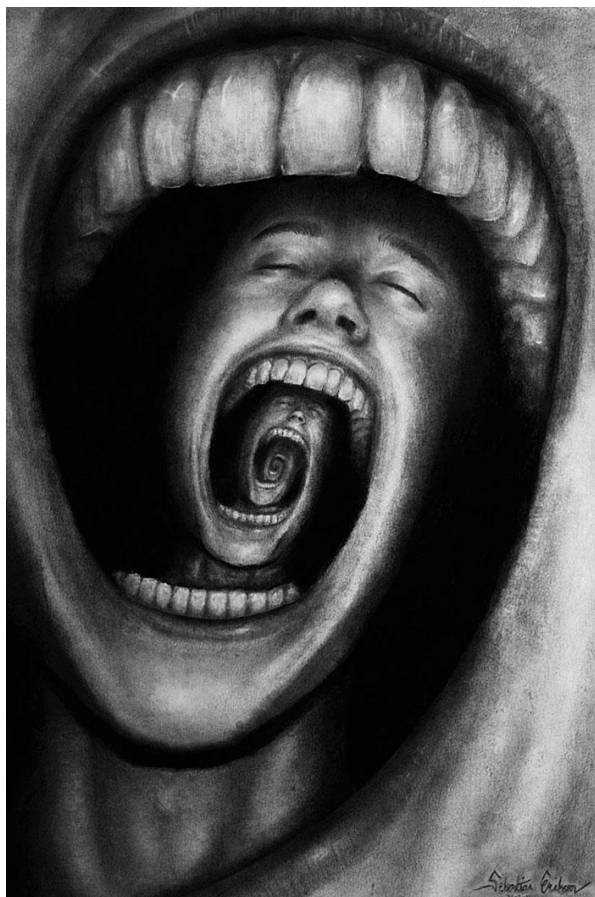
الحياة قصيرة للغاية ، حاول أن تستغل كل لحظة لك فيها !

افعل كل ما تستطيع فعله .. اكتب كتاباً ..
ساعد محتاجاً بمبلغ ضخم ومفاجئ .. تعلم
صناعة شيء بيديك .. استكشف لغة
جديدة .. جرب أن تدهن غرفتك
بنفسك .. سافر .. شاهد ثلاثة أفلام
بالسينما بنفس اليوم .. أحضر هدايا
لنفسك .. شاهد مسلسل كاملاً وحده ..
أخبر من تحبها بصمت أنك تحبها .. اذهب
إلى دار للأيتام أو المسنين .. شارك
بمسابقة لا تعرف شيئاً عن قواعدها ..
ارسم لوحة أنت نفسك لا تفهمها .. خذ

صورة سيلفي مع شخصية مشهورة .. العب
مباراة كرة قدم بعد الفجر .. جرب إطلاق
النار من مسدس حقيقي .. شارك في حمل
نعش شخص لا تعرفه .. أكمل جميع
مراحل أنجري بيردز في موبايلك ..
ابتكر .. اخترع .. حاول .. اكسر روتينك
اليومي ؛ كل يوم !

Life is short.
Time is fast.
No replay,
No rewind.
So enjoy every moment
as it comes...

الحياة قصيرة للغاية ، فاستمتع
بها ودعك من ذلك الإحباط
اللعين الذي يلتهم كل شيء ،
حرفياً !



هل تريد أن تكون فاشلاً؟!

وضعت لك بالأسفل قائمة الأشياء
التي عليك فعلها كي تبقى فاشلاً !

أولئك الفاشلون ، أو الأكثر فشلاً بالأحرى ،
يشتركون معاً بعدة عادات سيئة ، للوهلة
الأولى تبدو عادية لا تستحق القلق ؛ لكن
يجب أن تقلق إن كانت عندك مجموعة من
هذه العادات ، أو كلها !

أنت هكذا ستدمر نفسك بينما أنت تضحك
وتستمتع بممارسة نشاطاتك (الطبيعية) !
أنت هكذا ستشوه مستقبلك بيديك ..
المشكلة أنك ستفعل هذا دون أن تدري أن

السبب الأول والأخير لذلك هو أنت ،
وتقاعسك ، وجهلك ..

**أنت هكذا ستضيع وقتك ، وشهورك ،
وسنواتك ، ونفسك أيضاً !**

١ - **الكسل وضعف الإرادة** ، يعني أن تكون
مشروع (باندا) ، هدفه فقط الأكل
والنوم ، أو النوم والأكل .. لا يوجد أي
رغبات وطموح عندك !

٢ - **عدم وضوح الأهداف** ، وعدم معرفتك
من أين أتيت وإلى أين ستذهب ! يعني
(عائش سهلة) و(عائش حانية) كما
يقولون ! لا تدري ما الذي تريده ، ولا
تعرف شغفك ولا اهتمامك ولا رغبتك ..

٣ - **حياتك تمشي دون تخطيط** ، دون
تفكير ، (سارحة والرب راعيها) كما نقول ،

أن تترك نفسك للظروف والقضاء والقدر
دون أي تدخل منك ..

٤ - **أن تخاف من الفشل** ، إلى درجة أنك
ترفض التجربة والمغامرة بأي شيء من أجل
ألا يفشل أو ينتهي ، يقتلك شعور الفشل
قبل أن يحصل أي شيء قد يؤدي إليه !
٥ - **الاستعجال** .. هل حقاً تريد

الحصول على ١٠٠٠ دولار شهرياً من
الإنترنت كل أسبوعين وأنت ما زلت مبتدئاً
في المجال؟ اصبر يا رجل .. **اصبر** ! لن
تستطيع صعود السلم مرة واحدة .. درجة
درجة ، شيئاً فشيئاً إن شاء الله ..

٦ - **استهانتك بنفسك** ! تحب أن تقول (لا
أستطيع) أو (مستحيل أن أفعل هذا) أو
(هذا الأمر يحتاج إلى عابرة)
ومحترفين) .. لا تكن قاسياً على نفسك ..

أنت أفضل من هذا .. آمن بنفسك ،
أرجوك !

٧ - **اعتمادك الدائم على الآخرين ..** ابحث
أنت يا أخي ! ابحث بنفسك وطبق بيدك ،
أنت تعلم كيف تقوم بعمل (أ) بدلاً من
انتظار واستجداء فلان كي يقوم لك به ..
لا تبقى هكذا (راكن) على الناس وبناءً
(عليهم) ستكون أمور (حياتك) بخير ..
هذا شيء قاتل ، **لا تفعل هذا بنفسك !**



إذا كانت عندك بعض العادات التي قمت
بذكرها للتو، **توقف .. توقف فوراً وراجع**
نفسك !

اصنع فتجانين من القهوة واجلس مطولاً مع
نفسك كي تصل إلى حل منطقي ..
هذا خطأ كبير ، خطأ فادح ، وعليك أن
تصلحه !

بسرعة ؛ هات قلماً وورقة واكتب خطة
يومية ، وابدأ بالتطبيق ..

في آخر الليل اسأل نفسك :

ماذا أنجزت اليوم؟

بنهاية الأسبوع اسأل نفسك :

ماذا أنجزت في هذا الأسبوع ؟

بآخر الشهر اسأل نفسك :

هل أنجزت شيئاً حقيقياً في هذا الشهر ، أم
أن كل أيامي ضاعت -كالعادة- في الهواء ؟

هل لديك خطة للشهور

الستة القادمة ؟

إذا كان الجواب (لا) ، حاول أن تضع
خطة من الآن .. وحاول أن تبدأ بعملها ..
إذا كان الجواب (نعم) ، أخبرني : ما
الذي أنجزته حتى الآن من أهدافك ؟
وهل أنت راضٍ عن نفسك ؟

لا تجاملني ولا تجامل

نفسك ..

كن صريحاً من أجلك

أنت وحدك .. فقط !

**فقط ، ركز جيداً
على الهدف الذي
تربده ، واترك كل
شيء يعود بك
للخلف !**



كي تكون ناجحاً ، لا يكفي
فقط أن يكون لديك فكرة
أو طموح أو حلم ..

لا يكفي

يجب أن تكون رغبتك بالنجاح أكبر من
خوفك من الفشل ، ولو فشلت وتعلمت
من فشلت فأنت هكذا لم تفشل أبداً ..
لو قلت : "لن أجرب هذا الشيء كي لا
أفشل فيه" ؛ صدقني سيكون فشلك
أكبر لو لم تجربيه ، ولو رأيت غيرك
يقوم به وأنت تنظر إليه بحسرة وندم ،
لأنك لم تسبقه كما سبقك هو !

كن واثقاً دائماً أن الله خلقك كي تحقق
هدفاً ما .. وأنت في طريقك كي تحقق هذا
الهدف ..

نعم ، ربما تجد الحجارة طوال
الطريق ، **هل ستتوقف ؟** هل سترى الأمور
بسلبية ؟ بدلاً من أن ترتطم بها ، اجمعها
واصنع منها سلماً يوصلك للمكان الذي
تريده .. بدلاً من أن تكون عائقاً أمامك
يمنعك من الاستمرار ، استغلها ، واستعملها
فيما يفيدك !

النجاح ليس فقط في الدراسة

والعلامات العالية !

أن ترضي أمك وأبيك ؛ **نجاح** ..
أن تقف بجانب صديقك وأن تساعدك ؛
نجاح ..

أن تحاول قدر استطاعتك تطوير مهارتك

وبناء قدراتك ؛ **نجاح** ..

أن تساعد محتاجاً ؛ **نجاح** ..

أن تفكر بمستقبلك وتعمل من أجله بكل

طاقتك وتفكيرك ؛ **نجاح** ..

أن تبتسم بوجه شخص غريب ؛ **نجاح** ..

إياك أن تسمح لأحد أن يقلل من نجاحك !

اقتنع دائماً أنك **ناجح** ، وتقبل نفسك

بالمكان الذي تريد الوصول إليه .. شيئاً

فشيئاً ستصل إليه ، تدريجياً ؛ بالفعل طبعاً

وليس بالحلم .. بالتطبيق وليس بالتفكير ..

بالتنفيذ وليس بالتخطيط .. بالمغامرة

والجراحة وليس بالخوف والتردد !

اهزم نفسك قبل أن تهزمك نفسك

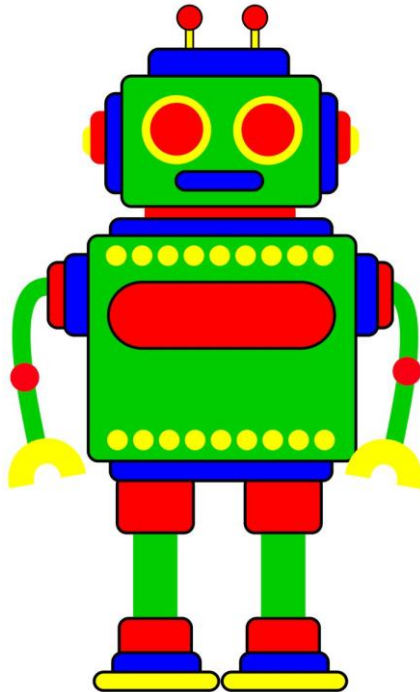
أنت ناجح

هل تعلم أننا في زمن مهارات وليسنا في زمن شهادات؟!

لا أقول إن علينا الاستغناء عن المدارس أو
الجامعات مثلاً، لكنني أقول إن **الاكتفاء**
بالتعليم المدرسي والجامعي فقط لا يكفي
نهائياً .. أنت هكذا مقولب التفكير ، نمطي
، تريد أن تكون الشخص العادي الذي
تكلمت عنه سابقاً ، والذي يرغب أن يستقر
في منطقة الراحة المعتادة للأبد !
إذا كان معك شهادات كثيرة في التسويق
الإلكتروني ولكنك لا تعرف كيفية إدارة
صفحة فيسبوك فأنت لا تلزمني بشيء ..
وإن كان معك كل شهادات الكوكب بالتصميم

الجرافيكى ولكن موهبتك = صفر ، ولا
يوجد عندك ذوق أو فن أو حسن اختيار
للألوان والأشكال ؛ فأنت مجرد روبوت يا
صديقي ..

هل تريد أن تكون
(حافظاً من فاهم)؟



أعنيق أن الموضوع واضح



عليك أن تطور مهاراتك وقدراتك

وإمكانياتك طوال الوقت ..

نعم ، طوال الوقت ..

أيوة ، طوال الوقت ..

قسماً بالله العظيم طوال الوقت !

من الأمور المهمة جداً ، بدراستك أو عملك ،
أو بدخولك المجال الذي تحبه ، أو الذي
تجد نفسك فيه ، أن تسعى بشكل مستمر
بتعلم كل جديد يدور حوله ..

يقولون عن الطب إنه مجال سيء وثقيل دم
للاغاية ! بسبب **اضطرار** الطبيب للدراسة
طوال عمره ، كي يعرف جديد الأمراض
والعلاجات والأدوية والمؤتمرات ..

هكذا مجالات السوشال ميديا والتسويق
الإلكتروني والعمل الحر من المنزل **أيضاً** ،
ربما هذا الشهر ترى شيئاً يجلب المال

بطريقة أكثر من عظيمة ، لكن فجأة بقرار
من (جوجل) أو (فيسبوك) أو (كليك
بانك) أو (ادسنس) يتغير كل شيء ، وما
كان يجلب المال الوفير أصبح يجلب الحسرة
فقط .. هذا متوقع وحصل مع الكثيرين !

إذا أردت أن تفعل شيئاً،
ستجد أسباباً ..

وإذا أردت أن لا تفعل
شيئاً؛ ستجد أعذاراً ..

أنت

قَرّر!

هل تعلم أنك المسؤول الأول عن ظروفك ومستقبلك؟

لا يختلف اثنان أن هناك عدة عوامل
خارجية تؤثر على سهولة أو صعوبة تحقيق
أحلامك : اقتصاد البلد ، التشريعات
القانونية ، الأعراف الإجتماعية، وغير
ذلك ..

لكنها تؤثر على فرصك بنسبة **٢٠٪** فقط ،
بينما تبقى **٨٠٪** أنت المسؤول عنه
شخصياً .. **أنت العامل الأقوى في المعادلة !**
ردود فعلك تجاه الـ **٢٠٪** هي العامل
الحاسم .. إن لم تكن على مستوى جيد من
الكفاءة والجاهزية والحضور ؛ فمن المتوقع

أنك ستواجه صعوبات في المستقبل .. إذن ما

هي مهاراتك وكفاءاتك وخبراتك التي
تفخر بها ، والتي ستؤهلك لبلوغ أحلامك
وتحقيق أهدافك وطموحاتك ؟!

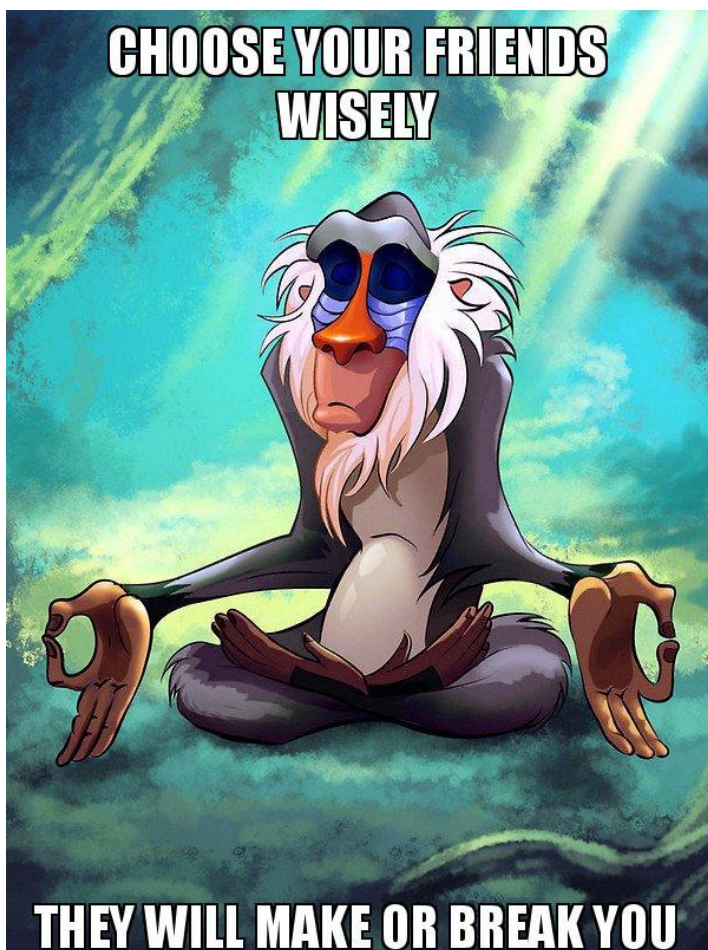
**لا تضع طاقتك في التفكير طويلاً فيما لا
يمكنك التأثير عليه ، فأنت طبعاً لا تتحكم
بإقتصاد البلد !**

ركز على ما **يمكنك** فعله وما **يمكنك** أن تؤثر
عليه ، **يمكنك** الآن ودائماً أن تتحكم في
تطوير نفسك ورفع كفاءتك وتنمية
مهاراتك ..

بكل بساطة

هذا هو ما سوف يعظّم فرصتك في جعل
طموحاتك واقعاً مدركاً ، وشيئاً ملموساً ..

بين يديك الكثير مما يمكنك فعله من أجل
تحسين فرصك في هذه الحياة ، ومن أجل أن
تخلق بنفسك ظروفك ومستقبلك !



هل تعرف أنك امرأة للذين حولك؟!

شئت أم أبيت ، أنت تتأثر لا شعورياً بالذين
تراهم دائماً ، بالذين تحب الجلوس معهم ،
بالذين ترتاح وأنت بقربهم ..
"الصاحب صاحب" حرفياً ، سيقومون بالتأثير
عليك ، سلباً وإيجاباً ..

قم باختيار رفاقك بعناية شديدة ، **ابتعد**
عن مصاصي الطاقة ، وعن السلبيين ، وعن
الحزينين بشكل مستمر، وعن الذين
يغرسون اليأس والإحباط والفضل برأسك
طوال الوقت .. ابتعد عن الذين لا يهتمهم
تطوير أنفسهم نهائياً ، والذين يريدون أن
يظلوا في دائرة (المعتاد) و (الروتين) و

(**التقليدي**) للأبد لأن هذه التفاصيل
مريحة ، سهلة ، وبسيطة ؛ **أكثر** !
حاول أن تختار أشخاصاً أرقى ، أعلى فكراً ،
أسمى نظراً .. أشخاص ينهضون بك
وتنهض بهم ، أشخاص ينبذون التفاهة ولا
يضيعون وقتهم بالأشياء السخيفة بشكل
مستمر .. **طوال الوقت** !
أخرج مع أصدقائك وشاهدوا فيلماً
بالسينما .. لعبوا مباراة كرة قدم ..
تحدثوا مع بعضكم حول المسلسل الفلاني
وأبطاله .. ناقشوا آخر صرعات السيارات
والهواتف المحمولة ..

ولكن ؛ هل سنكون هذه
محاوَر أحاديّكم دائماً ؟ بلا
أي فائدة وقيمة حقيقية ؟

لا أطلب منك أن تجلس نفسك في قمع
الفائدة الأبدية من غير أن تستمتع وتتسلّى
طبعاً! هذا جنون .. هذه حماقة حقيقية!

أنا أشاهد الكثير من المسلسلات والأفلام ،
وأحب المشاوير جداً ، والمولات ، والسينما ،
والجلسات مع الأصدقاء ، والضحك ،
وسنابشات ، ولكن لن يكون هذا نمط حياتي
الذي أفعله كل يوم !

والأهم

لن أجعل هذه الأشياء تسيطر على
وقتي وعلاقاتي وتفكيري بالكامل

أكسسيد لاً !

انثبه جيداً على مرآتك !



فبشكل أو بآخر ، ستؤثر المראה المحيطة

بك عليك ، وتدفعك إما للنجاح أو

الفشل ..

إما للتقدم أو التقهقر ..

إما للنهوض أو النوم !

النجارب السيئة في الحياة

شيء طبيعي

اسمها حياة : فيها مشاكل ، وفيها هموم ،

وفيها الكثير من المعوقات والسلبيات

والأخطاء والإحباطات ..

اسمها حياة : من الطبيعي أن تجد فيها

أشخاصاً يحاولون قتل روحك ، وسلبك

شعورك بالتطور والتقدم والنجاح ..

حاول أن تراهم كدروس لك ، تتعلم منها

ألا تكون مع هؤلاء الناس مرة أخرى ، ألا

تتعرف على من يشبههم ، وألا تقلق كثيراً

بشأن تلك التفاصيل التي تحاول تعكير

مزاجك ، وتدمير صباحك ومساءلك ..

من باب النصيحة ، حاول أن تبتعد عن كل

أسباب الإحباط والاكتئاب والحزن

والتعب .. ابتعد عن أغاني الدمار النفسية ،
والأفلام الكئيبة ، والجلسات المملة ،
وصفحات الفيسبوك التي تعج بالأخبار
السيئة ، والنشرات المرهقة .. ابتعد عن
الذين يغرسون اليأس فيك ، **اهرب منهم** ،
تجاهلهم كلياً ولا تجعل أحدهم يقترب منك
خطوة واحدة !

لا تسمح لهذه الأشياء

أن تهدم علاقتك مع نفسك ، وأن تسيطر
على حياتك ، أو أن تميت شيئاً جميلاً أو
مشرقاً بداخلك !

حاول أن ترى الأشياء الجميلة فقط ..
حاول الاقتراب من الأشياء الجميلة فقط ..
حاول أن تملأ حياتك وأركان نفسك وكل
نواحي تفكيرك ، بالأشياء الجميلة فقط !

سر النجاح

عدم الاستماع
للمحيطين

أتكلم في **سناشات** يومياً عن عدة أمور ، إما
لها علاقة بتحديثات السوشال ميديا ، أو
بأمور محفزة وتمنح المتابعين طاقة إيجابية ،
وهكذا .. **لكن** ما يفاجئني أحياناً هو كثرة
الرسائل التي تستفسر عن نقطة ما بينما
الاستفسار عنها في **جوجل** سيحل المشكلة
خلال ثوانٍ!

- أستاذ حسن ، ممكن رابط موقع أراجيك ؟
- أستاذ حسن ، ما هو موقع كليك بانك ؟
- أستاذ حسن ، ماذا تعني كلمة أدسنس ؟

أرجوك

إذا سمعت بكلمة ما ، مصطلح ، اسم ، ولم
تعرفه ، ما الذي يمنعك من البحث في
Google ؟!

**أرجوك ؛ حاول أن تجعل علاقتك
بجوجل أقوى من علاقتك مع أقرب
أصدقائك !**

جوجل ، ويوتيوب ، لن أستطيع الكلام
بشكل كافٍ عن كمية الكنوز ، والكورسات ،
والمعلومات ، والفوائد الهائلة ، المدهشة ،
المذهلة ، الموجودة في كلّ منهما ..

**كمّ المعلومات الرهيب في هذين الموقعين
العظيمين ، يُغني عن الدراسة في ١٠٠٠
جامعة تقريباً !**

**الآن أجدني مضطراً لهذه
النصيحة بكل أسف طبعاً ؛**

المعلومة التي تجدها باللغة العربية ، ستجد
١٠٠ بديل لها باللغة الإنجليزية ..

المحتوى العربي لا يتجاوز ٣٪ فقط من
المحتوى الموجود في شبكة الإنترنت !
لذا فإن احتمالية أن تجد ما تريد باللغة
الانجليزية ، أكبر بكثير جداً من حصر
نفسك بالمواقع والفيديوهات والمنتديات
العربية فقط !

Google

ثم

Google

ثم

Google

قرأت السطور التالية مرة، وأعجبني جداً

" أول ١٠٠ مشاركة لك في مدونتك ستكون

مقرفة

أول ٥ كتب ستشرها ستكون مقرفة

أول ٣٠ محاضرة تلقيها أمام جمهور

أول ٥٠ لوحة فنية ترسمها

أول ١٠٠ أغنية تكتبها أو تلحنها

أول ٤٠ فيديو على قناتك في اليوتيوب

ستكون كذلك أيضاً

تلك الأرقام لا تهمل حقيقة، ما يهم

حقاً إنك ستشعر بالقرص من كل

شيء في البداية !

مثلاً شعرت أنا بالقرف في البداية
مثل كل شخص آخر شعر بذلك في البداية
كل شيء يحتاج إلى وقت، **إصرار وصبر** ..
كثير منهم يعتقد أن النجاح يكون بين عشية
وضحاها، ويتوقفون عن المحاولة عندما لا
يحصل ذلك !
ومنهم من يحصل على ما يريد على الفور ،
وعندما لا يستطيع ذلك يطلب شيئاً آخر ،
أقل منه شأنًا ..

معظمهم

يسئسلسلون ؛ وكل

شيء بعد ذلك يصبح

مقرفاً " !

هل تعلم أن الاسنهرارية هي العمود الفقري لنجاح مشروعك ، وتحقيق فكرتك ؟!

سواء بدأت بقناة يوتيوب ، أو مدونة
ووردبريس ، أو سلسلة مقالات عن منتجات
في كليك بانك ، أو تعلم كورس لبرمجة
تطبيقات الأندرويد ، أو دورة شخصية مع
أحد مبدعي عالم ال CPA ؛ لا تتوقف
بعد شهر أو شهرين أو ثلاثة شهور لأنك لم
تجد الصدى المرغوب والمطلوب مما تفعله !

ما توقضش

خذلك سنيكرز ولا توقف ! من أجلك أنت ،

من أجل مصاحتك ، من أجل أفكارك
وطموحاتك .. امش بطريقك ، كمل ،

تابع ، ولا تجعل رأسك يدور إلا في فلك
فكرة واحدة : **أن الاستمرارية من أهم**

أسباب نجاح أي مشروع ..

نعم ، أهم من الفريق الذي معك ..

نعم ، أهم من كمية الأموال التي ادخرتها

للتسويق والنشر والترويج ..

نعم ، أهم من أي موارد وإمكانيات معك ..

نعم ، أهم من أي مخططات تعبت كثيراً

وأنت ترسمها ، ثم انشغلت عنها وتجاهلتها

لأي سبب كان من الأسباب ..

مشكلتنا الكبيرة ، أننا مستعدون

دوماً للشعور بالإحباط !

**پعني جاهزين ! وڀنڪ پا
إحباط ؟ وڀنڪ مشان
الله تعالٰ مشناقلڪ
صارلي پومين ما
حضرتڪ !**

استمروا بالقيام بالشيء الذي يُفترض
بكم فعله ، ولذا فإن واحداً من أهم
أسباب استمراريتك أن تسأل نفسك
قبل البدء بالشيء :

لماذا سأفعله ؟

لماذا أريد أن أفعل هذا ؟

ذُكر نفسك دوماً بهذه الأسباب ، كلما
شعرت بياس أو إحباط أو تخاذل !



حاول أن تتذكر (الخليل كوميدي) .. نعم ،
البنّي آدم العجيب ، غريب الأطوار ، الشهير
للأسف ، والذي تنطبق عبارة (توقفوا عن
جعل الأغبياء مشاهير) عليه جداً !
أحترم بهذا الشخص شيء واحد فقط ، وهو
أنه لا يهتم بأي رأي سلبي .. لا يهتم

بشيء ، **ومستمر** بعمل فيديوهات واحدأ تلو
الآخر ، بلا توقف ، بدون كلل أو ملل ..
النصوص سيئة والصوت سيء والتصوير
سيء والأفكار سيئة وهو كله من أوله لآخره
فارغ تماماً ويخلو من الإبداع ومن أي شيء
قريب أو شبيه بالإبداع ..

لكنه مستمر

رغم كل شيء ، استمراريته مذهشة ويجب
أن نتأملها جيداً ، قدرته على الاستمرار
مذهلة ، **ويجب أن نتعلمها كلنا** !



هل تعلم أن 70% من
الناس للأسف، يتخذون
قراراتهم في الحياة بناءً
على عبارة "ماذا
سيقول عنا الناس"؟



مع كل يوم يمرّ ، وكل
لحظة تمضي ؛ حاول أن
تركز على حياتك
وأهدافك ومستقبلك ،
وبنفس الوقت تعلم
من ماضيك ، دون أن
تعيشه الآن في حاضرك

حاول ألا تفكر بالأشياء التي توقفك عن
الاستمرار والتقدم والتطور ..

حاول أن تتجاهل قائمة الإحباط السوداء ،
التي تمنعك من فعل الأمور الإيجابية لك
أنت ..

حاول أن تتناسى كل ما يشغلك ، ويضيعك ،
ويتعب روحك ، ويرهق قلبك ..

أنت فوق كل شيء !

من المهم جداً ألا تفكر **بالناس** ،
وآراء **الناس** ، وتفكير **الناس** ، وهل
سيتقبل **الناس** هذا الشيء الذي
سأفعله أم لا؟ هل سيجبونه أم لا؟
هل ستركبوني وشأني أم لا؟

”صدقني ؛ لا أحد بهنهم ..

هم فقط فضوليون !

حصلت على عمل جديد؟ لا أحد يهتم
اجتزت امتحانك؟ حسناً .. لا أحد يهتم

تزوجت؟ **لا أحد يهتم أيضاً !**

كلّ ما في الأمر أن الناس دائماً ما يكونوا

فضوليين .. هذا لا يعني بالضرورة أنه أمر

سيء ؛ هم فقط يودّون أن يعلموا كيف

تجري حياتك ، لكن هل سيقومون

بمساعدتك عندما تكون في أقصى ظروفك ؟

لا .. هل سيقومون بمساعدتك عندما تكون

في أمس الحاجة للمساعدة ؟ **لا !**

لذا ليس هناك فائدة من إخبار

الناس كل شيء لأن ذلك لا

يهمهم .. يجب عليك أن تعتمد

على نفسك وتتعلم بالطرق

الصعبة" !

لو كنت تجلس في مكان لم تستطع أن تحبه ،
مع أشخاص مملين ، **غادرهم** ..
لو كان صاحب الرقم الذي يتصل عليك الآن
مزعجاً وسئوتك ، **لا ترد عليه** ..
لو كان المشوار القادم ، أو الرحلة التالية ،
أو الاجتماع القريب ؛ سيضايقك ويؤثر
على إنتاجيتك ؛ **لا تذهب** ..
لو شعرت أنك قللت من قيمة نفسك من أجل
شخص لا يستحق ؛ **انس أمره وتجاهله**
بشكل تام ..

لا يوجد شيء
اسمه (لازم) !!

لا تقلق كثيراً بشأن شخص لا يراك ..
لا تهتم بإنسان يعتمد أن يتناساك ..

فَسِّرَتْ عَيْنَهُ !

ما قيمتك أنت ؟

أين احترامك لذاتك ؟

أين اعتزازك بنفسك في هذه اللحظة ؟

حتى متى ستعذر الأشخاص الذين لا

يعترفون بأعذارك أو حججك ؟ من يعذرك

اعذره ، ومن يتجاهل تبريراتك اتركه

لأمراضه النفسية !

يجب أن تفهم أن أهم قيمة في حياتك :

أَنْتِ

ركز أكثر على **حالك** !

على تنمية نفسك ..

على تطوير مهاراتك ..

- على تكبير قدراتك ..
- على التخصص بمجالك ..
- على مساعدة الناس ..
- على الابتسام بوجوه الآخرين ..
- على العمل الحقيقي من أجل مستقبلك ..

هذا هو المهم ..

هذا هو الـ (لازم) فعلاً !!

أبدأ ليست تلك الواجبات الاجتماعية التي تكون مضطراً أن تشارك بها رغم أنك ، أو تلك الجلسات التي تحضرها وهي بعيدة عن آرائك ومزاجك وتفكيرك وحالتك ، أو تلك اللقاءات مع الأشخاص الذي لا تطيق رؤيتهم لأنهم مجبّطون ، مقلقون ، مشيرون للتوتر والإزعاج ، الأشخاص الذين تمر عليهم السنوات وهم كما هم ، نفس التفكير

والمستوى والأحلام ، دون أن تغيير ، **بدون**
طموح وتطور، **بدون** أي علامات إيجابية في
الحياة ، **بدون** أي تحفيز ، بل حزن وهم
وتعب ويأس وإحباط ، فقط ..
طوال الوقت ..

طوال الوقت !

قبل سنين ؛ قطعت علاقتي مع واحد
من أصدقائي القريبين ، لأنه من هذا
النوع ! كلما أردت أن أرتفع ؛ كلما
حاول أن يهبط بي للأسفل ! كلما
نظرت إليه بعد سنوات من الصداقة ،
كلما وجدت أننا -ونحن متزوجان
الآن- ما زال بنفس العقلية الطفولية
المراهقة البلهاء ، التي كان يفكر بها
ونحن في الثانوية العامة !

هنا من الضروري أن أنوه ، أن هناك بعض

الناس الذين نلقاهم في الحياة ، والذين

نضطر أن نتعامل معهم بشكل مستمر ..

هؤلاء أحياناً يؤثرون علينا سلباً بطريقة

سيئة للغاية ، يمتصون طاقتنا ، ويسحبوننا

للفشل ، بعيداً عن التشجيع والدعم وعن

أي شيء جميل ..

أشخاص نحن ملتصقون بهم ومعهم ، ونخجل

من أن نقول لهم :

انقلعوا برة

حياتنا للأبد !

سأخبركم عن بعض هؤلاء الأشخاص ،

الذين لا أعتبرهم أكثر من أعشاب ضارة

وسامة ، عليك أن تبدأ بالتخلص منها فوراً ،

بأسرع وقت ممكن :

★ **الذين يضيعون وقتك ..** فقط يريدون

اللعب والتسلية والذهاب إلى المقاهي

والكافيهات .. فقط يريدون **تمضية الوقت** ،

ويرفضون أي اقتراحات لاستغلال الوقت

فيما ينفع أو يفيد ..

★ **الذين ينتقدون الأفعال التي تقوم بها**

دائماً بدون موضوعية .. يعني (ينقضون)

ولا (ينتقدون) ، ولا يرون الأمور الجميلة

أبداً ، فقط يرون الأمور السلبية ، يتكلمون

عن الأمور السلبية ، يشيرون إلى الأمور

السلبية ، كل حياتهم سلبية في سلبية !

★ **ملوك الدراما** ، الذين يعشقون لعب دور

الضحية طوال الوقت ، كل الناس أوغاد

بنظرهم ، وكل الشباب خائنون بنظرها -إن

كانت —فتاة- ، وحساسيتهم تثير القرف ،
كما أنهم سيكونون المجني عليهم دائماً حتى
لو كانوا مخطئين !

★ المتشائمون ، يكرهون التفاؤل

ويرون أن التنمية البشرية والتحفيز
والطاقة الإيجابية أمور في غاية الحماسة ..

يرون السلبية في كل شيء ولا يضحكون ولا

يسعدون ، سلبيون بطريقة معدية ويرون

لون الشمس أسود في وسط النهار !

★ الذين يفقدون أعصابهم سريعاً ، مما

يمنحهم مناعة ضد غضب الآخرين ، وأنت

من هؤلاء (الآخرين) طبعاً ، عليك أن

تتحمل الصراخ والشتائم والانفعالات

الشنيعة ، أنت سلة نفايات ولأجل

الصحبة عليك أن تستقبل كل ما يقذفه

صديقك في أعماقك !

★ الحساسون الذين ينتظرون منك

أي خطأ كي يعاتبونك عليه ، ولكن

الويل كل الويل لك فيما لو كنت أنت من

تريد العتاب ! هنا الأمر سيصبح كارثياً جداً

للأسف .. أنت عادي لو تمت معاتبتك فأنت

أخطأت ، لكن ممنوع أن تغضب منهم لأنهم

لم يخطؤوا بل أنت الذي فهمتهم بطريقة

ظالمة !

★ الذين يستغلونك ولا يتصلون بك إلا

وقت احتياجهم إليك .. (المصلحجيون)

الذين يغيبون عنك بالأسابيع والأشهر ،

وفجأة يتصلون بك كي يطلبوا منك شيئاً أو

كي يستفسروا عن أمر ما !

★ النرجسيون المقيتون البغيضون الذين لا

أطيعهم ، والذين يرون أنهم محور الكون ،

كل شيء يجب أن يكون متعلقاً بهم ويدور

حولهم ، لا يهتمون بشيء قدر اهتمامهم
بأنفسهم ، ويريدون من كل الذين حولهم
أن يمنحونهم ذات الاهتمام وأكثر !

★ الذين يغارون من كل ما

تفعله ، ومهما قلت أشياء سيقولون مثلاً ،
ويريدون تقليدك بكل ما تفعله .. لو بقي
الأمر على هذه الحالة لكان الأمر عادياً ،
لكن عندما يتحول إلى حسد ، وحقْد ،
وغيره شديدة مع كلام من وراء ظهرك ،
فهذا حتماً شخص يجب أن تستغني عنه وأن
تركله وسط أنفه لو استطعت أيضاً !

★ **الذين يكذبون بشكل مستمر** ، ويزيفون
الحقائق ولا يقولون لك الأشياء والأحداث
كما صارت ، بل يقومون بتكبيرها وتضخيمها
بشكل غريب ، مما يجعلك تكره كل ما
تسمعه منه كلما تكلم !

★ الذين يخبطونك بشكل مستمر ، والذين

يقولون لك إنك لن تنجح ، ولن تستمر

بمشاريعك وأفكارك ، والذين يرفضون

حتى أن يقولوا أي كلام إيجابي لك أو

عك .. كل ما يجيدونه هو

الإحباط ، وإثارة اليأس ،

وزراعة الفشل ؛

★ الذين لا تخرج اهتماماتهم ومحتوى

كلامهم عن الهواتف المحمولة والسيارات

و(التفحيط) والبنات وغير ذلك .. مهما

حاولت أن تفتح معهم مواضيع دون فائدة ،

مراهقون ، غير ناضجين ، وحمقى ؛

★ الذين يثرثرون عن الآخرين بشكل

مقزز ، ويتكلمون عن أسرار الناس والبيوت

والفضائح ؛



أن تكون سعيداً وناجحاً
وحدك ، أفضل ألف مرة
من أن تكون تعيساً
وغيباً مع أشخاص
تعساء وأغبياء !

سألتني بعد تردد : "معك بكل ما تقوله لكن

السبب الأول للإحباط هم أهلي" !

صراحة ؛ لولا الرسائل التي تاتيني ، ما

صدقت هذه الأعداد الكبيرة من الناس ،

الذين يعانون من أهلهم بصورة شبه

يومية.. شيء لا يُصدق !

"أنت فاشل - لن تنجح - ابن خالتك أحسن

منك - لا تفعل هذا الشيء فهو لا يليق

بعائلتنا - ابنة عمك أفضل منك بألف مرة

- إياك أن تدرس شيئاً باستثناء الطب -

يجب أن تكون نسخة عن والدك بكل شيء

- لن أستقبلك في منزلي إن كان معدلك أقل

من ٩٥ ٪ - لن تجد عملاً عندما تتخرج -

ماذا سيقول عنا الناس - لا أتوقع منك أي

شيء جيد - ستدرسين وتتعبين وبعد ذلك لا

شيء سوى المطبخ والأولاد" **إلخ ..**

بعيداً طبعاً عن الذين يرفضون أن تدرس
الفتاة، أو أن تعمل، أو أن يكون عندها
حساب في فيسبوك أو سنابشات أو
إنستجرام.. **كمية إحباط مذهلة**، يتعرض
لها الكثيرون يومياً ، ليس من الغرباء أو
البعيدين ؛ بل من الأهل وأقرب الناس !
في هذه الحالة ما الذي عليك أن تفعله ؟!

تجاهل كل شيء أرجوك !

حاول قدر الاستطاعة أن تكون أصماً .. لا
تسمع كلامهم ولا إحباطاتهم ولا محاولاتهم
لإشعارك بالفشل ، الشيء المفترض حصوله
من الأهل هو التشجيع والنقد الإيجابي ،
لكن ما يحدث هو العكس للأسف ، من قبل

الكثيرين من الآباء والأمهات .. فقط

إحباط ويأس وطفس !

قمة الطفسيشن التي لا يتخيلها المرء من

الآخرين ؛ يراها من أهله !

جزء غريب من هذا **الطفسيشن** عندما

يحاولون إجبارك أن تكون موجوداً في مناسبة

اجتماعية ، أو لقاء أسري أو عائلي .. هل

ستحب حضور هذا اللقاء ؟ اذهب إذا ..

لكن إذا شعرت أن هذا اللقاء لن يضيف لك

شيئاً ، ولن تكون سعيداً فيه ، ولن تتحمل

رؤية بعض الناس المزعجين الحقودين

المشتغلين بالغيرة والمشاعر السلبية هناك ؛

لا تذهب .. حاول قدر استطاعتك ألا

تذهب ! لا تفعل شيئاً لا تحبه ، ولا تتجامل

أهلك على حساب نفسك ، حتى لو أدى هذا

إلى مشكلة كبيرة !

لا أحرص أن تكون ضد أهلك طبعاً

ولكن

حاول أن تتعايش معهم قدر استطاعتك ،
وأن توصل لهم أفكارك وآراءك بشكل
مستمر .. استجب لكلامهم واسمع طلباتهم
ولبّ ما يقولون ؛ **ولكن** ؛ ليس عندما يكون
للأمر علاقة مباشرة وثيقة جداً برغباتك
وشخصيتك **أنت** .. لا تفعل هذا عندما
يكون الشيء الـ (**لازم**) من وجهة نظرهم
ليس مهماً ولا ضرورياً ولا حقيقياً فعلاً ،
وإنما ضرورة اجتماعية و (**عيب يا ماما**
لازم نعمل هيك) أو (**عيب يا بابا لازم**
نروح عند الجماعة) أو (**إنت الكبير ولازم**
رجلنا ع رجلك) أو غير ذلك من العبارات

التي أنت حري في تقبلها أو رفضها .. ادخل
غرفتك وابق فيها طوال الوقت ، أو غادر
البيت ولا تعد قبل الساعة العاشرة مساءً ،
مع محاولاتك المستمرة لإخبارهم أن هناك
—بالنسبة لك - ما هو أهم من الزيارات
الأسرية غير الهامة ..

و

لكل من يُعاني وتُعاني من أن أهلها يرفضون
أن تتعلم أو أن تدرس أو أن تعمل ؛ دوماً ما
أقول عبارة لا أمل من تكرارها :

الله بخليتنا أونلاين

تعلموا أونلاين ، واقرؤوا أونلاين ،
وشاهدوا محاضرات أونلاين ، واحضروا
دورات وكورسات أونلاين ، واشتغلوا
أونلاين .. ثمّة كنوز هائلة وفرص رهيبّة في

الإنترنت ، أنت قرر ما الذي تريد تفعله

بنفسك ، وبها ، وبوقتك ، وبقدراتك !

أنت قرر شكل السنوات القادمة لك ..

أنت قرر كيف ستكون حياتك ..

أنت قرر !

أنت صاحب القرار فيما يخص حياتك ،

وليس أهلك !



استثمارك بنفسك ؛

هو الاستثمار

الأفضل على

الإطلاق ..

الاستثمار الوحيد

الذي من

المستحيل أن

يخسر !

قدر استطاعتك ، حاول أن تكون متميزاً ،

بكل ما تفعله .. حاول أن تكون صاحب

بصمة مختلفة .. أن تكون الرجل الذي

يعرف الآخرين أنه (غير) فعلاً !

هل سألت نفسك يوماً :

أنا شخص مبدع ، أم شخص

عادي ؟

آلاف الناس درسوا مثلك ، وقاموا بعمل

نفس الأعمال التي تقوم بها .. ما الشيء

المميز عندك؟ ما الشيء الذي يجعلك

مختلفاً عن غيرك من كل أولئك الناس ؟

لا أتكلم عن البيوت الفخمة ، أو السيارات

الحديثة الرياضية ، أو الرصيد الهائل في

البنك .. أتكلم عن أن تكون مختلفاً فكرياً ،

أن تكون مبدعاً بحياتك وعملك ومهاراتك

وطريقة تنفيذك للأمور ..

ما الذي يجعلك مميزاً وسط كل هؤلاء الذين تجاوزوا الـ 7 مليارات شخص ؟!

ثمة أشخاص ، أعطاهم الله موهبة معينة ،
ومن ثم قاموا باستغلالها منذ الصغر كي
يستفيدوا منها ، مثل الرسم وغير ذلك ..
لكن التفكير الإبداعي ، وأن تكون مختلفاً
ومميزاً ، هذا شيء مكتسب ! نعم ..
يمكن أن تتمرن وتتدرب وتقرأ وتطور من
نفسك كي تصل لأفكار جديدة ، تحل بها
المشاكل وتتجاوز بها الصعوبات التي
تواجهك ، بطريقة جديدة ومختلفة ، وربما
خارجة عن المألوف أيضاً !
يجب أن تستغل الظروف التي حولك ،
والمعلومات والأحداث التي نمر بها كلنا ، كي

تصل لشيء لم يصله غيرك ، أو وصل
غيرك لجزء منه ..

يجب أن تكون حولك مختلفة ، تحمل أفكاراً

إبداعية جديدة ، كي نقول إنها كذلك !

من أهم طرق التدريب على التفكير
الإبداعي ؛ أن تتعرف على ثقافات متنوعة ،
وتسمع آراء مختلفة ، وأن تكون واسع
الاطلاع حول كل ما يهمك ..

تعرضك للتنوع والاختلاف **سيفتح الأبواب**

المغلقة في مخك ، سيجعلك قادراً على رؤية

التحديات من زوايا لم تكن تدري
بوجودها ، مما يعني أنك ستتعرف على حلول
عدة لنفس المشكلة ، وتختار الحل الأنسب
لك ، والأكثر فائدة ..

افتح المجال لعقلك كي يسير ويركض

في طرق جديدة !

لا تجعله يقف مكانه ، أو أن يستمر بالمشي
في نفس الطريق ، دوماً ..

فكر ، واختلف ..

حتى لو كانت أفكارك مجنونة ..

حتى لو اضطررت للعمل بغير تخصصك

، أبدع ، وانطق ، ولا تتوقف ..

استمر ولا تتوقف !

أصحاب الأفكار

المجنونة هم

الذين يصنعون

العالم

كُتبت المخرجة (آلاء حمدان) في
فيسبوك ، البوست التالي ، حاولت
أن أنقل فكرته مختصرة لكم ، لكن
وجدت أنه من الأفضل نسخه لكم
كاملاً كما هو :

" قبل أن أدخل عالم صناعة الأفلام ، قررت
في سبيل ذلك التوقف عن الكثير من
الفعاليات والأنشطة والتركيز تماماً على
هذه الحرفة ، أقدم لها الوقت والجهد ، حتى
لا أتشتت ..

قرأت حينها للدكتور طارق سويدان إنه
أحياناً قد يصعب إتقان الكثير من الهوايات
والموازنة بينها في ذات الآن ، ولكن مع مرور
السنوات واختلاف المهن ، أصبح لي قراءة
جديدة في هذا الموضوع !

اتساع الإنترنت والدروس ، والقدرة على
الاحتراف في مجالات مختلفة بسبب توقّر
كتبها أو دروس تعليمية عنها أو القدرة على
الوصول لمختصّ وسؤاله تفاصيلها جعل من
إتقان أمر جديد أمراً ليس بالضرورة صعباً
"لن لديه الإرادة والقدرة على تنظيم

الوقت" ..

قرأت في مجلة فوربس مقالة ملخصها إننا
الآن في عالم يبحث عن أشخاص يتقنون
أكثر من حرفة في ذات الآن ، وكلّما أتقنت
أموراً أكثر، كلّما كانت الرغبة في التعامل

معك أقوى وخياراتك أوسع ..

لنفكر في الموضوع:

أنت مصوّر فوتوغرافي محترف، ولنقل أنّ
هناك في بلدك ١٠٠ شخص مثلك .. والآن
لنقل أنّك مصوّر محترف + تعالج صورك

على فوتوشوب باحتراف وبالتالي أصبح
هناك ٧٠ منافساً لك . ولنقل أنك أيضاً
تتقن التدريب على التصوير الفوتوغرافي،
المنافسة هنا قد تصبح مع ٢٠ غيرك ..
فقط!

أرأيت الفرق؟

كنت واحداً من ١٠٠ والآن أصبحت واحداً
من ٢٠ شخصاً ! أصبح سهلاً الوصول إليك
واختيارك ، ولو كنت أنتَ مدير شركة
وتريد توظيف شخص، فمن تختار؟
ستمشي في السير الذاتية إلى أن تبقي
أسماء الـ ٢٠ شخصاً بين يديك، تختار من
بينهم الأفضل فالأفضل ... وهكذا !
يقول الكاتب الكوميدي سكوت آدمز إنه
ليس بالضرورة أكثر كوميدي ناجح، ولكن
شخصيته وعلومه والمعلومات التي يعرفها

وقدرته على النقاش ومهاراته على مواقع
التواصل الاجتماعي مميّزته عن غيره،

فتفوّق على من حوله رغم أنّ

"نكاتهم" أفضل ..

وبالتالي، دمج هواياتك وحبّك وشغفك

وجعلها تصب في قلب واحد لا يُشّتت

بالضرورة، بل يجعلك متقناً لجميع جوانب

مهنتك قدر الإمكان .

الملخص

إن كان لديك حلم وشغف واحد، فاسع خلفه

وطوّره وابن عليه ونافس به بقوة ..

كذلك إن كان لديك أكثر من شغف، لا

تطردهم، بل فكّر كيف تصب نتائجهم في

كوب واحد ..

لا يوجد صواب أو خطأ هنا، يوجد أن
تعرف قدراتك .. لكن حين تدركها،
هل تعرف كيف توظفها؟



هناك مصطلح شهير وهو :

Kill your darlings

يعني (الإيد الي بتوجعك اقطعها)

باختصار !

لو كان القميص الذي تحبه سيؤخرك عن الذهاب إلى عملك لأنك تريد أن تكويه ،
ليس من الضروري أن تلبسه ..

لو كانت الوجبة التي تحبها ستتعب معدتك وتزيد أمراضك وتجعلك أسمن ؛ لا تأكلها !
لو الاتصال الهاتفي سيقوم بتأخيرك أو إزعاجك ، لا ترد عليها مهما كانت مهمة ..
في مرحلة ما من حياتك أو بلحظة معينة من

يومك ؛ يجب أن تتقن الاستغناء

عن الأشياء ، مهما كنت متعلقاً بها
وتحبها ، ومهما كنت تتخيل أنك لن تستطيع
ممارسة الحياة بدونها ..

لأنك ببساطة ستندھش حين ترى أنك تستطيع ممارسة الحياة بدونها !

نعم ، ربما تشعر بالضيق ، أو ببعض
الاختناق في روحك ، ومن المحتمل كذلك أن
تعاني بعض أعراض الانسحاب .. **لكن** بعد
مرور وقت ؛ ستعود إنساناً طبيعياً تماماً كما
كنت ، إنسان يعيش دون تلك الأشياء ؛
لذا حاول أن تتعلم كيف تستغني عن أحب
الأشياء لك ، فقط تلك التي تعرف أنها
تؤذيك .. وكلامي طبعاً لا يقتصر على
قميص أو وجبة طعام أو اتصال هاتفي ما ؛
لكن حياتنا ممتلئة بالقرارات المؤجلة التي
يجب أن نأخذها ، وقرارات مصيرية نهرب
منها ، فقط لأننا غير قادرين أن نقنع

أنفسنا بأننا نستطيع الاستغناء عنها ..

الخلاصة إنه ثمة أشخاص ، نوههم أنفسنا
ب حاجتنا إليهم ، ودائماً ما نقوم بإعطائهم
أعذاراً ، وفرصاً ..

لكن ؛ إلى متى ؟!

أحياناً ؛ من الضروري أن ترخي الحبل
قليلاً ، عن أشياء وأمور تعودت أن تتمسك
بها ، من أجل أن تكمل حياتك بشكل
طبيعي !



اخرج

منها

سنفعل ذلك إن

عرفت أولاً ما هي!

هناك حالة فكرية يُطلق عليها (**منطقة الراحة**) أو الـ **Comfort Zone** ،
وهي الحالة التي تشعر بها بالراحة المزيفة
والرضا عن الحال ، والتي تمنعك من تجربة
كل جديد ، فلا يحدث أي تغيير أو تطوّر في
حياتك ..

أن تبقى كما أنت ، **دون خطوة للأمام** !
هي بالضبط التطبيق العملي للعبارة التي لا
أحبها إطلاقاً : "**القناعة كنز لا**

يفنى" ، بالذات إن تم أخذها حرفياً ،
حيث يقنع المرء بما فيه ، وبجأله وواقعه ،
رافضاً أن يقوم بأي شيء آخر ..

الحياة تبدأ فعلياً عند
نهاية منطقة راحتك !

المشكلة أنّ الخروج من منطقة الراحة ليس شيئاً سهلاً دائماً

في إحدى حلقات **TED Talks** واسمها
"كيف تزيد ثقتك بنفسك" ، كان المتحدث
فيها يتكلم عن خوفه من التعامل مع الناس
الذين لا يعرفهم ، وأنه دائماً ما يرى
صعوبة في البدء بالكلام مع الغرباء ، وأنه
سمع عن بعض التحديات التي تساعد
الشخص على الخروج من منطقة الراحة
الخاصة به .. أحد هذه التحديات كان أن
يذهب إلى مكان مزدحم بالناس ، ويستلقي
على الأرض لمدة ثلاثين ثانية !
كل يوم كان يؤجل القيام بهذا التحدي ،
وكان يجد أعذاراً كي لا يفعله .. لكن بيوم
من الأيام ، أثناء جلوسه في محطة القطار

بعد عودته من الجامعة **قرر أن يفعلها ..**
لكن بنفس الوقت برزت أمام عينيه **الأعذار**
المعتادة ، بأن عنده واجبات ، وأنه يريد
العودة للبيت ، وهناك أشخاص ينتظرونه ..
لكن هنا نظر وتأمل حاله قليلاً :
هذه الأمور تحدث دائماً !

هذه الأشياء موجودة كل يوم وكل وقت !
دوماً يوجد لدينا أعذار نقنع بها أنفسنا كي
نظل في منطقة الراحة اللينة تلك .. دوماً
لدينا حجج تمنعنا من القيام بالأشياء التي
نريدها ، ونسعى خلفها ..

لذا قرر ذلك اليوم أن يقوم بعمل
التحدي ، مباشرة دون تردد وإبطاء
لأنه إذا انتظر أن لا يكون هناك
أي أعذار ، لن يقوم بعمله نهائياً !

الجميل أنه **بعد قيامه بالأمر** ، وبعد
استلقائه على الأرض وسط الناس لمدة
ثلاثين ثانية ، **اكتشف كم كان الأمر**
سهلاً ، **أكثر بكثير مما كان يتوقع !**
نظر إليه البعض باستغراب .. و .. **فقط !**
هذا كل شيء !
لم يعره الباقون أي اهتمام ..

كأن شيئاً لم يكن !

مع الوقت صار الرجل يقوم بعمل **تحديات**
أكثر وأكثر ، وأنشأ **مجتمعاً مصغراً** على
الإنترنت يضمّ فيه الناس الذين يرغبون
بعمل هذه التحديات معه واسمه

Comfort Zone
Crushers

ما رأيك أن تغادر منطقة
الراحة الخاصة بك، مرة
كل يومين ، أو ثلاثة
أيام، أو على الأقل كل
أسبوع ؟

- ★ اشرب عصيراً لا تعرف شيئاً عن مكوناته ،
من محل تزوره لأول مرة ..
- ★ زرقالة في أحد المناطق الفقيرة ، وقم
بسداد بعض الديون المتراكمة في الدفتر
عند صاحب البقالة ، فكر بحجم الفرح الذي
سيسعر به الشخص الذي سدّ عنه أحد
الغرباء دينه دون أن يعرفه ..

★ **من أي مكتبة** ، اشترِ مجلة (ميكي) أو
(ماجد) أو (سوبرمان) ، اقرأها وتذكر
طفولتك وضحك ، ثم امنحها لأول طفل
تراه بالشارع ..

★ **انظر إلى المرأة وقل** : الحمد لله ، أنا
أفضل من غيري بكثير .. الحمد لله ..
★ بعد الفجر وقبل شروق الشمس بقليل ،
امش قليلاً وحدك ، وتنفس أكسجين
الصباح قدر استطاعتك ..

★ **تصفح قائمة الأسماء في موبايلك** ، ثمّة
أشخاص لم تتكلم معهم منذ أشهر طويلة ..
اتصل بهم ..

★ **ادخل إلى مول وألق السلام على ٢٠**
شخصاً لا تعرفهم ، مع احتفاظك بابتسامتك
طبعاً ، لا تنسى أن ترفع يدك لكل شخص
تسلم عليه ..

★ **اقرأ بعض القرآن** ، وصلّ بخشوع دون أن
تفكر بشيء ، وادع الله كثيراً جداً في
السجود ..

★ **اذهب إلى منطقة بيتك القديم** ، امش
هناك بالشوارع ، وتذكر أيام زمان ..
★ اغطس عميقاً في عالم

SoundCloud وقوائم الموسيقى
العجيبة التي فيه ، تعرف على وجه آخر
للجمال في هذا الكوكب .. اشعر بالموسيقى
تتدفق في جسدك كما لم يحدث من قبل ..
★ **ادخل إلى المطبخ** وحاول أن تطبق وصفة
من وصفات تطبيق (**كوكباد**) أو موقع
(**موضوع**) ، حتى لو كانت وصفة الأندومي
بالببيض ، والذي أحب طعمه جداً 😊

★ **حاول أن تتجاهل ذلك الشخص الذي**
تفكر فيه كثيراً لأنك مزعوج منه ! انسه يا

أخي ! هو لا يفكر فيك ويعيش حياته حتى
أقصاها بينما أنت تضيع كل يومك بالتفكير
فيه ! ما بك ؟ ! استيقظ ! **صحح** !

★ **ابتعد عن كل السوشال ميديا** لمدة يوم أو
يومين ، عش الواقع قليلاً .. لا تدفن
نفسك كثيراً بالواقع الافتراضي الذي
يسحبك بعيداً عن كل شيء ..

★ **حاول أن تزور أي مكان تعرض فيه**
مسرحيات ، ثمة أماكن تعرض المسرحيات
بشكل دوري .. جرب أن تشاهد عرضاً
مرة ، اسألهم عن جدول العروض ، عش
تجربة مختلفة ..

★ **اذهب إلى مقهى شعبي** ، اطلب كوب شاي
 واجلس وتأمل بعيون ووجوه الناس ..
ابتكر قصصاً خيالية عن كل واحد فيهم
بينك وبين نفسك ..

★ جرب مطعماً صينياً أو هندياً ، تناول
وجبة لم تعتقد أن ستتناولها في حياتك ..
★ شاهد كل فترة أحد الأفلام الحائزة على
جائزة (أوسكار أفضل فيلم أجنبي) ،
وتعرف على ثقافات وأفكار جديدة ..
★ قم بتغيير ترتيب غرفتك أو بيتك ..
★ لو كانت حياتك منظمة جداً ، جرب أن
تعيش بعض الفوضى ، ولو كانت فوضوية
جرب النظام !

★ قم بارتداء نمط جديد مختلف من
الملابس ، تيشيرت مختلف ، جاكيت مميز
وغريب ، بنطال بقصة غير تقليدية ..
★ تعلم من اليوتيوب خدعة سحرية خفيفة
وقم بعملها أمام بعض الأطفال ، سيكونون
بغاية السعادة ..

★ **ابحث عن أحد أصدقائك** الذين كانوا

معك بالمدرسة زمان ، اشتر له هدية ،

وفاجئه بها ..

★ **قم بتحميل برنامج** لتصميم الصور أو

الفيديوهات أو برمجة المواقع من الإنترنت ،

حاول أن تتعلم عليه ذاتياً من غير كورسات

أو شروحات ..

★ **قم بتربية** قطة منزلية صغيرة ، أو ببغاء ،

أو بومة إن كنت قادراً على جلب فأر حي لها

كل عدة أيام !

★ **اشتر حوضاً صغيراً** وازرع فيه بعض

الريحان أو الياسمين أو حتى النعنع ..

★ **املاّ البانيو** ، خذ نفساً عميقاً واغطس ..

اشعر بقيمة الهواء وأنت في الأسفل ..

حاول أن يكون استحمامك أكثر من ساعة أو

ساعتين ، وليس ٥ دقائق كعادتك ..

★ حاول أن تتعرف على أسماء الذين
تراهم بشكل مستمر، البائع في المطعم ،
الشاب الذي تشتري منه القهوة كل يوم ،
الرجل الذي تشتري منه خبز الطابون يوم
الجمعة .. نادهم بأسمائهم ..

★ احتفظ بدفتر صغير معك كي تكتب فيه
أي أفكار عابرة تمر برأسك ، لا تسجل على
هاتفك ، بل بهذا الدفتر .. سيفاجئكم كم
الأفكار الكثيرة بعد فترة ..

★ ابحث باليوتيوب عن **Animated**
Short Film وشاهد عالماً كاملاً من

الاستمتاع .. أفلام قصيرة رهيبة !
★ عد لمنزلك من شارع جديد لم تمش به
منذ فترة طويلة ..

★ اذهب إلى حديقة عامة والعب قليلاً
وحدك على المرجحة ، أو اذهب إلى

الملاهي ، عد طفلاً لا يهتمّ بشيء لعدة

ساعات .. **خذ راحتك** !

اهرب

اهرب من كل شيء ، كل فترة !

اكسر

رويتيك

أمامك خياران :

أن تستمتع وتقضي الوقت كما تريد وأكثر،
أن تلعب ، وتسترخي ، وتأكل ، وتشرب ،
وتنام ، **دون** أن تفكر بمستقبلك ، أو تطور
مهاراتك وشخصيتك وتفكيرك .. هكذا
خالياً من المسؤوليات ، مثل كل أولئك
الذين لم يكتشفوا قيمتهم في الحياة بعد ..

أو

أن تكتشف عظمتك وتنهض من سباتك
الطويل .. **أن** تنجز وتجتهد من أجلك ، **أن**
تستمتع بعملك وتنمية ذاتك وقدراتك ..
أنت تدرك أنك شخص مميز ولست عادياً
أبداً ، **أن** تسعى لتحقيق أهدافك وطموحاتك
، **وأن** تبني شيئاً حقيقياً في هذا العالم ..
أن تكون راضياً حقاً عن نفسك ..

القرار بيدك أنت ، فقط تذكر أن الله
سبحانه وتعالى قال : {وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا
مَا سَعَى} ..

**اسعَ أن تكون
مميزاً ومختلفاً !**



السطور التالية

من أجل الذين يحملون ، **من أجل** الذين
يسعون من أجلهم ، **من أجل** الذين ينامون
عدة ساعات لأن النهار والليل لا يكفي ..
من أجل الذي يركضون وراء الفرصة كي
يحصلوا عليها رغم أنف كل شيء ، **الذين** لا
يمكن لهم أن يتخلوا عن أهدافهم ، **والذين**
مهما حدث معهم من مصائب أو كوارث ؛
سيصبحون أقوى أكثر ، ولن يستسلموا
ويضعفوا ..

للذين لم يؤمن أحد بهم وبقدراتهم ،
للذين تحدوا كل الظروف ، واستطاعوا أن
يقنعوا أهلهم وأصدقاءهم ومن حولهم
بأحلامهم .. **للذين** ليس أكثر ما يهمهم أين
سيدرسون وأي تخصص ، **للذين** لم يخافوا
من ارتكاب شيء مختلف ..

أولئك العبيدون ..

المتميزون ..

المختلفون ؛ الذين يمتلئ كل منهم

بالإصرار والتحدي ، والإيمان الهائل بوجود
علاق في داخلهم ! **للكذين** يتعلمون القواعد
كي يكسروها !

للكذين يريدون إسعاد الآخرين ويرون في

هذا إحرازاً للنجاح ، **للكذين** يريدون

مساعدة الناس بدون انتظار مقابل ، **للكذين**
يخلقون وقتاً من أجل نشر الفائدة لغيرهم ،

للكذين لا يرون في النجاح إلا بداية المزيد

من النجاحات ..

للكذين يضحكون ، ويفرحون ،

ويستمتعون بحياتهم بدون ضياع ..

للذين يحبون من القلب، ويعملون بكل جد
وكد واجتهاد، ويعطون ويمنحون دون أن
يفكروا بالعواقب ..
الذين لا يتأخرون على أحد !

**أنتم
بنزيرين
الفرح**

أنتم الذين لا نستطيع أن نتجاهل

وجودكم ..

أنتم موجودون كي تضيفوا شيئاً آخر

لهذا العالم الفظيع ..

أنتم تشجعون الناس ..

أنتم تؤثرون بالآخرين كي يصبحوا

أفضل ..

أنتم من تشعرون المرء بقيمة نفسه ..

أنتم الذين يبحث الناس عنكم ..

أنتم الذين ترسمون البسمة على

الوجوه وبالقلوب ..

أنتم الذين نحزن جداً إن خسرنا أحداً

يشبهكم ..

أنتم الذين تجعلوننا نرى الحياة بعيون

أخرى ..

أنتم الذين تمنحونا أسباباً أخرى

للاستمرار ..

أنتم الذين تبهرونا بكمّ الأشياء

الجميلة فيكم ..

أنتم الذين ستغيرون العالم بأسلوبكم

وروعتكم ..

أنتم

وجودكم نعمة ، في حياة كل

واحدٍ فينا

إذا أعجبك الكتاب ، أرسل لي كل أفكارك
وآرائك واقتراحاتك وما يدور في بالك
حوّله على البريد الإلكتروني

Info@hasanalhalaby.com

وسيسعدني الرد على كل الرسائل 😊