

عنق الزجاجاة

تجارب و نصائح عن السنة التحضيرية من منظور طالبة طب و جراحة

غادة شريفي

(وَقُلْ اَعْمَلُوا فَسَيَرَى اللّٰهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ)

التوبة-١٠٥

الإهداء

إلى الذي بدأ مشوار الألف ميل بخطوة...

تذكر أنها أيام معدودات فاغتنمها...

إليكم

المقدمة

البدائيات و النهايات في تعاقب متناغم كالليل والنهار، فإذا ما انتهت الحياة الدنيا ،
ابتدت حياة البرزخ. وإذا ما شارفت أيام الثانوية من الانتهاء إذا بالحياة الجامعية تفتح
أذرعها و تلملم شملنا بالنداء. اختبارات ، فرسوب أو نجاح. و تسجيل، فقبول أو
كفاح. إلى أن يمضي الزمان بنا على عجلة إلى تلك الكلية ،لنجول بين وجوه الغرباء،
و في الممرات بحثاً عن القاعات، محاولين فهم نظام "الساعات" .باحثين بكلل عن
الاستقرار وسط هذه الفوضى، لأننا لم نألف التغيير بعد. كل ما يحيط بنا حدث فجأة
دون أية سابق ترتيبات. اثنتا عشرة عاماً، انقشعت هكذا بلا أية مقدمات. أين
الطابور الصباحي، أين الفسحة و المقصف، أين المعلمين و الأصدقاء.

ولعل من المبهج والذي طال انتظاره ،ارتداء أثواب التخرج لاستلام الوثيقة، وتوديع
تلك الصفوف التي احتضنت ذكرياتنا وإنشاد النشيد الوطني على مسامع الحضور يوم
الحفل، لكن الابتلاء يأتي بوجوه مختلفة، لقوله سبحانه: (وَنَبَلُوكُمْ بِالْأَسِنَّةِ وَالْحَيْزِرِ
فِتْنَةً) [الأنبياء: ٣٥]، إن أكرمت بالتخرج و النجاح، و بالقبول في الجامعة و ربما في
الكلية التي ترغبها بعد أن تُنخل في السنة التحضيرية، يتوجب عليك الشكر. وهذا لا
يقتصر على ترديد "الحمد لله" فحسب، بل يتضمن شكره تعالى الإتيان في عملك،
بإعمار الأرض، بالنهضة بهذه الأمة فيما سخر الله لك من مهارات و قدرات، وبنفع

الغير كما تنتفع أنت. تذكر أن ما سيعتريك بعدها من تحديات متدرجة الصعوبة نعمة كذلك، وإن لم تستسيغها نفسك. لأن الصعوبات تقوي إرادتك ، و تعيد خلالها صياغة هدفك، و تُثبت لنفسك أنك قادراً على حمل هذا العبء الثقيل - بإذن الله - و مستعد لبذل الغالي و النفيس لتحقيق حلمك الذي في نهاية المطاف ما يصيغ إحدى نوافذ ذاتك، وتذكر بعد هذه الرحلة الفانية أنك ستُسأل فأعد الإجابة.

فهرس الفصول

الفصل الأول.....	قبل الجامعة بإنتشين
الفصل الثاني.....	فوضى أحاسيس
الفصل الثالث.....	الصراحة
الفصل الرابع.....	الفضول وقود المعرفة
الفصل الخامس.....	خارج التغطية
الفصل السادس.....	وفي يوم من الأيام
الفصل السابع.....	كنز القناعة
الفصل الثامن.....	مما تعلمت
الفصل التاسع	البساط الأحمر للنهائيات
الفصل العاشر.....	شظايا أمنيات
الفصل الحادي عشر.....	باقة أقدار
الفصل الثاني عشر.....	الولادة من جديد
الفصل الثالث عشر.....	تسارع

فهرس المخطات

المخطة الأولى/هنا البداية

المخطة الثانية/التخصص

المخطة الثالثة/جدليات حول الجامعة

المخطة الرابعة/التأقلم

المخطة الخامسة/أسئلة مستجدة

المخطة السادسة/أبجديات الوصول

ملحوظة: السنة التحضيرية ما هي إلا عنق الزجاج الأول، مرحلة انتقالية حرجة عادة تتكرر إذا ما رفعت سقف طموحك وزادت التحديات و المعسرات أمامك. وهي ليست سوى حاجز زمني عن الخطوة الفاصلة لتصل لقيمة هرمك.

وقفنا الله وإياكم لبلوغها

بدايةً...

أولاً ألف مبروك التخرج من المحطة الأولى لمسيرتك الأكاديمية . على الأرجح أنك قضيت الساعات لتحقيق حلم النجاح و التفوق، و سهرت الليالي لتجتاز القدرات و التحصيلي فهنيئاً لك على ما حققت .

ثانياً كما قد سمعت مراراً و تكراراً، الجامعة تختلف جذرياً عن المدرسة. غالباً ستقبل على أناس جُدد من خلفيات و أعراق مختلفة ، فأزل رهاب الخوف حالاً و أقبل بنفس متفائلة و همة عالية و مرحباً بك في هذا الصرح الجديد.

ثالثاً احمد الله أولاً و أخيراً، على ما اختاره الله لك من طريق، سواءً وافق ما أردت أم لا، لأنه ليس أحد بأعلم من الله جل و علا لما فيه الخير لك. و تذكر أن والديك و إن لم تشعر بآثرهم، قد وفروا لك بيئة احتضنت احتياجاتك، و استجابت لرغباتك و لعلها ملتحفة بالأدعية و الكلمات الحانية.

بِسْمِ اللّٰهِ نَبْدَأُ

المحطة الأولى/هنا البداية

لعل تردد على مسمك بأن الجامعة غير، و أنه لا وجه للمقارنة بين المدرسة و الجامعة، أنه لا بد من تسجيل المحاضرات ، و تنظيم الجداول الدراسية و ربما استثقلت نفسك لما سمعت أن المحاضرة قد تصل إلى قرابة الساعة و أكثر. وما يحمل بين طيات تلك الكلمات من الترغيب و الترهيب، سأحاول هنا أن أنقل الصورة الواقعية عن تجربتي مع السنة التحضيرية وهي السنة الأولى و الإعدادية للجامعة .

في البداية، الجامعة بالفعل تختلف جذرياً عن المدرسة. لكن هذا لا يدعو للذعر و القلق، فالإنسان حُلِق ليتكيف في الظروف الذي هو فيها مهما كانت صعبة و مختلفة، و أول مبدأ يجب أن تتحلى به هي المرونة. لأنك ستواجه عقبات و منحدرات، ستتعرف على أشخاص مختلفة، ستتضح لك جوانب خفية كنت تجهلها عن نفسك. باختصار، في الجامعة ستكتشف أنك قابل للتغيير .

أ- الجانب الأكاديمي

من المهم أن تدرك أن نجاحك و تفوقك ليس بيد أحد سواك . فأنت بعد توفيق من الله، من يستطيع أن يتحكم بوقته و يصب تركيزه لصالح أهدافه. و أنت الذي يخطط جدول مهامه لكي لا تتراكم عليه الواجبات و الالتزامات، و أنت الذي تحدد جودة دراستك من رداءتها، الاختيار في نهاية الأمر و أوله بيديك، لذا كما قال عليه الصلاة و السلام: اعقلها و توكل.

سأشرع بداية ، بتوضيح نقطة رئيسية و هي أن المدرسة و الجامعة ، يجب أن تكون بالنسبة لك بيئة تمرن فيها متى ما سنحت الفرصة-مهاراتك قبل أن تكون مكاناً للدراسة أو حتى للالتقاء بالأصحاب. حاول استخلاص الدروس التي تعلمتها من ذلك اليوم قدر الإمكان، ولا أخص بذلك اليوم الدراسي فحسب، بل أي مكان في أي وقت. قبل أن تنام أو في لحظة صفاء وخلوة، اسأل نفسك: ما الذي تعلمته اليوم؟ فتجيب على سبيل المثال: تعلمت أن لا أجيء على سؤال إلا و أنا متأكد من صحته، أو تعلمت أن أنتقي ألفاظي مع أهلي و أصحابي، تعلمت أن أتفادى تأجيل أعمالي... إلخ. الأمر الثاني، هو توقف عن المقارنة ، لا بد أن تراعي أن لكل طالب طريقة مختلفة للمذاكرة قد تناسبه و لا تناسبك، أي لا تعتقد أن أسلوب فهمك للمادة و المدة الزمنية التي تحتاجها هي نفسها التي يتبعها صديقك ، أو أنها ستؤدي إلى نفس النتيجة. حتى و إن كان أعز أصدقاءك أو أكثر الطلبة تميزاً في الدفعة، فلعل شخص أسلوبه الذي يناسبه ، إمكانياته و قدراته الخاصة فيه. ختاماً ، طريق البحث عن الحقيقة طويل و وعر بلا شك . كما أن الطالب النجيب هو الذي يحرص على أن يحقق المصالح في الدارين. و لا أجلّ و لا أعظم من التحلي بالأخلاق النبيلة و المبادئ الطاهرة ، فإن أعظم معوقات كسب المعرفة تبدأ بالتكبر، فتجنبها قدر الإستطاعة ليكون تحصيلك العلمي ثري ولكي لا تُحرم الجنة. فلنعقد العزم من اليوم أن نبدأ بصفحة بيضاء في سيرتنا، و يكون التواضع ديدنا .

هناك ظاهرة علمية تتكرر كل سنة، وأكاد أجزم أنه لا يفر منها إلا القلة. وهو أنه مع بداية العام الدراسي الجديد، تعلقو الهمم لتحصيل العلم من كل حذب و صوب، و التصويب للدرجات الكاملة في الاختبارت، فيعهد نفسه بالمذاكرة اليومية، و مراجعة المنهج في إجازة نهاية الأسبوع و أنه سيمنع نفسه الخروج للتنزه بغية المذاكرة .و ليس في هذا عيب أو خطأ، لكن تذكر أنه (لا يكلف الله نفساً إلا وسعها)، فلا تحمل نفسك فوق طاقتها حتى إذا ما جاءت الاختبارات النهائية استنزفت قواك و أجهدت إلى حد اللامبالاة، و زع طاقتك و مجهودك بذكاء. فتحصيلك المعرفي في الجامعة بناءً على مبدأ الماراثون و ليس العدو السريع ، أي قليل دائم خير من كثير منقطع. و هنا بعض النصائح التي أرجو أن تفيدك في بداية مشوارك الجامعي :

١- المكون السري للنجاح و التوفيق، و التي تغيب عن البال، رغم أنها لا تكلف وقتاً و لا ثمن.إنها النية. أصلحها و سيُصلح الله حالك، و إن فسدت لوهلة فقاوم لإصلاحها. لتعرف نيتك اسأل نفسك سؤالاً واحداً قبل الشروع في أي عمل وهو: لماذا أقوم بهذا العمل؟

٢- حاول أن ترتب مهامك كلها في ورقة خارجية أو على هاتفك الشخصي ،مهمة غير مهمة، عاجلة غير عاجلة ، سهلة أو صعبة .اجمعها كلها على صفحة واحدة.

٣- عند الإقبال على اختبار قسم الساعات اللازمة أو (الأيام) لدراسة كل مادة. ذاكر، راجع، ثم اختبر نفسك. وكرر هذه الحلقة إذا لزم الأمر. و إن توفرت لديك أوراق عمل، عروض تقديمية، ملاحظات أو اختبارات قصيرة/نصفية قديمة، فراجعها كذلك.

٤- ابحث عن ذروة نشاطك خلال اليوم، (الفترة الذهبية). سواء كانت فترة مسائية أو نهارية، المهم أن تدرك هذه الفترة المناسبة لك. وتذكر أنه بورك لهذه الأمة في بكورها.

قد تسأل نفسك ، وكيف لي أن أعرف هذه الفترة الذهبية؟

- جرب أن تذاكر في أوقات مختلفة من اليوم ، وفي الوقت الذي تشعر فيه بنشاط وتركيز و تجد أن فهمك و استيعابك للمعلومة ممتاز، فهذه تدخل ضمن نطاق الفترة الذهبية.

- أحياناً، لا توجد فترة معينة لديك تجد فيها ذروة نشاطك و إنما فترة تتدنى فيها أي قدرة و رغبة على القيام بعمليات ذهنية مجهددة ويمكن تسميتها ب(الفترة المظلمة):

فمثلاً: من الساعة ١١:٠٠ ص-١٢:٠٠ م ، يصبح تركيزي منخفضاً و لا

أقوى على التركيز بتاتاً و أشعر وقتها بالحمول.

فحينها ستعرف مسبقاً، أن هذه الفترة سأقوم فيها بأي شيء عدا المذاكرة.

كان تأخذ قيلولة او تؤدي واجباً أو تتناول الطعام و غيرها.

٥- إذا وجدت المادة عسيرة عليك أو ضاق عليك الوقت -لا سمح الله- استشعر معية

الله، ويعلم حالك الذي أنت فيه وأنه الرحيم الذي لن يخذلك أبداً. ولا تنسى

الدعاء، فالله أقرب إليك من حبل الوريد.

٦- تذكر بأن غيرك قد مر بنفس التحديات و تجاوزها. لذا أدخل مكان دراستك من أية

مُلهيات، أغلق الهاتف المحمول اللابتوب و أية أجهزة ملهية أخرى. أغلق الباب،

اجلب جميع احتياجاتك ، كالأقلام أو كوب ماء أو غيره. حتى لا تشغل بما يقطع

حبل أفكارك، سم بالله و ابدأ .

٧- على مكتبك و في أرجاء غرفتك ارسم العلامة الكاملة التي تطمح لها، أو نسبة معينة

تنوي تحقيقها، اكتب عبارات لتشجذ همتك و اجعلها على مرأى عينيك، اكتبه

بخط كبير و بإيمان أكبر، فلن تخسر شيئاً.

٨- من الأفضل أن تطمح لأعلى درجة ممكنة، حتى يدفعك لبذل المزيد من الوقت و

الجهد لتحقيق هذا الهدف، و حتى إن لم تفلح في نيل هذه لدرجة ، يكفيك شرف

المحاولة. غالباً ، إذا سعت لنسبة كاملة ، ستحقق بإذن الله درجة عالية. و إذا
قمت بأقصى ما يمكنك فعله فأنت تُخلي ضميرك من التائب لاحقاً.

٩- أكرر ، تجنب مقارنة نفسك بأوائل الدفعة، لأنه قد تهتز بسببها ثقتك بنفسك. و قد
تشعر بالإحباط. فقط ركز على مستواك الشخصي، وقارن بينك و بين نفسك،
وستذهل أنك قد تكون بعد مدة منهم.

١٠- إن كنت من أوائل الدفعة، فلا يغرنك حفلات التكريم و شهادات التفوق،
فهناك الكثير ممن هم أفضل منك بمراحل، لذا تواضع مهما ارتفعت منزلتك
العلمية. و داوم على طموحك و إصرارك في أي مجال كنت فيه.

ب- الجانب التنموي:

١- استثمر إجازاتك و أوقات فراغك بالقراءة في المجالات التي تستهويك، حتى
تتضح رغبتك. و ابحث عن الفرص التطوعية التي تمكنك من اكتشاف
مهاراتك. ابحث عن المجالات التي ترى مستقبلك فيها

٢- شارك في لأنشطة التي تميل إليها، و نم فيها قدراتك. كالإلقاء، القراءة، الشعر،
الرسم، الكتابة، الرياضة... إلخ. ولتكن نبزاً في المجال الذي تبذع فيه.

٣- . اسأل مسؤول/ة الأنشطة في المدرسة أو الجامعة، لإبلاغك عن جديد

المسابقات، أو في موقع الجامعة نفسها

٤- المميز لا ينتظر الفرص تأتيه على طبق من ذهب، بل هو من يصنع الفرص و الذي يلعب دور الضحية لن يحصل على مراده لو تقطعت أحواله الصوتية فمثلاً: ادخل بنفسك على موقع موهبة للمشاركة في برامجها المحلية أو الدولية، ابحث عن الدورات التي تقيمها الندوة العالمية للشباب الإسلامي و الكثير ممن لا يمكن حصره.. انظر من حولك بتركيز لا محالة ستجد دما يناسبك بإذن الله.

٥- ابدأ باكتشاف ذاتك، اجمع أية تفاصيل عن شخصيتك . بعمل اختبار تحليل الشخصية الشهير مايرز بريغز الموجود في موقع جاسم الهارون مثلاً، و تذكر أنه لا أحد أعلم بك من نفسك. يمكنك أن تتعرف أكثر على نفسك بالنظر إلى من تصاحب و تحالل معظم الأوقات. اسأل صديق تثق به، عن مميزاتك و عيوبك . و اقطع وعداً بأن تستثمر مواطن قوتك و تقوي جوانب ضعفك.

ج- الجانب الاجتماعي:

١- احرص على تضييق خلافتك مع أي شخص من المدرسة قبل أن تغادرها، حتى تكون لك ذكرى طيبة بينهم بإذن الله. و في الجامعة

كذلك، كلما التقيت بشخص جديد، اعتبرها فرصة بأن تبني
أواصر الإخوة وتترك أثراً طيباً بين الناس. احتفظ بأصالتك و لا
تتصنع ، أملاً أنك بذلك تكون قد كونت صداقات تخلو من
المصالح

٢- توقف عن إرضاء الآخرين، في هذه الحياة ستجد من يحبك لكونك
أنت لخصالك و طبعك و شخصيتك، و ستجد من يبغضك
دون سبب. و أنصحك بخصوص الفئة الأخيرة أن تتجاهلها، لا
سيما إن كنت مسلماً معهم.

٣- قد تلتقي بشخص -لا قدر الله- يمشي بين الناس بالنميمة أو
يغتائبك، و نصيحتي في مثل هذه الحالة أن لا تكترث بهم وتجنب
التعامل معهم قدر الإمكان .

٤- تجنب مخالطة أولئك الذين يسخرون من أحلام الآخرين، و أولئك
المحبطين، والذين يتلذذون بتقديم الانتقادات السلبية.

٥- لا تجعل الصحبة، وما يرافقها من التزامات سبباً لتدني مستواك
الدراسي. فلكل شيء زمانه و مكانه المناسب، و تذكر أنك
لست الوحيد الذي يقضي الساعات لطلب العلم.

٦- استفد من معلميك و أساتذتك، ولا أعني هنا للمنهج الدراسي، ولكن من منظور آخر، حاورهم و ناقشهم في اهتماماتك و القضايا التي تستحوذ تفكيرك، حاول أن تتعرف عليهم أكثر، أهدافهم، هواياتهم و ليس عناوهم الوظيفي فقط، و صدقني لن تندم أبداً.

٧- والديك و إن لم تكن علاقتك معهما مثالية، فإنه لا يعني بالضرورة تخفيفها أكثر بالبعد عن مجالستهم ، فعندما تعاملهم بالمودة و الإحسان أنت تبتغي الأجر من الله ، لا تريد جزاءً و لا شكوراً. لذا فلنعهد معاً، أن نبي -لينة لينة-علاقة رائعة مع والدينا، بالإحسان لهم و ترقيق ألفاظنا معهم ، ليس لنيل دعوة على عجل، بل لأن إرضائهم إرضاء للخالق.

الفصل الأول: قبل الجامعة بإنتشين

مبادرة.. معاً نتحدى القدرات

قبل ضجة القدرات و التحصيلي بقليل تبادر إلى ذهني فكرة، احتقرتها لوهلة ولم آخذها بعين الاعتبار ،بل كنت على وشك ردمها من مخيلتي نهائياً.لكن شاء الله أن تُطبق-أتمناها- بنجاح. تمحورت حول إنشاء مجموعة على الفيسبوك (حيث وقتها كان استخدامها شائعاً) لوضع أسئلة قدرات و حلها معاً كمجموعة، و إذا ما كانت بعض الأسئلة أكثر تحدياً ناقشناها. وفي يوم من الأيام، اقترحت الفكرة على ابنة خالتي ولم يخيل لي أنها قد تتسع. فمن جهتي كانت الفكرة و التنفيذ و من جهتها إضافة أعضاء لهم رغبة بالتدريب والاستعداد لهذا الاختبار . كانت المرة الأولى الذي انتابني فيه شعور أنني أحدثت فرقاً ، رغم أن الفعل ذاته قد يبدو سخيلاً و محتقراً وهنا أذكر نفسي و إياكم بحديث الحبيب صلى الله و عليه و سلم : (لا تحقرن من المعروف شيئاً و لو أن تلقى أخاك بوجه طلق). و إذا ما رأيت أثر عملك ملحوظاً بتجاوب الأعضاء ، و السعي بأنفسهن لنشر الخير للآخرين، و ترى بنفسك الفائدة الملموسة لما عملت عبر الشكر و الدعاء ،لقبولهن في الجامعات التي رغبين بها تحس بلذة الإنجاز، رغم بساطة العمل. عندما تظن أنك شخص عادي، وأنك مجرد إضافة للتعداد السكاني فأنت تهضم حقلك كإنسان كرمه الله من النعم ما لا يعد و لا يحصى. لما قال سبحانه: (وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ...)سورة الإسراء-آية ٧٠، لذا أليس من رد الجميل أن نحسن هذا التكريم و أليس من

المؤلم أن تحذف طاقاتك بنفسك، و تلبس قناعاً تخفي فيه إمكانياتك الجبارة التي وهبها الله لك. إن من أشد الوسائل لجلد الذات هي أن تسمح باستصغار قدراتك و تهميش قيمتك الحقيقية ، من نفسك أو غيرك .

خلاصة القصة: بادر ، ولو بالقليل و لا تستهجن ما تفعل من الخير أياً كان، المهم أن تبدأ

مخرج سلوى _ الغويات

إذا كانت النفوس كباراً تعبت في مرادها الأجسامُ

المتني

فترة القدر الضاغط

التوق للنتيجة و استلام الملف جعلني ملقاة على السرير لساعات متجاهلة سلطان النوم. وفي الصباح الذي يليه قمت و رتبت ثيابي، استعداداً لرحلة برية تدوم ثماني ساعات. استعرت بعض الكتب من مكتبة أرامكو لعلها تلهيني عن الصحاري و الكثبان الرملية التي سترافقني طوال الرحلة. اخترت اليوم الأخير لأداء الاختبار التحصيلي حتى يكفيني للاستعداد، خصوصاً أنه لا يوفر فرصة ثانية (حسب النظام القديم) محاولة كسب عامل الوقت في صفي. كان يلزمني بعد الامتحانات النهائية ولمدة خمسة أيام متتالية أن أنهي مراجعة مناهج خمس مواد تعلمتها على مدى ثلاث سنوات، ربما المسمى الأنسب لتلك الفترة " قِدر ضاغط". خرجت مُرتعدة ، لم

أرتح البتة بما قدمت في الامتحان، بل راجعت الكثير من إجاباتي التي تضمنت أخطاء مما زاد من حصيلة خوفي من النتيجة. لكن كانت النتيجة والله الحمد فوق التوقع. و مع أن والدي ضحى بحضور مناسبة خالي كي يؤانس وحدتي و يقضي حوائجي في حال ضاقت علي السبل. إلا أنه لم يجرمني من بعض نصائحه التي بحق شحذت همتي، فذكر لي آية من سورة النساء: (ولا تهنوا في ابتغاء القوم إن تكونوا تألمون كما تألمون وترجون من الله ما لا يرجون وكان الله عليماً حكيماً) ١٠٤. هنا التفسير ليس حكراً للبحث على الجهاد في المعارك، بل الجهاد مع النفس. فصحوت من الغفلة، بأنني أتعلم ليس كفرد فقط، لكن كجزء من هذه الأمة، كخليفة الله في أرضه. لأدرك بعدها أن العلم الذي أتعلمه هي مفتاح لاستعادة النهضة. اكتنزت كلمات والدي في منجم ذاكرتي، لما قال لي ناصحاً أن المشوار لا يزال في بدايته و الكثير على نفس الطريق. لكن لا يعني ذلك أن طهارة نفوسهم متساوية، أو أن نواياهم متماثلة. فإذا ما اتضحت نيتك، و هي أن تعرف السبب الذي يدفعك للعمل، فإنك حينما تقوم بالأسباب، تشعر بقوة النية كأنها هالة من الحقل المغناطيسي تلف بدنك، فتدفعك بطاقة متدفقة تجهل مصدرها لكنها تحثك بقوة إلى العمل. تضخ من الوجدان لتحقيق ما أعدته من الاستحيالات. ثم تستشعر عظمة ما تفعل و قيمته عند العليم بما يخفيه صدرك. إحدى المعلمات القديرات لمادة الرياضيات كانت دائماً ما تقتطع دقيقة من الدرس لتحفزنا، فتردد: إن الله لا يضيع أجر من أحسن عملاً. فغرست فينا الإيمان و التفاؤل ببقاء النتيجة ولو كانت بعد مدة، ولو كان الدرب شاقاً على النفس. ولو اتخذنا هذا منهاجاً لما قضينا لحظة تأفف واحدة من

تعب المذاكرة.

ومضة: كل ما أخلصت نيتك لله ونقيتها من الشوائب، وجدت سعيك مبارك و طريقك مذل

أيام لن تعود

لا أنسى آخر خطواتي لذلك المبنى الذي ضم المزاجات المتقلبة التي شكلت كياني العاطفي، الإخفاقات و الإنجازات التي علمتني معنى الهزيمة و التواضع، و جمع أحبة بل بعض الحقدة. هذا المبنى الذي احتوى التغييرات التي طرأت على شخصيتي والتي كافحت من أجل أن تصنع نفسها و تبحث عن ذاتها والتي لا تزال في طور المهمة. و اليوم سنتطوي كل هذه الذكريات والأيام السرمدية التي قضيتها آخر سنين الثانوية هنا، بين ممراتها و مع صحبة لا أظنها ستتكرر. و صفي الصغير الذي ملم حواراتنا مع أساتذتنا ل يبقى عبير نصائحهن إلى اليوم. سرعان ما اتفقنا بداية العام الدراسي على ديكور فصلنا، وشارك الجميع في عملية التنسيق عاملين بلا هوادة، كاسرين القول الشهير "اتفق العرب على ألا يتفقوا". جاعلين من خلفية لوحاتنا كجلد الحمار الوحشي مع بعض الشرائط ذات اللون الوردية، و بدا فعلاً-رغم ترددي من النتيجة- أجمل مما تخيلت. وضعت مسحة خفيفة من مساحيق التجميل لأستلم واثقي الأخيرة من الثانوية من معلماتي. فاستقبلنا وودعناهن فكانوا هن المعلمات، بل المربيات اللاتي لن أستطيع تقدير فضلهن و سعيهن الحثيث لتعليمنا وتوجيهنا والتي كانت من قلب واحد إلى ستين قلب.

ومضة: ستفتقد اللحظات التي قضيتها معها، فاجعل كل يوم دراسي مختلف و اعتبره كأنه

آخر يوم لك في الثانوية.

ذكريات حفل التخرج

كان على مسمعي أنشودة تخرجنا فضخت في عروقي كل هرمونات السعادة، لأن ليلة حفل التخرج لم تكن لها أي رتبة أو ملل. فالجمهور هائج و يطالب بالمزيد، و نحن توحدت أمنيتنا المستحيلة بأن تتوقف حينها عقارب الساعة. شعور الفخر الذي اجتاح جسدي وأنا أُلقي للحضور كلمة الخريجة. كل ذرة مني احتفلت و أنشدت فرحاً بتلك الأمسية التي زفت أروع دفعة. كانت الابتسامات والدموع توزع مجاناً على من عرفنا و من لم نعرف. الاعتزاز الذي يراودك وأنت تستلم وثيقة تخرجك أمام جمع من أحبابك لا يعوضه أي حدث، فكانت هذه آخر لقطاتي من الثانوية العامة و مع انتهاء قلق الدراسة و سهر الامتحانات . أتجهنا إلى دبي المدينة" العربية-العالمية" . وما أن عدنا حتى انطلقنا إلى المدينة المنورة حيث يقنط أهلنا . لم نطل، حيث كان من المتوقع أن لا نذهب أصلاً. لكن صدف أنه تأكد الحجز لثلاث مقاعد انتظار. وخلال تلك الأيام قابلنا فيها بعض الأقارب و حضرنا شبكة- حفل خطوبة- إحدى قريبات أمي، وكانت من أمتع المناسبات الرسمية التي حضرتها . العروسة خريجة رياضيات وسعدت على زفتها كخريجة أكثر، كوني قريبة عهد من ذلك . الفرحة التي غمرتني معهم كان لها مذاق استثنائي، التقيت بقريبات اشتقت لهم اشتياق السنين . لنهني تلك الليلة بسلام مودعين أهلينا لنعود كي نوضب أغراضنا للانتقال الى منزلنا الجديد.

ومضة: من المهم أن تخطط لمستقبلك، ومن الخطأ أن تنغمس فيه عن حاضرِكَ

بالقطار السعودي

If you can dream it, you can do it.

"Walt Disney"

حينما نبالغ في أحلامنا و نطمح للقمة لعل ظاهرها صعبة المنال، إلا أننا نعانى للوصول إليها ونفعل كل ما أودع الله فينا من طاقة لتحقيقها. ذلك الشعور هو الذي انتابني وأنا في سيارة والذي متجهين الى محطة القطار التي ستقلنا إلى الرياض، لإجراء المقابلة الشخصية في اليوم الذي يليه في جامعة الملك سعود. لا زلت أتذكر كيف كان والذي مسرعاً بنا على غير عاداته للحاق القطار حتى لا يفوتنا الحجز، فساورتني الظنون أنها على الأرجح رحلة بعجلات سيارتنا الى الموت..

ركبت مع أمي ولأول مرة القطار السعودي ، وما كان ذلك إلا لامتلاء مقاعد الطائرات ذلك اليوم. لن أطريه كذباً، لكنه أدى الغرض. كانت بجميع المقاييس تجربة لذيذة حلوة ، صعبة التنبأ وخفيفة المغامرة . صدف أن يوم سفري وافق يوم سفر صديقتي السودانية المقربة إلى وطنها الأم. من أجمل مصادفني في الثانوية تنوع الجنسيات التي اختلطت بهم، فالسودانية والمصرية والفلسطينية و الأردنية و السورية و اليمنية حتى السعوديات منهن جداوية، قصيمية وأخرى

أصلها حضرمية. فهذا مما ميز اللحظات التي تشاركناها ليضفي عليها مرونة الاختلاف وجمالها وتعدد الثقافات واللهجات، مع ذلك هدفنا الذي يجمعنا واحد وكانت روحنا واحدة حتى آخر قطرة. الغبار في الخارج يزداد وحماسي يتضاعف مع كل ساعة. فمدينة "الرياض" - كما عهدناها - لا تكف عن استقبالنا بعواصفها الرملية إذا ما زرتها، كأنها ترفض أن نطأ أقدامنا عليها. أحضرت أوراقي اللازمة وكمبيوتر المحمول ونسيت أمور أخرى، من ضمنها كتاب للتسلية عنوانه (نساء قتلتهن السلطة) .

تعددت البوابات المؤدية الى القطار و كانت بوابتنا " الطليعة" فدخلنا من هناك.. وفي هذه اللحظة نحن بانتظار. إذا ما قدم لنا الاخرون خدمة ،قد يروها بسيطة . لكنها في أعيننا نراها جميل نجهل رده.و إذا ما أتت من الأقارب، نشعر حينها بقربهم أكثر. حيث حجزوا لنا غرفة في فندق ذات منطقة استراتيجية ،ليست ببعيدة عن مقر المقابلة الشخصية،بالإضافة إلى أنهم جلبوا لنا عشاء ،جزاهم الله خير الجزاء.

ومضة:عود لسانك على شكر من يسدي إليك معروفاً، والدعوة في الخفاء نعم الشاء.

في قاعة الانتظار

اليوم تبدأ مسيرتي المهنية الحقيقية، هذه الفكرة التي طغت علي منذ استيقاظي من النوم. بعد أن استخرت ،جهزت أوراقي في ملف و قلبي كأنه ماكينة سيارة بقوة عشرون ألف حصان ، كأن كل الدماء في جسدي ضخت دفعة واحدة ،لأركب السيارة مع عمي و ابنته،متجهين

إلى مقر المقابلة و كانت إحدى المستشفيات الجامعية. صعدنا بالمصعد لندخل غرفة الانتظار . كان بها حوالي مئة طالبة أو يزيد . كنت على أحر من الجمر، أنتظر أن ينادى اسمي لأنهي مآزق الانتظار، لكن هيهات هيهات. تعرفت خلال تلك الفترة التي مكثتها على طالبة مغرمة بالطب و بالقراءة ،فسألته عن سبب اختيارها للتخصص لتجيب أنه حلمها منذ الطفولة. نعم لست أهلاً للنقد، لكن لي حول مفهوم "حلم الطفولة" مبدأ، هو أنني أشك بأنها مرحلة ملائمة لاتخاذ قرار، أو أن نشوتها تمتد ولا تتغير من ذلك الحين و حتى التخرج، الطفولة مرحلة نادراً يعي فيها الشخص مايفعل و ما يريد ويكون لا يزال يكتشف العالم من حوله،وحينما تبدأ سن المراهقة ،حينها يطور فيها من مهارات معرفة الذات أكثر . ربما كان الخلاف في توظيف مصطلح "حلم" أو أرادت أن تنهي الحوار برمته و رغبت بإسكاتي وقد يكون بالفعل حلمها الذي لم يتغير من أكثر من عشر سنين،من يدري. لست تحديداً أتقصدها لكن انتقادي يعود لحقيقة، أنها لم تكن أول مرة أسمع فيها عن "حلم الطفولة" و لا زلت أشك بمصادقية هذه العبارة .للأسف عندما كنت طفلة لم يكن لي طموح حينها ،ربما أمنيات مضحكة الآن .لأن ما أشغل حيزاً من يومي القصير، هو أن أستمتع بتفاصيله قدر الاستطاعة.ألعب مع الجيران في الحي ،نذهب لنمرح عند الأرجوحات في الحديقة الأمامية ،نلهو أيام الصيف لتثلج حناجرنا بالثلجات بعد أن استنفدنا طاقاتنا كلها في لعبة الجواسيس،وربما إذا سنحت لنا الظروف الملائمة نقطف بعض الثوت الذي ينع على شجرة زرعها الجيران. ولذا يصعب علي تصديق في نظري حلم الطفولة.لأنه ينذر أن يعرف المرء

نفسه جيداً، فالخطط المستقبلية غالباً تحتاج إلى اعتبار عوامل مختلفة ، و تحتاج إلى تفحص لمهارات الشخص و قدراته ، و ليست مجرد أمنية مضمحلة .نعم هناك أمنيات و رغبات تحتاج مخيلتنا لما كنا أطفالاً قد يسميها البعض حلماً، و قد يراها البعض مجرد خيالات عابرة.

مقابلة جامعة الملك سعود

بعد انتظار مرير وصلت إلى غرفة المقابلة ، كان رقمها ثمانية . كان فيها ثلاث نسوة كما ذكروا في منتدى الجامعة- بل تخطوا هذه المعلومة . و توغلووا بشيء من التفصيل ، ليصفوا بأن إحداهن تدقق في تعابيرك وتحلل من خلالها شخصيتك و الثانية بشوشة لا تُرى إلا مبتسمة و الثالثة عابسة أثناء طرحها الأسئلة -مع أنني لم أجد من هذا الكلام الأخير صحة-، دخلت غير مصدقة أنني انتهيت من الانتظار الطويل الذي كاد ألا ينتهي والابتسامة تشق فمي فرحاً .وقعت اسمي و بدأت ينهلن علي بالأسئلة.. لتبدأ بالسؤال الشهير: حدثينا عن نفسك؟ و بطلاقة و ثقة و لله الحمد فعلت، معظم المقابلات الشخصية يتفحصون أسلوب تعبيرك عن ذاتك. لتكشف لهم شيئاً من مهارات تواصلك مع الآخرين ،غالباً ما يبحثون عما هو خلف تلك الأرقام و الأعمال. وهو شخصك و كيفية عرضها أمام من لا يعرفك، تواصلك البصري ،مهارات فهم السؤال المطروح، و الإجابة الدبلوماسية عليها، والكثير من الجوانب الأخرى. ومضة: اعرض نفسك كما هي، ولا تتصنع حتى لا تتلعثم في إجاباتك أو تناقض نفسك.

مقابلي الشخصية الأولى أقيمت باللغة الإنجليزية، كنت حينها في الصف الثاني الثانوي ،وتوافقت مع اختبار الأدب النهائي. عندما رشحت على مستوى المملكة لبرنامج موهبة الدولية أو بالأحرى " البرنامج الصيفي للأبحاث بجامعة الملك عبدالله للعلوم و التقنية" ،و التي رُشح فيها اثنان من زميلاتي انتهى بقبولهن، بينما أرضيت ببريد إلكتروني ينص على أنهم سيعرضونني ببرنامج صيفي عن بعد ،عوضاً عن الذهاب للدراسة صيفاً بالخارج.لزمني أن أختار مادة صيفية أدرسها عن بعد ،فاخترت الفيزياء و لم أضع في الحسبان أن أول تجربة لي في التعليم عن بعد ستكون بهذه الجدية .للأسف كان صيف عام ٢٠١١ م موافقاً لسفرنا إلى تركيا، ومن المعروف أن الكورسات الصيفية تكون أضغط من حيث الكمية و الزمن، مما يجعلها أكثر تحدياً من المنهج الذي يؤخذ على مدار السنة، إلا أنه لم يمنعني من المحاولة و السماع للدروس،قراءتها من الكتاب، حل الواجبات و تأدية بعض الاختبارات ، البحث الدائم عن إشارة للإنترنت والتي كانت جذر المشكلة، و تخصيص دفتر للمسائل الحسابية، بل أشركت أبي في بعضها. كانت المرة الأولى التي أتعلم فيها منهجاً علمياً باللغة الإنجليزية مع أنني أجيدها،لكن حينها تشابكت المتعة بالعلم و تعارضت خططي مع خطط أهلي فحال بيني وبين تحقيق النتيجة أمد بعيد.لم تتسنى لي الظروف الملائمة لإتمام التجربة بنجاح، وبهذا أكون قد مررت بتجربة قد تسمى ب"الفاشلة". رغم أن الفشل الحقيقي في نظري نوعاً من الخسارة الإرادية المتعمدة و التي تختلط فيها الأسباب بين الشخصية و البيئية، أن تخسر في تأدية

واجباتك، تخسر في القيام بحقوق والديك، تخسر وقتك في ما لا يفيد، تخسر علاقات ودية مع الآخرين، فهذه أمثلة للفشل في بعض الجوانب. أما الشخص الذي وإن خسر واستمر يصبر على هدفه و يعمل بجميع الأسباب فلا يعد خاسراً في نظري وكذلك الذي يبذل قصارى ما عنده لتحقيق مراده، لأن التجربة التي يسميها الآخرين بالفاشلة، ستغذيك بتجارب غنية وتعلمك دروساً إذا ما تفحصتها بعين الحكمة ونظرت إليها بموضوعية، فإنها بالفعل خسارة إن لم تستنبط منها ما يفيدك في حياتك و تضيفها إلى رصيد تجاربك. والمجتمع يعطي نظرة قاصرة عن التجارب بأن ما يقيس نجاحه أو فشله يكون محسوماً بالنتيجة، لكن ألا يعد ذلك مُجحفاً لمن هم في البدايات أو من لم يحالفه الحظ، فالنتائج بيد معطي الأسباب و ليس بيد الحيلة إن خرج عما هو مقدر و مكتوب . في المقابل، لما تتخوف من الفشل و تخشى وقوعك فيه، فأنت تمحص رغبتك الحقيقية فيزيد تملكك للمنحنيات و العقبات التي تواجهك في الطريق. صحيح أن الفشل يخلّف مرارة لا يمكن إنكارها، تجعل المرء يتمنى حينها لو يرجع للوراء ليصحح أخطائه و يراجع قراراته . لكن الفشل هو الذي عادة ما يقوي إرادتنا و يجعلنا نرى أنفسنا بوضوح أكثر، لنعود مستعدين للخطوة المقبلة باستعداد أكبر. من تجربتي هذه، أدركت أن الخيرة فيما اختاره الله -والتي تتكرر على مسمعي دوماً- إلا أنني لم أعي معناها بصدق إلا الآن. وأنه مهما بدت لي من المحاسن ظاهراً، فالحكمة قد تخفى علينا وهذا طبيعي. أمر آخر، أنه إذا ما أتت الفرص أن أدرس خياراتي بشكل كافي، و أحلل المميزات و العيوب و أنتقي بناء على وضعي الحالي وليس ما أتوقعه من نفسي .

وفي غرفة رقم ٨ سألت بفضول بادٍ على ملامحها :ماهي المشكلات التي يواجهها مجتمعنا؟ ولا زلت أذكر أجوبتي التي أحببت أن أختصر فيها قدر الإمكان: التدخين. و من رأيك كيف نجد لها حلاً..قلت لهم أن تمتع من البيع في البقالات والمحلات التجارية و من رأيي ،اللوم يقع أيضاً على الإعلام وخاصة الأفلام التي تُشاهد وتعرض فكرة التدخين على أنه شيء من التسلية و لذلك يأخذها الشباب لهواً، على أنه فعل لا ضرر منه.بل يغدو بين الأصدقاء كتحدٍ وأنها عند البعض، للأسف منبع رجولة .فسألوني عن حل لهذه الظاهرة.؟فقلت : الغرامة الصارمة و شبهتها بنظام ساهر .فلا شك أن البعض بدأ يتوخى الحذر ،بعدما هلكت مصاريفه بسبب الغرامة.فأي عاقل يريد أن يضيع ماله من أجل خطأ يعيد تكراره بلا مبالاة، حتى أن الرسول عليه الصلاة والسلام ذكر بأنه "لا يلدغ المؤمن من جحر مرتين"، لكنني لم أذكر الأخيرة،ربما لو أضفتها لزدادوا الأسئلة صعوبة.و لوهلة شعرت كأهم يستنجدون بحلول الشباب، لأنها أعادت السؤال نفسه، وأجبتها بطريقة مماثلة.

و أثناء حديثي أومأ رؤوسهن بالموافقة على إجاباتي، قارئة لغة الجسد في حركات أيديهم ،متذكرة بعض ما وُصف في كتاب "المرجع الأكيد في لغة الجسد".لآلان وباربرا بييز.بالطبع ما ذكرته لم يكن حرفياً ما قلت، لكنه يفسر الفحوى و المضمون.عند إجراء مقابلة شخصية يفضل مقارنة الصراحة و الشفافية أثناء حديثك عن ذاتك، فتشعر بأريحية و بقدرة أفضل على خوض أي نقاش. ما أثار استفزازي، عندما علمت أن نظام جامعة الدمام نفس نظام جامعة الملك سعود (نظام عنق الزجاجة-نظام السنة التحضيرية). وهذا يعني أنه علي الدخول

في سنة تنافس، أنُخل فيها . و لهذا السبب، ورغم قبولي بعد المقابلة في جامعة الملك سعود ، والتي في العادة لا تقبل إلا القلة من خارج الرياض. إلا أنه بعد الاستخارة رأيت الأنسب هو البقاء عند أهلي ، فالنظام واحد ولا يستحق الغربة من أجله، لا سيما أنها سنة مصيرية، تفصل بين القبول أو الرفض. عدنا إلى الظهران لننطلق في الضحى لإجراء الفحوصات الطبية الإلزامية للقبول و التسجيل . سار كل شيء على ما يرام، إلا عندما سحبوا الدم، أنبوب وراء آخر، و الدم الداكن المزرق يخرج على مهله . كنت على وشك أن أفقد الوعي، بعدما شعرت بالغثيان و بدأت أعرق عرقاً بارداً، تذكرت أن فطوري لم يتعدى التفاح الأخضر، طانة أنه السبب. لكن الأهم أن النتيجة ظهرت ممتازة ، اضطررنا -بسبب سياسة الجامعة- بعدها أن نعيد الفحوصات في مستشفى الجامعة، لكن هذه المرة بدون إغماء. تُقت كثيراً أن أكون من طاقم الطب أعمل لخدمة المسلمين و أعينهم في السراء و الضراء حتى وإن كان على حساب مخالفة التيار السائد. فهنا في بلدنا الحبيب رغم اقتناعي بالتغيير التدريجي في التصور النمطي حيال هذه المهنة قليلاً عما سبق، لكن من تمارس الطب عليها أن تمتلك مهارات فذة في التوازن في حياتها، وقبل أن تحصل على وظيفتها تكون قد اُثمت أثناء دراستها و ربما قُذفت. وكأنهن يقدمن على جريمة. لك أن تتخيل الإمكانيات المهولة و الطاقة الكامنة التي يحويها شبابنا إن هذبت في مسارها المستقيم كيف ستنهض الأمة

ومضة:يكفيك أن من يعلم السر و أخفى يعرف ما تكنه نفسك حتى تزكي نواياك للذي

يراه، فلا يلزمك تبريرها لمن يعترضك

اختيار التخصص قرار مصيري ، مهيب ربما، و تكثر حوله الآراء ، و أنت وحدك الذي سيتحمل نتيجة ذلك القرار. لكن لا تقلق، هنا سأحاول أن أخفف عنك عبء هذا القرار. لذلك إذا ما احترت في الانتقاء، يفضل أن ترى خياراتك بموضوعية ، و قد وزنت طرفي الميزان بالإيجابيات و السلبيات. فهذه الطريقة المثلى للإجابة على الأسئلة التي تختار فيها:

أ- كيفية اختيار التخصص:

١- الميول أم القدرات:

قد أطيل في التحدث بشأن اختيار التخصص الجامعي، مع العلم أنني أطرح هنا وجهة نظر و مجرد اقتراحات لأنه بالفعل سؤال يراود الطالب بصورة متكررة، خصوصاً إذا ما قارب الانتهاء من رحلة الثانوية. تخصصك هو المجال الذي ستمثله مستقبلاً لأنها سترسم صفحة من صفحاتك تاريخك، فالتخصص المناسب لك هو الذي تتلذذ بالعمل فيه لساعات طويلة و لا تكف الحديث عنه و الاطلاع على أجدد أخباره ، و الأهم عدم ممانعتك لقضاء السنين لتعلمه و إتقانه. لا بد عند اختيار التخصص مراعاة جوانب متعددة منها: توافقه مع ميولك و قدراتك، شغفك بعلوم التخصص و ليس بسُمعته، أنواع الوظائف الشاغرة ، حاجة سوق العمل، موافقته مع طبيعتك و شخصيتك، موقف أهلك من

التخصص ، تمكّنك من المهارات الأساسية اللازمة، مستواك الأكاديمي ، و الجامعات والكليات التي توفر التخصص. فقط تذكر أن التخصص لا يعني أنه يعبر كلياً عنك، و إنما يعبر عن صورة من آلاف الصور لألبوم حياتك. اختيارك لتخصص يناسبك يوفر لك عناء- احتمال- تحويلك من كلية إلى أخرى. و سألخص لكم في الفقرات التالية بعض النصائح المهمة عند الإقبال على انتقاء التخصص الجامعي والتي هي خليط بين البحث و تجربتي الشخصية:

• أولاً، اعرف نفسك جيداً، بالإجابة على الأسئلة التالية، و ابدأ الإجابة عليها في جلسة خاصة مع ورقة و قلم ، و لابأس من فنجان قهوة أو شاي :

- ١- ما هي نقاط قوتك و ضعفك؟
- ٢- كيف ترى نفسك بعد عشرة أعوام؟
- ٣- ما الذي تقضي فيه جل وقتك دون الشعور بمضي الوقت؟
- ٤- ما الذي يُلهمك و يُحفزك للقيام بأمر ما؟
- ٥- ما هي الشخصية التي لطالما أشعلت لهيب حماسك و أردت أن تتمثل بصفاته و إنجازاته؟
- ٦- ما هي هواياتك و الأعمال التي تمارسها عن حب و رغبة؟

٧- لماذا تحب هذا النشاط دون آخر، ما ميزة هذا النشاط عن غيره؟

٨- ما الرسالة التي تود إيصالها للناس؟

٩- ما الغاية التي تريد تحقيقها من هذا التخصص، النجاح، المال، الشهرة، منفعة البشرية أو غيرها؟

١٠- ما هي اهتمامات وهوايات أصدقاءك المقربين وكيف يقضوا فراغهم؟ فمن خلالها تتعرف على نفسك أيضاً..

إن معرفة لذاتك هي الخطوة الأولى و الأهم، عند الإقبال على أي قرار صعب في حياتك، ولن يخبرك بمصادقية و صراحة عن نفسك أحد إلا أنت، اجث عنها جيداً و لتكن حيادياً في التعامل مع النصائح التي يدلوا بها من حولك.

● ثانياً، اكتشف ميولك و قدراتك. هناك بعض المواقع التي يستفاد منها لمعرفة

التخصصات الملائمة للطالب:

١- موقع التوجيه الجامعي، هنا يلخص لك طريقة لها ثلاث خطوات، اكتب قائمة باهتماماتك، مهاراتك و مزاياك الشخصية. ثانياً، حلل هذه القائمة بتقسيم الورقة إلى عمودين بحيث تكتب بجانب كل ميزة ما يقابلها من مهن مناسبة، مثل: أحب التعامل مع الآلات...مهندس ميكانيكي. وأخيراً، البحث عن أشخاص ومصادر تتحدث عن هذه المهن و الوظائف، فمن خلالها ستتأكد من رغبتك. <http://www.college-help.org/page.aspx?PageID=2269>

٢- هذا الموقع يوفر لك خدمة (اكتشاف) و هي خدمة تلزم الدفع، مع إعطاء تقرير مفصل و كامل عن أي ذكاء تتميز به من بين الذكاءات المتعددة، و توفر لك موسوعة كاملة عن التخصصات التي تناسبك و كذلك عن ميولك الشخصية و المهنية [/http://www.shabab12.com](http://www.shabab12.com)

٣- هنا مقياس تجريبي مجاني مقدم من مركز قياس مكون من ٩٨ سؤال يعد دقيقاً إلى حد ما، قد يستغرق منك نصف ساعة، حسب سرعة إجابتك على الأسئلة و مصداقتك فيها. لقياس ميولك و يصنف رغباتك إلى محاور مختلفة . و يعرض عليك صفاتك الشخصية و المهن /المجالات المناسبة. <http://qiyas.hrdf.org.sa/Students>

٤- هنا موقع منار، لقياس ميولك المهنية ، فقط اختر " أميل " أو " لا أميل " في اختبار مكون من ٥٠ سؤال.

<http://www.almanar.jo/AlManarWeb/Default.aspx?tabid=125&lang=ar-JO>

٥- هنا أيضاً اختبار جميل مقدم من صندوق تنمية الموارد البشرية. سيسهل عليك تشخيص اهتماماتك و قدراتك، من ثم يعرض عليك المهن المناسبة لها:

http://cat.hrdf.org.sa/cat_profil_register.php

لعل هذه المواقع تفيد في توضيح بعض معالم اختيار التخصصي الجامعي المناسب لميولك و قدراتك الشخصية، و هناك الكثير غيرها.

• ثالثاً، اجمع و حلل:

بعد أن تعرفت على شخصيتك و أديت اختبارات تحديد القدرات و الميول. تكون قد أتممت نصف المهمة. يبدأ النصف الآخر، بالبحث عن التخصصات المتوفرة في الجامعات أو في برامج الابتعاث التي تتوافق مع قدراتك و ميولك .

ادخل على موقع وزارة التعليم العالي التي توفرلك بكبسة زر معظم إجاباتك على الأسئلة التي قد تراودك عن الجامعات الحكومية و الجامعات الأهلية ، بل حتى برامج الابتعاث. شخصياً أنصحك بالاطلاع بالتفصيل الممل على الجامعات - الكليات الموجودة في مدينتك أولاً، ومن ثم اتسع لترى خياراتك الأخرى..

بعدها تعمق في التخصص أو التخصصات التي تريد، حلل مميزاتها و عيوبها ، و ابحث عن تحققها لثلاث محاور: القدرة ، الفرصة والرغبة. هل عندك القدرة على النجاح و التميز فيها، هل لديك رغبة حقيقية بالتخصص في هذا المجال، هل هناك فرصة مستقبلية لهذا التخصص؟

مثلاً: إذا كنت راغباً لتخصص الهندسة الكيميائية، لأنك أدركت أن لك ميول في الكيمياء و حب لهذا العلم، هذه الخطوة الأولى. الخطوة الثانية، أن تكون واثقاً

بقدراتك في أساسيات التخصصات على سبيل المثال مهارة الحفظ و حل المعادلات الرياضية. و أخيراً ، بعد أن تبحث و تسأل عن الفرص الوظيفية لهذا التخصص، تجد أن هناك كليات متوفرة محلياً و عالمياً لهذا التخصص و أن هناك طلب عالي لخريجي هذا التخصص من قبل الشركات على الأقل للعشر السنوات القادمة. ماذا يعني هذا؟ أن التخصص الذي اخترته يحقق تلك الشروط ، الرغبة ، القدرة و الفرصة.

تذكر: أنه لا يوجد تخصص للحفظ ، و تخصص للفهم. فغالبا التخصصات يشمل الاثنين معاً ومهارات أخرى أكثر أهمية كالاستنباط و التحليل و غيرها.

رابعاً، استشر و استخر.

أ- الاستشارة:

القاعدة الأولى عند الاستشارة هي أن لا تعتبر كلام من تستشيرهم وحي من السماء، بمعنى إجاباتهم تحمل الخطأ و الصواب. القاعدة الثانية، افصل بين الآراء الشخصية و بين الحقائق. مثلاً: تذهب لتسأل عن تخصص جراحة المخ و الأعصاب، فيخبرك أحدهم أن جراحة المخ و الأعصاب تخصص صعب جداً و قد لا يكون لك مستقبل فيه، و أنك لن تجد وقتاً للراحة. و يأتي مستشار آخر يقول لك، أن التنافس على تخصص جراحة المخ و الأعصاب عالي، و تحتاج إلى معدل مرتفع لا تقل عن نسبة (س) و يلزمك قضاء ساعات طويلة أثناء العمليات

ما يقارب (مثلاً: ١٢ ساعة) في العملية الواحدة أحياناً، فالأولى رأي و الثانية حقيقة. و القاعدة الأخيرة ، هي أن لا تقتصر في طلبك للاستشارة لعدد معين من الأشخاص، حاول ضم أكثر عدد ممكن من الإجابات و الآراء، لأن لكل شخص كينونته المستقلة و تجربته الخاصة.

ابدأ باستشارة المتخصصين في المجال الذي ترى نفسك فيه. اسألهم عن طبيعة التخصص، المهن و الوظيفة المتوقعة، عن المهارات اللازمة، عن طبيعة الدراسة. جهز أسألتك ، رتبها و اجث عنهم، سواء تعرفهم من حياتك اليومية، أو على مواقع التواصل الاجتماعي. ويمكنك أيضاً سؤال طالب أو متخصص. فالطالب سينفعك في طبيعة الدراسة و متطلباتها و شروط القبول في الكلية. أما المتخصص ، فسيفيدك أكثر في طبيعة المهنة لاحقاً و إعداد السيرة الذاتية و ساعات العمل ، و المهارات الوظيفية و غيرها. يوجد في بعض الأحيان ، أيام تعريفية عن شروط القبول في الكليات تقيمها الجامعة، اجث عنها و اسأل لكي تتعرف على معايير القبول و التسجيل.

ب-الاستخارة:

قبل الدخول إلى السنة التحضيرية و أثناءها استخر الله على ما تُقدم إليه. استخره على اختيارك. فليس دائماً ما نريد هو الخير الذي يريده الله لنا، كلما كنت راضياً

و مقتنعاً بقضاء الله و قدره و نصيبه الذي كتبه لك، زدت قناعة واطمئنان و
راحة. فلا يستشعر هذه النعمة إلا فاقدها. واحمده على ما قد كتبه لك. أما صفة
صلاة الاستخارة تتصف بأن تصلي ركعتين و قبل التسليم أو بعدها تدعو : "اللهم
إني أستخيرك بعلمك و أستقدرك بقدرتك و أسألك من فضلك العظيم فإنك تقدر ولا أقدر و تعلم و لا
أعلم و أنت علام الغيوب، اللهم إن كنت تعلم أن (ذكر حاجتك) خير لي في ديني و دنياي و معاشي و
عاقبة أمري، فاقدره لي و يسره لي ثم بارك لي فيه. و إن كنت تعلم أن (ذكر حاجتك) شر لي في ديني و
دنياي و معاشي و عاقبة أمري فاصرفه عني و اصرفني عنه و قدر لي الخير حيث كان ثم ارضني به"

اعلم أنك تستخير و تطلب من موزع الأرزاق، و عالم الغيب و الشهادة و ما
تخفيه الصدور ، بأن يكتب لك الخير الأنسب لك أنت و لتفاصيلك التي حتى
أنت لا تعلمها.

الفصل الثاني: فوضى أحاسيس

هبت رياح المعالي

تفرقي يا غيوم.. احنا سهرنا الليالي .. ما يسهر إلا النجوم . هذه إحدى مقتطفات أنشودة جامعتي الجديدة ،جامعة الدمام في اليوم التعريفي، لترحب بأصحاب الهمم. بان على كلماتها الفخر و الاعتزاز الكثير و ربما المبالغ فيه. لكن من يدري،فالأيام القادمة ستكشف لي الجامعة نفسها،و عن حكايات الوجوه التي تحيطني و الكثير من غموض تلك المباني المتفرقة. كنا في قاعة العثمان، حيث باطنها قد خالف تصوري المصحف من الخارج، لتعلمني الجامعة أول درس، بأن لا أحكم بناء على ظواهر الأمور. مئات المقاعد احتجزتها الطالبات ،لإيهامي بأنه لا يوجد مقعد شاغر . كان شعوري مختلط بين الغربة و الحماس. فعلى الرغم أنني لم أتعرف إلا على اثنين أو ثلاثة ممن سبق لي معرفتهم في مدرستي الا أنه أصابني الصداق من فرط الأصوات الصاخبة . الأفكار التي راودتني ولا سيما فكرة أنني سأتنافس مع هذا الجمع الغفير طردت النعاس الذي غط جفني ذلك الصباح.رغم سعادي بأن الدوام سيبدأ الأسبوع القادم، إلا انه علينا الخضوع لاختبار يحدد مستوى الطالب في اللغة الإنجليزية. فدوامنا فيما يبدو سيطلق، فالفسحة أصبحت استراحة مدتها ساعة تنقضي سريعاً بين الغداء و الصلاة و الصديقات، و الحصص استبدلت بالمحاضرات لتصل عند بعضها إلى أربع ساعات. وداعاً لأيام الدلع و الدلال كما سبق أن قيل لنا . الليلة الماضية خرجت إلى القرطاسية التي عادة أسبقها بورقة من

المدرسة تقترح احتياجات الطالب خلال العام الدراسي، أما في هذا العام الجديد فدخلت في حيرة من أمري ..أبحث عن ما قد أحججه بالتأكيد، كأقلام التحديد الفوسفورية (:). وفي اليوم الجامعي الأول الذي تمنيته مثالياً، قمت كالديك قبل الجميع. رغم فرحي بأن دوامي الآن أصبح متأخراً، إلا أن ساعاتي البيولوجية رفضت إلا أن أطيعها. قمت لأرتدي ما جهزته من الليلة السابقة كأني طالبة جامعية، تنورة طويلة مع قميص أبيض في منتهى الرسمية ، لأنطلق بحقيتي مع والدي لتبدأ أول رحلة "سنفورية" إلى الجامعة مع سائقنا الجديد . كانت الجامعة بعيدة عن المنزل، كأننا إلى المطار مرتحلين و الشوارع مزدحمة بالسيارات. دخلت القاعة، وسط اكتظاظ من الطالبات و الضجيج أصم سمعي، عيني تتجول بحثاً عن ملامح مألوفة ، وحينها فهمت ما رمت إليه أُمي لما وصفت الجامعة ب أنه " عالم آخر "

ومضة:تلذذ بالأيام الأولى، و لا تحمل هم بعثرة نظامك القديم خصوصاً نظامك الغذائي و نظام نومك، فمن الطبيعي جداً أن تتغير عند التأقلم، لكن احرص أن لا تدوم الفوضى حتى لا تدرك مخاطرها.

هذول بنات صحي ما يلعبون

أُلقيت هذه العبارة وسط الممرات ليضمحل أثرها إلا في نفسي، صدرت من طالبة في مسار آخر و لما سمعتها تناثرت حواسي و أضاءت بكلماتها طريقي. أشعلت فيني التفاؤل و بأن أستزيد من العزيمة، رغم كلماتها الملقاة بلا اكتراث إلا أنها ذكرتني برؤيتي وهدفي الثابت أمامي

و كلى قناعة بنصبي و كلى أمل بالغد و باليوم.الأسبوع الثاني لخصت تجرتي من بدايتها في أمرين "النوم و الأكل" و على الرغم من الوقت الذي يذهب في الدراسة و المذاكرة الا أنه مع قلة المواد يخف شيئاً من الضغط، لكن ولأن عامنا هذا يتحتم عليه تنافس ساخن لدخول التخصص الذي يرغبه الطالب ،فعليه تشتد وتيرة القلق و الضغط النفسي وليعيننا الله على ما سيحصل.

ومضة: هذه فترة ملائمة لتكسب عادات حميدة و تحذف عادات سيئة.

الفصل الثالث: الصراحة

عادة لا بد التخلص منها

بالعادة توفر جامعتك العديد من الدكاترة الأجانب ذوي أصول دينية مختلفة وثقافات متنوعة، وذلك جيد للاختلاط بخلفيات مختلفة و تعلم ما هو مفيد و ترك غير ذلك. كان الفضول نحو يومنا الوطني دافعاً للتساؤل أثناء إحدى محاضرات الانجليزي. أرادت أن تتعرف على الأنشطة المقامة لهذه المناسبة، وما الاحتفالات والمهرجانات القائمة ، لكن ما أن بدأت الطالبات بالتجاوب حتى نفرت و بشدة، فمنهن من ذكرت أنه في هذا اليوم يكسرون نوافذ المحلات و تكثر السرقات و أن منهم من يتسلق عمود الإنارة في الشارع فيسقط مصاباً أو حتى ميتاً، و أن بعضهم يخرجوا بملابسهم الداخلية لا يستترهم سوى العلم، ما أزعجني هو ليس فقط النظر إلى نصف كوب الماء الفارغ، بل تعميم ذلك كأنها حقيقة لا يمكن تسويتها بل و نشرها كالغسيل. علينا أن نتخلص من عادة التَشَكِّي و التذمر للآخرين، ولا سيما للغريب. لنفترض أن كل ما قيل سليم، وهو بلا شك يحمل شيء من الصحة. ما الهدف المنشود من الشكوى..؟ ما الفائدة المتحصلة عند إظهار العيوب و دفع المحاسن جانبا؟ هي بلا شك لن تهتم بحل مشاكل المجتمع؟ فهي وإن اهتمت، فليس بيدها حيلة. كأننا بذلك نستقصد إظهار التخلف، وننكر أن لشبابنا طاقة لو وُجِهت في مسارها الصحيح، لصرنا من مقدمة الركب لبناء الحضارة. من المحزن بأن ترى أعلام وطنك و التي ذكرت عليه لفظ الجلالة تدهس مع عبور السيارات و كأن قيمتها لا تأتي إلا مع الرقص و الأغاني و من المؤسف حقيقة حدوث بعض هذه المواقف التي حكى عنها زميلاتي. وبالفعل بدأت تأخذ حذرنا فهي ما أن أجنبها

حتى اعترفت بمزيج من الفكاهة و الضحك:أخفتموني من هذا المكان..؟ العجيب أنهم ترفعوا عن ذكر محاسن ما يفعله النصف الآخر من المجتمع.أن منهم من يعبر عن وطنيته بالتطوع و بإطعام الجوعى و بالتصدق للفقراء تعبيراً عن امتنانهم و فخرهم بالانتماء لأرض الحرمين الشريفين.من الطبيعي أن لكل شعب مزايا و عيوب، و ليس هذه دعوة للتستر عن الأخطاء، كأننا عميان عنها. لكن مراعاة الدبلوماسية في الحوار. و المحب الحقيقي للوطن لا يستتر عن عيوبه تماماً ولا يجاهر بها، يقول الرسول صلى الله عليه و سلم قال: "كل أمي معافي إلا المجاهرون" و المجاهر: من يظهر للناس سيئاته و أفعاله السيئة سواء الدينية أو الدنيوية. لك أن تتأمل حق الدين علينا في التعامل مع ثغراتنا، إن سؤلنا من غريب أو قريب، أن نجيبه بصراحة و بموضوعية غير متغافلين عن الجانب الجيد، ولا أقصد التظاهر بالمثالية، فخير الأمور الوسط.

ومضة:حق لدينك و وطنك عليك، أن تتحدث بموضوعية عنه ، سواء للقريب أو البعيد.

فمنها اعتراف بالفضل و منها إصلاح للخطأ.

ما وراء الكواليس

الليلة كنت أتصفح تويتر و كانت احدى المواضيع المتداولة تتناول قضية المرأة، و كالعادة في المجال الصحي .سؤالي هو : متى سيبرد هذا النقاش ليثلج حتى الموت؟. العجيب أننا في القرن الحادي و العشرين ،ولا زلنا بين مد و جزر في قضية تافهة، و القضايا كثير . ما لا يعرفه هؤلاء الناس ما يحصل خلف الستار، عراكها مع ذاتها وراء الكواليس،رغبتها بمداواة المصابين، حلمها باكتشاف علاج للأمراض أودت بالملايين، و رغم كل ما يسمعه من شتم و تجريح حيال تخصصهن، شدوا الأحزمة و ربطوا الوثاق ليحققوا طموحاتهن، ساعين لخدمة الناس ، كما سبق لغيرهن من النساء. هذه هي الحقيقة التي عميت عن البعض. فمن كان يداوي جروح المقاتلين غير النساء كأمثال أم الحسن الطنجالي و الشفاء القرشية و رفيدة الأسلمية ولا ننسى بيت بني أزهر الأندلسيات و الكثير ممن أسهموا في بناء حضارتهم سواء كانت إسلامية أو غير ذلك .فما الذي يمنعنا من استرجاع ذلك المجد، أهي سمعة المجتمع التي انساق حولها المتجاهلين لتاريخنا المكسد بقناديل العظمة، أم تعصب أعمى لعادات و تقاليد ليس لها مقعد شاغر في قاعة هذا العصر المزدهم بالتقدم بشتى أنواعه. فإذا مرضت الأم، الزوجة ،الابنة أو الأخت.هل سيرضى أن تداوى من قبل رجل غريب. ولست هنا لأخذ منحى فقهيًا ، إلا أن الخيارات محدودة، إما تعالج من قبل طبيبة أو طيب.متى يعي المجتمع أن المرأة نصفه و أنه كتفها الآخر ،و أن قيمتها مكافئة تماماً للرجل لا أقل و لأ أدنى من ذلك ،على الأقل بداعي الاحترام،فقد يستدل البعض أنهم ناقصات عقل ودين ليحتم النقاش و ينهي الحوار برمته. إن

نقصان دينها لا يعود لفسق مطبوع في جيناتها وإنما لما يصيبها كل شهر ، و نقصان عقلها ليس لشئمة الغباء بل لغلبة العاطفة في فطرتها، والدليل إن مكتشفة اليورانيوم أقوى مادة يصنع منها السلاح النووي ماري كوري أول امرأة حازت على جائزة نوبل للعلوم. وليس ببعيد عن تاريخنا الإسلامي أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها التي علمت رجالاً و نساء في علوم الفقه والحديث، هند بنت عتبة رضي الله عنها و التي خرجت ببسالة للقتال كتنفاً بكتف مع صفوف المجاهدين ، أول زوجة للرسول عليه الصلاة و السلام خديجة بنت خويلد التاجرة التي ذاع صيتها ، الخنساء التي كان لشعرها عدوبة و إعجاب استطابه الرسول عليه الصلاة و السلام ، شجرة الدر التي تولت منصب قيادي لتولي شؤون الدولة حينما توفي زوجها و الأمثلة هنا تطول. أجزم أنه ما كان ليفعلها ناقص عقل حسب الفهم السائد والذي راج بين أوساط العامة. و ببساطة أن شهادة رجل واحد تعدل شهادة امرأتين، وهذه حقيقة توقيفية ، لا يجدر بنا اتخاذها عذراً أو التبحر فيه بحيث نغرسه في جميع مجالات الحياة، وبذلك نوهن الثقة في نفوس إناثنا. إذا لم يتم دعمهن و رفع معنوياتهن اليوم، عصر التقدم السريع الذي في اليوم الواحد تكتشف مئات الاكتشافات العلمية ، تنشر مئات الأبحاث العلمية، و تجرى التجارب في المعامل في شتى ميادين العلوم، ففي أي عصر؟ متى يعي مجتمعنا أننا بحاجة لهن، اعترفوا بذلك أو لا، أرى أنه ما دامت المرأة ملتزمة بمبادئها و شغلها الشاغل في خدمة المرضى و توفير الرعاية لهم فما المشكلة .

ومضة: أخلص نيتك لله، و تذكر أن الإثم ما حاك في الصدر و كرهت أن يطلع عليه الناس.

طبيعتنا الانسانية

"كل شيء عظيم كان ذا بدايات صغيرة متواضعة، ألم يبدأ الإسلام بالسر"

في داخلنا نحن بني البشر، هشاشة. يعترف بها البعض، و يغلفها البعض الاخر بدمامة خلق، كلام جاف، ملامح قاسية أو فقط بالبرود. لأننا نريد حماية ذلك العش الهش من التهشم، والأهم أن لا نعطي مجال ولو ضيق لذلك . في محاضرة الانجليزي طُلب منا إلقاء ما كتبناه عن موقف مؤثر في حياتنا،و التي ساعدتنا على النضج. فتنوعت القصص ،و انتشرت الدموع المرة، أحاسيس ثقيلة أخفيناها،و قيم تجذرنا عليها نراها تُدهس أمامنا لتعلمنا الدروس بالطريقة الصعبة. هذه سنة الحياة . منهن من لم تتمالك نفسها في إخفاء ملامحها و هي تسترجع الأحداث في غضون ثواني متذكرة الموقف بتفاصيله الموحجة الأولى. و ليس كأنه موقف ثنته الأيام. إحداهن فلسطينية مرت بموقف حرج أشبه بما نراه في أفلام الأكشن، وهو بعيد كل البعد عن ذلك في واقعه، وهو أن اقتحم الجنود الاسرائيليين منزلهم فاستخبوا و خطفوا أحد أفراد العائلة. كانت تحكيها بصوت متحشرج و بشجاعة لم أر لها مثيل. قامت أخرى تحكي عن صديقتها السورية المقربة والتي لا تنفك الثانية عن رسم ابتسامة بريئة طاهرة على شفيتها كل يوم، عانت كثيراً من الحرب فتشرد أهلها و فقدت الكثير..وأثناء إغراقنا بتفاصيل الحدث و تفاصيل علاقتهما بدا انفعالها جلياً ، لتصل لذروتها ، فخفضت رأسها و بكت حتى انتهت من حديثها بجفاف وكأنها محتطفة من واقعنا، إلى واقع لا تدركه أبصار من في القاعة الدراسية. قامت أخرى تحكي عن الصداقات السيئة التي مرت بها و المجموعة التي صادقتهم،

حيث كانوا يتواعدوا و يتحدثون مع الجنس الآخر . كانت تبكي بحرقه، بغيره عليهن بادية في نبرة صوتها و الدموع تفيض من عينيها ،لتكمل بجرأة و غير مبالية بما انساب على خديها، مما جعل خطبتها من وجهة نظري تبدو أصدق و ذات معنى أسمى . فالقيم التي حكيها زميلاتي خلف بطانات الكلام كان جديراً بالتقدير و الإعجاب. كنت فخورة بزميلاتي للغاية على الرغم من أن علاقتي بهم سطحية و لم تتعمق بعد، لكن اتضح لدي اليوم مدى شفافتهم، مدى صدق أحاسيسهم و رقة مشاعرهم. بانث عند البعض منظومة الأخلاق و الهيكلي القيمي الذي ينطبق على أنفسهم و على علاقاتهم بالآخرين وكان أبرزها العدالة. تشاركنا ساعة لتحدث عن المكان الذي نخبئه عن الجميع و نغزله في صدورنا حتى نتناساه في وحدتنا. ورغم أن الأسرار لا تنشر ، ولا يستحق الجميع سماعها ، لكن يبقى وجداننا واحد و إنسانيتنا واحدة. كنت أفكر قبل أيام عن ماهية السر و ما الذي يجعلنا نتحرى إخفاءه عن الآخرين، وما الذي يميز السر حتى يخفى. و توصلت الى أكثر من نتيجة أحدها، أن الصراحة مع الآخرين في ما يخصك، تقيك ممن ينوي بك الباطل بإذن الله، لذا لن يجد الآخر ما يحمله ضدك. النتيجة الثانية، تتمثل في خصائص السر، اكتشفت أننا لا نمانع نشر السر ، دامه ليس نتيجة خطأ نقتره و يستقبه الآخرين . لا نحب مشاركة أسرارنا، لأننا لا نحب مشاركة أخطاءنا. ولما نجعل نتيجة أخطاءنا ونجمل ردة فعل الآخرين نحوها، نُؤثره لأنفسنا فيبقى السر مستودعاً في جوف صاحبه، لتبقى بينه و بين ربه.

ومضة: احذر من مشاركة أي أحد خصوصياتك ، فإن كان الكلام من فضة فالسكوت من

جريدة قهوة و تأمل

نعم، هذه العناصر التي أستفتح بها فترتي الصباحية قبل بدء المحاضرة . توصلت إلى قاعدة اليوم، و هي ابحث بنفسك عن مصلحتها . لا تنتظر من أحد أن يؤدي عنك مهمة، انفض بنفسك ، و تحمل مسؤوليتها. فأنت الذي سيجني ثمار أو يكسب مضار قرارات تُعنى بصحتك ، نومك ، انضباطك ، مستواك التعليمي ، هواياتك ، صداقاتك ، مدى تطور مهاراتك ، مدى انخراطك في المجتمع، مدى تفاعلك في الأنشطة اللاصفية، مدى تحسن لغتك . وللشأن الأكاديمي في هذا أولوية. عليك أن تعرف كيف تنظم شؤون حياتك الخاصة ، و ترتب وقتك بنفسك، وكيف توازن بين الدراسة وأعباء المنزل . وعلى السنفور-ة توسيع آفاق الحواس ، لالتقاط ما وراء الستار، عليك أن تعرف كيف تجري الأمور خلف الكواليس ، وإلى من تتحدث حتى يفيدوك ، وكيف تحصل على الكتاب الفلاني سريعاً ومن أية مكتبة، و ملاحظات مهمة من الدكتور-ة الفلاني-ة و الأجزاء المهمة التي نوهت في المحاضرة. أخيراً، عليك أن تعرف الطريقة الأمثل لك للدراسة و كيف تحفز نفسك إذا مللت، وهذا يتغير مع مضي الوقت و بحسب المادة و لاشك يأتي مع التجربة. في كثير من الأحيان، توفر لك الجامعة بيئة فيها اعتماد كلي على الذات، لتتحمل المسؤولية وتتعلم الاستقلالية. فتبدأ بترتيب أولوياتك و توضيح هدفك لتتذكره كلما تكاسلت أو طغى عليك العجز أو اليأس. قد تضطر أن تغير شيئاً

من خصالك التي اعتدتها في الثانوية للتأقلم مع البيئة الجديدة . فتستبدل القديم بالجديد،
السيء بالحسن والخبيث بالطيب . فهذه فرصة رائعة لتجدد من ذاتك، لتبدأ صفحة جديدة
من تاريخك، و تتحلى بِسمات تمنيتها في نفسك، فاليوم ترى طلبة و دكاترة من مختلف
البلدان و أصحاب اهتمامات متعددة.فالمتواضع و المعتز ،تجد من يأتي ليتظاهر بالبذخ و آخر
بالكاد يجد قوت يومه. هناك من لا يجد وقتاً ليحك رأسه من ضيق جدولته فبالكاد تراه، و
آخر يتقلب يمناً و يسرى باثناً شكوى ملكه على مرأى و مسمع الجميع .فإن خضت معهم
القمة و القاع ،سترى السند الحقيقي و الزائف المنافق.و كما استشهدت لنا معلمة الانجليزي
بشأن الصداقات:هناك أصدقاء لسبب و آخرون لزمان محدد و آخرون مدى العمر.

There are friends for a reason, friends for a season and
friends for a life time

مزجت التعليم بالتربية.فهي لا تعلمنا فحسب ولكن تؤسسنا للحياة عامة، تحثنا باستمرار
على البحث و التفكير النقدي وترك السذاجة بعدم تصديق كل ما يقال ،وفي نهاية الأسبوع
تهدينا دفعة معنوية لتشحد الهمة ، مُدركة مقدار الضغط النفسي الذي نشعر به حيال المنافسة
و المقاعد المحدودة للتخصصات المرغوبة. فنظام تعليمنا للسنة التحضيرية تؤكد بأنه ليس لأي
أحد مقعد مضمون للكلية المرغوبة أياً كانت، فليس هناك مجال حتى لفيتامين واو أي الواسطة
، و بناء على ذلك يحمى التنافس و يزداد التوتر.

ومضة: ليس بيدك حيلة إلا أن تتوكل على الله و تعمل بالأسباب.

المحطة الرابعة/جدليات حول الجامعة

من المهارات الأولى والمهمة التي تتبناها بعد التخرج من المدرسة، هي كيفية اتخاذ القرار الصائب، و التي تدريجياً تصقلها وفق رغبتك و بيئتك العائلية و ظروفك الشخصية. تظهر هذه المهارة جلياً، و تبرز أهميتها لاسيما قبل الدخول إلى الجامعة. حيث يواجهك مفترق طرق بصورة متكررة إلى أن تستقر في كليتك، بل حتى بعدها. و سأستعرض بعضاً من الجدليات التي قد تواجهك ،حتى أزيل عنك بعض اللبس الذي قد يؤثر سلباً على قرارك الذي تتخذه:

أ- الدراسة في الداخل أم ابتعاث للخارج:

تخرجك من جامعة سعودية أو أجنبية من ناحية شهادة البكالوريوس ليس بينهما فرق شاسع،و إنما الذي ينظر إليه بعين الاعتبار، هو مقر حصولك على الدراسات العليا. للدراسة داخل الوطن وخارجه مميزات و عيوب :

الابتعاث للخارج	الدراسة في الداخل
قد يضطر الإعتماد على نفسه في أبسط الأمور ، مثل الطهي ، و الترتيب و الغسيل و دفع الإيجار ..	يتولى مهمة الطهي و الترتيب و الغسيل أشخاص آخرون غالبية الأحيان.
يلزمك إجادة اللغة حتى تتواصل مع الناس	لا يلزمك إجادة اللغة، لكنك غالباً ستتدرب على أساسيتها في أول سنة لك في الجامعة
تكون بعيد عن أهلك، و بعيد عن بيئتك الثقافية المعهودة	غالبا تكون مع أهلك، أو على الأقل في بيئة ثقافية تألفها

الاحتكاك بمخالفك فكراً، عقدياً، ثقافياً محدود	غالباً ما تتعامل مع من يخالفك فكراً، عقدياً و ثقافياً.
عادة ما يقاس أداءك على مبدأ (خزن و فرغ)	عادة ما يقاس أداءك على مبدأ (افهم و ابحث)

إن اختيارك للدراسة في جامعة محلية أو الابتعاث للخارج، يكون بناءً على أمور كثيرة منها: تخصصك الذي تريد، وعلى مدى تحملك للاغتراب، وكذلك قدراتك اللغوية و الكثير من العوامل الأخرى.

كما أنه في الغالب الخيار الأيسر للطالبة ، هي جامعة محلية. ولا يعني عدم قدرة الطالبات على الابتعاث و تحمل مشاقها. لكن ، هناك تفاصيل و منحنيات كثيرة يمكن تفاديها بالدراسة في الداخل. شخصياً، أجد الدراسة في الداخل للتأسيس، و يمكن إكمال برنامج الماجستير أو الدكتوراه في الخارج.

ب- رغبتك أم رغبة أهلك:

لا قدر الله إذا تعارضت رغبتك في تخصص دون آخر، أو أزموك والديك بتخصصات معينة. و لك رغبة في تخصص مختلف، أنصحك بالآتي:

- اعلم أن طاعتك لأهلك و أهلك لا تقتضي تحكّمهم في اختياراتك، و إلزامك بما يتمشى مع رغباتهم. حتى ابن تيمية رحمه الله قال في موضوع الزواج "ليس لأحد الأبوين أن يلزم الولد بنكاح من لا يريد..." لأن في النهاية أنت وحدك من سيتحمل عبء قرارك .

- اطلب منهم النصيحة ، و شاورهم في أسباب رفضهم لاختيارك. لا تدعها جلسة عابرة، حاول إنهاء أي مسألة خلافية خلال الساعات التي تقضيها مع والديك. مع مراعات نبرة صوتك ، إيماءاتك و ألفاظك.
- بلطف ذكر والديك أن تخصصك الذي تختاره هو رغبة كاملة منك و عن قناعة و أنك تحترم و تقدر آراءهم. و أخبرهم عن أسباب اختيارك للتخصص حتى تحاول إقناعهم به.
- من المهم أن لا تدع موضوع التخصص يتفاقم ، و يسبب إحراجات و حساسيات لا داع لها بينك و بين والديك.
- حاول إدخال طرف ثالث ، يتفهم ظرفك و يعرفك و والديك شخصياً، ويمكنه مناقشة الطرف المعارض بأسلوب مقنع و لطيف، بدون تجريح.
- تقنص الأوقات المناسبة و المزاج المناسب لوالديك حتى تفتح معهم الموضوع .
- اعلم أن والديك، لم يكونوا ليرفضوا اختيارك أو يرغموك على اختيار إلا عن حب و اهتمام و رعاية بك، حتى و إن لم يعترفوا بذلك أمامك. لذا لا تعتقد بأنهم يريدون عُنوة تحطيم آمالك.
- احك لهم قصص حقيقية لطلبة لم يحظوا بنجاح أو توفيق في تخصصاتهم التي لم

تلائمهم لكنها وافقت رغبة والديهم ، و أخبرهم عن السنين التي قد تضيع بين
تحويل من كلية لأخرى، و من تخصص إلى اخر.

- ادع الله أن يفتح عليك و عليهم،و أن ييسر لك و لهم سبل الرشاد. و أن يوفقكم
لما يحبه الله و يرضاه. و لا تنس الاستخارة.

الفصل الرابع: الفضول وقود المعرفة

ابدأ الآن

خلال هذا العام المزدحم بالتوقعات و بتحقيق الشروط الصالحة لتصبح منتمياً للكلية المرغوبة، ستلاحظ تدريجياً تغييراً يسبق تغير زيك و معلميك، بل حتى في أغلب الأحيان زملائك السابقين في الدراسة. أولاً ستكتشف الكثير من خفايا نفسك، ثانياً ستكتشف الطاقات الكامنة فيك، و تجهل - بداية - كيف تُسخرها فيما يفيد، فرأيت من الأفضل رسم خريطة لحياتك. و تقسمه على أجزاء، لكل يوم، أسبوع وشهر أهداف، لتحقيق رؤية نفسك في الخمسة أعوام القادمة أو العشرة، لا يهم متى تبدأ، المهم أن تبدأ ولو بدأت من القاع، حتى تهينك لما هو أصعب . إضافة، الى أن المرحلة الجامعية توفر لك الحرية و تعطيك منفذ لاتخاذ القرارات بحيث يتناسب مع مصالحك، فتنشئ مشاريعك، وتنضم لنوادي، توسع نطاق علاقاتك ، تكرس نفسك لدراستك و تتطوع لتصبح إنسان فعال، بل مجرد الاكتفاء باستمرارية عادة القراءة، يضمن لك فرصة إضافة قيمة فكرية لك و لمجتمعك.

رحلة اكتشاف الذات

المرحلة الجامعية مرحلة تتسم بالرغبة في العطاء ، تتميز بالإنتاجية فيما إن أشغلنا أوقاتنا لصالح الأحلام الكبيرة التي في مخيلتنا. لذا من المهم أننا كشباب أن نعرف أنفسنا جيداً، لنغتنم الفرص المناسبة لنا، و نعطي المفيد متى ما استطعنا. فالصحابة رضوان الله عليهم كانوا في مقتبل أعمارهم و أسهموا بما برعوا به ، فعلى سبيل المثال و ليس الحصر . خالد بن الوليد الذي برع

في فنون الحرب و القتال، حسان بن ثابت الذي أهم الجيوش وقت الفتوحات بأشعاره الجزلة و أبو موسى الأشعري الذي تميز بحسن صوته عند تلاوة القران. ما اشترك به هؤلاء ، هو أنهم أدركوا مواطن قوتهم، فسخروا مهاراتهم التي ميزتهم عن غيرهم في خدمة الأمة الإسلامية.

مسرحية الأندلس

لا يلزمك أن تتقن كل الفنون أو تتعلم شتى العلوم حتى تترك أثراً، لكن متى أدركنا وفهمنا ذاتنا أكثر ،يصبح من الأسهل إدارة الأداة التي وهبها الله لك و لي للنهوض من جديد، فيغيب عن بالنا نتيجة ماستقوده رغباتنا. لا زالت ذكرى القصة التي مثلناها على المسرح رطبة في مخيلتي،قصة سقوط الأندلس،حين طلب وزير من الدول الخارجية الذي كان طامعاً بالأندلس (أسبانيا)حالياً.فأرسل أحدهم للذهاب الى الأندلس ليتفقد أحوال أهلها و يتحسس نقاط قوتهم و ضعفهم و فعلاً ذهب هذا الرسول فوجد صبياً عمره يناهز العشر سنين ووجده يبكي أسفل الشجرة فسأله ما يحزنك يا فتى فأجابه : كيف سأواجه أُمي،فقد أعطتني عشر سهام فأصبت من العدو تسعاً الا واحداً..و عاد يبكي بحرقة .فأدرك الرجل أن أهل الأندلس بهم قوة لاذعة و ذوي بأس شديد،حتى إذا رجع للوزير قال له أن يتروى و أنه محال أن نخزهم فهم في قوة لا تضاهى. و بعد مرور سنين عاد هذا الرسول ليبحث عن أحوال أهل الأندلس فاذا به وجد شاباً عشرينياً يبكي في ظل شجرة ممسكاً بوردة أو - مندبلاً- فسأله : ما يبكيك؟ فأجابه: حبيبتي تخلت عني..وكان هذا آخر ما بيننا .فعاد الرسول الى الوزير ليطمأنه أن أحوالهم

في وهن ، وبأن هذا الوقت المناسب لشن الهجوم ..كنت قد مثلت دور الطفل الصغير ..و كان تمثيل دوره، يشعرك بعزتهم آنذاك. نعود لسبب عرضي لهذه القصة، وهو مفهوم القوة و الضعف ودور الاهتمامات بين النقيضين.فما الذي جعل الرجل المرسل يحدد قوة و ضعف الدولة؟.الإجابة :هي اهتماماتنا. إن اهتماماتنا نحن الجيل الشاب و طموحاتنا، ستنعكس على حالنا بعد مضي عقود من الزمان، كما انعكست اهتمامات والدينا على حياتنا نحن اليوم .والمقياس الذي يحدد قوة و ضعف اهتماماتنا، هو المخرج أو المنتج من هذا الاهتمام، و بقدر استفادة الناس من إنتاجنا تكون قوتنا.أما إذا ما أصبحت اهتمامات الجيل الشاب تافه،لا يسمن و لا يغني من جوع .فهنا الأمل بنهضة حقيقية، تكون ضئيلة وربما معدومة. إن الذي نوليه وقتنا ،جهدنا و حبننا،هي التي تضعنا في مرتبة ما بين الأمم، لذا اسأل نفسك: هل اهتماماتي تفيد الآخرين و تصب في منفعة خاصة أو عامة، ومنها تحدد قيمة هذه الهواية أو

العمل؟

ومضة: ارشد نفسك للاهتمامات التي تصب في البناء لا الهدم، في الإصلاح لا الإفساد لأنها هي ما تحتم قوتك أو ضعفك، وبها قوة أو ضعف أمتك.

الاقتناص

فوضى في فوضى كان عنوان صباحي، استيقظت على عجلة من أمري، متجاوزة الأريحية في طقوس الاستيقاظ. جهزت كوب قهوتي و خرجت .منذ صغري و أنا أفضل التريث في شؤوي كلها.

تؤكد دكتورتنا ذات الأصل البريطاني و الجنسية الجنوب إفريقية، أننا نتعلم الجديد كل يوم أو هذا ما يفترض، و تذكرتُ حينها أننا في منأى عن تطبيق ذلك، رغم أننا نحن بني آدم وبناته جُعلنا خلفاء في الأرض لسبب وهو عمارتها، فكيف تتحقق الغاية دون وسيلة توصلنا إليها. المرء لا ينكر أن ثلاثة أشهر صيفية في الغالب تصرف فيما لا ينفع، باستثناء شهر رمضان الذي تنتظره بفارغ الصبر طوال العام، عدا ذلك فقلة يستغلونه حسن الاستغلال فيما ينفعهم على الصعيد الثقافي، البدني، الاجتماعي أو الديني، ليعصروا كل دقيقة منها في المفيد. و كانت إحدى زميلاتي تخالفها الرأي، بزعمها أن هناك أياماً تمر مرور الكرام ودون تعلم الجديد وقصدت تحديداً أيام الاجازة، و لفترة اقتنعت بكلامها، إلا أنني جادلت حينها نفسي بأنه عذر يصطنعه الإنسان ليستريح لنفسه الكسل، و أن الانسان هو من يحرص قدرات ذاته و يجد من إمكانياته و يضع الحواجز التي تحد من تحصيله للعلم أو إتقان مهارة جديدة، فنحن في عصر يستحيل على المرء ألا يتعلم معلومة ولو واحدة على الأقل بسبب تطور التكنولوجيا و التسارع المعرفي، فكل شيء متاح للمرء لكن القطن هو الذي يقطف الثمرة من البستان، و يميز الصالح

من الطالح. و هنا يكمن مغزى قول الرسول صلى الله عليه و سلم "احرص على ما ينفعك واستعن بالله و لا تعجز"، وهو اقتناص الفائدة فيما نتعلمه، و كيفية الاستفادة من المعلومة التي قضيت فيها وقتك.

للعلم لذة

إن من أسباب الاصطفاء، العلم. فقَّص الله عز وجل في مُحكم كتابه عن قصة بني إسرائيل مع طالوت لما اعترضوا حكمه عليهم: (وقال لهم نبيهم إن الله قد بعث لكم طالوت ملكاً قالوا أنى يكون له الملك علينا ونحن أحق بالملك منه ولم يؤت سعة من المال قال إن الله اصطفاه عليكم و زاده بسطة في العلم و الجسم والله يُؤتي مُلكه من يشاء والله واسعٌ عليم) البقرة ٢٤٧، وهذا يدل على أن الله لم يفضله و يصطفيه على بقية قومه بسبب جاهه أو ماله، كما أراد بني اسرائيل. وإنما لركيزتين أساسيتين في شخصية طالوت، انتقاها الله لتكون سبباً للاصطفاء، هما سعة العلم و قوة الجسم، ليجمع صحيحي العقل و الجسد. وهذا لا يقتصر على زمن غابر ، أو مُلك فائت فاني، إنها معادلة تثبت صحتها على مر العصور. كلما ارتقى الإنسان بمعارفه و علومه زادت مرجعيته عند الاخرين و وثقوا بكلماته . غالباً ما يتبادر في الذهن العلاقة الحصرية بين العلم و المدرسة أو الجامعة، فيختلط رتابة الروتين مع لذة العلم. ولم يزرع في المتلقين حب الاستزادة وشغف البحث عن جواب للتساؤلات، تحليل المعلومة والاستنباط و الربط والاستنتاج التي يفترض أن تدوم مع الطالب كمهارات متنامية فيه كإنسان أولاً، وطالب علم ثانياً. يذكر من أحد العلماء يقول "إن قراءاتي الحرة علمتني أكثر من تعليمي في المدرسة بألف مرة" و في كلامه

صحة حتى النخاع. إن لب استمرارية التعلم تقوم على ثلاث ركائز: الاستطلاع والفضول و الصبر، فتقود إلى التعلم الفعلي والبحث حتى تجد الحقيقة، بل تتشعب الأسئلة و تتمدد إلى اللانهاية. لنظن أن الدرب لا ينتهي. فسبحانه كيف أجاد وصف حالتنا في آيتين عظيمتين (و فوق كل ذي علم عليم) آية ٧٦ سورة يوسف، ليعلمنا خلق التعلم الأم -التواضع- فيزدنا بما رِفعة بتذكيرنا بمجالنا الضيق و حدود عقولنا البشرية. و لما قال جل وعلا: (وما أوتيتم من العلم إلا قليلاً) آية ٨٥ سورة الإسراء، وفيها حث للإيتاء بهذه العلوم المخفية عنا و بتسليط الضوء على ما أُشكل علينا فهمه، وأنا منذ بدء البشرية لم نكشط سوى سطح المعرفة و أننا ربما لن نصل إلى الحقيقة كاملة. إنني أتحدث عن نشوة تسري في الدماء، ويخفق لها القلب عند تقليب الصفحات حتى آخر كلمة، ليصبح عامل الوقت مهماً. سترى كيف الحصاد يتخمر مع الوقت، بعضها أسرع من بعضها الآخر، لتترعب في كيائك. القراءة رغم فوائدها الجمّة، عملية مجهدة و مستهلكة للوقت، و التعلم لا ينحصر فيها، إلا أنني لا زلت مقتنعة بأن منبع المعرفة تتحقق في فك رموز أحرف الهجاء، و إدراك فحوى الكلام وفهم ما بين السطور و تحمل الساعات من القراءة حتى إذا ما انتهيت من الكتاب صرت شخصاً مختلفاً. (اقرأ باسم ربك الذي خلق) آية ١ سورة العلق، هذه السنة الكونية لإحدى ركائز التنمية المستدامة، والتي لا تتغير بزمان أو مكان، أو مع قوم دون آخرين. ما دمنا أحياء فنحن نتعلم دروساً من أي شخص ومن أي موقف بل وحتى من مخلوقات أخرى. لم يوجددها الله على هذا الكوكب عبثاً، إلا وقد استخلصنا منه بفائدة تثري حياتنا و فكرنا على حد سواء، لأن الله وهب لنا آلة فريدة من

نوعها و لا يزال العلماء و الفلاسفة في شجار على مدى التاريخ لتوحيد تفسيرها ألا و هو

العقل

ومضة: كن باحثاً عن الحقيقة، خصص دفترًا صغيراً لأي سؤال يراودك وابحث عن إجابات لها و سترى إلى أين تقودك.

حوار في زاوية القاعة

في الأيام الأولى من السنة التحضيرية ،ستتذكر ضاحكاً كيف كانت المدرسة شبيهة بأنظمة السجون، بزيتها الموحد و قوانينها الصارمة و عقوباتها الشاملة. أما في الجامعة سترى الحرية بألوانها ليعبر من يشاء، كيف يشاء،و يتصرف وفق ما يهوى. لا يعني عدم وجود قوانين، لكنها أخف حدة و أقل عدداً.إن الخسارة ليس في تجاهل مكاسب الحرية ، الخسارة هي أن تكون عبداً لصنم الحرية.ستتصادم مع اعتقادات تخالف ما تربيت مقتنعاً بها، لتجد حرية التطبيق و حرية الفكر في وسط لم تألفه،حتى إن لم تغادر وطنك، ولا شك أن هذا التنوع طبيعي و له الحكمة سبحانه في إيجادها. أذكر جدالاً ساخناً ورجوت ألا يكون عقيماً من حيث النتيجة ،حيث كنت مع إحدى الزميلات بانتظار المحاضرة أن تبدأ .وأثناء تحضير الطالبة للعرض بدأنا النقاش، زعمت أنها لا تعتقد بظهور المهدي و أنه لن يكون هناك نزول للمسيح الدجال و حتى عيسى بن مريم عليه السلام،فاستغربت أيما استغراب.لأول مرة في حياتي أشعر أنني خارجة عن فقاعتي التي ألفتها، فأمامي من يعارض إحدى المفاهيم التي ترعرعت عليها.قلنا لها أنها من

العلامات الساعة الكبرى و ذكرت في الأحاديث الصحيحة فصارت تتحجج وصرت أحاججها، وكلّ يدلي بدلوه. لكن لم يرجى مما قيل نفعاً. ولما شتمت من كلماتها نفحات التعصب للرأي و رفض التجاوب مع الرأي المخالف، لذا آثرت السكوت. حتى حتمت كلامها و كأنها تثبت أنه وحي من السماء، لتستدل أنه مستوحى من أحد المفكرين الذي أعتقد أنه غلب التشكيك و التضليل أكثر من الإرشاد. الدرس المستفاد، أنه ليس من حقك ولا من حق غيرك أن تفرض مبادئك ، معتقداتك أو أفكارك الخاصة بك على أحد.

ومضة: ليكن بينك و بين مخالفيك علاقة احترام و إن لم تقتنع بما يقال. و انصب تركيزك في السنة التحضيرية على مهمتك الأهم وهي اكتساب المقومات التي تضمن لك مقعداً في الكلية المرغوبة.

الفصل الخامس: خارج التغطية

قتل الفراغ

لا تقلق من الضياع بين المباني، القاعات و الردهات في بداية الفصل الدراسي هذا طبيعي. لكن كن واضحاً أمام هدفك هل هو النجاح أم التفوق. ولما يتضح المصير الرغوب، حينها تطوق البيئة المناسبة لها بما يحقق لك طموحك من معدل، أو أصدقاء من ذكاترة وطلبة، من أفكار و أنشطة، فتغدو تلك الأيام- بإذن الله- من الأيام الاستثنائية من حياتك، لأن كل حركاتك و جلساتك و صحبتك كانت ذات معنى و ذات غاية. و كتبسيط سأضرب مثال، لنفترض أن هدفك مع نهاية السنة التحضيرية معدل ٥ (معدل كامل) حينها ابدأ بالدراسة المنتظمة و اختبر نفسك و اسأل الدكتور-ة عما يتعسر عليك فهمه، من الناحية الاجتماعية جالس النشطين في المشاركة أثناء المحاضرة، واجلس في الصف الأول، تعرف على من هم أكبر منك سناً في نفس التخصص الذي ترغب. ومن الناحية النفسية، لا تفقد الأمل من نتيجة أول اختبار، احرص على التفاؤل في أمورك كلها و أخط نفسك بقصص العظماء و كيفية مواجهتهم للتحديات. هذا مثال يوضح أن الهدف يحتاج إلى أفعال تكرر حتى تصبح عادة فيك، و أنه حتى تحصل على النتيجة المرغوبة فأنت في حلقة مستمرة من التصحيح و التعديل و الضبط في تصرفاتك و أعمالك. و إذا ما كررت عادة ما، أصبحت سمة شخصية فيك أنت.

إذا ما مدك الله بصحة و عافية، فتأمل و تفكر و تشرب كل الإيجابيات من حولك. مهما بدا

النور خافتاً خارج النفق. لأنك بما تخلق بيئة تكن إليها إذا ما عصفت بك المعسرات، و
بنظرتك الإيجابية تشكل عقلاً مرناً اتجه العقبات. سترى كيف تستمد الإلهام مما لا يستبصره
الآخرين، فيلهمك أي "شيء" و أي "شخص" لتشعر بأنك لا تزال على قيد الحياة، فيصبح
لكل فعل سبب، لتكون مثل من ألهمك أو تتمثل بصفة من صفاته أو تحقق هدفاً يُعنى
بالبقاء. إن الإلهام بمقدار معقول، تشع فيك طاقة لا تنطفئ، لتدفعك للعمل و إن وفقت،
للاستمرارية فيه. غالباً ما تتسم هذه المرحلة برغبة جامحة لتحقيق النبوغ المعرفي، وبالتحلي
بالفضول، و التوق الشديد لتحقيق الذات. والحكيم من أرشدها ليعمر الأرض، فأعاننا الله و
رزقنا القوة على ذلك .

إذا مللت فانظر من حولك و تأمل، قد يكون مقززاً أن أجد الذباب مخلوق فيه جماله الذي لم
يُقدر، رغم طينته المستفز، تحليقه الفوضوي و التصاقه المستقذر على النفس. وعندما نعطي
بعض الأمور وقتها لتفصح عن نفسها نجدتها تحكي ألف حكاية و تدهشنا ببراعة صنعها،
لنحقق عبادة منسية وسهلة وهي التفكير، فقال تعالى: (.. صُنِعَ اللَّهُ الَّذِي أَتَقَنَ كُلَّ شَيْءٍ) النمل -
الآية ٨٨. ماذا لو كانت الذبابة بحجم آدمي، سبحان الذي خلق كل شيء بقدر. سبحان من
خلقها لتعرف مرادها دون إرشاد، سبحان من خلقها لتكتفي في طعامها بما يخلفه الناس، حتى
طريقة أكلها تستدعي التفكير، لتتغذى على ما هضم جزئياً قبل أن يدخل إلى جهازها
الهضمي، بإفراز سائل يحوي إنزيمات هاضمة على بقايا الطعام لكي تستطيع شطفه بسهولة،
شيء عجيب متناه في الجمال و الدقة. حتى أن الله أقسم بها و تحدى بها الكفار، على أن

يخلقوا مثلها و حتى في عصرنا الزاهر بالتقنية ،إلا أننا لم نرى حتى يومنا هذا ،من يخلق صنعاً دقيقاً محكماً متقناً وصغيراً تضاهي حتى ما يشابه الذباب. ومع ذلك تجد الاستجابة من البعض بالجحود و الإنكار. انتهى يومي بتأملي لهذا المخلوق ،وابتداً بالألم الذي حاك صدري. قامت إحدى الزميلات بإلقاء خطبة تتمحور عن قضية سوريا. فتذكرت الجثث المترامية،تذكرت الأشلاء والدماء ، تذكرت المباني المتهدمة، تذكرت الموت الذي احتضن أرواح أطفالها، تذكرت العاصمة التي تهشم ملامح التمدن فيها. و تذكرت حالنا، حال الجسد الذي ترامت أطرافه دون أن يتكبد عناء الالتفات إلى نقص الثمرات و الأنفس.فصحيح العقل وسليم المنطق، يعلم أن الإعانة حركة إنسانية قبل أن تكون بدافع ديني أخوي.الدعاء سهل وأثره دائم لكن الناس ثلاث فمنهم باذل ومنهم غافل و منهم متغافل، وأما بالنسبة للأعضاء السقيمة اليوم التي تألمنا بوجعها، سينصرك الله ولو بعد حين .

الأنوثة و الكمال

في القدم أكثروا من تكوين علاقة بين الكمال و الأنوثة، بعض الحضارات رفعتها منزلة القدسية و الأهلية- والعياذ بالله- . و هذا حصاد الجهل وحشو العقل بالأوهام. وبين الأثر البيئي والغريزة الفطرية في الأنثى،تنمو رغبتها لإتقان كل عمل، ولو كلفها صحتها و حالتها النفسية.لتبحث عما لم يقدر لبشر،و لعل ارتفاع نسب القبول عند الفتيات أعلى من الذكور بسبب شدة الغيرة بينهن أو البحث الأزلي و المستحيل عن الكمال، أو رغبتها في تحدي

المجتمع الذي يحط من قدرها لتثبت أنها بإمكانها تحقيق الكمال في جل أعمالها. إن هذا البحث داء، دواءه القناعة و الرضا بما قُسم. أما الإِتقان فهو مطلوب مرغوب، حتى أن الله سبحانه مدح المتقن بعمله، مما روي عن الرسول عليه الصلاة و السلام: (إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه) فيضاف حتى في التفاصيل المنسية ، عند التحية ، عند الابتسامة في وجوه من لا نعرف ، في مشروع نقدم عليه ، في وصفة معينة ، في الرسمة تلك و في البحث ذاك ، في مكالمة الأقارب ، في تجاوبنا مع والدينا و في صلواتنا المفروضة. كل شيء لا بد لنا أن نلبسه رداء الإحسان، لأن الله كتب الإحسان على كل شيء. مما ينفر المرء من الإِتقان هو الجهد المبذول الذي يظنها البعض أنها مضيعة للوقت فيما لا يجلب أي نتيجة إضافية، و هنا تكمن الإشكالية. علينا أن نعي أنها تُكتسب بالتمرس، حتى إذا ما حانت الفرصة تيسر الاتصاف بها. أعظم الإختراعات و الاكتشافات العلمية، الأعمال الأدبية، لم تتحقق في يوم و ليلة، الإنجازات العظيمة تحتاج إلى الصبر و التصبر. في أول مرة تنجز عملاً صعباً، قد تكون محاولة عسيرة، لكن مع التكرار ، ستزداد مرونتك و تقبلك للقيام ببعض الإضافات و التعديلات لتتقن عملك. وجدت أن الضغوط التي تكون تحت وطأتها المرأة من عنصرية بسبب جنسها و غيرها، يقود إلى استجابتين من أفضلهما، أنه يحفزها لتقوم بأفضل ما لديها لتثبت أنها جديرة بتجاوز الصعوبات و تنفيذ الطموحات. و تصنع مجدداً دون الإخلال بدينها و معتقدها و أن تصنع الفارق في حياتها و حياة من حولها بعلمها و عملها. فالعيب ليس في إنتاجية المرأة، العيب في النظرة الدونية إلى مصدر هذا العمل.

سأختم بمقولة شهيرة يكتفى بها:

"إذا علمت رجلاً فقد علمت فرداً واحداً، و إذا علمت امرأة فقد علمت جيلاً."

الفصل السادس: وفي يوم من الأيام

إذا أقبلت على الطعام بصورة نhme، أو تفاجأت بانسداد نفسك الأسبوع الذي بعده، فلا تقلق. لأنك في طور التأقلم، هذه التقلبات طبيعية. ستواجهك تجارب تخصك، ستتقابل مع أشخاص كثر، ستمر غالباً ببعض التقلبات النفسية، و ربما -تشخص نفسك أنك مصاب بمرض ثنائي القطب - أي تحزن بشدة ثم تفرح بشدة، قد تذهب لتصرف مكافأتك الجامعية كلها للتسوق و تُهدر في رحلة واحدة. وعلى حسب تأقلمك، قد لا تكون موجودة هذه التغييرات، أو تستمر لمدة شهر على الأكثر. سأسرد نصائحي حيال هذه التغييرات التي يمكنك تفاديها بطريقة أخف:

أ- النوم:

- ابدأ بتنظيم ساعات يومك ونومك، احرص على أن تنام عند ساعة معينة كالعاشرة مثلاً و تنضبط عند هذه الساعة بحيث لا تتجاوزها، وكلما كان مبكراً أكثر ، كلما كان أفضل.
- حاول أن تنهي من مهامك و واجباتك و مذاكرتك مبكراً ، حتى لا تتأخر على موعد النوم. إن لم يكن هناك وقتاً كافياً البتة، يمكنك وضع المنبه حتى توقظك منتصف الليل أو بعده ، لتراجع للاختبار مثلاً أو تنهي واجباتك.
- السرير ليس مكاناً ملائماً لتخيل مستقبلك و للقلق بشأن أمور خارجة عن

إرادتك. ستصاب بالأرق إذا ما أشغلت ذهنك بهذه الأفكار. و لن تجلب نتيجة من هذه الخيالات.

- لا تتقل وجبة العشاء، ولا تقوم بالرياضة قبل الأكل أو النوم بفترة قصيرة، لا تنم و أنت حزين من أي ظرف.
- لا تقلل من ساعات نومك، والتي في المتوسط يفترض أن تكون من ٧-٩ ساعات، لأنه غالباً سيؤثر سلباً على صحتك العقلية و تركيزك الذهني و قد يؤدي على المدى الطويل أداءك الأكاديمي.

ب- الغذاء:

- لأول أسبوعين أو ثلاثة أسابيع زادت شهيتي للأطعمة السكرية و الدهنية، ولاشك أن مع زيادة القلق و التوتر، تزيد شهيتك للأكلات القمامية (جنك فود)، بل ثبت هذا علمياً. لذا استرخ، و اجتهد و سيحصل ما كُتب. فلا تحمل نفسك فوق طاقتها:
- بقدر الإمكان تجنب المأكولات السريعة، لأنها الأسوأ على الإطلاق. ستورث في شهيتك الإدمان عليها. و ستلحظ بعدها زيادة طفيفة تدريجية في وزنك. بالإضافة إلى أنها من المأكولات التي تضر بلياقتك العقلية و تُسيء لحالتك النفسية إن أفرطت فيها.
 - أكثر من شرب الماء، لكن لا تسرف. احرص على الشرب عند الاستياظ و خلال الدوام و قبل النوم. لذا أرجوك لا تحفف دماغك.

- لا تتغيب عن تناول الوجبات الرئيسية مع أهلك، إلا في ظروف قاهرة. لأنك بما تنجز عملين في وقت واحد، إطعام نفسك و قضاء وقت خاص مع أهلك.
- دلل نفسك من فينة لأخرى، بشوكولاته ، قهوة من مقهى قريب، أياً كان ما يناسبك. المهم أن لا تدمنه. و اجعله كمكافأة لنفسك عند إتمامك لفرض بإتقان. أو إذا أديت بشكل متميز في امتحان.
- من الطبيعي جداً، أنه خلال ذروة قلقك أن تنخفض شهيتك أو ترتفع بحدة. لكن من الغير طبيعي أن تطول هذه المدة فتؤثر على حياتك سلباً.
- كلما كان طعامك صحياً أكثر، كلما كانت لياقتك الذهنية أعلى.

ت-العلاقات:

سترى أجناساً، عقليات، أفكار و اهتمامات لا يمكن حصرها. لذا من السهل أن يخدع المرء بالمظاهر، فتظن أن شخصاً ما طيباً أو كريماً مثلاً حتى يتضح النقيض. في هذه المرحلة الحساسة، علاقاتك جزء مهم لحياتك الشخصية و المهنية . ستحتاج إلى من تسند إليهم و يسندون إليك في الرخاء و الشدة. ستأتيك لحظات عجز و ضعف، وتريد شخص تثق به لتفضي إليه بمكنونات قلبك، ستأتيك لحظات يأس و تريد شخصاً يبعث فيك التفاؤل، قد تأتيك لحظة إحباط من مستواك وحينها قد تحتاج صديق يشمر أكمامك و يدفعك للعمل.

- انتبه من أن تفضي بأسرارك الشخصية مباشرة إلى شخص تعرفت عليه خلال فترة وجيزة
- احذر من أي شخص يتحدث عن الآخرين بسوء أمامك، فهذه علامة واضحة بأن الشخص لا يمكن الوثوق به
- عامل الناس باحترام مهما تباينوا معك ، و حتى إن لم تتقبلهم، عامل الناس كما تحب أن تُعامل.
- تذكر أن البحث عن صديق حقيقي ليس بعملية سهلة و سريعة، لكن لا يقتضي ذلك عدم وجود صديق مناسب. ابحث و تعرف، شارك في الأنشطة و كن منفتحاً على الآخرين، فقد تلتقي بشخص يكون بالفعل صديقك المفضل .
- أهم ما في الصديق، أخلاقه و دينه. ويمكن تعويض البقية ، لأنها من الكماليات.
- سأطلعك على سر، وهو إن تعرفت على شخص اجتماعي ، فإنها ستسهل عملية تعرفك على الشخص الأنسب أو الأصدقاء المناسبين بسرعة.
- عند الاستفادة من آراء من هم أكبر منك سناً في التخصص الذي تريد. انتق المكان المناسب ، و ابحث عنهم في مبنى الكلية المرغوبة أوقات الاستراحات. و إذا وجدتهم كمجموعة -غير منشغلين بأمر مهم- ابدأ بطرح أسئلتك لترى آراء متباينة في وقت واحد. وأيضاً لتعرف على أناس مختلفة في وقت واحد، فلا شك أنك ستحتاج إليهم في مسيرتك الأكاديمية ، و إن لم تكن هناك ممانعة فاطلب منهم وسيلة للتواصل.
- لا تتخرج من قضاء أوقات بمفردك، فهذا وقت ثمين يمكن قضاؤه في أمور مفيدة مختلفة.

- (حب لأخيك ما تحب لنفسك) ، في السنة التحضيرية قد تسمع إشاعات عن أشخاص حصلوا على اختبارات قديمة (تجميعات) أو أنهم تمكنوا من الحصول على نسخة من الاختبار أو تفاريغ الدفعات السابقة، و ليس هذا هو الحال دائماً. مع الأسف قد يكون هناك تباغض و شحناء بسبب هذه السفاسف، لذا افعل الخير و ستلقى الخير، فكل فعل صالح تفعله لغيرك سترد إليك. لذلك تذكر مبادئك و اعمل بأخلاق حبيينا عليه الصلاة و السلام.
- كون علاقة مبنية على الاحترام مع الدكاترة، و إن لم يروقوا لك أو تروق لهم.
- اجعل انطباعك مع من ترافق انطباع ممتاز قدر الإمكان، لأنها قد تكون آخر مرة تلتقي بأولئك الذين قضيت معهم أيام جميلة.

كيمياء المطر

قرصات الشتاء هذا النهار تأبى إلا أن توهمك بأن البحر يناديك، والرائحة المنبعثة من الشواء على رمال الشاطئ تستدعيك، ولكن آبي الا أن أقول "امتحان الكيمياء" ينتظرنى. عجيب هي المزامنة الدائمة بين المطر و بين امتحان الكيمياء تقول زميلتي: ربما هو تخفيف للثقل علينا. ما يميز المطر من بقية الظواهر الطبيعية هي رائحتها، التي تفوح لما تختلط زيوت النباتات العطرية بماء المطر وكانت لها مترادفة بالانجليزية: "بتريكور"، وأصل معناه الإغريقي: دمء الالهة. عندما شرحت لنا دكتورة الإنجليزية التي حصلت على الماجستير من جامعة هارفارد كلماتها المفضلة، كانت إحداها هذه و راحت تشرح لنا بأن النباتات و التربة تحمل بعض الزيوت شبيهة بالمواد الكيميائية العطرة و لا تطلق هذه الرائحة إلا في حال أصابها ماء المطر .

ومضة: ادع الله بما شئت، مستغلاً وقت تستجاب فيه الدعوات.

الصراحة مرة حلوة

ارتعدت فرائصي لما التقيت بها أول مرة. أسلوبها الذي خالف كل ما عهدته، تعاملها الجاف، كلماتها الحادة بصراحته- التي قد تجرح-، كنت لا أطيق محاضراتها في مطلع العام، و لا أجد في محاضراتها مُتعة أستطيب بها نفسي. مع مرور الأيام اكتشفت أنها تحفة فنية، لا تشبه من سبقتهم، أعجبت بشخصيتها و تفكيرها والذي تميز بالفرادة والموضوعية، هي خريجة من

جامعة هارفارد .ومنذ أن عرفنا أنها حصلت على شهادة الماجستير من تلك الجامعة، عرفنا أن أمرنا قد انتهى و حلمنا على وشك الرحيل و أن النجاح من هذه المادة قد يكون مستحيلاً. كانت تتناول معنا مواضيعاً شتى، بعضها في تقاليدنا و عاداتنا ، و بعضها في الفلسفة بحيث مرنت عقولنا على مهارات التفكير النقدي، فوسعت من آفاقنا بطريقة شهدتها كل طالبة تذوقت أسلوبها. لم تكن مسلمة رغم اعتقادها بوجود خالق ،و رغم مزاجها المتقلب إلا أنها أثبتت نفسها كموسوعة من الخبرة والمعارف و فرادة الفكر و خفة الظل و الأخلاق.لكن فيما يخص نقدها لكتاباتنا ، كانت تحول ما بين اللذاعة أحياناً و التقبل الازدرائي، أي أن مديحها حلو لصراحته، و كشفها للنقص و الخطأ مُر لصراحته.فأدرُكت أنه علينا أن نكون في تطور مستمر وحرارك نحو الأفضل في جميع الأحوال ، فلا يتأثر الشخص بالكلمة الجارحة أو يأخذ موقفاً شخصياً لنقد الدكتور ، حتى و إن استقصد ذلك، فالذكي من يحسن التعامل مع الموقف باستنباط الخطأ وكيفية إصلاحه لها و تحسين نفسه.

قضت سنيماً و هي تتعلم الكثير من التفاصيل حول الدين الاسلامي، لتذكر لنا أنها قرأت القرآن الكريم كاملاً. و عزمت على تعلم اللغة العربية بدافع شغفها باللغات .الغريب كذلك أنك تستطيع بوضوح رؤية رغبتها للبحث عن الحق و المعرفة اليقينية الحتمية بوجود إله، لكن الله يهدي من يشاء. إحدى المرات قالت لإحدى زميلاتي "ادعوا ربكم لي" و مرة أخرى بعد انقضاء محاضرتها قامت إحداهن لتصلي لترى بضعاً من الفتيات يتحدثن بصخب، فخرجت

وهي تزجرهم: "كم أنتم وقحون.. هناك من يصلي.. احتراموا ذلك" استوقفتني كلماتها لأنها إذا نطقت طعنت في الصميم. لهذا إن مدحت تستذوق الصدق و الصراحة في كل حرف تنطقها وان لم توافقها نبرة صوتها و ملامحها.

ومضة: لا تلتفت إلى كل ما يقال عن الدكاترة من الطلبة، لأنه سيصيب البعض و يخطئ. ويظل حسن تعاملك و حبل الاحترام بينكما ممدوداً وباقي، بل أحياناً و ليس دائماً الدكتور الذي يهابه الطلبة هو الذي يُبدع في الشرح و تستفيد من خبرته أكثر من البقية.

جنود مجنّدة

في وجهه نور، دائماً مبتسم، بشوش مع الجميع، روحه مرحة، إلى غير ذلك من السمات التي نَصَف بها من نحب. يكون ظاهره عادي لكن تلمس الطمأنينة في كلامه، فتبستم إذا ما لقيتهم فوراً، وآخرون تتنافر معهم بلا مقدمات أو حتى أسباب منطقية، وهذا تجسيد لإحدى الأحاديث النبوية: (الأرواح جنود مجنّدة، فما تعارف منها ائتلف و ما تنافر منها اختلف). لا أعرف سر الابتسامة التي ترسم على شفتي ، ، فهي من اللواتي أرتاح لهن من بين دكاترتي لسبب لا أفهم مغزاه بعد. هناك الكثير من الأمور التي قد تزعجك عندما تكتشف حقيقتها، أعداء يلتفون حولك باسم الصداقة ،عيون حاقدة تنتظر منك الخطأ في لحظة سهو، زملاء ملوا من السلام عليك كل صباح و ربما الأسوأ بينهم،أصدقاء قدامى تغيروا عليك بغمضة عين ليتجاهلوا وجودك تماماً. و في حقيقة الأمر ، بأن أمر المؤمن كله خير، و أنه لو

اجتمعت البشرية على أن يفعلوا بك الخير أو الشر، لن يفعلوا إلا مشيئة الله.

ومضة: لا تُكره نفسك على إرضاء أحد، لاسيما إن تحسست أنك لم تنل إعجابه . و ستجد من يرضى بك على ما أنت عليه.

لكي تكون ذات شأن

أَعْلِلِ النَّفْسَ بِالْأَمَالِ أَرْقُبْهَا مَا أَضْيَقِ الْعَيْشِ لَوْلَا فُسْحَةُ الْأَمَلِ

الطغرائي

جاء ما طال انتظاره، في هذا الصباح استيقظت مفعمة بالنشاط، وقد كسا الضباب شوارع مدينتي. فتوجهت مع والدي إلى المدرسة التي تخرجت منها لألقي لهم الكلمة التحفيزية ، التي قد تشحذ همم البعض أو يكون عند البعض الآخر كلام زائد. أعددت عرضاً تقديمياً خفيفاً ليبقي البصريون على اتصال. كانت قد اتصلت بي الأستاذة المسؤولة عن الأنشطة من الفصل الدراسي الأول، لكن تعذرت منها لضيق جدول مهامها و لأنها فترة استعداد للامتحانات، فاتفقنا على بداية الفصل الثاني كموعده مناسب. كل التوتر الذي أصابني قبل العرض في كفة، و الرضا الذي سرى في دمي بشأن- الاحتمال الصغير بأن حفزت إحداهن- في كفة أخرى . شعرت أن جزءاً من حلمي قد تحقق، وهو إحداث تغيير ولو كان بسيطاً. كلنا نريد أن نتغير للأفضل، أن نكون أشخاص ذوي قيمة في مجتمعنا ، و عنوان ما سأحدث

مدرستي التي تخرجت منها هو "لكي تكوئي ذات شأن" بالتأكيد لست في موضع أن أصف نفسي بأني ذات شأن، لكي أنصح الناس بذلك. لكن هو دافع لي أن أتحسن، ولهم كبصيص من الأمل. بعد المكالة قفزت كالطفلة الصغيرة بسعادة. فأولاً، أتت الفرصة المناسبة لكي أزور المدرسة و ألتقي بمعلماتي اللاتي فقدتهن. و ثانياً، باستطاعتي أن أنفع الطالبات بأي طريقة شئت ، وربما أن أوثر عليهم ايجاباً بإذن الرحمن.

كان يوماً لا تصفه الكلمات، بمجرد ما أدركت أنني كنت مثلهم، أريد إرشاداً، نصيحة، تجربة، زالت الرهبة مني . كنت أنظر إلى من هم أكبر مني سناً ، على أنهم أكثر خبرة و أعلم لما سأواجه مستقبلاً ، ولا زلت. و أثناء العرض، وجدت نفسي بينهم، متذكرة شعور الاضطفاف المبكر لحضور الطابور الصباحي، وقد رأيت معلماتي بشكل مختلف عما اعتدت عليه عندما كنت طالبة في الثانوية، رأيتهن بدون مبالغة كمن يكافحن لإخراج جيل طموح ، يدافع عن حقوقه ، يبحث عن الحقيقة و لا يستسلم مهما انتابته العقبات. بعد ما قدمت العرض، سلمت عليهن ناقلة سلامهن إلى زميلاتي لأعود إلى دوامي اليومي الروتيني نفسه.

ومضة: عود نفسك على العطاء و علم نفسك المبادرة .العطاء يبدأ بالتضحية و المبادرة تبدأ بالثقة بالنفس و الجرأة و الاتصاف بهما تحتاج إلى تمرس.

شعور بالمعنى

على قدر أهل العزم تأتي العزائم وتأتي على قدر الكرام المكارم

المتنبي

عندما ينعكس شعورك بالمعنى على أفعالك و أقوالك تكاد ترفرف فرحاً ، لأن هناك تطابق داخلي و خارجي، بين ما تؤمن به و ما تحقق على أرض الواقع . و لأنك لما تُرفق "المعنى" لحياتك، تصبح السببية وراء كل حركة و سكون يصدر منك. فتفهم سبب وجودك في هذا المكان مع هؤلاء الأشخاص، تعرف علة القدر الذي أنت فيه و الذي إليه تسري، تدرك أن الله سيحفظك من فوق سبع سماوات و سيتكفل لك رزقك و يُؤمّنك ما تخافه، وأن تعبك لن يضيع. يغمري هذه الإحساس في بعض الصباحات المشمسة و لاسيما في طريقي إلى الجامعة، فتؤمن بأنه في وسعك تغيير نفسك ما دام التغيير سنة إلهية لهذا الكون، وأن تكون شخص منتج ذا منفعة، فهي ليست منافسة جمع درجات كي تطبع على ورقة و انتهى، بل مرحلة تعليمية تأسيسة في غاية الأهمية و الذي لا يدركه إلا القلة، الدرجات بالتأكيد من الأساسيات التي تدفعنا لبذل المزيد و هو الشاهد الملموس لمستواك التعليمي كطالب. لكن أن تجمع الدرجات ليس الهدف الأسمى ، اسمو بذاتك . أسمح لنفسي و لكم أن تقعوا في غرام العلم النافع، لأن الشغف بنزين العمل، والأدلة لا تنتهي لأولئك الرواد ممن وظفن شغفهم لصالح التميز، ونتيجة لذلك تركوا بصمة في التاريخ. في الحقيقة أنه من يضع لنفسه معايير مرتفعة

سيحقق جودة عالية و أداء مبهر، وتذكر بأن لكل اعتقاد تؤمن به انعكاس واقعي لأفعالك. على سبيل المثال إن كنت تؤمن أنك اجتماعي ستجد تصرفاتك تتوجه لا إرادياً بأن تنخرط مع الناس و تصاحب أشخاص كثر و ستمثل بصفات محببة من قبل الآخرين، لذا أرجوك احذر من الأفكار السامة ، التي تمتص منك الحياة التي تتمناها، فتكسر أجنحة طموحك باختيارك و تجسك في سجن اليأس. إن إنجازاتك تعكس صفحة من كتاب إنجازات الأمة، فاختر لنفسك أن تتميز، لا تنتظر لحظة خاصة، شخص معين أو مكان محدد، لأنك إن انتظرت سيفنى عمرك في الانتظار، استغل يومك ، هذه اللحظة الثمينة الآن ، و التي لن تتكرر. مارس العرفان، و لا تضع لطموحك سقف..تذكر أن الله خلق لك بعض الحريات لتستغلها لا لتهدرها.

ومضة:اطمح لتحصيل الاثنان العلم و الدرجة، فإن ضاقت عليك سنة التنافس و خفت من عدم القبول -لا قدر الله- فليكن الدرجات العالية في الاختبارات و المشاريع هدفك الأول.

الفصل السابع: القناعة كنز لا يفنى

The circle of truth

أكره أن كل ما يُحزني يُيكيني فوراً، أكره أنني أظهر خلاف ما أبطن، أكره أنني أستحي بشدة، أكره عندما يشتمني الآخرين من خلف ظهري، أكره المتملقين. كان هذا جزءاً من اعترافات الطالبات في دائرة من الكراسي، تناثرنا لنسّع أطراف القاعة. ما نطقه زميلاتي في حلقة الحقيقة أضفى جواً من الأريحية والعموية بيننا، ليعيدنا إلى الجوهر الذي أخفيناه عن الناظرين. كان مقصد دكتورتنا من هذا النشاط الغريب و الذي اقتبسته من النشاط الذي أدته للالتحاق بدور تمثيلي، هو كسر الحواجز (تدوين الجليد) كما يقال، حرصت أن تكون الأسئلة المطروحة تظهر أذن ما في الانسان، فكشّف عن الغموض الذي بيننا، وتكشّف عن البعض نقاط الضعف، فسادت الحساسية و اللامبالاة عند البعض الآخر. مشحوناً عند البعض بالقلق، منهم من استمتع بهذه التجربة وآخرون لم يطيقوها. الدرس المستفاد الأول، أنه من الطبيعي جداً، أن تخفي عن الآخرين عيباً، لكن ما هو غير طبيعي أن تعتقد بأنه مبرر لاستهجان الناس لك. وما هو غير مقبول أن تتقبل هذا العيب كخصلة في نفسك، فإن كان خارج نطاق قدرتك على تغييرها، فاقنع. و إن كان في مقدورك إصلاحها، فركب نفسك ما استطعت. الدرس المستفاد الثاني من هذه التجربة، أن البحث الأزلي عن الإيجابيات المعدودة في النفس، قد تعمي عن رؤية سلبياتها. وآخراها، تعلمت أن ما يقال عنك لا يزيدك ولا

ينقصك من قيمتك، فمقدارك عند الناس ليس مقياساً، لذا اسع لارضاء ربك أولاً وجاهد لذلك، ودع عملك في الهدوء يعبر عن وجودك بصخب. أعتقد أن أكثر ما هو مستفز في مرحلتنا العمرية وما يقاربها أننا غالباً ما نُوزن آراء الآخرين حملاً ثقيلاً . قد يظن المرء فيها أن الجميع سيلتفت للقميص الذي بالأمس اشتراه، أو سيلحظوا نوعية الأقراط التي ارتدتها منذ أسبوعين، والواقع أن الجميع يتوقع من الآخرين أن يلحظوا صغائر الفروقات فيهم، بينما الكل منشغل بنفسه. فدعك من القيل و القال، لأنه سيستنزفك حد الهلاك. ومن الآن، اعقد العزم لنفسك بأنه لن يُجبطك، يُجزنك، يُفسد عليك مزاجك أو يُعكر صفو أفكارك أحد لا تكثر لرايه. كن نفسك، لأني أضمن لك، أنك لن تسلم منهم، سيكون هناك شخص أو مجموعة لا تُعجبهم مهما فعلت. ومهما تحليت من الشيم و المكارم الفضلى، ستظل منفراً بالنسبة لهم، حتى و إن كان كلاكما ذوي معشر حسن و لكما سيرة طيبة. صم أذنيك عن ما يؤذيك من كلامهم، فإن اضطرت لسماعه ألقه في أقرب حاوية قمامة. و فرق بوضوح بين النقد البناء و الهدام، فمنهم من يزين حقه بالسكر ليوجهها تحت مسمى النقد ، ومنهم رغم القسوة الظاهرة و الألفاظ النابية أحياناً، تجد الوفرة في نصائحهم و توجيهاتهم. تخيل معي لو أنك أخذت باعتبار كل رأي تسمعه، و تقبلت كل ما يوجه لك من انتقادات. النتيجة تتصرف على غير طبيعتك ، خوفاً من كلام الناس أو ما قد يظنه الآخرون عنك. هي ليست دعوة للتبجح ، كلا. لكن تدريجياً، يُقدر المرء جمال ذاته بتميزه و طبعه و ميوله و شخصيته بل حتى بعيوبه، فيكفي المرء قناعة و رضا أن يقدر نفسه. و مع التقدير التدريجي للذات، تتضح لك

وجهتك المرغوبة، و أحلامك المنشودة لتصبح ذاتك مكشوفة . فيسهل وضع الخطط، و رسم الأهداف، و تكوين بيئة اجتماعية تناسب احتياجاتك. وكل ما اقتربت من معرفة خفاياك الدفينة، ستجد الأجوبة لأسئلتك، لماذا تخصصت في هذا التخصص ، و سبب تفضيلك لتلك الصحبة، وعن شغفك الذي قارب - حد الهوس - بالهواية تلك.

ومضة: إذا عرفت نفسك ، فقدِرها، ثم أعطها حقها. و إن لم تعرف نفسك، فاجعل اليوم فرصة للبحث عنها. الجميع يستحق أن يرضى بنفسه و يسعد بها و بكونه نفسه دون تلون.

حكايا خلف الأقنعة

حلقنا بالأمس ليلاً لحضور مناسبة زفاف خالي، متجهين نحو المدينة المنورة. المدينة التي لا تنام، مدينة خير الأنام، فيا لروحها الخفيفة، و يا لتاريخها الثقيل، و يا لمعيشتها البسيطة. اليوم لما دقت الساعة الرابعة عصرًا، توجهنا لإحدى الصالونات الشهيرة، لنجهز لمناسبة خالي. فسرحت مفكرة، بالحكايات التي تمشي بيننا، تلك التي نسجتها من خيالي، لما رأيت أقنعة جميلة خلف قصص مستترة في الظلال. حكاية تفيض مشاعر خلف ذلك الروح الذي يسمح شفتي تلك العروسة، التي لن يتوقف الزمان للرجوع حتى تغير قرارها، أو تعيد التفكير فيه ، مع الكتلة التي نفخت مؤخرة رأسها حكاية أم ستفارق ابنتها التي ربتها طوال حياتها ولن تعود كما كانت، تحت الاستشوار و مصفف الشعر قصة فتاة يأست من أن تجد الذي يتطابق مع مواصفاتها التي تريد، خلف ظلال العيون المكدسة فوق جفنيها متزوجة مل منها زوجها فدفعت

المئات لتسترجعه لعل و عسى أن يعود، عند قطع القصدير الملمومة فوق خصلات شعرها، قصة امرأة فقدت أبناءها الذين فارقوها فجددت من مظهرها عليها تستطيع أن تجدد بها قلبها. كانت الحكايات ترسم على وجوه مختلفة فلم تفارق محيا أيا منهن، فاكتظ المكان ساعة بعد أخرى بأصحاب الحكايات، والدقائق تمضي . فبعد ساعات قليلة سيعقد نكاح خالي وستكون فرحة استثنائية .

ومضة: من الجميل أن تطلق لخيالك العنان، و الأجل فيما يفيد.

فقد

أعجب ما في الإنسان أحاسيسه، والتي هي أصعب تفسيراً من ناحية المنطق . عجباً لهذا القلب الذي يتقلب لكلمة، لإحساس، لنظرة، لقطعة نقدية، لحلم. سبحان من خلق هذا الدماغ، الذي ما أن تطرأ الفكرة ، فتحلل المعلومة ، وبعدها تفرز المواد الكيميائية التي تسمى أحاسيس وعلمياً (نواقل عصبية) حتى نفيض فرحاً ، حزنأً، تعجبأً، خوفاً أو غيره، ونصبح غير مكترئين بما حدث بالأمس، قبل سنين وربما قبل ساعة. فعند مواجهة الموت، تكون الدنيا قد انتهت صلاحيتها و تنهدم مسراتها و ملذاتها ، فتضيق حدود راحتك، لتفهمك أن الدنيا فانية و قصيرة ، حتى أن الرسول صلى الله عليه و سلم نصحننا إذا ما انشغلنا بهذه الدنيا : "اذكروا هادم اللذات"، أتت فاجعة موت إحدى قريباتنا بعد ليلة فرح، وكم كانت صدمة قوية، كانت بحق امرأة مميزة، وجهتها من مركز التحفيظ وإليه. لا تنام من الليل إلا القليل لتعوض الباقي

بالقيام، كم كانت محظوظة ومميزة ببشاشتها. خض نبأ وفاتها مشاعر عائلتي، فعلاً تمنيت أن تكون حياتي مليئة بما يرضي الله مثلها أو قريب من ذلك . أدركت كم كانت جوهرة ثمينة، و فهمت لم انقلبت الأفرح أتراحاً و لم دمعت الأعين بحرقه و لم تقطعت القلوب على إنسانه تركت أثرها بيننا، ماتت في يوم لن يتكرر الا بعد مائة عام، في يوم مميز مثلها، جعل الله قبرها نوراً و روضة من رياض الجنة وسهل عليها الحساب هي وجميع موتى المسلمين والمسلمات و المؤمنين و المؤمنات "اللهم امين".

الفصل الثامن: مما تعلمت

غيوم الأربعاء

تعلمت اليوم أن الدموع الحارة قد لا تعني للاخرين شيئاً. تعلمت اليوم أن أوجع شعور قد يخالج الإنسان تلك التي تنبع من تخلي الأصدقاء عنك حين حاجتك إليهم، تعلمت أنه قد يعلوا الإنسان من شأنه الأكاديمي و علومه لكنه لا يعني بالضرورة تنامي أخلاقه. تعلمت أن أجفف بعض علاقتي، تعلمت أنه حتى وان بدا لي الشخص من ظاهره طيباً و لطيفاً قد يتغير عليك ويغدرك في لحظة و في موقف ربما هي ألدع من طعنة خلف ظهرك. تعلمت أن الاعتذار لا ينطق إلا من كريمي الخلق قلباً و قلباً.. هذا بعض مما تعلمته اليوم، والتي للأسف تعلمتها دفعة واحدة. أكثر ما يجرح هو أن تحاط بأناس تدرك بعد فوات الأوان أنه ينطبق عليهم هذا

البيت

ما أكثر الإخوان حين تعدهم ولكنهم في النائبات قليل

ويزداد الألم إذا ما تشاركت معهم أياماً من عمرك ربما سنياً ولم يكثر لك قيد أملة في لحظات ضعفك و انكسارك. لكن بعد صدمة كتلك أعدت تعريف الصداقة، و بلا شك رأيت بعيني كيف أن طول العلاقة قد لا تعني شيئاً. و صدق من قال أن الحياة الجامعية تصقل الشخصية. لكن بعيداً عن هذا، نجحت في اختبار قيادة الحاسب الآلي الدولية والله الحمد. بعد تأجيل مديد ومراجعات مكررة و مشاهدات مستمرة، حتى انتهت اللحظة بضغطة زر الماوس

و ظهرت النتيجة على الشاشة. حمدت ربي في رضى. كان اليوم في المجمل يوم بكاء عالمي، فلم
تكتفي الغيوم بالبكاء بل بكى الكثير ممن أعرفهم حولي، من بكى لأنه مجروح، من بكى فاقداً
الأمل لمستقبله، من بكى لأنه مضغوط من الاختبارات، من بكى لأنه اكتفى من الدراسة، من
بكى لأنه رسب. والغيوم ربما بكت لتطهر قلوبنا استعداداً ليوم جديد، لنحمل في قلوبنا بذراً
لربيع قادم، لمطر آتي حتى نزهر ما في نفوسنا ونبت ورداً و أغصاناً خضراً وريحاناً. لمدة يومين
على التوالي فقدت طعم النوم، فإذا وضعت رأسي على الوسادة في تمام الساعة العاشرة و قمت
على الساعة الرابعة فجراً أكون متقلبة بين الصحوة و المنام وكأنني لم أنم تلك الساعات كلها،
بمعنى أنه نوم طويل لكن بجودة رديئة، و لمدة ليلتين متتالية. غريبة هي نعمة النوم، و الأغرب
هو ضعف الإنسان إذا ما قاومه، و العلماء لا زالوا في بحث عن السبب الرئيسي للنوم و
الغاية منها "سبحان الذي لا تأخذه سنة و لانوم"، اليوم الذي يليه سألت والدي عن هذه
الظاهرة التي أزعجتني و أخرجتني من طوري، فقال لي، مشخفاً الحالة ببساطة و قدظنتها
مرضاً فقال هذا: "القلق".

الابتلاء

تخيل معي لو أنك بذلت كل ما في وسعك للتمكن من المادة، ثم اخترتها على الحاسب الآلي مثلك مثل الآخرين. و فجأة يتعطل الجهاز عليك . و بسبب هذا العطل الذي هو خارج عن إرادتك، ترسب في الامتحان. مؤلم أليس كذلك؟ لم أكن أول طالبة حصل لها هذا الموقف، بل عدد من الطالبات مررن بنفس المشكلة. و الحل المقترح المتبقي هو أن أعيد الاختبار. تعلمت اليوم أنه علينا أن نصبر حتى على سكب دموعنا. إن الأسباب التي تدفعنا للبكاء عديدة، وكيف زرعها الله في نفس الإنسان بحيث غالباً ما تخرج عن نطاق سيطرته ، و كيف تتغير الأسباب من شخص لآخر، ولولا ألهمني ربي لأتذكر ما قاله سبحانه و وما ذكره نبيه. ما أظن أنني كنت سأتوقف يومها عن البكاء، فقال: (بأيها الذين ءامنوا استعينوا بالصبر والصلاة إن الله مع الصابرين) آية ١٥٣ البقرة. كانت آية عادية في نظري، واضحة لم أستطع عمقها ولم أحلل معناها حتى عاصرت موقفاً كهذا، أحسست فيها بقله حيلتي اتجاه قضاء الله و قدره، حينها شعرت بأني مسجونة في قفص الألم . فقلت في نفسي ، كيف لي أن تسقط من عيني دمعة ، و الحل موجود لهذا الدوبان النفسي، بأن أستعين بالصبر. أي أتخذه كوسيلة كأداة، لحماية فؤادي من التفطر على قدر مكتوب و ابتلاء يُمتحن فيها صبري على قضاء الله و قدره . و كيف لي أن أنسى جزاء هذا الصبر - معية الله - وأن رب السماوات و الأرض سيساند هذا العبد ويعينه ويكون تحت رعاية إله الكون إذا صبر، فمن هنا وجد السبب الذي أفنعي و أراح وجداني. ثم أدركت حديث الرسول عليه الصلاة والسلام: (إنما الصبر عند الصدمة

الأولى) متفق عليه. إذا عمل المرء و صب جهده على اجتياز الامتحان، عادة ما يضع له توقعات، فإذا ما حصل ما لم يتوقع صُعق. وهنا موطن الابتلاء، فاحذر السقوط فيه. تعلمت أننا قد نصدق بعض الأوهام و نوقع في شباكها، فيوهم المرء نفسه بأنه ليس له سَنَد، أو أن كل طالب همه نفسه. لكنه يخيل إلينا، لأنك حتماً ورغم الضغوط ستكون هناك نفوس طاهرة لا تدع التنافس سبباً للتباغض. لما دخلت سيارتي هاتفتني صديقة لي، وكانت مكاملة لمدة دقيقة أو اثنتين، كفت لإزاحة الغم الذي استوطنني. فسنة التنافس هذه توهمك، و تجعلك تؤمن لوهلة أن الجميع ضدك، وكل يسير و على جبهته عبارة مطبوعة تقول "نفسى نفسى" لكن لا يعني أن هذا الوهم صحيح.

ومضة: ابحث عن يساندك في الشدة، لأن هذه هي الصحبة الحقيقية. إن لم تجد - لا قدر الله - كن واحداً منهم، و ستجد العوض .

الفصل التاسع: البساط الأحمر للنهائيات

المحطة السادسة/أسئلة مستجد/ة

في هذه المحطة سأحاول أن أجيب على بعض الأسئلة التي قد تتبادر في ذهن المستجد :

أ- كيف أقضي إجازتي الصيفية قبل الدخول في الجامعة؟

أنصح بأن تسترخي أولاً و بعد التسجيل في الجامعات، يمكنك اللحاق بدورة توفل

TOEFL، أيلز Academic IELTS أو ستيب STEP. و إن كان

باستطاعتك أن تحصل على شهادة معتمدة لعلوم الحاسب الآلي مثل: الرخصة الدولية

لقيادة الحاسب الآلي ICDL أو ما شابهها ، فإن بعض الجامعات ستعفيك من

محاضرات الإنجليزية و الحاسب، المهم أن تحقق الشروط التي توفرها لك جامعتك،لذا ابحث

عنها في موقع جامعتك.

ب- ما هو نظام الساعات؟

نظام الساعات شبيه بنظام التراكمي في الثانوية، حيث أن لكل مادة وزنها على النسبة

الموزونة GPA، و من ثم لكل مادة أهميتها و ثقلها المناسب. فكلما زادت ساعات

المادة ، زادت أهميتها.

ت- كيف يختلف أسلوب الدراسة في الجامعة عن المدرسة؟

- الثانوية تكتفي عادة بما يلقيه الأستاذ ومذاكرة الكتاب أو الملزمة، بينما الجامعة تضطر بأن تبحث عن مصادر مختلفة كسماع المحاضرة، العروض التقديمية، الكتب وغيرها لتفهم المعلومة جيداً وتمكن منها، ويختلف ذلك حسب المادة أو الدكتور/ة وبحسبها، تحتاج إلى دراسة التفاريغ، العروض التقديمية أو بعض المواد تكتفي بالكتاب، وهكذا. اسأل من هم أكبر منك سنأ لتتضح عندك الصورة.
- الثانوية تكون معتاد على نفس الأستاذ للمادة، بينما في الجامعة فللمادة الواحدة دكاترة مختلفين، لأن لكل فصل متخصص، دكتور-ة تخصص-ت فرعي دقيق فيه.
- الثانوية حصصها تكون مدتها لا تتجاوز الساعة، بينما في الجامعة قد تطول المحاضرة لساعة كاملة و ربما أكثر.
- أساتذة الثانوية يعرفون طلابهم جيداً و قد تكون علاقتهم بهم متينة نسبياً، بينما في الجامعة، قد ينتهي العام بل تتخرج ولا يعرف الدكتور أنك طالب في الدفعة تلك.
- الثانوية اعتمادك فيها على نفسك محدود لأن الوسائل لنجاحك ميسرة، لكن في الجامعة أنت تعتمد فيها على نفسك كثيراً لتصبح لك شخصية استقلالية، و يزداد اعتمادك فيها على ذاتك -لاسيما- عندما يكون توصيل المعلومة من قبل الدكتور

ضعيف و ركيك.

ث- هل الدكاترة فعلاً قساة و مغرورين كما يشاع؟

قبل لإجابة عن هذا السؤال، سأترك ملاحظتين أولها: لا تصدق كل ما تسمع، فوجهة نظرك قد تختلف عن صديقك، لكل شخص وجهة نظر تخصه . ثانيها: الشائعات ليست مصدرًا معتمدا للمعلومات الموثوقة، إن قمت بتعداد الأساتذة و الدكاترة الذي شددن عيه زميلاتي لما انتهت هذه اللائحة ، وتجربتي تتباين عنهم لأن لي شخصية مختلفة عنهم، و توجه مختلف عنهم. فمثلاً قد يرى زميلك أن الدكتور الفلاني عصبي، بينما هو لا يغضب أو يستفز إلا إذا أصدر الطلبة إزعاجاً أثناء المحاضرة. أو مثلاً قد تجد الدفعة السابقة، تحذرك من الدكتور/ة الفلاني/ة فقط لأن الأسئلة بمفهومهم ومستواهم صعبة، لكنها في الواقع تعتمد على فهمك للمنهج لذا دعك ممن يهولون الواقع و يضيفون بهارات الدراما، فتجربتك لا تقتضي تطابقها مع تجربة زميلك/تك. ذلك بأن تجيب عن الأسئلة المطروحة، بأن تؤدي فرضك بتميز، بأن تسأل الأسئلة التي تنم عن رغبتك لفهم عميق للمادة، أن تناقش الدكتور-ة في موضوع يخص المادة بعد المحاضرة. من المهم، أن يكون الدكتور-ة متقبل-ة للإضافات أو الأسئلة أثناء المحاضرة، و إلا فيمكنك زيارته/ا في الساعات المكتيبة.

ج- هل يوجد نوادي أستطيع فيها تنمية مواهبي؟

نعم، عادة ما توفر الجامعة بيئة تمكن فيها الطلبة من تنمية المواهب والمهارات و توفر مساحة لتكوين علاقات اجتماعية. في جامعة الدمام مثلاً هناك : نادي أوراق، نادي عون، نادي النفع الصحي، نادي ديم، نادي رياضة، نادي ربيع قلب ..إلخ. وستجد لا محالة ما تستثمر فيه فراغك، في أي جامعة كنت فيها. لكن من المهم أن توزن أولوياتك، فإذا أتممت مهمتك الأكاديمية و أكملتها، حينها يمكنك أن تشغل فراغك بالأعمال التطوعية و المشاركة في فعاليات الأندية.

د- ما هي النسبة الموزونة اللازمة كي أتخصص في كلية معينة؟

هذا يعتمد على أمرين أولها، مستوى الدفعة. و ثانيها، شروط الكلية المرغوبة و الجامعة . فمثلاً: في جامعة الدمام، لكي تتخصص في الطب البشري لا بد أن يكون معدلك في المواد العلمية جميعها : الكيمياء و الفيزياء و الأحياء، فوق ٨٠%. و الإنجليزية كذلك. لكن في جامعة أخرى اقل أو أعلى. الأمر الثاني. أنه ربما غالبية الدفعة حصلت على معدل أعلى من ٨٠% ، وفي هذا الحال نظراً لمحدودية المقاعد، يتم تصفية ذوي النسب الأعلى و قبولهم في الكليات المقصودة. و يتفاوت المعدل من دفعة إلى أخرى، لذلك أنصح ان لا تكثرث إلا بمستواك و تحاول أن تحقق أعلى معدل ممكن.

هـ- لغتي الإنجليزية ليست ممتازة، كيف سأجتاز هذه المادة؟

أولاً: لا تقلق، فالكثير من الطلبة يقلق من الإنجليزية و هي في الواقع لا تستحق كل هذه الجلبة. في السنة التحضيرية غالباً ما تكون الساعات لمادة الإنجليزية عالية، قد تصل إلى ثماني ساعات. لذا فلها حظ وافر في المعدل. لذا فإخلاء عام كامل جدير بأن تتقن فيها الإنجليزية بإذن الله.

ثانياً: اعلم أن لكل مشكلة حل، السنة التحضيرية في نظري من أهم الخطوات التي تعديك جيداً للغة الإنجليزية، من ناحية القراءة والكتابة و الإلقاء. لكي تكتسب اللغة أقتراح الآتي:

- ابدأ بقراءة النصوص في الكتاب بمفردك و إن لم تألف كلمة اطبعها على قوئل حتى تعرف كيف تُنطق الكلمة معناها.
- مما ساعدني، كتاب يدعى (Thesaurus) لأوكسفورد. فكرة هذا المرجع ، أنه يعطيك بدائل لبعض المفردات فُتغني حصيلتك اللغوية، مما يساعدك عند الكتابة ، التحدث و عند القراءة.
- اكتب ، اكتب و اكتب. درب نفسك على الكتابة باللغة الإنجليزية و شيئاً فشيئاً ستيسر عليك. حبذا لو تعرضها بعد الانتهاء منها على الدكتور/ة ، كمجهود شخصي حتى يتم تقييمها لك و ينتقدها. ومن خلالها ستعطي انطباع أنك

حريص بالمادة و ستتعلم من أخطاءك حتى تصبح كتاباتك أقوى المرات القادمة.

- اسمع و شاهد الفيديوهات التي تتحدث بالإنجليزية (ويفضل العلمية) فتكسب الإثنيين علم و لغة. وهذه الطريقة لن تفيدك ، إلا إذا بحثت عن الكلمات الغريبة و نطقت الكلمات التي لا تعرفها.
- تمرن على التحدث بالإنجليزية، متى ما توفرت الظروف الملائمة، درب لغتك. في البداية قد يكون سير الكلام متقطع، و فيه تأتأة، و قد لا تعرف كيف تعبر و توصل كلامك. لكن تدريجياً، ستلاحظ تحسناً بإذن الله.
- إقرأ كتب خارج منهجك، من كتب تطوير ذات إلى قصص و روايات. ستساعدك كثيراً لتحسين لغتك إذا ما وضعت ورقة و سجلت الكلمات حتى إذا ما انتهيت من القراءة وجدت أنك تعلمت عدة أمور في وقت واحد، معاني مفردات، و العلم الذي في الكتاب، أو الدرس المستفاد من القصة.
- يجب أن تؤمن بقدرتك على التعلم، و أن تعرف أن اللغة مثل العضلة، إن لم تمرنها و تحركها لن تبقى قوية و ستفقد لياقتها. و إن ظننت أنك وصلت إلى لغة عالية المستوى استمر في تعلم المفردات و التحدث و الكتابة ، وقارن نفسك بمن هم أفضل منك حتى تتحسن و تصبح مثلهم، لا لكي تحبط.

دروس في رحلة

فاتحة عام جديد، تختبئ في ثنايا أيامها المفاجآت. محتارة في مصيري، و إن كان سيتحقق حلمي. بعد أيام قلائل سنفرش البساط الأحمر لأيام ستقرص جلودنا برودتها، وستنقص ساعات نهارنا، علها بالنتيجة تفرحنا. بدأ صباحي بحليب شوكلاته ساخن، بدفئتي في طريقي إلى الجامعة، ولم أبخل بابتسامات لزميلاتي، متمنية لهن بحق التوفيق، ساعية في القاعة الفارغة ذهاباً وإياباً أثناء مراجعتي للدروس، قبيل الموعد بدقائق. انتهى الاختبار بنتيجة أرضني والله الحمد. لما خيم الليل، خرجت مع أخي بعد أداء الصلاة لنشتري وجبة العشاء من إحدى المطاعم. من خلال مشوار النصف ساعة، تعلمت دروساً مهمة، واكتشفت في نفسي خصلاً كنت عمياء عنها. احتجت لصرف بعض النقود، فلما أدخلت البطاقة علققت بدلاً من أن تُدر بالمال. و خلفي فتاتين يبدو علي هيهتهما و لهجتهما أنهما من خارج السعودية على الأغلب أنهما من البحرين، التففت إليهما شاكية مأزقي، وهنا المشكلة الأولى: لا تتوقع من الآخرين أنهم سيحلوا لك مشاكلك. سألتهم ماذا عساي أن أفعل. فاكتفوا ببرود "اتصلي على البنك، أو أخوك أو أبوك ربما يستطيع أن يساعدك" ومن هنا بدأت أشمر أكمامي لأتحمل مسؤولية نفسي بالفعل وأدركت أنني أشغلت نفسي حد الغرق بشأن المستقبل لدرجة خطفتني من الحاضر. وهذه الخصلة الأولى التي كنت عمياء عنها. عهدت نفسي أنني سأتولى حل هذه المشكلة بنفسي، بل عزمت أنني لن أعود إلى المنزل إلا والبطاقة في محفظتي لتبات معي الليلة في حقيبي اليدوية، حتى أثبت لنفسي أن بمقدوري تدبير مشاكلي و حلها دون معونة أحد.

ما يجنن عقلي و يفقدني صوابي، هو نظام تعاملنا مع الأزمات و تعامل بعض الجهات المسؤولة اتجاه الطوارئ، أظن أننا بحاجة إلى توليتها اهتمام أكبر و تنظيم أشد. يقال أن هناك حالة نفسية تصيب النفس البشرية، أذكر دكتورة الإنجليزي وهي تشرح لنا هذه الحالة النفسية التي تصيب الجموع عندما تحدث مصيبة أو فاجعة لم يعهدها أحد من الحاضرين ويتوقف الجميع متوقعين من " الآخر " أنه سيتولى مهمة البطل. أظنها لا تصيب الأفراد فحسب، بل قد تصل للمؤسسات التي تلقي مسؤوليتها على الآخر و تنأى عن الاستجابة الملائمة فكل جهة تخلي طرفها و ترميها على الآخر. اسم الظاهرة النفسية "باي ستندارد أفكت"، وهذه غريزة فطرية كارثية، تودي بحياة المصاب، هذه الظاهرة تظهر جلياً لما يزداد التجمهر و يظن كل فرد أن الآخر سيتولى مهمة الإنقاذ و يتصرف بما هو مناسب، ربما هذا السائد لما يحدث للجهات

. bystander effect عند الأزمات

وفي طريق عودتنا إلى المنزل أحببت أن أتفرد بحل مشكلتي الخاصة دون تدخل من أحد. لأني أعرف ردة الفعل التي سأواجهها وانتقاداتهم إزاء تصرفي الذي قد يسمونه بانعدام المسؤولية، أو سوء في التصرف. ولكن ما أن عدنا إلى المنزل حتى تفشى سرنا. فذهبت على عاتق أبي، الذي وصل إليه الخبر. لا أخفي حقيقة أنه في طريقي إلى المنزل، حللت المشكلة مفترضة بعض النظريات إزاء ما حصل، ورحت أسأل نفسي عن أسباب بلع الصرافة لبطاتي، وتوصلت إلى نتيجة هي ذاتها التي كانت بحوزة أبي فور ما شكيت المشكلة، ألا وهو أن تاريخ صلاحية استخدام البطاقة قد انتهى.

ومضة: متى ما توفرت الظروف لصقل مهاراتك، فاقتنصها. وحل المشكلات ، من أهمها.

خطوة بخطوة

"كن التغيير لذي تريد أن تراه في العالم"

غاندي

رأيت في الشمس نفس كل عظيم، فأثره باقي وإن حجبتة الغيوم و إن لم يظهر كقرصه الدائري واكتفى بالخروج كشریط من ضوء. فالناس بسبب ضياء الشمس بإمكانها أن ترى أفضل، أن تعيش بإنتاجية و سعادة، أو ليس هذا ما حققه كل عظيم، وهو الأثر الذي تركه بعد الرحيل.

مدمنة أنا لمقولة غاندي تلك، أكتبها في كل مكان، حتى ترسخت في ذهني. على أوراق دفاتري، على أوراق مبعثرة في مكتبي، بقلم الخط أو قلم الحبر الأزرق الجاف، فقارب إيماني بها ، إدماني بالقهوة (النسكافية) عند بدايات الاختبارات. عندما تأملت عبارته وجدت أن التغيير ليست أمنية عابرة تتحقق بعد أن تصحو من المنام أو تتفرغ لها دقائق لتتحقق. التغيير يبدأ من معرفة ترتيبك على السلم، ثم تنمو على حسب استطاعتك وبقدر عزيمتك خطوة بخطوة لتصل للمرتبة المرجوة. و كما قال عز وجل (إن الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم) آية ١١ الرعد.

فيبدأ أولاً بالتعلم و التعليم و التجربة و البحث عن كل جديد والسؤال الدائم و الفضول "النافع" .. إلخ. فإذا ما تحقق أنه نفع نفسه يبدأ بالتطبيق عملياً لكل ما تعلمه. ويلزمه

أن يتدرب على الانضباط من خلالها في تطبيق كل مفيد و جديد، ثم تبدأ حلقة التأثير بالاتساع تدريجياً، على من حوله، من أهله من أمه و أبيه إلى الأقارب، أصدقاء المقربين، و تتسع هذه الدائرة، حتى في هذه المرحلة قد لا يعني هذا أنك أثرت فيهم أو غيرتهم . المهم أن تتذكر أن الناس تتأثر بالأفعال أكثر من الأقوال. فمنهم من يسمعك ومنهم من يتمرس، لكن لا يعني أن تستمر هذه العادة الإيجابية التي تود أن تغرسها في الآخرين . فنفسك هي الأولى بالتطوير و التحسين ، لذا احرص -متى ما فرغت- بتجديد ذاتك للأفضل لتري انعكاس أفضل لما تريد أن تراه في حياتك.

ألا تريد أن تكون شمساً تضيء الأرض ، كما سطعت على السنين الماضية شمساً أنارت الدنيا بما فيها ، بأخلاقهم، علومهم ، اختراعاتهم و حكمهم و نظرهم الثاقبة للحياة . ولا يزال أثرها باقي علينا لتكون مصدر عز و فخر للأمة الإسلامية.

تقول لي إحدى زميلاتي القدامى بأن الرسم ، التلوين ، والكتابة تجعلك منزوياً على نفسك، متأملاً فيها، مبتعداً عن ضجيج شؤون البشر ، لتنفرد بما تهوى، و في عالم تُنسق تفاصيله أناملك و مخيلتك. الذي بمعنى آخر يصفونه بال "جنون". لست أروج لذلك - رغم أنني أمارس بعض ما سُرِد-، لو عددنا من لقب بالجنون وهو عبقرى في السر، لما انتهينا. و تأكد أنك إذا نعت بالجنون فأنت غالباً قد خرجت خارج صندوق المؤلف، و حلقت خارج السرب. ما يستحق الدعم و التشجيع هو الذي يملك الجرأة الكافية لتخطي السور، و لديه استعداد تام

لتلقي الصدمات للرفض أو السخرية. الألقاب ستلازمك إن عاكست التيار ، ولا يهم إن
لقتبت بتلك الألفاظ لأن إرضاء الناس ليس الهدف، المهم أن تحقق ما ترجوه من نفسك .
إن أردت شيء لم يتحقق لك يوماً، عليك أن تفعل ما لم تفعله من قبل ،عليك بالإصرار و أن
تتعب على ما تريد و تنصب عينيك نحو هدفك بلا هوادة.

ومضة: إن كان حلمك عملاق، قسمه إلى أوصالاً حتى يصبح قابلاً للمضغ.

الفصل العاشر: شظايا أمنيات

استيقاظ

بمناسبة يوم ميلادي، خرجت مع أمي إلى إحدى المقاهي. لما تقوم من غفلة عام مضى، لتعيد الحسابات، تجد نفسك مقيض بأفكارك. كأنك تركب مركبة فضائية للمستقبل، متساءلاً عن جودة السنين التي مضت عليك، كفاءة أداءك، عن توقعات للسنين القادمة، عن الأهداف التي تطمح لتحقيقها و عن تلك التي حققتها، عن تقصيرك في تأدية بعض واجباتك. إنها جلسة ثمينة جداً، تكون أنت فيها البطل و محور القصة. فتحدثها بشفافية و تنظر إليها بعين حريصة واقعية لتتقدم. فسألت نفسي، "أكل عام ستكون حياتي بهذه الصورة؟" ما الذي أبقيت من بعدي؟" هل سأتغير للأفضل أم الأسوأ!، وظللت أسأل نفسي في خضم صوت طحن البن ،وفتيات في العشرين يتزاحمن ليستلمن طلباتهن. كنت بين الناس لكن غائبة في دهاليز أسئلتي. نظرت إلى الفراغ، حائرة، "هل سأضيف لحياتي أو حياة غيري شيئاً ذا جدوى؟"، "هل سأتمكن من تحقيق أحلامي و إن بدت لي أنها صعبة المنال ". يقال أنه عندما يخطر على بال أحد فكرة إبداعية -غير عادية- فجأة ، فيلهمه بشدة. فإنه بكل تأكيد يوجد على الأقل شخص واحد في العالم يتشارك هذه الفكرة ذاتها معه. لا بد للمرء مقاومة شبح الخوف، هذا الحاجز النفسي ،الذي اغتال روح المبادرة و اقتلعها من جذورها.فكرة الخوف من الفشل،فكرة بأن غيري أفضل فلم أتعب نفسي أو "من أنا حتى تفعل هذا و ذاك"! ،"لماذا أضيع وقتي على شيء لست بماهر فيه"، كلنا نواجه ألواناً من التحطيم النفسي و جلد الذات، فتحجزنا عن العمل ولو بالقليل، ولو في البداية. فالعاقل هو من يدرك الفرق بين ما

هو حقيقي و بين وسوسة الشيطان له، فلا يصاب بسهام اليأس من يعرف قدراته وينميها ،
و واثق من نفسه، ويسعى جاهداً للإصلاح و التطوير. فالعمل نحو خطوات غير مرسومة أو
مجهولة النهاية، تؤدي إلى انعدام الشعور بالأمان لسلك هذا الطريق و إذا قل المقدار الكافي من
الإقدام، تهتز ثقة المرء بنفسه، فيعجز عن الحراك و يركن المرء إلى الدعة و السكون ، فإذا ما
رأى الركب من حوله يمشون بسرعات مختلفة ، تنامت في نفسه عقدة النقص . لذا اعقد النية
، و تذكر أن الإله رزقنا حياة واحدة، قبل حياة الخلود. لتنجز قدر استطاعتك ، و لتفعل دورك
في مجتمعك بما خصك الله من مزايا . فابدأ بالعمل، و خطط له. و بقدر تفانيك فيما تعمل
، و بقدر صدق نيتك ستجد النتيجة- بإذن الله-، ولو لم تكن من أول مرة. فالعبرة في تخطي
حاجز الخوف ، لتكون لك بداية، ضعيفة ، ركيكة أو خاطئة، لا يهمل. لأنه في أسوأ الأحوال
ستتعلم من خطأك، فيزيد من رصيد تجاربك . أو تدرك موطن ضعفك ، فتجتهد في تنميته.
وإن وفقت من المرة الأولى، فهنيئاً لك، لكن احذر أن تُبجل ذلك الإنجاز فتتوقف. و استعد
لخوض معركة قادمة لهدف أصعب، لترفع سقف قدراتك.

ومضة: الآن اعرف مكانك الذي أنت فيه، اعرف طريقك المنشود و قسم خطواتك لتصل إلى
القمة.

الشوكولاتا أم الورد

كن متسائلاً ذا فضول، وابحث لتساؤلاتك عن إجابة. فهذا يوسع أفق معرفتك و إن لم تنفعك الإجابة، فيكفيك شرفاً أن تنحت عقلك بإرادتك. أثناء إجازة ما بين الترمين، حصلت أمور شتى. منها إصابة عمي بوعكة صحية، فاضطر أن يعالج في إحدى مستشفيات الظهران. لما عدنا للبيت، أُخبرت عن رغبة أهلي بالزيارة، وفور ما طرحت سؤال: ورد أم شوكولا. أجابوني بالشوكولا دون تفكير. فخطر لي المعنى الدفين و الفلسفي للهدايا التي نقدمها، إنه احتمال لا أساس علمي له، لكن لماذا نختار بعض الهدايا دون اخرى؟ لنقدمها لبعض الأشخاص دون آخرين؟، فالشوكولا مثلاً قد تعبر عن المادية، العملية، البهجة والبرستيج. بينما الورد رقة، رومانسية و غلاء للمشاعر. أنسب عنوان للإجازة المضغوطة هذه هو "إجازة الإنجازات الناقصة"، فدراستي لاختبار الأيلز لم يكن كثيفاً كما تمنيت، و اللوحة التي لونتها لم توفى شروط المسابقة. غداً سيبدأ تيرم مزدحم بالمنافسة الشرسة، و تحمل الضغط النفسي و بذل ما بوسعي للوصول للخطوة الأخيرة لهذا المشوار. مصير مستقبلي بعد السنة التحضيرية سيعتمد على أدائي التيرم القادم .

ترهيب أم ترغيب

نتيجة اختبار الايلز اختبار الانجليزية العالمي ظهرت، و سعدت بالنتيجة التي كانت قريبة جداً مما توقعت. كان سبب أداء هذا الاختبار ،هو الإعفاء من محاضرات الإنجليزية، لكن حال بين ذلك بعض العوائق حتى فرجها الله عنا لبضعة أسابيع .

"القلق الإيجابي" كما تسميه دكتورة مهارات البحث و التعلم،هي أداة نستخدمها غريزياً ،لتلبية أهداف مرغوبة، أو لتفادي الأضرار. أياً كان التوجه، يبقى القلق الإيجابي طاقة صالحة للاستخدام لتحقيق مصلحة عظمى. فالناس بين ترغيب و ترهيب.

ومضة: من المستحسن أن تعرف ما تميل إليه نفسك لتحفيز ذاتك، هل هو الترغيب لحصول علامة كاملة مثلاً، أم الترهيب لتجنب الحصول على علامة معينة.

الفصل الحادي عشر: باقة أقدار

بين حلم و واقع

النفس تتبدل و لا تبقى على حال ، و تتغير رغباتها و أحلامها . فهي بين مؤثر أو مؤثر، فإما تتقدم أو تتأخر. يشغلني البحث عن المعنى الحقيقي لهذه الحياة، و لست أحصره من الجانب الديني ، لكن من الزاوية التي تؤرقني كل ليلة ، وهو كيفية بناء حياة ذات معنى ، و تصميم واقع يلي المبادئ التي أو من بها، يشغلني التفكير بكيفية تقديم ما هو صالح للمجتمع على الوجه الذي أتقنه و أجيده ، وكيفية تسخير المواهب و القدرات ليكسب الطرفين . عن كيفية إتمام أعمال تُشعرك بعدها بتيار كهربائي لطيف قد اعتلت ذرات جسدك، بسبب قوة تأثيرها. لا سيما إذا ما أكملت مهمة ذات أثر و ذات وَقع إيجابي على نفوس الآخرين. قبل أيام دُعيت و عدد من زميلاتي لحضور حفل تكريم المتفوقات و المتفوقين. و طُلبت أن ألقى كلمة ففعلت، لكن ما حصل في بواطن تلك الليلة أغضبني، أو لا يغضب الإنسان إذا ما انهمم حقه و حق من يستحقه...!! لكنها باقة أقدار و هل لنا أن نعترض. تقول إحدى صديقاتي أنها تجبذ صم الاذان عن المواضيع المتعلقة بالسياسة، كونها تشعر بتأنيب الضمير و الندم لأنها ليس بمقدورها فعل شيء أو تقدم ما يستحق تقديمه. ورغم أن في كلامها صحة لبعض ما تقول، إلا أنه التمتع في ذهني الحقيقة التي لم أبصرها حتى الآن وسألت نفسي، بعيد عن السياسة . لو عرفنا تاريخنا و فهمنا أبعاده بحق ، هل سنتعذر بأنه ليس لدينا ما نقدمه لهذا العالم؟ هل سنشعر بقلّة حيلتنا أو ينتابنا شعور بالدونية؟ خصوصاً لما ننظر إلى التقدم و التطور الذي عُرف به في الآونة الأخيرة الغرب و الشرق. إنه من السهل أن نلقي اللوم عليهم وعلى مؤامرات و منظمات،

لكن من الصعب أن نعترف بقصورنا بل الأصعب تبني الإصلاح و المثابرة عليها ،لحظتها بطريقة ما أقنعت نفسي أن نواة التغيير تكون بالمعرفة ،ونحن كشباب علينا أن نخصص ولو مقداراً بسيطاً من يومنا لتثقيف أنفسنا بتاريخنا الإسلامي و بقضايانا التي تستحق منا الإهتمام و التضحية و الجهد والتفكير و الوقت الكثير..

في مرحلة الثاني ثانوي كان مطلوباً منا أن نزين جدار إحدى لوحات فصلنا بعبارات محفزة أو أهدافاً ننوي تحقيقها في نهاية هذا العام. كتبت تحديداً ثلاثة أهداف كبيرة أطلعها كل صباح بل أكثر ، و قدر الله لي أن أحقق أحدها. لم أحققها نفس العام،مضى عام كامل لم يتحقق فيه هدفي ،و إنما تحقق في العام الأخير من الثانوية. وهو أن أحصل على نسبة معينة في الثانوية العامة.لعل الهدف يبدو عادياً و لا يبدي أي طموح استثنائي ،لكن لكل منا قدراته، و قيمته التي يحلم بالوصول إليها.وعندما أكتب هذه الكلمات متذكراً إنجاز ما ظننته يوماً مجرد خيال،يتابني فخر حقيقي بأني حققت ما ظننته بالفعل من المستحيلات.فلكل منا باقة أقداره.

و اليوم في الجامعة، وضعت لنا في الممر مساحة نعبر فيها بحرية عن أحلامنا، كأنها بذلك تستقصد أن نسترجع ذكريات المدرسة. فكانت وسيلة ممتازة لتخفيف الضغط النفسي الذي نحمله على ظهورنا هذا العام، و تهوين قلق الطالبات من مصيرهم المستقبلي،فأبدعن الطالبات في توثيق أحلامهن دون تردد. ليصغنها من جديد، على مرأى المارة، كي ترسخ فيهم رغبة

الإجاز و تحمل القادم من المعسرات. التقيت بخط من الأوراق اللاصقة التي تعدت الأربع تقريباً. تحكي قصة طالبة تخرجت من الثانوية بمعدل موزون عالي جداً، بالإضافة إلى أنها حصلت على جائزة رسمية من إحدى المسابقات على مستوى الخليج. فدخلت تخصص الطب الذي طالما حلمت به، لكن حصل ذات يوم أنها امتنعت عن الصلاة لشهور، و مستواها الأكاديمي أخذ يتدهور لدرجة أنها أعادت بعض السنوات و قد تراكمت عليها المواد حتى أصبحت في دفعة السنة الثانية بدلاً من الخامسة. تقول أنها لا تنفك عن قراءة القرآن كل يوم و تحرص على سورة البقرة و أنها طلبت شيخ ليقراً عليها، والحال يبدو في تحسن. آخر ما رمت إليه، نصيحة غمست قلبي بماء بارد ، فختمته بقولها أنه "لا نجاح ولا توفيق إلا من رب العالمين"، وبغض النظر عن صحة القصة من عدمها، إلا أنها ذكرتني بقيمة التواضع وأنه مهما وصل الإنسان من مراتب و حاز على جوائز ، عليه بأن يدرك أن هذه نعمة و توفيق من الله، يمكنه سلبها متى وكيف يشاء، وليس بالمجهود الشخصي فقط. يجذع المرء نفسه، عندما يظن أنه متحكم بزمام الأمور وأنه على علم و دراية و إحاطة شاملة بشؤونه قاطبة، وحينها على المرء أن يتذكر أنه ما لعن إبليس إلى قيام الساعة إلا للذنوب واحد -فيما نعلم من القرآن- ألا وهو "الكبر". ولا ينكر المرء أنها حالة تختزل فترة من حياته، قد تراود البعض أجزاء من الثانية بسبب تفوقهم على زملائهم في مسألة مثلاً، أو الخيلاء الذي قد يجتره أحد العلماء لنظرية معينة أو فلسفة خاصة لسنين طويلة فيتعصب لها، و تكون له جماهيرية. وبغض النظر عن مدة هذا الشعور بالفوقية إلا أن قصتها ذكرتني بأن الحياة ما هي إلا باقة أقدار، لكل نصيبه ثم

يرحل. ليخلد، إما مع أصحاب اليمين أو أصحاب الشمال، و أياً كان شعور الشخص حيال ذاته، ازدراء أو تكبر ، فهذا لا ينقص أو يزيد من قيمته الجوهرية.

ومضة: إن من أجحف ما يمكنك فعله بحق نفسك في السنة التحضيرية، أن تقارن نفسك بالآخرين بشكل مهووس، لا بأس أن تقدر مستواك مبدأياً، لكن لا يكن شغلك الشاغل.

على أعتاب الرشد

أمي و أبي سيسافران، تاركين لي المنزل لأعتني بإخوتي خلال فترة غيابهم. لأتولى بعض مهمات الناضجين، فهي فرصة لإثبات قدرتي على تلبية متطلبات إخوتي الصغار و إدارة الشأن المالي بشكل اقتصادي . والآن، في إجازة الربيع و لمدة أسبوع سيسافران إلى أقصى أطراف الأرض، لتسقط المسؤوليات كلها على عاتقي، هي تجربة في أفضل أحوالها ستصقل الجانب الراشد و المسؤول من شخصيتي، و في أسوأها ستؤدي إلى دمار شامل ، فكاك و شجارات لا مفر منها. لكن، من شدة خوفي على سلامة والدي، ألححت على أبي أن يهاتفنا فور الوصول وبشكل يومي ، و إن لم نجب عليهم ، فيكفي لتهدئة وسوستي رؤية "مكالمة لم يرد عليها" ليطمئن قلبي ولو قليلاً. تركنا المنزل خاوي العطر، فارغ الروح، والأمانة المتشبثة بعنقي لا يشاركني فيها أحد، ودعت عبيرها الذي فاح من يديها. و أبي الذي ضمتمته حتى ظننت أنه ليس هناك لقاء اخر. و بعد خروجهما من المنزل، نظرت إلى حالي بعين مختلفة، ورأيت الأنانية التي أعمتني، لأتذكر لوهلة من حرم نظرة ، لمسة أو كلمة من أمه أو أبيه مطلقاً، و

استشعرت أن وجودهم في حياتنا نعمة، نغفل عن تقديرها . نراهم كل يوم، نمل أحياناً من طلباتهم، ومنتاسى ما يفعلنه لتوفير سبل الراحة، وما يضحوا به من أجلنا، فاللهم سامحنا على تقصيرنا معهم وبارك لنا في أعمارهم . ويتدرد السؤال هل شكرناه حق شكره. قال تعالى:

(وقليل من عبادي الشكور) السبأ - آية ١٣

ومضة: استغل وجود والديك حولك و تल्पف معهم ،و إن كانوا قساة عليك . لعل قسوتهم ابتلاء ليمحصك الله .

نقاط الضياء..ولع بالفضاء

رُغم بعد النجوم عن كوكبنا التي قد تصل لآلاف بل عشرات الآلاف من السنين الضوئية، إلا أننا لا نزال نرى آثارها وهي التي إذا ما أذبح الليل ظهرت آثارها كنقاط لا تنطفئ و تظل تلتلئ لنا في صفحة من صفحات السماوات السبع. منذ عهد الإغريق و غيرها من الحضارات القديمة كانت النجوم وسيلة ثابتة و صالحة للاهتداء عند السفر، و هي تُعد زينة للناظرين ورجماً للشياطين في قوله جل وعلا: "ولقد زينا السماء الدنيا بمصابيح و جعلناها رجوماً للشياطين و أعتدنا لهم عذاب السعير" الملك- الآية ٥. مؤخراً، وجدت ضالتي في علم فسيح ،علم النجوم و المجرات - الكوزمولوجي-، لأقضي فيه فراغي . كنت في إحدى الأيام أحقق شاشة الكمبيوتر أقلب أرشيف وكالة "ناسا" الأميركية للفضاء، والتي تلتقط صوراً يومية لأي مشهد فضائي وعادة ما تكون مجرة درب التبانة أو سحب غبارية أو سديم وحوله نجوم تنبعث منه إشعاعات

سينية مما يعكس ألواناً خلابة، و في حاشية تلك الصور ملخص علمي قصير. كنت أقلب الصور، مشفقة على صغرنا مقارنة بهذه الضخامة و الخِلقة العظيمة اللامتناهية الجمال، كيف لنا رغم صغرنا أن نتطور و نصنع حضارة ، لألحظ أن الفارق بيننا و النمل بالكاد يوجد . فهم يجمعون الطعام من موسم الصيف ، استعداداً للشتاء، وبناءهم المتواصل لقراهم رغم صغرهم، مقارنة بكوكب الأرض .ولاشك أن لهم حضارتهم و تطورهم الخاص الذي لم يتعمق فيه العلم بعد،ورغم أن صنع الإنسان فيه من الدقة و الجمال و الإتقان و التعقيد ما يُؤلف منه كتباً ضخمة و فُتحت له تخصصات شتى ، و توسعت له تخصصات فرعية أدق. لكن يظل علم الفلك بنظرياته و فرضياته، من العلوم التي تسلبك من ضيق الأرض، إلى فساحة الفضاء الشاسع، ليُروي القلب بتأمل عظمة الخالق، و تدعو للتفكير في هذه السماوات التي ثبتها الله وزينها و زخرفها للناظرين، فمن ذا الذي سيحملها إن سقطت. تلك الحقيقة بأن النجم إذا ما نفذ عمره وانتهى وقوده ، ينقضي أجله بانفجار تمتد غازاته و إشعاعاته بُعد السنين الضوئية، فيعطي سديماً من حوله ذا طاقة و حرارة هائلتين، حقيقة تحير العقل، وأن أكثر من نصف الفضاء غير مرئي و هو ليس إلا طاقة و مادة مظلمة حقيقة . إذا كانت هذه مخلوقاته، فكيف به سبحانه.إن معرفتي الضئيلة مع رغبتني بفهم الحقائق، هو ما دفعني للاستزادة حول ماهية المادة ، و كيف بدأت و أنواع القوى التي تحكم قوانين مجرتنا و التبحر في آخر النظريات التي توصل إليها العلماء، حول نشأة الكون و فرضيات لنهايته تمزقاً كان أو انكماشاً. وعن حقيقة بعض الظواهر الفلكية، مثل:فرضية الثقب الدودي ، الثقب الأسود ، فرضية الأكوان المتعددة

و أحدثها الطاقة المظلمة و المادة المظلمة . لكن سبب سردي لهذا الاهتمام المفاجيء، ليس اندهالي من الحقائق العملية الغريبة فحسب، لكن المفهوم الفلسفي للنجوم، وكيف أنها تتشابه مع بني البشر، وهو أن المرء يتوهج إذا ما ترك أثراً.

ومضة: لا تُخفي اهتماماتك بحجة بُعدك عن التخصص الذي اخترته، وتذكر كيف كان القدامى يجمعون العلوم بأصنافها المختلفة.

إن كنت تحب الخدمة و العمل و تعشق الإنجاز، فأنت في نعمة مَنها الله عليك، لذا يحسن أن تُرفقها بنية صالحة حتى يتضاعف أجرك. سأوجز ما استطعت لأجديات التخطيطي و الوصول لمطنتك. حتى تصل لابد أن يكون سعيك جلي الخطوات، و أن تكون على دراية كاملة لما ينتظرك عند الوصول و إن كنت لا تزال في شك من التخصص الذي يناسبك بعد الخطة التي ذكرتها، لا تجزع . سأدلك على طريقة تستخدمها بعد أن اتبعت الطريقة المسبقة في اكتشاف نفسك و بعد أداءك اختبارات الشخصية التي تناولناها مسبقاً ، و قد استشرت و استخرت. ربما لا تزال في حيرة و تردد بعض الشيء، لاسيما أنه يحتم عليك تجاوز السنة التحضيرية بمعدل عالي حتى تتمكن من اختيار تخصصك برغبتك:

أ- استراتيجية مقترحة:

بنزين كل شخص وما يحرك ماكينته و ما يطفئها، مختلف. فأنت قد يحفزك الدخول للطب إعانة البشرية و خدمتها بصورة إنسانية، وزميلك قد يغريه المال عند الوظيفة، و أخرى قد تغريها الهندسة للقب المهنة، و آخر يرى معدله مرتفع و يعيش التحديات فيدخل أصعب التخصصات و كما يقال لولا اختلاف الأذواق لبارت السلع. و ما دام أنك في مسار معين فأنت على الأرجح قد شكلت صورة عامة عما تريد ، فإن قبلت في المسار العلمي برغبتك و في الغالب لست مهتماً بالدراسة في التخصصات الصحية، هنا أضع لكم بعض الخطوات التي

قد تسهم في إرشادكم نحو اختيار التخصص:

- أولاً، **النظر في الخيارات المتاحة** و القراءة المستفيضة عن التخصصات التي وجدتها مناسبة لك، استشارة الوالدين و المتخصصين في المجالات التي تميل إليها و تجد في نفسك رغبة اتجاهها، هناك بعض المعارض التعريفية للمهن، كمعرض روايي للمهن الذي يقام سنوياً في مركز الأمير سلطان للعلوم والتقنية بالخبر، الذي قد يرشدك بواقعية للمهنة المتوقعة بعد الإنتهاء من التخصص.
- ثانياً ، بعد تأدية أفضل ما عندك لاختبارات القبول (قدرات، تحصيلي، ..إلخ)، **ضع لائحة بالتخصصات التي ترغبها** أو تميل إليها و تأكد من شروطها من مواقع الجامعة أو إن كانت متوفرة من الأساس في الجامعات التي ترغبها. و عند قبولك في المسار الذي أنت فيه، هندسي، علمي أو صحي، تذكر أن احتمالية قبولك في التخصص الذي تريد تعتمد اعتماد كلي على درجاتك في السنة التحضيرية، لذا احرص على الأداء المتميز في المواد التي تحمل ساعات كثيرة .
- ثالثاً، إن لم تستمیل لتخصص معين أو لم ترى تخصصات بديلة تناسبك، فلا تقلق. **قم حالاً بإزالة أي تخصص تنفر منه** ليزيح عنك كثرة الخيارات. على سبيل المثال، أنت بطبيعتك لا تجيد استخدام يديك في الأعمال اليدوية، و تعلم أنها ترتعش كثيراً، لذا

تستبعد تخصص طب الأسنان. يمكنك أحياناً الاستعانة بالمواد التي تشابه التخصص الذي ترغبه، لتقييم رغبتك.

● رابعاً، بعد أن شطبت التخصصات التي لا تريد، سواء كان ذلك بسبب المواد، أو المهارات المطلوبة أو ربما طبيعة المهنة لاحقاً، تكون قد حصرت التخصصات ضمن منطقة رمادية، التي قد تميل إليها، لكنك لا تعرف شعورك بالضبط اتجاهها، أو تعتقد أنها قد تعجبك. و لتكشف ذلك ، اكتب على ورقة كل ما ترى من الإيجابيات و السلبيات التي تراها في هذا التخصص، ثم غلب التخصص الذي تفوق إيجابياته سلبياته. و لا تنسى الاستخارة. بعدها سترى الحقيقة أثناء دراستك لهذا التخصص، وتكون تجربتك الخاصة.

● خامساً، و هذه نقطة مهمة جداً، اسرد الأسباب الحقيقية لرغبتك بالدخول في هذه الكلية دون غيرها، حتى وإن كنت تراها أنها سخيقة أو مضحكة. و اكتبها على ورقة بيضاء و احتفظ بها حتى تقرأها إذا ما خبت عزيمتك . هذه خطوة مهمة لأنها تعطيك السبب و الدافع الذي لم تختار فيه تخصص آخر. و تعطيك الأسباب التي تعزز انتمائك لذلك التخصص.

● في الجهة المقابلة، يجب الأخذ بالاعتبار المهارة و الإجادة، لأنك إن لم تحسن ما تفعله، فكيف ستقبل و تستمتع بما تتعلم الذي قد تقضي فيه جل حياتك.

سيكون بغضك لتخصصك متزايد عند أي فشل ، و عند أي عقبة. فقد تراود أفكاراً شيطانية أنك غير كفؤ ، وقد تشعر بالدونية إذا ما قارنت أديائك بزمالك، مما قد يوهن ثقتك بنفسك و يكون المآل إلى الحضيض-لا قدر الله-. لذا انتبه لنقاط قوتك و ضعفك و التي تجعل منك فرداً مميزاً . وكمثال للتوضيح: قد تجيد التعامل مع الأرقام و يسهل عليك حل التمارين الرياضية ، فهنا نقطة قوة في صالحك. بينما يوجد آخر لا يقوى على الحفظ أو لا يتحمل عناء سبع سنين دراسة مثلاً، فهنا نقطة ضعف. وهذه أمور نسبية، فلا يعني أنها صفة سلبية أو إيجابية بالمطلق، و لكن بحسب التخصص المطلوب. و في كثير من الأحيان، يستطيع الإنسان أن يكتسب فيها المهارة و يدرّب نفسه عليها. فكما قال الرسول عليه الصلاة و السلام: (إنما الحِلْمُ بالتحلم و العِلْمُ بالتعلم)

ب-المقابلات الشخصية:

بعض الجامعات تفرض على طلاب الثانوية حديثي التخرج أن يجتازوا المقابلة الشخصية، و عليها أُلقت الكتب، و أُقيمت الدورات بل تخصصت قنوات على اليوتيوب لهذا المجال، لأن المقابلة الشخصية لا تقتصر على القبول في الجامعة . ولكنها من ضمن الأبجديات التي غالباً ما توجد عند كل فرصة وظيفية، تطوعية أو غيرها:

- أعد نفسك من حيث معرفة المكان و الزمان و المستندات اللازم إحصارها

- تم جيداً في الليلة السابقة حتى تكون يقظ و غير مرهق عند طرحهم الأسئلة
- تناول إفطاراً خفيفاً، كالفاكهة و بعض المأكولات البروتينية مثل البيض لتشعرك بالشبع.
- احضر مبكراً، فالمقولة التي تنص " أن تصل متأخراً خيراً من أن لا تصل " ممنوعة وليست صحيحة هنا، بل أن لا تصل خير من أن تصل متأخراً.
- احرص على نظافتك الشخصية، وارتداء اللباس الذي يقارب الرسمية، لا بأس من التعطر الخفيف ، و ليس الاستحمام بالعطر. بخصوص الطالبات ، في الغالب أنهم لن يطلبوا منك خلع العباءة، لكن -في حال طُلبت نزع العباءة- يفضل أن يكون لباسك ضمن المتعارف عليه كلبس جامعي، وهي تنورة طويلة و قميص.
- خذ نفساً عميقاً قبل الدخول و توكل على الله، و إذا دخلت فسلم ولا بأس من الابتسامة، فهي تعطي طابع الثقة.
- قبل أن تتسرع في الإجابة ، افهم السؤال . هذه نقطة مهمة جداً، لأن السائل قد يلف بالسؤال ويدور به، ليعرف ردة فعلك التي قد تكشف الكثير عنك دون أن تنتبه لذلك. أحياناً السؤال بحاجة إلى فهم خفاياه و أبعاده
- ابتعد عن الأمور الخلافية أو التي تمس بالسياسة، كن دبلوماسياً

- حاول إيضاح صوتك بنبرة مسموعة، و لتكون إيماءات يديك عفوية. مع المحافظة على التواصل البصري مع اللجنة إن كانت المقابلة مع أكثر من شخص.
- من المهم أن لا تتفلسف خارج نطاق قدراتك، لأنه سيتضح لهم رغبتك الشديدة التي قد تصل حد التملق للقبول . لذا فليكن جوابك بسيطاً و موجزاً قدر الإمكان، و إن طلبت الاستفاضة ، ادل بدلوك مع تحري عدم الإسراف في الكلام.
- إذا بدأت تتلعثم لا قدر الله أثناء المقابلة، لأنك لم تجد إجابة على سؤال معين. اسألهم بإمكانية إعادة السؤال، و حينها أعط نفسك مهلة لتفكر ، ثم اشرع في الإجابة.
- المقابلات الشخصية في كثير من الأحيان تعتمد على أسلوب ترويجك لنفسك. فقط تذكر أن لا تتبختر بأعمالك، لأنها ستقبح إنجازاتك في غمضة عين.
- درب نفسك أمام أهلك، أمام المرآة عند الإجابة على الأسئلة. ولا تخجل من استعراض نقاط قوتك.
- قبل المقابلة ادخل على منتدى الجامعة التي تنوي أن تقبل فيها، لتكون صورة مبدئية عن الأسئلة المتوقعة ، الأسئلة الحرجة و الأسئلة المفتوحة.
- غالبية المقابلات ستتفق على أن تسألك السؤال الشهير: عرف نفسك. و الذي سأحاول تفكيكه حتى تتمكنون منه بإذن الله، مع الأخذ بالاعتبار أنهم غالباً ما

يقاطعونك حتى يعرفوا عنك أكثر. لذا سأعرض لكم نموذجاً، ويمكنكم التعديل عليه:

اسمي.....تخرجت من مدرسة....أحب أن أقضي وقت فراغي ب.... حصلت على شهادة.....فزت بجائزة..... أتممت دورة....و أرغب بدراسة.... لأنني...وأرى نفسي بعد... أعوام.... أتميز بمهارة...و لذلك..(اذكر سبب اتصافك بالمهارة، اضرب لهم بمثال من تجربتك)...

- اعرف عن الجامعة التي تود القبول بها، بعد إجراء المقابلة الشخصية، اعرف سبب رغبتك للقبول فيها. فقد تسأل عن ذلك. كأن تقول أريد أن أتخصص في جامعة الملك سعود لأنها الرائدة على المملكة العربية السعودية في مجال الطب، و يهمني أن يكون تأسيسي قوي للبكالوريوس، حتى أصبح طبيب متمكن و رائد في مجالي. كما أنه من الممكن جداً أن تسأل عن سبب رغبتك في الالتحاق بهذا التخصص.
- أنصحك بالاطلاع على فيديوهات توضح كيفية مجاوزة المقابلات الشخصية
- في الأخير، قد يسألونك هل لديك أية أسئلة أو استفسارات، ولا بأس أن تجهز بعض الأسئلة المناسبة كي تعطي انطباع بأنك مهتم و حريص.

ث-الحياة الأكاديمية:

مهارة تنظيم الوقت هو المفتاح الذي به تحقق نجاحات تلو النجاحات بإذن الله. لكنها

تعتمد اعتماد أولي وكلي عليك، و تحتاج إلى ممارسة منتظمة. و في النقاط الآتية سأبين لكم كيفية الدراسة المثلى التي لا تستنزف طاقاتكم كلها ، و التي آمل أن تضيفكم على لائحة التفوق:

● أولاً: استخدم حواسك جميعها لتثبت المعلومة و تسجلها في ذاكرتك..ولا تكتفي بنمط واحد للتعلم.

فستجد أن صديقاً لك يكفيه سماع المحاضرات للمذاكرة(سمعي) ، و آخر يفضل مشاهدة الفيديوهات و استخدام الأقلام الفسفورية (بصري)، و آخر يفضل أن يتعلم أثناء المشي، أو يقوم بتمثيل الجزء المطلوب منه دراستها كأن يمثل بأنه لقمة من الكربوهيدرات يسير في الجهاز الهضمي، و يتعرض لإفرازات ريثما يمر بالفم ثم المعدة ثم الأمعاء و هكذا. كلما التصقت المعلومة و ثبتت ،تأكدت بأنها الطريقة الأصلح لك. فتخيل لو أنك دمجت أكثر من حاسة عند التعرض للمعلومة كيف لها أن تؤثر على استرجاعك و فهمك لها.

● ثانياً: قسم يومك باستخدام أداة ال To-Do List ، بأن تكتب مهامك و تشطب عليها فور الانتهاء منها. و إذا كانت قائمتك طويلة فابدأ بترتيبها من الأهم ثم المهم إلى غير المهم.

● و يمكنك جدول أعمالك حسب نافذة "أيزنهاور" ، وهذه النافذة مقسمة إلى أربعة مربعات : مهم عاجل، مهم غير عاجل، غير مهم عاجل ، غير مهم غير عاجل. و

حسب أعمالك وضعها في المربع المناسب، لتعرف بأي الأعمال تبدأ و أيها تؤجل.

- ثالثاً: المواد ، غالبية السنة التحضيرية بمختلف مساراتها، سيكون لزاماً عليهم أن ينجحوا من المواد التالية: مواد علمية مثل(الأحياء، الفيزياء، الكيمياء، الإحصاء وغيرها)-تختلف حسب التخصص_، الإنجليزية ، الحاسب الآلي، مهارات التعلم و البحث، مهارات الإتصال، التربية البدنية و ثقافة إسلامية. وقد تزيد أو تنقص حسب المسار و حسب الجامعة، لكنها في الغالب تتفق على معظم هذه المواد. أعط الكثير من وقتك و تركيزك للمواد ذات الحِمل الثقيل على المعدل (ساعاتها كثيرة). لأنني كما ذكرت ستؤثر على المعدل. وفي المقابل ، لا تكسل عن أو تتجاهل المواد ذات الساعات القليلة، فهذه يجب أن تضمنها قدر استطاعتك.

- رابعاً: التحفيز ، قد تراودك أفكار أحياناً بأنك ربما لست مؤهلاً بما فيه الكفاية، أو أنه محال أن تُقبل في تلك الكلية، أو أنك فقدت رغبتك في مواصلة هذا العام، أياً كان هذا العذر اعلم أنها فترة مؤقتة و ستمضي، و أنه من الطبيعي أن يراودك شعور كهذا فلست وحدك من يفكر مثل هذه الأفكار. تذكر أنه مثلما نجح الاخرين ستنجح، و أنه بقي الكثير و لم يبقى إلا القليل. بل أذكر أنه روادني ذلك الشعور من فترة لفترة . كانت تؤلني خاطرة الفشل أو الإخفاق، لكن لم أدعها حاجزاً أتوقف عنده. وكذلك أنت يجب أن تكون ضابطاً لأفكارك و مشاعرك و مركزاً على هدفك الحالي ، حتى لا

تصاب بالإحباط فتكسل عن العمل . لذا حفز نفسك لتؤدي أفضل ما عندك لأنك عادة ما تنافس مئات الطلبة على مقاعد محدودة. ثق بنفسك، و اعلم أن قبولك في الجامعة في نظام السنة التحضيرية دلالة على أنك امتلكت مقومات مجاوزة القدرات والتحصيلي و لله الحمد و كنت تتبع مساراً صحيحاً. أنصحك إذا تراكم عليك هم الرفض، بأن تدعو ربك بأن يحقق لك ما تريد، أو تحدث صديقاً قريباً تأمنه و الطرق كثيرة.

- خامساً: اعرف نوع ذكائك، هاورد جاردنر تشعب في مفهوم الذكاء بنظريته المعروفة "الذكاءات المتعددة" والتي تتضمن ثمانية: الذكاء الرياضي، الطبيعي، الحركي، الموسيقي، اللغوي، المكاني، البين شخصي (الذاتي) و الاجتماعي. عندما تحدد أنواع الذكاء الغالبة في شخصيتك، فتوظف الذكاء الذي يميزك أثناء دراستك، فمثلاً، صاحب الذكاء الاجتماعي قد يناسبه الدراسة مع مجموعة. و صاحب الذكاء الرياضي قد يميل إلى التعامل المرن مع الأرقام و المعادلات، و هكذا.
- سادساً: الصحة، وفي هذه المرحلة الحساسة تعد قضية الصحة في بالغ الأهمية. عندما تصاحب شخصاً فأنت تتصف بصفاته أردت ذلك أم لا و سواء كانت من الصفات الإيجابية أو السلبية، عقلك الباطن يخزن ذلك دون وعي منك. حتى أنه يقال أنك مجموع أو معدل خمس من أصدقاءك الذين تصاحبهم باستمرار. و علمياً، هناك خلايا

عصبية تدعى Mirror Neurons وهي الأعصاب العاكسة، التي تعمل كالمراة، التي تحاكي العمل الذي تراه أياً كان، صحيحاً خاطئاً لا يهم، من ثم عقلك الواعي يتخذ قراراً إذا ما وافق منهجك الأخلاقي و تفكيرك المنطقي. فالمرء كما قال عليه الصلاة و السلام على دين خليله، ولتنظر إلى من تخالل و تصاحب. فلا بد من أنك ستتأثر إن جالست ذوي الهمم العالية ، و الرغبات السامية، و صاحبت ذوي الأرواح الخفيفة و الكلمات اللطيفة و النفوس المعطاءة. وكن بين هؤلاء و هؤلاء. حتى تتضح لك أيهم أقرب لك من ناحية الاهتمامات و الصفات الشخصية و غيرها.

- سابعاً: واطب على أذكار الصباح و المساء
- ثامناً: حاول تخصيص ساعة أو اثنان من يومك لمراجعة المحاضرات التي تعلمتها في ذلك اليوم.
- تاسعاً: عند الدراسة للاختبارات ، نوع مصادرك ، حل المسائل الحسابية حتى تعتاد عليها، ناقش أسئلتك التي قد تطرأ أثناء دراستك للاختبار مع الدكتور-ة ، أو زملاء الدراسة.
- عاشراً: تعلم من أخطاءك بعد الامتحان، ليس في المعلومة فقط. لكن الأهم هو: لماذا أخطأت هذا الخطأ؟ هل بسبب الاستعجال في تسليم الورقة، هل بسبب الشك في معلوماتك، أم بسبب تغيير إجابتك، أم بسبب عدم مراجعتك لإجاباتك، أم لأنك

لم تقرأ السؤال بشكل جيد أو هل لأنك لم تدرس من الكتاب. إن معرفتك لأخطاءك تساعدك على تفاديها لاحقاً و تقوم بها طريقة مذاكرتك.

● راقب مستواك ، و قارن نفسك بين كل اختبار و اختبار للمادة الواحدة. وبين مادة و مادة. الأولى، لتحلل مستواك و تعرف الجزئيات السهلة أو الصعبة عليك. و الثانية، لتعرف المواد الضعيفة عندك أو التي تبتدع فيها.

● أفضل ما يمكنك فعله بعد الانتهاء من المذاكرة ، أن تراجع باختصار أهم النقاط (الجزئيات) لمحتوى الاختبار و إذا أمكن تلخيصها. مثل : معادلات فيزيائية، تعاريف للحفظ، بعض المفاهيم التي شدد عليها في المحاضرة، و غيرها.

● لا تنجس من طرحت أسئلتك للدكتور-ة ، اذهب عنده/ا في الساعات المكتبية و اطرح أسئلتك بوضوح و لباقة.

● تجنب قدر الإمكان تأخير مذاكرتك كلها لليلة الاختبار، لا سيما إن كانت امتحانات نهائية. فذلك قد يضغطك نفسياً ، من ناحية محدودية الزمان و كمية المنهج المفترض إنهاءه. فكمية المحاضرات في الجامعة أكبر من كمية الدروس في الثانوية، و تستلزم وقتاً و مجهوداً.

● قد يطلب منك تنفيذ بعض المشاريع أو الحملات ، بصورة جماعية ومع أشخاص قد لا

تعرفهم. إن لم توفق لمجموعة متفاعلة و متعاونة، اتصف أنت بالقيادة و قسم العمل بين أفراد المجموعة، و أعطهم مهلة محددة لتنفيذ المهام بحيث يكون قبل يوم التسليم بفترة كافية. بحيث إن لم يستجيب معك أحد ، فأمامك خيارين، إما أن تنسحب من المجموعة و تتواصل شخصياً مع الدكتور-ة لإيضاح المشكلة. أو الحل الثاني ، أن تواجههم بصراحة و موضوعية، و تنبيه الأفراد الغير متعاونين بشكل خاص .

● التزم و انضبط بالحضور للمحاضرات، كما يفضل أخذ بعض الملاحظات و الجلوس في الصف الأمامي. في هذه الوضعية تجبر نفسك على التركيز في المحاضرة .

● الكتب الجامعية ،غالية الثمن و ليست مجانية كما عهدناها في المدرسة. فقد تتجاوز المئات. لذا أقترح منك، أن تتأكد أولاً من حاجتك للكتاب في المادة الفلانية، ومن ثم إما شراءها أو استعارها من طلبة قدامى، لتصوير نسخة أو استخدامها. حتى تعرف حاجتك لهذه الكتب، اسأل الطلبة الذين سبقوك، فهم أكثر من سيفيدونك.

أخيراً، تخصصت بعض المدونات و المواقع التي أنصحكم كطلاب في السنة التحضيرية بقراءتها:

١- مدونة الأستاذ جاسم هارون مؤلف كتاب "الجامعة ترحب بك"، والتي تفيد في تحديد شخصياتكم، يستعرض فيها دليلاً رائعاً لحديثي العهد بالجامعة

<http://www.jass.im>

٢- موقع الدكتور ياسر بكار مؤلف كتاب رائع بعنوان "عشرة أمور تمنيت لو عرفتها قبل دخولي الجامعة" <http://www.shabab12.com/index.php>

٣- تسعون نصيحة من المهندسة وعد الشدي عن التركيز الذكي.

<http://www.w-dd.net/wp/?p=3402>

الفصل الثاني عشر: الولادة من جديد

مُولدي الحياة

قد يهبك الله عز وجل أشخاص في حياتك على فترات متقاربة أو متباعدة .قد يكون شخصاً واحداً، قلة ، أو جمع غفير . و هؤلاء أسميهم "مُولدي الحياة"ستجد أنفسكما تجتذبا أطراف الحديث من أول لقاء، و تمضي الساعات كالثواني. إنهم يُشعرونك بأن الحياة بأسرها قد ولدت فيك للتو.أرى أن مشاعرنا الحقيقية الصادقة قد تكون خارج نطاق التفسير و من أصعب ما يمكن صياغته لفظاً.و أنه عندما نحلل و نستخرج الأسباب لأمر عاطفية دفيئة ،يصعب شرحها وفهم مقتضاها تفصيلاً و منطقياً ، ،فإن هذا يغير شعورنا نحو ما نحب، و ربما من نحب. في السنة التحضيرية التي تضم لك طلبة من مختلف المسارات ، حاول أن تتعرف على أناس جدد،من مسارات مختلفة، فإنك لن تخسر شيئاً. لأنك ستجد يوماً شخصاً يتوافق معك، حتى تظن أنكما خلقتما لتكونا أصدقاء،فالمؤمن الذي يخالط الناس و يصبر على أذاهم أفضل من الذي لا يخالط.

حدود الشغف

أجمل ما في الأحلام أنها لا تعرف معنى الحدود.

يعتقد البعض أنه إذا رسم لنفسه أهدافاً صغيرة متواضعة فإنه يتسم بالواقعية، لظنهم أن المجانين وحدهم من يحلم بتحقيق ما هو صعب المنال. يظن أولئك أن هناك حدود لما هو ممكن، وأن الأحلام العظمى عبث لأنها مستحيلة التحقق. إن التجرد من الأحلام الكبيرة تفقدك لذة المغامرة و تحدي النفس و التدرج في النجاحات للوصول للقمة. لا بد من إنكار الحدود التي فصلنا عن واقعنا الذي نريد، عن طموحاتنا التي تؤرقنا ليلاً و تشغلنا على مدار الساعة. فإذا ما عملنا بشغف، نسينا الحدود الوهمية التي بنينا ظناً أنها لا تُكسر. و إذا ما فقدت الرغبة في تحقيق إنجاز عظيم ستغدو أيامك جافة، لا أمل لتصحو إليه و لا مجاهدة نفس ليعاكس مسار هواك، فيخبت لهب حماسك و تنطفئ احتمالات وهجك مستقبلاً. السر يكمن في أن تنصب أهدافاً أعلى من مستواك بقليل، لتتدرج في بناء ثقتك بنفسك و تكثف قدراتك، بعدها يمكنك رفع مستوى طموحاتك، لتشمل أهدافاً عظيمة. فكن واقعياً ذا حلم كبير، تسعى لإيجازه ولو بعد أمد طويل.

ومضة: طور اهتماماتك حتى تثبت لنفسك قدراتها، وكلما واظبت على مهارة، و صقلتها باستمرار ستغدو بالمثابرة نقطة قوة في شخصيتك.

عزم لا يصهر

"الصعوبات هي التي تجعلنا نشعر بحجم الإنجاز"

د. حياة سندي

شارف العام الدراسي المنهك - نفسياً - على الانتهاء، كأني خلالها كبرت عقداً بدلاً من عام واحد، فتدفق المعلومات والخبرات والأحداث لم تأذن لنفسها وقتاً لتتخمر في كياني. تقلب فيها الطقس، تنوعت فيها المعارف، وتشكلت الصداقات، فتقشعت عن بعض مجهولي الهوية هويتهم، و اشتدت أو اصر المحبة مع غرباء اعتبارناهم بدايةً مجرد ظل في خلفية أيامنا .

غريبة هي طبيعة الإنسان، الذي لا يقنع ولا يرضى. فكيف يشتهي الأطفال أن يكبروا سريعاً، تلك الطفلة ذات الأربعة أعوام ترتدي كعب أمها، تهتف وترجى أخواتها بأن يضعن لها أحمر الشفاه أو يمسحن أظافرها الناعمة بظلاء الأظافر. تأتيني هفوات أحياناً بأن يرجع بي الزمن لأعود طفلة مرة أخرى، لا يضيرني في الحياة إلا نفسي. في إحدى حصص الرياضيات، تأملت عبر النافذة فإذا بي أجد طائر صغير يقفز من غصن لآخر ويزقزق بسلام، تمنيت مكانه للحظة. فلا مستقبل يؤرقه ولا يخضع للقلق كما نفعل. لكن بعد تفكير محمص ، أدركت أن مرحلة الشباب - في الإنسان - ما هي إلا / استكشاف ذاتي لمعاني الحياة، الصدق، الحب، الإنتاج والأخوة، فكيف للإنسان أن يحيا بدون فهم لمغزى هذه المعاني. فبإنجازاته، بقراءاته بعلاقاته بيني فكره فيرتقي بنفسه. فالإنسان ما هو إلا بين ضعفين

ضعف الطفولة و ضعف الهرم.وما من مرحلة أفضل ليسخر وقته و طاقته فيما يفيد مثل مرحلة الشباب.أظن مفهوم المراهقة السائد ، بررت للبعض سبباً ل"يعيش حياته" بمفهومه السلبي. السؤال الذي يطرح نفسه،هل من حسن استغلال مرحلة الفتوة، يكون بتضييعها في التافه و سفاسف الأمور. أم أن الحكمة الإلهية في تمديد هذه المرحلة عشرة أو عشرون سنة هو لغاية أعظم، كوضع جهودنا و اهتماماتنا و النعم التي أنعم بها البارئ علينا في مواضعها التي تزيد الأمة تقدماً و رفعة .إن أعماقنا تأبى و تتنافر من أن تكون مجرد زيادة رقم،أو أن تكون من الفئة التي قال عنها إبراهيم الفقي رحمه الله -يأخذ أكسجين غيره و يضيق الجو بثاني أكسيد كربونه- .لكن بصراحة، كم منا يقضي الساعات بين المجلدات العلمية، كم منا يتفصح في مجال تخصصه و يقرأ عنها في فراغه، كم منا يسخر لغته لخدمة الإسلام ، و الأمثلة تطول. إن هذا هو الخط الفاصل بين الوهم و الحقيقة و الذي تعرف به الأمنيات التي تحلق في السماء و الأحلام الواقعية التي لها جذور متأصلة في الأرض، وهو العمل الذي تقوم به. بتقييم مخرجات أعمالك و أقوالك يمكن تحديد حسن أو سوء استغلال وقتك.إن لدى كل منا المادة الخام التي تميزه، ليضيف لبنته على المجتمع.و إن السمة التي تحول الأمنيات المحلقة إلى شجرة تُغرس، هي العزم.إن العزم هو ما سطر أمجاد العظماء ، فصاروا شموعاً تتمدى من بعدهم. فالمهندس مهند أبو دية خريج جامعة البترول والمعادن،المخترع السعودي الذي بترت قدمه و فقد بصره بسبب حادث حصل له و هو لا يزال في أوج شبابه لتنفيذ أحلامه العظيمة .الرياضي المغامر فاروق الزومان، أول شاب سعودي متسلق لقمة إفرست والذي لا زلت أذكر خطبته حينما ذكر

المعوقات التي واجهته و كيف تحدى نفسه ليصم إنجازه على صفحات التاريخ، فخدم دينه رياضياً بطريقة تخصه ليرفع راية التوحيد في يد و القرآن الكريم في اليد الأخرى، ليردد بعدها الآذان في أعلى قمة يمكن الوصول إليها. لم تنخفض الأصوات المنكرة لقدراته و المشككة لعزيمته، لكنه اختار أن يتحدى نفسه، و أن يصم أذنيه عن الأكاذيب. و خارج إطار أمتنا العربية الإسلامية الزاخرة بالعلماء و المجتهدين في شتى الميادين، نيوتن والذي اشتهر بقانون الجاذبية-التفاحة الساقطة. وفق ما روي عنه، كان لا ينام إلا ساعتين فيصحو ليكمل قراءته. هكذا كان إصراره القاسي لتحقيق هدفه. و أما بالنسبة لتوماس أديسون، فكيف لنا أن ننعم- بعد الله عز وجل- بالإضاءة دون عبقريته وعزيمته في سبيل أن نسهر الليالي في بيوت مضاءة أربع وعشرين ساعة، فهو الذي حاول مرات وصلت للمئات و ربما الآلاف، أخطأ فيها جميعاً حتى توصل بعد جهد مستميت لنقطة الحل. ليثبت عزمه بثقة: (أنا لم أفسل، أنا وجدت آلاف من الحلول التي لا تعمل) والتي تبرز فطنته في التعامل مع الفشل، وتعامله الحكيم مع العقبات. العبرة من قراءة سير العظماء، ليس للانذهال فحسب، وفي الكفة الأخرى ليست لفتح باب الإحباط. بل لمحاولة إكساب ذواتنا بعض الصفات التي تحلوا بها و لاستقراء ردود أفعالهم اتجاه التحبيط، السخرية، الفشل أو اليأس. إن كان الهدف أعظم من تحقيق مصلحة شخصية أو فائدة لحظية، فثق أن النتائج ستبقى استثنائية. كلما أقدمت على تحقيق هدف، فاحذر من أن تنكسر مجاديفك عند أول عثرة. حاول مجدداً، فالحياة قصيرة و تنتظر مساهماتك، وهناك رب مطلع على أفعالك، وإصرارك مكتوب، و تعبك مكتوب، و دمعته

مكتوبة عند الذي هو معك أين ما كنت، فلا تستصغر ما تفعل .لأنه بغض النظر عن النتيجة ، ستكسبك قوة و خبرة،دامك قمت من بعد تلك العثرة مصححاً خطأك و موقناً بجملك. سأختم ببعض الشروط التي تدفعنا للتميز: فالشرط الأول،اختيار ما هو نافع دينياً أو دنيوياً من الأهداف،ويكون مجمل ذلك في أمرين:العلم النافع و العمل الصالح. و ثانيها الاستعانة بالله و التوكل عليه قبل و أثناء و بعد العمل، لأنه لا توفيق إلا من الله تعالى. و آخرها ،استبعاد التكاسل عن قائمة الخيارات و عدم السماح بتسلل اليأس و القنوط في النفس مهما حصل. لابد من عدم استعجال النتائج ،فكل شيء يبدأ صغيراً ثم ينمو بالعزم و الجهد كبيراً.

ومضة: اعلم أن شبابك سلعة ، إن لم تغتنمها فيما يصلحك و أمتك، فستجدها تهوي بك في مهب الريح. لذا احرص أن لا تكون سبباً لخذلان نفسك و أمتك، و ابذل الغالي و النفيس للنهوض بها.

الفصل الثالث عشر: تسارع

القصور الذاتي

مفهوم القصور الذاتي، هي إحدى أولى المفاهيم العلمية التي أثارت فضولي العلمي، لا سيما في تطبيق مفاهيم معقدة ببساطة فيما نواجهه في الحياة اليومية. القصور الذاتي ما هو إلا نتاج تسارع وربما تباطؤ، واليوم أرى المفهوم الفيزيائي هذا بشكل مختلف، في حياتنا نحن كثيراً ما نواجه تسارعاً في حياتنا و أحيانا أخرى تباطؤاً.

وقد ورد في القرآن عما يدل على الحركة ، في قوله تعالى: "لمن شاء منكم أن يتقدم أو يتأخر" المدثر- الآية ٣٧، فأمامك خياران فقط، إما ان تختار أن تقدم أفضل ما في وسعك، أو تكسل عن العمل و تسترخي جانباً. ولاحظ أن التوقف لم يذكر كاختيار. لعله دلالة على أن التوقف ترادف معنى التأخر، فإذا ما توقف المرء عن التطور و مواكبة متطلبات العصر، أصبح متأخراً. لمن أراد أن يصنع فارقاً، فالمسار لتحقيق الذات مستمراً حتى النفس و الرmq الأخير. فكما ذكر الإمام أحمد: المحبرة إلى المقبرة، فلا انقطاع ، و لا راحة، حتى انتهاء الأجل وجفاف الصحف ورفع الأقلام.

لي صديقات مواهبهن مختلفة، ولم تجد الفرصة للظهور بعد. فمثلاً، إحداهن، تملك مهارة فذة في إلقاء الخطب التحفيزية، أخرى أشعارها جزلة الكلمات و تعبر بعمق عن أحاسيسها التي تجيد حياكتها بلغة منمقة، أخرى تجد ملاذها في حل الألغاز الرياضية. فهناك مواهب ، لا تقاس باختبارات موحدة، و يحف حقها لما توضع تحت بنود معينة و

ذات معايير خاصة، إلا أنك لا تجد مؤسسات كافية لتبني هؤلاء بمختلف درجات موهبتهم أو التنقيب عنهم و تخصيص أنشطة كافية للبحث عن هويتهم. مؤسسة الملك عبدالعزيز ورجاله للموهبة و الإبداع احتضنت فعة تنحصر موهبتهم في مجالات معينة و ركيزة للتنمية ،كالعلوم و الرياضيات و التقنية .و لا زلت أرى أنها حركة و أنموذجاً حبذا أن تُحاكى من قبل الجمعيات التي لا تُلاقي نفس الدعم ، لكن ماذا عمن كانت مواهبهم في الإنشاد، الخط العربي ، الكتابة ، إلقاء القصائد،تأليف الخطب، الرسم و غيره من الفنون.صحيح أن هناك جمعيات و أندية موجودة، قد تقيم بعض المهرجانات و الأنشطة ، لكن لا نجد الدعم المادي و الظهور الإعلامي الضخم كسابقتها.ولاشك أن الاستثمار في الموهبة تكمن في أن يثمر بنتاج يعد مكسباً للمجتمع .ما المانع أن نكرس نفس الاهتمام بالجهة الإبداعية في أبناء الوطن، لأن الجهة الفنية لثقافتنا و تراثنا هي التي تحكي و تنقل هويتنا للعالم. فالعلم لغة مشتركة ، بينما الفن بصمة تميز ثقافة عن أخرى.المبادرة تبدأ من الذات، وهي الشمعة التي لا تنطفئ. فإن انعدمت المبادرة في الشخص،لومتحورت حوله كل الجهات لتدفعه للإنجاز لن يندفع لأي مكان ولن يبرح خطوة واحدة وإن وفرت له كل السبل. في الصيف الماضي ،كان هناك برنامج صيفي تابع لأرامكو السعودية اسمه "أتألق". كانت مبادرة ذات مجهودات تستحق التأسى بها ،استهدف فيها طلاب و طالبات الثانوية ليوفر لهم أجواء من العلم ما يشغل به فراغهم، و يكتشفون فيه ذواتهم.ليمنحهم في غضون أسابيع، فرصة للتعلم خارج الإطار التقليدي، و فرصة لإثارة

التساؤلات و اكتشاف الرغبات عند الطالب . أثناء هذه الفترة يتلقون فيها بعض الأساسيات في مادة من اختيارهم، كعلم الفلك و آخر في علم التصوير و آخر في الهندسة و غيرها. كان برنامجاً رائعاً بحق، تمنيت أن تتسع أطرافه لتحتضن فئات أكثر، و تشمل علوم أخرى. فالخطط التنموية لاستثمار الشباب على نوعين، إما طويلة الأمد، مثل الأندية أو المؤسسات التي ترعى من قبل الحكومة، أو قصيرة الأمد لتنتشر لقاحها على عجل، ولكل جمهوره. لذا خطر في بالي فكرة تستهدف حديثي التخرج، لتوفر لهم رحلة تعريفية بطريقة جاذبة، من أسبوع إلى أسبوعين، لا إجهاد أو إكراه فيها، لتشمل تخصصاتهم المرغوبة، فتسهل عملية الاختيار الأمثل، بحيث يحقق البرنامج التنوع و الشمولية. خلاصة قولي بأن سقف الإبداع عالي ويتسع أفقه، لكن ما ينقصنا هو بعد النظر، فالرسام موهوب و الفنان التشكيلي و كاتب الخواطر و مؤلف القصص و ناشر السعادة بين الناس و باعث الأمل للآخرين و ملقي النصيحة بلطف، والقارئ النهم، و المحاور الحيادي، كلها مهارات لا بد أن تُرعى، و تستعمل في سياقها المناسب. و من الضروري سقايتها لتنمو لصالح المجتمع و العالم أجمع.

ومضة: نم هواياتك و مواهبك، و ستجد يوماً الفرصة الملائمة لتسطع مواهبك، حتى و إن لم تجد لها فرصة ظهور اليوم.

نهاية المشوار

ذهب الكثير ولم يتبقى إلا القليل. عدت من الجامعة بعد الاختبار النهائي الأخير لهذه السنة ، كأنني أطفو على سطح الواقع ، كأن هذا اليوم هو السراب الذي ظننته ماء بداية العام . فلم أكد أصدق أن الرحلة قاربت الانتهاء، ليتبقى الحصاد. نعم، ستواجه المنعطفات، و العقبات، و سيراوك التردد و الشك من فترة لأخرى، قد تنعزل عن الناس ، قد ينخفض وزنك أو يزيد. لكن هذه الضجة كلها، لا تساوي سكيننة نفسك بعد ظهور النتائج. لا سيما إذا ما قُبلت في تخصصك الذي حلمت به و جاهدت من أجله. رغم أن الأيام ركضت في لمح البصر، إلا أنني خلالها تعلمت ما يفوق كمية الدروس (الحياتية) التي علمتني إياها المدرسة. كم تغيرت فيه الأشياء من حولي، وكم تغيرت نفسي، و نظرتي لما يجري من الأحداث ، كم تسارع فيها تحصيلي المعرفي، و تطورت فيها مهاراتي، وكم تعلمت من الدروس التي غفلت عنها فأيقظتني.

فمن روان تعلمت أنني أستطيع تعلم أي شيء من أي شخص مهما كان و من أي خلفية جاء منها و مهما اختلفنا معه، و من وفاء أننا قد لا نبلغ الكمال لكن نسعى جاهدين نحو تحقيق الإتقان، و من نور أن الكل يستحق الاهتمام و التقدير و الاحترام بل الصداقة تبدأ بابتسامة، و من نورة تعلمت أن ليس هناك معنى للمستحيل و لكي تحقق ما هو صعب المنال عليك أن تضحي حتى بما تريده أنت ، تعلمت من أسماء أن أعيش كل يوم و كأنه آخر يوم في

عمري بأن أقضيه بقدر استطاعتي في إسعاد من حولي، ومن دانة أن أبحث عن الفرص و
أعمل بجنكة مع الخبراء . وتعلمت من ريام أن أعبر عما بداخلي بصدق خصوصاً إذا كان ما
بداخلي شعوراً إيجابياً، لأنني اكتشفت -و أظنه بسبب الطاقة التي نحملها- أنك تُعدي
الآخرين بإيجابيتك .ومن دكتورتي الهارفادية دروساً عدة منها، أن لا أضيع يوماً من عمري
دون أن أتعلم شيئاً، مهما كانت المعلومة بسيطة.و أن أطلع على الأخبار المحلية و العالمية حتى
أنمي آفاق ثقافتي ،و أن أطلب بحقوقتي وأعرفها،و أن أنظر للقضايا بعين الموضوعية، وأن
أصقل مهارات التفكير النقدي .لا أستطيع أن أحصر ما تعلمته من كل شخص و من كل
شي بدءاً منذ أول يوم داومت فيه و حتى هذه اللحظة،فهذا من ضرب المستحيل . لكن ما
أجزم به ،هو أن السنة التحضيرية سنة أنت من يختار فيها أثرها عليك ، لكن في الجمل هي
سنة أقل ما يوصف بها أنها سنة تغيير .

ومضة: إن تزامت عليك المتغيرات ، تشبث بمبادئك . واحرص ألا يكون تغييرك للأسوأ.

محطة الوداع

على مشارف السنة "التحضيرية"، التي أظنها حققت مضمون اسمها، فحضرتنا باللغة الإنجليزية وأملاً بأنها أعدتنا لمواجهة التحديات القادمة وعلمتنا تجديد النوايا و إعادة النظر في الرؤيا المستقبلية، مع توجس خيفة من الرفض .أسمها البعض "تعديبية" أو "انتحارية". وأسوأها "رابع ثانوي". ورغم التوجه السلبي و التهيج العاطفي عند الكثير نحو هذه السنة لوصمها بكلمة واحدة، تتجاوز عند البعض صفحات من الشتائم و السباب ، إلا أنها سنة مختلفة جذرياً عن السنوات السابقة في المدرسة، لتختبر فيك رغبتك ، مواظبتك على أداء مهامك، تفاؤلك ومقياس اتزانك النفسي ، إن صح التعبير. من السذاجة تجاهل الجانب المشرق و نفي التجارب التي تضيف على الشخصية و التغييرات التي تضج في الكيان و التقلبات التي تشكل نظرة المرء في نفسه و العالم من حوله و الصداقات التي تضيف من رصيد فكره و التوجه الفلسفي العام نحو الحياة. إن كل اختبار ، فرض و بحث أو عرض تقديمي تأديه ، يقربك من النتيجة المرغوبة منذ بداية تسجيلك كطالب منتظم، فيكون مآله إما القبول أو الرفض. ولا أعتقد أن إنساناً سليم المنطق سيرتاح أن يظل عاماً بأكمله، ركباً أمواج من الإحباط و الرضا و متقلباً بين رياح الخوف و الإطمئنان، إلا الذي يؤمن بأن له مقعداً في تلك الكلية . وحتى هذه اللحظة - ما قبل ظهور النتائج بيوم- لست متأكدة من مصيري ولا أستبعد أن غيري في نفس حالة التوجس و الترقب، لكني أفضل الأمل و التفاؤل بما كتبه الله لي . يقول علي بن أبي طالب رضي الله عنه "من خاف أمن" ، فإذا ساورت نفسك القلق و الإجهاد النفسي، فلا

تخزن غالباً ما تكون علامة على رغبة مشتعلة في داخلك لتحقيق ذلك الهدف. لأنه يجعلك تعيد النظر في اختياراتك، و تمحص قراراتك بعقلانية، ويثير في نفسك تساؤلات حول قدرتك على تخطي هذه المنافسة. آخر اختبار نهائي لهذا العام كان اختبار الفيزياء، دخلت المبنى البارد بدم يغلي قلقاً، حاملة أوراق الفيزياء المصفوفة داخل ملفي البلاستيكي الأخضر، ومعه الكتاب الكحلي الثقيل الذي قلبنا فيه صفحات المسائل و المعادلات. كأن مضي ساعتين داخل القاعة، قد تفتت هباءً منشوراً. شعرت بغربة خروجي من القاعة كغربة دخولي إلى هذه الجامعة في بداية أيام الدراسة، كأنك لم تلبث فيها كل هذه الشهور. أحببت أن أودع إحدى الصديقات التي قد لا ألتقي بها فيما بعد بظرف فيه رسالة، متبعة نصيحة الكاتب عبدالله المغلوث في كتابه - كخة يا بابا- بإهداء الرسائل الورقية لمن تُكن لهم الحب و التقدير، و أظن أنه يلعب دوراً هاماً في إحياء الجانب العاطفي لعلاقتنا بالآخرين ويذكرهم بمقدار معزتهم لدينا. عندما تمسك بالقلم و تفرغ المكنون الذي كنت تدسه في بواطن قلبك، لتصبح داخل ظروفاً بيضاء خارجة من حواف جسدك، فتختبئ العواطف مع الحبر المناسب على الورق، و في معاني تلك الحروف التي جفونا عن رسمها على وجوه من نحب، أو نسينا التعبير عنها لانشغالنا بالغد الذي نستعد له دائماً، فتتسل الكلمات من بين الأنامل، وحينما تغلفها و تهديها من تحب، تشعر بأنك أتممت المهمة. جربتها ولم أندم، وقد جربتها سنيماً قبل هذه مع صديقاتي المقربات، والأهم أنني سعيدة لأنني فعلت. بل تصبح ذاكرة ملموسة لتبقى معك بقية حياتك. بعد تلك الساعات الطويلة من المذاكرة و الجهد، و وسط دقائق الأمل و الألم، يركض

بنا الزمن غير مراعٍ لأي شيء ،فاصنع من عمرك زمناً غني بالذكريات، وأضف لعمرك عمراً
آخر،وكما تعلمنا من إحدى المواد

" الزمن سلعة لا تباع و لا تشتري و الجميع متكافئين فيها ،والأهم من كل هذا أنه لا يتوقف
لأحد "

ومضة: في نهاية رحلة التحضيرية، ستشعر أنك مولوداً جديداً، لأنها انتهت و شقت نفسياً و
طالت، وستشعر أنك أصبحت شخصاً غير الذي سجل بداية الفصل الدراسي.ومهما كانت
نتيجة القبول، فله الحكمة سبحانه التي لا نفقها، فالخير ليس ما استهوته نفسك، بل ما
قدره الله لك.

أختم بنصيحة علك تجد لها صدى فى نفسك، وألخصها لك فى عشرين نقطة:

١- قبل السنة التحضيرية، اطمح لدرجة كاملة فى القدرات و التحصيلي و الثانوية العامة، فذلك ليس على الله ببعيد، كي يتسنى لك القبول فى أى برنامج تريد.

٢- اجعل من السنة التحضيرية ،سنة تغيير جذرية، لا تدعها تمر عبثاً. كون صداقات مختلفة مع من هم أكبر منك سناً و أدرى بتخصصك المرغوب، تعلم ممن يخالفك ، اكتشف جامعتك والأنشطة المقامة فيها.

٣- احرص أن تؤدي أفضل ما يمكنك تأديته فى السنة التحضيرية، فشهادة الثانوية و القدرات و التحصيلي مجتمعة لن تنفعك ،ما لم تبذل جهداً إضافياً لضمان مقعدك.

٤- احذر من أن تستصغر نفسك، ألا يكفبك فخراً بأنك خليفة الله فى أرضه. و تذكر أن الأمة تنتظر منك مساهماتك، ولا تظن للحظة أنك عادي أو خالي اليدين ،فقط قدم ما تستطيع تقديمه.

٥- مهم جدا أن تتجاهل كلام الكسالى المتقاعسين، وكلام المحبطين .أولاً: لأنه لا نفع فيه. ثانياً: لأنه لن ينتهي. و تذكر قوله سبحانه:(إنا لا نضيع أجر من أحسن عملاً) آية ٣٠ سورة الكهف

٦- جاهد نفسك على الإحسان فى أمورك كلها،قدر استطاعتك .لأنها ترفع جودة أدائك و تعينك على عمارة الأرض.

٧- بعد ما عملت المستطاع من الأسباب، فوض نتيجتك بيد الله. أمامك خياران بعدها، إما الرضا والقناعة بنصيبك، أو ملاحقة ما لم يقدر لك.

٨- إذا مللت من الدراسة، وتعسرت عليك الأيام، تذكر (إن مع العسر يسراً* إن مع العسر يسراً) آية ٥-٦ سورة الشرح، توكيداً بأنه و إن اشتدت المعسرات فستفتح عليك أبواباً من التيسيرات

٩- اخرج عن نمطك المألوف، لأنك سترى تعريفات مختلفة و توجهات و فلسفات متنوعة عما ألفته ولن تندم، لكن لا تتشرب ما يخالف مبادئك فقط لتتماشى مع الجماعة.

١٠- من الرائع المشاركة في المسابقات والدورات، لكن لا تدعها تتكسد فوق هدفك الأول و هو تحقيق الشروط للقبول في الكلية المرغوبة، لأني أؤكد لك أن الأنشطة الترفيهية و الدورات ستكون متوفرة إلى تخرجك.

١١- دائماً جدد نيتك، فالنية تجارة العلماء، وبها تكسب فوائد الدنيا و الآخرة.

١٢- تفاعل، تفاعل و تفاعل، و احذف من قاموسك العبارات والألفاظ المتشائمة، فهي لن تفيدك.

١٣- لا تقع في فخ المقارنات، الصق هذه العبارة في ذاكرتك الآن.

١٤- كون صحبة من مسارات مختلفة و من جنسيات مختلفة. و اجعل لك رفقة، تستأنس بوجودهم و تتعلم من تجاربهم.

١٥- قبولك في كلية شديدة المنافسة، لا يعني بالضرورة تفوقك على الآخرين في شتى الجوانب ولا يبيع لك إطلاقاً التكبر. هذب نفسك بالتواضع كلما ارتقيت، و أفد غيرك بالنصائح لأنك يوماً ما كنت

مثلهم.

١٦- علم نفسك الموازنة، فاعط كل ذي حق حقه. ولا تجعل النجاح في الدراسة سبباً للفشل في الجوانب الأخرى من حياتك.

١٧- لا تحكم على ظواهر الأمور، سواء من أشخاص، تخصصات، مواد أو غيرها.

١٨- فتنش عما تفرغ فيه ضيقك كلما تراحمت عليك الشدائد: كتلاوة القرآن، التأمل والتفكير، رياضة كالمشي أو الركض و غيره مما يحسن مزاجك و تنتفع به أنت.

١٩- ذاکر بانتظام و رتب جدول وقتك ، لتحقق الفائدة المرجوة. لا تتأخر عن المحاضرات، تفادياً لأي إخراج، واجعل هاتفك الخلوي على الصامت ، كي لا تُطرد من المحاضرة.

٢٠- الاستقلالية مهارة ستتميزها بمرور المواقف و الأيام، بمعنى استغل الفرص الموجودة لإثبات استقلاليتك الفكرية ، و الإنتاجية و الأكاديمية. تحرر ممن يضعونك في قوالب أو يقيدون شخصيتك. وتعلم أن تثق بنفسك و تطلق أجنحة إبداعك.

وأخيراً، أود إيصال رسالة لك أيها القارئ العزيز، إن السنة التحضيرية ليست نهاية المطاف و اجتيازها هي مجرد دفعة لبداية عجلة الازدهار و التنمية لحياتك، والتي لا تقتصر على الدراسة. لذا اصنع عادات حميدة و ارو في حديقتك أخلاقاً عطرة للتعامل مع الآخرين، و في كل صباح انعش أملك بأن اليوم لديك الخيار بأن تُضيف أو تكون مضافاً، فاعلاً أو مفعولاً ، بين أن تخدم أو تكون مخدوماً، بين أن تكتف أذرعك أو تعمل.

انتهى

قال الرسول صلى الله عليه و سلم: "اعملوا فكل ميسر لما خلق له".

اللهم اجعله حجة لنا لا علينا

٣٠ شعبان ١٤٣٤هـ