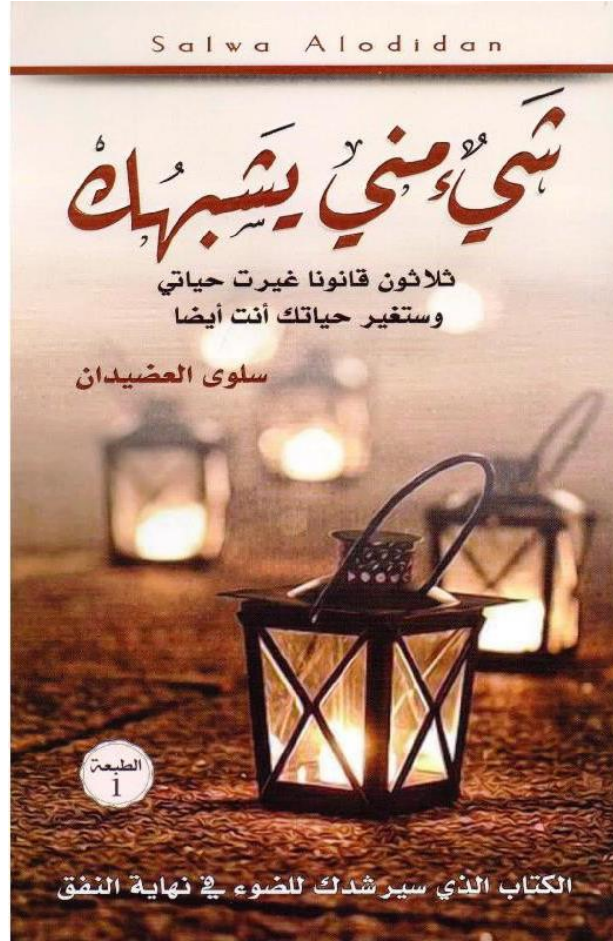


## ثلاثون قانوناً ستغيّر من حياتك

مستخلصة من كتاب

شيءٌ مني يشبهك

للأستاذة : سلوى العبيدان



كتبها بتصريف

وضاح بن هادي

## القانون الأول

حين يهزأ بك الآخرون فلا تحزن، وأغلق أذنيك تماماً عن سماع صدى  
ضحكاتهم، وركّز على أهدافك .. واستمرّ في مطاردة أحلامك وقاتل  
من أجلها، وسيأتي اليوم الذي سيصقون لك حين تصل بإذن الله!

\*\*\*

## القانون الثاني

المال غير مسؤول عن إسعادك .. قد يكون عامل مساعد لكنه ليس  
الأهم! ابحث عن السعادة في الأشياء الصغيرة المبهجة التي بإمكانك  
القيام بها .. ولا تربط أسباب السعادة بأشخاص أو أماكن أو كماليات  
بعيدة المنال.

\*\*\*

---

### القانون الثالث

إحساسك بالشكر المستمر لله لن يزيد النعم المتدفقة عليك وحسب، بل سيشعرك بالامتنان، وكم أنت محظوظ بما ترفل فيه من نعم غيرك محروم منها .. قبل أن تنام كل ليلة عدد النعم التي حباك الله إياها وكنّ ممتناً لربك، وتأكد أنك لو استشعرت قيمة صحتك وعافيتك، لأدركت أن أغلب ما تطمح إليه هو كماليات مادية .. ستكون مجرد لون باهت لا بهجة فيه حين تمرض!

\*\*\*

### القانون الرابع

كرامتك وعزة نفسك هي عنوانك كإنسان يستحق الاحترام .. ومن أكثر الأمور التي من الصعب إرجاعها حين تذهب الكرامة وعزة النفس! لذا لا تسمح لأي كان أن يسلبك إياها تحت أي ذريعة ومبرر!

\*\*\*

---

## القانون الخامس

لن تنجح في أيّ أمر في حياتك إلا إنّ واجهت مخاوفك .. ومهما كانت  
المواجهة سيئة فلن تكون إطلاقاً أسوأ من كونك سجيناً لتلك  
المخاوف .. وتذكّر دائماً أنّ الفشل والنجاح هو اختيارك وقرارك  
الشخصي!

\*\*\*

## القانون السادس

كلّ من يحدثك عن الخوف إنما هو يُخبرك عن تجربته الشخصية،  
ولكل شخص في هذا العالم تجربته الخاصة في مواجهة المخاوف .. لذا  
حرّر نفسك من فكرة أنّ ما حدث لهم سيحدث لك، بل واجه مخاوفك  
وتغلب عليها وتحرّر منها .. وصدّقني لن تشعر بالخوف وقتها!

\*\*\*

---

## القانون السابع

مهما قضيت حياتك تلوم الناس والظروف والحظ العاثر فلن تخرج بفائدة إطلاقاً .. فالنجاح والفضل والإنجاز والتعثر كلها اختياراتك أنت ولا دخل لأحد فيها .. لذا توقف من الآن عن بعثرة أيامك، وابدأ في تقييم حياتك وطريقة تفكيرك، وتأكد أنه ما زال أمامك فرصة للبدء من جديد بغض النظر عن : كم عمرك الآن؟ وأين تعيش؟ وما هي أوضاعك؟ وعمّا سيقوله الآخرون عنك؟

\*\*\*

## القانون الثامن

رضاك بأقدار الله تعالى خيرها وشرها سيمنحك الرضا واليقين، ويدفعك نحو الإنتاج والعطاء وعدم اليأس، وسيشعرك بالطمأنينة! فقط كنّ علي يقين أنّ ما أخطأك لم يكن ليصيبك، وما أصابك لم يكن ليخطئك ..

\*\*\*

---

## القانون التاسع

مهما كان مقدار الألم الذي سببه لك موقف ما فلا تسمح له أن يسلبك  
قدرتك على رؤية الأمور على حقيقتها .. باختصار : لا تجعل المواقف  
تصنعك بل اصنعها أنت!

\*\*\*

## القانون العاشر

تحقيق الثراء المالي لا يُحققه لك قراءتك لكتاب كل ما فيه  
عنوانه، بل يتحقق بإيمانك بقدراتك وبما تمتلكه من همّة وعزيمة  
وإرادة، وبرسمك لنفسك أهدافا واضحة تستيقظ لأجلها وتنام وأنت  
تحلم فيها ..

\*\*\*

---

## القانون الحادي عشر

مهـما كنت تعيش أحداثا سيئة وظروفا قاسية لا تفقد حُسن ظنك  
بربِّك، وادع من قلبك، وحدّثه عن مشاعرك وأحاسيسك وعن خيـبات  
أملك وعن الـوجع الذي بداخلك .. فضفض له بكل ما تشعر به ..  
وستشعر بعدها بالراحة والهدوء والسكينة!

\*\*\*

## القانون الثاني عشر

أقوى سلاح تحارب فيه الحزن والألم واليأس هو التفاؤل .. حتى في أحلك  
الظروف كن متفائلاً .. وستصبح أيامك لها معنى جميلاً .. انشر التفاؤل  
فيمن حولك، فكل كلمة جميلة تبعثها من داخلك لتسعد بها غيرك  
ستعود إليك سعادة وثواباً.

\*\*\*

---

## القانون الثالث عشر

من أصعب الأمور في الحياة أن تتخذ قراراً مصيرياً، لكن كل ما يتطلبه الأمر منك هو : أن تتوكّل على ربّك .. ثم تكون صادقاً مع نفسك، وتبعد الخوف من حساباتك .. وتمتلك الشجاعة بما يكفي لتحمّل التبعات في المستقبل!

\*\*\*

## القانون الرابع عشر

مهما خدّلك من حولك وتخلّى عنك من وثّقت بهم، وحاربك العالم بأسره فلا تستسلم، بل دافع عن حقوقك ولا تسمح لأحد أن يسلبك إياها .. وكنّ مؤمناً بقدراتك بإذن الله تعالى على تحقيق الانتصار مهما طال الطريق!

\*\*\*

---



## القانون الخامس عشر

التسامح مع النفس رغم كل المنقصات والعوائق، والتسامي فوق الجراح  
والتخلص من الحقد ورغبة الانتقام ممن أساءوا إليك وتسببوا لك بالألم  
هو من أهم الأمور التي ستجعلك تمضي قدماً في الحياة .. انشغالك  
بالهموم وبما حدث لك سيجرّك للخلف ويوهن من عزيمتك .. عشْ  
لحظاتك الجميلة حراً طليقاً بعيداً عن الحساسية المفرطة وتضخيم  
همومك وذكرياتك السوداء!

\*\*\*

## القانون السادس عشر

أيّ تغيير يبدأ من داخلك أنت وليس من الخارج .. ولا شيء يقتل التغيير  
مثل التسويف وتأجيل الأمر .. لا تقل سأبدأ غداً! أو عند بداية الأسبوع أو  
العام الجديد! عادة الأشخاص الذين لا يتقدمون خطوة في التنفيذ  
سيهدرون أوقاتهم بلا أيّ فائدة ولن يتغيروا!

\*\*\*

---

## القانون السابع عشر

حين يُخبروك بأنك لن تنجح فتأكّد أنك على الطريق الصحيح ..  
ومهما تعرّضت للرفض المتكرّر فلا تتوقف .. إصرارك وصمودك  
سيجذب إلى عالمك أشخاص يؤمنون بك وبأفكارك وأخلاقك  
ويُساندونك، وحينها إيّاك أن تتخلى عنهم إذا بلغت ذروة النجاح، بل  
كنّ وفيّاً لهم.

\*\*\*

## القانون الثامن عشر

مهما كان واقعك سيئاً الآن، ومهما كانت العثرات والعقبات التي تمرّ بها  
فلا تسمح لها أن تحدّد مصيرك وتتركك مسلوب الإرادة .. كلّ ما  
عليك فعله أن تكون حازماً في اتخاذ قراراتك للتغيير ..

حياتك لم يمنحها الله لك لتعيشها في تعاسة ويأس، وتترك الآخرين  
يصولون ويجولون بين جنباتها وأنت تكتفي بالتفرّج .. بل خلقك الله  
حرّاً فلا تترك أحداً يستعبدك، ولا تدع أحداً يديرها وفق مزاجه!

\*\*\*

---

## القانون التاسع عشر

جميل أن نحظى بأصدقاء حولنا، ومعارف نستمتع بوجودهم، ولكن  
الأجمل أن لا ترفع سقف توقعاتك للجميع بلا استثناء، وتتوقع منهم أن  
يكونوا على أهبة الاستعداد لمساعدتك والوقوف بجوارك لأمرٍ ما حلّ  
بك .. سيؤلمك الأمر حين ترى تخاذلهم!

\*\*\*

## القانون العشرون

أن يتفضل الله عليك بالستر فذلك يعني أن لا ينشغل الناس بك  
وبعرضك وأمورك المادية والاجتماعية والأسرية وخصوصياتك،  
وبالتالي لن يتم استهلاكك عقلياً ونفسياً وفكرياً ..

ولذا دوماً اعتمد على الله تعالى ثم حاول بقدر ما تستطيع أن تعتمد على  
نفسك، واطلب ربك دوماً الستر وأن لا يحوجك إلى أحدٍ سواه.

\*\*\*

---

## القانون الواحد والعشرون

حاول التخلص تدريجياً من أصحاب المصالح الشخصية والمظاهر الخادعة،  
فمهما أعطيتهم من فرص ليكونوا أفضل فسيسببون لك في كل مرة  
مزيداً من الوجد والجحود .. وعش حياتك كما تستحقها بعيداً عن الألم  
النفسي والصدمات المتتالية، ولا تخشى أن تكون وحيداً حين تبدأ في  
"غريلة" من حولك!

\*\*\*

## القانون الثاني والعشرون

اكتشافك لذاتك هو أعظم اكتشاف قد تحققه في حياتك .. اعرف  
نقاط قوتك ونقاط ضعفك ثم اعمل عليها بجدٍ حقيقي .. وركز على  
أفكارك لأنك من خلالها ستعرف إلى أين تتجه؟ وكن شجاعاً بما  
يكفي لتقرر ذلك من الآن ..

\*\*\*

## القانون الثالث والعشرون

النجاح ليس هبة أو إرثاً، بل هو عمل جادّ متواصل وجهدٌ مبذول وإصرار على الوصول .. إنّ لم تمتلك الإصرار والقدرة على التحمّل والنفس الطويل ففي واقع الأمر أنت شخص لا يهملك إنّ نجحت أو فشلت! فأعد حساباتك من جديد ..

\*\*\*

## القانون الرابع والعشرون

لا تنصّب نفسك وكياً على ذرية آدم .. ولا تتقمّص دور الوصيّ على البشرية، ومهما كانت محبتك لأحدهم فذلك لا يمنحك حقّ الوصاية عليه أو التدخل بخصوصياته! ولا تحمّل نفسك أكثر من اللازم حتى لا تتحوّل محبتك إلى العكس!

\*\*\*

---

## القانون الخامس والعشرون

أنصت دوماً لذلك الصوت الداخلي الذي يُخبرك بأنك قادر بإذن الله  
على المضيّ قدماً، ولا تجعل من السخرية والتهكم سبباً في هبوط  
معنوياتك .. وإياك ثم إياك أن تجعل الأحكام البشرية مقدّمة على  
حُسن ظنك بالله تعالى ... أبداً.

\*\*\*

## القانون السادس والعشرون

من أغبى القرارات التي قد تتخذها هي منح الآخرين أحقية إدارة  
حياتك، ومن أقسى الأمور أن تسمح لتأنيب الضمير غير المبرر بالتمدد  
في عقلك والسيطرة على تصرفاتك ومشاعرك .. ولا تجلد ذاتك على  
أمر ليس في نطاق قدرتك .. وكُنْ واثقاً أن أشدّ لحظات الليل ظلاماً هي  
التي تسبق ضوء الفجر!

\*\*\*

## القانون السابع والعشرون

مهما كانت أحلامك مجنونة ومستحيلة في نظر المحيطين بك فضع في اعتبارك أنها أحلامك أنت، لا أحلامهم هم، وأنت لست مسؤولاً عن إرضائهم بالتخلي عنها، وإن فعلت ذلك فأنت شخص مهزوم من الداخل .. لذا فتش في داخلك عن حلم صغير مجنون تخليت عنه، ومد يدك إليه لتخرجه إلى النور .. فالأوان لم يفت بعد، وشاركه مع غيرك!

\*\*\*

## القانون الثامن والعشرون

مهما كانت ظروفك بالغة السوء الآن، فذلك ليس عذراً لك أبداً لتنتقص من ذاتك وتجعلها وتشعر أنك أقل من غيرك، وأنت لا تستحق أن تظهر للآخرين وأنت مرفوع الرأس ولا شيء يهتك من نظراتهم .. الاختباء ليس حلاً أبداً .. فلا بد وأن تواجه ما هربت منه يوماً .. وكن واثقاً أن الآخرين ينظرون إليك حسب نظرتك أنت لنفسك!

\*\*\*

---

## القانون التاسع والعشرون

كُلّ أحكام البشر قابلة للنقض والخطأ .. فإن رأيها ستقودك إلى  
الدهاليز المظلمة حيث التشاؤم والسوداوية فلا تقبل بها، وارفض العبور  
من خلالها .. فالأمل لا يعيش إلا حيث يوجد الضوء! .. لذا لا تقنط من  
رحمة ربك، فالقنوط كفر، ولا تغلق أبواب حُسن ظنك فيه، ولا تقبل  
بأي حُكم بشري يصنع من روحك حطاماً .. الضعفاء فقط هم من  
يقبلون!

\*\*\*

## القانون الثلاثون

الوظيفة التي لا تشعر فيها بأن شغفك يقودك إليها كل صباح، وتشعر  
بالممتعة فيها، وتستيقظ مبهتجاً لأنك ستذهب إليها .. حينها اعلم أنك  
في المكان الخاطئ! ..

\*\*\*

تمت بحمد الله