أُحبّ ولا أُحبّ

تأليف : لينا البديري
رسوم : سماء أبو اللبن

المملكة الأردنيّة الهاشميّة
رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنيّة (2023/3/1348)

813.9282

البديري ، لينا محمد زكي أحمد ثريا
أُحب ولا أُحب ، لينا محمد زكي أحمد ثريا البديري. -عمان : المؤلف، ٢٠٢٣

( ) ص .
ر. إ. : 2023/3/1348
الواصفات : /القصص العربية // أدب الأطفال // الأدب العربي // العصر الحديث/
يتحمّل المؤلف كامل المسوولية القانونيّة عن محتوى مصنّفه ولا يعبّر هذا المصنّف عن رأي دائرة المكتبة الوطنيّة أو أي جهة حكوميّة أخرى.

ISBN 978-9923-0-0619-1

قِصّة " أُحبّ ولا أُحبّ " مُوجَّهة إلى المُرَبّيات والمُربّين مِن أُمّهاتٍ وآباءٍ ومُعلّماتٍ ومُعلّمين للاستعانةِ بها في تَوجيهِ أطفالِهم وتلاميذهم، ومِن أجلِ تَوضيحِ مَفاهيم ومَهاراتٍ قد نكونُ غَفلنا عن استثمارِها في غَمرةِ الحَياةِ العَصريّة وصَرافة العلوم في مَنظومةِ التعليمِ التقليدي.

وتهدفُ القِصّةُ أيضًا إلى مُشاركةِ المُستَمِعين الصِّغار في الحِوارِ وإثراءِ التفكُّرِ الصادِقِ للوصولِ إلى فَهمٍ أعمق لِآليّاتِ التفكيرِ المسؤولِ والتكامليّ.

أُحبُّ أُمّي

أُمّي تَرعاني وتُعلِّمني ..

وتُضْحِكني وتُساعِدني وتَضُمُّني ..

وتَعرفُ فاكِهَتي المُفَضَّلة ..

أُحبُّ أبي

أبي يَرعاني ويُعلِّمُني ..
ويُضحِكُني ويُساعدني ويَضُمُّني ..
ويَعرفُ لُعبَتي المُفَضَّلَة ..

أُحبُّ إخْوَتي

نلعبُ سَويّاً ..
نُساعدُ إخوتَنا الصغارَ ونُعلِّمُهم ..
نَركُضُ ونَتَسابَقُ في الرّحلاتِ
ويَحمي بعضُنا بعضاً مِن الخَطَرِ ..

أحيانًا لا نَتَّفِقُ فَنَجلِسُ لِنَتَحاوَرَ
ونتَشَارَك مع ماما و بابا في الحِوارِ لِنصلَ
إلى ما يُرضي الجميع.

أُحبُّ جدَّتي وجدِّي

يَرويان لنا حِكاياتٍ مُمتعةٍ..
ويُحَضّران لنا أكلاتٍ شَهِيّةً
ويُقَدّمان لنا حَلوَى لذيذة..
وإنْ أخطأنا
يُرشِداننا كيف نُصَحّحُ الخَطأ..
ويزدادان فرحاً
عندَ مَبيتِنا عِندَهُما
في أيامِ العُطلة.

وأُحبُّ أصدقائي ...

لَـكن ... أنا لا أُحبُّ القِطَط

صديقي عُمر يَرعَى قِطّةً .. وتُرافِقُه في كُلِّ مكان !

وأنا لا أُحبُّها وأخافُ منها ..

فهي تَقفِزُ دُون إنذارٍ وتُلاحِقُ كلَّ شيء..

لِذلك لنْ أتمكّن مِن اللّعبِ معه،

ولَنْ أُشارِكَه جَولاتنا في الحَيّ ..

أنا حزينٌ ولا أعرفُ ماذا أفعل !

أُمّـي لاحَـظَت حُزنـي .. وسـألِـتْني : مـاذا يُحـزِنُكَ يـا حـسن ؟

قُلت : أُمّي أنا أختلفُ عن أصحابي ..

جَميعُهم يُحبّون القِططَ ولا يَهابونها ويَلعبون معها ..

أمّـا أنـا فـلا أُحـبّـها .. أخـافُ مِـنها

ولا أقـتربُ مـنها ..

والآن كُلُّ أصدقائي

في الحَديقةِ يلعبون

وأنا لن أنضمَّ إليهم لألعبَ معهم ..

لأنني أخافُ أن يستهزئوا بي

ومِن خَوفي واِضْطِرابي ..

تَـفَهّمَت أُمّـي الأمـرَ

ثـمّ قـالـت بـاطـمئنانٍ وثِـقة :

لنُفكِّرَ ونُحلِّلَ السببَ وراءَ

شُعورك تِجاه القِطَط ..

و لِنستذكرَ ما حدث

ونفَّرَكَ منها ؟؟

ومِن ثمَّ سَنَتَوَصَّل إلى

حَلٍّ مَنْطِقيّ ومُناسِب .

في اليوم التالي نادتني أُمّي قائلةً :

حَبيبي حسن لقد تذكَّرتُ حادثةً حصلت
في يومِ اِحتفالِنا بِذِكرَى مِيلادِك الخامسة.

يَومها حضّرنا الطعامَ اللذيذَ وصَنعَتُ لكَ كَعكَتكَ
المُفضّلة ودعَونا الأهلَ والأصحابَ لمُشاركتِنا الفرحة
في الحديقةِ ..
وبينما كُنتَ تَتَناول طَعامَك اللذيذ ،
قَفزَت قِطَّةٌ وانتزعَتْهُ مِن يَديكَ، مُطيحةً بِكَ
على الأرضِ وهاربةً بِهِ ..
فَبَكَيْتَ خائفاً مُتألِّماً مِن خَدشِهَا يَديكَ بِمخالِبِها ..

قُلتُ بِدَهشةٍ : أتذكّر شيئاً مِن تلكَ الحادِثةِ ، ولَكِنّي أتَعجّبُ
أن يكونَ ذلكَ سَبباً وراء خَوفي مِن القِطَطِ إلى اليوم،
وقد صِرتُ في العاشرةِ مِن عُمري ؟

قالت أمّي لا تقلقْ يا حسن،
مَهمَّتُنا حَلُّ المُشكلةِ خُطوة خُطوة ..
وهذا يحتاجُ إلى مَعرفةٍ و إدراك،
ثمَّ نضعُ خُطّة نُديرُها
بالإرادةِ والمُثابَرة ..

فالإنسانُ في مَرحلةِ الطُّفولةِ، كما في كُلِّ مَراحل الحَياة،
يَمرُّ على الدَّوامِ بِتَجاربَ وخبرات مختلفة .

هذه التجارُب تَصنعُ "مَساراً حِسِّيّاً" في عَقلِهِ وتُؤثّر في
سُلوكِهِ بِحَسبِ نَوعِ التجربةِ التي مَرّ بها ..
وكلّما تكرّرت التجربةُ (أو تذكّرها الإنسانُ)
تستعيدُ الذاكرةُ ذلكَ "المسارَ الحِسِّي"
فَتَستَرجعُ نَفسَ المشاعِرَ والأحاسِيسَ التي اِنْطَبَعَت في تَجرِبَتِهِ
الأولى، وهكذا إلى أن تُصبحَ مشاعر تبدو حقيقيّةً في ظاهِرِها
ويَعجز الإنسانُ عن التَحَكُّمِ بِها..

هذا المسارُ يُدعَى عِلمياً
"مسارٌ حسّيٌ سريعُ العُبورِ بِأقلِّ مُقاوَمة"..

ومِثال مفهوم ذلك المسار الحسّي كمثال مُرور الأقدام التي تَترك آثاراً ترسم مساراً عند أوّل عُبورٍ لِـمَنطقةٍ وعِرةٍ في البَرِّيَّةِ ، وتُصبح دليلاً للعبورِ الثاني. وكذلك في كلِّ مرّة، فَتَتَعَمّقُ الآثارُ شيئاً فشيئاً، ويُصبح الطريقُ سَهلاً لِلعبورِ بدونِ جُهد ..

ولكن ماذا لَو أدركنا أنَّ هذا الطريقَ لا يُوصِلُنا إلى وُجْهَتِنا ؟!

يكمنُ الحلُّ هنا بِتَغييرِ الطريقِ وبَذلِ الجُهدِ

والـمُثابرة على صِناعةِ مسارٍ جديدٍ ومدروسٍ لِعبورٍ ناجح.

عِلمياً .. يستطيعُ الإنسانُ تغييرَ المساراتِ الحِسيّة
للعاداتِ الخاطئة وبِناءَ مساراتٍ حسّيّةٍ جديدة
للعاداتِ الحميدةِ خلال 49 يوماً ..
أي سبعة أسابيع مِن التصميمِ والمُثابرة !

قُلتُ بِحماسٍ : هل فعلاً أستطيعُ ذلك ؟

قالت أمّي : بالتأكيدِ ، وقد عَرَفنا وأدركنا أسبابَ
المُشكلة، علينا الآن البدءُ بِرَسمِ الخُطّة ،
وتحديدُ الوقتِ اللازم والعملُ بِجَدٍّ ومُثابرة ،
إلى أنْ يَتغَيّر شُعورُكَ الذي يُقلِقُكَ وتَتَغلَّبَ عليه ..

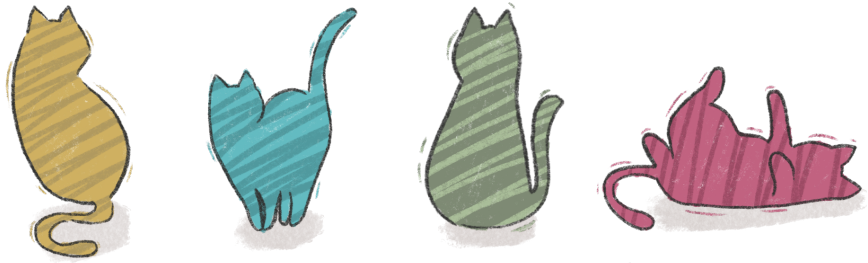
سنحتاجُ إلى سبعةِ أسابيع :

الأسبوعُ الأوّل ستقرأُ وتتعلّمُ وتَتَعَرَّفُ
إلى أنواعِ القِطَط ..

الأسبوعُ الثاني ستَتَعَلّمُ عن
نُموِّها وطَعامِها ولَعبِها ..

الأسبوعُ الثالث ستتعلّمُ عن سُلوكِها وكيف
تعيشُ وكَيفيّة تَرويضِها ..

الأسبوعُ الرابع يَصطَحِبُكَ بابا إلى مركزِ الحَيواناتِ
الأليفةِ لِتَتَعَرَّف عليها ..



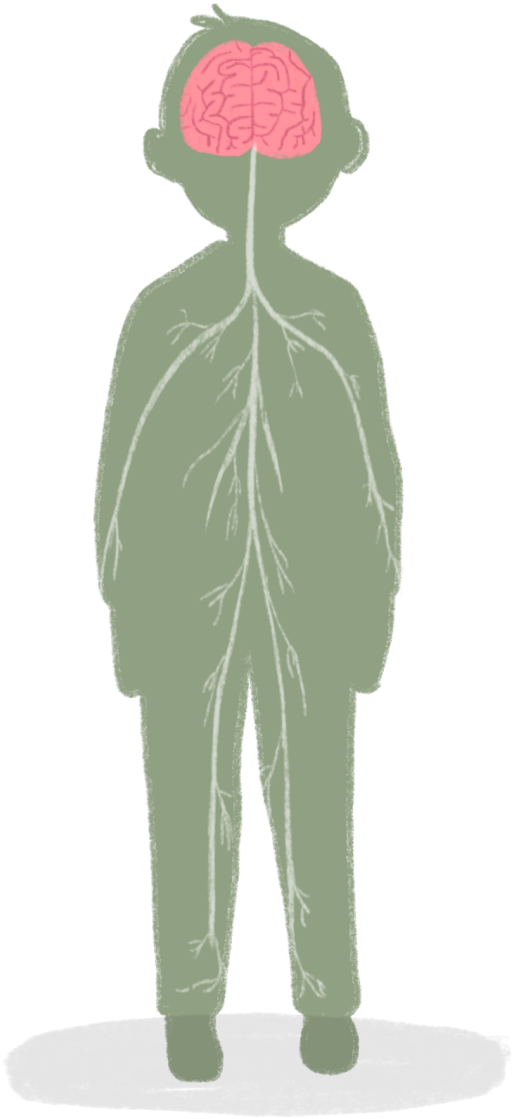
الأسبوعُ الخامس تلتقي بِصَديقك عُمر
وتُراقبه في تَعامُلِه مع قِطَّتِهِ ..

الأَسبوعُ السادس سَتلمِسُها

و تُربِّت على رأسِها وقد تُطعِمُها ..

الأَسبوعُ السابع سَتَطْمَئِنُّ لَها

وتَحمِلُها بين ذِراعَيكَ وتَلعبُ مَعها..



وبِذلك تكون قد غَيَّرتَ مَساراً حِسّيّاً

نَتَجَ قديماً عن حادثةٍ/خبرةٍ

وتَسبَّبت في بِناءِ سُلوكٍ شُعوريٍّ سَلبيّ

في أفكارِكَ وردّاتِ فِعلك،

واستبدلْته

بِمَسارٍ حِسّيٍ إيجابيٍ وسُلوكٍ سَليم ..

باشرتُ بِتنفيذِ الخُطَّةِ بِمُساعدةِ أمّي وأبي وصديقي عُمر،

ونَجحتُ بِتَحقيقِ الهَدف ..

وهأنا اليوم أعتني بِقِطّةٍ صغيرةٍ

أُطعِمُها

وأُلاعِبُها

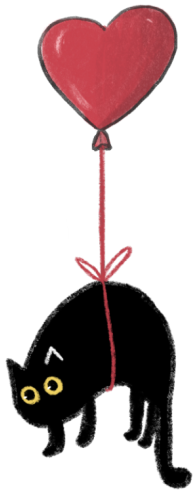
وأُلاطِفُها ..

أنا وأصدقائي ..

شاركتُ هذه التجربةَ مع مُعلّمتي وزُملائي في الصَّفِ ..

وفي تَجربَتي هذه أحمدُ اللهَ وأشكرُهُ ، لأنّه
مَنَحَني عائلةً طيّبةً تُساعِدُني ،
وجَعَلني إنساناً مُكرّماً مُميّزاً بِعَقلِهِ ..

وأشكرهُ كذلك بأنْ
أُعْمِلَ عَقلِي لِأَبلُغَ غايتي :
فأُدركُ المشكلاتِ وأبحثُ عن الأسبابِ ،
وأُوجدُ الحلولَ بالبحثِ والتخطيط ،
وبَذلِ الجُهدِ ،
والمُثابرةِ على العَملِ
إلى أنْ أُحقّقَ الهَدفَ !



المفاهيم الرئيسيّة

المشاعر : الإيجابيّة والسلبيّة وأهميّتها

طُرُق تَكوين المشاعر في الطفولةِ وموقعها في اللاوعي

تميُّز الإنسان بالعقلِ والإدراكِ والإرادة

التَّخْطيط ورُؤية الهدف والتدريب وبذل الجُهد

التواصل والتعبير بوضوح

أسئلة للحوار

س ١. ما هو منبع مشاعر حسن السلبيّة تجاه القطط ؟

س ٢. كيف ساعدته والدته في الوصول إلى الخطّة للتغيير ؟

س٣. هل يمكن للإنسان أنْ يُغَيِّر أيّ عادة نشأ عليها ؟ وما هي ركائز الوصول للتغيير ؟

س ٤. ماذا يُمَيّز الإنسان عن باقي الموجودات في الكون ؟

س ٥. ما أهميّة التدريب المستمرّ عند بناء مسارات حِسّيّة جديدة لاستدامتها ؟