

المجتمعات المسلمة و القادرة على توفير الفرص للجميع

السلام والعدل
والمؤسسات
القوية



إن العنف بجميع أشكاله هو أكبر تهديد للتنمية!
ولا يمكن تحقيق أي تقدم في عالم من العنف أو الصراع أو التهديد بالعنف.
فالسلام والحرية هما الحل الوحيد. عندما يكون الناس قادرين على التأثير
وعندما يعرفون أن القانون يعامل الجميع على قدم المساواة، سيكون هناك عدد
أقل من النزاعات.

يجب أن تقوم أنت وأصدقائك بمساعدة بعضكم البعض على حل النزاعات قبل
أن تصل إلى مشاجرة. لا ينتهي الشجار بشكل جيد أبداً لأي شخص. وهي
 تماماً مثل الحرب.

الرسوم التوضيحية: سيفي سترايند

نظريّة الفرح

نحن في Tom Tits والعديد منا مقتنعون بأن الفرح يمكن أن يغير العالم. ونحن نسميه نظرية الفرح. عندما تبتسم، يتم إرسال الإشارات التي تقول "سعيد" إلى الدماغ - وتشعر بالسعادة. كما أن الفرح أيضاً معدى. إذا رأيت شخصاً يبتسم لك، فمن الصعب لا تبتسم. في أدمغتنا هناك "الخلايا العصبية المرآتية" وهي ما يتم تنشيطها عندما ننظر إلى الآخرين ثم نحب أن نفعل كما يفعل الآخرون. فنحن نتأبه عندما يتباين الآخرون ونضحك عندما يضحك الآخرون، فنحن ببساطة مقلدون. إذا كان شخص ما لطيفاً تجاهك، فإنك لا تتردد بأن تكون لطيفاً تجاهه أيضاً. إن مهمتك هي أن تجعل الآخرين سعداء لمدة أسبوع من خلال طريقة معيشتك. اقترح أن يشارك الفصل بأكمله في المهمة. هل ترى أي فرق بعد أسبوع؟



فإن تكون لطيفاً عادة ما يكون سهلاً:

- ابتسم لكل من تلتقي به في الشارع
- اثن على شخص لا تعرفه.

قم بتحية شخص لا تتحدث إليه عادةً.

قدم مجاملة، ويفضل أن تكون لشخص لا تعرفه.
دع شخصاً آخر يأخذ أولاً الشيء الذي تم دعوتكما إليه.

امسك الباب لمن يأتي بعده.
قل شكرًا لك! شكرًا على الطعام، شكرًا لتوصيلي بالسيارة إلخ.
إذا بدا شخص ما غير واثق أو يبدو ضائعاً، اسأل عما إذا كان يحتاج إلى مساعدة.

*Tom Tits
Experiment*