ليلى و غضبها

 لَيْلَى ، موظفة مهندسة دِيكُور . كَانَتْ يَوْمَ مِنْ الْأَيَّامِ مُتَأَخِّرَةٌ عَلَى عَمَلها وَهِي تَقُود سيارتها . أَتَى شَابٌّ اسْمُه أُسَامَة ، ضَرَبْت سَيَّارَتَهُ فِي سَيّارَةٍ لَيْلَى .

فَخَرَجَتْ مِنْ سيارتها وَبَدَأَت فِي الصُّرَاخ عَلَى أُسَامَةَ وَقَالَت : ضَرَبْت سيارتي وَأَنَا الْآنَ مُتَأَخِّرَةٌ فِي سَبَبُك ، فَقَالَ أُسَامَةُ : أَنَا آسَف يَا سيدتي . فَقَالَت : لاَ تَتَأَسَّفْ لِي . وَأَكْمَلْت طَرِيقُهَا . وَوَصَلَت لِعَمَلِهَا ، بَعْدَ مُدَّةٍ مِنْ الْوَقْتِ وَبَعُدَ انْتِهَاء الدَّوَام اسْتَقَلَّت بسيارتها ، وَقَالَت : يَا إِلَهِي أَنَا الْيَوْم غَضِبْتُ عَلَى الشَّابِّ وَهُوَ لَيْسَ كَانَ فِي قَصْدِهِ ، يإلهي إنْ لَمْ أعُدْ قَادِرَة السَّيْطَرَة عَلَى غَضَبِي الشَّدِيد .

 وَوَصَلَتْ إلَى الْبَيْتِ وَلَمْ يَكُنْ الْبَيْت مُرَتَّبٌ فَغَضِبَت وَرَتَّبْت وَأَيْضًا قَالَت : ياإلهي أَنَّا لَمْ أعُدْ قَادِرَة السَّيْطَرَة عَلَى غَضَبِي . فقررتليلى أَن تُسَيْطِرُ عَلَى غضبها فِي خُطُوَات أَوَّلًا : الْعَدّ إلَى الْعَدَدِ عَشْرَة ، ثَانِيًا : أَنْ تَأْخُذَ شهيقا وَزَفِيرًا ، ثَالِثًا : الِاسْتِرْخَاء وَفِعْلًا بَدَأَت بهذي الْخُطُوَات ، تغلبت عَلَى غضبها.