راجعى عقدك مع الله .. أين أنتِ منه؟

إعداد : دعاء محمود جمال

هناك نوعان من العقود .. عقدٌ مع الله وعقدٌ مع البشر

نظرتنا فى عقود البشر: إن كان الناس جيدين استمر معهم، وإذا كانوا سيئين.....

هذا قانون البشر

إذا لم أرتح معك فلن أستمر ويحصل هذا مع الأزواج وأصحاب العقود.

وكثيراً ما سمعنا عن فصل الشراكات رغم الشروط المكتوبة فى العقود .

إلا العقد مع الله لا يمكنك فى لحظه من اللحظات أن تنهى تعاقدك مع رب العالمين.

ولا تشترط على الله شيئاً فأنت لا تخاف عدله ولا تخاف رحمته !

اعلم أن من تعاقد مع الله ،، ابتلاه!! بمن لا يعينك على الاستمرار فى هذا العقد، بمن لا يهتم فيك، أو يبتليك بمن يؤذيك أو بمن يعطلك .

أنت الآن بين خيارين :

* إما تستمر فى العطاء وفى الخير لأن الظروف ملائمة والظروف مناسبة..

* وإما ألا تستمر فى العطاء بسبب أن الظروف غير مناسبة وغير ملائمة .

أجمل مثال ..

قصة هاجر عليها السلام الأمة الضعيفة..

جاءت إلى مكة لتعلّم ولدها الصلاة وتربّيه على الدين، فى مكان لا يوجد فيه إنس ولا مسكن، وادٍ غير ذى زرع وكأن الموت بعد قليل سيأتيها الليل والهوام،، والعطش ...

فقالت لزوجها إبراهيم عليه السلام حين أراد أن يتركها وحيدة : آلله أمرك بذلك؟ وكأنها تفكر ..إذا كان العقد معك فأنا زوجة لها حق ولابنى حق وأريد منزلاً وأريد من يرعانا و..... .

فقال : نعم ،

قالت : اذاً لا يضيعنا أى لن أضيع وعقدى مع الله .

الله إذا كلّفك كفلك

بشرط استمر فى عقدك معه، لا تلتفت للبلاءات وصحّح أمورك

هاجر عليها السلام لما توكلت على الله فى عقدها ولم تشترط ، شكر الله لها صنيعها ..

خلاصة القول أنت فى دائرتين:

١- الدائرة الاولى / دائرة الابتلاء «يختبرك الله فيها ويهزك»

فإذا نجحت نقلك إلى..

الدائرة الثانية / وهى دائرة «شكر الله للعبد»

إذا وصلت إلى هذه الدائرة انظر إلى المنن التى تنزل عليك من النعم والخيرات»

- كيف شكر الله لهذه المرأة العظيمة ؟

أول شكر بعد ما تولى إبراهيم عليه السلام استقبل البيت وقال ﴿رَّبَّنَآ إِنِّيٓ أَسۡكَنتُ مِن ذُرِّيَّتِي بِوَادٍ غَيۡرِ ذِي زَرۡعٍ عِندَ بَيۡتِكَ ٱلۡمُحَرَّمِ رَبَّنَا لِيُقِيمُواْ ٱلصَّلَوٰةَ فَٱجۡعَلۡ أَفۡـِٔدَةٗ مِّنَ ٱلنَّاسِ تَهۡوِيٓ إِلَيۡهِمۡ وَٱرۡزُقۡهُم مِّنَ ٱلثَّمَرَٰتِ لَعَلَّهُمۡ يَشۡكُرُونَ﴾ .

سورة إبراهيم (٣٧)

دعا لهم بدعوتين :

١- اجعل أفئدة من الناس تهوى إليهم، يأتون إليها بقلوبهم وليس بسلطانهم وسيوفهم فجاءت هذه القلوب تهوى إلى هذه المرأة فتعاقدت مع أقوى قبائل العرب (قبيله جرهم)

امرأه تتعاقد مع قبيله ؟! قبيله جاءت من اليمن اجتاحت القبائل كلها وعند هذه المرأة جثوا على ركبهم يتعاقدون معها. بدعوة إبراهيم إلى اليوم كل المشاريع التى فى مكة ناجحة لماذا ؟

بسبب هذه الدعوة ، نحن إلى اليوم نتقلب فى هذه الدعوة .

٢- ارزق أهلها من الثمرات، فكل الدنيا تكدح ومكة تأخذ فكل الثمرات تأتى إلى مكة وكل مشاريع الزراعة فى العالم تخدم هذا البلد المبارك بدعوة إبراهيم .

وهذا هو الشكر الثانى ،

انظروا كيف شكر الله لهذه المرأة .هى نجحت لأنها قبلت العقد مع الله فخلّد الله سيرتها.. خطواتها بين الصفا والمروة فى البحث عن الماء .أمرٌ حسى بدهى ولم يكن أمرًا دينيا، فكان الجزاء أن أخرج الله الماء من تحت قدمى إسماعيل،

وجعل الله ذلك دينا وشرعة إلى يوم القيامة.

من منكم يستطيع أن يحج ويُعفى من السعى؟

لا يوجد رتبة ولا يوجد ملك ولا يوجد صاحب مال يستطيع أن يذهب محرما ويقول أنا معفى من السعى ،

فالجميع يسعى حيث سعت هذه الأمة

إاتونى بحضارة فى هذه الدنيا مجدت المرأة مثل هذا التمجيد ،

جعلت الأمة تمشى حيث مشت ويسرعون حيث أسرعت فيه بسبب خوفها على ولدها

هذا هو نتائج العقد مع الله .

تعبّدوا إلى الله بنية إصلاح الأبناء

*رجل كلما تعثر أحد أبنائه أخلاقيا تصدق وأطعم الطعام.

وقال: «خذ من أموالهم صدقة تطهرهم وتزكيهم بها».. اللهم هذه لتزكية أخلاق ابنى فإنها أشد علىّ من مرضه.

*ورجل ثانٍ لا يجد ما يتصدق به، عيشه كفاف، فإذا أرهقه ابنه قام الليل بسورة البقرة ودعا وقال: اللهم إن هذه صدقتى فتقبل منى وأصلحه لى..

تعبّدوا إلى الله بنية إصلاح الأبناء.. فإن غلبوا جهدكم فإنهم لن يستطيعوا أن يغلبوا نياتكم.

«وليخش الذين لو تركوا من خلفهم ذرية ضعافا خافوا عليهم فليتقوا الله وليقولوا قولا سديدا»..

إحساس رائع

أن تهرب من هموم دنياك، وتهرول وتتوضأ بأبرد ماء، ثم تحتويك سجدة فتهمس دمعتك وتبوح بهمك، ويسمع صوتك فى السماء، فتعرفك الملائكة، وتعلم يقينا أن الرحيم يسمعك... فينشرح صدرك. إحساس رائع أن تناجيه وحدك!

إحساس رائع

أن تقف هناك والكل فى هيبة ينتظر، السُكون يعم المكان، وأنت حائر، تتمتم بالدعاء وترجو من الرحمن أن يسترك، وتسمع أصواتها وهى تتطاير من بعيد، ويمر بعضها بجوارك فيقشعر بدنك، وفجأة ترفع ذراعك وتفتح يدك وتتلقى صحيفتك بيمينك، فتسر نفسك، وتبتهج روحك، وتسعد بك الملائكة وتناديك بصوتها الرحيم أن تقرأ... كتابك.

إحساس رائع

أن تتوب من ذنب تعرفه، وعقلك يعرفه، وقلبك يعرفه، وبدنك يعرفه، ثم تفاجأ يوم الحساب وقد أرخى حبيبك الرحمن عليك ستره...وذكّرك به! وأنت لا تذكره... وقلبت سيئاتك حسنات، ومحيت الذكريات... إحساس رائع أن تولد من جديد (بتوبة) وتعيش خالدا فى الجنة.

إحساس رائع

أن تراجع نفسك، وتفتش فى حقيبة ذكرياتك عن بصمة من بصماتك، وتوقيع دونته على نفس تتألم، فتتفاجأ أنك فرّجت عن هذا، وسدّدت دين هذا، وأضحكت هذا، وأطعمت هذا، وألبست فى العيد هذا وهذا، فتعود تلك الذكريات وأنت هناك... تقلّب فى سجل حسناتك... إحساس رائع أن تسبقك الحسنة وتنتظرك فى الجنة!

إحساس رائع

أن ترى الحوض، وأنت عطشان... فتركض وتركض... ويزاحمك البعض ويدفعك آخرون، فتبكى وتصرخ من هول ما تراه، وفجأة تناديك الملائكة، ويشرق وجه النبى صلى الله عليه وسلّم فيعرفك وتعرفه!! وأنت لم تره من قبل... لكنك تعرفه! وتُشق أمامك الصفوف وتتقدم بهدوء؛ ثم يمد يده الشريفة وتلامس كفه بشرتك، ويسقيك فلا تظمأ بعدها أبدا... إحساس رائع أن تلقى النبى!

إحساس رائع

أن ينادى منادٍ يا أهل الجنة إنّ لكم عند الله موعدا، فتغشاك الهيبة؛ موعد مع الله؟ لقاء مع الرحمن جل جلاله؟

ومن أنا حتى ألقاه؟ سبحانه..

فتسير فى موكب وأنت فرح وضاحك مستبشر، و ترفع رأسك، وتفتح عينيك التى لم تفتحها أبدا فى حرام، فيُكشف الحجاب فتنظر... وترى... وتتأمل... وتحب ما تراه... وترتجف... وتخشع... وتحس بحلاوة ما أحسستها من قبل... ولا تستطيع أن تغمض عينيك ولا حتى أن تحرّك رأسك... بل أنت فعلا لا تتنفس... وتهرب من عينيك دموع مشتاقة لترى ما تراه... إحساس رائع أن ترى وجه الله ... يا الله!

إحساس رائع

أن تشتاق إلى الله، فتشتاق إلى الصلاة لأنها وقوف بين يديه، وتشتاق لقراءة القرآن لأنه كلامه، وتشتاق لليل لأنه فيه يناديك، وتشتاق للنّهار لأنه فيه يعطيك، وتشتاق لصوت الأذان لأنه نداؤه، وتشتاق للنّبى لأنه حبيبه، وتشتاق للجنة لأن فيها رؤية وجهه، وتشتاق للموت لأنه لقاؤه... إحساس رائع... إنه لقاء الله!

برنامج بناء العلاقة مع الأبناء

من يحب أن يقى أبناءه من الأمراض النفسية فليتبع الخطوات هذه وسترى النتيجة...

برنامج بناء العلاقة مع الأبناء : بالساعة

١- ٢٠ دقيقة يومياً حوار مع الأبناء باعتبارهم أصدقاء (بدون نصح ولا حديث عن المدرسة ولا توجيه) .

٢- التعبير عن مشاعر الود والحب من الآباء للأبناء من ٥ - ١٠ مرات يومياً

٣- مدح الأبناء يومياً خمس مرات على سلوك إيجابى فعلوه.

٤- مدح الأبناء يومياً خمس مرات على الشكل الخارجى (ابتسامته - شعره- عينيه - أى شىء فيه) .

٥- مرتان أسبوعيا. مشاركة الابن نشاط خارج البيت (مشى - رياضة - تمشية - لفّة بالسيارة) .

٦- ثلاث دقائق يومياً لتثبيت القيم قبل النوم :

- كنت سعيداً عندما رأيتك اليوم تفعل كذا
- مساعدتك لأختك الصغيرة جميل
- وفاؤك بالاتفاق جميل

٧- مرتان أسبوعياً عشاء مع العائلة فى البيت أو خارجه يكون وقته طويلا حتى يتم الحديث والتحاور مع العائلة بوقت أكثر.

٨- من (١-٣) دقائق يومياً (كلى آذان صاغية) وتتنفذ على النحو التالى:

- الجلوس مع الابن فى مكان هادئ واطلب منه أن يقول كل ما يريد بلا قيود ولا نقاش ولا أرد عليه ولا أقاطعه ولا تعقيد وحينما تنتهى ٣ دقائق انتهت الجلسة .

٩- عبّر عن حبك لابنك من خلال السلوكيات اليومية :

(خمس لمسات يومياً) :

- اللمس على نهاية رأس الابن وتعنى « الرأفة والرحمة »
- وضع اليد على الرأس « الفخر »
- وضع اليد على الجبين « التهدئة »
- وضع اليد على الوجنتين « الشوق »
- مسكة اليد « تقوية العلاقة والحب »

- اذا كان غضبانا أو وجود مشاعر سلبية « امسح بيدك على صدرة »

أربع قبلات يومياً :

- فى الجبين « الاستقبال »
- فى الرأس « فخر واعتزاز »
- فى الخد « الشوق »
- فى اليد « الاستقبال والشوق »

وأربع ضمات احتضان متفرقة خلال اليوم

كان الرسول صلى الله عليه وسلم قدوتنا فى بناء العلاقة وكان نموذجاً رائعاً للتربية ؛

كان يقبّل فاطمة الزهراء كلما رآها وقبّل جبينها ويدها واحتضنها فى بيته وفى مسجده وأمام الصحابة ؛

أخيراً ؛ ابنِ علاقة مع ابنك حتى يصبح بين يديك محباً مطيعاً وخلوقاً وباراً فبهذا البرنامج تبنى شخصيته وتتعرف على ذاته وتقوى محبته وتصبح الأب النموذج الأمثل فى نظره

وتتلاشى كل المدمّرات للعلاقة التى كنت تمارسها من قبل أو كانت سبباً فى اضطراب شخصيته أو عناده أو عنفه أو مراهقته المزعجة أو انحرافه.

د / الصلابى

احمِ ابنك من التأثر بعادَات أبيه السيئة

«اقلب القدرة على فمها تطلع البنت لأمها» و« من شابه أباه فما ظلم»..لا أحد يمكن أن ينكر تأثير الوالدين على الأبناء سلباً وإيجاباً، فالوالدان هما أول بالغين يختلط بهما الطفل، ويكونان عالمه كله، خاصة فى سنوات عمره الأولى التى يتكون فيها الجزء الأكبر من شخصيته، وبما أنه لا يوجد شخص كامل، فإن الوالدين قد يأتيان ببعض العادات السيئة التى لا ترغب الأم فى أن تنتقل إلى أبنائها، تستطيعين تغييرها أو التحكم فيها، لكن ماذا عن «أبو العيال»؟ كيف تحمين أبناءك من تقليده فى عاداته السيئة أو سلوكياته الخاطئة؟

● تجنبى التعزيز السلبى: أى توقفى عن الترديد المستمر أمام ابنك أنه «طالع زى أبوه»، لكن ارسمى له صورته أمام نفسه أنه يقوم بالسلوك الصحيح الذى تودين غرسه فيه.

● دعيه يتعرض لمؤثرات أخرى كثيرة يمكنها أن تترك فيه أثراً طيباً، كحضور دروس منتظمة فى دور العبادة، أو حضور الدورات وورش العمل التى تغرس السلوكيات الطيبة فى الأطفال..إلخ.

● أفهميه عواقب السلوك الصحيح والسلوك الخاطئ بأساليب مختلفة كالمناقشة، والقصص.. إلخ، حسب ما يناسب سنه.

● استغلى الفرصة فى إفهامه أن أى إنسان يمكن أن يخطئ، وأن هذا لا يعنى أنه سيئ، لكن السلوك هو السيئ ويحتاج إلى تغيير، احذرى من الإساءة إلى والده لأن هذا له تأثير سلبى جداً على نفسيته، أفهميه أن بابا يعمل أشياء كثيرة جيدة مثل كذا وكذا، وماما أيضاً، ولكن بابا يخطئ فى كذا، ونحن نريد أن نقلّد الآخرين فى الصح فقط.

● اتفقى مع ابنك على نظام للتحفيز لاكتساب السلوك الجيد، والتحفيز قد يكون مادياً «جائزة، نزهة.. إلخ»، وقد يكون معنوياً «ابتسامة، نظرة، ثناء.. إلخ»، امزجى بين الأسلوبين حسب سن طفلك وشخصيته، واحذرى من الإفراط فى التحفيز المادى.

● شجعى أن يكون هناك حوار حقيقى وصادق بين الأب والابن حول هذا السلوك أو العادة غير المرغوبة، وليتابع الابن كيف يحاول الأب أن يغيّر نفسه للأفضل، فيكتسب قيمة مهمة جداً، وهى قبول النفس ومحاولة تغييرها للأفضل فى نفس الوقت.

● تجنبى انتقاد زوجك أمام الأبناء وقول كلام من قبيل: «ما هو طالع لك، وهو يعنى هيجيب من بره، انت اللى هتبوظ العيال.. إلخ»، يمكنك التحدث مع زوجك ولكن فى غرفتكما وليس أمام الأبناء، وبأسلوب هادئ ومهذب، لأن الهجوم على الآخرين لا يأتى سوى بالنتيجة التى لا نرغبها، فالإنسان عندما يشعر أنه محل هجوم يتخذ موقفاً دفاعياً على الفور.