

الأم الناجحة. مع د خالد بن حمد الجابر | #بودكاست_سكينة

الحلقة ٦

خالد بن حمد الجابر

حياك الله يا دكتور. اهلا حياك الله ويرضى عليك ويسلمك. اه اليوم بيكون حديثنا عن الام الناجحة اه من الملاحظات الاولية لاي شخص متبع المشهد اه انخفاض الاقبال اصلا على الامومة. فضلا عن مفهوم الامومة الناجحة. يعني اه معدل الانجاب كان اه اكثر من سبع - 00:00:00

تقريبا المرة السعودية نزل الى تو بوينت تو فور تقريبا. اه المواليد لكل الف اه نسمة برضو انخفاظ اه كبير الفترة الماظية اسباب الامومة من الزواج اصلا برضو صار فيها اه تأخر حسب اه تقارير هيئة الاحصاء على سبيل المثال. اذكر يقولون ستة وستين بالمية - 00:00:20

في مسح الفين وعشرين ستة وستين بالمئة من الشباب لم يتزوجوا. يعني اليوم لعل هذه الحلقة بتحاول تقربنا اكثر من اه مقاربة فهم النظرية الاسلامية لمفهوم الامومة والتحديات اللي قد يشعر بها بعض الامهات تجاه هذه الامومة وكيف حقق الامومة - 00:00:40

اه الناجحة. اه في البداية لماذا نحن مضطرون لطرح هذا الموضوع اي نعم بسم الله الرحمن الرحيم اللهم صلي على محمد وعلىه وصحبه اجمعين اي نعم الامومة الامة الناجحة. ايه - 00:01:03

يعني يعني هذا هذه الحلقة اظن انها دفاع عن اه عن مفهوم الامومة وتثبت للامهات اه ولذلك اليوم ليس حديثنا عن عمل المرأة والمراة العاملة نحن نقاشنا اليوم سيكون واضح اه انه عن الام الناجحة - 00:01:20

وعلى الامومة الناجحة كيف نصل الى هذا الى هذا المفهوم لانه كان يعني كأن الصورة الجميلة للام بدأت تهتز او لأن الصورة الجميلة للامومة بدأت تهتز وآ يعني آ - 00:01:41

يعني مثلا من المطالبات التي تعتقد انها ضرورية انه آا لماذا الام اه تصنف بانها عاطلة بسجلات في سجلات العمل والوظيفة لماذا لا يكون من ظمن الوظائف المعتمدة وظيفة ام ربة منزل - 00:01:56

مم يعني ربة المنزل آا جديرة بان تكون وظيفة وان لم يكن هناك اجر لماذا نربط العطالة والبطالة بالاجر؟ بل نربطها بالانتاج خاصة اتنا نعرف ان هناك اناس كثير يأخذون اجر وهم غير متجدين - 00:02:14

اللي ما يسمى بالعطالة او البطالة المقنعة وان تلاحظ مثلا الام تطبخ في البيت تصنف بانها عاطلة لكن تطبع باجر على بعد مئة متر تصنف بانها امنة تربى ابناءها ان تصنف بانها عاطلة. لكن تخرج الى الجوار وتربى باجر فتصبح عاملة. يعني هذا المفهوم - 00:02:32
انا اعتقاد ربطة الانتاج او العطالة والبطالة بالعائد المالي انا اظن ان هذا يحتاج الى اعادة نظر بحيث انا لماذا لا يكون لنا سبق بان آا يكون تكون من ظمن الوظائف ربة منزل ولا يلزم ان يكون لها عائد مالي انما لها عائد يعني معنوي وعائد اجتماعي كبير جدا - 00:02:56

وهذا يجر الى السؤال انه هل نجاح الام في ازمة الان هل نجاح الامومة في ازمة الان؟ يعني كثير من كثير من او جزء من الامهات تعبر انه انا غير ناجحة - 00:03:20

وحيينما تسأله حينما تسأله لماذا انت غير ناجحة؟ فتذكر لك تعريفات معينة معايير معينة عندها عن مفهوم النجاح لا يكون من ظمن

هذا المفهوم ان الامومة بحد ذاتها نجاح وهذا هو محور لقاء اليوم انه الامومة بحد ذاتها نجاح كبير جدا - [00:03:39](#)
والامر بحد ذاتها انجاز كبير جدا وآآآ الامومة آآآ مكسب كبير جدا مكسب قومي مكسب وطني مكسب اقتصادي هذه هي خلاصة يعني الداعي لمثل هذا هذا يعني هذه الحلقة جميل - [00:03:57](#)

الدكتور اللي يلاحظ ان الشكوى ازدادت من اعباء وتقل الامومة اه يجي السؤال هل هذى الضغوط اه شي ناشئ جديد؟ ليش تونا نتبه لها وش تفسير هذى الضغوط اللي تشعر بها - [00:04:14](#)

اه المقبلات على هذا المشروع يعني هو فعلا بدأ يكثر يعني الكلام عن الضغوط وهو ناشئ من من يعني من مجموعة عوامل كثيرة لماذا الناس بدأوا يتكلمون كثيرا عن الضغوط - [00:04:29](#)

نتكلم عن هذا كثيرا نحن قلنا ربما له اسباب كثيرة لكن من ضمن الاسباب اسباب آآآ طبيعة الحياة الحياة أصبحت اعباؤها كثيرة تفاصيلها كثيرة التزاماتها كثيرة آآآ توقعاتها كثيرة سقف المطالب فيها عالي فيصبح الانسان مرهقا باستمرار حتى في - [00:04:45](#)
تحصيل حتى في تحصيل السعادة يكون مرهقا وامر اخر مرتبط بالداخل يعني يداخن الانسان انه ربما انه مستوى مستويات الصبر والرضا والقناعة المستويات الصحية النفسية الاساسية بحسب المنظور الاسلامي ربما انها يعني ظلعت - [00:05:05](#)
لكن لو تلاحظ مثلا يعني انا اسأل الان ايهم اكثرا ضغطا؟ الام الان او الام سابقا يعني الام سابقا يعني مسؤولة عن اشياء كثيرة جدا يعني هي تقوم من الفجر - [00:05:23](#)

ويعني تأجر عجين وتخبز واذا عنده مثلا يعني ماشية صغيرة تذهب الى الماشية وتحلب الماشية واذا هي مثلا احيانا اقل من ذلك مستوى معيشته تأتي بالحطب وثم تحضر الحطب او - [00:05:37](#)

وتشتعل النار ما عنده فرن ابو شعلة تضع يعني الموقد وتضع الحطب وتنفح فيها هذا جهد كبير جدا بينما الان الحياة عموما أصبحت اسهل بكثير او ايسر بكثير يعني كل شيء اصبح تلقائيا اوتوماتيكيا يعني المغاسل اوتوماتيكية الافران اوتوماتيكية الطبخ اصبحت اوتوماتيكية الان - [00:05:53](#)

الميكرويف المكانس الان يعني والحياة نظيف البيوت مبلطة والجدران يعني وكذا والى اخره فاذا اذا اردنا ان نقيسه بمقاييس بمعيار موضوعي مستوى اعباء المعيشة لا لا توجد مقارنة ابدا بين الضغوط السابقة والضغط الحالي - [00:06:29](#)

ومع ذلك مستوى التذمر من الضغوط ربما الان انه اكثرا نحن لا نعرف احصائيا ليس لدينا ارقام عن يعني الناس السابقين لكن يعني مستوى الضغوط بدأ او مستوى التشكي من الضغوط - [00:06:50](#)

مستوى الشكوى من الضغوط بدأ يرتفع ولذلك نحن يجب ان ندرس هذه الظاهرة. لماذا؟ لماذا يعني يحصل هذا؟ نحتاج ان نعرف اولا ما هي ما هي مصادر الضغوط المعاصرة الان - [00:07:04](#)

هناك الضغوط المشتركة الحمل الولادة التربية الزوج اهل الزوج الحمولة وهذه اشياء مشتركة قدما وحديثا وستستمر يعني يعني الطبيعة الطبيعية الانثوية موجودة يعني الحمل والولادة والأشياء هذى بالعكس يمكن سابقا كان فيه حروب ومجاعات - [00:07:17](#)
يعني كان كانت الامومة اصعب بكثير يعني وحلول التغذية والطبية للحمومة كانت الحلول والخدمات المقدمة الان اكثرا بكثير يعني زين وهذى مقدمة انا ساقدم بها للالصل الى نتيجة لكن قبل ان نصل للنتيجة انه يعني احيانا تكون الضغوط مثلا ظروف حياتية - [00:07:38](#)

مشكلة في الزوج او اهله صعوبات مالية امراض للاطفال الى اخره لكن هذه ايضا موجودة في السابق. وبدرجة اكبر اذا ربما يكون انه اما انه ظهرت انواع جديدة من الضغوط - [00:08:00](#)

او انه الناس تغيروا او كل الامرين يعني هذا افتراض من ظمن الضغوط الجديدة التي ارى انها مهمة وانا اريد ان اركز عليها فيها في هذا اللقاء انه الدنيا تحسنت - [00:08:20](#)

لكن نوعية الضغوط زادت يعني مثلا نحن نعرف انه اه برغم التحسن الكبير في الخدمات الطبية والنفسية على مستوى العالم الا انه معدلات التحسن في الامراض النفسية هي تقريبا ثابتة - [00:08:33](#)

لا يوجد لا يوجد تقدم واضح جداً كباراً برغم هذه يعني الخدمات الكبيرة المقدمة وهذا على بمتابعة ارقام الاحصائيات من جهتين.
من جهة الدولة الواحدة التي لديها احصائيات قديمة زي الدول الاوروبية مثلاً وامريكا وغيرها لديها احصائيات قديمة من خمسين
ستين سنة - 00:08:49

او مقارنة بين الدول المختلفة المختلفة بمستوياتها الثقافية والدينية والمالية والحياتية والرفاهية اذا هذا يعني انه لا في في حاجة غلط في شيء غلط يعني وكثير من الناس يعني كثير من المفكرين والعلماء يحاولون دراسة هذه الظاهرة تحديداً - 00:09:11
اولذلك انا ارى انه يعني يجب ان نفهم ما الذي تغير في الحياة بحيث أصبحت الضغوط اكثر ضغطاً على النساء وعلى الناس عموماً حتى الرجال بالمناسبة لكن حديثنا اليوم عن النساء. ربما انه اه يعني اه شيء كنت اسميته سابقاً ابوصل او التعريفات - 00:09:34

انه الحياة أصبحت تضغط علينا داخلياً في تغيير مجموعة اشياء هناك ضغط هائل على مفهوم الامومة نفسه ان الامومة ليست نجاحاً
وان الامومة ليست انجازاً والى اخره هذا الظفح النفسي الهائل الظفح المجتمعي - 00:09:58
يساهم في زيادة الشعور بالضغط من ممارسة مهنة الامومة انا اسميتها مهنة لاحقة واسميتها وظيفة وظيفة الامومة ايضاً من اشياء تغيرت مفهوم الانجاز والنجاح وتحقيق الاهداف وهذا سنتكلم عنه ان شاء الله انه يعني حتى مفهوم النجاح أصبح فيه ضغط علينا فيه - 00:10:18

ما تعريف النجاح؟ ما تعريف الانجاز؟ فاصبحت الام تقدم انجازات ظلخمة جداً لكنها بحكم هذا التعريف الجديد ليس من ظمن هذه القائمة ما تقوم به الام ولذلك لا يصنف ما تقوم به الامة انه نجاح - 00:10:43
اوه مفهوم السعادة ايضاً مفهوم السعادة وهذا تكلمنا عنه في حلقة كاملة سابقة انه يعني أصبح هناك تركيز على جزء معين من مصادر السعادة وكنا طالبنا نحن في تلك الحلقة بتوضيع اصلاً مفهوم السعادة بحيث يشمل جوانب كثيرة جداً - 00:10:59
ايضاً من ضمن المفاهيم التي فيها ضغط كبير جداً على الناس مفهوم حقي وحق الاخرين وذاتي وذات الاخرين وانا وتحقيق ذاتي وتقدير ذاتي فاصبح في ضغط كبير جداً انه انت اهم شي ولازم تستمتع ولازم فاصبحت الام تشعر انه يعني ما تقدمه - 00:11:19
في في الامومة يعني كأنه ليس لها كأنها لغيرها كأنها تبذل للآخرين وهي كأن الامومة ليست لها وبالتالي تشعر هي انه هي ما تقدم شيء هي تقدم للآخرين ولا تقدم لنفسها - 00:11:37

المقارنة بين الامهات المقارنة بين العوائل وبحكم انه هذه السلسلة هي سلسلة نفسية فنحن نريد ان نركز على الجوانب النفسية في الموضوع وهذا لا يعني اهمال بقية الجوانب هذه الجوانب - 00:11:50

انا ارى ان لها دور كبير جداً في زيادة الشكوى من الضغوط او لدى الامهات ولدى الشباب ولدى الاباء واظن اننا لعلنا ان شاء الله ننجح في هذه الحلقة في مناقشة يعني اه يعني حلول او او مقترنات او لهذه الحالة - 00:12:03
لهذه المشكلة جميل آآ الحين ذكرنا سؤال المليون اللي سؤال ما هي الحلول المقترحة للتعامل مع الموضوع من قبل لو طرحنا يمكن هذا السؤال على بردائم مختلف كان بيجيينا الاجابات المتعلقة البويضات المحمدة الحمل عند الام الثالثة وغيره. لكن الحين وفقاً منظورنا وفق - 00:12:21

النظرية الاسلامية فما هي الحلول اللي يمكن نقدمها نعم يعني نحن نتكلم الان عن ما هي الحلول المقدمة لتحقيق اه هدف الام الناجحة او الامومة الناجحة. هناك حلول كثيرة لكن انا ساركز على خمسة خمسة مقترنات - 00:12:44

المقترح الاول تقوية البناء النفسي وهذا هو احد الاركان الاساسية في النظرية النفسية الشاملة في علم النفس الاسلامي وفي المنظور الاسلامي عموماً تقوية البناء النفسي الثاني تعريف النجاح بنجاح تعريف النجاح تعريفاً صحيحاً - 00:13:03
الثالثة التعريف الصحيح او الفهم الصحيح للامومة والزواج والتربية الرابع آآ كيف نجعل الامومة مصدراً من مصادر السعادة تحقيق السعادة من الامومة نفسها الخامس حسن ادارة العلاقات لأن الامومة كما سنتكلم هي تفتح لك باب شبكة جديدة من العلاقات كيف تحسن ادارة هذه العلاقات - 00:13:22

والسادس التربية بسكنة اسمينا التربية بسكنة فهذه ستة يعني علينا ان شاء الله اليوم نستطيع ان يعني نناقشها ان شاء الله .
حمسا خنداً بتقدمة البناء النفس قد خصصنا لها يعنـ حديث سابة - 00:13:51

لـكـ الـحـينـ وـشـ عـلـاقـتـهاـ بـيـ الـأـمـ النـاجـحةـ ؟ـ اـحـسـنـتـ يـعـنيـ الـيـوـمـ اـعـتـقـدـ أـنـهـ أـحـدـ الـأـمـثلـةـ وـالـنـماـذـجـ التـطـبـيقـيـةـ لـتـطـبـيقـ ماـ تـكـلـمـنـاـ عـنـهـ فـيـ الـأـنـاءـ نـفـسـ فـيـ الـحـاجـةـ إـلـىـ كـفـ فـيـ الـأـهـمـيـةـ الـنـاءـمـ النـفـسـ اـتـحـقـقـةـ الـأـمـمـةـ الـنـاجـحةـ - 06-07-1400

الحمد لله رب العالمين والصلوة والسلام على سيدنا وآله وآل بيته عاصي الهمة
أولاً ما معنى تقوية البناء؟ النفس تكلمنا عنها؟ وقلنا ان هذه استراتيجية مهمة جداً في المنظور الاسلامي لبناء النفس السوية

وتكلمنا عن خمسة اركان يعني كيف يشتغل الانسان على نفسه وربما يعني آنحيل الى الحلقة حتى ما نكر الكلام. لكن باختصار ام

والشغل على العمل على النفس او شغل الانسان على نفسه او تربية الانسان نفسه له جوانب كثيرة. انا اريد ان اركز اليوم على

والثاني ساتكلم عن الصبر واهمية الصبر في تحقيق الامومة الناجحة ازداد الایمانى او الجانب الایمانى له دور اساسى وجوهري في

وحيده في العراء بل يشعرها دائمًا بـ الله سبحانه وتعالى معها في الأمر في الامر بالامومة معها في الفضل والاجر الكبير جدا

الذي المرصود للام الناجحة معها سبحانه وتعالى - **00:15:30**

دور الدين فيما يتعلق بالامومة الناجحة فيما يتعلق تصحيح البوصلة - 00:15:49
وتصحيح التعريفات تصحيح التصورات الاساسية المتعلقة بالحياة الامومة الزواج التربية الابناء الاحتساب الدين عموما الاديان

عموماً والدين الإسلامي تحديداً له دور جوهري كبير في صياغة التصورات في صياغة التعريفات في ظبط البوصلة الكلية العليا التي توجه تحرك الإنسان. توجه قناعاته توجه ارائه توجه اه اه حتى حتى - 00:16:07

حتى انفعالاته هذا رقم واحد. رقم اثنين انه يا اخي الايمان الجانب الايماني فيه زخم اه اه قلبي وايماني وروحني عال جدا هذه هذا الزخم الكبير آآ احد الاركان، الاساسية في المنظمه الاسلامي، فيما المتعلقة بالنفس، انه النفس، الاحوال، النفس ليست فقط هي، انفعالات -

00:16:38

متضايقاً او قلقاً او خائفاً. اذا كان هذا الجزء الآخر من النفس من الداخل من الصدر - 00:17:05
فان الشهادة تكون على ان دعائين مختلفتين موجهتين لذات المخالطة اذ هذه الدعائين المخالطة ملائمة اذ هنالك دلائل على

آخرى هي الايمان والصلوة والعبادة والقرب من الله وقراءة القرآن. هذه - 00:17:22

وأآآآ فيها زخم فيها زخم داخل الصدر فان هذه المشاعر او هذه الانفعالات او هذه الاحوال النفسية - 00:17:39

تعمل الروحانيات او كيف او القلبيات لان مصطلح الروحانيات للدلالة على الاعمال - 00:18:00

لكل انسان حاجة ان يستمر في سقيا هذه النفس بالطاعة واعمال القلوب والروحانيات من دون الایمان - 20:18:00

تستطيع الام ان تقوم به وهي واقفة وهي قائمة وهي تشتغل وهي تعمل - 00:18:44

وهي تربى ابناءها اذا عودت اذا عادت لسانها على الذكر مهما ايضا من فوائد الدين مهما كانت العلاقات فاسدة مع البشر مهما

كانت لديك مشاكل كثيرة مع البشر - 00:19:01

اذا كانت علاقتك مع الله سبحانه وتعالى جيدة فان هذا سيملا آآ مساحة كبيرة في صدرك وفي قلبك اه قد لا تحل مباشرة المشاكل الأخرى في حياتك لكنها على الأقل توجد لك واحدة مهمة جدا داخل هذه النفس - 00:19:21

العلاقة مع الله سبحانه وتعالى ولذلك الانسان الام وكل واحد منا بحاجة مستمرة ان يراجع هذا الجانب واحيانا سبحانه الله بعض يعني بغض الامهات او بغض الناس عموما يعني يقول انه يا اخي العبادة هذى عبء اضافي - 00:19:41

وهذى لعلنا نتكلم فيها ان شاء الله في حلقة مستقلة اذا تكلمنا عن يعني كيف نستفيد نفسيا من الصلاة انه احيانا بعض الناس يقول لك انت تقولون مثلا الایمان والطاعة والذكر والصلة وقراءة القرآن بس هذى عبء اضافي - 00:20:02

ايوا هو السؤال لماذا صارت عبئا اضافيا يعني معقول كل هؤلاء الناس على مدار التاريخ الذين يجدون لذتهم وانسهم وسكنتهم في العبادة والطاعة وقراءة القرآن والذكر معقول كل ذولا يعني يغشوننا او يغشون انفسهم ويخدعون انفسهم لا هو لا لهم لا يغشون انفسهم صادقون وو - 00:20:16

لكن حينما يجد الانسان ان بعض اعمال العبادة اصبحت عبئا هنا يحتاج انه يقف قليلا ويرجع للخطوة الى الوراء ويعيد نقاش اه يعني قضايا كبيرة اصلا اهمية الدين في حياته واهمية العبادة والى اخره - 00:20:40

من القضايا المهمة في اهمية الزاد الایماني انه يا اخي مهما حاولنا ان نبرر قيمة هذه الحياة او نعطي معنى لأشياء كثيرة في الحياة لللام للمعاناة حتى الامومة نفسها ما لم يكن لدينا ما لم يكن لدينا تفسير ديني - 00:20:56

يسرح لنا لماذا تحصل هذه الأشياء كلها اصلا لماذا تحصل هذه المعنانة؟ ولماذا يحصل هذا الجهد الكبير كله كله؟ ولماذا؟ اصلا كل هذه يعني العملية المتكررة المستمرة لماذا لا توجد فلسفة قادرة على اعطاء اجابة قوية مقنعة الا الفلسفة - 00:21:19

او الا الاجابة التي فيها انه يا جماعة ترى هذى الحياة الدنيا هي مجرد مرحلة من مراحل الحياة وهناك اخرة جواب الاخرة هذا هو الجواب الوحيد القادر على اعطاء معنى لكل ما يحصل في هذه الدنيا - 00:21:40

انه تراه هناك اخرة. في حياة اخرى اصلا في حياتي الاخرى هذى ستكون فيها الاجابات كاملة لكل هذه الاسئلة ولكن هذه المعنانة يعني هذه الدنيا مهما كانت طويلة او قصيرة سعيدة او تعيسة - 00:21:59

غنية او فقيرة فهي في النهاية مجرد مرحلة من مراحل حياتك الطويلة جدا وهنا يأتي احد العوامل الاساسية في دور الایمان والدين في تحقيق الامومة الناجحة وهو الاحتساب ان تحتسب الام - 00:22:19

في كل جهد تعمله ان تحتسبه عند الله عز وجل لأن الامومة هي الوظيفة التي اربعة وعشرين ساعة عدد الحسنات شغال اربعة وعشرين ساعة مجرد كونك ام وتقومين بدورك في الامومة - 00:22:40

آآ القيام بادوارك في الاسرة ورعاية الابناء. هذا باب عظيم جدا من الاجر. يعني الجنة تحت اقدام الامهات حق الام لا يمكن ان ان يقدر في الشريعة بقدر امك ثم امك ثم امك - 00:23:02

بعدين جيت انا واياك يعزمها بعدين ابوك ها الام اذا احتسبت الاحتساب هذا هو الذي يجعل الامومة سعيدة وجميلة وهذا لعلنا نشير اليه بعد قليل ان شاء الله سنعيده مرة اخرى حين نتكلم عن - 00:23:27

عن كيف تكون الامومة اصل من مصادر السعادة انه يا اخي انا جالس على يعني كما يقول العوام عندنا اخش من الحسنات يعني يوميا باستمرار اذا غابت النظرة الاخروية في حياتنا وصار تركيزنا كله على مكاسب قريبة دنيوية فاننا نفقد مكونا اساسيا من مكونات الصحة النفسية - 00:23:42

وحضور الاخرة حضور الاخرة والاجر والاحتساب بشكل آآ حضوره يوميا لدى الام ولدى الاب ولدى الجميع. لكن كلامنا اليوم عن الام قاعد في جعل هذه الام تشعر انه هي هي تقوم اصلا بامر - 00:24:07

بامر عظيم جدا اختم سريعا بس فيما يتعلق بالزاد الایماني ربما فيه لاهميته لكن الدعاء والامهات معروفات بالدعاء يعني الواحد الان اذا اراضي بنسافر ما يجي يقول له ابوي يقعد عليه يقول لامي روح يقول لامه يمه ادعى لي صح - 00:24:23

فالامهات معروفات بالدعاء سبحانه الله وان كان الجميع مطالب بالدعاء الرجل والمرأة. لكن هذا امر يعني اصبح من ضمن يعني
الظواهر الحياتية الام مشهورة بالدعاء لا يكن دعائك فقط لابنائك ادع لنفسك ان الله ييسر لك هذه المهمة العظيمة التي تقومين بها -

00:24:44

على على على مقدار المشقة الكبيرة بها وهنا يأتي الامر الثاني الذي اريد ان اتكلم عنه في البناء النفسي وهو الصبر لماذا الصبر مهم
للامومة؟ لأن الامومة شاقة الجنة تحت اقدام من؟ تحت اقدام الامهات لأن الامومة شاقة -

ويعني من المهم جدا ان الام تتعلم ولعلها ترجع الى حلقة الصبر اللي تكلمنا عن الحلقة الثانية او الثالثة اظن الثالثة ترجع الى حلقة
الصبر كي تتعلم الصبر وان كانت الحلقة فيها اشارات عامة لكن تتعلم الصبر. هل الصبر يتعلم -

نعم لحديث النبي صلى الله عليه وسلم ومن يتصرّب يصبره الله يتصرّب يعني هذا الفعل المضارع المضعف يدل على الجهد المتكرر
وعلى تنوع الجهد تنوعه في ان تبذل تتعلم وكيف تصبر وتصبر مرة بعد اخرى وتكرر قد تفشل مرة ومرتين وثلاث لكنها تكرر حتى
تصل الى -

00:25:48

إلى ما الى ما تريده من من الوصول الى مرحلة الصبر والصبر درجات يعني ما يقف ولذلك الصبر بالنسبة للام هو احد الاسلحة
القوية جدا لمساعدتها على الوصول الى هدفها في الامومة الناجحة -

00:26:10

والصبر في الام الصبر في الامومة الناجحة له مظاهر كثيرة الصبر على الظلط الهائل الذي يأتي من الخارج في التزهيد بالامومة
الظلط على الصبر على الظلط الهائل الذي يأتي من الخارج في آآ مطالبة الام بان يعني تتخلى احيانا عن دورها في الامومة -

00:26:30

ايضا الصبر مفيد جدا لأن الام ستتألم مستعيني ستعيش لحظات فيها فيها الم فيها تعب فيها متابعة لابناء فيها اه حرص عليهم فيها
قلق عليهم فيها خوف عليهم قصة طويلة عريضة -

00:26:58

فهذا يعني يؤكد أهمية الصبر. يعني هذا باختصار فيما يتعلق بالبناء النفسي. اه ركزت على جزئين منه والا يعني هو يعني اطول
من ذلك جميل اه اذا ننتقل للحل الثاني اللي هو متعلق بمفهوم النجاح -

00:27:18

آآ هل النجاح صعب لدرجة انه احنا بصدّ الحديث عن تعريفه عزام يعني هل النجاح صعب يعني انا اظن انه كثرة الكلام عن
النجاح جعل هناك تعريفات كثيرة للنجاح -

00:27:37

ادت الى تشتت الناس اصبح كثير من الناس لا يعرف اصلا ما مفهوم النجاح اصلا. ما المفهوم الصحيح للنجاح وانا سأبدأ بقصة
لزوجتي قبيما يعني هذا اول زواجي اه حضر الدورة ذاك الوقت كانت البرمجة اللغوية او حاجة زي كذا وحضرت دورة فكانت
المدرية تسألهem -

00:27:56

اه اه عدد نجاحاتك في الحياة او ما هي المشاريع التي تقومين بها في الحياة؟ اما زوجتي او واحدة اخرى قالت انه انا ام وزوجة
واخت قالت لا ما يكفي -

00:28:20

ما يكفي لابد يكون هناك نجاحات اخرى كيف ما يكفي كيف ما يكفي هذا مثال لي وهذا قديم يعني لاحظ ان ان المحاولات تغيير
مفهوم النجاح قديمة جدا انه اصبح مفهوم النجاح -

00:28:36

مرتبط بصورة نمطية معينة آآ غالبا مادية ووظيفية وهذا يعني انه حرمنا قطاع كبير جدا من البشر من من اعطائهم لقب
الناجحين لمجرد انهم لم يحققوا هذا الشرط النمطي الذي هو فيه اشكالات كثيرة اصلا -

00:28:53

ولذلك نحن بحاجة ان نذكر مرة اخرى بالتعريف الصحيح للنجاح هذا كلام ليس للمرأة فقط ولا للمرأة بل هو للرجل بل
للجميع يجب ان نعرف جميعا ما تعريف النجاح -

00:29:13

لانه اذا اذا اذا تغير مفهوم النجاح ربما يذهب بك الى مسار نجاحات خاطئة اصلا يعني وتضييع عمرك في اشياء ربما لا تكون هي اللي
هي النجاح الحقيقي. او او -

00:29:26

انه الخطأ في تعريف النجاح يجعلك تنجح في مجال معين لكنك تفشل في نجاحات اخرى تفشل في نجاحات اخرى مهمة وايضا قد

يكون لديك نجاحات كثيرة في حياتك وهذا واضح في الأمومة - 00:29:40

قد يكون لديك نجاحات كثيرة في حياتك لكن حينما تكون صورة النجاح نمطية معينة بصورة معينة تزهد في النجاحات التي انت انجزتها والتي حققتها فتصبح دائماً تشعر انك غير ناجح وانك لم تحقق نجاحات لانه جعلت صورة نمطية محددة - 00:30:01
زهدت في هذه الصور من النجاحات الكثيرة التي انت تتحققها بالفعل يعني وما اكثر ما يأتي عندي في العيادة رجال ونساء انا غير ناجح انا غير ناجح حينما تسأله تجد انه ضحية لمثل هذا الامر من التنميط للنجاح - 00:30:21

الذى يحصر النجاح فى صور نمطية معينة ولذلك كن دورنا هو توسيع مفهوم النجاح توسيع دائرة النجاح اه بحيث يشعر الانسان انه فعلا يحقق نجاحات مهمة جدا في حياته - 00:30:39

انت ناجحة الام ناجحة بمجرد انك ام يعني اه تربين الابناء وقائما الاسرة فانت ناجحة مهما كانت النتائج
البعض يقول لا هذا شيء عادي عادي لا انا اريد اكثر - 00:30:55

اكثر من الامومة الامومة هي مثال مهم جدا للنجاح. الامومة والتربية هي نجاح وكون الامومة والتربية نجاح من صور كثيرة جدا اولا انه انت تقومين بوظيفة لا يمكن لاي احد ان يقوم بها - 00:31:15

لا يمكن كل الوظائف في الدنيا تستطيع ان تبدل الموظفين الا الامومة لا يمكن لغير الام ان تقوم بهذه الوظيفة بل انه لما بدأ حضارات او ثقافات كثيرة تحاول ان تحصل بداول لام من المربيات والحاضنات اه دور الحضانة - 00:31:37

الى اخره اختل نظام الاسرة بالكامل واصلا كثير من النظريات النفسية مثل نظريات التعلق وغيرها هي بدأت في دور رعاية الرعاية
دور الرعاية هذه سواء للابناء او لرعاية اذا اذا ان - 57:31:00

الام او الامومة نجاح من هذا الوجه. الوجه الثاني ان الاناء مشروع متجدد مستمر؟ يعني الام تنجب ابناء. والابناء يكتبون ويتذمرون وينتحبون: ابناء والابناء يكتبون وينتحبون، وبأثنين، بابناء - 00:32:17

ف هذه السلسلة الطويلة هي من اين جاءت؟ من اين بدايتها من اين؟ من ام فهذه الام هي جزء هي جزء من سلسلة طويلة جدا من النجاحات عا عا مدار الشهادة - 00:32:41

اللهم ادع لهم نجاحا - 00:32:56

كون الابناء يخرجون ويكبرون ويكونون اسر ليس هذا نجاحا كون الابناء يكونوا صالحينليس هذا نجاحا اه الام ليس فقط هي اه
00:33:14-00:34:14

بل الام مهمة جدا لان الام هي هي اللبنة الاساسية في تكوين الاسرة والاسرة هي اللبنة الاساسية في تكوين المجتمع اذا

00:33:36 - تمهيداً للخطاب الذي يليه كوفي وآخرون في المقدمة، يذكر العلامة الفاروق أن المقصود بالخطاب هو إثبات صحة

وقت وجهد ومشقة فان تحرم نفسها من فهم الامومة والتربية والنجاح في الامومة والتربية فهما صحيحا - 00:33:59

الانسان منذ ان كان يعني آن نطفة وعلقة في رحمها - 00:34:24

الذى الام هي التي ترعاه في الغالب الغلب - 00:34:44

ووسط انجاز كبير جدا والآن بالذات في هذا الزمن - 00:35:01

التطور الكبير لوسائل الوصول الى ابناها وبناتها. فالام واقفة بشكل - 00:35:19

فالام واقفة وقويا على احد هذه الصغور المهمة في تربية الابناء ولذلك دائما نعود مرة اخرى جدي احتسابك جدي اخلاصك
اسأل الله تعالى يعني كل يوم كل يوم البركة والهداية والسداد - 00:35:39

والام ايضا لو فكرت باصل الفطرة الانثوية يعني ترى الام مخلوقة لتكون اما منذ يعني منذ الولادة وهي مخلوقة لتكون اما وانا في
نظري انه احد الاسباب الأساسية في وجود هذه الدورة الشهرية المتكررة على الام هو تهيئتها لدور الامومة - 00:35:59

الكبير العظيم كل شيء في الام خلق لتكون اما ناجحة في خلقها وفي اه بنيتها وفي اعضاء التي جعلها الله سبحانه وتعالى فيها من
الرحم الشدي واشياء كثيرة في الام هي مخلوقة لتكون لكي تكون اما ناجحة - 00:36:26

يعني الان من اعظم من اعظم المصائب في الدنيا ان تموت الام وان يعيش الابناء بلا ام وان بل هناك نظريات اصلا طويلة عريضة
قائمة على فقدان الرعاية الحانية في في مراحل السنوات الاولى من الطفولة وبالذات ما يتعلق بالامومة - 00:36:51

اذا مجرد وجود الام في حياة الاسرة والابناء هو مهم جدا لدرجة عميقة وكبيرة ومرة اخرى نحتاج ان نعيد تعريف الانجاز الامومة
والتربيه انجاز وهناك اشياء كثيرة في الحياة - 00:37:15

هي انجاز ونجاح يعني كون الام محافظة على الصلة هذا انجاز كون الام تقرأ يوميا من القرآن هذا انجاز. كان الام تلتحق ببرامج
حفظ القرآن. هذا انجاز ونجاح عفوا. والانجاز ونجاحه. انجاز ونجاح. نعم انجاز ونجاح - 00:37:38

قائمة الاعمال اليومية التي تستطيع الام ان تقوم بها وتصنف بأنها انجاز قائمة طويلة لا تنتهي المطلوب هو ان نعيد تعريف الانجاز
تعريف النجاح ثم يأتي النجاح الاكبر المعيار الاكبر للنجاح هو النجاح في علاقتنا مع الله سبحانه وتعالى - 00:38:00

ولذلك يعني اذا جعلت الام ميزانها هو الشرع والعقل وليس العاطف وليس الضغط المجتمع فانها تدرك انها تقوم بامر فيه فضل كبير
وفي اجر كبير وفيه انجاز كبير وفيه نجاح كبير - 00:38:25

يعني يمكن هذا ابرز ما يعني اردت الحديث عنهم فيما يتعلق النجاح مفهوم النجاح وعلاقته بالامومة طيب هل هذا التوسيع في
التعريف ممكن يقودنا؟ لاعادة النظر في تعريف الزواج التربية الامومة بشكل عام - 00:38:46

اه صحيح صحيح يعني نحن اذا اردنا ان نصحح تعريف النجاح يجب مباشرة ان نصحح تعريف الامومة والتربية استعادة القيمة
الاجتماعية الكبيرة للزواج والامومة يعني كأنك كأنه ما ادري كأنه بدأت قيمة الزواج وقيمة الامومة وقيمة التربية كأنها بدأ تقل عند
بعض الناس وليس الجميع طبعا - 00:39:04

انا في ظني ان هذا التقليل من قيمة الامومة والتربية والزواج يشكل ضغطا هائلا على الامهات وهذا الاحظه في العيادة وفي
الاستشارات انه يعني هذا الضغط الكبير من المجتمع على التقليل من قيمة الزواج عند البعض طبعا وليس عند الجميع. من التقليل من
قيمة الزواج والامومة والتربية - 00:39:37

يشكل ضغطا كبيرا على الامهات على ان تشعر هي انها لا تمارس شيئا يستحق او انها تمارس شيئا ادنى لا الامومة امر كبير جدا و اذا
استطاعت الام ان تستعيد قيمة الزواج - 00:40:03

مفهوم الزواج وقيمة الامومة فان هذا سيساعدنا كثيرا جدا في الداخل لتحسين اشياء كثيرة يعني مثلا الان تلاحظ انه
يتأخر سن الزواج لدى الرجال ولدى النساء اذا افترضنا - 00:40:22

ان ان المشكلة ليست من الخارج عدم تقديم الخطاب او عدم وجود الخاطبين انه بغض النساء بدأ او بعض الفتيات بدأ يظهر عندها
اصلا اهتزاز في مفهوم الزواج واهمية الزواج - 00:40:39

وليش اتزوج والى اخره خاصة اذا كانت تعيش في نعمة وفي معيشة يعني طيبة فهي تشعر انها ليست بحاجة الى ان تتزوج زوجا
ينفق عليها يعني اذا كان الهدف والانفاق يعني - 00:40:53

وهذا معنى الكلام اللي كنا نكرره كثيرا ان الحياة اعطتنا اشياء الحياة المعاصرة اعطتنا اشياء كثيرة من المدنيين والرفاهية. لكنها
سرقت منا اشياء. من ضمن الاشياء سرقتها منا مثل هذا مثل هذه التعريفات مثل هذه المفاهيم مثل هذه الاشياء - 00:41:07

التي نحن يعني هناك امهات مثلا تطبق قاعدة عيشي حياتك. اه عايشة حياتها وعلم نفس الكافيهات وعلم نفس الانفعالات وسفرات وروحات وحيات الى اخره. العيال هل ينجح ينفع اللي يسقط يسقط اللي - 00:41:22

الغدا تجهز ولا ما تجهز العشا تصلح ولا ما تصلح يعني ادارة البيت صارت ولا ما صارت دايما تكرر انا عايشة حياتي انا عايشة حياتك لحظة لحظة هل انت عايشة حياتك فعلا - 00:41:41

هل هذه هي الحياة المطلوب ان تعيشيها الحقيقة انه الحياة جالسة تعيشكي وليس انت تعيشينها الحياة جالس الحياة تسرق منك اشياء كثيرة جدا وانت غير منتبهة او بالتعبير القرآني في غفلة ما انت غير منتبهة مدركة انه انت في هذا المسار في الحقيقة انت لا تحققي حياة ذات - 00:41:56

نوعية جيدة ولذلك مهم ان ان الام تعرف او تفهم هي هدفها من الزواج اصلا لماذا تتزوج والهدف من الزواج هو استكمال الفطرة. ما معنى استكمال الفطرة؟ ان الله سبحانه وتعالى خلق في في الرجل والمرأة - 00:42:20

آآ هذه الفطرة في ميل كل واحد منها للاخر. لحكم كثيرة جدا في هذه الحياة ان الله خلق في الرجل آآ فطرة الابوة وخلق في الامة فطرة الامومة وخلق في الرجل فطرة الى زوجته وخلق في الزوجة فطرة الميل الى زوجها - 00:42:43

فهذا امر فطري لا يسأل عنه مثل مثل كثير من القضايا التي هي امر فطري مثل لماذا نحن نعيش اصلا؟ لماذا نأكل؟ لماذا نلبس؟ لماذا ندرس لماذا ويعني من القضايا المهمة جدا فيما يتعلق بالامومة والزواج - 00:43:05

وهذا وهذا داخل في في باب الزاد الایمانی اهمية تأسيس الاسرة على التقوى البيوت المبنية على تقوى الله سبحانه وتعالى من البداية الى النهاية مختلفة عن البيوت المبنية على اسس اخرى مختلفة - 00:43:26

حتى في في شعور السعادة في الاحتساب حينما تحصل المشاكل في العلاقة بين الزوجين التقوى ومخافة الله سبحانه وتعالى لو تلاحظ في القرآن في الآيات التي جاءت سواء في البقرة او في النساء او في غيرها من سور - 00:43:45

اللي جاء الحديد فيها عن العلاقات الاجتماعية عموما او توزيع الارث مثلا او العلاقات التي آآ بين الزوجين او بين الاسرة او بين الاقارب دائمآ يتكرر موضوع التقوى. الاشارة الى التقوى - 00:44:00

اهمية تقوى الله سبحانه وتعالى في بناء العلاقات في بناء الاسرة في استدامة الحياة الزوجية مما يدخل فيما يتعلق باصل مفهوم الامومة. هل الام عاطلة يعني الام من الصباح الى الليل - 00:44:15

وحتى في في الليل وهي نائمة تستيقظ عدة مرات اربعة وعشرين ساعة وهي تعمل ثم تقول مرة اخرى انها عاطلة. انا قلت الكلام هذا في البداية واعيده مرة اخرى لانه يعني فعلا انا اظن انه بحاجة الى دراسة مرة اخرى - 00:44:36

من الجهات المسئولة اعادة دراسة هذا مقترح انه ما تصنف الام بانها عاطلة ما يليق بالامومة ان تصنف الام بانها عاطلة بسجلات يعني الوظائف وفي لا الام منتجة وآآ ما تقوم به ما تقوم به جهد كبير جدا - 00:44:53

ولذلك من المهم جدا ان لا تشعر الام بالخجل من ان من الامومة ولا تشعر بانها لم تتحقق مستقبلها وانها او مثل هذه العبارات التي تقال ا أنها تعمل لغيرها لا الامومة ليست هي عمل للغير - 00:45:17

الأموم هو الأمومة هي هي احد المشاريع الخدمة. ثم الذي يقول يعمل للغير الطيب كل الموظفين يعملون للغير بالعكس ربما انت مثلا في شركة او في اي ادارة يعني فعليا انت تعمل للغير - 00:45:37

انت لا تبني لنفسك شيئا انت موظف تأخذ في نهاية الشهر الراتب لكن كل جهدك هو هو لهذه المنشأة وهذه الادارة فلماذا هذا الجور في في نعم هناك صعوبات ومسؤوليات بالنسبة للأمومة وهناك مشقة لكن - 00:45:51

يعني المشقة اكبر وين في عمل الأمومة والا في الوظائف. المشقة موجودة في الحياة كلها اصلا مصطلح ضغوط العمل مصطلح ضغوط العمل احد المصطلحات الاساسية في الصحة النفسية عندنا انه العمل وبيئة العمل احد المصادر الرئيسية للضغط النفسي - 00:46:07

اذا ما يجي احد يقول والله الام ضغوط حتى العمل ضغوط حتى الحياة يعني العمل الوظيفي متعب ومرهق والبعض كان يصور لك

انه اوه العمل الوظيفي هذا عمل تحقق فيه ذاتك - 00:46:33

يعني كانه ما في ارهاق ولا في جهد لا كله في ارهاق كل الحياة فيها جهد كل الحياة فيها يا ارهاق قومة الصبح وزحمة الطريق ويعني وغنا على المدير وغلابة الزملاء وجهد الاعباء والمهام و - 00:46:49

اذا اراد احد ان يشوه العمل وانا لا اريد ان اشوه العمل ليس هدفي هو تشويه العمل لا انما هدفي هنا هو الدفاع عن هذه الوظيفة المهمة الرئيسية وهي وهي وظيفة الامومة - 00:47:10

والتأكيد على انه كل المشاريع القوية كل المشاريع الجباره كل المشاريع العظيمة هي فيها انجاز ومشقة وتعب جميل. ذكرت الدكتور ايضا من الحلول اه جعل الامومة مصدر للسعادة. هذى كيف ممكن نتحققها؟ ايه - 00:47:22

ايه هذا تطبيق عملي لحلقة وصفة السعادة. التي كاظنها كانت الرابعة او الخامسة السابقة كمثال هذا مثل انه كيف نوع من مصادر السعادة فيما يتعلق بالامومة كيف كيف تستفيد الامة من الام من مفهوم السعادة بحسب منظور الاسلامي في - 00:47:41

اولا تعريف السعادة نحيلها على على الحلقة وهو انه نعيد نلخص مرة اخرى انه السعادة مصادرها متنوعة متعددة درجاتها متعددة ازمان ومتعددة مختلفة ولها اشكال وانواع كثيرة وليس نوعا واحدا - 00:48:02

احد مصادر السعادة الامومة يا اخي هذى المخلوقات الصغيرة هذى المخلوقات الصغيرة يا اخي مصدر من اكبر مصادر السعادة ولذلك على الام ان يعني ان تستثمر هذه المسارات الصغيرة التي تمر طيلة اليوم - 00:48:19

من يعني استيقاظها في الصباح واه دغدغتها لاطفالها وابتسامتها واياهم اه ايقاظهم للصلوة لعبها هي واياهم اه تأويدها اه يعني اه الاكل ل الاول مرة وتعويد الحمام ل الاول مرة اه يعني اه - 00:48:43

آآ التعامل مع الابناء والتعامل مع الاطفال بل حتى اللحظات العصبية قد قد تصبح ممتعة يعني مثلا اذا غضب الابن او اذا غضبت الام كيف يكون هذا؟ يصبح مع الوقت ذكريات مضحكه وكلنا نتذكر - 00:49:04

حصل معنا في الطفولة باعتباره ذكريات يعني مضحكة لعب الاطفال شقاوهم تكسيرهم للاشياء اه عبئهم تخريبهم يعني بحكم اني جد والحفيدات والاحفاد الله يصلحهم قصصون في تخريب كثير من الاشياء لكن حتى هذه الاشياء اللي تخرب ممتعة جدا - 00:49:19

ويعني ولو غابوا يعني يعني اياما ممتالية فقدتهم هذه نعم عظيمة مسارات صغيرة لا يلزم للسعادة ان تكون يعني مكلفة وغالبة لذلك كل ام لديها مصدر من مصادر السعادة قد لا يكون موجودا عند اي شخص اخر في الحياة - 00:49:43

هذه هذه يعني هذه المخلوقات الصغيرة والذكريات اللطيفة الجميلة معهم لا تنتهي يعني اه بسماتها وظحكاتها وذكرياتها من ايضا القضايا المهمة في السعادة ان تتوقف الام عن السقف العالي المثالى في التربية وفي الامومة - 00:50:07

المثالى المثالى غير المطلوبة. الاتقان مطلوب الجودة مطلوبة لكن الكمالية والمثالى غير مطلوبة لا توجد ام خارقة وكاملة ومثالى ما في ما في ام تجتهد وتطور نفسها يعني بحكم انا ما رأيت في في يعني في ابنائي وبناتي انه يعني وفي نفسى ايضا وفي من حولي انه يعني الطفل الاول يتعلم عليه الواحد اشياء - 00:50:32

يا الطفل الثاني يتعلم الطفل الثالث يتعلم مهما اخذ من دورات وكذا فهو في النهاية يتطور ويتجدد ما يعني ما تقلق يعني يجب الا تقلق الام من ارتكابها اخطاء او - 00:51:00

وانا اقول هذا لاني لان بعذ الامهات لديهن ضمير يقظ اكتر من اللازم ومحاسبة اكتر من اللازم تحاسب نفسها اكتر من اللازم ايضا من يعني مصادر السعادة - 00:51:14

ان تنتبه الام وتلاحظ الاثر الممتد الذي تكلمنا عنه والغرس الباقى لهذه لهذا الجهد الكبير الذي تمارسه وان تستحضر يعني كيف كان الابن في بطنها ثم اصبح مولودا صغيرا ثم كبر ثم وهي هي التي انشأت هذا - 00:51:31

بامر الله سبحانه وتعالى وتابعته ورعايتها فهي في كل مرحلة عمرية جديدة للطفل تذكر نفسها باستمرار بهذه النجاحات التي اكرمتها الله سبحانه وتعالى وادا كان لدى الام نقص في جوانب اخرى قد يهتم بها البعض - 00:51:52

فانها دائما تذكر نفسها بهذا الانجاز العظيم الذي تمارسه وتقوم به سواء مع اولادها او مع زوجها او مع اقاربها يعني ترى صناعة هذا الطفل الصغير ليست بالامر الهين يعني - 00:52:10

بالاضافة الى مما يجعل الامومة مصدر من مصادر السعادة يا اخي الحد الاحاديث والنصوص الكثيرة في فضل الام وفضل التربية بل ان معظم احاديث الفضائل في الاعمال العامة تنطبق على الام - 00:52:30

يعني مثلا الاحاديث في فضل تعليم القرآن تنطبق على الام الاحاديث في فضل آآ الدلالة على الخير تنطبق على الام الاحاديث في فضل التعليم عموما تنطبق على الام الاحاديث في فضل آآ الذكر والصلة والى اخره كلها تنطبق على الام - 00:52:47

يعني الام تقريبا كل شيء وانا اتصور لو ان الام فقط مسكت اي اخذت اي كتاب من كتب فضائل الاعمال مثلا وتبعه فضائل الاعمال ستتجدد انه ربما هي الكائن الوحيد الذي يستطيع ان يحقق معظم هذه الفضائل - 00:53:09

او كثير منها ولذلك استمتعي بنجاحاتك الصغيرة والمتعددة وهذه النسمات الصغيرة من الانجاز المتكرر اليومي ذا هذا الذي نكرره نحن كثيرا انه مصادر السعادة لا يلزم ان تكون يعني - 00:53:27

لا يجب ان تكون مادية قد تكون معنوية وهذا مثال لها ولا يلزم ان تكون يعني غالبية ومكلفة من القضايا المهمة استشعار النعمة هذه قصة سمعتها قديما لا ادري عن مدى صحتها - 00:53:46

انه في احدى عيادات الانجاب او في احدى عيادات النساء والولادة في احدى عيادات النساء والولادة او جاءت امرأتان كل واحدة منها ت يريد ان تحلل للحمل. تتأكد هل هي حامل او لا - 00:54:05

نعم فيأتي نساء الولادة فذهبت المريضة ثم احضرت الاولى الحمل موجب فانزعجت وقالت للثانية الحمل سلبي فانزعجت السبب انه هذه لديها ابناء كثير فهي لا تريد مزيد من الابناء - 00:54:21

وهذه عقيم ليس عندها ابناء. وكانت تنتظر ان يكون يعني تحليل الحمل موجبا لكنه ظهر سلبيا استشعرني نعمة ان الله تعالى رزقك هذه الذرية استشعار نعمة البنين والابناء من النعم - 00:54:41

وانت اذا استشعرت ان ما انت تمارسه هو نعمة اصلا قد حرم كثيرون او قد حرمها كثيرون غيرك حرمها كثيرون كثيرون
كثير حرمها عدد كبير من الناس او - 00:55:04

يعني يعني ولئن شكرتم لازيدنكم فاذا كان هذا يعني الشكر والحمد لله سبحانه وتعالى على هذه النعمة وعدم التذمر والتشكى ثم انه في الامومة شيء مهم وهو ان الامومة لا تستمر طول العمر - 00:55:25

يعني الام يعني الى عند سن معين ثم تتوقف عن الانجاب تكبر الحياة يكبر الابناء والذكريات اللطيفة ستبقى ويعني يعني هذه يعني المعاناة حتى ستكون مجرد ذكري انا اتعجب الام - 00:55:42

تحمل وتلد مع هذه المشقة ثم تقرر ان تعيid تجربة مرة اخرى هذا امرا فطري جعله الله سبحانه وتعالى في الام ثم ان الام يعني ليست يعني ليسته هي الام الوحيدة في العالم او في الكون - 00:56:08

اللي هي لست وليس وحدها الامومة امر موجود لدى البشر كلهم والاداء البشري كلها ومن عهد ادم عليه السلام الى ان يرث الله الارض ومن عليها ايضا من من من مصادر السعادة في الامومة الرضا - 00:56:29

احنا تكلمنا عن الرضا في حلقة سابقة ان الرضا هو الذي يجعل الاشياء المرة او حلوة وهو الذي يقلب المعاناة الى الى آآ استمتع والى سعادة ويعطيها معنى - 00:56:50

وتطبيق الصبر والرضا فيما يتعلق بالامومة اعتقد انه مثال جيد لشرح معنى اهمية الصبر الرضا ايضا من مصادر السعادة مرة اخرى احتساب الاحتساب هو ليس مجرد ممارسة دينية - 00:57:08

الاحتساب امر يعطي الاشياء معنى مختلف الاحتساب يعطي الحياة اصلا بعدا زمنيا مختلفا بحيث لا تكون الحياة محصورة في هذا الزمن القصير الذي نعيشه هناك زمن اخر لم نره ولم نشاهده ولا نراه الان ولا نشاهد الان لكننا متيقنين من وجوده - 00:57:35

فالاحتساب هو ان هو ممارسة تنقلك من هذا الزمن الضيق الذي تعيش فيه الى زمن اخر فيه اولا خلاص من هذه المعاناة وفيه مكافأة

على هذا الجهد الذي بذلته وفيه - 00:57:56

اجر كبير مثل مثلا الرجل الذي يكون او الجماعة من الناس الذين يكونوا ضائعون في الصحراء في ظلمة الليل ولا يعرفون الطريق وتأهوا ثم يجدون من بعيد نور بسيص كأنه طريق سيارات - 00:58:11

مجرد رؤيتهم لهذا النور يعطفهم املا وبهجة ويعطفهم قوة ونشاط لكي يكملوا بقية الطريق الى ان يصلوا الى هذا النور على هذا التشبيه للاحتساب انه هناك شيء بعيد ان ان تسعى للوصول اليه يحفزك وان كان بعيدا يعني نحن متيقنون ان هذا - 00:58:29
الامر لن يحصل في هذه الدنيا انما انما سيحصل باذن الله في الآخرة ايضا من من يعني مصادر السعادة بالنسبة للأمومة خاصة في هذا الزمن اشياء كثيرة يعني الان مثلا الصوتيات - 00:58:51

ان تجتمع الى صوتيات بالذات تستمع الى السكينة طبعا هذا درجة اولى يعني السماع الى الصوتيات والام قائمة جالسة نحو ذاهبة يعني اه ان تستمتع هي وزوجها تستمتع هي واولادها تستمتع هي وعائلتها تسمع هي وصديقاتها تستمتع هي ونفسها - 00:59:09
وهذا يحتاج الى درجة معينة من تنظيم الوقت وادارة الوقت تنظيم اليوم ترتيب الاوقات قدر المستطاع بالذات النوم يرتب بشكل يعني يرتب ترتيبا صحيحا فهذا يعطي يعطي الام فرصة ومساحة ان تستمتع - 00:59:31

ببومها ايضا من مصادر السعادة في الأمومة انه يعني لا تكون الدرجات العالية اه من الترف هي الهدف ذكرناه في في حلقة وصفة السعادة انه يعني هذا الخط الفرداني المعظم للذات والم معظم للذات - 00:59:51

وادي الى كراهية اي جهد يقوم به الشخص للاخرين وادي الى آآ استقلال اي مصدر من مصادر السعادة لن يصل لهذه الدرجة المترفة العالية السقف المرتفع من الترف يعني هذه اشارات سعيدة وسعيدة حلوة. طيب اشارات بسيطة وسعيدة ان شاء الله - 01:00:13
نسأل الله تعالى ان يجعلنا واياكم يعني المستمعين والمستمعات من السعداء يا رب يا رب اه تكلمنا كثير عن مجموعة من العوامل الان اه في عامل متعلق بالتأثير الخارجي اللي هو العلاقات - 01:00:37

كيف لم الناجحة تدير علاقاتها بطريقة اه تصب في زيادة نجاح امومتها؟ اي نعم علاقات مهمة لانه بعد الزواج ستنشأ شبكة جديدة من العلاقات لم تكن موجودة ستتواصل الام مع اشخاص جدد لم تكن تعرفهم من قبل بداية من الزوج - 01:00:50
واهل الزوج والحملة والاصهار والانساب وايضا ستبدأ الام تقيم شبكة علاقات جديدة لصداقات جديدة صداقاتنا بعد الزواج عادة يعني صداقاتنا بعد الزواج قد تكون احيانا مختلفة عن صداقات ما قبل الزواج - 01:01:10

هذا الموضوع مهم جدا وانا تكلمت عنه في اكثر من مناسبة ولذلك لعلي احيل الى هذه اللقاءات مثلا هناك لقاء في لقائين في توينر في مساحة في مساحات توينر احدهما اه كيف نجعل العلاقات؟ كيف نجعل علاقاتنا في افضل اه احوالها؟ والآخر كيف نتعامل مع - 01:01:26

مؤذن ولعلنا ان شاء الله قبل رمضان باذن الله تعالى سنقيم ايضا واحدة من حلقات البوتوكاست عن العلاقات فنجيل الى هذه الى هذه هذا البرنامج حتى لا يطول بنا الوقت اليوم لكنني اريد ان اشير الى - 01:01:47

يعني قضية واحدة فقط متعلقة بالعلاقات وهي ما يمكن ان نسميه بالمعارك العبثية في العلاقات يعني لا تجعل الام او الزوج او اي احد لا يجعل لك كلام اليوم عن الام حياتها الجديدة او مرحلتها الجديدة في الحياة - 01:02:02

سببا لمعارك عبثية كثيرة اكثرها صغير وتأفه القاعدة ان على الانسان يختار معاركه بعناية شديدة جدا في هذه الحياة. ماذا اقصد بهذا يعني لا داعي لأن تنشي جبهات كثيرة عليك - 01:02:22

حاول ان تقلل من الجبهات التي ت يريد ان تقاتل فيها. اذا كان يلزمك ان تقاتل في في هذه الجبهات اصلا لذلك يقولون فلان عاقل او فلان عاقل وفالانة عاقلة ما معنى هذا؟ يعني - 01:02:39

يعني ان عقله يغلب انفعالاته ايمانه يغلب شهواته. عده يغلب ظلمه. رفقه تغلب قسوه آآ تغلب يغلب قسوته صبره يغلب جزعه رضاه يغلب سخطه. حكمته تغلب تهوره وكثير من قضايا العلاقات هي مبنية على - 01:02:53

يعني حسن ادارة الغضب وقت العلاقة وحسن تقييم اه الموقف بشكل جيد متى تدخل؟ ومتى تنسحب؟ وماذا تقول؟ وماذا لا تقول

وهي اشياء بسيطة في كتابتها لكنها في غاية الصعوبة في تطبيقها - 01:03:20
ولذلك الحديث قال كانوا ت舐هم المل الملي هو الرماد الحار يعني ان ان يعني اقامة العلاقات تحتاج الى قدر كبير جدا من الحكمه والهدوء والعقل وليس الانفعالات والغضب والثورة - 01:03:38

وما اكثر ما حصلت مشاكل كثيرة في الحياة الزوجية بين الزوجين او بين الام وابنائها وهذا احد اصول العلاقات او بين الام اه يعني اهل الزوج بسبب الغضب والانفعالات لكن لانا باذن الله يعني شخص حلقة حلقة كاملة للحديث عن العلاقات - 01:03:58
جميل اه في موضوع التربية بالسکينة اه كيف نحققها ايه يعني يعني هو الداعي لهذا الكلام انه قضية التربية بسکينة هو انه يعني كان بعض الامهات تربى يعني بعنف كانها مشتطرة في التربية - 01:04:22

ما عاد يشتبوا هذى كيف نترجمها لغة يعني لكنها يعني متوفزة ومتحفزة لا التربية بسکينة اصل مفهوم السکينة احد المفاهيم الأساسية في في آآ النظرية النفسية الشاملة في علم النفس الاسلامي - 01:04:47

ولها تطبيقات كثيرة جدا سکينة الانفعالات سکينة التربية سکينة العلاقات التربية ممكن تكون سلسلة من المعارك الصغيرة التي لا تنتهي معركة في التلبيس معركة في التنويه ومعركة في المذاكرة ومعركة في الايقاظ للصلوات ومعركة في الايقاظ للدراسة - 01:05:06

وممكن اكون ومن الممكن ان تتم جميع هذه العمليات بهدوء وسکينة كلما كانت الام ساكنة والاب ساكن هادئ ويكبر في عينك الرجل وتكبر في عينك المرأة التي مهما احتد الموقف فهي هادئة وساكنة - 01:05:33
والناس يعني يقدرون هذا لها عقلها وللرجل ايضا يعني الرجل او المرأة صوته مرتفع وانفعالي وغاضب دائمها يصنف عند الناس بأنه يعني اقل من الذي يضبط انفعالاتهم كيف تربى الام بسکينة - 01:05:53

وبرنامج يعني برنامج متكامل لكنه يدور حول يعني ظبط الانفعالات ظبط انفعالات اثناء التربية يدور حول خفض سقف التوقعات لا يلزم ان تتم الامور كلها بدرجة عالية جدا من الكمالية - 01:06:21

اه ويلزم اعادة اعادة او الصياغة الصحيحة لكتير من من التعريفات الحياة الوردية يعني كثير من الامهات تظن انه التربية هي ان تخرج يعني نسخا اه كربونية من المكتوب في الكتب - 01:06:44

او انه الاباء الابباء يجب ان يكونوا نسخة من ابائنا وامهاتهم لا هي التربية هي محاولة صناعة هذا الانسان باقصى قدر ممكن بما يتناسب مع امكانياته وقدراته وظروفه قدر ما تستطيع - 01:07:06

يعني موضوع موضوع التربية بسکينة انا اظن انه يستحق ان تفرض له حلقة كاملة سواء فيما يتعلق ببيان كيفية ظبط الانفعالات وش رايكم يعني لو نجعل الحلقة القادمة هي حلقة كاملة عن سکينة الانفعالات - 01:07:25

ويعني سواء كان سکينة الانفعالات في الحياة العامة او سکينة الانفعالات في الامراض النفسية مثل الاكتئاب والقلق والحزن انا اظن هذا الموضوع يعني يحتاج انفرد له لقاء كاما نشرحه لان الطلبات اولا عليه كثيرة - 01:07:45

ولانه ايضا يوضح جزء من الرسالة التي نريد نزيد ايصالها للناس. لكن باختصار ما يتعلق بالتربية بسکينة هو يدور حول اساسية انه تخفيف لا يجعل التربية معارك صغيرة متتالية ولا يجعل التربية اه - 01:08:01

اه فرص فرصا متتالية لاثارة الانفعالات والغضب والتوتر يعني هذا باختصار يعني جميل احنا نبي نختتم بسؤالين السؤال عن الام اللي تزيد ان تكون ام ناجحة وفي نفس الوقت عندها طموحات على مستوى التأثير العام والجماهيري - 01:08:22

يعني كيف تقدر تتحقق توازن ما بين هذى الادوار اي نعم عن هو هذا يعني هو حتى نجيب عليه يجب ان نعرف اولا ما هي درجات المسؤولية على المرأة وعلى الرجل يعني هذا كان ينطوي على المرأة وعلى الرجل - 01:08:41

هناك فروض عين وهناك فرض كفاية وهناك امور مستحبات او تحسينات او كذا فاذا استطاعت الام ان تقوم بفرض العين ثم فروض الكفاية ووجدت انها قادرة على اظهاف امور اخرى فانها من حقها هذا كان ينطبق على الرجل وعلى المرأة يعني - 01:08:56
بعض الامهات لديها اما قدرات اضافية او لديها وقت اضافي او لديها ظروف معينة تساعدها على ان يعني تتحقق نجاحات اضافية لا

احد يمنع من ذلك بشروط طبعاً معروفة ممكّن يسأل عنها يعني المختصون في هذا الجانب تحديداً يعني - 01:09:16

لكن المهم جداً هو الا يكون الامر منافسة الا تكون قضية منافسة. اما انه يعني اذا كنت اما فانت لا تتحققين ذاتك ولا تتحققين طموحك. هذا الذي لا نريد - 01:09:37

ان ان يحصل الامومة فيها تحقيق الذات وفيها وفيها الطموح وفيها وفيها النجاح وفيها الانجاز اذا الام وجدت ان لديها وقتاً اضافياً وقدرات اضافية وظروف تساعد على ذلك - 01:09:53

واحببت ان تشارك في قضيّاً اخرّ اه على على تنوّعها فهذا امر يعني اه انا اظن ان انه متاح لكن المهم مرّة اخرّ وهذا هو الهدف الاساسي من هذه الحلقة. المهم انه - 01:10:10

مم لا يجب الا يكون هذا منافساً للدور او اعتباره منافساً دور الامومة او اعتباره درجة اعلى من جاءت من درجات الامومة بمعنى انه يعني اه الامومة التربية او ادارة الاسرة تتبع للزوج كل هذه الامور - 01:10:25

حسن العشرة مع ما بين الزوجين كل هذه الامور آآ هي من من الاهداف والانجازات ويجب علينا ان نحذر من مثل هذه المصطلحات ان نعيش في حياتك وكوني مستقلة على اعتبار انها منافسة ومضادة لمفهوم لمفهوم - 01:10:48

الامومة اه جميع اشتراك الدكتور في منتصف الحلقة تقريباً الى ان الكثير من الامهات يعانون من اه خل نقول فرط ظمير او احساس عالي بالذنب فكيف تتعامل الام الناجحة مع هذا الشعور؟ - 01:11:05

اه يعني هو شعور الام بالتقدير سبحان الله كأنه يعني كأنه مغروس في الام يعني يعني تشعر انها مقصورة وكذا يعني يتكرر هذا كثيراً وانا اظن ان هذا يدل على حرص الام على يعني - 01:11:24

حرص حرصها على يعني ان تقوم بواجبها شعورها باحساسها باهمية هذا وادراها لاهمية هذا هذا هذه الوظيفة العظيمة التي تقوم بها هذا امر طبيعي لكن الحل هو في الرجوع الى التعريفات الصحيحة للاشياء - 01:11:41

والمعايير الصحيحة للاشياء وعدم التكلف وعدم رفع سقف التوقعات وعدم رفع سقف المطالبات ودائماً طرفي قصد الامور يعني لدينا الامهات المهملات التي يعني امهات الكوفيهات والاسواق والسفرات والاهمال الشديد جداً للابناء والتربية والبيت والاسرة. ولدنا الامهات المبالغات في في - 01:11:59

يعني طلب الكمال وطلب المثالية لا الحل هو في الوسط الحل هو في في آآ يعني آآ التوسط وهذا يجر الى نقطة ربما تذكرتها الان انه يعني يعني التعليم التعليم احد القضايا احد الوظائف الاساسية للتعليم هو ان يخرج انساناً ناجحاً سوياً سليماً - 01:12:22

ولذلك يجب ان يركز تعليم الجيل سواء الابناء او البنات على اخراجهم يعني ازواجاً صالحين وزوجات صالحتين وامهات صالحتين وليس فقط موظفين صالحين وموظفات صالحتات يجب ان يكون التعليم اه يساهم في هذا - 01:12:47

اه سواء كان التعليم العام او التعليم يعني الخاص اقصد التعليم الخاص تعليم الذاتي الفردي الذي الانسان في في فيه نفسه جميل دكتور ودنا والله الحلقة ما تخلص - 01:13:08

لكنه شرفنا النهاية واذا في كلمة تود ان تختتم بها كلمة اختم بها والله يعني انا اريد فقط ان آآ ان تجمع الام النصوص في فضل الامهات ثم تجمع النصوص - 01:13:23

في فضل كثير من فضائل الاعمال التعليم والدلاله على الخير واه فضل حتى الاذكار والصلوات وقراءة القرآن تجمعها وتجعلها يعني حاضرة عندها قريبة منها ثم تستحضر باستمرار انها آآ لها دور كبير جداً في كل هذه الاعمال - 01:13:43

سواء فيما تقوم به بنفسها او في ابنائها او في زوجها واستحضار الامة المستمر لهذا الدور العظيم والاجور الكبيرة التي التي يعطيها الله للام انا اظن انه لوحده وان كان - 01:14:09

كل ما ذكرناه يسانده يساعد قادر على جعلها تشعر بالفخر والاعتزاز والانجاز والنجاح فيما تقوم به من اه دور في الامومة كلمة اخيرة الان تذكرتها اود ان اشكر ابنتي من الـ - 01:14:31

لانها يعني آآ ساهمت في اعداد هذه الحلقة دون ان تنتبه هي اه كنت طلبت منها قبل فترة ان يعني تساعدنـي في تحضير مادة وهي

لديها اه هي من الامهات الناجحات وكل بناتي الحمد لله امهاتنا - [01:14:53](#)
جهاد اه ولديها مجموعة وهذي من من القضايا التي ذكرتها الان لديها مجموعة للامهات فقط يتشارون فيما بينهن في قضايا الامومة
الحلول المقترحة والوصايا المقترحة فهذا ايضا مقترح لعله يعني - [01:15:08](#)
يلقى الحين مشكلة الحين نعم باقي البنات يبي يزعلون جميعا كلهم بحمد الله من فضل الله تعالى علي من فضل الله عز وجل
الحمد لله ربى رزقني بزوجة وابناء وابنات صالحين الله سبحانه وتعالى هو الذي اصلاحهم هو الذي رباهم وهذا من فضل الله تعالى
علي وعلى عليهم - [01:15:26](#)
يعطيك العافية يا دكتور. الله يعافيكي ويرضي عليك ان شاء الله في الحلقة القادمة. باذن الله تعالى - [01:15:48](#)