

لَا تِيأس.. قاول أَكْثُر

د. محمد محمود أَسْعَد





لا تيأس .. حاول أكثر

اسم الكتاب: لا تيأس .. حاول أكثر
اسم الكاتب: د. محمد محمود أسعد
المراجعة اللغوية: مني آدم
تصميم الغلاف: فريق المكتبة العربية
الطبعية: الأولى
رقم الإيداع: 33924 / 2024
الترقيم الدولي: 978-977-9658-44-5



Gmail	almaktaba79@gmail.com
facebook	Facebook.com/almaktaba79
WhatsApp	01030365801 - 01014977934

جميع الحقوق محفوظة

للمكتبة العربية للنشر والتوزيع، ولا يجوز استخدام أي من المواد التي يتضمنها هذا الكتاب، أو استنساخها أو نقلها، كلياً أو جزئياً، في أي شكل وبأي وسيلة، دون الحصول على إذن خطى من الناشر.



لا تيأس ..

حاول أكثر

د. محمد محمود أسعد



تقديم الكتاب

يحتاج العالم إلى العقول المبدعة ليكتشف أن ما درسناه وحفظناه في الصغر ليس كلها صحيحة ولابد من مراجعته بشكل مستمر للتدخل بالتعديل والحذف والإضافة لضمان استمرار النمو والارتقاء.

لطالما قالوا لنا ونحن صغراً أن الفشل عكس النجاح وأن تصنيف الناس يكون على معايير فقط لا ثالث لها، إما ناجح أو فاشل! لقد أغفلوا الخيار الأعظم الذي بنت عليه الإنسانية تطورها وارتقاءها.. إنه الخيار الثالث خيار الاستمرار بالمحاولة!

إن هذا الكتاب القيم للدكتور محمد محمود أسعد يتبنى هذا الخيار الثالث الذي ينقل النفس الإنسانية من اليأس والإحباط إلى الأمل والعمل، من الاستسلام والخضوع إلى التأثير الإيجابي الممتد، من مصدر المخزي والعار إلى صفو العظمة والقدوة!

إنه خيار "من لا يستسلم"، خيار من يمتلك إيماناً يحفزه ويقيناً يحفظه ويوئده ويهمس في أذنه بأن الله يكفي المجتهدين ولا يضيع أجر من أحسن عملاً، ولئن كانت خطواته لم تُكلل بنجاح لكنها ستكون شعاعاً من نور للأجيال القادمة، وستبقى شعار كفاح حتى النجاح لمن يصرون على هزيمة اليأس وإلهام العالم من بعدهم.

لقد أبدع المؤلف الدكتور محمد محمود أسعد في تصحيح المفهوم وهدم الأفكار القديمة بانسيابية يُحسد عليها دون أن يشعرنا بأننا نحتاج إلى ثورة لهدم القديم والبدء من جديد!

إن أعظم ما فعله الكاتب هو إقناعنا بأنه لا للندم على ما مضى ولكن علينا النظر إليه بطريقة مختلفة والتركيز على تبني رؤية إيجابية تجاه الفشل طالما المحاولات مستمرة ولن يكون الاسم الجديد له هو "الفشل المعلم"!

سيبقى الفشل المؤقت في المراحل الأولى من التعلم هو أعظم معلم، إنه الصديق الصدوق الذي يخاطبنا كل يوم قائلاً لنا:

- اسمح لي بمرافقتك حتى تجيد المهارة وعندها سأطمئن عليك وأقول لك وداعاً حتى نلتقي مجدداً في بداية تعلمك لمهارات أخرى جديدة طالما أن رغبتك تتجدد في مواصلة النجاح والتأثير.

إن أجمل ما في هذا الكتاب من أفكار تناول فكرة الفشل في مجالات الحياة المختلفة والتركيز على الشعور بالمسؤولية تجاه تطوير الأداء لتجاوز الإخفاق، وعدم الاكتفاء بانتظار مساعدة الآخرين.

ومن المثير للاهتمام والإعجاب في الكتاب أيضاً ذلك التوازن اللافت للنظر والذي رسمه الكاتب بريشة الفنان بين دور الفاعل الرئيسي في التحول من الفشل إلى النجاح وهو صاحب الموضوع نفسه ودور العوامل المساعدة من الأسرة والمدرسة والمجتمع!

أما متعة الحديث عن إدارة الفشل في الكتاب فهي من وجهة نظرى الخاصة ينبغي أن توضع في كتب التعليم كمادة يتم تدريسها للأجيال القادمة منذ نعومة أظافرهم للوقاية من الهشاشة النفسية التي يعني منها الكثيرون اليوم!



وأخيراً فإن تناول الكاتب لتجربته الشخصية مع الفشل بالإضافة إلى قصص ملهمة أخرى قد أعطت الكتاب مذاقاً فريداً وشعوراً رائعاً بمشاركة مع القراء بعضًا من حياته الخاصة.

كل الشكر للمؤلف المبدع الدكتور محمد محمود أسعد على هذا الطرح القيم والأسلوب الرacy.

د / شريف صلاح الدين

كاتب ومؤلف

استشاري التدريب والتطوير



الإهداء

إلى جميع أولادي وأحفادي،
أهديهم هذا العمل وأقول لهم ناصحًا: "اسمعوا وعوا وإذا وعيتم
فانتفعوا"

محمد

إضاعة

يهدف كتاب "لا تيأس حاول أكثر" إلى توضيح مفهوم الفشل وكيفية تحويله إلى فرصة جديدة للتعلم والنمو الشخصي.

الكتاب ليس تبريراً للفشل ولا تلميعاً له، إنما هو محاولة توضيحية لبيان مفهوم الفشل وكيفية التعامل معه بشكل إيجابي بعيداً عن التستر عليه، وكتمانه، وتراكم الضغوطات النفسية والأثار السلبية الناتجة عنه. الفشل ليس بوقوعه فـ "كلُّ بني آدم خطاءٌ، وخِيرُ الْحَطَائِينَ التوابون" فلا يخلو إنسان من خطيئة لما فُطر عليه من ضعف. فالفشل أمر متوقع علينا قبله، لكن الفشل الحقيقي إنما في الاستمرار فيه وعدم السعي بعزيمة نحو تغييره والوصول لغاية سامية تدعى النجاح.

أسلوب الكتاب ليس فلسفياً جاماً، ولا تهكمياً ولا يُخاطئ هذا وينتقد ذاك، وليس تقليماً لأفعال الناس ورصداً لنتائجهم، إنما هو أسلوب حرص وغيرة على الشباب العربي من مغبة الورقة بالفشل والاستمرار فيه.

لأهمية مفهوم الفشل ومدى تأثيره على أداء الفرد والمجتمع، كثieron من قبلنا تناولوا الموضوع، اختللت عناوين إصداراتهم لكن مضامينها اتفقت على أهمية فهم الفشل وكيفية تحويله إلى فرصة للنجاح والنمو. يسعى الكتاب "لا تيأس حاول أكثر" إلى تشجيع القراء على إعادة النظر في تجاربهم الخائبة وتقييمها كفرص جدية نحو النجاح من خلال

إتباع استراتيجيات حقيقة وحلول قابلة لتحقيق أهدافهم وطموحاتهم، وتحويل هُوى الإخفاق عندهم إلى دوافع محفزة.

من منا يتجرأ ويعرف بفشله؟
من منا يستطيع تحديد شكل فشله وأسبابه؟
أليس من الحكمة أن نمتلك الشجاعة ونعرف بالفشل كي نصلحه
بدلاً من أن نقى متواهلين له، مبررين لأنفسنا ما حصل خوفاً من سماع
النقد اللاذع من الآخرين وتحمل مضاعفات الفشل وانعكاساته السلبية
على مرض؟.

صحيح أن المرأة غالباً ما يكون أناانياً في تقييم سلوكياته، وقلما يكون
موضوعياً في ذلك، ولكن إن فعل واعترف بإخفاقاته سترفع له القبعة
لأنه امتلك الجرأة أولاً وسعى إلى تصحيح خطأه ثانياً وتغيير مساره ثالثاً.
فالفشل لا يعني أبداً نهاية الطريق، بل يمكن أن يكون بدايته والداعم
الأقوى نحو التطور والنمو.

اطولف

الرجاء المحاولة من جديد

"المشتراك الذي تحاولون الاتصال به لا يمكن الوصول إليه حالياً،
الرجاء المحاولة من جديد لاحقاً"

عبارة نسمعها كثيراً من أجهزة الرد الآلي بشركات الاتصالات عندما
نحاول التواصل مع أي من معارفنا أو غيرهم ولم نحظ برد منهم على
اتصالنا. هل فكرنا بتلك العبارة المصاغة بعناية فائقة وما تحمله من
نصائح؟!

بالطبع عدم الرد على اتصالنا من أحدهم لا يعني فشلاً ذريعاً ولا
يعني استحالة في الوصول إليه إنما وراء ذلك أسباب تكمن في عدة
احتمالات منها:

- المطلوب غير متاح الوصول إليه حالياً لأسبابه البعض إليه
- إجراء الطلب
- المطلوب مشغول حالياً لأسبقيته البعض إليه
- الهدف غير قابل للتحقيق
- خطأ في إجراء الاتصال

لتلك الأسباب جاءت نتيجة محاولتنا في الاتصال خائبة ولم
نستطع التواصل مع المطلوب. لكن إذا أصرينا على الوصول إليه
والتواصل معه علينا المحاولة من جديد مرة وممكناً مرات، فمدى



أهمية المطلوب تحددها تكرار المحاولات في الطلب فكلما حاولنا أكثر
كلما كانت فرص الاستجابة أكثر.

رسالة شركة الاتصالات لم تُوصِّد الباب في وجوهنا باستحالة
الوصول إلى الرقم المطلوب بل أعطتنا نصيحة راجحة وحكمة بالغة في
توجيه الرأي والتقريب إلى حصول المقصود: "الرجاء المحاولة من جديد
لاحقاً" لأن في الإعادة إفادة وفي قرار المحاولة تكمن بداية الوصول.

"أكبر نقاط ضعفنا هي الاستسلام، وأضمن طريقة للنجاح هي
المحاولة مرة أخرى" توماس أديسون



ما هو الفشل؟

هل الاصطدام بجدار الصد والإخفاق يعني فشلاً؟
أبدا، لا..

إذا ما هو الفشل؟ ومن هو الفاشل؟

الفشل هو نتيجة أو حالة قد يمر بها أي فرد فينا في مرحلة ما من حياته، غالباً ما يشير ذلك إلى عدم تحقيق الأهداف المرغوبة في مجال محدد، وهو جزء طبيعي من الحياة والتعلم. أما الشخص الفاشل فهو من يتوقف عن المحاولة في تغيير النتيجة أو الحالة تلك، ويرفض التعلم من أخطائه، فيفقد الأمل في أي نمو أو تحسين متوقع.

الحكمة ليست بتبيان مفهوم الفشل والفاشل إنما في كيفية التعامل مع الفشل لأنه بحد ذاته ليس نهاية طريق ولا محطة وقوف، بل قد يكون نقطة انطلاق جديدة نحو النجاح إن اجتهدنا في التعامل معه.

ان مفهوم الفشل نسيي ومتغير، ولا يمكن حصره في قالب واحد. فما يعتبر فشلاً لشخص قد يكون تحدياً لآخر. ولكن هنالك بعض الصفات العامة التي ترتبط بالشخص الفاشل من منظور اجتماعي، أهمها: مستسلم يواجه التحديات باليأس بدلاً من البحث عن حلول. لوماً للأخرين والظروف حوله ولا يتحمل مسؤولية أفعاله. فاقد لأي إصرار وعزيمة وغير مثابر على تحقيق أهدافه. خائف من المخاطرة والتغيير و دائم التفضيل للبقاء في منطقة الراحة (Rest Zone). متعدد وغير واثق بنفسه للشروع في تحقيق أهدافه.

حِقًا إن حيَاتنا الدُنيوِية أشْبَه بِأرجوحة نتَأرجح فيها بين فَرَح وَتَرَح،
بَيْنَ أَمْل وَأَلَم. فِيهَا يَتَطَلَّب مِنَ التَوازن كَي لَا نَسْقَط، وَإِن سَقَطْنَا يَتَوَجَّب
عَلَيْنَا القيام مِنْ جَدِيد.

لَكُلْ فَرَدٍ فِينَا أَرْجُوحته الْخَاصَّة تَعْكِس مَغَامِرَاهُ وَتَجَارِبَهُ فِي الْحَيَاة،
أَحْيَانًا يَنْتَابُنَا فِي حِيَاتِنَا الْحَزَنُ وَأَحْيَانًا أُخْرَى تَغْمِرُنَا السَّعَادَة. وَعَلَيْنَا
الْعِيشُ فِيهَا بِكُلِّ لَحْظَة لَأَنْ نَبْعَهَا لَا يَنْضَبُ وَقْطَارُهَا لَا يَتَوَقَّف.

مِن الصُّعُوبَةِ بِمَكَانِ تَوْصِيفِ أَيِّ مُشَكَّلةٍ دونَ وَعِيٍّ عَمِيقٍ لِمَفْهومِهَا
وَأَسْبَابِهَا وَعَوَاقِبِهَا، وَلَئِنْ كَانَتْ مُشَكَّلةُ الْفَشَلِ لَيْسَ بِالْمُشَكَّلةِ الْبَسيِطَةِ
اجْتِمَاعِيًّا لَمَا فِيهَا مِنْ التَّبَاسِ بِالْفَهْمِ يَجْعَلُ التَّعَالِمَ مَعَهَا عَلَى الصَّعِيدِ
الشَّخْصِيِّ أَمْرًا صَعِيبًا لِلْغَایِةِ هَذَا بِالإِضَافَةِ لِنَتَائِجِهَا الْمُخْيِبَةِ لِلآمَالِ،
يَتَوَجَّبُ عَلَى صَاحِبِ الْمُشَكَّلةِ أَنْ يَتَلَكَّ الشَّجَاعَةَ وَالْجَرَأَةَ عَلَى الاعْتِرَافِ
بِوُجُودِ الْمُشَكَّلةِ تِلْكَ وَفَهْمِ أَسْبَابِهَا وَعَوَاقِبِهَا مَا يُسْهِلُ عَلَيْهِ تَوْصِيفِهَا
تَوْصِيفًا دَقِيقًا يُمْكِنُهُ مِنْ إِيَجادِ الْحَلُولِ الْمُنَاسِبَةِ لِهَا.

غَالِبًا مَا يَتَمُّ رِبَطُ كَلْمَةِ الْفَشَلِ بِالْمُخْيِبَةِ وَدُمُّ تَحْقِيقِ الْمَرْءِ مَا كَانْ يَأْمُلُهُ
وَيَصْبُو إِلَيْهِ، فَكَلْمَةُ الْفَشَلِ مَأْخُوذَةٌ مِنَ الْمَصْدَرِ (فَشَلَ) الَّذِي يَعْنِي
الْضُّعْفَ وَالْكِسْلَ وَالتَّرَاجِيِّ وَدُمُّ قُدرَةِ الإِنْسَانِ عَلَى أَدَاءِ الْمَهَامِ الْمُوكَلَةِ
إِلَيْهِ. وَلَعِلَّ مَرَادِفَاتِ كَلْمَةِ الْفَشَلِ بِالْلُّغَةِ الْعَرَبِيَّةِ كَثِيرَةٌ مِنْهَا: الْاحْبَاطُ،
الْمُخْيِبَةُ، الْإِخْفَاقُ، الْإِسْتِسْلَامُ، الْانْكِسَارُ، الْانْهَزَامُ، التَّثْبِيطُ، التَّعْثُرُ،
الْعَجزُ، الْيَأسُ. وَالْقُنُوتُ.

يُنظر إلى الفشل من منظور ديني على أنه نتيجة لخلل أخلاقي أو روحي عند الفرد ويعكس عدم التزامه بالمعايير الأخلاقية والقيم الدينية والاخراف عن القيم الأخلاقية الحميدة وأكثر ما يتمثل ذلك في النزوة، والخطيئة، والأناانية، والطمع، والكذب، والسرقة، والفساد.

وأما من المنظور الأخلاقي، فإن الفشل ينبع عن خيبة في الالتزام بالمبادئ الأخلاقية في التعامل مع الآخرين وتحقيق الرضا فالناجحون من أشخاص ومؤسسات هم من يحققون توازناً حقيقياً بين تحقيق الأهداف والالتزام بالقيم الأخلاقية وعليه لا يمكن النجاح الحقيقي في تحقيق الأهداف وحسب، بل في كيفية تحقيقها بطريقة إلقاء الأخلاقية تتوافق مع القيم والمبادئ. وأي تردي في هذا الجانب يعتبر فشلاً ذريعاً بغض النظر عن أي نتائج محققة.

الفشل نتيجة بالغة الأثر سببها كثيرون من الأفعال الخاطئة أدت إلى نهاية غير محمودة الجانب يحتاج صاحبها لتفكير عميق ونية صادقة بالعزوف عن تلك الأفعال والعزم على تغيير نتائجها.

الفشل ليس مجرد كلمة تتكون من حروف ثلاثة تأتي حسب موقعها من الجملة فقط، قد تكون فاعلاً ينهك نهارنا ويؤرق ليتنا، وقد تكون مفعولاً به تضييع في مجراه الجهود ويتوقف عنده الجريان، وقد تكون خيراً وفيراً وصباً نافعاً بإذن الله وهمة صاحب الفشل إن وعى وحاول.

الفشل تجربة شائعة وجزءاً طبيعياً من الحياة، من هنا لم يفشل حياته.. كالرسوب في امتحان، أو الخسارة في تجارة، أو فقدان وظيفة، أو الفتور والانقطاع في علاقة.



عليك أن تعلم أن فشلك بأمرٍ ما ليس نهاية المطاف، إن ظننته موتاً بطبيئاً فأنت مخطئ وسلبي، الفشل جاء نتيجة سلبية لأفعال أنت شاركت فيها أو فرضت عليك فرضيات بها وجريت وراءها، لكن ما عليك الآن إلا أن تخرج من مضاعفاتها بتفكير الإيجابي.

الفشل فرصة إن استغليتها بشكل صحيح أعدت للحياة رونقها ولنفسك الشقة ولحياتك السعادة الغائبة.

حداري أن تغرق في مستنقع الفشل بل حاول أن تعود فيه لتنجو، إن تناسيته أغرقك، وإن حاولت العوم فيه نجيت بنفسك وعشت النجاح. دوماً يُعتبر مستقبل الفشل لمن يقع فيه تحدياً مستمراً يتوجب عليه مواجهته بعقل ناضج وأسلوب علمي سليم.

كغيور على نفسه وعلى من حوله، عليك أن تقطع الطريق أمام ذلك الفشل من خلال إعادة النظر في أفكارك السلبية وممارساتك الخاطئة دون مواربة أو هروب والإقدام على الإيجابية وحلولها البناءة.

"تولد المثابة من إصرارنا وتشتد قوتها عندما نتجاهل السلبية ونواصل العمل لتحقيق أهدافنا" جاك سميث

أخشى إن بقي صاحب الفشل على هذا المنوال من الانحطاط حتماً سيأتيه يومٌ يرمي بنفسه في جحيم العزلة والخذلان.

صحيح أن الإنسان بطبيعة ضعيف، وصحيح أن الفشل يتولد من الضعف؟ لكن ماذا لو استقوى الفرد على ضعفه؟ هل سيفشل؟ هل فاتت فرصة النجاح لمن فشل؟

أبداً لم تفته الفرصة فالمجال أمامه مفتوحاً للتصحيح، وهنا يبدأ الدور الكبير في التعامل مع ما فشل فيه بعقلانية من خلال تحليل أسباب فشله والاعتراف بالقصص والحرص على تجنب الوقوع فيه مجدداً.

كنا نعلم علم اليقين أن المفاهيم تتغير مع تطورات الحياة وليس الفشل بعيد عن ذلك، فهل تنقلب الخيبة إلى رجاء وهل يصبح الضعف قوة وينقلب الكسل إلى جد واجتهاد، وهل وهل؟

نعم ممكن ولكن السؤال المهم: كيف؟

لعلك تعلم أن القدماء ربطوا الفشل بالخيبة والسلبية لكن مع تطور العلوم وإجراء البحوث والدراسات تبدلت المفاهيم وتغيرت الصور، فصرنا نسمع ونشهد تحول الفشل إلى فرص لو استخدمت بشكل حسن لكان وراءها النجاح الباهر.

طبعاً من حقك أن تتساءل كيف ينقلب الأسود أبيضاً؟
من المؤكد أن ستلتقي إجابة بدبيهة كالتالي على سؤالك العميق
ذلك..

باستخدام بعض الأصياغ المعاكسة يا سيدي
إذا المشكلة ليست بالفشل نفسه ولا بالسواد المتراكם حوله لأنهما مجرد نتيجة، إنما المشكلة بصاحب هذا الفشل الذي بقي قابعاً في المستنقع مستكينا راضياً أو مجبوراً دون محاولة منه للعون والخروج بنفسه وقلب الصورة.
إذاً من هو الفاشل؟!

لَا شك أن الفاشل مقابل للناجح، وكما أن الناجح ليس حالة دائمة قد تتغير في أي وقت، فالفشل أيضاً صفة ليست ثابتة، كلاهما.. الناجح والفشل حالتان يمكن أن يمر بهما أي شخص منا في مراحل مختلفة من حياته. في تربيته، في مدرسته، في عمله، في علاقاته، في إدارته لبيته وممتلكاته.

هل يمكننا اعتبار أي تلميذ رسب في صفة تلميذاً فاشلاً؟ بالطبع لا لأن الشخص لا يعتبر فاشلاً إلا إذا استسلم للفشل دون محاولة منه للتعلم وتحسين حالته. وفي السؤال أعلاه أحسب أنه يمكننا اعتبار التلميذ فاشلاً إذا رسب ثم رسب ثم انسحب من المدرسة أو الكلية وتوارى عنها جراء إخفاقاته المتكررة، وفشل هذه ليس فشلاً مطلقاً إنما فشلاً مقررنا بشكل من أشكال الفشل (فشل أكاديمي)، صحيح أنه فشل دراسياً لكنه من الممكن أنه ينجح اجتماعياً ويتميز تجارياً.

إن الإخفاق في تحقيق شيء ثم المحاولة فيه مرة ومرات (Trails) لا يعني فشلاً في معناه المطلق، "بصرف النظر عن عدد المرات التي فشلت فيها، فيجب أن تصر على النجاح، و يجب ألا تقعد الأمل، ولا تتحني أمام العاصفة" توني نارامس فمثلاً كثيرون منا قد رسبوا في امتحان نيل رخصة قيادة السيارة أكثر من مرة قبل النجاح فيها. هل يعني هذا فشلاً؟ أبداً لا يعني هذا الرسوب فشلاً لأن محاولة أو محاولات جرت بعده تكللت بالنجاح بعد أن تم الاستفادة من الأخطاء وتحسين الوضع للوصول إلى النجاح وقد تم.

للأسف كثير منا يسير في طريق الفشل ولا يعرف نتائجه السلبية إلا بعد حصولها لأنه كان دائمًا:

- يُسُوف أفعاله ويرحل تنفيذها إلى المستقبل
- يسيء إدارة وقته ولا يستفيد من أوقات فراغه بما يعود عليه بالنفع والفائدة.

• يعجز عن تحويل تجارب السلبية إلى دروس إيجابية.

هل تعلم أنه يمكن تحويل الفشل إلى فرصة للنمو إذا تم التعامل معه بشكل إيجابي.

الأفضل التركيز على كيفية التحول من الفشل إلى نجاح بدلاً من الاستسلام له فإشعالنا لشمعة أفضل بألف مرة من لعننا للظلم، ولعلنا هنا نتعرف بعجاله على الفروقات الجوهرية بين الناجح والفاشل التي عادة ما تتجلى في جوانب عدة منها:

- التفكير: الناجح يؤمن بقدراته ويعمل على تطويرها، بينما الفاشل يركز على العوائق ويستسلم للفشل.
- التخطيط: الناجح يضع خططاً واضحة وي العمل على تحقيق أهدافه، بينما الفاشل يفتقر إلى خطة ويكتفي بالتسويف.
- التجربة: الفشل يعتبر محطة تعلم، حيث لا يمكن تحقيق النجاح دون المرور بتجارب فاشلة، مما يجعل العلاقة بينهما تكاملية.
- الإرادة: الإرادة القوية والمثابرة هي ما يميز الناجحين عن الفاشلين، حيث يسعى الناجحون للاستفادة من كل لحظة.

الفشل في منظور العلوم

الفشل بأشكاله وتنوع مراياته شأن النجاح هو جزء طبيعي من مفردات حياتنا اليومية خاصة بعدهما زادت علينا الضغوطات والغربيات وألمت بنا المصائب والمواجع وبالطبع هذا ليس تبريراً لوقوع الفشل وإنما بياناً لوجوده في حياتنا الدنيوية مهما توارينا منه، ولأهميةه وأثره على استمرارية عيش الإنسان وسلوكه كان مختلف العلوم الشرعية والعلمية آراءً واضحة وصريحة فيه.

العلوم الشرعية: يشير القرآن الكريم إلى الفشل على أنه اخفاق في تحقيق الأهداف، وقد ورد ذلك في مواضع عدة من كتاب الله عز وجل مثل سورة آل عمران والأفال، حيث ارتبط ذكره بحالة الانقسام بين المسلمين في مواجهة الأعداء.

لعلاج الفشل يُقدم لنا القرآن الكريم مفاهيم إيجابية وتحفيزية يشجعنا من خلالها على عدم فقدان الأمل في رحمة الله، ويحثنا على التوبة والاستغفار كوسيلة للتغلب على الفشل. كما يعرض لنا أمثلة عن العاقد الإيجابية والسلبية لأفعال البشر، مما يساعدنا كمسلمين على اتخاذ قرارات مستنيرة تلعب دوراً هاماً في تعزيز الشعور بالإيجابية وتقوية الإرادة مواجهة أي تحديات.

تعامل الرؤية الإسلامية مع الفشل من خلال منظور تصحيحي، مُعترفة بالطبيعة البشرية القابلة للخطأ، وتشجع على التوبة والاستغفار.

حيث تعتبر الفشل فرصة للتعلم والنمو، ويجب عدم الاستسلام له، بل السعي لتحويله إلى نجاح مستقبلي

لقد أكدت الآيات القرآنية الكريمة على المثابرة بعد الفشل منها قوله تعالى {ولا تحزنوا ولا تنهنوا وأنتم الأعلون إن كنتم مؤمنين} سورة آل عمران، آية 139 وقوله تعالى {يا أيها الذين آمنوا لا تخونوا الله والرسول وتخونوا أماناتكم وأنتم تعلمون} سورة الأنفال آية 27 وقوله أيضاً: {وأطعوا الله ورسوله ولا تنازعوا فتفشلوا وتذهب ريحكم واصبروا إن الله مع الصابرين} سورة الأنفال آية 46، وفي هذه الآيات الكريمتات نجد تشجيعاً لنا على الصبر والمثابرة وعدم الاستسلام بعد الفشل، مما تتقوى فيها الثقة وتتضارف الجهود.

كما اعتبرت السنة النبوية الشريفة الفشل جزءاً من التجربة الإنسانية، حيث شجعت على المثابرة وعدم الاستسلام. ومن الأحاديث التي تعكس هذا المعنى الحديث الشريف «كلُّ بني آدم خطاءٌ، وخيرُ الخطائينَ التوابون» الذي يُشير إلى طبيعة البشر في الخطأ، ويشجع على التوبة والعودة إلى الله. والحديث الشريف: «إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ إِنَّمَا امْرِئٌ مَا نُوِيَّ» الذي يُبرز أهمية النية في العمل حتى لو لم تتحقق النتائج المرجوة. والحديث الشريف: «إِذَا أَصَابَ أَحَدَكُمْ مصيبةً فليقل إِنَّمَا إِلَيْهِ راجعونَ اللَّهُمَّ إِنَّمَا احْتَسِبْتُ مصيبيَّتِي فَأَجْرِنِي فِيهَا وَأَبْدِلْنِي مِنْهَا خَيْرًا» مما يُعزز الصبر والرجوع إلى الله، وقد نظرت السنة الشريفة إلى الفشل على أنه ليس نهاية للطريق بل فرصة جديدة يجب كسبها والتعلم منها.

علم النفس:

ينظر علم النفس إلى الفشل على أنه تجربة صعبة تؤثر على نفسية الفرد وسعادته. وقد عرّفه على أنه عدم تحقيق الهدف المرجو، يؤدي أحياناً إلى مشاعر الإحباط وفقدان الثقة بالنفس. لكنه يرى في الفشل فرصة للتعلم والنمو الشخصي. ويمكن معالجته عبر العلاج السلوكي المعرفي (CBT) الذي يهدف إلى تغيير الأفكار السلبية المرتبطة بالفشل إلى أفكار إيجابية تشجع المصاب على التعلم والتطور، وتساعده على تحليل أخطائه وتحديد أسبابها لتعزيز نقاط القوة عنده وتحسين أدائه. كما يسعى العلاج السلوكي المعرفي إلى علاج الخوف من الفشل كخطوة هامة ومساعدة الفرد على الاعتياد على التفكير الإيجابي وتجاوز المخاوف لتحقيق النجاح المستقبلي.

أما علم الاجتماع

فينظر للفشل على أنه تجربة تعكس التفاعل بين الأفراد والمجتمع وأنه جزء طبيعي من التجربة الإنسانية يمكن أن يؤدي إلى النمو والتطور، وقد عرّفه على أنه عدم تحقيق الأهداف المرجوة، ويمكن أن يظهر في مجالات متعددة مثل الفشل الوظيفي أو العاطفي أو الاجتماعي. وعلاجه يستوجب الدعم الاجتماعي من الأهل والأصدقاء والمجتمع كونهم يساعدون الأفراد على تجاوز المشاعر السلبية المرتبطة بالفشل. ويشجع علم الاجتماع على تحليل أسباب الفشل من خلال النظر إلى العوامل

الاجتماعية والبيئية، ويساعد في تحديد استراتيجيات فعالة للتغلب على الفشل وتحقيق ما يصبو إليه الأفراد من النجاح في المستقبل.

وفي علم الإدارة

يعتبر الفشل جزءاً من عملية التعلم والنمو. ولا يرى في الفشل عيباً ولا نقية بل فرصة للتعلم وتطويرها للأساليب بهدف تحقيق النجاح. وصحيف أن الفشل إخفاق في تحقيق الأهداف المحددة، لكن الذكاء الإداري يُركز على تحويله إلى نقطة انطلاق نحو النجاح.

يعزو علم الإدارة الفشل إلى عدة عوامل تؤدي إلى عدم تحقيق الأهداف المرجوة. من أبرزها الثقة الزائدة والغرور، وغياب الإدارة الفعالة وضعف التخطيط وعدم وضع خطط استراتيجية واضحة لتحقيق الأهداف، وسرعة اتخاذ القرارات السريعة بدون رؤية ومعلومات دقيقة. أما في معالجة الفشل فيرى علم الإدارة ضرورة اتباع استراتيجيات فعالة أهمها: التخطيط الجيد من خلال خطط استراتيجية واضحة لتحقيق الأهداف وتحديد خطوات تنفيذها بدقة، ورفع مستوى الثقة بالنفس والتحفيز وتعزيز الروح المعنوية، والتعلم من الدروس المستفادة من الفشل من خلال اعتباره فرصة للتعلم والنمو وتحسين الأداء.

الفشل بين السلبية والإيجابية

قد يجزم أحدهم أن هنالك خطأ في عنوان هذا الفصل لأن نعلم حسب علم الفيزياء أن المتنافرات لا تلتقي، فكيف تلتقي الإيجابية مع الفشل؟

هل يمكن أن يكون في الفشل إيجابية؟ وكيف؟
نعم، يمكن أن يكون للفشل جوانب إيجابية إذا اعتبرناه فرصة للتعلم والنمو ودافع لاكتساب الخبرات وتحسين المهارات.
عندما يواجه أحدنا فشلاً أليس عليه تحليل أسبابه والتعلم منها من أجل تعزيز فرص النجاح في المستقبل؟ أليست هذه إيجابية؟
عندما نمتلك ثقة بأنفسنا وإرادة قوية بالتعامل مع ما فشلنا فيه أليس ذلك خطوة نحو تحقيق أهدافنا ولو بعد حين؟ أليست هذه إيجابية؟

نعم، فتبين الإيجابية بالفشل ليس بالمعضلة، فكما نعرف أن الإيجابية هي أحد المفاتيح الأساسية لنجاحنا في الحياة.
عندما تتبنى نظرة إيجابية في الحياة، فإنك تفتح أمامك أبواباً عدّة وفرصاً شتى مما يشجعك على بذل المزيد من الجهد للتغلب على كل ما يقف أمامك من تحديات. بينما السلبية تأخذ بك إلى النقيض ثم الخضيض لأنها العدو اللدود للنجاح. عندما تتبنى نظرة سلبية أو ينتابك تفكير سلبي فإنك وبشكل لا شعوري تحد من إمكاناتك وتُقلل من فرص نجاتك.

إذا كيف يتم التقاء المتنافرات؟

لحل هذه المعضلة يجب علينا أن نفك بعقلانية وواقعية

لنفترض أنني فشلت بنتيجة عمل ما لسوء تخطيط مني وعدم بذل الجهد المطلوب لإنقاذه بالشكل المناسب والمرضى، لا شك أنني سلبي وسلبيتي هي ما أودت بي إلى الإخفاق في النتيجة، لكن لحسن حظي استيقظت من غفلتي واعترفت بما اقترفت يداي من تقصير وتعلمت من محمل أخطائي ونويت بشدة أن أحول نتيجتي الخائبة تلك إلى فرصة للنجاح. ألا يعتبر ذلك التفكير تفكيرا إيجابيا وجزءاً أولياً من رحلة النجاح؟ أليست هنا تكمن إيجابية الفشل؟

الإيجابية يا صديقي ليست مجرد شعور ويزول، إنما هي أسلوب حياة نعيشها من خلال تبنينا لتفكير إيجابي وتطبيق عدة نصائح ووصيات تمكننا من تعزيز فرص نجاحنا وتحقيق أهدافنا. واستبدال فشلنا بنجاح. لنتذكر دائماً أن النجاح ليس مجرد الوصول إلى هدف، بل هو أيضاً الرحلة التي نخوضها في الطريق ثم المحافظة على هذا النجاح ومكتسباته. نفترض أننا حققنا نجاحاً ممیزاً في عمل اعتدنا على فعله ولكن أخفقنا في المحافظة عليه بعدما انتابنا شيء من غرور قلل من جهودنا وغيره وعيينا أليس ذلك سلبية نجاح؟

إذا ما اقترنت النجاح بسلبية حتما سيؤدي إلى فشل لأننا لم ندير النجاح بشكل جيد. فكما للفشل إدارة تخرجنا من مستنقعه، هنالك إدارة للنجاح تبقينا في قمته وأي ضعف فيها يفقدنا النجاح ومكتسباته. لذا من المهم إدارة النجاح بشكل جيد للحفاظ على الإيجابية والتوازن



فيه.

ولعلي هنا أرى أن الفرد عندما يقع في فشل ما أشبه ما يكون في دوامة مغناطيسية تتجاذبه السلبية والإيجابية من كل جانب كل لطرفها، فإن استسلم ولم يبادر بأي حل أخذته السلبية إلى قعرها، وإن قاوم واجتهد بالحل جذبته الإيجابية إلى قمتها.



الفشل فرصة

طالما عرفنا أن للفشل جوانب إيجابية إذا هو فرصة، ولكن كيف؟
هل تعلم عزيزي القارئ أن في كل محاولة جديدة لك بعد الفشل
فرصة جديدة للنجاح
أرجوك ألا تهدرها!!
نعم لا تستغرب
تصور أنك رسبت في امتحان ووقفت عنده ولم تحاول الإعادة، هل
ستتدوّق حلاوة النجاح؟ لم تقع حينها في سلبية مستطيرة؟
من منا لا يحب أن يكون ناجحاً في دراسته، في عمله، في علاقاته مع
الآخرين؟

من منا لا يحب أن يحرز دائماً الأفضل في كل شيء؟
بالطبع لا أحد، وهذا الحب ليس ضرباً من الأنانية وحب الذات
وليس خلافاً لمفهوم الإيثار كما يتوقع البعض وإنما هو فطرة بشرية جعلنا
الله عز وجل عليها، فما الضير أن أحبني النجاح لأنفسنا وأحببناه لغيرنا؟
حبنا لنجاحنا هو رغبة وعمل، وحبنا لنجاح غيرنا هو رغبة قد لا
يكون لنا فيها أي دور أو عمل.

لا شك أن "معرفة الأشياء بـأضدادها" قاعدة صحيحة فطبية
المعرفة تختم على العقل البشري القيام بهذا التقابل لرسم الحدود الفاصلة
بين الشيء وضده، وهذه القاعدة من السنن الكونية الثابتة. فلا نعرف
قيمة الدفء إلا عندما نرتجم من البرد القارص، ولا نعرف قيمة الطعام

إلا عندما نتصور جوعاً، فجميع هذه المتقابلات جزء لا يتجزأ من الحياة والتجربة الإنسانية وهذا التقابل بمنطق الفكر ينطبق أيضاً على مجال بحثنا في الفشل ومقابله النجاح. فحتى نعرف نعيم النجاح لابد أن نعرف قساوة الفشل حتى وإن لم نعش فيه. الفشل إجهاض لأي جهود، والنجاح ولادة لأي جميل.

كما ورد آنفًا في باب تعريف الفشل ومرادفاته اللغوية هو عدم تحقيق الأهداف المرجوة، وهو جزء طبيعي من حياتنا اليومية وحافظ للتعلم إن عرفنا كيفية التعامل معه وعززنا من قدرتنا على الصبر والتحمل والمرؤنة في مواجهة الظروف والضغوطات، واتبعنا بإيجابية طرقًا علاجية مدروسة بدءًا من تقبّله والاعتراف فيه، مروراً بالتعلم من الأخطاء والدروس المستفادة، ثم إعادة التقييم ومراجعة الأهداف والخطط وتعديلها إذا لزم الأمر والاستمرار في المحاولة وإعادتها بطرق جديدة.

ولئن فعلنا جميع هذه الخطوات حتماً ستأتينا النتيجة تاجًاً مرصعاً بالنجاح ومكتسباته، فبالإضافة لتحقيق النتائج المرجوة سننعم بتطوير الذات واكتساب مهارات جديدة والشعور بالإنجاز والرضا، وتعزيز الثقة بالنفس والدافعة للاستمرار في الحفاظ على النجاح ومكتسباته والسعى نحو أهداف أكبر.

النجاح هو هدف سام يسعى إليه الجميع وحبه فطرة بشرية يتسم فيها جميع البشر بدون تفريق بين جنس أو لون بين ذكر وأنثى بين كبير أو صغير .. ولكن كيف لنا أن نحب النجاح ونصل إليه؟



النجاح أبدا لا يأتي من فراغ، ولا يأتي بصدفة، إنما يحتاج إلى طموح كبير وسعي متواصل لتحقيقه.

النجاح يتطلب من محبيه المداومة على بذل الجهد والعمل الطموح والاجتهداد، فلا يمكن أبداً الوصول إلى مراتب النجاح بدون سهر الليالي الطوال وبذل الجهد العظام وتقديم التضحيات الحسام.

النجاح يحتاج لمعرفة الأولويات وكيفية تركيز الطاقة وتوجيهها نحو الأشياء المهمة، بدلاً من تبديدها على الأشياء الأقل أهمية.

النجاح يحتاج لعزيمة قوية وإرادة صادقة تدفع صاحبها إلى الأمام والأعلى لمجارة النجوم ووصول القمم.. إرادة تنسامي مع الوقت تحافظ على مكتسبات النجاح وعدم التفريط فيه أو التراجع عنه.

النجاح يحتاج لمن يعشقه ويتفانى في خدمته والسير المستمر في دربه لا من يرضى بالقليل منه

النجاح يحتاج لأهداف يسعى محبوه إلى بلوغها

النجاح يحتاج إلى مسالك جديدة ومساعي مستمرة، فلا يقف النجاح عند نقطة وينتهي بل يحتاج إلى البحث عن مسالك جديدة لم يسبق إليها أحد حتى تكون ناجحةً ومبدعاً.

النجاح يحتاج منك الإيجابية والتركيز على نقاط القوة عندك والفرص المتاحة لتعزيزها

النجاح يحتاج منك الثقة بنفسك ومعرفة ما هي احتياجاتك أنت كما تحب وكما تريده، لا كما يريد من حولك.

❖❖❖

النجاح عملية تكاملية إن وجدت المدخلات (الجهود) الصحيحة لا بد من الحصول على مخرجات (نتائج) صحيحة وكلما عظمت الجهد عالت النتائج.

المرء يكون عدو نفسه عندما يقتنط ويقف عاجزا أمام أي حائل يقف في وجهه ولا يحاول التغلب عليه وتجاوزه
المرء يكون عدو نفسه بسبب اختياراته غير المدروسة وأفعاله الشائنة،

المرء يكون عدو نفسه عندما لا يعرف قدر نفسه ويرفع الراية البيضاء أمام أي ضغوط لأنه لو حاول لاستطاع بإذن الله
المرء عدو نفسه عندما لا يتفاعل بشكل إيجابي مع التجارب. لأن شخصية الإنسان أي إنسان تتكون من تجاربه بالحياة، لذا على المرء أن يحرص على تحليل تجاربه والتفاعل معها بشكل صحيح. لأن الفشل في ذلك غالباً ما يؤدي إلى تكرار الأنماط السلبية
من المهم أن يسعى المرء إلى فهم نفسه أولاً بشكل أفضل وتطوير استراتيجياته كي يتغلب على أي تحديات تواجهه.

من هنا لم يفشل في حياته مرة واحدة أو أكثر؟ خيبة في نتيجة مادة دراسية أو حتى بعام دراسي كامل، تعثر في عمل، إحباط في سفر، قطع في علاقة، رسب في امتحان شهادة قيادة سيارة...من ومن..
فوجوه الفشل في حياتنا كثيرة لا تعد ولا تحصى وكل منا له نصيب منها فالفشل يا سادة جزء لا يتجزأ من مسيرة حياتنا الدنيوية خاصة بعدما زادت علينا الهموم وكثرت الملممات.



أليس في دروب الحياة نلقى النجاح والفشل؟
فلا فشل دائم ولا نجاح مطلق.. وتلك هي سنة الكون
النجاح غاية دائماً تُبرر لها الوسائل، والفشل بداية وقد يكون وسيلة
وفرصة لسلوك درب النجاح.

الفشل ليس بوقوعه فـ "كلُّ بني آدم خطاءٌ، وخِيَرُ الْخَطَائِينَ التوابون" فلا يخلو إنسان من خطيئة لما قُطِرَ عليه من ضعف. فالفشل أمر متوقع علينا قبله، لكن الفشل الحقيقي إنما في الاستمرار فيه وعدم السعي بعزيمة نحو تغييره والوصول لغاية سامية تدعى النجاح.
الفشل ليس في النتيجة الأولى، إنما هو في تكرار نفس النتيجة بدون أي محاولات لتحويلها للأفضل.

نعم.. من لنا لم يفشل في حياته مرة أو مرات؟
لاتدع روح الفشل تُدمر حياتك
ثق بنفسك وعاود توجيه البوصلة نحو هدفك فأنت ما زلت
 تستطيع أن تتقدم وتحلّق.



أشكال الفشل

لا شك، أن للفشل عدة تأتي أهميتها حسب الأثر الذي تركه على نفسية الفرد وحال المجتمع، لكل منها أسبابها، قد تكون نحن جزءاً منها وقد تكون الأسباب كلها

ولد لا يداوم في صلاته.. فشل تربوي

ولد لا يتفانى في بر والديه.. فشل تربوي

תלמיד رسب في صفه.. فشل أكاديمي

معلم غير ملم بجاذبه العلمية وغير قادر على إيصالها لطلابه.. فشل وظيفي.

موظف يتاخر عن تأدية واجبات عمله.. فشل وظيفي.

شاب يحاول الانتحار لابتعاد محبوبته عنه.. فشل عاطفي.

الفشل التربوي

على في هذا الجانب أجمع للأهمية بين جانبي التربية الأسرية والتربية الدينية لترابطهما معاً ودور الوالدين الرئيسي فيهما. أولاً لننسأل أنفسنا كأولياء أمور ونحاول أن نحذip على أنفسنا بصدق.

هل سعينا إلى تنشئة أولادنا على الأخلاق الحميدة وتعاليم ديننا الحنيف كما يجب كوننا مسؤولين أمام الله وأمام المجتمع عن أولادنا في كل شاردة وفي كل واردة؟

أليست سعادة الفرد في دنياه وآخرته تترتب على التزامه الديني
والأخلاقي؟!

لتحاسب أنفسنا قبل أن نحاسب فلقد خاب وخسر من ابتعد عن
ذلك الالتزام.

أليس من ابتعد تراه يتختبط في حياته بحثاً عن السعادة والسكينة
لكنه لن يجدها لأنَّه قَطَّع علاقته مع الله سبحانه وتعالى وابتعد عنه،
فوالله لن يسعد من يبتعد عن ربه.

بقولون علماء الاجتماع أن أبواب النجاح ألف باب لن تدخل في
إحداها إن لم تدخل من باب الالتزام، إذًا.. النجاح مشروط بالالتزام.
فما هو الالتزام؟

الالتزام لغة جاء من اللزوم؛ أي الثبات والدؤام على شيء، وهو ما
يُوجب الإنسان على نفسه من أمر، إما أن يكون باختياره أو بإلزام الشرع
له.

السؤال هل ربنا أولادنا على الالتزام والتزمنا أمامهم لينجحوا في
دينهم ودنياهم؟

هل ربناهم على التحلية قولًا وعملًا بالصفات الإيجابية التي ينبغي
على الإنسان أي إنسان التحلية بها؟

هل ربناهم على الالتزام الديني بأوامر الله تعالى ونواهيه؟
هل شدوا على الالتزام بالقيم الدينية والمبادئ الأخلاقية الحميدة لما
فيها من حلول ناجعة للتغلب على مقصد حديثنا.. الفشل التربوي.

هل قاموا به

- أداء الفرائض والواجبات الدينية كالصلوة في أوقاتها والصيام. فكما نعلم أن الالتزام بالصلوة ليس بالأداء والكيفية فقط وإنما بالمواقيت أيضا لأنها عهد بين المسلم وربه وهي تجلب للملتزم بها رضا الله وغفرانه بالإضافة لفوائد روحية ونفسية. لكن للأسف كم من يافعين وشباب ضيعوا دينهم بتضييعهم لصلاتهم، فإذا هانت عليهم الصلاة لم يبق من الدين شيء ليهون عليهم.
- تحذب المحرمات والمنكرات كالكذب والخيانة والربا والزنا والغيبة والنميمة.
- الاعتدال والوسطية في الدين، بعيداً عن الغلو والتطرف.
- الالتزام بالصدق في الأقوال والأفعال كقيمة أخلاقية تأخذ بيد صاحبها إلى الصراحة والأمانة في القول والفعل. الصدق ليس مقتروناً بذكر أو أنتي بكثير أو صغير إنما هو سمة أخلاقية يجب على الجميع التحلي بها في جميع جوانب حياتهم. أليس الصدق هو وجه ناصع للإخلاص والحق. قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «إن الصدق يهدي إلى البر، وإن البر يهدي إلى الجنة، وإن الرجل ليصدق حتى يُكتب عند الله صديقاً، وإن الكذب يهدي إلى الفجور، وإن الفجور يهدي إلى النار، وإن الرجل ليكذب حتى يُكتب عند الله كذاباً». وقال أيضاً: «اضمنوا لي ستة من أنفسكم أضمن لكم الجنة: أصدقوا إذا حدثتم، وأوفوا إذا وعدتم، وأدوا إذا آئتم، واحفظوا فروجكم، وغضروا أبصاركم، وكفوا أيديكم»



- الكرم والإيثار كونهما من أبرز القيم الأخلاقية في الإسلام، فالكرم يتصف بالعطاء والجود، وهو عكس اللئيم. ويحرص الكريم على تقديم الخير للآخرين دون انتظار مقابل ولعل ذلك يعكس شرف النفس وسمو الأخلاق. ويأتي الإيثار في أعلى مراتب الكرم، حيث يشير إلى تفضيل الآخرين على النفس في العطاء حتى مع الحاجة. ويُظهر ذلك جلًّا قوة اليقين والمحبة.
- عزة النفس تعكس قيمة الفرد واحترامه لذاته، وهي تختلف عن التعالي والتكبر، فالشخص الذي يتمتع بعزة نفس يُظهر كرامته دون احتقار الآخرين مما يسهم في بناء علاقات إيجابية مع من حوله.
- التعالي على سفائف الأمور قيمة سامية تعبّر عن السمو والرقة في التعامل مع مجريات الحياة وهي تُحثّ المرء على الابتعاد عن الأمور التافهة والدنيئة والسعى نحو الفضائل كما ورد في الأحاديث النبوية الشريفة التي تُشير إلى أن الله تعالى يحب معالي الأمور ويكره سفائفها، ولعل من أشكال التعالي عن صغائر الأمور "العفة" التي تُعتبر من القيم الأساسية للتعالي كونها تدعى الأفراد إلى المحافظة على كرامتهم والابتعاد عن كل ما يُخدش المروءة والحياء.
- الرفق والتواضع من القيم الأساسية في فن التعامل مع الآخرين حيث يُعتبر الرفق وسيلة للتعامل اللطيف مع من يشاركوننا الحياة حتى الحيوانات لأنّه يعكس الرحمة واللين في القول والفعل. قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «إِنَّ اللَّهَ رَفِيقٌ يُحِبُّ الرَّفِيقَ».

• أما التواضع فهو كراهة التعظيم والتفاخر بحسب أو جاه أو مال، ويستلزم ذلك خفض الجناح للآخرين دون التذلل الأمر الذي يقوى العلاقات الاجتماعية مع الآخرين و يجعل صاحبه محبوباً عندهم.

• غض البصر عن المحرمات، وهو مفهوم إسلامي وأخلاقي يتضمن الامتناع عن النظر إلى ما هو محرم، ويعتبر أمراً إلهياً ورد ذكره في القرآن الكريم لأهميته. ودائماً يحثنا ديننا الحنيف على غض أبصارنا عما نهينا عنه كما جاء في قوله تعالى: {قُل لِّلَّمُؤْمِنِينَ يَغْضُبُوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ} سورة النور، آية 30. ولغض البصر أهمية بالغة في حماية النفس من الفتنة والمعاصي. فالنظر إلى المحرمات يمكن أن يؤدي إلى الشهوة والوقوع في الذنوب، كما قال النبي صلى الله عليه وسلم: "العينان زناهما النظر". وفي غض النظر عن المحرمات فوائد روحية ونفسية، حيث يقال إن من يغض بصره يجد حلاوة في قلبه. وفي غض البصر حفظ حقوق الطريق، كما أوصانا بها رسولنا الكريم محمد صلى الله عليه وسلم: "إياكم والجلوس في الطرقات، فإن أبيتم إلا المجلس فأعطوا الطريق حقه، قالوا: وما حق الطريق؟ قال: غض البصر وكف الأذى"، لذا يعتبر غض البصر عن المحرمات وسيلة لحماية النفس والمجتمع من الفتنة، والالتزام بذلك يعكس الوعي الروحي والأخلاقي عند الفرد.

• حفظ اللسان وكبح جماحه عن الكلام البذيء وغير اللائق، ويشمل ذلك الامتناع عن الغيبة، والنميمة، والكلام الفاحش، وكل ما يغضب الله. وتعتبر مسؤولية حفظ اللسان مسؤولية فردية فكل منا مسؤول عن كل كلمة ينطق بها، كما جاء في قوله تعالى: {مَا يَلْفِظُ مِنْ

قُولٰ إِلَّا لَدِيهِ رَقِيبٌ عَتِيدُ} سورة ق: آية 18، وتأتي أهمية حفظ اللسان من خلال اعتبارها حماية للفرد والمجتمع كونها تساعد على تجنب الفتن والمشاكل الاجتماعية. وهنالك أحاديث نبوية عديدة تحدث عن حفظ اللسان منها قول النبي صلى الله عليه وسلم: "من كان يؤمِن بالله واليوم الآخر فليقل خيراً أو ليصمت". ولا شك لحفظ اللسان فوائد عده أهمها النجاة في الآخرة وتحسين العلاقات وزيادة الاحترام المتبادل وتقليل النزاعات وتعزيز السلام الداخلي وتحسين الحالة النفسية للفرد، لما يعود على صاحبه بالراحة والسكينة والبعد عن للقيل والقال والكلام السلبي.

• الصبر والتحمل عند الشدائِد، فالصبر والتحمل يساعدان المرء على مواجهة التحديات. لأن الصبر وقت البلاء له مرتبة عالية في سلم الإيمان. علينا كأولياء أمور أن نكون صابرين في تربية أطفالنا بغية تحقيق تنشئة سليمة لهم. وفي ذلك فوائد عظيمة لنا ولهم منها تعليمهم قيم الاحترام والتسامح وتعزيز التواصل وفتح قنوات الحوار بيننا وبينهم، وتقبل الفشل والإخفاقات والتعلم منها.

• العفو عن الناس عند المقدرة: لا شك أن للعفو تأثيرات إيجابية على العلاقات الاجتماعية وخاصة في حال المقدرة عليها، من هذه التأثيرات تقليل الغضب ومشاعر السلبية وتعزيز الثقة بين أفراد المجتمع وتحسين التواصل الفعال بينهم الأمر الذي يعطيهم شعورا بالأريحية في التعبير عن مشاعرهم وأفكارهم كما يمكنهم من تعزيز الانسجام وخلق جو من الانسجام والمحبة بينهم مما يُسهل التفاعل الإيجابي بينهم.



• الالتزام ببر الوالدين وحسن الجوار والإحسان إليهم والوفاء بالعهود: إن بر الوالدين ليس فقط قيمة إنسانية يتوجب على الأولاد أن يتحلوا بها مهما بلغو من علو وعمر إنما هو واجب ديني وأخلاقي من المفترض على جميع الأولاد أن يحسنوا فيها لوالديهم ويقدموا لهم الرعاية في حياتهم وبعد وفاتهم، فبر الوالدين واجب طاعة لهما في غير معصية الله، وواجب إنفاق عليهم إذا احتاجا، وواجب خفض جناح الذل من الرحمة، وواجب دعاء لهما، ولا يتوقف بر الوالدين بوفاتهما وإنما يستمر من خلال الدعاء لهما وإكرام أصدقائهما وأقاربهما والحفاظ على سمعتهما الحسنة.

• الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر: إن الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر واجب ديني وأخلاقي يتوجب على كل فرد بالغ راشد أن يقوم فيه ولو في نطاقه الضيق كداخل الأسرة الواحدة مثلاً وذلك من خلال دعوة أفرادها إلى فعل الخير والمحافظة عليه ومراقبتهم في ذلك، والنهي عن فعل الشر والابتعاد عنه، وحتماً يؤدي كل ذلك إلى صلاح الأسرة ومن ورائها المجتمع بأكمله إذا ما قام أولياء الأمور بوجباتهم التوجيهية والرقابية تجاه أفراد أسرهم.

• التعاون على البر والتقوى من خلال مساعدة الآخرين وقضاء حوائج المحتجين ورفع الظلم عن المظلومين. إن التعاون على البر والتقوى يتضمن التعاون على فعل الخير والمحافظة عليه، وترك الشر والابتعاد عنه. ولله أهمية كبيرة في تماست المجتمع وتقويته ونشر المحبة بين أفراده كونه يساعدهم على قضاء حوائجهم، ورفع الظلم

عنهم، والتعاون على تكثير الخير وتحجيم الشر وقد حث ديننا الحنيف على هذا التعاون في آيات كثيرة، كقوله تعالى: {.. وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالثَّقْوَى
وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِلْمِ وَالْعُدُوَّانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ} سورة المائدة: آية ٢.

ألا تستحق فلذات أكبادنا أن نخاف الله فيهم وأن نصبر على مشقة تربيتهم على هذه القيم الحميدة ومراقبتهم فيها وتعزيزها في المجتمع لتحقيق التآلف والمحبة.

لقد حث ديننا الحنيف على التخلی بهذه الأخلاق کي تسود في المجتمعات روح المحبة والودة، أليس الخلق الحسن يجلب محبة الناس ورضا الله

كانت مكارم الأخلاق موجودة منذ عصور الجاهلية الأولى وجاء رسولنا الكريم محمد صلى الله عليه وسلم ليكملاها حينما قال: "إِنَّمَا بَعَثْتُ
أَنْقَمَ مَكَارِمَ الْأَخْلَاقِ" >

ولعلي أجزم في هذا الجانب إن استقامة علاقة الفرد بربه لها الأثر الإيجابي الكبير في حياته اليومية كونها تعزز عنده الطمأنينة والسكينة النفسية والسلام الداخلي حينما يشعر بالهدوء والاستقرار نتيجة ارتباطه الوثيق بالله عز وجل لأن هذه العلاقة المتنية قد دفعته إلى مراقبة أفعاله وأقواله وعلاقاته فقللت من حدة توتره وشدة نزاعاته مع الآخرين وساهمت في بناء علاقاته الاجتماعية المبنية على الاحترام والتقدير المتبادل فمنتت روابطه الأسرية وقوت علاقاته الاجتماعية وأدت إلى تيسير أموره وهناءه عيشه.



هل لنا جميعاً أن نعمل جاهدين على تقوية صلتنا مع الله في أقوالنا وأفعالنا وعلاقانا ونكون أمام أولادنا القدوة الحسنة لهم والمثل الحسن بدلًا من أن تظهر عليهم حالات من الاستغناء ويصبحون في دوامة من الألم والاكتئاب وقسي حياتهم كالسراب يبحثون فيها عن سعادة مفقودة لن يجدوها حتى لو امتلكوا الدنيا بما فيها.

الفشل الوظيفي

هل تشتكى من عدم القدرة على تحقيق النجاح والتميز في عملك مهما كان نوعه حكومياً أو خاصاً كبيراً أو صغيراً؟ هل ما زال أداءك دون المستوى المطلوب؟

إليك بالمعلومة التالية التي ستتصدمك يقولون إن الفشل الوظيفي جزء متوفع من الحياة المهنية ولوه أسبابه، لكن من الخطأ الكبير أن نستمر فيه.

هل تعلم أن الفشل الوظيفي يعود لعدة أسباب غالباً أنت من صنعتها، نعم أنت، منها:

- عدم توافقك مع العمل وغياب شغفك فيه غالباً ما يؤدي إلى إهمالك له وعدم سعيك لتطويره وكل ذلك يؤثر سلباً على أداء واجباتك والمهام الموكلة إليك.

-
- 
- قلة خبرتك ونقص المهارات عندك وعدم امتلاكك للمعرفة الوظيفية اللازمة لأداء واجباتك بشكل فعال.
 - اعتيادك على مراقبة زملاء العمل بحضورهم وانصرافهم وتصرفاتهم وإلقاء اللوم على الإدارة بعدم توفير تكافؤ الفرص بينكم والتركيز على الأخطاء الخارجية بدلاً من تحسين ذاتك وتطوير مهاراتك.
 - صعوبات في تواصلك مع زملاء العمل والعملاء
 - شعورك الدائم بالكسيل والتلاعن، وضعف انضباطك وعدم استعدادك لبذل أي جهد في طريق تأدية عملك اليومي وتطويره.
 - قناعتك بالقول السببي "أعمل أقل خطأ أقل" وخوفك المزمن من الفشل وتجنبك لاتخاذ أي قرارات جديدة خوفاً من نتائجها.
 - نقل مشاكلك الشخصية والصحية إلى بيئة العمل الأمر الذي يؤثر سلباً على أدائك الوظيفي.

أحياناً يوجد أسباب خارجية لفشلك الوظيفي وأنت لست سبباً فيها ولكن لها أثر كبير على أدائك المهني أهمها:

- بيئة العمل السلبية التي تکمم كل مبدع وتهمش كل متميز وتشكك بكل إنتاجية وتحقيق أهداف وتفتقراً لاي تحفيز مادي ومعنوي.
 - تغييرات تنظيمية جديدة في بيئة العمل تؤثر سلباً على الأداء.
- لتتجنب الوقوع في شرك الفشل الوظيفي علينا اتباع خطوات عده منها:

- علينا تحديد أهدافنا المهنية بوضوح وأن نضع خطة مرحلية لتحقيقها.

- علينا تنظيم الوقت والحرص على إدارته بفعالية، وتجنب إضاعته في أمور غير مفيدة
- علينا الاستثمار في تطوير مهاراتنا من خلال التدريب والتعليم المستمر.
- علينا تحمل كامل المسؤولية عن أعمالنا والاعتراف بأخطائنا مهما كانت والتعلم منها.
- علينا خلق الفرص للتواصل الفعال مع زملائنا وفريق العمل
- علينا الحفاظ على الإيجابية والفعالية تجاه التحديات والتحديات في بيئه العمل
- علينا اعتبار أي فشل واقع فرصة جديدة للتعلم.

إن التغلب على الفشل الوظيفي يتطلب منا تطوير الذات وتحسين مهاراتنا الوظيفية والتكيف مع أي تغيرات جديدة في بيئه العمل وقبول الواقع وتعظيم الإيجابيات فيه، والتعلم من الأخطاء التي أدت إلى الفشل وبناء شبكة علاقات متينة مع زملاء العمل والعملاء، والاسترشاد بالحديث الشريف "إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى يُحِبُّ إِذَا عَمِلَ أَحَدُكُمْ عَمَلاً أَنْ يُتَقِّنَهُ" من خلال الحرص على تحسين العمل، فإذا كان الإتقان في العمل من الأمور التي يحبها الله تعالى، فحرى بالعامل أن يبادر في تحسين أعماله وتكميلها على أحسن وجه، حيث قال تعالى: {وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ} سورة البقرة: آية 195.

إن الإحسان في العمل وإتقانه هو معيار حقيقي يميز العامل المقصري عن العامل الساعي إلى تحسين العمل ومخراجه بأقصى جهده.

يجب علينا أن لا ننظر لموضوع ترك الوظيفة على أنه نهاية المطاف ولعنة كبيرة حلت علينا فالخير بما اختاره الله لنا، أحياناً ترك الوظيفة نقطة تحول في مسارنا المهني تخرجنا من حلق الضيق إلى أوسع الطريق. ليس فشلاً أن نترك وظائفنا إن لم نجد أنفسنا فيها أو إن لم نحظ بقدر يليق بأدائنا ومهاراتنا، علينا أن نذهب إلى مكان آخر يقدر قيمتنا بشكل صحيح، يجب لا نضع أنفسنا بالمكان الخطأ ونغضب إذا لم يقدرونا فيه. فمن يعرف قيمتنا هو من يقدرونها، فلا يجب أبداً أن نبقى في مكان لا يليق بنا.

الفشل العاطفي

هل تعرضت إلى أي مشاكل أثرت على استمرارية علاقاتك الشخصية والعاطفية مع الآخرين؟

إن حدث لك هذا فاعلم أن الفشل العاطفي هو جزءٌ من رحلة طويلة في الحياة قد يؤدي بنا إلى نجاح إن تعلمنا منه بحنكة ودراءة، أو لا علينا تقبّله، ثم التعلم منه لتحقيق علاقات عاطفية أفضل.

غالباً ما يشير الفشل العاطفي إلى عدم نجاح الفرد في علاقته العاطفية مع الآخرين مما يسبب شعوراً بالإحباط أو الرفض، وأحياناً يؤدي إلى قطيعة إن لم يُسارع صاحب الشأن بإصلاح ما تم إفساده وإعادة وصل ما تم قطعه، وأحياناً أخرى قد يؤدي إلى يتم عاطفي تسود فيه معاناة النقص في الدعم العاطفي والمعنوي.

صحيح أن الفشل العاطفي لا يؤدي بالضرورة إلى يتم عاطفي، لكنه في بعض الحالات يُساهم في حدوثه. فتكرار الفشل العاطفي يزيد من الشعور بالعزلة والرفض الأمر الذي يؤدي إلى يتم عاطفي يؤثر سلباً على غو الفرد وتطوره النفسي والاجتماعي إذا لم يتم التعامل معه بشكل سليم. غالباً ما يتجلّى هذا يتم بغياب مفاجئ لأحد الأبوين أو رحيل شريك العمر أو تهجير قسري من وطن كان وما زال يعيش فيهم قلباً وروحًا مع عدم وجود بديل يوفر له ذلك النقص من الدعم.

وأنت، هل تعرضت لأي من المشاكل التالية؟!:

- فشل في إقامة علاقات عاطفية ناجحة، كالفشل في الزواج. أو الانفصال أو فقدان الثقة.
- فشل في التواصل الفعال مع الآخرين بشكل يعود عليك بنتائج سلبية.
- فشل في إشباع حاجاتك العاطفية والنفسية، كالحب والانتماء والتقدير.

هل تعلم أن كل ما سلف ذكره يؤثر سلباً على صحتك النفسية والجسدية، ويسبب لك مشاعراً جمة من الإحباط والحزن والإحساس باليأس. نصيحتي لك إياك أن تكتب فشلك وتتركه كالنار في الهشيم، بادر بالاعتراف به على أقل تقدير أمام نفسك، حدد أسبابه وحلّلها واعتبره فرصة لنجاح قادم، من المؤكد أنك ستجد فرقاً كبيراً بين ما كان وما سيكون، حتماً ستنعم بكل أو بعض مما يلي:

- تعزيز النمو الشخصي وفهم أسباب الفشل والتعلم منها، وتطوير الذات وتحسين العلاقات المستقبلية.
- استعادة الثقة بالنفس فالاعتراف بالفشل يمكن أن يعيد بناء الثقة بالنفس، ويساعد على فتح أبواب جديدة للعلاقات.
- تحسين مهارات التواصل وتعزيز القدرة على التعبير عن المشاعر والتفاعل بشكل أفضل مع الآخرين، مما يساهم في بناء علاقات صحية.
- تخفيف الضغوط النفسية يساعد في تقليل الشعور بالوحدة والإحباط، وتعزيز الدعم الاجتماعي من الأصدقاء والعائلة.

لعل مما يُثير الحافظة في الفشل العاطفي ويُوجب علينا جميًعاً رفع إشارة التحذير منه هو ما نراه ونسمعه من اكتظاظ حاشد في دوائر القضاء وأروقة المحاكم بحالات فشل علاقات زوجية سببها خلافات مستمرة استنزفت حياة الزوجين وأثّرت سلباً على الأبناء والتي في أحيان كثيرة تنتهي بطلاق رغم تدخل أصحاب الخبرة والرشاد في المحاكم الأسرية، ولعل من أهم أسباب نشوء مثل تلك الخلافات:

- توقعات خاطئة عند الزوجين أو أحدهما.. بعد الزواج لم يجدها جميلة فاتنة كما كان يراها قبله. لم تراه وسيماً أنيقاً وغنياً كريماً كما كانت تراه أيام التعارف والخطبة، للأسف شيء من هذا القبيل غالباً ما يؤدي إلى خيبة أمل وعدم رضا من طرف تجاه الطرف الآخر الأمر الذي يؤدي إلى خلاف أوله كلمة باردة وآخره انفصال إن لم يتحل الطوفان بالصبر والرضا.
- سوء فهم للحقوق والواجبات الشرعية لكلا الزوجين وبالخصوص قوامة الزوج وطاعة الزوجة رغم وضوحهما في ديننا الحنيف، فالقوامة كما

نعلم هي تكليف للرجل لا تشريف له، هي مهمة ووظيفة ربانية أوكلها الله عز وجل للرجل كي يستقيم حال الأسرة ولا تكون عرضة للأهواء والمنازعات وتضارب الآراء في كل كبيرة وصغيرة. منحت القوامة للرجل لتسهيل شؤون أسرته ليكون لها لا عليها، هي مسؤولية وضعها الله على عاتق الزوج تلزمه بالإنفاق والرعاية والتربية والتوجيه والنصائح والحماية ولا يمكنه التهرب منها، لكن للأسف كثير من الأزواج يخطئون عندما يرون في قوامتهم على زوجاتهم سلطة دكتاتورية يستخدمونها كيما يريدون، يهيجون في وجههن كالوحوش الكاسرة بسبب أو بدون. في مقابل قوامة الزوج تأتي طاعة الزوجة لزوجها وهي طاعة استطاعة فلا تخالفه في معروف ولا تسمعه في منكر فلا طاعة لمخلوق في معصية الخالق، ولتعلم الزوجة الصالحة إن في طاعتتها لزوجها ورعايتها لبيتها أجر عظيم، وليس كما يصوره لها المطالبون بالمساواة بالمفهوم الغربي على أنها تقرير لها وحرمان من حقوقها.

- الوفرة المالية عند أحد الزوجين والمعايرة بذلك يمكن أن تكون سلاحاً مسلطاً على رقبة الطرف الآخر وغالباً ما تكون المرأة مما يفقدها الطمأنينة والسكينة النفسية المفترضة داخل بيتها.
- شخصية نكدية صعبة عند أحد الزوجين يمكن أن تعيق أي تفاهم وقطع أي تواصل مفترض وتخلق حالة مستمرة من الشك وسوء الفهم.



- تدخل الآخرين في حياة الزوجين، قلما يؤدي تدخل الأصدقاء والأقارب وخاصة النساء منهم إلى صلاح العلاقة الزوجية بينهما، غالباً ما يزيد في تأجيج نيران المشاكل بينهما بدلاً من إخمادها.
- الاختلاط غير المباح والانفتاح على ثقافات مختلفة عادة ما يتسبب في نشوء خلافات أسرية تبدأ في الغيرة والمقارنة الصامتة ثم تنتقل إلى المقابلة العلنية بين هذا وذاك وبين هذه وتلك مما ينشأ عند أحد الطرفين أو كلاهما نوعاً من عدم الرضا فتغييب معه الثقة ويضيّع الأمان وتكبر معه المشاكل الزوجية العادلة وقد يؤدي ذلك إلى خيانة زوجية تبدأ بنظرة وكلمة ثم فاحشة والعياذ بالله.
- غياب الحوار الفعال بين الزوجين وتبير الخطأ مهما كان جسيماً يُساهم في تفاقم المشاكل الزوجية.

خلاصة القول إن التغلب على الفشل العاطفي بشتى أشكاله يتطلب منا تحليلاً لأسبابه والاعتراف بالتقصير وتطوير مهارات التواصل لدينا والتفاعل العاطفي مع الآخرين والبحث عن دعم اجتماعي من أشخاص مقربين ذوي ثقة وخبرة، وتكرار المحاولة تلو الأخرى في سبيل بناء علاقات عاطفية قوية وناجحة.
