البَـيَـــانُ
وَالتَّـوَاصُـــلُ الفَعَّـــالُ

كتبه

صَفَا نَصْرِ الشَّايب

هنَّ لا يُرِدْنَ شكرًا.. ولا جزاء سوى من خالقهنَّ.. أعرف ذلك..

ولكنهن يستحققْنَ قصائد من الياسمين... وأناشيد من الرياحين...

ودعوات كدعوات سيد المرسلين ...

(فريق باسقات) متطوعات معهد نخلات الرائعات...

بكل أقسامكنَّ وثغوركنَّ...

بعدد الساعات التي بَذَلْـتُنَّها...

والجهود التي في بناء مكتبة المعهد قدَّمتنَّـها ...

آواكـنَّ الله... ثبَّتـكـنَّ الله ... أظلكـنَّ الله..

جزاكـنَّ الله ... رفعكـنَّ الله ... أحبكـنَّ الله..

اللـهم آمين ...

الكاتبة

بِسۡمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحۡمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ

ٱلرَّحۡمَٰنُ ﴿١﴾

عَلَّمَ ٱلۡقُرۡءَانَ ﴿٢﴾

خَلَقَ ٱلۡإِنسَٰنَ ﴿٣﴾ عَلَّمَهُ ٱلۡبَيَانَ

بسم الله الرحمن الرحيم

قوة البيان

○ عندما تتجاوز الكلمات مجرد كونها حروفًا...

هل تعرفين دارًا لتعليم القرآن ؟؟؟ نعم بالتأكيد وما أكثرها... حسنًا هل تعرفين دارًا لتعليم البيان في بلدك ؟؟ في دولتك ؟ في العالم ؟ لماذا اهتم المسلمون بالأولى وتركوا الثانية... مع أن الله ربط بينهما في نفس السورة والمكان ؟

﴿ٱلرَّحۡمَٰنُ ۝١ عَلَّمَ ٱلۡقُرۡءَانَ ۝٢ خَلَقَ ٱلۡإِنسَٰنَ ۝٣ عَلَّمَهُ ٱلۡبَيَانَ﴾ [الرحمن: ٢-٤].

الرحمن علمنا القرآن والبيان، أما الناس فعلمونا الصراخ والشتائم والهمز واللغو والأحزان وإشعال الأشجان بالألحان... الناس علمونا الشدة والحدة والقسوة والبهتان... علمونا الكذب والتلاعب واللف والدوران .. ونحن أتقنا بقوة وبإرادتنا التامة ما علمنا الناس إياه وكررناه... بل وعلمناه لغيرنا بلا توان، ونسينا ما علمنا الله الرحمن.

البيان هو جسر التواصل الصحيح، كيف يمكن للكلمات أن تبني علاقات، وتزرع المودة، وتحقق التقارب.

علم البيان ليس حكرًا على أهل الاختصاص، بل هو عبادة مفروضة على عباد الله فقط... هم يرونها فرضًا لما سمعوا قول الله: ﴿وَقُل لِّعِبَادِي يَقُولُواْ ٱلَّتِي هِيَ أَحۡسَنُۚ﴾ [الإسراء: ٥٣]... فقالوا: سمعًا وطاعةً. أما غيرهم فيرى نفسه حرًّا وأنَّ كل ما ينطق به هو الحسن... وبإمكانه أن يقول ما شاء متى شاء... دعوة مفتوحة لكلِّ مَن يسعى لفهمٍ أعمق لكيفية التعبير عن الذات بصدقٍ بطريقةٍ تُرضِي الله، كيف نجعل كلماتنا تصنع الفرق وتترك أثرًا في قلوب كلِّ مَن حولنا حتى لو كانوا أعداءً لنا.

غالبًا ما يعتقد الناس أنهم يجيدون فن التواصل، ولكن... هل هذا صحيح حقًّا؟

هل تمرُّ عليكِ لحظات تشعرين فيها أن كلماتكِ لا تُسمع... أو أنكِ لا تُفهَمين كما يجب؟
هل العلاقات المحيطة بكِ تبدو أحيانًا مقطوعة الأوصال... رغم محاولتكِ التحدُّث مع الطرف الآخر ؟

ما رأيك أن تختبري فن البيان لديك جرِّبي نفسكِ اليوم بهذا الاختبار البسيط، واكتشفي إنْ كنتِ فعلًا تملكين مفتاح التواصل القوي ، أو أن هناك شيئًا يجب أن تتعلميه وتُغيِّريه.

◇ بدايةً؛ أجيبي عن الاختبارين التاليين:

اختباران في مهارات التواصل في البيئة الأسرية:

- الاختبار الأول: مواقف واقعية...

التعليمات: اقرئي كل موقفٍ من المواقف التالية، ثم اختاري ما تقومين به عادةً.

الموقف الأول: أحد أفراد الأسرة يقاطعك باستمرارٍ... كنتِ تتحدثين عن أمرٍ يهمك، وبدأ أحدُ أفراد العائلة (أخ / أخت / ابن / زوج) بمقاطعتك عدة مرات... **كيف تتصرفين؟**

أ . أُقاطعه بنفس الطريقة لأجعله يشعر بما فعل.
ب. أطلب منه بلطفٍ أن ينتظر حتى أنهي حديثي، ثم أُصغي له باهتمامٍ.
ج. أُكمل حديثي بصوتٍ أعلى دون أن أهتمَّ بمقاطعته.
د. أتوقَّف عن الحديث تمامًا وأغادر.

التحليل:

ب = تواصل قوي جدًّا. **د** = متوسط. **أ** = ضعيف. **ج** = ضعيف جدًّا.

الموقف الثاني: ابنك/أخوك يشتكي مرارًا من مشكلةٍ تافهةٍ بنظركِ... تكرُّر شكوى أحد أفراد الأسرة من أمرٍ تعتبرينه بسيطًا؛ مثل: خلاف مع زميل أو إحساس بالملل... **ما رد فعلكِ؟**

أ . أُنصت جيدًا، وأُحاول فهم مشاعره، ثم أُعلِّق برأيي.
ب. أقول له مباشرةً: (هذا أمر تافه لا يستحق الحديث).
ج. أُغيِّر الموضوع، أو أستخدم المزاح؛ لأُخفف التوتر.
د. أستمع، لكن أُقاطع كثيرًا لأعطيه الحلول سريعًا.

التحليل:

أ = تواصل قوي جدًّا. ج= متوسط. د = ضعيف. ب = ضعيف جدًّا.

الموقف الثالث: نقاش تحوَّل إلى غضب... أثناء نقاشٍ بينكِ وبين أحد الوالدين أو شريك حياتكِ، ارتفعت الأصوات... **ما الذي تفعلينه؟**

أ . أُنهي الحديث فورًا وأترك المكان.

ب. أتمسَّك بموقفي وأرفع صوتي أكثر؛ للدفاع عن نفسي.

ج. أُهدِّئ نفسي وأطلب تأجيل النقاش حتى نهدأ.

د. أستمر في الحديث، لكن أحاول ألا أصرخ.

التحليل:

أ = ضعيف. ب =ضعيف جدًّا. ج = قوي. د = متوسط.

الموقف الرابع: أحد الأطفال كَسَرَ شيئًا مهمًّا شيئًا غاليًا دون قصدٍ، بدا عليه الخوفُ... **كيف تتعاملين مع الموقف؟**

أ . أُوبِّخه بشدةٍ؛ لأنه لم ينتبه.

ب. أطلب منه أن يخبرني بالحقيقة، ثم أشرح له أهمية الانتباه.

ج. أتوتر وأبدأ بالصراخ تلقائيًّا.

د. أتجاهل الموقف وأصلح الشيء بنفسي دون كلام.

التحليل:

أ = ضعيف. ب = قوي. ج = ضعيف جدًّا. د = متوسط.

الموقف الخامس: طلب أحد أفراد الأسرة شيئًا في وقتٍ غير مناسبٍ وأنتِ مرهقةٌ أو منشغلةٌ بشيءٍ مهمٍّ... **كيف تردين؟**

أ . أُظهِر انزعاجي وأقول: (ليس وقته الآن).

ب. أقول بلطفٍ: (أنا مرهقةٌ حاليًا، لكن أساعدك بعد قليلٍ، هل يناسبك؟)

ج. أُوافق مجاملةً، وأقوم بالأمر بتوتُّرٍ ومَلَلٍ.

د. أرفض بصمتٍ دون شرح السبب.

❀ **التحليل:**

أ = ضعيف جدًّا. **ب** = قوي. ج = ضعيف. **د** = متوسط.

❤ **الموقف السادس: أفراد العائلة يتجاهلونكِ أثناء حديثكِ...** في جلسةٍ عائليةٍ؛ شعرتِ بأنْ لا أحد يُصغِي لكِ، وكل شخص منشغلٌ بهاتفه أو بأحاديث جانبية... **ما رَدُّ فعلكِ؟**

أ . أقول بنبرةٍ حزينةٍ أو غاضبةٍ: (واضحٌ أنَّ كلامي ليس مهمًّا).

ب. أتوقف عن الحديث وأظل صامتةً.

ج. أُغيِّر طريقتي في الكلام أو أبدأ بسؤالهم لأجذب انتباههم.

د. أرفع صوتي لجذب الانتباه.

❀ **التحليل:**

أ = متوسط. **ب** = ضعيف جدًّا. ج = قوي. **د** = ضعيف.

📕 **تحليل الاختبار الأول:**

٦ **إجابات (قوي)** = تواصل أسري ممتاز عَلِّمي غيرك.

٤ - ٥ **(قوي)** = تواصل أسري جيد جدًّا.

٢ - ٣ **(قوي)** = تواصل أسري متوسط – يحتاج انتباه.

٠ - ١ **(قوي)** = مهارات التواصل تحتاج إلى تدريبٍ وتحسينٍ.

- الاختبار الثاني:

❤ **ضعي (صح) أمام العبارات التي تُمثِّلك:**

١. أشعر بالخوف أو القلق عند الحديث عن رغباتي أو مشاعري.

٢. أتجنَّب المواجهة أو طلب ما أريد؛ لتفادي الإحراج.

٣. أشعر غالبًا بأنَّ الآخرين لن يفهموني مهما حاولت.

٤. أندم بعد الحديث؛ لأنني لم أُحسن التعبير عما أقصده.

٥. لا أستمع للآخرين بانتباهٍ دون أن أقاطعهم.

٦. لا أُظهر للمتحدث أنني أسمعه من خلال نبرة صوتي أو تعابير وجهي.

٧. لا أطرح أسئلةً لفهم الطرف الآخر بشكلٍ أعمق.
٨. أتسرَّع في الحكم على كلام الآخرين.
٩. لا أتمكن من توضيح ما أريده من الآخرين، دون شعورٍ بالذنب أو الخوف.
١٠. إذا لم يعجبني شيءٌ، لا أستطيع التعبير عن رأيي بأدبٍ ووضوحٍ.
١١. عندما أطلب شيئًا من أولادي ، أكون مباشرةً وعدوانيةً.
١٢. لا أتمكن من قول (لا)، دون تبريرٍ مفرطٍ أو شعورٍ بالحرج.
١٣. أرفع صوتي أو أستخدم نبرةً حادةً عند الحديث عن شيءٍ مهمٍّ لي.
١٤. أُلمِّح بدلًا من أن أُصرِّح بمشاعري أو احتياجاتي.
١٥. أبتسم أو أوافق مجاملةً، رغم أنني لا أوافق داخليًّا.
١٦. أتضايق إذا لم يفهمني الآخرُ، لكن لا أُخبره.

إذا كانت إشارة (صح) لديكِ أكثر من (١٠)؛ فأنتِ لديكِ مشكلةٌ حقيقيةٌ في التواصل، وهذا الكتاب جُهِّزَ لكِ...

ماذا بعد النتيجة؟

سواء كانت نتيجتك عالية أم منخفضة لا تبحثي بعيدًا.

فقد علَّم الله البشر في كتابه العزيز أساليب منوعة للتواصل تحل كل مشكلاتنا، وعلَّمها لنا نبينا الكريم في السُّنَّة المُشرَّفة... ستصدمين من تنوع الوسائل وجماليتها.

فهيَّا بنا ننمي بياننا... ونرفع كلمتنا... ونَصِل قلوبنا... على وَفْقَ ما أنزله الله في كتابه العزيز، ليكون حديثنا وسلوكنا نورًا يُهتدَى به، ورحمةً بين الناس.

الكتاب قسمان نظري وتدريبي

القسم الأول: القسم النظري

مقدمة: البيان.. نورٌ من الرحمن

بسم الله الرحمن الرحيم، الذي ﴿عَلَّمَ ٱلْقُرْءَانَ ۝٢ خَلَقَ ٱلْإِنسَـٰنَ ۝٣ عَلَّمَهُ ٱلْبَيَانَ﴾ [الرحمن: ٢-٤].

في سورة الرحمن... امتنَّ الله علينا بنعمتين عظيمتين... (علم القرآن) و(علمه البيان).

نعمتان لا تفترقان... إلا في فهم الناس لهما.

مدارس قرآنية... حلقات تحفيظ... مراكز تعليم... دورات صيفية... مُحفِّظة على الهاتف والإنترنت... كلها موجودة.

هل تتذكَّرين أنكِ سجلتِ يومًا في دورةٍ لتعلم كيف تتكلمين؟... كيف تستمعين؟... كيف تتفاهمين؟... كيف تفهمين الآخرين وتُفهِمين ؟... لا أظنها توجد!!!

نتساءل بعد ذلك: لماذا نقع في المشكلات؟... كيف تسوء العلاقات بيننا رغم أننا جميعنا نؤمن بالقرآن؟

نحن نقرأ كتاب الله... نتبع بعضه (تعلُّم القرآن)... ونترك البعض الآخر (تعلُّم البيان)...

لقد علَّمنا الله البيان لنستخدمه... كما نستخدم القرآن... البيان ليس مجرد علم... بل هو جزء من ديننا... نعيش به ونتواصل... ونبني الأُسَر والعلاقات... ونصلح بين الناس.

فهيا بنا نتعلَّم البيان كما تعلَّمنا القرآن...

◇ أنواع التواصل بين شخصين:

تخيَّلي أنكِ تقفين أمام شخص آخر، في مكان واحد، وزمان واحد، وتتكلمان لغة واحدة، وبينكما حوار مباشر عن موضوع مشترك... المتوقع أن تَتَفاهَما بسهولةٍ دون مشاكل، ولكن الواقع يحكي غير ذلك... فأَنْ تجد زوجين متفاهمين هذا نادرٌ... لأن طرق التواصل تختلف كثيرًا وقد تصنع حواجز كبيرة... هناك أربع درجات أساسية للتواصل البشري، يتفرع عن كلٍّ منها عدة فروع، فلنبدأ بسرد الأصول:

◇ ١- **تواصل مقطوع (الهجر، الإعراض، التولي)**... هنا يسود الصمت ... والرفض

المتبادل للحديث... أحدكما لا يستمع، والآخر لا يحاول... لا كلمات، ولا إشارات، ولا حتى نظرات... الحوار متوقف، والعلاقة في خطر.

- **تواصل عنيف (فظاظة)**... هنا ينكسر الصمت، كلمات تنطلق كالسهام، تصيب القلب قبل الأُذُن... نبرة غاضبة... اتهامات مباشرة... استفزاز في الحديث وأذى على شكل كلمات.

- **تواصل غير فاعل (عادي أو مهذب) (اللغو)**... كلام جيد، لكنه بلا عمق... (مرحبًا)، (كيف حالك)، (الجو حار) دون أن يلامس أبعد من الأُذُن... ربما حديث طويل، لكن بدون طائل تشعرين أن وقتك ضاع ولا فرق لو سكت.

- **تواصل فاعل**... كلمات ناصعة... نوايا صادقة... استماع حقيقي... تعبير واضح... رغبة في التقرُّب والتأثير وإسعاد الطرفين، وله شُعَب كثيرة سنتعلمها بالتفصيل.

الآنَ... بعد أن عرفت هذه الأنواع... ماذا عنكِ؟ أي نوعٍ من التواصل تمارسينه بكثرة في حياتك اليومية؟ هل تشعرين أن كلماتكِ تصل كما تريد؟ هل تفهمين الطرف الآخر كما ينبغي؟ أم أنكِ تدركين أن هناك فجوةً تحتاج إلى جسر؟

فلنبدأ بتوضيح كل نوع بتفصيله لتعلمي متى تستعملينه ومع مَن.

الدرس الأول: التواصل المقطوع

هو ذلك النوع من الحوار الذي يغيب فيه التلاقي بين القلوب، ويصبح كل طرف منهمكًا في شأنٍ مختلفٍ عن الآخر... تتباين المشاعر... وتختلف الاهتمامات، حتى يكاد الكلام ينعدم في المجلس الواحد... بسبب غياب الاهتمام المتبادل.

غالبًا ما يسبق هذا النوع من التواصل كلمات تُنبئ بنهاية الحوار مُسَبَّقًا؛ مثل:

(ابتعد عني)... (لا تتدخل)... (تصرَّفي بنفسك)... (مشغولة)... (مو فاضي لك)... وغيرها.

وسببه قد يكون **من المتكلم** الذي لا يعرف كيف يتحدث ويحترم مَن حوله ويُقدِّرهم أو هو لا يهتم بأنْ يفيدهم ويستفيد منهم، أو بسببٍ **من السامع** الذي يُعرِض ويتكبَّر عن التفاعل مع الغير.

◇ **مثال من الواقع...**

الأم التي تُسكِت طفلها طوال الوقت بجهاز إلكتروني، أو تُرسِله إلى جدته كي ترتاح منه... **تقطع بذلك أي تواصل بينها وبين ولدها.**

كذلك الزوج أو الزوجة اللذان يغلق أحدهما هاتفه في وجه الآخر، أو يتأخر خارجًا حتى وقت النوم ليُقلِّل وقت التلاقي، أو يُغلق باب الغرفة دون أن يشارك زوجه الحياة داخلها، والزوجة التي تعمد إلى الاشتغال أو الابتعاد متعمدةً عدم الاجتماع مع زوجها... **كل هذه سُبُل نعرف بها أن أحد الطرفين يحاول قطع التواصل ولا يبالي به.**

في حالة الأم مع طفلها... فإن الخلل غالبًا يكون منها، فهي أمٌّ كسولة غير مسؤولةٍ، اختارت الراحة الفورية على حساب تربيتها لفلذة كبدها، وهو طفل لم يُخلَق ليُهمَل، بل ليتعلَّم... لكن معلمته لا تريد تعليمه!

هل ترغبين في مثالٍ آخر؟

◇ مثال من القرآن الكريم...

قال تعالى عن قوم نوح عَلَيْهِ ٱلسَّلَامُ: ﴿وَإِنِّي كُلَّمَا دَعَوْتُهُمْ لِتَغْفِرَ لَهُمْ جَعَلُوٓاْ أَصَٰبِعَهُمْ فِيٓ ءَاذَانِهِمْ وَٱسْتَغْشَوْاْ ثِيَابَهُمْ وَأَصَرُّواْ وَٱسْتَكْبَرُواْ ٱسْتِكْبَارًا﴾ [نوح: ٧].

هنا نرى كيف كانوا يحاولون بكل وسائلهم قطع التواصُل مع نوح عَلَيْهِ ٱلسَّلَامُ، فلا يستمعون، ولا ينظرون، ولا يفكرون، بل يَصِدُّون أنفسهم ويَصِدُّون غيرهم... لكن الخلل هنا كان من الجانب الآخر، من السامعين، الذين رفضوا الاستماع، وأصروا على العناد والاستكبار.

فالإنسان الذي يعيش فقط لمصلحته العاجلة... هو إنسان متكبر أناني غير مسؤول... يحاول دائمًا قطع التواصل مع مَن يعارضه أو يطلب منه حقًّا لا يريد التنازل عنه وإعادته لأصحابه.

◇ مثال آخر على خَلَلٍ في المتكلم...

◇ من القرآن...

قال الله تعالى: ﴿وَإِذَا رَأَيْتَ ٱلَّذِينَ يَخُوضُونَ فِيٓ ءَايَٰتِنَا فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ حَتَّىٰ يَخُوضُواْ فِي حَدِيثٍ غَيْرِهِۦ﴾ [الأنعام: ٦٨].

المتكلم هنا يخوض في الآيات بغير فَهمٍ، ويستهزئ بها، ويطرح أسئلةً لا للتعلُّم... بل للمعارضة والتحدي، يقول: (كيف يُصدَّق الرسول إنْ لم يُخرِج لنا كنوز الأرض؟!)... وهو نفسه لا يستطيع فعل ذلك، لكنه يضع شروطًا تعجيزيةً ليُظهِر أنه على حقٍّ، ويرفض الإيمان.

فنقطع التواصل مع هذا النمط... لأن وقتنا نفيس لا نرغب بإضاعته فيما لا ينفع.

◇ من الواقع:

رجل يتحدَّث بكلمات مؤذية، يهمز، ويلمز، ويسخر، ويسب، ويلعن، ويطعن، ويتهم، وينتقد باستمرارٍ، ويقارن، ويفاخر، ويستخفُّ بمَن حوله... هذا الإنسان وَضَعَ نفسه في منازل شرار الناس، كما قال النبي صَلَّى ٱللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «**مِن أشر الناس منزلةً يومَ القيامة مَن يتقيه الناس لشَرِّه**».

كلمة (يتقيه) تعني أنَّ الناس ستحاول بطبعها قطع التواصل معه... لأنه مصدر للأذى.

فعلى المرأة أن تخاف إن كانت هي السبب في قطع زوجها للتواصُل معها... بسبب سوء استخدامها الكلمات، وعدم ضبط لسانها...

وأسوأ أنواع الانقطاع هو عندما يكون الخلل من الطرفين: زوج متكبر وأناني وغير مسؤول... زوجة ناقدة وساخرة ومتعالية.

تلك البيوت تكون مرتعًا للشيطان... لأن سلوكيات كهذه لن تُبقِ مودةً، ولن تُبقِ رحمةً، بل ستُدمِّر العلاقة من أساسها.

في القرآن هناك أوقات كان التواصل المقطوع فيها عبادة كما فعلت مريم -عليها السلام-؛ حيث لم تُكلِّم إنسيًّا بعد عودتها بعيسى... وزكريا حين انقطع عن كلام الناس ثلاثة أيام... ونحن في الاعتكاف نحاول تقليل الاتصال بالناس؛ لنُقوِّي الاتصال بالله تعالى ثم نعود للناس... ولكن إذا طال ابتعادُنا عن الناس، وهَجرُنا لهم... فنحن هنا نُضعِف علاقتنا بالناس، ونُقوِّي علاقتنا بالشيطان... فهو يحب الفُرْقة، ويحب الشِّقَاق.

تدريب:

١. لِمَن في بيوتهم انقطاع تواصل طويل:

يجب على كل شخص أن يتأمل قليلًا في بيته، وفي علاقته بمَن يعيش معهم... الزوج... الأبناء... الإخوة، ويسأل نفسه: هل هناك فعلًا نوعٌ من انعدام التواصل بيننا؟ هل الحديث قليل جدًّا؟ هل المشاعر باردة؟ هل أصبح الاجتماعُ بيننا شكلًا لا روح فيه؟ ثم بعد ذلك، ليحاول أن يبحث عن مصدر الخلل: هل هو من الطرف المتكلم... هل بسبب كلامه المؤذي أو غير المناسب؟ أم من الطرف السامع... هل لأنه متكبر أو مستاء أو غير مهتم؟ أو ربما الخلل من الطرفين معًا؟

.....

.....

لا بأس إنْ لم نَصِلْ بدقةٍ إلى الجواب الصحيح الآنَ ... المهم أن نبدأ بالسؤال، ونسعى لفهم أسباب المشكلة... لأن أُولَى خطوات العلاج، هي أن نعرف ما الذي أفسد التواصُل أصلًا.

٢. تأمَّلي قوله تعالى: ﴿وَإِذَا خَاطَبَهُمُ ٱلْجَٰهِلُونَ قَالُواْ سَلَٰمًا﴾ [الفرقان: ٦٣].

هذه الآية الكريمة تَصِفُ المؤمنين الصالحين... وكيف يتعاملون مع الجاهلين الذين يتحدثون بكلامٍ جاهلٍ، مؤذٍ، أو سفيهٍ... فبدلًا من الرد بنفس اللسان، أو الدخول في جدالٍ عقيمٍ... يقولون: (سلامٌ عليكم)...

والآن... اسألي نفسكِ:

هل هذا النوع من التصرف يدخل ضمن (التواصل المقطوع) الذي تحدثنا عنه؟ أم أنه نوع آخر من التواصل؟ وهل الصمت هنا معناه القطيعة أم هو تواصُل لكنه بلغة الحلم والحكمة؟ افتحي التفسير وحاولي النظر لأقوال العلماء في الآية:

.....

.....

الدرس الثاني: التواصل العنيف

التواصل العنيف: هو نوع من الكلام يحمل أذًى للغير، سواء كان الهدف منه إيذاء الطرف الآخر عَمدًا، أو كان مجرد وسيلةٍ لإيقافه عن إيذائك، أو كان المتحدث مازحًا أو صارخًا... لا فَرقَ ما دام يؤذي الآخر؛ فهو عنيفٌ.

مثل أن تقولي لطفل صغير: (أنت غبي!) -أعزكم الله-... سواء أردتِ كسر نفسه وإذلاله حقًّا، أم أنكِ فقط تحاولين إيقافه عن أخطائه، وإحراجه ليُركِّز... فهو قد يكون ذكيًّا بالفعل ويتصرَّف بذكاء... إلا أنكِ لا تريدين أن تضيعي وقتك معه... هذا النوع من الكلام يُعد **(تواصلًا عنيفًا)**.

لقد سمَّى الله بعض مَن يستخدمون هذا النوع من الحديث بأسماءٍ قبيحةٍ متنوعة في كتابه العزيز؛ مثل: (هُمَزة لُمَزة) ... (المرجفون) ... (سلقوكم بألسنة حداد أشحة على الخير) (الكلمة الخبيثة) ... (معتدٍ أثيم) ... (المستهزئين) ... (شانئك).

◇ مثال من القرآن...

قال تعالى: ﴿إِنَّ ٱلَّذِينَ أَجۡرَمُواْ كَانُواْ مِنَ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ يَضۡحَكُونَ ۝٢٩ وَإِذَا مَرُّواْ بِهِمۡ يَتَغَامَزُونَ ۝٣٠ وَإِذَا ٱنقَلَبُوٓاْ إِلَىٰٓ أَهۡلِهِمُ ٱنقَلَبُواْ فَكِهِينَ ۝٣١ وَإِذَا رَأَوۡهُمۡ قَالُوٓاْ إِنَّ هَٰٓؤُلَآءِ لَضَآلُّونَ﴾ [المطففين: ٢٩-٣٢].

انظري... كيف كانوا يضحكون ويتفكَّهون على المؤمنين... ويتبادلون الغمزات والنظرات الساخرة، وكأنهم لا يفعلون شيئًا خطيرًا، لكن الحقيقة كانت كلماتهم على قلوب المؤمنين أشد من الطعنات المسمومة... تخرج من اللسان لتجرح القلب وتُفسد النفس...

وكل الرسل تعرَّضوا لتواصلٍ عنيفٍ من أقوامهم .

❀ لماذا يستخدم الناس التواصل العنيف؟

عندما يكون الإيمان بيوم الحساب ضعيفًا... وطاعة أمر الله ورسوله منعدمةً...

والخوف من العواقب ضئيلًا... عندها يظن البعض أنهم يستطيعون الفرار من كافة أشكال المساءلة... المساءلة في الدنيا والمساءلة في الآخرة.

والحقيقة أنَّ كل مَن يستخدم هذا التواصل العنيف؛ فهو يتبع الشيطان، الذي يُلقِي في نفسه الكلمات الخبيثة لتحقيق هدفه الأكبر: الفساد، والعداوة، والبغضاء... قال تعالى: ﴿أَلَمْ تَرَ أَنَّآ أَرْسَلْنَا ٱلشَّيَٰطِينَ عَلَى ٱلْكَٰفِرِينَ تَؤُزُّهُمْ أَزًّا﴾ [مريم: ٨٣]، ﴿إِنَّمَا يَأْمُرُكُم بِٱلسُّوٓءِ وَٱلْفَحْشَآءِ وَأَن تَقُولُواْ عَلَى ٱللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ﴾ [البقرة: ١٦٩].

❀ تجربة نفسية تُظهر حقيقة العنف:

في أحد كتب علم النفس(١)؛ أُجْرِيت تجارب على أشخاص ليسوا مجرمين ابتداءً... في هذه التجارب؛ تم تقسيم المجموعة لقسمين؛ الأولى: تم منحهم مناصب إشرافية في سجن مثَّلوا دور السجانين، والقسم الثاني أُعطوا دور السجناء . أُعْطِيت للمجموعة الأولى صلاحيات مُطلَقة للتصرُّف كما يشاؤون، مع ضمانٍ كاملٍ بعدم تعرُّضهم للمساءلة القانونية عن أفعالهم. المثير للقلق هو أنَّ جميع هؤلاء الأفراد لجأوا إلى العنف المفرِط، مما استدعى إيقاف هذه التجارب قبل المدة المحدَّدة لها، وذلك خوفًا على سلامة الطرف الأضعف. وقد خلصت هذه التجارب إلى نتيجة مفادها أن:

سيادة طرف قوي على طرف أضعف + أمان من العقوبات = عنف مفرط

وهذا بالضبط ما أخبرنا الله به: ﴿إِنَّ ٱلْإِنسَٰنَ لَيَطْغَىٰٓ ۝٦ أَن رَّءَاهُ ٱسْتَغْنَىٰٓ﴾ [العلق: ٦-٧].

ومن هنا نفهم لماذا قد يكون بعض الآباء عنيفين مع أبنائهم، رغم أنهم لطفاء مع الناس... لأنهم يشعرون بالسلطة المطلقة دون محاسبةٍ. قال النبي صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «**خيركم خيركم لأهله، وأنا خيركم لأهلي**». فإنْ لم يكن الإنسان تقيًّا... فلن يمنعه شيءٌ من الغضب والإيذاء.

◇ أنواع من العنف اللفظي - حاشاكم -:

- الشتم بأسماء الحيوانات، أو نحو ذلك.

---

(١) كتاب «سيكولوجية العنف»، وهذه التجارب كانت على أناس غير مسلمين.

- الطعن في الشرف... مثل: (يا ابن...، يا زاني، يا فاجر).

- الاستهزاء بأخطاء الشخص... مثل: (يا فاشل، يا جاهل).

- السخرية من نقاط ضعفه... مثل: (يا راسب، يا فقير).

- التحقير منه... مثل: (أنت عديم القيمة، الجميع يفوقونك شأنًا، ماذا تفقه في هذا).

- كفران الفضل وهدم المحاسن... مثل: (لم يسبق لك أن أنجزت شيئًا ذا قيمة، طول عمرك سيئ).

- التكبُّر... مثل: (فهمي يفوق فهمك، أنا أكثر شرفًا وأعز منزلةً منك).

- الاتهام المبني على سوء الظن... مثل: (أنت تريد ظلمي، أنت مهمل، أنت لا تراعيني، أنت أناني).

فليتذكر كُلُّ مَن تلفَّظ بهذه الكلمات أنه يشبه فرعون حين قال لموسى عَلَيْهِ ٱلسَّلَامُ: ﴿**أَمْ أَنَا۠ خَيْرٌ مِّنْ هَٰذَا ٱلَّذِى هُوَ مَهِينٌ وَلَا يَكَادُ يُبِينُ**﴾ [الزخرف: ٥٢].

فـ(أنا خير) = تكبُّر ... (مهين) = احتقار... (لا يكاد يبين) = استهزاء بنقاط الضعف.

يا مَن تسقط مِن لسانكِ هذه الكلمات... تُوبِي إلى الله واستغفريه... ولو كان الطرف الآخر مخطئًا... فإن الكلمة تُسجَّل في صحائف أعمالكِ... وستُسألين عنها يوم القيامة... تُوبِي، وأتبعي السيئةَ الحسنةَ تَمْحُها.

إلى كل سيدة تتجنَّب استخدام التواصُل العنيف في تعاملاتها مع الآخرين، سواء كانوا أزواجًا أو أبناءً أو غيرهم... إلى كل مَن حافظت على لسانها وقلبها طاهرَينِ... أهديها ما قاله الشاعر وهو يمدح ابنته ويُبرز ما بها من جمالٍ داخليٍّ وخارجيٍّ يُحتذَى به:

كريمة يحبها أبوها...

عزيزة يصونها أخوها...

مليحة العينين... عَذْبٌ فُوهَا...

لا تُحسِن السبَّ... ولو سَبُّوها...

يا لها من كلمات رائعة! (لا تعرف السبَّ... ولو سَبُّوها)... قمة الأنوثة والرقي...

☑ قانون لا يتغيَّر:

- اتباع أوامر الله بين الزوجين = مودة ورحمة.

- اتباع الشيطان واستخدام العنف اللفظي بلا استحياء = عداوة وبغضاء.

أفنجعل المسلمين كالمجرمين؟؟؟ مستحييل...

ما زال أمامنا طريق طويل لنتعلم كيف نتعامل مع مَن يعاملنا بعنف، لكن الأهم أن نبدأ بأنفسنا، ونترك كل أنواع التواصل الخاطئة، كما قال الله: ﴿**عَلَيْكُمْ أَنفُسَكُمْ**﴾ [المائدة: ١٠٥].

واجبكم:

١. كل تواصلٍ عنيف قمتِ به، سجِّليه على ورقةٍ، وأَتْبِعيه بثلاثة أعمال صالحة على الأقل؛ كالتوبة والاستغفار والدعاء للمتضرر، لتُطبِّقي قول رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «**وأَتْبع السيئة الحسنة تَمْحُها**».

....

....

....

٢. استخرجي من الصفحة (١٤١) من القرآن الكريم في مصحف المدينة آيةً تتعلَّق بموضوعنا (التواصل العنيف)، وفكِّري في فائدتها.

.....

.....

الدرس الثالث: اللغو التواصل غير الفاعل (عادي أو مهذب)

أحيانًا يكون الكلام كثيرًا، لكنه لا يحمل وزنًا... ويكون الحوار بين الناس حيًّا، لكنه لا يُشعر بالحياة... هذا هو التواصل غير الفاعل.

ولا يهمنا هنا التهذيب من عدمه فالمنافقين (إن يقولوا تسمع لقولهم)... والشياطين يزخرفون القول غرورًا... لكن ما يهمنا فائدة الكلام ونفعه.

☑ **ما الفرق بين (العادي) و(المهذب)؟**

دعينا نأخذ مثالين من الواقع اليومي:

◇ **الحوار الأول (عادي):**

هو: أحضري الغداء.

هي: حسنًا.

هو: لا تنسي الملح.

هي: لم أنسه قط، اطمئن.

هو: قومي بتسخين الطعام.

هي: لم يمر على إطفائي له سوى عشر دقائق.

هو: تعلمين أنني آكله وهو ساخن جدًّا.

هي: آه، هذه طبيعة غريبة فيك... سأسخنه الآن.

هو: استعجلي... أنا أتضور جوعًا.

◇ **الحوار الثاني (مهذب):**

هو: ضعي الطعام، لو سمحتِ.

هي: حاضرة.

هو: الملح، إذا لم يكن في ذلك مشقة.

هي: بالتأكيد، ولا تقلق.

هو: الطعام بارد قليلًا.

هي: ربما بسبب المروحة، سأقوم بتسخينه الآن.

هو: يا ليت، أَوْ... لَا... أقول لكِ، ارتاحي، ولكن على العشاء اجعليه كما أحبه.

هي: لا، دعني أجعلك تستمتع بالغداء أيضًا، سأسخنه الآن.

هو: شكرًا.

قرأنا حوارين من الممكن حدوثهما بأي بيت... ماذا لاحظنا؟

الحوار الأول... تواصل عادي – أمر واستجابة، دون أي لمسة إحساس أو مراعاة أو احترام.

الحوار الثاني... تواصل مهذب – فيه تلطف، ومراعاة لمشاعر الطرف الآخر، لكنه رغم ذلك غير فاعل .

الحوار الأول تواصل عادي غير فاعل يشبه ما يجري بين المتزوجين ... الحوار الثاني مهذب غير فاعل يشبه ما بين الخاطبين أو أول الزواج...

كلاهما ليسا أفضل أنواع التواصل... لكنهما أفضل بكثير من العنف الذي يملأ البيوت الآن.

وقد يكون هذا النوع هو الأكثر انتشارًا بين الناس... خاصة في الدوائر الاجتماعية العامة، أو بين الأصدقاء والمعارف، وليس فقط في البيت.

يعود هذا التفاوت الطفيف بين الأسلوب العادي والمهذب في الحديث إلى اختلاف مستويات الأفراد وطبقاتهم الاجتماعية، ومستواهم التعليمي، أو أساليب تربيتهم، أو طبيعة شخصياتهم ونمطها... قد يظهر هذا التباين حتى بين الإخوة... فنرى فرقًا في تهذيب الكلام بين الأخ وأخيه، أو الأخت وأختها. كما نلاحظه بسهولةٍ بين الصديقات... وكذلك بين الزوجين، فقد تكون الزوجة مهذبة والزوج ليس كذلك... أو العكس تمامًا. وقد يتشابهان في العموم... ليس اهتمامنا الأساسي توضيح الفروقات في تهذيب كلام الناس

بقَدْر اهتمامنا بكون كلا الأسلوبين غير فاعلٍ.

لماذا أسميناهما (غير فاعلين)؟

قال الله تعالى: ﴿لَّا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّن نَّجْوَاهُمْ﴾ [المجادلة: ١١]... لا خير في أكثر كلام الناس... لأنه لغو، ثرثرة، رغي ، لا يثمر شيئًا في الدنيا ولا في الآخرة... إذن، هذا النوع من الكلام لا يبني علاقة صحية، ولا يُقوِّي مودة، ولا يحقق فائدة حقيقية، ولا يُقرِّب وجهات نظر، ولا يصلح حالًا... فلا نريد التفصيل فيه، لأن هدفنا في هذا الكتاب هو التواصل المؤثِّر... الذي يصنع الفرق في القلوب والعلاقات... هذا الكتاب يركز على جانب التواصل المؤثر الفاعل بين الزوجين... وبين الآباء والأبناء... التواصل المؤثر على المودة بينهم... وعلى القبول والسعادة والإصلاح.

كما لن أتوسَّع في الحديث عن ذلك النوع من التواصل الذي يؤثر على إيمان الشخص، ويزيد من سيئاته، ويُنزِل من درجته عند الله... فهذا النوع يُعَدُّ من كبائر اللسان وسقطاته وحصائد كلماته... إنه تواصل غير فاعل... بل هو أيضًا غير عادي وغير مهذب... هذا القسم يشمل جميع أنواع الكلام التي حرمها الله، مثل: الكذب، التدخُّل فيما لا يعنيني، كثرة السؤال بلا حاجةٍ، الغيبة، النميمة، وغير ذلك.

يجب على المسلم أن ينتبه لهذه الأمور ويقرأ عنها... وأن يبحث في آفات اللسان... وليتذكر أنَّ أكثر ما يكب الناس على وجوههم في النار هو حصائد ألسنتهم... وأن الكلمة قد تهوي به في النار إلى قعرها وهو لا يشعر، عياذًا بالله.

◇ **والآن نعود للتواصل غير الفاعل ...** لماذا يكثر هذا النوع من التواصل؟... لماذا يكون تواصل الأكثر لغوًا غير فاعل... كلام عادي.. مكرر.. ممل.. روتيني؟

لسببين أساسيين:

١- **الجهل...** فالوصول إلى التواصل الفاعل يحتاج إلى تعلُّم (كما نفعل نحن الآن).

٢- **الشح...** أكثر الناس يشحون بأوقاتهم وبكلماتهم... فلا يتكلمون إلا بأقل ما يمكن... اعتقادًا منهم أن الآخرين لا يستحقون الشكر، أو الاهتمام، أو التقدير.

يقول الشاعر:

لـيـس الـبـخـيـل هـو الـمـقـتـر مـالـه شـــحًّـا فـكلٌّ عـطـائـه تـقـلـيـلُ
إنَّ البخيـــل بلَحْـــظِه، أو لفـــظِه، أو عـطـفِـه، أو رِفـقِـه؛ لَـبـخِـيـلُ

صحيحٌ أن ضبط اللسان وتقليل الكلام مَطلَب ديني ودنيوي... لكن هذا المطلب ينكسر أمام الزوج والأبناء... لأنكِ مسؤولةٌ عنهم... وهذه المسؤولية لا تُؤدَّى بكلمات قليلة لا تحمل خيرًا... كلمات لا نفع فيها.

لقد أمرنا الله بوقاية أنفسنا وأهلينا من نارٍ ليست كأيِّ نار، بل هي نار وقودها الناس والحجارة، عليها ملائكة غلاظ شداد... فكيف تتحقق هذه الوقاية إذا كان الكلام كنفخ الهواء؟ يجب أن يفيض الكلام كالماء ليطفئ تلك النار، بل أن يكون قويًّا كدرع يحمينا منها بعون الله.

❀ لغو الكلام والعلاقات الزوجية...

إذا عاش زوجان معًا لعشر سنوات والكلام بينهما مجرد لغو من الأصناف الأربعة المذكورة سابقًا... فمِن المستحيل غالبًا أن يحقق أيٌّ منهما فائدةً حقيقيةً من هذه العلاقة... وأقصد بالفائدة تلك الكلمات التي تُسهِم في تقدُّمه وارتقائه... أو في نمو الحب والمودة التامة والرحمة بينهما. فاللغو لا يقاوم حيل الشيطان ووساوسه ونزوات النفس الأمارة بالسوء.

الأمر يشبه مَن دخل للسوق شهرًا... أو دخل لجامعةٍ علميةٍ قويةٍ شهرًا... فالذي سيتقدم ويستفيد ويتطور ليس القاعد بين أهل السوق الذين أحاديثهم في الطماطم والخيار والدينار.

❤ لا يمكن لأحد أن يتعامل مع العلاقة الزوجية بنفس معايير العلاقات الأخرى...

هناك أسباب كثيرة تجعل التواصل بين الرجل والمرأة يفشل؛ لذا من الطبيعي جدًّا أن يفشل الرجل الناجح مع أصدقائه في علاقته بزوجته... إذا لم يمتلك علمًا كافيًا لإدارة التواصل بينهما. وكذلك المرأة التي تعامل زوجها كأخواتها... تتفاجأ بنتائج كارثية ومشكلات لم تتوقعها... وتجد حياتها جحيمًا متواصلًا أو جفافًا قاتلًا ... عندئذٍ لا حل سوى أن تتعلم... فهل يستوي الذين يعلمون والذين لا يعلمون؟

أسباب فشل التواصل بين الزوجين...

لماذا يفشل التواصل بين الزوجين ولا يشبه أنواع التواصل الأخرى؟ الأسباب متعددة، منها:

١- الاختلاف في إشباع الاحتياجات النفسية: العلاقة الزوجية وسيلة لإشباع الاحتياجات النفسية، على عكس العلاقة بالأهل والأخوات والصديقات التي تهدف لتلبية احتياجات اجتماعية. الاحتياجات النفسية للطرفين مختلفة، ولا تتشابه... فالأنثى لا تتضايق من صديقتها لو لم يتضمن كلامهنَّ لشهورٍ غَزَلًا، ولا مديحًا، ولا ثناءً، ولا إعجابًا... هي نفسها التي لا تحتمل هذا من زوجها. والرجل لا يتضايق من صديقه إنْ لم يعامله باحترامٍ وتقديرٍ ورفعةٍ وسيادةٍ، بل يحب أن يطرح صديقه الكلفة معه... هو نفسه الذي لا يحتمل من زوجته ذلك على الدوام، ولا يحتمل التَّدَيَّة والوصاية والنصائح بأي حالٍ.

٢- اختلاف الوظائف وتكاملها: وظائف كلٍّ من الزوجين مختلفة، ولكن الهدف منها واحد. العمل فردي ويصب في مصلحة الجميع، وهذا لا يحصل في غير علاقة الزوجين. فالأصدقاء يذهبون معًا ويخوضون تجارب واحدة، والإخوة متساوون في المهمات المنزلية... الأزواج لا يتساوون ولا يتشابهون، بل إن تشابههم في الوظيفة يُفسِد الأسرة. فلو جلس الأب مع زوجته للتنظيف وتعاطف معها وأحس بها... كما يتعاطف الزملاء المشتركون في عمل واحد، ولم يعمل لجلب مال أو توفير المسكن والمأكل... كيف ستستمر الأسرة؟ والعكس صحيح.

٣- عدم تقدير الجهد غير المجرَّب: الإنسان لا يُقدِّر عادةً التعبَ المترتِّب على شيءٍ لم يُجرِّبه. فالزوجة، إنْ لم تكن واعيةً، ستُقلِّل من أهمية دور زوجها، وتُضاعِف الأضواء حول وظيفتها هي ومتاعبها ومسؤولياتها... وكذلك الزوج يعلم مقدار التعب الذي يبذله، ولكنه لو قُوبِلَ بعدم التقدير لمتاعبه؛ قلَّل واستهان بالدور الآخر الذي لم يُجرِّبه أصلًا، وتجده يقول: (ماذا كنتِ تفعلين؟)...

لم يُرِدْ الله من الزوجين التشابه، ليبقى لكلٍّ منهما الشعور بالتميُّز في مهمته... ويبقى حرًّا في الإبداع فيها... ويتمكَّن من إضافة بصماته... والنجاح بمَعْزِلٍ عن الطرف الآخر.

فهي مَلَكةٌ في مهمتها... تضع قوانين تناسبها كما تريد، وهو مَلِكٌ في مهمته... يضع قوانين تناسبه.

٤- العلاقة الزوجية ليست مثل سائر العلاقات الأخرى: إنَّ العلاقة بين الزوجين ليست كالصداقة، ولا كالأخوة، ولا حتى كالعائلة، لأنها... تستهدف الاحتياجات النفسية العميقة التي لا تُشبَع بالعلاقات الأخرى... فالزوجة تحتاج إلى الحب، والتقدير، والاهتمام، والغزل... والزوج يحتاج إلى الاحترام، والدعم، والثقة، والتقدير أيضًا. الأدوار مختلفة ولكنها متكاملة... الزوج له دوره... والزوجة لها دورها... وكلٌّ منهما يؤدي مهمته بطريقته الخاصة... ولو تشابه دورهما، أو تداخل؛ لفسدت الأسرة.

☑ كيمياء الانجذاب (الهرمونات) تلعب دورًا في بداية العلاقة... لكنها لا تصمد أكثر من سنتين تقريبًا... ثم يأتي التواصل الفاعل ليحل محلها، ويحافظ على العلاقة.

الشيطان يتربص بهذه العلاقة... فإن فسدت العلاقة بين الزوجين... انفتحت أبواب كبيرة للشر والفتن.

عندما يكره الرجل زوجته... يزداد احتمال انجذابه للمحرمات والنساء الأخريات. وبالمثل، إذا كرهت المرأة زوجها؛ يصبح من السهل إغراؤها بالتخلي عن دورها... أو استغلال غضبها لتسليطها على الأطفال، مما يؤدي إلى فساد تربيتهم. قليلون هم مَن يدركون حِيَلَ الشيطان الخفية في حياتهم الزوجية.

تبدأ هذه الحِيَلُ بالشَّكِّ، ثم سوء الظن، فالبخل، ثم الطمع، وتمنِّي ما فضَّل الله به بعضنا على بعضٍ... يتطور الأمر إلى محاولة السيطرة وتسخير الطرف الآخر لتحقيق المصالح الشخصية... متناسين أنَّ كل إنسانٍ خُلِقَ عبدًا لله... لا عبدًا لأحلامنا وغاياتنا الخاصة.

٥- غياب القدوة في العلاقات: تواجهنا مشكلة أخيرة تتمثَّل في نُدْرَة النماذج والقدوات الفاعلة في واقعنا... تركز القنوات الإعلامية، للأسف، على التواصل القائم على الإغراء... لا يلتفت أحدٌ إلى إبراز المعايير الصحيحة للرجولة، فقد باتت مرتبطة بالمال والتملُّك. وكذلك، انحصرت معايير الأنوثة في عروض الأزياء وتجميل الجسد... يصعب أن نجد نماذج حقيقية تتحدث عن كيفية أن يعود آدم (الرجل) ليكون المعلم الأول لحواء،

وأن يساندها في تخفيف مسؤولياتها بتحمُّله لمسؤولياته... بالمقابل، يندر وجود مَن يتحدَّث عن كيفية أن تصبح حواء (المرأة) هي السَّكَن النفسي الوحيد لآدم... هذا الغياب للنماذج الإيجابية يُعَمِّق الفجوة في فهم الأدوار الحقيقية والمترابطة بين الرجل والمرأة في بناء علاقة صحية ومتكاملة.

نعم... ليس يعرض على الشاشات نماذج هدفها تنمية التواصل العقلي الروحي الفعَّال بين الزوجين... إنما تقصد تنمية مهارات إشباع الجسد عينًا ولمسًا وسمعًا... لا إشباع الروح والعقل. ولأجل هذا نرى أن الرومانسية على الشاشات ما أحدثت فرقًا إيجابيًّا في المنازل وكذب مَن يزعم ذلك... والعنف في البيوت خير شاهدٍ مع أن الشاشات كلها أحضان وقبلات...

تدريب:

١. ابحثْ عن آيات كريمة وأحاديث نبوية شريفة عن اللغو في الحديث... لعل همتنا ترتقي، ونشتاق لتغيير كلماتنا لإيجاد تواصُل أفضل.

.....

.....

.....

٢. فَكِّرْ في قصة خولة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا... قال الله تعالى: ﴿**قَدْ سَمِعَ ٱللَّهُ قَوْلَ ٱلَّتِي تُجَٰدِلُكَ فِي زَوْجِهَا وَتَشْتَكِيٓ إِلَى ٱللَّهِ وَٱللَّهُ يَسْمَعُ تَحَاوُرَكُمَآ إِنَّ ٱللَّهَ سَمِيعُۢ بَصِيرٌ**﴾ [المجادلة: ١]... ما الخلل الذي حدث في هذه العلاقة؟ كيف وتَر كلام لا نفع فيه علاقة الزوجين ؟

الدرس الرابع: التواصل الفاعل وأنواعه

تعلمنا في الدروس السابقة أن العلاقة بين الزوجين ليست كأي علاقة أخرى... هي أعمق من الصداقة... وأوسع من الأخوة... وأشد تأثيرًا من أي علاقة اجتماعية. إنها علاقة تجمع بين القلب والروح، وتتطلَّب فَهمًا خاصًّا... وحوارًا عميقًا... وقلبًا نقيًّا. ولذلك، فإن التواصل بين الزوجين وأفراد الأسرة لا يمكن أن يكون عاديًا أو مهذبًا رسميًّا فقط... بل يجب أن يكون فاعلًا.. مؤثرًا.. قويًّا.. مُغَيِّرًا.

كيف يريد الله لنا أن نتحدث؟

مصدرنا الأول والأخير في تعلم التواصل هو كتاب الله الكريم... والله حدد قمة جبل البيان ووصفها بوصف جميل... قال تعالى: ﴿وَقُل لِّعِبَادِي يَقُولُواْ ٱلَّتِي هِيَ أَحۡسَنُۚ إِنَّ ٱلشَّيۡطَٰنَ يَنزَغُ بَيۡنَهُمۡۚ﴾ [الإسراء: ٥٣]. هذه الآية الكريمة هي مفتاح التحدث بطريقة راقية.. نبيلة.. فاعلة، فعباد الله ليسوا كالناس... لا في كلامهم... ولا في أخلاقهم... ولا في نواياهم. هم يقولون (التي هي أحسن)... الكلمات التي تحمل الخير، وتزرع المودة، وتُطفئ نار الشيطان.

حقًّا، يرفع الله بهذا الكتاب أقوامًا... كفانا اتِّباعًا لأهواء الناس ورغباتهم في التحدُّث... كلنا بلا استثناءٍ... الله علمنا البيان... وكل تعليم أو تعليمات غيره هي محل نظر.

الكلام.. موهبة أم علم؟

منذ صغركِ، وأنت تتعلمين الكلام... من أول كلمة نطقتِها، مرورًا بالمدرسة، ثم المجتمع، ثم العمل، وحتى الزواج...

أحيانًا... قد تكون الأم تريد منكِ أن تسكتي، وأن لا تناقشي أو تعترضي، وأن لا تجلسي مع النساء... وفي الوقت نفسه؛ تتوقَّع منكِ أن تكوني مع صديقاتك شاعرة مُفوَّهة... متحدثة منطلقة فصيحة!!

أتيتِ أباكِ باكيةً شاكيةً... فما كان منه إلا أنْ أَمَركِ بالتواصل العنيف: (مَن شتمكِ فاشتميه)... وحين اعترضت الأم، مارست هي الأخرى التواصل العنيف مع الأب... في

محاولةٍ منها لإقناعه بخطأ هذا الأسلوب... خشية أن يعيب أحدهم تربيتها... واقترحت عليكِ تجاوز الأمر باللغو العارض... بالشكوى للمعلمة... بمقاطعة الفتاة الأخرى، مما يُعِيدنا إلى دائرة التواصل المقطوع... بدلًا من حل المشكلة جذريًّا.

لن أتحدث أيضًا عن التناقضات التي قد تواجهينها حين تتزوجين: كيف يمكن لزوجك أن يُعبِّر عن استيائه من حديثكِ، ويراه ثرثرةً... أكثره لغو... فتشعرين بالظلم... وفي الوقت ذاته؛ يطمح أهلُ زوجكِ في خطيبةٍ مُفوَّهة كلامها سحر... أو خرساء ماهرة في التمويه لا تعرف سوى الطاعة والسكوت وتنظيف البيوت.

في هذه الفوضى، يقول الله عَزَّوَجَلَّ: ﴿**وَإِن تُطِعۡ أَكۡثَرَ مَن فِي ٱلۡأَرۡضِ يُضِلُّوكَ عَن سَبِيلِ ٱللَّهِۚ**﴾ [الأنعام: ١١٦]. فلنرجع إذن إلى كتاب الله وسُنَّة نبيه صَلَّىٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ... لنعرف ونتعلم (التي هي أحسن). ما هي معايير (التي هي أحسن)؟

نحن نعرف كيف نختار أفضل تمر... أفضل ثوب... أفضل أثاث... أفضل كهربائيات... وأفضل إلكترونيات. **لكل شيءٍ لدينا معايير، لماذا لا يكون للكلام معايير أيضًا؟**

هيا بنا نتسوق في سوق الكلمات الطيبة ، ونتعلم كيف نختار الأفضل...

قواعد درجات التواصل الفاعل:

١. أقل درجات الكلام الحسن هو (القول المعروف): وهو الكلام البسيط، غير المؤذي، الذي نستخدمه مع الغرباء، ويجب أن يكون خاليًا من كل عيوب الكلام: (السب، الاستهزاء، الإساءة...).

٢. أرقى درجات الكلام الحسن هو (القول الكريم): وهذا يُستخدم مع مَن لهم حقٌّ علينا... مثل الوالدين، والأبناء، والزوج، والزوجة، والأمراء المقسطين، والعلماء... ويكون كلامًا خاليًا من أدنى درجات التأفُّف: ﴿**فَلَا تَقُل لَّهُمَآ أُفّٖ**﴾ [الإسراء: ٢٣].

- سأل أبو شريح رَضِيَٱللَّهُعَنۡهُ النبيَّ صَلَّىٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ فقال: يا رسول الله؛ أخبرني بشيءٍ يُوجب لي الجنة. قال: «**(طيب الكلام)، وبذل السلام، وإطعام الطعام**»[1].

---

(١) رواه ابن حبان في «صحيحه» (٧٣٥) بسند صحيح.

- عن عمر بن الخطاب رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أنه قال: «لولا ثلاث، لولا أن أسير في سبيل الله عَزَّوَجَلَّ، أو يَغْبَرَّ جبيني في السجود، أو أقاعد قومًا (ينتقون طيب الكلام كما يُنتقَى طيب الثمر)؛ لأحببت أن أكون قد لحقت بالله عَزَّوَجَلَّ»[1].

- وقال أبو الدرداء رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ: «لولا ثلاث ما أحببتُ البقاء: ساعة ظمأ الهواجر، والسجود في الليل، ومجالسة أقوام (ينتقون جيد الكلام كما يُنتقَى أطايب الثمر)». أو قال: (يلتقطون طيب الكلام كما يلتقط طيب التمر)[2].

- **ومن الشعر قلتُ:**

وحديث بعض الناس كالعسل ... الذي يشفي فنِعْمَ مذاقُهْ
تبقى عذوبته بسمعك لا ... تزول وأنت كم تشتاقُهْ

هذا النوع من الكلام، هو ما يجعل الحديث... سلامًا، وشفاءً، وراحة. وكلمات كهذه... تُشبِه الكتب المحقَّقة، كل حديث فيها مفيدٌ، وكل كلمة فيها مختارةٌ، وكل جملة فيها تُضِيف شيئًا للقلب والعقل.

ما بين الدرجتين أنواع كثيرة:

بين (القول المعروف) و(القول الكريم)؛ هناك عدة أنواع من الكلام الجميل، سنبدأ تعلُّمها معًا إنْ شاء الله، ومنها:

- **القول الميسور**: كلام لين، سهل المرور.
- **القول اللَّيِّن**: يحمل الرفق والرحمة في طياته.
- **القول السديد**: كلام صحيح، لا غلو فيه ولا تقصير.
- **القول الحسن**: كلام جميل، يَنمي الخير ويزيده .
- **القول البليغ**: يحمل المعنى العميق بكلمات قليلة.

والآن هيا ارجعي إلى القرآن معي... وإلى سُنَّة النبي صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ... لتتعلَّمي كيف تتكلمين كل تلك الأنواع . طريقتها ومكانها وزمانها ونتيجتها .

---

(١) رواه ابن المبارك في «كتاب الجهاد» (٢٢٢) بإسناده.

(٢) رواه ابن المبارك في «الزهد».

الدرس الخامس: القول المعروف

من أخطر ما قد يُضعف التواصل بين الناس، هو الثرثرة العشوائية التي لا تحقق هدفًا، ولا تصل إلى نتيجة... ومن هنا تأتي أهمية (القول المعروف)... ذلك الكلام الواضح... المختصر، غير المؤذي، يؤدي الغرض المراد... ونستخدمه غالبًا مع الغرباء، أو في المواقف التي تحتاج لاختصار وعدم إضاعة الوقت، أو في أوقات الخصام كبديل ممتاز خالٍ من الإثم والقطيعة... هذا القول هو حجر الأساس في بناء أيِّ نوعٍ من أنواع الكلام الجيد... قال الله تعالى عن بعض الناس: ﴿وَٱتَّبَعَ هَوَىٰهُ وَكَانَ أَمۡرُهُۥ فُرُطٗا﴾ [الكهف: ٢٨]. أي: ترك أمره للهوى.. لم يضبط كلامه... لم يُنظِّم أفكاره... كان كشريط تسجيلٍ خرج خيطُه وتعقَّد... لن يستفيد منه أحد.

نعم... إذا لم تستطيعي ضبط كلماتكِ عند الحديث مع غريب... كيف تتوقعين أن تحققي أهدافًا عميقة بينك وبين زوجك أو أطفالك؟

❤ الكلام غير المنظَّم...

سيدة تشتري طماطم وتقول للبائع: ضع لي طماطم جيدة للسلطة... لا تعطني الحمراء المخصصة للطبخ فتُحرجني! هههه... نحن نستضيف أهل زوجي، وأريد أن أُعِدَّ سلطة تُشرّفني... سلِّم على زوجتك!

وسيدة أخرى تتحدث مع خطيبها: كيف حالك؟ لقد اتصلت بك مرات عديدة ولم ترد! أقلقتني عليك... هل تتجاهلني من البداية، أم أنك تُحب غيري؟ هههه... كيف حال خالتي؟ ألا تنوون زيارتنا؟... لقد قمت بتحضير بسبوسة... والحق يقال... أختي شاركتني في تحضيرها... هههه.

⚖ ما رأيكم بمثل هذا الكلام؟؟؟

هيا نتدرب ونصحح فِعْلَيْهما، على فرض أننا الآن نتقن جميعًا التواصل مع الغرباء... ونملك المعيار القرآني الأول... وهو ﴿وَقُلۡنَ قَوۡلٗا مَّعۡرُوفٗا﴾ [الأحزاب: ٣٢]... ﴿إِلَّآ أَن تَقُولُواْ

﴿قَوْلًا مَّعْرُوفًا﴾ [البقرة: ٢٣٥]... فبتنا نتكلم (كلامًا معروفًا)... لا يحمل وجهين... يؤدي الغرض من التواصل بأقل كلمات ممكنة... ما المفترض أن تقول كلُّ واحدةٍ منهما؟؟

الأولى تقول ببساطةٍ: (أريد نصف كيلو طماطم صلبة، متوسطة الاحمرار)... هذا فقط.

الثانية تقول باستحياءٍ: (السلام عليكم، حضَّرنا حلوى، وأمرني أبي أن أسألك إنْ كنت ترغب أن تشاركونا أنت والوالدة مساءً... هل هذا ممكن؟).

هل تشعرين بالفرق؟

الكلام الأول كان ثرثرة... والثاني كان واضحًا، محترمًا، مُؤثِّرًا، وقاصدًا .

الإنسان الذي لا يعرف كيف يُنظِّم أفكاره ويُعبِّر عنها بكلماتٍ دقيقةٍ؛ سيفشل في التواصُل مع الآخرين، وسيُتعِب نفسه ويُعكِّر صفو الآخرين... كيف ستُوصِّلين فكرتك إلى شخص مشغول... شخص لا يملك وقتًا ليسمع الشرح ويعتبره ثرثرة؟

☑ **انظري... في قصة موسى عَلَيْهِ ٱلسَّلَامُ مع المرأتين؛ تَرَىٰ نموذجًا رائعًا من (القول المعروف):**

قال تعالى: ﴿وَلَمَّا وَرَدَ مَآءَ مَدْيَنَ وَجَدَ عَلَيْهِ أُمَّةً مِّنَ ٱلنَّاسِ يَسْقُونَ وَوَجَدَ مِن دُونِهِمُ ٱمْرَأَتَيْنِ تَذُودَانِّ قَالَ مَا خَطْبُكُمَاۖ قَالَتَا لَا نَسْقِى حَتَّىٰ يُصْدِرَ ٱلرِّعَآءُۖ وَأَبُونَا شَيْخٌ كَبِيرٌ﴾ [القصص: ٢٣]، ولاحقًا قالت له إحداهما: ﴿إِنَّ أَبِى يَدْعُوكَ لِيَجْزِيَكَ أَجْرَ مَا سَقَيْتَ لَنَاۚ﴾ [القصص: ٢٥]... **ماذا لاحظنا؟**

قلة الألفاظ... وضوح المعاني... وتركيزها... لا تفاصيل زائدة... (لا نسقي حتى يُصدِر الرعاء.. وأبونا شيخ كبير)... **هذا هو (القول المعروف) في أفضل صوره.**

إنَّ القول المعروف هو حَجَر الزاوية... الذي تبني عليه الزوجة حوارها مع زوجها... فالبدء بالكلام الواضح والمباشر يُجنِّب الرجل عناء التركيز الشديد لاستخلاص الفكرة الأساسية من بين كَمٍّ هائل من الكلمات... مما يُسهّل التواصل ويُجنّب الإرهاق.

من الحياة الزوجية كيف أستعمل الكلام المعروف؟:

- (حبيبي أولًا، أنا لا أشك فيك، ولكنني أغار وأريد أن أعاتبك عتاب محبة لتفهمني)... ثم تبدأ بسرد الباقي من مشاعرها ومخاوفها... الكلام المعروف سيقطع حِيَل الشيطان... لو

بدأت تعاتبه مباشرةً: لماذا تكلم زوجة أخيك؟! هل ترى أن أكلم زوج أختي؟! عيب وحرام و... و... و... سيبدأ عقله بالدفاع: تهاجميني... تتهميني... تحاصريني... تتحكمين بي... تغيريني... ولن يفهم شيئًا؛ لذلك ابدئي النقاش بقولٍ معروفٍ مُحدَّد تحصلين على نتائج أفضل .

- **مثال ثانٍ**: (أنا أعلم أنك تحب أن أكون بصحبتك... وتشعر بأهمية وحدة العائلة، ولكني أريد تأجيل فكرة الذهاب لبيت أخيك معك إلى الجمعة القادمة... دعني أخبرك لماذا)... وتبدأ بسرد الأسباب المدعِّمة لرأيها هنا تقطع حبال الشيطان، فلن يفهم أنك تعاملينه كغبي لا يحسن التخطيط... إنْ أوصلتِ له بأن فكرتك ليست سيئة ولها سبب وجيه، وأنا لدي سبب وجيه أيضًا .

- **مثال ثالث**: (أعلم أنك حين يكون وضعك متيسرًا لا تبخل علينا ولا تقصر ... ولكني محتاجة للشيء الفلاني، وأريد أن نحاول التفكير معًا كيف)... ثم تشرح أهمية الأمر وظروفه.

أيضًا، من الأهمية بمكانٍ أن نُعلّم أطفالنا (القول المعروف)... فبتطبيقهم لهذا المبدأ؛ تقلُّ الخلافات وسوء الفهم فيما بينهم... وتتكوَّن علاقات أخوية صحية ومستقرة.

بدلًا من أن يصرخ الطفل لأخيه: لماذا تجلس على كرسيَّ ابتعد من هنا؟! نُدرِّبه قل لأخيك:

قم واجلس على كرسيك.... هذا بدون أي إضافات (قول معروف).

لو كانت كل أوامر الأم لأطفالها قولًا معروفًا لاستراحت.

أعطني قلمي... ولا تستعمله مرة أخرى.

أغلق حقيبتي الآن... وأرجعها مكانها.

أعد الصحن إلى المطبخ... وضع فيه ماء تمهيدًا لغسله.

الآنَ... كيف تتدربين على (القول المعروف) إذا كنت ثرثارة كثيرة الكلام؟

خذي كتيّبًا صغيرًا... جرّبي اختصار كل فقرة من الفقرات التالية إلى كلمات معدودة ... هل هذا سهل عليك أم تجدين صعوبة؟ إذا واجهتِ صعوبةً، اكتفي بوضع عنوان لكل فكرة... ثم زِيدِي تدريجيًّا حتى تتمكني من التعبير عن الفكرة كاملة بأقل ألفاظ.

دَعِينَا نحاول الآن ... إليكِ فقرتين لَخِّصيهما بجملة واحدة فقط:

١- كثير من آيات القرآن فيها بيان واضح بأن النبي محمدًا ﷺ عبد الله مُبلِّغ رسالة ربه، وأنه لا يضر ولا ينفع، ولا يعلم الغيب، وأنه ليس له من الأمر شيء، فبلَّغها كما أُمِر، وهذا من دلائل صدق نبوته. لو لم يكن محمد رسول الله حقًّا أكان يبلغ هذه الآيات؟ ما الذي يضطره لقول هذا الكلام الذي يقرؤه الناس إلى يوم القيامة إلا أنه مأمور بتبليغه! وهذا يدل على صحة القرآن الكريم.

(تلخيصك).....

.....

٢- إن إثبات وجود الله أمر فطري عقلي قريب، لا يجهد العقل في الوصول إليه؛ إذ إنه قائم على مبدأ يجده الإنسان مركوزًا في عقله، لا يمكنه التخلي عنه البتة، وهو مبدأ الاستدلال بالأثر على المؤثر. عامة الملحدين الذين يتنكرون لوجود الخالق سبحانه يُطبِّقون هذا المبدأ على كل شيءٍ إلا الألوهية.

(تلخيصك).....

.....

التدريب الثاني:

هيا نتمرن أكثر على هذا النوع من الكلام:

١- اكتبي الكلام الذي يمكن أن تقوله كلُّ واحدةٍ من الفتيات التاليات؛ بحيث يكون (كلامًا معروفًا):

- طالبة أخطأ أستاذها في تصحيح سؤالٍ لها.
- .....
- مشترية تريد تبديل قطعة اشترتها ولم تكن مناسبة.
- .....
- مريضة بألم في كتفها منذ أسبوع، وتريد شرح حالتها للطبيب.
- .....

- زوجة زوجها مريض واتصلت بطبيب ليأتي لفحصه في المنزل.
- .....
- زبون يسأل صاحبة محل عن هدايا مناسبة لزوجته في مناسبة الولادة.
- .....

٢- من القرآن الكريم، اذكري أمثلة لتواصلٍ بكلام معروف.

.....

٣-استخرجي أول نداء في القرآن للناس مِن خالقهم، وأخبريني كيف تنطبق عليه مواصفات القول المعروف ؟

.....

نلخص ما تعلمناه... شروط القول المعروف:

- **خالٍ من العواطف والتودُّد .**
- **مختصر والأمر فيه مباشر وواضح كليًّا.**
- **خالٍ من أي إساءة لفظية.**
- **لا يحتاج السائل معه إلى مزيد من التوضيحات والأسئلة.**
- **خالٍ من التكرار ومن أي معلومة خارج الأمر المحدد.**

متى نستعمله :

- **مع الغرباء.**
- **عند الأوامر المستعجلة مع الأطفال.**
- **قبل النقاشات الطويلة مع الزوج كمقدمة.**
- **عند الخصام والزعل.**

الدرس السادس: القول السديد

في كل جمعة، يصعد الإمام المنبر ليُذكِّر الناس بآيةٍ قلما ينتبهون إليها مع أنه يقرؤها كل أسبوع إن التزم بسُنَّة خطبة الحاجة التي علمها النبي صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ، ليحثهم على التمسُّك بالقيم والأخلاق، ومن أبرز الأمور التي يحذر منها، والتي غالبًا ما تكون سبب الفشل في حياتهم: ترك (القول السديد)، والذي إذا تركناه، فقد نحرم أنفسنا من مغفرة الله وصلاح أعمالنا... قال تعالى: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱتَّقُواْ ٱللَّهَ وَقُولُواْ قَوۡلٗا سَدِيدٗا ٧٠ يُصۡلِحۡ لَكُمۡ أَعۡمَٰلَكُمۡ وَيَغۡفِرۡ لَكُمۡ ذُنُوبَكُمۡۗ وَمَن يُطِعِ ٱللَّهَ وَرَسُولَهُۥ فَقَدۡ فَازَ فَوۡزًا عَظِيمًا﴾ [الأحزاب: ٧٠-٧١].

هيا نرى صورتين قبل أن نعرف معنى القول السديد...

الصور لمرمى سهام.. كان السهم في وسط الهدف في الصورة الأولى... أما في الصورة الثانية فالسهام خارج الهدف..

❀ **القول السديد:** هو أن يكون لكلامك هدف قبل الكلام... مثل أن تريدي توصيل حقيقةٍ ما للآخر.. أو أن تصلي لأسباب فعل معين... أو تصلي للحق في شيء مختلف فيه... فلديك هدف من الكلام.. هذا يعني أنَّ القول السديد ليس مجرد كلام جميل... بل كلام له هدف واضح... هو كلام موزون، يُصلِح القلوب، ويُقرِّب إلى الله، ويُحقق الأهداف دون إيذاء... هو كلام لا يخرج عن هذا الهدف... يستخدم الكلمات المناسبة لتحقيقه... لا يحمل ثرثرةً، ولا تجاوزًا، ولا غضبًا زائدًا... مثل السهام التي تصيب الهدف بدقةٍ، لا تضل طريقها. أما الكلام العشوائي... فهو كالسهام الطائشة... قد تؤذي مَن أمامك وأنتِ لا تشعرين.

❤ **كيف أصل للقول السديد ...؟**

أولًا: اتقي الله في كلامك... لقد بدأت الآية بقوله: (اتقوا الله)... ابدئي بنيةٍ طيبةٍ...

وتذكَّري أن الله يسمعك، فاختاري كلماتك بعناية، واجتنبي ما يغضبه، وتكلمي بما يُرضِي الله عَزَّوَجَلَّ.

ثانيًا: تخيَّلي نفسك تناقشين زوجك أمام رسول الله صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ، وسينزل فيك قرآن لو تجاوزت وأسأت الأدب.

ثالثًا: حدِّدي هدفك قبل الكلام... كلُّ كلمةٍ يجب أن تكون لها غاية، مثل: إصلاح أمر... توضيح حق... إقناع برأي... حل مشكلة. ثم انتقي الكلمات التي تُوصِّل إلى ذلك الهدف... بدون خروج عنه أو تحويل للموضوع.

◇ **تدريب من الواقع:**

❤ **الموقف الأول:** زوج يجلس أمام التلفاز كثيرًا... ولا يراعي مشاعر زوجته فقررت أن تتحدث معه.

تضعين الهدف: أن تقنعيه بضرورة تخصيص وقت (نصف ساعة مثلًا) للجلوس معها.

تختارين الكلام السديد: كلام يقنعه بأن ذلك الطلب مهم جدًّا... وتعود فوائده عليها وعليه... دون إشعاره أنها تريد سجنه لمصلحتها... أو حرمانه خصوصيته... أو إشعاره أنه زوج فاشل لا يفهم ما تحتاجه.

جربي... اكتبي خمس جمل على الأقل:

.....

.....

.....

❤ **الموقف الثاني:** زوج يضرب أبناءه بكثرةٍ ويخيفهم.

تضعين الهدف: إقناعه باستخدام الحبس بدل الضرب.

تختارين الكلام السديد: كلام يقنعه بوسيلة الحبس بدل الضرب... ويُعدِد فوائدها عليه وعلى الولد... دون أن أشعر الأب بأنني أراه متخلفًا بأساليبه... لأن إشعاره بذلك خارج عن هدفي..

.....

◇ **من القرآن:**

اقرئي معي الآيات التالية... ولاحظي كيف حدَّد نبي الله موسى عَلَيْهِ ٱلسَّلَامُ **هدفًا لكلامه** مع فرعون ... ثم لم يجعله كلامُ فرعون يخرج عن هدفه ويتحول للدفاع عن نفسه مثلًا أو مجادلته... ﴿**قَالَ فِرْعَوْنُ وَمَا رَبُّ ٱلْعَٰلَمِينَ ﴿٢٣﴾ قَالَ رَبُّ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَآ ۖ إِن كُنتُم مُّوقِنِينَ ﴿٢٤﴾ قَالَ لِمَنْ حَوْلَهُۥٓ أَلَا تَسْتَمِعُونَ ﴿٢٥﴾ قَالَ رَبُّكُمْ وَرَبُّ ءَابَآئِكُمُ ٱلْأَوَّلِينَ ﴿٢٦﴾ قَالَ إِنَّ رَسُولَكُمُ ٱلَّذِىٓ أُرْسِلَ إِلَيْكُمْ لَمَجْنُونٌ ﴿٢٧﴾ قَالَ رَبُّ ٱلْمَشْرِقِ وَٱلْمَغْرِبِ وَمَا بَيْنَهُمَآ ۖ إِن كُنتُمْ تَعْقِلُونَ ﴿٢٨﴾ قَالَ لَئِنِ ٱتَّخَذْتَ إِلَٰهًا غَيْرِى لَأَجْعَلَنَّكَ مِنَ ٱلْمَسْجُونِينَ ﴿٢٩﴾ قَالَ أَوَلَوْ جِئْتُكَ بِشَىْءٍ مُّبِينٍ**﴾ [الشعراء: ٢٣-٣٠].

ماذا لاحظنا؟ هدف موسى عَلَيْهِ ٱلسَّلَامُ هو تعريف فرعون بربه... لذا لم يسمح لفرعون بتغيير مَجرَى الحديث أبدًا... هذا هو القول السديد.

قال رسول الله صَلَّى ٱللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «**لا يستقيم إيمانُ عبدٍ حتى يستقيم قلبه، ولا يستقيم قلبُه حتى يستقيم لسانه**»(١).

يستقيم لسانه... كيف... أن يتكلم كما أمرنا الله أن نتكلم... كلامًا سديدًا... كلامًا مُوجَّهًا بدقةٍ إلى هدفٍ معينٍ..

إنَّ هذا النوع من الكلام والتدرب عليه سببٌ في صلاح الأعمال... وتركه سببٌ في فشل أعمال الإنسان... إذا شعرتِ أنك فشلت مرارًا وفي أغلب الأوقات... في إقناع زوجك وأولادك ومَن حولك... بأفكارك... فاعلمي أن كلامكِ غير سديدٍ... حاولي أنْ تُسدِّدي وتقاربي...

سنتدرب أكثر على القول السديد معًا.. ببعض المشكلات اليومية التي قد تحدث ونجرب أن نقول كلامًا سديدًا.

◇ **المثال الأول...** طفلك أكل حلويات ورمى قشرتهم على الأرض.

هنا الأم ستتكلم بكلام سديد... أول خطوة لها أن تضع هدفًا لكلامها... الهدف سيكون (تحبيب الطفل في النظافة... وتبغيضه أن يرمي الأذى على الأرض)... الآنَ؛ نسمع ما ستقول

---

(١) رواه أحمد والطبراني، وصحَّحه الألباني.

لابنها... ونرى أيَّ كلامها سديدًا... وأيَّ كلامها غيرَ سديدٍ:

الأم قالت:

- كم مرة كررتُ عليك: ألقِ الأشياء في السلة فور انتهائك منها!! ... (النظافة من الإيمان) هل حفظتم هذا الحديث في المدرسة أم أن حفظنا يذهب سدى؟ ... هل يروق لك أن تتشبه بالحيوانات، وتنام في أماكن قذرة؟ ... التقطها وألقِ بها، وإلا كسرت يدك... السلة قريبة جدًّا... كان بوسعك بلوغها بخمس خطوات... لماذا تُصِرُّ على إتعاب نفسك وإتعابنا معك... من المخجل أن يُنظّف الناس خلفك.

أيٌّ من جُمَلِ الأم يُعَدُّ كلامًا سديدًا... يصيب الهدف؟؟؟؟

الحقيقة... ولا كلمة تصبُّ في الهدف... فالكلام كان الهدف منه إشعار الطفل بالذنب، وتأنيب الضمير، وإشعاره بغبائه في تطبيق ما يدرسه... وبأنه كسول... وبأنه مصدر إزعاج لوالدته... كل هذا لا يَصبُّ في الهدف الذي نُسدِّد نحوه كلماتنا... **حسنا ماذا نقول؟**

(حبيبي... أنت مسلم نظيف... أتوقع أنك نسيت أن النظيف لا يرمي الأشياء حوله... لذلك ذكَّرتك... أعرف أنك تحب النظافة وستصلح الخطأ... والمرة القادمة إذا تذكَّرت لوحدك بدون أن أُذكِّرك سأحكي لك قصة الولد النظيف الذي يشبهك)... **كان هذا مثالًا لكلامٍ سديدٍ...**

إذا كان لديكِ كلام آخر سديد شاركيني به...

.....

.....

◇ **نأخذ مثالًا آخر...** زوج لا يجلس مع أولاده أبدًا... يرفع يده عن تربيته لهم.

هنا الزوجة تريد أن تتحدث معه بهذا الموضوع... عليها أن تختار كلمات سديدة مناسبة... أولًا نضع الهدف... (تحبيب الأب وتحفيزه على تخصيص ربع ساعة من وقته لأولاده ومحادثتهم..)... ثم نختار كلامًا مناسبًا جدًّا... مع الحذر من أن يخرج الكلام عن الهدف... فيصبح الهدف منه إشعار الزوج بأن الزوجة أفضل منه وقائمة بواجباتها... بينما هو مُقصِّر.. أو أن يشعر بأن الأولاد عبءٌ عليه... ولولا وجودهم لَمَا ذمَّه أحدٌ... أو أن يشعر بأن هناك انتقاصًا لجهوده الأخرى... وأنه بسبب تخلِّيه عن هذه المهمة فهو فاشل... هل

تخيَّلتم كيف يخرج الكلام عن هدفه؟؟

الآن... دوركنَ لتُجهِّزْنَ الكلام المناسب السديد.

.....

.....

◇ **مثال ثالث أخير...** أمٌّ بنتُها لا تهتم بتسريح شعرها يوميًّا... وفيها إهمال للنظافة الشخصية اليومية.

هنا ستتكلم الأمُّ بكلامٍ سديدٍ... هدفه سيكون (تحبيب البنت في تمشيط الشعر)... ستستخدم قصص السيرة عن اهتمام الرسول بالشعر والنظافة... وتتجنَّب أن تخرج عن الهدف... لن تدع البنت تشعر أنها قَذِرة مقرفة، وأن أمها أنظف منها بمرات وهي دون أمها... ستَحْذَر من إشعارها بأن الموضوع سهل أصلًا... وكل الناس تفعله إلا هي... بكسلها تركته... ستتكلم فقط بكلامٍ سديدٍ.. تخيَّلي أن تلك الصفة فيك كيف تحبين أن يكلمك زوجك .

.....

.....

.....

❀ **أختي...**

الخلاصة أنَّ القول السديد هو نوع من الكلام، له هدف واضح، لا يخرج عن موضوعه، يستخدم كلمات مناسبة، يراعي مشاعر الطرف الآخر، يبدأ بتقوى الله، وينتهي بصلاح العمل. فإذا شعرتِ أن كلامكِ لا يُؤثِّر، أو أنكِ تفشلين في إقناع الآخرين؛ أو لا تحلين أي مشكلة بشكل جذري... فابحثي عن سبب الفشل، فقد يكون كلامك غير سديدٍ.

الدرس السابع: القول الميسور

من البيان العظيم الذي علَّمنا إياه الله في كتابه الكريم، هو (القول الميسور)، وهو نوع من الكلام نستخدمه عندما لا نستطيع الاستجابة لطلبٍ ما... لكننا نرفضه بطريقةٍ تُريح الطرف الآخر... وتحفظ كرامته... وتُخفِّف من حِدَّة الرفض.

قال تعالى: ﴿وَإِمَّا تُعْرِضَنَّ عَنْهُمُ ٱبْتِغَآءَ رَحْمَةٍ مِّن رَّبِّكَ تَرْجُوهَا فَقُل لَّهُمْ قَوْلًا مَّيْسُورًا﴾ [الإسراء: ٢٨]. أي: إنْ كنتَ تُعرِض عن طلب أحدهم، فلا تكون كلمتك جارحة، ولا ساحقة، بل اختر كلامًا ميسورًا... سهلًا، لينًا، لا يؤذي... يُسهِّل على مَن طَلَبَ أنْ يتقبَّل الرفض... والرضا بإعراضك..

القول الميسور ليس فقط الكلام السهل أو البسيط... بل هو الكلام المدروس الذي يُريح نفس مَن رُفض طلبه... ويُظهِر له أن الرفض لم يكن قسوةً... بل كان لسبب مشروع... ويرتبط بالنية الحسنة، والتواضع، والرحمة.

الأمر ليس لغزًا... إليكِ مثالًا من القرآن...

قال تعالى: ﴿إِذْ قَالَ ٱلْحَوَارِيُّونَ يَٰعِيسَى ٱبْنَ مَرْيَمَ هَلْ يَسْتَطِيعُ رَبُّكَ أَن يُنَزِّلَ عَلَيْنَا مَآئِدَةً مِّنَ ٱلسَّمَآءِ ۖ قَالَ ٱتَّقُوا۟ ٱللَّهَ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ﴾ [المائدة: ١١٢]. عيسى ابن مريم عَلَيْهِ ٱلسَّلَامُ لا يريد الاستجابة لطلبهم الذي ظنَّه سوء تقديرٍ منهم لقدرة الله تعالى... أجاب بكلام ميسور... (اتقوا الله إن كنتم مؤمنين)... لم يقل: لا... ويرفض ويستنكر... فلما أظهروا أسبابًا مُقنِعة... استطاع الدعاء دون أن يندم كما لو أنه قال لهم: لا... أو شدَّد في الكلام عليهم.

تخيَّلي لو قال لك زوجك: الآن قومي واجلسي في الجلسة المختلطة؛ فقلتِ بهدوء: زوجي حبيبي، اتق الله فأنت مؤمن. أرأيتِ كيف أثَّر ذلك!!

وهذا النوع من الكلام يُستخدم عند الإعراض عن الشخص... أو الإعراض عن طلبه... فلا يكون القصد جرحه وإهانته وإذلاله وتحديه وكسر كلمته... وإشعاره بأنه لا يستحق أن ينال ما طلبه... أو إشعاره بأنه عديم الإحساس؛ لأنه طلب... وغير ذلك من النوايا

والمقاصد السيئة.

بل يكون هدفي أن أتحدث بكلماتٍ... تُيسِّر عليه عدم قبولي له أو لطلبه.

يقول القشيري في تفسير الآية: ﴿**فَقُل لَّهُمْ قَوْلًا مَّيْسُورًا**﴾: اصرفهم عنك بوعدٍ جميلٍ.

قال الشاعر:

لا يعدم السائلون الخير من خلقي إما عطائي وإما حسن مردودي

تدريب عملي... كيف تستخدمين (القول الميسور) في الحياة اليومية؟

نبعد عن الكلام النظري... ونبدأ بأمثلة واقعية نجعلها كتدريبٍ:

١. الموقف: طفل بدأ يتكلم معي... وما عندي طاقة لأسمع له.

الهدف: أن يتوقف عن الحديث... دون أن يشعر بأنه غير مهم.

الكلام الميسور: يا حبيبي، أنا الآن ليس عندي تركيز كامل، لكن بعد العصر أكون جاهزة لأسمع لك، لأن كلامك مهم عندي.

ماذا تقولين أنتِ له بحيث يكون ردكِ كلامًا ميسورًا؟؟!!

.....

.....

٢. الموقف: زوجي طلب مني أن أجلس في جلسةٍ مختلطةٍ، وأنا رافضةٌ.

الهدف: أن أرفض الطلب بلباقة، دون إثارة النزاع.

الكلام الميسور: أنا أحب أن أكون معك دائمًا، لكنني أريد أن أكون معك في الجنة، فسامحني لا يمكنني معصية الله.

حاولي أنتِ أن تفكري بكلام ميسور، يُسهِّل الرفض على نفسه، ويُقنِعه.

.....

.....

٣. الموقف: ابني طلب أكلًا، وقد أكلنا قبل نصف ساعة.

الهدف: أن أرفض الطلب دون أن يشعر بالإحباط.

الكلام الميسور: أعرف أنكَ تحب طعام ماما ، لكننا أكلنا للتوِّ، وإذا صبرتَ حتى الساعة

الخامسة سأُعِدُّ لكَ عصيرًا لذيذًا ، هل توافق؟

وأنتِ كيف سترفضين طلبه بقولٍ ميسورٍ؟ ماذا ستقولين؟

.....

.....

٤. طبِّقي (القول الميسور) مرةً واحدةً في بيتك. واكتبي الموقف الحاصل والكلام الميسور الذي استخدمتِه في الموقف.

.....

.....

٥. اذكري الآيات التي تحدَّثت عن أشخاص رفض رسول الله ﷺ طلبهم، فتولَّوا باكين حزينين مع أن الرفض كان بقولٍ ميسورٍ.

.....

.....

الدرس الثامن: القول الكريم

ما الآية التي ذكرت هذا النوع من القول.. ومع مَن طلبت منا استخدامه؟؟؟

قال الله تعالى: ﴿وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوٓاْ إِلَّآ إِيَّاهُ وَبِٱلْوَٰلِدَيْنِ إِحْسَٰنًا ۚ إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِندَكَ ٱلْكِبَرَ أَحَدُهُمَآ أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُل لَّهُمَآ أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُل لَّهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا﴾ [الإسراء:٢٣].

هذه الآية الكريمة وجهت إلى التعامل مع الوالدين تحديدًا **بالقول الكريم**، لكننا سنرى أن هذا النوع من الكلام لا يقتصر عليهما فقط، بل يمكن توسيع استخدامه مع المقربين منا.

عن ابن طاووس عن أبيه قال: «من السُّنَّة أن يُوقَّر أربعة: العالم، وذو الشَّيبة، والسلطان[1]، والوالد».

ما المقصود بالقول الكريم؟؟ كيف يكون القول كريمًا؟؟

القول الكريم هو الكلام الذي يُشعِر الطرف الآخر بالتقدير... يشبع حاجات نفسية عنده... القول الكريم مثل الإنسان الكريم الذي يُعطي دون أن يُسأل ... أو يُعطي أكثر مما يُتوقَّع السائل ... فكذلك القول الكريم هو كلام يفيض به القلب... يُظهِر الحب والاحترام... يُشبع احتياجات الإنسان ... التي لا يستطيع نيلها من الكلِّ ولا طلبها دائمًا... والتي لا يُمكن سدَّها بالأفعال فقط.

حين تستشعر تلك الاحتياجات... وتقول كلامًا الغرض منه سَدُّ تلك الاحتياجات وإشباعها... يكون كلامك كريمًا... وحينما تعلم أنَّ غيرك محتاج لكلمات طيبة وتبخل حياءً أو خجلًا أو شُحَّ نفسٍ... فالنتيجة واحدة قولك ليس قولًا كريمًا..

سنشرح أكثر... كل إنسان منا لديه احتياجات نفسية؛ مثل: الحاجة إلى الحب... الحاجة إلى التقدير... الحاجة إلى الشكر... الحاجة إلى الثناء... الحاجة إلى الاحترام. حين نتكلَّم بكلماتٍ تُشبِع تلك الاحتياجات عند الوالدين -مثلًا- يكون قولنا كريمًا... لكن غالبًا

---

(١) وهذا يُشترط فيه السلطان المسلم المقسط، أما الظالم فالركون له ومدحه مُحرَّم، فعن ابن المبارك قال: «مداهنة الظَّلَمة أعظم من ظُلْمهم»؛ لأن المداهنة تزين لهم فِعْلَهم.

ما نكتفي بما هو أقل من الكفاية... ونستخدم حدًّا أدنى من الكلمات... ولا نحاول أن نُرضِي النفس التي أمامنا بكلمةٍ طيبةٍ، أو دعوةٍ خالصةٍ، أو ثناءٍ جميلٍ... فقَلَّ مَن يبذل ذلك لوالديه... وكذلك من الزوجة لزوجها أو لبَنِيها... أو العكس.

◇ **من الواقع:**

تخيل أن أمك اتصلت بكِ، وأنت تودين أن تقولي لها (قولًا كريمًا)... ما الذي يمكنكِ أن تقوليه ...؟؟

بإمكانكِ أن تقولي كأبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ... فقد ابتكر قولًا كريمًا... استفاده من القرآن... فكان حين يُسلِّم على أمه يقول لها: (السلام عليكِ... رحمكِ الله... كما ربَّيتيني صغيرًا)... هذا يُلبِّي احتياج الأم للتقدير... فقد قدَّر لها تربيتها... وحاجتها للكلمة الطيبة والدعاء..

◇ **اكتبي عبارات أخرى يمكن أن تكون قولًا كريمًا؟**

.....

.....

.....

☑ **هل يُستخدم القول الكريم مع الصغار أيضًا؟**

نعم مع الأبناء... فالطفل يحتاج إلى الشعور بأنه مهم... أنه محبوب... أنه مميز... أنه مُقدَّر. فيمكنك أن تقولي له: (أنا فخورة بك، وسعيدة بوجودك في حياتي، أنت غالٍ عليَّ، أنت عندي شخص مميَّز، أحبك أكثر كل يوم)... كلمات كهذه بين الحين والحين بدون إكثارٍ مُفسِدٍ؛ تُربي في الطفل الكرامة، وتُعلِّمه أن الكلمة الطيبة تُحدِث فارقًا... وتُربِّيهم على التقدير والاحترام المتبادَل.

◇ **حدِّثيني بكلمات أخرى... تُشبِع احتياجات الأطفال النفسية؟**

.....

.....

لكن رغم جمال هذا النوع من الكلام، إلا أنه ليس لكل الناس، بل هو للمُقرَّبين جدًّا... الأب والأم... الزوج أو الزوجة... الأولاد... أما الأصدقاء فلا... وكذلك الغرباء وكل أحد

غير مقرَّب... كما لا ينبغي الإكثار منه؛ لأن المدح الكثير قد يُفسِد... وقد يؤدي إلى الفتنة أو الغرور؛ التي تضر وتثبِّط عن العمل؛ قال تعالى: ﴿لَا تَحْسَبَنَّ ٱلَّذِينَ يَفْرَحُونَ بِمَآ أَتَوا۟ وَّيُحِبُّونَ أَن يُحْمَدُوا۟ بِمَا لَمْ يَفْعَلُوا۟ فَلَا تَحْسَبَنَّهُم بِمَفَازَةٍ مِّنَ ٱلْعَذَابِ﴾ [آل عمران: ١٨٨]، لا تمدحي أحدًا بما لم يفعل... ولا تكثري من الثناء بلا حدود... لا تُبالغي، ولا تُسرفي، واجعلي القصد والحكمة في كل كلامكِ.

وكذلك نهى الله عن تزكية النفس... ونهت السُّنَّة عن كثرة المدح والثناء... وذمَّت المدَّاحين، فالقول الكريم حدوده ضيقة، ويجب أنْ يُستعمل بحَذَرٍ، فبعض الكرم مع الشخص الخاطئ يُفسِد.

حين قال تعالى: ﴿فَلَا تَخْضَعْنَ بِٱلْقَوْلِ فَيَطْمَعَ ٱلَّذِى فِى قَلْبِهِۦ مَرَضٌ﴾ [الأحزاب: ٣٢]... هذا الخضوع يَسُدُّ احتياجًا من احتياجات الرجل للسلطة والمكانة والاهتمام... لكن استعماله مع غير الزوج... وتعمُّد إشباع حاجات لدى غيره... يجعله بالحرام يَطمَع... لكنه مع الزوج يجعله يشبع ويتمتَّع ويَقنَع.

حسنًا... السؤال الذي يطرح نفسه قبل أن نتابع:

- ☑ **من أين نعرف الاحتياجات النفسية للزوج والوالدين؟**
- ☑ **ما الذي يريد كلٌّ منهما سماعه؟**

نعرف ذلك بثلاث طرق:

١. أن أقيس على نفسي... فما الذي أُحِبُّ سماعه، أقوله أنا.

٢. ماذا لو لم أكن أعرف ما أحتاج بنفسي؟! إنَّ بعض الناس مصاب بجَلْد الذات للأسف... ولا يرى نفسه يستحق خيرًا... إذن تخيَّلي أنكِ تتحدثين إلى شخص مهم... مثل وزير، أو عالم، أو ضيف كريم، أو صحابي... ماذا ستقولين له؟ وتذكَّري أنتِ تقولين كلامًا كريمًا... لأنكِ كريمة وتريدين طاعة الله... لكن استخدمي هذا مع مَن يستحقه... والديكِ، زوجكِ، أولادكِ، أجدادك فقط.

٣. القراءة هي الطريقة الثالثة... فالكتب أشبعت موضوع الاحتياجات دراسةً... وجمعت أصول الاحتياجات الستة للأطفال كالتالي:

والآن نطرح للتطبيق حوارًا به أنواع التواصل السابقة كلها لنرى تنويع الأساليب ...

في جلسة حوار ... امرأة زوجها يريدها أن تجلس جلسة مختلطة وهي لا تريد ذلك **ماذا تقول لتقنع زوجها ؟**

☑ **تبدأ بتواصل معروف...** تقول: (لن أطيل عليك ... لا أحب أن أعصيك، ولكني لا أستطيع الجلوس في جلسات مختلطة مطلقًا... ولدي أسبابي إنْ أحببتَ أن تسمعني).

☑ **ثم تستخدم التواصل السديد** بالتسديد حول ما تريد إفهامه إياه ... ونفي ما قد يفهمه خطأ: (الجلوس المختلط عليه أكثر من ١٠ أحاديث تحرمه في القرآن والسنة، ونحن تزوجنا وكتبنا في العقد أننا تزوجنا على كتاب الله وسُنة رسوله، فيجب أن نلتزم بكتاب الله وسُنة رسوله؛ لذلك ليس هدفي الاعتراض وإغضابك... ولا التفريق بينك وبين أهلك... أو التقليل منهم... وأعلم أنكَ واثقٌ بمكانتهم عندي... ولأنك تحبني ستتفهَّم مشاعري حين تسمعني، فهدفي أن أطيع الله في الاختلاط كما أطيعه في احترامك).

☑ الآن تُبيِّن الرفض **بقول ميسور مع بعض القول الكريم...** فتقول: (أنا كما لا أحب أن أعصيك... لا أحب أن أعصي الله... أنت حبيبي وهو حبيبي... كما أنني لا أحب الجلوس مع رجلٍ غيرك... فرجولتك تكفيني... حبيبي... لا تدعني أتساهل بأنوثتي التي أَهْدَيتُها لكَ وحدك).

دورك أنتِ... استخدمي أنواع التواصل المتنوعة للحديث مع أمكِ... حول كسرها قوانينكِ مع الأولاد.

(قول معروف) .....

(قول سديد) .....

(قول كريم) .....

(قول ميسور) .....

بعض النقاط حول القول الكريم:

سؤال: أنا لا أعرف أن أقول كلامًا حلوًا... أخجل... أو أصلًا لا أعرف ماذا أقول... وأستغرب كيف لبعض الناس القدرة على إحضار كلماتٍ للمواقف... كيف أتمكن من قول كلام كريم على هذه الحالة؟

الجواب:

أختي... راقبي كلامكِ خلال النهار... هل هو نقد مثلًا؟ هل هو تذمُّر وشكوى؟ إنْ كان كذلك... فاعلمي أنكِ لَمَّا وُلِدتِ لم تكوني تتكلَّمين، وتعلَّمت ذلك الكلام تعليمًا من محيطك... إذن بإمكانكِ تعلُّم الكلام الحلو الكريم... مثلما نتعلَّم أي لغةٍ أو لهجةٍ أو شيءٍ جديدٍ...

يساعدك على هذا التعلُّم عدة أمور:

- أولها تذكُّر الأجر والثواب... في الحديث النبوي: «**الكلمة الطيبة صدقة**».

- وأمر من الله تعالى: ﴿**وَقُولُواْ لِلنَّاسِ حُسْنًا**﴾ [البقرة: ٨٣].

- وهو سببٌ لدخول الجنة، فالنبي صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيْهِوَسَلَّمَ قال: «**إِنَّ في الجنةِ غُرَفًا يُرَى ظَاهِرُها من باطِنِها، وباطِنُها من ظَاهِرِها**». فقال أبو مالِكٍ الأَشْعَرِيُّ: لِمَنْ هيَ يا رسولَ اللهِ؟ قال: «**لِمَنْ أَطَابَ الكَلامَ، وأَطْعَمَ الطَّعَامَ، وباتَ قائِمًا والناسُ نِيامٌ**».

- وقالوا في المثل: (لاقيني ولا تغديني) لأن طِيبُ الكلام أفضل من إطعام الطعام.

وفي حال كان الإنسان قليل الكلام الطيب سيصبح لا شعوريًّا مِنْ الهُمَزَة واللُّمَزة... فكلامه سيدور حول الذمِّ، والتذمُّر، والشكوى، والتعييب... فترك الخير يُوقِع حتمًا بالشر؛ كما قال الله: ﴿**وَلَمَّا جَآءَهُمْ رَسُولٌ مِّنْ عِندِ ٱللَّهِ مُصَدِّقٌ لِّمَا مَعَهُمْ نَبَذَ فَرِيقٌ مِّنَ ٱلَّذِينَ أُوتُواْ ٱلْكِتَٰبَ كِتَٰبَ ٱللَّهِ وَرَآءَ ظُهُورِهِمْ كَأَنَّهُمْ لَا يَعْلَمُونَ ۝١٠١ وَٱتَّبَعُواْ مَا تَتْلُواْ ٱلشَّيَٰطِينُ عَلَىٰ مُلْكِ سُلَيْمَٰنَ**﴾ [البقرة: ١٠١-١٠٢]، تركوا تلاوة القرآن... فاتبعوا تلاوة الشيطان، تركوا الكلام الطيب... فذهبوا للكلام الخبيث.

ولهذا؛ فالتدرُّب على الخير مهمٌّ جدًّا لكِ... وهو جهاد... والجهاد لفعل الطاعة يُسبِّب الهداية للقلب: ﴿**وَٱلَّذِينَ جَٰهَدُواْ فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا**﴾ [العنكبوت: ٦٩].

- اسمعي مَن حولكِ وكل شخص محبوب... راقبي كلماتهم... وقلديهم.

- ابدئي بالكتابة إنْ عَجَزتِ عن النطق المباشر... حتى تعتادي.

- اقرئي في كتب الأدب... واجمعي من محيطك ما قد يصل لسَمْعك... وخزِّني في ذاكرتكِ من كلامٍ سمعتِه في وسائل الإعلام ما يُحَسِّن مخزونك من الكلام الجميل.

من المهم أنْ تبدئي باستخدامه ليصبح عادتك... واعلمي أنكِ لو كنتِ تقرئين باستمرارٍ لأصبحَتْ كلماتك تتدفَّق كالنهر...

فأنتِ تتكلَّمين بما تعلمتِه من عقلٍ واحدٍ هو والدتك أو والدك... والكتب تُهدِيكِ عقولًا أخرى.

حينما بدأتُ أُعوِّد نفسي على الكلام الجميل جمعتُ الحروف العربية... وفكَّرت بكلمةٍ تبدأ بكلِّ حرفٍ... وبدأتُ أستخدمها على الترتيب... مثلًا:

أ: أميري... أميرتي... أمورتي... أماني..

ب: بدري... بهجة قلبي..

ت: تاج رأسي..

ث: ثباتي... ثمرة قلبي..

ج: جميل... جنتي..

ح: حياتي... حنونتي..

خ: خيراتي... خير الأحباب..

وهكذا حتى ننتهي من جميع الحروف.

اعلمي أن الكرم على الوالدين والزوج والأولاد... يُرَدُّ في الحياة قبل الممات... فبينما تعيش التي كلامها الجميل قليلٌ في عناءٍ مِن عدم تقديرها والثناء على جهودها... وتعاني جفاف مشاعر زوجها تجاهها... وجفاء والديها... وعدم احترام أبنائها لها... وتَجِد مَن اعتادت طيب الكلام يُرَدُّ لها بعد حينٍ وزمنٍ... يجد الكُلُّ نفسَه مُجبَرًا على احترام مَن تُقدِّر وتمنح الكلمة الجميلة...

كما أنَّ عِشْرة الرجل البخيل بماله تعيبه... فعِشْرةُ المرأة البخيلة بكلماتها تعيبها عيبًا أكبر... لماذا؟

إنَّ المال يُجلَب من الخارج... والرزق ليس بيد الرجل والفقر ليس دائمًا بسببه ... أما كلماتكِ فهي موهبةٌ ذاتيةٌ... لن تُحضِريها من الخارج... ولا توجد أنثى لم تُوضَع بها إمكانيات التحدُّث العاطفي...

تخلَّصي من شُحِّ نفسكِ... وتدرَّبي على القول الكريم حتى يصلح لسانك وحالك... وتَجِدِي صفحتك في آخر اليوم أكثرها كلامٌ طيبٌ.

سؤال ثانٍ: أنا أقول دائمًا: (جزاكم الله خيرًا... بارك الله فيكم... أسعدكم الله)... هل هذا كافٍ...؟؟

الجواب:

لا... هذا كلام طيب، ولكنه لا يقع ضمن خانة القول الكريم... القول الكريم يُشبِع حاجات الإنسان... ويشعره بالتقدير والاهتمام والتميُّز... هذه الكلمات قوليها للناس كلهم، ولكن للزوج والوالدين والأبناء خصوصية... هم فوق الناس كلهم، (جزاك الله خيرًا) ستصبح (جزاك الله خيرًا يا سيد رأسي)... و(شكرًا) ستصبح (شكرًا لأغلى أمٍّ وأعظم نعمة)... و(أسعدك الله) ستصبح (أسعدك الله يا سبب سعادتي، فداك أنا)... وهكذا.

تدريب:

الآنَ... حوِّلي الكلمات التالية لكلامٍ كريمٍ:

(تسلم يدك) .....

(سلامتك) .....

(بارك الله فيك) .....

(مع السلامة) .....

(صباح الخير) .....

أخواتي...

القول الكريم هو كلام يُعبِّر عن الحب والتقدير... يُشبع احتياجات نفسية... يُستخدم مع المقرَّبين... وليس الغرباء... يُبنَى على نيةٍ طيبةٍ، وإخلاصٍ لله... فلا تبخلي بلفظةٍ طيبةٍ... فهي قد تكون سببًا في دخولكِ الجنة... وقد تكون سببًا في إصلاح قلب مَن تحبين.

هيا قومي وقولي لمن في البيت معك: تصبحون على خيرٍ... كان يومي جميلًا لأنكم في حياتي... شكرًا من قلبي لله الذي أنعم عليَّ بوجودكم...

الدرس التاسع: القول اللين

هذا القول هو **ترياق التواصل العنيف**... فهذا النوع يُستَخدم في النقاش مع طرفٍ عنيدٍ مكابرٍ... وهو الأمل الوحيد لتغيير رأي إنسان مكابر... لا يوجد حل آخر... ولو كان هناك حلٌّ آخر لكان الله أمر به نبيَّه موسى عَلَيْهِ السَّلَامُ أثناء جداله فرعون... قال تعالى: ﴿**ٱذۡهَبَآ إِلَىٰ فِرۡعَوۡنَ إِنَّهُۥ طَغَىٰ ۝٤٣ فَقُولَا لَهُۥ قَوۡلٗا لَّيِّنٗا لَّعَلَّهُۥ يَتَذَكَّرُ أَوۡ يَخۡشَىٰ**﴾ [طه: ٤٣-٤٤]... (لعله) فهو الأمل الأخير.

ما القول اللين... كيفيته... شروطه... وصفه... هذا ما سنتعلمه؟

القول اللين هو أسلوبٌ من القول مهمٌّ جدًّا للنساء... نعم للنساء اللاتي ابتُلينَ بأزواجٍ عنيفين... أزواجٍ نرجسيين... أزواجٍ عنيدين... أزواج ورثوا طِبَاع فرعون... القول اللين ليس ضعفًا... بل هو قوة حقيقية... قوة تكسر العنف بكلمات رقيقة، وتُلِين القلوب الصلبة بكلمةٍ واحدةٍ فقط.

أول شيء نريد أن نعلمه... أن القول اللَيِّن ورحمة الله مقترنانِ... فالذين درَّبوا أنفسهم حتى يُلِينوا الكلام سيتنعَّمون برحمة الله... ﴿فَبِمَا رَحۡمَةٖ مِّنَ ٱللَّهِ لِنتَ لَهُمۡۖ﴾ [آل عمران: ١٥٩].

لذلك لا تطلبي رحمة الرجل العنيف بكِ... بل تعلَّمي القول اللين... تنالي رحمة الله عَزَّوَجَلَّ... وعندها تشعرين ببَرْدٍ على قلبكِ... وأنتِ تحتاجين ذلك... لأن احتراق القلب بأذى الكلام العنيف يَضرك.. ولهذا وَاسَى اللهُ رسولَه عندما كان يُحزِنه قولٌ قبيحٌ.

اكتبي الآية التي واسى الله بها رسوله:

.....

.....

ما معنى القول اللَيِّن؟ وما الفرق بينه وبين المداراة والمداهنة والنفاق؟

القول اللين: أن يكون الكلام الموجَّه لا يؤذي شخص المتكلم في ذاته... ولا يصادمه مباشرةً... بل توضع الكلمة القاسية في كثيرٍ من الكلمات الرقيقة... ليسهل تمريرها.

أما المداراة: فهي تأجيلُ النقاش... وصرف المتكلم عن موضوع الكلام بلطفٍ... حتى لا يتحوَّل النقاشُ لعصيانٍ.

وأما النفاق والمداهنة: فهو أنْ نُوجِّه للمخطئ كثيرًا من الكلمات الرقيقة... دون وضع أيِّ كلمةٍ قاسيةٍ... تُرِيه خطأه ورَفْضَنا لفعلِهِ.

❤ الكلام اللين مهم جدًّا جدًّا للأنثى... ويتناسب مع شخصيتها ورِقَّتها... وطبقات صوتها ونعومة مَلمَسها... وهو الطريقة الوحيدة التي تجعل الرجل يعترف بوجودها وعقلها.

إنه الطريقة الوحيدة التي يُوصِّل تطبيقها إلى النتيجة التي تَحَدَّثَ عنها رسول الله صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيْهِوَسَلَّمَ بقوله: «ما رأيتُ ناقصات عقلٍ ودينٍ أَذْهَب لِلُبِّ الرجل الحازم منكنَّ»... الرجل الحازم رجلٌ لا يُغيِّر قراراته بسهولةٍ... وكلمته لا تُكسَر بين الرجال... الأنثى بالكلام الليِّن تذهب بلُبِّه... أي عقله وقلبه... فيتنازل مع الزمن عن حَزْمِه أمام لِينِها... مع كونه يعرف أنها أضعف منه.

كما أنَّ القول الليِّن مهم للأنثى لآخرتها أيضًا... فهو سببٌ من أسباب نجاتها من النار... ونحن **نعلم أنَّ كثيرًا من النساء يدخلْنَ النار** بسبب كفران العشير واللعن... أي بسبب أنها لا تتكلَّم بالكلام الليِّن... قال رسول الله صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيْهِوَسَلَّمَ: «**حُرِّم على النار: كل هيِّن ليِّن سهل، قريب من الناس**»[1].

وكذلك المرأة التي صامت وقامت وآذت جيرانها بلسانها... فقط بلسانها لم تتكلَّف أن تقول كلامًا هيِّنًا... مع أنه أسهل من الصلاة والقيام... قال الرسول صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيْهِوَسَلَّمَ عنها: «**هي في النار**».

لقد أعطى الله المرأة قدرة عظيمة على الحديث... لتستخدمها في تليين الرجال وتربية الأطفال... **فإنْ بدَّلت نعمة الله كفرًا**... وجعلَتْ نعمة الكلام سببًا للآثام والقسوة على مَن حولها في الانتقاد... سببًا لتقسية قلوب الأطفال والرجال... سببًا لإزعاج الأسماع... سببًا لضيق الصدر. ما أقبح تلك المرأة!! قبيحة هي... ولو كانت ملكة جمالٍ... تصديقًا لقول رسول الله صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيْهِوَسَلَّمَ: «**ما كان الرِّفْق في شيءٍ إلا زانه، وما نُزِع من شيءٍ إلا شَانَه**».

---

(١) صحَّحه الألباني.

حَاوِلْنَ أن تنظرنَ لثلجٍ يذوب في كوب ماء دافئ... لتعرفْنَ الفرق بين الكلام القاسي والكلام اللين... وتذكَّرْنَ المعنى دائمًا؛ هل يمكنكِ بلع ثلجة مهما كنتِ عَطشَى؟!

لنفرض أن رجلًا ينتقد ابنه بقسوةٍ وسباب... لأنه يريد أن يُغيِّره... وأنا أرى طريقته تكسر الطفل (الأب مخطئ.. وسلوكه قاسي)... وأنا سأناقش الرجل... هل أقوم أنا بكسر الرجل والقسوة عليه... لأقنعه بترك القسوة؟؟؟ لا... جملة (الأب مخطئ.. وهذه قسوة) مثل الثلج القاسي... تحتاج تليينًا... سأضعها بين عبارات كثيرة لتصبح سهلة... مثلًا أقول: (والله إني محظوظة أنك تحرص على الأولاد وتربيتهم... آباء كُثُر لا يُحرّكون ساكنًا... ينطبق عليهم قول القائل: لا يُقدِّم ولا يُؤخِّر... ولا يساعدون الزوجات على التربية... اللّٰهُمَّ لا تحرمني معونة زوجي... وأَدِمْه سندًا لي... لكن أنا أحسست أن الولد مكسور القلب... والشيطان قد يوهمه أنك لا تحبه... وأنا أحب أن يشعر أنك صديقه... وأنه لا ينكسر إلا لو عاش بدونك... وأنكَ أنت سنده... فقُلْ له إنك تحبه... وتثق في أنه لن يكرر خطأه... لأنك تُربِّيه للزمن).

أذبنا الجليد... أصبح الكلام ككوب ماءٍ باردٍ على قلب الرجل.

- هناك عدة طرق لإذابة الجليد... لتليين كلام النقد والعتاب...

تدريب :سأعطيكِ عبارات نعتبرها كالجليد... وعليكِ أن تُليِّنِيها:

(أنتَ أناني ما فكرت إلا بنفسك).

.....

(تصرفك يُعَدُّ طمعًا في شيءٍ ليس من حقك).

.....

(أنت لا تؤتمن على سرٍّ).

.....

(هذا اللباس لا يناسبك).

.....

☑ **مساعدتك على اللين بعدة أفكار:**

١- البدء بذكر حسنات الشخص قبل طلب الجديد الناقص.. نأخذ أمثلة من القرآن والسُّنَّة، فالقرآن مليء بهذا الأسلوب اللين: فينادي الذين آمنوا.. ويا عبادي.. وقُلْ للذين هادوا... فهذه حسنات لهم، ثم يورد العتاب؛ كقوله تعالى: ﴿**أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ ءَامَنُوٓاْ أَن تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ ٱللَّهِ**﴾ [الحديد: ١٦]. وفي السُّنَّة يقول رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لابن عمر: «**إنَّ عبد الله رجل صالح، لو أنه يقوم الليل**».

الآنَ نجيب على جملةٍ من جمل السؤال المطروح بهذا الأسلوب، ما نقول لِمَن (تصرفه طمع فيما ليس له)؟

مثلًا: أنت معروفٌ عند أهل الحي وأهلي بالخير والصلاح... وسُمْعتك طيبة... فأخاف يُفهَم تصرفك على أنه طمع فيما بأيديهم... وأنت أكيدٌ لستَ هكذا.

٢- ذكر كلام يدل على الحرص على المنصوح وعلى مكانته لدينا.. في القرآن.. قوله تعالى: ﴿**يَٰنِسَآءَ ٱلنَّبِيِّ لَسْتُنَّ كَأَحَدٍ مِّنَ ٱلنِّسَآءِ إِنِ ٱتَّقَيْتُنَّ فَلَا تَخْضَعْنَ بِٱلْقَوْلِ**﴾ [الأحزاب: ٣٢] مثالٌ على ذلك. وفي السُّنَّة مثال في قول النبيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لمعاذ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ: «**إنِّي لأحبك؛ فلا تَدَع دُبُرَ كل صلاة أن تقول...**».

الآنَ... دعونا نحن نستخدم هذا الأسلوب مع الذي (لم يحفظ السرَّ)... فنقول مثلًا: (والله إني لأحبك... وإنك أغلي عندي من نفسي... وإنه لو رجل آخر من أقاربي والله ما كلمته... ولن أخاف عليه... لكن لمنزلتك عندي أكلمك... فأنا أخاف عليك أن تُحاسَب لأنك لم تحفظ السر... وأنا أحب أن تكون محلَّ ثقةِ الجميع... مثلما أثق بك).

٣- استخدام طريقة (ما بال أقوام).. أي عدم ذِكْر صاحب الذنب الصريح... بل ذِكْر أقوام آخرين فعلته. ومثال ذلك في القرآن قوله تعالى: ﴿**كَٱلَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ كَانُوٓاْ أَشَدَّ**

مِنكُمْ قُوَّةً وَأَكْثَرَ أَمْوَٰلًا وَأَوْلَٰدًا فَٱسْتَمْتَعُوا۟ بِخَلَٰقِهِمْ فَٱسْتَمْتَعْتُم بِخَلَٰقِكُمْ كَمَا ٱسْتَمْتَعَ ٱلَّذِينَ مِن قَبْلِكُم بِخَلَٰقِهِمْ وَخُضْتُمْ كَٱلَّذِى خَاضُوٓا۟ ۚ أُو۟لَٰٓئِكَ حَبِطَتْ أَعْمَٰلُهُمْ فِى ٱلدُّنْيَا وَٱلْءَاخِرَةِ ۖ وَأُو۟لَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْخَٰسِرُونَ﴾ [التوبة: ٦٩]. وفي السُّنَّة هذه الطريقة مشهورة.

فهيَّا نستعملها لذلك (الأناني)... لنقول له: (زوجي الغالي... هناك زوج لإحدى النساء... كان مهملًا لزوجته وأولاده في حياته... فرحل فلم يَرضَ أحدٌ من أهله السفر معه... وكل قوانينه كسروها... وندم كثيرًا... لأنه لم يحسب حساب هذا اليوم... لم يكن مهتمًا بهم لَمَّا احتاجوه... فما اهتموا لَمَّا احتاجهم... أنا مستغربة كيف هانت العِشْرة على زوجته وأولاده، لكن الأنانية فعلًا نتائجها سيئة في الدنيا والآخرة... الله يُحنِّن قلوبنا على بعض... أنا وأنت فعلًا علينا أنْ نفكر في حالة ضعفنا ونعد لها، ونتعلم من قصص الآخرين ونهتم ببعضنا).

٤- أن تقوم بعرض النقد.. ثم التراجع عنه... ليكون الرأي سُمِعَ... ولا يكون الرأي بمثابة الأمر المُلزِم الذي عصيانه معصية... وهذا يظهر في القرآن في قوله تعالى: ﴿ٱلْـَٰٔنَ خَفَّفَ ٱللَّهُ عَنكُمْ وَعَلِمَ أَنَّ فِيكُمْ ضَعْفًا ۚ﴾ [الأنفال: ٦٦]... بعد أنْ طرح الرأي الأكمل ثم لم يلزمهم به. وكذلك السُّنَّة فيها أدلة كثيرة على الأكمل ثم تَرْك الأمر به... مثل السواك عند كل صلاة.

ولهذا سنستخدم هذا الأسلوب في الجواب الأخير عن الشخص الذي (يلبس ما لا يليق)... نقول له: (جرِّب هذا اللباس... إنه أنسب وأفضل برأيي من هذا... ويليق بك.. إممم... كلا.. كلا.. اختر ما يناسبك... فقد لا يُعجِبك ذوقي).

تدريبك أنت :

- جرِّبي الآنَ أنْ تُذِيبي هذا النقد القاسي لتقولي كلاما ليِّنًا:

(طريقة كلامك تدل على الغرور والتكبُّر)... جرِّبي الطرق... واكتبي ما قد تقولينه وأذيبي الثلج بلين الكلام...

.....

.....

أخواتي...

القول اللين هو سلاح المرأة الرقيق ضد العنف والقسوة... هو طريق التغيير بلا إحداث جراحٍ... هو باب الرحمة الذي يفتحه الله لمن يُحسِن استخدامه... هو موهبة الله لكِ... فلا تحرمي نفسك من هذه الموهبة... واستفيدي من القرآن والسُّنَّة في تعلُّم هذا الأسلوب... وارسمي الطريق نحو التغيير بهدوءٍ، وثقةٍ، وإيمانٍ.

الدرس العاشر: القول الحسن الطيِّب وأنواعه

بقي لدينا نوعان: القول الحسن مع الناس، والقول البليغ في الوعظ.

والآن سنتعلم بعض قواعد **القول الحسن**:

قال تعالى: ﴿**وَقُولُواْ لِلنَّاسِ حُسْنًا**﴾ [البقرة: ٨٣].

وهذا القول له اسمان في السُّنَّة... (الكلمة الطيبة .. قول الخير)... **فكيف يكون الكلام خيرًا وطيبًا وحسنًا.**

يظن الناس أن هذا مرتبط **بنِيَّة** الشخص نفسه... أن تكون نيته طيبة... أو نيته فعل الخير... أو نيته حسنة... ولكن هذا غير صحيح أبدًا، نعم... النية شرط لكون الكلام له أجر عند الله أم ليس له أجر... لكن هذا لا يعني أن النية تجعل الكلام طيبًا وحسنًا وخيرًا..

وهنا... **على الإنسان أن يقف على باب لسانه حارسًا.**

قبل أن نبدأ بتفصيل الأمر.. فلنعرف قيمة تعلُّمه.

فالنتيجة الحتمية اللازمة التي لا تتبدل لعدم استخدام الكلمة الطيبة والتدرُّب عليها نتيجة واحدة... وهي ﴿وَلَوْ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ ٱلْقَلْبِ لَٱنفَضُّواْ مِنْ حَوْلِكَ﴾ [آل عمران: ١٥٩].

إذا انفضَّ عنكِ زوجُكِ... وأصبح لا يرتاح بالبيت... وإذا انفضت الزوجةُ عن الزوج... فأصبحت لا ترتاح لعِشْرته... وتتمنى خروجه أو موته إنْ لم تستطع الطلاق منه... إذا انفضَّ عنكِ أولادكِ وأصبحوا لا يعرفونكِ ولا تعرفينهم... ولا يُحدِّثونكِ بأسرارهم... وإذا انفضَّ عنكِ الناس فرأيتِهم قليلًا ما يتفقدونك ويزورونك... **فلنعلم أنَّ كلَّ نفورٍ سببه التقصير في الكلمة الطيبة.**

ترك الكلمة الطيبة سببٌ لنمو الخبائث والأخلاق الفاسدة، وعدم ثبات أيِّ خُلُق طيِّب في الطفل، ولو فعله أمامنا فلن يصبح ثابتًا بمجرد ما نغيب...

فإذا رأيتِ أطفالًا كذلك... وكلما كبروا زادت أخلاقُهم الفاسدة... فاعلمي أن هناك توجيهًا مستمرًّا لهم بدون كلمةٍ طيبةٍ... **حصائد الألسن آثارها فساد عظيم في الدنيا**

فكيف بالآخرة.

لذلك وجب علينا أن نُخلِّص ألسنتنا من كل شرٍّ، والشرع لم يجعل لأحدٍ عذرًا، فمَن لم يتعلم هذا النوع من الكلام الطيب فليسكت... **(فليَقُلْ خيرًا أو لِيَصْمُت)**.

رأيت مرةً في فلسطين أُمًّا خرساء لا تتكلم... تُوجِّه ابنها بالإشارة... ويرد عليها بمثلها. سبحان الله... **لن يُؤثِّر** السكوت على التفاهم والتواصل، إنما الذي **يُؤثِّر** هو الكلمة الخبيثة... وهي التي تجعل طاعتنا ثقيلةً... وأطفالنا ممتلئين غضبًا منا.

فلنستخدم ألسنتنا في الكلمة الطيبة... إذن فلا أعذار وعلينا الاستغفار واتِّباع السيئات التي فعلناها بحسناتٍ.

والكلام الحسن الطيِّب الخيِّر له عدة أنواع... منها: الاستغفار للناس... التواصي بالصبر... الدعاء لهم... تحريض المؤمنين... والإعراض عن بعض... التعبير عن الحب... عبادة الشكر. والتفاصيل لتلك الأنواع في الصفحات التالية.

الدرس الحادي عشر: الكلمة الطيبة الأولى
(الاستغفار للناس)

قال الله تعالى: ﴿فَٱعۡفُ عَنۡهُمۡ وَٱسۡتَغۡفِرۡ لَهُمۡ وَشَاوِرۡهُمۡ فِي ٱلۡأَمۡرِۖ﴾ [آل عمران: ١٥٩]، وقال: ﴿وَٱسۡتَغۡفِرۡ لَهُمُ ٱللَّهَۚ إِنَّ ٱللَّهَ غَفُورٞ رَّحِيمٞ﴾ [النور: ٦٢]، وقال أيضًا: ﴿وَٱسۡتَغۡفِرۡ لَهُنَّ ٱللَّهَۚ إِنَّ ٱللَّهَ غَفُورٞ رَّحِيمٞ﴾ [الممتحنة: ١٢]...

الاستغفار للناس أمرٌ مطلوبٌ... لقد طلبه الله من رسوله... كان رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُكثِر منه حتى مع أعدائه... **فلماذا لا نستخدمه في حياتنا اليومية مع من نحب؟**

الاستغفار للناس هو أن تطلب من الله أن يغفر لهم، ويصفح عنهم، ويقبل توبتهم... سواء كانوا زوجك، أولادك، والديك، أخويك، جارتك... أو حتى مَن أساء إليكِ... الاستغفار للناس ليس مجرد كلمة جميلة فقط... بل هو دعاء، وتواصل، وشفاء للقلوب.

فلنُكثِر من ذلك في كلامنا للناس والزوج والأولاد.

مثال:

- ☑ سكب الولد الطعام على الأرض... قولي: غفر الله لك يا ولدي، هيا نتعاون للتنظيف.
- ☑ رفع الرجلُ صوته في غضبٍ... قولي: الله يغفر لك ويتوب عليك، لا يهون عليَّ غضبك، اهدأ .
- ☑ لوَّث الولد ثوبه... قولي: اللّهُمَّ اغفر لابني، اخلعه وانقعه بالماء حتى أغسله.
- ☑ أساءت الزوجة خُلُقها مع الزوج... من الرائع أن يقول لها الزوج: غفر الله لكِ لما تهدئي نتكلم.

(ابحثي عن حديثٍ ضحكت منه عائشة... يُبيِّن استغفار الرسول الرائع لزوجته وللمؤمنين).

.....

.....

والآنَ نطرح مثالًا واقعيًّا لاستخدام الاستغفار مع الزوج كوسيلةٍ للتواصل... ليس مجرد كلمة طيبة عابرة..

☑ زوج غضب من زوجته فصرخ بها... وقال لها: أنتِ غبية متخلفة (أكرمكم الله)... وهذه ليست عادته الدائمة، بل هو إنسان محترم ولكنه زلَّ ...

الآنَ تريد الزوجة معاتبته على ذلك... تقول له: (زوجي الغالي... من قلبي أدعو لكَ... الله يغفر لك... ويتوب عليك... ويسامحك ويعفو عنكَ... ويُكفِّر سيئاتك يوم الحساب.. لكن، حتى لو كنتُ أستحق الكلام الذي قلتَه... لا تخسر حسناتك بسببي... لا تُسجِّل في كتابك سيئات وتكسب ذنوبًا ..... أنا حبيبتك وأنت معلمي... لو غلطت استغفر لي... وادعُ لي وعلِّمني.. وكما استغفرتُ لكَ وسامحتكَ... استغفر لي الآن... ودعنا نطوي هذه الصفحة)..

الدرس الثاني عشر: الكلمة الطيبة الثانية
(التواصي بالصبر/نشر السلام)

وردت هذه الوصية بالتواصي بالصبر مرتين في القرآن... ابحثي عنهما؟

.....

.....

للتواصي بالصبر أنواع وأشكال متعددة... نأخذ منها:

- نشر السلام والطُّمَأْنِينة في قلب مَن نحسبه على خيرٍ غير مستهين بالشرع... ﴿وَإِذَا جَآءَكَ ٱلَّذِينَ يُؤۡمِنُونَ بِـَٔايَٰتِنَا فَقُلۡ سَلَٰمٌ عَلَيۡكُمۡ كَتَبَ رَبُّكُمۡ عَلَىٰ نَفۡسِهِ ٱلرَّحۡمَةَ﴾ [الأنعام: ٥٤].

تخيَّلي أنكِ داخلة على رسول الله صَلَّىٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ... وَيُحَيِّيكِ بذلك... أيُّ حبٍّ لربك سيقع في قلبك ثم لرسولك؟!

- حدثتنا معلمتنا في الجامعة أنها كانت تشعر أنها لا شيء... ومقصرة... ولا قيمة لها، حتى جاء محاضرٌ جامعيٌّ... وأعطى درسًا عن أولياء الله... وجزائهم عند الله من ولايته ونُصْرته وأَمْنه وطُمَأْنِينته وجنته... وهي تفكر في الصالحين والعلماء والصحابة... وقد استحقوا ذلك كله، ثم استوقفهم المحاضر... وقال: هل تعلمون مَن هم أولياء الله؟ فرفع الحاضرون أيديهم: الأنبياء... الصحابة... الشهداء. عندها قام المحاضر وعلا صوته وقال: هؤلاء أولياء الله في الزمن السابق... أنتم أولياء الله على الأرض الآنَ.. ألستم لا تشركون به؟ ألستم تُصلون له؟ ألستم تعبدونه وحده؟ ... لو أراد الله نصر أحدٍ على الأرض فسينصركم أنتم... أنتم الذين دمهم حرام... أنتم الذين حين يتكلم القرآن عن المؤمنين يقصدهم. تقول المعلمة: فشعرتُ أنَّ الله يحبني فأحببته...

نعم؛ نحن بحاجةٍ لِمَن يعيد لنا الشعور بالسلام والرحمة.. بكلمته الطيبة.. بحاجةٍ لمن لا

يعاتب الصالحين.. ولا يلومهم.. ولا يُبكِّتهم، تجدين مَن التزمت بحجابٍ كاملٍ... عباءةٍ على الرأس، ثم يقول لها قائلٌ: قاتلك الله، الله رحمن ليس بحاجةٍ لعملكِ هذا.. هذا تعقيد... والكلمة الطيبة تقتضي حينما نرى إنسانًا يبذل أيَّ مجهودٍ ابتغاء مرضاة الله مهما قلَّ أن ندعوَ له بالسلام، ونُذكِّره أنَّ تقرُّبه من الله لن يَضِيع... فهو رحيمٌ.. يرحم كلَّ مَن تقرَّب شبرًا أو أقل أو أكثر.. ومع كثرة ما ورد من أحاديث في السلام والتسليم... تجد الإهمال قائمًا لهذه العبادة... فقَلَّت البركةُ في البيوت.

كذلك مَن يبذل أيَّ مجهودٍ لعمل شيءٍ صحيح... فإنه ولو أخطأ علينا نشر السلام وتذكيره برحمة الله.

مثلًا: ابني يريد أن يكتب لي رسالةً... فاستخدم أقلام المكياج بدلًا من الأقلام العادية... أعلم أنَّ هذا يُتْلِفها ويفسدها، ولكن الالتفات للخطأ قبل أنْ نلتفت للعمل الصحيح الذي أراد القيام به... يجعل الصحيح يموت... ويُشعِره أنَّ إعداد الرسائل للآخرين ومحاولة التعبير عن المشاعر أمر سيئ.

ونقول للطفل: سلام عليك يا ولدي... قال لنا رسول الله صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ أن نخبر مَن نحب بذلك... وأنت كنتَ تريد أن تخبرني بحبِّك... والله سيعطيك حسنات... لأنك أردتَ ذلك... ولكن استخدام أقلامي أمرٌ يزعجني... عدني أن لا تستخدمها... وأن تستخدم هذه الأقلام الخاصة بك..

مثال آخر: ابنتي تحاول مساعدتي في إعداد (المحشي)... فثقبت القطعة... بدل أنْ ننشر الخوف والرعب... فإننا ننشر السلام: سلَّمك الله يا ابنتي... أنتِ تحاولين المساعدة... وتحاولين بِرِّي... وسوف يأجركِ الله على نيتك... ولكن ما رأيكِ لو تتركِين الحفر حتى العام القادم... فقط تساعديني الآن في الحشو... لأنني أَجِد أنَّ عليَّ تدريبك أكثر.

مثال ثالث: زوجٌ أحضر ما طلبته زوجته بطريقةٍ خاطئةٍ... لم يفهم المطلوب... أو أحضر بديلًا رديئًا... أو نقص ما طلبتِه... قولي: سلَّمك الله يا زوجي... جزاكَ الله خيرًا على قيامك بتلبية مطالبنا... والله لن يضيع أجرك... لكن يبدو أنكَ نسيت إحضار هذا الشيء.

هكذا نُكثِر السلام في بيوتنا...

سلام عليك... سلمك الله... تسلم وتغنم.

والسلام عند الدخول... نقتدي بدعاء الرسول للمؤمنين ﴿سَلَٰمٌ عَلَيۡكُمۡۖ كَتَبَ رَبُّكُمۡ عَلَىٰ نَفۡسِهِ ٱلرَّحۡمَةَ﴾ [الأنعام: ٥٤].

حاولي أن تطرحي مثالًا واقعيًّا لاستخدام كلمة (السلام عليكم) في مواجهة جهل الجاهلين؟

الجواب:

أسوق إليكِ مثالًا واقعيًّا لاستخدام السلام في مواجهة اللغو... قال تعالى واصفًا عباده المؤمنين: ﴿وَإِذَا سَمِعُواْ ٱللَّغۡوَ أَعۡرَضُواْ عَنۡهُ وَقَالُواْ لَنَآ أَعۡمَٰلُنَا وَلَكُمۡ أَعۡمَٰلُكُمۡ سَلَٰمٌ عَلَيۡكُمۡ لَا نَبۡتَغِي ٱلۡجَٰهِلِينَ﴾ [القصص: ٥٥].

التسليم على الناس في هذا الموضع هو الهجر الجميل... أي الابتعاد عن كثرة مخالطتهم... التي تُضيِّع العمر... والاكتفاء بحق السلام والإسلام... فلا نهجرهم هجرًا تامًّا أو نقاطعهم قطيعةً متكاملةً... نُسلِّم متى لقيناهم... ثم نُكمِل طريقنا للأعمال الجادة النافعة... متمنين لهم السلامة مما هم فيه من الحياة الضائعة...

لقد أردتُ من خلال هذا الطرح بيان قيمة السلام الذي لا ينقطع... حتى مع هذا النوع من البشر... فافشوا السلام بينكم.

والقول الحسن الطيب الذي أمرنا الله به... وعلَّمنا الله إياه في القرآن... علينا أنْ نتمسك به ونُطبِّقه في حياتنا... قال تعالى واصفًا المؤمنين الذين كتب الله لهم الجنة: ﴿وَهُدُوٓاْ إِلَى ٱلطَّيِّبِ مِنَ ٱلۡقَوۡلِ وَهُدُوٓاْ إِلَىٰ صِرَٰطِ ٱلۡحَمِيدِ﴾ [الحج: ٢٤]..

أَنْ يَهديَكِ الله... ويَدُلَّكِ إلى الكلام الطيب... ويُرسِلَ لكِ مَن يُذكِّرُكِ به... فتتمكَّني مِن التوبة من الكلام الخبيث... تلك هدايةٌ عظيمةٌ... تُعِين على سلوك الصراط المستقيم.

الدرس الثالث عشر: الكلمة الطيبة الثالثة
(الدعاء لهم)

قال الله تعالى: ﴿قُلِ ٱلۡحَمۡدُ لِلَّهِ وَسَلَٰمٌ عَلَىٰ عِبَادِهِ ٱلَّذِينَ ٱصۡطَفَىٰٓۗ﴾ [النمل: ٥٩]... فاللَّهُمَّ بلِّغ عبادك المصطفين منا السلام... وفي مقدمتهم قُدْوَتنا وأُسْوَتنا محمد صَلَّىٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ... وسنقتدي به في الكلمة الطيبة الثالثة التي أمره الله بقولها للمؤمنين بعد (الاستغفار... والسلام).

نأتي إلى قوله تعالى لنبيه صَلَّىٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ: ﴿خُذۡ مِنۡ أَمۡوَٰلِهِمۡ صَدَقَةٗ تُطَهِّرُهُمۡ وَتُزَكِّيهِم بِهَا وَصَلِّ عَلَيۡهِمۡۖ إِنَّ صَلَوٰتَكَ سَكَنٞ لَّهُمۡۗ وَٱللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾ [التوبة: ١٠٣]... والصلاة على الناس هي الدعاء لهم... خصوصًا عند عمل الواجبات.

انتشر بين الكثيرين ترك تقدير عمل الواجبات... حتى باتت كلمة (لا شُكْر على واجبٍ) ثقافة مجتمعية... لكنَّ الآية تُعلِّمنا أن الشكر على الواجب ضروريٌّ.. بل وحدَّثتنا عن أثره النفسي.. ﴿سَكَنٞ لَّهُمۡۗ﴾.

سيأتي المؤمنون للرسول صَلَّىٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ بزكاتهم الواجبة... والنبي صَلَّىٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ سيُصلِّي عليهم... ويدعو لهم؛ فكيف طبَّق الرسول صَلَّىٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ الآية؟ لنستفيد نحن في تواصُلنا.

روى مسلم عن ابن أبي أوفى: أن أباه أتى النبي صَلَّىٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ بصدقته... فدعا النبي صَلَّىٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ له، وقال: «**اللَّهُمَّ؛ صَلِّ على آل أبي أوفى**».. فدعا للرجل دعاءً يشمل كلَّ مَن يحبُّ... وليس له وحده.. وهكذا نحن سنفعل... حين يؤدي أطفالنا أيَّ واجبٍ من الواجبات.. نقوم بالدعاء لهم ولِمَا يحبون مثلًا..

- اللَّهُمَّ؛ احفظ ابنتي... وكل صديقات ابنتي..
- اللَّهُمَّ؛ احفظ ابني... وكل طيوره اللطيفة..
- اللَّهُمَّ؛ صلِّ على زوجي... وعلى والدته ووالده..

اللّٰهُمَّ؛ سلِّم يد أختي وعينيها وسَمْعها وعقلها... مثلًا..

اللّٰهُمَّ؛ احفظ فلانة وطفلها وزوجها. اللّٰهُمَّ؛ احفظ صديقتي وأمها..

لتُشْعري الناس حولكِ بالسعادة... حين تدعين لهم وتَخُصِّينَ بالدعاء مَن يحبون...

بالتأكيد للرسول صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيْهِوَسَلَّمَ خصوصية في إجابة دعوته... وأثر عظيم لدعائه لا نبلغه... ولكننا نبلغ أجر الاتِّباع بإذن الله والاقتداء والكلمة الطيبة.

مشكلةٌ كبيرةٌ أَنْ نحرم أولادنا وأزواجنا من دعواتنا الدائمة كلما أدَّوا واجباتهم..

أتعلمون أن المنافقين لم يُؤمَر النبيُّ صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيْهِوَسَلَّمَ بترك الدعاء لهم إلا بعد موتهم؟! ﴿**وَلَا تُصَلِّ عَلَىٰٓ أَحَدٍ مِّنْهُم مَّاتَ أَبَدًا وَلَا تَقُمْ عَلَىٰ قَبْرِهِۦٓ**﴾ [التوبة: ٨٤].

فكيف نحرم أولادنا الذين نرجو صلاحهم وبِرَّهم وإيمانهم وتقواهم... من دعواتنا؟؟؟ فيُعاقَبون عقوبة المنافق الذي مات على نفاقه... وهم أحياء.. إنَّ عدم تقدير الواجبات يؤدي إلى انعدامها.

وهذا الحاصل في أكثر البيوت... فبعد أنْ تُرِكَ الإحسان... وقامت البيوت على الواجبات... وتُرِكَ تقدير الواجبات... تُرِكَت هي أيضًا... وبات التقصير كبيرًا في أكثر البيوت.. لهذا علينا إحياء تقدير الواجبات بالدعاء والصلاة على مَن يفعلها.

تدريب:

فكِّري بثلاث واجبات... يقوم بها كُلُّ فردٍ من أفراد أسرتك... لم تشكريه عليها، وقُومي بكتابة رسالة فيها صلاة ودعاء لهم... لأنهم يفعلون تلك الواجبات.

وأنا بدوري سأدعو لَكُنَّ: اللّٰهُمَّ صلِّ على كلِّ أختٍ تقرأ الآن وتتعلَّم... وأَنزِلْ على قلبها السكينة والرضا والطُّمَأْنِينة... كما تركت اللغو... وأقبلت على العلم... رجاءَ ما عندكَ يا ربِّ... فقَرِّبها إليكَ... وبارِكْ فيها وفي كلِّ مَن تحب...

الدرس الرابع عشر: الكلمة الطيبة الرابعة
(تحريض المؤمنين)

بعدما تحدَّثنا عن أنواع الكلام التي أمرنا الله بها... هل طبَّقنا شيئًا منها؟ لا بد أنكِ قد طبَّقتِ بعضها... وتأكدتِ من الانتفاع بالعلم وتطبيقه.

سنتناول الآن وسيلةً جديدةً للتواصل... تُستخدم عند تشجيع أبنائنا على إنجاز المهام الشاقَّة. فالنفس تميل إلى الراحة والكسل عن الدراسة والعمل والتنظيف والتربية؛ لذلك نحن بحاجةٍ إلى تعلُّم وسيلة التواصل التي أمر الله بها نبيَّه ليتخطَّى تلك المشكلة النفسية... ويحث الناس على العمل الشاق. قال تعالى: ﴿فَقَٰتِلۡ فِي سَبِيلِ ٱللَّهِۚ لَا تُكَلَّفُ إِلَّا نَفۡسَكَۚ وَحَرِّضِ ٱلۡمُؤۡمِنِينَۖ عَسَى ٱللَّهُ أَن يَكُفَّ بَأۡسَ ٱلَّذِينَ كَفَرُواْۚ﴾ [النساء: ٨٤].

❀ ﴿وَحَرِّضِ ٱلۡمُؤۡمِنِينَۖ﴾... ما معنى ذلك؟؟

لقد ذكرت الآية نفسها إحدى كيفيات التحريض، وهي تبصير المؤمنين بالنتيجة النهائية لعملهم: ﴿يَكُفَّ بَأۡسَ ٱلَّذِينَ كَفَرُواْۚ﴾. أي: سيتوقَّف أذاهم الشديد عنكم، ولن تتعرَّضوا للعذاب والخوف، ولن تُؤسَروا أو تُهدَّدوا أو تُحرَقوا... لن تخسروا أموالكم بسبب النهب والسلب والفدية والضرائب، بل ستصبحون أصحاب هيبةٍ، وعندها سيفكر عدوُّكم في طرقٍ سِلْميةٍ للتعامل معكم، والبحث عن مصالح مشتركة... تخيَّلوا مقدار انتفاعكم وانتفاع ذرياتكم بذلك؛ هذا هو معنى الآية. وهكذا دائمًا يتحدَّث القادة في جميع جيوش العالم... إذا أرادوا حقًّا رفع الهِمَم والعزائم.

ولكن، هل تَعْلَمْنَ الوسيلة التي نتبعها نحن للتواصل مع مَن حولنا عند حثِّهم على أمورٍ أبسط بكثيرٍ من التضحية بالنفس للدفاع عن المسلمين؟ أمر مثل ترتيب الغرفة؛ كيف نحض عليه ...؟

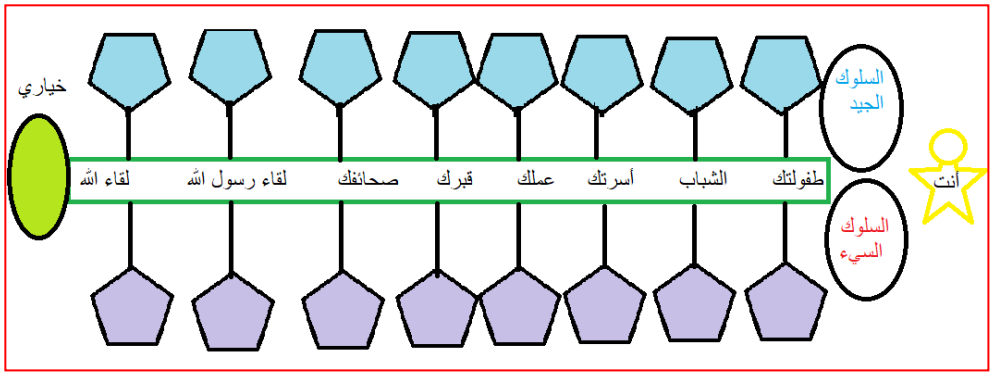
بأعلى صوتٍ نقول: (كم ألف مرة قلت لك... رَتِّب مكانك؟!... ما الفرق بينك وبين

الحيوانات، تأكل وترمي حولك! ألا تخجل من نفسك؟ ألا تستحي؟).

نعم، هذا بالضبط ما أطلقنا عليه سابقًا التواصل العنيف: اللوم.. والتبكيت.. والإهانة.. والتحقير. لا نستخدم الحضَّ ولا التحريض... بل نُحطِّم مَن أمامنا... ونزعجه أشدَّ الإزعاج.. لنُشعِره بأنه يجب عليه ألا يزعجنا. وتلك إذًا قسمة ضيزى، وذلك تطفيف في الميزان... وويلٌ للمطفِّفين... الذين لا يرضون أن يصرخ بهم أحدٌ أو يهينهم... لكنهم لا يهتمون أَنْ يُهان غيرهم ويُجرح ويُكسر، بل ويتحطَّم... ﴿إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُحِبُّ ٱلْمُعْتَدِينَ﴾ [البقرة: ١٩٠].

فلنُطبِّق التحريض على الترتيب الآنَ، بما أننا طرحناه مثالًا.

أولًا، سنتبع وسائل التواصل السابقة قول سديد ولين لمرة واحدة، ثم -وبعد مدة لإعادة تحفيزه- علينا أن نجلس مع الطفل ونُخبِره بما يَحُضُّه على الاستمرار في الأمر الجيد الذي علمناه اياه، والتحريض الآن يكون بذِكْر النتائج النهائية للعمل. مثلًا؛ نقول له: فلنتخيل الآنَ أنك أمام طريقتين... النظام والفوضى. ولنتخيَّل حالك لو كنتَ مُنظَّمًا بعد عشر سنوات، وحالك لو استمرَّت الفوضى... هيا نُعدِّد الفروق بين الحالين... وقُلْ لي إنْ كنتَ تحب أن تحصل على نتائج الترتيب والنظام، وقرَّرت أن تكون مُنظَّمًا... كيف يمكنني أن أساعدك لتُحقِّق أمنيتك تلك؟ أنا أعلم أنك تقدر على ذلك، وأنك ربما تكون أفضل مني في هذا... لأنني لم أَجِدْ مَن يساعدني في طفولتي على إدراك ذلك، ولذلك أنا أساعدك الآنَ.



نحن بحاجةٍ إلى التحريض والحض على مقاومة تأثير الشياطين على الناس... قال تعالى: ﴿أَلَمْ تَرَ أَنَّآ أَرْسَلْنَا ٱلشَّيَٰطِينَ عَلَى ٱلْكَٰفِرِينَ تَؤُزُّهُمْ أَزًّا﴾ [مريم: ٨٣]. أي: تُزعِجهم إزعاجًا... وتُقْلِقهم قَلَقًا شديدًا عندما يفعلون الخير... لتُوقِفهم عنه كتذكيرهم بالدنيا عند الصلاة،

أو تزعجهم لتُنْهِضهم لفعل الشرِّ... فتُقْلِقه على مستقبله وأولاده... لتجعله يبخل بالصدقة... أو لتجعله يسرق ويرتشي. تزعجه إزعاجًا وتدفعه دفعًا ليخاف مِن زوجته وأفعالها وتَعَالِيها... فيسيء لها، أو لتحثه على الزنا. وتَؤُزّه أزًّا مِن كلام الناس عن بَنِيه وتُخِيفه من سوء تصرُّفهم لو جرى له شيءٌ... فتراه يثور على أخطائهم... كما لا يثور على أحدٍ... وهكذا.

فإنْ كان الشيطان يُوهِم الإنسان أن الخطأ سينفعه ولمصلحته... فكيف لا نكون نحن أنصارًا للحقِّ والصواب... ونُقنِع الناس إقناعًا بكل صبر بأنَّ الحق هو الذي سينفعهم... والصواب هو مصلحتهم؟

لفتة: وهل يَكُبُّ الناسَ على وجوههم إلا حصائدُ ألسنتهم؟؟

يدلنا هذا القول النبويُّ على كمية الآثار التي قد تُحدِثها الكلمات ... فكأنما الكلمات بُذُور تُزرَع في قلوب الآخرين، فتنمو وتُحصَد مُسبِّبة ألمًا طويل المدى ... كلٌّ منا يتذكَّر موقفًا لا يُنسَى... جرحًا عميقًا كان سببه كلمة. حتى رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ آذاه أقوال مَن حوله، وواساه الله... كما أدَّب اللهُ المؤمنين في القرآن... وظلَّ يُعلِّمهم كيف يتكلمون: ﴿**لَا تَرْفَعُوٓاْ أَصْوَٰتَكُمْ**﴾ [الحجرات: ٢]، ﴿**لَا تَقُولُواْ رَٰعِنَا**﴾ [البقرة: ١٠٤]، ﴿**إِنَّ ٱلَّذِينَ يُنَادُونَكَ**﴾ [الحجرات: ٤]، ﴿**لَّا تَجْعَلُواْ دُعَآءَ ٱلرَّسُولِ بَيْنَكُمْ كَدُعَآءِ بَعْضِكُم بَعْضًا**﴾ [النور: ٦٣]، حتى صرنا أُمَّةً راقيةً في كلامها...

أعيذكم بالله من العيش مع مَن لا يظن أن الله يحاسبه على ما يقول، أعيذكم بالله من أن تكونوا أنتم ذلك الذي استعذنا منه... **إنَّ رُقِيَّ الكلامِ رُقِيٌّ للعقل... والسفاهة منقصة للعقل... بل وللدين... فالله يُحبُّ مَعَالي الأمور... وكلما سفل الكلام كلما أبغضه الله ...**

تدريب:

١- اكتبي كلامًا تَحُضِّين فيه ابنتك على الصلاة.

.....

.....

٢- اكتبي كلامًا تَحُضِّين زوجَك على قول الكلام الطيب لكِ عندما تكونين مريضة.

.....

.....

تنبيهات مهمة أثناء الإجابة:

١- الصلاة رحلة حياة، فالحضُّ عليها يحتاج لصبرٍ وتكرار.. كما أنَّ الحض عليها يجب أن يتنوع... مرةً بجدولٍ.. ومرةً بمسابقةٍ.. ومرةً بكتابٍ.. ومرة برسم.. ومرةً بذِكْر الجنة... ولكني أجد أنَّ أكثر أنواع الحضِّ نفعًا هو صلاة الجماعة.. وأنْ تقولي: تعالي نُصلِّي معًا... فأنا أحب أن تكوني رفيقتي في الصلاة... وادعي لي في سجودكِ... وأنا أدعو لكِ... وبعد الصلاة أخبريني ماذا دعوتِ لي.. ثم تشرحين لها على لوحة الحض آثار الصلاة .

٢- وأما حض الزوج على الكلام الطيب عند المرض... فيكون باقتناص فرصة مرضه هو، ثم تواسينه أنتِ بكلامٍ طيِّبٍ ودعاءٍ حنونٍ... وتقولين له: أُحِبُّ حين أَمْرَضُ أن تعاملني هكذا... سأشعر أنني محظوظة بك... وسأحبك أكثر. وأيضًا تخبرينه كيف أنك قررت أن تحني عليه في مرضه؛ لأن فوائد هذا الحنان منوعة، وتبدئين بسرد ما أمكن من نتائج الحنان في الدنيا والآخرة كما في لوحة التحريض أو الحض.

أختي.. بإمكانك عمل لوحة الحض بطريقة التوأمة مثلًا: بُنَيّ قرة عيني... تخيَّل أن لكَ أخًا توأمًا لا يصلي وأنت تصلي... وأصبح عمركما ثلاثين عامًا... وأنتما كذلك... هيَّا نتخيل الفرق بينك وبين تارك الصلاة ذلك ، أنت سيكون لك معارف أكثر بأناس طيبين... حيث لقاؤك المتكرر بهم في المسجد سيجعلك صديقًا معروفًا لهم... أنتَ ستكون محبوبًا عند زوجتك وأهلها أكثر... لأنهم حين يُعدِّدون مزاياك سيقولون: يصلي... أنتَ ستكون حفظتَ سورًا أكثر... لأنكَ سمعتَ القرآن من فَمِ الإمام عدة مرات فيَسهُل عليك حفظه... أنت ستكون مُقدَّمًا بين أصدقائك... وتعلم أكثر منهم عن الصلاة ويتمنون أن يكونوا مثلك ... وإذا أرادوا أن يتعلموها فيسألونك ويكون لك أهمية علمية بينهم ... أنت ستكون ارتفعت عند الله درجاتٍ في الجنة بعَدَد سجداتك وسيُغفَر الكثير من ذنوبك أنت صلاتك ستكفر سيئاتك... ستكون نفذت وصية رسول الله صَلَّىٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ... إلخ.

الدرس الخامس عشر: الكلمة الطيبة الخامسة
(وأَعْرَضَ عن بعض)

والآنَ سنتعلم فنًّا قرآنيًّا جديدًا من فنون الكلمة الطيبة... فنًّا راقيًا جدًّا من فنون التواصل... فنٌّ أتقنه الأنبياء، فنًّا نحتاجه كثيرًا في تواصلنا مع أحبابنا... فنًّا استخدمه رسول الله صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيْهِوَسَلَّمَ عند العتاب... هذا الفن وصفه الله لنا بقوله: ﴿**عَرَّفَ بَعْضَهُۥ وَأَعْرَضَ عَنۢ بَعْضٍ**﴾ [التحريم: ٣].

هل تتذكَّرينَ القصة التي حصلت بين النبي وزوجاته... وقيل فيها هذا الوصف؟؟

حاولي أن تراجعيها الآن... إنْ لم تكوني تعرفين سبب نزولها قبل أن تكملي القراءة.

علميًّا، يسجل العقل كل المواقف المزعجة للشخص الواحد في مكانٍ واحد... سنتخيَّل أنه ملف صور، وعندما يقوم نفس الشخص بفعل مزعج جديد... يريد العقل أن يُخزِّن التصرف الجديد فينفتح الملف كاملًا، غالبًا بفعل الشيطان ومساعدته. فتتذكرين كل أخطائه القديمة والجديدة... وتعود لكِ كل الذكريات القديمة، فيصبح الموقف الجديد الذي هو خطأ يستحق الغضب بنسبة ١٠٪ لو كان وحده... لكن مع تذكُّر كل الماضي... يصبح غضبك ١٠٠٪ أو أكثر. وكثيرٌ من الناس يسرد كل شيءٍ أليمٍ في تلك اللحظات... فيعاتب على القديم والجديد، والخفيف والكثير... ويختلط العقل... ويفقد خاصية العدل والحكمة مع الغضب. هكذا يتصرف العقل بطبيعته إذا خلا من الإيمان والعلم... أما مع العلم والإيمان؛ فيصبح الأمر معكوسًا.

النبي صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيْهِوَسَلَّمَ في الزلَّة الواحدة لم يذكر عند العتاب كلَّ ما يعرفه وما يتذكَّره... بل أخبرها فقط ببعض ما عرفه... وأعرض عن الباقي. هذا سُمُوٌّ منه وحلم وتكرُّم واستعلاء عن الاهتمام بالصغائر... التي ربما لها عذر فيها... أو تأتي من طبائع النساء. فلو أنَّ الله أخبره أنها قالت كذا وكذا وكذا... وأنها حدَّثت نفسها بكذا وكذا، هو حاسبها على جزئية

واحدة: (لماذا بُحْتِ بالسرِّ يا حفصة؟) دون ذِكْر بقية ما يعرف عن الحادثة لها، فظنَّت أن عائشة هي مَن أخبرته... فأخبرها أنَّ الله هو مَن أعلمه... ثم طلب الله منهما التوبة جميعًا.

وهذا يجب أن يكون مَقصَدنا من العتاب... أن لا يكون القصد إذلال من أمامنا... بل فقط إخباره بالذنب ليتوب ..

يظن بعض الناس أنه من الذكاء أن تفضح كلَّ تحركات مَن تريد معاتبته... وأنْ تُشعِره بأنكَ تعرف الكثير من عيوبه... وأنَّ عليه بتلك المعرفة أنْ يصير ذليلًا منكسرًا أمامك... حتى لا يعود للخطأ مرةً أخرى، ولكنَّ الحقيقة أنَّ تقصِّي العيوب وتتبُّع العورات كلها، وسَرْد نقائص الشخص كاملةً ذنبٌ عليه عقوبة شديدة... «**مَن تتبَّع عورةَ مؤمنٍ تتبَّع الله عورته**»... أي: أنَّ الله عندما يحاسبه هو سيُحاسبه كما كان يحاسب الناس... وسيعاتبه على كل صغيرةٍ وكبيرةٍ... لن يكون ممن عفا الله عنه الصغائر ومسحها من كتابه مثلًا... بل سيُحاسَب حسابًا عسيرًا... بالضبط كما يُحاسِب ويُعاتِب مَن حوله... ومَن هذا الذي يريد أنْ يُغضِبَ الله ويُحاسَب على كلِّ شيءٍ!!

لهذا علينا بكل قُوانا أنْ نتعلَّم هذا الخُلُق الفاضل... لعلنا ننجو من مناقشة الحساب في الآخرة.

حاولي تذكُّر عيبٍ واحدٍ من عيوب زوجك أو ابنك ولم تُنبِّهيه له... ولا مرةً في حياته... ولم تُعَيِّريه به... ولم تلوميه عليه... ولم تَذكُريه لأحدٍ... فإنْ وجدتِ ذلك فاحمدي الله... لأنَّ فيك خُلُقًا عظيمًا... وإنْ لم تتذكري شيئًا عاهدي نفسكِ على التدرُّب معنا... حتى تصبحي ممَّن يُعرِض عن بعضٍ.

التابعي الجليل بكر المزني قال لزوجته يومًا: (**لولا أني أخاف أن تقولي ما فيَّ لقلتُ ما فيكِ**)... رحمه الله... ما أفقهه!! فهو يعلم أنَّ عاقبة سَرْد عيوب الغير أنْ يسردوا عيوبنا... وعاقبة سترها أن يستر الله المؤمن في كَنَفِه.

لكل أحدٍ منا عيوبٌ... لا يحب أن يطَّلع الناس عليها... بعض تلك العيوب ظاهرٌ... وبعضه خفيٌّ لا يُعرَف إلا بالمعاشرة. أما العيوب الظاهرة فيعرفها الزوجان بسؤال الناس حولهم... فهي بيِّنةٌ تظهر على الإنسان بسرعةٍ... أما الخَفِية فلا يطَّلع عليها الإنسان إلا

بالمعاملة الدقيقة الطويلة... وهنا يُمتَحن الزوجان فيَطَّلع كُلٌّ منهما على عيوب الآخر بالمعاشرة... وتلك العيوب لا يعرفها الناس.. فويلٌ لمَن فضح وهتك الستر... وتكلم عن عيوبٍ سترها الله على عبده ..

◇ ما عاد أحدٌ يبالي اليومَ بمفهوم الستر إلا مَن رحم الله..

لنفرض أنَّ المعاشرة أثبتت للزوجة أنَّ زوجها فيه جبن مثلًا... يخاف من بعض الأمور السخيفة.. أو ضعيف في الكتابة أو القراءة... أو ضعيف في جسده... أو ضعيف أمام فتنة معينة... أو ضعيف في الكلام أو في إيجاد رَدٍّ مناسبٍ للكلام، أو في الرأي... فلْتَعلَم المرأةُ أن زوجها اكتشف فيها كما اكتشفت فيه أمورًا لا يَلْحَظها الناس فيها...

◇ فلتعامل المرأة الرجل بحسن الخلق وتستر ذلك العيب عن عدة أشياء:

١. تستره عن سَمْعه... فلا تُشعِره أنها اكتشفت ذلك فيه... ولا تُعيِّره... ولا تَسخَر منه... فتعيش معه عمرًا وهي لم تسرد عليه ما اكتشفت... ابتغاء ستر الله... وابتغاء الدرجات العالية في الجنة، التي وعدها الله لمَن حَسُنَ خُلُقه... وذلك هو حُسْن الخُلُق.

٢. تستره عن أهله... فلا تعيب وَلَدهم أمامهم وتسبُّ تربيتهم... فيبغضونها... ويتفحصون عيوبها.

٣. تستره عن أهلها... فلا تُسقِط مكانة زوجها عندهم.

٤. تستره عن ولده ... فإنهم يُقلِّدونه... أو يكرهونه فلا يبرونه..

أحيانًا يكون زوج المرأة لا يملك ذلك الخُلُق... فيُعيِّرها بكلِّ صغيرةٍ وكبيرةٍ... فتجد نفسها تُعيِّره هي الأخرى... أنت فيك وفيك وفيك... وتنسى المرأة بسرعةٍ غالبًا من رحمة الله بها وتركيبة عقلها، خصوصًا إن كانت ذات قلب سليم ... لكنَّ الرجل لا ينسى... ويعتبر كل تصرُّفٍ بسيطٍ منكِ هو احتقارٌ له... واستقلال برجولته... ولا يدعه الشيطان حتى يُفرِّق بينه وبينها... وينعدم الحب والرحمة..

ولعل الكثيرات منكنَّ يقرأن الآن ذلك... ويَقُلْنَ: بالفعل هذا حدث، وصرنا أعداء... لا يعتبرني صديقته.. ولن يعتبرني... فأنا أَشْهَرتُ عليه أسلحة معرفتي بعيوبه... وطعنته بها... وكيف له أن ينسى ذلك؟! لا بأس حبيبتي... مَن تاب تاب الله عليه... فإنْ زَلَلتِ قبل اليوم

فالتوبة تَجُبُّ ما قبلها... أَعْلِنِيها توبةً... وَعِدِي نفسَك أَنْ لا تُسْمِعيه عيوبه بعد اليوم... واستبدلي ذلك بشكره... والله يتولَّى إصلاح قلبه.

نُنبِّه أن الذنوب العلنية تختلف عن العيوب الخفية، وما يفعله الأب في العلن يجب إنكاره أمام الأولاد، ولا يجوز السكوت عنه... لنفرض أن الأب يشاهد ما لا يحل في التلفاز أمام بَنِيه... هنا وأمام الأولاد تقول الأم: لا حول ولا قوة إلا بالله، هذه معصية، قوموا يا أولاد، لا تجلسوا هنا، هيا نبعد عن المعصية، كما ابتعد رسول الله صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيْهِوَسَلَّمَ عنها، وندعو لبابا ربي يهدي قلبه، ويتوب، تعالوا بسرعةٍ لنلعب معًا في الداخل، فنفرح دون أن نُغضِب الله.

◇ حسنًا، لقد عرفنا كيف نستر ونُعرِض... فكيف نستخدم (عرَّف بعضه وأَعْرَضَ عن بعضٍ)؟

مثال: زوجةٌ أبلغها ابنها أنَّ والده كان يسخر منها أمام أهله... وقال عنها عيوبها وكذب ... وتريد أنْ تُنبِّهه بذلك الأسلوب النبوي... تقول له: (زوجي الحبيب... ربما أكون امرأة بي عيوب تضايقك... وربما أنا أتضايق من بعض ما فيك أحيانًا هذا طبيعي .. ولكن أظن أنكَ ستحترمني لو لم أُخبِر أحدًا بما يضايقني منكَ وأخبرتك أنت إنْ لزم الأمر... وأنا سأحترمك وتعظم في عيني إنْ عاملتني بمثل ذلك... وسأشعر أنني بأمانٍ معكَ).. لا تخبريه مَن قال... ولا تلوميه كيف تكلَّم عليكِ ... ولا تذكري عيوبه بمقابل ما ذَكَر واجعلي شعارك (واصبر على ما أصابك)... فهناك رب ينظر لنا ولفعالنا.

مثال آخر: زوجةٌ سمعت زوجها يتحدث بالهاتف... عَرَضًا لاااا تجسُّسًا... يتحدَّث في الهاتف مع موظفةٍ... ويضحك بشكل مُحرَّم... وقال جملًا كثيرةً تدل على طرح الكلفة... لا تقول له: سمعتك تضحك وتفعل وتقول وتعمل... وكيف تفعل وأنت عندكَ أخوات؟! ومَن هذه الساقطة؟ و.... و.... و.... كلا، تتذكَّر أنها تُعرِّف ببعضٍ وتستر البعض مما عرفته ...

قبل النوم تمسك يده وتقول: (غفر الله لكَ يا زوجي... يبدو أن ما جرى مع آدم جرى معك... آدم نسي ولم يكن قاصدًا... وأنتَ نسيتَ اليوم أن السكرتيرة أجنبيةٌ عنكَ... وضحكتَ معها... وكما قبل توبة آدم لما قال الدعاء؛ فالله يتقبَّل التوبة منك... يا زوجي أَتْبِع

السيئةَ الحسنةَ تَمحُها... ما رأيك أن تضاحكني أنا الآن لتمسح ذنبك). وتنهي الموضوع ..

سترت كثيرًا مما سمعت... وبيَّنت القليل الذي يجعله يتقبَّل النصيحة منها... ويشعر بكمية النعمة التي رزقه الله إياها..

بعضكنَّ تتمنَّى تلك المعاملة من زوجها... أعلم حبيباتي... لكِنْ لعلك تكونين قدوةً لأولادك... فيكون ابنك لزوجته هكذا... ويتعلم منك زوجك هذا الأسلوب مع الزمن.. اصبري وجاهدي وعدِّلي... فلا شيء أفضل من إصلاح اللسان.

وختامًا؛ قد تقول واحدة منكنَّ: كيف أرى العيوب ثم أسكت؟! أليس السكوت على المنكر منكر؟!

نقول: اسكتي عن الكلام القبيح... فإنكار المنكر إنْ لم يَكُنْ بالحكمة والموعظة الحسنة فهو منكرٌ، فصَمتُكِ خيرٌ من كلامكِ... ثم إن العيوب ليست بالضرورة أن تكون منكرًا... فالعيوب قد تكون حوادث مزعجة... تعرضوا لها بالصغر... أو أمراضًا... أو ضعفًا في مهاراتٍ ما... وأما العيوب التي تخص الذنوب فتلك لها طريقةٌ أخرى غير التصريح بها... وذكرنا مثالًا أعلاه يوضح ذلك.

تدريب:

١- زوجةٌ لَمَحت زوجها يشاهد مقطعًا لا يحلُّ له النظر إليه... كيف تستخدم أسلوب (عرَّف بعضه، وأَعْرَضَ عن بعضٍ)؟

.....

.....

.....

٢- أمٌّ رأت ابنها المراهق يكذب على أصحابه، ويوهمهم أنه أفضل مِن وضعه... كيف تتصرَّف؟

.....

.....

.....

الجواب:

- الزوجة التي لَمَحت زوجها يشاهد ما لا يحل له... لو ذهبت وأخبرته بأنها رأته يشاهد كذا... وعاتبته ولماذا يفعل ذلك؟ وكيف لا يخاف على زوجته وبناته؟... هي عرَّفته بكلِّ شيءٍ... لم تُعرِض عن شيءٍ... لم تتجاهل أيَّ نقطةٍ... لم تجعل له طريقةً للدفاع عن نفسه... هي الخاسرة عندها ... لأنها كالتي حشرت قطةً في زاويةٍ وأخافتها... ستضطر القطة لمواجهتها وقد تخدشها... ولو أنَّ فيكم أختًا واحدةً استخدمت ذلك الأسلوب الهجومي ثم تغيَّر زوجها للأحسن فلتخبرني لأغيِّر أفكاري وألغي كتابي.

إذن يجب أنْ نُعرِض عن بعضٍ... وندع للآخر فرصةً تجعله يرى أنه لا زال محتاجًا لأنْ يحتفظ بصورته أمامك... فتقولين التالي... (والله يا زوجي، إني أشعر بمعاناتك... إنَّ كمية الفتن في هذا الزمن عظيمة، أعانكم الله... كم هي صعبة الفتن على المتزوج، فكيف بالأعزب؟ الحمد لله الذي رَزَقك بي لأُنسيكَ نساء العالم، كما أنكَ تكفيني عن كلِّ الدنيا. إني مرتاحة جدًّا لأنَّ لديَّ زوجًا تقيًّا يخشى الله ويحب حلاله... أتشرب القهوة يا غالي؟)..

نعم.. أعرضت الزوجة عن ذنب الزوج... وأعرضت عن ذِكْر تفاصيل ما رأته يشاهده... وعرَّفته أنها منتبهة إلى أنَّه يتعرَّض للفتن... وعرَّفته بطريقة التفكير الشرعية حيال الفتن... بدلًا مما يطرحه الشيطان في عقله.

- والآن نجيب السؤال الثاني: الأمُّ التي رأت ابنها يكذب... ليوهم أصدقاءه بأنه أغنى مِن وضعه... تقول لابنها: (أتمنى من كل قلبي أن يصبح عندنا كل ما قلتَ لأصدقائك أنه موجود... لِتُكتبَ عند الله صادقًا... اجتهد لتحقِّقَ تلك الأمنيات يا بني.. بالمناسبة لو كان لي صديقة تضطر لإخباري بأنها غنية كذبًا لن تكون صديقتي المفضَّلة ولا يوجد كذبة لا يأتي اليوم الذي تنكشف به .. سأصنع لكَ كوبًا من الشاي)..

هنا.. أعرضت الأمُّ عن ذِكْر أنه كاذب... وعن تفاصيل ما قاله... واتهامه المباشر بأنه صديق سيئ.

الدرس السادس عشر: الكلمة الطيبة السادسة
(التعبير عن الحب)

الآن سنتعلم أسلوبًا من أساليب التواصُل التي أمر بها الله، وطبَّقها رسوله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وهو **التعبير عن الحب**.

لقد أقام الله علاقة المؤمنين على الحبِّ فيه، ولعل القرآن وما فيه من الآيات التي أخبر الله فيها عن حبه لصفات المؤمنين؛ أدل دليلٍ على حاجتنا للتعبير عن الحبِّ، وهنا سأذكر أحاديث متنوعة تدلنا على قيام الرسول صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بذلك:

١. عن أنس بن مالك رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ: أن النبيَّ مرَّ ببعض المدينة، فإذا هو بجوارٍ يَضْرِبنَ بدُفِّهنَ... فقال النبي صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «**الله يعلم أني لأحبكن**»(١).

٢. عن أنس رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قال: كان النساء والصبيان مُقْبِلين -حسبتُ أنه قال مِن عُرْسٍ-، فقام النبي صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مُمْثِلًا، فقال: «**اللَّهُمَّ؛ أنتم مِن أحب الناس إليَّ**»، قالها ثلاث مرارٍ(٢).

٣. أيضًا روى أنس بن مالك رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قال: جاءت امرأةٌ من الأنصار إلى رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ومعها صبيٌّ لها، فكلَّمها رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فقال: «**والذي نفسي بيده إنكم أحب الناس إليَّ**» مرتين(٣).

٤. قال عن خديجة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا: «**إِنِّي قَدْ رُزِقْتُ حُبَّهَا**»(٤).

٥. وسئل النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَيُّ النَّاسِ أَحَبُّ إِلَيْكَ؟ قَالَ: «**عَائِشَةُ**»(٥).

سنُفصِّل في هذه القاعدة... ولماذا تَثقُل على النفس أحيانًا؟ وكيف نُعبِّر؟ ومتى؟

---

(١) رواه ابن ماجه (١٨٩٩).

(٢) رواه البخاري (٣٧٨٥).

(٣) رواه البخاري (٣٧٨٦).

(٤) رواه مسلم (٢٤٣٥).

(٥) متفق عليه: رواه البخاري (٣٦٦٢)، ومسلم (٢٣٨٤).

(والله إني أحبك) عبارة كل إنسان يحب سماعها من والديه... ومِن زوجه... ومن أبنائه، ولو سمعها من كل الناس ولم يسمعها منهم سيشعر بضيق ونقص ..

يُقدِّر الباحثون أن أكثر من ثلاثة أرباع أهل الكرة الأرضية يواجهون مشكلةً حقيقيةً في عدم قدرتهم على التعبير عن الحب... وأن الكثيرين منهم يعانون مشكلة عدم القدرة على الشعور بالحبِّ أصلًا.

ويظن البعض بسبب الإعلام الفاسد أنَّ هذه الظاهرة موجودة فقط عندنا نحن العرب ويطلقون نكات مقارنة بين العربي والأجنبي وأن الأجنبي أفضل ... وأن الغرب والشرق ممتلئٌ بالرومانسية ... وهذا من الجهل بالواقع.. كلُّ مَن قرأ الكتب المترجمة القادمة منهم ومن علماء النفس عندهم يعلم أن المشكلة موجودة في كلِّ بيوت العالم... التعبير عن الحب بالكلام والبيان صعبٌ على أكثر أهل الأرض... أما التعبير بالأفعال فالأمر أسهل قليلًا ..

ومع هذا... نجد أن رسولنا وصاحب الخُلُق العظيم كان يتحدَّث... ويُعبِّر بالكلام والتودد... للصغير والكبير... للرجال والنساء الصالحات، وقد بيَّنَّا بعض الأمثلة... والسُّنَّة مليئة بالأمثلة الكثيرة التي تستحق العمل على جمعها... وأظنها ستتجاوز الأربعين حديثًا.

❀ لقد جاءت السُّنَّة بأمرنا نحن بالتعبير عن الحب...

ففي الحديث: أَنَّ رَجُلًا كَانَ عِنْدَ النَّبِيِّ صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيْهِوَسَلَّمَ، فَمَرَّ بِهِ رَجُلٌ، فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنِّي لَأُحِبُّ هَذَا، فَقَالَ لَهُ النَّبِيُّ له: «**أَعْلَمْتَهُ؟**» قَالَ: لَا، قَالَ: «**أَعْلِمْهُ**». قَالَ: فَلَحِقَهُ فَقَالَ: إِنِّي أُحِبُّكَ فِي اللَّهِ. فَقَالَ: أَحَبَّكَ الَّذِي أَحْبَبْتَنِي لَهُ[1].

وحديث أبي كريمة، عن النبي صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيْهِوَسَلَّمَ قال: «**إذا أحب الرجل أخاه؛ فليخبره أنه يحبه**»[2].

وبما أنَّ الأمر بات أمرًا من الرسول فيجب أن نتعلمه.

لماذا يواجه البشر مشكلة في التعبير عن الحب بالكلام؟

إنْ عرفنا السبب بات الإصلاح أسهل إنْ شاء الله...

---

(١) رواه أبو داود (٥١٢٥).

(٢) رواه أبو داود (٥١٢٤)، والترمذي (٢٥٥٣).

◦ **العائق الأول:** يرى علماء النفس أنَّ أكثر البشر يمنعهم خوفهم من الاستغلال عند التعبير الكلامي... فيكتفون بالتعبير الفعلي عن الحب... فإذا شعروا أن الطرف الآخر يستغلهم؛ فإنهم ينسحبون كأي كارهٍ... فالطرف الآخر لم يكن يمتلك دليلًا على أنهم كانوا يفعلون ما فعلوه حبًّا...

❤ من أين جاء سبب ذلك الخوف؟!

جاء من التربية المسيطرة التي استغلَّ فيها الآباء والأمهات حبَّ أطفالهم... وحاجتهم كضعفاء في تحقيق رغباتهم واحتياجاتهم... واستغلالهم لطاقات أطفالهم من أجل منافعهم دون مقابل نفسي يُعوِّض ذلك الاستغلال... فعدم اعتماد الآباء على نظام (مكسب/مكسب) بحيث يكسب الطفل احتياجاته النفسية مقابل المكاسب التي حقَّقها للآباء... يجعل الإنسان منغلقَ القلبِ منقبضَ الصدرِ مكبوتًا.

وعندها يحتاج ذلك الخائف إلى مفاتيح تفتح قلبه مرة أخرى... وتجعله قادرًا على الحب... منشرح الصدر بإزالة مخاوفه وإشعاره بالأمان.

بيَّنتُ في كتاب «طائف الشيطان» موضوع الكبت الذي سمَّاه القرآن حصر الصدر...وشح النفس، فالشيطان يساهم -كما التربية- في أن يكذب الإنسان في عواطفه ولا يظهرها... ومساعدة مَن حولنا على التخلُّص من كبتهم بدعوتهم للخير بالكلمة الطيبة ممكنة جدًّا... لكن قليل من الناس ينشغل بمساعدة الغير على التعبير عما يحسُّ به، وبالبحث عن مفاتيح قلبه.

وهذه المفاتيح مختلفة...

١- بعض المؤمنين مفتاحه أن يعلم جزاء الكلمة الطيبة، فيعطيها مع مخاوفه ومع ما عاناه في طفولته من الجفاف، ومع استغلال مَن عبَّر لهم عن الحب له، ولكن بمجرد ما يسمع الثواب يصبر على تعلُّم قولها... رجاءَ رضوان الله، وترغيمًا للشيطان الذي يتقوَّى بالكلمة الخبيثة، وينزغ بين الناس بسببها.

٢- وبعض الناس ضعيف الانقياد لله، وضعيف الاعتياد على الصواب، ولو أيقن أنه الصواب... لترسُّخ طباعِه، وضَعْف همّتِه... فيحتاج هذا إلى مساعدةٍ ممن حوله، لو أحبوا أن

يأخذوا أجرًا على هدايته للقول الطيب... ويتصدقوا عليه بالكثير من الحب والتقدير والعدل ربما لسنوات... حتى يمتلئ قلبه مرةً أخرى... وتُحَلُّ أقفاله... ويبدأ يشعر بالأمان والعدل وعدم الاستغلال... فينشرح ويُعبِّر ...

ونحن نرى أن بعض الصحابة آمَنَ مِن أول دعوة النبي صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ له، وبعضهم لم يؤمن إلا بعد سنين من المراقبة للأحداث والأحوال والتصرفات والأمان في ظل الإسلام والتفكير... ثم انشرح قلبه للهدى.

لهذا لا يمكننا توقُّع زمن معين لاستطاعة أحدٍ ضعيفِ الإيمانِ أن يعود للتعبير مرةً أخرى بالكلمة الطيبة.

ولكننا كمؤمناتٍ علينا أن نسارع إلى طاعة الله ورسوله صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ... ونتعلم ذلك دون أن نُرهِقَ مَن حولنا .

- «والله إني لأحبك»..... قالها النبيُّ صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ لِمَن ؟؟؟ لنا لنقتدي به وهذا كافٍ.

◇ **العائق الثاني:** وهو أمر مهم... يعتبر مانعًا قويًّا من التعبير عن الحبِّ... وتجب مواجهته.. المانع هو جملة: «هو لا يستحق الحب أصلًا».. هنا نقول لكل إنسانٍ ينتظر أن يستحقَّ شريكُه الحبَّ بنَظَره ما قاله الله: ﴿**إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُحِبُّ مَن كَانَ مُخۡتَالٗا فَخُورًا ٣٦ ٱلَّذِينَ يَبۡخَلُونَ وَيَأۡمُرُونَ ٱلنَّاسَ بِٱلۡبُخۡلِ وَيَكۡتُمُونَ مَآ ءَاتَىٰهُمُ ٱللَّهُ مِن فَضۡلِهِۦۗ**﴾ [النساء: ٣٦-٣٧]... فالله لا يحب البخيل الذي يكتم الطَّيِّب من الكلام، والبخل -يا أُخَيتي- سينقص رزق الزوجة من الحب والود وتتضرر... لأنَّ القاعدة القرآنية: ﴿**وَمَن يَبۡخَلۡ فَإِنَّمَا يَبۡخَلُ عَن نَّفۡسِهِۦۚ**﴾ [محمد: ٣٨].

وقد صحَّ أن رجلًا استأذن على رسول الله صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ، فقال الرسول صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ: «**بئس أخو العشيرة**»، ثم لمَّا دخل ألان له رسول الله صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ الكلام.. فتعجبت عائشة رَضِيَٱللَّهُعَنۡهَا من ذلك... كيف يكون بئس الرجل في قومه، ثم نُلِين له الكلام؟! فبيَّن لها النبيُّ صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ استغرابه من تعجُّبها... ففي بعض ألفاظ الحديث قال لها: «**ومتى عهدتِني فاحشًا**»... أي متى عرفتِ أني أقول كلامًا منكرًا سيئًا لأي شخص وإن كان سيئًا... ثم قال لها: «**شرُّ الناس مَن يُتَّقَى لشره**»... فالشرير الشاتم سيئ الخُلُق يُتَّقَى بالكلمة الطيبة... ولا

يعامل بطريقته ما دمنا مضطرين لعِشْرته.

ولهذا أنكر عُمَرُ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ على المرأة التي صارحت زوجها ببغضه... وقال لها: «ما كل البيوت تُبنَى على الحب».

ولهذا سنتوقف عن التفكير في تصرُّفات الأزواج والأبناء والآباء... واستحقاقهم للحب من عدم استحقاقهم، وسنفكر أنَّ تلك طاعة لأمر الله وحُسْن خُلُق، وكلماتنا صدقات أفضل من صدقات المال... وسنفعله تقرُّبًا لله.

سنعطي أفكارًا تُعِينُ النساءَ للبدء بالتعبير عن الحب... حتى تصبح عادةً... والآن نبدأ بالأفكار للتدرُّج في الأمر:

١- الطريقة الأولى: البدء بالتعبير الكتابي...

وهو أسهل من المواجهة بكثيرٍ، فلا بد أن تحصل مراسلات بين الزوجين والأقارب... فقَبْل أنْ ترسلي أيَّ رسالةٍ أضيفي لها عبارةً واحدةً... تُشعِر بالحب... واجعلي هذا لازمًا... مثلًا: (كيف حالكِ أمي... طَمْئِنِيني على صحتك... كيف إخواني؟)... قبل إرسالها نضيف لها: (لا تنسي أني أحبك... وأتمنى أن أسمع عنك كل خير).

مثال آخر: (أبو عيالي في أي ساعةٍ ستعود اليوم... لأضع الغداء؟)... قبل إرسالها أُضِيف: (أحب لحظة رجوعك لنا... ربي يحفظك)... وأرسليها.

٢- الطريقة الثانية: استنطاق الطرف الآخر بما أريد قوله له...

مثلًا: أُطْلِع زوجي على حديث الرسول صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لمعاذٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ حين قال له: «**والله إني لأحبك**»، ثم أقول له: ما أول جملة قالها النبيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لمعاذٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ؟ يقول: «والله إني لأحبك»... تقولين: أقول لك مثل ما قال الرسول صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لمعاذٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.. ثم كلما شعرتِ أنكِ بحاجةٍ للتعبير عن الحبِّ ذكِّريه بذلك.. هل تذكر ما قال الرسول صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لمعاذٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ؟؟ فيتذكر جملتك ويعجبه تصرُّفك.

٣- الطريقة الثالثة: الاستشهاد بما يحبه الله...

مثلًا: أنتظر لحظةً يتوضأ بها أخي... ثم أقول له: قال تعالى: ﴿**إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلتَّوَّٰبِينَ وَيُحِبُّ ٱلْمُتَطَهِّرِينَ**﴾ [البقرة: ٢٢٢]... كيف لا أحبهم أنا؟؟

تأخرتُ على ابنتي... وانتظرتني كثيرًا... فآتيها وأُقبِّلها... وأقول لها: قال تعالى: ﴿وَٱللَّهُ يُحِبُّ ٱلصَّٰبِرِينَ﴾ [آل عمران: ١٤٦]... كيف لا أحب ابنتي التي صبرت حتى أتيتُ.

٤- الطريقة الرابعة: الإشارة أو الرمز...

أَنظرُ للذي أريد أن أخبره أنني أحبه... وأشير له ثم أشير لقلبي... أو أقول بصوتٍ مسموعٍ: يا ربِّ احفظ مَن أحبهم... ثم أشير للشخص بأنه هو المقصود.

كل هذا فقط لمساعدة الأخوات اللاتي تَعسُر الكلمة الطيبة على ألسنتهنَّ... ومع كل هذا يجب عليك أن تَدْعِي الله كثيرًا أنْ يجعلك ممَّن قال عنهم: ﴿وَهُدُوٓاْ إِلَى ٱلطَّيِّبِ مِنَ ٱلْقَوْلِ وَهُدُوٓاْ إِلَىٰ صِرَٰطِ ٱلْحَمِيدِ﴾ [الحج: ٢٤]... يا ربِّ اهدنا للطيب من القول.

تدريب:

اكتبي رسالةً تُعبِّرين عن الحب لأهم المقربين...

.....

.....

.....

ولكي ألحق القول بالفعل، ولأكون أول المطبِّقين للدرس... أعلن لأمي وأبي ولزوجي وإخواني وأحبابي وأطفالي وصديقاتي والقارئات وكل موحد ... أنني أحبكم كثيرًا لأنكم مسلمون تعبدون ربي وحبيبي الأول ... وفيه سأظل أحبكم.

الدرس السابع عشر: الكلمة الطيبة السابعة
(عبادة الشكر)

اقتربنا مِن أن نختم دروس الكتاب التي تعلَّمنا فيها عبادات كثيرة... كنا نغفل عنها... مع كوننا مأمورين بها؛ لأن الناس يتكلمون بأيِّ كلامٍ دون ضبطٍ لألفاظهم على ما يريدها الله ويحبه.

عبادة الشكر عبادة ضرورية جدًّا... وللنساء خصوصًا... لأنَّ نسيانها قد يُوقِع المرأة في خطر كفران العشير... وقيامها بهذه العبادة يجعلها قدوةً لأولادها وزوجها... وتُعلِّم مَن حولها... فتجد الإنسان الذي يُقدِّر جهود الناس ويشكرهم... يبادل بالشكر والاحترام بسهولةٍ.

﴿وَلَٰكِنَّ أَكۡثَرَ ٱلنَّاسِ لَا يَشۡكُرُونَ﴾ [البقرة: ٢٤٣]... صحيحٌ أن هذه الآية تكرَّرت... وهي تخبر عن حال الناس مع خالقهم المتفضِّل الكريم... لكننا أيضًا منها نستفيد أن الناس إنْ كان أكثرهم لا يشكر ربَّه الكريم العظيم؛ فأكثر الكثرة لا يشكر الناس، ولا يرى مزاياهم... ولا يرى فضلهم ولا محاسنهم... يراهم حُثالة وُجِدت لإزعاجه... فعندما تجد أنك تُحسِن وتُحسِن... لكن لا أحد يُقدِّر... فلا تَعْجَب... فقد حدَّثنا الله أنَّ أكثر الناس لا يشكرون... ولكن علينا أن لا نكون من هذا الصِّنْف، بل نعيش ونحن مستشعرون بمِنَّة الله وشكر كل نعمة من الناس... لأنه هو ساقها وقدَّرها... فهي مِن أفضاله في البداية والنهاية..

ومع هذا... فإنَّ رسولنا صَلَّى ٱللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يأمرنا أن نشكر الناس، ويخبرنا أننا إنْ لم نشكرهم فإننا لم نشكر الله.. وأعجب آيةٍ في الشكر نحفظها -واليوم سنفهمها- قوله تعالى: ﴿وَإِذۡ تَأَذَّنَ رَبُّكُمۡ لَئِن شَكَرۡتُمۡ لَأَزِيدَنَّكُمۡ﴾ [إبراهيم: ٧].

ما معنى (تأذن)؟

التأذين بالخبر معناه الإعلام العام لكلِّ الناس.. فلا تأذين إلا بالأمور التي تخصُّ العامة

كلهم... ولهذا يُرفَع الأذان للناس كلهم، ولكن الإقامة لأنها فقط لِمَن حضر للصلاة فهي لا يُؤذَّن بها.. ما يهمني هو أنَّ الله يريد أنْ يخبرنا أنَّ هذه القاعدة التي وضعها لم يَسْتَثْنِ منها أحدًا... كلُّ مَن أراد الزيادة يجب أن يشكر.

فمَن تريد زيادة محاسن أولادها عليها أن تشكر... ومَن تريد أن تزيد إنجاز طالباتها عليها أن تشكر... ومَن أراد زيادة أخلاق زوجته عليه أن يشكر. والعكس... فالنقد والأَلْسِنة الحِدَاد واللوم وكثرة العتاب سببٌ لقلة النِّعَم والمحاسن والحسنات... بل وللعذاب أيضًا..

ولقد حدَّد لنا رسول الله صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ لفظةً نُعبِّر بها عن الشكر... وهي (جزاك الله خيرًا)، وهذا اللفظ يُعِين الناس على تذكُّر الإخلاص عند الإحسان... وأن ثوابه عند الله هو المَطْلب الأساس، ولكن يجوز استخدام ألفاظٍ أخرى معها... فقد شكر رسولُ اللهِ صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ وأصحابُهُ اللهَ بعِدَّة دعواتٍ مختلفةٍ كشكره كرم أبي بكر وشجاعة ابن الأكوع وغير ذلك ... فأيُّ دعوةٍ تُشعِر المحسن لكِ بأنكِ قدَّرتِ عمله وشكرتِه فهو طيبٌ من القول.

نأتي الآن للقسم النفسي من معضلة عدم الشكر:

- **المعضلة النفسية الأولى:** لماذا أكثر الناس لا يشكرون غيرهم؟؟ مرجع ذلك الأصلي في النفس إلى شعورهم بأنهم يستحقون أن يُحسَن إليهم... وهذا الشعور بحَدِّ ذاته فطري... فالإنسان الطبيعي نفسيًّا لا يعتقد أنه يستحق الإهانة والتعذيب والجحود، ولكن المشكلة تأتي من كلمة (أنا)... فلو اعتقدت أنني أستحق الشكر والإحسان على أن أوسع الفكرة الأنانية تلك لأجعلها أنا... وهو نستحق الإحسان والشكر... فهو أحسن لي فيستحق الكلمة الطيبة والشكر كما أستحقها أنا.

بهذا مَن فكر أن يُحسِن لي... فهو يستحق الشكر على ذلك... حتى وإنْ لم يفلح وينجح... فمحاولته كافية لأُقَدِّرها... هذا أولًا.

- **المعضلة النفسية الثانية:** التي تُعِيق الناس عن الشكر هو ارتفاع نسبة القلق والخوف عندهم... هذا القلق يجعل العقل في حالة ترقُّبٍ للأشياء الضارة... بهدف أن يحمي

نفسه منها.

- تخيَّلْنَ معي أنه تم إدخال إنسانٍ إلى مكانٍ به خلية نحلٍ... عقل ذلك الإنسان بسبب الخوف سيترقَّب حركة النحل فقط... وينسى ما في الغرفة.

- الأم التي تُبتَلى بالخوف على الأثاث... تترقَّب أي حركةٍ تضر الأثاث من طفلها.

- الزوجة التي تخاف من أن ينفق زوجها على غيرها... تترقَّب كل نفقة تذهب للخارج.

هذه المخاوف تنشأ عن نفوسٍ لا تعرف الله حقًّا... ولا تؤمن إيمانًا قلبيًّا عميقًا... فيتمكَّن منها الشيطان بسهولةٍ: ﴿إِنَّمَا ذَٰلِكُمُ ٱلشَّيۡطَٰنُ يُخَوِّفُ أَوۡلِيَآءَهُۥ﴾ [آل عمران: ١٧٥]..

لكنَّ الله يُطَمئِن أولياءه دائمًا... فالقرآن يُخبِرهم مرارًا بألَّا يحزنوا ولا يخافوا: ﴿أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ﴾ [الرعد: ٢٨].

كيف نشكر؟؟ **للشكر ثلاثة أنواع:**

١- شكر جزائي.

٢- شكر سردي.

٣- شكر عبادي.

الشكر الجزائي: هو شكرٌ على الإحسان المباشر بكلامٍ مباشرٍ، مثلًا: أخذ ابني طبقه للمطبخ... أشكره: شكرًا... جزاكَ الله الجنة... سَلِمت يداك.

- ابنتي قامت بنشر الغسيل: بارك الله بكِ... وألبس يديكِ أساور الجنة.

- زوجي أَعَدَّ لي القهوة مثلًا... أقول: جزاكَ الله الفردوس... أسعدتني بهذا العمل... سَلِمت يداك حبيبي.

كُلُّ هذا عملٌ مُقابِلُهُ جزاءُ شكر.. وهو النوع الأشهر بين الناس... والأقل قيمةً نفسيًّا. ومع هذا مِن الناس مَن يستثقله ويستصعبه... فعلينا أن نتدرب عليه كثيرًا.

بعد إتقان النوع الأول؛ نأتي إلى النوع الثاني: **الشكر السردي**... هذا لا يكون بسبب عملٍ مباشرٍ.

- تأتي الأم إلى ابنتها قبل النوم... تقول لها: أحب أن أشكركِ على كل شيءٍ جميلٍ فَعَلتِه اليومَ... أحببتُ تصرفك مع إخوانك في الموقف الفلاني... كنتُ حقًّا محتاجةً مساعدتكِ في

الطبخ... كنتِ نِعْمَ المُعِين... بذلتِ جهدًا طيبًا في الدراسة... سَرَّحتِ شعركِ واهتممتِ بهذه النعمة... إلخ. تذكر كل شيءٍ حَسَنٍ قامت به البنتُ خلال اليوم .

هذا له مفعول قوي جدًّا في زيادة المحاسن... مهما كان اليوم سيئًا، ابحثي عن أي شيءٍ حَسَنٍ خلال اليوم أو الأسبوع الفائت.

- كذلك الزوج... تسردين له كل موقف طيب حصل منه... وشعرتِ بأنكِ ممتنةٌ له... تسردين سردًا عدة أمور... تُوصِّلين بهذا رسالةً للشخص: أنا أراكَ... أُقدِّرك... أفعالكَ مهمةٌ وذاتُ قيمةٍ عندي... لن تندم على خيرٍ فعلتَه معي.

وقلنا في مناسبات عدة: إنَّ من الذكاء أن تشكر العمل الواحد عدة مرات على فترات متباعدة... فنشكره جزائيًّا أول الأمر، ثم سرديًّا بعد مدة.

آخر نوعٍ من الشكر هو النوع العبادي: الدعاء هو العبادة..

ولهذا كان شكر الوالدين في القرآن دعاء: ﴿**وَقُل رَّبِّ ٱرۡحَمۡهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرٗا**﴾ [الإسراء: ٢٤]... والنبي صَلَّىٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ دعا لمَن أحسن له في الغيب... ودعا لأصحابه في البقيع... ودعا للمؤمنين... فنحن ندعو لمَن أحسن إلينا كعبادةٍ لله.

فاللّهُمَّ؛ اجْزِ كلَّ مَن أحسن لي خيرًا... صَلِّ على أنبيائك، واجْزِ نبينا صَلَّىٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ عنا خيرًا، واجْزِ العلماء الذين علَّمونا، والأهل الذين رَبّونا، والزوج الذي أَعَفّنا، والولد الذي زيَّن دنيانا، والصديق الذي أحسن صُحْبتنا، واجْزِ مَن صبر علينا وعَذَرنا... خيرَ الجزاءِ.

وشكرًا من القلب لَكُنَّ... لأنكنَّ تتعلمْنَ وتَقرَأْنَ... شكرًا لأنكنَّ تُطالِعْنَ معي هذه الصفحة... اللّهُمَّ؛ فَرَجَك على الأمة ... وأَعِنَّا على شكرك وذِكْرك وحُسْن عبادتك.

الدرس الثامن عشر: القول البليغ

قال تعالى: ﴿وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ تَعَالَوْا۟ إِلَىٰ مَآ أَنزَلَ ٱللَّهُ وَإِلَى ٱلرَّسُولِ رَأَيْتَ ٱلْمُنَٰفِقِينَ يَصُدُّونَ عَنكَ صُدُودًا ﴿٦١﴾ فَكَيْفَ إِذَآ أَصَٰبَتْهُم مُّصِيبَةٌۢ بِمَا قَدَّمَتْ أَيْدِيهِمْ ثُمَّ جَآءُوكَ يَحْلِفُونَ بِٱللَّهِ إِنْ أَرَدْنَآ إِلَّآ إِحْسَٰنًا وَتَوْفِيقًا ﴿٦٢﴾ أُو۟لَٰٓئِكَ ٱلَّذِينَ يَعْلَمُ ٱللَّهُ مَا فِى قُلُوبِهِمْ فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ وَعِظْهُمْ وَقُل لَّهُمْ فِىٓ أَنفُسِهِمْ قَوْلًۢا بَلِيغًا﴾ [النساء: ٦١-٦٣].

إذا تدرَّبتِ وأتقنتِ ما تحدثنا عنه في الكتاب فأنتِ البليغة التي يمكنها إسكات المنافق، وإفحام المجادل، وإبطال كيد الشانئ... أنت التي يبهت أمامك الذي كفر، ويَشرَق الذي فسق.

القول البليغ هو اختيار الكلام الذي يُسكِت المتكبر، ويحجم النرجسي المستكبر ... دون أن تكسبي ذنبًا واحدًا. حين تختارين نوع الكلام المناسب للشخص المناسب، هل هو قول معروف قليل... أو سديد قوي... أو ليِّن عابر؛ عندها تكونين قلتِ قولًا بليغًا.

الدعوة تحتاج البلغاء، ونحن في منازلنا دعاة، ألم يَصِفْ موسى عَلَيْهِ ٱلسَّلَامُ أخاه بالفصاحة قبل كل شيء؟! ألم يفرح رسول الله صَلَّى ٱللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بعائشة رَضِيَ ٱللَّهُ عَنْهَا حين ردَّت على زينب رَضِيَ ٱللَّهُ عَنْهَا ببلاغةٍ، وقال: «**إنها ابنة أبي بكر**»؟! ألم يُسكِت إبراهيم عَلَيْهِ ٱلسَّلَامُ النمرود ويبهته بحُجَّته؟! ألم يَخْتَر رسول الله صَلَّى ٱللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ للوليد آياتٍ جعلته يقول: «يعلو ولا يُعلَى عليه؟! ألم يَخْتَر الغلام كلمةً واحدةً أسلم بسببها أهل المدينة: «باسم الله رب الغلام».

فاللَّهُمَّ... لا ليقال بلغاء ولا فصحاء... ولكن لِنُعْلِي الحقَّ، ونُزهِقَ الباطل... علِّمْنا البيان.

الحمد لله الذي تمَّم هذا الكتاب على خيرٍ

انتهى هذا القسم... وبقيت علينا بقية التمارين العملية في القسم التالي

سبحانك اللهم وبحمدك... أشهد أن لا إله إلا أنت... أستغفرك وأتوب إليك

نهاية القسم النظري

القسم الثاني: التدريبات والأسئلة

التدريب الأول

أمامك خمس فقرات حوارية، اقرئيها، ثم استخرجي من كل فقرةٍ ما يُطلَب منكِ تحتها.

سأجيب أنا على الفقرة الأولى؛ لتتضح كيفية الإجابة، ثم تتدربين بنفسكِ على الفقرات الأربع الباقية:

الفقرة الحوارية الأولى:

المرأة: أهلًا بقدومك يا حبيبي... لقد أفسد الأولاد الموقد، ولم أتمكَّن من الطهي... اتصل بالمصلح لو تكرمت.

الرجل: يا حبيبتي... أخبرتكِ سابقًا، لو سمحتِ امنحيني نصف ساعة فقط لألتقط أنفاسي، وأستعيد وعيي وأُفرِّغ ذهني... وسأستمع إلى كلِّ ما تودين قوله.

المرأة: أنتَ في عملك تستمع لكلِّ مَن هبَّ ودبَّ، وهذا يقول وذاك يُعِيد، ولا تستطيع أن تؤجلهم ولا تعتذر لهم تضعف أمامهم، ولكن عندما تأتي إلى البيت لا تتحمَّل مني كلمةً، ولا تريد أن تسمع ما أقوله لكَ، ولا ما حَدَث لأولادك، ولا ما جرى في البيت...

الرجل: اسمعي ما أقوله لكِ... كفى! أنا عائدٌ من العمل وذهني متعبٌ... لا تجعلي نصف الساعة التي طلبتها تمتدُّ حتى آخر اليوم، فربما أنام وأقول لكِ غدًا نتحدث... لا أريد أن أسمع منكِ شيئًا. اتركيني وشأني، ولتبتعدي عني، الله لا يسيئك.

إجابة نموذجية على الفقرة الأولى:

استخرجي:

عبارة تدخل ضمن التواصُل العنيف إنْ وُجِدَ... وسبب كونها كذلك؟

(لا تتحمَّل مني كلمةً، ولا تريد أن تسمع ما أقوله لكَ)... اتهامٌ باطلٌ وسُوءُ ظنٍّ.

(تضعف أمامهم)... استحقارٌ واستضعافٌ لشخصية الزوج.

عبارة تدخل ضمن التواصُل المقطوع إنْ وُجِدَ؟

(اتركيني وشأني، ولتبتعدي عني)... والتهديد بتطويل مدة الراحة.

حدِّدي بدقةٍ المطلب الذي يجب أن يكون هدف كل حوار؟

هي - رغبتها في أن يستمع لمطلبها... ولأحداث يومها.

هو - رغبته في الحصول على بعض الراحة مدةً من الوقت قبل السماع.

عبارات غير مهمة تدخل ضمن التواصُل غير الفاعل واللغو الذي يُبعِد القضية عن ذلك الهدف؟

(أنتَ في عملك تستمع لكلِّ مَن هبَّ ودبَّ، وهذا يقول وذاك يُعِيد، ولا تستطيع تمنعهم) ... (لا تجعلي نصف الساعة تمتدُّ حتى آخر اليوم، فربما أنام وأقول لكِ غدًا... لا أريد أن أسمع منكِ شيئًا).

اكتبي نصًّا آخر صحيحًا يحمل أساليب البيان القرآنية... (القول الكريم، والطيب، واللين، والميسور ... إلخ). يمكن أن يُعبِّر عن ذلك الهدف :

الرجل في البداية عبَّر بشكلٍ صحيحٍ عن احتياجه للراحة بعض الوقت.

بدأ التواصل العنيف من الزوجة... كان يفترض أن تجيبه بالتالي: لك ذلك... مع أنني أكون مشتاقة جدًّا للحديث معكَ، لكني أستطيع الصبر نصف ساعة لكي أُسعِدكَ بهدوئي... كما تسعدني بصبرك وأنتَ تسمعني.

بعد كتابة النص أضيفي له عبارات تُدلِّل على الحب والشكر.

نعم... يا أغلى حبٍّ، شكرًا على جهدكَ بالعمل وتعبك لأجلنا اليوم... يعطيك العافية... وشكرًا لأنكَ ترغب في أنْ تسمعني بتركيزٍ بعد أن ترتاح... أنتظر استيقاظك.

الفقرة الحوارية الثانية:

الرجل: ريهام... أقول لكِ شيئًا، طارق وعصام ومحمد تحدَّثوا معي للتوِّ، وأخبرتهم أنهم سيأتون ليتناولوا العشاء معنا اليومَ... إن شاء الله. جهِّزي لنا بعض المحاشي وبعض الطعام، بالإضافة إلى معكرونة بالبشاميل؛ فأنتِ تعلمين أن مَظْهَرنا أمامهم يجب أن يكون جيدًا، وهم يحبون هذه الأطباق.

المرأة: أنتَ بالتأكيد تمزح... أليس كذلك؟ أنتَ بالتأكيد تمزح! أنتَ تأتي لتخبرني الآنَ، والساعة تقترب من الثالثة، أنهم سيأتون ليتناولوا العشاء معنا، وتريد أيضًا محاشي ومعكرونة بالبشاميل... حتى يكون مَظهَر سيادتك جيدًا أمامهم؟ أنتَ بالتأكيد تمزح، أليس كذلك؟

الرجل: هل جُننتِ أم ماذا؟ لا، بالتأكيد... لا أمزح. أصدقائي أخبروني أنهم يريدون زيارتنا، فماذا أفعل إذًا؟ هل أقول لهم: لا تأتوا... واذهبوا وابحثوا عن مكانٍ آخر لتأكلوا فيه؟ أقول لكِ شيئًا، لا تتصرفي بجنونٍ في المساء! لقد أخبرتكِ أنهم قادمون، وأمامكِ بضع ساعات. ماذا ستفعلين؟ أمامكِ ثلاث أو أربع ساعات، تصرَّفي فيها كما تشائين.

المرأة: ثلاث أو أربع ساعات فقط؟ ألا تخشى الله... يا أخي؟ أنتَ لا تشعر بي أبدًا! أنا مستيقظةٌ منذ الساعة السادسة صباحًا مع الأولاد... طعامهم وشرابهم ودراستهم وواجباتهم. أنتَ لم تشعر بي قط... يا أخي! اشعر بي قليلًا.

الرجل: بلا (اشعر بي) و(لا تشعر بي)! كلما طلبتُ منكِ شيئًا تُسمعيني هذا الحوار وهذه الكلمات... أقول لكِ شيئًا، هم قادمون على كل حالٍ، وأنتِ لا بد أن تطبخي... قُضِيَ الأمر... اجلسي ونَوِّحي مع نفسكِ في المطبخ وأنتِ تطبخين.

دورك الآن استخرجي:

- عبارة تدخل ضمن التواصل العنيف إنْ وُجِدَ... وسبب كونها كذلك؟

.....

- عبارة تدخل ضمن التواصل المقطوع إنْ وُجِدَ؟

.....

- حدِّدي بدقةٍ المطلب الذي يجب أن يكون هدف كل الحوار (الكلام السديد)؟

.....

- عبارات غير مهمة تدخل ضمن التواصل غير الفاعل واللغو الذي يبعد القضية عن ذلك الهدف؟

.....

اكتبي نصًّا آخر صحيحًا يحمل أساليب البيان القرآنية يمكن أن يُعبِّر عن ذلك الهدف: (القول الكريم، والطيب، واللين، والميسور... إلخ).

.....

.....

.....

.....

بعد كتابة النص أضيفي له عبارات تُدلِّل على الحب والشكر.

.....

الفقرة الحوارية الثالثة:

الرجل: سأصاب بالجنون، عقلي سينفجر! لا أعرف كيف انخدعتُ برجلٍ يتظاهر بأنه سمسار، افتتح مكتبًا أنيقًا وادَّعى فهم كل شيء... وأنا مستمرٌّ في دفع المال وراءه... دفعت... ودفعت. وقلت له: لو سمحت، أحضر سباكين لفحص السباكة، وعندما أحضرهم... في النهاية قال لي: إنها سليمة... لكن تبين أنها معطلة.

المرأة: أنا قلتُ لك... إن هذا السمسار يبدو نصابًا، وأنت لم تستمع إلى كلامي. ظللت تقول لي: لا، أمي قالت عنه كذا، وأبي ذهب ورآه... طبعًا كلام أهلك مُقدَّم قبل كل شيء... يجب أن يُسمع ويطاع. لكن عندما أخبركَ من أجل مصلحتكَ أن فلانًا قال عنه نصاب، وعلانًا قال عنه نصاب... يصبح كلامي سوء ظنٍّ وافتراء... بينما كلام أهلك هو الصحيح وواجب التنفيذ.

الرجل: وما علاقة كلام أهلي بالموضوع؟ السمسار خدعني في السباكة.

المرأة: تستحق! ابْقَ هكذا... تعلم من كيسك فالتعلُّم ليس بالشيء الهيِّن... ها قد عرفتَ أنه نصاب، ولكن بعد أن دفعتَ دم قلبك... لكي تستمع إلى كلامي بعد ذلك.

الرجل: واللهِ!! هل أنتِ فَرِحةٌ بأنني قد نُصِبَ عليَّ؟ كل هذه أموالك وأموال أولادك التي ستضيع عليكم الآنَ. حسنًا، ما رأيكِ بأنَّ كلامي أنا هو الذي سيُنفَّذ، وبعد ذلك... ما أراه أنا صوابًا سأفعله، ولن أستمع إلى كلامكِ، ولن أُنفِّذ شيئًا أنتِ ترغبين فيه... ما رأيكِ الآنَ؟

استخرجي:

- عبارة تدخل ضمن التواصل العنيف إنْ وُجِدَ... وسبب كونها كذلك؟

.....

- عبارة تدخل ضمن التواصل المقطوع إنْ وُجِدَ؟

.....

- حدِّدي بدقةٍ المطلب الذي يجب أن يكون هدف كل الحوار (الكلام السديد)؟

.....

- عبارات غير مهمة تدخل ضمن التواصل غير الفاعل واللغو الذي يبعد القضية عن ذلك الهدف؟

.....

- اكتبي نصًّا آخر صحيحًا يحمل أساليب البيان القرآنية يمكن أن يُعبِّر عن ذلك الهدف: (القول الكريم، والطيب، واللين، والميسور... إلخ).

.....

.....

.....

.....

- بعد كتابة النص أضيفي له عبارات تُدلِّل على الحب والشكر.

.....

الفقرة الحوارية الرابعة:

المرأة: محمد... ألن تتوقَّف عن الضرب والصياح والشتائم في وجه الأولاد طوال الليل والنهار، على كلِّ شيء... تافه أو غير تافه؟

الرجل: وماذا يعني ذلك؟ ألا أُربِّيهم؟ أنا والدهم... ويجب أن أربيهم.

المرأة: أقول لك شيئًا، طريقة والدك ووالدتك التي كنتَ تخبرني أنهما ربَّيَاكَ بها، تلك الطريقة عفا عليها الزمن ولا تصلح الآن. الأولاد يربون بطريقة مختلفة الآن. توقَّف عن هذه الطريقة... وتعلم مني. أنا درست وأتعامل معهم بشكل صحيح. كل ما تفعله أنت خاطئ، فتوقَّف عن هذه الطريقة أفضل لك.

الرجل: أفضل لي؟! وماذا ستفعلين بي إذًا؟

المرأة: لا، لن أفعل لك شيئًا... ولكن انتبه... أسلوبكَ قد يُفسِد الأولاد وينحرفون... وسيقع ذنبهم في رقبتك، وستكون أنت السبب. أما أنا، فأنا في مأمن لأني أتعامل بالأسلوب الصحيح.

الرجل: نعم... فهمت... يعني أنتِ ملاك نازل من السماء... وتعرفين كيف تربين جيدًا؟ في الأصل أنتِ لا تعرفين التربية، أنتِ فقط تُدلِّلينهم، فيفعلون ما تريدينه لأجل المصروف والحلوى... وأنا لا أريد أولادي أن يخرجوا مُدلَّلين.

المرأة: لا، أولادي رَبَّيْتُهم أفضل تربية، وأنا أتعامل بالطرق السليمة... وإذا لم تكن تعرف كيف تفعل مثلي، فهذه مشكلتك وليست مشكلتي.

استخرجي:

- عبارة تدخل ضمن التواصل العنيف إنْ وُجِدَ... وسبب كونها كذلك؟

.....

- عبارة تدخل ضمن التواصل المقطوع إنْ وُجِدَ؟

.....

- حدِّدي بدقةٍ المطلب الذي يجب أن يكون هدف كل الحوار (الكلام السديد)؟

.....

- عبارات غير مهمة تدخل ضمن التواصل غير الفاعل واللغو الذي يبعد القضية عن ذلك الهدف؟

.....

- اكتبي نصًّا آخر صحيحًا يحمل أساليب البيان القرآنية يمكن أن يُعبِّر عن ذلك الهدف: (القول الكريم، والطيب، واللين، والميسور... إلخ).

.....

.....

.....

- بعد كتابة النص أضيفي له عبارات تُدلِّل على الحب والشكر.

.....

الفقرة الحوارية الخامسة:

المرأة: يا إيهاب، ما هذه الأغراض التي في الأكياس؟ هذه ليست الأغراض التي طلبتها.. نعم، هناك بعض الأشياء التي طلبتُها، لكن الباقي ليس ما طلبته.

الرجل: لم أجدها. دخلت وبحثت في الورقة التي كتبتها، ولم أعرف أين توجد الأغراض التي تريدينها. فقلت سأتصرف، وأحضرت بعض الأغراض والمستلزمات للمنزل.

المرأة: أجل، لكن المصروف الذي لديَّ لن يكفي لكل هذه الطلبات التي أحضرتها. بالإضافة إلى أنك أحضرت أشياء كثيرة جدًّا تزيد عن المبلغ الذي أعطيتك إياه. وستأتي لاحقًا لتطلب مني المال الزائد، وتقول إنه يجب دفعه من مصروف البيت، بالإضافة إلى أنني مطالَبة بإحضار الأغراض التي لم تحضرها أنت.

الرجل: الله!! هل ستلقين عليَّ محاضرة؟ هل ستعلمينني الأدب من جديدٍ؟ أغراض أحضرتها للمنزل وانتهى الأمر! هل ستُرمَى مثلًا؟ أنتم ستأكلونها أيضًا!

المرأة: نعم، نحن سنأكلها، لكنك ستأتي في نهاية الشهر وتقول: أين ذهب المصروف؟ فسأقول لك: المصروف انتهى... وستفتح فمك هكذا (غاضبًا)... لأن المصروف انتهى، ونحن ما زلنا نحتاج المزيد.

الرجل: يا ربِّ! هذه حياة تُقصِّر العمر! ما هذا الهَمُّ الذي نعيشه؟ المرء لا يستطيع شراء شيءٍ لأولاده براحته.... أففففف!

استخرجي:

- عبارة تدخل ضمن التواصل العنيف إنْ وُجِدَ... وسبب كونها كذلك؟

.....

- عبارة تدخل ضمن التواصل المقطوع إنْ وُجِدَ؟

.....

- حدِّدي بدقةٍ المطلب الذي يجب أن يكون هدف كل الحوار (الكلام السديد)؟

.....

- عبارات غير مهمة تدخل ضمن التواصل غير الفاعل واللغو الذي يبعد القضية عن ذلك الهدف؟

.....

اكتبي نصًّا آخر صحيحًا يحمل أساليب البيان القرآنية يمكن أن يُعبِّر عن ذلك الهدف: (القول الكريم، والطيب، واللين، والميسور... إلخ).

.....

.....

.....

.....

بعد كتابة النص أضيفي له عبارات تُدلِّل على الحب والشكر.[1]

.....

تعقيب بعد التدريب الأول

في كل حياة أسرية يوميًّا حوارات متكررة، سواء حدث الحوار بين الأمِّ وبناتها أو أبنائها، أو بين الزوجة وزوجها... يحدث نوعٌ من الاختلافات في وُجْهات النظر، كما رأينا في الحوارات أعلاه... الآن؛ أجيبي عن الأسئلة التالية:

١- ما متوسط عدد النقاشات التي تجري في منزلك في الأسبوع الواحد؟؟
بعبارة أخرى: كم مرةً تختلفين مع أفراد أسرتك أسبوعيًّا؟؟!!

.....

(أتمنى أن يكون العدد التقريبي ١٠حوارات... هذا إذا كانت الأسرة صحية... أما إنْ لم تكن الأسرة مُتَوادَّة فإنه تقلُّ الحوارات بينهم كثيرًا أو تصبح شجارات يومية متكررة).

٢- مَن الفائز في تلك النقاشات؟؟ بعبارةٍ أخرى: كم مرةً رأيُك هو الذي يغلب الآخرين؟ وكم مرةً تُجْبَرين فتخسرين بالقوة رأيك، وتفعلين ما يريده الطرف الآخر؟

.....

٣- كم نقاشًا من تلك النقاشات لا يخرج أيُّ طرفٍ منه غاضبًا... ويخرج الكل مُتقبِّلًا الأمر، حتى لو لم يكن رأيه هو الذي تمَّ... ولا كلامه هو الذي نُفِّذَ؟

.....

---

(١) هذه الفقرات تسجيلات صوتية لإحدى سلاسل مركز (سمارت ستارز)، تمَّ قصها، والتعديل البسيط عليها؛ لتصلح للتمرين.

٤- كم نقاشًا من تلك النقاشات هو نقاش فاعل... وصلتم فيه لنقطة تراضي الجميع؟ ولا يكون همك فيه وصولك أنت للرضا؟

.....

لو راجعنا إجاباتنا السابقة لوجدنا أن أكثر حواراتنا تفشل... إما لأن الحوار ينتهي بفوز الأقوى، أو لأن النقاش غير مُؤثِّر وأكثره لغو وانتصار للنفس، أو لأن الكل يتجنَّب إكمال الحوار.

حسنًا؛ غالبًا أنتِ الخاسرة في الحوارات... لأنك تتعبين أمام إلحاح الأطفال... أو تسلُّط الرجل... لذلك أنتِ أكثر مَن يحتاج علم البيان.

◎ ليس الهدف مِن تعلُّم هذا العلم... هو فوزك في الحوار.

تخيَّلي أنكِ فزتِ أسبوعيًّا بـ(١٠) حوارات... هذا يعني هزيمة زوجك (٤٠) مرةً في الشهر أمامكِ... أخبريني بشخصٍ يحب البقاء مع شخصٍ يهزمه... ويشعر معه طوال الوقت بالضعف؟؟ سيتجنَّب الزوج الحديث مع زوجته... ثم تقول هي: لِمَ لا يتكلَّم معي؟؟

هل تريدين أن لا يحبك زوجك وأولادك؟ إذن افعلي ما فعلَتْه المرأةُ في الحوارات السابقة... اجعلي هدفكِ تسفيه مَن أمامك وإعلاء شأنكِ.

حسنًا... ما الهدف من وراء كل حوارٍ... سواء فزتِ أو خسرتِ... الهدف أن يسمع الله كلامي حسنًا فيهديني رضاه ثم وُدَّ الآخرين، أكسب نقاطًا في قلب زوجي... أو قلب مَن أحاوره، وأن يكسب هو مني كلامًا طيبًا... يُشعِره بالفوز كلانا كاسب.

الإنسان تأخذه العزةُ بالإثم، ويكره أن يقال له: أنت مخطئٌ في وجهه... يكره خسارة رأيه، لكن حين يسمع كلمات طيبة تُعوِّض عليه شعوره بالخسارة، وتكون كبديلٍ عمَّا سيتنازل عنه... يتغير الحال.

المحرك الأساسي في الإنسان قلبه، سواء كان صغيرًا أو كبيرًا... فإذا لم يدخل الكلام عن طريق القلب فإنه لا يُؤثِّر في أفعال العقل... بل يكون سُوءُ الخُلُق دافعًا للإنسان على الإصرار على الخطأ.

حتى لو كان المتحدِّث رسولًا من رب العالمين... يتحدَّث بالحق والصدق والفرض والواجب... لو تحدَّث بفظاظةٍ وغلظةٍ؛ لانفضَّ الناس مِن حوله.

في الحوارات الأربعة:

كانت المرأة تفتقر لحُسْن الخُلُق والتواصل الجيد، همها في مسألة الزيارة والدعوة إلى الطعام أن تغتنم وقت الراحة... ولو خسرت قلب زوجها وخسر هو أصدقاءه، كان عليها أن تبين فقط أنها تحب أن لا تكون الزيارة مفاجئةً... كي تستطيع تعويض وقت راحتها... لو أرادت أنْ تُسهِّل عليه التنازل واحترام وقتها... فالأجدر بها أن تقول كلامًا طيبًا... ثم تكسب قلب زوجها بصبرها على ذلك اليوم... ويكسب الجميع.

وهَمُّها في مسألة السمسار أن يفوز رأيُها أمام رأي أهل زوجها... ولو خسر زوجها شعوره بمساندتها... وخسر هو أهله وخسر ماله... لا يهم. بينما كان عليها أن تهتم أن تساند زوجها... لتعوضه عن خسارته المالية... فتكسب حبَّه ويشعر بأنها أحنُّ عليه من أهله... فيميل لها... وقد يسمعها في الأمور التالية.

وفي مسألة تربية الأولاد... هَمُّها إثبات تفوُّقها العلمي على زوجها... ولو خسر زوجها بذلك الشعور بقيمته وأهميته معها، وكان عليها أن تُطبِّق أصول التربية... ثم تتحدَّث عن نفسها قائلةً... كنت سأضربه، ولكني قرأتُ كذا وكذا... فقلت: أعاقبه بالحرمان أفضل... ثم تُثني على زوجها... ليسهل عليه التنازل والسماع لعلمها... ويُطبِّقه دون أن يشعر بالإهانة.

وكذلك موقف المشتريات... كان هَمُّها الفوز بطلباتها... والمصروف لا ينقص... ولو خسرت حبَّ زوجها وثقته بمرونتها... ولو خسرت سعادته في الإنفاق عليهم... لا يهمها. بينما كان عليها أن يكون همُّها أن يفوز زوجها بكلماتٍ طيبةٍ... ليسهل عليه تعويض ما سينقص من مصروفٍ... لو نقص آخر الشهر على حَدِّ قولها.

إذن بعد كل حوارٍ أُجْرِيه مع مَن حولي... أسأل نفسي الأسئلة التي تدرَّبنا عليها بعد المقطع؛ لنعرف مواطن النقص والخطأ... ومواطن الزيادة واللغو... والبدائل الأفضل. تلك المحاسبة ضرورية , هل حواراتي ترضي الله .

حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا...

التدريب الثاني

سيكون تدريبنا الآن مختصًّا بعبارةٍ واحدةٍ... فيها تواصل عنيف (اتهام مُعيَّن)... هذه العبارة خرجت نتيجة فكرةٍ معينةٍ، ونحن سنتعلم كيف نُغيِّر تلك الفكرة... وكيف نرد عليها لو قِيلَت لنا.

سأبدأ بحل نموذج واحد للتدريب... ثم تتدربون وحدكم على بقية العبارات.

العبارة الأولى:

ابنها دخل -دون قصدِ التسمُّع- إلى غرفة النساء، وكان يريد قول شيءٍ لأمه. الأم بغضبٍ : (إسماعيل، ماذا تفعل هنا؟ لماذا تتنصت على حديث النساء الكبيرات).

إجابة نموذجية على العبارة الأولى:

ما الشعور الذي يحس به قائل العبارة؟ وما الشعور الذي يحس به الطرف الثاني؟

شعور القائل: الغضب. شعور الثاني: الظلم والإحراج.

ما الفكرة الخاطئة التي أدَّت إلى شعور القائل بذلك الشعور؟

الناس سينزعجون من ابني، وسيقولون غير مؤدب، وهو قليل الأدب؛ لأنه لم يستأذن.

تخيَّلي أنكِ في المشهد... أعطِ القائل فكرةً أخرى تساعده على الهدوء؟

ابنك صغير... ومن الطبيعي أن ينسى هذا يدل على أهمية وجودك في حياته لتذكيره عدة مرات على السلوك الصحيح.

أَعطِ القائل كلمات أخرى تُعبِّر عن شعوره بتواصُل غير عنيفٍ؟

إسماعيل... يبدو أنكَ نسيتَ الاستئذان الذي تعلَّمناه من قبلُ، يا جارتي... ابني يعرف كيف يستأذن، لكنه على ما يبدو نسي ذلك. والآنَ... سيعود إلى الخارج، ويستأذن مرةً أخرى، ثم يدخل علينا.

صِفِي شعور الشخصية لو قالت ذلك؟

السعادة لأنها لم تجعل الناس يشعرون أن ابنها سيئ... وجعلت ابنها لا يشعر بالإحراج، وأحسنت الظنَّ به فلم تظلمه وترجو رضا الله عنها .

الآن دوركم...

العبارة الثانية:

المرأة -بِلَومٍ وتَذَمُّرٍ- تقول لزوجها: ما الذي غيَّرك عليَّ؟ أين الغزل؟ أين الكلام الجميل؟ وأين كلامك الذي كان يَقطُر عسلًا؟ لقد توقَّفت عن حبي.

- ما الشعور الذي يحس به قائل العبارة؟ وما الشعور الذي يحس به الطرف الثاني؟

.....

- ما الفكرة الخاطئة التي أدَّت إلى شعور القائل بذلك الشعور؟

.....

- تخيَّلي أنكِ في المشهد أَعْطِ القائل فكرةً أخرى تساعده على الهدوء؟

.....

- أَعْطِ القائل كلمات أخرى تُعبِّر عن شعوره بتواصل غير عنيف؟

.....

- صِفِي شعور الشخصية بعد قول الكلام الصحيح؟

.....

العبارة الثالثة:

الرجل بغضبٍ لزوجته: ما أفسد الولد غيرك أنتِ.

- ما الشعور الذي يحس به قائل العبارة؟ وما الشعور الذي يحس به الطرف الثاني؟

.....

- ما الفكرة الخاطئة التي أدَّت إلى شعور القائل بذلك الشعور؟

.....

- تخيَّلي أنك في المشهد أَعْطِ القائل فكرةً أخرى تساعده على الهدوء؟

.....

- أَعْطِ القائل كلمات أخرى تُعبِّر عن شعوره بتواصل غير عنيف؟

.....

- صِفِي شعور الشخصية بعد قول الكلام الصحيح؟

.....

العبارة الرابعة:

المرأة لزوجها بانفعالٍ: دائمًا ما تعدني... لكنكَ لا تفي بوعدك.

- ما الشعور الذي يحس به قائل العبارة؟ وما الشعور الذي يحس به الطرف الثاني؟

.....

- ما الفكرة الخاطئة التي أدَّت إلى شعور القائل بذلك الشعور؟

.....

- تخيَّلي أنكِ في المشهد أَعْطِ القائل فكرةً أخرى تساعده على الهدوء؟

.....

- أَعْطِ القائل كلمات أخرى تُعبِّر عن شعوره بتواصل غير عنيف؟

.....

- صِفِي شعور الشخصية بعد قول الكلام الصحيح؟

.....

العبارة الخامسة:

المرأة لزوجها باتهام: أفعالك لا ترضي الله، أنت بالتأكيد متزوج عليَّ، وتريد إخفاء فعلتك.

- ما الشعور الذي يحس به قائل العبارة؟ وما الشعور الذي يحس به الطرف الثاني؟

.....

- ما الفكرة الخاطئة التي أدَّت إلى شعور القائل بذلك الشعور؟

.....

- تخيَّلي أنكِ في المشهد أَعْطِ القائل فكرةً أخرى تساعده على الهدوء؟

.....

- أَعْطِ القائل كلمات أخرى تُعبِّر عن شعوره بتواصل غير عنيف؟

.....

- صِفِي شعور الشخصية بعد قول الكلام الصحيح؟

.....

العبارة السادسة:

الزوج لزوجته بتأفُّفٍ: أنتِ تريدين أن تستمري في الثرثرة حتى تُؤخِّرينا، لم يتبقَ سوى ثلث ساعة.

- ما الشعور الذي يحس به قائل العبارة؟ وما الشعور الذي يحس به الطرف الثاني؟

.....

- ما الفكرة الخاطئة التي أدَّت إلى شعور القائل بذلك الشعور؟

.....

- تخيَّلي أنكِ في المشهد أَعْطِ القائل فكرةً أخرى تساعده على الهدوء؟

.....

- أَعْطِ القائل كلمات أخرى تُعبِّر عن شعوره بتواصل غير عنيف؟

.....

- صِفِي شعور الشخصية بعد قول الكلام الصحيح؟

.....

العبارة السابعة:

الزوج لزوجته بغضبٍ: ما هذا الذي صنعتِه؟ أنتِ لا تجيدين الطبخ، هل هذا طعام؟

- ما الشعور الذي يحس به قائل العبارة؟ وما الشعور الذي يحس به الطرف الثاني؟

.....

- ما الفكرة الخاطئة التي أدَّت إلى شعور القائل بذلك الشعور؟

.....

- تخيَّلي أنكِ في المشهد أَعْطِ القائل فكرةً أخرى تساعده على الهدوء؟

.....

- أَعْطِ القائل كلمات أخرى تُعبِّر عن شعوره بتواصل غير عنيف؟

.....

- صِفِي شعور الشخصية بعد قول الكلام الصحيح؟

.....

تعقيب بعد التدريب الثاني

هناك أمراض عقلية... بسببها يفقد الإنسان شخصيته الحقيقية... فيتصرف وكأنه شخص آخر... يعني هو اسمه عماد ووظيفته تاجر... لكنه يتصرف كأنه الملك نابليون، أو كأنه طفل. وتلك الأمراض مرفوعٌ عن أصحابها القلم... لأنهم مُصابون بالجنون الحقيقي.

نحن خُلِقْنَا على الفطرة... طيبين ومؤمنين... ومع ذلك؛ نتصرف عكس ذلك الإيمان... دون أن يكون بنا جنون... ولكن بسبب فكرةٍ خاطئةٍ يوسوس بها الشيطان لنا.

بسبب تلك الفكرة نُبرِّر لأنفسنا أن نغضب ونسخر ونتنمر ونلوم ونتهم ونهاجم وننتقد ونَكفُر الإحسان وننسى الفضل بسوء الظن، وفي نفس الوقت؛ لا نقبل بتلك التصرفات أن نُعامَل بها... مهما كان دافع غيرنا... وحجم تسلُّط الشيطان على عقله.

في تدريبنا هذا... رأينا كيف نُغيِّر تلك الفكرة السيئة وتحويلها، وتخيَّلنا أننا شخص حاضر بالمشهد... وظيفته تهدئة المتحدث ومساعدته لصرف فكرة الشيطان عنه.

إذا تعاملنا مع عقولنا بنفس الطريقة يوميًّا... نُهدِّئها ونُغيِّر طريقة تفكيرها بشكلٍ مستمرٍّ... نطرد وندفع ما يُلقِيه الشيطان ليستفزنا... ستتحسَّن عباراتنا وقتَ الغضبِ.

هناك أناسٌ لا يستطيعون تغيير فكرة من أمامهم حين يتواصل معهم بعنفٍ... ولا يعرفون كيفية تهدئته... فيلوذون بالصمت والحزن... هل هذا ممكن وجيد؟؟

جيدٌ لو كان السكوت مُؤقَّتًا... وأَجَّلنا الكلام إلى وقتٍ آخر... حتى نُجهِّز العبارات الحسنة الطيبة... لكن الصمت الدائم وحده قد يعتبر إقرارًا على ما أوحاه الشيطانُ لعقل الغاضب... وتأكيدًا لتلك الاتهامات الظالمة؛ لذلك الأفضل من الصمت تعبيرات وجهٍ مناسبةٍ... تدل على الحزن على المتكلم... والشفقة عليه... والتعجُّب مما يقول، أو كلمات بسيطة مثل: حبيبي أنت مؤمن بالله... اهدأ واستعذ بالله من الشيطان... أو: ما توقعت أن تظنَّ هذا بحبيبتك وزوجتك التي تحبك.

الآنَ ولكي تَسْتَفِدْنَ من الكتاب في منازلكنَّ... فَكِّرْنَ بكلمةٍ تضايقكنَّ... يقولها مَن حولكنَّ لكنَّ بطريقةٍ عنيفةٍ... فكِّري بشعورك وشعور المتكلم... وقومي بالتفكير بطريقةٍ تُهدِّئكِ أنتِ... وبكلام يُهدِّئ القائل... ضعي نفسكِ بالموقف... وتخيَّلي أنكِ تتصرفين بهدوءٍ.

.....

.....

.....

إنَّ مما يخصني أنا في طفولتي... أنه كان مَن حولي يُكثِر التعليق على شكل شعري وقصري وسِمْنتي وأكلي وخجلي ومرضٍ كان يلازمني في طفولتي... كان الانتقاد يجعلني أحزن وأبكي وأنطوي... وأزداد خجلًا، ثم جلستُ مع نفسي وقلتُ: إلى متى سأبقى هكذا، أنا لم أفعل خطأً لأخجل منه، هؤلاء هُمَزة لُمَزة... يريدون أن يُعِيقونني عن استشعار نِعَم الله عليَّ، يريدون أن يجعلوني أعتقد أنَّ الله لم يُكرِمني ولم يُعْطِني... فأستقلَّ نِعَمه فلا أشكره... كيف أتوقَّف عن شكر الله على شعري وغيري أصلع... كيف أتوقَّف عن شكر الله على صحتي وغيري مريض... كيف أتوقَّف عن شكر الله على مرضٍ بسيط وغيري مُبتلًى بمرضٍ عضالٍ وعاهةٍ كبرى..

ثم فكرت بما أجيب به مَن يهزأ بي... فبِتُّ أقول للهازئين: كل إنسانٍ يحبُّ ما وهبه الله... طبيعيٌّ أنْ تُحبُّوا نِعَم الله عليكم... وتعتبروها أفضل مما عند الناس... وطبيعيٌّ أن أُحبَّ نِعَمَ الله عليَّ... وأشعر أنني أفضل منكم... وربي يزيدنا ويزيدكم من فضله.

نُلخِّص ما استفدناه من التدريب في الأمور التالية:

١ - التواصل العنيف سببه فكرة جاءت من الشيطان.

٢ - مهمتي أن أدرب نفسي على طرد تلك الأفكار، وإحسان الظن وإحسان التعبير.

٣- جيدٌ أن أساعد مَن أمامي أيضًا على الهدوء.

٤ - أمرنا الله بقول التي هي أحسن، والقول اللين، والسديد، والطيب... وهذا يُشعِر الغير بالهدوء، فيسهل الوصول إلى قلبه، وتنمية الخير فيه.

٥- لو قلنا كلامًا سيئًا نُحاسِب أنفسنا... ثم نتوب ونقول كلامًا طيبًا مكانه: «**أَتْبِعِ السيئةَ الحسنةَ تَمْحُها**».

٦- قال رسول الله صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيْهِوَسَلَّمَ: «**لا تغضب، ولك الجنة**»، والجنة تستحق التدرُّب لأجلها... أكثر وأكثر.

التدريب الثـــالـــث

كتابة رسالة باستعمال أساليب البيان:

سأضع الآن نموذجًا لرسالة مناقشة ، اطَّلعي عليها، ثم اكتبي رسالةً أخرى، أو رسالتين حول موضوعٍ يخصك أنتِ؛ للتدرُّب على كيفية استخدام التواصُل بالمراسلة بدون عنفٍ.

مثال لرسالة باستعمال أساليب البيان:

الرسالة ستتكون من ١٠ أجزاء:

١- اسم المرسَل له مع إضافة لقب جميل: (إلى ابني؛ صاحب الوجه البشوش، والضحكة الجميلة).

٢- قولٌ معروفٌ يُلخِّص مضمون الرسالة: (أكتب لك هذه الرسالة... لمحاولة إيصال مشاعري لكَ تجاه سلوكٍ يزعجني وأتمنى منكَ أن تتفهمني... وتُفهمني مشاعرك أيضًا).

٣- ذِكْر ما لاحظتِهِ من التصرُّف مع استخدام ألفاظ لينة: (لاحظتُ أنكَ -يا حبيبي- حين تطلب مني الأمر... تُكرِّر طلبه عدة مرات... ولا تصبر حتى أُنهِي ما بيدي).

٤- ذِكْر شعوري الذي أُحِسُّ به تجاه تلك التصرفات: (أُحِسُّ عندها بالضيق... لأنني أعتقد أنك لا تُقدِّر أنَّ مَطلَبك مهم عندي، ولكنني لديَّ مطالب أخرى لوالدكَ ولإخوتك... ولا أستطيع أن أتركها بسرعةٍ).

٥- ذِكْر بعض المخاطر لذلك التصرُّف على المرسَل له، مع إظهار الخوف والشفقة عليه: (أظنُّ أن استمرارَكَ بهذا التصرف سيجعل مَن حولك يظنون أنكَ شخص أناني غير مُقدِّر للآخرين... وأنتَ لست كذلك... أنتَ كنتَ في عدة مواقف مُؤثِر لغيرك وصبور... كما في موقفك الفلاني والفلاني).

٦- ذِكْر الطلب الذي أحتاجه من المرسَل له بدقةٍ (قول سديد): (لذلك أتمنَّى في المرة المقبلة أنْ تنتظر حتى أُنهِي ما بيدي... أو ربما تساعدني في إنهائه لأتفرغ لطلبك).

٧- ذِكْر أسباب ومنافع هذا السلوك على المرسَل له: (هذا سيجعلك تحصل على طلبك بشكلٍ أسرع... وسيجعلك متعاونًا بنظري).

٨- ذِكْر مشاعري عندما يُطبِّق ذلك التصرف: (سأشعر وقتها... أنني حقًّا محظوظة بابنٍ مثلك... سيزداد حبي لك أكثر).

٩- شكر المرسَل له على اتِّساع صدره للرسالة: (شكرًا عزيزي... لأنَّك سمعت مشاعري، وقرأت كلماتي).

١٠- الخاتمة التي تُشعِر المرسَل له بالحبِّ لا بالإجبار: (وتذكَّر أن لك مكانةً عندي ربما لم أُعبِّر عنها كما يجب في السابق... لكن ثِقْ أنني سأحاول ذلك... لتشعر بحبي لكَ... المهم أنْ أرى ابتسامتك دائمًا). وأخيرًا اسم المرسِل: (أمك المحبة)، ثم نجمع الرسالة.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إلى ابني... صاحب الوجه البشوش، والضحكة الجميلة.

أكتب لك هذه الرسالة... لمحاولة إيصال مشاعري لكَ تجاه سلوكٍ يزعجني وأتمنى منكَ أن تتفهمني... وتفهمني مشاعرك حيال ما سبَّبته لك.

لاحظتُ أنكَ ياحبيبي حين تطلب مني الأمر تُكرِّر طلبه عدة مرات ولا تصبر حتى أُنهِي ما بيدي.

أُحِسُّ عندها بالضيق... لأنني أعتقد أنك لا تُقدِّر أنَّ مَطلَبك مهم عندي، ولكنني لديَّ مطالب أخرى لوالدكَ ولإخوتك... ولا أستطيع أن أتركها بسرعةٍ.

أظنُّ أن استمرارك بهذا التصرف سيجعل مَن حولك يظنون أنكَ شخص أناني غير مُقدِّر للآخرين.

وأنتَ لست كذلك.. أنتَ كنتَ في عدة مواقف مُؤثِر لغيرك وصبور.. كما في موقفك الفلاني والفلاني.

لذلك أتمنَّى في المرة المقبلة أنْ تنتظر حتى أُنهِي ما بيدي... أو ربما تساعدني في إنهائه لأتفرغ لطلبك.

هذا سيجعلك تحصل على طلبك بشكلٍ أسرع... وسيجعلك متعاونًا بنظري.

سأشعر وقتها... أنني حقًّا محظوظة بابنٍ مثلك... سيزداد حبي لك أكثر.

شكرًا عزيزي... لأنَّك سمعت مشاعري، وقرأت كلماتي.

وتذكَّر أن لك مكانةً عندي ربما لم أُعبِّر عنها كما يجب في السابق... لكن ثِقْ أنني سأحاول ذلك... لتشعر بحبي لكَ... المهم أنْ أرى ابتسامتك دائمًا.

أمك المحبة/ صفا

والآن دورك:

- اسم المرسَل له مع إضافة لقب جميل.

.....

- قول معروف يلخص مضمون الرسالة.

.....

- ذِكْر ما لاحظتِه من التصرف واستخدام ألفاظ لينة.

.....

- ذِكْر شعوري الذي أحس به تجاه تلك التصرفات.

.....

- ذِكْر بعض المخاطر لذلك التصرف على المرسَل له... وإظهار الخوف والشفقة عليه.

.....

- ذِكْر الطلب الذي أحتاجه من المرسَل له بدقةٍ (قول سديد).

.....

- ذِكْر أسباب ومنافع هذا السلوك على المرسَل له.

.....

- ذِكْر مشاعري عندما يُطبِّق ذلك التصرف.

.....

- شكر المرسل له على اتساع صدره للرسالة.

.....

- الخاتمة التي تُشعِر المرسَل له بالحب لا بالإجبار.

.....

- اسم المرسِل/ .....

أخطاء قد تقع بها المتدربة عند كتابة الرسالة فتجنبيها:

١- عند ذِكْر الطلب لا تذكريه بصيغة الأمر الصريحة، تواضعي، لا تقولي: (اترك كذا)، بل قولي: (أرجو أن تترك كذا، أتمنى أن تترك كذا، حاول أن تترك كذا). كذلك نتجنب

كلمات مثل: (لا بد لك، يجب عليك)، بل نقول: (كل الصالحين يفعلون ذلك وأنت منهم، أو كلما كبر الإنسان زادت فضائله فهذا الفعل يزيد فضائلك).

٢- عند ذِكْر شعورِكِ لا تقولي: (أشعر بالغضب، أو بالقهر، أو بالغيظ، أو بالحقد)؛ لأننا لا نحس بتلك المشاعر إلا مع مَن نكرهه، بل قولي: (أشعر بالحزن)، فنحن نحزن لأخطاء مَن نحب، (أشعر بالحيرة كيف صدر ذاك السلوك منك، أو أشعر بالأسى، أو بالاستغراب).

٣- عند ذِكْر الألفاظ المعبِّرة عن الحب لا تكوني رسميةً بعيدةً عن لغة المرسَل له، لا تقولي: (إلى ابني فلذة كبدي ومهجة فؤادي)، لا تقولي: (إلى السيد زوجي المحترم)، بل حاولي جعل الكلمات أبسط وأقرب للقلب... مثلًا: (إلى صاحب الحضن الحنون، إلى صاحب البسمة الحلوة، إلى صاحب العيون المحبوبة)، صفات لو نظر لنفسه في المرآة تذكَّرها وأشبع احتياجاته النفسية التي تعلَّمناها في القول الكريم.

٤- عند ذِكْر الملاحظات فإننا لا نذكرها بصيغة الاتهام، لا تقولي: (أنت لا تهتم بي، لا تفهمني، لا تحترم حقوقي، لا تراعي مشاعري)، ففيها اتهام له بأنه سيئ يتعمد الخطأ، وربما هو جاهل أنَّ هذا يؤذيكِ، وليس قصده أن يؤذيكِ، ولو كان قصده فسنتلطف لكي يسهل عليه التراجع عن أذاكِ، قولي إذن: (يبدو أنكَ تنسى طلبي، أو اللعب ينسيك واجباتك، أو الشيطان يريد أن ينزع منا الحب الذي وضعه الله في قلبك وقلبي، أو يبدو أنكَ لا تعلم كم هذا الأمر مهم لي لأنه لا يهم الرجال بحكم أنهم أكمل عقولًا)..

٥- عند ذِكْر منافع السلوك لا نذكر منافع تتعلق بنا نحن، لا تقولي: (ستكون ناجحًا في نظري، سأفتخر بك، سأكون سعيدة)، فهذه منافع تخصك وحدكِ، بل نذكر المنافع التي له: (ستكون فخورًا بنفسك، سترضِي ربك، ستسعد أسرتك وحبيبتك، ستكون متصفًا بخُلُق نادر يُقرِّب من رسول الله مجلسك)..

٦- يجوز عرض المساعدة، ولكن بأسلوب لا يُشعِر الطرف الآخر أن المساعدة هي بسبب عجزه وضعفه، فلا أقول له: (سأساعدك حتى تنجح في الأمر، أو سأذكرك لأنك تنسى الأفضل)، قولي عبارات تجعل المساعدة خيارًا له... مثلًا: (إنْ أردتَ أن أذكرك بذلك فأنا نِعْمَ المساند لك، أو إن أردت مساعدتي كما ساعدتني سابقًا عدة مرات فأنا تحت

أمرك، وإن لم تحتج مساعدتي فأنا أثق بك).

٧- يجب أن أهتم بكون الكلام يكون سديدًا ودقيقًا، سواء عند ذِكْر الملاحظات التي لا تعجبني، أو عند ذِكْر الطلب الذي أحتاجه... مثلًا لا تقولي: (ألاحظ أنك تضيع الوقت، أو تضيع المال)، تلك كلمة مطاطة لا يفهم منها ما يزعجك بالضبط، بل نقول: (ألاحظ أن وقت اللعب عندك يمتد لخمس ساعات باليوم... فما رأيك أن نقللها ساعة، ونفعل في الساعة شيئًا مهمًّا آخر)، أو أقول: (إن وقت جلوسك على الهاتف ثلاث ساعات... هل يمكنك تقليلها ربع ساعة، وتحفظ معي آية واحدة)، أو أقول: (ألاحظ أن أكثر أموالكم تذهب على الأكل والشرب واللبس، وهي أمور مباحة، فما رأيكم لو تهتمون بتأمين حاجات الآخرة... بالتصدُّق ودخول دورات العلم وما شابه). الآنَ... الملاحظة دقيقة والطلب دقيق.

٨- أيضًا عند ذِكْر المساوئ المترتبة على السلوك يكون الشرح سديدًا ودقيقًا، لا تقولي: (أنا خائفة عليكم من يوم الحساب، أنا خائفة من الدنيا أن تفتنكم)... وما شابه، لو قلتُ أنا لكم: (أنا خائفة عليكم من كورونا، والكورونا تقتل الناس، فأرجوكم لا تقلدوا الناس الذين أصيبوا بالكورونا)!!! ما الذي استفاده السامع من ذلك؟؟ هل أنتم مسؤولون عن خوفي؟؟ حسنًا... ماذا يتوجب عليكِ فعله لأصبح غير خائفة؟؟ تخافين معي أم تخافين عليَّ، أم تستخفين بخوفي؛ لأنك لا ترين في هذا الأمر ما يخيف... فقط أنا جبانة، ثم ماذا فعل الذين أصيبوا ليصابوا؟؟ بعضهم كان في بيته، بل في البحر، وبعضهم شُفِي وأصيب؟؟ إذن نفهم من هذا المثال كيف أننا عندما لا نقول قولًا سديدًا يكون كلامنا لغوًا، لا فائدة له، فلذلك لا يُصلِح الله أعمالنا به. حدِّدي المخيف بدقةٍ.

٩- لا تقولي كلمات تُعبِّر عن خيبتك وعدم ثقتك، فلا تقولي: (اعتقدت أنك ذكي، أو اعتقدت أنك ستكون كريمًا)، بل قولي: (طبعك الكرم، ووهبك الله الذكاء... فلم أتصور أن تخذلني في هذا الموقف).

١٠-عند طرح الحل للمشكلة... فإنه من الجميل جدًّا لو استطعتِ تقديم عدة خيارات واقتراحات، أو اقترحتِ عليه أن يفكر بحلولٍ ويخبرك بها؛ فهذا سيمنحه الحرية ويُعلِّمه

التفكير.

١١-الطلبات نوعانِ؛ **الأول:** ترك سلوك مزعج لك، وهذا أسهل من النوع الثاني، الذي هو البدء بعملٍ لم يعتد عليه؛ مثل: الصلاة، القراءة، الجلوس لسماعك، مساعدتك في العمل، ترتيب غرفة، تَعَاطَفِي بأكبر قَدْرٍ مع المطلوب منه. **الطلب الثاني:** لا تُشعِريه أن الأمر سهل، وكل الناس يفعلونه إلا هو وكأنه أحمق، بل أخبريه: (كنتُ أشعر بالصعوبة مثلك، وأفهم شعورك، وتمنيتُ لو كان معي شخص يساعدني حتى تعوَّدت على ذلك، أخبرني ما الذي يزعجك بالضبط؟ وأين تجد صعوبةً لأحاول التفكير بحلٍّ معك)... وما شابه.

١٢- ابتعدي عن الكلام الذي يُشعِر الطرف الآخر بالمنِّ، لا تقولي: (أخاف على تربيتي، كيف ضاع تعبي معك، رغم جهدي الذي بذلته لأجلك، يا حسرةً على ما أنفقته عليك)، فنحن نقدم وقتنا لله، ولا يضيع عند الله شيء... فلا دَاعٍ للمنِّ بأفعالنا.

أسئلة بعض المشتركات في الدورة

١- طريقة الرسائل للأطفال تنفع من أي عمر؟؟

من المراهقة المبكرة (٨) فما فوقها.

٢- هل نترك فترة زمنية بين رسالة وأخرى؟؟

نعم... يستحب المباعدة بين الرسائل كل شهر مثلًا، كان رسول الله صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ يتخوَّل الصحابة بالمواعظ؛ مخافةَ السامة على الصحابة.

٣- هل يَمَلُّ الأطفال من كثرة الرسائل أم يحبونها... خصوصًا لو نوَّعتُ بين النصائح المباشرة ورسائل الحب؟

لا يمل الطفل، بل سيشتاق لها... وانتبهي أن تجعلي بعض الرسائل أحيانًا لا تحمل أي ملاحظات، بل هي فقط شكر على أمور فعلها ومدح وثناء... وبعضها في حقيبة المدرسة... وبعضها على وسادته.

٤- هل يجوز قول الكلام مباشرةً بدون مراسلة؟

نعم... بشرط أن تكتبيها أولًا، ثم تحفظيها، ثم تُهيِّئي مكانًا لطيفًا للتحدُّث بمحتواها، لا تُهمِلي الكتابة وتستسهلي الكلام... عليك تدريب عقلك جيدًا على الأقل لعامٍ كاملٍ ليحفظ التسلسل ويُنظِّم الأفكار.

٥- ما الفرق بين التمرينات الثلاث ومكان استعمالها؟

المهارة الأولى: علَّمتنا التمييز بين الكلام الجيد والسيئ في كل حوار.

والمهارة الثانية: علَّمتنا تغيير الأفكار التي تعيق التواصل الجيد؛ لكي لا يتمكَّن الشيطان من النزغ بيننا.

والمهارة الثالثة: تُستَخدم لحل المشكلات المتكررة في المنزل، ووضع القواعد، وتبيين المشاعر.

٦-هل ممكن أن أُعطِي هذه الدورة لأولادي؟ كيف أبدأ معهم... خصوصًا أن بينهم شجارات. وابنتي ١٠ سنوات حساسة جدًّا... لأيِّ أمرٍ تنزل دموعها في الحال.. وابني ١٥ سنة لا يراعي مشاعرها إطلاقًا... تعبتُ معهم؟

لا أنصحك بالبدء بها... ابدئي بكتاب «نجدي المشاعر» الخاص بي، فهو الخطوة الأولى لفهم المشاعر، ثم انتقلي لهذا الكتاب فهو الخطوة التالية للتعبير عن تلك المشاعر.

٧- ما الفرق بين الكلام السديد وتحريض المؤمنين؟

الفرق أن الكلام السديد لمحاولة إقناع شخصٍ بأمر هو غير مقتنع به، بينما حَضُّ المؤمنين يُستخدم لِمَن اقتنع أصلًا... ولكنه يعاني من طائف الكسل.

٨- ماذا أفعل إن كنت أظل أنسى ما تعلمته وأعود لأساليبي القديمة العنيفة؟

لا تقلقي هذا المطلوب منكِ أن تتقربي لله ولو شبرًا... ولو دخل بيتك كلمة طيبة واحدة في اليوم فهي أفضل من لا شيء، لا تنسي أنها بعشر حسنات... وحاولي أن تُعلِّمي الكتاب لغيرك ستتركز المعلومات أكثر... وترتقين مع الزمن إلى مستويات طيبة تُرضِيكِ... وليست مستويات خيالية لن تَزِلِّي فيها بالمرة... كلا... بل ساعة وساعة... هذا جيد.

خاتمة الكتاب

طالبات علم البيان حَصرًا... أسعد الله قلوبكنَّ، وأصلح لساني وألسنتكنَّ، وجعلنا ممن هُدِيَ للطيب من القول...

قال تعالى: ﴿وَهُدُوٓاْ إِلَى ٱلطَّيِّبِ مِنَ ٱلۡقَوۡلِ وَهُدُوٓاْ إِلَىٰ صِرَٰطِ ٱلۡحَمِيدِ﴾ [الحج: ٢٤].

تخيَّلْنَ لو أن جموع الناس بدأت تتحدث وتناقش الأمور بطريقة البيان الإسلامي، هذه الطريقة ليست خيالًا لا يمكن تحقيقه على أرض الواقع ، هذه الطريقة عاشها قرنٌ ربَّاه رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فكانوا يتخيَّرون أطايب الكلام مع المؤمنين، ويخفضون جناحهم لهم، وينصحون برفقٍ... شعارهم (لا تعينوا الشيطان على أخيكم)، وصفتهم ﴿يُحِبُّهُمۡ وَيُحِبُّونَهُۥٓ أَذِلَّةٍ عَلَى ٱلۡمُؤۡمِنِينَ﴾ [المائدة: ٥٤].

ارجِعْنَ إلى كتب ورسائل أسيادنا الصحابة وعلمائنا... لتَرَيْنَ مقدار الرقي بالألفاظ بين قومٍ طبَّقوا القرآن والسُّنَّة بينهم.

اليوم أصبح هذا العلم نادرًا، والمطبِّقون له قلة، قد يعيش الطفل عند والديه عشرين عامًا وأكثر... لا يسمع بين والديه ولو لمرةٍ كلامًا سديدًا أو قولًا لينًا... ثم يُطبِّق ذلك الجهل في أسرته الجديدة.

وهذا يدفعنا للتمسُّك بهذا العلم، ونشره بين الناس... كل معلم على الأرض تَعَلَّم العلم من غيره ثُمَّ علَّمه غيره... **ها قد تعلَّمنا، وبات دورنا الآنَ أن نُعلِّم غيرنا.**

تعلَّمت أنا علم البيان على مدار أعوامٍ بقراءة كتب مختلفة، والسماع لبلغاء مختلفين، كانت الكتب متنوعة... بدءًا من كتب الكبائر... كبائر اللسان... وآفات اللسان... مرورًا بكتب البلاغة والتفاسير المنوَّعة للآيات، وكتب علم الكلام وفنونه... وقُلْ ولا تَقُلْ... وحتى الكتب المترجمة؛ مثل: كتاب التواصل العنيف... وكتب الإقناع والتأثير في الآخرين وغيره. إنها رحلة طويلة مرت بسنوات من محاولاتي للقراءة والتطبيق، ثم ها أنا اليوم أُلخِّص تلك السنوات في هذا الكتاب، **فالإنسان بمقدار ما يتعلم يتغير**، يكون الانسان جاهلًا ويتصرف بحُسْن نيةٍ ثم تفسد علاقاته بمَن حوله واحدًا تلو الآخر... ويتهم الناس بالسوء...

والزوج بالغلظة... والأولاد بالعناد... والناس بالحسد، وليس ما أصابه إلا بسبب جهله.

مثلًا: قد أتصل بك لأسألك عن ماذا طبختِ اليوم ؟ وهل ستخرجين؟ أنا أظن لجهلي أنَّ هذا اهتمام بكِ، وهو عند مَن تعلم يُعرف أنه تدخُّل فيما لا يعنيني... يجعلني هذا السؤال مُصنَّفة ضمن مَن ساء خُلُقه، لا فيمن حَسُن إسلامه.

كذلك قد أغضب على أولادي وأصرخ فيهم لأحثهم على القرآن... وأظن لجهلي أنني أغضبُ لله... ثم لَمَّا أتعلم أدرك أن سبب غضبي ليس لله... بل أنا أريد أن يمدحهم الناس... فأكون مُدِحتُ أنا بطريقةٍ غير مباشرةٍ... وكذلك لو خاصمت ابنتي لأنها رفضت أمرًا لي أنا أظن بجهلي هكذا أنني أُربِّيها على بِرِّي وطاعتي... ولم أَدْرِ أن هذا ابتزاز عاطفي لدفع الناس لفعل ما يكرهون في مقابل الحصول على ما يحتاجونه... وهو ضروريٌّ جدًّا عندهم... **كيف كنت لأعرف ذلك لولا العلم؟؟؟**

كيف كنت سأعرف طوائف الشيطان وأفكاره وأدركها لولا العلم؟؟ كيف كنت سأُصلِح نفسي وأُؤدبها لو صدَّقت الشيطان حين يقول لي: إنني لن أتغير... هكذا رُبيتِ وعلى الكل أن يتغير لأجلي...؟

والله... إذا انشغل المرءُ بإصلاح نفسه، وتأديب جوارحه... لعلم كم تحتاج هذه النفس من وقتٍ، وانشغل عن الناس بنفسه... وعذر الخلق ولم يطالبهم بالانشغال به وبشؤونه.

والآنَ دوركنَّ أن تبدأنَ بإصلاح حياتكن وحياة غيركن... تذكَّرْنَ الجنة والنار والموت بكثرةٍ... يُسهِّل ذلك الأمرَ عليكن.

قد لا يصلح الناس حولنا... عندها يكفينا صلاح أنفسنا، وأنْ نَلقَى الله بقلب سليم... هذا يكفي، لكن أُبشِّركِ أنكِ متى أصلحتِ نفسكِ بصدقٍ... سيفتح الله قلوب الناس لكِ ولو بعد حينٍ.. كما أن أبا سفيان لم يُسلِم من أول الدعوة... مع أن رسول الله صَلَّىٱللَّهُعَلَيْهِوَسَلَّمَ أحسن الناس خُلُقًا وأفضلهم بيانًا... لكنه اهتدى بعد حينٍ وشرح الله صدره.

الناس يحتاجون لمن يعينهم على التغيير... لمن يُعلِّمهم ويأخذ بأيديهم... كثير منهم يريد أن يكون إنسانًا جيدًا، ولكنه لا يعرف كيف يُخلِّص نفسه من طوائف الشيطان، ولأجل ذلك بعث الله الرسل ليُعِينوا مَن في قلبه خير... بالهدى والبصيرة والحكمة والموعظة والقول

الحسن. فلنكن ورثة الرسل... ولنُعلِّم الناس مُتذكِّرين قوله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «**لَأَنْ يهدي اللهُ بكَ رجلًا واحدًا خيرٌ لكَ من حُمُر النَّعَم**».

فهنيئًا لِمَن بايعت الله على نشر ذلك العلم... واستَبْشِرْنَ ببيعكم الذي بايعتم به.

سبحانك اللهم وبحمدك... نشهد أن لا إله إلا أنت... نستغفرك ونتوب إليك.

انتهى

فهـــرس الكـــتاب

الموضـــــوع	الصفحة
قوة البيان	٣
اختبار التواصل	٤
القسم الأول: القسم النظري	٨
مقدمة : البيان نور من الرحمن	٩
الدرس الأول التواصل المقطوع	١١
الدرس الثاني: التواصل العنيف	١٥
الدرس الثالث: اللغو التواصل غير الفاعل (عادي أو مهذب)	١٩
الدرس الرابع: التواصل الفاعل وأنواعه	٢٦
الدرس الخامس: القول المعروف	٢٩
الدرس السادس: القول السديد	٣٤
الدرس السابع: القول الميسور	٣٩
الدرس الثامن: القول الكريم	٤٢
الدرس التاسع: القول اللين	٥٠
الدرس العاشر: القول الحسن الطيب وأنواعه	٥٦
الدرس الحادي عشر: الاستغفار للناس	٥٨
الدرس الثاني عشر: التواصي بالصبر / نشر السلام	٦٠
الدرس الثالث عشر: الدعاء لهم	٦٣
الدرس الرابع عشر: تحريض المؤمنين	٦٥
الدرس الخامس عشر: وأعرض عن بعض	٦٩

الدرس السادس عشر: التعبير عن الحب..... ٧٥
الدرس السابع عشر: عبادة الشكر..... ٨١
الدرس الثامن عشر: القول البليغ..... ٨٥
القسم الثاني: التدريبات والأسئلة ٨٦
التدريب الأول..... ٨٧
التدريب الثاني..... ٩٧
التدريب الثالث..... ١٠٣
أسئلة بعض المشتركات في الدورة..... ١١٠
خاتمة الكتاب..... ١١٢

البَيَانُ عِلْمٌ عَلَّمَنا اللّٰهُ إِيَّاهُ فِي القُرْآنِ، لَكِنَّنا لَمْ نَعُدْ نَهْتَمُّ بِهِ: كَيْفَ نَتَكَلَّمُ؟ كَيْفَ نُعَبِّرُ عَنْ أَنْفُسِنَا؟ كَيْفَ نُقْنِعُ أَزْوَاجَنَا وَأَطْفَالَنَا بِأَفْكَارِنَا..

مَا أَنْوَاعُ الكَلامِ؟
التَّوَاصُلُ المَقْطُوعُ – اللَّغْوُ – القَوْلُ اللَّيِّنُ – القَوْلُ المَيسُورُ – القَوْلُ الطَّيِّبُ – القَوْلُ البَلِيغُ – وَغَيْرُهَا مِمَّا جَاءَ فِي الكِتَابِ العَزِيزِ.

كُلُّ تِلْكَ الأَنْوَاعِ مِنَ الكَلامِ وَرَدَتْ فِي القُرْآنِ، وَلَهَا شُرُوطٌ وَقَوَاعِدُ، لَنْ تَتَعَلَّمِيها إِلَّا فِي هَذَا الكِتَابِ

بقلم الكاتبة