بسم الله الرحمن الرحيم

كيف تغير نفسك

كل واحد منا يرغب فى تغيير سلوكيات من حوله كما يرغب فى تغيير سلوكه وحياته. وكل الدراسات العلميه اوصلت اصحابها الى قناعات غير عاديه بنتائج التغيير. وكما ذكرها القران الكريم ((إن الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم)). وباختصار اننا لانستطيع ان نغير اى انسان اخر ، فنحن نستطيع ان نوجد مناخ للتغيير ونوجد الحافز للتغيير ونوجد ايضاً الدافع الذى يؤدى الى التغيير ، لكننا لن نستطيع ان نغير انسان أمامنا ، فلو كان بمقدور أى إنسان ان يغير إنسان أخر لاستطاع النبى صلى الله عليه وسلم أن يغير اقرب الناس إليه وبعضهم مات مشركا.
((تبت يد أبى لهب)) وهو عم النبى صلى الله عليه وسلم ((إنك لا تهدى من أحببت ولكن الله يهدى من يشاء)).
إذاً قضية تغيير الآخرين ليست ممكنه لكننا نستطيع ان نغير أنفسنا.
و كما ذكرنا نستطيع أن نوجد حافز فعال نحو التغيير لكنا لن نستطيع ان نوجد تغيير.

ما هو التغيير ؟ :-

كما يخرج الفرخ من البيضه ويدخل حياة جديدة يتغير كذلك الإنسان ، يمر بمراحل فى حياته حيث يتغير فيها حيث يكون جنين ثم طفلا ثم شابا ثم يصبح مسؤل عن عائلة.هذه المراحل يمر بها الإنسان لكن هل بالضرورةأن التغيير يرتبط بهذه المراحل؟
بعض الناس لا يتغيرون إلا إذا حدث لهم شيء مصيبة مثلاً أو وصل الى عمر معين.
إذاً التغيير هو عملية تحول من واقع نحن نعيش فيه الى حاله منشوده نرغب فيها.
والان هناك عدة أسئلة نريدكم الاجابة عليها وبصراحة:

س١/ هل أنت سعيد ؟

بغض النظر عن احترام الناس لك وحبهم وسؤالهم الدائم عليك فهل أنت سعيد**!؟**

س٢/هل أنت راض عن المستوى الذى وصلت إليه؟

فكل واحد منا وصل الى مستوى معين من الانجاز والعطاء والى منصب معين ومشاريع معينة فهل أنت راض الى ما وصلت إليه فى كل جوانب حياتك فى منصبك ، فى إيمانك ، فى علاقتك بالله سبحانه وتعالى وعبادتك و فى مستوى علاقتك مع الأهل والأصدقاء؟

س٣/هل يمكن أن تكون افضل ؟

أو ان هذا المستوى هو أعلى مايمكن ان تصل إليه؟ والمسألة واضحة وكل إنسان يستطيع أن يصل الىالأفضل فى علاقته مع نفسه ومع ربه ومع أهله ومع الناس وإنجازاته وعطائه فى كل مجال يستطيع الإنسان ان يكون افضل.

ا س ٤/ ما هي الإنجازات والعطاءات التى أريد ان اتركها ورائي فىالحياه؟

كل إنسان منا سيموت ، ودائما يفكر الإنسان بالانجازات التى انجزها وعاش من أجلها و هل هناك هدف لهذه الحياه بمعنى اخر؟

وهذه الاسئله تعبر عن تعريف التغيير وهو الانتقال من الواقع الذى نعيش فيه الى حالة نتمناها.
نتمنى ان نكون أسعد وان نكون راضيين عن كل شيء وان يكون لدينا مشاريع لها أثر فى حياة البشرية وتخدمها.
فإذا فهمنا هذا كله سنكون قد خطونا الخطوه الاولى وهى تعريف التغيير.

بعض مجالات التغيير:

بماذا سوف نغير؟ أو ماهى الأمور التي سوف نغيرها؟

١- التغيير فى المبادىء والقيم :

فكلما عشت اكثر تأملت فى الانتاج البشرى كلما نظرت الى واقع الحضارات والمجتمعات ، فكلما نظرت فى الفلسفة والعلوم والتكنولوجيا وغيرها تجد في النهاية كل شيء يرجع الى الفكر وكل امور الحياة يحكمها الفكر.
فالمبادىء والقيم التى ينطلق منها البشر هى التى توجه كل حياتهم وهى التى توجه كل انتاجاتهم.
بعض الناس يسمونها حضارة والبعض يسمونها تقدم والبعض فكر والبعض فلسفة لكن فى النهاية فهى مجموعة قيم ومبادىء تتحكم بنا ونحن نتبناها باختيارنا ، فكل مولود يولد على الفطرة ولو ترك الانسان بدون مؤثرات لعاش على منهاج رب العالمين ، "وكل مولود يولدعلى الفطرة فوالداه يهودانه او ينصرانه اويمجسانه".
تبدأ عملية زرع القيم منذ الطفولة ، وكلما تأملت ونظرت ودرست وعشت الحياه اكثر عرفت ان معظم القيم تنغرس فى الانسان فى الست السنوات الاولى من حياته ، ومن هنا ياتى الخلل الجسيم وهو أن تعامل مرحلة رياض الاطفال على اساس انها مرحله لعب ولهو ، فهى مرحلة زرع القيم والمبادىء والفكر ، وتحكم ليس فقط العقيدة بل تحكم علاقات الانسان و طريقة انتاجه.

وهناك كتاب ممتاز باللغة الانجليزية اسمه **{كل ما احتاجه فى الحياه تعلمته من مرحلة الروضة}**.
وهذه القيم تزرع فى نفس الانسان من قبل مؤثرات خارجية وبالذات الابوين فلهم تأثير غير عادى فى زرع هذه القيم والمبادىء ، ثم يكبر الانسان وينضج ويبدأ يفكر فى الاستقلال عن هذه المؤثرات الخارجيه ، فيبدأ باختيار قيم جديدة ومبادىء جديدة يختارها من تأثره بأصدقائه او من خلال الافلام والاعلانات وغيرها لتزرع فيه قيم و نظرات جديدة للحياة.

- ❑ وهناك مجتمعات تزرع فىأبنائها ان للوقت قيمة فى حياتنا. وتأتى مجتمعات مثل مجتمعاتنا فتزرع مثلا إن لم آت فى الساعة الرابعة انتظرنى الى الخامسة وهكذا.

بمعنى انه لا يوجد للوقت قيمه عندنا. والوقت هو حياه الانسان فإذا لم نضع قيمة للوقت كأ ننا لم نضع قيمة لحياتنا. وهناك مجموعه من القيم التى تزرع فى المجتمعات العربية فى منتهى السوء للاسف ومنتشرة بين الناس ويؤمنون بها من هذه القيم مانتمثل به من الامثال الشعبيه:

- فهناك مثل يقول (شوف وغمض) بمعنى شوف الغلط واسكت.
- وهناك قيمة ثانيه تقول (روح بعيد وتعال سالم).
- وقيمه ثالثه تقول (مد قدميك على قدر لحافك). ولماذا لا نمد لحافنا على قدر ارجلنا؟
- وقيمه اخرى تقول (القناعه كنز لا يفنى). لماذا لايكون الطموح؟

فكثيرٌ من النا س يأخذ هذه الامور كمسلمات ويؤمن بها ، ومن هنا نريد ان نعيد النظر فى هذه المبادىء الخاطئه.

عندما يبدأ الانسان يفكر بطريقة تختلف عمن حوله يبدأ بتبنى القيم الصحيحة فلا يأ خذ كل ما يأتى من والديه او ممن حواليه اومن الاعلام او المفكرين انه مسلم به.
لماذا انت مسلّم؟ فنحن لدينا شرع الله قوته فى منطقه ولذلك فنحن مستعدين ان نناقش اى قضية حتى بما فيها قضية التوحيد. فكل شيء قابل للنقاش عندنا نحن المسلمين. مثلاً هل الله موجود ام لا ؟ نستطيع ان نناقشها بمنطق الاسلام. وهل الله لديه ولد ام لا؟ وهكذا ...

- إذاً هناك قيمة اخرى هى قيمة العقل. ولا يوجد تسليم لا لشيخ ولا لحزب ولا للوالدين. فلا تسلم لأحد ولا تسلم إلا بالدليل والبرهان والحجج وهذه القيم يجب ان نزرعها فى نفوس ابنائنا.
- وهناك قيمة جديدة وللا سف نحن تعودنا فى مجتمعاتنا أن نسميها باسم احترام الكبار والشيوخ ، وهى أن نسلّم ، وسلّم بمعنى قلد. وديننا جاء لرفض هذا ((إنا وجدنا آبائنا على أمة وإنا على آثارهم مهتدون)).

فهذه قضيه اساسيه ينكرها القرآن. ماذا فعل القران؟ جاء لنسف القيم والمبادىء التى قامت عليها حياة الجاهلية و جاء بقيم جديدة ، وعندما جاء بقيم جديدة صنع حضارة جديدة.

اذاً أعظم تغيير واكبر تغيير هو التغيير الذى يحدث فى المبادىء والقيم لانه يحكم كل التغيرات الاخرى ، ويبنى على هذا تغييرات فى السلوك و فى اساليب الادارة وغيره.
لكن يبدأ فى تغير فى السلوك وبالتعامل مع الاخرين لأن تعاملنا مع الناس سيحكمها المبادىء والقيم التى اتبناها.
بذلك عندما يكون عندى موظفين واستخدم الابتسامة الدائمة والضحك معهم .. ماهو هدفى؟ والهدف عند الكثيرين هو امتصاص دماء الموظفين ثم التخلى عنهم من اجل زيادة الانتاج وزيادة الربح.

اذاً هناك مبدأ غلط فهنا نريد أن نعيدالنظر فى قضية السلوك وفى قضية العلاقات .. لماذا اتصرف بهذه الطريقة؟

س// هل يستطيع اى شخص منكم اضحاك اى شخص اخر؟
طبعا لا يستطيع لان الشخص الاخر قرر أنه لن يضحك.

س//هل يستطيع اى شخص اثارة اعصابي؟
طبعا لا يستطيع لانى قررت ان لا اغضب وان لا أترنفز .

اذاً سلوك الانسان نابع من قرارات الانسان نفسه وقرارات الانسان تتبع من قيم هذا الانسان.
اذا انا استطيع ان اتغير ولا يوجد سلوك مفروض عليّ. الولد الكسول فى المدرسه فهو الذى قرر ان يكون كسولا ، ونحن لن نستطيع ان نغير الناس ولن نستطيع ان نجعل ذالك الولد نشيطا. بل نستطيع ان نوجد له مناخ ونوجد له بيئة مناسبة وحافز مناسب لكى يتغير. لكن التغيير لا ينبع الا من داخل النفس البشرية.

إذاً التغيير قد يكون في المبادىء والقيم وقد يكون في السلوك والتعامل مع الاخرين وقد يكون في اساليب الاداره .. كيف أدير نفسى والموظفين؟ كيف ادير البيت؟

س//كم شخص منكم كلما اتاه الخادم بكأس ماء يقول له شكرا؟ فى كل مره؟
يستطيع الانسان ان يقود بالاوامر ويستطيع ان يقود با لاحترام.

انس ابن مالك رضى الله عنه يقول (خدمت مع الرسول صلى الله عليه وسلم عشر سنوات فما قال لى فى امر فعلته لما فعلته وفى امر لم افعله لما لم تفعله) فأيُّ رقيٍّ فى التعامل وأيّ اسلوب فى الادارة والقيادة ينبع من قيم اخلاقية. إذاً هل تستطيع ان تتغير لتصبح بمثل هذه الصورة؟

من ضمن التغيير هو التغيير الاجتماعى:

الانسان الذى سيتزوج سيحدث له تغيير جذرى فى حياته ، والانسان الذى سوف يرزق اولاد كذلك يحدث له تغيير. كذلك تغيير الاثاث والسكن والمنزل .. هذه كلها تغييرات اجتماعية يستطيع الانسان ان يوجهها الاتجاه الصحيح.
فكم من الناس يتزوج ومعاييره في الزواج خاطئة لذلك هناك ٣٠ % من الزواج فى مجتمعاتنا يفشل وينتهى بالطلاق فى اقل من خمس سنوات. لماذا حدث هذا ؟
الذى حدث ان هذا لانسان طريقة نظرته للحياة او قيمة المرأة هى فى جمالها او شكلها وتأتى الافلام العربية لتكرس هذه القيم وتزرعها لتنشىء فينا نظرة اجتماعية خاطئة وطريقة تفكير فى العلاقات الاجتماعية خاطئة.

وتأتى بعد ذلك مجموعة قيم تزرعها المجتمعات فى العلاقات الاجتماعية مثلا من الوصايا التى توصى بها الامهات اولادهن (لا تصبح سكان زوجتك) بمعنى لا تجعل الزوجة تدير دفة البيت وتتحكم بها لذلك يبدأ الرجل يمارس ممارسات خاطئة فلا يستشيرها فى شىء فهو الذى يختار ؟؟؟؟؟؟؟؟ ويقرر ان يكون كذ وكذا ...

فهو بذلك يريد ان يظهر انه سيد المنزل له الكلمة الاخيرة واذا لم يفعل هذا ستصبح الزوجة هى الرجل فى البيت وليس هو.
وهذه نظرة اجتماعية خاطئة بنيت على قيم خاطئة وتبنى عليها علاقات اجتماعية خاطئة.

كذلك التغيير يمكن ان يحدث في قضية التخصص (لدراسة)

كثيرٌ من الناس عندما يدخلون فى تخصص لا يعرفون لماذا دخلوا فيه! في النظام الغربى يعملون اشياء جميلة جدا يسمونها [المواد الدراسية الإستكشافية] يعنى إذا انا درست ادارة بعد ذلك اقرر ادا كانت الادارة مناسبة لى أم لا. أما اذا لم تعرف عن الادارة شىء فكيف تعرف اذا كانت مناسبة لك أم لا؟
فكم من طالب دخل الكلية ولم يذق يوم واحد حلو فى الدراسة وبعد ثلاث سنوات يكتشفون انهم لا يحبون هذا التخصص.

ويمكن ان يحدث التغيير في نظرتنا لتخصصاتنا ودراستنا .

ليس عيباً ان يكتشف الانسان انه دخل تخصص خطأ فالخطأ أنه يستمر فيه والخطأ ان يقضى بقية حياته فى تخصص لا يحبه.
والاصل ان ينطلق الانسان من ميوله لا من ميول تفرض عليه.
واحياناً يكون الطريق صعب وطويل لان يغير الشخص تخصصه لكن الخيار احد امرين:
اما ان يستمر بقية حياته فى شىء يتعسه ، اويختار اختيار يتوافق مع رغباته وميوله وحبه.
والانسان لن يبدع الا اذا دخل مجال يحبه ويعشقه اما اذا دخل التخصص الموجود (لمتوفر) فلن يؤدى ذلك الى الابداع.

وكثير من الناس يقولون لا توجد لدينا مهارات وان هذا المجال احبه لكن لا توجدعندى مهارات فيه. فالانسان يجب ان يسعى فى مجال تكون عنده القدره فيه. ولو قسنا انتاجنا بقدراتنا اليوم لاكتشفنا اننا لم ننجز شيء.
فالقدرات يصنعها الانسان.. اما المهارات فيكتسبها. نعم ان هناك مواهب قد تعيق لكن اذا افترضنا ان القدرات هى موهبة الهية هل سنستسلم ونعجز.
ويتعلم الانسان المهارات ويكتسبها من خلال التعليم.

ايضاً قد يكون في المسئوليات والصلاحيات:

هناك بعض المسئوليات مفروضة علينا ليس لنا خيار فيها فعندما يأتيك ولد فأنك مسؤل عنه وهناك كثير من الشباب عندما يأ تيهم مولود يضل يعيش حياة العزوبية ولا يغير حياته كونه اصبح مسؤلا ، ويجب ان يعرف ان حياته سوف تتغير مع تغير مسؤلياته.
يجب ان نزرع فيه هذه القيم والمبادىء ان الانسان يجب ان يغير حياته مع تغير مسؤلياته.
والمبدأ الثانى يجب ان يتعلق بالصلاحيات .. والصلاحيات هى الحق الذي يعطىللانسان ليتصرف ويطاع.

س//هل الصلاحيات توهب ام تكتسب ؟
كثيرٌ من الناس في حياته ينتظر ان تعطى له الصلاحيات لذلك يعيش حياته متذمر ويشتكى والذى يعيش بهذه الطريقة لن يغير شيء ، والذى يغير هو الذى يكتسب الصلاحيات وكذلك الصلاحيات يستطيع الانسان ان يكتسبها لا ينتظر حتى توهب له.
اذاً يجب ان نتغير مع تغير مسئولياتنا ويجب ان نغير فى صلاحياتنا وهذا التغيير سيكون سبباً فى انجاز مشاريعنا واهدافنا لانه من دون صلاحيات لن نستطيع ان نحقق اهدافنا ومشاريعنا.

س//هذا التغيير هل هو صعب ام سهل ؟

عندما نتحدث عن التغيير الذى يشمل كل جوانب حياتنا .. هذا التغيير هل هو سهل ام صعب نحن نستطيع ان نتفق انه ضرورة فنحن نحتاج التغيير ، وهناك ضروره للتغيير لكل انسان وفى كل مجالات الحياه وكل واحد منا يحتاج الى التغيير.

كما نستطيع أن نتفق أن التغيير يمثل رغبة كامنة فى كل انسان لاسباب مختلفة .. فبعض الناس يريدون ان يتغيروا لكسب المال اكثر ليعيش فى رفاهية اكثر.
هناك شخص عائش يصرف من الورث َفأتاه احد اصحابه وقال له:
إشتغل فقال له لماذا اشتغل؟!
قال له: من اجل ان تكسب فلوس.
قال: ماذا اريد بالفلوس؟
قال: من أجل أن تعيش مرتاح قال انا مرتاح الان.

لكن إذا إستثنينا من نظرتنا للحياة امثال هؤلاء الهامشيين ونظرنا للانسان الذى يريد ان يصنع لنفسه فى دنياه واخرته شيء ويريد ان يصنع لأمته شيء عندها سنجد ان كل واحد منا لا شك انه سيفكر فى التغيير.

إذاً نستطيع ان نقول بناء على هذا كله ان التغيير من الناحية النظريه و منهاجية التغيير وخطواته امر سهل. لكن التغيير نؤكد لكم انه ليس عملية سهلة فهو عملية صعبة واصعب ما فى عملية التغيير هو ان يكون عند الانسان إرادة للتغيير.

واصعب ما فى عمليه التغيير هو ليس الامكانيات ولا القدرات .. ليس المواهب ولا الفرص بل اصعب ما فى عمليه التغيير هو ان يكون لدى الانسان الاراده نحو التغيير.

وسبحان الله .. فالإنسان جبار ((وقد مكروا مكرهم وعند الله مكرهم وان كان مكرهم لتزول منه الجبال)).
لو اراد الانسان لعمل المستحيلات لكن مشكلة الانسان انه لا يفعل هذا ، ولا يمارس هذا الدور ولا يجبر نفسه على هذه الارادة. فكثير من الناس ينتظر شيء يحدث فكم من الناس لم يتدبر الا عندما وقعت له مصيبه .. فقد عزيز او رأى حادث. فلماذا نحن ننتظر .. فهناك فرق كبير جداً بين التغيير الذى يحدث مكروه فعله وبين التغيير الذى يأتى مقصودا نابعاً من الاراده الموجهة.

فنحن ندعوكم الى التغيير النابع من القلب هذا التغيير الذى لا يمكن ان يتزعزع.
عندما تأتى ام احد الصحابه الكرام عمرها ٦٠ عاماً وتهدده انها ستجلس فى الشمس ولن تأكل ولن تشرب حتى تموت او ان يرجع عن دين محمد – قال والله لو كان لك مئة نفس خرجت نفس بعد