تجليات الأسماء

دليل الأم

اثنان وأربعون اسماً من أسماء الله
الحسنى في مواقف البيت

صفحة الحقوق والتنبيه

نسخة مجانية للقراءة والمشاركة والطباعة بلا تعديل، من موقع «تجليات الأسماء»

تنبيه: هذا الكتاب ليس مرجعاً شرعياً ولا تربوياً ولا طبياً ولا نفسياً ولا مالياً ولا قانونياً. نصوصه للتأمل، ومرّت أو تمرّ على مراجع شرعي قبل النشر. في الأمور الشرعية يُسأل أهل العلم، وفي الصحة والنفس والتربية المتخصصة وفي الأمور القانونية يُسأل المختصون.

مقدمة

ربما فتحتِ هذا الكتاب بعد يوم طويل، أو في لحظة قلق على ولد، أو لأن أحداً أهداه إليكِ. وفي كل الأحوال هو كتاب يجلس معكِ في بيتكِ، لا يعظكِ ولا يحاسبكِ ولا يعدكِ بما لا يملك أن يعد به.

الأم في بيتها تحمل كثيراً: بيتاً يُدار، وأولاداً يُربَّون، وعملاً داخل البيت أو خارجه، وقلقاً لا ينام، وحناناً يتعب أحياناً من كثرة ما يُعطي. وفي كل فصل مواقف قد تمرّ بكِ: أولاد هم أمانة، ورزق وبيت، وقدوة وأدوار متعددة، وقرارات ودعاء، ورجوع بعد خطأ، وتوكل، وصبر وضيق، وفقد وبقاء، وشكر.

وفي كل اسم من أسماء الله الحسنى نقف عند معناه وآيته وحديثه، ثم نرى ثلاثة مواقف «من الواقع»: في البيت، ومع الأقارب أو الزوج أو العمل، ومع النفس. وبجانب

كل موقف سطر «الاسم هنا» يقرّب المعنى من تفاصيل اليوم، لا ليحكم على أحد، بل لتسألي: أين ألتقي به في بيتي؟

نحن لا نصف الله بما لم يرد، ولا نشبّهه، ولا نَعِد بنتيجة معينة في أولادكِ أو رزقكِ أو صحة أحد، ولا نفسّر ابتلاء شخص بعينه. وما ورد من آيات تحقق منها المؤلف في المصحف، وما ورد من أحاديث كُتب بكتابه ورقمه. وما لا يُعلم يوصف بأنه تأمل ولا يُنسب إلى الدين.

وهذا الكتاب لا يعالج مرضاً ولا حزناً طويلاً ولا ديناً، ولا يغني عن طبيب أو مختصة نفسية أو مستشار أسري أو صديقة قريبة. وقد خُصّص له ملحق في آخره: «متى أطلب عوناً من الناس».

كيف تقرئين هذا الكتاب

- **طريقتان:** اقرئيه بالترتيب، اسماً كل أسبوع (الاثنان والأربعون اسماً تقريباً عشرة أشهر)، أو ابدئي من الجدول التالي «ابدئي من شعورِكِ».
- **في كل اسم:** موقف، ثم «من الواقع» (ثلاثة مشاهد)، وسؤال، ثم المعنى، ثم ثلاث محطات تأمل (تجلٍّ ظاهر، فخفي، فمقلوب)، ثم «لاحِظي»، و«جرّبي» مهمة صغيرة، و«دوّني أثرَكِ»، و«احفظي».
- **صفحة «وقت الشدة»** في آخر كل فصل تكفي إن كنتِ متعبة.
- **مع أهلكِ:** يمكنكِ أن تقرئي سؤال الاسم على العشاء ويجيب كل واحد بما يناسبه، دون أن يُجبَر أحد على الكلام.

- **التدوين:** اكتبي إجاباتكِ في الكتاب إن طبعتِه، أو في صفحة «أثر الاسم في حياتي» بالموقع، وهي تُحفظ على جهازكِ فقط.
- لا يلزمكِ أن تُكملي. وإن توقفتِ فعودي حين تشائين.

ابدأ من شعورك

ما أشعر به	أسماء تناسبه	الفصل
حزين	الرحمن، الولي، اللطيف، الجبار، المجيب	٢، ٦، ٨، ٩
قلق	الحكيم الخبير، الواحد القهار، الوكيل، الحي القيوم، الصمد، المهيمن، الملك	١، ٤، ٦، ٨
وحيد	الولي، الرحمن، الودود، السميع البصير، المهيمن، المجيب	١، ٢، ٥، ٦، ٨
مذنب	التواب، الحليم، العزيز الرحيم، الغفور الرحيم، الستير، القدوس، العفو	٣، ٧، ١١
غاضب	الحليم، الصبور، العفو	٣، ٧، ٩
مظلوم	الواحد القهار، الحليم، السميع البصير، العزيز الحكيم، القوي، الصبور، الملك	٣، ٤، ٥، ٦، ٩
مُتعَب	الشكور، الرحمن، الوكيل، الحي القيوم، الرؤوف، الصبور، الجبار، الحميد	٢، ٨، ٩، ١١
محتار	الحكيم الخبير، الولي، اللطيف، العزيز الحكيم، الخالق	١، ٦، ٨، ٩
ممتن	الشكور، الرحمن، الغني الحميد، البر، المحسن، الحميد، الخالق، الوهاب، الكريم	١، ٢، ٤، ٥، ١١

ما أشعر به	أسماء تناسبه	الفصل
مهموم	اللطيف، الوكيل، الرحمن، الحكيم الخبير، الصمد، المجيب	٢، ٦، ٨، ٩
خائف	السميع البصير، القوي، الواحد القهار، الولي، الحفيظ، المهيمن	١، ٣، ٥، ٦، ٨
أبحث عن الرزق	البر، الغني الحميد، الوكيل، اللطيف، الرزاق، المحسن، الملك، الوهاب، الكريم	١، ٤، ٥، ٨، ٩
أشعر بالضعف	الرؤوف، القوي، اللطيف، الولي، الجبار، المجيب	٢، ٣، ٦، ٨، ٩
أغضب على أولادي	الحليم، التواب، العفو	٣، ٧
أخطأت في حق أهلي	التواب، الغفور الرحيم، العفو، الستير	٧
ابني أو ابنتي مريض	الشافي، الصبور، الجبار	٩
فقدت عزيزاً	القريب، الباقي، الوارث	١٠
ضيق مال	الواسع، الرزاق، الفتاح	٤، ٩
ولدي تعرض لظلم	النصير، العزيز الحكيم	٦، ٨

الفهرس

مدخل الكتاب ٢

الجزء ١ البيت والأمانة

١ الأولاد هبة وأمانة ٩

٢ الرحمة والحضور وسط التعب ٢٨

٣ غضبي وإرهاقي وحدود طاقتي ٤٣

الجزء ٢ الرزق والقدوة والقرار

٤ البيت والرزق والبركة ٥٩

٥ قدوتي وأدواري المتعددة ٨٢

٦ التربية والقرار والدعاء لهم ٩٧

الجزء ٣ الرجوع والتوكل والصبر

٧ الرجوع والستر والعفو ١١٧

٨ التوكل والسند والمعية ١٣٦

٩ الصبر والجبر واللطف ١٥٩

الجزء ٤ البقاء والشكر

١٠ القرب والبقاء والوراثة ١٨٣

١١ الشكر والحمد والتقديس ١٩٨

ملحقات في آخر الكتاب

خاتمة ٢١٣

ملحق أ: متى أطلب عوناً من الناس؟ ٢١٤

ملحق ب: فهرس الأسماء ٢١٦

ملحق ج: فهرس الآيات والأحاديث ٢١٩

ملحق د: الأدعية الثابتة الواردة في الكتاب ٢٢٣

ملحق هـ: جدول الأسابيع الاثنين والأربعين ٢٢٤

الجزء ١ • الفصول ١–٣

البيت والأمانة

أولاد، وحضور، وغضب

١ الأولاد هبة وأمانة

٢ الرحمة والحضور وسط التعب

٣ غضبي وإرهاقي وحدود طاقتي

١ الأولاد هبة وأمانة

في الليلة الأولى بعد الولادة، أو في صباح أول يوم دراسي، أو حين يغفو ابنك على كتفكِ بعد يوم طويل، تنظرين إليه وتفكرين: هذا الصغير جاء عبركِ، لكنه ليس منكِ وحدكِ. بين الفرح به والخوف عليه تسألين: ما الذي عليّ، وما الذي ليس بيدي؟

سؤال الفصل: كيف أكون أماً حاضرة ومسؤولة دون أن أظن أنني صاحبة كل ما يحدث لأولادي؟

الاسم الوَهَّاب

موقف: تأخر الحمل سنوات، ودعوتِ كثيراً، ثم جاء طفلكِ. واليوم وهو يركض في البيت ويصرخ، تضيقين أحياناً بصوته، ثم تتذكرين الليالي التي كنتِ تتمنين فيها سماعه.

من الواقع

- **في البيت:** تقوم أمام الغسيل والأطباق وفي رأسكِ أنكِ «لا تنجزين شيئاً»، وطفلكِ يشدّ طرف ثوبكِ ليريكِ رسمة.
  الاسم هنا: الوهّاب يعطي بلا مقابل، فهل ترين الرسمة هبةً أم مقاطعة؟
- **مع الأقارب:** تقارنكِ قريبة بامرأة أخرى «أنجبت أكثر» أو «ربّت أحسن»، فتشعرين أن ما عندكِ لا يكفي.
  الاسم هنا: ما وُهب لكِ ليس درجة في ترتيب، بل عطاء من الله لا يُقاس بغيركِ.
- **مع نفسكِ:** تبكين حين ترين بيتاً بلا أولاد أو بأولاد قلائل، وتدركين أن الهبة قد تتأخر عن غيركِ وتتأخر عنكِ.
  الاسم هنا: نذكر الهبة شكراً، ونذكر التأخر صبراً، ولا نحكم على أحد بما يعطيه الله أو يمنعه.

السؤال: هل أعامل ما وُهب لي معاملة الهبة، أم معاملة شيء مستحَق؟

المعنى

الله الوهاب هو من يعطيكِ أنتِ وأهلكِ بلا استحقاق ولا مقابل: أولادكِ وصحتكِ ورزقكِ وهدايتكِ، فهي هبة قبل أن تكون ثمرة تعبكِ. الأم تعطي كثيراً، وقد يثقل عليها العطاء حين لا ترى أثره. فإذا نظرت إلى أبنائها رأت أنهم هبة لم تصنعها بيدها، وأن الله يهب لمن يشاء ما يشاء، فتشكر وتحسن الرعاية وتخفف عن نفسها.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

ضحكة طفل في الصباح، وصوت خطواتهم في البيت، ولحظة يقول فيها ابنكِ «ماما» بلا سبب.

تجلٍّ خفي

أن يعلّمكِ ولدكِ صبراً وتواضعاً لم تتعلميهما من أحد، فتصيرين به أنتِ أيضاً هبةً لنفسكِ.

المقلوب

أن يتأخر الولد أو يُحرم بيت منه، فنتعلم أن الهبة لا تُقاس بالعدد، وأن لله حكمة لا نحيط بها. ولا نقول لأحد: «اصبري»، بل نقول: «نحن معكِ».

لاحِظي

- أبناء نائمون في بيت آمن
- زوج يقف معكِ في يوم صعب
- رزق جاء في وقت ضيق
- صحة تعينكِ على أعباء البيت كل يوم
- طفل يضحك فيزيل عنكِ تعب اليوم

جرّبي

مهمة الأسبوع: اكتبي ثلاث نعم في بيتكِ لم تصنعيها بيدكِ.

دوّني أثركِ

1. ما الذي في بيتكِ لم تصنعيه بيدكِ ولم تشتريه؟

.....

2. كيف تنظرين إلى أبنائكِ: هبة تُرعى أم ملكاً لكِ؟

.....

3. هل تعلّمين أبناءكِ أن النعمة تُشكر قبل أن تُحفظ؟

.....

احفظي

«رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِن لَّدُنكَ رَحْمَةً ۚ إِنَّكَ أَنتَ ٱلْوَهَّابُ»)آل عمران ٨)

في الموقع: ممتن، أبحث عن الرزق. وصفحة الاسم: /n/wahhab.

الاسم

الْخَالِق

موقف: تنظرين إلى ابنتكِ وهي نائمة، وتتساءلين من أين جاءت بهذه الملامح، وهذا الطبع الذي لا يشبهكِ ولا يشبه أباها. تعلمين أنها ليست نسخة منكِ.

من الواقع

- **في البيت:** أخوان في بيت واحد: أحدهما يهدأ بالكتب والآخر لا يهدأ إلا بالحركة، وأنتِ تحاولين أن تعامليهما بالطريقة نفسها فلا تنجح.

  الاسم هنا: الخالق خلقهما مختلفين، فهل أعاملهما بحسب ما خُلقا له؟

- **في المدرسة:** المعلمة تقول: «ابنكِ لا يتركّز»، وتصفه جملة قصيرة تغيّر نظرتكِ إليه.

  الاسم هنا: الوصف ليس الحكم النهائي؛ نرى الطفل كله، وما فيه من ميزة قد لا يكتشفها الصف.

- **مع نفسكِ:** تنظرين في المرآة بعد الولادة ولا تعرفين وجهكِ، وتقولين لنفسكِ كلمات قاسية.

  الاسم هنا: الخالق خلقكِ وأكرمكِ، ولا يلغي ذلك أن تعتني بنفسكِ وأن ترحميها.

السؤال: كيف أُعين ولدي أن يكون ما خُلق له، لا ما أتمنى أنا أن يكون؟

المعنى

الخالق هو الذي خلق كل شيء بحكمة، وخلق جسدك وعقلك وروحك وقدّر قصة حياتك بحب وعناية. وهو وحده القادر على أن يجدّد حياتك كلما ضعفتِ أو انكسرتِ. استحضار اسم الخالق يعيد صياغة نظرتك للحياة. فكما خلقك أول مرة، يهيّئ لك كل يوم بدايات جديدة، فيرزق بعد فقر، ويطمئن القلب بعد قلق، ويفتح فرصة بعد انسداد. وحين تعلمين أنه الخالق المدبّر يتحرر قلبك من الإحباط واليأس، ويصير في أولادك وبيتك آيات تدعوك إلى الشكر.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

اختلاف الأبناء في البيت الواحد: طباع ومواهب وأسئلة لا تشبه بعضها.

تجلٍّ خفي

أن ترين في ولدكِ ميلاً لم تزرعيه فيه، فتفهمين أنه جاء بشيء خاص به.

المقلوب

أن لا يكون ولدكِ كما أردتِ، فتتعلمين أن تحبيه كما هو، وأن تطلبي له الخير لا الصورة التي رسمتِها له.

لاحِظي

- بداية مشروع جديد بعد تعثر
- عودة علاقة زوجية أفضل بعد فتور
- قدوم نعمة جديدة في الأسرة
- شفاء غير متوقع من مرض
- فرج بعد يأس في أمر مالي أو عملي

جرّبي

مهمة الأسبوع: جدّدي عادة إيجابية في الأسرة: جلسة ذكر أو دعاء مشترك.

دوّني أثركِ

1. كيف ترين تجليات اسم الخالق في حياتك الزوجية والأسرية؟

.....

2. هل فكرتِ أن شخصيتك وتفاصيلك الدقيقة خلق إلهي متقن؟

.....

3. كيف يمكن لله أن يفتح لك بداية جديدة بعد أزمة أو فشل؟

.....

احفظي

«هُوَ ٱللَّهُ ٱلۡخَٰلِقُ ٱلۡبَارِئُ ٱلۡمُصَوِّرُ» ﷺ (الحشر ٢٤)

في الموقع: محتار، ممتن. وصفحة الاسم: /n/khaliq.

الاسم المَفِيظ

موقف: ابنكِ يخرج إلى الشارع وحده أول مرة. تراقبينه من النافذة حتى يختفي عند المنعطف، ثم تجلسين وتعلمين أن أقصى ما تفعلينه بعد هذا هو الدعاء.

من الواقع

- **في البيت:** تقفلين الغاز والباب والنافذة ثلاث مرات قبل الخروج، ثم تسألين نفسكِ في الطريق: هل أقفلتُ؟
  الاسم هنا: نبذل الأسباب، ثم نترك ما فوق طاقتنا لمن يحفظ، ولا نعذّب أنفسنا بحراسة لا تنتهي.
- **في الحافلة:** ابنتكِ تركب حافلة المدرسة، وتتأخر دقيقتين عن موعدها، فيقفز قلبكِ إلى حلقكِ.
  الاسم هنا: الاسم لا يلغي حذرنا، لكنه يهدّئ خوفاً لا موجب له.
- **مع الإنترنت:** تعلمين أن ابنكِ يتصفح ما لا ترينه، وتخافين أن لا تصلي إليه في الوقت.
  الاسم هنا: نحفظ بالحوار والقرب، ونطلب الحفظ ممن لا يغيب، ولا نقول إن الأمر كله علينا.

السؤال: ما حدود حفظي لهم، وأين يبدأ دور الله؟

المعنى

الله الحفيظ هو الذي يحفظك ويحفظ من تحبين، ويمنحك الطمأنينة في عالم مليء بالمخاوف على أبنائك وبيتك. يحفظ دينك وسط الفتن، ويحفظ زوجك وأبناءك وأنتِ بعيدة عنهم، ويحفظك من نفسك: من إرهاقك ويأسك وقلقك المفرط. وأنتِ تأخذين بالأسباب، ثم تسلمين الباقي إليه.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن يعود إليكِ ولدكِ سالماً من مشوار، أو ينجو من موقف كان يمكن أن يؤذيه.

تجلٍّ خفي

أحداث كثيرة لم تقع ولا تدرين أنكِ كنتِ قريبة منها.

المقلوب

أن يصيب ولدكِ شيء رغم حرصكِ، فلا تحمّلين نفسكِ ما لا تطيقين: الحفظ الكامل لله، وعليكِ الأسباب والرحمة بنفسكِ.

لاحِظي

- تجدين أولادك نائمين بسلام بعد يوم متعب
- يتجاوز ابنك أزمة دون تدخلك
- تخرجين من موقف صعب أقوى
- ينجو بيتك من خلاف كاد يتفاقم
- يستر الله موقفاً كان سيحرجك أمام من تحبين

جرّبي

مهمة الأسبوع: راقبي أبناءك يوماً وسجلي كيف تريهم محفوظين.

دوّني أثركِ

1. من يحفظ أبناءك حين لا تستطيعين أن تكوني معهم؟

.....

2. كيف توازنين بين الحذر على أبنائك والتوكل على الله؟

.....

3. هل تطمئنين أن الله يحفظ نيتك رغم تقصيرك؟

.....

احفظي

«إِنَّ رَبِّي عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ حَفِيظٌ» (هود ٥٧)

في الموقع: خائف. وصفحة الاسم: /n/hafiz.

الاسم

الْمُهَيْمِن

موقف: تظنين أنكِ تعرفين أولادكِ. ثم تكتشفين يوماً أن ابنتكِ كانت تعاني من شيء لم تلحظيه. تسألين نفسكِ: كيف مرّ هذا أمامي؟

من الواقع

- **في البيت:** طفلكِ يقول «أنا بخير» وعيناه تقولان غير ذلك، وأنتِ مشغولة بالعشاء.

  الاسم هنا: الاسم يذكّرنا أن علم الله بأبنائنا أشمل من علمنا، فنقترب ونسأل بلطف لا بتحقيق.

- **على الهاتف:** تفكرين: هل أفتّش هاتف ابنتي؟ تخافين أن تفقدي ثقتها، وتخافين ألا تحميها.

  الاسم هنا: نطلب بصيرة بين الرقابة والثقة، ونفتح باب الحوار قبل أن نفتح الهاتف.

- **مع نفسكِ:** تقولين لنفسكِ: «لو انتبهتُ لحظةً أخرى»، وتحاكمين نفسكِ على ما فات.

  الاسم هنا: الله هو المراقب الأعلى، وليس مطلوباً منكِ أن تعلمي كل شيء وتحرسي كل شيء.

السؤال: كيف أراقب بيتي بحب لا بتجسس ولا بغفلة؟

المعنى

المهيمن هو الرقيب الذي لا يغفل عنك ولا عن أسرتك، يرعاك ويدبّر أمرك ويصرف عنك من الضرر ما لا تريه. هو الأمان الذي يحيط ببيتك وقلبك. المهيمن يعلّمك أن الأمر ليس بيدك وحدك، فالله يدبّر أرزاقك وأحوال بيتك برعايته التي لا تنام. ومراقبته لك مراقبة رحمة لا عقاب: ينجيك من الفتن، ويثبتك في زمن الاضطراب، ويحفظ أولادك حين تغيبين عنهم.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن يطلع الله ولدكِ على ما لا تطلعين عليه أنتِ، فتصلكِ إشارة في وقتها: كلمة، أو شعور بأن شيئاً غير عادي.

تجلٍّ خفي

أن تعلمي أن الرقابة الحقيقية ليست رقابتكِ وحدها، فيخف عنكِ ثقل أن تكوني عيناً لا تنام.

المقلوب

أن تعجزي عن معرفة كل شيء، فتتعلمين أن تفتحي باب الحوار بدل أن تفتشي، وأن تدعي الله أن يكشف لكِ ما تحتاجين أن تعرفيه.

لاحِظي

- تنجين من قرار كان سيتعبك
- تتداركين مشكلة أسرية قبل أن تكبر
- يعصمك الله من فتنة في لحظة ضعف
- يُحفظ أولادك من خطر لم يكن في الحسبان
- تتوقفين عن نقاش كان سيؤدي إلى ضرر

جرّبي

مهمة الأسبوع: توقفي لحظة قبل كل قرار مهم وقولي: «الله مطّلع عليّ، يا مهيمن سدّدني».

دوّني أثركِ

1. كيف ترين أثر اسم المهيمن في استقرار بيتك؟

.....

2. هل شعرتِ بحفظ الله في قرار عائلي؟

.....

3. كيف تعلّمين أبناءك أن الله يراقبنا بمحبة لا بتخويف؟

.....

احفظي

«ٱلسَّلَٰمُ ٱلۡمُؤۡمِنُ ٱلۡمُهَيۡمِنُ»)الحشر ٢٣)

في الموقع: قلق، وحيد، خائف. وصفحة الاسم: /n/muhaymin.

وقت الشدة

إن كان هذا الفصل وصل إليكِ وأنتِ في وقت صعب، فلا تُكمليه كله الآن؛ ليس عليكِ أن تفهمي كل شيء، وليس عليكِ أن تبدي قوية أمام أهلكِ.

اسم واحد لهذا الأسبوع: الوَهَّاب.

جملة تُقرأ ببطء: «ربِّ هب لي من لدنك ذرية طيبة» (آل عمران ٣٨): دعاء زكريا عليه السلام، تقولينه بقلب حاضر.

خطوة صغيرة جداً: اجلسي خمس دقائق مع أحد أولادكِ دون هاتف، وانظري إلى شيء واحد فيه تشكرين الله عليه.

يجوز لكِ أن تحزني وأن تتعبي، ولا يلزمكِ أن تتظاهري بالرضا. وإن كان الحال أثقل من أن تحمليه وحدكِ، فاقرئي ملحق «متى أطلب عوناً من الناس» في آخر الكتاب.

مراجعة الفصل

1. ما الذي أعدّه ملكاً لي في أولادي وهو في الحقيقة أمانة عندي؟
2. أي أسماء هذا الفصل أقرب إليّ حين أفكر في مستقبلهم؟
3. ما الخطوة الصغيرة التي أبدأ بها هذا الأسبوع لأرى أولادي بعين امتنان؟

٢ الرحمة والحضور وسط التعب

الساعة السادسة مساءً. في المطبخ قدور، وعلى الأرض ألعاب، وفي الهاتف رسائل لا تنتهي، وطفلكِ يريد قصة. تعلمين أنكِ موجودة بجسدكِ في كل مكان، وتعلمين أن أولادكِ يلتقطون من حضوركِ الحقيقي أكثر مما يلتقطون من كل ما تفعلينه من أجلهم.

سؤال الفصل: كيف أكون حاضرة ورحيمة وأنا متعبة؟

الاسم

الرَّحْمَن

موقف: طفلتكِ الصغيرة تسقط، وتبكي، وتنظر إليكِ. تعلمين أن لحظتكِ التالية ستعلّمها شيئاً عن العالم: هل هو مكان تُحتضن فيه أم تُوبَّخ؟

من الواقع

- **في الصباح:** تتأخرين عن الموعد، وطفلكِ بطيء في ارتداء حذائه، فتحبسين صراخاً يوشك أن يخرج.

  الاسم هنا: الرحمن رحيم بنا في ضعفنا، فهل أرحم ضعف طفلي هذا الصباح؟

- **بعد الولادة:** النفاس والسهر والحليب، وأنتِ تبكين بلا سبب، وتخجلين من بكائكِ.

  الاسم هنا: نطلب الرحمة لأنفسنا كما نعطيها، ونطلب العون ممن حولنا بلا خجل.

- **في العطاء:** تعطين وتعطين، ولا يسأل أحد عنكِ، ثم تأتي كلمة طيبة فتبكين.

  الاسم هنا: الرحمة تجري بين الناس، وفي أقل الكلمات رحمة؛ فلا نستهين بها.

السؤال: ماذا يتعلمه ولدي عن رحمة الله من طريقة رحمتي به؟

المعنى

الرحمن هو الذي وضع في قلبكِ الرحمة بأولادكِ، وهو أرحم بكِ وبهم منكِ. أعظم ما في قلب الأم من رحمة جزءٌ من جزءٍ واحد من مئة جزء من رحمة الله؛ فإن كانت رحمتكِ بأولادكِ بهذا العمق، فكيف رحمة الرحمن بكِ؟

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

حضن، أو كلمة طيبة بعد سقوط، أو قدرتكِ على أن تسامحي ولدكِ سريعاً.

تجلٍّ خفي

أن يجد ولدكِ فيكِ أماناً لا يعبّر عنه، فيعود إليكِ وهو يخطئ.

المقلوب

أن تحتاجي إلى الحزم في موقف، فتفهمين أن الرحمة ليست ضعفاً، وأن الحدود الهادئة نوع من الرحمة.

لاحِظي

- نوم طفلكِ بعد بكاء طويل
- قدرتكِ على الاستيقاظ ليلاً دون أن تنهاري
- حليبٌ جعله الله غذاءً كاملاً لرضيعكِ
- زوجكِ يتولى عنكِ أمراً دون أن تطلبي
- دعاء أمكِ الذي يصلكِ أثره

جرّبي

مهمة الأسبوع: خصصي ساعة لأطفالكِ بلا هاتف ولا أوامر.

دوّني أثركِ

1. حين تحتضنين طفلكِ الباكي، هل فكرتِ أن الرحمن أرحم به منكِ؟

.....

2. من يرحمكِ أنتِ حين تتعبين ولا يراكِ أحد؟

.....

3. كيف يرى أولادكِ رحمة الله من خلال طريقتكِ في الغضب والرضا؟

.....

احفظي

ج

«وَرَحْمَتِي وَسِعَتْ كُلَّ شَيْءٍ» (الأعراف ١٥٦)

في الموقع: حزين، وحيد، مُتعَب، ممتن، مهموم. وصفحة الاسم: /rahman/n.

الاسم **الرَّؤُوف**

موقف: ابنكِ المراهق يعود من المدرسة منطفئاً. تريدين أن تسألي وتصلحي وتنصحي، ثم تقررين أن تضعي له الطعام دون كلمة. يرفع رأسه إليكِ لحظة، ثم يعود.

من الواقع

- **مع المراهق:** يغلق باب غرفته ويرد بكلمة واحدة، وأنتِ تموتين شوقاً لسماع ما في قلبه.

  الاسم هنا: الرؤوف يعاملنا برفق في ضعفنا، فهل أطرق الباب برفق وأتراجع بلا غضب؟

- **في المرض:** ابنتكِ مريضة وتبكي في الليل، وأنتِ منهكة وتخشين أن تفقدي صبركِ.

  الاسم هنا: الرأفة تعطي القوة لنكمل بلطف؛ ونطلب العون من زوجنا أو أهلنا ولا نحمل كل شيء.

- **مع نفسكِ:** تقسين على نفسكِ لأنكِ لم تكوني «كما ينبغي»، فتعاملين نفسكِ بما لا تعاملين به أحداً.

  الاسم هنا: الرأفة تشمل أنفسنا أيضاً؛ نعدل ولا نحتقر.

السؤال: متى يكون الرفق أبلغ من الكلام؟

المعنى

الرؤوف يخفف عن عباده ويراعي ضعفهم. وهو أرحم بكِ من رحمتكِ بأولادكِ. الأم تعرف الرأفة من داخلها: تحمل طفلها وتخفف ألمه وتدفع عنه الأذى. ورأى النبي ﷺ امرأة تضم ولدها فقال: «لله أرحم بعباده من هذه بولدها». فإن كانت رأفتكِ بطفلكِ هكذا، فكيف رأفة الله بكِ؟ وهذا يطمئنكِ في ضعفكِ، ويعلّمكِ الرفق بنفسكِ وبهم.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

كوب شاي يُوضع بلا سؤال، أو يد على الكتف في وقت صعب.

تجلٍّ خفي

أن تجدي نفسكِ أرفق بأولادكِ مما كنتِ تتوقعين حين كنتِ تقسين على نفسكِ.

المقلوب

أن تؤخري الحكم على سلوك ولدكِ، فتجدي أن اللين فتح ما لم يفتحه الصوت العالي.

لاحِظي

- ضممتِ طفلكِ الباكي فهدأ
- تيسّر علاج ابنكِ بعد قلق
- رفقتِ بابنتكِ في دراستها فتحسّنت
- خفف عنكِ زوجكِ عمل البيت وقت مرضكِ
- رفقتِ بأمكِ في كبرها

جرّبي

مهمة الأسبوع: اجلسي مع ابنكِ وافهمي ما يقدر عليه قبل أن تطالبيه.

دوّني أثركِ

1. هل تطالبين أولادكِ بما لا يطيقون؟

.....

2. متى خفف الله عنكِ همّاً كان فوق طاقتكِ؟

.....

3. هل ترفقين بنفسكِ حين تتعبين؟

.....

احفظي

«إِنَّ ٱللَّهَ بِٱلنَّاسِ لَرَءُوفٌ رَّحِيمٌ» (البقرة ١٤٣)

في الموقع: مُتعَب، أشعر بالضعف. وصفحة الاسم: /rauf/n.

الاسم **الوَدُود**

موقف: يمرّ يوم كامل لم تقولي فيه لولدكِ إلا أوامر: ذاكر، نظّف، اسكت. وفي آخر الليل تدركين أنكِ لم تقولي له كلمة تدل على أنكِ تحبينه.

من الواقع

- **في البيت:** تقولين «أحبكِ» لطفلكِ وهو صغير، ثم يكبر فتتوقفين وكأنها صارت محرجة.

  الاسم هنا: الودود يظهر حبه بالفعل لا بالكلام فقط؛ فما الفعل الصغير الذي أُظهر به حبي اليوم؟

- **مع الزوج:** بين الأولاد والعمل لا يبقى لكما دقيقة، فتنقلب الأحاديث إلى جداول ومواعيد.

  الاسم هنا: المودة بين الزوجين تحتاج لحظات متعمّدة، ولو عشر دقائق بلا شاشات.

- **مع الوالدة:** لا تتصلين بها إلا عند الحاجة، وتشعرين بعد المكالمة أنكِ مقصّرة.

  الاسم هنا: الودّ بالسؤال بلا حاجة، وبالزيارة الصغيرة.

السؤال: كيف يعرف ولدي أنني أحبه دون أن أقول؟ ولماذا لا أقول؟

المعنى

الودود هو الذي يتودّد إليكِ بنعم لا تنقطع، ووضع في قلبكِ حب أولادكِ، وجعل بينكِ وبين زوجكِ مودة ورحمة. حب الأم لأولادها من أعظم ما يرى الإنسان من آثار الودّ في الخلق. والودود الذي وضع هذا الحب في قلبكِ، يتودّد إليكِ أنتِ أيضاً: في صبر يمنحكِ إياه، وستر في تقصيركِ، وقبول يضعه لكِ في قلوب أولادكِ.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن تجدي في قلبكِ حباً لأولادكِ لم تصنعيه بنفسكِ، وأن يحبوكِ بلا شروط.

تجلٍّ خفي

أن يعود إليكِ ولدكِ بعد خلاف، كأن الودّ أقوى من الجدال.

المقلوب

أن تعجزي عن التعبير، فتتدربي على كلمة واحدة في اليوم، ولو مكتوبة.

لاحِظي

- احتضنكِ طفلكِ دون سبب
- ضحكة ابنتكِ في يوم ثقيل
- كلمة امتنان من زوجكِ
- رزق بسيط جاء في وقت حرج
- تيسّر أمر كنتِ تخشينه

جرّبي

مهمة الأسبوع: استرجعي 3 مواقف شعرتِ فيها بعناية الله رغم انشغالكِ.

دوّني أثركِ

1. هل وجدتِ عناية الله بكِ حين ظننتِ أنكِ لا تستحقين؟

.....

2. حين تحتضنين طفلكِ، هل تفكرين فيمن وضع هذا الحب في قلبكِ؟

.....

3. كيف يظهر ودّ الله لكِ في أيام التعب؟

.....

احفظي

«وَهُوَ ٱلْغَفُورُ ٱلْوَدُودُ» (البروج ١٤)

في الموقع: وحيد. وصفحة الاسم: /wadud/n.

وقت الشدة

إن كان هذا الفصل وصل إليكِ وأنتِ في وقت صعب، فلا تُكمليه كله الآن؛ ليس عليكِ أن تفهمي كل شيء، وليس عليكِ أن تبدي قوية أمام أهلكِ.

اسم واحد لهذا الأسبوع: الرَّؤُوف.

جملة تُقرأ ببطء: «رحمتك أرجو» حين تدخلين الغرفة التي فيها الصراخ: قوليها ببطء ثم افتحي الباب.

خطوة صغيرة جداً: اجلسي على الأرض مع ولدكِ عشر دقائق: سؤال واحد وإصغاء واحد، دون أي نصيحة.

يجوز لكِ أن تحزني وأن تتعبي، ولا يلزمكِ أن تتظاهري بالرضا. وإن كان الحال أثقل من أن تحمليه وحدكِ، فاقرئي ملحق «متى أطلب عوناً من الناس» في آخر الكتاب.

مراجعة الفصل

1. متى كنت حاضرة بقلبي في بيتي هذا الأسبوع، ومتى كنت غائبة؟
2. أي الأسماء الثلاثة أحتاج إليه الآن في علاقتي بأولادي؟
3. ما الجملة الواحدة اللطيفة التي أقولها اليوم لكل فرد في بيتي؟

٣ غضبي وإرهاقي وحدود طاقتي

ثلاث مرات قلتِ لابنكِ: «ارفع الأغراض». في الرابعة رفعتِ صوتكِ أكثر مما أردتِ. رأيتِ وجهه ينقبض، وأحسستِ أن الكلمة خرجت منكِ قبل أن تقرريها. تعرفين أنكِ متعبة، وتعرفين أن التعب ليس عذراً كاملاً، ولا تعرفين ماذا تفعلين بين الاثنين.

سؤال الفصل: كيف أمسك غضبي دون أن أكتم تعبي حتى ينفجر؟

الاسم

الحَلِيم

موقف: ابنكِ كسر شيئاً غالياً وهو يلعب. تنظرين إليه وفي داخلكِ صوتان: صوت يريد أن يصرخ، وصوت يذكّركِ بأنه طفل.

من الواقع

- **في البيت:** تعودين من العمل وتجدين المنزل فوضى بعد ساعة من الغياب، وتشعرين أن الجميع يتجاهل تعبكِ.

  الاسم هنا: الحليم يمهلنا ولا يعجّل بالعقوبة؛ فهل أمهل نفسي دقيقتين قبل الكلام؟

- **مع الزوج:** في خلاف حاد يخطر لكِ أن تقولي كلمة تجرحه، ثم تعلمين أنكِ ستندمين عليها.

  الاسم هنا: الحلم قوة، لا يعني السكوت الدائم بل اختيار وقت الكلام وطريقته.

- **مع الحماة:** تعليق على طبخكِ أو تربيتكِ، فتبتلعين الجواب ويشتعل صدركِ.

  الاسم هنا: الحلم يحتمل الأذى القليل بكرامة، ولا يمنع أن نضع حدّاً هادئاً حين يلزم.

السؤال: ما الذي أحتاجه حتى أؤخر ردّي عشر ثوانٍ؟

المعنى

الله الحليم هو الذي يرى تقصيركِ وتعبكِ وانفعالكِ، ولا يعاجلكِ، بل يربيكِ بالرفق وينتظر رجوعكِ. الأم تختبر الحِلم كل يوم: مع بكاء طفل، وعناد مراهق، وضغط بيت لا يهدأ. حِلم الله عليكِ هو المدرسة التي تتعلمين منها الحِلم على أولادكِ.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن يمهلكِ الله عند تقصيركِ ولا يعجّل عليكِ العقوبة، فتتعلمين أن تمهلي ولدكِ.

تجلٍّ خفي

أن تكتشفي أنكِ قادرة على كظم الغيظ مرة، فتعلمين أنكِ تستطيعين مرتين.

المقلوب

أن لا تحلُمي في موقف وتغضبي، فتعودين وتصلحين، فيتعلم ولدكِ منكِ أن الإنسان يخطئ ويرجع.

لاحِظي

- تغضبين ثم يُعينكِ الله على الاعتذار
- يبقى حب أولادكِ لكِ رغم انفعالكِ
- تنجين من أثر كلمة قاسية قلتِها في تعب
- زوجكِ يصبر على مزاجكِ في يوم صعب
- تعودين إلى وردكِ بعد انقطاع فتجدين الباب مفتوحاً

جرّبي

مهمة الأسبوع: يوم كامل بلا صراخ في البيت.

دوّني أثركِ

1. كم مرة غضبتِ على أولادكِ والله حلم عليكِ وأعانكِ على الإصلاح؟

.....

2. هل حلمكِ على أطفالكِ يشبه حلم الله عليكِ؟

.....

3. متى شعرتِ أن الله يحميكِ من انفعالكِ؟

.....

احفظي

«وَٱعۡلَمُوٓاْ أَنَّ ٱللَّهَ غَفُورٌ حَلِيمٞ» (البقرة ٢٣٥)

في الموقع: مذنب، غاضب، مظلوم. وصفحة الاسم: /n/halim.

الاسم القَوِيّ

موقف: تنهين يوماً طويلاً من العمل والبيت، وتجلسين لحظة، وتشعرين أن كل ما بقي فيكِ لا يكفي لعشاء ولا لقصة نوم.

من الواقع

- **في الصباح:** يستيقظ الأولاد قبل المنبّه، وأنتِ لم تنامي إلا ساعتين.
  الاسم هنا: القويّ يمدّ بالقوة من عنده، ونطلبها بالدعاء ثم بالنوم حين نستطيع.
- **في الأسبوع:** مرض الطفل، وامتحان الآخر، وعمل متراكم، ولا يد تمتد إليكِ.
  الاسم هنا: القوة ليست أن نحمل كل شيء وحدنا، بل أن نطلب العون ونرتّب الأولويات.
- **مع الذنب:** تشعرين بالذنب لأنكِ لا تفعلين كل شيء «مثل الأمهات الأخريات».
  الاسم هنا: قال تعالى: «لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا» (البقرة ٢٨٦)، فلا نحمّل أنفسنا فوق وسعها.

السؤال: أين أجد القوة حين تنفد قوتي؟

المعنى

الله القوي، وهو يعطي الأم قوة لا تعرف من أين تأتيها: في الحمل والولادة والسهر والصبر. الأم أقوى مما تظن: تحمل وتلد وتسهر وتربي، وتُخفي تعبها عن الجميع. لكنها تحتاج أن تعرف أن هذه القوة من القوي، وأنها حين تضعف تستطيع أن تطلب المدد منه. والقوة لا تعني ألّا تتعب، بل أن تستعين بالله ولا تعجز.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أنكِ تقومين كل صباح وتؤدين ما عليكِ، وفي الأرض من لا يستطيع.

تجلٍّ خفي

أن تجدي في آخر اليوم طاقة لم تتوقعيها لأن ولدكِ احتاج إليكِ.

المقلوب

أن يُظهر لكِ التعبُ حدّكِ، فتتعلمين أن تطلبي العون من زوجكِ ومن أهلكِ ومن ربكِ، وأن القوة الحقيقية ليست أن تحملي كل شيء وحدكِ.

لاحِظي

- حملتِ وولدتِ بقوة لم تعرفيها
- سهرتِ على طفل مريض ثم قمتِ للعمل
- حملتِ طفلكِ وأغراض البيت معاً
- تجاوزتِ اكتئاب ما بعد الولادة
- أمسكتِ نفسكِ عن الصراخ

جرّبي

مهمة الأسبوع: احكي لأولادكِ موقفاً ضعفتِ فيه وأعانكِ الله.

دوّني أثركِ

1. من أين تأتيكِ القوة بعد ليلة بلا نوم؟

.....

2. هل تشعرين أن عليكِ أن تبدي قوية دائماً؟

.....

3. متى شعرتِ بالعجز أمام مرض طفل؟ إلى من لجأتِ؟

.....

احفظي

«وَلَيَنصُرَنَّ ٱللَّهُ مَن يَنصُرُهُۥٓ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ لَقَوِيٌّ عَزِيزٌ» (الحج ٤٠)

في الموقع: مظلوم، خائف، أشعر بالضعف. وصفحة الاسم: /qawi/n.

الاسم

العَزِيزُ الرَّحِيم

موقف: تعاتبين ابنكِ بحدة، ثم تتأملين: كنتِ تريدين حمايته، وجاء كلامكِ قاسياً. تعلمين أن القوة والرحمة لا تتعارضان، لكنكِ لا تعرفين كيف تجمعين بينهما.

من الواقع

- **عند الحدود:** تمنعين ابنتكِ من الخروج مع صديقات لا ترتاحين لهنّ، فتغضب وتقول: «أنتِ لا تثقين بي».

  الاسم هنا: العزيز الرحيم يجمع القدرة والرحمة؛ فهل أشرح السبب بهدوء وأستمع لردّها؟

- **مع الصغار:** تحتاجين أن تحزمي أمر النظافة أو النوم، وترغبين ألا تبكي لهم.

  الاسم هنا: الحزم الهادئ مع الرحمة يعلّمهم أن الحدود لا تعني نقص الحب.

- **مع النفس:** تكونين حازمة في الخارج وتبكين في الداخل، ولا تعرفين متى تستريحين.

  الاسم هنا: الرحمة تشمل أن نعذر ضعفنا ونصلحه.

السؤال: كيف أكون قوية في حزمي رحيمة في طريقتي؟

المعنى

العزيز الرحيم هو الذي يمنحكِ القوة في ضعفكِ، ويحيطكِ برحمته في تعبكِ، ويعلّمكِ أن تجمعي بين الحزم والحنان. الأم تعيش كل يوم بين الحزم والحنان: حدود تحمي، وقلب يحتوي. اسم «العزيز الرحيم» يطمئنها أن الجمع بينهما ممكن، وأن قوتها في بيتها ليست في الصراخ، ورحمتها ليست في ترك كل شيء.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن يُمنع عنكِ شيء ثم يظهر لكِ بعد حين وجهٌ فيه رحمة، أو أن ترين أن الحزم حمى ولدكِ من شيء.

تجلٍّ خفي

أن يجتمع في موقف واحد حدّ واضح وكلمة لطيفة، فيُقبل ولدكِ الحدّ.

المقلوب

أن لا تستطيعي الجمع دائماً، فتعتذرين حين تخطئين، فيتعلم ولدكِ أن الحزم لا يلغي الاعتذار.

لاحِظي

- أخطأ ابنكِ فسامحتِه ودعوتِ له
- غضبتِ فكظمتِ غيظكِ
- ردة فعل حنونة رغم تعب كبير
- سكينة بعد صلاة
- شفاء طفلكِ بعد دعاء صادق

جرّبي

مهمة الأسبوع: احكي لأولادكِ قصة من الشعراء وختامها «وإن ربك لهو العزيز الرحيم».

دوّني أثركِ

1. كيف تكونين حازمة رحيمة في بيتكِ؟

.....

2. هل يرى أولادكِ فيكِ قوة معها حنان؟

.....

3. متى رأيتِ رحمة الله تسبق عقوبته في حياتكِ؟

.....

احفظي

«وَإِنَّ رَبَّكَ لَهُوَ ٱلْعَزِيزُ ٱلرَّحِيمُ» (الشعراء ٩)

في الموقع: مذنب. وصفحة الاسم: /azizrahim/n.

وقت الشدة

إن كان هذا الفصل وصل إليكِ وأنتِ في وقت صعب، فلا تُكمليه كله الآن؛ ليس عليكِ أن تفهمي كل شيء، وليس عليكِ أن تبدي قوية أمام أهلكِ.

اسم واحد لهذا الأسبوع: الحَلِيم.

جملة تُقرأ ببطء: «وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ» (آل عمران ١٣٤): تقولينها ببطء ثم تؤخرين الرد قليلاً.

خطوة صغيرة جداً: حين تشعرين بالغضب، اخرجي من الغرفة دقيقتين قبل أن تتكلمي، ثم عودي. دوّني ما الذي أغضبكِ فعلاً.

يجوز لكِ أن تحزني وأن تتعبي، ولا يلزمكِ أن تتظاهري بالرضا. وإن كان الحال أثقل من أن تحمليه وحدكِ، فاقرئي ملحق «متى أطلب عوناً من الناس» في آخر الكتاب.

مراجعة الفصل

1. ما الموقف الذي يغضبني أكثر في بيتي؟ وما الشعور الذي تحته؟
2. من هذه الأسماء أحتاج إليه حين أتعب؟
3. لمن أحتاج أن أعتذر هذا الأسبوع من أولادي أو زوجي؟

الجزء ٢ • الفصول ٤–٦

الرزق والقدوة والقرار

البيت، والأدوار، والدعاء لهم

٤ البيت والرزق والبركة

٥ قدوتي وأدواري المتعددة

٦ التربية والقرار والدعاء لهم

٤ البيت والرزق والبركة

أول الشهر وآخره. تحسبين المصروف وتقسمينه: مدرسة، وطعام، ودواء، وفاتورة. وبعض الأمهات يعملن خارج البيت وبعضهن داخله، وكلهن يشتركن في أن الرزق ليس مجرد رقم، بل بيت يُدار وأمانة تُحفظ ونظرة إلى ما عند الله.

سؤال الفصل: كيف أطلب الرزق وأدير بيتي بأمانة وقناعة، دون أن يكبر القلق في صدري؟

الاسم **الرَّزَّاق**

موقف: تفتحين باب البيت وتحملين أكياس الطعام. ابنكِ الصغير يركض نحوكِ، وأنتِ تعلمين أن في الأكياس عمل شهر. تفكرين: هذا ليس من يدي وحدها.

من الواقع

- **في السوق:** ترتفع الأسعار فتحذفين من القائمة شيئاً بعد شيء، وتشعرين بقبضة في صدركِ.
  الاسم هنا: الرزاق يرزق من حيث نحتسب ولا نحتسب؛ فهل أبذل السبب وأريح قلبي؟
- **في العمل:** تعملين ساعات إضافية وتشعرين أنكِ تسرقين الوقت من أولادكِ.
  الاسم هنا: الرزق يُطلب بالسعي والحلال، ويُنظر فيه إلى الأولويات بلا تأنيب مبالغ فيه.
- **مع الزوج:** الراتب يتأخر أو لا يكفي، وتقع بينكما كلمات جارحة.
  الاسم هنا: نتواصى بالصبر والتخطيط، ولا نجعل الضيق خصماً بيننا.

السؤال: كيف أسعى وأنا أعلم أن الرزق ليس سعيي وحده؟

المعنى

الرزاق هو من يدبر لك رزق البيت والصحة والأمان وراحة زوجك وسعة قلب ابنك، وقد يمنع عنك ليصلحك ويمنحك ما لا يظهر للناس. الله الرزاق لا يقيم رزقك على قدرتك وحدها، بل على رحمته وعدله؛ يصلح لك الرزق إن اضطرب، ويصرف عنك ما ظننته خيراً وفيه شر، ويغنيك بما يثبتك.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

مائدة عليها طعام، وبيت فيه ضوء، وراتب يصل في وقته.

تجلٍّ خفي

أبواب رزق لم تخطر ببالكِ: كلمة من صديقة، أو فرصة جاءت دون ترتيب.

المقلوب

أن يتأخر الرزق، فتتعلمين الصبر على السعي والقناعة، دون أن نقول إن الفقر خير في كل حال.

لاحِظي

- زيادة دخل لم تكن تتوقعينها
- مخرج مالي جاء في وقت ضيق
- تتعافى ابنتك أو زوجك فتتذكرين نعمة الدعاء
- قناعة منعتك من الدخول في دين
- جلسة عائلية شعرتِ فيها بالطمأنينة

جرّبي

مهمة الأسبوع: راقبي رزقك هذا الأسبوع وسجلي أنواعه.

دوّني أثركِ

1. متى شعرتِ أن الله كفاك في لحظة عجز كامل؟

.....

2. ما الرزق غير المالي الذي غيّر فيك أو في بيتك؟

.....

3. كيف يفيدك تأخر الرزق أحياناً كأم أو كزوجة؟

.....

احفظي

«إِنَّ ٱللَّهَ هُوَ ٱلرَّزَّاقُ ذُو ٱلْقُوَّةِ ٱلْمَتِينُ» (الذاريات ٥٨)

في الموقع: أبحث عن الرزق. وصفحة الاسم: /razzaq/n.

الاسم

الغَنِيُّ الحَمِيد

موقف: ابنكِ يطلب هاتفاً مثل زملائه. تعلمين أن ما يريده ليس حاجة، لكن نظرته إليكِ تؤلمكِ. تتساءلين: ماذا أعلّمه عن الغنى؟

من الواقع

- **في الأعياد:** تتسابق الأمهات على ملابس وهدايا، وتشعرين أن بيتكِ «أقل».

  الاسم هنا: الغني الحميد لا يحتاج إلى شيء، ويغنينا بما يرضينا؛ فنتعلم الاكتفاء ولا ننكر الحاجة.

- **على السوشيال:** ترين بيوتاً مرتبة وسفرات وهدايا، فتقارنين، ثم تغلقين الهاتف بقلب ثقيل.

  الاسم هنا: ما يُعرض ليس الحياة كلها، والغنى غنى القلب قبل غنى اليد.

- **مع الأولاد:** تقولين «لا» لطلب كمالي، فيبكي الصغير وتبكين معه.

  الاسم هنا: هذه «لا» تعلّمه أن الرضا يُتعلَّم ولا يُفرض.

السؤال: كيف أعلّم أولادي أن الغنى غنى النفس لا كثرة المال؟

المعنى

الله غني لا يحتاج إلى أحد، وهو الحميد المستحق للحمد في كل حال. وكل ما في بيتكِ من خير فهو من فضله. الأم ترى نعم الله في تفاصيل صغيرة لا يراها غيرها: طعام يكفي الجميع، وطفل تعافى، وبيت مستور. واسم «الغني الحميد» يعلّمها أن تحوّل هذه التفاصيل إلى حمد، وأن تعلّم أولادها الرضا قبل أن يتعلموا المقارنة.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

امرأة تملك قليلاً وتبدو مطمئنة، وأخرى تملك كثيراً ولا ترتاح.

تجلٍّ خفي

أن تشعري بالاكتفاء في يوم لم يزد فيه مالكِ، لأن قلبكِ استراح.

المقلوب

أن تقولي «لا» لولدكِ في طلب مستغنى عنه، فتعلّمينه أن الرضا يتعلمه المرء بالتدريب.

لاحِظي

- طعام قليل كفى الجميع
- طفلكِ تعافى من مرض
- بيتكِ مستور رغم ضيق الحال
- ابنتكِ تضحك في وجهكِ بعد يوم متعب
- كلمة «ماما» من فم طفلكِ

جرّبي

مهمة الأسبوع: خصصي جلسة أسبوعية لشكر الله مع أولادكِ.

دوّني أثركِ

1. هل ترين نعم الله في تفاصيل يومكِ؟

.....

2. هل علّمتِ أولادكِ أن النعمة من الله؟

.....

3. هل في بيتكِ نعم لم تحمدي الله عليها بعد؟

.....

احفظي

«يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ أَنتُمُ ٱلۡفُقَرَآءُ إِلَى ٱللَّهِۖ وَٱللَّهُ هُوَ ٱلۡغَنِيُّ ٱلۡحَمِيدُ» (فاطر ١٥)

في الموقع: ممتن، أبحث عن الرزق. وصفحة الاسم: /n/ghanihamid.

الاسم

الْمَلِك

موقف: تديرين بيتكِ وجدول أولادكِ، وربما عملاً أيضاً. تفكرين: ما الفرق بين أن أدير وأن أتسلط؟

من الواقع

- **في البيت:** تضعين قاعدة، فيناقشكِ أولادكِ، فتشعرين أن سلطتكِ تتآكل.
  الاسم هنا: الملك هو المالك الحق، وما في أيدينا أمانة؛ فهل أحكم بالعدل ولا أتسلط؟
- **في العمل:** تكونين مسؤولة عن فريق، وتجدين أن بعض القرارات تُرضي وبعضها لا.
  الاسم هنا: السلطة مسؤولية، ونطلب العون بالله وبالمشورة.
- **مع الخادمة أو المساعدة:** تعاملين من يعمل في بيتكِ كما تحبين أن يُعامل أهلكِ.
  الاسم هنا: المُلك الحقيقي لله، فنؤدي الحقوق ونرحم من تحت أيدينا.

السؤال: كيف أمارس ما أملكه من سلطة في بيتي دون ظلم؟

المعنى

الملك يعني أن حياتك وأسرتك ورزقك وأنفاسك كلها ملك لله وحده، يدبّر أمرها بحكمته، ولا يقع شيء إلا بإذنه. فلا تخشي ضياعاً ولا فوات رزق ما دمتِ عبدة للملك الحق. حين تعلمين أن الله هو الملك، يهدأ قلبك من اللهاث خلف الدنيا، وتفهمين أن ما في يدك أمانة، ومنه أولادك وبيتك، وأن الملك الدائم لله. وفي مواقف المنع والتأخر تجدين في اسم الملك يقيناً بأن الأمر كله تحت تدبيره وأن الخير في قضائه، مع بقاء السعي والأخذ بالأسباب.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن تجدي أن أمركِ يُنفَّذ في بيتكِ، وتعلمين أن هذا من فضل الله لا من قدرتكِ وحدها.

تجلٍّ خفي

أن تتراجعي عن قرار ظالم بعد أن تذكّرتِ أن فوقكِ مَلِكاً يحاسب.

المقلوب

أن تفقدي شيئاً كنتِ تظنينه ملكِكِ، فتتذكرين أن الملك لله، وما في يدكِ أمانة.

لاحِظي

- ينفتح لك باب رزق بعد ضيق
- توفَّقين في قرار مصيري
- تُنقَذ أسرتك من مشكلة كبيرة بطريقة غير متوقعة
- تحصلين على عمل أو رزق رغم قلة الحيلة
- يُشفى أحد أبنائك أو أقاربك

جرّبي

مهمة الأسبوع: تصدّقي بما تستطيعين شكراً لله الملك.

دوّني أثركِ

1. ما الذي تملكينه الآن وتشعرين أنك متعلقة به أكثر من اللازم؟

.....

2. كيف يعينك اسم الملك على تهدئة قلقك على أولادك ومستقبلهم؟

.....

3. هل تتذكرين الملك حين تُرزقين وحين تُمنعين؟

.....

احفظي

«فَتَعَٰلَى ٱللَّهُ ٱلۡمَلِكُ ٱلۡحَقُّۗ» (طه ١١٤)

في الموقع: قلق، مظلوم، أبحث عن الرزق. وصفحة الاسم: /n/malik.

الاسم

الكَرِيم

موقف: جاءتكِ قريبة محتاجة وأنتِ لا تملكين الكثير. أعطيتِها ما تستطيعين، ثم فتحتِ المحفظة فوجدتِ أنكِ لم تنقصي بقدر ما خفتِ.

من الواقع

- **في الضيافة:** يأتي ضيوف بلا موعد والثلاجة شبه فارغة، فتتسع سفرتكِ بما حضر.
  الاسم هنا: الكرم من أخلاق الكريم، ولا يشترط الكثير؛ يكفي القلب المفتوح.
- **مع الجارات:** تُرسلين طبقاً إلى جارة جديدة، فتشعرين بدفء لم تتوقعيه.
  الاسم هنا: العطاء الصغير يتسع به الصدر.
- **بلا مقابل:** تعطين دون أن يشكركِ أحد، فتتساءلين: هل ما فعلتُه ضاع؟
  الاسم هنا: الكريم يقبل القليل ويبارك فيه، ولا يضيّع عمل عامل.

السؤال: ما الكرم الذي أستطيعه الآن وأنا في ضيق؟

المعنى

الله الكريم هو الذي يعطي عباده فوق ما يتوقعون، ويعفو ويستر ويتفضل بلا حساب. وهو يحب أن تكون الأم كريمة مع أهلها وضيوفها. الأم تصنع كرم البيت: مائدة وضيافة وكلمة طيبة. وقد تظن أن الكرم يحتاج مالاً كثيراً وتعباً كبيراً، والكرم يبدأ بحسن الاستقبال والوقت والبشاشة. ومن عرفت كرم الله عليها كثُر عطاؤها لأسرتها دون منّة ولا إرهاق للنفس.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن تُعطي فرصة أو عوناً لم تطلبيه، أو يُستر عليكِ خطأ.

تجلٍّ خفي

أن تجدي في صدركِ سعة بعد أن أعطيتِ، لا تعرفين مصدرها.

المقلوب

أن لا تملكي ما تعطين، فتعطين كلمة طيبة ووقتاً وإصغاءً، وهذا كرم أيضاً.

لاحِظي

- مائدة أسرة ملتفة حولها
- ضيفة تُستقبل في بيتكِ بسعة صدر
- أن يرى أبناؤكِ أماً كريمة
- أن ينفق عليكِ الله من حيث لا تحتسبين
- زوج يكرم ضيوفكِ بلا تذمّر

جرّبي

مهمة الأسبوع: أكرمي أحد أفراد أسرتكِ اليوم بكلمة طيبة أو شيء يحبه.

دوّني أثركِ

1. كيف تُكرمين أهلكِ داخل البيت قبل ضيوفكِ؟

.....

2. هل تعطين أبناءكِ وقتكِ كما تعطينهم طعامكِ؟

.....

3. هل يرى أبناؤكِ في بيتكِ ضيافة وحسن استقبال؟

.....

احفظي

«مَا غَرَّكَ بِرَبِّكَ ٱلْكَرِيمِ» (الإنفطار ٦)

في الموقع: ممتن، أبحث عن الرزق. وصفحة الاسم: /n/karim.

الاسم

الفَتّاح

موقف: أُغلق باب عمل كنتِ تعوّلين عليه. تجلسين في السيارة وأنتِ لا تعرفين ماذا تقولين لزوجكِ في المساء. ثم يأتي اتصال لم تتوقعيه.

من الواقع

- **في العمل:** قدّمتِ على وظيفة فرُفضتِ، وعدتِ تسألين: هل أنا غير مناسبة؟

  الاسم هنا: الفتّاح يفتح أبواباً لا نراها، فنطرق الباب التالي دون أن نضمن نتيجة.

- **مع المستقبل:** تظنين أن مسار حياتكِ انسدّ بعد انقطاعكِ عن الدراسة أو العمل لأجل الأولاد.

  الاسم هنا: الفتح قد يأتي من وجه لا نتوقعه؛ ونمشي ما نستطيع.

- **في العلاقات:** خلاف قديم مع قريبة صار جداراً، وتتمنين أن ينفتح الحديث بينكما.

  الاسم هنا: نطلب من الله أن يفتح القلوب، ونخطو نحن خطوة صغيرة.

السؤال: كيف أبقى مستعدة لباب لا أراه بعد؟

المعنى

الله الفتاح يفتح أبواب الرحمة والرزق والفهم، فنعمل لأهلنا ونسأله ونصبر. قد يضيق على الأم باب الرزق أو باب تعليم الأولاد أو باب الصلح في البيت. واسم الفتاح يذكّر بأن الأبواب بيده سبحانه، وأنه «الفتاح العليم» أي يفتح بعلم وحكمة. وقد علّمنا النبي ﷺ أن نقول عند دخول المسجد: «اللهم افتح لي أبواب رحمتك». وهذا لا يغني عن السعي: نطرق الأبواب المشروعة ونستشير، ونعلّم أولادنا ألا يأسوا. ولا نَعِد أولادنا بأن كل باب سيُفتح كما نريد، بل نعلّمهم المحاولة والدعاء والرضا بما يختاره الله.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

فرصة تفتح بعد انسداد، أو عمل يأتي بعد انتظار، أو حل لمشكلة استعصت.

تجلٍّ خفي

أن يفتح الله عليكِ فهماً أو فكرة في لحظة كنتِ قد يئستِ فيها.

المقلوب

أن يتأخر الفتح، فتتعلمين أن تعملي وتنتظري دون أن تقولي إن الله سيفتح بكذا وكذا، فهذا مما لا يعلمه إلا هو.

لاحِظي

- أن تجدي عملاً بعد بحث طويل
- أن يُقبل ولدكِ في دراسة أو مدرسة مناسبة
- أن تجدي حلاً لخلاف في البيت بعد صبر
- أن تفهمي ولدكِ بعد أن كان لغزاً عندكِ
- أن يُفتح لكِ باب رزق لم تحتسبيه

جرّبي

مهمة الأسبوع: علمي أولادكِ دعاء دخول المسجد: «اللهم افتح لي أبواب رحمتك»، وقوليه معهم عند كل دخول.

دوّني أثركِ

1. أي باب تشعرين أنه مغلق في بيتكِ: رزق أم تعليم أم علاقة؟

.....

2. هل تطرقين الأبواب المشروعة كلها قبل أن تيأسي؟

.....

3. كيف تعلّمين أولادكِ المحاولة بعد الفشل؟

.....

احفظي

«وَهُوَ ٱلْفَتَّاحُ ٱلْعَلِيمُ» (سبإ ٢٦)

في الموقع: يُقترح ربطه بحالات الفصل (لم يُربط بعد في الموقع). وصفحة الاسم: /n/fattah.

وقت الشدة

إن كان هذا الفصل وصل إليكِ وأنتِ في وقت صعب، فلا تُكمليه كله الآن؛ ليس عليكِ أن تفهمي كل شيء، وليس عليكِ أن تبدي قوية أمام أهلكِ.

اسم واحد لهذا الأسبوع: الرَّزَّاق.

جملة تُقرأ ببطء: «اللهم اكفني بحلالك عن حرامك، وأغنني بفضلك عمّن سواك» (الترمذي ٣٥٦٣): دعاء ثابت تقولينه في الصباح.

خطوة صغيرة جداً: اجلسي مع زوجكِ عشر دقائق دون لوم، وانظرا معاً إلى بند واحد يمكن تخفيفه هذا الشهر.

يجوز لكِ أن تحزني وأن تتعبي، ولا يلزمكِ أن تتظاهري بالرضا. وإن كان الحال أثقل من أن تحمليه وحدكِ، فاقرئي ملحق «متى أطلب عوناً من الناس» في آخر الكتاب.

مراجعة الفصل

1. ما الذي أخاف منه في رزق بيتي؟ وما الذي أملك فعله فيه؟
2. هل مصروف بيتي يسير على ما أستطيع أن أشرحه لأولادي؟
3. ما أمانة المال التي عندي ولم أؤدّها بعد؟

٥ قدوتي وأدواري المتعددة

ابنتكِ تقلّد طريقتكِ في الكلام، وابنكِ يقلّد طريقة نظركِ إلى الناس. تنتبهين فجأة: أنتِ مرآة لا تنام. وفي اليوم نفسه أنتِ أمّ وزوجة وابنة وموظفة وجارة، ولكل دور وجه، وتخافين أن تضيعي بين الوجوه.

سؤال الفصل: ماذا أريد أن يتعلم أولادي مني دون أن أتكلم؟

الاسم

الْمُحْسِن

موقف: تطبخين في المطبخ وابنتكِ تراقبكِ. تُتقنين العمل رغم أن أحداً لن يلاحظ. تسألكِ: لماذا تتعبين نفسكِ؟

من الواقع

- **في البيت:** تعيدين ترتيب غرفة كانت مرتبة «بما يكفي»، وتسألين نفسكِ: هل هذا إتقان أم وسواس؟
  الاسم هنا: الإحسان إتقان بلا هوس، وعمل لله لا لنظرة الناس.
- **في العمل:** تُنجزين مهمة بلا شكر، ويأخذ غيركِ الفضل.
  الاسم هنا: الإحسان لا ينتظر الشكر، ولا يمنع أن نطالب بحقنا بحكمة.
- **مع الأولاد:** تساعدين ابنتكِ في مشروع مدرسي وتتركينها تكمل بنفسها.
  الاسم هنا: الإحسان إليهم أن نعلّمهم لا أن نعمل عنهم.

السؤال: هل أتقن عملي وأنا أعلم أن الله يراني، أم لأن الناس يرونني؟

المعنى

المحسن هو الذي يغمر بيتك وأهلك بإحسانه: في قوتك وصحتك وأولادك وستره عليك. يمنحك العافية والرزق والحماية والمغفرة، وإحسانه لا ينقطع. المحسن لا يعطيك ما تطلبين فقط، بل يمنع عنك ما يؤذيك دون أن تدري، ويكرمك في تفاصيل لا يراها إلا قلبك. وإحسانه مدرسة تعلّمك أن تكوني سبب إحسان لمن حولك. فلا تظني أنك بعيدة عن رحمته مهما كانت الظروف.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

عمل متقن، وخلق حسن، وأم تؤدي ما عليها دون منّة.

تجلٍّ خفي

أن تعلمي أن ولدكِ رأى منكِ إحساناً لم تلتفتي إلى أنه رآه.

المقلوب

أن يجحد الناس إحسانكِ، فتتعلمين أن تُحسني لله لا لهم.

لاحِظي

- تنجين من موقف صعب بلطف الله
- تساعدين إنسانة دون أن تطلب منك
- تنظرين إلى أولادك فترينهم نعمة
- تأتيك بركة في مالك وقت الحاجة
- تعيشين مع زوجك في مودة ورعاية

جرّبي

مهمة الأسبوع: ساعدي في أعمال البيت دون أن يُطلب منك.

دوّني أثركِ

1. كيف ترين إحسان الله في أسرتك؟

.....

2. هل تعلّمتِ الإحسان دون انتظار مقابل؟

.....

3. متى شعرتِ أن الله أحسن إليك في قرار اتخذتِه؟

.....

احفظي

«وَأَحۡسِن كَمَآ أَحۡسَنَ ٱللَّهُ إِلَيۡكَ» ﷺ (القصص ٧٧)

في الموقع: ممتن، أبحث عن الرزق. وصفحة الاسم: /muhsin/n.

الاسم

البَرّ

موقف: والدتكِ مريضة، وأخذتِ ابنتكِ لزيارتها. في الطريق قالت: «أنا سأفعل هذا لكِ حين تكبرين». ضحكتِ، ثم سكتّ، لأنكِ رأيتِ نفسكِ بعد عشرين عاماً.

من الواقع

- **مع الوالدين:** الاتصال اليومي بوالدتكِ يتحول إلى واجب ثقيل في زحام الأعمال.

  الاسم هنا: البرّ أن نصل أهلنا بما نستطيع، ونطلب العون على ذلك.

- **بين البيتين:** تُطلب منكِ زيارة أهلكِ وأهل زوجكِ في اليوم نفسه، فتشعرين أنكِ تقصّرين مع الجميع.

  الاسم هنا: البرّ يحتاج توازناً وصراحة لطيفة، ومشورة الزوج.

- **مع الأولاد:** تريدين أن يتعلم أولادكِ البرّ، فيراقبونكِ وأنتِ تتعاملين مع جدتهم.

  الاسم هنا: أولادنا يتعلمون البر مما يرونه فينا أكثر مما يسمعونه منا.

السؤال: كيف أبرّ والديّ بحيث يرى أولادي كيف يُبرّ الأب والأم؟

المعنى

البر: كثير الإحسان إلى عباده. وأنتِ تحسنين إلى أولادكِ كل يوم، وتحتاجين أن تبقي بارة بوالديكِ، وأن تربي أولادكِ على البر. الأم أحق الناس بالبر، كما قال النبي ﷺ «أمك ثم أمك ثم أمك». وهي في الوقت نفسه ابنة تحتاج أن تبر أمها. واسم «البر» يعلّمها أن إحسان الله إليها بلا انقطاع، فتحسن إلى أولادها دون منّ، وتعلّمهم البر بأفعالها.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن تزور الابنة أمها، أو تطيع أباها، أو تتصل بالوالدين في آخر اليوم.

تجلٍّ خفي

أن يرى الأبناء برّكِ دون أن تنبّهيهم، فيتعلمونه كما يتعلمون المشي.

المقلوب

أن يكون بين الوالدين وبينكِ خلاف، فتحاولين الإصلاح، وتتعلمين أن البرّ ليس غياب الاختلاف.

لاحِظي

- دعت لكِ أمكِ فرأيتِ البركة
- رأيتِ ابنتكِ تقبّل يد جدتها
- رُزقتِ بعد ضيق
- سُترتِ في أمر كنتِ تخشينه
- أحسنتِ إلى ابنكِ بعد خطئه فتغيّر

جرّبي

مهمة الأسبوع: اصطحبي أولادكِ لزيارة والديكِ أسبوعياً.

دوّني أثركِ

1. هل يرى أولادكِ كيف تبرين والديكِ؟

.....

2. هل تحسنين إلى أولادكِ دون أن تمنّي عليهم؟

.....

3. متى أحسن الله إليكِ وأنتِ مقصّرة؟

.....

احفظي

«إِنَّا كُنَّا مِن قَبْلُ نَدْعُوهُ ۖ إِنَّهُۥ هُوَ ٱلْبَرُّ ٱلرَّحِيمُ» (الطور ٢٨)

في الموقع: ممتن، أبحث عن الرزق. وصفحة الاسم: /n/barr.

الاسم

السَّمِيعُ البَصِير

موقف: أولادكِ يجلسون ويتحدثون في الغرفة المجاورة وهم يظنون أنكِ لا تسمعين. تسمعين وتفكرين: هل سيكلّمونني بهذا الصدق إن علموا؟

من الواقع

- **في البيت:** تدخلين فيسكت الجميع، ويتحول الحديث إلى مواضيع آمنة.
  الاسم هنا: السميع البصير يسمع ما لا نقوله؛ فهل أسمع أنا أولادي بلا مقاطعة ولا أحكام؟
- **في الدعاء:** تدعين في السجود بما لا يعلمه أحد، وتخرجين بخفّة.
  الاسم هنا: الله يسمع ويرى، ولا يضيع ما في القلب.
- **على الهاتف:** تصوّرين أولادكِ وتتساءلين: هل هذه ذكرى أم عرض؟
  الاسم هنا: نذكّر أنفسنا أن الله يرانا، فنتأنى فيما نعرضه ونخفيه.

السؤال: كيف أكون أماً يُسمَع ويُسمِع، ترى وتُرى بحبّ؟

المعنى

السميع البصير يسمع شكواكِ التي لا يسمعها أحد، ويرى تعبكِ اليومي الذي لا يُشكر. الأم تعمل كثيراً في الخفاء: سهر لا يراه أحد، ودعاء لا يسمعه أحد، وصبر لا يُشكر. اسم «السميع البصير» يقول لها: كل هذا مرئي ومسموع. وقد سمع الله امرأة تشكو زوجها، فأنزل فيها سورة باسمها.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن يسمع الله دعاءكِ الذي لم يسمعه أحد، ويرى حالكِ الذي لم تحكيه.

تجلٍّ خفي

أن تعلمي أنكِ مرئية ومسموعة، فتتصرفين في خلوتكِ كما تتصرفين أمام أولادكِ.

المقلوب

أن لا يسمعكِ أولادكِ الآن، فتتعلمين أن تصبري وتبقي قريبة، وأن الله يسمعكِ حين لا يسمعكِ أحد.

لاحِظي

- دعوتِ لأولادكِ في سجودكِ فرأيتِ أثر ذلك
- سهرتِ على طفل مريض ولم يعلم أحد
- شكوتِ همكِ لله في الليل فخفّ
- أعددتِ طعاماً بحب ولم يشكركِ أحد
- استمعتِ لابنتكِ حتى أنهت كلامها

جرّبي

مهمة الأسبوع: اجلسي مع ابنكِ أو ابنتكِ عشر دقائق تسمعين فقط.

دوّني أثركِ

1. هل تشعرين أن تعبكِ في البيت غير مرئي؟

.....

2. هل تشكين همكِ لله أم تحبسينه في صدركِ؟

.....

3. هل تسمعين أولادكِ حقاً أم تنشغلين عنهم؟

.....

احفظي

«لَيۡسَ كَمِثۡلِهِۦ شَيۡءٞۖ وَهُوَ ٱلسَّمِيعُ ٱلۡبَصِيرُ» (الشورى ١١)

في الموقع: وحيد، مظلوم، خائف. وصفحة الاسم: /samibasir/n.

وقت الشدة

إن كان هذا الفصل وصل إليكِ وأنتِ في وقت صعب، فلا تُكمليه كله الآن؛ ليس عليكِ أن تفهمي كل شيء، وليس عليكِ أن تبدي قوية أمام أهلكِ.

اسم واحد لهذا الأسبوع: الْمُحْسِن.

جملة تُقرأ ببطء: «ربِّ أوزعني أن أشكر نعمتك» (النمل ١٩): دعاء من القرآن تقولينه وأنتِ تنظرين إلى أولادكِ.

خطوة صغيرة جداً: اختاري عادة واحدة تريدين أن ترثها بناتكِ وأولادكِ، وافعليها هذا الأسبوع أمامهم بلا تعليق.

يجوز لكِ أن تحزني وأن تتعبي، ولا يلزمكِ أن تتظاهري بالرضا. وإن كان الحال أثقل من أن تحمليه وحدكِ، فاقرئي ملحق «متى أطلب عوناً من الناس» في آخر الكتاب.

مراجعة الفصل

1. ما الصفة التي أراها في أولادي وأعرف أنها مني؟
2. ما الذي أطلبه منهم ولا أفعله؟
3. ما العادة الصغيرة التي سأبدأ بها قدوةً لا وعظاً؟

٦ التربية والقرار والدعاء لهم

أمامكِ قرار: مدرسة، أو صحبة، أو سفر، أو عقوبة، أو إذن. تعرفين أن أي اختيار منها سيغيّر شيئاً في حياة ولدكِ، وتعرفين أنكِ لن تعرفي النتيجة قبل أن تقرري. فتفعلين ما تستطيعين: تسألين وتشاورين وتستخيرين، ثم تدعين.

سؤال الفصل: كيف أقرر لأولادي بحكمة، وأدعو لهم دون أن أنتظر نتيجة بعينها؟

الاسم

الحَكِيمُ النَبِير

موقف: ابنتكِ ترغب في دراسة ما لا تفهمينه أنتِ. تقولين لها: «لا». تنظرين إلى وجهها فتتساءلين: هل رفضتُ لخوفي أم لعلمي؟

من الواقع

- **في المدرسة:** اختيار مدرسة يعني ميزانية وبُعداً ومنهجاً، وكل اختيار يترك شيئاً.

  الاسم هنا: الحكيم يعلم ما لا نعلم؛ نستشير ونستخير ونقرر بما نعلم.

- **مع المراهقة:** ابنتكِ تريد حرية أكثر، وأنتِ تخافين من العالم.

  الاسم هنا: نعطي بقدر ما يُحمل، ونتدرج، ونفسّر ولا نكتفي بالمنع.

- **في الاختلاف مع الزوج:** تختلفان في قرار يخص الأولاد، فيتحول النقاش إلى جدال.

  الاسم هنا: الحكمة أن نبحث عن الأصلح لا عن الغالب.

السؤال: كيف أفرّق بين حزمي لمصلحتها وخوفي على نفسي؟

المعنى

الله الحكيم لا يقدّر شيئاً عبثاً، والخبير يعلم ما في قلبكِ وما في قلوب أولادكِ مما لا يقولونه. الأم ترى أولادها كل يوم، لكن الخبير يرى ما لا ترينه: ما يخفونه، وما يحتاجونه حقاً، وما يصلحهم في مستقبل لا تعرفينه. وحكمته في اختلاف طباعهم، وتأخر بعضهم، وتعثر بعضهم، أوسع من قلقكِ.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن يتضح لكِ بعد حين وجهٌ في قرار لم تفهميه وقتها.

تجلٍّ خفي

أن يمنحكِ الله هدوءاً قبل قرار ثقيل، أو يسوق إليكِ من يشير عليكِ.

المقلوب

أن لا تتبيني حكمة قرار الآن، فتتعلمين أن تقرري بأقصى ما تعلمين، وتتركي الباقي لمن يعلم.

لاحِظي

- تأخر حمل أو ولادة ثم جاء في وقت أنسب
- طفل صعب الطباع علّمكِ صبراً لم تعرفيه
- موقف صعب قرّبكِ من ابنتكِ
- حوار عابر مع ابنكِ كشف لكِ ما يحتاجه
- نصيحة من أمكِ في وقتها

جرّبي

مهمة الأسبوع: راجعي 3 مواقف ظهرت لكِ فيها حكمة الله لاحقاً.

دوّني أثركِ

1. هل تثقين أن الله يعرف صلاح أولادكِ أكثر منكِ؟

.....

2. ما الحكمة التي خرجتِ بها من ابتلاءات الأمومة؟

.....

3. كيف توازنين بين التخطيط لأولادكِ والتسليم لحكمة الله؟

.....

احفظي

«وَهُوَ ٱلۡحَكِيمُ ٱلۡخَبِيرُ» (الأنعام ١٨)

في الموقع: قلق، محتار، مهموم. وصفحة الاسم: /n/hakim.

الاسم

العَزِيزُ الحَكِيم

موقف: ولدكِ يرفض أمراً تعلمين أن فيه مصلحته. تملكين أن تفرضيه، وتعلمين أن الفرض قد يكسر شيئاً بينكما.

من الواقع

- **مع الأسرة الممتدة:** تتدخل الجدة في قرار تربية، وتشعرين أنها تضعف مكانتكِ عند ولدكِ.

  الاسم هنا: العزيز الحكيم يقضي بالحكمة؛ فنحاور بهدوء ولا نكسر كرامة أحد.

- **عند الإصرار:** طفلكِ يصرّ على رأيه بعناد، وأنتِ تتعبين من الجدال.

  الاسم هنا: العزة ليست أن أغلب، بل أن أثبت على الحق دون قسوة.

- **عند التراجع:** تكتشفين أنكِ أخطأتِ في قرار فرضتِه على ابنتكِ.

  الاسم هنا: التراجع إلى الصواب رفعة لا ضعف.

السؤال: متى أستخدم صلاحيتي، ومتى أتنازل لأنني قد أكون مخطئة؟

المعنى

ربكِ عزيز لا يُغلب، وحكيم لا يخطئ، في أولادكِ وبيتكِ ورزقكِ. وأنتِ في رعاية من لا يظلم أحداً. الأم تتخذ كل يوم قرارات صغيرة كثيرة: متى تمنع، ومتى تسمح، ومتى تصبر. اسم «العزيز الحكيم» يطمئنها أن ما قدّره الله لبيتها في موضعه، ويعلّمها أن الحزم مع الحكمة يربّي، وأن العزة ليست في الغلبة على أولادها بل في قيادتهم.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن يغلب أمر الله ما خططتِ له، فتجدين في الغلبة حكمة.

تجلٍّ خفي

أن تتراجعي عن أمر أصررتِ عليه ثم تتبيني أنكِ كنتِ مخطئة، وأن في التراجع رفعةً لا ذلاً.

المقلوب

أن لا تكوني صاحبة الكلمة الأخيرة، فتتعلمين أن العزة ليست أن تُطاعي، بل أن تصيبي.

لاحِظي

- تأخر الحمل فزاد يقينكِ بحكمة الله
- دعوتِ برزق فجاءكِ من طريق غير متوقع
- مرض طفلكِ فتعلمتِ الصبر والحنان معاً
- كنتِ بين عقاب ابنكِ أو توجيهه فاخترتِ التوجيه
- موقف عائلي كاد يفجّر الخلاف فاحتويتِه

جرّبي

مهمة الأسبوع: اكتبي رسالة شكر لله عن موقف علّمكِ الحكمة.

دوّني أثركِ

1. كيف توازنين بين حزمكِ وحكمتكِ في بيتكِ؟

.....

2. هل تمنيتِ شيئاً ولم يحدث ثم حمدتِ الله على ذلك؟

.....

3. متى منعتِ ابنكِ من شيء لحكمة لم يفهمها؟

.....

احفظي

«إِنَّكَ أَنتَ ٱلْعَزِيزُ ٱلْحَكِيمُ» (البقرة ١٢٩)

في الموقع: مظلوم، محتار. وصفحة الاسم: /azizhakim/n.

الاسم

الوَاحِدُ القَهَّار

موقف: ولدكِ يقلّد زملاءه في كل شيء: لباسهم وكلامهم وأذواقهم. تخافين أن يضيع بين الجماعة. وتتساءلين: على ماذا أريده أن يعتمد؟

من الواقع

- **مع المراهقين:** ابنتكِ تغيّر طريقتها لتكسب رضا مجموعتها، وتقول: «الجميع يفعل».

  الاسم هنا: الله واحد، وقلب المؤمن يجتمع عليه؛ نغرس أن القيمة لا تُستمد من إعجاب الجماعة.

- **في الأسرة:** تتعدد الآراء حول تربية طفلكِ: أمكِ وحماتكِ وصديقاتكِ والإنترنت.

  الاسم هنا: نسمع، ثم نقرر مستندين إلى ما نؤمن به لا إلى كثرة الأصوات.

- **في القلب:** تعلقين رضاكِ بمدح فلانة أو بدرجات ابنكِ.

  الاسم هنا: التعلق الأعلى لله وحده، وكل ما سواه وسيلة.

السؤال: كيف أعلّم ولدي أن يعتمد على الله وحده، ولا يذوب في الجماعة؟

المعنى

الله هو الواحد الذي لا شريك له، والقهار الذي لا يغلبه شيء؛ فلا خوف على بيتكِ وأولادكِ في يده. الأم تخاف على أولادها من كل شيء: من أصدقاء السوء، ومن الشاشات، ومن المستقبل. الإيمان بالواحد القهار يجعلكِ تأخذين بالأسباب بلا هلع؛ لأن كل هذه القوى مخلوقة مقهورة، والأمر كله لله.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن تجدي أن قلبكِ يجتمع على أمر واحد حين تصدقين مع الله.

تجلٍّ خفي

أن يكتشف ولدكِ لحظة أن له رأياً مستقلاً، ويتمسك به برفق.

المقلوب

أن تتعدد الأصوات حولكِ فتحتارين، ثم تعودين إلى الأصل: الله واحد، ولا تعلقين قلبكِ بأحد.

لاحِظي

- انفراجة غير متوقعة في أزمة بيتية
- غلبتِ غضبكِ على أولادكِ
- ابتعد ابنكِ عن صحبة سيئة دون مواجهة
- تركتِ عادة اعتدتِ عليها
- نُصرتِ بعد ظلم

جرّبي

مهمة الأسبوع: علّمي أولادكِ «لا إله إلا الله» بقصة.

دوّني أثركِ

1. ما أكثر ما تخافين منه على أولادكِ؟ وهل هو أقوى من الله؟

.....

2. كيف تربّين أولادكِ على ألا يخافوا إلا الله؟

.....

3. من المتسلط في بيتكِ: غضبكِ، أم الشاشات، أم أمر الله؟

.....

احفظي

«لِّمَنِ ٱلۡمُلۡكُ ٱلۡيَوۡمَۖ لِلَّهِ ٱلۡوَٰحِدِ ٱلۡقَهَّارِ» (غافر ١٦)

في الموقع: قلق، مظلوم، خائف. وصفحة الاسم: /n/wahid.

الاسم

المُجِيب

موقف: دعوتِ لولدكِ سنوات، ولا ترين بعد ما تتمنين. وفي ليلة تقولين لنفسكِ: هل يسمع الله؟ ثم تتذكرين أنكِ لستِ الوحيدة التي سألت هذا.

من الواقع

- **في السجود:** تدعين لابنكِ المتعثر في دراسته بدموع، وتقومين وقد خفّ صدركِ ولم يتغير شيء.

  الاسم هنا: المجيب قريب يسمع؛ ولا نَعِد بنتيجة محددة لكن نبقى على الدعاء.

- **عند الانتظار:** تنتظرين نتيجة اختبار أو مقابلة لابنتكِ، وتدعين بكل ما تعرفين.

  الاسم هنا: نطلب الخير، ونرضى بما يقضي الله.

- **عند اليأس:** تقولين: «دعوتُ كثيراً» وتحسبين السنين.

  الاسم هنا: لا نحدد زمن الإجابة ولا شكلها، ونبقى نطلب.

السؤال: كيف أدعو لأولادي دون أن أعلّق قلبي بصورة محددة للإجابة؟

المعنى

الله المجيب هو الذي يسمع دعاء من دعاه ويجيبه، وهو قريب منكِ ومن أبنائكِ، لا يحتاج إلى واسطة ولا إلى موعد. الأم تدعو لأبنائها كثيراً وقد يثقل عليها الانتظار. وهي تدعو بقلب مشفق. ومن الأدب ألا تتعجل: فقد يعطي الله ما طلبتِ، وقد يدفع عنكِ ما لا تعلمين، وقد يؤخر لحكمة. وأن تعملي بالأسباب وتدعي مطمئنة.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

دعاء تحقق كما طلبتِ، أو جاء ما هو خير منه.

تجلٍّ خفي

أن يمنحكِ الدعاء سكينة قبل أن تنتهي حاجتكِ.

المقلوب

أن تتأخر الإجابة أو تأتي على غير ما طلبتِ. ولا نَعِد بنتيجة محددة، لكن الله قريب يسمع.

لاحِظي

- أن تدعي لأبنائكِ فتشعري بطمأنينة
- أن يصلح الله أحد أبنائكِ بعد حيرة
- أن يرزقكِ الله بعد ضيق
- أن تدعي بعد صلاة الفجر ويتيسر يومكِ
- أن يسمع ابنكِ دعاءكِ له

جرّبي

مهمة الأسبوع: ادعي لكل ابن من أبنائكِ باسمه هذا الأسبوع.

دوّني أثركِ

1. هل تدعين لأبنائكِ بأسمائهم كل يوم؟

.....

2. هل يرى أبناؤكِ أماً تدعو وتثق بالله؟

.....

3. كيف تتعاملين مع دعاء تأخر في أمر يخص أسرتكِ؟

.....

احفظي

«إِنَّ رَبِّي قَرِيبٌ مُّجِيبٌ» (هود ٦١)

في الموقع: حزين، وحيد، مهموم، أشعر بالضعف. وصفحة الاسم: /n/mujib.

وقت الشدة

إن كان هذا الفصل وصل إليكِ وأنتِ في وقت صعب، فلا تُكمليه كله الآن؛ ليس عليكِ أن تفهمي كل شيء، وليس عليكِ أن تبدي قوية أمام أهلكِ.

اسم واحد لهذا الأسبوع: المُجِيب.

جملة تُقرأ ببطء: «ربِّ هب لي من الصالحين» (الصافات ١٠٠): دعاء إبراهيم عليه السلام، تقولينه وأنتِ تعلمين أن الاستجابة بيد الله.

خطوة صغيرة جداً: اكتبي دعاءً قصيراً لكل واحد من أولادكِ باسمه، وقوليه بعد صلاة واحدة هذا الأسبوع.

يجوز لكِ أن تحزني وأن تتعبي، ولا يلزمكِ أن تتظاهري بالرضا. وإن كان الحال أثقل من أن تحمليه وحدكِ، فاقرئي ملحق «متى أطلب عوناً من الناس» في آخر الكتاب.

مراجعة الفصل

1. ما القرار الذي أؤجله في شأن أولادي؟ وممن أستشير فيه؟
2. من هذه الأسماء أستحضر حين أُلزم بقرار صعب؟
3. هل أدعو لأولادي باسمهم وبما أرجو لهم؟

الجزء ٣ ▪ الفصول ٧–٩

الرجوع والتوكل والصبر

رجوع، وسند، وصبر

٧ الرجوع والستر والعفو

٨ التوكل والسند والمعية

٩ الصبر والجبر واللطف

٧ الرجوع والستر والعفو

آخر النهار، والبيت هادئ أخيراً. تتذكرين كلمة قلتِها بحدة، أو وعداً نسيتِه، أو موقفاً كنتِ فيه أقل صبراً مما تحبين. لا يحتاج الأمر إلى جلد للنفس، بل إلى رجوع هادئ وإصلاح صغير.

سؤال الفصل: كيف أرجع بعد الخطأ إلى أولادي وإلى ربي، دون قسوة على نفسي ودون تبرير؟

الاسم

التَّوَّاب

موقف: صرختِ على ابنكِ بسبب كوب انكسر. رأيتِ وجهه ينكمش. بعد دقائق تقتربين منه وتقولين: «لم يكن يجب أن أصرخ».

من الواقع

- **مع الأولاد:** تعتذرين لطفلكِ بعد غضب، فيقول: «ماشي» ويكمل لعبه، وتتساءلين هل وصلت الرسالة.
  الاسم هنا: الباب مفتوح للرجوع، والرجوع إصلاح لا خطبة طويلة.
- **مع الزوج:** قلتِ ما لا ينبغي في خلاف، ويمنعكِ الكبر من أول كلمة اعتذار.
  الاسم هنا: الرجوع قوة لا ضعف؛ وأول الإصلاح جملة صادقة.
- **مع الله:** ترددين عادة تتمنين تركها، وتشعرين بثقل كلما عاودتِها.
  الاسم هنا: باب الرجوع مفتوح، فنبدأ من جديد دون أن نيأس من أنفسنا.

السؤال: ما أول خطوة صغيرة أرجع بها اليوم؟

المعنى

الله التواب هو الذي لا يردّكِ أبداً، ويفتح لكِ أبواب الرجوع مهما تكررت أخطاؤكِ، حتى أخطاؤكِ مع أولادكِ. الأم كثيراً ما تحمل ذنب الغضب على أولادها، أو التقصير، أو القسوة في لحظة تعب. التواب يقبل رجوعكِ، ويعلّمكِ أن تفتحي لأولادكِ الباب نفسه.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن تقدري على الاعتذار بعد أن كان صعباً عليكِ.

تجلٍّ خفي

أن تجدي في صدركِ خفّة بعد أن رجعتِ، دون أن يطلب منكِ أحد.

المقلوب

أن يتأخر صفاء العلاقة بعد اعتذاركِ، فتتعلمين أن الرجوع يُبذل ولا يُشترط له رد فعل معين.

لاحِظي

- تغضبين على طفلكِ ثم يحتضنكِ كأن شيئاً لم يكن
- تجدين خشوعاً بعد فترة فتور
- تسمعين ابنتكِ تستغفر بصوتكِ نفسه
- يعفو زوجكِ عن خطأ ويفتح صفحة جديدة
- تجدين وقتاً للقرآن بعد انقطاع

جرّبي

مهمة الأسبوع: اعتذري لطفلكِ عن موقف قسوتِ فيه عليه.

دوّني أثركِ

1. هل تحملين شعوراً بالذنب تجاه أولادكِ؟ ماذا يقول لكِ اسم التواب؟

.....

2. كيف تتعاملين مع خطئكِ حين تغضبين على طفلكِ؟

.....

3. هل تعتذرين لأولادكِ؟ وماذا يتعلمون من ذلك؟

.....

احفظي

«إِنَّهُۥ هُوَ ٱلتَّوَّابُ ٱلرَّحِيمُ» (البقرة ٣٧)

في الموقع: مذنب. وصفحة الاسم: /tawwab/n.

الاسم

الغَفُورُ الرَّحِيم

موقف: ابنتكِ تحكي لكِ أنها أخطأت وتتوقع أن تغضبي. تأخذينها إلى حضنكِ بدل أن توبّخيها، ثم تتحدثان معاً عن الإصلاح.

من الواقع

- **مع المراهقة:** تعترف ابنتكِ بأمر أخفته، وتخافين أن ردّكِ سيغلق باب الصراحة مرة أخرى.
  الاسم هنا: الغفور الرحيم يستر ويرحم؛ فنتعلم أن نستقبل الصراحة بالرحمة مع الوضوح.
- **مع النفس:** تتذكرين خطأً قديماً في التربية وتشعرين بثقله بعد سنين.
  الاسم هنا: لا نجلد أنفسنا؛ نصلح ما نقدر ونطلب الرحمة.
- **مع الأقارب:** قريبة أساءت إليكِ قديماً وتريد اليوم أن تعتذر.
  الاسم هنا: نقبل الاعتذار ونحفظ حقنا، والرحمة لا تلغي الوضوح.

السؤال: هل أفتح لأولادي باباً يرجعون منه إليّ بلا خوف؟

المعنى

بين تعبكِ وأخطائكِ، تذكّري أن الله غفور رحيم. مهما ثقلت الذنوب أو قصّرتِ، يبقى باب المغفرة والرحمة مفتوحاً. كثير من الأمهات يعشن بشعور دائم بالتقصير: في التربية، وفي العبادة، وفي البيت. اسم «الغفور الرحيم» يرفع عنهن هذا الثقل: الله يغفر التقصير لمن تاب، ويرحم الضعف. والأم التي ترحم نفسها تستطيع أن ترحم أولادها.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

ستر على خطأ، وفرصة ثانية، وقلب يتسع لمن رجع.

تجلٍّ خفي

أن تشعري برحمة تسبق عتابكِ لنفسكِ.

المقلوب

أن يتأخر الصفح بينكِ وبين أحد، فتتعلمين أن الرحمة تُمارَس بالتدريج.

لاحِظي

- سامحكِ زوجكِ على خطأ بدر منكِ
- سامحتِ ابنكِ بعد تصرف مؤذٍ
- خرجتِ من كرب أو مرض
- سترك الله في أمر لم يُفضح
- صفا قلبكِ بعد استغفار طويل

جرّبي

مهمة الأسبوع: اجمعي أسرتكِ على دعاء مشترك بالمغفرة.

دوّني أثركِ

1. هل تعيشين بشعور دائم بالتقصير؟

.....

2. كيف تعلّمين أولادكِ أن الله يغفر؟

.....

3. هل تربينهم على الخوف وحده أم على المحبة والرجاء أيضاً؟

.....

احفظي

«نَبِّئۡ عِبَادِيٓ أَنِّيٓ أَنَا ٱلۡغَفُورُ ٱلرَّحِيمُ» (الحجر ٤٩)

في الموقع: مذنب. وصفحة الاسم: /ghafurrahim/n.

الاسم

العَفُوّ

موقف: تحاولين أن تنسي موقفاً مؤلماً مع إحدى القريبات. كلما رأيتِها عاد المشهد. تقولين لنفسكِ: أريد أن أتحرر منه.

من الواقع

- **بين الأخوات:** كلمة جارحة قيلت في اجتماع عائلي، وما زالت عالقة بعد سنة.

  الاسم هنا: العفو أن تتركي حقكِ في الرد وتختاري السلام، وهو خُلق يُحب الله أهله.

- **مع الزوج:** يكرر الخطأ نفسه، وتتعبين من العتاب.

  الاسم هنا: نصارح بوضوح، ثم نعفو بقدر ما نطيق، دون أن نقبل الأذى.

- **مع الأولاد:** ابنكِ كسر شيئاً غالياً عمداً أو إهمالاً.

  الاسم هنا: نعفو ونعلّم، فالعفو لا يعني ترك التربية.

السؤال: ما الذي أستطيع أن أتركه اليوم وأعفو عنه؟

المعنى

الله العفو هو الذي يتجاوز عن عباده ويمحو أثر تقصيرهم. وهو يحب العفو، ويحب أن تعفي أنتِ عن أهلكِ وأبنائكِ وعمّن حولكِ. الأم تُخطَأ في حقها ويُخطئ غيرها كثيراً داخل البيت، وقد تحمل في قلبها أكثر مما تقول. فإذا تعلّمت العفو عن التقصير، وطلبت العفو حين تخطئ هي، صار قلبها أخف وبيتها أهدأ. والعفو لا يعني ترك التربية، بل أن تصحح الخطأ دون أن يبقى الغضب.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن ينسى أحدهم أخطاءكِ وهو يعاملكِ بلطف.

تجلٍّ خفي

أن يخف ثقل مؤلم في صدركِ حين تعفين.

المقلوب

أن لا يطلب أحد عفوكِ، فتعفين لأجل سلامكِ ولأن العفو بذاته خير.

لاحِظي

- أن يعتذر إليكِ ابنكِ فتقبلين اعتذاره
- أن تعفي عن خطأ صغير من طفلكِ
- أن تعتذري لزوجكِ بعد كلمة قسوة
- أن تُرجعي علاقة مع أختكِ بعد قطيعة
- أن تعفي عن تقصير زميلة في العمل

جرّبي

مهمة الأسبوع: اعتذري لأحد أفراد أسرتكِ إن أخطأتِ في حقه.

دوّني أثركِ

1. هل تعفين عن أخطاء أبنائكِ الصغيرة أم تعاقبين عليها كلها؟

.....

2. كيف تتصرفين حين يخطئ ابنكِ خطأً كبيراً؟

.....

3. هل تعتذرين لأبنائكِ إذا أخطأتِ في حقهم؟

.....

احفظي

«إِن تُبۡدُواْ خَيۡرًا أَوۡ تُخۡفُوهُ أَوۡ تَعۡفُواْ عَن سُوٓءٖ فَإِنَّ ٱللَّهَ كَانَ عَفُوًّا قَدِيرًا» (النساء ١٤٩)

في الموقع: مذنب، غاضب. وصفحة الاسم: /n/afuw.

الاسم

السِّتِّير

موقف: ابنتكِ تخبركِ بسر صغير وتقول: «لا تقولي لأبي». تفكرين: كيف أحفظ ثقتها دون أن أكتم ما يضرها؟

من الواقع

- **مع الأولاد:** يخطئ ابنكِ خطأً صغيراً أمام أقاربه، وتشعرين بحاجة لستره بدل فضحه.
  الاسم هنا: الستر أدب إلهي، فنستر ما لا ضرر في ستره ونصحّح بيننا وبينهم.
- **بين النساء:** تسمعين حكاية عن فلانة، وتتردد في داخلكِ رغبة في نقلها.
  الاسم هنا: نستر كما نحب أن نُستر، ونمسك اللسان.
- **مع النفس:** ترتبكين من عيب فيكِ لا يراه أحد، وتخافين أن يُكشف.
  الاسم هنا: نشكر الله على ستره، ونعمل على إصلاح ما نستطيع.

السؤال: ما الذي أستره اليوم رحمةً بأحد، وما الذي لا يصح ستره؟

المعنى

الستير يستر عيوبكِ ولا يفضحكِ. وأنتِ في بيتكِ ستر لأهلكِ: تحفظين أسرارهم، ولا تفضحين أخطاء أولادكِ أمام الناس. الأم تعرف أسرار بيتها كلها، وتسمع أخطاء أولادها قبل غيرها. واسم «الستير» يعلّمها أن تكون ستراً لهم: تنصح على انفراد، ولا تشكو أولادها وزوجها للناس، وتحفظ صور بيتها وتفاصيله. وتربّي بناتها وأبناءها على الحياء الذي يحبه الله.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

ستر حدث عنكِ وأنتِ لا تعلمين، أو كلمة لم تُنقل.

تجلٍّ خفي

أن تُحفظ سمعتكِ في غيابكِ دون أن تعرفي.

المقلوب

أن لا يُستر كل شيء، فيكون في الانكشاف تنبيه أو إصلاح؛ والستر لا يعني الإذن بالضرر.

لاحِظي

- سترِكِ الله في ذنب قديم
- عاتبتِ ابنكِ على انفراد فتقبّل
- حفظتِ سراً من أسرار بيتكِ أمام صديقاتكِ
- لم تذكري خطأ زوجكِ أمام أهلكِ
- سترتِ جارة رأيتِ منها ما لا تحب

جرّبي

مهمة الأسبوع: اجعلي عتابكِ لأولادكِ على انفراد هذا الشهر.

دوّني أثركِ

1. هل تعاتبين أولادكِ أمام الناس؟

.....

2. هل تشكين زوجكِ أو أولادكِ للأخريات؟

.....

3. كم مرة سترِكِ الله في أمر لو انكشف لأحرجكِ؟

.....

احفظي

«يَٰبَنِيٓ ءَادَمَ قَدۡ أَنزَلۡنَا عَلَيۡكُمۡ لِبَاسٗا يُوَٰرِي سَوۡءَٰتِكُمۡ وَرِيشٗاۖ وَلِبَاسُ ٱلتَّقۡوَىٰ ذَٰلِكَ خَيۡرٞۚ ذَٰلِكَ مِنۡ ءَايَٰتِ ٱللَّهِ لَعَلَّهُمۡ يَذَّكَّرُونَ»)الأعراف ٢٦(

في الموقع: مذنب. وصفحة الاسم: /satir/n.

وقت الشدة

إن كان هذا الفصل وصل إليكِ وأنتِ في وقت صعب، فلا تُكمليه كله الآن؛ ليس عليكِ أن تفهمي كل شيء، وليس عليكِ أن تبدي قوية أمام أهلكِ.

اسم واحد لهذا الأسبوع: التَّوَّاب.

جملة تُقرأ ببطء: «اللهم إنك عفو تحب العفو فاعف عني» (ابن ماجه ٣٨٥٠): دعاء ثابت.

خطوة صغيرة جداً: اعتذري لولدكِ بجملة واحدة صادقة عن موقف حدث، ثم عودي إلى يومكما.

يجوز لكِ أن تحزني وأن تتعبي، ولا يلزمكِ أن تتظاهري بالرضا. وإن كان الحال أثقل من أن تحمليه وحدكِ، فاقرئي ملحق «متى أطلب عوناً من الناس» في آخر الكتاب.

مراجعة الفصل

1. ما الموقف الذي أريد أن أصلحه مع أحد أولادي؟
2. هل أعتذر لهم حين أخطئ؟ وكيف يكون اعتذاري؟
3. ما الذي أحتاج أن أسامح نفسي فيه؟

٨ التوكل والسند والمعية

تدخلين الليل وفي صدركِ أمور لا تحلّينها الآن: صحة، وامتحان، وسفر، ومشكلة لم تجد لها حلاً. تفعلين ما تستطيعين، ثم تحتاجين أن تضعي الباقي عند من لا ينام.

سؤال الفصل: كيف أبذل ما أستطيع ثم أضع الباقي عند الله بسكينة؟

الاسم

الوَكِيل

موقف: ابنكِ يدخل امتحاناً حاسماً. ساعدتِه في المذاكرة، وأعددتِ طعامه، ودعوتِ له. الآن لا شيء بيدكِ سوى الانتظار.

من الواقع

- **في الامتحانات:** تحدقين في الهاتف تنتظرين النتيجة، فتكتشفين أن القلق لا يغيّرها.

  الاسم هنا: التوكل أن تبذلي السبب وتسلّمي النتيجة.

- **في السفر:** يسافر ولدكِ أو زوجكِ، وتعلمين أن الطريق ليس بيدكِ.

  الاسم هنا: نودّع بالدعاء ونفعل ما نستطيع من احتياط.

- **في المشاريع:** تبدئين عملاً صغيراً وتخافين الفشل.

  الاسم هنا: نخطط ونجتهد، ثم نتوكل.

السؤال: ما الذي بذلتُه، وما الذي بقي لأسلّمه؟

المعنى

الله هو الوكيل الذي تتوكلين عليه وأنتِ مطمئنة، يدبّر أمركِ وأمر أولادكِ، ويكفيكِ ما لا تقدرين عليه. الأم تحمل همّ أولادها في كل مكان: في المدرسة والطريق والمستقبل. التوكل على الوكيل لا يلغي حرصكِ، لكنه يرفع عنكِ وهم أنكِ تستطيعين حمايتهم من كل شيء. تفعلين ما عليكِ، ثم تستودعينهم الله الذي لا تضيع ودائعه.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

سكينة بعد أن بذلتِ ما تقدرين عليه.

تجلٍّ خفي

أن يأتي عون لم تطلبيه من حيث لم تتوقعي.

المقلوب

أن لا يأتي ما تريدين، فيبقى التوكل في أن تمضي بقلب مطمئن إلى أن ما قضاه الله فيه خير لا تعلمينه الآن.

لاحِظي

- حمل ثقيل خفّ بعد الدعاء
- مسؤولية لم تتخيلي أن تنجحي فيها ثم نجحتِ
- مشكلة مدرسية لابنكِ انحلّت دون تدخل كبير منكِ
- ضيق مالي جاءت معه بركة
- قرار عائلي توكلتِ فيه على الله فسار بسلاسة

جرّبي

مهمة الأسبوع: استرجعي موقفاً كبيراً دُبّر لكِ بأفضل مما خططتِ.

دوّني أثركِ

1. ما أثر اسم «الوكيل» على قلقكِ على أولادكِ؟

.....

2. هل شعرتِ أن الله دبّر عنكِ ما عجزتِ عنه؟

.....

3. كيف تعلّمين أبناءكِ التوكل بالقدوة؟

.....

احفظي

«وَقَالُواْ حَسۡبُنَا ٱللَّهُ وَنِعۡمَ ٱلۡوَكِيلُ»)آل عمران ١٧٣)

في الموقع: قلق، مُتعَب، مهموم، أبحث عن الرزق. وصفحة الاسم: /n/wakil.

الاسم

الحَيُّ القَيُّوم

موقف: تنامين متعبة بعد يوم طويل. تعلمين أن البيت سيبقى في أمان لأن أحداً غيركِ يقوم عليه بلا نوم.

من الواقع

- **في الإرهاق:** تقولين: «لا أستطيع أكمل»، ثم تنامين وتستيقظين وقد أنجزت الأيام بعضها.

  الاسم هنا: الحيّ القيّوم لا تأخذه سنة ولا نوم، فلا نحمل أكثر من وسعنا.

- **في المرض:** تمرض فلا تقدرين على القيام بكل شيء، وتخافين أن ينهار البيت.

  الاسم هنا: البيت يقوم بالله أولاً، ثم بمن حولكِ؛ اطلبي العون.

- **في الليل:** تستيقظين لطفل مريض وتقرئين آية الكرسي.

  الاسم هنا: نستحضر أن الله قائم على كل شيء، فيهدأ القلب.

السؤال: ما الذي أحاول أن أقوم به وحدي وهو ليس عليّ وحدي؟

المعنى

الله هو الحي الذي لا يغيب، والقيوم القائم على كل شيء. تسهرين على أولادكِ ساعات، والله قائم عليهم لا ينام لحظة. الأم تحمل همّ أولادها ليلاً ونهاراً: مرضهم، ودراستهم، وطريقهم. وقد تُنهكها فكرة أنها مسؤولة عن كل شيء. اسم «الحي القيوم» يخفف عنها: هي سبب، والله هو الحافظ الذي لا تأخذه سنة ولا نوم.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

نبض وتنفس ونوم وصباح جديد، وكلها تجري دون أن نديرها.

تجلٍّ خفي

أن يستمر البيت في لحظة غفلتكِ عنه.

المقلوب

أن تتعبي حتى تعجزي، فتتعلمين أن الله وحده القيّوم، وأنكِ لا يُطلب منكِ ما فوق الطاقة.

لاحِظي

- مرض طفلكِ فسهرتِ وأنتِ تعلمين أن الله لا ينام
- تأخر الرزق ثم جاء من حيث لا تدرين
- دعوتِ بصدق فاستُجيب لكِ
- سقطتِ من التعب ثم قمتِ بطاقة لم تتوقعيها
- حدث موقف عائلي صعب ثم جاء الحل

جرّبي

مهمة الأسبوع: اقرئي آية الكرسي على أولادكِ قبل نومهم.

دوّني أثركِ

1. هل تشعرين أنكِ مسؤولة عن كل شيء في البيت؟

.....

2. كيف يتغير قلقكِ على أولادكِ حين تتذكرين أن الله لا ينام؟

.....

3. هل تثقين أن الله يقيمكِ في وقت ضعفكِ؟

.....

احفظي

«ٱللَّهُ لَآ إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ ٱلۡحَيُّ ٱلۡقَيُّومُۚ لَا تَأۡخُذُهُۥ سِنَةٞ وَلَا نَوۡمٞۚ» (البقرة ٢٥٥)

في الموقع: قلق، مُتعَب. وصفحة الاسم: /n/hayyqayyum.

الاسم

الصَّمَد

موقف: ولدكِ يعود حزيناً من المدرسة ولا يريد أن يتكلم. تجلسين قربه، وتعلمين أنكِ لا تملكين أن تحلّي كل ما يحزنه، لكنكِ تقدرين أن تبقي.

من الواقع

- **عند الحاجة:** تحتاجين لأمر عاجل ولا تجدين أحداً، فتلجئين إلى الله.
  الاسم هنا: الصمد هو الذي يُقصد في الحاجات، فنقصده أولاً ثم نأخذ بالأسباب.
- **عند الحزن:** يشتد حزنكِ وتجدين نفسكِ تبحثين عن من يواسيكِ.
  الاسم هنا: نقصد الله ثم نطلب العون من الناس بلا حرج.
- **مع الأولاد:** يقصدكِ أولادكِ في كل حاجة، وتشعرين أنكِ مستنزفة.
  الاسم هنا: نكون لهم سنداً، ونعلمهم أن السند الأعلى هو الله.

السؤال: إلى من ألجأ أولاً حين تضيق بي الحاجة؟

المعنى

الصمد هو الذي تلجئين إليه وقت ضيق الرزق، وتعب الأمومة، والحيرة في القرار؛ وهو الذي يغنيك عن الحاجة إلى الناس ويقويك حين تشعرين بالإنهاك. الصمد هو الذي لا يعجزه شيء ولا يحتاج إلى أحد، يعطيك لتعطي من بعدك، وهو من تلقين عند بابه همّك كأم وزوجة وامرأة تسعى، ويكفيك بحكمته لا بوفرة الدنيا.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن تجدي عوناً في وقت حاجتكِ بعد أن دعوتِ.

تجلٍّ خفي

أن يطمئن قلبكِ بمجرد أنكِ رفعتِ حاجتكِ.

المقلوب

أن تتأخر الحاجة، فتتعلمين أن ما تحتاجينه حقاً هو القرب من الله لا الأمر المطلوب بعينه.

لاحِظي

- انفرج عنك همّ كنتِ تظنينه مستحيلاً
- تعثرتِ في موقف أمومي ثم وُفقتِ لتصحيحه
- وقعتِ في أزمة ولم تجدي من يسمعك إلا الله
- لم تقدري على شرح حالك فوجدتِ من يوجهك
- تأخر الفرج ثم جاءك في صورة لم تتوقعيها

جرّبي

مهمة الأسبوع: خذي عشر دقائق كل يوم لتشكي حاجتك إلى الله وحده.

دوّني أثركِ

1. هل شعرتِ يوماً أن الله كفاك في بيتك حين سُدّت الأبواب؟

.....

2. متى ألجأتك الحياة إلى الله دون غيره؟

.....

3. كيف يغيّر يقينك باسم «الصمد» طريقة تربيتك لأبنائك؟

.....

احفظي

«ٱللَّهُ ٱلصَّمَدُ» (الإخلاص ٢)

في الموقع: قلق، مهموم. وصفحة الاسم: /samad/n.

الاسم

الوَلِيّ

موقف: تسيرين في ممر المستشفى ومعكِ ولدكِ. يمسك يدكِ دون أن تطلبي. تشعرين أن أحداً يتولى أمركما معاً.

من الواقع

- **في الغربة:** تعيشين بعيدة عن أهلكِ وتفتقدين من يسندكِ.
  الاسم هنا: الولي يتولى عباده؛ فنطلب منه رفيقاً صالحاً وعوناً قريباً.
- **في الموقف الصعب:** تقفين في موقف تحتاجين فيه إلى من يقف معكِ.
  الاسم هنا: نطلب الولاية ونسعى في بناء علاقات صادقة.
- **مع الأولاد:** تريدين أن يتولاهم الله إذا غبتِ عنهم.
  الاسم هنا: نربيهم ونوكلهم إلى الولي الحافظ.

السؤال: من الذي أحتاج أن أطلب ولايته وعونه في أمر يخصني؟

المعنى

الله هو الولي الذي يرعى بيتكِ وأولادكِ حين تنامين، وحين يغيبون عن عينيكِ، وحين تعجزين. خوف الأم على أولادها لا ينتهي: في المدرسة، وفي الطريق، ومع الأصدقاء، ومن المستقبل. اسم الولي يعلّمكِ أن تأخذي بالأسباب ثم تسلّميهم لمن هو أرحم بهم منكِ.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

صديقة صدق تقف معكِ في ضيقكِ.

تجلٍّ خفي

أن تُدفعي إلى طريق أحسن من حيث لا تدرين.

المقلوب

أن تفقدي سنداً تعتمدين عليه، فتتعلمين أن الولاية الأعلى لا تزول.

لاحِظي

- ابنكِ يعود سالماً بعد خوف
- مرض طفلكِ ثم شفاؤه
- كلمة من ابنتكِ هزّت قلبكِ
- نصيحة بسيطة أصلحت بيتكِ
- زوجكِ يقول كلاماً تحتاجينه

جرّبي

مهمة الأسبوع: اجلسي مع زوجكِ واذكرا مواقف رعاية الله لكما.

دوّني أثركِ

1. هل ترين الله وليّاً لأولادكِ حين يغيبون عن عينيكِ؟

.....

2. ما الخوف الذي تحتاجين أن تسلّميه لله؟

.....

3. ما الفرق بين الحرص والقلق الذي يرهقكِ؟

.....

احفظي

«ٱللَّهُ وَلِيُّ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ يُخۡرِجُهُم مِّنَ ٱلظُّلُمَٰتِ إِلَى ٱلنُّورِ» ﷺ (البقرة ٢٥٧)

في الموقع: حزين، وحيد، محتار، خائف، أشعر بالضعف. وصفحة الاسم: /n/wali.

الاسم النَّصِير

موقف: وقعتِ في موقف ظالم في العمل أو في العائلة، وجلستِ بين الغضب والعجز. تدعين: «اللهم انصرني».

من الواقع

- **في الحق:** أُخذ حقكِ في ميراث أو عمل، وتحتارين بين الصبر والمطالبة.
  الاسم هنا: نطلب النصر بالحق، ونسلك الطرق المشروعة، ونترك الباقي لله.
- **في الخصومة:** خصومة مع قريبة صارت علنية، وتريدين أن تنتصري.
  الاسم هنا: النصر الحقيقي أن نثبت على الحق دون ظلم.
- **مع الأولاد:** ابنتكِ تُظلم في المدرسة، وتشعرين بالعجز.
  الاسم هنا: نناصرها بالحكمة ونرفع الأمر لمن يصلحه، وندعو الله لها.

السؤال: هل أطلب النصر بما يرضي الله، لا بما يشفي غيظي؟

المعنى

الله النصير يعين من يُظلم ويثبّته. نكون نحن أنصاراً لأولادنا بالعدل والحماية دون ظلم أو انتقام. قد يتعرض ولدكِ لظلم في مدرسة أو بين أقرانه، وقد تُظلمين أنتِ في عمل أو قرابة أو حق. وهنا يأتي اسم النصير: «فنعم المولى ونعم النصير». والنصر قد يكون ردّ ظلم، أو عوناً من إنسان، أو ثباتاً وصبراً جميلاً. ولا نقول إن كل مظلوم ينتصر في وقته. بل نأخذ بالأسباب المشروعة: نسمع ولدنا، ونوثّق، ونستشير، ونلجأ إلى الجهة المختصة. ونعلّم أولادنا ألا يظلموا ولا يردوا بالأذى. وقد قال النبي ﷺ: «انصر أخاك ظالماً أو مظلوماً»، أي أن نأخذ على يد الظالم ونمنعه. وأول ما يلزم الأم أن يكون عادلاً بين أولاده فلا يظلم أحدهم.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن يظهر الحق بعد خفاء، أو يأتيكِ من يشهد لكِ.

تجلٍّ خفي

أن يمنحكِ الله ثباتاً في موقف كنتِ تظنين أنكِ تنهارين فيه.

المقلوب

أن يتأخر النصر، فيبقى ما تملكينه: أن تثبتي على الحق، وتدعي نتيجته لله.

لاحِظي

- أن يقف معلم أو مدير مع ولدكِ حين يُظلم
- أن يُصلح الله بين ولدكِ وصديقه بكلمة
- أن تُنصَفي بعد صبر على حق ضاع
- أن تجدي جهة تسمع شكوى ولدكِ
- أن تثبتي على العدل وأنتِ غاضبة

جرّبي

مهمة الأسبوع: اجلسي مع ولدكِ واسأليه بهدوء: «هل ضايقك أحد؟» ودعيه يحكي كاملاً دون مقاطعة.

دوّني أثركِ

1. كيف تتصرفين حين يشتكي ولدكِ من ظلم في مدرسة أو مع أقرانه؟

.....

2. هل تسمعين لولدكِ كاملاً قبل أن تحكمين أو تتدخلين؟

.....

3. هل تعدلين بين أولادكِ في العطاء والمعاملة؟

.....

احفظي

«نِعْمَ ٱلْمَوْلَىٰ وَنِعْمَ ٱلنَّصِيرُ» (الأنفال ٤٠)

في الموقع: يُقترح ربطه بحالات الفصل (لم يُربط بعد في الموقع). وصفحة الاسم: /n/nasir.

وقت الشدة

إن كان هذا الفصل وصل إليكِ وأنتِ في وقت صعب، فلا تُكمليه كله الآن؛ ليس عليكِ أن تفهمي كل شيء، وليس عليكِ أن تبدي قوية أمام أهلكِ.

اسم واحد لهذا الأسبوع: الوَكِيل.

جملة تُقرأ ببطء: «حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ» (آل عمران ١٧٣): دعاء من القرآن تقولينه بعد أن تبذلي ما في وسعكِ.

خطوة صغيرة جداً: اكتبي أمراً واحداً يثقل صدركِ، وسمّي ما تستطيعين فعله فيه، ثم ما تتركينه.

يجوز لكِ أن تحزني وأن تتعبي، ولا يلزمكِ أن تتظاهري بالرضا. وإن كان الحال أثقل من أن تحمليه وحدكِ، فاقرئي ملحق «متى أطلب عوناً من الناس» في آخر الكتاب.

مراجعة الفصل

1. ما الأمر الذي أحمله وحدي وأحتاج أن أضعه؟
2. ما الذي أستطيع فعله فيه بعد؟
3. من الذي يمكن أن أطلب عونه فيه؟

٩ الصبر والجبر واللطف

يوم مرهق: مرض ولد، وتأخر زوج، وخبر مؤلم من بعيد. تتماسكين أمام الجميع وتنكسرين على انفراد. لا تحتاجين إلى كلام كثير، بل إلى من يجبر ويلطف.

سؤال الفصل: كيف أصبر دون أن أنكر ألمي، وكيف أطلب اللطف حين لا أعرف ما أطلب؟

الاسم

الصَّبُور

موقف: ابنكِ يكرر الخطأ نفسه للمرة العاشرة. تأخذين نفساً عميقاً، وتشرحين مرة أخرى بصوت هادئ.

من الواقع

- **في التربية:** تحتاج عادة جديدة أشهراً حتى تثبت، وتشعرين بالملل من التكرار.
  الاسم هنا: الصبور لا يعجل؛ فنتعلم النَّفَس الطويل مع من نحب.
- **في المرض:** يطول مرض أحد أحبتكِ وتتعبين من الانتظار.
  الاسم هنا: الصبر أن نبقى ونطلب العون، لا أن ننكر التعب.
- **في الانتظار:** تنتظرين زواج ابنتكِ أو عمل ابنكِ، وتتأخر الأمور.
  الاسم هنا: نصبر ونعمل ما نستطيع، ولا نحدد وقتاً معيناً للنتيجة.

السؤال: ما الذي أستعجله اليوم، وهل يمكن أن أتركه ينضج؟

المعنى

الصبور هو الذي لا يعاجلك ولا يقطع عنك رحمته رغم تقصيرك، بل يربيك بهدوء، ويعينك على تربية أبنائك بالرفق كما يربيك هو بالرفق. الصبور يحتمل تقلباتك ويعلم ضعفك، ويفتح لك أبواب الإصلاح تدريجياً، ويأخذ بيدك برفق. وفي بيتك تتعلمين من صبره: أن التربية تحتاج وقتاً، وأن القلوب تتغير بالفرص لا بالصراخ.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن تجدي في نفسكِ طاقة صبر لم تكن عندكِ.

تجلٍّ خفي

أن يتغير ولدكِ في صمت دون أن تري خطوات التغيير.

المقلوب

أن لا يتغير الأمر سريعاً، فتتعلمين أن الصبر لا يلغي الألم ولا يعد بنهاية معينة.

لاحِظي

- استمر بيتك رغم مطبات كثيرة
- لم تنقطع علاقتك بابنك رغم فتورها
- شعرتِ بفرصة جديدة بعد خطأ كبير
- تأخر الفرج فلما جاء كان أوسع مما توقعتِ
- عدتِ إلى عبادة قديمة بعد غياب طويل

جرّبي

مهمة الأسبوع: راقبي كيف تتعاملين مع خطأ ابنك المتكرر.

دوّني أثركِ

1. هل شعرتِ أن الله صبر على فتورك الإيماني؟

.....

2. ما الموقف الذي كشف لك صبر الله على تقصيرك في بيتك؟

.....

3. هل تقتدين بصبر الله في تربية أبنائك؟

.....

احفظي

«وَلَوۡ يُؤَاخِذُ ٱللَّهُ ٱلنَّاسَ بِظُلۡمِهِم مَّا تَرَكَ عَلَيۡهَا مِن دَآبَّةٖ وَلَٰكِن يُؤَخِّرُهُمۡ إِلَىٰٓ أَجَلٖ مُّسَمًّىۖ»)النحل ٦١)

في الموقع: غاضب، مظلوم، مُتعَب. وصفحة الاسم: /n/sabur.

الاسم

الْجَبَّار

موقف: ابنتكِ عادت من موقف قاسٍ. لا تقولين لها كلاماً كثيراً، تضمينها وتصنعين لها شاياً دافئاً، فتشعر أنها بخير.

من الواقع

- **عند الكسر:** تمرين بخيبة، وتجدين أن كلمة من صديقة أعادت إليكِ توازنكِ.

  الاسم هنا: الجبّار يجبر الكسير؛ ونحن نكون سبب جبر لغيرنا.

- **عند الفقد:** فقدتِ عزيزاً، وتحتاجين أن تُفسح لحزنكِ مساحة.

  الاسم هنا: لا نقول إن الألم عقوبة، ولا نعد بزواله؛ نطلب الجبر والسكينة.

- **مع الأولاد:** يُكسر قلب ولدكِ في خسارة، وتريدين أن تجبريه.

  الاسم هنا: نصغي أولاً، ثم نشجع، ونترك الجبر لله.

السؤال: من الذي أستطيع أن أجبر خاطره اليوم بكلمة؟

المعنى

الجبّار هو الذي يرمّمك حين ينهكك حمل البيت والأولاد والعمل، ويعيد إليك توازنك حين تشعرين أن الحياة أثقلت كاهلك. يصلح الخلل حتى قبل أن تُحسني التعبير عنه. الجبّار لا يعينك في الأزمات الكبيرة فقط، بل في التفاصيل الصغيرة التي تنهكك كل يوم: التعب والقلق والفتور. وهو الذي يُصلح عيوب النفس ويرمّم الجراح الخفية التي لا يراها أحد.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

يد تمتد إليكِ في لحظة ضعفكِ.

تجلٍّ خفي

أن تشعري بدفء لا تعرفين مصدره بعد بكاء.

المقلوب

أن يبقى أثر الكسر، فنتعلم أن الجبر قد يأتي على مهل، ولا نَعِد بوقت أو صورة.

لاحِظي

- تنجين من قرار كان سيتعبك
- يحفظ الله بيتك بعد أزمة
- تقفين على قدميك بعد انتكاسة
- تتعلمين درساً عميقاً بعد تجربة مؤلمة
- دعوة زوجك لك كانت جبراً لخاطرك

جرّبي

مهمة الأسبوع: اجلسي مع نفسك واكتبي دعاء الجبر.

دوّني أثركِ

1. متى جبرك الله دون أن تشرحي ألمك لأحد؟

.....

2. هل ذقتِ جبراً داخلياً جعلك أكثر نضجاً؟

.....

3. كيف تكونين سبب جبر لأهل بيتك؟

.....

احفظي

«ٱلۡعَزِيزُ ٱلۡجَبَّارُ ٱلۡمُتَكَبِّرُۚ» (الحشر ٢٣)

في الموقع: حزين، مُتعَب، أشعر بالضعف. وصفحة الاسم: /jabbar/n.

الاسم اللَّطِيف

موقف: تفاجئين بمكالمة من صديقة قديمة في أصعب أيامكِ. تقولين: «كأنكِ شعرتِ بي».

من الواقع

- **في التفاصيل:** تلقين كلمة طيبة في وقت لم تتوقعيها، فتلين.
  الاسم هنا: اللطيف يوصل الخير بخفاء؛ فنتنبه للتفاصيل الصغيرة.
- **مع الأولاد:** تتعلمين أن تقولي كلمة بنبرة ألين فيقبلها ولدكِ.
  الاسم هنا: اللطف في الأسلوب يفتح أبواباً لا يفتحها الصوت العالي.
- **في الضيق:** تشعرين أن كل شيء مسدود، ثم ينفرج أمر صغير.
  الاسم هنا: نلمح لطف الله في الأمور الصغيرة دون أن نَعِد بنهاية بعينها.

السؤال: أين رأيتُ لطفاً صغيراً في يومي لم أنتبه له؟

المعنى

اللطيف هو الذي يراعي تفاصيل يومكِ الصغيرة، ويدبّر أمور بيتكِ بهدوء، ويغيّر الظروف لصالحكِ دون أن تشعري. الأم ترى تعب يومها كله، ولا ترى خيوط اللطف التي تحمله: نوم طفل في اللحظة التي كادت تنهار فيها، وكلمة من زوج في وقتها، ومرض مرّ بسلام. اللطيف يدبّر ذلك كله، ويلين القلوب في بيتكِ برفق.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

صدفة جميلة أو كلمة في وقتها.

تجلٍّ خفي

أمر وقع في صالحكِ دون أن تعلمي سببه.

المقلوب

أن يغيب اللطف الظاهر فتبحثين عنه، فتجدينه في قدرتكِ على الاستمرار.

لاحِظي

- نام طفلكِ في اللحظة التي كدتِ تنهارين فيها
- مرض ابنكِ فانتبهتِ لعادة تحتاج تغييراً
- انتهى خلاف مع زوجكِ بلمسة حانية
- جاءتكِ فكرة لحل مشكلة مع طفل عنيد
- تأخر أمر فكان التأخير خيراً

جرّبي

مهمة الأسبوع: سجّلي 3 مواقف شعرتِ فيها بلطف الله اليوم.

دوّني أثركِ

1. كم مرة نجّى الله أولادكِ من شيء لم تريه؟

.....

2. كيف تفهمين تدبير الله حين يغيّر خطتكِ فجأة؟

.....

3. هل لاحظتِ كيف يلين قلب ابنكِ أو زوجكِ فجأة؟

.....

احفظي

«ٱللَّهُ لَطِيفُۢ بِعِبَادِهِۦ» (الشورى ١٩)

في الموقع: حزين، محتار، مهموم، أبحث عن الرزق، أشعر بالضعف. وصفحة الاسم: /n/latif.

الاسم

الشَّافِي

موقف: ولدكِ مريض، وتقضين الليل بجانبه تقيسين حرارته. تفعلين ما بوسعكِ، وتقولين: «اللهم اشفِه».

من الواقع

- **عند المرض:** تتنقلين بين الأطباء والمنزل وتتعبين، ثم تدعين.
  الاسم هنا: الله هو الشافي، ونحن نطلب العلاج من أهله، فنأخذ بالأسباب.
- **عند الهمّ:** يثقل همّ على صدركِ وتحتاجين من يسمعكِ.
  الاسم هنا: نطلب من الله الشفاء الذي يليق بحالنا، ونطلب العون من الأطباء والمرشدين.
- **عند الانتظار:** تنتظرين نتيجة تحاليل أو تقارير.
  الاسم هنا: ندعو، ونتوكل، ولا نَعِد بالنتيجة.

السؤال: هل آخذ بالأسباب وأدعو الله، دون أن أجعل أحدهما يلغي الآخر؟

المعنى

الله الشافي هو الذي بيده الشفاء. نأخذ بالأسباب لأنفسنا ولأهلنا ونرجوه ونصبر. حين يمرض ولدكِ أو يمرض أحد من أهلكِ، يشتد القلق في البيت. وقد علّمنا النبي ﷺ أن ندعو للمريض: «اشفِ أنت الشافي، لا شفاء إلا شفاؤك، شفاءً لا يغادر سقماً». وهذا الدعاء لا ينفي الطبيب والدواء، بل يضعهما في مكانهما: أسباب نأخذ بها، والشفاء من الله. وقد يطول المرض وقد يقسو؛ وهنا يحتاج الأم أن يكون هادئاً وحاضراً وصابراً، دون أن يعد أولاده بما لا يملك، ودون أن يقول إن المرض عقاب. والقرآن شفاء ورحمة للمؤمنين، وليس بديلاً عن الطبيب.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

عافية بعد مرض، أو راحة بعد ألم.

تجلٍّ خفي

سكينة في القلب أثناء المرض.

المقلوب

أن يطول المرض، فلا نقول إنه عقوبة؛ ونطلب الشفاء والصبر معاً، ولا نَعِد بنتيجة.

لاحِظي

- أن يتحسن ولدكِ بعد مرض
- أن تجدي الطبيب المناسب لأهلكِ
- أن تحملي ولدكِ المريض وتهدئيه حتى ينام
- أن تبقي بجانبه ليلة كاملة
- أن تعود الابتسامة إلى بيتكِ بعد أيام ثقيلة

جرّبي

مهمة الأسبوع: علمي أولادكِ دعاء النبي ﷺ للمريض: «اللهم رب الناس، أذهب البأس، اشفِ أنت الشافي، لا شفاء إلا شفاؤك».

دوّني أثركِ

1. كيف تتصرفين حين يمرض أحد أولادكِ: بالقلق أم بالهدوء؟

.....

2. هل تذهبين إلى الطبيب مبكراً أم تؤخرين؟

.....

3. كيف تشرحين لولدكِ المريض ما يحدث بلغة يفهمها؟

.....

احفظي

«وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ» (الشعراء ٨٠)

في الموقع: يُقترح ربطه بحالات الفصل (لم يُربط بعد في الموقع). وصفحة الاسم: /n/shafi.

الاسم

الوَاسِع

موقف: قيل لكِ إن هذا الأمر لا مخرج منه. تجلسين مطرقة، ثم تتذكرين أن رحمة الله وسعت كل شيء.

من الواقع

- **عند الضيق:** تقولين: «لا حل»، ثم ينفتح باب لم تتوقعيه.
  الاسم هنا: الواسع لا يضيق عليه شيء؛ فلا نغلق باب الأمل.
- **في الصدر:** ضاق صدركِ بمسؤوليات كثيرة، وتحتاجين أن يتسع.
  الاسم هنا: نطلب سعة الصدر، ونقسم الأمور.
- **في العطاء:** تشعرين أن عطاءكِ لا يكفي، وأن الناس يطلبون أكثر.
  الاسم هنا: الواسع يوسع على من يشاء، فنعطي بقدر ما نستطيع.

السؤال: ما الذي يضيق صدري به، وأين أطلب السعة؟

المعنى

الله الواسع وسعت رحمته ورزقه وعلمه كل شيء. نعمل لأهلنا ونسأله، ونتوسع على من حولنا. يحمل الأم هم النفقة والسكن والتعليم، فيضيق الصدر حين يضيق الحال. واسم «الواسع» يذكّر: «والله واسع عليم»، «وإن يتفرقا يغن الله كلاً من سعته». أي أن ما عند الله أوسع من حسابنا، فنعمل ونحسب ونخطط ونسأل، وندع القلق الأكبر لمن وسع كل شيء. ولا يعني هذا وعداً بزيادة المال، ولا أن نترك الادخار والتدبير. وسعته تشمل الرزق والرحمة والعلم والمغفرة. وقد جاء في الحديث: «من سرّه أن يُبسط له في رزقه، أو يُنسأ له في أثره، فليصل رحمه». ومن أثر الاسم أن يتسع صدر الأم لأولاده وأهله وأن يعلّمهم القناعة والعطاء.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

سعة في الرزق أو الوقت أو الصدر بعد ضيق.

تجلٍّ خفي

أن تجدي في داخلكِ مساحة لم تعرفيها.

المقلوب

أن يطول الضيق، فتتعلمين أن السعة قد تكون في القلب قبل الظرف، ولا نَعِد بتبدل الحال.

لاحِظي

- أن تجدي عملاً أو دخلاً إضافياً بعد بحث
- أن يتسع صدركِ لخطأ ولدكِ الصغير
- أن تكفي النفقة الأسرة بتدبير وبركة
- أن تجلسي مع أولادكِ على مائدة بسيطة فتحس بغنى
- أن تتسع الدار لضيف على غير موعد

جرّبي

مهمة الأسبوع: اكتبي مع زوجكِ ميزانية الأسرة الشهرية بصدق وهدوء.

دوّني أثركِ

1. ما أكثر ما يضيق به صدركِ في شأن البيت: المال أم الوقت أم الصبر؟

.....

2. هل تخططين لنفقات الأسرة أم تقلقين دون حساب؟

.....

3. هل تصلين أرحامكِ رغم ضيق الوقت؟

.....

احفظي

«وَٱللَّهُ وَٰسِعٌ عَلِيمٌ» (البقرة ٢٦٨)

في الموقع: يُقترح ربطه بحالات الفصل (لم يُربط بعد في الموقع). وصفحة الاسم: /n/wasi.

وقت الشدة

إن كان هذا الفصل وصل إليكِ وأنتِ في وقت صعب، فلا تُكمليه كله الآن؛ ليس عليكِ أن تفهمي كل شيء، وليس عليكِ أن تبدي قوية أمام أهلكِ.

اسم واحد لهذا الأسبوع: الْجَبَّار.

جملة تُقرأ ببطء: «اللهم اغفر لي وارحمني واجبرني وارزقني واهدني» (أبو داود ٨٥٠، وابن ماجه ٨٩٨): قوليها ببطء.

خطوة صغيرة جداً: اجلسي خمس دقائق في مكان هادئ، وسمّي ما يؤلمكِ بجملة واحدة صادقة.

يجوز لكِ أن تحزني وأن تتعبي، ولا يلزمكِ أن تتظاهري بالرضا. وإن كان الحال أثقل من أن تحمليه وحدكِ، فاقرئي ملحق «متى أطلب عوناً من الناس» في آخر الكتاب.

مراجعة الفصل

1. ما الذي أصبر عليه الآن؟ وهل أسمح لنفسي أن أبكي؟
2. من الذي يمكن أن يجبر خاطري بكلمة أو يد؟
3. أين رأيت لطفاً لم أنتبه له؟

الجزء ٤ ▪ الفصول ١٠–١١

البقاء والشكر

قربٌ وبقاءٌ وشكر

١٠ القرب والبقاء والوراثة

١١ الشكر والحمد والتقديس

١٠ القرب والبقاء والوراثة

تنظرين إلى ألبوم صور قديم: أولاد صغار صاروا كباراً، ووجوه غابت. تدركين أن البيت الذي تبنينه يمرّ عليكِ وعلى من تحبين، وأن السؤال الأصدق: ما الذي يبقى؟

سؤال الفصل: ما الذي أريد أن يبقى من حياتي بعد أن يمضي الوقت؟

الاسم

القَرِيب

موقف: في منتصف الليل تجلسين وحدكِ وتدعين بصوت خافت. لا أحد يعلم، لكنكِ تشعرين أن أحداً يسمع.

من الواقع

- **في الوحدة:** يخرج الجميع وتبقين وحدكِ في البيت، فتشعرين بوحشة.
  الاسم هنا: القريب أقرب من حبل الوريد؛ فنسمّي وحشتنا له.
- **في الدعاء:** تدعين دون ألفاظ منمقة، وتشعرين أنكِ فُهمتِ.
  الاسم هنا: لا يحتاج الدعاء إلى فصاحة، بل إلى صدق.
- **مع الأولاد:** يبتعد ولدكِ المراهق عنكِ قليلاً.
  الاسم هنا: نقترب منه بهدوء، دون ضغط، ونبقى حاضرين.

السؤال: كيف أقترب اليوم ممن أحب وممن أبتعد عنه؟

المعنى

الله القريب يسمع ويعلم، فلا تحمل همّ أهلكِ وحدكِ. وهو يعلّمنا أن نكون قريبين من أولادنا بالإنصات. قال تعالى: «وإذا سألك عبادي عني فإني قريب أجيب دعوة الداع إذا دعان». والأم قد يشعر بوحدة من نوع آخر: أن تحمل الهمّ ولا يجد من يسمعه، أو أن أولاده بعيدون في عالم شاشاتهم. وقد علّمنا النبي ﷺ أن العبد أقرب ما يكون من ربه وهو ساجد. وقرب الله ليس كقرب المخلوقين، فلا نتخيله ولا نكيّفه. لكن معناه يعلّمنا أمرين: أن ندعو بقلب مطمئن لأن الله يسمع، وأن نُحسن الإنصات لأولادنا كما نحب أن يُنصَت إلينا.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أن تجدي من يسمعكِ دون أن تحكي.

تجلٍّ خفي

أن تشعري بأن دعاءكِ سُمع قبل أن يُستجاب.

المقلوب

أن يشتد البعد بينكِ وبين أحد، فتتعلمين أن القرب من الله لا يتوقف على قرب الناس.

لاحِظي

- أن يجلس ولدكِ إلى جانبكِ ويحكي لكِ يومه دون طلب
- أن تسجدي في ليلة ثقيلة فتحس براحة
- أن تجدي من تشاركه همّ البيت
- أن يقول لكِ ولدكِ: «أنا أحتاج أن أتكلم معك»
- أن تنصتي لولدكِ حتى ينهي كلامه

جرّبي

مهمة الأسبوع: اجلسي مع ولدكِ اليوم عشر دقائق دون هاتف ودون نصيحة، واسمعي ما يريد قوله.

دوّني أثركِ

1. متى شعرتِ أنكِ وحدكِ في حمل همّ البيت؟

.....

2. هل تدعين وأنتِ مطمئن أن الله يسمعكِ؟

.....

3. متى آخر مرة أنصتِّ لولدكِ دون أن تقاطعيه؟

.....

احفظي

«وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ ٱلدَّاعِ إِذَا دَعَانِ» (البقرة ١٨٦)

في الموقع: يُقترح ربطه بحالات الفصل (لم يُربط بعد في الموقع). وصفحة الاسم: /n/qarib.

الاسم

البَاقِي

موقف: يموت شيء كنتِ تحبينه: عمل، أو صحبة، أو بيت قديم. تحزنين، وتعلمين أن كل شيء يزول إلا وجهه.

من الواقع

- **مع الزمن:** يكبر أولادكِ، ويمضي عمر الصغار، وتشعرين بحنين.
  الاسم هنا: الباقي هو الله؛ فنحب ما بين أيدينا ونعيش اللحظة.
- **مع الفقد:** فقدتِ عزيزاً، وتبحثين عن معنى.
  الاسم هنا: لا نقول إن الفقد عقوبة؛ نحزن ونصبر ونتذكر أن الباقي الله.
- **في العمل:** تبنين شيئاً بجهد كبير، وتعلمين أنه قد لا يبقى.
  الاسم هنا: نعمل ما نستطيع ولله، ولا نعلق القلب بالدوام.

السؤال: أين أعلّق قلبي: بما يزول أم بما يبقى؟

المعنى

الباقي: الذي لا يفنى. وما نعمله لأهلنا وأولادنا ابتغاء رضاه من خير يبقى أثره. يتعب الأم كثيراً لأسرته، وقد يشعر أن العمر يمضي وأن التعب يضيع. واسم «الباقي» يذكّر: «ما عندكم ينفد وما عند الله باق». فأثر التربية والصدقة والعلم والدعاء يبقى عند الله، وقد قال تعالى: «والباقيات الصالحات خير عند ربك ثواباً وخير أملاً». ولا يعني الاسم تركِ الدنيا ولا إهمال الأسباب، وإنما العمل فيها بما ينفع وألا يتعلق القلب بما يزول. ولا نَعِد بنتيجة بعينها في تربية الأولاد. وجاء في الحديث: «إذا مات الإنسان انقطع عنه عمله إلا من ثلاثة: إلا من صدقة جارية، أو علم ينتفع به، أو ولد صالح يدعو له».

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

ما يبقى بعدكِ من علم وخلق وذكر طيب.

تجلٍّ خفي

أن تشعري بأنس لا ينقطع رغم تبدل الأحوال.

المقلوب

أن يزول ما تحبين، فتتعلمين أن بقاء الله يسع ما يفوتكِ، ولا نَعِد بتعويض بعينه.

لاحِظي

- أن يتذكر ولدكِ كلمة طيبة قلتها له
- أن تجدي أثر تربيتكِ في سلوك ولدكِ
- أن تغرسي في ولدكِ عادة صالحة
- أن تتصدقي مع أولادكِ فيتعلمون العطاء
- أن تدعي لأولادكِ بعد كل صلاة

جرّبي

مهمة الأسبوع: اجلسي مع أولادكِ واسأليهم: ما العمل الطيب الذي تحبون أن يبقى؟.

دوّني أثركِ

1. ما الذي تتعبين فيه لأسرتكِ ويبقى أثره؟

.....

2. ماذا تحبين أن يتذكره أولادكِ عنكِ؟

.....

3. هل تعلّمين أولادكِ عملاً نافعاً يبقى بعدكِ؟

.....

احفظي

قال

«وَمَا عِندَ ٱللَّهِ بَاقٍ» (النحل ٩٦)

في الموقع: يُقترح ربطه بحالات الفصل (لم يُربط بعد في الموقع). وصفحة الاسم: /n/baqi.

الاسم

الوَارِث

موقف: تجمعين أغراض بيت أمكِ بعد وفاتها. بين الأوراق تجدين دفتر دعاء كتبته بيدها. تدركين أن أغلى ما تركته لم يكن في الخزائن.

من الواقع

- **في الإرث:** تُقسم التركة بين الإخوة، وتشعرين بتوتر.
  الاسم هنا: الوارث يرث الأرض ومن عليها؛ فنؤدي الحقوق بالعدل والرحمة.
- **في الوصية:** تفكرين فيما ستتركينه لأولادكِ من قيم ومن ذكرى.
  الاسم هنا: أثمن ما نورّثه خلق وذكر طيب ودعاء.
- **في القلب:** تتمسكين بشيء تظنين أنه سيبقى لكِ.
  الاسم هنا: نعلم أن ما في أيدينا أمانة، وترجع كلها إلى الله.

السؤال: ما الذي أريد أن أورّثه لأولادي غير المال؟

المعنى

الله هو الوارث، وإليه يرجع ما نملكِ. وفي الفقد نحزن بسكينة ونحسن إلى من بقي. يواجه الأم الفقد وهو يحمل أسرة: موت أحد الوالدين، أو أخ، أو صديق قريب، أو انتهاء مرحلة من العمر. واسم «الوارث» يخفف: «إنا نحن نرث الأرض ومن عليها»، «ونحن الوارثون». أي أن ما نملكه من أهل وصحة ومال وسنين عارية عندنا، وأن كل شيء يرجع إلى الله. وليس هذا دعوة إلى ألا نحزن؛ فقد بكى النبي ﷺ على ابنه، وقال: «إن لله ما أخذ وله ما أعطى». ويعلّمنا الاسم أن نحزن بسكينة، وأن ندعو، وأن نحسن إلى من بقي، وأن نُري أولادنا كيف يكون الحزن مع الإيمان. ولا نعد بأن الألم سيزول سريعاً. ومن اشتد عليه الأمر فليستعن بأهله أو بمختص.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

أثر طيب لأم أو جدة ما زال يُذكر.

تجلٍّ خفي

عادة صغيرة ورثتِها دون أن تنتبهي.

المقلوب

أن لا تتركي تركة مالية، فتتركين تركة خلق وعلم ودعاء، وهي أبقى.

لاحِظي

- أن تدعي لوالديكِ ولمن رحل من أهلكِ
- أن تتصدقي عنهم بصدقة جارية
- أن تحكي لأولادكِ عن جدهم بحب
- أن تبكي أمام أولادكِ بهدوء ثم تواسيهم
- أن تزوري أهل المتوفى وتواسيهم

جرّبي

مهمة الأسبوع: اتصلي بوالديكِ أو بأحد أقاربكِ اليوم، واسألي عن حاله.

دوّني أثركِ

1. من فقدتِ، وكيف تحملين الحزن أمام أولادكِ؟

.....

2. هل تسمحين لأولادكِ برؤية حزنكِ بهدوء؟

.....

3. ماذا تقولين لولدكِ الصغير حين يسأل عن الموت؟

.....

احفظي

«وَأَنتَ خَيْرُ ٱلْوَٰرِثِينَ» (الأنبياء ٨٩)

في الموقع: يُقترح ربطه بحالات الفصل (لم يُربط بعد في الموقع). وصفحة الاسم: /n/warith.

وقت الشدة

إن كان هذا الفصل وصل إليكِ وأنتِ في وقت صعب، فلا تُكمليه كله الآن؛ ليس عليكِ أن تفهمي كل شيء، وليس عليكِ أن تبدي قوية أمام أهلكِ.

اسم واحد لهذا الأسبوع: القَرِيب.

جملة تُقرأ ببطء: «وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ» (البقرة ١٨٦): آية تقرئينها حين تشعرين أن لا أحد قريب.

خطوة صغيرة جداً: اختاري عادة صغيرة تتركينها لأولادكِ: دعاء أو جلسة أو كلمة، وابدئي بها هذا الأسبوع.

يجوز لكِ أن تحزني وأن تتعبي، ولا يلزمكِ أن تتظاهري بالرضا. وإن كان الحال أثقل من أن تحمليه وحدكِ، فاقرئي ملحق «متى أطلب عوناً من الناس» في آخر الكتاب.

مراجعة الفصل

1. ما العادة التي أريد أن يتذكرها أولادي عني؟
2. ما الذي أؤجله من وصية أو كلمة طيبة؟
3. كيف أستحضر قرب الله في يوم مزدحم؟

١١ الشكر والحمد والتقديس

آخر الكتاب وآخر اليوم. تجلسين بعد أن نام الجميع، وتنظرين إلى ما مرّ: تعب وفرح، وقرارات وانتظار، ودعاء. وتجدين أن في صدركِ كلمة أولى تصلح لكل شيء: الحمد لله.

سؤال الفصل: ما الذي أشكر الله عليه اليوم، وكيف أحمله إلى أولادي؟

الاسم

الشَّكُور

موقف: ابنتكِ ترسم لكِ بطاقة شكر بسيطة. تتذكرين أنكِ لم تشكري أمكِ كما ينبغي. تتصلين بها الآن.

من الواقع

- **في البيت:** تقولين لزوجكِ «شكراً» على أمر يفعله كل يوم، فيبتسم.
  الاسم هنا: الشكور يقبل القليل ويزيد عليه؛ فنتعلم أن نشكر على الصغير.
- **مع الأولاد:** تلاحظين أن ولدكِ لا يقول شكراً إلا إذا ذُكّر.
  الاسم هنا: نعلّمهم بالقدوة قبل التوجيه.
- **في الضيق:** تجلسين وتحصين ما ينقصكِ، ثم تحصين ما عندكِ.
  الاسم هنا: الشكر لا ينكر الألم، لكنه يوسّع النظر.

السؤال: ما الذي أشكر عليه اليوم بصوت مسموع أمام أولادي؟

المعنى

الله الشكور هو الذي يرى كل تعبكِ في البيت ومع أولادكِ، ولا يضيع منه شيء، ويجزيكِ عليه بركة في نفسكِ وأهلكِ. ليالي السهر، والوجبات اليومية، والصبر الذي لا يُشكر، والدعاء الصامت لأولادكِ؛ كلها مسجلة عند الشكور الذي يضاعف القليل ويجزي على النية.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

نعمة ظاهرة: صحة، وبيت، وأولاد حولكِ.

تجلٍّ خفي

نعمة لم تنتبهي لها إلا حين غابت أو حين فكرتِ فيها.

المقلوب

أن تشكري في الضيق، لا لأن الضيق جميل، بل لأن في القلب نعماً لا تذهب.

لاحِظي

- بركة في طعام قليل يكفي الجميع
- ابنكِ يشكركِ على شيء نسيتِه
- محبة بينكِ وبين زوجكِ بلا سبب ظاهر
- دعاء أمكِ الذي يُستجاب في أولادكِ
- صبركِ على طفل صعب يثمر بعد سنين

جرّبي

مهمة الأسبوع: لاحظي أثر عمل طيب صغير في بيتكِ هذا الأسبوع.

دوّني أثركِ

1. هل تشعرين أن عطاءكِ في البيت لا يراه أحد؟

.....

2. ما العمل الصغير الذي رأيتِ أثره كبيراً في أولادكِ؟

.....

3. هل لاحظتِ أن الله يجزيكِ على صبركِ الطويل؟

.....

احفظي

«لِيُوَفِّيَهُمْ أُجُورَهُمْ وَيَزِيدَهُم مِّن فَضْلِهِۦٓ ۚ إِنَّهُۥ غَفُورٌ شَكُورٌ» (فاطر ٣٠)

في الموقع: مُتعَب، ممتن. وصفحة الاسم: /n/shakur.

الاسم

الْحَمِيد

موقف: تنهين يومكِ وتقولين دون تفكير: «الحمد لله». تتوقفين وتسألين: هل قلتُها بقلبي؟

من الواقع

- **في الصباح:** تستيقظين وتقولين الحمد لله كما قالتها أمكِ.
  الاسم هنا: الحميد هو المحمود على كل حال؛ فنتعلم أن نحمد في اليسر وفي العسر بلا تصنع.
- **عند النجاح:** ينجح ولدكِ، فتعودين بالفضل لله وللمجتهد معاً.
  الاسم هنا: الحمد لله لا ينفي شكر الناس.
- **عند الاختبار:** يخيب أمر كنتِ ترجينه، فتقولين الحمد لله بصدق ثم تبكين.
  الاسم هنا: الحمد لا يمنع الدمع، فهما يجتمعان.

السؤال: هل أقولها من القلب، أم عادة على اللسان؟

المعنى

الحميد هو الله الذي يستحق كل حمد وثناء في ذاته وصفاته وأفعاله. كل نعمة منه، وكل خير يدل عليه، وهو المحمود على كل حال. الحميد هو الذي لا يُحمد غيره حقيقة، لأن كل فضل ونعمة ورحمة ونجاة وإلهام مصدره منه وحده. وحمده لا يتوقف على ما يعطي فقط، بل على حسن تدبيره وعدله ورحمته حتى في المنع. فهو المحمود في السراء والضراء.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

كلمة حمد تخرج منكِ دون جهد.

تجلٍّ خفي

أن تستشعري معناها في لحظة هدوء.

المقلوب

أن تقولي الحمد لله وأنتِ لا تشعرين بشيء، فتتعلمين أن اللسان يسبق القلب أحياناً ثم يلحقه.

لاحِظي

- ترين أثر النعمة في صحة زوجك أو أبنائك
- يرزقك الله سكينة في بيتك
- يدعو لك ابنك الصغير دون طلب
- تنجحين في عمل دون حول منك
- يراك زوجك ممتناً لك من غير سبب ظاهر

جرّبي

مهمة الأسبوع: اجلسي مع أسرتك وسمّوا نعمة لكل فرد.

دوّني أثركِ

1. كيف يغيّر الحمد نظرتك إلى أهل بيتك؟

.....

2. هل تحمدين الله على المنع كما تحمدينه على العطاء؟

.....

3. كيف تعلّمين أولادك أن الحمد حياة وليس كلمات؟

.....

احفظي

«إِنَّهُۥ حَمِيدٌ مَّجِيدٌ» (هود ٧٣)

في الموقع: مُتعَب، ممتن. وصفحة الاسم: /n/hamid.

الاسم

الْقُدُّوس

موقف: بيتكِ مزدحم بأصوات وأعمال. وفي لحظة صمت تشعرين بشيء أكبر من كل ما حولكِ، شيء لا يشبه أحداً.

من الواقع

- **في الزحام:** يعلو الضجيج فتحتاجين دقيقة صمت.

  الاسم هنا: القدوس منزّه عن كل نقص؛ فنتعلم أن نطلب الصفاء.

- **عند المقارنة:** تقارنين بيتكِ ببيوت الناس وتتألمين.

  الاسم هنا: نتذكر أن الكمال لله وحده، فنخفف على أنفسنا ونطلب الإتقان لا الكمال.

- **عند الخاتمة:** تنتهين من كتاب أو يوم أو مرحلة، وتحبين أن تقولي سبحان الله.

  الاسم هنا: نختم بالتسبيح والتنزيه، ونعود إلى حياتنا بقلب أخف.

السؤال: ما الذي أتخفف منه اليوم لأن الكمال ليس لي؟

المعنى

القدوس هو الكامل في ذاته، الذي لا نقص فيه، ويحب من عباده أن يسعوا إلى طهارة الظاهر والباطن. اسم القدوس يدعوك أن تكوني نقية في نيتك، عفيفة في نظرتك، صادقة في أقوالك، نزيهة في كسبك، طاهرة في قيادتك لأهلك وبيتك. والله يحب المتطهرين، وتبارك البيوت التي تبنى على الطهارة والصدق.

تأمل: ثلاث محطات

تجلٍّ ظاهر

صفاء قلب وبيت نظيف ولحظة نقاء.

تجلٍّ خفي

أن تشعري بمعنى أكبر لا يمكن وصفه.

المقلوب

أن لا يكتمل شيء كما أردتِ، فتتعلمين أن الكمال لله وحده، وأن ما فعلتِه يكفي بإذنه.

لاحِظي

- الصلاة بخشوع
- بيت طاهر معنوياً
- تربية بلا عنف أو سب
- تجنب الغش في العمل
- الحياء في العلاقات

جرّبي

مهمة الأسبوع: ضعي خطة أسبوعية لطهارة البيت: كلاماً ونظافة ومحتوى مرئياً.

دوّني أثركِ

1. هل بيتي مهيأ ليكون موضعاً يحبه الله؟

.....

2. ما معنى القداسة في حياتي اليومية؟

.....

3. هل أراعي طهارة النية في تربية أطفالي؟

.....

احفظي

«ٱلۡمَلِكُ ٱلۡقُدُّوسُ ٱلسَّلَٰمُ» (الحشر ٢٣)

في الموقع: مذنب. وصفحة الاسم: /quddus/n.

وقت الشدة

إن كان هذا الفصل وصل إليكِ وأنتِ في وقت صعب، فلا تُكمليه كله الآن؛ ليس عليكِ أن تفهمي كل شيء، وليس عليكِ أن تبدي قوية أمام أهلكِ.

اسم واحد لهذا الأسبوع: الشُّكُور.

جملة تُقرأ ببطء: «رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ» (النمل ١٩): دعاء ثابت من القرآن.

خطوة صغيرة جداً: قبل النوم، سمّي ثلاث نعم صغيرة من يومكِ بصوت مسموع.

يجوز لكِ أن تحزني وأن تتعبي، ولا يلزمكِ أن تتظاهري بالرضا. وإن كان الحال أثقل من أن تحمليه وحدكِ، فاقرئي ملحق «متى أطلب عوناً من الناس» في آخر الكتاب.

مراجعة الفصل

1. ما النعمة الصغيرة التي لم أنتبه لها هذا الأسبوع؟
2. كيف يتعلم أولادي الشكر مني؟
3. ما الذي أنزّه الله عنه حين أضيق؟

خاتمة

لم نصل إلى نهاية، فهذه أسماء لا تنتهي معانيها في كتاب. لكنكِ مررتِ بأحد عشر فصلاً من بيتكِ، وفي كل اسم كان لكِ ما تلاحظينه وما تجرّبينه وما تدعين به وما تدوّنينه.

لا يُطلب منكِ أن تكوني أماً مثالية. يكفي أن تحضري، وأن ترحمي، وأن ترجعي حين تخطئين، وأن تطلبي العون حين تثقل الحال، وأن تدعي لأولادكِ بما تحبين لهم.

اختاري الآن اسماً واحداً ليبقى معكِ في بيتكِ هذا الأسبوع. ولا تحتاجين إلى أن تحفظي الكتاب.

ملحق أ: متى أطلب عوناً من الناس؟

هذا الكتاب للقراءة والتأمل. هو لا يعالج، ولا يغني عن طبيب أو مختصة نفسية أو مستشار أسري أو شخص قريب. الاستعانة بهؤلاء من الأخذ بالأسباب، وليست ضعف إيمان.

فكّري في طلب العون إذا: - طال الحزن أو الخوف أو الغضب أسابيع ولم يخفّ. - تغيّر نومكِ أو أكلكِ تغيّراً واضحاً. - لم تعودي تستطيعين القيام بشؤون البيت أو العمل كما كنتِ. - وجدتِ أن غضبكِ يخرج أسرع وأشد مما تريدين، أو شعرتِ أنكِ قد تؤذين أحداً. - كان بينكِ وبين زوجكِ خلاف متكرر لا تستطيعان حله وحدكما. - أثقلتكِ ديون أو ضائقة مالية لم تعودي تعرفين كيف تتصرفين فيها. - لاحظتِ على أحد أولادكِ تغيراً ظاهراً في نومه أو أكله أو مزاجه أو دراسته، أو خفتِ عليه من أذى. - مررتِ بمرحلة بعد الولادة أو بعد فقد، وبقي الحزن أو القلق ثقيلاً.

من تتصلين به؟ - شخص قريب تثقين به، ولو لتقولي له: «أنا متعبة». - طبيب أو مختصة نفسية أو مستشار أسري مرخّص. - مختص مالي أو قانوني في الأمور المالية والقانونية. - عالمة أو إمام تثقين به، إن كان الهمّ عن أمر ديني.

إن خفتِ أن تؤذي أحداً من أهلكِ أو أن يؤذيكِ أحد: فابتعدي عن الموقف الآن، واتصلي بشخص تثقين به أو بجهة الطوارئ أو بخط المساندة في بلدكِ، ولا تبقي وحدكِ.

إن راودتكِ أفكار بإيذاء نفسكِ أو بأن لا تكملي الحياة: فهذه حالة طارئة. أخبري شخصاً قريباً الآن، واتصلي بخدمة الطوارئ أو بخط الدعم النفسي في بلدكِ، ولا تبقي وحدكِ. وأنتِ عزيزة عند الله وعند أهلكِ، وطلبكِ العون ليس عيباً.

ملحق بـ: فهرس الأسماء

الاسم	الفصل
الباقي	١٠
البر	٥
التواب	٧
الجبار	٩
الحفيظ	١
الحكيم الخبير	٦
الحليم	٣
الحميد	١١
الحي القيوم	٨
الخالق	١
الرؤوف	٢
الرحمن	٢
الرزاق	٤
الستير	٧
السميع البصير	٥
الشافي	٩

الاسم	الفصل
الشكور	١١
الصبور	٩
الصمد	٨
العزيز الحكيم	٦
العزيز الرحيم	٣
العفو	٧
الغفور الرحيم	٧
الغني الحميد	٤
الفتاح	٤
القدوس	١١
القريب	١٠
القوي	٣
الكريم	٤
اللطيف	٩
المجيب	٦
المحسن	٥
الملك	٤
المهيمن	١
النصير	٨

الاسم	الفصل
الواحد القهار	٦
الوارث	١٠
الواسع	٩
الودود	٢
الوكيل	٨
الولي	٨
الوهاب	١

ملحق ج: فهرس الآيات والأحاديث

الاسم	الآية الرئيسة	الأحاديث
الوهاب	3:8	البخاري (5352) ومسلم (993)
الخالق	59:24	البخاري (1358) ومسلم (2658)؛ أحمد (3823)، وصححه الألباني؛ مسلم (2653)
الحفيظ	11:57	الترمذي (2516)، وقال: حسن صحيح؛ البخاري (2311)؛ من دعاء الصباح والمساء، أبو داود (5074) وابن ماجه (3871)
المهيمن	59:23	البخاري (50) ومسلم (8)؛ الترمذي (1987)، وقال: حسن صحيح؛ الحاكم (2000) وحسّنه الألباني
الرحمن	7:156	البخاري (6000) ومسلم (2752)؛ البخاري (5999) ومسلم (2754)، قاله النبي ﷺ وهو يرى امرأة من السبي تضم ولدها وترضعه
الرؤوف	2:143	قاله ﷺ حين رأى امرأة من السبي تضم ولدها وترضعه، البخاري (5999) ومسلم (2754)؛ البخاري (6927) ومسلم (2165)
الودود	85:14	البخاري (3209) ومسلم (2637)، واللفظ لمسلم؛ حديث قدسي، البخاري (7405) ومسلم (2675)
الحليم	2:235	دعاء الكرب، البخاري (6346) ومسلم (2730)؛ قاله النبي ﷺ لأشج عبد القيس، مسلم (17)
القوي	22:40	مسلم (2664)؛ البخاري (6384) ومسلم (2704)
العزيز الرحيم	26:9	البخاري (7554)؛ مسلم (2588)

الاسم	الآية الرئيسة	الأحاديث
الرزاق	51:58	الترمذي (2344)، وقال: حسن صحيح؛ البخاري (5985) ومسلم (2557)؛ من دعاء الصباح، ابن ماجه (925)؛ الترمذي (3563) وحسّنه
الغني الحميد	35:15	حديث قدسي، مسلم (2577)؛ مسلم (2734)
الملك	20:114	البخاري (4812) ومسلم (2787)؛ البخاري (6205) ومسلم (2143)
الكريم	82:6	أبو داود (1488) والترمذي (3556)؛ البخاري (6018) ومسلم (47)
الفتاح	34:26	مسلم (713)
المحسن	28:77	مسلم (1955)؛ البخاري (5997) ومسلم (2318)؛ الترمذي (1956) وصححه الألباني
البر	52:28	مسلم (2553)؛ الترمذي (1899)، وصححه الألباني
السميع البصير	42:11	البخاري (2992) ومسلم (2704)؛ البخاري (50) ومسلم (8)
الحكيم الخبير	6:18	مسلم (2999)؛ من دعاء الاستخارة، البخاري (1162)
العزيز الحكيم	2:129	مسلم (2588)؛ أبو داود (4699)، وصححه الألباني
الواحد القهار	40:16	مسلم (2788)؛ الترمذي (2516) وقال: حسن صحيح
المجيب	11:61	البخاري (6340) ومسلم (2735)
التواب	2:37	البخاري (6309) ومسلم (2747)؛ مسلم (2759)
الغفور الرحيم	15:49	البخاري (6309) ومسلم (2747)، واللفظ لمسلم؛ مسلم (2759)

الاسم	الآية الرئيسة	الأحاديث
العفو	4:149	سيد الاستغفار، البخاري (6306)؛ من دعاء السجود، مسلم (483)؛ ابن ماجه (3850)، والترمذي (3513) بزيادة «كريم»؛ مسلم (2588)
الستير	7:26	أبو داود (4012) والنسائي (406)، وصححه الألباني؛ البخاري (6070) ومسلم (2768)؛ البخاري (2442) ومسلم (2580)
الوكيل	3:173	الترمذي (2344) وقال: حسن صحيح؛ الترمذي (2517)، وحسّنه الألباني؛ أبو داود (5090)، وحسّنه الألباني
الحي القيوم	2:255	النسائي في الكبرى والحاكم، وحسّنه الألباني؛ مسلم (179)
الصمد	112:2	الترمذي (2516)، وقال: حسن صحيح؛ أبو داود (5090)، وحسّنه الألباني؛ البخاري (5013)
الولي	2:257	حديث قدسي، البخاري (6502)؛ من دعاء القنوت، أبو داود (1425) والترمذي (464)، وصححه الألباني
النصير	8:40	البخاري (2444)
الصبور	16:61	البخاري (6099) ومسلم (2804)؛ البخاري (4686) ومسلم (2583)
الجبار	59:23	أبو داود (850) وابن ماجه (898)؛ البخاري (5641) ومسلم (2573)؛ مسلم (2999)
اللطيف	42:19	البخاري (6927) ومسلم (2165)؛ مسلم (2999)
الشافي	26:80	دعاء النبي ﷺ للمريض، البخاري (5675)
الواسع	2:268	البخاري (2067) ومسلم (2557)

الاسم	الآية الرئيسة	الأحاديث
القريب	2:186	مسلم (482)؛ البخاري (2992)؛ وفي صحيح مسلم رواية بزيادة «إنكم تدعون سميعاً قريباً» (رقمها يُحقق)
الباقي	16:96	مسلم (1631)
الوارث	21:89	البخاري (1284) ؛ مسلم (918)
الشكور	35:30	البخاري (652) ومسلم (1914)؛ أبو داود (4811) والترمذي (1954)، وصححه الألباني
الحميد	11:73	مسلم (223)؛ مسلم (2734)؛ أبو داود (3850)
القدوس	59:23	مسلم (223)؛ مسلم (487)؛ البخاري (744) ومسلم (598)

ملحق د: الأدعية الثابتة الواردة في الكتاب

- «ربنا آتنا في الدنيا حسنة وفي الآخرة حسنة وقنا عذاب النار» (البقرة ٢٠١).
- «حسبنا الله ونعم الوكيل» (آل عمران ١٧٣).
- «ربّ لا تذرني فرداً وأنت خير الوارثين» (الأنبياء ٨٩).
- «إنا لله وإنا إليه راجعون» (البقرة ١٥٦)، ودعاء المصيبة (مسلم ٩١٨).
- «أني مسني الضر وأنت أرحم الراحمين» (الأنبياء ٨٣).
- «ربّ أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت عليّ وعلى والديّ» (النمل ١٩).
- «ربّ هب لي من الصالحين» (الصافات ١٠٠).
- دعاء النبي ﷺ للمريض (البخاري ٥٦٧٥).
- «اللهم اغفر لي وارحمني واجبرني وارزقني واهدني» (أبو داود ٨٥٠، وابن ماجه ٨٩٨).
- «اللهم إنك عفو تحب العفو فاعف عني» (ابن ماجه ٣٨٥٠).
- «اللهم اكفني بحلالك عن حرامك، وأغنني بفضلك عمّن سواك» (الترمذي ٣٥٦٣).

ملحق هـ: جدول الأسابيع الاثنين والأربعين

الأسبوع	الاسم	الفصل
١	الوهاب	١
٢	الخالق	١
٣	الحفيظ	١
٤	المهيمن	١
٥	الرحمن	٢
٦	الرؤوف	٢
٧	الودود	٢
٨	الحليم	٣
٩	القوي	٣
١٠	العزيز الرحيم	٣
١١	الرزاق	٤
١٢	الغني الحميد	٤
١٣	الملك	٤
١٤	الكريم	٤
١٥	الفتاح	٤
١٦	المحسن	٥

الأسبوع	الاسم	الفصل
١٧	البر	٥
١٨	السميع البصير	٥
١٩	الحكيم الخبير	٦
٢٠	العزيز الحكيم	٦
٢١	الواحد القهار	٦
٢٢	المجيب	٦
٢٣	التواب	٧
٢٤	الغفور الرحيم	٧
٢٥	العفو	٧
٢٦	الستير	٧
٢٧	الوكيل	٨
٢٨	الحي القيوم	٨
٢٩	الصمد	٨
٣٠	الولي	٨
٣١	النصير	٨
٣٢	الصبور	٩
٣٣	الجبار	٩
٣٤	اللطيف	٩
٣٥	الشافي	٩

الأسبوع	الاسم	الفصل
٣٦	الواسع	٩
٣٧	القريب	١٠
٣٨	الباقي	١٠
٣٩	الوارث	١٠
٤٠	الشكور	١١
٤١	الحميد	١١
٤٢	القدوس	١١