



الاثنين 27 سبتمبر 2021 11:12 م

إن للأمل صناعات، وله فنه وصوره المتنوعة ذات الألوان البديعة، تشر العيون، وتخلب العقول، وتبهز البصائر والأبصار. ولا بد للأيام أن تدور، وبدورانها تتغير الأمور، فيوماً نكون بسعادة ونشاط وفرح، ويوماً تحيط بنا هموم وبأس وإحباط، ولنتقلب على الدوران المستمر للحياة لا بد أن نتقن صناعة الأمل، صناعة تغيير حياة الإنسان من يتقنها، يتقلب على أمواج الأيام بمركب عنوانه الأمل، لانستطيع الأمواج إيقافه، ولا يمكن أن تجرفه الدوامات؛ لأن الأمل قوة، وطريق واضح، لذلك نحتاج جميعاً الأمل؛ لنحيا به، وبدفعنا إن توقعنا، ونُبهِضنا إن سقطنا، وبشجعنا إن أحبطنا.

لهذا كانت صناعة الأمل، وما أجمل وقود الحياة، إن كان من النفس ذاتها، إن الإنسان من دون أمل كالسيارة من دون بترول، كيف سيعيش؟ وكيف سيسير؟ وكيف سيفكر؟ وكيف سيعرف إلى أين هو ذاهب؟ وماذا يُريد؟، الأمل ولد معنا منذ أن أبصرنا ولمست أيدينا وجوه الأشياء، تعيش طفولتك بأمل الشباب يوماً وتعيش الشباب بأمل تحقيق أمانى الطفولة.. وتعيش الرجولة بأمل التعلم من أخطاء شبابك، وتعيش الشيخوخة بأمل أنك عملت صالحاً، هكذا هي الحياة بأمل.

إن صناعة الأمل فن دقيق لا يتقنه كل الناس، وهو عمل صعب ويحتاج إلى عمل كبير ومواهب متعددة، ومع أنه ليس بالأمر العسير، ولا المستحيل؛ لأنه يقوم على التفاؤل والإحساس بالطاقة الإيجابية والتلاحم الاجتماعي بشكل فعال.

الأمل هو : حالة من التحفيز الإيجابي القائم على شعور النجاح المُكتسب بشكل تفاعلي.

أقسام الأمل :

وينقسم الأمل في هذا التعريف إلى قسمين:

الأول : التخطيط لتحقيق الأهداف

والثاني: توجيه الطاقة للهدف.

وقد ورد في القرآن الكريم آية تُثبت روح الأمل والتفاؤل بالمسلمين، قال الله عز وجل: "قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ [سورة الزمر - الآية 53](#)".

مكونات الأمل هي:

قوة الإرادة.

الطاقة الذهنية.

خلق المسارات .

طرق إيجاد الأمل

يوجد الأمل دائماً في الحياة؛ بالرغم من وجود العديد من المواقف التي تؤدي إلى اليأس، وتسبب تفكير الإنسان بشكل سلبي، وهناك عدة طرق لإيجاد الأمل، وهي كما يلي:

تغيير الإنسان طريقة تفكيره إلى الأفكار الإيجابية والجانب الإيجابي من الحياة.

فمثلاً أن يُفكّر الإنسان في الأمور الصغيرة أو المُسلّمات بأنها من نعم الله الكبيرة، حيث إنّ تلك الأمور تساعد على التقليل من المشاعر السلبية التي تُصيب الإنسان.

فمن الممكن أن ينغمس الإنسان في الأمور التي تعطي دفعة من الأمل، وأن يتحدث مع نفسه دائماً بعبارات إيجابية وأن يُكررها، مما يُساعد على ترك أثر جيد على النفس.

مثل قول: (الأمور سوف تُصبح على ما يُرام)، والتأكيد المُستمر على النفس بتلك العبارات الإيجابية، من أجل تخليصها من الأفكار السلبية التي تُحاصرها،

وهو أحد الطرق التي تساعد على بتّ الأمل في النفس من أجل العيش بسعادة.

والأمل هو الإيمان بالله سبحانه وتعالى فقد تعددت صور الأمل لدى عدد من أنبياء الله سبحانه وتعالى، فكلّ منهم امتلك قصة مُختلفة صوّرت في القرآن الكريم، وتتمثل تلك الصور فيما يلي:

الأمل الذي لم يفارق سيدنا إبراهيم عليه السلام، حيث صار شيخاً كبيراً في السن ولم يرزق بأولاد، فلم يفقد الأمل، ودعا الله عز وجلّ فاستجاب له الله ووهبه كلاً من: إسماعيل وإسحاق.

الأمل الذي لم يفارق النبي أيوب عليه السلام حينما ابتلاه الله بذهاب العافية، والولد، والمال، الأمل الذي لم يفارق رسول الله صلى الله عليه وسلّم، والذي ظهر في سورة الشرح، قال الله تعالى: (أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ * وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ * الَّذِي أَنقَمَ طَهْرَكَ * وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ * فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا * إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا * فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ * وَإِلَى رَبِّكَ فَارْغَب)

وإليك بعضاً من المفاتيح التي تأخذ بأيدينا نحو الأمل في حياتنا :

- في العمل أو الأفعال أيا كانت: اتخاذ الخطوات اللازمة للتحرك نحو الحياة التي تجعل قلبك يشدو و يغنى.
- في الحب: مشاركة الرغبات العميقة الخاصة مع من تحبهم والسماح للناس التي تحبك ان تساعدك في رحلتك.
- في التعليم: "المعرفة هي القوة" عندما تتعلم الكثير يكون سهلا عليك التقدم والتحرك للأمام، أما إذا كنت لا تعرف ما يكفي، فإنه من الصعب عليك أن تتخذ الإجراءات المناسبة.
- في العطاء: أعط جزءاً من وقتك، وموهبتك، و ثروتك لأولئك الذين يحتاجون للعطاء، حول انتباهك إلى شخص آخر "يستحق العطاء"، وسوف تنشئ الأمل بالنسبة إليك وإليهم.
- في الامتنان: كن ممتناً لحياتك والفرص الخاصة بك كل يوم، فعندما تكون على درجة من الوعي على مدى النعمة والخير الذي أنت فيه، يأتي أمل كبير.
- في الثقة: يُق بنفسيك والآخرين لتكون مغير الحياة ومغير العالم، لديك القدرة على جعل الأمور أفضل أو مختلفة.
- في الحدس: إستمع إلى الصوت الذي يأتي من داخلك، فهذا الصوت يعرفك ويعرف نفسك جيداً، فهذا الصوت سوف يدلّك.
- في التغيير: الشئ الوحيد الثابت في هذا العالم هو التغيير.. أمشي مع التيار وجرب كل ما يقدمه لك هذا التغيير.
- في التنقل: اترك خوفك وحزنك، وقلبك أو أي شيء آخر يؤخرك، أو يقودك للخلف، الانتقال إلى الأفضل يعطيك الأمل .
- في الأماكن التي لا تتوقع أن يكون بها أمل أصلاً: لا يمكنك التنبؤ دائماً أين ستجد الأمل أو من الذي سيمنحه أو يعطيه لك، حافظ دائماً على قلب مفتوح وعقل مرن متقبل للأمور وكن جاهزاً على أن الأمل سيقدم مفاجأة لك.