قرأت لك

الاحتضان و التشجيع

الأنبا مكاريوس الأسقف العام

مافيش حد (من الطفل للشيخ) مش محتاج تشجيع مهما كان ناجح ... الكتاب الجميل ده بيعلّمنا إزاي نشجّع و نتشجّع

المصدر: كتاب 'الاحتضان و التشجيع' - الأنبا مكاريوس

مين محتاج تشجيع؟

أكتر فئة محتاجة تشجيع هي الأطفال ... التشجيع من أهم أسباب ثقة الطفل بنفسه من و هو رضيع لحد ما يكبر شوية و يبدأ يمشي ... بيفرق جداً تشجيع الأم لخطواته الأولى المتعثرة و كلامه الغير مفهوم لحد ما يتعلّم يمشي و يركّب كلمات و جُمَل ... مروراً بتعليمه في درجاته المختلفة

و العلم بيقول إن الطفل بيصدق كلام الكبار و بيتصَب في القالب اللي احنا بنقول له عليه ... لو فضلنا نقول له: يا غبي أو يا فاشل هايقتنع إنه كده فعلاً و مش هايتحسّن

و العكس لو قلنا له إنه ذكي و ناجح و يقدر ينجز و يعمل حاجات عظيمة, جوّاه هايحس و يقتنع و يحاول و يوصل ... و زي ما بيقول يوئيل النبي:

> ليَقُل الضعيف: بطلٌ أنا
>
> — يوئيل 3 : 10

التشجيع طاقة دَفع جبّارة للأمام ... مش بيكلّف حاجة لكن له ثمار و آثار عظيمة ... و العكس صحيح, كلام الإحباط يؤدي للفشل و اليأس

إزاي نشجّع؟

التشجيع له طرق كتيرة:

- **الكلام:** زي كلمة الأم لابنها (أنا فخورة بيك) ... و العكس صحيح, لازم نبعد عن العبارات الهدّامة المحبطة (زي: مافيش فايدة, هاتفضل كده على طول, أنا ربنا ابتلاني بيك, عمرك ما هاتتغير ...) ... و ده مش بس على المستوى الفردي, ده على مستوى الدوَل, و في الحروب فيه (توجيه معنوي) للجنود لتحفيزهم
و ساعات بيكون مطلوب كلام شديد لتشجيع الشخص و عشان يفوق, زي ما القديسة دميانة قالت لوالدها مرقس: (كان أحسن لي يجيلي خبر موتك ولا يجيلي خبر تركك للإيمان) ... ففاق و رجع لإيمانه و استشهد بسبب الكلام ده

> يوجد من يَهذِر مثل طَعن السيف, أمّا لسان الحكماء فشِفاء
>
> — أمثال 12 : 18

- **الإنصات:** إنك تهتم بكلام اللي قدامك و تتفاعل معاه و تفرح لفرحه و تنظر له بتقدير

- **الاهتمام:** زي ما قلنا خصوصاً الأطفال بيفرق معاهم جداً اهتمام أهلهم بيهم

- **المكافئة:** زي الهدايا كطريقة تشجيع و مكافئة على الأعمال الكويسة

- **عدم التركيز على الأخطاء:** يعني لمّا حد يغلط في حاجة نلتمس له العُذر إن أمكن و نشجّعه يتجنّب الأخطاء دي في المستقبل بدل ما نرفض الشخص و نحكم عليه

- **عدم التدخل دائماً:** دي طريقة مهمة جداً مع الأطفال و الكبار على حدّ سواء ... ماتحلّش انت لحدّ مشكلة يعرف هو يحلّها, أو لازم يتعلّم يحلّها ... لأنك لو حلّيت كل حاجة للشخص هاتعلّمه العجز و الاستكانة (زي الأم اللي بتتدخل في كل تفاصيل حياة ابنها و تختار له كل حاجة, فيتحوّل لشخصية ورقية هزيلة)

- **البُعد عن المقارنات:** كلمة (شوف فلان فين و انت فين) ... كلمة محبطة جداً خصوصاً لو اتكرّرت و اتقالت قدام الناس ... بتُحبِط اللي قدّامي و تحطّمه

تشجيع الله لأولاده

ربنا شجّع كل ولاده في مختلف حالتهم الروحية و سنّهم و خدمتهم على مدار التاريخ:

- بداية من **آدم و حواء** اللي و هم بيتعاقبوا بسبب خطيّتهم ربنا وعدهم بمجيء المخلّص اللي هايسحق رأس الحية

- مروراً ب **نوح** اللي ربنا بص له دون كل العالم و قال له: إيّاك رأيتُ باراً في هذا الجيل

- **إبراهيم** اللي ربنا وعده بنسل تتبارك فيه جميع أمم الأرض

- **يعقوب** اللي بداية علاقته الحقيقية بربنا كانت و هو هربان بوعد من ربنا إنه هايحفظه و يردّه إلى أرضه

- **يشوع** اللي كانت مهمته صعبة جداً: خلافة موسى أعظم أنبياء العهد القديم ... و ربنا كان دايماً يشجّعه و يقول له: تشدّد و تشجّع

- **جدعون** الفلّاح البسيط اللي ربنا أعطاه مهمة عظيمة يخلّص شعبه من المديانيين و بدأها بالتشجيع: الرب معك يا جبّار البأس ... ربنا قال له جبّار بأس و هو غلبان لحد (ما بنعمة و قوة ربنا) بقى فعلاً جبار بأس, و بقى ده شعار حلو في التشجيع

- **إرميا النبي** اللي خاف لأنه صغير السن, و ربنا شجّعه بالكلام (قال له: لا تقُل إني ولد) و بالفعل (لمس فمه و قال له: قد جعلت كلامي في فمك) ... و ده شجّع إرميا يشهد أمام ملوك و يستحمل عذابات كتير و يستحمل عدم استجابة الناس لكلامه

- **بطرس الرسول** اللي بعد القيامة ربنا ظهر له و شجّعه و رجّعه لمكانته و خدمته, بعد ما كان متضايق و خجلان أنه أنكر ربنا

- **تيموثاوس الرسول** الأسقف الشاب, اللي معلّمه القديس بولس شجّعه و قال له: (لا يستهين أحد بحداثتك) عشان مايجيلوش صغر نفس

💡 أمثلة من الحياة

فيه أمثلة كتير مشهورة فرق معاها التشجيع و غيّر حياتها:

- **كونداليزا رايس:** اللي كانت بسبب التفرقة العنصرية في أمريكا مش عارفة تدخل مطعم بسبب لون بشرتها ... أمها شجّعتها و قالت لها: (يمكن ماعرفتيش تدخلي المطعم ده, لكن تقدري تبقي رئيسة أمريكا) ... و الجملة دي فرقت معاها و قوّتها زي ما قالت بعد كده بعد ما بقت مستشارة الأمن القومي

- **بنيامين ويست:** طفل صغيّر كان بيلعب مع أخته بعِلَب ألوان كانت الأم بترسم بيها في وقت فراغها ... و هم بيلعبوا العِلَب وقعت اتكسرت ... بنيامين أخد الفرشة و رسم صورة من الألوان اللي على الأرض ... لمّا رجعت الأم خافوا جداً, لكن هي بصّت على الأرض و الرسمة و فهمت اللي حصل ... حضنت بنيامين و قبّلته و شجّعته و قالت له: هاتبقى فنّان ... لمّا بقى من أشهر الفنانين قال: القبلة دي هي اللي خلّتني فنّان

- **توماس أديسون:** ولد راجع من المدرسة بجواب لوالدته من غير ما يفتحه ... الأم حضنته و قالت له: الجواب بيقول إن إمكانيّاتك أعلى من المدرسة, عشان كده لازم أعلّمك أنا في البيت ... لمّا كبر و بقى مخترع عظيم, بيقلّب في الأوراق القديمة و لقى الجواب اللي كان بيقول: ابنِك غبي و مش هايعرف يكمّل في المدرسة ... الأفضل إنِك تخلّيه جنبك في البيت و تعلّميه أي حاجة

- **في الرياضة:** جمهور الكورة لقبه (اللاعب رقم 12) ... و كل اللاعبين بيقولوا إن تشجيع الجماهير بيفرق معاهم جداً ... و العكس بيبقوا محبَطين جداً لو الجمهور أطلق صافرات الاستهجان أو شتمهم
  ده التعبير اللي قصده القديس بولس لمّا قال إن فيه سحابة من الشهود محيطة بنا ... إخواتنا و آبائنا اللي سبقونا على السماء بيشجّعونا في جهادنا على الأرض

- **في الصيد:** الأفارقة لمّا ييجوا يصطادوا أسد أو كوبرا, بيصيحوا صيحات مرعبة بتخوّف الحيوانات دي رغم قوّتها ... و هكذا فيه ظروف نفسية ممكن تشجّع أو تضعف الشخص حتّى لو لم يصاحبها تحسّن أو أذى حقيقي

أما انت ... ماتستنّاش تشجيع من حد, و ماترهنش نجاحك بكلمة من حد ... بل تمسّك بربنا الصديق الحقيقي المشجّع, و تحدّى أي ظروف صعبة عشان تنجح في حياتك الروحية و العملية