كيف نتعامل مع لحظات الندم؟

كثيرا مانقع في اخطاء نعض عليها اصابع الندم ربما عمل أخفقنا او فرطنا فيه, او ذنب اقترفناه, او حماقة أرتكبناها في حق انفسنا او غيرنا تقودنا للشعور بالحزن والكابه .. والألم والحسرة

الندم احساس لايمكننا تجاهله قوي وقاسي ....اذا لم نتجاوزه بسلام , نستفيد منه نوجهه لصالحنا دون أن نسمح له بأن يبدد جمال حياتنا, ويؤثر على مستقبلنا عندما يحاصرك الاحساس بالذنب ويتردد في بالك كثيرا لو لم افعل كذا

أو لو أني فعلت كذا او لو أني لم أفرط وكنت متيقظا أكثرلكان ذلك افضل ولكانت الظروف أحسن ..

فتذكر قبل كل شيء أن هذا من عمل الشيطان ليحزنك يقول الحبيب عليه افضل الصلاة والتسليم (وإن أصابك شيء فلا تقل لو أني فعلت لكان كذا فإن((لو)) تفتح عمل الشيطان)) .

ثم أسأل نفسك ماذا عساني أن افعل ؟

هل ساعيد الماضي أم هل ساقضي بقية حياتي أبكي على اللبن المسكوب الماضي شيء وانتهى بحسناته واخطائه ..

العيش بين طياته والتحسر على اخطائه ضرب من الجنون..

ليس سهلا علينا أن ننسى الماضي ولكن علينا الا نسمح لافكارنا القديمه وذكرياتنا الماضيه أن تسيطر على حاضرنا .. تفقده بريقه وجماله وتألقه لابأس ان نندم على اخطائنا ندم يردعنا عن تكرار الخطأ .. وليس ندم يحبطنا ويثبطنا ويحزننا

علينا ننظر لأخطائنا على أنها تجربة مرت تعلمنا منها دروس كثيرة لو لم تحصل لما تعلمناها ,فقد يكون الندم على مامضى دافعا لأصلاح المستقبل ..

حـــــــــــــــــــاول ان...

تعقد صلحا مع نفسك سامحها على كل ما أقترفت وابداء معها صفحة جديدة تجاوز فيها اخطاء الماضي , سطرها تالقا ونجاحا .

أرم كل شيء خلفك وسر للامام ولا تلتفت ابدا ألى فشل الماضي بل ان استشرف تالق المستقبل وتذكر انه ليس عيبا ان تخطئ بل العيب ان تستمر في خطئك سر قدما ولاتلتفت الى الخلف فانت ابن اليوم

وماماضيك ألا درس لحاضرك وتذكرأن الرجال الذين حاربو الاسلام زمنا وروجوا لعبادة ألاوثان وسبوا الرسول علية افضل الصلاة والسلام وآذوه كثيرا هم انفسهم من نشر الاسلام وفتح المدن وقاتل وقتل في سبيل ا

,هم انفسهم من اقام صرح الاسلام عاليا باذن ا لم يعرقلهم الندم على الماضي وذكرياتهم السيئه ..

بل كان الندم دافعا لهم ليكفروا عن اخطائهم ليتفانوا ويخلصوا

واخيـــــــــــــــــــرا

لازال هناك فرصه

مادامت الشمس تشرق والقلب ينبض والذنب يغفر والحياة تسير

لازال هناك فرصة

مادامت الصحائف لم تطوى والاقلام لم ترفع . والاعمال لم تختم

والحسنات يذهبن السيئات

لازال هناك فرصة .. لنصلح المكسور ونمحي الذنوب .. ونعيد المياه الى مجاريها ..