

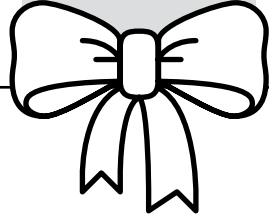
اختبر فهمك حول

# الذات والعلاقات



د. طارق السويدان

إهداء



الناشر



الإبداع والفكري  
للنشر والتوزيع - الكويت

f y i t ebdafekry  
info@ebdafekry.com  
ebdafekry.com

تأليف: د. طارق السويدان

مراجعة وتدقيق: يوسف المساعيد

masaeed1948@yahoo.com

تصميم وإخراج عبدالعزيز عصمت العتريس

abdulaziz@ebdafekry.com

رقم الإيداع : 1578 / 2019  
الرقم المعياري الدولي : 8-25-714-9921-978

الطبعة الأولى - سبتمبر 2019

هاتف: 22675321 - فاكس: 22675365  
ص.ب. 28589 الصفاة 13146 الكويت

جميع الحقوق محفوظة للناشر (شركة الإبداع الفكري)  
يمنع النسخ أو التصوير أو النقل أو النشر في موقع الشبكة الالكترونية  
أو الاقتباس من هذا الكتاب إلا بإذن خطي من الناشر  
ومن يخالف ذلك يقع تحت طائلة الملاحقة القانونية

الباب الثالث: الأسرة

- 53 : الفصل الأول : حدود طاعة الوالدين
- 65 : الفصل الثاني : تبعية المرأة
- 73 : الفصل الثالث : تربية الأبناء
- 77 : الفصل الرابع : شبابنا .. متميزون أم تافهون

الباب الرابع: العلاقات

- 85 : الفصل الأول : أهم العلاقات في حياتك
- 89 : الفصل الثاني : التعامل مع الآخرين
- 97 : الفصل الثالث : نحن والأديان الأخرى
- 103 : الفصل الرابع : خصال الأوروبيين

109 : الخاتمة

- 3 : إهداء
- 4 : الفهرس
- 6 : المقدمة

الباب الأول: فهم الذات

- 13 : الفصل الأول : من أنت ؟
- 17 : الفصل الثاني : كن أنت
- 21 : الفصل الثالث : التحفيز
- 25 : الفصل الرابع : علو الهمة

الباب الثاني: إدارة الذات

- 33 : الفصل الأول : استثمار طاقة الإنسان
- 39 : الفصل الثاني : العيش في الحاضر
- 45 : الفصل الثالث : إدارة أوقات الفراغ

هذا الكتاب هو جزء من سلسلة (أسئلة للتفكير) حيث أطرح سؤالاً ثم أترك للقارئ الفرصة أن يجيب قبل أن يطلع على جوابي الذي اخترته، وهو رأي شخصي وليس حقاً مطلقاً، ولا مانع من الاختلاف حول الجواب، ولذلك نقلت لكم إجابات بعض الذين سألتهم في فيسبوك هذا السؤال للاستفادة.

يتكون هذا الكتاب من أربعة أبواب جمعها موضوع واحد وهو (الذات والعلاقات)، تناولت في الباب الأول (فهم الذات) وفيه الإجابة على سؤال مهم وخطير هو (من أنت..؟ هل أنت اسمك، جسدك، تخصصك.. الخ)

وخصصت فصلاً للإجابة على سؤال آخر لا يقل أهمية عن الأول، إذا لم تكن أنت أنت فمن تود أن تكون من الأحياء؟

ثم لاحظت أهمية التحفيز بالنسبة للإنسان، وهل يحتاج إلى تحفيز خارجي من قبل الآخرين، ومتى؟

وختمت الباب بالحديث عن علو الهمة، وعن سبل بقاء همة الإنسان عالية.

ثم نتحدث في الباب الثاني عن الذات وإدارتها، وكيف ومتى يكون الإنسان في أعلى درجات استثمار طاقته.

وأفردت الفصل الثاني من هذا الباب للحديث عن الماضي والمستقبل، وماذا لو كان للإنسان الاختيار، فهل سيختار العيش في الماضي؟ أم في المستقبل؟ وأين ومتى ولماذا؟

ولأن الحديث عن إدارة الذات لا ينفصل عن إدارة الوقت، فخصصت فصلاً آخر للحديث عن إدارة أوقات الفراغ.

ثم خصصت الباب الثالث للأسرة، وبحثت فيه حدود طاعة الوالدين، من خلال تقسيم الأمر إلى دوائر ثلاث، دائرة الأمور الخاصة بالوالدين، الدائرة التي تخص الأبناء، الدائرة المشتركة بين الوالدين والأبناء.

وأثرت مسألة تبعية المرأة للرجل، لأهميتها أولاً، ثم لأن معظم الطرح الديني للأسف يزرع في أذهان معظم الرجال والنساء أنها تابعة للرجل.

ثم تطرقت إلى تربية الأبناء، ومسؤولية من هي؟ وهل هي فعلاً مسؤولية الأم..؟ وفي الفصل الرابع أتحت الفرصة للجميع للمشاركة في تقييم شباب الأمة اليوم، هل هم متميزون أم تافهون؟

وأخيراً تمحور الباب الرابع حول العلاقات، واستعرضت فيه أهم خمس علاقات في حياتنا، ثم أكدت على أهمية التعامل مع الآخرين في الدنيا، ومن أجل تحريك التفكير سألت سؤالاً عميقاً: أيهما أهم، ما تؤمن به من عقيدة أم تعاملك مع الآخرين؟!

وفي الفصل الثالث فكرت بصوت عالٍ وقلت: كل أتباع دين يرون أن دينهم هو الأفضل، ونحن نعيب عليهم ذلك ونطالبهم بأن يتأملوا في الإسلام حيث سيجدونه أفضل مما عندهم، فهل ينطبق ذلك على المسلمين أيضاً؟

وختمت الباب بالحديث عن خصال الأوروبيين، وذكرت حديث المستورد القرشي، الذي يذكر فيه عمرو بن العاص أوصاف الروم، وتساءلت هل الصفات المذكورة في الحديث الشريف مازالت موجودة في الأوروبيين اليوم؟

وأسأل الله تعالى أن ينفع بهذا الكتاب وأن تستمتعوا به كذلك وألاً تنسوني من صالح دعائكم.

د. طارق السويدان



1 كل فصل يبدأ بسؤال

2 ثم مساحة للقراء ليكتبوا إجاباتهم  
على السؤال فيها

3 ثم إجابتي ووجهة نظري

4 وأخيراً نماذج من إجابات الذين أجابوا  
على السؤال في مواقع التواصل  
الاجتماعي

»

د. طارق السويدان

## إرشادات عامة

الفصل الأول	من أنت؟
الفصل الثاني	كن أنت
الفصل الثالث	التحفيز
الفصل الرابع	علو الهمة





## الفصل الأول: من أنت؟

السؤال ؟

من أنت؟

ضع إجابتك في هذه المساحة قبل أن ترى الإجابات من فضلك



## إجابتي ووجهة نظري

من أنا.. هذا من أعقد الأسئلة التي لم يتفق الفلاسفة على إجابة حوله، ولعل الأسهل أن نجيب على السؤال التالي: « ما هي الأمور التي ليست أنت؟ »

فأنت لست اسمك: فإذا غيرنا اسمك هل ستصبح شخصاً آخر! وأنت لست عمك أو تخصصك الجامعي، وأنت لست طموحاتك ولا أهدافك، لأنها كلها قابلة للتعديل.

وأنت حتى لست جسديك، فإذا تم تغييره بعملية فهل ستكون شخصاً آخر!!!

وأنت الآن لست نفس الشخص الذي كنت عليه عندما كان عمرك (٥) سنوات، من كل النواحي: جسداً وعقلاً وعاطفة وروحاً، وقدرات ومهارات وشخصية، بل إن التشابه هو الاستثناء.

بأمر خالق السما	خليفة الأرض أنا
فيض من الحب سما	روح من الله سرت

## اعتراف

صديقاً.. أعترف أنني لا أعرف إجابة علمية على هذا السؤال « من أنت؟ »، لكن أفضل إجابة سمعتها هي إجابة الإمام الشهيد حسن البنا - رحمه الله - عندما سأله صحفي: من أنت؟ فقال: أنا روح جديدة تسري في جسد الأمة، فتحيتها بالقرآن.

الإمام الشهيد حسن البنا.. لم يكن مجرد رجل دين، يعلم الناس أمور دينهم، ويؤلف الكتب، بل كان يؤلف الرجال، الذين يستطيعون أن يحملوا لواء الدعوة من بعده

أبو الحسن الندوي

## إجابات مختارة من مواقع التواصل الاجتماعي

«أفضل مخلوقات الله على أرض الله، وربي سخر لنا جميع مخلوقاته الأخرى، جماد وحيوان ونبات...» د. مسعد ابراهيم

«أنا خليفة الله، أحيا لعمارة الأرض، على قانون الله، لأسعد في الدنيا والاخرة» لولو

«أنا أمة الله خلقني الله لعبادته.

أنا منظومة من المبادئ والقيم والمثل التي أعتقد وأؤمن بها.

أنا مجموعة من الأفكار والآراء ووجهات النظر والآمال.

أنا سلسلة من المشاعر والاحاسيس والعواطف

باختصار أنا الروح التي تحيا بأمر من الله، وتتوق إلى ما

يرضى الله» SaRa Altahir



## الفصل الثاني: كن أنت

### السؤال ؟

إذا لم تكن أنت أنت، فمن تود أن تكون (من الأحياء)؟

ضع إجابتك في هذه المساحة قبل أن ترى الإجابات من فضلك

أنا من أمة بناها رسول الله والوحي والكتاب المجيد

«أنا قلب حامل للقرآن، ويرجو من الله أن يوفقه، لينشر نوره في كافة الأرجاء» Esraa Elhady

«أنا هو أنا، وكل ما بقي قابل للتغيير» Ahmed Ibrahim

«أنا هو الفكر الذي أؤمن به» نايف الحاميش

«أنا سهم قد وضع في قوس، وشد وتره فأطلق بمولدي، واني مصيب إن شاء الله هدفي وقدري» Mohamed Magdy



## إجابات مختارة من مواقع التواصل الاجتماعي

«اكيد لا أود أن أكون إلا أنا.. لأنني وببساطة أعرف نفسي بسلبياتها وإيجابياتها.. فكيف أتمنى أن أكون المجهول؟  
Zina Abulhaija

«أتمنى أن أكون الشخص الذي أحوج ما تكون أمتنا اليه في هذا العصر»  
Abed Ali

«أنا وليس أي أحد غيري، ربنا خلق لي شخصية وكياناً وتفكيراً وعقلاً ومشاعر خاصة بي، تختلف عن أي شخص آخر...»  
Mr-Mohamed Essa

الإنسان لا يتطور بالراحة ، التجربة والمعاناة والمحاولة هي التي تطور روحه

إيمانويل كانت

الإنسان يتغير لسببين، حينما يتعلم أكثر مما يريد، أو حينما يتأذى أكثر مما يستحق

شكسبير

إجابتي ووجهة نظري

أعجبني رأي من قال يجب على الإنسان ألا يود أن يكون إنساناً آخر، مهما كان الآخر متميزاً أو قدوة، كما أن الإنسان يجب ألا يتمنى أن يبقى كما هو بإيجابياته وسلبياته، بل عليه أن يعمل على تطوير نفسه، وبناء عليه فأفضل إجابة هي «أود أن أكون أنا مع التحسين والتعديل للأفضل».

وهذه الإجابة تتحقق فيها المعاني التالية:

- الرضى بما اختاره الله تعالى لك وخلقك عليه دون اعتراض.
- الطموح نحو الأفضل وعدم القناعة بالواقع وهو أمر مطلوب شرعاً وعقلاً.
- الاستقلالية وعدم التبعية والتقليد لأحد مهما كان متميزاً، فالأسوة الوحيدة هو رسول الله ﷺ.

لا يسأل الإنسان الله تحقيق كل ما يتمنى، فما كل أمنيه خير له، ولكن ليسأله الخير والرزق والبركة

عبد العزيز الطريفي

## ●● الخاتمة

في هذا الجزء من أسئلة للتفكير حاولت أن أجعل القراء الكرام يتعمقون ويتأملون فهمهم للذات والعلاقات، حيث الكثير من الناس لا يفكر بذاته (من أنا؟) ومن يتمنى أن يكون.

كما أن الكثيرين لا يتأملون في معظم العلاقات التي يعيشونها، ولا يتساءلون عن حدودها، ولا عن قواعدها.

وأرجو أن يكون هذا الكتاب قد أجاب عن مجموعة من هذه التساؤلات، بل أرجو أن يكون قد جعل القراء الكرام يعيدون النظر في الكثير من الأمور التي يعتبرونها بديهية، ولم يعطوا أنفسهم وقتاً للتفكير بأعماقها.

والسؤال هو بداية الجواب، وكما قال سلفنا الصالح (حسن السؤال نصف الإجابة)، وأرجو أن يكون هذا الكتاب قد فتح الباب أو مهد الطريق للحصول على باقي الإجابة.

بل أتمنى أن يكون هذا الكتاب وهذه السلسلة قد أفادت القراء الكرام بأن أضافت لهم بعض أسس التفكير ومنهجيات النظر والتأمل، والأهم أن تكون قد أكدت لهم أن النظر والشك أمران مطلوبان، وكما قال صلى الله عليه

«نحن نعيش معهم، ونحس معهم بأمان لم نجد في بلادنا كمسلمين، ونشهد لهم بالأمانة وكثير من الأخلاق، التي افتقدناها في إخواننا للأسف..»  
Lola Farouk

«أوروبا والعالم الغربي وضعوا قواعد وقوانين فاحترموها ونفذوها، أما نحن المسلمين فوضع لنا الإسلام قواعد وقوانين فانتهكناها، وضرينا بها عرض الحائط، لنلحق بالغرب، وما زلنا نلهث للحاق بهم»  
Ali Ramadan

●● تابع الخاتمة

وسلم (نحن أولى بالشك من إبراهيم) رواه البخاري ومسلم، وذلك في تعليق الرسول صلى الله عليه وسلم على تساؤلات إبراهيم عليه السلام (رب أرني كيف تحيي الموتى) ، فهذا أمر لا يחדش في الإيمان، (قال أولم تؤمن قال بلى)، فالشك هنا بمعنى التساؤل ليزداد الفهم والإيمان (ولكن ليطمئن قلبي)، وهذا ما أريد من هذه السلسلة. زادكم الله تعالى علماً وإيماناً، ولا تنسوني من صالح دعائكم.

د . طارق السويدان

## اختبر فهمك حول الذات والعلاقات

هذا الكتاب هو الجزء الثاني من سلسلة (أسئلة للتفكير)، وفي هذا الجزء أقوم باختبار فهمك حول (الذات والعلاقات)، بطريقة خاصة في التأليف، وذلك بأن أقوم بطرح سؤال يحتاج للتفكير، ثم أترك مساحة للقراء للإجابة، ثم أعرض لهم وجهة نظري، ونماذج من إجابات سابقة.

### واليكم نماذج لبعض الأسئلة

- ١ - من أنت؟
- ٢ - إذا لم تكن أنت أنت، فمن تود أن تكون من الأحياء؟
- ٣ - هل يمكن للإنسان أن يكون بهمة عالية باستمرار؟
- ٤ - متى يكون الإنسان بأعلى درجات استثمار طاقته؟
- ٥ - هل من حق الوالدين اختيار التخصص لأولادهم؟
- ٦ - هل المرأة تابعة للرجل؟
- ٧ - هل أكثرية شباب الأمة اليوم متميزون أم تافهون؟
- ٨ - ماهي أهم خمس علاقات لديك بالترتيب (بعد الله تعالى ورسوله ﷺ)؟
- ٩ - نحن نعيب على أهل الأديان الأخرى أنهم يظنون أن دينهم هو الأفضل بدون تفكير في غيره، فهل ينطبق ذلك على المسلمين كذلك؟



9 789921 714258

