



المعهد للعلم والعمل

إصدارات معهد العلم والعمل  
سلسلة بالوحي نحيا  
قضايا إحيائية (١)

# انتصار من رحم الانكسار

محفزات لإدارة حالات الفشل والإحباط



إعداد:  
د. شريف طه يونس

Rushd Bookstore | مكتبة الرشد



# على عتبات الكلمات

الإنسان في هذه الحياة يعيش بين



وانكسارات،

انتصارات



ومرة يفوز وأخرى يخسر.

ولا يكاد أحدٌ منا تقريباً يخلو من اختبار مشاعر الهزيمة والانكسار  
(إيمانياً أو وجدانياً أو عمرانياً) ولو لمرة في حياته.

ولقد لاحظتُ في نفسي وفي غيري أننا لا نحسن التعامل مع لحظات  
الفوز والانتصار كما لا نحسن التعامل مع لحظات الهزيمة والانكسار.

ورغم خطورة سوء التعامل مع لحظات الفوز والانتصار،  
إلا أن سوء التعامل مع لحظات الهزيمة والانكسار أخطر، وحاجتنا لأن نتفقه  
في كيفية إدارة ذواتنا في هذه الحالات أكبر.

## لذا كانت هذه الكلمات

لمحاولة استبيانة ما لدينا من مواطن الجمال  
مهما تلطخنا بآثار المخالفات والأحوال،

ولمساعدة من أراد أن يستردَه؛  
ليتمكن من إسقاط الإحباط وبعث النشاط.



وستتناول في هذا الكتاب بإذن الله تسعه موضوعات،

منها ما هو جديد تماماً كموضوع (جمال رغم الأحوال)،

والذي يعتبر هو الموضوع الأساسي والأهم وصاحب المساحة الأكبر في الكتاب.

ومنها ما تم استيراده من بعض كتبنا الأخرى؛

لصلته الكبرى بموضوع الكتاب،  
وقد لا يعجب هذا البعض ويراه تكراراً.

◀ لكتني أحب أن أضع بين يدي القارئ كل ما يحتاج إليه؛ لأنني أحب أن معظم الناس الذين تم إحالتهم على كتب أخرى لا يستجيبون لتلك الإحالة. وليس من المعقول أن يطالع الإنسان أربعة أو خمسة كتب أو يشتريها؛ ليتمكن من استيعاب موضوعٍ ما.

◀ وبما أنه من المعروف أن كل إصدارات معهد العلم والعمل ليست استثمارية أو تجارية؛ فتتوقع أن يدرك القارئ أننا إنما نفعل ذلك لأجل مصلحته هو، فنسأل الله السداد والقبول.

### نوصي بشدة بمطالعة



وكتاب  
(الليلاد الجديد)



كتاب  
(إفلاس الانتكاس)،

«لتعمام الانتفاع بما جاء في هذا الكتاب



# الفهرس

على عتبات الكلمات.....	(ص: ٣)
أولاً: جمال رغم الأحوال .....	(ص: ٥)
ثانياً: الخطوات الأولى.....	(ص: ٦٠)
ثالثاً: أريد أن أستردني!.....	(ص: ٦٣)
رابعاً: إسقاط الإحباط، وبعث النشاط.....	(ص: ٦٩)
خامساً: لا تؤخرروا "ظلمت نفسي".....	(ص: ٧٨)
سادساً: وعكة إيمانية.....	(ص: ٨٣)
سابعاً: إنعاش.....	(ص: ٨٧)
ثامناً: أنا لست أنا، لقد تطورت.....	(ص: ٩٨)
تاسعاً: العورات والروعات.....	(ص: ١١١)
ورقة عمل.....	(ص: ١١٨)



# انتصار من رَحِم الانكسار

## (محفزات لإدارة حالات الفشل والإحباط)

- الإنسان في هذه الحياة يعيش بين انتصارات وانكسارات، 9مرة يفوز وأخرى يخسر.
- ولا يكاد أحدٌ منا تقريرياً يخلو من اختبار مشاعر الهزيمة والانكسار (إيمانياً أو وجداً نياً أو عمرانياً) ولو لمرة في حياته.
- وقد لاحظتُ أننا لا نحسن التعامل مع لحظات الهزيمة والانكسار؛ رغم أن خطورة سوء التعامل معها **أخطر**، وحاجتنا لأن نتفقه في كيفية إدارة ذواتنا في هذه الحالات أكبر.
- لذا كانت هذه الكلمات لمحاولة استبابة ما لدينا من مواطن الجمال، مهما تلطخنا بآثار المخالفات والأوهال، ولمساعدة من أراد أن يسترد هدوئه ليتمكن من إسقاط الإحباط وبعث النشاط.

### ◆ وتجدون في الكتاب العناوين التالية:

جمال رغم الأوهال - الخطوات الأولى - أريد أن أستردني! -  
إسقاط الإحباط، وبعث النشاط - لا تؤخرروا "ظلمتُ نفسي" -  
وعكة إيمانية - إنعاش - أنا لستُ أنا، لقد تطورت -  
العيورات والروعات.

