

كيف نتعامل مع لحظات الندم؟



كثيرا مانقع في اخطاء نعص 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 وقاسياذا لم نتجاوزه بسلام , نستفيد منه نوجهه لصالحنا دون أن نسمح له بأن يبدد جمال حياتنا , ويؤثر على مستقبلنا عندما يحاصرنا الاحساس بالذنب ويتردد في بالك كثيرا لو لم افعل كذا

أو لو أني فعلت كذا او لو أني لم أفرط وكنت متيقظا أكثر لكان 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..

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