

المجلد ٩ الاصدار ١٠

المشوقَة

المجلة التي تحركك!

كيف تجابه
عواصف الحياة

التوقعات العظيمة

الأبوة من القلب

إعداد الأطفال للعالم الواقعي

شهر شباط من الأشهر الصعبة بالنسبة لي. فبعض التواريخ في هذا الشهر تستحضر ذكريات مؤلمة، مما يجعلني أبذل جهداً كبيراً في الحفاظ على إيجابيتي. وبسبب ذلك، أنتظر شهر آذار بفارغ الصبر، والذي يُنذر ببداية فصل الربيع، رمز البدايات الجديدة.

ربما يخالجمك هذا الشعور حيال أشهر معينة من السنة لأسباب مختلفة. بالنسبة للبعض، قد يكون شهر كانون الثاني شهراً صعباً، لأنه موعد انتهاء العطلات، ويتوجب على معظم الناس العودة إلى العمل. البعض الآخر لا يحبون بداية فصل الشتاء المظلم مع البرد القارس والتحديات التي يجلبها، بينما لا يزال البعض الآخر يخشى شهور الصيف بسبب الحرارة الشديدة.

مهما كانت الحالة، فإن حياتنا عبارة عن جبال ووديان. هناك أوقات تسير فيها الحياة كما كنا نتمنى، ونكون في قمة الفرح والسعادة. ثم هناك أوقات أخرى نشهد فيها مواسم من الإحباط أو الفشل أو المرض أو الخسارة، والتي قد تجعلنا نشعر باليأس أو الحزن أو الوحدة.

في هذا العدد من المشوقة قمت بإضافة القصص والمقالات التي غيرت تفكيري، وساعدتني على استعادة منظور الصعود والهبوط في الحياة، وأعطتني القوة والتشجيع اللذان احتاجهما في الأوقات صعبة. أمل أن تكون قراءة هذه المقالات مصدر إلهام لكم، وأن توفر بعض الاستراتيجيات المفيدة، ليس فقط للتغلب على التحديات التي نصادفها بشكل حتمي في طريقنا من وقت لآخر، ولكن أيضاً من أجل التمسك بالفرح الذي يمكن أن ينبع حتى من أصعب التجارب.

كريستينا لين
عن المشوقة

٣ **مواسم شجرة**
لا تحكم على الحياة من موسمٍ صعبٍ واحد

٤ **كيف تجابه عواصف الحياة**

٦ **لماذا حبات البطيخ زرقاء؟**

٨ **التوقعات العظيمة**

٩ **قيمتنا**

١٠ **الأبوة من القلب**
إعداد الأطفال للعالم الواقعي

١٣ **أقوال ماثورة**
مواسم الحياة

المجلد ٩ الإصدار ١٠
كريستينا لين

العدد
أسرة التحرير

واثق زيدان

التصميم:

اتصل بنا:

motivated@motivatedmagazine.com
www.motivatedmagazine.com

موقع الكتروني:
بريد الكتروني:

المشوقة © ٢٠١٨
جميع الحقوق محفوظة

مواسم شجرة

لا تحكم على الحياة من موسمٍ صعبٍ واحد



أعيدت طباعته من الإنترنت، بتصريف

الابن الأخير اختلف معهم؛ قال إنها مثمرة، تتدلى منها فاكهة مليئة بالحياة. ثم شرح الرجل لأبنائه بأنهم جميعاً على حق، لأن كل واحدٍ منهم شاهد الشجرة في موسمٍ واحد من حياتها.

أخبرهم أنه لا يمكنك الحكم على شجرة أو شخص من خلال موسم واحد فقط، وأن السعادة والفرح والحب الذي يأتي من هذه الحياة، لا يمكن قياسه إلا في النهاية، عندما تمر جميع الفصول.

إذا استسلمت عندما يحل الشتاء، فستفقد وعد ربيعك، وجمال صيفك، ووفرة خريفك.

دعونا نحكم على الحياة من خلال النظر الى نتاج الفصول مجتمعة. دعوا فرحةً مواسم الحياة وتحدياتها تنسج بساطاً مزخرفاً جميلاً. ■

كان لرجلٍ أربعة أبناء. أراد أن يُعلم أبناءه عدم الحكم على الأشياء بتسرع. لذا أرسل كل واحدٍ منهم على حدى لإلقاء نظرة على شجرة كمثرى بعيدة جداً.

ذهب الابن الأول في الشتاء، والثاني في الربيع، والثالث في الصيف، والابن الأصغر في الخريف. عندما غادروا جميعاً وعادوا، قام باستدعائهم معاً لوصف ما شاهدوه.

قال الابن الأول أن الشجرة كانت قبيحة، منحنية وملتوية.

قال الابن الثاني: لا، كانت مغطاة ببراعم خضراء وواعدة.

لم يوافق الابن الثالث على ذلك، وقال بأنها كانت جميلة، مليئة بأزهار ذات رائحة رائعة جداً، وكانت أكثر الأشياء التي شاهدها جمالاً على الإطلاق.

كيف تجابه عواصف الحياة

بقلم داريل فان تونجيرين

الشتوية فهناك ثلاثة أشياء يمكنك القيام بها لكي تتحمل بل وتستمتع بموسم الحياة.

١. كن متيقظاً.

التيقظ هو عندما نتخلص من أحكامنا المسبقة على مواقف معينة. بدلاً من ذلك، فإننا نختبرها على حقيقتها. قد يكون أمراً صعب التنفيذ، لكن تخيل أن لا نحدد أو نحكم على تجربة ما بأنها جيدة أو سيئة، إنها مجرد تجربة. بمجرد أن نزيل التقييم السلبي عن لحظتنا "الشتوية"، نبدأ في تجربة الحياة على أكمل وجه.

٢. ثق بنفسك.

أنت أقوى بكثير مما تعتقد. ذكّر نفسك بمدى قوتك، وبالمواقف التي تغلبت فيها على الصعاب. من المفيد أن تذكر نفسك بأنك فعلت هذا من قبل، ويمكنك القيام به مرة أخرى.

٣. تماماً مثل فصل الشتاء، سوف تمر لحظات الحياة الصعبة.

اللحظات والتجارب الصعبة، والمشاكل الصحية أو الخسائر لا يجب أن تحدتنا. يمكننا أن نضاف إلى قصة حياتنا وتساعد في بناء شخصيتنا، لكننا أكثر من مجرد ظروفنا. تذكر أن تحصل على الدعم من خلال التحدث إلى صديق أو مستشار، وعبر الاعتناء بنفسك. مثل برد الشتاء، سيكون من السهل عليك تحمله، فهو سينتهي بعد حين.

ربما مع تغيير طفيف في التفكير، يمكننا أن نتعلم الاستمتاع بجميع مواسم الحياة. - حتى شهر شباط. ■

يمكن أن يكون شهر شباط صعباً بالنسبة لأولئك الذين لم يحالفهم الحظ في العيش في مناخات معتدلة. فهو بارد جداً، وامتجد في بعض الأحيان. مع شعوري بالقشعريرة بسبب درجات الحرارة المتدنية، والثلوج التي تهطل بغزارة، قلت لنفسي: سوف يمر هذا أيضاً.

الحياة مواسم. بعض أجزاء الحياة مثل الربيع، بدايات جديدة، ووظيفة جديدة أو فرصة فريدة. دائماً ما تكون البدايات مثيرة ومنعشة للغاية، مليئة بالأمال الكبيرة. الاحتمالات لا حصر لها. الصيف هو عندما تكون أمور الحياة سهلة وتسير على ما يرام. تزدهر العلاقات، ويبدو العمل سلس، والأيام السعيدة تصبح طويلة. أما فصل الخريف فيجلب تغييراً بارداً منعشاً، ولكن نشعر فيه بالحنين إلى الماضي والأيام الضائعة، ويكون تنكيراً لنا بما ينتظرنا.

تتغير الحياة في بعض الأحيان، مما يجعلنا نتذكر الماضي ونشتاق إليه. نترك الأصدقاء من أجل فصل جديد، أو نقول وداعاً لأحد الأحباء، أو ننتقل لنغتنم فرصة أخرى. وكما هو الحال دائماً، يأتي الشتاء. البرد وقساوة الموسم المريرة التي تختبر همتنا، تطرح سؤالاً: ما مدى قوتك؟

عندما تنهال علينا مواسم الحياة الشتوية - من خلال فقدان أحد الأحبة، أو انتهاء فترة رائعة في حياتك، أو إنتهاء شيء لم تكن تتخيل بأنه سينتهي - في كثير من الأحيان يتغلب الحزن علينا. كيف حدث هذا؟ الى متى سيستمر؟ هل سأتمكن من النجاة؟ هل أنا قوي بما فيه الكفاية؟

الشتاء يختبر عزيمة الناس، ويكافئ أولئك الذين يصممون على النجاح بمنحهم الأمل بقدم الربيع. عندما تجد نفسك في لحظات الحياة

لماذا حبات البطيخ زرقاء؟



بقلم جيسي ريتشاردز

الاعتيادية لا زال الأمر يستغرقني ٩٠ دقيقة لكي أغفو، وهذا لا يحدث عادةً لأنني أشرب القهوة في وقتٍ متأخر من اليوم، أو لأنني لم أمارس الرياضة بشكلٍ كافٍ.

أواجه صعوبة في النوم العميق منذ أن كنت طفلة. على مدار السنوات القليلة الماضية، تحسنتُ بشكلٍ كبير، من خلال تثقيف نفسي بالأشياء التي يمكن ولا يمكن فعلها. مع ذلك، في الليالي

يبدو أن عقلي لديه عقله الخاص به، وهو بالتأكيد لا يريد الذهاب للنوم - أبداً. عندما أقرر الإستسلام لنوم، يثور وينطلق في فعل شيءٍ آخر كلياً، من التخطيط إلى الفلسفة.

عندما أستلقي في فراشي، مع معرفتي بأنني لا أستطيع أن أجعل نفسي أفكر في أي شيء، أحاول توجيه أفكاري نحو أشياء ممتعة وغير مرهقة. أفكر بأشياء لها أقل قدر ممكن من الارتباط بالحياة الواقعية. وفي نهاية المطاف تفسح أفكاري المزدحمة الطريق لأفكار أقل زخماً، والتي تفسح بدورها المجال أمام أفكار أخرى خفيفة ومفرحة. ثم تأتي أخيراً اللحظة التي أعتز بها كل ليلة، لحظة التفكير الذي ليس له معنى على الإطلاق.

سيكون الحوار الداخلي على هذا النحو: غداً أحتاج إلى الرد على هذا البريد الإلكتروني قبل أي شيء... ليس من المفترض أن تخطط لقائمة مهامك الآن. كانت تلك المحاضرة التي استمعت إليها في ذلك اليوم رائعة... لا، هذا لن ينجح. إنها مثيرة جداً للاهتمام... لذا، في نهاية هذا الأسبوع سأذهب لتناول العشاء مع صديق. وهذا هو السبب في أن حبات البطيخ زرقاء. أبتسم وأكون ممتنة لأنني أعلم بأنني خلال اللحظات القليلة القادمة سوف أنام بسلام.

المسألة تتلخص كالاتي، شيءٌ "خاطئ" أو لا معنى له يمهد الطريق لشيءٍ جيد. في حالة الأرق التي أعاني منها فإن الشيء الجيد - النوم - لا يأتي على الرغم من الأفكار العشوائية الغريبة، التي أحاول استحضارها. لكن تلك العشوائية تجر معها أفكاراً متناغمة ومريحة في النهاية.

هذا يجعلني أتساءل عما إذا كانت هناك طرق وأوقات أخرى في الحياة يحصل فيها سيناريوهات مماثلة، ربما هناك نمط لم أنتبه له. نسمع بين الحين والآخر قصصاً عن أحداث غير مألوفة تصبح قصصاً جميلة ومثيرة -

شخص ما يتعرف على حبيبة حياته بينما هو عالق في أحد المطارات نتيجة التأخير بسبب الظروف الجوية السيئة على سبيل المثال - ولكن هناك أيضاً سيناريوهات أقل دراماتيكية وتحدث أكثر بشكل يومي. لقد فقدت مؤخراً شيئاً عديم الأهمية، ولكن عندما كنت أبحث عنه وجدت شيئاً آخر أكثر أهمية بالنسبة لي والذي لم أتمكن من العثور عليه منذ شهور.

لقد آمنت دائماً بوجود الخير في كل المواقف، على الرغم من السوء. لكن مع ذلك، كان لدي اعتقاد مفاده أن الوصول إلى الخير سيكون عبر طريقٍ قبيحة وفوضوية ستمنعني من أن أستمع به.

لقد بدأت الآن في ايجاد قدرٍ من الترقب والسرور في اجتياز ما هو "قبيح وفوضوي". أتعلم الخوض في الأشياء السيئة بعقلية "هذا يمكن أن يؤدي إلى شيءٍ رائع!". وهذا ما يحصل في كل مرة، تتملكني طاقة أكثر إيجابية وأكثر متعة عندما أسعى للحصول على الأفضل بدلاً من الخوف من الأسوأ. لقد وجدت أنني عندما أبحث عن الأمر الصالح أجد الاثنان مرتبطين معاً، وأن الأمر السيء يساعد في الحصول على الأمر الصالح في الكثير من الأحيان.

إنها ليست مجرد مسألة تظاهر بالسعادة، بغض النظر عن مدى سوء الأمور، فإنني في الواقع أكون سعيدة عندما تبدو الأمور متزعزعة، لأنك لا تعرف أبداً ما الذي سيحدث. قد تكون واحدة من تلك الأوقات التي يجتمع فيها السيء والجيد معاً.

كل ليلة، عندما تراودني هذه الأفكار التي لا معنى لها والتي بدأت أحبها، أفكر أن مبدأ "الأمر الغريبة تؤدي إلى الجمال" هو أكثر من مجرد احتمال نظري. هذا يحدث لي كل ليلة تقريباً. والآن، لدي المزيد من الأسباب للابتسام. ■

التوقعات العظيمة

بقلم ماري ستوري، بتصرف

إنها تعطي مصطلح ”جوع الاهتمام“ معنى جديد تماماً.

المكان الوحيد الذي لم تحاول الوصول إليه هو سريري، لأن ارتفاعه أكثر من ضعف طولها، وحتى عندما تقف على ساقيها الخلفيتين فإنها بالكاد تستطيع رؤية السرير من الأعلى. لذلك كانت تجلس وتبدو مثيرة للشفقة في انتظار أن ينزل شخصٌ ما وينتبه لها. لم تحاول القفز أبداً لأن السرير كان عالياً جداً.

هكذا كان الأمر إلى أن أدركت بأنها تستطيع القيام بذلك.

وفي إحدى الأمسيات قفزت كثيراً بشكلٍ مثير للدهشة، وتمكنت من القفز مباشرة فوق السرير. الآن تستطيع القفز في أي وقتٍ تشاء.

ومن المؤكد أن هذا الأمر مزعج، ولكنه جعلني أفكر في عدد المرات التي نعيق فيها أنفسنا بسبب عدم إيماننا بأنفسنا. نحن فقط نعتقد

غالباً ما نفتقد الثقة في قدراتنا ونعيق أنفسنا من خلال التفكير السلبي. ولأننا لا نعتقد بأن بمقدورنا القيام بأشياء معينة، فإننا لا نحاول في كثيرٍ من الأحيان.

لديّ حيوانٌ مدلل. هدفها الوحيد في الحياة هو أن تكون مركز الاهتمام. ستفعل أي شيء تقريباً لجعل شخصٍ ما يداعبها. إنها مصممة وعنيدة للغاية، ونادراً ما تترك أي شيء يمنعها من الوصول إلى هدفها المتمثل في الحصول على الانتباه الكامل. إذا كنتُ جالسةً على الأريكة مع الكمبيوتر المحمول فإنها تزحف أسفل ذراعي وتحاول دفع الكمبيوتر المحمول بعيداً - أو تتسلق فوقه مباشرة ان استطاعت ذلك. إذا كنت أقوم بالطبخ أو التنظيف فإنها تقوم بالدوران حول قدمي في انتظار أن أنظر إليها. وإذا كانت بعيدة، فإنها تقفز في الهواء بشكلٍ محموم حتى يلاحظها أحد ويداعبها.

قيمتنا

الكاتب غير معروف

بدأ أحد المتحدثين المعروفين ندوته برفع ورقة نقدية بقيمة ٢٠ دولاراً. في قاعة تحوي ما يقارب الـ ٢٠٠ شخص، سأل "من يريد الحصول على العشرين دولاراً هذه؟"

بدأت الأيدي ترتفع.

قال: "سأقدم ٢٠ دولاراً لأحدكم، لكن أولاً..". وشرع في ثني ورقة الـ ٢٠ دولار. ثم سأل "من يريد الآن؟" ظلت الأيدي مرتفعة في الهواء.

أجاب: "حسناً، ماذا لو فعلت هذا؟" وألقى بها على الأرض وبدأ بطحنها فوق الأرض بحذائه.

قام بالتقاطها، بعد أن أصبحت مهترئة وقذرة. قال: "والآن من الذي لا يزال يريد؟" مازالت الأيدي مرتفعة في الهواء.

"يا أصدقائي، لقد تعلمتم جميعاً درساً قيماً للغاية. بغض النظر عن ما فعلته بالمال، ما زلتם ترغبون به لأن قيمته لم تنخفض. ما زالت قيمته ٢٠ دولاراً.

في كثيرٍ من الأحيان في حياتنا، يتم إسقاطنا أرضاً وطحننا ورمينا في الأوساخ بسبب القرارات التي نتخذها والظروف التي تأتي في طريقنا. فنشعر كما لو أنه لا قيمة لنا. ولكن بغض النظر عما حدث أو ما سيحدث، فإنك لن تفقد قيمتك أبداً.

أنت مميز! لا تنسى هذا أبداً!

أنا لا نستطيع القيام بهذا أو ذاك، لذلك نحن لا نحاول.

لقد سمعت الكثير من القصص مؤخراً عن أشخاص تمكنوا من الحصول على وظائف جيدة لم يكونوا مؤهلين تقنياً لها، لكنهم حصلوا عليها لمجرد أنهم كانوا على استعدادٍ للمحاولة.

حصل شخصٌ أعرفه على وظيفة مهندس، حيث عمِل في مجال منتجات السباكة ذات التقنية العالية. لم يكن قد حصل على تدريبٍ رسمي فيه؛ ولم يكن حتى مجالاً يفكر فيه. لكن الفرصة جاءت له لدخول هذا المجال، فتلقى التدريب عليه، وأصبح الآن ناجحاً الى حدٍ كبير.

حصل صديقٌ آخر على وظيفة كمطور مواقع الكترونية. كان ذلك مجالاً اشتغل فيه من قبل، لكنه لم يعرف سوى القليل جداً عنه. الآن، وبعد الكثير من التعلم والمتابعة، حقق هذا الرجل أكثر بكثير مما توقعه - مجرد أنه كان على استعداد للقيام بهذه القفزة الأولى.

ماذا عنك؟ هل من الممكن أنك تُعيق قدرتك على القيام بشيءٍ خاص في حياتك - أو حتى شيءٍ ترغب في القيام به ولكنك غير متأكد من قدرتك على ذلك - لأنك قلت لنفسك بأنك "لا تستطيع" مراتٍ عديدة لدرجة أنك توقفت عن الاعتقاد بأنه ربما يمكنك القيام بذلك.

يرى بعض الناس أنه من "التواضع" أن يكون لديهم رأي ضعيف حول أنفسهم وقدراتهم. إنهم يخبرون أنفسهم بكل أنواع الأعذار، مثل "أنا لست بهذا الذكاء" أو "هذه الوظيفة للأشخاص الموهوبين". يمكن أن ينتهي الأمر بحديثنا السلبي عن الذات وعدم إيماننا بهزيمتنا.

لا يشارك العداء الأولي في سباق وهو يعتقد بأنه ربما يستطيع الفوز به. من المؤكد أنه لا يخوض السباق ظناً منه بأنه لا يستطيع الفوز. إنه يقرر بأنه سوف يفوز، ويركض كما لو أن الميدالية هي بالفعل له. إبدأ بتوقع أنك تستطيع القيام بالمزيد. اتخذ هذه الخطوة الأولى المخيفة، وابدأ التحرك، ثم استمر بالانطلاق.



اعداد الأطفال للعالم الواقعي

بقلم د. راي غوارندي، بتصرف

الأساسي للكبار هو حماية الأطفال من الأشياء القبيحة وغير الأخلاقية في الحياة أثناء تشكيل شخصية الطفل. كان إبقاء الأطفال بريئين هدفاً يجدر الاهتمام به، وهو علامة على الأبوة المسؤولة والحكيمة. وبعد فترة وجيزة، وعبر التطور الطبيعي للحياة، سوف يواجه الشاب المنتقل من مرحلة الطفولة ما هو وراء تلك المرحلة.

في الجيل أو الجيلين الأخيرين، أصبحنا نتجه نحو التنوير والتعليم. الآن نحن ندرك أهمية تدريب الأطفال من الناحية "النفسية الاجتماعية" على التعامل مع الواقع القاسي حين يهاجمهم. علاوة على ذلك، إذا قمتَ بمنع ذلك لفترة طويلة فإن الطفل سيصاب بصدمة عاطفية وأخلاقية عندما يواجه العالم الحقيقي في النهاية. سيطغى عليه الشر أو يغويه، أو يسحقه اليأس. سوف تكون براءته هي سبب تراجعه.

لدي بعض الأسئلة حول هؤلاء الأطفال الذين يعرفون العالم الحقيقي. من الأكثر قدرة على

"عزيزي الدكتور راي، أحاول جاهدةً أن أبقى أطفالاً بريئين، وأن أربيهم ببطأ أكثر من أقرانهم. يُقال لي على الدوام "لا يمكنك حمايتهم إلى الأبد. أنت في العالم الحقيقي. يجب عليهم أن يتعلموا التعامل مع الحياة". - ام حريصة

نعم، لا يمكنك حمايتهم إلى الأبد، فأنت في العالم الحقيقي. وعليهم أن يتعلموا التعامل مع الحياة. ولكن ما علاقة أي من هذا بتربية أطفالك وفقاً لسرعتك، وليس وفقاً لسرعة العالم؟

ان ما تسمعونه يندرج ضمن قائمتي لأهم عشرة مفاهيم غير منطقية يواجهها الآباء اليوم. وحيث أنها تتكرر كثيراً؛ فقد هيمنت على عملية تنشئة الأطفال. نحن نؤمن بأنها صحيحة لمجرد أن الجميع يقولون بأنها كذلك.

دعونا نعود إلى الجيلين الماضيين، عندما كان تقديم الآراء الغير مطلوبة حول عملية تربية الآخرين لأبنائهم يُعتبر تدخلاً وأمرًا غير مهذب. كانت حماية الأطفال تعتبر اجتماعياً ومعنوياً وعاطفياً أمراً مهماً للغاية. في الواقع، كان الواجب



مقارنةً بالآباء الذين لا يقومون بحماية أطفالهم بشكلٍ كافٍ، يمكن للآب الصالح أن يبدو وكأنه يبالغ في الحماية. في الحقيقة فإن إشراف الأم وحذرها أو يقظتها هي أمرٌ صحي وحكيم. فقط عندما يفوت الأوان، يدرك الكثير من الآباء أنهم لم يقوموا بحماية أطفالهم بشكلٍ كافٍ. علمتني تجربتي أن الكثير من الأطفال يعانون من مشاكل معينة عندما يصلون سن البلوغ ليس لأنهم نشأوا ببطء، ولكن لأنهم رأوا وتعلموا مبكراً جداً. لذلك تمسكي بموقفك أيتها الأم. أعطي الحرية الاجتماعية في وقتٍ متأخر من طفولتهم. قومي بحماية البراءة. ضعي قاعدة أخلاقية قوية قبل أن تدعي العالم يهاجمها. سيتم مكافأة الإفراط في حمايتك عن طريق كسب الحياة الحقيقية.

ريموند. ن. غوارندي والمعروف باسم الدكتور راي، هو طبيب نفسي ممارس ومختص في قضايا الأبوة والسلوك. يدافع غوارندي عن نهج الحس السليم لقضايا تربية الطفل والانضباط. ■

التغلب على إغراءات وتحديات الحياة؟ هل هو الطفل الناضج أم غير الناضج؟ هل يعرف الطفل ذو السبع سنوات ما يدور حوله في الحياة؟ من هو الأكثر قدرة على مواجهة قبح الحياة، طفلٌ ذو أخلاق يبلغ من العمر ثماني سنوات أم شاب ذو أخلاق يبلغ من العمر ثمانية عشر عاماً؟ عكس البراءة ليس النضج؛ إنها الخبرات الحياتية. الخبرات الحياتية التي اكتسبها الطفل خلال فترة الطفولة لا تجعله أفضل في التعامل مع العالم، هي فقط تجعله أكثر راحةً في مواجهته.

معظم الآباء والأمهات في الوقت الحاضر مُتَهَمُونَ بالحماية المفرطة، ولكنهم ليسوا كذلك. إنهم لا يربون أطفالهم بشكلٍ عاطفي. كما أنهم لا يركضون أمام أطفالهم يجرفون كل عقبات الحياة وإحباطاتها. إن حمايتهم مدفوعة أخلاقياً. إنهم يريدون حماية أطفالهم من المواقف والأشخاص الذين يمكن أن يطغوا على حكمهم أو ضمائرهم الصغيرة.



مواسم الحياة

إن نعمة الانتظار تُهدر على من لا يصبرون،
والوفاء بالوعد ليس من شيمهم. إنهم يريدون
إجابات سريعة على أعمق الأسئلة المتعلقة
بالحياة، ويفتقدون قيمة أوقات الانتظار الشديدة
والسعي الدؤوب وعدم اليقين الى أن تأتي
الإجابات. سيفوتوا اللحظة المذهلة التي يتم فيها
الكشف عن الإجابات. - دايتريش بونهورفر

جميع الأشجار تفقد أوراقها ولا تشعر أيُّ منها
بالقلق - دونالد ميلر

عندما تهب رياح التغيير ، تذكر ... أن ما يبدو
ميتاً هو ببساطة الاستعداد لموسمٍ جديد. - جين
لي لوجان

الطريقة الوحيدة لفهم التغيير هي بالانغماس
فيه والتحرك معه ومشاركته الرقص. - ألان
واتس

لا أعرف ما الذي يكمن خلف الزاوية، لكنني أوْمن
بأن الأفضل سيكون هناك - آن غرين غابلز
احتضن الموسم الحالي من حياتك. - غابرييل
بليز

ستعيش كل المواسم، لكنها لن تكون مثمرةً
دائماً. اجعل نفسك دائمة التطور والازدهار - بن
اوكمان

كن على دراية بالموسم الذي أنت فيه واحرص أن
تتواجد هناك - كرستين دالتون

عدم الراحة، القلق، التوتر والإجهاد - كل
أشكال الخوف - ناتجة عن الكثير من التفكير
في المستقبل، وعدم التفكير الكافي بالحاضر.
الشعور بالذنب والندم والاستياء، الظلم والحزن
والمراة وجميع أشكال عدم التسامح ناتجة عن
الكثير من التفكير في الماضي، وعدم التفكير
الكافي بالحاضر. - إيكهارت توللي

هناك موسم لكل شيء، ووقتٌ لكل أمر على وجه
الأرض. - سفر الجامعة