

إذاعة عن اليوم العالمي للسعادة

بسم الله الرحمن الرحيم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أعزائي الطلاب والطالبات وادارة المدرسة والاداريات والمعلمات

أهلاً وسهلاً بكم في هذا اليوم المميز، حيث نقدم لكم إذاعة مدرسية خاصة بمناسبة اليوم العالمي للسعادة. الذي يصادف العشرين من مارس من كل عام.

ونقدم لكم في هذه الإذاعة مقتطفات تتحدث عن أسرار السعادة وكيف يمكن للإنسان أن يبني حياة سعيدة.

فقرة القرآن الكريم عن السعادة

نبدأ فقراتنا بفقرة القرآن الكريم ومع الطالبة

من آيات القرآن التي تتحدث عن السعادة .

في سورة هود: "وأما الذين سعدوا ففي الجنة خالدين فيها ما دامت السماوات والأرض إلا ما شاء ربك عطاء غير مجذوذ" (هود: 108).

وفي سورة هود أيضاً: "يوم يأتي لا تكلم نفس إلا بإذنه فمنهم شقي وسعيد" (هود: 105).

وفي سورة آل عمران: "فرحين بما آتاهم الله من فضله ويستبشرون بالذين لم يلحقوا بهم من خلفهم ألا خوف عليهم ولا هم يحزنون" (آل عمران: 170).

فقرة الحديث الشريف عن السعادة

تقدمه الطالبة :-

إن رسول الله (صلى الله عليه وسلم) كان أكثر الناس اهتماماً بسعادة أمته في الدنيا والآخرة، وقد شرح في أحاديثه أسباب السعادة، ومن هذه الأحاديث:

عن أبي يحيى صهيب بن سنان رضي الله عنه. قال: قال رسول الله (صلى الله عليه وسلم): "عجباً لأمر المؤمن إن أمره كله له خير. وليس ذلك لأحد إلا للمؤمن: إن أصابته سراء شكر فكان خيراً له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيراً له" (صحيح مسلم).

فقرة تعريف السعادة

تقدمها الطالبة :-

السعادة، هي اللحظات الجميلة التي نشعر بها داخل قلوبنا، تلك اللحظات التي تملأ حياتنا بالبهجة والارتياح. وفي هذا اليوم الخاص، نحن هنا لتحدث عن هذا الشعور الرائع وكيف يمكننا جميعاً تحقيقه في حياتنا اليومية.

السعادة ليست في الأشياء الكبيرة فقط، بل في اللحظات الصغيرة التي نتشاركها مع أحبائنا. وفي الإيجابية التي نحملها في قلوبنا، إنها تبدأ من الداخل. حيث يقال: 'إن السعادة ليست وجهاً جديداً، إنما نظرة جديدة ومع نهاية المقدمة،، ونتمنى لكم يوماً مليئاً بالسعادة والإيجابية.

هل تعلم عن السعادة

تقدمه الطالبة :-.....

هناك بعض العوامل الأساسية المتعلقة بالسعادة وطرق اكتسابها منها

١/ ممارسة الرياضة

٢/ الحفاظ على الابتسامة يؤثر في تحسين معنويات الإنسان،

٣/ القيام بمساعدة الآخرين .

٤/ تعديل أسلوب التفكير للإيجابية دائماً .

٥/ التحلي بروح التفاؤل والعطاء .

كلها عناصر قد تسهم في رفع درجات الشعور بالسعادة.

مفهوم السعادة بشكل آخر تقدمه لنا الطالبة :-.....

مفهوم السعادة ليس مرتبطاً بغياب المصاعب. بل يتمثل في الإمكانية على مواجهة الصعاب بشكل إيجابي، وهذا الأمر يعتبر عنصراً أساسياً للوصول إلى الشعور بالسعادة ضمن مسيرة الحياة ويمكن للموقف الإيجابي والابتعاد عن الانشغال بأفكار سلبية أن يلعب دوراً مهماً في تحسين الحالة الذهنية. كما يبدو أن الاتصال بالطبيعة وتمضية الوقت في الفضاء المفتوح يساعد في تقوية الإحساس بالراحة والسرور ، فخلاصة الأمر إن الإجراءات البسيطة التي نقوم بها يومياً كأن نتناول طعاماً صحياً. ونمارس النشاط البدني، ونرسم الابتسامة على وجوهنا ونحافظ على التفاؤل. كل هذه الأمور تسهم في تعزيز الحالة المعنوية وتعمل على زيادة مستويات الفرح في حياتنا.

تأثير السعادة على الصحة الجسدية وهذه الاسطر تقدمها الطالبة :-.....

هناك العديد من الدراسات التي أظهرت أن الأشخاص الذين يعيشون حياة سعيدة قد يكونون أقل عرضة للإصابة بالأمراض القلبية والأمراض الأخرى المزمنة. يرتبط التفاؤل والسعادة بتحسين جودة الحياة وتعزيز الصحة العامة.

ماذا قال أحد الشعراء عن السعادة بصوت الطالبة:-.....

ولست أرى السعادة جمع مال ولكن التقى هو السعيد

فتقوى الله خير الزاد ذخراً وعند الله للأتقياء مزيد

وفي الختام لا يسعنا سوى الوقوف مع هذه الدقائق الأخيرة في إذاعتنا الصباحية شكراً لأسماعكم الطيبة، زملاءً ومدربين،

سائلين الله أن يكتب لكم السعادة، وأن يُمهّد لكم الطريق نحوها،

وأن نُذكر بأنّ السعادة الحقيقة تكمن في التصالح مع الذات، وفي اعتناق الأفكار الإيجابية التي تُعتبر طريقاً مُختصراً نحوها،

وفك الارتباط العنيف الذي يظنّه النَّاس حاضراً ما بين السعادة والمال، فكم من ثريٍّ حزين ومكتئب، وكم من فقير أو متوسط الحال يذخر بأسمى آيات السعادة، لأنّ السعادة هي فكرة صادقة، تُولد في الدماغ، وترتقي مع رُقي الإنسان الفكري والأخلاقي،

تقديم فريق المجلس الطلابي من اعداد وتنفيذ التوجيه الطلابي بالمدرسة أ. عائشة زامل الشهيل

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.