



Breaking
Controlling
POWERS

كسر القوى المسيطرة

جويس ماير
Joice Meyer

كسر القوى المسيطرة

بقلم

جويس ماير

كسر القوى المسيطرة

المؤلف : جويس ماير
الناشر : P.T.W للترجمة والنشر
المترجم : د. عادل كمال
المطبعة : دار إلياس للطباعة ت: ٢٩٨١٧٣٥

المراجعة والجمع التصويري و الإعداد الفني والتوزيع
P.T.W للترجمة و النشر

ت: ٦٦٧٨٩٨٠ - ٦٦٧٨٩٨١

رقم الإيداع : ٢١٦٠١ / ٢٠٠٦
الترقيم الدولي : 7-88-4216-779
الطبعة الأولى : Copies 30,000

جميع حقوق الطبع في اللغة العربية محفوظة للناسر وحده،
ولا يجوز استخدام أو إقتباس أى جزء أو رسومات توضيحية من الواردة
في هذا الكتاب بأي شكل من الأشكال بدون إذن مسبق منه.

English title:

Breaking Conrolling Powers
copyright © 2005 By Joyce Meyer
ISBN: 0-446-69746-X
Arabic edition © 2007 by PTW

المقدمة

هناك وباء يحتاج مجتمعاتنا اليوم اسمه عدم الأمان. فالكثيرون لا يشعرون بالأمان وغير راضين عن أنفسهم، مما يسلبهم الفرحة ويسبب لهم مشاكل كبرى في كل علاقاتهم.

فالذين عانوا آلاماً قاسية من جراء الرفض الشديد أو الإيذاء كما حدث معي كثيراً ما يبحثون عن إعجاب الآخرين واستحسانهم في محاولة للتغلب على الشعور بالرفض وصغر النفس؛ إذ تدفعهم معاناتهم من هذه المشاعر لاستخدام إدمان الإعجاب للتخلص من ألمهم. والإدمان هو كل ما يسيطر على الناس - ويشعرون بالعجز في عدم وجوده؛ أو هو أمر يفعلونه للتخلص من الألم أو الضغوط وهو ما يلجأ إليه الناس عند شعورهم بالوحدة أو الأذى. وللإدمان صور كثيرة مثل المخدرات والكحوليات والقمار والجنس والتسوق والأكل والعمل وحتى الإعجاب نعم الإعجاب. ويبحث الشخص المفتقد للأمان - مثل المدمن عما "يُثَبَّت" وضعه عندما يتعرض للاهتزاز. فيحتاج لمن يؤكد له ويطمئنه أن كل شيء على ما يرام وأنه مقبول.

والمدمن على شيء ينشغل به طول الوقت وبالتالي فإذا
أدمن أحدهم الإعجاب فسيظهر اهتماماً غير طبيعي
ويجتاحه سيل من الأفكار عما يظنه الآخرون به. لكن الخبر
الساار أنه ما عاد لأحد أن يعاني من عدم الأمان، فهناك
شفاء من إدمان الإعجاب. تقول كلمة الله أننا يمكن أن
نحظى بالأمان من خلال يسوع المسيح (انظر أفسس
٣: ١٧). ويعني ذلك أننا أحرار لنكون أنفسنا ونصبح كل ما
نستطيع أن نكونه في شخصه العظيم.

(١) قطع الصلة بشخصية "مُرضي الناس"

علينا أن نكون مرضين لله، لا مرضين لأنفسنا أو مرضين للناس. فإذا كنا مدمني الإعجاب فربما كنا أيضًا مرضين للناس. وعادة ما نكتشف بخبرتنا أننا إذا لم نرضِ الناس فلن يتقبلونا، وبالتالي فإذا خرج احتياجنا للإعجاب عن نطاق التوازن فلن يكون أماننا أي خيار سوى "إرضاء الناس".

والرغبة في أن تكون مريضاً عنك ومقبولاً تعدّ من الصفات الطبيعية. بل يمكن القول إنها مقدسة. يريدنا الله أن نكون صالحين مع الناس ونجتهد في إراحتهم. بل يعلمنا الكتاب أن نعتاد ممارسة إرضاء القريب: "فليَرْضِ (فليُسعد) كل واحد منا قريبه للخير لأجل البنیان (لتقويته وبنائه روحياً) لأن المسيح أيضًا لم يَرْضِ نفسه (لم يفكر فيما يهمه شخصياً)" (رومية ١٥: ٢-٣).

قال الرسول بولس في رسالته إلى أهل غلاطية أنه لم يبحث عن الشعبية وسط الناس إلا أنه قال في ١ كورنثوس إنه

حاول إرضاء الناس وتطويع نفسه لأرائهم ورغباتهم حتى ينالوا الخلاص.

“ أفأستعطف الآن الناس أم الله. أم أطلب أن أرضي الناس. فلو كنت بعد أرضي الناس، لم أكن عبدًا للمسيح ” (غلاطية ١: ١٠).

“ كما أنا أيضًا أرضي (أطوع نفسي لآراء ورغبات واهتمامات الآخرين، متوائماً مع) الجميع في كل شيء غير طالب ما يوافق نفسي بل الكثيرين لكي يخلصوا ” (١كورنثوس ١٠: ٣٣).

عند أخذ هاتين الآيتين في الاعتبار يبدو لنا كأنهما تناقض أحدهما الأخرى ومع ذلك فلا تناقض إذا فهمنا خلفيتهما. كان بولس يريد إرضاء الناس. وأراد الحفاظ على علاقات طيبة معهم، خاصة لأجل هدف قيادتهم إلى قبول يسوع مخلصاً لهم. وكان يريد أيضًا إرضاء الله وتتميم دعوته لحياته. وقد عرف بولس كيف يحافظ على التوازن في هذه النقطة. كان يحاول إرضاء الناس طالما أن ذلك لن يجعله يحزن الله.

يقول الكتاب في أعمال ٥: ٢٩ "ينبغي أن يطاع الله أكثر من الناس".

إن إرضاء الناس أمر طيب، لكن ليس طيباً أن نتحول إلى "المرضىين للناس". ويمكن تعريف "المرضىين للناس" بأنهم أولئك الذي يحاولون إرضاء الناس حتى لو كان ذلك على حساب ضمائرهم. هم أولئك المحتاجون للاستحسان بأي ثمن لدرجة السماح لأنفسهم بالوقوع تحت سيطرة وتحكم واستغلال الآخرين. وهم ليسوا منقادين بالروح القدس.

ويوصينا الكتاب (انظر رومية ٨: ١٤). "المرضىون للناس" يعيشون تحت مظلة الخوف، يخافون الرفض والنبذ، والإدانة، وما يقوله الناس عنهم، ويخشون على نحو خاص الغضب وعدم التقبل.

راجع دوافعك

إن دافعنا لعمل شيء أو السبب الذي يقف وراء ذلك أمر في غاية الأهمية. يريدنا الله أن نكون أنقياء القلب. يريدنا أن نعمل ما نعمله لأننا نؤمن أنه يقودنا لعمله أو لأنه الشيء

الصحيح. يريد أن يكون الحب هو دافعنا ومحركنا. يجب أن نعمل ما نعمله نبعاً من محبة الله والناس، أما إذا كان دافعنا هو الخوف، فلن يَرْضَى الله.

ينبغي أن نخصص بانتظام بعض الوقت ونسائل أنفسنا لماذا نفعل ما نفعله. فليس ما نعمله هو ما يترك انطباعاً لدى الله بل الـ"لماذا" وراء ما نعمله هي التي تهمة.

ويوصينا الله في كلمته ألا نعمل الأعمال الصالحة من أجل أن يرانا الناس، ولا أن نفعل أموراً معينة ليشار إلينا وننال التكريم. وعندما نصلي فلا نفعل ذلك حتى يرانا الناس أو لنحاول التأثير في الله بحشو صلاتنا بعبارات ونظّل نكررها. فليس ما يؤثر في الله طول الصلاة أو بلاغتها، بل يبحث عن الصدق والإخلاص. إن أيّاً من أعمالنا غير النقية سيحترق في يوم الدينونة، وسنخسر مكافأتنا عن أي عمل يتم بدوافع غير نقية (انظر متى ٦: ١-٧ و١ كورنثوس ٣: ١٣-١٥).

إذا عملنا أشياء من أجل الناس ولم تكن دوافعنا نقية فنحن خارج إرادة الله.

فليس كل عمل يظهر صالحاً هو صالح بالفعل. فالعمل يعد صالحاً فقط إذا كان في إرادة الله. وقد يعمل شخصان نفس "العمل الصالح" ومع ذلك لا يعتبره الله صالحاً من كليهما، أو قد يكون أحدهما في إرادة الله والآخر خارجها اعتماداً على دوافع كل منهما.

أحاول قدر جهدي عمل ما أعمله بدوافع سليمة، فإذا طُلب مني حضور حفل أو مناسبة ولا أشعر حقيقةً بإرشاد الله، أو كان جدولي لا يسمح بذلك إلا بضغوط فلا أذهب! وعندما يريد الناس سماع كلمة "نعم" وتقول لهم "لا"، لا يحبذون ذلك. أما أصدقاؤك الحقيقيون فسيعطونك حرية اتخاذ قراراتك الشخصية، وسوف يحترمونها. لن يضغطوا عليك أو يحاولوا إشعارك بالذنب لعدم إرضائهم. أصدقاؤك الحقيقيون ليسوا من يستخدمونك لأغراضهم ومصالحهم أو من يغضبون دائماً عندما لا تعمل ما يريدونه منك.

وعلينا مسؤولية التصدي لأولئك الذين يريدون التحكم فينا. وإذا لم نفعل ذلك، فإننا نشاركهم نفس الذنب. إذا حاول الناس التحكم فينا فهم يتصرفون ضد إرادة الله، لكن إذا لم

نواجههم نعمل نحن أيضاً ضد إرادة الله.

ولا يجب أن نلوم الآخرين إذا كنا نعاني من الخوف والخلج. إنها إهانة لله، أن نخاف من الناس أكثر من مخافته. ولا يجب أن نخاف الله على نحو خاطئ، بل يجب أن نتحلى بخوف الاحترام لله، عالمين أنه يعني ما يقوله. وبما أن الله قد طلب منا في كلمته ألا نكون من "المرضين الناس" فيجب أن نأخذ الوصية على محمل الجد ولا نسمح بأن نتخذ موقفاً غير متزن في إرضاء الناس.

عش لإرضاء الله ولن تكون أبداً مدمناً للاستحسان. ثم إن رأيك في نفسك أهم من رأي الناس فيك. ولا يمكن أن ترضى عن نفسك طالما عرفت أن ما تعمله لا يحظى باستحسان الله. ليس جيداً أن تقول "نعم" بينما تنال من احترامك لنفسك بسبب عجزك عن قول "لا".

وبحسب رومية ٨ : ١٤ "فكل الذين ينقادون بروح الله هم أولاد الله"، إن المؤمنين الناضجين ينقادون بروح الله وليس بالآخرين. فقد تعلموا الوثوق بقلوبهم، ويتبعون السلام لا الناس (انظر عبرانيين ١٢ : ١٤).

سِرُّ مع الله

يخبرنا الكتاب في يوحنا ١٢: ٤٢-٤٣ أن الكثيرين من القادة آمنوا بيسوع لكن لم يعترفوا علانية خوفاً من طردهم من المجمع. "لأنهم أحبوا مجد الناس أكثر من مجد الله" (ع ٤٣).

وهكذا نرى في هذا المثال أناساً أُعيقوا عن إقامة علاقة مع يسوع بسبب إدمانهم لاستحسان الناس. وبرغم رغبتهم في علاقة مع الرب، فقد أحبوا رضا الناس أكثر. ياله من أمر مؤسف، إلا أنه يحدث طوال الوقت.

أعرف سيدة كانت تعاني من مشاكل نفسية شديدة. كانت تحضر مجموعة درس كتاب حينما نالت الملء بالروح القدس، وغمرها الفرح. لقد لمسها الله وعرفته بطريقة جديدة. وعندما أخبرت أخوتها وأخواتها بذلك قالوا لها إنها مجنونة. ونصحوها بأن تكون حريصة في "اختباراتها الانفعالية". وقالوا إن ما اختبرته قد يكون من إبليس وليس من الله البتة. لقد أخافوها، ولأنها كانت تخاف مما قد يظنه الناس بها، لم تتابع علاقتها الجديدة المكتشفة بالرب.

كانت السيدة مؤمنة تحضر الكنيسة فالتزمت الهدوء وواصلت تبعيتها للإرشادات التي تتلقاها في طائفاتها والتي لم تكن تؤيد تلك "الاختبارات" مع الله. ولقد وصل بها الأمر إلى الشكوى من الاكتئاب والعصبية. لقد حاول الله مساعدتها لكنها أحببت استحسان الناس أكثر من رضاه.

لست أؤيد البحث عن الاختبارات الروحية، لكن إذا افْتَقَدْنَا الله واختبرناه فلا يجب إنكار ذلك. وأتصور أن الرسول بولس نال اختباراً كبيراً في الطريق إلى دمشق عندما تكلم إليه يسوع وطرحته قوة يسوع أرضاً (انظر أعمال ٩: ١-٢٠). وقد وجدت أن الناس لديها ميل لاستبعاد أي شيء لم يختبروه شخصياً. ويعلمنا الكتاب أن هناك أناساً سوف تكون لهم صورة الديانة والتقوى لكنهم ينكرون قوتها أو غرباء عن قدرتها (انظر ٢ تيموثاوس ٣: ٥). ووجدت أن عقائد الناس يمكن أن تسرق قوة الله.

اتبع الله لا الناس! كان الناس المذكورون في يوحنا ١٢ يعرفون حقيقة يسوع. لقد آمنوا به، لكن حب الاستحسان لم يسمح لهم بإقامة علاقة حقيقية به. وأتساءل ما إذا كان قد

أتى ذكر أي منهم مرة أخرى في الكتاب المقدس؟ وهل هم قد تلاشوا في طي النسيان ولم يحققوا أبداً هدفهم لأنهم أحبوا مجد الناس أكثر من مجد الله؟ كم واحد منهم قضى حياته محتقراً نفسه لأنهم كانوا "مرضين للناس"؟

لن يحدث أبداً أن يحبنا الجميع. قرأت مؤخراً في مصدر ما أنه إحصائياً لن نتمتع بحب أكثر من ٢٪ من الناس تقريباً ولا نستطيع عمل أي شيء حيال ذلك إلا تقبل الوضع ومواصلة حياتنا وعملنا. وإذا عشنا حياتنا قلقين بشأن رأي الناس، فلن نخاطر أبداً أو نقتحم عوالم جديدة، وسوف نتخلى عن أحلامنا.

الشیطان هو سارق الأحلام ويعمل من خلال أناس أنانيين بما يكفي ليسرقوا أحلامنا حتى يحققوا أحلامهم. قد لا يتفهم من يعيشون بالقرب منك أو يتفقون معك في أسلوب حياتك. فإذا أوليت هذا الموضوع اهتماماً زائداً، ستستيقظ ذات يوم وقد اكتشفت أنك لم تعيش حياتك على الإطلاق، وأنك كنت ألعبوبة في يد الناس الذين استغلوك ولم يهتموا بالفعل بأمرك أبداً.

كل واحد يعمل وفقاً لما يعتقد، وقد تكون للمعلومة والرأي الذي نتلقاه من الناس قيمة بالفعل. فلا يجب أن نرفض تلقائياً آراء الناس لكن لا يجب أيضاً أن ندعه يتحكم فينا. يجب أن نتذكر أن ما يقوله الناس إنما هو وجهة نظرهم وليس حقيقة بالضرورة. قد يكون رأيهم صائباً بالنسبة لهم وخاطئاً لنا.

أنت فرد بذاتك ولك حقوق. لا تسمح لأحد بسرقة ما مات يسوع ليهبك إياه - ألا وهي حرية اتباع قيادة الروح القدس لك شخصياً.

واجب أم رغبة

إن القوة المحركة في حياة "المرضى الناس" هي الواجب وليس الرغبة. يؤدون أشياء كثيرة نبعاً من الشعور بالإرغام. عندهم مشكلة في قول "لا" عندما يطلب منهم شيء. فإذا عملنا شيئاً صالحاً لكن بتذمر، بشعور الضغط والاستغلال، فلا فرح لنا أو مجازاة.

تذكر أنه ما لم نعمل ما نعمله بدوافع سليمة، نخسر مكافأتنا. كما أن علينا واجبات كتابية مثل ما تخبرنا به

الكلمة عن وجوب رعاية عائلاتنا (انظر ١ تيموثاوس ٥: ٨). فإذا كان لنا والدون مسنون أو جدود فمن واجبنا أن نعتني بهم. فهو واجب يجب القيام به سواء شعرنا برغبة فيه أم لا. قد يكون لك أبوان مسنان لا حول لهما ولم يرعياك كما يجب في الماضي، بل ربما يكونان قد سببا لك أذى. فهل حقاً من واجبك أن تهتم بهما الآن؟ نعم، بالطبع. فإن لم تعمل ذلك من أجلهما، فافعله من أجل الله وبروح طيبة، فهو واجبك.

نعم لدينا واجبات كتابية، لكن على الجانب الآخر لا يجب السماح لكل "يجب" و "ينبغي" في الحياة أن تتحكم فينا. هناك فارق كبير بين أن نعمل واجبنا أمام الله وأن نستعبد للناس بالواجبات.

مثال ذلك، لا ينبغي أن تستدين في ذكرى عيد الميلاد لمجرد إحساسك بوجوب شراء هدايا للأقارب حتى من لا تربطك بهم رابطة قوية. فهل تشتري هدايا للناس لأنك تخشى ما يقولونه عنك إن لم تفعل؟ أم تشتري لهم لأنك محتاج لتقديرهم لك؟ بل قد تشتري هدايا للبعض حتى يبادلوك الهدية بمقابل. إن كان الأمر كذلك، فدوافعك خاطئة. فليس من إرادة الله أن تستدين لشراء هدايا. كن شجاعاً بالقدر

الكافي لتقول الحقيقة.

لك احتياجات شرعية

إن "المرضى الناس" سريعاً ما يضعون جانباً احتياجاتهم الشرعية. وكثيراً ما يؤدي إنكار هذه الاحتياجات إلى موقف متفجر. إن محاولة إرضاء الآخرين بصورة ثابتة مستمرة تشكل استنزافاً، وهذا سبب القلق والاضطرابات والشقاء والتعب الذي يشعر به كثير من "المرضى الناس" في معظم الأوقات. فهم يغتاظون من كون الآخرين لا يتجشمون عناء كبيراً من أجلهم. وكثيراً ما ينكرون حقيقة أن لهم هم أنفسهم احتياجات شرعية.

وقد يظن "المرضى للناس" أنهم إذا طلبوا عوناً فقد يضعون الآخرين في موضع إجبار. ومع أنهم يفعلون معظم ما يفعلون نبعاً من الإحساس بالإجبار إلا أنهم لا يريدون أن يشعر الآخرون بما يشعرون به هم نحوهم. وهم على يقين أن الناس لا يريدون عمل أي شيء لهم على أي حال. إن شعور معظمهم على هذا النحو نابع من تدني نظرهم لأنفسهم. فهم لا يقدرون أنفسهم لذلك يظنون أن لا أحد

يقدرهم أيضاً.

ويبدو أن معظم المرضى للناس قد تربوا في بيوت لم تحظ فيها احتياجاتهم ومشاعرهم بأي احترام أو تقدير لأهميتها. فكان يُطلب منهم كأطفال أن يلبوا احتياجات الآخرين ويهتموا بها. إن تركيز معظم "المراضين" ينصب أولاً على الآخرين وبعيداً عن أنفسهم. فقد برعوا في إنكار حاجاتهم الشخصية لدرجة أنهم لا يسألون أنفسهم عن احتياجاتها.

نشأت "باتي" في بيت مضطرب. كان أبوها مدمناً للخمر وسليط اللسان. ونتيجة لذلك تعلمت أن تتجاهل احتياجاتها تماماً وأن تقضي معظم وقتها في الاهتمام بالآخرين. وأصابتها عقدة الشهيدة. كانت تعمل للناس وتكره ذلك. كانت تشعر أنها مخدوعة ومستغلة لكن لا تقبل شيئاً لنفسها حتى لو كان هدية. لم تكن تشعر بأي قيمة لها، لذلك لم تكن تتقبل أي شيء.

عاشت باتي تحت ضغط رهيب حملت نفسها بمعظمه بسبب الطريقة التي تربت بها. كانت تعاني من آلام فظيعة تم

تشخيصها على أنها التهاب في المفاصل. تلاقى ألمها النفسي والجسماني فكان الأمر أكبر من احتمالها، وأصيبت باكتئاب شديد.

وبدأت باتي في التردد على مشير لتلقى مشورته. سألها عما تريده في الحياة. لم تستطع الإجابة لأنها لم تفكر أبدًا في هذا السؤال من قبل. وكان عليها القيام ببحث عن الذات وتعلم أن الاحتياجات والرغبات ليست شيئًا خاطئًا. لقد تعودت على عدم الحصول على أي شيء تريده في الحياة لدرجة أنها لم تكلف نفسها عبء الرغبة في أي شيء البتة. كانت تخاف من تمنى أي شيء بسبب شعورها أن ليس لها الحق في ذلك. كانت تشعر أنها بلا قدر أو قيمة.

على أن الأمر المفرح أصبح ملاحظة باتي وهي تدرك أن احتياجاتها أمر مقبول وكذلك توقعها أن يسد لها الآخرون هذه الاحتياجات. وبدأت في بناء آمال وأحلام لحياتها فأصبح أمامها شيء تتطلع إليه. وهي الآن على طريق التحرر من إدمانها إرضاء الناس.

كلنا نملك احتياجات وخاصةً العاطفية منها، وإنكارها

يولد مواقف متفجرة. ما الذي تحتاجه عاطفياً؟ نحتاج للحب والتشجيع والصحة- شخص نرتبط به ونثق فيه. نحتاج للقبول والإعجاب والاستمتاع.

الله يريدك أن تستمتع بنفسك

لم أستمتع بنفسي في سن النمو. لم يكن يُسمح لي أبداً بالتصرف كطفلة. أتذكر جيداً مقدار التأديب وكم المتاعب التي تعرضت لها لمجرد اللعب واللهو. لم يكن بيتنا ممتعاً بل كان مليئاً بالخوف.

بدأت أدرك وأنا مؤمنة بالغة شعوري بالذنب لمحاولتي إمتاع نفسي. كنت أشعر بالأمان بينما كنت أعمل، لكن الاستمتاع كان أمراً أنكره على نفسي تماماً. لم أكن أشعر أنه احتياج شرعي لي. كنت أغتاز من الآخرين الذين لا يعملون بنفس القدر والمشقة كما كنت أعمل. كان زوجي يستمتع بالفعل بحياته وكم أغضبني ذلك. كنت أشعر أنه يمكن أن ينجز أكثر في حياته لو كان أكثر جدية.

والآن أدرك أنني لم أكن أغضب لأن ديف كان يستمتع

بحياته، بل لأنني لم أكن مستمتعة بحياتي. ولم يكن أحد
سواي بوسعه التصرف حيال هذا الأمر. وكان من الحماسة
أن أغتاز من ديف والآخرين، لأن استمتاعهم بالحياة كان
متاحاً لي أيضاً.

لم أكن أحب نفسي، وأيقنت في قرارة نفسي أنني لا شيء
فعاقبت نفسي على سوءها برفض الاستمتاع بأي شيء.
ففي نهاية الأمر لا يستحق الأشرار الاستمتاع بالحياة!

وتعامل معي الروح القدس لفترة طويلة قبل أن أفهم أخيراً
أن الله يريدني أن أستمتع بحياتي. لقد قال يسوع بالفعل:
“أتيت لتكون لكم حياة أفضل” (انظر يوحنا ١٠: ١٠).

ونحن نحتاج للاستمتاع الذي بدونه تفقد الحياة توازنها
وينفتح للشيطان باب يدخل منه ليفترسنا (انظر ١ بطرس ٥ :
٨). إن فرح الرب هو قوتنا (انظر نحميا ٨: ١٠). وهناك وقت
للعمل ووقت للعب، ووقت للبكاء ووقت للضحك (انظر
الجامعة ٣: ١-٨).

تأكد من عدم تجاهلك وإنكارك لاحتياجاتك الشرعية. حسن
أن نساعد الآخرين، كمسيحيين ومؤمنين، فتلك هي دعوتنا.

لكن ليس عيباً أو خطأ أن نعمل شيئاً لأنفسنا. احرص على تخصيص وقت لنفسك، وخصص وقتاً لعمل الأمور التي تمتعك وتفرحك.

تعلم أن تأخذ وتتلقى: من الله ومن الناس الذين يريدون أن يباركوك، ومن نفسك. ارفض فقط أن تأخذ من طرفين: الشيطان وأولئك الذين يستخدمهم. إذا قدم لك أحدهم هدية على سبيل المجاملة فاقبلها. وإذا أراد أحد التقليل من شأنك فارفض ذلك. إذا أظهر لك أحدهم محبة ولطفاً تقبلهما. إن رفضك أحد فاعمل ما أوصى يسوع به تلاميذه: انفضه وواصل طريقك!

صمم على الاستمتاع بحياتك. لن تقوم بهذه الرحلة سوى مرة واحدة فاستمتع بها.

"أشعر بالتعاسة عندما لا أرضي الناس"

هل تشعر بالتعاسة عندما لا ترضي الناس؟ بدأت أدرك منذ سنوات بعيدة أن السبب وراء محاولتي إرضاء الناس هو مصلحتي الخاصة أكثر من مصلحتهم. فإن تمكنت من إرضائهم سأشعر بالرضا. لا أعتقد أنني كنت أهتم بالفعل كل

ذلك الاهتمام بشعورهم، بل كنت أنا محور الاهتمام. هل حدث معك من قبل أن كان إرضاء الناس مظهرًا للأنانية وليس التضحية؟

يشعر المراضون بالتنغيص عندما لا ترضي قراراتهم الآخرين. فيعتبرون أنفسهم المسؤولين عن ردود أفعال الناس. كنت في حياتي السابقة لو شعرت أن أحدهم غاضب أو غير سعيد أو محبط ينتابني شعور بالضيق، ولا يعاودني الشعور بالراحة حتى أكون قد عملت كل ما يمكن عمله لإسعاد هذا الشخص مرة أخرى.

لم أكن مدركة أنه طالما كنت أتبع إرادة الله لحياتي، فردود أفعال الناس لا تدخل في نطاق مسؤوليتي. قد لا يكون ممكنًا دائمًا عمل ما يريده الناس، لكن الشخص الروحي الناضج يتعلم كيف يتعامل مع الإحباط ويحتفظ بروحه طيبة. فإن كنت تعمل ما تؤمن أن الله قد أرشدك لفعله، ولم يكن الآخرون راضين عنك، فليس الخطأ خطأك بل خطأهم. كان أبي أثناء فترة نموي غاضبًا معظم الوقت. وقضيت معظم وقتي في القيام بدور حمامة السلام في بيتنا.

وحاولت باستمرار أن أبقيه سعيداً إذ كنت أخاف من غضبه. وعندما صرت راشدة واصلت القيام بنفس الدور مع الفارق أنني كنت أعمل ذلك مع الجميع. وفي كل مرة أتواجد مع أي واحد لا يشعر بالفرح، كنت أشعر دائماً أنني ربما أخطأت، حتى لو لم يكن هناك أي خطأ من جانبي، وكنت أحاول إصلاح الأمر. كنت أفعل كل ما يمكن أن يرضي الناس حسب ظني ليشعروا بالفرح، غير مدركة أن سعادتهم الشخصية هي من صميم مسئوليتهم لا مسئوليتي.

وإذا حدث وقوم زوجي أولادنا وغضبوا، كان ديف يقول إنها مشكلتهم. كان يعرف أنه يجب أن يؤدبهم، أما عن استجابتهم فذلك أمر بينهم وبين الله. أما إذا أدبتهم أنا وأغضبهم ذلك، فكنت أحاول إسعادهم في التو. وبذلك أكون قد عاكست التهذيب الذي كنت أحاول القيام به. فكنت أريحهم قبل أن يشعروا بآثار التأديب.

وعندما كنت أعاقب أو أقوم أحد الموظفين فيما بعد، كنت أقضي وقتاً طويلاً في شرح دوافع وأسباب ما فعلت. نعم كان على ممارسة ذلك التقويم أو التصحيح لكن دون أن

يغضب أحد، وبالتالي كنت أحاول الحديث معهم ليتقبلوا حقيقة أنني كنت أقومهم. وما كان يمكن أن يستغرق خمس دقائق أو أقل أصبح يتطلب خمساً وأربعين دقيقة أو أكثر بسبب كل تلك الجهود التي أبذلها لأضمن أن كل واحد مرتاح لطريقة تصحيحي له.

كان زوجي يحاول أن يوضح لي ما كنت أفعله، لكنني كنت مخدوعة في هذه النقطة بحيث لم أكن أرى شيئاً من كل ذلك حتى كشفه الله لي بنفسه.

كنت أقول لنفسي إنني لا أريد للآخرين أن يتأذوا أو يرتبكوا أو يُحبطوا. إلا أنني في الحقيقة لم أكن أريد أن يظن أحد بي سوءاً. كان كل شيء يدور حول الـ "أنا". إذا لم يكن بمقدورك إعطاء الناس ما يريدونه، فيشعرون بالضجر، فليس الخطأ خطأك. وحذار من تبني إحساس كاذب بالمسئولية. فتكفيك المسئوليات الشرعية الكثيرة في حياتك ولا تنقصك مسئوليات أخرى غير شرعية.

إذا قلت لأولادك "لا" بشأن أمر تشعر أنهم يريدونه لكنه ليس لمصلحتهم، فليست مسئوليتك أن تجعلهم يتمتعون بسماع

كلمة "لا". فذلك شيء سيتدربون عليه بينما ينضجون، إلا أن البعض لا يحب سماع كلمة "لا"، بصرف النظر عن عمرهم. وكلنا نحتاج لسماع "لا" ذات مرة، وإذا لم يحدث ذلك لن نشعر بالسعادة أبداً حتى نحصل على كل شيء على هوانا.

بل أجازف بالقول إنك إن لم تقل لا لأولادك أبداً، إذا فأنت لا تظهر لهم حباً صحيحاً. فكن أباً! ربما تريدون أن تكونوا أصدقاء مع أبنائكم، بالضبط كما فعلت، لكن لن تقدروا دائماً أن تكونوا آباء وأصدقاء في نفس الوقت.

جاءتني سيدة كانت تعمل لديّ وسألتني ذات مرة إن كان يمكنها أن تحدثني كصديقة. فقلت نعم. فبدأت تخبرني عن مدى ضيقها من مرتبها وبعض المواضيع الأخرى المختصة بعملها. ولم تستطع تبين كيف ضايقتني حديثها. إلا أنها بعد كل ذلك كانت تحدثني كصديقة! أخبرتها في النهاية أنه برغم رغبتني أن أكون صديقتها، فلن يمكنني أن أكون رئيستها وصديقتها في نفس الوقت في هذه الحالة بالذات. ربما لم تكن تريد أن تسمع مني كلمة "لا"، لكنني أعرف أن على أن أقولها.

فإذا كنتَ في موضع ذو سلطة دعني أقول إن كل واحد له سلطة على شيء حتى لو كان هذا الشيء كلباً أو قطاً - فيتعين عليك أن تدرك أنه نادراً ما ستتخذ قرارات ترضي الجميع كل الوقت. أما إذا كنت مدمناً للإعجاب فستكون أسوأ مثال لمن في السلطة.

العيش في حدود

لا يعيش: المراضون "داخل حدود أو هوامش. فتراهم وهم يبذلون قصارى جهدهم لإرضاء الناس قد اندفعوا بأنفسهم خارج الحدود المعقولة. دعونا نواجه الأمر: فكثيراً ما يتوقع منا الناس عمل أشياء لا يجب عملها أو لا نقدر على عملها. نعم كم هو مؤلم أن نكون من "المراضين". نادراً ما يركز البعض منهم على أنفسهم بطريقة صحيحة. وعندما يختلسون برهة من الوقت لأنفسهم، يشعرون بأنهم أنانيون ومتساهلون ومذنبون. وهذا سبب وجودهم في حالة نشاط بلا كلل، يسرعون لأداء الأعمال، ويجاهدون في إسعاد الجميع. ولأنهم يظلون منشغلين بالعمل لأجل الآخرين فهم يعملون بجدية أكثر من معظم الناس.

وكثيراً ما يكونون أول من يقصدهم الناس لعمل شيء لأنهم ينجزون الكثير. ونتيجة لذلك يكونون معرضين للخداع لأنهم لا يستطيعون أن يقولوا "لا". بل إنهم لا يعتبرون كلمة "لا" خياراً متاحاً لهم. إنهم فقط يفترضون أن عليهم عمل كل ما يُطلب منهم عمله، بصرف النظر عن معقوليته. وعندما يتجراؤون ويقولون "لا" أمام مطلب ما، كثيراً ما يغيرون هذه الـ "لا" إلى "نعم" لو غضب الآخرون أو أظهروا ضيقهم.

سيندفع المراضون خارج حدود العقل لو شعروا أن في ذلك رضا الجميع عنهم. ولماذا لا يخدعنا الناس إذا سمحنا لهم بذلك؟! فهي طبيعة بشرية متأصلة. فلا تتكل على الآخرين في معاملتك بالعدل والأمانة. إن عليك مسئولية ألا تدعهم يخدعونك.

كثيراً ما نشعر بمرارة وغيظ تجاه من يخدعوننا، غير مدركين أننا لا نقلّ عنهم ذنباً، إن لم يكن أكثر. إنها مسئوليتي أن أدير حياتي تحت قيادة الروح القدس. ومن المستحيل على الآخرين خداعي ما لم أسمح بذلك. قد يفعلون

ذلك مرة أو مرتين قبل أن أتنبه لما يحدث، لكن بعد ذلك سأكون مسئولاً عن إيقاف ذلك.

كنت أعمل تحت رئاسة شخص كان يخدعني. كان يطلب مني العمل لساعات طويلة حتى إن ذلك منعني من قضاء وقت مع أسرتي. وأصبحت بإنهاك ولم أكن أجد وقتاً للاهتمام بشئوني. ولم يكن يُظهر أبداً أي تقدير ومهما عملت كان يتوقع المزيد. وحتى لو أشرت بطريقة مخففة لعدم قدرتي على تلبية أحد مطالبه سرعان ما كان يظهر غضبه فأنسحب وأوافق على العمل الذي طلبه.

وبمرور السنين تبرمت من سيطرته رويداً رويداً. كنت أشعر أنه يجب أن يراعى أن طلباته تزيد عن الحد. كنت أريد أن أبين له كيف صارت حياتي غير متوازنة لعله يُظهر اهتمامه بي ويقول مثلاً: "خذي أجازة فأنت تستحقينها".

وبينما كنت أصلي ذات يوم لهذا الموضوع وأشكو للرب من هذا الوضع الظالم، قال الله لي: "ما يفعله مديرك خطأ، لكن عدم مواجهتك له خطأ أيضاً".

كان قاسياً عليّ سماع ذلك. فقد كنت أريد -مثل معظم

الناس إلقاء اللوم بعيداً عن قلة شجاعتي على شخص آخر. ولو لم أكن "مراضية للناس" وخائفة لكنت وفرت على نفسي عذاب خمس سنوات من الضغط النفسي الذي أسلمني إلى المرض. لم يكن مديري هو المشكلة، كنت أنا مشكلتي. وكما قلت من قبل: سيخدعنا الكثير من الناس لو سمحنا بذلك. لقد سمحت له بخداعي.

ومن المهم جداً إدراك أن الله قد أعطاك السلطة في المقام الأول على حياتك. فإذا لم تقبل هذه السلطة وتمارسها، فقد تقضي باقي عمرك في لوم الآخرين على أشياء كان يجب عليك عمل شيء حيالها. يجب عليك اتخاذ قراراتك الخاصة حسب ما تعتقد أنه إرادة الله لك. لن يسأل الله أحداً سواك في يوم الدينونة ليعطي حساباً عن حياتك، سيسألك أنت فقط (انظر متى ١٢: ٣٦ و١ بطرس ٤: ٥)!

ماذا لو سألك يسوع في يوم الدينونة لماذا لم تحقق قصده في حياتك؟ هل ستقول له إن الناس خدعوك ولم تستطع عمل شيء حيال ذلك؟ هل ستقول له إنك كنت مشغولاً جداً بمراضاة الناس حتى إنك لم ترضه هو أبداً؟ إذا قلت له هذه

النوعية من الأعداء، فهل تعتقد حقاً أنها ستكون مقبولة؟

ارسم حدوداً

مثلاً يبني شخص سوراً حول ملكيته ليمنع المتطفلين، هكذا يجب أن تضع حدوداً -أي خطوطاً غير مرئية في حياتك -لتحمي نفسك من الاستغلال والأذى.

إذا كنت قد سورت حول فناء بيتك بسور خاص، ونظرت ذات يوم مُشمس إلى الفناء ورأيت جيرانك يأخذون حمام شمس فيه بينما أولادهم يلعبون بدون إذن، فماذا عساك أن تفعل؟ من المؤكد أنك لن تكتفي بالقول: "يا إلهي، كم أود أن يتركني هؤلاء الجيران في حالي". بل ستكون حازماً جداً معهم مبيناً لهم أن فناءك غير مباح لهم لممارسة هذه الأنشطة بدون إذنك.

يعوزك نفس هذا الحزم في جعل الناس يعرفون أنك تتوقع احترامهم للحدود التي أقمتها حول حياتك الخاصة.

إذا لم تكن تريد من أصدقائك المجيء لبيتك دون الاتصال قبلها بوقت كافٍ ونوال موافقتك، فلا تدعهم يفعلون ذلك

وبعد ذلك تظهر استياءك. افرض حدودك حتى لو أدى ذلك إلى فقد أصدقائك. كان "هنري" خارجاً مع "جيمس" لمطعم أو لسينما ولم يكن معه أي نقود. والحقيقة أن هنري كان يترك محفظته دائماً في البيت، فينتهي الأمر دائماً بجيمس بدفع الفاتورة مع وعد من هنري برد المبلغ. لم يُعر جيمس اهتماماً في أول مرتين، لكنه سرعان ما أدرك بعدها أن الأمر تكرر كثيراً وخرج عن نطاق الصدفة. وحتى لو كان الأمر عادة سيئة فقد كان على هنري الإقلاع عنها. ولاحظ جيمس أيضاً أن هنري برغم وعده برد المبالغ كان دائماً ما ينسى ذلك أيضاً.

بلغ الاستياء حداً كبيراً بجيمس حتى شعر بضرورة مواجهة هنري. وقال له بلهجة محبة: "أحتاج أن ترد هذه المبالغ وتكف عن نسيان نقودك. لا أملك أن أدفع لكلينا، وليس ذلك فقط بل أشعر أنني مخدوع". غضب هنري جداً وقال لجيمس إنه أناني وكان يجب أن يثق أنه سيدفع له حتماً. بدأ جيمس يشعر بالذنب وأنه ربما كان صديقاً سيئاً فاعتذر.

ودفع هنري حسابه في المرات الثلاث أو الأربع التالية، لكنه

عاد إلى عاداته القديمة. ولم ينس نقوده فقط بانتظام بل بدا أنه يعامل جيمس بقلّة احترام شيئاً فشيئاً. واضح أن هنري كان مخطئاً في عدم أمانته وخداعه لجيمس ولعدم معاملته باحترام، إلا أن جيمس كان مذنباً بنفس القدر إذ سمح له بذلك.

وانتهى الأمر بصداقتهما إلى الافتراق. وتلقى جيمس المشورة في الكنيسة بالتغلب على المرارة التي كان يشعر بها تجاه هنري. واستمر هنري يعمل نفس الشيء مع كل من يسمح له بذلك. ولم يكن يحترم أبداً الذين سمحوا له بخداعهم. أما القلة التي وقفت له بالمرصاد وجعلته يحترم حقوقها فكانوا الوحيدين الذين نالوا احترامه. تذكر دائماً أنك إذا سمحت للآخرين بخداعك فهي غلطتك وليست غلطتهم.

فَوْضٌ وَإِلَّا سَتَنهَارُ

من الحكمة أن يقيم "المراضون الناس" حدوداً وهوامش بالرغم من صعوبة عمل ذلك، إلا أنه علامة قوة لا ضعف. ويعد طلب العون شيئاً محموداً أيضاً. فلقد وضع الله بعض

الناس في حياة كل منا ليساعدونا. وإذا لم نتلقَ عونهم نصاب بالإحباط ويشعرون هم بالعطل لأنهم لا يستخدمون مواهبهم. تذكر أن الله لم يدعك لعمل كل شيء لكل واحد في كل حالة. ولن تكون كل شيء لكل الناس كل الوقت، فلك احتياجات شرعية. وليس خطأ أن تحتاج للعون وتطلبه، إلا أنه من الخطأ أن تكون في حاجة للمساعدة ويمنعك كبرياؤك من طلبها.

نرى في خروج ١٨: ١٢-٢٧ أن موسى كان رجلاً ذا مسئوليات عديدة. كان الناس يلجأون إليه في كل شيء وقد حاول الاستجابة لكل احتياجاتهم. ورأى حموه ذلك وقال له: "ما هذا الأمر الذي أنت صانع للشعب؟ وما بالك جالساً وحدك وجميع الشعب واقف عندك من الصباح إلى المساء؟" (ع ١٤). وشرع موسى يحكي لحميه كيف أن الشعب كله يأتي إليه بأسئلتهم. كانوا يريدونه أن يقضي بينهم وبين جيرانهم عند حدوث مشكلات. أراد الشعب من موسى أن يلبي احتياجاتهم وهو بدوره كان يريد إرضاءهم.

قد يبدو أن تضحياتنا طيبة. قد نفتخر بأنفسنا لسبب

أعمالنا "الصالحة" في حين أنها ليست صالحة أبداً. قال
حمو موسى له إن ما كان يصنعه ليس جيداً. قال له إنه
سينْهك هو والشعب. فكيف سينْهك الشعب بدون عمل شيء؟
لأن عدم عمل شيء يمكن أن يكون أكثر إرهاقاً من عمل
شيء ما. إذا كان الله قد دعاك وأعدك لعمل أمر ما، وظل
غيرك يؤديه لك طوال الوقت، ستصاب بالإحباط. وإذا كان
الله قد دعا شخصاً آخر ليساعدك ولم تسمح له بذلك، سيشعر
هو أيضاً بالإحباط وعدم الإنجاز. لقد خلقنا الله لنعتمد
بعضنا على بعض، فكل منا يحتاج للآخر!

اقترح حمو موسى عليه أن يفوض جزءاً من سلطته للآخرين
فيجعلهم يقضون في المسائل الأقل أهمية على أن يتولى هو
القضايا الكبيرة. ونفذ موسى اقتراح حميه وقد مكّنه ذلك
من تحمل جسامه مهمته. وفاز الآخرون بالشعور بالإنجاز
بسبب القرارات التي كانوا يتخذونها بأنفسهم.

يشكو كثير من الناس طوال الوقت من أعبائهم الثقيلة أو
ينتهي بهم الأمر إلى السقوط تحت ثقلها جسدياً ونفسياً
لأنهم لن يسمحوا لأحد بمساعدتهم في عمل أي شيء. فهم لا

يظنون أن هناك من هو مؤهل للوظيفة مثلهم. ومن السهل أن تظن أنك أكثر أهمية من حقيقتك.. فتعلم كيف تفوض، دع أكبر عدد من الناس يساعدونك قدر الإمكان. إن فعلت ذلك ستعيش أكثر وتتمتع بنفسك بقدر أكبر.

كان يجب أن أفعل المزيد

إن مقارنة أنفسنا بالآخرين كثيرًا ما يُحملنا بضغوط كثيرة. فإذا لاحظنا أثناء المقارنة أنهم يقومون بأعمال أكثر منا أو أن قدرتهم على التحمل أكثر منا، يساورنا الشعور بأننا يجب أن نعمل المزيد. ولأننا نشعر بالذنب قد نزج بأنفسنا إلى ما وراء حدود المعقول وينتهي بنا الأمر مرضى وتعباً.

كلنا مختلفون ولنا حدود مختلفة جميعاً. اعرف نفسك ولا تبتئس إذا كنت تعجز عن عمل ما يعملهُ شخص آخر. إن طباعنا التي خلقنا الله عليها تحدد حدود قدراتنا في مختلف المجالات.

اعرف إنسانة سادعوها بات كانت متزوجة ولها ثلاثة أبناء. كانت تعمل أمًّا كل الوقت وتعتنى بالبيت كل الوقت،

لكن ما لم تحضر من تساعدها في تنظيف البيت مرة أسبوعياً كانت تحارب ليتم كل شيء على ما يرام ويرتاح بالها.

كانت صديقتها ماري متزوجة أيضاً ولها خمسة أبناء. وكانت ماري تعمل خارج البيت يومين في الأسبوع وكانت تقوم بمسئوليات البيت بمفردها مثل الطبخ والغسيل بدون مساعدة خارجية. وبدا بالفعل أن ماري أكثر سلاماً وأقل انفعالا من بات حتى لو كان عليها العمل أكثر من صديقتها.

كانت بات تنظر لنفسها بأسى لأنها لم تكن تستطيع الحصول على شيء دون عون. وكانت تقارن نفسها باستمرار بماري سواء في الفكر أو بالحديث. كانت تشعر أنها كان يجب أن تكون مثلها.

تميزت طباع ماري بالهدوء وعدم حمل الهم ولسان حالها بقول: "إذا لم يتم العمل اليوم فسوف يتم غداً". أما على الجانب الآخر فكانت بات سوداوية جداً وتنشد الكمال ولا ترتاح إلا إذا كان كل شيء في نظام.

والحقيقة أننا لا يمكن أن نتحكم في الطبع الذي ولدنا عليه، وهو اختيار الله لنا. وبمقدورنا العمل مع الروح القدس لتحقيق التوازن، إلا أننا أساساً نكون ما نكون عليه. سأظل دائماً من عينة الشخصية "أ" التي تتميز بالإرادة القوية والقيادية. وبالفعل فأنا في معظم الوقت أكون من النوع "أ". وسيظل ديف دائماً أكثر هدوءاً وتمهلاً مني، لكن لا يعني ذلك أن على أن أجتهد لأكون مثله. قد أتعلم بعض الأشياء منه لكن يبقى أن أكون أساساً تلك الإنسانية التي خلقني الله لأكونها.

وضعت بات نفسها تحت ضغط رهيب حتى صارت صعبة المراس. وحملت حملاً من الذنب معظم الوقت فبدأ يؤثر على مزاجها وصحتها. لكنها في النهاية تلقت عوناً من خلال كتاب قرأته ساعدها في تفهم أننا كلنا مختلفون وهذا أمر مقبول تماماً.

بعض الناس يعملون أسرع من غيرهم، لكن الشخص الأبطأ قد يكون أكثر إتقاناً. فيجب على كل واحد فينا أن يعمل ما يرتاح إليه. فلم يكن عيباً أن تحتاج بات إلى مدبرة بيت

يوماً في الأسبوع بينما لا تحتاج ماري. وأثق أنه في مجال آخر كانت ماري في حاجة لأشياء لا تحتاجها بات. فقط كن نفسك، ولا تضغط نفسك لتؤدي بنفس طريقة أداء الآخرين.

كانت بات تشعر بوجوب عمل المزيد لأنها رأت ماري تعمل أكثر، لكن الحقيقة أنها لم تكن تستطيع تحقيق ذلك وتحفظ بهدوئها. ولم يكن ذلك ضعفاً فيها، بل هي تركيبتها التي أوجدها عليها الله. فلم تكن تحتاج لعمل ما تعلمه ماري حتى تتقبل نفسها. كانت تشعر أن ماري تدينها بينما الحقيقة أنها كانت تدين نفسها حيث لم يجُل ذلك بخاطر ماري أبداً.

إن الاهتمام الزائد برأي الناس فينا كثيراً ما يتحكم فينا. فنحن نهتم بإفراط بما يقوله الناس عنا. ونفترض أن الناس مشغولة بانتقادنا بينما الحقيقة أنهم لم يفكروا فينا بتاتاً!

عندما نبحث عن القبول والحنو من لدن منتقدينا نفقد الثقة ونضل عن مسار الاختيارات السليمة. قف في مواجهة منتقديك وإلا انتهى بك الأمر إلى الوقوع تحت السيطرة. لقد

واجه الرسول بولس الكثير من المنتقدين لكنه لم يدع آراءهم تتحكم فيه، ولا كان يسوع كذلك.

اعمل أفضل ما لديك بقدر الإمكان، كن أفضل "أنت" بقدر الإمكان، ولا تعتقد أن عليك فعل المزيد لمجرد أن أحدهم فعل أكثر. وتذكر أن الثقة بالله وفي قدرتك على سماع صوته وانقيادك بالروح القدس هم الترياق المضاد لهذا الاعتقاد. واعلم أن الله لم يعط ولن يعطي أبداً شخصاً آخر وظيفة إدارة حياتك.

عدم الأمانة من أعراض "المرضي الناس"

“صادقين في المحبة” (لتبعر حياتنا بالحب عن الحق في كل أمر نتحدث بصدق نتعامل بصدق ونعيش بصدق) (أفسس ٤ : ١٥).

إن السلوك "المرضي" يمكن أن يكون غير أمين. يقول الكتاب إنه يتعين علينا أن نكون صادقين في كل شيء، فنتكلم بصدق، ونحب بصدق ونسلك بالصدق. لكن مدمني الاستحسان كثيراً ما يكذبون لأنهم يخافون ألا يقبل الناس الحقيقة. يقولون نعم بأفواههم بينما قلوبهم تصرخ "لا".

قد يرفضون عمل شيء، لكنهم يتصرفون كما لو كانوا يخافون من مضايقة الآخرين. فإذا ما قالوا لا، يقدمون عادة تبريراً لعدم إمكانهم عمل ما يُطلب منهم. ولن يقولوا الصدق الذي يمكن أن يكون ببساطة أنهم لا يرتاحون لعمل ما يُطلب منهم، لأنهم لا يشعرون أنه الشيء الصواب بالنسبة لهم.

أحياناً لا نشعر بسلام تجاه أمر معين ولا نعرف لماذا. يعلمنا الكتاب أن نتبع الإحساس بالسلام فهو أحد الطرق التي يرشدنا الله بها. ينبغي أن تكون لنا القدرة لنقول للناس: "لا أشعر بسلام للمضي قدماً في هذا الأمر الآن" وينبغي عليهم أيضاً تقبل هذا الرد بصدر رحب، إلا أن ذلك نادراً ما يحدث.

كنت أتحدث مؤخراً مع خادم زميل. يتمتع هذا الرجل بروح مرحة وأيضاً جرأة وشجاعة في التعامل. وحكى لي كيف أن خادماً دعاه للظهور في برنامج التليفزيوني. فاعتذر زميلي لأنه مرتبط بأمر آخر. فكان رد الشخص الداعي أنه لا يمكن أن يكون الارتباط الآخر أهم من الظهور في برنامج،

واقترح عليه أن يتخلى عن الارتباط السابق، فقال زميلي:
"لا أحبذ ذلك".

أنهت إجابته الصادقة الحديث على الفور. آه لو كنا شجعان
بما يكفي لنقول الحق، لَوَفَّرْنَا على أنفسنا كثيراً من الوقت
والمتعاب.

لا ينبغي أن تكون ردودنا غليظة، لكننا لا يجب أيضاً أن
نكون كذابين. إن معظم "المراضين" ليسوا أمناء في التعبير
عن آمانياتهم ومشاعرهم وأفكارهم. والعلاقة الصحية
تتطلب الصدق والأمانة. وقد لا يريد بعض الناس سماع
الحقيقة لكن ذلك لا يعفينا من مسئولية التكلم بالصدق.

مثال في حياة الملك شاول

كان شاول ممسوحاً ملكاً على إسرائيل. وكانت لديه الفرصة
للاستمتاع بمستقبل مجيد عظيم، إلا أن بعض الضعفات في
شخصيته كان فيها خرابه (انظر ١ صموئيل ٩ - ٣١).

كان شاول "مرضياً للناس". أحب استحسان الناس لدرجة
أنه عصى الله من أجل الحصول على ذلك الاستحسان. أمر

الله شاول بانتظار النبي صموئيل حتى يصل لتقديم ذبيحة المساء. وعندما تأخر صموئيل عن الميعاد الذي انتظره فيه شاول والشعب، تلمل الشعب ولم يطق صبراً. ومع أن شاول كان يعلم في داخله أنه سيعصي الله، تقدم وقدم الذبيحة التي كان يمنع تقديمها. وعندما حضر صموئيل فيما بعد سأل شاول عن سبب فعلته تلك. وكان رد شاول: “لأنني رأيت أن الشعب قد تفرق عني” (١ صموئيل ١٣: ١١). فقال له صموئيل: “قد انحمت! مملكتك لا تقوم” (١٣ع-١٤). بلغ إيمان الإرضاء بشاول حدّاً فقدّ معه مملكته.

كان الله قد وضع داود في حياة شاول لخدمته. وتعرف شاول على المسحة ونعمة الله في حياة داود. وعندما أبدى الناس إعجابهم بـداود غار شاول جداً، حتى أنه حاول بالفعل قتل داود عدة مرات. تعاظمت حاجته إلى الإعجاب حتى كان مستعداً أن يرتكب جريمة قتل ليمنع حصول شخص آخر على الإعجاب أكثر منه. ونشكر الله أن قليلاً من الناس هم الذين يسمحون لاحتياجهم للإعجاب بالوصول بهم إلى هذا الحد. قد لا نحاول قتل الناس، لكننا كثيراً ما “نقتل” خطة الله لحياتنا لننال أو نحتفظ باستحسان

الآخرين. وقد سعى شاوول في تحقيق الاثنيين. حاول قتل داود، لكنه بدلاً من ذلك "قتل" خطة الله له ولمملكته، ونتيجة لذلك انتهى الأمر بشاوول بقتل نفسه بعد أن كان قد فقد فرصة الاحتفاظ بملكه.

وهناك العديد من القصص تحاكي هذه القصة في التعاسة، فلا تدع قصتك تشبهها. لا ترتكب خطأ شاوول بل أطع الله. اعمل أقصى ما تستطيع لتكون كل ما يريده أن تكونه، واعمَل كل ما يريده أن تعمله. وحتى لو لم يهتف الناس لك، فالسماء تهلل!

والآن وقد ألقينا نظرة على صفات "المرضين الناس" دعنا نرى كيف يمكننا التغلب على ألم الرفض.

(٢) تحطيم القوى المتحكمة

حين نسمح للآخرين بالتحكم فينا فهذه إهانة لله الذي أرسل يسوع، ابنه الوحيد، ليشتري حريتنا بحياته. ويقول الكتاب إننا اشترينا بثمن (انظر ١ كورنثوس ٦: ٢٠)، وهذا الثمن هو الدم الثمين لابن الله الوحيد المحبوب.

فإذا كنت تسمح لأحد بالتحكم في حياتك بتهديدك واستغلالك وجعلك تعمل ما توقن في قلبك أنه ليس صواباً، إذاً فأنت تحتاج لتحطيم تلك القوى المتحكمة. وليس من مشيئة الله أن نُسَلِّم قيادتنا لأحد إلا روحه القدوس، بل إن ذلك القرار نفسه يتركه لنا. وهو لن يفرض علينا إرادته، فمن المؤكد إذن ألا ندع أحداً يفعل بنا ذلك.

إن الأغلب الأعم أن ينتهي الأمر بمدمني الإعجاب إلى الوقوع تحت سيطرة وتحكم الآخرين. ودائماً ما يرسل الشيطان من يعترض طريقهم ليصبح "مستغلهم". والمستغل هو ذلك الشخص الذي يخدع الآخرين لمصلحته دون أدنى اهتمام بهم.

والذين يخضعون للتحكم لا يعرفون المواجهة، أما المتحكمون فلا يحبون التعرض للمواجهة. وهكذا يغذي كل طرف ضعف الآخر ويلعب عليه. فأحدهما يُمكن الآخر.

المُكَّن

لنخصص الآن بعض الوقت لشرح من هو الشخص المُكَّن. ففي الواقع نحن نمكن الآخرين من البقاء في العبودية عن طريق استمرارنا في الخضوع لمطالبهم بدلاً من عمل ما نؤمن أنه صواب لنا.

سوف يخدعك الآخرون إذا سمحت لهم بذلك. سيستخدمهم الشيطان في تشتيتك بعيداً عما يجب أن تركز عليه، ألا وهو إرادة الله لحياتك. إن أهم أمر حيوي للمؤمن هو الطاعة القلبية الفورية لله. وكما اتفقنا من قبل فلا يمكن لأحد أن يكون مرضياً لله ومرضياً للناس في آن. فلا بد أن يتعارض الخطان في النهاية.

كانت هناك سيدة تحضر اجتماعنا كثيراً وتدعى أن ماضيها مليء بالألم على نحو مفرع. وكانت تؤتى بتصرفات في أثناء الاجتماع تثير الفوضى والتشتيت.

فكانت تسقط على الأرض وتتكوم كوضع الجنين وتنفعل بشدة عند لمسها، فيتحتم حملها إلى خارج الاجتماع.

وكان الكثيرون منا يخدمونها بأفضل ما يستطيعون، إلا أن هذا السلوك استمر على نفس المنوال. وبدأت أتخوف من مجيئها في كل مرة أسمع أنها قادمة. وكنت أشعر بقلبي يسقط بين قدمي عند رؤيتها.

كنت أستاذ من مشاعري السلبية نحوها أحياناً. وكنت أحس بوجوب مساعدتي لها، لكن لم أكن أعرف بأمانة ما يمكن عمله لها. وكانت هناك أوقات تبدو فيها سليمة مثل كل الناس، وفي أوقات أخرى تكون خارج نطاق السيطرة! لم تكن مسيطرة على نفسها، لكنها كانت تتحكم في اجتماعاتي وفي فريق العمل بسلوكها.

في إحدى الأمسيات، وبينما كنت أعلم من كلمة الله لآلاف الحاضرين، بدأت هذه السيدة تؤتى نفس ما كانت تفعله سابقاً، إلا أنها سقطت هذه المرة من على مقعدها وتمددت على الأرض بين صفيين. وتوجهت أنظار واهتمام الكثيرين في صفوف كثيرة إليها. وكان على فريق من الخدام التوجه

إليها ومحاولة مساعدتها. ثم حملوها في النهاية مرة أخرى كما اعتادوا من قبل. وقد أدى ذلك بالتأكيد إلى تشتيت الاجتماع، وأخذوها إلى حجرة خاصة وصلوا من أجلها دون حدوث أي تغيير. إلا أن إحدى السيدات التي كانت تحاول مساعدتها شعرت في قلبها أن المرأة كانت تفعل ذلك لجذب الانتباه، فأقدمت على خطوة جريئة وقالت: "حسنًا يا سيدتي، يمكنك البقاء ممددة هنا كما تريدين. وهناك دليل يقف بالباب خارجًا لمساعدتك. أما أنا فسأعود لمكاني لأنني لا أريد أن يفوتني التعليم". وخرجت من الحجرة، ووقفت في ممر تراقب ماذا ستفعل المرأة. وعندما ظنت المرأة أن لا أحد ينظر، وقفت وخرجت من الباب وتركت المبنى.

لقد كانت هذه السيدة تشاغلنا لتجذب الانتباه. لقد تعرضت للأذى في الماضي وكانت تحتاج للمعونة، لكنها في هذا الوقت بالذات كانت تستغلنا وتستخدمنا ولم نكن نقدم لها عوناً. وطالما كنا نمون سلوكها الغريب كنا نمكنها من البقاء في ذلك الفخ. فكانت مواجهتها هي أفضل ما يمكن عمله من أجلها.

أحياناً نشعر أننا عديمو الذوق إذا واجهنا من يعانون

المشاكل، في حين أن "الحب الصارم" هو الذي استخدمه يسوع مراراً ليطلق الناس أحراراً.

فبرغم أن يسوع كان يشعر بالشفقة تجاه المتألمين، إلا أنه لم يكتفِ فقط بالتأسف لحالهم. وكان كلما أمكن يساعدهم على مساعدة أنفسهم. فكان يأمرهم بالقيام بإجراء معين، وكانت توجيهاته في الغالب صارمة.

مثلاً، قال لرجل مفلوج أن يقوم ويحمل فراشه ويذهب إلى بيته (انظر متى ٩: ٦). وقال لرجل تلقى حالاً نبأ وفاة ابنته ألا يخاف (مرقس ٥: ٣٥-٣٦). وعندما رأى يسوع رجلاً أعمى تفل على الأرض وصنع طيناً من التراب ومسح به عيني الأعمى. ثم أمره أن يسير حتى بركة سلوام ويغتسل بها، الأمر الذي نفذه الرجل فشفي وأبصر (انظر يوحنا ٩: ١-٧).

هكذا نرى أن يسوع كثيراً ما يطلب من الناس عمل أشياء لا تبعث فقط على الدهشة بل تبدو مستحيلة. فكيف يمكن لمفلوج أن يهب واقفاً ويحمل فراشه ويذهب؟ فمهما كان هو مفلوج. وكيف يمكن لرجل تلقى لتوه نبأ وفاة ابنته ألا

يخاف؟ وكيف لرجل أعمى أن يرى ليصل إلى بركة مياه
بينما هو أعمى؟

لقد دفع يسوع هؤلاء للعمل والتصرف ولم يكتفِ فقط
بالتأسف على حالهم. وساعدهم على أن يحولوا فكرهم من
على أنفسهم ومشاكلهم، وأشعل دوافعهم لعمل شيء ما
حيالها. كان قلب يسوع يموج بالرأفة والتحنن (انظر متى
٩: ٣٦). لقد كان مدفوعاً لعمل شيء أكثر من تمكين الناس
من المكوث حيث اعتادوا والاستمرار على حالهم.

وعندما قالت مرثا ليسوع أن يطلب من مريم أختها القيام
لمساعدتها قال لها يسوع إنها ترتبك وتهتم لأمر كثيرة
وإن مريم تعمل الصواب بالسجود لديه (انظر لوقا ١٠: ٣٨-
٤٢). كان يسوع واضحاً مقدماً ولم يكن يسمح لأي شخص
بالبقاء مخدوعاً أو مضللاً. عندما نفشل في مواجهة من
يتحكمون فينا نمكنهم من البقاء على حالهم.

اتخذ قراراتك بنفسك

لا تسمح للآخرين أن يتخذوا لك قراراتك. ستكون أحمق لو
تركتهم يحددون خياراتك. يقول الكتاب إن في كثرة

المشيرين الخلاص (انظر أمثال ١١ : ١٤). إنه أمر طيب أن تقدر ما يقوله الآخرون، إلا أن القرار النهائي يجب أن يكون لك. وكما يقولون: "استفت قلبك" وإلا فليس ثمة سعادة حقيقية.

إن وقوعك تحت السيطرة والتحكم يسلب فرحك وسلامك، ويحكم بالموت على نفسك وروحك وفكرك ومشاعرك وكل جزء في حياتك. وقد قال الله: "قد جعلت قدامك الحياة والموت، البركة واللعنة. فاختر الحياة لكي تحيا أنت ونسلك" (تثنية ٣٠ : ١٩).

فإذا اخترت الحياة فعليك أن تختار أيضاً مواجهة أولئك الذين يحاولون التحكم فيك، وسوف يحترمك الناس في الواقع إذا وضعت لحياتك حدوداً بحيث تكون هناك مناطق تسمح لهم بدخولها وأخرى لا يقتربون منها.

ندير ديف وأنا إرساليات وخدمات جويس ماير إدارة مشتركة. ويتمتع كلانا بشخصية قوية ونوجه النصائح بعضنا لبعض. وأنا ألقى منه النصيحة في كل مجال إلا فيما يتعلق بالتعليم الذي أقدمه في الاجتماعات وعلى

التليفزيون . فأنا أعلم تمام العلم أنه يجب على أن أتلقى ذلك من الروح القدس - وليس من ديف أو الآخرين - إذا كنت أريد للتعليم أن يكون ممسوحاً. فأنا لسان لله ويتحتم بقدر الإمكان أن أنقاد بروحه فيما أعلم.

أما ديف فله مجالات خبرته الخاصة، فكان يعمل في مجال الهندسة قبل التففرغ للخدمة. فعند بناء المركز الرئيسي لخدمتنا كان منهمكاً جداً في العمل لأنه يفهم في هذا المجال. وقد حاولت في مرات قليلة أن أوجه له النصيح فيما يتعلق بالمنشآت، فكان يطلب مني بأدب أن أدعه يتولى شؤون المبنى حيث إن هذا تخصصه.

فمع نصيح كل منا للآخر إلا أن لكل منا حدوده التي يحترمها الآخر. ويعلمنا الكتاب أن نخضع للسلطة (انظر ١ بطرس ٢: ١٣). وعلينا أن نخضع للسلطة المدنية، والسلطة الكنسية، وسلطة رئيس العمل، والسلطة الأبوية والسلطة الزوجية. ولا يوجد أسوأ من موقف التمرد على أي سلطة. فإذا لم نخضع لسلطة الإنسان لن نخضع لسلطة الله بالمثل. على أن السؤال الذي يطرح نفسه هو: "وماذا لو كانت السلطة

التي أخضع لها ظالمة؟". هذا السؤال ليس من السهل الإجابة عليه لأننا قد نعتبر الأشياء التي نرفض عملها ظلمًا. وجزير بالذكر أن الله لا يريد لنا أن نتعرض لظلم أو أذى. إلا أننا يجب أن نتحمل بعض الأمور التي نراها ظالمة.

يقول الكتاب: "لأن هذا فضل (مستحسن، مقبول، ومشكور) إن كان أحد من أجل ضمير نحو الله يحتمل أحزانًا متألماً بالظلم" (١ بطرس ٢: ١٩). قد تحدث لنا مظالم في هذه الحياة، لكن الله عادل، وهو دائماً سيصوب الأخطاء إذا صبرنا ووضعنا ثقتنا فيه.

إن تألمنا لا يسعد الله، لكن حين نواصل عمل الصواب حتى لو كان يعني تألمنا، فذلك يسر الله. أعتقد أن الكلمة المفتاحية في هذه الآية: "إن من أجل ضمير نحو الله". وبكلمات أخرى، ينبغي أن نحتمل ألم المعاناة من الظلم من أجل الله، وليس بالضرورة أننا نريد ذلك. والآية التي تسبق هذه الآية تتحدث بالتحديد عن الخضوع للسلطة التي قد تكون عنيفة غاشمة. لذلك إذا احتملنا معاناة الظلم من جانب سلطة عنيفة وغاشمة، من أجل الله وملكوته، فذلك يسره.

مثلاً، قد يبقى شخص بإرشاد من روح الله في وظيفته التي يعامل فيها بطريقة غير عادلة حتى يكون مثلاً لغير المؤمنين في كيفية السلوك في موقف كهذا. أو قد يكون شخص ما هو المؤمن الوحيد بيسوع المسيح في شركته، وقد يرشده الروح القدس أن يبقى فيها ليكون نوراً في مكان مظلم.

في مرات كثيرة نهتم أكثر براحتنا الشخصية أكثر من اهتمامنا بحمل ثمر صالح لملكوت الله. فإن كان وجودنا في إرادة الله يعني تحمل بعض المعاناة الشخصية أو بعض الضيق. فلا يجب أن نتخوف من ذلك. وكل ما نعمله من أجل الله له المجازاة في النهاية. إن الله دائماً يدافع عنا ويجري العدل في حياتنا، لكن قد تأتي أوقات يجب أن نتحمل فيها أموراً تبدو ظالمة في حينها.

وهناك أيضاً أوقات لا ينبغي أن نحتمل فيها، بل تجب فيها المواجهة. والتمييز بين وقت التحمل ووقت المواجهة هو المفتاح الحقيقي للنجاح والإنجاز في هذه النقطة. وليس بوسعي إعطاؤك توجيه محدد في هذا الموضوع. فهناك وقت

لعدم عمل أي شيء ووقت لعمل شيء ما. وعلى كل واحد منا أن يطلب الله ويكون حساسًا لاتباع إرشاده.

والبعض يغلب عليه الخجل فيحتمل لمدة أطول مما يجب. ويتحول إلى مدّاس يطأه الآخرون. ونتيجة لذلك يقضي حياته يعاني من سوء المعاملة. والبعض الآخر يواجه ويتصدى أسرع من اللازم وأكثر. وعلى هؤلاء وأولئك أن يتعلموا ديناميكية الثبات وانتظار الله.

وقد يظن الناس أنهم أحرار عندما يرفضون الخضوع لأي إنسان، إلا أنهم في الواقع واقعون في عبودية عظيمة. فالحرية الحقيقية هي التحرر من ممارسة حرية قد لا تكون في صالح من يعنيه الأمر.

إن المحبة هي القانون الأسمى في ملكوت الله، وقد ذكر الرسول بولس في رسالة رومية أنه إذا كان ما نفعله يعثر أخانا أو يؤلم مشاعره، إذن فنحن لا نسير في المحبة (انظر رومية ١٤: ٢١). وقال بولس أيضًا إنه حر أن يعمل ما يشاء، لكنه حر أيضًا أن يهذب رغباته الشخصية من أجل الملكوت (انظر ١ كورنثوس ١٢: ٦ و ٩: ٢٢).

وقد نقول كمؤمنين أننا أحرار أن نعمل ما نشاء، ومع ذلك فعندما يتعلق الأمر بالعيش وسط مجتمع الإخوة، فحينئذ لا تصلح هذه الفلسفة. فعندما يتحكم فرد ضمن مجموعة أو مجتمع ما في كل الآخرين فهذه ديكتاتورية وليس أسرة أو شركة إخوة. والديكتاتور هو الوحيد الذي يظن أنه سعيد، ومع ذلك يكتشف في النهاية أنه ليس سعيداً. لقد خلقنا الله لنعيش ونعمل معاً في محبة ووحدة، وبدونهما لن ينصلح حال أي شيء أو ينجح.

فلنلق نظرة على بعض المجالات التي كثيراً ما نواجه فيها تحدي السلطة السلبية.

العمل

إذا كان الرئيس في العمل يكلف مرؤوسه بعمل أكثر من اللازم مما يهدد حياته الأسرية وحياته الروحية وربما صحته أيضاً، فلن يكون هذا الموظف متمرداً إذا تصدى لرئيسه وذكر بوضوح ما يمكنه عمله وما لا يمكنه. بل قد يكون أكثر ذنباً لو لم يواجهه عما إذا تصدى له.

إن الله ينتظر أن يضع كل فرد زواجه وأسرته وبيته وحياته

الروحية وصحته قبل وظيفته. ولو فقد وظيفته نتيجة لمواجهة سليمة سيساعده الله في الحصول على وظيفة أفضل. وكم هو محزن أن يعيش المرء في خوف متزايد من فقدان المال والشهرة لدرجة أن يسمح لصحته أن تضع ويخسر احترام أسرته والعلاقة الحلوة مع الله. إذا كنت قد سمحت لأحد أن يتحكم فيك ينبغي أن تسأل نفسك عن الثمن الذي تدفعه من أجل نوال رضاه.

ذكرت قبلاً حين كنت أعمل تحت رئاسة ذلك الرجل الذي يطالب مروؤسيه بأكثر من اللازم. كان قائداً مسيحياً وكنت أحترمه بشدة. افترضت بدايةً أن كل ما يطلبه مني لابد أن يكون هو ما يريده الله مني. لكنني تبينت بعد فترة أن حياتي قد خرجت عن اتزانها بعنف بسبب محاولة الاستجابة لكل تكليفات رئيسي حتى أحفظ بوظيفتي.

وآسفه للقول إنني تركت الأمور تتدهور حتى إنني مرضت وأصبح زواجي وأولادي في وضع حرج يتطلب التنبه له. كنت قد نلت استحسان رئيسي لكنني كنت خارج إرادة الله. من الأسهل علينا النظر للخلف ورؤية الخطأ الذي اقترفناه

عن النظر إلى الخطأ الذي نعمله الآن ونحن في انفعال الموقف الراهن. لكن يمكننا على الأقل التعلم من أخطائنا وعدم تكرار الحماقة مرتين. وقد تعلمت درساً من هذا الموقف أفادني في أوقات كثيرة في حياتي: عندما نسمح لحياتنا بالاختلال سندفع دائماً الثمن في مكان ما على الطريق. فإذا لم تكن تريد دفع الثمن، فابتعد عن الألعاب التي تضطر أن تلعبها لتحصل على استحسان الجميع.

الكنيسة

عندما يحاول الراعي أو أي قائد روحي آخر "الاستماع من الله" نيابة عن شعبه بشأن قراراتهم، فهو مفسد روحياً. كلنا لنا مسحة الروح القدس وبمقدورنا جميعاً سماع صوت الله لحياتنا. وهذا لا يعني عدم احتياجنا للنصح لأننا نحتاجه بالفعل. لكن البعض يعاني خللاً في هذه النقطة. عرفنا أنا وديف راعياً كان يعتقد أن الناس في كنيسته لا ينبغي أن يبيعوا حتى بيوتهم أو يغيروا مسكنهم قبل أن يسألوه عن صحة القرار والوقت المناسب لعمل ذلك. إن موقفاً مثل هذا يتسم بالتحكم وليس كتابياً بالمرة. وعلى حد علمي كان

هذا الرجل غير مستقر ويريد أن يأتي إليه الناس في كل أمر حتى يشعر بأهميته. هذا الرجل نفسه أخبر أيضاً زوجي بأنه مخطئ إذ تركني أقدم درس كتاب في منزلنا. وقال إنه كان ينبغي على زوجي القيام بذلك.

كانت هناك فقط مشكلة صغيرة: لقد أعطى الله موهبة التعليم لي وليس لزوجي. وقد حاول ديف التعليم لفترة من الوقت وحاولت أنا التزام الصمت. ولم يسعد أي منا بذلك أو ينجح في جهوده!

قد يحاول بعض حسني النية إخبارنا بما يجب أن نعمله، لكن ذلك لا يعني دائماً أنهم على صواب. وكنا سنخسر أنا وديف فرصة رائعة للشهادة بالإنجيل للملايين عبر العالم لو كنا استمعنا لذلك الراعي. ربما كان مُخلصاً وصادقاً لكنه كان مخطئاً بصدق.

البيت

يجب أن يتعلم الآباء متى يتركون أبناءهم يتحملون المسؤولية. فليس أسوأ من آباء لا يزالون يحاولون إدارة حياة أبنائهم الناضجين. لا ينبغي على الآباء عمل ذلك، ولا

يجب على الأبناء السماح بذلك. فكلما الطرفين يتحمل المسؤولية. أحياناً نسدي أنا وديف النصح لأبنائنا، وأثق أنه في أحيان أخرى لا يريدون ذلك. ندرك أن من حقهم حرية اتخاذ قراراتهم الشخصية وتحمل تبعاتها. فإذا ألمحوا إلى عدم رغبتهم في تلقي نصيحتنا في موقف محدد، نحتفظ بالنصيحة لأنفسنا، وهذا هو الأمر الصائب والسليم الذي يجب عمله.

وحتى لو كنت واثقاً أن ابنك يرتكب خطأ، فقد لا يكون باستطاعتك عمل أي شيء حيال ذلك. وأحياناً يتعلم الأبناء من الأخطاء أكثر من أي شيء آخر.

الأزواج والزوجات

يندرج هذا الموضوع أحياناً تحت بند الخضوع والسلطة ولذلك أريد التصدي له سريعاً ههنا. ورد في الكتاب المقدس أن النساء يجب أن يخضعن لأزواجهن "كما للرب" (أفسس ٥ : ٢٢). وقد سبب ذلك مشكلة لكثير من الزوجات خاصة في مجتمعنا اليوم حيث تناضل النساء للمساواة في الحقوق. النساء مساويات للرجال، ولا ينكر الكتاب المقدس ذلك أبداً.

لكن إلهاً إله نظام (انظر ١ كورنثوس ١٤: ٣٣)، ولن يستتب النظام ما لم يكن طرف ما متحملاً للمسئولية. فيجب أن يكون لشخص ما السلطة النهائية في تحديد ما يجب أن يُعمل وما لا يجب، خاصةً في حالة عدم الاتفاق.

لا يجب أن يسيء الأزواج إلى زوجاتهم أو يتحكموا فيهن. إذا هيمن رجل على امرأته ولم يعطها نقوداً، يفرض عليها ما تلبسه، يحرمها من الصداقات، يرفض زهابها للكنيسة أو قراءتها كتباً روحية الخ.. فهو غير صالح وتحتاج هي إلى التصدي له ومواجهته. وهذا أمر يختلف عن طلب أشياء منها لا تريد عملها. فعمل أشياء لا نرغبها جزء من نسيج الحياة. والكتاب المقدس يطالبنا بالتكيف والتواء مع الآخرين للحفاظ على السلام في علاقاتنا (انظر رومية ١٢: ١٦). فيجب أن يكون هناك هات وخذ بين كل اثنين أو مجموعة من الناس، وعندما لا يحدث ذلك سيتحول الموقف إلى تحكم طرف في الآخر. وهذا خطأ!

كان صعباً جداً عليّ كزوجة أن أتعلم الخضوع لسلطة ديف وأظهر احترامي لأرائه. فالألم الذي عانيت في الماضي

نتيجة طبيعة أبي التحكمية قد أسلمني إلى إدراك غير صحي لموضوع الخضوع. فما أكثر المرات التي أدركت فيها (أو شعرت) أن ديف يحاول التحكم فيّ، في حين أن الأمر لم يكن كذلك أبداً. وحتى لو كان له رأي مغاير لرأيي كنت أشعر بالتهديد. وإذا قال لي إنه لا يريدني عمل شيء كنت أريده أرد صارخة: "إذا كنت تنوي التحكم فيّ فسوف يخيب ظنك!"

ولكنني أدركت أخيراً بمعونة الله أن خوفي من محاولة ديف التحكم فيّ قد جعلني أنا المتحكمة. وكم أنا شاكرة شكراً أبدياً للروح القدس لأنه بين لي الحق الذي أطلقني حرة في خضوعي للسلطة - وشاكرة لديف الذي صبر عليّ طويلاً حتى أتعلم.

مرة أخرى -اخضع للسلطة، لكن لا يتحكم فيك أحد. وإذا كنت في سلطة مارس سلطتك دون أن تكون متحكماً. ولقد حاولت تعلم كيف لا أكون "رئيسة مسيطرة"، وأصلي من أجل التوازن في هذه النقطة. والتميز قد لا يكون سهلاً دائماً، لكن روح الله سيرشدنا لو سمحنا له. عندما تقترب أخطاء -كما نفعل جميعاً- عليك الإقرار بها والتعلم منها.

صفات الشخص المحب للسيطرة

إذا كنت خاضعاً للسيطرة، فربما يكون المسيطر شخصاً تحبه وتحترمه، أو على الأقل شخصاً كنت تحبه وتحترمه في وقت ما. وربما تكون فقدت احترامك له بسبب الهيمنة لكنك مسجون في دائرة لا فكاك منها.

وقد يكون ذلك المتحكم شخصاً تحتاج إليه وهو يعرف ذلك. وقد يكون شخصاً يساندك مالياً ولا تدري ماذا كنت ستفعل لو لم يكن موجوداً في حياتك. وقد يكون شخصاً تشعر بمديونيتك له لسبب أو لآخر، وقد عمل الكثير من أجلك في الماضي ويذكرك به بانتظام. وربما كان شخصاً أسأت إليه في الماضي، وتشعر الآن أنك مديون له ببقية عمرك.

وقد يكون ذلك المسيطر شخصاً تخاف منه، وتلك كانت الحالة مع أبي ومع علاقتنا. ربما تكون خائفاً من أذى شخص أو خسارة، مثل تهديد الآباء للأبناء بعدم توريثهم أموالهم أو ممتلكاتهم إذا لم يعملوا كل ما يطلبونه منهم. وقد يكون المتحكم قد عانى في طفولته من السيطرة ويتصرف الآن بسلوك مكتسب. وقد يكون شخصاً متكبراً، أناانياً أو

كسولاً (يريد ويتوقع من الجميع أن يظلوا في خدمته).

وقد يعاني ذلك المتحكم من عدم استقرار شديد ولا تستقيم حياته إلا وهو في وضع المسيطر والمتحكم. فقد يكون محتاجاً للمقعد رقم واحد ليشعر بالأمان.

صفات الشخص الخاضع للسيطرة

إن الشخص الأكثر عرضة للتحكم فيه قد أمضى عمره دائماً تحت السيطرة، لذلك فهي عادة وأسلوب حياة. ومثل هذا الشخص لم يتعود اتخاذ قراراته بنفسه. وقد يكون شخصاً مزعزجاً خائفاً أو خجولاً لم يمارس أبداً أي نوع من التصدي ومواجهة أي شيء أو أي شخص في حياته. وعادة ما يكون عذره هو: "أنا لا أحب المواجهة" وإليه أقول: "كلنا نضطر لعمل أشياء لا نحب عملها".

وقد يكون هذا الشخص مشوشاً من جهة الخضوع للسلطة. وقد لا يكون قادراً على معرفة الفرق بين الخضوع الروحي الحقيقي والنوع الخاطئ من السيطرة بتحريض شيطاني. وقد يساعده أن يتذكر أن الشيطان إن كان يسيطر لكن الرب يقود ويتقدم!

وهو يتميز بالنظرة الدونية لنفسه. وقد يستهين بقدراته إلى حد الظن أن كل من عداه على صواب دائماً وهو على خطأ دائم. وعندما يختلف معه أحد يغلق نفسه على الفور من الداخل ويخضع. وقد يكون عصابياً يشعر أنه على الجانب الخاطئ في كل صراع.

والشخص الخاضع للسيطرة قد يعتمد على الآخرين في الرعاية والماليات ومكان السكن والوظيفة والصحة الخ.. قد يكون ارتكب خطأ في وقت ما فيشعر الآن أنه مديون للمسيطر وبذلك يسمح للسيطرة بالاستمرار.

سمات السيطرة

هناك سمتان رئيسيتان للسيطرة والتحكم، وأريد التعرض لكليهما.

السيطرة العاطفية

التحكم العاطفي هو أحد أكثر السمات وضوحاً وقوة للسيطرة. فتجد الدموع والثورة والصمت (خاصة الصمت كشكل من أشكال الرفض) تتجلى كأكثر الوسائل استخداماً

من جانب المسيطرين للتحكم في الآخرين.

ربما يرغب الوالدون الأربعة أن يمضي العروسان الإجازة مع كل منهم. وقد يستخدم الآباء المسيطرون الصمت أو الثورة أو الدموع أو الغضب ليحققوا مآربهم. وقد يُذكرون الزوجين بكل ما صرفوه من مال عليهما. وبالطبع فهذا يجعل الزوجين يشعران بأنهما مدينان، وفي هذه الحالة لا يكون الأبوان قد أعطيا أي شيء بالفعل.

فالعطاء الحقيقي ليس له حبال لتجذب الشخص المتلقي في أي اتجاه يريده المعطي أن يذهب إليه.

أما على الجانب الآخر فالآباء الذين يتصرفون بطريقة سليمة سيتركون للعروسين حرية اتخاذ قراراتهما بأنفسهما ولن يضغطوا عليهما. ولو كانوا آباء مؤمنين فسوف يصلّون إلى الله ليقود الزوجين وأولادهما، ثم يمضون إلى سبيلهم بعد أن وثقوا في قدرة الله على العمل. وقد لا يحظى الآباء الذين يمارسون أقل ضغط على أبنائهم بزيارتهم في الإجازات لكنهم سيحصلون على أقصى قدر من الحب والإعجاب والاحترام والتقدير.

لقد حاولت استخدام التلاعب العاطفي لسنوات برغم أنني كنت مخدوعة في طبيعة تصرفاتي. ففي كل مرة لا يفعل فيها ديف ما أريد أنفجر غضباً أو أصمت أو أبكي أو أتجهم أو ألوي شفتي أو أبدي مظهرًا يستحق الرثاء أو أمضي في تنظيف البيت أو أعمل باستمرار في أي شيء آخر على أمل أن يشعر ديف بالذنب أو بالأسف من نحوي.

ويسرني أن أقول إن كل ذلك لم ينجح. فمهما فعلت كان ديف يبقى سعيداً راضياً ويعمل ما يشعر أنه يجب عليه عمله. ولو كنت نجحت في السيطرة عليه بعواطفني كنت سأظل حبيسة في نفس الفخ. وربما كان افتقاره للمواجهة قد مكّني من الاستمرار في أساليب السيطرة.

إذا كنت مسيطراً وتريد حقاً أن تكون شجاعاً صلّ أن يرشد الله الآخرين ليتصدوا لك في أي وقت تحتاج فيه حقاً لذلك. ثم صلّ بعدئذ أن تتقبله ولا ترد دفاعياً بغضب وإلقاء الاتهامات واختلاق الأعذار.

السيطرة بالكلام

وهناك من يحاولون السيطرة بكلمات الفشل والهزيمة

والتذكير غير الطبيعي بالفضل، والانتقاد والإشعار بالذنب والتخجيل. وقد يستخدمون التهديد أحياناً مثل التهديد بقطع العلاقة (الرفض)، فيلمحون لك بعدم رغبتهم في الاحتفاظ بعلاقتهم بك إن لم تفعل ما يريدونه منك. وإني أعتقد جداً أن كثيراً من المراهقين يسقطون في المخدرات وتعاطي الكحوليات والانحراف الجنسي لأنهم نالوا تهديداً بقطع علاقاتهم. ونحن نسمي هذا التهديد "الضغط بالذوق"، لكنه في الحقيقة نوع من السيطرة.

وهناك طرق كثيرة للسيطرة على الآخرين. فإذا كنت خاضعاً للسيطرة فتعلم كيف تتعرف على الوسائل المستخدمة ضدك. وإذا كنت مسيطراً اطلب من الله أن يساعدك في التعرف على وسائلك الخاصة في التحكم. فليس بإمكانك عمل شيء تجاه أمر لم تعرفه. صلّ من أجل الحق، والحق سوف يحرك!

لاحظ هذه الأعراض

إذا كنت عاجزاً عن التفاعل مع الآخرين بدون أن يشعرك الشخص المسيطر بالتوتر والذنب لكونك تستمتع بنفسك،

فما تعاني منه هو عرض لخضوعك للسيطرة.

أو ربما لا تستطيع إقامة صداقات جديدة بدون أن يشعر المسيطر بالغيرة والتملك. وتشعر دائماً بأن عليك مراجعة ذلك الشخص والعودة إليه قبل أن تشرع في عمل أي شيء، وليست لك حياة خاصة بك. ويكون عليك دائماً إخباره بكل شيء، ودعوته في كل مكان وأخذ رأيه في كل أمر.

ربما تكون قد أسكنته ذهنك بشكل مبالغ فيه. وتعيش بخوف مبهم مما قد يقوله أو يحكم به على كل شيء تفعله. كل ما فات علامات لأزمة يجب التصدي لها.

فتعال الآن لنلقي نظرة على خمس خطوات هامة للظفر بالحرية من السيطرة.

١- تَعْرِفْ

أول خطوة للتحرر من السيطرة هو أن تعرف أنك خاضع لها. وقد يظن البعض أنهم بذلك إنما يحافظون على السلام. بل قد نعتقد كمؤمنين أن علينا الحفاظ على السلام بأي ثمن. إن الكتاب المقدس يعلمنا أن نكون صُنَّاع سلام وأن نتواءم

ونتكيف مع الآخرين للعيش في تآلف.

“مهتمين بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ اهتمامًا واحدًا، غير مهتمين بالأُمُور العالية (متكبرين - متعالين - متحاشين الأقل منهم) بل منقادين إلى المتضعين. لا تكونوا حكماء عند أنفسكم.” (رومية ١٢: ١٦).

وعلينا بالفعل كمؤمنين أن نعمل كل ما بوسعنا للحفاظ على السلام، لكن ذلك لا يعني أن نسمح للآخرين بالتحكم فينا. وكل آية يتم تفسيرها بتطرف يمكن أن تخلق مشكلة. وحين نسلك في المحبة فعلينا أن نعمل ما هو لمصلحة وخير الآخرين، لكن يجب أن ندرك أنه ليس من خير ومصلحة الآخرين أن يتحكموا فينا.

٢- تصرف

ما إن تكتشف أنك خاضع للسيطرة فيجب أن تفعل شيئًا. فلا يجب أن تدع هذا الأمر يستمر - ليس من أجلك فقط - بل من أجل خاطر الشخص المسيطر. فإذا سمحت للأمر بالاستمرار فأنت تُمكن الشخص الآخر وتصبح مذنبًا مثله.

فها قد تكونت عادة سيئة يجب القضاء عليها. ربما يكون

تصرفك عبارة عن رد فعل تجاه المسيطر بطرق معينة، ويجب أن تتعلم أن تكون صاحب فعل بحسب كلمة الله ووصاياه لك. وقد يستلزم ذلك بعض الصلاة والتصميم. ولا تفقد حماسك إن طال الوقت بعض الشيء. يقولون إن اكتساب عادة واحدة يستلزم ثلاثين يوماً ويقتضي القضاء على عادة واحدة ثلاثين يوماً. وأتخيل أنه بحلول الوقت الذي تكون قد واجهت فيه من يتحكم فيك ثلاثين مرة تكون قد وضعت قدمك على طريق سنّ قواعد جديدة لعلاقاتك.

٣- تفهم

ذكرت من قبل أنك يجب أن تتعلم كيف يسعى المسيطر إلى التحكم فيك. هل يتم ذلك من خلال الخوف أم الغضب أم الصمت أم الثورة أم الدموع أم الذنب أم التهديد. من المهم التعرف بسرعة على تكتيكاته ومقاومتها على الفور. وكلما قاومت أسرع، قلت احتمالات سقوطك في الفخ الذي تريد التحرر منه.

٤- واجه

واجه معركة التصدي. يجب أن تدرك أنك إذا كنت قد سمحت

لشخص آخر بالانفراد بالساحة كل الوقت، فلن يرحب بأي تغيير تحاول إجراؤه. وقد يكون من الحكمة مناقشة الموقف مع الطرف الآخر، كأن تقول له مثلاً: "ربما لا تفعل ذلك عن قصد لكنني أشعر أنك تتحكم فيّ. وأنا أحتاج للشعور بالحرية في علاقتنا، وقد بين الله لي أنه برغم عدم جواز تحكمك فيّ فهناك خطأ من جانبي عندما سمحت أنا بذلك. وسوف أجري تغييراً وأعرف أنه قد لا يكون سهلاً عليك. أنا أحبك وأريد لعلاقتنا أن تزدهر. ولكن من الآن فصاعداً سوف أتبع إرشاد قلبي".

ولا تتوقع لرد فعله أن يتسم بالإذعان. فكما استعبدت أنت لنوال الإعجاب، فقد استعبد هو أيضاً لحب السيطرة. ولا يتم علاج أي إدمان بدون ردود فعل جسدانية. وكما أقول دائماً "الجسد (الطبيعة اللحمية للبشر) لا يموت أبداً بدون كفاح".

وربما تخشى المواجهة، لكن يتحتم عليك القيام بها حتى لو اضطررت لعمل ذلك وأنت خائف! لو ثبت سيتحول المتحكم من الغضب إلى الاحترام. لم أدخل في حياتي في علاقة تحكمية مع أحد وكان يشوبها أي احترام من جانبي له.

ربما تخاف من فقد العلاقة وهذا احتمال قائم . والشيء الوحيد الذي يمكن قوله أنه ربما يكون في صالحك زوال هذه العلاقة عن أن تقضي بقية حياتك خاضعا للسيطرة والتلاعب . فإذا لم يهتم بك الآخرون إلا بقدر ما يتحكمون فيك ، فهم لا يهتمون بك على الإطلاق. لا تدع الآخرين يستخدمونك.

هـ - صلّ

لا تحاول القيام بأي من هذه التغيرات بدون صلاة مكثفة. إن عنصر التوقيت هام جداً في مثل هذه المسائل. صلّ من أجل من تريد مواجعتهم طالباً من الله أن يُعِدّ قلوبهم. اسأله أن ينبههم لتصرفاتهم من قبل حتى أن تتحدث إليهم.

كلمة إلى المسيطرين

مع أن معظم هذا الكتاب موجه إلى من يعانون إدمان الإعجاب ومن خلال ذلك يسمحون للآخرين بالسيطرة عليهم، فأنا أعلم أن بعض من يقرأون هذا الكتاب هم أنفسهم مسيطرون ومتحكمون. ومن المحتمل أن يكون

الشخص مسيطراً وخاضعاً للسيطرة في آن.

كنت في فترات من حياتي أسيطر على من يسمح لي بذلك، وفي نفس الوقت أخضع لتحكم شخص آخر فيّ. فمثلاً قد تكون خاضعاً لسيطرة رئيسك وتتحكم في عائلتك في البيت. فإذا لم تكن متأكداً من كونك شخصاً مسيطراً اسأل نفسك السؤال التالي: "ما هو رد فعلي عندما لا أحقق ما أريد؟" هل تغضب عادةً أو تحاول إقناع الآخرين أنك الأفضل وعلى حق؟ هل تظل تعيشاً حتى تظفر بما تريد؟ كن أميناً في إجابتك وسوف تتمكن من تشخيص نفسك سريعاً.

من حق الناس أن يتخذوا قراراتهم بأنفسهم. ويريدنا الله أن ننقاد بإرشاد روحه القدوس وكلامه، لا عن طريق قوى خارجية. ويريدنا أيضاً أن نسمح للآخرين أن ينقادوا بنفس الطريقة. والحقيقة أنه لا يجب علينا فقط السماح للآخرين بالانقياد بالله، بل أن نشجعهم ونساعدهم على ذلك. وعندما نريد شيئاً من الآخرين ولا تبدو عليهم الرغبة في ذلك، فبدلاً من محاولة إقناعهم بعمله علينا أن نطلب منهم أن يصلوا بشأنه وأن يثقوا بعدئذٍ أن الله سيبيّن لهم ما

ينبغي عمله. يمكننا تشجيع الآخرين على عمل أي شيء، بشرط ألا نطوِّعهم لعمل ما نرغب نحن فيه وعلى مزاجنا. وهنا يصدق القول: "إذا كنت تحب الآخرين بحق فحررهم، وإذا كانوا مرتبطين بك فسوف يعودون إليك من تلقاء أنفسهم".

الحب الحقيقي معناه أن نساعد شخصاً على اتخاذ القرار السليم بالنسبة لكل المعنيين به، وليس مجرد القرار السليم المناسب لنا.

افعل هذه الخمسة لو كنت مسيطراً

إذا كانت لك ميول للسيطرة فيعوزك عمل الآتي:

- ١- الإقرار بالأمر. قل بصوت عالٍ "أنا مسيطر".
- ٢- طلب الغفران من الله وأن يعلمك احترام حقوق الآخرين.
- ٣- طلب الغفران ممن كنت تحاول السيطرة عليهم.
- ٤- تشجيعهم على أن يكونوا أمانة معك في إبداء رأيهم في المواقف المشتركة بينك وبينهم. اطلب منهم مواجهةك عندما تخرج عن الخط.
- ٥- لا تيأس ولا تستسلم إذا استلزم التغير وقتاً.

يجب أن تدرك أن ميولك للسيطرة لن تختفي بين ليلة وضحاها. وسوف يقتضي الأمر وقتاً حتى بعد أن تُقَرِّبها وتبدأ في محاولة التحرر منها. إن الاعتراف بأخطائنا لبعض يكسر تسلطها علينا وله تأثير محرر على كل الأطراف (انظر يعقوب ٥: ١٦).

إن مواجهة الحقيقة تطلق في حياتنا عملية الشفاء. أتذكر أثناء عملية شفائي أنني أخبرت زوجي أن يصارحني إن كنت أبدو غير جديرة بالاحترام في نظره. كان عليّ التغلب على عادات سيئة بامتداد عمري كله وكنت في حاجة إلى كل مساعدة ممكنة.

وربما تظن كما كنت أظن أنك تحمي نفسك بالبقاء في ظل السيطرة، إلا أنك بذلك تفتح باباً لعدو الخير لتدمير كل علاقاتك ولتحميلك بتوتر وضغط لا قبل لك بهما. إن محاولة السيطرة على كل واحد وكل شيء أمر متعب جداً. ولقد ارتحت جداً لاكتشافي في النهاية عدم حاجتي إلى إدارة الكون كله. فإذا كنت مثقلاً زمام الأمور في عالمك فأنت بحاجة إلى التقاعد.

وحتى لو كانت لك ميول تحكمية لأنك جُرحت في الماضي،
فذلك خطأ أيضاً. ربما تكون مضيت في طريقٍ ما بسبب الألم
الذي عانيتَه، لكن لا تجعل ذلك مبرراً للبقاء في ذلك الطريق.

وليس كل مسيطر قد عانى من الأذى من ماضيه. فبعضهم
يتمتع بشخصية قوية جداً وبأفكار محددة جداً عن كيفية
تنفيذ كل الأمور. فهم من القوة والثقة بما يفكرونه
ويعملونه حتى إنهم لا ينفثون على آراء الآخرين
وأفكارهم. والبعض الآخر يتمتعون بأنانية محضة. فقد
أدمنوا الحصول على ما يريدون، وربما اكتسبوا تلك العادة
السيئة بعدم احترام الآخرين. ربما لم يتم تقويمهم بشأن تلك
العادات السيئة في صغرهم أو نشأوا في ظل والدين لهم
ميول السيطرة. ومهما كان السبب فهناك شيء واحد مؤكد:
هم لا يسلكون في المحبة ولا يُسر الله بذلك.

إذا تبين لك أنك كنت تتحكم في الآخرين، فاعزم على
تحريرهم ليتخذوا قراراتهم بأنفسهم. وإذا لم تتفق مع
قراراتهم فامتنع عن إبداء امتعاضك. ويمكنك أن تقول: "أنا
أحترم حقك في الاختيار، ولك وجهة نظرك". لا تصر على أن

يتم كل شيء على مزاجك. ولا تغضب عندما يبدي الآخرون عدم رغبتهم في عمل ما تريد، ولا تستخدم معهم "العلاج الصامت" عندما يواجهونك واعترف بحاجتهم للحرية في اتباع ما يرونه مناسباً لهم. قل لنفسك مراراً بل كرره بصوت عالٍ: "للناس الحق في الاختيار وأن يكون لهم وجهة نظرهم الخاصة وينبغي أن احترم حقهم هذا". قل ذلك حتى تبدأ في تغيير موقفك.

عندما كنت في مرحلة الشفاء من ميول السيطرة كنت أقول لنفسي دائماً وبهدوء: "جويس هذا ليس من شأنك". كنت أفعل ذلك عندما كنت أُجَرَّب بالتدخل فيما يدعني أحد إليه. ونحن نحب أن نعطي وجهة نظرنا ونخبر الآخرين عن رؤيتنا للمواقف. (لقد اكتشفت أنه حتى عندما يسألني الناس عن رأيي فهم في الواقع يريدونني أن أتفق معهم ليطمئنوا إلى قرارهم).

لا تضع الخطط للآخرين بدون التأكد من أنهم يريدون عمل ما تفكر فيه. إن اتباع الوصية الكتابية بمعاملة الناس كما تحب أن يعاملوك سوف يحل مشكلة السيطرة برمتها (انظر لوقا ٦: ٣١).

لا تتطرف في تصحيح مشكلتك

عندما نكتشف أننا قد تطرفنا في نقطة ما أو اختل توازننا فليس من غير الشائع أن نتحول إلى النقيض الآخر أثناء محاولتنا تصحيح الوضع. وإليك مثال كيفين الذي لما تبين له أن ستيفاني كانت تتحكم فيه لسنوات قرر تصحيح الأوضاع. كان قراره صائباً وجيداً لكن وسائله لم تكن كذلك. لقد بلغ به التصميم ألا تتحكم فيه مرة أخرى أن أفرط في تعديه عليها في أي وقت لا تظهر فيه الرضوخ لرغباته. وانتهى به الأمر في محاولة التأكيد على عدم تحكمها فيه مرة أخرى أن تقمص الدور الذي كانت تلعبه هي يوماً ما.

ثم بدأ الاثنان يحضران جلسات مشورة وأقرت ستيفاني بمشكلتها وطلبت العون بصدق. نعم لقد كانت بحاجة إلى مواجهة لكن كيفين تمادى في ذلك إلى حد الفظاظة. واكتشف كيفين أخيراً أن وسائله كانت متطرفة وأنه في أثناء محاولته حل مشكلة واحدة قد خلق مشكلة أخرى. وتطلب الأمر جهداً ووقتاً لكنهما تعلمتا بمعونة الله أن يحترم كل منهما الآخر وأن يحتفظا بعلاقة متوازنة.

إن التطرف هو ملعب الشيطان والساحة التي يجول فيها. وفي كل مرة نتطرف في نقطة ما نوفر لإبليس المناخ الذي يعمل فيه. فجاهد أن تحفظ توازنك. وإذا تبين لك خضوعك لسيطرة أحدهم فبال تأكيد تحتاج لاتخاذ إجراء لتستعيد حريتك، ولكن حذار أن تحرك الانفعالات رد فعلك وتجرفه بعيداً. صل كثيراً، استخدم الحكمة واصبر صبراً. لا تنقلب من كونك خاضعاً للسيطرة ومصمماً على عدم تحكم أحد فيك مرة أخرى إلى خروج رد فعلك تجاه الآخرين عن حد الاتزان. وبالمثل، إذا كنت في موضع المسيطر فلا تتطرف إلى الجانب الآخر وتعتقد أنه لا يجب أن تظهر أي مقاومة أو مواجهة بتاتا إذا اقتضى الأمر.

والآن وقد ناقشنا اتخاذ خطوات إيجابية نحو تحرير أنفسنا من السيطرة السلبية، دعنا ننظر إلى الأساليب التي يمكننا بها استخدام الألم الذي عشناه في الماضي لنصنع تحولاً إيجابياً في حياتنا وحياة الآخرين.