الحب في المراهقة

أنور داود

اسم الكتيب: **الحب في مرحلة المراهقة**
(طبعة ثانية منقحة ومزيدة).
إعداد: أنور داود
مراجعة: د. نبيل عجيب – بهجت عدلي
إخراج فني: صفوت نظير
الغلاف: جيهان عائيد

يطلب من مكتبة الإخوة:

٣ ش أنجه هانم - شبرا مصر - ت: ٢٥٧٩٢٢٨٤
بريد الكتروني وفروعها: brethrenpub@gmail.com
مصر الجديدة: ٦٥ ش نخلة المطيعي - تريومف ت: ٢٢٩٠٤٠٠٣
الإسكندرية: ٦ ش الفسطاط كيلوباترة ت: ٥٤٦٥٣٦٦
المنيا: ٦ ش الجيش ت: ٢٣٦٤٤٠٦
أسيوط: ٢١ ش عبد الخالق ثروت ت: ٢٣٤٢٠٢٨

ومن المكتبات المسيحية الكبرى
Printed in Egypt

رقم الإيداع: ١٦٦٩٣/ ٢٠١١
الترقيم الدولي: ١- ٢٤٧ – ٣٢١ – ٩٧٧ – ٩٧٨

طبع بمطبعة الإخوة – جزيرة بدران.

(شكر خاص لكل الإخوة المشاركين معنا باستمرار ونخص بالذكر الأخ/ د. فرنسيس فخرى، والاخ اميل بديع، والاخت اميرة عـــادل للمشاركة الفعالة في تجهيز مادة هذا الكتيب).

(لطلبات الجملة تخفيض خاص).

إفتتاحية

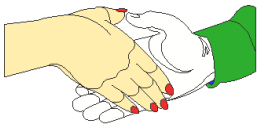
تبدأ مرحلة المراهقة تقريبًا من سن ١١ للفتيات وسن ١٣ للفتيان، وفى بعض الحالات قبل أو بعد هذه السن بقليل، حيث تفرز الغدة النخامية هرمونات تساعد على النمو الجسدي، وتحدث تغيرات في الجسد تُلاحَظ حتى من المحيطين بالمراهق. وربما تُسبِّب هذه التغيرات للمراهق حيرة في بداية الأمر، إلا أنها قد تُسبب له الفرح والسرور الداخلي؛ إذ يشعر أنه قد ابتدأ ينضم لعالم الكبار، ومع أن النمو الجسدي عادة ما يكون سريعًا، إلا أن النمو في باقي النواحي (النفسي والذهني والروحي) يكون بالتدريج، وهنا تكمن الفجوة التي لا يجب أن تخفى علينا.

سمة أخرى تظهر في هذه المرحلة وهي الميل للجنس الآخر؛ فبعد أن كان الطفل في مرحلة الطفولة ينفر من

طفل مختلف عنه في الجنس، تظهر في هـذه المرحلـة ميول عكس ذلك، حيث يتوق المراهق للحديث مع أحـد أفراد الجنس الآخر ويحـرص علـى نـوال إعجابـه، وتتأرجح المشاعر ما بين رومانسية حالمة، وبين حسية جنسية جارفة، وهذا ما يـسبب عـادة تعبًـا لـضمير المراهق.

وفى هذا الكتيب التي بين يديك عزيزي القـارئ – سوف نأخذك بمعونة الرب – في جولة سـريعة حـول مرحلة المراهقة، من حيث: همومها، معاناتها، مميزاتها ومشاكلها، ولكن بشيء من التركيـز علـى العلاقـات العاطفية.

***



معنى المراهقة

تأتى كلمة المراهقة من الفعل "رهق"، وهو يعنى الاقتراب من موعد أو من رقم! فرهق الغلام تعني أنه قارب الحلم أو بلغ حد الرجال، وعندما يقال كان العدد رهاق مئة أي اقترب من المئة.

إذًا مرحلة المراهقة هي المرحلة التي بها يقترب الإنسان من حد النضوج وبنهايتها يمكن للإنسان أن يستقل عن الأسرة معنويًا وماديًا.

ويمكن أن تشبه بنفق يدخله الشخص طفلاً ليخرج منه رجلاً أو امرأة! والمشكلة أن النفق مظلم ومملوء بالمطبَّات، بل وأحيانًا باللصوص وقُطاع الطرق! لذلك فالإنسان في مرحلة المراهقة في شديد الحاجة لشخص أمين يمسك بيده لكي يعبر هذا النفق بسلام، إلا أنه

للأسف كثيرًا ما لا يوجد هذا الشخص الأمين، وأحيانًا يوجد لكن يُقابل بالرفض.

أهم ما يميِّز مرحلة المراهقة:

١- هي مرحلة التغيرات الكبرى:

من المعروف أن ٨٠ % من التغيرات التي تحدث في حياة الإنسان تحدث في هذه المرحلة!! فحتى سن العاشرة يكون الإنسان مجرد طفل لم تتضح بعد أية معالم محددة لشخصيته، مثل طوله، وشكل جسمه، مستقبله المهني، دراسته ووظيفته. ولكن بمجرد وصوله سن العشرين، وربما قبلها، تكون كل هذه الأسئلة قد تمت الإجابة عنها بنسبة كبيرة للغاية، ويكون الإنسان قد انتقل من طفل غير محدد الهوية إلى رجل أو امرأة ذي هوية محددة بنسبة ٨٠ %.

٢- هي مرحلة التوترات الكبرى:

مما يجعل المراهقة أهم مرحلة في حياة الإنسان هو

ما أكدته إحدى الدراسات العلمية أن منحنى التوتر في حياة أي إنسان يصل إلى قمته في هذه المرحلة دون غيرها من مراحل حياته، مهما بلغت ضغوط الحياة!! وإن كانت درجة المعاناة تختلف من شخص لآخر، فهي بالنسبة للبعض أقل من غيرهم لعوامل مختلفة: وراثية، تربوية، روحية، ثقافية أو غيرها، لكن في كل الأحوال، الكل فيها يعاني.

أهم أسباب وملامح معاناة المراهقين:

وهي ذات الأسباب التي تعطي مرحلة المراهقة ملامحها المميزة. ويمكن تلخيصها في الآتي:

أولاً: التغيرات الجسمية:

وهى تبدأ بظهور الدورة الشهرية ونمو الثديين عند البنات، وتغيير (خشونة) الصوت وأحياناً القذف الليلي للسائل المنوي عند الأولاد. كذلك ظهور شعر العانة وشعر الإبط، وغيرها.

والمشكلة في هذه التغيرات تكمن في:

١- الاهتمام الزائد بها، ومتابعتها يوميًا، والوقوف أمام المرآة للاطلاع اليومي على آخر التطورات، ومحاولة توقع ما سوف يصير. كيف لا وهي تحدث في أخص ما يملك الإنسان، ألا وهو جسده؟!

٢- الاهتمام الخاص بالتغيرات الجنسية التي تطرأ على الجسد بدون تهيئة من الأهل لحدوثها وإشباع الفضول من جهة فهمها مما يؤدي إلى استقاء المعلومات من الزملاء، حيث يسود الجهل ومحدودية الخبرة وعدم الفهم العلمي لطبيعة هذه التغيرات، فتكون النتيجة ربما مزيدًا من الغموض ومزيدًا من التوتر.

٣- المداومة على عقد المقارنات من ناحية كم هذه التغيرات مع الأقران، من عنده تغيرات أكثر ومن عنده أقل. فمثلاً في الأولاد؛ الشعر وتغير الصوت، وفي البنات؛ مدى ظهور وبروز الملامح الأنثوية، ويصاب البعض بالضيق والإحباط، إذا لم يكن النمو سريعًا مثل الكثيرين من الأقران، مع أن هذا قد يكون أمرًا طبيعيًا

لاعتبارات وراثية.

٤- اهتمام الأهل بالمسألة، وتعليقهم المستمر عليها، مما يشعر الشخص أنه تحت الملاحظة المستمرة وهذا ما يزيد من التوتر.

٥- تغير نظرة المجتمع للمراهق، وحتى الأقارب بسبب هذا التغير وبدلاً من الاستقبال بالقبلات كأطفال يصبح هناك حرج؛ مما يسبب مزيدًا من الحرج والتوتر والحيرة.

٦- سرعة التغير والنمو يصيب البعض بالرعب، لأنه لا يعرف متى سيتوقف هذا النمو! كما أنه يتمنى أن يعرف شكله النهائي بعد هذه التغيرات التي يبدو أنها لن تتوقف.

٧- ظهور حب الشباب عند البعض يسبب توترًا كبيرًا ولا سيما عند البنات؛ فالمراهق ولدًا كان أم بنتًا، يحرص على أن يبدو في أجمل شكل ممكن، ليحظى بقبول المجتمع، ولا سيما الجنس الآخر.

٨- عدم قدرة المراهــق، ولا ســيما الأولاد علــى التحكم الكامل في حركة الأطراف لسرعة نموها، فتسقط منه الأشياء إذا حملها أو حتى إذا أراد مسكها أو يصطدم بالأثاث عندما يمر بينه. مما يسبب له ارتباكاً، ويــسبب للعائلة ضيقاً.

٩-هذه التغيرات السريعة والنمو الكبيــر يــستهلكان طاقة كبيرة، فيشعر المراهقون بالإرهــاق، ويحتــاجون لمدة نوم أطول، فيفسر الأهل ذلك على أنه كسل، مع أنه ليس كذلك.

إزاء هذا كله، ماذا ينبغي أن أفعل؟!!

١- أول كل شيء ينبغي أن تفرح وتشكر الرب من أجل حدوث هذه التغيرات، فهذا يعني أن الغدد الــصماء لديك تعمل بشكل سليم!! فعدم حدوثها يعنــي أن هنــاك خللاً ما وأن يظل الشاب أو الشابة على حاله كما لو كان طفلاً في العاشرة.

٢- هذه التغيرات تسير طبقاً لقواعد دقيقة تحــددها

الجينات الوراثية المكتسبة من الأبوين، ولـذا فالـشكل النهائي هو ما تراه في حدود عائلتي أبويك.

٣- هناك تفاوت من جهـة ظهـور بعـض هـذه المتغيرات، وتوقيت ظهورها بين شخص وآخـر، فـلا ينبغي المقارنة بين الأخ وأخيه، أو الابنة وأختها أو حتى بين التوأمين.

٤- عدم الانزعاج من حب الشباب وعدم الـتخلص من التوتر بالتهام الطعام بكثرة، بل يجب تكوين عادات غذائية سليمة ومُمارسة الرياضة ليكون شـكل الجـسم مقبولاً، مما يحمى من التوتر والمعاناة النفسية.

٥- إن المخ لا يستطيع ملاحقة هذه التغيـرات، ولا سيما من جهة الأطراف. ومن ثم تأتى حركات الأيـدي والأرجل في بعض الأحيان غير متسقة، مما قد يـؤدي إلى سقوط الأشياء من اليـد أو سـكبها أو الاصـطدام بالأشياء حين المرور بينها. لذا وجب الحرص. وعلـى الآباء مراعاة ذلك، فلا يكثرون من اللوم.

ثانيًا: الصراع مع الآباء:

بالدخول في هذه المرحلة، تبدأ مرحلة الاستقلال التدريجي عن الأهل، والذي ينتهي بالزواج، لتكوين أسرة جديدة مستقلة. هذا الاستقلال مؤلم للآباء لقلة خبرتهم، ومن هنا يحدث الاختلاف بدءً من اختيار الملابس، ونوعية الطعام، والأصدقاء... إلخ. وهنا يجب أن نتذكَّر أن الله قصد أن يكون هذا الاستقلال تدريجيًا بطيئًا (أكثر من ١٠ سنوات)، فلا تستعجلوه، حتى تقدروا أن تتمتعوا بالاستقلال والسلام مع الأسرة، فقد عاش الأهل يرونكم ويعاملونكم كأطفال لمدة عشر سنوات أو أكثر، فلا تطلبوا منهم أن يعاملوكم كبالغين بين يوم وليلة، بل دعوهم يثقون فيكم وفي قراراتكم تدريجيًا بالمناقشة الهادئة المتأنية، وبتحملكم المسئولية في السلوك المنضبط الموثوق فيه.

ثالثًا: ضغط الزملاء:

في هذه المرحلة العمرية تزيد مساحة الوقت الذي

يُقضى مع الزملاء، ولا سيما، أن كل له الاهتمام نفسه، والمشكلة أنكم ترون أنفسكم في عيونهم، وتتأثرون بهم، وكثيرون منهم أخلاقهم ليست صالحة، وليست عندهم مخافة للرب الذي تحبونه، فهم أشرار، وكثيرًا ما تحاولون إرضاءهم بالخضوع لهم وتقليدهم مما يكسبكم العادات الرديئة، والتي قد تلازمكم بطول العمر، لذا ليس من الصواب أبدًا تقدير أصدقائكم أكثر من والديكم رغم احترامنا لهم بكل تأكيد، إلا أن الوالدين لديهما من النضوج والحكمة والخبرة ما يفيدكم في حياتكم مستقبلاً، بالإضافة إلى محبتهما المخلصة لكم.

رابعًا: الشعور بالنقص:

أظهرت الدراسات على الجنسين أنه لا يوجد مراهق واحد لا يعانى من الشعور بالنقص في مجال من ثلاثة هي: الجمال الجسدي والذكاء والمال، وهذا الشعور يزول تمامًا بنهاية هذه المرحلة. فعليكم أن تتعلَّموا من الرب ومن قادتكم وأسركم الاهتمام بالجوهر لا بالمظهر.

وتطوير قدراتكم واكتشاف مواهبكم وتعميق علاقتكم مع الرب ومع الآخرين.

خامسًا: تقلب المزاج والحالة النفسية بصفة عامة:

مثل الانتقال من الحزن للفرح والعكس، الاكتئاب بدون سبب، الرغبة في البكاء (ولا سيما عند البنات)؛ تغير الآراء بدون إبداء الأسباب. هذا التقلب شيء طبيعي سببه عدم الاتزان الوجداني في هذه المرحلة وهو يرجع إلى عوامل نفسية وفسيولوجية وهرمونية، وتفهم هذا يجعل هذه المرحلة تعبر بسلام.

سادسًا: المعاناة الفكرية والشكوك حتى في المُسلَّمات:

لا يوجد مراهق لا يمر بهذه المرحلة، لكن حدتها تختلف من واحد لآخر، لأسباب وراثية واجتماعية، وهذه ظاهرة صحية يجب الاستفادة منها، والتعامل مع الشكوك بهدوء، وجعلها فرصة لمراجعة المُسلَّمات، لتكون في النهاية هي قناعاتكم الشخصية. وتذكروا أن المثالية في كل شيء هي أمر مستحيل.

سابعًا: الرغبات الجنسية:

هي الاكتشاف المذهل الذي لم تتهيئوا لحدوثه لا في البيت ولا في المدرسة ولا في الكنيسة! فالكل يعتبره موضوعًا لا يجب الاقتراب منه (لأنه عيب وما يصحش نفتح عينيهم على الحاجات دي). مما يؤدي إلى البحث عن مصادر أخرى، رديئة وجاهلة. وعلى الشخص أن يكتشف بنفسه!! ويبدأ الأمر بسماع الزملاء في الفصل يتهامسون عن أمور تجهلونها، ويملأكم الفضول لمعرفة ما يقولون. وقد ينتابكم الشعور البغيض بأنكم إذا لم تعرفوا هذه المسائل، فأنتم لا تزالون أطفالاً في نظرهم، وهذا أشد ما يوتركم ويرعبكم. وقد تجدونهم مرة يلتفون حول أحدهم ليطلعهم على صورة ما على الموبايل خفية، وكل منهم يحاول أن يختلس نظرة.

ثم يتطور الأمر فجأة، فتلحظون التغير الكبير في شكل أعضائكم الجنسية. وفجأة أيضًا تشعرون بالرغبة العميقة في الاقتراب، أو حتى الالتصاق بالجنس الآخر،

وفي الوقت نفسه بالخجل، بل وأحيانًا بالخوف من الاقتراب منهم، لئلا تفعلوا شيئًا يثير سخريتهم أو حتى لا يحظى بقبولهم! وفجأة أيضًا تقتحمكم الأحلام المتعلقة بالجنس الآخر ليلاً وأحلام اليقظة نهارًا. كل هذا يدفعكم للمزيد من الاهتمام بالموضوع في الوقت الذي فيه لا تجدون مصدرًا واحدًا محترمًا يقدِّم لكم ما يشبع فضولكم ويجيب عن أسئلتكم، فتندفعون أكثر نحو أجهل وأغبى مصدر؛ ألا وهو زملاؤكم. فتفتحون آذانكم لكل حديث يجري في المدرسة بخصوصه، مع ملاحظة أن معظم ما يقوله زملاؤكم عن الجنس وعن الحب هو محض أكاذيب، ومن وحي أحلام اليقظة التي تنتابهم، وكتعويض للنقص الذي يملؤهم. كما أنه يفتقد إلى أساس علمي أو طبي. وقد تبحثون عن شيء مكتوب، فلا تجدوا، وربما لكي تشبعوا رغبتكم الجامحة تنزلقون إلى هوة الهلاك، أي المواقع الإباحية على الإنترنت. كل هذا يعقبه دائمًا الشعور الشديد بالذنب والندم والذي تزداد حدته كلما كانت الخلفية الروحية للشخص قوية. فيعيش

الشاب منكم أو الشابة ممزقًا بين الرغبة الشديدة للمعرفة والشعور بالذنب إذا عرف.

وقد يحدث مع البعض، وكنتيجة لإلحاح الرغبة، أن يسقطوا في تلك العادة الرديئة، والتي تسمَّى "العادة السرية"، والتي لها بلا شك أضرار روحية ونفسية كبيرة تؤثر على حاضركم ومستقبلكم.

وإزاء هذا، ينبغي أن يكون الشكر لله هو رد الفعل الطبيعي والأول لأن هذه التغيرات والشعور بالرغبات الجنسية دليل على أن الشخص طبيعي، ولا ينبغي للشباب أن ينظر إلى الأعضاء الجنسية على أنها أعضاء نجسة، حيث أن الله قد خلقها، وحاشا لله أن يخلق شيئًا نجسًا. إذًا فهي أعضاء مقدَّسة ويجب أن نحفظها مقدَّسة. وكذلك لا ينبغي للشابة أن تنظر إلى جسدها على أنه مصدر غواية وفتنة فتكرهه وتشعر بالذنب تجاهه، فالله هو الذي صممه وخلقه، وحاشا لله أن يخلق شيئًا شريرًا. كما أن الكتاب يُعلِّمنا أن الإنسان ينغوي إذا انخدع من

شهوته، وليس من منظرك (يع١:١٤). كما أن الرب يسوع علَّمنا أن الشَّر ينبع من القلب لا من الجسد المادي (مر٧: ١٥-٢٣).

افرحوا، واشكروا الله على أجسادكم التي أعطاها لكم، وعاملوها بكرامة كما يوصى الكتاب (١تس٤:٤). فلا تفرطوا في إطعامها فتشوهوا منظرها بالبدانة، ولا تُهينوها بالخطايا الجنسية (رو١:٢٤)، ولا تدمروها بالسموم مثل: التدخين والكحوليات والمخدرات (أم٢٣:٢٠).

إنه لمن المهم للشاب والشابة أن يحفظ هاتين العبارتين عن ظهر قلب ويرددهما لنفسه كلما شعر بالرغبة الجنسية تلح بشدة عليه:

العبارة الأولى: "أنا لست كائنًا جنسيًا، لكنني كائن روحي نفسي جسدي". فأنت كائن روحي عاقل، ولك احتياجات روحية عميقة أهمها العطش للمعرفة وبصفة خاصة معرفة الله. وأنت كائن نفسي تشعر، ولك

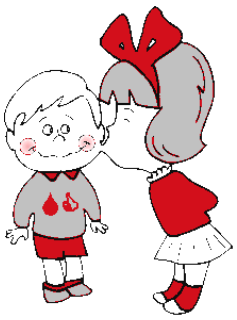
احتياجات نفسية عاطفية عديدة، أبسطها الحب والانتماء، وأعقدها الرغبة في تحقيق الذات. وأخيرًا أنت كائن جسدي مادي لك احتياجات جسدية كثيرة من ضمنها احتياجك الجنسي.

والعبارة الثانية: قُلْ لنفسك دائمًا في وقت إلحاح الرغبة: "لديَّ احتياجات متنوعة نفسية وروحية وجسدية، من الاحتياجات الجسدية: الهواء، الماء، الطعام، النوم، النظافة، الرياضة وأخيرًا الاحتياج لإشباع الرغبة الجنسية، مع ملاحظة أنك إذا لم تشبع الرغبة الجنسية فلن تموت خنقًا؛ أو عطشًا؛ أو جوعًا؛ ولن تفقد عقلك وينهار جهازك العصبي ولن تمتلئ بالأمراض. إن كل ما ستشعر به أنك محروم من متعة معينة قد خلقها الله. وهل في هذا نهاية الكون؟!".

[رسالة الشباب المسيحي- مارس ٢٠٠٩ - ملف العدد رسائل حول المراهقة- خادم الرب د. ماهر صموئيل- رسالة من طبيب نفسي للمراهقين] (بتصرف).

العلاقة مع الجنس الآخر

هناك صراع داخل الشباب بين الميل لهذه العلاقة، أو رفض لها لأن المجتمع يرفضها.



وتوجد طـرق خاطئـة فـي التعامل مع الجنس الآخر:

١- انقطاع تام وهروب مـن الجنس الآخر، وقد ينتج عن ذلك الكبت الذي يسبب أمراضًا وعقدًا نفسية تلازم الشخص فيما بعد، لأنه يُنكر وجود الـدافع الجنسي ويتهرب من التعامل معه ويخلق صراعًا نفسيًا داخل المراهق، بدلاً من التعامل الواعي الناضج مع هذه الدوافع.

٢- المبالغة في التهريج أمامهن، حيث يلجـأ الأولاد

لجذب أنظار البنات حيث لا مانع عند الشاب أن يصير بهلوانًا ليكون محط الأنظار، وأحيانًا يحاول البعض أن يجذب الأنظار بطريقة أخرى وهي المبالغة في التعبير عن الأمور الروحية، فيظهر بمظهر روحي أعلى من قامته. وتحاول البنت لفت الأنظار عن طريق المبالغة في مظهرها وملابسها، أو أسلوب كلامها .. إلخ.

الميل للجنس الآخر

يعتبر الميل للجنس الآخر أمرًا طبيعيًا بل سمة من سمات هذه المرحلة ولكن يجب أن توضع الأمور في نصابها الصحيح، حتى لا يحدث ما لا تحمد عقباه.

وإليك بعض الأمور التي تغذي هذه الميول والتي يجب الحذر منها:

١- الغريزة الجنسية، وقوة الدافع الجنسي وفوران العواطف في عالم يشعل الشهوات الجنسية بكل الوسائل، لأنه يتاجر بالجنس.

٢- تحقيق الذات، ومحاولة جذب انتباه الآخرين لاسيما من الجنس الآخر والرغبة في الشعور بالغير أمام الآخرين.

٣- الفراغ الروحي؛ والبحث عن التعويض، فالارتباط السطحي بالمسيح لا يكفي لأن يملأ هذا الفراغ.

٤- ضياع الهدف الأسمى، وعدم استغلال أوقات الفراغ في أمور مفيدة.

٥- الفهم الخاطئ لمثل هذه الميول وربما الحرمان العاطفي في داخل الأسرة.

٦- الأصدقاء وتأثيرهم، حيث تكثر القصص والروايات بينهم عن العلاقات مع الجنس الآخر والتي قد تكون في معظمها مبالغ فيها أو وهمية، مما ينشئ الفضول لدى الشاب ليُجرِّب مثل أصدقائه، ويتفاخر بينهم تفاديًا للشعور بالنقص ظانين أن الحب دليل النضوج مع أن النضوج

يأتي قبل الحب وليس العكس.

٧- مصادر القراءة المختلفة من كتب ومجلات وروايات.

٨- وسائل الإعلام المرئية والمسموعة حيث تُجسّد في كل رواياتها وحتى أغانيها قصص الحب بطريقة خاطئة توحي للشباب بأن الحياة لا تستقيم بدون علاقة رومانسية مع طرف من الجنس الآخر. وحقيقة أن كل ما تُجسِّده إنما يتكلَّم عن شهوة وليس عن حب حقيقي.

٩- الإنترنت الذي يقدم بكل قوته أقوى إغراءات النجاسة بكل سهولة ويسر سواء عن طريق الدردشة أو مواقع التواصل الاجتماعي وكذلك المشاهد ومقاطع الفيديو الإباحية المثيرة التي تجذب الشباب بدافع الفضول في المرة الأولي ينزلق إلى الإدمان ولا يستطيع التحرر منها.

١٠- العلاقات الاجتماعية مع الجنس الآخر التي

تبدو بريئة في بدايتها، ثم تتطور (إذا لم تكن لها ضوابط) إلى علاقات عاطفية في غير أوانهـــا، حيث لم يأتي وقت الارتباط والزواج، وربما إلى علاقات جنسية فيما بعد، لذا يجب الحذر في أي علاقة من بدايتها والحرص من العواقب.

ولكي توضع العلاقة مع الجنس الآخر في إطارها الصحيح، هناك بعض النصائح:

١- ينبغي أن يكون التعامل في جو المجموعة وليس بطريقة فردية، ومعاملة كل أفـــراد المجموعـــة معاملة واحدة (بدون تمييز)؛ وذلك حرصًا على نفسك وعلى الآخرين أيضًا.

٢- احذر! فهناك مَنْ يقوم بمحاولة لفت الأنظار دون ميول أو مشاعر في داخله؛ لأنه يرى في ذلـــك إرضاء لغروره؛ فقد تجد شابًا يتصرف بطريقة تجذب الشابات نحوه دون تأثر منـــه، والعكـــس صحيح، فقد تجد شابة تفعل هكذا أيضًا لجـــذب

الشبان نحوها، ومثل هذا الشاب أو الفتاة الذي أو التي تتلاعب بمشاعر أفراد الجنس الآخر بدون اكتراث أو تقدير.

٣- ليكن تصرفك وسلوكك في وسط المجموعة طبيعيًا بسيطًا غير مبالغ فيه؛ لأن هذا يدل على النضوج ويدل على ثقتك بنفسك وهي أثمن مقومات الشخصية الإنسانية.

٤- في الجو الكنسي وفي جو الخدمة أطع وصية الكتاب في أن تتعامل مع الحدثات كأخوات بكل طهارة (١تي٥: ٢)، فليس أمرًا مُستحبًا أبدًا وجود علاقات عاطفية بين الذين يخدمون إلا إذا كان في إطار الخطوبة مثلاً، أما خلاف ذلك فهو يشوه الخدمة ويثير العثرة أمام الآخرين ويُفسح المجال لإبليس.

(بعض أفكار هذا الجزء من عظة بعنوان:

العلاقة مع الجنس الآخر - لخادم الرب/ ماهر صموئيل).

نقاط توضح لك، هل هناك ميول أم لا:

١- هل تتضايق (تتضايقين) إذا رآك أحد تجلس (تجلسين) معها (معه) على انفراد؟

٢- هل تتضايق (تتضايقين) لجلوس ثالث معكما؟

٣- هل تتوقع (تتوقعين) مجيئها (مجيئه) بلهفة وشوق؟

٤- هل تفكر (تفكرين) فيها (فيه) بعد لقائها (لقائه)؟

٥- هل تختلق (تختلقين) الأسباب لمقابلتها (لمقابلته)؟

٦- هل إن لم تتقابلا لفترة، تشعر (تشعرين) بأن شيئًا ما ينقصك؟

٧- هل تشعر (تشعرين) بالضيق عندما تجلس (يجلس) مع شخص آخر؟

إذا كانت إجابتك "نعم"، دعني أقول لك احترس لأن لديك ميولاً خاطئة من السهل أن تتطور بصورة أسوأ من ذلك.

سمات الانجذاب أو الحب في هذه المرحلة :

١- **حب اندفاعي:** في هذه السن الصغيرة دائمًا ما يكون الانجذاب نحو الجنس الآخر خاطئًا. فقد نرى شخصًا ينجذب إلى واحدة لا تتناسب معه إطلاقًا وبدون معرفة سابقة – أي من أول نظرة – وهو حب غير حقيقي، لأن هذا المحب لم يتكلم أو يتعامل مع الطرف الآخر ومع ذلك تعلق به، فهذا إعجاب بجمال الشكل والجسم فقط أو ما يسميه البعض «افتتانًا» أو ربما يكون الإعجاب بسبب خفة الدم أو رقة المُعاملة أو الاهتمام الزائد وكلها مقاييس سطحية بعيدة عن مقاييس نضج الشخصية والعقل والفكر والطباع الأصيلة في الإنسانية.

٢- **حب مثالي:** يرى كل المميزات في المحبوب ولا يرى فيه شيئًا من العيوب، فهو حب غير واقعي لا تُبنى عليه حياة مُستقرة فيما بعد.

٣- **حب خيالي:** مرتبط بأحلام اليقظة التي تكثُر في هذه الفترة. وأحلام اليقظة هي أحلام من صُنع المراهق؛

إذ فيها يكون هو المؤلف والبطل والمُخرج في آن واحد، تدور معظمها حول الرغبات والطموحات والحاجات غير المشبَعة تحت الضغوط الاجتماعية أو قصور الإمكانيات. وتكمن خطورة أحلام اليقظة في أنها تتيح للشاب أن يتطرق لأمور حسية أقل ما توصف به أنها زنا فكري، والسبب هو أن العاطفة وحدها هي سيدة الموقف ولا مكان للعقل أو التفكير المُتزن الذي يضع الواقع في الحساب.

٤- **حب سريع التغيُّر:** فبما أن الشاب في هذه المرحلة – المراهقة – يكون في مرحلة النمو وتكوين الشخصية، وفي نموه قد يرى الأمور عكس ما كان يراها في المرحلة السابقة، لا لتغيُر الشيء الذي يراه، بل لأن التغيير حدث داخله هو. فقد يُعجب شاب بفتاة ويُقنِع نفسه أنه لا يستطيع الحياة بدونها وأنها شريكة حياته المستقبلية، وربما يعدها بالارتباط، وبعد أن ينتقل هذا الشاب لمرحلة نمو أخرى قد يرى ذات الفتاة لا

تصلح لأن تكون شريكة حياته. فمن سمات هذه المرحلة "التغير". ومن ثم فهي لا تصلح لأن يتخذ فيها الشاب أو الشابة قرارًا يؤثر على منهج الحياة كلها مثل قرار الارتباط، والسبب في ذلك لأن الفتاة أو الشاب لم يصل بعد لمرحلة النضوج الفكري والنفسي والعاطفي التي تمكنه أن يرى الأمور بطريقة متُعقلة سليمة.

وأحيانًا يكون الحب فرصة للتسلية والترقب واعتبار الآخر، كأنه لعبة يلهو بها لفترة معينة وكثيرًا ما لا تدرك المراهقات هذا التوجه الذي لدى المراهقين المُستهترين ثم يندمن بشدة بعد انتهاء علاقة من هذا النوع.

٥- **حب يغيب فيه دور العقل:** فالعواطف من الممكن أن تغيب العقل (لهذا يقولون نظارة الحب عمياء)، فهناك تفسير طبي يقول إن مركز النقد بالمخ يتوقف عن رؤية العيوب وهذا ما يجعل دقات القلب تزداد لمجرد رؤية المحبوب! فالعواطف تغيب

حساسية الذهن الروحي لسماع صوت الرب، فرغم كل العيوب، فالشخص الذي يبدأ بعواطفه يرى الدنيا كلها ورودًا، مع أنها ليست كذلك!

مشاكل هذا الحب:

١- يؤثر على النجاح الدراسي بسبب تشتت الفكر.

٢- التفكير في هذا الأمر يعطي وقودًا للصراع الجنسي، ويغذي الدوافع الجنسية التي بلا ضوابط، فيقع فريسة للشعور بالذنب المُدمر للصحة النفسية.

٣- القلق الدائم والتوتر والتعود على الكذب لإخفاء حقيقة هذه العلاقات، بالإضافة إلى الصدمات النفسية التي تحدث لكليهما نتيجة عدم الوفاء بعهود الزواج الوهمية التي تمت بين الفتاة والفتى سواء لأسباب إرادية أو غير إرادية.

٤- سهولة تطور هذه العلاقات رغمًا عن الطرفين إلى علاقة أسوأ وأشر لا تترك سوى الندم والحسرة خاصة للفتيات.

٥- دائمًا ما تتغير وجهة النظر في المحبوب عند النزول إلى أرض الواقع وعند النضوج العمري (السن) والفكري، وقد سبق الإشارة إلى ذلك، والواقع العملي لا يحكم بنجاح هذه العلاقات واستمراريتها ولا حتى بنجاح الزيجات المبنية عليها معظم الأحيان؛ لذا يُفضل التعقل والسلوك.

٦- يؤثر على الحالة الروحية والخدمة فلا يجد الشخص المُحب الوقت للشركة مع الرب والعيشة للغرض السامي وهو العيشة للمسيح، بل ربما يكون الفتى أو الفتاة عثرة أمام الناس وصورة سيئة عن الشهادة.

٧- عندما يفشل هذا الحب – الذي غالبًا ما يحدث – يترك آثارًا نفسية وسلبية ومفاهيم سيئة تظل في نفس الفتى أو الفتاة لفترات طويلة.

٨- يؤدي للهزال الروحي (راجع ما قيل لأمنون: لماذا يا ابن الملك أنت ضعيف هكذا من صباح إلى

صباح؟) وبمراجعة قصة أمنون أيضًا في صموئيل الثاني ١٣ نجد أنه يثير الغرائز الجنسية ويقود إلى خداع الأهل والكذب عليهم.

***

ما هو الحب الحقيقي؟

هو موقف إرادي ناتج عن تفكير واقتناع، في وقت معين يكون فيه الشخص ناضجًا عمريًا وفكريًا، وقبل وأثناء التفكير والاقتناع يجب أن تتذكر أن التواجد في محضر الله لطلب الإرشاد هو أهم خطوة في الأمر كله وهذا الحب هو حب مسئول لا مجرد لهو وعبث وقتي وبالتأكيد لا بد أن يقود إلى ارتباط مدى الحياة في الزواج.

أنواع الحب:

١- **حب "الأيروس" (الحب الطفولي أو الشهواني):** حب طفولي يجعل الطفل يشعر أن ذاته هي محور الكون. وهو يريد أن يمتلك كل شيء. قد يعبُر الإنسان المراحل العمرية ويستمر معه هذا الحب

بأنانيته التي تجعله ينظر للآخر كشيء يُمتلك ويُستخدم ويُستهلك، ثم يستغني عنه. ينظر أيضًا للآخر على أنه مجال للإشباع الجنسي إشباعًا بيولوجيًا بحتًا؛ لذلك يمكن أن نُسميه حبًا شهوانيًا مثل حب أمنون لأخته ثامار الذي لا يستحق أن نسميه حبًا، حيث يذكر الكتاب عنه بعدما عمل عملته الرديَّة «ثم أبغضها أمنون بغضة شديدة جدًا حتى إن البغضة التي أبغضها إياها كانت أشد من المحبة التي أحبها إيَّاها» (٢صم ١٣: ١٥)، وقد أطلق عليه البعض الحب الاستهلاكي الذي يرى المحبوب مجرد شيء لا إنساناً يستهلكه لكي يستمتع به ليس إلا.

٢- **حب "الفيلو" (الحب الإنساني الطبيعي أو الحب الرومانسي):** حب بين البشر بصفة عامة، فيه تبادل للمشاعر الرقيقة. يتميز هذا الحب عن النوع السابق أن فيه خروجًا عن الذات وفيه قدر من العطاء. لكن من عيوبه أنه يطغي على صوت العقل؛ لذلك أحيانًا

يتجاهل فروقًا جوهرية خطيرة في المحبوب. وفيه التقلب والتغير، فهو يتغير بتغير الظروف. من أمثلته: حب يعقوب لراحيل (تك ٢٩: ١٨).

٣- **حب "الأغابي":** الحب الإلهي أو الحب المسيحي أو الحب الحقيقي (١يو٣: ١٦)، هو حب ليس بالكلام واللسان، بل بالعمل والحق، لأنه على مثال حب المسيح للكنيسة (أف ٥: ٢٥).

وخصائص حب «الأغابي» هي:

١- البذل والعطاء من أجل الآخر، دون انتظار للمقابل أو التعويض.

٢- حب حقيقي ثابت لا يتغير بتغير ظروف الحياة، بل يزداد قوة ومتانة عبر الأيام.

٣- حب يتجه إلى شخص (الآخر) بكل ما للآخر من مدلول إنساني سامٍ.

٤- حب ناضج واعٍ يعتمد على اتزان العقل مع

العاطفة.

٥- إذًا فهو حب غير مشروط لأن الحب المشروط شعاره: "أحبك إذا فعلت ..."، أو حب غير مسبب لأن الحب المسبب شعاره "أحبك لأنك .."، بل هو حب مُضحٍ، معطاء غير أناني.

ومن خصائص الحب الناضج:

١- رغبة حقيقية بأن أساهم بكل كياني في إسعاد الآخر وأن أراه إنسانًا سعيدًا، أهم من رغبتي في سعادتي الشخصية.

٢- رغبة في مشاركة الآخر بكل تفاصيل حياتي والاستمتاع بكل تفاصيل حياته.

٣- الحب الحقيقي عكس الغيرة تمامًا، لأن الغيرة تعبير عن الأنانية.

٤- يحب الآخر رغم أخطائه مع ترك مساحه للآخر أن يتغير. والحب الحقيقي يصبر على كل شيء، بل

ويحتمل كل شيء

(راجع صفات الحب الناضج الواردة في ١كورنثوس١٣).

٥- يجب أن يكون متبادلاً، وليس حبًا من طرف واحد.

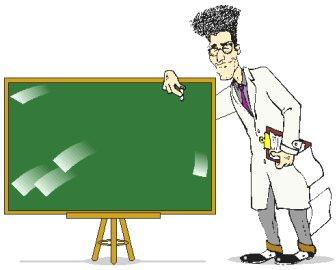
٦- الحب الحقيقي يستغرق وقتًا ولا يكون مجرد نزوة هوجاء اندفاعية، لأن عنصر الزمن محك للحب الأصيل.

٧- النضوج بكل جوانبه: جسديًا، أي اكتمال النمو، نفسيًا أي الاتزان والعقلانية، اجتماعيًا، أي القدرة على التواصل الحر بدون تأثير للشهوة، فكريًا أي القدرة على الاختيار الصائب لشريك الحياة، ماديًا أي اكتساب عائد مادي ثابت لتحمل مسؤليات الزواج.

***

سين وجيم

حول العلاقات العاطفية



س١: كنت أتعامل بمنتهى البساطة مع أحد الشباب في الكنيسة، كأنه أخي تمامًا ولكني لاحظت أن بعض المحيطين بنا يتهامسون فيما بينهم عن علاقتنا البريئة هذه (مع أنه ليس فيها أي خطأ) ولذلك تجاهلت الكلام الذي سمعته لأني واثقة من تصرفاتي. بماذا تنصحني لأني مؤمنة ومتضايقة من الإشاعات الكاذبة حولي؟

ج: عمومًا في العلاقات الاجتماعية، علينا أن ننظر

إلى الأمر من وجهات نظر ثلاث وهي:

١- من أنا.

٢- الشخص الذي أتعامل معه.

٣- الآخرون المحيطون بنا

ولكي تكون العلاقة سليمة تمامًا وبلا لوم، يجب أن أرى العلاقة على حقيقتها، هل هي زمالة أم حب أم مودة ... إلخ.

وكذلك يراها الشخص الذي أتعامل معه، ثم الآخرون في المجتمع المحيط بنا لا بد أن تكون لهم نفس وجهات النظر في تقييم هذه العلاقة، فأنتِ كنتِ تعاملين هذا الشخص كأخ لك، لكن ترى هل كان هو يعتبر ذلك؟! والأهم هل استطاع المجتمع الذي تعيشين فيه (أي المجتمع الكنسي) يعطي اعتبارًا ذلك؟! كلا، حسب كلامك إذًا هناك عنصر ثالث مفقود لكي تكون العلاقة عادية وبسيطة وبريئة كما تريدين وهذا أمر شائع في مجتمعنا الشرقي، ثم إنه يتفق مع الفكر الكتابي «معتنين

بأمور حسنة قدام جميع الناس» (٢كو٨: ٢١).

ولا تنسى أن العثرة ليست بالضرورة خطية شنيعة وصريحة، بل يمكن أن تكون مجرد أكل اللحم إذا كان يجرح شعور الآخرين ويسبب فشلهم الروحي «كونوا بلا عثرة» (١كو١٠: ٣٢).

بناء على ما سبق، لا نصيحة لديّ سوى التخلى عن هذه العلاقة والتعامل مع الكل على نفس المسافة، ولا داعي لاعتبار أي من شباب الكنيسة كأنه أخوك، التزمي بالبساطة مع الحكمة في نفس الوقت وهذا يجنبك المتاعب، وسوء الظنون والإشاعات الكاذبة التي تسيء إلى شهادتك وسمعتك وخدمتك وحياتك الروحية بالطبع، فقد قال الرب: «كونوا حكماء كالحيات وبسطاء كالحمام» (مت١٠).

س٢: شابة تسأل عن موضوع الحب والتعلق بأحد الشبان "ده بعيد عني خالص! فأنا ضابطة لعواطفي ومش في دماغي المواضيع الفاضية دية، فأنا متربية

كويس ووراية دراسة ولسة المواضيع دية بدري عليا، لهذا في تعاملي مع الأولاد لن أسمح لأحد بتخطي الحدود بأن يقول كلمة كده ولا كده"، هل أنا في الأمان؟

احذري! فكل الذين تورطوا في مثل هذه العلاقات وهم في سن صغيرة لم يكن في نيتهم أن يدخلوا فيها، لكنهم تدريجيًا انجذبوا إليها أو تأثروا بأحد أفراد الجنس الآخر، ربما بدأ الأمر ببراءة أو من باب التجربة ليس إلا، لكن ربما نتيجة عدم فهم كل طرف طبيعة التعامل مع الطرف الآخر، تأثر أحدهما أو كلاهما عاطفيًا في علاقة لا يعرف كيف يخرج منها بدون خسائر. لهذا نذكر المقولة التي يُنصح بها سائقو السيارات: "احذر خطأ الغير". فقد تعرف القيادة جيدًا، لكن ربما تصطدم سيارتك بأخرى نتيجة خطأ السائق الآخر.

إنني احذرك من المغالطة وإنكار الواقع، ألم يحدث مرة أن انشغل فكرك بأحد الشبان بسبب وسامته أو حسن مظهره أو حديثه الجذاب معك؟

س٣: لي صديق يجيد التعامل مع الجنس الآخر، يقف معهم وبعد أن يتركهم ينسى كل شيء، وهذا عكس ما يحدث معي؟

هناك شخصيات ذات طابع انبساطي ومن هذه الشخصيات صديقك الذي ذكرت عنه أنه يتعامل مع عدة شخصيات من الجنس الآخر بلا مشاكل، هذا بالنسبة له، هو ولكن ما مدى تأثيره مع من يتعامل معهن؟ وهل تعتقد أن هذه شطارة أو أمانة في التعامل؟ لكن هناك شخصيات أخرى تتأثر جدًا مع أقل تعامل من الجنس الآخر، فلو قالت له إحداهن: "صباح الخير"، يفهم أنها تقول له "أنا أحبك" ولا ينام ذلك اليوم. فهذه الشخصيات يجب أن تتعامل بحذر مع الجنس الآخر، وفي جو المجموعات.

من الطبيعي أن أي تعامل لفتى مع فتاة يترك أثرًا في أفكارهما بعد ذلك، لذا نوصي أن يكون التعامل سطحيًا وجماعيًا وحذرًا لكي لا يترك أثره في الذهن سواء بكلمة

أو تعليق أو إيحاء، ربما لا يُفارق أذهانهما مدة طويلة ويأخذا أبعادًا أكثر من حقيقية.

س٤: قمت بالوقوف بجوار شخص في محنة ما وإذ بعد عبوره بالمحبة لا يريد الاستقلال عني، بل ويظهر اهتمامًا مُبالغًا فيه، واضحًا أنه متعلق بي عاطفيًا. ما العمل؟

لا داعي في أوقات محنة شخص أن تقف بجانبه، طالما هو من الجنس الآخر، دع آخر من نفس جنسه يقف بجانبه، لأن وقوفك بجواره يجعله يتعلق بك حتى دون أن تقصد أنت، لأن نفسه كانت ضعيفة وقت التجربة وخطوط المقاومة هشَّة، لهذا تأثر بك عاطفيًا، والنصيحة التى نقدمها هي أنك تختفي من حياته تمامًا مع اتباع بعض التصرفات الفطامية له التي من وراءها يقرأ عدم ارتياحك لاستمرار العلاقة فتذبل علاقته بك تدريجيًا.

س٤: هناك مشاكل أُسرية بالبيت كبيرة ومتفاقمة دفعتني للوقوع في حب المراهقة. ماذا أفعل؟

قد تعانين فعلاً أو تعاني من نقص المحبة في الأسرة من الوالدين والإخوة، لكن في هذه الحالة، الوقوع في العلاقات العاطفية قد يضيف لمشاكلك الأسرية مشكلة جديدة، وقد تضيف لأُسرتك مشكلة خلاف مشاكلها مثلما عملت دينة ابنة يعقوب (اقرأ القصة في تكوين ٣٤ لترى كيف عملت دينة مشكلة لأُسرتها). وكَوْن هناك مشاكل في البيت، فهذا ليس عذرًا للتورط في مثل هذه العلاقات العاطفية، فذات البيت الذي نشأ فيه يوسف وهو مثال للطهارة هو ذات البيت الذي نشأت فيه دينة، فمن المعروف أن يوسف أخو دينة، لكن انشغال الأب يعقوب مع الغنم وصراعات الزوجات راحيل وليئة، كل هذا لم يجعل يوسف يبحث عن بدائل لإشباع عواطفه خارج الأسرة، مثلما عملت دينة، بل بالعكس في وقت كان فيه مدمرًا نفسيًا لسبب ما فعله معه إخوته وفي وقت بُعده عن الأسرة لسبب بيعه لبيت فوطيفار وفي وقت عرضت عليه الخطية وبإغراء رفض وقال مقولته الشهيرة: «فكيف أصنع هذا الشَّر العظيم وأخطيء إلى الله؟».

س٥: هل يختلف مفهوم الحب عند الأولاد عنه عند البنات؟

عند الأولاد هو حب جنسي، فهو عندما يفكر في واحدة من الجنس الآخر يفكر فيها جنسيًا، أما عند البنات فهو يشبع لديهن احتياجًا عميقًا داخلهن إلى الشعور بالأمان وإلى الشعور بالقيمة، فتبحث الفتاة عن الشاب الذي يُشعرها بالقيمة وتشعر معه بالأمان، لأن الولد يبحث عن الإشباع الجسدي سواء بالنظر أو اللمس، أما البنت فتسعى نحو الإشباع النفسي ولو بمجرد كلمات ناعمة معسولة.

س٦: أعرف أشخاصًا كان لهم علاقة حب في فترة المراهقة واستمروا في هذه العلاقة على أمل الارتباط وفعلاً ارتبطوا. فما التعليق؟

نحن نناقش المبدأ الصحيح، والذي نقيس عليه التصرفات وليست التصرفات هي الأساس لتقنين المبادئ، بمعنى آخر أن نتيجة واحدة أو اثنتين لا

تصلحان أبدًا حكمًا مطلقًا، فقد يكون ذلك لظروف استثنائية جدًا لا تصلح قاعدة.

- كَوْن علاقة حب لمراهق انتهت بالزواج، فهذا ليس معناه أنه زواج ناجح وصحيح وحسب مشيئة الرب.

- بفرض جدلي أن الزواج في هذه الحالة نجح فهذه نعمة من جانب الله وليس معناه أن الله يصادق على هذا الأسلوب. وهذا استثناء وليست قاعدة نتخذها مقياسًا.

- الواقع يؤكد صحة المبدأ أن حب المراهقة لا يؤدي إلى علاقة زوجية صحيحة – هذا إن أدى إلى الزواج – فمثلاً معروف أن البنات يسبقن الأولاد في سن الارتباط، والشاب وقتها لا يكون عادة قادرًا على الوفاء بوعد الزواج نتيجة عدم القدرة المادية. أما مَنْ يصلون إلى الزواج، فهم يعانون كثيرًا من المشاكل الزوجية التي قد تصل إلى حد الانفصال، فحب المراهقة

الخيالي غير المبني على أسس سليمة لا يمكنه أبدًا الصمود أمام تيارات الحياة وضغوطها القاسية.

وفي المقابل نحن نعرف أيضًا عشرات الحالات التي فشل فيها الزواج المبني على حب المراهقة، فهي مجازفة غير مضمونة بالتأكيد.

س٧: سوف أرتبط بالشخص الذي تربطني به هذه العلاقة، فما المانع أن تكون لنا علاقة تنمو مع السنوات، فينتج عنها تفاهم بيننا، حتى عندما نرتبط بعد ١٥ أو ٢٠ سنة فلا تحدث مشاكل زوجية مما نسمع عنها؟

الكتاب يُعلِّمنا أن الرب يصنع كل شيء حسنًا في وقته، ولكل أمر تحت السماوات وقت، فهل يعقل أن الرب يكشف لك عن خطته في حياتك من جهة شريك حياتك قبل الوقت بهذه السنوات العديدة؟ هل الله يبغي عذابك؟

ثم أنك تعيشين خلال مرحلة نضج متطور ونمو في كل شيء وليس لديك القدرة بعد على الاختيار الصائب،

فلا داعي لتوزيع عواطفك في سبيل لذة ومتعة وقتية، بل درِّبي نفسك على ضبط الـــنفس وكـــبح لجـــام الميـــول والأهواء حتى يأتي الأوان المناسب.

ثم إن ما تعلَّمناه من كلمة الله ومعاملاته يُشكل فـــي أولاده قبل أن يمروا بأية مرحلة، وأنـــه لا يعلـــن لنـــا الخطوة التالية قبل النجاح في الخطوة السابقة لها، فهـــو يعلن الطريق خطوة بخطوة ولا يعلـــن الطريـــق مـــرة واحدة.

ولم يعطِ الرب حواء لآدم إلا بعد أن صنع له جنَّـــة (للإقامة والعمل- تك٢: ١٥) وجعله يشعر بالاحتياج إليها (تك٢: ٢٠)، فهذا هو ترتيب الرب، فقبل التفكيـــر فـــي الارتباط، يجب أن يكون للشاب مكان إقامـــة، وعمـــل زمني يعمله حتى يستطيع بعد الزواج أن يترك أبَاه وأُمه بمعنى ألا يعتمد عليهما ماديًا، بل يستقل ببيته ويكـــون قادرًا على تسديد احتياجات بيته بنفسه.

س٨: هل كل شاب مراهق يمر بهذه المرحلة يخرج

منها بخسائر؟

إن كان هذا صحيحًا ويقره الواقع، لكن حجم الخسائر يختلف من شخص لآخر حسب موقف الشخص أثناء المرحلة، وننصح القارئ باتباع النصائح التي ذكرناها لكي يخرج من هذه المرحلة، بأقل الخسائر التي تزول آثارها مع مرور الوقت حتى يصل إلى النضج الحقيقي.

س٩: أنا شابة ارتبطت بعلاقة عاطفية بشاب والواقع يقول إننا لن نرتبط أبدًا. ورغم أننا لن نرتبط أشعر أنني لن أنساه قط، وهذا ما يزيد عذابي. فهل أنا على حق؟

حب المراهقة حب مرحلي مؤقت ينتهي بانتهاء مرحلته وأسبابه، فلا داعي للمخاوف بأنك لن تنسيه، فكل مَنْ سبقوك في هذه الطريق استطاعوا أن يتغلبوا على تلك المشكلة ونسوا كل طرف الآخر، لكن ما يجب عليك الخوف منه هو حجم الخسائر المرتبطة بهذا الحب، حيث أنه رغم انتهائه، لكنكِ حتمًا ستتأثرين بنتيجته طوال العمر، فهو سيؤثر على المخزون العاطفي

عندك حيث أنكِ أخرجت منه قبل الوقت كميات كبيـــرة، وعندما ترتبطين بالشخص المعيَّن لك من الرب سيتأثر عطاؤك له بالعلاقة السابقة، حيث ما يُفقد من الـــصعب تعويضه، شبه أحدهم أن العواطف تشبه بزجاجة برفان في حالة تبخير منها جرعة وراء جرعة لكـــل شـــخص نقابله مع الوقت ستتناقص ولا يكون هناك طاقة لتقـــديم العواطف لشريك الحياة المستقبلى، هذا بخلاف التشويش الذي يحدث لك وقت أخذ قرار الارتباط، مما يـــصعب عليك فهم مشيئة الرب في هذا الأمر المصيري، حيـــث إنك ستقارنين كل شاب تفكرين في الارتباط به بالـــشاب التي ارتبطت به عاطفيًا في وقت من الأوقات. فعليـــك بقطع هذه العلاقة فورًا لتخرجي منها بأقل الخسائر.

س١٠: معـــروف أن ســـن الـــشباب هـــو ســـن العواطـــف الجياشـة، فإن كـان مـن الخطإ أن أوجههـا في هـذا السن لأحد من الجنس الآخر فلمَن أوجهها؟

نعم هذا صحيح، لكن دعني أســـألك: هـــل غريـــزة

الجوع الطبيعية المشروعة تبرر سرقة الطعام لإشباعها؟! بالطبع لا، لأن الله أعطانا العقل لنضبط به غرائزنا وميولنا وعواطفنا، فنتحكم نحن فيها وليس أن ننساق ورائها.

وبتطبيق نظام الإحلال، يمكنك أن توجهي هذه العواطف لشخص الرب من خلال الشركة الروحية، فهو يستحق أن نحبه من كل القلب وهو يختلف عن أي شخص آخر لأنه وحده الكفيل بالإشباع العاطفي لك، وهذا ما لا يستطيع الوفاء به كل البشر بمن فيهم شريك الحياة المستقبلي.

استغلي هذه الفترة للتدرب على ضبط النفس وكيفية التحكم في عواطفك، حتى عندما يأتي وقت الارتباط تكوني جاهزة للالتزام بالشخص المرتبطة به وتكوني أمينة من جهته، ولا تميل عواطفك لشخص آخر.

وعليك بتوجيهها في العلاقات الطبيعية في محبة أفراد الأسرة وتفريغها في محبة الصداقة مع الأصدقاء

من ذات الجنس.

س١١: أنا مقتنع بكل ما ذكرته، لكن هل تعلم أنني أعاني داخليًا في صراع مع الشهوة، فما النصيحة؟

أتفق معك في أنك تمر في مرحلة عمرية هي منطقة صراع مع الشهوة، لكن لكي تنتصر في هذه المرحلة، فهذا يتطلب منك حرصًا ومجهودًا، وهذا سيفيدك خلال العمر كله، حيث التدريب على ضبط النفس، وهذا التدريب يبقى معنا مدى الحياة. ومن جهة أخرى لا تعتقد أنك بعد هذه المرحلة ستنتهي مراحل صراعك، فلكل مرحلة من مراحل الحياة اهتماماتها المختلفة. فتحقيق الانتصار في المرحلة الحالية مفيد وحافز للانتصار في المراحل التالية، وربما هذا من أسباب وجود الغريزة فينا قبل الزواج بفترة من ناحية ليكون النمو تدريجيًا في هذه الناحية كما في بقية جوانب الحياة، ولتدريبنا على أهم درس في الحياة وهو ضبط النفس.

وجِّه اهتمامك إلى جوانب أخرى هادفة وبناءة ومفيدة

لشخصيتك وللآخرين مثل المواهب والهوايات المتنوعة والخدمات الاجتماعية وزيارة المرضى وخدمة الأطفال واخرج من دائرة ذاتك.

س١٢: هل يصلح أن يُبنَى الزواج على الحب من أول نظرة؟

قد نرى شخصًا يرتبط بواحدة لا تتناسب معه إطلاقًا. وغالبًا يكون الدافع هو ما يسمى الحب من أول نظرة، وهو حب جنسي لأن هذا المُحب لم يتكلَّم مع الطرف الآخر، ولم يتعامل معه، ومع ذلك تعلق به، فهذا إعجاب بالجسد فقط أو ما يسميه البعض "افتتاناً" أو ربما يكون الإعجاب بخفة الدم أو رقة المعاملة أو الاهتمام الزائد وكلها مقاييس سطحية بعيدة عن مقياس نضج الشخصية والفكر المُتزن والطباع الأصيلة، ولا تصلح لبناء علاقة صحيحة ناضجة دائمة بين فتى وفتاة مدى الحياة. هل يصلح قبول مثل هذا أن يكون قبولاً متكامل الأركان لبناء حياة زوجية صحيحة؟

إن الحب من أول نظرة مشابه تمامًا لإعجابك بقطعة أثاث جميلة أو فستان شيك أو أي شيء كهذا لا يتعدى الشكل الخارجي فقط وإنما الحب الناضج هو اتفاق وتوافق بين شخصيتين متكاملتين، كما أنه ينضج بهدوء، بمعنى أنه يتطلب وقتًا كافيًا ولا يحدث بمجرد النظر أو من خلال لقاء سطحي عابر.

س١٣: هل الحب قبل الزواج أم بعده فقط؟

الحب في المراهقة يُسمى الهوى، فهو حب غريزي لدى الشبان، فعندما يقول شاب لشابة: "بحبك"، فهو يعني أنه يشتهيها (راجعي قصة محبة شكيم لدينة ابنة يعقوب- تكوين ٣٤، وقصة محبة أمنون لثامار وماذا كانت النتيجة- ٢صموئيل١٣، وقرري بعد قراءتك لها هل هذا هو الحب الحقيقي؟ وهو حب يعتمد على مقاييس سطحية مثل الشكل أو المظهر وليس له عمق؟). والفتاة عندما تحب شابًا، فذلك لأن هذا يشبع شعورًا عندها بالقيمة كأُنثى، حيث تشعر أنها مرغوبة أو لأنها معجبة بمظهره أو وسامته أو بسبب كلامه المعسول

الذي مدحها به.

لكن الحب الحقيقي يكون في الـــزواج وينمـــو مـــع العشرة والتضحية، فهو عكس حب المراهقـــة الأنـــاني، الحب الحقيقي هو حب العطاء والتضحية، كل شـــريك يفكر كيف يضحي ليسعد شريك حياته، كيـــف يريحـــه، كل طرف لا يفكر في نفسه، فالحب الحقيقي هو رحلـــة فيها خروج من الذات إلى الآخر والتضحية لأجله، وفي مرحلة تالية ينسى الزوجان أنفسهما ويفكران في الأولاد واحتياجاتهم حتى بعد زواج الأولاد يفكران في الأحفاد، لهذا عندما أوصى الكتاب الأزواج بمحبـــة زوجـــاتهم، أشار إلى هذا النوع بالقول: «أيها الرجال أحبوا نساءكم كما أحب المسيح أيضًا الكنيسة وأسلم نفـــسه لأجلهـــا» (أف ٥: ٢٥).

كقياس محبة المسيح حيث التضحية لأجل المحبوب، ومن الأمثلة في كلمة الله عن الحب بعد القـــرار ولـــيس قبله زواج إسحاق برفقة فيذكر «أخذ رفقة فصارت لـــه

زوجة وأحبها» (تك ٢٤: ٦٧)، لكن هذا لا يلغي أهمية القبول والراحة تجاه الشخص المزمع الارتباط به قبل الخطوبة وأثناءها. ليس من الضروري أن ينشأ الحب قبل الخطوبة لكي ينجح على أن فترة الخطوبة هي فترة أوسع لنمو الحب ونضوجه كما أنها فرصة للتقارب والتفاهم بين الخطيبين وهذه نقطة هامة، فإن لم يظهر الحب الحقيقي أثناء الخطوبة، فعالبًا أنه لن يحدث بعد ذلك على الإطلاق أعني في الزواج.

س١٤: أنا لديَّ مشاعر حب من طرف واحد، هل أفصح عنها لمَنْ أُحبه؟

كان يجب عليك ألا تختاري لنفسك ويتطور الأمر ليصل إلى حب من طرف واحد، فهناك خطوط حمراء لا يجب تجاوزها في الأفكار والميول والعواطف وكان يجب أن تضعي لنفسك هذه الخطوط الحمراء وكان يجب حفظ عذراوية العواطف، فكما نحرص على عذراوية أجسادنا، فلا نسمح لأحد أن يلمسه، هكذا كان يجب أن

تحافظي على عذراوية العواطف في هذه المرحلة الحساسة، إلى أن تُقدم هذه العواطف لشريك الحياة المستقبلي، والبعض يجد صعوبة في تقديم عواطف واستقبال عواطف مع شريك الحياة المستقبلي، لأنه أخرج من مخزون العواطف قبل الآوان لشخص ما، لم يكن يجب أن تقدم له. فهناك أهمية لضبط الأفكار من خلال التحدث مع النفس وتوعيتها.

وعادة يُحبَّذ في الحب من طرف واحد أن نضبط أنفسنا ولا نسمح بإطلاق العنان للمشاعر من الأصل لأنه طالما لم نتأكد أن هذا الطرف هو شريك الحياة، فهذه المشاعر اتجهت لشخص لا يجب أن تتجه إليه لهذا لا يجب أن نسمح لأنفسنا بالتعبير عنها بالتصرفات أو بالكلام، علمًا بأن المشاعر عادة تنطبع على التصرفات دون أن نقصد، لأن في إفصاحك عن مشاعرك غالبًا سوف تؤثر في الطرف الآخر، فتزداد الميول وتدخلين في علاقة عاطفية مع شخص، ربما لا يكون مرتبًا من

الله كشريك حياة وبالتالي تشتتين نفسك وتدفعين فـــاتورة باهظة أنت في غنى عنها، أو يتجاهلك الطرف الآخـــر وهذا يهين كرامتك، لهذا يلزم ضبط النفس والمـــشاعر، وطالما لم نعبر عنها ستأخذ وقتها وتنتهي في أقرب وقت وإن أردت المشاركة فعليك مشاركة ماما أو خادمة تتقين فيها، فيجب عليك تفريغ الطاقة العاطفية.

إن كانت هذه المشاعر هي طبيعيـــة فـــي المرحلـــة العمرية، فعليك أن تطلبي من الرب قوة للـــتحكم فيهـــا وإدارتها بطريقه أفضل، مثل الاشـــتراك فـــي أنـــشطة اجتماعية وخدمة الآخرين والـــسؤال عـــن المحتـــاجين ومواساة المتألمين ... إلخ.

أختي الشابة، اعلمي أن تعلق القلب بـــأي شـــخص خارج نطاق الخطوبة والارتباط يعتبر مجازفة، لا يصح الدخول فيها، فاحذري من اللعب بالنار لأنه مكتوب عن الخطية: «طرحت كثيرين جرحى وكل قتلاها أقويـــاء» (أم ٧: ٢٦).

س١٥: ما هي مخاطر الحب خارج إطار الزواج؟

مخاطر الحب خارج إطار الزواج هي:

*** استنزاف:**

التفكير بالطرف الآخر يؤدي للسرحان وضياع الوقت والجهد «لأنه حيث يكون كنزك هناك يكون قلبك أيضًا» (مت ٦: ٢١). التفكير يؤدي للقلق والأرق وبالتالي ضعف النشاط بالنهار وبالتالي تعطل عن الدراسة ويؤثر على الامتحانات وبالتالي تأثيره سيئ على المستقبل كله.

«والآن أيها البنون اسمعوا لي ... لئلا تعطي زهرك (شبابك أو عنفوان شبابك وقوتك وطاقتك) للآخرين وسنينك للقاسي (إبليس) فتنوح (تندم) في أواخرك» (أم ٥: ٧-١١).

قد تصل درجة الاستنزاف إلى الهزال النفسي والجسدي والإعياء بل والمرض لا سيما عند التعلق الشديد من طرف واحد.

مثال: أمنون بن داود (٢صم ١٣: ٢) «أحصر أمنون

للسقم (أي عانى من سقم الحب والشهوة)»، فسأله يوناداب بن شمعي: «لماذا يا ابن الملك أنت ضعيفٌ هكذا من صباح إلى صباح؟» (٢صم ١٣: ٤).

*** الكذب على الأهل:**

من قصة أمنون وثامار نرى كيف أتقن أمنون الكذب على أبيه داود لكي يحضر له ثامار في البيت وهكذا مَن يقع في هذا النوع من الحب تجده يكذب على الأهل في أسباب تأخيره عن البيت، فيقول أسباب غير الأسباب الحقيقية، والأهل قد ينخدعون وقد يعرفون بحكم خبرتهم بحقيقة كذبنا، لكنهم لا يريدون إحراجنا، فيكتفون بتقديم النصح لنا بطريقة غير مباشرة.

*** عذاب:**

التعلق يؤدي للتوتر وذلك لأنه يطلب المزيد، لذا يشبه بالزنبرك – طبيعة مغناطيسية بين الطرفين– إذا حدث وكانت الظروف في هذه السن، لن تسمح باللقاء أو الكلام، فإن الرغبة المتأججة سينتج عنها عذاب وألم،

طالما أنها لم تشبع بطريقة سوية تزيل هذا التوتر.

*** محاولة لفت انتباه الشاب يؤدي للشعور بالعذاب:**

إذا تم الالتقاء في الخفاء والمشاركة بالمشاعر والخصوصيات، فالنتيجة الحتمية هي العذاب، لأنها علاقة غير مضمونة النتائج دون تأكيدات إلهية، بالإضافة إلى القلق المستمر الناتج عن محاولات الإخفاء عن الأهل والمقربين الذي يتبعه الكذب والشعور بالذنب.

*** صراعات الغيْرة والحسد:**

إن عاجلاً أو آجلاً ستتكشف العلاقة من تبادل النظرات أو الوقفات وعادة هذا يسبب مشاكل لا سيما لسمعة الفتاة، خاصة إذا كان هناك مجتمع مختلط.

قد تحدث خصومات وانقسامات بين الإخوة لرغبة شخصين في فتاة وهي على علاقة بآخر. وقد تصل الأمور لكلام القباحة والنميمة وتشويه السمعة والافتراءات والمؤامرات الخبيثة «لأنه حيث الغيْرة

والتحزب هناك التشويش وكل أمـــر رديء» (يـــع ٣: ١٦).

عدم التحفظ في العلاقة مع الشاب يخلق نوعًـــا مـــن التوتر في العلاقة لمعظم المحيطين الـــذين يلاحظـــون الأمر سواء كان الأهل أو الإخوة أو شيوخ الكنـــائس أو الزملاء بالكلية، وهناك المحبون الذين يلفتون نظرك أو من يقدمون توبيخًا صارمًا قد يزعجك ويجرحك، وهناك من يتجنب التعامل معك وبالتالي ستحصدين التـــشويش وسوء السمعة.

مع ملاحظة أن الناس بـــتفهم التـــصرفات البريئـــة بطريقة خطأ، فكم وكم التصرفات غير البريئة؟!

*** قد يؤدي تطوره لعلاقة جسدية (جنسية):**

هناك شباب متهورون، فإن كانت اللقاءات في الخفاء متوفرة، يتطور الأمر بطرق غيـــر محـــسوبة وغيـــر متوقعة، لأنه إذا أُثير الشاب ودخل الجانب الجسدي في العلاقة، فإنه من الصعب إيقاف تطـــور الأحـــداث، لأن

الطاقة الجسدية المصاحبة لاشتعال الطاقة الجنسية قوية وعنيفة وليس من السهل ضبطها إلى حد معين ولذا ستجد الفتاة نفسها في موقف حرج للغاية وتخشى أن تصده لئلا تخسره. وإذا استسلمت له جسديًا سيزيده هذا شكوكًا في النهاية ويتركها محطمة مجروحة، لتعاني بقية حياتها لعدم تحفظها.

فتحذري – أختي الشابة– من الشاب المنساق وراء شهواته مهما كانت أعذاره، لذا احذري اللقاءات المنفردة منذ البداية كالزيارات المنزلية لتجنب المأسي قبل وقوعها.

*** لا حد لجموح العواطف وإدمان العلاقات:**

إذا لم يتم ضبط عواطفك من أول مرة مع شاب معيَّن، سيكون من السهل استثارتها في المرة القادمة، ففي يوم ستجدين نفسك معجبة بهذا ثم بعد سنة بآخر واليوم تتعلقين بشاب من الكنيسة لأنه روحي، وغدًا تميلين لابن الجيران لأنه وسيم وقد تتعلقين بمدرسك

بالمدرسة لأنه لطيف، كذلك عدم التدرب على ضبط العواطف قد يقودك للتعلق بمن هو خارج المسيحية، وهذا ليس غريبًا! فقد رأيناه في فتيات كثيرات والسبب الأساسي أنهن عشن «منساقات بشهوات مختلفة» (٢تي٣: ٦) لا ولم يتعلَّمن ضبط النفس منذ الصغر.

*** مُعطِّل دراسي- معطِّل روحي:**

يؤدي لتشويش الشركة مع الرب وتعطيل النمو الروحي والخدمة والشهادة أمام الناس «لأنه إن لامتنا قلوبنا، فالله أعظم من قلوبنا ويعلم كل شيء. أيها الأحباء، إن لم تلمنا قلوبنا فلنا ثقة من نحو الله» (١يو ٣: ٢٠ و٢١). إهمال صوت الضمير يبلد الحس الروحي ويؤدي لتأديب الرب «لأنه لو كنا حكمنا على أنفسنا لما حُكم علينا، ولكن إذ قد حُكم علينا نؤدب من الرب» (١كو ١١: ٣١ و٣٢).

ملحوظة هامة:

التعلق خارج الإطار الرسمي للزواج (الحب) هو

الهوَى (كو ٣: ٥).

وكلمة الهوَى تعني:

باليوناني: التعلق العاطفي في غير محله.

بالإنجليزية: جموح العاطفة.

بالعربية: تعلق عاطفي خارج نطاق الزواج.

وأول قائمة أعمال الجسد البغيض، هو شهوة ونجاسة «أميتوا أعضاءكم التي على الأرض الشهوة والنجاسة ...» (كو٣: ٥).

الحب خارج إطار الزواج هو:

* شهوة.
* رغبة للأخذ والامتلاك بهدف المتعة والمصلحة الشخصية على حساب مصلحة الآخر.
* طمع في شيء لا حق له فيه.
* غير مبارَك من الله والناس.

أما الحب داخل إطار الزواج هو:

* حب مقدس.

* اتجاه قلبي فكري.

* فيه يُقدر الفرد قيمة المخلوق الآخـــر والاهتمـــام بفائدته وعمل الأفضل له ولو على حساب نفسه.

* مبارَكٌ من الله والناس.

(أجابت عن السؤال رقم ١٥ الأخت/ سامية شحاتة).

س١٦: ما هي أضرار حب المراهقة أو التعلق العاطفي الذي لا ينتهي بالزواج؟

يبدأ ظهور الميول العاطفية للجنس المختلف بالدخول في مرحلة المراهقة، وهذه تنمو تدريجيًا حتى تصل إلى النضوج الكامل في نهاية هذه المرحلة والتي تبلغ عمـــر حوالي ٢٠ سنة، وربما أكثر وقد أوجدها الله في الإنسان لإيجاد حياة زوجية مشبعة مدى الحياة.

لهذا، فإخراجها قبل الوقت سيحرم الشخص ويُعطلـــه

عن معرفة مشيئة الله في اختيار شريك الحياة؛ لذلك غير مناسب بالمرة أن يكون أساس الارتباط هو العواطف والمشاعر الفائرة وهذا ما نراه في فترة المراهقة، بل يجب أن أتاكد أولاً من مشيئة الله في هذا الأمر، وأن هذا هو الشريك الذي عيَّنه الرب لي، ثم بعدها أُطلق عواطفي من جهته.

وقد أثبتت الإحصائيات أن نسبة الذين تزوجوا وكانت تربطهم علاقات عاطفية "حب" من الصِغر قبل الزواج بسنوات هي نسبة قليلة وباقي العلاقات فشلت لسبب أو لآخر، إما لأسباب لاإرادية مثل رفض الأهل أو ضعف الإمكانيات أو لأسباب إرادية مثل تغيير الرأي أو زوال الإعجاب أو برودة المشاعر ... إلخ. وهذه النسبة القليلة معظمها بها مشاكل زوجية لا حصر لها لأن العواطف تكون متقلبة والمعايير والأحكام سطحية لا يمكن بناء علاقة ناجحة مستقبلاً على أساسها.

لنحذر من أي علاقة الغرض منها الترفيه، لأن هذه

العلاقات لها أضرار ليس في الحاضر فقط بل في المستقبل أيضًا، فهذا الحب يترك حفرة عاطفية خاصة للشخص المحبوب تنطبع في العقل الباطن بصوته وملامحه وشخصيته ... إلخ، وعندما يرتبط هذا الشخص بآخر لن يكفي هذا الآخر لملء هذه الحفرة العاطفية، فعند ظهور الشخص المحبوب مرة أخرى ولا سيما في أوقات الضعف النفسي لهذا الشخص تشتعل من جديد بل تستيقظ الميول الرديئة التي كانت قبلاً والحقيقة أن معظم المشاعر والعواطف في هذه المرحلة ما هي إلا ميول جنسية طبيعية، لكنها ليست حبًا بمعناه الصحيح الناضج.

بالإضافة إلى ذلك، إن هذه الميول كثيرًا ما كانت سبب معطِّل زمني، فكانت سبب تأخر دراسي للكثيرات، وقادتهن إلى الفشل في معظم نواحي ومجالات الحياة. فالنصيحة التي نقدمها هي أن تحفظ الشابة نفسها بمعونة الرب من هذه الأمور، لا سيما وهي تمر بسنوات فيها يتحدد كل منهج حياتها الزمني.

وبما أن هذه العلاقات معطل روحي، لهذا عليهـــا أن تشغل طاقاتها الذهنية والنفسية بكل ما يبنـــي. فخدمـــة الرب والمجالات الروحية، والاجتهاد دراسيًا، من أفضل الطرق لاستغلال هذه الطاقات وقيادتها لتصبح شخصية ناضجة ومميزة تحسن الاختيار عندما يحين الوقت على أساس روحي ومنطقي ونفسي سليم، وينبغي أن تخـــرج الفتاة من مثل هذه الحالة من دائرة نفسها وتنفتح علـــى الآخرين لخدمتهم اجتماعيًا، فتعطف على الفقراء وتزور المنكوبين وتحتضن المحرومين، فهذا خير تدريب لهـــا على العطاء والبذل.

وقد يسأل سائل:

لماذا أوجد الله العواطف مبكرًا مع أننا سنحتاجها في مرحلة لاحقة؟ هـــل الله يبغـــي عـــذابنا فـــي مرحلـــة الصراعات؟

كلا، بل أوجدها مبكرًا لننمو في هذه الجهة تـــدريجيًا كما في بقية الجهات، وليكون هذا الأمر بعنفوانه مجـــال

رائع للتدريب على ضبط النفس، وهذا سيبقى معنا مدى الحياة.

العلاقات العاطفية تؤثر على الصيت، والكتاب المقدس يقول: «الصيت أفضل من الغنى العظيم» (أم ٢٢: ١)، فخير أن يقال عن الشابة إنها في حالها محتشمة وملتزمة أو أحياناً منطوية عن أن يقال عنها: متسيبة، تتكلَّم وتتصرف بلا ضوابط؟!

وكذلك الولد يقال عنه في حاله قليل العلاقات أفضل من أن يُقال عنه: "بتاع بنات".

وهناك ملاحظة جديرة بالذكر للشابات أن بعض الشبان أحياناً كثيرًا يريدون أن يتسلوا ويحبوا البنت الروشة، لكن عندما يحين وقت الارتباط يفكرون بطريقة عكسية لأنهم يريدون الأمينة التي يأتمنها على بيته وعلى أولاده، التي لم تعط مشاعرها لأحد من قبل، فحتى إن كنتِ في سن إعدادي، حاولي أن تكوني ذات صيت حسن لدى المجتمع الذي تعيشين فيه، هذا الصيت سيبقى

رصيدًا لك حتى نهاية الحياة وعن الصيت الجيد وأهميته في تحقيق الرفعة قال الكتاب:

«البر يرفع شأن الأُمَّة، وعار الشعوب الخطية»

(أم ١٤: ٣٤).

ما يتم مشاهدته من ميديا، أفلام أو مسلسلات تنقل للمشاهد فكرة مغلوطة عن الحب أو الهوى، وغير واقعية، فيحاول المراهق أو المراهقة جاهدًا وأحيانًا بعض المتزوجين اختبار هذا النوع وإذ هو بعيد عن واقع الحياة! ففي واقع الحياة لا توجد عصافير فوقنا تغرد ولا موسيقى عاطفية، ولا رحلة عبر النيل، بل ضغوط الحياة المختلفة، ومسئولية الأطفال وأدوار المرض كثيرة والزوج يكون أحيانًا مشغولاً خارج المنزل، عندئذ يحدث ما يسمى إحباطات زوجية وهي ناتجة من أفكار وتوقعات مغلوطة ناتجة عن التأثر بأجواء الفن الهابط والأغاني الركيكة التي تتاجر بعقول البشر.

أنصحك بالتركيز في دراستك الحالية، فهذه مسئوليتك الأولى أمام الأهل والمجتمع وأمام نفسك، والأهم أمـــام الله، وأعلمي أن ليس بالحب وحده يحيا المراهــق بـــل هناك أمور كثيرة أخطر وأهم جديرة بأن ينـــشغل بهـــا المراهق ليبني شخصيته بطريقة سوية، حتى يصل إلى مرحلة النضج وهي الأمور الروحية والفكرية والثقافيـــة والاجتماعية والنفسية.

وعليك تذكر أن حب المراهقـــة ســـينتهي بانتهـــاء مرحلته "واللى بعيد عن العين بعيد عن القلب"، فهو حب مرتبط بالمؤثر عندما ينتهي المؤثر ينتهي هذا الحـــب، فغالبية مَنْ يقعون في هذا الحب الذي عـــادة لا يكمـــل بالزواج مع الوقت حيث يرتبط كل طرف بطرف آخـــر غير الذي تعلق به ويحب شريك حياته وتبقى العلاقـــة العاطفية القديمة كذكرى فقط، كنا لا نود أن تحدث فـــي حياتنا وربما نضحك على أنفسنا لأننا ســـمحنا لأنفـــسنا بتصرفات معينة وسلوكيات لا نرضى عنها الآن.

لا شك عزيزتي، أن الرب جهّز لك شيئًا أفضل في وقته، فلا داعي للاستعجال، فكم من شابات بعدما ارتبطن بشريك حياة رائع، تذكرن الشخص الذي دخلن معه في علاقة عاطفية في سن المراهقة ووجدن أنه لا مقارنة بين الشخص الذي أكرمهن به الرب والشخص الذي كن في يوم من الأيام متعلقات به عاطفيًا، فأخذن يشكرن الرب ويلومن أنفسهن!

والرب سيحتملنا إلى أن ننضج وننتفض من الصغائر ونضحك على ماضينا وضعفاتنا.

ونردد قول الكتاب الوارد في ١كورنثوس١٣:١١:

«لما كنت طفلاً كطفل كنت أتكلَّم، وكطفل كنت أفطن، وكطفل كنت أفتكر. ولكن لما صرت رجلاً أبطلت ما للطفل».

إن الشخص المولود من الله يبدأ تاريخه الروحي كطفل في عائلة الله ومع النمو يصل إلى مرحلة الأحداث ثم الرجولة الناضجة. مع الوقت ينضج المؤمن روحيًا

ونفسيًا، فالنضج النفسي يجعل الإنسان يسمو في عواطفه من ناحية مسببات أفراحه أو أحزانه، فالطفل يفـرح أو يحزن لأقل سبب.

وعندما نسير في طريق النمـو الروحـي نجـد أن الأمور التي قد نُستعبد لها يومًا من الأيام تسقط تلقائيًـا ونختبر قول الكتاب: «أبطلت ما للطفل».

سيأتي يوم إن تأنى الرب – أختي الشابة الحديثة في الإيمان– تضحكين فيه على تصرفات الطفولة الروحيـة وتقولي: "إيه إللي كنت بأعمله ده"؟ إزاي سمحت لنفسي بهذا الموقف أو هذه العلاقة؟ كم احتملني الـرب! وكـم احتملني المؤمنون! وكم احتملني الأهل! وكم تمتلئ حياتنا بخطايا وأمور نتعلق بها ونُصر عليها لدرجـة أنـه لا تصلح معها نصيحة المتقدمين، لكن مـع الوقـت دون نصيحة سنتحرر منها وندين أنفسنا على فترات قضيناها في الضعف والجهل وسوء التصرف، والسبب لأننا تقدمنا أكثر في مرحلة النضوج.

عزيزتي .. إن الحياة الروحية ليس فيها توقف، فلا تتوقفي عند مرحلة الطفولة ولا حتى الحداثة، بل ليتك تصلين إلى النضج الروحي حينئذ تسقط الكثير من الأمور التي تعلقنا بها في يوم من الأيام ونختبر الحرية والعتق من كل ما استعبدنا في الماضي، ونتذكر مرحلة الطفولة كذكرى بعد أن ولت بضعفاتها وتقصيراتها ونقص الخبرة فيها.

س١٧: بعد معرفة ما سبق أنا متورط في علاقة عاطفية وأود إنهاءها. ما العمل؟

أول كل شيء ينبغي أن تكون جادًا فعلاً ومصممًا على إنهاء العلاقة الخاطئة ومقتنعًا أن ذلك ليس أمرًا سهلاً، بل مؤلمًا لك وللطرف الآخر ولكن إن كنت مصرًا على تصحيح مسار حياتك اقبل دفع ثمن هذه العلاقة التي اقتنعت بخطأها، وبعد ذلك سوف تشعر بالراحة والسلام النفسي، كما أُستأصل ورم خبيث في عملية جراحية مؤلمة.

عليك بإنهاء العلاقة من ناحيتك فقــط، لأن الــبعض يقول لنذهب إلى الطرف الآخر ونتفق على إنهاء العلاقة وأننا لن نتكلَّم سويًا مرة أخرى لأجل نظــرات النــاس، لأنه لا يصلح أن نكمل في العلاقة الخطأ ديه؟ في الغالب فلو فعلنا ذلك سنكمل في طريق العواطف، لكن أفــضل طريقة هي التجاهل وعمل بلوك للرقم علــى الموبايــل وعلى الفيس بوك ... إلخ. وتجاهله "مع الغلاسة عليــه (صدقني ديه غلاسة مطلوبة)" لكي تنتهي العلاقــة ولا تعود مرة أخرى، طالما أنك تعزم من قلبك على ذلك.

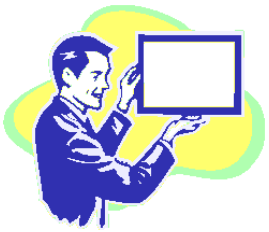
البعض يخشي عمل ذلك خوفًا على الطرف الآخــر لئلا تحدث له أذية كأن ينتحر أو تجيء لــه جلطــة ... إلخ. من فضلك خاف على نفسك أولاً والشخص الــذي أدخلك معه في هذه العلاقة لم يخــف عليــك ولا علــى صيتك، فالعلاقة العاطفية تؤذيك أكثر مما تؤذيه، لهــذا فالشخص "اللى مايخفش عليك ماتخفش عليه".

*

إمتحان للتقييم

١- هل العلاقات العاطفية الفاشلة تُنسى مع الوقت؟

٢- "ليه شباب بيحبوا وهما عارفين أن الواقع يقول: إنهم صعب يتزوجوا"؟



٣- اكتشفت أنكِ خُدعتِ في شخص تعلقت به، كيف تنهين العلاقة معه؟

٤- بعض الشابات لهن جد وجدة على قيد الحياة وهما "بيموتوا في بعض"، ما تعليقك على هذه الرومانسية الفظيعة مع أنهم لم يكن لهم فرصة

للتعارف والتلاقي مثل الأجيال الحالية؟

٥- هل حب المراهقة سيستمر مدى الحياة أم سينتهي؟

٦- أول حب مؤثر ويحفر في النفس والكيان، هل الأيام ستعالج آثاره؟

٧- هل كل الذين دخلوا في علاقة عاطفية كانوا يقصدون ذلك من البداية، أم حدث تطور لم يأخذوا بالهم له؟

٨- ما رأيك في الحب من أول نظرة؟

٩- حب المراهقة يؤثر على الصيت والكتاب يقول: «الصيت أفضل من الغنى العظيم» (أم٢٢: ١). هل من تعليق؟

١٠- يظن المراهقون في لقاءاتهم أن الناس لن تلاحظ ودهم لبعض، مع أن الناس "واخده بالها" من كل حاجة، هل من نصيحة لهم؟

١١- ما النصيحة التي تقدمها لشخص يفكر في الانتحار، لأن هناك علاقة عاطفية لم تكتمل في حياته؟

١٢- هل الرب قادر على شفاء المشاعر الجريحة، والجروح النفسية الناجمة عن علاقة عاطفية فاشلة؟ (للمساعدة مزمور١٠٣: ٣).

١٣- ما الطرق الصحيحة لإنهاء علاقة عاطفية خاطئة؟

***