

كيف تواجه المشاكل

يندر أن يوجد انسان لا تقابله مشاكل في حياته. إنما المهم كيف يواجهها. بحيث يحلها. أو علي الأقل لا يزيدھا تعقيداً.

حلول خاطئة

1- البعض يواجه المشكلة بالاضطراب والحزن:

وربما أيضا بالبكاء. وقد يصل الأمر أحياناً إلي الانهيار.. وهذا الأمر كثيراً ما يحدث عند بعض النساء...وينبغي أن نعرف أن البكاء لا يحل مشكلة. وأن الذي يواجه المشكلة بالحزن والاضطراب. إنما يسئ إلي نفسه وإلي صحته. كما أنه أثناء الاضطراب يعجز العقل عن التفكير الهادئ السليم. وربما يرتبك في أخطاء يقع فيها. وتتعدد معه الأمور..وقد يتسبب ضيقه وحزنه. في بعض أمراض تصيبه : مثل ضغط الدم. أو قرحة المعدة. أو الكبد أحياناً.

2- والبعض قد يواجه المشكلة بحيلة خاطئة:

مثال ذلك : في قصة يوسف الصديق : لما رفض الزنا مع امرأة سيده وهرب منها : كيف واجهت تلك المرأة هذه المشكلة؟ إدعت عليه باطلاً أنه هو الذي أراد اغتصابها! فألصقت به تهمة زورا!

مثال آخر : تلميذ يواجه امتحان. وهو غير مستعد له. فيواجه هذا الامتحان بطريقة من طرق الغش وهي كثيرة. أو يحاول أن يهرب من لجنة الامتحان خفية. دون أن يقدم ورقة الإجابة..!

مثال ثالث : مجرم في جريمة قتل أو سرقة. يحاول أن يتخلص من اتهامه في الجريمة. بأن يحاول اثبات وجوده في مكان آخر غير مكان الجريمة في وقت ارتكابها!

علي أن كل هذه الحيل قد تكتشف. فلا تنفع صاحبها. بل ربما تضيف إليه جرماً آخر!

3- وهناك من يحاول حلّ مشكلته. بأية خطية يلجأ إليها :

كإنسان يعمل علي حلّ مشكلة الفقر بالسرقة. أو بالاحتيال علي الآخرين. أو بالنصب. أو بقبول الرشوة. أو بالجوء إلي خطية أخرى!

علي أن الخطيئة - وإن بدت موصلة الي الغرض في بادئ الأمر - ما أسهل أن تؤدي إلي نتائج سيئة أو خطيرة فيما بعد. كأن توصل إلي السجن. أو إلي سوء السمعة علي الأقل.

ومن أمثلة معالجة المشكلة بخطية : فتاة تزني وتحمل سفاحاً. فتعالج هذه المشكلة بالإجهاض. وهكذا تضيف إلي خطية الزني خطية القتل. قتل الجنين. وبالإجهاض تدفع نفسها في مشاكل أخرى.. وربما يتقدم أحد ليتزوجها. فتواجه مشكلة أخرى وهي خداعه وإثبات بكواريته. فتلجأ إلي خطايا أخرى للوصول إلي ذلك الخداع..

4- وهناك أمثلة أخرى لمحاولة معالجة المشكلة بخطية:

أحيانا يحاول شخص أن يحل مشكلته بالكذب أو الإنكار. فيقول لم أفعل. أو لم يحدث. أو يحاول أن ينسب الفعل إلي غيره.. وإن لم يصدقوا إنكاره. يحاول أن يثبت كذبه بالقسم فيحلف باطلاً. وهكذا يضيف خطية أخرى إلي ما سبق.

والبعض قد يعمل إلي مواجهة الخطية بالانتقام : الانتقام ممن يتهمه. أو الانتقام ممن كشفه أو ممن يظن أنه السبب!

5- وهناك من يواجه المشكلة بالغضب والنفرة:

كأب يضع الترمومتر في فم ابنه المريض. وإذ يكشف إرتفاعاً في درجة الحرارة. يلقي بالترمومتر في عصبية فيكسره. مع ما يتلفظه من كلمات السخط. وتبقى درجة الحرارة مرتفعة. لم ينقصها غضبه!

أو أب يلاحظ إهمال ابنه. أو تأخره في العودة مساءً. فيضربه في عنف. ويمنعه من الخروج من البيت. وتحدث مشاكل جديدة نتيجة لعنف الأب. مثل الدواء الذي له آثار جانبية.. وقد لا يكون هذا التصرف علاجاً علي الإطلاق..

ومن أمثلته أيضاً الزوج "الحمش" الذي يعالج أخطاء زوجته بعنف. بضرب أو طرد أو حبس في البيت.. ويكون هذا نقطة البدء في فشل حياته الزوجية..

6- هناك أيضاً من يحاول أن يحل مشكلته بالعناد:

وهذا النوع تكون في نفسيته ألوان من الكبرياء أو الأنانية. وقد يسمى هذا عزة النفس أو الكرامة.. فيصر علي رأيه أو علي تصرفه. مهما قاد هذا العناد إلي نتائج سيئة.. ويستمر في تشدده. وتتعدّد مشكلته أكثر من الأول. ولا ينفعه عناده بشئ. ولا ينال بها كرامته.

7- والبعض يلجأ في حل مشكلته إلي القهر أو الإرغام:

وهذا الإسلوب له أشكال متنوعة : فقد يكون مادياً أو معنوياً. والنوع المادي يدخل فيه الإيذاء. والنوع المعنوي يدخل فيه التهديد. وما أكثر ألوان التهديد.

وأحيانا يكون القهر بأسلوب سلبي. كمدامّة البكاء أو النكد. كما يفعل النساء أو الصغار. أو الإضراب عن الطعام كما يفعل الكبار. وهذا القهر السلبي يلجأ إليه من لا طاقة لهم علي عمل إيجابي.. واسلوب القهر عموماً. هو وسيلة لإرغام الغير علي قبول ما لا يرضاه. وحتى لو استجاب له قهراً. لا يكون مقتنعاً عقلاً. ولا يكون راضياً قلباً..

وللأسف قد يلجأ الوالدان أحيانا إلي طرق من الإرغام الأدبي. لكي تتزوج ابنتهما بمن لا ترضاه. تحت ضغط مرض الأب أو الأم بسبب رفضها قبول زيجة يظنان هما أنها الأفضل! أو تحت ضغط الإلحاح المستمر أو التخويف..

الطرق السليمة

1- أول طريقة للتخلص من المشاكل هي الوقاية منها:

لا تنتظر حتي تأتيك المشكلة. ثم تفكر كيف تحلها. إنما الأفضل هو أن تتجنبها قبل أن تأتي ولذلك ضع أمامك قاعدة هامة وهي:

"عالج الأسباب قبل أن تعالج النتائج"

مثال ذلك مريض يشكو من ارتفاع درجة حرارته. فيلجأ لأدوية تخفض درجة الحرارة. بينما يكون السبب هو وجود بؤرة صديدية. لا تنفع معها كل تلك الأدوية. حيث ينبغي معالجة السبب أي البؤرة الصديدية.

كذلك في الخلافات الزوجية التي تزداد حتي تذهب الزوجة إلي بيت أبيها لأسباب معينة. يكفي في حل المشكلة أن ترسل إليها وساطة لترجعها؟! أم الحل الطبيعي هو معالجة الأسباب التي جعلتها تترك البيت؟!

وفي تقادي أسباب أية مشكلة. ينبغي معرفة السبب الحقيقي:

مثال ذلك فتاة كلما يأتي شخص ليخطبها. يترك البيت ولا يرجع مرة أخرى. فربما يقال لها إن هناك عملاً أو سحراً يحتاج إلي فكه!! بينما قد يكون السبب الحقيقي هو مقابلة اسرة الفتاة للخطيب بطريقة غير لائقة. أو أسلوبهم في الكلام لا يعجبه. أو تعقيدهم للأمور بمطالب مالية لا يقدر عليها.. ويكون حل المشكلة في تقادي هذه الأسباب..

2- حل المشاكل يحتاج إلي حكمة:

الانسان الحكيم يستطيع أن يحل مشاكله بعقل رزين وتفكير هادئ. لأن التفكير المشوش لا يوصل إلي حل.

ولعلك تقول : وإن لم تكن لدي حكمة. فماذا أفعل؟ أو إذا ملك علي الاضطراب وعجزت عن الوصول إلي حل. فماذا أفعل؟

أقول لك حينئذ: الجأ إلي المشورة الصالحة. كقول الشاعر

إذا كنت في حاجة مرسلأ ... فأرسل حكيمأ ولا توصه

وإن باب أمر عليك التوي ... فشاور لبيبأ ولا تعصه

ولا تعتمد علي نفسك وحدك في حل كل مشاكلك. فهناك امور تحتاج إلي متخصصين لإبداء الرأي السليم. وكثيراً ما تحتاج إلي عقل يسند عقلك. واذكر قول سليمان الحكيم "اثنان خير من واحد. لأنه إن وقع أحدهما يقيمه رفيقه..."

3- الانسان الحكيم لا يتشبث بحلّ واحد للمشكلة:

فإن إنهار ذلك الحل وقشل. تنهار معه كل آماله! بل في سعة فكره. يضع أمامه حلولاً كثيرة. وإن لم يصلح أحدها. يجد له بديلاً..

وهو في كل ذلك لا يفكر إلا في الحلول العملية الممكنة.

فهناك من يفترض لمشكلته حلولاً بعيدة التحقيق. ويحزن إن لم توصله إلي قصده. وييأس! أما العاقل فيعيش في الواقع العملي: يفترض الحل وما يمكن أن تقوم أمامه من عوائق. ويفكر في حلول لتلك العوائق أيضاً...

4- وإن كانت له مشكلة مع شخص. يراعي نوع عقليته ونوع نفسيته:

وذلك لكي يعرف أسلوب التعامل معه. فلا تحاول أن تحل المشكلة بما يتناسب مع عقليتك أنت وتفكيرك. بل بما يناسب عقليته هو..

فإن كانت المشكلة مع امرأة. راع نفسية المرأة واسلوبها في التفكير.

وكذلك إن كانت المشكلة مع شيخ كبير أو رئيس. وهكذا...

مشكلتك مع شخص ذكي. غير مشكلتك مع شخص بسيط.

ومشكلتك مع انسان عنيف. غير المشكلة مع انسان هادئ.

كل مشكلة يختلف أسلوب حلها. حسب نوعية من تتعامل معه.

5- والانسان الحكيم يراعي في حل مشكلته : الوقت والظروف:

عليك اختيار الوقت المناسب. لا تقل : سأذهب اليوم إلي فلان وأتقاهم معه. ولن أتركه حتي أحل معه الموضوع!

لا يا أخي. ربما يكون في ذلك اليوم مشغولاً أو متضايقاً. أو قد يكون الوقت غير مناسب. بل اختر الوقت الذي تكون فيه الظروف مواتية. والنفس مستريحة. والأعصاب هادئة ومستعدة.

6- هناك مشاكل تحتاج في حلها إلي صبر واحتمال:

تحتاج إلي مدي زمني لكي تحل فيه. حيث تكون النفوس مستريحة. وتهدأ الانفعالات. وتعمل نعمة الله. فعليك بالصبر.

لا تقل صبرت كثيراً بلا فائدة. ولا تيأس. أما تمسكك بالسرعة في حل مشكلتك. فإنه يسبب لك قلقاً. تذكر كم صبر يوسف الصديق. حتي أتى الحل أخيراً. وخرج من السجن الي الحكم.. وكذلك مائديلا..

وفي صبرك. ليكن لك هدوء قلبي. شاعراً أن الله في حنوه لابد سيتدخل ويحل لك مشاكلك.

ويكون صبرك مخلوطاً بالايمان والصلاة ورفع قلبك إلي الله.

7- هناك مشاكل تحل بالتواضع وبالكلمة الطيبة:

وكما قال الحكيم "الجواب اللين يصرف الغضب.. والكلمة القاسية تهيج السخط". فكن رقيقاً في كلامك. ولطيفاً في معاملاتك. فبهذا تستميل القلوب. وتحل مشكلتك بتواضع القلب.

كم من موقف شديد. يمكن أن يحل بدعابة لطيفة أن بفكاهة. فيزول التوتر. ويصبح الجو صالحاً للتفاهم..

يقول المثل : إن النار لا تطفئها النار. بل الماء يطفى النار. فإن وجدت الجو مشتعلًا. لا تجعله يزيد اشتعالًا بغضبك. وإنما إهدأ ولا شك إنك بوداعتك ستكسب الموقف وتحل المشكلة.

إن المتواضع لا يغضب بسبب أية كلمة تنسئ إليه. ويقابل كل معاملات الغير برحابة صدر. ويتغاضي عن بعض الأمور. ويجعل المسائل تمر هادئة دون أن تتعقد... فكن متواضعاً.

واسأل الله - تبارك اسمه - أن يحل لك مشاكلك
وثق أنه سيعمل عملاً. لأنه مصدر كل رحمة وعدل.

قداسة البابا شنودة الثالث