

عنوان الدرس : لماذا لم أتزوج؟

كود الدرس: les\_wo\_22

الكاتب : د. هنري كلاود ، د. جون تاوونسن

ذات أمسية على العشاء ومع مجموعة من الناس، كانت إحدى صديقاتي تشاركنا عن مشكلتها في الارتباط، وكيف أنها تعتقد أن الله سبحانه تعالى لم يقدر لها أن ترتبط .  
ومن معرفتي المسبقة بها كان لدي رأيي بأن وحدتها تتعلق بالطريقة التي تتعامل بها مع الناس وليست بسبب أن هذا هو قدرها .  
عندما سمعتها تُلقِي باللوم على القدر كان عليّ التدخل:

## "لماذا تعتقدين بأن من حكمة الله أن تظلي وحيدة؟؟"

"حسناً، إنه لم يختَر أن يُحضر لي إنساناً حتى الآن. ولم يمنحني المشاعر المطلوبة كي أتزوج من الأشخاص الذين أحضرهم."

ماذا تقصدين بمصطلح: "يمنحني المشاعر"؟ هل المشاعر التي تتكلمين عنها مشارك أم لا؟

"ماذا تقصد؟؟"

"حسناً، إنها مشارك أنت، وليست مشاعر الله تعالى. فلماذا لا تقولين بأنك لم تملكي المشاعر بدلاً من إلقاء مسؤولية إفتقارك إلى المشاعر على القدر؟؟"

فربما أنت التي لم تسمحي لنفسك بأن تملكيها، أو أن الرجال الذين دخلوا حياتك ليسوا من "طرازك" المُفضَّل. ولكن لا تلومين القدر من جهة مشارك."

لكني أعتقد بأن الله سبحانه يملك السيطرة على حياتي. فإن أراد لي أن أملك المشاعر تجاههم لفعلتُ هذا."

"وأنا أو من أن الله يحاول أن يُساعدك لكي تمتلكين أنت السيطرة على حياتك، فنقودي مشارك تجاه الرجال بدلاً من أن تكون خارج نطاق سيطرتك .

سيساعدك الله سبحانه على تغييرها إن توقفت عن إلقاء اللوم على القدر، وإن فعلتي شيئاً تجاه المُشكلة."

فتساءلت في غضب: "ماذا تقصد؟؟"

"أقصد أنني أعتقد بأن لديك مشكلات في نموك النفسي وعليك أنتِ التعامل معها، وأن تلك المشاكل هي سبب عدم ارتباطك

وعدم زواجك،

وأعتقد أنني أعرف ما هي بعض تلك المشكلات، وبإمكاني أن أجعلك ترتبطين بجدية في خلال عام".

ونهاية القصة بأنها خلال 6 أشهر ارتبطت .

### أولاً: عليها أن ترى أنها تعاني من مشكلة ما،

كان عليها أن تعترف بأن فشلها في تكوين علاقة هو مسئوليتها. ففي ذهنها، لم يكن من المقدر لها أن تتمتع بعلاقة مميزة. فهي لم تكن ترى نفسها أنها قد تكون السبب لأن ينقصها شيء ما، لكنها كانت ترى أن القدر هو سبب فشلها .

### ثانياً: لقد حددت هدفها وهو أن تراقب علاقاتها، وأن تعمل عملاً إيجابياً تجاهها .

فبدأت ملاحظة عدد المرات شهرياً التي تلتقي فيها بأشخاص لم تعرفهم من قبل بدلاً من رؤية نفس الناس كثيراً . وكانت الإجابة صفر .

وبعد أن أصبحت نشيطة في لقاء أناس جدد، اكتشفت أنها كانت أسوأ مما كانت تعتقد .

فقد وجدت أنها تعاني الكثير من **المخاوف الاعتمادية**، والتي كانت تتجنب مواجهتها بإلقاء اللوم على القدر .

فمثلاً عندما حاولت الاقتراب من بعض الرجال اكتشفت أنها تعاني بشدة من **الخوف من الرفض** واستطاعت أن ترى ارتباط هذه المشاعر بعجزها عن اختيار زوجاً .

### ثالثاً: كان عليها أن تدرك أنها لم تكن تعرف كيف تجعل الأمور أفضل. الاعتراف بالعجز

وكما اكتشفت بأن لوم القدر ليس هو الإجابة، اكتشفت بأنها لم تكن تملك كل المفاتيح لتعرف نوعية مشكلاتها أو كيف حلها . تملكها اليأس لأنها لم تعرف ماذا تفعل فأدركت أنها بحاجة للمساعدة من خارج نفسها. لقد سعت إلى مساعدة خارجية فعالة ومؤثرة في حياتها عندما توقفت عن لوم القدر .

### رابعاً: كان عليها أن تتعلم:

- ما الذي تفتقده في نموها؟

- ما الحقائق التي تحتاج أن تتعلمها وتتبعها؟

- ما هي مبادئ العلاقات التي يمكنها أن تساعد على "الازدهار"؟