

طريقك إلى كسب القلوب..

ابتنم عن النمام والمطامع والففور والكفوب

مع أن الواحد ربما يشعر لأول وهلة أنهم أناس طيبون

إعداد:

طه عبد الباقي الطوخي
كاتب ومترجم من مصر

نحن تأتي إلى الدنيا فرادى، لذا فالعلاقات مع الآخرين هي في الحقيقة من أهم المواقف التي نمر بها في حياتنا، وحتى ننجح في أداء رسالتنا في الحياة ونسعد بهذا النجاح يلزمنا التعرف على الشخصيات التي تحيط بنا ومعرفة أسرار الطرق لتحقيق علاقات ناجحة مع الناس. أحاول في هذا المختصر إلقاء بعض الضوء على بعض طبائع سيئة عند بعض الناس هي في نظري إعاقات تعوقهم عن الاستمتاع بحياة سوية.

اكتشافها أن نبتعد عنها حرصا على سعادتنا ونجاحنا في الحياة، ومن جهة أخرى، علينا في نفس الوقت أيضا مراقبة أنفسنا وطبائنا حتى نبتعد بشخصياتنا نحن عن التطبع بمثل هذه الطبائع السيئة، وهذا، في الحقيقة، هو الهدف الرئيسي لهذه المقالة، والإسراع بتحسين أنفسنا حتى لا يبتعد عنا الناس بدورهم.

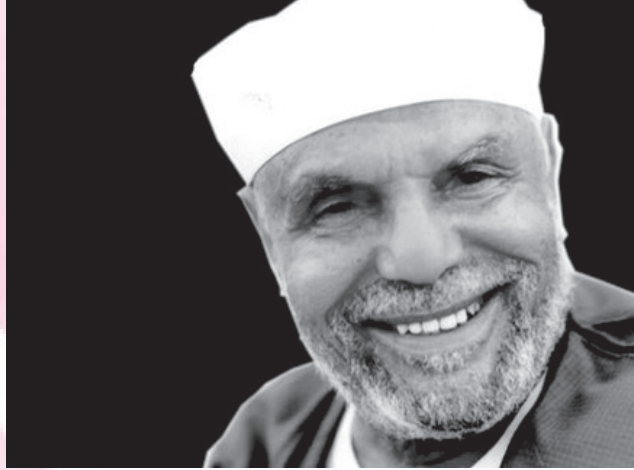
● كارل جوستاف يونج Carl Gustav Jung (٢٦ يوليو ١٨٧٥ - ٦ يونيو ١٩٦١)، عالم ومعالج نفساني سويسري، وهو مؤسس علم النفس التحليلي، ومن أشهر علماء النفس في العالم، قال في هذا المعنى:

كل ما يزجنا في تصرفات الآخرين يساعدنا في فهم أنفسنا بشكل أعمق

● أما الشيخ العلامة محمد متولى الشعراوى (١٥ أبريل ١٩١١ - ١٧ يونيو ١٩٩٨) .. العلامة المضيفة في تاريخ المفسرين، والذي لقبه البعض بإمام الدعاة، فقد قال ذات يوم:

حين يقيد الله حركتك فإنما يقيدها حبا لك لأنه حينما قيد حركتك قيد من أجلك حركة الملايين. فكما قال لك: لا تسرق، قال لكل الناس ألا يسرقوا منك وهو القائل أيضا:

نحن لا نكافئ من عصى الله فينا بأن نصلى الله فيه



الشعراوى

الغالبية العظمى من الناس الذين نقابلهم في حياتنا هم أناس طيبون، لكننا لن نعدم بين كل حين ومين أن نجد بين البشر بعض استثناءات ..

● فيلسوف الهند العظيم، مهنداس كرامتشاند غاندى Mohandas Karamchand Ghandi (٢ أكتوبر ١٨٦٩ - ٣٠ يناير ١٩٤٨) قال ذات يوم ما معناه:

«إذا تلوثت بعض قطرات من المياه لا يعنى ذلك أن المحيط كله قد تلوث ...»

أحاول في هذه المقالة إلقاء الضوء على بعض طبائع لبعض الشخصيات المؤذية التي نتعامل معها والتي تحتّم علينا عند

أقال رسول الله، صلى الله عليه وسلم: «إن الله خلق آدم من قبضة قبضها من جميع الأرض فجاء بنو آدم على قدر الأرض، جاء منهم الأحمر والأبيض والأسود وبين ذلك، والسهل والحزن والخبث والطيب». أخرجه الترمذى، وقال حديث حسن صحيح.

فعند تعامل الواحد منا مع الناس عليه الانتباه، أيا كان الشخص الذى نتعامل معه. ولعلنا نلاحظ أن طبائع الناس تؤثر كثيرا جدا في اتخاذهم لقراراتهم، صغيرة كانت تلك القرارات أم كبيرة.. قال أحدهم يوما: «عندما يبني الإنسان حياته على مبدأ فقد اتخذ بالفعل ٩٩٪ من قراراته». لا حاجة بى إلى القول بأن

الناس معادن .. هذا اللفظ (الناس معادن) جزء من حديث رواه البخارى ومسلم عن أبى هريرة، رضى الله عنهم جميعا، أن رسول الله، صلى الله عليه وسلم، قال: «تجدون الناس معادن، خيارهم في الجاهلية خيارهم في الإسلام إذا فقهوا، وتجدون خير الناس في هذا الشأن أشدهم له كراهية، وتجدون شر الناس ذا الوجهين الذى يأتي هؤلاء بوجه ويأتى هؤلاء بوجه». ومعنى هذا اللفظ كما ذكر - الحافظ بن حجر - في كتابه فتح البارى قوله: «تجدون الناس معادن» أى أصولا مختلفة، والمعادن جمع معدن، وهو الشيء المستقر في الأرض، فتارة يكون نفيسا وتارة يكون خسيسا، وهكذا الناس.

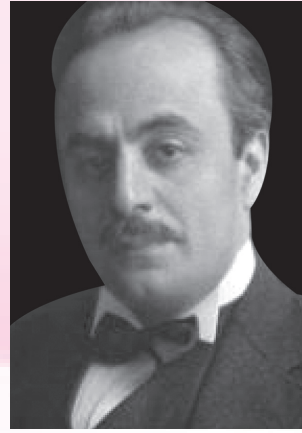
ولو تأملنا في طبائع الناس لوجدنا أن الاختلافات كثيرة .. فمنهم الشخص اللين .. ومنهم الصلب الخشن .. ومنهم الكريم كالأرض المنيبة الكريمة .. ومنهم البخيل كالأرض الجدياء التى لا تمسك ماء ولا تثبت كلاً .. إلخ. فالتناس أنواع .. ولو أتيت لنا فرصة لزيادة التأمل، لوجدنا أن الإنسان عند تعامله مع الأنواع المختلفة من الأرض يراعى حال الأرض وطبيعتها .. فطريقة مشيه على الأرض الصلبة .. تختلف عن مشيه على الأرض اللينة .. فيكون حذرا متأنا في الأولى .. بينما يكون مرتاحا مطمئنا في الثانية ..

ولكن نكافئ من عصي الله فينا .. بأن نطيع الله فيه واليك، عزيزي القارئ، بعض من صفات بعض تلك الشخصيات المؤذية:

***إنهم يحبون السيطرة والهيمنة** أحد أهم المؤشرات التي تفيدك بأن هذه الشخصية أو تلك هي شخصية مؤذية هو أن الشخص يحب التحكم في الأشخاص من حوله بشكل زائد عن الحد. ومع أن كثيرا من الناس يميلون لحب السيطرة على الأشياء والناس من حولهم حيث يشعرون بأن في ذلك بعض الأمان، إلا أن الفرق يجب أن يكون واضحا أمانا بين شخص يجب أن تكون الأشياء من حوله محددة، منظمة، وأن الأمور والأشياء جميعها مرتبة وسهلة التناول وشخص آخر يتحائل في معاملاته مع من حوله حتى مع أقرب الناس إليه بهدف السيطرة عليهم. فإذا شعرت بأن شخصا ما يحاول أن يشدك إليه بسلسلة أيا كان نوعها (عاطفية أو مادية)، فغالبا يكون هذا الشخص غير مناسب لك التعامل معه. وتخلص أنت أيضا من حبك الزائد للسيطرة.

***إنهم غيورون** من المؤشرات الأخرى على أن شخصية ما غير مناسبة لك أن تتعامل معها هي اكتشافك أنها شخصية غيورة حقودة يحزنها نجاحك وإنجازاتك. فالشخص الجدير بصحبتك وصداقتك يجب أن يفرح عندما يراك سعيدا وناجحا، فإذا شعرت بأنك لا يمكنك أن تزف أخبارا جيدة إلى شخص ما، فعليك اعتبار هذا الشعور بمثابة خط أحمر وعلامة تحذير أمامك بأنه شخص مؤذ. اجعل غيرتك، حافزا للتفوق على نفسك.

***إنهم يكذبون** ليس مما يدعو لأي دهشة أن الشخص المؤذي يكون دائما كذابا. فتجد مثلا أنه يدعى شراء شيء معين بمبلغ أكبر مما حصل فعلا، وسواء كان دافعه من مثل هذه الكذبة التفاخر أو إظهار القدرة، أو لعب دور الضحية، أو معرفة مستواك في المعيشة، أو التكسب من ورائك أو بمعنى آخر: سرقتك (حسب الموقف طبعا)، أو استئثارك لاكتشافك، إلخ. فهذه كلها وغيرها جوانب ضعف في الشخصية، وسواء كان يلقي بأكاذيب صغيرة أو كبيرة، لا يهم، فهو شخص كذاب. فإذا تصادف وسمعت أو شاهدت شخصا يكذب

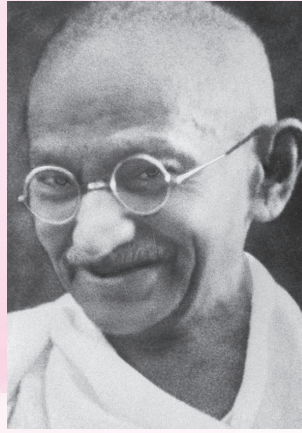


جبران

على آخر فالمرجح أنه سيكذب عليك أيضا، أو أنك ستكون معرضا لكذبه في وقت ما. وفي حقيقة الأمر فإن معظم الناس الذين لهم تأثيرات قوية علينا هم أولئك الذين يحطون بثقتنا، لذا علينا الابتعاد فوراً عن أولئك الأشخاص غير الأمناء معنا حيث إن احتفاظنا بصداقتهم سيستنزفنا حتما إن عاجلا أو آجلا. ولا تكن أنت نفسك كذابا.

***إنهم يُحبون أن يلعبوا دور الضحية** يحاول الشخص المؤذي أن يلعب معك دائما دور الضحية. ويختلف الهدف من ذلك باختلاف الظروف، فقد يهدف مثلا إلى كسب عطفك ووقتك، كمقدمة لأشياء أخرى .. ومع أنه يمكن أن يقنعك تماما بأن موقفا ما هو شيء سيئ جدا حصل له، ويشكو لك دائما بأن حياته عبارة عن سلسلة من المأسى، فهذه يمكن اعتبارها علامة على أنه شخص غير مناسب لك. فالشخص المؤذي يطالب الناس دائما بالكثير جدا عما يريدون أن يعطوه له بمحض إرادتهم. اللهم لا تجعلنا مثل ذلك.

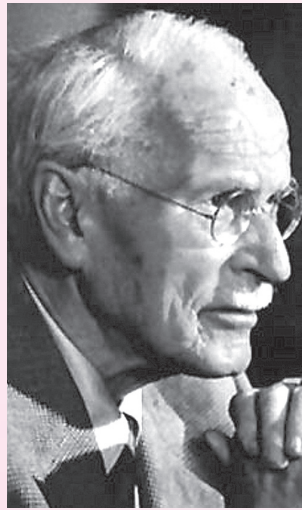
***إنهم نمامون** سمة أخرى مميزة للشخصيات المؤذية هي حبه الشديد للفش والنميمة. إن الحب الزائد عن الحد للفش المستمر والنميمة لا يظهر فقط أن الشخص سيؤثرك أنت وحدك من الآن فصاعدا، بل إنك تعلم أنك أنت أيضا لن تفهم أن الفش له طبيعة تخيلية. فالنشأ هو شخص واسع الخيال، ويتوقف نوع فشره على دواخل شخصيته وطبيعته هو نفسه وميوله واتجاهاته، وطبعه، وما يتمل في صدره. فإذا وجدت نفسك قريبا من شخصية بهذه الصفات فخذ



غاندي

حذرك لأن تلك الشخصية سيكون لها في يوم ما نفس قلة الاحترام نحوك أنت أيضا، وهو، مع إظهار حبه لك في حضورك، لن يتورع عن طعنك في ظهره أثناء غيابك. ليس هذا فقط، فالتحدث عن أشخاص آخرين بما يسىء يشكل بالنسبة للسامعين، في الواقع، أمراً مزعجاً ومملاً ومنفراً على المدى الطويل، لذا يستحسن كثيراً الابتعاد عن مثل تلك الشخصيات. ولا تكن أنت نماما.

***إنهم أيضا منافقون** يعدونك أكثر من مرة، لكنهم لا يوفون بوعودهم. ربما يكون الشخص حسن النية أو أنه غير متبته أو غير واع لمغالاته في إظهار الاهتمام أو أنه ذو طبيعة اجتماعية غالبية (اجتماعي أكثر من اللازم) فتجده يهتم بك اهتماما كبيرا لكنه اهتمام لحظي، فهو يعدك، متطوعا، بشيء ما فتصدق وتعتد عليه وتتصرف عن هذا الشيء مؤقتا اعتمادا على وعده لك، لكنك



كارل

فجأة تجد الوقت يمر ولم تحرز أي تقدم في الموضوع، فهل نسى وعده؟ المهم في الأمر تأثير ذلك عليك وعلى وقتك وعلى إنجازك لما تقوم به سواء كان ذلك مساعدة آخرين، أو اشتراكك في عمل خير، أو إنهاء أي عمل من أعمالك، إلخ. ابتعد فوراً عن الوعود المزيفة تلك حرصا على وقتك وأعمالك وأموالك وأهدافك وصورتك أمام الآخرين ونجاحك. من ناحية أخرى، لا تنال أنت أيضا في إظهار اهتمام أكثر مما تهتم فعلا لئلا تضطر لإعطاء وعود لن تستطيع تحقيقها.

***إنهم طماعون** إن الشخصيات المؤذية التي تؤثر في حياتنا بطريقة سلبية هي شخصيات يغلب عليها الطمع. الحياة أخذ وعطاء، ويستحسن كثيرا جدا أن يكون العطاء قبل الأخذ (راجع في هذه النقطة "الناس أنواع" في سلسلة الكاتب: "من الحياة"). فإذا انحصر اهتمام من تتعامل معه في كل موقف فيما يريد هو فقط، فالمرجح أنك ستكون أنت دائما الشخص الضحية. ربما لا يؤذيك هذا في البداية أو أنك لا تشعر به من مجرد معاملة واحدة أو اثنتين، إلا أنه مع مرور الوقت ستجد أنك قد تمت سرقتك بالكامل. فلا تكن طماعا.

إنهم أنانيون الأننا عند هؤلاء متضخمة جدا وبصورة كبيرة، وهي غالبية ومهيمنة عليهم. فغاية اعتبارهم هو لأنفسهم، وأنفسهم فقط، بل إن هذا هو كل ما يهتمون به. فإذا ظهر لك أن الشخص المعنى غير مهتم بك ولا يجد لك وقتا (مع أنك كثيرا ما تريد مساعدته) فهذا مؤشر كبير على أنهم يهتمون بأنفسهم فقط، ولا يعيرون تقدمك أو سعادتك أو نجاحك أي اعتبار. فإذا وجدت نفسك تسأل عنهم باستمرار وتريد الاطمئنان عليهم ومع ذلك فهم لا يهتمون بكينونتك وسلامتك وصحتك فهذا وضع غير طيب، وعليك أن تتبعد بسرعة. ولا تكن أنت أنانيا.

***إنهم سلبيون** فهم يُسرعون بالحكم على الأشخاص وانتقادهم باستمرار، وهم في الواقع يشيرون للناس ويحفزونهم بقوة، ومن حيث لا يشعرون، على الابتعاد عنهم. ومهما حاولت أن تفعل لمساعدة مثل هذا الشخص، فسيكون هذا دائما أقل مما يريد، وخصوصا عند حدوث مشاكل مفاجئة، وهو سيطل يشكو بلا توقف، بما يصل في نهاية

مركز التدريب ATC وتنمية المهارات

بمستشفى

د. جمال ماضى أبو العزائم

دورات تدريبية

1 - مدرسة الإدمان

2 - الأخصائى النفسى الأكلينيكى

3 - فن التعامل مع الأطفال

4 - فن التعامل مع المراهقين

5 - فن العلاقات الزوجية الناجحة

6 - السمعة والعلاج النفسى

7 - كيف تحدد مستقبلك وتختار كليتك

8 - كيف تقالع عن التدخين

9 - أخصائى علم النفس العيى

للحجز والاستعلام: 01111660232

د. هبة أبو العزائم

01113377766

تجعلنا منهم.

وقبل الحكم على شخص ما بأن به أحد الصفات المذكورة أعلاه لا تتسرع، اعط نفسك فرصة واثنين، وفتش أولاً عن البراءة، وربما تكون قد أسأت الفهم، أو ربما يكون الشخص نفسه بدون انتباه، وفي هفوة منه، قد أساء التصرف، أو ربما يكون قد أساء التعبير، وأن هذه الصفة أو تلك ليست هي الغالبة عليه.

جبران خليل جبران، فيلسوف وشاعر وكاتب ورسام أمريكى من أصل لبناني، ولد فى ٦ يناير ١٨٨٣ فى بشارى بلبنان، وتوفى فى ١٠ أبريل ١٩٣١ فى نيويورك بالولايات المتحدة الأمريكية، وهو الشاعر الأكثر مبيعاً فى جميع الأوقات بعد "شكسبير" Shakespeare، والصينى الخالد "لاو- تزو Lao-Tzu". هذا الشاعر العبقري قال ذات يوم:

بين منطوق لم يقصد، ومقصود لم ينطق،

يضيع الكثير من المحبة.

وعلياً أن نتذكر العبارة المذكورة أعلاه لفيلسوف الهند العظيم المهاتما غاندى: "إذا تلوث بعض قطرات من المياه لا يعنى ذلك أن المحيط كله قد تلوث...".

مهم جداً: انظر أيضاً فى هذه النقطة: "لضمان فهم متبادل"، و"لتواصل أفضل"، و"جودة نادرة"، و"الإصغاء فن يتراجع" للكاتب فى كتابه: "قمة الأداء فى خدمة العملاء".

فى كل يوم يمر علينا، نواجه أحداثاً عديدة يمكن أن تحبطنا أو تغضبنا أو تجهدنا، وعندما تتغلب عليك تلك المشاعر السلبية، فمعنى ذلك أنك تمكن قوى خارجية من التحكم فى سعادتك. ويمكننا جميعاً ألا ندع هذا يحدث لنا. ومع ذلك، قد نجد أنفسنا أحياناً غير قادرين على الابتعاد عن مثل تلك الشخصيات نتيجة لظروف عمل أو تعامل أو بيئات أخرى مفروضة علينا، إلخ. لذلك ابحث لك، عزيزى القارئ، عن طرق يمكننا جميعاً أن نتبعها لتساعدنا فى التعامل مع أمثال الشخصيات المذكورة التى ربما تجبرنا بعض ظروف - مؤقتة أو دائمة - على الاحتكاك بها، وقد يكون هذا موضوع مقالة قادمة، فى نفس السلسلة، إن شاء الله وقدر.

المطاف إلى نهاية تميسة للموقف، وهو، رغم ذلك، لن يتوانى عن إلقاء اللوم عليك. ومهما كان المساء جميلاً وممتعاً، فالمشاكل فى نظره كثيرة جداً، والأشياء مكلفة جداً، والمرور فى زحام شديد جداً، والأخبار مريعة جداً، ولا يوجد شئ مرض أبداً. عندما تجد الشخص مستمراً فى السلبية بهذا القدر فهو سيؤثر حتماً على معنوياتك وبالتالي قدرتك، ويجدر بك الابتعاد سريعاً. وتحل أنت دائماً بالإيجابية.

*إنهم متعجرفون وبالمثل، فالشخصيات المؤذية كثيراً ما تكون شخصيات متعجرفة وبعيدة جداً عن التواضع. فهم يرون أنفسهم أذكى الناس فى الغرفة/ المكان/ الجلسة، وأنهم وحدهم القادرون على القيام بالمهام. ربما ينبع ذلك من جهلهم بقدرات الآخرين، وربما يكون مصدر هذه العجرفة هو محدودية التفكير وضيق الأفق، وربما ينتج هذا من شعورهم الزائد بالأنا كما تقدم، حيث يظهرون أنهم وحدهم دائماً يعرفون الطريقة المثلى لأداء العمل. فإذا وجدت أحياناً أنك فى وضع ثانوى بالنسبة لهؤلاء، فالأرجح أنهم يمثلون قوى سلبية بالنسبة لك ولتقدمك، والأفضل لك أن تتأى بنفسك عنهم. وتعلم اكتساب فضيلة التواضع.

*إنهم يرون أنفسهم دائماً على حق وأخيراً، أرى أن الشخصية المؤذية تحاول دائماً وفى كل مناقشة أن تهيمن على مجرى الحديث، كما لو كان الأمر مباراة فى الخطابة عليهم الفوز فيها بأى ثمن. وحيث يعتقدون أنهم الأذكى، فكل الآخرين، فى رأيهم، على خطأ. وتجد مع هؤلاء أن حديثاً خفيفاً عابراً قد تحول بسرعة إلى شجار وخلاف عنيف. عليك عندئذ أن تتسلى كل شئ عنهم حيث لا سبيل للاستمرار لأنهم لن يعطوا لأنفسهم أى فرصة حتى للاستماع إليك والتفكير فيما تقول. ومن المؤكد أنه عندما يأخذ الشخص أى محادثة، مهما كانت صغيرة، موضوعاً للتحدى وإثبات الوجود، فلا مجال ولا إمكانية عندئذ للبقاء على علاقة صحية مع هذا الشخص. ومن ثم فالابتعاد عنهم هو شئ ضرورى لحياتك وصحتك وكيونتك كلها وشعورك بالثقة بالنفس واحترام الذات والحرية والاعتدال. اللهم لا