

## الفصل الأول

# كيف نفهم التفكير الإدماني

ماذا يُشبه التفكير الإدماني وكيف يمكننا تعريفه؟ يعيش الشخص المدمن لإرضاء نفسه وتلبية شهواته واحتياجاته الجسدية. عندما بدأت في المشورة الكتابية مع أشخاص تصارع مع الإدمان النشط، رأيتُ أن هناك خمسة أنماط فكرية (عقليات) تسيطر على حياتهم، وهي: عقلية الاستحقاق، وعقلية المستهلك، وعقلية الضحية، والتي تلد عقلية الهلاك؛ وفي النهاية تكون قد تكوّنت العقلية المتمرّدة الكاملة. أنا أطلق عليها «عقليات» لأنها الطريقة السائدة للتفكير في الحياة. تعريف «العقلية» هو «الطريقة في التفكير» التي تؤثر على نظرة الشخص للحياة.

## كيف لا تُرَبِّي مُدَمَّنًا

الشيء المثير في تلك العقليات الخمس هو أن كل واحدة تُبنى على ما قبلها. في البداية، الأهل، بدافع الحب والاهتمام ورعاية طفلهم الرضيع، يعتقدون – **مخطئين** – أنهم يمكنهم فعل أي شيء مهما كان لجعل الطفل 'بن' سعيدًا، وراضيًا وبالتأكيد لا يبكي. فيقررون – **ربما من تجاربهم في الطفولة** – أن يمتلك الصغير 'بن' كل شيء بحياته هم لم يحظوا به.

'بن' يحب ذلك الترتيب، وعن قريب سيبدأ في التطور لعقالية «الاستحقاق». فيتعلم كيف يصير «مستهلك» في مجتمعاتنا العظيمة وكيف يحيا حياة جميلة. عندما يبدأ 'بن' بالتفكير في مستحقاته واحتياجاته وشهوته ورغباته التي لم تتحقق، يبدأ في التطور لعقالية «الضحية»؛ ويظن حينها أنه يستحق أن يحظى بأفضل مما يحصل عليه (الاستحقاق)، فيستهلك كل ما لديه (مستهلك). عندما لا يستطيع الأهل تحقيق كل رغباته،

## كيف نفهم التفكير الإيماني

يبدأ 'بن' في الإيمان بأنه ضحية الرفض والمعاملة غير العادلة. تُغضبه رغباته التي لم تتحقق. ولكنه بدلاً من أن يلقي اللوم على نفسه، يبدأ في إلقاء اللوم على الآخرين - على والديه، ربما على إخوته الأصغر، أو حتى على الرب.

وبعدما بدأ 'بن' يفكر مثل «الضحية»، قريباً سينمو إلى «عقلية الهلاك»: تلك العقلية الجديدة الغارقة في الشفقة على الذات، التي تركز كثيراً على التفكير في النفس في ضوء ما ليس يمتلكه. «الأشياء السيئة دائماً تحدث إلي»، يتم تسميته بأسماء مختلفة من قبل علماء النفس. فبعض الأشخاص يطلقون عليه شكلاً من أشكال «التأقلم مع الحيرة والتخبط». في الواقع، قلّة الامتنان غالباً ما أدت إلى التفكير اليائس، والشعور بالأسف على النفس والتدمير الذاتي. في المرحلة الأخيرة، 'بن' الذي يفكر الآن بعقلية الهلاك، يبدأ في التفكير والتصرف

كيف لا تُرَبِّي مُدْمِنًا

مثل المتمرّد. يسأل نفسه: «لماذا أحاول طاعة عائلتي أو إرضائهم، أو حتى إرضاء الرب؟» والنتيجة النهائية هي التمرد والغضب وبعض التصرفات الغبية لطفل يريد أن يكون مستقلًا ويسعى للحرية من كل القوانين والضوابط والقيود؛ يريد أن يكون رئيسًا لذاته مهما كلفه الأمر.

## ماذا يمكننا أن نفعل

كوالد، يمكنك أن تُعلِّم طفلك التفكير الكتابي؛ حينئذٍ لن يكون عنده الميول الإدماني. يجب على طفلك «التغيُّر من خلال تجديد الذهن» بحسب الكتاب المقدّس (رومية ١٢ : ٢، أفسس ٤ : ٢٢). في الحقيقة، كلنا نحتاج لتجديد أذهاننا حتى نتمكن من تمييز إرادة الرب المرضية الصالحة الكاملة العظيمة. بكلمات أخرى، التجديد الذهني يتيح لنا معرفة الأشياء التي تُسرُّ قلب الرب وتفيدنا أيضًا عندما نضع تلك الأشياء تحت الاختبار. يعطينا الكتاب

## كيف نفهم التفكير الإيماني

المقدّس الترياق لتلك العقليات التي ندرسها مع الشواهد الكتابية التي سوف نناقشها أيضاً:

المرجع الكتابي	اللبس	الخلع
متى ٢٢ : ٣٧-٣٨	كُن متواضعاً	الاستحقاق
متى ٢٢ : ٣٩-٤٠	كُن عطاءً	المستهلك
أفسس ٥ : ١٨	كُن مسؤولاً	الضحية
أفسس ٥ : ١٩-٢٠	كُن ممتناً	الهلاك
أفسس ٥ : ٢١	كُن خاضعاً	التمرد

التجديد يبدأ بداخل عقولنا، وتبدأ عملية التحول تلك بالحق وبالمسيح، بحسب أفسس ٤ : ٢٠-٢٤ :

«وَأَمَّا أَنْتُمْ فَلَمْ تَتَعَلَّمُوا الْمَسِيحَ هَكَذَا، إِنْ كُنْتُمْ قَدْ سَمِعْتُمُوهُ وَعَلِمْتُمْ فِيهِ كَمَا هُوَ حَقٌّ فِي يَسُوعَ، أَنْ تَخْلَعُوا مِنْ جِهَةِ التَّصَرُّفِ السَّابِقِ الْإِنْسَانَ الْعَتِيقَ الْفَاسِدَ بِحَسَبِ شَهَوَاتِ الْغُرُورِ، وَتَلْبَسُوا الْإِنْسَانَ الْجَدِيدَ الْمَخْلُوقَ بِحَسَبِ اللَّهِ فِي الْبِرِّ وَقِدَاسَةِ الْحَقِّ».

كيف لا تُرَبِّي مُدْمَنًا

كل شيء يبدأ بعبارة «تَعَلَّمُوا الْمَسِيحَ هَكَذَا ... كَمَا هُوَ حَقٌّ فِي يَسُوعَ» في الآية العشرين. يجب عليك أنت وطفلك أن تتعلموا يسوع الحقيقي كما هو موضَّح في الكتاب المقدَّس.

يقول الكتاب المقدَّس في متى ٢٢ : ٣٧-٤٠ :

«فَقَالَ لَهُ يَسُوعُ: تُحِبُّ الرَّبَّ إِلَهَكَ مِنْ كُلِّ قَلْبِكَ، وَمِنْ كُلِّ نَفْسِكَ، وَمِنْ كُلِّ فِكْرِكَ. هَذِهِ هِيَ الْوَصِيَّةُ الْأُولَى وَالْعَظْمَى. وَالثَّانِيَةُ مِثْلُهَا: تُحِبُّ قَرِيبَكَ كَنَفْسِكَ. بِهِاتَيْنِ الْوَصِيَّتَيْنِ يَتَعَلَّقُ النَّامُوسُ كُلُّهُ وَالْأَنْبِيَاءُ».

تلك الفقرة من الكتاب، المعروفة بالوصية العظمى، تساعدنا في توفير الترياق لأول عقليتين تغذيان التفكير الإدماني – الاستحقاق والمستهلك. الثلاث عقليات الأخيرة سيتم طرحها فيما بعد في ضوء (أفسس ٥ : ١٨-٢١).

## كيف نفهم التفكير الإدماني

ولأن القطعتين السابقتين من الكتاب يمكنهم مساعدتنا في التركيز على تغذية فكر المسيح بدلاً من الفكر الإدماني بداخل أبنائنا، فهما نقاط أساسية لهذا الكتيب.

الطفل الذي يتجه نحو أسلوب الحياة الإدماني، يكون منشغلاً بإرضاء ذاته، معتقداً أنه يستحق بعض الملذات المؤقتة من ذلك العالم، وسيستهلك تلك الملذات بدلاً من إعطائهم لمساعدة الآخرين. في متى ٢٢ : ٣٧، يخاطب يسوع أتباعه بأن يحبوا الرب من كل قلوبهم، الأمر الذي يحدث فقط عندما نرى مدى صغرنا وعدم استحقاقنا ومدى عظمة الرب. تلك النقلة النوعية يجب أن تحدث أولاً؛ ويجب أن يحل التواضع والإنسانية محل عقلية الاستحقاق.

العقلية الثانية هي عقلية «المستهلك»، ويتم استبدالها عندما يبدأ الطفل في التفكير في الآخرين بقدر ما يفكر

كيف لا تُرَبِّي مُدْمِنًا

في ذاته (الآية ٣٩): «تُحِبُّ قَرِيبَكَ كَنَفْسِكَ». لنفكر في الأمر بتلك الطريقة: في العلاقة الثنائية، ما الذي لن يزدهر عندما يفكر كل شخص في احتياجات وملذات الآخر بدلاً من نفسه؟ عقلية المستهلك تفكر – بالدرجة الأولى – في كيفية الاستهلاك الشخصي بدلاً من التفكير في التضحية والبذل من أجل إعطاء الآخرين. عقلية «العطاء» لا بد أن تستبدل عقلية «الاستهلاك».

في النهاية، العقليات الضارة الثلاث الأخيرة التي تستحوذ على عقلية المدمن هي: عقلية الضحية، وعقلية الهلاك، وعقلية التمرد. هؤلاء الثلاث يتم استبدالهم بفكر الرب بحسب أفسس ٥: ١٨-٢١:

«وَلَا تَسْكُرُوا بِالْخَمْرِ الَّذِي فِيهِ الْخَلَاعَةُ، بَلْ أَمْتَلُوا بِالرُّوحِ، مُكَلِّمِينَ بَعْضُكُمْ بَعْضًا بِمَزَامِيرَ وَتَسَابِيحَ وَأَغَانِي رُوحِيَّةٍ، مُتَرَنِّمِينَ وَمُرتَلِّينَ فِي قُلُوبِكُمْ لِلرَّبِّ. شَاكِرِينَ كُلَّ



كيف نفهم التفكير الإيماني

حِينَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ فِي اسْمِ رَبَّنَا يَسُوعَ الْمَسِيحِ، وَاللَّهُ  
الْأَبِ. خَاضِعِينَ بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ فِي خَوْفِ اللَّهِ».

بحسب ذلك النص، لا بد أن يتعلم الطفل كيف يكون مسؤولاً (مطيعاً)، وممتناً وخاضعاً. كلٌّ من تلك العقليات الكتابية (المسؤولية والامتثال والخضوع) هي في ذاتها ترياق للعقليات الإيمانية الضارة (الضحية والهلاك والتمرد). من الممكن أن تكون غير قادر على تمييز تلك العقليات الآن، ولكن بعد الانتهاء من ذلك الكتيب، والأهم، بنعمة الرب، سيكون كل شيء أكثر وضوحاً.