مكتبة المشورة الكتابية

حررني

المراهقون والجنس

كيف يجب أن نعلّمهم؟

Paul David Tripp

مركز دراسات المشورة الكتابية
NOUTHETIC

اسم الطبعة باللغة العربية:
المراهقون والجنس
كيف يجب أن نعلّمهم؟
الإعداد الفني: خدمة «ذهن جديد»
New Renovaré Ministry
www. nermo.net
email:info@nermo.net
المسئول: د. ياسر فرح
المترجمة: رجاء عزت

التليفون : 22040827 (202+) - 22040809 (202+) - 01203084135 (2+)

«**Renovaré**» كلمة لاتينية بمعنى «**to Renew**» أي «**يجدد**»
رسالتنا هي: فاتركوا سيرتكم الأولى بترك الإنسان القديم الذي أفسدته الشهوات الخادعة، و**تجددوا** روحًا وعقلًا، والبسوا الإنسان الجديد الذي خلقه الله على صورته في البر وقداسة الحق. (أفسس 4: 22-24)

الناشر باللغة العربية: **مركز دراسات المشورة الكتابية «Nouthetic»**
E-mail: Noutheticegypt@gmail.com

«**Nouthetic**» كلمة يونانية بمعنى **المواجهة الشخصية** (بالتوبيخ أو الانذار أو التعليم أو النصح) **بمحبة شديدة** واهتمام **بغرض التغير والتطبيق الشخصي** لحق الله
رسالتنا هي: «وأنا نفسي متيقن من جهتكم يا إخوتي أنكم أنتم مشحونون صلاحًا ومملوؤن كل علم. قادرون أن **ينذر (ينصح)** بعضكم بعضًا.» (رومية 15: 14)
مطبعة: سلفر ستار : 01221066730
رقم الإيداع بدار الكتب:
الترقيم الدولي: 978-0-87552-680-5

Original English Title:
Teens & Sex
How Should We Teach Them?

Publisher: P&R Publishing
Author: Paul David Tripp
© 2000
ALL RIGHTS RESERVED

The project of securing the publication rights to, raising the funds for, and overseeing the translation of biblical counseling-related books and training materials is a ministry of Overseas Instruction in Counseling (www.DiscoverOIC.org) a United States-based mission agency that trains biblical counseling trainers around the world.

© جميع حقوق النشر والتدريب والتعليم محفوظة للناشر

لا نحتاج إلى عمق في البصيرة لكي ندرك أهمية اهتمامنا بالثقافة التي ينمو أطفالنا في كنفها، وذلك لأن أطفالنا يتأثرون تأثرًا كبيرًا بمنظور غير كتابي للحياة خاصة فيما يتعلق بالجنس. ويتم الترويج لهذه الأكاذيب بين أولادنا باستمرار إما من خلال مجلات المراهقين التي تقدم صورة مشوهة عن الجنس أو من خلال الايحاءات الجنسية الصريحة التي يجدونها في القنوات الفضائية المختلفة. كآباء وأمهات مسيحيون نحتاج أن نُعلِّم أولادنا الحقائق المغيرة للحياة والتي تفضح الزيف وتكشفه على حقيقته، كما يجب علينا أن نقدم هذه الحقائق بطريقة تكون مفهومة وفي متناول مستوى الشباب العادي. ولكي نفعل ذلك، يجب علينا أن نتأكد أننا كآباء وأمهات نفكر بطريقة كتابية تمامًا عن المراهقين وعن الرغبة الجنسية. إن هذا التحدي هو محور الكتيب الذي بين يديك الآن.

حالة الثقافة: انتشار عبادة وثن الجنس في كل مؤسساتنا

في إطار ثقافتنا الكونية، لا يجب علينا أن نندهش من التعبير عن الجنس تعبيرًا صريحًا، وذلك لأن له جذورًا في المنظور الحياتي الذي استبدل عبادة وخدمة الخالق لعبادة وخدمة الأشياء المخلوقة (انظر رومية ١: ٢١-٢٥). إن مثل هذا المنظور للحياة يُعتبر «الحقائق» التالية حقائق بديهية:

١- الانسان كائن كامل متكامل ومستقل بذاته، أي أنه لا شيء على الإطلاق أهم من الفرد. أنا لا أخضع لأي سُلطة طالما اخترت ألا أتبعها.

٢- إن المبدأ الانساني الأعلى مقامًا والخبرة الانسانية الأعظم هي الاشباع الذاتي والمتعة.

٣- يجب عليّ أن أكون يقظًا باستمرار لأتأكد من تلبية كل «احتياجاتي».

٤- أهم نوع من أنواع المحبة هو محبة الذات.

٥- باتباع مبدأ المتعة، فالأكبر والأكثر هو دائما الأفضل، وهناك رغبة مستمرة في استثارة أكبر.

٦- ما يهم هو «هنا والآن» أي اللحظة الحالية وحيث أتواجد، لأن هناك سعي متواصل للمتعة اللحظية.

٧- الانسان الجسدي أهم من الإنسان الروحي.

في كنف ثقافة تعتبر أن الانسان كامل، وأن الله غائب، وأن المتعة هي أعظم تجربة، فلا عجب أن يصبح الدافع الجنسي قوة سائدة بهذا المقدار، فهو يقدم طريقًا فاعلاً للمتعة الجسدية الفورية، كما أنه يمثل عبادة زائفة (تزوير وتقليد للوصية العظمى الأولى)، ويمنح علاقات زائفة (تزوير وتقليد للوصية العظمى الثانية). وللأسف، أُصيبت

كل المؤسسات في ثقافتنا الكونية بصورة مشوهة عن الدافع الانساني للجنس. وبناء على ذلك، فإن أولادنا يحتاجوننا أن نكون فاعلين في مقاومة هذا التيار بصورة جذرية.

حالة الكنيسة: تقديم رسائل مختلطة لأولادنا المراهقين

للأسف، يُمثِّل تردد الكنيسة فيما يتعلق بالجنس معوقًا لقدرتنا على مقاومة الآراء المشوهة، فنحن نحتاج أن نواجه النواحي التي أثر بها هذا التردد على أولادنا المراهقين.

وإليكم ما أعنيه: فنحن كمسيحيين نقول أن الجنس هو عطية رائعة من الله، ومع ذلك نصمت صمتًا غريبًا حيال هذا الموضوع، ونُظهر عدم الراحة في المواقف النادرة التي تتم فيها مناقشة الأمر. إن هذا يقود إلى الافتقار إلى التوازن الجنسي، وفقدان الانفتاح، ونقص التعليم الواضح والعملي

عن الجنس، حيث نميل إلى وضع الجنس خارج الحدود المعيارية للنظرة المسيحية للحياة بصفة عامة.

هل نُفاجأ بعد ذلك بأن المراهق الطبيعي يفترض أن المسيحية «سلبية من جهة الجنس»؟ أي أن المسيحية ببساطة ضد الجنس؟ لقد ظلت وجة النظر عن الكنيسة بتلك الصورة لمدة طويلة، وبالتأكيد لا تزال هذه هي وجهة نظر كثير من المراهقين في أيامنا هذه.

أتذكر حينما اصطحبت ولداي (١١عام، و٩ أعوام) إلى محل البيتزا، لأتحدث معهما عن الجنس. وبعد أن طلبنا وجبتنا، بدأت التحدث في الموضوع، وأخذت قلمًا، وبدأت أرسم على منديل المائدة. في البداية، فوجيء الولدان أنني على استعداد للتحدث بمثل هذا الانفتاح، ثم أدركا أنه إذا لم أكن أنا نفسي محرجًا أن أتحدث معهما

عن الجنس، فلا يجب عليهما هما أيضًا أن يُحرجا. كان هدفي هو أن أتعامل مع هذه المنطقة مثلما تعاملت مع غيرها كجزء مهم من النظرة المسيحية للعالم وللحياة وهذه النظرة المسيحية هي النظرة التي طالما كنت أسعى أن أرسخها فيهما. كانت لدي كل الأسباب التي تجعلني أناقش هذا الموضوع معهما، ولم يكن هناك أي سبب على الإطلاق يجعلني أشعر بالاحراج أو يجعلني أصمت أو أتجنب الحديث في هذا الموضوع.

لماذا - نحن المسيحيون - مترددين للغاية فيما يختص بالجنس؟ لماذا نميل أن نعطي اشارات مُحيرة ومُربكة لأولادنا المراهقين؟ يبدو أن جذور هذا التردد وعدم الوضوح تعود إلى ثلاث نقاط أسيء فيها فهم كلمة الله:

١- لقد اتجهت الكنيسة لأن ترى النشاط الجنسي على أنه أقل صلاحًا وأقل تقوىً.

٢- نحن نميل أن نرى الخطية على أنها خطأ سلوكي ومادي أكثر من كونها قضية تتعلق بجوهر القلب.

٣- نميل لأن نرى أن اختيارات المراهقين وسلوكهم تحددها احتياجاتهم البيولوجية.

لو أن الكنيسة ألمحت عن غير قصد أن وجهة نظرها «سلبية من جهة الجنس» ، فستفقد سلطانها في أن تُرشد المراهق فيما يتعلق بحياته الجنسية، حيث سيرفض المراهقون أن يأتوا للمجتمع الكنسي بأسئلتهم، ومخاوفهم بل وبخبراتهم الجنسية. وهكذا فسيكون الخيار أمامهم هو واحد من ثلاثة: ١- أن يحاولوا التعايش مع صمت الكنيسة الخجول، ويتأقلموا على التعامل مع أسئلتهم، واهتماماتهم وخبراتهم وحدهم. ٢- أن يفترضوا أنه ليس لدى المسيحين أيه أسئلة أو مشكلات جنسية، ويبدأون في الشك في علاقتهم بالرب إذا ظهرت لديهم

تلك الأسئلة أو المشكلات. ٣- أن يذهبوا حيث المعلومات والمناقشات المنفتحة مُتاحة بسهولة – أي أن يتجهوا للعالم. وهنا سيتمكنون من طرح أسئلتهم، والحصول على الأجوبة، بغض النظر عن مقدار ندمهم بعد ذلك.

لا يمكننا التعايش مع تردد الكنيسة، وندع العالم يقود مراهقينا في هذا المجال أو في غيره، ويجب على المجتمع المسيحي: المنزل والكنيسة، أن يستعدوا للعمل، وللتربية والتثقيف، والإرشاد، وتصحيح الأوضاع. وفيما بعد، سوف أشرح خطة العمل القابلة للتطبيق، للتعامل مع المراهقين في موضوع الجنس.

نظرة كتابية للمراهقين

إن أحد الأسباب التي جعلت الكنيسة غير مؤثرة في تعاملها مع أبنائنا المراهقين في هذا المجال، هو أننا قبلنا بوجهة نظر غير كتابية للمراهقة.

سمعت تعبيرا عن هذه الفكرة مؤخرًا في إحدى المؤتمرات، حيث قال الأب: «علينا أن نتوقع من أبنائنا المراهقين أن يكونوا متمردين، كلنا كُنا كذلك، علينا فقط أن نجتاز الأمر». ردت زوجته مؤيدة: « لايمكنك أن تُجادل الهرمونات وتتشاجر معها!». هذه هي وجهة نظر معظم الآباء والأمهات المسيحيين من جهة سنوات المراهقة. والسؤال هنا هو: هل هذه النظرة كتابية؟»

في كثير من الأحيان، وعندما يتعلق الأمر بالمراهقين، فنحن نتقبل نموذجًا بيولوجيًا بحتًا للسلوك، فنتحدث عن ابنائنا المراهقين وكأنهم مجموعة من الهرمونات المتمردة الهائجة والمغلفة بالجلد. ونرى أن هدفنا هو تقييد هذه الهرمونات بطريقة ما حتى ما يمكننا جميعًا النجاة إلى أن يصل أبناؤنا إلى سن العشرين. كثير من الآباء والأمهات الذين يتحدثون معي عن أبنائهم، يتحدثون دون

أي أمل لأنهم ينظرون إلى أبنائهم على أنهم ضحايا للرغبات البيولوجية التي تقودهم لاقتراف أشياء مجنونة. وكأن هناك إيحاءً بأنه لا الكتاب المقدّس ولا الإنجيل ولا الحوار ينجح لمثل هذه الفترة العمرية. لكن لا يمكننا أن نرضى بمثل هذه الرؤية للمراهقين، لأنه كما في كل نواحي الحياة الأخرى، فنحن في احتياج إلى وجهة نظر كتابية واضحة وجلية.

ينصح الرسول بولس تلميذه تيموثاوس في تيموثاوس الثانية ٢:٢٢ قائلا «**أَمَّا الشَّهَوَاتُ الشَّبَابِيَّةُ فَاهْرُبْ مِنْهَا**». إن هذه العبارة المثيرة للانتباه تتحدث عن الطريقة التي نرى بها المراهقين، وسنوات المراهقة. أولاً، لاحظ أن الكتاب المقدّس لم يتغاضى عن أهمية هذه المرحلة الحياتية، فنجد أن هناك شهوات تُصيب الشباب في هذه المرحلة العمرية بالذات، ويذكر بصفة خاصة التجارب القوية التي تحتاج إلى مواجهتها. تَحُثنا الكلمة المقدّسة

أن نسأل السؤال التالي: ما هي الشهوات الشريرة التي قد تُحكِم السيطرة على الشخص في هذه المرحلة من العمر؟

وهناك شيء آخر يمكننا استخلاصه من الصفة التي استخدمها بولس ليصف بها الشهوات، فقد قال: الشهوات «الشبابية»، وهذا يعني أن كل مرحلة من العمر لها مجموعة خاصة من الاغراءات والتجارب. فإن كانت الاغراءات أمام الرجل المتقدم في العمر واغراءات الشاب ليستا مختلفتين تمام الاختلاف لكنهما أيضا ليستا متماثلتين تمامًا. يُذَكِّر الرسول بولس تلميذه تيموثاوس أن يكون واعيًا لنفسه ولهويته، ويدفعه ليعرف أين تكمن حبائل الاغراءات من حوله.

وهناك شيء آخر يمكن استنباطه من هذه العبارة ألا وهو أن المراهقون لم يتم انتقائهم للقيام بتضحية ما أو للمعاناة بشكل خاص، فيجب على كل شخص

- في كل مرحلة من مراحل حياته – إذا كان يسعى لكي يُرضِي الله، أن يسهر ويصلّي ويثبُت ويحارب لئلا يقع في التجربة. إن كل شاب مدعو لكي يهرب من الشهوات الشبابية الشريرة، وكل شخص أكبر سنًا مدعو ليحترز من التجارب والاغراءات التي تختص بمرحلته العمرية. وهكذا فيجب على كل شخص أن يَقبل كل مرحلة من الحروب الموجودة في الحياة المسيحية الطبيعية.

في الأصحاحات السبعة الأولى من سفر الأمثال، يُخاطب أب ابنه، مُفصِّلاً معنى أن تعيش بالحكمة أو بالجهل، وهو يحذر ابنه من التجارب التي تختص بسن الشباب. إن هذا الجزء من الكلمة المقدسّة يضع نموذجًا لصراعات المراهقين، كما يختلف اختلافًا كلِّيًا عن النموذج البيولوجي الحالي. ومن هذه الأصحاحات، يمكننا أن نحدد ٥ صفات للشباب في هذا السن.

١- لا يميل المراهقون أن يُقَدِّروا الحكمة.

لا يأتي ابني المراهق في نهاية اليوم قائلاً: «أبي، لقد استغرقت وقتًا طويلاً في التفكير، وإنني مدرك انني أفتقر تمامًا إلى الحكمة، هل يمكنني أن أجلس عند قدميك لكي أنهل من الحكمة التي جنيتها أنت من سنوات مسيرتك مع الرب؟» وبالطبع فمعظمنا سيُصاب بالصدمة إذا حدث وسمع هذا الكلام من ابنه!

يميل المراهقون إلى الانغلاق، وإلى اتخاذ موقف دفاعي، فهم لا يحبون التقويم، ولا يشتهون الحكمة، كما أنهم يميلون للتركيز على الأمور الخارجية، لكن يزداد اهتمامهم بالأمور المادية أكثر من الروحية. ولهذا فإن الأب في سفر الأمثال يطلب من ابنه في العديد من المرات وبطرق متنوعة قائلاً «اقتن الحكمة».

٢- يميل المراهقون ألا يكونوا حكماء في اختيار اصدقائهم.

من هو ذلك الأب (أو تلك الأم) الذي لم ينتفض من المفاجأة حينما أتى ابنه المراهق بأحدث وأعظم صديق له إلى المنزل، والذي يبدو تمامًا مثل هارب من السجن! فيصارع الأب لكي يكون مهذبًا بينما يصرخ في نفسه قائلاً: «لا أريدك مطلقًا أن ترى مثل هذا الشخص مجددًا!»

ونرى هنا أن المراهقون يميلون إلى عدم الحكمة في اختيار الأشخاص الذين يؤثرون على حياتهم، كما أنهم يميلون أن تُجرَح مشاعرهم بسهولة إذا قمت بانتقاد اصدقائهم.

٣- لا يميل المراهقون إلى التركيز على القلب.

في منتصف ذلك الجزء من سفر الأمثال، يقول الكاتب «**فَوْقَ كُلِّ تَحَفُّظٍ احْفَظْ قَلْبَكَ، لأَنَّ مِنْهُ مَخَارِجَ**

الْحَيَاةِ.» (أمثال ٤: ٢٣)، وهنا يقول الأب لابنه أن يجعل من القلب محور اهتمامه، وذلك بالرغم من أن القلب نفسه هو الشيء الذي يتجاهله المراهقون بمنتهى السهولة.

وكأب، فأنا أريد أولادي أن يكونوا على وعي بأمور القلب ونياته، ولكن هذا ما لا يهتم به أولادي بطبيعتهم، وكخطاة، فهم يُقحمون بالطبيعة نوعًا من «التقيد بالقوانين» لعلاقتنا معًا، فهم يريدون أن يعرفوا ما هي القاعدة التي لا يجب أن تُكسر، وما هي الحدود التي يمكنهم الاقتراب منها دون أن يقعوا في المشاكل معنا كآباء وأمهات. يريد أبناؤنا أن يعرفوا ما الذي سيحدث إذا ما اخترقوا تلك القاعدة بالفعل أو إذا ما تخطوا الحدود الموضوعة لهم. إن نظرتهم لوصايا الله هي عكس ما عبَّر عنه المسيح في الموعظة على الجبل تمامًا (متى ٥: ١٧ – ٤٨). يميل المراهقون للتركيز على حرفية الوصية وليس

روحها. إذا لم نكن على وعي بهذا، وإذا تجاهلنا القلب الـذي يكمن وراء السلوك والتصرفات، فقد نشجع بهذا التجاهل فكرة الرياء التي كان يسوع يواجهها في موعظته. قد نُربي أبناءً يكرمون الله بشفاههم، لكن قلوبهم فبعيدة عنه (**يَقْتَرِبُ إِلَيَّ هذَا الشَّعْبُ بِفَمِهِ، وَيُكْرِمُنِي بِشَفَتَيْهِ، وَأَمَّا قَلْبُهُ فَمُبْتَعِدٌ عَنِّي بَعِيدًا.** متى ١٥: ٨)

٤- لا يميل الشباب أن يكون لهم منظور طويل المدى (الأبدية ونهاية العالم)

تعود جذور النظرة للحياة التي تُشعِرنا بالمسؤولية الروحية عن الرغبة الجنسية للفرد إلى فكرة نهاية العالم، لكن بالنسبة للمراهق، فإن نهاية العالم بعيدة للغاية، ولا تناسب سنه، فالمراهقون خبراء في المتعة اللحظية، وليس في النتائج البعيدة المدى. وهكذا فإن رسالة الأب في سفر الأمثال لابنه هي: تذكر يا بني، هذا ليس كل شيء، لا تدع شهوات اللحظة الآنية

تخدعك، وتجعلك تنسى ما هو آت، فالبذور التي تذرعها الآن، هي التي ستحصدها لاحقًا.

٥- يتعرض المراهقون أكثر من أي مرحلة عمرية أخرى للتجارب والشهوات الجنسية

لا يحصل أي موضوع من الموضوعات الأخرى في هذا الجزء من الكلمة المقدّسة على مثل هذا الاهتمام إلا هذا الموضوع، حيث خصص الكاتب أصحاحين كاملين من سفر الأمثال لهذا الموضوع وهما الأصحاح الخامس والأصحاح السابع. خلال سنوات المراهقة، يرى ويشعر أبناؤنا المراهقون بأشياء لم يروها أو يشعروا بها بمثل هذه الطريقة من قبل، ومع ذلك فهم كثيرًا ما يفتقرون إلى النضج في التعامل مع هذه الخبرات تعاملاً روحيًا صحيحًا.

هذه السمات الخمس تُذكّرنا بما يحمله المراهق داخله أثناء لحظات الشهوة أو التجربة الجنسية،

وبصراحة فإن أخذنا تلك السمات في الاعتبار فيجب ألا يُذكِّرنا هذا بالاختلاف الكامل الذي يختلف فيه المراهقون عنا، لكن على العكس فستُذكّرِنا تلك السمات بمدى تشابه المراهقين معنا. كل شخص منا يمكن أن يرى في نفسه إحدى هذه السمات كأن يكون جاهلاً بنوايا القلب أو أن يعيش فقط للحظته الآنية، أو أن يرفض الحكمة والتقويم، فكل هذه هي ملامح للطبيعة الساقطة، ولا تقتصر على مرحلة حياتية بعينها. وهنا وعند وصولنا لهذا المستوى، فيمكننا بكل تواضع أن نحمل رجاء الانجيل لأبنائنا المراهقين بدلاً من إدانتهم دينونة قاسية عندما ننسى مَن نحن.

النموذج الكتابي للرغبة الجنسية

ما الذي نريد أولادنا المراهقين أن يفهموه عن الرغبة الجنسية. توجد ٤ أشياء لا غنى عنها للنموذج المسيحي.

الجنس هو طريقة من الطرق الأساسية التي يعبِّر بها الفرد عن ماهية عبادته (رومية ١: ١٨-٢٧)

تُصوِّر لنا رومية ١: ٢١ – ٢٧ الجنس على أنه طريقة أساسية بها يعلن الفرد عن حقيقة من يتحكم في حياته بالفعل. تعتبر الخطية الجنسية بطبيعتها نوع من عبادة الأوثان، أي أننا عند ارتكابها فنحن نرفض أن نعيش لمجد الله. إن ما يُحرك هذه الرغبة هي شهوات القلب الآثمة وليست الرغبة في أن نعيش بحسب مبادىء الله لإرضائه. إن الانسان يُسلّم جسده لإرادة الله العليا أو يستخدمه للحصول على المتعة أينما وحينما يرغب في ذلك، فهنا يستبدل الشخص حماية وحرية حق الله بمجموعة من الأكاذيب التي تخدم الذات.

يحتاج أبناؤنا المراهقون أن ينظروا للحياة على أنها عبادة، فإما أن يعيشوا في عهد مع الله،

متوقعين وعوده، ومطيعين لوصاياه، ومعتمدين على نعمته، مشتهين مجده، أو أنهم يعيشون طبقًا لعهد وثني يحل فيه جزء من الخليقة مكان الخالق، ويعيشون للمتعة الشخصية، ولمجد ذواتهم.

ومما يبعث على الحزن هو أن القليل من الآباء والأمهات وقادة الشباب هم الذين يتحدثون مع المراهقين على هذا المستوى. وفي غياب مثل هذا المنظور الهام، فإن المراهقين يعتبرون كلمة الله مثل مخرج الطوارىء أثناء الحريق في المستقبل، أما في الحاضر فيعتبرونها قائمة من «افعل ولا تفعل»، وهكذا فإن الحياة المسيحية تُختزل إلى ديانة مُرائية، كل ما تدور حوله هو «افعل ذلك لتُرضِي المسيح».

الجنس هو طريقة أساسية يُعبِّر فيها الشخص عن هويته (كورنثوس الأولى ٦: ١٢- ٢٠)

وفي تحليل نهائي، يمكننا أن نقول أن البشر يعيشون هوية من اثنتين: إما هوية أنني كائن

كامل ومستقل بذاته أو أنني مخلوق يعتمد على الله. إن السؤال الذي يكمن وراء كل فكر ودافع وسلوك إنساني هو: هل سأعيش هويتي ككائن خلقه الله (وبالنسبة للمؤمن: هل سأعيش كابن لله؟)، أم هل سأعيش إلهًا لنفسي دون وجود إرادة عليا أخضع لها سوى مُتعتي ورضائي الشخصي؟

في كورنثوس الأولى ٦، يؤسس بولس الرسول كل مناقشته عن الزنا على هوية المؤمن، فهو يشير إلى ٤ ملامح لهوية المؤمن وهي تُمثل حدودًا رائعة في موضوع الجنس وفي كل مجال من مجالات الحياة:

١- **أنا خادم للمسيح. ««كُلُّ الأَشْيَاءِ تَحِلُّ لِي»، لكِنْ لَيْسَ كُلُّ الأَشْيَاءِ تُوافِقُ»** (ع ١٢). لقد حرر المسيح أولاده من عبودية رغبات الطبيعة الخاطئة ونقلهم ليس إلى حرية يكون الذات هي محورها

بل إلى الحرية الرائعة التي يجدونها فقط عندما يقبلون أن يصبحوا عبيدًا له هو (انظر رومية ٦: ١-١٤). إن الجانب الجنسي في حياتنا سيُعَبِّر إما عن خضوع بفرح للمسيح أو الولاء لسيد آخر.

٢- **أنا كائن أبدي**. «**وَاللهُ قَدْ أَقَامَ الرَّبَّ، وَسَيُقِيمُنَا نَحْنُ أَيْضًا بِقُوَّتِهِ.**» (كورنثوس الأولى ٦: ١٤). إن هذا العالم ليس هو كل شيء، فلا آلامه ولا مباهجه تستحق المقارنة بالمجد العتيد. إن رجاء المستقبل يغير الطريقة التي ينظر بها المؤمن للضغوط، والفرص، والمسؤوليات الحالية، فالمؤمن يعيش بصبر، لأنه واعٍ بالقيمة الأبدية لكل تضحية يقوم بها.

٣- **أنا واحد مع المسيح** «**أَلَسْتُمْ تَعْلَمُونَ أَنَّ أَجْسَادَكُمْ هِيَ أَعْضَاءُ الْمَسِيحِ؟ .... وَأَمَّا مَنِ الْتَصَقَ بِالرَّبِّ فَهُوَ رُوحٌ وَاحِدٌ.**»

(الأعداد ١٥، ١٧)، إن المؤمنين في الواقع مُتحدين بالمسيح برباط لا ينفصل، وحيث أن أرواحنا هي واحد معه، فإن أجسادنا هي مِلك للمسيح أيضًا، وذلك حتى تُعَبِّر حياتنا تعبيرًا عمليًا عن إرادة المسيح. إن الاستقلالية ما هي إلا وهم.

٤- **أنا مِلك للمسيح** «**أَمْ لَسْتُمْ تَعْلَمُونَ أَنَّ جَسَدَكُمْ هُوَ هَيْكَلٌ لِلرُّوحِ الْقُدُسِ الَّذِي فِيكُمُ، الَّذِي لَكُمْ مِنَ اللهِ، وَأَنَّكُمْ لَسْتُمْ لأَنْفُسِكُمْ؟ لأَنَّكُمْ قَدِ اشْتُرِيتُمْ بِثَمَنٍ. فَمَجِّدُوا اللهَ فِي أَجْسَادِكُمْ وَفِي أَرْوَاحِكُمُ الَّتِي هِيَ لِلهِ.**» (الأعداد ١٩، ٢٠). إن الله اشترانا عندما دفع ثمننا بدم ابنه، نحن مِلكه، ولسنا مِلك لأنفسنا! يقول الرسول بطرس لشعب الرب أنتم «**شعب اقتناء**» (أي أن الله اقتناكم). إذن فالمسؤولية التي علينا – وسبب فرحتنا – هي أن نُبهِج ونُسِّر مالكنا.

أرأيتم كيف أن الدلالة الكتابية للهوية يمكن أن تكون دفاعاً قويًا ضد «**الشهوات الشبابية**»؟ للأسف، فإن قليلون ممن يتعاملون مع المراهقين يُخاطبون المشكلة من هذا المستوى، لكننا إذا لم نخاطب المشكلة بداية من الهوية، فسيتقبل المراهقون التعريفات العالمية لها، والتي تصبح فيها الفضيلة المسيحية والتضحيات التي تتطلبها ليس لها أي معنى. ولهذا، فنحن كآباء وأمهات نحتاج إلى هدف أكبر من مجرد محاولة «إبعاد أبناءنا عن المشاكل». لا يجب علينا أن نرضى بأقل من أن يصبحوا «**شُرَكَاءَ الطَّبِيعَةِ الإِلهِيَّةِ**» (بطرس الثانية ١: ٤)

الجنس هو كاشف مفتاحي وأساسي لقلب الإنسان (أفسس ٥: ٣ – ٧)

في الموعظة على الجبل، يعلن المسيح أنه ليس كافيًا أن تقول: «أنا لم أمارس الزنى جسديًا، وبالتالي فأنا طاهر.» أما بالنسبة للمسيح،

فإن الشهوة وحدها تكسر وصية «**لا تزنِ.**» أو بتعبير آخر، فإن السلوك الجنسي للانسان هو كاشف أساسي لما يتحكم في قلب هذا الانسان، ولهذا فإن رفض سلطة الله يقود إلى كل أنواع الخطايا الجنسية. يعلن بولس الرسول الأمر بمنتهى الوضوح في أفسس٥: فالزاني هو عابد للأوثان بالأفكار وبالدوافع، بالشهوات وبالاحتياجات، وبالتوقعات أو بأوثان قلبه. ولهذا فإن إبعاد أبناءنا عن المشاكل ليس كافيًا، وذلك إن كنا نقصد بتلك المشاكل إبعاد أبناءنا عن الخطية الجسدية الخارجية. يجب علينا أن نساعد أبناءنا المراهقين أن يواجهوا خطايا القلب والتي تقوم الخطية الجنسية الجسدية بكشفها.

الجنس هو كاشف مفتاحي وأساسي لاحتياجي للنعمة (رومية ٧: ٧ -٢٥)

إن الجنس يجعلني أتواجه مع عجزي، ففي ضوء معيار الله للنقاء الكامل، أقول مع الرسول بولس: «**فَإِنِّي أَعْلَمُ أَنَّهُ لَيْسَ سَاكِنٌ فِيَّ، أَيْ فِي جَسَدِي،**

شَـيْءٌ صَـالِـحٌ. لأَنَّ الإِرَادَةَ حَـاضِـرَةٌ عِـنْـدِي، وَأَمَّا أَنْ أَفْعَلَ الْحُسْنَى فَلَسْتُ أَجِدُ.». إن عجزي الكامل أن أصل إلى معيار الله يجعلني أواجه حقيقة وعظمة نعمته الفائقة. «**وَلكِنْ حَيْثُ كَثُرَتِ الْخَطِيَّةُ ازْدَادَتِ النِّعْمَةُ جِـدًّا.**» (٥: ٢٠). أنا لا أستطيع أن أُلبي دعوة الله للطهارة والنقاء الجنسي بقوتي.

يحتاج شبابنا أن يربطوا صراعاتهم الجنسية بـهـذه الأفـكـار الكتابية وعندما يفعلون ذلـك، فلن يحصلوا فقط على النصرة، لكن ستظهر لديهم اعتمادية جديدة على يسوع، وحبًا أعمق له، وستُفضَح كل أكاذيب الاكتفاء الذاتي والبر الذاتي، معطيةً لنا الفرصة أن نقدم للمراهقين رجاء الانجيل بطرق لم يستوعبوها هم أنفسهم من قبل.

ارساء أهداف كتابية للمراهقين وللجنس

تنامى اهتمام متجدد بالعذرية داخـل وخـارج الكنيسة، فنجد أن المجموعات الكنسية والمجتمعية أيضًا تحشد المراهقين ليقوموا بتوقيع عقود تعفف، متعهدين بحفظ عذريتهم حتى الزواج. أنا - أيضًا - أريد أن يتعفف أبنائي عن الممارسة الجنسية حتى يحين زواجهم، لكن هذه الخطة لم تتعمق بالقدر الكافي .

فـأولاً هي تدفعنا إلى تعريف وقياس الطهارة الفكرية بمعيار أقـل مـن المستوى الكتابي في تعريفها. فالتعفف الجسدي ليس هو طهارة الفكر! لأن أصـل طـهـارة الفكر هـو القلب.، فلو أن القلب غير نقي، فالجسد لن يظل طاهرًا لفترة طويلة. الله لا يريد أي شيء أقل من قلوب شعبه (حزقيال ١٤: ٥). لا يمكننا أن نسمح لأبنائنا

المراهقين أن يسترخوا ويستريحوا لأنهم حافظوا على حرفية الوصية وتَعدُّوا على روح الوصية ذاتها مثل الكتبة والفريسيين (متى ٥: ١٧ -٢٠)

أما المشكلة الثانية فهي أن فكرة الامتناع يمكنها أن تشوه تقييمنا لعلاقات أبنائنا المراهقين مع الجنس الآخر، فهل العلاقة التي يمتنع طرفاها عن ممارسة الجنس، تعتبر تلقائيًا علاقة تمجد الله؟ يمكن لشخص أن تكون لديه مجموعة من الأهداف غير المقدّسة في علاقة ما، وفي ذات الوقت لا يمارس فيها الجنس جسديًا. لا نريد أبناءنا المراهقين أن يشعروا بالراحة تجاه صداقات استغلالية محورها هو الذات، فقط لأنهم لا يمارسون فيها الجنس.

دعوني أشرح مدى ضحالة هدف الامتناع عن الجنس، فلو أنك وضعت هدف الامتناع هذا كمعيار لأي علاقة، فسيكون الأمر سخيفًا وليس له أيه دلالة على الإطلاق. على سبيل المثال، فمعنى أنني لا أمارس الجنس مع أبنائي أن علاقتي

بهم صحية وأنها تمامًا مثل النموذج الذي صممه الله لتلك العلاقة! هنا يتضح وضوح الشمس أن موضوع الامتناع الجسدي عن الجنس لا يمكن حتى اعتباره معيارًا أوليًا لتقييم علاقة الوالد/ الوالدة بأبنائهما. وينطبق نفس الشيء على علاقات المراهقين، فالامتناع عن الجنس يعتبر – على أقصى تقدير- مجرد نقطة بداية لتقييم صداقات ابنائنا بحسب الكتاب.

والنقطة الإيجابية هنا هو أننا نتعامل مع أمور تتعلق بالحدود، ففيما يتعلق الأمور الجنسية، أين يمكننا أن نضع الحدود لأبنائنا؟ في متى ٥: ٢٧ -٣٠، ينتقد يسوع معلّمو الناموس الذين يضعون حدود الطهارة الجنسية في المكان الخطأ فهم يُحِّدونها بحدود السلوك والتصرف، وهم بذلك يخطئون فهم الناموس والقصد منه. وضع المسيح تلك الحدود مباشرة وبإحكام داخل **القلب نفسه**. لقد كان هذا هو القصد من الوصية في الناموس.

يجب علينا أن نضع الحدود حيث وضعها المسيح نفسه، ولهذا فالالتزام بالبقاء في الحدود الجسدية ليس هدفًا ساميًا بالقدر الكافي، لأن هدفنا يجب أن يكون العيش بطهارة داخل حدود القلب، وليس الاستقرار والرضا بأهداف شائعة ومنتشرة ثقافيًا، أهداف بشرية يمكن عملها، لكنها تشجع البر الذاتي دون حل المشكلة. يجب علينا أن نتمسك بمعايير الله لكي نرى روحه القدوس يعود ليتملك قلوب أبنائنا.

الخطة الثلاثية لمساعدة المراهقين

توجد ثلاث طرق نريد أن نوصل بها هذه المبادىء الكتابية لأبنائنا المراهقين عن الجنس

الوقاية: تعليم أولادنا المراهقين بمنتهى المسئولية

كما رأينا سابقًا، فمن المهم أن نعطي أبنائنا المراهقين منظورًا كتابيًا متكاملاً ليكون أساسًا عمليًا

لخططهم من نحو الجنس. أنا أُركز على المبادىء التالية في عملي مع المراهقين:

١- الله هو الخالق، ومن المهم أن نفهم هدفه الأصيل والأساسي من كل شيء (مزمور ٢٤)

٢- البشر هم خليقة الله، ولهذا فنحن مسئولون أمامه عما صرنا عليه وعما نفعله. إن الهدف من الحياة هو أن نعيش من أجل مجده ومن أجل لذته وإرضائه (تكوين ١، كولوسي ٣: ١٧)

٣- الإنسان كيان واحد متكامل، والخطية خطية مادية وروحية في الوقت ذاته، وهي تمس القلب والسلوك **أيضًا** (رومية ٨: ١-١٧)

٤- الحياة عبادة، فإما أن يُعبِّر كل ما أفعله عن عبادتي لله أو غير ذلك. إن السؤال

الأعمق عن الحياة البشرية لا يتعلق بالألم أو بالاستمتاع لكن يتعلق بالسؤال «من أعبد؟» هذا حقًا هو ما يُحدد توجهي في الحياة (رومية ١: ١٨ – ٣٢)

٥- إن طريقة الله – مهما كانت صعبة – هي دائمًا الأفضل، فكما يقول كاتب المزمور أن طرق الرب كلها بر وحق بينما توجد طرق تظهر للإنسان مستقيمة وعاقبتها طرق الموت. لكنني لن أستطيع دائمًا أن أفهم كيف أن طريق الله هو الأفضل. ولذلك فأنا في حاجة إلى قلب متضع خاضع لوصايا الرب وإلى إيمان في وعوده. (مزمور ١٩: ٧ -١١)

٦- لأن الغرض من الحياة هو اتباع إرادة الله والحياة لمجده، فإن لدي دائمًا خطط مستقبلية أسمى من المتع الشخصية اللحظية

(انظر كورنثوس الأولى ٦: ١٨-٢٠، تيطس ٢: ٩ -١٠)

٧- جاء يسوع ليس فقط ليحمينا من الشر الخارجي، لكن ليحررنا من العبودية ومن شهوات طبيعتنا الآثمة، حتى ما نعيش تحت سلطان روحه (أفسس ٢: ١ -٥، بطرس الثانية ١: ٤)

الدلالات العملية للرغبة الجنسية لدى المراهقين تشمل الآتي:

١- الله لم يختر المراهقين ويخصصهم من أجل تضحية أو معاناة خاصة، بل هو يدعوهم لاختبار الأفراح والبركات في مواقف الحياة اليومية والتي ينالها من يخدم الله.

٢- بما أن الله - خالقنا - هو الذي صمم أجسادنا وهو الذي خلق الرغبة الجنسية، فلن نستطيع

أن نختبر هذا الجزء من الحياة بصورة سليمة إذا لم نفهم خطته وغرضه.

٣- إن خطة الله لنا هي أن نستمتع بهذا الجانب - في إطار حدود الله - بدون أي تردد أو خجل.

٤- الانسان كيان واحد متكامل، وبالتالي فالرغبة الجنسية ليست بمعزل أبـدًا عن الجوانب الأخـرى فينا. إن الجنس ليس فعلاً جسديًآ فحسب، لكنه دائمًا ينبع من القلب. فليس كافيًا أن نسأل إذا ما كان الشخص قد «مارس الجنس» بعد أم لا، لكن يجب علينا أن نسأل عن الشهوات، والدوافع والأفكار التي تُشكِّل توجهه أو توجهها من نحو هـذه العلاقة أو تلك.

٥- يجب علينا دائمًا أن نمتحن أفكار ودوافع قلوبنا مـن نحو الجنس ونـسـأل أنفسنا:

«هل قَبِلت الأكاذيب الجنسية والأوثان التي تروجها الثقافة السائدة من حولي؟»

٦- يجب أن تتشكل منهجية الفرد الخاصة بالجنس بالوصيتين العظمتين أن تحب الرب إلهك أولاً وأن تحب قريبك كنفسك.

التصحيح: تقديم المشورة للمراهقين الذين أساءوا استخدام الجنس

بالنسبة للمراهقين الذين سقطوا في الخطية الجنسية، فأنا أقترح خطة للمشورة وهي خطة الخطوة بخطوة التالية:

١- أكد على تعهده بالأمانة والتزامه بالمحاسبية، فبدونهما ستنهار تمامًا عملية المشورة المبنية على كفاية كلمة الله بالكامل.

٢- لا تخجل من أن تجمع معلومات محددة بعناية وتدقيق، لأنه يجب عليك أن تعلم المشكلة

التي أمامك بالضبط بجميع أبعادها، فلا مجال لافتراضات غير مضمونة هنا.

٣- تحرك دائمًا نحو نوايا القلب، ولا تركز فقط على السلوك المخجل أو المروع وعواقبه. عليك أن تتعامل مع جذور الأمور أيضًا.

٤- حدد الأصوات التي تعلو في حياة ذلك المراهق/المراهقة، من الذي يؤثر عليه؟ ماذا تقول تلك الأصوات؟ إلى أي مدى اتبع المراهق وجهات النظر تلك؟

٥- ادعو المراهق للتوبة الكتابية (يوئيل ٢: ١٢)، وتشمل التوبة توبة عن القلب «المنقسم» غير الموحد. حدد أين تم استبدال حق الله بالكذب؟ وأين تم استبدال عبادة الله وخدمته بشيء آخر؟ عليك أن تقود المراهق من خلال خطوات التوبة التالية:

- **التفكير**: الاستعداد للتأمل في حياتي الجنسية في ضوء الكلمة المقدسّة.
- **الاعتراف**: اتحمل مسؤلية خطيتي الجنسية أمام الله وارتاح في غفرانه.
- **التعهد**: التصميم – بالقوة التي يمنحها لي الله – أن أعيش حياة جديدة من نحو الجنس.
- **التغيير**: تعيين التغييرات التي ستجعل حياتي الجنسية تتوافق مع خطة الله، ووضع الخطط لتحقيق تلك التغييرات.

٦- تحديد الأماكن التي تشتمل على اغراء دائم، ووضع خطط للتعامل معها.

٧- تعليم المراهق عن الصداقة المسيحية الكتابية، وشرح خطة الله للعلاقات، مع تشجيع المراهق على حفظ الوصيتان العظميتان في كل علاقاته.

٨- في أثناء عملية إستعادة المراهق - الذي ارتكب خطية جنسية -إلى المسار الصحيح، تجنب التعميمات التي تجلب لدى المستمع راحة. كُن واقعيًا، ومباشرًا، ومحددًا في أسئلتك وفي مشورتك.

٩- فلتجعل برنامج العمل معه يشمل توازنًا بين «**اخلع**» و«**البس**» (أفسس ٤: ٢٢ – ٢٤)، فكثيرًا ما نُركز في نطاق الجنس على الجانب السلبي الخاص بـ «اخلع» (أي لا تمارس الجنس)، دون أن نعطي المراهقين خطة ايجابية بديلة تشمل «البس». ما هي بعض الأهداف الصالحة والعملية التي تصلح لعلاقات المراهق مع الجنس الآخر؟

وضع الاستراتيجيات: مساعدة المراهقين في التخطيط لعلاقات صالحة

في مواجهة الرسائل المتضاربة التي يتلقاها المراهق، نحتاج أن نقدم له فهمًا واضحًا لإرادة الله لعلاقاته، وأن نشرح لهم كيف أن هذه المبادىء تنطبق على حياته اليومية. ويجب على جهودك تلك أن تشمل الآتي:

١- اشرح للمراهقين النظرة الكتابية للعلاقات التي تقود إلى خطة عملية إيجابية لصداقات تمجد الله. استغل الفرص إلى أبعد حد وذلك عندما يتحدث المراهقون عن العلاقات أو يواجهون فيها صراعات، لأن هذه اللحظات نادرة حقًا. خذ بزمام المبادرة واقنعه بالكشف عن الحقائق، علِّمه ألا يخشى أن يكون أمينًا وذلك بتفهمك له، وباعترافك بأمانة عن بعض مواطن فشلك أنت، موجهًا نظره إلى روعة مقاييس الله وغفرانه.

٢- شجِّع آباء وأمهات آخرين أن يلتزموا بالتواصل المستمر مع أبنائهم المراهقين عن الرغبة الجنسية. على الوالدين أن يأخذوا على عاتقهم مسؤلية الحفاظ على استمرار هذا التواصل. علِّم الآباء والأمهات أن ينفتحوا وألا يخجلوا، وأن يكونوا على استعداد لاستثمار الوقت اللازم لإقامة صداقات وطيدة وأمينة مع ابنائهم المراهقين. علِّمهم أن يسألوا أنفسهم ما هي الأمور التي يفعلونها بصفة خاصة لتشجيع أو لإفشال علاقة صداقتهم مع أولادهم.

٣- احرص ألا تغيب فكرة التجربة والشهوة عن نظرك، ولتعرف أين يتعرض ابنك/ ابنتك للتجربة، ولتعرف كيف يتعامل هو معها، ولتُعِّد خططًا تتوقع حدوث التجارب.

٤- شجع المراهقين أن ينظروا للعلاقات على المدى البعيد بدلاً من التركيز على مباهج وآلام اللحظة الآنية، وحفزهم ليبدأوا من منظور الزواج الذي يمجد الله، ثم انتقل للعمل على المرحلة التي تسبق ذلك في حياتهم. ما هي الخطوات التي يجب اتخاذها الآن؟ ما هي العادات التي يجب أن تترسخ الآن؟ وما هي الأشياء التي يحتاج للتخلي عنها الآن؟ وكل ذلك ليتم اعداد المراهق لينال أفضل ما لدى الله له. علِّم المراهقين أن يقَيمُّوا علاقاتهم من خلال مبدأ الزرع والحصاد المذكور في الكتاب المقدّس: ما نوع الحصاد الذي سينتُج من بذار العلاقات التي يزرعونها الآن؟

ما هي خطتنا فيما نتعامل مع أبنائنا المراهقين ورغباتهم الجنسية؟ نريد أن نكون واقعيين فيما

يتعلق بـ «مَن هُم؟ وأن نكون واقعيين من جهة العالم الذي يعيشون فيه، ومن جهة الأصوات المتناقضة التي يسمعونها، ومن جهة حقيقة ترددنا نحن من نحو الجنس. لكننا نريد أن نتأكد أن تلك الواقعية على وجه التحديد تعكس رجاء الانجيل. إن هذا الرجاء هو الذي يُحفز ويُشكّل عملنا مع المراهقين، وهذا ما عبَّر عنه الرسول بطرس تعبيرًا جيدًا حينما قال:

«كما ان قدرته الالهية قد وهبت لنا كل ما هو للحياة والتقوى بمعرفة الذي دعانا بالمجد والفضيلة .اللذين بهما قد وهب لنا المواعيد العظمى والثمينة لكي تصيروا بها شركاء الطبيعة الالهية هاربين من الفساد الذي في العالم بالشهوة.»
(بطرس الثانية ١: ٣- ٤)

وإذا رضينا بمستوى أقل من هذا في حياة المراهقين الجنسية، فنحن ننكر الانجيل ونفشل في دعوة الله لنا كأدوات للتغيير في حياة المراهقين.

Paul David Tripp رئيس
خدمات Paul Tripp، وأستاذ لمادة الخدمة
والحياة الرعوية في كلية Redeemer
في دالاس، تكساس. والمدير التنفيذي
لمركز الخدمة والحياة الرعوية
Personal Life and Care
في فورت وورث، تكساس.

قمنا بطباعة ونشر الكتب التالية للمؤلف:

١- **أدوات بين يدي الفادي** - أناس يحتاجون إلى التغيير يساعدون أناس يحتاجون إلى التغيير

٢- **كيف يتغير الناس**

٣- **العلاقات** - مادة خام جديرة بالاستثمار

٤- **صراع الكلمات** - اكتشاف جوهر مشاكل التواصل.

سلسلة كتيبات «حررني»

اضطراب نقص الانتباه (A.D.D.): عقول شاردة وأجساد مربوطة، بقلم إدوارد ت. ويلش.

الغضب: الهروب من المتاهة، بقلم ديفيد باوليسون.

غاضب من الله؟: أحضر إليه شكوكك وأسئلتك، بقلم روبرت د. جونز.

ذكريات سيئة: تخطّي ماضيك، بقلم روبرت د. جونز.

الاكتئاب: الطريق للنهوض عندما تكون منحنيًا، بقلم إدوارد ت. ويلش.

العنف الأسري: كيفية المساعدة، بقلم ديفيد باوليسون، وبول ديفيد تريب، وإدوارد ت. ويلش.

الغفران: «لا أستطيع أن أغفر لنفسي!» ، بقلم روبرت د. جونز.

محبة الله: أفضل من المحبة غير المشروطة بقلم ديفيد باوليسون.

الإرشاد: هل فقدت أفضل ما لدى الله لي؟ بقلم جيمس س. بيتي.

الجنسية المثلية (الشذوذ الجنسي): قول الصدق في محبة، بقلم إدوارد ت. ويلش.

«واحدة أخرى فقط»: عندما لا تقول «لا» ولا تَشبع أمام الرغبات، بقلم إدوارد ت. ويلش.

الزواج: حُلمُ مَنْ؟ بقلم بول ديفيد تريب.

الدوافع: «لماذا أفعل الأشياء التي أفعلها؟» بقلم إدوارد ت. ويلش.

اضطراب الوسواس القهري (OCD): الحرية لمن يعانون من الوسواس القهري، بقلم مايكل ر. إمليت.

الانغماس في الإباحية: قتل التنين، بقلم ديفيد باوليسون.

مرحلة ما قبل الزواج (المواعدة/الخطوبة): ٥ أسئلة يجب أن تسألونها لأنفسكما، بقلم ديفيد باوليسون وجون ينكشو.

الأولويات: إتقان إدارة الوقت، بقلم جيمس س. بيتي.

المماطلة والتأجيل: الخطوات الأولى نحو التغيير، بقلم والتر هينيجر.

إيذاء الجسد: عندما يكون الألم سببًا للراحة، بقلم إدوارد ت. ويلش.

الخطية الجنسية: مقاومة الانجراف والخيانة، بقلم جيفري س. بلاك.

التوتر: سلام وسط الضغوط، بقلم ديفيد باوليسون.

المعاناة: الأبدية تصنع اختلافًا وتغييرًا في المفاهيم، بقلم بول ديفيد تريب.

الانتحار: الفهم والتدخل بقلم جيفري س. بلاك.

المراهقون والجنس: كيف يجب أن نعلّمهم؟ بقلم بول ديفيد تريب.

الشكر: حتى في وقت الألم، بقلم سوزان لوتز.

لماذا أنا؟: عزاء للمنكوبين بقلم ديفيد باوليسون.

القلق: البحث عن طريق أفضل للسلام، بقلم ديفيد باوليسون.