



مثلما يحدث في جسدك طفرة في النمو الجسمي، كذلك تحدث طفرة أخرى في نمو ملكات العقل وإمكانياته. فأنت تشعر بأنك أصبحت أكثر قدرة على التعبير عن نفسك، وأصبحت أكثر قدرة على التعبير عن نفسك، وأصبحت أكثر قدرة على التركيز والانتباه والتذكر والإدراك المعنوي للأمور... وأنت تشعر أنك أصبحت أكثر قدرة على التحصيل وفهم الأمور وتحليلها، كذلك استيعاب المواد العلمية الأصعب فاروق عبد المسيح

صديقي... صديقتي..

من أهم مظاهر النمو في فترة ما قبل العشرين مباشرة، هو النمو العقلي.

فما هي أهم علامات هذا النمو؟

قدرات وملكات جديدة

مثلما يحدث في جسدك طفرة في النمو الجسمي، كذلك تحدث طفرة أخرى في نمو ملكات العقل وإمكانياته.

فأنت تشعر بأنك أصبحت أكثر قدرة على التعبير عن نفسك، وأصبحت أكثر قدرة على التعبير عن نفسك، وأصبحت أكثر قدرة على التركيز والانتباه والتذكر والإدراك المعنوي للأمور... وأنت تشعر أنك أصبحت أكثر قدرة على التحصيل وفهم الأمور وتحليلها، كذلك استيعاب المواد العلمية الأصعب.

ومع هذه القدرات التي تزداد تالفاً فيك يوم بعد يوم، ينمو داخلك نهم شديد لمعرفة تشبعه بالمأسئلة التي لا تنتهي عن كل شيء وعن أي شيء، ويغذيه المشاهدات المختلفة التي تراها فيما حولك وفيمن حولك، وخاصة مع ثورة المعلومات والاتصالات التي تميز هذا العصر، ومع سهولة الحصول على أي معلومة تريدها من مواقع شبكات الإنترنت المختلفة.

لذلك أنت تحاول أن تشبع هذا النهم من خلال المقراءات المتنوعة، التي تدور معظم موضوعاتها حول المعلومات العامة، وقصص الأبطال، والنجوم، وحكايات المغامرات، كذلك مشكلات الشباب واهتماماتهم، وخاصة ما يدور حول الجنس الآخر، والموضوعات الجنسية. ومع إزدياد حجم المعلومات العامة التي تحصل عليها، تنمو أيضاً قدرتك على التخيل، ويتجاوز عقلك التفكير في الأمور المحسوسة والمرئية إلى قدرة جديدة على إدراك الأمور المجردة، فتتم داخلك المفاهيم المعنوية مثل: الخير والعدالة والحرية والمفضيلة والنقاوة، تغذيها نزعة المثالية القوية التي تملأ مشاعرك وتسيطر على معظم مقاييسك وأحكامك... ولما يخلو الأمر من نزعات تحلق بك في أحلام الميقظة فترسم بنفسك صورة لنفسك بعد سنوات!!

ميول وهوايات متعددة

وفي هذه الفترة الرائعة من حياتك تتفجر داخلك ميول وهوايات متعددة، بعضها يعكس موهبة حقيقية فيك، وبعضها يكون مجرد تنفيس عن مشاعرك، وتعبير عن أفكارك وخواطر. فقد تشعر بميل إلى الرسم أو الموسيقى والغناء أو الكتابات الأدبية والشعرية وتدوين المذكرات... كما أنك تعزز كثيراً بكل هذه الهوايات ويكل إنتاجك فيها.

كذلك قد تستهويك بعض الهوايات اليدوية والحرفية، أو الهوايات العملية (مثل الأعمال الخشبية كالأركت، والفك والتركيب واستكشاف الأدوات الكهربائية أو الآلات الموسيقية، وإعادة تكوين بعض لعبك القديمة! وربما تحاول أن تحقق تصميمات مبتكرة تقدرها جداً، وتعتبرها اختراعات قيمة!

والمقيمة الحقيقية في كل هذه الهوايات هي أنها تعبير عن قدرات العقل. وتعتبر بمثابة إنماء (أي تنمية) له ربما أكثر من قيمتها الحقيقية كمواهب متميزة... فهي تعبر عن نمو كمي في قدرات العقل، ربما أكثر من أن تكون نمواً نوعياً فيها... إلا أنه من المفيد

الاستمرار فيها، لصقل المواهب الحقيقية منها، ولتنمية ثقتك في نفسك ونمو قدراتك.

أسئلة لا تنتهي

ومع كل هذه القدرات والإمكانيات العقلية الجديدة التي تنمو فيك تكثر تساؤلاتك التي يبدو لك، ولمن حولك، أنها لا تنتهي عند حد... فأنت الآن تفكر وتحلل وتستنتج وتستدل وتبحث، وتريد أن تعرف وتقتنع، ولسان حالك يكاد أن يقول: أنا أسأل... إذا أنا موجود!!

والمواقع أن هذه التساؤلات. بالرغم مما قد تثيره فيك من حيرة، وما قد تثيره فيمن حولك من ضيق، إلا أنها علامة صحية وخطوة طبيعية في اتجاه نضوجك، بل ووزنة مباركة من الله الذي خلق معجزة الإنسان الكبرى، وأودعها في عقله الذي يتحكم حقيقة في كل أجهزة الجسم ووظائفه، ويمثل أعقد كمبيوتر عرفه الإنسان.. ولما شك أن وسائل الاعلام والاتصال المختلفة، أصبحت تشكل مصدراً هاماً من مصادر المعرفة والثقافة عندك وعند الآخرين.. فنحن الآن محاطون بشبكات هائلة من الاتصالات، جعلت العالم كله مثل قرية صغيرة. ومن خلال شبكات الأخبار ومواقع الإنترنت، أصبح كم المعلومات والمعارف المتاحة كما هائلاً ذا تأثيرات عميقة، وآثار إيجابية وسلبية في آن واحد... فيقدر ما لها من فائدة في نشر العلم والتكنولوجيا والوسائل التي تساهم في رفاهية الإنسان والمجتمع، يمكن أن يكون لها آثار مدمرة في نشر ثقافة العنف، وتسرب روح الإنحلال، ونقل مفاهيم غريبة على قيمنا الروحية والأسرية المترابطة، وخاصة إذا قبلت بدون تمييز.

والمواقع أنه بقدر ما تكون هذه المعارف سليمة ومناسبة لك كإبن لله بقدر ما تكون إيجابية وبناة "كل الأشياء تحل لي ولكن ليس كل الأشياء تبني" (اكو 10: 23) وبالتالي تساهم في نمو عقلك وإتساع مداركك وإثراء شخصيتك... ولذلك من المهم أن نتعلم، كيف نميز ونقيم وننقي ما نقرأ ونسمع ونشاهد، قبل أن نقبله ونقتنع به.

من يجيبني؟

صديقي.. صديقتي تحت العشرين... لعلك تتساءل الآن "إذ كان نهمي للمعرفة هو علامة صحية من علامات نموي، فكيف أشبع هذا النهم بطريقة صحيحة؟".

والإجابة تتلخص في "أين" و "كيف" استقي معارفي ومعلوماتي:

- فالإرتباط بشخص محب ومختبر يقدم لي المحل من خطيتي والمحل لتساؤلاتي... التي أخجل من مصارحة الآخرين بها.
- والاندماج في وسط روحي مقدس ينمي شخصيتي، ويتيح لي المعرفة السليمة من مصادر سليمة (من خلال مدارس الأحد والمجتمعات الروحية والأنشطة المصيفية).
- والتعرف على خدام الكنيسة المختبرين والمثقفين، يشكل مصدراً غنياً للإجابة على اسئلتني والقضايا التي تشغل تفكيرني.
- والانفتاح على وسط اجتماعي وثقافي صحي (من خلال أنشطة المدرسة أو الجامعة الثقافية والاجتماعية البناة) يساهم في نمو ملكاتي العقلية وهواياتي المختلفة، كما يبني شخصيتي وعلاقاتي مع الآخرين حتى ولو اختلفوا عني.
- والاستخدام الرشيد لوسائل الاعلام والاتصال المختلفة (مثل التلفزيون والراديو والإنترنت) تحت إرشاد وضبط السرة ينمي قدراتي على الانتقاء والاستقبال الدواعي.
- والاهتمام بالقراءة والإطلاع على المعارف العامة، وعدم الاستغناء عنها بوسائل المعرفة الأسهل (مثل التلفزيون والإنترنت) يوسع المدارك ويبني أساس متين لثقافة عميقة شاملة.
- كل هذا يمكن أن يشكل مصادر معرفة سليمة لكل ما يثور داخلك من تساؤلات، ومصادر خبرات إيجابية تستعين بها وأنت تنمي شخصيتك، وتشكل اتجاهاتك الفكرية في الحياة.

أنا محبوب ... إذن انا موجود!!

حديثنا هنا ذو شجون!! فنحن نقترّب معاً من منطقة هامة في كيانك الأنساني الرقيق الذي ينمو يوماً بعد يوم... المنطقة التي تشارك في تشكيل شخصيتك، وأنت تعبر هذه المرحلة الثرية في حياتك: رحلة النضوج... أو ما يسمونه: المراهق!

نحن اليوم نقترّب من مشاعرك وأحاسيسك... من إنفعالاتك وعواطفك... من قلبك الذي تمر من خلاله كل وسائل الاتصال بك في هذه الفترة من حياتك... فما الذي نراه؟ تعال نستعرض معاً بعض ملامح النمو الإنفعالي والعاطفي، كما تلاحظه أنت في نفسك، وكما يسجله الذين سبقوك.

تأرجح المشاعر... سمة لا بد منها!

مشاعرك شاهد على عصرك!!! فأنت تحب وتكره بسرعة... تصادق وتخاصم بسرعة... ومع هذه السرعة يلهث وراعيك آخرون!!

وأنت رومانسي وحساس بطبعك... أحلامك أطول من نومك... ويقظتك تملأ الكون حركة وحماساً وربما ضجيجاً!! تتغير مشاعرك في اليوم الواحد عشرات المرات... فأنت في الصباح تلميذ هادئ ومطيع، وفي الظهرية معاند ومتمرد، وفي المساء ساهر ومتأمل، وسكونك في الليل هو هدوء يسبق عواصف النهار!!

في الكنيسة... تطلعات القادة تغمرك ويزور الإيمان المغروسة فيك منذ الطفولة تثمر أزهاراً من التأمّلات الحلوة، والصلوات التلقائية المصادقة، وحماس الإنخراط في أنشطة خدمة الآخرين... تتوحد مع أبطال الإيمان وتداعب خيالك سير الراهبان والمقديسين، فتسرح معهم بعيداً في البرية وتؤسرك سيرهم وبطولاتهم في العبادة والشهادة...

وتعود للمنزل فتتأرجح أنفعالاتك بين فرح وسرور وإنطلاق، وبين إكتئاب وإنسحاب وضيق... بين رغبة عارمة في تحمل المسؤولية والاهتمام على النفس، وبين إرتداد طفولي إلى الأناية والتذبذب واللامبالاة... بين سلاسة الطاعة والخضوع، وبين غضب لأتفه الأسباب، وعناد يفتقد لأي تبرير...

ويحتار معك الجميع: ماذا تريد وكيف يرضونك؟ وتخلو إلى نفسك فتزداد حيرتك: "هل أنا مقبول... هل أنا محبوب؟"... تراجع أفعالك فتأسف على بعضها، وتعتذر عن البعض الآخر، وتحتار في معظم الأحيان، هل أخطأت في التعبير؟ أم أنهم أساءوا للتفسير؟!

نعم يا أخي وأختي العزيزة، قد تكون أخطأت في التعبير وقد يكونون أساءوا للتفسير... إما أنهم وأنت معهم سوف تعانوا من تأرجح مشاعرك وتناقض إنفعالاتك.. ولكن إلى حين!

الإحساس نعمة.. ولكن!!

وبالرغم من أن إنفعالاتك قد تتسم باللاسيطرة وبالمغالاة، إلا أنها غالباً ما تخفي وراءها نفساً حساساً وقلباً يذوب شوقاً إلى الحب والتقدير، والتوافق مع الآخرين... وهذه الحساسية التي يسميها علماء النفس "الحساسية الإنفعالية" كثيراً ما ترتبط بمظاهر النمو الأخرى.

بمعنى أن الشخص الذي يشعر بالتوافق الإجتماعي مع الآخرين، والعلاقات الأسرية الدافئة، والأحاساس بالأمان الداخلي، وضبط الميول الجنسية غالباً ما يحظى بمشاعر متوازنة، وردود أفعال سوية تتناسب مع حجم الأفعال والمواقف. وبالرغم من أن الأحساس كما يقولون نعمة؛ إلا أن حساسيتك المفرطة قد تكون مصدراً مستمراً للمعاناة لك وللآخرين إذا ما أنحصرت حول ذاتك... فمع رغبتك في تأكيد ذلك وحساسيتك الزائدة تجاهه ما تعتبره إهانة لكرامتك قد تفقد الكثير من الأصدقاء!!

أحلامك... إنتاج خاص!

وانت تحلم كثيراً في هذه المرحلة... وأحلامك معظمها من صنعك... فأنت المؤلف والبطل والمخرج... ولأن الحلم في تفسيره العلمي هو استمرار لنشاط المخ أثناء النوم فهو تعبير عن كثير من أفكارك ومشاعرك ومخاوفك عن أمور تحدث في يقظتك، وتجد متنفساً

لها في أحلامك... ولذلك التعامل مع أحلامك من هذا المنطلق يساعدك في وضعها في حجمها الصحيح. أما أحلام اليقظة dreams day فهي خليط من الواقع والخيال... تدور معظمها حول رغباتك وطموحاتك وحاجاتك الغير مشبعة، تحت ضغوط اجتماعية أو قصور الإمكانيات، كما قد تشكل مهرباً من المواقف التي لا تستريح إليها... ويقدر ما تكون أحلام اليقظة غير مبالغ فيها، وغير مسيطرة على حياتك وسلوكك العام، فإنها تكون ظاهرة عادية من مظاهر النمو الطبيعية لهذه المرحلة، بل أن بعض العلماء يراها فرصة لشحن طاقات المطموح لحاضر ومستقبل أفضل... إلا أن الاستغراق المفرط فيها، قد يحولها إلى مهرب وهمي، من التحديات والصعوبات التي تواجهك...

الخوف والعنف.. وجهان لعملة واحدة!!

مع رومانسية الأحلام، وبطولات أحلام اليقظة تتنامى داخلك مشاعر القلق والخوف... فأنت قلق على إتجاهك العلمي والعملية والاجتماعية، وعلى قدرتك على كسب إعجاب الآخرين... ويزيد من هذا المقلق حساسيتك المفرطة تجاه ذاتك سواء بالنقد أو بالمديح... والخوف يا صديقي وصديقتي العزيزة شعور إنساني طبيعي بقدر ما يدفع صاحبه إلى مواجهته بالاجتهاد والتحدى... إلا أنه يتحول إلى معطل خطير لنمو الإنسان لو أدى إلى الهروب منه بأحلام اليقظة أو بالوسائل الدفاعية السلبية كالانسحاب والتبرير والمكبت... وقد يكون العنف الظاهري في الأبناء، أو المغالاة في الإهتمام بالمظهر الخارجي للبنات تعبيراً عن قلق وخوف داخلي عميق... فتطرف السلوك غالباً ما يعكس قلق داخلي وخوف عميق من المجهول، لا يعالجه سوى إيمان حقيقي بضابط الكل، وتسليم كامل للحياة لملك السلام.

أنا أحب... إذاً أنا موجود!!

وكلمة "الحب" لها وقع خاص عندك... فأنت تشعر أنك كائن يتغذى على الحب... تتقدم بحذر لاختبار طاقتك على حب الآخرين في نفس الوقت الذي تسعى فيه للتأكد من حب الآخرين، وقبولهم لك!!

وأن يشغلك الحب كمعنى ربما أكثر من "شخص محبوب" والذي يتشكل في عقلك الباطن وأحلام يقظتك كل يوم عدة مرات... ولذلك لا عجب أن تتغير مقاييس إعجابك بالجنس الآخر عدة مرات عبر سنوات شبابك! فالمشكل الذي أعجبك بالأمس لا يعود يؤسرك اليوم، إذا وجدت ان الوجه الجميل يخفي بداخله عقل هزيل، وأن الجسد الفارع يحوي بداخله شخص فارغ!! كما أن "العقل" وحده لا يريحك إذا إكتشفت أنه يقابل عنادك بعناد، ويسوده منطق البقاء للأذكى!! ...

واللسان الحلو قد يخفي وراءه طبعاً منفردة، كما أن الوعود المتحمسة بالخطوبة والزواج، لا تملك قوة إلزام أو التزام، بينما أنت تستعد لامتحانات مصيرية للتخرج من ثانوي أو جامعة قد تضيف نتائجها البعيدة معايير جديدة للتوافق العلمي والعملية المطلوب لأي مشروع زواج!! وهكذا تتكتشف أن الإنبهار الناتج عن "المنظرة الأولى" لا يستمر بالضرورة مع النظرة الثانية والثالثة، وبعدها تدرك أن النظرة الأولى تمت غالباً وأنت مغمض العينين، ترى الصورة التي رسمتها بنفسك للآخر لا صورته الحقيقية... ومع نموك في الحكمة والقامة والنعمة، وإمتزاجها بخبراتك بالحياة وبالناس تدرك أن الحب الحقيقي يتجاوز البعد الجسدي الحسي والنفسي والعاطفي، الذي يقدمه العالم لأولاده، إلى نموذج الحب الروحي الناضج الذي يقدمه الله لأولاده.

فما هي سمات هذا الحب؟ وكيف يسمو هذا النموذج فوق النماذج المشوهة التي يقدمه العالم؟!