رسالة الى صديقتي التي تمر بتفكك عاطفي

ان الحياة مليئة بالأشياء الجميلة ، ومعظم الأشياء غير الجميلة هي زوال تلك الأشياء الجميلة. قد يكون م الصعب فهم ذلك الآن ، ولكن مع مرور بعض الوقت على هذا التفكك ستفهمين هذه الجملة أكثر.

كل ما تفكرين فيه الآن هو ان شخصاً تحبينه ، تحبينه كثيراً ، ليس موجوداً في حياتك الآن. انت تخلقين تبريرات للمشكلة التي أدت لهذا التفكك ، انت تحاولين إيجاد حلول لها ، او حتى إقناع نفسك بتقبلها. قد تقولين لنفسك: "ربما يجب ان أتخلى عن هذا الصديق الذي يزعجه" ، او "لن يضرني ان أتركه يتواصل مع فتيات أخريات" ، أو تساؤلات أخرى ستحاول ان تجعلك تشككين وتكسرين من نفسك كي تجدي حلاً لهذا التفكك. انا لا أقول انه لا يجب ان تفكري بحلّ او بمحاولة لتصحيح الأمور بينكما ، ولكن هل فعلاً التنازل هو الحلّ الوحيد.

في معظم التفككات التي مررتُ فيها ، وانا مررت بتفككات كثيرة ، كنت اسأل نفسي تلك التساؤلات ، وكان يتهي بي المطاف متصلتاً بحبيبي الذي كسر قلبي منذ بضعة أيامٍ أقول له: "دعنا نتحدث في هذا الموضوع أكثر ، انا مستعدةً لأقوم بالتغيرات التي ستعيد الأمور الى الطريق السليم." جملة كهذه تقول للطرف الأخر أنه ليس بحاجة لأن يتغير او يعدل تصرفاته (خاصة إذا كان هو سبب في المشاكل التي تجري) كي تلائمني. جملة كهذه تشعره بأنني أنا الذي سيقوم بالمبادرة في كل مرّة ننفصل فيها. فما الذي سيشجعه لأخذ أي خطوة في سبيل المصالحة في المستقبل؟

في أخر تفككٍ مررت به ، فكرت بيني وبين نفسي: "ما الشيء الذي يمكنني ان أعدله هذه المرّة حتى تكون النتيجة أقل ألماً؟" قررت أن أضع نفسي أولاً وان أخذ قراراً يناسبني على المدى الطويل أيضاً. قررت أنني لن أفكر بأنني لا أريد أن اريح الألم الذي في قلبي فحسب ، بل أريد أن أقوم بخطوة تضمن لي عدم الشعور بهذا الاحساس مجدداً مع هذا الشخص.

فكرت بكل أهدافي في الحياة: على الصعيد التعلمي ، المهني ، الشخصي ، المادي ، وحاولت تحديد المشاكل التي يخلقها وجود هذا الشخص في حياتي في هذه الأصعدة. كان ذاك الشاب لا يشجع طموحي في الدراسة خارجاً. كان يرى أنه من غير الضروري ان أذهب للعيش في بلدٍ أخر كي أتابع تعلمي ، كان يقول لي انني أشغر وظيفة ذات أجر جيّد ، فلماذا أريد أن أتابع الدراسة في حين ان "مستقبلي مؤمّن". كلام كهذا كان يستفزني كثيراً ويشعرني بأن طموحاتي وأحلامي غير مهمة ، وأن هذا الشاب يحب نفسه أكثر مما يحبني.

عندما وضعت هذا المخطط أمامي ، أخذني الأمر 10 دقائق لأقرر. لم أرد أن أكون مع شخص لا يدعم أهم مخطط في حياتي!

أعلم انه من الصعب ان تأخذي قراراً مثل هذا بهذه السرعة ، خاصة وأنك ما زلتي ترين هذا الشخص من خلال منقي (فلتر) يصوّره كحب حياتك الأبدي. أتى هذا القرار ، بهذه الثقة بالنفس والعزم ، نتيجة للعديد من المشاكل التي مررنا بها والعديد من الليالي التي بكيت فيها بسبب الصراع الذي كنت أعيشه بين حبي لهذا الشخص وحبي لنفسي وشغفي وحياتي وطموحاتي.

تعلمت من هذه التجربة بالذات ، انه من الصعب ان يحبك أحداً بقدر ما يمكن ان تحب نفسك انت. وانا لا أحكي عن الحب من ناحية العشق والغرام ، او حب الأهل لأولادهم ، ولكن حب التقدم والتطوّر.

في اليوم الذي تكرسين من نفسك لتكوني مع شخص لا يؤمن 100% بطموحاتك ، ولا يدعمك ، إعلمي أنك خسرتي نفسك لتربحي شخصاً أخر ، ولا سعادة في ذلك القرار.