

لا تجامل الناس على حساب نفسك وراحتك

المجاملة هي المعاملة بالجميل، وهي أشجارٌ خضراءٌ تُظِلُّ الحياة الاجتماعية، وتقيها من الحرارة، وتُطْفِئها، قال الله تعالى: {وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ} (٥٣) سورة الإسراء. وقال نبينا محمد صلى الله عليه وسلم: (وَخَالِقِ النَّاسَ بِخُلُقٍ حَسَنٍ)

وهي مطلوبةٌ، ولها وقعٌ جميلٌ على النفوس، ودورٌ كبيرٌ في تقريب القلوب، وما أجملها حينما تكون بابتسامةٍ أو كلمةٍ طيبة،

فالمهم هو استخدامها على الوجه الأمثل، ولكن هناك من يخلط بينها وبين النِّفاق الاجتماعي الذي يفصله عنها خيطٌ رفيع، فحين تُصبح المجاملة على حساب القيم والثوابت، أو على حساب النفس أو الصحة، والأخطر من هذا كله على حساب الدين، فتكون مرفوضةً تماماً، وعلى الإنسان أن يتخلَّص منها؛ لأن مفعولها قد بطل، وهي ممقوتةٌ في هذه الحالة، ويحتاج صاحبها إلى شجاعةٍ أدبيةٍ وإرادةٍ قويةٍ للخلاص منها؛ حتى لا تتحوَّل مجاملته إلى نفاقٍ ورياء -والعياذ بالله-.

ونصيحتي لمن يجامل الناس على حساب نفسه أن يستعينَ بالله أولاً، ويُروِّض نفسه على ألا تكون مجاملته للناس على حساب نفسه أو حساب أي شخصٍ آخر، وتأكَّد أن الناسَ تُفَرِّقُ بين من يُجاملها وبين من يتملَّقها، واجعل رضا الله دائماً هو غايتك، قال صلى الله عليه وسلم: (من التمس رضا الله بسخط الناس رضي الله عليه وأرضا عليه الناس، ومن التمس رضا الناس بسخط الله سخط الله عليه وأسخط عليه الناس) ورضا الناس غاية لم ولن تدرك وهذا شيء معلوم، وكونك تُجاملُ النَّاسَ على حساب نفسك؛ ففي هذا إضرارٌ بك وهذا خلاف هدي النبي صلى الله عليه وسلم حيث قال: (لا ضرر ولا ضرار)، واعلم أن لنفسك عليك حقاً، ولا حرج عليك فيما لا ضرر فيه؛ فهذا نوعٌ من المداراة، وهي دليلٌ على حُسن خلقك وحكمتك وعقلك.

أخي الكريم: لا تجامل الناس على حساب نفسك وراحتك.

تحاول دائماً أن تفعل ما يتوقعه منك الآخرون، وتحرص على ألا تؤذي مشاعرهم، تسارع إلى مساعدة الأصدقاء والأقارب كلما احتاجوا إليك وتتفادى مضايقتهم حتى لو أثاروا غضبك، تقول في موقف ما « نعم » «حينما كان ينبغي لك أن تقول» لا «»، أو تتظاهر بالهدوء عندما تكون غاضباً، أو قد تلجأ للكذب أحياناً لأنك تخشى إيذاء مشاعر الآخرين، وقد تتحمل أعباءً فوق طاقتك حتى لا تخرج شخصاً عزيزاً عليك. أي أنك في سبيل الحفاظ على التعامل مع الآخرين بلطافة تتركب العديد من الأخطاء التي قد تؤثر بطريقة سلبية على نفسك أو عمالك أو علاقاتك الاجتماعية.

ومن أكبر الأخطاء التي قد يقع فيها من يتسم بهذه الصفة:

- **النزعة إلى الكمال:** مما يفرض ضغوطاً كبيرة عليه، ويتطلب مجهوداً مضنياً منه لإثبات الذات، والقيام بالمهام المختلفة على أكمل وجه، فضلاً عن الإرضاء الدائم للآخرين. ويجب هنا توضيح أن محاولة الوصول للكمال في حد ذاتها ليست عيباً ولكنها تصبح خطأ عندما تدفعك لوضع معايير غير واقعية لنفسك، أو تكبدك ما لا تتحمل من مجهود أو وقت أو مال، أو عندما تصبح هاجساً لدرجة تعرقل حياتك اليومية وعلاقاتك الاجتماعية بل تعرقل أداءك لعملك. وأول خطوة لتصحيح هذا الخطأ هو الإيمان وليس مجرد ترديد عبارة « لا يوجد أحد كامل » بالإضافة إلى تقبل نواحي القصور لديك. يأتي بعد ذلك إدراك أن الكمال ليس هو الطريق الوحيد لنيل قبول الآخرين.

ومن وجهة نظري هناك أخطاء أخرى يقع فيها بعض الناس اللطفاء أو من يجاملون على حساب أنفسهم وراحتهم بشكل يومي منها:

- القيام بالتزامات أكبر من طاقتك بسبب المجاملة: بحيث تلزم نفسك القيام بأعمال فوق طاقتك مجاملة لشخص عزيز عليك مثلاً وما أشبه ذلك.

- عدم قول ما تريد وعدم الإفصاح عن مشاعرك ومتطلباتك: ربما تلجأ لذلك لأنك تعتقد أنه غير مناسب اجتماعياً، أو لا تريد أن تظهر بمظهر الضعيف، أو تخشى الرفض أو لا تريد أن تسبب حرجاً لمن تحب. وفي كل الأحوال فإن عدم الإفصاح عن مشاعرك ومتطلباتك وكبت ما تريد في سبيل الآخرين سيبدد ملامح شخصيتك في نهاية الأمر.

- كبت غضبك: المقصود هنا هو الإبقاء على هدوء أعصابك في حين أن داخلك يغلي نتيجة استغلال الآخرين لك أو إيذائهم لمشاعرك وهو ما يعتبر نوعاً من التزييف والكذب على النفس وعلى الآخرين. والدعوة لعدم كبت غضبك لا تعني أبداً أن تثور كالبركان، لا بل كل ما عليك فعله هو أن تظهر للآخرين أن ذلك التصرف يضايقك حتى لا يتكرر منهم.

الأشخاص اللطفاء والذين يجاملون الناس على حساب أنفسهم وراحتهم غالباً ما يفعلون الأشياء التي يتوقعها الآخرون منهم، ويحاولون إرضاء متطلباتهم دون أن يؤذوا مشاعرهم، ودون أن يفقدوا أعصابهم. وعندما يهاجمهم الآخرون بغير تعقل، يحافظون على لطفهم وهدوئهم.

غير أن هؤلاء الأشخاص اللطفاء كلّموا أمعنوا في التصرف بهذه النوايا الحسنة، ومساعدة الآخرين، وتحدثوا وتصرفوا بكل هذا المستوى الرائع من اللباقة، ينتابهم شعور بعد ذلك بالإرهاق والإحباط وعدم الثقة بالنفس بل عدم الثقة بالآخرين.

إن هذه السلوكيات التي يسلكها هؤلاء الأشخاص اللطفاء بنية حسنة، وبطريقة معتادة لديهم، تؤثر بطريقة عكسية على علاقاتهم، وتنتزع البهجة من حياتهم. ولكي نتخلص من هذه الصفة علينا بالآتي:

- ألا نلزم أنفسنا بما يتوقعه الآخرون منا مما لسنا مقتنعين به.

- أن نقول: لا، عند الضرورة، وأن نقي أنفسنا من تحمّل ما لا نطيق.

- أن نعبر عن غضبنا بطريقة تعالج الموقف، وتصون علاقاتنا.

- أن نهتم بالآخرين دون تحمل عبء محاولة إدارة حياتهم.

- أن نساعد الآخرين بكل ما نستطيع حين نقدر على مساعدتهم واحتساب الأجر عند رب العالمين ولكن دون ضرر علينا فخير الناس أنفعهم للناس.
