عندما بكى طيب تيزيني!
إحساس الإنسان المفكر وهو يرى انهيار حلمه

إسماعيل مروة

اليوم، ودون مقدمات، وبهدوء مطلق غادر أستاذنا المفكر طيب تيزيني دنيانا، وهو يحمل غصصاً وآلاماً لما حدث في سورية، المفكر الذي قضى حياته محاولاً إبعاد الظلام والظلامية، وباحثاً عن سبل النجاة والتحضر الفكري العربي، فذهبت كل جهوده هباء، وغادر وهو يشهد انهياراً إضافياً للقيم.

قد نختلف معه، وقد اختلفنا عندما درسنا في ثمانينيات القرن العشرين، لكننا لا نملك إلا أن نشهد بثباته على رأيه، ومنافحته عن منهجه وآليات تفكيره، ويسجّل للدكتور تيزيني أنه لم ينقل البندقية من كتف إلى أخرى، وبقي رجل فكر يسمو للإنسان وبه.

اليوم غاب أستاذنا المفكر، و«الوطن» تنعيه بآخر بوحه لها في أثناء الحرب على سورية، وفي هذا البوح معالم المفكر المحب، فلروحه السلام في رقدته الأبدية، وللثقافة السورية، إن أدركت عمق الخسارة، العزاء بغيابه وغياب قيمة من القيم، وقمة من القمم.

في صدر الصالة المعتم كان يجلس أستاذنا الدكتور طيب تيزيني، شعراته الشائبة دلتنا عليه، يتكوم على ذاته واضعاً تاريخاً من الكتابة والفكر أمامه منصوباً كما مائدة الفكر عند رب الفلسفة سقراط.. نهض، رحب، وحتى أبدأ الحوار معه في جلسة لم أحظ بها من قبل، عزيته بالدكتور البوطي الذي كان خصمه ومعادله في الجلسات الحوارية، فالتفت وقال: لم يقتلوه عندما قتلوه، بل قتلوني أنا، نعم قتلوني أنا، فقد اغتالوا المكافئ والخصم العنيد والمملوء، وتركوني وحدي أحاور ذاتي، ولا أجد من أتحاور معه!

وسط دهشتي واستغراب الحاضرين أضاف د. تيزيني: إن قيمتك تأخذها من الآخر الذي يخالفك، وليس ممن يوافقك الرأي، وعندما تفقد خصمك تفقد ذاتك.

وانتابته نوبة من شرود، ظننت معها أن أستاذي يستذكر شيئاً، أو غاب عنه أمر ما يريد أن يسترجعه ليحدثنا به، فإذا به يعابث الأغراض أمامه، ويعيد ترتيبها لتبقى على حالها بعيدة عن الفوضوية التي على الطاولة كلها باستثناء حيزه المكاني، إذ لم يتحرك على كرسيه أبداً، ولم يغير في جلسته، ولم يصدر صوتاً، ولم يرفع نبرته، لكنه بقي على هدوئه يضج المكان به وبحضوره الآسر.

قبل ثلاثة عقود دخل د. تيزيني إلى قاعة التدريس ليدرسنا يومها مادة من مواده بديلاً من أستاذ تم إعفاؤه، في ذلك اليوم كانت القناعات التي لدي مخالفة تماماً لقناعات وآراء د. طيب، وكان الخلاف بين الأستاذ الذي هو، والطالب الذي هو أنا على أشده، وعندما كنت أناقشه ترتفع نبرتي، ويبقى على هدوئه، وكنت أظن أنني سأغسل يدي من المادة والنجاح فيها، وعندما صدرت النتيجة فوجئت بالدرجة التي كانت فوق توقعي، وفي طريقي كان د. تيزيني بقميص أبيض ويحمل حقيبته الجلدية باتجاه مكتبه، وحين سألته عن السبب، ابتسم بهدوء وقال لي: لا أذكر أنني تعاطفت معك، أو حملت عليك، النقاش يا بني للفكر والإغناء، والدرجة لما تكتبه في ورقتك.. لا يمكن للأسوياء الذين يريدون إغناء الفكر أن يحملوا الحقد على من يخالفهم إلى الوقت الذي يحين فيه الانتقام.. مبارك لك درجتك وتأكد بأنك تستحقها.. وغادر د. تيزيني دون أن يترك متسعاً للأسئلة أن تلفه، وتحتوي قامته العالية جداً، والتي هي من أهم قامات الأمة الفكرية..

في كل مرة كنت ألتقي أستاذي في أحد المواقف ينتظر الباص أو الميكرو ليذهب إلى غايته، وفي كل مرة ألتقيه أحتاج لإعادة التعريف بنفسي، ولتذكيره بالتتلمذ علي يديه وكلما دعوته للكتابة في أحد المنابر التي عملت بها، وخاصة في «الوطن» دعوة من السيد رئيس التحرير، كان يجيب بلطفه: سأحاول، وليس لدي مانع من الكتابة، ولكن عندما أجد نفسي قادراً على المصداقية، وعندما أقول له: لن يحذف لك شيء، وما تظنه لن ينشر سينشر، لأنك معلم فكري، والذي تريده هو صلاح البلد، يبتسم ويقول: ليست المشكلة في المنبر، المشكلة في الكاتب، ومسألة الصدقية والمصداقية تتعلق بالكاتب، فهل أملك القدرة على الصدقية؟ عندما أجد نفسي قادراً على الصدق، وعلى أن يكتب قلبي ما يدور في رأسي كتب حتماً.. في كل مرة كنت أظن أن الأمر فيه تهرب، وكنت أظن أن أستاذي بتاريخه الكبير، وبوزنه العلمي قد أعدّ العدة للمغادرة، ولا يريد أن يرتبط بأي التزام.. لكن لقاءاتي به في حمص المحطة، وفي شوارع دمشق كانت تؤكد أن الطيب لا يزال طيباً، ولا يريد المغادرة، وأن ما غاب عني من رأيه لا يزال بعيداً جداً عن استيعابي المتعجل والبسيط.. ليلة الجمعة الفائتة هتفت لصديقي د. نبيل طعمة لأمر ما، فأجابني: بانتظارك... لم أكن مستعداً، ولكنني ذهبت لأفاجأ به يقول لي: أحببت أن تكون في جلسة مع د. تيزيني، بتحب؟

وكيف لا أحب وأنا الذي لا يعرف طريقة للوصول إليه؟! اختار د. نبيل أن يجلس إلى حوار د. طيب ليقدم له ما يحتاجه، وكان موقعي قبالته، فسألته: كيف حمص؟ فأجابني: مليئة بالحماصنة، وابتسم وتابع: في كل مكان من حمص تجد الحماصنة الذين لم يغادروا ولن يغادروا مدينتهم وأرضهم، لذلك فحمص بخير، وأنا أتفاءل بالإنسان.. سألته: ولهذا لم تغادر أنت مع أن الجميع كان يتوقع مغادرتك، وبعضهم يترقبها، ضحك وقال: ولماذا أغادر ألست حمصياً؟ يجب أن تبقى حمص مليئة بالحماصنة وهناك أناس يحتاجونني، ولا يجوز أن أغادر وأتركهم، ما قيمة الفكر إن لم يكن كتابة وممارسة؟

أين كتبك سألته: فأجاب: الكتب القديمة انتهت، وهناك كتب تطبع وتجمع دون علمي وإذني، وأنا أقوم الآن بمراجعة الكتب، الفكر يتجدد كل يوم، ومن المعيب أن أنشر بحثاً دون العودة إليه ومراجعته، خاصة ما يتعلق بالمرحلة الحالية، أنا أكتب وأراجع بمساعدة ابنتي، وسأقوم بنشر القديم والجديد، وعملي يتركز في الفكر، وهنا صعوبة الأمر فالتسلسل مهم، ويجب أن أخرج من أمر لأدخل في الذي يليه بصورة منطقية.. ولكن ما يرهقني اليوم هو مشروع السيرة الذاتية، وأنا لا أزال حائراً إن كنت قادراً على الصدقية مع ذاتي والمصداقية مع الآخر الذي يقرأ ما أكتب، لكن الظروف تحكم...

وفي غمرة الحديث العلمي الجاد، قال الدكتور طيب: ماذا سأكتب؟ وأول مرة في حياتي أراه يطرق رأسه، ويبدأ رأسه بالاهتزاز وصوت بكائه علا، ودمعاته تحدرت، وكان عاجزاً عن إيقافها..!

أول مرة أشهد هذه القيمة القمة العلمانية تجهش وتعجز عن مداراة الدمع، وإنها للحظة فارقة في حياتي، حاولت وحاول د. نبيل تغيير الحديث، فرفع د. طيب وجهه وعيناه مضمختان بالدمع:

ماذا سأكتب؟ عن أي شيء سأكتب؟

إن ما رأيته في هذه السنوات لن أنساه ما حييت، ولم أكن لأتخيل أنني سأراه، إن أصعب شيء رأيته هو انهيار القيم، لأكتشف أن كل ما نتغنى به مجرد قشور، وأن الحضارة التي ندعيها لم تكن كافية لإظهار الجوهر، وعندما ظهر الجوهر كان الجوهر عهراً كبيراً يعجز المرء أمامه..!

عن ماذا أكتب؟

عن سورية المستباحة؟ وحدها تقف ممزقة عارية، والكل يقف حولها لنهشها واغتصاب رقتها وحسنها؟ عن السوري الذي كان رجلاً واليوم يمارس رجولته على امرأة مسلوبة الإرادة؟ عني أنا وقد تظاهرت أمام من لا يعرفني بأنني عالم دين لأصلح بينه وبين زوجته أو ابنته؟

عن ماذا سأكتب؟

نحن نجلس، وأخشى على سورية في الأيام القادمة من الانهيار. التاريخ الذي نحبه دمر، والآثار والحضارة لم يبق منها سوى ٢٠٪ فقط، كله نهب، إذا بقينا كيف سننهض، وأين جوليا دومنا وأم الزنار وخالد؟

لهذا لم تغادر قلت:

أجابني: ولم أغادر؟ وعلى ماذا أخاف؟ الفرد يبقى فرداً، وأنا أريد أن أبقى لأنني لن أغادر، وسأبقى للكتابة وسأبقى لخدمة مصالح الناس الطيبين، هم بحاجتي ويجب أن أبقى، ويجب أن تبقى، ويجب أن يبقى الجميع حتى لا نسمح بانتهاك بلدنا واغتصابها أمام الجميع، وحتى لا نكون مثل ذلك الذي لم يقدر على من لوث شرفه فطلق امرأته لأنها زانية وداعرة!

أنا باق ولن أغادر.

أعيد قراءة ما كتبته.. وأكتب الحالة الراهنة..

وسأحاول كتابة سيرتي الذاتية بما أمكن من صدق، ولكن الأهم أن تبقى سورية ملأى بأولادها، وألا نغادرها، هي اليوم تحتاج وجودنا، ونحتاج أجسادنا وعلينا أن نحميها وألا نسهم في تعريتها، وعلينا أن نعيد لها تاريخها.

شهدت في هذه السنوات ما أدماني، والبكاء قليل، اعذروني لكن الدمع الذي أحبسه يكاد يقتلني، وأنا المتمسك بالمعتق من البلاد والفكر.

بكى د. طيب تيزيني وهو يتحدث عن سورية، بكى وهو يخاف انهيارها، بكى لعريها أمام الغرباء، بكى لحضارة كنا ندّعيها ولم نحافظ عليها، بكى لقيم كان يظن وجودها ففوجئ بأنها غير موجودة..!

بريق عينيه

عمق صبوته

هدوء نبرته

علمية كلماته

صفات ليست في غير د. طيب، الذي لو أراد لكان زعيماً أو أي شيء في الخارج، وكلنا يعلم أنه دعي، ولكن طيب تيزيني أراد أن يكون حمصياً في سورية، وأن يبقى مع سورية ومع إنسانها، وكان قد حبس دمعاته وانتظر طويلاً حتى حانت تلك الساعة التي بكى فيها، ما أعمق البكاء..

قبل أن أغادر قلت له: سأكتب..

ضحك وقال لي: هل تأتي الأفكار إلا في لحظات الحقيقة؟ أكتب ما تشاء، وإن رأيت ضعفي فهي أعلى درجات قوتي بك وبخصمي، وهي سبب بقائي هنا..

لن أغادر أبداً، كلما أردت أنا هنا ومع الجميع، وأنتظر لحظة الصدقية والمصداقية لأكتشف من أنا؟

طفرت دمعاته من جديد، فآثرنا المغادرة قبل أن يدلف إلى عوالم لا نقدر على استيعابها.

شكراً لك صديقي النبيل على ما خصصتني به، فأنا بحاجة للدخول في الدورة الدموية لأستاذي، وشكراً لأستاذي د. طيب تيزيني الذي منحني رؤية جوهر نقاء الدمع، والذي يختصر المقالات والكتب، ولا يحتاج لأي كلام بعده..

وإلى دمعة قادمة تتبعها ضحكة.

طغت السياسة على النقاء الديني وكان ذلك بداية القطيعة مع العقل

الكاتب باسل الخطيب لـ«الوطن»: لا إمكانية للنجاة من التهلكة إلا بالعودة إلى استعمال العقل

هيثم يحيى محمد

بعد كتابه غزوة الأحزاب الثانية في عام ٢٠١٥ صدر للمهندس الكاتب باسل الخطيب منذ فترة قصيرة كتاب جديد بعنوان (تغريبة العقل.. عقلية البارامسيوم) يقول فيه إن الروائح المنبعثة من خمود قوة الحياة تشبه الروائح المنبعثة من الماء الراكد وهكذا يتسم كيان الأمة بالكامل ويضيف: إنها الوهابية المقنعة.

عن كل ما أثير من موضوعات وقضايا ومصطلحات غير مألوفة في هذا الكتاب كان لـ«الوطن» الحوار التالي مع الكاتب الخطيب المحاضر في جامعة طرطوس وصاحب عشرات المقالات والدراسات والمحاضرات في موضوعات مختلفة.

• عنونت كتابك الثاني الذي صدر منذ فترة قصيرة بتغريبة العقل (عقلية البارامسيوم) حبذا لو توضّح للقراء عقلية البارامسيوم؟

ذلك الكائن المتحول الذي لا يمكن تحديد شكله بالضبط، هذا الكائن على ما هو عليه من التأرجح وعدم الثبات يشبهنا نحن، نحن ورثة ذاك التراث التأسلمي ومتبعيه، حالة التأرجح تلك أنتجت الازدواجية والتردد وعدم الحسم وعشي البصيرة والكيل بألف مكيال وصولاً إلى النفاق في مقاربة أي قضية أو موضوع أو شخص.. أما لماذا استعملت تعبير (الأمة التأسلمية) ولم أقل (الأمة الإسلامية)؟ كلمة الإسلام هي كلمة تشبه الخط المستقيم أو هي الخط المستقيم عينه لا تحمل تأويلاً أو إضافة أو تأرجحاً، أما كلمة التأسلم فتحمل في معناها كل مفاهيم التأرجح وعدم الثبات،.... على فكرة وفي السياق ذاته أنا ضد استعمال تعبير (الإسلام السياسي) والتعبير الصح هو (التأسلم السياسي)، من حيث المبدأ استعمالي لهذا التعبير هو تنزيه للإسلام كقيمة مطلقة لا يحتاج إضافة أو تعريفاً لكون الكلمة في معناها تعبر عن دين كامل هو خلاصة الفكر الإنساني في سموه ورفعته، يقال أو يستخدم أحياناً تعبير (الإسلام المتطرف) أو (الإسلام المعتدل)، لا يوجد شيء اسمه (إسلام معتدل) أو (إسلام متطرف)، الكلمة: كلمة (إسلام) كلمة قائمة بحد ذاتها لا تحتاج إلى رافعة، كلمة تعبر عن نفسها بنفسها، عندما نستخدم هذه الكلمة فهذا مرادف للحقيقة المطلقة، مرادف للاعتدال والوسطية، وفي اللغة لا يجوز

تعريف المعرف... الفضيلة هي كل وسط بين رذيلتين، الإسلام هو تلك الفضيلة، هو ذاك الوسط بين رذيلتي الكفر والتكفير.

• تقول إن ما ورد في كتابك ليس قرعاً لحرب التحذير لأننا لم يعد يفيدنا شيء كعرب للنجاة لأننا سائرون إلى التهلكة.. لماذا كل هذا التشاؤم والسوداوية؟

هذه ليست نظرة سوداوية أو متشائمة، أنا أصف واقع هذه الأمة، كما هو، بكل تجرد، من دون رتوش أو مساحيق تجميل، إن علاج أي مرض كان يقتضي صحة ودقة التشخيص، حتى يكون العلاج ناجعاً ومفيداً، أنا لا أقفل الباب أمام إمكانية النجاة أو القيامة، ولكن لهذه القيامة شروطها وأولها أن تعود هذه الأمة إلى عقلها، أو بالأحرى أن تعود إلى استعمال العقل والمنطق في كل ما خص أمورها، وتتحرر من انعتاقها لأفكار ذاك الموروث وعقول من عاش في تلك القرون الغابرة... الحل هو في الانعتاق من عبودية ذاك الموروث وذاك الماضي بأشخاصه وأفكاره.

تقول إن تفجير الإرهابي لنفسه طوعاً ليس بسبب إقناعه بذلك من مشغله إنما هو نتاج تراث تأسلمي.. كيف؟

إن من يدير هؤلاء الإرهابيين ويرسلهم لتنفيذ عملياتهم كان قد سيطر واستملك عقولهم، أو بالأحرى أزاح عقولهم جانباً وألقى عليها حجباً كثيفة، وحصل هذا عندما تم تصوير الجنة في ذاك الموروث التأسلمي، إنها عبارة عن الجواري والغلمان وإن مكافأة ذاك الإرهابي على فعلته ستكون تلك الجنة ومقامه فيها سيكون أرفع وأعظم كلما قتل أكثر... كان من نتاج ذاك الموروث وذاك التعريف الوضعي للجنة أن الأغلبية أضحوا

عبيداً لصنم (الغريزة المقدسة).

• ولماذا تنفي أي علاقة بين العقل وبين ذاك التراث (التأسلمي)؟

على مدى تاريخنا الطويل عظم ذاك الموروث التأسلمي نهج العلوم الشرعية الفقهية على حساب العلوم العقلية والمنطقية، كانت نظرة الفكر التأسلمي للعقل على أنه (كيان نسبي) ومن ثم يجب أن يكون تابعاً للنص الذي هو (مقدس مطلق)، كانت النظرة للعقل أنه يجب أن يكون محدوداً بحدود الشرع وتكمن مهمته فقط في تطبيق النصوص من دون نقاش أو تمحيص أو تدقيق، كل ذلك جعل العقل عندنا محدود القيمة والفاعلية والإنتاجية، عندما كُبل بالحدود الشرعية التي كانت قاسية لدرجة أن تلك الحدود قتلت أو نفت أو اضطهدت كل من فكر أن يستعمل عقله خارج إطارها، لذا انطوى العقل لدينا على نفسه ولم يغامر بالبحث عن المعرفة خارج إطار الفكر الديني. راكمنا الماضي بكل ما فيه في عقولنا حتى استحال صنماً، عظم ذاك الموروث النقل وقدمه على العقل في كل الأمور.

• ترى أن ثقافة النفاق انتشرت في مجتمعنا بشكل كبير وخطير، حبذا لو توضح لنا ذلك؟

ذاك الموروث التأسلمي أنتج تلك العقلية المنقسمة على نفسها لأنها عاجزة بالمطلق من جهة، ومن جهة أخرى تراها تداري ذاك العجز بالتكبر الأجوف وادعاء إدراكها لعلوم الأولين والآخرين ما شكل بيئة حاضنة مثالية لإنتاج (ثقافة النفاق)، ذاك النفاق الذي نتلمسه في كل خطواتنا وكلامنا ومناحي حياتنا، ليصير أداؤنا للواجب الديني هو شكل من أشكال البروز الاجتماعي، أو أنه خوف من عقاب أو طمع في ثواب، وهذا انسحب على كل واجب آخر في أي مجال، حيث أصبحت تأدية الواجبات خاضعة لمنظومة أخلاقية متحركة، هي بدورها خاضعة لثقافة دينية هلامية ومعقدة، وليس لأن ذاك الواجب هو (واجب)، أو لأن القانون يفرض ذلك، فكان أن ولد ذلك انفصاماً في الشخصية كان يدارى بالنفاق، خذوا على سبيل المثال تلك الأمثال الشعبية التي نعتبرها (خلاصة الحكمة) والتي تشكل وعينا الجمعي وتعتبر منهجاً أو طريقة للحياة، يقول المثل «الأرض الواطئة تشرب ماءها وماء الأراضي التي حولها» ماذا يعلمنا هذا المثل؟ ألا يعلمنا التذلل والخضوع للحصول على المراد؟ وغيرها كثير.

• أنت تخرج داعش من دائرة النفاق، هل توضح لنا ذلك؟

دعونا نسأل السؤال الخطير التالي: لماذا لا تجرؤ المؤسسات التأسلمية والتي تصنف أنها معتدلة على إدانة الكثير من أفعال داعش إدانة صريحة وليست إدانة لفظية إعلامية استعراضية فحسب؟، وأقصد بالإدانة الصريحة إدانة تفند أفعالها تفنيداً منطقياً تفصيلياً شرعياً يخرج هذه الأفعال من دائرة الإسلام المحمدي ومن ثم يخرج داعش نفسها من تلك الدائرة. إن داعش وأخواتها يطبقون بالضبط ما تتضمنه تلك المقررات التي تدرسها تلك المؤسسات (المعتدلة) لطلابها، داعش وإخوتها يطبقون تلك النصوص حرفياً، النصوص والمقررات إياها التي تنضح تطرفاً وتكفيراً والتي يتشربها طلبة تلك المؤسسات والتي تطبقها داعش كما هي. إن جل ما عرفته هذه الأمة التأسلمية طوال تلك القرون الماضية من آراء فقهية أو شرعية كان ظاهراً في قضايا مصيرية وخطيرة وكان ذا خلفية سياسية بحتة ولا علاقة له قولاً واحداً بالشريعة أو بالدين الإسلامي المحمدي إياه، وصولاً إلى (ثقافة التكفير) التي لم تكن أبداً ذات أصل ديني إنما هي ذات منشأ سياسي لبست لبوس الدين لكونه أقصر الطرق وأنجعها لتحقيق الغايات.

لقد حصل خلط كبير بين مفهومي إسلام (النص) وإسلام (التاريخ) حتى أضحى إسلام (التاريخ) متقدماً في كل شيء بما فيه القدسية على إسلام (النص)، وحتى تكتمل حلقة النفاق عند ذاك التيار التأسلمي يلاحظ أن إسلام (النص) عند هؤلاء هو إسلام (الضرورة)، أي إنه يستعمل وكأنه (حبة الدواء) عند الحاجة فقط.

مرة أخرى لا حل أمامنا إلا أن ننزع صفة المقدس عن ذاك الموروث وأن نواجهه، لا حل أمامنا إلا بفصل ما هو ديني عن التاريخي، الإسلام ما كان يوماً دولة، والرسول ما كان يوماً حاكماً، الرسول كان معلماً، والدين ليس علماً حتى يحتاج بحثه إلى مختصين، الإسلام هو منظومة أخلاقية رفيعة وكل ماعدا ذلك لا علاقة له بدين محمد عليه الصلاة والسلام.

كيف تواجهين المواقف الصعبة؟

هبة الله الغلاييني

لا يوجد شخص كامل، فكل الناس يمرون بأمور طارئة، وتواجههم ظروف لا يمكنهم التحكم فيها، وتؤثر في قدرتهم على أداء العمل بشكل جيد طوال الوقت، قد تتمثل هذه الظروف في: حركة مرورية مزدحمة، مرض طفل، إخفاق زواج، تعطل حاسوب وخسارة ملفات مهمة، فقدان وظيفة أو شخص عزيز، أو التعرض لضغوط شديدة في العمل أو البيت....إلخ.

بعض المواقف يسهل التعامل معها، وبعضها يجعل حياتك جحيما، ولا يمكنك التعامل معه وتكون نتائجه كارثية، هذه النوعيات المختلفة من المواقف نجدها في مختلف الأوقات والأماكن، وقد يسببها: صديق، قريب، زميل عمل، مدير، أو زوج، لكل موقف خصوصيته، وللأشخاص المتورطين في الموقف شخصيات مختلفة، وقدرات متنوعة على التحكم بأفعالهم وردود أفعالهم.

الحياة بشكل عام تسير وفق مبدأ ٩٠ | ١٠ وتعني أن ٩٠٪ من حياة البشر هي نتيجة ردود أفعالهم، أي إنها الجزء الذي يمكن التحكم فيه، على حين تشكل ١٠٪ الباقية الأفعال، وهي الجزء الذي لا يتحكم به المرء. ولتخفيف وقع الأحداث الصعبة عليك يمكنك عمل ما يلي:

١- ابقي على هدوئك: قد يصيبك الغضب، وقد يكون رد فعلك على شكل صراخ، بكاء، أو التلفظ بألفاظ غير لائقة تدينك فيما بعد، ولكن الأفضل أن تحتفظي بالهدوء وابتسامة لطيفة، بحيث تعكسين رد فعل إيجابيا لدى الآخرين مع أسلوب اللطافة إن أمكن وعدم التشنج، والابتعاد عن الجمود أو الوقوف مندهشة مما يحدث.

٢- الاعتذار والمضي قدما: إذا كان عليك الاعتذار فاعتذري، ولا داعي لتقديم الأعذار بشكل مطول في حال أخطأت أمام الآخرين، بل يكفي الاعتذار مرة، وتوضيح الموقف بشكل موجز، مع عدم فتح الموضوع مرة ثانية، ثم انتقلي إلى موضوع آخر.

٣- تغيير الموضوع: يعد تغيير الموضوع من أفضل الطرق لمعالجة المواقف المحرجة، أو المواقف التي يتم فيها احتدام الحوار، وتصارع النقاشات، ومن أشكال تغيير الموضوع المختلف عليه السؤال عن أحوال العائلة، أو السؤال عن آخر النشاطات الموجودة في المدينة، أو ما تم الانتهاء منه في أمر من أمور ذلك الشخص (كتجهيز شقته، أو تعليم طفله) أي لفت نظره لشيء يهمه بعيداً عن موضوع الخلاف.. إلخ.

٤- استخدام كلمات لطيفة: قولي كلمات لطيفة تجعل الصراع أقل تفاقما، فبدلا من إهانة الشخص الذي أساء إليك، يفضل استخدام أسلوب مغاير لأسلوبه، عن طريق تأنيبه بطريقة لطيفة، ومهذبة وتشعره بالخجل، وتخفف من حدة الموقف.

٥-الاعتذار والابتعاد بسرعة: ربما يكون الابتعاد حلا لا بأس به حين يصبح الخلاف خارج سيطرتك، فهناك لحظات يشعر بها الأشخاص بضرورة الابتعاد عن المكان، نتيجة عدم قدرتهم على تحمل المواقف المزعجة، أو الرد بصورة ترضيهم، بحيث يفضلون الانسحاب، إذا كنت ترغبين في الرحيل فهناك قاعدة مهمة وهي أن تعتذري مع ابتسامة لطيفة وتنسحبي، على أن تكون المغادرة من دون ترك أثر سلبي كالتشويح باليد، أو اي إشارة (لغة جسد) تدل على إهانة أحد ممن تختلفين معهم.

٦- الانخراط في نشاط جديد: للخروج من المواقف الصعبة عليك تغيير أنشطة قديمة تقومين بها، واقتراح أعمال جديدة، كالخروج من البيت، التسوق، الذهاب للمشي في مكان مفتوح إن أمكن، الذهاب إلى جلسة مساج، الجلوس بهدوء لسماع موسيقا هادئة، مصاحبة أطفالك والجلوس معهم والاستماع لهم. قراءة كتاب، الاستماع لأحد برامج التنمية البشرية بدلا من تناول الطعام أو مشاهدة التلفاز.

٧- تعويض الآخرين: كثيرا ما يسبب النسيان أو سوء التصرف في أمر ما مع الآخرين مشكلة كبيرة من دون أن يكون في نيتك اختلاق هذه المشكلة، وكذلك ينشأ معظم المشكلات من إهمال الأشخاص أموراً مهمة ينبغي القيام بها، كأعياد الميلاد، ذكرى زواج، أمر ما في العمل لم يتم إنجازه.

الأمر الذي يتطلب منك تعويض الآخرين عن نسيانك، أو إهمالك لإصلاح الأمور ومعالجة الانزعاج.