

الفصل التاسع عشر

حدثْ دفتر عناوينك

وكأننا قادرون على قتل الوقت، من غير أن
نجرح الأبدية.

هنري ديفيد ثورو، رسائل

لا تضيع وقتك مع الناس لمجرد قتل الوقت، أو لأنهم أصدقاؤك الوحيدون. إما أن تحب هؤلاء الأشخاص من كل قلبك، أو تبعد عنهم. لا تدخل في حلول وسط. هذا يعني أيضاً أنه عليك الانفصال عن هذا الصديق أو ذاك، وإن شق عليك ذلك. ربما تغيرت أنت، بينما بقي الآخرون الذين كانوا يعنون لك الكثير، على حالهم. كثيراً ما تستمر مع الآخرين بحكم العادة فقط، ولا تُنتهي العلاقة إلا بعد فوات الأوان. وهذا لا يكلفك طاقةً وحسب، وإنما يُبعد عنك أشخاصاً أكثر ملاءمةً وانسجاماً معك. لا تكبر الموضوع. ابتعد أكثر فأكثر عن الأشخاص المعنيين، واختصر الوقت الذي تُمضيه معهم، وإن اضطررت إلى البقاء وحيداً أحياناً.

كان لدى جو صديقة وفتية يروق له أن يكون معها دائماً. ولكن علاقتهما بدأت تتبدل منذ سنة. أخذت صديقتها تعتذر عن المواعيد أو ترجئها في آخر لحظة. وخُصَّص جو إلى أن بإمكانه الاستغناء عن هكذا أصدقاء. وبمساعدة نموذج الخطوات الأربع (الفكرة رقم 6) أوضح لها أنه لم يعد في وسعه تقبل سلوكها بعد الآن. ولما لم تغير سلوكها قطعاً أخيراً اتصاله بها. صحيح أنهما لا يزالان يتقابلان في الشارع مصادفةً، ولكن هذا لم يعد يزعجه، فقد تغلب على هذه الصداقة. وبعد أشهر قليلة وجد صديقةً جديدة. ويُعيد ذلك انتقاله إلى مدينته زميلان جامعيان قديمان. إذاً، فالانفصال منحه الكثير من الأصدقاء المخلصين الجدد.

عندما تتبني برنامج التدريب هذا، سوف تتخلص حتماً من العلاقات القديمة، وتتعرف إلى أناسٍ جدد؛ فالحياة أقصر من أن تضيعها مع أشخاصٍ لا يحترمونك. وفرّ مكاناً لأصدقاء ومعارف جدد يُضمرون لك الخير.

