الفصل الأول

تعريف الحب

الحب .. كلمة رقيقة تصف المشاعر الكامنة داخل الإنسان .. وتعبر عن ميله تجاه حبيبه .. وهذا الميل غالباً ما يكون مرتبطاً برغبة شديدة في التواصل معه .. والإقتراب منه .. والبقاء بصحبته .. قدر الإمكان .

فما هو الحب ..

وكيف نصف هذه المشاعر الرقيقة ..

الماء ..

عندما يكون الحديث عن الحب .. لست أدري ما يجعلني أتذكر الماء .. وأربط بين " الحب "

و" الماء " ..

ربما لأن الماء هو سر الحياة ..

حتي أن العلماء عندما يبحثون عن الحياة علي أي كوكب آخر .. فإنهم يبحثون عن الماء ..

فلا حياة بدون ماء ..

ولا حياة بدون حب ..

وإنني أكاد أجزم .. أنه لا أحد يحيا بدون حب ..

فالإنسان السوي يحمل بين أضلعه قلبا .. ينبض بالحب ..

حب الله .. حب أسرته .. حب الناس .. .. حب الخير .. حب الحياة .. حبه لذاته .. حب الوطن .. حب الجمال .. ، .. ، ..

وكما يشترك الناس جميعا في علاقتهم بالماء .. فإنهم يشتركون في علاقتهم بالحب ..

فما هو الحب ؟! ..

في البداية .. لابد من تعريف الحب .. خصوصاً أنه من المفاهيم الجدلية .. فالإختلاف حوله يتراوح بين من رفعه لمستوى أسمى حالة إنسانية ..

ومن أنزله إلى مستوى مرض نفسي ..

فمن قائل أن الحب هو هبة إلهية يسمو بها الإنسان إلى أسمى معاني الأخلاق والجمال والخير ..

إلى فرويد الذي يرجع كل المشاعر والعواطف إلى الجنس .. معتبرا أنها جميعها ما هي

إلا مقدمات للإشباع الجنسي .. ولا يستثني من هذا علاقة الطفل الرضيع بأمه .. وعلاقة الأم بطفلها الرضيع ..

فهي أيضا تتم بدافع جنسي !! ..

لنحاول معا معرفة أصل كلمة " حب " في اللغة ..

فاللغة تعتبر من أهم وسائل المعرفة .. بكل أدواتها من إشارات أو رموز .. تساعد علي التفاهم والتواصل بين أفراد المجتمع .. بحيث بدونها يتعذر هذا التواصل .. بل يتعذر صياغة الأفكار في قالب لغوي واقعي .. ذي دلالة محددة .. بدونها لا يكون هناك نشاط معرفي ..

ولثراء اللغة العربية .. فإن الحب له أكثر من عشرين معنى ..

أما في اللغات الأخري .. فالحب له على الأكثر أربعة معاني ..

فما معني الحب في اللغة ؟! ..

الحب : هو الجوى وهو الهوى الباطن وشدة الوجد من العشق ..

الحب : هو الميل إلي شخص ما ..

الحب : هو الشغف وهو الحرقة يجد فيها المحب لذته في الحب واللوعة ..

الحب : هو الكلف .. بضم الكاف وتسكين اللام .. وهي المشقة ..

الحب : هو الصبابة .. أي الشوق إلى الحبيب ورقة الهوى والولع الشديد ..

الحب : هو العشق .. إلا أن العشق هو الإفراط في الحب .. وقيل .. هو الحب مقترن بالشهوة ..

الحب : هو الشجن .. الحب الذي يتبعه الحزن .. والوجد ..

الحب : هو شعور بحالة من الغرام نحو شخص ما ..

الحب : هو شعور بالتعلق بالشيء .. تعلقا لا يستطاع التخلص منه ..

الحب : هو التتيم .. وهو أن يستعبده الحب ..

الحب : هو الهيام .. إلا أن الهيام يعبر عن جنون المحب .. في حب حبيبه .. لدرجة تكاد تذهب بعقله .. أي يهيم بحبيبه ..

و أرى أن الحب هو كل ذلك ..

فقد يساعدنا علي الإقتراب من معرفة ما هو الحب .. أن نمزج جميع العواطف السابق الإشارة إليها .. و سوف نجده هناك ..

يخرج من رحم هذا المزيج الرائع من المشاعر ..

فالحب يشير إلى مجموعة متنوعة من المشاعر المختلفة .. والحالات .. والمواقف ..

تتراوح من السرور .. إلى حالة الإنجذاب الجنسي نحو الشريك ..

إنه شيء جديد وفريد .. وهو يمثل أجمل شيء في حياة الإنسان ..

وكثيرا ما يعبر الحبيب لحبيبه عن ذلك .. بقوله :

" أنت أجمل شيء حدث في حياتي .."

مع ملاحظة أن هذه التعريفات كلها تشير إلي مشاعر إيجابية نحو الغير ..

وهي ليست ألفاظ مترادفة .. وإنما هي متراتبة .. حسب التطور المرحلي لإحساس الإنسان بها تجاه الغير ..

فقد يأتي الإعجاب في البداية .. ثم الإنجذاب .. فالمودة .. فيكون الحب .. فالهوى .. فالعشق والتيه والتتيم .. أي يكون الحبيب متيما بحب حبيبه .. ثم الوله ..

ولا يأخذ القاريء هذه التطورات في مشاعر الحب .. علي أنها مراحل لا بد من ترتيبها تاريخيا .. وتندرج تحت الترتيب ... 1 – 2 – 3 ..

فقد يخطف الحب قلبك في غمضة عين .. دون أن تدري .. فتجد نفسك متيم .. ولهان ..

فلا مررت بمرحلة الإعجاب .. ولا الإنجذاب .. بل وجدت نفسك مباشرة أمام حب حياتك .. وقد كان قلبك بالأمس .. من الحب خالي ..

علي أي حال ..

و كما يلاحظ القاريء ..

أننا لم نقدم له تعريفا قاطعا مانعا عن ما هو الحب ..

حيث أن الفلاسفة والمفكرين درسوا ظاهرة الحب .. وتأملوا طبيعته منذ أقدم العصور ..

ولكن أحد منهم لم يستطع أن يقدم لنا تحديدا دقيقا .. جامعا مانعا .. يعبر عن ماهية هذه الظاهرة ..

وربما كانت التجربة الحقيقية .. لمن ذاق نعمة الحب .. أكبر من أن يتناولها فيلسوف بالشرح ..

وقد تكون التجربة الحقيقية لمن تجرع خيبة الأمل والمعاناة الوجدانية .. في تجربة حب مريرة .. أكبر من أن يشرحها فيلسوف ..

كما أنه ما من منطق يحكم إرادة القلب .. إذا قرر أن يفتح بابه على مصراعيه .. لحبيبه ..

ولا معايير.. ولا مقاييس ..

يقول أرسطو في هذا الشأن : ..

الحب هو هذه القوّة الّتي تعصف بالإنسان دون سابق إنذار .. وتدخله في عالم داخلي .. وغير منظور .. يصعب على العقل شرحها منطقيّاً ..

وكثيرًا ما يلتقي إنسان بآخر من الجنس الثاني .. في مناسبة أو أخرى .. فيشعر بشيء من الراحة والإنسجام ..

ربما لأول لقاء .. أو .. من أول نظرة ..

هذا الإنسجام ربما يتحقق بسبب جمال جسدي ..

أو موهبة ممتازة في الشخص الآخر ..

أو لطف في التعامل ..

أو قدرة على خلق علاقات إيجابية مع الغير ..

أو تديّن .. إلخ ..

و هذا ما يسمي بالإفتتان ..

حيث يفتتن الشخص بالطرف الثاني في أول لقاء ..

فقد يرى شاب فتاة لأول مرة ..

فيقول هذه هي الفتاة التي أبحث عنها لتكون هي شريكة حياتي ..

وأتمنى أن أقضي معها بقية حياتي ..

فهل يمكن لذلك أن يحدث ؟! ..

نعم .. بل أنه كثيرا ما يحدث ..

لقد إختارها هذا الشاب .. بناء على مواصفات معينة إستقرت في وجدانه .. وارتسمت في لا وعيه منذ سنوات طويلة .. قد تكون منذ سنوات طفولته المبكرة ..

قد تكون هذه المواصفات شكلية .. وقد تكون معنوية ..

وربما يشعر هذا الشاب فجأة بميل طاغ نحو هذه الفتاة ..

هكذا من أول لقاء ..

بل من أول نظرة ..

وهذا يحدث لأن كلا منا .. في سنوات طفولته المبكرة .. يتعرض لمؤثرات كثيرة ترتبط بمشاعر معينة .. قد تكون إيجابية .. وقد تكون سلبية ..

فيحدث ما يسمى .. بالإرتباط الشرطي ..

هذا الإرتباط الشرطي .. يعني أن مؤثرا آخر يثير لدينا أحاسيس اللذة والبهجة والقبول والإستحسان .. ونحن لا ندري .. متى ولا أين تكونت لدينا هذه الإرتباطات الشرطية ..

وبعد مرور هذه السنوات الطويلة .. نتعرض لمؤثر ما .. فيثير لدينا المشاعر القديمة الدفينة المختزنة على هيئة إرتباط شرطي .. فإذا بنا نشعر بالقبول .. نشعر باللذة .. نشعر بالفرحة ..

أما في حالة كون المشاعر التي إرتسمت في وجداننا سلبية ..

فسوف يحدث النفور ..

أونشعر بالألم .. أو الإشمئزاز .. فور أن نتعرض لمؤثر ما يثير لدينا المشاعر القديمة السلبية .. المخزنة في وجداننا ..

قد تكون هذه المواصفات شكلية .. عن فتاة بيضاء .. سمراء .. طويلة .. نحيفة ..

أو مشاعر معنوية .. تثير الإنجذاب والإعجاب .. مثل طريقة مشيتها .. طريقة تفكيرها .. أسلوبها في الحياة ..

شخصيتها .. قد تكون هذه الشخصية إنبساطية .. منفتحة .. جريئة .. كما قد تكون شخصية إنطوائية .. محافظة ..

هذا هو ما يفسر الشعور الفوري بالإستحسان .. والشعور بالطمأنينة .. والألفة ..

وهذا ما يجعلنا نقرر فورا .. في التو .. و اللحظة .. أن هذا هو الإنسان الذي نبحث عنه ..

قد يرى الآخرون أنك قد تعجلت في قرارك .. إلا أنك في الحقيقة لم تتعجل .. وذلك لأنك تبحث عن هذا الشخص بالذات .. منذ عشرات السنين ..

وبمجرد أن رأيته .. تعرفت عليه .. ومنحته أهم ما تحتاج إليه من مشاعرالطمأنينة .. والألفة ..

فتخال نفسك وكأنك تعرف هذا الإنسان جيدا من قبل .. وأنه ليس غريبا عليك ..

وهذا هو معنى القبول ..

وهذا هو معنى الحب .. من أول نظرة ..

وفي تعريفه للحب .. يقول الأخصائي النفسي .. " روبرت شتيرنبرغ" ..

إن الحب يتكون من ثلاثة قيم ..

وهي .. " الحميمية .. والشغف .. والإلتزام " . .

حيث يرى أن السعادة تنشأ .. عندما يتوافق تقييم نسبة كل من هذه المعاني الثلاثة ..

بالنسبة للرجل والمرأة ..

فالرجل الذي يرى أن الحميمية .. هي أهم معنى في الحب .. سيندهش .. عندما تعتبر زوجته أن مساعدته لها في أعمال المنزل .. هي أفضل تعبير عن الحب .

فالحميميّة .. هي التقارب .. والتبادل .. والترابط بين الناس ..

وهي تبادل الأفكار .. والمشاعر ..

الحميميّة هي المحبة ..

و العشق هو عبارة عن شعور دافئ ومتحمس ..

هذا ما يسمى بالوقوع بالحب أو الشغف بالحبيب ..

و يؤكد علم نفس الحب .. أن العشق هو الجزء الأكثر مسئولية عن الإنجذاب الجنسي ..

والإلتزام هو المكوّن الثالث في الحب ..

وهو بعبارة بسيطة .. هناك شخص يحب شخص آخر .. ويلتزم كل منهما بالمحافظة على ذلك الحب .

ولكن .. وكما إختلف الفلاسفة والعلماء في تحديد معني الحب .. فقد إختلفوا أيضا في تحديد و بيان مراحل وقوع الحب ..

و سوف نذكر هنا ترتيب " إبن حزم " لمراحل الحب ..

حيث يذكر أن للحب خمس مراحل .. هي

1- الإستحسان .. وهي المرحلة الأولى في إختيار الصديق ..

2- الإعجاب .. وهي المرحلة التي يُعرض فيها الشخص عن الآخرين .. ويهمه أمر الشخص المعجب به ..

3- الألفة : وهي مرحلة الإستئناس لشخص .. والوحشة من عدم وجوده ..

4- الكلف والعشق : وهي غلبة إنشغال البال ..

5- مرحلة الشغف .. والتي يفقد فيها الشخص .. القدرة على التفكير العقلاني .. والتدبر في عواقب الأمور .. وربما يقل فيها إقباله على الطعام .. ويضطرب نومه ..

وفي رأيي .. أن الحب هو مزيج من العاطفة القوية .. ومن المودة والألفة .. والميل .. والتواصل .. والتقارب .. والتشارك .. والتعلق الشخصي .. والإفتتان .. والإنجذاب .. والدفء .. والتودد .. إلى شخص آخر..

سواء وقع المحب في الحب .. حسب الترتيب التاريخي المرحلي لحدوث المشاعر ..

أم في لمح البصر ..

والحب هو بلسم الحياة .. هو كلمة واحدة من حروف قليلة .. ولكن لا شئ يشغل العالم كله ويستغرق تفكيره كهذه الكلمة..

ففى هذه الكلمة الصغيرة عالم ضخم من المعانى والمشاعر الإنسانية ..

فهناك حب الأم وحب الأب وحب الأطفال وحب الذات .. وهناك الحب الأخوى وحب الإنسان لبيته ووطنه ..

وهذا هو التنوع في الحب حسب موضوع الحب ..

والحب يشمل هذه الأنواع جميعا ..

إن الحب عاطفة إيجابية ..

إنه توسيع لآفاق الحياة وثروة لا غنى عنها ..

إنه يدفعنا إلى الأمام لنحقق كل شئ كبير وعظيم ..

وهو يقضى على الحقد والكراهية ..

ويهزم كل نزعة إلى التخريب والهدم ..

إن الحب يهذب النفوس .. ويملأ القلوب بالرقة والرحمة ..

المهم أننا نميل إلى إقامة علاقات مع الناس .. ونقع في الحب معهم ..

على أساس قدرتهم على منحنا ذلك الحب الذي نرغب به ونصبو إليه . .

وعلى أساس قدرتنا على أن نمنحهم الحب ..

وليس في كل الأحوال يتطور فيها الأمر .. من مرحلة .. إلى الأخرى ..

فقد تتوقف المشاعر عند المرحلة الأولى للإستحسان ..

فيجد الإنسان أنه قد أخطأ التقدير .. بعد أن إختار الطرف الآخر ..

إستنادا إلى معايير معينة .. وأسباب خاصة .. أدت إلى الشعور بالإستحسان ..

وأيضا .. وبعد تطور المشاعر إلى الإعجاب .. قد يتوقف عندها الأمر ..

وينتهي الإعجاب .. الذي كان سببه مثلا .. مستوى عالي من الثقافة يتمتع به الطرف الآخر .. أو قدرة خاصة على تقدير الأمور ..

والتعامل بهدوء وحكمة في مواقف معينة ..

فكان ذلك من أسباب إستثارة شعور الإعجاب ..

و هذا هو ما يحدث .. إذا كان الطرف المعجب .. يحتفظ في لا وعيه بحبه لمواصفات معينة .. وسلوكيات معينة .. مثل الشخص على مستوى عالي من الثقافة .. أو

الشخص على مستوى كبير من الحكمة والهدوء في معالجة الأمور .. فيتحقق الإعجاب ..

ولكن قد لا تتوافر بعد ذلك أسباب هامة تدفع المشاعر تجاه المرحلة التالية ..

مثل التكافؤ الإجتماعي .. أو التكافؤ الفكري .. أو التكافؤ العاطفي ..

فعدم وجود هذه الأسباب .. سوف يكون مثل حائط الصد .. سوف يجعل الأمور تتوقف عند حد الإعجاب .. ولا تصل إلى المراحل التالية من المشاعر.. بل حتى مرحلة الإعجاب نفسها .. قد تتوقف .. فلا تنمو ..

أو حتى قد تتراجع ..

فماذا تقول " رايس " .. في " نظرية العجلة الدوارة " .. عن مراحل الحب المتسلسلة ..

في المرحلة الأولى تقع العلاقة بين شخصين .. يدركان حضور أو غياب الشعور بالألفة ..

فإذا كانا يشتركان في خلفية إجتماعية وثقافية واحدة .. فمن المحتمل أن يشعرا بالتقارب والإطمئنان ..

أما إذا لم يشعرا بالألفة .. في الخطوة الأولى .. فإن نمو العلاقة يتوقف ..

وعندما تبدأ المرحلة الثانية .. والتي تسمى بالبوح الذاتي .. فإنها تعطي مؤشرا إلى الفرد بالإطمئنان إلى العلاقة الإجتماعية .. عندئذ تكون الظروف قد تهيأت للمرحلة الثالثة ..

وهي نمو التبعية المتبادلة ..

وفي هذه المرحلة ..

يصبح الفرد معتمدا على الآخر في إنجاز إحتياجاته .. ورغباته الشخصية ..

وهذا يرجع إلى أن كل منهما .. يحس بعمق .. أنه في حاجة للآخر .. لأن يشاركه بأفراحه .. وأحزانه .. ومشاعره .. وبإختصار .. أن يعيش معه ..

وتأتي المرحلة الرابعة .. وهي مرحلة تحقيق الحاجات الشخصية ..

وهي التي يكمن ورائها السبب الأصلي في الشعور بالألفة .. والمودة القائمة بين شخصين ..

تقول الفتاة " س " .. أنها عندما قابلت شابا معينا .. هو زميلها بالجامعة .. لا تعرف ماهية الشعور الذي غمرها تجاه هذا الزميل .. ولكن كل ما تعرفه .. هو أنها تجد سعادة في التحدث معه .. وفي الكثير من الأحيان .. وليس دائما .. أفكارهما متقاربة .. وأن هناك حالة من التكافؤ الفكري والتكافؤ الثقافي .. وحتي التكافؤ الإجتماعي ..

تبدو متواجدة إلى درجة بعيدة ..

وأنها .. في وجودها معه .. تشعر بشخصيتها .. تشعر بذاتها ..

وكأنه هو من يمنحها هذا الشعور ..

إنها تبحث عنه .. إذا تغيب عنها بعض الوقت ..

أحيانا تشعر بالشوق إليه ..

إنها لا تشعر تجاهه بالحب ..

ولا تعرف إذا كانت تغير عليه أم لا ..

فلم يحدث أي من الأمور .. التي قد تستثير غيرة المحبين ..

ولكنها تحب فيه إهتمامه بها ..

تحب فيه ثقافته ..

إنها تشعر معه أنها فتاة ناضجة ..

عقلانية .. أكثر منها رومانسية ..

وهذا هو الإفتتان ..

أو مرحلة الإعجاب ..

وهي مرحلة .. قد تتطور إلى مرحلة متقدمة .. من مراحل تطور الحب ..

وقد لا تتطور .. حسب توافر الأسباب التي لا بد من توافرها .. للإنتقال بالحب

إلى مرحلة تالية ..

وهي لا تعرف حقيقة مشاعرها ..

أما في علم الأعصاب .. فإن العلماء يشيرون إلي أن الحب هو معادلة عصبية غير مفهومة .. وأن الجسم يفرز هرمون الأوكسيتوسين المعروف بـ "هرمون المحبين" .. أثناء اللقاء بين المحبين .. و أن الدوائر العصبية التي ترتبط بشكل طبيعي بالتقييم الإجتماعي للأشخاص الآخرين .. هذه الدوائر العصبية تتوقف عن العمل .. عندما يقع الإنسان في الحب . .

ويقول الباحثون أيضا .. إن هذه النتائج قد توضح أسباب تغاضي بعض الأشخاص .. عن أخطاء أو عيوب من يحبون .. رغم علمهم بهذه العيوب ..

إلا أنهم يتغاضون عنها ..

ربما كان الدافع إلي ذلك التغاضي .. هو الأمل في تغيير هذه السلبيات .. إلي إيجابيات ..

أو تحويل مناطق الضعف هذه .. إلي مناطق قوة ..

وهو ما يعني أو يفسر قولنا .. أنه عندما يبدأ الحب .. يتوقف العقل ..

وعندما نقول إن الحب أعمى ..

يرد علينا البعض بقولهم ..

نعم .. إن الحب أعمى .. ولكن يأتي الزواج .. فيرد له البصر ..

أي أنه بعد الزواج .. سوف تتكشف الكثير من العيوب والنواقص ..

وربما كان هذا أيضا ما يفسر ما تقوم به الفتاة من السير بالحب إلى أخر الطريق ..

والزواج من حبيبها المدمن .. رغم علمها بإدمانه المخدرات .. على أمل علاجه من الإدمان .. فهي تحبه .. ولا تستطيع البحث عن بديل أخر .. لاستمرار علاقتها به .. ولا ترى إمكانية الحياة بدونه ..

ولكن طبعا .. لا يجب أن يؤخذ شيئ على سبيل الإطلاق ..

كان هذا عن محاولة الإقتراب من ما هية الحب .. ومراحله المحتملة ..

فهل هناك أنواع من الحب ؟

نعم ..

هكذا يجيب البعض ..

هناك العديد من أنواع الحب ..

إلا أنه علينا ألا نغفل رأي البعض الأخر ..

الذي يري أن " الحب " هو كيان واحد .. أو نوع واحد ..

" فالحب هو الحب " .. إلا أن الذي يتغير هو " نوع العلاقة " التي تربط بين الحبيبين ..

وعند هؤلاء . . أن الحب إذا وقع .. فهو حب ..

ولكن الذي يتعدد هو " العلاقات " ..

فهذه علاقة رومانسية .. وهذه علاقة غير متبادلة .. أي حب من طرف واحد ..

وهذه علاقة ربانية .. أي علاقة بين العبد وربه .. وتلك علاقة أخوية .. وهذه علاقة جنسية .. الكثير الكثير من أنواع العلاقات .. أي أنواع الحب ..

ومرة أخري أعود للمزج ..

المزج بين نوع الحب .. ونوع العلاقة ..

فنقول إنه حب رومانسي .. أو حب غير متبادل .. أي من طرف واحد .. أو حب رباني .. أو حب جنسي .. أو ..

وعليه فإن الطريقة الوحيدة لاستكشاف هيكل الحب وأنواعه .. هي من خلال تحليل العوامل أو الخصائص التي يتكون منها كل نوع من هذه الأنواع .. من العلاقات المختلفة ..

ومدي ما تحوي هذه العلاقات من الألفة .. والتقارب العاطفي .. والإنجذاب .. والحميمية .. في كل نوع من أنواع الحب ..

و المتأمل للأدب الإنسانى عبر الحضارات .. يجد أن فكرته الرئيسية تمثلت فى التعبير عن الحب بمعناه العام ..

فتارة نجد الحب بمعناه الإنسانى العام ..

وتارة أخرى نجد الحب بين الإنسان والإنسان .. وبين الإنسان والمجتمع .. وبين الإنسان والوطن ..

وتارة نجد من وهب حبه للمرأة .. أو السلطة .. أو الحرية .. أو للعقيدة ..

والكاتب الفرنسى " ستندال " .. رأى أن الحب ينقسم إلى أربعة أنواع هى :
أولا - الحب العاطفى: وهو الحب الحقيقى الذى تلتقى فيه عواطف الطرفين المحبين .. وتتفاعل لتصل إلى حد التضحية من جانب كل طرف فى سبيل الطرف الآخر .
ثانيا- الحب الجسدى: ويمثل الجسد محوراً له .

ثالثا - حب الرغبة والإستحسان: وهو كثيراً ما ينطوى على العذوبة والرقة بصورة تتفوق على الحب الحقيقى .

رابعا - الحب القائم على الزهو والغرور: هذا الحب يرجع إلى رغبة التملك .. والإقتناء وإشباع الغرور والتظاهر .

وهذه الأنواع الأربعة من الحب تتداخل ..

وهناك أنواع متفرقة أخرى من الحب ..

وهي : الحب من طرف واحد .. الحب من النظرة الأولى .. الحب متعدد العلاقات .. الحب المثلي .. الحب المشروط .. الحب الأول ..

حب الجمال .. حب العفة .. حب الفضيلة .. حب العدل .. حب الحرية ..

وربما أيضا .. كانت تجربة خاطفة .. لا تعرف التدرج .. ولا المراحل ..

يجد فيها المحب أنه .. وجها لوجه .. أمام حب حياته ..

ولكن .. في هذا السياق .. من الأهمية بمكان أن نوضح الأتي ..

فقد يمر إنسان بحالة في لحظة ما .. فيجد نفسه يعجب بإنسان آخر .. ويتعلق به عاطفيا ..

فيعتقد أنه أحبه .. ويعبر له عن حبه ..

ويعتقد أن هذا هو الحب من أول نظرة ..

فإذا مر الوقت .. ولم يتوافر لهما التوافق العاطفي .. والتكافؤ الفكري .. والثقافي والإجتماعي

.. فسوف يتبينا أن حرارة العاطفة تبرد .. وشعلة الإعجاب تخبو .. وتنزوي الرغبة والتعلق

العاطفي .. وتنتهي الرغبة في التواصل و الإستمرار ..

ولا حب حقيقي يجمعهما ..

مجرد تجربة عاطفية جميلة ..

تحت وهم جميل .. نسميه .. الحب من أول نظرة ..

وتتكرر حدوث مثل هذه الحالات .. في سن المراهقة .. وبداية النضج العاطفي ..

حيث يبدأ الإنسان في التعرف على الجنس الآخر .. فينجذب إليه .. ويسعي لملء الفراغ العاطفي لديه ..

وعلى العكس من ذلك ..

قد تري رجلا وسيما .. مشهورا و ناجحا .. تتمني فتيات كثيرات أن يكن صديقات له أو زوجات .. ولكنه يحب فتاة ليست في مستوى جمالهن ..

ولا حتي في مستوى درجاتهن العلمية .. أو الإجتماعية ..

ولكنه يختارها هي بعينها .. فيهيم بها حبا ..

فيقول الناس .. يا لك من شاب أعمي ..

أما أنواع الحب عند جون لي John Lee .. والتي تسمى أيضا .. بألوان الحب ..

١- الحب الرومانسي ..

وهو الحب المتأجج جسدياً وعاطفياً .. أساسه اللذة والإستمتاع ..

والذين يجربون الحب الرومانسي .. هم أكثر الأشخاص الذين يقعون في الحب من أول نظرة .. ويسبب لهم فقدان المحبوب .. أو ترك المحبوب لهم .. فزعاً شديدا وأليما ..

٢- الحب اللعوب ..

والعاشق اللعوب ينظر إلى الحب كلعبة مسلية .. وهو غالباً ما يكون لديه أكثر من معشوق في نفس الوقت ..

٣- الحب النبيل ..

وهو الحب الحنون العطوف .. الذي ينمو ببطء .. من صداقة أساسها التشابهات الروحية والفكرية والعاطفية .. إلى حب ..

٤- الحب العقلاني ..

وهو الحب الذي يقوده العقل وليس القلب .. وهنا يختار الحبيب شريكه بدقة وإحتياط .. وعلى أساس الإنجذاب والصفات المشتركة .. هذا العاشق يبحث عن قِيَم في معشوقه .. تتمحور حولها العلاقة العقلانية .. هي بالدرجة الأولى قيم إجتماعية .. ثقافية .. وأحياناً إقتصادية ..

وهو ما يجعل هذا الحب يتميز بأنه عملي .. واقعي ..

٥- الحب الوضيع ..

هذا المحب يتصف بانخفاض في مستوى الثقة بالنفس .. تقدير الذات ..

ويعطي إهتماماً مبالغاً للإرتباط بالآخر.. ويشعر بأنه "يحتاج" محبوبه ..

والحب بالنسبة له وسيلة للشعور بالأمان ..

٦- الحب الواهب ..

هذا الحب يتصف بالتضحية ..

والمحب هنا شخص كثير السماح .. صبور .. وفي .. معطاء .

ولا يعتبر حبا ناضجا .. ذلك الذي يعتمد علي مظاهر شكلية .. أو مجرد الإعجاب ..

بل حب مراهقة .. حتى لو حدث في مرحلة ما بعد المراهقة ..

وهذا الحب عادةً ما ينتهي بالفشل .. وتخبو شعلته سريعاً..

ما لم يكن متوافرا القدر اللازم من التكافؤ الفكري والعقلي والعاطفي .. والإنسجام الروحي .. الذي يعتبر أساسا ضروريا لنجاح الحب وإستقراره .. و إستمراره ..

فالحب ليس نهاية ما يحتاجه الزوجان .. بل بدايته ..

وقد يتساءل أحدهم ..

هل يمكن تنمية التكافؤ الفكري .. والإنسجام الروحي .. ؟!

فقد يجد أحد الطرفين أنه فكريا أقل مستوى من الطرف الأخر ..

وهو ما يقلل جدا من فرص التفاهم .. ومن مساحة الإتفاق في ما يتناوله الطرفان من مناقشات ..

بل ربما ذهب كل منهما بآرائه في وادي .. وهو ما يؤثر سلبا على فرص التواصل بينهما ..

ونفس الأمر .. بالنسبة للإنسجام الروحي ..

والإجابة .. نعم يمكن ذلك ..

فليس من الصعب تنمية الإنسجام الروحي .. والتكافؤ العاطفي والفكري ..

في حالة توافر الحب الحقيقي .. وتوافرالرغبة لدى الطرفان .. في إستمراره ..

فالحب الحقيقي لا يموت ..

فقط .. على كل طرف .. أن يبحث عن المساحات المشتركة من الهوايات .. والأفكار .. و المواقف .. والإهتمامات .. بينه وبين الطرف الأخر..

ويعمل على إستغلالها في تنمية وإستمرار التواصل ..

فإذا كان الزوج يحب مشاهدة المسلسلات في التلفاز .. والزوجة لاتحب ذلك ..

فحين ترى إهتمام زوجها وتعلقه الشديد بهذه المسلسلات ..

إذا حاولت أن تشاهدها معه .. وتتناقش معه حول هذه المسلسلات ..

وتبدي إهتمامها بالموضوع .. فهي بذلك تخلق الإنسجام ..

وتقترب من زوجها عاطفياً وروحياً..

وهناك مجالات كثيرة يمكن أن تكون مجالا مشتركا للطرفين ..

مثل قراءة الكتب حول موضوعات معينة .. تصلح لأن تكون موضوعات جيدة للمناقشة ..

أو حتى مشاهدة الأفلام في التلفاز ..

أو القيام برحلات قصيرة .. لأماكن معينة يحب الطرفان زيارتها ..

أو حتي المشاركة معا في لعبة الشطرنج ..

وقبل كل هذا .. المشاركة في كيفية تربية الأولاد .. وكيفية الإهتمام بهم .. وحتى مشاركتهم العابهم و لهوهم .. مما يخلق إنسجاما أسريا رائعا .. وبيئة صالحة لتنمية مشاعر الحب بين الجميع ..

وغيرها .. وغيرها ..

كل ذلك من شأنه أن يثري علاقة الحب الحقيقي ..

بالإنسجام الروحي .. والتوافق العاطفي .. ويسهل التواصل ..

وعموما .. فالرجل يبحث عن الإستقرار والجو الأسري الدافيء .. والمرأة أيضا ..إلا أن المرأة بدون حب .. كالورود على عيدانها .. وما أقسى على الورود .. من أن تسقط على الأرض .. قبل أن يقطفها أحد .. فسعادتها تكمن في أن يحبها أحد .. تمنحه الحب بدورها ..

ولكن .. أحيانا نشعر بالحب يغزو قلوبنا دون أن ندري .. فكيف يحدث ذلك ..

كيف يتسلل الحب .. إلى قلوبنا ..

عندما تتكرر اللقاءات ..

سواء في العمل .. أو في الجامعة .. أو المناسبات الإجتماعية ..

في البداية يسأل أحد الطرفين .. الطرف الآخر .. أسئلة عفوية .. عادية .. متداولة .. شائعة ..

- أين تقيمين ..
- من أي بلد ..
- هل أنت وحيد .. أم أن لك أخوة و أخوات ..
- هل تفضل النوم مبكرا .. أم تسهر مع ساعات الليل ..

وكلها أسئلة بسيطة .. لا يجد أحد غضاضة في الإجابة عليها ..

ولكن حقيقة ما يحدث .. هو أننا نكشف عن أنفسنا .. من خلال هذه الأشياء البسيطة .. ومع تكرار اللقاءات ..

وتواصل الأحاديث ..

ومع عدم وجود ما يمنع من الإجابة على هذا النوع من الأسئلة ..

تبدأ الأسئلة في الذهاب إلى مواقع أخرى .. وتأخذ أبعادا أخرى .. فيتم الكشف عن ذواتنا .. بشكل أوسع ..

- ما هي هواياتك .. هل تحب القراءة .. الرحلات .. السباحة .. التواصل الإجتماعي ..
- ما هو اللون المفضل عندك .. ولماذا هذا اللون بالذات ..
- ما هي أنواع الزهور التي تحبينها .. وما دلالة هذا النوع من الزهور ..
- ما هي أنواع المأكولات التي تفضلها ..
- هل قرأت كتاب كذا .. وكذا ..
- هل قرأت للكاتب فلان ..

وهذه الأسئلة .. يتفرع منها الكثير من الأسئلة .. ويطول الحديث .. ويتشعب ..

ويسود جو من القبول .. والألفة .. والإنسجام ..

وأهم من ذلك هو بداية توافر الرغبة من الطرفين في إستمرار تبادل الأسئلة والإجابات على هذا النحو من كشف الذات ..

وفي وقت آخر ..

أو ربما يوم آخر ..

وفي لقاء آخر ..

تستمر الأسئلة .. وتتواصل بشكل أعمق ..

- ما هي الأشياء التي تخشينها ..
- هل تخشى الظلام ..
- هل تخيفك الأماكن المرتفعة ..
- كيف تفكر في الغد ..
- ماذا تتوقع أن يحمله لك المستقبل ..

وهكذا .. كلما شعرنا بالألفة .. والقبول .. والإنسجام ..كشفنا عن جزء إضافي ..

من شخصيتنا ..

وكلما ازداد شعورنا بالحميميّة نحو الآخر .. كلما كشفنا له معلومات أكثر دقة عن شخصيتنا .. وبذلك نصل إلى مرحلة إدراج الذات .. في الآخر ..

أو إدراج الآخر في الذات ..

وهنا يصبح الآخر جزء من هويتنا..

في حين أن الأشخاص الغرباء .. أو الذين لا نجد أي تآلف لنا معهم .. قد لا نكشف لهم حتى عن أسماءنا ..

وهذه هي الحميمية ..

فالحميميّة .. هي التقارب .. والتبادل ..

وهي تبادل الأفكار .. والمشاعر ..

إلى جانب التجارب المشتركة في العلاقات ..

الحميميّة هي المحبة ..

هي العلاقات الوثيقة .. والشعور بالحب .. والتعاطف .. والدعم .. والمشاركة ..

فيصبح الأشخاص في العلاقة الحميمية .. أكثر قربا وترابطاً ..

كما أن المفاهيم ذاتها لديهم تصبح متداخلة ويتشاركون بها ..

وتنضج لديهم التصورات عن بعضهم .. وتتسع المساحة المشتركة من التفاهم

والتقارب و الرغبة في التواصل .. دون ترتيبات أو تعمد ..

ويصلون إلى حيث أن كل شخص يمكنه الإعتماد على الآخر .. في وقت الحاجة ..

هذه الحميمية قد تكون صداقة .. ود .. زمالة .. تعود .. نوايا حسنة .. تفهم ..

هي جزء من الحب ..

هي الجزء الأكثر عمقا ودفئاً ..