الفصل الرابع

أهمية الحب في حياتنا

الحب هو بلسم الحياة .. هو كلمة واحدة من حروف قليلة .. تجعل من الإنسان عابدا ..

تجعل منه إنسانا رقيق المشاعر .. رحيما على الآخر .. محبا للخير .. عطوفا ..

إن الحب عاطفة إيجابية ..

إنه توسيع لآفاق الحياة وثروة لا غنى عنها ..

إنه يدفعنا إلى الأمام لنحقق كل شئ عظيم .. وتحقيق المعجزات ..

وهو يقضى على الحقد والكراهية .. ويدعو إلى المحبة .. في الله .. وفي الإنسانية ..

ويقضي على كل نزعة إلى التخريب والهدم .. ويدعو للبناء و التعمير ..

الحب الحقيقي عملة نادرة ..

أهمية وجود الحب الحقيقي في حياتنا ..

1- الشعور بالمساندة ..

هناك لحظات في حياة الإنسان .. يشعر فيها بالوحدة ... والحاجة إلى المساندة .. من شخص يكن له مشاعر صادقة ..

وقد نعتقد أن الصديق يقوم بهذا الدور على الوجة الأكمل .. ولكن في الواقع هناك مشاعر قد تفوق مشاعر الصداقة .. يبغيها الإنسان .. ليشعر بأن هناك من يهتم بأمره .. ولديه رغبة أكيدة في مشاركته أفراحه وأحزانه .. لن يفهم معناها إلا من أحب بصدق .. ووجد الشخص المناسب القريب إلى قلبه ..

2- تحمل الصعاب ..

فالحب يمنحنا الطاقة الإيجابية التي تمكننا من تحمل كل الصعاب التي تواجهنا في مشوار

حياتنا اليومية ..

كما أننا كلما كانت علاقاتنا الإجتماعية علاقات صحيحة .. تعني أننا قادرون على أن نمنح الحب للآخرين .. وأننا نستحق أن نكون محبوبين .. وأننا محبوبين بالفعل ..

3- الشعور بالإستقرار ..

فمع الحب الحقيقي .. تشعر بالأمن والإحتواء والإستقرار ..

علينا أن نحب .. لكي نعمل ..

وعلينا أن نعمل .. لكي نحب ..

4- الحب يدفعنا إلى النجاح ..

فالإنسان يسعى أن يكون محبوبا .. وهو في هذا السعي يتبع عدة طرق .. طريق منها ما يلجأ إليه الإنسان عادة .. وهو أن يكون ناجحا .. وأن يكون قويا .. ومن أهم مصادر القوة .. هو الثراء .. طبعا الثراء بالطرق المشروعة .. فليس محبوبا من يجمع المال بالطرق غير المشروعة .. من تجارة المخدرات أو الدعارة أو البلطجة أو السرقة .. أو غيرها من الطرق غير المشروعة ..

وأيضا المقصود بالثراء .. هو الثراء النسبي .. الذي يتيحه الهامش الإجتماعي الذي يكون البيئة المحيطة بالإنسان ..

وليس المعني بالثراء هو الثراء في ذاته .. بل الثراء الذي ينعكس على الآخرين بالخير فينعكس إيجابيا على الآخرين .. فيكون الإنسان شخصية إجتماعية محبوبة .. مما

يضيف إلى هذا الإنسان الجاذبية .. لقلوب الآخرين ..

وهو ما يجعل الإنسان يهتم بمظهره .. فيجعله جذابا .. ويهتم بجسمه .. فيكون رشيقا مهندما مقبولا لدي الغير ..

وليس المقصود بالنجاح هو فقط جمع المال وتحقيق الثراء .. وإنما النجاح أيضا في العمل ..

والنجاح في تحقيق العلاقات الإجتماعية الإيجابية ..

كما أن هناك من الطرق الكثير لأن يكون الإنسان محبوبا .. وهي الطرق التي تسعي إليها النساء ..

وهي الطرق التي تبعث على السرور .. والرقة في المحادثات .. والتواضع .. والتعاون مع الغير .. وحسن المظهر .. وإختيار الملابس بعناية .. حتي تكون المرأة جذابة في عيون الآخرين ..

وهذه الطرق لا تخص المرأة وحدها .. بل يشاركها فيها الرجل ..

وكل هذه الطرق .. بالنسبة للحب .. هي ليست سببا فقط .. في كسب الحب ..

وإنما هي سبب ونتيجة ..

فبهذه النجاحات والتجمل والمظاهر الحسنة .. نكسب الحب .. ويدفعنا الحب إلى تحقيق المزيد من نجاح .. وحسن المظهر .. والسعادة بالعيش في ظلال هذه المكتسبات ..

5- الشعور بالمسئولية والإلتزام ..

فالحب ينمي فينا الشعور بالمسئولية تجاه من نحب .. ورعايتهم ..

يقول الرسول (صلى الله عليه وسلم) ..لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه ..

ويقول (ص) .. ما زال جبريل يوصيني بالجار .. حتى ظننت أنه سيورثه ..

ويقول المسيح (عليه السلام) .. أحب جارك حبك لنفسك ..

والحب يتجه إلى الإنسان والحيوان والنبات والطبيعة والحياة والموت ..

وإلى كل الأشياء المتعلقة بالجمال ..

إن جوهرالحب .. البراءة والبساطة .. اللتان تجعلان الطيور وأوراق الشجر ..

قريبة إلى قلوبنا قربها إلى قلوب الأطفال .

إن الأطفال الذين يشملهم الأبوان بالحب .. هم من يصنعون المستقبل المشرق ..

هم من يحملون الطاقة الإيجابية .. التي تشغل مصانع البلاد .. وتضيء مشاعل العلوم ..

والإبتكارت ..

هم من يحملون في قلوبهم الحب للجميع ..

ولقد أصبح من المسلّم به تربوياً .. أنّ مكتسبات سنوات الطفولة من عمر الإنسان ..

تترك آثاراً لا تمحى .. على مجمل حياته الخاصة والعامة ..

سواء كانت آثاراً إيجابية أو آثاراً سلبية ..

ففي هذه السنوات المبكرة من عمر أطفالنا .. يتمّ إرساء الأساسات الأولى

لشخصيّتهم المستقبليّة ..

ولا شك أن في الحب تكمن سعادتنا ..

وأننا حينما نروي قصة حب .. فإننا نتحدث عن أحسن ما في الطبيعة البشرية ..

و تؤكد العديد من النظريات في علم النفس .. علي مدى أهمية الحب فى حياة الإنسان ..

فالحب يحقق التوازن النفسي للإنسان .. وإخراجه من دائرة القلق والضياع والإكتئاب ..

وقد أكد ذلك .. عالم النفس الشهير (مازلو) .. بإثبات نظرية ما يسمى ب " هرم بناء الشخصية " ..

وفق الترتيب الهرمي الذي وضعه (مازلو) للحاجات .. فإن الحاجة إلى الحب

تحتل الترتيب الخامس في ذلك الهرم ..

تسبقها في ذلك الحاجات الفسيولوجية .. والحاجات الأمنية .. في قاعدة الهرم ..

وتليها بعد ذلك الحاجات النفسية .. التي أوجدتها المتغيرات الحضارية .. وحب الذات ..

والتي تقع في قمة الهرم ..

وفي هذا السياق يرى (مازلو) أن الحاجة إلى الحب .. تجد جذورها في الحاجة إلى الإنتماء

فعندما يتقدم الفرد نحو إشباع حاجاته الانتمائية .. فإنه يسعى في ذلك إلى الحب .. وإلى أن

يكون محبوبا من قبل الأخرين ..

والتي يستطيع التعبير عنها من خلال علاقات المودة مع الأخرين ..

أو من خلال العلاقة مع صديق ما .. أو مع زوج محب ..

أو عن طريق تأمين محل أو موضع ما .. في جماعة معينة ..

أو في المجتمع بشكل عام ..

وفي هذا السياق يرى (مازلو) أن الحاجة إلى الحب تتمثل برغبة

الفرد في حب شخص أخر .. وأن يكون محبوبا بالمقابل .. وحاصلا على

أشكال الإهتمام والعناية به ..

وفي حالة عدم إشباع هذه الحاجة .. فإن محتوى العلاقات الإجتماعية التي يقيمها الفرد ..

سوف يأخذ بالاضطراب ..

ومن هنا تبرز أهمية الحب من الناحية العلمية ..

وهذه هي نظرية العالم ابراهام ماسلو .. وتناقش هذه النظرية ترتيب حاجات الإنسان ..
وتتلخص في الخطوات التالية :

- يشعر الإنسان باحتياج لأشياء معينة .. وهذا الاحتياج يؤثر على سلوكه .. فالحاجات غير المشبعة .. تسبب توتراً لدى الفرد .. فيسعى للبحث عن إشباع هذه الإحتياجات ..
- تتدرج الإحتياجات في شكل هرم .. يبدأ بالإحتياجات الأساسية اللازمة لبقاء الفرد .. ثم تتدرج في سلم يعكس مدى أهمية هذه الإحتياجات ..
- الحاجات غير المشبعة لمدد طويلة .. قد تؤدي إلى إحباط .. وتوتر حاد .. قد يسبب آلاماً نفسية .. ويؤدي ذلك إلى العديد من الحيل الدفاعية .. التي تمثل ردود أفعال يحاول الفرد من خلالها .. أن يحمي نفسه من هذا الإحباط ..

هرم الإحتياجات :

الحاجات الفسيولوجية : التنفس .. الطعام .. الماء ..الجنس .. التوازن .

حاجات الأمان : السلامة الجسدية .. الأمن الوظيفي .. الأمن الصحي .. الأمن الأسري .

الحاجات الإجتماعية : الألفة الجنسية .. العلاقات الأسرية .. الصداقة .

الحاجة للتقدير : تقدير الذات .. الثقة .. إحترام الآخرين .. الإحترام من الآخرين ..

الحاجة لتحقيق الذات : تقبل الحقائق .. حل المشاكل .. الإبتكار .

والبشر عموماً يشعرون بالحاجة إلى الإنتماء والقبول .. سواء إلى مجموعة إجتماعية كبيرة (كالنوادي .. والمنظمات المهنية .. والفرق الرياضية ..) .. أو الصلات الاجتماعية الصغيرة (كالأسرة والشركاء الحميمين، والمعلمين، والزملاء المقربين) .. والحاجة إلى الحب (الجنسي وغير الجنسي) من الآخرين .. وفي غياب هذه العناصر .. فإن الكثير من الناس يصبحون عرضة للقلق والعزلة الإجتماعية والإكتئاب. ..

كما أن الحب يطهر القلب من الأنانية .. و من الحب المبالغ فيه للذات ..

ويصبح القلب رقيقا .. يميل إلي الرحمة .. للإنسان .. وللحيوان .. وأيضا للنبات ..

إن الإنسان في حاجة إلي أن يشبع حاجاته النفسية .. وتنمية الثقة بالنفس .. وتأكيد ذاته .. وكل هذا يأتي به الحب .. فيمدنا بالطاقة الإيجابية .. التي تنفخ في أجسادنا الحياة ..

إن الحب يغذي الروح .. فتميل إلي حب الخير .. والقيم .. والجمال ..

وحب عمل جميع المقاصد النبيلة ..

وينمي في الإنسان كل معاني الأخلاق الحميدة .. والشجاعة .. والصدق ..

وخير موهبة توهب للإنسان .. هي قدرته علي الحب ..

وتقول " مس تشيلد " في الحب ..

إنه دواء جميع الأدواء .. وعلاج هموم الإنسانية .. وأحزانها .. وحتي جرائمها ..

فهو عنصر إلهي .. نحيا به .. ونحيا له .. وهو يحقق المعجزات ..

ولا غني للإنسان عن الحب ..

بل إن أساس المشاكل الإنسانية .. والإضطرابات النفسية والسلوكية .. تنتج عن نقص في الحب .. وضعف التواصل .. والإغتراب الإجتماعي .. والإغتراب الثقافي .. وحتى الإغتراب النفسي ..

فالحب .. هو محور حياة الإنسان .. مهما إنغمس في الأمور الحياتية ومشقاتها ..

إن الطاقة الإيجابية تدعم الشخص .. وتجعله متحفزاً للقيام بالكثير من الأعمال والإنجازات الضخمة ..

وهذا ما يجعلنا نلاحظ أن الأشخاص الناجحين في حياتهم .. دائماً ما يكونون مستقرين عاطفياً .. ونفسيا ..

فالعاطفة والحب هي أساس هام في جميع مراحل الحياة ..

والإنسان الذي يفتقر إلى الإستقرار العاطفي والحب .. عادةً ما يكون ضحية سهلة للإحباط والفشل ..

إن المبدعين .. أكثر حساسية وانفتاحا علي العالم من حولهم ..

و أكثر احتياجا لمشاعر الحب .. والعاطفة ..

فهي تؤجج قدراتهم الإبداعية .. وتجعلهم شديدي التوهج ..

وهو ما قد يخلق حالة من الإبداع الجميل الحيوي ..

إن احتياجنا للحب .. لا يتأثر بالسن .. أو الثقافة .. أو أي متغيرات ..

بل إن الإنسان يظل بحاجة إلي هذه العاطفة .. بكل أشكالها وفاعلياتها .. طيلة حياته ..

أما ما قد يتأثر بمرور الزمن .. فهو شكل فاعليات الحب .. التي قد تتأثر بتقدم السن .. فتصبح في بعض الحالات أنضج .. مع تزايد الخبرات التراكمية ..

كما تتأثر بالثقافة .. ويصبح الحب في علاقة طردية مع ارتفاع نوعية الثقافة ..

وعمق إحساسنا بتجربة الحب ..

كما أن الحب يجعلك حريصا على أن تجمل نفسك ..

وتحسن نفسك ..

لتظل أجمل الناس ..

وأفضل الناس .. في عيون ووجدان وفكر من تحب ..

والحب يقودك إلى مواطن الجمال .. في الحياة ..

فتشعر وتتأثر وتنفعل .. إيجابيا ..

بكل شيء جميل في الحياة .. سواء أكان شيئا ماديا أو معنويا ..