الفصل السابع

أى نوع من الحب تبحثين عنه ؟

كل إنسان يبحث عن الحب ؛ فإن الحياة من المهد إلى اللحد طريق طويل واحد للبحث عن الحب والحنان و(التفانى) والإخلاص والتفهم ، ونحن كأطفال صغار نحاول غريزيا الوصول إلى حب أمهاتنا ، وكأطفال أكبر سناً نتحول بحثاً عنه إلى آبائنا وأخواتنا وأصدقائنا ، وكمراهقين نبحث عن الحب والمصاحبة عند أفراد من الجنس نفسه ، وهذه هى مرحلة الجنسية المثلية الطبيعية فى نمو الإنسان . وكراشدين نبحث عن الحب عند الجنس الآخر . وبطبيعة الحال يبقى هناك أفراد قليلون لا يستطيعون التعبير عن حبهم إلا لأشياء مادية جامدة أو لا يستطيعون التعبير عنه لأى شىء أو لأى أحد ، ولكن هؤلاء قليلو العدد ولا حاجة بنا إلى تناولهم هنا .

ومع ذلك فإنه برغم أن كل إنسان يبحث عن الحب فإنه لما يدعو إلى العجب أن قلة قليلة منهم فقط يعرفون تماماً ما يبحثون عنه . وأنا فى عملى أقابل يوماً بعد يوم نساء يخبرننى كيف أنهن قضين حياتهن بحثاً عن الحب دون جدوى . وحين كنت أسأل الواحدة منهن : « أى نوع من الحب تودين ؟ » كانت تنظر إلى بدهشة وتقول : « ولكن كم نوعاً من الحب هناك ؟ إنه لا يوجد إلا نوع واحد منه فقط » .

وهذا فهم خاطئ ، ولكنه ذائع جداً ، فإن قليلين من الرجال والنساء من يدركون أن هناك أنواعاً مختلفة من الحب . أو بعبارة أخرى هناك اتجاهات مختلفة من الحب .

ما الاتجاه فى الحب ؟ إنه ما يتوقع الإنسان الحصول عليه من علاقة وثيقة بينه وبين إنسان آخر .

وقد تعترضين بالقول بأن هذا تعريف ضيق ، وأنه يقصر الحب على أسامى أنانى وحسب . وقد تشيرين وبحق – إلى أن الحب كثيراً ما يكون غير أنانى وأن المرأة أو الرجل الذى يحب

سيضحى بالكثير من أجله ، وأن الإنسان لا يسعى دائماً إلى الحصول على شيء ما من هذه العلاقة ، وأنه فى معظم الأحيان يكون أكثر شغفاً بالإعطاء . وهذا صحيح تماماً ؛ فإن كثيراً من الناس يعطون أكثر مما يأخذون من علاقة الحب .

ومع ذلك يجب أن نكون واقعيين بخصوص هذا الأمر ، شأننا مع أى أمر آخر ؛ إذ ليس فى وسعنا أن نخدع أنفسنا ، ومن ثم ينبغى أن ندرك أن المرء حتى إذا قام بأكبر تضحية إيثارية ممكنة فإنه فى الواقع يحصل على شيء ما مقابل تضحيته ، وهذا الشيء قدر كبير من رضاء الذات . وعلى الرغم من أنه فى ذلك إما أن يكون قد تخلى عن ثروة مادية أو جرد نفسه روحيًّا فإنه فى الوقت نفسه يخبر ذلك الشعور العميق اللذيذ بأن يقوم بدور المعطى أو المانح . ولكن الطريقة المثلى لكى تلقى القبول من إنسان آخر ليست بأن تسدى إليه معروفاً ، ولكن بأن تطلب منه أن يعمل لك ذلك . وقد يبدو هذا القول كأنه يمثل وجهة نظر ساخرة . ولربما يكون كذلك ، ولكنه أيضاً يمثل اتجاهاً أميناً وراقياً ؛ فإنه على الرغم من أن الحب نفسه أعظم عاطفة «عاطفية» عرفها الإنسان – فإن دراسة الحب يجب أن تكون متجردة من العاطفية .

فإذا ألقينا عليه نظرة موضوعية محضة أمكننا أن نستخلص أنه ما لم يشعر الإنسان بأنه يحصل على شيء ما من هذه العلاقة فإنه لن يستمر فيها . وليس من المحتم أن يكون هذا الشيء ماديًّا أو حتى تمكن رؤيته بسهولة أو يمكن وصفه فى كلمات ، فإنه فى كثير من الأحيان يكون من الغموض بحيث لا يعرف الإنسان نفسه لم هو منجذب إلى الشخص الآخر؟ وأنت فى أرجح الرأى قد شهدت صديقة لك قد تزوجت رجلاً يبدو أنه غير ملائم لها كلية ، وعلقت على ذلك بقولك : «ماذا أعجبها فيه ؟» .

وفى هذا المقام فإنى أذكر امرأة صغيرة الحجم دميمة بها شبه من الفأر وتخلو من أى جمال أو إشراق أو هذا على الأقل رأيى فيها . وفى ذات يوم تزوجت رجلاً جذاباً بارعاً كان على رأس فريق كرة القدم فى بلده ، ثم أحرز بعد ذلك نجاحاً كبيراً كسمسار فى بورصة الأوراق المالية . وقد اتفقت صديقاتها جميعاً على أن أديث هيلمان ستعيش حياة العانس ؛ ولذلك فقد حاولت بلباقة أن أعرف لم وقع عليها اختيار زوجها من وسط عدد كبير من النساء الجذابات اللاتى كن يتمنين حمل اسمه ؟ وعلى قدر ما استطعت أن أصل له فإن هنرى نفسه لم تكن لديه فكرة واضحة عن السبب فى زواجه منها ، ولكن زواجهما كان ناجحاً إلى أبعد الحدود من جميع

الوجوه . ويبدو أنه حصل على شيء من أوديت لم يستطع أحد حتى هو نفسه ، أن يعرف ما هو ؟

وإني أكرر الضغط على هذه النقطة وأؤكدها ولو على حساب تكرارها ، وذلك لكي أقول بوضوح : إنك إذا شئت النجاح فى الحب الحقيقى فينبغى أن تحددى أولاً ما الذى تريدينه من هذا الحب ؟ وما الذى تتوقعينه منه ؟ وقد يبدو هذا جافًّا وقاسياً ولكن ما لم تعرفى تماماً ما الذى أنت بصدده فإنك ستظلين تتخبطين بدون هدف فى الظلام طوال حياتك دون أن تجدى الحب ؟ وستظلين تشعرين دائماً بأنك خدعت وأحبطت ، وستبقين فريدة أبداً .

وليس هناك عذر لأى إنسان لا يفهم حقائق الحياة ، أما الذى لا يفهم حقائق الحب فندرة أقل . وهناك خمسة أنواع أو اتجاهات أساس للحب :

١ – الرومانسى .

٢ – الجسدى .

٣ – الإيجابى

٤ – الروحى .

٥ – الواقعى .

وبينما كل نوع من هذه الأنواع منفصل ومتميز عن غيره فإن منها ما يتداخل هو وغيره إلى حد ما ، وهناك من السمات ما هو مشترك بينها جميعاً .

فلنفحص كلاً من هذه الإتجاهات :

١ – الحب الرومانسى :

هو الاتجاه الذى نقرؤه فى كتب القصص والحكايات الخيالية ، وقد مجدته وموهته وقدمته فى صورة ساحرة أفلام هوليوود والقصص الخيالية والتليفزيون والراديو ، مع أنه يكاد يكون مقطوع الصلة بالحياة الواقعية ، وتبعاً للاتجاه المثالى الرومانسى فى الحب والزواج يتقابل رجل وامرأة (عادة تحت ظروف غير متوقعة إطلاقاً) فيقعان فى الحب من أول نظرة ، وبعد أن يتغلبا على عدد معين من العقبات يتزوجان ويعيشان فى سعادة بعد ذلك . وكل واحد من الطرفين «رفيق الروح» للطرف الآخر ، والشخص الوحيد الذى ادخره القدر له . وكل منهما يدرك

هذه الحقيقة مباشرة ، وبصورة غريزية منذ لحظة أن يقع نظره على الآخر ، فليست هناك عملية تعارف بالتدريج تنمو بينهما ، وليس هناك حب يزدهر ، وليست هناك فرصة لكى يعرفا : هل هما «رفيقاً الروح» فعلاً ؟ إنه حب فورى غامر ، ولا يمكن مقاومته إطلاقاً ، ولكن هوليوود فى بعض الأحيان قد تقلب هذه المعادلة رأساً على عقب ، فيبدأ الفتى والفتاة لكره بعضهما بعضاً ببشاعة ، ولكنهما فى النهاية يتحابان ، وهنا أيضاً المعادلة الأساس المكونة للحب واحدة لا تغيير فيها ، إنها عاطفة فورية ، ولكن بدلاً من الحب من أول نظرة فإنها الكراهية من أول نظرة ، بيد أن النتيجة النهائية فى كلتا الحالتين واحدة .

وسوف تقولين : إنى أبالغ ، ولكنى إذا كنت كذلك فلست أبالغ كثيراً ، إنك سوف تدهشين لو عرفت كم من الزيجات رأيتها تتحطم وذلك لأن الطرفين نظرا إلى الحب على أنه مسمار مشتعل يصدم فجأة رقبتك ويلقى بك رأساً على عقب . وحين يكتشفان بعد انتهاء النشوة والإثارة الأوليين ضرورة العمل والعمل الشاق من أجل الحب فإنهما يصابان بخيبة الأمل وعدم الرضا وبالتقزز !

وليس هذا الاتجاه فى الحب مقصوراً على المراهقين ؛ فإن مفهوم الحب هذا ، وا أسفاه ، شائع بين كثير من الرجال والنساء الذين يفترض فيهم النضج ، وسوف تدهشين إذا عرفت أن كثيراً من الناس فى الأربعينيات والخمسينيات يساوون الحب بالنشوة والهيام .

وعلى الرغم من شيوع هذا النوع من الرومانسية فى هذه الأيام وفى هذا البلد أكثر من أى مكان آخر فى العالم – فالحقيقة أن هذا أمر قائم من زمن طويل . والمصدر المحتمل لذلك هو الأسطورة القديمة التى تقول : إنه قبل أن يولد الطفل يقسم الله كل نفس بشرية إلى شطرين ذكر وأنثى ، وإن هذين الشطرين يظلان على الدوام بعد ذلك يبحث كل منهما عن الآخر ليتحدا معاً وليكونا باتحادهما كلاً كاملاً مرة أخرى . ومن هنا الرغبة فى العثور على «رفيق الروح» المثالى الذى سيكمل باتحاده الروح الأصيلة . فإذا كان الإنسان محظوظاً وعثر على نصفه الآخر فستتاح له فرصة الحب الخالد ، لأن الاتحاد الكامل وفقاً لهذه النظرية سيدوم لا فى أثناء هذه الحياة الفانية وحسب ، ولكن سيستمر فى الحياة الأبدية أيضاً .

وليس هناك من ينكر أن هذا مثل أعلى جميل ، ولكنه ككثير غيره من الأشياء الجميلة فى هذه الحياة التى نعيشها غير سليم وخطر . وهو غير سليم وخطر لأنه بغاية الدقة جميل جداً ، فهو

يصور الحقيقة بصورة مثالية وقد يغير منها ، ويخلق صورة زائفة مضللة . وفى كثير من الأحيان قد يقع الرجل أو المرأة – وهذا يحدث للنساء أكثر منه للرجال – فى الحب ، ويرسم حبيبه فى أشرق لون وأبهاه بغض النظر عن مطابقة ذلك وعدم مطابقته للواقع .

وبطبيعة الحال لن يكون فى وسع أى رجل أو امرأة ، وقد وضع فى هذا الإطار المثالى – أن يرتفع إلى مستوى هذا التوقع أمداً طويلاً . وهذا هو الخطأ القتال والمضلل للاتجاه الرومانسى للحب ، لأنه حتى صاحب هذه الصورة المثالية إذا كان رجلاً على فرض إمكان وجوده – له لحظاته الخشنة المملة ، وليست هناك أية حكمة فى التغاضى عن هذه الحقيقة ، وإذا كانت امرأة فيجوز أن تكون أنانية ، ويصعب التعامل معها فى بعض الأحيان ، وليست هناك أية حكمة فى التغاضى عن هذه الحقيقة كذلك .

ولسوء الطالع فإن كثيراً من الأجيال شبوا وقد أثرت فيهم قصص الأفلام والمجلات والراديو ، حتى أصبحوا يعتقدون أنه مجرد أن يلتقى فتاة فإن جميع متاعبهما تتلاشى . ونحن كثيراً ما نجد من الراشدين الأمريكيين رجالاً ونساء من هم غير معدين إطلاقاً للحب والزواج ، ومن هم غير مؤهلين وغير راغبين فى تحمل الواقع اليومى والمسئوليات التى لابد أن تسير جنباً إلى جنب مع مباهج الخبرات العاطفية العميقة .

ودعينى أسارع لأضيف أنه لا ينبغى استبعاد الاتجاه الرومانسى كلية ، فأى شىء يحمل الجمال والرقة والبهجة والشاعرية لأية علاقة إنسانية أمر جميل وطيب ، وفى الحقيقة فإنه ما لم يوجد قدر معين من الرومانسية فإن علاقة الحب العادية سرعان ما تتحول إلى مجرد أداء لوظيفة بدنية آلية . والواقع أن الإنسان بحاجة دائماً إلى قدر من الفتنة والتعلق بالمثل العليا ، بل إنه قد لا يؤذى أحياناً وضع هالة حول من نحبين ، ولكن لنحذرى أن تتزلق هذه الهالة لتلتف حول عنقه ، وتتحول إلى أنشوطة تخنق الحب !

وتمثل التجربة التى مر بها ألبرت جراى ، وهو صديق لى – مدى خطورة الاتجاه الرومانسى للحب ، ومدى ما يمكن أن يؤدى إليه من تحطيم للذات : فقد كان ألبرت فناناً ناجحاً فى أوائل الأربعينيات من عمره ، ولما كان عزباً فقد وقع فى حب فتاة فى السابعة والعشرين كانت تدرس الأصوات . وعلى الرغم من الخمسة عشر عاماً التى كانت تفصل بينهما فقد عوض هذا الفارق وأكثر – ما كان بينهما من إهتمامات كثيرة مشتركة : فقد كان كلاهما يحب الموسيقى

والأدب والمسرح والفنون . وكان الاثنان متعلمين ومثقفين وناضجين ومتزنين ومفكرين .

وكان ألبرت يبدو شاباً فى مظهره ، ويمكن بسهولة أن يظن أنه فى أوائل الثلاثينيات من عمره . ولما كان رجلاً عاقلاً وحساساً فقد رفض استغلال هذه الحقيقة ، وفى بدء علاقته مع هيلين أطلعها على عمره الحقيقى . ولم يحدث هذا أى فرق لأنه كان جسمياً وعقلياً وانفعالياً فى مثل حيوية ويقظة رجل الثلاثين ، مضافاً إلى ذلك خلفية غنية متعددة الألوان حافلة بالتجارب والرحلات والتعليم .

واستجابت هيلين لحبه بحرارة ؛ فقد كانت مفتونة به ؛ إذ إنها لم تكن قد قابلت رجلاً مثله فى فيض حيويته وشدة مراسه وجاذبيته ونجاحه فى مهنته ، ثم فى الوقت نفسه فى عطفه وتقديره وتفهمه وتجنبه المطالبة بشىء . ومن ثم فقد شعرت بأن وجودها معه يشبعها تماماً ويريحها ، وأنه يجعلها تشعر «بسلام مع نفسها ومع العالم» . وعلى الرغم من فارق السن بينهما فقد وجدته جذاباً جسمياً .

ولكن هيلين كانت رومانسية الاتجاه ، فكانت فكرتها عن الحب أنه الأميرة الصغيرة الجميلة التى يحملها الأمير الصغير الوسيم ، وعلى الرغم من تعليمها ونضجها الظاهر فإنها لم تستطع فهم جاذبية ألبرت ، بل لقد سببت لها الحيرة والقلق ، ومنذ البداية كانت لا تفتأ تقول له : إنها لا تستطيع فهمها ، وكان هو يجيب طالباً منها ألا تحاول وأن تقنع بقبول العطاء الذى منحها الله إياه دون سؤال .

هذا إلى أن هيلين كانت من النوع الذى لا يدع أمراً بغير تحليل ، فلم يكن فى وسعها أن تحب دون أن تعرف لم تحب ؟ وخاصة بالنسبة لرجل يكبرها بكثير فى السن ، وكان تفكيرها المنطقى يقول : إنه لا ينبغى لها أن تحبه . ومن السهل التكهن بالنتيجة ، فإنه لا يمكن أى علاقة أن تحيا مع هذا التحليل الجاف غير المكترث لشىء ! وفى الحقيقة فإن المسألة الرئيسة لم تكن هى عمر ألبرت وإنما كانت عجز أى رجل صغيراً كان أو كبيراً عن أن يحقق حلم هيلين ، الأمير الخيالى ، وإلى أن تتعلم كيف تحيا وتحب فى عالم الواقع ، ولا تحطم سعادتها الشخصية فإن هيلين مقضى عليها بحياة وحدة خالية من الحب .

ودعينى أكرر مع ذلك أنى لا أشعر بأنه يجب استبعاد الرومانسية استبعاداً كاملاً ، على العكس ، فإنى أرى أنه يمكن أن يكون لها تأثير صحى فى الحب والزواج ، بما تؤدى إليه من

استكمال للنواحى الجسدية للجنس : أى أنها يمكن أن تكون ذات قيمة كنوع من « التتبيل » لعلاقة الحب وإعطائها نكهة محببة . ولكنها كأى نوع آخر من التوابل يجب أن تستعمل بعناية الحذر وبقلة ومع التفهم والضبط .

٢ – الحب الجسدى :

هذا النوع من الحب هو القطب المقابل للحب الرومانسى ، ويقع عادة عند القطب المضاد لرغبة معظم النساء ، وهو نوع الحب الغالب عند الرجال ؛ فإن الرجال لا يهتمون عادة بالقيم الروحية للحب ، واهتماماتهم أساساً اهتمامات جسدية ، ومع ذلك فالمرأة العاقلة التى تعترم مواجهة الحياة مواجهة واقعية ستقبل هذه الحقيقة وتتكيف هى وهذه الحقيقة

والواقع أن هناك سبباً بيولوجيًّا سديداً لهذا الاتجاه من ناحية الكثير من الرجال ، فإن الرجل نفسيًّا وجسديًّا على حد سواء إنما هو بصفة عامة فى الجانب المعتدى الذى يقوم بالملاحقة ، وهو الذى يبذل الجهد اللازم لزرع البذرة التى تستقبلها المرأة وتغذيها ، فهو دائماً وخلال علاقتهما كلها صاحب الدور الإيجابى ، والمرأة صاحبة الدور السلبى ، وقد تكون هناك بعض النساء اللواتى يملن إلى عكس هذه الأدوار ليصبحن هن الصائدات . ولكن هؤلاء يصيبهن الحزن عادة لأن الرجال يرفضون أن يلاحقوا وهم يشعرون بالتعس والإحباط إذا حرموا لذة المطاردة والتعقب .

وكثير من النساء يجدن أن الناحية الجسدية للحب كريهة إلى درجة يؤثرن معها عدم الزواج . وكما قالت مرجريت ميد العالمة الإنثروبولجية الشهيرة : « لقد تدربنا بمجتمعنا على أن تبقى أجسادنا بعيدة عن أذهاننا ! » . ولكن هذا النوع من التفكير المتحشم ينطوى على الحظ مثلما هو بعيد عن الواقع . بل لقد يكون فى كثير من جوانبه أكثر إيذاء من الرومانسية المسرفة ، والواقع أنه ليس هناك شىء أخلاقى أو غير أخلاقى ، سيئ أو حسن ، فيما يتعلق بالجنس ، فإنه فى ذاته ليس إلا وظيفة طبيعية أخرى لجسم الإنسان ، ألسنا نصف إنساناً بالسخف لأنه امتدح أو ذم تناول الطعام أو البقول بوصفها أموراً أخلاقيةً أو غير أخلاقية . وفى هذا المعنى يقول الدكتور سيرجيون إنجلش أستاذ الطب النفسى المعروف بجامعة ثميل : « إن الدافع إلى التعبير الجنسى ليس فى ذاته أخلاقيًّا أو غير أخلاقى ، أما كيف يتصرف الفرد فى هذا الدافع إلى

التعبير الجنسى فهو الذى يجوز أن يكون أخلاقيًا أو غير أخلاقى ، وإنه لتقع على الكبار المسئولين تبعة تعليم ذلك للصغار» .

وكثيرات من النساء ، وخاصة النساء الأمريكيات ، قد تربين على الاعتقاد بأن اللقاء الجنسى «شر لابد منه» ، يجب عليهن أن يحتملنه فى سبيل النهوض بواجباتهن الزوجية ولإنجاب الأطفال . ولكن على هؤلاء النساء أن يتوقفن قليلاً لإلقاء نظرة على الصورة الفسيولوجية . فمجرد الاقتراب من امرأة جذابة له تأثير جسدى مباشر على الرجل السوى لأنه يوقظ رغباته الجنسية وينبه أعضاءه التناسلية .

ويجب على المرأة أن تدرك أن هذه العملية غريزية وآلية ، فحين يرى الرجل امرأة تعجبه تحدث استجابة جسمية فورية ، وهذا دافع طبيعى تماماً ، ويحتاج إلى التعبير عنه وإشباعه كحاجته إلى الطعام أو النوم أو الإخراج . وكما أنه لا يجوز أن يلام إنسان لأن له رغبة قاهرة للطعام والنوم فليس هناك ما يدعو المرأة إلى أن تعد الرجل «وحشاً» لمجرد رغبته فى اللقاء الجنسى معها . ومع ذلك فكم من مريضاتى كن يحضرن إلى صارخات : «إن زوجى وحش ، فى الدقيقة التى يرانى يرغب فى الإسراع بى إلى الفراش» .

وإجابتى التى لا تتغير على هذه الشكوى هى : «يجب أن تعدى هذا إطراء لك يدفع البهجة إلى نفسك . وإذا شئت أن تكونى سعيدة فلتراعى ألا يفقد شعوره هذا نحوك» .

ويجب أن تعلم كل امرأة أن النواحى الجسدية للحب جزء هام ومتكامل للحب ، ومن ثم فإنها لا يمكن أن تحذف أو يستهان بها أو تعالج بعجلة أو بغير اكتراث . وفى ذلك قال الدكتور ستوكس : «إن الدافع السليم الوحيد هو أن تكون مرتبطاً بحب غامر وعلى أساس جنسى صريح محوره الرغبة الجنسية . ولاشك أن الزواج الناجح يحتاج إلى أكثر من ذلك ، ولكن هذا ينبغى أن يكون هو أساسه الراسخ لأنه هو الذى يمنح الإشباع الذى يجعل الزواج طريقاً سعيداً للحياة ، ومنه تنبع دوافع الشعور الطيب الذى يتغلب على معظم المشاكل الزوجية . . وجميع خبرات الحياة التى تقرن الجنس بالشعور بالخجل والنقص لها تأثير سيئ على الاستمتاع بالجنس فى الزواج» .

ومن ناحية أخرى يجب على الرجال أن يدركوا أن المرأة يجب أن تعد عموماً للقاء الجنسى ، فيجب أن تلاطف وتعانق وتقبل وتدفع تدريجاً حتى تصل إلى الذروة . فالمرأة أبطأ

من الرجل فى الوصول إلى النشوة الجنسية ، ومن ثم يجب على الرجل أن يتيح الوقت الكافى لتصاعد الإثارة تصاعداً متزناً بدلاً من الاندفاع المفاجئ إلى نهاية لا إشباع فيها وهذا إذا كان يرغب هو نفسه فى الحصول على الإشباع الكامل ، وفى الحالات التى يحدث فيها ذلك ، وهى الأغلبية ، فعلى الزوجة أن تعلم زوجها وتجعله يفهم أنه من مصلحتهما المشتركة أن يكون صبوراً ولطيفاً . ويجب أن تساعده على أن يرعى أنه ينبغى التودد للمرأة فى كل مرة لقاء جنسى ، حتى لو كانا متزوجين منذ سنين طويلة ، وألا يقتصر ذلك على الدقائق القليلة التى تسبق العملية نفسها ، بل كلما وجدا معاً على انفراد ، فما ينبغى لأى رجل أن يأخذ زوجته كأمر مسلم به إذا شاء أن يكون سعيداً فى علاقته معها . والمرأة الذكية الماهرة ستجعل الرجل يرى أنه حتى من وجهة نظره هو فإنه سيكون أحسن حالاً بإشباعها وإشباع نفسه معاً .

وينبغى على المرأة يقيناً، فى هذا الأمر كما فى كل شىء آخر – أن تستخدم ما لديها من صفات التبصر واللباقة والحكمة والتمييز : فيجب ألا تصر على أن يقضى زوجها أربعاً وعشرين ساعة من كل يوم ، وسبعة أيام من كل أسبوع يمارس الحب معها . ولا تتوقع منه أن يكلمها تليفونياً عشرات المرات فى اليوم أو أن تكلمه هى فى مكتبه أو محل عمله لمجرد أن تقول له : « أنا أحبك » . كما ينبغى ألا تتوقع منه أن يحضر لها هدية كل يوم . فإن كثيرات من النساء يتقن إلى التعبيرات السطحية عن حب الرجل . متناسيات أنه إذا كان يكرس نفسه لها ويعمل لإعالتها فإنه يكون بذلك قد منحها أعظم مظهر لحبه لأن « العمل حب مرئى » .

وهنا ، كما فى كل نشاط آخر فى الحياة – لابد من اثنين لإنجاز صفقة . ففى وسع الاثنين تحقيق علاقة ناجحة يقوم فيها الجانب الجسمى بالدور الأكبر ، بشرط ألا ينسى الزوج والزوجة أبدا أن حياتهما معاً شركة ، وأن لكل منهما نصيباً فى عائدهما من الإشباع والمسرة . ويجب على الرجل أن يتذكر أن ملاطفات الحب يؤديها بمهارة والكلمات البسيطة الجميلة يهمس بها فى أذن المرأة يمكن أن تحقق ما لا تحققه المجوهرات أو النقود أو الأشياء المادية الأخرى . كما أن المرأة من جانبها يجب أن تعلم فن الحب وكيف تستخدم مفاتنها إلى أقصى درجة ممكنة ؟

٣ – الحب الإيجابى :

يؤيد هذا الاتجاه بعض الجماعات الدينية والمصلحون والمتحشمون وجميع الذين تربوا على

أن الجنس شيء كريه . ووفقاً لتفكيرهم فليس للدافع الجنسى من غرض إلا الإنجاب ، وهؤلاء الذين يعتنقون هذه الفكرة يرفضون قبول اللقاء الجنسى لأى غرض آخر .

وأى إنسان ذكى متزن لن يتعذر عليه أن يرى ما فى هذا الاتجاه من انحراف لاشك فيه ، وهو اتجاه غير صحى مثلما هو غير واقعى ، بل هو أكثر تحطيماً للسعادة الإنسانية من أى من الاتجاهين الرومانسى أو الجسدى للحب ، لأنه يغفل أن يضع فى اعتباره حقيقة هامة هى أن الغالبية العظمى من الناس الأسوياء يمارسون الجنس للترفيه ، كما يمارسونه للإنجاب على حد سواء . وفى حالات الزواج الملكى كما فى حالات ما يسمى زواج المصلحة يكون الغرض الوحيد إنجاب وريث لا تحقيق السعادة . ولكن إنجاب الأطفال ، بالرغم من أهميته القصوى للأفراد وللمجتمع ، ليس عند معظم الرجال والنساء الهدف الوحيد من الزواج ؛ إذ أن سعادتهم الشخصية لها الأهمية نفسها . وفضلاً عن ذلك فإنه إذا اقتصر الزوجان فى اللقاء الجنسى على الإنجاب فقط استمرا فى الاتصال الجنسى حتى تحمل الزوجة ، ثم توقفا عنه بعد ذلك حتى يولد الطفل ، وواضح أن هذا أمر مستحيل ، فإن الغريزة الجنسية من القوة وعمق التأصل بحيث يتعذر تحديدها على هذا النحو . إنها غريزة طبيعية كالطعام والنوم ، كما أنها مثلها قوة وحيوية ، وليس فى الوسع ، كما لا ينبغى ، إنكارها ، وإذا أنكرت أوكبتت كما يقول الأطباء النفسيون[1] ، كان من المحتم أن تنتج عن ذلك متاعب وآلام شديدة .

والإنسان محكوم بغريزتين أوليين : بقاء الذات وتوالد الذات ، والأولى تتحقق حين تشبع حاجته للطعام والماء والمأوى والنوم والأخرى تتحقق بإشباع حاجته للتزاوج وللحب . ولكن هذه الحاجة للتزاوج وللحب التى تسمى الدافع الجنسى تخدم وظيفة مزدوجة من حيث إنها تزود الإنسان بكل من الترفيه والإنجاب معاً .

أما الجانب الإيجابى فى الغريزة الجنسية فإننا نشترك فيه وجميع المخلوقات الحية ، ولكن الرغبة فى النشاط الجنسى كوسيلة لتحقيق اللذة والسرور مقصورة على الإنسان وحده . وإن كان الجانبان لازمين لسعادته ورفاهيته ، فهما مؤشرا عقرب ساعة الحياة ، إذا انتزع أحدهما أضحت لا قيمة لها .

(١) الكبت Repression عملية لا شعورية يستبعد بها الشيء غير المرغوب فيه من الشعور فلا يدرى صاحبه بوجوده . واستعمال مصطلح الكبت فى هذا المقام غير دقيق ، وأرجح الظن أن المؤلفة قصدت معنى الضبط أو الكظم . وتستخدم كلمة الكبت استخداماً غير صحيح على نطاق واسع فى الحديث العادى (المشرف)

وأولئك الذين يحددون الغريزة الجنسية لغرض الإنجاب فقط يضعون الإنسان فعلاً على المستوى نفسه كالحيوان الذى لا يتزاوج إلا حين تكون الأنثى فى الوقت الملائم للحمل . وأى مفهوم للحب ينكر القيم الروحية والجمالية والانفعالية الغنية التى ينطوى عليها الدافع الجنسى السوى إنما هو زائف ومحطم لخير ما فى الإنسان كله ، وبينما يشترك الإنسان وجميع الأنواع الأخرى فى الدوافع الجسمية نفسها فإنه لا يزال يمتلك القدرة على الاختيار الذهنى المتبصر للرفيق الذى يؤثره . وقد لا تدخل هذه القدرة فى كل اختيار يجريه ، إذ أن الرجل تحت بعض الظروف فى بعض الحالات قد يقبل أول امرأة يقابلها إذا كانت حاجته إلى الإشباع الجنسى ملحة . ولكنه عادة – إذا أتيحت له الفرصة للاختيار – سيختار على أساس من الذوق ، ومن بعض المستويات الجمالية والروحية المعينة ، وفى بعض الحالات قد تبدو مستوياته هابطة فى نظر غيره ، ولكن تظل هناك على الأقل درجة من الاختيار التى تتضمن بدورها استبعاد قيم أخرى ، وهذا المستوى يعلو كثيراً على المستوى الحيوانى ، ولو أننا أنكرنا على الإنسان هذا الحق فى الاختيار لرجعنا به إلى الأصل البدائى الذى زحف منه صاعداً بغاية البطء وبكل الألم والمعاناة خلال الأجيال .

ومن جهة أخرى إذا اعترفنا بأمانة الرجال والنساء يمارسون العلاقات الجنسية لما فيها من لذة وإشباع ورضا لهم جسميًّا وانفعاليًّا وروحيًّا – فإننا نرفعها بذلك إلى مكانها الصحيح . وفى هذا المعنى قال فردريك كوبتر مدير مركز التدريب الإكلينكى لطلبة اللاهوت فى الولايات المتحدة وكندا : «الجنس هبة من الله ، وكما أنه بداخل كل الناس – القدرة على العمل البناء التلقائى وعلى الترفيه والاستمتاع – فكذلك أيضاً لديه القدرة على النشاط الجنسى . والدلائل تشير إلى أننا كلما ارتفعنا صعوداً فى مدارج الحضارة زادت قدرة الفرد أو الجماعة التى ينتمى إليها على إقامة هذه العلاقة الشخصية التى تسمى الحب . . فقد كانت لدى الخالق أغراض أخرى غير الإنجاب حين منح الجنس للإنسان» .

إن أى طبيب باطنى أو نفسى سيخبرك بأنه ليس هناك مقو ومنبه للجهاز العصبى خير من اللقاء الجنسى ، وأنه من أجل هذا السبب تعد العلاقات الجنسية ذات أهمية حيوية فى متوسط العمر . فإن المرأة فى تلك الفترة تكون قد أقبلت على مرحلة انقطاع الطمث حيث تنهى كل الجوانب الإنسانية للجنس ، ويصبح فى وسع الزوجين الاستمتاع بالجنس لغرض الترفيه

وحسب وبغير الانزعاج من احتمال حدوث حمل غير مرغوب فيه . والواقع أن دكتور ستوك يقرر مؤكداً أن « الإستمتاع الكامل بالحياة الجنسية لا يتيسر إلا فى حالة عدم وجود القلق من الحمل » .

ويتحدث الناس عن الحب الأفلاطونى الذى يعنى وجود رباط قوى من المودة بين اثنين من الناس ودون وجود أى قدر من الانجذاب الجنسى والجسدى بينهما . والواقع أن هذا التفكير لم يخطر لأفلاطون ببال ، أما ما وصفه فى « ندوته » فهو التطور التدريجى خطوة خطوة من المستوى الجسمى الخالص إلى المستوى الروحى الخالص ؛ فإن الحب يبدأ برغبة جنسية نحو الشخص الآخر ، ثم يرقى ويتقدم من خلال مراحل مختلفة من المودة والإعجاب و (التفانى) نحو الشخص الآخر جسمياً وعقلاً وروحاً ، وهو يمثل أقصى مراتب التحقيق والإعلاء والإثراء بطبيعة الرجل والمرأة كلها ، ولكنه بدأ بالجاذبية الجسمية ، وهذه كونت القاعدة العريضة الصلبة التى قام عليها بناء هرمى محلق شاهق ، وقمته هى التفانى الروحى .

وحين يحقق الإنسان الإشباع الروحى العميق من النشاط الجنسى – فإنه يكون إذ ذاك فقط قد حقق لنفسه حياة حب غنية ومجزية .

٤ – الحب الروحى :

فى الواقع ليس هناك ما يمكن أن يسمى الحب الروحى الخالص إلا فى الدين ، ففى كل علاقة حب عناصر من الاثنين ، ولكن المقدار الذى فى كل منهما يختلف من إنسان إلى آخر . فمهما يكن من شدة الدوافع الروحية وعظمتها فلابد أن يكون لها تعبير خارجى ملموس ، حتى لو لم يتجاوز هذا التعبير مجرد الإمساك بيد المحبوب أو الوجود فى الغرفة نفسها معه .

ويتضمن ما يعد بصفة عامة حباً روحياً الشعور (بالتفانى) العميق إزاء إنسان آخر دون أية رغبة أو حاجة لمظاهره الجسمية والجنسية . وربما قال بعض : إن هذا ليس حباً حقيقياً على الإطلاق ، ولكنه مجرد صداقة وحسب : والواقع أن الشىء الوحيد الذى يفصل بين الصداقة والحب هو الجنس ، هذا إلى أن الصداقة الحقيقية فى نواح مختلفة أشق فى الحفاظ عليها من علاقة الحب ؛ إذ إنها تحتاج إلى قدر متساو من الأمانة والإنصاف والتفهم والتقدير والمراعاة المتبادلة على حين تعوزها فى الوقت نفسه جاذبية الجنس التى تساعد على ترابطها معاً ، وأعظم

وأبقى أنواع الحب هو ما بنى منه على أساس متين من الصداقة .

هذا الاندماج بين الجانبين الروحى والجسمى مع غلبة الجانب الروحى باستمرار يؤدى إلى أسمى أنواع الحب وأكثرها إشباعاً . وإن عملية التطور للإنسان كلها من كائن ذى خلية واحدة فى عصور ما قبل التاريخ إلى التكوين المعقد الدقيق التنظيم الذى يكون الجسم البشرى يشير إلى تحقيق أعلى مستوى من التكوين والإشباع الروحى . ومن الغريب أنه على الرغم من أن بعضًا يعدون الدافع الجنسى كأداة للخطيئة فإنه إذا أحسن استخدامه يصبح الغريزة الإنسانية الفريدة القادرة على تحويل الإنسان إلى مستوى أكثر نبلاً ورقة ونقاء . ونحن جميعاً قابلنا أناساً قد أخرجهم الحب من أنفسهم ، وحلق بهم إلى علو لم يكونوا يحلمون به ، ودفع بهم إلى آفاق سامية من العظمة والجمال . وهذا من نواح متعددة هو أروع جوانب الغريزة الجنسية ، إذ يمتزج وينصهر فيها الجانبان الجسمى والروحى معاً بحيث يصبح من المحتم أن يؤدى أحدهما إلى الآخر .

ولا يمكن أن تستمر أى علاقة من هذا النوع ما لم يكن هناك عنصر روحى قوى فى تكوينها ، فإن هذا فقط هو ما يمكن أن يؤدى إلى رفقة دائمة تبقى طويلاً بعد أن تكون الجاذبية الجسمية قد ضمرت أو حتى اختفت كلية . وقد عبر زوج إحدى صديقاتى فى عبارة موجزة عن هذا المعنى بمناسبة احتفالها بعيد زواجهما الفضى ، وأذكر أنه قال يومئذ «لعروسه» كما كان يحب أن يسميها : «أتعلمين يا عزيزتى أنى ظننت أنى كنت أحبك حين تزوجتك ، ولكنى الآن فقط بدأت أدرك ما معنى أن يحب الإنسان ! » .

٥ – الحب الواقعى :

على الرغم من أن الحب الروحى هو دون ريب أسمى وأجمل أنواع التعبير الجنسى – فإنه من العسير على كل فرد الوصول إليه ، وعلى معظمنا أن يقنع بالحب على مستوى أقل سموًّا .

ولهذا السبب فإنه من المهم تكوين اتجاه واقعى من الحب ، وهذا الاتجاه يبدو بغير حاجة إلى التعريف أو الوصف ، فهو يؤلف بين كل الاتجاهات الأخرى بدرجات مختلفة – الرومانسى والجسدى والإنجابى والروحى .

وكما أشرنا فى بدء هذا الفصل هناك قدر معين من التداخل بينها ، والفرق بينها ينحصر فى

مدى ما يوليه المرء من تأكيد لأىٍّ منها : فالاتجاه الرومانسى مثلاً يتضمن بلا شك عناصر جسمية وروحية قوية ، ولكنه فى المقام الأول ينظر إلى الحب من حيث إنه رفقة مثالية لروحين . كما أن الاتجاه الروحى يجوز أن يتضمن جوانب جسدية قوية .

وقد يكون الاتجاه الواقعى ، من بعض النواحى – أصعبها منالاً ، ولكنه بمجرد الوصول إليه أخلقها بتحقيق أعظم فرص السعادة على المدى الطويل ، وقد يحتاج الوصول إليه إلى قدر كبير من النضج ، وهذا النضج لا يمكن اكتسابه إلا بالحياة الغنية والخبرة الشخصية بالدنيا والناس . وهو عادة يتضمن من المعاناة والألم ما لا يرضى به معظمنا أو ما لا يطيقون احتماله ، وكما قال أفرستريت : «لا يكون الإنسان ناضجاً جنسيًّا حتى يقابل طبيعته الجنسية بدون إحساس بالذنب ، وحتى يدمج هذه الطبيعة فى خطة عقلية لحياته ، ويصبح قادراً على أن يجعل الخبرة الجنسية الأساس لعلاقة باقية ومتبادلة الإشباع وخلاقة مع الجنس الآخر» .

ولكن قبول المرء لطبيعته الجنسية وإدماجها فى «خطة عقلية لحياته» – يتضمن بدوره القدرة على النظر إلى الحب بعين مستنيرة وتنمية دراسته موضوعيًّا واستخدام العناصر التى فى كل اتجاه للحب بغية الوصول إلى صورة متزنة ومرضية ، ونحن نختلف جميعاً ، فكما أن احتياجاتنا وأذواقنا فى الطعام والشراب تختلف – فكذلك أيضاً تختلف احتياجاتنا وأذواقنا فى الحب : فبعضنا رومانسى ، وبعضنا مادى ، والإنسان الناضج يدرس نفسه بدقة ويقرر ما الذى يسعى إلى الحصول عليه فى الحب لأننا فى نهاية التحليل ، ما لم نشعر بأننا نأخذ من الحب كما نعطى ، فلن يكون الحب ، أى حب – مشبعاً لنا .