ضيف الشرف

زغلول

"الحب أسمى العلاقات الإنسانية"

العناصر :

- ماهية الحب
- عناصر الحب
- أنواع الحب
- الحب ومشكلة العلاقة بين الآباء والأبناء
- أمراض الحب
- سيكولوجية تعلم الحب

الحب في نظر الكثير من أبناء المجتمع هو عبارة عن شعور لذيذ بالسعادة، يحس به الإنسان مافي نفسه عندما يقيم علاقة مع شخص آخر، هذا الشعور اللذيذ بالسعادة والبهجة هو ما يطلق عليه عامة الناس اسم الحب.

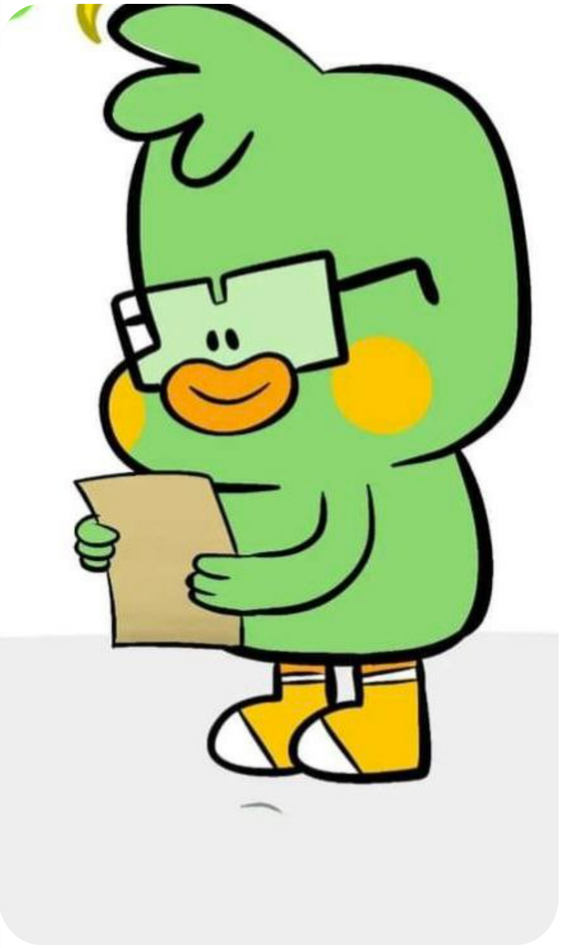
مشكلة هذا النوع من الحب هي مشكلة وجود الشخص⬅ المناسب والجدير بالحب..

ومن هذا المنطق يعتقد عامة الناس أنه ليس في⬅ الكون أسهل من الحب فما على الإنسان إلا أن ينتظر حتى يسوق له القدر من يحب، أي أن الحب بهذه الطريقة ليس في حاجة إلى قيام الإنسان بأي مجهود.

وهناك نظرة أخرى للحب تختلف تماما عن الفريق الأول: فيرى البعض أنه علم أو فن مثل غيره من العلوم أو الفنون اللي يتعلمها الإنسان وأنه لابد أن تتوفر لدى الإنسان مجموعة من القدرات النفسية والعقلية حتى يتمكن من تعلم هذا العلم أو ذلك الفن وإتقانه وممارسته، وهنا يتحتم على الإنسان أن يكون مستعدا لبذل الوقت والجهد في سبيل تعلم هذا العلم أو ذلك الفن.

⭐ ونحن نميل إلى اعتباره واحدًا من العلوم أو الفنون المختلفة التي يجب أن يبذل الإنسان في سبيله الوقت والجهد إذا أراد أن يحب، بالإضافة إلى امتلاكه القدرة النفسية والعقلية التي تمكنه من التعلم.

• هناك محورين في منطق غالبية الناس أو تساؤلات تدور في أذهانهم:
1/كيف أكون محبوبا؟ هل يمكن أن أجد من يحبني؟ وكيف أكون موضع حب للآخرين؟
- وفي سبيل الوصول إلى هذا الهدف يسلك الناس طرقا ومسالك عدة..
الرجال: تحاول أن تحقق أكبر قدر من النجاح والشهرة، وإظهار علامات الرجولة والقوة والسيطرة والتحكم والغنى والثروة.
النساء: يظهرن مفاتنهن وأنوثتهن، والاهتمام بملابسهن واستخدام مواد التجميل المختلفة.
⬅ وهناك من الطرق والأساليب ما يصلح للجنسين على حد سواء مثل محاولة الإنسان رجلا كان أو امرأة أن يكون لبقا ولطيفا ومهذبا، ذا خبرة وثقافة رفيعة، ذكيا واسع المعرفة، ذا خلق، وعلى استعداد لمد يد المساعدة.
• الكثير من الطرق التي يسلكها الإنسان لتحقيق النجاح في حياته بصفة عامة هي نفسها الطرق التي يسلكها النساء والرجال حتى يكونوا محبوبين من غيرهم.
2/ المحور الثاني:
كيف أجد من أحب؟
فالمشكلة من وجهة نظر هؤلاء الناس هي مشكلة وجود الإنسان الذي أحبه أو الإنسان الذي يستحق الحب وليست مشكلة القدرة على الحب أي أنهم يعتقدون أن الحب هو أسهل وأيسر شيء في الحياة.



• والخطوة الأولى على هذا الطريق هي معرفة أن الحب ماهو إلا علم أو فن وأن الانسان إذا أراد أن يتعلم علم الحب أو فن الحب فعليه أن يتبع الطريق الذي يتحتم عليه أن يسلكه إذا أراد أن يتعلم علمًا أو فنًا من الفنون.

على هذا الانسان أن يعرف أن الحب ليس إحساسًا عابرًا، وإنما هو فن معقد مثل الطب أو الجراحة أو العلوم أو التدريس أو الكتابة الأدبية ..

• إن الحب فن يحتاج إلى المعرفة والجهد والاخلاص.

• إن الحب وظيفة إنسانية وفن معقد كالحياة سواء بسواء. وإذا ما أراد الانسان أن يتعلم فنا من الفنون أو العلوم التي أشرنا اليها فعليه أن يتبع الأسلوب العلمي للتعلم.

• إن المدخل إلى تعلم أي فن من الفنون ينقسم إلى شقين كما يوضح لنا ذلك علماء التعلم الانساني وأصحاب نظريات التعلم:

1- الجانب المعرفي النظري.

2- الجانب العلمي التطبيقي. والممارسة.

• فإذا أراد إنسان ما أن يكون طبيبا على سبيل المثال فان عليه أولا أن يلم إلماما نظريًا بالحقائق الطبية الخاصة بجسم الانسان، وبأنواع الأمراض المختلفة وبأنواع العقاقير الطبية

• وبهذه المعرفة النظرية وحدها لن يستطيع هذا الإنسان أن يكون طبيبا، أو أن يكون في الوضع الذي يمكنه من ممارسة مهنة الطب والعلاج، إذن فعلى هذا الانسان أن يدخل إلى ميدان الممارسة والتدريب العملي العيادي لفترة من الزمن تسمح له باكتساب الخبرة اللازمة للتمكن من استخدام علمه النظري وخبرته العملية ليكمل كلا منهما الآخر، ولينصهرا سويا فيعطيا له إمكانية ممارسة عملية الفحص الطبي والعلاج.

وما ينطبق على الطبيب ينطبق على جميع المهن والفنون الأخرى بلا استثناء.

• وإلى جانب هذين العاملين الهامين في تعلم أي فن من الفنون، هناك عامل ثالث له نفس الدرجة من الأهمية، بل هو الذي يجعل الانسان خبيرا في الفن أو العلم الذي يتعلمه، هذا العامل هو عامل الرغبة القوية والاهتمام البالغ نحو تعلم هذا الفن والنبوغ فيه، وهذا ما نطلق عليه في علم النفس الميل النفسي إلى هذا الفن أكثر من الميل والاهتمام بأي شيء آخر، بدرجة نتصور معها أن هذا الفن قد أصبح هو أهم شيء في حياة هذا الانسان.

وهذا ينطبق على الطب وعلى التدريس وعلى الهندسة كما ينطبق على الموسيقى وأيضا على الحب..

"الحب بالحب"

• القانون الإلهي للحياة الإنسانية يقول بأن العين بالعين والسن بالسن.. كذلك فإن الإنسان لا يستطيع أن يعطي حبا إلا في مقابل الحب، فإنك عندما تحب دون أن تكون النتيجة حبا بحب أي دون الحصول على حب مقابل حبك، أو عندما لا يستطيع حبك لإنسان ما أن يجعل هذا الإنسان أيضا يحبك فهذا يعني بلا شك أن حبك حب بلا قوة وبلا تأثير، إنه ليس حبا بل وصمة وخذلان.

⬅وهذا القانون ليس قانون خاص بالحب وحده ولكنه قانون ينطبق على جميع مجالات الحياة (المدرس يتعلم من تلاميذه وهو يدرس لهم، لاعب الكرة يحصل من جمهوره على الحماس، المعالج يكتسب الصحة من علاجه لمرضاه)

فالقانون الذي يحكم تصرفات الإنسان يقوم على أن الإنسان لا يقيم علاقاته مع الآخرين بوصفهم موضوعات أو أشياء ولكن على أنهم بشر مثله يقوم بينهم التأثير والتأثر والتفاعل المشترك.

• "الحب نشاط إيجابي فعال وليس دورًا سلبيًا"

- الحب نشاط فعّال:

معناه: استخدام قوى الإنسان وطاقته الذاتية الداخلية مع عدم الالتزام بضرورة الوصول لهدف خارجي ظاهر..

مثال: شخص يعاني من عدم الشعور بالأمن وعدم الثقة بالنفس والشعور بالعُزلة قد يتحول لشخص صاحب عمل أو إنسان طيب متسامح أو صاحب مال أو تجاره، هنا يكون الإنسان عبدا لشهواته، دفعته الآلمه لهذا العمل، لم يكن بإمكانه إختيار شئياً آخر، لذلك نجد هنا أن نشاطه في الحقيقة سلبي لأنه لن يختاره بإرداته. إنه شخص معذب يقع تحت ضغط المعاناه، إنه شخص يعاني ولا يتاجر.

- من ناحية أخرى يبدو لنا الشخص المستغرق في تفكيره وتأمله دون القيام بفعل شئ سوي التأمل والتفكير في نفسه وفي توحده مع العالم، قد يبدو لنا أنه شخص سلبي لأنه لم يفعل شئ، ولكن في الحقيقه هوم شخص وصل إلى أعلى درجات النشاط الروحي بتأمله وفكره، ذلك النشاط لا يحدث إلا إذا توفرت للانسان الحرية النفسية والإستقلال.

• "الحب بالدرجة الأولى هو القدرة على العطاء وليس الرغبة في الأخذ"

ولكن ماهو العطاء؟

• المفاهيم الخاطئة عن العطاء:

- القيام بالواجبات المفروضة على الإنسان بهدف الحصول على شيء ما.

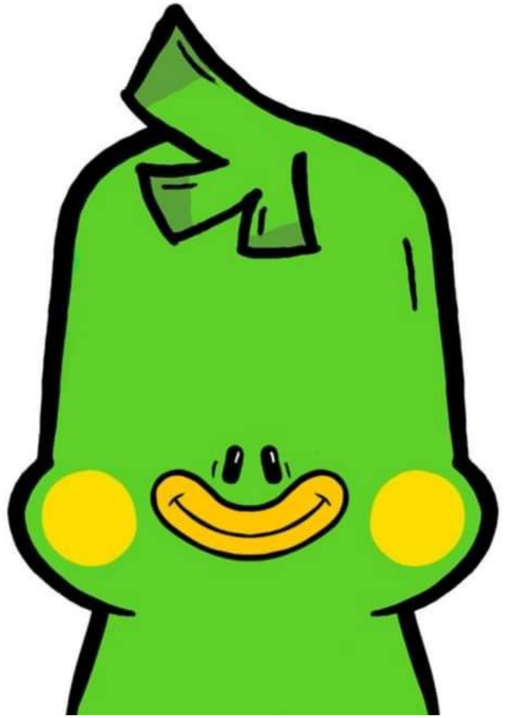
- التضحية بشيء ما.

- أن يكون شخصا مستعدا للعطاء ولكن بشرط أن يحصل على المقابل. (تبادل المنفعة)

أما العطاء بالنسبة للإنسان الناضجة شخصيته فنجد أن للعطاء عنده معنًا آخر، فهو يمثل أعلى درجات القوة بالنسبة له، وكأن لسان حاله يقول "في إطار العطاء فقط أشعر بقوتي وبأنني أمتلك شيئا وبأنني قادر"

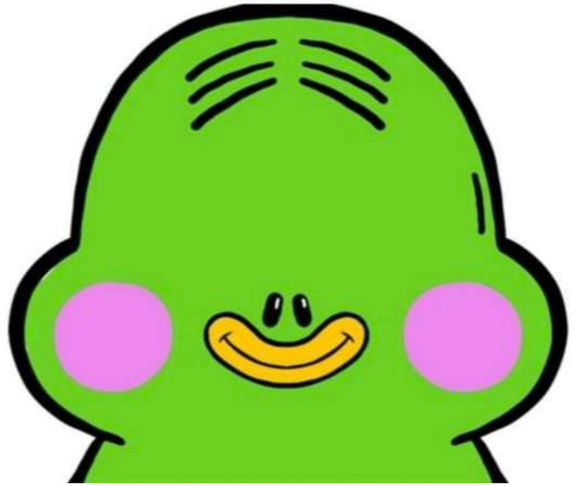
هذه الخبرة الحية الممتلئة بالنشاط والقوة تملء نفسه بالسعادة..

والعطاء يُدخل على نفسه السعادة أكثر مما يفعل الأخذ، ليس العطاء بالنسبة له يعني التضحية بشيء ما، ولكن لأنه في إطار العطاء ومفهومه يشعر بإنه قادر على التعبير عن طاقته وحيويته كإنسان.



* يتميز الحب الإيجابي النشط بمجموعة عناصر:

- الاهتمام والرعاية والرحمة
- القدرة علي تحمل المسؤلية
- الاحترام
- المعرفة



• العنصر الاول: الاهتمام والرعاية والرحمة.
أوضح صورة لهذا العنصر نستطيع أن نراها في الأم التي تحب طفلها؛ فالأم التي أهملت رعاية طفلها فامتنعت مثلا عن إرضاعه أو تنظيفه، فإنه لا يمكن القول بأن هذه الام تحب طفلها. على النقيض من ذلك الأم التي تهتم بطفلها وتسهر علي راحته فهي أما محبه لطفلها.

ولا يختلف الحب عن ذلك في حالة حب الحيوان أو النبات.

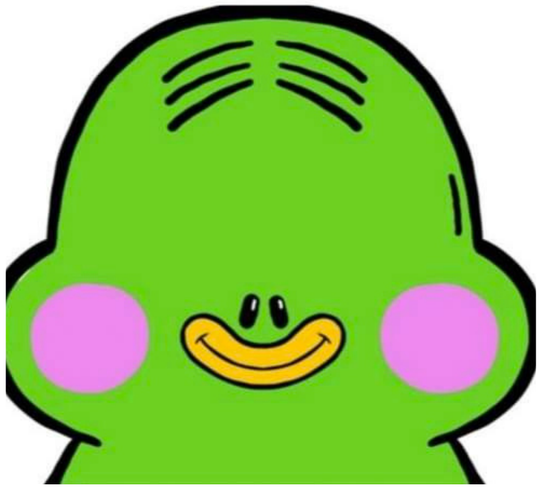
• إن الحب ما هو إلا رعاية نشطة وفعالة لحياة من نحب والاهتمام به.

وإذا لم توجد الرعاية النشطة، فإن كل ما يبدو لنا من انفعال وعاطفة على أنه حب، لن يكون حبا حقيقيا.

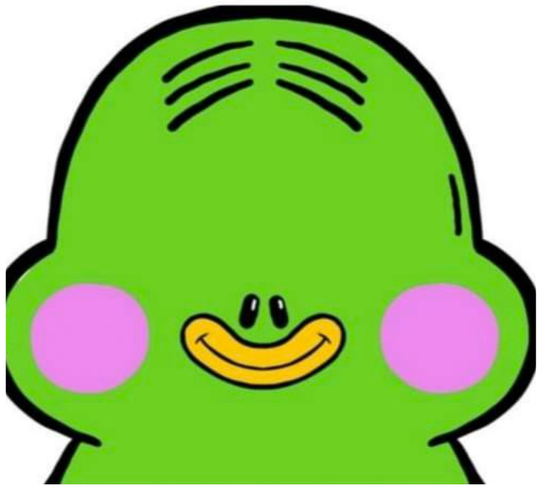
• جوهر الحب الحقيقي يعتمد علي العمل والرعاية لمن نحب، وإن الحب والعمل لا ينفصلان عن بعضهما

" مثال الحب افعال وليس اقوال فقط "

• الإنسان يحب الهدف الذي يعمل من أجله وفي نفس الوقت نجد أن الانسان يعمل من أجل ما يحب ومن أجل من يحب.



⭐ وضح الدين الاسلامي توضيحا جميلا في قصة النبي محمد صل الله عليه وسلم مع قومه كان يحبهم ويهتم بهم ويخاف عليهم من العذاب على الرغم من ايذاءهم له.



• العنصر الثاني: القدرة علي تحمل المسؤلية.
الكثيرين يفهمون تحمل المسؤلية على أنها أداء الواجب المفروض عليهم، ولكن هذا فهم خاطئ للمسئولية، فالمسئولية في معناها الحقيقي تعني حرية الإنسان الكاملة في التعامل مع الاخرين، وإحساس الإنسان بالمسؤلية هو الذي يحدد نوع رغباته الظاهرة والباطنة.
أن يكون الإنسان مسئولا يعني أن يكون قادر على الإجابة ومستعداً لها.
•• يظهر الإحساس بالمسئولية في رعاية الأم لطفلها وإشباع حاجاته
وفي حالة الحب بين الكبار فإن الاهتمام ينصب بالدرجة الأولى على إشباع الحاجات النفسية لكل منهما.

• العنصر الثالث: الاحترام

والاحترام لا يعني القلق أو الخوف من الآخرين وإنما يعني القدرة على رؤية الإنسان وتقبله كما هو، أي بالصورة التي هو عليها والاعتراف بفرديته وبتميزه وبقدراته.

ويعني الاحترام أيضا العمل المتواصل على مساعدة الاخرين على النماء ومساعدتهم علي الاندماج بسهوله في المجتمع،

وفي نفس الوقت فإن الاحترام لا يعني استغلال الآخرين بأي حالٍ من الأحوال..

••إنني عندما أحب إنسانًا فإنني أشعر بأنني متوحد معه بصورته التي هو عليها فعلا، وليس بالضرورة بالصورة التي ينبغي أن يكون عليها، أي بصورته الحقيقية وليس بصورته الخيالية أو المثالية.

• الاحترام يكون عندما يتمتع كل منا بحريته واستقلاله عن الآخرين، وعندما يكون كل منا قادرًا على تصريف أموره دون الحاجه إلى مساندة ومساعدة الآخرين له.

• ولا يمكن أن يكون هناك احترام متبادل بين الناس إلا إذا تمتعوا جميعاً بالحرية..

وأنه من الممكن فقط أن يحترم إنسانا ما إنسانا آخر عندما يعرف كل منهما الآخر، فالرعاية والاهتمام بشخص ما والإحساس بالمسؤولية نحوه تكون عمليه عمياء إذا لم يكن العلم والمعرفة رائدها، أي معرفة ذلك الأنسان موضع الرعاية والاهتمام.

ومن ناحية أخرى فإن العلم والمعرفة يصبح فراغاً بلا معني أو هدف إذا لم يعضده الاهتمام والرعاية.

••هذا النوع من المعرفة لا تأتي للإنسان إلا إذا تجرد ذلك الأنسان من حصر نفسه في دائرة اهتماماته ومصالحه الخاصة، ومن رؤيته للناس من خلال تلك الاهتمامات والمصالح الخاصة، وتمكن من رؤية الآخرين بعيونهم هم.

••ترتبط المعرفة ارتباطا وثيقا بالحب، حيث أن الحاجه إلى التوحد مع إنسان آخر بهدف الخروج من سجن العزلة والوحدة، ترتبط ارتباط وثيقا بوجود هذا الإنسان الآخر الذي يستطيع أن يفضي إليه الإنسان بهذه الرغبة الإنسانية وأن يدعه يتعرف على أسراره وخفاياه.

"الإنسان في بعده الإنساني إن هو إلا سر لم يكتشف بعد "

• إذا كنا ندعي بأننا نعرف أنفسنا فإننا في الحقيقة نجهد أنفسنا، إننا نعرف غيرنا من أهلنا ومن أبناء مجتمعنا ولكننا في نفس الوقت لا نعرفهم وذلك لسبب بسيط هو أن نفوسنا ونفوس غيرنا من البشر ليست شيئا ماديا يمكن فحصه ومعرفته..

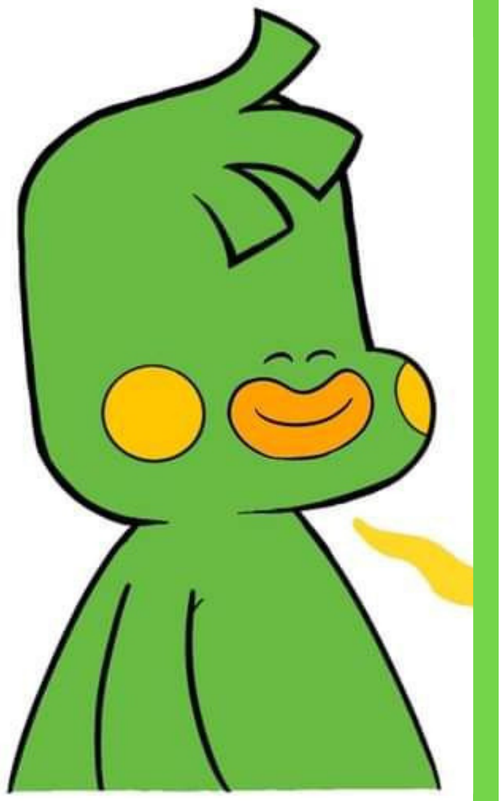
• هناك احتمال واحد لمعرفة النفس البشرية: وهو التحكم الكامل في إنسان آخر، وإخضاعه إخضاعا يجعله ينفذ كل ما أريد ويجعله يشعر بما أريده أن يشعر به ويجعله يفكر بالطريقة التي أريدها أو يفكر فيما أريده أن يفكر فيه، إخضاعا يجعله يتحول من إنسان إلى شيء آخر امتلكه أنا.

هذه المرحلة قد تتضح لنا في الحالات السادية المتطرفة.

وهي تتميز بالقدرة علي تعذيب الكائن الإنساني والضغط عليه وإرغامه تحت صنوف التعذيب المختلفة على الكشف عن أسراره.

الحب هو الطريق الوحيد الممكن لتوصيل الإنسان إلى المعرفة.
لأنه هو الذي يحقق عملية التوحد الإنساني، إن الإنسان يجد نفسه في الحب والعطاء ويستطيع أن يكتشف ذاته ويعرف نفسه ونفس من يحب.
بالحب يستطيع الإنسان أن يكتشف الإنسان ويعرفه..💚

المهمة الأساسية والوحيدة لأي أب أو أم
هي "الحب"
الحب ولا شيء غيره..



علاقة الطفل بالأم:

• منذ لحظة الولادة التي تعتبر من أخطر لاحظات حياة الطفل.
لحظة الإنفصال الحقيقي عن الأم والانتزاع من بيته الهادي
الدافئ الأمين الذي يعيش فيه وهو رحم الام..
يخرج الطفل وهو لا يستطيع أن يتعرف على أي شيء محيط به،
فكل ما يشعر به هو الرغبة في الدفء والغذاء.
وتعتبر الأم بالنسبة لوليدها هي الدفء والغذاء ومصدر
الإشباع والأمان..

•• عندما ينمو الطفل تبدأ رغبته في الحصول على الغذاء
تنفصل تدريجيا عن ارتباطه بالأم، ويدرك أن العطش واللبن
والثدي والأم هي أشياء منفصلة عن بعضها البعض وليست
شيئا واحدا

كيف ينمو الحب ويتطور؟

• الشهور والسنوات الأولى في حياة الطفل تتميز بارتباط الطفل ارتباط وثيق بأمه، فهي تداعبه وتحمله وتحضنه وتهتم به.. فتتكون خبرة في عقل الطفل الصغير مؤداها أنني طفل محبوب وتحبني أمي لأجل ذاتي ووجودي فأنا لست في حاجة إلى القيام بفعل أي شيء لأحصل على حبها لي (وهذه خبرة سلبية)

- إذن فحب الأم لطفلها ليس له شروط، فهو سعادة دائمة وسلاما بكل معاني السلام.

في مجال دراسة الطفل، أثبتت البحوث العلمية أن معظم الأطفال ما بين سن الثامنة والعاشرة يواجهون مشكلة واحدة تقريبا وهي:

مشكلة محاولة الفوز بحب الآخرين لهم من أجل ذات كل منهم.

أما الأطفال الذين لم يصلوا سن الثامنة بعد فانهم لم يكونوا قد تعلموا الحب بعد، إنهم فقط يظهرون مشاعر البهجة والسرور والعرفان والشكر على الحب الذي يحصل عليه كل منهم.

• أما في مرحلة ما بعد سن الثامنة فيظهر عامل جديد وهو الشعور النفسي بإمكانية الحصول على الحب عن طريق ما يقوم به هذا الطفل من نشاط.

•• ولأول مرة في حياة هذا المخلوق يفكر الطفل في أن يعطى شيئا لأمه أو لأبيه، أو لكل منهما..

•• لأول مرة في حياة هذا الطفل يتحول تصوره للحب من أن يكون هو موضوع الحب من الآخرين بلا مقابل...إلى تصور جديد للحب، أي حبه هو للآخرين..
هذه النقلة الجديدة لا تتم دفعة واحدة وإنما تستمر لعدة سنوات، حتى يمكن أن نسميها حبا ناضجا.
وعندما يصل الطفل الى هذه المرحلة، فانه لم يعد طفلا، وإنما يكون قد وصل الى مرحلة الشباب أو مرحلة المراهقة، وهنا يكون قد تغلب على مرحلة النرجسية والأنانية والتمركز على الذات، ولم يعد الأشخاص الآخرين بالنسبة له مجرد وسيلة لتحقيق الاشباع الذي يريده كما كان يحدث وهو طفل. لقد أصبحت حاجات الشخص الآخر وضروراته لها نفس أهمية حاجاته وضروراته هو، وربما كانت حاجات الشخص الآخر أكثر أهمية من حاجاته الشخصية.
وهنا تصبح سعادة الانسان في العطاء لا في الأخذ، كما أن حبه للآخرين يصبح أكثر أهمية عنده من أن يكون هو موضوع الحب من الآخرين.
ومن خلال حب الطفل للآخرين يكون بامكانه الخروج من عزلته التي عاش فيها عندما كان أنانيا متمركزا على ذاته فقط.
⭐ومن هنا يستطيع الطفل أن يمر بخبرة الشعور بمشاركة الآخرين وباتحاده معهم، بل الأكثر من ذلك هو أنه يشعر بقدرته على الحصول على حب الآخرين له من خلال حبه لهم. (الحب بالحب)

•• يعتبر موقف كل من الأب والأم نحو الطفل موقفا متناسبا مع حاجات الطفل المختلفة خلال نموه، فالطفل الرضيع يحتاج إلى أنواع من الحب غير المشروط، كما يحتاج إلى الأم التي ترعاه من الناحية الجسمية ومن الناحية النفسية.
وعندما يصل الطفل إلى عامه السادس من العمر، تبدأ حاجته إلى سلطة الأب وإلى حكمته وتوجيهه.
تقوم الأم بمهمة توفير الأمن والأمان لطفلها، وعلى الأب أن يتولى مهمة أخرى وهي مهمة تعليم الطفل وتوجيهه، ومناقشة المشكلات التي يواجهها ومساعدته في حل هذه المشكلات.
والأم الجيدة المحبة لطفلها لا تحاول أن تبقى عليه صغيرا فتحول بينه وبين النمو الطبيعي السوي، فهي لا تكافيء الطفل دائما على عجزه وعدم قدرته، في فترة من فترات حياته حين تدرك الأم في تلك الفترة أن طفلها في حاجة الى الاعتماد على نفسه وعلى قدراته الذاتية. تدرك هذه الأم أن عليها أن تثق في الحياة، وألا تكون قلقة منزعجة على طفلها، وأن عليها ألا تبذر بذور القلق في نفسه، يجب أن يكون لدى هذه الأم الرغبة في أن يتعلم طفلها الاعتماد على النفس، وأن يتعلم الاستقلال وألا يظل عالة عليها فلا يفكر في الإنفصال عنها ليعتمد على نفسه ويستقل بذاته.

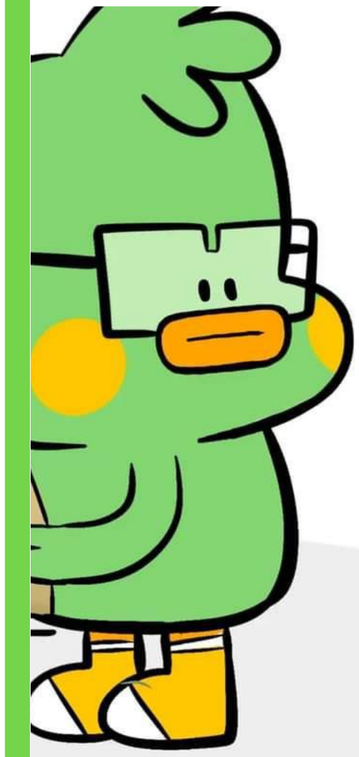
علاقة الطفل بالأب:

في السنوات الأولى من حياة الطفل لا تكون العلاقة بينه وبين الأب قوية..وفي هذه الحالة لا يمكن أن نقارن دور الأب بدور الأم في حياة الطفل، ولا نقارن معنى الأب بمعنى الأم بالنسبة للطفل.

فالأب يمثل للطفل عالم العقل، يمثل المبتكرات والقانون والتخطيط والنظام، فالأب دورة المعلم المُربي، فهو يعمل جاهدا على أن يرى الطفل الطريق الذي يجب عليه أن يشقه في الحياة.

• وحب الأب لأبنه حب مشروط، أي أنه لابد أن يكون له مقابل، وحب الأب المشروط له جوانب إيجابية وسلبية، تكمن الجوانب السلبية في:

- أنه لا يحصل على حب الأب إلا من يستحقه ومن هو جدير به، وهذا يعني أنه من الممكن أن يفقد الإبن هذا الحب مرة أخرى إذا لم يلتزم بأداء ما عليه من واجبات.



• إن طبيعة حب الأب تقوم في جوهرها على الامتثال لما تمليه الفضيلة، والابتعاد عن كل ما هو رذيلة أو معصية، لأنه سيترتب عليها العقاب والحرمان من حب ذلك الأب.

أما الجانب الايجابي:

- فهو على درجة كبيرة من الأهمية، إذ أن كون هذا الحب مشروطاً، يجعل من غير الممكن أن يحصل عليه إلا القادر وإلا من هو جدير بهذا الحب، وهذا ما يستثير إمكانيات وقدرات الإنسان، والذي يستطيع أن يفعل هو الذي يستطيع أن يحصل على هذا الحب.

- بنفكركم ان الحب مش بس شرط يكون للحبيب والحبيبة، ممكن يكون للأب، الأم، الأخ، الأخت، السديق، أو السديكة ع رأي مدام ليلى علوي..!

أنواع الحب:

- حب الغير وحب الآخرين.
- حب الأم.
- حب الوطن.
- حب الله.

•• حب الأم:

كما ذكرنا أنه حب غير مشروط وبلا مقابل، ولكن نضيف هنا أن له مظهران:

- المظهر الأول: هو كل أنواع الرعايه والاهتمام الضرورية للحفاظ على حياة الطفل.

المظهر الثاني: ينصب على التربيه الجيدة، وهذا يعني الاتجاه النفسي نحو جعل الطفل يحب الحياة.

⭐ اللبن والعسل؟

- إن حب الأم للحياة ينتقل من الأم إلى الطفل بالعدوي، كما تنتقل إليه أيضا مخاوفها وقلقها من الحياة، إن كلا من حب الأم وتفاؤلها بالحياة من ناحية وخوفها وقلقها من ناحية أخرى يؤثران على للطفل وعلى تكوين شخصيته المستقبلية.
ترتفع الأم فوق ذاتها، لأن حبها لطفلها يعطى حياتها معنى وقيمة.. ولكن الطفل يجب أن ينمو، ويجب أن ينفصل عن الأم.
انه يخرج من الأم بالولادة ثم ينفطم بعد ذلك عن الرضاعة، إذ عليه أن يصبح كائنا بشريا مستقلا معتمدا على ذاته.
- وهنا يكمن حب الأم في رعايتها المستمرة لطفلها المستمر في النمو، وهذا يعنى أيضا العمل على مساعدة الطفل على الانفصال عنها ليستقل بذاته.

- في تلك المرحله الصعبة، لحظة الانفصال بالذات بين الأم وطفلها تعجز كثير من الأمهات إتمام دورهن، إن المرأه التي تحب بحق هي المرأه التي يسعدها العطاء أكثر مما يساعدها الأخذ. هي المرأه التي لا تتشبث بوجودها هي فقط أو بسعادتها هي فقط هذه المرأة يمكن أن تكون هي الأم التي تحب طفلها بعمق وتحبه أيضا بنفس الدرجه حتى وهو في مرحلة انفصالها عنها..

والآن مع جائزة الأقرب
لقلبي لهذا العام..
زغاليل

ماما
زغاليل
الأقرب
للقلوب

•• حب الذات:

بينما نجد مفهموم حب الغير مفهوم ومقبول وبينما نجد أن الاعتقاد في أن حب الآخرين فضيلة.. فإننا نجد على الجانب الآخر اعتقادا بأن حب الذات رذيلة..

• فالبعض يرى أن حب الذات نوع من أنواع الأنانية عند الشخص يشغله عن حب الآخرين، فنجد أن "كالفن" ترى أن حب الذات يشبه الطاعون، وكذلك" فرويد" يربطه بالمرض النفسي فهو يرى أنه نوع من أنواع النرجسية النفسية التي تتحول فيها طاقة الليبدو النفسي إلى ذات الانسان نفسه، بدلا من أن تتجه للآخرين بمعنى أن الانسان ينسحب من عالم الآخرين ويتمركز حول ذاته فقط، فيصل الإنسان إلى أعلى درجات المرضى النفسي وهو الانفصام الكامل عن العالم الذي يحيط به.

إن الإجماع في كل الثقافات على اعتبار حب الذات رذيلة يقابلها فضيلة حب الآخرين يجعلنا نطرح الأسئلة التالية:-

- هل أثبتت الملاحظة العلمية في مجال علم النفس أن هناك بالفعل تعارضاً بين حب الذات وحب الآخرين ؟
- وهل يمكن أن نعتبر حب الذات هو والأنانية شيئًا واحد أم أن هناك اختلافاً بينهما؟
- وهل يمكن أن نعتبر أنانية الانسان المعاص ، ماهي في حقيقتها إلا حبا للذات بكل المعايير العقلية والفكرية والانفعالية؟
- وهل الأنانية هي نفسها حب الذات أم أنها نتيجة لنقص في حب الذات؟

- حبنا للآخرين لا يمكن أن يكون بديلا عن حبنا لأنفسنا، بل على العكس من ذلك فإن حب الذات لا يوجد إلا لدى من لديه القدرة على حب الآخرين.

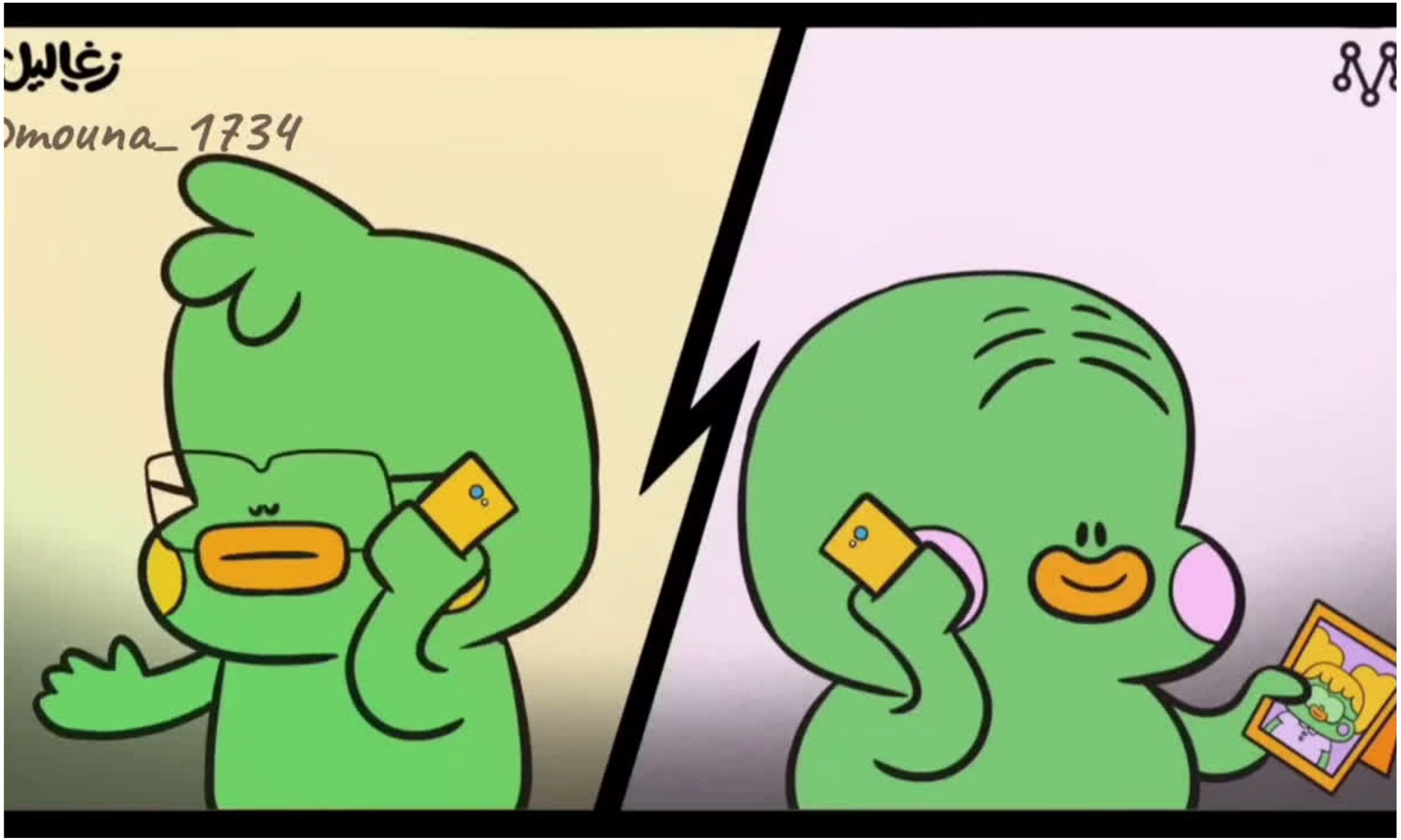
إن الحب لا يقبل التجزئة النسبية طالما أنه يتعلق بحبنا لأنفسنا كموضوعات، وبحبنا للآخرين أيضا كموضوعات..

أخيرا يمكن تلخيص فكرة حب الذات كما يلي:

إذا كنت تحب نفسك فعليك أن تحب جميع البشر بنفس الدرجة التي تحب بها نفسك، فإذا أحببت إنسانا واحدا بدرجة أقل من حبك لنفسك فانك ستخسر جزءا من حبك لنفسك.

إن حبك لنفسك وحبك لكل الناس يمكن أن يجتمع في حبك لوطنك الذي تنتمي إليه وفي حبك لله كرمز نحب فيه أنفسنا ونحب فيه أوطاننا ونحب فيه كل البشر.

حب الأكل



• حب الغير وحب الآخرين:

.تقوم كل أنواع الحب على أساس واحد وهو حب الغير أو حب الآخرين
ويعنى هذا الاحساس المتبادل بالمسئولية نحو الآخرين والاهتمام-
المتبادل بالآخرين ورعايتهم، وكذلك الاحترام المتبادل والمعرفة
المتبادلة
ويعنى أيضا وجود الرغبة المتبادلة في مساعدة الآخرين ومد يد
.العون اليهم

⭐هذا النوع من الحب هو ما حثت عليه الأديان السماوية جميعا،
ففي الانجيل نجد القول حب لغيرك كما تحب لنفسك ويقول حديث
الرسول ﷺ لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه،
ويقول الرسول عليه الصلاة والسلام في حديث آخر: (من كان عنده
فضل زاد فليعد به على من لازاد له، ومن كان عنده فضل ظهر
فليعد به على من لاظهر له . .)

• حب الغير وحب الآخرين:

.تقوم كل أنواع الحب على أساس واحد وهو حب الغير أو حب الآخرين
ويعنى هذا الاحساس المتبادل بالمسئولية نحو الآخرين والاهتمام-
المتبادل بالآخرين ورعايتهم، وكذلك الاحترام المتبادل والمعرفة
المتبادلة
ويعنى أيضا وجود الرغبة المتبادلة في مساعدة الآخرين ومد يد
.العون اليهم

⭐هذا النوع من الحب هو ما حثت عليه الأديان السماوية جميعا،
ففي الانجيل نجد القول حب لغيرك كما تحب لنفسك ويقول حديث
الرسول ﷺ لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه،
ويقول الرسول عليه الصلاة والسلام في حديث آخر: (من كان عنده
فضل زاد فليعد به على من لازاد له، ومن كان عنده فضل ظهر
فليعد به على من لاظهر له . .)

•• حب الوطن:

لا نعتبر الحب ارتباطاً بشخص معين بقدر ما هو اتجاه نفسي عام يتضح في سمات شخصيه الإنسان ويحدد علاقه هذا الإنسان بالعالم كله وليس فقط بشخص واحد محدد، وفي إطار هذا التصور عرضنا لأنواع مختلفة من الحب..

• ترى ما هو موقع حب الوطن من أنواع الحب المختلفة التي عرضنا لها قبل ذلك؟

اعتقد أنه في المناقشات السابقة قد اتضح لنا بجلاء أن حب الذات شرط ضروري لاقامة أي نوع من أنواع الحب الأخرى بطريقة سوية. وقلنا أيضا أن حب النفس وحب الآخرين يجتمع كله في حب الانسان لوطنه الذي ينتمي اليه، فما الآخرون هنا الا أبناء المجتمع الذي يعيش فيه الانسان كمواطن.

يترى أي سبب المشاكل النفسية وأمراض الحب ؟

أمراض الحب:

• عندما ننظر إلى الحب على أنه إشباع جنسي مشترك، وكذلك على إنه عمل مشترك، وعلى إنه شاطىء الأمان وسفينة النجاة من العزلة القاتلة ومن الوحدة والغربة، فإن هذا يعكس لنا صوراً عديدة من صور الحب المنحرف أو الحب المريض في المجتمع الحديث.

فالمجتمع الحديث هو الذي يحدد شروط وأشكال الأمراض التي تصيب الحب. والأمراض التي تصيب الحب لها أشكال متعددة، ومنها ما قد ينتهي بالإنسان إلى المعاناة النفسية والتي يذهب أخصائيوا العلاج النفسي والأطباء النفسيون في تشخصيها على أنها نوع من المرض النفسي العصابي.

•• وسنعرض فيما يلي بعضاً من نماذج الحب المرضي :

•• كيف يحدث الحب المرضي؟

يقوم الحب المرضي في حقيقته على أساس أن يكون أحد الزوجين أو كلاهما قد حدث عنده تثبيت أثناء نموه المبكر على الأم أو على الأب. وفي هذه الحالة فإن مشاعر المرأة أو الرجل وآماله ومخاوفه والتي كانت مرتبطة في الماضي بالأم أو بالأب قد حدث لها ما يسمي في التحليل النفسي بعملية النقل أو الطرح، أي نقل المشاعر النفسية القديمة وطرحها على موضوع الحب الحالي. والأشخاص الذين ينطبق عليهم هذا الوصف، هم أشخاص لم يستطيعوا حتى الآن أن يخرجوا من مرحلة الطفولة النفسية، إنهم أشخاص لم يتم فطامهم النفسي بعد، ولذلك فهم يبحثون عن ذلك الارتباط الطفلي بالوالدين حتى وهم كبار. وفي مثل هذه الحالات يكون الإنسان هنا ليس أكثر من طفل لم يتخط سن الثامنة أو الخامسة أو الثانية عشرة على الأكثر. وذلك على الرغم من أن نموه من الناحية العقلية ومن الناحية الجسمية يتفق مع عمره الزمني الحقيقي، وهنا يؤدي عدم النضج العاطفي والانفعالي في مثل هذه الحالات إلى إحداث اضطرابات في العلاقات الاجتماعية.

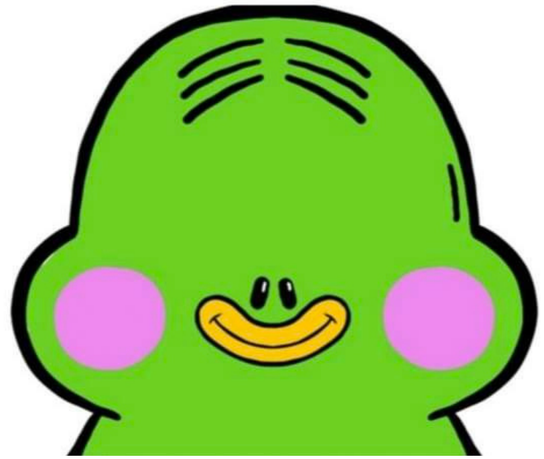
• الحب الأكبر أو كما يطلق عليه جنون الحب:
حيث يتم تقديس الشخص المحبوب بشكل مفرط، ويفقد الشخص الآخر وعيه بقدراته وذاته ويذوب في شخصيته المحبوبة.
فعندما لا يستطيع إنسان ما أن يصل إلى درجة يشعر فيها بالتوحد مع مشاعره وأحاسيسه، فإنه يميل إلى تقديس الشخص الذي يحبه، وهنا نجد أن الشخص الذي يمارس هذا النوع من الحب شخص يشعر بالغربة عن نفسه وعن ذاته، شخص يشعر أن ملكاته وقدراته غريبة عنه، فهو شخص يرى أن وجوده كله مرهون بشخص محبوبته التي تعتبر بالنسبة له هي الحياة وهي مصدر النور ومصدر الحب ومنبع السعادة.

• الحب الوهمي أو الحب الكاذب:

وتكمن حقيقة هذا الحب في أنه حب لا يوجد إلا في خيال هذا الشخص المحب وفي أوهامه، وهو حب لا يرتبط أساسا بشخص محدد موجود فعلا. وأكثر صور هذا النوع من الحب انتشاراً نجدها في بدائل الاشباع، فنجدها مثلا في صورة مشاهدة أفلام الحب وكذلك في قراءة روايات الحب، وفي صورة التغني بكلمات الحب وبأغانيه. وهنا نجد أن كل أنواع الشوق والحرمان من الحب، وكل أنواع الشعور بالوحدة والغربة تجد لها متنفسا في تلك الموضوعات البديلة..

• وهناك أنواعًا مرضية من الحب والعلاقات النفسية، حيث يتمثل الحب لدى بعض الأشخاص في الهروب من الحاضر والعيش في قصص الماضي والذكريات. يمكن أن يؤدي هذا النوع من الحب إلى انفصال الشخص عن واقعه والعيش في أحلام وأوهام الماضي أو المستقبل. هذه الصورة توضح كيف يمكن أن يكون الحب الوهمي مثل تعاطي المخدرات، حيث يساعد الشخص على الهروب من الواقع المؤلم والشعور بالغربة والعزلة.

• أشكال الحب المرضى العصابي، حيث يظهر هذا الشكل من الحب في ميكانزمات الاسقاط، حيث يحاول الشخص الهروب من مشاكله الشخصية والتركيز على أخطاء الشريك ونقاط ضعفه. يتميز هذا النوع من الحب بتوجيه اللوم والذنب نحو الآخر، بينما يتجاهل الشخص أخطائه ونقاط ضعفه. العلاقة بين الأشخاص المتأثرين بهذا النوع من الحب تقوم على عملية نفسية تسمى الاسقاط المبتادل. يتضمن هذا النوع من الحب اسقاط المشاكل الشخصية على الأطفال، حيث يرغب الإنسان في أن يكون له طفل كوسيلة للهروب من مشاكله الشخصية.



سيكولوجية تعلم الحب:

1/النظام.

2/التركيز.

3/المثابرة.

4/الدافعية.

- لغات الحب الخمسة:

1/كلمات التشجيع.

2/تكريس الوقت.

3/تبادل الهدايا.

4/الأعمال الخدمية.

5/ الاتصال البدني.

أنا
بحبك
زغاليل