معنى الحب (كيف تحب نفسك ١)

لماذا نبحث عن الحب؟ لماذا هو الشعور الذي نركض خلفه؟ ولماذا يداعب أحلامنا ويقظتنا؟ لماذا نعتقد أننا إذا لم نجد حبًا قويًا، خارقًا للعادة، فإننا لم نعش حقًا؟ لماذا نستمع إلى الآخرين وهم يتحدثون عن الحب ومغامراتهم، ثم نسرح بعيدًا إلى عالمنا الخاص ونتساءل: لماذا لم نلتقِ بحب كهذا؟ لماذا لم نعش هذه الحالة؟

فهل نحن بحاجة إلى الحب، أم أننا نبحث عنه، أم أننا في الحقيقة نستدعيه؟ ولكن السؤال الأهم: لماذا نحتاج إلى هذا الحب الجبار الذي يجعلنا نتحمل الحياة؟ ذلك لأننا لم نتعلم أن نحب أنفسنا أولًا.

في طفولتنا، أغلبنا عاش حياة صعبة في داخله. حين كنا نرى الأم تصرخ في وجهنا لأنها لا تجد استجابة لكلامها، كنا نشعر بالانهزام. وحين كنا نرى الأب بعيدًا عن العائلة، كنا نشعر بالانكسار. بحثنا عن الأصدقاء، فوجدناهم أكثر انكسارًا وهروبًا منا. بعضنا كان قويًا واستطاع أن يخرج من هذه الدائرة ليعيش حياة مختلفة، يسعى وراء اهتماماته الشخصية، ويبتعد عن محيط العائلة التي لم تعد بالنسبة له سوى مكان للسكن، وليس للحياة. بينما آخرون ظلوا يبحثون عن الحب ليعوضوا الحرمان العاطفي والمشاعر التي لم تجد مخرجًا.

كثير منا لم يشعر بلذة النجاح داخل عائلته، لكنه وجدها مع الأصدقاء. في عالمنا الصغير،

فى مجتمعنا الذي يزخر بالإيجابيات والتناقضات، نقف في حيرة أمام ما يجب علينا فعله وما يجب علينا تجنبه.

حين نسافر للترفيه، نجد الأب جالسًا بلا حراك، والأم غارقة في الضيق بسبب التزاماتها التي لا تنتهي حتى في لحظات الراحة. لا يجوز لنا أن نفعل شيئًا لا يراه الأب أو الأم مناسبًا، حتى وإن كان مثاليًا. الملابس يجب أن تكون وفق وجهة نظرهم، ليس عن قناعة، بل خوفًا من انتقاد الآخرين. يجب أن ننجح، ليس حبًا في نجاحنا، ولكن حتى لا يتهمهم أحد بالفشل في تربيتنا. يجب أن نكون عظماء، لأنه ليس من المنطقي أن يكون لهم أبناء عاديون. نظرات الحسرة تملأ وجوههم إذا كانت قدراتنا أقل مما يريدون، ليس خوفًا علينا، بل خوفًا من أن يُتهموا بأنهم لم يحسنوا إنجابنا أو تربيتنا.

في الليالي المظلمة، نجلس تحت الأغطية نفكر: كيف نرضيهم ليكونوا سعداء؟ وكيف نهرب من اللوم الدائم الذي يهدم فينا كل يوم قدرةً وحلمًا؟ وهنا، يجب أن نتمرد.

والتمرد لا يعني أن نترك العائلة أو أن نكون عاقين. التمرد الحقيقي هو أن نصبح قادة لحياتنا، أن نتخذ قراراتنا، أن ننطلق ولا ننتظر. انظر إلى نفسك وتأكد أنك مميز، بل أكثر من مميز.

ليس التميز أن تكون عظيمًا أو صاحب مركز مرموق في نظر الناس، بل التميز أن يكون لك عقل قادر على الاستمتاع بالحياة، قادر على العيش بحق. كن قويًا، فالقوة ليست قسوة، بل حبٌ لنفسك وقبولٌ لها كما هي. آمن أنك خُلقت في أحسن صورة، وأن اختلافك عن الآخرين هو ما يجعلك مميزًا.

اجعل في داخلك طاقة تحرك الساكن، وتدفعك للأمام رغم العثرات. ستواجه الفشل، ليس لأنك غير قادر على النجاح، ولكن لأن الفشل هو الطريق إلى القوة والتحدي. لا تخشَ الصعوبات، بل واجهها. إن كنت تخاف البحر، تعلم السباحة. إن كنت تخشى الطريق، تعلم القيادة. لا تدع المخاوف تسيطر عليك، بل اجعلها دافعًا للنمو والتطور.

اجعل في داخلك طاقة تحرك الساكن، وتدفعك للأمام رغم العثرات. ستواجه الفشل، ليس لأنك غير قادر على النجاح، ولكن لأن الفشل هو الطريق إلى القوة والتحدي. لا تخشَ الصعوبات، بل واجهها. إن كنت تخاف البحر، تعلم السباحة. إن كنت تخشى الطريق، تعلم القيادة. لا تدع المخاوف تسيطر عليك، بل اجعلها دافعًا للنمو والتطور.

أحب نفسك، قدرها، وامنحها ما تستحق. فأنت إنسان كرّمه الله وسجدت له الملائكة بأمره. لا تلتفت إلى الكلمات السلبية التي تُقال عنك، فهي مجرد اختبار لقوة إرادتك. عندما تكون على حقيقتك، عندما تؤمن بنفسك وتثق بقدراتك دون خجل من عيوبك، ستجد الابتسامة التي كنت تبحث عنها طوال حياتك. وحينها فقط، سيأتيك الحب الحقيقي، الحب الذي لا يحتاج إلى تبرير، بل ينبع من ثقتك في نفسك وفي اختياراتك.

احمد صبحى