

عشق باشکوه‌ترین ارزش‌ها

بنیاد آموزش و پرورش جهانی در سال ۱۹۹۳ توسط آقای سان میانگ مون برای ارائه ارزش‌های روحی - اخلاقی در آموزش و پرورش تاسیس شد. گروه مشاوران این بنیاد از مذاهب و عقاید مختلف می‌باشند، بهمین دلیل محدودیتی در میدان عمل بنیاد وجود ندارد.

بنیاد آموزش و پرورش جهانی کتاب‌ها و دیگر موارد آموزش اخلاق را برای مدارس و دانشگاه‌ها و تمامی دیگر انواع مراکز آموزشی در کشورهای شوروی و چین چاپ و منتشر کرده است.

بنیاد همچنین در جهت توسعه و پیشرفت هر چه بیشتر در مسائل روحی - اخلاقی سمینارهای بسیاری را برای رهبران و مدرسین برگزار کرده و از تمامی تحقیقات با ارزش افراد و سازمان‌ها و دیگر بنیادهای آموزش و پرورش حمایت نموده است.

مطالب زیر از جلد دوم کتاب، دنیای من و من، تحت عنوان، راه عشق می‌باشد، که از کتابهای آموزشی بنیاد برای جوانان است.

عشق باشکوه‌ترین ارزش‌ها

تمامی مردم جهان بدون استثناء خواهان دوست داشتن و دوست داشته شدن هستند. عشق چیزی است که همه به آن می‌اندیشیدند. چیزی که شاعران درباره آن سرودها و ترانه‌های بسیار زیادی تصنیف نموده‌اند. اگر همین حالا به شبکه‌های رادیویی در تمامی کشورهای دنیا گوش فرا دهید، خواهید دید که اکثر ترانه‌هایی که فقط در سی دقیقه از برنامه پخش می‌شود درباره عشق و متمرکز بر عشق تصنیف و ساخته شده‌اند. اما نه همه آنها درباره عشق سخن می‌گویند، بلکه تعدادی در جستجوی عشق، تعدادی درباره عشق ناپایدار، درباره چگونگی عاشق شدن مردم و از دست رفتن آن و چیزهایی از این دست سروده و تصنیف گردیده‌اند.

چرا مردم به خواندن داستان‌های بلند (رمان) و یا تماشای فیلم‌ها یا موضوعاتی درباره عشق علاقه نشان می‌دهند؟ چرا که داستان‌های عاشقانه تارهای عصبی را در درون جسم و روح هر فردی به ارتعاش در می‌آورد. ما خواهان عشقی هستیم که درون ما را بطور کامل لبریز کرده و تا به ابد پایدار بماند. هرگز نمی‌توان فردی را یافت که در پی کسی باشد که فقط او را برای یک مدت محدود، مثلاً چند ماه یا سال دوست بدارد. هیچ کس در رویاهایش در پی عشقی محدود نیست. تمامی زندگی خود را در این عشق سر کنیم. آیا کسی هست که نخواهد این چنین باشد؟

با این همه چرا عشق غیر قابل پیشگویی، مرموز و مبهم و غیرقابل درک می‌باشد؟ چرا در پایان می‌گوییم که عشق چیست؟ چرا اغلب عشق با روکشی کاذب تجربه می‌شود؟ درست مثل آب، بنظر می‌رسد که عشق نیز لطیف و شکننده بوده در عین حال قدرت نابودکنندگی عظیمی دارد. بسیار غیرواقعی است که عشق دارای حد و مرزی محکم و استوار نیست. با این حال فرد می‌تواند در آن غرق شده و نابود شود. بسان پروانه‌ای که در آتش (عشق) می‌سوزد. مثل یخ، عشق می‌تواند بریده و قطعه قطعه شود و مثل ابرها محو شود، با این حال چیزی است که مثل آب، تمامی زندگی متمرکز بر آن حفظ می‌شود. ما بدون عشق حتی برای یک ثانیه نیز نمی‌توانیم زندگی کنیم. در نتیجه با همه طفره‌ای که بعضی‌ها از آن دارند، ارزش پیگیری و دانستن دارد، اینکه برآستی عشق چیست؟ آیا چیزی است که با اندیشه و کاوش در پی آن بوده و به آن نائل خواهی شد؟ یا اینکه می‌توانی منتظرش شوی و به نوعی به تو رجوع خواهد کرد؟ آیا مقدر شده که بعضی‌ها آن را یافته و با آن زندگی کنند و بعضی دیگر نه؟ چطور می‌توانید مطمئن شوید که آن را دارا هستید؟ آیا یافتن عشق واقعا ارزش روبرو شدن با سختی‌ها را دارد؟

عشق چیست؟

آیا می‌توانید تعریفی واضح از عشق داشته باشیم؟ عناصر و خصوصیات عشق چیست؟

به عبارتی ساده باید يك حوزه و مدار گردش بین دو نفر وجود داشته باشد تا عشق بتواند پا به عرصه وجود نهد. کسی که آغاز کننده است و دهنده عشق، کسی که آن را دریافت می‌کند و شکل‌گیری میل و نیاز برای دادن پاسخ در درون شخص دوم و اینچنین يك مدار و حوزه‌ای شکل می‌گیرد که هیچکدام از آنها نمی‌خواهند که شکسته و نابود شود.

سرانجام عهد و میثاق متقابل شکل گرفته بین این دو چنان قوی و محکم خواهد شد که آنها هرگز از یکدیگر جدا نخواهند شد. آنها يك وجود واحد می‌شوند. آنها تصور چیز دیگری را نخواهند داشت، جزء اینکه عشق آنها در ابدیت، جاودانی خواهد شد.

برای اینکه واقع‌گرا باشیم، باید بپرسیم که چه نوع عملکردی به چنین عشقی تولد خواهد داد؟ آیا می‌توان تصور کرد که بعضی از داد و دریافت‌ها همانند عشق بوده اما خود آن نباشد؟ چرا گاه موارد حوزه و مدار عشق شکل گرفته آغاز می‌شود و پس از مدت زمانی محو و نابود می‌شود؟ آیا يك رابطه مرده عشق می‌تواند احیا شده و جانی دوباره بگیرد؟ آیا واقعا می‌توان به چنین چیزی دست یافت؟

چیزها و روابط بسیاری هستند که عشق نبوده بلکه ممکن است که شبیه عشق بنظر برسند. شاید به این دلیل است که در دنیای امروز ما رویاهای دست نیافته بسیار و قلب‌های شکسته بسیاری دیده می‌شود.

روابط متقابل

در جهان طبیعت، تمامی موجودات بصورت زوج وجود دارند. همه موجودات با عمل داد و گرفت بین دو موجود متقابل و مکمل، حیات داشته و زندگی می‌کنند. تمامی موجودات زنده و غیرزنده در این حوزه روابط وجود دارند. الکترون بدون پروتون می‌چرخد، سیاره‌ها (در منظومه شمسی) بدون خورشید می‌گردند. نسل‌های انسانی ادامه پیدا می‌کند و زندگی نمی‌تواند بدون وابستگی و ارتباط مطلق يك قطب به قطب دیگر ادامه یابد. بطورمشابه در جهان آفرینش دو نوع انسان وجود دارد، نه سه نوع و نه هیچ تعداد دیگری. بطور معجزه آسائی آنها کاملاً زوج متقابل هستند چه از نظر جسمی و چه از هر نظر دیگر که به آنها توجه نمایید.

جالبتر اینکه هر سال تعداد متولدین پسر و دختر یا (مرد و زن) در جهان مشابه می‌باشد و بگونه‌ای می‌توان گفت که آنها برای یکدیگر به دنیا آمده‌اند.

مردان دارای سرشت و طبیعتی برای غلبه بر جهان بوده و می‌خواهند که جهان بیرون در آرامش و امنیت باشد. اما زنان دارای سرشتی برای تغذیه و پرورش بوده و می‌خواهند تا خانه (جهان درون) در آرامش و امنیت باشد. اسپرم مردان به بیرون پرتاب می‌شود و تخمک زنان در درون حفظ می‌شود و از اتحاد آنها (باین دو جهت دگرگونه) يك زندگی تازه تولد می‌یابد.

ما می‌توانیم درباره مذکریت و مونثیت در طبیعت بیاموزیم. این مسئله چیزی نیست که فقط در روابط زناشویی کشف گردد. بلکه چیزی است که از زمان تولد بطور طبیعی شکل گرفته و می‌بایست در تمامی رفتار و خصوصیات ما پرورش یابد. ما جذب جنس مخالف خود می‌شویم، چرا که بطور فطری قرار است تا در روابط متقابل داد و گرفت با دیگری کامل شویم.

وفاداری

کیفیت دیگری که طبیعت عشق را منعکس می‌کند، وفاداری می‌باشد. يك مادر به فرزندش عشق می‌ورزد بدون اینکه بیاندیشد که این کار برای او چقدر خرج برمی‌دارد. او هر ذره از وجودش را در رشد و پرورش فرزندش می‌گذارد

جسمش را برای تغذیه کودک فدا می‌کند. شبهای بی‌خوابی را تحمل می‌کند تا به او آرامش دهد. در روزهای سرد زمستان، در بیرون در برف و باران می‌ایستد تا برای او غذا فراهم نماید. هر روز نگران شادی و خوشحالی اوست. وقتیکه آن کودک رشد نموده و بزرگ شود، آیا در ازای تمام زحماتی که مادر متحمل شده، به او يك چك با فلان قیمت می‌دهد؟ نه، خوب چه چیزی از آن همه زحمت و رنجی که مادر متحمل شده باقی می‌ماند؟ تنها عشق است که باقی می‌ماند و این همه آن چیزی است که مادر به آن اهمیت می‌دهد و در مقابل بطور اجتناب‌ناپذیری، فرزند تمامی عشقی را که از مادر دریافت کرده به فرزند خودش خواهد داد.

عشق یعنی بی‌دریغ بودن، بدون توجه به نکات خوب یا بد فرد. يك ضرب‌المثل قدیمی می‌گوید: عشق کور است، معنی‌اش می‌تواند این باشد که فرد عاشق شاید در ارتباط با خوبی یا بدی مفعول عشقش قضاوت نمی‌کند. این عشق است که می‌گوید: تو را دوست می‌دارم فقط به این خاطر که تو وجود داری آیا هیچ مادری بر علیه فرزندش در دادگاه شهادت خواهد داد؟ حتی اگر بداند که فرزندش اشتباهی مرتکب شده است و رای دادگاه را نیز در مورد او بپذیرد، در اعماق قلبش از خوبی‌های او تا به آخر دفاع خواهد کرد و با چشمانی مملو از عشق به او نگاه خواهد کرد. کسی که عشقی اینچنین در وجود اوست، دیگری را در تمامی شرایط دوست می‌دارد. يك زن به دوست داشتن شوهر خود، در تمامی شرایط و اوضاع و احوال و روزهای سخت تمامی لحظات ناامیدی، نبود کار، کمبود پول و غیره ادامه خواهد داد.

يك مرد نیز همسرش را همواره دوست خواهد داشته، حتی زمانیکه شادابی و جوانی را از دست داده و رو به پیری گذارد. عشق راستین عشقی است که می‌گوید تو برای من بیشتر از زندگی من ارزش داری که عشق به تو تمامی علت حیات و هستی من است.

ابدیت

هر نسلی برای نسل بعدی زندگی می‌کند. حیات عشق جاودانی است. عشق می‌تواند زندگی فردی را از پوچی نجات داده و به زنجیره زندگی جهان شمول پیوند زند. بهمین خاطر مردم می‌گویند که عشق با ارزش‌تر از زندگی است. قبل از اینکه بدنیا بیاییم، پدر و مادرمان بدلیل عشق به سوی یکدیگر کشیده شده و در لحظه یگانگی آنها در عشق، هرکدام از ما پا به عرصه حیات نهاده‌ایم. معنی‌اش این است که عشق قبل از زندگی می‌آید.

والدیتان شما را در زمان تولد، با ارزش‌تر از هر چیزی (با ارزش‌تر از طلا، نقره و هر چیز دیگر) دانسته و حاضر نیستند که شما را با هیچ چیزی در هستی عوض کنند.

آیا می‌توانید غیر از این بیاندیشید که هر يك از میلیاردها انسان ساکن دنیای کنونی بدلیل عشق بین مرد و زن پا به عرصه گیتی نهاده‌اند؟ وقتیکه يك زوج از طریق عشق آبستن می‌شوند، حتی می‌توانند بگویند که ما در حال فارغ شدن نه يك کودک بلکه يك هستی هستیم. تمامی يك قبیله بخاطر عشق شکل می‌گیرد و این بطور ممتد می‌تواند از نسلی به نسل دیگر منتقل شود بدون اینکه در ارزش آن تنزلی حاصل شود.

قدرت عشق

پیریم سوروکین اهل شوروی و مؤسس رشته تحصیلی، عشق نوع دوستانه، در دانشگاه هاروارد به این نتیجه رسیده بود که مردم می‌بایست راه و قدرت عشق را بدانند. او تعلیم می‌داد که حداقل پنج جنبه یا بعد وجود دارد که به صلاحیت فرد در عشق ورزیدن شکل می‌دهد.

نخستین بعد "شدت" است. وقتی کسی را می‌بینیم که درباره عشق تدریس می‌کند، اما به آن عمل نمی‌کند می‌فهمیم که شدت عشق او صفر است. وقتی کسی چند سکه، به گدایی کنار خیابان می‌دهد یا اینکه صندلی‌اش را در اتوبوس به فرد دیگری می‌دهد، می‌گوییم که شدت عشق او در سطح پایین است. در مقابل عشق با شدتی بالا یعنی اینکه فرد حاضر است با ارزش‌ترین چیزهایش را بخاطر مفعول عشق بدهد و نمونه نهایی آن، راغب بودن در فداکاری و حتی مردن برای دیگری است.

عیسی در تعالیم خود می‌گوید: بزرگترین عشق و محبتی را که شخص می‌تواند در حق دوستش داشته باشد، این است که جان خود را در راه او فدا سازد. عشق را می‌بایست اینگونه سنجید.

مثال‌های زیادی وجود دارد از این دست که سربازی، دوست و رفیق همراه خود را در صحنه جنگ زیر رگبار گلوله بر روی زمین می‌بیند، در این حین بی‌باکانه خود را بجلوی آتش دشمن می‌اندازد تا او را نجات دهد اما چند ساعت بعد همان سرباز دوباره يك شخص کاملاً عادی خواهد بود و ممکن است که حتی رفتار دوستانه‌ای با آن فردی را که نجاتش داده نداشته باشد. چه اتفاقی افتاده است؟ استمرار و بقا عشق او بسیار کوتاه بوده است. استمرار و بقا دومین بعد است. اکثر ما نمی‌خواهیم عشق را تجربه کنیم که فقط يك روز یا فقط يك سال دوام دارد، بلکه می‌خواهیم دوام عشق ما ابدی باشد. دلیلش این است که عشق راستین ابدی می‌باشد.

بعد دیگر عشق، گستردگی یا میدان عمل آن است. افرادی هستند که فقط خود یا خانواده خود را دوست می‌دارند. حوزه عشق شما تا چه اندازه گشاده است؟ آیا حوزه و میدان عشق شما به ورای نژاد، ملیت و مذهب شما می‌رود؟ چند نفر هستند که ما توانسته‌ایم آنچنان دوستشان بداریم که (درمقابل) آنها مقایسه با دیگران به ما احساسی کاملاً متفاوت نشان می‌دهند؟ عبارت دیگر مثل قدیمی می‌گوید روز ختم شما چند نفر برایتان گریه خواهند کرد؟

نکته و بعد چهارم خلوص و صفای عشق می‌باشد. معنایش این است که ما فرد را بخاطر وجودش دوست می‌داریم نه بخاطر کاری که انجام داده یا بخاطر چیزی که دارد، یا به هر دلیل محدود دیگر. اگر آگاه شویم که فردی در عشق ظاهری‌اش نسبت به ما منظوری نهایی (نظری جزء اینکه ما فکر می‌کردیم) دارد، خیلی سریع احساس می‌کنیم که مورد سوءاستفاده قرار گرفته‌ایم یا اینکه دلیل و خوار شمرده شده‌ایم.

پنجمین بعد عشق کفایت و شایستگی است. در واقع رابطه بین هدف عشق و نتیجه واقعی آن ممکن است که من کسی را خالصانه دوست داشته باشم، ولی در عین حال ممکن است نتایج عشق من برای او مضر باشد. همه ما با بچه‌های نازپرورده آشنا هستیم، کسانی که بدون انضباط در عشق لوس بار آمده‌اند. گاه موارد لازم است که عشق در مهربانی سخت و محکم باشد. عشق بی‌اندازه، در واقع نادانی، جهل، کوری و ارائه يك فرصت غلط و نادرست برای انتخاب اولویت‌ها و رفتارهای نامناسب می‌باشد. عشق راستین همواره در هر موقعیتی راه و روش مناسب را خواهد یافت.

عشق شرطی

والاثرین و کامل‌ترین نحوه ابراز عشق در میان تمامی انواع عشق، عشقی است که در پی دریافت پاسخ نیست. عشقی که رها و آزاد و تغییرناپذیر است. البته همه خواهان دریافت عشق هستند، اما انسان بالغ حتی زمانی که عشق دریافت نمی‌کند، به عشق ورزیدن ادامه خواهد داد.

این عشق بدون قید و شرط است که به بهترین شکل در عشق والدینی خوب نسبت به فرزندانش به تصویر کشیده شده است. عشق بدون قید و شرط حساب و کتاب نمی‌کند که به چه میزان داده است. یا اینکه تصمیم بگیرد که مثلاً تا فلان مقدار کافی است. در عشق بدون قید و شرط، کافی هیچوقت کافی نیست. (بعبارت دیگر هر چقدر بیشتر می‌دهی اینطور احساس می‌کنی که کمتر داده‌ای!)

یکی از عمیق‌ترین اشتیاق‌های بشری تجربه این نوع عشق است. با این حال همانگونه که از دوران کودکی به سنین بلوغ پا می‌گذاریم ضروری است تا عشق شرطی را تجربه کنیم، عشقی که با اصول و انتظاراتی هدایت و سمت و جهت داده شده و به فرد، میدان رشد و شکوفایی می‌دهد. بعنوان مثال با توجه به موفقیت و عدم موفقیت فرد، والدین ممکن است به او افتخار کنند یا از او دلخور شوند. از این نقطه نظر عشق والدین چیزی است که باید آن را بدست آورد. این عشق (شرطی) در واقع فرزند را تحریک می‌کند تا مستقل بوده، روی پای خود بایستد، به خود نظم داده و برای کارهایی که انجام می‌دهد مسئولیت بعهده بگیرد. و بر این اساس بالاترین لذت این است که فردی قادر باشد که دیگری را خوشحال سازد.

این در واقع به اعتبار و ارزش فرد قدرت می‌بخشد. اینکه می‌توانی احساس کنی که قادر هستی چیزی با ارزش و یگانه را با دیگران سهیم شوی. احساس می‌کنی که می‌توانی چیزی دگرگونه عرضه کنی. البته عشق والدینی باید صبور، شکیبیا و بدون قید و شرط باشد. اما برای رشد عشق شرطی (مقید) اهمیت بسزایی دارد.

عشق مقید می‌تواند مورد سواستفاده قرار گیرد. عشق استحقاقی می‌تواند بسادگی احساس تلخی را از خود بجای بگذارد. اینکه مرا نه بخاطر خودم، بلکه به این دلیل که انتظارات را برآورده کرده‌ام، دوست داری. عشق مقید و شرطی، زمانی که فرد هنوز در عشق بالغ نشده و متمرکز بر خود عمل می‌کند، او را کنترل و اداره می‌نماید. این نوع عشق مانع می‌شود تا فرد خودش باشد. در واقع ما می‌بایست انتظار دیگری را برآورده کنیم تا بتوانیم عشق را دریافت کنیم.

- تو را دوست دارم، اگر دوستم بداری،
- دوست تو خواهم بود، اگر با من رابطه جنسی داشته باشی،

البته خود ما اغلب اوقات در عشق خودمان شرطی هستیم. بسیاری از ما در ارتباط با جریان‌یابی آزاد عشق با ترس، اخطار و موانع مقابله می‌کنیم. آیا در این رابطه نیازهایمان برآورده می‌شود؟ آیا می‌شود به این فرد اعتماد کرد؟ آیا می‌توان با طرز تلقی‌های آزار دهنده دیگران زندگی کنیم؟ این نوع اخطارها باعث می‌شود تا در میزان مهربانی، بی‌آلایشی و صراحت خود شرط‌هایی قائل شویم.

عشق بدون قید و شرط

عشق بدون قید و شرط احساس عمیقی از صلح، امنیت و سلامت به ما می‌دهد. عشق بدون قید و شرط یعنی اینکه ما را بخاطر وجودمان دوست داشته‌اند نه بخاطر کاری که کرده‌ایم. برای دریافتش ضرورتی ندارد که استحقاق آن را داشته باشیم، یا اینکه چیزی نیست که بخواهیم آن را بدست آوریم. یا اینکه نمی‌توانیم آن را کنترل کنیم. ما را دوست می‌دارند نه بخاطر اینکه انتظارش را برآورده کرده‌ایم بلکه بخاطر اینکه یگانه هستیم. البته این به این معنا نیست که تنها آنچنان باشیم که هستیم. همواره می‌بایست برای رشد و شکوفایی خود راستین خویش سعی و تلاش داشته باشیم. در فضای عشق بدون قید و شرط آزاد هستیم تا بدون ترس از دست دادن عشق که برای ما بسیار مهم است، اجازه دهیم تا تمامی استعدادهای یگانه نهایی ما بشکند. عشق بدون قید و شرط این امکان را بوجود می‌آورد تا بخود ایمان داشته، به ارزش خود پی برده و اعتبار خود را تقویت کنیم.

چطور درمی‌یابید که به چنین عشقی دست یافته‌اید؟ زمانیکه هیچ نوع موضوع و دلیلی هرگز نتواند تو را از قلب کسی که دوستت دارد، جدا سازد. وقتی که هیچ موضوع و دلیلی هرگز باعث نشود که فردی از تو و قلب تو جدا شود، می‌دانی که او را بدون قید و شرط دوست می‌داری.

یکبار که قلب گشوده شد و ما بطور عمقی تحت تاثیر فردی قرار گرفتیم، به احتمال بسیار زیاد جذب او خواهیم شد، مهم نیست که رابطه ما چه نوع رابطه‌ای بوده است.

وقتی که فردی را بدون قید و شرط دوست می‌داریم، رفته رفته می‌توانیم دنیا را نیز دوست بداریم. در آن صورت هر فردی (در این دنیا) برادر و خواهر ما خواهد شد. این اساس آموزش و تعالیم تمامی مذاهب است که می‌گویند: همه انسان‌ها را برسان برادر و خواهر در درون خانواده جسمی خود دوست بدارید.

عشق کاذب

اما آیا این واقعیت دارد؟ می‌توانیم يك الگو و مدل از چگونگی عشق راستین را ببینیم. اما برای بسیاری از مردم، واقعیت با آن چیزی که می‌خواهند تفاوت بسیار دارد. تقریباً هرکدام از ما خواهان این عشق بوده، برای تجربه آن سعی

و تلاش داشته‌ایم. در این مسیر صدمه دیده، مورد خیانت قرار گرفته و به دنبال همه اینها، از خواب و خیال بیدار شده‌ایم.

هر ساله بیشتر از آنهایی که ازدواج می‌کنند، تعداد بیشتری از مردم تصمیم می‌گیرند که به ازدواج و زندگی زناشویی خود خاتمه دهند. عبارت دیگر میزان طلاق بیشتر از ازدواج می‌باشد. چرا میزان شکست (طلاق) اینچنین بالا است؟ مردم ازدواج کرده و وارد روابط جنسی می‌شوند، فقط به این دلیل است که می‌اندیشند عاشق یکدیگر هستند. اما اگر این واقعا عشق است، می‌توان انتظار داشت که بهمین سادگی محو و نابود شود، به حدی که انگار وجود نداشته است؟ بنظر می‌رسد که باید فرق بسیار زیادی بین عشق راستین و آن چیزی که ما به اشتباه فکر می‌کنیم عشق راستین است، وجود داشته باشد.

ما بسادگی می‌توانیم جذب عشق کاذب شویم. عشق راستین و عشق کاذب، نقطه شروع مشابهی دارند و حتی ممکن است که برای مدتی شبیه یکدیگر هم بنظر می‌رسند. اما سمت و جهت نتایج آنها تاثیرات کاملا متفاوتی دارد. عشق راستین بدون قید و شرط و تغییرناپذیر بوده، بدون انتظار و بدون تعیین بها برای خاطر دیگری شکل می‌گیرد و به لذت و شادی راستین نتیجه می‌دهد. سوءاستفاده از عشق به عشق کاذب تولد می‌دهد. عشقی که حول و حوش فرد خاصی می‌گردد و انجام خواست‌ها و نیازهای او را در نظر دارد. در نتیجه عشق کاذب شرطی و تغییرپذیر می‌باشد.

عشق کاذب در آغاز ممکن است که فارغ از خود بنظر برسد، اما با گذشت زمان لذت و شادی شکل نخواهد گرفت چرا که این نوع از عشق، در بی‌ثباتی و احساسات متمرکز بر خود می‌خواهم، نیاز دارم، آرزو دارم و چیزهایی از این دست، ریشه دارد. امیال متمرکز بر خود، هیچ وقت بطور کامل به انجام نخواهد رسید و درواقع تکمیل و کمال در انجام خواست‌های خودمحور، خوابی است که هرگز بواقعیت درنخواهد آمد. هیچ کس خواهان عشق کاذب نیست. اما اغلب اوقات خود را درگیر یک چنین عشقی یافته‌ایم و بارها از آن صدمه دیده‌ایم.

احیای ایده‌آل خانواده

صدمات عشق کاذب و پوشالی، در طول تاریخ از نسلی به نسل دیگر منتقل می‌شود و بسیار دشوار است تا آنها را شفا داده یا اینکه در این حوزه خودمحور، جهت به جستجوی عشق رفتن را تغییر داد. امروزه بسیاری از مردم می‌اندیشیدند که باید به جستجوی ایده‌آل خانواده به مثابه یک مدرسه عشق، شتافته و آن را دوباره کشف کنیم.

بسیاری از ما، دو دهه اول زندگی خود را برای بقا و رشد در وابستگی شدید به والدین خود سر می‌کنیم. در نتیجه در خانواده است که تجربیات ژرف و عمیق اولیه زندگی ما شکل می‌گیرد. در طی این دوره می‌آموزیم، چگونه ارتباط برقرار کنیم، چگونه عشق بورزیم، چگونه رفتاری داشته باشیم، خوبی و بدی چیست.

در حقیقت (در طی این دوره) همه چیز را خیلی سریع می‌آموزیم. بسیاری از روانشناسان معتقدند که پایه شخصیت فرد (در دوران کودکی) تا سنین پنج سالگی شکل می‌گیرد. دریافت یا عدم دریافت عشق، همچنین چگونگی آن تعیین کننده ارزش درونی و نفس ما می‌باشد. یک نوزاد کوچک تمامی حالات را احساس می‌کند.

وقتی که دوست داشته می‌شود، وقتی که کسی خواستار او است

یا وقتی که کنار گذاشته می‌شود و غیره. این در حقیقت یک فضای مملو از عشق و حمایت است که به ما در بارور کردن خود بسان انسانی با ارزش و والا کمک می‌کند.

چگونه می‌توانیم عشق بدون قید و شرط را تجربه کنیم؟

سعی کنید که همنشین افرادی باشید که به شما توجه داشته و بدون قید و شرط و انتظارات غیرواقعی دوستتان دارند. افرادی که اعتماد بنفس قرص و محکمی داشته و اجازه می‌دهند که در کنارشان شکل واقعی خودتان را بتصویر بکشید

و شما را آنچنان که هستید می‌پذیرند. در کنار افرادی باشید که احساس خوبی از خودتان در آنها خواهید دید و همین کارها را با دیگران انجام دهید.

دنیا مملو از قضاوت و قاضی است. روابط خود را با کسانی که شما را مورد انتقاد و نکوهش قرار نمی‌دهند، بیشتر کنید. در رابطه با چنین افرادی، بطور شگفت‌انگیزی از میزان دلوپسی و نگرانی شما کاسته خواهد شد. چرا که دیگر در پای میز محاکمه نیستید و خود شما نیز نباید دیگری را مورد قضاوت قرار دهید. ما در این موقعیت قرار گرفته‌ایم تا دیگران را دوست بداریم، نه اینکه آنها را مورد انتقاد قرار دهیم.

آیا فردی که شما را بدون قید و شرط دوست می‌دارد، باید همواره خوب بوده و از شما انتظاری نداشته باشد؟، خوب بودن، و، انتظار نداشتن، متفاوتند. خوب بودن گاه موارد به این معنای باشد که فرد شخصیت و نحوه رفتار شما را تایید می‌کند، زیرا نمی‌خواهد شما را ناراحت کرده و روابط خودش را با شما به خطر بیندازد. و می‌توان دید با فردی که شما را بدون قید و شرط دوست دارد فرق می‌کند. این افراد شما را حتی در وضعیتی که به اشتباهات خود ادامه می‌دهید، دوست داشته و در عین حال تحریکتان می‌کنند که فردی با شخصیت و خصوصیات بهتر شوید و خود همچنان به دوست داشتن شما ادامه خواهند داد.

کسانی که ممکن است که از شما انتظار داشته باشند تا به درجات بالا دست پیدا کنید و در این مسیر نیز شما را تحریک می‌کنند. و در عین حال شما را (چه این انتظار را برآورده کنید و چه نکنید) دوست خواهند داشت و شما نیز همین کار را با دیگران انجام دهید.

بهترین دوست خودتان شوید. از انتقاد نسبت به خود در ارتباط با هر مسئله خرد و کوچک دست بردارید. توانایی و کفایت خوب خودتان را برسمیت شناخته و حتی از کوچکترین گام‌های موفقیت‌آمیز خودتان قدردانی کنید. هرچه احساسی بهتر نسبت به خودتان داشته باشید، اعتماد بنفس قوی‌تری خواهید داشت. که این نیز به شما کمک می‌کند تا طرز تلقی بهتری نسبت به دیگران داشته باشید.

/پایان/