

كثرة المعانقة تفيد الصحة

أنا وأنت على الطريق

كثرة المعانقة تفيد الصحة.. هذا ما جاء في أحد التقارير مؤخرا الذي نشرته مجلة "كيفية العيش الصحيح". إليك يا سيدتي ما جاء في هذا التقرير الطريف:

ذكرت مجلة هيلثي ليفينغ Healthy Living أي الحياة الصحية التي تصدر في هامبورغ في ألمانيا إن كثرة اللمس والمعانقة بشكل منتظم لهما آثار إيجابية على الصحة. وأوردت مقتطفات من دراسات أمريكية تشير إلى أن الأشخاص الذين يكثرون من العناق يتمتعون بانتظام نبضات القلب واعتدال ضغط الدم وانخفاض مستوى هرمون الكورتسول مقارنة بمن لا يداومون على ذلك. ويؤدي العناق بين الزوجين إلى إطلاق المخ هرمون أوكسيتوسين الذي يساهم في شعور المرء بالأمان.

ويقول تقرير آخر ورد من لوس أنجلوس بأن الأمريكيين الذي يفضلون البقاء طوال حياتهم بلا زواج يموتون في سن مبكرة. واستندت الدراسة إلى إحصاءات رسمية حول الوفيات في الولايات المتحدة شملت الف بالغ خلال عام ٩٨ إلى عام ٩٧ حيث تبين لها أن واحدا من بين خمسة من هؤلاء لم يتزوج قط. وأشارت الدراسة إلى أن نسبة وفيات الأشخاص الذين لم يتزوجوا قط خلال تلك الفترة وصلت إلى ٥٨% مقارنة بنظرائهم المتزوجين. وذكرت الدراسة أيضا أن نسبة وفيات العازبين ممن هم ما بين تسعة عشر وأربعة وأربعين عاما تصل إلى ضعف تلك التي للمتزوجين في نفس العمر.

ما رأيك يا سيدتي بهذين التقريرين؟ تقرير عن كثرة العناق بين المتزوجين يفيد الصحة، وآخر يبين أن غير المتزوجين أي الذين ليس لديهم شركاء حياة ، تبلغ نسبة الوفيات لديهم ضعف الوفيات من تلك التي للمتزوجين. إذن الزواج ، والعلاقة الحميمة بين الزوجين، المودة والإخاء والتعبير عن الحب والعناق المستمر ، يؤثر على الصحة – ويجعل المرء صحيحا معافى .

فالجسد يتجاوب مع التعبير عن الحب، والجسد ينتعش إذا ما منح حبا وحنانا وعطفا. ليس هذا فحسب بل حتى الزوج المريض أو الزوجة المريضة يمكن أن يتحسنا ويصبحا أصحاء من مرضهما إذا ما كانت هناك لمسات حانية ، لمسات محبة، على جسدهما الضعيف. لهذا نجد الأم الحنون تحمل ولدها الصغير بين ذراعيها وتمنحه عناية أكبر حين يمرض أو يعتل. لأن الطفل بحاجة إلى الاهتمام والعطف أكثر حين يكون مريضا ومتألما. وفي هذا ما يساعد على استرجاع الصحة الجسدية.

بيت القصيد إذن يا صديقتي المستمعة، هو أن العناق الذي هو تعبير عن المودة والمحبة بين الزوجين يساعد ليس في تحسين العلاقة بين الزوجين بل أيضا في منح الصحة والعافية لجسديهما كما سمعنا.

لهذا يا سيدتي نقرأ في الكتاب المقدس الثمين كيف أن الله تعالى لم يشأ أن يترك آدم الذي خلقه على صورته ومثاله وحيدا دون أنيس أو رفيق. لأنه وعلى الرغم من أنه كان يعيش في الجنة إلا أن آدم شعر بالوحدة والعزلة. لأنه لم يكن هناك شخص مثله يفهمه ويشعر به، شخص يحبه يلمسه. لهذا يخبرنا الكتاب المقدس الذي هو كلمة الله الحية التي كتبت بوحي من روح الله القدوس، عن قصة خلق حواء فنقرأ ما يلي: فأوقع الرب سباتا على آدم فنام، فأخذ واحدة من أضلاعه وملا مكانها لحما وبنى الرب الإله الضلع التي أخذها من آدم امرأة وأحضرها إلى آدم، فقال آدم: هذه الآن عظم من عظمي ولحم من لحمي هذه تدعى امرأة لأنها من امرء أخذت. لذلك يترك الرجل أباه وأمه ويلتصق بامرأته ويكون الاثنان جسدا واحدا.

نعم يا سيدتي ويا سيدي الرجل فلقد خلق الله كل شيء عند البدء بكلمة واحدة . أما عندما خلق آدم فنجد أنه أخذ ترابا وجبل الرب الإله آدم منه ونفخ في أنفه فصار آدم نفسا حية. وبعد ذلك عندما أراد الله أن يصنع معينا نظير آدم أي مساويا له، أخذ ضلعا من آدم أي من داخل جسده بعد أن أوقع عليه سباتا أي نوما عميقا. وبنى الضلع الذي أخذه من آدم امرأة وأحضرها إليه. فبعد أن انتهى الله من عمله المتقن، وبنائه لحواء كائنا جميلا رقيقا أحضره إلى آدم ليكون له المعين والنظير والشريك والمحب والحبيب.فالتصق آدم بحواء وصارا جسدا واحدا بالزواج.

إن الله يا سيدتي خلق المرأة لتكون أنيسا ورفيقا لزوجها عن طريق الزواج الطاهر والمقدس. ولكي يهتمما ببعضهما البعض ويخففا أعباء واحدهما الآخر. لهذا نجد أن العلاقة الزوجية الصحيحة بين الزوج وزوجته تساعد في تفاهمهما وانسجامهما جسدا ونفسا وروحا وهذا ما يؤدي إلى حياة سعيدة وصحة جيدة.

والآن ياسيدتي ، هل لديك علاقة صحية وصحيحة مع زوجك؟ أم أنك تعاني من مشاكل جسدية ونفسية وروحية؟ إن الله يهتم بالعائلة وهو يريد ومنذ بدء الخليقة أن تكون علاقة الزوج بزوجته علاقة صحيحة منزهة وبعيدة عن كل خطية وخطأ.

إن الله محبة ، ولهذا فهو عندما خلق الإنسان على صورته ومثاله ، أي منحه عاطفة المحبة فيه وأراده أن يوفرها لزوجته وكذا الزوجة لزوج في علاقة الزواج المقدس. ليس هذا فحسب بل هو يريد أن يكون الاثنان منسجمين روحا ونفسا أيضا. فهل اختبرت صديقتي المستمعة محبة الله في قلبك وهل وثقت فيه كأب سماوي محب لك شخصيا؟ إن الله يدعو كل إنسان إليه فيقول : لأنه هكذا أحب الله العالم حتى بذل ابنه الوحيد لكي لا يهلك كل من يؤمن به بل تكون له الحياة الأبدية. وعندما تؤمنين بمحبته لك

شخصيا تحصلين عندها على غفرانه الكامل لخطاياك وتصبحين في علاقة صحيحة معه تعالى. وتصيح روحك منسجمة مع روح الله الخالق. فهل تؤمنين بيسوع المسيح المخلص؟
