

أنا وأنت على الطريق السعادة من أين تتبع

هل أنت سعيدة سيدتي؟ اسمعي ماذا جاء في هذا التقرير:
السعادة من أين تتبع؟ بعد أن حيرت مصادر السعادة البشر منذ الأزل، بينت دراسة حديثة عن ثلاثة عوامل قادرة على حل هذه المعضلة وإظهار العناصر التي تولد الفرح عند الإنسان.
فوجدت الدراسة ، التي قام بها جوناثان هايت وجينيفر سيلفرز، أن التواصل والتعاطف بين البشر يقوي من إفرزات الأوكسيتوسين ، ويُفَعِّل من آثار العصب الرئوي المعدي ، المحفِّز للسعادة.
وحول عملية وصول الإنسان إلى السعادة أوضح هايت أن السعادة البشرية تتبع من عملية التفاعل بين جسم الإنسان ومحيطه، حيث أشار إلى وجود ثلاثة عوامل من شأنها تحسين حالة الإنسان النفسية.
العوامل الثلاثة هي: أولاً التواصل مع الآخرين ، والشعور معهم ومع إنجازاتهم عاملاً أساسياً ، وبالمقابل فإن الإنسان يجب أن يسعى نحو الوصول إلى هدف "أسمى منه" مما يعطيه دافعا للاستمرار في الحياة. والعامل الثاني هو أن عملية التطوع لخدمة الآخرين من شأنها أن ترفع من معنويات البشر، وتشعرهم بنوع من الرضا الشخصي عن ذاتهم، بحيث تشتد هذه الظاهرة وقت الأزمات. ويضيف علماء آخرون عنصراً ثالثاً ، قد يؤدي إلى السعادة. وهو متابعة الكون وأحداث العالم عبر الأنترنت خصوصا على برنامج "غوغل إيرث" الذي من شأنه أن ينقل مستخدمه في رحلة افتراضية حول العالم ، مما يثير في قلبه البهجة. ووفقا لعدد من الأبحاث تبين أن السعادة مرتبطة بهرمون الأوكسيتوسين ، والذي يعرف باسم " هرمون الحب " لأنه يُفرز أثناء الاجتماع واللقاء مع الأحبة، كما أنه مرتبط بحالات الشعور بالثقة والوفاء.

ومن ناحية أخرى، لاحظ خبراء أن السعادة ترتبط أيضا بالعصب الرئوي المعدي، وهو العصب الوحيد الذي ينشأ في الدماغ وينتهي بالجهاز الهضمي، رابطا عضلات الوجه بالقلب والرئتين. وأوضح الخبراء أن العصب يقوم بإيصال الرسائل بين الجهاز العصبي والأعضاء الرئيسية في الجسم البشري، وهو يخفف من نبضات القلب ويهدئ جهاز المناعة البشري.
إذن على رأس هذه العوامل التي من شأنها تحسين حالة الإنسان النفسية هو التواصل مع الآخرين والشعور معهم ومع إنجازاتهم. وبالمقابل فإن الإنسان يجب أن يسعى نحو الوصول إلى هدف أسمى منه ، مما يعطيه دافعا للاستمرار في الحياة. التواصل مع الآخر، والتعاطف مع الآخر، والشعور مع الآخر، هذا يساعد في إضفاء السعادة في قلب البشر. وكما أن التواصل والتعاطف والشعور مع شريك الحياة أو مع الآخر خارج دائرة العائلة، ومساعدة الغير وعمل الخير، كل هذا يساعدنا في الحصول على

الشعور بالافتقار والسعادة النفسية، هكذا أيضا يا سيدتي نستطيع الحصول على السعادة الحقيقية والدائمة عندما نتواصل مع خالقنا ونافخ نسمة الحياة فينا ، وهو الإله العلي القدير .

قد تقولين وكيف وما دخل هذا الموضوع بالله؟ أقول إنه الأساس يا سيدتي. لأن الله الخالق هو إله التواصل الأول، وهو الذي أنشأ التواصل مع بني البشر حين خلقهم على صورته ومثاله في القداسة والبر والطهارة ، في الفكر والإبداع والإرادة. وهو الذي وضع الإنسان في جنة عدن وكان يتواصل مع آدم وحواء في كل يوم متكلمًا إليهما. وكان جلّ هدفه من خلق الإنسان لكي يكون لله شركة معه. ولكن عندما سقط الإنسان في العصيان، انقطع التواصل والشركة بينه وبين خالقه، وطرده الله من الجنة بسبب عصيانه. وأرسل له الله الشرائع والوصايا علّه يتبعها ويسير عليها وتكون دستورًا لحياته. لكن الإنسان لم يستطع أن يقوم بحفظ هذه الوصايا والسلوك بحسبها. وأثبت عجزه من جديد.

لكن الله المحب لم يترك الإنسان الذي خلقه هكذا بعيدا عنه ضائعا ومقيّدا في الخطية، فأرسل إليه المنقذ والمخلص يسوع المسيح كلمته الأزلي، الذي وحده ولد من الروح القدس الذي حلّ في أحشاء مريم العذراء. وهكذا جاء المخلص لكي يُزيل العداوة بين الله والإنسان بسبب الخطية، ويعيد الصلة والشركة المقطوعة بينه وبين إلهه، ويعيد الصورة المشوهة إلى ما كانت عليه قبلا. وقَبِلَ أن يضع نفسه ويموت بديلا عن الإنسان على الصليب، ويقوم منتصرا على الموت في اليوم الثالث. حتى يحصل كل من يؤمن به على الحياة الجديدة، والغفران الأكيد لخطاياهم. فهل اختبرتِ سيدتي عودة التواصل بينك وبين الله القدوس والمحب والعاقل؟ عندها تتالين السعادة الحقيقية في داخلك وسوف تدوم لأنّ هذه السعادة وهذا الافتقار مصدرهما الله الخالق نفسه الذي وحده يحل السلام في القلب.

----- الختام -----