

حب الذات.. آخر صيحات التنمية الذاتية»





الشارقة: زكية كردي

قبل عقود أطلقت مدرسة التنمية البشرية والكاتبة الأمريكية لويز هاي، كتابها حب الذات والتصالح معها، واشتهرت بتمرين المرأة الذي يحمل معنى عميقاً في التوغل في أعماقك ومواجهة مشاعرك الخاصة، بينما تتأمل علاقتك بنفسك، وتحاول تفحص ما يعيق تقبلك لنفسك وحبك لها

في محاضراتها وكتبها اشتهرت «هاي» بالتحدث عن أهمية هذه العلاقة في شفاء حياتنا ككل، فهي تنعكس على علاقاتنا مع الآخرين، وعلى العمل، المال، العاطفة، الصحة، وعلى الإيجابية في الحياة، واشتهرت بأنها كانت تطلب من آلاف المتدربين الذي يقصدون محاضراتها أن يحضروا امرأة شخصية معهم لأجل هذا التمرين، الذي تعتمد عليه في استهداف المشاكل الأساسية التي تعرقل انسجام كل شخص مع نفسه

كان أسلوب لويز كلاسيكياً ومنطقياً، يستند على أساسات صلبة من الفكر المنسجم والتجربة الكبيرة في مجال مساعدة الآخرين، الأعمال الإنسانية، رحلة الشفاء التي خاضتها مع العديد من المجموعات، مثل مرضى السرطان ومرضى الإيدز، باختصار يمكن القول إن هذا التكنيك الذي ابتدعته للشفاء هو العنوان فقط لتجربة غنية ومتكاملة كرسيت حياتها لأجلها، وليس مجرد موضوع رائع على مواقع التواصل الاجتماعي يجذب المزيد من المشاهدات، فلا يمكن لأي محاكاة سطحية لفكرة بهذا العمق أن تكون مجدية أو ملهمة، بل على العكس قد تكون مؤذية ومثيرة للإحباط بسبب عدم قدرة وكفاءة المقدم على تناولها بشكل سليم

ما أكثر المتحدثين عن «حب الذات» اليوم، لكن واحداً منهم لم يع أن هذا الحديث يستدعي تجربة ذاتية حقيقية، وأن تجربة كتلك لا يمكن اصطناعها ولا تمثيلها، فهي تنعكس بالسلام الداخلي الذي يطفو على ملامح الوجه، والعينين والصوت الذي يبدو رسوياً للتصالح مع هذا العالم، فالحب يبدأ من الذات، ولا ينتهي عند أبعد نجمة في السماء، هذا هو الحب الذي يفيض ليغمر العالم حولنا بالمشاعر الجميلة لكل شجرة وطريق وبناء

