

التسامح لغة الأقوياء ...!!

بقلم: د. سمير زقوت - أخصائي نفسي - برنامج غزة للصحة النفسية

قال الله تعالى: {ادفع بالتي هي أحسن فإذا الذي بينك وبينه عداوة كأنه ولي حميم}

وقال السيد المسيح عليه السلام: "أحبوا أعدائكم"

وقال المهاتما غاندي: "أينما يتواجد الحب، تتواجد الحياة"

وقال أيضاً: "إن اللاعنف هو القوة العظمى لدى الإنسان، وهو أعظم ما أبدعه الإنسان"

نحن نعيش في فلسطين في زمن كثرت فيه المشاكل والضغوطات النفسية، والتي ترتب عليها الكثير من المشاكل التي وقعت بين الأهل والأصدقاء، وبين الأحزاب، وما حدث في العام 2007 ما هو إلا نتاج طبيعي لغياب روح التسامح وسيطرة روح التعصب والانتقام، ولكي نستطيع أن نتعايش بسلام في هذه الأرض المباركة، يجب أن نتعلم كيف نتسامح؟.

لذا يُعتبر التسامح من أهم الدروس التي ينبغي علينا أن نتعلمها ونعلمها لأطفالنا، فنحن أحوج ما نكون إليها.

التسامح يخمد معاركنا الداخلية مع أنفسنا، ويتيح لنا فرصة التوقف عن احتقار الآخرين، كما أن التسامح يسمح لنا بأن نشعر بالترابط مع الآخرين، لما له قدرة عجيبة في علاج مشاكلنا الداخلية والخارجية، فهو بوسعه أن يُغير من الطريقة التي نري بها أنفسنا والآخرين.

أما عن جمال التغيرات والاختلاف، فيُقال إن الاختلاف هو الذي يضع الحدود لذواتنا، وهو الذي يُميزنا عن غيرنا، فلا أبيض بلا أسود، ولا يسار بلا يمين، فنحن لا نبدو مميّزين، دون آخر يظهر بشكل مختلف عنّا.

إن قيم التسامح والانفتاح وقبول الآخر واحترام الاختلاف، لا تنشأ بمقتضى أمر أو طلب، ولكنها تتبع من عقلية وأسلوب تفكير ذاتي، وتظهر في سلوكيات الفرد أو المجموعة.

هذا يفترض منا أن نبدأ بترسيخ قيم التسامح منذ الطفولة، وفي السنوات الخمس الأولى من حياة الطفل، فترة تكون شخصيته الفردية، ثم شخصيته الجماعية، فمن هنا تكتسب الأسرة الأهمية الأكبر في زرع قيم التسامح والانفتاح واحترام الآخر، والوعي بذلك، لأن التعليم عن طريق القدوة هو الأساس، وليس عن طريق التلقين.

ولا جدال في أن التسامح قد أصبح في فلسطين أكثر إلحاحاً من أي وقت مضى، بل أصبح ضرورة، وذلك نتيجة الانقسام الحاد الذي حدث في فلسطين بين كل من "فتح" و"حماس".

إن انعكاسات الانغلاق مهما اتسعت، لا يمكن أن تَمس من هم خارج محيط الفرد الضيق، أما انعكاسات انغلاق المجتمعات والثقافات وتصلب العقليات، فتنتشر بسرعة، ويتسع تأثيرها إلى حد اندلاع الحروب والصدامات والنزاعات.

إن التسامح أقوى من التعصب، فحينما يسود التسامح يسود المجتمع جو من الاستقرار والسلام والتعاون والتكافل مهما اختلفت الأعراق والمعتقدات، ويسود تفهم الآخرين واحترام خياراتهم العقائدية والثقافية... لا بد أن يمتلك الإنسان الفلسطيني الإرادة لكي يمضي قدماً في عملية التسامح، وعلينا أن نبدأ بالرجوع إلى أنفسنا، نتأمل داخلها للتخلص من كل الهموم وتقويض أمورنا إلى الله.

التسامح يُنقي الهواء، ويظهر القلب والروح، ويجعلنا على صلة بالله، فمن خلال التسامح نجد أنفسنا مرتبطين بما هو أكبر من أنفسنا، وما هو وراء تصوراتنا الضيقة.

الوصول إلى هذه النقطة، سوف يجعل الغضب يتحول إلى محبة، إنها الإرادة التي تلتهمس العون من الله الذي يمكن أن يحوّل الغضب والكرهية إلى محبة... التسامح يعكس محبة داخلية، ورضا ذاتي، وتوازن داخلي عميق، وبالتسامح يسود الحب بين الناس، فيشعرون بالألفة والتواد والتراحم... ينبغي أن نؤمن بأن الحب هو أعظم مداو في العالم.

لا بد أن نضع في اعتبارنا إمكانية أن يكون الحب والحياة شئ واحد، لا بد أن ننبت كثرة الانتقاد وتصيد أخطاء الآخرين.

وأخيراً نصيحتي لنفسي ولكل أحبتي في فلسطين، اجعلوا من أنفسكم مع كل من تقابلونه معلمين للحب والتسامح، لأن التسامح هو مفتاح السعادة، وهو لغة الأنبياء والمصلحين على مر العصور.