Liefde

Bruin afrikaners in die lenteson
vol fynfyn poeier van kaneel
bind ek in ’n ruiker saam vir jou
ek weet hoe min hoe niks my woorde sê
maar dalk sal jy tog weet sal jy verstaan
donkerbruin afrikaners in die lenteson
vol fynfyn poeier van kaneel
in hierdie ruiker saamgebind vir jou

[Digter: Boerneef] [1]

Wat is liefde?

Liefde kan beskryf word as ’n sterk **aantrekkingskrag** tussen mense en om emosioneel aan iemand **geheg** te wees. Dinge soos vriendelikheid, **deernis**, **barmhartigheid** (om goed aan ander mense te doen), liefdevolle optrede teenoor ander mense, teenoor jouself of teenoor diere kan alles as vorme van liefde beskryf word. [2]

Daar is byvoorbeeld ’n verskil tussen die liefde van ’n ma vir haar kind, tussen broers en susters, en die liefde tussen twee volwassenes. Op dieselfde manier verskil hierdie soort liefde weer van ’n liefde vir diere, of vir kos of besittings. [4]

Wat sê die geleerdes oor liefde?

Bertrand Russell beskryf liefde as ’n toestand van ‘**absolute** waarde’.

St. Thomas Aquinas se **definisie** van liefde is “to will the good of another”, dit wil sê om altyd te wil hê dat net goeie dinge met iemand vir wie jy lief is, gebeur. [9]

Die filosoof Gottfried Leibniz het gesê liefde is “to be delighted by the happiness

of another" (om bly te wees as iemand vir wie jy lief is, gelukkig is). [10]

Die bioloog Jeremy Griffith definieer (beskryf) liefde weer as "**onvoorwaardelike onselfsugtigheid**" (om lief te hê sonder enige voorwaardes en nie net aan jouself dink nie). [11]

Die navorser Charles Darwin het gesê dat liefde 'n belangrike rol gespeel het om die ontwikkeling en uitbreiding van die menslike **spesie** moontlik te maak. Die mens is byvoorbeeld afhanklik van sy ouers se hulp vir 'n groot gedeelte van sy lewe. Mense maak vir baie langer as ander soogdiere gebruik van hierdie sorg (liefde) van hul ouers. Eintlik beteken dit dat die liefde van ouers vir hul kinders die rede is waarom mense se kinders kan oorleef. [17]

Interpersoonlike en onpersoonlike liefde

Interpersoonlike liefde verwys na die liefde tussen mense. Dit beteken veel meer as om bloot van 'n persoon te hou. Sulke liefde kan tussen familielede, tussen vriende, tussen ouers en kinders en tussen twee verliefde volwassenes bestaan. [12]

Daar is heelwat voorbeelde van wat mens as **onpersoonlike** liefde kan beskryf, dit wil sê liefde vir iets anders as 'n mens. Daar kan gesê word dat mense 'n voorwerp, doel of beginsel waaroor hulle baie sterk voel en waaraan hulle baie waarde heg, kan liefhê. Vrywillige werkers se liefde vir hul saak, is een voorbeeld. Mense kan ook **materiële** dinge, diere, of aktiwiteite liefhê. Dis soos om te sê "Ek is lief vir my land / vir rugby / vir my nuwe motor". Mense sê ook maklik dat hulle vir die lewe self lief is. [12]

Verskillende vorme van liefde

In Antieke Griekeland was liefde 'n **konsep** waaroor sommige van die geskiedenis se bekendste **filosowe**, insluitend Plato en Aristoteles, baie nagedink het. Griekse

filosowe het probeer om liefde **logies** te verklaar en het dikwels die verskillende soorte liefde wat mense kon voel, **gekategoriseer.** Om dit te doen, het hulle verskillende woorde vir elke vorm van liefde gebruik.

Hier volg ’n paar (die Griekse woord word tussen hakies aangedui):

Familieliefde (s*torge*)

Storge (στοργή [*storgé])* is familieliefde, met ander woorde die natuurlike liefde wat familielede vir mekaar het.

Van al die soorte liefde is familieliefde dalk die maklikste om te verstaan. Dit is die tipe liefde wat ouers teenoor hul kinders voel en omgekeerd. Hierdie liefde beskryf ook die liefde wat broers en susters teenoor mekaar voel, en die liefde wat selfs veraf familie vir mekaar het, soos ‘n grootouer vir ’n kleinkind of ’n oom teenoor ’n niggie.

Platoniese liefde (*philia*)

Philia (φιλία [philía]) is die tipe liefde wat vriendskap behels, met ander woorde die sterk liefde wat vriende vir mekaar voel.

Die Griekse filosoof Plato het geglo dat platoniese liefde selfs ’n groter liefde as romantiese liefde is en dat die sterkste liefdesverhoudings dié was waar platoniese vriendskappe tot romantiese liefde, verlowings en huwelike gelei het.

Gasvryheidsliefde (x*enia*)

Xenia (ξενία [*xenia])* in Antieke Grieks beteken ‘vreemdeling’. Met gasvryheidsliefde, bewys jy liefde (gasvryheid) aan vreemdelinge.

Ons almal hou daarvan om welkom te voel en aanvaar te word vir die mens wat ons is. Wanneer buitelanders gasvry is, ’n verwelkomende hand uitsteek of help, voel dit wonderlik.

Romantiese liefde (*eros*)

Eros (ἔρως [érōs]) is fisieke liefde en sluit romanse in.

In die Bybel was romantiese liefde sinoniem met “huweliksliefde”. Eros was ook die naam van die god van liefde in die Griekse **mitologie** – beter bekend onder sy Romeinse naam Cupido, oftewel Kupido in Afrikaans. Hy was die outjie wat towerpyle na mense geskiet het om hulle verlief te maak.

Op dae soos Valentynsdag vier paartjies gewoonlik hul liefde vir mekaar deur middel van geskenke, kaartjies, ’n romantiese ete, ’n volmaanpiekniek, en so meer.

Selfliefde (*philautia*)

Philautia (φιλαυτία [philautía]) is selfliefde. Nee, nie die selfsugtige soort liefde nie…

Selfliefde verwys na hoe ’n persoon hom-/haarself sien en hoe hy/sy oor sy/haar eie liggaam en gees voel. Mense met ’n goeie selfbeeld, wat trots is op hulself en ’n positiewe liggaamsbeeld beoefen, is ’n goeie voorbeeld van selfliefde.

Goddelike liefde (*Agape*)

Agape (ἀγάπη [agápē]) word dikwels gedefinieer as onvoorwaardelike, opofferende liefde. *Agape* is die soort liefde wat gevoel word deur ’n persoon wat bereid is om enigiets vir ’n ander te doen, en dit sluit in om opofferings te maak, sonder om iets terug te verwag. *Agape* word ook gedefinieer as die onbaatsugtige liefde wat ’n persoon voel vir vreemdelinge en die mensdom as geheel. *Agape* is die liefde wat heldhaftige mense toelaat om hulself op te offer om vreemdelinge te red wat hulle nog nooit ontmoet het nie.

Agape is ’n belangrike term in die Christelike Bybel, en daarom word dit dikwels

as Christelike liefde gedefinieer. In die Nuwe Testament is *agape* die woord wat gebruik word om die liefde wat God vir die mensdom het en die liefde wat die mensdom vir God het, te beskryf. *Agape* was ook die liefde wat Jesus Christus vir die mensdom gevoel het, wat verklaar waarom hy bereid was om homself op te offer en aan die kruis te sterf. [”19”]

Liefde kan ook ’n suiwer godsdienstige of geestelike betekenis hê. [8]

Maar nou het ons genoeg na al die verduidelikings van die begrip liefde gekyk. Kom ons staan eerder stil by die wonderlike ervaring van opregte liefde wat die “Tale van die liefde” genoem word.

Die vyf tale van die liefde

Nee, ons gaan nie nou oorslaan na Grieks, Latyns, Hebreeus, of enige ander vreemde taal nie. In hierdie gedeelte, wat sekerlik die heel belangrikste gedeelte is wat die liefde betref, gaan ons stilstaan by die verskillende maniere (tale) waarop ons ons liefde aan mekaar kan bewys.

1. Opbouende woorde

Opbouende woorde bevestig jou liefde vir jou familie of vriende. Dit sluit komplimente en woorde van waardering in. Bemoedigende woorde bevestig dat jy in jou maat se vermoë glo (of andersom), dat jy omgee en hom of haar ondersteun. Sê dit gereeld hardop of met ’n mooi briefie of WhatsApp. [”3”]

Maar daar is twee vereistes vir hierdie taal van liefde: Eerstens, bedoel elke woord opreg, anders is dit slegs woorde en beteken niks. Tweedens, prys iemand vir ’n spesifieke ding. Moet byvoorbeeld nie vir iemand net sê dat hy/sy ’n goeie klavierspeler is nie, jy moet ook sê waarom jy so dink. Eers dan gaan daardie persoon weet jy gee regtig om en jou woorde van lof is nie net leë woorde nie. [”4”]

Maar hoe gemaak as iemand nie sukses behaal nie? Indien jy nie resultate kan prys nie, prys dan die poging. As jou pa baie moeite gedoen het om self die huis te verf en almal kan sien dit was nie juis ’n groot sukses was nie, prys hom vir die

moeite wat hy gedoen het. [”3”]

2. Gehaltetyd

Mense wat gehaltetyd saam met hul geliefdes spandeer, voel die meeste geliefd. Hierdie liefdestaal gaan alles daaroor om jou onverdeelde aandag aan daardie een spesiale persoon te gee, sonder die afleiding van televisie, telefoonskerms of enige ander inmenging van buite. [”7”]

Om vir iemand tyd van gehalte te gee, is om vir hom of haar ’n stukkie van jou lewe te gee. Twee mense kan soms vir ure saam in een vertrek wees, maar dit beteken nie noodwendig dat hulle hul volle aandag aan mekaar gee nie.

Gehaltetyd is beslis die moeilikste liefdestaal om te praat, want dit vra van jou baie meer tyd as opbouende woorde, ’n geskenk of ’n fisieke aanraking. [”4”]

3. Diensbaarheid

Hierdie soort liefdestaal is vir mense wat glo dat dade harder as woorde spreek. Soos baie ander mense, voel sommige van ons geliefd deur van onsself te gee. Of dit nou is om die skottelgoed te was, om jou maat te gaan besoek as hy/sy siek of hartseer is, laat mense dikwels meer geliefd voel as wanneer ons selfs die vriendelikste woord of geskenk ontvang het. [”7”]

4. Geskenke

Almal van ons voel geliefd wanneer iemand vir jou visuele **simbole** van liefde gee. Onthou, dit gaan nie oor die geldwaarde van ’n geskenk nie, maar oor die gedagte van liefde daaragter.

Die hele proses van uitsoek, die boodskap daarby en die oomblik van gee, is belangrik. As jy moeite gedoen het, des te beter. En om iets self te maak, is

menigmaal meer kosbaar vir die persoon aan wie jy dit gee omdat jy ook van jou tyd gee. Dit kan ook iets wees soos ’n mooi kaartjie, ’n enkele blom of ’n gedig wat jy self geskryf het.

Die geheim agter die gee van ’n geskenk is egter om iets te gee wat vir hom/haar saakmaak en sy/haar waardes of voorkeure **weerspieël**, nié joune nie. [”7”]

5. Liefdevolle aanraking

Hierdie taal is **uitsluitlik nieverbaal** (sonder woorde). Liefdevolle aanraking kan ’n skouer- of voetmassering wees. Dit kan ook slegs ’n oomblik van jou tyd vra – ’n hand op die skouer terwyl jy tee maak, of om oor iemand wat jy liefhet, se hare te streel wanneer jy verbystap. Om naby mekaar te sit en hande vas te hou terwyl julle TV kyk, is kosbaar vir ’n persoon vir wie fisieke aanraking belangrik is. ’n Drukkie en ’n soentjie, tydig en ontydig, sal jou maat laat blom. En om hom of haar in krisistye styf teen jou vas te hou, sal meer troos as woorde. [”3”]

Volgens kenners gaan hierdie behoefte aan aanraking terug na ons kinderdae toe ons ’n diep **toegeneentheid** en liefde deur ons ouers ervaar het wanneer hulle ons vasgehou, gesoen of aangeraak het.[17]

Liefde as tema in skeppende kuns

Liefde is een van die mees algemene **temas** in die kreatiewe kunste. *Romeo and Juliet* wat deur William Shakespeare geskryf is, is een van die geskiedenis se bekendste liefdesverhale.

Liefde is ’n gewilde tema in liedjies, rolprente, boeke (gedigte én prosa) en eintlik in alle vorme van skeppende kuns, selfs in beeldende kuns en skilderye.

Probeer gerus self dink aan ’n boek of ’n fliek of ’n liedjie wat jy ken waarin liefde die tema is. [6]

Woordbank

aantrekkingskrag	Om te bekoor, aan te lok; affiniteit.
absolute	Heeltemal, volkome.
barmhartigheid	Medelydend, ontfermend, simpatiek, goedhartig, mensliewend, hulpvaardig, behulpsaam, dienswillig, empaties.
deernis	Medelye, ontferming, erbarming, barmhartigheid.
definisie	Noukeurige omskrywing van ’n begrip.
filosowe	Beoefenaar van die wysbegeerte, wysgeer; hooggeleerde; denker.
geheg	Verbonde, verknog.
interpersoonlike	Wat verwys na die verhoudings tussen mense; sosiale verkeer.
gekategoriseer	Indeel, klassifiseer, rangskik, sorteer.
konsep	’n Voorlopige formulering van iets.
logies	Redeneerkuns gebaseer op denke volgens die aaneenskakeling van oorsaak en gevolg.
manifesteer	Vertoon, wys.
materiële	Stoflik, aards.
mitologie	Tradisionele voorhistoriese verhale, dikwels oor bonatuurlike mense of gedaantes; godeleer; fabelleer.
nieverbaal	Wat sonder woorde plaasvind.
onpersoonlike	Objektief, onbetrokke.
onselfsugtigheid	Wat nie sy eie voordeel soek nie.
onvoorwaardelike	Nie deur voorwaardes beperk nie; volkome.
platonies	Geestelike of broederlike liefde.
simbole	Teken, voorstelling.
spesie	Familie, genus, geslag, groep, kategorie.

temas	Hoofgedagte van ’n gedig/boek/musiek, ens.
toegeneentheid	Liefhebbend.
toewy	Met volledige oorgawe iets doen; geheel en al gee; In liefde opoffer.
uitsluitlik	Alleen, slegs.
visueel	Opties, sigbaar.
weerspieël	Weergee; reflekteer, terugkaats.

Lees hierdie artikels om nog meer te leer

- **Lees meer oor jou emosies**
- **Vyf interessante feite oor die liefde**
- **Wat is jóú taal van die liefde?**

Kyk hierdie mooi video oor die liefde

Wat is liefde?