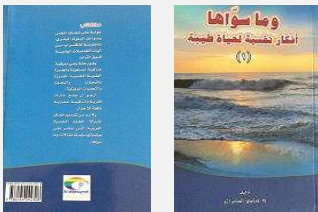


## وما سواها... أفكار نفسية لحياتنا طيبة



أ.د. صادق السامرائي - الطب النفسي ، العراق/أمريكا

sadiqsamarrai@gmail.com

## فهرس المحتويات

٦٥	الثقوب النفسية السوداء!! [ ١٥ ]
٧٣	سايكولوجية البارحة!! [ ١٦ ]
٧٩	نفس الصندوق!! [ ١٧ ]
٨٥	العمى العقلي!! [ ١٨ ]
٨٧	التأسن الإنفعالي!! [ ١٩ ]
٩١	كيمياء النفس الكونية!! [ ٢٠ ]
١٠١	النفس بين الفكرة والشكل!! [ ٢١ ]
١٠٩	طبائع القرون!! [ ٢٢ ]
١١٥	ما ينقصنا ويعوقنا!! [ ٢٣ ]
١٢٩	أحمد شوقي والتشريح النفسي للسلوك السياسي!! [ ٢٤ ]
١٣٩	أمتي كأنها؟!! [ ٢٥ ]
١٤٧	الرياضات فينا!! [ ٢٦ ]
١٥٥	السلوك القبلي المعاصر!! [ ٢٧ ]
١٦٣	بعض معالم السلوك في القرآن الكريم [ ٢٨ ]
١٨١	جغرافية النفس البشرية!! [ ٢٩ ]
١٨٧	النفس النمطية!! [ ٣٠ ]
١٩١	فهرس المحتويات

٥	تقديم
٧	كآبة الأرقام!! [١]
٩	النفس الديمقراطية!! [٢]
١٣	الإدراك الديمقراطي!! [ ٣ ]
١٥	في الإدراك!! [ ٤ ]
١٧	الطب النفسي والإعلام!! [ ٥ ]
٢١	وحدة المعنى الإنساني!! [ ٦ ]
٢٥	النفس المختلفة!! [ ٧ ]
٢٩	نوافذ الإدراك!! [ ٨ ]
٣٣	الأنواء السلوكية!! [ ٩ ]
٣٧	نفوسٌ داخل شرنقة!! [ ١٠ ]
٤٣	النفس الوطنية!! [ ١١ ]
٤٧	الأممجة الملونة!! [ ١٢ ]
٥٣	النفس السعيدة!! [ ١٣ ]
٥٧	النفس الأصغر (نفس الخلية)!! [ ١٤ ]

## اصدارات مكتبيّة

سلسلة " الكتاب العربي للعلوم النفسية " (اصدار قطبي)

<http://www.arabpsynet.com/apneBooks/index.eBooks.htm>

\*\*\* \*\*

سلسلة " وفي انفسكم " (اصدار قطبي)

<http://www.arabpsynet.com/apneBooks/index.eBooks.htm>

\*\*\* \*\*

سلسلة " الراسخون "

اصدار لجنة التراث النفسي العرب الاسلامي

<http://www.arabpsynet.com/TourathPsy/index.TourathPsy.htm>

## الاصدارات الالكترونية لـ " شبكة العلوم النفسية

العربية "

[www.arabpsynet.com](http://www.arabpsynet.com)

مجلات / دوريات

المجلة العربية للعلوم النفسية

<http://www.arabpsynet.com/apn.journal/index-apn.htm>

\*\*\* \*\*

مجلة " بقاء نفسيّة "

<http://www.arabpsynet.com/apn.journal/index-apn.htm>



## جغرافية النفس البشرية!! [ ٢٩ ]

ما أكتبه يستند على الملاحظة السريرية والتفاعل اليومي مع الإنسان المريض وغيره.

وأحاول أن أدون ما تلميه الملاحظة من أفكار ومعطيات.

هذا الصباح وبعد معاينة عدد من المرضى، تساءلت عن جغرافية النفس البشرية، وأين مواطنها؟! سؤال نهض أمامي وأحد المرضى يحدثني عن معاناته، وما يدور في أعماقه من تفاعلات، وما ألاحظه عليه من علامات.

وتساءلت هل نحن نتفاعل مع النفس حقاً، وهل نعرفها؟

أم أننا قد أوجدنا فكرة النفس وأسرننا قدراتنا الفكرية والعلمية فيها، وأمعنا في ضرب طوق كبير حولها، والإجتهاد في إطلاق ما نتصوره ونعتقده ونتخيله أو ربما نتوهمه.

وهذا يأخذنا إلى السؤال التقليدي: ما هي النفس!!؟

إذا كانت جهازاً فاعلاً في الإنسان، فلا بد لها من أعضاء عاملة، ومن وجود مادي متفاعل مع باقي أجهزة وأعضاء الجسم.

ولا يمكنها أن تكون مجرد طاقة خارجة عن ديناميكيات التفاعل العضوي والجهازية في داخل الإنسان.

وهذا يعني أن للنفس وجود مادي وعضوي وجهازية في داخلنا!

ويبدو أن جهاز النفس بأعضائه التي تتوطن أدمغتنا، وما نسميه النفس عبارة عن تفاعلات كيميائية وفيزيائية، ما بين العصبية الدماغية داخل الأعضاء والأجهزة وفيما بينها.

فكل سلوك ناجم عن تواصل متفق معه، ما بين العصبية الدماغية التي تسيطر على مفردات السلوك.

وأي اضطراب وخلل في هذا التواصل يحقق ما يناسبه من السلوك.

وعليه فإن الوجود الخيالي أو النظري والفكري والإدراكي للنفس، إنما يتعامل مع معطيات التخاطبات العصبية في أروقة الأدمغة.

ومعظم النظريات مبنية على ملاحظات سريرية، وإقترابات للتبرير والتفسير والإقناع.

أي أنها محاولات لمعرفة ما لا نعرف، ولا يعني بأنها صحيحة رغم سيادتها وتمكنها من الأجيال خصوصاً في القرن العشرين وما بعده.

لكن العلوم العصبية والتقدم التكنولوجي والقدرة على سبر طبيعة ما يجري في الدماغ، سيقلب الموازين، وسيدحض العديد

من الأفكار والنظريات، لأن الأدلة الدماغية، والتفاعلات الواضحة، تشير بما لا يقبل الشك، بأن السلوك ناجم عن متغيرات دماغية، وأنه يتحقق وفقاً لنتائج التفاعلات، التي يكون إنتاجها موصلات بروتينية لها القدرة على إدارة دفة السلوك، وأن الأعضاء الدماغية، تتآلف في أجهزة تتحكم بإرادة المخلوق.

ومن الواضح أن العلاقة ما بين الفص الجبهوي الأمامي والفص الصدغي ذات تأثير قيادي كبير على السلوك.

وما بين هذين الفصين وما فيهما من أعضاء وأجهزة يكون التفاعل وتتحقق النتائج، التي يتواصل معها جهاز آخر هو المسؤول والموجه، كبرج المطار الذي يتحكم بحركة الطائرات، ويبدو أن التلامس هو برج مراقبة السلوك.

وأن اليد الأقوى في التحكم تخضع لمتغيرات الأنواء الجوية الدماغية التي تحتم سلوكاً ما.

ولهذا فإن الأبحاث والدراسات أخذت تكشف عن طاقات النفس ومواطنها في الدماغ.

ويبدو أن النفس اللوامة مواطنها في الفص الأمامي الجبهوي، والأمانة بالسوء في الجهاز الحافي، والمطمئنة في الأمدكلا.

وخلاصة التوازن التفاعلي ما بين الأجهزة الثلاثة، يحقق السلوك النهائي للمخلوق.

وكثيراً ما نرى أن السلوك يتبدل وفقاً للإضطرابات والأضرار التي تصيب المراكز المذكورة وغيرها من المراكز الدماغية، خصوصاً المتعلقة باللغة والإدراك.

وبهذا فإن المعرفة النفسية تمضي في سبيل تأكيد معالمها العضوية، التي ستؤثر على أساليب العلاج، وتجعل الطبيب النفسي في القرن الحالي يتفاعل مع المريض كما يتفاعل أخصائي الغدد الصماء مع مريضه.

فلربما سيكون لا بد من القيام بعمليات جراحية ليزرية دقيقة، أو حقن المريض بموصلات ذات تأثيرات مطلوبة، أو بإجراء بعض التغيرات في الأجهزة والأعضاء الدماغية.

وهذا ليس بعيد التحقق، ذلك أن الخطوات بهذا الإتجاه تمضي بسرعة فائقة، ولربما سيكون هناك تداخلات إلكترونية، وإستخدام أجهزة حاسوبية يتم ربطها على رأس المريض، أو إرتباطها برأسه بواسطة أسلاك أو أقطاب تساهم في تنظيم التفاعلات، كما يحصل في أجهزة تنظيم ضربات القلب.

قد يبدو هذا نوع من الخيال أو الوهم، ولا زلت أجد صحيحاً ما قاله أستاذي في الأمراض العصبية عندما كنت مقيماً في مدينة الطب ببغداد:

«سيأتي اليوم الذي تكون فيه الأمراض النفسية أمراضاً دماغية عصبية، وهذه التسمية ناجمة عن عدم معرفتنا الكافية بالدماغ، وعندما سنعرفه ستتغير الصورة تماماً».

ذلك أن أي تجاوز لهذه الأسوار يتسبب في اضطرابات هائلة، قد تستجيب لها بسلوكيات مباحثة وغير متوقعة وتكون مصحوبة بنتائج وخيمة وأليمة.

وما يتحقق في بعض المجتمعات، أن العديد من هذه النفوس قد أصابتها الزعزعة، وأخذت تستشعر بإهتزاز أسوارها العاطفية، مما دفعها إلى أن تتصرف بطاقات هوجاء تدمر ذاتها وموضوعها.

فخروج هذه النفس من قيدها، يمكن تشبيهه بالذي رقد في كهفه لألف عام أو أكثر، ثم خرج إلى العالم المعاصر فوجد نفسه غريباً ومرعوباً، ومعصوب القدرات، فيختلج خوفاً، وقد يتصور ما حوله تهديداً فظيماً لوجوده، مما يدفعه للإتيان بأفعال مدمرة.

والنفس النمطية، يمكن ملاحظتها، عند عدد من المرضى، فأول ما يجب على الطبيب الحاذق هو معرفة معالم النفس التي يتعامل معها وما هي نمطيتها، وأن يقيس أسوارها سمكاً وإرتفاعاً، ومن ثم يحاول الإختراق السلس والمتوافق مع آليات تأهيلها وتدريبها، لكي تتمكن من التخلص من ترسها وتمتلك مهارات التواصل والتفاعل مع أمواج المتغيرات الدافقة في محيطها.

وفي عصرنا الشديد الجريان، والثري بالمستجدات والمعلومات، لا بد للفحص النفسي، أن يستهدف في علاجه النفس النمطية، وأن يهذبها ويعلمها آليات المرونة والمطاوعة والتفاعل الإدراكي اللازم للمواكبة والعطاء الصحيح.

ومعظم الحالات التي تتعثر في سلوكها اليومي وتواجه مصدات ومعوقات، إنما هي تُلقى بما فيها على ما حولها، وتحسبه ليس من فعلها، وكأنها تبتراً وتقف على التل. لكن الحقيقة الواضحة، أنها تؤسس لمفردات وعناصر العثرات والصدمات اللازمة لزيادة إنحباسها، وسُمك ترسها، وثبات دروب رؤيتها وإستجاباتها للمنبهات القائمة في الحياة.

ويكون للقدرات الذهنية دور فعال في تعميق طاقات الإنزوائية والإنغلاق لديها، لأن التواصل المتجدد بحاجة إلى مستوى من الذكاء القادر على الإستيعاب والتفاعل، وكان النفس النمطية، تشير إلى محدودية في الذكاء، وآلية وقائية لعدم الكشف عن هوية صاحبها العقلية.

وربما يكون نوع من الدفاع والهروب والإنطواء في دائرة تمتلك قدرات التحرك داخل محيطها، مما يزيد عوامل الإقتراب منها تعقيداً ويجعلها ذات تواصلات متعبة.

\*النمط: الطريقة

إلزم هذا النمط: أي هذا الطريق

فالطب النفسي علم عضوي حقيقي سيترسخ ويتوهج عندما نعرف الدماغ.

وها نحن في إتجاه المعرفة الحقيقية للدماغ، ولا يفصلنا عن ذلك إلا بضعة عقود.



## النفس النمطية!! [ ٢٠ ]

هي النفس التي تعسرت وتأسرت في آليات تفاعلية ثابتة لا يمكنها التحرر من أصفادها، وقد تكون ذات إستجابات نفقية (من النفق)، وتستثمر في تنمية محدودية الرؤية والنظر.

فصاحب هذه النفس يكون روتينياً راسخ الطباع والسلوك، ولا يستطيع أن يدرك خارج الحدود المطوق بها تماماً.

وبمعنى آخر، فإن النفس النمطية، سجين قوالب وآليات راسخة معزولة عن مكانها وزمانها، وملتصقة بصخرة محيطها الذاتي التي تزداد صلادة، بتكرار ذات السلوك الذي يعززها ويزيد من قدرات إنحباسها وتقيدها وعزلها عن نهر الحياة.

وتفاعل النفس النمطية في المجتمع، يحقق نتائج ضارة بالأجيال ويحفز لها خنادق تنظم فيها، فتتلاحى وتنقرض ولا تضيف غير أسباب المآسي ومفردات التدايعات.

والنفس النمطية حالة إنفعالية صاخبة ذات أسوار عاطفية سميكة وعالية، توفر الموانع المتزايدة لعدم إختراقها أو تسلقها والعبور إلى داخلها والتفاعل معها.

## أصداراته مكتبية

سلسلة "الكتاب الأبيض" للعلوم النفسية العربية (إصدار سنوي)

[www.arabpsynet.com/WhiteBooks/eWBIndex.htm](http://www.arabpsynet.com/WhiteBooks/eWBIndex.htm)

\*\*\* \*\*

سلسلة "الإنسان والتطور" (إصدار نصف سنوي)

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/IndexRakAr.htm>

\*\*\* \*\*

سلسلة "و ما سواها" (إصدار نصف سنوي)

<http://www.arabpsynet.com/Samarrai/IndexSamarrai.htm>