



## بعض ما يجري داخل المدمن ولمعات من ثقافتنا الشعبية

أ.د. يحيى الرخاوي - الطب النفسي، مصر  
منشورات جمعية الطب النفسي التطوري ( الطبعة الأولى، سبتمبر 2017)

vehiatrakhawy@hotmail.com

### الاهداء

الى كل من تورط، وكل من لم يستسلم،  
وكل من ثابر وصبر،  
(المجتمع العلاجي) مستشفى الرخاوي

### المحتويات

- الاهداء
- استهلال
- تقديم

### الفصل الأول: الفروق الفردية والادمان (التنوعات الانسانية للمدمنين)

#### مقدمة:

- 1- المدمن المبتدئ
- 2- المدمن أحيانا : (المتورط (بالصدفة)
- 3- المدمن المعاود (الدوري- والمنكر)
- 4- المدمن المزمع (المستتب)
- 5- المدمن مزدوج التشخيص (سواء ظهر المرض مع / أم اختفى بـ"الادمان")
- 6- المدمن المتداوي (سواء كان علاجا وقائيا - أم فعليا)
- 7- المدمن التائر، مجهضا (سواء كانت ثورة على ... أم ثورة الى...)
- 8- المدمن المبدع (زيفا)
- 9- المدمن بالنيابة! (التواطؤ اللاشعوري)
- 10- المدمن المجرم
- 11- التاجر المدمن ( التاجر فعلا والمدمن التاجر (التاجر مجازا)
- 12- المدمن الامعة

#### 11- المدمن المتقاص

#### 12- المدمن (سابقا 1) "المتعافى"

#### 13- المدمن سابقا 2) "المعالج"

#### 14- المدمن المبدع المتعافى

#### الفصل الثاني: تقمص المدمن (للتعرف عليه)

#### (أولا : بالعربية الفصحى!)

#### - تمهيد ومقدمة

- 1- بدايات الورطة ثم التماذي
- 2- فعلا: أنا أريد أن أكف، لكن كيف؟ كان غيري أشطر (لكني سأحاول، وحدي، سرا، جدا)
- 3- يوجد من هم مثلي، ومن هم ألعن مني، (كما يوجد من يعرفون الحكاية من أولها لآخرها)
- 4- بدأت أفيق، أين كنت أنا: (لماذا كان هذا كله هكذا، ياه !!)
- 5- الافاقة ثقيلة الظل، على الرغم من أنها رائعة: (أين أيام "الدماغ" والذي منه؟)
- 6- لكنني أتعلم أشياء كثيرة ، و'ويبدو أن هناك ما هو أحلى وأحلى، ولكن من يصبر؟)
- 7- ربنا موجود، وهؤلاء الناس طيبون (على الرغم من أنني مشتاق "للذي منه!!)
- 8- فهمت أن الضعف ليس عيبا (العيب هو الاستسهال)
- 9- من حقا أن نعتمد على بعضنا (الهم واحد، والناس للناس وبالناس)

- 10- مجرد التوقف لا يعتمد عليه، (المهم هو التغيير)
- 11- لا لن أعود أبداً، وحتى لو عدت: فقد عرفت طريقي، أنا لست وحدي
- 12- فاض بي ولست أدري الى متى؟
- 13- لا، "مع بعضنا"، هذا أفضل (طبعاً)...
- 14- لم أعد أشعر بالذنب (لست مجرماً!)
- 15- اتصالح مع جسيمي، تصور !!
- 16- أبعد كل هذا أنتكس؟ ... ممكن (!) أنا أخاف !!
- 17- ياه !! كم أنا قوي دون أن أدري !! (يبدو أن الانسان له قدرات فوق كل تصور، هكذا خلقه الله)
- 18- هذا ما كان، بفضل الله، وبفضل العلم، (وبفضلي أنا أيضاً !
- ثانياً: نفس المواجهة "بالعامية المصرية"**
- استهلال
- 1- شو فو الورطة ... ازاي حصلت، طب وبعدين !!؟
- (عالباب أنا عالباب)
- 2- فعلاً أنا عايز أبطل، ازاي؟ لكن ححاول ( حاعملها بنفسي في السر، بلاش فضايح)
- 3- فيه ناس زيي وناس أسخم مني ( وناس عارفين الحكاية من "طقط لسلامو عليكم)
- 4- ياه!! بدأت أفوق، أنا كنت فين؟ (كل دا كان ليه يا ربي؟)
- 5- الفوقان ده دمه ثقيل، مع إنه أحسن حاجة
- 6- بس أنا باتعلم حاجات كتير، (والظاهر فيه حاجات تانية أحلى)
- 7- ربنا موجود، والناس طيبين ، مع إني: (يعني، نفسي، بيني وبينك)
- 8- فهتمت أخيراً إن الضعف مش عيب
- 9- طبعاً من حقي أعتد على حد، وإن حد يعتمد علياً (المصيبة واحدة والناس لبعضها)
- 10- التبطيل لوحده دا أي كلام، المهم التغيير!!
- 11- مستحيل أرجع (يعني!) (وحتى لو رجعت، ما أنا عرفت السكة)
- 12- أنا زهقت، كفاية ، ( وبعدين بقى؟)
- 13- لأه، مع بعض أحسن....
- 14- أحسن حاجة إني ما بقيتش حاسس بالذنب، (هوه أنا مجرم؟ طب أذنبت في إيه؟)
- 15- تصالح مع جسيمي، تصور!؟
- 16- بعد كل ده، ويمكن أرجع تاني؟... (بصراحة وارد، أنا خيف! !)
- 17- ياه !!!! أنا طلعت قوي "أوي" مش عارف
- 18- كده تمام، بفضل الله والناس، وأنا مش عارف
- الفصل الثالث: بعض الاسترشادات في العلاج استلهاما من الثقافة الفرعية (المصرية)**
- مقدمة: حتمية استلهام البيئة والعادات (الثقافة) المحلية
- 1- "اللي تستهتر به يغلبك"
- 2- "ما يقع الا الشاطر"
- 3- "اللي ما يستحي يفعل ما يشتهي"
- 4- "من شاف الشر ودخل عليه، يستاهل ما يجرى عليه"
- 5- "امشي دغري يحتر عدوك فيك"
- 6- "الصاحب الي يخسر هو العدو المبين"
- 7- "من جاور الحداد يتحرق بناره"
- 8- "اللي يلعب الثعبان لابد له من قرصة"
- 9- "اللي يمسك القطة تحربشه"
- 10- "من عاشر المتهم ينتهم"
- 11- "طول ما انت زمار وأنا طبال: يا ما راح نشوف من الليلي الطوال"
- 12- "يا اشخ في زيركم، يا اروح ما أجي لكم"
- 13- "من حبك عند شيء كرهك عند انقطاعه"
- 14- "حداية ضمننت غراب قال يطيروا الاثنين"
- 15- "اللي يربط في رقبته حبل، ألف من يسحبه"
- 16- "كنتي فين يا آلاه... لما قلت أنا: آه"
- 17- "كل مصه ما تيجي الال بغصه"
- 18- "العايز أهبل"
- 19- أ- "اللي عايز الجميلة يدفع مهرها"
- ب- "اللي عايز الدح، ما يقولشي أح"
- 20- "المشروطة محطوطة (اللي أوله شرط: أخره نور

## استهلالات

هذا العمل هو عن "الادمان" من واقع خبرتنا لأكثر من نصف قرن في هذا المجال ، ونأمل أن نلتزم في تقديمه باستلهاً عمق ثقافتنا الإخاصة، وهي تتناول طبيعة الظاهرة بشكل غير مباشر غالباً. كما نأمل أن يكون هذا العمل فاتحة لسلسلة ضرورية تقدم إنارة لبعض زوايا المسألة، وذلك لمن يخشون التورط في هذه الظاهرة الكارثة، وأيضاً لمن تورطوا، أملاً في ان يعرفوا أنفسهم أعمق، ومشاعر معالجهم نحوهم، ومن تمّ طبيعة ما يجري من أول التورط وحتى التعافي. وأخيراً:

فهذا العمل غير موجّه للمعالجين أو الأطباء تحديداً، نحن نأمل فقط أن يحمل رسالة متواضعة تكشف جنباً من اعماق الظاهرة للمتورطين، وذويهم، ولكل من "يهمه الأمر"، من واقع خبرة محلية ممتدة، نابعة من ثقافتنا الخاصة، ممثلة في هذا المجتمع العلاجي: مستشفى الرخاوي

## تقديم

يبدأ هذا العمل بالفصل الأول الذي يعرض تقسيماً للمدمنين نابعا من خبرتنا ومرتبطيناً بثقافتنا كما التزمنا، وقد وجدنا في ذلك من فوائد عملية موضوعية في مجال الرصد والعلاج، ما يستأهل التسجيل ليكون في متناول من يشاء

ثم يأتي الفصل الثاني دعوة للتعرف على المدمن ورحلته بداية من خواطر مرحلة الخطر حتى التورط والتمادي، ثم العلاج والتردد، ثم التعافي، لكن هذا التعرف يتم بأسلوب جديد غير الوصف والرصد، وهو الأسلوب الذي أدعوا إليه زملائي الأصغر وطلبتني لفهم أعمق لكل من يطلب منا ومنهم العون، حيث أطلبهم - ونفسي - ألا يتوقفوا عند وصف المعاناة أو الإعاقة وترجمتها الى أعراض، ثم اختزال ذلك في اسم مرض لشخص معين، بل أن يحاول كل منا أن يتقصص مريضه فعلاً وهو يستشعر ما يدور بداخله على مسار رحلة الرض والتعافي، وقد وجدت ذلك مفيداً ويوصل ما بيننا وبين المرض أو المدمن عبر الوعي البيئشخصي بما يسهل نمو العلاقة، ومن ثم العلاج فالتعافي.

هذا، وقد حاولت أن أقدم نموذجاً لذلك من خلال هذه المحاولة (التقصص)، فجرى التسلسل الى قلبي بالعامية المصرية وهي "لغة الأم"، وقدرت أن ذلك يدعم ما هدفت اليه، وهو أننا نحس بلغتنا التي نعيش بها، ونمرض بها، ونعالج بها، ونتعافى بها.

ثم عدت فكتبت نفس الحوار "باللغة الأم" (العربية الفصحى) كما اعتدت أن أكتب غالباً حتى في ابداع القصصي، فعذراً للتكرار ، (الفصحى) عن "لغة أمي" العامية، ربما لتعم الفائدة أوسع، ثم نعود الى ثقافتنا راضين

أما الفصل الثالث فقد انطلقت فيه من استلهاً بعض الأمثال العامية المصرية التي يمكن أن تواكب التورط والتعافي على حد سواء، واكتشفت من خلال روعة ومسؤولية وجماعية وعي ناسنا البسطاء، كيف أنهم يشاركون بتلقائية وحذرون ويوجهون بشكل غير مباشر، كما اكتشفت أسلوباً أعمق وأبسط في نفس الوقت للتوجيه أو التوعية أو قرص الأذن... بل كل ذلك. هيا معا

هذا العمل هو عن "الادمان" من واقع خبرتنا لأكثر من نصف قرن في هذا المجال ، ونأمل أن نلتزم في تقديمه باستلهاً عمق ثقافتنا

نأمل أن يكون هذا العمل فاتحة لسلسلة ضرورية تقدم إنارة لبعض زوايا المسألة، وذلك لمن يخشون التورط في هذه الظاهرة الكارثة

نحن نأمل فقط أن يحمل رسالة متواضعة تكشف جنباً من اعماق الظاهرة للمتورطين، وذويهم، ولكل من "يهمه الأمر

يأتي الفصل الثاني دعوة للتعرف على المدمن ورحلته بداية من خواطر مرحلة الخطر حتى التورط والتمادي، ثم العلاج والتردد، ثم التعافي

يحاول كل منا أن يتقصص مريضه فعلاً وهو يستشعر ما يدور بداخله على مسار رحلة الرض والتعافي

وجدت ذلك مفيداً ويوصل ما بيننا وبين المرض أو المدمن عبر الوعي البيئشخصي بما يسهل نمو العلاقة، ومن ثم العلاج فالتعافي

اكتشفت من خلال روعة ومسؤولية وجماعية وعي ناسنا البسطاء، كيف أنهم يشاركون بتلقائية وحذرون ويوجهون بشكل غير مباشر

## شبكة العلوم النفسية العربية

نحو تعاون عربي رقيا بعلوم وطب النفس

الموقع العلمي

<http://www.arabpsynet.com/>

شبكة العلوم النفسية العربية "

نفسانيون

[http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link\\_c2=/HomePage/ISTGIST.Ar.HTM&current\\_c2=2](http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link_c2=/HomePage/ISTGIST.Ar.HTM&current_c2=2)

مجلات

[http://arabpsynet.com/menu.asp?link\\_c2=/HomePage/RevAr3.htm&current\\_c2=3](http://arabpsynet.com/menu.asp?link_c2=/HomePage/RevAr3.htm&current_c2=3)

كتب

[http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link\\_c2=/HomePage/BOOKS.ArLibr.htm&current\\_c2=4](http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link_c2=/HomePage/BOOKS.ArLibr.htm&current_c2=4)

معارف

[http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link\\_c2=/HomePage/DictAr3.htm&current\\_c2=5](http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link_c2=/HomePage/DictAr3.htm&current_c2=5)

مؤتمرات

[http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link\\_c2=/HomePage/CongAr.3.htm&current\\_c2=6](http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link_c2=/HomePage/CongAr.3.htm&current_c2=6)

جمعيات

[http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link\\_c2=/HomePage/ASS.Ar3.htm&current\\_c2=7](http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link_c2=/HomePage/ASS.Ar3.htm&current_c2=7)

وظائف

[http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link\\_c2=/HomePage/JobsAr.3.0.htm&current\\_c2=8](http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link_c2=/HomePage/JobsAr.3.0.htm&current_c2=8)

"شعبي: إنجازات أربعة عشرة عاماً من الكدح"  
الكتاب السنوي الرابع

تحميل الكتاب

- التحميل من موقع " شبكة العلوم النفسية العربية "

<http://www.arabpsynet.com/Documents/eBArabpsynet14Years.pdf>

- التحميل من موقع المتجر الإلكتروني لـ " مؤسسة العلوم النفسية العربية "

[http://www.arabpsyfound.com/index.php?id\\_product=296&controller=product&id\\_lang=3](http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_product=296&controller=product&id_lang=3)

المتجر الإلكتروني

<http://www.arabpsyfound.com>

اشتراكات الدائم فهي إصدارات الشبكة

[http://www.arabpsyfound.com/index.php?id\\_category=36&controller=category&id\\_lang=3](http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=36&controller=category&id_lang=3)

خدمات الإعلان بالمتجر الإلكتروني

[http://www.arabpsyfound.com/index.php?id\\_category=39&controller=category&id\\_lang=3](http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=39&controller=category&id_lang=3)