

الإيقاع الحيوي بين الحركة والسكون (2 من 12)[1]

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakD01715.pdf>

بروفيسور يحيى الرخاوي

mokattampsyh2002@hotmail.com - rakhawy@rakhawy.org

نشرة "الإنسان والتطور" 2015/07/01
السنة الثامنة - العدد: 2861



أنهينا نشرة أمس بالدعوة إلى النظر في أنواع من الحركة ربما تكون زائفة أو في المحل، ونكمل اليوم في ذلك وفي مزيد من الكشف عن أنواع العرقلة والتجميد، لعلنا نتعرف على الفرق بين النبض الحيوي الخلاق، وعكسه جميعا.

الحركة الجمود:

1- إن السعار الاستهلاكي، على ما به من تنافس وأصوات، ودعاية، وإجراءات ملاحقة تكاد تجرى ورائك طول الوقت، ليس إلا حركة زائفة لأنه لا يؤدي إلا إلى "تراكم الامتلاك" الذي يشل أي حركة ذات معنى.

2- إن تعلق السلطة لتثبيت وضعها واستمراره، يحتاج حركة هائلة تصل إلى حد إشعال الحروب، وهو ليس إلا حيلولة منظمة ضد حركية الجدل وتفاعل وحدات الحياة.

3- إن كثيرا من مظاهر ما يسمى البحث العلمي، ليست سوى حركة في المحل إذا ما رضى الباحث أن يسجن في منهج قديم مصمت، ناهيك عن النشاط المحموم الذي يكون هدف البحث منه مجرد النشر، أو تحقيق متطلبات الترقى لا حفز الكشف وإرواء الدهشة. إن بحثا بلا فرض ينشأ من حيرة في مواجهة الواقع والقديم، أو بحثا بلا مراجعة للمنهج مع قراءة النتائج، هو حركة زائفة لا أكثر. فهو الجمود والضياح.

4- حتى الحركات الثورية التي تهدف بكل وضوح إلى التغيير الجذري الذي عجزت قوانين الواقع السائد عن تحقيقه، يمكن أن تنتهي إلى حركات مجهزة هادمة، لا تحمل مقومات جدل النمو الحيوي.

التجميد المنظم:

أعرج بعد ذلك لعرض بعض أنواع ما أسميته التجميد المنظم ونحن نمارسه طول الوقت باسم آخر.

(1) تجميد استلهام النصوص المقدسة الحاملة للوحى الإيماني بالاختصار على التفسيرات الثابتة.
(2) قتل تطور اللغة بتقديس المعاجم التي ليست إلا مرحلة تاريخية محدودة من تطور اللغة (ولا يخفى كيف أثر هذا القتل التسكيني على ما جاء في (1)).

(3) التسكين الأيديولوجي المعلن والخفي من خلال جمود مذهب، أو عقيدة، (حتى لو تسمى بأرق الأسماء وأشرفها: مثل التنوير أو الديمقراطية، أو حقوق الإنسان... إلخ)

(4) الانغمار بالمعلومات دون تدريب كاف على الانتقائية، حتى تسد مسام التلقى بالتشبع

إن السعار الاستهلاكي، ليس إلا حركة زائفة لأنه لا يؤدي إلا إلى "تراكم الامتلاك" الذي يشل أي حركة ذات معنى

إن كثيرا من مظاهر ما يسمى البحث العلمي، ليست سوى حركة في المحل إذا ما رضى الباحث أن يسجن في منهج قديم مصمت

إن بحثا بلا فرض ينشأ من حيرة في مواجهة الواقع والقديم، أو بحثا بلا مراجعة للمنهج مع قراءة النتائج، هو حركة زائفة لا أكثر. فهو الجمود والضياح

بعض أنواع ما أسميته التجميد المنظم ونحن نمارسه طول الوقت باسم آخر.
(1) تجميد استلهام النصوص

فالشلل.

(5) العرقة بالتحمة الاستهلاكية.

(6) الاستسلام النشط لرفاهية اليأس حتى التوقف.

(7) النفخ في نفير المستقبل طول الوقت تأجيلا لحمل مسئولية اللحظة الراهنة.

إفافة ومحاذير ومحكات:

بعد كل ذلك، تجدر الإشارة إلى بعض ما يعيننا أفرادا وجماعات على التمييز بين الشحم والورم، بين الزيف والحقيقة، بين الناس وأشباههم، بين حكومات الظل الظاهرة كأنها تحكم، وحكومات الفعل الخفية التي تفرض كل شروطها في دهاليز المال. أى بين الحركة الحقيقية والدوران فى المحل فالتدهور والتناثر.

أولا: إن فرط الوعى بالحركة، أو تحديد مسارها ابتداء، هو ضد كل تاريخ التطور . المطلوب إذاشتنا أن نتجنب خداع الجلبة الخاوية والسير فى المحل. الوعى هو أن نعرف كيف نميز زيف الحركات المخاتلة والمعطلة

ثانيا: إن خوض تجربة الحياة - أفرادا وجماعات وشعوبا- يتطلب استيعاب حركية الوجود فعلا ماثلا على أرض الواقع. علينا ألا نقصر حماسنا على تدارس وتكرار تجارب بضعة آلاف من السنين نعرف بعض ما جرى فيها عن البشر ومنهم. علينا أن نطلق لخيالنا ، وحدسنا، وإبداعنا وعلو منا العنان لاحتواء كل تاريخ الإنسان من إيمان وأساطير وإنجازات ومبادئ، دون السماح باحتكار فئة من الناس كتابة "جدول ضرب الحياة التنويرية الديمقراطية الحربية المعاصرة"، إن الاقتصار على استلهاهم دروس حياتنا من خلال الرجوع إلى بضعة آلاف من السنين المكتوبة على الورق قد يحرماننا من استلهاهم تاريخنا الحقيقى المثبت فى الدنا DNA بطول تاريخ الأحياء كلها.

ثالثا: علينا أن نتذكر دور الإيقاع الحيوى Bio-rhythm فى تنظيم الكون طولا (تاريخا) وعرضا (من أول إيقاع التفاعل البيوكيميائى حتى دورات الأفلاك، مروراً بأوضح صوره العضلية هى: نبضات القلب المنتظمة. وأيضا بأكمل وأجمل صوره المرتبطة بالوعى أى: دورات اليقظة/النوم/الحلم/الإبداع). إن هذا البعد فى أصل جدله إنما يؤكد لنا أننا بقدر ما نحتاج إلى الحركة (دفع القلب للدم مثلا فى طور الانقباض أو البسط (Systole نحن نحتاج للاسترخاء المتلقى الذى يبدو سكونا (ما يقابل دور الامتلاء فى دورة القلب. (Diastole إن هذا القانون هو الذى يصلح الحركة الدافقة مع السكون الممتلى، هو الذى يصلح الثورة مع فترات استيعاب آثارها، ومع التمهد للثورة التالية ، وقديما كان نفس قانون الإيقاع الحيوى يمكن أن يستوعب دورات الحرب والسلام (لولا أن أسلحة وميزان القوى أصبحت أخطر من أى طبيعة).

إن الحركة الحقيقية، والسكون الضرورى، لا يمكن استيعابهما إلا من خلال حركية هذا الإيقاع الحيوى الذى يعلمنا أن "السكون/الامتلاء" هو الذى يعطى للحركة إيجابياتها، وأن "الحركة/البسط" هى التى تستوعب ما امتلأ به الوعى تاريخا وحاضرا.

رابعا: إن الحركة لا تكون إيجابية بدوام التقدم الخطى إلى أمام. إن الحركة الطبيعية فى النمو والتطور هى تحقيق لما يسمى برنامج (رحلات) الدخول والخروج (أو الذهاب والعودة In-and-out)

المقدسة الجامعة للوعى
الإيمانى بالاقْتصار على
التفسيرات الثابتة

إن خوض تجربة الحياة -
أفرادا وجماعات وشعوبا-
يتطلب استيعاب حركية
الوجود فعلا ماثلا على أرض
الواقع.

إن الاقتصار على استلهاهم
دروس حياتنا من خلال
الرجوع إلى بضعة آلاف من
السنين المكتوبة على الورق
قد يحرماننا من استلهاهم تاريخنا
الحقيقى المثبت فى الدنا
DNA بطول تاريخ الأحياء
كلها

علينا أن نتذكر دور الإيقاع
الحيوى Bio-rhythm فى
تنظيم الكون طولا (تاريخا)
وعرضا

أننا بقدر ما نحتاج إلى
الحركة (دفع القلب للدم مثلا
فى طور الانقباض أو البسط
(Systole) نحن نحتاج
للاسترخاء المتلقى الذى يبدو
سكونا (ما يقابل دور الامتلاء
فى دورة القلب. (Diastole)

program، إن تأكيد هذا المفهوم هو جدير أن يسمح لنا بالعمل الإيجابي الاستيعابي حتى ونحن على ضلع التراجع، كما أنه هو الذى يحدد إيجابية الحركة ليس باستمرار اضطرابها، إلى الأمام دائما ولكن بأن يكون ضلع التقدم أطول من ضلع التراجع فى كل دورة.

خامسا: إن تقييم إيجابية الحركة من سلبيتها أو ثبوتها لا ينبغى أن يكون تقييما كميًا فحسب، بمعنى أن التقدم لا يقاس بقدر ما نحققه كميًا مما نتصوره إيجابيا (الرفاهية أو السعادة أو الاستهلاك أو القوة.. إلخ)، ولكن تكتمل إيجابية الحركة بمدى التغيير النوعى الذى يتحقق فى كل دورة نبض حيوى (دورة نمو). ليس معنى هذا أن يكون التغيير النوعى وحده هو المقياس، ذلك لأن التغيير النوعى يأتى نتيجة لتراكمات كمية متفاعلة تمهد له حتى يظهر.

سادسا: أن نتذكر أن للسكون والتجمد دورا دفاعيا هاما حين يكونا للحفاظ على الحياة. هذا ما تقعله الحرياء حين تسكن بجوار صخرة لها نفس ألوانها، حتى يحسبها المهاجم صخرة أخرى بلا حراك، فيرجح أنه لا فائدة من مهاجمتها، وهو نفس الجمود الدفاعى الذى وصف فى الحرب العالمية الأولى حين كان الجنود يتجمدون كالأصنام من هول القذف بما سمي "صدمة التفوق" Shell Shock. وهو ما يفسر التصلب الكاتاتونى Catatonia الذى قد يلجأ إليه المريض الفصامى أساسا كنوع من الدفاع ضد التفسخ والتطل والعدم.

بعد إفاقته، وصف لى أحد أصدقائى من المرضى ما كان يغمره من هول الخوف أثناء نوبة تجمده بالكاتاتونيا، وكيف أنه كان يشعر بالموت ماثلا كأن "الآخر" غول سوف يلتهمه إذا هو هم بتحريك عقلة إصبعه، أو حتى إذا هو زاد فى تعميق شهيقة. لم أملك إلا أن أتقصه حتى عشت كيف يكون الجمود مناورة تأجيل ناجحة تحفظ الحياة وتمنع التناثر حتى يلمم الكائن الإنسان نفسه ما أمكن ذلك.

بلغ من تقصى صديقى الكاتاتونى هذا أن كتبت ما أختتم به هذا المقال على لسانه من داخل قوقعته، لعلى بذلك أدافع فى النهاية عن حق الإنسان فى التجمد مؤقتا حتى يستعيد نفسه. هذا أفضل من أن يلف فى مدار غيره الذى رسمه هذا الغير بكل غياب التدهور لضياح الكل، وكذلك أفضل من وهم الحركة ونحن ثابتون فى النقطة غير الحصىة، أو ونحن ننسحب إلى الخلف ذاهلين.

قلت متقصا إياه:

* أخاف همس الطير

* أخاف من تموج الأحشاء، من نثرة الأجنة، من دورة الدماء، ومن حفيف ثوبى الخشن .

* أخاف من نسائم الصباح ، من خيط فجر كاذب، أو صادق ، من زحف ليل صامت ، أو صاحب

* أخاف، من تناثر الذرات فى مدارها، أخاف من سكونها

* أخاف لا حراك. موت تمطى فى تجلط الدماء، فى مأتم الإباء،

* الخوف أن أموت إن حييت. الخوف أن أعيش لا أموت

* يا وحدتى الشقية، يا وحدتى الأبية، صفتت بابهم خوفا من المودة للعب، من كذبة

إن الحركة الحقيقية، والسكون الضرورى، لا يمكن استيعابهما إلا من خلال حركة هذا الإيقاع الحيوى الذى يعلمنا أن "السكون/الامتلاء" هو الذى يعطى للحركة إيجابياتها، وأن "الحركة/البسط" هى التى تستوعب ما امتلأ به الوعى تاريخيا وحاضرا

إن الحركة لا تكون إيجابية بدوام التقدم الخطى إلى أمام. إن الحركة الطبيعية فى النمو والتطور هى تحقيق لما يسمى برنامج (رحلات) الدخول والخروج (أو الذهاب والعودة) In-and-out program

أن التقدم لا يقاس بقدر ما نحققه كميًا مما نتصوره إيجابيا (الرفاهية أو السعادة أو الاستهلاك أو القوة.. إلخ)، ولكن تكتمل إيجابية الحركة بمدى التغيير النوعى الذى يتحقق فى كل دورة نبض حيوى (دورة نمو).

ظليه، من ملحة ذكيه، من كل شيء هم أن يكون، من كل شيء لم يكن، من كل شيء كان ما انقضي، من كل شيء.

* تفجر السكون في قوالب الجليد ، ولم تدور الفرقة.

* تحركت أشلائى المجده، تفتت الجبل، فطارت العرائس.

* تكسرت حواجز الأصوات، تخلقت...تطاولت، فأجهضت، وضجت السكينة.

هوامش:

(1) نجيب محفوظ: ملحمة الحرافيش، مكتبة مصر، سنة 1985.

(2) يحيى الرخاوى: قراءة فى نجيب محفوظ. الهيئة العامة للكتاب، سنة 1992.

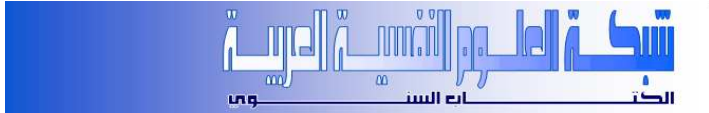
(3) باتريك زوسكيند: "العطر" ترجمة: د. نبيل الحفار، دار المدى للثقافة والنشر، سنة 1997.

(4) جوزيف كامبل - "سلطان الأسطورة" - المجلس الأعلى للثقافة (المشروع القومى للترجمة).

(ترجمة: بدر الديب، سنة 2002).

[1] - هذا هو الجزء الثانى نشر تكملة لنفس مقال أمس بعنوان "الإيقاع الحيوى بين الحركة والسكون" فى نفس التاريخ (عدد ديسمبر 2002 مجلة سطور)، وأعيد نشره لنفس الأسباب.

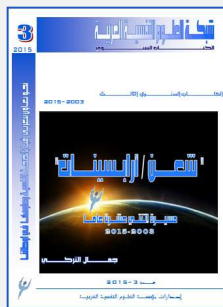
*** **



مؤسسة العلوم النفسية العربية

تمهيدكم

الكتاب السنوي الثالث لشبكة العلوم النفسية العربية



"شعن / أراب سيناات"
مسيرة إنترنتي عشيرة حماما

2015-2003

تعمير ل الامحاء

www.arabpsynet.com/Documents/eBArabpsynet12Years.pdf



الإصدار التاسع - خريف و شتاء 2014 / 2015

ملف الوجدان و اضطرابات العواطف

أ.د. يحيى الرخاوى



تنزيل كامل الإصدار

http://www.arabpsynet.com/pass_download.asp?file=1002

الفهرس

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/eBT9/eB9YRCont&Chap1-2.pdf>

حليل الإصدار السابفة

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

أن نتذكر أن للسكون
والجمد دورا دفاعيا هاما
حين يكونا للحفاظ على الحياة

هو هو ما يفسر التلجب
الكاتاتونى Catatonia
الذى قد يلجأ إليه المريض
الفصامى أساسا كنوع من
الدفاع ضد التفسخ والتحلل
والعدو.