



فى فقه العلاقات البشرية: دراسة فى علم السيكيوباتولوجى

لوحات تشكيلية من العلاج النفسى والحياة
شرح على المثن: ديوان أغوار النفس

الحالة الـ 43

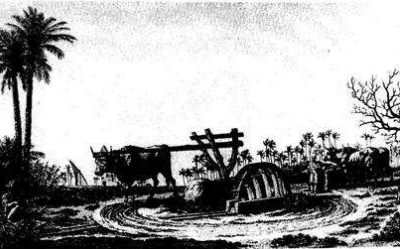
الحزن اليقظ، وآلام الرؤية/البصيرة

(الدّمة الخيانة)

ملاحظة بادئة:

ملتزمٌ أنا بترتيب القصائد كما وردت فى الديوان، وهذا قد يبعدنا مؤقتاً عن "فقه العلاقات البشرية"، وإن كان واقع الحال لا يمكن أن يفصل أية رؤية للكائن البشرى عن علاقة ما بهذه التيمة الأساسية: "هل يكون البشر بشراً إلا إذا تواصلوا بحق؟!"

الرؤية التعرية هنا لا تستبعد رؤية صعوبة العلاقات البشرية، بل لعل هذه الصعوبة تقع فى بؤرتها، وهى المرحلة التى تميز محاولة الإنسان المعاصر أن يقيم علاقة جدلية واقعية بآخر حقيقى، وهذا هو موضوعنا الأم.



تهيد

كنت صغيراً، حين أجلس بجوار الساقية (الخلزونة) أتعجب لماذا يُحكَمون الغُما (الكيس المجدول على ناحيتين لتغطية نصف وجه البقرة الأعلى، بما في ذلك العينين) أثناء دوراتها منفردة (أحياناً تدور مزدوجة في صحبة أخرى!!) و"الناف" على رقبته متصل بعمود محوري يقع في مركز دائرة الساقية تماماً. لم أعرف إلا مؤخراً أن حدس الفلاح المصرى قد وصل إلى أن هذه الطريقة توحى للبقرة أنها تسير قُدماً في خط مستقيم، فتنسى - أو هو يرجو بجدسه أن تنسى- أنها تدور في نفس الدائرة طول الوقت، حين أدركت هذا أو تصورته، فزعت للخدعة، ورفضتها، لكنني حين عدت أتأملها، وجدت أن بها نوعاً من الرحمة الخبيثة، التي يمكن أن تكون ضمن ما يسمى لؤم الفلاح المصرى (تنطق بعامية بلدنا، "لؤن"، بمعنى الذكاء الخاص!!) الذى لم أكن أتصور أنه يشمل نشاط حدسه.

كنت أشاهد أيضاً تلك البقرة الأخرى المربوطة في شجرة التوت أو الجميز، تنتظر دورها بعد أن تجهد البقرة المغماة من الدوران مغمضة العينين، فتحل البقرة المربوطة محلها، وتنقل البقرة المربوطة إلى الساقية، في حين تربط البقرة التي كانت مغماة في نفس الشجرة، لتأخذ قسطها من الراحة بعد أن يفكوا عنها غماها.

هذا المنظر هو الذى أوحى لى بهذا التشكيل الشعري، وأنا أنظر في هذه العين (غالبا في المرآة)

(1)

والعين الواعية صاحبة المليانة حُزن:

، ، ، ،

عمركى شفت بقرة واقفة لوخديها،
مربوطة ف شجرة توت، جنب الساقية،

وغنيها صاحبة تحتيها دمعة،

لا بتنزل ولا بتجف؟

عمالة تبيس لزميلتها المربوطة في الناف،

والغمى محبوك عالراش،

والخافر يخفر في الأرض السكة اللى مالهاش أول ولا آخر؟

مع كل أزمة نمو، أو خيرة إبداع حقيقي، تحدث مثل هذه الوقفة بوعى فائق: هي وقفة نقد يقظ، وقفة مراجعة، وقفة استعداد لبداية جديدة في اتجاه مجهول، وهي وقفة حتمية يمر بها كل إنسان ما دام مازال حيا ينمو، لكنها قد لا تصل إلى الوعى الظاهر في كثير من الأحيان، وإن وصلت فقد يتم محوها بعد ثوان حتى لا تجرؤ أن تطل ولو كذكرى عابرة، هذه الوقفة

تجلى أكثر وضوحاً وأطول عمراً في عملية الإبداع الحقيقي طول الوقت، وهي تحتد في البداية، وإن لم تكن بالضرورة تسمى وقفة أو تدرك بما هي كما هي، لكن نتائجها تدل عليها عادة .

في **أزمات النمو**، وخاصة أثناء المراهقة وأيضاً أزمة منتصف العمر، بل وسائر أزمات النمو، قد تعاش هذه الوقفة بعمق كاف ومسئولية مؤلمة، فتحفز النمو، وتسهم في إعادة إبداع الذات.

في **المرض**، (بدايات أى مرض نفسي جسيم تقل فيه الميكانزمات فجأة) تحتد هذه الوقفة، ومن ثمّ: تتعاطم الرؤية بشكل مضاعف حتى تصبح معجزة برغم نفس حدة الكشف، وعمق النقد، وبدلاً من أن تكون فرصة مراجعة لبداية جديدة، تصبح سبباً أو مبرر إعاقة من فرط الألم الذى عجز "الوعى/الفعل" أن يستوعبه، أو يحتميه، يحدث ذلك أكثر في الاكتئاب الحيوى اليقظ (أسميه أحياناً **الاكتئاب البيولوجى النشط** تمييزاً له عن عكسه تماماً، الذى أسميه **الاكتئاب اللزج النعاب**، وأسماء أخرى).

في **العلاج**، تتم المواجهة، باحتواء هذه الرؤية الأعمق باعتبار أنها خطوة ضرورية لا بد من دفع ثمنها إن كان العلاج هو مواكبة عملية النمو للحفز على استكمالها، وليس إجهاد نبضة النمو.

المتن هذه المرة أوضح من أن يحتاج إلى شرح.

هو يعرى الاغتراب الذى يلزم لاستمراره أن تظل الميكانزمات العامية نشطة طول الوقت، بحيث تنقلب مسيرة النمو إلى "دائرة مغلقة"، التى هى ليست إلا وقفة دائمة خادعة، وهى أكثر خداعاً من "السرى فى الحبل"، فهى تمثل سيرا إلى الأمام، أو ما يشبه الأمام، ينتهى إلى نفس النقطة طول الوقت، طول الوقت.

هذه الرؤية الكاشفة قد تحدث تلقائياً كما ذكرنا، وقد تحدث نتيجة إفاقة تحدث كنوع من التلقى المبدع.

تأتى الاستثارة من مُحبِّ صادق مُواكب، أو من إبداع محرّك، أو من علاج مغامر،

العلاقة بين تبديل البقرة بزميلتها، لتحصل على نوبة راحتها، وهكذا، تذكرنا من جديد بطبيعة الإيقاع الحيوى، وحتمية تناوب نشاط مستويات الوعى.

هل تصدق أن الأحلام هى نوع من هذا الكشف السرى، حتى دون أن نتذكرها أو نحكيها؟

إن التقلب الذى يحدث أثناء النشاط الحالم (نوم الريم REM: نوم حركة العين السريعة) يشمل نوعاً من الرؤية السرية، التى ينتج عنها إعادة تنسيق المعلومات Re-

patterning ، من البديهي هنا أن كلمة "الرؤية" تستعمل مجازاً بشكل مبالغ فيه، الرؤية هنا مفترضة، لا تُستنتج إلا من خلال نتائجها حين تكون كل "دورة" "نوم/حلم/يقظة" هي دورة إعادة ولادة بشكل أو بآخر (الحمد لله الذي أحياني بعد ما أماتني وإليه النشور- كما ذكرنا سالفاً مراراً).

حين يقول المتن على لسان البقرة المربوطة في شجرة التوت "أنا كنت باليقّ ومش دارية، كان لازمته إيه؟ بتشيلوا الغمّا من على عيني، وتفكّوني ليه"، هي لا تحتج، بل تعلن ألم الكشف الذي أكد لها أنها لم تكن تسير إلى الامام، بل كانت تدور في نفس الدائرة مثلما تدور زميلتها الآن، "والغمّا محبوك عالراس، والحافر يحفر في الأرض السكة اللى مالهاش أول ولا آخر".

في كثير من الأحيان، إن لم يكن في معظم الأحيان، يرجو الإنسان، ويسعى أن يرى الحقيقة عارية أكثر فأكثر، وهو يتصور أن هذا حقه من ناحية، وأنه سوف يرتاح حين يرى ما يريد أن يراه، هذه طبيعة بشرية ترتبط بأليات المعرفة المتجددة المغامرة بشكل عام، (حتى يمكن ربطها بأكل الفاكهة الحمرّة)، وبقدر الحرص على رؤية ما في "الحجرة المغلقة" المحظور فتحها، وبقدر السعي إلى اختبار ما بداخلها بالذات، تكون مفاجأة المعرفة، والأسف المبدئي (أنظر الملحق). الذي يلحق هذه المعرفة المفاجئة إنما يعلن رغبة شكلية في التراجع عن هذه الرؤية، لكن من رأى، حتى لو أغمض عينيه بعدها، فسوف يظل ما رآه ماثلاً أمامه، ليس ماثلاً فقط، بل ومانعاً له أن يرتد إلى الاعتزاب العامى من جديد.

أغلب العلاج الميكئي المخمّد، هو نوع من "تلبيس" "الغمّا تاني"، وهذا هو ما جاء في المتن حرفياً:

(2)

والبقرة الواقفة تقول:

أنا كنت باليقّ ومش ذاريّة كان لازمته إيه؟

بتشيلوا الغمّا من على عيني وتفكّوني ليه؟

علشان أرتاح؟؟!!

هئى دى راحة إني أشوف ده ؟!

لو حتى لبست الغمّي تاني ماننا برضه حاشوف.

وساعتها يا ناس:

مش حاقدر ألق.

.... ما هو لازم الواحد ما يشوفشى،

لو كان حايلق.

العلاج النفسي المنطلق من منظور نمائى لا يكتفى بأن يستوعب هذه الرؤية مجملها الموضوعى، وأن يساعد المريض الذى حضر بها أو عاشها أن يحتويها، ويواكبها حتى يتجاوز آلامها دون أن يتنازل عن مواصلة مسيرته، بل إن العلاج يستثير مثل هذه الرؤية بجرعات مجزأة، وذلك لمن يخشى أن يخوض وحده، هذا النوع من العلاج النفسى لا يكتفى بالحفاظ على هذه الرؤية مع ضبط جرعة الألم، وإنما هو يعمل على ضبط جرعة التنشيط بتعريية محسوبة، بالحد من اللجوء إلى الميكانزمات تدريجياً، بحيث يسمح لمن يمر بها تلقائياً - من خلال أزمة المرض- أن يعايشها بالقدر الذى يمكن به أن يستوعبها. يتم ذلك بوجه خاص في **العلاج النفسى الجمعى**.

حين تشترك المجموعة ، بما فى ذلك المعالجون، فى هذا الكشف، للإقبال من الميكانزمات، يصبح الألم المصاحب أكثر احتمالا، ومن ثم يصبح حفز النمو أكثر جاهزية،

أغلب - إن لم يكن كل - ما عرضناه فى هذه النشرة خلال أكثر من عامين معينات مما أسميناه "**الالعاب النفسية**"، والتي شارك فيها كثيرون من أصدقاء الموقع، كانت تقوم بدور تحفيز الرؤية حتى لو بدت مؤلمة، وليس اهد منها، الفرق بين أن تمر بهذه الخبرة من خلال مفاجأة مرعبة، وأنت وحدك تماما، وبين أن تمر بجرعة فجرة منها، وأنت وسط آخرين يمرون بنفس التجربة، هو الفرق بين بداية ما يمكن أن يتطور إلى مرض (أو إبداع) وبين العلاج النفسى الجماعى بوجه خاص (الذى هو ضمناً: إبداع الذات ما أمكن ذلك).

كثيراً ما نعيش محاولة من أحد المرضى (أو المعالجين) لمحو الرؤية الجديدة التى مارسها أثناء العلاج الجمعى، بنسيانها، أو التراجع عنها، أو سوء تأويلها، وقد يلاحظ ذلك زميل مريض آخر، أو معالج، حين يهتم أحدهم بالإنسحاب لعدم قدرته على تحمل هذه الجرعة، فيقول له: وحاتعمل إيه بعد ما اتديست وشفت ده دلوقتى ("وماذا ستفعل بمعرفتك ورؤيتك التى مرت بك هنا الآن؟") فيرد قائلا: "إيه يعنى، حانسى واغمض أو أطنش تانى" (سأحاول أن أنسى وأغمض عينى من جديد) "فيسخر الأول "إبقى قايلنى"... وقد يعلق ثالث "دا بعدك"... أو "يعيد عن شنيك"، وغير ذلك من تعليقات تشير إلى أن هذه الرؤية يصعب محوها.. بعد ظهورها فى هذا السياق وضبط جرعتها.

الهدف الأهم لما يسمى "**العلاج النمائى التوجه**" هو استيعاب هذه الرؤية للنمو من خلالها لتكملة المسيرة بإيجابياتها وآلامها.

ينتهى المتن بالإشارة إلى ما يصاحب هذه الرؤية، الأقرب إلى الإبداع منها إلى المرض، من سماح وصبر وأمل فى أن تكون بداية التعرف على "آخر" يصاحبه وهو يعايش هذه الخبرة عبر مسيرته، مسيرتهما، مسيرتهم، معا.

هنا تتأكد علاقة: المعرفة، بالعلاقة بالآخر، بالألم الحى
الخلق، بالحنن الإبداعي....،

لِتَوَاجِدْنَا مَعاً

(3)

الله يسامحك، دلوقتي:

لا انا قادرة ارتاح،

ولا قادرة ألقأ.

لا الدمعه بِنَزَلْ،

ولا راضية تجفأ.

أشرت في المقدمة كيف أن هذه الرؤية مرتبطة بشكل أو بآخر بموضوعنا الأساسي "فقه العلاقات البشرية". الإنسان المعاصر يعيش أزمة ممتدة هي أقرب إلى ما يسمى "الموقف الاكتئابي" كما أسمته ميلان كلين، والذي فضلت أن أسميه "الموقف العلاقتي البشرى" وهو الذى يحاول الإنسان المعاصر فيه أن يرسى قواعد من ألم، ورؤية، وإقدام وتحمل، وفرحة معاً، ليكون بذلك هو النوع الأغلب في العلاقات بين البشر، ليكونوا بشرا . الإنسان - كما ذكرنا- لا يكون إنساناً إلا إذا كان واعياً وبعيداً ما بوعيه حالة كونه نفس المتجادل (لا يتحاور فحسب) مع وعى إنسان آخر يحاول معه نفس المحاولة، هذه العلاقة الأرقى هي التى يتكون منها نوع من الحزن الذى وصفناه بأنه "حزن" "إيجابي" "نشط"، وعلى ذلك فالمفروض أن نفرح به شريطة أن تضبط جرعته، هذه الخبرة التى هي أقرب إلى ما يسمى "الحزن الصامت الأصيل، يكون فيها:

الألم صحوة،

والمثابرة اقتراباً،

والاحتياج طلباً شريفاً،

والعطاء فرحة

والفرحة طيبة لا تلغى ألم الرؤية،

ولا تقف بعيداً عن الخبرة،

ولا تتجاوز عدل التبادل العلاقتي.

إنه بالرغم من الألم الذى يعانیه من يمر بهذه الخبرة الرؤية الضرورية ليكون "بشراً"، فإن ذلك لا يترتب عليه سخط أو سخرية أو انسحاب، أو عدوان، بل الأرجح أنه يجذبنا إلى بعضنا البعض في إطار من التسامح المؤلم، (هنا "الله يسامحك دلوقتي... الخ").

قمة إيجابية تجربة هذا الحزن اليقظ الذي يمثله هذا الموقف تشمل:

التوقف للمراجعة ،
والسماح للاقتراب ،
والرغبة في " الحياة معا " ،
مع الاعتراف بالعجز المرحلي ..

أعتقد أنني ذكرت في أكثر من موقع (ربما في التعليق على مقاطع من العلاج الجمعي، أو في مقابلة مع مريض عرضناه في باب " حالات وأحوال ") أنني أفرق بين الحزن وبين البكاء، وأن الدموع حين تترقرق في العيون، ولا تسيل، هي أصدق تعبير عن موقف هذا الحزن الإيجابي الأصدق، أما حين تتدفق بلا حساب فهي أبعد عن هذه الخبرة، بل إن الامر قد وصل بي إلى أن أربط - في كثير من الأحوال - ربطا عكسيا بين هذا وذاك، بمعنى أنه كلما انسكبت الدموع، خفتت الخبرة الأكثر عمقا،

* * * *

ملحق النشرة (إبداع مواز)

مقطع من قصيدة لى بالفصحى بعنوان: " **عفواً فعلتها** " دون تعليق يشير إلى خبرة موازية

ياليتنى طفوتُ دون وزن
ياليتنى عبرتُ نهر الحزن
من غير أن يبتل طرفي فرقا .

ياليت ليلى ما انجلي،
ولا عرفتُ شفرة الرموز والأجنّة .
إي هجرة الطيور ،
في الشاطئ المهجور .
عفوا فعلتها ...

-2-

المهرّب الجبان ،
العمر بعد ما بدا ،
المهرّب الأمان .
فك الجبال صلت السلاسل،
العمر بعد ما انقضي .

-3-

أشلاؤها: تفجرت مضيئه .
نرى ، ندور نكفى .

إلخ.....