

277- تجارب تحريك الوجدان لإعادة النظر

بحثاً عن منهج:

مقدمة للرد على حوارات لعبة الكراهية

حين كتبت باكراً في هذه النشرات المقدمة الثانية لمشروع كتابي عن "ماهية الوجدان وتطوره" بتاريخ 17-11-2007 (النشرة 78) بعنوان "كيف لا نجس الظاهرة في لفظها" لم أكن أعرف أن تطور عرض الألعاب النفسية تبعاً (سر اللعبة) ومشاركة أصدقاء الموقع فيها قد تجيب عن هذا السؤال ولو جزئياً.

الذي حدث أنني بدأت بعرض بعض الألعاب كما سبق أن أذيعت في برنامج "سر اللعبة" في قناة النيل الثقافية، وحاولت قراءتها ومناقشتها من جديد، وكانت بعض هذه الألعاب تتناول بعض الوجدانات (أو العواطف أو الانفعالات أو الأحاسيس!! سمها كما شئت) مثل:

لعبة الكراهية (العدد: 270 بتاريخ 27-5-2008 & العدد: 271 بتاريخ 28-5-2008)

لعبة الضحك (العدد: 193 بتاريخ 11-3-2008 & العدد: 194 بتاريخ 12-3-2008)

لعبة الشعور بالذنب (العدد: 149 بتاريخ 27-1-2008 & العدد: 150 بتاريخ 28-1-2008 & العدد: 151 بتاريخ 29-1-2008).

لعبة الخوف: (العدد: 52 بتاريخ 22-10-2007 & العدد: 57 بتاريخ 27-10-2007)

ثم ألعاب متعلقة بشكل غير مباشر بالوجدان مثل:

لعبة الطيبة: (العدد: 249 بتاريخ 6-5-2008 & العدد: 250 بتاريخ 7-5-2008)

لعبة المثالية: (والعدد: 40 بتاريخ 10-10-2007 & العدد: 44 بتاريخ 14-10-2007 & العدد: 50 بتاريخ 20-10-2007 & العدد: 226 بتاريخ 13-4-2008 & العدد: 227 بتاريخ 14-4-2008)

هذا بالإضافة إلى ألعاب أخرى تناولت "التغيير" 2008/3/17 & "وتعدد الذات" 2007/12/1 وكذلك "الخوف من فقد التحكم" 2007-10-10 & 2007-10-14 & 2007-10-27.

ثم "العبه الذل" العدد: 170 بتاريخ 2008-2-17 والعدد: 171 بتاريخ 2008-2-18 والعدد: 172 بتاريخ 2008-2-19

تناولنا مناقشة كل ذلك بهذه الطريقة التي ابتدعتها بالصدفة، ابتداء بالأسوياء الذين تطوعوا للمشاركة في برنامج القناة الثقافية، وهم متطوعون لم أكن أعرف أغلبهم من قبل، حيث قام بدعوتهم معدوا البرنامج، بالإضافة إلى بعض ممن كنت أدعو شخصيا،

ثم خطر لي أن أدعو زوار الموقع للمشاركة كتابة في الاستجابة لنفس الألعاب بعد أن تصورت أن البرنامج القديم الموجود في الموقع (صوت وصورة) بما فيه من مناقشات قد يغني عن العودة لمناقشة ما كان في هذه اليوميات.

من خلال هذه التجارب المتنوعة، ومحاولاتي القراءة من أكثر من زاوية، إذا بي أكتشف من واقع الممارسة الفعلية بعض الإجابة على التساؤل الذي طرحته في 2007/11/17 "الذي صدّرت به نشرة اليوم "كيف لا نحبس الظاهرة في لفظها".

وحين وصلتني مؤخرا تعقيبات ومساهمات من أصدقاء جادين ومبدعين عن لعبة الكراهية (ونحن لم نتناول بعد بشرح مباشر موضوع الكراهية نفسه كوجدان أو انفعال أو ظاهرة) تصورت أن أغلب هؤلاء الأصدقاء - ولهم كل الحق - لم يتابعوا هذه الخبرة البائدة حول كيفية تناول النظر فيما نسميه مشاعرنا أو عواطفنا أو .. أو .. إلخ، تلك الخبرة التي قدمتها منذ البداية في 25 سؤالا بالتمام ليس عندي إجابات جاهزة لأغلبها (إن لم يكن كلها)

وبالنظر أكثر من مرة في المداخلات التي وصلتني وجدت نفسي مضطرا لإعادة نفس الأسئلة كبدائية قد تحفز التحريك وتنشط الخلاف أو الاتفاق، ولم أكتف بالإشارة إليها في موقعها السابق 2007/11/14

كانت التساؤلات كالتالي (مع بعض التعديلات الطفيفة):

- 1- هل العواطف هي ما شاع عنها؟
- 2- هل يمكن حبس عاطفة ما في رمز (اسم) متعارف عليه؟
- 3- هل العاطفة نقيض للعقل (بالمعنى الشائع)؟ وما فوائد أو مضار هذا الاستقطاب؟
- 4- كيف تتفرع العواطف إلى التفاصيل ثم تنضم لتحتوى نبض الوجدان؟
- 5- ما علاقة العواطف بالمعرفة (من أول الإدراك الحسي حتى الإبداع الفائق)؟

- 6- هل يمكن تعريف العواطف بألفاظ منطوقة (أو مكتوبة)؟
- 7- هل يمكن تصنيف العواطف إلى مفردات بدقة مفيدة؟
- 8- هل تتساعد العواطف تطورياً حتى تحتوى المعنى حين تلتحم بالفكرة والكلمات (النظرية الخاصة بالكاتب).
- 9- هل يوجد ما يسمى عواطف سلبية وأخرى إيجابية؟ أم أن هذا يتوقف على عوامل أخرى (مثل تناسبها مع بعضها، أو مع غيرها من وظائف، أو مع دافعها، أو مع عائدها؟)
- 10- ما علاقة العاطفة بالدين / بالإيمان؟
- 11- ما علاقة العواطف بالإبداع؟
- 12- ما معنى تعبير "اضطراب العواطف" أو حتى "الاضطرابات الوجدانية"؟ هل يمكن تعريف الإضطراب دون التعرف على السواء؟
- 13- ما هو مدى الاتفاق على رصد (تشخيص) عاطفة ما بأنها مضطربة؟
- 14- كيف نقرأ غائية أعراض اضطرابات العواطف والانفعال والوجدان (المعنى - لا السبب)؟
- 15- ماذا عن العواطف واللغة (في تجلياتها وقنواتها وأحوالها)؟
- 16- هل العواطف تشترك في التفكير-بما هي- مثل الجسد والعقل؟
- 17- هل الوعي بالعواطف ضرورى للاعتراف بها أم يكفي ظهورها في أي من التجليات المتاحة؟ (ملحوظة: نحن نستقبل عواطف الأطفال والحيوانات قبل أو دون أن تبلغ وعيهم!!)
- 18- المفهوم الجديد المسمى "الذكاء العاطفي": هل هو إضافة أم اختزال؟
- 19- ما علاقة العواطف: بالجرعة- بالسياسة - بالإعلام!!!
- 20- ما علاقة العواطف: بالجنس ، بالعدوان (وبسائر الغرائز)؟
- 21- هل الجسد هو أداة تعبير عن العواطف أم أنه يشارك في تشكيلها؟ وكيف؟
- 22- هل توجد عواطف بشرية منفصلة عن "العلاقة بالآخر" (في الداخل: داخل الذات=ذوات الداخل. أو في الخارج: حتى مع بعض الإسقاط)؟
- 23- هل توجد عواطف أخلاقية وأخرى لا أخلاقية؟
- 24- هل يمكن برمجة العواطف كما يجرى في بعض العلاج السلوكي، والمعرفي، وغسيل المخ، والإعلانات؟
- 25- وهل التنظير عن العواطف هو لصالحها أم ضدها؟

ثم أننا:

ما أن نشرنا لعبة الكراهية حتى، جاءتني تعليقات من الأصدقاء د. عصام البباد، د. أوسم وصفى، د. أميمة رفعت، أ. أمل محمود، أ. أنس زاهد، وهي تعليقات جادة ومفيدة ومبدعة، ومنبهة بوجه عام، وقد وجدت أنه من الأفضل أن أؤجل الرد تفصيلاً لعلنا نلتقى بشكل آخر بعد أن نتفق على منهج التجريب قبل وبعد منهج المناقشات، والاستشهادات، والتوثيق ذلك أننى شرحت في اليومية في العدد التالى لمقدمة الكتاب المشار إليه 2007/11/17 (وأنا أتصور كذلك أن المشاركين المتداخلين في التعقيبات على لعبة الكراهية لم تتح لهم الفرصة للاطلاع عليها) شرحت تصورا لما قد تؤدي إليه المناقشات والتصورات النظرية بعيدا عن التجريب، تصورت أن تقدم أية عاطفة "لها اسم" سوف يترتب عليه أن تجرى الأمور في غير الاتجاه الذى نأمله.

وحتى أعفى القارئ -مرة أخرى- من الرجوع لليومية القديمة أكرر ما نبهت إليه حرفياً تقريبا وهو: على الوجه التالى:

- (1) نحن نستعمل لفظا (وهل عندنا سبيل آخر؟) لتسمية العاطفة التى سنتناولها، مثلا "الخوف" أو "الغزن" أو غيرها. (وبالنسبة لهذه النشرة اليوم 3-6-2008 الكراهية)
- (2) يقفز إلى وعى المتلقى ما يعرفه عن هذا اللفظ (لا تنس أننا في سياق علمي).
- (3) يقفز في نفس الوقت ما يثيره فيه سماع أو نطق أو قراءة هذا اللفظ (واعيا بما يجرى أو غير ذلك)
- (4) تختلط خبرته، بمرجعياته المعلوماتية، بموقفه الأيديولوجي، ومواقفه الأخرى فيحدد (شعوريا أو لا شعوريا) ما ينوى التعامل به مع هذا اللفظ (مازلنا بعيدين عن الاقتراب من الظاهرة التى يشير إليها اللفظ، ناهيك عما إذا كان - اللفظ - قادراً على تضمينها داخله أم لا).
- (5) قد تزيد حيرته (المتلقى) فيلجأ إلى المعاجم (أو إلى موسوعة، أو مؤخرًا: يلجأ إلى "سيدنا جوجل" أو "مولانا ياهو").
- (6) قد تدعم المعاجم والمواقع موقفه المبدئى، أو تعذله.
- (7) قد تحل تحديدات أو تعريفات المعجم (أو الموسوعة أو حتى المرجع العلمى) محل موقفه الشخصى، بدرجات مختلفة حسب مرونته أو تصلبه !! إلخ
- (8) ثم يبدأ في قراءة العاطفة (المطروحة) من خلال ذلك الموقف الشخصى جدا، أو الشخصى المغمى، أو الشخصى المرجعى.
- (9) بعد ذلك يصله أو لا يصله ما أردنا الحديث عنه.

من هنا

وجدت أنني لو بدأت نقاش ما وصلني من تعقيبات صادقة عن لعبة/ظاهرة الكراهية، بعيدا عن تلك الأسئلة الخمسة والعشرين وعن هذه التصورات التسعة، فسوف نتفاهم بطريقة أخرى (إثبت لي...، واثبت لك...، وبما أن... الخ) وهي غير الطريقة التي أمل من خلال مثابرتي أن تفيد أكثر من خلال استغلال هذه النشرة اليومية للكشف والاكتشاف، وليس للمناقشة والإثبات

كل من د. أوسم وصفى، وأ. أمل محمود فضلا بالمشاركة في الاستجابة بأمانة وتلقائية بممارسة اللعبة، جنبا إلى جنب مع الإدلاء ببعض الآراء والتعليقات التي سنرجع إليها حين يأتي أوان المناقشة: أما د. عصام اللباد وأ. أنس زاهد فلم يشرفانا بالمشاركة في الاستجابة للعبة، واكتفيا بإبداء الرأي المفيد والجديد.

حين قارنت آراء كل من أ. أمل محمود باستجاباتها وجدت درجة من الاتساق بين حماسها واحتجاجها وثورتها وبين إجاباتها، الأمر الذي لم أجده في المقارنة بين آراء د. أوسم واستجابته (مما قد أرجع إليه وأنا أناقش استجابتهما مع بقية الردود، ومنها استجاباتي شخصا مرتين بفواصل أربع سنوات).

تجربة

أما د. أميمة - ربما لأنها منتظمة في المشاركة، وعميقة الاستبطان، ودائبة المحاولات والنقد، فقد رصدت تجربتها قبيل، وأثناء، وبعد الاستجابة بما أسستها تجربة قائلة بالنص :

لعبة الكراهية لعبة صعبة، توترت كثيرا وأنا ألعبها، وأريد ان اسجل هذه التجربة:

منذ اللعبة الأولى شعرت بضيق وتوتر واربكني ربط الكراهية بالحب في جملة واحدة.

ثم ظلت تلج على فكرى جملة واحدة مثل الجرس الذي لا يكف عن الرنين "أنا ما باكرهش حد"،

وظللت عند تنقلي من لعبة لأخرى أنتظر أن أجد جملة أتممها بها "\انا ما باكرهش حد\"، ولكن حتى نهاية اللعبة لم يحدث هذا وكان لابد لي في كل مرة أن أقول أنني أكره، مما وترنى أكثر.

الغريب أنه أثناء تردد جملة عدم كراهيتي لأحد في عقلي، كانت تقفز في مخيلتي وجوه أناس بعينهم، أحذر منهم وأحفظ على رأي فيهم ولكنني لم اقل لنفسي أبدا أنني أكرههم !!..

وبزغم ضيقي الشديد (بل وشعوري بالرغبة في مقاومة الإيجابية) من الألعاب التي تجمع الحب بالكراهية، قفزت في مخيلتي صور أخرى لأناس آخرين أحبهم (أو يجب على هذا)، مما جعلني فعلا مغتظة وغاضبة.

تعقيب

لعلنا نلاحظ كيف أن د. أميمة قامت بتجربة حقيقية جيدة وصادقة، ولو صح أنني فهمتها فقد مرت بالمراحل التالية:

أولاً: رفض عام مبدئي "أنا ما بكرهش حد".

ثانياً: تياران من الفكر معاً، **الأول** وهي تستجيب (شفاهة في الأغلب) لعبة لعبة، **والثاني** في إجحاح تلك الجملة عليها بعناد مثابر (أنا ماباكرهشي حد) (عدم كرهى لأحد)

ثالثاً: الانتهاء بالغیظ والغضب لما اضطرت إليه (كل ذلك في ثلاث دقائق)

رابعاً: عدم الفهم لهذا التشويش (من التيار الأول غالباً) على تفكيرها أثناء اللعب (التيار الثاني الذي استجاب **ألياً**) نافية - بأمانة - ادعاء الشجاعة، أو حتى الفضول، كدوافع للاستجابة.

خامساً: عادت تكتب ما حدث في كلمات أكملت بها الألعاب العشرة بعد يومين، ثم أرسلتها إلينا مع رصد تجربتها السابقة التي أوردنا نصها.

سادساً: خرجت من كل ذلك:

(1) بأن تحريك الوعي عملية مؤلمة جداً.

(2) بأنه بعد الرؤية نتحرر

(وقد نعود إلى ذلك في حوارنا مع الاستجابات الأخرى لاحقاً)

هكذا أوضحت د. أميمة بتلقائية سلسة -برغم الأم- أننا أمام **منهج آخر لفحص ما نتصوره عن عواطفنا**، وهي تثبت ضمناً أنه لو لم نتح لنا هذه الفرصة لدراسة طريقة أخرى لمراجعة ما نعرفه أو نتصوره أو نفرضه على أنفسنا من مشاعر (كمثال هنا: لعبة الكراهية)، أو ما نتصور أننا نعرفه عن هذه المشاعر أو تلك، لو لم نتح لنا فرصة اختبارها "**بطريقة أخرى كهذه**" لظللنا عبيد ما سبق أن عرفناه أو سمعنا عنه أو خبرناه في ظروف مختلفة.

تجارب أخرى أكثر تواضعاً.

(1) حين نبهني الصديق د. جمال التركي واقترح عليّ أن أكتب نفس الألعاب بالفصحى حتى نتيح الفرصة للمشاركة العامة دون الاقتصار على اللهجة العامية المصرية، فرحت وتصورت أن هذا سوف يجمعنا -كعرب- أسهل وأقدر على التواصل. لكن د. جمال ظل يبعث لنا باستجاباته باللهجة التونسية (مع إضافة ترجمتها إلى الفصحى بين قوسين) راجع يومية 2008-5-27

أكتشفت نفسي وأنا أقرأه وأناقصه أنني أقرب إلى ما يريد التعبير عنه بلهجته الخاصة أكثر مما كان يملني وأنا أقرأه بالفصحى (برغم غرابة اللهجة التونسية وعدم فهمي لكثير من مفرداتها طبعاً، أنا أشير إلى القرب وليس إلى الفهم).

(1) قلت لنفسي أقوم شخصيا بتجربة أخرى: سوف أحاول أن أجيب على أي لعبة مرة بالفصحى ومرة بالعامية المصرية، فوجدت فرقا واضحا فيما تحرك داخلي وأنا استعمل نفس الكلمة (الخوف مثلا، هي هي بالفصحى مثل العامية) لكنني وجدت فرقا لا أستطيع شرحه بالألفاظ .

(2) أخبرني محمد ابني أنه قام بنفس التجربة ووجد نفس الفرق .

(3) أخبرنا الصديق إسلام أبو بكر في بريد الجمعة أن ذلك أيضا هو ما استشعره .

استنتجت من كل هذا أن هذه الطريقة غير المباشرة للتعرف على مشاعرنا من جديد تختلف ليس فقط باختلاف طريقة التناول (المناقشات العقلنة في مقابل التجريب) ولكن أيضا باختلاف اللهجة المستعملة ضمن سياق متكامل، فمثلا كلمة الخوف حين تقع في سياق جملة فصحي، تثير مشاعر مختلفة قليلا أو كثيرا عن كلمة الخوف أو كلمة خائف حين توضع في سياق جملة بالعامية

مثلا:

"يا ذى المصيبة أنا خائف من احتمال رسوبي"

قارنها بـ

"يا نهار أسود أنا خائف لاشقَط"

قل كل جملة مرتين وحاول أن تلاحظ الفرق:

هل هي نفس المشاعر؟

وقس على ذلك: **الذل** (كما قدمناها سابقا فأثارت ما أثارته) وغيره!!

وربنا يستر،

ثم تأتي **الكراهية** بما حركت.

ناهيك عما خبرناه في العلاج الجمعي حين نمارس ونطلب من المريض وهو يعبر عن خوفه أن يجعل جسمه ووجهه (وأحيانا عرقه) يشاركون في ذلك.

وهذا ما قد نواصل مناقشته حين نعود للرد على ما وصلنا من تعقيبات عن موضوع الكراهية .

وإلى الغد، فقد حذف بقية النشرة حذفاً ليس نهائياً!!!

- كانت في الأصل: النظرية (الأطروحة)

- كانت في الأصل: ما أردناه