

الأساس فهي الطب النفسي الافتراضات الأساسية: الفصل الخامس:

ملف الوجدان واضطرابات العواطف (55)

ثانيا: الانفعالات العسرة: (18)

اضطرابات الوجدان (العواطف)

مُسَر الاضطرابات الوجدانية: كَمَيَا (15)

الحق في الخوف مقابل الخوف الممجّد

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakD04115.pdf>

بروفيسور يحيى الرخاوي

mokattampsy2002@hotmail.com - rakhawy@rakhawy.org

نشرة "الإنسان والتطور" 2015/01/04
السنة الثامنة - العدد: 2683



مقدمة:

إذن، فالبدائية لدراسات اضطرابات الوجدان هي أن نعرف طبيعة كل وجدان، ووظيفته في السواء، قبل أن نفحص اضطرابه زيادة أو نقصا أو اختلالا في المرض، هذا ما فعلناه في طيف الحزن، ويبدو أنه هو ما سوف نفعله في كل اضطرابات الوجدان.

أنهينا النشرة السابقة يوم الأحد الماضي بما يلي:

- * طالما أن هناك "مجهول" فالخوف قائم ونحن نطرق باب هذا المجهول أو نخطو فيه أو إليه.
- * طالما أن هناك "حركة" فالخوف وارد وعلينا أن نفرق بين الحركة في المحل (بلا خوف، أو بخوف زائف) والحركة إلى ما لا نعرف (لنكتشف ما نضيف ونحن في خوف بديع).
- * طالما أن هناك "جديد" فالخوف طبيعي وعلينا أن نتعرف عليه بأكبر قدر من التحمل.
- * طالما أن هناك "وعى" فالخوف يقظة تشد هذا الوعي حتى يتعمق ليستوعب أكثر، ويخاف ألدع.
- * طالما أن هناك "آخر حقيقي مختلف"، فالخوف مواكب لمحاولة إنشاء علاقة حقيقية مبدعة معه.
- * طالما أن لنا داخل لا نعرف أغلبه يهدد بالظهور أو التعري، فالخوف ضرورة مصاحبة لأي كشف له، أو حتى تهديد بكشفه.
- * طالما أن هناك "تهديد بالانقراض" فالخوف فريضة حياتية بقائية تطويرية معا.

وبعد

إذا كان الأمر كذلك، فما هذا الذي يفعله الأطباء النفسيون والنفسيون والآباء والأمهات، ودعاة السلام وفي أيديهم القنبلة الذرية وتحت أصابعهم أزرار إطلاق الصواريخ العابرة للقارات والطائرات بلا طيار، ما الذي يعنيه كل ذلك وهم لا يرددون إلا النصائح الإنسانية أن: "لا تخف"، في بلدنا رد طريف لمثل هذا الموقف يقول: بأمارة إيه؟ أو "طب إيدني أمارة"، وفي بلدنا أيضا يقولون "مين خاف سليم" وأخيرا يعصرون الواقع بهذا القول الصعب "خاف، وخوف"، هنا يصبح الحس الشعبي أكثر علمية، وموضوعية من إشاعات "دع القلق"، و"لا تخف".

حين رحت أقلب في أوراقى لأقدم هذا الدفاع الذي أبدأ به الحديث عن كل وجدان قبل ان أعرض تشكيلات اضطرابه، وجدت أنني نبّهت الأطفال في الأراجيز التي كتبتها لهم إلى أن يقفوا مما نقوله - نحن الأطباء النفسيين والوالدين والمربين - موقف النقد والمراجعة، وتبينت أن الأطفال، مثل الحس الشعبي، يعرفون التركيب البشري أكثر موضوعية من كثيرين من الكبار على المنابر، وأخيرا فإن الشعر هو الاقرب إلى الأطفال وإلى الحس الشعبي، وتعجبت كيف خرج مني كل هذا النقد هكذا وللأطفال في حين أنني لم أستطع أن أوصله بنفس الحجم للكبار، بل إنني ضبقت نفسي وأنا أجسد الخوف حتى التجمد، وهو خوف مرضى بدائي بالغ، جاعنى شعرا بالفصحى، ربما حين

طالما أن هناك "مجهول"
فالخوف قائم ونحن نطرق باب
هذا المجهول أو نخطو فيه أو
إليه

طالما أن هناك "حركة"
فالخوف وارد وعلينا أن
نفرق بين الحركة في المحل
(بلا خوف، أو بخوف زائف)
والحركة إلى ما لا نعرفه
(لنكتشف ما نضيف ونحن في
خوف بديع).

طالما أن هناك "جديد"
فالخوف طبيعي وعلينا أن
نتعرف عليه بأكبر قدر من
التحمل

وصلنى من داخلى احتمال أنى أبلع فى الدفاع عن الحق فى الخوف، فقررت اليوم أن أعيد نشر أرجوزة الأطفال، ثم ألحقها بقصيدة الرعب المتجمد للمقارنة، ربما وصلتك محاولتى لعدم الانحياز لا للدفاع الزائد عن الحق فى الخوف، ولا فى إنكاره خطرا مرعبا مجمدا حتى الشلل.

أولا: أرجوزة الأطفال:

-1-

قالوا يعنى، بحسن نية: "لا تخَفْ"
دا ما فيش خطرُ

طب لماذا؟

هو يعنى انا مش بشر؟

إنما إحنا نقول لك:

"خاف وخوف!"

فيها إيه؟!!!

لو ماخفتش مش حاتعمل أى حاجة،

فيها تجديد أو مغامرة

لو ما خفتش مش حاتأخذ يعنى بالك،

حتى لو عاملين مؤامرة

لو ما خفتش مش حاتعرف تتنقل للبر دكها

خايف ان تبلى شعرك

لو ما خفتش يبقى بتزيّف مشاعرك

-2-

بس برضه خللى بالك

إوعى خوفك

يلغى شوفك

إوعى خوفك يسحبك عنا بعيد، جوا نفسك

إوعى خوفك يلغى رقة نبض حسك

إوعى خوفك ان بكره شر حامل

يمنعك إنك تحاول

-3-

بس فيه خوف شكل تانى

قصدى يعنى الجبن إالى يهز لك كل المعانى

هو دا الخوف اللى يمنعنا نعيش

تلقى نفسك كتلة جامدة دايرة حوالين المافيش

- يعنى اخاف ولا ما اخافشى؟

= إنت حر

- يبقى اخاف بس ما اخافشى!!!!

= هو دا قصدى، وما تقوليش يا سيدى: "يعنى إيه".

- يعنى إيه؟!!!

-4-

طالما أن هناك "وعمى"
فالخوف يقطعة تشخذ هذا
الوعمى حتى يتعمق ليستوعب
أكثر، ويخافه أبدي.

طالما أن هناك "آخر حقيقى"
مختلفة، فالخوف مواكبه
لمحاولة إنشاء علاقة حقيقية
مبدعة معه

طالما أن لنا داخل لا نعرفه
أغلبه يهدد بالظهور أو
التعري، فالخوف ضرورة
مصاحبة لأي كشف له، أو
حتى تهديد بكشفه

طالما أن هناك "تهديد"
بالانقراض، فالخوف فريضة
حياتية بقائية تطويرية معا

لو ماخفتش مش حاتعمل أى
حاجة،
فيها تجديد
أو مغامرة

لو ما خفتش بيبقى بترى
مشاعرك

إوعى خوفك يسدك عنا
بعيد، جوا نفسك
إوعى خوفك يلغى رقة نبض
حسك

إحنا بنخاف ان بكره بيبقى
أخطر،
فيها إيه؟
ما احنا برضه حانبقى أقدر

يبقى خوفنا يتقلب كذا رُعب
ليه!!!
إحنا خلقه ربنا،
يا الله نتوكل عليه..!

يعنى يا الله نخاف وهو معنا
يهدى خطونا
مش نخاف منه وننسى إنه
غاية قصدنا
ربنا بحق وحقيق،
إلى بيورى "الطريق"

إحنا بنخاف ان بكره بيبقى أخطر،

فيها إيه؟

ما احنا برضه حانبقى أقدر

طب ما نتصرف كويس إنهارده

بيجى بكره، يلاقى نفسه: إنهارده بتاع "غداً"

يا حلاوة، تبقى مليون باللى جى مقدماً

يعنى بكره عمره ما يكون ملكنا

إلا باللى بيجرى حالا، أى "هنا".

يبقى خوفنا يتقلب كذا رُعب ليه!!!

إحنا خلقه ربنا،

يا الله نتوكل عليه..!

يعنى يا الله نخاف وهو معنا يهدى خطونا

مش نخاف منه وننسى إنه غاية قصدنا

ربنا بحق وحقيق،

إلى بيورى "الطريق"

ملحوظة

حين كنت أجدني أخاطب الأطفال فى معظم هذه الأراجيز هكذا وأذكر ربنا بهذه الطريقة، كنت أفعل ذلك لأننى تعلمت منهم أن اراه أقرب من خلال رؤيتهم لهم، وهو رب غير مخيف بالمره، ربنا بحق وحقيق، اللى بيورى الطريق.

.....

ثم ننتقل الآن إلى القصيدة المتجمدة المُجمدة:

القصيدة:

-1-

أخاف همسَ الطيرِ

أخاف من تموجِ الأحشاء،

من نثرِة الأجنَّة،

من دَوْرَةِ الدماءِ،

ومن حَفِيفِ ثُوبِى الخَشِينِ

-2-

أخافُ من نَسائمِ الصبَاحِ

من خَيطِ فَجْرِ كاذِبِ،

أو صَادِقِ

من زَحْفِ ليلِ صامتِ

أو صاخِبِ

أخافُ من تَنائُرِ الدَّرَاتِ فى مَدَارِها

أخافُ مِنْ سَكُونِها

-3-

أخاف لا حراك.

...

موتٌ تمطى فى تجلُّطِ الدماءِ

في مَأْتَمِ الإِبَاءِ
الخوفُ أَنْ أَمُوتَ إن حَيَّيتُ.
الخوفُ أَنْ أَعِيشَ لا أَمُوتُ.

-4-

يا وحدتى الشقيّة،
يا وحدتى الأبيّة،
صَفَقْتِ بَابَهُمْ خَوْفًا من المَوَدَّةِ اللعوبِ،
من كذبةِ طليّة،
من ملحةِ نكيّة،
من كُلِّ شَيْءٍ هَمَّ أَنْ يَكُونَ،
من كُلِّ شَيْءٍ لم يَكُنْ،
من كلِّ شَيْءٍ كَانَ.. ما أنقضى،
من كلِّ شَيْءٍ.

-5-

تفجّر السكونُ في قوالبِ الجليدِ،
ولم تُدوِّ الفرقعةُ.
تحركتْ أشلائى المجمّدةُ،
تفتتت الجبلُ،
فطارت العرّانسُ،
تكسرت حواجزُ الأصواتِ،
تخلّقت... تطاولت،
فأجهضت،
وضجت السكينةُ.
ومادت الرواسى
في هُوّةِ الضياعِ والضّعةِ.

أخافُ من نَسائِهِ الصبّاحِ
من خَيْطِ هَبْرٍ كاذِبِ،
أو صَادِقِ
من زَنْفَرٍ ليلٍ طامِتِ
أو صاخِبِ

موتٌ تمطى في تجلّطِ الدماءِ
في مَأْتَمِ الإِبَاءِ
الخوفُ أَنْ أَمُوتَ إن حَيَّيتُ.
الخوفُ أَنْ أَعِيشَ لا أَمُوتَ

**** **

كامل نشرات " الإنسان و التطور " (اليومية) على الوبج

<http://www.rakhawy.org>

www.arabpsynet.com/Rakhawy/IndexRakAr.htm

*** **

خريف / شتاء 2014/2013

الإدراك

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakBookAutumn&Winter14.pdf>

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakBookAutumn&Winter14.exe>

خريف / شتاء 2013/2012

" في تجلجبات ما هو موت "

www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakBookAutumn&Winter13.pdf

www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakBookAutumn&Winter13.exe