

الإثنين 10-10-2007

40- التكملة، والخوف من فقدته (2)

اللعبتان: الثانية، والثالثة

الثانية: "لو عارف إن حد هستحملني، يمكن أقدر أسيب نفسي، وساعتها..."

الثالثة: "أسيب نفسي بتاع إيه .. ده أنا حتى ..."

ضيوفنا الكرام هم نفس ضيوف حلقة "التحكم والخوف من فقدته" (من برنامج "سر اللعبة" بتاريخ 2005-3-30)

السيدة: منى، كلية الفنون الجميلة

الأستاذ: فوزى، مدرس تربيته فنية

الأستاذة: سوزان، صحفية

والدكتور: هانى مدرس مساعد (طب نفسى) جامعة 6 أكتوبر

(ملحوظة: للمتابعة، خاصة لمن لم يشاهد اللعبة الأولى يمكن الرجوع للأرشيف ليومية 2007/10/3 "يا خرا!! .. دانا لو سبت نفسي، يمكن")

اللعبة الثانية:

لوعارف إن حد هستحملني، يمكن أقدر أسيب نفسي، وساعتها...

أ/ سوزان: يا منى لو عارفه إن حد هستحملني، يمكن أقدر أسيب نفسي .. وساعتها كنت حاكون على راحتي وعلى مسئوليتي.

أ/ منى: يا أستاذ فوزى لو عارفه إن حد هستحملني، يمكن أقدر أسيب نفسي .. وساعتها يتحمل اللى يجراه بقى.

أ/ فوزى: يا دكتور يحيى لو عارف إن حد هستحملني، يمكن أقدر أسيب نفسي .. وساعتها ذنبه على جنبه بقى، يعنى هايشوفنى على حقيقتي.

د/ يحيى: يا دكتور هانى لو عارف إن حد هستحملني، يمكن أقدر أسيب نفسي .. وساعتها أفرح مجد، حابقي مش مصدق.

د/ هاني: عزيزي المشاهد لو عارف إن حد حيسحملني، يمكن أقدر أسيب نفسي .. وساعتها هاطلع الطفل اللي جوايا.

آراء بعد اللعب

د/ يحيى: حد وصله حاجة جديدة؟

أ/ فوزى: أنا وصلني: حاجة مستعجلة جداً، حسيت إن نفسي حد يستحملني فعلاً، أنا فعلاً حاسس إن مافيش حد بيستحملني فعلاً مش عارف ليه، لو سبت نفسي ليه مش عارف هايستحملني ولا لأ، شاك في ده .

أ/ منى: أنا وصلني: جلو أوى إن حد يكون ليه واحد يقدر يحبه ويحتويه بالقدر اللي يستحمله باللي جواه .

[تنبيه د/ يحيى: اللي وصله وصله واللي ما وصلوش ما وصلوش، ممكن إلی وصله يقول وصلني من غير ما يقول إيه اللي وصلني، هو حر]

ملحوظة قبل الملاحظات والتعقيبات

(تأكيد مبدئي: هذه المحاولة، مثل كل محاولة، ليست إلا اجتهاد فرضي، لا هو حُكم دامج، ولا هو علم مسلم به. ويمكن لكل قارئ ان يصل بنفسه لنفسه (أو لغيره) إلى ما يرى، كما قد يتورط فيجد نفسه قد غرق في رؤية -لنفسه- كان يود أن يتجنبها الآن على الأقل).

الملاحظات والتعقيبات

أولاً: الملاحظات العامة

1- يلاحظ أن وضع الشرط الأول "لو عارف إن حد حايستحملني"، قد سمح للجميع أن يركزوا على أصعب ما فيهم، أو أبعد ما فيهم، ذلك لأن الاحتمال لا يكون إلا لشيء صعب أو ثقيل عادة .

2- إن السماح بـ "سيبان النفس"، في حماية أو حضور من يتحمل ما يترتب عليه، بدا احتياجاً بقدر ما بدا سهلاً .

3- إن الإشفاق على هذا الذي تصدى للاستحمال كان دليلاً على نوع من العشم المسئول من تصدى لهذه المهمة (يستحمل اللي يجرا له - ذنبه على جنبه)

4- إن وجود هذا الذي يتحملنا سمح بإظهار حقيقتنا من ناحية (يشوفني على حقيقتي) كما سمح للطفل داخلنا أن يظهر وهو أيضاً جانب آخر من الحقيقة، وليس نكوصاً

ثم نبدأ في مناقشة كل ضيف على حدة .

ثانياً: المناقشة: واحد/واحدة

سوزان: يا منى لو عارفه إن حد حايستحملني، يمكن أقدر أسيب نفسي .. وساعتها كنت حاكون على راحتى وعلى مسئوليتي.

أن تجمع سوزان بين المسؤولية وبين أن تكون على راحتها بدا أمرا غير مألوف، أو غير متوقع، إذ نحن نتصور عادة أن الواحد إذا أخذ راحته في حضور من يتحملة فإنه يترك المسؤولية على هذا الذي يتحملة، لكن أن تجمع سوزان بين حملها المسؤولية وبين أن تترك نفسها على راحتها في حضور من اطمأنث لتحمله إياها، جدير بأن نتعلم منه أن الطمأنينة التي تولد الثقة غير الطمأنينة التي تغرى بالاعتمادية، وفي نفس الوقت نلاحظ أنها لم تعقب بعد اللعبة، وكأنها ربما اكتفت، في مساحة ما من وعيها، بما اكتشفناه حالا.

منى: يا أستاذ فوزى لو عارفه إن حد حيستحملنى، يمكن أقدر أسيب نفسى وساعتها يتحمل اللى يجرالها بقى.

منى في اللعبة لم تزد عن الإشارة بلطف غامض إلى أن من يتصدى للقبول والتحمل عليه أن يكون على مستوى ما تصدى له "يتحمل اللى يجرالها بقى".

ثم جاء تعقيبها بعد اللعبة، دليلا على فرحتها باحتمال وجود مثل هذه الفرصة التي تسمح لها بأن تترك نفسها بما بها (باللى جواها) لمن "يحبها ويحتويها: وجمع الحب مع الاحتواء يبدو لي هنا إيجابيا خصوصا إذا انتبهنا للجملة على بعضها.

فوزى: يا دكتور يحى لو عارف إن حد حيستحملنى، يمكن أقدر أسيب نفسى .. وساعتها ذنبه على جنبه بقى ، يعنى هايشوفنى على حقيقتي.

إعلان فوزى أن حقيقته قد تجعل من يستحملة مسئولا عن تصديه لذلك "ذنبه على جنبه"، يذكرنا بقول منى "يتحمل اللى يجرالها"، لكن تعقيبها جاء أطول وأهم، فمن ناحية أعلن عن اكتشافه حاجته الشديدة لمن يتحملة، ومن ناحية أخرى شك في أن أحدا يمكن أن يتصدى لهذه المهمة، وبالتالي عاد يتشكك في وجود من يتحملة .. حسيت إن نفسى حد يستحملنى فعلا، أنا فعلا حاسس إن مايفيش حد بيستحملنى فعلا مش عارف ليه، لو سبت نفسى مش عارف هايستحملنى ولا لأ، شاكك في ده .

يبدو أنه يوجد تناسب ما بين شدة الحاجة إلى آخر يتحمل، وبين الشك في السماح بذلك، حتى إن وجد من يتصدى للتحمل. ربما تحركت الاعتمادية داخل فوزى بشكل مهذد حتى أنكر وجود من يستطيع أن يقوم بهذه المهمة أصلا، وبالتالي، وبرغم شدة حاجته، (أو بسبب شدة الحاجة) فقد فضل أن يستر نفسه باستبعاد من يتحمل حتى لا تنطلق اعتماديته بلا تحجيم

د/ هاني: عزيزى المشاهد لو عارف إن حد حيستحملنى، يمكن أقدر أسيب نفسى .. وساعتها حاطع الطفل اللى جوايا .

د. هاني اكتفى بأن يطلق طفله الداخلى تحت رعاية هذا الذى سيتحمل، وربما هو يتصور أنه يمكنه أن يعنى به بنفسه، وربما دل ذلك أيضا على أنه شخصا لا يحتاج من يتحملة حتى يسبب نفسه، لكنه سيتخفف من مسؤوليته عن الطفل بداخله

(ويجوز أن كل ذلك ناتج نسبيا من وصاية مهنته - طبيب نفسي صغير - على تلقائيته)

د/ يحيى: يا دكتور هان لو عارف إن حد حيستملنى، يمكن أقدر أسيب نفسى .. وساعتها أفرح مجد، حابقى مش مصدق.

د. يحيى بدت فرحته حقيقية، مع أنه يكاد لا يصدق أن هناك من يستطيع أن يقوم بهذه المهمة وهو يعرف مدى ما يمكن أن يكبده من عبء، لكنه لم يمنع فرحته حتى لو لم يكدُ يصدق.

اللعبة الثالثة

أسيب نفسى بتاع أيه؟! .. ده أنا حتى

أ/ فوزى: يا دكتور هان أسيب نفسى بتاع إيه .. ده أنا حتى مش عارف أسيب نفسى أصلاً.

د/ هان: يا أستاذة سوزان أسيب نفسى بتاع إيه .. ده أنا حتى بقال كثير ماسبتهاش.

أ/ سوزان: يا دكتور يحيى أسيب نفسى بتاع إيه .. ده أنا حتى لو فكرت ماحدش هايفغرها ليا.

د/ يحيى: يا مدام منى أسيب نفسى بتاع إيه .. ده أنا حتى متغطى بالعافية ويا دوب.

أ/ منى: عزيزى المشاهد أسيب نفسى بتاع إيه .. ده أنا حتى يدوبك الواحد بيعرف يمشى نفسه بالعافية.

آراء بعد اللعبة

د/ يحيى: حد وصل له حاجة من اللي قاله او اللي سمعه أو الفكرة نفسها.

أ/ سوزان: أنا الفكرة اللي وصلتني ان الناس دلوقت مش بتغفر لبعضها.

[د/ يحيى: (تعقيب) زى ما يكون قلة السيبان دى زى ما قال الأستاذ فوزى (اللعبة الأولى) بتحمى، بتحمينا من بعضنا، بس الظاهر بتحمينا حد ما نبعد عن بعض].

أ/ فوزى: دا اللي كان حيبقى تعليقى فعلاً، هو ده اللي حسيته فعلاً، إن الإنسان اللي مش سايب نفسه بيبعد عن اللي حواليه كلهم، وبالتالي كلنا مش سايبين نفسينا، فبالتالى بنبعد، يعنى أنا لو سببت شغلى مش عارف أعمل إيه فى اللي مسئول عني وعن اللي تحت إيدى واللى مشغلى واللى واللى، مواويل كتيره حسبتها فى ثانية وأنا باتكلم.

د/ يحيى:(بعد) اللعبة الثالثة دى، أنا حسيت إن ده جيد، دا موجود ودا موجود.

أ/ سوزان: هى محتاجة حكمة فى إن الانسان بيتدى يوازن

أموره إمتى يسيب ومع مين.

د/ يحيى: نفس الحكمة (اللى بتتكلمى عنها دى) " إمتى يسيب وإمتى مايسيبش" أنا أظن دى (نفسها) قلة سيبان....
السيبان سيبان!

الملاحظات والتعقيبات

أولا: الملاحظات العامة:

1- إن مقارنة السماح الذى عمّ الجميع أثناء اللعبة الثانية "لوعارف إن حد حيستحملنى، يمكن أقدر أسيب نفسى،..." مقارنة بالتراجع الذى كاد يعم الجميع من هذه اللعبة الثالثة، "أسيب نفسى بتاع إيه" يمكن أن نستنتج منه أن الوقوف عند لعبة واحدة أو التعجل بالتفسير بعد لعبة أو اثنتين قبل أن نتناول القضية من أكثر من جانب، هو اختزال غير مفيد (وهذا ما رددنا به على الصديق محمد كامل في بريد الجمعة الماضية يوم 5 أكتوبر 2007)

2- أظهرت هذه اللعبة عند البعض أن "التحكم" ليس مجرد حماية آنية، لكنه - مع طول استعماله- يصبح أسلوبا راسخا في التعامل مع الذات د. هانى ، أ. فوزى، (بقالى كثير ما سبتهاش- مش عارف أسيب نفسى أصلا) فحتى لو صدر قرار "السيبان" في ظروف أفضل من التي ألجأت الواحد منا إلى فرط التحكم (دون أن يدري في الأغلب)، فإن التعود على التحكم في ذاته (بلامبررات كافية) يصبح عائقا ممتدا ضد النمو.

3- بدا عند آخرين أن التحكم مستمر بالكاد (د. يحيى ، أ. هانى بالتالى: ده أنا حتى متغطى بالعافية ويادوب - يدوبك الواحد بيعرف يمشى بالعافية) وهذا يشير إلى أنه إذا أضيف إلى أى منهما سماح جديد، كان أكثر مخاطرة، وبالتالى تقفز المقاومة "أن السلامة أولا"، وأنه لا داعى للسيبان الذى بدا أن اللعبة تغرى به المشاركين، هذا علما بأن كشف ذلك في ذاته يقلل المقاومة (أسيب نفسى بتاع إيه ... إلخ)

4- مناقشة ما وصل من اللعبة بعد اللعبة كانت أكثر ثراء مما حدث في اللعبة الماضية ، صحيح أن اثنين فقط هما اللذان شاركا في المناقشة، لكن الأمور اتضحت أكثر بالأخذ والرد

ثانيا: المناقشة واحدا واحدا

* أ/ سوزان: يا دكتور يحيى أسيب نفسى بتاع إيه .. ده أنا حتى لو فكرت ماحدث مايفقرها ليا.

اتفق ما قالت سوزان أثناء اللعب، مع تعقيبها بعده ("ما حدث حايفقرها ليا" ثم تعميما بعد اللعبة: "الناس دلوقتى مش بتغفر لبعضها") إلا أن تعقيب د. يحيى: أشار إلى

استجابة فوزى في اللعبة الأولى حين قال عن التحكم "إنه بيحميني من علاقتي أو بيحمي غيري مني"، حيث أضاف: (د. يحيى) "... زى ما قال الأستاذ فوزى، بتحمينا من بعضنا"، لكن د. يحيى أكمل بما لم يُقل حين نبّه "بـس الظاهر بتحمينا حد ما نبعد عن بعض".

يلاحظ هنا أن هذا البرنامج لم يقصد به مجرد التسلية أو الترويح والمفاجأة، ولا حتى قصد به شرح ماهية النفس فقط، بل لعله بطريق مباشر أو غير مباشر كانت به جرعة غير نصائحية للوقاية، لهذا علينا أن نأخذ تعقيبات المسئول (د. يحيى) على أنها قد تقوم بهذا الدور أحيانا، وكأنه ينبه: أنه لا مانع من أن نحمي أنفسنا من بعضنا البعض بدرجة من التحكم، لكن ليس إلى درجة أن "نبعد عن بعضنا البعض" لدرجة الزيف والسطحية.

ومع أن تعقيب د. يحيى كان على كلام سوزان من أن "الناس مش بتغفر لبعضها، الذى لم تكن فيه إشارة إلى بُعد الناس عن بعضها"، إلا أنه يبدو أن ما أضافه د. يحيى كان إشارة ضمنية إلى أن عدم الغفران هو نتيجة هذا البعد، بمعنى: كيف أغفر لك أو تغفر لى وأنت لا تعرفنى وأنا لا أعرفك ونحن نحرس كل الحرص على كل هذه المسافة بيننا تحسبا وتحكما؟!!

* أ/ فوزى: يا دكتور هانى أسيب نفسى بتاع إيه .. ده أنا حتى مش عارف أسيب نفسى أصلاً.

فوزى: جاء تعليق فوزى مباشرة بالموافقة على مقاله د. يحيى: "ده إالى كان حايبقى تعليقى فعلا، هوا ده إالى حسيته فعلا (إن) الإنسان إالى مش سايب نفسه ، بيبعد عن اللى حوالية"

إلى هنا وجاء كلامه متفقاً مع رأى د. يحيى، لكن ما أكمل به كان بعيداً عن هذه الرؤية بدرجة لم أفهمها، حين تكلم عن أنه يسبب الشغل .. إلخ، هل يا ترى كان يحو هذه الرؤية الأولى التى أقلقته فأخرف مسار الكلام بعيداً عن هذه الرؤية لنفسه إلى "أى سيبان" والسلام؟ يجوز!. خصوصاً وأن استجابته في اللعبة نفسها كانت على هذا المستوى "دا أنا حتى مش عارف أسيب نفسى أصلاً"، لكن ليس هذا هو كل ما هنالك، تعالوا نرى كيف أنهى تعليقه قائلاً:

..."مواويل كتيرة حسبتها في ثانية وانا باتكلم"

أنتهزها فرصة هنا لأنه على عدة مبادئ منهجية، ليس فقط للقارئ العادى، ولكن للزملاء (الأطباء أو المعالجين) ربما الأصغر أهم - وخصوصاً الذين لم تتح لهم فرصة مشاهدة العلاج الجمعى مباشرة:

أُجْمَلُ بعض هذه المبادئ فيما يلى:

أ- إن مثل هذه الألعاب تحرك "ما لا نعرف" بما لا يمتثل بالضرورة ما أُعْلَن بالألفاظ إلا أقله، وأحيانا تكون

الألفاظ في عكس ما تحرك في الوعي فعلاً، وأحياناً تكون هامشية بالنسبة لما تحرك.

ب- إن تحريك "الداخل" قد يصل إلى صاحبه "مجتمعا معا" دون تمييز التفاصيل (مواويل كثيرة)

ت- إن "الزمن" الذي يحدث فيه هذا التحريك قد لا يستغرق فعلاً أكثر من "ثانية" وربما أقل، ونحن في الحياة العادية لا نستطيع أن نضع ذلك في الاعتبار أصلاً.

د- إن "حسابات" ما يحدث لا تتم شعورياً، ولا بالتفصيل، ولا يجوز أن نسأل عن "حسبة أو حساب مواويل كثيرة في ثانية"، ذلك أن تلك الاسئلة المعقلنة المعطلة ليس لها إجابة، فمن ذا الذي يستطيع أن يحد ما تحرك في ثانية، ثم كيف يحسبها، والنتيجة (أن ثم تحريكاً) هي المهمة، بما يترتب عليها.

.....

حين أضاف د. يحيى رضاه عن مستوى النقاش في هذه اللعبة الثالثة، ربما كان قد وصله بعض ما سبق مما يرصده الآن بعد أكثر من عام من عرض البرنامج،

لكن نلاحظ كيف عقبت سوزان على كل ما دار بحكمة "عادية"، يمكن أن يقال من أي أحد بدون كل هذا الذي حدث، وذلك حين قالت "هي محتاجة حكمة في إن الانسان يبتدى يوازن أموره إمتى يسبب ومع مين". حين تختم مثل هذه الألعاب، سواء في العلاج الجمعي، أم في مثل هذا التجريب مع الأسوياء، بالأمثال أو الحكم المعادة أو النصائح الراتبة، فإنه يجب الانتباه إلى أن هذا ليس هو المراد، ولقد لاحظت في كثير من البرامج التليفزيونية التي أذعى للمشاركة فيها أن كثيراً من المذيعين والمقدمات يحبون أن ينهوا البرامج بمثل هذا السؤال (السخيف ولا مؤاخذة) الذي دائماً ما أستغربه: "إيه النصيحة اللي تحب تختم بيها البرنامج"؟! (للشباب أو للمرأة أو لأي أحد..!!)، فأنزعج، وأرفض أن نحو كل ما كنا نتناقش فيه بهذا التسطيح بالنصح والإرشاد.

المهم سوزان هنا حين قالت قولاً عادياً معاداً، لم يفوتها لها، د. يحيى، فراح ينبه أن هذه الحكمة نفسها هي نوع من التحكم، وأنه يوجد شيء قبل ذلك وبعد ذلك وهو ما يُبحث في الحلقة لعبة بعد لعبة لأن "السيبان سيبان"!!

أكتفى بالتعقيب على د. هان، د. يحيى، أ. منى بما ورد في الملاحظات العامة.

وإلى اليومية القادمة، لبقية اللعبات

(ما زال هناك سبع لعبات في نفس الحلقة)

نتظرونا بعد التقاط الانفاس!!