



## اختبار فرض تعدد الذوات: تطبيق عملي مع أسوياء

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakD140413.pdf>

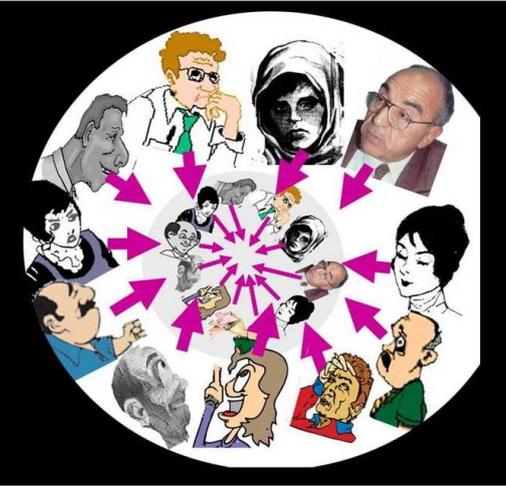
بروفيسور يحيى الرخاوي

[mokattampsy2002@hotmail.com](mailto:mokattampsy2002@hotmail.com) - [rakhawy@rakhawy.org](mailto:rakhawy@rakhawy.org)

نشرة "الإنسان والتطور" 2013/04/14  
السنة السادسة - العدد: 2053

### مقدمة:

أعرض في نشرة اليوم عينة من لعبة توضيحية لتعدد الذوات وهي نصف نتائج حلقة واحدة من برنامج سر اللعبة بتاريخ 6-4-2005، (وقد لعبنا بعضها في بعض جلسات العلاج النفسي)، وهو البرنامج الثقافي الذي أشرت إليه سابقا وتمت ممارسته على الهواء مباشرة مع متطوعين أسوياء في قناة النيل الثقافية، وارجو بذلك أن أوضح مدى سهولة، وفي نفس الوقت، عمق ، هذا الفرض من خلال ذلك الوجود الحقيقي المباشر لهذا التعدد الواقعي الحركي المرن، الذي اعتبرته عاملا محوريا في ممارستنا لهذا العلاج، وقد سبق أن عرضت نفس الحلقة في نشرة الإنسان والتطور هنا (نشرة 28-11-2007) & وفي (نشرة 1-12-2007) مع دعوة لمن يريد أن يمارسها ويرسل لنا النتائج، وقد وردتنا نتائج هامة ومفيدة في بريد الجمعة لن أشير إليها الآن حتى لا يطول الاستطراد، كما أنني سوف أكتفي بنص ما نشرته سواء في نشرة الإنسان والتطور"، أم في صحيفة يومية قبل ذلك، ولقي ترحيبا وقبولا قد يساهم في تأكيد مصداقية الفرض. وفيما يلي نص ما كان:



**المتطوعون:** الذين شاركوا في اللعبة هما سيدتان (على المعاش، متزوجتان، وجدتان، فوق الستين أو السبعين، خلها في شرك)، وطبيب في العشرينات ممارس متدرب، ومحام في الأربعينات. **الأسماء البديلة:** السيدة فايقة، والسيدة ريم، والدكتور ممدوح، والأستاذ موسى، بالإضافة للطبيب (أنا) الذي يظهر هنا باسمه الحقيقي على مسؤوليته..

فكرة اللعبة مرة ثانية، هي: أن يقول العبارة الناقصة كل مشارك، لكل المشاركين الآخرين واحدا واحدا، ويكملها بتلقائية سريعة ما أمكن ذلك، أي أن يكمل بأى كلام يخطر على باله، ثم نتناقش بعدها بما تيسر، (وإن كان هذا - كما ذكرنا - يكاد يكون غير مرغوب فيه أو مطلوب في العلاج الجمعي مع المرضى عادة)

\*\*\*\*\*

### اللعبة الأولى

هو أنا واحد ولا كثير، دانا بيتهيألى إنى.....(أكمل من فضلك)

فكرة اللعبة ، هك: أن يقول العبارة الناقصة كل مشارك، لكل المشاركين الآخرين واحدا واحدا، ويكملها بتلقائية سريعة ما أمكن ذلك، أكد أن يكمل بأى كلام يخطر على باله، ثم نتناقش بعدها بما تيسر

### اللعبة الأولى

هو أنا واحد ولا كثير، دانا بيتهيألى إنك.....(أكمل من

(فضلك)

1- موسى: هو أنا واحد ولا كثير؟! دانا بيتهيألى إني 5 أو 6

2- د. ممدوح: هو أنا واحد ولا كثير؟! دانا بيتهيألى إني كوم لحم جوايا

3- د. يحيى: هو أنا واحد ولا كثير؟! دانا بيتهيألى إني زحمة أوى

4- م. فايقة: هو أنا واحدة ولا كثير؟! دانا بيتهيألى إني عالم بأسره

5- أ. ريم: هو أنا واحدة ولا كثير؟! دانا بيتهيألى إني عدة أشخاص فى بعض

**التعقيب: (بعد كل لعبة نطلب تعقيب من يشاء من المشاركين وليس فقط الطبيب)،**

قالت م. فايقة: إنها خافت ،

وقال أ. موسى: إنه اطمأن حين رأى هذا الإقرار ببساطة من الجميع بهذا الاحتمال (أن كل واحد

منا كثير هكذا دون تردد)

وأبدى د. يحيى دهشته لأنه كان يتوقع مقاومة أكبر من ذلك بكثير .

**القراءة: (يوم النشر فى العدد الأسبوعى من روزاليوسف اليومية 6-1-2006)**

(1) نلاحظ أن اللعبة كانت تبدأ بسؤال احتمالى، أو بالأحرى بتساؤل محرّك، ثم ينساب النص مسبقاً

بـ، "بتهيأ لى". ربما كانت هذه الطريقة هى التى سهلت قبول التعدد بهذه السهولة،

(2) ربما أيضاً ساهم عدم تحديد هؤلاء الـ"كثير"، وهل هم شخص أو نوات أم مستويات وعى،

أم أفكار، مجرد "كثير"، ربما كان لذلك فضل هذا الانسياب الخالى من الوصاية العقلانية والتنظير المسبق.

\*\*\*\*\*

### اللعبة الثانية

ساعات الشخص اللى جوايا يبقى نفسه .....(أكمل من فضلك)

أ. ريم: ساعات الشخص اللى جوايا يبقى نفسه يتكلم كلام مش صحيح

م. فايقة: ساعات الشخص اللى جوايا يبقى نفسه مانساهاوش

أ. موسى: ساعات الشخص اللى جوايا يبقى نفسه يزحزحنى ويطلع يعيش بدالى

د. يحيى: ساعات الشخص اللى جوايا يبقى نفسه يقولى إتلهى على عينك واقعد مكانى

د. ممدوح: ساعات الشخص اللى جوايا يبقى نفسه يطلع مكانى

**التعقيب: (بعد اللعبة مباشرة)**

أ) موسى: وصلنى صدق د. ممدوح، الظاهر إنها مشكله حقيقية

ب) د. يحيى: وصلنى حاجه غريبه أوى: إنا بنكمل بعض، أو حاجة زى كده.

**القراءة: (فى 13-1-2006)**

(1) نلاحظ أن ثلاثة من الحضور اكتشفوا أن من بداخلهم يريد أن يحل محلهم، ولم يبدأ فى

التعقيب البعدى أنهم معترضون، أو أنهم يقاومون ذلك، أو حتى يخافون منه

(2) م. ريم كشفت عن أن ذاك الذى بداخلها هو أقرب إلى أن يكون طفلاً مشاكساً "يتكلم كلام

"مش صحيح"، لكن من الذى يحكم على كلامه بأنه "مش صحيح"، أظن أن الشخص الظاهر (م. ريم) هو الذى قرر أن كلام من بالداخل يمكن أن يكون "مش صحيح".

(3) نلاحظ أن قوة الكيان الداخلى لا تعوقها إنجازات الكيان الخارجى، فما جاء فى تعبير

د. يحيى كان "إتلهى على عينك"، وهو أكثر صراحة من تعبير كل من موسى وممدوح، اللذان أعلننا

نفس الميل ("يعيش بدالى"، "يطلع مكانى") ثم إن الكيان الداخلى عند د. يحيى أدخل الكيان الظاهرى إلى "جوه"، وكأن ظهور الداخلى كبدل هو أمر يمكن أن يحدث تلقائياً".

\*\*\*\*\*

اللعبة الثانية

ساعات الشخص اللى

جوايا يبقى نفسه

.....(أكمل من

فضلك)

اللعبة الثالثة

يمكن الطفل اللى

جوايا مش مجرد

ذكريات طفوله،

الظاهر إنه .....(أكمل من

فضلك)

### اللعبة الثالثة

يمكن الطفل اللي جوايا مش مجرد ذكريات طفوله، الظاهر إنه .....(أكمل من فضلك)  
د. ممدوح: يمكن الطفل اللي جوايا مش مجرد ذكريات طفوله، الظاهر إنه عايز يطلع دلوقتى لبره  
د. يحيى: يمكن الطفل اللي جوايا مش مجرد ذكريات طفوله، الظاهر إنه حقيقه واقعة  
أ. ريم: يمكن الطفل اللي جوايا مش مجرد ذكريات طفوله، الظاهر إنه حقيقه واقعة فعلا  
أ. موسى: يمكن الطفل اللي جوايا مش مجرد ذكريات طفوله، الظاهر إنه هو أنا  
م. فايقة: يمكن الطفل اللي جوايا مش مجرد ذكريات طفوله، الظاهر إنه عايش معايا وبيتهيألى إني  
باحبه

### التعقيب (بعد اللعب مباشرة)

م. فايقة: حسيت إني متونسة بحاجه جوايا مصاحباني  
أ. ريم: أنا شفت إن الطفولة أنا مابعدتش عنها

### القراءة: (فى 13-1-2006)

(1) نلاحظ إقرار تجسيد ما ندعى أنها ذكريات فى شخص حية "هنا والآن"، والحضور المائل فى وعى "الآن"، غير استحضار الذكريات.  
(2) السيدة ريم والطبيب المسؤول (يحيى) أقرأ أنها "حقيقه واقعة"، مع استبعاد الإيحاء بملاحظة أن السيدة ريم أضافت "فعلا"، ثم عقت بعد اللعبة بأنها "شافت" أنها لم تبعد عن الطفولة.  
(3) السيدة فايقة تجاوزت الإقرار بأنها حقيقه، إلى الاعتراف ليس فقط بأنه كائن حى، ولكن أيضا بأنها تحبه وتقبله، يزيد من قبول رؤيتها أنها تقول "بيتهيأ لى" ولا تجزم.  
(4) فى نفس الاتجاه يقرّ أ. موسى أن طفله الداخلى ليس فقط موجودا، بل هو ذاته نفسه: "أنا".  
(5) أما د. ممدوح، فإن الإقرار بوجود هذا الطفل الداخلى تجاوز الاعتراف إلى النقاط رغبة التحريك والإعلان والخروج إلى ظاهر الشعور والفاعلية الآن وليس بعد.

\*\*\*\*\*

### اللعبة الرابعة

طيب لو أنا كثير كده، إمال بارفض ليه يمكن.....

د. ممدوح: طيب لو أنا كثير كده، إمال بارفض ليه يمكن لو سبت اللي جوايا يشاركنى يستريح  
أ. موسى: طيب لو أنا كثير كده، إمال بارفض ليه يمكن خايف لو طلع يبقى مشكله  
أ. ريم: طيب لو أنا كثير كده، إمال بارفض ليه يمكن لو طلع أحجل منه  
م. فايقة: طيب لو أنا كثير كده، إمال بارفض ليه يمكن باخاف اللي قدامى ما يشوفش كويس  
د. يحيى: طيب لو أنا كثير كده، إمال بارفض ليه؟ يمكن جبان

### التعقيب (بعد اللعب مباشرة)

د. ممدوح: أنا مستريح،

م. فايقة: أنا متألّمه.

أ. موسى: أنا حاسس بالراحه والألم مع بعض، بس الألم أغلب

### القراءة: (فى 13-1-2006)

(1) نلاحظ أن الاعتراف بالداخل (بكثرته) هو ممكن ولا يحتاج لتحديد هذا الداخل تفصيلا (بدون تحليل نفسى ولا يحزنون)  
(2) ترتب على احتمال هذا الاعتراف مشاعر مختلفة تراوحت بين الاعتراف بالداخل عموما، وبين " الخجل (م. ريم) والجبن (د. يحيى) والخوف من المشاكل (أ.موسى).

### اللعبة الرابعة

طيب لو أنا كثير  
كده، إمال بارفض ليه  
يمكن.....

### اللعبة الخامسة

السبت (الراجل) اللحد  
جوايا بيقول لازم.....

إن الحُدُس الشعبي إذ  
يعترف بهذا الكيان  
الذك "تحت الأرض"  
وإقراره بوجوده، وأنه  
"أحسن منه"، وكأنه  
يرشوه حتك لا يتمادك  
بغير حساب، هو بمثابة  
محاولة تجنب لصراع  
عشوائك بين الذوات  
(هذا تفسيرك) قد  
ينتهك إلك تسوية سيئة

بين الذوات اللاتية  
تحركت فجأة هكذا  
بسبب الجادث، بعكس  
تحريكها المتأوب أثناء  
النمو.

(3) لكن د. ممدوح بدا وكأنه يريد أن يريح هذا الذي بالداخل، وأن الاعتراف بحقه هو السبيل إلى ذلك، لم يقتصر ذلك على إراحة مَنْ بالداخل بالاعتراف به، بل إنه أقر (في التعقيب) أنه شخصياً قد شعر بالراحة بعد اللعبة.

(4) أما م. فايقة فقد تبينت أن الخوف ليس من جانبها أساساً، وحددت خوفها من رؤية الآخرين لهذا الداخل، سواء كانت رؤية خاطئة، أو رافضة، أو جزئية.

\*\*\*\*\*

### اللعبة الخامسة

السيت (الراجل) اللي جوايا بيقول لازم.....

د. ممدوح: السيت اللي جوايا بتقول لازم تفكرنى

م. فايقة: الراجل اللي جوايا بيقول لازم تعيشى

أ. ريم: الراجل اللي جوايا بيقول لازم تفكرينى دائماً

أ. موسى: السيت اللي جوايا بتقول لازم تدينى حقى

د. يحيى: السيت اللي جوايا بتقول لازم تهمد شويه لأنى أحلى منك 100 مرة

### التعقيب (بعد اللعب مباشرة)

أ. ريم: كنت مابافكرش فى الحاجات ديه خالص من قبل

أ. موسى: أنا عايز أقول إنى صاحبت السيت اللي جوايا

### القراءة: (فى 13-1-2006)

(1) هكذا ببساطة، ومباشرة، نقترّب من كل من يونج (كارل جوستاف يونج) والحدس الشعبى، الأول ينهنا على الانيماس animal (الأنثى التى فى داخل الرجل)، والآنيماس animus (الرجل الذى فى داخل الأنثى)، وهو أمر يبدو بديهياً للناس الطبيعيين البسطاء، وأحسب أنه يعلنُ فيما يصدر فى الحدس الشعبى حين يقع الصبى على الأرض، فتقفز أمه صائحة "اسم النبى حارسك، وضامنك، وقعت على أختك تحت الأرض، أحسن منك" (فإذا كانت صبية هى التى وقعت، قالت الأم: وقعت على أخوك.. إلخ). أنا أترجم تعبير ما هو "تحت الأرض" إلى ما هو "تحت الشعور الظاهر"، كما أفرح وأنا أقرأ هذا الحدس الشعبى الذى يتفق مع معلومات علمية دالة: الوقعة على الأرض هكذا يمكن أن يترتب عليها ما هو "ارتجاج ما فى الدماغ"، الحادث قد لا يستغرق أكثر من ثوانٍ لكن يترتب عليه أن يقفز "مَنْ بالداخل" (ذواتنا الأخرى) دون استئذان، ومِنْ ثم يترتب على هذا الارتجاج ارتباك مفاجئ فى الشخصية نتيجة لصعوبة تمثّل زحمة الذوات التى قفزت معاً إلى الخارج إثر الارتجاج، فتكون النتيجة هى ما يسمى فى الطب النفسى "اضطراب الشخصية عقب الخبطة الصادمة" Post Traumatic Personality Disorder إن الحدس الشعبى إذ يعترف بهذا الكيان الذى "تحت الأرض" وإقراره بوجوده، وأنه "أحسن منه"، وكأنه يرشوه حتى لا يتمادى بغير حساب، هو بمثابة محاولة تجنب لصراع عشوائى بين الذوات (هذا تفسيرى) قد ينتهى إلى تسوية سيئة بين الذوات اللاتية تحركت فجأة هكذا بسبب الجادث، بعكس تحريكها المتأوب أثناء النمو.

(2) ما زالت إشكالة الصراع الحقيقى بشأن التمييز الذكورى تمثل تحدياً علمياً وسياسياً وتطورياً يستحق مواصلة العمل فيه من أكثر من جانب، لذلك أفضل أن أتناول استجابات المتطوعين فى هذه اللعبة الخامسة بتفصيل واحداً واحداً:

1- د. ممدوح: أحسن الاستماع إلى الست اللي جواه وهى تقول "لازم تفكرنى". فنشعر معه أن البداية هى تذكر أنها موجودة. هى لم تطلب الظهور، لم تطلب حقوقاً، لم تطلب أن تحل محله. إن

ما زالت إشكالة الصراع  
الحقيقى بشأن التمييز  
الذكورى تمثل تحدياً  
علمياً وسياسياً وتطورياً  
يستحق مواصلة العمل فيه  
من أكثر من جانب

كأننا نتعلم من ذلك أن  
التصالح ليس استبدالاً،  
وإنما تعهيش الأنثى أعمق  
أنوثة وأقوى حضوراً  
بالرجل الذكـر فكـ

داخلها لتكون هـ  
هـ به، لا ليحل محلها

الرجل حين يتذكر هذه الحقيقة البسيطة (الواقعية) لا بد أن يشعر أنه أجمل وأكمل، وربما ساعده ذلك على التراجع عن غبائه الذكورى المغترب، مجرد أن يتذكر أنه ليس هو إلا بها، يقربه من نفسه، ومن ثم من عدل محتمل، واحترام واجب.

2- التصالح الذى بدأ من م. فايقة فى اللعاب السابقة من حيث مطالبة الشخص "إلى جواها" الهادئة "ألا تنساه" ("نفسه ما انساهاوش، اللعبة الثانية) أو حين تقر علاقتها بطفلها وأنه "عايش معايا وبيتهيالى إني باحبه"، هذا التصالح يتأكد هنا أيضا بشأن علاقتها مع "الراجل اللى جواها". فى هذه اللعبة الأخيرة يأتى التصالح من الداخل للخارج. الرجل الذى بداخل هذه السيدة هو الذى يدفعها "أن تعيش" (يقول لازم تعيش)، لا أن يعيش هو بدلا منها (كما لاح لآخرين فى لعبات أخرى). كأننا نتعلم من ذلك أن التصالح ليس استبدالاً، وإنما تعيش الأنتى أعمق أثوثة وأقوى حضوراً بالرجل الذى فى داخلها لتكون هى هى به، لا ليحل محلها. إن الاعتراف بالضد لا يحقق الضد، ولكنه يملأ الفراغ الذى لو لم يملأ لعاش أى منهما فارغاً من بقيته.

3- استجابة السيدة ريم تبدو فى نفس الاتجاه، وإن شملت أيضا الاتفاق مع استجابة د. ممدوح، (لازم تفكرنى)، والسيدة فايقة. إضافة "دايماً" لم تبد لى ثانوية. الكيان الداخلى (الذكورى هنا) ليس تزيّناً (إكسوار) يستعمل بعض الوقت، أو فى المناسبات التى تستدعى صفات ذكورية، وإنما هو يشير إلى أن حضور الذكورة فى الأثوثة (وبالعكس) هو تكامل سلس، حتى لو بدأ الحضور "بالاعتراف"، والتذكر كخطوة مبدئية.

4- استجابة أ. موسى أعلنت معالم بداية موقف ثورى، إلا أن الثورة الحقيقية هى التى تنتزع الحق، لا تستأذن فى طلبه "لازم تدينى حقى". على أى حال هى بداية طيبة. إذا كانت الست داخل د. ممدوح رضيت بمجرد أن "يفنكرها"، فالسيت التى بداخل أ. موسى تطالب بحقها، ولا ترضى بمجرد التذكر. فما هو موقف الطبيب الأكبر المسؤول عن إدارة الحلقة؟

5- ظهرت الست من داخل د. يحيى بحضور واثق، تأمره أو تنصحه "أن يهدم شوية"، البداية تشير كيف أن ظاهر هذا الرجل "لا يهدم"، لماذا؟ ربما لأنه يتصور أنه لو همد "لن يكون هو". فمن هو؟ لن يكون من؟ لن يكون هذا الرجل المبادر الملاحق الذى لا يكف عن الإنجاز والحركة. كأنه يخاف أن يهدم فتقفز منه "الست إلى جواه" كما يتصورها، ربما يتصور أنها نقيض المبادأة والإنجاز واللهاث وقلة الهمدان. اللعبة هنا سمحت لهذه الست (إلى جواه) ليس فقط أن تنصحه، أو تأمره، ولكن أن تبيّن له أنها ليست كما يتصور، وأنها أولى به، وأنه حين يهدم سوف يصبح أحلى بها لأنها "أحلى منه 100 مرة"

### تعقيب جامع:

إن هذه القضية "ثنائية الوجود البشرى بين الذكر والأنثى"، "قد تعرت فى لعبة عابرة، وبشكل تلقائى، مع مجموعة من مختلف الأعمار، ومن الجنسين، ومن مختلف التخصصات، تعرت دون تنظير مسبق أو محاضرة تلقينية، أو تحليل نفسى معقد، هذه القضية تبدو من بديهيات الوجود البشرى. صحيح أن التكامل من خلالها هو أمر بعيد حالياً عن متناول كل من الرجال والنساء حسب البرمجة الاجتماعية الممتدة من تاريخ قهر قديم، والتى تتعرض لها المرأة لتعميق الفروق الظاهرة، لتصبح هى غاية المراد ومبرر التمييز، وليست بداية الانطلاق إلى التكامل. إن هذه اللعبة على اختصارها وتواضعها تضعنا أمام قضية أساسية يحاول العلم والممارسة والنقد والإبداع عبر العالم أن يتجاوزوها.

### وقفة وتجديد الدعوة:

نتوقف هنا ونكتفى بكتابة نصوص الألعاب الخمس الباقية فى نفس الموضوع "أنا واحد ولا

إن الاعتراف بالضد لا يحقق الضد، ولكنه يملأ الفراغ الذى لو لم يملأ لعاش أى منهما فارغاً من بقيته

إن هذه القضية "ثنائية الوجود البشرى بين الذكر والأنثى"، "قد تعرت فى لعبة عابرة، وبشكل تلقائى، مع مجموعة من مختلف الأعمار، ومن الجنسين، ومن مختلف التخصصات، تعرت دون تنظير مسبق أو محاضرة تلقينية، أو تحليل نفسى معقد

- كثير"، مع الدعوة للاستجابة التي سوف تنتشر في بريد الجمعة لمن شاء.
- 6- طيب لو أنا أكثر من واحد؟ يبقى مين فينا المسئول؟ أنا شايف.....
- 7- المسألة مش مسألة صراع ولا خناق، المسألة إني لو كثير يمكن.....
- 8- يكونش الكثير اللي جواتا هو الجن اللي بيقلوا بيلبس الناس معنى كده بقى.....
- 9- أنا كده اتلخبطت، لكن يتهيا لى ممكن أستفيد باني.....
- 10- أنا نفسى الكثير اللي جوايا يتصالحوا مع بعض، بس مش على حساب.....

\*\*\* \*\*

## ARABPSYNET PRIZE 2013

جائزة يحيى الرخاوي لشبكة العلوم النفسية العربية 2013

مخصصة هذا العام للطب النفسي

[pdf.www.arabpsynet.com/Prize2013/APNprize2013](http://pdf.www.arabpsynet.com/Prize2013/APNprize2013)

في الذكرى العاشرة لتأسيسها (جوان 2013)

الشبكة تسعى لتكريم مجموعة من العلماء بإسهامهم لقب

"الرائعون في العلوم النفسية"

[www.arabpsynet.com/Documents/Doc.TurkyPsyExcellent.pdf](http://www.arabpsynet.com/Documents/Doc.TurkyPsyExcellent.pdf)

\*\*\* \*\*

للتسجيل في وحدة الدراسة و البحث في الإنسان و التطور

ارسل طلبك الى بريد الشبكة

[arabpsynet@gmail.com](mailto:arabpsynet@gmail.com)

مصحوبا بالسيرة العلمية

<http://www.arabpsynet.com/cv/cv.htm>

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

<http://www.rakhawy.org>

[www.arabpsynet.com/Rakhawy/IndexRakAr.htm](http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/IndexRakAr.htm)

\*\*\* \*\*

ربيع - صيف 2012

" الفصام "... قراءة من منظور تطوري

[www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakBookSpring&Summer12.pdf](http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakBookSpring&Summer12.pdf)

[www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakBookSpring&Summer12.exe](http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakBookSpring&Summer12.exe)

أصدار شتاء 2012

عندما يمر الإنسان

[www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakBookWinter12.pdf](http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakBookWinter12.pdf)

[www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakBookWinter12.exe](http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakBookWinter12.exe)