من كتاب: تزييف الوعى البشرى، وإنذارات الانقراض (20) بعض فكر يحيى الرخاوى "... عن الحق فى الخوف، وتسطيح الوجدان! (2 من 3)

نشرة "الإنسان 2021/07/18
السنة الرابعة عشرة – العدد: 5069

بروفيسور يحيى الرخاوي – الطب النفسي، مصر
yehiatrakhawy@hotmail.com

من البديهى أنه لا مجال فى هذا الحيز أن نعرض لتشكيلات وتجليات الخوف كما تظهر فى الصحة والمرض على حد سواء فنكتفى بعرض "متن" لهذه التجليات بأقل قدر من التعليق

الخوف البدئى (فقد الأمان الأساسى من الأم/الأسرة)

الخوف من السلطة /الأب (فالتوحد بها: ضياعا)

الخوف من الداخل يسقط على الخارج فيتكون "الرُّهاب":

تشكيلات الخوف فى التركيب البشرى

بعض تجليات "طيف" الخوف

من البديهى أنه لا مجال فى هذا الحيز أن نعرض لتشكيلات وتجليات الخوف كما تظهر فى الصحة والمرض على حد سواء فنكتفى بعرض "متن" لهذه التجليات بأقل قدر من التعليق كما أوردها الكاتب سابقا [3] ومن ذلك:

(1) **الخوف البدئى** فقد الأمان الأساسى من الأم/الأسرة)

"...وانتشلونى أتعلم فى **مدرسة الرعب**: فن **الموت العصرى** وتعلمت:

أن أحذف من عقلى كل الأفكار الهائمة الحيرى: ألا أتساءل "لم" أو "كيف"

فـ "لماذا" تحمل خطر المعرفة الأخرى"

(2) **الخوف من السلطة** /الأب (فالتوحد بها: ضياعا)

"...فى الغابة: أكل الطفل من لحم أبيه الميت هربا منه إليه.

يا أبتى إن زاد القهر: فسألتهمك إذ يسحقنى الخوف

لن تؤلمنى بعد اليوم فأنا القاتل والمقتول وسر وجودى أنك مت

تختلط ضمائرنا تتبادل فسأمضى تمضى نمضى... نحو سراب وجود عابث"

(3) **الخوف من الداخل يسقط على الخارج فيتكون "الرُّهاب:"**

فى الداخل كهف الظلمة والمجهول وتفتيت الذرة،

والخارج خطر داهم، ..... يبدو أن الرعب من الخارج أرحم،

ولكن ... لكن...

شئ ألمسه بيدى،

يلهينى عن هول الحق العارى،

عن رؤية ذاتى.

أفليس الظاهر أقرب؟ والخوف عليه أو منه يبدو أعقل؟

هو ذاك:

أخشى أن أمشى وحدى، حتى لا تخطف رأسى الحدأة(4)

أما بين الناس..فالرعب الأكبر: أن تسحقنى أجسادهم المنبعجة، اللزجة، والممتزجة،(5)

أخشى أن يُغلق خلفى الباب ..، أو أن يُفتحْ

فالباب المقفول هو القبر .. أو الرحم أو السجن،

والباب المفتوح يذيع السر.

..... أخشى أن أنظر من حالق، ....

أو أن يأكل جسمى المرض الأسود،

أو أن أقضى فجأة، أو أن أفقد عقلى، أو أتناثر....،...،

(4) فشل الدفاعات والتهديد برؤية الداخل (فالجنون المحتمل):

لم يعد الرعب من الخارج يكفى أن ينسينى الداخل،

فاقتربت نفسى منى حتى كدت أراها،.....،

وحقيقة أصل الأشياء تكاد تطل،.....،

(5) تكوين الوسواس الاجترارى دفاعا ضد الوعى بخوف الداخل:

ويظل التافه يملؤ وجه الساحة يخفى الخطر الأكبر، فالتافه آمَن:

فليشغل بالى أى حديث أو فعل عابر،

ولأمسك بتلابيبه وليتكرر

.... وليتكرر .... وليتكرر...

وليتكرر أكثر؛

نفس الشئ التافه،

دون النظر إلى جدواه،

فلأحفظ ْ أرقام العربات،

أو عدد بلاط رصيف الشارع،

أو درج السلم،

أو أصبح أنظف، لكن من فوق السطح، هذا غاية ما يمكن،

(6) الوسواس القهرى خوفا من مواجهة الداخل أيضا:

صور لى العقل المتحذلق: أن السارق ضابط شرطة،

فإذا بالمصيدة الكبرى... تمسكنى من ذنبى:

حتى أمضى سائر عمرى فى عد القضبان،

أو لمس الأشياء على طول طريق حياتى؛ دون الغوص إلى جوهرها،

أو جمع الأعداد بلا جدوى،

أو إغلاق نوافذ بيتى، ونوافذ عقلى تتبعها،

وحديد التسليح يكبل فكرى.

(7) الخوف من تعرية الذات وبعض آثاره من التجمد والمطاردة:

.... فتحت أبوابى، رق غشائى، قُلِبت صفحات كتابى، وتناثرت الأسرار، :(.....)

فى يوم الرعب الأول: لما غادرت القوقعة المسحورة، صدمتنى الدنيا:

نار الحقد قد اختلطت بجفاف عواطف ثلجية، فتجمد تمثال الشمع المنصهر:

فشل الدفاعات والتهديد برؤية الداخل (فالجنون المحتمل)

لم يعد الرعب من الخارج يكفى أن ينسينى الداخل، فاقتربت نفسى منى حتى كدت أراها،.....، وحقيقة أصل الأشياء تكاد تطل،.....،

تكوين الوسواس الاجترارى دفاعا ضد الوعى بخوف الداخل

يظل التافه يملؤ وجه الساحة يخفى الخطر الأكبر، فالتافه آمَن:
فليشغل بالى أى حديث أو فعل عابر،
ولأمسك بتلابيبه وليتكرر
.... وليتكرر .... وليتكرر

الوسواس القهرى خوفا من مواجهة الداخل أيضا

الخوف من تعرية الذات وبعض آثاره من التجمد والمطاردة:

صور لى خوفى أن الكل يطاردنى. [100]

(8) الرعب من العلاقة بالآخر (الخوف من الحب / الحياة):

"..... والثور الأعمى فى فلك دائر، يروى السادة بالماء المالح،

فى رأسى ألفئ عين ترقبكم،

تبعدكم فى إصرار.

أمضى وحدى أتلفت،

... لكن حياتى دون الآخر وهم: صفر داخل صفر دائر،

لكن الآخر يحمل خطر الحب،

إذ يحمل معه ذل الضعف،

يتلمظ بالداخل غول الأخذ،

فأنا جوعان منذ كنت، بل إنى لم أوجد بعد،

من فرط الجوع التهم الطفل الطفل،

فإذا أطلقت سعارى بعد فوات الوقت،

ملكنى الخوف عليكم

إذ قد ألتهم الواحد منكم تلو الآخر، دون شبع،

.... لكن بالله عليكم: ماذا يغرينى فى جوف الكهف، وصقيع الوحدة يعنى الموت؟

لكن الموت الواحد: ... أمر حتمى ومقدر، أما فى بستان الحب: فالخطر الأكبر: أن تنسونى فى الظل، ألا يغمرنى دفء الشمس، أو يأكل برعم روحى دود الخوف. فتموت الوردة فى الكفن الأخضر، لم تتفتح، والشمس تعانق من حولى كل الأزهار.

هذا موت أبشع، لا.. لا تقتربوا أكثر، جلدى بالمقلوب والقوقعة المسحور، تحمينى منكم.

(راجع حلم محفوظ فى البداية، وكيف كان الهرب هو الحل نتيجة للخوف المتبادل من الحياة، ومن الحب، (من العلاقة!!!).

(9) عود على بدء: الرعب البدئى "يكبت" فى جوف الصمت:

"... قربان المعبد طفل، يرنو من بعد، لا يجرؤ أن يطلب، أو يتململ،

أقعى فى رعب فى جوف كهوف الصمت،.....،

لم يعرف أى منهم أن صلابته هى من إفراز الضعف وحصاد الخوف،

لم يسمع أىُّ منهمْ نبض أنينه والطفل الخائف يقهره البرد الهجر.

لم ملكنى الرعب؟ هل خشية أن تنفجرالذرة،

أن أقتحم المجهول؟ أن أطلق روحى فى روح الكون؟ أن أتحرر؟

وبعد

بالنظر فى الفقرة الأخيرة تطل علينا إشكالة الخوف من الحرية، الأمر الذى أولاه إريك فروم عنايته ليخرج لنا كتابا بأكمله هو "الخوف من الحرية [6] "وقد تناول مسألة الحرية كاتب هذه المداخلة أيضا فى عملين منفصلين،[7] ،[8] هذا بالإضافة إلى الخوف من الإبداع، والخوف من الخوف، (الخوف كأنه كلب سد الطريق، وكنت عاوز أقتله بس خفت: صلاح جاهين.[9]

وكل هذا يحتاج إلى حديث آخر.

الخلاصة

الرعب من العلاقة بالآخر (الخوف من الحب / الحياة)

... لكن حياتى دون الآخر وهم: صفر داخل صفر دائر، لكن الآخر يحمل خطر الحب،

لكن الموت الواحد: ... أمر حتمى ومقدر، أما فى بستان الحب: فالخطر الأكبر: أن تنسونى فى الظل، ألا يغمرنى دفء الشمس

عود على بدء: الرعب البدئى "يكبت" فى جوف الصمت

تطل علينا إشكالة الخوف من الحرية، الأمر الذى أولاه إريك فروم عنايته ليخرج لنا كتابا بأكمله هو "الخوف من الحرية

هذا بالإضافة إلى الخوف من الإبداع، والخوف من الخوف،

* 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 فى المحل (بلا خوف) والحركة إلى ما لا نعرف (لنكتشف ما نضيف ونحن فى خوف بديع).

* طالما أن هناك **جديد** فالخوف طبيعى حتى نتعرف عليه بأكبر قدر من التحمل.

* طالما أن هناك **وعى** فالخوف يقظة تشحذ هذا الوعى حتى يتعمق ليستوعب أكثر، ويخاف أبدع.

* طالما أن هناك **آخر** حقيقى مختلف، فالخوف مواكب لمحاولة إنشاء علاقة حقيقية مبدعة مغيرة معا.

* طالما أن لنا **داخل** لا نعرف أغلبه يهدد بالظهور أو التعرى فالخوف ضرورة مصاحبة لأى كشف له، أو حتى تهديد بكشفه.

* طالما أن هناك **تهديد بالانقراض** فالخوف فريضة حياتية بقائية تطورية معا.

خلاصة الخلاصة

إن التمتع بحق الخوف لتشغيله فى اتجاه اليقظة، والتخطيط، والحرص، والإبداع، لا ينبغى أن يفهم على أنه دعوة للترحيب به فى ذاته منفصلا عن سائر الوجدانات والوظائف وحركية التطور والإبداع.

دعونا نأمل أن نتحمل مسئولية تاريخ تطورنا، لعلنا نتمكن من أن نكمل المسيرة بما تعد، لا بما نفرض عليها من زيف مصنوع، ينتهى إلى ما قاله عبد الصبور:

..“لا .. لا أملك إلا أن أتكلم

يا أهل مدينتنا

هذا قولى

انفجروا أو موتوا

رعبٌ أكبرُ من هذا سوف يجىء

لن ينجيَكم أن تعتصموا منهُ بأعالى جبل الصمت..

أو ببطون الغابات

لن ينجيَكم أن تختبئوا فى حجراتكمو

أو تحت وسائدِكم.. أو فى بالوعات الحمّامات

لن ينجيَكم أن تلتصقوا بالجدران

إلى أن يصبح كل منكم ظلاً مشبوحاً عانقَ ظلاً

لن ينجيَكم أن ترتدُّوا أطفالاً

لن ينجيَكم أن تقصر هاماتكمو حتى تلتصقوا بالأرض

أو أن تنكمشوا حتى يدخل أحدكمو فى سَمِّ الإبرة

لن ينجيَكم أن تضعوا أقنعة القِرَدة

لن ينجيَكم أن تندمجوا أو تندغموا

حتى تتكون من أجسادكمُ المرتعدة

كومةُ قاذورات

فانفجروا أو موتوا

انفجروا أو موتوا

صلاح عبد الصبور (ليلى والمجنون).

****

(الخوف كأنه كلب سد الطريق، وكنت عاوز أقتله بس خفت: صلاح جاهين

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

طالما أن هناك جديد فالخوف طبيعى حتى نتعرف عليه بأكبر قدر من التحمل

طالما أن هناك وعى فالخوف يقظة تشحذ هذا الوعى حتى يتعمق ليستوعب أكثر، ويخاف أبدع.

طالما أن هناك آخر حقيقى مختلف، فالخوف مواكب لمحاولة إنشاء علاقة حقيقية مبدعة مغيرة معا.

طالما أن هناك تهديد بالانقراض فالخوف فريضة حياتية بقائية تطورية معا.

وننشر غداً الأثنين ما يخفف الجرعة وهى أرجوزة على لسان الأطفال داخلنا وخارجنا من ديوانى للأطفال" :**أغانى مصرية: عن الفطرة البشرية للأطفال ó الكبار وبالعكس**[10] "

إن التمتع بحق الخوف لتشغيله فى اتجاه اليقظة، والتخطيط، والحرص، والإبداع، لا ينبغى أن يفهم على أنه دعوة للترحيب به فى ذاته منفصلا عن سائر الوجدانات والوظائف وحركية التطور والإبداع

دعونا نأمل أن نتحمل مسئولية تاريخ تطورنا، لعلنا نتمكن من أن نكمل المسيرة بما تعد، لا بما نفرض عليها من زيف مصنوع

- [1]المقتطف من كتاب "تزييف الوعى البشرى، وإنذارات الانقراض" بعض فكر يحيى الرخاوى (الطبعة الأولى 2019) وصورته الأولى كانت مقالات فى (مجلة سطور) (من يوليو 1997 إلى يوليو 2006 + 1) والكتاب متاح فى مكتبة الأنجلو المصرية وفى منفذ مستشفى دار المقطم للصحة النفسية شارع 10، وفى مؤسسة الرخاوى: 24 شارع 18 مدينة المقطم، و يوجد بموقع المؤلف www.rakhawy.net وهذا هو الرابط
- [2]مجلة سطور: (عدد فبراير – 2005)، كان العنوان الأصلى: "كبت الخوف وتسطيح البشر"
- [3]يحيى الرخاوى "دراسة فى السيكوباثولوجى" (1979)
[4] - Agoraphobia
[5] - Claustrophobia
- [6]إريك فروم "الخوف من الحرية" ترجمة عبد المنعم مجاهد، والناشر: دار الكلمة
- [7]يحيى الرخاوى: (مستويات الحرية والإبداع) (مجلة فصول المجلد الحادى عشر العدد الثانى عام 1992)، ثم فى كتاب حركيى الوجود وتجليات الإبداع، المجلس الأعلى للثقافة 2007
- [8]يحيى الرخاوى: حركية (حرية) العملية الإبداعية تحرر ناتجها (محاضرة فى ندوة الحرية الفكرية فى مصر) ديسمبر 2003 - لجنة الكتاب والنشر – المجلس الأعلى للثقافة.
- [9]صلاح عبد الصبور "ليلى والمجنون"، الهيئة المصرية العامة، 1970.
- [10]يحيى الرخاوى: ديوان "أغانى مصرية: عن الفطرة البشرية للأطفال => الكبار وبالعكس" (الطبعة الأولى 2017) منشورات جمعية الطب النفسى التطورى

إرتباط كامل النص:

https://rakhawy.net/%d9%85%d9%86-%d9%83%d8%aa%d8%a7%d8%a8-%d8%aa%d8%b2%d9%8a%d9%8a%d9%81-%d8%a7%d9%84%d9%88%d8%b9%d9%89-%d8%a7%d9%84%d8%a8%d8%b4%d8%b1%d9%89%d8%8c-%d9%88%d8%a5%d9%86%d8%b0%d8%a7%d8%b1%d8%a7%d8%aa-16/

إرتباط كامل النص مع المقتطفات:

http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakD180721.pdf

شبكة العلوم النفسية العربية

نحو تعاون عربي رقيا بعلوم وطب النفس

الموقع العلمي

http://www.arabpsynet.com/

المتجر الالكتروني

http://www.arabpsyfound.com

الكتاب السنوي 2021 لـ " شبكة العلوم النفسية العربية " (الاصدار العاشر)

الشبكة تدخل عامها 21 من التأسيس و 19 على الويب

http://www.arabpsynet.com/Documents/eBArabpsynet.pdf

اشتراكات العضوية بمؤسسة العلوم النفسية العربية للعام 2021

http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=36&controller=category&id_lang=3