

51- سؤال & جواب عن الإدمان

مقدمة

وأنا أقلب أوراقى - وهذا مرة أخرى من أهم أفضال هذه النشرة اليومية - وجدت كتابا بأكلمه بعنوان "إشكالة الإدمان، والقيم المعاصرة"، من 245 صفحة من القطع الكبير، (لم ينشر طبعا) تأليف العبد الفقير إلى رحمة الله ونظرة منكم، وفي صفحة 29 وجدت فيه حديثا رددت فيه على عدد من الأسئلة الهامة حول هذه "الكارثة الرائعة"، وتصورت - دون أن أتأكد - أن هذا الحديث موجود في مكان ما بالموقع،

لكننى عدت أتساءل: كم من زوار الموقع عامة، والمتابعين لهذه النشرة اليومية خاصة، سوف يعثر على هذا الحديث الهام عن ظاهرة الإدمان؟ ثم إنى تذكرت أن كثيرا مما ظهر حتى الآن في هذه النشرة، قد يكون إعادة، أو تحديث، أو اقتطاف مما هو موجود في مكان آخر بالموقع،

إذن!! هذا مسموح، فاخترت أن أنشر هذا الحديث بأقل قدر من التدخل، وإن كنت لا أذكر: مع من أجريته؟ وهل نشر أم لا؟ ولا أين؟

كل هذا يجعله أحق بالنشر، أو إعادة النشر هنا.

سؤال & جواب عن الإدمان

1- من هو المدمن؟!

هناك تعريف طبي أكاديمي للإدمان، تكرر حتى قنّز، وهو يعرف المدمن بأنه من اعتاد حتى اعتمد على مؤثر كيميائي، طبيعى أو صناعى من خارج جسده، حتى أصبحت خلاياه لا تستغنى عنه.

إلا أن التعريف الذى اقترحتُه ذات مرة بعد الهيجة الأخيرة الدائرة حو الإدمان هو أعم وأشمل، حيث أرى: أن المدمن هو من اعتاد - بأى وسيلة - على تعقيم وعيه، حتى أغلق اهتمامه، وسكن إلى اعتمادية ضارة، سواء كانت هذه الاعتمادية المستمرة والمعطلة هى اعتمادية على أحد أو على فكرة، أو على عقيدة أو على وصفة طبية كيميائية.... إلخ.

2- متى يصح أن نصف إنسانا ما بالإدمان؟

بالتعريف السابق، يمكن أن نصف أغلب الناس بذلك، وإنما يهمني ألا أبالغ بالتعميم، فأكتفى بأن أضع ثلاثة شروط لوصف "المتعاطي" (والمتعاطي غير المدمن!) بهذه الصفة (بالمعنى السلي)، وهي:

- 1- التعود حتى العجز عن التخلي عما يتعاطاه
- 2- وتعتيم الوعي على حساب الوعي العادي المسئول
- 3- والضرر الناتج عن هذا وذاك، بما في ذلك الإعاقة عن التكيف، وإيذاء الذات، أو الآخرين.
- 3- هل يشمل الإدمان عامة بالتعريف الواسع الذي ذكرته: المخدرات، الكحوليات، المكيفات بأنواعها، التدخين، الطعام والشراب، وغيرها من بعض السلوكيات المعتادة والشائعة؟! نعم، يشمل كل ذلك، بل وأضيف عليها أنه يشمل: الأفكار والمعتقدات، وبعض طرق البحث (العلمي!!!) وبعض طرق التفكير، بل وبعض طرق الترفية، مثل إدمان العادات الاستهلاكية.

وأنا لا أستطيع أن أفصل الدعاية التي تهاجمنا ليل نهار لتروج لما يسمى بمجتمع الرفاهية، أو لتسوق حبوب السعادة والطمأننة الكيميائية التي يوزعها الأطباء، لا أستطيع أن أفصل هذا أو ذاك عن المصيبة التي نعيشها واسمها الإدمان (في صورته السلبية) فكل منها يروج لنوع من سبل الاستسهال والخذل، وإن اختلفت اللغة وتنوع التبرير.

4- إلى أي مدى تصدى الإعلام المصري - والعربي- لظاهرة الإدمان، بالتوصيف والشرح والتحليل ووسائل الوقاية والعلاج، وغيرها.. هل كان منمفا أم مبالغاً أم صادقاً أم مزيفاً للحقائق؟!

إلى المدى المضحك والمزعج معا.
أنا لا أنكر الاجتهاد وحسن النية من كل من حاول ويجاوب.

ولكن صدقيني أنا كنت أشاهد أحيانا في التلفزيون مقابلات مع مدمنين وأطباء هي أقرب إلى المسرح الفكاهي السخيف. بالله عليك: على من نضحك بهذه البرامج؟.

وأحيانا كنت أستمع للنصائح باعتبارها توجيهات إلى ضعاف العقول لا أكثر، وليتها توجيهات تليق.

ثم عندك مسألة الأفلام (فيما عدا العار)، شاهدت أفلاما ترسم صورة المدمن كأبهج، وأحذق، وأخف دما من أي ملتزم (فقل) آخر في الفيلم، خاصة لو كان يدرس الدكتوراة!! (فيلم الكيف مثلا)،

ثم فيلم آخر (فيلم الوحل) يروج إلى أن الإدمان ليس له علاج في مصر، ثم يكاد يقول في النهاية: إن العلاج في الخارج وعلى نفقة الدولة هو الحل.

يا صلاة النبي!!!

أهذا هو دور الإعلان!! والفن؟.

ثم هذا الذي نشر في صحيفة يومية طوال شهور كان أغلبه للأسف مستورد، ورغم حسن النية ونجاحه في إثارة حوار حول المشكلة، إلا أنه انتهى بشكل أو بآخر إلى النصح والإرشاد، واستيراد الأفكار والمناهج من الخارج..، بشكل حرفي تقريبا.

لقد كدت أشك أننا نضر القضية بفرط النشر حولها هكذا، بل بهذا الحديث الذي أدلى به حاليا..أيضا، ولولا أنني أعلم أن غري سوف سوف يفتي - بلا تردد- بما أعتبر نفسي مسئولاً عن سطحته، وضرره (لو امتنعت) لما فتحت فمي بكلمة.

5- ما هو تأثير المخدرات - تحديدا- على مخ الإنسان - أجزائه ومكوناته وعمله ونشاطه ووظائفه- الخلايا العصبية والأوردة الدموية والعقل الباطن والواعي، والذاكرة، والتفكير، وغيرها من مكونات وأجزاء المخ، وعمله ووظيفته؟!

هو تأثير سيئ جدا، على كل هذا.

ولكن ماذا يفيد المدمن من هذا التأكيد الخطابي كله، أو من تفصيل في ذكر معلومات أكاديمية جافة

إن غير المدمن لا يهتم هذا.

وأهل المدمن يعرفون الشر والأذى والضرر أكثر من أي طبيب،

والمدمن ليس هنا من أصله،

فلمن نكرر مثل هذا الترهيب، والتخويف ليل نهار، ونحن نعد معلومات ليس لها فائدة عملية!؟؟.

6- لو أن إنسانا ما، شم شمة معينة من المخدرات.. ما الذي يحدث- بالتحديد- منذ استنشاقه، أو شمّه لهذا المخدر أو ذاك، من خلال أنفه.. ما هو الطريق الذي يسلكه المخدر- من فتحة الأنف-حتى يحدث تأثيره على المخ والجسم حياة الإنسان، بشكل عام؟!

بالله عليك هل هذا مفيد نشره في الصحافة العامة؟

ثم إشاعة أن شمة واحدة تكفي للوقوع في هاوية الإدمان، هو حديث أشبه بالدعاية إلى قوة المخدرات التي لأتقاوم، وهو توريث لمن يخطئ مرة واحدة بالصدفة، وهو نوع من التحويل الذي يجعل الشاب يستسلم قبل المعركة بزمان.

إنني أعتبر أن الأهم هو أن نعلن أن الترويج المباشر وغير المباشر للمخدرات الكيميائية بواسطة الأطباء عامة وأطباء النفس خاصة هو الخلفية التي تساهم في تفاقم هذا الخطر، وذلك نتيجة لغسيل المخ الذي تمارسه ليل نهار الدعاية المفرطة لضرورة الأدوية المهدئة كجزء لا يتجزأ من طقوس العُصْرنة، وكمظهر للمتطلبات الأساسية لمجتمع الرفاهية قبلة الإنسان

المعاصر على مستوى العالم، هذا وذاك هو الذى يؤدى بنا إلى ثقافة التخدير التى يتعرع فيه الإدمان.

فكأن الناس، فالمدمنين خاصة، يقولون للأطباء والساسة وقيم العصر:

ما دام الأمر تخدير بتخدير، فقد جربنا وثبت أن بضاعتكم نصف نصف، لا تقوم بالواحب، فلنأت البيوت من أبوابها، وهات يا تخدير بحق وحقيق.

7- بالمناسبة: هل يختلف تأثير المخدرات الطبيعية- الحشيش والأفيون وغيرهما- عن الأخرى التخليقية والمركبة، فيما تحدثه من آثار؟!

طبعاً تختلف: ولكن ما جدوى هذا السؤال - أيضاً - بالله عليك؟

في تصورى أن المهم هو أن نفرق بين تعتعة الوعى، وهو أمر ضرورى للحركة العقلية، وخاصة الحركة التى تمارس التفكير، والإقدام على اختراق المسكنات العقلية التى تكبل وجودنا، وبين تعميم الوعى، وهو ما ينتهى إليه تعاطى أى مخدر أو منبه.

ونحن قد مسحنا، وشجبنا، وحرّمنا، كل نشاط جماعى أو فكرى يساعد على حركة التفكير القلقة الكريمة نحو الاكتشاف والإبداع، فاضطر الناس إلى تحريك وعيهم (تعتتته) بالمخدرات، والمنبهات الطبيعية (كالخشيش) أو الصناعية (كالعقاقير)

ثم رحنا نلومهم، ونعالجهم

قولى بالله عليك، مادام الرقص الجماعى مرفوض (عيب، وقلة أدب)، والذكر (ذكر الله فى الموالد، وفى الحضرة الأسبوعية أو الشهرية فى الأرياف، ربما زمان!) يعتبر من قبل السلطات الدينية، والأخلاقية: "دجل وشعوذة"، كما يعتبر الزار تخلفاً، ولا يبقى لنا إلا أن ننام أمام التلفزيون بعد الساعة الواحدة صباحاً؟ فماذا يتبقى بما يسمح لحركة العقل أو الجسد أن تكتشف الحياة وتعمقها وتعيد تخليقها؟، أفلا يؤدى كل هذا "الحظر على حركة الوعى" إلى أن يلجأ الشباب - فيما يشبه الاحتجاج- إلى تحريك عقولهم بهذه الحركات الكيميائية المُفحمة السامة؟ بما يؤكد لهم أنهم مازلوا أحياء لهم حقهم فى الاختلاف حتى الموت خدرا؟؟؟؟!

8- طيب: هل يختلف التأثير بين المخدرات- طبيعية كانت أم تخليقية- عن الكحوليات التى يجرى تناولها عن طريق الفم.. وهل تؤثر الكحوليات فى المعدة والأمعاء والكبد أكثر.. أم فى المخ والخلايا العصبية أكثر؟!

مرة أخرى: ما فائدة الأجابة المتحلقة على مثل هذا السؤال مهما بذت إجابة علمية.

الإجابة بالمختصر المفيد هي:

طبعاً يختلف، وكله أكثر من كله!!!!.

وأنا أعنى بهذه السخرية أن المسألة ليست مسألة تنافس في الإضرار، صحيح أن على الطبيب أن يعرف مضاعفات هذا ومصائب ذلك، كما أن عليه أن يحقّق تحديد موضع الضرر بشكل خاص، ولكن الأمر بالنسبة للشخص العادي (الذي هو مشروع المدمن بشكل أو بآخر) هو مختلف، لأن الشخص العادي لا يختار العقار الذي سيصيب كبده دون مخه، أو سيضر معدته دون صدره، ينبغى أن يكون مدخلنا إلى هذه المسائل مختلف من مخاطب إلى مخاطب. فالعلمة الطبية الأكاديمية قد لا تعنى شيئاً لا عند المدمن، ولا عند الشخص العادي، في حين أن المعلومة التطبيقية التي تسد حاجة السائل وتهديه إلى أهدافه هي التي يجدر بنا أن نقدمها للناس.

إن كل هذه المواد المخدرة لها استعمالها الطبية المناسبة، وبالتالي لها فوائدها، بجوار أضرارها طبعاً، وحتى تغيير الوعي الذي هو هدف أساسي في عملية الإدمان قد يكون مطلباً طبيياً في وقت من الأوقات، سواء أثناء عملية العلاج المكثف لبعض الأمراض النفسية أم في أزمات النمو الخاصة، والوظيفة التي يؤديها أي "مغيّر للوعي" للوعي هي وظيفة ذات حدين، ففي حين أن التعتة التي تسمح بالحركة التي قد تكون مطلباً محدوداً في وقت ما، فإن التعميم ثم اخو هو ضرر مطلق في نهاية الأمر، والمصيبة أن غير الطبيب لا يفرق بين تعتة وتعميم، وحتى الطبيب وهو يستعمل عقاقيره الطبية أحياناً ما يتجاوز الحد بين التهدئة، والتطمين، أو بين التخدير والتذهيل (من الذهول)، كذلك هو أحياناً ما يتخطى مرحلة التعتة - التي قد تكون إيجابية - دون أن يتبين متى ولا إلى أين هو ذاهب بهذا التحريك المحسوب أو غير المحسوب للوعي.

وكل هذا ينبغى أن يُتناول بأكبر قدر من الشجاعة والمسئولية والعلم والأخلاق والالتزام، بدلا من الهرب وتوزيع قشور المعلومات، ونشر النصائح الزائفة، والمعلومات الناقصة

9- بعد كم جرعة أو شمة أو قطعة أفيون أو حشيش أو كأس خمر، يصبح الإنسان مدمناً؟

هذا أمر يختلف من فرد لفرد.

فونستون تشرشل كان يشرب برميلاً من الخمر، وهو رئيس وزراء، وأديب، وفنان، وإنسان ولا يعتبر مدمناً.

وسيد درويش كان مخزن مخدرات متنقل، وقد ترك لنا في سنوات ما لم يقدر حق قدره حتى الآن.

وأسمهان كانت تتعاطى كل ما يتعاطاه، وما لا يتعاطاه ثلثة بأكملها من المدمنين.

ولكن هذه حالات فردية لا يقاس عليها، لكن القصد من ذكرها هو التنبيه على أن التعميم هو ضد العلم وهو يشوه الحقائق، وأن المسألة لها - دائماً - أكثر من وجه، وأكثر من

حساب، وأن الفروق الفردية شديدة الأهمية والدلالة، وأن ظروف التعاطي تختلف، ولا بد من حساب كل حالة على حدة، ولا داعي للترويج لحكاية شمة واحدة تكفى للغوص في بئر الإدمان، كما ذكرنا في بداية الحديث.

10- لو كان إنسان ما مدمنا.. كيف يقلع؟! ولو لم يكن، كيف يتجنب ويتحاشى ويتقى الإدمان؟!

أولاً: أحب أن أؤكد عكس النغمة الشائعة التي يغلب عليها قدر كبير من اليأس والتعجيز فيما يتعلق بعلاج الإدمان، فأقول: **إن للإدمان علاج.**

فقط لابد من تحمل الإلتزام بالعلاج الطويل المدى بما في ذلك حدوث بعض النكسات.

ثانياً: أحب أن أنبه أن مجرد الإنقطاع عن المخدر ليس هو العلاج، ولكنه المرحلة الأولى فحسب.

ثالثاً: أحب أن أؤكد أن المدمن لا يحتاج إلى من يقول له هذا مضر، وكفى، وإنما يحتاج إلى بديل يحقق له ما كان يتصوره سيتحقق بالمخدر.

لابد أن نفهم أن المدمن (مثل أي إنسان) **يحتاج** إلى صحبة طريفة شريفة، بدلا من الصحبة الذاهلة الغائبة.

(وهذا هو دورالعلاج الجمعي والتأهيل في مجتمع علاجي، ثم المجتمع الأوسع بعد ذلك وقبل ذلك)

إن المدمن (كما أي إنسان) **يحتاج** إلى تحريك وعيه (تعتته) بطريقة أكثر أمانا مع آخرين

وهو (مثل أي واحد) **يحتاج** إلى تحريك الإبداع الذي يصاحبه نوع من تغيير الوعي الخلاق، حتى لا يحتاج إلى المخدرات والمواد التي تفتعل تحريك الوعي، لكنها سرعان ما تجهض المحاولة بالتعتيم بعد التعتة)

وهو أخيرا **يحتاج** (مثلنا جميعا) لأن نحترم وجوده حتى لا يلغى نفسه وكيانه وراء غيامة الخدر.

وكل هذا وارد في العلاج في المجتمع العلاجي،

ومعسكرات العمل والتأهيل الممتد.

كما أنه لازم لنا جميعا للوقاية من كل أنواع الإدمان بلا استثناء.

- الأهرام: رئيس التحرير أيامها أظن من أكثر من عشر سنوات.