

149- الشعور بالذنب ور بالذنب (ب) (1)

مقدمة :

الشعور بالذنب غير ارتكاب الذنب، وهذا بدوره غير تعريف حدود الذنب، الذى هو مشكل في ذاته لأنه متعلق بإشكالية تعريف الأخلاق، مستوياتها وتشكيلاتها.

التركيز ونحن نتاول هذه القضية هنا في هذه النشرة سوف يكون على ظاهرة "الشعور بالذنب"، ظاهراً أو غير ذلك، فهو قد يكون معلناً، أو كامناً، صريحاً أو مضغماً، وقد يظهر في سلوك تطهيرى، أو استغفارى قهرى،

الشعور بالذنب هو الإحساس الذاتى بأنى شخصياً خطئى، مذنب، هو إحساس أئى (الآن) كذلك، لكنه عادة ما يُطلق على حدثٍ مضى، أو يُطلق على الماضى عموماً، وقد يؤلف له الشخص (أو المريض) ما يبرره.

الذنب والوعى:

يبدو أن الشعور بالذنب قد نشأ مع ظهور الوعى البشرى بما عرف عنه أخيراً، أى بتعدد مستوياته، إذ لا يكفى أن يكتسب الإنسان ظاهرة الوعى ليقع في إشكالية إصدار الحكم على نفسه بحكم قضائى داخلى خاص، وإنما يلزم أن يكون ثمة وعى، ووعى آخر، فثالث ... وأكثر، ومن ثم الجدل والخربة.

الإنسان منذ اكتسب الوعى، انفصل قليلاً أو كثيراً عن هارمونية الزمان / المكان في اتساعهما المطلق، فأصبح بإمكانه أن ينظر من موقف متعال إلى مسيرته الذاتية، وقد يصاحب هذا الانفصال تعدد مجادل، وكذلك إمكانية اتخاذ قرار حر، مما يستتبع ظهور مسئولية ما،

وبما أن الوعى المختار لا يمثل كل الوجود الفردى الذاتى، فإنه بالتالى لابد أن يوجد قرار مضاد كامن، جاهز مستعد للوم والمؤاخذة، ومن ثم المحاكمة، فالحكم، هذا هو منشأ "الشعور بالذنب".

ذنب الانفصال عن هارمونية الكل هو الخطوة الأولى لتولد هذا الشعور، ويمثلها بوضوح شديد الفكر المسيحى، وإلى درجة

أقل الفكر الإسلامي، ويقابل ذلك في التنظير النفسي موقف أوتو رانك Otto Rank بصفة خاصة، حيث اعتبر الخروج من الرحم هو الصدمة الأولى (المقابلة للخروج من الجنّة)، ثم راح ينظر إلى الانفصال عن الوالدين في مرحلة لاحقة (هى المراهقة أساساً)، باعتباره مبعثاً لمزيد من تدعيم الشعور بالذنب (أنظر بعد)، وعلى نفس المستوى كان رانك هو الذى ربط الشعور بالذنب بالخربة (الفعل الإرادى) ربطاً مباشراً، حتى وضعها صريحة كالتالى "إن كل فعل إرادى ينتج عنه شعور بالذنب" وقد يكون هذا موازياً لمعنى الأمانة التى حملها الإنسان: "إنه كان ظلوما جهولاً".

فظهر الوعى وما صاحبه من إعلان الانفصال عن الطبيعة جزئياً أو مرحلياً، وكذلك ما صاحبه من اكتساب حرية الإرادة، هما أول علامات تشير إلى تولد هذا الاحتمال.

لكننى قلت للتو أن المسألة تحتاج إلى وعى آخر (على الأقل) حتى يمكن للذنب أن يحتل الوساد الشعورى الظاهر، وقد اعتاد النفسيون أن يصوروا هذا الوعى الآخر باعتباره الضمير، أو الأنا الأعلى، لكن ثمّ احتمالا آخر (من منطلق أوتو رانك، وكذلك الفكر الدينى) وهو أن يكون المعاقب، واللائم هو وعى الرغبة فى الاعتمادية المطلقة (العودة إلى الرحم / العودة إلى الجنّة / العودة إلى الالتحام بهارمونية الطبيعة)، فىصبح الشعور بالذنب هو إعاقة والدية سلطوية كما يصبح أيضاً، وربما قبلاً، وظيفية تعطيلية ضد الحرية وضد الاستقلال، لصالح الاعتمادية الرضعية (أو حتى الرحمية) من ناحية أخرى.

تجليات الشعور بالذنب

للشعور بالذنب تجليات مختلفة، تتجاوز مجرد إعلانه بالإنفاظ، وقد تظهر فى مجالات مختلفة، بأشكال متعددة نكتفى بالإشارة إلى بعضها فيما يلى:

1- المستوى الدينى

يؤصل الفكر الدينى بداية هذا الشعور منذ بدء الخليقة، وهو ما يتمثل فى أديان مختلفة بأشكال مختلفة، لعلها ترجع جميعاً إلى ذنب التجاوز بالأكل من الشجرة المحرمة، ومن ثمّ الخروج من الجنّة.

تتجلى مظاهر التأثيم بعد ذلك، بحق وبغير وجه حق، فى المبالغة فى الترهيب والنهى عن الحرام أكثر من الترخيب والإفساح للعفو والسعى والكدح إلى الاتصال "كل من انفصل عن أصله يطلب أيام وصله" (قول صوفى)

وثمة مظاهر دينية جماعية موسمية تركز على دور هذه الظاهرة مثل الأعياد التى ترتبط بذكرى صلب المسيح عليه السلام، أو استشهاد الحسين رضى الله عنه

2- المستوى الأخلاقي الاستقطابي: الخير والشر

مع الاستقطاب الشائع بين الخير والشر، خاصة إذا بولغ في هذا الاستقطاب تبعاً لمنظومات اجتماعية حيائية وقانونية مختلفة، يرتبط الشعور بالذنب ليس بمجرد مخالفة ما يعتقد أنه خير، أو يفرض عليه أنه كذلك، ولا بارتكاب ما هو شر أو ما يعتبرونه كذلك، وإنما بحكم الشخص على نفسه وهو يخالف الخير أو يرتكب الشر، ذلك أن مجرد التصادم مع القانون والعرف اللذان يحددان الخير من الشر لا يكون مصاحباً بالضرورة بالشعور بالذنب.

3- المستوى التاريخي (والسياسي) (الهولوكوست - مقتل الحسين - .. إلخ)

عبر التاريخ، كأن للتأثيم ومن ثم للشعور بالذنب مركزه المحوري، سواء في الأساطير، أو في تبريرات التمييز العرقي أو في الحروب، ولعل أظهر مثل ذلك هو استثمار زعم الهولوكوست للتأثيم والتجريم والقهر، ليبرو به طرد الناس من أرضهم، ثم القتل والإبادة.

4- مستوى التحليل النفسي: عقدة أوديب

لعل أهم الأسس التي بنى عليها فرويد تفسيره للعلاقة الثلاثية بين الابن والأب والأم هو الشعور بالذنب وهو قد أرجعها إلى عقدة أوديب أساساً، وقد انتشر هذا الفرض انتشاراً كاد يجعله حقيقة راسخة، مما سدرج إلى مناقشته في حينه، إن من أهم ما يرجع إليه هذا الشعور هو تجاوز نحو الأسرة Grammer of the Family الذي يحدد المنوع من المسموح، أما الاقتصار على تفسير ذلك بما سمي عقدة أوديب فهذا هو ما سدرج إليه فيما بعد كما ذكرنا

5- مستوى الأعراض المرضية: طقوس التكفير (مثل: الوسواس القهري)

لا يقتصر عرض الشعور بالذنب على إعلانه بالألفاظ دليلاً على الاكتئاب وبالذات على النوع النعاب منه Nagging Depression وإنما يمتد كثيراً، وربما أساساً، إلى مظاهر عديدة من مظاهر الاضطراب الوسواس القهري، وخاصة ذات المحتوى الديني (أنظر يومية 2007-12-29 "الوسواس القهري في رحاب مولانا النفرى "1")

6- مستوى الإبداع: (أنظر بعد)

تتجلى ظاهرة الشعور بالذنب في كثير من أشكال الإبداع، والأمثلة لا تنتهي مما سيرد ذكره في عرض تفاصيل الاستشهادات الداعمة للفروض المقدمة (من أوديب ملكا إلى ديستوفيسكي إلى سارتر)

وفي نفس الوقت، سوف نبين كيف أن عملية الإبداع ذاتها هي من أهم المسارات الإيجابية لخل هذا الشعور الأساسي من خلال ما أسميناه المسار الإبداعي ذاته، كما سيرد لاحقاً.

البعد الثقافي الخاص، ومن ناحية أخرى نتذكر ونفرح به وهو ينكر ما ينكر تقرباً إليه (انظر يومية 2007-12-29 "الوسواس القهري في رحاب مولانا النفرى "1").

دعوة للعب:

وحتى أوفق في الاختيار أتقدم بدعوة للقارئ أن يلعب اللعبة التالية بصوت عال ويكملها كيفما اتفق، ثم يكتبها أو لا يكتبها حتى نلتقى .

ونفيد التذكرة بما سبق أن أوضحناه من ضرورة الالتزام لمن يريد أن يلعبها ابتداءً سواء أرسل النتيجة إلينا أم لا

المطلوب:

- لا تحاول أن تجيب بالقلم والورقة (لو سمحت)
- تلعبها بصوت عال، مع نفسك أو مع صديق واحد أو اثنين يشاركانك (أو صديقة أو أفراد الأسرة)
- لا بد من تكرار العبارة المقترحة ، وليس الاكتفاء بتكميلها
- كلما كانت الاستجابة أسرع، كانت التلقائية أجهز
- حاول أن تلعبها بأكبر قدر من التمثيل (مشتلاً الوجه والعيون والجسد).
- لا تحاول أن تسارع بفهم أو تفسير ما قلت
- يمكنك أن ترسل لنا استجاباتك إلى الموقع بعنوان (لعبة الشعور بالذنب
- طبعاً من الأفضل أن تسجلها لنفسك صوتياً، حتى لا تعتمد على الذاكرة فهم عشر لعبات (أو يمكن أن تكتبها لنفسك أولاً بأول بعد أن تكون لعبتها بصوت عال)
- طبعاً من حقلك أن تمزق الإجابات، وتمسح الشريط، أو ترسلها باسم مجهول، لكن يستحسن أن تذكر السن، العمل، والنوع (ذكر أنثى، ولا مؤاخذاً) بالضافة إلى ما تشاء من معلومات.

وفيما يلي الألعاب العشرة حتى نلتقى:

- 1) انا نفسى أروح اعتذر لكل اللى أذيتهم مع انهم
- 2) الاعتراف بالذنب مش كفاية ، انا لازم
- 3) أنا مش مذنب للدرجة دى ، الحكاية
- 4) يتهيألى إن كُتِر الكلام عن الذنب من غير ما اتغير يمكن تخلينى

- (5) الظاهر الشعور بالذنب ده بيعطلى والأصول إنى
- (6) حتى لو أنا مذنب زى ما أنا فاكراه، مش يمكن
- (7) أنا باستغفر ربنا كثير بس مش عارف على إيه بالظبط، أصل أنا
- (8) قال يعنى لما أقول أنا مذنب يبقى بقى
- (9) ماهو لو الشعور بالذنب كان نفعنى كان زمانى
- (10) إالى عايز يصلح الذنب اللى ارتكبه بصحيح لازم يعمل حاجة تانية، أنا مثلاً
- Evolution of the Brain, John C. Eccles.

The Man & Evolution FORUM Web Site

<http://fr.groups.yahoo.com/group/TheManAndEvolutionForum/>

Forum Subscription

TheManAndEvolutionForum-subscribe@yahoogroupes.fr

Mail To Forum Participate

TheManAndEvolution-FORUM@arabpsynet.com

FORUM INVITATION

www.arabpsynet.com/Rakhawy/MaEForumInvitation.pdf