



yehiatrakhawy@hotmail.com

نشرة "الإنسان" 2020/11/29

المنة الرابعة عشرة - العدد: 4848

بروفيسور يحيى الرخاوى - الطب النفسى، مصر

إذا كانت هذه هى التشكيلات المتاحة عبر تاريخ الحياة، وهى إما العزلة والاستكفاء الذاتى حتى فى البقاء والتكاثر بالانتساق ويكفى التلاؤم مع المحيط، وإما بتخليق تشكيلات ثنائية سلبية وإيجابية، وهى تكتسب الاعتراف بالبقاء تبعاً لظروف تدعمها لفترة بذاتها يبدو أن لها عمر افتراضى فكيف تستمر الحياة ضد عنف وإغارة قوى الإنقراض؟ (وبالذات بالنسبة للنوع البشرى؟). وماذا يجرى فى ممارسة العلاج الجمعى كمثل؟ (والمثال هنا له ظروفه الخاصة، فهو يشمل العلاج لدائرة المرضى والمعالجين كما يسمح بالمشاهدة فى دائرة أكبر للتدريب بإذن المرضى وموافقهم)

أولاً: يبدأ كل مشارك من "حيث هو"، وهذا يشمل المرضى والمتدربين (المعالجين المشاركين) والقائد، ويعرف كل واحد نفسه بالاسم له أن يعلن شكوى واحدة كبدائية، مع ذكر العمل أحياناً أو كما يشاء.

ثانياً: لا يطلب من أى مشارك إلا اتباع القواعد وأسس الاتفاق من حيث:

(1) الإلتزام بموعده ومكان والحضور،

و(2) السماح بحضور الدائرة الأكبر (فى حالة الاضطرار التدرىبى أو العلمى إلى ذلك)، ثم

(3) الإلتزام بقواعد التفاعل التى تهيئ لتصعيد تدرىبى حسب توجيهات القائد ومشاركة المعالجين.

ثالثاً: تصل إلى القائد (والمشاركين) مباشرة، (ومن خلال المعلومات المتاحة من أوراق المشاهدة بعيداً عن الجلسات) ما يمكن معه التعرف على درجة ونوع الترابط البادئ به كل مشارك، وذلك دون تحديد التفاصيل حتى فى وعى المعالج مباشرة، ويلاحظ احتمال وجود طيف من الاختلافات على كل مستوى، سواء فى تاريخ الشخص أو أثناء حضوره المجموعة، كما أننا لاحظنا أنه ليس من الضرورة - أن تكون وظيفة المجموعة هى استعادة فتصحيح الأخطاء والعلاقات المعيقة الموجودة مسبقاً، وإن كان من غير الممكن إغفال تأثير العلاقات السابقة دون التركيز عليها كمنطلق.

رابعاً: تبدأ النقلة النوعية تدرىبياً - دون إعلان - بالتعرف بين أفراد المجموعة ان العلاقات المتاحة هى علاقات أنية (الآن) مكانية (هنا) بين وعى شخصى (أنا) ووعى أى شخص آخر فى المجموعة (أنت)، وتبدو هذه النقلة صعبة لأنها تنفى تصورات مسبقة عن أن العلاج هو أساساً بالكلام ولو فى صورة حوار ومناقشات وإثبات وإقناع، وهنا أفضل أن أحدد طبيعة الاختلاف من خلال نفي المتوقع بشكل غير مباشر، ويشمل هذا النفى أنها :

1- ليست حواراً بين عقليين ظاهريين.

2- ولا هى مناقشة بين رأيين أو معتقدين.

3- ولا هى مناظرة بين وجهات نظر.

4- ولا هى قواعد عامة إرشادية أو تطبيقية (الناس/الواحد/ماهو أصل الحكاية/ما هو الأصول

كيفه تستمر الحياة ضد عنفه
وإغارة قوى الإنقراض؟
(وبالذات بالنسبة للنوع
البشرى؟). وماذا يجرى فى
ممارسة العلاج الجمعى كمثل؟

ان العلاقات المتاحة هى
علاقات أنية (الآن) مكانية
(هنا) بين وعى شخصى (أنا)
ووعى أى شخص آخر فى
المجموعة (أنت)

هذه النقلة صعبة لأنها تنفى
تصورات مسبقة عن أن العلاج
هو أساساً بالكلام ولو فى صورة
حوار ومناقشات وإثبات وإقناع

نفي المتوقع بشكل غير مباشر،
ويشمل هذا النفى أنها:
1- ليست حواراً بين عقليين
ظاهريين.

2- ولا هى مناقشة بين رأيين
أو معتقدين.

3- ولا هى مناظرة بين
وجهات نظر.

4- ولا هى قواعد عامة
إرشادية أو تطبيقية

(الناس/الواحد/ماهو أصل
الحكاية/ما هو الأصول

لا هى صنائع فوقية من قائد
فرقة لأعضائها أو من أى عضو

إنه..... الخ).

- 5 - ولا هي حديث عن من هو "ليس هنا" (ضمير الغائب) إلا بمقدار ما هو مقدمه لإحضاره في "وعى الآن".
 - 6- ولا هي صفقة دفاعات (ميكانيزمات) تبريرية (عادة) متبادلة، إلا كمقدمة لمواجهتها.
 - 7- ولا هي نصائح فوقية من قائد فرقة لأعضائها أو من أى عضو لآخر.
 - 8- ولا هي حِكْمٌ وأمثال (حتى لو كانت مناسبة) إلا انطلاقاً منها إلى ما هو "هنا والآن".
 - 9- ولا هي تصحيح مباشر عام لأخطاء معرفية عن النفس، فى الصحة والمرض، (ولا عموماً).
 - 10- ولا هي مناقشات: "ثبت لى" و"أثبت لك".
 - 11- ولا هي تفرغ للتفريح "أطلع اللى جواباً".
 - 12- ولا هي وعود مؤجلة.
 - 13- ولا هي تعبير مباشر عن ارتباطات عاطفية بذاتها.
 - 14- ولا هي تصفيق لعواطف لا تُختبر
 - 15- ولا هي حديث عن آمال مثالية مؤجلة.
 - 16- ولا هي توجيه للصحّ والخطأ حسب الأصول المرعية.
 - 17- ولا هي تزجية وقت.
 - 18- ولا هي مقياس للألمعية نكاه قادر على حل الألغاز.
 - 19- ولا هي تصفيق لقائد.
 - 20- ولا هي تقييم للمشاركين وترتيبهم تنازلياً أو تصاعدياً.
- أكتفى بهذه العينات مؤقتاً، وإن كنت أعترف:
أولاً: أنها ليست كل ما نحاول تجنبه.
وثانياً: أنها لم تخطر على بالى بهذه الصورة ولا بهذا الترتيب طوال ممارستى خلال أكثر من أربعين عاماً، إلا حالاً لزوم الكتابة، لكنها غالباً كانت سارية طول الوقت.
هوامش حول الأسلوب:
- * لا يتم النهى عن كل هذه النواهي ومثلها بشكل قهرى وإنما يُكْتَفَى بالتذكرة بالحواد ومتصاعدة باستمرار.
- * يتم التنبيه فى البداية فالتذكرة تكرر من جانب قائد المجموعة بجرعة واضحة، ثم يتدرج الأمر رويداً رويداً فيشارك المتدرب، أو المعالج المشارك فى ذلك، ثم يساهم أفراد من المجموعة فى التذكرة بهذه النواهي بدرجات مختلفة، مع ملاحظة أن من ينهى عن بعض ذلك لا يكون هو بالضرورة ملتزماً شخصياً بشكل أكبر من الشخص الذى ينهاه، فلا يمكن نفى أن ذلك يشكل أحياناً نوعاً من التذكرة الشخصية أو الإسقاط.
- * مع نمو المجموعة تتراجع درجة الحاجة إلى التنبيه رويداً رويداً، بما يشير إلى اكتساب الأغلبية قدراً من المهارات اللازمة لمواجهة الوعي الأنى لبعضهم البعض مباشرة حسب متطلبات العلاج.
- * تساهم عملية مواصلة النهى، وتصعيده أحياناً فى الانتقاء الطبيعى لمن سوف يستمر فى الجماعة متحملاً هذه الطرق الجديدة فى التواصل.
- * يحدث فى مناسبات ليست نادرة أن قوم بعض المرضى بالتنبيه على: القائد أو المعالجين المشاركين (أو المتدربين) إلى ضرورة الالتزام بالحواد إذا ما حاد أحدهم عنها، وخاصة إذا تكرر ذلك من معالج بذاته.
- * يساهم الإلتزام بالشكل فى تحقيق المراد من المحتوى، فمثلاً يساهم تثبيت نفس المكان ونفس الموعد

لآخر

لا هي مناقشات: "إثبت لى" و"أثبت لك".
ولا هي تفرغ للتفريح "أطلع اللى جواباً".
ولا هي وعود مؤجلة

لا هي تعبير مباشر عن ارتباطات عاطفية بذاتها.
ولا هي تصفيق لعواطف لا تُختبر
ولا هي حديث عن آمال مثالية مؤجلة

لا هي مقياس للألمعية نكاه قادر على حل الألغاز.
ولا هي تصفيق لقائد.
ولا هي تقييم للمشاركين وترتيبهم تنازلياً أو تصاعدياً

لا يتم النهى عن كل هذه النواهي ومثلها بشكل قهرى وإنما يُكْتَفَى بالتذكرة بالحواد ومتصاعدة باستمرار

أن من ينهى عن بعض ذلك لا يكون هو بالضرورة ملتزماً شخصياً بشكل أكبر من الشخص الذى ينهاه، فلا يمكن نفى أن ذلك يشكل أحياناً نوعاً من التذكرة الشخصية أو الإسقاط.

مع نمو المجموعة تتراجع درجة الحاجة إلى التنبيه رويداً رويداً، بما يشير إلى اكتساب الأغلبية قدراً من المهارات اللازمة لمواجهة الوعي الأنى لبعضهم البعض مباشرة حسب متطلبات العلاج

يساهم الإلتزام بالشكل فى تحقيق المراد من المحتوى، فمثلاً يساهم تثبيت نفس المكان ونفس الموعد

(بالدقيقة) فى تشكيل "المحيط" داخل كل فرد وداخل الجماعة، ومن ثم إرساء القواعد الأساسية اللازمة للمواجهة والحركة والتغيير .

خامساً: تتطور العلاقة فى المجموعة كيفما اتفق، ولا يقاس النجاح بسرعة اكتساب المهارات الجديدة، وإنما بتفعيلها تدريجياً لتحقيق النقلة النوعية فى التفاعل، وهذا يرتبط بدرجة أو بأخرى بمهارة القائد (ومساعديه)، ويبدو أن المسيرة تتحرك على الوجه التالى:

*تتمو العلاقة بشكل غامض متزايد، وربما خفى، مع المجموعة ككل بدرجات متفاوتة، وحسب التشخيص، وصلابة الدفاعات والسن وكثير من المتغيرات الفاعلة التى يصعب تحديدها مستقلة.

*مع مرور الوقت تنتقل العلاقة الاعتمادية أكثر فأكثر من القائد إلى المجموعة عادة دون الإقلال من دور القائد.

*تبدو العلاقة فى البداية ثنائية بين كل فرد وبين القائد بشكل أساسى.

*سرعان ما تبدأ سلسلة من الترييبات العشوائية الثنائية فأكثر بين أفراد المجموعة وبعضهم البعض والمعالجين معهم.

*لا تنفى العلاقة الثنائية مع القائد التى لا تخلو من درجة من الاعتمادية أو التعلق، أو التعلق المتبادل (2) لا تنفى هذه العلاقة تعدد العلاقات الثنائية بين أفراد المجموعة.

سادساً: مع مرور الوقت يتبين أن معظم المرضى يحضرون "لمجموعة" وليس للقائد، ولا لشخص بذاته، وتزيد جرعة الانتماء للمجموعة تدريجياً لتفوق درجة العلاقة بين الأفراد، إلا إذا كان أحد أفرادها يمر بمأزق نمو معين، أو حدث له موقف خاص استدعى انتباهاً خاصاً لفترة محدودة عادة.

سابعاً: يتأكد ذلك باختبار غياب القائد مصادفة (باعتذار مسبق أو آتئ نادراً) حيث يفاجأ الجميع غالباً بطلاقة وتلقائية غير متوقعة فى غياب القائد.

ثامناً: فيما عدا العلاقة التحطيمية Synnecrosis لاحظنا حركية الانتقالات بين العلاقات الثنائية بدرجات متفاوتة لكنها كانت تضم - بالإضافة - عاملاً مشتركاً جديداً، وسواء كانت علاقة ثنائية تكافلية Mutualism أم تعايشية Commensalism أم تساعبية Amensalism أم حتى طفيلة Parasitism فإن هذه العلاقات تستمر فى التبادل والتغير مضافاً إليها هذا الجزء المشترك الغامض الحافز للتوجه فى نفس الوقت نحو "كيان يتخلق يلتف حوله الجميع دون تحديد"، وحتى العلاقة التحطيمية إن وجدت، فإنها تتراجع تدريجاً وقد تتبدل ولو بصعوبة ثم تشارك إلى نفس التوجه الجماعى الضام.

تاسعاً: إذا تعمقت علاقة ثنائية خاصة أو حلت علاقة ثنائية جديدة محل أخرى لدرجة استبعاد القاسم المشترك الجامع للجميع فإن ذلك يعد من المضاعفات الأساسية، وهو ما يسميه "بيون" كما ذكرنا الازدواجية Pairing ، فإن ذلك يقبل أيضاً كمرحلة، وتتعاون المجموعة على مساعدة هذا "الزوج المستقل" نسبياً على العودة إليها تدريجياً وتنجح عادة أو تفشل مؤقتاً، وقد يعطل التمدادى فى مثل هذا التزاوج الانتظام فى المجموعة، ولا يكمل الاثنان ولا يكون هذا ضدهما ولا ضد المجموعة عادة، فالمجموعة لا تمثل قيمة منافسة بديلة عن المجتمع الأوسع، وإنما فرصة أرحب وحركية أنشط.

عاشرأً: لا نسمح أو نشجع أية علاقات ثنائية خارج وقت المجموعة، ولا خارج مكانها، ما أمكن ذلك، اللهم إلا اتصالات هاتفية محدودة وشفافة عادة، وإن كان لا يمكن ضمان حدود ذلك بشكل محكم منضبط بشكل دائم أو مطلق.

حادى عشر: لا توجد وصية محددة لشكل العلاقات أو امتدادها بعد انتهاء المجموعة، لا تهيى ولا تشجيع، علماً بأنه خلال عشرات السنين لم تحدث مضاعفات يمكن أن نعتبرها سلبية تماماً.

ثانى عشر: تتواصل حركة وعى المشارك ما بين العلاقة بالذات فالعلاقة الثنائية) داخل وخارج المجموعة) إلى العلاقة بالوعى الجمعى وهى تتبع غالباً برنامج "الدخول والخروج" المتواكب والمتكامل مع

(بالدقيقة) فى تشكيل "المحيط" داخل كل فرد وداخل الجماعة، ومن ثم إرساء القواعد الأساسية اللازمة للمواجهة والحركة والتغيير

لا تنفى العلاقة الثنائية مع القائد التى لا تخلو من درجة من الاعتمادية أو التعلق، أو التعلق المتبادل (2) لا تنفى هذه العلاقة تعدد العلاقات الثنائية بين أفراد المجموعة

مع مرور الوقت يتبين أن معظم المرضى يحضرون "لمجموعة" وليس للقائد، ولا لشخص بذاته، وتزيد جرعة الانتماء للمجموعة تدريجياً لتفوق درجة العلاقة بين الأفراد

إذا تعمقت علاقة ثنائية خاصة أو حلت علاقة ثنائية جديدة محل أخرى لدرجة استبعاد القاسم المشترك الجامع للجميع فإن ذلك يعد من المضاعفات الأساسية

لا نسمح أو نشجع أية علاقات ثنائية خارج وقت المجموعة، ولا خارج مكانها، ما أمكن ذلك، اللهم إلا اتصالات هاتفية محدودة وشفافة عادة

لا توجد وصية محددة لشكل العلاقات أو امتدادها بعد انتهاء المجموعة، لا تهيى ولا تشجيع، علماً بأنه خلال عشرات السنين لم تحدث مضاعفات يمكن أن نعتبرها سلبية تماماً

ما يتبقى من المجموعة بعد انتهائها ليس "ذكوريات" بقدر ما هو حضور تشكيلات الوعى الجديدة واستمرار حركيتها مع ما طبع من وعى

أفراد المجموعة حتى بعد افتراقهم

يظل الوعي الجمعي ماثلاً في
الوعي الشخصي لكثير من
أفراد المجموعة، دون دراية
بذلك، بما يسهم في تحريك
وتطوير ونماء العلاقات التالية
لخبرة هذا العلاج بعد انتهائه

من منطلق ثقافتنا المعتادة
قد يرتبط تخليق الوعي الجمعي
للمجموعة " بحضور الله معنا
بطريقة تلقائية موضوعية
حاضرة في "هنا والآن" ليس
لها علاقة بدين معين أو
مذهب معين أو حلال أو حرام
أو أمر بالمعروف أو نهى عن
المنكر

ما وصلني حديثاً من إنجازات
علمية من مختلف المصادر
يطمئنني أن طالبى المعرفة
والعلماء في كل مكان أمين
يعملون في نفس الاتجاه حتى
وصلوا إلى فروض ومعلومات
شديدة الارتباط بما عايشناه
ونعائشه في خبرتنا

التأكيد على فاعلية ونشاط
وتعدد قنوات التواصل بين
البشر، واستدامة نبض المخ
البشرى باستمرار لإعادة
التشكيل

أن المخ البشرى عضو عظيم
التعقيد بالغ القدرة فائق
الكفاءة دائم النشاط في
عمليات إعادة تنظيم نفسه
باستمرار في الصحة والمرض

"نبض الايقاع الحيوى"، إلا أن هذا لا يُرفض من حيث المبدأ، وربما يتيح قدراً من الحركية ذهاباً وحيئة،
ملاً وبسطاً، بما يؤكد طبيعة النمو الإيقاعى النابض معظم الوقت.

ثالث عشر: ما يتبقى من المجموعة بعد انتهائها ليس "ذكريات" بقدر ما هو حضور تشكيلات الوعي
الجديدة واستمرار حركيتها مع ما طبع من وعى أفراد المجموعة حتى بعد افتراقهم.

رابع عشر: يظل الوعي الجمعي ماثلاً في الوعي الشخصى لكثير من أفراد المجموعة، دون دراية
بذلك، بما يسهم في تحريك وتطوير ونماء العلاقات التالية لخبرة هذا العلاج بعد انتهائه.

خامس عشر: من منطلق ثقافتنا المعتادة قد يرتبط تخليق الوعي الجمعي للمجموعة " بحضور الله معنا
بطريقة تلقائية موضوعية حاضرة في "هنا والآن" ليس لها علاقة بدين معين أو مذهب معين أو حلال أو
حرام أو أمر بالمعروف أو نهى عن المنكر، وقد كان الحرج ينتابنى باستمرار - كما ذكرت - كلما
اضطرت لذلك وعرجت إلى هذه المنطقة ولو مصادفة، أو ضمنا حيث كنت أخشى دائماً الترجمة الفورية
إلى مفاهيم سلطوية تقليدية جامدة ومغتربة عن "هنا والآن".

استشهادات داعمة:

كنت أحسب أن ما وصلنا من العلاج الجمعي خلال أكثر من "أربعين عاماً" هو فى أحسن الأحوال
قاصر على ثقافتنا أكثر من غيرنا وذلك من خلال ممارسات وانطباعات وفروض إكلينيكية خالصة، وإذا
بفيض ما وصلنى حديثاً من إنجازات علمية من مختلف المصادر يطمئنى أن طالبى المعرفة والعلماء فى
كل مكان أمين يعملون فى نفس الاتجاه حتى وصلوا إلى فروض ومعلومات شديدة الارتباط بما عايشناه
ونعائشه فى خبرتنا بما يدعمها عبر قنوات علمية ومعرفية أخرى بلغات أخرى.

أهم النقاط التى تصدّرت الاحداث فالاحداث هو التأكيد على فاعلية ونشاطات وتعدد قنوات التواصل
بين البشر، واستدامة نبض المخ البشرى باستمرار لإعادة التشكيل، وأهمية وحدات الزمن المتناهية الصغر
فى احتواء التفاعل بين الناس وبعضهم البعض، وسوف أحاول الآن الاستشهاد بمقتطفات من الأحداث
فالأحداث مما وصلنى فى هذا الشأن.

الفكرة الأساسية قبل كل ذلك وحول كل ذلك: هى أن المخ البشرى عضو عظيم التعقيد بالغ
القدرة فائق الكفاءة دائم النشاط فى عمليات إعادة تنظيم نفسه باستمرار فى الصحة والمرض، هذا
المدخل برغم أنه يبدو عضويًا عصبيًا مشتكيًا بيولوجيًا إلا أنه هو الذى تتناولها الأبحاث الأحداث
فالأحداث، ومن خلاله نتعامل مع المخ البشرى الآن كمنظم عملاق للمعلومات والطاقة، Processors
of Energy and Information الأمر الذى يظهر فى تجليات السلوك البشرى المختلفة.

- [1] - يحيى الرخاوى (مقدمة فى العلاج الجمعي (1) من ذكاء
الجماد إلى رحاب المطلق) (الطبعة الأولى 1978)، (والطبعة
الثانية 2019) منشورات جمعية الطب النفسى التطورى،
والكتاب متاح فى مكتبة الأنجلو المصرية وفى منفذ مستشفى
دار المقطم للصحة النفسية شارع 10، وفى مركز الرخاوى:
24 شارع 18 من شارع 9 مدينة المقطم، كما يوجد أيضاً
بموقع المؤلف www.rakhawy.net وهذا هو الرابط.
- [2] - فضلنا استعمال كلمة تعلق بدلاً عن كلمة "طرح"
Tranference لتوضيح وجهة نظرنا أن المسألة ليست مجرد
طرح يستعيد علاقات والدية (أو غير والدية) قديمة، وإنما
هى ممارسة علاقات جديدة متحركة.

إرتباط كامل النص:

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakD291120.pdf>

شبكة العلوم النفسية العربية

نحو تعاون عربي رقيقاً بعلوم وطب النفس

الموقع العلمي

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

المتجر الإلكتروني

<http://www.arabpsyfound.com>

الكتاب السنوي 2020 1 " شبكة العلوم النفسية العربية " (الاصدار الثامن)

الشبكة تدنل عامها 20 من التأسيس و 18 على الويب

20 عاما من الضح... 18 عاما من الإنجازات

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

*** **

المجلة العربية " نفسانيات "

مجلة محكمة في علوم وطب النفس

على المتجر الإلكتروني

http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=24&controller=category&id_lang=3

على شبكة العلوم النفسية العربية

<http://www.arabpsynet.com/apn.journal/index-apn.htm>

على الفيس بوك

<https://www.facebook.com/Ajps/>

*** **

بوسترالمجلة العربية " نفسانيات "

<http://www.arabpsynet.com/AFP-PubBr/APF.NafssaniatPubBr.pdf>

الفصل 2: من الكتاب السنوي الثامن للشبكة " 20 عاما من الضح ... 18 عاما من الإنجازات "

الإنجاز الثاني: مجلات ودوريات في علوم وطب النفس

تحميل من " شبكة العلوم النفسية العربية "

<http://www.arabpsynet.com/Documents/eBArabpsynetPart2.pdf>

تحميل من المتجر الإلكتروني ل " مؤسسة العلوم النفسية العربية "

http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_product=290&controller=product&id_lang=3

ملفات الأعداد القادمة

<http://www.arabpsynet.com/apn.journal/Nafssaniat-NextTopics.pdf>

قواعد النشر- المجلة العربية " نفسانيات "

www.arabpsynet.com/apn.journal/APNjournalNotice.htm

العدد 67 (خريف 2020) - عدد ممتاز

الملف : « إتجاهات علم النفس الحديث »

المشرف على الملف: أ.د. مصطفى مشوي (علم النفس - الجزائر / الكويت)

شراء الاصدار الرقمي من العدد 67

http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_product=430&controller=product&id_lang=3

الفهرس والافتتاحية

التحميل من الموقع العلمي: شبكة العلوم النفسية العربية "

<http://www.arabpsynet.com/apn.journal/apnJ67/apnJ67-Content.pdf>

التحميل من المتجر الإلكتروني ل : مؤسسة العلوم النفسية العربية "

http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_product=429&controller=product&id_lang=3

الملخص

<http://www.arabpsynet.com/apn.journal/apnJ67/apnJ67.HTM>