



المجلد 2، الجزء 17 - 1 أسبوع 2، جانفي 2009

إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية

أسبوع 3: جانفـي 2009

النص البشري في سوائه وإضطرابه

... قراءة من منظور تطوري

بروفيسور يحيى الرخاوي

أسبوعيات جانفـي 2009

الفهرس

- الخميس 2009-01-01:
3762 -489 أحلام فترة النقاهة "نص على نص"
- الجمعة 2009-01-02:
3764 -490 حوار/بريد الجمعة
- السبت 2009-01-03:
3778 -491 "غزة"، وقودٌ لتشكيل "المخ
العالمى الجديد!!!"
- الأحد 2009-01-04:
3780 -492 التدريب عن بعد: الإشراف على
العلاج النفسى (29)
- الإثنين 2009-01-05:
3787 -493 يوم إبداعى الشخصى
- الثلاثاء 2009-01-06:
3790 -494 أعطال فنية لأجهزة ذكية"
- الإربعاء 2009-01-07:
3795 -495 "متواطئون!!!"
- الخميس 2009-01-08:
3800 -496 أحلام فترة النقاهة "نص على نص"
- الجمعة 2009-01-09:
3802 -497 حوار/بريد الجمعة
- السبت 2009-01-10:
3819 -498 الامتناع عن التوقيع
- الأحد 2009-01-11:
3827 -499 التدريب عن بعد: الإشراف على
العلاج النفسى (30)
- الإثنين 2009-01-12:
3838 -500 يوم إبداعى الشخصى ميتة موت
- الثلاثاء 2009-01-13:
3840 -501 عن الخذى، والقهر، والذنب، والاحترام (5)
- الإربعاء 2009-01-14:
3849 -502 عن الخذى، والقهر، والذنب، والاحترام (6)

- الخميس 2009-01-15 :
 3863 -503 أحلام فترة النقاامة "نص على نص"
 الجمعة 2009-01-16 :
 3864 -504 حوار/بريد الجمعة
 السبت 2009-01-17 :
 3880 -505 ... حتى لا تكون متواطئا!!
 الأحد 2009-01-18 :
 3888 -506 التدريب عن بعد: الإشراف على
 العلاج النفسي (31)
 الإثنين 2009-01-19 :
 3895 -507 يوم إبداعى الشخصى: حوار مع الله (5)
 الثلاثاء 2009-01-20 :
 3897 -508 عودة إلى عينة من ألعاب
 العلاج الجمعى
 الأربعاء 2009-01-21 :
 3905 -509 عودة إلى عينة من ألعاب العلاج الجمعى

الخميس 15-01-2009

503- أملاهم فترة النقاهة "نص على نص"

نص اللحن الأساسي: (حلم 125)

توجهت إلى مسكني فوجدته يمور بالحركة ولا شيء من الأثاث في موضعه وثمة غلمان وبنات لا أعرفهم يلعبون هنا وهناك دون أن يحسوا بحضورى فانقبض صدرى ودلفت إلى الشرفة المطلّة على حديقة قريبة مني وفيها شجرة ضخمة تمتلئ أغصانها بالعصافير المزققة وكانت الزقزقة وحركة العصافير قد أنستني كل شيء غير صوت العصافير وهي تغرد.

التقاسيم:

... لكن الغلمان والبنات انطلقوا فجأة من المسكن إلى الحديقة، وأخذوا يقذفون العصافير المزققة بجارة صغيرة لا تؤذي، فزادت الزقزقة رقة، وطارت العصافير نحو مسكني وكأنها اشتركت في اللعبة، وكأنها قد اتفقت مع الغلمان والبنات أن يتبادلوا الأداء والأماكن، واحترت إلى أي الفريقين أنتمى، ودعوت الله أن يضعني حيث يرى أنه الأفضل لي، وإن كنت شخصياً أفضل الزقزقة.

نص اللحن الأساسي: (حلم 126)

ذهبنا لتهنئة الوزير الجديد بوصفنا أصدقاء قدامى فرحب بنا ووجدنا أحبنا آخرين فرجعنا معهم إلى عهد الصبا وفي الصباح التالي أذاع الراديو البيان الأول لحركة الجيش وعندما ذهبنا إلى السكرتارية للترحيب قال لنا لا تسهبوا في الترحيب قبل أن تعرفوا القادم.

التقاسيم:

... لم تكن الوزارة قد استقالت أو أقيمت بعد، فلم تمض على الحركة سوى ساعات، ثم وجدت نفسي واقفا في صف طويل أمام مجمع التحرير، ونظرت في الساعة التي فوجئت أنها ضخمة جداً وقد وضعت فوق النصب الخالي وسط الميدان، وإذا بها تعلن تاريخ اليوم وعقرب الثواني فقط هو الذى يدور بسرعة فائقة كأنه يسابق نفسه، وامتلأ الميدان بعربيات المطافئ الحمراء، وتلفت حول فلم أجد أي حريق، لكن أصوات أبواقها وأجراسها لم تكف عن الإزعاج، ثم سمعت فجأة، وانطلق ميكروفون كبير يؤذن لصلاة الظهر عصراً، وراح يكرر أن "الصلاة خير من النوم"، فسألت أصدقاءنا القدامى: ما الحكاية؟

فقال أحدهم: لقد تغير كل شيء، وأصبح نوم القيلولة أهم من قيام الليل.

الجمعة 16-01-2009

504- وار/بريد الجمعة

مقدمة:

من البديهي أن يكون التركيز في بريد هذا الأسبوع هو على "غزة"، إلا أن موضوع المؤسسة الزوجية وصعوبات إنجاحها وتطويرها قد أخذ حجما يستأمله أيضا، وأنا أتصور أن جهاد البشر ليكونوا بشرا أسوياء، لا قتلة، ولا مسوخا، يتمل الجهاد في كل الجوانب طول الوقت.

تعتة: الامتناع عن التوقيع

د. ماجدة صالح

يا دكتور يحيى لقد أشدت تعنتك هذه المرة حتى كادت أن تصل إلى حد الملح، فأشدد الألم العاجز من فرط العصب (الوتر) المشدود، دون تناثر قد يعفني ولو جزئيا من مسئولية عجزى .

فإلى أين بالله عليك وأنا من أكثر المعنيين بهذه الكارثة؟؟

د. يحيى:

دون تنازل عن الألم، ودون انسحاق به، ودون تفريغه في عويل، أو تصور أداء واجبنا كله بالتبرعات والشفقة والمصمة، أجيئك أننا ذاهبون إلى ما نستحق، ونحن نستحق خيرا كثيرا رغم الكذب، والخماقة، والنفاق، والغباء، وسوف ترين، وأنت - يا ماجدة - تعرفين، وتساهمين، ولا يوجد سبيل فردى آخر، أما الحل الجماعي العادل فهو قادم أيضا من مجموع اصرار الأفراد، نأمل ألا يتأخر إلا بمقدار أن نكون أهلا له.

أ. هيثم عبد الفتاح

أنا لا أوافق على التوقيع، وحاسس بالذنب والتقصير تجاه إخواننا في غزة، وفي نفس الوقت جويا سخط وغضب كبير جداً تجاه حكامنا العرب الذين وقفوا ولا يزالوا واقفين مكتوف الأيدي ومنذ زمن بعيد تجاه ما يحدث بالأراضي المحتلة.. إلى متى سنبقى هكذا... في هذه اللحظة التي اكتب فيها هذه الكلمات لا أملك سوى الدعاء للأخوة في غزة بالصمود والاستبسال، وأيضاً الدعاء لحاكمينا بأن يتخذوا موقفاً، أى موقف.

د. يحيى:

الدعاء للإخوة في غزة وارد، وواجب، ومستجاب، على ان نكون أدوات تحقيقه.

أما الدعاء لحاكمينا بأن يتخذوا موقفاً أى موقف، فسوف يستجاب أيضاً لأنهم فعلاً يتخذون موقفاً، لا أحب أن أصفه لأنه ليس الموقف الذى فى بالك.

د. مروان الجندى

أتفق مع حضرتك فى الامتناع عن التوقيع، وأحياناً كثيرة لا أحب أن أخوض فى مناقشات خاصة بالحرب والسلام، وحال الأمة العربية وأتهد منها حين تثار أمامى، ولكن يتولد داخلى احساس بالقهر والعجز لا أعرف ماذا أفعل به.

د. يحيى:

أسف، ذلك لأنى أعتبر قبول القهر والاعتراف بالعجز هما مشاركة من جانبنا -غالباً- فى الجارى

الصدق والمواجهة، بقبول الهزيمة، وإعلان الاستسلام وتسريح الجيوش الرسمية، ثم تجييش الشعوب المهزومة استعداداً لنصر حقيقى هو حل شديد الإيلام، لكنه أفضل من الكذب والتأجيل والخداع والنفاق.

استمرار الحرب إلى أن ننتصر، أو قبول الهزيمة السالفة المواصفات هو الحل، ودفع ثمنها، مع البداية الجديدة الفورية، هو الخيار الواقعى المؤلم.

د. محمود حجازى

استفدت كثير من قراءة حضرتك للتاريخ بهذه الطريقة ذكرنى بما يفعله الأستاذ هيكلى على قناة الجزيرة، ولكن إذا ماذا؟ أخشى أن يكون مجرد كلام فى كلام كعادتنا، ثم ماذا سيفعل هذا الفهم هل سيطعم أهل غزة؟ هل سيوصل السلاح للمقاومين؟ هل سيعرّض إسرائيل؟ أشك فى ذلك.

الإسرائيليون ومن ورائهم الإمبريكان لا يفهمون سوى لغة القوة، هم يعرفون آخرنا، سيخرج حكامنا ليشجّبوا وينددوا، وتخرج الشعوب للتظاهر ثم نعتاد على كل ذلك ويستمر الوضع.

د. يحيى:

أولاً: أنا لا أوافق الأستاذ الحرفى الحاذق هيكلى فى موقفه أو تحليلاته، وأسى أحياناً ما يتحفنا به من ذكريات ووثائق، اسميه "الكذب الموثق" وهو مشارك مائة فى المائة فى الكذب فى قراءته لما حدث سنة 1956، وأيضاً فى المشاركة فى هزيمة 1967 ثم تبريرها، وإطلاق اسم التذليل عليها وتسميتها "نكسة"، ... إلخ

وهو إن لم يعترف بكل ذلك بشجاعة فلن أقبل منه أى تفسير من مقعد المعلم الحاذق المغرض، بوعى أو بغير وعى،

ثم إننى لا أصدق التاريخ عموماً فهو على أحسن الفروض "وجهة نظر"،

وما قدمته هو "موقف معاش عمره أكثر من ثلاثة أرباع قرن يخطئ ويصيب، ويأمل أن يتعلم باستمرار".

ثانياً: الرد على الجزء الثانى من تعقيبك تقرأه فى تعتعة الغد (السبت) إن شاء الله.

أ. نادية حامد محمد

لا أوافق على توقف حضرتك عن كتابة "التعتعة" الخاصة بأحداث غزة، وأطلب من حضرتك استمرار الكتابة فيها لأنها إبداع و حضرتك سبق وذكرت إن : الحرب - الإبداع - الألم - الصبر، تكفى أن تكون حلاً مؤقتاً للأحداث الجارية.

د. يحيى:

الألم الذى يتفجر داخلى وأنا أكتب فى هذا الموضوع أكبر من كل تصور، وأخشى أن يشلنى، وأنا لا أتصور أن الكتابة لها دور إيجابى فيما نحن فيه، إلا للتخطيط "للفعل" الذى لابد أن يستمر طول الوقت طول العمر، وأتصور أن ما نفعله سويًا فى هذه النشرات هو فعل "لأننا نبحث سويًا فى إحياء القطرة البشرية التى شوهوها بكل هذا القبح، ونأمل أن نواصل السعى لإعادتها إلى أصلها كل دقيقة، بكل وسيلة.

د. عمرو دنيا

أوافقك الرأى تماماً يا سيدى فى امتناعك عن التوقيع، كما أنى أوافقك فى تحفظك وتحوفك من المصدر الذى يرمى ذلك الموقع وأولئك المتطوعين، فهناك كثير من علامات الاستفهام بداخلى تجاههم.

د. يحيى:

أرجوك ألا تنسى فضل الصديق الذى أرسل لى "الميلد" الأساسى الذى نبهنى أنا وانت إلى هذا الموقف، فهو صاحب السبق فى الامتناع عن التوقيع وله الشكر أولاً.

د. مدحت منصور

وصلتلى حيرة حضرتك واحترت معك بدرجة من الحماس وعدم التركيز والآن أضفت لى خيرة جعلتلى أفهم كارثة 1948.

وصلنى (أظن) إحساسكم وأنتم تقرأون الفاتحة، نحن نعلم على أنفسنا تساعدنا حكوماتنا وإعلامنا على أن نعتبر كأمم ديفيد استسلاماً شجاعاً و رغم أن هذا ما أشعر به (استسلاماً غيبياً) إلا أنى أول مرة أقرؤه، كنت محتاجاً جداً أن أقرؤه، كنت محتاجاً أن أشعر أنى لست مخطئاً. الآن والغالبية من الناس فى حيرة وقله حيلة وعتامة عقل هلم وأنر طريق أحياء يعيشون فى الظل، لا أقول أن ننسى أو نتناسى الحادث الآن ولكن لا نريده أن يحدث مرة أخرى ونحن (الناس) حتى غير قادرين على

الرؤية على التفكير، نريد أن نتعلم أولاً كيف نفكر وكيف نشعر بذواتنا ونشعر الآخرين بذواتهم حتى تنشأ أجيالاً قادرة أولاً على استخدام العقل والإبداع، عندها نستطيع أن نحارب جيلاً بعد جيل.

د. يحيى:

لا أخفى عليك أنني كنت، ومازلت من مؤيدي كامب ديفيد، ومن مؤيدي زيارة السادات للقدس، ومن الفرحين بحرب 1973، على شرط أن نعلن أن هي حصة كل ذلك كانت استسلاماً لا سلاماً، وألا نزع أن حرب 1973 هي آخر الحروب، أقول أنه مادام مجمل حصيلة الحروب الخمس هو الهزيمة، فلتكن كامب ديفيد هي الإستسلام الشجاع، على أن نبدأ "أول الحروب الحقيقية" فوراً، بدلاً من أن نكتفى بإعلان نهاية الحرب!! ثم نسرح الجيوش الرسمية، ونخلع كل الحكام المسؤولين عن الهزيمة، نخلعهم من كراسيهم ومن نفوسنا معاً، ثم نبدأ في إعداد الشعب جيشاً كاملاً في كل المجالات.

موجز ذلك كله، سوف أنشره غداً أيضاً.

أ. رامى عادل

الحياة هي الحرب، منذ عرفناها، إلى الآن، أنت تحارب حتى اصداقك، ربما كي تكسبهم، لا داعي للسلام، فهو آفة العقلاء، ولا سبيل إليه، مهما غرتنا الاماني، مصر تعيش حالة حرب/ طواري، وكذلك كل انحاء الارض، منذ نصحوا باكراء، وحتى في احلامنا الهرمة، انا وانت تحارب بعضنا البعض، في عبادتك، وعلى هذه الشاشة، وفي ندوتك، والى ان يرحل احدها، كي يلحقه الآخر، لا داعي لانكار اننا متورطون الى النخاع في الحرب، واعدائنا منتشرون في كل بقاع الارض، ونحن مثلهم تماماً، وكلنا لسنا أنبياء، نحن خلقنا للحرب، نعم، لم نقتل بعد، تماماً، ولكننا على استعداد، وانت لا تدرى من يحتاج لمن، ولا من منا قد يردى أخاه قتيلاً، رائحة الدم (الحقيقية) موجودة في كل مكان، وحدث الاحياء قد اعبتنا، ويدا قاسية تنغز كلا منا في مرقده، تستبيحه، ومع ذلك فالحرب الحقيقية لم تبدأ بعد، على الاقل هنا

د. يحيى:

ماذا جرى لك يا رامى؟ كيف عقلت هكذا؟، لكنه عقل أرسخ من أي جنون يارجل.

أ. محمود محمد سعد

أين الإشارة إلى جهاد النفس (في العمل - الأسرة - تربية الأولاد - إشارات المرور..). ينبغي أن تكون لها دلالتها وقيمتها.

د. يحيى:

جهاد النفس كما يعرفه الفقهاء على العين والرأس، ولكن الجهاد الأكبر هو أن تعمل عملاً حقيقياً جاداً فرحاً مسئولاً متأماً طول الوقت، طول العمر، وهو الذي يبدأ مع استمرار الحرب، مرة أخرى: بعد إعلان الهزيمة للبدء من جديد.

نشوقها هزيمة ومستغربين من الكذبة الكبيرة.. لأ وبندلج فيها ونسميها أيشى معاهدة سلام وحقيقة الأمر أنها كانت معاهدة استسلام، وأيشى نسميها تبادل ثقافي.. وأيشى تبادل تجارى .. إلخ ونتيجته ده هو اللى شايفنوه النهاردة فى قطاع غزة.

د. يحيى:

ليس عندى إضافة أكثر مما ذكرتُ سابقا.

تعتة "غزة"، وقودٌ لتشكيل "المخ العالمى الجديد!!"

د. محمد أحمد الرخاوى

لست ادري كيف تحملت ان تلملم نفسك وان تركز في حالات سامح وغيره، انا لم استطع ان اقرأ اصلا حتى الآن، لكني حاولت ثم خطر ببالي كيف يمكن ان يغوص كل هذا التحليل والتشريح في النفس تصورا انه علم بالنفس ووضع الفروض التي هي بداهة قابلة للتطوير والتعديل او حتى الرفض، لكن هذا ليس السؤال، السؤال هو هل يمكن لهذا الغوص الشديد ان يتحول الي نماذج بديلة الي صحة نفسية ثمانية بدءا من الطفولة شخصيا مروراً بالتربية على مراحلها المختلفة، اذا كان هناك ما يسمى بالتربية، مروراً بازمات المراهقة فازمة منتصف العمر الخ...

بمعنى آخر هل تحلم بعد كل هذه الخبرة العريضة والعميقة ان تكتب لنا ولن سيأتي بعدك خبراتك فيما مر بك وان تكتب كيف التعامل مع محنة البشر في سوائهم واضطرابهم كما قال جمال الزكى بمعنى اخير الم يأن الاوان ان تشرح لنا كيف يتولد البشر في صحة نفسية مع احترام ازمات وجودهم بمواكباتها ثم تجاوزها بعد استيعابها لاضطراب النمو فالتطور ان امكن

د. يحيى:

من جهة أحلم، فأنا أحلم! أنا لا أكف عن الحلم غائصا في الواقع

حاضر من عبثي

علما بأنه -بداهة- لا يكلف الله نفساً إلا وسعها

وأعتقد أن "وسعى" هو أقل كثيرا من آمالك

لكننا نحاول

التدريب عن بعد: الإشراف على العلاج النفسى (30)

عن المؤسسة الزوجية والعلاقة بالموضوع (2 من 2)

د. أميمة رفعت

قفزت في ذهني فكرة غريبة شوية على الوقت الحاضر ويمكن أن أتهم بالدناءة أو الرجعية على ضوء الثقافة الحاضرة والتي كان هناك إصرار على تأصيلها في مجتمعاتنا الشرقية، ألا يمكن أن يكون تعدد الزوجات حلاً لهذه المؤسسة الباردة الجامدة القائمة في مجملها؟ ألا يمكن أن يحرك هذا الحل والذي قد يبدو مضحكا المشاعر الأنثوية البدائية والمختبئة داخل تعقيدات التقدم لتظهر داخل المؤسسة الشرعية مرة أخرى فتؤدي إلى حراك ما، ذكري أنثوي وبالعكس يحل مشكلة الجمود والبرود والقمع معاً؟ أحاول أن أوضح بمثال عن الغيرة، الآن أصبحت غيرة المرأة على زوجها مصحوبة عادة إن لم يكن دائماً بتجريم الرجل وحتى على سبيل الاحتياط وإن لم يكن الرجل على خطأ وإن أعجبت به أخرى، وصل أن تنكر بعض النساء عنصر الغيرة من أصله مقابل عقلنة ما وكأن الغيرة هي ضد العقلنة.

مثل آخر التودد إلى الزوج والذي يعني عندي التقرب بحنان ويمكن برشوة ترضي الزوج أظن أن هذا التودد قد قل كثيراً في الجمل دون التعميم ولو بكوب من الشاي. أتحدث طبعاً عن الديانات والمذاهب التي تسمح بذلك محترماً كل ما يخالفها، أرجو أن يتسع صدرك يا أستاذنا لمثل ذلك ولكم جزيل الشكر.

د. يحيى:

همت أن أعتذر عن التعقيب على هذا الرأي الشجاع الطيب، كما أتى لم أفهم قولك" .. وكان الغيرة هي ضد العقلنة"،

وعموماً، فإني أوصيك وأوصي نفسي بقراءة التاريخ بمسئولية، للتأكد من ضرورة العدل بين أطراف القضية، وأن يكون المقياس هو مقدار النضج لكل من الطرفين، وليس مجرد التمييز بين رجل وامرأة، وأن ننتبه إلى أن المرأة نالت من الظلم ما يكفيها وزيادة، وهي ليست ملزمة بالتودد أو التقرب للزوج سواء كرشوة وأيضاً ليس بالضرورة من جانبها ابتداءً، بقدر ما أن الرجل أيضاً ملزم بذلك،

القضية أصعب من أي اختزال، وكل الحلول البديلة -على قدر علمي- فشلت بشكل أكبر من فشل المؤسسة الزوجية، ونحن مازلنا في حاجة إلى ابداعات تطويرية يبدو أنها ليست في متناول مدى وعينا الآن،

كما يبدو أن ثمة حلولاً فردية هنا وهناك تلوح في الأفق أحياناً، إلا أن تعميمها على حساب المرأة، هو ظلم فادح.

أ. يامن نوح

عندي تعليق وسؤال في نفس الوقت يخص مسألة أن المؤسسة الزوجية التي على حد تعليقكم \ "لم تحقق الغرض منها حتى الان. \".

طيب السؤال.. هو له الافتراض من المؤسسة انها \ هي \ التي تؤدي ذلك الدور في \ "تحفيز شخصين مختلفين فعلاً للاستفادة من الاختلاف لا للغاؤه \". ..؟

الاهتمام بتفاصيل صغيرة تهم الآخر و هي مقاييس حيوية و لمست حضرتك ما قبل اللقاء ما يذكرني برقص الطيور أو الحيوانات قبل التزاوج فيحدث أيضا نفس الشيء من قرب أو إحساس بالقرب أو التفويت أو الاهتمام كدعوة للقاء .

مسألة أخرى كثيرا ما يفشل الزوجين في التعبير عن نوع الاحتياج على المستوى الحيوي إما لعدم إدراك نوع الاحتياج أو صياغته في كلمات تعبر عنه، كما أن الالتزام بأداء احتياج ما يستتبع الكثير من الجهد نظرا لعدم التأكد من الاحتياج المطلوب. يعني هل أنا ماشي صح هل ما أقدمه يصب في منطقة احتياج الآخر.

د . يحيى:

أشعر عموماً أنه قد وصلك الإشكال، لكنني أحذرك من إعطاء الألفاظ، في وصف أو تحريك عمق هذه العلاقات، قدرا أكبر مما تستحق وتستطيع

كما أن المسألة ليست "صح"، و"غلط" بقدر ما هي إبداع وتواصل، أم عمى واستعمال.

أ. حسن سرى

الطبيب المعالج تسبب في حالة طلاق وأرى ان ذلك اسوأ ما يمكن فكيف يا استاذنا الكبير لم تعلق على هذا وتبارك للطبيب المعالج وانه قام بواجبه على احسن ما يرام

د . يحيى:

لماذا هو (الطلاق) أسوأ ما يمكن ؟

لماذا أحله الله إذن؟ أنا لا أوافق عموماً على الطلاق لأنى لا أحب لابنتى أو ابني أن يطلق أحدهما؟ ومرضى هم أولادى وبناتى فلا أحب لهم ذلك أيضاً، لكن هذا لايعنى أنى ضد الطلاق على طول الخط، خاصة وأن البديل هو طلاق آخر -في جولة قادمة- عادة،

ثم في هذه الحالة لم يحدث طلاق فعلى، وإنما هو ما يسمى "غضبت في بيت أهلها" لا أكثر،

فلماذا هذا الانزعاج؟

أ. محمد اسماعيل

كيف يكون التغيير عن طريق الحركة، رغم أن الحركة خطر باستمرار.

د . يحيى:

وهل هناك حركة حقيقية دون خطر، من يرفض المغامرة بالحركة حتى إلى مجهول، عليه أن يستسلم لعدم التغيير، لا يوجد شيء اسمه "التغيير الآمن" 100%، تناسب المغامرة مع قدر الحسابات الناقصة، وهذا وارد في أى محاولة إبداع نحو التغيير.

أ. محمد اسماعيل

هناك بعض المؤسسات الزوجية تحقق النمو لكن من الممكن أن يكون نمو الزوجة أكبر من نمو الزوج وتكون واعية أكثر فتغفل المؤسسة أيضاً، فمتى تنجح هذه المؤسسة؟

د. يحيى:

ما هذا؟

العكس أيضاً صحيح فقد يكون نمو الزوج أسرع.

ثم إن هذه المؤسسة تنجح حين تستمر عملية النمو طول الوقت، بوعي مشترك، ليس فقط من الطرفين، ولكن بمباركة مجتمع محيط طيب مسئول

أ. عبد المجيد محمد

حضرتك شاورت في اليومية أن لازم نسلم أن الحركة هي خطر باستمرار، وفي نفس الوقت شاورت إنها مهمة لأنها بتساعدنا على المراجعة مع احتمالات التصحيح على شرط تكون الحركة مش في الخلل، ماذا تقصد تحديداً...

د. يحيى:

كما قلت حالا كل شيء حقيقي جاد هو خطر محتمل، لكنه يستحق المخاطرة إليه وبه، وهذا فقط هو ما يمكن أن يثمر ما نحن - البشر - أهل له،

هو خطر بقدر ما هو رائع .

أما "الحركة في الخلل" فهي حركة زائفة حيث تؤدي إلى تغيير.

أ. محمد المهدي

هل يمكن فهم دور الزوج هنا أنه كان يقوم بدور "المضحى" في حالة وجود الأعراض، ومع اختفائها تضائل هذا الدور؟!

د. يحيى:

لا أظن أن المسألة هي تضحية أولاً تضحية، أنا عموماً لا أحب هذه القيمة التي تسمى تضحية، العطاء الحقيقي هو أخذ رائع، فأين التضحية؟

أ. محمد المهدي

المؤسسة الزوجية ضرورية رغم عدم تحقيق الهدف منها، لا بد وأن تكون متغيرة ومتحركة طول الوقت ولا بد من قبول خطر الحركة بداخلها.

ولكن سؤالى هو ماذا يفعل أحد الطرفين، إذا ما كانت حركيته وتغيره تسبق الآخر بمراحل هل يستحمل، وهل يقبل هذا المقدار من الاختلاف في درجة التغيير، وهل يكون قبوله لهذا الفرق في التغيير والحركة هو من شروط استمرار المؤسسة (قبول الآخر)؟

د. يحيى:

القبول شديد الأهمية، لكن القبول غير التسليم، القبول الإيجابي هو بداية وليس نهاية، لهذا فالمسألة صعبة، وسوف تظل صعبة إلى مدة ليست قصيرة.

أ. منى أحمد فؤاد

أنا معجبة جدا بـ Grammar of the family (القواعد النحوية للأسرة) أول مرة أقرأها بس لازم أحاول أتعرف عليها أكثر.

د. يحيى:

وأنا أيضا

أ. منى أحمد فؤاد

أنا شايفة إن اللي وصل له المعالج مع هذه المريض مرحلة جيدة جداً، اللي وصلني إنى أفكر فى الحل البعيد الأفضل للمريض، وليس الحل الوقتى.

د. يحيى:

هذا تفكير فى الاتجاه السليم طبعاً

أ. منى أحمد فؤاد

أنا شايفة إن ما وصل إليه الزوج حالياً هو أفضل بكثير من العلاقة الأولى التى هى من وجهة نظرى تعنى التمثيل، أنا شايفة إن المعالج محتاج يشد على الزوج حتى لا يتحول للأسوأ وإن مايزودهاش أكثر من كده.

د. يحيى:

لا أشارك الرأى فى الجزء الأول

كما أنى لا أرى أن المسألة هى "شد" على هذا أو ذاك، فهو علاج، وليس تهديبا وإصلاحا.

أ. محمود محمد سعد

هل يحق للمعالج النفسى أن يتدخل فى العلاقة الزوجية إلى هذه الدرجة؟ أقصد أن المعالج يطلب من الزوج أن يبقى الزوجة فى بيت أبوها لمدة أسبوعين مثلاً، وفى هذه الحالة ومن يتحمل عواقب الفشل؟

د. يحيى:

طبعاً يحق

المعالج - خصوصاً فى ثقافتنا - والدّ مسئول، فقط عليه أن يلتزم بالإضافة إلى ذلك بالقواعد المهنية بما فى ذلك مواصلة ممارسة الإشراف وقبول النقد فالتعديل.

أ. محمود محمد سعد

حدث الشفاء للمريض قد يؤدي أحيانا إلى إشكالات أسرية أو زواجية وعلى المعالج أن ينتبه إليها.

د. يحيى:

هذا هو.

أ. هالة فؤاد

د. أحمد الشافعي بذل مجهودا مع الحالة ويمكن لو كنت مكانه كنت هاخبطاً في الموقف الحير ده بس اللي انا مستغرباه هو موقف جوزها يعنى لما تيجى تتحسن كان المفروض بمحمد ربنا ويفرح وبمجيها ويساعدها.

د. يحيى:

هو موقف يبعث على الاستغراب

لكنه ليس غريبا

هكذا علمتني خبرتي

أ. هالة فؤاد

مضايقتي في الزوجة للدرجة دي زى ما يكون إحساس بالقهر، بس رغم الإحساس ده جه معاه تحسن في الحالة واختفاء أعراض.

د. يحيى:

أنا معك

برغم أني لا أشارك الطمأنينة إلى اختفاء الأعراض

أ. رامى عادل

متهياي، ان ربنا مصرنا على بعض، على البلاوى المستخية، اللي بنحاول نداريها، وكل ما مصيبة تطلع تنط لنا، نقوم هات يا تفويت، مش عارف ايه الحكاية، خايف نكون بنلعب استغماية، خد ما واحد فينا يطب، يتمسك، الثاني يقفشه في الضلعة، احنا الاتنين بنكشف بعض لبعض، بس ساعات بيكون الجرح مر وصعب، مبيستحملش اشوفه، اشوف الوجع.. ده، وهى مابتستحملنيش ضعيف، مسكين، مين فينا الضعيف ومين المسكين؟ يا ترى ربنا هيساخننا؟ بيساخننا؟ مش عارف.

د. يحيى:

يا جدع انت

"ماتعقلش قوى كده"

حوار/بريد الجمعة: 9-1-2009

تسافر بنا، تسبقنا للجنة، نجدها مورده كما كانت الامس، تبادلنا رقه برقه، زدناها زهوا، تسحرنا بالوانها البهية، فهي فجرا مشرقا حنونا، يسيل لعابنا ونتمختر كجوادين.

د. يحيى:

حتى كأننا ...

عن الخزي، والقهر، والذنب، والاحترام (5)

الحلقة الخامسة (آخر لحظة!!! قبل الأخيرة)

أ. رامى عادل

نحن في الاصل قتله، مهما راوغنا، وكل واحد مستعد يقتل نفسه (في الاول) بطريقة شكل، يمكن مش برضاه اوي، يمكن مجبر، ويمكن، ويمكن، سهل اوي اعري نفسي، لما تجيلي فرصة، وماستحملش واتلخبط، واشوف (مش انا) بلاوى متلته، وتجلي همى، كل ده وارد وطبيعى في حاله زي دي، طيب وبعدين الدنيا بتتلم ازاي، بتفرق، بيتهيألي بيوصل معنى هو السبب في التهزيء ده، ومعني بيحب ربنا في خلقه، انا بتكلم عن امي الواحد بيكشف نفسه لنفسه ويعرض روحه للبشاعة دي ، ثم يلاقي الدنيا مش واقفة، وان القاتل هو هو اللي بيأخذ بايده للناحية الثانية، وساعات بتبقى شكة دبوس، طلوع الروح والاحتضار صدقوني ممكن يحصل لاي بني ادم مهما كان، وبنشوف ناس كتير متعرية، وساعات تبقي فل الفل، يبدو ان ظهور احد بهذا المستوي المتدني، مخرج ومطين، بس نعمل ايه، ماهي امنا حواء، وبالمرة ابونا ادم، هم اللي بداوا، واحنا ومعانا سامح ادينا بنحاول ن فك العمل، ن فك النحس.

د. يحيى:

وكأني اكتشف معك يا رامى تاريخنا الأسطوري من جديد.

عن الخزي، والقهر، والذنب، والاحترام (6)

الحلقة الأخيرة (إن شاء الله!!)

أ. رامى عادل

لا ادري، ولكننا نتعري، وتنكشف وجوهنا وكذلك ظهورنا، مهما بدوننا اقوياء ومحتملين، وهذا لا يقتصر علي المرضى بطبيعة الحال، وهو جميل، ولكن بعد ان نتعلم منه كيف نغطي انفسنا، ومن حولنا، نحن لا نتعري بارادتنا تماما، ولكن هذا الشعور يقاومه العقلاء، ويجتازونه، هي خبرة معرفية، ان ينكشف جرحك، مهما تظاهرت بغير ذلك، ومع وجود اناس يحبونك وترتاح لهم، يقوموا معك باللازم، وهو يتحقق في مجتمعات شديدة الخصوصية، ان يتعرض احدهم لهذه النكسه، ثم يتعافي

تعتة

حوّل غضبك إلى مشروع

قبل التعتة

مازلت أشك، من حيث المبدأ، في جدوى الكتابة في هذا الموضوع بوجه خاص، ومع ذلك جمعت ما كتبته في هذه النشرة اليومية منذ بداية الجولة الحالية في الكارثة المتجددة قبل ثلاثة أسابيع، فبلغ ما يناهز الأربعين صفحة، وشعرت أنني - هكذا - أناقض نفسي بشكل ما، قلت أوجز كل ذلك في ستمائة وخمسين كلمة، الحد الأقصى للدستور، فوجدت أن الإيجاز أكثر إفادة، فكتبت التعتة التي صدرت قبل أول أمس ونشرت في الدستور فعلا، وحين هممت بإعادة نشرها هنا اليوم كالعادة، كان قد وصلني بعض البريد ردا على ما سبق كتابته، وأيضاً، حاملا اقتراحات عملية تخفف من غيوم الحيرة، وتفتح الباب لأي إسهام مهما بلغ تواضعه، فقررت أن أجمع هذا كله في نشرة اليوم لعله يكمل بعضه بعضاً

وفيما يلي ترتيب هذه النشرة لعله يحقق هذا الغرض

أولاً: الموجز الذي نشر في تعتة الدستور بعنوان "متواطئون"، والذي وجدت أنه كان شديد التكثيف فجاءت رسائل الأصدقاء هنا الآن، بمثابة المذكرة التفسيرية له بشكل أو بآخر.

ثانياً: رسالة الصديق د. مدحت منصور، وهي تبين الجهاد الشخصي (ربما الأكبر) حين يوقظ الحدث الدامي بكل إرغابه وبشاعته، بوقظ فينا قرارات ذاتية أدعو الله أن تكون قابلة للتنفيذ طول الوقت طول العمر. قرارات تعلن التزامات ما، هي التي كنت أعنى أنها سوف تتكاثف وتترابط حتى يصبح التغيير القادم هو النتاج الطبيعي لها، ليس فقط تغيير الفرد الذي أعلنها، بل ربما تغيير العالم، وهذا ما كنت أعنيه بـ تنشيط الوحدات البشرية - الخلايا - كل واحدة في موقعها، وإزالة التلوث الذي لحقها بالكلام والكسل والخداع والكذب، و.....

ثالثاً: رسالة الصديقة د. أميمة رفعت، وهي على تواضع ما تقترحه من إسهامات، إلا أنها تبين كيف أن "أى شيء" مهما ضلَّ هو ممكن أن يبني في داخلنا وخارجنا ما ينفعنا وينفع الناس،

(وأنتهزها فرصة لأعتذر لها أن ما نشر أمس في بريد الجمعة باسمها تعليقا على المؤسسة الزوجية، كان مرسلا من الضيف الأول لهذه النشرة وهو د. مدحت منصور، وليس منها، وقد أرسل إلى د. مدحت صباح اليوم هذا التصحيح، وقد أخذت سكرتاريتي مؤاخدة شديدة لهذا الخطأ الذي كان على أن أكتشفه حين تعجبت أن يأتي هذا الرأي من د. أميمة، والآن فهمت، فعذرا)

رابعا: رسالة عملية وهامة جاءت عبر الشبكة العربية للعلوم النفسية: تدعو إلى أن "تحول غضبك إلى مشروع"

أولا: (تعتة الدستور)

"متواطئون!!!"

..الهول، الهلع، الأشلاء، الموت، الدمار، البطولات، الاستشهاد، القوة، الخسة، النذالة: كلها معا لا تريد أن تتركني برغم أنني لا أشاهدا رأى العين، الدماء تغمر وعيى حتى أعلى الصدر وتكاد تزحف نحو مداخل أنفاسى، صيحات الأطفال وولولة الأمهات الثكالى يتشكل بها كل صوت يصلنى، ولو كان بوق سيارة، أو أزيز فتح باب قريب، أو شخشة صوت مصعد قديم.

بلغ بي الحال أن أتصور أن أى إلهاء عن فعل يمكن أن يحول دون الجارى هو فُرجة لا أكثر، الألم الساحق إن لم يدفع إلى فعل قادر يمكن أن ينقلب إلى مازوخية استمنائية قبيحة، كل المساعدات والأصوات والتبرعات والابتهالات والدموع كلها محترمة ومشكورة ورائعة، لكنها في نهاية النهاية قد تكون إجهاضا لفعل أكبر وأهم، فعل يمكن أن نتفجر به إلى ما ينبغي. الخوف أن نكتفى بتلك الأعمال الطيبة والنوايا الحسنة تنفيذا وتسكينا، بمعنى أن تلك الأعمال الطيبة يمكن أن تجهض الغضب فالثورة، وأى إجهاض للغضب فالثورة هو تأجيل آخر، ودليل على أننا لم نتعلم من الهدنة، والتهديئة، والوعود، والكذب، والتدليس طوال واحد وستين سنة. إن أى فعل، أو امتناع عن فعل، يساهم في استمرار هذا الوضع، هو تواطؤ.

من لا يتحمل مسئوليته فهو متواطئ. ما العمل؟

دع جانبا حكومات الكبار الذين لا نكف عن استعطاقهم والاستنفاذ بهم وهم يخذلوننا سرا وعلانية، دع أوباما - الذى فرحنا بفوزه!!- وهو لا يعلق على موقف بلده من قرار مجلس الأمن، ثم وهو يصوت في الكونجرس مع 290 عضوا (مقابل خمسة) على حق إسرائيل في الدفاع عن النفس.. إلخ!!، ودع ساركوزى يصرح أن حماس تصرفت بشكل لا يغتفر، ودع ممثل الاتحاد الأوربي

يصرح أن ما تفعله إسرائيل هو حق دفاعي مشروع، ودع ميركل تنصح وتفتي وتحذر، وهي تحمّل حماس مسئولية الدم الجارى، حتى أرسل لها منتقدها على النت فنجانا ملينا بدم الأطفال، (لم أذكر أن عليك أيضا أن تدع تعبيرات وجوه الملوك والرؤساء والمسئولين العرب، منهم لله، لأنك تدعها من تلقاء نفسك).

ثم إنك لا يمكن إلا أن تحترم جهود النفسين وهم يتطوعون لتخفيف الآلام إثر الصدمات خاصة لدى الأطفال، وأن تعجب ببراعة الجراحين يلحقون أو لا يلحقون ما تطاير من أشلاء، على ألا تتوقف ذاهلا وأنت تسمع أصوات عربات الإسعاف تحترق جدر الأبنين المكتوم والصرخات الملتهبة وهي تعابرننا أننا ما زلنا أحياء،

وأيضا لك أن تجزع كما تشاء من منظر الأمهات محتضن بقايا أطفالهن وهن ينتحبن، و... و... و... و... و... كما أنه من حقا أن تفرح بكل هذا الاحتجاج المطاهراتي، والتهنئات المحرّضة، ولكن لا تأمل فيها أكثر من قدراتها.

دع كل هذا جانبا دون أن تنساه، ودون أن تتقطع أما وهو لا يترك تدعه، ودون أن تُفزع عن غضبك بتعليق مغيظ أو تفسير دامع، دع كل ذلك واحترم ما لم تستطع أن تشارك فيه إيجابيا، فكل من شارك بأى شيء بأية طريقة، بأى قرش، بأى دواء، هو أفضل ألف مرة من مائة متفرج نعاب.

دع كل ذلك وتعالى نبحث عن مسئوليتك الأكبر أنت، مسئوليتي أنا، في هذه اللحظة تحديدا، "هنا والآن"، نحن الجلوس على مقاعدنا الآن نفسر، وننظر، ونحكم، ونجزع، وقد نكتب شعرا، أو نرسم لوحة، أو ننتظر استلام جائزة!! و قد تضبط نفسك فخورا برقة مشاعرك وأنت تذرّف الدموع، وقد ينفجر الغضب منك إلى الهواء الطلق، قبل وبعد وأثناء اشتراكك في مظاهرة احتجاجية رائعة، هيا ننظر سويا بعد أن صنفنا كل من على الساحة إلى "مسئول"، أو "جبان" أو "خائن" أو "صامد" أو "بطل"، أو "شهيد" أو "متواطئ"، ننظر ماذا "نفعل"؟

إذا لم تنتبه، ننتبه، أنتبه، بعد واحد وستين عاما (1948-2009) إلى أن كل ألفاظ "التهدة"، و"الهدنة"، و"فض الاشتباك"، و"وقف إطلاق النار"، و"التسوية المؤقتة"، و"خريطة الطريق"، و"النكسة"، و"السلام"، كل هذه الألفاظ تكشفت عن مناورات مشبوهة قذرة، إذا لم تنتبه إلى ذلك، وأن ارتباطنا بهذا العمى، هو مسئول عما يجري، فالأرجح أنك متواطئ دون أن تدري، وأنا مثلك.

انكشفت قواعد اللعبة مثل طلوع الشمس: إما حرب لا تتوقف أبدا أبدا حتى النصر، وإلا فهي الهزيمة الشجاعة بكل ثقلها وخزبها ومسئولياتها، الهزيمة غير المؤجلة التي لا تحتاج إلى أسماء تدليل جديدة، وهي هى باعثة الألم الخلاق، فالقرارات الصعبة، فتسريح الجيوش النظامية، فتغيير الحكام، ليتحول الشعب المهزوم كله إلى جيش المعركة القادمة فالنصر الحتمي.

إما القبول بهزيمة مثل ألمانيا أو اليابان، أو بنصر مثل فيتنام

وإلا، فالكل متواطئ.

ثانيا: رسالة د. مدحت منصور

حتى لا أكون متواطئا.. أعتز أنى لا أستطيع الاشتراك في المعركة بشكل مباشر ولا حتى الترع بالدم فسنى لا يسمح ولا الانتقال لمستشفيات شمال سيناء القريبة من المصابين لاعتبارات كثيرة.

حتى لا أكون متواطئا.. سأقيم ذاتى بما أجزته وما أنجزه وما هو أنا.

حتى لا أكون متواطئا.. سأسمى أسرتى وإن قدمت التضحية (شينا من التضحية) في سبيل ذلك.

حتى لا أكون متواطئا.. سأقرأ النشرة بمزيد من التركيز والاجتهاد بغرض الاستنارة.

حتى لا أكون متواطئا.. سأحافظ أكثر على الصلاة التى هى بحق وحقيق، رغم كراهيتى للالتزام.

حتى لا أكون متواطئا.. سأعطى وقتا أكثر لأولادى آخذا على عاتقى أن يعرفوا قيمة الوطن وقيم أخرى منها الإنسان.

حتى لا أكون متواطئا.. سأعمل على تنشيط معلوماتى في الطب.

حتى لا أكون متواطئا.. سأعلم كل من حولى كل ما تعلمته مستعملا الإبداع فى ذلك، وسأواصل الإبداع فى الأدب وربنا معى.

حتى لا أكون متواطئا.. سأعمل على تلقى المعرفة بعد العلم وربما معه وأطلب من الله أن يؤازرنى.

حتى لا أكون متواطئا.. سأتوحد أكثر وأكثر مع الأربعة فنصبح خمسة الكل فى واحد حتى نصل معا

إلى الله وربما استطاع كل منا أن يتوحد مع آخرين لنصبح كثيرا.

حتى لا أكون متواطئا.. سأحافظ على صحتى لأن أمامى الكثير لأوصله لغيرى.

حتى لا أكون متواطئا.. لن أوصل مسيجات أو ميلات ولن أقرأ الفاتحة أو سورة الفتح إلا بعد انتهاء الحرب حتى لا أوهم نفسى أنى أذيت واجبى أو أوهم غيرى أنه عمل ما عليه.

ثالثا: رسالة: د. أميمة رفعت

لأطفال غزة: (أستأذنك في التواصل مع ضيوف النشرة من خلال بريدكم)

زوجي أستاذ باثولوجيا إكلينيكية بجامعة الإسكندرية، وقد إتفق هو وزملاؤه على جمع قدر من المال لشراء كيماويات معاملة يبعثونها إلى مستشفيات غزة عن طريق الهلال الأحمر وقد اشتركت معهم بما تيسر لي، واشترك إبني وإبنتي ببعض الجنيهات من مصروفهم الشهري، أعرض هذه التجربة على من لا يعرف كيف يساعد في هذه الحنة فربما ألهمته بفكرة أخرى.

جاءت لي فكرة الآن أثناء الكتابة: كلنا نملك في بيوتنا أدوية تظل حبيسة الأدرج حتى ينتهي تاريخ صلاحيتها، يمكننا جمعها، ووضعها في أكياس صغيرة، يكتب على كل كيس نوع الدواء (مضاد حيوي، خافض للحرارة، مضاد للإكتئاب .. إلخ) حتى لو كان الكيس لا يحتوى سوى على علبه واحدة، فهذا يسهل على الهلال الأحمر والمستشفى التي تستقبل التبرعات الفرز والتصنيف، إذ بالتأكد ليس لديهم الوقت لهذا. يمكن لك أن تعلن الفكرة على زملائك في العمل، أو على جيرانك في السكن كل ساكن يبلغ جاره، أو يعلنها مدير مدرسة إبنك في ميكروفون الإذاعة المدرسية فيبلغ كل طفل ولي أمره. هذه فكرة سهلة ولن تكلف أحدا شيئا. وأنا متأكدة من أن الجميع سيستجيب.

المصريون لديهم هامة ونخوة فطريتان، بل لديهم ما هو أعمق... لديهم\ "شيء ما" \ أتذكرون؟ أرجو أن تلهمكم هذه الأفكار بأفكار أخرى... ولكن لا تطلوا التفكير... بل إعملوا الآن .

رابعا: رسالة عملية وهامة جاءتني عبر الشبكة العربية للعلوم النفسية

حوّل غضبك إلى مشروع

هذا المشروع قائم بالدرجة الأولى على المبادرات "الفردية والشبابية" ومبادرات "مؤسسات المجتمع المدني" لنصرة غزة عمليا، وهو موجه للأشخاص والجهات التي لا تنتظر الآخرين ليعملوا .

هذه أفكار أولية، يمكن لكل فرد تطويرها وتطبيقها والزيادة عليها بما يتلائم مع الإمكانيات المتوفرة كما يفضل ترجمتها لأكثر عدد من اللغات العالمية.

يهدف المشروع لتطوير أي مبادرة - مهما كانت صغيرة - ومن أي جهة في العالم للإجابة العملية على السؤالين التاليين:

- 1- ماذا أفعل حتى أوقف الاعتداء على غزة؟
- 2- ماذا أحضر لغزة بعد انتهاء الاعتداء وإعلان غزة مدينة للانتصار للإنسان؟

المشروع الأول:

- سأساهم في بث الأفكار والمفاهيم والمصطلحات الإيجابية في وجه بعض مفاهيم غير الإيجابية مثل بث:
- 1- غزة صمدت وانتصرت مهما كانت النتائج على الأرض، وهي بحاجة للعناية أكثر من حاجتها للعواطف.
 - 2- غزة مدينة انتصار القيم الإسلامية والإنسانية على قيم الدمار والوحشية.
 - 3- غزة رأس الرمح في مشروع الأمة في المقاومة والانتصار، هي قدمت كل ما تستطيع. ماذا سأقدم أنا؟

المشروع الثاني:

- سأساهم في إطلاق واحدة من هذه المبادرات، وفكر في تطبيق غيرها لأكمال انتصار غزة:
- 1- سآبادر لتشكل مجموعة الخاصة، أو سأنضم لأى مجموعة شبابية أو هيئة مهنية قائمة عاملة وفق تخصص واهتمامى.
 - 2- سآبدأ مشروعى الشخصى مهما كان صغيرا، وأستطيع أن أقدم مشاريع مثل:
- سأطلق موقعى الإلكتروني الخاص بغزة، أو سأحول موقعى الخاص الموجود حاليا ليعبر عن غزة، ضمن مشروع "مائة ألف موقع لغزة" منها:
 - § موقع صورة إسرائيل الوحشية
 - § موقع تحدى غزة للحصار
 - § موقع صور شهداء غزة الأطفال (صورهم قبل استشهادهم وبعد استشهادهم)
 - § موقع سيدات غزة الصابرات
 - § موقع مقاومى غزة
 - § موقع صور دمار المؤسسات الطبية
 - § موقع صور دمار المؤسسات التعليمية
 - § موقع طائرة إف 16 وطفل غزة أيهما أقوى؟؟
 - سأطلق حملة بوسترات وصور انتصر لغزة ضمن "حملة مليون بوستر لغزة"
 - سأساهم في أى حملة تدعو لمقاطعة إسرائيل سياسيا

واقصاديا وأكاديميا على مستوى العالم، من خلال إطلاق مشاريع مثل:

○ مشروع "مخاطبة ألف جمعة أوروبية وأمريكية" عبر مواقعها الإلكترونية لتوضيح صورة إسرائيل وادعوها لمقاطعة إسرائيل.

○ مشروع "صورة مأساة غزة لـ 5000 آلاف مؤسسة ومنظمة دولية" مهتمة بالأطفال ومحقوق الإنسان في العالم.

- سأطلق "الحملة العالمية لرفع الحصار عن غزة".

- سأبدأ حملتي الخاصة لجمع تبرعات مهما كانت بسيطة لغزة

- سأنظم حملة خاصة لمخاطبة المواقع الرسمية لمسئول منظمة دولية أحدها أنا مثل الأمين العام للأمم المتحدة، أو الاتحاد الأوروبي، أو سأختار رئيس أو مسئول مؤثر في دولتي لدعوته لنصرة غزة.

- مشروع خيمة الاعتصام.

- مشروع المجتمع المدني لـ "محاكمة مجرمي الحرب" من القادة العسكريين والسياسيين الإسرائيليين.

- سأطلق مشروعى لـ "التوأمة مع مؤسسة في غزة" مثل:

§ توأمة مدينتي مع مدينة في غزة

§ توأمة جامعتي مع جامعة في غزة

§ توأمة مستشفى مع مستشفى في غزة

- سأطلق مشروعى لـ "التبنى الكامل أو الجزئى" (تقاسم المصروف اليومي)، مثل:

§ عائلتي تبني عائلة في غزة مثل (الاتفاق مع أسرة في غزة لفتح حساب بنكي بين العائلات).

§ طفلى سيأخى طفلا في غزة

§ حملة الاتصالات الهاتفية مع سكان غزة لرفع معنوياتهم

- "مشروع نصره غزة" من مفكرى ومثقفى وفنانى الأمة

المشروع الثالث:

سأساهم في إطلاق "أكبر مشروع إعمار وإعادة بناء" في المنطقة تحت شعار "غزة المدينة الأمل"، وهو مشروع بناء غزة وإزالة آثار العدوان خلال 6 أشهر (يمكن تأسيس مؤسسة إعمار غزة لتنسيق الحملة وإدارتها)

§ سأتكفل ببناء منزل مشابه لمنزل في غزة (حملة العشرة آلاف منزل).

§ سأتكفل ببناء مصنع جديد في غزة (حملة المائة مصنع)

- § سأفتح متجراً مشابهاً لمتجرى فى غزة (حملة الألف متجر)
- § سأتكفل ببناء جامعة فى غزة (حملة الجامعات الخمس)
- § سأتكفل ببناء مدرسة فى غزة (حملة مدرستى فى غزة/حملة المائة مدرسة)
- § سأتكفل ببناء مكتبة فى غزة (حملة لبناء عشر مكتبات فى غزة)
- § سأبنى مسجداً مع خدمات متكاملة فى غزة (حملة بناء 20 مسجداً مع خدماتها)
- § حملة رصف شوارع غزة

المشروع الرابع:

- § سأساهم فى "حملة الإغاثة العاجلة لغزة":
- § حملة الطرد الغذائى (نصف مليون طرد)
- § حملة ملابس أطفال غزة (كسوة مائة ألف طفل)
- § حملة مدافى غزة (عشرة آلاف مدفأة)

انتهى

الأجمدة 2009-01-18

506-التدريب عن بعد: الإشراف على العلاج النفسى (31)

السماح بالسرحان والصبر عليه وتنظيمه

د. تهاى: صباح الخير يا دكتور محبى

د. محبى: صباح النور، إتفضلى

د. تهاى: هى عيانة حضرتك حولتها لى من سبع شهور، بنت عندها 21 سنة، هى دلوقتى إتخرجت السنة دى من واحدة من الجامعات الخاصة، كلية إعلام، هى شكوتها الأساسية إن هى بتسرح كثير جداً ممكن تقعد بالسبع ثمان ساعات فى اليوم سرحانة بتسمع بس أغانى فى الكمبيوتر أو قاعدة على السرير مش بتعمل حاجة

د. محبى: إستنى بس، هى بتبقى سرحانة أو قاعدة على السرير مش بتعمل حاجة ولا سرحانة فى أغانى الكمبيوتر

د. تهاى: بتبقى قاعدة على الكمبيوتر، بس برضه مش بتعمل حاجة، بتسمع أغانى بس

د. محبى: إنت معتبرة سمعان الأغانى ده سرحان

د. تهاى: آه، وكمان هى بتقول كده

د. محبى: يعنى بتسرح فى الأغانى

د. تهاى: لأ، يعنى تشغّل الأغانى، وتلاقى نفسها بتسرح برضه

د. محبى: مش فيه فرق يعنى بين واحد يقعد من غير أغانى ويسرح، وواحد يشغل أغانى، ويقول إنه بيسرح؟

د. تهاى: آيوه طبعا

د. محبى: هى بقى بتعمل إيه؟

د. تهاى: هى بتعمل الإثنين

د. محبى: إوعى تكونى إنت ولا هى بتستعملوا كلمة سرحان بمعنى تضيق وقتها؟!

د. **تهاني**: هؤا فيه الإثنين، هى بتشكى من الإثنين فى السرحان: إن هى تبقى سرحانه وقاعدة مابتعملش حاجة ومش مركزة حتى فى الأغنية اللى هى يتسمعها، وبرضه بتتشكى من إنها بتسرح فى الأغنية، بس مش فى معانيها وحاجات كده، لأه مجرد معاه، مع الغنيوة

د. **يحيى**: هى مابتشتغلش، مش كده؟

د. **تهاني**: هى لسه النتيجة ظاهرة الشهر اللى فات، هى عندها واحد وعشرين سنة يادوب.

د. **يحيى**: ويا ترى ده كان موجود ولو بسيط من صغرها؟

د. **تهاني**: هى قالت لى إنها وهى صغيرة هى لما كانت بتزعل أو بتضايق أو كده، كانت بتعمل حركة عصبية كده، كانت بتتعد تلف حوالين نفسها شوية وبعدين توقف

د. **يحيى**: شوية قد إيه؟ وكان سنها كام ساعتها؟

د. **تهاني**: أظن سبع تمان سنين، وكانت تقعد تلف، مش فاكرة، ولا هى حددت قوى، يمكن دقائق.

د. **يحيى**: طيب واستشارت حد ساعتها، قصدى أهلها لاحظوا أو ودّوها للدكتور؟

د. **تهاني**: أيوه، هى راحت للدكتور ساعتها وإداها تجريتول فترة، وبطلت...

د. **يحيى**: بطلت لف ولا بطلت الدوا

د. **تهاني**: بطلت الاتنين

د. **يحيى**: اللفغان ده كان له بداية محددة، فجأة، ونهاية فجأة؟

د. **تهاني**: أنا حسيت إن الدكتور شخصها "صرع"، بس هى لما بتوصفها دلوقتى يعنى حسيت إنها كانت زى هى عادة، طريقة فى التعبير، كانت بتيجى لما تزعل وتتعب، وكانت دارية يعنى ساعتها.

د. **يحيى**: عموما ما نقدرشى نجزم قوى دلوقتى، المهم إنها بطلت لما كبرت، أو لما خدت الدوا، وبعدين بطلت الدوا، وسواء كانت صرع أو لأ، فالسرحان اللى هى بتتشكى منه دلوقتى شكله كده ما لوش دعوة، لأنه مش لحظى، ومش ثوانى وكده، يمكن يكون فيه علاقة غير مباشرة، إنما أحنأ قدام حاجة ثانية

د. **تهاني**: أيوه، بالضبط كده، إحنا دلوقتى يعنى هى شكوتها الأساسية دلوقتى هو موضوع السرحان بالساعات وتضييع الوقت، زائد إن هى عندها صعوبة فى إقامة أى علاقات إجتماعية

د. **يحيى**: طيب وانت عملتى معاه إيه بقى؟

د. تهاى: آه

د. يحيى: نيجى بقى للعيانة بتاعتك، إنت عارفة إن موقفى من مريضاتى البنات زى موقفى من بناتى بالضبط، فلاخ وعابز يسترهم، وأنا قلت الحكاية دى ميت مرة، لكن أنا قلتها وباتحمس لها أكثر لما البنت تجلى وعندها 26 سنة أو 28 سنة، إحنا هنا لسه 21 سنة، إنما برضه الفلاح فلاح والعاى عادى، يبقى تحطى فى حنك الهدفين الأساسيين دول، وهما مش بس أهداف، دول هما مقاييس برضه إنها استقلت ودخلت الحياة الواسعة ومالهش خيار قوى تراجع، العمل مجتمع بيصهر الناس، وبيديهم فرض أوسع، ده المفروض يعنى، الدراسة مجتمع برضه بس حاجة تانية، مجتمع اختياري حيتن، خصوصا فى الجامعات الخاصة، أنا مش حاطول فى النقطة دى لأنى اتكلمت فيها كتير قبل كده، يبقى نخط الأهداف البسيطة العادية فى دماغنا، ونكلم من غير ما نزن عليها بشكل مباشر، ما دام قدامنا وقت معقول.

د. تهاى: يعنى دلوقتى أنا أعمل إيه؟

د. يحيى: البنت: دى لازم تشتغل بأسرع ما يمكن، فى بلدنا أنا ما بقدرشى أعالج أى واحد ما بيشتغلشى إن شا لله يكون مليونير، الشغل عندى هو أساس العلاج، أو ساعات شرط العلاج، والباقى تحابيش مساعدة، والشغل عندى بالنسبة للبنات والسوات أنا باهتم بيه ساعات أكثر من الشغل بالنسبة للرجال، وخلقى بالك إنها بتشتغل دلوقتى، مش ما بتشتغلشى، وبتحب شغلها؟

د. تهاى: لأ، أنا قلت خضرتك إنها ما بتشتغلشى، وحتى بتهترب من ضغطى عليها إنها تشتغل،

د. يحيى: لأ هى بتشتغل ممرضة لأبوها، وبتشتغل أمه ساعات، وبتشتغل شغالة فى لبيت، وبتشتغل مديرة منزل، بس كل ده شغل هروى تقريبا، لا فيه مجتمع ولا فيه هى نفسها، كله يا إما روتين، يا إما تضحية خايبة وهى قافلة على نفسها، وخلص. العمل فى بلدنا بالذات، هو البنية الأساسية بتاع الحياة كلها حتى لو عمل مغترب، حتى لو متنيل بستين ليلة، فهو الفرصة الواقعية الحقيقية للتواجد الإيجابى.

د. تهاى: ما هى بتقول لى إنها لما حاش تشتغل حاش تسيب أبوها لى؟

د. يحيى: كلام كريم وطيب، إنما أعتقد إن أبوها فى قرارة نفسه مش موافق عليه، ده إذا كان أب مصرى عادى، إننى متصورة يعنى إيه أب عنده 68 سنه وبيغسل غسيل كلوى، دى حاجة كده زى ما يكون بيعمل عملية جراحية كبيرة كل كام يوم، إحنا ما يصحش نضحى مجد عشان حد، خصوصا إذا كانت المسألة مالهش آخر، ثم إن ربنا موجود، هايدبرها، البنت تعيش حياتها، وما تتخلص، والأمور تتنظم فى حدود الإمكانيات والواقع، بس مش على حسابها.

د. تهاى: طيب وخذ ما تشتغل، أعمل إيه فى شكوتها من السرحان، والفراغ دول؟

د. يحيى: أولا إنت عملت اللازم لما بدأت بتنظيم اليوم للتعرف على التفاصيل، وبعدين نفحص الحاجة إلى بدأنا بيها، لما كنا بنحاول نميز أنواع السرحان، ما هو سرحان عن سرحان يفرق، إنت ما قلتيش مثلا حاجة عن أحلام اليقظة، بس الظاهر إن البننت دى مش ساعمة لنفسها حتى بأحلام اليقظة، فاحنا هنا يا ترى نبدأ بالوقت الفاضى، ولا بالسرحان؟

إحنا بعد ما نرسى على كام ساعة سرحان حاف، وكام ساعة أغاني بسرحان وكام ساعة أغاني من غير سرحان، حا نعرف بالضبط هى قصدها إيه بالسرحان.

د. تهاى: مش فاهمة قوى

د. يحيى: أصل أنا عموما باعيد النظر دلوقتى فى حكاية السرحان وعدم التركيز اللى العيانيين وحتى الناس العاديين عمالين يكرروها ليل مع نهار، أنا اكتشفت إن المخ البشرى ما يعرفشى يبطل تركيز وبرمجة طول الوقت، التركيز مش ضرورى أبدا الواحد يكون واعى بيه، الواحد بيعرف إنه ركز بالنتيجة، ده فيه تجارب فى التعلم إن الواحد ممكن يتعلم حاجات وهو نايم، يعنى بيركز وهو نايم، دا انا دلوقتى كقاعدة تقريبا باقول للعيال اللى بيذاكروا إنهم يذاكروا من غير تركيز وعلئى، دا الواحد منهم بيبدل جهد فظيع عشان يحلى مخه يبطل تركيز، تحت عنوان إنه ما بيركزشى وعايز يركز الأول عشان يعرف يذاكر، زى ما يكون التركيز تسخين قبل الماتش، مع إنه هو الماتش نفسه ويحصل تموتيكى زى لعبية الكورة أثناء الماتش بيبقى التركيز حسب التمرين مش حسب الوعى بالتركيز، دا لو لعب كورة ركز عمره ما حاجيب اجوان، ومع ذلك أنا متأكد إن مخ العيال اللى بيذاكروا دول بيركز من وراهم، والدليل على كده النجاح اللى بيحققوه من غير تركيز حسب اتفاننا، دا انا حتى بقول لهم لو توصروا إنه ما بيركزوش ينقلوا الكتب نقل مسطرة يعنى تحسين خط، والمخ حايسرق المعلومات اللى هوا عايزها من وراهم، دا ساعات الواحد منهم يشتكى من عدم التركيز قبل ما يفتح الكتاب من أصله، يا شيخه، إهجمى على البنية واسمى لها إنها تسرح فى الأوقات اللى خصصتها مع بعض للسرحان.

د. تهاى: هوا احنا خاخص وقت للسرحان؟ إزاي؟

د. يحيى: هى المسألة بتبان كأنها واخده شكل كاريكاتيرى شوية، خصوصا عند الأهل اللى بيتخضوا ويرفضوا الكلام ده بشدة، وبيتفكروا إنى حا ابوظ العيال، إنتى عارفه إن ده بقى علاج معرفى موضه، حكاية "القبول بما هو الآن،" و"البدء منه"، المسألة دى أنا باعملها دلوقتى فى حاجات كتيرة، واحد يبجى يقول لى أنا بانسى، أقول له ألف مبروك، يعنى حا تفتكر إيه يا حنى، يضحك، أنا اطمنت لما الخواجات طلوعوا علاج موضه

وادوله اسم دمه خفيف أسمه "علاج القبول والالتزام، Acceptance Commitment Therapy (ACT)، وهذه اتكلمنا عليه قبل كده في النشرات، [2007-12-22، 2008-2-26] مش كده؟ السرحان هنا في الحالة دي شكله كده مش عجز عن التنشين على بؤرة الواقع، دا باين زى ما يكون ده ميكانزم ممكن نعتبره ميكانزم جيد أحيانا، طب البنية دي لو ما سرحتشي حا تفتكر إيه؟ ولا حاتفكر في إيه؟ حاتفكر في ابوها اللي بيعمل غسيل كلوى كل كام يوم، ولا في أمها اللي مش طابقاها، فهي لقت الحل في السرحان، صحيح حل مش هوه، إنما أهو حل والسلام، ولأنه مش حل سليم جت تشتكى منه، على شرط إنها ما تتنازلش عنه إلا إذا لو لقت حل أحسن، مش هي دي وظيفة العلاج اللي انت بتعملية، ولا إيه؟

د. تهاى: أيوه، بس مع إنها بتييجى كل أسبوع ومنتظمة بقالها 7 شهور، شايفها مابتتحركشي، وصعبانة على،

د. يحيى: بصراحة عندك حق، ولو انى ما باحبشى الصعبانية، بس متشكرين إنك مهتمة وصابرة كده، دا انا تصورت إنها بتييجى الجلسة تسمعك زى ما بتسمع الأغاني، وهى سرحانة برضه

د. تهاى: باين كده

د. يحيى: البنت صغيرة، وظروفها صعبة، وما اتعطلتشي في الدراسة، وانتظامها ده دليل على إنها بتأخذ منك حاجة كويسة، وإنها عايزة الحاجة دي، بس والنبي ماتستعجلش عليها، على الأقل خد ما تشتغل، وبعدين تفرج.

د. تهاى: حاضر، شكرا

الإثنين 19-01-2009

507-يوم إبداعى الشخصى: حوار مع الله (5)

موقف المطلع

وقال له

الذى يفهم عنى يريد بعبادته وجهى
والذى يفهم عن حقى يعبدنى من أجل خوفى
والذى يفهم عن نعمتى يعبدنى رغبة فيما عندى.

وقال من عبدنى وهو يريد وجهى دام

ومن عبدنى من أجل خوفى، فثُرَّ

ومن عبدنى من أجل رغبته انقطع

فقلت له :

نقبل الخوف حتى ينقلب حياءً من الخطأ، لا رعباً من العقاب
وتحتم الرغبة حتى تصبح الرغبة يقينا بالقبول، لا طلباً
للمقابل

إذا لم ينقلب الخوف حياءً دار حول نفسه حتى لو علا صوت
الفرع

وإذا لم تصبح الرغبة رجاء يقينا بتحقيقها، انغلقت
فيها بها

إذا زاد الخوف حمد المسيرة وتراجع الحياء

وإذا تحققت الرغبة انقطع الرجاء

الخوف الحياء الحركة، والرغبة الرجاء التجدد،

يملأ بالانغام

فهمت كيف أفهم عنك،

وليس فقط: كيف أفهم منك أو أفهمك

يتراجع الخوف، وتروّض الرغبة
نستهدى بالخياء وبالرجاء .
نبدأ محجة الكدح حتى نلثاق
علامة لقياك أن يتواصل الكدح متجددا إليك، بك، بنا،
معنا
لا نهاية لمطاف السعى
ولا ديمومة لصفقات الخوف والرغبة
علامة لقياك أن يتواصل السعى
وتواصل السعى هو يقين الوجود

الثلاثاء 20-01-2009

508 - عودة إلى عينة من ألعاب العلاج الجمعي

كيف يشفى السليم؟

وكيف يخاف المريض الشفاء؟ (1 من 4)

قبل اللعبة

قدمنا فيما سبق كيف أن الجنون هو اختيار من مستوى أعمق من مستويات الوعي، وكيف أن المريض (العقل بالذات) لا يكتشف ذلك إلا بعد بداية المرض عادة، وكيف أن الطبيب في العلاج المكثف يمكن أن يُحمّل مريضه مسؤولية اختياره هذا، ثم هو (المعالج) يحملها معه (مع المريض)، ليتواكبا معا على طريق الشفاء.

عادة ما يعترض الأسوياء ومرضى العصاب على هذا "الفرض"، ويتصورون أنه اتهام للمريض النفسي، وكأن ما به - هكذا - نوع من التمارض، مع أنه عكس ذلك تماما، وقد بيّنا قبل ذلك كيف أننا - بذلك - إنما نحترم إرادة المريض على كل المستويات، فالمريض حين اختار المرض كان يجب أن الخل في مواجهة القهر والاعتراب مثلا، وحين يفشل هذا الخل المرضى تلقائيا، أو بمساعدة المعالج، فإنه مثلما اختار المرض وجربه ولم يجد أنه الخل كما بدا له ابتداء، فإنه قد يفكر أن يقبل عرض العودة إلى مستوى آخر من الصحة بمواكبة الطبيب المعالج كتفا لكتف، وخبرة بخبرة، نحو الشفاء المتنامي.

من نفس المنطلق فإن المريض أثناء العلاج النفسي المكثف، وبالذات أثناء العلاج الجمعي، يمكن، وهو يقترب من الشفاء، أن يتردد في أن يخطو نحو السواء، لأنه إذ يفعل ذلك إنما يتنازل ضمنا عن الخل المرضى، وهو لم يضمن - بعد - عادة - عدم إعادته إلى حظيرة ما كان فيه مثل الغربة أو القهر أو الظلم (ولو في صورته).

يعبر المرضى - العقلليون بالذات - عن ذلك بشكل مباشر أحيانا، أو عن طريق لعبة نفسية من ألعاب العلاج الجمعي أحيانا أخرى.

وهذا ما حدث:

في هذه الجلسة، استُدرج كل من الأطباء المعالجين والمرضى على حد سواء إلى فحص احتمالات وتشكيلات كل من إرادة الصحة وإرادة المرض، دون تعريف أو تحديد بالألفاظ لأى من "الصحة" أو "المرض".

في يومية سابقة بيننا صعوبة تحديد الحد الفاصل بين الصحة والمرض، كما قدمنا الصعوبة المهيطة بإشكالات ذلك، وفي الخبرة الحالية التي نقدمها اليوم تبين لنا أن كلا من إحداث المرض والشفاء منه ومقاومة هذا وذاك، كل هذا له إيقاعات وبرامج داخلية تظهر تلقائياً في الممارسة الحياتية، والحوار الطلق، دون حاجة إلى وصاية أو تعريف.

هكذا وجدنا أنفسنا أثناء اللعبة - اختيارياً حسب قواعد المجموعة- نكشف عن ظاهرة جديدة بدرجة ما، إذ تبين لنا احتمال أنه حق السليم ربما يخاف أن "يشفى"،

كيف ذلك وهو ليس مريضاً أصلاً؟

وتوالت التساؤلات:

هل يوجد في كل منا ما يمكن أن يسمى مرضاً دون تحديده؟

هل توجد داخلنا - وأحياناً خارجنا- مقاومة للشفاء، كما توجد مقاومة للمرض؟

وفيما يلي بعض ما اخترنا من مقتطفات:

.....
.....

د. يحيى: عامل إيه يا أحمد؟

أحمد: الحمد لله

د. يحيى: ما جيتشى الأسبوع اللى فات ليه؟

أحمد: فيه أمور في الشغل باحاول أظبطها

د. يحيى: الله الله !!! يمكن خفيت

أحمد: ماشى

.....
.....

د. يحيى: تيجى نقرر إنك خفيت، زى ما عملنا مع أمان

أحمد: لأ لسه

د. يحيى: يا شيخ ما تباله نتوكل ونقرر إنك خفيت،... أو على الأقل إنك تخف

أحمد: مش عارف،..... مش عاوز أخف دلوقتي

د. يحيى: مش عايز تحف دلوقتى!!! يا واد يا واعى، بصراحة باينها أحسن، خليك يا راجل قاعد فى اللى انت فيه شوية، أحسن ما تحف بقى وتبقى حاضر وتتألم وتعمل علاقة مع الناس، وتستحمل، وكلام من ده، يا ترى هما حا يستحملوك ولا لأه، بلا هذه، أدى احنا قاعدين...!!... .

د. يحيى يلتفت إلى "سمير" وقد ضحك عاليا بعد أن سمع هذا التعليق

د. يحيى: إيه يا سمير، فيه إيه؟ بتضحك على إيه؟

سمير: على كلامه طبعاً

د. يحيى: كلام مين؟

سمير: على كلام أحمد، بيقول مش عايز يحف

د. يحيى: من حقه يا أخی، راجل صريح وعارف اللى فيها، لو تبص كويس فى نفسك يمكن تلايقك زيّه

سمير: لأ طبعاً مش معقول

.....
.....

وتطور الحوار، وابتعد عن هذه المنطقة قليلاً، ثم عاد إلى نفس النقطة هكذا):

د. يحيى: ياللا نشتغل فى ده النهارده، نبتدى بيك يا سمير عشان انت اللى ضحكت على الفكرة دى وزى ما تكون رفضتها من أصله، ياللا نقول "يا نهار أسود دا انا لو خفيت.. كذا كذا كذا....."، كلنا حانلعبها بما فى ذلك الدكاترة، هما مش عيانيين بس حايلعبوها إذا حَبُوا

سمير: طيب جرب على واحد غيرى كده

.....

د. يحيى: لأه إنت ابدى: ياخبر أسود دا أنا لو خفيت ..وتكمل...

.....

سمير: ياخبر أسود يامدوح، دا انا لو خفيت مش حاشوفك فى الجروب تانى. تمشى دى؟

د. يحيى: كله بمشى، إحنا عندنا كله بمشى

.....

د. يحيى: حا تلعب مع إثنين ثلاثة؟ ولا مع كله؟

د. يحيى: مين عايز يلعب،

(صمت يطول).....

طيب.. مين عايزني ألعب؟ الظاهر من كتر احترامي لدينا،
لقت نفسي عايز العب انا شخصيا زى ما يكون باشاركها أو
بابلغها احترامي،

(يطلب أكثر من واحد أن يلعب د. يحيى)

د. يحيى: يا أحمد يا خير أسود دا انا لو خفيت مش حاعرف
اشوفك كويس، يمكن يعنى

د. يحيى: يا دينا (دينا طاهر) يا خير أسود دا انا
لوخفيت يمكن قدرتي على المعرفة تقل

د. يحيى: يا إنصاف يا خير أسود دا انا لو خفيت يمكن اربح
تربحه غيبه

.....

د. يحيى: إيه رأيكم؟ عايزين نلعب العكس، يا ياسمين..،
يعنى نقول: يا حلاوة دا انا لو خفيت.....كذا كذا.

سمير: يا حالوي دا انا لو خفيت ...

د. يحيى: طيب، باللا يا سمير إبتدى

سمير: انا مش عارف انت بتجيبني ليه في الاول

د. يحيى: عشان انت اللي اتسحبت من لسانك، ثم إنك انت
اللى بديت المرة اللي فاتت، مش عايز، إدى الكورة لحد

(يلتف د. يحيى لأمان، بعد أن لاحظ أنها كانت ساهمة)

د. يحيى: ..إيه؟ رحق فين يا أمان؟ مش انت لعبت يا نهار
أسود ، تبقي تلعبى العكس بقى

أمان: آه

د. يحيى: يعنى تلعبى يا حلاوة دا انا لو خفيت

أمان: يا دكتورة دينا (دينا طاهر) يا حلاوة دا انا لو
خفيت حاكون انسانة مختلفة

أمان: يا سمير يا حلاوة دا انا لو خفيت حاكون اكثر
إيجابية

أمان: يا دكتورة ياسمين يا حلاوة دا انا لو خفيت حا
يرتاح بالي

(ثم تنتقل اللعبة العكسية بعد استطرادة قصيرة إلى د.
دينا طاهر)

د. يحيى: باللا يا دينا

د.دينا طاهر: انا

د.يحيى: آه طبعاً مش انت اللي ابتديتي يا نهار أسود
بطيبة وصدق، تبقى تلعي يا حلاوة

د.دينا طاهر: يا سمير يا حلاوة دا انا لو خفيت مش حابطل
أرقص

د.دينا طاهر: يا أمان يا حلاوة دا أنا لو خفيت ممكن
أبقى ناس موجودة بالنسبة لكي

د.دينا طاهر: يا دينا (التابعي) يا حلاوة دا أنا لو
خفيت حقف بجانبك أكثر

(ثم تنتقل إلى د. يحيى)

د.يحيى: يا صفية يا حلاوة دا أنا لو خفيت حاعرف ربنا
أجمل

د.يحيى: يا دينا يا حلاوة دا أنا لو خفيت كنت أعلمك
أسهل

د.يحيى: يا أحمد يا حلاوة دا أنا لو خفيت حاقدر
ماسيبكشي أبداً

.....

.....

(ثم تنتقل إلى د. ياسمين)

.....

د.ياسمين: يا دكتور يحيى يا خير أسود دا أنا لو خفيت مش
حاعرف أشتغل تاني

د.ياسمين: يا إنصاف يا خير أسود دا أنا لو خفيت حابعد أوى

د.ياسمين: يا أحمد يا خير أسود دا أنا لو خفيت حاكمل شيل
مسؤوليه

(وتلعب أيضاً في الاتجاه العكسي)

.....

د.ياسمين: يا دينا (دينا طاهر) يا حلاوة دا أنا لو خفيت
حبطل أفكر كثير

د.ياسمين: يا أمان يا حلاوة دا أنا لو خفيت حنرقص مع بعض

د.ياسمين: يا مصطفى يا حلاوة دا أنا لو خفيت جعل كل
اللى نفسى فيه

(ثم تلعب د.دينا التابعي في الاتجاهين دون أن تستعمل حقها
في الاعتذار: النور الأحمر)

د.دينا التابعى: يا دينا (دينا طاهر) يا خير أسود دا
أنا لو خفيت حتوجع تانى

د.دينا التابعى: يا أحمد يا خير أسود دا أنا لو خفيت
حاشتكى أكثر

د.دينا التابعى: يا ممدوح يا خير أسود دا أنا لو خفيت
حاحاسب أكثر
(وبالعكس)

د.دينا التابعى: يا أماني يا حلاوة دا أنا لو خفيت
عمرى ما حانساكى

د.دينا التابعى: يا ياسين يا حلاوة دا أنا لو خفيت
يرتاح بالى

د.دينا التابعى: يا سمير يا حلاوة دا أنا لو خفيت حابقى
حاجة تانية
وبعد

الانطباع المبدئى - بعد تحمل غرابة اللعبة وتأجيل
الاعتراض على ما بها من مخالفة للمنطق الشائع بين الناس- هو
أن لعب الأطباء بدت دلالتة أكبر بكثير من لعب المرضى، مع أن
المتوقع، بالمنطق السائد هو أن يكون الأمر بالعكس.

وغدا ننشر التعقيب على اللعبة أثناء الجلسة، ثم توجهات
الأفكار والفروض اجتهادات التفسير.

(ملحوظة: كل المرضى المشاركين يعانون (أو كانوا يعانون)
من أمراض جسدية (التي يطلقون عليها عقلية) فيما عدا أحمد،
ونعتذر عن تسميته باسم محدد، لأن هذا لا يتفق مع المنهج
الذى اخترناه تجنباً للاختزال والنمطية.

تنوية: جميع الأسماء فيما عدا الأطباء مستعارة كالعادة.

الإثنين 21-01-2009

509- عودة إلى عينة من ألعاب العلاج الجمعي

كيف يشفى السليم؟

وكيف يخاف المريض الشفاء؟ (2 من 4)

تعليق مبدئي في المجموعة أساسا، وفروض محتملة
مقدمة:

مجرد أن يتطوع شخص سليم، بما في ذلك أن يكون معالجا،
بتمثيل أو تصوّر أو مجرد ترديد تعبير "أنا لو خفيت... إغ" -
نشرة (أمس) (كيف يشفى السليم وكيف يخاف المريض الشفاء "1-4")، فإنه يبدو وكأنه يقر ضمنا لنفسه، أو للمخاطب،
باحتمال أنه - من بعيد لبعيد - يحمل مظنة المرض بشكل
أوبآخر:

· سواء كان مرضا كامنا

· أو احتمالا واردا

· أو ظاهرة ليس لها اسم، لكنها تتداخل مع ما هو "مرض" بشكل ما

تساؤلات

المناقشة التي دارت بعد اللعبة مباشرة كانت استثناء،
من وجهة نظر علاجية، ذلك أنه ليس من المألوف ولا من
المستحسن أن نناقش نتائج لعبة ما، وكل ما يطرح - عادة -
بعد أية لعبة، هو سؤال عما إذا كان قد وصل لأحد المشاركين
- مرضى ومعالجين- أي جديد يختلف عما كان يعتقد سابقا حول
موضوع اللعبة، سواء كان ما وصله هو من خلال أدائه شخصيا،
أم من خلال ما شاهده في أي من المشاركين، مرضى ومعالجين أيضا،
ونحن لا نطلب من أحد - مريضا أو معالجا - أن يذكر ما
وصله، يكفي أن يقول، أو يشير إلى أنه قد وصله أي جديد
يختلف عما بدأ به اللعبة أو عما قبلها، ولكن من يريد أن
يذكر ما وصله لا تمنعه.

في هذه الجلسة، ولسبب سأذكره لاحقا، ناقشنا نتيجة
اللعبة بشكل غير مألوف.

وفيما يلي بعض التساؤلات التي خطرت لنا من خلال هذه الخبرة، كأمثلة:

1. لماذا لعب الأطباء "أنا لو خفيت" وهم أسوياء ومعالجون؟

2. لماذا لم يستعمل أى من الطبيبات المتدربات النور الأحمر (حق الاعتذار عن المشاركة)، وهن من حقهن أن يعتذرن تلقائياً

3. لماذا بدا أغلب المرضى أقل تلقائية مما توقعنا، فيما عدا "أحمد"، وهو الذى أدى التفاعل الباكر معه إلى ابتداء اللعبة، وإلى درجة أقل أماناً؟

4. هل أظهرت اللعبة جديداً فعلاً خاصة فيما يتعلق بـ"مفهوم المرض"، خاصة عند صغار المتدربين، وأيضاً عند واحد من المعالجين القدامى (المدرّب)؟

المناقشة التي دارت أثناء - جلسة العلاج الجمعى - بعد اللعبة مباشرة

د.يحيى: كتر خيركم، طيب أنا عاوز أسأل اللي مش دكاترة بالذات، دى حاجة كده مش للعلاج بشكل مباشر، بس هي يمكن تفيد، عايز أسأل: إزاي الدكاتره لعبوا اللعبة دى وهما باسم الله ما شاء الله دكاترة مية مية، إحنا أربعة رايمين جايين بنعالج العيانيين، مش دى شغلتننا!! إزاي يرضى الدكتور المعالج يقول كده ببساطة يقول: أنا لو خفيت؟ هو عيان عشان يحف؟ يبقى تبجي إزاي؟ أنا بأسأل السؤال ده الأول لزملائنا اللي مش دكاترة، العيانيين يعنى، يا ترى فيه حد استغرب وسأل نفسه إزاي إحنا يا دكاترة جت لنا الشجاعة إن إحنا نغامر نقول "لو خفيت"، صحيح هي لعبة وكل حاجة، لكن برضه، اللعبة مش لعبة زى ما انتو عارفين، إحنا بقينا (قدامى)، والحركات دى اتفقت شوية..

سمير: ما هو التعبان حاجس بنفسه إنه هو تعبان علشان كده حايمسارح باللى جواه

د.يحيى: ده التعبان، لكن أنا بأسأل عن الدكتور، وكنت متوقع بصراحة إن الدكتورات، ولو حتى أى واحدة منهم، تقول: لأه، حاقولها بأمانة إيه؟ ..، هو انا عيانة؟ وانتوا عارفين إن ولا واحدة فيهم ولعت النور الاخضر لسه (أنظر الهامش 1)، يعنى كل واحدة لسه من حقها تعتذر وتولع النور الاحمر

أحمد: (وهو الذى كان السبب في ابتداء اللعبة، برجاء مراجعة نشرة أمس) (كيف يشقى السلم وكيف يخاف المريض الشفاء "1-4") أنا كنت مستغرب

د.يحيى: كتر خيرك، أنا كنت بأسأل عن الاستغراب ده بالذات، يمكن يساعادنا ويساعدك تشوف البنى آدمين زى ما ربنا خلقهم، إنت مستغرب؟ مش كده؟ أهوه ده اللي انا كنت

مصطفى: يبقى هو تعبان زي

د. يحيى: يعنى إيه

مصطفى: يبقى هو تعبان زي

د. يحيى: طب وحايعالجك ازاي، مش يتشطر على نفسه!! يا شيخ قول حاجه عن اللي انت شفته، مش اللي انت حافظه، أو اللي انت كنت عارفه قبل اللعبة.

مصطفى: زى إيه؟

د. يحيى: قصدى يعنى اللعبة قربتك منهم؟ من الدكاترة، بعدتك؟ خلتك تشوف نفسك؟ خلتك تراجع كلمة مرض وخفان؟ إنك تفهم يعنى إيه "دكتور"، ما هم زى الفل اهم، بس ما أترددوش يقولوها ويشوفوا لو خفوا حايعملوا إيه؟ إيه رأيك يا إنصاف؟

إنصاف: مشاركة

د. يحيى: مشاركة بحق وحقيق ولا زى صفيه كده، تشجيع؟

إنصاف: بحق وحقيقى

د. يحيى: والله باينك مش واخدة بالك، وانت يا أماني؟

أماني: المشاركة حقيقى، حسيت أنهم حايحسوا بيا أكثر

سهر: المشاركة، ويعرفوا يميزوا اللي قدامهم يستاهل ولا لاه

صفية: فيها مشاركة بصحيح

مدوح: مساعده للعيان

د. يحيى: مش عايز اطول، حسن تتقلب فصل ومدرسة، أنا عادة ما باعملشى كده بعد أى لعبة، لأن تأثير اللعبة بيقل، بس الظاهر أنا بتبقى فيه حاجة علمية شاغلان، وايس ألاقىها قدام عيني، أروح محوّد غضين عني على العلم والاستكشاف، بس انشاء الله مش على حساب العلاج

.....

وبعد

من نشرة أمس، واليوم، يمكن أن نعرض بعض الأفكار التي خطرت لي، دعما لفروض قديمة، أو طرحا لفروض جديدة، على الوجه التالي:

· إن من يتصور أنه سوى (سليم، عادى، صحيح)، إنما يستشعر بداخله - بدرجة ما- : ما يمكن أن يكون مرضا، حتى لو لم يجدهه أو يشكو منه؟

· إن الحد الفاصل بين الصحة والمرض هو بهذه الشفافية إذا تشجعنا وغامرنا باختباره شحذا لبصيرتنا الأعماق؟

· إن الصحة درجات ومستويات متصاعدة، وأن المستوى الأدنى يمكن أن نستقبله على هامش الشعور باعتباره - نسبياً - مرضاً (نسبة إلى المستوى الأعلى منه)

· إننا كما نخاف من المرض، يمكن أن نخاف من الشفاء، بمعنى اضطراب مسيرة النمو، بما يحمل ذلك من مخاطر النقلة التي كان المرض (أو الميكانيزمات العادية) يعفينا منها .

· إن مستويات الإرادة متعددة، ومتداخلة

وبعد

نأمل أن نناقش هذه الأفكار والفروض الأسبوع القادم، (الثلاثاء والأربعاء) أولاً بالتعقيب على بعض الاستجابات أولاً بأول، ثم بالتعقيب الختامى بعد ذلك.

(ملحوظة: كل المرضى المشاركين يعانون (أو كانوا يعانون) من أمراض جسيمة (التي يطلقون عليها عقلية) فيما عدا مصطفى، ونعتذر عن تسميته باسم محدد، لأن هذا لا يتفق مع المنهج الذي اخترناه تجنباً للاختزال والنمطية.

تنوية: جميع الأسماء فيما عدا الأطباء مستعارة كالعادة .

- سبق أن أشرنا أن التدريب يسمح للمتدرب ولمدة غير محدودة أن يعتذر عن المشاركة في أي تفاعل أو لعبة لا يريد أن يشارك فيها، وهذا الاعتذار نسميه، إضاءة النور الأحمر، وحين يطمئن بعد أسابيع أو شهور، يعلن مرة واحدة أنه تنازل عن هذا الحق (حق الاعتذار عن المشاركة) وأنه من الآن ولع النور الأخضر، فيصبح مثله مثل سائر المرضى، ومثل المدرب، ليس من حقه الاعتذار، فالنور الاخضر يضاء مرة واحدة ولا تراجع، ولم تكن أي واحدة من الزميلات قد سمحت بذلك بعد،

جانفي 2009: أسبوع 3



إصدارات شبكة العلوم النفسية الربية

جميع الحقوق محفوظة للمؤلف 2009

