

البحث الرابع

الكاتدرائية المتنامية

الكاتدرائية المتنامية

أولا - كارل غوستاف يونغ Carl Gustav Jung

السريالية والعودة الى المنابع

يقول غوته: لا تفض بعلمك السامي إلا الى الحكماء.

فكرة يونغ بسيطة. إنها مفتاح علم تلقيني، ولكنها مفتاح فن علاج فعال كذلك. ويتطلب فهمها شرطا غاية في الصرامة: ألا يعتقد الإنسان أنه مركز العالم وألا نعتقد أن حياة السيارة القوية والإنارة الكهربائية تبعدنا من الناحية النفسية عن أجدادنا القدماء. إننا، مع يونغ، نهجر الإنسان - الثملة لندخل في الإنسان - الإنسانية. فالإنسان الحديث يرى نفسه دائما في إنسان الإنسانية أنه يشبه ذاته. إن أفكار يونغ تقتضي أن نجد من جديد روح الطفل أو اليدائي البعيدة الغور. ومع ذلك، فإن العودة الى المنابع البدائية ليست انحطاطا وإنما هي امتداد خارق. ويبدو كل شيء واضحا في هذه الحالة. وحسب المرء أن يترك نفسه لعفويتها ليرى عندئذ أن أجدادنا الأقدمين لا زالوا خلف الباب، جاهزين للدخول دون استئذان.

يعلم كل عالم نفس أن المنام يبرز أنماطا من التعبير وصورا ورموزا مختلفة عن أنماط التعبير في حالة اليقظة. وكنا قد رأينا ذلك فيما سبق. فهذه الرموز، رموز الأحلام، واحدة لدى أشخاص من لغات وتربيات وبلدان مختلفة.

صور الناس

بعض الكلمات وبعض الصور ذات مدلول واحد بالنسبة إلى أناس متباينين . فلماذا؟ (انظر مجدداً جدول الصفحتين ٢٢٨ و ٢٢٩) .

لماذا كان بصورة معينة ، لكلمة معينة ، ذات المعنى العميق بالنسبة الى صيني وفرنسي ، أيا كانت ثقافتها ومنزلتها؟ لماذا تكشف الأساطير في كل العصور ولدى كل الأجناس البشرية عن رموز متماثلة؟ ألا يوجد « مستودع » ، نفسي جماعي ، يحمل كل دماغ انساني آثاره عند الولادة؟ أليس بوسعنا أن نذهب الى حد أبعد ونفترض وجود « وسط » نفسي على نحو صرف يسبح فيه فكر الأفراد^(١)؟

أ - اللاشعور الجماعي

إنه ، اذن ، « لاشعور أعلى » يتصف بأنه واحد بالنسبة الى الناس جميعا . لتراقب شخصا اعترضت سبيل عقله النقدي وسيلة من الوسائل ، منام ، انفعال ، إلهام فني ، رعدة وسيط ، بعض جلسات التحليل النفسي ، الخ . نلاحظ عندئذ أمرا يثير القلق . فكل شيء يحدث كما لو كان في أعماق الناس المعاصرين ذكريات أجدادهم القدماء الانفعالية .

والإنسان الحديث ، مثله في ذلك مثل أجداده القدماء ، يستعمل لصور ذاتها والرموز البعيدة الغور نفسها التي يبدو أنها ضرب من الإرث لنفسي المشترك بين الإنسانية جميعها ، دون تمييز في الثقافة أو العرق .

(١) — ماذا يقول فرويد؟... « ما كان القصد من هذا سوى أن يثير الدهشة في نفسك كما يثيرها لمك بأن وصيفتك تفهم اللغة السنسكريتية ، فيما أنك تعرف حق المعرفة أنها ولدت في بوهيميا ولم سبق لها قط أن درست هذه اللغة » . هذا يمكن أن يشرح ذلك .

« قدرة » انفعالية : ويشير عندئذ عواطف وأعمالا . (مثال ذلك إتلاف القفاز اذا كان الشخص مكروها ، واستعاضة عنه اذا كان محبوبا) . أما الرمز بلا انفعال ، فهو شيء لا حياة فيه وخال من أي قيمة انسانية .

٢ — يمكن للرمز أن يعرض جزءا يقوم مقام الكل .

مثال ذلك : المخلب رمز « الأسد » .

٣ — يصبح الرمز « واقعا حيا » ويملك قدرة واقعية . وهذا إنما هو الأهم من جميع الأمور الأخرى .

مثال عادي : الهر الأسود ، في رأي البعض ، ذو قدرة خيرة أو شريرة .

إنني سأقتصر في دراستي على الرموز الكبيرة ذات الشحنة الانفعالية . وسنرى قوتها في فن العلاج .

كيف يولد الرمز

لا يكاد الناس يتخلصون من البرد والجوع والخوف على الرغم من التقنيات الحديثة . فالحياة الحديثة تعويض عن مخاوف أجدادنا القدماء . ولكنها لم تلغ ، بل على العكس من ذلك ! ويكفي أي شيء تافه حتى يجد الإنسان هذه المخاوف القديمة .

و « الحياة » هدف الإنسان الحي . إنه يوجه انفعاله اذن الى :

١ — كل ما يهب الحياة .

٢ — كل ما يتيح استمرار الحياة .

وكأن هناك جنسين ، هناك مبدآن كليان في جميع العصور :

((اليين واليانغ Yin yang))

- ١ — مبدأ الذكورة، وهو مبدأ
فَعَال مشع مخصب نافذ
- ٢ — مبدأ الأنوثة، وهو مبدأ
منفعل باهت خصيب نفوذ
- وذلك أمر معقول، وعلى صورتَي الرجل والمرأة. فلننظر في ستة من الرموز الكبيرة التي ساست الإنسانية بمجموعها.

الرموز الكبيرة المذكرة

- ١ — الشمس : فعالة، مشعة، مخصبة .
- ٢ — الأب : هاد مضيء ومشع .
- ٣ — النار : فعالة ومشعة .
- ٤ — القضيب : رمز الذكورة، كلي، فعال، مخصب، نافذ .

الرموز الكبيرة الأنثوية

- ١ — الأرض : منفعة، خصيبة .
- ٢ — الماء : مخصبة، ولكنها منفعة وباهتة .

١ — الشمس

لنضع رجلا متمدنا في وسط الغابة خلال الليل. فالإنسان الحديث سيعاني من الإحساسات ما كان يعانيه إنسان قبل عشرة آلاف عام. وتبدو سيارته وجهاز الرائي لديه عبثا غير ذي معنى أمام هذه الإحساسات .

في وسط الطبيعة التي جعلها الليل معادية، يقف هذا الإنسان وجها لوجه أمام نفسه. وستكون استجابته شبيهة باستجابة أجداده القدماء: سيشعر بالخوف. ماذا يتمنى قبل كل شيء؟ إنه يتمنى أن تشرق الشمس. فظهور الشمس يبدد رعب الليل الواقعي أو الخيالي، والشمس تنشر النور والحرارة والحياة والأمن والجمال .

لنفرض الآن أن هذا الإنسان يفقد ذاكرته فقدانا تاما ويعود كالبدائي .
إنه سيرى يوما بعد يوم أن الشمس « تصعد » وسيرى مساء بعد مساء أنها
« تنزل » معلنة عن الخوف اليومي .

وبالتدرج ، يحل الانفعال الذي يرتبط برؤية الظاهرة رؤية فيزيائية
محل هذه الرؤية .

- أ — يرى البدائي أن الشمس تشرق ، فيزول خوفه الانفعالي .
- ب — ثم يوفق البدائي بين شروق الشمس من جهة وبين الحرارة والنور وزوال
الخوف الانفعالي ، من جهة ثانية . ويصبح هذا التوفيق انفعاليا أكثر فأكثر .
- ج — تصبح الشمس واقعا حيا ، « شخصا » يتيح النور والحرارة والأمن .
- د — تصبح الشمس « إلهة » يصلي إليه ويغبده .
- هـ — بما أن الشمس تصعد في السماء ، فإن مجرد فكرة الصعود تثير لدى
الإنسان شعورا بالغبطة والفرح والنور .

في أيامنا هذه

ولا يزال الأمر على هذا النحو في أيامنا هذه . ولئن كان الإنسان
الحديث لا يعد الشمس بمثابة اله ، فإنها تبقى رمزا انفعاليا لعواطف قوية من
الغبطة ، ويمكن أن يمارس هذه التجربة كل إنسان يوميا .

مثال ذلك : لننظر من جديد إلى إجابات الصفحة ٢٣٠ على كلمة
« يصعد » .

تلكم الآن اجابات مقارنة بين « الشمس » و « يصعد » . إنها
إجابات ثمانين شخصا مختلفين تم إعداد تصنيفها حسب تشابهها .

الشمس

نور — أمل — ثروة — كمال — فضاء — إله — حياة
— جمال — قوة — مجد — جنة — غبطة — أب — نار
— حب .

يصعد (الصعود)

نور — أمل — كمال — فضاء — إله — حياة — قوة — مجد
— فرح (غبطة) — أب أبدي — جمال — حب خالد .

غير مجد أن نوازن بين الحالتين إجابة إجابة . إنني لم أحصل أبداً على
إجابة واحدة ليست متفائلة وإيجابية .

نلاحظ إذن أن العواطف ذاتها تبدو عندما تذكر « الشمس » و
« الصعود » لدى أشخاص مختلفين .

هذان الرمزان مرتبطان بكل ما هو منير وقوي ، مرتبطان بـ « الحب »
لأنهما مرتبطان بالطهارة والكمال والإله .

وعلى سبيل المثال : لا يخطر لأي شخص أن يقول : « إنه ينزل نحو
النور » . ثمة صدمة يشعر بها كل إنسان . فما السبب ؟ عندما سألنا الناس ،
حصلنا على الإجابات التالية تبعا لدرجة الملاحظة والدكاء .

— « نزول » نحو النور؟ هذا غير ملائم. الإنسان « يصعد » نحو النور.

— لأن ذلك لا يقال. فالنور في الأعلى.

— لا أعلم... ولكن ذلك يضايقني... كما لو أنه شيء خاطيء أعظم الخطأ... لا أعلم لماذا... ثمة شيء في نفسي يقول لي ذلك.

النور موجود في الأسفل مثلما هو موجود في الأعلى. ولكن النور « في الأسفل » لا يؤثر في نفسي، فيما أن « الصعود » صوب النور يمنحني انطبعا بضرب من المعرفة والطهارة. إنه لانطبعا لا يمكن تخديده، وأنا أفرض أن جميع الناس يعانون الشعور ذاته.

يضع الناس الإله، والجنة، ومجبة الإله، والكمال، الخ، « في الأعلى ». فلماذا لا يكون « في الأسفل »؟

« صعد » المسيح الى السماء؟ لماذا لا يقال « نزل الى السماء »؟ لأن السماء « في الأعلى »؟ ولكن لماذا لا تكون « في الأسفل »؟

للعدراء « صعود » ها، الخ...

فكرة الصعود تشير أبدأ لدى « الإنسان المتمدن » عواطف

الطهارة.

ولا تختلف عواطف متسلقي الجبال والركب الطائر عنها. فصعودهم يمنحهم شعورا بالقوة. وذلك لأمر مؤكد. ولكنهم يقولون إن الإنسان يشعر « في الأعلى » بأنه طاهر...

ومن الملاحظ أن هذه العواطف موجودة في الفنون وفي جلسات التحليل النفسي. وقد يؤدي « الصعود » و « الشمس » أيضا الى عواطف من الجنسية العامة كما تؤدي الى عواطف « حب ». وهذا أمر منطقي. ذلك أن « الحب » مرتبط بالطهارة والتجرد.

وفهم المرء إذن أن ضربا من تحليل الأحلام تحليلا جيدا يقتضي معرفة باللغة الرمزية أي باللغة البدائية .

إليكم جلسة من جلسات التحليل النفسي

التمس المحلل النفسي من السيدة س أن تقول « كل ما يخطر ببالها » بعد أن نطق كلمة شمس . أما السيدة س ذات الثلاثين ربيعا والشخصية المتوازنة جدا والذكية جدا، فموجودة في حالة من الاسترخاء التام، مغلقة العينين في جو من الظلام الدامس .

أرى الشمس عالية في السماء ، يحف بها لهب أصفر كأنه هالات من النور تتجه هذه الأنوار صوبي رويدا كالنارات . أشعر بأني أصعد في الفضاء على مهل كما يحدث في الأحلام . إنني أصعد سريعا بسهولة عجيبة . إن لدي انطبعا بأني غير ذات وزن . أوه !...! إنني « أشعر » شعورا حقيقيا بأني أصعد . إنه لانطباع رائع من الخدر . اقترب بهدوء من الشمس التي تكبر شيئا فشيئا . يبدو اللهب الذي يحف بالشمس ، كيف أعبر عن ذلك ... دون خبث . أشعر بأنه طيب ويحبنى ... أشعر الآن أن اللهب يلامسني ، وأرى ضربا من الحديقة المضيفة الواسعة خلف الشمس ، حديقة هادئة ، ذات كرات من كل لون . وفي الطرف الخلفي من الحديقة ، ثمة باب لامع يقف عليه شاب يمسك بيده سيفاً من نار ، أشعر أنه يتنسم لي ... وذلك كما لو أن انسانيتي الرديئة قد انسلخت عني ... أحس بانفعال حقيقي ... أحس بالدخول في أبدية من النور ... أرى أبي فجأة ... إنه موجود أمامي ... كله نور ، ويحمل أيضاً سيفاً من الألماس ... إنه يناولني مفتاحاً كبيراً من الذهب ويريني الباب المتلألئ ... أرى أمامه شخصيات ترتدي ثياباً بيضاء ...

لنتوقف هنا . نحن نرى أن هذه التدايعيات الحرة زاخرة بالصور التي تكلمت عنها . إنني ألح على قولي إن هذه الصور ذاتها تظهر بنسبة ثمانين بالمئة .

إن كلمة شمس أدت بالترتيب الى : لهب — يصعد (الصعود) — يسر (التحرر من الذات) — حديقة مضيئة ذات كرات (صورة جنة ،

والكرات هي أشكال هندسية تامة) — باب لامع — شاب يحمل سيفاً
من نار (تذكر رئيس الملائكة في الديانة) — ذلك كما لو أن انسانيته الرديئة
قد انسلخت عني (طهارة) — أبدية من النور (الله) — أبوها
(وسبى السبب) — أبوها من نور — سيف من الألباس (سيف = قوة ،
ألباس = ثروة) ، هي هنا ثروة روحية — مفتاح من الذهب (يتيح لها أن
تفتح باب الكمال) — شخصيات ترتدي ثياباً بيضاء (كمال ، طهارة ،
ملائكة) .

جميع صور هذا الحلم موجودة في الأساطير الإنسانية منذ الأزل .
إن التقاطها خلال الجلسات الميكولوجية التي تتم مع أشخاص
متباينين كلياً هو دائماً أمر له أبلغ الأثر .

٢ — الأب : رمز كبير جداً

رأينا أن فكرة الأب تظهر (صفحة ٣٣٤) :

- أ — في الاستجابات لكلمة « شمس » .
- ب — في الاستجابات لكلمة « يصعد » .
- ج — في الحلم الذي تخيلته السيدة س ، منطلقة من كلمة « شمس »
(صفحة ٣٣٥) . فلماذا ؟

العبارة معروفة : « أبي شمس بالنسبة إلي ... » . وهذا يعني : « أبي
كالشمس ، قوي ومشع . أبي يهديني وينير سبيلي ، كالشمس . إنه يمنحني
الأمن » .

إليكم ما هو هام في الأمر :

الأب ، كالشمس ، بطل بالنسبة إلى الطفل . والأب موجود قوي
ومجيد . يضاف إلى ذلك أن الأطفال يتفاخرون بأبائهم ، بمهنة آبائهم ، الخ .

والأب، بالنسبة الى الطفل، يتصف بسمات فوق انسانية، وهو موضع إعجاب شديد.

بيد أن الأب الذي يضعه موضع الإعجاب ليس أباه الخاص به، وإنما الفكرة التي يكونها عن الأب بصورة عامة. فالأب، بالنسبة إلى الطفل، رمز حتى قبل أن يكون أباه الخاص به. ويتطلب الطفل لاشعوريا من الأب أن يكون مطابقا للرمز، وأن يكون ذا قوة، ومجد، وعصمة، وإشعاع.

الدور العملي للأب اذن دور عسير.

إنه دور عسير لأن الأب ينبغي له أن يتطابق مع رؤية طفله الرمزية.

إنه لدور مرهق. فإذا لم يكن متطابقا مع الرمز، لسبب من الأسباب، ظهر التناقض لدى الطفل، تناقض قد يصل الى حد فقدان التوازن السيكولوجي.

الأمثلة: مهنة الأب ليست موضع فخر، والأب ضعيف ومسيطر الى حد المغالاة، والأب غير مثقف، والأب ليس موضع إعجاب، الأب فقير، الخ.

كل هذه الحالات الكثيرة الوقوع تجعل الفكرة المجيدة، الساطعة، القوية، التي توجد لدى الطفل عن الأب بصورة عامة، تنهار أمام واقع أبيه هو.

ومن المؤكد أن بالإمكان إصلاح ذلك. وتلك هي مسألة فطنة وذكاء وتوازن على وجه الخصوص.

أمثلة أخرى: بدأ أحد المراهقين يكره أباه لأن هذا الأخير سقط مريضا. وقد انطلق هذا الكره على الرغم منه، والمراهق يعاني بسببه تبكيت

الضمير الحاد . قال إن « أباه لم يعد موضع إعجابه » . وكان عليه أن يقول ،
هنا أيضا ، إن أباه لا يطابق رمزه الباطني .

وبما أن دور الأب رمزي وعملي على حد سواء ، فإنه من أصعب الأدوار
اذن . إن من الخطير دائما أن ننظر الى الإنسان من خلال رمز قوي . فليس
ثمة من أب إله في هذا العالم ، حتى ولو كان إلهها بالنسبة الى ولده . وكل أب
هو إنسان ، إنسان ليس غير . وعليه أن يتجه بكل ذكائه الى أن ينظر إليه
طفله بوصفه انسانا وصديقا ، لا بوصفه إلهها — شمسا .

٣ — النار

كانت النار دائما موضوع عبادة حقيقية . وهي في أيامنا هذه ذات
علاقة بعواطف الحب . يقال ، دون إمعان النظر في هذا القول ، « تدله في
حب شخص ما — احترق وجدا — يلهب فؤادي — ألهب حبا ...
الخ » .

لماذا تمثل « الحب المطلق » ، « القلب المقدس » على سبيل المثال ،
بشعلة بدلا من أن نمثله بالقلب ؟ لماذا يعلن عن افتتاح الألعاب الأولمبية بعداء
يحمل شعلة ؟

أمام قبر « الجندي المجهول » شعلة تحترق . وفي كل عام « تبعث
الحياة في الشعلة » ، شعلة الجندي المجهول . لماذا يضيء الناس الشموع في
عيد الميلاد ؟ لماذا يشعلون شمعة أمام تمثال شخص ما ؟

إذا قال خطيب لخطيبته : « يملأ الماء قلبي من أجلك » ، فإنني أترك
لكم المجال لتصوروا ذهول الخطيبة . ولكنه اذا صرح : « تملأ النار
قلبي ... » ، قابلت الخطيبة ذلك بكل ارتياح . فلماذا ؟

إليك الكلمات التي أجاب بها ، بصورة عامة ، حوالي مئة شخص عن
كلمة نار :

نار

لمعان - نور - حب - طهارة - حياة - شمس - إله
طاقة - روح - مجد - قوة، الخ.

فالمعنى العميق لكلمة نار يتلاقى إذن مع معنى شمس أو معنى يصعد .
ماذا نلاحظ اذا نظرنا من جديد الى استجابات الصفحة ٣٣٤ ؟ نلاحظ أن
ثمة استجابات مشتركة، كنور وحب ومجد وإله وطهارة... فماذا يعني
ذلك؟

كانت « نار »، في اللغات القديمة، مرادفة لكلمات حياة، ونور،
وحب، وحيوية، وقوة. وازن بين هذه المترادفات وبين الاستجابات الحديثة .
يعلم المحللون النفسيون جميعهم، على سبيل المثال، الى أي حد ترتبط
النار بالحب . ويكفي المرء أن يفكر بصور الورع، وبألسنة النار التي
« تنزل » على الحوارين، الخ.

إذا كانت النار تذكر بالحب، فإن من المسلم به أنها قد تذكر كذلك
بالجنسية، عامة كانت أم خاصة . ولنفكر بضرام بعض الصوفيين وبالملاحظات
العفوية للمحبين الذين اشتعلوا « بنار » الحب، تلك الملاحظات التي رأيناها
فيما سبق .

لن يكون هذا كله سوى تسلية ممتعة اذا كان الناس لا يعيشون على
هذه الرموز . غير أن ما يحدث هو العكس . يضاف الى ذلك أنه إذا كانت
هذه الرموز ناجمة عن انفعالات لاشعورية، فإنها تستطيع بدورها أن تثيرها .

تلك هي حالة لوحات بعض الرسامين « الملهمين » الذين يقتصرون على العثور على رموز عظيمة موجودة لدى كل إنسان .

ثمّة اذن فئتان من الناس : فئة الذين يعيشون على الرموز الكلية ولكنهم يجهلون ذلك على الرغم من أن هذه الرموز تؤثر عليهم ، وفئة الذين يعيشون أعمق أعماقهم وهم يعلمون ذلك ، ويصبحون قادرين على استخدام هذه الرموز بهدف تقديم العون الى الآخرين وفهمهم . وهؤلاء هم المطلعون على السر .

النار بنت الشمس

النار كالشمس ، تنشر الحرارة والنور . وتزيل الخوف . كانت الشمس تسمى عند القدماء الأب والنار الدنيوية الابن .

حفلات عديدة كانت تقام ، وبخاصة حفلات مدار الشتاء (وهو ٢٥ كانون الأول لدينا) التي يمجّد فيها أحد الطقوس ولادة الطفل — النار .

تابعت الديانة المسيحية هذا التقليد الرائع . وبما أن المسيحيين لم يتذكروا التاريخ الصحيح لميلاد المسيح ، فقد استمروا على الاحتفال بميلاد الابن — النار ، وحدد ٢٥ كانون الأول تاريخ ميلاد المسيح . وكان المسيحيون يشعلون نيران هائلة بهذه المناسبة ، وشموعنا الجميلة في عيد الميلاد تذكير بها .

هذا كله جعل الإنسان يمتد امتدادا فريدا نحو القرون الماضية ، ونحو جميع الناس الذين عمروا الأرض ولا يزالون يعمرونها .

٤ — القضيب

كان الإنسان السوي فيما مضى يعبد الحياة دائماً .

وكان من الطبيعي اذن أن يعبد كل ما يمنح الحياة وكل ما يتيح استمرارها . فإذا كنا نحب غريزيا ما يتيح للحياة أن تستمر (الشمس ، على

سبيل المثال) ، فإننا نبحث عن الرمز العيني الذي يمثل الحياة ذاتها .

فالحياة ، أي حياة ، ليست ممكنة من غير القضيب . وكل حياة منوطة بالقضيب الذي يصبح مبدا الذكورة العام . لذلك يسهل أن نفهم أن عبادة كلية للقضيب أمكن لها أن توجد ، عبادة قوية قوة عبادة الشمس أو النار . والقضيب بالنسبة الى البدائين ، يمثل الحياة ، بفضل الفعل الجنسي . ولندرك تمام الإدراك أن هذا الفعل الجنسي يمثل هنا الحياة ذاتها بطريقة سوية على وجه الإطلاق ، طاهرة ، غريزية ، طبيعية . فعمل القضيب فعلا خلاق . وذلك هو مبدا الذكورة الفعال ، المؤثر النافذ ، المخصب .

كانت سائر الانحرافات غير المعقولة لازمة للحطّ من معناه أو لتدنيسه . ونحن نقصد بذلك أن مجرد كلمة « جنسية » في عصرنا هذا ، تصبغ وجه الناس بحمرة الخجل . أما لدى البدائين ، فإن الجنسية كانت فعلا مقدسا ، عبوده بوصفه كذلك ، لأنه يمثل الحياة .

إليكم ، مع ذلك ، بعض الاستجابات لكلمة قضيب ، أعطاهما : أولا : أشخاص إما عصايون وإما أولو جنسية مزيفة :

قضيب

جنس ... هذا أمر يزعجني ... — خطيئة — ... إنه لعبث ، ولكن ذلك يسبب لي الخجل ... — رجل ، وأنا أكره الرجال ... — متعة — ظلام — على الناس أن ينعلموا الحديث عنه بصورة سوية — إنني أفكر فيه بوصفه شيئا محرما ، ولكنني أفهم أن التربية الجنسية مزيفة .

ثانياً : بعض الأشخاص المتوازنين بصورة صحيحة .

قضييب

حياة — خلق — استمرار الحياة — قوة — اخصاب — حب — كال
— عمود — شجرة .

إنني أكرر ما قلته سابقا: الفعل الجنسي، من الناحية الرمزية، فعل مقدس. إنه أمر لا يزال صحيحا في أيامنا هذه. فالعمل الجنسي، لدى بعض الشعوب السوية قطعا، عمل علني أحيانا، ينظر إليه بوصفه مجموعة من طقوس الحياة، ويغطيه أبناء القرية كلها بالأزهار. ويقوم بالجماع في زمن البذار بعض الشعوب الفطرية على الأرض (رمز الإخصاب). ذلك مثال ضربته، والقضييب كان يحظى في الزمن الغابر بعبادة كلية على وجه التقريب .

ما الأشياء التي تمثل القضييب، قديما وحديثا، في الأحلام وفي الفنون؟
يمثله كل ما هو قوي، إيجابي، منتصب، عمودي. مثال ذلك: أشجار (انظر الاستجابة لكلمة شجرة في الصفحة ٢٣٠)، عمود، رماح (تذكر ضروب الرقص القضيب حيث تغرز الرماح رمزيا في ثقب في الأرض)، سيف (انظر حلم جان ص ٢٦٠)، سكة المحراث (انظر ماسيأتي فيما بعد) .

وحظي القضييب بتمثيلات معمارية لا حصر لها، إما بصورة واقعية وإما بصورة تزيينية .

ليست الجنسية موضوع عبادة عام، ولكن رمزها يبقى راسخا فينا. فالجنسية الحقيقية لا ترتبط بالحياة ذاتها فحسب، وإنما ترتبط كذلك بكل ما يظهرها من العوامل المادية والحسية. فليس من باب العبث أن يكون كثير من العصايين ذوي أساس جنسي مشوه .

٥ - الأرض

ما العبارات الأكثر انتشاراً التي تخص هذا الرمز الرائع ؟ العبارات الأكثر انتشاراً هي : الأرض المغذية - الأرض الأم . يضاف الى هذا أن الأرض : خصيبة ، منفعة ، تعطي الثمار . أمر واضح وضوح الشمس أن ثمة ارتباطاً موجوداً منذ قديم الأزمان بين فكرتي الأرض والمرأة .

فالأرض رمز الأنوثة والخصب على وجه الخصوص . ويقال « أحشاء الأرض » دون أن يفكر من يقول ذلك بأنه يقارنها بامرأة .

يذكر خصب التربة بخصوبة المرأة لدى الناس جميعهم وفي كل العصور . ولقد جعلت الميثولوجيا الكلية من السماء والأرض زوجين الهيين . والواقع أن السماء « تلقح الأرض بالمطر ، والأرض الخصيبة تنتج الرخاء » . وثمة نصوص هندوسية تشبه الزوج بالسماء ، والزوجة بالأرض . وتعتقد بعض الشعوب بأن الأرض هي « البطن الأم » الذي خرج منه الناس . ويمكن ذكر أمثلة لا حصر لها عن الاعتقاد بالأرض - الأم . أليس ذلك مما يدعو الى الدهشة ؟

بيد أن الأرض ينبغي لها أن تحرث حتى تخصب . وبوسعنا اذن أن نتوقع أن يماثل الإنسان بين الحرث والإخصاب . ذلك ما حدث في عدد لا يحصى من القصص الخرافية ومجموعات الطقوس .

إذا كانت الأرض شبيهة بالمرأة الخصيبة ، فهل يجب أن تصبح الوسائل المخصصة لإلقاحها رموزاً للقضيبي ؟ ذلك ما حدث بالضبط . إن س كة المحراث رمز من رموز القضيبي الأكثر انتشاراً .

السكة « تفتح أحشاء » الأرض و « تنبش أحشاء الأرض » . ماذا يقول بودلير ؟ « قبلاتي خفيفة ... أما قبلات عشيقك ، فإنها تحفر أحاديث .

مثلها مثل العربة أو الصدمات المحزنة ... » . لقد عثر الشاعر في أعماق ذاته على رمز أبدي . وبعض العربات ممثلة في الفنون بصورة قضيب .

تعني الكلمة ذاتها في بعض اللغات معزقة وقضيبا . وكثير من القصص الخرافية تقارن الزوجة الفتية بالتلم الذي تشقه السكة . والهنود يمثلونه بامرأة . وكثير من البدائيين « يخصبون » الأرض بالتجوال بين الأتلام بأصنام تمثل أعضاء الذكورة المولدة ، الخ ، الخ .

المجموعة الطقسية الأسترالية الجميلة جدا معروفة : يرقص الأستراليون القدماء حول ثقب في الأرض يمثل العضو المؤنث ويغرزون فيه العصي فيما بعد (رموز القضيب) .

ورمز الأرض — الأم ، الخصيبة والمعطاء ، ذو منطق دقيق وجمال أنخاذ . ويمتد هذا الرمز ، هو أيضا ، بقوته وأبديته فينا لكي يبدو مجدداً على السطح في ظروف شتى ، كما تبدو جميع الرموز الأخرى . قال لي أحد الغرباء :

— إنني أرغب في أن أدفن في أرض وطني ...

— لماذا؟

— ... لا أعلم ... إنني أشعر بأني سأجد أمي وبناتي أرقد فيها بصورة

أبدية ...

إليكم بعض الكلمات التي تم الحصول عليها بالتداعي في جلسة سيكولوجية لحوالي مائة شخص :

الأرض

ثروة — خصوبة — رخاء — أمن — مريض — أم — أمي — خصيبة — امرأة — عذراء — منفعة .

٦ - الماء

الماء رمز انفعالي قوي يسود منذ آلاف السنين . إنه يبدو كثيرا في المنامات والأدب والشعر والرسم والأغاني ، الخ .

تلكم هي استجابات تداع أعطائها بصورة عامة مائة وخمسون شخصا لكلمة ماء .

وسنرى أن أي شيء لم يتغير ...

الماء

احتواء - خصوبة - رخاء - قمح - هدوء - معمودية - ماما - الارتواء
الأبدي - طهر - شباب أبدي - بعث .

إليك تصنيفا لهذه الاستجابات حسب الرموز .

١ - رمز الخصوبة : خصوبة - رخاء - قمح .

٢ - رمز الأنوثة : ماما - احتواء - هدوء .

٣ - رمز التطهير : طهر - معمودية .

٤ - رمز البعث : أبدية - الارتواء الأبدي - بعث .

والواقع أن الماء جمع هذه الرموز لدى شعوب الأرض قاطبة . وحسبنا قليل من الحدس حتى نفهم ذلك .

الماء رمز الخصوبة والأنوثة

أن يكون الماء رمز الخصوبة والأنوثة فذلك أمر واضح : فالمرأة اللاقح تعطي طفلا ، كما أن الأرض التي يلقحها الماء تمنح الرخاء . ولنتذكر ، من جهة أخرى ، أن السماء والأرض يؤلفان ثنائياً مقدساً . فمن الطبيعي إذن أن تكون

الماء (المطر) التي ترسلها السماء معبودة بوصفها إلهة تمنع جذب الأرض — الأم . لقد عبد الروس ، من بين عشرة آلاف شعب آخر ، آلهة كانت الأم والأرض والرطوبة في وقت واحد . وأمر ينبوع أو كسفورد الذي كان المفروض بأنه يجعل المرأة العاقر لاقحا أمر معروف . وعدد الينابيع التي يمكن للنساء أن تتمنين أمامها بالحمل لا يحصى .

يقال في الأدب : كان « الماء الأمومي » يغمره . كان يحس في الماء وكأنه يغوص في أحضان أم . « فالقصائد والقصص الخرافية التي تتحدث عن الماء وكأنه آلهة أو أم لا يُحصى لها عدد . ويتحدث الصينيون عن الماء بوصفه نموذجا من الحكمة . أليس الماء نقيا ، متواضعا ، يتخذ جميع الصور بصورة متناغمة ؟ وما أكثر الأغاني التي كانت وقفا على البحر ، والأنهار ، والينابيع ، والعيون ، والندى ، الخ ، الخ !

حسنا أن نتذكر ^{النهر}السين . إنه « عاشق » ، « ينوح » . إنه « امرأة » ، « عروس » ، « يضم » باريس ، ذو « نزوة » ، « يتزين » ، الخ ... وتلحق هذه الأغاني برمزية الماء الرائعة . وهذه الرمزية البعيدة الغور التي تخص الغريزة الوراثة في كل منا تصنع نجاح هذه الأغاني .

ويمكن للماء ، من جهة أخرى ، أن يكون رمز الخصوبة والولادة . ولندكر في هذا الشأن بعض المعطيات التي رواها مرسيا الباد Mircea Eliade في كتابه « تاريخ الأديان » : تعني a في اللغة السومرية « ماء » ، ولكنها تعني أيضا مذيا ، وحملا ، ونسلا . ولا يزال الماء ، في أيامنا هذه غير متميز لدى البدائيين عن المنى في الأسطورة . وتذكر أحد الأساطير في جزيرة واكوتا Wakuta كيف أن فتاة صبية فقدت بكارتها لأنها تركت المطر يلامس جسمها ...

وسنرى بعد برهة وجيزة حلما رآته فتاة صبية « ١٩٥٨ » ، يستعيد هذه الأسطورة على وجه الدقة .

فالعلاقة بين إخصاب الأرض — الدم وإخصاب المرأة وثيقة اذن هنا ،
ومنطقية تماما .

الماء رمز البعث والطهارة

تزخر القصص الخرافية الكلية بصورة « البعث » بفعل الماء . ف
« الرجل الشيخ » يغوص في الماء ويخرج منه وقد بعث جسما جديدا . إنه
رمز المعمودية برمته . فماذا تقول التقاليد؟ تقول : « نشأت العوالم في المياه » .
كانت ، قبل أن تخرج من المياه ، من غير صورة ، غير موجودة . فالتغطيس في
الماء خلال المعمودية يعني اذن « عودة الى العدم » ، والطفو يعني أن الإنسان
يولد من جديد طاهرا ، متجددا .

ينطوي الطوفان الموجود في كثير من الأساطير القديمة ، في المستوى
الديني ، على المعنى ذاته : عودة إنسانية قديمة الى العدم ، وولادة عصر
جديد . وسيغوص جميع الأبطال من جديد في البحر . وتشمل الأسفار
الجهنمية على ضرب من عبور النهر أو على سفرة تحت المحيط . في بطن غول
على الأغلب .

يوضع الميت غالبا في قارب فوق تيار الماء . وثمة العديد من القوارب
التي تنقل أرواح الموتى . الخ .

وأخيرا ، يخرج الأبطال من الماء منتصرين ، متجددين .

ثم إنها قصة ينايع جوفنس Jovence ، قصة الينايع الخارقة ، والعيون
والأنهار المقدسة ، والآبار الطقسية ، التي لا تزال موجودة في أيامنا هذه .
فالأنهار والينايع الفرنسية التي اشتهرت بالتجديد كبيرة العدد . والأطفال
المرضى يُغمرون في آبار سان مندرون Saint-Mandron في كورنواي
. Cornouailles

يضاف الى هذا أن التطهر بالماء موجود منذ أن وجد الإنسان على وجه البسيطة . لقد قال عزقيل : إنني أرش عليكم الماء الطاهر ، فتتطهروا . فضروب المعمودية والوضوء ورش الماء مثال حي لهذا القول دائما .
يتصف الماء حقا ، بأنه أروع الرموز في العالم .

استعمال الرموز في فن العلاج

هل يمكن استخدام الرموز من أجل إحداث انفعالات ؟ انفعالات تؤثر وتشفى ؟ واذا كانت الصورة الرمزية تعبيرا عن عاطفة ، ألا يمكن استخدام صورة للإتيان بعاطفة ؟ أليس بالإمكان استخدامها لتكوين إيجاب عميق ؟
إننا ، على هذا النحو ، نبلغ مرحلة جديدة من مراحل فن العلاج . إنها مرحلة هامة بصورة مذهلة ، ويمكن أن يكون لها نجوم خارق حقا إما بالنسبة الى التحليل النفسي وإما بالنسبة الى الشفاء .

أولا - الحلم المستثار

شاهد روبير ديزوال Robert Desoile ، منذ حوالي عشرين عاما ، حدوث حلم مستثار بإشراف كاسلان E. Koslant . لقد أدهشه غنى الصور التي خطرت في ذهن « الحالم » وقوتها . فشرع ديزوال مباشرة يبحث ، وركز طريقة جديدة أغنت علم النفس الى حد كبير .

فماذا تصنع هذه الطريقة ؟

- أ - إنها تستخدم الرموز لتحليل المريض .
- ب - إنها تستخدم القوة المحركة للرموز لتؤثر على المريض .
- ج - إنها تفعل بحيث يصبح الرمز واقعا حيا ومؤثرا كما هو لدى البدائيين .

شروط هذه التقنية

بما أن الهدف إيجاد الخلفية الرمزية للفرد، فلا بد له من أن ينفصل عن « عقله النقدي » الى أقصى حد. فالارتخاء العضلي والنفسي أساسي اذن. ويمكن استخدام شتى التقنيات لهذا الغرض. وعلى أي حال، فإن الفرد يعزل عن العالم الخارجي ما أمكن ذلك (استرخاء، ظلام، عينان مغلقتان، الخ).

ثم إن الهدف أن يُنقل الفرد تدريجياً من حالة الوعي العادي الى حالة أخرى: تلك التي يمكن للنجوع الرمزي أن يؤثر فيها. ومن البديهي أن يبقى الفرد واعياً. ويبدو الحلم المستثار، على وجه العموم، بمثابة « سيناريو رمزي » موجه يمثل فيه عالم النفس دور موجه السير ودور المحلل. أما المادة، فإن الفرد هو الذي يقدمها بوفرة.

إليكم، من باب التوضيح، ثلاثة مقاطع قصيرة جدا من جلسات حلم مستثار.

أولا : جانين امرأة شابة في الثلاثين من عمرها، مسترجلة جداً. إنها مدرسة رياضيات، ولا تعرف شيئاً عن الرمزية. بين هذا الجزء أن اللاشعور الرمزي لا يبالي نهائياً بـ « العقل الرياضي الحديث ». إنني أقول ثانية إن « العقل النقدي » ينبغي له أن يُلغى الى الحد الأقصى. ويجب أن يكون بوسع الظروف الأكثر « عبثية » أن تظهر دون أن تصدم الفرد، كما هو الأمر في المنام.

أشعر بأنني أسبح ببطء نحو شاطئ. ثمّة شيخ موجود فيه، شيخ يتسم ابتسامة عريضة، ويبدو لي أنه غاية في اللطف. إنه يستقبلني، ويقودني الى صخرة يتفجر منها ماء غاية في الصفاء. يدفعني الشيخ تحت الماء المتفجر أشعر بإحساس ب... بالتطهر... أترجع وأخرج من الماء المنبعث من الصخرة... فأتبين أنني حامل... ذلك ما يثير تقززني، فأنا لا أريد طفلاً.

ويمسكني الشيخ بذراعي ويفطس رأسي في الماء الذي سبحت فيه . إنه يقول لي : « لا تخافي ... إنه ينظر الى بطني باسمي ، ويقول لي : « هذا حسن » . إنني دائما حامل وشرعت أغني ... أرى الآن ، مكان الصخرة ، رجلا شابا ينفث الماء من فمه ...

قد يكون هذا « الحلم المستثار » مذهلا .

فإذا رجعنا الى رمزية الماء في الصفحة ٣٣٩ ، لاحظنا التماثل المثير مع أساطير الإخصاب القديمة بالماء .

كان بإمكان آلاف النساء ، منذ آلاف السنين ، أن « يحملن » بما حملت به جانين .

فلنستعد هذا الجزء من « الحلم المستثار » .

أ — استقبل جانين شيخ باسم (حكمة ، صفح ، معرفة) .

ب — دُفعت جانين تحت الماء المتفجر من الصخرة . لقد عانت إحساسا بالتطهر .

ج — تبينت جانين أنها حبلى . نحن هنا اذن في غمرة رمزية الماء الذي يلقح .

د — شعرت بالتقزز من نفسها . وهذا أمر طبيعي ما دامت ترفض دورها ، دور المرأة . وحيال تصورهما للأشياء ، فهي تشعر بأنها « غير طاهرة » اذن .

هـ — يفطسها الشيخ في الماء (غطس = موت) ، ويبي الغطس طفو ، والطفو يقابل البعث والتطهر . إن كلمات الشيخ تنطبق على رمزية « المعمودية » .

و — جانين حبلى دائما . لقد غير هذا « التطهر » وجهة نظرها ، فشرعت تغني .

ز — ظهر، مكان الصخرة، رجل شاب ينفث الماء من فمه. إنه رمز الماء اللقوح أيضا. فالإخصاب مصدره الرجل، وجانين تقبل بذلك.

ماذا حدث فيما بعد؟ لقد أذهل جانين ذهولا شديدا قبولها، في الحلم وخلال الأيام التالية، دور المرأة والإخصاب الذي يتأتى منه. واستفاد العلاج النفسي من إحساسها الشديد الذي سببه هذا «الحلم المستثار». واستمر العلاج على أساس الرموز القوية.

تخلصت جانين من عقدها بسرعة، وقبلت دورها كامرأة. وهي الآن متزوجة، وفي منتهى الأنوثة.

ثانيا: الشخص موضوع الدراسة مهندس عازب في الأربعين. لقد طلب إليه بعد تقنيات الاسترخاء أن يقول أول ما يراه أو يحس به. وسنرى أن «العقلاني»، هنا أيضا، غير ذي تأثير كبير.

أ — ... أشعر بأني مستلق، منجمع على نفسي ككلب الصيد. ومع ذلك، فهو الوضع الوحيد الذي يتيح لي النوم... تخطر في بالي صورة ضرب من البيضة التي أجد نفسي فيها، صورة هي من القوة بحيث أشعر أنني آمن في هذه البيضة... مع أنني في الأربعين من عمري... أشعر فيها أنني على ما يرام.

طلب إليه، هنا، أن يقول بأي شيء يقارن نفسه. وأتى الجواب دون إبطاء:

ب — ... إنني أشبه جنينا، نعم، جنينا. فهل أخاف اذن من الحياة والمسؤوليات الى هذا الحد؟ يلاحقني الشعور بالدونية أمام العمال... وعلي أن أقودهم... إنه لغريب هذا الإحساس وصورة التواري هذه وكأنني لم أولد بعد.

طلب إليه، هنا، أن يخرج من هذه البيضة بوسيلة من الوسائل.

ج — ... إنني أتمدد بغيظ مفاجيء... لقد تحطم كل شيء... و...
أشعر أنني أعوم في الماء... في ماء لا حدود له... ماء في قاعه شمس
صفراء كلها.. يبدو كل شيء في صمت مدهش... إنني أشعر شعورا
غريبا بضرب من الانتظار.

طلب إليه أن يياشر السباحة.

د — ... أحس بأنني أسبح ببطء وبقوة. اتجه صوب شاطئ.
توقفت حركتي فجأة بفعل درب يبدو خارجا من الماء وصاعدا نحو السماء
الى ما لا نهاية. هذا الدرب مضيء، والسماء سوداء كل السواد. أحس بأن
علي أن أتسلق هذا الدرب اذا شئت أن أتغير...

ما هي الرموز التي نجدها؟

أ — صورة واضحة عن تعلقه بأمه، عن عودة الى أمه. يقول، هو
ذاته: أشعر وكأنني جنين، ومضمون قوله: في بطن أمي.

لقد سببت هذه «الطفالة» له شعورا بالدونية، وخوفا من
المسؤوليات، ومظهرها مخنثا، وعزوبة، وخوفا من النساء، واستحالة ترك أمه
ليتزوج. كما سببت له تمردا ضد هذه الظروف. ولنشر هنا أنه رأى في جلسة
أخرى فزاعة^(١) طلب إليه أن ينزع عنها الثياب، فاكتشف وجه أمه القاسي.

ب — شرح شخصي لحالته.

رمز جميل كلي. تخطر التقاليد في البال هنا: لقد نشأت العوالم في
الماء. ثمة هنا اذن صورة بعث شخصي، «ولادة جديدة لحياة جديدة».
إنه، هو ذاته، يقول ذلك: «أشعر بضرب من الانتظار».

(١) — فزاعة: ما ينصبه الفلاحون في المزارع والحقول لتخويف الوحوش والطيور «م».

رمز الماء كثير التردد في الحلم المستثار . وسبب ذلك أن كثيرا من الناس يرغبون في أن « يتغيروا » ، و « يولدوا مجدداً » و « يتطهروا » . فمن الطبيعي اذن أن يتكرر رمزها غالبا ..

د — إنه يصل الى درب « صاعد » ، ويقول : « أشعر بأن علي أن أتسلق الدرب اذا شئت أن أتغير » .

لدينا اذن رمز الصعود : تطهر ، وتحرر من الذات . والدرب ، من جهة أخرى ، مضيء إضاءة النور .

ثالثا : ها هو أيضا جزء من حلم مستثار أنجزته إيفون ، امرأة شابة في الثلاثين من عمرها ، متزوجة تعاني شعورا شديداً بالدونية والإثم مرتبطين بعقدة أوديب^(١) . إنها امرأة تتصف بالبرود الجنسي ولكن زوجها يفهمها غاية الفهم . أوحى إليها عالم النفس أن تشعر بأنها في منزلها ، في وضع مألوف ، وذلك بمثابة منطلق للحلم :

أ — أشعر بأنني في منزلي ... إنني أقرأ الآن .

— ماذا تقرئين ؟

ب — ... أوه ... اقرأ مؤلفا من مؤلفات القديس توما الأكويني . إنني أحب الأمور الروحية قبل كل شيء ... أتمنى أن أكون مجرد روح .

لم يوجه إليها عالم النفس أي سؤال ولم يبد أي تعليق ، بل أوحى إليها مجدداً أن تشعر بأنها في منزلها :

ج — ... إنني في الوضع ذاته ، اقرأ ، وزوجي يجري حساباته ، وابنتنا الصغيرة تلعب برجليها . كل شيء هادئ هادئ طبعيا كالعادة .

(١) — انظر « التحليل النفسي » و « عقدة أوديب » في فهرس المادة .

— انهضي ، ولتشعري بأنك تتجهين الى باب يؤدي الى الخارج .
د — ... أتجه صوب باب يؤدي الى الحديقة . إنني أفتحه ، وأخرج . ليس ثمة
من حديقة قطعاً .. أجد نفسي في سهل يغمره ضوء القمر ، الى ما لا نهاية .
هـ — ... أعود أدراجي ببطء . الخوف يملكني ... لقد اختفى منزلي . كل
شيء يتخلى عني . والسهل ينسبط على مدّ النظر ... إنني أشعر بوحدة
قارسة ...

هل هذا هو أنا؟

— لتشعري بأنك تتقدمين في هذا السهل .
و — إنني ... إنني لا أجرؤ على ذلك ... أتمنى أن أتعلق بشيء ما . أبحث
عن زوجي أو عن أي شخص ... كلا ، إنني لا أجرؤ على التقدم . أتمنى أن
يبدو منزلي من جديد .

— ليكن في يدك سيف ، وتقدمي .
ز — نعم ... في يدي سيف ، أشعر بأنني أكثر قوة . إنني أتقدم . ينتصب
أمامي فجأة حاجز مغلق كبير . ثمة جمهور غفير متجمع ، ورأي ، يراقبني ..
إنني منبوذة من هؤلاء الناس الذين يريدون أن يمنعونني من المرور ... إن بي رغبة
في الهرب .
— فكري بسيفك .

ح — إنني أفتح الحاجز . يسيطر علي الخوف ، ولكنني أتقدم رويدا . أشعر
بأن الناس أقل تهديداً مما كنت أعتقد . عجباً ... إنني أرمي سيفي ، وأستمر .
يتسم الناس لي . أشعر وكأن ثمة هدوءاً في جسدي ...

وأوحى إليها عالم النفس ، هنا ، أن تجد وسيلة « صعود » .
ط — أخرج من بين الجمهور . لا أرى مجدداً غير السهل ... أحس بأنني
أكثر ثقة بنفسي . إنني أنظر ، وأبحث عن وسيلة صعود . أرى على مقربة مني
شيئاً ضبابياً يتوضح ... إنه سلم ... معدني أو من الكريستال ، لا أدري ...

إنه يكرّ في السماء بسرعة، ويدعوني الى السعادة... ليس بوسعي أن أنظر إليه كثيرا... أعتقد أن الكشف عن ذاتي كامن برمته في الأعلى... وأرى منزلي على القمة. لا بد لي من بلوغه، ولكن بذات غير ذاتي...

يدل هذا المقطع على :

أ - قالت في الفقرة « ب » من حلمها : « أتمنى أن أكون مجرد روح » .
تبرهن هذه الملاحظة على أن روحانيتها تعويض عن شعورها بالدونية .

ب - تبين الفقرة « هـ » أنها تعاني الإحساس بأنها مهملة، إحساس مرتبط كذلك بشعورها بالدونية والإثم .

ج - تدل الفقرة « و » على أنها تعاني الشعور بالخوف . فالسيف، رمز اليسر والقوة، يلطف من هذا الخوف .

د - في الفقرة « ز » حاجز وجمهور . وهذا دليل آخر على الشعور بأنها منبوذة .

هـ - قالت في الفقرة « ح » : إنها تتقدم، وتلقي بسيفها من تلقاء ذاتها، وتشعر بالتححرر .

و - كانت استجابتها على « الصعود » في الفقرة « ط » برمز السلم . ويشير السلم، في كل العصور، على « تغيير المستوى » . إنه، من الناحية الرمزية، يتيح الانتقال من المادي الى الروحي . وهو، في أيامنا هذه، يرمز عادة الى « تغيير المستوى » هذا : فالملك يرتقي « درجات العرش » التي تشير الى الانتقال من المادي (الشعب) الى الروحي (الملك) . ويرتقي الكاهن كذلك درجات المذبح التي تشير الى الانتقال من المادي (الأرض) الى الروحي (الإله) ، الخ .

تشعر إيفون أنها « تغير المستوى » عندما تتسلق السلم، أي تصبح مختلفة عما هي عليه . ومما تجدر الإشارة إليه أنها تعاني الشعور الذي يعانيه المهندس (ص ٣٥١) . والفرق الوحيد هو أن دربا يصعد في الفضاء حل

محل السلم . لقد صرح المهندس كذلك : « أحس بأن علي أن أتسلق هذا الدرب اذا أردت أن أتغير ... » .

بأي شيء يعد الحلم المستشار مثيرا للاهتمام؟

لنقارن الحلم المستشار بالتحليل النفسي الكلاسيكي . يعتمد التحليل النفسي على فهم الفرد الى حد ما . إنه يعتمد على فهم عقده لتقويم الطبع . ولكننا نعلم أن ثمة انفعالا أو عاطفة تثير كل عمل انساني قبل كل شيء ، وأن لا علاقة للانفعال أو العاطفة بالذكاء أو العقل . فالذكاء أساسي ليفهم الفرد ذاته ، ولكنه غير كاف . والحلم في ذلك يكمل التحليل النفسي بصورة ممتازة . وعلّة ذلك أن الحلم يعمل على اللاشعور مباشرة . أما وسيلته في ذلك ، فهي أنه يتكلم لغته ، أي أنه يستخدم الصور والرموز . ثمة شيء بارز جدير بالملاحظة : الهدوء الذي يولده بسرعة . واحد آثاره الأكثر شيوعا زوال الأرق . ومن جهة أخرى ، يبدو الشعور بالتححرر ، لأن الفرد يشعر بأنه فعال ، ويعيش حلمه واقعيًا . إن لأي عمل ينجح في الحلم المستشار انعكاسات مباشرة على السلوك الخارجي .

ما النتائج الإضافية المكتسبة بفعل طريقة الحلم المستشار؟

أ — تعديل العادات . وهذا أمر طبيعي ما دامت العادات بإمرة الوجدانية اللاشعورية . يضاف الى ذلك أن ضروب الكبت والعقد تفرض عادات داخلية تعبر عن ذاتها على الرغم من السلوك الخارجي .

ب — امتداد الشخصية عرضا وعمقا . فالفرد يجد منابعه الغريزية ، ويتعلم الحياة معها في وفاق متناغم ، الأمر الذي يتعارض تعارضا تاما مع العقد . وتوفق هذه الطريقة بين الشعور واللاشعور ، وتزيل ضروب الحصر الناجمة عن الصراع بين عدة ميول .

ج — اكتساب استعدادات جديدة للانتباه ، والتركيز ، والوضوح .

د - نمو كبير في الحدس والتخيل الإنشائي .

هـ - معرفة بالقوة الأساسية التي تتصف بها الوجدانية، واهتمام بالحياة العادية .

و - ازدياد لذة العمل . ولا ريب في أن لهذه الطريقة قيمة تربوية في معالجة الراشدين والمراهقين على حد سواء .

والخلاصة أن كل رمز ينجم عن عاطفة إنسانية وعن انفعال . ويمكن لكل رمز انفعالي أن يثير، بدوره، عاطفة وعملا . فالتجارب السيكولوجية والفنية تبين إلى أي حد تعيش الرموز الكبيرة دائما في لاشعور كل فرد . وإذا كانت تعيش فيه، فهي ذات تأثير . إن « الحياة الحديثة » تفصل بين الإنسان وبين طبيعته الكلية . وبناء على ذلك، فإن إنسان المدن يعتقد بأن الرموز قد أصابها الفناء، أو أنها أصبحت مجرد تسليات للفكر . وذلك خطأ لا يعادله أي خطأ آخر في فداحته ... فالإنسان الحديث كئيب، ولكنه يتصف بالحنين^٤ لنظر إليه بسياراته القوية، وحافلاته، وأجهزته التلفازية، وأفلام عرضه الممتازة ذات الشاشة العريضة الملونة، وعماراته، الخ . وعلى الرغم من كل هذا، يكفيه غالبا أغنية قصيرة رخيصة الثمن لكي تثير انفعاله ودموعه ... يا لقوة الإنسان الحديث ! فإلى أي شيء يحنّ هذا الإنسان ؟ إنه يحن إلى دوره، دور الإنسان الكامل، مع رغبة شديدة في أن يجد إنسانيته ... وها هو كل شيء يصعد إلى السطح في بعض الحالات : انفعالات أمام الطبيعة، وانفعالات « مستغلقة » لدى سماع أغنية ساذجة، ومنامات يستطيل مفعولها، وأحلام يقظة غامضة، وموحية ... وانفعالات « مضحكة » لدى قراءة قصة خيالية أو حكاية خرافية قديمة ... غير أن الحكايات الخرافية زاخرة بالرموز الكلية ... لهذا فهي تعبر القرون بسهولة فائقة، في حين أن أعمالا فنية « متقنة الصنع » قد اندثرت إلى الأبد ... وتلك نعم يعود الفضل

فيها الى علم نفس الأعماق الذي يتيح للإنسان أن يجد النعيم المفقود والوفاق المتناغم مع العالم في أعماق أعماقه ...

ثانياً — التحليل بالتخدير ومصل الحقيقة

أ — تعريفه

التحليل بالتخدير هو « خمر الحقيقة » بالأسلوب الحديث . إنه التحليل النفسي الذي يتحقق باستعمال التخدير . فالتخدير هو التنويم بالوسائل الكيميائية في حين أن النوم المغناطيسي هو التنويم بالوسائل الطبيعية . ومن الواضح أن علم نفس الأعماق يتطلب بلوغ اللاشعور ، وأنه يتيح لهذا اللاشعور أن يتجلى كيما يتم تحليله والتوفيق بينه وبين الحياة الشعورية .

يقوم التحليل بالتخدير على تهيئة هذه العملية بالوسائل الكيميائية

أ — يحقق بسرعة حالة قريبة من النوم .

ب — يترك الفرد قادراً على الاتصال مع العالم الخارجي .

ولهذه الطريقة أسماء أخرى : التفريغ الانفعالي (انظر هذا المصطلح في « التحليل النفسي » والتحليل النفسي الكيميائي ، والتشخيص بالتخدير ، والتأليف بالتخدير) .

ما هي العقاقير المستخدمة ؟

العقاقير المستخدمة دائماً على وجه التقريب هي العقاقير المهدئة التي يمكن طرحها سريعاً :

يُحقن الفرد في الشرايين بالعقار الى أن تبدو عليه علامات ضرب من الحالة التي تسبق النوم .

فليس الحقن في علم النفس اذن غير تهيئة الفرد . هذا الحقن « يرفع الحاجز » ويتيح لعالم النفس أن يبدأ عمله . فالتقنية المستخدمة مستوحاة من

التحليل النفسي الى حد كبير . والحقيقة أن التحليل بالتخدير وسيلة أسرع في الحصول على حالة مثالية من أجل عمل سيكولوجي :

- أ — إنها تعيد المعطيات التي طمرها النسيان الى السطح ، كذكريات الطفولة وصدماتها ، والوسط العائلي ، وضروب الكبت ، الخ . وجعلها متناغمة .
- ب — إنها تتيح فيما بعد إعادة تجميع هذه الحالات الداخلية وجعلها متناغمة .

نقد هذه الطريقة

يتيح التحليل بالتخدير نجاحات مذهلة اذا لم يكن الصراع الداخلي عميقا جدا واذا لم يكن قد مضى عليه زمن طويل . لقد تبين في أثناء الحرب أن هذه الطريقة أتاحت استبعاد الصدمات التي يعانها المحاربون استبعاد سريعا .

ويمكن للعقبة أن تصبح خطيرة اذا كان الصراع صراعا في العمق ، إن كان هذا الصراع ضربا من العصاب الذي يؤثر منذ زمن طويل ، إذ يحتمل أن يؤثر التحليل بالتخدير على الأعراض ، لا على الراقات العميقة ، كما هي الحال في التنويم المغناطيسي . ومهما يكن من أمر ، فإن التحليل بالتخدير يمكن أن يكون تقنية مساعدة ذات أهمية بالغة تتيح الكشف بسرعة عن الأسباب العميقة لمرض سيكولوجي .

مصل الحقيقة والشرطة

هل يمكن ، من الناحية الأخلاقية ، استعمال التحليل بالتخدير مع مجرم ؟ هل يمكن استخدامه لمعرفة « الكنه السيكولوجي » لظنين من الأظناء ؟ من الواضح أن المسألة خطيرة جدا ، وأن لها نتائج واسعة . إن مشكل حرية الفكر هو الذي يوضع موضع التساؤل . فالآراء ، اذن ، منقسمة جدا حول

هذا الموضوع ، واستخدام التحليل بالتخدير في الطب الشرعي أمر يثير نقاشا حادا .

فيما يتعلق بالجناح — من الواضح أن معرفة الظروف الأساسية، كالتربية والوسط العائلي والمهانات والإهانات وضروب الإحباط، تجعل عمل الجناح مفهوما تمام الفهم . فالتحليل بالتخدير يتيح اذن معرفة نقاط انطلاق جريمة من الجرائم . ويمكن بفضل اكتشاف الدوافع الغامضة التي لا يمكن لمحاكمة أن تتيح اكتشافها أبدا . فالتحليل بالتخدير يُسمح ، فيما يتعلق بأحد الجانحين ، بشرح فعله . والشرح لا يعني المَعذرة . ويبدو أن الشرح العميق لعمل إجرامي يوضح على الغالب بأننا حيال مريض نفسي . وبهذا المعنى ، فإن العقار المخدر يساعد على تحديد درجة المسؤولية الجزائية . وعلينا ألا ننسى بأن بين المسؤولية الكاملة واللامسؤولية المطلقة تشكيلة واسعة من اللامسؤوليات الجزئية . وفي مثل هذه الحالات ، يتيح استخدام علم نفس الأعماق أحيانا « إصلاح الجانح » .

فيما يتعلق بالشرطة — يقول الأستاذ بيدليف Pièdelièvre « ألا يمكن للمرء أن يخشى اذا ما انشق الباب قليلا — ذلك أن الصعوبة إنما تكمن في الخطوة الأولى — أن يتضح الاتجاه تدريجيا نحو إقامة بيّنة العقار المخدر؟ ينبغي لعدالتنا الفرنسية أن تبقى دون أية شائبة . إن عليها أن تنبذ كل طريقة من طرائق العنف التي لا يزال بعضهم يتكلم عليها مع ذلك ، وليكن هذا في بداية تحقيقات الشرطة على الأقل ... فيدافع المتهم عن نفسه كما يريد . فكره حر لا يستطيع أحد أن يمسه . ويدافع عن نفسه كما هو : ذكي أو غبي ، مكار أو صريح . ولا يقسم اليمين ، وبوسعه أن يكذب . وعلى قضاته إنما تقع مسؤولية تقويمه بوجداناتهم بصفتهم أناساً أحراراً وبطاقاتهم الإنسانية التي تقابل طاقاته .. »

يمثل التحليل بالتخدير هنا اذن انتهاكا لحرمة الضمير . بيد أن التحليل النفسي هو انتهاك لحرمة كذلك ، ما دام يبحث عن الدوافع العميقة . فإذا ما ذهبنا الى أبعد من ذلك ، أمكن أن نعد كل بوح بسر انتهاكا لحرمة الضمير . وينتج عن ذلك أن كل شيء منوط بأمر واحد هو :

موافقة الفرد

فيما يتعلق بسياسة الشرطة — التحليل بالتخدير ، شأنه شأن التنويم المغناطيسي ، وسيلة إيجاء قوية أحيانا . فكل شيء يبدو على ما يرام اذا كان الهدف إصلاح بعض الشواذ . ولكن استخدام هذه الطريقة في السياسة تدفع بعض الأسوياء الى تغيير رأيهم « بصورة تلقائية » . وتلك هي « الاعترافات العفوية » الشهيرة . يتبين لنا اذن خطر علم النفس الحديث في أيدي أفراد سياسيين لا تثبت عواطفهم الإنسانية في كل امتحان . لقد أصبحت « جرائم الرأي »^(١) معروفة كل المعرفة مع الأسف . ومعروفة كذلك تلك المعسكرات «^{رجماسيون} الرهيبة المخصصة لـ « تربية الذين يرتكبون جرائم الرأي تربية جديدة » . فثمة سبب يدعو الى الرعب أمام هذه الانتهاكات لحرية الفكر ، انتهاكات يتيح التحليل بالتخدير تعميمها .

والخلاصة أن ليس ثمة من مشكل اذا كان الفرد موافقا ، وكان على علم بالوسائل المستخدمة والهدف المنشود . وتلك هي الحالة بالبداية عندما يستخدم التحليل بالتخدير في العلاج النفسي الذي لا يهدف إلا الى الشفاء .

إن استعمال التحليل بالتخدير في الطب الشرعي منوط إذن بظروف كثيرة . فهو ، من جهة ، يتيح تبرئة ساحة متهم لم يرتكب جرما . ولكنه ، من

(١) — جرائم الرأي : مخالقات يرتكبها أشخاص بمرحون بآراء تعد خطرة على أمن الدولة ، مع أنها ليست ذات تأثير قوي على هذا الأمن « م » .

جهة أخرى، يمكن ألا يكشف عن قاطع طرق يكذب. فهل هذا الوغد، نعم أم لا، حر في أن يكذب؟ أبوسعنا أن نجبره على قول الحقيقة ضد إرادته؟ إننا نقع في مشكل حرية الوجدان. ولنتذكر أن رودلف هيس رفض التحليل بالتخدير في محاكمة نورمبرغ، واحترمت المحكمة رفضه، كما احترمت حرته في أن يدافع عن نفسه كما يشاء.

يتيح التحليل بالتخدير كذلك كشف ضروب التظاهر. والآراء منقسمة أيضا في هذا الموضوع. فعقوبة التظاهر بالمرض في القضاء العسكري شديدة، وبخاصة في أيام الحرب. غير أن المسألة لا زالت في أخذ ورد. فهل يحق للعسكري أن يتظاهر بما ليس فيه؟ وهل هذا التظاهر حق من حقوق حرية الإنسان؟ وهل يحق للقضاء من الناحية الأخلاقية أن يكشف عن التظاهر بوسيلة غير وسيلة الإنسان بمقابل الإنسان؟... أو أن بوسعه أن يكشف عنه بوسائل كيميائية تلغي إرادة من يُفترض أنه يتظاهر بما ليس فيه؟

فإلى الأخلاقيين، يعود أمر النظر في هذه المسائل الواسعة سعة الضمير الإنساني، وغير القابلة للحل، بصورة عملية، في البلدان الديمقراطية.

ثالثا - العلاج النفسي الجماعي

لم أنظر، حتى الآن، إلا في ضروب العلاج النفسي الشخصي، أي ذلك العلاج الذي يطبق على شخص واحد. ومع ذلك، فقد تنطوي هذه الطريقة على محذور مفاده أن الفرد قد لا يتوصل إلى أن يفهم أن الصلة بينه وبين الإنسانية لم تنقطع. إنه يبقى موقنا بأن حالته فريدة، وبأن أي شخص لا يعاني مشكلا شبيها بالمشكل الذي يعانيه. وبكلمة واحدة، إنه يستمر في الشعور بأنه منبوذ من المجتمع الذي يناصبه العداة حسب اعتقاده.

عندئذ يكون من المفيد جمع عدد من الأشخاص يتم فحص كل منهم،
بادئ ذي بدء، بصورة شخصية، كما يكون للزمرة بعض التجانس في نوع
المرض، وكما يتعرف كل شخص على نفسه في الآخر.

كيف تتم الجلسات الجماعية؟ إن الهدف الأول هو وضع حد لفكرة
العزلة الاجتماعية. لهذا فإن الجلسة تستند الى محادثة يمكن أن يسهم فيها جميع
الأشخاص الحاضرين. فعالم النفس يثير المناقشات. ويمكن قراءة بعض
« تقارير » الأشخاص الحاضرين، تقارير قد تحمل اسماء أصحابها أو تقارير
لا تحمله. ومن المفضل، طبعا، أن تحمل التقارير اسماء أصحابها. فذلك يتيح
فيما بعد ضروب عرض أخرى تليها مناقشات معممة مفيدة دائما الى حد
كبير. ويقوم دور عالم النفس على أن يثير تبادل وجهات النظر ويوجهها، وعلى
أن يقدم الشروح. وقد يكون لهذه الجلسات أساس من التحليل النفسي.

لقد تطور العلاج النفسي الجماعي حديثا في أمريكا وانكلترا بمناسبة

الحرب.

الفصل الخامس

العُصَابُ وَالذَّهَّانُ

العُصَابُ وَالذَّهَانُ

اجتزنا فيما سبق دربا طويلا . فالكاتدرائية قامت حجرا حجرا . ولكن ، كم كانت البحوث عن الذات ، وضروب الحب ، والآلام ، لازمة حتى تم قيامها ! لقد ترامى الى سمعي كثير من المآسي . وسأعرض عليكم بعضها أيضا . ولكن ، ثمة أمل في أن يكون علم النفس هو المحل الذي يصبح فيه الألم المعنوي رجاء وتوازنا .

أ - ما العصاب ؟

العصاب انفعال لا يُعرف له أساس تشريحي . إنه مرض « وظيفي » من غير آفة عضوية . فالعصاب القلبي ، على سبيل المثال ، يُنطق الطبيب بالعبارة التالية : « ليس لديك أي مرض في القلب ، وحالتك عصبية بصورة صرفة » .

بيد أنني سأقتصر على الاهتمام بصور العصاب ذي الأمراض السيكولوجية على وجه الخصوص ، تلك التي تسمى العصاب السيكولوجي . ومع ذلك سأستمر في تسميته بالعصاب بقصد سهولة أكبر .

ثمة آلاف من أعراض العصاب ، بدءا من الخفيف وحتى الخطير . وهي تشترك ، على الغالب ، في بعض النقاط . وسأنتقل الى تصنيفاتها السريرية الكبرى بعد أن أبين هذه النقاط المشتركة :

الوهن — الوهن العصبي — الوهن السيكولوجي — الحصر
— الوسواس — المخاوف المرضية — الهستيريا — التقلب الانفعالي الدوري
— الذهان الهذائي (بارانويا) :

ما النقاط المشتركة لضروب العصاب؟

تكلمت على حالة السلطوي، الحالة ذات الانتشار الواسع. لماذا كان
هذا السلطوي عصابيا؟

« من الناحية الخارجية: يبدو السلطوي قويا، مسيطرا، واثقا من نفسه
الى حد بعيد. وهو، في بعض الأحيان، « طيب » جدا ويعطي كل شيء
ويدفع نفقات باهظة لمصلحة شخص من الأشخاص ولا يرد طلبا، الخ.

ومن الناحية الداخلية: يشعر بالدونية والعجز، قليل الثقة بنفسه،
يشعر بالخوف والعداوة والإثم.

ثمة، إذن، بصورة عامة، تفاوت بين سلوك العصابي الخارجي وبين
ميوله الداخلية. لنبحث أيضا عن نقاط أخرى مشتركة:

— تسود حياة العصابي قوى مجهولة خفية ليس له أي رقابة عليها.
وهذا يُرى في العقد والشعور الدائم بالدونية والوسواس، الخ. لقد قال فرويد
بصدده: « ... إنه يشبه الفارس الذي يُقاد حيث يشاء حصانه أن يذهب به
وهو يعتقد أنه يقود حصانه ... ».

— العصابي فريسة صراعات داخلية بصورة دائمة. فلنتذكر كلب
بافلوف الذي يفرق في أزمة عصابية وهو يتردد متألما بين دائرة وبين قطع
ناقص. ولنتذكر التحليل النفسي أيضا، والصراعات التي يمكن أن تقوم بين
قوانا الغريزية، الهو، وبين قوانا الأخلاقية الناجمة عن التربية، الأنا العليا.

— يبحث العصامي بصورة لاشعورية عن حل لألمه، بوساطة حلول
تسوية تحول بينه وبين رؤية الهاوية التي توجد لديه .

— العصامي غارق في حصر مبهم أحياناً، و«يانا مرعب» .

— العصامي غالباً ذو تصرف طفالي جزئي أو كلي . فهو يتصرف في
سن الرشد كما يتصرف في طفولته أو مراهقته . إنه يبقى مرتبطاً بأوضاع سابقة
لا يرقى إلى أن يتخلص منها . ويمكن لامرأة عصابية، على سبيل المثال، أن
تتصرف حيال زوجها كما كانت تتصرف حيال أبيها، أو أن تنتظم حياة رجل
عصامي برمتها حول عقد الطفولة، الخ .

— يعجز العصامي عن التكيف مع الواقع والمجتمع . فهو يستجيب
بطريقة لا مرونة فيها، كالهروب والخوف والهجوم، الخ، على الرغم مما يتمتع به
من ذكاء ممكن . «زوسلوك غلمر»

ج — ما الذهان؟

يكمن الفارق بين العصاب والذهان في درجة شعور الشخص بالحالة
التي هو فيها .

✱ ولنضرب مثالا على ذلك : أفرض شخصا يعاني الهلوسات ف « يرى
الشيطان » . فهو عصامي اذا كان مقتنعا بلامعقولية هلوسته . وهو، على
العكس، ذهاني، اذا كان يعتقد بالوجود الواقعي للشيطان .

✱ مثال آخر : يمكن لشخص عصامي أن يتخيل باستمرار أنه يصنع أمورا
كبيرة جدا، وأنه رئيس دولة، قائد عظيم، طيب شهير، الخ . إنه يعلم أن
ذلك لا أساس له من الصحة، ولكن أحلام اليقظة هذه « نافعة بالنسبة
إليه » ، إذ تتيح له أن يهرب من واقعه الداخلي . أما الشخص الذي يعتقد بأنه
نابليون، فهو مصاب بالذهان . إنه يصبح عندئذ غريبا عن واقعه (مغترب)

عقلي = غريب . فالمرضى بالذهان اذن لا يستطيع نقد حالته . وهو لا يشعر بها .

إن مصطلح ذهان تحدده على الغالب صفة من الصفات : ذهان شيخوخة ، ذهان مصحوب بالتهاب الأعصاب المحيطية ، ذهان هوسي اكتئابي ، ذهان هلاسي ، ذهان السموم ، ذهان الانتانات ، الخ .

وثمة « نظير » في الذهان لبعض ضروب العصاب . ومثال ذلك أن الوسواس الذي يتصف بأنه عرض من أعراض العصاب على الغالب ، له ما يناظره في الفصام ، وهو ذهان . وسنرى ذلك بالتفصيل .

د - ما ضروب العصاب الأكثر انتشارا ؟

إن ضروب العصاب مرتبطة ، أولا ، بعدم التوازن النفسي . فالإنسان الحديث يعيش بصورة مصطنعة . وثقافتنا تغمر الفرد بالهموم ، والهياج ، والتنافس ، والإرهاك ، والضجة ، وحشو جنوني للدماغ . ويشترى الناس الكحول ، والمهيجات ، والمهدئات ، بالسهولة التي يشترى بها البطاطا . وتصبح وراثته الأطفال الجسمية والسيكولوجية مثقلة تدريجيا . ويتفاقم جنوح الأحداث بنسب مخيفة . فالغالبية العظمى من الأحداث الجانحين عصائيون كان من المحتمل أن ينقدهم علم نفس وقائي . لقد أصبحت الانحرافات والوساوس الجنسية بصورها المتعددة تحكم المجتمع . فليس من المستغرب على الإطلاق أن يكون العصاب مرض العصر اذن .

هـ - العصاب لدى الطفل

إن كشف ضروب عدم التوازن لدى الأطفال من الأهمية بمكان كبير بالتأكيد . فذلك هو مشكل الوقاية برمته من ضروب العصاب في سن الرشد . وقد يكون من اليسير غالبا أن نكشف عنها وأن نستاصلها ، ولاسيما أن عدم التوازن لدى الطفل يظهر بصورة سريعة .

١ — اضطرابات الطبع بيّنة. فالطفل يبدو صلبا، « مستقرا الى حد المغالاة »، بدلا من أن يتصف بحيوية سنه وعدم استقراره. إنه متشدد وعنيد، يعصو بصورة عدوانية، ويخالف بيئته بطريقة شاذة ويعارضها. إنه عدواني، حرود وكذاب. ويصبح طبعه « كتوما » وعنيدا، ويظهر الكسل، والخجل المفرط وفراط الانفعالية كذلك. كما تبدو، أحيانا، صور كبيرة من التمرد والهرب المؤقت والتشرد والسرقة ...

٢ — تبدو، على الغالب، بعض المظاهر الجسدية في عصاب الطفولة، كالْبوال، والجللجة، والعرات، والإصابات على شكل هستيري، الخ.

في الوسط الأسري إنما يبدو عصاب الطفولة بأجلى صورة. فيحرص العصابي الصغير على أن يظهر للآخرين بالمظهر الأكثر ملاءمة .. ويحتفظ لعائلته بأسوأ اندفاعاته. ولهذا كان من العسير، غالبا، اكتشاف علة عدم التوازن بسرعة. فهل هي الوسط العائلي؟ أم هل هي الاستعداد المسبق للطفل؟ إننا نفهم أن من العسير على الأبوين « أن يحرصا على الوسط العدل » اذا كان الطفل ذا استعداد مسبق للعصاب. وقد يكون عدم توازن الأبوين علة عصاب الطفولة كما يحدث غالبا. ولكن « ضعف » المربين أحيانا، ليس غير جبن أمام عدم جدوى جهودهم... ينبغي، لنا اذن، أن نوجه العناية نحو البحث عن العلل، كما هو الأمر دائما.

العلل الغالبة لعصاب الطفولة

بينت في بحث التحليل النفسي دور عقدة أوديب وعقدة الخصاء اللتين لا زلنا نجهل كثيرا نتائجهما الممكنة. إن الشعور بالدونية والإثم والعداوة، اذن، هي التي تكوّن بداية عصاب المستقبل المثالية. ومع ذلك، فإن عدم التوازن لدى الطفل ذو أساس انفعالي على الغالب. اذ أن علينا ألا ننسى العدد الكبير من صور التكيف التي تتطلبها من الطفل، حتى ولو اقتصر الأمر على

التكيف المأنوف عند قدوم أخ صغير أو أخت صغيرة . فذكاء الأبوين لا يكفي دائما لتفادي صدمة الغيرة التي تواصل في إحداث تأثيرها في الطفل بوصفها قوة غامضة لا يشعر بها . وعلى الغالب كذلك ، يجد الأطفال أنفسهم حيال وضع عسير يرون أن التكيف معه ممتع بالنسبة إليهم . وعندئذ « يتراجعون » ويلجئون إلى وضع طفالي لأنهم يشعرون فيه بالأمن والسعادة . وهكذا ، يظل بعض المراهقين « أطفالا » ... أو يحتمون بالمرض كيما يحتفظوا بمحبة أبويهم واهتمامهما . يضاف الى هذا أن كل ما يسبب الشعور بالإحباط والخوف قد يمهّد الى عصاب .

وأخيرا ، فإن الصراعات الداخلية الكبيرة تبرز في زمن البلوغ : صراعات جنسية ودينية وأخلاقية وفلسفية ، الخ .

علاج عصاب الطفولة

قلما تكون جذور عصاب الطفولة عميقة . وحتى لو كان الأبوان عاجزين عن تحقيق شفائه ، فإن بعض الجلسات السيكلوجية كافية ، على الغالب ، لاجتثاث هذه الجذور . فلم يتيسر الزمن للحياة بعد لكي تنتظم حول العصاب وتبلور . ولهذا كان من غير المجدي ، على الغالب ، تطبيق ضروب العلاج النفسي الهامة . ثمة العديد من « الروائز » المعدة للأطفال على وجه الخصوص ، وكذلك ألعاب العرائس والرسوم ، الخ . فالطفل « يسقط » بهذه الألعاب والرسوم ميوله الشعورية والمكبوتة . وفي رسوم الأطفال رمزية بدائية تتيح الكشف عن العواطف العميقة . وينسجم الطفل عن طيب خاطر مع هذه الألعاب ، فيطفو « سره » على السطح ، ويسجله مباشرة عالم النفس الذي يقرر الطريق التي ينبغي له اتباعها ، كالبحث الذي ينصب على الطفل ، ودعوة الأبوين ، والعمل مع الأبوين ، الخ .

و - العصاب والبلوغ^(١)

يترك البلوغ سبيلا للعديد من ضروب العصاب . أليس هذا البلوغ الشهير هو « القفزة » الأولى الكبيرة، والتكيف الأول الشديد الأهمية الذي تتطلبه الحياة؟ ولئن ظهرت بعض ضروب العصاب بعد البلوغ، فمن أين منشأها؟ هل السبب جسمي؟ أم سيكولوجي؟ سمة البلوغ الأساسية ظهور وظائف تناسلية وظهور مختلف التبدلات الفيزيولوجية، كظهور الشعر، وبروز الثديين والوركين لدى الفتاة، وتغير الصوت، الخ. هل ينبغي لنا أن نلحق عصاب المراهقة بالتغيرات الفيزيولوجية والتبدل في إفرازات الغدد الصم؟ لقد اعتقد الناس ذلك زمنا طويلا. بل أعطيت الأهمية الأولى للعوامل الهرمونية. ولكن يبدو أن دور إفرازات الغدد الصم، حاليا، يتضاءل بصورة عامة، شيئا فشيئا، اذا لم نقل إنه معدوم. فماذا يبقى، اذن، من سبب لعصاب المراهقة غير العناصر السيكولوجية؟

والتحليل النفسي يدخل الحلبة حديثاً. ومن الملاحظ غالبا أن منشأ العصاب في سن المراهقة هو عدم التكيف، عدم التكيف مع الجنسية وعدم التكيف مع البيئة، الخ. ثمة نقص في التطور السوي، بمعنى ما. فهل يسبب البلوغ عصابا في مثل هذه الحالة؟ لا يبدو ذلك البتة. بيد أن البلوغ « يصل الدارة » ويبرز بوضوح عدم توازن موجود مسبقا لدى المراهق. وربما كان عدم التوازن هذا تكوينيا، أو ناشئا عن البيئة.

يشعر المراهق العصابي بصعوبات كبيرة في التكيف مع المهمات الاجتماعية. فهو يهرب من المسؤوليات، إنه ضعيف. إنه متخلف انفعالي انحصر في جهة ما من ماضيه... إنه يبحث غالبا عن ملاذ قرب أمه... إلى

(١) - انظر « المراهقة » في فهرس المادة.

أن يفعل الأمر ذاته بالقرب من زوجه ... إلا إذا أصبح شخصا يلجأ الى التعويض . فسائر الإصابات جائزة .

وعندئذ يصاب المراهقون بالوسواس والحيرة، والخجل المفرط، والعدوانية، والوقاحة، والتمرد ... وتنعكس سائر هذه الاضطرابات على الجنسية التي تصبح اندفاعية مصحوبة بالحاجة المباشرة الى الإشباع، كالفضائح الخلقية، والعادة السرية المتكررة، والجنسية المثلية، والسادية، الخ .

إن أمر المراهقين الذين يصابون بالعصاب بفعل الحصار الانفعالي رهن بعلاج نفسي .

ز - العصاب لدى الراشد

عصاب الراشد كذلك ذو طبيعة انفعالية على الغالب . فكل شيء يحدث كما لو أن جزءا من الشخصية يجب بالإيجاب والآخر بالنفي . ثمة كثير من السمات المشتركة بين ضروب العصاب : ظمأ انفعالي، ظمأ جنسي، أي ميول جنسية تتعارض مع أخلاق الفرد، الخ .

الحصر هو الظاهرة الأكثر شيوعا في ضروب العصاب . إنه رد فعل إزاء خطر لا وجود له . وهو، على الأغلب، مبهم ولا شعوري وإن كان عنيفا ولا يطاق، في بعض الأحيان . ولكن الخطر الداخلي وغير المرئي موضوعي بالنسبة الى المصاب بالحصر موضوعية الخطر المرئي خارجيا . فلنتذكر الاستكمالي الذي يثير حصره كل ما يعرض مظهر الكمال لديه الى الخطر . وعندئذ يبحث عن استبعاد هذا الحصر بتعزيز مظهر الكمال .

(١) - انظر « التخلف الانفعالي » في فهرس المصطلحات

ثمة اضطرابات جسدية تبدو في العصاب غالبا (ظاهرات « التحوّل ») . إنها ضروب الخرس والشلل والتشنج ... وقد تبدو القوباء التي تتوقف على الحياة النفسية ، كما تبدو بعض المظاهر الجلدية من نوع الشري .

قد يسبب العصاب إنهاكا عصبيا ، أو يعززه . والصراع الداخلي مستمر أبداً ، وبخاصة عندما يحدث في المناطق المظلمة من تحت الشعور . فكثير من ضروب العصاب تعود في نُسبها الى أيام الطفولة . لقد أصبح الجذر قويا ، مستقرا بصورة صلبة ، يوجّه حياة الفرد برمتها ...

أسباب العصاب في سن الرشد

أ — قد تكون الاستعدادات المسبقة الجسمية كبيرة الأهمية ، والحالات الغالبة . هي : العاهات الوراثية ، السفلس ، الزواج بين الأقارب ، الإدمان على الكحول ، الخ .

٢ — قد يكون السبب أحياناً جسياً بصورة صرفة : سموم ، إلتانات انهاك ، اضطرابات الغدد الصم ، اضطرابات كبدية أو بطنية معوية .

٣ — ومع ذلك ، تبقى الأسباب الأكثر شيوعا هي الصراعات الداخلية . تسعون بالمئة منها ذو طبيعة جنسية ، دينية أو عائلية . وعندئذ يبدو شعور بالإثم طويل المدة وعميق ، وهموم معذبة ، وشكوك قلقة ...

٤ — ثمة « حصار » من الانفعالات (طفالات) تتناقض تناقضا كلياً مع ضروب التكيف التي تتطلبها من الراشد اذا كان جذر العصاب موجودا في الطفولة .

(١) — يجرى التهجج الودي المستمين ، مادة سامة ناجمة عن العمل الوظائفى الخلوي .

ح - العصاب والحياة الزوجية

لا بد للمراهق من أن يتكيف مع شخصيته الجديدة ومع الجنس الآخر. عليه أن ينفصل « ذهنيا » عن والديه كيما يواجه حياته الخاصة. إنها لبرهة حاسمة: فإما أن يعبر الحاجز... وإما أن يبقى في مكانه. ثم إنه يجري في خط مستقيم نحو الزواج، سواء أكان متكيفا أم غير متكيف. ما هما الضربان الكبيران من ضروب التكيف اللذان تقتضيهما هذه المرحلة الجديدة من مراحل الحياة؟ الضربان هما: الفعل التناسلي والتكيف مع الحياة المشتركة.

١ - الفعل التناسلي

ليس المقصود أي فعل تناسلي، وإنما ذلك الفعل الذي يتم مع شخص محدد كل التحديد: الزوجة أو الزوج. ذلك ما يجعل الأمور مختلفة كل الاختلاف... فالعصاب الناجم عن الحياة الزوجية ذو أساس جنسي على الغالب: عجز الزوج عجزا تاما أو جزئيا، البرودة الجنسية لدى المرأة. فكم من الرجال الذين كان لهم علاقات طبيعية مع صاحباتهم، أو دخلوا الحياة الزوجية وكانوا على عفاف، أصبحوا فجأة عاجزين أمام نساءهم! وقد يحدث في هذه الحالة غالبا ما عرضته في فقرة الجنسية. إنها آلية لاشعورية ولكنها ذات تأثير هائل. فالعصاب في سن الرشد يقتصر اذن على تكرار وضع عصابي خاص بالطفولة أو المراهقة. إنني أذكر مرة أخرى بهذه الآلية بما أن المقصود هو حالة مألوفة جدا.

↓ * ففي الطفولة والمراهقة:

الأم = امرأة مثالية، الحب للأم = احترام مطلق يرافقه كبت الجنسية.

↓ سنة المراهقة: سواء أكان ذلك قبل الأيلام أم بعده مباشرة.

وخلال الزواج :

الحب للزوجة = تذكّر بالحب للأم = عجز جنسي .

ومن جهة أخرى، فإن كثيرا من الأشخاص ينتهون الى الزواج وهم يشعرون بالدونية والإثم والخجل من أنفسهم . فالخوف من الاحتقار والخجل من الجسم موجودان بكثرة . وقد تحول العادة الشديدة، ممارسة العادة السرية، بين المرء وبين أي علاقة جنسية طبيعية. ^{«النزوية»} يضاف الى هذا أن بعض الانحرافات البسيطة التي كانت، خلال زمن المراهقة، مرتبطة بالعادة السرية، تمنع الجنسية الزوجية . وعلّة ذلك أن العصامي بحاجة الى هذا الانحراف حتى يشعر بالاستمتاع الطبيعي. ^{راجع العادة السرية ٥٧٨} ولكن كيف يمكن له أن يبلغ زوجه بهذا الانحراف اذا كان يشعر بالخجل والإثم وتبكيك الضمير؟ إننا عندئذ حيال شخص سوي من الناحية الجنسية، ولكنه في حصار من الناحية الذهنية .

هل ثمة إمكانيات أخرى؟ الآلاف منها موجود... إن ضروب عدم التكيف الجنسية تشكل الميدان المفضل الذي يتيح نمو العديد من الاضطرابات العصائية . فبالإضافة الى العجز والبرودة الجنسية، هناك اذن التقفع^(١) والتشنج والخوف المرضي والحصر والهلم .

ولكن تم الفعل التناسلي على الرغم من كل شيء، فإنه لا يولد الإشباع العميق ولا الارتياح . ومع ذلك، فإنه يجلب إحساسا مزعجا بقدر ما هو إحساس دائم : الاستياء من النفس ومن الآخرين .

ما أكثر حالات الزواج دون حب حقيقي ! وعندئذ، يصبح الفعل التناسلي صعبا، غير تام... أو ممتنع . ولن تكون نتيجة ذلك غير الملامة التي

(١) — انظر معنى هذا المصطلح في حاشية الصفحة ٢١٣ «م» .

لا تعرف الحدود، والظنون، والغيرة، والقطيعة، والشجار... وتبعة هذا كله تقع على الطفل غالبا.

لا بد إذن من أن ننظر الى الفعل التناسلي بين الزوجين بوصفه تكييفا بالغ الأهمية. فالغالبية العظمى من ضروب القصور السيكولوجي تحدث عجزا جنسيا يهدد بانفصام الحياة الزوجية في كل لحظة.

إليكُم الآن حالة من حالات عصاب الحياة الزوجية، حالة غالبية جدا وذات أنماط مختلفة:

بلغ س الحياة الزوجية بعد تربية جردته من رجولته وخنثته. كانت أمه سلطوية وأبوه ضعيفا. فأصبح س اذن رجلا ذا ميول أنثوية، عاجزا عن أن يقوم من الناحية النفسية بدوره، دور الرجل. وبمحث، على الرغم منه، عن امرأة تعيد التوازن إليه وتجعل علاقاته الجنسية ممكنة. فامراته اذن مسترجلة، كما يمكن لنا أن نتوقع. ويتبين لنا بنتيجة ذلك أن س ذا ميول لواطية لاشعورية.

وتوازنه السيكولوجي منوط بعاملين:

أ — أن يبقى « مخنثا » بما أنه عاجز عن اثبات رجولته.

ب — أن تتيح له امراته هذا، وذلك ببقائها مسترجلة.

وقامت بين س وزوجته، مع ذلك، بعض الممارسات الزوجية التي توضح غاية الإيضاح هذه اللعبة المعكوسة من التخنث والاسترجال.

وفي أحد الأيام، أبدت زوج س رغبتها في أن يكون لها طفل. فاستقر مباشرة حصر شديد في نفس س الذي سعى جاهدا ليستأصل هذه الرغبة. ومع ذلك، فقد كان عاجزا عن أن يقدم أي سبب معقول... الأمر الذي عزز سخط السيدة س. وهكذا تسرب التبرم والشجار الى بيت الزوجية نهائيا. ووصل الحصر لدى س الى حد كف عن القيام بأي اتصال جنسي بزوجته، وغرق في اكتئاب خطير.

فما السبب في ذلك؟ أن يكون لهما طفل يعني أن امرأته تكف عن أن تقوم بدور الرجل. إنها تعود فتصبح امرأة إذا كان لها طفل.

وينتج عن ذلك:

أ — أن على س أن يقوم بدوره، دور الرجل، الأمر الذي يعجز عنه.
ب — أن جنسيته المثلية الكامنة تتحقق ما دامت امرأته تؤدي دورها، دور الرجل، دورا يبلغ نهايته إذا استعادت الزوجة دور المرأة والأم. فيتحطم توازنه السيكولوجي كله. من هنا منشأ الحصر، ورفض وجود الطفل، والاكتئاب، الخ.

٢ — التكيف مع الحياة المشتركة

القول المأثور الشعبي، الحكيم، معروف: الزواج يقتضي بيت الزوجية. فالسكنى المشتركة مع أهل أحد الزوجين تتصف في حد ذاتها، بأنها سبب غالب من أسباب اضطرابات الحياة الزوجية. ويقتضي هذا الوضع توازنا سيكولوجيا تاما من جانب الأهل والزوجين معا. بل وفي هذه الحالة، قلما يستطيع الزوجان « أن يستسلما ». ولكن، قلما يستطيع الأبوان كذلك أن « ينفصلا » عن فلذة كبدهما. وعندئذ، تبدأ المراقبات، والملاحظات، والإشارات من طرف خفي، وضروب اللوم، والنصائح اللاذعة والمعسولة. ويتفاقم الاضطراب أيضا إن بقي فلذة الكبد متعلقا بأبويه. وأخطر التعلق تعلق الأم والابن. فالعصاب غالب في هذه الحالة إذ أن الابن يستمر، وهو متزوج، على الحال التي كان عليها في مراهقته. فيبقى « غلام أمه الصغير ». إنه يكبت عدوانيته نحو أمه وينقلها الى زوجه التي تهمة، في هذه الحال، بأنه « ينحاز الى أمه ضدها ». ولن يقبل الابن أي انتقاد يصدر عن امرأته ما دامت هذه الانتقادات تتفق مع عداوته الخاصة المكبوتة. لقد وضع الزوجان نفسيهما، آنذ، بين عدة نيران تؤدي بهما الى كارثة في حياتهما الزوجية.

« ... ليس بوسعي أن أفعل شيئا، قالت السيدة س. لقد أصبت بالإنهك المعنوي والجسمي فلم يسبق أبداً أن تولى زوجي الدفاع عني عندما تهاجمني أمه ... إنه يصمت، ولا يجسر، ومع ذلك فأنا أعلم أنه يجنني ... ولكنني سأنتهي الى كرهه ... إنه شبيه بأمه ... يقال إن لها تأثيرا عليه ... لا تكف أمه عن انتقادي، وعن القول إن علي أن يكون لباسي على هذا الشكل، وأن يكون إعدادي للطعام على الشكل الآخر ... إنها تتعقبنني أبداً ... وتراقبنني. ولا أجسر على الرد. ولا أجسر على الرد. فإذا فعلت ذلك، وقع الشجار معها ومع زوجي. إذا أصاب زوجي ألم بسيط، فذلك يبدو أنه غلطتي، وتبدو أنها تعتقد بأني لا أعنى به العناية الكافية ... ولا تكف عن الإشارة من طرف خفي الى هذا الموضوع. لقد أصبح استيقاظي صباحا من نومي كابوسا حقيقيا عندما أفكر بأن علي أن أقضي نهاري معها، وبأن زوجي لن يعود الى المنزل إلا مساء ... إنها تدس بأنفها في كل شيء ... زوجي يخافها ... حتى أنها هي التي تختار ثيابه ... أن أعد له خبز المطلي بالزبدة صباحا، تلك قصة طويلة كما لو أنني عاجزة عجزا تاما. إنني أبداً في حال من الغيظ المكظوم الذي ينهكني.

ويبدو أن ما تقوله السيدة س قول يتكرر دائما، قول شائع الى حد كبير.

ينبغي للزوجين، بصورة عامة، أن يتجنبنا السكنى المشتركة مع أهل أحدهما. فما بالك اذا كان أحد عناصر الجماعة عصايا!

غير أن التكيف حساس كذلك اذا كان الزوجان يعيشان وحدهما. فالألفة أمر يصعب تحقيقه، ويستلزم حدا كبيرا من الفهم. وليس ثمة من فهم واقعي دون توازن وقابلية فكرية. فالزواج يتطلب الحب، لا حب الذات، وإنما حب الآخر. فإذا كان أحد الزوجين عصايا، كان عصابه، على الرغم منه، مركز اهتماماته. شأنه في ذلك شأن من يتألم من معدته ألما شديدا، فإن هذا الألم يصبح منطلق شخصيته برمتها. ومن شأن عصاب أحد الزوجين أن يجعله يفهم الزوج الآخر من خلاله، وعلى الأقل، يعتقد أنه يفهمه بكل حسن نية وبأطيب ما في العالم من قصد.

ولا تسمح كثير من ضروب العصاب، حتى الخفيفة منها، بغير علاقات اجتماعية سطحية. لكنها تحول بين المصاب وبين انشاء علاقات عميقة الجذور.

ذلك ما تعانيه الألفة الزوجية، بالطبع! فكثير من الأزواج والزوجات يقولون: «... يلزمني وقت طويل لكي أتكيف مع أحد الأشخاص... أن أقضي يوما من أيام الأحاد معه (أو معها) أمر ينهكني... إنني أحس بأنني في حالة من التوتر تضنيني، فأنا لا أعرف ماذا أقول، إنني متشنج، أشعر بالإثم... وليس ثمة من الفة... إننا كغريبين... إنني أفهم تمام الفهم أن هذا إنما هو غلطتي... لقد كنت كثير الانطواء على نفسي، مفرطا في الخجل بسبب طفولتي... وإنني لا أتوصل الى أن أتخلص من ذلك».

أضف الى هذا أن علينا ألا ننسى أن عصاب عهد المراهقة عرضة للاستمرار خلال الحياة الزوجية، بل عرضة لأن يتفاقم.

«إنني ذو طبع ضعيف، وأخاف زوجتي. إنها تذكرني بأمي... ولكنني كنت قادرا على الاستسلام لأمي التي كانت تقوم بمقامي بكل شيء وتقرر من أجلي. أما الآن، فإنني لا أعرف قطعا أن أتصرف على خلاف ذلك. وأشعر بأن زوجتي تحتقرني، وهذا ما يعزز من خجلي ومن الاحتقار الذي أكنه لنفسي».

ثمة من يقول أيضا:

«تكبرني زوجتي بخمس عشرة سنة. إنني أرى، بعد محادثتنا، أنني بحثت عن تعويض ضعفي... لقد تزوجت امرأة أما بدلا من أن أتزوج امرأة زوجا. لبثت متعلقا بأمي... والحقيقة أنني تزوجت أُمي... إنني، من جهة أخرى، ما أقمت علاقات جنسية مع امرأة أبدا».

ط - العصاب ومفهوم الزواج

يدخل القفص الذهبي كثير من العصائيين وفي أذهانهم مفاهيم قاسية عن الزواج قسوة الأسمت المسلح: الجنسية أمر يدعوني الى الخجل، الجنسية تخيفني، على المرأة أن تصارع الرجل، المرأة فريسة الرجل أبداً، على المرأة أن تضحي دائماً، المرأة شهيد، الخ.

يرى المرء اذن في ذلك ميدانا معدا كل الإعداد لعصاب الأطفال المستقبلي. أضف الى هذا أن كثيرا من مفاهيم الزواج مرتكزة على تسويات. فكل من الزوجين يعوّض بالآخر. ومثال ذلك السيد س المنحث الذي تزوج من امرأة مسترجلة.

إليكم بعض الأمثلة :

يبحث سلطوي، عصابي بالتالي، عن امرأة ضعيفة، أو عن امرأة طفل، يستطيع أن « يذود عنها » وسيطر عليها. تبحث سلطوية، عصابية بالتالي، عن رجل طفالي، خجول، الخ.

إنما تبلغ الأمور حدا يصبح فيه كثير من الزيجات قائما على التنافس. فيشعر كل من الزوجين بالخطر إزاء الآخر. ويعيش في حال من التأهب، وهاجسه هو « ألا يستسلم ».

ماذا تقول السيدة ع؟: « ... لي حقوقي ... تلك هي حقوق المرأة. أخال أن علي أن أصونها حيال الجميع وعلى الرغم منهم. إنني أرفض قطعا أن أعترف لزوجي بالحقوق التي يمنحها له القانون. فالرجال يميلون بإفراط أن يتصوروا أننا خدمهم، الخ، الخ .. ».

والحقيقة أن موكب الزيجات الفاشلة طويل وكثيب. ذلك أن تسوية عرجاء، في الأعم الأغلب، تمسك بالوضع القائم على « الحقوق المتبادلة »، على العدوانية، على الأحقاد، على الاحتقار. فالعصاب، قويا كان أم ضعيفا،

يفري فريا، لا لأن العصابي ينظر الى الزواج نظرة خاطئة فحسب، بل لأن الاتحاد الزوجي يتيح للعصاب أن يظهر بأجلى مظهره.!

يضاف الى هذا أن الزواج، حسب الاعتقاد الشعبي، يبرء من العصاب. أنه لرأي باطل كل البطلان. ثمة حالتان مألوفتان: إما أن يدفع الأهل عصابيا الى الزواج كيما « يشفى » من عصابه، وذلك أمر يتم دون التفكير بالزوج الآخر، ولا بالطفل المتوقع الذي سيتحمل العواقب، وإما أن يلوذ العصابيون بزواج متسرع هربا من بيئتهم. والعواقب التي تنجم عنه يمكن أن تكون كذلك مؤسفة...

وكما أن المرء لا يصبح مريبا بسرعة، فإنه لا يصبح زوجا بسرعة أيضا. ثمة أمر واحد يتيح للمرء أن يتوقع: التوازن. ولهذا السبب، فلا مناص من أن يدرس الزواج بطريقة وقائية. وأؤكد لكم أن بعض المعلومات السيكولوجية، حتى ولو كانت أولية، يمكن أن تنقذ كثيرا من الأمور. فالحب أساسي في الحياة الزوجية. ولكن، « أن يعرف الإنسان نفسه بنفسه »، ذلك أمر ينبغي له أن يكون القاعدة الذهبية.

والخلاصة: أن العصاب، شأنه شأن أي مرض سيكولوجي، ينبغي له أن يكون موضوع فحص تام على وجه الإطلاق. فتتدخل سائر البحوث الفيزيولوجية: بحوث السموم، والجروح، والانتانات، فحوص لافرازات الغدد الصم، والمزاج، والكبد، والمعدة، ولا بد من فحص دقيق للبيئة، ولضروب عدم التكيف، الخ.

ولا بد من استخدام سائر مصادر العلاج النفسي، اذ قلما يقضي مرض من الأمراض السيكولوجية على الشخصية العميقة التي تعاني الموت في بعض الأحيان ألف مرة. ويحتل عذاب « الوجدان الأخلاقي » دائما مقاما كبيرا. فالصراعات الداخلية، المكبوتة غالبا، موجودة في أكثر الأحيان، في

أساس ضروب العصاب والذهان، سواء كان الأمر متعلقا بنجل بسيط أم بهذيان الاضطهاد.

ولا بد من أن يكون أي علاج نفسي، بسيط أم خطير، متصفا بالصفة الإنسانية على وجه الإطلاق، وبأن يكون احترام الشخصية الإنسانية قانونه الأسمى. ولنا أمنية وحيدة هي أن يتطور علم الصحة النفسي والمعنوي، وأن ينظر العالم الراهن الى نفسه نظرة موضوعية: وأن يتمنى كل امرئ أن « يتعلم »، بدلا من أن يكون على يقين بأنه « يعرف ».

ولنأمل أخيرا في أن يتسع علم النفس اتساعا كافيا حتى يكون بوسع كل انسان أن يحقق كمال وجوده ملاحظا بصورة سليمة نقائصه، ومكتشفا إمكاناته الدفينة.

البحث الأول

العُصَابُ

العُصَابُ

١ - الوهن

الكلمة الفرنسية Asthénie ذات أصل يوناني معناه « دون قوة » .

الوهن نقص في القوى . إنه يسبب تعباً كبيراً منذ الاستيقاظ من النوم ، وصعوبة في العمل . وتبدو صعوبة « الفعل الإرادي » كذلك (فقدان الإدارة) ، تعذر تثبيت الانتباه ، والإحساس بالفراغ في الرأس . وفي الوهن ، يوجد كثير من أعراض الاكتئاب التي تلتبس معه .

وأسباب الوهن المتواترة هي : الإفراط في العمل والوسط الاجتماعي أو العائلي الذي ينهك الفرد من الناحية الجسمية وفترة النقاهة من الزكام والانتانات والتسمم ونقص الفيتامينات ، الخ .

٢ - الوهن العصبي

الوهن العصبي وهن دائم . إنه انحطاط معمم في الجملة العصبية التي تتضاءل طاقاتها الكامنة . فالجملة العصبونية الإعاشية تختل ، والضعف الدماغي يصل أحيانا إلى درجة كبيرة . غير أن عمل القشرة الدماغية الوظائف المتناغم ضروري ليتم توزيع المحرضات الكهربائية العصبية توزيعاً ملائماً .

يبين هذا الاختلال اذن سمات الوهن العصبي . فاستجابات المصاب به غير متوقعة ، متبدلة ، مفاجئة ، مفارقة ، غير منطقية ، تتجاوز الحدود . تهيجه كبير لقاء شيء تافه . إنه ينتقل من التنبيه « الفرح » الى أقصى حد من حدود العزيمة الفاترة دون أن يكون ثمة ما يجعل الإنسان يتوقع ذلك . ويعرض تشكيلة من الأعراض يكشف إفراطها بوضوح عن التوزيع السيء للمحرضات العصبية التي أصبحت « فوضوية » .

أ - أعراض الوهن العصبي العامة

ثمة ، أولاً ، تعب كبير وإحساس بالعجز الجسمي والإرهاك العصبي ، العضلي والداغمي . يشعر المصاب بالوهن العصبي أنه ضعيف وسريع التهيج ، وبخاصة بعد الاستيقاظ من النوم وخلال الضحى . وعندئذ يفتش عن الخصام لأمر تافه . وتحسن هذه الحالة في نهاية فترة بعد الظهر . فهو يشعر غالباً بأنه « على أحسن ما يرام بعد الثامنة مساءً ... » . ثمة هنا ، اذن ، ظاهرة تنبيه ، حالة ثانية من الإرهاك كما رأينا في بحث التعب (١) . ومن جهة أخرى ، فإن الإحساس بالإرهاك لدى المصاب بالوهن العصبي يتغير من لحظة الى أخرى تغيراً شديداً ... فاستجاباته ، هنا كذلك ، مفارقة . كل هذا يبدو غير مفهوم ، ويثير دهشة الذين يجاورونه ، ولا يستبعد أن يعاملوه معاملة « الخيالي » .

ثمة أعراض أخرى للوهن العصبي

١ - آلام في الرأس عامة ، أو محددة في الجبهة أو الرقبة أو الصدغ . هذه الآلام حادة وعميقة . وتبدو آلام الرأس صباحاً على وجه الخصوص ، أو في أثناء الهضم .

(١) - انظر الفصل الثاني : التعب والاكتئاب .

يقول أحد المصابين بالوهن العصبي : « أن يلمس الأرض عقب رجلي ،
أمر يجعلني أصرخ من الألم » .

أو : « ... أشعر برأسي وكأنه مضغوط بحلقة من الفولاذ ... » .

أو : « ... مجرد تمشيط شعري ، بل مجرد أن يلمس المشط شعري ،
يزيد من آلام رأسي » .

فالأمر هنا ذو علاقة باضطراب حسي .

٢ — ثمة اضطراب حسي آخر : آلام في العمود الفقري (خزرة) تتحدّد على
الغالب في الرقبة ، أو في المناطق القطنية أو العجزية . وتنتشر الخزرة أحيانا
صوب الحقيوين .

« إنني أحس كما لو أن تيارا شديدا البرودة يجري على طول عمودي
الفقري ... » .

أو : « إنني أحس كما لو أن صفيحة من الفولاذ قد حلت محل
رقبتي ... » .

٣ — ومن صنف الاضطرابات الحسية ذاته : احتمال ظهور آلام عصبية
حادة . يضاف الى ذلك أن الجلد حساس للبرودة والحرارة بإفراط .

« ... أن ألمس شيئا باردا ، ولو كان مقصا ، أمر يجعل كل جسمي يرتجف
كما لو أنني سأعاني نوبة عصبية ... » .

٤ — ثمة أعراض أخرى : طنين صعب الاحتمال أحيانا ، يتعاظم مع التعب
— أرق يصاحبه الارتجاف — دوار — اضطرابات معدية خطيرة — إمساك
متكرر — مغص — تشنجات — انحطاط جنسي — استجابة حادة للنور
والضجة .

وقد يكون اختلال التغذية أحيانا سريعا جدا ويمكن أن يؤدي الى هبوط الأعضاء الحشوية .

كل هذه الأعراض تبين بوضوح استجابات فوضوية للجملية العصبية : اضطرابات حسية وحشوية وتنفسية وهضمية . ثمة اضطرابات وظيفية قلبية أيضا (هبوط في ضغط الدم ، ذبحات صدرية كاذبة) ترعب المريض أحيانا .

تنضاف عادة الى الوهن العصبي اضطرابات أخلاقية . وسبب ذلك أن القشرة الدماغية ، مركز الإرادة والإحساسات الشعورية ، ذات علاقة وثيقة بالجملية العصبية الودية ، المركز الرئيس للانفعالات ولكل ما يحدث خارج الشعور والإرادة .

الضعف الدماغى لدى المصاب بالوهن العصبي واضح . فالذاكرة غير أمينة ، والتناسق بين الحركات والأفكار غير تام ، والإرادة تتضاءل . إنه يتردد ، ويشك ، ويتعذب لأتفه الأعمال وأتفه المشتريات وأتفه القرارات . ويزداد عذابه بمقدار ما يكون على أتم الوعي بمرضه ...

ب - أسباب الوهن العصبي

هل أسباب الوهن العصبي جسمية؟ أم هل هي نفسية؟ بصورة عامة ، قد يؤدي كل إرهاب عصبي الى الوهن العصبي . فقد تكون الأسباب متنوعة ، ولكنها تفضي جميعها الى العجز العصبي . والانفعالات ، وحدها ، مصدر رئيس للعديد من الاضطرابات . فكل انفعال ينعكس على العضوية بكليتها ، ويحدث بالتالي آثارا جسمية ونفسية . وسرى في الحال أن أي تعب يصيب الدماغ لسبب من الأسباب ، يؤدي الى أن تعزز الانفعالات قوتها في المجالات الحشوية ، وتشوه العمليات العليا : الإرادة والوعي والاختيار والتقدير والتماسك وشمول العمل .

وتنمو الانفعالية بكل نتائجها المفسدة بدلا من هذه العمليات . فقد يكون للوهن العصبي اذن أصل سيكولوجي أو جسمي ، كالإرهاق الانفعالي ، والمهموم الطويلة الأمد ، والانتانات ، والتسمم ، والكبت ، والإخفاق ، والجنسية ، الخ . ولا بد من أن نتبصر في جميع هذه الأسباب الممكنة عند العلاج .

ج - علاج الوهن العصبي

هذا المرض الذي يصعب احتماله قابل للشفاء بصورة تامة شريطة أن ننظر الى أن المصاب به مريض في شخصه برمته . فالعضوية كلها مصابة ، حتى ولو كان ثمة تحديد خاص للألم . ولا بد من انجاز فحص سريري دقيق ، فمن العبث الاقتصار على الاضطراب الأكثر ظهورا . ومن المحتمل أن يكون إجراء فحص سيكولوجي أمرا ضروريا كذلك .

إليكم امرأة مصابة بالوهن العصبي . فهل أنهكتها الولادة ؟ أم اضطرابات الرحم ؟ أم صعوبات منزلية ؟ أم عدم تكيف مع الجنسية ؟ هل أصيبت بفعل زواج فاشل ؟ أم بفعل العقد ؟ أم بالتسمم ؟ هل كانت اصابتها ناجمة عن انفعالات عميقة امتدت خلال سنين طويلة ؟ ما وراثتها ؟

ثمة رجل مصاب بالوهن العصبي . أيمتثل أن يكون السبب جسميا على نحو صرف ؟ قد تكون الإصابة بسبب نفوذ جرثوم السل الى جسمه ، السل الكامن أو المتطور بصورة بطيئة . أم هل الوهن العصبي نتيجة انفعالات يكتبها باستمرار وصراعات داخلية واخفاقات متكررة وطفولة غير متكيفة رافقها في نهاية الأمر انحطاط الجملة العصبية ؟

هاتان الحالتان ، المرأة والرجل ، قدمتهما على سبيل المثال . فالبحث عن أصول ألم من الآلام عمل طويل وشاق في بعض الأحيان . ولكن تاريخ المريض ، من الناحية الجسمية والسيكولوجية ، ينبغي له أن يعرف عند علاج أي عصاب مهما كان . والواقع أن أي انفاق في الطاقة يتجاوز الحد ، وأي انفعال

يستمر أمدًا طويلًا. يمكن أن يؤدي إلى الوهن العصبي كما يؤدي إلى أي عصاب، وذلك بحسب مزاج الفرد واستعدادته المسبقة الخاصة. فإن يعامل المصاب بالوهن العصبي على أنه « مريض خيالي »، أو على أنه « تنبل »، حل ناجم عن الجهل أو عن الحماسة.

إن الإصلاح العصبي أمر يفرض نفسه بادية ذي بدء. وعلى وجه العموم، توصف الراحة والأستركنين والفوسفور والهرمونات والكالسيوم، الخ، في البداية. ومن المؤكد أن العلاج يختلف بحسب النتائج الطبية.

يزيل العلاج النفسي، الذي لا غنى عنه في الغالب، جميع الأسباب التي أدت إلى المرض أو طوره. فعلم النفس يعيد سيادة الذات وينميها ويساعد على إعادة تنظيم السير الوظيفي الدماغية العالي. إنه يعمل بحيث يلائم المريض بين قواه وبين حاجاته. أما علم نفس الأعماق، فإنه يقوم، إذا دعت الحاجة إلى ذلك، الشخصية التي زيفتها العقدة أو مزقتها. وبذلك يمكن للانفعالية أن تصبح سوية من جديد، وسيكون لهذا انعكاس متناغم على العضوية برمتها.

الوهن العصبي مرض العصر مع الأسف. فليعمل الطب وعلم النفس على أن يكف عن أن يكون مرضًا وبائيًا...

٣ - الوهن النفسي

الكلمة الفرنسية المقابلة للوهن النفسي هي Psychasthénie، المركبة من Psyché أي النفس، و asthénie، أي الضعف أو الوهن.

ينصب الوهن النفسي على تسلسل الأفكار بصورة خاصة. ثمة العديد من الفكر المتنافرة التي تخطر في الذهن دون أن يكون بمقدور الفرد أن يطردها. فالمسألة هي مسألة ضعف نفسي لا ضعف عصبي كما هو الأمر في الوهن العصبي. ثمة هبوط في التوتر السيكولوجي والتأليف الذهني يتم

بصعوبة . فالنصاب بالوهن النفسي ينجز بصعوبة أفعالا فكرية تتطلب ، على وجه الدقة ، توترا سيكولوجيا قويا . بيد أن فعالياته الآلية لم تمس . والوساوس كثيرة جدا لديه ، والعجز عن التأليف الذهني يتيح الفرصة لـ « الطفيليات » السيكولوجية أن تستقر بيسر . وغالبا ما يشعر المصاب بالوهن النفسي أنه مدفوع الى القيام بعمل معين يتعارض مع أخلاقه . بيد أن لديه القوة ، غالبا ، على مقاومة دوافعه . ومع ذلك ، فإن هذه المقاومة عسيرة . فيظهر الحصر .

مثال ذلك : س عازب في الثامنة والعشرين من عمره .

« ... إنني لا أكف أصارع ضد دافع من الدوافع ... أحس به دائما في ذاتي ، ولكنه ينفجر أحيانا على شكل نوبات . أتصور أنني أجتث أعضائي التناسلية . والبث أحيانا في تركيز عليها خلال نصف ساعة . إنني أتصور خصائي في أكثر تفاصيله دقة ، وأقرب المقص غالبا من أعضائي ، وأقرص نفسي قليلا ، ثم بصورة أقوى الى أن أشعر بالألم . إنني أفعل كل هذا في سبيل أن أدرك الى أي حد ينبغي أن يكون هذا الأمر مرعبا . عبثا ناضلت ، وأدخلت إرادتي لإيقاف هذا الوضع ، وقلت لنفسي انني أبله ومهووس ... لقد أعيتني الحيلة ... وأستمر . وأخيرا أصاب بالإنهك ، ويبلل العرق جسمي ، وأرتجف ، وأصفر صفرة الميت . وعندئذ أهرب من منزلي . كان علي أن أشتري آلة حلقة كهربائية ، فقد كان الأمر مرعبا بآلة الحلقة العادية التي كانت في حوزتي . كنت أقضي الدقائق الطويلة أنظر الى أعضائي التناسلية في المرآة ، أقرب آلة الحلقة منها ... لقد أصبت بالاعماء مرات عديدة . وكنت أذهب الى عملي دون حلقة ، ومنهكا الى درجة لا تستطيع أن تتصورها . »

ولا بد من الإشارة ، من جهة أخرى ، إلى أن بعض نوبات القلق قد تؤدي الى تشوهات واقعية والى محاولات انتحار .

تعد الكتابة من الوهن النفسي . ويحس الفرد احساسا مريرا بعجزه عن التصرف والفعل الإرادي ، ويعاني أفكارا لا يتوصل الى طردها . وقد تبدو الوساوس أحيانا بمظهر فكرة بسيطة جدا ، ولكنها غريبة

يمكن للعالم الخارجي أن يبدو للمصابين بالوهن النفسي غريبا . إن بعضهم يشعر بأن بعض أجزاء جسمهم ليست لهم :

« ... أشعر بأن يدي ليست لي . إنني أنظر إليهما كما أنظر الى أشياء غريبة . إنه لأمر غير معقول ، ذلك أن علي أن أبذل جهدا جبارا لكي أقول لنفسي : إنهما يداي أنا ، إنهما لي ، لي ... » .

ثمة شكوك مفرطة ، ملحاحة ، تبدو :

« ... أدقق حساباتي ما ينوف عن عشرين مرة . وأفعل ذلك وأنا مصاب بالحصر ، وأصاب بثورة الأعصاب والإرهاك . أسب نفسي عندما أقوم بهذا ... وأقول لنفسي : هذه هي المرة الأخيرة ، ثم استأنف وكأن شيئا لم يحدث . وإذا أجبرت نفسي على الخروج عدت كيما أدقق مرة أخرى ... » .

يبدو على الغالب كثير من الأعراض الأخرى : الشكوك والخجل من النفس والتردد والعجز الإرادي والخجل الاجتماعي والعديد من ضروب الاجترار النفسي وشعور المريض « بعدم معرفة المكان الذي هو فيه » والخيال المرضي والعديد الكبير من ضروب الهوس والعرات .

مثال ذلك :

« ... عندما أكون في مطبخي ، أرجع عشرين مرة الى غرفة الحمام . هل تعلم لماذا؟ ... لكي أتأكد فيما اذا كانت مناشف اليد مطوية ومرتبة بطريقة متوازنة تماما ... قيل لي : ليس علي إلا أن أقول لا . حاولت ذلك بغيظ شديد . آه ! ياللسخرية ! ثمة شيء يشدني نحو غرفة الحمام الى حد كنت عاجزة عن القيام بأي عمل . وذهبت إليها . فشعرت بالراحة لعشر دقائق . ثم عدت الى ماكنت عليه . كنت عبثا أقول لنفسي : قمت بذلك منذ لحظة ، وتأكدت . كنت عبثا أتصور مناشف اليد مرتبة بصورة متوازنة ... وكنت أعود الى غرفة الحمام . فأنظر إليها وأقول في نفسي : هل رأيت؟ إنها متوازنة حسن . هل تعلم ماذا كنت أفعل عندئذ؟ أنقلها حتى أستطيع أن أعيدها متوازنة كيما أقتنع . ويستمر الأمر طوال النهار على هذا المنوال ... ولم يكن يتوقف هذا

الهوس إلا إذا خرجت . بيد أن أول شيء كنت أقوم به عندما أعود الى منزلي هو أن أجري الى غرفة الحمام ... » .

ذلك هو هوس « التناظر » الشائع جدا . هناك أيضا هوس النظافة ، وهوس الكمال ، الخ .

جميع هذه المظاهر الخاصة بالوهن النفسي اذن ، وأكثر ذلك ، مظاهر شعورية تثير آلاما حادة لدى الفرد الذي يشعر بأنه عاجز عن التغلب على أعمال يصفها ، هو ذاته ، بأنها غير معقولة .

وترتبط جميع هذه الصور من الوهن النفسي ببعض الحالات الجسمية ، كالأمراض والإرهاك والانتانات ، وبعض الحالات المعنوية على الأغلب ، كالصدمات الانفعالية والعقد الانفعالية . ويعطي العلاج السيكولوجي في الأعماق نتائج ممتازة ، ويقترن أحيانا بالعلاج البيولوجي الذي سأحدث عنه ، وبالطب الذي يجدد القوى العصبية .

٤ - الحصر

المقابل الفرنسي Angoisse مشتق من anger ومعناها رصّ ، ضغط .

كل موجود عاقل مصاب بالحصر . ذلك هو نصيب الانسان الذي يفكر قليلا ... وهذا أمر طبيعي . فنقاط الاستفهام الكثيرة التي تطرحها الحياة والعالم والكون تتطلب منا تكيفات دائمة . وما الذي يدفعنا الى الأمام اذا لم يكن هذا الحصر ؟ وما الذي يلزمنا بالبحث والكشف اذا لم يكن الحصر أيضا ؟ إن سائر التطورات التي حققتها الانسانية ، وجميع الكشوف العلمية والفنية والأدبية ، قائمة على الحصر . بيد أنه ، في هذا المجال ، حصر ميتافيزيقي بناءً ، إيجابيا ، ضعيف نسبيا . ولنقل إن عشر بالمئة من الحصر ضروري للموجود الانساني السوي . غير أن الأمر ليس على هذا المنوال دائما ، مع الأسف .

أ - الحصر المرضي

أما الحصر المرضي، فهدام. إنه لا يدمر الفرد الذي يسيطر عليه فحسب، وإنما يلغي عمله مقدما. فما الفرق بين « الخوف » و « الحصر »؟ الخوف استجابة إزاء خطر واقعي. أما الحصر، فاستجابة إزاء خطر لا وجود له خارجيا. ومع ذلك، فليس الحصر « خياليا ». إنه يستند الى خوف داخلي عنيف أحيانا. وقد يحدث، على الغالب، أن تكون أسباب الحصر دوافع تعود برمتها الى تحت الشعور.

الحصر المرضي إحساس مؤلم أشد الألم يرافقه مظهر جسمي أو عدة مظاهر: اصفرار وارتجاف ونوبة عصبية وضربات قلب وعرق وتشنجات حشوية هي من شدة الألم أحيانا بحيث تجبر المصاب بها على أن يثني جذعه على طرفيه السفليين، وإحساسات بالاختناق وجفاف الفم وذبحة صدرية كاذبة وساقان مقوستان ... ويمكن لضرب من الوهن أن يحل بسبب الانفعالات المتكررة (إرهاق انفعالي). والحصر والوسواس متلازمان غالبا.

ب - ما يقول المصابون بالحصر

ينطلق الحصر أمام الشعور بخطر مداهم وغير محدد، فيصبح الفرد فريسة حصره، ويخترع فكره المآسي على الرغم من أنه يدرك لامعقوليتها الموضوعية.

« أشعر وكأن في حلقي كرة، وهو شعور يدوم طوال النهار. إنني لا أعيش حياتي، فأنا في ضيق دائم، وأنتظر باستمرار أسوأ المصائب فيما يخص والدتي. إنني أراها طوال الوقت وقد ألقته على الأرض حافلة أو سيارة ... ولكن، حافلة بصورة خاصة. أسمعها تولول ... علي أن أمر بيدي على جيني محاولا إبعاد هذه الفكرة، ولكن لا سبيل الى ذلك ... في مكنتي، كل نداء هاتفي يجعلني أرتجف تقريبا.

أخاف أن يصيبني السرطان . أتفه الآلام يؤكد لي ذلك ، فأسرع الى الأطباء ،
وأنتقل من أحدهم الى الآخر . إنهم يسخرون مني ... أعلم تمام العلم أن الأمر لمضحك .
بل إنني أشعر بان إصابتي بالسرطان ستريحني من هذا الشك على الأقل ، الشك الذي
يسببه الحصر لي (') .

الى الحصر ، ينضاف الاضطراب غالبا . فلاحساس بالعجز أمام
الخطر المدهم مطلق ، وهذا ما يعزز الآلية .

ج - تنوع ظاهرات الحصر

قد يكون الحصر مجرد ضيق نفسي (أفكار سوداء) ، أو قلقا دائما ،
أو ذعرا دونما سبب ظاهر .

ولكن ، ثمة كذلك الحصر الكبير جدا ، الرهيب ، الذي يترك الفرد
غارقا في الذهول . وعندئذ ، يخشى الجنون الوشيك الوقوع ، والموت المفاجيء ،
وضياع سائر وسائل وجوده ... وتنتهي هذه الأزمة على الغالب بإفراز قوي من
البول الصافي (غزارة البول) .

حالة بول : عاش بول طفولته كلها في خوف رهيب من الخطيئة
المميتة .

« ... ما فتىء والداي يتحدثاني عن الخطيئة ، وعن جهنم واللعنة . وكنت في ذلك
الوقت أعدهما قديسين ، أنت تتصور ذلك تماما ! لقد كانت المناولة الأولى رهيبية بالنسبة
إلي . أصبت خلال الأشهر التي سبقتها بضروب من الخوف الحصر من أن أكون في حالة
من الخطيئة . وكنت في بعض الأحيان أكتشف قليلا عن أفكار لوالدي اللذين كانا
يقصران على الإجابة التالية : فليُلعن الشر والنجاسة . الرب يراك ويفصل في أمرك . ضع
نفسك مكان طفل ! ... إنني أتذكر أنني أصبت بالوساوس في اليوم الذي تمت فيه المناولة

(١) - تنطوي المستيريا وبعض ضروب العصاب على هذا « العزاء » . ثمة أعراض جسمية تستخدم
« صمام أمان » للصراع الداخلي ، اذ تريح المريض من حصوه .

الأولى بالنسبة إلي، وما انفكت تلاحقني. لا أعرف كم مرة كنت أجلس على كرسي الاعتراف في الأسبوع الواحد، وفي كل مرة كنت أرتجف خوفاً من أن أكون قد نسيت خطيئة مميّنة لم أعترف بها.

كنت أجتز ذلك مذعوراً وأنا ذاهب إلى المدرسة. هل تسمع؟ مذعوراً! كانت تلك حالي في الصف، وقبل أن يغلبني النوم. وبما أنه كان علي تناول القربان المقدس كل يوم أحد، فإنني لا أستطيع أن أشرح إلى أي أحد كنت مرتاعاً في الكنيسة حيث كنت أشعر بأن الرب سيسحقني في كل لحظة، أو يميتني فجأة ليلقيني في جهنم... ليس بمقدور أي شخص أن يفهم ما أحسست به...»

استمرت قصة بول طوال سنين، وما انقضى منها نهار دون شكوك تتصف بالحصر وهموم مؤلمة وانفعالات مرعبة. وفي الثامنة عشرة، شرع بول « ينظر إلى الفتيات » بالعقلية التي يتبأ بها المرء.

« ... كنت أشعر بأن الحصر يمسك بخناق في كل مرة يقع نظري عليهن، حتى ولو كان ذلك على سبيل المصادفة. فأشعر بالتحرق واللهاث والارتجاف من الخوف... كما لو أن الشيطان قد استحوذ علي...»

وكانت تنطلق النوبة الكبيرة من الحصر أحيانا :

« ضرب من الكرة كان يصعد إلى حلقي، فتخنقني. كنت أصاب بتشنجات حادة في الحجاب الحاجز تركني دون حراك. كنت أشعر بالوخزات في قلبي، فأقول لنفسي: ستموت الآن، وسيصيب العفن جسدي في المكان الذي أنت فيه جزاء ما ارتكبت من خطيئات شنيعة. كنت أشعر بأنني الحثالة الجنسية، حثالة البشرية، فأسرع إلى أول مكان أصادفه حتى أختبيء، منتظراً أن تمر النوبة...»

ومن المؤكد أننا نحتاج إلى كتاب برمته حتى نصف الأفكار والشكوك المعذبة والأزمات التي عاناها بول وصفاً يومياً. ومع ذلك فقد كان ممكناً أن يؤدي به ذلك إلى الذهان. كان بالإمكان أن يصبح مقتنعاً بأن الشيطان قد

استحوذ عليه، أو يعتقد بأنه الشيطان، بدلا من وسواس الخطيئة المميتة الذي استحوذ عليه. وهذا ما يسمى الانتقال من الوسواس الى الهذيان. *

د - أسباب الحصر المتواترة

١ - الصراع الداخلي يسبب الحصر بصورة عامة. وقد يحدث هذا الصراع في تحت الشعور. فالشخص يلاحظ حصره، ولكنه يعجز عن معرفة دوافعه. فمن العبث اذن أن ننصح هذا النوع من المصابين بالحصر. بيد أن من المسلم به ضرورة البحث عن الأسباب العميقة...

مثال ذلك حالة بول التي رأيناها في ص ٣٩٧. وكان ثمة صراع حاد بين دوافعه الطبيعية، كالذوافع الجنسية على سبيل المثال، وبين « أخلاقه » التي لم تكن سوى تهذيب أخلاقي صلب فرضه أهله عليه.

٢ - العداوة المكبوتة سبب آخر من أسباب الحصر. تبدو هذه العداوة، في أغلب الأحيان، في الوسط العائلي أو وسط العمل. فمن الطبيعي أن تنطلق العداوة لدى الطفل اذا كان أحد أبويه مسيطرا، سلطويا، عنيفا. ولكن العداوة تكبت غالبا قبل أن تبلغ الشغور، كما رأينا من قبل^(١). وسبب ذلك يعود الى أن أخلاق الأنا العليا تحرم التمرد ضد أحد الأبوين. وعندئذ يتمخض الحصر عن أعراض، كالأحلام والرعشات والعرق والوجل الدائم.

المثال الشائع عن حصر العداوة الخفيف حالة ع الموظف في أحد المكاتب. إنه يعمل في جو من الوجل الخفي، الدائم، ويشعر شعورا « مستمرا بالإثم ».

(١) - انظر « التحليل النفسي ».

أ — يشعر ع بقدر كبير من العداوة تجاه رئيسه الذي يحتقره ع .
ب — هذه العداوة تشنج ع ، وتسبب له الانفعالات التي ينبغي لها أن يكون بمقدورها أن تجد منطلقا .

ج — ولكن ، إذا أظهر ع عداوته ، فإن من المحتمل أن ينقلب رئيسه ضده . بيد أن لامبالاة الآخرين أو عداوتهم تولد القلق لدى ع ، كما تولد ضيقا « داخليا » لديه .

إننا نجد هنا آثار عقدة أوديب . ثمة اذن :

أ — عداوة ع وحاجته الى أن يجد متنفسا لهذه العداوة وإلى أن يقول لرئيسه « ما يخطر في باله عن » ، ورغبته في أن يبدي مظاهر الاحتقار وفي أن يوجه ملاحظات جارحة ، الخ .

ب — وبدلا من ذلك ، فإن ع لطيف وودود ، ويمثل الى ما يقوله رئيسه ، ويضع نفسه في موضع « أدنى » منه ، ويتصرف بحيث يلاحظ إتقان عمله . يمكن أن نعتقد إذن بأن ع يرغب في أن يكون بارزا ، وأنه « مساح جوخ » ، وأنه جبان ، الخ . لكن الأمر ليس على هذا النحو البتة . فالحقيقة أن ع لا يحتمل عداوة الآخرين . إن ع يقاسي من الشعور بالدونية والإثم ويفرقه أتفه اللوم في الاجترار النفسي والضييق الحصر . فهو إذن « لطيف جدا » لأنه لا يجروء على أن يكون غير لطيف . أن يتفادى ع عداوة الآخرين ، أمر يعدّ بالنسبة إليه اذن حاجة حيوية وصونا لأمنه الداخلي .

هـ — يولد الحصر اذا هدد دافع من الدوافع حاجة حيوية

مثال ذلك : جاك الذي بلغ الخامسة عشرة ، يمارس العادة السرية . كان أبوه يردد على مسامعه غالبا : « اصنع إلي جيدا ! إذا مارست العادة السرية ، أصبت بمرض قذر ، هل تسمع ؟ هل تفهم ما أريد أن أقوله ؟ ... » . وعاش جاك الذي أذله أب قاس وفظ ، طوال سنين في خوف واقعي جدا من

السفلس ، مقتنعا بأن العادة السرية كانت تسببه . ثم توضع هذا الخوف على مجرد فكر جنسية بعد بعض الزمن . وفي الثانية عشرة من عمره ، كان يبرز لديه حصر حاد في كل مرة يشعر ، في الشارع ، بفكرة جنسية . فيدخل ، عندئذ ، الى مبولة أو مقهى لكي يتأكد مذعورا من أن « البثور لم تظهر » ... لقد كان يحمل الكحول بصورة دائمة كيما يكون « بوسعه أن يتطهر اذا ظهر المرض القذر » . فنحن ، على وجه الدقة نتصور الانفعالات وضروب الحصر التي كان لزاما أن تحمل لدى جاك خلال سنين . وكان يلزمه الفهم الموضوعي كله لأحد علماء النفس حتى يحصل على البوح بأسراره ، ويبين له أن مخاوفه لا مبرر لها ...

وهكذا فإن الدافع الجنسي (العادة السرية) ، لدى جاك ، هدد حاجة حيوية هي ألا يصاب بمرض تناسلي ، فنشأ الحصر .

قد تكون المصلحة الحيوية المهددة مجرد مصلحة نفسية . إنني أتناول ثانية حالة شخص « متبجح » ، يعتقد بنفسه القوة والنشاط . وذلك مثال في عداد عشرات آلاف مثال ممكن . فما هي مصلحته الحيوية ؟ مصلحته أن يؤمن بقوته . وما هو الخطر ؟ يكمن الخطر في أن يتبين الآخرون ، أو هو ذاته ، أن هذه « القوة » تخفي ضعفا كبيرا . اذن ، ففي كل مرة يبدو هذا التهديد واضحا يوئد الحصر . ومثال ذلك اذا كان يشعر بالدونية التي يحتمل أن تتجلى في موقفه وحركاته وكلماته ، الخ .

تلك ، اذن ، إنما هي حالة جميع أولئك الذين يبدون على خلاف ما هم عليه في الحقيقة ، سواء كان في عيونهم هم ذاتهم أم في عيون الآخرين . إنهم بحاجة للاعتقاد بأصالة مظهرهم الخارجي . فالحصر يلبث أبدا حاضرا وخفيا كضرب من الضيق الداخلي الدائم .

ففي هذه الحالة ، لدينا :

دوافع ناشئة عن ما هم عليه واقعيا ، ومصصلحة حيوية هي الاعتقاد بما يبدو ، وهي مجرد مصلحة حيوية نفسية . فالدوافع تهدد المصلحة ، فينشأ الحصر .

٥ - الوسواس

الوسواس عاطفة أو فكرة صعبة الاحتمال الى حد بعيد . إنها تبدو للفكر بطريقة متكررة ، فظيعة غالبا . فالفكرة عنيدة ، مؤلمة ، تسبب ضروبا شديدة من الحصر بكل ما لها من نتائج فيزيولوجية وسيكولوجية .

يحدد الوسواس كثيرا من أفعال الفرد ، ويبدو ، غالبا ، على نوبات . اذ تكفي كلمة ، أو فكرة ، أو واقعة لتثيره . ويبدو الأمر كما لو أن قوة ترقد في الفرد ، وهي جاهزة دائما لأن تتنبه . ولكن ، بما أنه يحس بلامعقولية وسواسه ، فإن ثمة صراعا يقوم :

وتلك هي المعركة بين العقل والوسواس .

من هنا ينشأ الإنهاك التام ، المؤلم ، الذي يترك الموسوس فارغا من كل قواه ، يائسا . وعلينا أن نميز ، طبعا ، بين الوسواس وبين قول الفرد اذا عاد نغم موسيقي الى الخطور في باله على الرغم منه « هذا النغم يلازمي » . فقد تكون هذه العاطفة مزعجة ، ولكنها ليست ، طبعا ، ذات علاقة بالوسواس الحقيقي .

الوسواس مرض واسع الانتشار ، يرافق العصاب والذهان غالبا . درجاته كثيرة ، ويبدأ من الوسواس الصغير المتصف بالحصر الى الوسواس الكبير المنهك . وهذه الوسواس ، تمس المجالات الكبيرة العصابية في غالب الأحيان : وسواس دينية وعائلية وجنسية ووسواس الأمراض والكمال والعدل والصحة والواجب والمسؤولية .

علينا أن نتخلى ، في بحثنا هذا ، عن الارتباط بوسواس معين ، بل ينبغي لنا أن نصف المناخ العام الذي يعيش فيه الموسوس . ومع ذلك ، فإننا سنرى ، فيما بعد ، بعض الضروب من الوسواس : المخاوف المرضية

أ - عذاب الموسوس

لقد تحدثت عن الفكرة الثابتة . فنحن نعلم أن الفكرة الثابتة شبيهة بطفيلي قوي يعيش في ساحة الشعور .

وشأن الوسواس شأن الفكرة الثابتة . فالموسوس على وعي تام بحالته حتى عندما يكون فريسة وسواسه . فالوسواس ، بهذا المعنى ، عصاب اذن .

يشعر الموسوسون بالخجل من حالتهم ويحاولون اخفاءها بعناية . وقد يخالفهم الحظ في ذلك غالبا . إنهم - يظهرون على حال من « الانزعاج » والعصبية والانكماش على الذات والهياج ، ولكنهم قلما يرتابون في الصراع الذي يجري في داخلهم ، صراع رهيب على الغالب .

إن إحساس الموسوس ، في هذا المجال كذلك ، « بأنه الوحيد الذي يعاني هذا المرض اللامعقول » كثير الوقوع . فليس ممكنا إزاء الخجل الذي يحس به الموسوس ، أن يحدث أي تنفيس واقعي عن الوسواس في الحياة الجارية ...

لنتصور ، من جهة أخرى ، شخصا ينطلق وسواسه في المكتب ، في وسط عائلته . ولنتصور صراعاته ، وضروب حصره ، والقوة التي عليه أن يستخدمها حتى يخفي ذلك كله ...

ومن جهة أخرى ، فإن العديد من الموسوسين صرحوا : « إنني ، على الأقل ، مسرور لمعرفة أن أي شخص لا يعلم شيئا عن هذه الحالة الرهيبة . بيد أنني أضحى بكل شيء من أجل أن يكون بوسع الآخرين أن يعرفوها دون أن يسخروا مني . فلربما ساعدني ذلك » .

ب - الموسوس في بحث عن اليقين

يبحث الموسوس عن يقين عقلي يستبعد الفكرة الموسوسة . ولكنه كلما بحث وناقش ، تعاضم وسواسه . فأتفه مسألة يطرحها تثير مسائل أخرى معذبة مثلها . وتلك هي حلقة مفرغة جهنمية لا يفتأ يعزّزها ما يبذل من جهود مضنية .

مثال ذلك : وسواس السيدة س هو أن الانسانية تؤلف سلسلة ، وأن لكل فعل من أفعال الشخص انعكاسات ، لا في البيئة التي يتم فيها فحسب ، وإنما في الأصقاع الأكثر بعدا كذلك . وليس في هذه الطريقة في النظر الى الأمور شيء من الشذوذ ، بل على العكس . بيد أن فكرة من المسؤولية المطلقة قد تأصلت لدى السيدة س . « إنني مسؤولة عن كل شيء » هي العبارة التي تكوّن بؤرة فكرتها الموسوسة . « أتفه عمل أرتكبه يجعلني مسؤولة عن كل نتيجة تترتب عليه » .

لقد توجه هذه الوسواس فيما بعد ، على أثر العديد من الظروف ، صوب المدمنين على الكحول . فتوجه ، أول ما توجه ، صوب المدمنين الذين تعرفهم . وكانت بداية الوسواس عندما توفي أحد أصدقائها بسبب الإدمان على الكحول . قالت : « لو فعلت هذا الأمر أو ذاك قبل عام ، لما مات » . وأسرعت عندئذ الى الأطباء كيما تتحقق إن كان ممكنا أن يقبل المدمنون على الكحول علاجا ، وإن كان ممكنا أن يقدم العلاج فائدة ما . واستشارت على هذا النحو ، والحصر الذي يمكن للمرء أن يتنبأ به يرافقها ، ثلاثين طبيا . فناقشت ، وماحكت ، وتعذبت . وكان الجواب من كل مكان : « فات أو ان الشروع في أي شيء » .

استمر الوسواس على الرغم من هذا اليقين : « ولكنني لو تدخلت قبل بضع سنين ، عندما رأيته يبدأ معاورة الخمرة ، لما مات . إنني مسؤولة عن موته كليا وعلى وجه الإطلاق » .

أسرعت مرة ثانية الى أطباء الأمراض النفسية . وأضنت نفسها في دراسة كتب تعالج إدمان الخمر وحرية الاختيار ، والتقييد ...

وكلما كان يبدو أن مسؤوليتها تتضاءل ، كانت تطرح مسائل جديدة . وشملت هذه المسؤولية فيما بعد جميع المدمنين على الكحول . كانت تجوب الشارع ، وتلاحظ عبر زجاج المقاهي ... كانت تنتظر خروج الشبان الذين رأتهم يشربون الخمر ... وأنهكت نفسها في الكتابة واستعمال الهاتف الى أولئك الذين تفرض أنهم يشربون ، الخ . وماذا عن لياليها؟ كانت تقضيها في الصراع ضد هذا الشعور بالمسؤولية الكلية وفي التكرار لنفسها غاضبة : « ولكنني لست إلهًا ، مع ذلك ، حتى أكون مسؤولة عن الأرض برمتها ...! » . ثم تبدو فكرة ثابتة أخرى تتصف بالحصر أيضا : « وإذا كان ليس ثمة إله؟ من هو المسؤول عندئذ؟ ... الناس كلهم مسؤولون ، وأنا في البداية ما دمت أعلم أنني مسؤولة ... » .

تلك إنما كانت ، اذن ، حلقة لا نهاية لها . فكل يقين معقول يثير سلسلة من الوسواس . وتبدى الانتحار للسيدة س بوصفه الحل الوحيد الممكن : الهزيمة ، حتى لا تفكر ولا تتعذب . ولكن ، هنا أيضا ، ولحسن الحظ مع ذلك ، برز وسواس جديد : « إنني مسؤولة ... ذلك أن من المحتمل أن تمنع كلمة واحدة أقولها في حياتي أحدا من شرب الخمر ... علي أن أعيش من أجل ذلك » . وفي هذه الحالة ، ذهبت تبحث عن عالم النفس .

ومن المؤكد أن الانسان السوي يتصور ما يسببه الوسواس من آلام . ذلك أن الوسواس ذاته ، على الأغلب ، عرض من أعراض مرض سيكولوجي عميق .

ج - ماذا يفعل الموسوس ليطرد ألمه؟

من الواضح أن الموسوس يحاول أن يطمئن بأي وسيلة كانت . ولكنني أرغب في أن أتحدث عن وسيلة يستخدمها الموسوسون في أغلب الأحيان، والمقصود: « طقس التعزيم » .

مثال ذلك: ص مصاب بوسواس الخوف من السرطان، خوف معذب متصف بالحصر دائما . إنه يحاول أن يطمئن متمتا: يا أيها السرطان، يا أيها السرطان الصغير في قلبي، إنك كامن فيه، ولكنني لن أهتم بك وسترى جيدا . أيها السرطان، أيها السرطان الصغير، إنني لا أهتم بك، هل نهتم أيها السرطان الصغير؟ » .

ص إنسان ذكي الى حد بعيد، وذو إرادة أعلى من المتوسط . وعلى الرغم من ذلك ... فإنه يردد هذه الجملة المعزّمة، الجاهزة على لسانه، مائة مرة يوميا، بأعلى صوته أحيانا اذا كان وحيدا، وبذهنه اذا كان بصحبته أحد الناس . إنه ينطقها بعناية فائقة، ويحاول أن يلفظها على أحسن ما يكون اللفظ، كيما يقتنع . فهو ينزل الى القبو لأي عذر كان، عندما يوجد في منزله بعض الناس . وهناك، في عزلة، يلفظ الكلمات التي يأمل بأن تكون المنقذ ... ثم يصعد . وبعد ساعة من الزمن، ينزل مرة ثانية، أو يدخل المرحاض، أو يذهب الى الحديقة، فينطق الجملة ذاتها ... ذلك ما يتكرر كل يوم منذ سنين ... ولا بد من الإشارة الى أن ص يعي حالته التي تفرقه في ضروب من الحصر التي لا تعرف التوقف .

ثمّة طقوس أخرى من التعزيم . فالموسوسون يقومون بحركات باليد، إما خارجيا، وإما خفية في جيوبهم: حركات تدل على البتر، علامات الصليب، حركات أصابع تمثل ضربة مقص، الخ .

ترمز هذه الحركات اذن على ما يلي: « انني أبتر وسواسي » .

أو يلفظ الموسوسون بعض الكلمات بغضب، متوجهين الى
الوسواس:

- إرحل أيها الحيوان القذر ...
- لقد تم الأمر، وهذا أيضا! ...
- أيها الرديء اللعين. أتمنى أن أموت وألا يتكلم الناس عن ذلك
قطعا ...
- تعتقدن أنك ستظفرين بي، ولكنني أنا الذي سأظفر بك، أيتها
الفكرة القذرة! ...

ليس من الصعوبة أن يتصور المرء غيظ الوسواس، بالإضافة الى
عذابه. فهو يصارع بكل ما لديه من ذكاء، وبكل ما لديه من إرادة. إنه
يصارع بكل قواه. وتتحطم هذه الأسلحة كما يتحطم الزجاج ضد فكرة تعود
بوصفها قوة لا تقهر ...

د - حالة الوسواس العامة

لا يبدو مرض الوسواس الى العيان، في أغلب الأحيان. بل لا يظن
الناس أبداً بكثير من الموسوسين الكبار أنهم كذلك. فالإصابة لم تنل من
ذكائهم، عمليا، وهو يحتفظ بروعته. وذاكرتهم تتصف في غالب الأحيان بأنها
أمينه في كل اختبار. ويبقى شعورهم يقظا، بل يبقى يقظا الى حد المغالاة،
مع ذلك. وليس التويم المغناطيسي ذا تأثير عليهم بنسبة تسعين بالمئة، ولا
الإيحاء، الإيحاء السطحي على الأقل. وعلى العكس من ذلك، يحتفظ
التحليل النفسي والحلم المستثار بقوتها العلاجية.

أين توجد أسس الوسواس اذن؟ كيف يحدث أن يصاب، أحيانا،
أساتذة، وموظفون، وكتاب بوسواس لا يرحم، ويستمررون، على الرغم من

ذلك، في تأدية عملهم بأكثر صحة ممكنة، ودون أن يشك شخص بأي شيء؟

هـ - الموسوسون العرضيون

الموسوسون العرضيون أشخاص ينطلق وسواسهم عقب حالات عرضية. فقد تحدث الوسواس بفعل أي هبوط في الحالة العامة: انتانات، وتسمم، وفترات الطمث، وإياس، ومرض جسمي منهك، ووهن عصبي، الخ.

فالسبب طارئ، واذن، ومجرد العلاج الطبي ناجع في بعض الحالات.

وبعض التكيفات مع أعمال جديدة وتقلد المناصب الهامة قد تسبب الوسواس من جهة أخرى. غير أن هذه الوسواس، في هذا المجال، مرتبطة بنوع العمل المنجز، كوسواس العيوب في العمل ووسواس الإخفاق، أو ناجمة عن الإجهاد الذي يتأتى عن العمل الذي يتجاوز طاقة الإنسان.

ثمة عدد كبير من الأزمات الوسواسية التي تبدو وتختفي على هذا

النحو.

و - الموسوسون أولو الاستعداد المسبق

قد ينتج الوسواس عن استعدادات جسمية أو نفسية مسبقة. ومن البديهي أن يكون العصاب تربة صالحة. فأى « توتر » سيكولوجي^(١) ضعيف يتيح، على وجه السرعة، استقرار فكرة طفيلية، كما يتضح ذلك في بعض ضروب الوهن النفسي. يضاف إلى هذا أن العقد التي تتركز في اللاشعور تسبب، على الغالب، وسواس من كل نوع. وكذلك فإن تسمم

(١) - انظر جانه ص ١٩٥.

العضوية يجعل المرء عرضة لهذا العصاب. ثم هناك الضعف العام أيضا والكساح والوراثة والسير الوظائف الهضمي السيء والإرهاق الذي يصيب بعض الأعضاء التي تطرد السموم، كالكليتين والكبد، الخ.

والخلاصة أن ثمة سببا، كما هو الأمر في أي عصاب، موهنا للجمله العصبية يهيء التربة. وعندئذ، يكفي بعض الظروف حتى يظهر الوسواس وينمو.

ز - الشفاء من الوسواس

الشفاء من الوسواس ممكن على الرغم من صعوبته أحيانا. ففكرة الموسوس شبيهة بحجيرة حية: إنها تنزع الى العيش على حساب بيئتها. إنها تكبر وتميل الى أن تغزو كل شيء. فهي تشكل، في الحقيقة، « مركز » الشخص المصاب.

لا مناص من استخدام كل شيء من أجل شفاء الموسوس. فسيل آلامه طويل جدا. ولا بد من ألا نهمل أي شيء، لا في ميدان الطب ولا في ميدان علم النفس.

↓ هل التنويم المغناطيسي ناجع في هذا المجال؟ كلا، وأكرر ذلك. فليس للإيحاء بالتنويم المغناطيسي أي تأثير على الموسوس. إن ساحة شعوره، على عكس المصاب بالهستيريا، ليست ضيقة على الإطلاق؛ وشعوره غير مفكك.

يضاف الى هذا أن الإيحاء بالتنويم المغناطيسي لا يتعرض إلا إلى الأعراض الخارجية، وذلك أمر يصدق على كثير من ضروب العلاج بالتنويم المغناطيسي. فجزر الوسواس قد يبقى حيا، وقد يسبب، على وجه السرعة، أعراضا أخرى جسمية أو نفسية.

من المعروف أن الموسوس ذكي بصورة عامة. ولكن، هل يمكن استخدام ذكائه في سبيل إقناعه؟ ذلك أمر غير ذي جدوى. فالموسوس، ذاته، يصارع، من قبل، بكل عقله، دون أن يكون لصراعه أي مفعول... ويؤدي الإقناع معه الى الإخفاق.

يقول عندئذ: «... إنني أعرف كل هذا... ولكنني لم أتوصل الى الاعتقاد به. إن فكري أقوى من كل عقول العالم...».

أو يقول: «إنني مقتنع غاية الاقتناع بأنني لست مسؤولاً تجاه العالم برمته... فأنا أقضي نهاري وليلي أردد ذلك... ولكن فكري المتصفة بالحصص لا تتنازل قيد أمثلة...».

فما هو العلاج إذن؟ علاج الوسواس، بصورة عامة، هو علاج أي عصابي. إن علم نفس يتناول الأعماق، هو وحده الذي يتيح مس الجذور التي تسبب هذا السم النفسي. والتحليل النفسي أو الخنم المستشار ملائمان. فلا مناص من «تحليل» كل حياته بدقة، ولا يُترك أي شيء في الظل بمقدار ما يكون ذلك ممكناً. ويجب، قبل كل شيء، أن يعرف المريض أنه ليس الوحيد الذي يتعذب من الوسواس الرهيبة، وأن يقتنع بهذه الحقيقة. ولا بد من إقناعه بأنه جدير بالاهتمام. ألا يخجل، في الواقع، من حالته؟ ينبغي له أن يعرف أن عذابه يُحمل محمل الجد، بل محمل الجد جداً. والواقع أن الخجل والخوف من الاحتقار سمتان من سمات الإصابة بالوسواس.

أما فيما يتعلق بالعلاج البعيد الغور، فإنه يحلل تحليلاً عميقاً سائر أوضاع الموسوس: الاجتماعية والعائلية، والجنسية والدينية والوراثية.

إن وعي الآلية العميقة التي أثارت العصاب يسبب الشفاء النظري في أغلب الأحيان. وعندئذ لا بد من الشروع في بناء الشخصية مجدداً إذا كان ثمة ضرورة لذلك.

إنه لعمل شاق، ولكنه عمل رائع، ولاسيما أنه يتطلب التعاون الكامل، تعاون المريض وعالم النفس.

٦ - المخاوف المرضية

الخوف المرضي ضرب من الوسواس. إنه يتميز بالخشية من فكرة، أو شيء، أو وضع معين.

في عداد « أشهر » المخاوف المرضية، يمكن أن نذكر:

— رهاب الخلاء والخوف من الإغماء.

— رهاب الاحتجاز.

— رهاب الاحمرار.

— رهاب المرض وتوهم المرض.

يفزوا الخوف المرضي الذي « يستحق هذا الاسم » حياة الفرد غزوا كليا. وعندئذ، يصبح وسواسا خاصا يمنع أحيانا كل فاعلية سوية.

أ - رهاب الخلاء

رهاب الخلاء هو الخوف المرضي من عبور مكان مكشوف: ساحة، شارع، ميدان. ويظهر دعر حقيقي يرافقه العرق والرعدة والحصر. أو يبقى المريض مسمرا في مكانه، دون أن يجرؤ على الحركة قيد أنملة. أو يلامس الجدران. أو يعقب الذعر رعب مصحوب بفرار مضطرب نحو مكان مغلق: رواق، مقهى، منزل، صالة عرض سينمائي.

رهاب الخلاء، شأنه شأن سائر الوسواس، عرض مؤلم ومنهك. ويبدل هؤلاء المرضى، هم أيضا، جهودا جبارة للتغلب على خوفهم وعلى ذعرهم. إن عليهم، غالبا، أن يبدوا شجاعة بطولية في الحالات الأكثر بساطة، كعبور

شارع على سبيل المثال، فهل نفكر بذلك الى حد كاف عندما نتحدث إليهم عن الإرادة والجهد وقد كانوا أوائل من حاول أن يطبقوها؟

ب - الخوف من الإغماء

الخوف من الإغماء مرتبط، على الغالب، برهاب الخلاء. ذلك أن الانفعالية الناجمة عن رهاب الخلاء تحدث اضطرابات في الرؤية واحساسات ذهول. هذه الاضطرابات هي التي يفسرها الفرد، فيعتقد بأنها علامات إغماء وشيك الوقوع.

❖ ولا بد من الإشارة إلى أن الإغماء الذي يخشاه الفرد، لا يحدث أبدا مهما كان الذعر واسعا.

ويزول الخوف من الإغماء أحيانا، وليس دائما، اذا كان الشخص غير وحيد.

ورهاب الخلاء، شأنه شأن ظاهراته الثانوية، عرض قليل الخطورة، طارئ. إنه يحدث غالبا بفعل الإنهاك العصبي. فلا بد إذن من البحث عن أسباب هذا الإنهاك، ولا بد من علاجها. والسير الوظيفي الهضمي السيء أو الكبدي مسؤول ثان متواتر.

يضاف الى ذلك أن ثمة أسبابا أخرى تبقى ممكنة بالطبع.

وكلما كان رهاب الخلاء شديدا، كان من المحتمل أن يكون عرضا من أعراض صراع داخلي، كالصراعات العائلية والدينية والجنسية، الخ، بحيث يكون التحليل النفسي وحده جديرا بأن يكشف عنه.

ج - رهاب الاحتجاز

رهاب الاحتجاز هو الخوف من الأماكن المغلقة، كصالات العرض السينمائي والمسارح والمصاعد والسيارات المغلقة والقطارات، الخ.

* يتخذ الفرد في صالة العرض السينائي، أو في أي غرفة، مكانا على مقربة مباشرة من الباب، وذلك كيما يكون بمقدوره أن يهرب على الفور اذا بدا الذعر.

مثال ذلك أن السيدة س التي تعاني رهاب الاحتجاز تصاب بذعر مفاجيء عنيف من المصعد، أي أنها تصاب بذعر مفاجيء عنيف اذا وجدت في مصعد مغلق.

يسكن ابنها وأولاده الصغار في الطابق الثامن من إحدى العمارات. فكانت السيدة س تسلك السلم اذن، وتتسلق الطوابق الثمانية هذه بمشقة. بيد أنها لم تكن تفعل ذلك في كل مرة إلا بعد أن تستدعي المصعد، وتصارع أمام القفص المفتوح محاولة أن تسيطر على ذعرها.

وبالإضافة الى حصرها المضني، يرى المرء أيضا دهشة المستأجرين الذين يكتشفون غرابة سلوكها.

أصبحت السيدة س، فيما بعد بزمن قليل، بمرض قلبي منعها الطبيب على أثره من صعود عدة طوابق قطعاً. وكانت السيدة س تحب أولادها وأحفادها. ولكن الخوف كان أقوى منها، وهي لم تجرؤ أبداً أن تتركب المصعد الذي يقودها الى منزل ابنها الذي فهم وضعها وأرسلها الى عالم نفس.

يبين هذا المثال قوة الخوف المرضي. فلا شيء يستطيع إيقافه. ومحاولة التغلب عليه أمر يتصف غالباً بالصعوبة الحارقة.

وفي هذا المجال كذلك، يعترف الفرد بخاصة هذا العرض « اللامعقولة »، ويحاول غالباً أن يشرحها بذكرى حادث من الحوادث، أو ضيق. أما من وجهة نظر التحليل النفسي، فإن رهاب الاحتجاز ذو صلة مستمرة مع الشعور بالدونية أو بالإثم.

د - رهاب الاحمرار

رهاب الاحمرار هو الخوف من الاحمرار . والأشخاص المعرضون للإصابة به هم الخجولون والمصابون بفرط الانفعالية الذين يسبب انفعالهم هذه الظاهرة .

ورهاب الاحمرار ذو علاقة، أحيانا، بعواطف الإثم تحت الشعورية .

هـ - رهاب المرض

رهاب المرض وسواس يتركز على الخوف من مرض السفلس والأمراض المعدية . وهي تشبه توهم المرض .

و - توهم المرض

قوام توهم المرض ضروب من الحصر تتعلق بالصحة . فانتباه المريض كله يتركز على السير الوظيفي لأعضائه، أو لعضو خاص . وقد يصبح توهم المرض وسواسا حقيقيا يطغى على حياة المريض برمتها . يضاف الى ذلك أن المرء يلاحظ، في كثير من الحالات، اضطرابات خطيرة، كالإمساك والسير الوظيفي السيء الخاص بالكبد والاضطرابات التناسلية واضطرابات الغدد الصم . والمزاج المتقلب، الأناني، النكد، الذي يتسم به المصاب بتوهم المرض، مشهور .

يصل توهم المرض الى العصاب في بعض الحالات . وعندئذ توأكبه هلوسات أو يقين مطلق بوجود آفات خيالية .

ولا بد من أن يكون توهم المرض موضوع فحص طبي شامل جدا تعقبه تربية جديدة سيكولوجية حقيقية .

إننا نحيل القارىء الى ما قمنا به من دراسة سابقة حول الهستيريا . انظر ص ٢١٠ وما بعدها .

٨ - التقلب الانفعالي الدوري

المقابل الفرنسي Cyclothymie ، كلمة مركبة من Cercle = Cyclo أي دور ومن Intelligence, Humeur = Thymie ، وتعني : حُلق ، ذكاء

يترجح المصاب بالتقلب الانفعالي الدوري بين حالتين متعارضتين ، تارة ذو خلق مرح ، ومتحمس ، ومتنبه ، وينجز عمله بنشاط كبير ، ويهتم بكل شيء ، ويفيض حماسة . إنه سيال العبارة ، ومتوقد الذهن ، وحاضر البديهة ، وواثق من قوته التي لا تغلب ، وذو ذهن فضولي الى درجة كبيرة ، وكريم الى حد كبير ، وأنيس ، وصریح ، وسهل المعاشرة ، وجذاب . وفجأة ينهار كل شيء في الاكئاب . فيتضاءل الخيلاء والمرح كذلك ، وينطوي على نفسه . إنه يشك ، ويتردد ، ويستغرق في لامبالاة تامة كثيبة ، ويغرق في خمود نفسي يشعر بزوال فاعليته زوالا تاما . إنه ينكمش في العزلة ، ويشعر بالدونية والوضاعة ، ويخشى الغد ، ويلوم نفسه لوما مؤلما ... ويستمر على هذا المنوال الى أن تحلّ به نوبة جديدة من الخيلاء .

فإذا وصلت هذه المظاهر الى هذا الحد ، كانت مظاهر عصاب .

أما إذا كانت أقل قوة ، فإننا لا نكون إزاء عصاب بالمعنى الصحيح للكلمة ، وإنما إزاء مزاج : مزاج دوري واسع الانتشار . فمن الصعب اذن أن نعين حدود هذا العصاب . وكل شيء منوط بإيقاع تغيرات الحالة ومدتها وشدتها ، تغيرات تختلف من فرد الى آخر . وعلى أي حال ، فإن المزاج الدوري

يشير الى عدم توازن نفسي عصبي وإلى تشوه في الطبع . والقادة السياسيون ومثيرو الجماهير والثوريون يتصفون غالباً بهذا المزاج على درجات متفاوتة . إنه قائم في أساس عملهم القوي والجذاب ، النبيل الى حد الاندفاع أحيانا والمتصف بفرط الانفعالية ، كما أنه قائم في أساس ضروب القمع الموجه ضدهم دونما رحمة ، وفي أساس عداوتهم الشرسة .

وإذا كنت أتحدث عن التقلب الانفعالي الدوري ، فإن ذلك إنما يهدف التمهيد لعرض الذهان الخطير المقابل ، بعد قليل : الهوس الاكتئابي .

٩ - الذهان الهذائي « البارانويا »

المقابل الأجنبي للذهان الهذائي هو Paranoïa ، وهو كلمة مشتقة من لفظة يونانية تعني محاكمة خارج الموضوع ، هذيانا .

والذهان الهذائي عصاب يكشف عن العديد من المظاهر التي تتدرج من عدم التوازن الخفيف الى ضروب الذهان الخطيرة والهلوسات . فالمصاب بالذهان الهذائي هو الذي يقال عنه شعبياً إنه المصاب بـ « جنون العظمة » و « جنون الاضطهاد » .

الذهان الهذائي تشوّه في الطبع قبل كل شيء . فالمصاب به متكبر دون حدود كبراً يحجبه تواضع متكلف . إنه يعتقد بأنه الذكاء التام ، ويعزّو لنفسه سائر المزايا وجميع ضروب الوضوح وكل الفضائل . إنه مطالب يقتضي من الناس الاحترام الذي يدينون به الى العظام ، محشو بالأنانية التي تختفي تحت أقنعة الغيرة والطيبة والعدالة . أما في صميمه ، فالعداوة والحسد قائمان . يضاف الى هذا أن الشعور القوي بالدونية يستحوذ عليه غالباً ، ويعطي لكماله أهمية مطلقة على الرغم من أنه يعتقد عكس ذلك . إنه متحمس بصورة اعتباطية ، ولكنه يهمل كل شيء من أجل بعض السخافات . أحكامه خاطئة

ومتحيزة، وهو عنيد، ومكابر، وحقود، اذا مسّ أحد الناس حساسيته التي تتصف، مع ذلك، بأنها غريبة. والمصاب بالذهان الهذائي شخص « لا يعرف المرء بأي رجل يرقص معه » ... فلا مجال للتسامح لديه إلا عندما « يمثّل » التسامح تمثيلا يعزز مظهر عظمة النفس لديه. وقد يشغل المصابون بالذهان الهذائي المراكز الاجتماعية الرفيعة جدا في بعض الأحيان. وعندئذ يتجلى تزمّتهم ولزوم احترام آرائهم احتراما بانديفاع. إنه يفرض طبيته وكرمه، مع احتمال أن ينقلب « انقلابا تاما »، ولسبب تافه، ضد من يقدم له العون ... إنه لا يتوصل الى أن يتفاهم مع أي شخص كان، إلا عندما يعتقد بأن الآخرين يعترفون له بـ « التفوق ». وهو يظن غالبا بأنه مضطهد « لأن وضوحه وذكاءه يجعلانه شديدا الخطر، وأن من المصلحة اذن أن يكون مستبعدا ».

يزخر المصابون بالذهان الهذائي بالحذر المتعالي، المسيطر والمحتقر. ومن الواضح أنهم غير واعين لزيف سائر هذه المظاهر التي هم بحاجة شديدة الى تصديقها.

يكذب المصاب بالذهان الهذائي باستمرار. فهو يتخيل أوضاعا يتفوق فيها، ويقوم فيها بالدور الرائع، الخ. إنه يوحى، على نحو يتصف بالمهارة، بعلاقات رفيعة خيالية على وجه صرف، وقلما يتلاءم معها مع ذلك. « ويتخلص من ورطة وقع فيها » بطريقة مشوشة. إنه ماهر حقيقي في المحاكمة والمنطق اللامعقولين.

ينكشف الطفل المصاب بالذهان الهذائي بشكل سريع: فهو متشدد، ومستبد، ونزق، وحرود، وحقود، وعنيد، وصلف، ويشعر سريعا بأنه جرح في إرادته المتشددة، وفي مطالبه وأنانيته، ولا يتحمل أي نظام على أي صورة كان. وهو عاجز عن الخضوع الى روح الجماعة، ولا يتصور أن ثمة لائحة يمكن أن تطبق عليه، ويقتضي أن يكون « من جبلة غير جبلة »

الآخرين « وأن يعترف له الناس بذلك . من هنا منشأ الشعور بالتفوق ، ومنشأ التشرد والهرب المؤقت والتمرد والعصيان والفضائح العلنية ، الخ .

وسيقدم المصابون بالذهان الهذائي فيما بعد ، في عهد المراهقة ، بعض المهملين ، بعض المغامرين ، بعض المستنكفين ضميرياً عن الخدمة العسكرية . وسيعرضون عندئذ عصابهم بصورة فلسفية مزعومة ، صورة لن تكون ، بالطبع ، سوى قناع ...

ويمكن أن يستمر الذهان الهذائي الخفيف حياة بطولها دون أن يؤدي الى مضاعفات هامة فيما خلا المضاعفات ذات العلاقة بمن يحيطون به . ذلك أن المصاب به « شخص منك » يستهلك طاقة الذين يشاركونه السكن . إليكم الآن جدولاً بما ذكرته من عصاب مع ضروب الذهان المقابلة .

الذهان المقابل	العصاب
الخلط العقلي الفصام ذهان الهوس الاكثائي هذيان العظماء أو هذيان العظمة هذيان الاضطهاد : الهلوسات	الوهن والوهن العصبي الوهن النفسي الوساوس والخاوف المرضية التقلب الانفعالي الدوري الذهان الهذائي

البحث الثاني

الذُّهُكَانُ

الذُّهَانُ

ما كاد قرن واحد من الزمن يمضي حتى ازداد عدد المصابين بالاغتراب العقلي عشرة أضعاف ما كانوا عليه في معظم بلدان العالم. لقد كانت الإصابة في فرنسا والسويد والولايات المتحدة الأمريكية رهيبة، وأصبح المصابون كارثة اجتماعية حقيقية.

❖ ولا بد من الإشارة قبل كل شيء إلى أن كلمة « مجنون » ليست ذات مدلول واقعي. فكلمة « مجنون » لا تعني شيئاً، وهي تغطي عدداً كبيراً من الأمراض المختلفة التي تتداخل أعراضها غالباً. والمصاب بالاغتراب العقلي مريض طبعاً. ومن حسن الحظ أننا لا نزال بعبيدين عن الزمن الذي ينظر فيه الناس إليه بوصفه مجرماً. يضاف إلى هذا أنه يعرض « رسماً كاريكاتورياً مغالياً » لبعض التشوهات العادية في الطبع.

١ - الخلل العقلي

ليس الخلل العقلي خلافاً عقلياً بالمعنى الصحيح للكلمة، بل هو « مبالغة » في الوهن. فجميع العمليات النفسية تتباطأ إلى الحد الأقصى، ويشعر المريض بأنه في حالة من الخُدار الذهني، في حالة من « الخلل ». إنه يشعر بأن ذهنه يسبح في ضباب كثيف. ولا تنجح أفكاره في أن تتوجه... والمريض لا يميّز الزمن أحياناً. فهو يعتقد أنه يعيش في زمن سابق،

كأن يعتقد شخص معين ، على سبيل المثال ، أنه عاد الى زمن بداية زواجه ، أو الى زمن خدمته العسكرية . ويتم التأليف الذهني بصعوبة كبيرة . فالمرضى عاجز عن توجيه انتباهه وحكمه . وتلك عندئذ هي مشروعات دونما صلة متماسكة . ويبدو المريض أحيانا « ضائعا وغائبا » بسبب هذا النقص في تنسيق الزمان والمكان . وقد يؤدي هذا الخلط الى تحذار تام يسمى ذهول الخلط .

ثمة اذن ، هنا على وجه الدقة ، مبالغة في ظاهرات الوهن والوهن العصبي . ففي الخلط العقلي ، يفقد المريض اذن « وعيه » أحيانا . فلا يعرف مطلقاً أين يوجد مثلاً . وعندما يعود الى حالته الطبيعية ، يفقد كل ذكرى لما حدث له خلال ضياع وعيه .

الخلط العقلي اضطراب عابر على الغالب . إنه أكثر الأمراض العقلية قابلية للشفاء . فالعلاج يتركز على السبب الأول . وقد يكون الخلط ناتجا عن ضروب من الإنهاك الشديدة ، عن انتانات خطيرة وسموم ورضوض في الجمجمة .

٢ - الفصام (الشيزوفرينيا)

الفصام يقابل الكلمة الأجنبية Schizophrénie المركبة من Schizé وتعني بالفرنسية Casser en Deux أي كسر الى قطعتين ، ومن Phrên وتعني بالفرنسية Intelligenc, Esprit أي ذكاء ، فكر .

يبدو الفصام ، بوصفه مرضا عقليا خطيرا ، على أنه الاغتراب العقلي النموذجي .

الفصام فقدان الصلة بالواقع . ولنقل ، توضيحا للفكرة ، إن الفصامي « غريب عقلي » يتعذر عمليا أن يتصل به الإنسان . إنه « منفصل » عن

الواقع، لا يبدي أي استجابة وغير مبال على الإطلاق. فهو يعيش حلما داخليا، وقلما ينجح أي طرف خارجي في رده الى الواقع.

لقد رأينا أن ثمة صراعات داخلية، وضروبا من الحصر، ووساوس، تبدو في الوهن النفسي. وسبب ذلك أن نقص « التآليف الذهني » يتيح للوساوس أن تستقر بوصفها طفيليات دون أن تلقى أية مقاومة. ففي الوهن النفسي، يدرك المريض حالته، ويحاول أن يقيم سدا في وجهها بوساطة إرادته.

أما في الفصام، فلا يحدث شيء من هذا. وينطوي المريض على نفسه بصورة مطلقة وهذا ما يسمى الانشغال بالذات. وتحود حياته النفسية عن الواقع نهائيا. ثمة تصدع في ارتباطاته النفسية، وفكره مجزأ الى أجزاء. ففي فكر الفصامي، ينبنى عالم من الهلوسة يمكن مقارنته بحلم « لا يتكيف مع الحياة الاجتماعية ». ويبدو الفصامي، أحيانا، طيعا، وجامدا، ولا مباليا. إنه مفصول عن الحياة الخارجية، ووعيه مفقود.

وتبدو لدى الفصامي ضروب من مطّ الشفاه، والتكشيرات، والحركات المتواترة، والتصفيق، والإيماءات الغريبة. إنه يهمل الحاجات الأولية، حاجات الحياة، مدلا، على هذا المنوال، على نقص في غريزة البقاء. وقد تكون لدى المريض هلوسات يعتقد بها. وفي هذه الحال يناقش شريكا لامرثيا مناقشة حادة جدا في بعض الأحيان. وقد يحدث أن يحتفظ ببعض « التأنس » ويتعرف على أشخاص عرفهم قديما. وعندئذ يقال إنه يجد بقايا ممزقة من ماضيه الذي لا يزال يشعر به شعورا مبهما الى حد بعيد.

الاندفاعات الحادة كثيرة: ومن المسلم به أن المريض عاجز عن « إيقاف » هذه الاندفاعات. ها هو الآن في ضرب من الدهول العميق. إنه قادر على أن يبقى، زما غير محدود، في الأوضاع الأكثر مشقة التي نجعله يتخذها، جامدا، منفصلا عن العالم من الناحية الداخلية. وها هو يكرر

الحركة ذاتها، متشابهة دائما ورتبية... ثم فجأة يتفجر اندفاع أعشى، لا مبرر له، وغير معقول، كأن ينقض على الطبيب النفسي ليخنقه، مثلا. فماذا حدث؟ لقد فرضت نفسها فكرة طفيلية على ذهنه (فكرة ذات صلة بالشيطان، مثلا). ولم يصادف هذا الاندفاع أية مقاومة.

تمة ملاحظة هامة مفادها أن لبعض الفصامين خيلاء فكرية كبيرة. فإنجازاتهم الفنية خارقة في بعض الأحيان. ولكن ما تتسم به هذه الأعمال الفنية يكمن في أنها رمزية.

آ - المراهقة والفصام

الفصام مرض يبدأ زمن المراهقة في الغالبية العظمى من الحالات. إنه يبدو بعد البلوغ لينمو حتى سن الرشد. غير أن ذلك ليس عاما، إذ يمكن للفصام أن ينطلق فيما بعد بكثير.

من الصعوبة بمكان أن تنكشف بداية هذا المرض. فها هو طفل موهوب جدا، ومجدد، يبدى تبذلا في وضعه. فيلج في حالات من حلم اليقظة الطويل الأمد، ويظهر اتجاهات غريبة، ويبدو « وكأنه غائب »، ويضحك بطريقة متنافرة وغريبة، ويظهر ميلا قويا نحو العزلة التامة. وقد يحتمل أن يتم بالكسل وسوء النية أو بالتصنع. فهؤلاء الفتيان يصبحون حاملين، لا يبالون بشيء، ولا يشعرون بأي تعلق ولا اهتمام بأي شخص كان أو بأي شيء كان. فلا حيوية، ولا فضول، ولا محبة، ولا اشمزاز، ولا حب، ولا كره. ولا شيء غير الفراغ والبرود اللذين يعوقان أي اتصال، كما لو أن مصادرهم العميقة قد تجمدت في ثلج كثيف^(١).

(١) - تكشف هذه الأعراض عن « مزاج » خاص يسمى شبه الفصام. فشبه الفصام اذن عصاب يجعل الفرد ذا استعداد للفصام.

وعندئذ لن تظهر الأعراض البينة بوضوح إلا خلال التطور، كالذهول والهياج واللامبالاة المطلقة بالحوادث والبيئة والعطالة ونقص الاستجابات نقصا تاما وانعدام الفضول والأفعال الآلية والصراخ والهلوسات واللامبالاة بالنظافة الأولية جدا.

ب - الفصام من الناحية الاجتماعية

يسبب الفصام، في بداياته، هياجات وسورات من الغضب الاندفاعي دون أي مبرر. وتدل بعض العلامات على بداية هذا المرض، كالاغتصاب والهرب المؤقت والفصم المفاجيء لعرى الصداقات والخيلاء الفكرية المفرطة، الخ. ويصبح السلوك غير متماسك وغير مفهوم. وهذا السلوك، من جهة أخرى، هو الذي ينذر من يحيط به.

ج - علاج الفصام

الإقامة في المشفى، في الغالبية العظمى من الحالات، أمر لا غنى عنه. فالعلاج النفسي يبقى، غالبا، دون أي مفعول. وهذا أمر منطقي ما دامت طبيعة الفصام، طبيعته ذاتها، تتصف بأنها كتيمة لكل اتصال خارجي. ولكن الصدمة الكهربائية والصدمة الأنسولينية تسببان بعض التعديلات. وسنرى ذلك في بحث الطب النفسي الجسمي.

رأينا أن بعض أعمال الفصامين الفنية تكشف عن سمة رمزية. أليس من الممكن أن نتصل بالمرضى بوساطة الرموز، أي أن نحاول استعمال لغته في الحديث معه؟ لقد ذكرت حالات كان للعلاج الرمزي فيها مفعول ناجح.

العلاج بالعمل ناجح، شأنه شأن العلاج النفسي الجماعي. ففيهما ينصب الصراع على العطالة والانطواء على الذات. أما في الحالات الخطيرة جدا، فإن جراحة الدماغ موضوعة في الحسبان وتعطي مفعولا في بعض حالات الهياج.

ذلك لا يعني أن الفصام لا يقبل الشفاء . لقد شاهد بعض الأطباء النفسيين حالات شفاء تلتها حياة اجتماعية سوية .

٣ - الهوس الاكتئابي

رأينا « المزاج الدوري » الذي يتسم بما يلي :

- أ - فترات من التنبيه المتألق والغبطة والحماسة والخيلاء وسرعة الذهن ، تليها :
- ب - فترات من الاكتئاب والحزن والفاعلية المعدومة والعزيمة الواهنة والقرف .
- فإذا تفاقمت تغيرات المزاج هذه على أثر بعض الظروف ، غرق المريض في ذهول الهوس الاكتئابي ، وبالتالي في فترات من الهوس وفترات من الاكتئاب . ولا بد لنا من الإشارة ، قبل كل شيء ، الى أن كلمة « هوس » لا تعني في علم النفس ما تعنيه في الحياة الجارية . فليس الهوس ، هنا ، عرة أو عادة استبدادية . ولكنه حالة التنبيه الكاذب النفسي والحركي .

أولاً : فترة الهوس

يبدو المهووس أنه يجسّد الفرح المزهو ، الغريزي ، الجنوني ، دون أي رادع أخلاقي . فهو في حالة لا يمكن تصورها من التنبيه والغبطة . ويترجم المهووس الاكتئابي هذه الحالة بضحك وغناء ورقص . إنه ، وأنا أنقل إليكم عباراته الخاصة ، « يمجن » و « ينفق من الفرح » ويشعر بالألم لفرد ما يمجن .

يخرج المزاج البديء مندفعاً باستمرار من فمه وكأنه ألعاب نارية ، وبسرعة مذهلة . وثمة غزارة في الأفكار ، ويبدو المريض « مرفوع التوتر » . وضعه غريب الأطوار غالباً . إنه يرتدي أسماًلا متعددة الألوان مزخرفة

بالزينات ، وجهه بشوش بإفراط ، ونظرته متألقة . هيئته أليفة الى حد الشذوذ .
صيحاته تتالى ، وكذلك غناؤه وصرخاته وإيماءاته . ولا يستقر المريض في مكانه ،

بل يدور في حلقات . ويبدو سلوك المهووس سلوك التنبيه الأكثر انفلاتا من
كل قيد . وتكس الأعراف الأخلاقية والاجتماعية والأعراف الناشئة عن
فلسفة أخلاقية كما تكس قذارة القش . وذلك إنما هو التحرر بالجملة
للغرائز على صورة خيلاء واندفاع . ويدرك المهووس مباشرة نقائص بيئته
ويتلاعب بالألفاظ ، ويستخدم التوريات ، ويسخر من كل شيء ومن كل
شخص . إنه يهجو ويفتري بصفافة وحماسة ، ويكذب واثقا ، ويلوم ، ويتهم ،
ويقذف بشوشا بنكاته الأكثر بذاءة . ويمكن لأقل مقاومة لنزواته أن تسبب
الهياج أو الغضب والضعف أحيانا . ويبدو أن حدة حواسه أعلى بكثير مما هي
عليه في الحالة الطبيعية ، ولكن انتباهه لا يثبت على شيء . وقد يتجاوز
المريض ، في بعض الأحيان ، حالة الهوس ، بالمعنى الصحيح للكلمة . فيصبح
الهياج غريبا ، وبولول المريض دون توقف ، ويخلع ثيابه ، ويلطخ الجدران ببرازه ،
ويأكله !

إيكم مثالين عن مهوسين اكتابيين في فترة هوسهما .

المثال الأول نص رواه دولي Dolay . ولنشر الى أن هذا النص قاله
المريض بسرعة في الكلام غريبة .

الله ، والوطن ، والشرف بعدهما ، عاشت فرنسا والحياة الأبدية ، إنني أحب قريتي ،
قريتي باريس ، لي حبيبتان ، دائما كرت نفسي مخلصا لا بالكلام فحسب ، وإنما
بالقلب ، لقضية ، أتمنى مع ابني العزيز داوود للناس جميعا صحة جيدة ومساء سعيدا ،
مساء الخير سيداتي ، مساء الخير سادتي ، السعادة ، فالإنسان دون سعادة إنسان ضائع ،

متموج ، يا أورسول^(١) Ursule ، أنت تحترقين ، صليبي إنما هو فرحي ، هللوي ، أحب الورود ، الصليب والورود ، مريم العذراء ، يسوع ، مريم عزيزتي ، تعويذة ، إليزابيت الهنغارية ، ركي ذو رشاشة البودرة^(٢) Riquet à la Houppes ، رشاشة بودرة صغيرة ، سلام على العذراء ، سلام على العذراء صليت على أقدام العذراء من أجلكم ، روز ماري ، عاش الورد ، سقط مطر الورد الليل الفات ، بقي بعض الأشواك ، أنتم يا من لكم قلب كبير ، وأختك ، الكهف ، اتجشأ ، درهم ، روث ، تداولوا العملة ، هؤلاء السادة هم دكتورات ، أوه ، يا سيدي القس ، كم أنا سعيد ، سريعاً يا سبحتي ، بركتك ، يا أيتها القديسة تيريز الطفل يسوع ، استوحيت بركتها ، يوجد هنا من جميع البلدان ، من الأخضر والوردي .. (شعاع من أشعة الشمس) : أوه ، إنه من الذهب ، ترا ، لا ، لا ، لا ، ترالا ، إنه ذهب الران Rhin ، ذهب القباب ، وتقدمي إذن أيتها الـ... (ينظر الى ساعة الحائط) : الساعة العاشرة وعشر دقائق (بالضبط) . أطلب مغفرتك ، المنديل ليس لي ، ترا — لا — لا — لا ، أيها السادة ، أيتها السيدات ، عجبا ! الأنسة أكورياسون ...

ماذا نلاحظ في هذا النص؟ ما نلاحظه في هذا النص أن فكر المريض يقفز الحواجز كما يفعل حصان السباق، وأن الأفكار تتابع حسب إيقاع سريالي حقا، سنرى أيضا آليته في النص التالي.

(١) — أورسول قديسة شهيد عاشت، على الأرجح، في القرن الثالث الميلادي. تقول الأسطورة الشعبية إن الهانس Huns (شعوب آسيوية غزت أوروبا) هم الذين قتلوها مع أحد عشر ألف عذراء كن برفقتها.

(٢) — قصة كتبها الكاتب الفرنسي بيرول Perrault (١٦١٣ — ١٦٨٨). تزوج الأمير ركي، الذكي القبيح، من أميرة جميلة غبية. وكان التبادل يجري بينهما، الذكاء مقابل الجمال، بوساطة الجنيات.

المثال الثاني : رسالة تلقيتها .

يا سيدي ، إنني أحبك ، لست دابة ، تدرج ، رقيب ، صباح الخير ، يا سيدي الكولونيل ، اذهب واجعل من نفسك مجنوناً بسيفك ، عفوك أيها الجيش ، عفوك أيها المولى ، حتى أعود الى محاضرتك أطلب من الله سائر أزهاره في شهر أيار وما لديه من أشجار الزعرور المرتعشة ، أنتم متفائلون مثلي ، أنا أنفق من الفرح طز ، صوتك إنما هو صوت العملة ، يا أناس الشمال ، يا أناس الوسط ، من النور في وسط شهر تموز ، إنني أحبك كثيراً يا صديقي ، قطعة ، بول ، بول في الفراش ، الجميع لبوا النداء ما عدا شخص يا سيدي المساعد ، أحلم أحلاماً جميلة ولتحرثك الانسانية ، هلولوا !

تلکم اذن ضرب من السريالية الخالصة . كذلك أعتقد أن كثيراً من الكتاب « الحديثين » لا يستنكرون قطعاً هذا النص الذي ينطوي على جمال لامعقول وشاعرية عظيمة .. (« أطلب من الله سائر أزهاره في أيار وما لديه من أشجار الزعرور المرتعشة ... ») .

ولكن ما يثير الاهتمام هو ملاحظة الطريقة التي تتابع فيها الأفكار .

مثال ذلك :

أ — يربط المريض بين المقطع الأخير من الكلمة الدالة على معنى « دابة » وبين كلمتي « تدرج » و « رقيب » .

ب — إنه يربط مباشرة بين « رقيب » وبين « صباح الخير ياسيدي

الكولونيل » .

— ولنلاحظ أنه يربط بين « أنا أنفق من الفرح » وبين طز التي تلي

العبارة مباشرة ، وذلك هو ارتباط مجرد تناغم الأصوات .

د — النوع ذاته من الارتباطات : « صوتك إنما هو صوت العملة » .

لقد أوحى له المقطع الأخير من الكلمة الدالة على الدراهم « يا أناس الشمال ،

يا أناس الوسط » .

هـ — « إنني أحبك كثيرا يا صديقي » .

لقد أخذ المقطع الأخير من الكلمة الدالة على « صديق » فأوحى له بـ « قطعة ، بول في السرير » . ثم عاد الى ارتباط آخر مع الجيش : « الجميع لبوا النداء ماعدا شخصا ياسيدي المساعد »^(١) .

و — هلوليا ... تشير أيضا اشارة واضحة الى الغبطة الهوسية .

إن بداية النوبات الهوسية يمكن ، بالطبع ، أن تسبب ضروبا من الشذوذ وانحرافات كبيرة في السلوك . وعلينا ألا ننسى أن الرادع الأخلاقي يتضاءل حتى يزول نهائيا . وعندئذ تحدث الفضائح الخلقية ، وسوء الائتمان ، والاستجابات العنيفة والغضبية .

يمكن لبداية الهوس اذن أن تقود الى عواقب اجتماعية ليس المريض مسؤولا عنها بالطبع . وعندئذ لا مناص من وضعه في المشفى . يضاف الى هذا أن الحجر يحول بين المهوس وبين أن يتعرض الى التنبيهات الخارجية الكثيرة التي ليس لها من عمل غير تعزيز هياجه .

ثانيا : فترة الاكتئاب

تظهر فترة الاكتئاب بعد ضروب مجون الهوس المرححة : فيقع المريض في نوبة من السوداوية . الانحطاط كلي . والمريض زاخر بأفكار الإثم والإهانة ، يشكو ويئن ، ويعتقد أنه سارق ، قاتل ، غير أهل لأي شيء . إنه يعتقد أن امعاءه قد انسدت ، وأن دمه قد تخثر ، وأن ليس له معدة ولا قلب ولا دماغ ... (أفكار النفي) . فهو يرفض الطعام ، ولا بد من اللجوء ، غالبا ، الى تغذيته بالمسبر . وتظهر لديه أفكار « الاضطهاد » : إنه على يقين

(١) — لا يبدو الارتباط بين الكلمات في اللغة العربية ، ولكنه يبدو في اللغة الفرنسية التي كتب بها النص الأصلي « م » .

بأنه سيقتل ، ويعذب ، ويقتل أقرباؤه . وأحيانا ، يبلغ القلق حده الأقصى : وهذا هو « الاندفاع القلبي » (١) .

فينتصب تائها ، غارقا في العرق ، مرتعش اليدين . ويركع ، وينتحب ، ويتضرع لوضع حد لأبه ... ولا بد من مضاعفة الرقابة للحؤول دون انتحار اندفاعي . فالأشياء الأكثر لطفا قد تصبح بالنسبة إليه أشياء تدمير . ويمكن كذلك أن يُعد انتحاره بصبر وحيلة لا تصدقان .

وقد ينطوي غالبا هذا الهذيان السوداوي ، الذي هو اذن مبالغة هائلة في تشاؤم السوداوي العصابي ، على هلوسات . فيسمع المريض كلام الناس عليه ، كلامهم « أنه سيموت وسيعدم » ، و « يرى » المشنقة التي تنتصب . ويشاهد شبح أحد أحبائه يلومه على سلوكه « الدنيء » .

هل نستطيع أن نتبين العذاب الشديد الذي يتصف بأنه سوداوية المريض أحيانا؟

علاج الهوس الاكتئابي

يعتبر هذا الذهان ، على وجه العموم ، ذهانا تكوينيا ووراثيا على الغالب . والمزاج الدوري أساسه في كثير من الحالات . ومع ذلك ، فإن بعض المرضى يصابون بهذا الذهان دون أن يظهروا ، من قبل ، تناوبات كبيرة في المزاج . ويدرج بعض أطباء الأمراض النفسية هذا الذهان في خلل ، عضوي أو وظيفي ، في قاعدة الدماغ ، منطقة تحت المهاد التي سأتكلم عليها في الطب النفسي الجسمي .

يضاف الى ذلك أن ثمة نوبات هوسية قد انطلقت خلال عمليات جراحية دماغية في هذه المنطقة تحت المهادية الشهيرة . لقد أبدى أحد المرضى

(١) — الاندفاع Raptus « نوبة انفجارية قد تؤدي بالمريض الى عواقب مأساوية ، كالجرائم والانتحار والهرب المؤقت ، الخ .

نوبة من الهوس التي رافقها سيل من الألفاظ السريعة وارتباطات في الكلمات والنوريات، الخ حين كان الدكتور فورستر Foerster يجري عملية جراحية له في هذه المنطقة من الدماغ.

زد على ذلك قدرة بعض العوامل الطارئة على التأثير، كالغدد الصم، والصدمات الانفعالية، والرضوض في الجمجمة، وبعض الأمراض الانتانية. وقد تؤثر العادة الشهرية، والبلوغ، والحمل، والولادة، والإياس، والإجهاض، في بعض الحالات الأخرى. ثمة ظاهرات، كظاهرتي الولادة أو الإجهاض، تسبب انقلابا في إفرازات الغدد الصم، وقد يكون للانتان انعكاسات على المناطق تحت المهادية. فهذه المنطقة تصبح « ذات حساسية »، عطوبا للأسباب الأخرى التي يمكن أن تظهر فيما بعد....

مدة المرض

شدة حالات الهوس والاكتئاب، ومدتها، وتناوبها، متغيرة جدا. فلا يصاب بعض المرضى إلا بنوبة أو نوبتين طوال حياتهم. وبعضهم الآخر يصاب كل عام... وقسم من المرضى لا يعاني غير نوبات الهوس. أما القسم الآخر، فيعاني نوبات السوداوية على سبيل الحصر. وقد يحدث أن يكون بين الأزمات « فاصل من الوضوح » يمتد زمنا طويلا في بعض الأحيان. وعندئذ، يسترد فاعليته العاقلة والسوية، كما يسترد ملكاته النفسية.

ويبدو أن « الصدمات »، والصدمات الكهربائية على وجه الخصوص، تحقق نجاحا باهرا في علاج الهوس الاكتئابي. فللصدمات الكهربائية مفعول رائع في حالات السوداوية، وهي تقصر مدة تفاقم النوبات الهوسية.

٤ — هذيان العظمة والاضطهاد

أولا — هذيان العظمة

هوس العظمة

« جنون العظمة » مألوف لدى أطباء الأمراض النفسية والناس . فهذا الهذيان اذن هو المبالغة في الذهان الهذائي . المريض مقتنع بقوته الجسدية النادرة وجماله الخارق . إنه ينحدر من أكثر العائلات شهرة ، ويمت بصلة القرى الى سائر ملوك أوروبا وملوك البلدان الأخرى . فهو غني ، صاحب المليارات ، يتعاطى الأعمال الكثيرة ، ويأمر ملايين الناس ، واثق من أنه انسان أعلى ، نبي ، واحد من أكبر المخترعين في جميع العصور . ويصيب الإغماء جميع النساء عند قدميه ، ويتمتع بسائر المزايا ، ويملك كل الألقاب والصلوات الرفيعة ، وله الثروات كافة ...

يرتدي المصاب بالاغتراب العقلي ، خرقا تمثل الشخصية التي كونها المريض في ذهنه ، ويلبس زيا غريبا من اللباس والقبعات والأوسمة والشارات .

أليس هذا الاغتراب العقلي الكثير الشيع صور كاركاتورية لملايين الطامعين والمصابين بالذهان الهذائي الخفيف الذين يتكاثرون على سطح المعمورة ؟ أليس هذا الاغتراب العقلي صورة كاركاتورية لجميع أولئك الذين يريدون أن يكونوا أرفع منزلة ؟

بيد أننا لا نجد هوس العظمة حصراً في الذهان الهذائي . بل يظهر في الشلل العام ، وفي بعض صور الهوس أو الفصام . وثمة بعض المصابين بالعجز العقلي ينسبون الى أنفسهم ، بدورهم ، ألقابا ومراكز عالية جدا . وهم ، في مثل هذه الحالة ، يرتدون الزي العسكري ويحملون الأوسمة بصورة غير مشروعة ، ويظهرون بمختلف المظاهر الأخرى التي « تجسد » هذيانهم .

ثمة، إذن، تشكيلة تتدرج من الذهان الهذائي الخفيف الى الذهان بالمعنى الصحيح للكلمة. وهكذا يُطرح على بساط البحث مشكل المسؤولية القانونية. فالمصابون بالذهان الهذائي وهوس العظمة قد ينتقلون أحيانا الى الأفعال. وهم يعبرون عن « قوتهم » وعن « ألقابهم » بالكلام، بل ولباسهم أو أفعالهم كذلك. وتلك عندئذ مخالقات النظام العام، وحمل الأوسمة، والسباب الموجه الى أولي الأمر، والغش، واللكمات والجروح.

ومن الواضح أن المسؤولية معدومة في حالة الشلل العام. أما في الحالات الأخرى، فإن المسؤولية منوطة بشدة الذهان.

ثانياً: هذيان الاضطهاد

هذيان الاضطهاد، شأنه شأن هذيان العظمة، موجود بكثرة في العيادات وفي غيرها.

الاضطهاد مرتبط، على الغالب، بفكرة العظمة. فإذا كان المريض يعلم كل شيء، وكان قويا وواضحا على وجه الإطلاق، أليس من مصلحة بعضهم أن يُقتل؟... مم يشكو « المضطهد؟ يشكو المضطهد من أن ثمة من ينال من ثروته أو مركزه، وأن ثمة من يمارس تأثيرا فيزيائيا على جسده بوساطة الكهرباء والأشعة والتنويم المغناطيسي »، الخ.

يشكو المضطهد من أن أشخاصا يضطهدونه عن بعد بوسائل سحرية تستطيع أن تؤثر على ذهنه، وتبدد ثروته، وتمنعه من التصرف، وتميته، الخ. إنه يزعم أيضا أن الناس يتنصتون الى ما يقوله بوساطة الراديو، وأنهم يعلمون كل ما يقوله في منزله، وأنهم يستولون على فكره..

وقد تبدو الهلوسات في أغلب الأحيان.. فيسمع المريض أصواتا تشتمه وتهدهده. ويزعم أحيانا أن ثمة من « حطّم » دماغه ليستولي على تفكيره أو

يوجه أفكاره . فمن الطبيعي اذن أن يشعر هذا المريض بحصر شديد لا يفتأ يعزز هذيانه .

ويدعي أحيانا أخرى أن « الناس » يضطهدونه دون أن يضيف أي توضيح . ولكنه يشير في بعض الأحيان الى شخص معين ، الى تجمع سياسي ، الى طائفة دينية . وتعلم دوائر الشرطة والسلطات القضائية شيئا من ذلك .

وقد تكون استجابة المريض على هذيان الاضطهاد بأشكال كثيرة . وقد ينكب على بعض وسائل الدفاع : فيزلج باب بيته ، ويرتدي البسة غريبة ، الخ . إنه يصنع الحجب والأصنام والتمايم ليحمي نفسه من الأشعة والموجات أو من فكر مضطهده . ويسمع المريض كذلك أصواتا معادية أو مدافعة عنه ، فيرد عليها ويناقشها أو يرفض الاستماع إليها . أو قد يدافع عن نفسه بطريقة أخرى . فيهدد ويشتم « مضطهديه » ، ويقدم الشكاوى . فإذا قرر أن يقتل بنفسه أولئك الذين يضطهدونه ، فمن المحتمل ، بالطبع ، أن يصبح خطيرا جدا .

مثال :

ذلكم ، على سبيل الإبانة ، جزء من رسالة كتبها أحد « المضطهدين » :

سيدي ،

أكتب إليك ليكون لي شرف إعلامك أن بوسعك أن تعمل على أن يكفوا عن قصدهم قتلي عن بعد بوساطة فكر عدائي . إن لديهم دمي يوخزونها بالبدبابيس وينوموني تنويما مغناطيسيا حتى يحصلوا على كل ما أعرفه ، ويستخدمونه ضد بلادنا . إنني أعلم أنهم خباؤا في منزلي مكبرات للصوت ، ولكنني لا أتوصل الى أن أضع يدي عليها . يعرف أعدائي جيدا أسراري الخاصة بالدولة والدبلوماسية عندما كنت أسافر من أجل الأعمال السياسية . إنني أترفع عن فعل ما يفعلون . ولكنني أريد قوة توازر قوتي ، قوتكم .

إنني واثق من الظفر عليهم ، اذا ما أتحدث قوتانا ، ومن أنهم لن يستطيعوا الحصول على فكري وسماعي في منزلي ، وسماع كل ما أقوله وما أفكر به . فإذا ساعدتني ، استرجعت ثروتي وسأهبك إياها . ولكنني لا أستطيع أن أخرج كثيرا ، لأنهم قادرون على أن يوجهوني الى عندهم بالمذيع أو بالفكر ، ويسجنوني . ٩

علاجات الطب النفسي

سائر ضروب الذهان ، وفي عدادها الأكثر خطورة ، قابلة للشفاء .
ويبدو أن بعض المرضى ينزلون الى أدنى درجة من درجات الحيوانية الانسانية . حتى هؤلاء يشفون أحيانا بطريقة سريعة ونهائية ، مستأنفين حياة اجتماعية وقادرين على تذليل الصعوبات الكبيرة برباطة جأش طوال حياتهم .

ومن المؤكد أن علاج الذهان لا يتم « دفعة واحدة » . فعلى كل طبيب نفسي أن يعمل بعمق مع المريض وطوال الزمن الضروري لذلك . وقد يثمر العمل عن بعث للقوى العقلية غالبا . ولكن المشكل برمته إنما يتركز فيما يلي : هل ثمة عدد كاف من الأطباء النفسيين ؟ ألدائم الوقت الكافي حيال توافد المرضى النفسيين ؟ ألا ينبغي لهم أن يقتصروا على العلاج السريع في بعض الأحيان على الرغم من إرادتهم وعلمهم ؟ أليسوا عرضة ، بالإضافة الى ذلك ، لتهم شعبي سخيف ولهزه بعض الصحف ؟

زد على ذلك أن بإمكان التحليل النفسي والعلاج النفسي أن يقدموا نتائج جيدة ، حتى في علاج المصابين اصابة خطيرة بالاغتراب العقلي . صحيح أن المصاب بالاغتراب العقلي « غريب » ، ولكنه أقل أحيانا بكثير مما يبدو . إذ يبقى ، على الرغم من المظاهر ، متمتعا بشخصية مخرقة ، هادئة ، ولكنها تعذب . ولهذا فإن كل عون يقدم إليه في المشفى ، إنما ينبغي له أن

يكون قائما، قبل كل شيء، على احترام مطلق لشخصه الذي تكمن فيه،
شأنه شأن أي إنسان آخر، حقوق الموجود الإنساني الأكثر قداسة.

الفصل السادس

الطبّ النفسي الجسّمي

مجموع الاجزاء لا يكون الكل .
(لاوتسو)

الطبّ النفسي الجسّمي

عبارتان سائرتان قديمتان تشكلان نقطة انطلاق هذا الطب ذي التسمية الغربية ولكنه ربما يتعهد مستقبل فن العلاج .

« يؤثر المعنوي على المادي ... » و « يؤثر الجسم على الفكر » .
تلكم لازمتان قديمتان قدم العالم ، ولكن بعض علماء الأعصاب والأطباء النفسيين والأطباء والمحللين النفسيين منحوهما نغماً جديداً ... وقد يصبح هذا الطب طب المستقبل بناء على بحوث ينكبّ عليها جميع اولئك الذين يناضلون ضد الالم ، وسائر اولئك الذين يعلمون ان الآلام العصابية يمكن ان تكون مبرحة كالآلام الجسدية ...

في هذا الطب ، ثمة سيد عظيم : الدماغ ، عضو كغيره من الأعضاء ولكنه عضو أعجوبة ، يخلق « المعنوي » وكل ما له علاقة به . علاوة على ذلك ، هناك الجملة العصبية ، شاغلة الفكر ، التي تربط بين الدماغ والاعضاء والانسجة وكأنها نسيج هائل نسجها عنكبوت .

لماذا يمكن للسبب النفسي أن يخلق اضطرابات جسمية مميتة في بعض الاحيان ؟
لماذا يمكن لعقد قديمة أن تؤول الى القرحة ومرض المعدة أو الى التهاب الكلية ؟ لماذا كان
بوسع قرة فكرة من الأفكار أوحيت بالتنويم المغناطيسي أن تجعل بعض الظاهرات
الجسدية تبدو كنفطات الحرق والندبات ؟ هل ينبغي لعلم النفس أن يحل أحيانا محل
سرير العمليات الجراحية ؟

يتحدث الناس عن ظاهرات الايحاء والتنويم المغناطيسي و « الامراض
الوهمية » واللاشعور ... ولكن فحص هذه الظاهرات يتم غالبا دون أن يعرف
بعضهم أنها « متجسدة » ، بل أنها تتصف أيضا بالصفة الفيزيولوجية مثلما
يتصف بها السير الوظائفى للكبد .

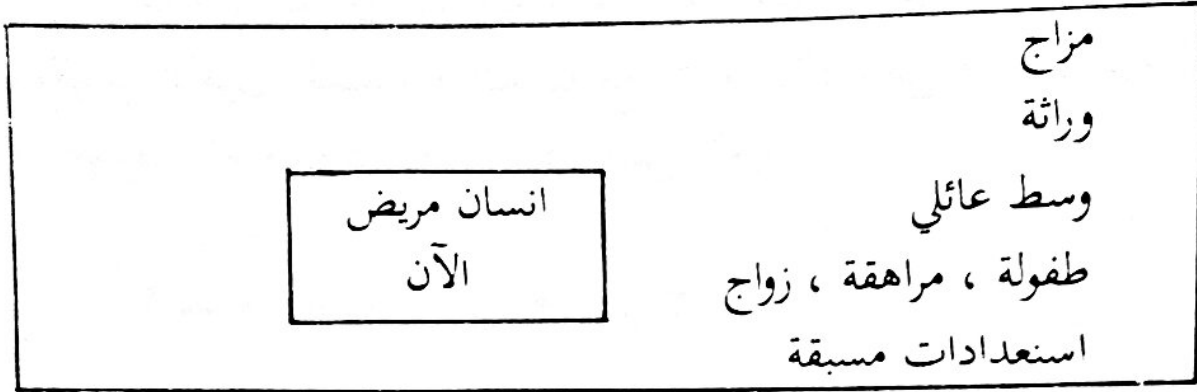
فان كانت العبارتان السائرتان القديمتان قد عبرتا القرون لكي تؤولا في
النهاية الى تطبيق علمي ، والى صحة المستقبل لملايين الناس ، فانهما
تستحقان ان نتفحصهما .

١ - من المريض ؟

ان المريض شخص . ولكن هل هذا الامر بدهي ؟ لقد انقضى زمن
طويل احيانا ، مع ذلك ، حتى تبين أنه امر بدهي ... فالمريض ، اذن ،
شخص : انه ليس رقما ولا مجرد عضو سقيم . هوذا المريض الذي يتقدم الى
الطبيب او الى عالم النفس . فمن الضروري ، اذن ، ان يكتشف مرضه .
ولكن ... من هذا الشخص ؟ انه موجود انساني ذو تاريخ طويل وحياة برمتها
تجري وراءه . في ماضيه ، ثمة آلاف من الحالات الجسمية والسيكولوجية ،
الشعورية واللاشعورية ... هناك وراثته التي تحدده بطريقة ما ، ومزاجه ،
وتربيته ، وابواه ، واساتذته ، وبيئته الاجتماعية والدينية ، وعمله ، ونجاحاته ،
واخفاقاته . لقد كان له طفولته ، ومراهقته ، وتكيفه ، وعدم تكيفه ،
وجنسيته ، وزواجه . في ماضي الشخص ، ثمة ، اذن ، مجموعة واسعة من

الظروف التي تتلاقى في « الآن » ، أي في اللحظة التي يقول فيها الشخص :
« انني مريض » .

ويمثل هذه المجموعة من الظروف الشكل التالي :



فالمقصود اذن :

أ — ان يكشف عن اعراض المرض .

ب — ان تجري محاولة توضيح السبب .

ج — ان يطبق العلاج الملائم .

ولكن ، هل يكفي هذا ؟ نعم ، يكفي في بعض الاحيان . وكلا ، لا
يكفي في كثير من الحالات . ذلك ان الموجود الانساني منقسم غالبا الى
سلسلة من الاجزاء المنفصلة . وعندئذ ، تفحص احدى هذه الاجزاء دون
القيام بأي محاولة لتوضيح علاقاتها مع بقية العضوية . مثل من يفعل ذلك
كمثل من يحاول ان يعرف سمفونية بقراءة علامتين موسيقيتين أو ثلاث منها .

وعلى الرغم من النتائج المذهلة ، ثمة العديد من الامراض التي تبقى
طلاسم . ويعلم العصايون عن ذلك بعض الشيء . فهناك اتجاه غالب
للتصريح : « ليس لديك شيء ، لا آفة ولا اضطرابات واقعية . اذن ، فانت
لست بمريض » . والى شخص آخر : يُستأصل المبيض أو الرحم أو المرارة أو
اللوزتان ، في حين ان الشخص عصابي وان تحليلا نفسيا صحيحا كان من

المحتمل ان ينقذه من هذه التشوهات . او يقال مثلا : « قرحتك عصبية .
اذن ، اعتن باعصابك ... »

ولكن ما معنى هذا وما الآلية ؟

هذه الطريقة في التصرف لا تمنع النمو الخفيف ، نمو ضروب العصاب
والامراض الاخرى الجسمية او النفسية مع كل ما يواكبها من الآلام الفردية التي
لا يفهمها الآخرون والتي يحتقرونها في بعض الاحيان .

٢ - ما الطب النفسي الجسمي ؟

الطب النفسي الجسمي ، كما يشير الى ذلك اسمه ، طب يهتم ، في
وقت واحد ، بالفكر ، « النفسي » والجسم . انه الطب الذي لا ينظر في
واحد بمعزل عن الآخر ، او بالاحرى ايضا ، الذي لا يفصل بينهما ابدا .

ينظر الطب النفسي الجسمي الى الموجود الحي ، لا على أنه مجموع
الاجزاء ، وانما بوصفه كلاً لا يتجزأ . فالعضوية برمتها متضامنة بفعل المليارات
من التشعبات العصبية والتشعبات الخاصة بافرازات الغدد الصم .

مثال ذلك أن القلب والكبد أو المعدة لا تقوم بعملها الوظيفي
منعزلة . فلا بد من ان نضعها في الجملة التي تتبع لها مباشرة . لهذا كان من
غير الممكن ان تتم دراسة « القلب » دون دراسة قلبية عرقية . ولكن ، هل
هذه الجملة القلبية العرقية مستقلة ؟ كلا ، فهي مرتبطة ، هي أيضا ،
بجملات اخرى من الاعضاء ومرتبطة بالمناطق الشعورية واللاشعورية من
الدماغ . انها تتحمل مفعول الانفعالات والتعب الدماغى والتعب العصبى
والحصر والخوف ، الخ . فكل اجهزة الجسم تجتمع من أجل السير الوظيفي
الاجمالي للآلة الانسانية . ولأي ضرب من عدم التوازن في مكان محدد ألا على
العضوية برمتها ، بما فيها الدماغ .

وعلى هذا المنوال ، انما تم اكتشاف بيضة كولومب في الطب الحديث . وأصبح مفهوما أن ثمة امكانا لان يكون سبب الاضطرابات « الجسمي » سببا سيكولوجيا بصورة خالصة . بل ان بعض الآفات الشديدة الخطورة ، المميتة أحيانا ، يمكن أن تنجم عن انفعالات يطول زمنها ، ذات أساس سيكولوجي ايضا .

وبعبارة أخرى ، ثمة صراعات وجدانية قد تقود الى الوسواس او الى الفكرة الثابتة ، بل وقد تقود كذلك الى القرحة والتهاب الكليتين .

هدف الطب النفسي الجسمي اذن دراسة الانسان ، السليم او المريض ، بوصفه كلا ، ودراسة العلاقات الوثيقة بين الحياة النفسية والجسمية .

٣ - ما المرض ؟

تطور مفهوم « المرض » تطورا كبيرا خلال السنين الاخيرة .

أولا - المفهوم القديم

ينفذ الى العضوية عامل خارجي كالجرثوم مثلا . فوجوده ونموه يسببان المرض . وهذا يعني « ان التهاب الرئة مرض ينشأ بفعل المكورات الرئوية » ، أو « ان السل مرض ينشأ بفعل عصية كوش » .

ثانيا - المفهوم الحديث

« جميع الناس يصابون بالعصيات ، ولكن ليس جميع الناس مرضى . »
فمسألة « التربة » مسألة هامة اذن . تنفذ العصية الى العضوية ، وتنتقل الى الهجوم بوساطة ما تفرزه من سموم . فماذا تفعل العضوية المهاجمة ؟ انها تفعل ما يفعل أي انسان : تدافع ، من اجل ان تصون توازنها الذي يهدده وجود العصية .

آ — فاذا كانت العضوية والعصية متساويتين في القوة ، كان الصراع خفيا ، وكان الانسان جاهلا كل ما يحدث .

ب — واذا كان الجرثوم اقوى ، نشأ ضرب من عدم التوازن العضوي . فالعضوية تثير هجوما معاكسا : وعندئذ يظهر المرض . فالمرض هو استجابة عضوية تدافع عن نفسها . اذن ، ليس الجرثوم هو الذي يسبب المرض ، بل العضوية هي التي تثير « المرض » حتى تقضي على الجرثوم .

علينا ألا نقول اذن ان « التهاب الرئة ناشيء عن المكورة الرئوية » وانما علينا ان نقول ان « التهاب الرئة هو رد فعل العضوية ضد المكورة الرئوية التي تهدد توازنها » .

مثال ذلك ان الدودة الوحيدة في الامعاء ليست مرضا . ويظهر المرض عندما تتسع ردود الفعل الدفاعية . فردود الفعل هذه هي التي تسبب المرض ، لا الدودة الوحيدة ذاتها . وهذا كله هام جدا اذا تأملنا قليلا ...

وخلاصة القول اذن :

آ — إن المنقض يهاجم .

ب — فاذا كانت العضوية اضعف من المهاجم ، قامت برد فعل حتى لا تكون غير متوازنة أو مدمرة . وذلك هو المرض .

ج — فالمرض ، في هذه الحالة ، حاجة حيوية . وذلك ، بالضبط ، كحاجة رجل الى ان يتصرف حتى يتجنب الجروح او الموت عندما يتعرض الى الهجوم .

لنفكر الآن في المسألة التالية : هل ينطبق ذلك كله على العصاب ؟ هل العصابي بحاجة الى عصابه حتى يكون بوسعه أن يعيش نفسيا ؟ قد تكون استجابة عصابي الى هذا السؤال متسمة بالغضب . سيقول « ان وجود العصاب لديه والعذاب الذي يعانیه ، انما لم يكونا من اجل لذته ... » ذلك امر مؤكد كل التأكيد . ولكن لتأمل في ما يلي :

لنفرض أن طفلا من الاطفال « انطوى على ذاته » في احد الايام .
يخيل الي أنه يعيش في وسط لا يلائمه ، كأن يكون هذا الوسط مؤذيا أو أن
الطفل لا يتلاءم معه .

ماذا يفعل هذا الطفل عندئذ ؟ انه ينطوي على ذاته . وهو بانطوائه ،
يدافع عن نفسه ، يقوم باستجابة ضد الوسط الذي يعرضه الى فقدان
التوازن . فالانطواء على الذات ، اذن ، حاجة سيكولوجية بالنسبة الى هذا
الطفل . ولو لم يكن حاجة سيكولوجية لما اقدم عليه . ان ذلك ، بالنسبة
اليه ، حل من حلول التسوية يتيح لها ان يعيش ، من الناحية النفسية ، بسلام
على وجه التقريب .

انه أمر رئيس اذن . يحتاج الطفل الى هذا الانطواء حتى يعيش دون
ان يفقد توازنه بصورة كبيرة . انه يحتاج الى « عصابه » .

أعود الآن الى العصابي الراشد . من المؤكد انه لا يتألم حبا بالالم ،
ولكنه لا يدرك أن عصابه قد انطلق لان أمنه الداخلي منوط به . بل ان
بوسعي ان اقول انه على « حق » في ان يعتصم بالعصاب في اللحظة التي
كان ذلك فيها ضروريا ... فلو اتفق لأي انسان ان كان موجوداً في
الظروف ذاتها ، لبحث عن الدفاع ذاته .

لنتذكر الآن مرض الدودة الوحيدة . انه رد فعل دفاعي لعضوية فقدت
توازنها بفعل وجود الدودة الوحيدة . فهذا المرض ، اذن ، حاجة وبحث عن
الامن . وما شأن الطفل الذي ينطوي على ذاته ؟ انها اللعبة ذاتها . فالانطواء
حاجة وأمن . والعصاب ما وضعه ؟ انها اللعبة عينها أيضا ... العصاب رد
فعل دفاعي . العصاب بحث لاشعوري عن الامن ..

يضاف الى هذا أن عالم النفس يتحقق من ذلك يوميا . فكل شيء
يجري على ما يرام ما دام يمس الاعراض التي يرغب الشخص في التخلص

منها . ولكنه ما أن يبلغ نواة العصاب حتى يصدر المريض استجابة عنيفة يصاحبها الحصر دائما والحقد أحيانا . فما السبب ؟ هل سبب ذلك أنه يخشى أن « يُكشف » ؟ كلا ، البتة . بل لاننا نمس مزلاج الامان ، بكل بساطة . اننا نفتح بابا مقفلا ، وراءه هوة ... وتلك هي الهوة التي « نسيها » بفضل عصابه .

لقد اصبح العصاب تثبيتا . فالمرض الجسمي ينتهي منذ أن ينقهر الجرثوم . ولكن هذا القول لا ينطبق على العصاب . ولكن استمر جرثوم من الجراثيم بعض الساعات أو الايام ، فان وضعنا نفسيا ضارا يستمر ، على الغالب ، أعواما عديدة جدا ... العصاب حل من حلول « التسوية » . فالشخص ينظم ، اذن ، حياته برمتها حول هذا العصاب على غير علم منه غالبا . وتتكون آلاف المنعكسات .

ولكن كان العصاب رد فعل طبيعي آنذاك ، فانه لم يعد كذلك خلال السنين الطويلة فيما بعد . لقد تغيرت الظروف ، وليس العصابي بحاجة أبداً الى مرضه حتى يعيش بصورة طبيعية على وجه التقريب .

مثال ذلك : يصبح بعض المراهقين عصابين بسبب وسطهم العائلي ، ويحتفظون بالعصاب عينه حتى الاربعين من عمرهم ... في حين أن آباءهم قد ماتوا . فآلية « الامن » لم تعد ضرورية اذن ، ولكن الصراع الداخلي يبقى :

أ — لانه لاشعوري .

ب — لان الحياة برمتها مرتكزة عليه .

فمهمة علم النفس مهمة عسيرة اذن . ان عليه :

أ — أن يفك حصار الفرد بأن ينتزعه من الماضي الذي تعلّق فيه ، وأن

يجعل الصراع الداخلي شعوريا ، وأن يزيله .

ب — ان يستبعد المنعكسات الرئيسة التي تكونت .

اليكم حالة السيدس الذي يشكو من قرحة في المعدة ، من الخجل ، من الشعور بالاثم ، من الخوف المتصف بالحصر، من جاذبية غامضة ازاء الغلمان الصغار ومن عجز جنسي ازاء النسوة .

سائر هذه الاضطرابات اعراض شعورية ناجمة عن عصاب لاشعوري . انني أقترح عليك ، أيها القارئ الكريم ، تمثيل حالة س على صورة تخطيطية . وسترى بوضوح ان العصاب كان ، بالنسبة اليه ، أمنا .

أولا — الظروف

كانت والدة س ، أرملة سلطوية ، توجه أطفه عمل من أعمال ابنها دون مناقشة . هذه السلطوية ، إذن ، « جرثوم سيكولوجي » .

ثانيا — الرغبة الطبيعية لكل طفل

الرغبة الطبيعية لكل طفل هي أن يجد سعادته وتوازنه وأمنه .

ثالثا — امكانيات الامن لدى س ؟

يتحقق أمن س بأحدى طريقتين :

أ — إما ان ينبذ امه التي تعيق سلطويتها تفتح العفوي .

ب — واما ان يحتفظ بامه التي هي أمن أساسي بالنسبة اليه .

ثمة اذن تناقض بين آ و ب ، وبالتالي صراع داخلي .

فأمام السيدس إحدى الاستجابتين الممكنتين التاليتين :

آ — إما التمرد المكشوف .

ب — وإما الخضوع الكلي .

وكان الخضوع والاستسلام لدى س . لقد حدثت لدى س المحاكمة

الاشعورية التالية : « علي أن أخضع خضوعا تاما حتى لا أفقد حب أمي ،

الذي يتصف بأنه أمني . علي ان احول دون اي معارضة ضد والدتي ، وان اتجرد من رجولتي وان اضعف . علي أن اكبت كل عداوة تتعارض مع خضوعي وتعرضني الى أن أفقد توازني » .

رابعاً — الاستجابات اللاشعورية التي تكوّن العصاب

— البقاء طفالياً وغلاماً صغيراً .

— التجرد من الرجولة لتلافي المعارضة .

— كبت العدوانية والعداوة .

خامساً — الاعراض في سن الرشد (علي سبيل المثال)

— خجل ، دونية ، تخنث .

— خوف من النساء ، عجز جنسي .

— شعور بالاثم .

— انفعالية وجميع الامراض التي يمكن أن تنجم عنها : قرحة ، والتهاب القولون ، واضطرابات قلبية ، الخ .

سادساً : الحلول في سن الرشد (علي سبيل المثال)

— البقاء عازباً .

— الزواج من امرأة مسترجلة تحميه .

— أن يصبح لواطياً .

انا نرى ، اذن ، أن الجسمي والنفسي لا يختلفان في ان كل مرض جسمي ، وكل مرض نفسي ، هما من ردود فعل العضوية . فهل يبدو ، اذن ، أن هناك « عضوية سيكولوجية » بما أن هذه العضوية تصدر رد فعل شبيه برد فعل العضوية الجسمية ؟ انا نضع اصبعنا هنا ، علي الطب

النفسي الجسمي . ومع ذلك ، فاني أقترح أن نستمر بالاحاطة به حتى
ينكشف لنا دوغما صعوبة .

أ - أسباب المرض

البحث عن سبب مرض من الامراض أمر أساسي . ولكن ، هل
السبب المرئي يتصف ، دائما ، بأنه السبب الواقعي ؟

انني أفرض أن رجلا يسير في الشارع ، فألقته على الارض صدمة
دراجة ، وخرج من وقعته بكسر في ساقه . فما سبب هذا الكسر ؟ قد يبدو
للوهلة الاولى أن السبب هو :

١ - الدراجة .

٢ - السقوط المفاجيء .

٣ - الشرود لحظة الحادث .

ولنفرض أنه يقول : « انني شارد دائما ... » . فالسبب يصبح :

١ - الدراجة .

٢ - السقوط المفاجيء .

٣ - حالة الشرود الدائمة .

ولنمض الى أبعد من ذلك نجد ، على سبيل المثال ، أنه شارد لانه
منزعج باستمرار « بسبب حياته المنزلية » . ولكن لماذا كان منزعجا بسبب
حياته المنزلية ؟ لنفرض وجود شجار متكرر ، أن امرأته باردة جنسيا ، أن
فكرة مفادها أن زوجته لا تحبه فكرة تعذبه ، أن هذا الوضع يعزز لديه شعورا
عنيفا بالدونية ، أن هذا الشعور بالدونية عرض من أعراض عصاب يرجع الى
الطفولة ، الخ .

هنا نحن الآن بعيدون كل البعد عن السبب المرئي : الدراجة . لنفرض
الآن أن هذا الرجل سائق سيارة أو عامل على الآلات . سيكون انسانا ذا

استعداد مسبق للحوادث . ثمة عدد كبير من الاختصاصيين الذين انكبوا على دراسة الحوادث الناشئة عن الاستعداد المسبق . انني . من جهة أخرى ، أترك لكم المجال للتفكير في أن شركات التأمين لا تتعامل مع « أولي الاستعداد المسبق للحوادث » ... ولقد أصبح الامر مؤكدا : فهناك العديد من الأشخاص من أولي الاستعداد المسبق الواضح للحوادث الناجم اما عن شخصيتهم ، وإما عن صراعات داخلية دائمة .

ومن المؤكد أن ذلك ليس سوى مثال ، ولكنه مثال لا تنقصه الصحة الى درجة أن بوسع الانسان تصديقه . فمن الواضح أن هذا الانسان لو كان متوازنا توازنا تاما ، وألقي على الارض لان صديقا ناداه بغتة ، لبقى السبب المرئي (الدراجة) سببا واقعيا .

نقد قصدت ، إذ قدمت هذا المثال ، أن أبين ضرورة فحص أي حادث انساني فحصا دقيقا ، وأن أبين أنه ينبغي لنا دائما أن لا نعتبر السبب المرئي سببا حقيقيا . واليكم مثلا أكثر شيوعا :

شكوى السيدس من قرحة في المعدة

لننظر الى ذلك بوصفه مثلا ولتنتع عن التعميم . من المعلوم أن القرحة مرتبطة بظهور العصارة المعدية وبخلل الجهاز العصبي الودي . فالعلاج الاولي يرتكز اذن على ذلك ، ويحاول أن يقتصر على التصدي لأثر العصارة المعدية . ولنفرض الحالة التالية :

أ - قرحة معدية . لماذا ؟

ب - زيادة في العصارة المعدية . لماذا ؟

ج - نقص في الدفاع ضد العصارة . لماذا ؟

د - لا وجود للهرمونات المضادة للقرحة . لماذا ؟

هـ - انعدام التوازن بين الهجوم (عصارة معدية)

وبين الدفاع (هرمون مضاد للقرحة) . لماذا ؟

و — انعدام توازن الجملة العصبية التي تفسد التوازن بين الدفاع والهجوم . لماذا؟

ز — تعب الجملة العصبية . لماذا؟

ح — قلق وتشنج دائمان ، شعور بالاثم والعداوة ، ارهاق انفعالي ، الخ . لماذا؟

مرض واقعي : ط — عصاب . لماذا؟

سبب

واقعي : ي — أي سبب يقدر على اثاره العصاب .

ماذا يحدث في هذه الحالة ؟

القرحة ، بكل بساطة ، عرض من الاعراض . ولن يحقق الشفاء من هذه القرحة الغاء السبب . فهذه القرحة ظاهرة جسمية ذات اصل سيكولوجي . اذن ، ليس هذا الشخص مريضا من الناحية الجسمية فحسب ، بل مريض كذلك من الناحية السيكولوجية على وجه الخصوص .

انه مريض في كلية وجوده ... منذ أن أصيب بعصاب دفين على عمق كبير . يجب ، اذن ، ألا تقتصر العناية على أ و ب ، بل يجب أن توجه العناية أيضا الى ط والى ي ، على وجه الخصوص ، وبالتالي الى و . ويعمل الطب وعلم النفس ، في هذا المجال ، جنبا الى جنب ، عملا مشتركا .

الشائع بين الناس أن « هذه القرحة عصبية » . يجب أن يقال « إن أساس هذه القرحة انفعالات مكبوتة » . ويستخدم هذا المرض « صمام أمان » ، اذ يتيح تفريغ توتر داخلي .

مثال آخر

أحد الأشخاص يعاني الوسواس ، فيتوجه نحو عالم نفس ، وتختفي الوسواس . ثم يبدو ، فيما بعد ، اضطراب معدي حاد . فالمريضة تعود الطبيب وتزول الاضطرابات المعدية . ثم تظهر هواجس منهكة . فتذهب المريضة مجددا تبحث عن عالم النفس ، ثم تنطلق تشنجات وصداع والتهاب القولون ، الخ .

ومن المؤكد أن هذا الشخص يعاني صراعا عميقا . يسبب هذا الصراع أعراضا ، تارة جسمية ، وطورا سيكولوجية .

هذا المثال يبين ، على أحسن ما يكون البيان ، أن المرض رد فعل العضوية بكليتها . وفي هذه الحال ، لا بد من أن يتغير الوضع العام للشخص بالاضافة الى شفاء الاعراض .

ب - رد فعل العضوية برمتها

إذا وجدنا انفسنا ازاء حالة من حالات السل الرئوي ، فهل الرئة عضو منعزل ؟ كلا . بل الرئة عضو متضامن مع العضوية كلها . انها ذات علاقة بالجملة العصبية في مجموعها وبردود فعل الهرمونات وبالشعوري واللاشعوري من الدماغ وبالمراكز العصبية . وهذه كلها ذات علاقة بدورها بالظروف الخارجية ، الخ .

كل كائن حي ذو علاقة دائمة بالبيئة التي يعيش فيها . تتطلب ، اذن ، هذه العلاقات ان يتكيف الكائن الحي باستمرار . ولا تكف عضويتنا عن اصدار ردود فعل على الوسط . ان عليها :

أ - أن تتكيف ،

ب - أو أن تنهزم ،

ج - أو أن تصارع .

فكل أجزاء الفرد متضامنة، ولا وجود لأمراض متموضعة . وأي مريض مريض كلياً . انه مريض بكليته ، أي أن عضويته برمتها تصدر ، متضامنة ، ردود فعل تهدف الى الاحتفاظ بتوازنها . فلا وجود الا للأمراض العامة التي تتموضع مظاهرها . ومثال ذلك أن أحد المصابين بالسلس مريض كلياً . ولكن رد الفعل قد تتموضع في الرئة أو في مكان آخر .

ومن البدهي أن يكون هذا التصور تصورا رئيسا . فثنائية الجسم والنفس تزول . وليس ثمة من « أمراض خاصة بالجسم » و « أمراض خاصة بالنفس » كما سنرى فيما بعد .

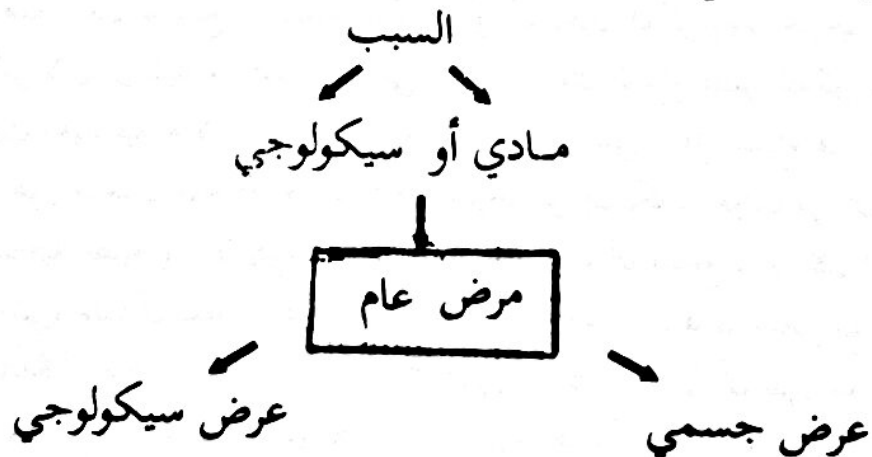
ما يوجد هو المرض ، رد فعل كلي تصدره العضوية بوصفها كلا متضامنا .

أ - قد يكون السبب مادياً ، كالجراثيم ، أو سيكولوجيا ، كالوسط العائلي .

ب - المرض عام دائما .

ح - العرض المرئي بصورة رئيسة . إما جسمي ، كالقرحة والسلس والتهاب القولون ... وإما سيكولوجي كالعصاب والخجل ...

وذلك كما يلي :



اذن ماذا علينا أن نفعل أيا كان نوع المرض ؟ أن نعالجه بالتأكيد ولكن ماذا ينبغي لنا أن نفعل أيضا ؟ أن نبحث عن السبب حتى نتجنب أن يحدث عرض جديد مؤلم إن استمر هذا السبب موجودا .

٤ — الارغن الانساني الهائل :

الجملة العصبية

لن أجازف بعرض ما يتصف بأنه معروف عن الجملة العصبية ، شأني في ذلك شأن غالبية طلاب الطب الذين يتراجعون مذعورين أمامها ... ومن جهة أخرى ، فان حياة انسان ليست كافية لذلك ابدا . ولكنني أريد أن أبين دور بعض الاجزاء العصبية في المسألة التي نحن بصدددها . وليكن لدينا العلم قبل كل شيء بأن كل ما يحدث في الموجود الانساني تابع للجملة العصبية . وبدونها لا يمكن أن يتم شيء ، لا مرض ولا ثؤلول ، لا فكرة ولا محاكمة ، لا ذهان ولا قوباء. ولا تتصف بعض الظاهرات ، كاللاشعور والايحاء ، والنوم المغناطيسي ، بانها غير متجسدة ، كما قلت ذلك من قبل . بل انها ذات اساس عصبي شأنها في ذلك شأن أدنى مظهر من المظاهر الانسانية^(١) .

(١) — يبدو ، للوهلة الأولى ، أن الطب النفسي الجسمي يثير مواجهة بين الماديين والروحيين . والحقيقة أن لا شيء من هذا . فان « ينتج » الدماغ الفكر ، أو أن يكون الفكر واقعا خارجيا بالنسبة الى الانسان ، ذلك أمر لا يبدل شيئا من المسألة . وعلى أية حال ، فان الدماغ عضو التفكير ، سواء كان الله هو الذي يبعث الحياة فيه أم لا . فالمسألة تصبح على الشكل التالي : هل المذيع هو الذي يحدث الموجات ، أم أنه يحول موجات موجودة خارجه ؟ ولا مندوحة من أن يكون الجواب من الناحية التقنية (وبالتالي ، من الناحية الطبية) : لا يتيح المذيع المعطل للأصوات أن تسمع ، أيا كان المكان الذي تصدر منه . وأول شيء علينا أن نفعل ، اذن ، هو اصلاح هذا الجهاز ... فلنستخلص مع المحترم الأب سرتلنج Sertillanges : « اذا رجعنا الى اللغة الأكثر صورية ، كان لنا الحق أن نقول مع كلود برنار Claude Bernard الدماغ هو عضو التفكير » .

الانسان ، قبل كل شيء ، آلة تحوّل الطاقة . والجملة تتلقى الطاقة بصور شتى ، نور ، وروائح ، وأصوات ، وحركات آلية ، وحرارة ، الخ . فتخترنها وتحولها . ثم تبثها الى الخارج بصورة حركة ، وفكرة ، ولغة .

وعلى الرغم من أن للجملة العصبية تشعبات لا يحصى عددها ، فانها كلها تقوم بعملها بوصفها عضوا واحدا . انها تشرف على الحياة الانسانية برمتها : الدوران والتنفس واللاشعور السيكولوجي والفكر والاحساسات ... وهي تنظم الحياة كلها وتوحيدها . وهي المنسق والقائد الرئيس . انها مدير المعارك (أمراض) ضد المهاجمين الخارجيين .

مثال ذلك أن مقاومة الجراثيم منوطة بالسير الوظيفي العصبي الجيد الذي يجمع المدد في النقاط المهاجمة . وعندئذ يمدد الاوعية ، ويجمع الكريات البيضاء ، ويبطئ من دوران الدم حتى يتيح الى هذه الكريات أن تقتل الجراثيم بعدد كبير ... ثم انه يسرّع من هذا الدوران ذاته كيما ينظف الجسم من الجثث الصغيرة ، جثث هذه الجراثيم . ونحن ، أبناء الجنس البشري ، نكابد باستمرار هذه الاعجوبة الحية في أدنى فعل من حياتنا .

أ - العصبون

العنصر الهام الاساسي في الجملة العصبية هو العصبون . ويتكون العصبون من :

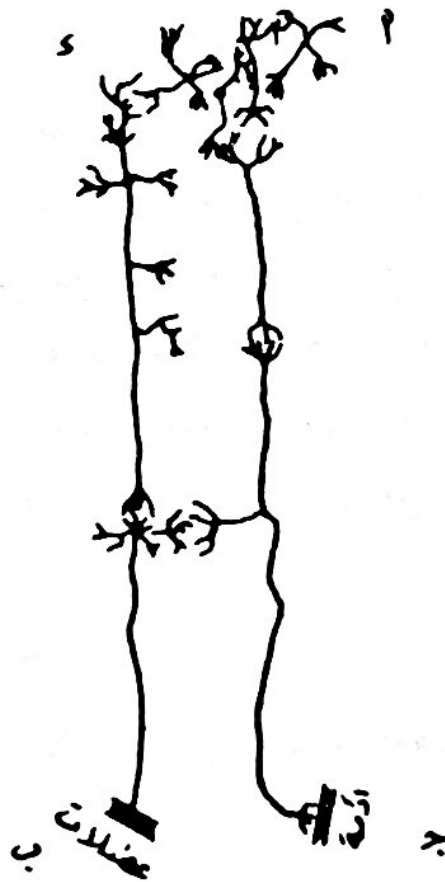
— خلية تحتوي على البروتوبلازما الخاصة بها .

— استطالات « شبكات عصبية » .

تشعب الخلية والشبكة العصبية مرات عديدة . ويتم الاتصال بين العصبونات بالتماس لا بالاتصال .

اليكم رسماً يمثل عصبونات كثيرة الأقطاب ، أعجوبة في كمالها ...
وطبيعي أن الرسم مبسط جداً .

فماذا نرى ؟ إننا نرى عصبوناً آتياً من القشرة الدماغية (أ) يتشعب
حول عصبون متجه نحو عضلة من العضلات (ب) . يضاف الى ذلك أن
هذا العصبون على صلة بالعصبون (ج) الذي ينتهي بالأدمة . وفي القشرة
الدماغية ، ثمة عصبونات أخرى (د) يمكن أن تكون تراكيب متنوعة الى حد
كبير .



شكل رقم (١١)

فالدماغ الانساني يحتوي وحده على عدة مليارات من العصبونات

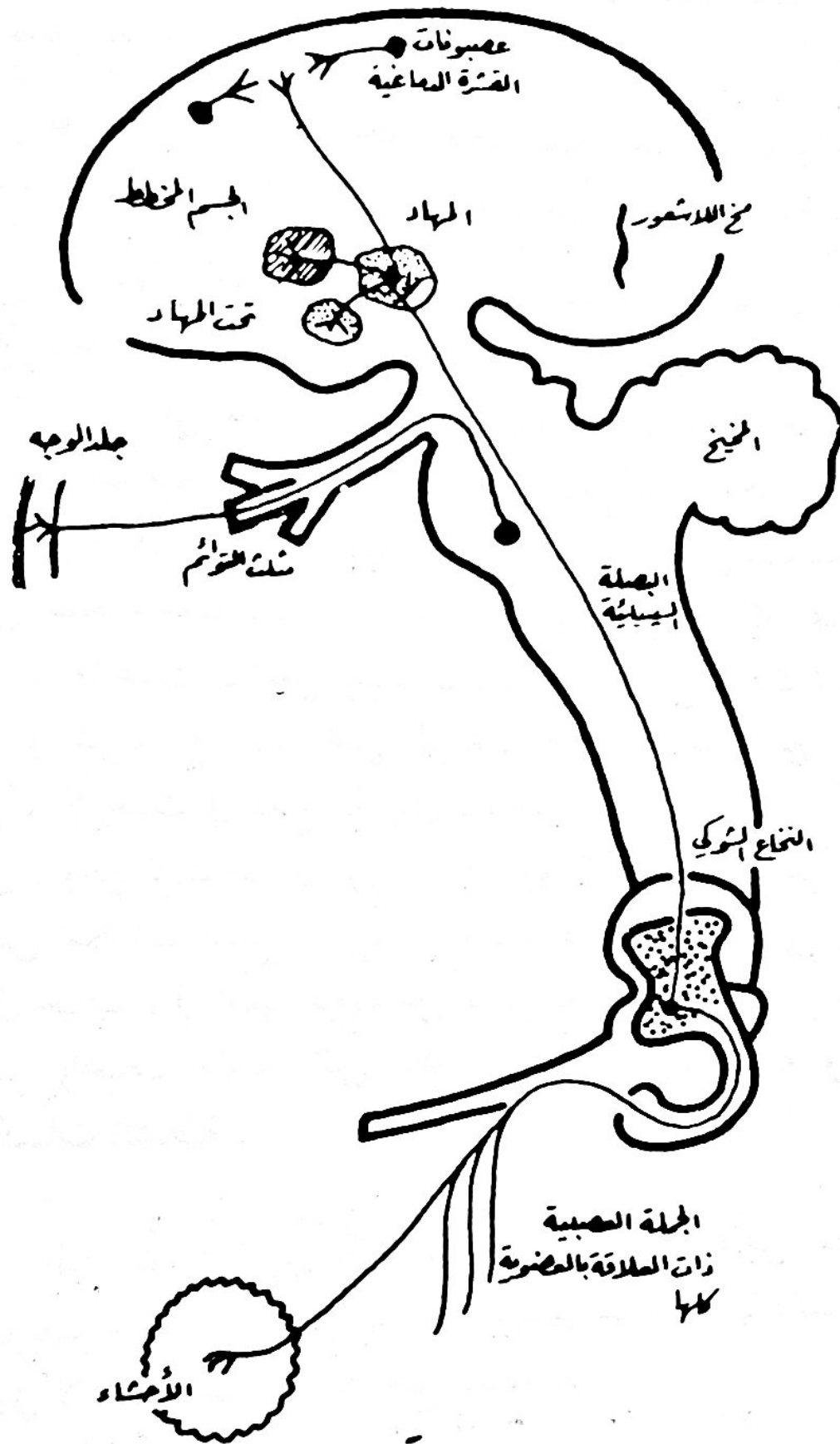
فالعدد الهائل من الارتباطات التي يمكن أن تحققها العصبونات بعضها مع بعض تتضح لنا مباشرة .

ففي حوزتنا ، اذن ، محطة عجيبة تفرقر تحت جمعتنا وتتيح ، من الناحية النظرية ، حياة انسانية بكل ما لديها من امكانات عظيمة ...

فاذا تأملنا العدد اللامتناهي من العصبونات ذات الفاعلية ، فهمنا أن بوسع الجملة العصبية أن تستجيب أي استجابة الى أي رسالة . وثمة مليارات من التراكيب التي يمكن أن تتم بين العصبونات ... وذلك هو الفوضى في حياة اجتماعية منظمة . فكل سلوك انساني ينبغي له أن يكون « مقنى » . وذلك هو هدف التربية . فالتربية هي « ترويض » يفرض منعكسات شرطية ويلقن استجابة معينة لرسالة معينة (« ... عليك أن تفعل كذا عندما يحدث كذا ... ما عليك أن تفعل كيت لان ... هذا مسموح ، وذاك ممنوع . هذا خير أو شر ، الخ ... ») تخلق التربية ، اذن ، ارتباطات بين عصبونات شتى ، كما يحدث في دماغ الكروني . والحقيقة أن أي نوع من أنواع التربية ممكن . ونحن ندرك أن أي تربية ، حتى ولو كانت مثالية ، هي ضرب من تقليص امكانات الدماغ . انهم لسعداء ، اذن ، أولئك الذين يستمرون ، خلال حياتهم ، في تطوير عزفهم على الارغن العصبي وفي التخلص من ضروب الحصر والخاوف والعقد التي تكوّن ، هي ذاتها ، شبكة واسعة من المنعكسات الشرطية .

طوبى لأولئك الذين يكرسون فاعليتهم على هذا الارغن العصبي بدلا من أن يلبثوا مقتصرين على تراكيب من العصبونات هي ذاتها دائما ، كدماغ الكروني لا يحسب غير عمليات جمع بسيطة ...

السيالة العصبية — لبروتوبلازما الخلية دينامية كيمائية تثير دفعات من الموجات الكهربائية اللاستقطابية .



شكل رقم (١٢)

وتلك هي السيالة العصبية التي تنتشر من عنصر عصبي إلى آخر شريطة أن يكون بينهما تساوق ما . والمراكز العصبية تحوّل السيالة في اتجاه معين ، فتفتح درباً معيناً (تنبيه) وتسدّ درباً معيناً آخر (كف) وكنا من قبل هذه الآلية الرائعة .

تتكوّن المراكز العصبية ، لدى الانسان ، من النخاع الشوكي ومن المخ (الدماغ) . وينطلق منهما أعصاب عديدة تصل المراكز بأعضاء الحواس ، مثلا . وعلى هذا المنوال ، انما يكون الانسان على صلة بالعالم الخارجي . وتنظم هذه المراكز أيضا السير الوظيفي للحياة العضوية كلها . فنحن عندئذ خيال جملة عصبونية اعاشية تسمى كذلك ودية .

هذه الجملة الودية هي المنظم الأكبر لتناغمنا العضوي . انها تتيح هذه التكيفات التي تصون الحياة ، والفاعلية الدماغية ، والعقل ، والحكم . وهي ذاتها مرتبطة بمراكز عليا ، هي المراكز المهادية التي سأتحدث عنها في الفقرة التالية ، ومتصلة بالجملة الصماء ، الخ .

الجملة الودية ، بما تعطينا من تناغم ، هي صديقنا وحليفنا ، ولكننا سنرى الى أي حد يمكن أن تصبح عدوا لنا ، يقودنا الى المرض ، بل والى الموت .

انني أقترح أن نفحص الآن مواطنين كبيرين عصبيين ، مدهشين باهيمتهما : القشرة الدماغية والمهاد .

ب - المهاد ، منطقة الاعاصير

لنعلم ، قبل أن نتحدث عن المهاد ، أن حياة الانسان النفسية العليا منوطة بالقشرة الدماغية . فالشعور الانساني والارادة الانسانية غير ممكنين اذا لم يكن سير القشرة الدماغية الوظيفي سيرا صحيحا .

ومع ذلك ، اليكم موطننا من مواطن الدماغ جعل فرنكنشتاين
Frankenstein يحلم ... المهاد مركز عصبي يقع تحت الدماغ بحصر
المعنى . ان الجزء الاعظم من حياتنا كامن هنا ، في هذه المنطقة الصغيرة التي
تستطيع اصبع واحدة أن تسحقها بسهولة . هذا المهاد (مع مناطقه المجاورة :
تحت المهاد والجسم المخطط ، الخ) هو ضرب من « دماغ اللاشعور » الذي
يتصف عمله بأنه أساسي . **

****** منطقة المهاد هي مركز الغرائز ، والانفعالات ، والالم ، والعادات ،
والخلق . فاللاشعور والعقد والوراثة النفسية تزجر في هذا المواطن
كالعواصف التي لا ترغب الا في أن تنفجر .

يضاف الى هذا أن في قاعدة الدماغ هذه ترتيبا ينظم النوم واليقظة ،
ويشرف على هذه القشرة الدماغية الرائعة التي نفخر بها كثيرا . فمنطقة المهاد
اذن « دماغ متوسط » ذو تعقيد عصبي وتعقيد في الافرازات الباطنية غير
محدودين . ان منطقة المهاد هي المنظم الاكبر للدماغ بحصر المعنى ، والجمل
الودية كلها منوطة به ، وبالتالي أيضا ، سير أحشائنا الوظيفي جميعه ...

منطقة المهاد ذات علاقة دائمة بالقشرة الدماغية . هذان الجزءان من
الدماغ ، أحدهما شعوري والآخر لاشعوري ، يتبادلان الرسائل دون توقف .
فهل تتصور أن ثمة أهمية ما في صيانة علاقتهما الطيبة ؟

لنتصور الآن السحرة الحديثين ، جراحي الدماغ . ها هو كلب . ماذا
يحدث ان استوصلت قشرته الدماغية ؟ اذا قطع كل ما يوجد فوق منطقة
المهاد ؟ فهل يموت هذا الكلب ؟ هل يصح هذا الكلب مجنوننا ؟ لا شيء
يحدث من كل هذا . فليس له قشرة دماغية ، ونيس له ارادة ولا شعور ،
ودماغه الاعلى مبتور ، ولكنه يستمر حيا بوساطة دماغه الاسفل ويحتفظ
بسلوك صحيح يبدو أنه متوافق مع هدف من الاهداف . ويعيش هذا
الكلب « المهادي » على ميوله اللاشعورية والغريزية . ويبدو أن ذلك كاف

ليظهر بمظهر طبيعي ... انه يبقى منجذبا بما هو مستساغ ، ويشعر بالنفور مما هو غير مستساغ . ألا يقول المرء ، اذا ما رآه ، إنه « يختار » سلوكا معنا ؟ لا شيء من هذا اطلاقا . ثمة ، ببساطة ، تلك الحركة الرائعة لآلة العصبية ، حركة تنجزها هذه المراكز المذهلة الموجودة في قاعدة الدماغ . ان هذا الكلب هو الكلب الآلي ، الكلب السائر في نومه^(١)...

فهل الامر مختلف لدى الانسان بدماغه الكبير وقشرته الدماغية القوية ؟ ما النتائج التي تترتب لدى الفرد على قطع قشرته الدماغية ، دون أن نعقد ، مع ذلك ، أي موازنة ؟ هل يحتفظ ، هو أيضا ، بسلوك صحيح على وجه التقريب ؟ كلا . انه يغرق في حالة من العطالة والذهول . وهذا يبرهن على أن المراكز الموجودة في قاعدة الدماغ ، لدى الثدييات العليا ، قد اعتادت على أن تعمل متعاونة تعاونا وثيقا مع القشرة الدماغية .

وهكذا فقدت منطقة المهاد عفتيتها . فلا وجود اذن لـ « دماغين » منفصلين لدى الانسان ، وانما يوجد مركزان كبيران بينهما علاقات متينة منظمة ، ويحتاج كل منهما الى الآخر باستمرار . ان قشرتنا الدماغية تؤمن حياتنا النفسية العليا بتنسيق وثيق مع دماغنا اللاشعوري . ولئن كان « المعنوي » يؤثر على « المادي » ، فذلك سببه بكل بساطة ان ثمة علاقات لا يحصى عددها بين القشرة الدماغية وبين منطقة المهاد وجملتنا العصبية الودية واحشائنا وجلدنا ، الخ .

ثمة عمليات في منطقة المهاد تسبب ، غالبا ، نوبات مباحثة من الهوس بكل ما له من سمات : اسراف في الغبطة ، تكرار الكلمات ، مرح صاخب ، توريات مستمرة ، نكات فاحشة ، الخ (راجع الهوس في فصل العصاب والذهان) . كذلك تولد بعض العمليات الجراحية في هذه المنطقة

(١) - لا وجود للقشرة الدماغية التامية في فاعده سلسلة الفقريات . فحياتها النفسية كلها تتحدد في المراكز الموجودة في قاعدة الدماغ .

عينها أعراض السوداوية مع ما يرافقها من حصر شديد ونحيب ، وخوف شديد ، واحساس بالموت الداهم ، وبنهاية العالم ، الخ . ويبدو اذن أن الهوس الاكتئابي مرتبط باضطرابات منطقة المهاد ، وذلك ، على سبيل المثال ، عندما يضغط ورم صغير في الغدة النخامية على المنطقة الواقعة تحت المهاد . وسنرى فيما بعد ، من جهة اخرى ، ما يحدث عندما ننبه الدماغ « اللاشعوري » لدى حيوان ليس له قشرة دماغية تنبئها خفيفا .

على أي شيء يدل ذلك ؟ ذلك يدل على أن الاضطرابات في هذه المنطقة العصبية تطلق اللاشعور من عقاله ، دون أن يكون بوسع أي كابح أن يواجهه ، وعلى أن الانسان ذا القشرة الدماغية التالفة يستمر في العيش بفضل المراكز الموجودة في قاعدة الدماغ . ولكنه يفقد كل رقابة ، ويقتصر على غرائزه الاكثر اولية ، وعلى حياة اعاشية غبية .

وليس ما قلناه هو كل شيء . فعصبونات المهاد تتنبه بالدفعات الكهربائية التي تصل اليها . وعندئذ يوجه المهاد نحو العصبونات المرتبطة معه ما تحمله من الرسائل . زد على ذلك أن الالياف العصبية التي تفضي الى القشرة الدماغية ، مركز الشعور والارادة والتفكير ، تمر بالمراكز التي نحن بصدددها . وهناك ألياف اخرى خاصة تربط بين قاعدة الدماغ وبين القشرة الدماغية . وهكذا اذن ، بفضل مليارات من الاعصاب التي تصل الدماغ بالمواطن المتباعدة ، تكون العضوية ، برمتها ، متضامنة بشبكة واسعة كهربائية وكيميائية ... فهل نرى الآن سلطة الدماغ على الجسم ؟ لا يفلت أي عضو من التأثير الدماغية . ولكن علينا ألا ننسى أن الدماغ عضو كغيره من الاعضاء الاخرى ... وبالتالي ، فانه ، هو ايضا ، يستجيب للتحريصات العصبية ، شأنه في ذلك شأن أي عضو باطني آخر (كما في الانفعالات مثلا) .

ج - ما دور القشرة الدماغية ؟

فضلا عن أن القشرة الدماغية تتيح ظهور الشعور والارادة العليا ، فهي المركز الذي يضبط ، ويراقب ، ويحقق التناغم ، وينظم . ومنطقة المهاد هي ، اذن ، مركز الدوافع الانفعالية واللاشعورية . فاذا كانت القشرة الدماغية لا تسيطر سيرا وظائفا جيدا ، فان دوافع المهاد تُترك لذاتها دون أن تتلقى « رقابة » القشرة الدماغية . واذا ضعفت القشرة الدماغية ، فانها تصبح عزلاء من السلاح الضروري لتقابل هجمات المناطق اللاشعورية ...

ذلك ما نلاحظه في الحالات الشائعة من الارهاق ، والانفعالات ، والهجوم الطويلة الامد ، والسموم ، والخاوف ، وضروب الغضب ، الخ . وتلك عندئذ هي الحياة اللاشعورية التي تتجرر وتصبح من غير قيود .. والواقع أن لنا زوجين من « الانا » ، احدهما تضبطها القشرة الدماغية ، والاخرى خاضعة لمراكز قاعدة الدماغ ، المراكز التي يوجد فيها ما يكون حياة كاملة من العادات والغرائز ، الامر الذي يفسر حال الكلب ، الذي نزعته قشرته الدماغية ، والاندفاعات الهوسية الاكثائية ، الخ .

ان لنا « دماغين » يتبادلان الرسائل دون توقف ، ويتطلبان توازنا كاملا في علاقاتهما . اليسر والارادة القوية ، من غير تشنج ولا توتر ، منوطان بالقشرة الدماغية . ان قشرتنا الدماغية انما هي التي « تكبح » الانفعالات والغرائز الدائرة في منطقة المهاد ، وتحول دون تحررها كما تتحرر الزوابع .. وسأعود الى بحث ذلك .

د - التحول

يسهل علينا الآن أن نفهم آلية التحول التي تحدثت عنها من قبل . ثمة تحول عندما « يتحول » الصراع النفسي الى عرض عضوي . (انظر تحول في فهرس المادة) .

حالة التحول كثيرة الوقوع في الهستيريا . فالصراع الوجداني « النفسي » يظهر بشلل أحد الاعضاء ، بالعمى ، بتشنجات ، كما يظهر بالوساوس والعرات ، الخ . وقد « يتحول » انفعال من الانفعالات الى صراخ ، وضربات ، وسباب ، أو الى فقدان الصوت ، والشلل ، والتشنجات ، وتوقف القلب ، الخ . وما هو صحيح في هذين المثالين اللذين ضربتهما صحيح في الامثلة الاخرى كافة .

والحقيقة أنه ليس لنا أن نفصل بين « النفسي » و « العضوي » ما دما ننظر ، في هذا المجال ، الى الانسان بوصفه كلا فيه العلاقات بين الدماغ والجسم علاقات دائمة . ولئن كان السبب الجسمي ، كالتسمم مثلا ، قادرا على أن يحدث أعراضا نفسية ، فإنه ليس كذلك أن تفهم أن سببا نفسيا يحدث أعراضا جسمية .

ليس ثمة جزء من أجزاء الجسم منعزلا ، وذلك بسبب تشعبات الجملة العصبية . فلا وجود لعضو يعمل وحده . ولكن هناك أعضاء مرتبطة بباقي العضوية كله بروابط عصبية وروابط من الافرازات الصماء ، الخ . فكل مرض يتألف اذن من استجابات نفسية وردود فعل جسمية بما أن المرض رد فعل وحدة هي الموجود الانساني . وأي مرض يتصف اذن بأنه مرض عام ذو أعراض تتموضع في موطن معين .

ويتعذر علي بالتأكيد أن أفحص سائر ردود الفعل الممكنة الخاصة بالعضوية ... ذلك ما يتطلب أن أقوم بتحليل علم الامراض برمته ، وما يتطلب أن أبحث عن جميع الاسباب الجسمية التي بوسعها أن تؤثر على « النفسي » ، وأن أبحث عن جميع الاسباب النفسية التي تستطيع أن تنعكس على « الجسمي » . لذلك كان علي أن أحدد المشكل وفاقا لحياتنا اليومية ... ولهذا السبب ساركرز اهتمامي في هذا الفصل على الانفعالات وعلى

ما يتفرع عنها كذلك ، تلك الانفعالات التي توجد في أساس العديد من الامراض النفسية الجسمية .

هـ - الحياة اليومية والانفعالات

الانفعال موجود في أساس الحياة الانسانية ذاته . فعضويتنا تتجه آلياً صوب البحث عن الحالات الملائمة . وعندئذ تبدو احساسات الفرح والسعادة واللذة ، الخ .

تبحث عضويتنا أيضاً عن استبعاد الحالات المنفرة التي تعرض توازنها الى الاضطراب . فكيف لها أن تستبعد هذه الحالات ؟ انها تستبعد ما بتجنبها أو بإبادتها بالمعركة . وبلي ذلك ، عندئذ ، احساسات بالخوف والحزن والغضب والعدوانية ، الخ .

الانفعال هو رد فعل لعضوية حيال حالة تسبب الاضطراب ، سواء كانت الحالة ملائمة أو منفرة . فاذا شاهدت حادثاً ، فليس الحادث هو الذي يولد الانفعال ، بل يثير الحادث « رجفة » عنيفة ناشئة عن عدم التكيف العضوي المبالغت . ثم تظهر الاستجابة الانفعالية . عندئذ تحاول عضويتنا أن تستبعد الحالة المنفرة ، إما بتجنب الحادث ، وإما بمواجهته .

يؤثر الانفعال على مجموع العضوية . ولكن اليكم ما هو أشد خطورة : يمكن للانفعال أن يصبح آلية المرض الرئيسية . هناك غلو في الميل الى الاعتقاد بأن الانفعال يعني « الانفعال الصدمة » . وليس ثمة شيء من هذا . ان الصراعات الوجدانية والاستجابات الانفعالية العميقة والطويلة الأمد ، وضروب الحصر والقلق والغل والعداوة والكبت والعقد ، الخ ، هي انفعالات . هذه الانفعالات العميقة المديدة هي الاكثر خطراً .

بوسع الانسان أن يستجيب للانفعال بطريقتين :

أ — بتفريغه بالضرب ، والصراخ ، والأيمان ، والبكاء ، والهجوم ،
والشتيمة علانية أو خفية .

ب — بأن « يكظم » انفعاله . مثال ذلك انسان متمرّد « يكظم »
عدوانيته وغيظه باستمرار .

الانفعال عاصفة عضوية

يعلم كل فرد منا أن أي انفعال عنيف مصحوب بتبدلات فيزيولوجية
ونفسية . ويعلم الخجولون والغضبيون شيئاً عن ذلك . فماذا يسبب الانفعال
بالدرجة الأولى ؟

أ — قوة غير عادية في السيالة العصبية . فالمسالك الطبيعية
« تفيض » . والسيالة العصبية تخرج عن خطها وتتجاوز هدفها وتنتشر
خارج دروبها المألوفة . والعضوية كلها في اضطراب بما فيها الدماغ . والشعور
(القشرة الدماغية) مشوّش ، « ولا يعلم الانسان ماذا يفعل » .

ب — الانفعال القوي ، كالخوف أو الغضب ، يطلق الأدرينالين .
والأدرينالين مادة مقبضة للعروق تفرزها الغدتان الكظريتان الموجودتان في
الطرف العلوي من الكليتين وتشكلان جزءاً من مجموعة الغدد الصماء . وزن
كل غدة منهما ستة غرامات تقريباً .

يؤثر الأدرينالين على بروز الظواهر التالية :

- ١ — زيادة السكر في الدم .
- ٢ — تحسين قوة انقباض العضلات .
- ٣ — سقاية الجملة العضلية بالدم سقاية غزيرة .
- ٤ — انقاص زمن تخثر الدم .

ثمة آلية رائعة تتدخل في هذا المجال كشف عنها كانون Cannon .

فاذا كان الادرينالين يقلص العضلات ، أليس ذلك بغية اعدادها للامتحان الذي ينتظرها ؟ بغية اعدادها للصراع .. أو للهرب ؟ يمكن للهيجان أن « يثبط الهمة » ، ولكنه يمنح قوة خارقة لبعض الاشخاص كذلك . ففي بعض الحوادث ، يرى المرء أناسا قادرين على الهرب والجري بقوة هائلة . ويقال عندئذ : « وهبه الخوف أجنحة » أو « منحه الانفعال قوة بطولية ... » . وكان من الواجب أن يقال : « لقد منحه الادرينالين قوة إما للهرب وإما للهجوم » .

وسواء كان الأمر هربا أو هجوما بفعل الانفعال ، فان العضوية برمتها هي التي تصدر رد فعلها محاولة استبعاد وضع لا يلائمها . وتلك آلية طبيعية ، على وجه الدقة ، لا علاقة لها بالتخاذل والجبن ، أو بالبطولة .

ومع ذلك ، فان القشرة الدماغية قد تسهم بصفقتها « كاجا » اسهاما كبيرا في هذا المجال ، شريطة ألا تكون ، هي ذاتها ، قد تعرضت للاضطراب بفعل الانفعال .

ولكن ، قد يقال .. وماذا عن الحياة اليومية ؟ ولكن ... الحياة اليومية ، انما هي على هذا المنوال . انها مجبولة بالانفعالات والاحساسات وضروب الغضب والعدوانية والهرب والانطواء والكبت ... بيد أن ثمة أعرفا تستلزم ان تبقى هادئي الاعصاب ازاء بعض الحالات * فهل يباح للرجل أن يبكي ؟ أن يظهر انفعالاته ؟ عجباً ! ... « رجولة » الذكر لا تتناسب مع ذلك . فهو ممنوع اذن بلا قيد ولا شرط ، وهذا « الضعف » متروك للنساء .
انه لأمر سخيف ، ولكنه انما هو كذلك .

اذن ، فاذا كنا ، على سبيل المثال ، في حال من الغضب (انفعال) دون أن يكون بوسعنا أن نقاتل (تفرغ) ، فان الآلية كلها « تدور في

الفراغ « . والحركة هي ذاتها اذا خفنا خوفا شديدا دون أن يكون بمقدورنا أن نهرب أو نهاجم . فلا يحدث أي تفريغ . وفي هذه الحال ، انما يكون للانفعال مفعول ضار .

ولنفرض انسانا يعاني الانفعالات الداخلية طوال سنين ، وأنه يسعى جاهدا ، لسبب من الأسباب ، أن يلبث هادىء الاعصاب . اننا نفهم جيدا أن ثمة امكانا لأن يكون لزيادة الادرينالين مفعول خطير .

مضاعفات الانفعالات الاخرى

تستقطب الجملة القلبية العرقية كل الاهتمام في الانفعال . فيحدث الاضطراب القلبي ، والخفقان ، وآلام عنيفة أحيانا . وجميع هذه الآثار يمكن لها بالتأكيد أن تسبب التعب للقلب ذي الاستعداد المسبق لذلك . يضاف إلى أن هذا المريض يظن أنه مصاب بالقلب وهذا الظن يولد انفعالات تعزز الآلية بدورها . و« الأمراض القلبية » ذات الاساس العصبي ، أي الانفعالي ، غير محسوبة . فهناك بعض أعراضها التي تشبه الذبحة الصدرية . وهناك نقص في النفس ، وتعب سريع ، ودوار ، وألم ..

والكليتان في المنزلة الأولى أيضا . فللجملة العصبية غير المتوازنة تأثير على الكلية التي يتم دوران الدم فيها بصورة جيدة . فماذا يكون رد فعل الكلية ؟ انها تولد مادة شديدة الخطورة تزيد من توتر الاوعية الدموية . وقد يبدو التهاب خطير في الكلية . وعندئذ نشاهد موت شخص مرضه الحقيقي ، أحيانا ، مجرد مرض انفعالي وسيكولوجي .. ؟

★ يستجيب الجلد استجابة قوية للانفعالات لأن علاقته بالجملة الودية علاقة مباشرة . فقد تظهر البثور ، والثؤلول ، والقوباء ، والعقائيل ...

أما فيما يتعلق بالاضطرابات المعدية ، فان الانفعالات تسبب تقيؤات ، وانقباضات في المري ، وعسر الهضم ، وزيادة في الحموضة ،

وقرحات : ويتأثر الهضم بصورة دائمة . وعلى هذا المنوال يستمر الناس في قولهم : « .. انه لأمر عصبي » ... في حين أن المنشأ ربما كان كامنا في صراعات سيكولوجية أفسدت نظام الجملة العصبونية الاعاشية .

قد تسبب الانفعالات الطويلة الأمد آلاما في الزائدة . فماذا يجري في هذه الحالة ؟ عملية جراحية .. وتبدو الآلام مجددا . وكما هي الحال في مرض القلب ، فان الخوف من التهاب الزائدة يعزز الهيجان ، وتستمر الحلقة المفرغة . والتهاب القولون ، في أغلب الأحيان ، مرض نفسي جسمي .

والاضطرابات في دوران الدم عديدة ، أبسطها انقباض العروق وتمدها . فالانفعالي يصفر ويحمر . ولئن أدت الانفعالات العميقة والطويلة الأمد الى تنبيه الألياف الودية ، فان بإمكاننا أن نشاهد احتقانات ، وضروبا من النزف ، وجروحا في الامعاء والكليتين والكبد .:

الحلقة المسؤولة عن سائر هذه الآثار الانفعالية هي الجملة العصبونية الاعاشية .

زد على ذلك :

أن ثمة امكانا لأن تصبح بعض الاعراض الوظيفية عضوية . مثال ذلك أن وذمة عابرة (نفوذ المصالة الى الانسجة) ، أو احتقان الدم المحلي (احتقان دموي في عضو من الاعضاء) ، قد تفضيان الى النقطة (آفة) أو الى تكوّن القرحة . ذلك أن تكرار اضطراب وظيفي قد يخلق حالة تشريحية . ولاضطراب نظام الجملة العصبية أحيانا عواقب لا شك فيها . فاثارة الجملة العصبية الودية يقود أحيانا الى جروح مميتة في العضلات . كم مرة نفكر بأن التهابا في الكلية أو تشمعا في الكبد قد يكون ذا منشأ سيكولوجي ؟ وهكذا فان العصب الودي انما يقتل الانسان بدلا من أن يحقق انسجامه ، الأمر الذي يوضح أننا ، في بعض الحالات ، ملزمون بأن « نشل » عمل

العصب الودي ، إما بالعملية الجراحية وإما بالعقاقير « المهدئة » ، كما سنرى فيما بعد .

الانفعالات التي تتكرر .

نحن ندرك ، اذن ، خطر الانفعالات المزمنة . « يسيطر » بعض الناس على غضبهم وعدوانيتهم وعداوتهم واثارتهم وغيظهم طوال سنين أحيانا . فكل شيء يجري ، كما يقال ، « في الداخل » . هل يظهر الانفعال ؟ هل تصدر العضوية أي رد فعل ؟ كلا ، لا يتحرك الشخص ، وذلك بتأثير منعكس شرطي ، كالتربية والاخلاق والتقاليد ، الخ . انه « يكظم » كل شيء . ثمة ، اذن ، اضطرابات عامة دائمة يولدها الانفعال ، دون أن يتحقق لشحنات السموم أي تفريغ أبدا ..

الصراعات الداخلية ، مع ما تخلفه من ضروب الحصر ، تتصف أيضا بأنها منتجة كبرى للاضطرابات الودية . ولاسيما انها تفتك ، بالاحرى ، بالجملة الودية فتكا ذريعا يبقى ، في الأعم الأغلب ، لاشعوريا . وسأتكلم في مكان آخر على الكبت منظورا اليه من هذه الزاوية .

سير القشرة الدماغية سيرا وظائفا جيدا يقصي الانفعالات المخلة بالنظام العضوي .

يعرف كل فرد منا أن « الانفعالية » في حالات الهموم الطويلة الأمد والارهاق والانهاك أشد منها في الحالات الأخرى . و« العصبيون » انفعاليون . وما أن نكون في حالة من التعب الدماغى حتى تبدو هبات انفعالية دون أن يكون بوسعنا تجنبها ...

فاذا كانت الاستجابات الانفعالية مغالية في شدتها ، فذلك يبدو ، اذن ، أن ثمة نقصا في « الكبح » . ما منشأ هذا العيب في الكبح ؟ هل تظهر الانفعالية بصورة أسرع عندما تكون القشرة الدماغية في حالة

اضطراب ؟ انما هذا ، بالضبط ، هو ما يحدث . وهذا أمر كبير الأهمية : انه لقاعدة اليسر الذهبية كلها والتوازن الانساني .

ولكن ، اليكم تجربة أخرى تثير « الرعب » . نزع كانون وباره Baret القشرة الدماغية لهر . لقد كانت منطقة المهاد اذن ، هنا أيضا ، مفصولة عن المناطق العليا من الدماغ . فلاحظا أمرا رئيسا : ظهرت جميع الانفعالات الخاصة بحياة الحيوان . وهذا يبرهن على أن القشرة الدماغية ليست ضرورية لظهور الانفعال والتعبير عنه . بل ، على العكس من ذلك تماما ، إنها تقوم مقام « الكابح » . وثمة ما هو أفضل من ذلك : بإمكان الانسان ، الذي تسير قشرته الدماغية سيرا وظائفيا في حده الاقصى من الكمال ، أن يتحمل ألوانا من العذاب الشديد دون انفعال ، ودون أن يشعر الا بالحد الأدنى من الألم . وذلك ، من جهة أخرى ، انما هو مبدأ « الولادة دون ألم » التي سأتكلم عليها فيما بعد .

الغيب الكاذب .

عاش كلب غولتز Goltz ثمانية عشر شهرا بعد أن نزعت قشرته الدماغية . لقد كان يبدي تعبيرات من الغضب شبيهة بتلك التي يظهرها كلب طبيعي . وعلى هذا المنوال انما تم اكتشاف « الغيب الكاذب » .

نبه رونسون Ronson وماغون Magoun منطقة تحت المهاد لهر نزعت قشرته الدماغية ، تنبها كهربائيا . « رفع الهر رأسه عقب التنبية ، وكشف عن حدقتين توسعتا . وازداد ايقاع التنفس سرعة وسعة ، وبدأ الحيوان ، في الحال ، يهتاج مصدرا مواء ، عاصبا ، خادشا بمخالبه ، محاولا أن يتخلص بقوة من القيود التي أوثق بها . فاذا استمر التنبية الكهربائي ، أخذ فرو ظهره وذنبه يقشعر ، وظهر العرق في أخمص قدميه ، وسال اللعاب غزيرا من فمه . وكان الهر يسلك كما لو أنه كان يهدده كلب ينبع . وكانت

الاستجابات تصدر من تحت المهاد على وجه الدقة « (نقله جون دولي
(Jean Delay) .

وهكذا اذن ، فان منطقة تحت المهاد هي المنطقة التي تتخمر فيها
ضروب الغضب والعدواة والعدوانية .. وجميع الانفعالات في الحقيقة .
فالغيظ الكاذب ، هذه الاستجابة الحانقة بغلو ودون كايح ، منوطة
اذن :

أ — بتنبه منطقة قاعدة الدماغ .

ب — بعدم وجود القشرة الدماغية .

وعلينا أن نلاحظ ، في هذا المجال ، أن الحيوان يستجيب بمحقق الى
منبهات خفيفة لا يبالي بها في الحالة العادية .

وعلينا أن نلاحظ أيضا أن الانسان الذي تسير قشرته الدماغية سيرا
وظائفيا سيئا عرضة لاندفاعات وانفعالات وضروب من الغضب
والعدوانية والغيظ ، تثيرها ظروف ليس لها أي أهمية في الحالة السوية .
السيادة الحقيقية على الذات والسيادة المزيفة . — ينمو العصاب كما تنمو
الفطور ، وكما تنمو غابة من الآلام . فآفات القلب ، والأوعية الدموية ،
والكلى ، والكبد ، والمعدة ، كثيرة العدد . والقروحات المعدية منتشرة ايضا
انتشار وسام الاستحقاق الزراعي . هذه الامراض ناشئة ، في الاغلب ، عن
اثارة الجملة الودية أو عن الانفعالات العميقة التي تسبب هذه الاثارة .

ولكن كنت أشدد على الانفعالات ، فذلك انما لأن :

أ — جملتنا الودية هي سيد عضويتنا الكبير .

ب — الحصر والانفعال هما العاملان الرئيسان في اضطراب نظامها .

ج — الحصر والانفعال هما المظهران الكبيران من مظاهر عصرنا .

نحن نعلم الآن أن سير الدماغ سيرا وظائفيا جيدا جوهرى ، وان القشرة الدماغية الممتازة تتيح تعديل الهيجانات ومراقبتها . فلأى انسان تتصف حالة دماغه وجملته الودية بأنها جيدة كل الحظ في أن يمضي حياته برباطة جأش ووضوح تامين .. وبالحد الأدنى من الامراض .

انني افرض انسانا دماغه مصاب بالتعب ، انسانا أصيب بالارهاق على سبيل المثال . فماذا يحدث اذا ما تعرض لظرف غير ملائم ؟ يبدو الهيجان الذي يزرع الاضطراب في عضويته برمتها . زد على ذلك أن هذا الهيجان يشوش أيضا قشرته الدماغية المتعبة قبل أن يصيبها الهيجان والعاجزة عن المقاومة . وينطلق الغضب الذي تحرره منطقة المهاد . والقشرة الدماغية عاجزة عن أن تواجه هذا الغضب بكابح ورقابة وتعديل . ويصبح الانسان غير واع ، « وقد أعماه الغضب » ، يرتكب افعالا عنيفة واندفاعية « يستهجنها عقله » ، علما بأن « عقله » و « ارادته » معطلان ما دام منوطين بالقشرة الدماغية ، التي وضعها التعب والهيجان في حالة لا تصلح فيها للعمل . انه انسان مصاب ، في الحقيقة ، بـ « الغيظ الكاذب » ، مثله مثل الحيوان الذي استؤصلت قشرته الدماغية . ونحن نعلم أن أي تنبيه بسيط جدا يكفي ، في هذه الحالة ، لاحداث الغضب الشديد .

ماذا يحدث اذا كان دماغ هذا الرجل ، على العكس ، يسير سيرا وظائفيا جيدا ؟ لنفترض أنه تعرض لظرف غير ملائم . ولكن هذا الظرف لا يثير لديه هيجانا يبعث الاضطراب في عضويته . ومع ذلك ، فاذا ظهر الهيجان نتيجة ظرف غير ملائم الى حد كبير ، فان قشرته الدماغية ذات الحالة الجيدة « تراقب » هذا الهيجان مباشرة . ويبقى هذا الانسان ، اذن ، في حالة من الوضوح التام ومن القدرة على أن يتفحص الظرف بكل ملابساته .. « هذا الانسان سيد نفسه ، لا لأنه » يكز على أسنانه ليسيطر على نفسه « ، بل ، بكل بساطة ، لأن آله العصبية تمنحه سيادة آية . »

الأدمغة المريضة

ان الدماغ المريض يُفقد العضوية التي تخضع لتأثيره توازنها . ولكن فقدان التوازن العضوي سينعكس ، بدوره ، على الدماغ .

وعلينا ألا ننسى أبدا أن العضوية الانسانية وحدة تامة .

أخيرا يفقد الدماغ الذي يختل توازنه تدريجيا كل سيادة . ويمكن ، اذن ، ان يكون لهذا العجز في الدماغ سببان كبيران : الاول ، تعب دماغي يحصر المعنى ، أو تعب ينجم عن تعب عضوي . وذلك ما نصادفه لدى الاشخاص ذوي الدماغ العطوب بفعل المزاج .

والسبب الثاني الشائع لعجز الدماغ هو الكبت (وقد درسناه في بحث التحليل النفسي) الذي يحوّل جزءاً كبيراً من الفاعلية الشعورية لصالح اللاشعور . وسأتكلم عليه بعد قليل .

وعجز الدماغ في هاتين الحالتين لا يتيح التكيف مع الأوضاع التي تظهر . فلا يحدث أي تعديل متناغم اطلاقاً . وتصبح المحرضات الكهربائية العصبية فوضوية . وذلك هو فقدان العضوية توازنها فقداناً عاماً ، بكل ما له من عواقب .

لإبد ، اذن ، من ان نركز ، اكثر فاكث ، على سير الدماغ الوظيفي ، وعلى اليسر الذي يتيحه تناغمه . فاذا توصلنا الى أن ننمي التوازن العضوي ، بما فيه الدماغ ، تجنّب عصرنا هذه النتائج السامة بصورة نهائية .

الحياة الحديثة

ليس العديد من الاضطرابات العضوية من صنع الحياة الحديثة فحسب ، بل فرط الانفعالية والحصر والخوف أيضاً . فالحصر ، وأكرر ذلك ، أساسي من وجهة النظر هذه . انه يسبب ، على وجه العموم ، غالبية

الأمراض النفسية الجسمية : الوسوس والافكار الثابتة والقرحات والاضطرابات
المعدية ، الخ .

تحدث الانفعالات وضروب الحصر تشكيلة طويلة من الامراض
الحديثة . ولكن ما يتسم بالأهمية ليس خطورة السبب الانفعالي وانما هو
السيادة التي يتمتع بها الدماغ . فصدى انفعال من الانفعالات وخطورته
ينجمان ، أبدا ، عن عجز الدماغ ، سيد السيادة حقا .

تقف الحياة الحديثة مكتوفة اليدين حيال توازن الدماغ والجسم . وينتج
عن ذلك أنه لا بد من أن نبذل قصارى جهودنا لكي يتخلص الدماغ من
سائر العناصر التي تسبب له التعب والاضطراب . لقد بينت الخطر
الكبير ، خطر الانفعالات العميقة ، اللاشعورية ، الطويلة الأمد . فالعقد
المشحونة بالانفعالات والكبت تصدر الصف الاول من اعداء الدماغ .

٥ - الكبت

على الرغم من أننا درسنا الكبت في بحث « التحليل النفسي » ،
فاننا نلاحظ الى أي حد تتلاقى تصورات فرويد المبتكرة ، تلاقيا تاما ، مع علم
الاعصاب الحديث . يعيق الكبت انفعالا مؤلما عن بلوغ الشعور ، وبالتالي ،
عن بلوغ القشرة الدماغية . والكبت موجود غالبا في العداوة والعدوانية ،
والغضب ، والحقد ، وتمنيات الموت ، الخ . ويبقى الكبت لاشعوريا ، لذلك
لا نعلم اننا نكبت عاطفة من العواطف ، او ان ما كبتناه لا يمر في ساحة
الشعور الا كما يمر « السهم » ، لكي يكبت آتيا . وجميع العواطف التي
نكبتها مشحونة بالانفعالات الشاقة التي كبتت ، من جهة أخرى ، بسبب
كونها شاقة . ومن المؤكد أن العضوية الانسانية تبحث عن الملائم ، وتفضل
ألا تشعر بما هو غير ملائم . فالكبت يوجه ، اذن ، « سدا » للانفعالات

الشاقة . مثال ذلك : يمكن أن يكون لدى مراهق من المراهقين دافع تحت شعوري بخصوص احد أبويه الذي يحبه ، هو تمنى الموت له . يمر « تمنى الموت » هذا مرور السهم ، ولكنه مشحون بانفعال عنيف . لهذا كان له حظ ونثر في أن يكتب مباشرة .

فماذا يحدث ؟

أولاً — اذا جرت الامور بصورة سوية ، فلا بد لهذه الدوافع ، حتى المؤلمة منها ، من أن تتجه نحو المراكز الدماغية العليا ، نحو الشعور والقشرة الدماغية . ولا بد من أن ينظر اليها المرء ، بعد أن تصل الى القشرة الدماغية ، نظرة واضحة ، ثم يقبلها أو يرفضها بصورة إرادية . وإليكم الشكل الذي يمثل هذا الوضع .

مثال ذلك : يلاحظ مراهق متوازن متوازنا تاما : « بي دافع يتمنى موت شخص أحبه . لماذا كان هذا الدافع موجودا لدي ؟ وعقب أي ظرف تكون ؟ » . ثم انه يستطيع أن يتأكد من أن هذا الدافع اللا ارادي قد تكون عقب معارضة أو ضعيفة ، الخ . ولقد رأينا في بحث « التحليل النفسي » أن أحبا « تمنى الموت » لأخته التي كان عليه أن يقطع دراسته بسببها .



شكل رقم (١٣)

ثانياً — أما اذا جرت الأمور بصورة غير سوية ، فيلاحظ :

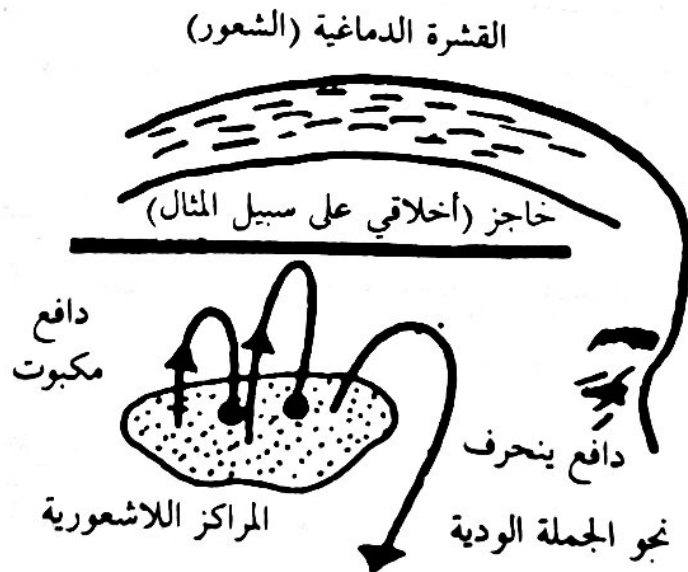
أ — ظهور دافع مضن في المراكز السفلى من الدماغ يميل الى أن يجري كهربائياً نحو القشرة الدماغية .

ب — مواجهة هذا الدافع بـ « حاجز » أخلاقي . فثمة منعكسات شرطية ، لاشعورية ، تحوّل اتجاه المحرّضات العصبية .

ج — عدم بلوغ هذه المحرّضات الكهربائية قشرة الدماغ . فلا يشعر بوجودها الفرد اذن .

د — انحراف هذه المحرّضات انحرافاً قوياً نحو الجملة العصبية الودية التي تعاني تنبئها معزراً .

هـ — بالإضافة الى ذلك ، تستمر السيالة العصبية التي انسدت منفذها الشعوري في الدوران بالدماغ اللاشعوري . وعندئذ تولد دوافع جديدة تكبت بدورها . وهذه الدوافع تولد دوافع جديدة تكبت ، الخ . فينشأ توتر داخلي ، وتصبح الجملة العصبية الودية مضطربة ، ويبدو الحصر والعقد . وتلك بداية ضروب الحصر وبداية الاضطرابات العضوية . واليكم الشكل الذي يمثل هذا الوضع .



شكل رقم (١٤)

ماذا يفعل التحليل النفسي في هذه الحالة ؟ يتيح التحليل النفسي للدوافع المكبوتة أن تصعد نحو القشرة الدماغية والشعور . وتستعيد هذه الدوافع المؤلمة مكانها في سير القشرة الوظائفى الاجمالي .

ان التحليل النفسي يتيح للتابع الضال القوي أن يجد مداره الطبيعي

نحو انسان أكثر انسانية

لا مناص اذن من التركيز ، أكثر فأكثر ودون توقف ، على التوازن والسير الوظائفى الدماغى ، وعلى يسر الدماغ ، وعلى التخلص من العقد التى تخلق الهيجانات اللاشعورية الضارة . ولا بد من التنويه بمعرفة الذات ، والآليات الانسانية ، والآلة الانسانية . ثمة عشرات الالوف من الناس الذين توقعوا على ذواتهم ، وانظروا في عالم شخصى لا يتصلون الى التحرر منه . لقد اثنوا ثنتين على عقدهم ومخاوفهم ، وعلى حصرهم وعدوانيتهم . ولكن ثمة مهمات اكثر نبلا ... ان اليسر الدماغى يتيح للعضوية أن تعمل في اتجاه أهداف أعظم من أن « يقهر » الانسان نفسه او « ينطوي » على ذاته . هناك الآلاف من الاشخاص الذين يحولون ، بالكبت ، أو بالتشنج ، كثيرا من فاعلياتهم الدماغية الشعورية لصالح الانفعالات والامراض .

عصرنا عصر الخوف ، لأن الخوف أصبح منعكسا شرطيا .. تركز قاعدة كثير من التريبات على الهجوم والدفاع . ويسرف الانسان في تعلم كيفية قهر نفسه وتعلم الكبت ، واخفاء افراحه ودوافعه وغضبه باسم اوامر تركز ، غالبا ، على رمل الاعراف العابرة المتحرك ... ويتألم الانسان لأن به عطشا الى شيء آخر ، حتى ولو لم يكن غير الظما الى أن يكون ذاته ، أصيلا ، متحررا مما هو فيه . ألا ينبغي أن نعلم السيادة والابتسامه الداخلية

التي تمنح اليسر ؟ الا ينبغي أن نبين في كل مدرسة وجامعة أن هذا اليسر هو
حصيلة طبيعية لسير وظائف دماغية متناغم ؟ علينا أن نعلم أن ضرباً من الآلة
الكاملة هي نقطة انطلاق كاملة . علينا ، على وجه الخصوص ، أن نكف
عن الاعتقاد بأن « الإرادة » هي نتيجة التشنج والعناد . علينا أن نعلم
بوضوح أن نقطة انطلاق الإرادة الانسانية الواقعية كامنة في التوازن العام ،
توازن الجسم والدماغ . (راجع فصل « الإرادة ») .

ومن المؤكد أن حياة آلة في حالة جيدة لا توصل ، بصورة آلية ، الى
القيم الانسانية . ومع ذلك ، فإن من المعلوم أن « التربة ذات الاستعداد
المسبق » أمر رئيس في ظهور المرض . لماذا لا يكون الأمر كذلك في ظهور
الوضوح ؟ وفي البداية ، أليس الأمر الذي يثير من الاهتمام أكثر مما يثير غيره ،
ألا يتعذب الانسان ؟ ان يشعر بانه في يسر نفسي بحيث تكف المشكلات
الصغيرة أن يكون لها الأهمية ؟ اذ نذر الفكر ، على هذا المنوال ، مفتوحاً
لرؤيات أكثر اتساعاً وأشد عمقاً ؟

ثمة ، بدلا من ذلك ، عشرات الملايين من الوجوه المتشنجة ، عشرات
الملايين من الكبت الانفعالي والعذاب ، من الأمراض ، من الوسواس ، من
الأفكار الثابتة ، من العصاب ، من الاضطرابات المعدية والقلبية ، ومن الناس
الذين يبرمون حول أنفسهم كالحذروف دون أن يعلموا أن ثمة كونا في متناول
أيديهم ..

تلك هي ، في ظني ، انسانية الطب النفسي الجسمي التي آمل أن
أكون قد استطعت ابرازها . فالفكر والجسم يتحدان في مجموعة واحدة
متجهين نحو الهدف الذي ينبغي له أن يكون هدف كل انسان : اليسر
والسلام .

٦ - الولادة دون ألم

ما هي الولادة ؟ الولادة هي أكثر الظواهر اتصافا بأنها طبيعية . وبما أنها طبيعية ، فإن من السوي ألا تسبب أي ألم . ذلكم فيما يتعلق بالمنطق الصرف البسيط .

والآن ، ما الذي أوجد الألم ؟ ثمة ألم بالنسبة اليها عندما يكون لدينا الاحساس الواعي به . ومن الملاحظ ، من جهة أخرى ، أن استجابات الناس على الألم مختلفة الى حد كبير . فبعضهم ذو استجابة شديدة على ألم بسيط ، وبعضهم الآخر ذو استجابة بسيطة على ألم شديد . والقشرة الدماغية ، مركز الشعور ، تمنح الاحساس بالألم . وتلك هي نقطة أولى .

والنقطة الثانية : اذا كان الاحساس بالألم مرتبط بقشرة الدماغ ، فإنه يقبل التعديل بفعل هذه القشرة الدماغية ذاتها . ذلك انما هو المنطق الصرف .. والأمر ، من الناحية العملية ، على هذا النحو تماما .

نحن نعلم أن المهاد مركز الحياة الغريزية والانفعالات . فكل احساس بالألم مصحوب بانفعال . ونحن نعلم أيضا ، ومن لم يعان ذلك لدى طبيب الأسنان !، أن الفرع يعزز الألم ، ولكن الهدوء والاسترخاء يقللان من الاحساس بالألم .

كيف يمكن استبعاد الألم ؟ أولا ، بتنويم القشرة الدماغية ، بوساطة التخدير مثلا . فالألم ، في هذه الحالة ، موجود ، ولكن الاحساس بهذا الألم لا يبلغ الدماغ الاعلى . وعلى هذا النحو ، انما تنعدم استجابة بعض المصابين بالمستيريا على آلام مبرحة في الحالة السوية . وعلة ذلك أن قشرتهم الدماغية مكفوفة بصورة طبيعية . فهي تكشف عن « مناطق غير حساسة » يمكن

التكيل بها دون أن يبدي المستيري أدنى استجابة . ثمة ، في الحقيقة ، تخدير طبيعي بفعل سير وظائف سيء لقشرة الدماغ .

ما يحدث في الولادة دون ألم هو العكس . فبدلاً من أن نخدر الشعور ، نزيده . نحن نعلم أن للقشرة الدماغية دوراً كبيراً : فهي « تكبح » الاستجابات الانفعالية . ولقد تكلمت على اليسر الدماغى الذى لا يتيح للانفعال أن يظهر أو يتيح له أن يظهر في حده الأدنى . ويستبين في الحال أن بوسع السير الوظائفى الدماغى الجيد أن « يكبح » الألم ... بما أن القشرة الدماغية تكبح الانفعال .

تعلّم الولادة دون ألم ، اذن ، أن نزيد من الشعور واليسر . وعلى هذا النحو ، فإن المرأة ، بادية ذي بدء ، تتجنب الخوف الذى يعزز الانفعال . فآلم الولادة ، على الأغلب ، مرتكز على منعكس شرطى هو الخوف من العذاب . واذن ، نحقق المنعكس المعاكس . وتصبح المرأة مقتنعة بالسمة الطبيعية للولادة وبأنها دون ألم . فلا بد من أن تخضع الى تدريب يخلق المنعكس . يضاف الى هذا أن تدريبها يتم بوساطة ضرب من التقنية التنفسية والبطنية التى تضمن سير الولادة سيرا ممتازا .

ماذا يحدث عندئذ ؟ لا تعاني المرأة ولادتها معاناة سلبية مصحوبة بالانفعال ، بل توجهها توجيهها واعيا دون انفعال يسبب الاضطراب . وذلك بين شيئا مفاده أن منشأ آلام الولادة ، في أغلب الأحيان ، هو انعدام اليسر الدماغى ..

ألا نرى ، مرة أخرى اضافة الى ما رأيناه ، ما لليسر الدماغى من سلطة عجيبة على الجسم برمته ؟

٧ - الطب النفسي الجسدي والهستيريا^(١)

أنني أتكلم من جديد على هذا المرض لأنه يبين بوضوح سلطة الدماغ على العضوية ، ويقدم مثالا نموذجيا عن العلاقات بين « النفس » و« الجسم » . فالهستيريا تكشف عن الاعراض العضوية ، العضلية والنفسية ، الأكثر تنوعا . يضاف الى هذا أن الشخص الهستيريا شخص يقبل الايحاء الى الحد الأقصى . فما سبب كل هذا ؟ سببه سير وظائف دماغ سيء .

لا وجود لحالة هستيرية واحدة ، بل ثمة تشكيلة طويلة من الحالات ، كما هو الأمر في كل شيء ، تتدرج من الهستيريا البسيطة الى الهستيريا الشديدة . ولا يثير أي مزاج هستيري نوبات . فثمة بعض الهستيريين الذين يقضون حياتهم بطولها دون أن يبدو عليهم أي مظهر يتصف بالمغالاة . والمزاج الهستيريا ، قبل كل شيء ، مزاج عطوب ، وفي السير الوظائف الدماغي خلل ، والشعور والارادة منعدمان عمليا . ولهذا انما كان من السهولة بمكان أن نجعل الاشخاص الهستيريين يفكرون ويتصرفون بالايحاء وأن نومهم تنوعا مغناطيسيا .

اذن ، فما أن يصبح السير الوظائف الدماغي سيئا (وهذا انما هو السبب الذي جعلني أتكلم على الهستيريا هنا) ، حتى يجد الانسان السوي جدا نفسه في ظروف مماثلة ، على وجه التقريب ، لظروف الهستيريا . وتبدو سلطة الايحاء . وتشرع المراكز العصبية اللاشعورية في التأثير فيه بقوة أشد ، ما دام كبح القشرة الدماغية يضعف . وذلك ما يحدث كثيرا في الانفعالات ، كالخوف ، والفرع ، والخوف المرضي ، والفحوص ، ونوبة الخجل ، والغضب ، الخ . فهذه الانفعالات تفسد السير الوظائف الدماغي ،

(١) - درسنا الهستيريا من قبل . انظر فهرس المادة .

وتفتح الطريق الى المجال اللاشعوري . ولهذا كان من المفيد فحص المبالغة في سائر هذه الحالات التي تعرضها الهستيريا الشديدة .

وبما أننا نعلم أن الدماغ يعمل بحركة عجيبة من التراكيب بين العصبونات ، وأن هذه العصبونات تتحد بالمنعكسات الشرطية ، فإننا نفهم اذن ، أفضل الفهم ، دور الايحاء . فلتبق اذن في مجال الهستيريا حيث تصل قابلية الايحاء الى اقصى حدودها .

٨ - الايحاء والتنويم المغناطيسي^(١)

لنتذكر أن الدماغ الشعوري ذو علاقة دائمة بالمراكز اللاشعورية الموجودة في قاعدة الدماغ (منطقة المهاد) . زد على ذلك أن منطقة المهاد هذه متصلة بالاحشاء والاعضاء والجلد والدماغ ، الخ . وهذا يبين الى أي حد يمكن أن يكون الايحاء قويا ، والى أي حد يمكن أن يمس أي مواطن من مواطن الجسم . فماذا يعني أن نجعل الشخص يفكر أو يتصرف بالايحاء ؟ ذلك انما يعني خلق منعكس شرطي جديد ، وبالتالي خلق ارتباط جديد بين العصبونات ، ولكن دون أن يكون بوسع منعكس موجود من قبل أن يعارضه . فاذا قلنا لشخص نائم نوما مغناطيسيا : « أنت في خوف شديد » ، ازدادت ضربات قلبه . والسبب في ذلك هو أن هذا الايحاء قد خلق منعكس خوف : أحدث الانفعال تسارع ضربات القلب .

ولكن لماذا يقبل هذا الايحاء مباشرة ؟

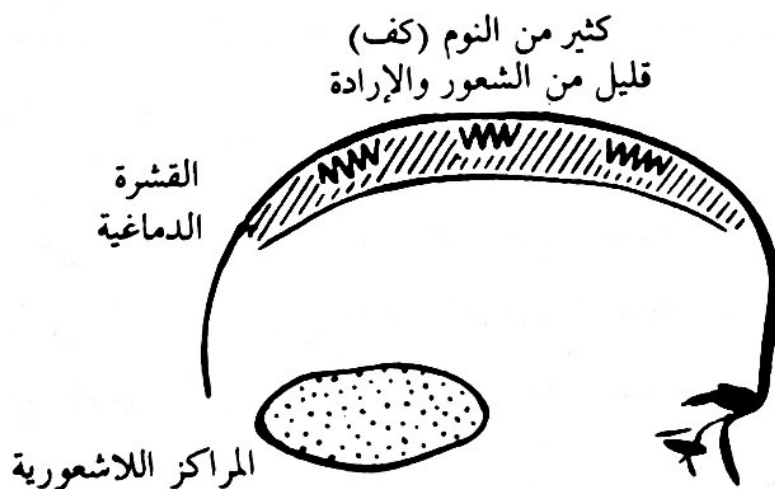
ومن الضروري بالتأكيد أن تكون ساحة الشعور ضيقة حتى لا تقوم معارضة في وجه الايحاء . ولهذا تتصف الادمغة الضعيفة والمتعبة بانها تتأثر على نحو خاص بالايحاء . وسائر أدمغة المصابين بالعصاب تتأثر بالايحاء ،

(١) - لقد درسنا الايحاء من قبل .

وكذلك الأدمغة المضطربة نتيجة الهموم والارهاق والانفعالات المتكررة والعقد ،
 الخ . فاذا قلنا لخجول في ذروة وجله : « أنت مصفر كل الاصفرار » ،
 حدث له ما أوحينا اليه به . ذلك أن قشرته الدماغية التي شوشها الانفعال ،
 تذر الإيحاء يمر دون أن تبدي اي مقاومة له . يضاف الى هذا أن الإيحاء يعزز
 انفعاله الذي تتضاءل سيادة القشرة الدماغية عليه شيئاً فشيئاً ، ويخلف هذا
 الإيحاء ، عن طريق المهاد والجملة الودية ، دون أي حاجز ، شتى الاعراض ،
 كالأحمرار ، والاصفرار ، والارتجاف ، والهرب ، والهجوم ، والجلجلة ، وفقد
 الصوت ، والخرس ، الخ ... فهلا نتصور الى أي حد يُعتبر سير القشرة
 الدماغية الوظائف المتناغم أمراً جوهرياً ؟

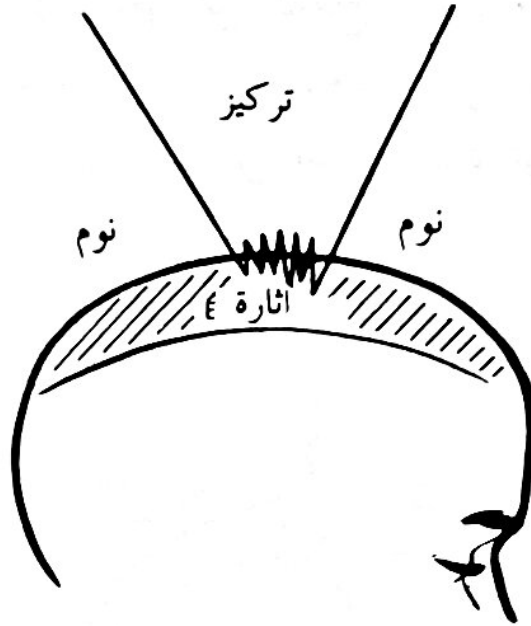
الانفعال ، اذن ، عامل من عوامل الإيحاء ، لأنه عامل من عوامل
 الاضطراب الدماغى . ذلك انما هو ما يحدث في الحركات الكبرى الوطنية
 والدينية والسحرية ، الخ ، لدى الجمهور . وعندئذ ، قد يجذب إيحاء قائد
 سياسى جمهوراً بأكمله ...

اليكم الآن رسماً تخطيطياً يبين سير الإيحاء الذي يمارس في التنويم
 المغناطيسى على شخص ذى مزاج هستيرى .



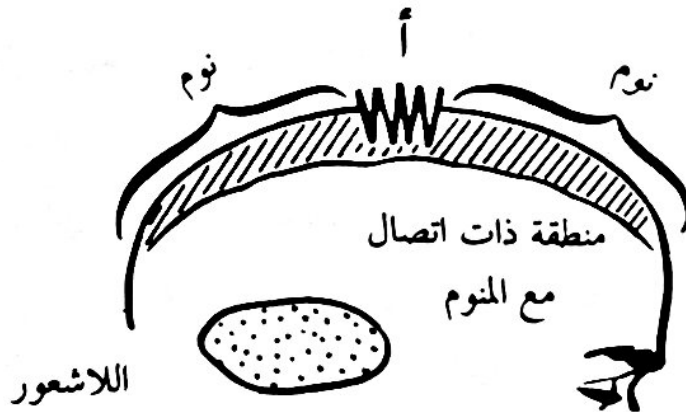
شكل رقم (١٥)

— يمثل هذا الرسم التخطيطي دماغا هستيريا في الحالة الطبيعية ،
ويلاحظ كثير من الكف (نوم) ، وقليل من الشعور . ثمة ، اذن ، سير
وظائفي دماغي سيء يترك المكان مفتوحا لمجال اللاشعور الواسع .



شكل رقم (١٦)

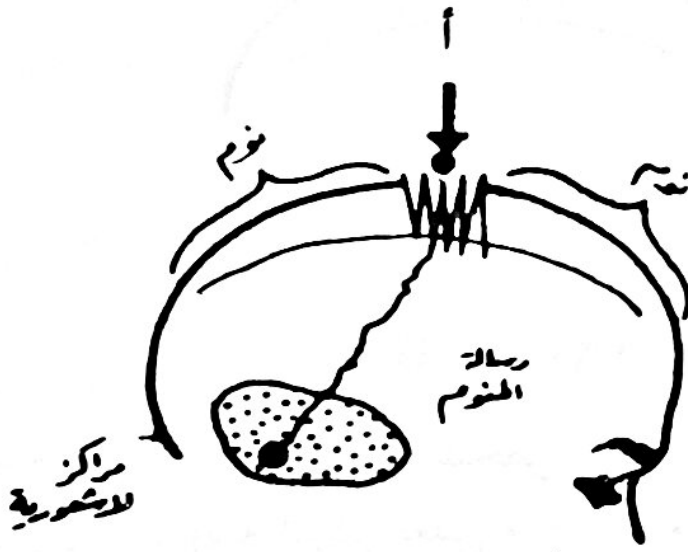
— والمنوم المغناطيسي يجعل الشخص النائم يركز انتباهه بوساطة تقنيات
خاصة كما رأينا^(١) . وينبه التركيز بعض مناطق الدماغ تنبها شديدا ، ويجمّد
المناطق الاخرى بصورة آلية . يضاف الى هذا أن التركيز يسبب تعب المراكز
التي نبهت ، الأمر الذي يعزز الكف أيضا ، فتضيق ساحة الشعور تدريجيا .



شكل رقم (١٧)

(١) — انظر « تنوم مغناطيسي » و« تركيز » في فهرس المادة .

يتجمّع الجزء اليقظ من الشعور في نقطة التركيز (أ) . وتلك الحالة شبيهة على وجه الدقة بحالة الطالب المنهك الذي يستمر في تركيز انتباهه على مسألة من المسائل . وما تبقى من الدماغ يرقد ، ولا يبذل أي مقاومة . فنقطة التركيز أ ، اذن ، هي النقطة الوحيدة التي تلبث على اتصال بالمنوم المغناطيسي . وليس ثمة اي نقطة من الدماغ قادرة على أن تتصدى لما يقوله المنوم المغناطيسي .



شكل رقم (١٨)

يقول المنوم المغناطيسي شيئاً أو يأمر به . « شللك سيزول » ، على سبيل المثال ، أو « جلدك سيحمر » . هذه العبارة ، اذن ، هي رسالة تودع في النقطة أ ، أي في النقطة الشعورية ذات الصلة بالمنوم . فتمر هذه الرسالة مباشرة ، بالوسائل العصبية طبعاً ، الى المراكز العصبية اللاشعورية . وتصبح ، بالنسبة الى النائم ، رسالة شخصية ووجدانية . وذلك أمر طبيعي ما دامت تمر في مراكزه العصبية الخاصة . واذا كان بوسعي أن أجازف بمقارنة ، فان ذلك ضرب من « النقل العصبي » . فما يقوله المنوم يصبح اعتقاداً راسخاً لدى النائم ، مثلما أن الدم الغريب يصبح الدم الشخصي لفرد يخضع لنقل الدم .



شكل رقم (١٩)

بعد اليقظة : الرسالة الموجودة في اللاشعور « تصعد الى السطح » .
 فينفذ الشخص الذي كان نائما ما أمر به من الأفعال . ومن المؤكد أنه
 يجهل أن هذا الفعل قد أمر به المنوم ، وهو ينظر اليه بوصفه صادرا عنه .
 وذلك أمر طبيعي ، وأقول قولي هذا مرة أخرى : لقد خلقت الرسالة
 ارتباطات في العصبونات لدى النائم ، وبالتالي منعكسات شرطية .

☆ نحن نرى الآن كيف أن الاشخاص « المحشوين بالعقد » يتبعون
 الآلية ذاتها . انهم يعتقدون أنهم يتصرفون بصورة ارادية ، في حين أنهم
 يقتضرون على الخضوع الى الاندفاعات التي تصدر عن هذه العقد .

٩ - العلاج النفسي الجسدي

أساس كل علاج نفسي جسدي أن تؤخذ شخصية المريض الكاملة
 بالحسبان . وهذا ما يتيح ، بادى ذي بدء ، تجنب بعض القصص المألوفة في
 « التحول » : يختفي الشرى الذي أصيب به أحد الاشخاص ، ولكنه يعاني
 الربو بعد زمن قصير . ثم يختفي الربو ليظهر وسواس خطير . وما أن يزول
 الوسواس حتى يظهر التهاب القولون ، الخ .

جميع هذه الأعراض هي ، تقريبا ، آثار متموضعة لمرض شامل ، أي
 لاضطراب اجمالي في الشخصية .

يتعذر اعطاء علاج نفسي جسيمي « واحد » ما دام الهدف الذي ينبغي السعي اليه هو ايجاد التوازن الكلي مجدداً لشخصية مشوهة .

من البدهي أن ينصب علاج الطب النفسي الجسيمي على العرض مباشرة . فالعلاج الاول مرتبط بهذا العرض ، سواء كان قرحة ، كسرا ، أم وسواسا .

بيد أن العلاج ينبغي له أن يواجه ، فيما بعد ، جميع الأمور دفعة واحدة . فمن الضروري ، لشفاء عضو مريض ، أن تتوقف التأثيرات العصبية السيئة ، علة عدم توازنه . ان دور الدماغ وعدم التوازن الودي أساسيان في العلاج النفسي الجسيمي . ولا يشرف الدماغ على عدم التوازن العصبي اشرافا مباشرا ، ولكنه هو الجاني على الغالب ، بالانفعالات ، بالمنعكسات الشرطية ، بضروب الكبت ، بالعقد ، الخ . ويلعب الدماغ لعبته المتقنة السرية ، المؤاتية ان كان في حالة جيدة والمؤذية ان كان تناغمه مضطربا .

يعرف الطب النفسي الجسيمي أن للدماغ تأثيرا غير مباشر على العضو المريض ، ولا ينسى أبدا أن أي شخص يتصرف دائما بكلية عضويته .

سأين الآن بعض التقنيات التي تشكل جزءا من العلاج النفسي الجسيمي . ثمة ، بالطبع ، عشرات من التقنيات الاخرى . فالتقنيات تختلف وفاقاً لمنطق المرض ، وشخصية كل فرد ومزاجه . ينبغي للطبيب أن يتابع المريض حتى مراحلها الاخيرة بغية الرجوع الى العلة الواقعية . ومن بعد ذلك ينصهر الطب وعلم النفس في وحدة واحدة . فالتقنيات التي سأبينها اذن ليست سوى تقنيات « مساعدة » يعرفها ، على الغالب ، جمهور واسع من الناس .

ففيما يتعلق بالخطوات الاولى نحو الاصلاح ، العقاقير لا تنقصنا ...
ثمة عدد كبير من المقويات العامة ، والمقويات العصبية ، والمهدئات ،

والمنبهات . انها ، اذن ، علاج تمهيدي يُعطى قبل التطبيق العام للطب النفسي الجسدي .

وثمة أيضا عقاقير ذات قيمة كبيرة جدا ، المسكنات .

أ - المسكنات .

ما هو تأثير المسكنات ؟ من المعروف أن الجملة العصبية الودية تنظم التناغم العضوي وتتيح التكيف مع الملايين من ظروف الحياة . غير أن الجملة الودية تتجاوز هدفها في بعض الحالات ، كالانفعال والاضطرابات الدماغية ، الخ . فيؤول الامر الى الاثارة الودية . وعندئذ تتصرف هذه الجملة العصبية تصرفا معاكسا ، فتثير الخلل بدلا من أن تثير الانسجام ، وتسبب العديد من الامراض الوظيفية ، كالعصبية العظمى من الاضطرابات العضوية أو الدماغية التي يعانها « العصبون » ، أو التشرجية ، كالقرحة مثلا ، أو ذات الآفات الخطيرة جدا في الكليتين والكبد والامعاء الخ . لقد أصبح صديق الانسان الحميم عدوه القاتل أحيانا ..

ولا بد من ايقاف عمل الجاني في هذه الحالة . وعندئذ انما تتدخل المسكنات ، فتوقف تأثير العصب الودي الضار : الامر الذي يعد احيانا من حسن الحظ الكبير اذا علمنا بأن الاثارة العنيفة للألياف العصبية الودية قد تؤدي الى الموت .^١ وما تأثير المسكنات على الامراض « الوظيفية » ؟ إن المسكنات تزيل الاضطرابات الاعاشية ، وتريح القشرة الدماغية اذ تزيل الحصر .. ألا يسميها الناس « أقراص السعادة » ؟

اليكم المسكنات الرئيسية :

أشهر المسكنات هي Argactyl أو Chlorpromazine . انه يجلب ، في الحالات الوظيفية ، عدم الاكتراث ، ورغد العيش ، وزوال القلق . وهو في الحالات الخطيرة يمنع الآفات الناشئة عن اثاره الجملة الودية .

هناك أيضا L' Atarax أو Le Serpasil, La Covotine,

Hydropisine أو Le Mératron, Réserpine.

لقد أثبتت المسكنات قيمتها في المجال الودي ، وبالتالي في المجال
السيكولوجي . ولكن استخدامها في الطب النفسي الجسمي استخدام وقتي ،
بما أن كل شيء مرتبط بالغاء السبب الأول . زد على ذلك أن « أقراص
السعادة » هذه « تشوه » الشخصية ما دامت تفصلها عن جملتها العصبية
الودية . ومن المسلم به وجوب استعمال المسكنات تحت رقابة طبية دقيقة
جدا .

ب - العقاقير المنومة

الأرق عذاب منتشر انتشار التعب ، ويظهر في عدد كبير من الحالات
(انظر ، أرق ، في معجم المادة) . ثمة بعض المواد الكيماوية التي تتصف
بتأثيرها المهدىء . فهي ، اذن ، تتيح ظهور النوم الطبيعي أو تسبب ضربا
من السبات الذي يمكن تنظيمه حسب مشيئتنا . وهناك المئات من المنتجات
الكيماوية المعدة للمساعدة على النوم . فالنومات الباريتورية مشهورة . وقد
تكون معينة ثمينا اذا ما أخذت بجرعة ضعيفة ، شريطة أن يصفها طبيب .
فان كان استعمال النومات استعمالا مؤقتا ، كان كل شيء على ما يرام .
وعندئذ تكون مخصصة لمساعدة العلاج النفسي الجسمي ، اذ تتيح للجسم أن
يستعيد قواه بالنوم . ومع الاسف ، فان الكثير من الناس قد اعتادوا على
هذه المنومات الباريتورية . وعلينا ألا ننسى أنها سموم خطيرة تلتف الجملة
العصبية ، ويمكن أن تقود الى الباريتورية (انظر هذا المصطلح في المعجم) .
ولا أستطيع ، اذن ، الا أن أنصح هنا بالاحتراس الكبير والامثال التام لرأي
الطبيب .

ج - المعالجة الطويلة بالنوم

تطبق هذه المعالجة في مؤسسات متخصصة . وتقوم على أن يوضع الفرد في حالة قريبة جدا من النوم الطبيعي . تستخدم العقاقير المنومة في هذه المعالجة كما يتم تهيئة جو هادى ومظلم . وقد يكون للمعالجة الطويلة بالنوم نتائج تثير الانتباه ، شريطة الا يغيب العامل السيكولوجي عن البال . وغاية المعالجة الطويلة اصلاح الخلل الدماغى والودي ، وبالتالي استبعاد الاضطرابات الناجمة عنه . لقد تم الحصول على نتائج ممتازة في بعض أنواع القرحة ، وفي الربو ، وبعض ضروب الرثية (الروماتيزم) والشقيقة ، الخ .

تختلف المعالجة الطويلة وفاقا للمؤسسات . ويدوم النوم ، غالبا ، عشرين ساعة يوميا ، تتخللها فترات من الانقطاع للعناية الصحية والتغذية . أما مدة المعالجة ، فقد تستمر ما يقارب عشرين يوما .

لقد قلت إن الغلبة للعامل السيكولوجي . ومن الضروري ، على الغالب ، أن يستفاد من حالة ما قبل النوم لاجراء عمل نفسي يستهدف المراكز اللاشعورية الموجودة في قاعدة الدماغ . (ومن المؤكد أن هذا ما يُنصح به اذا كان منطلق المرض نفسيا) . ونحن نبلغ الايحاء عميقا في هذه الحالة ... ذلك أن رسالات الايحاء تبلغ المراكز العصبية اللاشعورية مباشرة بما أن القشرة الدماغية هي « خارج الدارة » من الناحية العملية . وعلى هذا المنوال فاننا ندرك التحليل بالتخدير الذي درسناه من قبل بكل ما قد يترتب عليه من نتائج ممتازة .

د - الصدمة الكهربائية

والمقصود بالصدمة الكهربائية طريقة لا تزال اختبارية ، قاسية ، وفي استخدامها اسراف واقعي . ومع ذلك ، فإنها تعطي نتائج ممتازة في بعض الحالات ، كالسوداوية على سبيل المثال .

كيف يتم استعمال الصدمة الكهربائية ؟ يتم تمرير تيار كهربائي شديد في الدماغ خلال فترة قصيرة جدا . وعلى العموم ، فان زمن مرور التيار محدود بين عشر الثانية والثانية . أما الفولتاج ، فما بين ٨٠ الى ١٥٠ فولت . ويحدث التيار سباتا مثيرا للاختلاج . فالقشرة الدماغية راقدة . أما بعض المراكز الاخرى الاكثر سطحية ، فهي في حالة تنبيه .

تولد الصدمة الكهربائية اختلاجات وتنبيهها في العصب الودي . وفقدان الشعور آني . وثمة نوبة من الصرع تنطلق . أما الصدى الهرموني والودي ، فعنيف . ويبدو أن الصدمات تؤثر على المراكز العصبية الكائنة في اسفل الدماغ على وجه الخصوص . فكل شيء يجري كما لو أن الصدمة تسبب انحلال الحياة النفسية ، ثم اعادة تكوينها، والاستيقاظ تدريجي . وعندئذ يجد المريض نفسه في حالة من الخلط العقلي وفقدان الذاكرة . وهذه الاضطرابات تختفي دون أن تترك أثرا. فاذا كانت الصدمة الكهربائية تؤثر على المراكز السفلى من الدماغ ، فانها تؤثر على تنظيم الشعور والوجدانية . وصداها الهرموني والودي هام . لقد أمكن ملاحظة بعض التشابه بين للصدمة الكهربائية والصدمة الانفعالية . وعلينا ألا ننسى أنه ان كان بوسع الصدمة الانفعالية أن تخلق اضطرابات خطيرة ، فان بوسعها أيضا أن تشفيها .

لا جرم أن الصدمة الكهربائية تخلف ، في بعض الاحيان ، نتائج سعيدة . فالجانب السيكولوجي هام جدا ، وبخاصة في اعداد المريض الذي يتعرض حصره الى أن يكون شديدا .. واذا كانت الصدمة الكهربائية لا تترك بصمات ، فليس الامر على هذا النحو فيما يتعلق بهذا الحصر الذي يخلف آثارا عميقة بصورة مرعبة ... فلا مندوحة ، اذن ، من أن نقاوم بشدة تلك الصددمات الكهربائية التي تستعمل خفية ودون إعداد الفرد إعدادا سيكولوجيا . ومع ذلك ، لم ينس مشاهير أطباء الأمراض النفسية أن يلفتوا الانتباه الى ذلك بقوة .

ان علم النفس ، علاوة على ذلك ، يستطيع تقديم العون ، بصورة اساسية ، في اعادة بناء الحياة النفسية بناء سويا . فالمرضى يستيقظ في حالة من نصف الوعي تناسب ، على وجه الخصوص ، تحليل اللاشعور والايحاء عمقيا .

لقد تم البحث عن بعض البدائل للصدمة الكهربائية : مثال ذلك ، المرور المستمر لتيارات كهربائية خاصة تسبب تخديرا ذا آثار صرعية أضعف بكثير من آثار الصدمات الكهربائية . أضف الى ذلك أن بالامكان تقليل الاختلاجات بالكورار^(١) ، وازالة الحصر الاولي بتنويم الفرد قبل اجراء الصدمة الكهربائية .

هـ - الانسولين

ان منفريد ساكل Manfred Sakel ، من فيينا ، أول من حاول استعمال الانسولين في علاج الامراض النفسية ، وبخاصة الفصام . وقد انتشرت هذه التقنية انتشارا سريعا على الرغم من سميتها الاختبارية . انها تقوم على الحقن بالانسولين الذي يخفض نسبة السكر في الدم حقنا ذا جرعات قوية . ويتم الحقن ، على وجه العموم ، صباحا على الريق . وبعد ساعتين أو ثلاث من الحقن ، يبدي المريض نوبات من التعرق الغزير ، والدوار ، وضربات القلب . ثم يدخل في سبات يقال له « السبات الانسوليني » الذي يُترك فيه خلال زمن يمتد من ساعة الى ساعتين بصورة عامة . ثم يتم ايقاظه باعطائه السكر ، اما عن طريق الشرايين ، واما عن طريق المعدة . فيستيقظ المريض بسرعة . وبالنظر الى الحوادث التي يمكن أن تنشأ ، حوادث ذات علاقة

(١) - الكورار Curare سم نباتي ضارب الى السمرة ، مستخرج من مختلف النباتات المسماة ستركنوس Strychnos ، يستخدمه هنود أمريكا الجنوبية الاستوائية في تسميم سهامهم . « م » .

بالقلب والتنفس والحرارة ، الخ ، فان مثل هذا العلاج لا يمكن أن يتم الا في العيادة ، وتحت مراقبة دائمة .

يعطي الانسولين أفضل النتائج في الفصام والهوس الاكتئابي والخلط العقلي :

ينبغي لنا اذن أن نعتبر هذا العدد القليل من طرائق العلاج بمثابة معالم لا أكثر . فاذا كان الدرب طويلا ، منطلقا من الصحة ومارا بالامراض الوظيفية والعصاب ليغوص في الذهان والآفات العضوية ، أدركنا أن مئات من طرائق العلاج تؤرّفه .

وتتعرض بتواضع هذا الضروب من العلاج ، بدورها ، الى آلاف الاسباب الممكنة .. كالسّمين الجرثومي ، والاضطرابات النفسية ذات المنشأ الانتاني. أو السيكلوجي ، والاضطرابات في افرازات الغدد الصماء او الاضطرابات الوجدانية ، والآفات الناجمة عن الاثارة الودية بفعل الكبت ..

والخلاصة

أظن أن أي شخص لا يعلن بأن الطب النفسي الجسمي حل سهل .. تلکم هي فكرة الخبير بالعلاج الثابتة : أن يفهم الانسان في جملته ، أن نفهمه في ركام تأثيراته النفسية على جسمه ، وبالعكس . ان الشخصية برمتها انما هي التي ينبغي النظر اليها في الصحة كما في المرض ... والطب النفسي الجسمي ينظر الى الشخص من خلال مشكلات الانتان الكبرى والتسمم والآليات ذات العلاقة بالمزاج وافرازات الغدد الصم والجملعة العصبية ، ومن خلال الانفعالات وضروب الكبت والصراعات الاجتماعية .

المهمة واسعة ، ولكنها ممتعة ونبيلة !

١٠ - الانهك العصبي

مهما تكن أسباب مرض من الامراض ، فان هذه الاسباب تؤثر ، على الاغلب ، بفضل الانهك العصبي الذي يولد انخفاضاً في « التوتر السيكولوجي » . فيصبح الانسان عاجزاً عن أن « يؤلف » بين الحوادث ، و« يصاب » بالتوابع النفسية التي تتصف بأنها قاسية على الغالب وبأنها عوامل اضطراب .

ويسر الارادة مرهون بهذا التوتر السيكولوجي . ولولاه لاختفت الارادة لتهيء مكاناً للعجز الارادي ، أو للارادة المتشنجة ... التي ليست من الارادة في شيء ، كما قلت من قبل ، وسأكرره أيضاً نظراً لأهمية المشكلة . إن تلاشي هذا التوتر السيكولوجي سهّل على القوى تحت الشعور أن تتقدم القوى الشعورية ، وتحررت الآليات الغريزية والوجدانية ، وفقد الشخص « رقابته على الذات » . أضف الى ذلك أن الشخص يصبح ميداناً مثالياً لهجوم الجرائم ، وهجوم أعداء من النوع السيكولوجي أو الجسمي .

١١ - توسيع الشعور

ليس توسيع الشعور شعار تهذيب ، فلتطمئن القلوب ، وإنما هو امكان حيوي في تناول كل فرد . بل يصبح ذلك واجبا منذ أن يفهمه الانسان . تستهويننا الرغبة في أن نقول ازاء كثير من الموجودات الانسانية : « انه لخسارة » ... خسارة أن تخنقهم الظروف الكثيرة التي توصلد على امكاناتهم بابا . خسارة أن يرى المرء كثيراً من الناس تقودهم القوى تحت الشعورية ، تقودهم عقدهم وضروب كبتهم وعدوانيتهم وبحثهم عن التعويض ... هؤلاء الاشخاص لا يحيون حياتهم ، بل تستولي عليهم لاحداث . ان مثلهم كمثل الحصاة التي يمر عليها نهر واسع .

علينا ألا ننسى بأن « الشعور » يعمل ، لدى كثير من الناس ، عملاً ضئيلاً جداً إذا ما قورن بنشاط « اللاشعور » الدائب .

وليس ذلك في حد ذاته شيئاً لو كانت المنطقتان متفاهمتين تفاهماً ودياً ، إذ تتبادلان رسائل غير مؤذية . ولكن ، وأسفاه ! ، لا مناص من أن يتخلى المرء عن أوهامه أمام الواقع .

لنتخيل هذه القوى وجهاً لوجه . ثمّة ، من جهة ، تحت الشعور القوي المتلبد في الظلام . ومن الجهة الأخرى ، ثمّة الشعور الذي يمكن أن يكون واسعاً ، عميقاً ، صافياً ... ولكن لماذا يعوز اليسر والسيادة الدماغيين آلاف الناس ؟ لماذا كان كثير من الأشخاص فريسة قوى توجيههم ؟ لا بد لهذا السبب من أن يكون من القوة بما كان حتى يحدث مثل هذا الدمار ! وهو ، في الواقع ، كذلك ، فبنية المجتمع كلها إنما هي التي ينبغي لها أن تكون موضع النظر ...

علينا أن نعيد النظر في جميع المشكلات التي تثير العصاب والأمراض : مشكلات عائلية ، دينية ، جنسية ، ينبغي لنا النظر إليها بسعة الفكر والفهم اللذين تستحقهما . إن مآلها ، على الغالب ، أخلاق ضيقة كاللباس القديم . فكيف نعجب إذا سببت المخاوف والتشنجات والوساوس والاضطرابات العصبية . ففي اليوم الذي يفحص فيه الناس هذه المشكلات ليجدوا فيها جواباً واضحاً ، بدلاً من كتبها انفعالياً في لاشعورهم ، يُقضى على الآلاف من العصاب والأمراض وكأنها أشجار نخرة .

أردد ما كنت قد قلته آنفاً : ليس ثمّة من إمكان للسيادة ولا للصحة دون أن تقوم علاقة متناغمة بين الانفعالية والغريزة والشعور . فقوام المهمة ، إذن ، أن نستخدم كل شيء حتى تكون على وفاق ، بدلاً من أن نبقى في حالة من الحرب الباردة . فاذا لاحظنا « إنساناً يعاني الكبت » ،

ماذا يمكن أن تكون عليه سعة شعوره ما دام لا يصعد نحوه أي شيء بسبب ما يمارسه من الكبت ؟ كل المحرضات الكهربائية تصطدم بحاجز ، وكل ما يراه هذا الانسان مشوه ، لأن كل شيء يستند الى كبتة وحصره وعقده .

١١ - فلسفة الطب النفسي الجسمي أبدأ حياة جديدة

اني أبدأ حياة جديدة ، عبارة سمعتها تتردد في كثير من الاحيان ، يصاحبها الفرح الذي نتوقه . انها عبارة تلخص فلسفة الطب النفسي الجسمي .

أن يكون تعليم الوضوح واللاكبت واليسر الازادي عاما ، ذلك أمر لا أعتقد أننا ينبغي لنا أن نتركه للمستقبل . ولهذا كان من الملح أن ينكب الباحثون ، أفراداً وجماعات ، على أنفسهم يعملون كيما يكون بمقدورهم أن يقذفوا حولهم بشمرة جهودهم . فهل الانسان ، كما يبدو ، محشو بالتناقضات ؟ ان ذلك لباطل ما بعده باطل . فالانسان الحقيقي تناغم وتوازن . واذا ظهرت بعض التناقضات المضارة فيه ، فذلك انما تفرض عليه بفعل حركة من المنعكسات الشرطية .

لا يستطيع الانسان ذو تحت الشعور القوي أن يمنع تأثيره الآلي . ومن البدهي أن تنصب ممارسة هذا التأثير على جميع أفعاله ضررا عليه وعلى الآخرين ... ومع ذلك ، فهو يعتقد بأنه على حال من « الوعي » ، يشتغل ، ويضحك ، ويبكي ، ويتكلم ، ويحتاج ، ويسافر ...

ولكننا اذا ما اطلعنا على عالمه الداخلي ، رأينا أنه في وضع شبيه ، على وجه التقريب ، بوضع النائم ليلا . ومع ذلك ، ثمة هذا الفارق بينهما : لا يستطيع أن يتصرف في أثناء المنام ، في حين أن نتيجة أفعاله وأفكاره خلال « نوم » النهار انعكاسات واسعة ... ان تصرفات تحت شعوره القوية تجعل

منه « سائرا في نومه » يجهل نفسه ... وتستمر هذه الحالة الى اليوم الذي يكتشف فيه ، اذا كان قد عمل على « أن يصبح واعيا » ، عالما من الضياء والتوازن ، عالما ما كان بوسعه أبدا أن يتخيله .. مثله ، عندئذ ، كممثل رجل عانى الانقباضات طوال سنين ، ولكنه انتصب يوما من الايام وتنفس بملء رئتيه لأول مرة في حياته .

الامكانيات الانسانية ليست ذات حدود . لذلك تجد انسانية الطب النفسي الجسمي نفسها أمام مشكلات الصحة الفردية والاجتماعية .

أضف الى ذلك أن هذه الرؤية رؤية وقائية لمواجهة حضارة تخلق ضروبا من عدم التوازن . فليست المسألة ، اطلاقا ، أن نهدم مجتمعنا الراهن ، بل على العكس من ذلك ! لقد حصلنا في هذا المجتمع الحديث على كل شيء ... وانما المقصود ألا نتعرض الى الخطر ، وذلك بفضل دماغ وجسم يعملان بكليةتهما .

أليس من المؤسف أن يكون في حوزة الانسان مساحة من الشعور والصحة على هذه السعة ليتها بوارا ؟

الفصل السابع
دراسة الطبّاع

دراسة الطباع

ثمة رجل أمامي . من يكون هذا الرجل ؟ ما واقعه البعيد؟ هل هو حقاً كما يبدو لنا؟ ما مزاجه؟ هل هو متوازن، منظم، مصاب بالكبت ، سلطوي ، اندفاعي ، عدواني ؟ ما السر الذي يمثله هذا الرجل ؟

المقصود ، اذن ، أن يُدرس طبعه وتشوّهات هذا الطبع ذاته . ولدراسته ، هناك وسيلتان يمكن استخدامهما وفاقاً للهدف المنشود . الوسيلة الأولى ، ضرب من علم نفس الأعماق ، كالتحليل النفسي على سبيل المثال . وتلك انما هي طريقة مثالية ، لكن تطبيقها يتطلب بعض الوقت .

غير أنه قد يحدث أن يرغب المرء في معرفة الخطوط الكبرى لطبع من الطباع ، كأن يريد أحد رؤساء مشروع من المشروعات أن يعرف ما إذا كان أحد المرشحين سيتكيف مع المهنة التي يطلبها ، أو كأن يبحث أبوان عن الدراسات التي تلامم ولدهما على نحو أفضل . ولا بد ، في هذه الحالة ، من أن تُكشف سمات الطبع الرئيسة على وجه السرعة ، وأن يتم التنبؤ بتطوره في المستقبل .

نحن ، هنا ، حيال فرعين من علم النفس ، واضحين كل الوضوح :
أ - علم النفس التقني مع طريقة الروايز .

ب - التوجيه المهني المرتكز على علم النفس التقني .

ثمة فرع ثالث يتسع مجال تطبيقه :

ج - علم دراسة الخط الذي يدرس الطبع معتمدا على الكتابة .

ولكن ، اليكم أمرا رئيسا قبل كل شيء ، أمرا مفاده أن ثمة أساسا
ينبني عليه الطبع الانساني ، شأنه في ذلك شأن أي بيت . وذلك إنما هو
المزاج . فمزاجنا يشكل قاعدة أعمالنا الجسمية والنفسية . وهذا النوع من
المزاج يعدّ مسبقا الى هذا العمل المعين . وليس لـ « ذي الجثة الضخمة »
مزاج « صاحب الجسم النحيل » ، أو مزاج « الغضوب » . فدراسة
الأمزجة هي ، اذن ، دراسة أولية .

١ - الأمزجة

أولا - تصنيف هيبوقراط

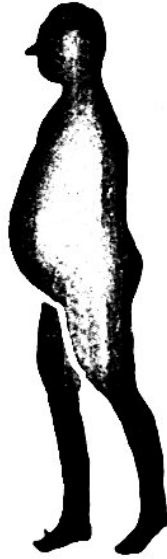
وضع هيبوقراط ، منذ القرن الخامس قبل الميلاد ، تصنيف الأمزجة
التالي الذي كان له تأثير على الطب حتى العصر الحديث . لقد أخذ تصنيفه
بالحسبان أربعة نماذج انسانية يمكن أن نلتقي بهما في الشارع يوميا .

أ - الدموي

الدموي « مرح » ، أنيس جدا ، ولا يطرح فكره السطحي الى حد
ما مشكلات عويصة . انه ممتلئ الجسم ، قوي البنية ، اكتنازه موضع
اعجاب الذين يحيطون به غالبا . انه يسرف في العديد من الاشياء : في
الطعام والشراب والعمل ، ويحتاج الى الحركة والفاعلية والانفعالات . ويتباهى

بسرور أنه لم يكن قط بحاجة الى استشارة الطبيب . فان وقع مريضا ، كان قبل كل شيء بحاجة الى أن يطمئن . هذا النوع من الرجال طبع للعلاج ما دام يتألم . ولكنه يهمل كل علاج منذ أن تظهر عليه بادرة تحسن ... لكي يعود مجدداً الى اسرافه . والدموي معرض الى الانتانات ، والى الموت المفاجيء في حوالي الخمسين من عمره .

حوادث شائعة تنتظر الدمويين : قولنج كبدي ، شقيقة ، احتقان رئوي ، الخ . ومع ذلك ، فان لهذه الامراض فائدتها على الغالب ، وتحفظ العضوية من حوادث اكثر خطرا . والدموي قليل الاستعداد المسبق للامراض النفسية .



شكل رقم (٢٠)



ب - السوداوي

يسمى السوداوي أيضا « النكد » . هذا النموذج من الناس ، غير الانيس بصورة بينة ، عصبي وانفعالي . انه كذلك نموذج متشائم ، صلف ، منطو على ذاته . جسمه نحيل ، جمجمته نامية على حساب جسم هزيل . يطرح السوداوي مسائل بعيدة الغور ، ويعاني اضطرابات عصبية كثيرة . انه ذو استعداد مسبق للاجترار النفسي والقلق ، وذو ميول الى الكبت والعقد .

تمو عضويته معاق غالبا ، فتبقى ضعيفة . ولكن هذا السوداوي يعمر طويلا ،
على الغالب ، اذ يقصر حياته على عادات وعلى ضروب من الهوس ...

دفاع عضوية السوداوي قوي جدا وعلى العكس من ذلك ، فهو
سريع التهيج بافراط ، يعاني الآلام العصبية والمعص والانقباضات والأرق
والعصاب . إنه يرى جمهوراً من الأطباء ، ويلهث وراء العيادات باستمرار ، ويتقدم
الى الطبيب مصحوباً بكومة من « الأوراق الصغيرة » التي سجل عليها
الاضطرابات الكثيرة التي يعانها .

تلك هي حياته . ولكنه يتحمل « صدمة قاسية » ، على الغالب ،
أو حزنا بصورة أفضل مما يتحمل أي انسان آخر . وهو يظهر ، أمام الموت ،
صفاء يحسده عليه الكثيرون



شكل رقم (٢١)



ج - الغضبي

يسمى الغضبي « الصفراوي » ايضا . انه سريع التهيج ، نزق
جدا ، عدواني وجسور . جسمه كبير ونحيل ، سحته ضاربة الى الصفرة ،
« يتحمل الألم » ، ويبقى رابط الجأش ، ويتألم دون شكوى .

ان هذا هو النموذج « الارادي » . انه لا يذهب الى الطبيب ... الا اذا أعبته الحيلة . ومع ذلك ، فلا جدوى من تشديد عزمته . فالوقائع والمنطق الرياضي قادرة وحدها على اقناعه . ومع هذا ، يتابع العلاج باحترام مطلق . الغضبي ذو حيوية رائعة جدا ، ذو استعداد مسبق للانتانات الهضمية . انه يعمر ، على العموم ، أكثر مما يعمر الدموي بكثير .



شكل رقم (٢٢)



د - اللمفاوي

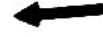
ويسمى أيضا « البلغمي » . انه يبدو مستقرا وهادئا ، ذو جسم تكثر فيه الشحوم ، بل هو بدين . فاعليته بطيئة ، ولا يصمد أمام الألم . فهو يتحسس نفسه لدى أقل ألم يشعر به ، ويعتقد أنه قاب قوسين أو أدنى من القبر . واللمفاوي شديد التأثر بالايحاء والنوم المغناطيسي .

اللمفاوي ، على وجه العموم ، ذو استعداد مسبق للموت المبكر . فالآفات لديه ذات ميل نحو الاتساع اتساعا هائلا . وانقضاء أجل اللمفاوي بعد عملية جراحية كانت قد تناولت أعضاء اللمفاوية أمر غير نادر .

☆ وقلما يصادف المرء ، في عداد هذه الفئات الانسانية الاربع ، نموذجا « صافيا » . فلا بد ، اذن ، من أن نمزج بينهما بأكثر ما يمكن من العناية ، وأن ننشئ مراتب الامزجة .



شكل رقم (٢٣)



ثانياً - التصنيف الفرنسي

اقترحت المدرسة الفرنسية ، مع سيفو وماك أوليف ، ضرباً آخر من التصنيف : النموذج العضلي ، النموذج التنفسي ، النموذج الهضمي والنموذج الدماغي .

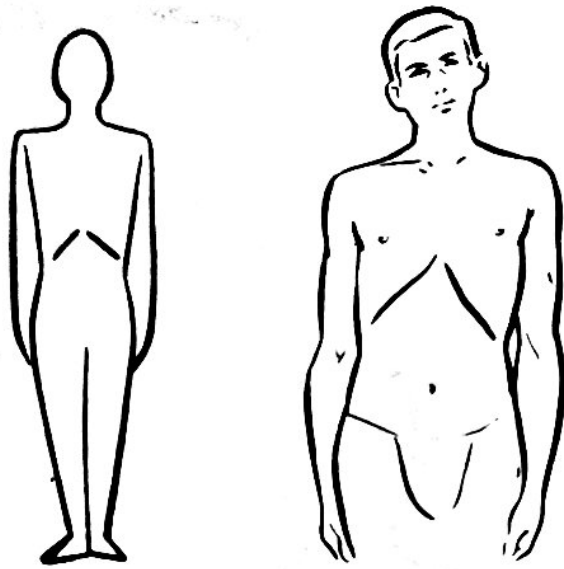
ومن المؤكد أن النظريات المعاصرة التي تتناول الامزجة استمرار واستطالة للنظريات القديمة . ولكنها أكثر صحة ودقة بكثير ، وترتكز على ملاحظات بيّنة ، كما تتركز ، بالطبع ، على العديد من ضروب التقدم التقني وعلى معارف تجمعت في العلوم ذات الصلة بها .

يكشف التصنيف الفرنسي عن اتجاه تجريبي جداً ، منشأه العيادة ، وعن ارادة في ملازمة التجربة ، ويدلل على اهتمام كبير بالفروق الدقيقة .

ذلكم ، اذن ، وصف « النماذج » الاربعة ، وصف يعتمد على عدد لا يحصى من القياسات .

أ - النموذج العضلي

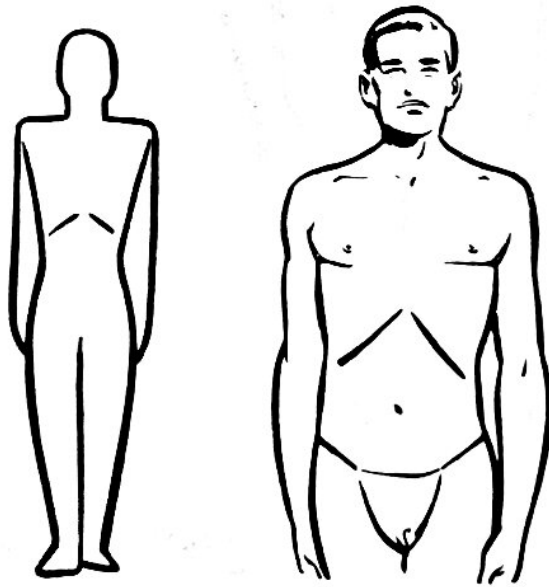
الاعضاء والعضلات نامية الى حد كبير . القفص الصدري بارز بوضوح . تصل قبضتا اليد الى ما تحت مستوى العانة اذا كان الفرد واقفاً .



شكل رقم (٢٤)

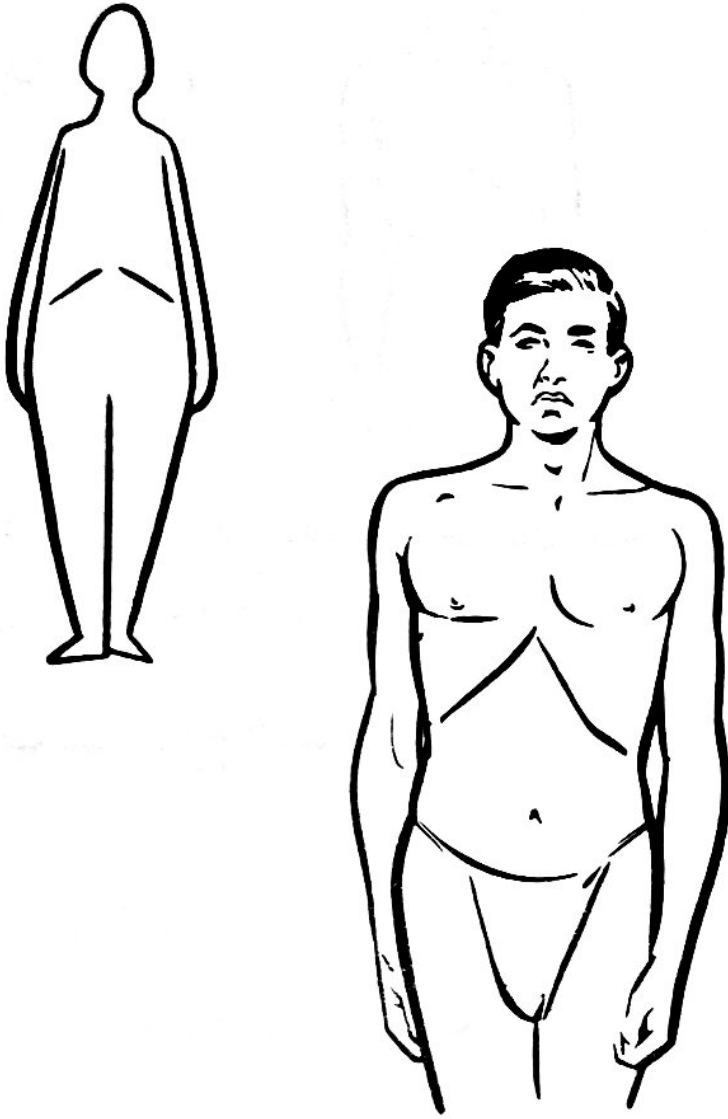
الذقن ذات انسجام كاف ، والحاجبان منخفضان ومستقيمان ، الوجه مستطيل أو مربع ، والجسم أشقر .

ب - النموذج التنفسي



شكل رقم (٢٥)

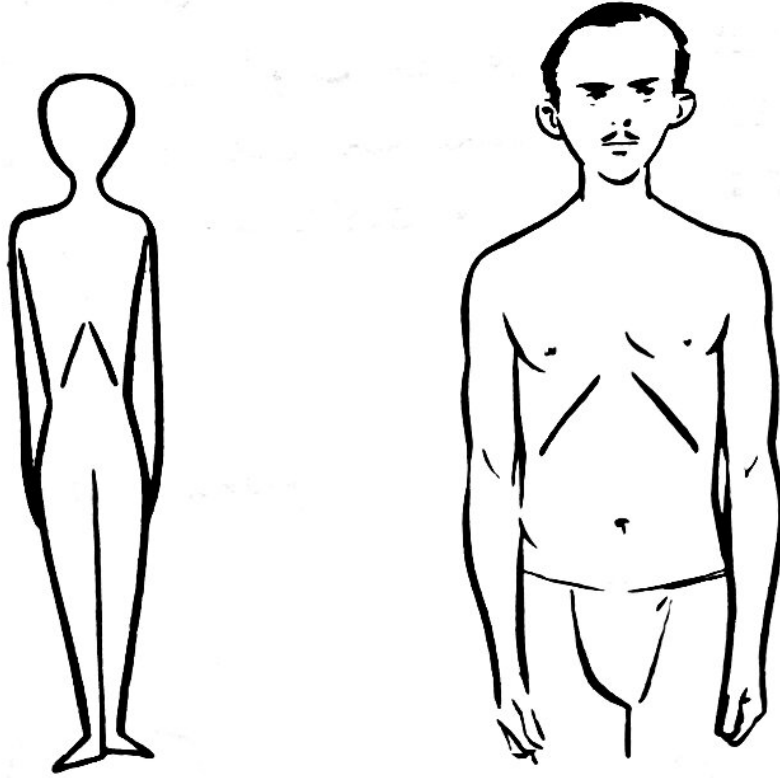
الجذع صغير على شكل شبه منحرف قاعدته الى الاعلى . الكتفان عريضان . القفص الصدري نام جدا ، عرضا وطولا . الوجه على شكل معين . ثمة نمو في التجويفات الجبهية . الأنف طويل وعريض .



شكل رقم (٢٦)

هذا هو النموذج من الانسان « ذي البطن والفك الأسفل البارزين كثيرا ». أسفل الوجه أكثر نموا من أعلاه . القفص الصدري قصير وعريض . العنق قصير الى حد كبير وغليظ . الكتفان ضيقان . الجبهة ضيقة ، والوجنتان لا تكادان تظهران . البطن نام . مجموع الجسم متنسق بصورة منسجمة .

د - النموذج الدماغى



شكل رقم (٢٧)

الوجه مثلث الشكل بصورة بينة : الجمجمة نامية النظرة جانبية .
الجبهة مائلة . العينان حادتان وواسعتان ، والفم صغير ودقيق . القامة قصيرة
نخيفة . بين الجذع والاطراف انسجام تام .

ثالثا - التصنيف الايطالى

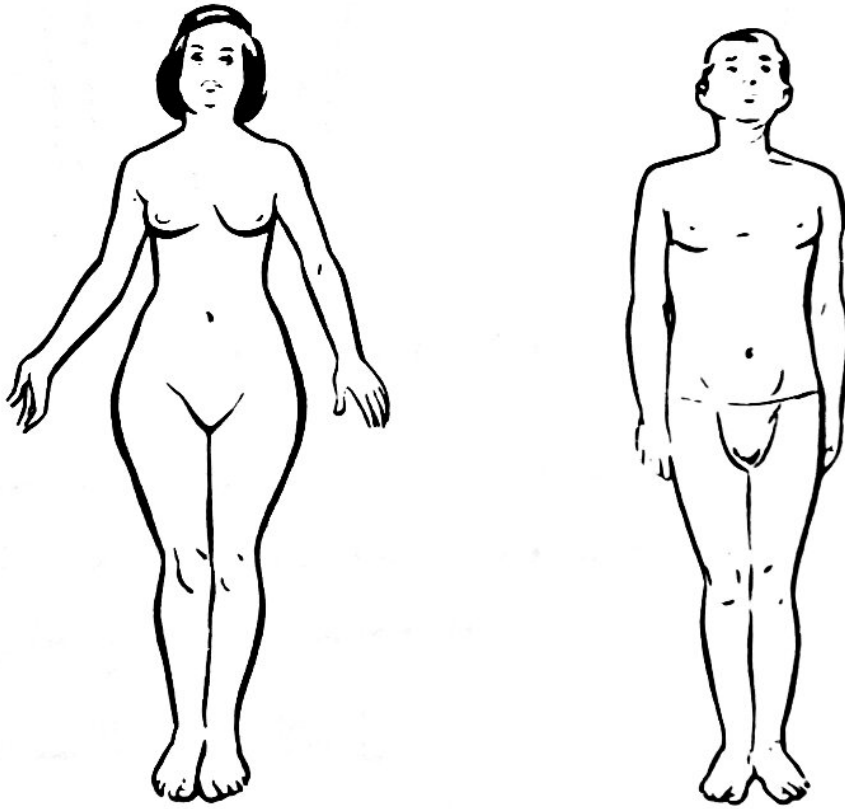
اليكم تصنيفا آخر كبير الأهمية ، تصنيف فيولا Viola والمدرسة
الايطالية . انه يرتكز على طرائق إحصائية وعلى عدد كبير من القياسات .
يعتمد التكوين الانساني ، في رأي فيولا ، على جملتين :

أ - جملة الحياة الاعاشية (مجموعة الاحشاء) التي يمثلها الجذع .

ب - جملة الحياة الخاصة بالعلاقة بالآخرين (الجملة العصبية والعضلات الإرادية) التي تمثلها الاطراف .

فاذا كانت الجملتان أ و ب ناميتين على السواء ، كان الانسان طبيعيا بصورة منسجمة . واذا كانت الغلبة للجملة الاولى ، كنا حيال النموذج الدحداح النامي عرضا . أما اذا كانت الغلبة للجملة الثانية كنا أمام النموذج السلهب النامي طولاً .

١ - النموذج الدحداح



شكل رقم (٢٨)

أ - الخصائص الجسمية

ينمو الجسم على الاصح نمواً أفقياً . وينمو الجذع نمواً هائلاً قياساً على نمو الاطراف . البطن واسع ، والكتلة الحشوية عريضة . الوزن ، على وجه

العموم ، كبير الى حد ما ، والشحم تحت الجلد غزير . القوة والقدرة على التحمل عظيمنتان على الغالب . أما الوظائف الهضمية ، فقوية .

ب - الميول المرضية

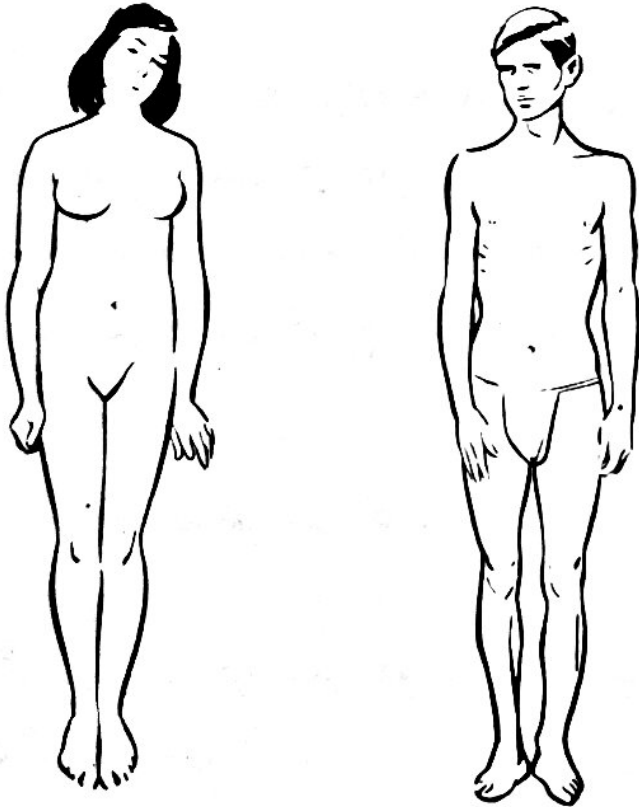
الدحداح ذو استعداد مسبق للأمراض الناشئة عن تباطؤ التغذية ، لداء المفاصل ، لارتفاع الضغط في الشرايين والاحتقان .

ج - الميول السيكولوجية

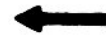
الدحداح نشيط ، فرح ، مليء بالحياة . وتبدي حياته النفسية ، غالبا ، ميلا نحو التقلب الانفعالي الذي ينقل المرء بغتة من الفرح الذي يفوق الحد الى اللامبالاة الاكتئابية .

ومن المحتمل أن يفرق الدحداح ، اذا ما أصيب باغتراب عقلي ، في الهوس الاكتئابي الذي يعد مغالاة في التقلب الانفعالي الدوري .

٢ - النموذج السلهب



شكل رقم (٢٩)



أ - الخصائص الجسمية

الطول بارز ، والصدر ممدود ، والاعضاء صغيرة ، والاطراف طويلة
قياسا على نمو الجذع ، والقامة منتصبة على الغالب ، وانحناء الاضلاع واضح
كل الوضوح ، والعنق نحيل وطويل الى حد ما . ثمة سوء تغذية . العضلات
ضامرة ومبسوطة . يتصف بسرعة كبيرة في الجري ، ولكن دون احتمال كبير .

ب - الميول المرضية

دفاع رديء ضد أسباب الأمراض ، استعداد لمرض السل ، ضروب
كثيرة من العجز الوظيفي . يتصف بالتعب السريع وبهبوط ضغط في
الشرايين ، ونبضات سريعة جدا ، أطرافه باردة ، ومردوده الجنسي ضعيف .

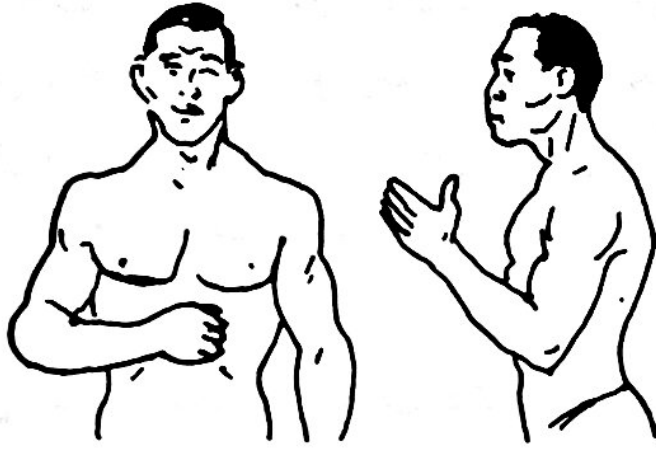
ج - الخصائص السيكولوجية

نقص في « الارادة » وسرعة في الاكتئاب . ذكاء حاد ، ولكن
يتصف بسرعة تعب في دماغه وأعصابه ، يميل الى الانطواء على الذات ،
والوحدة ، وأحلام اليقظة . الجانب الفكري غالب غالنا . وفي حال الاصابة
ياغتراب عقلي ، فان النموذج السلهب يسقط مريضا ب الفصام .

رابعا - تصنيف كريتشمر Kretschmer

تصنيف كريتشمر ذو مكانة كبيرة . لقد وصف كريتشمر ثلاث
فئات كبيرة متميزة :

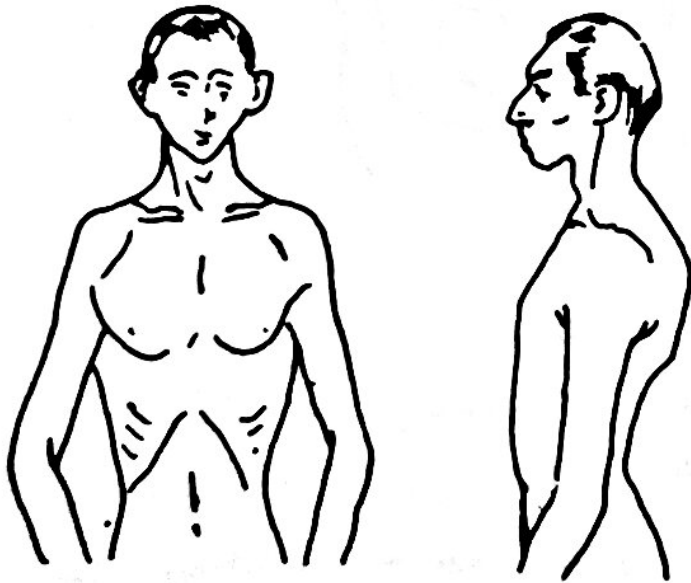
أ - النموذج الرياضي



شكل رقم (٣٠)

هؤلاء الناس ضخام أو أصحاب قامة جيدة متوسطة . الصدر عضل جدا وعريض . الوجه ذو شكل بيضوي ممتد . العنق متين وطويل . العضلات ناميات يغطيها قليل من الشحم . الهيكل العظمي متين ، متراص . الاجزاء السفلى من الجسم أميل الى الرشاقة . الساقان نحيلتان . انه نموذج « المتين » المهني ، النموذج عينه .

ب - النموذج الواهن



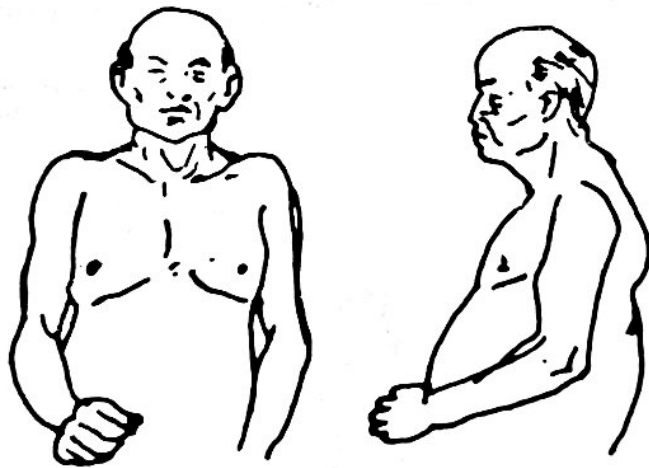
شكل رقم (٣١)



هذا النوع من الناس يمتد طولاً ويتقلص عرضاً . انه يبقى نحيل الجسم مهما كانت التغذية مفرطة . الاطراف نحيلة ، اليدين نخيلتان والاصابع مستدقة الرأس . البطن ضامر أو رخو . العظام ضعيفة أو نحيلة . الوجه مثلث الشكل ، شاحب ونحيل . للمنظر الجانبي شكل الزاوية ، والانف طويل وذليق . الشعر كثيف ينتشر على الجبهة والرقبة . جلد الوجه رقيق ومشدود .

ولكن النموذج الواهن لا يتصف دائما بأنه ضعيف . ثمة من هؤلاء الرجال من هم أولو عضلات متينة وحيوية قوية وصلابة في كل محنة . مردودهم الرياضي مدهش . وعندئذ ، ذلك هو النموذج النحيل الذي يقرب من النموذج الرياضي .

ج - النموذج البدين



شكل رقم (٣٢)

المقابل الفرنسي للنموذج البدين هو Pycnique ، كلمة مشتقة من اليونانية ، معناها ضخم . ويتميز هذا النموذج بأن نموه عرضاً أكبر من نموه طولاً . ربع القامة . الجمجمة والصدر والبطن ناميات عرضاً . المظهر ثقيل ،

والوجه ممتلئ . ولكن الهيكل العظمي عطوب . الوجه والعنق والجذع يعلوها طبقة سميكة من الشحم . يظهر شكل الجسم العام وكأنه برميل جذاب وبدين . وهذا النموذج ميال الى أن يعرض للناظر « كرش » فقمة يصلح للقصاص الشعبية في عيد الميلاد ... انه يبدو ودودا ، مرحا ، لطيف المعش .

ما هي الخصائص النفسية للنموذجين الرئيسين الواهن والبدين ؟

- | الواهن : | البدين : |
|----------------------------------|------------------------------|
| — متجه نحو عالمه الداخلي . | — متجه نحو العالم الخارجي . |
| — كتوم وأنيس في حدود ضيقة . | — منفتح وأنيس جدا . |
| — يكبح عواطفه . | — طبيعي وعفوي . |
| — يطرح على نفسه تساؤلات . | — سعيد بحياته . |
| — مثالي . | — واقعي . |
| — ساخر ، مهانف . | — فكه . |
| — ميل نحو البرودة . | — حرارة ودية ، سليم الطوية . |
| — ميل نحو الضغينة والانتقام . | — ينفجر غضباً دون ضغينة . |
| — حبه للمسرات الخارجية في الحياة | — يحب الطعام والشراب والنساء |
| ضعيف ، يخشى النساء غالبا . | الجميلات . |
| — متشائم . | — متفائل عجيب . |
| — يركز باسراف ، يتعب بسرعة ، | — لا ينجز بسرعة عملا كبيرا . |
| ولكنه جريء . | |
| — فاعليته مجردة . | — فاعليته مشخصة . |
| — صلف في أغلب الأحيان . | — متواضع غالبا . |
| — ميال الى الكبت والعقد . | — ميال قليلا الى الكبت . |

خامسا - تصنيف يونغ Jung

يتفحص يونغ نموذجين انسانيين أساسيين :

أ) الانطوائي الذي يعيش منطويا على ذاته ، وينبذ سلطان العالم الخارجي ، مثله مثل الواهن .

ب) الانبساطي الذي يتجه نحو العالم الخارجي الذي هو بحاجة اليه ، شأنه شأن البدين .

✚ هذان الاتجاهان موجودان معا لدى كل فرد . ولكن قد يحدث أن تكون الغلبة لأحدهما بسبب من استعداد مسبق أو بسبب الظروف الخ . وانطلاقا من هذين النموذجين الكبيرين ، يصل يونغ الى أربعة ضروب من الانطوائي وأربعة ضروب من الانبساطي .

الانطوائي المفكر

انه ينظر الى نفسه ، ويتأثر بالأفكار المجردة تأثرا كبيرا . انه يتابع أفكاره بصورة داخلية ، مع انه قادر على الاتجاه نحو الشخص . وتضم هذه الفئة أيضا بعض المترمتين الذين يتبعون فكرة من الأفكار ، ويشعرون بالمتعة في بعض النظريات دون أن يحسبوا حسابا للعواقب المخيفة ، أحيانا ، التي يمكن أن تؤدي اليها هذه الافكار . في عداد هذه الفئة الانسانية نيتشه .

الانبساطي المفكر

انه يتجه نحو العالم الخارجي ، ويتصف بأنه واقعي . وهو ، مع ذلك ، قادر على أن يتأمل الأمور المجردة . يفضل الانبساطي المفكر ، بصورة بينة ، الوقائع على النظريات . انه نمط المهندس والطبيب الجراح ، وربما أصبح « خطرا » اذا كان الموضوع متعلقا بأمور تستدعي المرونة ، كالقانون

والأحلاق مثلا . فهو في هذه الحال صلب . وتضم هذه الفئة قضاة وأخلاقين قساة تعوزهم العاطفة والفهم الانساني .

الانطوائي العاطفي

ينطوي فهمه على صعوبة كبيرة . ويجد المرء نفسه أمام شخص غامض ، منطو على ذاته ، صامت منيع . كل شيء لديه ينمو في الأعماق . انه يلبس قناع اللامبالاة . أعماله ناشئة ، على الغالب ، من انفعالات يخفيها بعناية . ويبدو ، على العموم ، هادئا ، قليل الحذر ، يثير الود . ولا يظهر من انفعالاته انفعال ، ولكن داخله يموج بالاهواء .

الانبساطي العاطفي

أنيس جدا ، متجه نحو العالم الخارجي ، ولكن العاطفة تبقى هي الغالبة . ان الانبساطي العاطفي نموذج الشخص الذي « يشعر بأنه على أحسن ما يرام » لأن الطقس جميل ، ولكنه يكتب اذا أمطرت السماء ، في حين أن كل شيء منوط ، لدى الانطوائي ، بـ « مناخه » الداخلي ، بصرف النظر عن الظروف الخارجية . وبما أن الانبساطي يقبل التأثير بسرعة ، فانه ميال الى أن يزن الأمور بميزان عواطفه . وقد يلخص اتجاهه بما يلي : « أجد هذا ملائما جدا . اذن ، ان هذا هو الملائم » .

الانطوائي الحسي

لا تتلاءم استجاباته مع الظروف ، ولكنه ينقاد الى « أناه » على سبيل الحصر . انه نموذج انساني ذاتي بصورة رهيبة ، يفسر كل شيء من خلال مشورات هذه الذاتية . ومن المتعذر أن يتوقع المرء تأثير انطباع من الانطباعات عليه : فلا يبدو أن رد فعله ذو صلة بالعالم الخارجي . في عداد الذين يؤلفون هذه الفئة كثير من الفنانين .

الانبساطي الحسي

يتصف الانبساطي الحسي بواقعية وموضوعية مطلقتين ، انه لا يرى غير المحسوس : الوقائع ، الخمر اللذيذ ، النساء الجميلات ... ولا « يعذب » نفسه أبدا . انه يكدر التجارب المحسوسة ولا يكف عن البحث عن احساسات جديدة . ينتقل الانبساطي الحسي من تجربة الى تجربة اخرى بسهولة فائقة ، ولا يحصل ، اذن ، الا على تجربة جزئية ومحدودة . من هذه الفئة غالبية العامة .

الانطوائى الحدسي

مع الانطوائى الحدسي ، نحن في قلب حلم اليقظة العميق . انه النبي ، الصوفي ، شاعر الخلود ... خياله غير محدود وكما يقول يونغ : « انه انما هو على الغالب عبقرية مجهولة ، انسان عظيم انعطف انعطافا سيئا ، ضرب من الأحمق الذكي ، شخصيته رواية سيكولوجية .. »

معرفة قائمة على الحدس بصورة خالصة . فكيف يمكنه ، في هذه الحال ، أن يقنع الآخرين بروعة أفكاره ؟

الانبساطي الحدسي

يمكن أن يقال عنه إنه « يتنبأ بحدسه » . في عداد الذين يؤلفون هذه الفئة كثير من النساء . يبذل هذا النموذج الانساني قصارى جهده ، بصورة لاشعورية ، ليحقق النجاح . وأمام امرأة من هذا النوع ، ما على الرجل الا أن يتوارى . فهي من النظرة الأولى ، تبدي رأيها فيه ، وتشرحه ، وتزنه ، وتقيمه . وهذا النموذج الانساني « يشم » البيئة الاجتماعية التي تلائمها ، والثياب التي عليه أن يرتديها ، وكيف يبدي رأيه بالامور ، الخ . والانسان من هذا النوع ناجح في الأعمال ، والتجارة ، والمضاربة ، والسياسة ، الخ .

سادسا - تصنيف شيلدون Sheldon

نشر شيلدون ، عام ١٩٤٢ ، سلسلة من البحوث تبين الصلات بين المزاج والطبع . لقد شرع في عمل كبير ، اذ صمم على أن يصور أربعة آلاف طالب في أوضاع مختلفة : من المظهر ، والوجه ، والجانب . وقد تم التقاط الصور بطريقة موحدة . وعلى هذا النحو ، أمكن لضرب من الشبكة أن تسهل القياسات والموازنات . وزعت الاجسام على خمس مناطق : أ (الرأس والوجه والعنق . ب) الجذع وتجويف الصدر . ج) الجذع والبطن . د) الكتفين والذراعين واليدين . هـ) الطرفين السفليين .

أدت هذه الآلاف من الاختبارات والتصنيفات الى ضرب من التقسيم الى ثلاث فئات انسانية كبيرة :

أ - المزاج الحشوي الذي تتمركز فيه الشخصية على الاحشاء . فهضم الطعام والرفاه هما هدفا الحياة الرئيسان . تكون الغلبة في هذه الفئة للبهجة ، والشراهة ، والرغبة في المحبة ، وحب القريب .

ب - المزاج العضلي الذي يظهر ضربا من الغلبة للفاعلية العضلية . فالعمل القوي هو هدف الوجود .

ج - المزاج الدماغى الذي يتجلى بفاعلية نفسية في حالة تأهب باستمرار ويفكر عميق معذب .

اليكم جدولا حسب رأي شيلدون ، يبين خصائص هذه الامزجة الكبيرة الثلاث .

المزاج الحشوي

المزاج الدماغى

المزاج العضلى

- راحة في الوضع والحركة .
حب الرفاهية .
بطء في الاستجابات .
حب الطعام .
بحث عن الوجبات الشهية
التي يشارك فيها الآخرون
لذة في هضم الطعام .
بحث عن المجتمع .
رقة متناهية .
حاجة الى المحبة
والاستحسان .
حب القريب .
مزاج ثابت .
روح متسامحة .
بحث عن المتعة .
نوم عميق .
نقص في الاعتدال ، افراط .
يحدث تناول الكحول ضربا
من الانبساط والآنس .
بحث عن المجتمع حال وجود
ما يكدره .
يجب الأولاد والعائلة .
- ثقة في الوضع والحركة .
بحث عن المغامرات المادية .
استجابات نشيطة .
حب الممارسة .
حاجة الى السيطرة
والسلطة .
ميل الى المخاطرة واللعب .
شجاعة مادية ويميل الى العراك .
بحث عن التنافس العدواني .
صلابة من وجهة النظر النفسية
خوف من الاماكن المغلقة
(رهاب الاحتجاز) .
أساليب مباشرة تنقصها
اللباقة .
(رهاب الخلاء) .
اتجاه يتعذر توقعه .
صوت خفيض ، كره الضجيج .
حساسية كبيرة في الألم .
اضطرابات في النوم وتعب
مزمن .
أساليبه واتجاهاته هي
أساليب الشباب واتجاهاتهم .
اكتئاب ينشأ عن تناول الكحول ،
نفور من المخدرات .
بحث عن الوحدة حال وجود ما
يكدره .
الأفضلية في المعاشرة لمن هم في
سن النضج .
- تحفظ كبير في الوضع والحركة .
ردود جسمية مغالية .
استجابات سريعة الى حد كبير .
بحث عن الوحدة .
فعالية ذهنية كبيرة جدا في
حالة تأهب دائم .
عواطف خفية ومكبوتة .
حقن على المجتمع .
خجل .
كره العادات واتصاف بالطبع
البعيد كثيراً عن الروتينيه .
خوف من الأماكن المفتوحة .
حديث صاحب .
رباطة جأش أمام الألم .
اهتياج ...
مظهر مفرط في النضج .
يخلق تناول الكحول تأكيدا
عدوانيا للذات .
حاجة للانتقال الى العمل
حال وجود ما يكدره .
يجب نشاطات الشباب .

٢ - المزاج والمهنة

في كل يوم ينقضي ، يباشر آلاف الرجال والنساء مهنة من المهن . ويتم ذلك على سبيل المصادفة غالبا : بحسب اعلان في صحيفة ، بحسب العلاقات ، بحسب البحث الذي قام به طالب العمل ، الخ . أما فيما يتعلق بالدراسات ، فانها تتم « على سبيل المصادفة » غالبا حسب « مواهب » الطفل ، حسب رغبات الابوين ، حسب نصائح صديق « خبير » ، الخ .

ومن جهة أخرى ، فان بعض الاشخاص الاذكياء ، الموهوبين ، العاملين ، يلبثون مرؤوسين طوال حياتهم ... ويرجع السبب في ذلك الى أنهم يجهلون استعداداتهم ، أو الى أنهم خجولون مكبوتون و متمردون ومحشونون بالعقد ، الخ . ثمة أشخاص آخرون أيضا متشنجون في عملهم ، لا يصلون أبدا الى أن يتكيفوا معه . ولكن ألا ينبغي لنا أن نحاول الحد من المصادفة وأن نضع كل انسان موضعا يتناسب مع استعدادته وكفاياته ، بحيث نحصل لا على السلام الداخلي للعمال فحسب ، وانما نحصل كذلك على أفضل مردود لمن يستخدمهم ؟ يبدو أن هذا أمر مسلم به .

بين الفاعلية والمزاج صلات وثيقة . إذن ، فلا بد أن يكون اختيار المهنة منوط ، بنسبة كبيرة ، بالمزاج والطبع . ثمة كثير من الناس أشقياء في عملهم أو في دراساتهم . ولكن هل هذه الفاعلية تناسب ما هم عليه ؟ ان تكيف الانسان احدى كبريات مشكلات الحياة ، فكم عدد الاشخاص الذين يختارون عملهم عن دراية ؟

يتردد الامل جميعهم في توجيه أبنائهم نحو المهنة . ذلك أمر طبيعي هل ينبغي لنا توجيه الطفل نحو مهنة يدوية ، نحو حرفة ، نحو الطب . أم نحو المهن الجامعية ؟ هل ينبغي لنا أن نستسلم الى رغبات الطفل أم ينبغي لنا أن نرفضها ؟

ثمة سؤال يطرح نفسه اذن : هل هناك امكان لتشخيص استعدادات كل فرد وقياسها وتقسيمها ؟

حالة السيد جان

السيد جان سكرتير ادارة ، مكلف بمسؤوليات ضخمة . رئيسه المباشر انسان قاس ، لا يوفر نقدا ولا لوما . يذهب السيد جان الى عمله كل يوم والحصر رفيقه ، عمل فاز به بفضل دراساته وعلاقاته . لقد أصبح مصابا بالانفعالية المفرطة ، نحىلا ، شاحبا ، خائفا ، يطيل من ساعات عمله تدريجيا حتى « يعترف مديره بقدراته وشجاعته » .

طبع السيد جان— بعد محادثة سيكولوجية وفحص نفسي تقني ، بان ما يلي : أشرف على تربية جان أب سلطوي ، «وتحطم» حقا بالتربية الأبوية . لقد أصيب بالخشع والخوف من اللوم والشعور بالاثم . وبعبارة أخرى ، انه يعاني عقدة أوديب . انه « ناعم » ، ذو ميول أنثوية قوية ، ويبحث ، لا شعوريا ، عن الازعان الى الآخرين ، عن كسب رضائهم ، عن تقديم الخدمات لهم ، كيما يتجنب اللوم الذي لا يتحملة . انه لطيف الى حد المغالاة ، خدوم ، خشية اللوم دائما . ويتهمه الناس ، بناء على واقعه ، بانه « مساح جوخ » . انه يخشى الرجولة والعنف : أولا ، لأنها تعيدان الى خاطره ذكرى التربية الأبوية ، وثانيا ، لأن رجولته المقاتلة قد أصابها التلف . ومن الناحية الجنسية ، جان عاجز جزئيا . فهو يبحث عن صحبة النساء ما دام غير ملزم بأن يدلل على رجولة الذكر .

جان في مهنته الحالية — مدير جان يذكره ، بصورة دائمة ، بأبيه : بالسلطوية والقسوة واللوم . فيشعر بأنه مسحوق ، مهان . انه ، في قرارة نفسه ، يحس على نحو مستمر بعداوة عنيفة ازاء رئيسه ، كما أحس بالعداوة ازاء أبيه . ولكنه يكبت هذه العداوة . انه يشعر دائما بأنه « على خطأ »

وأنه مذنب .. لأن أباه كان قد عوّده على ذلك طوال خمسة عشر عاما . لقد أصبحت جملة جان العصبية مرهقة على اثر هذه الآلاف من العداوات المكبوتة . فهو يشعر بالدونية والعجز أكثر فأكثر ، ولا يكف شعوره بالدونية عن التعاضم . لقد وصل الى حد الكلام على الدخول الى الدير ، الامر الذي يكون بالنسبة اليه هربا من وضع لا يستطيع احتماله قطعا . ذلك هو الاخفاق ، والقرف ، واحتقار الذات ، والوهن العصبي العاجل ...

ماهي النتيجة لو فحص جان فحصا سيكولوجيا ؟ — لو فحص جان فحصا سيكولوجيا لكشف الفحص عن ضروب كبتة وعن عقده . فاما أن يوجه نحو عمل من نوع آخر ، واما أن يختار المهنة ذاتها ، ولكن ، عارفا نفسه . لو فحص جان فحصا سيكولوجيا لأدرك بوضوح آلياته الداخلية ، ولاستطاع أن يبطلها ، بدلا من أن يعاني ، باستمرار ، شحنات انفعالية واحساسا شديدا بالاخفاق .

المهن التي لا تلائمه⁽¹⁾ .

* ينبغي ألا يكون السيد جان ، على سبيل المثال : جراحاً ، ضابطاً ، رئيس مشروع ، أستاذ رياضة ، مدلكا ، عالم نفس ، بحارا ، محاميا ، موظفا مسؤولا .

المهن التي تلائمه .

يمكن للسيد جان أن يكون ، على سبيل المثال : استاذ فلسفة أو رياضيات ، حلاقا للسيدات ، عامل ماكياج ، فنانا ، كاتباً ، عاملا في فن التزيين ، موظفا من غير مسؤولية .

(1) — اتبه ! ينبغي لهذه الأمثلة أن لا تؤخذ على حرفيتها بالطبع . ويمكن للمهن التي ذكرناها أن تختار اختيارا ملائما تبعا لطبع مختلف كل الاختلاف .

حالة ثانية

الطبع

ثمة امرأة « مسترجلة » . انها بحاجة الى أن تؤكد رجولتها العدوانية ،
وبحاجة الى أن تسيطر ، فترفض الرجال الذين يبحثون عن استضعافها . انها
ترفض دورها الانثوي .

المهن التي لا تلائمها

موظفة ، ضاربة على الآلة الكاتبة ، خياطة ، عارضة أزياء ، الخ .

المهن التي تلائمها

سكرتيرة ادارة ، رئيسة ضاربات على الآلة الكاتبة ، طبيبة أسنان ،
مساعدة اجتماعية ، ممرضة ، اسكافي ، رئيسة فرع ، الخ . ذلك سيكون على
حساب الآخرين غالبا . ولن تجنبها ضروب « التعويض » هذه مطلقا أن
تكون شقية من الناحية الداخلية من غير علاج نفسي .

حالة ثالثة

الطبع

غضبي درسناه في « الامزجة » . انه أنيس ، ولكنه عدواني . ويحتاج
الى قوة مسيطرة . الغلبة لديه للحساسية العضلية . لنفرض ، في الوقت
نفسه ، أنه يعاني الكبت الذي يتيح له مهنته أن يعبر عنه .

المهن التي لا تلائمه

حلاق للسيدات ، تاجر أثريات ، معلم ، ناقد فني ، قس ، فندقي ،
طبيب ، سياسي ، الخ .

المهن التي ثلاثمه

مضارع ، حطاب ، مسافر ، مروض حيوانات ، طبيب أسنان ،
جراح ، سائق سيارة ، مدلك ، أستاذ رياضة ، قالع حجارة ، نحّات ، عامل
هدم ، مهندس ، الخ .

حالة رابعة

الطبع

شخص يتصف بأنه ذو مزاج دماغي كنا قد درسناه في بحث
الأمزجة . انه سوداوي ، عصبي ، منطو على ذاته ، ميال بعض الشيء الى أن
يعجب بنفسه ، باحث عن الوحدة ، عن أن يُعجب به الآخرون . فكره في
حالة تأهب مستمر . يجتر نفسيا ، ويتعب بسرعة .

المهن التي لا ثلاثمه

بحار ، طيار ، مغن ، عامل مصنع ، طبيب بيطري ، طبيب أسنان ،
جراح ، رجل أعمال ، سياسي ، مدلك .

المهن التي ثلاثمه

معلم ، أستاذ فلسفة ، محاسب ، رسام ، نقاش ، كاتب ، باحث في
المختبر ، حارس ليلي ، حارس منارة ، تاجر أثريات ، عامل يحافظ على
الاشياء .

حالة خامسة

الطبع

مصاب بالذهان الهذائي . يعطي نفسه كثيرا من الأهمية ، ويجب أن
يبدع . لديه تضخم في الأنا النفسي غالبا . يسيطر عليه ما نسميه « رغبة
العظمة » .

المهن التي لا تلائمه

المهن التي تتطلب الطاعة والخضوع أو التي تضعه في حالة من الدونية .

المهن التي تلائمه

المهن الحرة أو «الرفيعة» : منظم بناء ، عالم آثار ، عالم فلك ، صيدلي ، عالم كيمياء ، قاض ، مخبر ، محام ، ضابط في مكافحة الجاسوسية ، الخ .

٣ - علم النفس التقني والتوجيه المهني

أ - ما الفحص النفسي التقني ؟

انه فحص طبع شخص من الاشخاص واستجاباته الاجتماعية .
والمقصود تحديد استعداداته النفسية واليدوية والجسمية .

ولا بد من أن يمارس الفحص التام :

١ - طبيب يحدد الاستعدادات الجسمية .

٢ - عالم نفس تقني يبين الاستعدادات والطباع .

فلا مناص اذن من أن نعرف من هو الانسان ، أن نعرف توازنه وانفعاليته وحالته العصبية ومزاجه الاساسي وعقده ، الخ . وبحسب هذا ، « نصطفي » ، أي اما نوجه الفرد نحو هذا الفرع من الفاعلية الانسانية أو ذاك ، واما أن نقرر فيما اذا كانت المهنة التي اختارها تناسب شخصيته .

ب - الروايز

يدل هذا الحد على الاختبارات النفسية التقنية . واليكم التعريف :
« انه اختبار محدد ينطوي على عمل ينبغي القيام به ، عمل واحد بالنسبة الى

جميع الافراد الذين يُجرى عليهم الاختبار ، وذو تقنية دقيقة في تقييم النجاح أو الاخفاق ، أو في ترقيم النجاح ترقيماً عددياً . ويمكن تصنيف الروائز بطرق عديدة ، اليكم الرئيسة منها :

- ١ - الروائز التي يجب فيها الفرد عن الأسئلة المطروحة كتابة .
- ٢ - الروائز التي على الفرد أن يقوم بعمل من أعمال الممارسة باليد .
- ٣ - الروائز التي تدرس أعماق الفرد وسرعة الذكاء وسعته .
- ٤ - الروائز التي تبين الشخصية ، والاهتمامات العميقة ، والطبع ، والعقد ، الخ .

ج - تطبيق الروائز

في علم النفس التطبيقي ، وجدت الروائز أوسع مجال لعملها (الميادين البيداغوجية والصناعية والجنائية ، الخ) . ومع ذلك ، فان علينا ألا نرى في الرائز جوهر علم النفس ، بل المقصود ، على سبيل الحصر ، تقنية مساعدة . فالرائز أداة تجزية يمكن أن يتدرج من الغباء التام الى فهم الفرد فهما عميقا جدا .

↓ * معلومات الجمهور عن الرائز مشوهة على وجه العموم . فهو يعتقد بأن الرائز يطابق تلك « الأهليات الاجتماعية » التي تنشرها بعض الصحف الأسبوعية من نوع : « إليكم رائزاً نفسياً ، أجيبوا عن هذه الأسئلة . فمن حصل منكم على اكثر من ١٠ علامات ، كان طبعه كذا ، واذا كانت علاماتك أقل من عشر ، كان طبعك كيت . أما اذا لم تحصل الا على ثلاث ، فقد آن الأوان لمراجعة الطبيب ، الخ ، » .

ليست ألعاب الأطفال هذه جد مضحكة فحسب ، وانما تعرض فكرة علم النفس التقني الى التشويه في ذهن الناس .

أضف الى هذا أن من الضروري ألا ننظر الى أي رائز من الروائز ،
مهما كانت قيمته ، بوصفه ذا نتيجة مطلقة ، بل بوصفه بيانان . فدراسة
شخصية انسانية غير ذات حدود ، ولا يستطيع أي رائز في العالم أن يوضحها
في كليتها . وهذا كان على كل عالم نفس تقني أن يكون متمرسا بضروب علم
نفس الأعماق والعلاقات الانسانية .

إنني أذكر ، في هذا المجال ، ملاحظة زوندي Szondi الرائعة : « عالم
نفس من غير رائز أفضل من رائز من غير عالم نفس ... » . لنته اذن متمنين
طلعة المثال الأعلى التالي : علماء نفس ممتازون مجهزون بروائز ممتازة .

د - التوجيه المهني

تعاظم أهمية التوجيه المهني شيئا فشيئا ، وذلك خير . اسمه يدل على
تعريفه : ان هدفه توجيه الطفل أو المراهق نحو المهن التي تناسب استعداداته
وميوله العميقة وطموحاته على أفضل وجه . ويعتمد التوجيه المهني التقليدي ،
على وجه الخصوص ، على روائز نفسية تقنية ذات النتائج الرائعة التي يمكن أن
تعطيها . وعلى هذا النحو ، يمكن تحديد درجة النمو العقلي لدى الطفل
واستعدادته السيكلوجية وتطور طبعه في المستقبل .

في جميع المدن ، هناك دوائر رسمية تتم فيها الاختبارات مجانا . وقد يسهم
الآباء الميسورون في النفقات بتبرع ارادي .

تبلغ بعض المكاتب نتائج ملاحظاتها كتابة الى الآباء ، أو تدعوهم الى
حضور الاختبارات . ومراكز التوجيه المهني حكام غير متحيزين . فهم يقومون
بعملية تأليف بين المهن ، من جهة ، وبين المرشحين من جهة أخرى . ولا
يمكن الإلحاح الحاخا كافيا من أجل أن يتوجه الآباء الى هذه المكاتب
المتخصصة .

٤ - علم دراسة الخط

يدرس هذا العلم طبع الانسان بالاعتماد على خطه . ولقد تطور تطورا كبيرا خلال هذه السنوات الاخيرة . وهو يطبق بكثرة في علم النفس التقني والصناعة والتجارة . فمن المؤكد أن الفرد يخلف مسحة شخصيته على كل ما يقوم به . والخط مظهر هام من مظاهر الفاعلية الدماغية . انه « أمانة » تحمل « علامة المصنع » : علامة الناسخ ، مثلما تحملها على وجه الدقة مشيته وإيماءاته وحركاته وكلماته ، الخ . واقم الدليل بوضوح على أن دراسة الخط دراسة علمية متقنة تنير العديد من سمات الطبع . وعلى هذا النحو ، يصبح علم دراسة الخط فرعا ثميننا من فروع علم النفس التطبيقي . فهو يجنب ، على الغالب ، خيبات أمل وأخطاء في الحكم .

اليكم ما هو جدير بأن يحدده حاليا ضرب من علم دراسة الخط
الرصين :

المجال العقلي : تنظيم الذهن - النظام - الثقافة - سرعة التفكير -
الحس النقدي والحكم - الاصاله - مرونة الفكر - امكانيات الانتباه
والتركيز - الخيال - المستوى العقلي العام - الاضطرابات العقلية .

المجال الاجتماعي : الاتصال بالآخرين - الموقف حيال المسؤوليات -
الوجدان المهني - الكفاية في العمل - المبادءة - قابلية التأثر - امكانيات
التكيف - الاستقلال والتبعية .

مجال الطبع : الانبساط أو الانطواء - الوجدانية - الحساسية -
الانفعالية - الارادة - الشجاعة - الحيوية - نوع المزاج - الدينامية .

يجد القراء الذين يهتمون بعلم دراسة الخط ، بسهولة ، مؤلفات عملية . يضاف الى ذلك أن هناك مدارس ممتازة تعلم هذا العلم . واذا كان هذا الفرع يثير الاهتمام ، فان له حدوده ، شأنه شأن أي علم انساني . ومع

ذلك ، فان بالامكان أن نؤكد أن كل ما يسقطه شخص من الاشخاص في خطه يبين سمات الطبع التي تخصه . فمن الناحية النظرية يمكن اذن معرفة هذه السمات . أما من الناحية العملية ، فكل شيء منوط بحدود علم دراسة الخط ذاته ، مع أن النمو السريع لهذا العلم الفتى لا يترك أي مجال للشك .

الفصل الثامنُ

التربية

التربية

التربية موضوع واسع سعة العالم . وليست حياتنا الشخصية منوطة به فحسب ، وإنما الافراح والآلام الجماعية أيضا . أليست الحروب ذاتها تعميما للعواطف الشخصية ؟

قد تقود التربية الى الفرح والصحو الذكي ، ولكنها قد تقود كذلك الى تقليص الامكانيات ، والى المرض والاختفاق . ان موضوع التربية كان ، في أغلب الأحيان ، مطروحا خلال البحوث السابقة في هذا الكتاب ، وسأحاول الآن أن أعطيها دلالة أوسع .

ثمة اتجاه ، على الغالب ، الى القاء التبعة على المربين المباشرين . ومثل هذا الاتجاه يتصف بأنه تضيق المشكل بطريقة موجزة . فكل مرب محصلة تربيته ، محصلة هي مآل تربيات سابقة ، وهكذا دواليك . والتربية سلسلة غير ذات حدود . الأمر الذي يعطي ، أحيانا ، نتيجة مأساوية . ينبغي للمرء أن ينظر الى المشكل بعقلية تتصف بالشمول ، واسعة ما أمكن ذلك ، لا من

خلال ثقب ضيق يلائمني « أنا » أو يلائمك « أنت » . ينبغي لنا
الانطلاق من رؤية انسانية عامة ، ثم الانتقال الى الذات . ذلك أن الانطلاق
من الذات والتعميم أمر مناف للعقل دائما .

أ - تربية الآخرين تبدأ بتربية الذات

لا استثناء لهذه القاعدة . انها قانون لا يعرف الرحمة ، قاس قسوة
الماس ، منيع مثله . فعماذا نقول عن طبيب يداوي الجسم وهو لا يعرفه ؟ أو
عن كاهن يعظ الناس وقلبه زاخر بالعداوة ؟ اننا نقول عنهما إنهما في غير
المكان المناسب لهما ، أليس كذلك ؟ لا بد من اختبارات عديدة حتى يفوز
الانسان بأقل مركز تحت الشمس . ولكن بوسع أي شخص أن يصبح مرييا
في فترة قصيرة من الزمن . ان دور كل مرب يكمن في أن يقود الى معرفة
الذات ، الى الحقيقة والتوازن . وعلى كل مرب أن يقود نحو توسع
الاستعدادات النفسية . ولكن عليه ، من أجل هذا ، أن يكون ، هو ذاته ،
هذه الحكمة وهذا التوازن . فكيف يكون بمقدوره أن يشير الى الشمس اذا
كان يجهل وجودها ؟ واذا لم يكن المربي هذه الحكمة وهذا التوازن ، فان عليه
أن يعرفهما بوضوح ، وألا يتظاهر بما ليس فيه . وسيكون ذلك ، بالنسبة
اليه ، بداية الطريق لتربيته الخاصة ولتربية عقله .

يتساءل كثير من المربين تساؤلا قلقا بشأن طفل أو مراهق . انهم
يقولون ان « سيرته غير مستقيمة ، وانه يكذب ويسرق ، وانه خجول ،
عدواني ، ماكر ، الخ » .

* ولكنني قلما رأيت هؤلاء المربين يتساءلون عن أنفسهم قبل أي
شيء .

احتمال الطفل المنحرف أن يكون مضللا احتمال يبلغ الثمانين بالمئة .
ولا يكفي أن نعرض على الطفل الذي يكذب أو يسرق مثلا من الصدق أو

الشرف ، ولكن علينا أن نبحث عن سبب الكذب أو السرقة . فلكل شيء سبب ، أليس كذلك ؟

ليس في وسع الانسان أن ينقل الا ما في حوزته من التربية . ذلك أمر آلي على وجه صرف . فمن الضروري ، اذن ، أن يبحث في ذاته عن معنى للحياة . وذلك ما يدفعه الى معرفة ذاته والى التخلص من عدد كبير من ضروب الاشراف الضار . انه لأمر طبيعي أن يرى الانسان الامور عبر ذاته دائما . فلا بد ، اذن ، من أن تكون هذه « الذات » شبيهة بزجاج نقي ، لا بزجاج معتم يحول دون نفوذ أشعة النور . والا ، فاننا نتطلب من الطفل أن يصبح ، لا ما هو عليه ، وانما ما نريد أن يكون .

ب - تربيتنا تتقدم على تربية الطفل

« تجمّد » كثير من الناس في نمط حياتهم وتفكيرهم . وذلك انما هو سبب آلاف التربيات الناقصة أو الفاشلة . فكل يوم ، بالنسبة الى الكثير من الناس ، ليس سوى تكرار آلي لليوم السابق ، لأنهم ، أولا ، تلقوا تربيتهم بهذا الاتجاه ، ولأن آلاف التبلرات ، ثانيا ، قد تصلبت على انحرافاتهم وضروب كبتهم وعقدتهم . ان حياتهم ، في هذه الحال ، قائمة على « عرات » نفسية ، على شعارات صدئة ربما تمنحهم ظاهرا من الأمن ، ولكنهم يطبقونها ، مع الأسف ، على أطفالهم . وقد يكون من المخيف أحيانا أن ينصت الانسان الى « التوجيهات » التي يعطيها بعض الآباء الى أطفالهم ... ويقال انهم يخرجون ورقة قديمة من قاع صُوان . فذلك انما هو « تجربتهم » و« حكمتهم » . ثمة وضع معين ؟ انهم يفتحون الصوان ويخرجون منه بعض الحكم ، بعض الاحكام الصريحة ، بعض الجمل الجوفاء والبدائية .

أثمة وضع آخر ؟ انهم يتجهون الى درج آخر من الصوان ، وهكذا دواليك . ومع ذلك ، فنحن بصدد أناس بإمكانهم أن يكونوا ذوي وضوح

وذكاء ... ولكن ها هم ... ما أن يبلغوا سن النضج حتى يغلقوا الباب ، اذ يحسبون ، دون ريب ، أن حياتهم قد تمت وأن طبيعهم قد اكتمل ... يضاف الى هذا أن دوامة الحياة قد جرفتهم ، وأن لازمتهم أصبحت « لا وقت لدينا » . انهم لم يكرسوا عشر دقائق من الزمن يوميا لكي يحاسبوا أنفسهم ويعملوا على تطويرها ، أو انكبوا ، حينما فعلوا ذلك ، على ثقب أسود ألقى في نفوسهم الرعب ، فأغلقوا بواب الثقب سريعا .

كل ذلك حقيقة . بيد أن الطفل حاضر بما يتصف به من فضول حديث العهد ، وذهن مفتوح الى الاشياء كافة . ولا بد من تربيته ، أعني أن نحافظ على أكبر انفتاح ممكن لذهنه . فالطفل ، من جهة ، على استعداد لأن يجرب كل شيء ويفهم كل شيء ويعانق كل شيء . ومن جهة ثانية ، ثمة المرئي « المتحجر » الذي لا يحسن الفهم ولا يحسن قبول أي آفاق غير التي تلائم تبلراته ...

لقد كف هذا المرئي عن أن يتطور ، وهو أمام وجود لا يطلب غير النمو . فكيف يمكن له أن يعلم الحياة اذا كان ميتا من الناحية العقلية ؟

ج - لماذا كان لك طفل ؟

لا بد ، قبل تربية الطفل ، من إيجاده . فالمقصود اذن ، خلق حياة قدرها أن تفكر ، وتشعر ، وتتألم ، وتضحك ، وأن تكون واعية . وذلك أمر خطير جدا . انه لعمل من أخطر الأعمال اطلاقا . وفي هذا المجال ، لن أقاوم الرغبة التي تحدوني في الكشف عن الاجابات التي حصلت عليها ، في أكثر الاحيان ، عندما كنت أطرح السؤال التالي :

لماذا ترغب أن يكون لك طفل ؟

- انها الحياة ، ألا توافق ؟

- لأنني أحب الأطفال .

- زوجي لا يريد أطفالا ، ولكنني ، أنا ، أريد .
- أريد أن يكون لي خمسة أطفال ، لا أكثر ولا أقل .
- لي ثلاث بنات ، ولكنني أريد صبيا .
- لا أدري .
- لتستمر مهنتي . انها لمهنة رائعة ، ولكنها تضيع .
- كنت أفضل أن أنتظر ، ولكن بما أنه موجود ...
- حتى يستمر اسم العائلة .
- حتى أوطد زواجي الذي يتصف بأنه غير متين جدا .
- لكي تخف حدة شعوري بالوحدة .
- آه ! انه لأمر طارىء .
- لقد أرادت امرأتي بنتا ، وأردت صبيا ، انها بنت ، فلتكن ، انني ، مع ذلك ، أحبها كثيرا .
- زوجي يريد أولادا .
- زوجتي أرادت أطفالا .
- امرأة دون طفل ليست امرأة . وعلى أي الأحوال ، فالمشكل لا يطرح عندما يوجد الحب الحقيقي .
- لقد كان ذلك تكريسا لحبنا . لا بد للطفل الذي يولد في جو الحب من أن يكون سعيدا .
- لأنني قدرت ، بكل وعي ، أنني في كامل صحتي وأنتي متوازنة الى حد كبير . آمل أن أكون قد وضعت في هذه الدنيا موجودا سيكون مسرورا وسينشر الخير من حوله .

تلكم هي الاجابات ... الثلاث الأخيرة ، وحدها ، جيدة في ذاتها . أما بالنسبة الى الاجابات الاخرى ... ! انها ليست اجابات تصدر عن الأنانية ، وانما عن ضرب من عدم الوعي الشامل تقريبا . وهؤلاء الاشخاص .

سيصبحون ، رسميا ، « مربين » . ولكن ، ماذا يربون ؟ وما هي وسيلتهم ؟
وما هي معلوماتهم ؟ وبأي وضوح ؟ وبأي حب على وجه الخصوص ؟ ان
القلب ليرتعث من ذلك لو لم يكن الحس السليم هو الذي أوجده .

د - التربية ضرب من التضيق على الاغلب

التربية ضرب من التضيق على الأغلب لأن السواد الأعظم من المربين ،
آباء وأساتذة وأخلاقين وفلاسفة ، الخ ، « ضيقون » عقليا . انهم يضيقون
فكريا منذ أن تصبح نهائية آراؤهم التي تستبعد الآراء الممكنة الاخرى استبعادا
آليا . فمجرد كون الانسان ينتمي الى جنسية معينة ، الى عرق معين ، الى
طبقة اجتماعية معينة ، يفرض سلفا ضروبا من التضيق وأحكاما مسبقة
يصعب التخلص منها . ولكن من الضروري أن ينبذ هذه الأحكام المسبقة اذا
كانت لديه الرغبة في أن يبلغ كمال ملكاته وفي أن يحصل كذلك على مفهوم
مقبول عن التربية . يضاف الى هذا أن عشرات الملايين من الناس يدورون
حول عقدهم ، وضروب كبتهم ، ومخاوفهم ، وآرائهم ، الخ . كل ذلك يجر ،
بصورة آلية ، أفكارا جاهزة وعادات لاشعورية . وهذا أمر بديهي . انه غل
يخلق الامكانيات العقلية . الانسانية مجزأة الى خانات ، وكل خانة مقسومة الى
ملايين الاقسام . وتم ممارسة التربية انطلاقا من هذه الضروب الهائلة من
التضيق .

لفرض ارسقراطيا لن يكون غير ارسقراطي ، أعني أنه عاجز عن
أن يفتح ذهنه على غير التصورات الارسقراطية . فهو محشو ، اذن ،
بأحكامه المسبقة الناجمة عن كونه ارسقراطيا ، بآرائه ، بعداواته ، بضروب
تسامحه وعدم تسامحه ، الخ . انه لـ « متخصص » ذهني . فهو سيمارس
بصورة آلية ، اذن ، تربية لن تكون غير ارسقراطية ، وسيرسل ، في
الوقت ذاته ، طفله الى مؤسسة تعليمية ارسقراطية . ثمة تقنيات نفسية
جديدة ستعطى للطفل ، وسيصبح شبيها بآلاف المراهقين الذين تخرجوا

قبله ، وسيكون له التعبير ذاته والمنهج ذاته وطريقة اللباس نفسها ، الخ . لقد أعطي زيا نفسيا اذ نقصت امكانياته العامة وعفويته . انه سيكون ، دون شك ، « جيد التربية » كآلة متقنة الصنع . ولكن لا أكثر .

ولنفرض الآن بورجوازيا لن يكون غير بورجوازي . فاللعبة ذاتها تتكرر . وعلى هذا النحو انما تنقسم الانسانية الى ملايين الخانات التي تزدحم بالثرهات التي لا علاقة لما يوجد منها في خانة بما يوجد منها في الخانات المجاورة .

وعلى هذا النحو ، فان ثمة ملايين من الموجودات الانسانية مقيدون بتجارهم الشخصية ومحدودون اذ يجهلون جهلا مطبقا تجارب من يجاورهم ، وأصبحوا عاجزين عن البحث عن فهمها .

التربية شيء يختلف كل الاختلاف عن هذا . ان عليها أن تحرر الفكر بدلا من أن تحتجزه في ضروب من التضييق والازياء .

على التربية أن تهدف الى كمال الملكات واتساعها ، وأن تمنع الأحكام المسبقة والشعارات الداخلية والتبلمات والمخاوف . يقضي الواجب أن نكرس من الزمن ليعرف الطفل نفسه أكثر مما نكرس بقليل ، بدلا من أن نفرض عليه كمية هائلة من المعارف . يقضي الواجب أن نساعد على أن « يكون شيئا ما » ، بدلا من أن نسوقه الى أن « يصبح شخصية هامة » . فأن يكون زبالا أو رئيس مجلس الوزراء ، أمر لا يغير من المسألة شيئا .

ان نتيجة التربية هي ، على الاغلب ، آلة ينظمها الترويض . حسبنا ، فضلا عن ذلك ، أن نرى عدد العصايين الذين يفرضون تربيات خاطئة بسبب عصابهم . ولقد تحدثت عنهم خلال هذا الكتاب كفاية ، فلست ملزما بأن أذكر بذلك .

علينا أن نجعل الفكر يمتد على جميع الأشياء بدلا من تقليصه . ثمة عدد من التربيّات التي تعيق الكمال ، وتخيف من الحياة ، وتنقل العداوة ، وتعود على البحث عن الحماية في العصاب ، وتولد العدوانية ، الخ . ولكن الغم يملأ نفوس هؤلاء المربين ذاتهم عندما يدمر أحد الحروب كوكبنا .

على التربية أن تبني لا أن تدمر اذ تشوّه الامكانيات العقلية . فما الفائدة ، مرة أخرى أيضا ، من أن يكون في حوزة المرء أرغن واسع ولا يعزف عليه غير بعض النغمات حتى ولو سبقها تكريم لا يشوبه عيب ؟

هـ — عندما يعود الراشدون الى المدرسة .

عودة الراشد الى المدرسة انما هي ادراكه انه يجهل ، انما هي معرفته أنه يمتلك بعض المفاهيم الخاطئة ، أو مفاهيم ناقصة أو باطلة . والتربية ، بالطبع ، هي ، جزئياً ، مسألة معارف خارجية . ولكنها ينبغي لها أن تركز ، قبل كل شيء ، على معرفة وحكمة داخليتين . ومن الواضح تماما أن المفاهيم التي تنشأ عن حالة داخلية سيئة تكون خاطئة كذلك . وتلك حقيقة أولية . لكن كثيرا من الناس يرفضون رؤية الحقائق الأولية لأنهم يخشونها . ثمة انحراف سيكولوجي يبرز في كل أعمالنا ، بدءا من أصغرها الى أكبرها ، تصاحبه آثار متفاقمة قليلا أو كثيرا . وذلك صحيح بالنسبة الى جميع العقد وضروب الشعور بالدونية والكبت ، الخ . فأن يربي الانسان نفسه مرة ثانية يعني ، اذن ، أن يخرج من الغلاف الذي تجمّد حوله تدريجياً . وعلى وجه الخصوص ، فإن العودة الى المدرسة تفترض قبول المرء أنه يجهل .

كم مرة نسمع الناس يرددون : « انني ، مع ذلك ، أعلم جيدا كيف ينبغي لي أن أربي طفلي ، وليس بي حاجة الى أن أتلقى نصائح من أي شخص حول هذا الموضوع » . ولنلاحظ جيدا أن هذا الشخص نفسه يستجدي النصائح من الميكانيكي اذا كان الأمر بصدد إعادة فحص سيارته . انه

يطلب آراء خاصة حول شراء اطارات السيارة وبناء المنزل ، الخ . أما بالنسبة الى التربية ، فكلا .

هذا الموقف موقف صبياني وعدواني . انه يكشف اذن عن خوف . انه موقف تفوق مزيف ناشئ من شعور بالدونية .

تعني العودة الى المدرسة « أن يتعلم المرء بذاته » . فاذا كان الأمر على خلاف ذلك ، فان أي تربية صحيحة كل الصحة لا يمكن أن تتم . وعندئذ تفرض عليه تربية جاهزة ، غير مرنة ، مرتكزة على « أناه » . ولكن من أين له هذه المرونة اللامتناهية وهذا الفهم اللامحدود الذي تستلزمه التربية اذا كانت « الأنا » ضيقة أو متجمدة ؟

و - التخلص من الحاجة الى الأمن الداخلي

ذلكم هو المشكل الكبير .. ان الغالبية العظمى من ضروب الحياة الانسانية يوجهها الخوف : مخاوف جنسية ، دينية ، أخلاقية ، مخاوف ناشئة من الشعور بالدونية ، مخاوف من القيل والقال ، من حكم الآخرين ، من الحقيقة ، الخ . وتنشئ هذه المخاوف كلها ، بدورها ، ضروباً من الكبت والعقد والعدوانية ، شأنها في ذلك شأن لولب لا نهاية له . ويجهل السواد الأعظم من الناس مخاوفهم التي تلبث لاشعورية ، ولكن حياتهم برمتها قائمة عليها .

البحث عن التفوق ، والسلطوية ، والقوة ، والسيطرة ، مرتكز حصرًا على الخوف . لقد رأينا ذلك خلال هذا المؤلف . فالانسان يتجمد عندئذ في آلاف من العرات والعادات والتسويات التي تمنحه وهم القوة والسلطة . انه يزخر بضروب التعويض ، ويتدرع بسلاح يجعله يعتقد بأنه ألغى الخوف . والواقع أنه يستمر في معاناة الصراعات الداخلية ، لاسيما وأنها أكثر خطورة لأنها غير مرئية . وعندئذ ينطوي الانسان على ذاته ، ويتبلور ،

ويتجمد . فهو ، من الناحية النفسية ، متوقف ، مثله مثل السفينة التي غاصت في الرمال . انه يدور حول ذاته ، شاء ذلك أم لم يشأ . وبصورة آلية يصبح عاجزا عن الفهم العام .

هل نحن قادرون على أن نفهم مشكلات الآخرين فهما واسعا اذا كنا نعاني صداعا ؟ وقس على ذلك بالنسبة للآلام السيكولوجية . فما دام الصراع الداخلي قائما ، فان الفهم العام ممتنع . « يفهم » الشخص تبعا لحالته الرئيسة التي هي حالة ألمه . وأي فهم يمكن أن يكون لهذا الشخص اذا كان أحد الآلام السيكولوجية يسبب الحصر ؟ بل على العكس : كل ما يمكن أن يراه لدى الآخرين يرجع الى حصره ويعززه . فماذا يمكن أن يفهم شخص خائف جنسيا أو مكبوت ؟ لا شيء على الاطلاق ، اللهم الا رؤية الأمر من خلال ضروب كبتة . وهذه الآلية صحيحة بالنسبة الى كل الآلام السيكولوجية أيا كانت . فانعتاق المرء من خوفه ، اذن ، عمل جوهري من أجل ألا ينقل خوفه ، ومن أجل أن يقدر على الفهم .

يكمن المشكل كله اذن في أن ينعتق المرء من ذاته . وذلك يفترض أن يعلم مما ينبغي له أن ينعتق ، الامر الذي هو دور علم النفس . والا ، فاننا نعطي الآخر توجيهات لا تناسبه اطلاقا . يضاف الى هذا أن عدم الفهم بحول بين المرء وبين أن يضع نفسه مكان الآخر . والمثال واضح في كثير من ضروب العصاب ، وبخاصة في التربيات التي يمارسها السلطويون .

ز - التربية والحرب

التربية كما نعرفها مرتكزة على روح التقسيم . انها تفرز الافراد تبعا لايدولوجيات ، لمنظومات طبقية سياسية ودينية ، الخ . ومن الواضح أن هذه التربية تمنع الفرد من أن يتفتح بحرية ، وتضيّق مجال عمله .. ومجال حبه . فما دام الناس يرددون على الفرد أنه من بلد معين ، ودين معين ، ولسان معين ،

فانهم يحطمون تطوره . أضف الى ذلك أنهم ينمون عدوانيته تجاه أولئك الذين ينتمون الى البلد الآخر . ذلك أمر مؤكد . فالتربية الراهنة تدفع الانسان الى العنف والحقد والاحتقار والتنافس الشرس . وحسبنا أن نلاحظ عواطف الاطفال « الفقراء » تجاه « أصدقائهم » الصغار من الطبقات الغنية ... والعكس بالعكس «علينا ألا نبحث في التربية الراهنة عن الحب ، فلن نجد .» ولكن هل الطفل هو على هذا النحو عفويا ؟ كلا ، البتة . انه يصبح كذلك لأننا نعلمه إياه . وتكرر هذه الامثلة آلاف المرات في جميع البلدان . انه لأمر شنيع اذا تكلمنا من الناحية الانسانية . فهذا النوع من التربية يثير الحرب آليا . وستستمر الحروب ما دام الانسان لا يتعلم أن يعرف ذاته وأن يجد ماهيته العميقة ، وما دام لم يلاحظ أن الطبيعة الانسانية هي ذاتها في أي مكان من المعمورة ، وأن الباقي كله مجرد طلاء سطحي . وبدلا من هذا ، فان ما ينغرز في رأستنا هو أننا فرنسيون ، بلجيكيون ، انكليز ، من قبال البابو Papous ، بروتستانت ، كاثوليك ، مسلمون ، أغنياء ، فقراء ، الخ ، الى أن يأتي اليوم الذي يقتل فيه الناس ويشوهون من أجل بلادهم ، ودينهم ، وأرائهم السياسية ، الخ . وسيدوم هذا كله ما دامت التربية تقسم الانسانية الى « جماعات » منفصلة ومتعارضة . ان المشكل هنا ليس الطفل ، وانما هو المرئي . ويكشف هذا كله أيضا الى أي حد لا يزال الناس كذلك قصيري النظر ، صيانيين ، يملأ الخوف نفوسهم . ولن نتوصل الى السلم (الفردي أو الجماعي) أبدا عن طريق تقسيم الناس الى جماعات متعارضة . وما يتكرر كل يوم بين أفراد منعزلين سيتكرر بطلقات المدافع والقنابل على الارض برمتها .

ح - التربية والحب

ليس ثمة من تربية ممكنة دون حب . وتلك هي بداهة . فليس بإمكاننا ، من غير حب ، إلا أن نروض ونقهر ونصنع وننقل معارف وسلوكات

حسنة . ان الحب كمال داخلي . فكل ما ينقص الكمال الداخلي ينقص
الحب . ويتطلب الحب الحقيقي شروطا قاسية .

ومن الطبيعي ، من جهة أخرى ، ألا يبلغ المرء حالة سامية من
الحب على هذا النحو الا بعد أن يظهر نفسه مرات عديدة .

اعتقاد الإنسان بأنه يحب وكونه يحب ، وضعان متقابلان
تقابل الشمال والجنوب . ان الحب يتطلب حالة داخلية دائمة صافية . انه
يتطلب التوازن والوضوح والقوة اذن . فكل ما يفسد ويتلف يكشف عن
نقص في الحب .

يعلم كل عالم نفس كم هو قليل عدد المرين الذين يحبون أولئك الذين
يربونهم حبا واقعيا . ومع ذلك ، فهم ، على الأغلب ، يعتقدون العكس
جازمين . ان هؤلاء المرين رؤية خاطئة في الحب . فالحب ، في التربية ، كامن
في العطاء على أي صورة كان ، لا في الأخذ .

☆☆☆ سنرى كم هو مزيف على الغالب ، هذا المفهوم ، مفهوم « العطاء » .
فالحب المزيف ، ولنكرر قول ذلك مرة أخرى ، موجود لدى السلطويين ،
وجميع المسيطرين ، والمستبدين كافة ، أيا كانت صورة السيطرة . وسواء
أكانت الصورة عنيفة أم مستورة بضروب الإخلاص والطيبة ، فذلك لا يغير
شيئا من المسألة . وسبب ذلك أن المسيطر يبحث عن أمن داخلي يجده في
المسيطرة . وقد رأينا ذلك غالبا . فكثير من المسيطرين « يهبون قميصهم في
سبيل ولدهم » . بل وقد يهبون حياتهم اذا آل الأمر بولدهم الى الجنوح ، كما
اتضح ذلك من قبل . ولكن ذلك ليس من الحب في شيء . لقد كان هدفهم
اللاشعوري أن يسيطروا أفضل سيطرة على الطفل مبينين له الى أي حد هم
« طبيون » بالنسبة اليه . وهم ، على هذا النحو ، يمنعون كل تمرد
مكتشوف . أما بالنسبة الى ضروب التمرد الداخلي ، فهل يفكرون بها ؟ ان
الهدف اللاشعوري لكل مسيطر هو الاحتفاظ بأمن داخلي عن طريق

اعتقاده بأنه قوي . موضع اعجاب واحترام . ومن جهة أخرى ، فان كل عمل عفوي يقوم به الضنل يعده بمثابة تمرد ، ويستشعره بوصفه اهانة .

الأم التي « تحتضن » ولدها و « تتعلق » به لا تحبه حبا حقيقيا ما دامت تعوق نموه الخاص . وثمة أيضا كثير من الآباء الذين ينقلون طموحاتهم الخاصة الى ولدهم . فكم من الملاحظات بهذا المعنى سمعت :

- أريد أن يصبح الاجمل ..
- أتمنى أن يكون الاذكي ...
- أريد أن يحصل على أفضل وضع لم يسبق لي أن حصلت عليه أنا .
- أريد أن يكون استمرارا لي ...
- أريد أن يوفق في زواج عظيم ...
- انه هو الذي سيحقق الامور التي لم استطع تحقيقها ...
- لقد نجح هذا النوع من التربية معي ، وينبغي له أن ينجح مع ولدي بالتالي ...

— كانت أمي تصفني وأنا في الاربعين . انني أسلك السلوك نفسه مع ولدي ، ونجاحه مرهون بهذا الثمن ، الخ .

أين الحب في كل هذا ؟ أي مرب من هؤلاء « المرين » يضع نفسه مكان ولده ؟ ومع ذلك ، فان هؤلاء الآباء يعتقدون أنهم يحبون ولدهم وأنهم يفعلون ذلك لـ « خير » ه . فأي خطأ يترتب عليه عواقب وخيمة !

انهم يفعلون ذلك في سبيل أنفسهم بكل بساطة ، ويرغبون أن يكبر الطفل حسب ارادتهم هم وطموحاتهم ، اذ يهتمون اهتماما ضئيلا بما هو الطفل واقعيا . ومثل هذه التربيات تقود دائما الى صراعات داخلية لدى المرئي ، صراعات هي ، بالتالي ، عذاب وعصاب وعدوانية وتمرد وشعور بالدونية .

في يوم من الايام ، قال لي أحد الآباء : « شعور بالدونية ؟؟؟ انني لا أعرفه ! انظر الي ، هل يدل مظهري على أنني أعانيه ، أنا ؟ سيرف ولدي في المدرسة التي نشأت فيها ، ذاتها . لقد صممت على هذا النحو . فاذا أراد ، استطاع . ان ذلك لفي صالحه . انني ، أنا ، لا أعرف شيئا غير ذلك ... » . وكان هذا الوالد أطرف عينة من المتبجحين رأيت .

انه ليسهل تصور هذا الطفل وقد أصبح مراهقا ذا ارادة محطمة ، يملؤه الشعور بالدونية ...

وعلى هذا النحو ، تتردد الأغنية في جميع الاتجاهات . فكل تربية تكون مصدر الصراعات الداخلية أو مصدر تقليص الشخصية ، تكشف عن نقص في الحب والفهم . انها ليست ، في الواقع ، غير أنانية مقنعة .

↓ ثمة حالة أخرى شائعة : يتذرع بعض المربين بالحزم . انهم يعتقدون بأن آراءهم ثابتة . انها ، اذن ، صورة من صور التصلب والعناد⁽¹⁾ اللذين يحسبونهما قوة ارادة . ومن الطبيعي أن يكون احتمال فشلهم في بلوغ هدفهم تسعين بالمئة : فتشجنهم ينسبهم النتيجة المنشودة . وتلك انما هي الكارثة عندما يكون هؤلاء الأشخاص أرباب عائلة . فهؤلاء الناس ، أصحاب المبادئ ، المتصلبون المتشنجون ، القساة ، الاراديون ، على استعداد لتعذيب من يحيط بهم . (من الواضح أن ذلك « في صالحهم » دائما) . فما هي آلتهم العميقة ؟ انها الخوف . انهم يريدون بأي ثمن ان تبقى آراؤهم ثابتة لا يمسه أي تغيير . ان مراجعة هذه الآراء تعد علامة من علامات الضعف وعيبا من عيوب الطبع بالنسبة اليهم .

قال لي أحد هؤلاء الآباء : « تشكل مبادئي وأنا وحدة . مبادئي لا تتغير أبدا . انني أرسخها في ذهن أبنائي . انهم سيرون فيما بعد أن

(1) - راجع فصل « الارادة » .

للتصلب فائدة ، وسيشكرونني « . وبعد ، كلا . لن يشكره أبناؤه ، ولن تكون النتيجة كما توقع اطلاقا . انهم لن ينظروا الى أن أباهم قد « أحبهم » ، وانما روضهم . والأمران مختلفان . أما فيما يخص شكره ، فاني أشك في أن يقدموا عليه باسم مخاوفهم واخفاقاتهم وخجلهم في المستقبل .

وعلى هذا النحو انما تنطلق المآسي العائلية المضنية ومآسي الحياة . إن كفكا^(١) kafka ، بين التمزق الذي تسببه هذه المآسي الوجدانية التي تقودنا بعيداً جدا عن الحب ، أفضل بيان ، في روايته « رسالة الى والدي » ...

ليس الحب أبداً أن يفتش الانسان عن أمن داخلي له وعن تكريس مبادئه . كيف يستطيع كثير من المربين أن يقولوا إنهم « يحبون » اذا كانوا يدعون الى التفرقة بين الافراد ؟ ان على هذه التفرقة انما يركز عدد من التربيات . وثمة دفع الى التفرقة باسم الغنى أو الفقر ، باسم الاحكام المسبقة الاجتماعية أو العرقية ، كما قلت آنفا ، دفع الى التفرقة باسم العشيرة ، باسم التناقض السياسي والتناقض الطبقي . ان هذا كله يقود الى العدوانية والتنافس والصراع والاختناق والعذاب . وهذه التربية ، اياها ، تفسد المجتمع . أما الحب ، اياه ، فلا يفسد أبدا ، ولا يعزل أبدا .

كيف يمكن للانسان أن يكون مربيا اذا كان معاديا لطبقة معينة في المجتمع ، لدين معين ، لحزب معين ... بل اذا كان معاديا لجيرانه ؟ انه يختم على ذكاء الطفل وفهمه بدلا من أن يجعله أقدر على الفهم . ان هؤلاء المربين يدفعون الى التفرقة والزهو والتفوق والتنافس . وهم يدفعون الى اضدادها أيضا ، الى الاختناق والخوف والعجز . وعلى أي حال ، فانهم يفسدون امكانيات الطفل العامة .

(١) — كاتب تشيكي باللغة الألمانية ، ولد في براغ (١٨٨٣ — ١٩٢٤) ، مؤلف عدة روايات ، وكاتب مذكرات يعبر فيها عن يأس الانسان تجاه عبث الوجود « م » .

إذا كان فكر المرابي محدوداً (عصاب ، فيه شيء للامور ، رؤية مشوهة ، تبلرات) ، فإن ذكائه سيكون ، بصورة آلية ، محدوداً . انه عاجز عن تصور الحياة في كليتها . والتربية هي نمو الذكاء المندمج في رؤية عامة للعالم . فهي ليست كامنة في أنها تتيح امتحانات باهرة ، وإنما في أنها تنمي الوضوح . فإذا كان فكر المرابي محدوداً ، فإنهم ينقلون بالتأكيد معلومات تصدر عن الكتب . ولكنهم لا ينقلون الذكاء ولا ينقلون الحب على وجه الخصوص . وتلك هي السلسلة اللامتناهية مجدداً ...

ط - ينبغي للتربية أن تكون في جو من التواضع

✚ يجب أن لا يكون في التربية الحقيقية أعلى ولا أدنى ، وإنما يجب أن يكون فيها تعاون تام . فإذا عهد اليها مهمة تربية شخص من الأشخاص ، تعلمنا منه بمقدار ما يتعلم منا . ان التربية تبادل دائم في وجهات النظر . فكثير من المرابي يشعرون بأنهم أعلى من أولئك الذين عهد اليهم أمر تربيتهم . ان ذلك لخطأ على وجه الاطلاق . بل ان الامر لعلى العكس من ذلك غالباً . فالطفل والمراهق يرغبان في أن يتعلما ويوسعا وضوحهما . ولكن كثيراً من المرابي كفوا عن التعلم وتجمدوا . يضاف الى هذا أن ثمة خطراً في أن ينقل المرابي بطريقة سلطوية ما يقدر أنه الحقيقة منذ أن يوجد لديه الشعور بالتفوق .

* (فالحقيقة لا تنقل : ان على كل انسان أن يكتشفها بنفسه) ينبغي للمرابي أن يكون كريستالاً منيراً .. فإذا اعتقد بأنه متفوق ، وطن نفسه على دور من الادوار ، وحاول أن يحافظ على هذا الدور ، وأصبحت سلطته رغبة لاشعورية في أنه على حق .

أضف الى ذلك أن كثيراً من المرابي ، آباء أو اساتذة ، بحاجة الى الشعور بالتفوق . وتلك هي حال الاشخاص الذين يعانون الشعور بالدونية وحال جميع السلطويين انها ، اذن ، حاجة مرضية الى الاحترام والمراعاة والاعجاب ، الخ ، حاجة لاشعورية على الغالب .

يرغب هؤلاء المربون أن يقبل التوجيهات وإحقاتهم وإحكام من يربون دون

مناقشة . انهم يشعرون بالعدوانية اذا لم يفعل الآخر ذلك .

اننا نلجم ذكاء الطفل وعفويته اذ نجبره على قبول السلطة . اننا نلزمه بتقليص وضوحه ونطاقه العقلي ، ونمنعه من ادراك قيم انسانية تناسب ما هو عليه . فالشعور بالتفوق يعني « السيطرة » وفرض سلوك تم اعداده من خلال « أنا » مشوهة . وعندئذ يشعر المرء بالقوة التي تنقذه من العجز ... وتلك هي أيضا ، بالتالي ، حال الآباء العصائين ، والاساتذة العصائين ، وحال بعض رؤساء الجماعات ، وبعض رؤساء الحكومات .

لا بد للمربي ، على العكس تماما ، من أن يستغرق في تواضع عميق . ألا ينبغي له أن يتعلم هو أيضا ؟ هذا التواضع هو وحده الذي يتيح له أن يحتفظ بذهن منفتح جاهز . فترية الطفل تعني « أن يضع المرء نفسه مكانه » . كيف يمكنه أن يفعل ذلك اذا كان ذهنه يزدحم بالشوائب التي تكبح العقلي وتحاصره ؟

المرء الحقيقي غني داخليا . انه يعطي ولا يفكر بأن يأخذ . فالاجاد

والسلطة والاعتراف بالجميل ينبغي لها أن لا تكون ذات معنى بالنسبة اليه .
ولا يشعر بالتفوق اطلاقا ، ولا يرغب في أن يفرض أي شيء قطعا . انه يقتصر على اعتبار أن قدره الراهن هو أن يربي ، وأن تلقي التربية هو قدر الآخر .

ومن أجل هذا ، لا بد بالطبع ، من أن ينصب عمل المرء على نفسه ، مستخدما جميع المصادر السيكولوجية الموجودة تحت تصرفه . فلن يكون مرييا ما دام أي خوف يبقى في نفسه ، وأي شعور بالتفوق أو السيطرة . انه قانون قاس الى حد مرعب ، ولكنه جميل جمال الشمس .

الفصل التاسع

المراهقة

المراهقة

كثيراً ما يكون ممتعاً أن يتذكر الانسان طفولته ، غير أن تذكر
« مطلع الفتوة » بسرور يدل غالباً على نقص في الذاكرة . فالمراهقة فترة
مضطربة ، فوضوية ، شاقة ، يخشاها كثير من الآباء . انها فترة الحياة التي
تعقب الطفولة ، وتمتد حتى سن الرشد .

فهي تبدأ من السنة الرابعة عشرة حتى العشرين لدى الصبي ، ومن
الثانية عشرة حتى الثامنة عشرة لدى البنت .

ومن المؤكد أن هذه المقاييس تتغير تبعاً للمناخ ، والعرق ، والبيئة
الاجتماعية التي يمكن أن تفرض بعض التكيفات المبكرة أو المتأخرة .

١ - البلوغ

البلوغ باب المراهقة ... انه بعث اذا صح القول . فالطفولة تبتعد
والعاب الاطفال تهمل ، والتوازن ينفقد ، والطبع يصبح في عدم استقرار بارز ،

والوجود الناعم تحت حماية الابوين ينتهي . أليس البلوغ لدى كثير من الشعوب موتا وبعثا في وقت واحد ؟ لقد جعلتنا السينما نألف بعض طقوس « المسارة » ، طقوس قاسية لا تعرف الشفقة ، مخصصة من أجل أن تقود البالغ الفتى الى وجوده الجديد ، وجود الرجل ...

ينطلق المراهق برعونة في الحياة بوصفه مبتدئا فيها . فالجموح والانفعالات والتهور هي الصفات التي تميزه . وتظهر أحلام اليقظة لديه : ان المراهق يكتشف « أنا » ه ، ويقارن بين نفسه وبين من يحيط به ، ويكتشف مفهوم الزمن ، ويشعر في صنع مشاريع المستقبل . هذا الاكتشاف ، اكتشاف المستقبل والماضي ، يسوقه الى السعي لمعرفة أين هو : ذلك هو عصر المذكرات اليومية ... (والله يعلم ان كانت مؤثرة هذه المذكرات التي يحملها إلي عفويا بعض المراهقين) . ان كشف « أنا » المراهق لا يمكنه ، بالطبع ، إلا أن يعرضه الى القلق . انه يمتحن مشاعره ، ويبحث في نفسه ويفحصها وينسحب منعزلا . انه يحاول قبل كل شيء أن يفهم ما يحدث له ، فيسعى اذن الى أن يحلل نفسه . وبوصفه مشوشا في ركام تناقضاته الداخلية ، فانه يبحث متحمسا عن انفعال وعن اتجاه يستطيعان مساعدته على أن يرى بوضوح أكبر ... خباله يتخبط ، مذعور بعض الشيء ، لا يعرف بأي شيء يبدأ ولا من أي طرف يمسك بالعالم الواسع ... فترتفع رايات التمرد : انها الهجمات المخططة ضد « اللحي القديمة » ، ضد « الشيوخ الذين أفناهم الكبر » ، ضد القيم القائمة والقواعد الاجتماعية والاخلاق التقليدية . انه التمرد ، كذلك ، الخفي أو المكشوف ، ضد العائلة ، تمرد يدب الذعر في نفوس المربين أغلب الاحيان . وتستمر غرابيات المراهق : فهو يتفوه بأحاديث عجيبة ، ويشير « الضجيج » والصخب بلا داع ، ويسخر من أبيه وأمه ومجتمعه . انه عضو في « عصابات » لها نواديها وقوانينها السرية .

ثمة اكتشاف رئيس آخر : القيم الروحية . وتنفجر الازمات الفلسفية والاخلاقية . فالمراهق مشغول بالخير والحق والجمال . انه ينخرط في مناقشات حامية الوطيس أحيانا ، ليست ، غالبا ، من قبيل محادثة على « كأس من الشاي الساعة الخامسة » . الضمأ الى المطلق يرضيه . انه ، من جهة أخرى ، لحجيج رهيب .. يؤكد بصورة قطعية ما يجهل ، ويسخر بصورة مطلقة من الجواز .

ولئن جعلت منه « أنا » ه شخصا مرتبكا ، فان من الطبيعي أن يحاول الخروج من هذا الارتباك . فيبحث عن التعاطف والسند متجها نحو الصداقة والحب ببطء . انها الفترة التي تسمى « مرحلة انقاذ الأنا » .

ويشتعل البركان : فتظهر الاهواء الكبيرة ، الجامحة ، المؤلمة ، العمياء ، كما تظهر ضروب النفور العنيفة كذلك . ويشعر المراهق بالود المتحيز ، الغيور ، المتشكك . انه يبحث غالبا عن صداقة شخص أصغر منه سنا يتيح له أن يؤكد ذاته بشكل أفضل . وقد يحدث أحيانا أن يكرس نفسه ، جسما وروحا ، الى شخص راشد موضع اعجاب ، أستاذ ، عالم ، كاتب ، الخ .. وقد يكون بعض الأساتذة موضع ولع طلاب المرحلة الثانوية الذين يتجاوزن الحد الطبيعي أحيانا . فقد نرى بعض المراهقين الذين يلثمون الكرسي الذي جلس عليه المعلم ... أو الذين يأكلون الحوار الذي استعمله . ثمة هنا ، اذن ، « تثبيت » هام .

أما عن صداقات المراهقين ... فان المراهق يحب صديقه ، ويؤمن به ، ويعجب به . انه يضحى بنفسه في سبيله ، ويقلده ^ب ويتسرب القلق الى نفوس كثير من الآباء بشأن هذه الصداقات المشبوبة العاطفة ، ويخشون الانحرافات الجنسية . فليطمئنوا : ان الحالة نادرة بالاحرى . أما عن صداقة مراهق مع طفل أصغر منه ، فقد تكون عرضة لخطر أكثر . ولكن لها ، على الغالب ، مفعول جيد على الأصغر الذي يحصل ، على هذا النحو ، على هاد

وعلى حماية . ولقد استخدمت بعض المدارس صداقات المراهقين هذه
استخداما رائعا ، كما استخدمتها انكلترا واليسوعيون .

الظواهر الجسمية — تتميز المراهقة بظهور الوظائف التناسلية
والخصائص الجنسية الثانوية ، كظهور الشعور ونمو الوركين والثديين لدى
البنات وتبدل الصوت ، الخ . وينمو شعر العانة في الثانية عشرة من العمر
لدى البنت وفي الثالثة عشرة لدى الصبي . وما أن ينصرم القليل من الزمن
حتى يظهر شعر آخر تحت الإبطين . ثم تلك انما هي الملاحظة المتكررة أمام
المرأة حوالي السادسة عشرة من العمر : فالشاربان يظهران . ويشترى المراهق
شفرة « الامان » الاولى ... ويشعر بشكوك جديدة ... ويتذكر الفتيات
« اللواتي ينبغي هن ألا يجدن ذلك كبير الاثارة » ... ويغسل للمرة الاولى
بالصابون غسلا كأنه طقسى ... ويحس بأنه رجل ... وينطلق نحو غسيل
بالصابون يزداد تكراره تدريجيا . أما عن المظهر الجسمي !... فأجسام ينقصها
التماسك أو أجسام دحداحة ، وأيد محمرة لا تعرف أين تندس ، ونقاط سوداء
على الانف أو الذقن . ولكن هذا ليس كل شيء : ثمة نكبة جديدة تحل : انها
تغير الصوت . فالفتى يتأمل بيأس تفاحة آدم هذه التي تبرز بروزا مخجلا .
انه يشعر شعورا وكأنه وسواس بهذه التفاحة المقيتة تصعد وتهبط . والصوت ،
اياها ، يذكر غالبا بدونالد دوك Donald Duck في أجمل أيامه . وقد يكون
دور الاب مهما في هذا الموضوع : أن يخطر الولد بهذا التغير ، تغير
الصوت ، حتى لا يحسب الفتى نفسه بمثابة عامي مستهجن .

ثمة ظاهرة هامة أخرى : وظيفة الانجاب . فالخلايا التناسلية تدخل
مرحلة النضج (بويضات وحيوانات منوية) . ويختلف ظهور العادة الشهرية عند
البنات . ويكون ظهورها ، في المتوسط ، بين الثانية عشرة والرابعة عشرة . وثمة
بنات يشاهدن ظهور عاداتهن الشهرية في الحادية عشرة من عمرهن .
وأخريات يشاهدنها فيما بعد بكثير ، حوالي الثامنة عشرة . هذه التغيرات

منوطة بالعرق والحرارة وبعض البيئات الاجتماعية . وينمو عضو التأنيث لدى الفتاة ، والخصيتان والاعضاء الخارجية لدى الصبي .

٢ - أمراض المراهقة

الاضطرابات الجسمية الرئيسية - المراهقة مرحلة محفوفة بالمخاطر على وجه التأكيد بيد أننا لا ينبغي لنا أن نبالغ في مخاطرها على الإطلاق . فالسواد الاعظم من المراهقين يجتاوزن هذه المرحلة دونما حادث شديد الخطورة . وتكشف المراهقة بالدرجة الاولى عن اضطرابات في النمو ، هي ، على الغالب ، نتيجة تنظيم هرموني سيء . وفي بعض الاحيان ، قد تعجل بعض اضطرابات افرازات الغدد الصم في وظيفة الانجاب أو تؤخرها . ويمكن للغدة النخامية أن تحدث بعض الاضطرابات : انه عندئذ ليعب في النمو « طولاً » أو « قصراً » يؤدي الى العملاقة او الى القزم . وقد تسبب بعض الاضطرابات في افرازات الغدد الصم انعدام خصائص جنسية ثانوية : فالاشكال الجسمية تبقى طفالية . وقد يحدث في بعض حالات البلوغ المبكر جداً أن يصبح الصبيان من « أصحاب الاجسام الكبيرة » وأن تميل البنات الى البدانة .

وعلى اي حال ، فليس ثمة ما يخيف اطلاقاً . ان الطب الحديث يكافح بصورة فعالة اضطرابات النمو الخطيرة بوساطة الهرمونات التي يطبقها على كل حالة خاصة .

ولكن هذه الحالات الشاذة نادرة بالاحرى . فالشهية الهائلة لدى الفتيان والفتيات معروفة أيضاً . ينبغي أن يأكلوا ما يكفي . والغذاء يحتوي على فيتامينات النمو . والعضوية ، من جهة أخرى ، تعرف غريزيا ما يلائمها . وعلى وجه العموم ، يبدي المراهق ميلاً الى تناول الخضار النيئة والفواكه ذات الغنى المعروف بالفيتامينات ، فيتامين آ للنمو العام وفيتامين هـ للفاعلية التناسلية ، وفيتامين د لنمو العظام .

التربية البدنية هامة خلال المراهقة ، والالعاب الرياضية تتكيف أكثر فأكثر مع ضرورات هذا العمر . ومن الضروري وجوب مراقبة الالعاب الرياضية والتربية البدنية ومراقبة طبية صارمة حتى لا يصرف المراهقون جهودا تتجاوز قدراتهم البدنية .

الاضطرابات النفسية الرئيسة - قوام المراهقة نضج سيكولوجي
يجب أن يؤدي إلى تكيف اجتماعي . فالأحداث السيكولوجية رائجة في أثناء هذه الحقبة من الحياة : منها ما هو طفيف ، ومنها ما هو خطير جدا .

الاضطرابات الطفيفة - رأينا تطور المراهقين السوي . فهذه المرحلة
من الحياة تفرض اذن اضطرابات في السلوك . وبصادف المرء لديهم ، على الغالب ، تغيرات في الخلق وأحزانا عميقة وضروبا من الانطواء الشديد على الذات . ونوبات البكاء والوحدة والعزلة كثيرة الحدوث . وثمة كثير من المراهقين الذين يستسلمون الى أحلام يقظة مبهمه يمكن أن تكون ضرا من بداية الفصام . وتلك ، أحيانا ، هي اندفاعات صوفية أو فلسفية وانفجارات عاطفية مفاجئة دون باعث ظاهر . فالمرهقون « المتقلبو الاطوار » الحرودون ، الخحولون الى حد كبير ، الذين يحمررون لأتفه الامور ، كثيرون . ويعرف الآباء جميعهم تمرد المراهقين تمردا يعبر عن ذاته في الوقاحة والتصرف الفظ والعدوانية والهرب المؤقت . ويريد المراهق أن يصبح مستقلا وأن « يعيش حياته » بصورة عنوية ودون اكرام .

ويبدي بعض المراهقين ميلا الى الكذب والتخريف (الهوس الاسطوري) . انهم يشوهون الحقيقة ويتكرون قصصا خيالية ، بل ويتصنعون حالات عضوية غير سوية . ومن المؤكد أن التخيل المبدع يسهم فيها ، كما تسهم فيها الايحاءات التي ترد من الخارج .

انهم يعيشون على تخوم الخيالي بسهولة مذهلة ، وبخاصة الفتيات اللواتي يقدرن على صنع روايات حقيقية بدءا من لا شيء على وجه التقريب ...

فالمراهقة ضرب من المشور الذي يشوه الواقع تشويها كبيرا لانها حقبة ذاتية قادرة على القيام بانشاءات جريئة . انها ، من جهة اخرى ، لعمر ينبغي للموجود الانساني فيه أن « يتحرر » من غليانه الداخلي ، فيقرض الشعر ، ويصبح شديد الحساسية لضروب الجمال الفني ، ويحاول التأليف الادبي والموسيقي ، الخ . ان الخيال يعدو في جميع الاتجاهات . وينتج عن ذلك أنه كلما يرقى الى أن يكون له قوام .

وينشأ الهوس الاسطوري لدى المراهقين كذلك من الزهو والرغبة في أن يبرزوا مزاياهم . وقد يكشف هذا الهوس الأسطوري عن شعور بالدونية ، شعور رائج في هذا العمر . يضاف الى هذا أن بعض المراهقين « يتصنعون » أوضاعا و « يتظاهرون » بأمراض محاولين استرعاء انتباه محيطهم وعطفه . وعلى هذا النحو . فانهم يعودون الى مرحلة طفالية لا بد من معالجتها معالجة سيكولوجية : فلبعض هذه التصنعات صور هستيرية يحتمل أن تدوم .

يفاجيء البلوغ كثيراً من المراهقين وكأنه مد غير متوقع . فلم يندرهم أحد ، الامر الذي يعد خطأ فادحا . ان من الضروري أن توصف الاضطرابات التي ستحدث الى المراهق حتى لا يستخلص منها أي قلق . كذلك فان على الام أن تخبر بنيتها بهذا مسبقا ، وعلى أن يتم حوالي الحادية عشرة من عمرها . ينبغي لها أن تعرف بأن العادة الشهرية قريبة ، وأنها ستشعر بتوعك في صحتها وستلاحظ سيلان دم ، الخ .

ثمة كثير من البنات اللاتي يصيبن خوف شديد ، ويعانين صدمة سيكولوجية شديدة يمكن تفاديا بسهولة . ولا يختلف دور الاب في هذا الصدد . ينبغي له أن يخبر ابنه بالانتصاب الجنسي الليلي وبالوسائل المنوي الذي يقذفه ، وبأن ذلك كله طبيعي تماما .

اضطرابات أكثر اثارا للقلق — يكشف عدد من المراهقين عن ميل الى الوسوس والمخاوف المرضية من كل ضرب وبخاصة الجنسية والدينية منها .

فكم يغرقون في قلق مميت ، في شك مخيف ، في وساوس الدنس ؟ والمقصود أن يكشف عن كل ذلك قبل أن يفوت الإوان : إذ يمكن لهذه الاضطرابات أن تستمر وأن تؤدي الى عصاب خطير . ولقد رأينا حالات من هذا النوع في ثنايا هذا الكتاب .

وفي حال وجود عرات نفسية قبل البلوغ ، فإن البلوغ يقوم ، على الغالب ، مقام القاطعة . وعندئذ تبدو العرات بصورة عنيفة على الرغم من عدم وجود أي صلة مباشرة بينها وبين ظاهرة البلوغ بالمعنى الدقيق لهذه الظاهرة .

وأخيراً ، فالبلوغ هو الفترة الممتازة لبداية الفطام . لقد درسنا هذا المرض العقلي العسير . فمظاهره شديدة الاعتدال في البدء : ميول غير سوية الى العزلة ، مبالغة في أحلام اليقظة والانطواء على الذات ، ظهور المراهق بمظهر من فقد صلته بالواقع . ومن البدهي ألا تكون هذه المظاهر علامات بداية الفصام دائماً . ومع ذلك ، فلا يمكن أن نفرط في الالتحاح على كشف مبكر لهذا المرض المؤلم ذي الانتشار الواسع .

٣ - البلوغ والجنسية

تصعد الغريزة الجنسية على السطح بعنف منذ البلوغ . إنها لم تعد غريزة الطفل الصغير الاولى^(١) ، وإنما هي ميل موجه نحو « شيء ما » . نحو شيء ؟ ذلك بالضبط ما يقلق السواد الاعظم من المراهقين ... فالجنسية تبدو بمثابة موجة قعر قوية . انها تعمل عملها في المرحلة التي يكون المراهق فيها قد خضع الى تأثير التربية . فاذا تذكرنا التحليل النفسي عرفنا أن الغريزة والاخلاق التي تنقلها التربية هما ، وجها لوجه ، صديقان أو عدوان .

(١) - انظر « التحليل النفسي » .

ولهذا السبب كانت هذه الغريزة الجنسية الذائعة الصيت عرضة لكثير من الانحرافات . فيشعر المراهق بأنه «مدفوع خارج ذاته» دون أن يعلم الى أين ولماذا وكيف . وتظهر الحساسية في الوقت الذي يظهر فيه الميل الجنسي .

★ انها الحقبة من عمر الانسان التي تثير العطور اللطيفة والشديدة فيها الانفعال ... والتي يكون المرء فيها حساسا لرائحة الشعر والجلد، حساسا لرائحة قفاز أو منديل منسيين ... حساسا لجمال وردة أو موسيقى .

انها الشهوة الحسية بالمعنى الأوسع لها . فأي انفعال عميق يعانیه المراهق اذا لمح جسماً نسائياً جميلاً عارياً ! الجمال والجنسية والشهوة الحسية والتوقع والغموض هي العلامات الكبيرة ، علامات انفعالية .

ويدور كثير من المراهقين نصف دورة امام هذه القوى المجهولة . فينسحبون ويبحثون عن الطهارة بقلق كما لو أن الجنسية ليست هي الطهارة بعينها ... ان انفعالية المراهق برمتها تصبح ، على أي الاحوال ، انفعالية جنسية سواء كانت منبوذة أم مقبولة .

وتظهر في الوقت ذاته انفعالية شديدة: خجل ، احمرار ، ضحك وبكاء تشنجيان ، وبخاصة لدى البنات . و « لا يدري بمن يلوذ .. » كثير من الآباء الذين تصعقهم الدهشة . فيقولون لفلذة كبدهم : « ولكن ماذا دهاك إذن ؟ » . وكان من المفروض أن يجيب : « ما دهاني ؟ .. إنها مراهنتي ... » .

ثم إنه ، بصورة طبيعية ، هو الاتجاه نحو الجنس المقابل . انه زمن الحب الافلاطوني ، والاعجاب المتيم ، ورغبة الحماية . انه زمن أحلام اليقظة ، أحلام لا حدود لها ، أحلام يتخيل فيها المراهق أكثر الأوضاع فروسية . انه زمن تقبيل الوسادة في وحشة الغرفة ، مساء . وتبدو غالباً عبادة المرأة عبادة أفلاطونية ، عبادة خطيرة الى حد بعيد مع ذلك ، اذا لم تتم تصنيفيتها . انه زمن « الحبل

المشردود « جدا ، حبل جنسية المراهقة . ثمة حنان أفلاطوني من جهة ،
وإجذاب شهواني من جهة أخرى . والحالة المثالية هي أن ينسجما .

ولكنهما لا ينسجمان في بعض الأحيان . ويستمر الحب الأفلاطوني
حتى سن الرشد ، ويجعل ظهور الحب الحقيقي أمرا متعذرا ... فكل شيء ،
بالتالي ، منوط باستعدادات المراهق المسبقة وبالطريقة التي ربي بها (راجع
عقدة أوديب التي بحثناها في فصل التحليل النفسي) . انه ، اذن ، طور
من الغموض ، طور يقود المراهقين الى اللواط أو الى العجز الجنسي . وهنا
ينبغي لنا أن نحرص على تربية قادرة على الفهم .

وتسلك الفتيات طريق النمو ذاته على وجه التقريب . ومع ذلك ، ثمة
بعض الفروق الملحوظة . فالجنسية لديهن غير متموضعة أكثر من الصبيان .
انها « تنتشر » بدلا من أن تتحدد بوضوح . ولهذا السبب كانت العادة
السرية أقل انتشارا لدى البنات منها لدى الصبيان . انهن يتأملن أنفسهن ،
ويلاحظنها ، وينظرن الى منحنيات أجسامهن بافتتان . ويمقتن تشوهات صغيرة
ضيئلة مقننا شديدا .. انهن مصابات بضرب من الخفر « الساحر » ومن
الغنج الذي لا حد له . أما فيما يتعلق بأحلام اليقظة ... فان نظرة أو اشارة
أو ابتسامة ، تكفي لكي ينطلقن نحو سقالة من الروايات ذات الآفاق
الانفعالية اللامحدودة .

هل ينبغي لنا تربية الصبيان والبنات معا ؟

ينصح بعضهم بالتربية المختلطة من أجل إيجاد حل للطريق نحو الجنس
الآخر ، على ما يبدو . وهذا الحل رائع على الغالب . فالتصرف الطبيعي ازاء
الجنس الآخر هو نتيجته الغالبة . ومن المؤكد أن ثمة امكانا للاعتراض بأن
الصبي يجد صعوبة في أن يقع في حب فتاة يراها تعاني المشكلات التي يعانها
ذاتها . ذلك أن جاذبية الخفي الموجود « وجهها لوجه » تتعرض الى خطر
التوقف بصورة مبتذلة . فالآراء منقسمة اذن حول هذا الموضوع : فلا وجود

لأي حل عام ، شأنه في ذلك شأن أي مشكل انساني . والحالة المثالية انما هي انقاذ المراهق انقاذا سيكولوجيا وجسميا يتيح له أن يتجاوز بعض الاوضاع المعقدة أحيانا بقليل من الأضرار. انه ، اذن ، مشكل من مشكلات التربية والوقاية النفسية . وعلى أي الاحوال ، فان من الضروري أن يتها ل « الجنسين » غالبا فرصة اللقاء كيما يلاحظ أحدهما الآخر ويتعارفا ويتحابا .

٤ — المراهقة والعادة السرية

ربما كانت العادة السرية المنفردة هي الفاعلية الجنسية الاكثر انتشارا خلال المراهقة ، وبخاصة لدى الصبيان . لقد تحدثت عنها عندما درست فرويد . عادة سرية ! ... كلمة يغمرها عدد من الاشخاص بالعار واللعنات وبأمور أخرى لا أدري ما هي . هذه الممارسة الجنسية مثقلة بعدد كبير من الاضرار المتخيلة : فقدان الذاكرة ، شلل ، جنون ، حذبة كبيرة في الظهر ، اختفاء الاعضاء التناسلية ، سلس مبكر في البول والغائط ، انقطاع النسل ، نقص في تماسك الدماغ ، انحلال أخلاقي وفجور حتميين ، أمراض مشينة . وما ذكرته من الاضرار يكفي وان لم يكن على سبيل الحصر .

وحسب المرء أن يسمع اعترافات المراهقين حتى يعلم مدى تشوه هذه المسألة . وسيكون هذا كله مضحكا اذا لم تحدث ضروب من العصاب الخطير أحيانا عقب ممارسات العادة السرية المتكررة خلال سنين طويلة .

ولا يحدث العصاب بسبب العادة السرية ذاتها . وانما بسبب المناخ السيكولوجي الذي يرافقها . ثمة ، اذن ، مفاهيم خاطئة حول هذا الموضوع

(١) — انظر فهرس المصطلحات « تحليل نفسي » و « عادة سرية » .

ينبغي لنا ازلتها بما أمكن من السرعة . فلا تسبب العادة السرية ذاتها أبدا أي ضرر شريطة ألا تتجاوز بعض الحدود . وليس علينا أن ننقل الى المراهق « الخجل » من عمله ، وانما علينا أن نعلمه العفة التي يقبلها بحرية ، واحترام الذات ، لا الخوف من شتى ضروب العذاب .

آ - ما هي أسباب العادة السرية ؟

تنزع العادة السرية بصورتها الاكثر بساطة الى اشباع رغبة جنسية جسدية خالصة . وعلى هذا النحو ، انما نلاحظها لدى الحيوانات كالكلاب والفيلة والقروود الحبيسة ، ولدى الراشدين الذين حرّموا من أي امكان للاتصال الجنسي ، كالمسافرين والسجناء ، الخ .

يتعلم كثير من الصبيان عناصر الجنسية في المدرسة عن طريق أحاديث رفاقهم . ومع ذلك ، فانهم يغضبون ، على الغالب ، من الكيفية المتبدلة التي يعرض فيه الامر . ويتعلم العادة السرية بعض المراهقين اما عن طريق سماع الحديث عنها ، وإما تقليدا للآخرين . بيد أن بإمكاننا أن نطمئن مع ذلك . فالسواد الاعظم من المراهقين يخرجون من هذا النوع من التجربة المتبسرة دون أن يمسه سوء من الناحية الاخلاقية .

* ويمكن أن تشير العادة السرية ، بصورتها الاكثر تعقيدا ، الى توتر سيكولوجي لا صلة له بالجنسية . وعلى هذا النحو ، انما يسلب بالعادة السرية عدد من المراهقين عن وسط ضار وشعور بالتعاسة والعزلة والتأنيب .

ولا يمارس العادة السرية بعض المراهقين الا اذا كانوا في حالة السرور ، وبعضهم الآخر اذا كانوا في حالة الحزن أو القلق أو الانفعال ، الخ . اذن ،

ثمة في هذا الشأن ارضاء جسدي لتوتر انفعالي .

اللذة : وهو الحافز من التوترات بطريقة تحقق البرفد من اللذة . والاشياء التي تثير شهوة المراهق .
الواقع : أحد الواقع في الاعتبار بفضي بنا - ٥٦٦ - إلى التخلي عن اللذة أو تأجيلها لتجنب الانزعاج أو تيل

ب - العادة السرية والخيال

انها صورة خطيرة من صور العادة السرية بسبب بعض ضروب
« التثيت » النفسي الذي يمكن أن يستمر طوال حياة المرء .

هذا فتى يمارس العادة السرية متخيلا أنه جالس على عرش ملكي
وعشرات النساء قائمات عند رجليه . وذلك فتى آخر يمارسها وهو يفكر
برفيق أعمر منه نال اعجابه الشديد . وها هو ثالث يتخيل ، وهو يمارس
العادة السرية ، أنه يذل فتيات يخاف منهن ، الخ ، الخ . هذه الممارسات
تكشف جيدا عن الميول العميقة لكل مراهق . ثمة اذن ضرب من الخطر .

يمكن لبعض الميول المنحرفة أن ترتبط بالعادة السرية وتصبح غير
قابلة للانفصال عنها ... ويستمر الفتى ، بالتالي ، في اشباع ميوله بهذه
الوسيلة حتى سن الرشد . وعندئذ ، قد يحدث على الغالب أن يكون ملزما
بممارسة العادة السرية طوال حياته ، سواء كان عازبا أم متزوجا . وسبب
ذلك أنه لا يجزؤ أبدا على أن يعترف برغباته « الخفية » الى شريكته . وقد
تحدث ممارسة العادة السرية في سن الرشد بطريقتين : إما بصورة منفردة وإما
في أثناء الفعل الجنسي بين الزوجين . ويبدو الفعل الجنسي ، في الحالة
الاحيرة ، أنه يتم بصورة طبيعية في حين أن الشريك الآخر ، الذكر أو
الانثى ، يدع خياله يتحول الى ميوله الخاصة التي لبثت كما كانت عليه منذ
سنين عديدة . وسأتحدث عن ذلك في الفصل التالي : الجنسية .

في هذا المجال الخيالي على وجه الخصوص ، انما ينبغي لنا أن نحذر
المراهقين . ومع ذلك ، فان عليهم أن ييوحوا بما في أنفسهم .. وهو أمر أسهل
بكثير مما نظن . ينبغي لهم أن يعلموا ، أولا ، أنهم ليسوا وحدهم الذين مارسوا
على وجه البسيطة هذه الرذيلة . وينبغي لهم ، ثانيا ، أن يشعروا شعورا عميقا
بأن المرء ينظر الى المسألة نظرة فهم وسعة فكر كليين .

عندئذ ، تعود العادة السرية الى أن يكون ما ينبغي لها أن تكون :
عرضا من أعراض المراهقة ، عرضا مؤقتا يطويه النسيان سريعا .

٥ - جنوح الأحداث

يتصف جنوح الأحداث حقا بأنه مشكل يحظى بالاهتمام والعناية ..
انه صورة من الصور الاكثر ايلاما وخطورة ، صور عدم التكيف الاجتماعي
لدى الاطفال . فالصحف تعج بهذه الحالات من الجنوح . وتقع أفعال حمقاء
دون مبرر ولا داع . ويسترعي . هذا الجنوح اهتمام المربين إذن والمجتمع وعلماء
النفس والاطباء .. الذين يكتشفون ، على الغالب ، اضطرابات في الطبع
وعرات نفسية لدى الجانحين ، وهو أمر طبيعي بالنظر الى الحماقة الخيفة التي
تتصف بها بعض المظاهر الاجرامية .

ومن المؤكد أن الحرب ، واهمال الكثير من الاطفال ، وانهيار القيم
الاخلاقية والانسانية ، والتخوف من المستقبل الغارق بالقنابل ، أثارت « الميل
العنيف نحو لذات الحياة » وجنوح الاحداث .

تساؤل الاخلاقية هو احد العوامل الرئيسة بالتأكيد .. وعناصر هذا
التساؤل كثيرة ... حروب واحتلال ألماني ، احتلال الحلفاء ، ومقاومة ،
وتخريب ، وتهديم ، وسوق سوداء ، ودعارة ، الخ ... فكيف حدث أن لم يتأثر
بانهيار الاخلاق هذا وانهيار احترام الغير عدد من الاطفال ؟ وكيف حدث
أيضا أنهم لم يتأثروا بالرغبة في « الاستمتاع » بالحياة ما أمكن من السرعة ؟

شروط الحياة كبيرة الاهمية ايضا . فالفاقة ، والفقر المدقع ، والفصل
الدقيق بين « الطبقات » الاجتماعية ، والبطالة ، والادمان على الكحول ، لم
تخلق لترتيب الامور . واذا اضفنا اليها الاغراءات الخارجية ، لاحظنا فعلا ان
الجنوح أكثر انتشارا في المدن من الارياف .

الوسط العائلي ذو تأثير كبير . فالسواد الاعظم من المؤلفين متفقون على أنهم يمنحون تفكك الوسط العائلي أهمية غالبية . والحالات مؤلمة جدا : آباء وقع الطلاق بينهم ، آباء غير متفاهمين ، تمرد الاطفال ضد الوسط العائلي ، اهمال أخلاقي أو جسمي ، الخ .

أما السينما ، فان دورها ضار حقا ، وتمثل تسفيما حقيقيا بالنسبة الى الكثير من الاطفال . وحسب المرء أن يتجول في المدينة ويتأمل الاعلانات التي تنبئ عن الافلام ليصيبه الذهول بسبب ملاحظة عدد الافلام التي تدور حول الجرائم ، ورؤية كمية الاعلانات التي تبرز المآثر العدوانية ، ومشاهدة عدد المسدسات المعروضة في هذه الاعلانات . انه لأمر مخيف على وجه الاطلاق ، وبامكان الانسان أن يقول في هذا الشأن : ان المجتمع يحصد ما يزرع . فالاجراءات التي تخصص لحماية الشباب من السينما هي ، اذن ، اجراءات ضرورية .

أ - اللصوص الفتيان

انهم يسرقون ، اما عصابات واما فرادى . فقد تكون السرقة عمل طفل منحرف ، ولكنها قد تكون عمل مراهق أصابت الاضطرابات وجدانته . يسرق الطفل حوالي سن البلوغ على وجه الخصوص . وقد يكون الدافع الى السرقة هو الغيرة من شخص آخر في مثل سنه ، أو قد يكون انتقاما من الابوين ، أو الرغبة في اشباع حاجاته ، أو الزهو ، الخ . ويوصى بالعلاج النفسي اذا كانت الوجدانية المضطربة هي السبب في السرقة ، وذلك من أجل الكشف عن الدوافع .

ب - البغايا الفتيات

الدعارة منتشرة انتشارا كبيرا . وهي ، على الغالب ، نتيجة التشرذم . ومن المعلوم أن البؤس والبطالة والمثل السيء والممارسات الخطيرة تشجع دعارة الاحداث .

يضاف الى ذلك ان الحرب ، مع ما يصاحبها من وجود الجيوش الغربية المزودة بالمؤن والدراهم ، أبرزت الدعارة بطريقة خطيرة .

ج - المتشردون الفتيان

ثمة ، قبل كل شيء ، المتشردون الفتيان والمصابون بالاضطرابات العقلية وغير المسؤولين . انهم المصابون بالصرع والفصام ، الخ . وكانت السينما وروايات المغامرين البوليسية أو غير البوليسية سببا في ترك كثير من المراهقين أسرهم ذاهبين الى المغامرة .. ومن المعلوم أن نتيجة التشرد الغالبة هي : التسول والسرقة والدعارة . ثمة صورة أخرى من صور التشرد : الهروب المؤقت من المنزل .

د - الهرب المؤقت لدى الفتيان

تتكشف ضروب الهرب المؤقت عن أهمية خاصة بالنظر الى عددها . فقد ينجم الهرب عن مرض كان قد استقر مسبقا ، مثل الصرع والانحراف ، الخ . ولكن الدوافع اليه هي ، على الغالب ، دوافع سيكولوجية على نحو صرف . علينا عندئذ أن نبحث في حياة « الهارب » الفتى الوجدانية وفي وسطه العائلي أو المدرسي ، فنجد فيها ضروبا من الفرار أمام ما ينظر اليه الطفل بوصفه ظلما أو قسوة في غير موضعها ، ونجد فيها الخوف من التأنيب ، والاحساس بالاحباط ، واليقين بأنه غير محبوب . وبعض ضروب الهروب هي تحديد يهدف الى أن يبين للأبوين « مدى تعاسة طفلهم » ، الى أن يخيفهما ، الى أن ينتقم منهما ، الخ . ان الهرب المؤقت هو نوع من الفرار السيكولوجي الذي يقتضي فحصا دقيقا لكل حالة خاصة .

هـ - ما العرات الرئيسة الملاحظة في جنوح الاحداث ؟

السواد الاعظم من الاحداث الجانحين مصابون بعدم التوازن الفكري . ثمة فتيان ينجرون الى الجنوح بفعل الزهو أو بفعل الاستعداد لقبول الايحاء

وثمة جميع أولئك الذين يتصفون بميل الى الذهان الهذائي الذي سبقت دراسته في هذا الكتاب (راجع فهرس المصطلحات) . وتلك عندئذ انما هي التشكيلة الكاملة من فئة « الحجيح المزيف » ومن المتمردين والمطالبين والمرتابين . انهم أولئك الذين يعنون عناية كبيرة بالمفارقة ويتبعونها حتى النهاية ، الخ . وثمة المصابون بفرط الانفعالية الذين لا يتحملون القسر مهما كان ضئيلا والذين يميلون إلى أفعال اندفاعية . وأخيراً ، هناك المنحرفون الذين يتصفون بأنهم أكثر خطراً . ونلاحظ انعدام الانفعال لديهم وعدم وجود الاخلاق ، ولا يتمتعون بقابلية التكيف بصورة ملحوظة . ويتبين أن ثمة عددا كبيرا من العوامل تتدخل في جنوح الأحداث . فالوسط العائلي والمدرسي والاجتماعي ، وكذلك استعدادات الطفل المسبقة ، يجب أن تفحص بدقة وعلى الغالب ، يوجد اتحاد كامل بين دوافع متداخلة . زد على ذلك أن الافكار قد تطورت تطورا كبيرا في هذ الميدان ، وحلت مفاهيم العلاج والاستدراك الاجتماعي محل الاجراءات القديمة ، اجراءات الاضطهاد والتعذيب .

والخلاصة تمر المراهقة سريعا كما يقال . انها تنطلق صوب سن الرشد عبر اندفاعاتها وتناقضاتها وأخطائها وتلمساتها . ولها مرضاها ، شأنها شأن أي مرحلة أخرى من الحياة . انها معروفة كلمة رودان Rodin الذي كان يسمي المراهقين « المحتفلين بالجمال » ... وذلك هو على وجه الدقة ما يسيطر على وجه العموم : البحث عن الجمال وعن القيم الروحية . إنه العمر الذي تطرح فيه المسائل الانسانية الكبرى وما فوق الانسانية . إنه عمر الكشوف السريعة في ميداني الفن والدين . فالمراهقة متعطشة للمآثر الرائعة والفروسية والاخلاص والنماذج العظيمة . ولنفعل إذن كل ما بإمكاننا أن نفعله لكيلا نحرم المراهقين منها . وينبغي للوجه البشع من الميدالية ، كالأحداث الجانحين على سبيل المثال ، أن لا يمس الفكرة الرائعة التي يمكن لنا أن نكوّنها عن الفتوة . انهم

يبحثون عن ضرب من الاخلاص البين ، وعن معنى الشرف والتضامن وروح
التضحية .

وهكذا فان المراهقة قد منحت مهمة جليلة أخذت المجتمعات تفهمها
تدرجيا . فهل تنقضي مرحلة المراهقة سريعا ؟ .. انها لا تنقضي بسرعة
كبيرة ، بحيث يكون بمقدورنا أن نعتد عليها ونحن نلاحظ الى أي حد
تستطيع أن تظهر أمور رديئة دنسة .

الفصل العاشر

الجنسية

الجنسيّة

ان مشكل الجنسية ، مشكل الاهواء والشهوات الجنسية ، كبير التعقيد في بعض الاحيان . وليس من قبيل المبالغة أن نقول إن الجنسية « طاعون نفسي » على الغالب . فما سبب ذلك ؟ ولماذا كان ثمة كثير من المفاهيم الخاطئة في هذا الميدان ؟ باستطاعة المرء أن يلاحظ أن المشكل الجنسي لا يطرح أبدا في اطار الحب الحقيقي ، كما أنه لا يطرح لدى الشخص المتوازن المنسجم . فهل يعني أن الحب الحقيقي يتلاشى وأن الانسجام يختفي ؟ قد يميل الانسان الى أن يعتقد ذلك عندما يتأمل العدد الكبير من العصاب والكبت والخوف الذي يسود العالم الراهن .

التربية الجنسية

تحظى التربية الجنسية بالاهتمام والعناية لان الناس يدركون أن المشكل يتطلب عملا عاجلا . فأمام كل عالم نفس شباب وشيوخ أيضا كانت الجنسية دائما بالنسبة اليهم سرا ... أو ذروة منيعة . كم شابا متزوجا حائرا ازاء

☆ ومن جهة أخرى ، هل يتصور المرء أن يحدث لأحد علماء النفس نكوص داخلي ، مهما كان ضئيلا ، عندما يسمع قصة انحراف جنسي ؟ أو أنه يستشعر بأدنى حرج عندما يتحدث عن الجنسية مع فتاة أو مع سيدة مسنة ؟ كلا ، أليس كذلك ؟ ان الجزء الكبير من المسألة كامن هنا ... ان لم يكن الجزء الاكبر .

الجنسية نظير الشخصية

اضطرابات الشخصية هي التي تثير الاضطرابات الجنسية دائما . فالعجز أو الانحراف الجنسيان هما ، دائما ، دالتان من دلالات انحراف داخلي عام .

ماذا يبحث كثير من الاشخاص في الجنسية أو ما يسمونها هكذا على الأقل ؟ ثمة ملايين الرجال والنساء ، الذين حبسوا أنفسهم في عادات داخلية خانقة . فلا يتجلى عندهم امكان خلق الجمال . ماذا يحاول هؤلاء الاشخاص عندئذ ؟ انهم يحاولون أن يهربوا من أنفسهم قبل كل شيء ، ويحاولون أن يجدوا سعادة عابرة ، « احساسات قوية » ، الخ . فيتجهون الى الجنسية بصورة طبيعية جدا ... ومن الواضح أن الحب لا وجود له في هذا ، وانما رغبة في أن ينسى المرء نفسه . مثلهم في علاقاتهم الجنسية مثل الآخرين الذين يشربون الكحول أو يتعاطون المخدرات .

⇓ الجنسية ، والحالة هذه ، هي المجال الذي يقتضي تحررا من الخوف وانعتاقا من الذات أكثر مما يقتضي أي مجال آخر . انه مجال يقتضي استئصال جميع « القروح » السيكولوجية إذن .

والحب ، بالنسبة الى الكثيرين ، انفعال عميق أو اشباع رغبة من الرغبات . انه لوضع شبيه بمن يعتقد في نفسه أنه « مؤمن » لان ضربا من موسيقى الارغن يخلق في نفسه انفعالا شديدا . اننا بعيدون عن الحب

الحقيقي . فالحب فعل من أفعال المعرفة والذكاء ، فعل يتيح ادراك ماهية شخص آخر ، ماهيته ذاتها . ويعبر هذا الحب الانساني عن نفسه في الجسد بالحياة الجنسية ، مفضيا الى اتحاد تام والى تجديد القوى والنعيم .

الانحرافات الجنسية

اننا ندخل هنا في هذا الميدان الواسع ، ميدان علم الامراض الجنسية ، ولن أتناول بالبحث غير الحالات الاكثر شيوعا . ومن المناسب أن ننظر الى الانحراف الجنسي بالعقلية الموضوعية التي ننظر فيها الى أمراض المعدة أو الامراض الاخرى . ان الميدان الجنسي ، في أغلب الاحيان أيضا ، موضوع « نقمة فاضلة » ليست الا خوفا أو رياء . ويتقبل الناس ، بصورة عامة ، أمراضا جسدية خطيرة . وقد شرعوا ينظرون الى الامراض النفسية نظرة موضوعية وطبيعية . فلنأمل اذن في أن تتوصل الانحرافات والعقد التي تظهر بصورة جنسية الى أن يتقبلها الناس بالهدوء الذي ينطوي على الفهم ، الهدوء ذاته الذي يتقبلون به الامراض الاخرى . فكم من الامراض والآلام ، بل والجرائم ، كان بالامكان أن يتجنبها الناس لو كان موقفهم منها على هذا النحو منذ أمد طويل !

أ - العادة السرية

تكلمت على العادة السرية فيما سبق (انظر فهرس المادة) : انها تمثل في الانحرافات الجنسية ظاهرة سوية كليا ، لا عاقبة لها بصورة عامة ولا خطورة . ويمكن النظر الى العادة السرية بوصفها مجرد عرض من أعراض البلوغ . ولكنها تصبح غير سوية بوضوح اذا استمر الانسان على ممارستها في سن الرشد أو في الحياة الزوجية .

لقد عرّف بعضهم العادة السرية بأنها « جنسية المنفرد » . ولن أتناول بالبحث حالات الانعزال المادية كالسفر الطويل الأمد والحبس ، الخ . ولكننا سنرى أن العادة السرية في سن الرشد نتاج انعزال « نفسي » كالعقد على سبيل المثال . ومن البدهي أن يسبب هذا الانعزال النفسي ممارسات منفردة للعادة السرية . ولكنها تتجلى في كثير من العلاقات الجنسية بين الزوجين ... دون أن يتسرب أدنى شك الى نفس الشريك أو الشريكة ! وهذا ما يمكن تسميته « العادة السرية الذهنية » التي تتيح لعدد كبير من بيوت الزوجية أن تستمر في الحقيقة على نحو محزن الى حد كبير .

ها هما زوجان يظهر عليهما أنهما متفقان جنسيا . فثمة علاقات « سوية » بين الشريكين وإشباع متبادل . ومع ذلك ، يصل الى علمنا أن « بعض الممارسات الخاصة » ضرورية للرجل (أو المرأة) للوصول الى هزة الجماع . أو يصل الى علمنا أن على أحد الشريكين أن يستعين بخياله حتى يحقق الفعل الجنسي . ونذكر من هذه الحالات الشائعة على سبيل المثال :

- يفكر الرجل بامرأة اخرى .
- تفكر المرأة برجل آخر
- على الرجل أن يشعر بأنه واقع تحت السيطرة .
- « يتخيل » الرجل أنه يعامل زوجته معاملة شرسة . انه يتخيل أنه يضربها دون أن يظهر في سلوكه الخارجي أي شيء .
- تتخيل المرأة أنها اغتصبت .
- يفكر الرجل بأي أمر آخر باستثناء شريكته . انه يتخيل أنه يجلد بالسوط نساء ، على سبيل المثال . وتلك هي السادية .
- على الرجل أن يفكر تفكيرا عميقا بقفازي النساء أو بأحذيتهم . وتلك حالة من (حالات الفيتيشية) التي سنهاها فيما بعد .
- على المرأة أن تتخيل بصورة قوية أن زوجها امرأة . وذلك هو السحاق .

وتمة ملايين من الحالات الخيالية الممكنة ، وهي من العرابة أحيانا بحيث ينبغي لنا أن ننقب عميقا حتى نجد سببها .. ومثلها تلك المرأة الشابة التي كان عليها ، خلال علاقاتها الجنسية الزوجية ، أن تتحيل بأنها تهن امرأة حبل اهانة شديدة . ففي قاعدة هذه العادة السرية « الذهنية » توجد عقدة ، بالطبع ، قد يطول الحديث عن قصتها . وكم هناك من حالات أخرى تبدو غريبة للوهلة الاولى أيضا !

في هذه الحالات ، يستسلم الى خياله المنفرد الخاص أحد الشريكين . انه ينسحب « ذهنيا » من الفعل الجنسي مع أنه يمارسه ماديا . فليس الاتحاد الجنسي اذن هو الذي يتيح له أن يتوصل الى الاشباع ، بل تخيلاته الذهنية على سبيل الحصر . انها اذن حالات من العجز بكل بساطة على الرغم من وجود العلاقات « السوية » ظاهريا .

وقد يحدث أحيانا أن يكون الرجل ملزما بممارسة الاستمناء اليدوي على شريكته . فثمة كثير من النساء اللواتي لا يستطعن الفوز بالاستمتاع الجنسي الاجلامسات البظر . وتلك اذن ، من الناحية التقنية ، لعادة سرية تمت عن طريق الرجل . أما من الناحية النفسية ، فهي ليست عادة سرية على الاطلاق ... الا اذا كانت المرأة ملزمة ، هنا أيضا ، أن تعتمد لا على حبيبها ، وانما على خيالها الخاص .

ويتبين لنا أن الالهمية قبل كل شيء انما هي للنية النفسية في الجنسية كما في كثير من المجالات الاخرى .

ب - اللواط

الرجل اللواطى رجل يتميز بأنه يفضل ممارسة الجنس مع أبناء جنسه ، أي مع رجل أو صبي صغير . وقد يكون تفضيله مطلقا . فلا ينجح الرجل

باقامة علاقات جنسية الا مع الرجال الآخرين أو مع الصبيان ... وعندئذ تكون المرأة مستبعدة من اهتماماته بصورة نهائية .

وقد يكون اللواط نسبيا : ثمة اذن ميل يدفعه نحو الرجال الآخرين مع أنه يستطيع الزواج وانجاب الاطفال والظهور بمظهر من يمارس حياة جنسية سوية . وعلى أي الاحوال ، يبرز الميل اللواطى في السلوك دائما .

هناك صورتان كبيرتان من اللواط :

١- اللواط البيولوجي . - صفات الذكورة لدى الرجل تتجلى خارجياً في اللواط البيولوجي . ومع ذلك ، فإن هذا الموجود أقرب إلى المرأة ، من الناحية الجسمية ، منه الى الرجل . انه يتصرف كالمرأة ، ويفكر تفكيراً أنثوياً ، وله ميل أنثوية ، الخ . هذا النوع من اللواط هو ، اذن ، نوع سوي اذا نظرنا الى العوامل الجسمية التي تحدده . وتتمثل الامكانية الوحيدة في عملية جراحية ممكنة الحدوث تمنح هذا الرجل الجنس الذي ينتمي اليه بصورة واقعية .

٢ - اللواط السيكولوجي . - انه اللواط الذي يتصف بأنه أكثر انتشاراً . فهو يكشف عن توقف في النمو السيكولوجي والجنسي على الغالب . فما هو السبب الذي يدفع رجلاً الى أن يوجه جنسيته نحو رجل آخر بدلا من الجنس الآخر ؟ قد تكون الاجابة العامة عن هذا السؤال هي أن اللواط اضطراب في الشخصية برمتها ، شأنها شأن أي اضطراب جنسي .

وليس اللواط غير مظهر خاص من مظاهر نقص في النمو النفسي . اننا نجد في عداد الاسباب التي تتصف بأنها أكثر رواجاً : الشعور بالدونية ، كره النساء الذي تعود أسبابه الى بعض الظروف أو الى التربية ، كل ما يزرع الخوف من النساء في نفس الصبي ، كل ما يمكن أن يجرد الصبي من رجولته ، كالسيطرة والتسلط والاحباط والشعور بالدونية ، الخ .

اللواط صورة من صور العجز . يمثل الشريك الرجل ، بالنسبة الى السواد الاعظم من اللواطيين ، احدى النساء ... مع أنه يتمتع بميزة أنه ليس امرأة ، اي مخلوقا يخشاه أو يعتقد بأنه يمقته . ويقبل بعض اللواطيين بشذوذهم دون ألم ظاهر . وبعضهم الآخر ، على العكس . يدافعون عنها كما كانت حالة أندري جيد .

ولكن اللواطى ، في اغلب الاحيان ، شخص أصابه الوسواس بالفعل . انه يتألم من ميوله التي لا تستطيع ارادته ولا أخلاقه أن تفعل تجاهها شيئا يذكر . ثمّة مؤلفات مؤثرة أحيانا تبين أن بعض اللواطيين يكشفون عن مأس داخلية لا يمكن أن يداخلنا الشك في حدثها . وشعورهم بأنهم محتقرون ومنبوذون لا يفتأ يفاقم من ألمهم .

بالاضافة الى هذا ، ثمّة لواطيون « عرضيون » أيضا . ويوجد هذا اللواط ، على الغالب ، عندما يتعذر الاتصال الجنسي مع النساء خلال فترة طويلة بسبب الإقامة في الثكنات وفي الاصلاحيات والسجون ، الخ . ومع ذلك ، ينطوي هذا اللواط على خطر : احتمال أن يصبح عادة ، وبخاصة عندما يكون الفرد صغيرا ولديه بعض الاستعدادات المسبقة الى العصاب .

وأخيرا ، يبدو اللواط لدى بعض النفاجين الذين يترصدون « الاحساسات النادرة » ، والمصابين بالصرع ، ومدمني المخدرات وبصورة خاصة الكوكائين ، الخ .

تجر اللواطية الحقيقية ، غالبا ، الى مضاعفات عاطفية بين الشريكين . وثمّة ضروب من الغيرة الشديدة رائجة وملحة ، يعقبها عنف قد يؤدي الى الاغتيال .

ج - السحاق

يقوم السحاق لدى المرأة على أن يكون لها صلات جنسية مع نساء أخريات ، كأن تتبادل امرأتان ممارسة العادة السرية ، كل واحدة منهما للآخرى . ويسمى هذا السحاق اللسبية أيضا نسبة الى اللسبيات ، أو ساقية . ويبدو أن هذه الممارسات كانت منتشرة لدى نساء اللسبو ، جزء من مقاطعة سافور^(١) .

وقد يكون السحاق ، هنا أيضا ، بيولوجيا . فنواجه نساء رجالا ، قاسيات ، ذوات رجولة ، ثقيلات ، ذوات شوارب أحيانا ، يتصرفن كالرجال ويفكرن مثلهن .

ولكن ظاهرة السحاق ، على الغالب ، ظاهرة . فنجد لدى السحاقية النفسية كرها للرجال أدت اليه أسباب عديدة ممكنة . انها ترفض الخضوع الى « قانون الذكورة » .. وتبحث عن امرأة أخرى .

فإما أن تصبح رجلا من الناحية الذهنية . وتلك انما هي السحاقية الفعالة عندئذ ، السحاقية التي تقوم بدور الرجل . وإما أن تبقى ذات دور سلبي ، وتمثل شريكها الرجل ... ولكنها لا تتصف بعيوب الرجال المقوتين

ويتضح اذن أن السحاق النفسي عرض من أعراض عصاب . فهو ليس سوى تعويض ، أو السبيل الوحيدة التي تلجأ اليها السحاقية ما دامت تجد نفسها في وضع يتغذر عليها فيه أن تحب جنس الرجال ..

ان « الاضرار » التي تنشأ من السحاق كثيرة الى حد بعيد . فكثير من الآلام والوساوس وضروب الغيرة الشديدة هي النتائج التي تترتب على هذه الاضرار .

(١) - اللسبية Lesbisme نسبة الى لسبو Lesbos ، جزيرة يونانية في بحر إيجه قرب الحدود التركية

د - المازوخية

تشتق هذه الكلمة من اسم ساشر مازوخ Masoch ، كاتب ألماني مجّد هذا الانحراف في مؤلفاته . يحصل المازوخي ، اذا نظرنا الى الامر من الناحية الجنسية ، على الاشباع الجنسي بالالم والكلمات والتعذيب والسوط ، الخ . أو يحصل عليه بالتعذيب « النفسي » كالاذلال والاحتقار والشتيمة والاحضاع ، الخ .

ومن الممكن ملاحظة درجات عديدة في هذا الانحراف . فقد يكون العذاب المطلوب عذابا ماديا أو معنويا ، وقد يتخيله المازوخي . وعندئذ يطلب الى شريكه أن يتظاهر باستعمال العنف .

والامثلة على ذلك :

— أن س لا يقدر على بلوغ الاشباع الجنسي الا اذ تخيل أن امرأته دوقة عظيمة ، متعالية ، تذل الآخرين ، وأنه هو خادمها الذي تضربه بالسياط ... ثم مازوخية بالخيال ، وفي الوقت نفسه عادة سرية « ذهنية » في العلاقات الزوجية .

— أن ع يفوز بالاستمتاع الجنسي اذا أمسكت شريكته سوطا بيدها وسيطرت عليه ملقبة نفسها عليه . فليس على المرأة أن تضربه ، ويكفي رمز السوط ويتكفل الخيال بالباقي .

— أن ص رجل يتطلب من شريكه الرجل أن يقيده ويعامله معاملة « العبد القدر » . وتلك حالة من اللواط مبطنة بالمازوخية . الخ .

وتجدر الاشارة الى أن المازوخية موجودة لدى الرجل والمرأة على السواء . ويجد المازوخي شريكا ساديا يحقق له رغباته .

هـ - السادية

يجب السادي أن يعذب الآخرين على عكس المازوخي الذي يجب أن يتعذب . فالسادي بحاجة ، من الناحية الجنسية ، الى أن يسبب الألم الى الغير والى أن يرى ألم الغير حتى يحصل على الاشباع . وقد يفرض هذا العذاب على موجود انساني من جنسه أو من الجنس الآخر أو على حيوان أو على طفل ، الخ . والسادية مرتبطة بالجنسية المثلية أحيانا أو بالجنسية البهيمية (انظر هذه الكلمة فما بعد) . فبعض ضروب السادية كبيرة التعقيد في الواقع ، ولا يمكن تحليلها الا بصورة فردية .

والسادية ، شأنها شأن المازوخية ، مادية أو ذهنية . انها الضربات والجروح وضروب التشويه والحروق والوخزات ، الخ التي يمكن أن تصل الى حد التسبب بالموت أو انها ، من الناحية المعنوية ، الشتائم وضروب الاذلال ، الخ . وقد يكفي مجرد التظاهر غالبا .

ثمة صورتان كبيرتان من صور السادية :

١ - السادية الصغيرة . ويحصل الاشباع الجنسي بمجرد تذكر المشاهد العنيفة أو بالتظاهر بالعذاب . وهذه الحالة شائعة كثيرا في حقيقة الامر . وتلك الحالة انما هي التي تبرزها مؤلفات الماركيز دي ساد الذي اشتق منه حد السادية بالاضافة الى ذلك .

والجلد موجود في السادية الصغيرة كذلك . وتنجم الشهوة الجنسية عن ضربات السوط التي توجه بعنف الى الشريك أو الشريكة .

ويدخل « الذين يمارسون الوخز » في هذه الفئة أيضا . انهم يتزودون بابر أو بمخارز صغيرة لوخز النساء ، مستفيدين من ازدحام الجمهور .

٢ - السادية الكبيرة . انها ، لحسن الحظ ، أقل انتشارا بكثير من

السادية الصغيرة . فالاشباع الجنسي يقتضي أفعالا من القسوة الواقعية تتصف

بالمبالغة . وقد تؤدي هذه الاعمال أحيانا الى القتل الذي قد يعقبه شتى

الاعمال الأخرى المنحرفة ، كالتمثيل بالجثة وأكل اللحم البشري ، الخ . ان

السادين الكبار هم دائما ، على وجه التقريب ، أصحاب الوسوس الكبيرة .

والحالات الشهيرة ، كحالتى جيل دي ري Gilles de Rais^(١) وجاك بقار

البضون Jack L'Eventreur ، معروفة . « شيكاتيلو chikatello »

و - الفيتيشية

إن جزءاً معيناً من الجسم والثياب هو وحده الذي يوقظ الاهتمام

الجنسي .

وليس للفيتيشي سوى انجذاب جنسي ضعيف جدا نحو الجنس

الأخر خارج موضوع رغبته الخاص . والفيتيشية موجودة لدى الرجال

بصورة خاصة . فالشعور والاوراك والايدي والهود وربلات السيقان ،

الخ ، هي موضوعات الرغبة الجنسية على الاغلب ، أو إنها الثياب الداخلية

والكلسات والاحذية والقفازات ، الخ .

✳ فالفيتيشي بحاجة اذن الى أن يتأمل الشيء أو الجزء من الجسم ، أو

يتخيله ، حتى يحقق الانتصاب ويحصل على الاشباع الجنسي .

ويوجد هذ الانحراف بصورة خاصة لدى كبار الخجولين والقلقين

والمكبوتين والمصابين بالوهن النفسي ، الخ . وينجم غالبا عن أول احساس

(١) - جيل دي ري مارشال فرنسا ، عاش خلال القرن الخامس عشر . كان لجرائمه الكثيرة ضد

الأطفال صدى كبير . أعدم في نانت ، إحدى مدن فرنسا «م» .

تناسلي خلال الطفولة . وعندئذ يتكون منعكس شرطي مرتبط بالشئ المرغوب .

* يميل الفيتيشي الى جمع فيتيشه الجنسي أو الصور التي تمثله .

ز - البهيمية

البهيمية هي أن يمارس الفعل التناسلي مع بعض الحيوانات : بقرات ، كلاب كبار ، الخ . وتوجد البهيمية لدى الرجل والمرأة على السواء ، وتسببها الاضطرابات العقلية أحيانا . فيقع الشخص في البهيمية دون أن يبحث عنها ، وإنما على سبيل المصادفة ... وهي موجودة لدى بعض الافراد المصابين بالاحباط أيضا . انها اذن « بديل » فعل جنسي سوي . وهي ليست نادرة لدى بعض سكان أفريقيا الاصلين ولدى بعض الفلاحين الذين يعيشون في عزلة ، الخ .

وهذا الانحراف موجود كذلك لدى بعض المصابين باضطراب في التوازن وبعض الخجولين وبعض الذين يتصيدون الاحساسات النادرة والذين يثيرون التقزز . وتكون البهيمية مرتبطة أحيانا بالوسواس ، أو مقترنة بانحرافات جنسية أخرى كالسادية والمازوخية .

والخلاصة

ان الانحرافات الرئيسة التي رأيناها ليست الا جزءا صغيرا من امتداد الحالات غير السوية . وهي تستطيع أن تكون قاعدة سلوك من السلوكات ، وأن توجه القسم الاكبر من أعمال الفرد . فالجنسية المتناغمة الصرفة نادرة جدا . ويعود السبب في ذلك الى أنها منوطة بحس التوازن لدى الشخص بـكـلـيته ، ثم الى أن مناخ الخجل الذي تسبغ فيه الجنسية لا يمكن الا أن يعزز نمو الشذوذ . فالى من تريدون أن يسرّ مصاب بالوسواس الجنسي عما في

نفسه دون أن يكون على يقين بأنه سينبذ باحتقار ؟ هل يجد في محيطه المباشر هذا الذي يآتمنه على أسراره ؟ لم ينقض زمن طويل على شروع الجنسية المثلية البسيطة في الافادة من فهم أوسع ، علما بأنها انحراف طفيف . وقد شرع الناس أخيرا في التساؤل عما اذا لم يكن المنحرفون الجنسيون مرضى بدلا من أن يكونوا « فجارا » يسرون « بأعمالهم الحقيرة » ، على الرغم من أن كلمة « فجار » لا تعني شيئا . فللفجر سبب ، شأنه شأن أي عمل انساني .

« تتصف الجنسية بأنها اكثر السلوكات الانسانية تعقيدا . انها تستلزم نوعيات من الذكاء والتوازن والتحرر الداخلي والمروءة . » وربما توصل أحد الاشخاص الضعفاء الى أن يحقق أمورا عظيمة . ولكنه لن يفلح في أن ينسى ذاته وأن يحقق كماله جنسيا . وقد يصنع شعور بالدونية « قوادا » عظاما في بعض الاحيان ، ذلك أن هذا الشعور بالدونية انما هو السبب في بحث الموجود عن أن يصبح متفوقا . ولكن هذا « القادر » يبقى في حالة تدعو الى الرثاء في حياته الجنسية ، فالجنسية هي الميدان الوحيد الذي يمتنع فيه الغش . *

الجنسية التي تفهم فهما جيدا جنسية بسيطة لان مصدرها شخص سلمت طويته من مشكلاته الداخلية وتطهر فيها . إنها ينبغي لها أن تكون مصنوعة من الغيرة ومن الاحترام . فبذ الانانية يعني الان كثيرا من الامور . اذ لا امكان لوجود الغيرة مع المرض السيكولوجي . وذلك انما هو قانون شديد القسوة ، ولكنه القانون ... وهذا ما برينا نقطة أولى مفادها أن الجنسية الحقيقية والحب يستلزمان توازنا دائما في حالة الفرد الداخلية . انها تنجم عن تحرر من العقد وضروب الكبت والخاوف . فليس ثمة من جنسية حقيقية أبدا في حالة وجود الخوف الداخلي . قد يكون هناك بحث عن الامن والحماية أو عن العدوانية ، ولكن لا وجود للحب . ويبقى المصاب بالعصاب أبدا دون أن يبلغ مستوى يستطيع فيه احترام الآخرين بسبب كونه متمحورا على ذاته . فدور علم النفس الجنسي الغاء أسباب عدم الاحترام لصالح الاحترام والسماح

للشخص في أن يهتدي الى موقف عطوف ومتسامح نحو نفسه ونحو الاشياء
والموجودات .

يضاف الى هذا أن الجنسية ينبغي لها أن تؤثر في النفس والجسم على
السواء .

تقوم الجنسية على العطاء حتى قبل أن تقوم على الاخذ . ولذلك ،
لا بد للموجود أن يكون كاملا في ذاته ، وألا تكون الجنسية مناورة تهدف الى
تعويض ضعفه ومخاوفه . ولا تستطيع الجنسية أن توسع حدود شخصيتنا الا في
هذه الشروط . فالحب عقلية تتجاوز أطر « أنا » الانسان المنكمشة التي
نعطيها أهمية كبيرة مع ذلك . ان الحب فعل خلّاق يصل الموجود الانساني
بجوهر الاشياء « وليس الحب تملكا على الإطلاق ، ولكنه هبة الذات . »

تتعلق الاخلاق الجنسية بالطهارة والفضيلة . فلا يمكن للشر أن يمس
شخصا طاهرا بعمق لان تطهره الداخلي جعله منيعا . فاذا تبادل الحب بصورة
واقعية شخصان طاهران ، فانهما لن يكونا فاجرين مهما صنعا . ولكن
الطهارة الاصيلية تتطلب صفات أخلاقية وسيكولوجية . فالحياة النفسية ينبغي
لها أن تكون متناغمة ، فتمنع التمزق والتعذيب الداخليين على هذا النحو . ان
الحياة في جو الطهارة انما هي الحياة في جو التناغم ، وبالتالي في جو الحقيقة .
انها انما هي الانغماس في الاخلاق ، الاخلاق التي لا يفرضها الآخرون ولا
تلك التي تنجم عن خشية العقاب أو الرغبة في الثواب ، وانما أخلاق عميقة
مصدرها توحد وسرور داخليان . فالانسان الذي يتصف بالانسجام لا
يفعل الشر لان حالته الذهنية تجعله غير قادر على ذلك . ان حدسه وغريزته
على وفاق مع عقله . وهذا الرجل الذي يدعن الى ايقاعاته العميقة يهتدي الى
حقائق العالم الكبيرة بسهولة .

الفصل الحادي عشر

الإرادة واليُوغا

الإرادة وَالْيُوغَا

أولاً : الإرادة

يبدو تعريف الإرادة يسيراً للوهلة الأولى . فإذا كنت مدعوا الى احدى السهرات ، طرحت على نفسي السؤال التالي : هل أذهب أم لا أذهب ؟ ثم أوازن بين الحسنات والسيئات ، فأقرر « الايجاب » أو « السلب » . هذا القرار يكون الفعل الارادي .

ثمة عاملان أديا الى القرار الارادي :

أ - الظروف الخارجية التي هي الدعوة هنا .

ب - الظروف الداخلية ، كالمزاج وحالة التعب والحياة النفسية وأسلوب النظر الى الامور والحاجة الى التسلية والخوف من الناس ، الخ .

هأم مثالا آخر : اذا كان علي أن أذهب الى طبيب الاسنان ، فان طريقتي في الفعل الارادي تختلف بحسب ما إذا كنت متألماً أم لا ، ما إذا

كنت خائفاً أم غير خائف ، ما إذا كنت عصبياً أم غير عصبى ، الخ . يتبين لنا الآن أن الفعل الإرادى منوط بميولنا ونزعاتنا وأمزجتنا وأهوائنا الخ . انه لأمر مفهوم أننا « نريد » . ولكن ثمة ، على الدوام ، شيء فينا يؤثر على قرارنا .. دون أن يسألنا رأينا ، الامر الذي يرجع ضروب الغرور الانساني بدرجة محسوسة الى أكثر الحدود اعتدالا .

يضاف الى هذا أن ثمة كثيراً من الاسباب في العدد الكبير من الافعال الإرادية لا نجرؤ على الاعتراف بها ، وكثيراً من روح المنافسة والرغبة في تجاوز الآخرين أو التسلط عليهم ، وكثيراً من الحاجات الى الانتصار والى أن يقدم الانسان الدليل لنفسه أنه « قوي » وأن يبرهن أنه قادر على القمع وأنه يتصف بالطبع القوي .

فهل هناك ارادات حقيقية وارادات زائفة ؟ وهل هناك نسخة أصلية وصور كاريكاتورية لها ؟ نعم . وهذا انما هو ما سأتناوله بالبحث .

أ - كيف يتصور الناس الإرادة ؟

أن يكون المرء ارادياً ، في رأي الكثيرين ، يعني أن يجمع قواه ، ويكسر على فكيه ، ويقطب حاجبيه ، ويندفع في العوائق . ولكن ، لا شيء أكثر خطأ من هذا التصور .

أو ينظرون الى الإرادة عبر سلسلة من الشعارات التي يحسبونها صحيحة بصورة نهائية . فما هي هذه الشعارات ؟

— الإرادة ؟ انها القدرة على القول على الرغم من جميع العوائق .

— عندما أريد ، فلا شيء يقف في سبيلي .

— من يريد يقدر . وذلك انما هو الشعار الرئيس الذي يوجهه

بعضهم الى المرضى النفسيين دون أن يعلموا ماذا يقولون . وكانت عاقبة هذا الشعار كثيراً من الضرر .

— عندما أقرر ، قراري نهائي لا رجعة فيه . ان أفضل الاسباب لا تجعلني أغير رأبي .

— الارادة ، انها التغلب على العوائق .

— الارادة ؟ انها التمسك بالافكار بحزم لا يتزعزع .

— اذا قلت لا ، فلا .

— لا بد للانسان من أن يريد بصورة عنيفة ..

الغ ، الخ .

ولكن هذه السلوكات كلها هي تجليات دنيا للارادة . ان الشبه بينها وبين الارادة الحقيقية بعيد بقدر بعد الشبه بين صفيحة من التوتياء وسبيكة من الذهب .

ب — متى يتصرف الانسان تصرفا اراديا أو لا ارادي ؟

١ — التصرف الارادي انما هو التصرف لأسباب يعيها الانسان :

يبدو طبيعيا ، اذا قلت « أريد » ، أن أعلم الاسباب على الاقل ، أن أعلم بحد أقصى من الوعي لماذا أختار أو أقرر هذا الامر أو ذاك . فالمفروض كحد أدنى أن يستطيع الانسان ، عندما يقول « أريد » ، إحصاء الاسباب التي من أجلها يريد إحصاء واعيا . ولكننا يمكن أن نشهد الحوار التالي سبع حالات من عشر :

— انني أريد هذا الامر .

— لماذا ؟

— لانني أريده وكفى .

يزعم هؤلاء الاشخاص أنهم يتصرفون تصرفا اراديا ، في حين أن الفعل الارادي يقتضي أن يستطيع الانسان بيان الاسباب الشعورية . فنحن اذن ، هنا ، أمام آلية لاشعورية لا أمام ارادة .

ولنضرب مثالا على انسان تدفعه الغريزة الى اتخاذ قرار ، أو تدفعه الحاجة الى أن يبدو على حق أو الى السيطرة ، الخ . فهل يتصرف تصرفا اراديا على الرغم من أن مظهره يدل على ذلك ؟ كلا ، البتة . انه يتصرف تصرفا لاشعوريا . يضاف الى هذا أنه لا يخطر في بال أحد أن الغضب ارادي أو أن الانفعالي أراد لنفسه الوجع ...

٢ - التصرف اللا ارادي انما هو التصرف الذي تدفع اليه أشياء مخيفة لاشعورية : وعلى هذا النحو انما يقول الملايين من الاشخاص « أريد » ... في حين أن عملهم يبقى لا اراديا حتى ولو اعتقدوا العكس . فما السبب في ذلك ؟ السبب أن لاشعورهم (في الدوافع والعقد ، على سبيل المثال) أقوى من شعورهم .

هؤلاء الاشخاص لا يريدون شيئا . ان لاشعورهم هو الذي يدفعهم الى أن يريدوا .

↓↓☆ اليكم مثالا على ذلك : هاكم انسانا اتخذ قرارا خطيرا منذ بضعة سنين . لقد أقسم أنه « يريد أن يصبح محاميا شهيرا » . فشرع يدرس كثيرا ، ويبدل جهودا جبارة ، ويعمل الى درجة الانهاك ، ويتغلب على هذا الانهاك . لقد انشد نحو الهدف دون أن يهتم بأي شيء آخر مهما كان .

ولنفرض الآن بأن هذا الرجل مصاب بشعور قوي بالدونية . وبما أنه يشعر بالدونية ، فانها يعاني الحاجة بصورة لاشعورية الى أن يصبح متفوقا^(١) . فهل قام ، في هذه الحالة ، بأفعال ارادية ؟ أقصد هل قام بأفعال أرادها بصورة شعورية ؟ قلما فعل هذا . انه ليس هو الذي قرر أن يصبح محاميا شهيرا ، وانما شعوره بالدونية هو الذي وجهه الى البحث عن التفوق . ولكنه من

(١) - انظر « الشعور بالدونية » في فهرس المادة .

المرجح أن يجهل ذلك .. فهو مقتنع بأنه قام بملايين الاعمال الارادية .
والحقيقة أنه أذعن الى ضغوط داخلية .

قد تكون عاقبة هذه الإرادة الزائفة رائعة جداً من الناحية الفردية أو
الاجتماعية . وهي ليست ، على أي الأحوال ، نتاج إرادة حقيقية .

ففي كل فعل إرادي ، ثمة إذن مزيج من الشعور واللاشعور دائماً .

ويترتب على ذلك :

١ — تتعاضد الإرادة بتعاضد الأسباب الشعورية . وعندئذ يعرف الشخص ماذا
يريد ولماذا . إذن ، فالمعرفة العميقة بالذات أمر لا غنى عنه .

٢ — تتضاءل الإرادة عندما تزداد الدوافع اللاشعورية . ولنشر أيضا الى أن
باستطاعة كثير من الأشخاص أن يقدموا ، على هذا النحو ، الأدلة الخارجية
على إرادة قوية ... في حين أنه لا وجود لشيء منها . وسنرى ذلك فيما بعد .

الإرادة التي تطابق العقل — تقوم إحدى صفات الموجود الإنساني
على التنبؤ بنتائج بعض الأفعال . إنه يعلم ، على سبيل المثال ، أن تعاطي
الكحول تعاطيا لا يتصف بالاعتدال سيسبب له الألم إن عاجلا أو آجلا .
فمن الممكن بالنسبة إليه ، وهو عالم بذلك ، أن يوازن بين صحته الحالية وبين
المرض المقبل . وخلاصة القول ، إن الانسان الجدير بهذا الاسم قادر على أن
يوضح نتيجة أفعاله وأن يعقلها ويحللها .

وأكرر أن أسبابنا الشعورية تمتزج بقوى داخلية غامضة ، كغرائزنا
ودوافعنا وانفعاليتنا ومزاجنا وحاجاتنا ، الخ . فإذا كانت الإرادة منوطة بأسباب
شعورية ، فإنها تكون خاضعة الى معرفتنا بذواتنا وبالأشياء الخارجية .

ولنأخذ حالة التدخين ولنطرح على بعض الأشخاص سؤالا لا يمكن
أن يكون ثمة سؤال أكثر ابتذالا منه . لماذا قررت ألا تدخن إطلاقا؟

وستكون الاجابات التالية التي نحصل عليها سطحية كل السطحية،
ولا تكشف عن إرادة حقيقية على الاطلاق .

— لأن ذلك مضر بالصحة . ويرجع في الحقيقة أنه لا يعرف شيئا .
فهو يردد ما قيل له .

— لأن ذلك يكلف كثيرا من المال .

— لأن التدخين عادة حمقاء الى حد بعيد في الحقيقة . فإذا سئل لماذا،
فإنه سيكون، دون شك، عاجزا عن الذهاب بعيدا في التحليل .

— لأنني أريد أن أمتحن إرادتي . فهو، إذن، غير واثق من أن لديه

إرادة . ؟

— قلت لا، ذلك يعني لا . فنحن، إذن، بصدد عناد لا بصدد

إرادة ... حتى ولو كانت نتيجة قراره هامة .

— لأن زوجتي لا تريد أن أدخن مطلقا . وربما كانت هي الاجابة

الأوضح ...

لنفرض الآن أن طبيبا قد قرر ألا يدخن قطعا . لماذا؟ لأنه مطلع
إطلاعا جيدا ويستطيع أن يحلل مفعول التبغ تحليلا عميقا . إنه يوازن بين
صحته الحالية وبين أخطار المرض . فلدى هذا الطبيب اذن من الأسباب
الشعورية أكثر مما لدى الآخرين . ويمكن القول إن له إرادة أكثر مما للآخرين .

ولنفرض كذلك أن محللا نفسيا هو الذي يتخذ القرار . يعرف هذا
المحلل النفسي نفسه الى حد بعيد . لقد نجح في تحليل لاشعوره تحليلا دقيقا .
إنه إذن قادر على أن يكشف عن أسباب إرادته . إن لديه كثرة غير محدودة
من العناصر التي تتيح له أن يقرر بوضوح وعن خبرة . فأرادته ستكون،
بالطبع، أكثر سعة ووضوحا ...

الإرادة الأخلاقية — إنها الإرادة التي توجهنا نحو الخير. إن كل إنسان لديه انطباع بأن من الأفضل له أن يتبع عقله من أن يستسلم إلى نزعاته الغريزية. فالإنسان الأكثر وعياً بين الناس يحتفظ بنزعات وغرائز، الخ.

فلكي يكون الإنسان ذا إرادة كاملة، عليه أن يكون فكراً محضاً.

ثمة اتجاه في علم النفس الحديث إلى ألا تعدّ أصيلة من الإرادات إلا تلك التي تبحث عن الخير والأفضل. فليس في بحث الإنسان عن لذته ومتعته ورفاهيته أي إشراك للإرادة.

إرادة القوة — هذه الصورة من الإرادة تدفع الإنسان إلى السيطرة على الناس الآخرين، على وجه العموم. إنها ميل إلى أن يصبح الإنسان أكثر قوة دون أن يبالي بالوسائل التي يستخدمها. فهذه الإرادة، إرادة القوة، ضارة إذن. إنها غير سوية، دعامتها الشعور بالدونية والعجز، دعامتها حاجة الإنسان إلى أن يفعل أفضل مما يفعله الآخرون وإلى أن يكون أكثر شهرة وقوة، الخ.

المربون العصاةيون الذين يسيطرون بسلطوية هم على هذه الحال. إنهم يفرضون « إرادتهم »... وهم مقتنعون بأنهم يتصرفون « لخير » الطفل. وقد كانت ألمانيا الهتلرية، من الناحية الاجتماعية، مثال على هذه الإرادة، إرادة القوة.

ثمة صورة أخرى، ولكنها صورة أسمى منزلة عندما يريد الفرد أن يزداد قدره أكثر فأكثر وأن يحصل على السيادة على ذاته وأن يحقق أعمالاً رائعة، الخ. فهل هذه الإرادة كاملة؟ كلا، بالتأكيد. إن الأنانية دعامتها. فالإنسان يبحث عن خيره، ويحقق عمله، ويتجه نحو قيمته هو.

مثال ذلك: يفرغ فنان جهده في عمله. إنه ينجزه بإرادة «عاتية». فهل هي الإرادة الواقعية؟ كلا. إن هذا الرجل يحاول أن يحقق ذاته ويبحث عن قوة تخصه، الخ.

وستكون هذه الإرادة في منزلة أسمى إذا قدر أن له رسالة عليه أن ينقلها إلى الآخرين. وعندئذ، فهو يتجه نحو خير الآخرين إلى حد ما.

إرادة القوة، الإرادة الخسيسة، كبيرة الانتشار. فالسواد الأعظم من الناس ملك يميها، وبصورة خاصة في طراز مجتمعاتنا التي تسودها الرغبة في التنافس والحاجة إلى تجاوز الآخرين والسيطرة، الخ.

إننا نكون أمام عصاب وضعف أو أمام عجز على الغالب، بدلا من الإرادة.

التصور الكلاسيكي في الإرادة — ينقسم الفعل الإرادي، من الناحية الكلاسيكية، إلى أربع مراحل:

١ — التصور: يخطر الفعل الذي يقصد تنفيذه إلى الذهن. مثال ذلك أنني أتصور أنني مدعو إلى حفلة رقص.

٢ — المناقشة: يفحص الإنسان في أثناء المناقشة الأسباب الإيجابية والسلبية: هل أذهب إلى الحفل الراقص لهذا السبب؟ أم هل أمتنع عن الذهاب لذلك السبب الآخر؟

٣ — القرار: إنه الحكم الذي ينهي المناقشة، فيقبل الإنسان أو يرفض.

٤ — التنفيذ: إنه يعقب القرار بسرعة على وجه التقريب.

إن مرحلة القرار، من بين هذه المراحل الأربع، هي التي يمكن أن تكون الفعل الإرادي.

إنه لأمر رائع من الناحية النظرية... ولكن ماذا يحدث في الحياة العادية؟ كتب شارل بلوندل بهذا الشأن:

« إنه يشتهي حقا أن يضع إعلانا في الصحف يدعو فيه أولئك الذين اختاروا مهنتهم أو قرروا سفرا بهذا الشكل، أن يفضلوا بالتعريف عن أنفسهم ».

والواقع أن كثيرا من المناقشات قد تتم عبر ركام داخلي، عبر مجموعة عجيبة من الدوافع اللاشعورية، عبر الغرائز والأمزجة والخاوف وضروب الحصر والعقد والعصبية، الخ.. كما رأينا ذلك من قبل. فالقرار النهائي منوط قبل كل شيء بالحالة التي نستقبل بها الفكرة استقبالا داخليا. فإذا تلقى أحد الخجولين الكبار دعوة، كانت استجابته الأولى صدمة انفعالية. فكيف يمكن أن يقرر « بصورة إرادية »؟ إن حالة الخجل السائدة لديه هي التي تدفعه، إلى حد كبير، إلى اتخاذ قراره، سواء قال نعم أم لا. إذن، فهل يقرر بصورة إرادية؟

يضاف إلى هذا أن العمل الإرادي لا ينتهي إلا في المرحلة الرابعة، مرحلة التنفيذ. فتقرير أمر من الأمور لا يعني تنفيذه. ويتدخل بين القرار والتنفيذ، على الغالب، ضروب من التردد والشك والاجترار.. تثير مناقشات جديدة وقرارات جديدة. وقد يحدث في أغلب الأحيان أن يتخذ الشخص قرارا، ولكنه لا ينتقل إلى التنفيذ أبدا. وتلك إنما هي الحالة العادية، حالة المدخنين الذين « يقررون » تغيير سلوكهم وحالة المدمنين على الكحول. وذلك أيضا إنما هو واقع كثير من المرضى النفسيين، كالمصابين بالوهن النفسي^(١) على سبيل المثال. إنهم « يريدون » أن يفعلوا كثيرا من الأمور

(١) - انظر « العصاب والذهان » في فهرس المصطلحات.

ويقررون أنهم سينجزون « غدا » هذا الأمر أو ذاك. ومع ذلك، فإنهم لا ينتقلون إلى التنفيذ. لقد توقف العمل الإرادي في أثناء الطريق. وهذا يعني أنه لم يحدث.

وأخيراً، هل ثمة وجود للإرادة؟— لنفرض أننا في الشارع وأنا نلتقي بعجوز يجر عربة ثقيلة الحمل. ولن يبقى أي مار سوي لامباليا عندما يراه. فذلك أمر ممتع. ويتجلى لدى رؤية هذا العجوز البائس عدد كبير من العواطف. ولنفرض أنها تخطر على الشكل التالي علما بأن الواقع أكثر تعقيدا إلى حد كبير.

— العاطفة الأولى: الشفقة. فالمشاهد يستجيب قائلا: « يا له من بائس! في سنه يحدث له هذا! حتى ولا حيوان يساعده! الخ .. ».

— العاطفة الثانية: « أريد أن أساعده. لماذا؟ لأن هذا هو واجبي، لأن هذا أمر طبيعي، لأنني لا أحتمل هذا المشهد، لأنني أضع نفسي مكانه، الخ... الخ... ».

— العاطفة الثالثة: الخجل، الخوف من رأي الآخرين في ذلك، الخشية من أن يبدو الانسان مضحكا، الخ...

وأخيراً، إما أن:

١ — يُكره المشاهد نفسه، ويعبر الشارع، ويساعد العجوز. فيسر من ذلك أو يفخر به. لقد أنجز عملا صالحا وسجل نصرا على نفسه «.

وإما أن:

٢ — بيدل المشاهد اتجاهه ويهرب أخلاقيا أو إنه لا يتحرك. فيشعر بأنه مستاء، خجل من نفسه ومن « جنبه »، جبن منشؤه الخوف أو الخجل أو الغباء، على الغالب.

ونستخلص اذن أن الشخص الأول كان إراديا والثاني « جباناً ». فهل هذا صحيح؟ من الواضح أن ضروب التردد والقرارات قد أثرت بفعل الحالات الداخلية، كالشعور بالدونية والخجل ووجهة النظر في الأمور والحس الأخلاقي والشفقة والتضامن، الخ..

والحقيقة أن بإمكان المرء أن يزعم أن الإرادة ليست ذات صلة بكل ذلك. ولكن الأمر لا يتعدى أن يكون مجموعة من المنعكسات المعقدة يتراكب بعضها فوق بعضها الآخر. وتنطلق هذه المنعكسات على الرغم منا وتحرك فينا دون أن يكون لنا يد فيها. فأني منعكس هو المنتصر؟ إنه المنعكس الأقوى بكل بساطة. وسيكون هذا، بالتالي، هو النفي المطلق للإرادة كما يفهمها الناس عادة.

ها هو الآن مشاهد آخر يلاحظ العجوز. إنه يعبر الشارع ويدفع العربة دون أن يعاني صراعا داخليا أو يتردد، ودون دافع انفعالي أو خجل أو تباه. إنه لم يبذل أي جهد في تقرير عمله. لقد تقرر العمل في نفسه بصورة تلقائية، وقام به ببساطة وطبيعية كاملتين. ومن المؤكد أن هذا الرجل يتصف بيسر نفسي أكثر مما يتصف به الآخرون. فهل كان من الواجب عليه أن يحرك إرادته؟ كلا، لأنه لم يلجأ الى المحاكمة قبل كل شيء. عندئذ... هل استسلم، هو أيضا، الى منعكسات أكثر كإلا من منعكسات الآخرين؟

إذن، ما هي الإرادة التي أكب عليها الفلاسفة وعلماء النفس طوال قرون دون أن يصلوا الى تعريفها أبدا؟ هل هي موجودة أم أن الناس يحسبون الوهم واقعا؟ من المؤكد أن الإنسان يقول: « أريد ». ولكن ألا يقول ذلك بغية التعبير عن منعكسات أصبحت شعورية؟ وما هو دورنا في هذه الحالة؟ إن دورنا ينحصر في رؤية منعكساتنا بوضوح وفي القدرة على القول: « لقد أردت وقررت هذا ». ما المنعكسات التي دفعتني الى ذلك؟ ما هو منشؤها ولماذا؟ ما الحركة الداخلية اللا إرادية التي ولدت عملا أعتقد أنه إرادي؟ »

ونقع من جديد، مرة أخرى كذلك، على المعرفة التي يجب أن نمتلكها
عن أنفسنا...

ج - هل تفترض الإرادة جهدا أو تشنجا أو توترا؟

تفترض الإرادة جهدا وتوترا وتشنجا بالنسبة الى الحس المشترك. ويعتقد
الناس بصورة عامة أن الإرادة ينبغي لها أن تتوتر بفعل جهد. ويعتقدون بأن
الإرادة دون جهد لا وجود لها. ولكننا سنرى أن الإرادة التي تتطلب جهدا
ليست إرادة رفيعة المنزلة.

إليكم مثلا طالبين:

الأول: موهوب جدا وقوي من الناحية الذهنية. يتمتع بحيوية جيدة
وليس ملزما بأن يقوم بجهد. يتغلب على المشكلات ويركز ذهنه بسهولة،
يفهم مباشرة دون أدنى جهد ويفرغ من دراسته بيسر ودون تعب مفرط.

الثاني: قليل الذكاء وضعيف من الناحية الذهنية. يتصف بحيوية
ضعيفة ويتقدم بصعوبة. إن عليه أن يبذل جهودا كبيرة، ولا يفلح في تركيز
ذهنه. إنه يستمر على الرغم من كل شيء وهو يتشنج، و « يجهد إرادته
كلها »، ويصل تدريجيا الى نهاية المسألة وينجح.

فمن من الطالبين يتمتع بالإرادة الواقعية؟ هل هو الطالب الأول أم
الثاني؟

إنه الطالب الثاني من وجهة نظر الحس المشترك. والسبب في ذلك أنه
يبذل جهودا ويستمر رغم كل شيء. ولماذا يستمر؟ هذا ما ينبغي لنا معرفته
بالدرجة الأولى. ربما كان سبب استمراره الرغبة في التنافس، أو الخوف من أن
يكون أدنى من الآخرين، أو الخشية من احتقار الآخرين، أو الرغبة في أن
ينهي دراساته بصورة مشرفة كيما لا تكون تضحيات الأبوين عديمة الجدوى،
أو الخوف من الأبوين، الخ.

وبما أنه يبذل جهودا جبارة للتغلب على الصعوبات ، فإن الناس يعجبون به ، الأمر الذي يعد طبيعيا اذا كانت بواعثه نبيلة وحسه الأخلاقي رفيع المستوى . ولكن ذلك لا يبرهن إطلاقا على أننا بصدد إرادة واقعية . وحتى ولو كان الحس الأخلاقي رفيع المستوى الى درجة كبيرة ، فإننا إزاء إرادة دنيا تدين بوجودها الى نقص في القدرة والى التشنج .

وماذا عن الطالب الأول ؟ إنه يبلغ هدفه دون جهد وينعم بقدرة تمنحه اليسر الطبيعي . إنه يحتفظ بطاقته سليمة كما يحتفظ بانسجام أناه . فالإرادة هي فعل مطابق للعقل الواعي وللانسجام . فكونه ليس عليه أن يبذل جهدا ، أمر يبرهن على كمال عمله . إنه هو الذي ينعم بالإرادة الواقعية لأن الإرادة كمال وقدرة . إنها تتطلب إذن شروطا كاملة لكي تتجلى .

هأم مثلا آخر : أحد الكتاب .

أولا :

إنه يكتب دون جهد ، بقوة ، باسما ، دون أي تشنج . إنه يعمل بسرعة وانتظام ، دون تردد ولا تعب ، ويعرف هدفه معرفة واضحة ، ويمضي نحوه بكل ذكائه وبكل حيويته .

وبعد انقضاء بعض الوقت :

ثانياً :

يصبح تعباً بالتدرج . ويستمر في الكتابة ، ويمضي نحو انهاء يزداد شيئا فشيئا . فيبدأ تشنج و « يضيع خيط أفكاره » . إنه يتوتر ويستمر كذلك مسيطرا على تعبه ، « قاهرا » جسده . ويفكر مليا ويركب رأسه . ويصارع صراعا شاقا لكي يبلغ نهاية عمله (لسبب من الأسباب) .

متى يتمتع هذا الكاتب بالإرادة الواقعية؟ إنه يتمتع بالإرادة الواقعية في المرحلة الأولى.. فكون الإرادة ذات المرتبة الرفيعة فعلا واعيا يطابق العقل، فهي إنما تكون عندئذ طافحة بالحياة واليسر والوضوح. إن الكاتب يتصرف تصرفا إراديا بسجيته.

متى يفقد إرادته الواقعية؟ ومتى تصبح هذه الإرادة إرادة دنيا؟

إنه في المرحلة الثانية إنما يستنجد بالإرادة الدنيا. فطاقته تتناقص... وإرادته تسلك الدرب نفسه. إنه يتشنج ويركب رأسه، ويمضي نحو هدفه وقد تلاشت أنه بفعل التعب. إنه عندئذ إنما يكون مضطرا إلى أن يستنجد بـ « كل إرادته »... الأمر الذي يبرهن على أنها تعوزه. فيسقط في صورة دنيا من صور الإرادة.

يسود الاعتقاد اذن، في الاستعمال الشائع، أن الإرادة تعني الجهد، وأنها لا تتدخل إلا عند وجود الانتصار والغلبة والسيطرة والفوز بالسلطة على الآخر، الخ. والاعتقاد السائد أن الإرادة ليست مخصصة إلا للتغلب على الصعوبات.

ترتكز هذه الآراء على ملاحظات جزئية أو مشوهة. فإذا كان عليك أن تبذل جهدا، فذلك دليل على وجود نقص فيك. وإذا كان عليك أن تبذل جهدا جبارا لترفع خمسين كيلوا غراما، فهذا إنما يعني أنك لم تبلغ درجة الكمال في هذا المجال. أما إذا كنت، على العكس، ترفع هذا الثقل بيسر، فهذا إنما يعني أنك تتمتع بقوة تتلاءم مع عملك. ومن البديهي أن يكون الجهد عنوان الإرادة. ولكن المقصود، وأكرر قول ذلك مرة أخرى، صورة قاصرة من صور الإرادة. فالإرادة ذات المنزلة الرفيعة ترتكز على التوازن والقدرة: وهذا هو السبب الذي من أجله لا تستلزم جهدا. فعل المرء أن يبذل « جهودا إرادية » عندما تصبح الإرادة ناقصة. ومن المؤكد أن ذلك قد يبذل من التقاليد الشائعة حول الموضوع بعض التبديل، ولكنني عاجز عن

أن أفعل شيئاً بهذا الصدد. فذلك هو القانون البيولوجي ... والمنطقي بكل بساطة، لاسيما وأن الواقع أجمل من الوهم الى حد بعيد. أليس الإنسان الواضح، الواعي، أكثر تحقفاً من الإنسان الذي يخضع الى إنهاكه أو الى لاشعوره كلياً على وجه التقريب، حتى ولو بذل جهوداً تبدو أنها إرادية؟

ماهي شروط الإرادة الكاملة؟ سئري هذه الشروط فيما بعد. ولكنني سأكرر ما يلي على أي الأحوال: يدل بذل الجهد الإرادي على ضعف في الإرادة. إن الإرادة الكاملة تتطلب أن يمضي الإنسان بكليته نحو هدفه، بحسه السوي وعقله وذكائه. فإذا وجدت ميول متناقضة لدينا، فإننا لن نمضي نحو الهدف إلا بجزء من أنفسنا ... وسنبعد عنه. إن الميول المتناقضة تفصل وحدة شخصيتنا وتجزئ إرادتنا. وعندئذ تكون لنا إرادات جزئية، متشنجة، تعارض الواحدة منها الأخرى ... وتتجه نحو دريئات لا نراها إلا بصورة جزئية ...

تلك أم، على سبيل المثال، تتفانى في سبيل أطفالها وتنهك نفسها في العمل. إنها تبذل جهوداً مضيئة حتى تفرغ من عملها. فهل تتمتع بالإرادة؟ نعم، ما دامت « نريد أن نصل ». ولكن هل هذه هي الإرادة الحقيقية؟ كلا. تلك هي إرادات مجزأة، متشنجة، منشؤها الإنهاك. ومهما كانت روعة العمل الأخلاقي لهذه الأم، فإن قوام إرادتها الحقيقية هو أن تجدد ما يكفي من قواها حتى لا يكون عليها أن تبذل جهداً ...

« ينبغي للإرادة أن تكون كالأناقة: لامرئية. »

بأي شيء يذكر مفهوم « الإرادة »؟

يخطر بالبال:

١ - التشبث: يصمم الإنسان على النجاح ويستخدم بعض الوسائل. ولكن، ثمة خلط، على الغالب، بين التشبث الذي هو قدرة متوازنة وبين العناد الذي هو عجز وضعف.

٢ - **السيادة على الذات** : إنها استعداد الإنسان للسيطرة على عواطفه وغرائزه، الخ. ومن الواجب أن نعرف كذلك إن كان الأمر أمر سيادة حقيقية أو كاذبة.

٣ - **روح التصميم** : يجب أن تتصف هذه الروح بالسرعة من غير مغالاة في التردد ولا اجترارات ذهنية. ولا بد كذلك من أن تكون روح التصميم أصيلة. ويظهر الاندفاعي، على سبيل المثال، أنه يكشف عن قرارات فائقة السرعة. ومع ذلك، فهو غير ذي إرادة كما سنرى.

٤ - **روح المبادأة** : وذلك هو الاستعداد للشروع في عمل جديد :

تتطلب جميع هذه الصفات اذن بعض الشروط فما هي هذه الشروط؟ ولكي يفهم ذلك فهما أفضل، أقترح أن نرى الحركة المعاكسة وأن نفحص معوقات الإرادة.

المثل السائر « من يريد، يقدر » معروف إذن. والسواد الأعظم من الناس مقتنعون بحقيقة هذا التأكيد تقريبا.. ويرجع السبب في ذلك إلى أنه لم يسبق لهم أن كان في متناولهم تأكيد آخر. فهم قلما تحققوا من صحته إلا عبر تجارب سطحية مبهمة جدا.

وقد يحدث، مع ذلك، أن يقع هؤلاء الأشخاص مرضى على نحو ما. وثمة صعوبات عديدة تتجلى، وفي الأمراض السيكولوجية على وجه الخصوص. فتبدأ الظروف العادية جدا تتطلب جهودا بطولية. وتلك اذن هي اللحظة التي يستنجد فيها المرء بالمثل السائر « من يريد، يقدر »، ويضعه موضع التطبيق.

ولنتأمل هنا حالة شخص أصيب بالوهن العصبي فجأة (انظر فهرس المادة). فمرضه يلزمه بأن يشك، ويجتر ذهنيا، ويتردد ترددا يرافقه الحصر، ويمتنع عن الإقدام والتصرف. إنه يفكر عندئذ : « لو أردت لقدرت ». وذلك هو، على الأقل، « ما قيل لي دائما ». وما كان أصدقاؤه، من

جهة أخرى ، يمتنعون عن أن يرددوا ذلك على مسامعه . وها هو ذا ،
بالتالي ، ينطلق والمثل مستقر في رأسه . فيرده لنفسه طوال نهاره . ماذا
يحدث؟ لا يستجيب الشعار قطعا .. وعبثا يقول الشخص لنفسه مخلصا :
« أريد ، اذن أقدر » . فالأمور تسوء . إنه يكّدس الجهود ، ويتشنج ،
ويبحث يائسا عن أن « يتغلب » على نفسه مستخدما « إرادته » . كل
ذلك لا يعطي أي نتيجة إيجابية ، اللهم إلا إنها كما يتفاهم بالتدريج .

وعندئذ يتساءل المريض ، وقد أصابه القلق ، عما اذا لم يكن المثل
السائر دعابة لطيفة من اختراع أناس ينعمون بالصحة . وهو بهذا إنما يمس
الحقيقة بإصبعه .

يلاحظ المريض أمرا مفاده أنه كان قادرا على الفعل الإرادي كأي
انسان آخر عندما كان متمتعا بالصحة . وها هو الآن أصبح عاجزا عن الفعل
الإرادي . أليست هذه الإرادة اذن مجرد معلول ، وأنها تتطلب شروطا دقيقة
لكي تظهر؟

د - شروط الإرادة

الإرادة خاضعة الى قوانين شأنها في ذلك شأن كل تجل انساني . إنني
سأتناول بالبحث اذن ما يعيق تجلي الإرادة أو ما يلغيها . وسنرى على هذا
النحو أن ثمة عددا كبيرا من الإرادات الكاذبة التي لها جميع مظاهر الإرادة
الحقيقية . ألا يظهر البغل الذي تسمرت قوائمه بمظهر صاحب إرادة لأنه يقول
« لا » بعناد لا يتزعزع؟ ألا يتصرف كثير من الناس تصرفا مماثلا على الرغم
من أنهم يعتقدون مخلصين أنهم « إراديون جدا »؟

ولنر ذلك بصورة جدولين تعقبهما شروح .

ما يعوق الإرادة

إفراط في الاندفاعية والإفراط في الكف .

نقص الطاقة والطاقات الكاذبة

كالتعب، والهياج، والعصبية،

والانفعالية، الخ .

اللامبالاة المرضية .

ما يفسح المجال للإرادة

التوازن بين الاندفاعية والكف .

الحيوية، الطاقة الحقيقية .

التوازن والسيادة على

الذات .

الاهتمام الوجداني .

١ - الإفراط في الاندفاعية

ما هو الاندفاع؟ إنه قوة لا تقاوم تدفع الشخص الى القيام بفعل دون أن يعقله . (انظر المصطلح في فهرس المادة) . فالاندفاعي انفجاري على الغالب . إنه يهاجم ويعجز عن كبح جماحه وتوجيه حياته على نحو متوازن . فرغباته الأولية، وآلياته اللاشعورية، ووجدانيته التي اختل انتظامها، هي التي تقوده . وهو يتصرف، على الغالب، بطريقة « تتسم بالاحتداد » . فإذا كان رئيسا، كانت أوامره كثيرة تتصف بالخشونة وتمتزع بالاحتقار . ويعد نفسه، طبعا، بمثابة رئيس « قائد للناس » و « إرادي » . إنه لا يتردد أبدا، يمضي قدما باستمرار ولا يسلم بأن ثمة امكانا لأن يُخدع إلا في الحالات التي يرغب فيها أن يظهر بمظهر الكمال . فالإرادي يبدو اذن على أنه « يريد » . والواقع أنه عاجز عن السيطرة على أعماله، وحظه من الإرادة أقل من حظ الضعيف . إنه شبيه بالهائج الذي يظهر بمظهر الحيوي دون أن يكون كذلك على الإطلاق ... (درسنا الهائج في بحث « التعب » ، راجع فهرس المادة) .

ينطلق الاندفاعي اذن في عمل يتصف بالمبالغة . فهو لا ينفك يجري . ويظهر على أنه متختم بالإرادة والقدرة الذهنية . ولكنه يعلم جيدا في قرارة نفسه، هذا إذا كان يجرؤ على الغوص فيها، أنه عاجز عن الإرادة الحقيقية . وهو يخفي عجزه وقلقه وانفعاليته تحت روح التصميم الكاذبة لديه .

الاندفاعي مدمن عمل. فهو يندفع بخط مستقيم كلياً، فظاً على الغالب، عاجزاً عن أن يرجع أدراجه لكي يغير طريقه عند الاقتضاء... إنه ليس شخصاً إرادياً: إنه آلة.

ثمة نوع آخر من الاندفاعي: الاندفاعي الزمني. فرد فعله الخارجي غير مباشر. إنه يجتر. وتتكدس الحوادث في نفسه كالذخيرة الخطرة. وأخيراً، تتضخم هذه الظروف تضخماً لا حدود له، وتأسر انتباهه. ويرتفع ضغطه الداخلي إلى حده الأقصى. فيملاً الغيظ نفسه، ويتحمس. وينفجر. زد على ذلك أنه يبحث، هو ذاته، عن الانفجار في غالب الأحيان من أجل أن يخفض انضغاطه النفسي. فهو يستطيع اذن، هو أيضاً، أن يعطي انطباع إرادة تنتقل إلى العمل. ولكن لا وجود لشيء من هذا... ومن اليسير على المرء أن يلاحظه بسهولة: فهو يضطرب، ويصبح عصيباً، مشوشاً، ذا صوت متقطع. إنه ليس سيد نفسه، ولا حركاته، ولا كلماته.

فليس ثمة أي إرادة لدى الاندفاعيين اذن، وإنما إذعان مطلق لقواهم الغريزية واللاشعورية. فما قولك بالنسبة للاندفاعيين المصابين بالشعور بالدونية الذي يفرز لديهم « إرادة » السيطرة والقوة!...

٢ - الإفراط في الكف

قوام الكف كبح حركة أو فكرة. فهو يتيح للمرء أن يتمهل في القيام بالعمل الذي عزم على تنفيذه من أجل أن يعقله ويسوغه. إن الشخص السوي يبقى « على أهبة الاستعداد » قبل أن ينتقل إلى العمل الإرادي.. ولكن هذا التردد ينبغي له أن يكون قصيراً.

لا شيء من ذلك في الإفراط في الكف. فالتوقف يمتد زمناً طويلاً. ويتردد الشخص فترة طويلة، ويجتر، ويشك، ويرجع عن قراراته باستمرار. بل وقد يؤدي الكف إلى إيقاف العمل المنوي تنفيذه إيقافاً كلياً.

يتهرب المكفوف أمام العمل لأنه عاجز عن أن يتغلب على تخوفه .
فليست الإرادة معدومة ، ولكنها سجيئة . و « يرغب » أحد الخجولين ، على
سبيل المثال ، أن يدلل على العزم ، ولكنه لا « يستطيع » لأن كواجه الداخلية
أقوى من رغبته في الفعل الإرادي . إنه شبيه بسيارة تحاول أن تنطلق في حين أن
كواجهها مشدودة .

☆ ينتظر المكفوف أن تقرر الأحداث له أو أن تفك كواجه شخصية قوية
جدا . ويتجلى هذا العيب ، غالب الأحيان ، في الخجل والاكثاب والشعور
بالدونية والضعف النفسي والعصاب والعقدة النفسية ، الخ .

وعلى العكس ، فإن الإرادة هي ملكة التصرف تصرفا واعيا . ومن
البدهي أن يتطلب التصرف شيئا من الاندفاع . ولكننا رأينا منذ برهة قصيرة
أن الاندفاعي « الصرف » شبيه بدوارة هواء في مهب الريح حتى ولو كان
يبدو أنه يتصرف بطاقة إرادية . إذن ، فأي عمل يتطلب كذلك كبها لهذه
الاندفاعات (كف) . إن أي عمل سوي يقتضي توازنا بين الاندفاع
والكف . فإذا انفق هذا التوازن لسبب من الأسباب ، وقع المرء في الإفراط في
الكف أو في الاندفاع ، وآل الأمر به آليا الى نقص في الإرادة .

٣ - نقص الطاقة

درسنا التعب طويلا كما درسنا نتيجته : الإنهاك والهباج .

يتبين المرء بوضوح كبير أن أي إنهاك يسبب نقصا في الإرادة .
فلا يمكن للشخصية الواهنة أن تظهر إلا بإرادة ضعيفة .

وما هو الوضع في الهياج ؟ يمكن أن نوازن الهياج بالإفراط في
الاندفاعية . فالهائج يحقق أعمالا عديدة دون أن يتوقف ، بل ودون أن يستشعر
إنهاكه . إنه يشعر بأنه يملك كثيرا من الطاقة ... في حين أنه لا يملك شيئا
منها على وجه التقريب . وبما أن الهائج خاضع الى جملة عصبية مشوشة ، فإنه

يصرف نشاطا كبيرا، إنه يكشف اذن عن طاقة كاذبة تتجلى في إرادة كاذبة. يمكن أن تبدو أفعال الهائج، كما هو الأمر لدى الاندفاعي، إرادية الى الحد الأقصى اذا نظرنا إليها نظرة سطحية.

الإنفعالية والعصبية، الخ، نتيجة من نتائج نقص الطاقة أيضا. ويفقد العصبيون والانفعاليون وضوحهم بصورة آلية... وبالتالي وسائلهم. فهم خاضعون الى اضطرابات عصبية عديدة كما رأينا في بحث « الطب النفسي الجسدي ». وتعمل قشرتهم الدماغية عملا وظائفا سيئا. إنهم معرضون الى عواصف داخلية حقيقية تتحمل وجدانيتهم تكاليفها. فإذا اتخذوا قرارا، فهل يكون قرارا متخذاً « بصورة إرادية »؟ كلا. إنها قرارات تسوق إليها الاندفاعات الناشئة من الانفعالية...

وكذلك يثير الإنهاك أحيانا معجزات كاذبة من الإرادة. ومعروف أمر هؤلاء الأشخاص المنهكين الذين يستمرون في بذل الجهد على الرغم من كل شيء، تدفعهم بقوة دوافع داخلية. فهم يتجاوزون تعبهم باستمرار، ويؤجلون راحتهم الى وقت آخر. فإذا ما لاحظهم المرء، اعتقد أنه أمام « انتصار الإرادة » وخيل إليه أن لديهم طاقة وإرادة تستحقان الإعجاب. إن الأدب والسينما والحياة اليومية تعجّ بأمثلة من هذا النوع. لقد ذكرت حالة أم منهكة تضني نفسها بالعمل، وأشرت الى أن النتائج رائعة من الناحية الأخلاقية في بعض الأحيان. ولكن ذلك لا يغير شيئا من السؤال التالي: هل ثمة إرادة واقعية عندما تتغلب على إنهاكها باستمرار؟ والجواب: كلا. فلا وجود للإرادة، بل هناك تشنج على عمل معين انطلاقا من فكرة قد تصل الى حد الوسواس، وسواس الواجب والإخلاص والعمل وريح المال والنجاح في عمل من الأعمال والخوف من الاحتقار، الخ.

وعلى العكس، فإن قيمة الإنسان تكمن في حيويته وتوازنه قبل كل شيء. إنها تكمن في سيادته على ذاته. فلا يتصور إنسان إرادي دون أن يكون لديه سيادة تتيح له أن يتفحص المشكلات التي تعرض له تفحصا هادئا واضحا.

٤ - نقص الاهتمام

يتطلب كل قرار إنساني قدرا من الاهتمام. فالتصميم على عمل يقتضي أن نهتم به على نحو ما. ولكن كثيرا من الأشخاص لا يبلغون مستوى الشعور بالاهتمام بأي شيء مهما كان على الرغم من رغبتهم كلها. ينبغي لنا أن نبحث عن أسباب ذلك بعناية. ذلك أن هذا النقص في الاهتمام يسبب التراخي والكسل والبطء وعدم إنجاز الأفعال، الخ. والأسباب الغالبة له هي: التكوين والوراثة والسير الوظيفي السيء للغدد الصم. والوهن الدماغي والعصاب، الخ.

وعلى العكس من ذلك، فإن الاهتمام العميق يخلق الفعل الإرادي آليا إذا ما أضيف إليه التوازن. ف « نقص الاهتمام » اذن « مرض إرادي » حقيقي يجب النظر إليه ومعالجته بوصفه كذلك.

ما يفسح المجال للإرادة	ما يعوق الإرادة
مرونة الفكر واتساعه، رحابة الرؤية، الاسترخاء الذهني.	التصلب الذهني.
الانسجام بين الشعور واللاشعور.	المكابرة.
كل ما يوحد الشخصية ويجعلها متوازنة.	العناد.
كل ما يجعل التأليف الذهني ممكنا.	الآراء الراسخة.
	التشنج والعدوانية.
	الغباء.

عندما يعمل اللاشعور على أذية
الشعور .

كل ما يجزىء الشخصية أو يمزقها .
كل ما يعيق التأليف الذهني .

٥ - التصلب الذهني

هذه الفئة تضم الأشخاص المتجمدين الراسخين رسوخ الصخر .
وليس من النادر أن يوجد التصلب الذهني لدى الأشخاص المكفوفين .

تلك إذن، في غالب الأحيان، حالة الأفراد الخجولين أو الذين أصابهم
الشعور بالدونية . فهم يترددون طويلا قبل أن ينتقلوا الى العمل . ولكن ما أن
يقرروا العمل حتى يثبتوا عليه ويتشبثوا به بقوة شرسة . ويقال إنهم يتعلقون
بكلاب الأمن . فثمة في قراراتهم اذن حزم يشبه النشاط الذهني . والواقع أن
الأمر أمر ضعف كبير ... فالضعيف لم يتحرر من نفسه على الإطلاق . إنه
حبس قرار يتمسك به ، لأن هذا القرار كلفه الكثير من الطاقة . وهو عاجز
عن الرجوع عن تصميمه لكي يتوصل الى تصميم آخر ... الأمر الذي يجعله
يفوص من جديد في ضروب التردد ذاتها . فيتمسك اذن بصورة نهائية بما
حدده . يضاف الى هذا أن الضعيف يحتاج الى قراره الذي لا يتزعزع . فهذا
القرار يمنحه الأمن ما دام يستبعد الشكوك المضنية . وعلى هذا النحو إنما
يتجمد في موقف صلب ... ويفخر به على الغالب ويصرخ قائلا : « أنا
لا أرجع عن قراري أبدا أيا كانت الأسباب التي يقابلوني بها ... » . فهو
يصبح عاجزا عن أن يخفف من تصلبه ، وبعد ذلك من الإرادة . إنه يرتكز
عندئذ على « مبادئ » كما يرر طبعه الصارم تبريرا أفضل .

وتلك حال كثير من السلطويين، كما رأينا ذلك غالبا. فهم يسيبون كثيرا من الأضرار التربوية عندما يحطمون إرادة طفلهم. (انظر « السلطويون » في فهرس المادة).

٦ - العناد والتشنج والمكابرة والآراء الراسخة

إنها عرّات شر من التصلب أيضا. فالشخص المتصلب يمكنه أن يفكر، أن يشرح سلوكه حتى بمبادئ باطلة (ولكنها تبدو له منطقية). أما لدى المكابر والعنيد ومن يتشنج على بعض الآراء، فلا وجود لشيء من هذا... إنهم لا يفكرون بشيء على الإطلاق. وعلى الرغم من أنهم يتمسكون بوجهات نظرهم « عبر كل العقبات »، فليس الأمر أمر إرادة قطعيا. إنهم لا يعقلون سلوكهم أبدا: فهم عاجزون عن ذلك. إنهم، كما قلت سابقا، مصابون بالكرزاز العقلي. فليست المسألة مسألة تبرير قرار بالنسبة الى فرد من هذا النوع. إنه يصرح: « ... أريد لأنني أريد، وأقرر لأنني أقرر، ولا جدوى من المناقشة ».

وقد يسأله الذين يعاشره في بعض الأحيان: « ... ولكن لماذا أنت مكابر الى هذه الدرجة؟ » فلا يجيب بشيء لأنه يتعذر عليه أن يقدم شرحا من الشروح. وعندئذ، ماذا تريد أن يفعل؟ إنه يتجمد أكثر ويتشنج على مواقفه ويأوي الى وضع في منتهى السيطرة محاولا أن يسود « بإرادته » كل أولئك الذين يشعر بأنهم متفوقون عليه. أما بالنسبة للآخرين، فماذا يستطيعون أن يفعلوا إزاء هذا الحائط من الأسمت المسلح، اللهم إلا محاولة تجنبه أو التمرد عليه أو الخضوع له بكل ما يفترضه هذا الخضوع من عواقب؟!

٧ - مرونة الفكر

يتبين بصورة مباشرة أن مرونة الفكر تتعارض مع كل صور التصلب الذهني، وأن اتساع الفكر يمنع ظهور جميع هذه السلوكات المتجمدة. فمن

وتلك حال كثير من السلطويين، كما رأينا ذلك غالبا. فهم يسيبون كثيرا من الأضرار التربوية عندما يحطمون إرادة طفلهم. (انظر « السلطويون » في فهرس المادة).

٦ - العناد والتشنج والمكابرة والآراء الراسخة

إنها عرّات شر من التصلب أيضا. فالشخص المتصلب يمكنه أن يفكر، أن يشرح سلوكه حتى بمبادئ باطلة (ولكنها تبدو له منطقية). أما لدى المكابر والعنيد ومن يتشنج على بعض الآراء، فلا وجود لشيء من هذا... إنهم لا يفكرون بشيء على الإطلاق. وعلى الرغم من أنهم يتمسكون بوجهات نظرهم « عبر كل العقبات »، فليس الأمر أمر إرادة قطعيا. إنهم لا يعقلون سلوكهم أبدا: فهم عاجزون عن ذلك. إنهم، كما قلت سابقا، مصابون بالكرزاز العقلي. فليست المسألة مسألة تبرير قرار بالنسبة الى فرد من هذا النوع. إنه يصرح: « ... أريد لأنني أريد، وأقرر لأنني أقرر، ولا جدوى من المناقشة ».

وقد يسأله الذين يعاشره في بعض الأحيان: « ... ولكن لماذا أنت مكابر الى هذه الدرجة؟ » فلا يجيب بشيء لأنه يتعذر عليه أن يقدم شرحا من الشروح. وعندئذ، ماذا تريد أن يفعل؟ إنه يتجمد أكثر ويتشنج على مواقفه ويأوي الى وضع في منتهى السيطرة محاولا أن يسود « بإرادته » كل أولئك الذين يشعر بأنهم متفوقون عليه. أما بالنسبة للآخرين، فماذا يستطيعون أن يفعلوا إزاء هذا الحائط من الأسمت المسلح، اللهم إلا محاولة تجنبه أو التمرد عليه أو الخضوع له بكل ما يفترضه هذا الخضوع من عواقب؟!

٧ - مرونة الفكر

يتبين بصورة مباشرة أن مرونة الفكر تتعارض مع كل صور التصلب الذهني، وأن اتساع الفكر يمنع ظهور جميع هذه السلوكات المتجمدة. فمن

الضروري ، بالتالي ، أن نبحث عن أسباب التصلب والعناد ، إلخ . وتنشأ هذه العيوب أحيانا من الغباء ... ولكنها تنشأ في أغلب الأحيان من الشعور بالعجز والدونية والإحباط . وقد يكون فيها شيء من الجهل : فمن المنطق إلى حد أن يتصلب شخص على بعض الإحساسات التي يحسب أنها هي الحقيقة . ورحابة الرؤية لا غنى عنها لإرادة سوية لأنها ، بادية ذي بدء ، تفسح المجال للمحاكمة الواعية إلى الحد الأقصى ، ثم لأنها تجعل الإنسان يفهم بأن هدف جميع الحقائق الجزئية إيجاد الحقيقة النهائية . ويمكن إنقاذ كثير من الأمور إذا استطاع أن يفهم كل منا أن بإمكانه أن يكون على صواب ... دون أن يكون الآخر على خطأ .

٨ - عندما يعمل اللاشعور على أذية الشعور

ليس الشخص الذي يتصرف بحسب لاشعوره على سبيل الحصر موجودا انسانيا ، بل هو آلة . فالإرادة ملكة عالية ، وينبغي لها إذن أن تكون قاعدتها شخصية سامية تطهرت من الشوائب . ويتبين أن الإرادة الواقعية نادرة جدا خلال عمر قصير ... أو حتى خلال عمر . فثمة كثير من الناس الذين يقضون حياتهم بكاملها دون أن يكونوا قد أنجزوا فعلا إراديا حقيقيا واحدا ، على الرغم من أنهم رددوا قولهم « أريد » حتى أرهقوا السامعين . ولا بد من أن نفكر هنا مجددا بضروب العصاب والعقد والخاوف والحصر والتعويض . فهذه الأمراض تجعل الفرد يتصرف من خلال وجدانية مزيفة كل التزييف . ولا يمضي الإنسان نحو هدفه إلا بجزء صغير من ذاته . وهذا الجزء الذي يقول « أريد » هو الجزء المريض على الغالب .

لنتأمل أحد السلطويين . إنه يقول « أريد » من أجل أن يكون له السيادة على الآخرين . فلماذا؟ هل من أجل لذة السيطرة؟ ما كان من أجل هذا على الإطلاق ، وإنما لكي يتشبث بهم القدرة والقوة . إنه إذن إنما هو الجزء المريض منه ، إنما هو ضعفه الذي يجبره على الإرادة . ويتم ذلك بصورة عنيفة في

بعض الأحيان لقاء بؤس الآخرين . فهو ممزق في جميع الاتجاهات ومتوتر أبدا . إنه يشعر بأن أقل تراخ في إرادته التي هي تشنج سيكون ، بالنسبة إليه ، وقوعا في ضعفه الأساسي .

يضاف الى هذا أن الصراعات الداخلية تعيق التأليف الذهني الذي هو « الهضم الذهني » لجميع أحداث الحياة . لقد رأينا عندما درسنا جانه (انظر فهرس المادة) أن الدماغ « يهضم » بعض الظروف هضمًا سيئًا ، شأنها في ذلك شأن وجبة « لا تستطيع المعدة هضمها » فتحدث الوعكة والتخمة . فما هي إذن هذه الوجبات الذهنية التي تهضم هضمًا سيئًا؟ إنها كل ما من محتويات اللاشعور يمزق الفرد : إذن ، كل الانحرافات السيكولوجية وجميع الوجدانيات المزيفة .

فبلوغ هذه الملكة العالية يتطلب إذن تقويم هذه الوجدانيات المزيفة . وتلك هي مهمة علم النفس .

ونتوصل من ذلك الى ما يلي :

ما يتصف بأنه خاطيء : من يريد ، يقدر .

ما يتصف بأنه حقيقي : من يقدر ، يريد .

ما معنى هذا؟

هـ — الإرادة ، هذه الأناقة

ليست الإرادة ملكة خاصة ، بل هي ذات علاقة بالعديد من العوامل الجسمية والنفسية . إنها تنشأ من مجموعة كبيرة من المراكز الدماغية . وهي تظهر وتختفي وتبدل بحسب تقلبات شخصيتنا .

نحن نعلم أن :

الطاقة الحقيقية والمتوازنة والواضحة والمتناغمة، تصنع الإرادة الحقيقية والهادئة واللامرئية والقوية والدائمة. أما الطاقة الزائفة، ونقص الطاقة، والتشنج، والعصبية، والتعب، والهياج، والعناد، والاندفاع، والانحرافات النفسية، فتخلق الإرادة الزائفة أو نقص الإرادة.

فهل الإرادة إذن مسألة صحة؟ نعم، إنها مسألة صحة قبل كل شيء. ولكن كلمة « صحة » ينبغي لها أن تؤخذ بمعناها الأعم. إنني أكرر أن الإرادة تتطلب أن يتجه الحد الأقصى من وجودنا نحو الهدف، وأن يتم ذلك بالحد الأدنى من الجهد، وبالتالي، دون قسر ولا تمزق داخلي. فإذا كان علينا أن نبذل « جهودا إرادية » من أجل أن نحطم عادات قديمة، فإننا لن نواجه العمل إلا بجزء من ذواتنا. وتلك إذن ليست إرادة حقيقية.

الإنسان الذي يتصرف هو الإنسان الذي يملك القوة الهائلة. فهو يتصرف آليا لأن العمل هو خاصة الإنسان. فإذا كان، بالإضافة إلى ذلك، واضحا ومتحررا من تمزقاته الداخلية، فإنه يملك الإرادة. فما عليه قطعا أن يبحث عنها وهو يجمع كل قواه. إن الإرادة تستجيب إلى ندائه مباشرة ودون صعوبة. والسبب هو أن « إرادة ذلك تم في نفسه من تلقاء نفسها ». وحسبه أن يتفحص عملا حتى يكون لديه إمكان إنجازه دون جهد. ولكن كانت القاطرة ذات الحالة الجيدة تولد القدرة، فإن الإنسان ذا السير الوظيفي الممتاز ينتج الإرادة. إن تربية الإرادة تعني بلوغ القوة والتوازن والوضوح. فليست المسألة إذن مسألة « إرادة » كما تفهم بصورة عامة، وإنما مسألة قوة معنوية مطلقة تركز على عنصر ذهني هادئ وسام:

الإرادة الزائفة شبيهة بشجرة ضامرة تتجمد جميع جذورها. أما الإرادة الحقيقية، فإنها تشبه سديانة فية وقوية ومرنة.

فما علينا اذن أن نقول: « إن المسألة هي مسألة إرادة »، بل « إن المسألة مسألة قوة ورخابة فكر ... » .

١ - الإرادة ترى، وترى مجدداً وتقوى

تفترض الإرادة، كما يقول بودوان Boudoin، « حزمة مترابطة من الميول القوية ». إنها تتطلب أن تتجه معا قوانا المنطلقة في اتجاه واحد. فالإرادة فاعلية هادئة، ناجمة عن تحرر الإنسان من ذاته على وجه الخصوص. إنها سيادة على الذات وهيمنة على العالم الخارجي. فالمسألة اذن هي استبعاد كل ما يعرض « الأنا » الى التوزع.

٢ - استبعاد كل ما يعكر الحيوية

الحيوية السوية شرط الإرادة الحقيقية الأول. فلا إمكان لعزف سوناتة لموزارت من غير بيانو أحسنت دوزنته، ولا إمكان للإرادة السامية من غير جسم متناغم. إن إطروحة د. جيلبر روبان G. Robin ذائعة الصيت: « لا وجود للكسالى، ولا وجود إلا للمرضى. وليس ثمة كسول سوى الآباء والمرين والأطباء الذين لا يبحثون عن أسباب صور النقص التي يعبرون عن أسفهم لوجودها ». ذلك أمر مفهوم.. فالبحث ينصب على إصلاح عيوب الإرادة (الكسل والبطء والتردد والاندفاع، الخ) حتى قبل الكشف عن السبب العميق لهذه العيوب .

٣ - استبعاد كل ما يعكر الحياة النفسية

المسألة أكثر اتساعاً كذلك، فالمقصود، كما قلت، أن ينمي الإنسان طاقته الذهنية الى أقصى حد وأن يجمعها. وعندئذ تتجلى إرادة عظيمة، عقلية وهادئة. فأن يجد المرء طاقته المتوازنة يعني أن يتحرر من الكوابح اللاشعورية التي تجزىء شخصيته، وأن يتخلص من الحمم الداخلية التي تخنق وضوحه. ومن الطبيعي أن يكون ذلك شديداً الصعوبة، يتعذر عليه عملياً أن يحققه

وحده. ولا بد، من الناحية العملية، أن يستنجد بالعلوم النفسية الخاصة بالأعماق.

مثال ذلك: كبت أو عقدة يعيقان عمل الإرادة الواقعية. فأغلب القرارات تتخذ بسبب هذه التبلرات اللاشعورية التي يجهل الفرد وجودها. فكل ما يلاحظه أنه لا ينجز سوى أعمال فاشلة تتفجر بين يديه. ويقضي حياته برمتها وهو يمر بجانب الباب المفتوح حتى يصطدم بحائطه الخاص... وإذا حاول الفرد أن يرى، هو ذاته، انحرافاته النفسية، فإنه لا يقدر على ذلك إلا عبر هذه الانحرافات ذاتها، وتلك بديهية. ويصح المثال على الجزء الأكبر من العاهات النفسية التي تمزق شخصيتنا وتزيقها.

وإلى جانب العون القوي الذي يقدمه علم نفس الأعماق، ما الوسائل التي تتصف بأنها مباشرة جدا؟ يمكن أن نشاطر ماسون أورسيل -Mosson- Ourseil الاعتقاد بأن « الإنسان لا يولد إراديا، بل يصير إراديا بالممارسة ». وتتوصل إلى ضرب من المفارقة: لكي نبلغ الإرادة الواقعية لا بد من أن نقوم بجهود متتالية موجهة توجيهها جيدا. وليست هذه الجهود هي الإرادة، وإنما تتيح أن نبلغها بالتدريب. وذلك شبيه براقص يتوصل إلى اليسر التام والسعادة بفضل سلسلة من الجهود نحو هدف. وهذه الجهود ليست هي الرقص، ولكنها تؤدي إليه في نهاية المطاف.

والمقصود إذن أن نواجه درجات. ولا بد للإنسان من أن:

- ١ - يعرف حالته الجسمية والنفسية.
- ٢ - يحسب حسابها باستمرار.
- ٣ - يتمرن، انطلاقا من هذا، على أفعال تدريب بحسب إمكاناته، يكررها ما أمكن له ذلك.

ويمكن أن يساعد الإيحاء الذاتي المحكم الصنع الى حد كبير (١). إنني أذكر بأن قوام الإيحاء إبداع فكرة في ذهننا. وتدفع هذه الفكرة، وقد أصبحت لاشعورية، من أودعت في ذهنه الى أن يحقق بعض الأعمال بصورة آلية.

وتودع التربية فينا أفكارا. وتصبح هذه الأفكار لاشعورية على الغالب، وتجبرنا على التصرف. فالمقصود إذن أن نكشف عن هذه الأفكار اللاشعورية بهدف فحصها. هل هي أفكار جيدة أم سيئة؟ يضاف الى هذا أن ممارسة الإيحاء الذاتي تتيح أن نضع في أنفسنا أفكارا أخرى، نحن منشأها، أفكارا تولد أعمالا أكثر اتصافا بالصفة الشخصية والصفة الشعورية.

✱ ✱ ✱ أن يتعلم المرء كيف ينتبه أمر هام. فبدلا من أن يشتت ذهنه، عليه أن يعلم « أن يثبت ذهنه » على عمل من الأعمال. إن التوزيع الذهني هذا نصيب كثير من الناس. فعلى الدماغ أن يكون بمقدوره الثبات على الأمر الذي يراد تحقيقه دون أن يستسلم الى الشرود. والمقصود اذن تركيز واع. ولكن حذار! لقد درسنا التركيز (راجع « التعب » في فهرس المادة). ومن المؤكد أن تمارين التركيز لا ينبغي لها اطلاقا أن تصل الى حد الإنهاك أو الفكرة الثابتة، ولا ينبغي لها أن تصل الى حد المبالغة ولا أن تكون طويلة الأمد. ولا بد من أن تفصل بين هذه التدريبات فترات من الراحة هي « عطلة الدهن ».

ثمة كثير من تمارين التركيز التي لا يمكن أن يقوم بها المرء وحده. أن يكون المرء واعياً بذاته، ذلك ما يجب أن يكون نتيجة تحليل سيكولوجي في الأعماق يجعل الأحداث الراكدة في اللاشعور ترجع الى الشعور. وعلى هذا النحو يكشف علم النفس عن الانحرافات الداخلية التي تجسب الشخصية وتعوق الإرادة.

(١) - انظر في فهرس المادة « الإيحاء » و « التنويم المغناطيسي » .

ولكن ثمة كثيرا من الأمور الأخرى التي تعكر الشعور بالذات . ولننظر حولنا... ما أكثر ما يوجد من العرات ! عرات لغوية وعرات حركية وعرات إيمائية ! قد تكون التمارين ، في هذا المجال أيضا ، مفيدة بصورة مدهشة . فكل هذه العرات لاشعورية على الغالب . وتفصح التمارين في استبعادها عن طريق جعلها شعورية .

أن يتدرب الإنسان على أن يشعر بأنه ذاته في جميع تعبيرات جسمه ، ذلك أمر ذو أهمية رئيسة . فمن المفيد أن يشرع بالإحساس بحركاته . وليس المقصود أن يسيطر عليها وإنما أن يكون واعيا بها . فكم حركة آلية نقوم بها خلال نهار ؟ إننا نقوم بمئات الحركات أو بالآلاف : فتح باب وتزوير سترة وإشعال لفافة من التبغ وهز الرأس بالموافقة أو الرفض . وتناول قلم ورفض رماد لفافة من التبغ وفتح نافذة ، الخ ، الخ .

قوام التمرين الرائع أن يدرك الإنسان هذه المئات من الآليات إدراكا تاما . إن عليه أن يتدرب على أن يحس بأنه يفعل هذا أو ذاك ، أن يحس بأنه يفتح بابا بكل ذراعه ويده ، أن يحس الى الحد الأقصى بأنه يتناول شيئا ، أن يحس إحساسا واعيا بأنه ينفذ رماد لفافة التبغ ، أن يحس بأنه يؤدي هذه الحركة أو تلك في المكان ، الخ .

وليس في مقدوري أن أقدم غير خطوط عامة . فالتدريب الذي يمضي بعيدا يتطلب اتجاها . ولكن أي نتيجة لذلك ؟ لنحاول على أي حال . فإذا تكلمت مع شخص ، ليكن إدراكك عميقا بأنك تهز رأسك ، ولتحس بإيماءات وجهك ، وبتقطيب حاجبيك ، وبعرات فمك ، وبهزات كتفيك . وأشعر بأنك تركز على فكيك ، وادرك أنك تحرك ذراعك هذه الحركة أو تلك ، وأنت تشبك ساقيك ، الخ . حاول أن تحس بكل هذا إحساسا تاما ...

هل المقصود أن يسيطر الإنسان « إراديا » على حركاته وعراته وعاداته المستهجنة ؟ كلا ، البتة . بل المقصود أن يشعر بها أحسن ما يمكن . فإذا تم

ذلك كله على خير وجه لاحظنا ما يلي : تبدأ سيادة الذات في أن تحل بصورة آلية . وتفيد بعض صور الضعف ، كالحجل على سبيل المثال ، من احتياز الشعور بالجسم فائدة كبيرة . فليس الجسم هو الذي يوجه الشخص ، وإنما الشخص هو الذي يأمر الجسم .

وتنجم السيادة على الاندفاعات بصورة سريعة عن بعض التمرينات . نحن نعلم بأن الاندفاعي ليس إراديا على الإطلاق ، مع أنه يكشف عن مظهر خارجي بأنه ذو إرادة . إنه يتصرف تصرف الإنسان الآلي ، ويصرف طاقته هدرا . فاحتيازه الشعور بذاته مفيد بالنسبة إليه . إن عليه أن يتعلم الإحساس بحركاته ، « العرات » ، التي يؤديها بذارعه ورأسه وجسمه . إنه إن شعر بما يصيبه من « الحدة » في أثناء المناقشات ، أدرك أن المسألة ، على الغالب ، مسألة رغبة في أن يكون على صواب وأن يسيطر على الخصم ، وأدرك اذن أن هذا السلوك نتاج الشعور بالدونية ، الخ .

السيادة على الأوضاع . يمتد « الشعور بالحركات » الى أي وضع آخر . ويفلح الفرد في أن يسلك سلوكا متوازنا ، هادئا ، مرنا . وتجدر الإشارة الى أن الشخص لا يقهر نفسه بهذا التدريب ، وما عليه أن يركز على أسنانه حتى « يبدو » هادئا ، بل ، على العكس ، يصبح الهدوء بالنسبة إليه آلية يسر . ويدفعه تدريبه ، اذا واجه عداوة ، الى أن يستجيب استجابة ناجمة عن تأمل ، دون نقمة لا طائل تحتها ودون غضب . إنه يؤول الى بلغمي حقيقي ، لا إلى بلغمي متشنج . ويصبح الموقف يسيرا والكلام حصيفا واضحا ...

وليس ذلك كله سوى نظرة عامة . وثمة تقنيات أخرى ، مثل اليوغا سأتكلم عليها فيما بعد . ويكشف كل فرد عن حالة خاصة . واذا رغب أحد الناس في اكتساب الإرادة الحقيقية دون أن تكون لديه الدعامة الجسمية والنفسية ، فإن المسألة ، قبل كل شيء ، هي إيجاد هذه الدعامة . وذلك أمر بدهي . ومضمون هذا القول إن على العصامي أن يتخلص أولا من عصابه .

ولن يستطيع أن يفعل ذلك وحده، وسيرى نفسه ملزما بطلب العون من العلوم النفسية المتخصصة.

و — الإرادة الحقيقية

الإرادة استعداد عال يجعل بعضهم منه كاريكاتورا في أغلب الأحيان فكل شيء ينبغي له أن يستخدم لتنمية هذا السمو. وليس علينا أن نعتقد أن الإرادة وقف على « صفوة عقلية »، فهي ممكنة لجميع أولئك الذين يقومون، وهم يفهمون الآلية، بعملية « تنظيف داخلي » لأنفسهم ويتعلمون كيف يوحدها.

ولن يبلغ الإنسان الإرادة الحقيقية إلا بعد أن يستبعد كل ما يصنع الإرادات الزائفة. فالتوحيد النفسي وتجميع التقسيمات الداخلية أمر لا غنى عنه إذن. وعلى هذا النحو تصبح الإرادة الواقعية فعلا طبيعيا، فنريد بالقدر من السهولة التي نشرب بها كأسا من الماء، وتزداد قدرتنا إزاء العالم الخارجي وملكاتنا النفسية على السواء.

وهكذا، فإننا نريد ونحقق ما نريد بالسهولة التي يقطع بها شجرة في غابة حطاب ذو عضلات مفتولة وفأس حادة.

ثانيا : تقنية انسانية عظيمة :

اليوغا

اليوغا وسيلة رائعة من وسائل الثقافة الإنسانية الكلية. وعلى الرغم من أن الهند قد مارستها منذ قرون، فإنها كانت تشتمل على دروس جسمية وسيكولوجية. ثم انقسمت مع مرور الزمن الى عدد كبير من الأبدال توافق كل واحدة منها مظهرا خاصا من مظاهر الطبيعة الإنسانية. ولن أهتم في هذا المجال سوى باليوغا من حيث كونها أسلوبا في النمو الجسمي والنفسي. إنها أداة

مفيدة الى حد مدهش، ويمكن للغربيين أن يمارسوها ممارسة كاملة. ونتائجها على الصحة والتوازن والوضوح تفوق، بصراحة، ضروب التربية البدنية الأوربية. وتعطي بعض صور اليوغا نتائج نفسية رائعة. وتفلح في إيقاظ قدراتنا الكامنة وغير المستعملة. فاليوغا تدرب الجسم: ذلك أن صفاء الذهن متعذر بغير الانسجام الجسمي. وتبلغ تمارين اليوغا مركز مختلف الأعضاء بفعل تقلص العضلات وليّ المفاصل، وتؤثر تأثيرا كبيرا جدا على جودة السير الوظيفي للغدود الصم وعلى دوران الدم والشكل الجيد للعمود الفقري.

ما مبدأ اليوغا الرئيس؟ ثمة تضامن تام بين أجزاء الجسم كافة ووحدة مطلقة بين الجسمي والنفسي. فإذا اختل توازن جزء واحد من أجزاء الجسم، اهتز المجموع كله. ولكن العضوية تعرف الصحة بمعناها الأوسع إذا تحقق توازن المجموع. ويتجلى الانسجام والهدوء واليسر والإرادة. ففي هذا المجال، نكتشف اذن مبادئ الطب النفسي الجسمي الأوربية العظيمة، الطب الذي درسناه في هذا المؤلف (راجع فهرس المادة).

إن بعض الأمراض تعبير عن اضطراب نفسي ينتقل الى الأعضاء بوساطة الجملة العصبونية الإعاشية. أضف الى ذلك أن علاقاتنا الوجدانية تنقلها الى أبنائنا والى المجتمع. وعلى هذا النحو، يصبح المجتمع انعكاسا هائلا للحالات الفردية.

فإذا كانت ضروب الفوضى تحطم صحة الناس بصورة مستمرة ولم يجدوا دواء في علاج عضوي، فالمقصود أن يجدوا شيئا آخر. وتلك هي قاعدة الطب النفسي الجسمي واليوغا على السواء. إنهما يتيحان المجال لتقويم سلوك نفسي مشوب بالعيب.

وليست الأمراض الخطيرة وحدها الموجودة. ثمة كذلك جميع هذه العاهات الجسمية والنفسية التي توهم قدرة الفرد السوية. وحسب المرء أن يفكر بالعصبين والأنفعاين، الخ. فهما من اليوغا تزيل هذه العاهات الجزئية

على الغالب دون أن يتطلب ذلك جهوداً كبيرة. إنها تجلب إلى الكثيرين أملاً
أخيراً حقيقياً بالنجاة. وتكفي بعض التمارين التي تُمارس خلال بضعة شهور
لكي تستبعد اختلالات التوازن وتمنح سيادة الشخصية. ولا مندوحة من أن
يكون الإنسان قد مارس اليوغا ليدرك التغيرات التي يمكن أن تحدثها.

ترتكز اليوغا التي أريد أن أتحدث عنها على عاملين: وضعات الجسم
والتنفس. ولكنني قبل أن أعرض هذه الصورة من اليوغا (هاتا يوغا أي يوغا
الطاقة الجسمية)، إليكم الخطوط الكبرى لـ « اليوغا الملكية » (راجا
يوغا) التي تؤول إليها جميع الأنواع الأخرى تدريجياً.

تتضمن دروس اليوغا الملكية ثماني نقاط رئيسة متعارف عليها:

- ١ — التعفف (يا ما) : إنه كبح الرغبات ومراقبتها.
- ٢ — النظام (نياما) : إن النظام يوجه النفسي نحو وحدة الأشياء
جميعها.
- ٣ — الوضعات الجسمية (أزاناس) : تلك هي أوضاع الجسم
الخاصة التي سنتناولها بالبحث. إنها تستخدم أساساً للتأمل كذلك.
- ٤ — التنفس (براناياما) : إنه أحد أهم دروس اليوغا الذي أخذ
الغرب يدرسه دراسة علمية.
- ٥ — الاعتكاف (برايتيا هارا) : ينبغي للحواس ألا تصاب
بالاضطراب. فالإنسان يتعد عن الإحساسات الخارجية الوهمية.
- ٦ — التركيز (دهارانا) : يتوصل الفكر إلى أن يركز على أمر دون
أدنى جهد. وقد يكون هدف التركيز شيئاً من الأشياء أو جزءاً من أجزاء
الجسم أو المطلق.
- ٧ — التأمل (ديانا) : التأمل يعقب التركيز، فيتمثل الشيء الذي
يركز عليه الإنسان، إذ ينفذ على هذا النحو إلى ماهيته العميقة.

٨ - الاتحاد (سامادهي) : إنه الاندماج الكلي في الشيء الذي يتأمله الإنسان . إنه اتحاد النفس الفردية بالمطلق .

أ - الوضعات الجسمية

ثمة مبدأ عظيم يوجّه هذا النوع من اليوغا : مبدأ البطء والانسجام .

فليست أي حركة من حركات اليوغا متقطعة ولا سريعة على الإطلاق . ثمة مبدأ عظيم آخر : ينبغي لروح المنافسة أن تنعدم انعداماً مطلقاً .

ينبغي لمن يمارس اليوغا أن ينشغل بما يفعل على سبيل الحصر . عليه أن يحتاز الشعور بعمله ، ولا شيء غير ذلك . ثمة اذن فارق كبير بين التربية البدنية في الغرب واليوغا . فما يشغل البال في بلادنا على الأغلب هو أن ينجح المرء في تمرين معين أكثر من الآخرين ، أن يكون الأول بين المتسابقين ، أن يكون الأقوى ، الخ . ولا نتخيل لعبة من لعب التنس الغربي لا يوجد فيها رابع ولا خاسر ، وإنما حب حركة الجسم الرائعة على سبيل الحصر وحب لعبة ممتازة .

يتبين لنا إذن منذ الآن أن اليوغا ، في ذاتها ، هي نتيجة . فالتخلص من روح المنافسة نتيجة التحرر من الذات ... وبالتالي فإن على الفكر أن يتحرر من كل إحساس بالصراع منذ أن يشرع بأي شيء من اليوغا ، أن يتحرر من كل شعور بنجاح يثير الإعجاب أو إخفاق يستحق اللوم ومن كل شعور بالدونية والنجاح بأي ثمن من المحاولة الأولى ، الخ . فالنجاح في وضعة جسمية أو الفشل فيها غير ذي أهمية . وليس على الفرد أن يكون أبداً في تنافس مع ذاته ، ولا أن يبدي غيظاً أو عصبية اذا ما أخفق في تمرين من التمرينات .

جو اليوغا جو هدوء وسلام. يقتصر مربى الرياضة فى الغرب على
أوضاع عسكرية فى أغلب الأحيان. فالمسألة عندئذ هى مسألة
« ترويض »... مسألة تنازل التلاميذ عن شخصيتهم. وعلى العكس من
ذلك، فإن الشخصية تلبث، فى اليوغا، فى أوجها، كاملة، وهى تفتح
تدريجياً. ذلك أن المسألة بالنسبة الى مربى اليوغا ليست مسألة إعجاب أو لوم
أبداً، وإنما ملاحظة ما اذا كان التمرين قد لاقى النجاح أم لا، ولا شىء غير
ذلك. وليس المقصود أبداً فى ممارسة الوضعات الجسمية أن يتنافس المرء مع
« خصم »، كما قلت، وإنما ينبغى له اقضاء أعدائه الداخليين. إن هدف
اليوغا هو السيادة على الذات، لا السيطرة على العالم الخارجى.

تعطى جميع الدروس فى جو من الارتياح. ولا بد للتلميذ من أن ينتبه
الى ما يفعل، لا أن يتساءل قلقاً « عما يخطر فى بال المعلم عنه ». فالمعلم
يعطى توجيهات دقيقة ولا يعطى أوامر أبداً. ولا يشعر التلميذ بهذه الطريقة أنه
« على خطأ » ولا ينهى أى درس من الدروس وهو يشعر بخيبة أمل.

ب - الاسترخاء

أن يستطيع الإنسان فى الحياة العادية أن يشعر بارتياح عندما يريد،
ذلك أمر هام وممتع. ولا غنى عن الارتياح فى اليوغا. فنمط الحياة الراهنة تجعل
الإنسان عرضة لتوتر دائم فى عضلاته. ويحتفظ كثير من الأشخاص، حتى فى
أثناء النوم، بنصف التوتر العضلى مستهلكين على هذا النحو كمية كبيرة من
طاقاتهم... فهم ينامون، ولكنهم لا يرتاحون بما فيه الكفاية. وحسب المرء أن
يلاحظ غالبية الناس فى الحياة الجارية. إنهم فى حالة من التوتر والدفاع دائماً،
ويلبثون « فى حال من التهيؤ » ضد الهجمات المتخيلة، ضد الإخفاقات
الممكنة، ضد الآخرين، الخ. ومن البديهي أن يكون هذا التوتر الدائم علامة
ضعف وخوف.

إن الهدف من تعلم الاسترخاء إعطاء العضلات توترا سويا يتناسب مع العمل الذي ينبغي للإنسان أن يقوم به ، وإتاحة ارتياح تام في أثناء النوم يفسح المجال لراحة كاملة تجدد القوى . ويهدى تعلم الارتياح جملة الإنسان العصبية ويؤدي الى السيادة على الذات ووعيتها . ويبذد الاسترخاء ما ينجم عن العمل من التعب ، وتطول مدته أو تقصر بحسب النتيجة المنشودة .

وتتيح كذلك ممارسة الاسترخاء ممارسة جيدة انخفاض حساسية الأم ، وانتظام التنفس ، وتباطؤ نبضات القلب ، وتوقف حركات العضلات الإرادية ، وضعف المنعكس الرضفي أو زواله . ويختفي كذلك جزء كبير من الفاعلية النفسية . يضاف الى هذا أن الاسترخاء الوقائي مفيد على الغالب . وعلى هذا النحو ، يمكن للإنسان أن يقف موقف اللامبالاة إزاء الانفعالات التي قد تطرأ إزاء الأشخاص الذين يضمرون له العداوة ، الخ .

ثمة عدد معين من تقنيات الاسترخاء . وتم ممارسة اليوغا كما يلي :

— فرش سجادة على الأرض ، أو غطاء ، أو فراش قاس .

— الاستلقاء على الظهر وترك الرأس ملقى على قفاه .

— استرخاء العضلات تدريجيا الى الحد الأقصى . والمقصود أن « يترك

الإنسان نفسه على عفويتها » . وذلك هو الأمر الأصعب الذي يتطلب وجود معلم . فالطريقة شبيهة ببعض الشيء بالإيجاء الذاتي ، مع احتياز الشعور بالجسم احتيازا يتعاضم تدريجيا . ولا بد للإنسان ، وهو يركز تفكيره على جسمه ، من أن يحقق استرخاء جلدة رأسه وجبهته وجفنيه ومنخرية وفكيه وأصابعه وذراعيه وساقيه ، الخ .

تعلم الاسترخاء سهل أو عسير تبعا للفروق بين الأشخاص . فالطفل ، على وجه العموم ، يسترخى سريعا وبطريقة تامة . أما في الحالات الأخرى ، فإن المعلم يلفت الانتباه في حالة التوتر العضلي إلى أن يشعر بأنه شبيه بـ « كتلة » تميل الى أن تغوص في الأرض ، ذهنه معلق ، وتفكيره لا يرتبط بشيء

على الإطلاق، ودماعه لا تخاطر فيه أية صورة... والراحة تامة. فلا يشعر الفرد المسترخي أنه هو ذاته. إنه في حالة من الراحة المطلقة تعوض فيها احتياطات الطاقة ما فقدته بفعل العضوية.

إن الاسترخاء، بصورة عامة، يبدأ بسلسلة الوضعيات الجسمية وينتهي

بها.

ج - ما هي الوضعيات الجسمية في اليوغا؟

إنها وضعيات خاصة يتخذها الجسم وينبغي لها أن تدوم زمنا معينا. وتتطلب هذه الوضعيات، كما قلت منذ برهة، حركات تتصف ببطء الى أقصى حدوده. ويجب أن لا تظهر أي حركة عنيفة أو متقطعة. فلا بد من أن يتم اتخاذ الوضعية الجسمية بطريقة مستمرة ومنسجمة. وتتضمن كل وضعية جسمية ثلاث مراحل:

١ - اتخاذ الوضعية.

٢ - المحافظة على الوضعية.

٣ - العودة الى وضعية البداية.

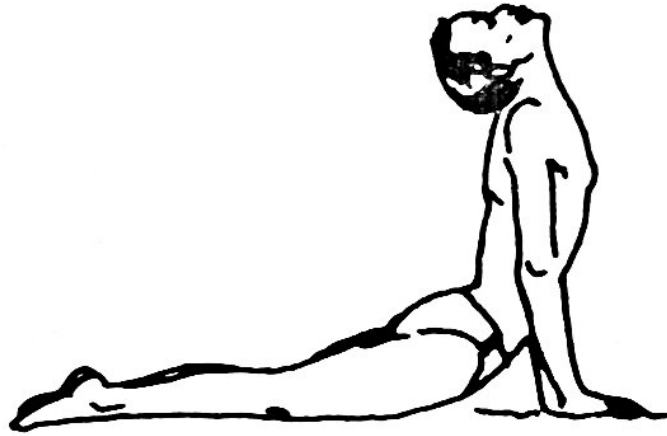
إن البطء في اتخاذ الوضعية الجسمية يحقق فائدة كبيرة. ففي الرياضة الغربية، السريعة، العنيفة، تتلقى العضوية مفعول صدمة من الصدمات. أما في اليوغا، فليس ثمة شيء من ذلك. بل على العكس، يتيح الاعتدال المنسجم في الحركة ضربا من تدليك الأعضاء الداخلية.

ولا بد من الكشف عن الإيقاع الصحيح لكل تمرين. ويجب بصورة مثالية، أن لا يظهر اللهاث، ولكنه سيحدث في البداية حتما. وسيتم الاسترخاء مباشرة في هذه الحالة.

الهدف من هذه الصورة من اليوغا (هاثا - يوغا) هو اذن الرقابة على الجسم والطاقات الحيوية. وتؤمن هذه التمرينات توازن الوظائف العضوية،

وقد تؤدي الى تأثير إرادي على أي عضلة من عضلات الجسم. أضف الى ذلك أن الهاثا - يوغا، كما قلت، تعود الى صور أخرى من اليوغا تتضمن رؤى روحية سامية. وهدف الوضعات الجسمية التي تسمى (أزاناس) أن تكيف العضوية الجسمية والنفسية مجددا تكيفا تاما. ولهذه الوضعات تأثير كبير على الاستقلاب. لقد درست الوضعات كلها بهدف الفوز بالحد الأقصى من النتائج مع صرف الحد الأدنى من الطاقة. والوضعات الممكنة من الناحية النظرية كبيرة العدد، ٨٤ منها هامة جدا، ٣٣ وضعة لها نتائج فعالة. اثنتان منها، ليس غير، يمكن لجميع الناس ممارستها. وثمة كثير من الوضعات التي نسقت مع تقنيات التنفس.

إليكم، على سبيل المثال، بعض الوضعات.



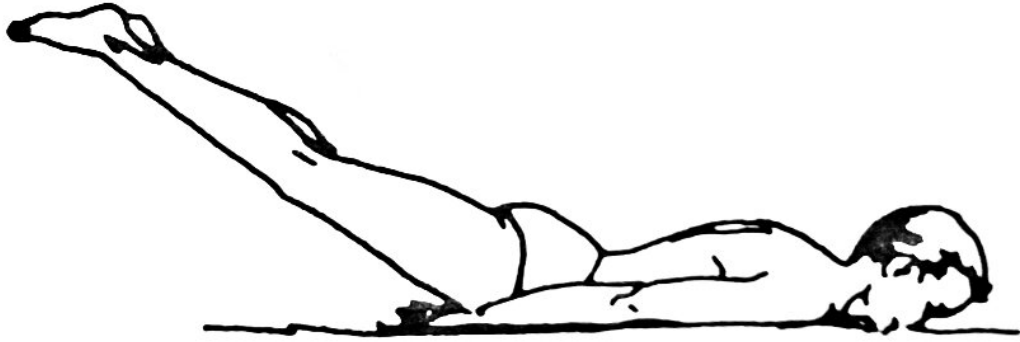
شكل رقم (٣٣)

هذه هي وضعة « الكوبرا ». ينبغي للجسم، وقد تمدد المرء على البطن واليدين مبسوطتان تحت الكتفين، أن ينهض على مهل الى أن تصبح الذراعان مشدودتين. ويتم اتخاذ الوضعية هذا مع ممارسة الشهيق الى أن يصبح الرأس ملقى الى الخلف في أقصى الحدود. ويجب أن يبقى الوركان

ملتصقين بالأرض . ثم يعود الجسم الى وضعية التمدد بهدوء كبير ومع ممارسة الزفير . ويمكن القيام بالتمرين مرتين أو ثلاثا .

تقوي وضعة الكوبرا عضلات الظهر وتشد العضلات البطنية . إنها وضعة مفيدة في الاضطرابات الرحمية والمبيضية .

وهذه هي وضعة « الجرادة » . يتمدد التلميذ ، هنا كذلك ، على بطنه ، ويمد ذراعيه على طول جسمه وراحتا اليدين الى الأعلى . ويلصق الساقين الواحدة بالأخرى . فيرفع التلميذ ساقيه الى أعلى ما يمكن له أن يرفعها في الوقت الذي يمارس فيه الشهيق . ويبقى بعض اللحظات على هذا الوضع وهو يجبس أنفاسه . ثم يعود الى الوضعية الأولى ببطء وهو يمارس الزفير .



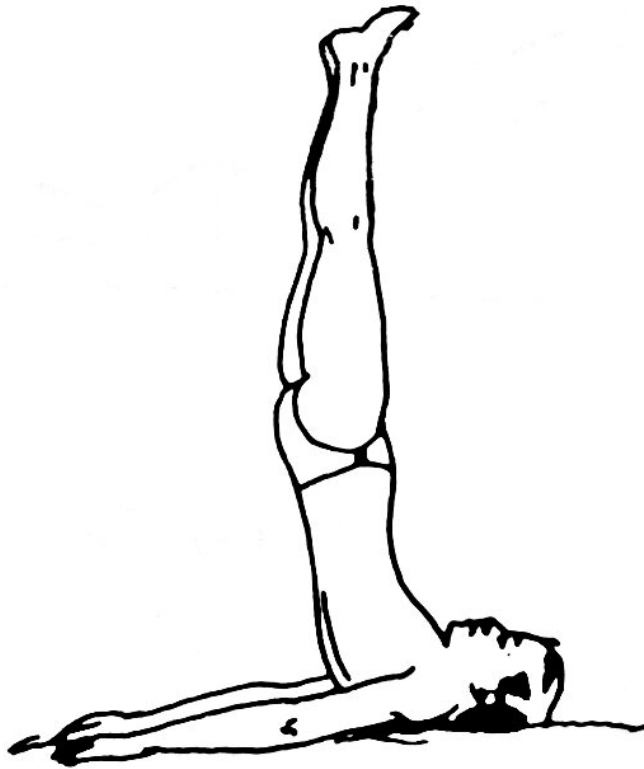
شكل رقم (٣٤)

ولهذه الوضعية آثار رائعة على الامعاء والكبد والكليتين والآلام القطنية .



شكل رقم (٣٥)

تسمى هذه الوضعة وضعة « العربة ». وهي تعقب وضعة « العصا » التي ترونها في الشكل التالي :



شكل رقم (٣٦)

يتخذ التلميذ هذه الوضعية الأولى على مهل، ويستمر عليها بعض اللحظات. ثم يميل بساقه نحو الرأس على أن تبقىا صلبتين. وتمر القدمان من فوق الرأس وتحيطان على الأرض مستندتين عليها بالأصابع. ثم يطوي التلميذ ركبتيه الى أن تلامسا الأرض كل واحدة منهما بجانب إحدى الأذنين. ويعود فيما بعد الى وضعية التمدد على الظهر رويدا، ولكن مع البقاء بعض اللحظات في وضعية « العصا ».

والحقيقة أن هذه « الأزانا » رائعة للصحة، إذ تؤمن سيرا وظائفها ممتازا للجسم، وتكافح عدة انتانات معوية، وتحافظ على مرونة « الشباب » في العمود الفقري. ومع ذلك، فإنها عرضة لتعليمات مضادة.



شكل رقم (٣٧)

تسمى هذه الوضعة وضعة « الشجرة ». ولا بد من أن يتوصل إليها التلميذ ببطء شديد، شأنها شأن بقية الوضعات الأخرى. يزلق التلميذ قدمه طوال ساقه المقابلة. أما الذراعان، فينبغي لهما أن تكونا متدليتين. وعندما تبلغ القدم ركبة الساق المقابلة، يمسك التلميذ بالعرقوب ويرفعه حتى ثنية الفخذ. ثم ينتصب ويضم يديه الواحدة منهما إلى الأخرى رويدا.

إن هذا التمرين تمرين توازن وتأمل بالدرجة الأولى، ويقتضي استرخاء كبيرا حتى يقدر الإنسان على القيام به بصورة مناسبة. إليكم أيضا بعض الوضعات المفيدة:

هذه الوضعة هي الوضعة السرية. إنها رائعة لممارسة التمرينات التنفسية وتمرينات التأمل.



شكل رقم (٣٨)

تستخدم هذه الوضعة التي تسمى وضعة الأسد في التمرينات التنفسية أيضا.



شكل رقم (٣٩)

إليكُم الوضعة التي تسمى الوضعة الكاملة . إنها تتطلب إرشادا
وتعلما طويلا الى حد كبير .



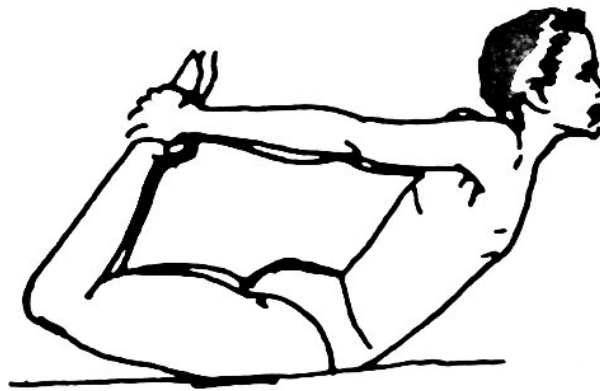
شكل رقم (٤٠)

تعد هذه الوضعة، وضعة اللوتس، ضعبة، وتتطلب الحركات مرونة في الوركين والركبتين. ومع ذلك، فإن التلميذ لا يتصدى الى هذا التمرين إلا بعد ممارسة وضعات أخرى ذات صعوبة تدريجية.



شكل رقم (٤١)

هذه هي وضعة الجممل . إنها وضعة رائعة في علاج التهاب النسيج الخلوي في الوركين والفخذين .



شكل رقم (٤٢)

د - رقابة التنفس (برائياناما)

ان رقابة التنفس درس من أهم دروس اليوغا . والمقصود « تقنية التنفس » ذات الشهرة الواسعة . لقد اعترفت الهند منذ زمن موغل في القدم أن ثمة علاقة بين التنفس والحالات الذهنية والانفعالية . ويتأثر التنفس تأثيرا مستمرا بالحالة العصبية ، ويتحمل عاقبة الانفعالية مهما كانت ضعيفة . وهذا ما تكشف عنه الحياة الجارية بما فيه الكفاية . أضف الى ذلك أن باستطاعتنا أن نقدر أن لأطفال لا يحصى عددهم عادات تنفسية يشوبها العيب . فرثاهم سيئة التهوية جدا ، وفيهما يستقر مستودع من الهواء الفاسد .

إن الايقاعات التنفسية شديدة البطء بصورة عامة أو شديدة السرعة أو غير تامة . وعلينا ألا ننسى بأن الكثير من عضلاتنا تقوم بعملها الوظيفي بصورة لا إرادية عندما نتنفس ، وبأننا نصبح قادرين من الناحية النظرية على مراقبة السير الوظيفي لهذه العضلات اذا انصب انتباهنا على تنفسنا . ومن البديهي أن تتم هذه الرقابة في نطاق تدريب يمضي الى حد كبير أو صغير .

وتفسح المجال ممارسة تنفسية مدربة الى حالات شعورية يجهلها السواد الاعظم من الناس جهلا مطلقا ، وهي ، أي الممارسة ، مرحلة تامة نحو توحيد الفرد .

نحن ندرك أن الطب الغربي والحكمة الشرقية السامية يلتقيان بدروب مختلفة . ولم يبدأ الطب في بلادنا يدرس مفعولات تنفس خاص إلا منذ بضع سنين ، الامر الذي يسر جميع أولئك الذين يرغبون في الافادة من سيادة على الذات لا يشوبها العيب سرورا عظيما .

يتنفس كل فرد تنفسا سيئا ... وسبب ذلك أن الناس يتنفسون **لا شعوريا ..** ويعتقد كل منا أنه يعرف أن يتنفس ، ولكن السواد الاعظم منا **يحيش على تنفس آلي ...** فالتنفس علم ربما كان أحد علوم الحياة .

الايقاع التنفسي أكثر أهمية كلما كان مرتبطا بالحالة الانفعالية . ومن المرجح أن تكون مراقبة التنفس اذن ، بعد تدريب متواصل ومرن ، أحد أفضل الوسائل في السيطرة على وجدانيتنا . وتم ممارسة التقنيات التنفسية ، على وجه العموم ، في الوقت الذي يتم فيه اتخاذ بعض الوضعيات الجسمية .

إن كمية الهواء التي يستنشقتها الانسان ، اذا ما أضيفت الى ايقاعات تنفسية خاصة ، تبدل من كيف الحياة ومدتها . فالطاقة التي نجتمعها بالمنخرين يمكن أن نجعلها بقدر وأن نراقبها أو نوقفها بحسب إرادتنا . والمقصود قبل كل شيء أن نشعر بتنفسنا ... ولنجرب .

اجلس وكن هادئا . تنفس تنفسا بطيئا وعميقا . ولا بد للحركة من أن تتم بانسجام ودون أي استعجال مهما كان ضعيفا . احبس أنفاسك مدة ثانيتين أو ثلاث . ثم ازفر عن طريق الانف كليا زفيرا بطيئا ، على وجه الاطلاق .

كرر هذه العملية عدة مرات متتالية مركزا ففكرك على المسار الذي يمر فيه الهواء في أثناء الشهيق : المنخرين ومؤخر الانف و الحلقوم والرغام وانخفاض الحجاب الحاجز وتمدد القفص الصدري ، ثم على المسار العكسي الذي ينجزه الهواء في الزفير .

والمقصود هنا شعور أولي بالنفس يعطي ، مع ذلك ، مظهرا من مظاهر أهميته .

أولا

اجلس براحة ، ويفضل أن تكون على الارض . وليكن عمودك الفقري ونقرتك في امتداد واحد . ركز انتباهك على عملية التنفس التي تقوم بها واطرد من ذهنك أي فكرة أخرى .

ليكن شهيقك بطيئا، عميقا، وأنت تعد الثواني ذهنيا. ابدأ بأن يكون الشهيق لمدة ثانيتين، واحبس أنفاسك خلال أربعة أضعاف هذه المدة، أي ٨ ثوان. ليكون زفيرك عميقا، دون تقطع، ولمدة تعادل ضعفي مدة الشهيق، أي ٤ ثوان.

حدد مدة هذا التمرين وأنت تكرره مرتين أو ثلاثا. ويرتكز الإيقاع الأكثر شيوعا على مدة الشهيق. واحبس أنفاسك مدة تعادل أربعة أضعاف هذه المدة. وليدم الزفير ضعفي مدة الشهيق.

وهكذا نحصل على مايلي :

شهيق	انحباس النفس	زفير
ثانيتان	٨ ثوان	٤ ثوان
٣ ثوان	١٢ ثانية	٦ ثوان
٤ ثوان	١٦ ثانية	٨ ثوان

ولا بد لك دائما من أن تبلغ :

أ — الحد الاقصى من البطء.

ب — الحد الاقصى من التركيز.

ثانيا

يتم الشهيق والزفير بـ منخر واحد. اجلس وضع اصبعيك، الوسطى والسبابة، بين حاجبيك، واستخدم الابهام والبنصر لسد المنخر الآخر. ثم ركز انتباهك. وعلى العموم، يطلب المعلم أن تكون العينان مغلقتين.

اعتمد ايقاعا تنفسيا، وليكن على سبيل المثال :

٣ ثوان من الشهيق .

١٢ ثانية من انحباس النفس .

٦ ثوان من الزفير .

سد المنخر الايمن بالابهام (انني أفترض أن الوسطى والسبابة من اليد اليمنى هما الموضوعتان بين الحاجبين) . استنشق على مهل مدة ثلاث ثوان (بالمنخر الايسر طبعا) مركزا انتباهك على مسار الهواء . سد المنخر الايسر بالبنصر بعد أن يتم الشهيق . احتجز الهواء مدة اثنتي عشرة ثانية . ثم حرر المنخر الايمن .

ثم قم بالزفير عن طريق المنخر الايمن مدة ست ثوان .

استأنف اللعبة على أن تبدأ بالمنخر الايمن، ويكون زفيرك بالمنخر الايسر .

تعود هذه الممارسات الاساسية على عملية تنفس بطيء وتعزز تخلص الحويصلات الرئوية من ثنيتها تدريجيا .

أكثر الايقاعات التنفسية شيوعا وضعفا هو ٣ - ١٢ - ٦ . إن ثلاث ثوان هي ، من جهة أخرى ، ضرورة ليتم استنشاق الهواء بعمق . وليس في انحباس النفس اثنتي عشرة ثانية أي شيء من المبالغة .

ثم تزداد مدة التمرينات التنفسية . وإليكم ، فيما يلي ، عملية التنفس المسماة بـ « الوسطى » ، على ألا يمارسها الانسان دون تدريب :

شهيق : ١٦ ثانية

احتجاز الهواء : ٦٤ ثانية

زفير : ٣٢ ثانية

للتمرينات التنفسية مفعول مقو عجيب على العضوية، وتحدث تغييرات كبيرة على وجه السرعة، وتعزز الفاعلية الفكرية بصورة تكاد لا تصدق. ولكنها ينبغي لها أن تخضع الى رأي طبي.

ثمة ممارسات كثيرة أخرى من عملية التنفس لها أهداف خاصة جسمية أو نفسية. وهي مرتبطة بوضعات جسمية خاصة دائما.

ان تنفسنا مرتبط اذن بالغالبية العظمى من وظائفنا الجسمية ارتباطا تختلف شدته. وهو يقدم الى عضويتنا الاوكسجين والطاقة اللذين يحتاج إليهما، وينظم توازننا المزاجي، ويكافح الاضطرابات العصبية والانفعالية والوظيفية... والعضوية. ويؤثر التنفس المراقب على الحياة النفسية، ويمنح القوة والتوازن والسرور. إنه ذو تأثير على دوران الدم، وإيقاع القلب، والهضم، والكليتين، والاستقلاب. ويستبعد التشنجات العضلية والقلق والاكتئاب وسرعة الهيجان. ولا بد بالطبع من تدريب طويل الى حد كبير تحت اشراف ذي كفاية. ويمكننا القول إن الشرقيين كانوا على صواب عندما عزوا الى التنفس صفات «عجبية».

والخلاصة... تربي اليوغا على الفهم العالي وتساعد في الحياة اليومية مساعدة قوية. إن بإمكانها أن تحسّن، من الناحية الجسمية، شخصا في عدة شهور. ولنعلم، مرة أخرى كذلك، أن جميع التمرينات، أيا كانت، يجب أن يمارسها الانسان وهو في أقصى حدود التركيز ودون أي روح من المنافسة مهما كانت ضعيفة. فالناس كافة يتعطشون الى انجاز شعوري، الى التخلص من آلياتهم ومن أغلالهم وانفعالاتهم الضارة. إن اليوغا تساعد على معرفة الذات وعلى اكتشاف كل ما يوجد خارج أنا الانسان الصغيرة...

الفصل الثاني عشر

والأخير

فَنَّ الْعَيْشِ

فَنِّ الْعَيْشِ

يقول هنري ميلر

نحن نشارك جميعاً في الخلق . نحن كلنا ملوك

وشعراء وموسيقيون . وما علينا إلا أن

نتفتح كما تفعل زهرات اللوتس حتى

نكتشف ما كان كامناً فينا .

ها نحن الآن أمام الشريط الاخير من الطريق . وسيكون ذلك نهاية كتاب في علم النفس ، في حين أن المادة الانسانية غير ذات حد .. لهذا السبب أتمنى أن تكون هذه النهاية بداية . ولكن كان السيد س يمارس اليوغا أو أن السيدة ع تباشر تحليلاً نفسياً ، فإن باستطاعتهم أن يهدفا الى التوازن والصحة . ولكن بمقدورهما أيضاً أن ينظرا الى ما يتصف بأنه أبعد ، ويعتبرا علم النفس بمثابة منطلق الى ذرى مجهلها السواد الاعظم من الناس .

« الرنماط از دولته اكبرى »

إنني أتمنى اذن أن يفيد هذا المؤلف في تكوين رؤية لدورنا الانساني أكثر اتساعا. لقد بحثت في علم نفس « الآلة ». ففككت مسننات وصمامات أمن ومكابس انسانية. إنني آمل أن أكون قد استطعت الكشف عن الاسباب الغالبة للخلل فيها.

ويبدو أن الناس، اذا صدقنا قولهم، يرغبون في السلام والسعادة والتوازن والصحة. وقد يكون ذلك برنامجا ممتازا اذا لم يفعلوا، على الغالب، عكس ما يتصف بأنه ضروري بالضبط. ولكننا اذا لاحظنا أن ثلاثة أرباع الناس خائفون، عدوانيون، عصبيون، عصاييون، منهمكون.. أدركنا أن من الواجب إعادة النظر في بعض المفاهيم. ثمة كثير من الافكار التي توضع موضع التطبيق بمجرد العادة. فهل تمنح السعادة أو لا تمنحها؟

لقد لاحظتم أن عالم النفس لا يبحث عن الاخلاق. فهو لا يقول: « هذا خير أو شر » ولكنه يقول: « هذا سوي أو غير سوي ». ومع ذلك، لا بد من توسيع معنى مصطلح « غير سوي »... فإذا كانت امكاناتكم الذهنية كبيرة، وكنتم لا تستعملون غير جزء منها، فذلك أمر غير سوي. واذا كانت لديكم إمكانيات الشعور بالذات ولكنكم تظلون غير واعين في الجزء الاكبر منها، فذلك إنما هو أمر غير سوي. واذا كنتم تعيشون وضروب كبتكم وعقدكم هي التي تدفعكم في حياتكم بصورة رئيسة، فذلك أمر غير سوي وخسارة كبرى بالاضافة الى هذا. ذلك أن بقاء الانسان دون امكاناته يعني أنه يبقى خارج الدور الذي حدد له على هذه الارض.

أ — الناس يريدون أن يغيروا الشروط الراهنة

من هم الذين صنعوا الشروط الراهنة اذا لم يكن نحن الذين صنعناها جميعنا؟ فإذا كنا في هياج، كان نتاجنا أعمالا هائجة. واذا كنا في عطالة من الناحية الذهنية، كانت أفعالنا التي نثيرها أفعال عطالة. وما يدعو الى الاسف أن يلاحظ المرء أن الكثير من الناس يعيشون حياة آلية لاشعورية. فلا يعرفون

اذن ما يفعلون... أو قلما يعرفون. من يستطيع أن يقول لنفسه بعد أن ينقضي نهاره: « كنت واعيا لذاتي وعيا تاما خلال خمس دقائق »؟... وبدلا من ذلك، يعمل الانسان آليا، ويفكر آليا، ويعيش على عراته وعاداته المألوفة.

وعلى هذا النحو إنما يكون بعض الناس أمواتا أحياء كما قلت آنفا، يتقاذفهم لاشعور لا يبحثون حتى عن الكشف عنه. كم حركة شعورية يقوم بها الانسان مقابل ملايين الحركات اللاشعورية؟ كم كلمة بيناوية تعلمها الانسان منذ أيام الدراسة ولم يعد النظر فيها أبدا؟ ماذا يوجد في كل هذا مما يتصف بأنه شعوري بصورة شخصية؟

تغيير الشروط يعني أن علينا أن نتغير نحن أنفسنا. فكل ما نفعله ذو أهمية بالغة. وكل عمل من أعمالنا ذو صلة بنا وبالآخرين. فهل يتصور الانسان أن يكون باستطاعته تحمل مثل هذه المسؤولية وهو يجمل ماذا يفعل؟ وهل نتصور أن يكون بمقدورنا أن نتحمل مثل هذه المسؤولية ونحن نجمل ماذا يدفعنا الى التصرف؟

أن يصبح الانسان واعيا هو الكمال. ولكن الشعور كالارادة^(١): إنه يتطلب تنظيفا داخليا وتعلما. فإذا كان الشعور شيئا كاملا، فإنه يتطلب شروطا كاملة. إنه يقتضي التوازن والتماسك قبل كل شيء والانسان غير التماسك داخليا انسان آلي.

الانسان معرض الى خطر أن يصبح آلة. فإن كان الانسان آلة، فإننا لا نتوقع منه سوى أعمال آلة حتى ولو كان يكرس وقته للعلم، للشعر أو الموسيقى. وبمقدور الانسان أن يكف عن أن يصبح آلة. ولذلك فإن عليه أن يعرف نفسه. إنه لعمل يستغرق زمنا طويلا الى حد بعيد، ولكنه كشف رائع.

(١) — انظر فصل « الارادة » في فهرس المادة .

لكي نغير الظروف، علينا أن نفهمها. ويعتقد الكثيرون أنهم
« يفهمون الأمور »، في حين أنهم يقتصرون على رؤيتها عبر أنا مشوهة. فإذا
كان من الواجب علينا أن نفهم التسلسل التالي:

أ - ب - ج - د - هـ - و، فقد يتفق أن نفهم من أ الى ج،
من أ الى د، الخ... وقد يتفق كذلك أن نفهم التسلسل من أ الى هـ، ولكن
دون أن نفهم التسلسل بين هـ وبين و. وحينئذ يعتقد الكثيرون أنهم « فهموا
الجزء الأكبر ». والواقع أنهم لم يفهموا شيئاً على الاطلاق. ذلك أن و هي
التي ينبغي لنا فهمها، وكل ما تبقى يقتصر على افساح المجال للوصول إليها.

لدى الكثير من الناس تصورات خاطئة أو مشوهة. هذه التصورات
منوطة، بالطبع، ب الأنا الخاصة لكل منهم. فبينما الأنا الواضحة، الخالية من
العقد، تدرك الأمور بطريقة واضحة شاملة، وذلك أمر بديهي، فإن الأنا
المشوهة، وأقول هذا مرة ثانية، لا يمكن لها فهمها إلا بطريقة مشوهة. وذلك
أمر بديهي أيضاً.

علينا أن نتحرر من تصوراتنا الخاطئة حتى نحقق الفهم. وإلا، فإن
معارف جديدة تبنى على قواعد خاطئة. أتريدون تغيير الظروف؟ الكل
متناسك. والكل متعلق بالكل. إننا نحن القاعدة. وتصير الأشياء دائماً
بحسب ما نحن عليه.

ب - على الانسان أن يزكي طبعه

أولاً، ما الطبع؟ إنه الطريقة التي نستجيب بها للظروف. ويحدد طبعنا
سلوكنا في العلاقات الاجتماعية، واستعداداتنا العاطفية، وخلقنا الغالب. إنه
تابع لأمرجتنا وجملتنا العصبية واستعداداتنا النفسية.

! † يتذمر كثير من الناس قائلين : « إن لي طبعي ولا حيلة لي في ذلك .
إنني عصبي وذو ضغينة واندفاعي ، وكيت وكيت ... ثم لا يغير الانسان
طبعه » .

ولكن هذا الانسان يأمر ابنه أن يغير سلوكه اذا كان سلوكه هذا سيئا
أو لا يعجبه . إنه يأمر الطفل أن يغير طبعه . ولكنه لا يأمر نفسه بشيء ...
وذلك أمر يسير جدا .

قول الانسان إنه لا يغير طبعه اعتراف بالعطالة . إنه اعتراف
بالاخفاق . وغالبية أولئك الذين يصرحون بذلك ضعفاء أو عدوانيون ، والامر
سيان . لقد بنوا لأنفسهم واجهة من الحماية التي تمنع مشكلات الحياة من أن
تمسهم . إنهم يخشون الظروف الجديدة التي لا يتحملها ضعفهم . فليس لديهم
غير موقف واحد ، موقف متصلب متجمد .

وتخلق غالبية المخاوف والصراعات الداخلية توقفا في التطور الانساني .
ويرى عالم النفس جيدا على الغالب أشخاصا كان باستطاعتهم أن يتطوروا
بوضوح رائع ، ولكنهم توقفوا في جهة ما ... إنهم اذن أشخاص أصيبوا
بالعطالة ، أشخاص يجتازون الحياة دون أن يغيروا من طبعهم لأنهم ، على وجه
الدقة ، مصابون بالعطالة . ولكن ألا تعتقدون بأن الانسان جدير بما هو أفضل
من هذا ؟ إن لديه إمكانيات واسعة من الوضوح والحكم والطاقة والعمل . فإذا
كان متوقفا من الناحية الذهنية ، كيف تريدون أن يفلح في أي شيء يتصف
بأنه انساني حقا ؟

وعلى العكس من ذلك ، فإن الانسان المتوازن الموحد يقظ بصورة
دائمة . إنه يعطي إجابة عن كل مسألة تطرحها الحياة ، إجابة تفرض نفسها ،
ويتقدم دائما متطورا في تزامن تام مع الظروف .

هذا الانسان أحد أرسوقراطيين الحياة، يبقى واضحا واعيا بالأحداث. إنه سيد نفسه. ومن المسلم به أن يفوض في العديد من الهوات، ولكنه يصعد سريعا دون أن

لا بد للانسان من أن يقول للعطالة دائما « لا »، مهما كان شكلها. والمقصود في هذا المجال أن نتفاهم. هو ذا انسان ينجز عملا كبيرا، فيجري في جميع الجهات، ويعمل، ويأمر، ويتصرف باستمرار. وعند الفحص، يتبين لنا أننا أمام اندفاعي أو عدواني. فهل هذا الانسان فعال من الناحية الذهنية على الرغم من فاعلياته الجسمية كلها؟ إنه ليس فعلا على الاطلاق: إنه مصاب بالعطالة. فهو لا يفعل شيئا بصورة شعورية. إن اندفاعه أو عدوانياته هي التي تتصرف نيابة عنه. إنه يصرف جهودا كبيرة ولكنه لا يحرك غير الهواء.

كل انحراف داخلي، كل عقدة، كل كبت، هي أسباب للتوقف أو العطالة. ولا يرضى الشخص الذي أصابه الجمود أو كان ذا « طبع قدر » أن يتصف أحد الأطفال بهذا الطبع القدر. اعترف بأن الامور قد أشكلت علي... فهل ينبغي لرجل عاجز عن أن يستخدم كل شيء في سبيل معرفة نفسه واصلاحها أن يطلب ذلك ممن هو أضعف منه؟ ونحن نستطيع في هذه المجال أيضا أن نتساءل من هو الأضعف... هل هو الرجل أم الطفل؟

ح - على الانسان أن يتحرر هو ذاته بذاته

« العصبي » يفكر أو يتصرف بصورة تختلف عن « الهادىء »، أو إن « الأبله » يتكلم بطريقة مغايرة لطريقة العدوانى^(١)، قول مبتذل. ومع ذلك، فإن هذه الابتذالات تخفي حقيقة كبرى.

(١) - انظر « أمزجة » في فهرس المصطلحات .

على كل انسان أن يطرح على نفسه السؤال التالي عشر مرات في اليوم: ما الحالة الجسمية والنفسية التي أنا فيها هذه اللحظة؟ فيجيب على سبيل المثال: «إنني تعب، وبالتالي عاجز عن أن أنجز غير أعمال الانسان التعب»، أو يجيب: «إنني في حالة من العصبية والحصر، وبالتالي لا أستطيع أن أفكر إلا عبر حالة العصبية والحصر التي أنا فيها». إن هذا هو المنطق عينه، أليس كذلك؟ فإذا كانت حالتنا في عجز، أو تتصف بالكسل أو الخمود، فهل نحن قادرون على أن نؤدي دورنا بصورة تامة؟ وهل نحن قادرون على أن نريد وأن نشعر إرادة وشعورا واقعيين؟ من البديهي أن يكون الجواب بالنفي ما دامت هاتان الصفتان الرفيعتان تتطلبان انسجام شخصيتنا.

وقد يجيب هذا الانسان عن السؤال المطروح بقوله: «لدى عقد نفسية» (علما بأنه عاجز عن أن يدركها بنفسه). إنه اذن يتصرف ويفكر عبر عقده. ثمّة موشور داخلي في نفسه يشوه رؤيته للأمر. إن جزءاً منه هو الذي يتصرف تارة، وطورا يتصرف جزء آخر. وهو لا يتصرف بكامل شخصيته على الاطلاق أو بصورة حرة، ولكنه تحت إمرة قوى داخلية باستمرار، يجهل سلطتها ويجهل وجودها على الغالب.

جميع الناس على وجه التقريب يعتقدون أنهم يفعلون شيئا ما، ويعتقدون أن فعلهم يتم «بصورة إرادية وحرّة». غير أن «الفعل بصورة إرادية»، وأكرر ذلك مرة أخرى، يعني أن يكون الانسان متحررا من ذاته ومن موشوراته الداخلية. فالإرادة انسجام قوي، وليست انقساما أو تشنجا. وليس ثمّة من حرية ما دامت توجد ضروب من القسر الداخلي. ومن المؤكد أن المكبوت جنسيا، على سبيل المثال، غير حر من الناحية الداخلية ما دامت ضروب كبتة لم ترفع. أضف الى ذلك كله أن حينئذ الى ذرته... وسيكون ذلك هو التاريخ الابدي للتربيات السيئة.

يعتقد الانسان أنه يقوم بفعل . ولكنه لا يفعل شيئا ما دام مستسلما الى ضروب عجزه الداخلي وعاداته الضارة وعراته الذهنية ، الخ .

فما يعتقد أنه يفعله ، يتم على الرغم منه . ويتم دون أن يعلم لماذا وكيف . ثمة شيء في داخله يرغمه على التصرف والتفكير . فهو عندئذ غير واع بذاته اطلاقا . وإن كان غير واع ، فهذا يعني أنه نائم . ولكن ، بما أنه نائم ، فهو يجهل أنه نائم . !

نحن نتصرف جميعا عبر حالتنا الجسمية والنفسية : فإذا كانت حالتنا جيدة ، كانت أعمالنا جيدة . وإذا كانت حالتنا تتصف بالقدرة ، كانت الأعمال التي نقوم بها متصفة بالقدرة .

فإذا كنا نرغب في أن نبدل أعمالنا وحياتنا ، علينا أن نغير حالتنا الجسمية والنفسية ، وذلك بأن نخلصها من الشوائب ونعيد بناءها من جديد .

د - الشخصيات المتعددة

كل فرد منا جميعا يقول : أنا ، أنا أفعل كذا ، أنا أفكر أنا بكيت ، الخ ... ويصرخ كل منا ببرود : أنا أقرر ، أنا أختار ، أنا أتردد ، أنا خجول ، الخ ... وعندما يتصرف أحد الناس بحسب دوافعه اللاشعورية الكبرى ... يقول أيضا أنا أريد . فماذا يعني هذا؟ إنه يعني أنه لا يدري ما يقول .

✳ ما هو ذا انسان عدواني . إنه يقول على سبيل المثال : أنا لا أستسلم أبدا . فلماذا يوجد هذا التهديد في فمه باستمرار؟ لأنه يشعر بأنه مهاجم . ولماذا يشعر بأنه مهاجم؟ لأنه خائف . !

كان عليه أن يقول اذن : « في نفسي شيء ما يدفعني الى أن أكون عدوانيا . هذا الشيء هو الخوف » .

فبدلا من أن يقول : أنا حزين ، أنا أتردد ، أنا أقرر ، أنا أشك ، فإن عليه أن يقول : ثمة شيء في نفسي هو الذي يدفعني الى أن أكون خجولا ،

ثمة شيء في نفسي هو الذي يدفعني الى أن أكون حزينا، ثمة شيء في داخلي هو الذي يرغمني على أن أتردد، ثمة شيء في داخلي هو الذي يرغمني على أن أصمم أو أشك، وهكذا دواليك ...

ويتم الأمر على هذا النحو طوال الحياة برمتها. أدراج كثيرة تفتح وتغلق في شخصية واحدة. وليس للمرء عليها أية سلطة في تسع حالات من عشر. ولكنه مع ذلك يقول أنا بالعادة لأن هذا القول أقل ارهاقا من البحث عن معرفة نفسه بنفسه.

الانسان مؤلف اذن، بصورة عامة، من سلسلة من الأدراج الذهنية. ولدى الرجل الواحد، ثمة درج من الضعف ودرج من الخوف وأدراج أخرى كذلك من الكبت والاندفاع والعدوانية، الخ. فما أكثر الشخصيات في الشخصية الواحدة!

↓ ☆ ولنفرض أن في الشخصية الواحدة لا يوجد سوى شخصيتين، أليس من المقيد للانسان أن يوحدهما؟ نعم، أليس كذلك؟ ولكن لكثير من الناس عشرات من الشخصيات المختلفة، لا شخصيتان. والتوحيد في هذا المجال أيضا هام. ذلك أن ما يحدث في أكثر الأحيان أن يعمل كل درج من هذه «الأدراج» لحسابه الخاص، وكل منها مقتنع أنه على صواب. فما يفعله الانسان هو الخير ذاته، وما يقوله هو الحق ذاته... مع احتمال أن يغير رأيه بعد عشر دقائق لأن «درجا» آخر قد انفتح. وعندئذ يقول: أنا غيرت رأيي. وعلى هذا النحو، فإن الانسان غارق في كومة من التناقضات الداخلية متسائلا بسذاجة ماذا يحدث له... ويقضي كثير من الناس حياتهم برمتها على هذا الشكل.

ينبغي لقول الإنسان «أنا» أن لا يكون عرّة، وإنما ينبغي له أن يكون احساسا بأنه يتصرف بكلية وجوده. وذلك يستلزم الشعور بالذات والوضوح

والارادة الحقيقية . وهذا هو السبب في أن كل عمل سيكولوجي هو بحث عن هذه الارستوقراطية الانسانية .

هـ - الانسان والحياة

تمضي الحياة ، ويدور تطورها بطيئا كما يدور الدولاب الذي يحرك الماء . ولا بد للانسان من أن يكون قادرا بتوازنه على أن يدع الظرف الذي لا يلائمه ينزلق عليه انزلاقا . أما بالنسبة للظرف الملائم ، فإنه يتطلب أن يفيد منه الانسان . ولكن استخدام الظرف استخداما جيدا أو سيئا أمر منوط بحالة الوضوح لدينا . وعلى الغالب ، فإن أولئك الذين يلبثون عاجزين عن استخدام أحد الظروف هم « سجناء » حالتهم الذهنية . إنهم أولئك الذين أصيبوا بانحرافات داخلية فالحياة ليست عادلة ولا ظالمة ، وليست صالحة ولا عمياء . ان هذه الصفات صفات انسانية . والحياة هي ما هي عليه : فلماذا نريدها أن تكون صالحة أو عمياء ؟

الحياة منطقية . إنها تسيل كما يسيل النهر الهادىء حاملا قوارب الناس . والمهم أن نعرف ما اذا كان قاربنا لا يسمح بنفوذ الماء . وهذا هو عمل المربين والأطباء وعلماء النفس .

ويبدو تطور الحياة في أعين المكتئين والضعفاء والمرضى عديم الشفقة . إنهم ، على الغالب ، يقفون عند اخفاقهم بدلا من أن يخرقوا الضباب ، ويستأنفون العمل نفسه دون أن يتساءلوا عن سبب اخفاقهم وعن الوسائل التي ينبغي لهم استعمالها لكي يتجنبوا فشلا آخر . إنه يستأنفون المعركة نفسها بالأسلحة نفسها ، الأمر الذي يعد عبثا . ومن الطبيعي أن يكون الفشل نصيبهم أيضا ! إنهم يعاندون ويستعملون الوسائل ذاتها دون أن يبحثوا ليروا إن كان الفعل يلائمهم ، أو كانت وجهة نظرهم مصيبة ، أو أن أسلحتهم قد علاه الصدا ...

محاولات جديدة واخفاقات جديدة. وتبدأ الآلة الانسانية عملها، وتندفع الى النهاية، وتتعطل... ويفرض الشخص في اخفاقاته أكثر فأكثر. فيعتقد أنه دُمغ بدمغة الحظ السيء دون أن يتساءل عما اذا كان فشله لا يعود الى حصار داخلي.

والانسان كما قلت سابقا، يرى الظروف عبر حالته، شأنه في ذلك شأن مذياع لا يلتقط غير الموجات التي وصل عليها. فحق اذن للموجود الانساني أن يقوم بإصلاح المصاييح العاطلة وأن يشتري مكثفا جيدا.

وليس من المفيد أن يشكو الإنسان من الحياة، بل من المفيد للجميع أن يستخدموها استخداما أفضل. (فليس للحياة عينان لترى، ولا أذنان لتسمع. ولكن الانسان يصطدم بالظروف ويحطم أنفه اذا كان تقريبا أعمى بسبب من ضيق وضوحه.)

لا جدوى من صب اللعنات على الحياة. إن علي أن أرى الخصم حتى أصارعه، وإلا فإنني مغلوب سلفا. فإذا كنت قويا، متوازنا، أصبح تكيفي مع الظروف سهلا الى حد كبير. وذلك إنما هو ما نسميه النجاح الداخلي. وهكذا فإن أمامي، في حال الفشل، خصما مرثيا معروفا، خصما يمكن لي أن أحاول جعله أكثر قوة كذلك. وألاحظ، على الغالب، أن هذا الخصم هو أنا بالذات. (أله اعداء الإنسان نفسه - مكتور هو هو .)

و - علم النفس إشعاع ونزعة انسانية

الوضع البشري هو وضع النخبة. فإذا كنت تعتقد أنك لست من هذه النخبة، فذلك إنما يعود الى أنك لم تبحث عنها، أو أنك لم تحسن البحث.

الأمر الكبيرة هي أمور بسيطة دائما. أليس صحيحا أننا لا نتصور أن يكون الإله معقدا؟ أضف الى ذلك أن على الأمور الكبيرة أن تكون سهلة

المنال بالنسبة الى جميع الناس ، وإلا ، فإنها لا تكون أمورا كبيرة . وحسبنا ،
لكي نجدها ، أن ننطلق من البداية وأن نفهم أنفسنا .

سير النجوم سير بسيط . جان سيباستيان باخ () بسيط . وحسبنا أن
نرى الأمور جميعها في تسلسل واضح . فليس ثمة من شيء معقد غير الذي هو
خارج النظام والايقاع الكلي . الناس المعقدون خارج النظام لأن خلايا
يمنعهم من الرؤية والمشاركة . الانحرافات الداخلية ليست من النظام ،
ولا التشنج ، ولا العدوان .

((الأمور العظيمة بسيطة دائما)) . إن عدم التعقيد الداخلي يصنع عظمة
الانسان . وإذا سألتني أحد الناس : « باسم أي شيء تمجد عظمة الانسان
هذه وتمجد التوازن والطاقة الحقيقة ؟ » ، أجبت : « باسم النظام ، وبالتالي
باسم الخير » .

يسرع كثير من الناس لسماع قصص المغامرات في صالات العرض
السينمائية أو في مكان آخر ، ويتزاحمون بالمناكب والأرجل . ولكنهم قلما
يدرسون الانسان الذي قام بهذه المغامرة ، ولا يبحثون عن معرفة سببها . وعلى
هذا النحو ، فإنهم لا يريدون غير المظهر الخارجي ، ويبقى كل شيء حبرا على
ورق .

↓ * من الرائع أن يكتسب الانسان شيئا ما في أحد الأيام ، ثم شيئا آخر في
يوم آخر . ومن الخير أن يستطيع الانسان أن يقول لنفسه : « لقد انضاف
هذا الشيء الى ذاتي ، اليوم ، وتحررت ذاتي من ذلك الشيء ، لقد تغيرت هذا
اليوم » . ذلك أن الانسان يصبح على هذا النحو حزمة متناغمة في صعود نحو
البساطة .

(١) — جان سيباستيان باخ موسيقي ألماني شهير . ولد في الزناخ عام ١٦٨٥ ومات عام ١٧٥٠

« م » . تزوج مرتين وأبني ١٢ ولد . كان ملحن أورغ لايتا هي فواكيسته .

بغزيرة موسيقية استثنائية في كل العصور . لم يهوكانا

يتغير الناس اذا تحرروا من كوابحهم الداخلية ومن أوحالهم ومن مخاوفهم وانطوائهم على الذات. وكل شيء يتغير اذا شرع الناس يتغيرون. فالحل بسيط. وهذا هو السبب في أنه صعب التطبيق. ذلك أن على الانسان أن يدرك مشكلاته حتى يتغير.

كثير من الناس هم على ما هم عليه. وسيبقون على ما هم عليه أيضا بعد مرور عشر سنوات. فلن يضاف شيء، ولن يطرح شيء... أليسوا جديرين بغير ذلك؟

يمكن للانسان أن يستخلص عبرة من كل شيء. ولكن لا شيء يمكن استخلاصه من العطالة. فلا يخرج من العطالة غير الأعمال التي تتصف بها، ولا يخرج من اللاشعور غير الأفعال اللاشعورية.

يقال إن السعادة في أن يكون الانسان في مكانه. إن الأمر لصحيح كل الصحة. ولكن لتساءل عما اذا كنا في الدور الذي نقوم به أناسا عليهم أن يفكروا وأن يربوا الآخرين ويؤثروا في العالم...

يقال أيضا إن الفن في أن يكون الانسان انسانا قد ضاع. فلماذا يريدون أن يكون الأمر على هذا النحو؟ إن الامكانيات الانسانية موجودة في أيامنا هذه كما كانت موجودة منذ عشرة آلاف عام. ويملك الانسان المجسة ذاتها. ولكن كم مرة تعلم أن يعزف عليها عزفا جيدا؟

قال لي أحد الأشخاص: « لا يمكن لجميع الناس أن يصبحوا علماء ». حسن. فمن يتحدث عن أن يصبحوا علماء؟ ولماذا يصبحون علماء؟ فإذا كنا نتعلم لكي نصبح متخصصين في مجال واحد، ساهمنا في الشقاء وفي فصل الناس (أن يكون الانسان رجل علم ولا شيء غير ذلك أمر عديم الفائدة ولا أهمية له. والأهمية الوحيدة هي للذكاء الواضح، الخالي من الأحكام المسبقة، الممتد في جميع الاتجاهات.)

ليس للتعليم أهمية في ذاته . وتبقى التربية جافة غير ذات قيمة ما دامت لا تعلم الانسان ضربا من تأليف الحياة . فهل تمنع الانسان جميع تربيته العالم من أن يكون ممزقا ، حافلا بالتناقضات والمخاوف ؟ إن على التربية أن تكشف عن القرب بين الأفراد بدلا من أن تشجع الفروق بينهم .

وإذا كان الأمر على غير هذا النحو ، فإن الحياة تستمر في أن تكون سلسلة من الصراعات والآلام .

فليس على الانسان أن يبحث عن التعليم ، وإنما عن الكمال . إن عليه أن يبحث عن معرفة إمكاناته وأن يبحث عن تحقيقها في تناغم شخصه .

نحن نفهم من خلال دماغنا وحواسنا وموشوراتنا الداخلية . وأول شيء نفعله إزاء ظرف من الظروف هو أن نتساءل اذا كنا رأينا جيدا . هل رأينا برمته ؟ وهل نراه غدا كما نراه اليوم ؟ ... ذلك أن كثيرا من الناس يطلقون أحكاما . إنهم يبدون رأيهم في الآخزين والأخلاق والدين وآخر لوحة في الردهة . وعندئذ يباشرون مناقشة يتخللها ، على الغالب ، عدم فهم آلي . والسبب في ذلك أنهم ذاتيون ، وأنهم يرون الأشياء من خلال أنا تزدحم بدكان كامل من الخردوات العديمة الجدوى ، مقتنعين مع ذلك بأنهم لاحظوا بدقة لا تعد لها دقة أخرى ..

أن يبلغ الانسان الموضوعية هدف من أنبل الأهداف . فهو « يعتقد » بدونها أنه يفهم ، في حين أنه يقتصر على الرؤية عبر « ذات » متحجرة . وليست الموضوعية ممكنة إلا بالانعتاق من الذات والمشكلات اللاشعورية . إنها تنجم عن تفجر الموشورات الداخلية التي تخضع لها جميع الأفكار ...

يلعب الانسان الاشعاع في الموضوعية الواضحة . فهو عندئذ قوة هادئة ، معطاءة . ولا وجود للاشعاع في الخوف ولا في الضعف أبدا . بل هو موجود في

ليس الذهني الذي لا يحتاج الانسان فيه الى أن يهرب من مشكلاته التي لا تتصف بأي قدرة على الدمار اذا ما أصبحت شعورية. !

وليس على الانسان أن يعجب بما هو عظيم لدى بعض الناس . فهذه العظمة محصلة الإمكانيات المستخلصة . ولكن علينا أن نأسف لما ينقص الآخرين بالنظر الى ما يمكن لهم أن يكونوا عليه ...

وعلى هذا النحو ، فإن بوسع الانسان أن يتخذ مكانا في صف ذوي النزعة الانسانية الفاعلين . ويصبح توازنه وسيلة انطلاق ، ويختفي قلقه وحصره بفضل سرور عثر عليه . ويصعد عندئذ نحو هضبة مرتفعة بقدرات متزايدة ووضوح متسامح كريم . إنه أنيس متجه نحو الآخرين . وليست الحاجة الداخلية منشأ كرمه وصلاحه ، بل منشأهما قدرة هادئة . إنه يملك الفهم لأن كل صراع قد توقف في فكره ... إن لطفه ناشئ من قوة كبيرة لا من ضعف .

... تلك هي النعمة التي أتمناها لكم جميعا ،

قائلا لكم الى اللقاء .

مُعْجَمُ الْمِصْطَلِحَاتِ الشَّائِعَةِ الْمُتَّخَذَةِ فِي عِلْمِ نَفْسٍ

(١) - اتبعنا في ترتيب المصطلحات الترتيب الأبجدي لعمري «ع» .

مُعْجَمُ الْمَصْطَلِحَاتِ الشَّائِعَةِ

المتخذة في علم النفس

تنبيه :

١ - لم نثبت في هذا المعجم ما شرحنا من المصطلحات خلال عرضنا في هذا الكتاب ولا بد إذن من الرجوع الى فهرس المادة .

٢ - المصطلحات التي أشرنا إليها بنجمة * هي مصطلحات عرفناها أو درسناها في الكتاب أو المعجم . فإذا رغبت في الرجوع إليها ، انظر اذن فهرس المصطلحات .

— آ —

Frustration [frūs trā'shan]

إحباط :

الإصابة بالإحباط هي الشعور بالحرمان من استمتاع حيوي . إن ضروب الاحباط الوجداني عديدة : فالطفل يشعر بأنه محروم من حب أبويه عند ولادة طفل آخر . وأحيانا يشعر الطفل بأنه محروم من حب أمه بسبب وجود الأب ، الخ ... يسبب الإحباط الوجداني اضطرابات عديدة : الحقد والكبت والعقد والعصاب ، الخ ...

Echec

إخفاق (فشل) :

قد ينشأ اليقين بالإخفاق من الفشل المتكرر . ولهذا الفشل أسباب شتى : عاهات ، نقص في التعلم أو الثقافة ، انعدام التربية ، الخ . ومع مرور الأيام ، يبدو عندئذ انعدام كلي في الثقة بالنفس .

ولكن ثمة صور من العصاب * تسمى **عصاب الإخفاق** . وعندئذ فالإخفاق نتيجة العصاب الآلية . وتلك إنما هي حالة العديد من الناس الذين « يباشرون العمل وهم يشعرون بأنهم مدحورون » ، في حين أن هذا الإحساس لا يرتكز على شيء موضوعي . وهذا الشعور بالإخفاق موجود على وجه الخصوص ، لدى المصابين بالشعور بالدونية * وعقدة أوديب * وعقدة الخصاء * . فالفرد يبذل قصارى جهده ليتجنب اللوم والنقد . إنه يخشى

لامبالاة الآخرين وعداوتهم قبل كل شيء ، ويعتقد بأن الناس « يتساهلون » معه أنني حل ، سواء كان أمام نذل المقهى أو أمام مديره . وأحيانا يعاقب الفرد نفسه ويلومها كما يخفف من شعوره العميق بالإثم * ... وفي هذه الحالات ، ذلك هو الإخفاق الاجتماعي والجنسي والمهني والعاطفي ... ولكي يفهم الإخفاق فهما أفضل ، أنصح بقراءة عقدة أوديب بانتباه (انظر فهرس المادة) .

Alcoolisme

إدمان على الكحول :

الإدمان على الكحول آفة اجتماعية وعقلية حقيقية . فهو يؤدي الى الانهيار النفسي والأخلاقي ، وإلى الذهان * والاندفاع * الإجرامي . ويمكن للإنسان أن يكون واثقا من أن الإدمان على الكحول هو « المورد » الرئيس لمستشفيات الأمراض العقلية . والصورة الأشد خطورة هي الإدمان المزمن على الكحول .

فليس الشارب في حال من السكر أبداً ، وإنما يتأهب تأهباً بطيئاً لأسوأ الأعراض . فما هي أسباب الإدمان المزمن الرئيسة ؟ إن ذرية المدمنين على الكحول يظهرون أنهم أولو استعداد مسبق للشرب . ويقود الضعف العقلي * والوهن النفسي * وفقدان التوازن الى الإدمان أحيانا . وقد تخلق العادة هوس التخدير هذا (كظروف الوسط الاجتماعي والبؤس وحب الذات في غير محله ، ومحاكاة الآخرين والتدرب والبطالة والكرب * ، الخ) .

وآثار الإدمان المزمن على الكحول آثار جسمية قبل كل شيء : الكليتان ، الكبد ، القناة الهضمية ، التهابات الأعصاب ، النقص في الفيتامينات ، الاضطرابات في الاستقلاب ، الآفات الدماغية ، إلخ . وتظهر اضطرابات خطيرة أخرى بعد بضع سنين ، كالارتعاشات ، والكوابيس الليلية والتشنج في ربليتي الساقين وفقدان الشهية * والانهك * والهياج * والوهن العصبي ، إلخ . ثم ما هو أوان السقوط ... فتختفي الطاقة * والارادة * ، وتظهر اللامبالاة وضروب

الغضب * المفاجيء المرعب أحيانا والغيرة * الشرسة والضعف وإهمال الأطفال ، إلخ . وقد تبدو صور من الهستيريا * لدى النساء .

الهذيان الارتعاشي استجابة مرعبة للمريض المدمن . فهو فريسة هلوسات مخيفة ، ويشاهد مشاهد من مجزرة وحرق وموت ، ويرى حيوانات وأفاعي وفئراناً تمر أمامه ، وعناكب هائلة على الحيطان . والهذيان الارتعاشي مؤلف من رعب شديد يقود الى الهرب المؤقت ، وإلى ارتكاب جرائم القتل والانتحار . إن حالة الهذيان الارتعاشي لمن الحالات التي تستدعي وضع صاحبها في مستشفى الأمراض العقلية على الفور .

أرق : *Insomnie (de in = Sans et somnus«sommeil)*

إننا لا نتكلم في هذا المجال على قلة النوم الناشئة عن الآلام الجسمية . فهذا النقص نقص سوي في هذه الحال . ولن نتناول بالبحث اذن غير ضروب الأرق التي تحدثها الأسباب السيكولوجية . وأسباب الأرق الرائجة هي :
العصاب * والعقد * والهموم * والكبت * والحصر والوساوس * والصراعات الوجدانية *

ثمة كذلك كثير من الأشخاص الذين يعلنون : « إنني أشعر بتعب شديد عندما استيقظ من النوم . وهذا يعني اذن أنني لم أتم » .

والواقع أنهم ناموا ، ولكن نومهم لم يجدد قواهم ، وذلك لأسباب شتى ، إما سيكولوجية وإما بناء على تشنج عضلي دائم . ثم هناك « المصابون بالأرق الزائفون » الذين يشكون « من أنهم يسمعون ضججات الليل كلها وأرباع الساعة التي ترن في برج الأجراس » . وعلى الرغم من ذلك ، فإن من الملاحظ على الغالب ، أن صحتهم جيدة ، وأن صحتهم نضرة . ولا يبدو عليهم أي نحول ، في حين أن النحول مفعول سريع للأرق . انهم اذن أشخاص ينامون دون أن يدركوا أنهم نائمون ، اللهم إلا إذا كانوا يمثلون كوميديا لكي يظهروا بمظهر من له مزايا .

ومن الواضح أن علاج الأرق مرتبط بالسبب . ولا بد من البحث عن نقص في قواعد الصحة الجسمية، كالكهوه والتبغ والكحول والارهاق والانفعالية. ويعطي علم نفس الأعماق نتائج سريعة عندما يكون السبب نفسيا .

Possission

استحواذ :

يعتقد المريض في نفسه أن ثمة موجودا فوق الطبيعي يستحوذ عليه (يسكنه) : شيطانا، حيوانات أو أشخاصا . فهو يظن أن هذه الموجودات توجه حركاته وتحل محل إرادته .

Droiture

استقامة :

الإنسان المستقيم المخلص إنسان كريم ذكي . إن احترام نفسه واحترام الآخرين يوجهانه .

وقد يكون للاستقامة عدة وجوه . إنها تغطي أحيانا ذكاء شديد الضعف وتصبح ضربا من التصلب * أو الاعتدال * الزائف . وقد تكون نتيجة عقدة أوديب : فالإنسان مخلص تجاه الآخرين لأنه بحاجة الى إعجابهم . وبما أنه لا يحتمل اللوم ، فليست لديه الجرأة على أن يكون غير مخلص .

أليس لأروع الصفات مساوئها التي تبرز سحرها ؟

Pondération (de Ponde rare = peser, examiner: اعتدال

الاعتدال شبيه بالحس السليم . فقد يكون تعبيرا عن ذكاء صاف ... أو تعبيرا عن مجرد توازن جسمي . فالمعتدل يقيس ويحسب ويزن ويفحص الدليل ونفي الدليل . وقد يكون الاعتدال ذا علاقة بالمزاج * والذكاء أو ذا علاقة بأحد النزعات .

يبدو بعض العصائيين * معتدلين . ولكنهم ليسوا إلا خائفين ، مكبوتين * ، مدققين في التفاصيل أو استكماليين * ، هذا اذا كانوا لا « يمثلون » الاعتدال تمثيلا لكي يعتقدوا بهدوء واطمئنان في الحكم لا يتمتعون بهما على الاطلاق .

قد يكون الاعتدال الزائف دلالة من دلالات الغباوة . وفي هذه الحال ، يؤكد الإنسان المعتدل ، وسبابته مرفوعة بابهة ، أمورا مبتذلة بصورة مرعبة ، تأكيد الانسان العارف ...

Aliénation Mentale : اغتراب عقلي :

يعني المصاب بالاغتراب العقلي أنه « غريب » . فالاغتراب العقلي اذن هو اضطراب عقلي يعيق الفرد عن المشاركة في الحياة الاجتماعية السوية مشاركة واعية . انظر مصطلح الذهان في فهرس المادة .

Approbativite : إقرارية :

الاقرارية استعداد نفسي . فالفرد يقر مباشرة كلام محدثه بحركات إيمائية وألفاظ ذات قوالب ثابتة ، ويردد كلام الآخر أحيانا ترديد الصدى ، هذا إذا لم يقلده بحركاته الايمائية .

نعثر على الاقرارية في العصاب * والعقد * . ففي هذه الحال ، يقر الفرد كلام الآخرين خشية وقوعه في التناقض أو خشية أن يظهر بمظهر المستهجن . وتكشف بعض حالات الاقرارية عن نقص في الحكم والحس النقدي . ومثل هذه الحالات موجودة في الضعف العقلي والهوس ، الخ .

Encéphalite : التهاب الدماغ :

تدل هذه التسمية على جميع سيورورات الالتهاب التي تمس المخ (الدماغ) والتي قد تكون مزمنة أو حادة ، محددة في منطقة معينة أو غير محددة . والأسباب عديدة : جراثيم ، انتانات ، سيفلس ، تدرن ، برداء ، ضربة

شمس، نتائج التهاب الخشاء أو الجيوب، جروح في الجمجمة، أكسيد الكربون، إدمان مزمن على الكحول، الخ.

وتترك التهابات الدماغ التي تحدث في زمن الطفولة، على الغالب، نتائج كالشلل والحول والاستعداد للصرع والتخلف في الملكات العقلية، الخ.

أنانية : Egoïsme (de ego = moi)

الأنانية، جوهرها، نزعة طبيعية للمحافظة على الحياة. فلا يطلب تحت الشعور الانساني غير شيء واحد هو إشباع حاجاته العضوية والسيكولوجية إشباعا مباشرا. والأمر جلي عند الطفل: وقد درسنا هذه المسألة في بحث التحليل النفسي. وتكبح التربية هذه الأنانية بتعليمها الناشئة احترام الآخرين، واحترام الحياة في المجتمع.

أما فيما يتعلق بالأنانية في سن الرشد، فهي، على الغالب، نتيجة فقدان التوازن الجسمي أو النفسي. وهذه الأنانية موجودة في العصاب * حيث ينطوي الفرد على ذاته ويتشنج على عقده وعلى ضروب كبتة، الخ.

أضف الى هذا أن الأنانية قد توجد بصور الطيبة والغيرية. فكثير من المربين أنانيون دون أن يعرفوا ذلك، وهم يحملون في أنفسهم أفضل ما يوجد في العالم من نوايا. والآباء الذين يرغبون في أن يصنعوا أطفالهم على صورتهم عديدون. وترغب بعض الأمهات رغبة لاشعورية في أن يبقى الصبي لديهم « صبيا صغيرا » أطول مدة ممكنة. وثمة آباء يريدون أن يكون ولدهم استمرارا لهم في مهنتهم وفي اسمهم، الخ. وكثير من السلطويين « يضحون بكل شيء في سبيل ولدهم ... من أجل أن يسيطروا عليه بصورة أفضل، الخ.

كل هذه الأنانيات ناجمة عن العصاب. فإن يرى الانسان أنانياته العميقة وأن يلاحظها مهمة صعبة ونبيلة.

Raptus

اندفاع مفاجيء :

الاندفاع المفاجيء تفرغ انفجاري يدفع المريض حينما يبلغ ذروته إلى القتل والانتحار والهرب المؤقت . ونجد هذه الصور من التفرغ في حالات الغضب والحصر والهلوسات والسوداوية والصرع ، الخ .

Impulsivité (de

اندفاعية :

impulsio = sollicitation, mouvement passionné)

لقد درسنا الاندفاعية سابقا خلال هذا الكتاب (انظر فهرس المادة) . إن الاندفاعية تحرض حاجة لا تقاوم ، حاجة تنبعث بصورة شرسة . فالفرد مدفوع لارتكاب أفعال خطيرة في بعض الأحيان ، أفعال جنسية ودموية وإجرامية ، وللقيام بالحرائق والسرقات وبتز الأعضاء والانتحار والتخريب والهرب المؤقت ، الخ .

وتتجلى الاندفاعية عندما تُستثار الميول الغريزية والوجدانية . وعندئذ تنطلق استجابة لا تتناسب مع السبب على الاطلاق ... الأمر الذي يدل على أن « الكبح » بالمحاكمة مفقود .

الاندفاعية التكوينية : — تظهر الاندفاعية التكوينية في حالات الوراثة المرضية ، كإدمان على الكحول مثلا ، وحالات الضعف العقلي وفقدان التوازن في المزاج والطبع . والاندفاعية سمة من سمات الصرع .

الاندفاعية المكتسبة : — إما أن تكون الاندفاعية المكتسبة نتيجة من نتائج فقدان توازن ناجم عن الطفولة ، ناشيء عن الطفل ذاته أو عن التربية ، وإما أن تكون نتائج التهاب دماغي أو جروح في الجمجمة . وتتأني الاندفاعية الضعيفة الدرجة عن فرط الانفعالية .

ويؤدي كثير من المصابين بالخبل اندفاعية شديدة (ضعف عقلي *
 عته *) . فهم يضربون ويحطمون دون أي تمييز . ويكشف مرضى الصرع *
 عن اندفاعات غير متوقعة وخطيرة تسبق النبوة أو تعقبها . وتدفع المريض بعض
 صور الذهان الى ضرب من القلق بحيث تظهر اندفاعات خطيرة . ففي بعض
 هذيانات الاضطهاد ، يهاجم الفرد عدوا يتخيله هجوما مفاجئا . وتوجد
 الاندفاعات أيضا في الفصام * ونوبات الصوفية * الزائفة ، الخ . ثمة كثير من
الأطباء والممرضين الذين يعملون في مستشفيات الأمراض العقلية أو عياداتها
قضوا نحبهم في هذه الاندفاعات ...

تثير السوادوية اندفاعات الى الانتحار على الغالب . ويحاول المريض على
 هذا النحو أن يتخلص من العذاب المعنوي الذي ينكّل به . والاندفاعية
 موجودة كذلك في الهوس * ، كالغيرة * ، على سبيل المثال ، حيث يُقدم
 الانسان على القتل « دون أن يعرف ماذا يفعل » وموجودة في الوسواس * .

Inquiétude (de in = sans, et : **انشغال البال**

quies = repos)

انشغال البال حالة نفسية . فلا يشعر الفرد بالثقة في الحاضر ويشعر
 بالقلق على المستقبل . ويكون انشغال البال سويا اذا أثارته أسباب واقعية ،
 كالمرض والوضع المالي والعاطفي ، الخ . ولكن هذه الحالة النفسية هي ، على
 الغالب ، حالة مستمرة دون دافع ظاهر . وعندئذ تكون عرض اضطراب
 عضوي أو نفسي . ويصبح منشغل البال غير مستقر ، يعاني من توعكات
مبهمة ، ويشعر بالحاجة الى أن « يتشاغل » عما هو فيه . وقد يؤدي انشغال
البال الى الحصر * .

Ménopause

إياس :

الإياس هو التوقف النهائي للعادة الشهرية لدى النساء . ويحدث الإياس
 عموما بين الخامسة والأربعين والخامسة والخمسين من عمر المرأة . ثمة

اضطرابات تسبق الإيلاس بالمعنى الصحيح للكلمة في كثير من الأحيان : دوار وفرط التوتر في الشرايين واكتئاب وعصبية غير سوية .

ثم يدخل المبيض في ضرب من الراحة الوظيفية . فيستقر الإيلاس النهائي مصحوبا بخلل في عمل الغدد ، إذ أن له مفعولا على المراكز الدماغية الموجودة في قاعدة الدماغ وعلى غدد أخرى كالغدة الدرقية والغدة الكظرية . وعلى هذا النحو ، تظهر هبوات وفرط في نمو الشعر وضرب من « الاسترجال » ، الخ .

ومن الجدير بالملاحظة أن كثيرا من النساء يجتزن الإيلاس دون حدوث اضطرابات . وهدف هذه الملاحظة هو أن نطمئن جميع اللواتي يعتقدن بأن هذه المرحلة من الحياة تقود بالضرورة الى « الأمراض العصبية » ، إلى ضرب من « الطبع غير المحتمل » ، بل ... وإلى الهلوسات * . فليس ثمة شيء أشد خطأ من هذا . هناك ضرب من الفكرة المتسلطة الحقيقية التي لا تنفك تتعهد بالرعاية مناخا من القلق * المستمر . فكثير من النساء اللواتي يقتربن من الإيلاس يعانين الأرق * بسبب هذا القلق على سبيل الحصر . ويتعرض طبعهن الى خطر الاضطراب ، ويمكن أن يصبحن سريعات التهيج * ، سلطويات ، الخ .. دون أن يكون للإيلاس أي علاقة بذلك ...

ويمكن للإيلاس في هذه الحالات المرضية أن يثير ضروبا من الوسواس * ، والمخاوف المرضية * ، وهوس إدمان الخمر * وهوس السرقة * الخ ... ولكننا نكون ، على العموم ، أمام مناخ كامن اقتصر الإيلاس على إثارته .

فلنكن اذن في حال من الحذر الشديد قبل أن نعزو الى هذا الإيلاس الشهير اضطرابات خطيرة جدا هي ، على كل حال ، نادرة نسبيا .

— ب —

Barbiturisme

باريتورية :

يعلم كل منا أن العقاقير الباريتورية والعقاقير المنومة تُشترى بسهولة متناهية على الرغم من أن «الصفات الطبية الزامية» ... والعقاقير الباريتورية، في بعض الأحيان، تصير ذات قيمة كبيرة جدا في الهياج * والحصر * والأرق . ولكنها ينبغي لها دائما أن تستعمل بحسب رأي الطبيب . بيد أن الواقع مختلف كل الاختلاف عما ينبغي له أن يكون، ويمكن للإنسان أن يكون واثقا من أن ضروب التسمم الخطيرة لا يُحسب حسابها .

التسمم المزمن نتيجة مألوفة من نتائج تناول العقاقير الباريتورية .

فالحالة الجسمية والنفسية للمصاب بالتسمم ذات صفات تميزها : اضطرابات في المزاج * وحصر * وسرعة في التهيج * واكتئاب * ، وتراخي الحس الأخلاقي وخلل عصبي وارتعاش واضطراب في المشي والذاكرة والانتباه * .

يؤدي تناول العقاقير الباريتورية بكميات كبيرة الى السبات الباريتوري المصحوب بالحمى والمضاعفات الرئوية الكثيرة وضعف القلب الذي يمكن أن يقود الى الموت .

على المصاب بالتسمم أن يخضع الى علاج دقيق . فليس يكفي أن يتخلص من التسمم ، بل لا بد أيضا من الكشف عن سبب بحثه عن هرب في السموم . وبما أن الأرق سبب مألوف من أسباب الباريتورية ، فإن الكشف عن سببه أمر ممكن .

السؤال الأول الذي يجب طرحه هو : هل السبب جسدي أم نفسي ؟ فالخلل العصبي بشكل موضوع انتباه كبير . ويتم اصلاح النظام المعيشي وإيقاع الحياة . أضف الى هذا أن العلاج النفسي ، والتحليل النفسي على وجه الخصوص ، يكشف عن الاضطرابات المحتملة التي استعملها المصاب

بالتسمم نقطة انطلاق في تناول العقاقير الباربيتورية . فيستبعد اذن الصراعات
الوجدانية * والعقد * وضروب القلق * ، الخ .

باركانسن (مرض) : Parkinson (maladie de...)

مرض الباركانسن آفة عصبونية مصحوبة بارتعاش يشمل الجسم كله
وتوتر عضلي يتصف بالشدة والتفجع . وعلى وجه العموم ، يبقى الذهن في حالة
انتباه على الرغم من جمود الوجه وثبات النظر . وينبئ هذا المرض عن نفسه
غالبا بحالة من السوداوية * التي يمكن أن تدوم شهورا وسنين قبل ظهور
الأعراض المحركة له .

وتبقى أهلية هؤلاء المرضى المدنية مصونة على الغالب إلا في مرحلة
المرض النهائي . وعندئذ قد يكون التباطؤ في الفاعلية الفكرية خطير بما فيه
الكفاية لكي يكون بالمستطاع مناقشة هذه الأهلية المدنية .

بخل : Avarice (de avarus = âpre au agin)

البخل انحراف في غريزة المحافظة على البقاء . فالميل الى التوفير طبيعي
لدى الانسان الى حد كبير اذا كان يهدف الى أن يحقق أمنا في المستقبل .
ولا شيء من هذا لدى البخيل ... إن « توفير » البخيل يتجاوز الهدف ،
ومثل ذلك هؤلاء المتسولون أصحاب الثياب الرثة الذين ينامون على فراش من
الأوراق النقدية الكبيرة ...

ويقابل البخل ضربا من فقدان التوازن النفسي . والبخل مرتبط ببعض
العقد * على الغالب . وهو موجود في بعض الحالات المرضية كالسوداوية *
والذهان الهذائي * مثلا . (القلق في المرحلة الشرعية) .

بُذاء : Coprolalie (du grec = parler des excréments)

البذاء لغة قدرة، عامية، فاحشة. وهو موجود لدى بعض المراهقين *
الخجولين * . ويبحث المراهق اذن عن البرهان، بلغته، على رجولته وعلى حاجته الى الحرية إزاء المواصفات الاجتماعية السائدة. ويوجد البذاء أيضا في بعض حالات الذهان * ، كالهوس على سبيل المثال.

برود : Froideur

قد ينشأ البرود من مزاج * أو من موقف أثارته ضروب من القصور . فبعض الخجولين * الكبار يتصفون أحيانا بضرب من « البرود » يربح الذين يحيطون بهم . ومع ذلك ، فإن أي غليان في أنفسهم ليس له من مطلب إلا أن ينفجر !

ويمكن أن يكون البرود علامة اضطرابات جسمية أو نفسية كآفات الولادية والقصور في الغدد والعصاب * والعقد * والكبت * ، الخ ...

برودة المشاعر : Apathie (du grec = sans émotion ni passion)

برودة المشاعر ضعف في الوجدانية . إنها تسبب اللامبالاة ، ونقصا في الاستجابة إزاء الظروف المألوفة ، وعطالة جسمية كبيرة . ثمة صور شتى من برودة المشاعر :

١ — برودة المشاعر التكوينية — فالفرد رخو متكاسل بطبيعته ومزاجه * وتدل لامبالاته وكسله على قصور جسمي أو عقلي .

٢ — برودة المشاعر عرض من أعراض قصور في الغدد ، الغدة الدرقية والنخامية والكظرية ، الخ .

٣ — الخلط العقلي في بداياته برودة في المشاعر مصحوبة بتباطؤ في الفاعلية العقلية تصل أحيانا الى حد الذهول * .

٤ - ويتميز الفصام * في بداياته بضرب من برودة المشاعر واللامبالاة الكليتين. فالفصامي « يدير ظهره » للواقع الخارجي لكي يبطوي على أحلامه الداخلية انطواء تاما.

إن علاج برودة المشاعر منوط بالسبب. فقد يتم بالعلاج النفسي * ، بالطب العادي أو الجسمي النفسي * وبالصدمة الكهربائية ، الخ ...

Gaieté : بهجة :

البهجة حالة من حالات الخلق. ففيها عفوية * ونشاط * وتفاؤل دون إكراه ... إنها تعبير عن توازن جسمي ونفسي وعن ذكاء واضح. وهي وقف على الصحو * ...

ومع ذلك ثمة ضروب من البهجة الزائفة التي تشبه الهياج * . إنها موجودة في التعب * الشديد والوهن العصبي * . وتظهر هذه البهجة الزائفة مساء على وجه الخصوص عندما يخلي الاكثاب * الصباحي مكانه الى الهياج .

وتبدو البهجة الزائفة أيضا في التقلب الانفعالي * والذهان الهوسي الاكثابي * .

Enurésie (du grec = action d'uriner) : بوال :

البوال هو « البول على السرير » لدى الأطفال أو المراهقين . فثمة ببول لاإرادي في أثناء النوم . والطفل سوي بصورة تامة باستثناء هذا العيب . وقد تكون بعض الأسباب الجسمية ممكنة . ولكننا نلاحظ ، على الغالب ، أن هذا العيب ناجم عن وجدانية * مضطربة . ويبين التحليل النفسي سببا يتكرر كثيرا : يصاب بعض الأطفال في أعمار كبيرة بالبوال عقب صدمة وجدانية ، كولادة طفل آخر وانفصال الأبوين وشجارهما ، الخ . والكبت * والتخلف الوجداني * هما سببان شائعان أيضا .

ويبدو البوال عندئذ بمثابة « احتجاج » حقيقي لاشعوري، تصاحبه العادة السرية * في كثير من الأحيان. وترتبط العوامل الجسمية والنفسية، على الغالب، في البوال. ومع ذلك، فليس من النادر أن يكون سببه سيكولوجيا على وجه الحصر.

ولا بد من أن يكون العلاج مرتكزا على دراسة متقضية لكل حالة خاصة: الطفل والوسط العائلي والأوضاع الأخلاقية والصراعات * الأخلاقية، الخ. أضف الى هذا أننا، والى أن تتم هذه الدراسة المتقضية، ننصح الأهل بإيقاظ الطفل بعد الهدء الأول من النوم حتى يجعلوه يبول. ويوصف كذلك تناول البلادون Belladone وحمض الفوسفور، الخ.

البوال عيب طفيف... ولكن نتائجه ليست كذلك. إن المرء ليدرك الشعور بالدونية * والخزي اللذين يعانيهما مواهق يستمر في التبول على السرير. وعلى هذا النحو، ثمة عائق حقيقي يستأصله الطب وعلم النفس بسهولة كبيرة.

Peyotl

بيوتل :

البيوتل صبار مكسيكي يسبب الهلوسات * . وقد تناوله بعض الاختصاصيين في علم النفس وبعض العلماء بهدف تجريبي.

— ت —

Prodigalié

تبذير :

التبذير شذوذ في غريزة المحافظة على البقاء. فالفرد يبذل ثرواته دونما ضرورة لذلك. وقد بلغ المبذر صورة من صور الوسواس * : فهو يعاني هوس المشتريات والهدايا. والتبذير موجود في الزهو * ولدى لاعبي القمار ولدى « المنحليين »، الخ. إنه، على الغالب، علامة من علامات ضعف عقلي * أو تخلف انفعالي * . ويوجد التبذير كذلك في بعض ضروب الذهان * : كالهوس

★ والشلل العام التدريجي * ... فالمرضى يوزع عندئذ من الوعود البعيدة الصديق ما لا يستطيع بالطبع أن يبرّ بها .

Lacheté (de loxitas = relâchement) : تخاذل

التخاذل ، شأنه شأن الكسل ، مرض على الغالب . فقد يكون نتيجة قصور جسمي ، ولكنه ينجم في أكثر الأحيان عن خلل معنوي : تربية * ، ضعف نفسي ، عقد * ، وهن نفسي * ، الخ ...
من يريد ينبغي له ألا يكون متخاذلاً! ... فالتخاذل ، على الغالب ، كلمة تغطي كثيراً من ضروب الخلل الخفية .

Catalepsie (du grec = surprise) : تخشب

« النوم التخشبي » ، الذي يبدو وكأنه الموت ، معروف لدى الناس . وقد تحدث هذه الحالة في لحظة الاستيقاظ أو عقب انفعالات * شديدة العنف . ويدوم النوم التخشبي بضع ساعات في بعض الأحيان . ثمّة حالات أخرى من النوم التخشبي وصفت وكأنها دامت خلال سنين . وليس هذا النوم غير نوم من حيث الظاهر . فالمرضى واع . إنه يسمع كل ما يحدث حوله ، ويبقى مع ذلك دون استجابة ولا دفاع ...

يمكن أن نحدث التخشب بواسطة التنويم المغناطيسي . فالتخشب اضطراب في المبادأة الحركية . والمتخشب عاجز عن أن يتحرك بصورة عفوية ، فيحتفظ بالأوضاع العضلية التي فرضت عليه . وثمة بعض الاضطرابات العصبونية التي تستطيع أن تسبب التخشب ذات منشأ هستيري * كذلك . فتظهر النوبة ظهوراً عنيفاً مصحوبة بقساوة الأعضاء ، ويأخذ الجذع شكل قوس الدائرة . وقد يدوم التخشب الهستيرى (شلل) سنين الى أن يشفى شفاءً فورياً بالعلاج النفسي والكهرباء والصدمة الانفعالية . من هنا منشأ

الخاصة « الحارقة » لبعض صور الشفاء من الشلل التي تبقى الكنيسة تجاهها دائما في موقف الحذر الكبير .

يبقى التخشب عرضا يتصف بأنه موضع جدل كبير بالنظر الى عدد الأسباب النفسية التي يمكن أن تولده .

Arriération Affective : تخلف وجداني :

تلك هي الحال في العديد من العقد * ، وبخاصة عقدة أوديب * . ويبقى الفرد متعلقا ببعض ظروف الماضي ، ولا يستطيع اذن أن يتكيف مع الأوضاع الجديدة التي تبدو له . عندئذ ، ذلك هو الإخفاق * والحصر * والعصاب * ، الخ .

تبدو التخلفات الوجدانية في كثير من الميادين : كالجنسية * والشعور بالدونية * والخجل * والكبت ، الخ . فالعلاج النفسي العمقي ينتشل الفرد ذهنيا من ماض يبقى متعلقا به . وعلى هذا النحو ، يمنحه وجدانية سوية .

ليس للتخلف الوجداني علاقة بالتخلف العقلي ، أي الضعف العقلي

Atonie (du grec = manque de ressort et de تراخ : *

tension)

التراخي نقص في « التوتر » العصبي ، مصحوب بارتخاء عضلي يتركز في الرحم والمعدة والأمعاء غالبا . ويضعف الوهن * وبعض ضروب الإنهاك * قدرة العضلات على التقلص ، وتعيق المريض أحيانا عن أن ينتصب واقفا .

Tolérance : تسامح :

إنها لكلمة خطيرة ! أن يكون المرء متسامحا يعني أنه « يتسامح » ... أي يقبل آراء الآخرين قبولا يصحبه التنازل * على الغالب . ويكشف هذا النوع من التسامح عن شعور بالفوقية وليس له أي قيمة .

والتسامح الحقيقي محبوب من الحكمة والذكاء الكبير . إنه يصدر عن الإيمان العميق بأن كل إنسان على صواب وفاق المرصد الخاص الذي وضع نفسه فيه . أليس المصاب بالاعتراب العقلي ، هو ذاته ، على « صواب » تجاه نفسه عندما يعلن حقيقة هو وحده الذي يعتقد بها ، ولكنه مقتنع بها ؟

تشاؤم : Pessimisme (du pessum = au fond)

يتصف التشاؤم دائماً بأنه عرض من أعراض قصور عضوي أو سيكولوجي . فالمتشاؤم « يرى كل شيء قائماً » ، وهو مهووم مؤلمة ، وكل شيء بالنسبة إليه عبث ، والأمل مات ... وقد يكون للتشاؤم أسباب لا يحصى عددها : وهن عصبي * وعقد * وعداوة مكبوتة * واضطرابات معدية ، الخ .

تصلب شرايين الدماغ : Artériosclérose Cérébrale

يظهر هذا المرض في البداية بسلسلة من العلامات : دوار وآلام في الرأس وفقدان الذاكرة المفاجيء و فقدان التوجه : فالفرد يعجز عن إعطاء اسمه أو الاهتداء الى طريقه . ويمكن أن يدوم فقدان الذاكرة بعض الساعات أو بعض الأيام ، ثم يعقبه بصورة عامة عودة الى السلوك السوي .

ثمة تغيرات مفاجئة في الطبع تتجلى كذلك . فالفرد يثور غضبا دون دافع ، ويصبح صاخبا لا يحتمل ، وييدي وقاحة وبعدا كبيرا عن اللياقة . ويدرك المريض عجزه الدماغى في بعض الأحيان ويتألم منه كما يتألم من فقدان عزيز . ويمكن لاكتسابه * أن يقوده الى السوداوية * المصحوبة بالقلق * . فيصبح ذا حساسية زائفة مفرطة ويبكي دون سبب .

ويمكن أن تكون أخطار هذا المرض الكبيرة : الشلل واضطرابات اللغة وتعذر تنفيذ بعض الحركات والصرع ، الخ . وقد يؤدي حادث خطير في بعض الأحيان الى العاهة ، كما هو الأمر في حال النزف مثلا . ويلاحظ أيضا انحطاط عقلي تدريجي .

ويصبح مفهوماً أن بعض المواقف الحرجة قد تبرز . إنها نتاج قصور عقلي وحلل في السلوك . وتلك اذن مشكلة برمتها ، طبية وقانونية ، تطرح نفسها .

Optimisme (de op timus = le meilleur) : تفاؤل :

التفاؤل حالة من الغبطة ناتجة عن سهولة التكيف * مع الحياة . والتفاؤل الواقعي ناجم عن توازن * جسدي ونفسي جيد وعن تخلص من كل ما يمكن أن يسبب الاضطراب لسلام الذهن . إنه يقوي العزيمة ويجعل الانسان متألماً : إنه لصاحب فضل على الانسانية .

Instabilite (de in = sans, et stabilité = solide) : تقلب ، عدم استقرار :

تقلب الطبع * عرض قصور على الغالب . وهو يشبه عندئذ تقلب الخلق * . فكل شيء منوط اذن بشدة التقلب والسبب . ويبدو بعض الأشخاص أنهم يتصفون بالطبع المستقر في حين أنهم متوقعون كالحلزون الذي يحتمي بقوقعته . فدراسة التقلب تشكل اذن جزءاً من فحص الطبع * .

ويتصف الطفل المتقلب بقلة المثابرة وعدم الطاعة وكثرة الطلبات ، ويميل نحو التسكع والهرب المؤقت من المنزل . ويستحوذ على الراشد المتقلب الطبع حاجة الى المغامرات ، فيصبح ذا قضية ، متشرداً ، متسكماً ... وهذا النوع من التقلب موجود في الذهان الهذائي * والتقلب الانفعالي الدوري .

Adaptation (de adapter = ajuster) : تكيف :

التكيف استجابة يبدل بها الشخص سلوكه لكي يستجيب الى الظروف .

تتطلب الحياة الانسانية جملة هائلة من التكيفات الجسمية والسيكولوجية على السواء: تكيف مع تغيرات الحرارة ووضع جديد وصدمة انفعالية، الخ... وتنتجم غالبية العقد * عن « فشل » في التكيف. إن عدم التكيف شائع في السنين الأولى من الحياة: عدم تكيف الأطفال مع الآباء، مع الوسط المدرسي، مع ولادة أخ صغير أو أخت صغيرة، الخ... وضروب عدم التكيف في حياة الراشدين كثيرة أيضا: عدم التكيف مع الجنسية، مع الديانة، مع الخدمة العسكرية، مع الوظيفة، مع الزواج، الخ... ونقص التكيف سبب غالب من أسباب العصاب * والصراعات الداخلية * .

فدراسة التكيف الانساني تقتضي قراءة هذا الكتاب قراءة كاملة... وعلى أي الأحوال، فإن إمكان التكيف مع الظروف كافة أمر لا يقدر بثمن بالنسبة الى الموجود الانساني. فهو إحدى علامات التوازن * الجوهرية.

Condescendance (de : تنازل :

condescendre = s'accorder)

« يتكرم » الانسان المتنازل بالتنازل الى مستوى انسان « أدنى ». وهذا التنازل، إياه، يتصف دائما بأنه عرض من أعراض ضعف أو انتهازية أو شعور بالدونية * . ألا يعجب بعض الأشخاص فعلا بتنازل « الرجال العظام » الذين « تفضلوا » بالنزول الى مستواهم؟ « إنه غير متكبر .. » ذلك هو شعورهم إزاء هذا الموقف. ولكن هذا الشعور الذي يلتقطه الشخص المتنازل يعزز اعتقاده الذي يحمله عن نفسه بأنه طيب جدا... فيعاني إحساساً بالصلاحيات والقوة، إحساس يحتاجه ليموه شعوره بالدونية * ...

ليست العظمة الحقيقية أبدا متنازلة. وكيف يمكن أن تكون كذلك والانسان العظيم حقا يجهل عظيمته؟

Contradiction (esprit de..) : تناقض (روح ال..)

إن روح التناقض تتصف دائما بأنها عرض من أعراض قصور نفسي أو انعدام التكيف * . إنها عرة * . فالشخص يتبنى عكس ما يقوله الآخر أو

• يفعل عكس ما يرغب . وهذه الروح آلية ولاشعورية بصورة عامة . فالعضلات تتقلص ، وقد يبلغ الفرد حد القيام بالحركة المعاكسة ... فيهرب بعض المرضى عندما يُنادون ويسحبون اليد التي طلب إليهم أن يمدوها ، الخ .

وقد تكون روح التناقض نتيجة عقدة * أو عدم تكيف مع البيئة كعدم تكيف الأطفال مع أبويهم .

وفي سن الرشد ، نعثر على روح التناقض غالبا لدى المصابين بالزهو * والشعور بالدونية * . فيعارض الفرد الآخر حتى يحصل على إحساس بالقوة والمعرفة . وذلك ما تبينه لنا رياضة قيادة السيارات والحياة اليومية أحسن بيان .

وفي علم الأمراض النفسية ، نعثر على روح التناقض لدى المصابين بالضعف العقلي * والهذيان * والخلط العقلي * ، الخ .

توازن : (Equilibre (de oequus = égal, balance)

ينزع كل مظهر انساني نحو التوازن ونحو السعادة التي تنجم عنه . فالمرض * ذاته هو رد فعل العضوية التي تحاول أن تسترد توازنا مهددا بالزوال . وكان الحصول على التوازن ، دائما ، هو الهدف البعيد لكل فرد . ألا يبحث كل انسان عن الهدوء ، عن أن يكون على وفاق مع نفسه ، وعن الانسجام ؟ فالطاقة * في حال التوازن كبيرة ، والعلاقات بين الدماغ والجسم على أفضل ما يكون التكافؤ ، والانفعالات * غير شديدة ولا تسبب الجلل . فلا إمكان للتوازن دون أن تسير الآلة الانسانية سيرا وظائفيا متناغما . يضاف الى هذا أن التوازن يقتضي أن يُرفع التسوس العقلي ، كالعقدة * والكبت * والشعور بالدونية * والحصر * والعدوانية * ، الخ ...

أليس التوازن الجسمي والعقلي هدف كل علاج نفسي ؟

تواضع : Modestie (de modeste = mesure, retenue)

إنني أفضل أن أذكر في هذا المجال مقاله رينان Renan : « من الصعوبة بمكان أن يبرهن الانسان على أنه متواضع بما أنه يفقد تواضعه في اللحظة التي يقول فيها إنه متواضع... ». فالتواضع كبير * مقنع على الغالب. وعلى هذا النحو، يبحث الفرد عن إعجاب الآخرين الذين « يبهروهم تواضعه ». ٩

يبدو انعدام التواضع غالبا لدى بعض العصائيين * الذين يحتاجون الى أن يعتقدوا أنهم عظماء، أقوياء، وذلك بسبب شعورهم بالدونية * والضعف. وانعدام التواضع هذا هو عندئذ عرض يزول في الوقت الذي يزول فيه العصاب (راجع أيضا « الزهو والكبر » في هذا المعجم).

- ج -

جشع : Cupidité

الجشع هوى * . إنه انحراف في غريزة المحافظة على البقاء. ويختلف الجشع عن البخل * . فالبخل يجمع الخيرات دون أن يصرفها، فيما أن الجشع يرغب في الاستمتاع بها استمتاعا ماديا ومعنويا. وهذا الهوى يدفع الجشع الى السرقات والاستغلال، الخ. والجشع عرض عيب نفسي ينبغي لنا البحث عنه.

جنون : Folie

الجنون تعبير قديم يدل على ضروب الخلل في الذهن. لقد اختفت تقريبا هذه الكلمة، التي تتصف بعدم الدقة الى حد كبير، من اللغة السيكولوجية وحلت محلها بصورة عامة كلمة ذهان *

Folie des grandeurs

جنون العظمة :

انظر في فهرس المادة : هذيان العظمة .

- ح -

Zoophilie

حب الحيوانات المرضي :

حب الحيوانات المرضي عطف على الحيوانات يتجاوز الحدود . إن كبار « محبي الحيوانات » هم ، على الأغلب ، أشخاص افتقروا الى الحنان ، ويشعرون بضغينة نحو الانسانية .

Amour-propre

حب الذات :

حب الذات شعور الإنسان بجدارته الشخصية وقيمه . وسواء وضع حب الذات في موضعه الصحيح أم لم يوضع ، فهو دائما ، على وجه التقريب ، علامة ضعف وشعور بالدونية . فمن كان قويا حقا لا يحتاج الى أن يستنجد بحبه لذاته على الاطلاق . إن حب الذات يعني إحساس الفرد بأنه مهدد . فهل يشعر الموجود القوي واقعا بأنه مهدد؟ وهل هو بحاجة الى أن يتذكر قيمته ... ما دام يصل الى حد يجهلها فيه ؟

الشخص المصاب بحب الذات عرضة للنزف * وسرعة التهيج * . إنه يهتم الى حد المغالاة بتقدير الغير وإكرامه .

Intuition (de in = dans, et tueri = voir) : حدس

الحدس كشف ينبعث فجأة . ويتيح الحدس معرفة مباشرة دون محاكمة ، ويولد الاعتقاد . فلا يتدخل أي حكم . وتكشف بعض الأمزجة * عن حدس طبيعي كبير . ويلاحظ أيضا أن بعض ضروب فقدان التوازن *

البيسط في الوجدانية * تشجع على الحدس، كالوهن النفسي * وفرط الانفعالية *، الخ...

ثمة حدوس مرضية. فالمريض يعتقد اعتقادا مطلقا بواقعية أوهامه. ومثل هذه الحدوس موجودة في حالات الغضب * والغيرة * والبغض *، الخ...

Bouderie

حَرْد :

الحرد تعبير عن العداوة « بصورة عكسية » اذا جاز لي أن أقول ذلك. ويتجلى الحرد بخرس كامل ومط للشفاه ونظرة هاربة، الخ. فلماذا يحرد الفرد؟ يحرد الفرد لأنه يشعر بأنه « أغيظ » وأرغم. إنه مقتنع بأنه على صواب، وهو من الاقتناع بحيث لا تجدي معه مناقشة. والحرد عرض شائع من أعراض الشعور بالدونية * والعناد * والمكابرة *. فالشخص يشعر، من جهة، بالصغار وبأنه هزأة. وهو، من جهة أخرى، يطيل من أمد حرده حتى لا « يظهر بمظهر المستسلم ». وعندئذ، يكفي أن يفعل الانسان شيئا بسيطا (نكدا، دعابة، الخ) حتى ينطلق ضحك الحرد وتنتهي الأزمة.

والحرد ظاهرة سوية الى حد كبير في بعض الأمزجة. أما في الحالات الشديدة الخطورة، فإن المرء يرى ظهور ضروب من الحرد الطويل الأمد دون أي داع مرئي. فيلتجىء الفرد الى ضرب من الخرس * الكلي، وينعزل عن العالم الخارجي، وينطوي على ذاته... ويبدو هذا النوع من الحرد في شبه الفصام *، وقد يشير الى بداية الفصام *.

Envie (de invidia = chagrin venant d'un

حسد :

bonheur d'autrui)

الحسد ضرب من الحقد * الشرس، الأصم، الداخلي، الذي يمليه ما يتمتع به الآخر من مزايا. وينجم الحسد من الشعور بالدونية * أو المهانة.

وعندئذ ينشر الحسود فريات * يصل بها الى ضروب من اللمز بالغير شديدة
الحنسة .

حنين : (Nostalgie (du grec: retour de la douleur)

الفرد حافل بالحزن والأسف ، ويشعر أنه بعيد عن أقربائه . ولا تفتأ
العزلة والوحدة تعزز عذابه . يضاف الى هذا أن الحنين يجعل التكيف مع
الظروف الجديدة عسيرا .

وينشأ الحنين غالبا من ترك الانسان وطنه . وقد يؤدي به الى الكرب
* ، والنفور من الحياة ، بل وإلى سوداوية * حقيقية . إن حنين سجناء الحرب
ماثل أمام الذهن دائما .

حيوية : (Vitalité (de vitalis = force vitale)

ترتبط الحيوية بالمزاج * وحالة العضوية على الغالب . وهي مصدر
أعمال خصبة معطاءة . فالتكيف * مع الظروف يتم سريعا . وترتبط درجة
الحيوية أيضا بالمحيط والمناخ الجغرافي أي بالجبل والبحر والمناخ الذي يتوفر فيه
الأكسجين والمناخ الجاف الرطب .

وتعبر بعض الحيوانات الزائفة عن حالة من الهياج * أو القصور
الجسمي أو النفسي : كالوهن العصبي * والهوس * ، الخ .

ويمكن لبعض الأمزجة ذات الحيوية الجيدة أن « تكبح »
بالاضطرابات النفسية ، كالحصر * والكبت * والعقد * ، الخ .

- خ -

خرس : Mutisme (de mutus = muet)

يوجد الخرس عندما يحتفظ الشخص بالصمت في حين أن مراكز اللغة أو أعضاء الكلام سليمة لم تصب بأي إصابة عضوية .

ومن البدهي أن بعض ضروب الخرس ارادية ، كالخوف من أن يعرض الانسان نفسه الى الخطر مثلا . وقد يكون الخرس ظاهرة من ظاهرات « التحول » : فيصبح الفرد فاقد الصوت في بعض حالات الغضب * « المكثوم » مثلا . ويخلف النتيجة ذاتها بعض الانفعالات . وهذا النوع من الخرس موجود في الهستيريا * كذلك . فنحن اذن في هذا المجال أمام خرس لا ارادي موجود أيضا في الخجل * ، ناشئ عن كف * انفعالي .

يضاف الى هذا أن الخرس يحدث بفعل بعض ضروب الذهان * ، كالقصام * والذهان الهذائي * وهذيان الاضطهاد * والسوداوية * والخلط العقلي .

خلق : Humeur

أن يكون الانسان « حسن الخلق » (بضم اللام وسكونها) أو « سيء الخلق » أمر يتعلق بالظروف وبحالته الجسمية والنفسية الراهنة . فبعض الناس أولو خلق متوازن ، والبعض الآخر أولو خلق متقلب . وقد يكون الخلق « حاميا » متذبذبا . ولبعض الناس خلق « بارد » ، ويبدو أنهم لا يهتمون بالاحداث ويلبثون « بعيدين » عن الآخرين .

وهذا يبين أمرا مفاده أن الخلق استعداد جوهري في الموجود الانساني . وليس في يد الانسان ، على العموم ، أن يكون متصفا بهذا الخلق أو ذاك . فخلقنا مكوّن من جملة الفرائز والانفعالات التي تمنح استجاباتنا انطباعا

مستساغا أو منفرا . وينجم خلقنا عن مزاجنا ، سواء كان متفائلا ، فياضا ،
مرحا ، أم كان متشائما متجها « نحو الداخل » .

الخلق تعبير عن تكويننا الجوهري ، وتوازن خلقنا منوط بسير آلتنا
الانسانية سيرا وظائفا متناغما . ويبدو أن تعديل الخلق تعديلا آليا أمر تحدته
المراكز الموجودة في قاعدة الدماغ ، منطقة المهاد * التي درسناها في بحث
الطب النفسي الجسمي . وأي خلل في هذه المراكز يؤدي الى خلق مرضي ،
كالعصاب الهوسي الاكتسابي * والسوداوية * ، الخ ... وأي توازن في الخلق
ناشئ عن سير الدماغ سيرا وظائفا جيدا وعن التخلص من كل ما يمكن أن
يخلق الاضطراب في هذا السير الوظائففي .

— ذ —

Stupeur (de Stuper = engourdissement, : ذهول
hélétude)

الذهول توقف الفاعلية الجسمية والنفسية . فالوجه متجمد والنظرة
كثيبة . ولا يبدي المريض أي استجابة تصدر عن الوجدانية * ولا عن
الذكاء . فالجمود تام ، ويحتفظ الفرد بصمت عنيد ويرفض كل طعام في بعض
الاحيان .

وتبدو أشهر صور الذهول في السوداوية * . ولكن المريض يسجل كل
ما يدور حوله على الرغم من حالته . ويتوقف الذهول فجأة في بعض الاحيان
ليخلى مكانه الى استجابة عدوانية بصورة خطيرة أو الى محاولة الانتحار .

رباطة الجأش : Sang- Froid

رباطة الجأش حالة من الهدوء والوضوح في جميع الظروف . فلا تفلح الانفعالات في أن تفسد السير الوظيفي العضوي أو الدماغى .

يجب أن تكون رباطة الجأش الحقيقية عفوية ، دون جهد كبير ، وأن تكون حصيلة متوازنة ذكية .

وتحصل رباطة الجأش الزائفة « عندما يسيطر الانسان على أعصابه » ويتشنج « ويوقف استجاباته » . انها على الغالب ، محصلة تربية * مغالية في السلطوية ، محصلة كبت * ، الخ .

رياء : Hypocrisie (du grec = qui met un masque)

يقال عادة إن الرياء يلبس الرذيلة ثوب الفضيلة ... فالمرأى يتصنع العواطف النبيلة بهدف الاغراء أو السيطرة . ويبدو الرياء في العديد من ضروب العصاب * . فالعصابى يتظاهر بصورة لاشعورية على الغالب ، وبالتالي عن نية حسنة ، بعواطف الغيرية * . كل ذلك من أجل أن يبرز مزاياه بصورة أفضل وأن ينال اعجاب الآخرين . فالسيطرة بالرياء شائعة في السلطوية * . أما فيما يتعلق برياء الفضيلة الزائفة ، فانه يخفى دائما ، على وجه التقريب ، ضروبا من * الجنسية * .

فهل المرأى انسان مريض ؟ نعم ، انه مريض على الغالب . وعلى أي حال ، انه ضعيف دائما .

— ز —

Vanité (de vanus = frivole)

زهو :

يحاول المزهو أن يكون محط الانظار ، أن يبرز ، أن يحدث أثرا . انه يهتم بأن يلمع ، وهو شهو للاعجاب . وبينما يجعل الكبر من الانسان انسانا منطويا على ذاته بتعال وازدراء ، فان الزهو يفتح أبواب الرواق للمعجبين المبهورين . ويفعل المزهو كل شيء من أجل أن يعظمه الناس : فهو يشتري الأوسمة ، ويتحلل الألقاب ، ويلبس اللباس العسكري بصورة غير شرعية ، ويتبجح بالمآثر والمعارف ، الخ . ان الزهو هو هذيان العظمة بمقياس صغير .

ومن المؤكد أن الزهو البسيط ميل انساني سوي .. وحسبنا أن نفكر بالعدد الذي لا يحصى من « الاستعراضات » الجنسية الزاهية التي تبحث عن « البهر » . وهذا ما يحدث ، على السواء ، لدى عصافير الجزر التي تتباهى بألوانها ولدى الناس الذين يبرزون ربطة عنقهم الرائعة أو أجمل ما عندهم من ثياب ...

ويمكن ملاحظة الزهو في العصاب * والذهان * أيضا : فيوجه المدبح لبعض المرضى بأن توقعكم « لا يشبه توقعك الآخرين » .

ألا يبين هذا العيب ذو الانتشار الكبير شعور الناس بالدونية على نحو يدعو الى الاعجاب ؟ ...

— س —

Raillerie

سخرية :

« السخرية ملحة على الغالب ، مؤذية اذا تمت على حساب الآخرين ، مفيدة اذا وجهها صاحبها الى نفسه . فالساخر من نفسه يبدأ في أن يرى

نفسه بنفسه . وتلك انما هي بداية الوضوح . »

وتجعل السخرية من العواطف والافكار والهوس هزأة على الغالب . وسواء كانت السخرية ظريفة أو خبيثة ، فهي طعنة لا عاقبة لها . ولكن ثمة سخريات لاذعة تهكمية . وتخفي تلك السخريات ، في هذه الحال ، ألما يتطلب أن

يشفى .

Irritabilité : سرعة التهيج :

الرجل السريع التهيج هو الذي يستجيب استجابة عنيفة ، مصحوبة بالغضب أحيانا ، الى الظروف العادية . انه يبحث عن الخصام لسبب تافه . وسرعة التهيج هي ، على الغالب ، نتيجة وهن عصبي أو نفسي . وهي موجودة ، على وجه الخصوص ، في حالات التعب* والإرهاق* والوهن العصبي* . وتظهر صباحاً ، بصورة خاصة ، فترة عسيرة جداً بالنسبة إلى العصبيين . وسرعة التهيج شبيهة بالترق* غالباً .

Passivité : سلبية :

السلبية استعداد نفسي يبقى الفرد فيه دون دافع ولا مبادأة . وعندئذ يخضع للايحاءات* بسهولة . والسلبية موجودة في الوهن النفسي* وفقدان الارادة* والاكتئاب* والتسمم ، الخ .

Gatisme : سلس البول والغائط :

يتصف سلس البول والغائط على نحو جوهري بأنه فقدان القدرة على امساك البول والغائط . وينجم سلس البول والغائط عن سبب جسمي ، كشلل العضلات الصارة^(١) مثلاً ، أو عن انحطاط عقلي . وقد يستسلم بعض السلسين الى هوس الغائط* .

(١) — العضلات الصارة هي التي تراقب فتحة بعض الفوهات في الجسم ، كفهوة البول . والمقابل الفرنسي لها هو Sphincters « م » .

— ش —

Courage (de cor: valeur)

شجاعة :

تنجم الشجاعة الحقيقية عن قوة نفسية وجسمية كبيرة . فهي اذن طبيعية مثلما أن التنفس طبيعي . وهذه الشجاعة دائمة لا يستطيع أي شيء أن يمسخها .

Distraction

شرود الذهن :

الانسان الشارد الذهن هو الذي ينقل انتباهه نحو حال لا علاقة لها بالفكرة المطروحة الآن . وحالة العلماء « الشاردي الذهن » معروفة . انهم ، في الواقع ، يركزون على مسألة من المسائل . وهذا التركيز * يجعلهم شاردين ذهنيا بالنسبة الى كل ما ليس له علاقة بمسألتهم . وتلك هي آلية الكف * .

** وقد ينجم شرود الذهن كذلك عن ضعف في التركيز : وتلك انما هي حالة التلاميذ الذين يشردون بذهنهم عن أبسط الامور . ففي حالة العلماء ، ثمة افراط في التركيز ، أما لدى التلاميذ ، فهناك عدم كفاية في التركيز .

وشرود الذهن موجود في العصاب * والذهان * أيضا . ومثال ذلك ما يحدث للسوداوي * الذي يجتر أفكار الاثم التي لا يمكن لاي شيء أن يبعده عنها . ويبرز الوهن النفسي * ، على الغالب ، ضربا من النقص في التركيز مصحوبا بتشتت الأفكار .

Doute (de dubitere: hésiter)

شك :

يكون الشك سويا عندما ينجم عن فحص منهجي لوضع من الاوضاع . فنحن نتردد بين « نعم » و « لا » بسبب عدم كفاية الأدلة . فالمسألة عندئذ هي مسألة شك واضح ، ارادي ، لا يحدث غير حد أدنى من القلق .

أما الشك غير السوي فمفسر على الغالب . انه يخلق حاجة للتحقق باستمرار وللبداء من جديد بالافعال البسيطة جدا ، ويثير إنهاكاً * حقيقياً . ذلك هو شخص ، على سبيل المثال ، يرجع ادارجه مائة مرة لكي يتحقق بغيظ وحصر * من اغلاق الباب . وهذا هو طيبب يعذب نفسه ليل ونهار خوفاً من أن يكون قد أخطأ في كل وصفة من وصفاته ، الخ . وهذا النوع من الشك موجود في بعض صور العصاب * .

وفي بعض الأحيان ، يسيطر شك مرعب على جميع أفعال المريض الذي يعاني آلاماً كبيرة . انه لضرب من الوسواس * في هذه الحال .

شلل عام تدريجي أو مرض بيل : Paralyse générale progressive (ou maladie de bayle)

انه مرض عقلي ذو أصل سيفلسي مرتبط بآفات في الدماغ . ونوغوغي Noguchi هو الذي أوضح عام ١٩١٣ وجود لولبيات شاحبة في دماغ المصاب بالشلل العام . ويظهر هذا المرض ، بصورة عامة ، بين عشر سنوات وخمس عشرة سنة من العدوى بالسفلس . ويتجلى بالعديد من الاضطرابات العقلية التي تتسع تدريجياً . فالوهن العقلي الشامل ، وهذيان العظمة * ، وارتعاش اللسان والاصابع ، والانتعاش الهوسي * وأفكار الغنى غير المعقولة ، والسوداوية * ، هي العلامات التي تتكرر في هذا المرض كثيرا .

ومع أن الشلل العام التدريجي لم يكن يشفى من قبل ، فهو في أيامنا هذه ممكن الشفاء في كثير من الاحيان .

— ص —

صبر : Patience (de pati = endurer)

أن يكون الانسان صبورا يعني ، من الناحية الاشتقاقية ، أن يحسن معاناة الالم ويتجلد ويتحمل . فقوام الصبر أن يحسن الانسان انتظار كل ما

يتأخر عن موعد قدومه ... وقد يكون الصبر طبيعيا ، ولكنه عرض من أعراض قصور في بعض الأحيان . فبعض الأشخاص يبدون « صبورين » في حين أنهم ليسوا سوى لامبالين ، واهني العزيمة ، منطوين على ذواتهم . والصبر تعبير عن الحكمة والتحرر من الذات في الحالات السوية . فهو نتيجة القوة والوضوح .

صدمة انفعالية وصدمة وجدانية : Cohoc Emotif et Choc Affectif

راجع وجدانية * وانفعالية * في فهرس المادة .

Sincérité : صراحة ، وصدق :

يعبر الانسان الصريح عن عواطفه وأفكاره ورغباته تعبيرا لا يستره أي قناع . وسلوكه الخارجي ترجمة صادقة لما هو عليه داخليا . الانسان يكشف في أي لحظة من اللحظات عن تعاريج حياته الداخلية كشفا دون أي حجاب .

للصراحة ثلاثة أعداء : الخوف والكبت * والعقد * . ينبغي للصراحة أن لا تلبس في أذهاننا بقول البعض : « انني ، أنا ، أقول ما أفكر به ... » . فذلك قول هو أحد أعراض العدوانية .

Stigmatisées : صاحبات الندب^(١) :

حالة تميز نومان **Therese Neumann** ، صاحبة الندب في كونر سروت **Konnorsreuth** ، مشهورة . وكانت تصوم صوما تاما منذ ثلاثين عاما . فلم تكن تأكل في كل يوم غير قطعة خبز من القربان المقدس وتشرب

(١) - الندب جمع نذبة ، وهي أثر الجرح الباقي على الجرح « م » .

قليلا من الماء. وقد تم ذلك دون أن يظهر عليها نحول كبير. ولكن ما أثار الرأي العام على وجه الخصوص إنما هي الندب، ظاهرة ليست نادرة. فثمة صور من النزيف في اليدين والرجلين والخاصرة تظهر لدى بعض النساء، أو الفتيات الصبايا، في أوقات دورية. ويذكر المكان الذي تظهر فيه الندب بصلب المسيح وبخزنه العميق أيضا. وصاحبات الندب صوفيات * على الغالب، يصبين بحالة من الوجد * أو التخشب * عندما تحدث الأعراض الدامية. وفي ماضيهن، يوجد أحيانا مظاهر من الهستيريا * المصحوبة بالشلل والعمى الذي شفي بصورة مفاجئة. لقد أصبحت مثل هذه الحوادث نادرة في أيامنا هذه، ولكنها أثارت الدهشة الشديدة دائما. ومن الضروري أن يقف الانسان موقف المتحفظ من حوادث من هذا النوع كما تفعل الكنيسة من جهة أخرى. فالكثيرون يعدون هذه الظواهر واقعية على الرغم من أنها لا تزال غير ممكنة التفسير. ويمكن أن يبدو في الهستيريا والطب النفسي الجسمي * والتنويم المغناطيسي * أيضا ظاهرات من النوع نفسه.

Conflit

صراع :

لا بد من قراءة الفصل الذي خصصناه لبحث « التحليل النفسي » حتى يفهم القارئ هذا المصطلح فهما جيدا. فمن قال صراع قال : كفاح. ويظهر الصراع عندما يوجد تناقض بين عدة ميول من ميول الوجدانية * . ومثال ذلك احتمال وجود تناقض بين أحد الميول الجنسية وبين أخلاق الشخص، أو وجود تناقض بين دوافع عدوانية نحو أحد الأبوين وبين الاحترام والمحبة الواجبين عليه تجاهه، الخ. والصراعات الوجدانية سبب كثير من ضروب العصاب * والكبت * والعقد * .

Epilepsie

صرع :

تحدث الأعراض الصرعية بفواصل متفرقة. ويتسم الصرع بنوبات عصبونية نفسية حادة لها صور عديدة أشهرها النوبة العنكبونية المعقدة، نوبة

تصلبية انقباضية . فالمرضى يصرخ صرخة مجممة ، ثم يقع فجأة فاقد الوعي . ويبقى خلال ثوان في حالة من التصلب : وتلك إنما هي الفترة التصلبية . ثم تحدث انقباضات في العضلات ذات إيقاع . وتلك إنما هي الفترة الانقباضية . وتستمر هذه الانقباضات بصورة عامة حوالي خمسين ثانية . وبعد ذلك ، يبقى الفرد في حالة من اللاوعي والعمالة ، ويصبح تنفسه ضربا من الشخير . ويلاحظ ، على الغالب ، بأنه عض لسانه في أثناء النوبة أو أنه قد تغوط أو أمنى .

يسبق نوبة الصرع بحصر المعنى ، في بعض الأحيان ، ما نسميه إنذار الصرع : فالمرضى يشعر بحصر * حاد ولديه انطباع بالغرابة ... ويعود الوعي الى حالته السوية تدريجيا بعد الهجمة . ومع ذلك ، ثمة حالة من الخلط العقلي * تتوسط النوبة والعودة الى الوضع السوي .

الصور الأخرى من الصرع كبيرة العدد . فقد تنطلق وحدها أو تتناوب مع النوبات التشنجية . وإليكم منها ما هو أكثر شيوعا : تشنجات محددة في جهة واحدة ، فقدان الوعي والسقوط ولكن دون تشنج ، تصلب العضلات دون تشنج ، نوم مفاجيء عابر .

ثمة مظاهر صرعية أخرى : غيبوبات * ، اندفاعات * من الغضب * ، الخ . ويعقب ذروات المرض ونوباته فقدان الذاكرة * على الغالب . والخلط العقلي * عرض كبير من أعراض الصرع أيضا . وتنفجر في بعض الأحيان ، وبخاصة لدى المصابين بالضعف العقلي * ، نوبة من الغضب الحائق . وقد يؤدي هذا « الحنق الصرعي » بالفرد الى ارتكاب جريمة القتل دون سبب ارتكابا تصاحبه شراسة تنصب على المغدور . وتلك جريمة لا يعد الفرد مسؤولا فيها .

الصرع مرض منتشر يمكن اذن أن يكشف عن العديد من المظاهر التي تتدرج من النوبة الشديدة الى الغيبوبات * مارة ببعض ضروب الهرب

المؤقت . وكثير من المصابين بالصرع قادرون على العمل قدرة تامة . ولكن من البديهي أن يسند إليهم العمل تبعا للحوادث الممكنة .

أسباب الصرع متنوعة : رضوض في الجمجمة والتهاب دماغي * حاد وشلل عام * وتبولن الدم^(١) وتشنج نفاسي لدى النساء في حالة الوضع ، اللواتي لا تسير الكليتان عندهن سيرا وظائفا جيدا ، وورم ، ودمل ، الخ ...

Sérénité (de sernus = Sans nuage) صحو :

الصحو شبيه بالوداعة : الخلق مستقر ، هادىء ، متوازن . وينسب الناس الصحو الى الشيوخ بسخاء ، الأمر الذي يعد حجة ممتازة ليبرر الانسان ضروب خلله . ومع ذلك ، فليس ثمة ما يتصف بأنه خطأ أكثر من هذا : فلا عمر للصحو . ولا وجود للصحو أبدا دون فهم وتحرر الذات . ولا يُعدّ أي انسان متصفا بالصحو ما دام يعزو الى نفسه أهمية ما . والصحو ناجم عن قوة داخلية وعن انعدام التمزق الداخلي . وهو ذو علاقة أيضا بسير الدماغ سيرا وظائفا متناغما متحررا من حثالاته ، كالعقد * والكبت * ، الخ . ويحيط الصحو بكلية الأمور ويعيد الأحداث الى قيمتها الحقيقية .

Mysticisme (du grec = initié) صوفية :

تؤكد الصوفية ، من الناحية الفلسفية ، عجز العقل أمام المشكلات الإلهية الكبرى . فيبحث الصوفي عن حدس * خاص يتيح له الاتحاد مع الله . وهذا الحدس ، يذوب بالعالم الإلهي في أثناء الوجد * .

التأمل ، والزهد الذي يعد سيادة عظيمة على الذات * ، والدراسة ، والتحرر من الذات ، والوضوح ، كل هذا يمهد الطريق للصوفية . ويجتاز الصوفي ، من جهة أخرى ، امتحانات عقلية رهيبة وشكوكا * وحيرة مرعبة في

(١) - تبولن الدم : ازدياد نسبة البول في الدم « م » .

بعض الأحيان . إن عليه أن يتخلص من جميع معارفه الحسية والخيالية والعقلية . وعلى هذا النحو ، يصل تدريجيا الى حالة فائقة الوصف ، رائعة ، يستطيع أن يبلغها أصحاب النفوس العظيمة وحدهم .

وقد تكون الصوفية ، من جهة أخرى ، حالة روحية بعيدة الغور يشعر الموجود الانساني بها أنه متحد بالكون كله شعورا عميقا .

ومن المؤكد أن ثمة كثيرا من الصوفيين الزائفين . وتتميز الصوفية الزائفة بانحلال في الأنا . فالاشراف الهادىء وحرارة الرسالة مفقودان اطلاقا . والصوفية الزائفة موجودة في كثير من الأحيان في الهستيريا * . وبعض ضروب الذهان * أيضا تولد الصوفية الزائفة التي تصاحبها الهلوسات * والشبقية والآلام التي يحدثها « الشيطان » كالاغتصاب واللسعات والاستحواذ ، الخ ، وترافق هذه النوبات تشنجات عضلية وكلام بذيء وسباب .

— ض —

ضعف عقلي : Débilité mentale (de debilis =

incomplet, faible)

الضعف العقلي فقر كبير في الملكات العقلية يضع الفرد في حالة من العجز والدونية الاجتماعية . وللمصاب بالضعف العقلي عمر عقلي * بين سبع سنوات وعشر ، في حين أن اثنتي عشرة سنة من العمر العقلي ضرورية ليكسب الانسان رزقه .

يحتاج المصاب بالضعف العقلي الى الوصاية غالبا . ويعطى الحد الأقصى من التعليم الابتدائي دون تجاوز امكانياته ، وعندئذ يوجه نحو أعمال سهلة . فكل اختبار عقلي ، مهما كان بسيطا ، عائق لا يمكن تجاوزه بالنسبة الى الضعيف عقليا . وذاكرته ممتازة أحيانا في بعض المجالات ، كالأزمنة التاريخية والحساب العقلي والحوار الأدبي الطويل . ولكن وظائفه العليا شبه معدومة ،

فلا محاكمة ولا مبادءة. والضعيف عقليا سريع التصديق ويقبل الاجراء بسهولة. ولا بد له اذن من حماية ضد الانجذابات السيئة. فالبغاء، على سبيل المثال، يترصد الفتيات الضعيفات عقليا. والجنوح والسرقة المنظمة والإجرام هي، في بعض الأحيان، حصيلة الضعف العقلي غير المراقب. فالضعيف عقليا فريسة محددة تحديدا تاما بالنسبة الى رؤساء العصابات.

Rancune (de rancor = rancœur) : ضغينة :

الضغينة حقد لازب، دفين، يحتضنه الانسان كما يحتضن المرض. وهي في الواقع عناد * . إنها دائما علامة من علامات الضعف أو الخوف. فالفرد « يجتر » ضغائنه ويضيف إليها غالبا عناصر لا تطابق الواقع. والانسان القوي المدرك لا يشعر أبدا بضغينة مهما كانت ضعيفة.

— ط —

Energie (du grec = action) : طاقة :

تتيح الطاقة الطبيعية للإنسان أن ينتقل الى العمل مباشرة، دون جهد ولا تشنج. والطاقة الحقيقية لامرئية مثلها مثل الأناقة. ولكن كان على الانسان أن « يركز على أسنانه » ويستنجد بطاقته، فذلك إنما بسبب أنه فاقد لها. فالطاقة شبيهة بالارادة * في هذا المجال. إنها ينبغي لها أن تكون عكس التشنج والعناد * . فمن يقول « طاقة » فكأنه يقول « يسر » وسهولة في التكيف مع الظروف.

يبدو بعض الأشخاص أنهم أولو طاقة، في حين أن طاقتهم الزائفة هي التعويض * عن ضعف. إنها موجودة لدى الضعفاء الذين أصبحوا « متبجحين »، والخائفين الذين أصبحوا « فظين »، وموجودة لدى السلطويين، الخ. وقد درسنا جميع هذه الحالات في هذا الكتاب (انظر في فهرس المادة : التعب، الخجل، العدوانية، السلطوية، الارادة).

Caractère

طبع :

لقد درسنا هذا المصطلح في بحث « علم النفس التقني » .

Infantilisme

طفالة :

الطفالة، من الناحية الجسمية، توقف النمو في مرحلة الطفولة. فقد يكون لهذا التوقف انعكاسات نفسية، كما في الطفالات الناجمة عن أمراض الغدد، وقد لا يكون: فللفرد في هذه الحالة الأخيرة قامة قصيرة، ولكنه يبقى ذا جسم متسق ومتوازنا من الناحية النفسية.

والطفالة، من الناحية السيكولوجية، تخلف وجداني *، كما هو الأمر في الخجل * والعقد * والعصاب *. فالفرد سوي من الناحية العقلية أو قد يكون متفوقا من ناحية الذكاء، ولكن وجدانيته تبقى متعلقة بأحداث انقضت منذ زمن بعيد. وقد تكون التربية * التي أسيء فهمها، على الغالب، سببا من أسباب الطفالة السيكولوجية.

**Ambition (de ambire = demander avec
insistance)**

طمع :

الطمع بحث عن الغنى والمجد والشرف يتصف بالمغالاة والإلحاح في بعض الأحيان. فإذا كان الطمع يهدف إلى الخير والجمال والنبيل، كان مقبولا. أما بالنسبة إلى أهدافه الأخرى، فالأمر مختلف... إنه يبدو، بمظهره المرضي، في الزهو * والكبر *. وهو يُرى، في أغلب الأحيان، لدى فاقد التوازن والمصابين بالضعف العقلي * والهديان الهذائي *.

— ع —

Idiotie

عته :

العته حالة خطيرة من حالات العجز العقلي. فالمتعوه ذو عمر عقلي أقل من سنتين. إنه لا يتكلم، ويتصف بعدم الانتباه، ولا تتجاوز معارفه

معارف الطفولة الأولى على حد قول فورساک fursak . ويمثل العته أدنى درجة من درجات الضعف العقلي * . فالوجه غير معبر ، والفم مفتوح بحيث يسيل منه اللعاب . ويكشف الجسم ، كل الجسم ، عن توقف في النمو . ويخبط المعتوه في بعض الأحيان خبط عشواء ، ويخطم كل ما يقع تحت يديه ، ويوجه عدوانيته * ضد نفسه على الغالب . إنه لا يتعلم المشي إلا متأخرا . ويعجز في بعض الأحيان عن ذلك فيبقى قابعا في مقعده . ويندر أن يتجاوز عمر المعتوهين عشرين عاما .

Gaucherie

عسر :

يستعمل الأعرس يده اليسرى لإنجاز حركاته وإشاراته . وقد يؤدي الزام الأعرس باستعمال يده اليمنى إلزاما بينا إلى عدد من الاضطرابات : حركات غير دقيقة وبطء ولجلجة * وعرات * ، الخ . كما يمكن أن تثير مقاومة العسر أيضا البوال * (البول على السرير) وفرط الانفعالية * واضطرابات في الطبع * .

لا بد اذن من فحص الأعرس للتأكد من أن عسره عسر واقعي وأن جهته اليسرى هي الغالبة على وجه الاطلاق . ومع ذلك ، فمن الملاحظ أن العسر الكلي حالة استثنائية . يضاف الى هذا أنه لم ينقض زمن طويل على الفترة التي كان الناس يعدون فيها من يستعمل عسراه ، بل والمدرسة أيضا ، بمشابة موجود غير سوي ... ومن سوء حظه أن الآلات وشتى المواعين مصنوعة لأصحاب اليد اليمنى . فثمة إذن في هذا المجال ، مشكل سيكولوجي هام ينبغي لنا حله حتى نؤمن للأعرس نموا متناغما .

Spontanéité (de spontaneus = sans Contrainte) : عفوية :

العفوية موجودة لدى الطفل في حدها الأقصى . إنها تكشف عن جميع صور الفاعلية النفسية ، كالاندفاعات العاطفية والفضول الفكري والمبادأة الخ . وييدي الفرد العفوي صراحة * رائعة .

وغالبا ما تعد العفوية لدى الإنسان الراشد، في عالمنا المنحل، بمثابة علامة من علامات السذاجة وسرعة التصديق. أليس الإنسان ملزما في غالب الأحيان بإخفاء عواطفه واستجاباته؟ ثم ألا يقال إن « إخفاء العواطف » دليل على « السيادة على الذات * »؟

والواقع أن العفوية هي، على الغالب، مفعول طهارة النفس وثقة بالذات وبالآخرين. ومن البديهي أن بعض العفويات هي أعراض طفالة * يلاحظها المراقب الخبير مباشرة.

تختفي العفوية في بعض صور العصاب *، كالوهن النفسي، والاكتئاب والوسواس والكبت، الخ. وعودتها، في هذه الحالات، علامة الشفاء.

علاج نفسي : Psychothérapie (de psyché = esprit et therapeutes soigner)

يتصف العلاج النفسي بأنه مجموعة الوسائل التي تؤثر بوساطتها على مرض في الذهن أو على مرض جسمي سببه نفسي. لقد درست ضروب العلاج النفسي المشهورة في هذا الكتاب (انظر « علم اكتشاف الأغوار النفسية » في فهرس المادة.

علاج نفسي بالعمل : Ergothérapie

ذلك هو « العلاج بالعمل » الذي يطبق في بعض الأمراض العقلية بنجاح. إنه أساس شفاء معنوي، ويحقق إعادة التكيف الاجتماعي، ويخلق ميلا الى العمل المتقن. والبستنة هي التي ينصح بها على وجه الخصوص، وتلاقي قبولا حسنا لدى المرضى من الفئات الاجتماعية المختلفة.

Age Mental

عمر عقلي :

يمثل العمر العقلي درجة النمو الفكري . ويقاس برواثر * نفسية تقنية * .
ومن المؤكد أن العمر العقلي لا يتطابق مع العمر الزمني لدى الكثيرين . إن
اثنى عشرة سنة من العمر العقلي ضرورية ، كما ينص قانون سيمون Simon ،
لكي يكسب الإنسان رزقه . وللمصابين بالضعف العقلي عمر أقل من اثنى
عشرة سنة .

عناد : (Obstination (de ob et tenere = S'opposer)

العناد إحدى صور الإرادة التي تتصف بأنها بدائية جدا والتي لا يميزها
الناس منه في أكثر الأحيان . إنه صنيع الزهو * والحماقة ، ويمثل « توقف »
الدماغ توقفا حقيقيا . وقد نعثر على العناد أيضا في التخلف العقلي * والطفالة
* والخوف والشعور بالدونية * والعدوانية * والاندفاعية * ، الخ .

— غ —

غبطة : (Euphorie (du grec = bien porter)

إنها استعداد الخلق * الذي يحمل الانسان على أن يكون متفائلا
فرحا . والغبطة السوية ناجمة عن توازن * ذهني رائع وعن حياة عضوية تسير
سيرا وظائفا جيدا . فالغبطة والصحو * في هذه الحال توأمان .

ثمة غبطات غير سوية ترافق التقلب الانفعالي الدوري * ، وكذلك في
نوبة الهوس * التي تتميز بحالة من الغبطة المخيفة ، الكاركاتورية ، العبثية . وقد
تنجم الغبطة عن خاصية التخدير ، كالأفيون والحشيش والكحول والأثير ،
الخ ... يضاف الى هذا أن بعض المصابين بالضعف العقلي تغمرهم حالة من

الغبطة الغبية .

غريزة الأمومة إحدى أقوى الغرائز وأروعها. ومع الأسف، فقد توجد غالبا وقد شوهدتها العصاب * أو القلق. والأم القلقة تضخم مخاوفها الى حد المبالغة وتنقلها الى الطفل. فإذا سعل الطفل كان مصابا بالخناق، وإذا لعب تعرض الى خطر الموت في كل لحظة. ويدفع تشوه هذه الغريزة كثيرا من الأمهات الى احتياطات تتصف بالمغلاة يتحمل الطفل نتائجها. فالطفل يصبح مذعورا، جباناً، خجولاً، ويصل به الأمر الى أن يكون، هو ذاته، مصاباً بالعصاب * . ذلك أن الإفراط في الحماية سيء سوء انعدامها... وينبغي لنا أن لا ننسى أن العناية التي تهتم بأدق التفاصيل تدفع الى أن يتمرد الطفل أو المراهق الذي لا يستطيع أن ينمو عفويا. إنني أنصح بقراءة الفقرة المخصصة لـ « الأشخاص المنهكون » (انظر فهرس المادة).

ويمكن أن تختفي غريزة الأمومة في بعض حالات المرض العقلي، كالسوداوية * على سبيل المثال. وقد يحدث أن « تنقلب » غريزة الأمومة: فيصبح الحب بغضا * ونفورا. والمسألة هنا هي مسألة انحراف * في الغريزة يمكن أن يقود الى قتل الانسان طفله أو الى تركه، الخ. والكحول سبب هذا الانحراف في كثير من الأحيان.

غشيان المحارم : INCESTE (de in: sans, et Castus =

Chaste)

إنه الفعل الجنسي الناجز بين الأم والابن، الأب والابنة، الأخ والأخت. وتدين الديانة المسيحية غشيان المحارم إدانة صريحة. ومع ذلك، فإن فكرة غشيان المحارم في ذاتها ليست فكرة مخالفة للطبيعة، بالنظر الى أن ثمة جاذبية جنسية تظهر أليا على وجه التقريب عندما يتقابل الجنسان. ولكن لا بد من أن نفرق، في هذا المجال، بين جنسية وتناسلية تفريقا كنا قد درسناه في بحث التحليل النفسي * .

ويكشف الفعل الجنسي بين المحارم عن انحطاط في العاطفة الأخلاقية .
فالسكن في كوخ قدر والبؤس قد يسببانه غالبا . وعندئذ تتم ممارسة غشيان
المحارم بين أب مدمن على الخمر وابنته . إن نزع غشيان المحارم (نزع غريزي)
عادي الى حد كبير في التحليل النفسي * ، وبخاصة في الكبت * .

غضب : Colere (du grec = bile, fiel)

الغضب انفعال عنيف عدواني ، يحدث غالبا بفعل مضايقة أو هجوم
أو ظلم . ويسبب الغضب إثارة لفظية وحركية . فالتفريغ الانفعالي متقطع .
ويزيل انفعال الغضب هذا وعي * الإنسان الغاضب في بعض الحالات ، فيفقد
الرقابة على نفسه فقدانا تاما ، ويصبح « خارج ذاته » ، « لا يدري ماذا
يفعل » ، الخ . ويصاحب الغضب موكب من المظاهر : اصفرار واحمرار في
الوجه وارتعاش واضطرابات قلبية وتنفسية . وتبدو ظاهرات من التحول * في
بعض الأحيان : فيصبح الفرد معدوم الصوت ، أخرس ، مشلولا ... أو يقع
ميتا . ويشير الغضب غالبا الى استجابة لا تتناسب مع السبب الى حد كبير ،
إلا اذا كانت شحنة مبالغتة من العداوة * المكبوتة * ، من العدوانية
« المكظومة » ، من الاجترار الذهني الطويل الأمد ، من الغيرة * ، الخ .
وعندئذ ، إنما يكون الغضب غضبا « موقوتا » .

ويحدث الغضب ، شأنه في ذلك شأن كل انفعال عنيف ، انعداما في
السيادة على الذات ناجما عن سوء الانسجام الدماغي ، كالإنهاك * والإرهاق
* والانفعالية * والكبت * الخ . ولقد رأينا آليته في الطب النفسي الجسمي
* . ثمة كذلك ضروب من الغضب المرضي على سبيل الحصر : كالصرع *
والتسمم بالكحول * وبعض ضروب الهوس * والذهان الهذائي * ، الخ .

الغيبوبة إيقاف الشعور إيقافا مفاجئا عابرا. ها هو ذا الفرد في ذروة فاعليته، يعمل ويتكلم. وفجأة، يصبح « غائبا »، فيصفر وتجمد نظرتة ويقع فكره في فراغ تام. ثم يستعيد عمله وحديثه من النقطة التي تركهما فيها. ويعقب الغيبوبة في بعض الأحيان فقدان الذاكرة * . فلا سقوط ولا تشنج في الغيبوبة. وعندما يطول زمنها، يتفوه المريض بدندنات غير مفهومة ويتسكع، أو يستأنف الأعمال التي كان قد بدأها قبل النوبة استئنافا آليا. وتدوم الغيبوبات بعض الثواني على وجه العموم. وغالبا ما تكون « مرضا بسيطا » من أمراض الصرع * .

Altruisme (de alter = autrui)

غيرية .

الغيرية هي نزعة للعيش من أجل الغير ولعدم التفكير بغير الآخرين، وذلك بفعل صلاح طبيعي... أو بفعل فقدان التوازن السيكولوجي * . ثمة، بالفعل، غيرون مرضيون لهم من الغيرية ظاهرها، ولكنهم، في الواقع، يسترون شيئا آخر مختلفا عنها كل الاختلاف. فماذا يقول لاروشفوكولد la rochefoucauld ؟ (١) يقول: « سيعترينا الخجل غالبا من أروع الأعمال التي قمنا بها اذا اطلع الناس على جميع الدوافع التي صنعتها... » .

وفي الحياة الجارية، تولد السلطوية، في بعض صورها، ضربا من الغيرية المزعومة التي ينجم ما فيها من صلاح وكرم وعطف عن أنانية * عميقة. ويولد الشعور بالدونية * أعمالا غيرية في بعض الأحيان. فالفرد يحتاج، في هذه

(١) — لاروشفوكولد كاتب فرنسي في الأخلاق عاش بين ١٦١٣ — ١٦٨٠ على وجه التقريب . اشتغل بالسياسة واشترك في المؤامرات ضد ريشيليو ودخل الباستيل وذاق النفي . بدأت شهرته الأدبية عام ١٩٦٤ بكتابه « ملاحظات أو أمثال وحكم أخلاقية » . ونشر عدة كتب أخرى برهن فيها على معرفة عميقة بالعادات الأخلاقية السائدة في عصره وعبر عنها بأسلوب واضح بلغ « م » .

الحال، الى إعجاب الآخرين واعترافهم بالجميل من أجل أن يعتقد في نفسه أنه قوي... ثمة أيضا صور من الهوس * الحقيقي بالصلاح والإخلاص، صور سبق لنا أن عرضناها ونحن ندرس جانه * والأشخاص المزعجين *.

— ف —

فتور ، هدوء : Nonchalance (de non, et colère = être chaud)
chaud)

قد يكون الفتور أو الهدوء، وهو مظهر ذو وجهان، تعبيرا عن قوة هادئة واثقة من نفسها وعن ذكاء واسع صاف. فالطاقة تصرف على مهل دونما هياج. وما حاجة القوي الى السرعة اذا كان يرى حقيقة الأمور؟ واذا كان يعلم أن قوته تتيح له أن يبلغ هدفه بيسر؟

الوجه الآخر للفتور. هو وجه الرخاوة وعدم الاكتراث على الغالب. فيتباطأ الفاتر ويبدى قليلا من الاهتمام والتعجل والنشاط. وعندئذ، يكون أمر هذا العيب منوطا بمزاج *... أو بمرض.

فرية ، افتراء : Calomnie (de Calumnia = imposture)

تخلق الفرية خزيا وتشوه الشخص الذي يكون فريسة لها. ويتم ذلك بطريقة ماكرة راسخة. ويعلم كل منا أن « ثمة شيئا منها يبقى على الغالب... ». والفرية عمل مريض في كثير من الأحيان. وعلى العكس، يفترى بعض الظرفاء لجرد اللذة في صنع نكتة. ولكن أليس الظريف، على الغالب، مكتسبا يجهل نفسه؟ !

فساد الأخلاق ، انحراف أخلاقي : Perversité (de perveter = bouleverser, débaucher)

فساد الأخلاق هو انحراف عميق أو عرضي في الطبع * . إنه يحمل الفرد، وهو فرد مريض على الغالب، الى أن يؤدي الآخرين بصورة إرادية، دوافعه الى ذلك دوافع * مضادة للمجتمع. وقد يكون فساد الأخلاق عرضيا وعابرا. ويتجلى في أفعال من القسوة الجسمية أو المعنوية يتم تنفيذها تحت سيطرة الهوى * ، كالبغض * والغيرة والأهواء السياسية أو الدينية، الخ. ويشير فساد الأخلاق كثيرا من أفعال الدمار، كالتخريب دون سبب والعنف ضد الناس وهيجانات الجمهور عند إعادة تمثيل جريمة من الجرائم، الخ.

ويظهر فساد الأخلاق العابر لدى الطفل والمراهق، على الغالب. ويعود سببه في بعض الأحيان الى صراع * داخلي إزاء أحد أفراد العائلة. وعندئذ، يكون فساد الأخلاق شبيها بالبغض * وتعبيرا عن جرح معنوي عميق.

يشكل فساد الأخلاق المرضي سلسلة طويلة من الانحرافات. إنه يظهر في سن مبكرة. فالطفل الصغير شرس، عنيف، فوضوي، كذاب، الخ. وعلى هذا النحو، قد يصطدم المربون بصعوبات لا يمكنهم التغلب عليها. ذلك أن المنحرف الصغير ينفر من المجتمع. إنه يبحث عن إشباع رغباته وشهواته دون ذرة من احترام للغير. وتحرر ميوله دون وازع أخلاقي. فليس للتربية * سلطة عليه. لقد فقد هذا الطفل حسه الأخلاقي. وتلك، عندئذ، إنما هي الطريق السالكة نحو المخدرات والقمار والاحتيال والغش والسرقة والاعتصاب والحرق الإرادي * والبغاء... ونعثر على كثير من المنحرفين أخلاقيا في حالات جنوح الأحداث * .

✱ ويمكن تصنيف الانحرافات كما يلي :

أ - انحراف غريزة المحافظة على البقاء : إدمان المخدرات السامة * والنهم والبخل والجشع ، الخ .

ب - انحراف غريزة الأنسال : انحرافات غريزة الأمومة * والفيتيشية * والسادية * والمازوخية * ، الخ .

ج - انحرافات مكتسبة : تأثير البيئة وانتانات والتهاب الدماغ * ، الخ .

د - انحرافات كامنة : وهي انحرافات تنطلق مع عصاب * أو ذهان * .

فقدان الإرادة : Aboulie (de a: Sans, et boulé = volonté)

فقدان الإرادة نقص أو بطء في الإرادة ، درسناه في بحث « التعب » * .

يجعل فقدان الإرادة * البسيط إرادة الإنسان عسيرة ، بطيئة ، غير ثابتة . ففقدان الإرادة يبدد جهوده الإرادية ويوزعها في كل اتجاه . إنه يباشر العديد من الأعمال دون أن ينهي عملا منها .

أما فقدان الإرادة الشديد الخطورة ، فإنه يلزم المريض بأن يبقى في فراشه (هوس النوم) مهملا كل فاعلية اجتماعية . ونعثر على فقدان الإرادة في حالات الاكتئاب * والوهن العصبي * والوهن النفسي * ، الخ . أما في حالة السوداوية * ، فإن دمار الإرادة كلي . ويبقى الفرد في عطالة مطلقة خلال أشهر في بعض الأحيان يعاني كثيرا من هذا العجز الذي لا يفلح في التغلب عليه . وتنتج بعض ضروب فقدان الإرادة كذلك عن الإدمان على الكحول * . يضاف الى هذا أن بعض المخاوف المرضية * والوساوس تكشف عن عجز في الإرادة يجعل الشخص غير قادر على أن يتغلب على أعراضه المؤلمة .

يتميز فقدان التوازن النفسي بأنه يتعذر أن يكون للفرد وجود منسجم يستجيب لمقتضيات الحياة الاجتماعية. فكل فاقد توازنه النفسي يكشف عن نقص في التكيف * قد يكون قليلا أو كثيرا. وفقدان التوازن النفسي هو عكس الوجدانية * المنسجمة. ونحن ندرك جيدا أن عدد ضروب فقدان التوازن النفسي وسببها متنوعان الى حد كبير. وحسب المرء أن يتذكر بعض الشائع منها، كفرط الانفعالية * والوهن العصبي * والوهن النفسي * والوساوس * والتقلب الانفعالي الدوري * والذهان الهذائي، الخ، ليفهم ذلك. وقد درسنا الرئيسة منها في هذا الكتاب.

فقدان الذاكرة : Amnésie (de a = sans, et mnésis =

mémoire)

إنه اضطراب في الذاكرة يختلف شدة أو ضعفا. وثمة أنواع كثيرة من فقدان الذاكرة :

أ — الفرد عاجز عن أن يتذكر الأحداث حسب تتابع وقوعها. وهذا ما يوجد في حالة الخلل العقلي * على وجه الخصوص.

ب — الفرد ينسى الأحداث السابقة على مرضه.

ج — تبدو بعض الأحداث وكأنها نسيا منسيا. والواقع أن أثر الأحداث موجود. ويمكن الاعتقاد بأن النسيان الكلي لا وجود له. وتصعد هذه الظروف « المنسية »، في بعض الأحيان، على سطح الشعور مجدداً عقب بعض الظروف.

د — قد يكون فقدان الذاكرة ناجما عن أسباب انفعالية. فينسى الفرد

أمورا شديدة الألم بالنسبة إليه. وهذا النموذج من فقدان الذاكرة موجود في

الكبت *.

يضاف الى هذا أن الاضطرابات المرضية في الذاكرة شائعة جدا ومتنوعة في عيادة الطب العقلي: الصدمات الانفعالية *، الهستيريا *، ازدواج الشخصية *، النصرع *، الخ.

فقدان الشخصية : Dépersonnalisation

فقدان الشخصية شعور مؤلم جدا يعانیه بعض الأشخاص في الوهن النفسي * والاكتئاب * على وجه الخصوص. فالمريض ينتابه شعور بأنه ليس هو ذاته، ويبدو له العالم الخارجي غريبا، عجيبا، غير واقعي ...

إن لديه انطبعا بأنه لا يألف ما يحيط به. ويبدو له أن جسمه لا يخصه. وتتسع هذه الاحساسات لتشمل شخصيته برمتها في بعض الأحيان. إن فقدان الشخصية يتطابق دائما مع نقص في التوتر العصبي والسيكولوجي.

فكرة ثابتة : Idée fixe

الفكرة الثابتة فكرة لازمة تعيش بمثابة « طفيلي » في ذهن المريض. إنها ضرب من الوسواس * في بعض الأحيان. لقد درسناها فيما سبق من هذا الكتاب (انظر فهرس المادة).

— ق —

قلق : Anxiété (Anxiety)

القلق ضرب من التوعك الداخلي، مبهم وخفي. ويعاني الشخص شعوراً عميقاً بعدم الأمن دون داع موضوعي لذلك. فهو يخشى مصيبة وشيكة الوقوع أو حادثا، ويصف له خياله حوادث مرعبة في بعض الأحيان. دون أن يكون بمقدوره أن يبعدها عن ذهنه. وعلى هذا النحو، فإن الفرد في

« حالة إنذار » دائمة، ويعاني إحساساً أليماً بالعجز أمام الأخطار » التي يحس بأنها تقترب » .

والقلق موجود عادة في حالات الاكتئاب * والوهن النفسي * وغالبية ضروب العصاب * . فإذا ارتفعت درجة القلق ، أصبح حصراً * بكل مظاهره الكثيرة المؤلمة .

Crétin

قميء :

القميء : شخص منحل من الناحية الجسمية مع ضعف عقلي * .
والقمعاء مرتبطة بعجز في الغدة الدرقية . إنها موجودة في بعض القرى الجبلية على وجه الخصوص .

ك

كآبة ، حزن : Tristesse (de tristis = funeste, sombre)

الكآبة : حالة وجدانية سببها ألم معنوي . وتتجلى الكآبة بتحول في قسمات الوجه وانخفاض في نقاط التقاء الأعضاء وبطء في الوظائف الإعاشية وانطواء على الذات ، الخ . وقد تكون الكآبة ناجمة عن صدمة انفعالية تخلق دموعاً تنسكب مداراراً ، كما تسبب البلبلة والهياج * . إنها تنشأ غالباً من اكتئاب * : وعندئذ يكون الفرد عاجزاً عن « الخروج من حزنه » . وتلاحظ أيضاً في حالات الوهن العصبي * والفصام * في بداياته ، الخ ، الخ .

Cardiasol

كارديازول :

الكارديازول منتج ذو أثر تشنجي ، مستعمل في علاج بعض الأمراض العقلية . يسبب العلاج بالكارديازول حصراً * شديداً في أكثر الأحيان . وقد حلت محله الصدمة الكهربائية غالباً .

Orgueil (de urguol: Supérieur)

كِبْر عَجْرَفَة :

يبالغ المتكبر، على العموم، في تقدير قدراته، واقعية كانت أم خيالية. ويرتكز الكبر على نوع من الإحساس بالفوقية. فقد يكون الإنسان متكبرا باسم عائلته، بثروته أو بفقرة، بتفوقه الفكري... ويشعر بعض الناس بالكبر لأنهم يتألمون بصمت، ولأن الآخرين لا يعلمون شيئا عن ذلك. وثمة بعض الناس المتكبرين بكبرهم، وتلك ثلاثة الأثافي. فالموجود الانساني يستمد تفوقه من حيث يستطيع أن يستمده.

الكبر الحقيقي نسيب قريب للزهو * . إنه إنما هو دائما عرض، إما عرض لضعف أو عصاب * ، وإما لكبت * أو مهانة أو شعور بالدونية * ، الخ...

ويتجلى الكبر بالتشنج وقلة التسامح * والاحتقار والعداوة. ومن المؤكد أن عشرة المتكبر ليست أمرا مستساغا.

ويلاحظ الكبر، في علم الأمراض العقلية، لدى المصابين بالذهان الهذائي * وهذيان العظمة * والهوس * . والكبر موجود في حالة التخلف العقلي * بكثرة.

Cafard

كَرْب :

« أن يصاب الإنسان بالكرب »، في اللغة الشعبية، يعني أنه في حالة من الاكتئاب * أو الحنين * . وبهذا المعنى يتصف الكرب دائما بأنه عرض من أعراض قصور جسمي أو نفسي، آني أو مستمر.

Haine

كره ، بغض ، حقد :

يتجلى الكره في صور كثيرة: كره الناس الآخرين، كره الإنسان نفسه، عدوانية * ، غيرة * شرسة، انتحار وجريمة... فهل الكره، ذو

الانتشار الواسع، خاصية خالدة من خواص الوجود الانساني؟ تتصدى جميع
السيكولوجيات الفردية أو الاجتماعية لمشكلة الكره. إنه شبيه بصفيحة من
الفولاذ تتحطم عليها أروع الاندفاعات... فمن أين يأتي اذن منبعه السام؟

هذا المصدر شديد الاتساع: إنه ينشأ دائما من الخوف والعجز
والإحباط * والمهانة... سواء كانت جميعها واقعية أو كان خيال الفرد هو
الذي يتدعها. والكره سوي في بعض الأحيان اذا كان عابرا. ولكنه مرضي
عندما يدوم. فالضعفاء يبحثون عن إقصاء المهم، وإنه لأمر طبيعي. إنهم
يبحثون عن تدمير سبب هذه الآلام. ففي بعض حالات الغيظ، يشعر
الضعيف إذن بالكره، يكره الناس الآخرين، يكره بلداً من البلدان أو ديناً
الأديان، يكره نفسه. وأي طفل مهان، على سبيل المثال، لم يشعر بـ
« هبوات » من الكره ضد من أهانه؟

يضاف الى هذا أن الكره يدفع بعض الضعفاء الى تدمير ما يقف في
وجه رغبتهم في التملك، كما يحدث في الغيرة لدى الأطفال أو الراشدين مثلاً.
والسبب في ذلك أن هؤلاء الضعفاء يحسون بالعجز، والتملك المطلق لموجود من
الموجودات يشعرهم بالسيطرة والقوة... وعلى هذا النحو، نعثر على مريرين
سلطويين * يشعرون بكره أولئك الذين يأبون أن يستسلموا لـ « الذل ».

ويبدو الكره في السادية * الجنسية أو المعنوية. فكل مظهر من مظاهر
السادية هو علامة عجز حائق هدام.

والكره موجود كذلك بين أناس يتشابه العجز لديهم: ومثال هذا الأمر
كره بعض الخجولين خجولين آخرين.

وما هو شأن كره الإنسان نفسه؟ إن الشخص يكره من أهانه ما يسبب
له الذل ويجعله صغيراً، كالعقد مثلاً. فماذا يفعل بعض هؤلاء الضعفاء
عندئذ؟ إنهم يبحثون عن إزالة سبب عجزهم، فهلكون أنفسهم وهم يتعذبون

ويتحطمون معنويا. وأحيانا يتجاوزون ذلك الى الفعل المادي ويوجهون الى أنفسهم الضربة القاضية التي تضع حدا لإحساسهم الدائم بالخوف ...

ولكن كانت العدوانية * سوية في بعض الأحيان، فإن الكره الدائم هو عرض من أعراض عصاب * أو ذهان * أبدا.

كسل : Paresse (du grec = défaillance, relachement)

لا بد من أن يعالج الكسل طيب أو عالم نفس . ذلك أن كل موجود نشيط بصورة طبيعية ، طفلا كان أم راشدا . فالطفل الكسول طفل ساخط أو مريض . وقد ينجم الكسل عن تشوه في الطبع * : نقص في الاهتمام ، نقص في تذوق القيم الجمالية ، انحراف اخلاقي * ، الخ . وقد يسببه بعض الانحرافات في الخلق * أيضا ، كفرط الانفعالية * والاكثاب * وعدم استقرار الطبع . ويمكن أن يرتبط الكسل باضطرابات جسمية أو نفسية عديدة : اضطرابات معوية ، تعب * ، فقدان التوازن العصبي الاعاشي * ، سير الغدد الصماء سيرا وظائفيا سيئا ، عدم التكيف * مع الوسط العائلي أو المدرسي ، نفور من العمل ، تشنج ، كبت * ، الخ .

أن يكون الانسان كسولا يعني أن الاهتمام بعمله مفقود . فعلى الذي يمارس العلاج النفسي والمربي أن يكتشفا مصدر هذا فقدان .

كلية : Cynisme (du grec = chien)

كان للكليين فرقتهم التي أسسها أنتيستين Antisthène تلميذ سقراط الشهير . ولما كانوا يزعجون المارة بسخرياتهم * ، فقد شبههم البعض بالكلاب . ان لهم في العصر الحديث من يتابع اتجاههم . فالكليبي : يهز الاعتقاد ويتصدى للمجاملات ويسخر من القشرات السطحية في الأخلاق ...

وقد تكون الكلية تعبيرا عن ذكاء واضح يلاحظ الاشياء بوضوح *
عدسة فوتوغرافية . وقد تكون عرضا من أعراض وهن عميق ، كما هو الأمر في
حالتى روح الدعابة والسخرية .

ولكن أليست الكلية التي تفهم فهما جيدا ضرورية ، على الغالب ،
من أجل أن تهز عالما يغط في نومه ؟

— ل —

Indifférence

لامبالاة :

اللامبالاة حالة من حالات الوجدانية * التي لا يعاني بها الفرد أي
عاطفة ازاء الأحداث الخارجية . فاستجاباته معدومة . واللامبالاة موجودة ،
على وجه الخصوص ، في حالة الاكتئاب * . كما توجد في حالات الذهان *
وفي الفصام * على الأخص .

Bégaiement

لجلجة :

الجلجة خلل في اللغة . وهي عيب شاق جدا ومؤلم من الناحية
المعنوية . انها تشبه العرات * والانفعال * والمخاوف المرضية * والوساوس * .
وتكشف الجلجة عن اضطرابات عديدة ، تأتي اضطرابات اللفظ في المقام
الأول منها . فاما أن يردد اللجلاج ترديدا تشنجيا مقطعا واحدا ، واما أن
تنحبس أعضاء الكلام في ضرب من التشنج يعقبه تحرر الكلمات المتسارعة أو
الانفجارية . ويبقى اللجلاج مصابا بالعطالة وكأنه بمثابة الغائب قبل أن يبدأ
الكلام .

ثمة مظاهر عديدة ترافق اضطرابات الكلام دائما : فعيوب التنفس
موجودة : شهيق وزفير معيبان ، وتشنجات في فم الحنجرة . يضاف الى هذا
أن الفرد يكشر ويكشف عن عرات * ويلوي فمه . وهناك تشنج في اليدين ،
وضرب الأرض بالرجلين ، وتقطيب في الحاجبين ... كما يهتمم اللجلاج بين
أسنانه بالشتائم عندما ينحبس على مقطع من المقاطع انحباسا عسيرا .

وليست اللجلجة دائمة أبدا . فهي تزول في الغناء ولو كان أمام
الآخرين . ولكنها تتعزز بالانفعالية * والوجل * والتعب * أو بالانتباه الذي
يوجهه الفرد الى صعوباته . ومن الملاحظ أيضا أن هذا العيب يتضاءل في
العفوية * وفي حال الدفع العاطفي .

لقد ساد الاعتقاد زمنا طويلا أن اللجلجة ناشئة من فرط الانفعالية * .
ومن المسلم به أن اللجلاج انفعالي . ولكن هذه الانفعالية هي ، على
الغالب ، نتيجة من نتائج الشعور بالدونية * الذي تسببه عاهته . وعندئذ
تموضع في أعضاء الكلام .

البحث عن الأسباب بالغ الأهمية . ولقد اكتشف منها الكثير :
انفعالية * وصدمة انفعالية * وعسر * ومضايقة المربين واضطرابات عصبية ،
الخ . ومن الملاحظ كذلك أن الصراعات الانفعالية * موجودة في الصف الأول
على الغالب : صراعات داخلية ناشئة عن المناخات العائلية أو المدرسية ،
خوفا لاشعوريا * من أحد الأبوين وكبتا * وعقدا * ، الخ . ثمة اذن تخلف
انفعالي * في هذه الحالات .

فما هو العلاج ؟ لا بد من تدريب اللجلاج على الإيقاع التنفسي تدريبا
جديدا بشتى التقنيات ، ولا بد من مراقبة نبرته وسيلان الكلام عنده
ووضوح الفكرة كذلك . وثمة تمرينات من « الاسترخاء » العضلي . وقد
تكون تقنية اليوغا * مفيدة كل الفائدة . ومن المؤكد ان العلاج النفسي ينبغي
له أن يتدخل اذا وجدت صراعات داخلية أو عصاب * أو عقد * . ولا بد

من التخلص من الشعور بالدونية * بما أنه يعزز الخوف المرضي * من الكلام . ويعطي التحليل النفسي نتائج ممتازة .

Libido

ليبيدو :

الليبيدو ، بالمعنى الأضيق للكلمة ، هي الاندفاع الجنسية والبحث عن الاشباع الجنسي . وهي ، بالمعنى الأوسع ، الطاقة * النفسية أيا كان هدفها .

— م —

Incendiaire

محرّق :

الحريق عرضي في بعض الأمراض العقلية . انه حصيلة أفعال جامحة . وقد يحدث الحريق الارادي بقصد الايذاء . وهو موجود لدى بعض فاقدى التوازن * أو في بعض حالات الذهان * كهذيان الاضطهاد * . وتدفع الغيرة * والحقد * والانحراف الاخلاقي * والضعف العقلي * والزهو * الى اشعال الحرائق الارادية كذلك .

☆ وقد يكون الحريق نتيجة وسواس * يسمى (هوس النار) . فنحن أمام مهووس حقيقي بالنار يكافح بشراسة ضد اندفاعاته * المتعارضة مع أخلاقه ، شأنه في ذلك شأن جميع المهوسين . وعندما يثير هذا المهووس حريقا ، فذلك انما يكون ، على الغالب ، عقب مرض عضوي أو اكتئاب * ، الخ ..

Entêtement (de testa = Carapace, Coquille) : مكابرة :

المكابرة صورة من صور العناد * الأحمق المضحك . انه انجاس عقلي حقيقي تنحطم كل محاكمة تواجهه كما يتحطم الزجاج . فالمكابرة متختم

بالأحكام المسبقة والآراء الجاهزة وسبق الظن . تستر المكابرة في بعض الاحيان حالات من التخلف العقلي * ، كما تحجب شعورا بالدونية . بيد أن الامر الذي يعد ثلاثة الاثافي أن الناس يخلطون أحيانا بين المكابرة وبين الارادة * .

— ن —

Susceptibilité (de suscipere = Prendre) : نَزَق :

النزق غير سوي على الدوام ، وهو باستمرار امارة من امارات ضعف . انه موجود ، على وجه الخصوص ، في جميع حالات الشعور بالدونية * تقريبا . فيشعر العصابي * بالذل والاهانة لأتفه الأسباب ، ويعاني الضغينة لهذا « السبب التافه » عينه ، بل الحققد أيضا .

ويمكن الاعتقاد بأن هذا العيب دليل الزهو * الانساني . ولكنه يكشف ، بصورة خاصة ، عن أن الانسان الضعيف يخاف أن يرى على حقيقته . ومن السهولة بمكان أعاظته ، وذلك لأنه يشعر أنه في حالة من عدم الأمن ومن الخوف . فمن المنطقي اذن أن يبحث عن الظهور بمظهر الكامل الواثق من نفسه . انه اشبه بالفرد الذي لا تحوي جيوبه غير بعض الدرهمات ، ولكنه يشهر مسدسه منذ أن تمتد يد اليها ... وربما لا يتمنى من وراء ذلك غير أن تُلقي عليه التحية .

ويبدو النزق في جميع صور السلطوية * التي مرتكزها العجز والضعف . ومن البديهي أن يكون موجودا في الزهو * والكبت كذلك . ألا يخشى هؤلاء الاشخاص أن يكتشف الناس أن حقيقتهم لا تتطابق مع ظاهرم على الاطلاق ؟

ماذا نريد أن نثبت من كل ذلك ؟ انني أريد أن أبرهن على أن كل ظل
من ظلال النزق يختفي منذ أن يتحرر الانسان من ضعفه ويبلغ التوازن
الواضح ...



هذَر : Logorrhée (du grec = discours et je coule)

ان الهذر هو الحاجة المرضية الى ثرثرة ليس لها نفاذ ، تدور أحيانا حول
موضوع واحد ولكنه غير متماسك على الغالب . ويوجد هذا « المرض » لدى
مجرد الثرثار الذي يتكلم « كلاما لا معنى له » ، وبصورة خاصة على نفسه .
كما يوجد أيضا في التفاهة الحمقاء لبعض الاجتماعات العالمية . الخ ...

ويبدو الهذر ، من وجهة نظر علم الأمراض ، في كثير من الأمراض
العقلية ، وبخاصة في الهوس * والهلوسات * والذهان الهذائي *

هذيان ارتعاشي : Délirium Tremens

راجع مصطلح ادمان على الخمر * .

هذيان النفي : Négation (délire de...)

لا يعترف المريض أبدا بما هو بديهي ، ويدعي أنه لا يتنفس ، وأن قلبه
قد كف عن التنفس ، وأنه دون رثتين ودم وأمعاء الخ ... بل انه ينفي غالبا
وجود العالم الخارجي . وهذا الهذيان موجود في بعض صور الذهان * ،
وبخاصة في السوداوية * .

Hallucination

هلوسة :

يتصرف المريض في الهلوسة وفق احساسات وادراكات سمعية أو بصرية لا وجود لها في الواقع .

عدد الهلوسات واسع جدا ، كهلوسات الرؤية والسمع والذوق والهلوسات التناسلية ، الخ ... ولن أذكر منها غير الاكثر شيوعا .

فبعض الهلوسات البسيطة جدا سوية ويومية ، كالوميض والطنين ، الخ .. الأحلام الليلية وصور ما بين اليقظة والنوم هلوسات سوية .

✚ ✚ أما الهلوسات المرضية ، فانها تشوه الواقع . يرى المريض بقعة على الباب فيعتقد أنها عنكبوت مرعب . ويستجيب عندئذ استجابة ذعر أو هرب أو هجوم ، الخ . ففي هذا المجال اذن ، ثمة واقع مشوه هو البقعة .

وتظهر بعض الهلوسات الاخرى دون سند من واقع خارجي : فيسمع الفرد أصواتا ويرد على أقوال أشخاص خياليين ، ويناقش محدثين غير مرئيين ، ويسمع تهديدات ، ويجمد نظره في مكان معين . انه يدافع عن نفسه متخذا متراسا ، واضعا سدادات في أذنيه ، صانعا شاشات تحميه من الموجات التي « تلتقط فكره » . وتدعي بعض النساء المصابات بالهلوسة أن أحد المضطهدين قد اغتصبهن ، الخ . (انظر هذيان الاضطهاد في فهرس المادة) .

أسباب الهلوسات عديدة ، أهمها : اصابة المراكز العصبية باضرار والتسمم والصرع * . ويقدم « الهذيان الارتعاشي » مثلا عن الهلوسات الفظيعة .

ويتصرف المرضى بصورة مؤكدة كما لو ان هلوساتهم مطابقة للواقع . فيهربون أو يهاجمون ، وعلى هذا النحو يصبحون خطرين جدا .

وتبدو بعض الهلوسات كذلك في الهوس * والسوداوية * وبعض
ضروب العصاب * ومنها الوسواس * على وجه الخصوص . ولكن ، بما أن
المرض هو العصاب * ، فإن الفرد لا يعتقد بواقعية الهلوسة .

Onirisme

هلوسة بصرية :

الهلوسة البصرية ضرب من الهلوسة . فقد تكون سوية ، كالهلوسة
لدى النائم الذي يحلم . ولكن ثمة العديد من الهلوسات البصرية الناجمة عن
ظروف مرضية ، كالانتان والتسمم والكحول * والصرع * والذهان * .
وهناك صور أخرى من صور الهلوسة البصرية ، كأحلام اليقظة التي يبحث
الفرد بوساطتها عن أن يفر من الواقع .

Manie

هوس :

معنى هذا المصطلح من الناحية الاشتقاقية : جنون ، هوى مشوش ،
غضب الهوى ... والشائع أن هذه العرات * المستبدة التي يعانها ملايين الأفراد
تسمى « هوسا » . « فخر الكفاة إنجليزية » .

والهوس في لغة علم النفس ، ذهان * خطير درسناه في فصل
« العصاب والذهان » .

له وهو: حالة من التنبه الكاذب النفسي والمهم

Copromanie

هوس البراز :

هوس البراز هو ميل لدى بعض المرضى العقليين الى أن يلوثوا أنفسهم
بغائطهم . انهم يلطخون به ثيابهم والجدران ، ويشربون بولهم ، الخ . ويوجد
هوس البراز في الحالة السوية لدى الأطفال . أما في الحالة غير السوية ، فيوجد
لدى المعتوهين * وفي بعض صور الهوس * .

هوس التخريب :

Clastomanie

انه جنون التخريب . فالمرضى يتلف كل الأشياء التي توجد في متناوله بأي وسيلة من الوسائل . ويوجد هوس التخريب لدى بعض المعتوهين * أو في هياج الهوس الاكتسابي * .

هوس التمدد :

Clinomanie

قوام هوس التمدد هو البحث عن وضعية المضطجع سواء في السرير أم في مكان آخر . وتكشف بعض ضروب هوس التمدد ، في رأي التحليل النفسي * ، عن عودة الى السلوك الطفلي : البحث عن المهد ، بل عن أحضان الأم . وقد تكون هذه الصورة من هوس التمدد وسواسا * حقيقيا بالنسبة الى المريض .

والى جانب هذه الصورة ، ثمة عدد من المرضى يلبثون ملتصقين بالسرير . والوهن النفسي * سبب غالب .

هوس الخمر :

Dipsomanie

انه الحاجة التي لا تقهر الى شرب جرعات قوية من الكحول . فهوس ادمان الخمر وسواس * حقيقي يكافح الفرد ضده عبثا .

هوس الخمر موجود لدى ذرية الكحوليين على الغالب ، وينبغي لنا أن نميز بينه وبين ادمان على الخمر . انه يتجلى بنوبات متقطعة تبدأ بمرحلة من الكآبة * الشديدة والاجترار الذهني .

هوس السرقة : (Kleptomanie (du grec = folie de voler)

هوس السرقة اندفاع * يزعج بالالاحاح . انه يدفع الفرد الى الاستيلاء على الشيء الذي يقع نصب عينيه . وهوس السرقة وسواس * حقيقي . فالمرضى يكافح بمحصر * ضد رغبته . والسرقة تريحه من هذا المحصر على

الغالب . ان كثيرا من المصابين بهوس السرقة نساء . ولكن من الصعوبة
بمكان ، في غالب الأحيان ، أن نكشف عما اذا كانت المسألة مسألة مرض
واقعي ... ما دام الاعتذار رائعا على الغالب . وعلى أي حال ، يوجد هوس
السرقة الحقيقي في بعض حالات فقدان التوازن * والاكتئاب * ، أو عقب
اضطرابات جسمية كالاياس * والحمل ، الخ .

Mégalomanie : هوس العظمة :

هذا المصطلح مرادف لهذيان العظمة الذي درسناه في فصل
« العصاب والذهان » .

Narcomanie : هوس العقاقير المخدرة :

هوس العقاقير المخدرة هو الحاجة الملحة الى تناول العقاقير المنومة . وهو
موجود لدى الافراد الذين يصابون بالارق * على الغالب . انظر كذلك
« باريتورية » في هذا المعجم .

Mythomanie : هوس الكذب :

انه ميل الى الكذب ، الى ابداع قصص محض خيالية برمتها ، الى
تصنع بعض الامراض . وقد اخترع هذا المصطلح دوبري Dupré عام
١٩٠٥ .

وهوس الكذب شائع لدى الطفل الذي يدفعه خياله الواسع المبدع الى
اختراع قصص رائعة يضحكها بما يأتيه من الخارج . وقد يحدث أيضا أن
يتارض الطفل بهدف الفوز باهتمام الذين يحيطون به وعنايتهم .

ويخترع بعض الاطفال روايات كاملة هم شخصياتها الرئيسة على
الغالب . وليس في كل هذا مما هو غير سوي شريطة أن يزول هوس الكذب
مع تقدم الطفل في العمر . ولكن الامر لا يتم على هذا المنوال دائما .

أما لدى الراشد ، فان هوس الكذب يكشف عن فقدان التوازن النفسي * أيا كان ذكاء الفرد . ويبدو أبسط هوس الكذب في الزهو * والشعور بالدونية والاستكمال * ، الخ . فالفرد يتبجح بمعارفه الخياليين أو غير الخياليين ، وبأعماله الباهرة ، ويلمّح بمهارة الى شيء معين « يرفع » مقامه في أعين الآخرين ، ويفخر بالسرعة التي قاد بها سيارته على الطريق ، ويحول لمصلحته ظروفًا تعرضه الى الذل ، الخ .

ويدلل هوس الكذب هذا في سن الرشد على ضعف عقلي * أو على تخلف انفعالي * . ونحن نفهم على أحسن ما يرام أن الفرد يفعل كل شيء ، في حالة الشعور بالدونية * ، ليعطي نفسه شعورا بالأهمية والقوة . وتلك هي ظاهرة التعويض * .

وقد يكون هوس الكذب مرضيا يصل الى حد الشراسة . وعندئذ ، تلك هي الرسائل المتضخّلة والتشهيرات والافتراءات * التي تثيرها الغيرة * والحقد * والضعف * .

« هو » (ال) :

انظر بحث التحليل النفسي الذي درسنا فيه هذا المصطلح على الخصوص .

Passion (de Passio = souffrance)

↓ * هوى :

الهوى كلمة تحجب كثيرا من المآسي . والهوى ميل يتصف بالافراط والحصرية . وتصاحب الهوى آلام وهموم شديدة واجترارت ذهنية وأفكار ثابتة * ووساوس * . ويقارنه الناس على الغالب بالحب : فهو عندئذ يتألف من غرائز * وحساسية وتقدير وغيرة * وأنانية * وبغض * ... وقد تكون بعض الأهواء مفيدة ، كالأهواء الفنية مثلا . أما الأهواء الأخرى ، فانها تعذب وتدفع

الى الشطط والاندفاعات * والجريمة والمخدرات ... وفي كل هذه الصور من
الأهواء ، تبدو اضطرابات السلوك والأخلاقية . والمطلوب أن نفتش عن
الأسباب : عصاب * ، شعور بالدونية * ، عقد * ، الخ .

* متى يصبح الهوى مرضيا ؟ انه يصبح مرضيا عندما يسبب
اضطرابات جسمية ونفسية . فيجتاح الخلل شخصية الفرد بكليتها . ذلك أن
الفاعلية الدماغية كلها تتحول لمصلحة الوجدانية * اللاشعورية * ، ويضطرب
التوازن النفسي ، وينطفئ الحس النقدي كما تنطفئ الشمعة التي هبّ عليها
اعصار ، وتبدو ضروب من الحصر * الشديد مصحوبة بأفكار ثابتة معذبة
وغيرة * قوية تثير أحيانا اندفاعات * شديدة الخطورة . ومن نتائج ذلك ، في
كثير من الأحيان ، الأرق * والانهك * .

ثمّة نوبات عابرة من الهوى ، كالحب الغيور والحب الصوفي * والهوى
المثالي والسياسي ، الخ .

وهناك حالات من الهوى في الذهان * .

— و —

وجد : Extase (du grec = transport)

ينقل الفرد في حالة الوجد الى عالم نفسي منيع . انه يعبر عن النعيم
ويكف عن أن يكون له اتصالات مع بيئته المألوفة . والصفوية * الحقيقية
سبب من أسباب الوجد . ولكن هناك بعض ضروب الوجد التي تتصف بأنها
مرضية بصورة صرفة .

الوجد الصوفي : — في الوجد الصوفي ، الكلام معلق ، والتنفس
ضعيف ، والفرد يحس ببرود في جسمه وأطرافه ، والاحساسات متناقصة أو
متوقفة ، وقد تظهر بعض الظواهر الغريبة : هالة مضيئة وانتشار الروائح

العطرة ... ويكشف هذا الوجد عن حالة من النشوة الشديدة والاندماج الكلي بالله . ويحتفظ الصوفي الحقيقي بمستوى اخلاقي رفيع جدا ، وتبقى حالته الجسمية خالية من العيب . ومن المؤكد أنه لا بد من فحص هذه الظواهر بمنتهى الموضوعية . فالكنيسة ذاتها تقف موقف الحذر الشديد منها .

الوجد المرضي : - وهو في المستيريا * وبعض صور الضعف العقلي * والهلوسات * . ويختلط الدين والاستمتاع الجنسي في الوجد المرضي على الغالب . ويكشف هذا النوع من الوجد عن الحيوية الجنسية . ولا يفيد المريض من حالته « الصوفية » ، على عكس المتصوف الحقيقي الذي يحقق أمورا عظيمة بصحو * وحس سليم وروح تنظيمية . ففي الوجد الزائف ، يبدي المريض تعبيرات من الفرح ويبقى في عطالة مطلقة دون أن يستجيب الى العالم المحيط به . وقد يحترق أو يُلسع دون أن يحس بأي ألم . وانعدام الاحساس بهذا الألم موجود غالبا في مظاهر المستيريا * ولدى بعض المصابين بالخبل .

Affectivité

وجدانية :

وجدانيتنا هي مجموع استجاباتنا النفسية ازاء الحياة . انها اذن مظهر أساسي من مظاهر السيكولوجيا الانسانية . فوجدانيتنا تضم غرائزنا وميولنا لشعورنا * وفكرنا ... وتوجه أعمالنا ، وتحدد انفعالاتنا وخلقنا * وأهواءنا . انها اذن ميدان سيكولوجي مترامي الأطراف . وهي بالتالي عرضة للكثير من الاضطرابات . فالصراعات الداخلية * والعقد * والعصاب * والذهان * والكبت * هي استجابات وجدانية .

وتنجم الصدمات الوجدانية عن الظهور المفاجيء لظرف غريب يجعل الفرد عاجزاً عن التكيف * ، فتصبح الصدمة الوجدانية عندئذ صدمة انفعالية * . وأكثر الصدمات الانفعالية شيوعا هي : الحداد والقطيعة العاطفية

والخسارة المالية المفاجئة والمفاجآت التي تبلغ حدها الأقصى والفرح الشديد ،
الغ . ويمكن لبعض الصدمات الانفعالية * أن تسبب العصاب * والذهان
* . وتلك هي اذن جميع الاستجابات الانفعالية التي تظهر .

ملاحظة يوجهها الناشر إلى القراء

إذا كنت تجهل علم النفس ، فقد يكون من الصعوبة بمكان ألا يصدرك هذا الكتاب . ومع ذلك ، فنحن على يقين بأن هذا الغثيان الأول أمام هذا العدد الكبير من صور الشقاء سيحل محله بالتدرج عاطفة أخرى هي الحب إذا كانت لديك الشجاعة — ونحن نلح على الشجاعة — في أن تقرأ هذه الصفحات بقلبك بقدر ما تقرأها بعقلك . ثم يعقب ذلك أن يفرض نفسه الاعتقاد بأن مهمتنا الانسانية ، مهمتنا الانسانية الرائعة ، أشد خطورة مما كنا نعتقد وأشد اثاراً للحماسة .

١ — اللغة

ثمة قبل كل شيء لغة ، مجموعة من المصطلحات تتصف ببذاء مخيف . ويبدو أن عالم النفس يتحدث اليك ببرود عن غشيان المحارم الأوديسي ، عن جريمة قتل الأب والجنسية ، كما لو أن هذه الظواهر هي ظواهر شائعة .

ولكن ثمة واقعا مفاده أن العديد من العلماء الذين انكبوا على دراسة هذه المشكلات منذ ولادة هذا العلم قبل حوالي ستين عاما مضت ، لم يعتقدوا أن بمقدورهم تبديل هذه المصطلحات .

ومن جهة أخرى ، ألا يمكن أن يكون لمقاومتنا تلك المصطلحات الشديدة الوضوح مدلول معين ؟

يقول الدكتور أندري برج André Berge في كتابه التربية الجنسية والوجدانية :

إذا كان كثير من الآباء يشعرون بالخرج في اجابتهم عن الاسئلة التي يطرحها الطفل عليهم بكل سذاجة ، فذلك انما يعود ، ذون شك ، الى انهم لا يزالون يحسون احساسا مبهما بأن حياتهم الجنسية بمثابة الامر المخجل ، أيا كانت امكانية مشروعيتها ، في حين أن عقلهم قد قادهم بدرجات كبيرة الى تقديرها بحق قدرها . والطفل الذي يسألهم ربما يعيش فيهم مجددا ما عرفوه من الحيرة من قبل أمام آباؤهم الذين كانوا يخشون تركهم يلمحون هذا الجزء الخفي كله من حساسيتهم . وهذا قد يشرح سبب تصرفهم على الغالب ، عندئذ ، كما لو أنهم أظناء يبحثون عن تمزيق الشراك الذي أوقعهم فيه أحد قضاة التحقيق .

ألا يمكن أن يكون لمقاومة لغة واضحة مقاومة متناهية في الشدة مدلول مماثل ؟

٢ - سوي - غير سوي

عندما يقول عالم النفس : « هذا سوي وذاك مرضي » ، فانه يعبر عن ملاحظة علمية لا مجال فيها لأي حكم قيمي اطلاقاً . ومع ذلك ، فإن من الصعوبة بمكان أن يمتنع الجاهل بذلك عن أن يعبر بقوله : « هذا التصرف انما هو تصرف حسن ، وذلك السلوك انما هو سلوك سيء » .

فبسوء فهم من هذا النوع انما يمكن أن يصطدم هذا الكتاب . وقد يجازف رجل شريف لم يألّف لغة علماء النفس كثيرا في أن يقفز وينادي بالفضيحة عندما يقرأ على سبيل المثال في صفحة منه : علينا أن نعتبر هذه العادة السرية أو الاستمناء بمثابة ظاهرة سوية بنسبة تسعين بالمئة .

ولا يقصد عالم النفس قطعا أن يؤكد بأن هذا السلوك ليس خطيئة ، بل يقتصر على التأكيد بأن هذه الظاهرة تبدو في هذا العمر لدى عدد كبير جدا من الصبيان ، وبأننا لا ينبغي ، بالإضافة الى ذلك ، أن نبالغ في القلق من هذا الأمر . ولكن هذه المسألة ليست من اختصاص علم النفس ، ولأردد هذا مرة أخرى ، بسبب كونها خطيئة .

فلماذا نستعمل في هذه الحال كلمة « سوي » التي تبقى كلمة يلفها الغموض ؟

ان مثلا واحدا يوضح ذلك . هأم زوجة فتية عرفت الشجار للمرة الأولى مع زوجها . وستبكي المرأة الشابة بقرب أمها التي لن يفوتها أن تقول لها ان كان لديها ذرة من الحس السليم : « لا تقلقي ، ان ما حدث لأمر سوي ! ولا تذهبي على وجه الخصوص الى حد الاعتقاد بأن منزل الزوجية في خطر . فاذا فكرت على هذا النحو ، سببت لنفسك من الضرر ما لا يستطيع هذا الشجار أن يسببه » .

فهل أطرت الأم سلوك الزوجين الشابين بسبب كونها أكدت أن بعض ضروب الشجار في الحياة الزوجية أمر سوي ؟ ينسحب هذا الموقف على الحالة التي نحن بصدددها : العادة السرية . انها ظاهرة « سوية » في سن معينة . وهذا يعني أن على المربين أن يتوقعوها وألا يصيبهم الرعب منها ، أي أن التهويل بهذه الحوادث العارضة يسبب من الضرر أكثر بما لا يقاس مما تسببه العادة السرية ذاتها . هذا كل ما يستطيع عالم النفس أن يؤكد ، ولكن دون أن

ينفي بأي حال من الأحوال أن ثمة امكانا لأن يوجد في هذا السلوك ، والواقع أنه موجود على الغالب ، أنانية ونقص في الحب الذي يتحمل الصبي مسؤوليته بالمعنى العادي لهذه الكلمة .

وعلى هذا النحو اذن ، لا تستنتج ، أيها القارىء ، من تأكيد المؤلف أن هذا السلوك أو هذه الاستجابات هي استجابات سوية ، أن هذا التصرف تصرف جيد من الناحية الأخلاقية .

٣ — علم النفس والدين

ان وجود عدد من علماء النفس الذين يؤمنون بالفلسفة المادية لأمر واقع . ولكن ثمة ، قبل كل شيء ، خطأ منهجي فادح في أن يحط المرء من قيمة مفهومات سيكولوجية بحجة أن مؤلفي هذه النظريات العلمية يجاهرون بالميتافيزياء المادية .

يضاف الى هذا أن العديد من علماء النفس في العصر الحديث يعلنون بأن أي علاج نفسي لا يعتمد على الدين محروم من وسائله الجوهرية .

يقول يونغ في كتابه « الشفاء السيكولوجي » ص ٢٩٥ — ٢٩٦ :

يقترن التحليل النفسي الفرويدي ، كما نعلم ، على أن يجعل الشقاء وعالم الظلمات شعوريين . انه ، على سبيل المحصر ، يثمر الحرب الأهلية التي كانت لا تزال كامنة حتى ذلك التاريخ ، ويقف عند هذا الحد . أما الباقي ، فان على المريض أن يتدبر بنفسه كيف يخرج منها . ومن سوء الحظ أن فرويد قد جهل جهلا مطبقا كون الموجود الانساني لم يكن بعد ، في أي مرحلة من مراحل التاريخ ، على حال توهمه لأن يجابه قوى العالم الداخلي وحده ، أعني قوى اللاشعور . وكان دائما في حاجة ، من أجل ذلك ، الى العون الروحي الذي تقدمه الديانة السائدة . فما يخفف ألم الانسان المعذب لم يكن ما يتخيله هو ذاته أبدا ، وانما هو على سبيل المحصر حقيقة يستشعرها بوضفها فوق انسانية ، منزلة ، حقيقة تنزعه من حالة العذاب .

ويقول أيضا في المصدر نفسه ص ٢٨٢ :

من كل المرضى الذين عرفتهم والذين تجاوزوا عتبة منتصف الحياة ، أي أولئك الذين بلغوا من العمر ما فوق الخامسة والثلاثين ، لم يكن منهم مريض واحد مشكلته البعيدة الغور لم تنشأ من مسألة وضعه الديني . فكل زبون من هذا العدد من زُمن العيادة كان مريضا في نهاية المطاف لأنه فقد ما كانت تمنحه في كل عصر ديانة نابضة بالحياة الى المؤمنين بها ، وأي منهم لم يستعد وضعنا دينيا بلائمه لم يشف بصورة واقعية » .

من المؤكد ان العلاقة الصريحة للانسان مع الاله عمده بالطاقة المرحوة في الحياة ، كما تكسب ترخفسيه توجهها سلبيا ، لكن ان يكون العلاج الناجح حكر على المؤمن فقط من المرضي آدميين المعلقين ، افريرعو للشك

واعتنى بالعلاج هذه شفاء الشخصيه من اغراضها ، مثل كل انواعها من وساوس وجنسية وروحية وانثيا . . . الخ . . . ما لمرض النفس يمكن فقاره بالسيكولوجيا . . . ومن جهة ٤ — علم النفس والحرية والخطيئة اخرى ، فان ما أتاه الناشر في الطبعة السابعة ٧٢٥ يبطل مسبقا ما قد استشهد به من كلام يونغ !

أي عالم نفس حقيقي خادم حرية تتطلب أن تبعث . وليس للعلاج النفسي غير هدف واحد هو تحرير الفرد من المخاوف اللاشعورية على الغالب ، التي تدفعه الى أن يخفي الواقع وأن يمارس سياسة النعامة .

قرأت ولا شك أيها القارئ : إن الموجود السيء ، انطلاقا من تربية معيبة ، يعطي على الدوام ، بالتالي ، استجابة واحدة هي الاستجابة السيئة ، « مثله في ذلك مثل البيانو الذي تمت دوزنته على موسيقى واحدة » .
وعليك ألا تنسى بأن ذلك صحيح بمقدار ما يكون الموجود الانساني « مريضا » من الناحية النفسية . وسيعمل العلاج النفسي بالضبط على أن يكون بمقدور هذا الانسان ذي الحرية المقيدة أن يتصرف مجددا أو أن يتصرف أخيرا ، تصرف الانسان الحر ، تصرف الانسان المقتنع بأنه يقبض على مصيره كليا بكلتي يديه .

أما فيما يتعلق بالخطيئة ، فان من التفكير الصبياني أن يعتقد المرء بأن علم النفس يلغي مفهوم الخطيئة .

من المؤكد أنك قرأت في كثير من المواطن في هذا الكتاب أن بإمكان ضرب من الشعور باللائم أن ينخر حياة برمتها نخرا تاما وأن يفسدها . ولكن المقصود هو اثمية زائفة .

وكما يقول الدكتور مارسيل ايك Marcel Eck بحق : ان تخليص احد الناس من شعوره بالاثم انما هو على الغالب نقل حالة الاثم الى ميدان صحيح أكثر بكثير من كونه ازالة هذه الحالة .

ولنذكر مثلاً رائعا على ذلك أورده هارنغ Haring :

لم تكن تتورع إحدى مريضات عيادتي ، مريضة موسوسة ، في أن تضايق صاحب البقالة الذي اعتادت ان تشتري منه حاجاتها بسبب كونه استعمل في قطع الزبدة لها ، أحد أيام الجمعة ، سكيننا كان قد استعملها عشية اليوم السابق في قطع السجق لها ... ولقد أبان التحليل أنها مصابة بشعور حاد بالغيرة من أخت أصغر منها وأجمل . وكانت قادرة على أن تظل ساهرة ساعات طويلة في الليالي التي كانت تذهب أختها الى حفل راقص فيها ، آملة أن تصاب بحادث سيارة يعيدها مشوهة ويجعلها ذات عاهة ويوقف نجاحاتها . ان نقل الشعور بالاثم الى ميدان حقيقي يوشك أن يجررها من حصرها .

● — العفة والفضيلة الإيجابية

ومهما يكن بمقدور هذه التحليلات أن تبدو للوهلة الأولى ، فهي في خدمة عفة حقيقية . فليست العفة ، في الواقع ، شيئا يختلف عن السيادة على الغريزة الجنسية واستخدامها في مهنتنا ، مهنة الإنسان بوصفه إنساناً .

ويبين علم النفس المعاصر أن الغريزة تبقى ، اذا انفصلت عن الفكر ، دون دليل وأن الطاقة الحيوية تتبدد بافراط . ولكن الفكر ، يظل دون حول ولا طول اذا انفصل عن الغريزة . ومن جهة أخرى ، ان جنسية هزيلة ليست على الاطلاق مؤاتية اكثر من الفجور لحياة ترمي الى أن تكون بناءة وخلاقة . يضاف الى هذا أن الادعاء بجهد الغرائز انما هو كتبها في اللاشعور وجعلها شديدة الخطر بهذا العمل ذاته : فهي توجه من هذا العمق الخفي حياة الناس وتحدها . وذلك منذئذ هو العيش في رياء شعوري على وجه التقريب .

ومع ذلك ، فإن تحقيق نمو الفرائز المنسجمة القوية انما لا يعدو كونه حركة أولى : فلا بد من الانتقال ، بحسب هذا التطور ، من الغريزة الى الفكر ومن الانانية الى الحب . ولا بد من استخدام هذه الدينامية الداخلية حتى نندمج في الجماعة الانسانية الكبيرة بحرية وبالمكان الذي نحتله .

ولهذا السبب ، لا يحل الزواج حلا آليا ما يعترض الانسان من صعوبات ذات علاقة بالعفة ، كما يتصور كثير من الشبان . والواقع أن مسألة الطهارة تظل قائمة بكليتها بالنسبة الى الزوجين ، وتظل قائمة بوصفها واجبا شاقا . ذلك أن الطاقة الجنسية ينبغي للفكر أن يتعهدا أيضا حتى ولو وجدت تألقها في الحياة الزوجية ، وأن تتحول الى طاقة تخلق القيم ، الى طاقة روحية .

لقد برهنت التجربة مرات كثيرة أن بإمكان عمل فني عظيم أن يبدل الغريزة الجنسية ، تبداً يبلغ حدا ينسى فيه الانسان احتياجه الفيزيولوجي ، وتلك حركة شبيهة على وجه التقريب بإمكان تحوّل الحركة الى حرارة . ومن هنا منشأ امكان عفة لا تتصف بأنها كبت .