

الفاعي

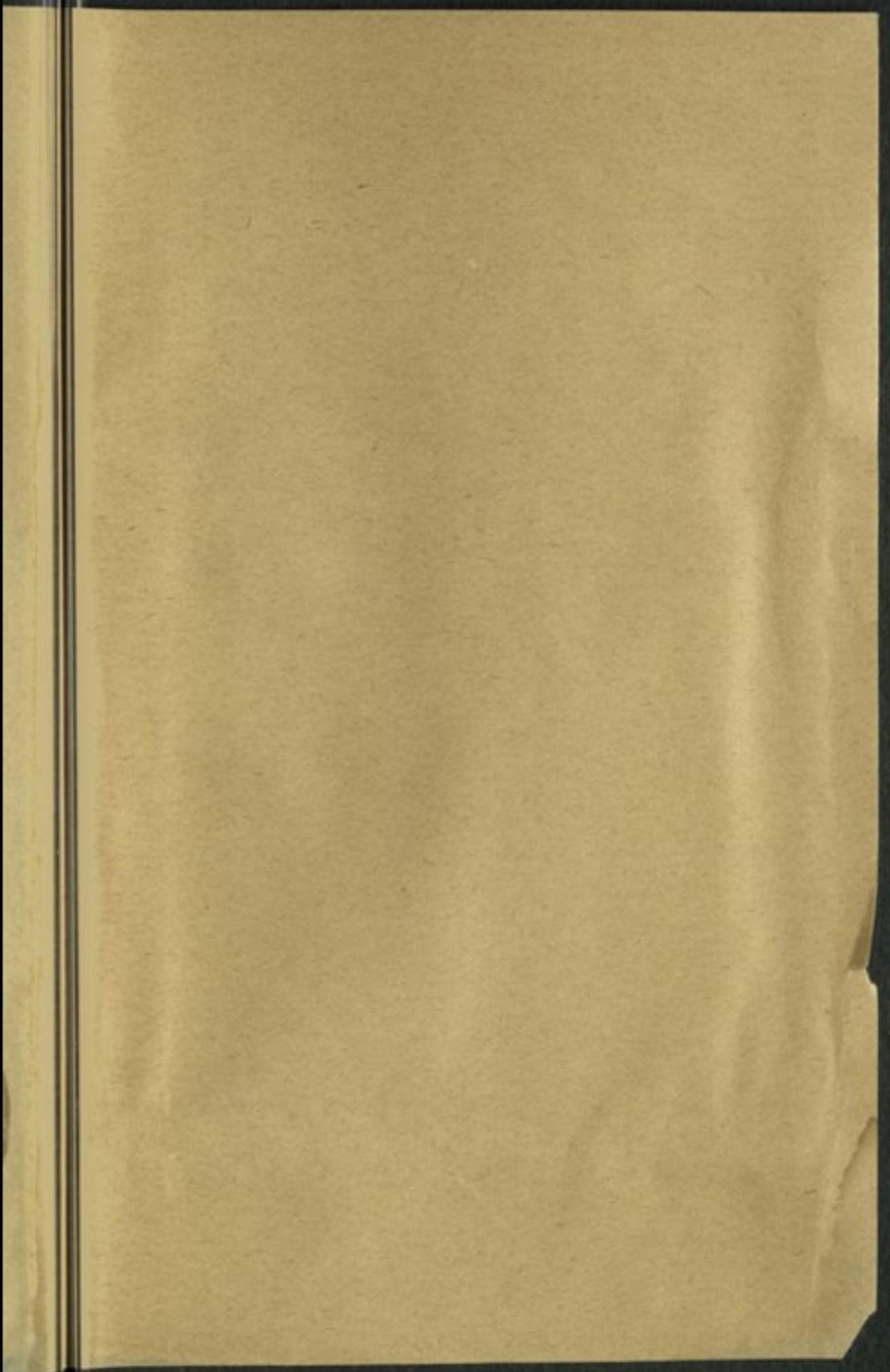
الصراع النفسي

292

131.34
Sh 52sA

~~OCT 1988~~

JAFET LIB.
12 APR 1988



131.34
Sh520A
C.1

لـلـكـوـنـوـجـيـرـسـالـسـعـيـ

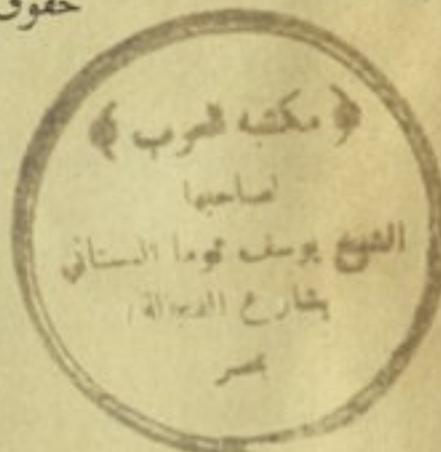
الصـلـاعـالـفـنـمـ

الناشر

لجنة البيان العربي

حقوق الطبع محفوظة للمؤلف

الثـنـيـهـ ٢٠



مطبعة لجنة البيان العربي



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

المفترضة

يعاني كل شخص في معظم فترات حياته نزاعاً داخلياً بين عوامل مختلفة فيشعر باضطرابات في الشعور وفي الوظائف النفسية وفي الأفعال الجسمية . وفي مثل هذه الحالات يكون الصراع النفسي طبيعياً لكونه مشعوراً به إذ يحاول الشخص أن يتفضى عليه بشتى الوسائل التي تحدث الراحة وتحقق الطمأنينة .

ولكن الخطورة في الحياة النفسية تأتي من الصراع اللاشعورى الذى يجعل التطاون الداخلى يتحول إلى أنواع من الشذوذ يظهر معظمها فى صورة قلق وضيق أو تعطل فى بعض الوظائف الجسمية وبعض مواقف التكيف الاجتماعى .

هذا النوع من الصراع الخفى يحتاج إلى بحث علمي يدرس أسبابه ويحدد مظاهره ويقدر آثاره ويحتاج إلى بيئة علمية تنير له الطرق لكي يتخلص من البذور التى يمكنها أن تنمو وتجعل الداء يستفحى ويصعب علاجه . وقد رأينا ألا تتحيز لأى مدرسة من المدارس العلمية وإنما نحاول أن نعرض المشكلة فى مختلف صورها الطبيعية كما يمكنها أن تحدث عند أى شخص ونحاول فى آخر البحث أن نعرض بعض الطرق العملية التى

(٥)

يمكّنها أن تخفف من حدة الصراع النفسي . وقد استبعدت من هذا البحث الحالات المستفحلة التي تكون العوامل المتنازعة فيها عديدة وقوية بحيث أن آثارها تصل إلى إحداث اضطرابات عنيفة في الأفعال كما هو الأمر في داء الصراع وذلك لأنها حالات خاصة تحتاج إلى دراسات معينة تفرد لكل حالة لتبين عواملها الخاصة . وعلى كل حال فإن هذه الصفحات توجه القارئ إلى أهم المشكلات المرضية في الحياة النفسية لتساعده على الوقاية وتمكنه من استدراك الموقف في حالة بدء الاضطراب عند أول ظهور الصراع النفسي . ونرجو من القارئ أن يحاول إكمال هذه الإشارات بالتأمل الذاتي ليتأكّد من الطواهر النفسية المشار إليها حتى لا يتسرع في الحكم ويعرض للأوهام .

إن أهم ما يراد الوصول إليه من وراء هذا البحث هو الإشارة إلى الرابط بين العوامل النفسية والجسمية والاجتماعية فيما يرجع إلى مجال الصراع النفسي ، فإن الكثير من الأطباء يغفلون النواحي النفسية والاجتماعية في تشخيص بعض الأمراض المزمنة التي لا تؤثر فيها المركبات الكيميائية التي قد تخفي علامة المرض دون أن تفضي على سببه الأصلي .

فإلى الذين طال بهم الطواف على الأطباء دون أن يجدوا ما يرجع إليهم الشعور بالراحة والتمتع بالصحة ، نقدم هذه الصفحات عليها توجيههم أو ترشد أطبائهم إلى العوامل الخفية التي يمكنها أن تحدث اضطرابات قوية مع تقاهة حقيقتها وسهولة القضاء عليها بالطرق التي تعطى للعوامل النفسية والاجتماعية مكاناتها في محاولة إرجاع التوازن العام في الإنسان .

الغريرة والعاطفة

يعتبر اصطلاح « الغريرة » عبارة بالية في علم النفس . فالاتجاه الجديد في العلم يحاول أن يتعد عن الألفاظ والكلمات التي كانت تخفي جهلنا بالحقائق النفسية . ولقد كان الفلاسفة الباحثون في الضواهر النفسية يقولون بوجود ملكات نفسية مثل الغريرة والعاطفة والإرادة والذاكرة وغيرها من الوظائف التي تساعد الإنسان على التكيف في المجال الطبيعي والبيئة الاجتماعية ، واستعمل اليوم كلتي الغريرة والعاطفة كإشارة إلى مرحلتين هامتين من السلوك ولا أريد من القارئ أن يفهم أنني أحاول التعمق في دراسة حقيقتين نفسيتين إحداهما تسمى بالغريرة والأخرى تدعى بالعاطفة ، ولكن بحثي يتوجه إلى توضيح الصراع العنيف الذي يوجد في كل لحظة عند كل شخص ، وهذا الصراع الدائم سر من أسرار التقدم الإنساني كما أنه في أغلب الأحيان مصدر هام لشتي الاضطرابات الجسمية والنفسية والاجتماعية .

ليست هناك مملكة كحقيقة ثابتة أو ظاهرة مستقلة تسمى بالغريرة كما أنها لا توجد في النفس مكانا خاصاً تتنزوى فيه حقيقة خاصة تسمى بالعاطفة . وقد اعتقاد قوم من قبل أن العاطفة ظاهرة مستقلة وأنها موجودة في القلب ومتزوجها عن الغريرة المخصوصة في أسفل الجسم وعن

العقل الموجود في الرأس .

وبدلاً من هذا التشخيص والبحث عن الملائكة يمكننا أن نقف عند الظواهر الخارجية مثل الأفعال التي يتكون منها السلوك والأفكار والأحلام التي تعوض الأفعال الخارجية وتكون السلوك الذهني .

نجعل كلمة الغريزة تشير إلى الدوافع القوية التي تلبى الحاجات الأساسية فتعتبر الغريزة كمجموعة الميول العامة التي تشمل كل أفراد الإنسان ويوجد بينها وبين الميول الحيوانية بعض الشبه ، وهي متوارثة ثابتة لا يمكننا أن تقضى عليها قضاء كلياً ؛ ولذلك قيل إنها مغروزة في الإنسان وتشير كلمة غريزة إلى قوة هذه الميول ؛ وشعر الإنسان بقوتها بعد محاولته التغلب عليها والتخلص من بعضها .

ولو تأملنا كل الإشارات الاجتماعية العالية مثل النظم الفلسفية والأخلاقية والتيارات الدينية وجدناها تكافح كلها ضد الغريزة وتحاول أن تضع مكانها العاطفة . إن الكلام عن الغريزة والعاطفة يدعو إلى توضيح اتجاهين هامين أولهما جسمى نفسى وثانيهما نفسى اجتماعى ؛ ويفهم من هذا التعبيراً نا لانستطيع فصل الجسم عن النفس . وكذلك الأمر فيما يرجع إلى النفس والمجتمع؛ فالنشاط النفسي وسيلة للربط بين الجسم والمجتمع، ويمكننا أن نقول الآن إن الميول الغريزية تحاول أن تضمن راحة الجسم وتلبى حقوق الفرد كفرد، وأما العاطفة فهي رمز الصلة الاجتماعية .

يقتضى العطف أن يشمل الشخص بعنایته شخصاً آخر ويضمن له

راحته في سبيل مساعدته وخدمته .

ونحن نقدر الشخص الذي يميل إلى عواطف سامية ونحتقر الشخص الذي يخضع خضوعاً مطلقاً للغرائز ويعيش عيشة حيوانية . ولكن أغلب الناس يكافحون ضد الغرائز ومحاولون التخلص من الاندفاعات القوية التي تجعلهم يسلكون سلوكاً غيرياً يفصلهم عن المجتمع . فكل شخص ينافض حسب تجربته البسيطة ولا تقوى هذه التجارب إلا بعد ما تكون الغرائز قد صارت عادات قوية ثابتة .

هذا السبب أحابيل أن أقدم بعض الفوائد العلمية التي قد تكون مساعدة للفرد في كفاحه ضد الغرائز وتجعله يتغلب على الميول الجسمية التي تدعم الأنانية .



الصراع بين الفرد والمجتمع

إن نظرة عامة على بعض الفظواهر مثل الحياة والخجل والضحك التهكمي تجعلنا نشعر بالصراع الدائم المتواصل بين الفرد والمجتمع . فالحياة نوع من الخوف لأن الفرد يشعر دائماً بضغط المجتمع الذي يحاول أن يوقف تيار الاندفاعات الجسمية ولكن الغريزة — وهي مصدر هذه الاندفاعات — قد تتعدى هذا الحد وتحاول تحقيق رغبات زائدة عن الحد بدافع الخوف من الهاياك .

إذا شاهدنا موقف شخص يتلقن السباحة ويحاول القفز في الماء من مكان مرتفع فإننا نلاحظ عنده نوعاً من التردد ويشعر الشخص وقت القفز بنوع من الخوف مصحوب بلذة الانتصار . قد يكون الخوف قوياً فيعيوق فعل القفز وقد تكون اللذة متغلبة فيتم الفعل ولكن الصراع بين هذا الخوف وبين لذة الانتصار التي يقدرها الآخرون موجودة في النفس بشكل واضح .

وقد حاول بعض علماء النفس تقسيم الغريزة إلى أنواع وأكبر تقسيم هو تمييز الغريزة الفردية عن الغريزة الاجتماعية . وحب التقسيم أدى بالعلماء إلى تناقض في التعبير عندما قالوا بوجود غريزة اجتماعية لأن الغريزة هي

سلاح الفرد ؛ والمجتمع يحاول دائمًا الحد من الغرائز . ويمكننا أن نضرب لذلك مثلاً محسوساً هو النضال بين المجتمع والغريرة الجنسية ، فإن كل المجتمعات حاولت أن تحد منها وتضع في طريقها صعوبات تقيدها وتنظيمها . وليس الحياة الذي يحوط بالعملية الجنسية إلا دليل انتصار المجتمع على الفرد في هذه الغريرة .

ليست الوظائف النفسية المختلفة إلا وسيلة لتحقيق التكيف بين الفرد والبيئة ، وعلى هذا الأساس لا يمكننا أن نفرق بين الوظائف أو نجعلها متعارضة لأنها كلها ترمي إلى غاية واحدة . لقد أشرت إلى أن المجتمع يحاول الحد من الغريرة الجنسية رغم أن هذه ترمي إلى زيادة النسل وتفوية المجتمع ولكن الإسراف في الفعل الجنسي يعرض الشخص للخطر ؛ فالمجتمع يؤيد الغريرة في المحافظة على حياة الفرد . وقد يتساءل بعض الناس عن حكمة الزواج أو القيود التي وضعتها الأديان في سبيل الإسراف في الفعل الجنسي والجواب على هذا السؤال سهل وواضح وذلك لأن الغريرة قد تضطرب وتزيد عن حدتها فتضيع الغاية منها وفي مثل هذا الوقت يتدخل المجتمع ليحدث التوازن ويتحقق التكيف .

ودراسة التكيف لا يمكن أن تكون نظرية لأن ظروف التكيف وعوامله عديدة مختلفة ولذلك لا بد من الرجوع إلى الملاحظة والواقع . فيحسن دائمًا أن نلتقي نظرة قريبة ومشاهدة دقيقة على بعض الحالات ، فنتبع السلوك الخارجي ونبحث عن الدوافع النفسية الداخلية التي هيأت

السلوك الخارجي .

إننا نلاحظ أن جمهوراً كبيراً يقبل على مشاهدة الأفلام السينائية التي تمثل العواطف الشديدة والتعقدات النفسية المختلفة . كأننا نجد الأطفال الصغار يميلون إلى الأفلام التي تكثر فيها الحركات العنيفة مثل القفز والجري . ويمكننا أن نعمل هذه الميلول بالبحث عن التوافق والتكييف لأن أغلب هؤلاء الأشخاص الذين يرتحون لرؤية الأفلام الغرامية بما فيها من مغامرات غريبة يحلمون دائمًا بمثل المواقف التي يشاهدونها في الأفلام . وكذلك الأطفال يرتحون لرؤية الجري والقفز لأن استعدادهم في النمو يتطلب ذلك وفي الغالب لا يجدون فرصة لتصريف النشاط الزائد بطريقة فعالية .

وبناء على ذلك يمكننا أن نقول إن التكيف ضرورة حيوية ويقاد يكون الاتجاه الحديث في علم النفس موجهاً توجيهًا كلياً نحو مشكلة التكيف . وكل الدراسات العملية الآن تدور حول وسائل التكيف الذي يضمن الراحة النفسية ويحقق النجاج في السلوك العام .

ويعتبر موضوع التكيف النقطة المركزية في علم النفس العملي وعندما وجهنا الدراسة نحو ما يمكن أن يعوق التكيف وجدنا أن التضارب بين الغريزة والعاطفة يحدث تطايناً داخلياً في النفس . ويقضى هذا العراك النفسي على التكامل في الكائن الحي ويعرض الشخص إلى ما يسمى بالعقد أو الأزمات النفسية التي تعوق الشخص عن التغلب على

ال المشكلات التي تتعارض في طريقه .

إن الشخص المصاب بتطاحن بين ميل غريزية وميل عاطفية يقع في حالة سلبية تظهر في شكل الفعل الإرادي .

إنك تشاهد بعض الأشخاص يقومون بأعمال متقطعة لا يوجد أى تسلسل بينها ويكون هؤلاء الأشخاص مدفوعين بما يملئه عليهم الوسط الذي يعيشون فيه بخلاف الأشخاص الذين تكون لهم قدرة إرادية توجههم فإنهم يتغلبون على التيارات المؤقتة التي يمكن للبيئة أن توحى بها إليهم فنقول عن الحالة الأولى التي يكون فيها الشخص مدفوعاً بالعوامل الخارجية الحاضرة إنها حالة استجابة وقتية ويكون هذا السلوك عبارة عن حركات غير موجهة إلى هدف معين ، ولكن الحالة الثانية هي حالة النظام في الحركة وحالة السلوك الموحد الذي يرمي إلى هدف محدد .

إن العاطفة القوية التي دخلت في كل أجزاء الجسم تستطيع أن توجه الشخص نحو التكيف التام بل قد تكون العاطفة ضرباً من ضروب العلاج لتنقضي على تعطيل وظيفي ونذكر حالة فتاة تعطلت عن الكلام مدة طويلة من الزمن وفشلت كل الوسائل التي اتبعت لاسترجاع نطقها وكان لا بد من أن تشعر بعاطفة قوية نحو شخص انتدفعت بطريقه تلقائية في كلام منظم موزون يحمل في طياته نبرات موسيقية جميلة ؛ وذلك لأن الانفعال قد يعتبر صدمة تهز الجهاز العصبي وتفتح الطرق العصبية التي كانت متعطلة لأى سبب ولكن العاطفة التي تعالج قد تكون سبباً

من أسباب التعطل الوظيفي إن لم يكن هناك توجيه علمي يجعل الشخص يتفادى الت Cedadas الوظيفية سواء كانت في السلوك الخارجي أو في التفكير الداخلي . ومشكلتنا التي نحاول أن ندرسها بتحديد العلاقة بين الغريزة والعاطفة يمكنها أن تفتح لنا مجالات واسعة النطاق للوقاية والعلاج . كل شخص في بداية حياته يكون مدفوعاً بالغرائز أولاً وتظهر بعض الوظائف بطريقة تلقائية فيندفع الشخص في تأدية هذه الوظائف بطريقة قوية ومتقدمة ولكنه لا يلبث أن يشعر بنكسة إذا حاول أن يدخل أفعاله الغريزية في نطاقي نفسي ، وهذه المحاولة أى رغبة الشخص في إدخال أفعاله الغريزية تحت إشراف النشاط النفسي موجودة منذ الطفولة . نلاحظ أن اللعب في كل أنواعه ما هو إلا اندفاع غريزى للقيام ببعض الأفعال التي تحقق وظائف حيوية هامة . يتكلم الطفل أولاً مدفوعاً بالغريزة فيستعمل ألفاظ النطق استعمالاً حرّاً لا يرمى إلى أى غرض ولا يخضع لأى توجيه فتكون أفعال النطق مفككة من حيث الموضوع ولذلك يحاول الطفل أن يربط بينها من حيث الشكل فيدخلها في إيقاع بسيط يخترعه من نفسه أو يتاثر فيه بواقع خارجي يوحده له من حوله . ولا يلبث الطفل أن يشعر في يوم من الأيام بحاجة تقوم على افعال فيستعمل الكلام كسلاح يدافع به عن نفسه أو كوسيلة يتحقق بها أغراضه التي يشعر بحاجة ماسة إلى تحقيقها . وهكذا يمكننا أن نجد الانفعال كوسيلة من وسائل التنظيم للافعال الغريزية ولكن الانفعال نفسه إذا زاد عن حدّه فإنه يعطّل وظيفة الكلام كـ

نشاهد ذلك في ارتباك الخطيب عند ما يواجه جمهوراً جديداً بالنسبة إليه ، فإن الألفاظ وحركات النطق تنفصل عن المعنى وعن النشاط النفسي فلا تم الوظيفة على الوجه الأكمل . ونلاحظ أن الانفعال الاهادي يتجلّى في عاطفة تقوم على أساس طبيعي أي عاطفة تحاول أن تربط الاتجاه الغريزي باتجاه نفسي في أي ميدان من ميادين الوظائف الحيوية وهذا النوع من العاطفة يكمّل الوظائف الغريزية . ونجد ذلك مثلاً أيضاً في تفنن الشاب في الحديث واكتساب سهولة في التعبير عندما يكون مدفوعاً بعاطفة طبيعية هامة وهذا السبب يحّب أن تناوله بإصلاح اجتماعي يهوي ظروف طبيعية سليمة لظهور عواطف طبيعية في الوقت المناسب من حياة الشخص حتى لا يتعرض إلى العواطف العنيفة التي تهدّم الأسس الغريزية بدلًا من أن تقومها وتسكّلها . وزيادة على ما سيواجهه الشخص من تيارات عنيفة وقت ظهور العاطفة القوية فإنه يتعرّض في أثناء الكبت العاطفي إلى تطاحن قوى بين الغريرة والعاطفة طيلة مدة الكبت ، وقد ينقلب الصراع إلى تحول في الوظائف الغريزية أو تعقد في الشعور العاطفي ، وفي كلتا الحالتين يعاني الشخص متاعب شديدة للرجوع إلى الحالة الطبيعية . ويجب أن ننظم اللعب عند الطفل بناء على حالته الجسمية والنفسية لكي نوجه غرائزه توجيهياً طبيعياً ونوعق التحول الغريزي فيما بعد .

وقد أثبتت Herman Nunberg أن الختان عند الطفل يحدث أثراً في النفس حسب سن الختان لأن عملية البتر تهدّد الطفل في شعوره الجنسي .

ويرى هذا المؤلف أنه كما تأخرت سن الختان فإن الأثر يكون أكبر وإذا استعمل الآباء عملية الختان كوسيلة من وسائل التهديد فإن ذلك يزعزع في نفس الطفل أركان الغريرة الجنسية كما أن التهديد بأى طريقة أخرى أحدث أثراً في نفوس الأطفال وولد نوعاً من الخوف صار طبيعة وقضى على وظائف هامة بل تعدى إلى القضاء على قوة إدراكية هي الشعور بالأنا أي الشعور بالذات ، ونذكر حالة فتاة كان والدها دائمًا يهددها بوضعها تحت « الدوش » فتولد في نفسها خوف دائم من الماء ووصل بها الحال إلى الامتناع عن الشرب كما أنها امتنعت من قبل عن الاستحمام وكانت تشعر بخوف كبير عند عملية التبول وانقلب حالمها إلى تعقد في وظائف أخرى منها تعطل الوظيفة الجنسية .

إن التطاحن بين الغريرة والعاطفة يعوق نمو الشخصية ويكون الشخص ضعيفاً في عملية التكيف لأن جزءاً كبيراً من نشاطه يكون محولاً نحو الكفاح الداخلي فتضعف قوى الانتباه والإرادة وها السلاحان الهامان اللذان يستخدمهما الشخص في فرض نفسه على الطبيعة والمجتمع . وزيادة على التشدد في النشاط النفسي فإن التطاحن بين الغريرة والعاطفة قد يؤثر في التركيب البيولوجي للجسم ويوجهه نحو الغريرة التي تسيطر في الكفاح ، وكل ذلك يتوقف على السن التي يظهر فيها التطاحن وعلى مدة التطاحن وشدةاته . إن الغرض الأول من علم النفس هو إرجاع السلوك إلى الحالة الطبيعية يجعل الشخص قادرًا على التكيف ، فإننا نلاحظ أن أغلب الأشخاص

الذين يعانون تطايناً داخلياً بين الغريرة والعاطفة يشعرون بنوع من الاضطراب في الفعل أمام المواقف الجديدة ولو كانت طبيعية جامدة فيتطلب الشخص مدة من الزمن لكي يستطيع أن يجد الفعل المناسب لكي يتغلب على المشكلة الطبيعية المادية ، ويحار عند ما يحاول أن يقوم بأعمال بسيطة تحقق له راحة أو تقرب له غاية . وأما في المجتمع فإن الشخص المعرض لنزاع بين العاطفة والغريرة يكون مكبلاً بخجل مسيطر فلا يستطيع التحدث أو مواجهة المواقف الاجتماعية بمحدث يساير أفكار الآخرين ، وقد يحدث نوع من الاضطراب الفسيولوجي فيشعر الشخص باحمرار الوجه كاً وقع حالة (م . ش .) فإنه كان يشكو دائمًا من هذا الاضطراب لأفائه الأسباب وحاول كل الوسائل للقضاء عليه ولكنه لم يفلح في ذلك إلا بعد القضاء على صراعه الداخلي بين الغريرة والعاطفة .

وقد يتساءل المرء عن أقرب طريق لتفويية التكيف بتحلیص الشخص من الصراع الداخلي . وبما أن بذور الصراع قد تكون راجعة إلى السنوات الأولى من الحياة فإن الشخص يحتاج إلى قوة إرادية زائدة ليقضى على الإيحاء القديم المتجمع في أعماق النفس ، ويكون من العبث إيقحام آراء جديدة أو توجيهات إرادية خارجة عن إرادة الشخص لأننا بذلك سنزيد في شدة الصراع ويصبح مثلث الأركان أى غريرة الشخص وعاطفته وإرادة الغير . ولا شك أن هذه الزيادة في شدة الصراع قد تزيد من تشتت قوى النفس وقد تكون كافية مع أى إرهاق أو مرض عابر

أو انفعال مفاجيء يقع الشخص في مرض الفصام ، أى ت تعرض القوى العقلية إلى الخطر وتخرج من نطاق المرض النفسي إلى نطاق المرض العقلى .
ولهذا يستحسن القضاء على النزاع بالقضاء على أى طرف من طرف النزاع فيختار المخلل النفسي بعد دراسة دقيقة للموقف أحد الطرفين ليوجه المريض إلى مسائرته مؤقتاً فيقضى بذلك على التطاحن ليخفف من شدته ويعطى للشخصية فرصة لتكامل . ولقد وجدنا بعض الأشخاص في كفاحهم ضد بعض الميول يشعرون بتعب شديد يعوقهم عن التكيف وكلما حاولوا مواجهة الميل ومعارضته فإنهم يبذلون طاقة نفسية كبرى دونفائدة إلى أن يهتدوا إلى عملية الخضوع ، وكثيراً ما يكتسبون من هذه العملية - دون قصد - قدرة على التخلص من ميلهم الشديد . وكثير من الشيوخ الذين يحاولون أن يقاوموا الضعف الناتج عن السن يعرضون أنفسهم وشخصيتهم إلى التدهور السريع بخلاف شيوخ آخرين يحافظون على درجة من قواهم بعملية الاستسلام والخضوع للأمر الواقع فلا بد من أن تتبع في حل مشكلة النزاع بين الغريزة والعاطفة البحث عن أخف الأضرار ، ويحتاج ذلك إلى مراحل للتوجيه وطرق مختلفة للتنفيذ .

الصراع بين الغريزة والذكاء

إن أكبر وظيفة يتحققها الذكاء هي التكيف سواء كان في مظاهره الذهني أو العملي أو الاجتماعي . وإذا حللنا وظيفة التكيف وجدناها ترمي إلى تحقيق اللذة وإبعاد الألم ويمكننا أن نجعل الغريزة محصورة في عملية المحافظة على الحياة أي أن الغريزة تحقق الأغراض الأساسية للكائن الحي ، وأما الذكاء فهو يحاول تحقيق رغبات زائدة عن المطلوب بحيث يجعل الكائن الحي يعيش عيشة سهلة مضمونة قائمة على قوة مخزنة تحقق الطائفة وتتيح فرصة الوصول إلى الفن والتعenco في إدراك إحساسات دقيقة نسميهها الذوق .

إن الغريزة متصلة بالذكاء العملي اتصالاً وثيقاً أي أن أكبر عدد من الحركات التي يقوم بها الإنسان تقوم على ربط غريزي أي بدافع تلقائي لا يدخل الشخص فيه أي مجهود ، ويمكننا أن نعتبر حركات المضم الداخليه وغيرها من المنعكسات الطبيعية التي تربط بين إفرازات الغدد والأفعال الجنسية وأفعال التنفس واستجابة الحدقة للضوء ، كلها أفعال تكيف تنجح تارة وتفشل تارة أخرى ولكننا نلاحظ أن عملية التكيف في الميدان الغريزي تكون مضمونة إن لم يحاول الشخص التدخل فيها على أساس غير علمي أي أنها تجده أغلب الناس يميلون إلى نوع من الطعام في

أوقات معينة وينفرون من نفس هذه الأنواع في أوقات أخرى ، ففي الغالب يكون الإقبال والنفور راجعين إلى تركيب كيميائي معين في الجسم فكل تصرف بالضغط في اتجاه مضاد للميل يحدث خللاً في التكيف ويؤدي إلى الاضطراب في الأفعال الداخلية للهضم وما يتبعه من الحالات العصبية التي قد تؤثر في السلوك العام .

ونلاحظ أن معارضتنا لبعض الميول الغريزية قد تجعل هذه الميول تشتد وتظهر في صورة تعلق نسبي في المجال الجنسي عاطفة ، أي أن تتغلب الميول الغريزية فتتحول إلى سلوك ذهني معين يحاول أن يجد الخرج الذهنية ليحقق رغبات الميول المكبوتة . قبل أن يحدث هذا التحول في القيقة والشعور الكامل فإنه يبدأ في مجال اللاشعور ويظهر أثناء النوم في صورة أحلام . وهذا السبب أتجه الأطباء وال فلاسفة و رجال الدين إلى العناية بالأحلام كوسيلة من وسائل التعبير عن الرغبات المكبوتة .

إن تعرض الإنسان إلى صراع عنيف بين ميوله الفردية وميوله الاجتماعية يؤدى إلى تكون ما يسمى بالضمير الذي يقوم بدور الرقيب في بحث بعض الأفعال وينزع بعضها الآخر ، ويؤدى أيضاً إلى أن يتدخل الذكاء ليجد الحل الذي يتحقق رغبات الشخص دون أن يجعله يصطدم بقوانين المجتمع ، وهذا السبب يجذب أن للذكاء صلة وثيقة بالغريرة والعاطفة لأن الشخص الذي يعاني صراعاً عنيفاً يكون في حاجة إلى قوة تفصل بين طرق النزاع فالأشخاص الذين يغامرون ويترعون لنزاع داخلي يمرّون ذكاءهم ،

ولذلك نجد أن أكثر الأفراد الذين يتمتعون بذكاء راق يعرفون كيف يلبون كل مطالبهم الغريزية دون أن يجرحوا عواطف الآخرين . وهناك فئة أخرى تفضل أن تخضع لحكم الضمير وتعانى كثيراً شديداً إلى أن تحدث عادة ثابتة قريبة من حالة السلبية التامة ، وهناك أشخاص آخرون يندفعون مع تيار الغرائز دون تقدير العواقب في الميدان الاجتماعي ويكون هؤلاء الأشخاص ناقصين من حيث الذكاء عاملاً أو يكون ذكاؤهم محولاً نحو وظيفة معينة دون أن يعرفوا كيف يكيفون أنفسهم مع المجتمع باستخدام ذكائهم الجزئي .

ولو درسنا نفس كل شخص لوجدنا معركة قائمة في أغلب الأحيان بين الميل الغريزية والميل العاطفية وبين القوة الإدراكية التي يمكننا أن نسميها بالذكاء . وينخار الشخص في بعض الأحيان عندما يشتدها النزاع وتعطل الحركة والفعل فيصاب الشخص بالتردد . يمكننا إذاً أن نعتبر التردد دليلاً نزاعاً داخلياً ، وينجذب هذا النزاع وإلا اشتد التردد وصار نواة التصدع في تكامل الشخصية .

ولعله يكون من الخطأ أن نرشد القارئ إلى الخل السهل الطبيعي الذي يضمن توازناً نفسياً وصحياً جسمياً وتكييفاً اجتماعياً . فلو كنا في مجال دراسة الأخلاق لكان نادينا بالتمسك الشديد بكل ما يعلى به الضمير ولكن حرمانا على الشخص المعرض لنزاع داخلي تلبية أي ميل من الميل الغريزية . ولكننا في المجال النفسي نرى أن ضمان الوظائف الغريزية البيولوجية هو

الخطوة الأولى التي تبعدنا عن أي اصطدام وأى ثورة قد تؤذى العقل وتتلف الأعصاب وتطلق الأفعال الشاذة . والذى نتكره أيضًا في المجال النفسي هو الأسراف في الوظائف الغرائزية البيولوجية ، لأن الإسراف قد يعرض الشخص إلى نتائج أخطر من نتائج الحرمان فلا يكون الشخص ناجحًا في حياته الذهنية والعملية والاجتماعية إلا إذا عرف بذلك أنه كيف يمكن لوظائفه الغرائزية أنجاحها طبيعياً يتحقق الرغبات الضرورية فيقضي على كل اندفاع سواء كان فعلياً حركياً أو نفسياً وهما ، لأن الذي نلاحظه بالتجربة هو أن تعطل الوظائف البيولوجية يخلق أفكاراً وهمية تكون بمثابة تعويض ولكن الشخص لا يلبث أن يتعود لهذا النوع من السلوك الشاذ فتكثر الأوهام التي لا تخضع للقوانين المنطقية ويؤثر ذلك بالتالي على العمليات العقلية التي تقوم على ربط دقيق بين الأفكار .

وأما الإسراف فإنه يجعل الشخص يشعر بضعف عام واضطرابات مختلفة وي تعرض بعد ذلك إلى إفلاس في المجهود وخصوصاً في درجة النشاط النفسي وبذلك تتأثر أيضاً عمليات الإدراك فتنخفض درجة الذكاء وتظهر على الشخص علامات البلة أو الضعف الشديد في الشعور ويكون الشخص في حالة سلبية لا يعرف كيف يوجه نفسه التوجيه الملائم للظروف الخارجية .

ويمكننا أن نذكر حالة تثبت الصلة الوثيقة بين الإسراف الغرزي وبين درجة الذكاء وهذه الحالة بدأت منذ السنوات الأولى من الشباب إذ أسرف شخص في مزاولة العادة السرية وكان يشعر بعد القيام بها مباشرة

بنوع من الهبوط يشعره بالضعف ، ولم يلبث هذا الشخص أن تزوج وأصيب باضطراب هضمي جعله معرضاً لسرعة ضربات القلب وما يصحبها من ارتباك عام في السلوك الذهني والحركي . وتسكّونت لديه فكرة ثابتة هي أن الفعل الجنسي يعرضه خطراً كبيراً ولهذا السبب انقلب من حالة الإسراف إلى حالة الحرمان والامتناع ولكن حالة الزوجية تقضي بميل إيجابية كانت تدفع الشخص إلى اتجاه مضاد للاتجاه الذي اختاره لنفسه .

واشتد النزاع بين الاتجاهين فأحدث ذلك تضعضعاً في الشخصية وكانت النتيجة أن تفرقت القوى النفسية واضطرب النشاط الذهني وانخفض مستوى الذكاء بدرجة محسوسة وأصبح هذا الشخص ميالاً إلى الأعمال السهلة التي لا تتطلب أي مجهود ذهني وتعقدت حالته عندما أصبحت الفكرة الثابتة متسلطة تظهر واضحه في بعض الأحيان وتختفي وراء مظاهر أخرى مختلفة في كثير من الأحيان ، وأصبح يشكو من ميل تنفره من زوجته وتصورها له في صور يكرهها و يجعله ينظر إلى زوجته نظرة فيها كثير من الكراهيّة . وزادت حالته تعقيداً عندما عرض نفسه على محلل نفسي وذكر له ما كان يشعر به من كراهيّة نحو زوجته وشدة تطلعه إلى غيرها من النساء وأقى المخلل النفسي بالطلاق على أساس أن هذا الشخص يكره زوجته وكان يرغب في الزواج بغيرها . وانقلبت الحالة من نفسية إلى حالة اجتماعية عندما ارتكب المخلل النفسي خطأً بإخبار الزوجة بهذا القرار ، فكان ذلك تأييداً للفكرة

الثابتة دون الوصول إلى أساسها الأول الذي أحدثها وأحدث غيرها من الأفكار الوهمية الباعثة للقلق النفسي .

وعند ما درست حالة هذا الشخص على ضوء التكامل الذي يربط بين الغريزة والعاطفة والذكاء وغيرها من الوظائف النفسية تجلى لي أن العلل الأولى ترجع إلى النزاع والتطاحن والتضارب وهي التي قاست على التكامل ، وجعلت النفس تتدحرج ، والضبط يضعف ، والذكاء يقل . والأفكار الوهمية تتكاثر .

وقد أظهرت لنا دراسة هذه الحالة حقيقة نفسية هامة وهي أن الشخص السليم يتمتع بقوى قد تمكنه من القيام بوظائفه الحيوية وبذل المجهود المطلوب للنجاح في الحياة اليومية ومن يهمل هذه القوى يتعرض حتى للكفاح داخلي لا يلبث أن يتخذ مظاهر النزاع بين الغريزة والعاطفة ، ويكون العلاج الناجع بحمل الشخص على الشعور بالتعب الطبيعي الذي يأتي بعد العمل المنتج وإلا تكون في نفس الشخص شعور بالتعب الوهمي ويكون الصراع النفسي مبرراً لهذا الشعور بالتعب . ولهذا السبب كان الفراغ أهم مصدر من مصادر تكون العواطف المزيفة التي تقوم في نزاع حاد مع الغرائز لتعوق سيرها وذلك لأن الإنسان في حاجة ماسة إلى استعمال قواه المعنوية وخصوصاً الذكاء لكي يشعر بوجوده مستندًا إلى التأثير الوضعية التي ينتهي إليها في عمله . فعند ما وجدها الشخص المشار إليه سابقاً إلى إنتاج فكري شعر باتجاه جدي إلى العمل والإنتاج وتلاشي النزاع شيئاً فشيئاً

من نفسه دون أن يشعر الشخص بأى حاجة إلى علاج صناعي . وتشرح لنا هذه الحقيقة العلمية الحالة النفسية التي نجد عليها الكثير من الطلبة في كلية الحقوق وذلك لأن النظام الدراسي في هذه الكلية لا يتطلب من الطالب أى طاقة من الذكاء وإنما هي معلومات مروية تحفظها الذاكرة ، وكان الطالب لا يحتاج إلى عملية الربط ليصل إلى موضوع جديد يعتبر موضوعه الخاص فليس في دراسات القانون لذة الاكتشاف لأنه لا يوجد مجال للابتكار ، فتحمل الذاكرة أكثر من طاقتها ويحدث نوع من الاضطراب النفسي قد يؤدي بالطالب إلى حالة القلق ، وقد تفاقمت حالة بعض الطلبة ووصلت إلى حد الخطورة بنسبة عالية .

وفي غير هذا الميدان أيضاً نجد أن كل المواقف التي تسيطر فيها وظيفة معينة يحدث نوع من الاضطراب في توازن القوى النفسية ، وهذا السبب كان من الصعب على الإنسان أن يصل إلى السعادة المطلقة التي تقضي توازناً كاملاً بين مختلف مظاهر النشاط النفسي . وفي إمكاننا أن نخلق توازناً ثابتاً يضمن راحة نفسية مستمرة وما علينا إلا أن نستغل نظرية الإسقاط في علم النفس لكي نحدث تجاوباً وانسجاماً بين الحالة الذهنية النفسية الداخلية وبين الحالة الطبيعية الخارجية؛ وهذه أيضاً إشارة إلى حالة التشاكل (Isomorphisme) التي قالت بها مدرسة الجشتال ، ولكننا لا نتجه الاتجاه المجرد الذي يحاول أن يخلق الحالات النفسية بطريقة صناعية ومن يبنها الآيماء ، وإنما الطريق القويم الذي يتطلب علمًا تجريبياً وكفاحاً

يقوم على الصبر هو الطريق الذي يستخدم الوظيفة التي تؤدي إلى نتيجة مفيدة .

والعلاج الوظيفي الذي يقوم على التدرج في استخدام القوى الجسمية والنفسية يضمن لنا إصلاحاً شاملًا ليربط بين أجزاء الجسم كأنه يحدث تداخلاً طبيعياً بين القوى البيولوجية والنفسية ويطرد الفراغ ، كما أنه أيضاً يعوض الشخص عن بدل درجة من المجهود ليتمكنه أن يكون فكرة واضحة عن نفسه و يصل إلى الشعور (بالأنا) و تفيد هذه الطريقة في تربية الشعور بالثقة لتنميته .

ويساعد ذلك أيضاً على تحويل النشاط من الناحية التلقائية الغريزية إلى الناحية الإرادية التكاملية . ونعني بـ « التكاملية » الصفة التي تربط بين القوى في داخل الكائن الحي وبينه وبين الطبيعة الخارجية والبيئة الاجتماعية . ونكون بذلك قد زودنا الكائن الحي بالسلاح الضروري لتحقيق التكيف الذي يحتاج إلى درجة عالية من الذكاء ليتمكن الشخص من الوصول إلى حالة التكيف التام عن طريق يسير .

صلة الانتباه بالنزاع الداخلي

و قبل أن أتعرض للبحث النظري فيما يتعلق بصلة الانتباه بالصراع أقدم للفارىء صورة حية لنزاع داخلى شعر به على أفندي توفيق الجزار في مرحلة انتقاله من التحليل النفسي إلى التركيب النفسي . فهو يصور لنا بدقة و صراحة استبطانية ما شعر به قبل محاولته بذل مجيمود ذهني يتطلب انتباهاً . فإننا نشاهد المعركة مصورة تصويراً حياً بين الدوافع الفردية والجسمية والاجتماعية . ويجب أن نلاحظ الدورة النفسية البدعة بمقارنة أول القطعة بنهایتها عندما يقول :

«أتعلم أنك الآن مرموق من آخرين ؟ وأنهم اعترفوا بأنك على شيء من التقدم عنهم ؟ إن عصمت صرح أخيراً بأنه متغير في أمر نفسه وأنه اعترف بأن على الجزار ... إلى آخر حديث فهمت منه الثناء على لأنتمس وأشرع في الكتابة على الصراع النفسي ، واكتب قصة كالسابقة تفيد بتصویرها الصراع الشخصي للكاتب من أن يوضع على المشرحة ، ويعمل فيه البعض العلمي من تحليلات واستنتاجات ؛ أقوال سررت منها كنوع من الأطراء ، سرعان ما زال هذا السرور ليحل محله عدم ارتياح ، لكوني سأصبح موضوع دراسة وتنشر عيوبى على الملايين بها شخص آخر شهرته بأن يحمل عليها بمحمولات علمية فاسية بما فيها من

جفاف الحقيقة المؤلمة .

كنت أهث من الانفعال وأنا أحادث نفسي قائلًا « ولما اكتب له ليظهر بمادة حية جديدة كايدىعى ؟ فليستحضر مادته من أى مجنون غيرى ، ولكننى ذو كرامة سأحافظ عليها ولا أغتر بطريقته لاستدراجى إلى شركه الذى ينصلبه لي بإطراشه ومديحه ، نعم سوف لا أكتب شيئاً وسوف أفعل ما يخلو لي ، إننى كنت أحادثه عن موضوع الخير في ذاته وإذا به يقرأ لي ما كتبه عن رأيه في مذهب اللذة والأيقوريين وعند ما أعرض عليه بأن هذا ليس موضوعى ، يحمر انفعلاً ويحيط ضاحكاً بأن الأفكار متقاربه ! هه ماذا يعنينى من ذلك جيئه لا شيء إلا أن أكون كبش الفداء . »

« ثم ماذا يفعله هؤلاء العلماء « السيكولوجيون » غير أن يأخذوا من أشخاص ليقولوه لآخرين ؟ إن كل ما يفعلونه هو بعض التنظيم والتزويف . « هنا يحضر في ذاكراتي أيام الامتحانات المدرسية ، كنت أتحاشى مراجعة الإجابة ، بل كنت أتلهف لأنتهى من الإجابة لأسرع مهرولاً خارج اللجنة ، وإذا سألنى أحد من زملائي الطلبة عن إجابتي كنت أتهرب بكلفة الطرق بل وبصورة فيها ذعر وخوف « كأنى أعاينه الآن وأنا أكتب » ورغم هذا كنت أسترق السمع عن إجابات الطلبة الآخرين ليكنى أن أرد على من يسألنى في المنزل . ومن التصرفات العجيبة في هذا الحين أننى كنت أتلهم إذا سألنى والدى ولكننى عندما كنت أدخل على

مر بيتي حجرتها أنطلق في الكلام معها عما أجبته في الاختبار «علمًا بأنني
أدرك أنها جاهلة حتى بأصول القراءة» وكانت رحمة الله تستمع إلى بعيون
مفتوحة مما كان يخيل إلى أنها تفهم ما أقول، ثم تربت على كتفي قائلة
«ما شاء الله ، ربنا يحرسك يا بني» .

ها أنذا أسرد لك واقعة تسعفني بها ذاكراً كراني لأعتذر أو لأبرر ما قلته
سابقاً، أود أن أقول إنني نشأت في وسط مضطرب لا استقرار فيه ولا أمان
إذ كنت أعقاب في وقت لا أجد فيه «في ذلك الوقت طبعاً» أحقيّة للعقاب ،
وكان يحسن في الوقت الذي كنت أحس فيه أنني أستحق العقاب ، خلط
على الأمر وأصبحت عادة الاتّباع هي المتسّلطة وأصبح الشك والتهيّج
هو دور الفعل الدّفاعي ضد هذه البيئة .

ولكن مالنا وهذا الآن؟ إنني لا أجد تشبيهاً لهذه الحالة إلا بطلبة
«مضخه» ماصة كابسة عند ما تدور يُقفل الصمام الأعلى ويُفتح الأسفل
ليسحب ما في الباطن من مادة وعندما تصل المضخة إلى آخر الجهد يُقفل
الصمام الأسفل ويُفتح الأعلى لتعلو المادة إلى المستوى المرتفع . هكذا صور
لي عقلي طريقة تفكيري بعد أن راجعت ما كتبت ووجدت أن تفنيده
والردود عليه ميسورة ، فعجبًا لهذا الجدال المضنى ! لم يكن أفضل وأوفر
أن تفهم هذا من أول الأمر؟

ألا تعلم يا سيد على أن مجرد تكليفك بالكتابة هو إقرار ضمني بأنك
في درجة من الرق أعلى مما تظن ؟ لأنه من الممكن تصوير الصراع الذي

تدور رحاه داخل نفسك من ملاحظة سلوكك وربط اعترافاتك وتكون بذلك في مرتبة الحيوان أو على أحسن تقدير في درجة الإنسان العاجز عن التعبير تعبيراً إرادياً منظماً عن ما يضطرم في وجدانه من غليان .

«شكك في الإطراء يفيد ضئلاً أنك تود توكيده أى تود منه المزيد لأنك متعطش إليه لا شعورياً ولأن الاحساس بالدونية الذي لم تتمكن من إزالته لعدم إنتاجك وكسلك . كل الطفولة هذا الذي لا تود أن تتخذه إلى مرحلة النضوج بما فيها من مخاطرة وحرية اختيار ، لا شيء إلا لتسתר في سلوكك الفج ومبالغتك في إيذاء نفسك . وتشبّث بهذه السفاسف التي يكشف عنها قوله ما يحلو لك فعله ستفعله بينما تخاف من كشف عيوبك على الملاً لأنك تود أن تكرر هذه العيوب ولا تود إصلاحها ، ثم بأى منطق تتشبّث بعادات تعلم أنها عيوب إلا إذا كان لديك تلذذ خفي بإيذاء نفسك ومعاقبة ذاتك . وإذا كنت لا ترغب في معاقبة ذاتك فلم كل هذا الابتآس والقهر على عيوب لم تصل إلى مرحلة الشذوذ الخطير؟ (فإنه لم يتبق إلا بعض الإسراف الجنسي ، وحمل الاستيقاظ صباحاً) أضف إلى ذلك المزاج السوداوي المتسلط عليك وإذا كنت تود اعتباره من عيوبك علماً بأنه خارج عن نطاق إرادتك ، وأنك مصمم على محوه بإذن الله . فلم إذا كل هذا الغليان ؟

وعلى ذكر كبش الفداء الذي تتمشدق به ألا تذكر أنك في يوم كنت تقرأ عن قرد كان يعمل عليه تجارب التعلم عند الحيوانات الراقية

فقلت «إن هذا الفرد كان أعلم أهل زمانه من القردة وأكثراهم خبرة بالحياة ثم أنه قد خلدى في كتب العلم» وهنا أتركك تجاوب . وتقول أن السيمكلوجيين لا يعملون إلا التنظيم والتزويق !! هل نسيت ما قاله أحد علماء الطبيعة من قانون كدت من إعجابك به لأن تحفظه عن ظهر قلبك ، ألم يكن نص القول «إن الإنسان في صراع دائم كي يفرض على الجزيئية غير المنتظمة ، عنصراً من الانتظام » .

وبعد هذا المثل الحي للصراع النفسي الداخلي نحاول أن ندرس الأسباب والعوامل التي يمكنها أن تولد صراعاً نفسياً . وأعتقد أن تغيرات درجات الانتباه تقوم بعمل هام في إحداث الصراع .

وقد لاحظ بيرون Pieron أن الشخص الذي يقوم بعمل ذهنى في جو هادئ، هدوءاً تماماً لا يثبت أن يشعر بهبوط محسوس في درجة انتباذه ، بينما أن الشخص الذي يقوم بعمل مماثل في جو صاخب تغلب عليه الضوضاء يشعر بانتباذه يرتفع ونشاطه النفسي يزيد . وبناء على هذه الملاحظة المطابقة للواقع وجدنا أن الأشخاص الذين يتمتعون بهدوء داخلى يتعودون على الكسل ويصابون بنوع من الهبوط بخلاف الأشخاص الذين يعانون نزاعاً داخلياً فإنهم يشعرون بارتفاع في نشاطهم النفسي وبرونة في قوة انتباهم . وتحليل ذلك أن الشخص الذي يتمتع بالهدوء لا يشعر بأى حاجة إلى المقاومة فيتحول نشاطه النفسي إلى نشاط بiological ، وأما الشخص الذي يكون في كفاح يبتغل على مشكلات قاعدة فإنه يعيق قواه النفسية تعبثرة مستمرة تعوده

التركيز، وتبعث في نفسه روح المقاومة التي توحى باليقظة المستمرة ، وتجعل النشاط البيولوجي يتحول أولاً بأول إلى نشاط نفسي ويحدث ذلك عادة في ظهور النشاط النفسي وتتوفر المادة التي يستند إليها الانتباه ، خالة الهدوء التام قد تؤدي بالشخص إلى النوم أى هبوط في نشاطه النفسي بخلاف حالة التغير خصوصاً إن كان فجائياً فإنه يتحقق حالة التيقظ .

ويمكننا الآن أنقارن هذه الحالة النفسية الداخلية بحالة السلوك الخارجي عند الشعوب . إننا نلاحظ أيضاً أن الشعوب التي تعيش في بيئات جغرافية سهلة تميل إلى الركود والخمول وتغلب عليها ميول المسالمة وصفات الوداعة بخلاف الشعوب التي تقطن مناطق جبلية صعبة فإنها تكون ميالة إلى السلوك الاندفاعي وتغلب عليها الميول الحرية ومتاز بنشاط مستمر لأن كفاحها ضد الطبيعة يرمنها على القوة والصلابة ويتحول ذلك إلى نشاط زائد في السلوك يحتاج إلى تصريف في شكل حركة مستمرة وحروب دائمة .

ولوحظ أيضاً أن تربية التيسير التام التي يتبعها بعض الآباء مع أبنائهم لشدة التعلق بهم تقضي على الحاجة لبذل أى مجهود من جانب الطفل ، وتنظهر عليه ، نتيجة لذلك ، علامات الاستسلام التام ولا يلبث أن يصاب بضعف في التركيز لأنه تعود أن يعتمد على غيره في تحقيق رغباته ويشعر وقت حاجة التركيز بحاجة المساعدة ويحاول أن يؤجل المطلوب منه وينخلق التبريرات المختلفة ليفر من بذل المجهود الضروري ويمكننا أن نعتبر هذه

الحالة نتيجة خلو النفس من الصراع الضروري خلق الدرجة الكافية
من الانتباه .

ويمكنا أيضاً أن نلاحظ من طرف آخر أن زيادة الصراع عن حده سواء بكثرة الاتجاهات أو بأهمية الموضوع وخطورته وسرعة الحاجة إلى البت أو الضوضاء الخارجية الزائدة قد تعرض الشخص إلى تعب ذهني يجعل الانتباه مستحيلاً ، وأغلب الإصابات التي تصيب بعض الأشخاص في انتباهم تكون ناتجة عن انتقال مفاجئ من حالة هدوء تام إلى حالة مقاومة شديدة يتقرر عليها مصير الشخص في حياته . إن أغلب الشبان الذين يتمتعون بحياة هادئة ثم يجدون أنفسهم أمام مشكلات الحياة المعقّدة دون أن يكون لهم أي معمول يعولون عليه فإنهم يصابون بنوع من الذهول يشبه الحيرة التي تقضي على الانتباه والتركيز ؛ ويشكوا الشخص فعلاً من حالة اضطراب داخلي يجعله قلقاً غير مستقر لا يعرف كيف يتوجه ولا يمكنه أن يتخذ لنفسه أي قرار ، ويحتاج مثل هذا الشخص إلى وقت طويلاً ليكيف انتباهه مع المشكلة التي فرضت عليه خاتمة ويشعر في بادئ الأمر بأفكار كثيرة تتر في ذهنه وآراء مختلفة تتضارب أمام بؤرة شعوره . وهو إما أن ينجح في التغلب على المشكلة ويسلك طريقه منتصراً في الحياة وإما يفشل ويتجأ إلى غيره ليحل مشكلاته شاعراً بالانهزام فاقداً كل ثقة بنفسه . وقد تتعقد حالة هذا الشخص إن وجد في مجتمع لا يقر سلوكه ويظهر ضعفه سواء بالسلوك المقارن أو بالعبارة الصريحة . وأغلب الموظفين

يقومون بأعمال محدودة تضمن لهم كسباً معيناً ولا يشعرون بالتعويذ على أنفسهم للتغلب على مشكلات الكسب اليومية . حياتهم المادية مضمونة ، ولهذا السبب نجد أن حالياتهم الفسيولوجية تكون في بادىء الأمر مائلة إلى الراحة التامة ولكن لا تثبت بعد مدة أن تغير لظهور صراع بين النشاط البيولوجي والنشاط النفسي ، فأغلبهم يشعر بنفسه ناقصاً لأنهم لا يبذلون أي مجهود شخصي فأعمالهم تقريباً كلها تنفيذ لإرادة غيرهم ، وتنتهي الحالة ببعضهم إلى تعود السأم أو الانشغال بأمر غيرهم وقد يصل بهم الحال إلى البحث عن عرقلة سير الآخرين بدافع الغيرة التي تكون نتيجة الشعور بالنقص . والمهم هو أن حالة الانتباه تتدحرج تدھوراً واضحاً عند مثل هؤلاء الأشخاص فتصير أعمالهم آلية لا ابتكار فيها كما أن حياتهم تكون قفيرة من حيث الأعمال المفيدة التي قد يجعل الشخص يشعر بوجوده . وعندما تصادف هذه الحالة نفساً حية تشعر بحاجة الانتباه والابتكار فإن الصراع يتفاقم كأنه وسيلة يلجأ إليها الشخص ليشعر بوجوده وينمى الملاكت الذهنية التي تحتاج إلى حركة نفسية . ولهذا السبب فإن الجمعيات الإصلاحية في بعض الشعوب المتقدمة تشجع الألعاب الرياضية بين الموظفين للقضاء على الخمول والهبوط ولتحفظ لديهم القدرة على بذل درجة من المجهود فيحفظ ذلك الوظائف الأساسية ويجعل الشخص قادرًا على مقاومة الصعاب بها كان نوعها .

ويجب أن تذكر دائمًا قانوناً نفسياً يثبت توازيًا بين درجة الانتباه

وين مرونة الحركة فإن الطفل الذى نعوقه عن القيام بالحركات الضرورية لا يلبث أن يقع في حالة هبوط قد تؤدى به إلى النوم العميق . ونلاحظ أيضاً أن الأطفال الذين يكونون مصابين بطيش في الحركة ونقص في مرونتها يكونون أيضاً مصابين بنوع من التأخر في الذكاء ونقص في درجة الانتباه . ولهذا السبب يمكننا أن نربط شدة الصراع وكثرة الحركة وسهولة الإدراك لأن الشخص يكون في حاجة إلى حصر الحركة في موضع معين من الجسم ليتمكنه أن يتكيف وأن يتغلب على المشكلات الخارجية فيؤدى به ذلك إلى التعود على حصر نشاطه الذهنى فيصل إلى درجة هامة من الانتباه .

وعلى هذا الأساس يتبيّن لنا أن هناك نوعاً من التضارب في صلة الصراع الداخلي بالانتباه لأننا رأينا أن الصراع قد يكون سبباً في ظهور الانتباه وقد يكون عائقاً لظهوره فيكون الصراع مساعدًا لظهور الانتباه إن كان صراعاً طبيعياً يستطيع الشخص معه أن يحتفظ بتوازنه الذهني ولكنه ينقلب حالة خطيرة إن أحدث الصراع اضطراباً في التكامل النفسي والترابط العصبي فالشخص الذي يكون خالياً من كل عاطفة يكون ميالاً إلى حالة السلبية ، ولا يجد في نفسه أى ميل إلى الابتكار وبذل مجهود ذهني أو جسمى بعكس الشخص الذي يكون مرتبطاً بعاطفة هادئة مع شخص يلبى هذه العاطفة بميل صريح فإنه يجد في نفسه دوافع تعلى عليه أعمالاً يقوم بها عن طيب خاطر دون أن يشعر بأى تعب أو ملل وكلنا يعلم أن

العاطفة الشديدة التي تزيد عن الحد الطبيعي نحو شخص لا يليق به
العاطفة بأى ميل أو يخفى ميله ياتقان فإنهما تحدث اضطراباً شاملًا في
الكائن الحى، وتفتقر إلى التكامل وتتلف الترابط وتجعل الشخص يقوم
بأعمال غير موجودة في سلوكه تعسفيًا دون توجيه إرادى، ويكون موجهاً
بالعوامل التي يهدفها في طريقه فيعيش كأنه آلة تستجيب لمنبهات
الخارجية أولاً ، ويمكننا أن نسمي هذا السلوك بالسلوك الاستجابت
وهو عكس السلوك الإيجابي الذي يتطلب انتباهاً وإرادة يقومان على مجده
ذهني ونشاط نفسي .



صلة الصراع بالمرض النفسي

يمكنا أن نجد مثلاً وانحصاراً للسلوك الشاذ عند الأشخاص الذين يسرفون في مطالبيهم من الحياة وتكون مطالبيهم في حاجة إلى نشاط زائد يغوص كمية النشاط الموجود لديهم ، فترى هؤلاء الأشخاص يصرفون كل مجدهم في البحث عن الوسائل التي تحقق أغراضهم البعيدة وبعد إفلاسهم فيما يختص بالنشاط النفسي فإنهم يصرفون من نشاطهم البيولوجي ، ولذلك تتأثر صحتهم الجسمية وخصوصاً الوظائف الهضمية التي قد تؤدي إلى قرحة في المعدة ، وبعد أن يكون الاضطراب عصبياً فإنه ينقلب إلى اضطراب عصبي وتنظر الإصابة في المعدة ، كما أنها قد تظهر في الرحم لدى المرأة وتسمى بالتليف *Fibrum*.

أغلب حالات الصراع التي تنقلب إلى حالات عصبية تبدأ في الفالب بشعور مستمر بصداع كلي أو جزئي ، وذلك ناشئ عن التزاع الداخلي الذي يؤدي إلى حالة التعب العام ويؤثر في المراكز الحية على الخصوص كما هو الشأن في حالات التردد الكبيري . وفي مثل هذه المواقف يحتاج الشخص إلى حل حازم ينظم فيه شئونه فلا بد من رسم خطة للعمل تجعل الشخص يقوم بالجهود المطلوب في الوقت المناسب لحل مشكلة معينة بالذات . وقد تتغلب العواطف وتحاول توجيه الشخص بعيداً عن عمله ،

ولكنه يستطيع أن يتغلب إن عرف كيف يحدد أجزاء عمله بحيث يدخلها في إمكاناته وإلا شعر بخوف من العمل الكلى ، ويثير هذا الخوف في نفسه نوعاً من العجز قد ينقلب إلى شلل إرادى ، وتجدد الضغط في بعض الأحيان سواء كان في الميدان النفسي أو الجسми أو الاجتماعي يجعل الكائن في حالة اضطراب حسى أو حرکي أو هما معاً .

إن أغلب حالات المستيريا التي يتكلم عنها الأطباء الفسيولوجيون ، ما هي إلا حالات تعطل جزئي أو كلى في الحس أو الحركة لا يشك أحد في أن الحس والحركة مرتبطان ارتباطاً وظيفياً بعملية الانتباه التي تجعل الشخص يسيطر سلطة تامة على موضوع إدراكه . ويحدث اضطراب اقصالاً بين الانتباه والحس والحركة . وهذا ما وجدناه عند بعض الجنود الذين يهابون الحرب ، فتتعطل وظيفة من وظائف الإحساس مثل البصر أو اللمس وقد تتوقف حركة اليدين تماماً وتكون شبيهة بحالة الشلل الجزئي ، وعلاج مثل هذه الحالات يكون بإرجاع النشاط النفسي إلى حاليه الطبيعية ، ويحتاج ذلك إلى تنظيم التموجات على طريق العموم ، ويمكن للعالم النفسي أن يكتشف طرقاً خاصة يمكنه بها أن يرجع الحركة الطبيعية والإحساس الضروري ، ليعيد الوظيفة إلى مجراها الأصلي .

ومن الصعب تحديد العلاج في الحالات النفسية مهما كانت اضطرابات مشابهة من شخص إلى آخر وذلك لأن المرض النفسي يتخذ

صورة شخصية الفرد و يتطور في اتجاه معين يصعب علينا اكتشاف مظاهره الحقيقى من أول وهلة فلا بد من معاشرة المريض مدة من الزمن تكفى للوصول إلى الخصائص الفردية التي تتحكم في سير المرض .

يتكون الانتباه عند كل شخص بطريقة خاصة ويصل إلى مستوى معين يعتبره المستوى الأعلى . فعندما يحدث النزاع الداخلى فإنه يؤثر على درجة الانتباه الأصلية لدى الشخص ، وهبوط الانتباه يجعله يشعر بالضعف فيكون من الخطأ أن تقيس حالة شخص على أي حالة أخرى عرفناها فلا بد من محاولة الوصول إلى درجة انتباه الشخص قبل المرض . و يعرف ذلك بدراسة سلوكه السابق والوقوف على نوع إنتاجه فيما كان يسميه حالة طبيعية .

و دراستنا التطبيقية لبعض الحالات أثبتت أن علاج الأفراد في سن الشباب أسهل بكثير من علاج الأشخاص الذين تقدموا في السن . وذلك راجع إلى تحكمنا في درجة الانتباه التي تسهل في مقبل العمر و تصعب بعدما يستقر الشخص على حالة نفسية معينة .

وصلة النزاع الداخلى بدرجة الانتباه تحدد اختصاص العلاج النفسي و تخرج من نطاق الدراسات التسريحية لتدخله في نطاق فسيولوجية السلوك الخارجى و نطاق الأبحاث النفسية . فرغم كل اهتمامى بإرجاع أغلب المشكلات النفسية إلى بعض العوامل البيولوجية فإننى لا أنكر أن مبدأ

الاضطراب الأصلي هو النزاع النفسي الداخلي الذي يقضى على درجة الانتباه و يجعل الشخص يشعر بالهبوط النفسي والجسدي . ويكون الشعور بالهبوط هو أول سبب لتدور النشاط العصبي الذي يتبعه دائمًا تدهور في النشاط العضوي أى أن الاضطراب النفسي يحدث اضطراباً عصبياً يؤثر في سير الوظائف العضوية .

إذا كان الشخص يعيش في وسط يسوده اختلاف بين أفراد يعزهم بدرجة واحدة مثل الأبوين فإنه لا يلبث أن يشعر بنزاع داخلي يكون بمثابة انعكاس للنزاع الخارجي . ويعتبر الانتباه مقياساً لحالة التكامل والانسجام في الجسم . وكذلك يمكننا أن نقول عن صلة الاضطراب الجسدي بالانتباه إذ أن الضعف الجسدي العام يحدث ضعفاً نفسياً يظهر في هبوط درجة الانتباه فيكون الشخص معرضاً للتشتت الداخلي ونراه يميل إلى التردد في أفعاله وفي أفكاره ونكون في حاجة دائمة إلى العناية بالانتباه بعد خروج الشخص من مرض جسمى لأن الاضطراب البيولوجي ينس من قريب الحالة النفسية ، فإن لم نعتن بها في أثناء المرض وفي فترة النقاوة فإن الاضطراب النفسي يبدأ منذ تلك اللحظة ليتطور تطوراً واضحاً ويؤدي إلى تعقد يصعب علينا بعد ذلك حله وهذه حالة أغلب الأشخاص الذين أصيبوا بمرض التيفود الذي يضعف تكامل الجهاز العصبي ويهدى بدرجة محسوسة مستوى الانتباه الذي يكون مصدراً للضعف النفسي فتلاشى الإرادة ويميل الشخص إلى الانطواء والحياة السلبية ويفقد القدرة على

للمقاومة وي تعرض إلى الاضطرابات المختلفة مثل الشعور بالنقص والخجل المرضي وضعف الذاكرة وغير ذلك من القدرات النفسية التي تجعله عرضة لكافح داخلي بين حالته السابقة وحالته الراهنة ويزيد النزاع شدة بما يطبع فيه الشخص من الوصول إلى مستويات من النشاط يلاحظها لدى غيره من الأشخاص الذين يعيشون حوله .

في مثل هذه الحالات لا بد من العناية التامة بالحالة الجسمية كأساس طبيعي لظهور النشاط النفسي السوى ، ولا يعني هذا أننا ندخل الحالات النفسية كلها في الحالات الجسمية ، ولكن الطبيعة تثبت أن النشاط النفسي الكامل يتطلب حالة جسمية طبيعية . وبعد تحقيق هذا الشرط الأساسي يجب أن ندرس الحالة الاجتماعية التي يعيش فيها الشخص ، فإن كان هناك نزاع بين أشخاص يتصل بهم المريض اتصالاً روحياً بعاطفة قوية فإنه يكون من المستحيل تحقيق الراحة النفسية التي تضمن نشاطاً نفسياً منتجًا لأن النزاع الخارجي ينعكس دائمًا في النفس بطريقة شعورية أولاً ليستمر بعد ذلك في حالة لا شعورية .

فكأنه يحدث اقساماً في عاطفة الشخص يؤدي إلى توزيع النشاط النفسي واقساماً في الشخصية فيحدث ضعف نفسي يجعل الشخص عرضة لظهور الاتجاهات الغيرية المختلفة ، ونلاحظ أن الحياة اليومية التي نحيها تعرض أغلبنا إلى توزيع عاطفته بين أشخاص عديدين ويسعى كل شخص من الأشخاص الذين نحبهم ونوجه عاطفتنا نحوهم أن يستأثر بعاطفنا ويحدث

نوع من النزاع يحتم علينا العناية بتوزيع اهتمامنا بين هؤلاء الأشخاص لأن الاهتمام هو المقياس الذي يدل على عطفنا . وهكذا نرى أن للحياة الاجتماعية وسياسة توزيع العطف متصلة اتصالاً مباشراً بحالتي الانتباه والاهتمام ولذلك يجب أن نوجه عناية كبرى لحالة الشخص الاجتماعية إن أردنا أن تقضى على أساس اضطرابات النفسية التي تولد نزاعاً داخلياً قد يقضى على توازن النشاط النفسي ، ويعرض الانتباه إلى الاضطراب والضعف .



آثار العاطفة

نجد أغلب الناس يحرم نفسه من أشياء كثيرة في الحياة بتأثير دوافع لا تبيئها في أول الأمر . هناك أشخاص يتبعون اتجاهًا خاصاً في حياتهم ويكتنعون عن أعمال يقوم بها الجمهور من الناس ولو سألتهم عن السبب الذي يحملهم على سلوكهم المعين لقالوا إنهم يرغبون في ذلك بإرادتهم الخاصة . ولكن البحث على أساس تحليل نفسي يثبت أن الشخص موجه بعاطفة تجعله يشارك شخصاً آخر في أعماله أو يشتراك معه في عدم القيام بأعمال معينة . وهنا يدخل أثر المشاركة الوجدانية وتظهر قوته في التأثير على السلوك .

يمكننا أن نذكر مثلاً محسوساً لأثر العاطفة على الوظيفة الجسمية في حالة سيدة شكت شكوى متكررة في عدة سنوات من فقدان حاسيمتها بالوظيفة الجنسية . واتجهت أول الأمر إلى الأطباء الجسميين تستشيرهم في سر سكوت الرغبة الجنسية عندها بالرغم من أن سببها كان يسمح لها بالتمتع الجنسي . وضائق موقفها الزوج الذي ظن بزوجته الظفرون واتجه ذهنه إلى الخيانة أو الكره نحوه . وكادت هذه الحالة النفسية تنقلب إلى حالة اجتماعية وتقضى على حياة أسرة كانت تعيش في سعادة ووثام . وزاد

خوف الزوج من أن يكون السبب هو كره زوجته له عندما سمع كلام الأطباء ينكرن وجود أى سبب يمكنه أن يعوق الوظيفة الجنسية .
ولكن التحليل النفسي أثبت أن الحساسية الجنسية يمكنها أن تكون متصلة بمشكلة هامة كانت تشغل ذهن الزوجة بصفتها أمّا الفتاة أدركت سن الزواج . وبما أن التعلق كان شديداً لكون الفتاة وحيدة أبويهما فإن الأم كانت تسرف في تدليلها وتفضيلها في كل شيء عن نفسها .
واعترفت الأم مراراً أنها تحرم نفسها من أغلب الأشياء لتحقيق راحة ابنتهما . وتبين في آخر الأمر أن عطف الأم على بنتها جعلها تشعر أن بنتها محرومة من اللذة الجنسية التي كانت الأم تنفرد بها . وبما أن الأم لم يكن في وسعها أن تتحقق هذه اللذة لأعز الناس لديها وهي ابنتهما لا شعورياً حرمت نفسها منها لتساوي معها . ويفيد هذا التأويل ما لاحظناه في أيام الحرب العالمية الثانية من أن بعض الأمهات اللاتي كان لهن أولاد في المعتقلات وعلمن أنهم كانوا يجوعون كن يمتنعن عن تناول الطعام ولا يشعرن بأى ميل للاكل رغم كل إلحاح المعاشر والجيران .

وتعتبر هذه الحالة أعقد مشكلات علم النفس لأننا لا نستطيع أن يحدث أى تغيير في العاطفة ، كما أنها لا نستطيع أن نرغم الأم على اتخاذ موقف طبيعي بالنسبة للوظائف الحيوية .

وهنا نتعرض لأصعب مشكلة في الحياة وهي الاضطرابات الشديدة

التي يتعرض الإنسان لها من جراء العاطفة . إننا نلاحظ كل يوم أن الانفصال بين شخصين يتجهان حبًّا قويًّا يحدث آلامًا نفسية شديدة وقد تنقلب هذه الآلام إلى اضطرابات جسمية تبدأ أولاً في شكل اضطرابات هضمية لتطور إلى أمراض مختلفة تصيب الأعضاء الضعيفة من الجسم . وكل منا شاهد حالة أم فارقها ابنها بالموت أو الإبعاد ، وشاهد الحركات العنيفة والأصوات الحزينة المعبرة عن أعماق الآلام ، كما لو كان السبب جسمياً . وأغلب اضطرابات العصبية تنشأ عن الصدمات التي تتعرض لها الأمهات فيما يختص بعاطفهم نحو أولادهم . وكذلك يحدث في كل ما يتعلق بالروابط العاطفية الشديدة ، وعند حالة الانفصال بالسفر أو الموت .

ورغم صعوبة الآلام النفسية وما يتفرع عنها من آلام جسمية ، فإننا لم نول الاهتمام الكافي لهذه الحالات ، في حين أن سائر الآلام الجزئية العضوية وجدت المختصين لتخفييفها والقضاء عليها . فما هي النسبة بين آلام أم فقدت ابنًا لها من آلام عضو من أعضاء الجسم . فالشخص الذي يؤلمه ضرسه في إمكانه أن يجد عشرات الأطباء لتخفييف آلامه . ولكن المصاب بصدمة في عاطفته يعاني آلامًا شديدة وحده دون أن يجد مساعدًا إلا من الأصدقاء الذين يسلكون حسب خبرتهم الخاصة دون أن يكون لهم إلمام بالموضوع وكثيراً ما يسيئون التصرف ويؤذون الشخص بدلاً من أن يساعدوه .

ولهذا السبب أرى أنه من الواجب تحقيق مشروع هام وهو إنشاء غرفة مزودة بأجهزة إيقاعية صوتية وبصرية وتوازنية لإرجاع حالة الشخص المصاب بصدمة نفسية إلى حالته الطبيعية . وذلك لأننا نلاحظ أن كل انفعال وكل صدمة تحدث اضطراباً شديداً في الدورة الدموية فتظهر ذلك في اضطراب ضربات القلب والتنفس . ومن هنا يبدأ التأثير على الأعصاب والخلايا المخية التي تحكم في كل أجزاء الجسم . وكما يتذكر الشخص سبب الصدمة فإن مفعولها يتعدد وتحتاج إلى اضطرابات . وفي مثل هذه الحالات يكون الإقناع المنطقي غير مفيد ولا يترك أى أثر يذكر بل قد يحدث أثراً مناقضاً للغرض المطلوب .

وليس لنا إلا أثر الإيقاع الخارجي الذي يؤثر في الجهاز العصبي عن طريق الإحساس والإدراك . وحاول الطبيب أن يصل إلى التأثير على الجهاز العصبي بواسطة المواد الكيميائية التي تصيب في الدم أو بالحقن المتصلة بالعصب مباشرة . ولكننا في كل هذه الحالات نبدأ بتأثير جزئي يتطلب وقتاً ليصل إلى المراكز . وفي أثناء هذا الوقت وفي الطريق إلى المراكز فإنه يفقد قوته بتسكيف الجسم السريع . ولهذا السبب حاولوا أن يستعملوا الشحنات الكهربائية للتأثير على المراكز مباشرة . ولكن الصدمات الكهربائية خطورتها لا تعطى إلا في الحالات الميؤوس من علاجها النفسي ، فهي الوسيلة الأخيرة في الحالات المستعصية . وأما طريقة التأثير بالإيقاع الخارجي فإنها تحدث أثراً محسوساً في إيقاع

التموجات المخية . وقد جاء بحث Jean Delay «التموجات المخية وعلم النفس» مؤيداً للطريقة التي اهتمت بها صدفة منذ سنة ١٩٤٢ للتأثير في الأضطرابات النفسية . وقد كان أستاذى الدكتور يوسف مراد مع تأييده لها ينظر إلى الإسراف فيها بشيء من الحيطة والتحفظ وقد قال لي يوماً أرى أنك تستعمل الإيقاع مفتاحاً يفتح كل الأبواب . وأثرت في هذه الكلمة وأوقفت الكثير من المحاولات في علاج الصرع النفسي الذى فشلت في مقاومته كل المحاولات الفسيولوجية .

ولكن بحث دولى Delay أيد وجود إيقاع في تتموجات ألفا المخية وأثبت أن هذه التموجات تظهر في أثناء الراحة والاسترخاء وأنها تختفي عند وجود منبهات حسية وخصوصاً المنبهات البصرية ، وكذلك في حالات الانفعال وصرف النشاط .

لهذا أرى أنه من الممكن إحداث تأثير في التموجات المخية بتعریض الشخص المصاب بصدمة عاطفية أو غيرها إلى إدراكات حسية ترجع إلى الجهاز العصبي هدوءه . وقد لاحظنا أن الإيقاع الذى ينزل تدريجياً قد يؤدي إلى حالة النوم ولنا مثل واضح في أثر الإيقاع على الطفل . فإن الأم تستطيع أن تنوم ابنها بواسطة الإيقاع المسمى أو الصوتي أو التوازن بالمهد . بناء على هذه الملاحظات أرى أنه فى إمكاننا أن نجمع فى غرفة واحدة أجهزة تصدر أنواعاً من الإيقاع المتواقة لإحداث تغيير فى الحالة العامة عند شخص تعرض لأضطرابات مختلفة فى نواحي النشاط المتعددة . ويكون

هذا التأثير سواء للوقاية أثناء الصدمة أو للعلاج من آثاره بعد حدوث الأضطرابات وظهور أنواعها .

وكل أمل في الحياة أن أصل إلى تحقيق هذه الرغبة التي ترمي إلى تخفيف الآلام النفسية ووقف آثارها حتى لا تتعدى الناحية الجسمية وتولد الأمراض المعقدة مثل الصرع وغيرها من الأمراض العصبية والعقلية . وأرجو أن لم أوفق أن تجد هذه الفكرة من يحاول تحقيقها ولو بعد عشرات السنين .

وغايةي من هذا البحث ، أن يتذكر الأطباء والمهتمون بالشئون الإنسانية أن السعادة البشرية متوقفة على التوازن بين الناحية النفسية والناحية الجسمية وقد رمزت للوظائف النفسية بالعاطفة وأطلقت على الميول الجسمية كلة الغريزة بقطع النظر عن الموقف العلمي الحديث من الغريزة حقيقة أو كوم .

تمثل العاطفة الانجاهات التي تحاول أن تربط الشخص بالمجتمع لتضمن سلامه الجسم وتحقق لذات العقل . ومهما حاولنا أن نحدد الكلمات وأن نجد فوارق واضحة فإننا نشاهد أنفسنا ندور في دائرة مغلقة ، وذلك لأن الإنسان وحدة في حياته الطبيعية . فيجب أن نضمن التكامل الجسدي ووحدة الجهاز العصبي لنضمن إنسجاماً في الوظائف فتكون الميول النفسية تكملاً للوظائف الجسمية ومحفقة للتكييف الاجتماعي . والغاية البعيدة التي يجب أن نرمي إليها هي أن نحيط الكائن بالعناية

الكافية لتضمن وحدته التي تمكنه من توليد طاقة النشاط النفسي في صورة انتباه وهو أساس كل تفكير كما أنه أساس الفعل الإرادي . ونعتبر أنفسنا فشلنا في دراستنا النفسية إن لم نصل إلى تحقيق هذه الغاية البعيدة التي تتحقق إستقلال الفرد وقدرته على الابتكار والتغلب على مشكلات الحياة ومصاعب الطبيعة .

وأمل أن أكون قد عرضت أهم المشكلات التي قد تنتج عن توزع النشاط الإنساني لنعلم أن هذه المشكلات راجعة لأسباب معروفة وأنه في إمكاننا أن نتفاداها بتفادي أسبابها أو نحاول أن نقضى على آثارها في الجسم لنقوى الوظائف النفسية عامة ، والانتباه خاصة .

وأعتقد أنه آن لعلم النفس أن يقتصر الموضوعات التطبيقية بعد ما قضى مدة كافية في ميدان البحث المجرد ، ورجاؤنا أن نوالى تلخيص الاتجاهات العملية على ضوء الملاحظة المباشرة والمحاولات التطبيقية سواء كان ذلك في ميدان التوجيه في الحياة أو العلاج النفسي .



الخوف من الموت

إن أكبر مشكلة تلازم الإنسان منذ بدأ الإدراك إلى الشيخوخة هي الخوف من الموت . نلاحظ السعادة المطلقة عند الأطفال الذين لا يعرفون شيئاً عن الموت سواء فيما يختص بهم أو ما يختص بغيرهم . ويكون من السهل علينا إقناع طفل مات أبوه بقولنا إن أبوه سافر ولا يلبث الطفل أن يقتتن و يتعود غياب من كان يلاعبه و يداعبه يومياً .

وأغلب الناس تناحر لهم فرصة مشاهدة شخص يتوفى في العائلة أو يشعرون بالآلام أهلهما عندما يفارقهم قريب عزيز عليهم . ويمكّتنا أن نعتبر الخوف من الموت ناتجاً عن تمسكنا بالحياة وعن الإيماء الاجتماعي . إننا نتوم آلاماً عند الموت ولكننا لم نقف على تعبير واضح لشعور شخص وهو يفارق الحياة . إن الخوف يستولى على كل إنسان عندما يبدأ يفقد الشعور في غير حالة نوم ، وكثيراً ما يشعر الإنسان بنوع من الانتصار عندما يوقع نفسه في حالة استرخاء مع فقد الشعور بالضبط وبقاء الشعور بالوجود . ودفع ذلك الكثير من الصوفية إلى البحث عن هذه اللذة بالحرمان والرياضة والإقبال على تحمل آلام الجوع . ولو تأملنا الدوافع التي تحرّك النشاط الإنساني كفرد أو كعضو في

مجتمع لوجدنا بمقاومة الموت دخلاً كبيراً في كل اتجاهاته . و يمكننا أن تتبع مراحل صراع نفسي عنيف في داخل كل فرد ، وقد يكون هذا الصراع شعورياً عند وجود منبه ، وقد يكون لا شعورياً عندما يتعد الفرد عن مشاهدة شخص يموت .

ونشاهد فرقاً شاسعاً في موقف الناس من الموت حسب السن وحسب الحالة الاجتماعية للبيئة التي يعيش فيها . إن الشعور الديني الذي يعتبر أكثراً سلاح ضد الموت يكون وليد البيئة الصغيرة لأن الاتصال والتعارف يجعل أعضاء القرية أو المدينة الصغيرة يشعرون بأثر الموت عند وفاة أي فرد أو وفاة أي شخص في القرية تحدث تنبهاً وتذكيراً بالموت ويوجه ذلك سلوك الفرد إلى نوع من الخضوع لهذا الخطر الذي يهدد كل أعمالنا . وأغلب حالات الصراع النفسي تكون قائمة على تردد بين الإقبال على الحياة أو الإبحام . ويؤدي الإبحام إلى نوع من السلبية في الأفكار والأفعال . وقد ظهرت في أيام الحرب العالمية الثانية حالات غريبة من السلبية .

فقد امتنع شخص عن أي عمل ثم امتنع عن الخروج من منزله بدعوى أنه في الإمكان أن يتعرض خطر الموت في أي لحظة بسبب حادث اصطدام . وكان داخل المنزل ينتقل من مكان إلى آخر بفكرة الخوف من سقوط قنبلة على المكان الذي يكون فيه . وكان من العبث إقناعه بضعف تفكيره وأن ما يتوقعه وهم .

ظهرت في هذه الحالة ميول المحافظة على الحياة بقوة عنيفة تقضى على

كل اتزان فكري وحركي وجعل الشخص يشعر بالتهديد المستمر ويؤدى به ذلك إلى عدم الاستقرار ويكون الخوف من الموت الكامن في كل نفس موجهاً الفكر والنشاط النفسي إلى الفرار السلبي والإيجابي ، وينتج عن ذلك نوع من الشلل الإرادي .

وحاولت الأديان أن تحل هذه الأزمة النفسية وتقضى على الصراع الناتج عنها بتوجيه الذهن إلى ما بعد الموت من حياة أبدية فيها النعيم لمن عمل وأنتاج وفيها الشقاء لمن أهمل وأتلف . وحاولت بعض الأديان أن تستعين بالفن لتخفف الصراع النفسي لأن الإنتاج الفني قابل للخلود ، وبيقاوه يشعر الشخص أنه تغلب على الفناء واتصل بالأجيال اللاحقة . وتسيطر على أغلب الفنانين الميل المتناقض إما حياة غريزية « بوهيمية » وإما حياة عاطفية مجردة عن كل شائبة جسمية . وقبل أن يصل الفنان إلى اتجاه معين فإنه يعاني صراعاً نفسياً مؤلماً بين المحافظة على الحياة أو القضاء عليها والتهاون في العناية بها .

ويوجد أشخاص تكون أجسامهم سليمة ونشاطهم النفسي متزنًا ويسعون بخطر يهدد حياتهم فإنهم يتخلصون من التزاع بالميل إلى الإنتاج مع التسليم بالأمر الواقع . ويتناهى هذا الموقف إلى ترين سابق في الحياة يولد لدى الشخص قدرة على الخضوع بعد التأكيد من عدم الفائدة في المقاومة . فبدلاً من ضياع الوقت في الحزن والتفكير فيما سيترتب على الحادث يتوجه الشخص إلى الإفاده من الوقت ليتحقق ما يمكنه تحقيقه من

رغبات ولذات . وكثيراً ما يؤدى الخضوع للأمر الواقع والتسليم بانتظار الموت إلى القضاء على الخوف من الموت . ويساعد هذا الموت على استغلال المدة الباقية من الحياة .

وقد تكونت مذاهب فلسفية تقاوم الخوف من الموت وتحاول أن يجعل المقاومة محل الخوف . واشتهر مذهب الرواقين باتجاهه نحو المقاومة والصبر والاستعداد لمواجهة الموت . واعتقد مؤسسو هذا المذهب أن أحسن وسيلة للقضاء على الخوف من الموت هو تذكر الموت في كل لحظة من لحظات الحياة فكان أغلبهم يضع أمامه في أغلب أوقات يومه ججمة إنسان ميت تذكره بالموت وتتصور له مصيره .

واختار مذهب فلسي آخر اللذة والإقبال عليها إلى حد الإسراف منها كوسيلة للتغلب على الصراع النفسي الناشيء من أثر الخوف من الموت . واشتهر أبيقور بهذا الاتجاه الذي يقدم سياسة التمتع بالحياة إلى أقصى حد على سياسة السلبية والاستعداد لتحمل الآلام كتمرين لتحمل الموت .

وقد ظهر حديثاً مذهب يشبه مذهب أبيقورين وهو مذهب يدعو إلى استغلال الوجود والقيام بكل ما يجعل الإنسان يتمتع بكل لحظات وجوده . وقد أعطى مذهب الوجودية *Existentialisme* أهمية كبيرة للميول الفردية وحاول أن يجد الوسائل الممكنة لتلبية رغباتها بقطع النظر عن آثارها الاجتماعية لأن مذهب الوجودية حاول أن يحارب الضغط الاجتماعي الذي زاد عن حده بعد التقلبات السياسية والثورات

الحزينة التي حرمت الناس من حاجة الاستقرار .

ويعتبر السلوك الوجودي ثورة ورد فعل أدى إلى تطرف في الانطلاق وحدثت اصطدامات اجتماعية بناء على الانهيار الخلقي وكان الانطلاق عاماً إذ وصل إلى الفرض وواجب العمل والإنساج ، ولذلك يعتبر المذهب الوجودي في الحياة العملية خطراً اجتماعياً ونفسياً ، ويمكّنا أن نعتبره نتيجة خوف من الموت ، وتشبث قوى بالذات ، استعداداً لمواجهة فقد الوجود .

والواقع أن مشكلة الموت من المشكلات التي تؤثر تأثيراً مباشراً في السلوك الإنساني فإن الخوف من المرض أو من الفقر كلها مراحل تعتبر مقدمة للخوف من الموت . فإن الخوف من الأخطار المفاجئة التي يمكنها أن تنتج في أثناء تعلم عادات جديدة هو عبارة عن دافع حب الذات والمحافظة على الحياة وقد حاولت بعض الأمم المدافعة عن كيانها القومي مثل النازية أن تطهر أولاً نفوس الشباب من الخوف من الموت واستطاعت بذلك أن تتجدد فيهم كل الاستعدادات لمواجهة الأخطار التي يمكنها أن تهدد الحياة فأغلب الشبان الذين تخلصوا من الخوف من الموت أقبلوا على تعلم الطيران واستطاعوا أن يصلوا إلى البراعة الفائقة لأنهم فرضاً أنفسهم مائتين ققضوا بذلك على التردد الذي يقضي على اكتساب أي عادة جديدة . فإننا نلاحظ عند أغلب الأشخاص اضطراباً عاماً في الحركات المختلفة عند ما يختلط توازن الشخص اختلالاً بسيطاً لأن هذا الشخص أصبح مهدداً في حياته وبذلك

تظهر انعكاسات عديدة ومتناقصة .

وكذلك فيما يختص بكفاح الشبان في الحياة فإن أغلبهم يبحث عن الكسب المضمن الذي يبعده عن خطر الحاجة ، وترى هؤلاء يتوجهون اتجاهًا واحداً وهو التعويل على الهيئات الحكومية وما يشابهها من شركات فيقضون بذلك على عنصر الحيوية الذي يظهر في سن الشباب ويتعلمون التواكل ، فيكون سلاحهم مخصوصاً في الطلب والرجاء ويظلون تابعين لغيرهم لا يفكرون في الوصول إلى أن يكونوا متبعين موجبين لغيرهم .

وأغلب الأشخاص الذين وصلوا إلى القمة في المستوى الاقتصادي أو العلمي أو غيره من أنواع النشاط الإنساني هم الأشخاص الذين خاطروا بحياتهم واستعدوا لمواجهة أقصى ما يمكن أن يصيب الإنسان وهو الموت . فإن هذا الاستعداد لمواجهة الخطر الأقصى يقضي على كل صراع نفسي ويحرر الشخص من كل القيود الاجتماعية التي تعتبر عوائق وهيبة قد تعوق الإنسان عن الوصول إلى هدفه مستخدماً قواه الخاصة ، ونستغرب في بعض الأحيان إذ نجد أشخاصاً وصلوا إلى إنتاج كبير دون أن يكون لهم ذكاء خارق . فبتتحليلنا العلمي لمثل هذه الحالات وجدنا الدافع الأساسي الذي يدفعهم في أعمالهم هو عدم الخوف من الموت الذي حرر نفوسهم من كل صراع داخلي ، وأمتياز هؤلاء الأشخاص بالمخاطرة على أساس استعدادهم لمواجهة الموت في أي لحظة من لحظات حياتهم .

وبناء على هذا يمكننا أن نعتبر الخوف من الموت ، وهو شعور واقعى
كامل في كل نفس ، أخطر مرض نفسي منتشر بين الناس وخطورته تتفاوت
من شخص إلى آخر حسب تذكر كل منهما للحرب . وقد أثرت الحرب
الأخيرة تأثيراً منزوجاً متناقضاً فيما يختص بالشعور بالموت فإن كثرة الموت
قد تجعل الأشخاص الذين يتعودونه يحتقرون فكرة الموت ويستعدون له
بخضوع يسهل عليه قبوله كمصير محتم للاجليانية الكبرى ، كما أن الحرب
الأخيرة جعلت بعض الأشخاص الذين عاشوا بأعجوبة بعد أخطار قضاها
على الأجيال السابقة يشعرون بتهديد الموت في كل لحظة من لحظات
حياتهم . وكبر هذا الخوف في أنفسهم وعاقبهم عن كل عمل إيجابي وأصيروا
بنوع من السلبية في الأفعال الفكرية والحركية ، وصعب على رجال علم
النفس أن يرجعوا إلى هؤلاء توازنهم الطبيعي ، فأصبح نشاطهم محصوراً في
نطاق ضيق من تلبية بعض الميول الجسمية إلى أن انقلب سلوكهم إلى سلوك
حيواني . ويشتد في بعض الأحيان الصراع النفسي عند هؤلاء بشكل واضح
فيما يختص بالنزاع بين الحياة والموت وتظير لديهم عواصف انتقامية تجعلهم
في أغلب الأحيان يقومون بأفعال عنيفة ، ولكننا نشاهد عند معظمهم سلوك
المتسايرة والخضوع فيكون تفكيرهم ضيقاً وتكون أفعالهم محدودة الجهد
فبحالهم الحيوى يتاثر تأثيراً وافحاً بخوفهم المستمر من الموت .

ويمكننا أن نعتبر الخوف من الموت فكرة ثابتة قد تكون شعورية
أولاً شعورية ، ونعلم كلنا الصعوبات التي نواجهها في مطاردة الأفكار الثابتة

بكل أنواعها ، إذ تعتبر هذه المشكلة في علم النفس العائق الأكبر الذي يعوق كل تغير حاسم في نفسية الشخص .

والتحليل النفسي في مثل هذه الحالات لا يأتي بالنتيجة المرضية لأننا نجد أنفسنا أمام مشكلة اعتياد عادة نفسية رسخت في سلوك الشخص الشعورى واللاشعورى . إن الخوف من الموت ينقلب خوفاً من كل شيء ويميل الشخص إلى التردد في كل فعل ويكتنف في أغلب الأحيان عن بذل أي مجهود ويصعب عليه بهذه أى فعل جديد ، فان الخوف عدو الابتكار وبذلك يكون الشخص تابعاً لغيره لا يمكنه أن يبدأ مشروعًا يتتحمل أعباءه وحده . والقدرة على الابتكار سلوك راق يعتبر مقياساً للحالة النفسية الطبيعية التي كان يجب أن تكون موجودة لدى الأغلبية من الناس ولكننا في الواقع ومع الأسف نشاهد أن عملية الابتكار والمخاطرة بالسير في طريق جديدة من طرق الحياة لا يوجد إلا لدى الأقلية الضئيلة من الناس .

وقد يتساءل القارئ عن العمل الحاسم الذي يمكننا أن نقوم به لنقضى على هذا الضعف عند الإنسان فأقول إن التغيير يحتاج إلى تربية نفسية طويلة لألف الداء الكامن نتيجة إهمال أجيال متتالية ويمكن للإنسان في أى لحظة من لحظات حياته أن يوحى إلى نفسه بقوة بعدم الخوف من الموت وما عليه إلا أن يتصور أن هذه النهاية التي يخشها قد تحدث صدفة في مرحلة من مراحل حياته ولكنها النهاية المحتومة التي لم يستطع الطب التغلب عليها . وفي مثل هذه الحال يمكننا أن نقول بائل الشائع « وداونى

بالتى كانت هى الداء » أى أن الخوف من الموت الذى يضعف الإرادة والشخصية قد يصل بالشخص فى حالة اليأس إلى عدم الخوف من الموت فيتغلب سلوك المغامرة بعد ما كان محصوراً في قيود الاحتياط ولكن هذا التغيير يحتاج إلى عمل منظم يدفع الشخص الضعيف بإيمانه تدريجياً إلى الأفعال الإيجابية ، ويستحسن أن يكون الإيمان غير مباشر فنؤثر على الشخص الضعيف بذكر الأمثلة العديدة لأشخاص خاطروا بحياتهم واتهت مخاطرهم بفوز كبير .



الانفعال المكبوت

في أغلب مواقف التحليل النفسي عندما تلجم إلى تداعى المعانى ونطلب من الحال أن يحيى بطريقة تلقائية عند ذكرنا كلمات معينة فإنه يحدث نوع من التوقف عندما تذكر كلمة حقد . وفي أكثر هذه الحالات يكون الداء النفسي القائم على صراع داخلى ناتجًا عن انفعال مكبوت .

ونذكر كثيل حتى مثل حالات الانفعال المكبوت قصة شاب مزود بشقاقة جامعية جاء يشكو من شعور بالنقص وزراعة في الخجل وتردد في الأعمال مع ضعف في الانتباه؛ وتعقدت حالة هذا الشاب برغبته الملحة في الابتعاد عن مسكن والديه فاتجه إلى أعمال خارج القطر . ومن الفظواهر الظاهرة في سلوك هذا الشاب أنه لا يستطيع تنفيذ أمر يأمره به شخص وزراعة على هذه الأعراض مجتمعة فإنه تحت ضغط قلق في اليقظة واضطراب في النوم قدم نفسه إلى التحليل النفسي .

صرح هذا الشاب مرة لخلله أنه يكره الموسيقى الكلاسيك لأنه يكره كل قديم وذلك راجع إلى كرهه لأيام الطفولة : وشعر الشاب بالآلام شديدة عندما حاول في أول الأمر تذكر حوادث طفولته واتجه ذهنه إلى بعض الحوادث الأخلاقية التي لم يكن لها الأهمية الخطيرة التي كانت للأسباب الأساسية التي أحدثت الصراع النفسي الدائم في شكل تعقد وتعطل في الوظائف النفسية .

ويجب أن نلاحظ من الآن أن هذا الشاب كان مثالياً ، مسرفاً في المثالية يعطي للناحية العاطفية الدور الرئيسي في كل اتصالاته النسائية. وأظهر نوعاً من التحول في الرغبة الجنسية واتجاهه اتجاهها شاداً في شكل العادة السرية التي زادت النشاط النفسي هبوطاً .

وأغرب ظاهرة في هذه الحالة هو نسيان كل لكل ما يتعلق بالطفولة قبل السنة السابعة من عمر الشخص ، ورغم كل محاولات التذكير من الأهل والأقارب فإن الشاب لم يستطع أن يسترجع أى صورة من صور الطفولة . ووصل به النسيان إلى عدم القدرة على تصور المواقف الأولى لتعلم القراءة والكتابة . وقد يتحقق لنا أن شك في الحالة النفسية وقت الطفولة وفي سلامته الذاكرة والانتباه في السنوات السابقة للسابعة . ولكن شهادة الأهل جاءت لتنفي هذا الشك ولتبين أن هذا الشاب كان سليماً في طفولته وكان متفوقاً في المدرسة بسرعة تحصيله وحسن تكيفه لدرجة أن المدرسة اختارته رئيساً لإنشاد نشيد الترحاب في حفلة كبرى أقامتها المدرسة . وحتى هذه الصورة البارزة التي كان يجب أن تظل محفوظة في الذاكرة لم يبق لها أثر في شعور الشاب المريض .

وأظهر التحليل أن هذا الشخص لا يشعر في الوقت الحالي بانفعال الحزن على فقد شخص . وظاهر ذلك بصور واضحه في موقفه من موت والده الذي كان أكثر الناس صداقة له وأرحمهم عليه ، وكان يشعر نحوه بعطف عظيم وحب خالص .

وبحانب هذا الجفاف العاطفي في المواقف التي تتطلب خلپور انفعال الحزن فإن هذا الشخص لا يجد في نفسه نحو أمه أي تعلق عاطفي ، بل تراه يدرك واجبه نحوها بعقله مستخدما قضايا منطقية تختتم عليه احترام أمه . بل نراه يصرح أنه في أغلب الأحيان يشعر بنوع من الانفعال يوحى إليه مقاومة والدته خصوصاً عندما تعتدى على إخوهه وهم أطفال صغار .

وبناء على هذه الحقائق المشعور بها لم أدهش عندما رأيت الشاب يربط لا شعوريًا بين كلمة كره وكلمة أم وكذلك بين كلمة جهل وكلمة أم أيضًا . ولذلك كان من الواجب تررين الشخص على الالتفات السريع بواسطة جهاز العارض السريع (Tachystoscope) . ووقف الشاب موقفاً يدل على تعبه في محاولة الالتفات ، وكان يميل إلى النقل والرسم ويفر من تأويل الأشكال المبهمة التي تشبه بقع رورشاخ Rorschach . وظهرت بعض الميل الجزيئي في التأويل ، وكان الشخص يهرب من الصور الكلية وحصر اتجاهه في الأشكال التي تتصل بعلم الحيوان . ولم يرض أبداً عن أي تأويل من تأويلاً ، بل كان دائمًا مستعداً لرفضها أو تغييرها مع العلم أن الحرية المطلقة كانت تحيط به في سلوكه حين طلب إعادة العرض أو تحديد مدة التأمل .

وظهر ميله للتشبث بأوضاع معينة فاحتاج على عرضنا شكلًا معيناً في وضع مقلوب بالنسبة للعرض السابق وذلك لأنه شعر بتعب من بذل مجهد ذهني جديد يبعد الصورة السابقة . وأثبتت تجربة هامة أن سلوكه

كان يرمي إلى الطريق السهلة ويفادى الطرق التي تتطلب درجة من المجهود . فعند ما عرضنا عليه صورة مبهمة ، شبيهة بصور رورشاخ وتركتنا له الحرية في تأويلها بالتأمل أو نقلها بالرسم اختيار النقل . وكان يتذر عليه أن يدرك الرسم عندما يحاول تأويله . وهذه الأعراض كلها تدل على نقص في مرونة توجيه النشاط النفسي . ومن المعروف أن تغيرات العرض السريع تقوى الإدراك وتربطه بالحركة لنقضى على التفكك في الأساس البيولوجي للانتباه وهو ترابط الطرق الصاعدة (الحس) بالطرق المابطة (الحركة) . وأوحت كلمة نار بذكر اسم « ع » ولم يكن في ذهن الشخص أى تصور محدد يمكن أن ينطبق عليه اسم « ع » وبعد توجيه شعوري تذكر الشخص أن (ع) اسم حاله وأن هذا الحال قام بدور دفاع عن الشخص عندما كان طفلاً في مناسبة وجد فيها في مأزق . والغريب أن الشخص الحال لم يكن راضياً عن موقف حاله في ذلك الوقت لأنه كان يرغب في قيامه بدور أكبر ، وأما اليوم فإنه يرى أن ما قام به حاله في دفاعه عنه كان كافياً . ويستخرج من هذه المقارنة أن الشاب في طفولته كان يشعر بحاجة إلى من يدافع عنه ويحميه ، ومن هنا جاء تعلقه الزائد بوالده الذى كان يحميه في البيت من قسوة الأم . ولا شك في أن شعور الطفل بقسوة الأم قد يكون خاطئاً في فترة من الزمن ولكنه ليس من الطبيعي أن يستمر هذا الشعور طيلة سنوات عديدة . وأثبتت الشخص أن قسوة والدته لم تكن موجهة نحوه وحده بل شملت كل إخوه .

وذكر هذا الشاب أنه لا يزال يتصور نفسه يضرب أمه في السنوات الأولى من الطفولة بعد ما سمع إيحاءها له بالدونية والضعف . ومن هنا أثبتت أن هذه الطريقة في المعاملة كانت موجودة قبل إدراكه وقدرته على التذكرة ، فلا شك أنها بدأت قبل تعلم الطفل الكلام وفي أثناءه فيكون انتباهه للألفاظ الأولى مقررًّا بإيحاء بالدونية ، وتبثت الأم أن هذا الشخص عند ما كان طفلاً صغيراً كان مسرفاً في البكاء إلى حد الإزعاج وكان الجيران يشكرون من بكائه ؛ لأنهم كانوا يقلقون بسبب ذلك . ووصل الأمر بوالده إلى أنه كان يدفع أجراً خادمة تزور به أحد الأضرحة على قصد العلاج من شدة البكاء . فيستدل من هذا أن الشاب كان متعيناً في تربيته ، ولا شك أن ذلك كان سبباً في حدوث نوع من الفتور في عاطفة الأم نحو أولادها جميعاً . كما أن السبب قد يكون راجعاً إلى الحالة البيولوجية عند الأم نفسها ؛ لأنه تبين لنا أنها عصبية لا تصبر على تحمل أي تعب .

وبنينا على موقف الأم القاسي من الشاب في طفولته في الوقت الذي كان فيه ضعيفاً لا يستطيع المقاومة ، حدوث نوع من الدفاع السلبي يمحو أثر الإيحاء بالدونية الذي تلقاه في وقت تعلمه اللغة أثناء السنوات الخمس الأولى . ويسكتنا أن نرجع إلى ذلك الحين البذرة الأولى للشعور بالنقص الذي شعر به ، ولا يزال يشعر به إلى اللحظة الحاضرة .

وعند ما حاولت معه طريق التحليل اللامباشر بواسطة تأويل

الصور تبين لنا موقف معين في نظرته لصورة تمثل عطف الأمومة . نشاهد في الصورة سيدة تضم طفلا وهو يميل برأسه على ثديها وكأنه يطلب الرضاعة ، ومظهر السيدة الخارجي يدل على فقر وحاجة مادية ، ونشاهد وراءها أرضية زرقاء تمثل لون السماء .

اتجاه ذهن الشاب ، رأساً ، إلى فكرة الأمومة قائلا : هذه امرأة ساذجة ويفيدو عليها أنها فلاحة فقيرة جاهلة بكل شيء ، لا تشعر بأى شعور غير الأمومة ، وهي قبيحة المنظر لا تصلح زوجة ، وإنما هي أثني قامت بوظيفتها وهي إنتاج طفل ولا قيمة لها بعد ذلك .

والغريب ، أن الشاب أظهر نوعاً من الضيق ورمى الصورة مكتفيًا بما قاله . وعندما حاولت أن ألح عليه في الرجوع إليها والاستمرار في التأمل عبر عن ضيق ثم نظر إلى الصورة وقال : أشاهد بحراً وراء هذه السيدة ، وأعتقد أن هذه الأم تهم باليقاء ابنها في البحر .

والغريب ، أنه أدى بهذا دون أن يذكر الدوافع والأسباب التي يمكنها أن تجعل هذه الأم تقوم بهذا الفعل الجنائي الشنيع .

وطلت الفكرتان المصحوبتان بشعور العطف والكره تتصارعان في ذهنه بشكل واضح ، وقد ظهرت عليه علامات التعب والقلق بما كان يقوم به من حركات تعبّر عن الضيق والتذمر . وأعتقد أن طريقة التأويل هذه كانت خير وسيلة لإظهار الصراع النفسي الذي كان كامناً في نفس الشاب منذ الطفولة . وقد أيد لنا هذا الموقف قيمة ما أدى به المريض في التحليل



Magdalena

النفسي المباشر ؛ إذ أثبتت أن الأم كانت غير حنون نحوه في الطفولة فأحدث هذا الموقف عند الطفل نوعاً من التضارب بين الميل الطبيعي الذي يدفع كل طفل نحو أمه ، وبين ما كان يشعر به من قسوة الأم وخشونة معاملتها ، فكان مضطراً إلى أن يفر منها إليها .

وجاءت أسباب أخرى ناتجة عن ضعف أعصاب الأم زادت في الصراع النفسي عند الطفل وأحدثت توتراً نفسياً وعصبياً ، إذ بدأت الأم تناطبه بطريقة توحى إليه بالنقص فكانت أول الألفاظ مؤذية ؛ ولذلك لجأ الطفل إلى الدفاع السلبي فحيى من ذاكرته كل ما يتعلق بالطفولة إلى الوقت الذي بدأ يقاوم فيه بطريق أخرى وهي الضرب والسب .

وفشلت كل محاولات استرجاع الذاكرة الخاصة بالطفولة الأولى ؛ وذلك لأن التوتر كان موجوداً طيلة حياة الشاب ، وزاد بتأثير صدمات نفسية جرحت شعوره الخلقي ، إذ تعرض إلى إهانات أخلاقية ، ولذلك نراه في حياته الجنسية يكره (الجنس) ويميل إلى الناحية العاطفية ليصرف فيها . وأحدث له التعلق العاطفي المثالى قلقاً لازمه في أوقات النوم وأبعد عنه المهدوء الضروري المطلوب في حالة النوم الطبيعي ؛ ولذلك لم يعرف الاسترخاء بمعناه الصحيح .

ويطلب العلاج تحليلماً نفسياً عميقاً عن طريق مباشر وغير مباشر ، ولكن التحليل النفسي وحده لا يكفي فلا بد من القضاء على التوتر البيولوجي الذي كان نتيجة لاضطرابات الاجتماعية التي أحدثت العقد النفسية بكبت الانفعال .

إن الانفعال يقضى على الانتباه . وطول الاختطرابات تولد الانفعال في فترات متقاربة وتقضى على الأسس البيولوجية التي يقوم عليها الانتباه الإرادى . ولذلك يجب العناية بتمرين الشخص على اكتساب قدرة التركيز . وأحسن وسيلة للوصول إلى تكوين درجة من الانتباه تمكن الشخص من التقدم في الحياة هي فرض نفسه للتكيف مع البيئات الاجتماعية التي يصادفها في سلوكه .

وأحدث الانفعال المكبوت عند الشاب ازدواج القطبين في كل اتجاه (Ambyvalency) واتضح موقف التناقض في كل شعور وفي كل فعل وأصبح التردد مسيطراً . فتراه يحب ويكره ، ويقوى ويضعف ، يقدم وينفر ، ويشعر بالألم وباللذة ، يميل إلى التجريد وإلى الموضوعية ، ويشعر بدوافع الذكرة والأئنة ، تتغلب عليه نزعات النشاط والهبوط ، يقبل على الحياة ولا يخاف من الموت .

وشعر الشخص بنوع من الغرابة ؛ إذ أنه لم يجد في نفسه أى ميل للبكاء بعد ما سمع خبر وفاة والده ، وكان والده يسكنه ويوئشه ويخفيه في كل مرحلة من مراحل حياة الطفولة والشباب . وكان الوالد يعامل ابنه كصديق لا يفرض عليه أى رأى ولا يكلفه أى عناء بالخضوع إلى طرق خاصة في المعاملة كما هو شأن بعض الآباء الذين يحرصون على معاملة معينة . وحالة الازدواج في الاتجاه تعرض كل الشخصية إلى الانحلال .

آثار الصراع النفسي

يمكننا أن نقف على آثار الصراع النفسي بطريقة وضعية ثابتة لا دخل للتخمين فيها يجب أن ندرس حالة معينة لشخص عانى هذا الداء مدة طويلة من الزمن ووضح من آثاره الجسمية والاجتماعية والنفسية .

إنه شاب في الحادية والعشرين من عمره يشكو من الشكوى من الصداع المستمر ومن الضعف الجنسي وبخة في الصوت . وكل من هذه المظاهر متصل بالناحية الجسمية ولذلك حاول هذا الشاب التغلب على هذه الاضطرابات بالوسائل المادية الكيميائية التي تؤثر في الجسم . ولكنه لم يلاحظ أى أثر للعلاج الفسيولوجي ؛ واستمرت الاضطرابات على ما كانت عليه ، بل إن بعضها مثل الصداع زاد في كثير من الأحيان .

وتحت ضغط الآلام العصبية الناتجة عن هذه الاضطرابات وتحت أثر الآلام النفسية الناتجة عن الشعور بالحرمان الجنسي والنقص في الرجولة جاء ينشد العلاج النفسي ، ويجب أن نشهد لهذا الشاب بصفاته ذهني فطري وقوه متزنة في المنطق تبشر باستعداد قوي في ميدان الانتاج الفكري . فالصراع النفسي الأساسي نشأ من ضعف فسيولوجي مقابل لتفوق ذهني ، والصراع النفسي كان متوقعاً ولو لم يكن في الجسم ضعف ، وقد أشار المتنبي من قديم إلى أن الأجسام تتعب في تحقيق مراد النفوس الكبيرة .

وعندما تكون أمام اضطراب متسع الأطراف كا هو الشأن في حالة هذا الشاب يحسن أن نقسم مراحل التحليل ، ويحسن أيضاً من أول لحظة استعمال بعض الصدمات النفسية البسيطة لنرى مدى مقاومة الشخص ودرجة اعتقاده في مرضه وأمله في الشفاء .

لقد لاحظت أن الشاب كان يتوقع كل الآثار الممكنة لحالته ، وقبل ، رغم قوّة تميّزه ، أنه قد يكون لتركيبه الفسيولوجي الجنسي دخل في ضعفه . وكان هذا الموقف بمثابة خط للرجعة حتى لا يكون المريض مساقاً إلى التحليل النفسي عن طريق إيحاء ضيق أو صريح مني ، فأغلب الناس يقبلون على التحليل النفسي مدفوعين بإيحاء تأثروا به عن طريق القراءة أو عن طريق المدخل نفسه . فيجب على كل محلل مخلص أن يضع نوعاً من الصعوبة في وجه الشخص الذي جاءه ينشد التحليل . وقد اختار فرويد ودى سوسور وغيرها العقبة المادية ليبعدوا الأشخاص الفضوليين . وابتكر دى سوسور طريقة خاصة للكشف النفسي لمعرفة المرضى بالنفس مرضياً حقيقياً . ولكن هذا الكشف طويلاً ومعقد ويمكن لمن اطلع عليه أن يتلاعب ويتصنع فيتقن التظاهر بالمرض النفسي .

وقد بدأت مع هذا الشاب بتحليل نفسي مباشر عن طريق التذكرة الحر وتداعي المعانى . وأول ما بدر إلى ذهنه صورة محاولته الجماع مرتين واتهاء كل محاولة بالفشل المؤلم . وكان يشعر بالآلام الصداع تشتد عند تفكيره وتذكره لفشلها في الفعل الجنسي ، ولم يخف هذا الشاب

عن ميله إلى الجنس المائل وعن إسرافه في العادة السرية بل قد دفعه الضغط الجنسي إلى القيام بأفعال جنسية مع الحيوانات . ويفهم من هذه المواقف أن هذا الشاب كامل من حيث الوظيفة الجنسية في أساسها الفسيولوجي . وكان أهـم ما جاء في التحليل النفسي المباشر قوله صلة بالفعل الجنسي هو محاولة هذا الشاب في أول أيام بلوغه القيام بالفعل الجنسي مع فتاة كانت ضيافة عندهم وحاول ذلك ليلاً وهي نائمة فشعر من طرفها بنوع من الاستسلام في أول الأمر ولكنها ما لبثت على تلك الحال حتى بدأت تتحجـ رافعة صوتها وأثارت ضجة أيقظت أهل الشاب من نومهم ، فذهب صاحبنا هذا وأحضر مصحفاً ليقسم لها على عدم محاولته هذا العمل في المستقبل ، ولكنها ثارت من جديد وفاحت بالفاظ تعيره بمعناها وجاء والده وقال له « ادخل إلى غرفتك لتنام ولا تعرضاً للفضيحة » . وكان هذا الحادث بارزاً في حياة الشخص وأثار آلاماً مريرة في نفسه وأوجـ شعوراً بالذم وخوفاً مستديماً من الفضيحة ، واعترف الشاب بأن هذا الحادث كان بمثابة صدمة شديدة زاد من أثرها أنها صادفت نفساً مرهفة حساسة . وأحدث هذا الموقف الحرج وما أثير حوله من شعور عند الآخرين وخصوصاً عند الوالد والوالدة وما نشأ عنه من خوف عند الشاب من الفضيحة والشعور بالذنب ، أحدث ذلك كله انفعالاً عنيفاً ظل مكبوتاً في النفس .

ومـ يدل على أن هذا الانفعال القوى ظل مـكبوتاً بقوته وشدةـه هو

ما شعر به هذا الشاب من ثورة عنيفة عند ما ذُكره أخوه بهذا الحادث في أثناء الكلام عن الجمال والحب فكان كل من الأخرين يتحدث عن منه الأعلى في الجمال وإذا بأخيه يفاجئه قائلاً « أليست ليلاك هي فلانة » وذكر اسم الفتاة التي كانت السبب في الحادث منذ أيام بعيد ، فأثار ذلك التذكرة في نفس الشاب ألمًا شديداً ، وأحياناً الجرح النفسي كما لو أن الحادث كان قد وقع من يوم واحد . ولا يزال الشاب يذكر هذا الألم بنفس الانفعال إلى وقت التحليل ، وكان صوته وهو يصور موقفه الانفعالي خافقاً مشوّباً ببيحة تشبه بحة الخائف وكان الصوت متقطعاً والنطق مرتجفاً .

والدليل على قوة أثر حادث هذه الضيفة ، التي كانت فقيرة وكانت تساعدهم في المنزل كما لو كانت تقوم بأعمال الخادمة ، هو أن الشعور بالإثم والشعور بالخوف كانوا يشoran في نفس الشاب كلما جاء ذكر الخدم أو كلما استحضروا في المنزل خادمة ، وكان يرفض ، كلما طلبوا منه ، أن يساعد في استحضار خادمة .

وما كان يقوى ألم الحادث هو تنبية الوالد على الشاب ليغلق باب حجرته كل ليلة وكان ذلك يذكره بالموقف الحرج الذي وقفه أمام والده . وذكر هذا الشاب حادثاً آخر له علاقة جنسية وهو محاولته الاتصال الجنسي بخادمة عجوز متقدمة في السن ، فلم يستطع أن يقوم بالفعل الجنسي رغم كل التسهيلات التي لاقاها سواء من العجوز أو الجو الذي كان هادئاً ؛ ويقول أن منظر جسم العجوز لا يزال يؤثر في نفسه بما يشيره من اشمئزاز .

وتؤثر هذه الصورة اللاشعورية تأثيراً قوياً في إيقاف الفعل الجنسي وذلك لوجود صراع نفسي بين الإحساس بالجمال الذي كان هذا الشاب مأخوذاً به وبين صورة جسم المرأة العجوز.

وقد أحدث تعطل الوظيفة الجنسية في محاولة الاتصال بالعجز شعوراً بالذنب وتمسك بالفار الذي أخذ المظير الديني ، وثار الشخص على نفسه وشعر بالسخط وعدم الرضا عن النفس .

ويكمنا أن نرى بوضوح ما يمكن لهذا الحادثين أن يتركا في النفس من انفعال يفكك الشخصية ، ويفقده سيطرته على ملكته وقواه الإرادية ، وظهور الضعف واضحاً في العجز الجنسي ، واستمرار الصراع داخل النفس قوياً بين الغريزة الفطرية التي تدفع إلى القيام بالفعل الجنسي وبين الموضع التي تتجه عن الانفعال المكبوت وظاهر هذا الصراع واضحاً في صورة تردد مستمر في كل الأعمال .

وظهر من التحليل النفسي المباشر أن الصراع النفسي الناشئ عن مواقف شاذة في الفعل الجنسي كانت أساس الضعف في الإرادة وظهور التردد والتفكك في الشخصية . ولنتأكد من هذه النتيجة يحسن أن تقوم بتحليل نفسي غير مباشر بواسطة بقعة رورشاخ لنصل إلى ما يشغل الشخص من مشكلات في اللاشعور ، ومعرفة الصور المسيطرة المكبوته . وقد استجابة إلى الأشكال العشرة المشهورة في تجارب رورشاخ بما يأتي :

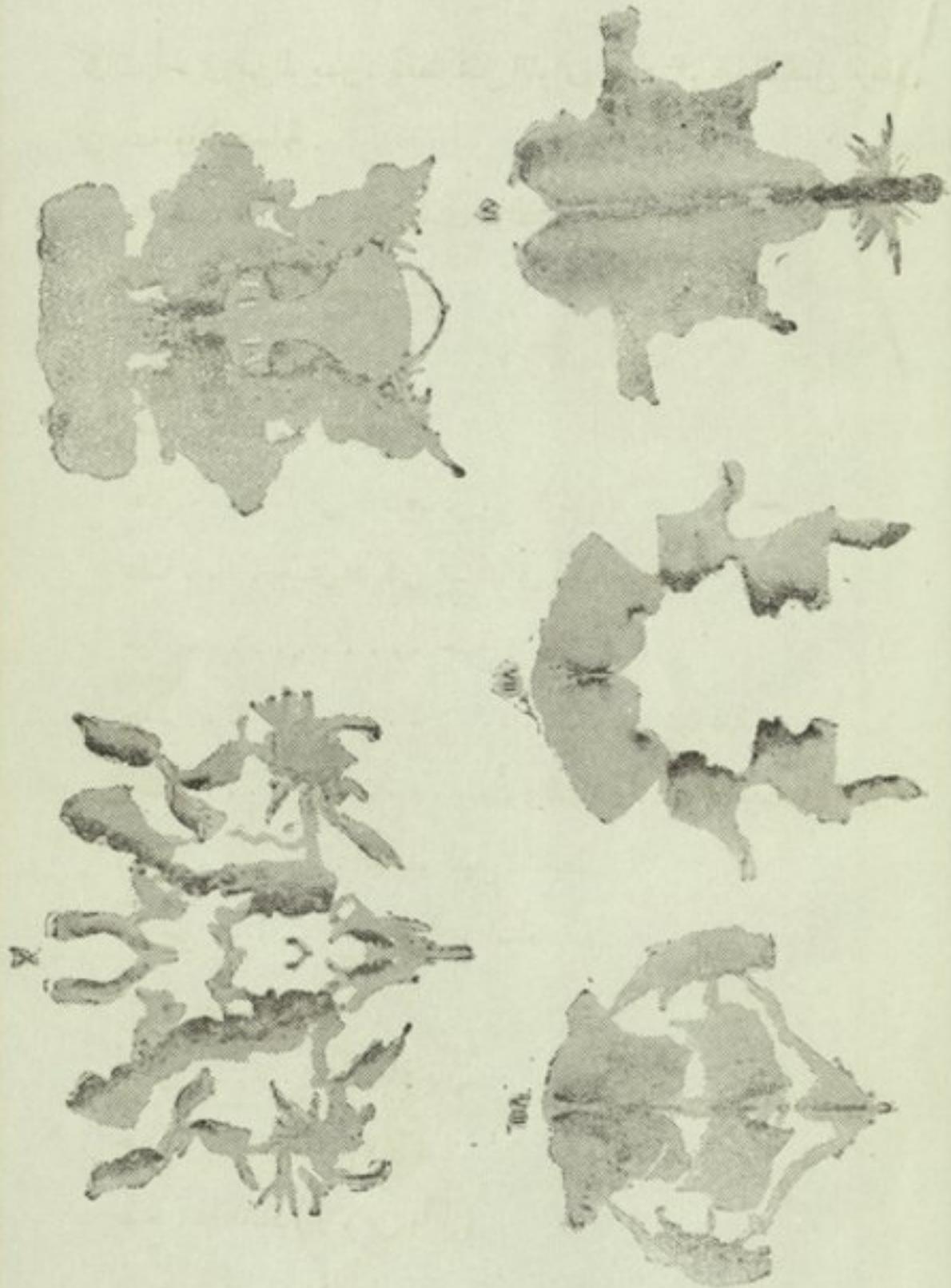
١ ، (1) : خفافش — ٢ ، (2) : حوض امرأة — ٣ ، (3) : حوض

امرأة — ٤ ، (٤) : حوض امرأة ، زهرة قطن ، عظام الظهر —
٥ ، (٥) : طائر ، حمار — ٦ ، (٦) : الأعضاء التناسلية والعملية الجنسية .
٧ ، (٧) : زهرة قطن ، دودة قطن ، عضو التناصل الذكر ، الفناء أو الموت
٨ ، (٨) : الأسنان ، قتل الأم (الدب) ، الصداع — ٩ ، (٩) : الرحم ،
عدم الترتيب ، الصداع ، كثري . ١٠ ، (١٠) نحبطة — دود — بحة
صوتى ، غزلان ، موسيقى .

قد يستغرب القارىء هذا الاتجاه في الشرح وفي الادراك لأنه يلاحظ سيطرة الأشكال الجنسية . كما أن المريض أول بعض الأشكال تأويلاً خاصاً لأنه تصور أصواتاً مثل بحة الصوت والموسيقى . كما أنه عبر عن عدم الترتيب وعن الفوضى في بعض الأشكال . ويلاحظ أن الاتجاه التركيبى الكلى واضح في تأويلاه وهذا ما يؤيد رأينا فيما يرجع إلى نضوجه الذهنى ، رغم وجود الصراع الن资料ى الكامن . ويفيد هذا التحليل غير المباشر تحايمـل آخر عن طريق تداعى المعانى ، فطلبت إليه أن يستعد لاستجـيب إلى كلمـات تلقـى عليه بذكـر أول ما يخطر على ذهنـه من أـلفاظ وـمعانـى ، فذـكر صورـة الفتـاة التي أـحدثـت عنـده الانـفعـال الأول بالـصدمة النفـسـية المتعلقة بالـمحاـولـة الجنسـية الأولى . وـذـكر هنا التـرابط بين الكلـات التي اختـارـها المـخلـل وبين الكلـات التي خـطـرت في ذـهنـ المـريـض بـطـريق الصـدـفة الـفـاـهـرـة والتـرابـط الـلـاشـعـورـى الدـاخـلى .

وقد رأينا تحـديدـ الزـمنـ بينـ المـنبـهـ بـذـكرـ الـكـامـةـ ، والـاستـجـابـةـ بـذـكرـ





كلمات أخرى من المريض، بنقط تمثل الثوانى يحدد مجموعها الفاصل الزمانى
بين المنبه والاستجابة .

غضب والدى ووالدى

أب والدى

كراسة «ز» ، كراسة

جمل عض

بطن كرش «متضائق من كرشى»

عصا جدى «كان يسكنها في آخر حياته»

جيبل خيبة

حقد شيوعية

بيت والدى ووالدى «البيت في البلد»

ريح البحر، النيل ، الغيط .

كرسى بلکونة ، المرأة

أخ «س»

أكل سمنة . باذنجان

جمال «ر»

طبع شاذ (ز ، س وأنا)

سرور قليل

أخت «ف»

- باب «ف»
نار الفيظ عندنا
سرير
«ز ، ف ، س ووالدى ووالدى»
طريق ثعبان
نفس ألم
جد جدى
خضار أم عبده
كتاب مكتبة ؟ عقاد ، ممتاز
وهم «س»
خوف ثعبان ، النيل ، البلد
اسم «ى»
كره «ى»
سرير اتصال جنسى
جهل «ى»
طوبل عقاد ، سعيد
خسارة
«ز ، ف ورقة يا نصيبي»
نوم ... استرخاء

حب . « ر »

سفر البلد وحادثة عربية كانت ستقع في الترعة وأنا مسافر مررة

رجل (س) ، والدى والعقاد

ومصطفى كامل

حرب كوريا

وهم حب

يبدو من هذا التحليل عن طريق تداعى المعانى الموجه أن الشخص يعطى أهمية كبيرة للعلاقات العاطفية وهو متوجه فيها اتجاهًا مثالياً مجردةً عن الميل الجنسي. وكان لكلمة سرير أهمية كبيرة إذ ذكر كل أفراد العائلة وذكر الناحية الجنسية ، ويعانى الشخص زيادة في الصراع لقلة في النوم ناتجة عن اشتراكه مع بعض أفراد العائلة في سرير واحد. كما أن هذا الشاب ذكر بمناسبة تداعى المعانى خلافاً مستمراً بين والديه وأنه يحاول دائمًا أن يتدخل ليوقف بينهما ، فزاد صراعه النفسي تحت تأثير المشاركة الوجدانية وتقمصه عن طريق الإسقاط للخلاف بين والديه .

وبعد هذا التحليل الدقيق طلب من الشخص أن يتمتنع عن كل محاولات شاذة للفعل الجنسي ، وأهمها العادة السرية ، وطلب منه أن يصمم في نفسه على قتل كل الطرق التي يمكن للفعل الجنسي أن يسلكها سلوكاً شادّاً ، وبعد مدة وجيزة من الزمن استطاع أن يعبر عن صدماته النفسية المتعلقة بالفعل الجنسي دون انفعال ، كما أنه وفق إلى حد كبير في

وقف الاتجاهات الشاذة للفعل الجنسي ، واستطاع بذلك أن يشعر بثقة في نفسه وقام بالفعل الجنسي الطبيعي بكيفية ناجحة ، وتحسن حالته إلى حد كبير فيما يختص بشكواه من الصداع ، ولو ان هذه الشكوى كانت تظهر دائماً متصلة بالشكوى من عدم الراحة في النوم الناتج عن اشتراكه في سرير واحد مع إخوته . وشعر الشخص بتحسين كبير في وظائفه النفسية ، وظهر صفاوه الذهني وأخحاً في مناقشاته لبعض المسائل الفلسفية . ويمكننا بذلك أن نقول : إننا قضينا على أساس الصراع النفسي ولم يبق أمامنا إلا تشجيع الشخص على تحمل بعض التعب للقضاء على آثار الصراع النفسي في الجسم والنفس .

الصراع النفسي في المجال الفكري

لقد حاول فشر أن يدرس أسس الفكرة الثابتة « مدخل إلى علم النفس الشاذ » وربط دراسة الفكرة الثابتة بكل أنواع التسلط في السلوك سواه، كان سلوكاً ذهنياً أم حركياً . وقرب فشر بين هذه الأنواع من الاضطراب وبين مختلف الانفعالات الشاذة .

ولكي يمكننا أن نعمق في فهم الصراع النفسي في المجال الفكري فلا بد من أن نقف على حالة واقعية يشكو منها شخص وصل إلى درجة عالية من النضوج العقلي .

حضر شاب يشكو من تسلط فكرة على ذهنه وصلت خطورتها إلى درجة التأثير على السلوك . اعتقاد هذا الشاب أن رؤساه في مكتب عمله يظهرون ميلاً إلى شذوذ جنسي نحوه ، ومع أنه متأنِّد من الليل عند هؤلاء الرؤساء فهو غير مدرك للدافع ويشك في قصدتهم هل هو مجرد شذوذ قد يظهر نحو غيره من الناس أو هو اتجاه إرادى يقصد منه الإهانة والانتقام . ولكن فكرة الإهانة بدأت تختفي أخيراً لأنَّه يعتقد أنَّ آخرين من أصدقائه وزملائه خارج مكتب عمله يظهرون لهذا الليل الشاذ فيما يرجع إلى القيام بالفعل الجنسي معه . ويشعر الشاب وقد بدت عليه علامات الإعياء والتعب أنه متعب من جراء المقاومة التي يبذلها باستمرار للتغلب على فكرته الثابتة .

وهنا يجب أن نذكر أن هذا الشاب ليس فيه من المغريات التي قد توجد عند غيره بل يشعر من يجالسه بوقار ونوع من الرجولة المسلحة باتزان عصبي وعمق فكري . وكذلك نجد في الواقع بعد الاستماع إلى هذا الشاب استعداداً قوياً لتفكير المنتج الذي لا نصادفه بسهولة في مجالاتنا الفكرية .

ولكي نخلص هذا الشاب من فكرته الثابتة لا بد من الرجوع إلى الماضي وتتبع مراحل الحياة علينا نجد سبباً مباشراً أو غير مباشر أحدث هذه الفكرة . واتجاهنا هذا نحو الماضي يتطلب تأكداً أولياً من أن الفكرة لا أساس لها من الواقع في الوقت الحالي . ويمكننا أن تتأكد بأسئلة دقيقة عن سلوك الشخص في الوقت الحاضر . وجاءت كل الأسئلة نافية لكل احتمال يثبت واقعية الفكرة .

وهناك قاعدة معروفة في علم النفس المرضي تثبت أن كثيراً من الأشخاص الذين يقاومون ميلاً من الميل الشاذة ولا يستطيعون التصرّح بهذه المقاومة فإنهم يسقطونها على الآخرين ، وقد يحدث أيضاً بإدال الميل بفكرة أخرى يشرف الشخص مقاومته لها وترضى حبه لذاته وتحافظ على كرامته .

وفي أغلب الأحيان تكون الفكرة الثابتة مدعاة لصراع داخلي شعر به الشخص بمخالفته يومياً لأشخاص يعزّهم ويتعلق بهم ويهاجمهم دائماً في خلاف وصراع مستمرين ، فإن هذا الصراع الخارجي بين شخصين

يقدّرهم الشخص بدرجة واحدة قد يحدث صراعاً نفسياً يتمثل في فكرة ثابته يعرف الشخص أنها خاطئة ووهنية ولكنه رغم ذلك يقاومها ويتعصب في مقاومتها ويذل مجهوداً جباراً لإبعادها عن ذهنه . ولكنه في نفس الوقت يتمسك بها كوسيلة نافعة لإبراز الصراع النفسي اللاشعوري الذي تأثر به من الجو الخارجي .

وأكثـر الشـبان الذين يـشاـكونـ الناس دون سـبـب ظـاهـريـ يكونـونـ مـتأـثـرينـ باـخـلـافـ العـائـلـيـ فـيـ المـزـلـ وـيـشـعـرونـ بـمـيلـ إـلـىـ الـصـرـاعـ فـيـظـهـرـوـنـهـ فـيـ الأـوسـاطـ الـتـيـ يـعـيـشـونـ فـيـهـاـ .

ويـفـيدـ التـحـلـيلـ النـفـسـيـ إـفـادـةـ كـبـرىـ مـثـلـ هـذـهـ الـحـالـاتـ لـأـنـ التـعـبـيرـ عـنـ الـخـلـافـ وـتـصـورـهـ تـصـورـاـًـ ذـهـنـيـاـًـ وـأـخـحـاـًـ يـحـدـثـ نـوعـاـًـ مـنـ التـفـرـيقـ الـذـيـ بـيـطـلـ التـصـرـيفـ الـلـاـشـعـورـيـ عـنـ طـرـيقـ الـأـفـعـالـ الـلـاـإـرـادـيـةـ .

ويـفـيدـنـاـ هـذـاـ القـاـنـونـ فـيـ الـرـبـطـ بـيـنـ الـخـارـجـ وـيـنـ الـصـرـاعـ النـفـسـيـ فـيـاـ يـرـجـعـ إـلـىـ حـالـةـ الشـابـ الـذـيـ ذـكـرـنـاـهـ كـمـثـلـ وـاقـعـيـ هـذـهـ الـدـرـاسـةـ . إنـاـ وـجـدـنـاـ عـنـدـهـ فـيـ حـيـاتـهـ الـأـوـلـيـ مـشـارـكـةـ فـعـالـةـ خـلـافـاتـ عـائـلـيـةـ بـيـنـ أـفـرـادـ الـأـسـرـةـ ، لـقـدـ كـانـ أـعـمـامـهـ يـضـاـيـقـونـ وـالـدـهـ كـاـنـ جـدـهـ كـانـتـ فـيـ حـالـةـ صـحـيـةـ شـاقـةـ وـرـغـمـ ذـلـكـ كـانـتـ مـهـمـلـةـ وـتـعـاـمـلـ مـعـاـمـلـةـ قـاسـيـةـ مـنـ زـوـجـةـ عـمـ الشـابـ ؛ـ وـلـمـ يـسـطـعـ هـذـاـ عـمـ أـنـ يـحـمـيـ أـمـهـ مـنـ زـوـجـتـهـ رـغـمـ تـدـخـلـ الشـابـ وـسـعـيـهـ فـيـ اـسـفـرـازـهـ . وـذـكـرـ الشـابـ موـاـقـعـ نـزـاعـ عـدـيـدـةـ رـسـخـتـ آـثـارـهـ فـيـ ذـهـنـهـ مـنـذـ الطـفـولـةـ وـنـسـيـ الـكـثـيرـ مـنـهـاـ مـدـةـ طـوـيـلـةـ مـنـ الزـمـانـ إـلـىـ أـنـ جـاءـ التـحـلـيلـ .

يرجعها للذاكرة من ذكرها الشاب مع شيء من الألم والشعور.
ومن أصعب المواقف التي وقفتها هذا الشاب موقف التحيز إلى الوالد
وتأييده له ونصرته على عمه رغم علمه أن والده كان مخطئاً في اتجاهه ، لا لشيء
إلا لأنه والده وأنه يجب أن يؤيد والده .

ولعل السبب الأساسي الذي أيد هذا النزاع في نفس الشخص
هو معارضته أهلة مليوله الدينية الأولى ، فقد كان الشاب يحاول أن يعيش
عيشه رجال الدين المتتصوفين المنقطعين للدراسات الدينية ، وقاوم أهلة هذا
الاتجاه مقاومة شديدة وأرغمه على الالتحاق بكلية الحقوق فلم يكن
راضياً عن هذا الاتجاه وأقبل على مطالعة الكتب الفلسفية والأدبية ،
وتكونت عنده رغبة لسماع الموسيقى الراقية لأنه كان دائماً يشعر بارتياح كلما
سمع الألحان الدينية ، ولكن فرصة سمع الموسيقى الكلاسيك لم تتحقق له .
وهنا نشعر بيده مظاهر الصراع يتخذ شكلان فكريان ، فإن عدم
رضاه على اتجاهه الدراسي وتشوقه إلى اتجاهات فنية وفكرية جعله يشعر
في داخل نفسه بنزاع ظهرت صورته بتعبير واضح في حلم من الأحلام
تكرر مراراً « يرى الشاب في أغلب الليالي أنه يفتح كتاباً من كتب
القانون المدرسية فيجد رموزاً موسيقية بدلاً من الحروف العادية ، وتكررت
هذه الأحلام كثيراً » .

لقد مثلت هذه الأحلام بطريقة واضحة الصراع بين الاتجاه الذاتي
إلى دراسة الفن والمواد التي تتعلق بالتفكير والابتكار وبين الاتجاه

المفروض من الخارج الذى يقوم على الحفظ والتحصيل دون أن يكون هناك مجال للبحث والتجديد . وأثر الصراع资料ى فى الشاب إلى درجة أنه كان يشعر بضيق واضطراب وشعور بالفراغ . وكافح وحده وبحث عن الحل للخروج من هذا المأزق فلم يجد غير الإقبال على التعمق في دراسة القانون على أساس فلسفى يمكنه أن يبحث فيه بحثاً خاصاً يقوم على تفكير يؤدي إلى اكتشاف خاص ، ولو لا سرية الموضوع لذكرت المراحل الهامة التي اجتازها هذا الشاب ، وهي مراحل تدل كلها على وجود صراع نفسي عنيف في ميدان فكري بعد ما كان في ميدان اجتماعي وجنسى .

ولعل الذي قوى الصراع وزاد من خطورته هو امتناع الشاب عن أى تصريف جنسى وابتعاده عن المرأة مما جعله يتعرض في بعض الأحيان إلى العادة السرية بالرغم من إرادته .

وأثبت التحليل النفسي غير المباشر حدة الصراع فيما يختص بالاتجاهات الأساسية للحياة . فعندما سمع قطعة موزارت : « ليلة موسيقية صغيرة » قال : يخيلي إلى أنها موسيقى موضوعة للأطفال . فهي موسيقى خفيفة وغير عميقة . وخفة هذه الموسيقى جعلتني أدرك فكرة لم تتضح في ذهني إلا الآن .

« وتقوم هذه الفكرة على مقارنته بين نوعين من الحياة : نوع خفيف لين يوحى بالراحة والاطمئنان ، وبين نوع آخر من الحياة القوية العنيفة التي تتطلب سلاحاً قوياً وأفكاراً عميقاً ونضالاً متواصلاً يوحى بالقسوة

ويسيطر عليه الحزن ، ولكنّه نوع من الحياة يرضي النفس ولا يترك لها مجالا للندم أو الخوف من الراحة الكاذبة . ولذلك لا أرضي عن هذه الموسيقى الخفيفة ، وكنت أود أن أسمع موسيقى أكثر عزفًا من هذه حتى أشعر بال التجاوب بينها وبين نفسي . ولا شك أنني كنت أتمنى أن أصل في يوم من الأيام إلى الميل الذي كنت دائمًا أميل إليه وأتوق إليه وهو أن أنعم بالحياة الهادئة التي تتيح لنا فرصة التمتع بالفن والإقبال على الصلة والتوجه إلى الكون وجهة حرفة تمكّننا من إدراك اللطف والجمال . وعندما أرى غيري يتمتع بالحياة اللطيفة الهادئة التي يكاد يكون أساسها مبسطًا لا عثرة فيه ولا عقبة تعوق الاسترسال فيها فإني أشعر بنوع من القلق والحزن ولا شك أنني في داخل نفسي أرمي إلى أن أحب هذا النوع من الموسيقى ولكن الحالة التي أعاينها لا تسمح لي بالتمتع بها ولذلك تراني أحبها وأكرها في نفس الآن » .

وأسمعنا الشخص قطعة لبانج وهي الكونشرتو المزدوج « D. Minor » وهي عبارة عن أربع وصلات الأولى منها عنيفة قوية سريعة والثانية هادئة بطيئة ناعمة . فقال عن الأولى إن صوتها عال وغير صريح . وقال عن الثانية إنها أشعرته براحة أقوى وشعور ألطف وقال « كما لو كان هناك في هذه القطعة ما يوحى بشعور قوى يحميبي ، بل قد أتجه ذهني إلى التفكير في شخص قوي يحميبي . إن النغمات التي سمعتها في القطعة الثانية بعشت في نفسى اطمئنانا عميقاً » وبذلك لاحظنا أن موقفه من القطعة

الأولى أظهر نوعاً من النفور عكس ما كنا نتوقع وبنسبة سماع الشخص للموسيقى اعترف أن ميوله الأولى كانت فنية وأن شعوره وحساسيته للفن أظهر رغبات قوية ظلت مكبوة في نفسه وجاء الاتجاه الدراسي للقانون معاكساً للاتجاه الفني الأصلي فأحدث ذلك صراعاً نفسياً في المجال الفكري.

« وأني قاومت الميول الفنية والاتجاه الأدبي لأنني كنتأشعر بانفعال قوى يقويني عندما أتصل بالفن والأدب وكانت هذه الميول الفنية تبعدي عن الحياة العملية وتوجهني وجهة مثالية خيالية بعيدة عن الواقع : وكنت أؤمن بالمثل الأعلى إيماناً قوياً إلى درجة أنني لم أكن أتصور أن أستاذًا جامعياً يمكنه أن يغادر الجامعة وكرسيها المقدس ليخرج للقيام بأعمال خارجية ، وكنت أتصور أن الحياة الجامعية وما يحوطها من قدسيّة الدراسة والبحث أسمى شيء في الوجود وأعمق لذة للإنسان ولكنني بعد ذلك أصبحت بخيبة أمل إذ لاحظت أن كل من حولي يتسابق إلى المادة ويضحي بالرغبة العلمية ولا يوفيها حقها فبدأت أكافح داخل نفسي لأوجهها إلى الحياة العملية ولذلك بحثت عن وظيفة حكومية وخضعت إلى العمل المادي الذي يتنافى مع ميولي الأصلية وشعرت بتطاحن قوى في نفسي وكنت دائماً أحاول أن أقضى على سؤال يحز في نفسي ويظهر دائماً أمامي ليدفعني إلى تحديد الأفضلية بين الحياة العلمية للثالية أو الحياة العملية الواقعية وكانت قد قضيت على الاتجاه المثالى وخضعت للحياة العملية إلى أن جاء التحليل النفسي وأظهر من جديد الصراع وأحيا ميولي الفنية وجعل صرختها

تقوى في نفسي ولو أنها لم تنقطع لحظة منذ ظهورها في الأيام الأولى . وكفت أعتقد وأناأشعر بليول الفنية العلمية التي غزت نفسي في أول إدراكي للحياة انفرادي بذلك الإدراكاً وعدم مشاطرة أهلي وزملائي وحتى أساتذتي بتلك الليول خكت عليها بالانحراف والشذوذ وأقفت نفسي بذلك وحاولت قتلها والقضاء عليها وكفت أعتقد أنها قد تلاشت آثارها ولكنني أشعر الآن أنها لا تزال كما كانت قوية محبوبة في طوابي نفسي . وأعتقد أنني سأتمتع بالراحة الكبرى إن استطاع علم النفس أن يساعدني على إرجاعي إلى تلك الحياة الفكرية الظاهرة على أنس ثابتة تتفق مع الحياة العملية ولا تتعارض مع الاتجاهات الاجتماعية الحالية في البيئة التي أعيش فيها .

وهنا يجب أن نأسف أسفًا شديداً على كل شاب عانى مثل هذا الصراع العنيف بين الليول الفردية الراقية وبين ميل المجتمع الرخيصة وما نشاهد عند هذا الشاب نشاهد منه عند الكثرين من الشبان الآخرين الذين يبدأون حياتهم بأمال واسعة تدفعهم إلى البحث ومحاولة الابتكار ولذلة الاكتشاف ولكنهم لا يلبثون أن يصطدموا بصخرة المبدأ التي يضعها في طريقهم من سهلة معبرة لا تتطابق أى جهد ولا تتبع الفرصة لأى ابتكار ونجم الشباب في شبه قطبيع يسرى في موكب مشترك يزاحم بعضهم البعض الآخر دون أن يكون هناك أى مجال للطابع الشخصى الذى يعطى الإنسان الشعور بفرديته والتقدير لشخصيته فإن أغلب الشبان المسلحين الذين

يشعرون باللحن يولد لحناً مجرداً كاملاً ويظهر خجاؤه بطريقة لا شعورية أو في صورة حلم كامل مستقل لا يستطيعون الاحتفاظ بصورة اللحن الطبيعية الفكرية ولكنهم تحت تأثير البيئة يتحتم عليهم إظهار اللحن في شكل مبسط سهل تؤيده الحركة ويزره اللفظ . ولكن ابتعدنا في الشرق عن سماع الموسيقى الكلاسيك الراقية ذنب نحو أنفسنا وتعذيب مواهينا المحرومة من الغذاء الذي يقويها وقد شاهدنا فيما يختص بموقف الشاب المشار إليه من الموسيقى أنه أظهر تعطشاً قد يمتد إلى مجرد اتصاله بالألحان المركبة تركياً فنياً أدرك بعض ميوله الفنية التي كانت تأكل من نشاطه النفسي وتضغط على أعماق اللاشعور لتحدث اضطرابات فكرية وتضارب با في السلوك وضعفاً في الإرادة . إنه في استطاعتتنا أن نجعل مثل هذا الشاب يوفق بين ميوله الفنية وميوله الفكرية وبين اتجاهاته المثالية واتجاهاته الواقعية إن نحن وجهناه إلى سماع الموسيقى الفنية بالألحان المركبة تركياً فنياً يعبر عن تيارات النفس الدقيقة فإن المؤلفين الموسيقيين الكبار ألفوا في أغلب الأحيان قطعهم الخالدة تحت تأثير أزمات نفسية ورغبات شعورية ويمكن لأى إنسان أن يشعر بالراحة عند سماعه لقطعة التي تعبّر عن الحالة التي تشبه حالته النفسية . وما علينا إلا أن نتصور الأزمة النفسية التي تعرض إليها بهوفن وهو علم من أعلام الموسيقى الكلاسيكي إذ فقد السمع الذي كان يصله بأدق الأصوات الطبيعية وكان يميز به أرق الألحان المتناغمة ويعتبر قدره للسمع الذي كان لذاته الوحيدة في وسط فقره وحرمانه وعزلته الاجتماعية

أكبر صدمة نفسية يمكن للإنسان أن يعانيها . فلا شك أن الصراع النفسي قبل الخضوع للواقع الذي قضى عليه بسجن الصمت والسكوت الناتجين عن الصم ، كان صراعاً عنيفاً مزق الأحشاء وولد الصرخة العنيفة في أحانى الخلدة . إن الموسيقى بمختلف أنواعها علاوة على ما تحدّه من توافق في الموجات المخنية من الناحية البيولوجية فإنّها تعبّر أدقّ تعبير عن الألوان النفسية التي تعجز أي لغة عن تصويرها فإن كل محاولة للتخلص من الصراع النفسي تدعونا أولاً إلى التعبير عن أساليبه المقطاونة المتباعدة واعتقد اعتقاداً جازماً أن لغة الموسيقى هي أكبر ترجمان يساعدنا على القضاء على كل آثار الصراع بعد إبراز أصوله وأسسه ومظاهره .

[تم طبع كتاب «الصراع النفسي» في مطبعة
لجنة البيان العربي بالقاهرة في يوم ١١ محرم سنة ١٣٧٠
الموافق (٢٣ أكتوبر سنة ١٩٥٠) والحمد لله أولاً وأخرأ]

سَيِّد مُحْفَوظ

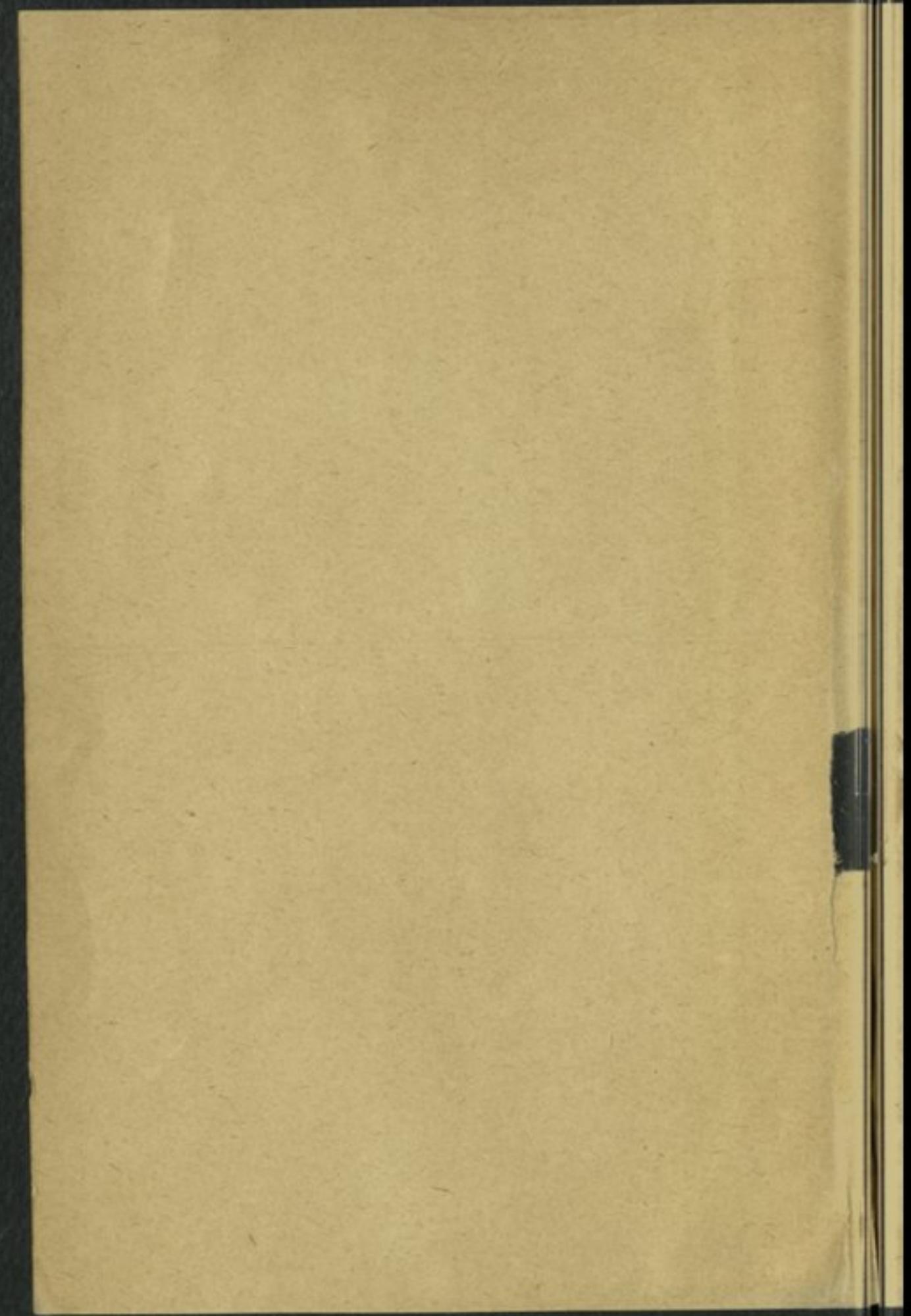
المدير الفنى للمطبعة

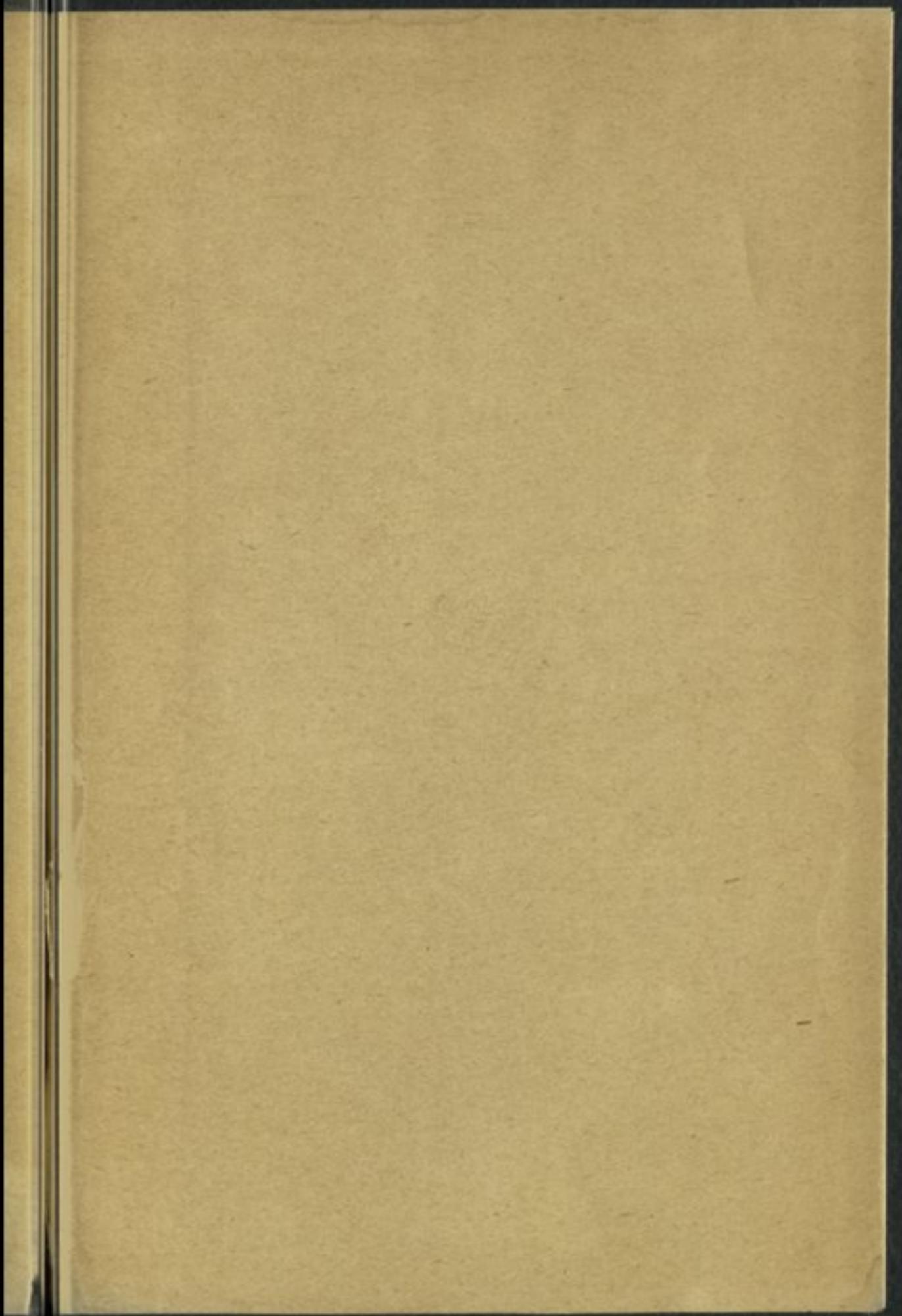
الفَرْسَن



صفحة

٢	القَدْمَة
١	الغَرِيزَةُ وَالْمَاعَظَفَةُ
٤	الصَّرَاعُ بَيْنَ الْفَرْدِ وَالْمَجَمُونِ
١٣	الصَّرَاعُ بَيْنَ الْغَرِيزَةِ وَالذَّكَاءِ
٢١	صَلَةُ الْإِنْتِبَاهِ بِالْتَّرَاجِ الدَّاخِلِيِّ
٣١	صَلَةُ الصَّرَاعِ بِالْمَرْضِ النَّفْسِيِّ
٣٧	آثَارُ الْمَاعَظَفَةِ
٤٤	الْخُوفُ مِنَ الْمَوْتِ
٥٣	الْإِنْفَعَالُ الْمَكْبُوتُ
٦٢	آثَارُ الصَّرَاعِ النَّفْسِيِّ
٧٤	الصَّرَاعُ النَّفْسِيُّ فِي الْمَجَالِ الْفَكْرِيِّ





131.34:Sh52sA:c.1

الشافعى، ابو مدين

الصراع النفسى

AMERICAN UNIVERSITY OF BEIRUT LIBRARIES



01001568

American University of Beirut



131.34

SH52sA

General Library

131.34
Sh 52 A
C.1