" الوعـــي الذّاتـــي للحريّـــة "

www.arabpsynet.com/Documents/DocMarcelinaFreedomSelfConsc.pdf

د. مرسلينا شعبان حسن
محللة نفسية - سوريا
mar-selena@hotmail.com

محاور الدراسة

1 - تمهيد
2 - التّعريف بمفاهيم الموضوع
3 - الوعي الذّاتي وآليات التّغيير لعيش الحريّة
4 - حرية الفرد وارباكاتها مع حرية الجماعة
5 - المواطنة والوطن ما بين الواقع والوعي الذاتي

تمهيـــد

غدا الشّارع العربي مؤخرا كساحة للحراك الشّعبي في أكثر من بلد ،، الشّعب الذي هو مصدر السّلطات في كل القوانين والاعراف

بعد عصور من القمع السّياسي المزمن لهذا الشارع ، كان جوهر هذا الحراك هو المحرض للبنى المجتمعية المتنوعة ان تتململ ومن ثم تناور لتُحجم ذوي التّفكير النّمطي من ايديولوجيات مختلفة ، هذا التفكير ولادّ التّعصب والتّبعية ليكون حراك الشارع محاولة لاسترداد المكانة ومرجعية المساءلة من قبل الشّعب باعتباره مصدر كل السّلطات بات قريبا من ذهنية الشّباب العربي المعاصر ، ففي بلادنا العربية وجدنا ان مطالب الشّباب كانت صّريحة ، حيث تجلت في دعواتهم الملحة لبناء المستقبل الذي يمسك فيه الانسان العربي بزمام مصيره ، وصولاً الى صناعة قراره في مفاصل حياته بإرادته هو ، لا ان تفرض عليه بقرار سياسي داخلي كان أم خارجي .

وهذا الأمر كما عايشناه في السّنوات الماضية ، لم يكون مستساغاً للعديد من الحكام العرب ، مما استلزم الخوض في معركة عسيرة مع الحياة أرهقت لأجل ذلك نفوس بريئة ، وحلّت المعاناة الشّديدة بشظف العيش على عامة الناس في البلدان التي كان حراك شارعها صاخباً ، من حيث ان كشف بُنى الاستبداد الرّاسخة سياسياً وثقافياً واجتماعياً ودينياً في حياة الانسان العربي ، يحتاج لهدم هذه القلاع العتيدة المستحكمة على مصير البلاد ، بما يمكنهم من بناء المستقبل كبلاد حرّة وعت لحريتها مؤخرا ، بعد ان تلظت بآلامها طويلاً ، إذ بعلاج القهر الإنساني لاشك تكون استعادة قوى الخير داخل النّفوس بإنعاش معطيات جديدة للحياة والبدء بإعادة لبنتها الأصلية ،

مطالب الشّباب كانت صّريحة ، حيث تجلت في دعواتهم الملحة لبناء المستقبل الذي يمسك فيه الانسان العربي بزمام مصيره ، وصولاً الى صناعة قراره في مفاصل حياته بإرادته هو ، لا ان تفرض عليه بقرار سياسي داخلي كان أم خارجي .

فهل يعني لنكون احرارا ان نفعل ما يحلو لنا ، بدون حسيب ولا رقيب ام ان تحررنا من التّبعية لقوانين التّنشئة ، التي يحكمها الخوف والخجل الاجتماعي ، ام ان

النّفس الحرة غير المستعبدة..

لذا يفترض أنه بعد اختبار الآلام هذا ، والانتصار عليها تصبح الحركة رشيقة والذّهنية نقية والآمال لا نهاية لها..

فهل يعني لنكون احرارا ان نفعل ما يحلو لنا ، بدون حسيب ولا رقيب ام ان تحررنا من التّبعية لقوانين التّنشئة ، التي يحكمها الخوف والخجل الاجتماعي ، ام ان الحريّة تعني التّصرف بمقتضى ما يقره العقل أو يدحضه ؟.. ام باتت الحريّة شعار فقط في وجه الحاكم ؟.

الحريّة والخوف هل بينهما رابط ما ام انهما متعارضان ؟..

إن منبع الحريّة وبمقارنات ومقاربات تاريخيّة ، كان مبتدأها دائماً من الذّات و من الفرد الواحد ، قبل ان تعمم وتتحد الجهود لتعطي الظّاهرة الاجتماعية لها ، من كون هواجس نيل الحريّة هي المسيطرة والمتحكمة بسلوكه الخاص وايضا العام ، وهذا معناه قد يكون على النّقيض مع مفهوم السّيطرة الايجابية التي تتحكم بنا ونقبلها بإيجابية من خلال التّعليم ، وحريّة التّفكير وايضا من خلال حريّة المعتقد السّياسي وعيشه مع الجماعة .

فهل التّنظيم السياسي هو عبودية في صلبه ؟

ام ان التّحكم هو نمط آخر للعبودية ، بما يسلبنا لحريّتنا وكرامتنا ؟..

ماهي ضرورات الحريّة ؟

وما هي دواعينا للدّفاع عنها ؟..

هذه تساؤلات وهواجس اردت تبويبها هنا ، علّها تفتح محاور جديدة لحوارات مستمرة مع قارئ هذه السّطور ، وتتوسع المفردات والمعاني في الذّهن من خلال سعينا لعيش الحريّة والكرامة ، كأحد أهم الحقوق الانسانية بكل تصنيفاتها المعلنة (عيش حريّة التّفكير ، ومن ثم حريّة التّعبير والحريّات الشّخصية والحريّات العامة) المتمثلة بحريّة المعتقد والاتجاهات السّياسية ..اذ عيش هذه الحريّات هو مبعث الشّعور الجميل بالعيش الكريم

ولما كان المنطلق في العمل النّفسي التّحليلي ، يهدف في المقام الاول الى تحرير الانسان من خلال استرداد حق القول ، وصولاً الى اكتشاف حقيقته الذّاتية ، من خلال التّحرر الذي تمارسه عليه المكبوتات النّفسية ، حيث أن الوعي يرد الى الادراك الذي يكمن في القدرة على استقبال الخصائص المحسوسة ، كما يعهد بوظيفة الادراك الى نظام مستقل بالنسبة الى مجمل الحياة النّفسية ، تحكم عمله مبادئ كمية محضة .

هذه المكبوتات هي في الحقيقة الوجه الآخر للقهر السّياسي والاجتماعي والثّقافي ، وهي تعززه من خلال تسلط الاستبداد النّفسي على الانسان ، وتبنيه لهذا الاستبداد على شخصه ، وفي علاقاته وتفاعلاته ، ليكون التّحرر من الاستبداد النّفسي والسّياسي يعزز أحدهما الآخر ، كما ان تحكم كل منهما في الانسان يعزز أحدهما الآخر.

الحريّة تعني التّصرف بمقتضى ما يقره العقل أو يدحضه ؟.. ام باتت الحريّة شعار فقط في وجه الحاكم ؟ .

المنطلق في العمل النّفسي التّحليلي ، يهدف في المقام الاول الى تحرير الانسان من خلال استرداد حق القول ، وصولاً الى اكتشاف حقيقته الذّاتية ، من خلال التّحرر الذي تمارسه عليه المكبوتات النّفسية

هذه المكبوتات هي في الحقيقة الوجه الآخر للقهر السّياسي والاجتماعي والثّقافي ، وهي تعززه من خلال تسلط الاستبداد النّفسي على الانسان ، وتبنيه لهذا الاستبداد على شخصه ، وفي علاقاته وتفاعلاته ، ليكون التّحرر من الاستبداد النّفسي والسّياسي يعزز أحدهما الآخر ، كما ان تحكم كل منهما في الانسان يعزز أحدهما الآخر

إدراك العالم الخارجي

فتبعا للهدف التحليلي الدال تكون الأولوية للإدراك تبعاً لمنطلقات منهجية العمل النّفسي التّحليلي ، من أن إدراك العالم الخارجي أمرٌ أساس في ظاهرة تشكل الوعيّ عند الانسان ، إذ يرتبط العبور الى الوعيّ مثل اي شيء آخر بالمدركات التي تتلقاها اعضاؤنا الحسيّة في العالم الخارجي .

فالتّحرر من المكبوتات التي تمارس على الانسان قهرها ، وتحكمها في سلوكنا وكياننا ، من كونها تحرر الانسان من الدّاخل باسترداده للمعاني الاصيلة في الذّات الانسانية ، التي تمكنه من الانفتاح على الرّباط الانساني ، والاعتراف بالآخر انطلاقاً من الاعتراف بالذّات ، ما يمثل اساس كل تحرر سياسي واجتماعي .

علما أن حريّة الاشخاص دوما نسبية ، فلا يمكن لنا العيش كبشر بدون مثال للانا .. والامتثال له لا يعني العبودية ، بل هنا تعاش الوثوقية . إن الحريّة بلا تصرف مسؤول والتزام للقانون العام وللشّرائع النّاظمة لناموس البشر، يكون مؤداها في المنتهى مؤدى سلبي وسلوكاً جانحاً ، فحريّة ابداء الرأي ، والقول لاشك تصدر عن انسان حرّ ، حيث الكلمة هي مقدمة دالة على الفعل الذي هو تجسيد للسّلوك الانساني .

فإن ما هو حق ينم عن حاجة ، فالحق هو حاجة ، وبالقياس على هذا المبدأ الطّعام حاجة بشريّة وحق انساني ، لنتدرج بذلك إلى الحاجات المعنوية من مثل الاحترام وتحقيق الذّات الى الحاجة للتعبير والتنفيس الانفعالي ، فهذه الحاجات وتلبيتها تُعدّ حقوق انسانية سامية..

إن حريّة التّعبير تعدّ حاجة فرديّة انسانية ، وهي ايضا حاجة اجتماعية ، من حيث ان افصاح الاشخاص عن مخزونهم الفكري عبر التّعبير اللغوي ، الذي يُقدم للمجتمع تبعاً لذلك انتاجاً فكرياً خاصاً ، يسهم في بناء تطلعات ابنائه.. ابتداء من عمر الطّفولة المبكرة التي تشهد تداخل مؤثرات عديدة أخرى لتسهم في تشكيل الوعي الذّاتي للطّفل ، كونه في مرحلة من النّمو المتبدل ، متأثرا بكل الذين يحيطون به ، ويتعامل معهم تاركين بصمتهم على مسار حياته ، لتكون بمثابة مصادر لتبني الوعيّ الذّاتي في داخل الوجدان لكل شخص منا .

من هنا اجد ان حريّة التّعبير هي أساسية في حياة كل كائن اجتماعي ، بما تعبر به عن تاريخ الانسان كعامل من أهم عوامل تفتح الوعي الذاتي وبالتالي التّطور الاجتماعي يكون متحقق عبر ذلك ، والتّغيير نحو اوضاع متقدمة في سلم الحضارة .. ومن ان الحريّة في عمق معانيها هي الحياة في عمق مدلولاتها ، وبكل تجلياتها الصّريحة والحالمة..

ومن وجهة نظر خاصة ، اجد ان أولوية اسهام المثقفين والدّارسين في بلادنا في هذه المرحلة تجاه قضايا اوطانهم ، يكمن في تعميق الوعيّ والعمل على توضيح المصطلحات السّياسية التي تطرق المسامع يومياً وفي كل وقت ... ويشوب ترددها التباسات عديدة.

هذه المصطلحات التي استحوذت على وعينا في الاعوام الماضية من مثل : الحريّة والدّيمقراطية ، وحقوق الانسان والنّظام البرلماني والنّظام الرئاسي والعلمانية والقضاء والعدالة الاجتماعية والعدالة

أمرٌ أساس في ظاهرة تشكل الوعيّ عند الانسان ، إذ يرتبط العبور الى الوعيّ مثل اي شيء آخر بالمدركات التي تتلقاها اعضاؤنا الحسيّة في العالم الخارجي .

فالتّحرر من المكبوتات التي تمارس على الانسان قهرها ، وتحكمها في سلوكنا وكياننا ، من كونها تحرر الانسان من الدّاخل باسترداده للمعاني الاصيلة في الذّات الانسانية ، التي تمكنه من الانفتاح على الرّباط الانساني ، والاعتراف بالآخر انطلاقاً من الاعتراف بالذّات ، ما يمثل اساس كل تحرر سياسي واجتماعي .

أن حريّة الاشخاص دوما نسبية ، فلا يمكن لنا العيش كبشر بدون مثال للانا .. والامتثال له لا يعني العبودية ، بل هنا تعاش الوثوقية

إن الحريّة بلا تصرف مسؤول والتزام للقانون العام وللشّرائع النّاظمة لناموس البشر، يكون

الانتقالية ، والحكم الرّشيد وحكم الخلافة والاسلام السّياسي ، وكرسي الرّئاسة والسّيادة وانتهاك امن البلاد وغيرها ، وفي هذا السياق تأتي محاولتي هذه في تناول هذا الموضوع ..

مفاهيم الدراسة :

1- الوعيّ الذّاتي : هو معرفة الانسان بنفسه حيث ومنذ البدء كانت مشكلة الانسان هي : مشكلة قصور في الوعي المتمثل بالجهل لخفايا الأمور التي تستعصى عليه ولا يعي أبعادها ، فقائمة الاضرار التي تلحق بالإنسان نتيجة الجهل لا تنتهي ، والوعي بذلك يصبح معبراً عن حالة عقلية وذهنية يكون فيها العقل بحالة يقظة وادراك ، وعلى تواصل مباشر مع محيطه الخارجي عن طريق منافذ الوعي التي تتمثل بحواس الانسان الخمس وفق ما جاء في (موسوعة اليويكيبديا)

والوعي الذاتي ليس فقط البحث عن نقاط الضّعف ، بل هو عملية ذهنيّة ليست مجرد البحث الحثيث عن تحديد نقاط القوة الخاصة بالشّخص ، والتّأكد من أنه يستخدم هذه على نحو فعال.

2- الحريّة : هي مفهوم واسع لا حصر له ، ويخشى من تأطيره ولكن يبقى القاسم المشترك لها هو التّخلص من الضغوط المفروضة على شخص ما لتنفيذ غرض ما ، والتّخلص من الاجبار والفرض ، لتكون الحريّة هي التّحرر من القيود التي تكبل طاقات الانسان بأدوات ما يسمى "الجهل" ، فنتيجة الجهل يُقتل الناس فيما بينهم ، ويعتدي القوي على الضّعيف بسبب الجهل عند بني البشر.

فإن كان الاستبداد عائقنا في تحقيق أهدافنا ، فبكل تأكيد ان العوائق لتحقيق أفكارنا الهادفة لا يمكن لها ان تستتب وتوطد اركانها ، إلاّ بعد ان يتحول الاستبداد في الخارج المحيط من حولنا ، بكل مؤشراته الى استبداد ذاتي يمارسه المرء على كيانه من الدّاخل ، حيث أن الكثير من الأمراض الاجتماعية المعروفة والتي تتجلى في سلوكنا اليومي مردها الى موانع عيش الحريّة.. من التّعريفات الكثيرة التي اريد ان اضعها هنا للحريّة اربع تعريفات تتفق مع مضمون ما اشرت اليه في توضيحي لحريّة التّعبير.

التّعريف الاول للفيلسوف الشّهير ابو الفكر الفلسفي "ارسطو" الذي حدد تعريفه للحريّة بأنها : "فعل الافضل" اي بمعنى الاختيار .

التّعريف الثّاني "ل جون استيوارت ميل" الفيلسوف والاقتصادي البريطاني الشّهير الذي يعرف الحريّة بقوله :"الحريّة عبارة عن قدرة الانسان على السّعي وراء مصلحته التي يراها بحسب منظوره شريطة الا تكون مفضيّة الى اضرار الآخرين .

أما الفيلسوف الالماني الشّهير "ايمانويل كانت " فعرّف الحريّة بأنها : "عبارة عن استقلال الانسان عن اي شيء إلاّ عن القانون الاخلاقي ".

أما التّعريف الرّابع للحريّة التي سأورده هو التّعريف المذكور في الموسوعة الاسلامية الميسرة ،

مؤداها في المنتهى مؤدى سلبي وسلوكاً جانحاً

إن حريّة التّعبير تعدّ حاجة فرديّة انسانية ، وهي ايضا حاجة اجتماعية ، من حيث ان افصاح الاشخاص عن مخزونهم الفكري عبر التّعبير اللغوي ، الذي يُقدم للمجتمع تبعاً لذلك انتاجاً فكرياً خاصاً ، يسهم في بناء تطلعات ابنائه..

اجد ان حريّة التّعبير هي أساسية في حياة كل كائن اجتماعي ، بما تعبر به عن تاريخ الانسان كعامل من أهم عوامل تفتح الوعي الذاتي

ان الحريّة في عمق معانيها هي الحياة في عمق مدلولاتها ، وبكل تجلياتها الصّريحة والحالمة ..

اجد ان أولوية اسهام المثقفين والدّارسين في بلادنا في هذه المرحلة

بأن الحريّة هي : القدرة على الاختيار بين الممكنات بما يحقق انسانيتنا ..

من كل تلك التّعريفات للحريّة يمكن الاقرار بأن الحريّة في كل فعل من افعالنا الانسانية يحكمها امران وعي الذّات ووعي الآخر، وبذلك يكون الوعي دائما بذاتنا نسبي ، ورأي الآخر مهم في نظرتنا لأنفسنا ،، لذلك الحريّة الانسانية ليست مطلقة ، بل هي دوما حريّة صراع مع الظّروف ، وجهاد مع الذّات لعيش اوسع الخيارات المتوافقة مع كرامتنا الانسانية ، والآخر المشابه لنا في صراعاته وآماله لأصل من خلال ما تقدّم الى التعريف الاجرائي للحريّة بأنها أي "الحريّة " مفهوم واسع لا حصر له ويخشى من تأطيره ، ولكن يبقى القاسم المشترك لها هو التّخلص من الضّغوط المفروضة على شخص ما لتنفيذ غرض ما ، والتّخلص من الاجبار والفرض ، والحريّة بذلك هي التّحرر من القيود التي تكبل طاقات الانسان لاسيما الجهل والتّجهيل ،

فنتيجة للجهل يقتل النّاس فيما بينهم ، ويعتدي القويّ على الضّعيف بسبب الجهالة التي يمارسها من بيدهم السّلطان على الناس ، ممن يعيشون تحت قانونهم .

والآن وبعد استعراض مفهوم الوعي من خلال وجهات نظر مختلفة لفلاسفة ومفكرين أعرض لتعريف الوعيّ كما يصفه الدّكتور(فرج عبد القادر طه) في تعريفه له يشير إلى ادراك الفرد لنفسه ، ولعناصر الموقف او البيئة او المجتمع الذّي يحيط به ، ففي حالة غياب الوعي او اضطرابه ، كما يحدث في الغفلة او النّدم والاغماء والاضطرابات النّفسية ، يضعف او يسوء او يضطرب ادراك الفرد لنفسه ، ولغيره ولواقعه ولعناصر بيئته.

أما الوعيّ الذاتي (self–Aawreness) : فيتمثل في قدرة الفرد على تكوين معايير من المعتقد الذي يعتنقه ، ومن مجموع قيم المجتمع التي ينتمي اليها والتحكم بالاتجاهات التي ينتهجها والسّلوكيات التي يقوم بها .

والوعيّ الذّاتي تعريفاً : هو مخزون لدى الفرد بقدراته اللاشعورية ، يستثمرها عندما يرغب بتحكم معين أو تقييم سلوك معين .

ويتمثل بأن يعرف الفرد حقيقة نفسه ، وما تنطوي عليه من دوافع ونزعات ومشاعر ورغباته ، وما يمتاز به من امكانيات واستعدادات ، وما به من أوجه قصور وعيوب، وما يحيط به من ظروف ، وما لديه من الأهداف التي يبغيها من قيامه بنشاطه ، ومدى احتمال نجاحه في تحقيقها من كون شعور الاستبداد ، لا يستتب ويوطد اركانه إلاّ بعد ان يتحول الى استبداد ذاتي يمارسه المرء على كيانه من الدّاخل .

إن الكثير من الأمراض الاجتماعية المعروفة ، والتي تتجلى في سلوكنا اليّومي واضطراباتنا النّفسية ، انما هي ثمرة هذا التّحالف الشّيطاني بين الكبت الذي يمارس على طاقات انساننا الحيّة منذ طفولته ، وبين القمع السّياسي المزمن المستبطن في البنى المجتمعية ، والذي تتجلى

تجاه قضايا اوطانهم ، يكمن في تعميق الوعيّ والعمل على توضيح المصطلحات السّياسية

فإن كان الاستبداد عائقنا في تحقيق أهدافنا ، فبكل تأكيد ان العوائق لتحقيق أفكارنا الهادفة لا يمكن لها ان تستتب وتوطد اركانها ، إلاّ بعد ان يتحول الاستبداد في الخارج المحيط من حولنا ، بكل مؤشراته الى استبداد ذاتي يمارسه المرء على كيانه من الدّاخل

الحريّة في كل فعل من افعالنا الانسانية يحكمها امران وعي الذّات ووعي الآخر، وبذلك يكون الوعي دائما بذاتنا نسبي ، ورأي الآخر مهم في نظرتنا لأنفسنا

الحريّة الانسانية ليست مطلقة ، بل هي دوما حريّة صراع مع الظّروف ، وجهاد مع الذّات لعيش اوسع الخيارات المتوافقة مع كرامتنا الانسانية ، والآخر المشابه

مفاعيله بالغربة عن الذّات والغربة عن مفهوم المواطنة وحقوقها وادوارها ، ويتجلى التّحرير الثنائي تبعا "لمصطفى صفوان" من خلال استرداد (حق القول والكلام) في التّواصل مع الذّات ، وفي التّعبير السّياسي والمواطنة المشاركة الممسكة بزمام مصيرها ، كما هو واضح في شعارات الحراك العربي..

أما مصطلح (توكيد الذّات) فيشير إلى حريّة التّعبير عن العواطف الإيجابية والسّلبية على حد سواء ، كالتّعبير عن مشاعر الصّداقة والحب والوّد أو عن الغضب والعدوان ، في المواقف التي تستدعي ذلك ...

كما يشير إلى حريّة التّعبير عن الاحتياجات والحقوق ، وخاصة حق الرفض ، ولكن الخشية من التّعبير عن الغضب في بعض المواقف المؤثرة على حياة الانسان في ظرف ومكان خاصين ، قد تدفع الإنسان إلى الانسحاب من المواقف الاجتماعية ، والعيش في عزلته الخاصة كوقاية من المواجهة كأحد الحلول ، او المغامرة وترك النّفس على عقالها ، تسجل تعبيراتها بدون حساب لتبعات هذه التّعابير .

وهنا تتدرج ردات الفعل تجاه السّلوك المتخذ ، فقد يشتد الانسحاب لدرجة تتطلب الدّعم النّفسي ، والعلاج لذلك من شدة الشّعور الدّاخلي للفرد الذي يعيش هذا الخوف ، و يكون دافعه لطلب المساعدة النّفسية ، تدبير لابد منه نتيجة للعجز الذي يعتريه حول المطالبة بحقوقه ، وحجم الخسائر التي تترتب على سلوكه الاجتماعي الذي يتسم بالعزلة والانسحاب ، فعندما يعيّ هذه الخسارة نجده بعد ذلك يعيش ندمه ، على إضاعة الفرص المتتابعة ، والتي كان من الممكن أن يستغلها في مواقف عدة كان قد تعرض لها .

من هنا تأتي أهمية البحث والدراسة لتوضيح مدلولات الوعيّ والإدراك الذّاتيين حول المفاهيم التي تعبر عن ابعاد حاجتنا ، لكونهما أي (الوعي والادراك) يساعدان الأشخاص في تحديد كيفية تفاعلهم مع المتغيرات المتنوعة من حولهم ، هذه المهارة التي باتت اليوم تعتبر مطلباً رئيسياً في مجال الاتصال بالآخرين ، والعلاقة بالمحيطين بنا في ظل المتغيرات العديدة في مجتمعاتنا العربية بعامة ، والوضع المتردي البالغ الاحباط والاسى في بلدي سوريا بخاصة ، فكلما كان الشّخص عارفاً بنفسه أكثر من خلال تمكنه بمعرفة ذاته من خلال مهارة الوعي بهذه الذّات ، التي تُعينه على التّقبل لها ، والمنعكسة على مقدرته في تجنب المخاطر من تبعات المواقف التي تواجهه في ظل حرب شرسة استباحت كل المحرمات، حيث أن وعي الذّات هو عيش الوضوح مع هذه الذّات ، وتبين مسؤولياتها ، وقد يكون الوضوح مُتعِباً مبدئيا في فرز مفاهيمنا حول ما نختبر ونعاين ، ولكن الابتعاد عن الضّبابية في التّعرف على حقيقة النّفس ، هو السّبيل الاكثر ضماناً لإنهاء المعاناة والصّراع الدّاخلي والحيرّة في حياتنا بهدف تحقيق التّكيف الفعال الموصل بالضّرورة لتحقيق الصّحة النّفسيّة .

لنا في صراعاته وآماله

والحريّة بذلك هي التّحرر من القيود التي تكبل طاقات الانسان لاسيما الجهل والتّجهيل

أما الوعيّ الذاتي (self-Aawreness) : فيتمثل في قدرة الفرد على تكوين معايير من المعتقد الذي يعتنقه ، ومن مجموع قيم المجتمع التي ينتمي اليها والتحكم بالاتجاهات التي ينتهجها والسّلوكيات التي يقوم بها .

إن الكثير من الأمراض الاجتماعية المعروفة ، والتي تتجلى في سلوكنا اليّومي واضطراباتنا النّفسية ، انما هي ثمرة هذا التّحالف الشّيطاني بين الكبت الذي يمارس على طاقات انساننا الحيّة منذ طفولته ، وبين القمع السّياسي المزمن المستبطن في البنى المجتمعية

عالمي النّفس "جوزيف لوفت زهاري انجهام " اشتغلا على مفهوم الوعي الذّاتي منذ الخمسينات ، وذلك عبر ربطها بنظرية " نافذة جوهاري الشّهيرة" في توضيح المعنى المقصود من الوعي الذّاتي ، نظرية نافذة جوهاري : تتلخص بأداة تستخدم لرسم معالم الوعي الذّاتي ، وترمز هذه النّافذة الى أهمية المعلومات حول : المشاعر، السّلوكيات ، الآراء، والمهارات في داخل الإنسان وخارجه ، ويشير النّموذج لعلاقة الإنسان بنفسه وبالأشخاص من حوله ، و هذا النّموذج يتكون من أربعة أقسام لجزئي الشّخصية (الذّات و الاجتماعي) وفق ما يلي :

-الذّات التي يعرفها فقط الإنسان نفسه

-الجزء المعروف لدى الآخرين

-الجزء المعروف فقط من قبل الآخرين

-الجزء المعروف من الاثنين "النّفس – والآخرين.."

الوعي الذّاتي هنا في هذا النّموذج ، يسعى لفتح جميع هذه النّوافذ للإنسان ، لكي يتمكن من تحسين نوعية حياته ، و يطور علاقاته بنفسه وبالآخرين ، و يفتح أفق للاستفادة من الفرص ، و يعرف قيمته الحقيقية و تقديره الذّاتي وتقديره للآخرين أيضاً من خلال رؤية نفسه من منظوره ومنظور الآخرين له .. هذا النّموذج مخصص أكثر للاتصال والتّواصل بالآخرين ، من كونه يفتح المجال للتعرف على مواطن الضعف والقوة التي تمنح القّدرة على اجتياز الصّعوبات في الحياة ، والصّعوبات تظهر في حال عدم فهم النفس والآخرين يعمق ، نتيجة لعدم الإدراك لجميع مكونات الشّخصية ، هذه العّملية تتمثل بالوعي الانساني لوعي ضوابط العيش المجتمعية .

- الوعي الذّاتي وآليات التّغيير لعيش الحريّة

يعتبر الوعي الذّاتي وتفاعل الناس من حولنا عنصراً رئيسياً في النّجاح الشّخصي ، ولا يوجد شك في أن النمو الذاتي يتطلب الوعي الذّاتي أولاً لكي يحدث " التّغيير الجذري". و الوعيّ الذّاتي لا يتمحور فقط في معرفة صعوباتنا ونقاط ضعفنا ، بل يمنحنا تجاباً جديدة تساعدنا في استلهام الحكمة ، و ما أجمل عبارات "ادوارد ايفرت هيل": أنا فقط فرد واحد ، ولكني لازلت فرداً واحداً، لا أستطيع القيام بكل شيء ، إنما لازلت قادراً على القيام بشيء ، و لأنني لا أستطيع القيام بكل شيء، أرفض ألا أقوم على الأقل حتى بشيء ! يا له من توجيه صارم للنّفس بأن تفيض عليَّ من العزم ، ولا تثنيني أنتِ والنّاس عن عزيمتي ! يا له من "حزم" شديد مُلزِم للذات بأهمية الإنجاز وتحقيق الطّموحات .

والوعي الذّاتي من المكتسبات التي يكتسبها الإنسان في مرحلة الطّفولة المبكرة ، فالطّفل يتكون لديه الوعي بنفسه عبر عملية التّنشئة و نمذجة سلوك مربيه من الوالدين ، ومختلف المربين الذي يتأثر بهم من خلال تقمصه لقيمهم وملاحظاتهم ، ومن خلال توسيع مداركه وأفكاره بمعرفته

حيث أن وعي الذّات هو عيش الوضوح مع هذه الذّات ، وتبين مسؤولياتها ، وقد يكون الوضوح مُتعِباً مبدئيا في فرز مفاهيمنا حول ما نختبر ونعاين ، ولكن الابتعاد عن الضّبابية في التّعرف على حقيقة النّفس ، هو السّبيل الاكثر ضماناً لإنهاء المعاناة والصّراع الدّاخلي والحيرّة في حياتنا بهدف تحقيق التّكيف الفعال الموصل بالضّرورة لتحقيق الصّحة النّفسيّة .

إذ يُردّ الوعي الى الادراك الذي يكمن في القدرة على استقبال الخصائص المحسوسة في الوسط المحيط ، ليعهد بوظيفة الادراك الى نظام مستقل بالنسبة الى مجمل الحياة النّفسية

إن تحرر الانسان من الدّاخل هو استرداد للذّات الاصيلة التي

معايير السّلوكيات وضوابطها سلباً وايجاباً ، ومعرفته عن العدل والظّلم ، والسّلوك السّوي وغير السّوي من خلال تبلور تلك المعايير للسّلوك في منظومته الفكرية ، لتكون بذلك القيم المكتسبة بمثابة سلطة داخلية ، تقوم مقام المربين حتى في حال غيابهم او البعد عنهم لسبب ما . إذ يُردّ الوعي الى الادراك الذي يكمن في القدرة على استقبال الخصائص المحسوسة في الوسط المحيط ، ليعهد بوظيفة الادراك الى نظام مستقل بالنسبة الى مجمل الحياة النّفسية ، إذ تتحكم بآليات عمله عوامل ومبادئ انسانية عدة ؛ فالأولوية للإدراك حين البحث في ظاهرة الوعي ، سيما إدراك العالم الخارجي ، من كون العبور إلى الوعي يرتبط مثل اي شيء آخر بالمدركات التي تتلقاها اعضاؤنا الحسيّة من العالم الخارجي المحيط بنا .

- حريّة الفرد وارباكاتها مع حريّة الجماعة :

إن تحرر الانسان من الدّاخل هو استرداد للذّات الاصيلة التي تمكنه من الانفتاح على الرّباط الانساني ، والاعتراف بالآخر انطلاقاً من الاعتراف بالذّات الممثل اساساً لكل تحرر اجتماعي وبالتّالي سياسي .

أما الغربة على صعيد المواطنة وحقوقها وادوارها ، فيتجلى التّحرير الثّنائي لها تبعا "لمصطفى صفوان" من خلال استرداد حق القول والكلام في التّواصل مع الذّات ، من خلال التّعبير السّياسي عبر المواطنة والمشاركة الممسكة بزمام مصيرها ...

الحريّة هي من الذّات من الفرد مبتدأها من حيث انها المسيطرة والمتحكمة بسلوكه الخاص وايضا العام وهنا معناها قد يكون على النقيض مع مفهوم السيطرة الايجابية التي تتحكم بنا ، ونقبلها بإيجابية من خلال التّعليم وحريّة التّفكير، وايضا من خلال حرية المعتقد السّياسي وعيشه مع الجماعة ،، فهل التّنظيم هو عبودية في صلبه ام ان التّحكم هو نمط آخر للعبودية ، بما يسلبنا لحريتنا وكرامتنا .

في العلاج النّفسي لا يمكن اعتبار الوعيّ النّفسي كأحد اقطاب الفاعلية في لعبة الصّراع الدفاعي ، والمدرسة النّفسية التّحليلية رفضت تحديد الحقل النّفسي انطلاقاً من الوعي وحدوده..

بعكس السّلوكية التي تأخذ الواقعة الأساسية للوعي بعين الاعتبار.

فالوعيّ عند "فرويد" هو احدى معطيات التّجربة الفردية التي تطرح نفسها على الحدس المباشر وهو لا يعود من ثم الى وصفه بدون اي مكافئ لها لا يمكن لا تفسيرها ولا وصفها.

ويعدّ الإنسان من بين جميع المخلوقات ، المخلوق الوحيد الذي يستطيع التّفكير في قدرته على العمل ، بينما المخلوقات الأخرى تعمل و حسْب.

ففي كلّ إنسانٍ يجري تيارٌ منَ الوعي مستمرّ و مُتكامل و لا يُشاركه فيه أيّ إنسان آخر.

يبني العلاج التّحليلي النّفسي على تأثير الوعيّ على اللاوعيّ من خلال"الهوام اللاواعي ، لتنطلق كوابح اللاوعي وتعاش حرية القول كمبتدأ لحريّة الفكرة .. وهذه من أهم مؤشرات الحرية "حرية

تمكنه من الانفتاح على الرّباط الانساني ، والاعتراف بالآخر انطلاقاً من الاعتراف بالذّات الممثل اساساً لكل تحرر اجتماعي وبالتّالي سياسي .

الحريّة هي من الذّات من الفرد مبتدأها من حيث انها المسيطرة والمتحكمة بسلوكه الخاص وايضا العام وهنا معناها قد يكون على النقيض مع مفهوم السيطرة الايجابية التي تتحكم بنا ، ونقبلها بإيجابية من خلال التّعليم وحريّة التّفكير، وايضا من خلال حرية المعتقد السّياسي وعيشه مع الجماعة

ويعدّ الإنسان من بين جميع المخلوقات ، المخلوق الوحيد الذي يستطيع التّفكير في قدرته على العمل ، بينما المخلوقات الأخرى تعمل و حسْب.

التعبير وحريّة التّفكير " التي يمكن ان تبدأ من على اريكة المحلل عبر الوعيّ الذّاتي الذي استثمره بعمله على تطوير الذّات من خلال مواجهة ترسباته وآثارها المختلفة.

و بالتّالي فالوعيّ هو إدراكنا للواقع و الأشياء , إذ بدونه يستحيل معرفة أي شيء .

لذلك يمكن تعريف الوعيّ بأنه « الحدس الحاصل للفكر بخصوص حالاته و أفعاله» فهو بمثابة "النّور" الذي يكشف الذّات عن بواطنها .

أما اللاوعي فهو يدل إلى حدّ ما على الشّيء المتقابل مع الوعي .

و هنا يمكن الحديث عن اللاشعور, باعتباره السّلوك اللاواعي أو الذّي يصبح لا واعيا , كواقعة نفسية.

ولكن ما يقوله كارل يونغ أن :

1- اللاشعور أو اللاوعي الجمعي هو ذلك الجانب من اللاشعور الذي يشترك فيه البشر جميعا عبر التّاريخ ،و هو موروث و منتقل عبر الأجيال و يشمل على الخبرات السّابقة المتراكمة منذ آلاف السنين ومادته الأساسية هي الأنماط الأولية التي هي عبارة عن استجابات الإنسان الغريزية تجاه الكون و الحياة و صور عن الخير و الشر و الشّيطان و ما شابه ذلك"

2 – لا يستطيع الإنسان أن يعتمد فقط على فكرة أنه يعيش في العصر الحالي ، و بالتّالي تتوافر لديه المؤهلات ليطلق عليه لقب إنسان معاصر، فكثيرون هم من يظنون أن كل إنسان يعيش في الوقت الحاضر هو إنسان معاصر و هذا خطأ فحسب نظري فإن الإنسان العصري هو الذي يملك أكبر قدر على الإدراك الحسي بالعصر الحديث".

إن نفي الوعيّ والسّعي لإقامة منظومةٍ سيكولوجيةٍ دون هذا الاهتمام أيّ أن هناك مثيراتٍ جانبيّة ، وبالمقابل فإن أيّ مثيرٍ جانبيّ يصرف الانتباه ويضع مرة أخرى العقل يبدو جلياً كمشكلة في علم نفس السلوك ، ليكون الانتقال من قوانين السّيطرة ؛ التي تم الوقوف عندها كتصويب جوهري الى السّيطرة الجزئية لمفاهيم محددة على العقل البشري.

إن أخطر أنواع الجهل هو جهل الإنسان بنفسه ، حين لا يعرف الإنسان حين لا يعرف نقاط القوة لديه ، و لا يعرف نقاط الضّعف لديه , و لا يعرف كيف يواجه التّحديات التي تعترض سبيله , كل واحد منا لديه نقطة قوة ، ولو أنه اكتشف تلك النّقطة في وقت مبكر وجعلها محورا لأنشطته لتثقفه لتدربه ولتعلمه لممارساته , فإنه يستطيع من وراء تلك النقطة أن ينجز الكثير لنفسه ، و لمن حوله .

ومفهوم الوطن تبعاً للواقع وطبقاً للوعي الذاتي متبدل رغم الوطن في كل منا ، إلاّ أن محبة هذا الوطن ومفهومه النّفسي مختلف بين عموم النّاس .

"فالوطن بالمعنى النّفسي إما عطاء مستمر في اتجاه واحد ، وإما عطاء ودين يتوجب على كل مواطن سواء بهويته وانتمائه أو من خلال الاستمتاع بموارده أن يتمكن من إيفائه "(حب الله ، 2006) والسّؤال الذي أجده هاماً أيضاً ، كيف يمكن لكل مواطن أن يؤدي دينه لوطنه ؟ فكما أشرت قبلاً إن البنية الأساسية لمجتمع مسيس لابد أن تقوم على علاقة ثلاثية بين السّلطة والقانون

يبني العلاج التّحليلي النّفسي على تأثير الوعيّ على اللاوعيّ من خلال"الهوام اللاواعي ، لتنطلق كوابح اللاوعي وتعاش حرية القول كمبتدأ لحريّة الفكرة .. وهذه من أهم مؤشرات الحرية "حرية التعبير وحريّة التّفكير

الوعيّ هو إدراكنا للواقع و الأشياء ، إذ بدونه يستحيل معرفة أي شيء.

يمكن تعريف الوعيّ بأنه « الحدس الحاصل للفكر بخصوص حالاته و أفعاله» فهو بمثابة "النّور" الذي يكشف الذّات عن بواطنها.

فإن الإنسان العصري هو الذي يملك أكبر قدر على الإدراك الحسي بالعصر الحديث."

إن أخطر أنواع الجهل هو

والمواطن ، حيث أن كل طرف مرتبط بالآخر ، فعندما يحل المواطن محل القانون كائناً من كان هذا المواطن الحال واحد بأن تعم الفوضى ، لأن لكل واحد قانونه ، وفي حال حلت السّلطة محل القانون يصبح الحكم ديكتاتورياً وقمعياً . إن أي خلل يطال هذه العّلاقة يؤدي إلى سوء فهم لكل دور ، والى اضطرابات على الأرض والى تململ اجتماعي ، لتكرس الفوضى بدلا من الحرية ويكرّس الإحباط كأمر واقع لابد انه تأتى من الإهمال لحياة المواطن وحاجاته ، مما يشير إلى أنه ناجم عن فقدان الحب بمعانيه الاجتماعية بين الحاكم والمواطن وبين المواطن والوطن ، كيف أن الوطن بات يجزأ إلى مناطق من خلال الأحداث ، حيث نجد مناطق ساخنة يعمها الموت والدّمار والتّشرد ومناطق آمنة يسكنها الهدوء ، والحياة شبه عادية والكلّ سوريون ..

ولما كان المواطنون ، أفراد الشّعب كما يسميهم الحكام يدركون بإحساسهم الخاص المعاني الملتبسة لشعارات المرحلة ، سواء اتت من النظام الحاكم أو من نداء المعارضين الموازي صوتهم لنفترض لنظام الحام من كونهم يطرحون أنفسهم بديلاً عنه ، والملاحظ المتابع يلمس ويصله يقين ان المواطنين باتوا لا يهتمون لا لخطاب النّظام ولا لخطاب المعارضة ، بسبب هذا التّعالي والحديث البّعيد عن واقع الحياة .

وهنا تكمن شرور النداءات بمسمياتها البراقة ومضامينها الفارغة ..

ومن هنا يكون الوعي الذاتي لم يعيشه الفرد المواطن هو الذي يوسع عليه فرص عيشه في حين الفوضى والسلوكيات الانتهازية المعممة على امتداد البلاد وهنا لا يسعني هنا ختام القول في مبحثي هذا الاّ ان اورد مقولة لعالمة النفس الامريكية المعاصرة "فرنسيس شابيرو" : ان لم يكن لديك وطن آمن ابحث حثيثا عن فكرة آمنة ...

*** ***

صفحات استقبال الشبكة المفتوحة لعموم المتصفحين

الإصدار العربي
http://www.arabpsynet.com/defaultAr.ASP
الإصدار الانكليزي
http://www.arabpsynet.com/defaultEng.ASP
الإصدار الفرنسي
http://www.arabpsynet.com/defaultFr.ASP
للاشتراك في خدمات الشبكة
http://www.arabpsynet.com/Subs.asp

صفحات استقبال الشبكة المحمية بكلمة عبور (للمشتركي)

الإصدار العربي
http://www.arabpsynet.com/index0.Ar.asp

الإصدار الانكليزي
http://www.arabpsynet.com/INDEX0.ASP

الإصدار الفرنسي
http://www.arabpsynet.com/INDEX0.Fr.ASP

جهل الإنسان بنفسه ، حين لا يعرف الإنسان حين لا يعرف نقاط القوة لديه ، و لا يعرف نقاط الضّعف لديه ، و لا يعرف كيف يواجه التّحديات التي تعترض سبيله

كل واحد منا لديه نقطة قوة ، ولو أنه اكتشف تلك النّقطة في وقت مبكر وجعلها محورا لأنشطته لتثقفه لتدربه ولتعلمه لممارساته ، فإنه يستطيع من وراء تلك النقطة أن ينجز الكثير لنفسه ، و لمن حوله

الوعي الذاتي لم يعيشه الفرد المواطن هو الذي يوسع عليه فرص عيشه في حين الفوضى والسلوكيات الانتهازية المعممة على امتداد البلاد وهنا لا يسعني هنا ختام القول في مبحثي هذا الاّ ان اورد مقولة لعالمة النفس الامريكية المعاصرة "فرنسيس شابيرو" : ان لم يكن لديك وطن آمن ابحث حثيثا عن فكرة آمنة ...