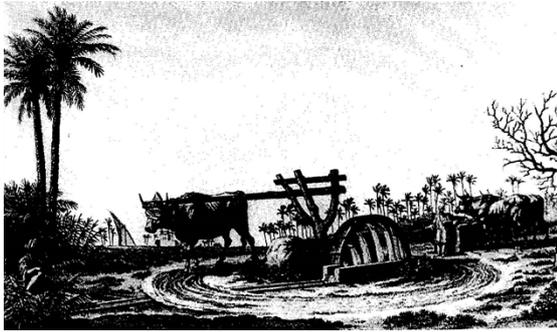




[yehiatrakhawy@hotmail.com](mailto:yehiatrakhawy@hotmail.com)

بروفيسور يحيى الرخاوي - الطب النفسي، مصر



#### ملاحظة بادئة:

الرؤية/التعريف هنا لا تستبعد رؤية صعوبة العلاقات البشرية، بل لعل هذه الصعوبة تقع في بُورتها، لعل المرحلة التي تميز محاولة الإنسان المعاصر أن يقيم علاقة جدلية واقعية بأخر حقيقي، لهذا هو موضوعنا الأم في هذا العمل.

على أن اللوحة تكشف بشكل أكثر شمولاً عن الثمن، الألم، الذي يصاحب البصيرة الموضوعية لرؤية الخارج أو الداخل أو كليهما، بصفة عامة.

#### تمهيد

كنت، حين أجلس صغيراً بجوار الساقية (الحلزونة) في بلدنا أتعجب لماذا يُحكَمون الغُما (الكيس المجدل على ناحيتين لتغطية نصف لجة البقرة الأعلى، لخاصة العينين) أثناء دلانها منفردة (أحياناً تدلر مزدوجة في صحبة أخرى!!) "الناف" على رقبته متصل بعمود محوري يقع في مركز دائرة الساقية تماماً. لم أعرف إلا مؤخراً أن حدس الفلاّح المصري قد وصل إلى أن هذه الطريقة توحى للبقرة أنها تسيّر قُدماً في خط مستقيم، فتتسى - أو هو يربو بحدسه أن تتسى - أنها تدلر في نفس الدائرة طول الوقت، حين أدركت هذا أو تصورته، فزعت للخدعة، لرفضتها، لكنني حين عدت أتأملها، وجدت أن بها نوعاً من الرحمة الخبيثة، التي يمكن أن تكون ضمن ما يسمى لؤم الفلاّح المصري (تنطق بعامية بلدنا "لؤن"، بمعنى النكاء الخاص!!) الذي لم أكن أتصور أنه يشمل نشاط حدسه.

كنت أشاهد أيضاً تلك البقرة الأخرى المربوطة في شجرة التوت أو الجميز، تنتظر دلرها بعد أن تجهد البقرة المغمّاة من الدلران مغمضة العينين، فتحل البقرة المربوطة محلها، تنتقل البقرة المربوطة إلى الساقية، في حين تربط البقرة التي كانت مغمّاة في نفس الشجرة، لتأخذ قسطها من الراحة بعد أن يفكوا عنها غماها.

هذا المنظر لهذا التبديل احتمالات المغزى هو الذي ألحى لي بهذا التشكيل الشعري، أنا أنظر في

الرؤية/التعريف هنا لا تستبعد رؤية صعوبة العلاقات البشرية، بل لعل هذه الصعوبة تقع في بُورتها، وهي المرحلة التي تميز محاولة الإنسان المعاصر أن يقيم علاقة جدلية واقعية بأخر حقيقي، وهذا هو موضوعنا الأم في هذا العمل

في أزمان النمو. وخاصة أثناء المراهقة وأيضاً أزمة منتصف العمر، بل وسائر أزمان النمو. قد تعاش هذه الوقفة مدداً أطول فأطول بعمق كافٍ ومسئولية مؤلمة، فتحتجز النمو، وتسمم في إعادة إبداع الذات (أو الإبداع عامة)

هذه العين (غالبا في المرأة).

(1)

والعين الواعية صاحبة المليانة حُزن.

.....

عمر كشي شفت بقرة واقفًا لَوَّحْدِيهَا،

مربوطة ف شجرة توت، جنب الساقية،

وغنيها صاحبة تحتها دمعاً،

لا بتنزّل ولا بتجفّ؟

عمالة تبصّ لزميلتها المربوطة في الناف،

والغمى محبوك عالراس،

والحافر يُخفّز في الأرض السكة اللي مالهاش أول ولا آخر؟

مع كل أزمة نمو، أم خبرة إبداع حقيقي، تحدث مثل هذه الوقفة بوعي فائق: هي لقفّة نقد يقظ، لقفّة مراجعة، لقفّة استعداد لبداية جديدة في اتجاه مجهول، لهي لقفّة حتمية يمر بها كل إنسان ما دام مازال حيا ينمو، لكنها قد لا تصل إلى الوعي الظاهر في كثير من الأحيان، إن وصلت فقد يتم محوها بعد ثوان حتى لا تجرؤ أن تطلّ لو كذكرى عابرة، هذه الوقفة تتجلى أكثر لوضوحاً لأطول عمرا في عملية الإبداع الحقيقي طول الوقت، لهي تحدث في البداية، إن لم تكن بالضرورة تسمى لقفّة أم تترك بما هي كما هي، لكن نتائجها تدل عليها عادة.

في أزمات النمو، لخاصة أثناء المراهقة لأيضا أزمة منتصف العمر، بل لساثر أزمات النمو، قد تعاش هذه الوقفة مددا أطول فأطول بعمق كاف لمسئولية مؤلمة، فتحفز النمو، لتسهم في إعادة إبداع الذات (أم الإبداع عامة)

في المرض، (بدايات أي مرض نفسي جسيم تقل فيه الميكانيزمات فجأة) تحدث هذه الوقفة، لمن ثمّ: تتعاضم الرؤية بشكل مضاعف حتى تصبح معجزة برغم نفس حدة الكشف، لعمق النقد، لبدلا من أن تكون فرصة مراجعة لبداية جديدة، تصبح سببا أم مبرر إعاقة من فرط الألم الذي عجز "الوعي/الفعل" أن يستوعبه، أم يحتويه، يحدث ذلك أكثر في الاكتئاب الحيوي اليقظ (أسميه أحيانا **الاكتئاب البيولوجي** النشط تميزا له عن عكسه تماما، الذي أسميه **الاكتئاب اللزج النعاب**، لاسماء أخرى)

في العلاج، تتم المواجهة، باحتواء هذه الرؤية الأعمق باعتبار أنها خطوة ضرورية لا بد من دفع ثمنها، إن كان العلاج هو "مواكبة عملية النمو" للتحفز على استكمالها، ليس إجهاض نبضة النمو.

المتن هذه المرة ألضح من أن يحتاج إلى شرح. هو يعرى الاغتراب الذي يلزم لاستمراره أن تظل الميكانيزمات العامية نشطة طول الوقت، بحيث تنقلب مسيرة النمو إلى "دائرة مغلقة"، التي هي ليست إلا لقفّة دائمة خادعة، لهي أكثر خداعا من "السير في المحل"، فهي تمثل سيرا إلى الأمام، أم ما يشبه الأمام، ينتهي إلى نفس النقطة طول الوقت، باستمرار.

هذه الرؤية الكاشفة قد تحدث تلقائيا كما ذكرنا، لقد تحدث نتيجة إفاقة تحدث كنوع من التلقى المبدع. تأتي الاستثارة من **مُحبِّ صادق مُواكب**، أم من **إبداع محرّك**، أم من **علاج مغامر**.

العلاقة بين تبديل البقرة بزميلتها، لتحصل على نوبة راحتها، لكذا، تذكرنا من جديد بطبيعة الإيقاع الحيوي، لاحتمية تتألب نشاط مستويات الوعي.

الأحلام هي نوع من هذا الكشف السري، حتى دون أن نتذكرها أو نحكيها؟ إن التقلب الذي يحدث أثناء النشاط الحالم (نوم الريم: REM نوم حركة العين السريعة) يشمل نوعا من الرؤية البيولوجية السرية، التي ينتج عنها إعادة تنسيق المعلومات **Re-patterning**، من البديهي هنا أن كلمة

في المرض، (بدايات أي مرض نفسي جسيم تقل فيه الميكانيزمات فجأة) تحدث هذه الوقفة، ومن ثمّ: تتعاضم الرؤية بشكل مضاعف حتى تصبح معجزة برغم نفس حدة الكشف، وعمق النقد، وبدلا من أن تكون فرصة مراجعة لبداية جديدة، تصبح سببا أو مبرر إعاقة من فرط الألم الذي عجز "الوعي/الفعل" أن يستوعبه، أو يحتويه

في العلاج، تتم المواجهة، باحتواء هذه الرؤية الأعمق باعتبار أنها خطوة ضرورية لا بد من دفع ثمنها، إن كان العلاج هو "مواكبة عملية النمو" للتحفز على استكمالها، وليس إجهاض نبضة النمو

هذه الرؤية الكاشفة قد تحدث تلقائيا كما ذكرنا، وقد تحدث نتيجة إفاقة تحدث كنوع من التلقى المبدع. تأتي الاستثارة من **مُحبِّ صادق مُواكب**، أو من **إبداع محرّك**، أو من **علاج مغامر**

“الرؤية” تستعمل مجازا بشكل مُبالغ فيه، الرؤية هنا مفترضة، لا تُستنتج إلا من خلال نتائجها حين تكون كل “دورة” “نوم/حلم/يقظة” هي دورة إعادة ولادة بشكل أو بآخر (الحمد لله الذى أحيانى بعد ما أماتنى وإيلا النشور - كما أشرنا سالفا مرارا)

حين يقول المتن على لسان البقرة المربوطة فى شجرة التوت:

أنا كنت بالفِ ومش داريةً كان لازمًا إي؟  
بتشيلوا الغمًا من على عيني وثفكوني ليا؟

هي لا تحتج، بل تعلن ألم الكشف الذى أكد لها أنها لم تكن تسير إلى الأمام، بل كانت تدلر فى نفس الدائرة مثلما تدلر زميلتها الآن،

والغمى محبوبك عالراس،

والحافر يُخفّر فى الأرض السكة اللى مالهاش أول ولا آخر؟

كثيرا ما يرجو الإنسان، ليسعى، أن يرى الحقيقة عارية أكثر فأكثر، وهو يتصور أن هذا حقه من ناحية، أنه سوف يرتا حين يرى ما يريد أن يراه، هذه طبيعة بشرية ترتبط بأليات المعرفة المتجددة المغامرة بشكل عام، (حتى يمكن ربطها بأكل الفاكهة المحرمة)، بقدر الحرص على رؤية ما فى “الحجرة المغلقة” المحظور فتحها، بقدر السعى إلى اختبار ما بداخلها بالذات، تكون مفاجأة المعرفة، للأسف المبدئى، الذى يلحق هذه المعرفة المفاجئة إنما يعلن رغبة شكلية فى التراجع عن هذه الرؤية، لكن من رأى، حتى لو أغمض عينيه بعدها، فسوف يظل ما رآه ماثلا أمامه، حتى يتمكن من طمسه بأية ميكانيزمات، فإن لم يستطع فسوف يظل ماثلا له، بل ربما مانعا له أن يرتد إلى الاغتراب العامى من جديد.

أغلب العلاج الميكنى المخد، هو نوع من “تلبيس” “الغمًا تانى”، لهذا هو ما جاء فى المتن حرفيا:

(2)

والبقرة الواقفة تقول:

أنا كنت بالفِ ومش داريةً كان لازمًا إي؟  
بتشيلوا الغمًا من على عيني وثفكوني ليا؟

عَلشان أرتاخ؟

هَى دى راحةً إنى أشوف ده ؟

لو حتى لبست الغمى تانى مانا برضًا حاشوف.

وساعتها يا ناس:

مش حاقدر ألفت.

.... ما هو لازم الواحد ما يشوفشى،

لو كان حاييف.

العلاج النفسى المنطلق من منظور نمائى لا يكتفى بأن يستوعب هذه الرؤية بحجمها الموضوعى، لأن يساعد المريض الذى حضر بها أو عاشها أن يحتويها، ليواكبها حتى يتجاوز آلامها دلائل أن يتنازل عن مواصلة مسيرته، بل إن العلاج يستثير مثل هذه الرؤية بجرعات مجزأة، ذلك لمن يخشى أن يخوضها لحد، هذا النوع من العلاج النفسى لا يكتفى بالحفاظ على هذه الرؤية مع ضبط جرعة الألم، إنما هو يعمل على ضبط جرعة التنشيط بتعريف محسوبة، بالحد من اللجوء إلى الميكانيزمات تدريجيا، بحيث يسمح لمن يمر بها تلقائيا - من خلال أزمة المرض - أن يعايشها بالقدر الذى يمكن به أن يستوعبها. يتم ذلك بوجه خاص فى العلاج الجمعى.

حين تشترك المجموعة، بما فى ذلك المعالجون، فى هذا الكشف، للإقلال من الميكانيزمات، يصبح

الأحلام هي نوع من هذا  
الكشف السرى، حتى دون أن  
نتذكرها أو نحكيها؟ إن  
التقليب الذى يحدث أثناء  
النشاط الحالم (نوم الريم  
REM: نوم حركة العين  
السريعة) يشمل نوعا من الرؤية  
البيولوجية السرية، التى ينتج  
عنها إعادة تنسيق المعلومات  
Re-patterning

كثيرا ما يرجو الإنسان،  
ويسعى، أن يرى الحقيقة عارية  
أكثر فأكثر، وهو يتصور أن  
هذا حقه من ناحية، وأنه سوف  
يرتاج حين يرى ما يريد أن  
يراه، هذه طبيعة بشرية ترتبط  
بأليات المعرفة المتجددة  
المغامرة بشكل عام، (حتى  
يمكن ربطها بأكل الفاكهة  
المحرمة).

العلاج النفسى المنطلق من  
منظور نمائى لا يكتفى بأن  
يستوعب هذه الرؤية بحجمها  
الموضوعى، وأن يساعد  
المريض الذى حضر بها أو  
عاشها أن يحتويها، ليواكبها  
حتى يتجاوز آلامها دون أن  
يتنازل عن مواصلة مسيرته، بل  
إن العلاج يستثير مثل هذه  
الرؤية بجرعات مجزأة، وذلك

## لمن ينشى أن يخوضها وحده

هذا النوع من العلاج النفسى لا يكتفى بالحفاظ على هذه الرؤية مع ضبط جرعة الألم، وإنما هو يعمل على ضبط جرعة التنشيط بتعبيرية محسوبة، بالحد من اللجوء إلى الميكانيكيات تدريجياً، بحيث يسمح لمن يمر بها تلقائياً - من خلال أزمة المرض - أن يعايشها بالتقدير الذى يمكن به أن يستوعبها. يتم ذلك بوجه خاص فى العلاج الجمعى.

كثيراً ما نعيش محاولة من أحد المرضى (أو المعالجين) لمحو الرؤية الجديدة التى مارسها أثناء العلاج الجمعى، بنسيانها، أو التراجع عنها، أو سوء تأويلها، وقد يلاحظ ذلك زميل مريض آخر، أو معالج، حين يهم أحدهم بالإنسحاب لعدم قدرته على تحمل هذه الجرعة

أن هذه الرؤية يصعب محوها، بعد ظهورها فى هذا السياق وضبط جرعتها

الألم المصاحب أكثر احتمالاً، لمن ثم يصبح حفز النمو أكثر جاهزية، أغلب - إن لم يكن كل - ما عرضه كعينات مما أسميناه "الألعاب النفسية"<sup>[2]</sup>، كانت تقوم بدور تحفيز الرؤية حتى لو بدت مؤلمة، ليس الحد منها، الفرق بين أن تمر بهذه الخبرة من خلال مفاجأة مرعبة، أنت لحدك تماماً، وبين أن تمر بجرعة فجرة منها، أنت لسط آخرين (المجموعة) يمرل بنفس التجربة، هو الفرق بين بداية ما يمكن أن يتطور إلى مرض أو إبداع [بين العلاج النفسى الجماعى بوجه خاص (الذى هو ضمناً: إبداع الذات "معاً" ما أمكن ذلك).

كثيراً ما نعيش محاولة من أحد المرضى (أو المعالجين) لمحو الرؤية الجديدة التى مارسها أثناء العلاج الجمعى، بنسيانها، أو التراجع عنها، أو سوء تأويلها، وقد يلاحظ ذلك زميل مريض آخر، أو معالج، حين يهم أحدهم بالإنسحاب لعدم قدرته على تحمل هذه الجرعة، فيقول له: "لحاتعمل إيه بعد ما اتدبست لثفت ده دلوقتى؟ (لماذا ستفعل بمعرفتك لرؤيتك التى مرت بك هنا الآن؟)" فيرد قائلاً: "إيه يعنى، حانسى لغمض أو أطنش تانى" (سأحاول أن أنسى لغمض عينى من جديد)" فيسخر الألل "أبقى قابلنى... لقد يعلق ثالث" دا بُعدك "أو" بعيد عن شنبك"، لغير ذلك من تعليقات تشير إلى أن هذه الرؤية يصعب محوها، بعد ظهورها فى هذا السياق لضبط جرعتها.

الهدف الأهم لما يسمى "العلاج النمائي التوجل" هو استيعاب هذه الرؤية للنمو من خلالها لتكملة المسيرة بإيجابياتها للامها.

ينتهى المتن بالإشارة إلى ما يصاحب هذه الرؤية، الأقرب إلى الإبداع منها إلى المرض، من سما لصبير لمل فى أن تكون بداية التعرف على "آخر" يصاحبه لهو يعايش هذه الخبرة عبر مسيرته، مسيرتهما، مسيرتهم، معاً.

هنا تتأكد علاقة: المعرفة، بالعلاقة بالآخر، بالألم الحى الخلاق، بالحزن الإبداعى - لتواجدنا معاً فى العلاج الجمعى.

### (3)

الله يسامحك، دلوقتى:

لا انا قادرة ارتاخ،

ولا قادرة ألف.

لا الدمع بيتزل،

ولا راضية تجف.

أشرت فى المقدمة كيف أن هذه الرؤية مرتبطة بشكل أو بآخر بموضوعنا الأساسى "فقه العلاقات البشرية". الإنسان المعاصر يعيش أزمة ممتدة هى أقرب إلى ما يسمى "الموقف الاكتئابى" كما أسمته ميلانى كلاين، لهو الذى - كما ذكرت - فضلت أن اسميه "الطور العلاقاتى البشرى" لهو الذى يحالل الإنسان المعاصر فيه أن يرسى قواعده من ألم، لرؤية، لإقدام لإحمل، لفرحة معاً، ليكون بذلك هو النوع الأغلب فى العلاقات بين البشر، ليكونوا بشرا. الإنسان - كما ذكرنا - لا يكون إنساناً إلا إذا كان لعاياً بدرجة ما بوعيه حالة كونه يتجادل (لا يتحالل فحسب) مع للى إنسان آخر يحالل معه نفس المحاولة، هذه العلاقة الأرقى هى التى يتكون منها نوع من الحزن الذى لصفناه بأنه "حزن" "إيجابى" "ثشط"، لعلى ذلك فالمفرلض أن نفرل به شريطة أن تضبط جرعته، هذه الخبرة التى هى أقرب إلى ما يسمى "الحزن الصامت الأصيل" يكون فيها:

الألم صحوة،

لمثابرة اقتراباً،

لاحتياجبر طلبا شريفاً،

□ لعطاء فرحة،

□ لفرحة طيبة لا تلغى ألم الرؤية،

□ لا تقف بعيدا عن الخبرة،

□ لا تتجاوز عدل التبادل العلاقتي.

إنه بالرغم من الألم الذي يعانيه من يمر بهذه الخبرة الرؤية الضرورية ليكون "بشرا"، فإن ذلك لا يترتب عليه سخط أو سخرية أو انسحاب، أو عدوان، بل الأرجح أنه يجذبنا إلى بعضنا في إطار من التسامح المؤلم، ("الله يسامحك... إلخ").

قمة إيجابية تجربة هذا الحزن البقظ الذي يمثله هذا الموقف تشمل: التوقف للمراجعة، للسما بالاقتراب، لرغبة في "الحياة معا"، مع الاعتراف بالعجز المرحلي.

وهاكم المتن كاملا:

(1)

والعين الواعية الصاحبة المليانة حُزن.

.....

عمركشى شفت بقرة واقفا لُوْحِدِيهَا،

مربوطة ف شجرة توت، جنب الساقية،

وعنيها الصاحبة تحتها دمعاً،

لا بتنزّل ولا بتجفّ؟

عمالة تَبْصُ لزميلتها المربوطة في الناف،

والغمى محبوبك عالراس،

والحافر يُحْفِرُ في الأرض السكة اللي مالهاش أول ولا آخر؟

(2)

والبقرة الواقفة تقول:

أنا كنت بالف ومش دارية كان لازمته إياي؟

بتشيلوا الغما من على عيني وثفكوني لياي؟

عَلْشان أرتاخ؟

هي دي راحة إني أشوف ده ؟

لو حتى لبست الغمى تاني مانا برضا حاشوف.

وساعتها يا ناس:

مش حاقدر ألف.

.... ما هو لازم الواحد ما يشوفشي،

لو كان حايف.

(3)

الله يسامحك، دلوقتي:

لا انا قادرة ارتاخ،

ولا قادرة ألف.

لا الدمع بتنزّل،

ولا راضية تجف.

.....

المدفوع الأهم لما يسمى "العلاج  
الذماني التوجه" هو استيعاب  
هذه الرؤية للنمو من خلالما  
لتكملة المسيرة بإيجابياتها  
وآلامها.

لا يكون إنسانا إلا إذا كان  
واعيا بدرجة ما بوعيه حالة  
كونه يتجادل (لا يتجاوز  
فحسب) مع وعي إنسان آخر  
يحاول معه نفس المحاولة، هذه  
العلاقة الأرقى هي التي  
يتكون منها نوع من الحزن  
الذي وصفناه بأنه "حزن"  
"إيجابي" "نشط"

المتابرة اقترابا،

والاحتياج بر طلبا شريفا،

والعطاء فرحة،

والفرحة طيبة لا تلغى ألم

الرؤية،

ولا تقف بعيدا عن الخبرة،

ولا تتجاوز عدل التبادل

العلاقتي

لتواصل السبت القادم لقراءة اللوحة الثامنة: "نايم في العسل"

- [1] يحيى الرخاوى: (2018) كتاب "فقه العلاقات البشرية" (3) (عبر ديوان: "أغوار النفس" ("قراءة في عيون الناس" (خمس عشرة لوحة)، الناشر: جمعية الطب النفسي التطوري - القاهرة .  
[2] تم عرض كثير من الألعاب النفسية في نشرة "الإنسان والتطور"، وشارك فيها كثيرون من أصدقاء الموقع، ويمكن للقارئ أن يجدها نشرات (15/9/ 2007) ،: (8/6/2010) ،  
www.rakhawy.net (5/4/2011)

إرتباط كامل النص مع المقطعات:

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakD050823.pdf>

إرتباط كامل النص:

<https://rakhawy.net/%d9%81%d9%82%d9%87-%d8%a7%d9%84%d8%b9%d9%84%d8%a7%d9%82%d8%a7%d8%aa-%d8%a7%d9%84%d8%a8%d8%b4%d8%b1%d9%8a%d8%a93-%d8%b9%d8%a8%d8%b1-%d8%af%d9%8a%d9%88%d8%a7%d9%86-%d8%a3-7/>

## شبكة العلوم النفسية العربية

نحو تعاون عربي رفيا بعلوم وطب النفس

الموقع العلمي

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

المتجر الإلكتروني

<http://www.arabpsyfound.com>

الكتاب السنوي 2023 1 " شبكة العلوم النفسية العربية " (الاصدار الرابع عشر)

الشبكة تدخل عامها 23 من التأسيس و 21 على الويب

23 عاما من الضج... 21 عاما من المنجزات

( التأسيس: 2000/01/01 - على الويب: 2003/06/13 )

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

كتاب " حصاد النشاط العلمي لمؤسسة العلوم النفسية العربية للعام 2022

التحميل من الموقع العلمي

<http://www.arabpsynet.com/Documents/eBArabpsynet-AlHassad2022.pdf>

الكتاب الذهبي لشبكة العلوم النفسية العربية للعام 2023 ( الفصل السابع: من الكتاب السنوي للشبكة )

التحميل من الموقع العلمي

<http://arabpsynet.com/Documents/eBArabpsynetGoldBook.pdf>

اشتراكات العضوية بمؤسسة العلوم النفسية العربية للعام 2023

اشتراكات العضوية

عضوية " الشريك الفخري الماسي المميز " / " الشريك الفخري الماسي "

عضوية " الشريك الشرفي الذهبي "

[http://www.arabpsyfound.com/index.php?id\\_category=36&controller=category&id\\_lang=3](http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=36&controller=category&id_lang=3)