

كتاب: " الطب النفسي بين الأيديولوجيا والتطور " (الحلقة 1)



yehiatrakhawy@hotmail.com

نشرة "الإنسان" 2019/09/15

السنة الثانية عشرة - العدد: 4397

بروفيسور يحيى الرخاوي - الطب النفسي، مصر

الفصل الثاني:

"سقراط: لقد كنت أدرك أيها الصديق أنك لن تقنع برأى الآخرين في هذه المسألة.

جلوكون: ذلك لأنه لا يليق بمن قضى حياته مثلك وهو يفكر في هذه المسائل، أن يكتفى بعرض آراء الآخرين دون أن يعرض آراءه هو.

سقراط: ولكن أظن أنه يليق بالمرء أن يتحدث عما لا يعلمه وكأنه يعلمه؟

جلوكون: كلا، لا يصح أن يتحدث وكأنه يعلمه، ولكنه يستطيع أن يقول ما يعرفه على سبيل عرض رأيه الخاص"

أفلاطون - محاوره الجمهورية

الكتاب السادس الطبيب أداة العلاج الأولى، فكيف هو؟

الفكرة الأساسية التي اكتشفتها باكرا جدا هو أن الطبيب النفسي الحقيقي إنما يعالج المريض (وخاصة الذهاني: المجنون) بما "هو" كله، وليس فقط بما يعرف، أو بما يحفظ، أو بما يبحث فيه بأدوات العلم المتاحة، فما بالك إن كان تصوره إنه إنما يعالجه بما يقرأ ويسمع ويُفرض عليه من قوانين وتنظيمات غير نابعة من ثقافته، ولا من ممارسة عملية موضوعية مستمرة، المفروض أنه لا يوجد تناقض بين هذا وذاك، لكن الأمر عند التطبيق شديد الصعوبة.

الحوار الدائر بين مستويات وعى المعالج ومستويات وعى المريض أعمق وأوثق من تصور كل النظريات المتاحة.

من خلال الممارسة النشطة عبر عشرات السنين تأكدت من حجم مشاركتي الشخصية في العملية العلاجية، ومسئوليتي المتجددة تجاه الأداة الأساسية التي أستعملها - شخصي - بالإضافة إلى علمي ومعلوماتي وأبحاثي عن شحذهم وتدريبهم، لعلمهم ينصلقون كأدوات سوف أسأل عنها، كما أسأل عن نفسي، ولو ألقيت معاذيري، وهذه المعاذير في هذا الصدد هي أبحاث موثقة منشورة، وكتب مطبوعة مغلقة مشهورة، لكنها تظل معاذير غالبا.

سقراط: ولكن أظن أنه يليق بالمرء أن يتحدث عما لا يعلمه وكأنه يعلمه؟

الفكرة الأساسية التي اكتشفتها باكرا جدا هو أن الطبيب النفسي الحقيقي إنما يعالج المريض (وخاصة الذهاني: المجنون) بما "هو" كله، وليس فقط بما يعرف، أو بما يحفظ، أو بما يبحث فيه بأدوات العلم المتاحة

الحوار الدائر بين مستويات وعى المعالج ومستويات وعى المريض أعمق وأوثق من تصور كل النظريات المتاحة

من خلال الممارسة النشطة عبر عشرات السنين تأكدت من حجم مشاركتي الشخصية في العملية العلاجية، ومسئوليتي المتجددة تجاه الأداة الأساسية التي أستعملها - شخصي - بالإضافة إلى علمي ومعلوماتي وأبحاثي وما إلى ذلك

"فن" التطبيق النفسي (هو فن وحرفة يقوم بها فنان مبدع، يستعمل كل ما عنده من أدوات ومعارف، مما

يعرفه ومما لا يعرفه، ليتقن بها عمله

قبل أن يوجد شيء اسمه الصحة النفسية، كان الناس - أخلج الناس - يعيشون حياة طيبة، منتجة، قاسية، كريمة، صعبة، وكانوا في امتحان دائم مع ظروف لا تسمح لهم بذلك، وظلم يحول بينهم وبين ذلك، وحرمان يقلل فرصهم في ذلك، وبرغم هذا يعيشون بكفاءة مناسبة، صحيح أن منهم من يتعثر، ومنهم من يتوقف، ومنهم من ينحرف، ومنهم من يتراجع، ومنهم من يمرض، ولكن أغلبهم يكمل حياته وهو يمارس دوره جيدا، دون حاجة لأن يعلق على جبهته لافتة تثبت أنه يتمتع بما يسمى "صحة نفسية"، للأسف تطور الأمر حتى أصبحت أغلب مناحي الحياة، والناس، يمكن أن توصف بما هو صحيح نفسيا، وما هو غير ذلك، وأصبح مصطلح الصحة النفسية يترادف مع مصطلحات أخرى ليست أفضل كثيرا منه مثل "السعادة"، و"الرفاهية"، و"الطمأنينة"، و"اللاقلق!"، و"العيش في التبات والنبات"، و"إنجاب صبيان وبنات"!!!

أخلجهم يكمل حياته وهو يمارس دوره جيدا، دون حاجة لأن يعلق على جبهته لافتة تثبت أنه يتمتع بما يسمى "صحة نفسية"

للأسف تطور الأمر حتى أصبحت أغلب مناحي الحياة، والناس، يمكن أن توصف بما هو صحيح نفسيا، وما هو غير ذلك

فرويد كان حكيما تماما حين صرح قبيل وفاته أن الصحة النفسية هي "أن تعمل، وأن تحب"، وخلصنا من هذا هو خلاصة الأمر

فرويد بكل موسوعيته، وتاريخيته، وخبرته، ونظرياته، وإبداعه، استطاع، قرب نهاية حياته، أن يلخص ما هو صحة نفسية بهذه البساطة، والعمق، والمسئولية، والموضوعية

وقد انتهيتُ تقريبا إلى نفس الموقف، وهو ما وصلت إليه من مسالك أخرى، في ثقافة أخرى، بعد رحلة أخرى

فهممة الطبيب النفسي أن يساعد مريضه على أن يعاود العمل، أو يبادر به، أيًا كان العمل

مهمة الطبيب النفسي أن

"فن" الطبيب النفسي (وهو اسم ينبغي أن يكون أكثر شيوعا من مصطلح "العلاج النفسي"، حتى لو لم يقم به طبيب) هو فن وحرفة يقوم بها فنان مبدع، يستعمل كل ما عنده من أدوات ومعارف، مما يعرف ومما لا يعرف، ليتقن بها عمله، ويساعد من يطلب حذقه ومهارته وعلمه، وعلى رأس كل هذا يستعمل نفسه كأداة لخدمة مرضاه، في طريقهم نحو الشفاء.

قبل أن يوجد شيء اسمه الصحة النفسية، كان الناس - أغلب الناس - يعيشون حياة طيبة، منتجة، قاسية، كريمة، صعبة، وكانوا في امتحان دائم مع ظروف لا تسمح لهم بذلك، وظلم يحول بينهم وبين ذلك، وحرمان يقلل فرصهم في ذلك، وبرغم هذا يعيشون بكفاءة مناسبة، صحيح أن منهم من يتعثر، ومنهم من يتوقف، ومنهم من ينحرف، ومنهم من يتراجع، ومنهم من يمرض، ولكن أغلبهم يكمل حياته وهو يمارس دوره جيدا، دون حاجة لأن يعلق على جبهته لافتة تثبت أنه يتمتع بما يسمى "صحة نفسية"، للأسف تطور الأمر حتى أصبحت أغلب مناحي الحياة، والناس، يمكن أن توصف بما هو صحيح نفسيا، وما هو غير ذلك، وأصبح مصطلح الصحة النفسية يترادف مع مصطلحات أخرى ليست أفضل كثيرا منه مثل "السعادة"، و"الرفاهية"، و"الطمأنينة"، و"اللاقلق!"، و"العيش في التبات والنبات"، و"إنجاب صبيان وبنات"!!!

فرويد كان حكيما تماما حين صرح قبيل وفاته أن الصحة النفسية هي "أن تعمل، وأن تحب"، وخلصنا من هذا هو خلاصة الأمر، على شرط أن ننتبه أن يكون العمل عملا بحق، أي أن يكون غير مغترب كثيرا (يمكن أن يكون مغتربا قليلا)، وأن يكون الحب ناضجا نسبيا (أي أنه يمكن أن يكون غير ناضج نسبيا).

فرويد بكل موسوعيته، وتاريخيته، وخبرته، ونظرياته، وإبداعه، استطاع، قرب نهاية حياته، أن يلخص ما هو صحة نفسية بهذه البساطة، والعمق، والمسئولية، والموضوعية، وقد انتهيتُ تقريبا إلى نفس الموقف، وهو ما وصلت إليه من مسالك أخرى، في ثقافة أخرى، بعد رحلة أخرى. قبل ان ننتقل إلى التفصيل اللازم لمن يلزمه، يمكن أن أصيغ الخطوط البسيطة العامة لما هو صحة نفسية كما انتهيت إليها على الوجه التالي:

- (1) إن من يذهب إلى عمله، ويعمل، (هذا إذا وجد عملا، وإلا فيكفي أن يبحث طول الوقت جادا عن عمل أي عمل، دون تأجيل متماذٍ، انظر بعد).
- (2) ويتواصل مع من حوله ويستمر، في علاقة نشطة، وهو يحتمل أن يختلف ويتفق مع من هو في علاقة معهم، لكنه يستمر.
- (3) ثم هو ينام ليلا، فيتوازن نهارا.

إن مثل هذا الشخص هو يتمتع بصحة نفسية مناسبة.

وذلك: بغض النظر عن وجود ما يسمى أعراض نفسية أو أمراض نفسية!!!.

هذه هي نقطة انطلاقي في هذا الفصل، قبل وبعد كل التفاصيل برغم أهميتها.

إذن: فهممة الطبيب النفسي، (والمعالج النفسي، ولن أكرر بعد ذلك أن المعالج هو طبيب بغض النظر عن ما يحمل من شهادات) هو أن يساعد مريضه على كل ما يلي:

- (1) أن يعاود العمل، أو يبادر به، أيًا كان العمل (المذاكرة للطالب هي العمل طالما هو ما زال طالبا، أليس كذلك؟).

يساعد مريضه على وأن "يأخذ ويعطى" وهو يعيش بيننا، بينهم : بما حوله ومن معه

مهمة الطبيب النفسي أن يساعد مريضه على وأن ينام طبيعياً بما يكفه "لإعادة تنظيم إيقاعه" مع نفسه ، ومع "ها" و"من حوله"

فالتبيب النفسي الآن يتعلم التركيز على أعراض المريض واسم مرضه، أكثر من التركيز على المريض نفسه وكيف يملأ وقت يومه، وماذا يميزه عن غيره متفرداً

وهو يتصور أن مهمته الأساسية هي أن يصل إلى توصيف وتصنيف يسمحان له أن يعدل مواد كيميائية معينة يعتقد على أنها اختلج عند مريضه، وأنها سبب مرضه

الأيدولوجيا: هي رؤية تصيغ فكر شخص ما أو مجموعة من الناس

الأيدولوجيا: هي تصور تنظيري معين

الأيدولوجيا: هي مجموعة من المعتقدات والغايات، (خاصة حين تستعمل في مجال السياسة).

الأيدولوجيا: هي رؤية مشتتة لطريقة التعرف على الأشياء والعالم

الأيدولوجيا: هي مجموعة أفكار تعكس آمال واحتياجات

(2) وأن "يأخذ ويعطى" وهو يعيش بيننا، بينهم : بما حوله ومن معه.

(3) وأن ينام طبيعياً بما يكفى "لإعادة تنظيم إيقاعه" مع نفسه ، ومع "ما" و"من حوله"،

وكل ما عدا ذلك، يأتي بعد ذلك، أو لا يأتي إطلاقاً.

فماذا يحدث في الطب النفسي - الآن - غير ذلك؟

كثير مما يحدث الآن هو غير ذلك:

(1) فالتبيب النفسي الآن يتعلم التركيز على أعراض المريض واسم مرضه، أكثر من التركيز على

المريض نفسه وكيف يملأ وقت يومه، وماذا يميزه عن غيره متفرداً

(2) وهو يتصور أن مهمته الأساسية هي أن يصل إلى توصيف وتصنيف يسمحان له أن يعدل مواد

كيميائية معينة يعتقد أنها اختلت عند مريضه، وأنها سبب مرضه، فيضيف ما نقص من مواد، أو ينقص ما زاد، أو يعادله، أكثر من أنه يستعمل ذلك ليتواصل مع مريضه، ويتواصل مريضه مع من حوله (ومع نفسه)، وهو يقوم بعمله وسط ناسه.

ما الذى أوصل الطبيب إلى مثل ذلك، ولماذا؟

الطبيب هو فرد فى مجتمع، وهو ممثل لثقافته بشكل أو بآخر، سواء كانت ثقافته المحلية، أو ثقافة عصره، وللأسف فهو معرّض - مثل غيره وأكثر - أن ينتمى إلى سلبات ثقافة عصره (العولمة، ومجتمع الرفاهية كمثالين) على حساب ثقافة ناسه الأقربين، وإذا كان الإنسان المعاصر قد انحرف به المسار - بفعل فاعل غالباً- بعيداً عن أبسط قواعد المنطق السليم، والنتائج العملى البسيط اللازم لاستمرار الحياة والحفاظ على البقاء ودفع التطور، فالواجب أن نعيد النظر بدءاً بما هو نحن، وانطلاقاً من جذور المسألة.

عن الأيدولوجيا والفترة والأسطورة الذاتية:

لفظان شاع استعمالهما فى مجال الطب النفسى وغير الطب النفسى، مع أنهما لم يحظيا بقدر كاف

من الوضوح والتحديد، سواء عند الشخص العادى، أو عند المتخصص، ألا وهما "الأيدولوجيا" و"الفترة". سندع مؤقتاً لفظ الفترة جانباً، وغالباً سوف نعود إليه تفصيلاً حين يلزم ذلك، برغم أن علاقته وثيقة تماماً بالقضية التى نحن رهن بحثها، وسوف نبدأ بأن نتناول "الأيدولوجيا" هنا.

ما دمنا قد أقررنا أن الطبيب هو أداة العلاج الأولى، فعلياً أن نفحص هذه الأداة جيداً، وأن نفك شفرتها ما أمكن ذلك ظاهراً وباطناً، ويعتبر التشكيل الذاتى جداً الذى تكون به الطبيب فكان هو الموجّه الأخرى والأقوى لكل ما هو نفسه ، هو ما يجدر بنا أن نسميه باسم غير مألوف فى هذا المجال ، ألا وهو "الأسطورة الذاتية" فهى العامل الفاعل فعلاً طول الوقت فى انتقاء الطبيب للأسلوب العلاجى الذى يمارسه، بما يشمل معايير الصحة والمرض، والتخطيط نحو الشفاء، وهدف الممارسة، ونوعية الحياة وغير ذلك، وعلاقتها بالأيدولوجيا الخاصة به وثيقة، وإن كانت الأيدولوجيا اظهر نسبياً.

ما هى الأيدولوجيا (عموما)؟

يتصور معظم الأطباء أن التنظير حول هذا الموضوع هو تزئد لا لزوم له، حيث يعتقد بعضهم أنه يعرف عن ماهية الأيدولوجيا ما يكفى، فى حين يعتقد الباقون (أو أغلبهم) أنهم ليسوا فى حاجة لمعرفة ماهية الأيدولوجيا أصلاً، وهم يتصورون أنها لفظ أقرب إلى السياسة أو الفلسفة، لهذا سوف أبدأ بتقديم بعض "ما اخترت" للتعرف على هذا اللفظ البراق، الغامض معاً (دون إضافة أو تعديل تقريباً):

وتطالع فرد أو مجموعة أو طبقة أو ثقافة معينة.

الأيدولوجيا: تشير إلى كيفية فهم العالم الذي نعيش فيه، وهذا الفهم يشمل التفاعل بين منظومتنا النفسية الفردية، والتركيبية الاجتماعية من حولنا

الأيدولوجيا: تتضمن أن ترجح وجهة نظر بذاتها على كل ما عداها، وأن تتمسك بوجهة النظر هذه (حادثة حتى التعصب).

الأيدولوجيا: هي جُماع منظومة من المفاهيم حول الحياة والثقافة

الأيدولوجيا: هي كيفية ترتيب محتوى الفكر ظاهرا أو باطنا أو كليهما.

الأيدولوجيا: هي تأكيد متماسك لثوابت ونظريات وأهداف تمثل برنامجا ثقافيا اجتماعيا بذاته

هل يوجد شخص على وجه الأرض يعيش دون "أيدولوجيا" (بأى من المعاني السالفة الذكر)؟

هل يمكن لطبيب أن يمارس مهنته، فضلا عن أن يعيش حياته، دون أيدولوجيا؟

أليس من المحتمل أن يكون الموقف "اللايدولوجي" هو أيدولوجيا خفية، أو أيدولوجيا عدمية، تؤثر بطرق خفية أصعب، لأنها أبعد عن التحكم والانضباط؟

الأيدولوجيا: هي رؤية تصنع فكر شخص ما أو مجموعة من الناس.

الأيدولوجيا: هي تصور تنظيري معين.

الأيدولوجيا: هي مجموعة من المعتقدات والغايات، (خاصة حين تستعمل في مجال السياسة).

الأيدولوجيا: هي رؤية مشتملة لطريقة التعرف على الأشياء والعالم.

الأيدولوجيا: هي مجموعة أفكار تعكس آمال واحتياجات وتطلعات فرد أو مجموعة أو طبقة أو ثقافة معينة.

الأيدولوجيا: تشير إلى كيفية فهم العالم الذي نعيش فيه، وهذا الفهم يشمل التفاعل بين منظومتنا النفسية الفردية، والتركيبية الاجتماعية من حولنا.

الأيدولوجيا: تتضمن أن ترجح وجهة نظر بذاتها على كل ما عداها، وأن تتمسك بوجهة النظر هذه (عادة حتى التعصب).

الأيدولوجيا: هي جُماع منظومة من المفاهيم حول الحياة والثقافة.

الأيدولوجيا: هي كيفية ترتيب محتوى الفكر ظاهرا أو باطنا أو كليهما.

الأيدولوجيا: هي تأكيد متماسك لثوابت ونظريات وأهداف تمثل برنامجا ثقافيا اجتماعيا بذاته.

الأسئلة البديهية تأتي بعد ذلك لتقول:

(1) هل يوجد شخص على وجه الأرض يعيش دون "أيدولوجيا" (بأى من المعاني السالفة الذكر)؟

(2) هل يمكن لطبيب أن يمارس مهنته، فضلا عن أن يعيش حياته، دون أيدولوجيا؟

(3) هل يوجد مريض يحضر للعلاج دون أن تمثل أيدولوجيته - الظاهرة والخفية - محورا هاما لا بد أن يوضع في الاعتبار؟

(4) كيف يمكن أن يتحكم الطبيب، وكذلك المريض، في حوارهما على أكثر من مستوى من مستويات الوعي، في ضبط جرعة تأثير أيدولوجية كل منهما على الآخر؟

(5) ماذا عن من يدعى - تحت زعم الموضوعية أو التعادلية - أنه ليس عنده أيدولوجيا معينة؟

(6) أليس من المحتمل أن يكون الموقف "اللايدولوجي" هو أيدولوجيا خفية، أو أيدولوجيا عدمية، تؤثر بطرق خفية أصعب، لأنها أبعد عن التحكم والانضباط؟

(7) وماذا عن تصارع الأيدولوجيات وعلاقة ذلك بالحوار العلاجي على مختلف المستويات، وخاصة بين من يملك القوة والسيطرة في مقابل من يعاني ويضعف ويضطر للتبعية؟

الدين والأيدولوجيا والطب النفسي

الأبعاد الثلاثة لأى دين، وهي التي لا بد أن تتكامل لتصف دينا بذاته هي: المعتقد والسلوك (بما في ذلك العبادات) وحركية الإيمان، وينقلب الدين إلى أيدولوجيا محكمة حين يقتصر على المعتقد ثم السلوك دون حركية الإيمان، أى دون أن يشمل حركية الإبداع المتجدد "إليه"، ويترتب على ذلك نتيجة لعمق الجذور الدينية عبر التاريخ، وأيضا نتيجة لمساحة انتشار ما هو دين عبر العالم، أن يمثل الدين كما شاع

وامتد: أيديولوجيا متينة على مستوى الشعور والاشعور!!

حتى الإلحاد الذي يبدو أنه تخلص من وصاية الدين، هو أيديولوجيا مضادة بشكل حاسم عادة، كثير من الثقافات الأحدث حاولت أن تتجنب مواجهة الاختناق داخل أيديولوجيا الدين سابقة التجهيز، فشطبت - بقدر ما تصوّرت - كل ما يتعلق بالدين من المشاهدة الكلينيكية ومن الأوراق الرسمية من قبيل أن الاحتياط الواجب!! أو "الطيب أحسن".

على الجانب الآخر، شاعت ممارسة الطب النفسي، والعلاج النفسي، تحت عنوان دين بذاته (الطب النفسي الإسلامي، الطب النفسي المسيحي، العلاج النفسي الإسلامي.. إلخ) فبذت وكأتها ترضى بالحركة داخل سياج الأيديولوجيا (الدين) التي أعلنتها وأنها بذلك أكثر صراحة لأنها على الأقل أيديولوجية معلنة مسئولة بشكل ما، وقد تجاوزت بعض هذه الممارسات شكلية الدين إلى تحريك الوعي دون التصريح بأن هذا تجاوز صريح للأيديولوجيا المعلنة.

في ثقافتنا، وفي ممارسة في مؤسسة خاصة عنيدة، تعمدت أن أدرج - ضد كثير من توصيات الثقافة المعاصرة - ما يسمى "التاريخ الديني" في بنود المشاهدة، أسوة بالتاريخ الجنسي، باعتبار أن التوجه الديني (فالإيماني) هو برنامج بقائي (غريزي) مثله مثل الجنس والعدوان، بدءًا بالسؤال عن التجليات السلوكية فيما هو وأمر ونواه دين بذاته، بل يمتد السؤال أو التساؤل عن علاقة المريض بما هو "الله" كما يصله من ثقافته ومن نفسه، وعلاقة ذلك بموقفه الشخصي الأني (المرضى أو عامة!) دون أية تفاصيل، وقد أفادت هذه المصارحة في التخطيط العلاجي والتأهيل بطريق غير مباشر عادة.

والأحد القادم تقدم:

- الأيديولوجيا والسياسة

- العلم والأيديولوجيا

- اللغة والأيديولوجيا

- المال والأيديولوجيا

[1] - يحيى الرخاوي: "الطب النفسي: بين الأيديولوجيا والتطور" منشورات جمعية الطب النفسي التطوري (2019)، والكتاب موجود في الطبعة الورقية في مكتبة الأنجلو المصرية وفي منفذ مستشفى دار المقطم للصحة النفسية شارع 10، وفي مركز الرخاوي للتدريب والبحوث: 24 شارع 18 من شارع 9 مدينة المقطم، كما يوجد أيضا حاليا بموقع المؤلف، وهذا هو الرابط www.rakhawy.net

إرتباط كامل النص:

www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakD150919.pdf

وينقلب الدين إلى أيديولوجيا محكمة حين يقتصر على المعتقد ثم السلوك دون حركية الإيمان، أي دون أن يشمل حركية الإبداع المتجدد "إليه

حتى الإلحاد الذي يبدو أنه تخلص من وصاية الدين، هو أيديولوجيا مضادة بشكل حاسم عادة

شاعت ممارسة الطب النفسي، والعلاج النفسي، تحت عنوان دين بذاته (الطب النفسي الإسلامي، الطب النفسي المسيحي، العلاج النفسي الإسلامي.. إلخ) فبذت وكأتها ترضى بالحركة داخل سياج الأيديولوجيا (الدين) التي أعلنتها

تعمدت أن أدرج - ضد كثير من توصيات الثقافة المعاصرة - ما يسمى "التاريخ الديني" في بنود المشاهدة، أسوة بالتاريخ الجنسي

أن التوجه الديني (فالإيماني) هو برنامج بقائي (غريزي) مثله مثل الجنس والعدوان

شبكة العلوم النفسية العربية

نحو تعاون عربي رقيا بعلوم وطب النفس

الموقع العلمي

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

المتجر الإلكتروني

<http://www.arabpsyfound.com>

الكتاب السنوي 2019 1 " شبكة العلوم النفسية العربية " (الاصدار السادس)

الشبكة تطفئ شمعها الثامنة عشر وتدخل عامها التاسع عشر من التأسيس

18 عاما من الكد... 61 عاما من التواصل "

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