وما سواها (109)

العـــــلاج النفســـــي بالشعـــــــر!!

http://www.arabpsynet.com/Samarrai/DocSamarraiWaMaSawahaa109-200216.pdf

د. صـــــادق السامرائـــــي
أمريكـــا - العـــراق
sadiqalsamarrai@gmail.com

قيل لفرويد ذات مرة بأنه مؤسس مدرسة التحليل النفسي , فأجاب بأن المؤسس الحقيقي لها هم الشعراء!!

ويبدو من قراءة الشعر , أن أبرز الشعراء هم الذين إمتلكوا قدرات التعبير عن خلجات النفس البشرية , وأدركوا قوانين تفاعلات البشر مع بعضهم , وأطلقوا بأشعارهم معايير السلوك ونظرياته.

وفي الشعر العربي إبتداءً من المعلقات السبعة وما قبلها , نجد إبحارا ذكيا في أعماق النفس البشرية , فالمعلقات قدمت تحليلا أصيلا للنفس وعلاقتها ببيئتها , وأوضحت سماتها وآليات تفاعلاتها الراسخة المؤثرة في محيطها.

وكل معلقة تعد بحثا نفسيا وتحليلا موسوعيا للأعماق العربية , ومعظم الشعر الشائع هو الذي يتعلق بالسلوك , وما يجيش في النفس من نوازع ودوافع ورغبات , ومن المعروف أن من أهم أسباب خلود شعر المتنبي وشيوعه , قدرته المتميزة على قول ما في النفس البشرية.

فأشعاره غنية بالأبيات التي يكثف فيها آليات الأعماق ويرسمها بحذاقة ومهارة فائقة , ولا تخلو قصيدة من قصائده من بيت مُدوّي مشحون بوصف تشريحي لآلية نفسية مهيمنة على السلوك.

وعندما نقرأ ديوانه , كأننا نقرأ كلمات لمحلل نفسي , تعلم كيفيات الغوص في لجج الأعماق البشرية.

وقد سألني أحد الأخوة الأكاديميين المعروفين عن الشعر وتأثيراته النفسية , فقلت له بأنني أستخدمه في العلاج , فاندهش لما قلته , حيث أجتمع بالمرضى , وكل منهم قد كتب شعرا فيقرأه على مسامع المجموعة , ونبدأ بمناقشته وسبر أغوار ما فيه من خلال ما كتبه , ويُعطى الوصفة الشعرية اللازمة لشفائه وتدبير تفكيره , ومداواة جراحه ودماملة النفسية وإضطراباته السلوكية.

وقد وجدت أن للشعر دور كبير في التأثير على الحالة النفسية والسلوكية.

فالشعر دواء كأي دواء آخر!!

وبخصوص الشعر العربي فيمكن أن يكون أحد العلاجات النفسية الناجحة للمرضى , خصوصا إذا

قيل لفرويد ذات مرة بأنه مؤسس مدرسة التحليل النفسي , فأجاب بأن المؤسس الحقيقي لها هم الشعراء!!

أن أبرز الشعراء هم الذين إمتلكوا قدرات التعبير عن خلجات النفس البشرية , وأدركوا قوانين تفاعلات البشر مع بعضهم

في الشعر العربي إبتداءً من المعلقات السبعة وما قبلها , نجد إبحارا ذكيا في أعماق النفس البشرية , فالمعلقات قدمت تحليلا أصيلا للنفس وعلاقتها ببيئتها

سألني أحد الأخوة الأكاديميين المعروفين عن الشعر وتأثيراته النفسية , فقلت له بأنني أستخدمه في العلاج , فاندهش لما قلته

وقد وجدت أن للشعر دور كبير في التأثير على الحالة النفسية والسلوكية.

بخصوص الشعر العربي

ترافق مع الموسيقى والغناء , أي أن يُغنّى الشعر على أنغام الموسيقى , وبألحان ذات تأثيرات وإيقاعات نافعة وشافية لجراح الروح والنفس.

فيمكن أن يكون أحد العلاجات النفسية الناجحة للمرضى , خصوصا إذا ترافق مع الموسيقى والغناء

وربما يرى بعض الأخوة , بأنه علاج غريب , لكن الإمعان في قراءة (كتاب البشر) جعلتني , أهتم بما يكتبه المرضى , وأتأمله باحثا عن أسرار ما فيه من الأفكار والعلاقات التعبيرية , ومع الأيام فككت رموز كتاباتهم , وقرأت إيقاعات ذات ألحان إضطرابية متنوعة , وعندما حاولت صياغتها ووضعها في ترابط منسجم , وجدتها تتحول إلى شعر , (وفي هذا قصة) , وبعد تلك القصة أو المواجهة مع أحد الأخوة الشعراء , إطلعت على بحور الشعر أو الكتابة العروضية , وبتكرار التفاعل مع إبداعات المرضى , أخذت أدرس ما يكتبونه وأضع لهم العلاجات الشعرية , وفقا لما أجده مناسبا للحالة المبثوثة في شعرهم , ومع الأيام تعلمت الشعرالعمودي , وصار عادتي اليومية وأحد وسائل معالجة العلل النفسية , وأكثر ما أكتبه شعرا , هو تعبيرات عن علاجات ذهنية تعلمتها من أحد مؤسسي هذه المدرسة العلاجية الفعالة في صناعة السلوك الأرشد , ويزعل الأخوة الشعراء عندما أقول لهم بأني تعلمت الشعر من مرضاي!!

ومع الأيام تعلمت الشعرالعمودي , وصار عادتي اليومية وأحد وسائل معالجة العلل النفسية , وأكثر ما أكتبه شعرا , هو تعبيرات عن علاجات ذهنية تعلمتها من أحد مؤسسي هذه المدرسة العلاجية الفعالة في صناعة السلوك الأرشد

إذ تعلمت الشعر بالعربية عندما كنت أمارس الطب النفسي في بلادي الأم , وتعلمت كتابته بالإنكليزية في بلاد المهجر , وأيضا من مرضاي , فما شدّ إنتباهي أن المريض النفسي في الحالتين يكون ميّالا لكتابة الشعر , ولا زلت حتى اليوم أعتبره أحد الوسائل النافعة المساهمة في تحقيق التعافي والهدوء عند المريض.

الشعر العربي الموزون الذي يلتزم العروض الشعرية , له تأثيرات علاجية فعّالة , لأنه ينظم الأفكار ويضعها في إيقاعات متناسقة دقيقة ومنضبطة , مما يساهم في إعادة ترتيبها في دماغ المريض , ويعيد إليه قدرات التفكير الأصلح أو الأسلم.

وكم كنت أتمنى أن أكون مع مرضى يتكلمون العربية , لكي أتمكن من صياغة آلية علاجية شعرية نافعة , فالشعر العربي الموزون الذي يلتزم العروض الشعرية , له تأثيرات علاجية فعّالة , لأنه ينظم الأفكار ويضعها في إيقاعات متناسقة دقيقة ومنضبطة , مما يساهم في إعادة ترتيبها في دماغ المريض , ويعيد إليه قدرات التفكير الأصلح أو الأسلم.

الشعر بوح فكري وروحي ونفسي بصيغة الكلام

فالشعر بوح فكري وروحي ونفسي بصيغة الكلام , وعندما يتكلم المريض شعرا يجد العارف بالموازين الشعرية , إضطرابا في الإيقاعات وخللا في التواصلات ما بين الكلمات والعبارات , لكن في بعضها إقتراب من البحور الشعرية.

وفي أغلب الأحيان تكون كتابات المرضى بالعربية قريبة من البحر السريع , ويقدم للمريض النسخة المعدّلة أو المحررة , ويطلب منه أن يقرأها مرار

وما يساعد في علاج المريض هو إعادة كتابة ما أباح به بطريقة أخرى , وتقديمه له كوصفة عليه أن يعيد قراءتها أو يحفظها , وبهذا التكرار المنظم يستطيع أن يُقرِن أفكاره بنظام وإيقاع , ويدرك الإقتراب الأسلم لما فيه وحوله.

بتكرار الجلسات والوصفات الشعرية , يتحسن تفكير المريض ويكون أكثر

وأرجو أن لايثير الغضب القول بأن الكثير من الشعر الخالي من الوزن المرتب , أو الغير منتظم في بحر شعري , يُظهر إضطرابات تفكير واضحة , ويميل إلى هذا النوع من الشعر معظم المرضى في الردهات النفسية , ويبدو أن هناك علاقة ما بين هذا الشعر وإضطراب الأفكار وتواشجها ببعضها بعلاقات غريبة , قد تبدو ذات صياغة فنية وإبداعية أخرى , تعجز الأدمغة المبرمجة وفقا لنظام ما أن تستوعبها , وفي أحيان كثيرة تصيبنا كتابات المرضى بالدوار , لصعوبة وضعها في قوالب أدمغتنا.

وخلاصة العلاج بالشعر أن يكتب المريض شعرا , ويعرضه على الطبيب أو المعالج , الذي من المفروض أن يكون متمرسا في الكتابة العروضية , فيعيد صياغة ما كتبه المريض وفقا لبحر ما , وفي أغلب الأحيان تكون كتابات المرضى بالعربية قريبة من البحر السريع , ويقدم للمريض النسخة المعدّلة أو المحررة , ويطلب منه أن يقرأها مرار , وهكذا بتكرار الجلسات والوصفات الشعرية , يتحسن تفكير المريض ويكون أكثر إنتظاما وقدرة على الإنضباط والتفاعل المنسجم مع محيطه , ويظهر ذلك في إنتظام ما يكتبه من شعر في مراحل العلاج المتعاقبة.

إنتظاما وقدرة على الإنضباط والتفاعل المنسجم مع محيطه , ويظهر ذلك في إنتظام ما يكتبه من شعر في مراحل العلاج المتعاقبة.

ولم أقرأ أو أسمع عن إستخدام الشعر العربي في علاج المرضى النفسيين , في بلداننا العربية , وفي هذا إغفال لوسيلة علاجية ناجعة ذات قيمة شفائية طيبة.

لم أقرأ أو أسمع عن إستخدام الشعر العربي في علاج المرضى النفسيين , في بلداننا العربية , وفي هذا إغفال لوسيلة علاجية ناجعة ذات قيمة شفائية طيبة.

وما أصاب الشعر العربي من نزعات إضطرابية وهجمات عدوانية على الكتابة العروضية , قد أسهم في تحقيق أعلى درجات إضطراب التفكير في المجتمع العربي , مما أدّى إلى تداعي السلوك والفهم والتفكير المنظم الموزون!!

وبسقوط الشعر العربي العمودي وفقدانه لدوره في الحياة العربية , سقط السلوك العربي في غياهب التيهان والعشوائية المدمرة!!

وبسقوط الشعر العربي العمودي وفقدانه لدوره في الحياة العربية , سقط السلوك العربي في غياهب التيهان والعشوائية المدمرة!!

فهل كان الشعر العربي العمودي دواءً نفسيا وسلوكا تأهيليا لصناعة الحياة؟!!

*** *** ***

تنزيل كامل الإصدار
http://www.arabpsynet.com/pass_download.asp?file=1001

دليل الأعداد السابقة
http://www.arabpsynet.com/Samarrai/IndexSamarrai.htm

*** *** ***