

# الإيحاء.. استغلال القوى النفسية

تأليف

وليم سرجيوس

تقديم ومراجعة

محمد عبد الرحمن فتحي

الكتاب: الإيحاء.. استغلال القوى النفسية

الكاتب: وليم سرجيوس

تقديم ومراجعة: محمد عبد الرحمن فتحي

الطبعة: ٢٠٢٢

الناشر: وكالة الصحافة العربية (ناشرون)

٥ ش عبد المنعم سالم - الوحدة العربية - مدكور- الهرم - الجيزة

جمهورية مصر العربية

هاتف: ٣٥٨٢٥٢٩٣ - ٣٥٨٦٧٥٧٦ - ٣٥٨٦٧٥٧٥

فاكس: ٣٥٨٧٨٣٧٣



<http://www.bookapa.com> E-mail: [info@bookapa.com](mailto:info@bookapa.com)

**All rights reserved.** No part of this book may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means without prior permission in writing of the publisher.

جميع الحقوق محفوظة: لا يسمح بإعادة إصدار هذا الكتاب أو أي جزء منه أو تخزينه في نطاق استعادة المعلومات أو نقله بأي شكل من الأشكال، دون إذن خطي مسبق من الناشر.

دار الكتب المصرية

فهرسة أثناء النشر

سرجيوس، وليم

الإيحاء.. استغلال القوى النفسية / وليم سرجيوس، تقديم ومراجعة

/ محمد عبد الرحمن فتحي

- الجيزة - وكالة الصحافة العربية.

١٠٩ ص، ٢١\*١٨ سم.

الترقيم الدولي: ٦ - ٣١٨ - ٩٩١ - ٩٧٧ - ٩٧٨

أ - العنوان رقم الإيداع: ٢٠١٨٥ / ٢٠٢١

# الإيحاء.. استغلال القوى النفسية

وكالة الصحافة العربية  
«ناشرون» 



## تقديم

# الإحياء النفسي والذاتي

كان الأستاذ "وليم سرجيوس" واحدًا من أوائل الباحثين المصريين الذين تخصصوا في علم النفس، فقد مارسه كأخصائي نفسي قبل مائة عام، وفي مطلع الثلاثينيات عكف على الإفادة من خبرته العملية ودراساته النظرية في تأليف عدد من الكتب تعتبر من أوائل المؤلفات العربية في علم النفس، ومن أهم ما تركه لنا وليم سرجيوس من مؤلفات سلسلة الكتب الشهيرة "استغلال القوى النفسية" والتي بدأها بملفاته "ملكات العقل الباطن" و"فن قراءة الأفكار" و"علوم نفسية متنوعة" و"التنويم المغناطيسي" وأردفها بكتابه عن "الإحياء"، وكانت طبعته الأولى قد صدرت في القاهرة في عام ١٩٣٥، ونظرًا لأهميته وفرادته نعيد نشره من جديد.

والإحياء ببساطة هو تأثير يقوم به العقل لإظهار أمر ما على غير حقيقته، قوة الإحياء ليست قوة هينة على الإطلاق، وهذا ما ستعرفه بعد قراءة السطور المقبلة.

وقوة الإحياء كلمة من الممكن أن تكون مجهولة عند البعض ولكن في الحقيقة الإيهام أو الإحياء هو قوة ضاربة تستطيع بها أن

تتحكم في الآخرين ولكن الأغرّب أن بعض الإيحاءات قد تسيطر على الإنسان ذاته وهذا هو الجنون.

نعم فببساطة الجنون هو مجموعة من الإيحاءات تتحكم في إنسان لا يعلم هو أن يسيطر عليها لدرجة أنه يفقد الصلة بين الواقع والوهم ويعيش عقله الوهم وجسده في عالم الواقع وهو غالبًا لا يعلم أنه فقد الصلة. لذلك أول سؤال يُسأل للمجانين: هل تدرك أنك مجنون؟ فإذا أجاب بنعم، إذاً هذا المريض يدرك جزء من الواقع لدرجة أنه يعرف الفرق بين الوهم والواقع، أما إذا أجاب بلا، فإنه ليس مجنون إذاً بل هو قد فقد القدرة على التمييز بين الواقع والوهم وهنا تكون له حسابات أخرى في العلاج. لذلك أقول لك عزيزي القارئ أن هذا الموضوع ليس بمجرد كلمات مرصوفة ولكنه موضوع سيجعل من عقلك عضلة مادية وسنظهر لك مدى قوة هذه العضلة في الفتك ببعض الأشياء لم تكن تتخيلها في حياتك.

### **الإيحاء النفسي**

يُعد الإيحاء النفسي وسيلة شديدة الأهمية للتحكم في الشؤون الحياتية عن طريق العقل، وهو ما يتيح لبعض الأشخاص إمكانية التأثير على غيرهم.

ويمكن استخدام الإيحاء النفسي للتأثير الإيجابي على الجسم والحالة النفسية، الإيحاء يعتمد على مبدأ أن ما نتمسك به بعقلنا

الواعي الظاهر يميل أن يصبح حقيقي بالنسبة لنا، وأن يُعاد استدعائه في حياتنا من خلال العقل الباطن.

إنه واسطة المراسلة بين مستوى العقل الواعي الظاهر والعقل الباطن. ومن خلال الأفكار المسيطرة التي نسمح ببقائها في العقل الواعي، فإنه بمبدأ الإيحاء الذاتي تصل إلى العقل اللاواعي وتؤثر عليه.

فجميع المؤثرات الحسية التي يتم إدراكها بواسطة الحواس يوقفها العقل الواعي الظاهر، وربما يسمح لها بالمرور إلى العقل الباطن الواعي، وربما يرفضها العقل الواعي الظاهر بإرادته. وعليه فإن الملكة الواعية الظاهرة تخدم كحارس خارجي للعقل الباطن.

وعملية الإيحاء النفسي ليست مجرد تقنية علاجية للأمراض النفسية والعضوية، بل هو وسيلة لبلورة الشخصية، وذلك بطريقة تتصف بالسهولة في حال أحسن الإنسان تطبيق تقنياته التي تعد أحدث صيحات الطب اليوم، وهو يخول للإنسان استبعاد الصفات السيئة وتبني الصفات الجيدة، حسب ما أكده عديد الخبراء والمختصين.

وفي هذا الخصوص توصل علم النفس إلى أن وعي الإنسان ينقسم إلى منطقتين؛ الشعور واللاشعور، وهما المتحكمان في انفعالاته وتصرفاته لأنه يخترن بداخلهما المحركات والبواعث التي

توجّه مسار حياته بشكل لا إرادي منه، أحيانا ينجذب الفرد تجاه شخص معين أو رائحة ما أو مكان بعينه، وفي أوقات أخرى يحدث العكس، فينفر من أشياء أو أشخاص من تلقاء نفسه، وحين يحاول البحث عن تفسير منطقي لهذه المشاعر لا ينجح في ذلك إلا نادراً.

هذا الاكتشاف دفع علماء النفس إلى محاولة استغلال تلك المساحة الموجودة في النفس لتسيير حياة البشر، وتوصلوا في هذا الشأن إلى طريقتين، تتمثل الأولى في إيهام الشخص ببعض المعتقدات التي تغيّر طريقة تفكيره، وتجعله دمية سهلة التحريك في أيدي الآخرين، وهو أسلوب مستخدم للتأثير على الأفراد وتسخيرهم من قبل جهات معينة، لتنفيذ أغراضها.

أما الطريقة الثانية فتعتمد على تقنية الإيحاء الذاتي الذي يُمارسه الإنسان بنفسه معها، فيرسخ داخله كل الصفات الجميلة، ويهذب أو يطرد ما لا يرضى عنه من سوء الخصال.

وعمليّة الإيحاء ليست بالسهولة أو البساطة التي قد يتخيلها البعض، الذين يظنون خطأً أن عمليّة الإيحاء تتم بمجرد ترديد عبارات معينة، تخدم الغرض المراد من فكرة الإيحاء بصورة متكررة ومستمرة، ولكنها في حقيقتها تتضمن أداء بعض التمارين النفسية للاسترخاء، والوصول إلى المرحلة المطلوبة من الوعي لإدخال المعلومة المقصودة.

وبدون التدريب على ذلك لا تنجح غالبا عملية الإيحاء؛ لأنها تتضمن أداء بعض التمارين النفسية للاسترخاء، ونبداً بالاسترخاء التدريجي مع الإحساس بثقل الجسد، وبعد ذلك تبدأ محاولة التركيز الشديد على الغرض من عملية الإيحاء، وترديد ما ينبغي القيام به أو الإقلاع عنه، حتى نصل إلى مرحلة الشعور بسيطرة الجمل والفكرة على الكيان الجسدي والفكري كله، يلي ذلك التنفس بعمق وببطء، وينتهي بالشعور بالراحة مع تكرار هذه التمارين وبقليل من الصبر تتحقق الآمال المرجوة، ويفضّل أن تكون تحت إشراف طبيب نفسي على دراية أعمق من الشخص ذاته، تفادياً لأي أخطاء مُحتمل حدوثها.

ومن المعلوم أن قوة الإرادة وحدها لا تكفي كي تأتي عملية الإيحاء الذاتي بالنتائج المرجوة، بل يجب أن تقترن باقتناع ورغبة فعلية في إحداث التغيير المطلوب، ونادراً ما نجحت محاولات الأشخاص بمساعدة الإيحاء النفسي، لمجرد اقتناعهم بصواب بعض الأشياء وضرر البعض الآخر، وبالتالي ضرورة نبذه، فالرضى النفسي مطلوب بشدة، كما في حالات المدخنين الذين يُعالجون بالإيحاء، فرفض نفسية المدخن الإقبال على السجائر، ليس كافياً، وإنما تحتاج إلى دعم مُساند ليكتمل الإقلاع، وحينها يبدأ المخ في ترجمة المدخلات التي تم تلقينه بها إلى تصرفات ينفذها بآلية مُطابقة

للتصرفات الطبيعية الأخرى ولا فرق بينهما، وأقصى فاعلية تحققها عملية الإيحاء النفسي تكون مع أصحاب النفسيات الإيجابية، وهم مَنْ يملكون القدرة على التحدي والصمود، وعدم الاستسلام لأوهام العقل من الشعور بالذنب أو المرض.

### الإيحاء الذاتي

لقد خلق الله الإنسان على هيئة تتيح له السيطرة الكاملة على كل مادة تصل إلى عقله الباطن، وذلك بواسطة حواسه الخمسة، ولكن الإنسان عادة لا يستعمل هذه السيطرة، وتحقق السيطرة عبر وسائل عدة من أهمها ما يسمى بالإيحاء الذاتي.

وعملية الإيحاء الذاتي هي الوسطة التي يستطيع الإنسان بواسطتها أن يغذي عقله الباطن إراديا بأفكار ذات طبيعة خلاقية، أو انه بإهماله يُمكن أن يسمح للعقل الباطن أن يتغذى على الأفكار ذات الطبيعة الهدامة. فالعقل الباطن يعرف ويعمل فقط على الأفكار التي امتزجت بالعاطفة والشعور.

ويرى علماء النفس أن الأفكار الغير مصحوبة بالعاطفة لا تؤثر على العقل الباطن، انك لن تحصل على نتائج ملموسة حتى تتعلم كيف تصل إلى عقلك الباطن.

والإيحاء باستمرار وسرعة يصبح تكليفا مستمرا للعقل الباطن

الذي يعرف كيف وأين يستعمل وسائله لتحقيق الأهداف، ويزداد الإيحاء تأثيراً في حالة الاسترخاء لأنها تريح وتهدئ الجسم والنفس بوجه عام وتساعد على التركيز.

ويقول علماء النفس أن أكثر فئات الناس تعرضاً لإمكانية تقبل الإيحاء الذاتي وتحقيق نتائج سريعة لديهم، هي الفئات التي يعتمد أسلوب عملها على تنفيذ أوامر سلطة أعلى دون مناقشة أو تفكير، مثل العسكريين، ويمكن أن نضيف إليهم الأشخاص الذين لا يمتلكون القدرة على اتخاذ القرارات الشخصية؛ لأنهم في حاجة دائمة إلى المشورة وذلك لافتقارهم القدرة على المبادرة وتحمل النتائج، هذه المواصفات تجعل التأثير سهلاً على هذه الفئة من الشخصيات، وتعرضهم في الآن ذاته للفشل في الحياة بصورة عامة، إذ لطالما علقت مصائرهم بأيدي الآخرين.

من ناحية أخرى إن لم تكن الشخصية بطبيعتها مهيأة لتقبل الإيحاء، فإن التأثير عليها يصبح ممكناً في أوقات وظروف نفسية معينة باعتبار صلابته دفاعها النفسي، كما في حالات الغضب والانفعال عموماً، سواء بالحزن أو السعادة؛ لأن الإنسان يتخلى في مثل هذه اللحظات على دفاعاته النفسية، ويعيش اللحظة متأثراً بها دون رغبة في التحليل أو التفكير.

وهكذا تتوقف قدرته على اتخاذ القرارات أو السيطرة على

الذات، وهذا ما يعتمد عليه الإيحاء، لأنه يحتاج إلى استسلام تام لا تقف في طريقه عقبات.

كذلك يرى المختصون من علماء النفس أن التجمعات البشرية سهلة الانقياد والتشكيل، بعكس الأشخاص الأفراد؛ لأن الفرد المنضم إلى مجموعة يعلي قيمها على معتقداته الخاصة، ويستعد للتنازل عن جزء من حريته ورغباته في سبيل إرضاء الغالبية، لذلك يحتاج الإنسان من آن إلى آخر إلى وقفة مع النفس يغربل فيها قيمه وأفكاره، ويفرض نوعاً من الرقابة على المدخلات التي تغزو تفكيره، وينظر إلى الحياة بصورة إيجابية ويعتبرها معركة لا بد من الانتصار فيها، بدلاً من إلقاء مسؤولية الأخطاء على الغير أو إرجاعها إلى النصيب وإلى أحكام القضاء و القدر.

محمد عبد الرحمن فتحي

## تمهيد

انتهج العلماء في العصر الحديث خطة عملية في معالجة الشئون النفسية، واتخذوا من الحقائق العلمية وسائل لاستغلال القوى العقلية، فأصبح علم النفس بفضل جهودهم عنصرًا خطيرًا في دراسة الحياة البشرية، يتناول شتى مناحيها، بما يلقيه على نفس الإنسان من ضوء يظهر مختلف هواجسها وخواطرها التي تتنازعها كلما ولجت طريقًا أو خاضت غمارًا.

ولما كان علم النفس الحديث يرمي إلى توفير السعادة والهناء للبشرية، فقد اتخذ عدة طرائق فنية متوسلاً بها إلى غاياته، وها فن الإيحاء في مقدمة أعوانه، يشاركه الاطلاع بعظيم مهامه، فلا عجب إذا رأيت علم النفس العملي يتقدم ليرشدك إلى كنوز القوة المخبوءة في نفسك الباطنة، ويهديك إلى مناطق القدرة الكامنة في حياتك الغير الواعية!

فهو فن الحياة يزودك بالقوة الكافية للتغلب على العقبات وتذليل الصعوبات التي تحول بينك وبين بلوغ مآربك، وهو العلم الذي يبعث فيك الثقة بالنفس والاعتماد على الخالق الاعتماد الصحيح القائم على المعرفة والفهم!

هو الفن الذي يستثير أطماعك الشريفة ويهيئ الجو الصالح  
لنمو الرغبات الحيوية، وهو العلم الذي ينتزع من حديقة نفسك  
أشواك الأفكار السلبية ويحل محلها زهور السعادة والسلام، فيخلق  
منها شخصية إيجابية جذابة تستميل إليك عناصر القوة والنجاح.

\*\*\*

ونظرًا لاتصال موضوعات كتابنا "الإيحاء" بالأبحاث التي  
تضمنها كتابنا "ملكات العقل الباطن"، فإننا نورد فيما يلي خلاصة  
وجيزة لما وقفنا عليه من الحقائق في مؤلفاتنا السابقة: "ملكات  
العقل الباطن" و"فن قراءة الأفكار وعلوم نفسية متنوعة" و"التويم  
المغناطيسي".

### **ملكات العقل الباطن:**

١ - العقل الباطن في الأطفال قابل للتأثر بإيحاءات العالم  
الخارجي عند الولادة وبعدها فقد يصبح الطفل السليم شاذًا أو  
مجنونًا بفعل الإيحاءات التي تتسرب إلى باطن نفسه.

ويرجع فشل بعض الرجال والنساء في حياتهم إلى إيحاءات  
ضارة تلقوها عن ذويهم في طفولتهم فانطبعت في عقولهم الباطن  
وأثرت تأثيرها في أجسامهم وعقلياتهم وجعلت منهم في سن الرشد  
تعماء يائسين.

وهكذا تبقى إحياءات الطفولة إلى دور الرجولة حيث تتمثل آثارها في مواقف الإنسان بإزاء الظروف والأمكنة والأشخاص والدراسات والفنون المختلفة.

٢ - يقبل العقل الباطن كل خبر أو إحياء يوجه إليه باعتباره حقيقة، ما لم يقيم العقل الظاهر للشخص نفسه أو لشخص آخر بإعطاء إحياء مضاد للإحياء الأول يمنع قبوله أو يزيل أثره. ويقوم العقل الباطن بتنفيذ الإحياء إلى أقصى حدوده ما لم تكن هنا لك فكرة عائقة أو عجز جسماني يحول دون التنفيذ. وتزداد قابليتنا للإحياء والتأثر به في أحوال التنويم المغنطيسي، أو متى كانت الإحياءات وفق المركبات النفسية. وكلما قلت العقد النفسية كان من السهل قبول الإحياءات. وقابلية العقل الباطن للإحياء لا تتوقف على صحته أو بطلانه ومناقضته لاختبارات الإنسان الشخصية.

٣ - بفضل الإحياءات يتيقظ النبوغ الهاجع في العقل الباطن وتتحفز قواه الكامنة للظهور، فيكتسب الإنسان براعة في عمله وحنفًا في فنه، ويتغلب على أمراضه ويتجدد شبابه، وتحقق رغباته ومشروعاته، ويوفق في علاقاته العائلية والاجتماعية، ويتخلص من عوامل الخوف والجبن والخجل، ويتمكن من التمتع باحترام الآخرين ومحبتهم.

٤ - العقل الظاهر أو الواعي وهو عقل الحياة العادية نستعين

به على أداء أعمالنا اليومية وأدواته الحواس الخمس، ونستخدمه في تفكيرنا وتكوين آرائنا وإصدار أحكامنا وفي جدلنا وقياسنا وهو خاضع لسُلطان الإرادة ويؤدي وظائفه في حالة اليقظة والوعي فقط، ويمارس التفكير بنوعيه الاستقرائي والاستدلالي. ومركزه المخ، ولا تسيطر عليه إحياءات الآخرين إذا كانت مضادة لتفكيره أو معلوماته أو دليل حواسه بخلاف العقل الباطن.

وهو (العقل الظاهر) يميل إلى نبذ العقد النفسية المكونة لاختبارات مؤلمة أو بغيضة أو لا تتفق مع بقية الشخصية، فإذا ما استبعدتها من الوعي بقيت في العقل الباطن حيث تحدث التأثيرات الضارة بحياتنا وتصرفاتنا دون أن نشعر.

٥ - العقل الباطن أو غير الواعي، يشغل الجسم كله ويسيطر على وظائفه وأحواله سيطرة تامة إذا لم يلق أية مقاومة وهو يشرف على وظائف الجسم الحيوية الغير الإرادية كالهضم والإفراز والدورة الدموية والتنفس ودقات القلب ونمو الخلايا. وهو يمارس التفكير الاستدلالي فقط ويؤدي وظائفه في حالة النوم واللاشعور. ويستكمل سلطته في حالة التخدير والنوم المغنطيسي واليقظة النومية. ومن ملكاته ووظائفه قبول الإيحاء والبدئية وتسجيل الذكريات والاتصال العقلي بدون وساطة الحواس والقوة البصيرة ومعرفة الأزمنة..

٦ - ينشأ عن النزاع بين العقل الظاهر وبين العقل الباطن

اضطرابات عقلية وأحوال عصبية نفسية وجسمية مرضية.

### قراءة الأفكار وعلوم نفسية:

١ - إن الأساس الذي يقوم عليه علاج الأمراض الجسمية والنفسية بطريق التأثير العقلي، إنما هو قابلية العقل الباطن للإيحاء وإطاعته لما يوجد إليه من أوامر الطبيب النفسي، التي يقوم بتنفيذها بما له من سيطرة على أعضاء الجسم ووظائفه وقوى النفس وملكاتهما. ومهما تنوعت أساليب العلاج العقلي، فإنها تمثل دور إيحاء يستحث الإيمان ويبعث في النفس شعورًا بالأمل والرجاء.

٢ - ويتخذ البعض من الإيحاء "تحويلة" أو وقاية نفسية ضد التأثيرات الضارة كأن يقول بعزم: "أنا أنكر على أي كائن من كان قدرته على أن يؤثر في تأثيرًا مصادًا لصالحني ونفعي! أنا سيد نفسي". فالإيحاءات الذاتية التي توحى بها إلى نفسك تنطبع في عقلك الباطن فيقوم بدوره بإنفاذها. فإذا ما مارستها في ثقة وبقين رأيت الأمور تسير في خير السبل وعندئذ تقول: "أنا الآن أقوى من كل ما يمكن أن يستخدم ضدي!".

٣ - ويُمكن إرسال الإيحاءات إلى الآخرين بطريقة التلباثي أو الاتصال العقلي بين عقل وآخر بدون وساطة الحواس الخمس.

٤ - وهنا لك شخصيات لها تأثير إيجابي يشعر به كل من

يحتك بهم احتكاكًا شخصيًا أو يدخل في حضرتهم أو يستمع لأقوالهم. هذا فضلًا عما للظروف والأمكنة والأحوال من تأثيرات إيحائية على من يدخل ضمن دائرة نطاقها.

### التنويم المغناطيسي:

١ - يرى الدكتور ليولت ويتبعه في ذلك تلميذه الدكتور برنهيم أن ظواهر التنويم إنما ترجع إلى الإيحاء. وما التميريات المسمرية إلا وسيلة لتهدئة النائم وجعله في حالة تكون معها الإيحاءات فعالة ذات أثر قوي.

٢ - وتتلخص نظريات أميل كوييه في أن القوة الفعالة في التنويم إنما هي الإيحاء، وإن القوة الفعالة في الإيحاء إنما هي الإيحاء، وإن القوة الفعالة في الإيحاء إنما هي الإيحاء الذاتي.

٣ - ويقول هدرسن عن الدور الذي يقوم به العقل الباطن تحت تأثير الإيحاء: "يقبل العقل الباطن كل تقرير يقدم إليه بغض النظر عن بطلانه أو مناقضته لاختبارات الفرد، فإذا قيل للنائم أنه كلب فإنه يقبل الإيحاء في الحال ويقوم بتمثيل الدور الموحى إليه بقدر ما يمكنه جسمه. وقد يصبح النائم في حالة سكر إذا ما شرب قرح ماء تحت تأثير إنه خمر، وقد يعود إلى حالة الصحو بمنحة قرح خمر بإيحاء إنه مضاد للسكر. وإذا أخبر بأنه في حالة حمى شديدة،

ازداد نبضه وأحمر وجهه وارتفعت حرارته. وقصارى القول يمكن أن تجعل النائم مغنطيسيًا يري ويسمع ويحس ويشم ويتذوق أي شيء إطاعة للإيحاء...".

٤ - إن تصميم الشخص المراد تنويمه على أن يقاوم المنوم يجعل أحداث التنويم مستحيلًا لأن هذا التصميم إيحاء ذاتي أوحاه الشخص إلى نفسه في حالة الوعي فيقاوم إيحاءات المنوم مقاومة تحول دون التنويم.

٥ - يرى الدكتور جون دونكان أن القابلية للإيحاء صفة عامة لجميع الكائنات البشرية وإن كانت بدرجات مختلفة تبعًا لاختلاف الأشخاص. فمن الناس من يستجيبون بسرعة وبدرجة كافية وهم في حالة اليقظة، بينما هنا لك آخرون لا بد من تنويمهم تنويمًا عميقًا لإيجاد القابلية للإيحاء.

٦ - النغمة الإيحائية هي تلك النغمة الصوتية التي تحمل بين ثناياها الفكرة العقلية الكامنة وراء الكلمات. فلكل كلمة معنى داخلي، والنغمة الإيحائية تحمل معها هذا المعنى أو هذه الفكرة حتى إذا ما أُلقيت إلى السامع، أحس بالتأثير العقلي التام واكتسب الفائدة المرغوبة. فإذا كان الصوت بمثابة "عربة للإيحاء" فلا بد من أن يحمل بين جوانبه شيئًا معينًا، كما يجب أن يلقي بطريقة تجعل السماع يشعر بأن هناك "رجلاً وراء المدفع"...

٧ - وهنالك نوع من الآلام الإيحائية تنشأ عن قراءة المريض المؤلمة. وكثيراً ما يعاني طلبة الطب في سنتهم الأولى آلاماً يستعبرونها من المرضى الذين يترددون على العيادات. وتشعر بعض طالبات الطب بآلام تقرب من آلام المخاض إذا ما شاهدن حالة ولادة عسرة. ويشعر بعض الرجال بآلام سبماثوية عندما تكون نساءؤهم في حالة مخاض. ويستخدم الإيحاء بفقدان الألم في العمليات الجراحية وطب الأسنان إذا لم ير الطبيب استعمال المخدرات.

٨ - وهنا لك نوع من الإيحاءات يطلق عليه "الإيحاءات المؤجلة النفاذ" ويقصد بها الإيحاءات التي يوجهها المنوم إلى النائم نومًا مغنطيسيًا ويأمره بتنفيذها بعد انتهاء التنويم خطرًا إذ يمكن جعل النائم يقوم بأعمال تظهر أنها بمحض إرادته مع أن الفاعل الأصلي لها هو المنوم الذي يستعمل النائم كمجرد آلة فقط. فكم قام أشخاص بارتكاب جرائم دون أن يكون لهم باعث من أنفسهم على احترام الفعل، إنما الدافع لهم إيحاء مؤجل النفاذ وجهه إليهم المنوم قبل ذلك بزمن ما. ويرى بعض العلماء أنه إذا كانت طبيعة الشخص الأدبية تنفر من الجرائم فإنه لا ينفذ الإيحاءات الصادرة إليه بارتكابها.

## الفصل الأول

### قوانين الإيحاء

لا يشتغل العقل الباطن في وقت واحد إلا بفكرة واحدة. وعندما يجري مقتضاها، لا يلجأ إلى مناقشتها ولا يستخدم قوة حكمه كشرط لقبولها، لأن هذا من خصائص العقل الظاهر الذي يقدم إليه الفكرة ويعهد إليه بممارستها.

والطريقة التي تجتاز بها الفكرة من العقل الظاهر إلى العقل الباطن تسمى "الإيحاء". فالعقل الظاهر يوحى إلى العقل الباطن بما يعمل ويجري على أن العقل الظاهر يسمح لبعض الأفكار دون البعض الآخر بالاجتياز إلى العقل الباطن، مما حدا بالعلماء أن يسموا العقل الظاهر "بحارس البوابة".

يتبين مما تقدم أن الإيحاء هو الكيفية أو الطريقة التي تتمكن بها الفكرة من الوصول إلى العقل الباطن، وتقدم الفكرة إلى العقل الباطن بطريق الإيحاء المسموع يوجهه المتكلم إلى الموحى إليه سواء كان في حال اليقظة أم في حال النوم. وقد تتقدم بإيحاء رعب أو خوف أو أية حالة انفعالية أو عاطفية. وقد تتقدم بإيحاء ظرف مفاجئ أو حالة غير اعتيادية وقد يصل الإيحاء إلى العقل الباطن

بواسطة ما يكتنف الشخص من بيئة وأحوال وما يحيطه من أشياء وظروف، كما لو غلب النوم على شخص لجلوسه على مقعد ذي متكأ في غرفة ضوءها خفيف وأثاثها متوافقة مع ضوءها.

ولندرك أهمية العقل الباطن نورد ما قاله وليم فيلدنج في سياق كلامه عن العلاقة بين العقليين: إن العقل الباطن هو المستودع النفسي الذي يتلقى كل مجموعات اختبارات الشخصية وتأثيراتها التي تجتاز بالعقل الظاهر دون أن يلاحظ الكثير منها.

ولوقوع العقل الباطن تحت سيطرة العقل الظاهر، تراه يردد بمنتهى الأمانة كل تأثير يلقيه العقل الظاهر متجهًا في طريق تنفيذه إلى أقصى نتائجه.

وقد أظهرت حقائق التنويم كيف يبلغ تأثير الأفكار التي يقرها العقل الظاهر في العقل الباطن. وما ظواهر الشفاء العقلي الحضورى والغيايى التلبائى إلا نتيجة إذعان العقل الباطن للإيحاء.

وها المنوم يغير بإيحاءاته شخصية النائم مغنطيسيًا تغييرًا مؤقتًا ويجعل النائم يظن نفسه أنه كما يوحي إليه المنوم هكذا هو: فهو عوام يصارع الأمواج، أو طائر يحلق في الهواء، أو صياد يحتال لاقتناص الفريسة، وقصارى القول أن النائم مغنطيسيًا يحقق في شخصه أية شخصية يوحيها إليه المنوم ويمثل أدوارها بغاية الدقة.

ومما أظهرته تجارب التنويم تلك الحقيقة التي تقرر أن العقل الباطن هو باني الجسم ومجده. فالكيان الباطني للمريض يستطيع تشخيص المرض والإشارة إلى العلاج المناسب، الأمر الذي يدل على معرفة التوافق بين الأحوال المرضية للأعضاء الجسمية وبين العلاجات المادية التي تؤدي إلى الشفاء، وكثيراً ما استغنى العقل الباطن عن العلاجات المادية وأجرة تأثيره المباشر على البنيان الجسماني فعادت الصحة كاملة وذلك نتيجة إحياءات العافية التامة التي أوحاها المنوم إلى المريض أثناء النوم المغنطيسي.

ويستنتج العلماء من اختبارات التنويم نتيجتين :

١ - العقل الباطن في ذاته غير شخصي، ويستدلون على ذلك بأنه قابل لاتخاذ أية شخصية يختارها المنوم ليطبعتها فيه. ويترتب على هذا أن العقل الباطن لا يكتسب الشخصية إلا إذا اشترك مع العقل الظاهر في تكوينها.

٢ - العقل الباطن هو باني الجسم أو بعبارة أخرى هو القوة الإنشائية المجددة في الإنسان، ولما كان يتجه بطبيعته إلى اتخاذ أية شخصية يطبعتها فيه العقل الظاهر، ولما كان هو باني الجسم فإنه يقوم ببنيانه وفقاً للشخصية التي انطبعت فيه.

فلا عجب إذا قيل أن أجسامنا تمثل مجموعة اعتقاداتنا؛ لأننا إذا اعتقدنا بأن الجسم خاضع لكافة التأثيرات التي لا سيطرة لنا عليها وبأن الأعراض المختلفة تثبت تأثيرها فينا، فإن هذا الاعتقاد ينطبع في عقلنا الباطن، وفقاً لقوانينه الطبيعية، ويقبله لصوغ أحوالنا الجسمية طبقاً لهذا الاعتقاد.

وأما إذا اعتقدنا أن العقل الباطن هو باني الجسم، وإن الجسم لا يخضع إلا للتأثيرات التي تصله من العقل الباطن، كان علينا أن نغرس هذه الحقيقة في عقلنا الباطن ونتعود التفكير فيها باعتبار أنها نبع لحياة دائمة، ومصدر يجدد الجسم باستمرار مقدماً مادة البنيان القوية الصحيحة، وهو في هذا مستقل عن كافة التأثيرات إلا ما كان صادراً عن رغبتنا التي تطبعها أفكارنا في عقلنا الباطن.

فالأمر يتوقف من الوجهة العملية على اعتقادنا في قوة حياتنا، لأنه إذا استوطن هذا الاعتقاد في داخلنا، نتج بالضرورة جسماً صحيحاً قوياً.

ويشبه العقل الظاهر بالباب المخبوء، إذا انفتح سمح للفكرة بأن نجتاز إلى العقل الباطن، وإذا أغلق بقيت الفكرة في العقل الباطن يحرسها الحارس الذي على البوابة، إلى أن يفتح الحارس الباب المخبوء، فتقدم فكرة جديدة إلى العقل الباطن فتتحم الفكرة القديمة.

وبلخص شبرد عملية الإيحاء بقوله: إن الملاحظات والأفكار الجديدة العميقة والانفعالات والاقتناعات من طبقة العقل الظاهر اليقظ إلى قرارة العقل الباطن الدائم العمل والبنيان، حيث يتقبلها كمقدمات منطقية وتصميمات لبناء جسمك وصحتك وبيئتك ونجاحك ومصيرك. ولا يقعد العقل الباطن عن العمل، بل يتلقى الإيحاءات على الدوام متخذاً منها مقدمات يتمشى بها إلى أقصى نتائجها الممكنة.

ولابد لنا من أن تمرن عقلنا الباطن على قبول الإيحاءات التي يقدمها العقل الظاهر، فإنه ليست كل فكرة تقوم في العقل الظاهر يمكن أن تجتاز إلى العقل الباطن كإيحاء، فمثلاً إذا كان لدى الشخص خوف دفين في عقله الباطن، فإن فكرة الخوف تستغرق العقل الباطن لدرجة لا تسمح له بقبول إيحاء العقل الظاهر، الذي لابد له من أن يكون نفاذاً بقدر طاقة توجيه إيحاؤه ليستطيع أن يجعل للعقل الباطن قابلية للإيحاء الجديد.

فإذا كان العقل الباطن مملوءاً بالخوف وأردنا أن نحل "والشجاعة" محله كان على العقل الظاهر أن يكرر إيحاء الشجاعة والثقة إلى العقل الباطن، فإذا ما ثابر الشخص على تكرار "الشجاعة" فإن العقل الباطن يتخذ الإيحاء الجديد ويتمسك به.

ويحدث أحيانا أن يحتاج الشخص إلى قوة تعين إحياء العقل  
الظاهر على فتح الباب وإدخال الإحياء إلى العقل الباطن. فتحسن  
في هذه الحالة الاستعانة بالعقل الظاهر لعدة أشخاص ليقوموا  
بالإحياء إلى هذا الشخص، فتزداد قوة الإحياء وينفتح الباب فيقبل  
العقل الباطن الفكرة الجديدة.

ويذهب العلماء إلى أن العقل الباطن لا يقبل الإحياء إذا كان  
غير أدبي. ويقولون أن غزيرة المحافظة على النفس، وهي من  
خاصيات العقل الباطن، تجلت في امتناع من أجريت عليهم تجارب  
التنويم عن الإفضاء بأسرارهم الخطيرة التي يترتب على إذاعتها وقوع  
ضرر جسيم لهم، فمثلاً لم يستطع أحد من المنومين أن يجعل أي  
ماسوني ييوح بأعمال الماسونية الداخلية التي تعد من الأسرار التي لا  
يجوز إفشائها.

على أن للعقل الباطن قابلية للتصديق متطرفة، إذ دلت تجارب  
التنويم على أنه لا يميز بين الإحياءات الحقة أو الباطلة، ويرجع هذا  
إلى أنه لا يملك إلا وظيفة التفكير الاستنتاجي دون الاستقرائي دون  
الاستقرائي. بينما يملك العقل الظاهر الوظيفتين معاً.

ويتولى العقل الظاهر أمر الإحساسات والأفكار التي نعرفها  
ونشعر بها، بينما يختص العقل الباطن بالإحساسات والأفكار وأنواع  
النشاط التي لا نعيها ولا نشعر بها.

ويتولى العقل الظاهر نظارة الجسم، وهو إلى جانب هذا يعد مهندس الحياة، فهو الذي يبدع النماذج والأمثل للجسم والعقل والشخصية. وهو مجهز بكل أساليب التفكير ليعرف ما هو الخير وما هو الشر، ما هو الصواب وما هو الخطأ في هذا العالم المتداخلة أحواله. فهو يستطيع التفكير بطريق الاستقراء أي يأخذ عددًا كبيرًا من الحقائق المستقلة ويستخرج منها مبدأ عامًا أو قانونًا شاملاً.

ويستطيع أن يفكر بطريق الاستنتاج بمعنى أنه يتخذ حقيقة ما، ويستنتج منها كل نتيجة منطقية كما يستطيع أن يفكر بطريق المقارنة بمعنى أنه يتخذ حقيقة مفترضة أو مقترحة ويقارنها بحقيقة معروفة ويحدد صدقها أو قيمتها المحتملة، وكذا يستطيع أن يفكر بطريق التحليل بمعنى أنه يجزئ القضية إلى عناصرها ويحدد قيمتها النسبية.

وأخيرًا يستطيع أن يفكر بطريق التركيب بمعنى أنه يأخذ عددًا كبيرًا من الحقائق المتصلة ويجعل منها كلاً متوافقًا، ومن ثم نرى أن العقل الظاهر معد خصيصًا للعالم الذي نعيش فيه بينما لا محل له في عالم لا يوجد به إلا الحق والصواب، وأما العقل الباطن فلكونه لا يستطيع المقارنة بين فكرتين، فإنه يعجز عن أن يقرر ما إذا كان الشيء خيرًا أم شرًا، حقًا أم باطلاً.

ومع أنه يتبع الطريقة المنطقية لكاملة في استنتاجاته من الحقيقة الموحاة، إلا أنه لا يستطيع أن يكتشف الزيف والبطلان إذا قدمت له مقدمة باطلة أو قضية زائفة. وكما يتمسك العقل الباطن بالفكرة أو العادة الطيبة كذلك يتشبث بالفكرة أو العادة الرديئة.

وقصارى القول إنه ينفذ أية فكرة يقدمها إليه العقل الظاهر. فإذا تكررت الفكرة مرارًا فإنه ينفذها من ذاته، دون أن تتقدم إليه بفكرة من العقل الظاهر، لأن العقل الباطن موطن العادة ويتأثر بما بتكرر لديه منها.

إن الطفل عند ولادته لا يملك إلا العقل الباطن وإلى جانبه المخ والحواس على أهبة لتلقي التأثيرات لتكون بذلك أساسًا للعقل الظاهر، وإذا عرفنا ما تظهره طبيعة الطفولة من ميل وحب وحياة عاطفية وذاكرة وتقدير للعدالة وتيقظ في الوعي وشخصية وحاسية أدبية واستخدام الحواس والعادات قصدًا، إذا عرفنا هذا، أدركنا أهمية العناية بدراسة الطفولة.

فلو أنه عنى بميزات الطفولة هذه وعمل على إنمائها لشب الطفل كائنًا باهرًا، وإذا كان هنالك تهذيب وتثقيف حقًا فليوجه إلى تنمية هذه المميزات بطريقة منتظمة تدريجية تتناسب مع تدرج الطفل في النماء. وقد أشاد ونجلر ببعض الأساليب التهذيبية التي يرى أتباعها مع الأطفال والشبان:

- ١ - كأنه يعلموا الإنجيل لما فيه من البواعث التي تعين الفرد على أن يحيا حياة روحية.
- ٢ - ويطلبوا الكتب التي تقدم فيها الشخصيات التي اتخذت في حياتها أسمى البواعث.
- ٣ - ويتلقوا الاختبارات الشخصية من رجل فاضل.
- ٤ - وتقدم إليهم الأفكار الطاهرة المتسامية.
- ٥ - ويتبع معهم أي أسلوب يوصل الإحياءات الطيبة إلى عقلهم الباطن.

إن العقل الباطن يتلقى على الدوام ثقافة وتعليمًا، إذ تصله الإحياءات باستمرار وبدرجات متفاوتة في قوة تأثيرها، وهذا سر تحول كثير من الأطفال الأشقياء إلى أشخاص صالحين، وتحول أطفال مستقيمين طيبين إلى أشخاص أشرار، فالنتائج الطيبة أو الرديئة تتوقف على نوع التأثيرات والتعاليم الإيحائية التي يتلقاها الطفل.

ويتضح مما تقدم إن الإحياء المسيطر على العقل الباطن هو القوة التي يمكن بها تقويم الأخلاق وتغييرها، وقد استطاع الدكتور كوا كنبوس باستخدامه الإحياء مع ولد منحرف الغريزة الجنسية وشاذ من الوجهة النفسية لدرجة تقرب من الجنون، أن يغيره تغييرًا

تمامًا. فالتهذيب الأدبي الثقافي يصبح جزءًا جوهريًا من ذاتية الإنسان، حتى إنه إذا أوحى إليه وهو في حالة النوم المغنطيسي بأن يرتكب جرماً، فإنه يستيقظ بغتة أو تتسبب عن صدمة الإيحاء حالة عصيان أو انفعال عصبي أما إذا كان الشخص في حالته العادية ممن يرتكبون الجرائم والآثام فإنه في حالة التنويم يلبي إيحاءات الإجرام والشر.

ومن أولى خصائص الطبيعة البشرية وأقواها، الوقاية الغريزية للذات، وهي قوية عند النساء وتعتبر أساسًا للمحافظة على النفس وللدفاع عنها وللتناسل. ويظهر أن النساء يتشممن الخطر والإثم ويقدمن بالبديهة احتجاجًا لا يقوى الإيحاء الخارجي على هدمه أو إسقاطه.

ويتخذ الشخص من الظروف المحيطة به إيحاء ذاتيًا بمثابة وقاية غريزية لنفسه، فالتجارب التي تجري على الشخص في حالة التنويم، والغرض منها، وأخلاق المنوم الذي يجريها، توحى إلى النائم تأثيرًا مساعدًا أو مضادًا يعينه على الاحتراس والتحفظ.

وقد أجرى الدكتور جيمس كوك تجربة جريئة تثبت الحقائق السالفة، وذلك أنه وقف أمام سيدة نومها تنويمًا مغناطيسيًا عميقًا ووضع في يدها وهي في حالة التنويم العميق قطعة من الورق المقوي وأخبرها بأن ما في يدها خنجر وأمرها بأن تطعنه (تطعن الدكتور)

فأطاعت الإيحاء في الحال. ثم وضع في يدها مبراة مفتوحة وأمرها بأن تطعنه، فرفعت يدها تلبية لأمره ولكنها توقفت عن طعنه وفي الحال اعترتها نوبة هستيرية انتهت معها التجربة.

وقد أجرى الدكتور جيمس تجارب شبيهة مع أكثر من أربعين شخصًا فوصل إلى نتائج مشابهة.

إن الأمور التي توجه إليها انتباهنا والأشياء التي نفكر فيها، من شأنها أن تطبع في عقولنا نموذجًا شبيهًا بها، يقوم عقلنا الباطن بصوغ حياتنا وفقًا له. فهل أنت واثق من أن انتباه عقلك منصب على الأفكار الصحية المشجعة الغنية السارة؟ إن لم تكن قد فكرت في هذا فأعلم إنك إنما تصوغ حياتك على الحالة التي أنت بها دون أن تشعر بما يجري في باطنك.

وأية فكرة تدخل إلى العقل الباطن تدفعه إلى العمل. فإذا نسى العقل الظاهر القيام بواجب الحراسة على الباب وسمح لبعض الأفكار الهادمة بالدخول إلى العقل الباطن فإن هذا لا يفض الطرف عنها ولا ينساها بل يعمل على إجراء مقتضاها.

نتبين من هذا أهمية القيام بحراسة تفكيرنا، فإن فكرة نكدة خاطئة تصادفنا في الصباح تجعل يومنا كله قاتمًا مضايقًا.

وهذا ما حدا بأحد علماء النفس أن يقول: "كن مسرورًا بهجًا كل صباح إلى الساعة العاشرة، ثم أترك بقية النهار يهتم بما لنفسه! وذلك أن بقية اليوم تتجه إلى تكوين الأنموذج الذي صاغته الأفكار السارة التي تذوقتها في الصباح، وأما إذا بارحنا غرفة نومنا قلقين ساخطين، فإننا نقضي بقية نهارنا في جو مشبع بالأفكار المظلمة التي بدأنا بها يومنا! ولنعلم إذن أية فكرة يمنحها العقل الظاهر مقدارًا كبيرًا من الانتباه فإنها تثبت في عقلنا الباطن حيث تؤثر في حياتنا تأثيرًا يتوافق مع خصائصها وألوانها. فأنت تستطيع أن تكون كما تريد، ولكنك كما تفكر هكذا تكون؛ لأن عقلك هو أنت، والعقل هو القوة السائدة التي تحكم كيائك.

وهذا ما يقرره أصحاب العلم العقلي في مبادئ علمهم إذ يقولون أن الأفكار تميل بطبيعتها إلى اتخاذ صور مادية والتحول إليها، وإن ما يسود عقولنا الآن من أفكار يحدد ما سنكون عليه في المستقبل، وأينما وجدت قوة مبدعة تعمل، فاعلم أنك في حضرة العقل الباطن؛ الذي يعمل في الكون العظيم، وفي عالم نفسك الصغير مبدعًا للصور الطبيعية التي تحيط بنا والتي يقوم عليها كيان شخصياتنا فهو دعامة ذاتيتنا بل هو النصيب الشخصي الذي نساهم به في العقل العام.

ويقول الدكتور باركر يؤيد أن هنالك ذهنًا عامًا تصدر عنه كافة الأذهان الفردية. فعندما نفكر فالعقل العام يفكر فينا وبواسطتنا.

ويتبع قوله هذا بتحليل عبارات "الروح" و"النفس" و"العقل" التي تطلق على الإنسان فيقول عن الروح إنها مبدأ الحياة الأصلي في الخلية الحية الأولى لكل أشكال الحياة سواء كانت وحيدة الخلية أو متعددة الخلايا. والروح صدرت عن الحياة العامة أو العقل العام، وجاءت في تجسدها بصفات مصدرها ومميزاته وهي أساس الوعي أو الشعور الذي تقوم عليه أشكال الوعي المختلفة.

وتتوافق كلمة "الروح" مع عبارة "فوق الوعي أو الشعور" عند علماء النفس. ويقضي قانون "نمو الخلية" بأن تشترك كل خلية في طبيعة الخلية التي ولدت منها فإذا ما امتدت حياة الخلية إلى وليدها فإنها تحمل إليه كل صفات الوالدين.

وعندما يتقدم مبدأ الحياة بما لا يحصي من اختبارات حياة الخلية، يبدأ في الاكتساء بالاختبارات والتأثيرات والذكريات المحمولة إليه من التجسيدات المتتابة، إلى أن يحاط بضباب من المادة.

وهنا لا يكون مبدأ الحياة في عمله ونشاطه روحًا خالصة، بل يتأثر في أعماله ونشاطه بيئاته واختباراته المادية، فتنشأ صورة جديدة

من الشعور تسمى النفس.

وهي الروح الأصلية مضافاً إليها ما نشأ عن التجسّدات السابقة من التصاقات وانسلاخات أمدتها بالغريزة والبديهة والرغبات والدوافع وأشكال النشاط المختلفة.

وعندما تتجمع هذه تبدو الحاجة إلى تصنيف الاختبارات وتصنيفها، وإيجاد قوة للتوافق مع الأحوال المادية، وهنا تظهر آلة جديدة من آلات النشاط العقلي تسمى المخ مع وظيفة جديدة تسمى العقل الظاهر.

والعقل هو النفس مضافاً إليها القدرة النامية على العمل بطريقة واعية في تصنيف الاختبارات وتحليلها ومقارنتها وتكوين أحكامنا وتقديراتها والعمل بمقتضاها بطريقة عقلية.

وللعقل قدرة على أن يستشف تقارير النشاط الباطن، ويمر على ذكريات المنطقة اللاشعورية المختزنة، ويكون أحكاماً تقوم على ذكرياته واختباراته كما يتصرف في كافة التقارير التي تصله في كل لحظة عن طريق حواسه الخمس.

وتسمى نتيجة هذه الأنواع من النشاط بالشخصية. ووظائف العقل واعية وتحت الواعية وفوق الواعية أو ظاهرة وباطنة وروحية. وكل من هذه الوظائف موفق مع الدائرة الخاصة التي يعمل فيها.

على أنه وإن كانت بعض أنواع النشاط تقفز فوق مكانها، إلا أن عناصرها تظهر في الحال لأن مميزات كل منها محدودة معروفة. فالعقل الظاهر يشق له طريقاً وسط الاختبارات القائمة في دائرة الوعي، ويمر على الأفكار والدوافع التي تنهض من أعماق المخزن الباطن، ويقدم للإنسان يقيناً في وسط تقارير العالم الظاهر المتنازعة.

ويستطيع الإنسان بعقله الظاهر ترديد أفكار الآخرين واختباراتهم، كما يمكنه التوافق مع الحق الذي تبعته إليه منطقة الروح ويطبقه بحكمة على أحوال الحياة. فالعقل الظاهر هو العقل الظاهر هو الوظيفة التي يؤدي بها الشعور عمله في هذه الحياة، فهو وحده يستطيع مواجهة المشاكل الغير المحدودة في عالم مزدوج في تعبيراته. على أنه لا محل له في عالم وحيد لا يقوم فيه إلا الحق.

والعقل الباطن صنيعة الإيحاءات. فكل ما تفكر فيه أو نقرأه أو نسمعه أو يصل بأية طريقة إلى اختبارنا الواعي، يقبله العقل الباطن في الحال ويدخل إلى منطقته كعامل من عوامل ما جرياته وأحداثه. فالفكرة التي يتمسك بها العقل الظاهر تمسكاً قوياً تبدو آثارها في العقل الباطن ثابتة.

ولما كان العقل الباطن في تفكيره يلتزم جانباً واحداً، فهو بهذا عقل العادات. فهو إذا ما بدأ يعمل شيئاً ما بطريقة معينة فإنه لا يتحول عنها إلا إذا تلقى تأثيراً قوياً من فكرة مضادة.

وإذا أضفنا إلى هذا العنصر حقيقة أخرى وهي عصمة الذاكرة الباطنة، أدركنا سبب انتقال علامات الوراثة في الجسم والعقل والشخصية.

ويقوم العقل الباطن بالمحافظة على أحوال الجسم، فيجعلها وفق عائلة معينة ونموذج جنسي. وهو يعني بأنواع النشاط المتعلقة بالوظائف الجسمية المتعلقة بالوظائف الجسمية، كما أنه يغذي ويجدد خلايا الجسم البالغ عددها سبعة عشر ألفاً من التريلونات، ويجري العقل الباطن العملية الكيميائية في الجسم ويؤدي كافة أعماله وفقاً لما تعلمه في الماضي أو ما يتعلمه في الحاضر.

فإذا ما أُلقيت إليه فكرة، فإنه لا يعدل عنها ما لم تحل فكرة جديدة. وما قوة التقليد والتمثيل الشائعة بين أشكال الحياة جميعاً، إلا ملكة من ملكات العقل الباطن، فالحشرات والحيوانات والطيور الصغيرة تتخذ شكل بيئاتها وألوانها ولعل أوضح مثل لذلك الدب القطبي الذي يتوافق لونه مع بيئاته.

وتصل ملكة إلى أقصى نشاطها في الإنسان حيث تمارس أما قصداً وأما بغير وعي. ومن ثم نصبح على شبه نصبح على شبه من نعاشرهم ونألف بهم فنقلد مظاهرهم وأشكالهم وألوانهم وأعمالهم وأنغام أصواتهم بل وطبائعهم الجسمية أيضاً.

ومن هنا نتبين أهمية القدوة الطيبة والمعاشرات الصالحة وأثرها في تكوين شخصياتنا وأخلاقنا. إذ بموجب ملكة التقليد هذه يحتدي العقل الباطن بأمانة تامة أنواع المثل سواء كانت طيبة أو رديئة، ويشير أشكال المرض وتعبيراته كما يبدي مظاهر الصحة، فيلبس الجسم بصور القوة والنشاط أو الضعف والوهن ويقوم البناء وفقاً لرسم المحبة والثقة أو الخوف والشك، دون أن يملك تغيير التصميم المقدم إليه.

يقبل العقل الباطن أقوى فكرة، فإن كانت سلبية أدت إلى نتائجها السلبية. وإن كانت إيجابية أحدثت آثارها الإيجابية. فإذا ألقى الإنسان إلى عقله الباطن التأكيد القائل "لن يكون عندي صداع اليوم" فإن هذا الغالب ينتج صداعاً وذلك لأن الصداع هو أقوى فكرة في الجملة. ومن ثم وجب أن لا نؤكد سلبياً كما يحسن أن نتجنب إنكار السلبي أيضاً. إذ الأفضل إن نؤكد الإيجابي.

وإن استعملنا إنكاراً لسلبي وجب أن نتبعه مباشرة بتقرير إيجابي أو تأكيد إنشائي قوي. هذه هي عملية التفكير. أدرسها مراراً إلى أن تتفهمها جيداً ومن ثم يمكنك ممارستها بأمانة فتحدث أية حالة ترغبها. فإن أردت الصحة والتخلص من كل أفكار المرض، فأملأ عقلك الباطن بصور الصحة الغامرة فتكون لك.

وإذا أردت السعادة ومألت عقلك بصور هنائها، فإنك تحققها لنفسك. وإذا رغبت في النجاح وثبت أمام العقل الباطن فكرة مرغوبك، فإنه يوجه إليها قواه الحيوية التي تغمرك بالفلاح. ففي مكنتك أن تفعل ما تريد وأن تكون كما ترغب إذا أنت استعملت هذا المفتاح الصغير للقوة الشخصية ألا وهو الإيحاء.

أما العقل الفوق الواعي (الروح) فهو ذلك الوجه الإلهي من أوجه العقل، لا يفكر مطلقاً بل يعرف ويعلن ما يعرف. فهو يرى الحق والحياة والوجود كما هو وينبئ صاحبه بذلك. يرى المطلق الذي لا خطأ فيه، ويقدم المثل الأعلى للفكر والعمل.

وفي طبقة هذا العقل تقوم قوة الرائين في كل العصور على رؤية المستور عن الأعين الحسية. هذا هو العقل الذي يعلن بلسان المتصوفين "إن لا مادة ولا مرض ولا فقر ولا خطية ولا موت. بل توجد فقط حياة وحق!!"

ووظيفة العقل الظاهر أن يدرس هذه المثل العليا ويصنفها ويوفقها مع أحوال الحياة المادية ويقدم تصميماته وتخطيطاته للباني (العقل الباطن) ليجسمها ويجسدها في الحياة والشخصية.

ويؤدي العقل الباطن وظائفه على وجه التمام إذا ترك منفرداً، ولكن التأثيرات والواعية التي يتلقاها تعدل وتحور في نتائجه.

فإن كنا في غلبة النوم علينا متشابهين، إلا أن حالة النوم  
وبهجة الأحلام تكون وفقاً للأفكار والتأثيرات التي سبق أن تلقاها  
العقل الباطن ودونها في سجلاته.

فإذا أحسنا تفهم قوانين العقل الباطن استطعنا أن نغرس  
الإيحاءات الطيبة النافعة ونحن في حالة اليقظة حتى إذا ما نمنا  
وانتقلنا إلى الحالة الباطنة، قام عقلنا الباطن بانفاذها ونحن في راحتنا  
مستغرقون.

فالعقل الباطن المهذب الممرن هو أعجوبة العصور والأجيال.  
فهو يؤدي للإنسان كل ما يريد، ويقوده إلى تلبية دعوة الحياة.

## الفصل الثاني

### آثار الإيحاء

يقوم العقل الظاهر بأداء وظيفة "الحارس على بوابة" العقل الباطن في كل لحظة من أوقات يقظتنا. إلا أنه يحدث في بعض الأحيان أن يغفل عن القيام بواجبه، فيبقى العقل الباطن بلا حراسة، فتسرب إليه أشد الإيحاءات خطرًا، ولا سيما في الأحوال التي تشتد فيها سورة الغضب أو الرعب أو الانفعالات الجامحة، إذ يكون العقل الباطن وقتئذ مفتوح الأبواب لتلقي إيحاءات القوى السلبية المستمدة من الأشخاص أو الظروف المحيطة، فيتبع ذلك سبيل لا ينقطع من الاضطرابات العقلية والهموم والأمراض.

وينشأ الإيحاء الرديء، أما عن غيرة أو حسد أو كراهية أو حالة سلبية أو عاطفية شديدة، وأما عن سوء الحظ أو الخيبة أو الحزن أو المقاومات أو الكوارث أو الآلام أو اليأس.

وقد يتسبب عن فكرة مضغوطة أو عاطفة أو رغبة مكبوتة. وقد يتعلق الكبت بشئون حب وهيام، أو يكون نتيجة حلم مروع غطس إلى العقل الباطن وأصبح جزءًا من نشاطه وقد يكون القهر عقليًا أو جسميًا أو نفسيًا. فالأشخاص الشديد الحساسية أو أصحاب

الملكات النفسية يسجلون في عقلهم الباطن صوراً مؤذية كافية لأحداث المرض بما ينشأ عن تأثيراتها من انفعالات كيميائية قاتلة، وهكذا يخلق الإيحاء السقيم إفرازات سامة في الدم والأنسجة وخلايا الجسم.

فالعقل الباطن هو حياة كل كهربة وذرة ودقيقة وخلية وعضو في الجسم، وهو موجود في كل واحدة من هذه، ويستطيع إيقاظ الجسم كله أو أي جزء منه عندما يؤمر بذلك عن طريق الإيحاء. فإذا التقط العقل الباطن إيحاء ضاراً فإنه لا ينسج في بردة الجسم إلا الخيوط المهلكة ويولد السموم الكيميائية تبعاً لما ارتسم فيه من أفكار وصور عقلية.

ولابد لك أن أردت توجيه إيحاء إلى العقل الباطن عن طريق العقل الظاهر، من أن تجتذب انتباه الحارس على البوابة وتفتح الباب المخبئ وبذا تمكن الأفكار الإيجابية الإنشائية من الدخول، فتقحم الأفكار الهدامة وتغير التفاعل الكيميائي إلى تفاعل صحة وعافية.

فإذا كان الشخص جباناً أو معتدا بنفسه أو شديد الغيرة، أو كان ممن تنقصهم قوة الإرادة أو التركيز أو الشهامة أو التوازن أو المعرفة أو الإيمان أو الذاكرة أو قوة العقل أو السيطرة على النفس، أو كان تعيساً أو يشكو من عادات رديئة أو تعوزه طمأنينة أو يتطلع إلى منصب، فليعلم إن هذا ممكن تحقيقه للصبور فينال إشباعاً وهناءً

وسعادة إن هو أتخذ من الإيحاءات ما كان مقابلًا للشيء الذي يعوزه أو يريد التغلب عليه، وبذا يفتح الباب المخبئ ويسر للإيحاء أن يقحم الفكرة القديمة العاطلة ويحل محلها فكرة جديدة منعشة.

ويذكر الدكتور بوش في تقارير علاجه، إن سيدة أصيبت بضعف في القلب يئس الأطباء من شفائه، ولما قام بفحص الحالة اتضح له أن علة المرض فزع استولى على السيدة وهي عند طبيب للأسنان كان يحاول خلع أحد أضراسها، وساحب هذا الفزع اضطراب عقلي، أدى إلى حالة الضعف هذه، وقد نجح الدكتور بوش في علاج هذه السيدة بإعطائها إيحاءات قوية مضادة خلصتها من الفزع وإعادتها إلى الحالة النفسية الطبيعية. فكل مرض أو اضطراب عقلي أو هم في الحياة يمكن التغلب عليه بإيحاء مناسب يوجه إلى العقل الباطن. فالأفكار السلبية التي تدخل العقل الباطن تكون بمثابة البارود يهدد ينسف سعادتك وسلامك وهنائك، إلا إذا وجهت إيحاء مضادًا يحول دون اشتعال البارود وحدث الانفجار. وهكذا يمكن بالإيحاء إقامة استحکامات منيعة تقي حياتك من هجمات الأعداء المهلكين!!

كان "بينت" نزيل أحد مستشفيات الأمراض العقلية، ففي حالة هدوئه لا يُمكن أن تكتشف شيئًا من مرضه العقلي، على إنه إذا تهيج وثار، أمسك بالسريير الحديدي المستعمل من هذه

المستشفيات، وعوجه بيديه دون أن يستعمل أية آلة! قد تعجب لهذا ولكن أعلم أن هذا المجنون في سورة هياجه واقع تحت سيطرة العقل الباطن حيث مخزن القوة الهائلة. ولكل شخص مثل هذا القدر من القوة مخترنة في عقله الباطن تحت أمره التفكير الإنشائي والحياة الصائبة، فإن استخدمت هذه القوة كما ينبغي صنعت الآيات وعملت المعجزات. فقتيلة مطامعك المدخنة يمكن أن تصبح شعلة حيلة تتألق أضواؤها بالآمال والرجاء في عقلك الباطن.

ويقول هارتمان أن النقل الباطن لا يعتريه مرض ولا تعب بينما يصيب الوهن والإجهاد قوى العقل الظاهر، ولعل هذا يفسر لنا لماذا لا تتعب العضلات الغير الإرادية العاملة تحت سيطرة العقل الباطن، بينما تضني العضلات الإرادية الخاضعة لسلطان العقل الظاهر.

ويقول أحد أصحاب الفكر الحديث إن كل زواج يجب أن يتم في العقل الباطن، وإن كل اتحاد سعيد دائم إنما يقوم على أساس باطن. ففي كل محبوب أو محبوبة شيء لا يُمكن أن يدركه العقل الظاهر أو تعبر عنه الكلمات. فالتوافق إنما يرجع إلى اشتراك الشخص في طبيعة من يتوافق معه عقلياً أو روحياً.

ولولا هذا التوافق والتجاذب في المنطقة الباطنة لما استطاع الجمال أو الذكاء عند شخص ما أن يشبع الأشواق النفسية الباطنة عند شخص آخر. وهذا هو السر الذي يسمو بالحقيقي فوق طبقة

الحب النظري الشهواني، ويجعل له معنى أدبيًا عميقًا. وإذا كان الإيحاء هو الطريقة التي يمكن من الدخول إلى باطن الإنسان، وهو يبدأ عادة بفكرة تقوم أولاً في منطقة الوعي أدركنا أهمية الأفكار التي تسود عقولنا: لاسيما وأن الحقائق العلمية تثبت صدق المبدأ القائل "كما تفكر هكذا تكون" ذلك المبدأ الذي ينطبق على حياة البشر في مختلف عصورهم ومدنيتهم.

ومن الحقائق المقررة عند أصحاب العلم العقلي إن شبيه الشيء منجذب إليه وأن الشيء ينتج مثيله فإذا طبقنا هذه المبادئ هنا، قررنا أن التفكير القائم في العقل الظاهر ينطبع في العقل الباطن، ومن ثم يقوم هذا بإبراز صورة خارجية على شبه الأفكار التي ألقيت إليه. ومثلنا في ذلك مثل المقاول المعماري الذي يعتمد على تصميم المهندس في تشييد البناء.

ويقول "والتر" أن التأثيرات التي تدخل العقل الباطن تكون صوراً لا تنمحي ولا تنطمس ولا تنسي بل تكون لها قدرة على تغيير الجسم والعقل والطباع والأخلاق وأحداث ثورة في الشخصية ويحسن أن نعرف هذا: إننا كلما فكرنا فكرة أو استشعرنا عاطفة، إنما نحن نضيف إلى محتوى عقلنا الجبار شيئاً صالحاً أو رديئاً، تتوقف عليه حالتنا الحيوية اليوم وغداً. ويقول "بودوان" أن مثل من يطمع في الشراء والاعتناء بينما يتوقع أن يكون فقيراً ويشك في قدرته

على تحقيق ما يتوق إليه مثل من يحاول الوصول الشرق بالسفر إلى الغرب فما من فلسفة تعين الإنسان على النجاح إذا كان يشك دائما في ذلك. وهنالك قول مأثور بأن كل مرة ينغو فيها الغنم إنا يضيع حفنة من العلف! وهكذا أنت كلما سمحت لنفسك بالشكوى من سوء حظك وفقرك وخيبتك، كلما ضيعت فرصة الفلاح وقعدت بنفسك عن السير في طريق النجاح. إذ لا قيمة لجهود شاقة تبذلها في سبيل النجاح، إذا كانت أفكارك مشوبة بالخوف من الفشل، لأن هذا الخوف يقتل جهودك ويخمدك سعيك ويجعل نجاحك مستحيلاً!

جرب تأثير الكلمات الحية الإيجابية المشجعة في عقلك الباطن! عندما تكون ضعيفاً أكد لنفسك أنك قوي. وإذا كنت مغموراً بالفقر والمرض والحزن فأكدد لنفسك عكس ذلك. قل بأقصى ما يمكنك من حماسة: أنا غني! أنا معافي! أنا سعيد! كرر هذا القول آنا بعد آن ويوم بعد يوم حتى ولو كانت جميع الأشياء تتكاتف معاً لتكذيب قولك هذا.

واعلم أنك إن ثابتت بأمانة، فإنك تعين عقلك الباطن على تحقيق قولك! وكما أنك أن ألقيت بيكربونات الصودا في حمض، فإنك تعدل حموضته، هكذا بموجب قانون الحياة النفسية تستطيع أن تحلي بتأكيدات الإيحاء أشد أحوال الجسم والبيئة مرارة.

فالإيحاء هو مفتاح لمغاليق العقل الباطن، يفتح أمامنا الأبواب فنلمح ثرواته وقواه وملكاته، بل هو العامل القوي في استخراج كنوزه المخبوءة، والهامة بإتيان أحسن ما في وسعه. ويؤدي إلى الإيحاء عمله على خير الوجوه إذا كان العقل الظاهر موقوفًا عن عمله.

ومن هنا يتبين الفارق بين الإيحاء المغناطيسي الذي يوجهه المنوم إلى النائم نومًا مغناطيسيًا حيث يكون عقله الظاهر ساكنًا لا يستطيع أن يبعث بشكوكه أو معرقلاته إلى العقل الباطن، فيقبل هذا الأخير الإيحاءات جون عائق وينفذها دون عرقلة أو تعطيل.

وبين الإيحاء الذاتي الذي توجهه أنت إلى عقلك الباطن حيث تكون أمامك مناضلات مع شكوك العقل الظاهر، ومن ثم تحتاج إلى وقت أطول للحصول على نتائج، على إنك إذا ثابرت في إيحاءك الذاتي أمكنك أخيرًا طرد الشك وإيجاد قناة واضحة تجري فيها القدرة الهائلة خلال حياتك من مركزها إلى محيطها.

ويقول الدكتور كارينتر أنه عندما كانت تهاجمه نوبات الألم الروماتيزمي الشديد، كان يجد في التكلم وافقا ما ينقذه من الإحساس بالألم، حتى إذا ما جلس عاودته النوبات بكامل شدتها. ومن المعروف أن الآلام نزول عندما يأتي الطبيب لعيادة المريض، وإن وجع الأسنان يزول في غرفة طبيب الأسنان.

وذلك لنا توحيه رؤية الطبيب من فكرة شافية. وتقوم الذاكرة بإيحاء إحساسات مختلفة الأنواع، كالدوار الذي يصيبنا عندما نقرب من ارتفاع هائل أو طريق خطر، وذلك نتيجة ذكريات باطنة لأحوال مشابهة لهذه. ويروي عن المس باور أنها دخلت إلى غرفة لتكتب خطابًا ولما جلست شعرت بأن قدميها تتحركان بلا استقرار تحت المائدة، وعندما تذكرت أنها عندما كانت تجلس في هذا المكان منذ ثمانية أعوام للدراسة كانت تضع مجثى للقدمين تحت المائدة، وما حركة قدميها بلا استقرار إلا بحثًا عن هذا الكرسي!

وهاك بعض تقارير علماء النفس عن آثار الإيحاء:

أحدث الدكتور براين حالة فقدان تام للحس عند فتاة باستعمال كمامة البنج دون أن ينشقها أي مخدر، وقام باستئصال ورمين دهنيين في فروة الرأس، وبعد انتهاء العملية وإزاحة الكمامة، قررت بأنها لم تحس بشيء على الإطلاق وبعد عشرة أعوام استعمل معها الدكتور الكمامة دون أن يضع عليها مخدرًا وخلع لها عشرة أسنان دون أن تحس بأي ألم.

واستطاع المنومون في تجارب التنويم المغنطيسي أن يحدثوا بإيحاءاتهم إلى النائمين مغنطيسيًا الاحتقانات والحروق والبثور والحراريق ونزيف الأنف والجلد. وقد عالج لدكتور باروز مجنونين غير قابلين للشفاء لكي يبطل بعض حركات عصبية مكروهة قد

تعوداها، وبرغم أنه يستطيع تثبيت انتباههما لحظة واحدة، إلا أن الإيحاء أحدث النتيجة المرغوبة.

كان طفل صحيح معافى راقداً في مهده، فكار ديك وحط بجانبه، فذهل الطفل أول الأمر، ولكن عندما مد الديك عنقه وخفض رأسه ناظراً إليه، أصابه فزع وخوف، ثم طار الديك وصاح فصرخ الكفل صرخة ألم حادة وأصيب في الحال بالتشنج الذي تكررت نوباته يومها أربعة مرات، فشب الطفل معتوهاً.

ويرى الدكتور بوش أن ناقصي العقول أو الشاذين من الوجهة العقلية إنما يرجع نقصهم أو شذوذهم إلى إيحاء تلقوه عند الولادة أو عقبها بدقائق سنين.

وهو يستشهد بقول الطبيب أمريكي يقول أنه يستطيع أن يتكلم مباشرة إلى عقول المجانين الباطنة ويشفيهم، على أنه لم يتقدم بعد إلى العالم بنتائج بحثه. وطريقة هذا الطبيب أن يجتمع بالمجانين ويتكلم مباشرة إلى عقولهم الباطنة وكثيراً ما يبدو مرضاه عديمي الانتباه لا يعيرون ما يجري حولهم التفاتاً وهم بلا شك لا يعون بقبوله الطبيب لهم.

على أنه يعون ما يقوله الطبيب لهم. على أنه بعد أن يتكلم عشرة أو خمسة عشرة دقيقة إلى عقولهم الباطنة، كما لو كانوا في

حالة طبيعية حائزين لصحة عقلية. يتركهم. وبعد مضي زمن يدهش الطبيب عندما يخبره أولئك المرضى وهم بعقولهم العادية الطبيعية، بأنهم عرفوا كل ما كان بقوله لهم، إلا أنهم كانوا عاجزين عن تقدير المجهود الذي كان يبذله في سبيلهم!!

ويذهب أحد العلماء إلى أن العقل الباطن يستطيع أن يتلقى الإيحاء مهما كانت غيبوبة صاحبة عميقة أو مصحوبة يهذيان؛ لأن تعطيل العقل الظاهر تعطيلًا تامًا، إنما يزيد براعة العقل الباطن بدليل ما يشاهد في حالة التنويم المغنطيسي من أن نوم العقل الظاهر نومًا عميقًا، يكثر من انتباه العقل الباطن ويزيد نشاطه.

فلماذا لا يكون الأمر كذلك إذا كان سبب الغيبوبة علة مرضية؟! ويتساءل ماردن قائلاً: سيدة نحيفة ضعيفة عليلة منذ سنين غير قادرة على إعالة نفسها، تكاد لا تستطيع السير على أرض الغرفة من أين لهذه السيدة القوة التي تندفع بها صاعدة سلم المنزل وتنتزع أبناءها النائمين في بيت تلتهمه النار؟ من أين لها القوة - وهي الضعيفة العليلة - التي تمكنها من انتزاع الأثاث والمنقولات؟ الواقع أنه لم تضاف أية قوة جديدة إلى العضل أو الدم، ولكنها مع ذلك استطاعت أن تقوم في وقت الخطر بما تعجز عن إتيانه في الأحوال العادية، فلم تر إلا خطرًا يستهدف له أطفالها الأعزاء ويتهدد منزلها.

اعتقدت في ساعة الخطر إمكان قيامها بما ستحاول القيام به للإيقاظ والنجدة، فتحققت عقيدتها، وكان لما ساد تفكيرها في تلك الآونة من تصور النار والخطر والهرج وضرورة تخلص الحياة والثروة، أثره في تغيير حالتها العقلية فأنساها ضعفها ومنحها القوة المطلوبة.

ويحسن أن نورد هنا لمحة عن "الجنون" واتصاله بالعقل الباطن والإيقاظ: ليس الجنون إلا حالات عقلية منفصلة لا صلة تربطها معاً. ولا يزيد الجنون في خطورته على الضلالات التي تغشى انكسار الضوء البصري، أو الخطأ في الانتقال والتحرك أو عدم الترتيب والتنسيق.

ويرجع الجنون إلى عدم معرفة الأفراد لفسولوجية (سيكولوجية) أنفسهم أو عقولهم، وهو ينشأ عن مبالغة جسيمة في النشاط العقلي والجسمي وعن فقدان التوازن الجسماني أو العقلي أو النفسي.

ويعجز المجانين عن فهم أنفسهم وقلما يوجد إلى يومنا هذا من يستطيع أن يفهمهم. إن الأفكار والتأثيرات المغروسة في النفس الباطنة، إذا ما انفصلت فجأة عن الشخصية العليا، ارتفعت إلى سطح الشعور (العقل الظاهر) كأفكار لجوجة وتصورات آمرة ودوافع جموحة من كافة الأنواع والأوصاف.

ونجد في إichاءات التنويم العاجلة النفاذ والمؤجلة التنفيذ مفتاحًا لكل أنواع الجنون التصوري والجنون الدافعي. ونعني بالجنون الدافعي نوعًا من الأحوال العقلية الشاذة يمتلك المصاب بها دافع إلى الضرب أو تمزيق الملابس أو العض أو إشعال النار في المباني أو الأشياء أو السرقة أو القتل أو الانتحار.

قد يتساءل البعض قائلًا: لماذا منح الله الإنسان نفسًا حائرة لقوى فائقة في بعض نواحيها ومع ذلك جعلها في كل وظائفها العقلية وأفكارها تحت السيطرة المطلقة لذهن محدود قابل للفناء؟ هنا يجيبنا هدمن: إن السبب في ذلك أن الخالق أراد أن يجعل من الإنسان حر الاختيار.

فلو لم تكن النفس محدودة في قوة تفكيرها البديهية، لما أمكن جعل الإنسان المحدود الفاني مسئولًا عن حالة نفسه الأدبية.

ولذا منح الله الإنسان الحسي قوي التفكير بنوعية الاستقرائي والاستنتاجي بقصد تمكينه من أن يكافح كفاحًا ناجحًا مع بيئته المادية. وهكذا منحه قدرة على تمييز الصواب من الخطأ، وأعطاه سيطرة على عمليات التفكير، وبذا جعله مسئولًا عن حالته الأدبية.

هذا والنفس طالما كانت تسكن الجسم، تتحمل مسئوليات محدودة. فهي باعتبارها مبدأ الحياة للجسم، فإن وظائفها الطبيعية

تختص فقط بالمحافظة على الحياة البشرية وضمان استمرار الجنس البشري.

ومع أن لها في بعض الأحوال الجسمية الشاذة، قوى عجيبة في نواحي أخرى، إلا أن ممارستها لتلك القوى خارج هذه الحدود - أي حفظ الحياة الإنسانية وبقاء الجنس البشري - يعد أمرًا شاذًا يحدث نتائج مشنومة.

والواقع أن تلك القوى التي نلمح وميضها والتي تثير إعجابنا ودهشتنا، إنما هي قوى تتعلق بوجود النفس في عالم مستقبل، قوى تمت بصلة وثيقة إلى المصادر الإلهية فقدره النفس على إدراك نواميس الطبيعة الثابتة تظهر ما لها من علاقة بالمصدر العليم بكل شيء.

على أنها متى تخلصت من قيودها الأرضية استقلت عن قوى التفكير الاستقرائي الضعيفة، إذ لا تحتاج في موطنها الأبدي إلى أية خدمة من الخدمات التي تقوم بتقديمها هنا ملكات العقل الظاهر المحدود.

قد نباهي بقوة تفكيرنا الاستقرائي، ناسين قلة ما عرفناه أو ما يمكننا معرفته بالنسبة إلى ما ينبغي معرفته! نعم ننسى أن تلك القوى الفكرية أن هي إلا وليدة حاجتنا وضرورياتنا الجسمية، وإنه ما قصد

بها إلا أن تمكننا من أن نلتمس في الظلام وسائل معيشتنا وما يجعل وجودنا الجسماني مُمكنًا. فما أنواع النشاط العقلي الشاذة التي نشاهدها في حالات الهستيريا والجنون، إلا امتدادًا واتساعًا متطرفًا غير متوازن في المميزات والوظائف التي تتكون منها أجزاء العقل العادي الصحيح.

ومن الوسائل الحديثة لعلاج الجنون، أن يسمح للمجانين الذين لا خطر منهم على الغير بأن يعيشوا في حرية تامة وسط سكان القرية في حالة تقرب من حالتهم الطبيعية السابقة على جنونهم، ويعهد إليهم بالاشتغال في الأعمال التي من شأنها أن تذكي في عقولهم الظاهرة الضعيفة روح المنافسة والمطامع، ولكن لسوء الحظ أن الانقسام العقلي والانفصال بين تداعي المعاني وبين الدافع الذاتي يحول دون تلبية المنبهات والمحرضات الخارجية التي يقدمها الطبيب المعالج.

وقد كان لاستخدام الموسيقى والفنون الأخرى أثر نافع في علاج الجنون. ولاسيما إذا وفق المعالج إلى معرفة الوتر الحساس في الجهاز العقلي.

وإذا علمنا من خصائص المجانين سرعة التأثر وأن هذه الخاصية قوم في عقولهم الباطنة، كان لابد من تأثيرات باطنة مناسبة لتخلق فيهم أمزجة وانفعالات ومن ثم دوافع وأعمال.

ويجب أن تبذل عناية عظيمة في اختيار الألوان والموسيقى والروائح والأذواق وغيرها من الإحساسات الأخرى مع مراعاة شخصية المريض وطبيعة نفسه الباطنة.

ويعتبر الوقت السابق لحالة النوم مباشرة فرصة ملائمة لتحدث فيها هذه التأثيرات آثارها التغييرية، لا سيما إذا تابعتها حالة شبيهة بالأحلام تداوم فعلها في عقل المريض الباطن. وخصوصاً قد أسفرت دراسات "كالميل" لموضوع "أحلام المجانين" عن وجود علاقة مستمرة بين توهمات المجانين وهلوساتهم في حالة اليقظة وبين أحلامهم في حالة المنام.

نعود الآن إلى التأثيرات التي يتلقاها الإنسان في طفولته، فنشير إلى حالة ذكرها السير باجت عن رجال في التاسعة والستين من عمره، يحدث منظر الطعام الحمضي عنده حالة التهاب شديد في الغدة اللعابية؛ وذلك لأنه كان في طفولته يقلق ويتأفف دائماً عند رؤية الخل. ويعتقد فرويد أن للعقل الباطن في الأطفال درجة عظيمة من الحساسية، وإنه يحتفظ خلال الحياة كلها بالإحساسات والتأثيرات التي تلقاها في السنين الأولى.

فنراه في كل ناحية من مناحي الحياة البشرية يبحث عن مصادر الطفولة، فيرجع الأمراض العصبية والنفسية وتكوين الخلق إلى حياة الطفل الأولى. فمثل المقل البشري كمثل الشجرة تعاني طيلة حياتها

الأضرار التي صادفتها وقت اندفاع غصونها فوق سطح الأرض. ومن ثم نرى للاضطرابات العصبية الناشئة عن علل عقلية تاريخًا سابقًا في الطفولة، لولاه ما أمكن أنم يكون لها وجود.

ويقرر فرويد أن منشأ كل مرض عصبي يرجع إلى الحب الجنسي أو الغزيرة أو التعبير أو الكبت. وإن حب الاستطلاع الجنسي والظواهر الجنسية الأخرى تبدأ في الطفولة المبكرة وأنه عند ما يصارح المجتمع الطفل بأنه يأبي عليه تلك الحريات الجنسية التي ترغبها غريزة الطفولة، وعندما يطلب إليه أن يطابق عاداته الجنسية مع مقياس المجتمع المعروف، فإن هذا النوع من القمع أو الكبت ولو أنه يحدث في الطفولة، إلا أنه قد يسبب نتائج شاذة وأحوال عصبية فيما بعد.

ويقول الدكتور أولستون عن آثار الإيحاءات التي تلقى إلى الطفولة وتبقى مدى الحياة والتي قد تكون منشأ عقد نفسية خطيرة وأمراض عصبية حادة: أنه ما من اكتشاف أمكن به إدراك الطبيعة البشرية مثل قانون الإيحاء وسيطرته على عقل الإنسان الباطن. ويقول الدكتور سميث: لا نزاع في أن أقدم وأحدث عامل علاجي هو الإيحاء.

وما قوة الشفاء بالإيمان أو الاعتقاد في الإلهة أو الصلاة إلى الأصنام الحجرية أو الخشبية أو ممارسات كافة الطقوس أو الوثوق

بالطبيب أو الإيمان بأنفسنا سواء كان متولدًا من الداخل أو الخارج،  
إلا تعبيرات لقيمة الشفاء العلاجية التي تقوم في تأثير الأحوال العقلية  
على الوظائف الجسمية. ويتحدث الدكتور شوفيلد عن استعمال  
الإيحاء للتأثير في مميزات النسل فيقول: أما فيما يتعلق بالنسل،  
فلم يكتشف أي سبب جسمي يعلل عن نمو البويضات وفقًا لنوعها.  
ولا يُمكن أن يكون مرجع ذلك قانون، إذ كيف ينطبع القانون  
على المادة؟ وهل المسألة ختم وشمع لو كان الأمر كذلك لأمكن  
اكتشافه بالميكروسكوب ومن ثم لا يكون قانون بل ظاهرة.

أني أميل حقًا إلى اعتبار نمو البويضة وفقًا لنوعها، نتيجة عامل  
روحاني غير مادي، إذ لا يمكن إنكار العلل النفسية التي تعمل، وما  
أجمل ما قيل "إن الكائن العضوي إنما هو محصول أو نتاج الذاكرة  
الباطنة لتركيب عضوي" ويقول هربرت سبنسر: لقد ثبت أنه ما من  
جرثومة حيوانية أو نباتية تحوي أي مبدأ أو إشارة إلى بنيتها  
المستقبلية، إذ أبان الميكروسكوب أن أول عملية تجري في الجرثومة  
الخصبة إنما هي عملية تشقق ذاتي متكرر ينتهي إلى إنتاج كتلة من  
الخلايا ليس لأحدها مميز خاص.

## الفصل الثالث

### شخصيات إيحائية

التأثيرات الإيحائية نوع من التأثيرات النفسية تصدر عن شخصية ما فتوحي إلى شخصية أو شخصيات أخرى بأفكار أو انفعالات أو عواطف أو أحوال نفسية أو عقلية.

وقد عرف الجنس البشري هذه التأثيرات في ظواهر حياته المختلفة، التي تحوي الأمثلة المتنوعة، وذهب في تحليلها مذاهب شتى، وهو وإن ضل طريق الحقيقة العلمية، إلا أنه مارس هذه القوى بالطريقة العملية.

ويعتبر التأثير الإيحائي قوة عنصرية في حياة المخلوقات الحية ولو أنه يظهر في أشكال ودرجات متفاوتة من حيث قوته وأثره فيبدو في ناحيتين من مناحي الحياة الحيوانية عندما يستخدم:

١ - لضمان الفريسة من جهة.

٢ - ولأحداث الجاذبية الجنسية من جهة أخرى. كما يستخدم لتحقيق هاتين الغايتين في الحياة البشرية:

١ - للحصول على منفعة أو معونة مادية.

٢ - لجذب أحد الجنسين للجنس الآخر بالحب أو بالعاطفة أو برغبة الاستحواذ.

ويبدو التأثير الإيحائي بقوته الساحرة في الأفاعي التي توحى لفرائسها بتأثيرات توقعها تحت سلطانها. ولاحظ علماء التاريخ الطبيعي مثل ذلك في العقارب التي إذا ما رأتها الحشرات الصغيرة ذات الجناح دارت حول العقارب واندفعت نحوها بتأثير الحالات النفسية التي أثارها رؤية العقارب.

ويذكر مرتادو الغابات ما للنمر والوحوش الأخرى التي من فصيلة القط من تأثير إيحائي في فرائسها، إذ تحدث رؤية هذه الوحوش وأصواتها تأثيراً يشل حركة الحيوانات الأخرى.

وللقط مثل هذا التأثير في الفأر، وكذا للطيور الجارحة تأثيراتها على الحيوانات الصغيرة. ويظهر أن الرغبة القوية التي تخالج الوحوش والطيور الجارحة تحمل إichاءات فعالة إلى فرائسها فتحدث شللاً في عقولها فتتعطل قوى إرادتها ومن ثم تخضع لسيطرة مفترسيها.

وإذا لم تكن للوحش أو الطير الجارح من رغبة في الافتراس، فإن رؤيته لا توحى إلى فرائسه لطبيعية إلا خوفاً يمكنها معه أن تحاول النجاة.

ومن الحقائق المشاهدة في التاريخ الطبيعي أن الحيوانات الممتلئة امتلاءً قوياً بالشهوة الجنسية تؤثر في الجنس الآخر من نوعها تأثيراً يلهمه تلك الشهوة.

وهكذا يبدو التأثير الإيحائي في مختلف الحيوانات إما من ناحية الذكر وإما من ناحية الأنثى فيتغلب تأثير أحد الجنسين ورغبته على عقلية الجنس الآخر ونفسيته لدرجة أنه في بعض الأحوال يصبح في حالة ارتباك وارتجاف شبيهة بحالة الطائر عندما يكون تحت تأثير الحية.

ولسنا في حاجة إلى ذكر الأمثلة عن ممارسة التأثير الإيحائي المصحوب بالرغبة الجنسية في الحياة البشرية، وما له من قوة ساحرة تقع من أحد الجنسين على الجنس الآخر لكم سار كثيرون من الرجال والنساء إلى حتفهم وهلاكهم بسبب التأثير الإيحائي الجنسي الذي وقع عليهم من أفراد الجنس الآخر.

وإن صحائف تاريخ الجنس البشري حافلة بالقصص التي تروي عن ممارسة بعض الشخصيات لقوة التأثير الإيحائي وهانورد فيما يلي بعض أمثلة لذلك:

- يروي بلوتارك أن القراصنة أسروا يوليوس قيصر أيام أن كان ضابطاً صغيراً وذلك بالقرب من جزيرة رودس، ومع أن القراصنة

أهلكوا كل بحارة السفينة، إلا أنهم أبقوا على يوليوس مؤمليين  
الحصول من أهله وأصحابه على فدية.

ولقد كانت لشخصية يوليوس الإيحائية القوية تأثيرها العظيم، إذا  
اكتسب في الأسابيع القليلة التي قضاها بين القراصنة سيطرة على  
عقولهم، حتى أصبح الأسير سيداً لدرجة أنه كان يجمعهم حوله  
ويصدر إليهم أوامره. وأخيراً جعلهم يطلقون سراحه، ويعمل علماء  
النفس ذلك بأن قابلية الواقع عليهم وتأثير الإيحاءات ترجع إلى  
غريزة الخضوع عندهم.

- ويذكر التاريخ الإغريقي قصة السييادس الذي تراهن مع  
إخوانه على أن يقوم بضرب هيبونيكوس على أذنه علانية ثم يضطره  
فيما بعد إلى أن يزوجه من ابنته. وقد قبل الأصدقاء هذا الرهان. فلم  
يكذ هيبونيكوس يخطو في طريقه حتى تقدم إليه السييادس وبادره  
بعدة لطمات على أذنه.

فعاد هيبونيكوس إلى منزله وقد تولاه فرع وذهول، وثار  
المدينة مهددة السييادس بالعقاب لأهانتها لمواطن أثيني. ولكن  
السييادس سار في اليوم التالي بشجاعة قاصداً منزل هيبونيكوس  
وتوجه إليه بالاعتذارات فتأثر هيبونيكوس بشخصية الشاب الإيحائية  
ودعاه لتناول الغذاء معه ثم قدم إليه فيما بعد يد ابنته لتكون له  
زوجة.

- وما تاريخ نابليون ليس إلا قصة متتابعة لإيحاءات شخصيته وتأثيرها في عقول الناس ونفوسهم. ولقد ظهرت ممارسته لهذه القوة العجيبة من الوقت الذي تولى فيه قيادة الجيش الفرنسي في إيطاليا حيث أوحى إلى الجنود المتعبين اليائسين عزماً فقادهم إلى ظفر يتلوه ظفر إلى أن توج إمبراطوراً للفرنسيين.

وعندما عاد نابليون من منفاه في جزيرة ألبا، توجه إليه جيش البوربون مصوباً البنادق إلى صدره. فما كان منه إلا أن تقدم وحيداً نحو صفوفهم حيث أظهر أعجب قوة من قوى شخصيته العظيمة. وما كاد يصبح على بعد أمتار قليلة من الصفوف حتى أصدر ضباط الجيش أوامره إلى الجند: إن أطلقوا الرصاص وإن الجندي الذي تخترق رصاصته قلب نابليون سوف ينال مكافأة عظيمة من ملك البربون. ولكن لم يلب الأمر أحد من الجنود وهكذا لم تخرج من بنادقهم أية طلقة نارية.

واستمر نابليون في تقدمه نحو الجنود وعيناه مثبتتان عليهم حتى خلب قلوبهم وأسر نفوسهم. وأخيراً فتح لهم ذراعيه قائلاً: تعالوا إلي يا أبنائي"، فتركوا صفوفهم ملقين بأسلحتهم واندفعوا نحو نابليون هاتفين: "ليحيا الإمبراطور!". فوضع نابليون نفسه رئيساً وقائداً للجيش الذي أرسل من أعدائه لمقاومته، وسار بالجنود إلى باريس حيث دخلها كفاتح مرة أخرى.

ولنا في تاريخ العظماء أمثلة واضحة الدلالة على تأثير عقلياتهم في عقول أبناء جنسهم، وها هو مثالاً بارزاً للتأثير الإيحائي تلك الخطبة الرائعة التي ألقاها مارك أنطوان على جنمان قيصر. فقد اجتمع القوم حول بروتوس فخطبهم وأثر فيهم لدرجة أن رفعوه بهتافهم إلى أعلى سماوات، مستحسنيين قتل قيصر. ولكن عندما أعتلى مارك أنطوان منصة الفورم بروما ملك عقول القوم وأسر قلوبهم، وأوحى إليهم سخطاً على القتلة، حتى تألبت الجماهير حانقة على بروتوس وشركائه وألجأتهم إلى الفرار طلباً للنجاة، فكان مارك أنطوان قد طبع في عقول الجماهير تلك الصورة العقلية لمشاعره، فكان يحركهم كما يشاء مثله في ذلك مثل اللاعب يحرك قطع الشطرنج الموضوعة أمامه.

ويذكر لنا التاريخ أن الأمريكي هنري وارد بيتشر توجه إلى انجلترا ليكتسب شعور أهلها لجانب الفريق الاتحادي في الحرب الأهلية الأمريكية. وقد كان شعور انجلترا ذاك الوقت ميالاً إلى دويلات الجنوب بسبب الخسائر التي منيت بها صناعة القطن في انجلترا بسبب حصار الفريق الاتحادي لمواني فريق الجنوب.

وقد ألقى بيتشر خطابه في قسم صناعة القطن، وأظهر له السامعون العداوة مهديدين إياه بالأذى بشخصه. ولم يكن في مكنته بادئ الأمر أن يجعل نفسه مسموعاً بسبب الضجة ولكنه استمر في

خطابته محدقًا بشجاعة في عيون الحاضرين، ومرسلًا إليهم أقوى نوع من أنواع التأثير الإيحائي. فأخذ القوم يهدؤون تدريجيًا وابتدأ صوت بيتشر في أن يكون مسموعًا في الصالة، فتغيرت سيماهم وجوههم سريعًا وظهروا ارتياحهم لأقواله ويبدوا عطفًا على قضيته. واستغرقت خطابة بيتشر أكثر ساعتين حياة القوم في نهايتها أحسن تحية. وهكذا استطاع بقوته الإيحائية أن ينتزع من عقول سامعيه الإيحاءات المعادية له، ويحل محلها الإيحاءات المؤيدة لقضيته.

توجه وليم برايان مندوبًا من قبل دائرته لحضور مؤتمر شيكاغو، ولم يكن معروفًا لدى أكثرية المندوبين فلما جاء دوره ليتكلم، فأفاض من معين شخصيته ونفسيته الإيحائية، سيولًا اجتاحت المؤتمر فجذبته إليه بكل جوارحه، وما إن بلغ برايان من خطاباته تلك العبارة المأثورة "لا تضعوا على رأس "العمل" إكليلاً من شوك، ولا تصلبوا البشرية على صليب من ذهب" حتى كان المؤتمر في حالة تقرب من النوم المغنطيسي، وكان من أثر ذلك أن نبذ المؤتمر كل الخطط السابقة، وأخيرًا حمل المندوبون برايان على أكتافهم ثم قلدوه رئاسة المؤتمر.

إذا ما طالعنا أقوال الخطباء فإنه يتبين لنا أنه ليست مجرد الكلمات التي يتفوهون بها هي التي تؤثر في نفوس السامعين وعقولهم، بل أن هناك شيئًا لا يُمكن تحديده يكمن وراء تلك

الكلمات ويسري فيها، فيجعلها ذات قوة إيحائية فعالة، وهذا هو الذي يحرك الناس أحياناً ضد ما توجهت إليه إرادتهم وما قررتهم عقولهم. وما هذه الظاهرة إلا حالة من أحوال التنويم المغنطيسي وإن كانت تتفاوت معه في الدرجة إلا أنها تشترك معه في المبدأ ألا وهو القابلية للإيحاء.

ويرجع العلامة مكدوجال ظواهر الإيحاء وعلله إلى ما جبلت عليه المخلوقات الاجتماعية من ميل إلى السيادة والسيطرة من ناحية وإلى التزام الخضوع والاستسلام من ناحية أخرى. ومن الحقائق التي وقف عليها علماء التاريخ الطبيعي أن هنالك مظهرًا شائعًا في حياة الحيوان ألا وهو السيادة الحيوانية. وقد كتب أحد مروضي الحيوانات يقول:

إذا ما وضعت قردين في قفص واحد فإنهما لا يلبثان قليلاً حتى يفتحان أفواههما ويكشفان عن أسنانهما ويصدم كل منهما الآخر. ولا بد من أن يتفاوتا في قوة الصدم فيظهر في الحال المغلوب منهما. وهذا شأن القطط الكبيرة أيضاً. وإذا ما جمع بين عدة أسود في حظيرة واحدة، فإنهم قد يتوصلون سريعاً دون قتال أو كفاح إلى معرفة أيهم يمتلك نخوة السيادة بينهم، وبعد ذلك يقوم السيد منهم باختيار الطعام، فإذا ما وقع اختياره على شيء فإن بقية الأسود لا تقدم على الأكل إلا إذا انتهى هو من أكله، وهو أيضاً الذي يسير

في مقدمتهم لشرب الماء. ويقول القائمون بتربية خيول السباق أن الحصان "ذا الرتبة" يقرع الحصان الذي ليست له رتبة، ولو كان هذا الأخير أسرع بطبيعته من الأول إلا أنه يضطر إلى أخذ المكان الثاني في السباق وما هذه الروح السارية بين الحيوانات والوحوش وتكل الرتبة القائمة بين خيل السباق إلا مظاهر لغريزتي السيادة والخضوع اللتين تناولهما مكدوجال في نظريته. فالرجل الذي يقف على سر هذه القوة العقلية ويمتلك زمامها لا بُد أن يصبح سيداً بين الناس. وما هذا إلا مجرد وجه من أوجه الحياة المعروفة بالعقل الباطن، فمن يتعرف إليه ويدرك قانون الإيحائي، يستطيع أن يمسك بيديه مفاتيح أسرار السيادة والسيطرة بين الناس.

ومن الأمثلة التي يتجلى فيها التأثير النفسي ما نشاهده في البعض من قدرة على تذليل طباع الحيوانات وترويضها. ولعل أكثر الحيوانات قابلية وملائمة لإجراء قوة الترويض والتذليل هي الخيل، لأن التصاق الراكب بها التصاق محكم يفوق الالتصاق بأي حيوان آخر.

يقول أحد المؤلفين: خذ حصانين صغيرين قد نالا قسطاً من التهذيب وسيرهما جنباً إلى جنب وليكن لهما راكبان مالكان لحواسهما يحسنان الجلوس وإدارة اللجم، أحدهما متعجل يكثُر من استعمال مهمازه وثانيهما هادئ متمهل ولكنه ذو إرادة حديدية وقوة

إيحائية. فنرى الحصان الأول في قفزه على الحواجز ينزل إلى الأرض بثقل شديد وفي غير المكان الملائم، بينما يحط الحصان الثاني على الأرض بخفة وفي المكان المناسب الذي يريد به الراكب كما لو كان الحصان وراكبه شخصاً واحداً يتحرك بجسم واحد وإرادة واحدة. ويرجع هذا الفارق إلى أن الحصان الأول قد أدير بقوة جسمية علمية فقط، أما الحصان الثاني فقد ساسه راكبه بقوة عجيبة تجعل العقلين والجسمين عقلاً واحداً (ويعني بها القوة الإيحائية المسيطرة).

ولو وجد الراكبان نفسيهما أمام مجرى ماء قدر لابد من عبوره بحصانيهما ما قفزاً، فإنك تجد اختلافاً في طريقة عبورهما المجرى: فالراكب الأول يضطر حصانه إلى أن يقفز بقوة جسمية محضنة.

أما الثاني فيسير حصانه كأنه هو القافز لا الحصان، وعند الخطوة الأخيرة التي يعقبها القفز تصبح الأيدي الملساء القابضة على اللجم كأنها قبضات من حديد. ثم ترى الحصان الأول وقد قفز إلى الشاطئ الثاني يلتطم بالماء؛ لأنه قد ذهب إلى أقصى مستطاعه بقدميه الأماميتين بينما كانت قدماه الخلفيتين في حاجة إلى قوة دافعة لم تكن في حوزته.

أما الحصان الثاني، فإن راكبه قد ثبت عينيه ووجه عقله إلى بقعة بعيدة على الشاطئ الثاني مكسورة بالأعشاب، فترى قدميه

الأمميتين قد رفعتا بشيء داخلي لا خارجي، وفي اللحظة التي تلمس فيها حوافر الحصان الشاطئ ترى راكبه على رأسه وبعد برهة يتقدمان في سيرهما إلى الأمام دون أن يضيعا أكثر من دقيقة.

وفي هذا الخصوص يقول أسشتون سميث "أطرح قلبك من فوق حاجز من الحواجز التي أمامك فلا بد لحصانك من أن يتبع قلبك!" ويمارس راكبو الخيل القوة الإيحائية في توجيه خيولهم إلى الطريق التي يريدونها وذلك بتثبيت إرادتهم وأعينهم على الطريق المختار.

ولقد كان التأثير النفسي هو الأسلوب الذي استخدمه النبي دانيال عندما كان في جب الأسود، لأن شخصية هذا النبي العظيم المتمسك بمبادئه والمضحى بالحياة في سبيل الاحتفاظ بها أوحى إلى وحوش الجب بماله من شخصية قوية ونفسية مسيطرة!

## الفصل الرابع

### آراء وتجارب

من العلماء من يعرفون الإيحاء بأنه "غرس فكرة" ويذهبون في تعليل فاعلية الإيحاءات أثناء التنويم وأفضليتها على إيحاءات اليقظة إلى أن الأفكار الموحاة إلى النائم مغنطيسيًا لا تلقي عنده ممانعة ولا منافسة من الأفكار الأخرى، ومرجع ذلك ما يحدثه التنويم من هدوء عقلي واستعداد ملائم لقبول الإيحاءات.

أما في اليقظة. فإن الفكرة الموحاة تضطر إلى المكافحة ضد ما تأثيره عليها الأفكار السائدة السابقة عليها من انتقادات ومقاومات. ويعرف مايرس الإيحاء بأنه "الالتجاء إلى النفس الباطنة أو العقل الباطن التجاء ناجحًا موفقًا".

وييني وليم مكدوجال نظريته على ما يشاهد بين الحيوانات التي تعيش متجمعة من علاقات سيطرة وخضوع، حيث يبدي فريق من أفراد القطيع خضوعًا هادئًا أليفاً لسيطرة وزعامة الأفراد الآخرين.

ومع أن هذا الخضوع لا يتضمن دائمًا عنصر الخوف إلا أنه بلا شك غريزي. وما مسك أفراد القطيع إلا تعبيرًا لغريزة خاصة هي غريزة الخضوع: تلك الغريزة التي يحركها مسلك الآخرين الاعتدائي

أو موقفهم التأكيدى ولا سيما إذا كان صادراً عنهم أقوى أو أكبر سناً من أعضاء الجماعة، وغاية غريزة الخضوع أن تكفل قيام التوافق والنظام بين الجماعة وذلك بأن تلهم الأعضاء الصغار أو الضعاف بأن يخضعوا لزعامه الآخرين ويتبعوهم، ويرى مكدوجال إن غريزة الخضوع موجودة في الأجناس البشرية أيضاً، وأنه مع تقدم اللغة والعقلية أصبحت مواقف القوى ودلائلها وسيلة هامة جداً لتحريك الدافع الخضوعي وتوجيهه، وإن دافع غريزة الخضوع هذه أو ميلها العاطفي الإرادي، هو العامل في كل أحوال الإيحاء الحقيقي سواء في حالة اليقظة أم التويم.

هذا ويلاحظ في الجماعات البشرية أن الشهرة بالقوة أو أي شيء آخر تصبح عاملاً هاماً جداً في تحريك الدافع إلى الخضوع كما أن الدلائل الجسمية على القوة الفائقة عند الحيوانات هي المشيرات الرئيسية لهذا الدافع. ومثل هذه الشعرة يتكون منها جوهر ما يسمى بالهيبية أو النفوذ، وقوة استخدام الإيحاء وجلب حالة الطاعة والانقياد الجسماني والعقلي، دون إثارة الخوف.

فلو لم تكن الأجناس البشرية اجتماعية، ولو لم تكن في كيانها وبنياتها الأصلي غريزة الخضوع، لما كانت الكائنات البشرية بأي حال تقبل الإيحاءات. وعرف مكدوجال الإيحاء بأنه إعطاء رأي بكيفية يقبل معها الرأي باقتناع، دون أن يكون هذا الاقتناع قائماً

على أسس منطقية ويرى أن وصول الإنسان إلى الاقتناع أو الاعتقاد لا يكون إلا بعملية من عمليات النشاط الدافعي. فالإيحاء هو الذي يوجه النظرية المقدمة كاعتقاد، ويكون النشاط الدافعي العامل هو نشاط الغزيرة الخضوعية، يثيره الشخص الصادر عنه الإيحاء، بسبب ما يثيره الشخص الصادر عنه الإيحاء، بسبب ما يحوزه من صفة أو ما يفترض فيه منها، مما يجعل له هبة ونفوذاً وقدرة على أن يجعل الموحى إليه في موقف خضوعي يلتزم معه حالة عاطفية كالاحترام أو الإعجاب.

ويرجع لويس ساتو الإيحاء إلى الميل الطبيعي في الإنسان للتصديق فيقول: يعتقد كل إنسان دون أن يشعر في أمور ونظريات ومبادئ يعجز عقله عن تبريرها ولكنه يقبلها لمجرد أنها مقبولة لدى الآخرين، وهذا برهان على سرعة التصديق البديهية أو على الميل الطبيعي لقبول نتائج عقول الآخرين والتأثر بانفعالاتهم.

وبدون ذلك ما أمكن أن يكون هنالك تعليم أو تقليد أو قواعد أو أنظمة اجتماعية. ولولا خضوعنا لسلطان هذا الميل للتصديق لكانت أدلة الغير واختباراتهم عديمة القيمة عندنا، إذ يلتزم كل شخص أن يقف على كل اختبارات يحدث في شخصه حتى يستطيع التغلب على شكوكه. على أن ميلنا الطبيعي يتجه دائماً إلى تصديق كل تقرير أو أخبار، وتقوم اختباراتنا وتأملاتنا وأبحاثنا بتصحيح أي

خطأ يعرض للتقريرات التي تصلنا أو الأخبار التي تلقي إلينا. ولو أخضع كل باعث ودافع من بواعث سلوكه ودوافع تصرفاته، للاختبار الدقيق والتدبر الشديد، لما استطاع أن يتقدم من مجرد التفكير إلى العمل السريع النشيط. إذ أن ضرورات الحياة الملحة تضطرنا إلى الخضوع للتأثر والقابلية للإيحاء.

وإذا أردنا أن نفهم سر الإيحاء فلنعلم أن التكرار المستمر لممارسة أي شأن من شؤون الحياة يجعل كل وظيفة من وظائف العقل آلة تتحرك من تلقاء ذاتها. ويميل كل إنسان - في حدود معينة - إلى قبول تقريرات الآخرين دون أن تكون له فرصة اختبارها. ويكون هذا الميل قويًا في الشباب الباكر حيث يسهل التأثير في العقل البشري، وهكذا نرى الطفل يقبل ببساطة تأكيدات وأحكام من هم أكبر منه سنًا دون أن تسمح له حالته بتحري دقتها.

ومن هنا تترك الخرافات والتعصبات الجنسية والتحييزات الدينية في نفسية الطفل أثرًا عميقًا حيث تملك عقله وتتأصل في باطنه. فكم من رجل بالغ يحاول أن يبني حياته على الملاحظة والحكم العقلي، لا يفهم مصدر تلك التحييزات والتعصبات، وما درى أنها بقايا التقريرات التي غرسها الإيحاء في عقله أثناء الطفولة. ومن ثم نرى كيف أن الآباء والمعلمين الذين يودعون عقل الطفل اللدن، آرائهم الفجة وتعصباتهم الحمقاء وخرافاتهم الغبية إنما يسيئون إلى

نمو البشرية في الثقافة والتهذيب فعناصر الحياة الروحية في الإنسان ودرجات نموه العقلي ليست إلا سلسلة من إحياءات غير متناهية يحملها معه خلال حياته إذا ثبتت في باطنه بقوة وسرعة. فكل شيء في مجرى الحوادث الروحية يتم وفقاً لقوانين السبب والنتيجة، وأن الأفكار والحالات النفسية تحدث تأثيراتها في الأحوال الجسمية المحضة. ولقد وجدت هذه الملاحظات تعبيرات متداولة فيقال أحمر خجلاً، وشحب وجهه فرغاً، وجمد في مكانه خوفاً، وانعقد لسانه دهشة. ومعلوم أن ذكرى الأشياء المقززة تفتقد الإنسان الشهية، وأن الأفكار المكدرة تعطل الهضم، وإن الخوف كثيراً ما يسبب لإسهال.

وقد أجرى الدكتور دوراند التجربة الآتية: قدم الدكتور لمائة مريض في مستشفى شرباً لذيذ الطعم، وبعد مرور ربع ساعة على تناولهم الشراب، وقف الدكتور وسط المرضى، وضرب كفاً على كف معتدراً لأن مقيماً شديداً اختلط بالشراب الذي قدم إليهم سهواً، فحدث هرج بين المرضى ولم يمض طويل وقت حتى تقيأ أكثر من نصفهم، وذلك لأن إحياء فكرة المقيء أحدثت عندهم قيئاً! ومن الناس من يوحى إليهم منظر الليمونة فكرة الحموضة فتضرس أسنانهم وذلك لأن التأثير الحسي المباشر الذي تحدثها الليمونة مرتبطاً مع ذكرى فكرة سابقة عن الحموضة يحدث إحياء بذلك.

إن الكلام وسيلة من أقوى الوسائل البشرية الفعالة، ويرجع تأثيره إلى صفات باطنة جوهرية في الطبيعة الإنسانية. ويعتبر الكلام أحد حركات أعضائنا التعبيرية التي نستطيع أن نعبر أحوال عقلنا الباطنة ونظهرها للآخرين. ومن ثم كان الكلام الواضح المفصل أقوى وسائل التعبير، إذ ينشئ الصلات بين الناس ويؤثر في إرادة الآخرين وأفعالهم.

خيل إلى فتاة في العشرين من عمرها أن شللاً أصاب ساقها. فعمد الطبيب بالتحريض المتكرر المناسب أن يثير في عقل المريضة فكرة أنها تستطيع أن تمشي، وكان للفكرة التي حملها الصوت البشري إلى عقل الفتاة تأثيراً قوياً آثار في الحال ميلاً عندها للسير، ونجحت التجربة. وقد كان أحد العلماء يستدر دموع خادمته بطريقة الإيحاء الشفهي. إذا كان ينظر إليها في أسى ويقول لها "يظهر أنك اليوم أيضاً تعيسة! ولكن لماذا؟ ها أن عينيك مغرورقتان لا بد أنك كنت تبكين! أليس كذلك؟" فكانت تنهمر الدموع من عينيها برغم إنها كانت تحاول ضبط نفسها.

ويلاحظ أن الإيحاء الشفوي إذا ما وضع في صيغة تعجب كان له تأثير مباشر في بعض الأحوال: فلقد نجح طبيب بارع في إجراء التجربة الآتية في الوسط الذي كان مشهوراً فيه ببراعته حيث كان يباغت أحد الأفراد الذين يعرفهم بقوله "ما الذي حدث لك يا

فلان؟! لماذا لا نستطيع أن ترفع ذراعك؟! فيحاول الشخص أن يرفع ذراعه فلا يستطيع إذ يجمد الذراع في الحال ويصبح عديم الحركة إلى أن يتنبه الشخص إلى أنه أخذ على غرة وإن عقله وقع بغتة تحت تأثير الطبيب المباغت. وأذكر لهذه المناسبة قصة شخص يخرج من منزله في الصباح سليمًا معافي ليس به سقم ولا مرض، فإذا ما قابله شخص وسأله: ما بالك يا فلان شاحب اللون هزيل الجسم؟! عاد إلى منزله ولازم فراشه يومين أو أكثر.

ومن البواعث والتأثيرات ما يستطيع أن يعبر الآراء والتفكير العقلي بواسطة حركات جسمانية وانقباضات عضلية واهتزازات عصبية وما أشبهه. وتطبيقًا لهذه الحقيقة تجري التجربة الآتية: امسك بساعة معلقة بسلسلة واجعلها في وضع شبيه برقاص ساعة الحائط، جاعلاً نهاية السلسلة بين الإبهام والسبابة وفي مستوى الجبهة. انظر نظرة مداومة إلى الساعة وثبت عقلك برسوخ على حركة ستقوم بها الساعة، فلا يمضى وقت طويل حتى تبدأ الساعة في التحرك فعلاً. فإذا قصد إنها تتحرك يمنة أو يسرة، إلى الإمام أو إلى الخلف، أو في حركة دائرية فإنها تقوم بذلك؛ لأن فكرة الحركة في عقلك كافية لأن تنتج نوعاً من الحركة الذاتية (الأوتوماتيكية) المنعكسة، ومن ثم لا يعلم العقل الظاهر شيئاً عن الدوافع الطفيفة اللازمة في الواقع لأحداث الحركة التي فكرت فيها.

وهذا النوم من الدوافع يشرح لنا سر "دوران المنضدة وحركتها" الذي يعتبره الكثيرون نوعاً من مناجاة الأرواح مع أنه ليس في الواقع إلا تعبيراً للأفكار في صورة حركات.

وطريقة إجراء هذه التجربة أن يجلس أفراد قلائل في هيئة دائرة حول منضدة ويضعون أيديهم عليها. وبعد وقت ما تبدأ المنضدة في الحركة مرتفعة ومنخفضة ومائلة إلى الجوانب ومحدثة صوت قرع.

وتعليل ذلك أن كلا من الحاضرين يقدم إلى المنضدة بطريقة غير إرادية - وبدون أن يشر - دافعاً محرّكاً معيناً، وهذه الدوافع غير الواعية عندما تعمل متجمعة تجعل المنضدة تتحرك.

إن هنالك علاقة وثيقة بين الفكر والعمل، فكلمة الأمر العسكري تمثل كيف توظف الفكرة العمل وتطعمه. فوإن كان الضابط الأعلى يعتمد على خوف الجنود من العقاب في حالة المخالفة ومعرفتهم إصلاحية الخضوع والإذعان الاختياري، إلا أنه في الغالب يعتمد على تأثير الأمر كإيحاء يدخل إلى العقل بقوة وسرعة لا يكون معها وقت للتفكير أو الانتقاد، فيتحقق الأمر بطريقة آلية (أوتوماتيكية) وتصبح العملية كلها بتأثير التكرار عملاً منعكساً، إذ يزيد التمرين تأثيرها.

ويلاحظ أنه في حالة ما إذا تلقى إنسان أوامر من شخص لا يقر له بسُلطان عليه، فإن تأثير الأوامر يكون ضعيفًا لدرجة أنها لا تدفع العقل لإظهار الطاعة المنعكسة، وأكثر من هذا فإن ملكة الحكم والتقدير تنهض في الحال ويقوم العقل بمقاومة الميل إلى الطاعة العمياء.

إن الاستعداد لقبول الإيحاء يكون قويًا، إذ كان عقل الموحى إليه في حالة انشغال بال أو تراخ. ويلاحظ أن العمل الذي يكرر الإنسان ممارسته كثيرًا، تثيره الفكرة المرتبطة به بما بها من تأثير إيحائي.

## الفصل الخامس

### الإيحاء والحياة الاجتماعية

يقول جوستاف لوبون أن الغالبية العظمى من آرائنا ومعتقداتنا ليست إلا نتيجة الإيحاءات. وطرق الإيحاء متعددة، كالبيئة والكتب والصحف والخطب والأعمال الفردية.. ويعد الكلام أقوى أنواع الإيحاء أثرًا وفاعلية. فمن تكلم فقد أوحى، ومن أكد فقد زاد الإيحاء قوة، ومن كرر التأكيد بقوة، فقد بلغ بالتأثير الإيحائي أقصى غايته.

وأما آثار الإيحاء فتختلف في قوتها، فتشمل العمل البسيط الذي يقوم به البائع الذي يغرينا على شراء بضائعه، كما تشمل أيضًا إجراءات المنوم التي يجريها مع النائم المغنطيسي فيجعله مطيعًا طاعة تامة لكافة إيحاءاته.

ويُسمى المنوم في اصطلاح السياسة زعيمًا وتأثير الزعيم معروف في كل الأمم. وتتوقف آثار الإيحاء على الحالة العقلية للشخص الذي يتلقى الإيحاءات. فتراه تحت التأثير العاطفي الحاد مثل البغض أو الحب الذي يتغلب على منطقة شعوره يصبح ذا قابلية كبيرة للإيحاء، كما إن آراءه تتغير بسهولة تامة.

ولا تظن أن جبايرة العقول لا يخضعون للإيحاء. فهناك افتناناً يأسر عقولهم ويكون لديهم نوعاً من أنواع الإيحاء التي لا تقاوم، وكم من شخصيات فتانة جعلت من الناس عسافير تحت رحمة الحيات وكم أوحى غادة محبوبة إلى عاشقها ارتكاب الجرائم اكتساباً لحبها وإشباعاً لشهواتها وإرضاء لمطالبها وكم من دجال خادع ودعى كاذب أوحى إلى العقول اعتقاداً بظواهر سحره وآيات تدجيله فاستغل الموقف لملء جيبه وإشباع شهواته على حساب من كانوا فرائس إيحائه وضحايا إيهامه وخداعه، والجماهير لا تتأثر كما نعلم إلا بالإيحاء يلقيه إليها زعماءؤها.

والإيحاء هو وسيلة الزعماء للتأثير في الأحزاب وتغيير الحكومات وتوجيه الخطط السياسية وقلب الأنظمة الاجتماعية وأحداث الثورات العامة وتدبير الإضرابات والمقاومات. وفي الوقت الذي يوحى فيه الزعيم إلى أتباعه بتأثيراته وإيحاءاته، تراه هو أيضاً يتلقى من أنصاره إيحاءات تزيده قوة في اتجاهه أو توحى إليه تعديل خطته.

ويتبين أثر الإيحاء في السلوك والأخلاق، بما يمسه من مجموعات المركبات النفسية عند الأفراد وما يحدثه فيهم أما باعتباره قوى مشجعة أو قوى مانعة. ولو فحصنا حالات القابلية للإيحاء لوجدنا عوامل مختلفة من النوع الوجداني الدفاعي.

وعلى أي حال فإن القابلية للإيحاء تتوقف على الدرجة التي بلغت إليها ميول الفرد العاطفية والغريزية من تنظيم وتسام.

والقابلية للإيحاء عند أي شخص إنما هي وظيفة ذات عوامل متعددة وتختلف تبعًا لاختلاف هذه العوامل وهي نوعان: نوع متوطن داخل الشخص ونوع قائم في البيئة. ومن أهم عوامل البيئة نفوذ المصدر الذي تصدر عنه الإيحاءات وهيئته. وقد يكون هذا النفوذ أو تلك الهبة لشخص أو أشخاص بسبب ما اشتهروا به من سلطة أو علم أو خبرة. وقد يكون مرجع الهبة والنفوذ مظهر خارجي ينم عن القوة أو الوقار أو اجتماع الصفات الجسمية والعقلية المسماة "بالمغنطيسية الشخصية" أو دلالة خارجية لجاه أو ثروة أو ألقاب أو ملابس رسمية أو قضية ملك أو صولجان.

أما العوامل الشخصية القابلية للإيحاء فأهمها:

١ - الجهل بالموضوع الذي يتعلق به الإيحاء. فجهل العامة ببنية أجسامهم ووظائفها يجعل لهم قابلية للإيحاءات الخاصة بالصحة أو المرض الصادرة إليهم عن الأطباء أو أصحاب الأدوية المعلن عنها. وترجع قابلية الأطفال والهمجيين والعامة للإيحاءات إلى هذا العامل، إذ ينقصهم الاعتقاد أو المعرفة التي يقاومون بها الإيحاءات الموجهة إليهم.

٢ - ميل الشخص إلى الخضوع إذا كان شديدًا كانت القابلية للإيحاء قوية وإلا فالعكس.

٣ - بعض التأثيرات التي تلجئ الإنسان إلى الاعتزال كالتعب والنعاس والتخدير.

٤ - الإثارة العاطفية توجد ميلًا إلى قبول الإيحاءات المتوافقة مع هذا الميل.

ويساهم المجتمع في تكوين آراء الفرد واعتقاداته، بتقديم إيحاءاته إليه عن طريق قابليته للإيحاء ومن ثم كانت القابلية للإيحاءات - كما يرى دريفر - ميلًا لتلقي أفكار الغير واعتقاداتهم وآرائهم المعبرة في كلماتهم ومواقفهم وأعمالهم، وإجراء مقتضاها دون انتقاد أو معارضة. والأحوال التي تلائم الإيحاء هي التي تحول دون قيام الأفكار المعارضة له. والأحوال أما شخصية تتعلق بالميزات الشخصية المؤقتة أو الدائمة للشخص الذي يتلقى الإيحاء.

وأما خارجية تتعلق بأشياء خارجة عنه. فالأحوال الشخصية الملائمة للإيحاء تنحصر في عدم ظهور أفكار معارضة له، وهذا يرجع أما إلى عدم وجود هذا النوع من الأفكار نظرًا لحدثة السن وعدم الاختبار وأما لعدم معرفة شيء فيما يتعلق بالموضوع الذي

يتناوله الإيحاء. وقد يرجع عدم ظهور الأفكار المعارضة في منطقة الشعور إلى منع تحدثه حالات أكثر أو أقل شذوذاً كالتعب والمرض والهستريا والتنويم، أو منع ينشأ عن مميزات شخصية كفقدان الثقة بالنفس والشعور بالصفرة والضعف.. وقد تكون هذه الخصائص مؤقتة أو دائمة فتنشأ عنها طل درجات القابلية للإيحاء.

أما الأحوال الخارجية الملائمة للإيحاء فمنها:

١ - أحوال تتعلق بمصدر الإيحاء، فإن كانت مما يزيد هذا المصدر نفوذاً واعتباراً أكسبت الإيحاء الصادر عنه قوة ونفاذاً.

والاعتبار أما فردي ناشئ عن شخصية الفرد أو قوة أخلاقه أو قوة إرادته أو جاذبيته وأما مكتسب يرجع إلى أمور عارضة له كالثروة أو المنصب أو الشهرة أو العائلة العريقة أو الملابس الفاخرة أو السترة الرسمية وما شابه ذلك.

ولكل جمع أو حشد أو زمرة أو عصبة زعيم، والزعامة تتوقف على الاعتبار الذاتي هذا. وإما اعتبار جمعي ومصدره نفوذ عدد من الأفراد تجمعهم رابطة، أو هيئة أو فئة أسند إليها التقليد أو العادات اعتباراً.

وإلى هذا النوع من الاعتبار ترجع كل أنواع التأثيرات في الحياة اليومية ولاسيما ما كان منها متعلقاً بالسياسة أو الدين. ولذا كانت

جرأة عظيمة أن يقف الإنسان منفردًا إلى جانب اعتقاد أو رأي أو خطة. ولا بُد له من قوة أخلاق وشخصية وثقة عظيمة بالنفس إذا أراد تغليب إيحائه على إichاء الجماعة التي تضاده وتقاومه.

٢ - ومن الأحوال الخارجية أحوال تتعلق بالظروف التي فيها الإichاء. فالإichاءات المتناسبة مع السياق العقلي أو المتوافقة مع الحالة القائمة تلقي قبولًا. على أنه يوجد قوم يميلون بطبيعتهم إلى مضادة الإichاء، إذ يعملون على خلاف مقتضاه، ولعلاج حالة هؤلاء يحسن اتخاذ الظروف الملائمة لإعطاء ما يناسبها من الإichاء ومرجع هذا فن سياسة العقول وقيادة زمامها.

٣ - ومنها أحوال تتعلق بالصيغة أو الكيفية التي يعطي بها الإichاء، فما اكسب الإichاء تأثيرًا جعل أثره قويًا. فالتقرير الذي يلقي بثقة أو سيطرة أو يعاد تكراره من شأنه أن يوقف الأفكار المعارضة له. فمثلًا يميل الإنسان إلى الإيمان بما تتضمنه المقالات الرئيسية في الصحف، فيعتنق المبدأ السياسي للصحيفة التي يتعود قراءتها، ولو أنه عند ما بدأ مطالعتها كان على رأي سياسي مخالف.

وهذا سر من أسرار نجاح الدعاية والإعلان، وسبب من الأسباب التي تدعو إلى إظهار الإعلانات في الأشكال والصور التي نشاهدها: خطوط فاخرة ضخمة، تقديم عجيب وإبراز مؤثر حروف مضاءة، كتابات منيرة في ظلام الليل، يفظ في قمة الأبنية العالية،

إعلانات متعددة متكررة عن شيء واحد توضع في أماكن متعددة فتقع عليها العين مئات المرات يوميًا - كل هذه تدلنا على الطرق التي يطبق بها صاحب الإعلان هذا الجزء من سيكولوجية (نفسولوجية) الإيحاء.

وهناك نوع من الإيحاء يسعى بالإيحاء العكسي، ويشاهد هذا في الحالات التي يوجه فيها إيحاء إلى شخص يعمل شيء، فتراه يعمل ضده، أو تقدم رأيا إلى سامعك فيتخذ موقفًا مضافًا بإزائه. وإذا كان الإيحاء يصادف نجاحًا عن طريق إثارة الميل الخضوعي، فإن الإيحاء العكسي يلقي نجاحًا بإثارة الميل التأكيدي. ومعلوم أن الإيحاء يعمل إذا وجد تلبية وإجابة، أما إذا أثار مقاومة فلن يكون له تأثير مطلقًا.

## الفصل السادس

### الحياة والإحياءات

اتجهت مساعي علم النفس إلى الانتفاع بالقوانين الإيحائية والاستعانة بها على وضع أساليب عملية يتمكن بها الأفراد من خلق الجو العقلي الملائم للحياة واستغلال قواهم استغلالاً يكفل الحصول على أوفر الثمرات، دون تبذير الجهود أو إجهاد القوى إجهاداً يضرها وينضب معينها.

ولما كان ما يصادف الإنسان من خيبة وفشل في الحياة يرجع إلى الخطأ في تفكيره، إذ لا ينظر إلى الأمور على ضوء الحقيقة والواقع بل يراها بمنظار الأوهام، فتطيش سهامه عن إصابة أغراضه. وخير علاج لهذه الحالة الفكرية الخاطئة، إنما يأتي عن طريق تقرير حقائق وتوجيه إحياءات تبعث على النجاح والفلاح، وإنكار أوهام الخيبة واليأس.

ولقد نجحت أساليب الإحياء إلى درجة كبيرة في استئصال الأفكار السالبة المشوشة، وإحلال فكرة السعادة والوفاق والسلام محلها. والخوف أكبر عدو يسعى الفكر الحديث للتغلب عليه؛ لأنها ترى أنه يحد من جهود الإنسان ويعرقلها، ولكم خسر الجبناء

معارك الحياة وفقدوا مزايا الوجود، لا عن عجز في قواهم ولا عن ضعف في ملكاتهم، بل نتيجة شلل الخوف الذي أصابهم. ولكم ربح الشجعان مواقف ما كان لهم من المؤهلات والاستعداد ما يناسبها، ولكن هي روح الشجاعة والبطالة أطلقت لقواهم العنان فاندفعت بالغة حدًا لا تصل إليه ثوى الجبناء المقيدة المكبوتة.

ولما كانت الانفعالات والعواطف تسيطر على قوى الإنسان الفكرية والإرادية، وتقلل أو تزيد في جهودها، فقد استتبطت الطرائق العملية للسيطرة عليها وأبعاد الضار منها كالقلق وحدة الطبع والتشاؤم، وإنماء النافع منها كالمرح والسرور والتفاؤل.

وقد تناول علم النفس الحديث العلاقات الاجتماعية ووضع الأساليب التي تمكن الإنسان من أن يتمتع بحياته مع زملائه في البشرية على خير الوجوه: كيف يكون محبوبًا عندهم، جائرًا لثقتهم، متعاونًا معهم، مؤديًا رسالته في الحياة، محققًا أطماعه في المجتمع. وتطمع مدارس الإيحاء، لا في التغلب على العوائق التي تقوم أمام الفرد في بيئته الخارجية فحسب، بل وفي الانتصار على تأثيرات الوراثة أيضًا. ولعل أظهر ما تصبو إليه تلك المدارس، أيقاظ العقول الخاملة وبعث النبوغ والعبقرية من مراقدها: فتصور أمامك صورًا مغرية مشوقة لما تستطيع الطبيعة البشرية أن تقوم به من حلائل الأمور.

وكم كان علم النفس التطبيقي موفقاً في إحياءاته الفعالة التي  
تزيل من صحائف الذاكرة الباطنة ما طبعه الماضي من آلام مريرة تؤثر  
لا في الكيان العقلي فقط بل وفي الجهاز الجسمي أيضاً، فتجدد  
قواه المتهدمة وخلاياه الضامرة.. وقد عنيت مدارس علم النفس  
الحديث بدراسة مختلف النواحي في الحياة البشرية. فهي تتبع  
الإنسان أينما سار وأينما عمل لتقف على حركاته وتصرفاته في  
مختلف المواقف الحيوية ومن ثم تضع القواعد الصحيحة للسلوك  
والعمل في كل فرع على حدة.

ومن هنا نشأت الطرائق العملية التي تنطوي تحت عنوان "علم  
النفس العملي أو التطبيقي" الذي يتناول المشاكل الاقتصادية  
والصناعات والعمل والسلوك الفردي والدولي ونواحي الحياة  
الاجتماعية والعائلية والأحوال العقلية والنفسية الشاذة والحياة  
الشخصية.. وقد يظن القارئ أن هذه الغايات التي يرمي إلى تحقيقها  
علم النفس التطبيقي إن هي إلا أحلام وأوهام بعيدة التحقيق. على  
أنه لو تابع القارئ مبادئ العلم وطبقها بأمانة وإخلاص لإدراك أنها  
حقائق حيوية لا غنى عنها للإنسان يريد أن يحيا الحياة على خير  
وجوهها وباسمي معانيها. فهي المحفزة لقوى الإنسان على القيام في  
وجه الصعاب والمشيرة لكوامن ملكاته من رقادها ونومها والباعثة في  
نفسه إيماناً بالذات وثقة بالنجاح ورجاء في المستقبل.

قال عالم كبير: إن للشعوب الأولية إيمانًا عظيمًا بأن لبعض النباتات والأعشاب قوة شافية إذ يعتقدون بأن الله قد جعل فيها شفاء لكل مرض جسماني.

وها اليوم نرى الشعوب المتقدمة في حضارتها ومدنيتها بدأت تدرك أن للإنسان في داخله "الدواء العام" لكل أمراضه!! فما هي السموم القاتلة سموم الأفكار والانفعالات والعواطف الشريرة، قد جعل لها الله ترياقًا يقوم في عقاير وجواهر المحبة والنية الخالصة والإحسان التي جبل عليها النفس البشرية منذ البداءة نعم غرس الله في كل كائن بشري ما هو أقوى من كل فكر شرير وخبيث. الواقع أن لدينا قدرة، إذا نحن مارسناها واستخدمناها أمكننا أن نوجه أفكارنا ونسيطر عليها فنجعل منها ما نريد.

إن أعظم حرية في العالم إنما هي حرية العقل والتفكير: وهذه الحرية لا يمكن أن تسلب من الإنسان بأية حال، إذ هو تنازل عنها طوعًا واختيارًا. فقد يكون الإنسان أسيرًا في ثلوج سيبيريا أو نزيل المعتقلات والسجون، إلا أنه إذا كان طليق الروح، حر التفكير، ضمن لنفسه التمتع بحرية لا ينعم بها مخلوق يرتع بحبوحه الأمجاد العالية!! فهي حرية لا ينتزعها برد ولا حر، ولا جوع ولا فقر، ولا حزن ولا مرض!! فإذا كان تفكيرك روحانيًا إيحائيًا وعقلك متساميًا كفلت لنفسك الحياة الحقة حياة السعادة والسلام.

هذا الجهاز البشري شيء عجيب!! تحار العقول في تعليل سلوكه وتصرفاته، ولا سيما ما كان متعلقاً منها بسلطة الفكر على حركات الجسم. أنا أفكر في رفع يدي. ها يدي ترتفع! حركة بسيطة لا يستطيع طبيب أو عالم فسيولوجي أن يفسر لي كيف رفعت يدي! وكيف تحركت اليد وفقاً للفكرة التي قامت في العقل! وهل ترتفع اليد إذا أنا لم أفكر في ذلك؟ الواقع أن اليد تطيع دكتاتوراً أملي عليها أمره. وهذا سر تتوق العقول إلى إدراكه منقبة عنه هنا وهناك.

تأثير الأفكار القائمة في مسلك الإنسان - سئل رئيس فرقة البوليس في إحدى الولايات الأمريكية عن علة مغامرات رجاله العجيبة في القبض على كبار المجرمين الخطيرين، فكان جوابه إن قال: "إن الرجل الذي يعلم أنه واقف موقف الخطأ والضلال لا يستطيع أن يقف أمام رجل يعلم أنه سلك طريق الحق ومحجة الصواب!!".

ألا تعلم أن المخاوف التي تستولى على المجرم عقب مخالفته للقانون وارتكاب الجريمة. هي التي توقعه في قبضة رجال القانون والأمن، إذ تكون كدافع يزرع به بين أيديهم!؟

استئصال أفكار الفشل - هل تريد أن تخوض غمار الحياة لتخرج من معاركها ظافراً منتصراً؟ محققاً اسمي ما تصبو إليه نفسك الباطنة؟ عليك أن "تطرح كل ثقل" يعوق نجاحك، كالقلق والخوف،

والحدة والهم، والاضطراب والحزن، وسوء الحظ واليأس، والأفكار المشوشة السالبة. فهذه جميعاً أشواك تخنق كل نبت طيب ينمو في تربة حياتك!

يجب أن يتعلم كل إنسان منذ طفولته أهمية السيطرة على التفكير. فقد تكون الأفكار في كثير من الأحيان مميتة كأشد آلات التدمير المخترعة أهلاً وفتناً. فقد حدث أثناء الحرب الكبرى أن مرت طائرة زبلن فوق باريس ملقياً بقنابلها أثناء مرورها، على أنه لم يتسبب عن انفجار القنابل موت أحد من الأهالي أو إصابته بإصابة بالغة. ولكن من العجيب إن امرأة لم تمسها القنابل بأي أذى على الإطلاق سقطت مائة!! القنبلة لم تقتلها! إنما الفكر هو الذي أماتها!

"اللي يسلم من الموت يتجنن" - أما رأيت أن الكثيرين ممن ينجون من حوادث خطيرة دون أن يصيبهم أذى جسماني من فعلها، قد لا يسلمون من آثار أفكار الخوف التي استولت عليهم أثناء وقوع الكارثة، فيتخلف عندهم شلل أو مرض عصبي أو جنون وقد صدق القول السائر "اللي يسلم من الموت يتجنن!!".

قلنا إن هؤلاء الأشخاص لم يصابوا بأي ضرر جسماني، ولكن ما قام في عقولهم من أفكار صور لهم أنه لا بد وأن تكون الكارثة قد آذتهم إيذاءً شديداً، وهذا التصور وتلك الأفكار من شأنها أن تؤثر

في الجهاز العصبي تأثيرًا يتجلى في قيام أعراض الفالج أو الأمراض العصبية. هذه حوادث نشاهدها من وقت لآخر صورها البروفسور ديربورن بقوله "إن صور الشعور البشري وأوجهه المختلفة إنما هي من أصدق الأشياء وأكثرها واقعية. فإذا رأينا شخصًا ينسحق بسقوط صخرة عليه أو وقوعه تحت سيارة، فأماننا عشرات من الأشخاص قد انسحقوا بأمور عقلية كالرغبات والمشاعر".

ومما يلاحظه الأطباء وغيرهم أن أفكار الخوف والقلق واليأس قد تؤدي بالمصاب أو المريض إلى نتائج خطيرة، مع أنه لو كان طليقًا منها لكان شفاءه محققًا. ولكن هي الأفكار المدمرة تقضي على كل أمل في التقدم والشفاء.

فالأفكار أشياء حقيقية لها كيانها ووجودها، واتجاهات الحياة إلى الخير أو الشر تتوقف على نوع التفكير القائم في عقل الإنسان. وهكذا تؤيد حقائق البحث العلمي ومشاهدات الحياة اليومية المبدأ القائل "إن ما يفكره الإنسان يكونه" فلنسيطر على أفكارنا ولنضبطها، فنجد سر الصحة والسعادة والنجاح في تناول أيدينا.

"لم تمت ولكنها نائمة" - إذا خمدت مطامعك، والمطامع هي المحرك الذي يدفع الإنسان إلى العمل، فعلم النفس الإيحائي يقول لك: "إنها لم تمت ولكنها نائمة!!" يولد الإنسان وله إرادة قوية ومطمع كبيرة. على أن المطامع قد تعتبرها "أسفكسيا" الاختناق

بغازات الفشل والخيبة السامة، كما تصاب الآمال بغيوبة تعقب الصدمات القوية التي صادفتها، فيجد الإنسان نفسه فاطر الهمة واهن العزيمة، يسيطر الخوف على نظرتة إلى الحياة فلا يرى فيها إلا ظلال اليأس والقنوط.

وتنسحق أعصابه تحت أثقال الهموم، فلا يتحرك بأمل ولا رجاء، بل يسكن في خمول وركود، يخيل إليه إن كل ما في الوجود أعداء يصوبون إلى قلبه الكسير سهامًا مسمومة، نقضي على بقية من حياة ضعيفة هي أقرب إلى الموت منها إلى الحيوية والنشاط!!

قد تظن أن المطامع التي أذكت نيران النشاط في نفسك، قد انطفأت، فما عاد لك قبس من نور ولا شرارة من أمل. ولكن أعلم أنه طالما يوجد نفس يعلو وينخفض بين ضلوعك، فلن تخبو مطامعك، فعليك أن تحرك النيران ليزول ما عليها من رماد، لتعرض لأوكسجين الحياة فيتأجج لهيبها وتتجدد حيويتها.

قد تهاجمك جيوش المخاوف فتجمد في مكانك جبانة ويأسًا وهنا ينبهك الإيحاء إلى عنصر الإيمان في نفسك، لتلجأ إليه وتعاون معه للخلاص من ورطتك، فلا تلبث حتى ترى لصوص المخاوف قد أدبرت من الباب الخلفي؛ لأن جنود الأمل والخلاص قد ولجت أبواب القلب واحتلت حنايا النفس!!

إننا جميعًا عرضة لأن تقع تحت تأثير المخاوف. فكم من أخطاء وذكريات تبعث المخاوف في نفوسنا فنخشى تغيير الأحوال القائمة وتحولها إلى أردأ. على أن الماضي يجب ألا يكون فخا لجهودنا ولا قيدًا لنشاطنا ومشروعاتنا. إذ علينا أن نتذكر أن حياتنا ليست في أمسنا بل هي في غدنا. فلنترك ما مضى من فشل وخيبة لتتطلع إلى المستقبل بعين الرجاء ولنتقدم إليه بروح الإيمان والأمل.

هنالك من يقف إلى جانبك دائمًا!! وهو لم يجعل من نوااميسه فخاخا لأهلك الإنسان وتدمير حياته، حاشا. وهو ليس بالموتور يتحين بالفرص لإنفاذ ثأره القاتل في الإنسان، كلا. بل هو تعالى أحكم من أي معلم على الأرض، وأكثر حنانًا وعطفًا من الأم وأشد رحمة من الطبيب وأكثر قدرة من أي قائد أو زعيم! هو المحب الأعظم بل إله المحبة! هو المحرر الأكبر بل روح الحرية! وما فضائل الحياة البشرية إلا قيس من نوره الوضاء وشعاعة من عظمتة الفائقة!!

إن معارك العالم الحاسمة إنما تدور رحاها في العقل! وقد كان الجنرال فوش المثل الأعلى للقائد في عزمته وفي ثقته بنفسه، يقول لجنوده: "إن المعركة الخاسرة هي التي تعقد إنك لا تستطيع أن تكسبها" وكان جنوده يرددون العبارة التي اقتبسها عن هاملت: "لا يوجد شيء طيب أو ردي إلا ما جعله التفكير كذلك" وكان القائد

الفرنسي بوجو يقول: "إن القوة المعنوية هي سيدة الجيوش".

لقد كانت للنفوس الكبيرة من خيبات الماضي وفشله، ما أشعل نيران العزيمة، وحفز القوى للعمل فقامت بالصنائع العظيمة التي أدخلها لهم التاريخ.

إن من يفهم علم النفس الحديث لا يعرف في الفشل إلا درجاً يرقى به إلى نجاح عظيم وفوز باهر، فإذا ما صادفت اليوم فشلاً فإنما أفهم إنني أخطأت المحجة فأسعى لسلوك الطريق الوحيد طريق الحق والفلاح.

إننا إذا ثبتنا أنظارنا على هدف مطامحنا، كانت وهاد الأغلاط التي تقع فيها، وأنهار سوء الحظ التي تعترض طريقنا، وأعاصير المشقات التي تعصف بحياتنا وزوابع المقاومات التي تضاد حركاتنا هي المواد التي تقيم منها بنيان نجاحنا. فإن عظمة النفس البشرية تسمو فوق كل العقبات وتهزأ بكل العراقيل!

ألا تعلم أن فردريك الأكبر وشارل الثاني عشر هربا من أول معركة خاض كل منهما غمارها، بدافع الخوف واليأس الذي ملأ قلب كل منهما؟! ولكن عندما تغلب كل منهما على هذه العوامل القاتلة، عاد إلى الميدان يقود كل منهما جيوش القوى المعنوية في داخله فانتصرا وانتصرا وخلدت صحائف التاريخ ذكراهما وانتصاراتهما.

فلنواجه معارك الحياة بشجاعة وإقدام من يعرف أن الفوز مؤكد،  
وأنه إذا صادفتنا هزيمة أو هزيمتان فما هما إلا تأجيل لانتصارنا  
النهائي الذي لا بد منه!! لا ترسم الخطط لأي نوع من أنواع التفهقر،  
بل فكر فقط في هدفك ومقصدك الأخير؟ لا تفكر في التفهقر بل  
أنقذ الموقف بفكرة الظفر والانتصار. على أن تراجعك لا يعد هزيمة  
دائمة بل حشدًا لقواك لتخوض معركة أخرى من معارك الاختبارات،  
وأعدادًا لمواهبك وملكاتك لتسير في طريق الظفر النهائي!! فإذا كان  
منظارك إلى المستقبل قد تلطخ بالسواد والرماد، فقوة الإيحاء  
تستطيع أن تصقله كأحسن ما يكون المنظار صقلًا ووضوحًا!

إن إنماء ملكة الشجاعة في نفس الطفل إنما يكون بتدريبه على  
الثقة بنفسه، ومداومة إيحاء الشجاعة إلى عقله. ولفت نظره إلى  
أعمال البطولة والأقدام، وإطلاعه على سير الأبطال وتحبيبهم إلى  
قلبه حتى تتكون في نفسه صورة فعالة لهذه الصفة الفاضلة.

إذا كان الجزر ينحسر على شاطئ حياتك فيبدو قفرًا من مال  
تستعين به في تجارتك أو نفوذ تستخدمه في معاملاتك أو أمل تعلق  
به نفس، أو نجاح يشبع مطامحك، فاعلم أنه بعد حين يأتي المد  
بمياهه الجياشة فيرتفع مقياس نجاحك وتنغمر حياتك فيفيض  
فلاحك، وتشعر بالحيوية تملأ القلب نشاطًا وتبعث في الروح  
حماسًا. فالأمواج التي اكتسحت معها أمانيك وآمالك فتركتك يائسًا

فأشلاً، سوف تعود إليك بالآمال مجددة وبالأمانى متممة!! وها سير رجال الأعمال وأصحاب النفوذ من سلسلة وحكام ترى فيها آثار المد والجزر ظاهرة: تحدثك بأن الأحوال لا تدوم على حال، بل هي في تغير وانتقال، تجاري الحياة في سيرها والإجرام في دورتها!!

ها أنت في بحر الحياة. إذا رأيت موجة تجذبك إلى جوف أليم. فأعلم أن لجة عظيمة سوف تدفعك إلى شاطئ الأمان والسلام!! وإذا انكسر مجذاف الأمل وتحطم، فإن الجزء المتبقي منه سيكون أداة الإنقاذ والخلاص، ينير بصيصه قلباً أظلمته الأهوال ونفساً أحزنتها الآلام!!

هل ألقىت جهودك على وجه المياه يائساً من عودة ثمارها إليك؟ أعلم أنك سوف تلقاها مضاعفة بعد أيام قليلة أو كثيرة! هل ذهبت لندفن الآمال ولتودع القبور أمانيك؟ أعلم أنه لا بد أن يأتي يوم تقوم فيه حياتك من رقاد الفشل واليأس لتحيا حياة الأمل والرجاء!

إن الإنسان بطبيعته قلق متسرع، يريد أن يحصد ثمار الحياة قبل نضجها، بل يريد استنبات البذور قبل أن تجتاز دورها في باطل الأرض! أما الطبيعة المادية والروحية فلا تعرف إلا نوااميسها وسننها، فلا تقدم ثمارها إلا في الأوان! فإن أردت النجاح فعليك بتعرف قوانين الكون والتوافق معها متوخياً الصبر والانتظار للحصول على نتائجها!

إن القوة التي تستبين بها في الحياة، لا تأتيك من الخارج، لأنها  
كامنة في أعماق نفسك، وها علم النفس الحديث يتقدم لك وسائل  
الانتفاع بها واستغلالها! وهو يعلمك كيف تصغي إلى قنابل الأتعاب  
عندما تطلق وإلى جمل المصائب عندما تنفجر، وكيف تتوقى  
أخطارها، فتحفظ حصون حياتك من الانهدام وقلعة نفسك من  
السقوط!!

إن نجاحك وانتصارك إنما يتوقف أولاً وأخراً على الإيحاءات  
التي توجهها إلى نفسك: فلن تصيبك الهزيمة إلا عندما تظن أنك  
هزمت، ولن ينال منك الفشل منالاً إلا عندما تعتقد أنك فشلت،  
ولن تفقد ما بيدك إلا عندما تفكر في أنك خاسر ما ربحته!! فهي  
العقيدة في الفشل تجلبه وهو الإيمان بالنجاح والظفر يحققه، فالأمر  
إيحاء وعقيدة! فاستمد الوحي والإيمان من مصدرهما الخالد الأبدى  
لتحيا وتحرك وتعمل وتظفر!!

**الإيحاء الكاذب - حفل حاشد في سينما أو دار تمثيل،**  
السكون مخيم والانتباه محصور في الأدوار المعروضة! يقفز أحد  
المحاضرين من مكانه راكضاً نحو الباب، صارخاً: النار! النار!  
(وليس في الواقع من نار!) فماذا يكون من أمر المحتشدين؟ جلبة  
وصياح، تدافع بالمناكب، ضغط شديد يتجه إلى الباب للخلاص  
والنجاة! نساء تخور قواهن ويغمي عليهم! يختنقون من دخان النار

الموهوم! وما هذا كله إلا من أثر الفزع الذي بعثه في نفوسهم إحياء  
الصرخة الكاذبة!

**العدوى العقلية -** قد تكون العدوى عقلية! أكثر منها  
جسمية فكم من إحياءات نوجهها إلى أنفسنا بالعدوى فلا نلبث  
حتى نجد أعراضها في أجسامنا!! ويلاحظ في أوقات انتشار  
الأمراض المعدية اشتداد أثر الإحياء الوهمي بين الناس حتى ليخيل  
إلى الكثيرين منهم أنهم أصيبوا بالعدوى!!

**الوهن النفسي -** ولكم تصيب رجال الفكر حالة باطنة  
تصور لهم أن عجزاً أصابهم عن ملاحقة الخطة التي ترسموها في  
الحياة وأنهم على شفا جرف الانهدام، على أن هذه الفكرة الخاطئة  
قد تنشأ عن ضعف أصاب جهازهم العصبي نتيجة إجهادهم للفكر  
واعتصارهم للعقل، فيوهن مطامعهم ويضعف إيمانهم بالحياة  
والجهاد. ولكن علاج العقل بالراحة والإحياءات المناسبة يعود بهم  
إلى الحالة الطبيعية فيستأنفون جهادهم ويتابعون سيرهم في طريق  
العظمة والطموح.

**علاج الأمراض -** حيث لم تجد الحبوب نفعاً ولم تحدث  
المياه الملونة أثراً ولم تصل سموم العقاقير أو سلاح الجراح إلى  
نتيجة نافعة، حاول تجربة الإحياء العلاجي إذ تستطيع به إعادة  
المدد الذهني الذي نضب وارجع حالة التفكير إلى وفاق ووثام

ويقول شكسبير "هو العقل يجعل الجسم غنياً دسماً!!".

**علاج النفس -** إن من يفهم قوانين الإيحاء لا يرضى بعقله أنم يكون مسرحاً لوطاويط الاضطراب والارتباك ولا لنفسه أن تكون ديجوراً تحلك فيه ظلمات اليأس والقنوط. فها أصحاب الفكر الحديث قد خلقوا بطرائقهم الرائعة إيحاءات قوية تبعث في المعنى قوة وفي الفاشل أملاً وفي الضعيف المتردد شجاعة وأقداماً فيجعل من النبات الحقيير شجرة ضخمة وأرفة، ومن الزهرة المقفلة أصص الرياحين وأكاليل الورد، ومن كل منظر يعرض له جمالاً ورواء، ومن كل صوت يتسمعه موسيقى رائعة وفناً مبتكراً!!

فإذا كانت الأفكار هي المسيطرة على مصير حياة الإنسان الجسمية والمادية والروحية، وإذا كنا مساقين في طريق الهلاك وتدمير القوى المعنوية بدلاً من تغذيتها وتنميتها. فإن الإيحاء، إذا ما لجأنا إليه، يأتي إلينا حاملاً بشائر فرح عظيمة يقشع من جو النفس غيوم الانقباض والضيق وذلك عندما تحدث كيمياء التفكير الصائب عملية تفاعلها في أفكار الفشل فتبلورها إلى بلورات صقيلة براءة تنبعث منها أشعة القدرة والإمكانية مقرونة بحرارة الأمل المتأجج والرجاء الواثق.

**الفقر والغنى -** إن إيحاءات الفقر والعوز تحرمنا من خيارات كثيرة أعدتها لنا الحياة. لأن اعتقاد الإنسان بأنه فقير والفكرة التي

تتملكه بأنه سيظل فقيرًا من شأنها أن تغل جهوده وتغشى بصره فلا يرى فرص النجاح القائمة أمامه. فإيحاء الفقر إذا ما ساد عقل الإنسان ونفسه جذب إليه الظروف والأحوال والأشخاص والبيئات التي تكفل دوام حالة الفقر. فيجدر بالفقر بدلاً من التضيق على نفسه وتوخي الاقتصاد المضي في معيشته أن يوجه إلى عقله إيحاءات النجاح والتوفيق والكسب والوفرة حتى إذا ما كفل لها الجو الملائم تحولت إلى حقيقة مادية وظاهرة واقعية.

**البطالة والأزمات** - هذا عاطل خلو من العمل إذا ما استسلم للإيحاءات السوداء التي تسود حالة البطالة، تولاه يأس قاتل وحمول شديد يكفل دوام حالته. على أنه إذا غير موقفه العقلي واستعادة ثقته بنفسه وبالحياة وعاوده الحماس القديم - عن طريق الإيحاءات المشجعة المقوية - أمكنة أن يتخلص من بؤسه ويعود إلى ميدان العمل في جد ونشاط.

ويلاحظ علماء الاجتماع أن كثيرًا من الأزمات يكون سببها في الغالب نفسيًا، وتكون له عدوى عقلية، تسري إلى أفراد الجماعة فتجعل منهم مأزومين متضيقين، حتى من كان منهم من الأغنياء أصحاب الثروات الطائلة.

لا سبيل إلى التخلص من البطالة والفقر إلا بتغيير الإيحاء فيتبعه تغيير الحياة. ألا تعلم أن الرحل اليائس المقنوط الفاتر الهمة المثبط

العزيمة يصد عن نفسه العمل بدلًا من أن يجتذبه إليه؟ ألا يصد عن نفسه ثقة الآخرين عوضًا عن اكتسابها؟ ألا يدفع صداقة الغير ومعاونتهم مع أنه كان أحرى به أن يكون موضوع اهتمامهم؟ فإذا كنت من هذا الصنف اليائس وتريد الخلاص مما تعانيه، فأعلم أن السبيل إلى تغيير نفسك وعالمك إنما هو بتغيير إحياءك.

**الوقاية من الجنون - إن الإحياء الصحي كثيرًا ما يمنح عن أصحابه أنواعًا من الجنون.** فلکم ساقط الأفكار الظلمة المشوشة إلى الجنون أو الانتحار؛ لأن ما كتبه أصحابها في عقولهم الباطنة من أحوال اليمية وذكريات مريرة وفشل المشروعات وسقطات الحياة وأحزانها وسوء طالعها، لم تحتمله نفوسهم الباطنة فانفجرت جمعها في جنون أو انتحار!! أما الإحياء الصحي فيخرج من قرارة الباطن تلك الرواسب القاتلة لحيوية الإنسان المميته لنشاطه ويحل محلها عناصر جديدة وروحًا جديدًا بوجهه إلى أن يحيا الحياة على خير ما أريد به أنه تكون !

**سلاح الإحياء - الإحياء سلاح الإنسان في الحياة.** فإن أحسن استخدامه في دفع مهاجمات الحياة والتغلب على مصاعبها اكتسب المعركة وكلل بالنصر. وأما إذا ألقى بسلاحه مسلماً إياه إلى أعدائه: الخوف، اليأس، القلق، فقدان الثقة بالذات والاعتماد على النفس... فإنه يجر على نفسه الهلاك والوبال. فإن من يوحى إلى

ذاته إحياءات اليأس القاتمة مثله مثل من يطعن نفسه بسلاحه ويقضي على حياته بيده!! فهو يرفض هبة الحياة ويحول عونته إلى حرب وعضده إلى مقاومة فيخرج من الميدان مصابًا مهزومًا، وقد كان في تناول يده أن يكون ظافرًا منصورًا !

وقد تناول علم النفس الحديث علاج أحوال خطيرة من الأرق، وذلك عن طريق إعداد إحياءات مناسبة توجه إلى عقل المريض الباطن، وقد نجح في شفاء حالات مرضية مزمنة قضى فيها المرضى ما بين العشرين والأربعين سنة، ومنهم من كان يتعاطى المواد المنومة ومع ذلك ما كان يتاح له إلا فترات قصيرة من النوم.

### **قوانين الحياة ونواميس المعيشة - إن أتباع العلاج**

الإيحائي لا يعفي الإنسان من مراعاة نواميس الحياة وقوانين المعيشة. لأن الإيحاء وهو قانون طبيعي من قوانين الحياة النفسية يلتزم احترام كافة القوانين الطبيعية الأخرى متخذًا خير الوسائل التي تمكنه من الانتفاع بها وتجنب الاصطدام بقواعدها. فإن نحن أردنا أن نجعل لمبادئ الإيحاء أثرها في حياتنا وجب أن نتعرف بكافة القوانين التي تتصل بكياننا ونحنك بها في معيشتنا وأن نوفق ذواتنا للعمل بموجبها. ولاسيما القوانين المتعلقة بالغذاء فهي أجدر بالاهتمام؛ لأن ما يقرب من ثمانين في المائة من الأحوال المرضية يمكن التغلب عليه باتباع الغذاء المناسب.

وهكذا يشير أصحاب العلاج النفسي بطريق الإيحاء على من يتبع منهجهم أن يعمل جهده لتوفيق نظام معيشتة مع الإيحاءات التي يوجهها إلى عقله الباطن، وإلا كان ما يأتيه في حياته الخارجية من أعمال وتصرفات مناقضة للإيحاءات، سبباً في مقاومتها وتعطيل تأثيرها إن لم يؤد إلى أبطال مفعولها إطلاقاً فإن وجهت إلى نفسك إيحاءات لشفاء أمراض المعدة وعسر الهضم وجب عليك في هذا الأثناء إلا تناول الأطعمة العسرة الهضم وإن كنت تريد علاج أمراض الصدر بطريقة الإيحاء، فلا تعرض نفسك للهواء الرطب الذي يحدث أزمة صدرية، ولا تدخن التبغ لأنه يزيد الحالة سوءاً.

وإن كنت تستخدم الإيحاء لشفاء الأرق فابتعد قدر الإمكان عن تناول المنبهات كالقهوة والشاي، وإلا كان مثلك مثل من ينييد ويهدم بالأخرى ما بناه!!

إن الحياة كما خلقها الله سبحانه وتعالى متوافقة النواميس متناسقة القوانين، ليس منها ما يصطدم بغيره أو يثور ضد نفسه ولذا نرى الحياة الخارجية سالكة في انسجام بديع وتوافق عجيب.

أما الإنسان فلانة جمع في نفسه عدة طبائع بل عدة دوافع وعوامل، فهو بحاجة دائماً إلى التوفيق بينها حتى ينعم بحياة الهناء والسعادة. ولكنه إن عجز عن السيطرة عليها وأعوزه تنسيقها، تنافرت طبائعه وتعاركت عوامله واصطدمت غرائزه واشتبكت قواه في

حرب خطيرة تتجلى آثارها فيما يلاقه من أسقام وأمراض جسمية ومقلقات ومتاعب نفسية وهموم وارتباكات عقلية.

ولما كان علم النفس العملي قد أخذ على عاتقه الاضطلاع بالمهمة الحيوية، مهمة الحياة الهنيئة السعيدة يقدمها لمن يطلبها برغبة خالصة وعزيمة صادقة، فقد جعل من وسائله "الطريقة الإيحائية" للتوفيق بين عوامل الحياة الإنسانية المتعددة وإقامة اتحاد تام بينها لتتجه في عملها إلى غاية واحدة هي خير الإنسان وصلاحه.

## الفصل السابع

### الإيحاء الذاتي

قلنا في كتابنا "التنويم المغنطيسي" إن هنالك نوعًا من التنويم يسمى "التنويم الذاتي" يقوم فيه الشخص بتنويم نفسه، قد عرفته الأمم القديمة حيث نراه بين "الفقراء" من الهنود وبعض الشيع الدينية.

وقد نجح في ممارسته العلماء المتأخرون فنوموا أنفسهم متبعين الطريقة التي يسلكها المنومون في التنويم، على أن يقوم الشخص بالإيحاء إلى نفسه بما يريد وبالوقت الذي يبقاه في حالة النوم المغنطيسي الذاتي قبل أن يدخل فيها. ويعود الأطباء النفسيون مرضاهم على التنويم الذاتي حتى إذا ما هاجمتهم نوبة المرض أمكنهم تنويم أنفسهم والإيحاء إلى ذواتهم بزوال المرض.

وقلنا أن الإيحاء في جوهره عملية اتصال بين شخصية أو أخرى، تجري فيها شخصية ما تأثيرًا أدبيًا على شخصية أخرى تميل إلى قبوله قناعة راضية. وأما الإيحاء الذاتي فهو العملية التي يستطيع بها الشخص أن يحدث في نفسه نتائج شبيهة بتلك الآثار التي يحدثها الإيحاء.

ويرى الدكتور فرنيسي أن النشاط الجوهرى العامل في أحداث نتائج الإيحاء إنما مصدر الشخص الموحى إليه (أو النائم مغنطيسيًا) وليس شخص موجه الإيحاء (أو المنوم) ومن ثم كان كل إيحاء في جوهره إيحاءً ذاتيًا. وهك حالة الخوف مثلًا لذلك كما يقول مكدوجال: لو قابلت دبًا ثائرًا في الغابة وركنت إلى الفرار خوفًا، فمن الحق أن أقول أن النشاط الذي يغذي جهدي للركض والنجاة إنما يأتي من داخل جهازي البشرى، وليس مستمدًا بأي حال من الدب، وإنما الدب هو الذي أثار هذا النشاط داخلي - كما يشير موجه الإيحاء النشاط النفسى داخل الموحى إليه - ولكن ليس من الحق أن يقال أنني ألهمت نفسى بالخوف، وإن ليس للدب أثر في الموضوع أو أنه لعب دورًا ثانويًا في تمثيل درامًا الهرب. وبعد المسيو أميل كويه بطل الإيحاء الذاتى الذي جعل همه تعليم المرضى الذين يقصدونه كيف يمارسون الإيحاء الذاتى، وها عبارته الشهيرة:

Every day in every way (respect) I am better and better.

وترجمتها "كل يوم من كل وجه أنا أحسن فأحسن" قد صنعت معجزات الشفاء بطريقة الإيحاء الذاتى الخالص. ولقد صدق المسيو كويه فيما قرره من أنه قد عاون الكثيرين على نوال الشفاء. وما كان كويه نظريًا، بل سلك عن طريق العمل مقتصرًا على تطبيق أساليبه بإيمان الوثائق في نتائجها.

ومع تسليم مكدوجال بنتائج "مدرسة الإيحاء الذاتي" نراه يرجع الإيحاء الذاتي إلى إيحاء خارجي. إذ قيل أن يوحى الشخص إلى نفسه إيحاء ذاتيًا، لا بد وأن يكون قد تلقى إيحاء من الخارج يدفعه إلى ذلك. وطريقة الإيحاء الذاتي أن يكرر الشخص في أوقات استرخاء العقل والجسم نصًا مناسبًا تكررًا شفويًا.

والإيحاء الذاتي ليس بالأمر المستحدث بل يرجع إلى العصور القديمة، إنما يرجع الفضل في تبسيطه إلى المسيو كويه الذي قدم للعالم أكبر الخدمات بتجاربه التي أجراها في عيادته الطبية بنانسي وقد كان كويه ذاته أكبر برهان مقنع ودليل صادق على قوة الإيحاء، إذا كان هذا الرجل العظيم رغم إصابته بمرض القلب الخطير يجول العالم كله مجهودًا نفسه في العمل حتى وافته المنية في التاسعة والستين من عمره.

وسنعالج موضوع الإيحاء الذاتي بما يستحقه من إيفاء وإسهاب نظرًا لأهميته العملية في حياتنا، وعلى الأخص باعتباره طريقة من طرق العلاج الذاتي للأحوال النفسية والأمراض الجسمية. وهاك عينة من الإيحاءات التي يستخدمها أصحاب الفكر الحديث:

الجمال والسلام يملآن قلبي - أن حر طليق وشجاع مقدام ها  
عصير الكون أكسير قوتني، وفيض الوجود يغمر حياتي لها جسمي  
ملك لي، أمدته بالصحة من نبع الروح الصافي.

من يكدرني؟ ومن يعاديني؟ وأي عداء يقفون أمام روعي؟ ها  
سرحي يومض نوراً ورجائي يبعث شعاعاً.  
إن تلك الابتسامة الباهرة المتألقة تذيب قوات الشر!  
بل تملأ القلب نشاطاً وتمنح النفس قوة!  
ها المجد يهبط من الكرة العليا ليتوج الروح بإكليله!  
ها سماء الوجود الصافية تبعث أشعة الحب والسلام والفرح  
والقوة.



## الفهرس

٥	تقديم: الإيحاء النفسي والذاتي .....
١٣	تمهيد .....
٢١	الفصل الأول: قوانين الإيحاء .....
٤٠	الفصل الثاني: آثار الإيحاء .....
٥٧	الفصل الثالث: شخصيات إيوائية .....
٦٨	الفصل الرابع: آراء وتجارب .....
٧٧	الفصل الخامس: الإيحاء والحياة الاجتماعية .....
٨٤	الفصل السادس: الحياة والإيحاءات .....
١٠٤	الفصل السابع: الإيحاء الذاتي .....