المقدمـــة

«أنا آسف جدّاً، لكن يجب أن أقول لك ببساطة، كم أنا حانقٌ لأنني لا أستطيع أبداً الاعتماد عليك».

«أستطيع فهم ذلك، إنما لا يقع الذّنب عليّ. توجّب علي أن أنجز بعض الأمور التي لم يكن بإمكاني تأجيلها».

«حسنا، غير أنه لم يكن لزاماً عليك إعطائي وعداً بذلك».

«أعرف هذا، كانت خطيئة ارتكبتها، فحين وافقتك، كنت أعتقد أنه بإمكاني تحقيق ما قطعته على نفسي».

من الجائز أن يستمر هذا الحوار إلى ما لا نهاية، ويبدو هذا النوع من الحوار مألوفاً لنا، لأننا نعرفه من خلال حياتنا اليومية وبأشكاله المتعددة.

هذا ما كان يحصل لي، إلى أن لم يعد بالإمكان إلاّ أن أدرك الوظيفة المتعددة لتعابير الاستخدام اليومي وذلك من خلال العمل الذي كنت أمارسه في المعالجة النفسيّة مع مختلف الأشخاص.

لقد أدركت من خلال الاتصال مع زبائني إلى أي مدىً

يمكن أن يؤثر الاستخدام السلبي اللاشعوري، على حياتنا وواقعنا المعيش. ليس فقط في كياننا الذاتي، وإنّما في صلتنا الاجتماعية.

وتردُ سبعة من الخمسة عشر تعبيراً المتداولة في الحوار الذي بدأنا فيه المقدمة:

لكن،
يجب
حانقٌ على
كلاّ
يعتمد على
الذنب
الخطأ

أما التعابير الثمانية الأخرى فهي:

المزيد
القرارات
الأخذ والعطاء
الضمان
الهموم
المحاولات
الثقة
الوقت

إننا نجعل حياتنا صعبةً على نحو غير ضروري بهذه التعابير المألوفة لنا والمتداولة دون وعي منا. فباستخدامها لا يفوتنا فقط أن ندرك بطريقة واعية ونفهم ما الذي يحدث في أنفسنا، بل نعيق إرضاء حاجاتنا وتحقيق رغباتنا.

لا ندّعي أن القائمة أعلاه كاملة. ولكن إذا عالجنا بوعي وإدراك الجمل، فإنه ستتضّح الدلالات المتعددة وينكشف خطأ استعمال هذه التعابير في اللغة الشائعة، وقد يتبادر إلى ذهن أحدنا «لكن ما الذي سأجنيه من ذلك» وهاكم بعضاً من إجابات زبائني:

«وأخيراً أستطيع أن أقول نعم لنفسي ولحياتي».

«لقد كان جزّاء ذلك أن تغيّر إدراكي النفسي ووعيي بصورة كاملة».

«تولّد لدي إحساس ولأول مرة بأن الآخرين يستمعون إليّ ويفهمونني».

«فجأة أشعر بنفسي بأنني إنسان حرّ».

ففي الوقت الذي نختبر فيه تأثير جملنا المُقالة على كياننا بشكل أكثر تمعّناً، نكتشف أنه كان لها في وقت من الأوقات في حياتنا وظيفة حماية. ونرغب نحن أن نحافظ على هذه الحماية عندما لا نحتاج إليها إطلاقاً أو حين نجعل أنفسنا عثرة في طريقنا إليها. ذلك أن الاستخدام غير المتروّي لهذه الجمل يشكّل سدّاً يعيق الاتصال مع أنفسنا ومع الآخرين.

وكلّما تمكنّا من تسليط الضوء على مقولات وتأثيرات التعابير هذه، كلما تيقّظ وعينا لها. ومن المسلّم به أن وعينا يحددُ كياننا، لذلك ستكتسب بعض هذه التعابير مضامين جديدة. وقد يختفي بعضها من متْنِ لغَتِنَا وتحلُّ جملٌ أخرى في موقع آخر تجعل الاتصال المباشر والحقيقي جائزاً.

لقد كانت التغييرات المفاجئة والتي لا تصدق التي طرأت على نوعية حياة زبائني من خلال الإفصاح عن مكنونات جمل التخاطب اليومي، مدعاةً أساسية لي كي أنجز هذا الكتاب.

ويعالج كلُّ فصل تعبيراً. وسيكون من السهل وصف التأثر اللاشعوري لاستخدام الكلمة المعمول بها إلى الآن للتّحدث وجعله مفهوماً. وطريقة الاستخدام هذه هي التي تجعلنا نزيّف مقولاتنا عن غير قصد، ونضلل بها أنفسنا وغيرنا. كما أننا سنعمد إلى وضع تعريف جديد لمعاني ومفاهيم كل من التعابير التي سنتطرق إليها في كتابنا هذا.

وسيوضح الجزء الثاني من كلّ فصل كيفية التوصل إلى وعي وتفهم ذاتي أفضل لا بل جديدٍ تماماً، وبطريقة سهلة عبر الاستعمال الواعي للغة، وعن طريق التمارين ومجالات الاستخدام المحددة.