

باب العلاج بالفتراوة

أطوار الاستبصار في التحليل

ملخصة عن كتاب K. Horney و Self Analysis حلل نفسك

بقلم الدكتور صبرى جرجس

طبيب بمستشفى الأمراض العقلية بالعباسية *

ليس من الضروري أن تكون أهم النزعات هي التي تظهر عند بدء التحليل ، وسيتضح معنى ذلك من الإشارة إلى حالة كلير . جاءت كلير للعلاج وهي في سن الثلاثين ، وكانت تشكو من تعب يعطل عملها ويعوق حياتها الاجتماعية ، كما كانت تشكو من ضعف الثقة بنفسها . كانت رئيسة التحرير لإحدى المجلات وكانت تطمح إلى كتابة قصص وروايات تمثيلية ولكن طموحها كان مشوباً بصعوبات لم تستطع تذليلها . كان من السهل عليها أن تؤدي أعمال الروتين أما ما عدا ذلك من العمل فكان عسيراً عليها ، وكانت تعمل مجزهاً هذا بتجربتها من هبة التأليف والخلق . تزوجت كلير في سن الثالثة والعشرين ، ومات زوجها بعد ثلاث سنوات . وبعد الزواج كانت على علاقة برجل آخر ، وقد استمرت هذه العلاقة أثناء التحليل ، وكانت علاقتها في الحالتين مرضية من الناحية الجنسية وغيرها .

يمكن تقسيم الأطوار التي مر بها تحليل كلير إلى ثلاثة :

- (١) طور اكتشاف تواضع قهرى .
 - (٢) طور اكتشاف اعتماد قهرى على صديق .
 - (٣) طور اكتشاف حاجة قهرية لإرغام الغير على الاعتراف بتفوقها .
- ولم تكن هذه النزعات ظاهرة لنفسها ولا للغير .

(١) الدلالة على وجود التواضع القهرى :

يمكن الاستدلال عليها من نزعتها إلى الغض من قيمتها ومقدراتها ، فإنها كانت

تنكر مواهبها بشدة ، وتصمم على تجاهل ذكائها وجمالها ومواهبها . وفي الوقت نفسه كانت تنزع إلى المبالغة في تقدير الغير وفي رؤية تفوقهم عليها . وإذا اختلفت مع أحد كانت تضع نفسها دائماً في جانب الخطأ . ومما يذكر أنها لم تعترض على علاقة زوجها بامرأة أخرى على الرغم مما احتملت في ذلك من ألم ، بل على العكس التمت له الأعذار في تفضيل المرأة الأخرى على زعم أنها تفوقها جاذبية . وكانت تجد إنفاق المال على نفسها من الصعوبة بمكان : كانت إذا سافرت بصحبة الغير تلتذ إنفاق المال في الترف والبذخ ، ولكنها وهي بمفردها كانت لا تستطيع أن تنفق على الأسفار والملابس والكتب والملاهي . وكان عملها في المجلة التي تشرف عليها يقتضي منها أن تصدر كثيراً من الأوامر ، ولكنها كانت تجد إصدار الأوامر عملاً شاقاً ، وإذا أرغمت عليه فإنها كانت تصدر أوامرها بما يشبه الاعتذار عنها .

هذا التواضع القهري كان يجعلها تنكر على نفسها مكان الصدارة ، وقد نوقشت هذه النزعة من حيث منشأها في الطفولة ومظاهرها ونتائجها والدور الذي لعبته في حياتها . في أي مناقشة كانت حجاج الغير تكتسحها بسهولة ، وعلى الرغم من صدق أحكامها فإنها كانت تشعر بالعجز عن نقد أي إنسان أو أي شيء إلا فيما يختص بعملها (التحرير) . وكانت نزعتها العصائية لعدم البروز ترى في كل شيء : لم تستطع مثلاً أن تتفوق في لعبة التنس ، وكانت تنسى نفسها أحياناً فتوشك أن تغلب ، ولكن سرعان ما كانت تدرك ذلك حتى يسوء أداؤها فتضرم . كما أنها كانت تعطى لرغبات الغير من الأهمية أكثر مما تعطى لرغباتها ، فكانت على سبيل المثال تأخذ أجازتها في الوقت الذي لا يحتاج فيه أحد إلى أجارة ، وتقوم بأكثر من عملها مؤدية عن الغير بعض واجبه إذا أظهر شيئاً من التبرم بالعمل المنوط به .

كانت النزعة إلى الحد من التوسع في أي اتجاه تعد في رأيها تقديراً « واقعياً » ، ولكن هذه النزعة كانت بعيدة عن الواقعية الحقة ، لأنها كانت تجعلها تحيا دون المستوى الذي ينبغي لها في جميع النواحي : الاجتماعية والاقتصادية والمهنية والروحية . النتائج العامة لهذه النزعة كان هبوطاً مطرداً في الثقة بالنفس وتبرماً عاماً بالحياة

لم تكن تدرك وجوده ولم يكن يظهر إلا في مسائل تافهة ، أو في نوبات مفاجئة من البكاء تعاودها بين الحين والحين دون أن تدرك لها سبباً . فلما أدركت دلالة هذه السمات بدأت رويداً تستعيد ثقتهما بنفسهما وتجذ الشجاعة لتقرير رغباتهما وآرائها .
(٢) الأدلة على وجود نزعة قهرية للاعتماد على صديق :

لم تكن تدري بوجود هذه النزعة قط ، ولا أن علاقتها بالرجال كانت قائمة على أسس خاطئة ، وكان رأيها في الرجال طيباً ، ولكن ثلاثة عوامل أشارت إلى وجود هذا الاعتماد القهرى ، وهذه العوامل هى :

أولاً : كانت تشعر بوحشة شديدة كلما قطعت علاقتها ، ولو مؤقتاً ، بإنسان عزيز عليها .

ثانياً : فى جميع هذه العلاقات كان العالم بأسره تضعيع قيمته فى نظرها ولا يكون إلا للشخص الذى تقوم علاقتها به وقتئذ أهمية لديها . فكانت كل أفكارها ومشاعرها تتركز حول زيارة من هذا الشخص أو خطاب أو حديث . الساعات بغيره كانت جوفاء لو لم تشغلها بانتظاره ، وفى تلك الأثناء كان كل شئ آخر يفقد قيمته لديها (عملها ، علاقاتها الأخرى بالناس الخ)

ثالثاً : خيال رجل عظيم مسيطر تكون له بمثابة العبد ويمنحها كل ما تطلب .
كانت هذه النزعة ذات علاقة مزدوجة بالنزعة السابقة . فمن ناحية كان تواضعها القهرى من الأسباب التى تعلل حاجتها للصديق ، إذ أنها بحاجة إلى من يعنى بها ويدافع عنها ويرى قيمتها بعد أن عجزت دون ذلك . ومن ناحية أخرى كان يوجد صراع حاد بين تواضعها القهرى وبين الإسراف فيما ترجو من الصديق . وكان هذا الصراع اللاشعورى يدفعها إلى تشويه الموقف فى كل مرة تصاب فيها بالخيبة فيما ترجو . ففى تلك المواقف كانت تحس نفسها موضع معاملة جافة قاسية ، ومن ثم شعورها بالتعاسة والعداء ، ولكنها كانت تضغط هذا الشعور بالعداء خشية أن يؤدي إلى هجران الصديق وفقده ، على أن وجود هذا الشعور المضغوط كان من ناحية أخرى يؤثر على علاقتها بصديقها ، ويحول رجاءها فيه إلى مطالب انتقامية منه . وقد أدت الحالة إلى ما كانت تشعر به من التعب والعجز عن العمل المنتج .

(٣) الأدلة على وجود الحاجة القهرية للطموح والتفوق :

يمكن الاستدلال على وجود هذه النزعة في اللاشعور من سرورها لأى تقدير وخوفها من الفشل وقلقها من أى محاولة للعمل المستقبل . على أن هذه النزعة كانت أكثر تعقيداً من سابقتها .

إن حالة كليل تمثل ما يحدث فى العصاب عادة ، وكل تحليل ينبغى أن يمر بثلاث خطوات : اكتشاف النزعة العصابية ، الوصول إلى معرفة أسبابها ومظاهرها ونتائجها ، وأخيراً اكتشاف علاقاتها المتشابكة بالجوانب الأخرى فى الشخصية . وكل خطوة من هذه الخطوات الثلاث لها قيمتها العلاجية الخاصة .

(١) اكتشاف النزعة العصابية :

تتضمن المعرفة بوجود قوة دافعة فى اضطراب الشخصية . وهذه المعرفة فى ذاتها لها قيمة خاصة فى العلاج ، إذ يصبح الشخص أكثر اطمئناناً إلى حالته واستصباراً بها بعد أن كان تحت سيطرة قوة لا يدرك عنها شيئاً . وفى بعض الأحيان قد يكفى مجرد الكشف عن النزعة العصابية فى شفاء العصاب ، ولكن فى غالبية الحالات لا يكفى ذلك للوصول إلى تغيير شامل (لأن للنزعة العصابية قيمة ذاتية ليس من السهل على الفرد أن يتنازل عنها) ، ومن ثم يتعرض الفرد لصراع جديد بين الرغبة فى تغيير النزعة العصابية والرغبة فى الاحتفاظ بها ، ويبقى هذا الصراع لاشعورياً ، لكي يتجنب الفرد مواجهة رغبته فى الاحتفاظ بشيء ضد العقل والمصلحة . على أن هذا الطور السلبي لا يستغرق زمناً طويلاً ، وإذا كان التحليل يسير سيراً موفقاً فإن المريض يصل بعد قليل إلى التخلص من النزعة العصابية .

(٢) اكتشاف أسباب النزعة العصابية ومظاهرها ونتائجها :

يؤدى إلى تعزيز رغبة الشخص فى التغلب على الدافع الذى يسبب الاضطراب ، ولكن هذه الرغبة فى نفسها لا تكفى فى إحداث التغيير ، بل لابد من تعزيزها بما يتكشف عنه التحليل ، وبما ينتج عن عملية التحليل من تحرر من المخاوف والأوهام والقيود ومن زيادة الطمأنينة وتحسين علاقة الفرد بالناس .

وكما أدرك الفرد شوطاً من النجاح في فهم نفسه زادت رغبته في التخلص من عوامل التعويق .

(٣) اكتشاف العلاقات المتشابهة للنزعة العصابية مع جوانب الشخصية الأخرى :
القيمة العلاجية لهذه الخطوة تنحصر في أنها تحل العقد الخبيثة التي تربط النزعات العصابية بعضها إلى بعض ، وتكشف عن الوسائل التي يقوى بواسطتها بعضها البعض أو يتصارع بعضها مع البعض - أي أنها تؤدي إلى فهم الأعراض العصابية كالخصر anxiety والقوبيات والانهباط الخ .

وليس يكفي في العلاج النفسي أن نرى الصراعات بل يجب أن نرى البناء العصابي كله ، وقد تكشف الصراعات في دور مبكر من العلاج ولكن هذا لا يعنى الشفاء ، الذى لا بد للوصول إليه من فهم أجزاء الصراعات فهماً جيداً حتى يمكن إزالة أثرها .

نصيب المريض في عملية التحليل النفسى :

في تحليل النفس يقوم الشخص بدور المريض والتحليل معاً . وعليه كمرضى أن يواجه ثلاث مشكلات :

(١) الإفصاح عن الذات بواسطة الارتباط الحر :

ويقصد بالارتباط الحر أن يذكر الشخص كل ما يرد إلى ذهنه بصرف النظر عن تفاهته أو خروجه على الموضوع أو عدم اتساقه مع تيار الحديث أو سخفه ، أو مجافاته للذوق أو ما يسبب من مضايقة أو إذلال ، ولا يقتصر الارتباط الحر على الأفكار العابرة العامة وحسب بل يتناول أيضاً الأفكار الخاصة والذكريات : ذكرى التجارب والخبرات التى مرت به فى أى طور من أطوار الحياة ، رأى الشخص فى نفسه وفى غيره ، علاقته بالحلل والموقف التحليلي ، آراؤه فى الدين والأخلاق والسياسة والفن ، رغباته وخططه المستقبلية وخيالاته الماضية والحاضرة وأحلامه . كل شعور ينبثق أو يظهر كالولع والأمل والانتصار واليأس والراحة والشك والغضب ،

كل فكرة عامة أو خاصة . وقد يعترض المريض على ذكر بعض الأمور ولكنه ينبغي أن يذكر اعتراضاته بدلاً من التوسل بها لمنع الشعور أو الفكرة الخاصة . ويختلف الارتباط الحر عن الطرق المألوفة في التفكير والحديث في صراحته وعدم تحفظه وعدم توجيهه وفقاً لخطوة معينة وعدم الاختيار فيه ، وتتوقف الفائدة المستمدة من الارتباط الحر على الروح التي يؤدي بها وهي روح الصراحة والإخلاص والعزم الصادق على مواجهة المشكلات ، وإلا استحال إلى هراء يضل الشخص دون معرفة نفسه .

ولا يجب أن نخاف مما يكشفه الارتباط الحر ، ولا أن نتوجس من أننا قد نصل عن طريقه إلى احتقار أنفسنا ، فالواقع أننا لن نكشف إلا ما نستطيع احتماله . وليس الارتباط الحر بالمهمة السهلة ، فإنه قد يثير عند بعض الناس الخوف والكف لأنه يطأ منطقة المحرمات عندهم . وهذا الخوف بدوره يتوقف على النزعات العصابية الموجودة .

(٢) مواجهة المشكلات مواجهة مستنيرة :

أى الاستبصار بالعوامل التي بقيت حتى ذلك الحين في اللاشعور ، وليس الاستبصار عملية ذهنية وحسب ، ولكنه عملية ذهنية وانفعالية معاً . وقد يتضمن الاستبصار معرفة عامل مضغوط في اللاشعور ، أو معرفة دافع لا يدرك الشخص قيمته أو مداه أو أثره إدراكاً حقيقياً ، أو رؤية الارتباط بين عوامل لا يبدو أى ارتباط بينها في الظاهر .

هذا الاستبصار قد يسبب للمريض أشد الألم أو قد يهديه إلى الراحة المباشرة . وقد يسبق الألم فيه الشعور بالراحة ، لأن الاستبصار يتضمن التهديد بقرب زوال النزعة العصابية التي لا تخلو من قيمة ذاتية للمريض تجعله يحرص على الاحتفاظ بها . فالاستبصار في الواقع يهدد التوازن الموجود ، وكلما أسس الاستبصار أسس النزعة العصابية زاد القلق والألم وظهرت « المقاومة » لكي تعمل على الاحتفاظ بالحالة الراهنة كما هي .

(٣) تغيير العوامل الموجودة داخل الذات التي تعمل على اعاقه النمو :

هذا لا يعنى تعديل السمات الظاهرة فى السلوك وحسب (مثل استعادة القدرة على التحدث أمام حفل ، أو القدرة على الإنتاج المبتكر ، التعاون ، الفعل الجنسى ، التخلص من الخواف المرضية والانهباط) ، فإن تعديل هذه السمات الظاهرة يحدث من تلقاء نفسه أثناء التحليل الناجح ، وهو بعد ليس بالتغيير الجوهرى أو الأساسى . أما التعديل الأهم فهو الذى يقع داخل الشخصية ويرمى إلى مواجهة النفس مواجهة حقيقية واقعية (بدلاً من تفخيمها أو تحقيرها بغير مبرر مثلاً) .

هذه المشكلات الثلاث ترتبط إحداها بالآخرين فى علاقة متشابكة ، وكل واحدة منها تمهد لما بعدها ، فالإفصاح عن الذات يمهد الطريق للاستتصار ، والاستتصار يمهد الطريق للتغيير .

نصيب المحلل فى عملية التحليل النفسى :

عمل المحلل هو أن يساعد المريض على معرفة نفسه ، ولا بد لكى يصل إلى ذلك من أن يشمل عمله الجوانب الآتية :

الملاحظة : وهى لا تختلف كثيراً عن الملاحظة العادية ، وإن كانت من ناحيتها الخاصة تتصل بما يرمى إليه المحلل من فهم الدوافع اللاشعورية عند المريض .
الفهم : كل ما يقوله المريض أو يتبدى فى سلوكه يساعد على الفهم المرجو . ولا ينبغى التحيز فى تقدير قيمة بعض البيانات دون البعض الآخر ، فكل منها يحتمل أن تكون له نفس القيمة التى لغيره . ولكن هناك بعض أمور تشير إلى ما لها من أهمية خاصة عند المريض مثل البيانات التى يكررها المريض أو النتائج التى يتكرر وصوله إليها ، والتناقض فى انفعالاته أو المبالغة فيها (العنف ، عرفان الجميل ، الخجل ، الشك الخ) ، والأحلام ، وتحوله من التعاون إلى المقاومة ، والأمور التى يتجنب ذكرها أو يمر عليها مروراً سريعاً الخ .

التفسير . من المهم أن يتخير المحلل الوقت المناسب للإفضاء بتفسيره . والوقت المناسب هو الوقت الذى يستطيع المريض أن يفهم فيه التفسير وأن يتحمل مضمونه وأن يفيد منه .

المساعدة في التغلب على المقاومة :

المقاومة تعنى رفض التعاون ، والتعاون شرط أساسى لنجاح التحليل . وقد تبدو المقاومة فى صور ظاهرة أو خفية (مثل التأخر عن الموعد أو نسيانه ، طلب الراحة بضعة أسابيع . الارتباط السطحى ، المراوغة ورفض تفسيرات المحلل الخ) .
ويجب على المحلل أن يساعد المريض فى فهم المقاومة والاستبصار بالعوامل التى تؤدى إليها قبل التخلص منها ، وسيكون لمساعدة المحلل التوجيهية قيمة خاصة حين يصل المريض إلى الاستبصار بإحدى النزعات العصابية وإدراك القوى الدافعة فيها ، أو حين تعطل رغبته فى الاحتفاظ بالحالة الراهنة تقدم التحليل .

المساعدة الإنسانية العامة :

على أن التحليل فضلاً عما يتيح للمريض من معرفة سلوكه مع الناس فإنه يمدّه بعون إنسانى عام ، ويتجلى هذا العون بصفة خاصة فى السند الانفعالى الذى يلقاه المريض من المحلل فى وقت يكون فى أشد الحاجة إليه ، وقد يؤدى ذلك العون بالمريض إلى استعادة ثقته بالناس واطمئنانه إليهم بعد الريبة والتوجس .
ولا شك فى أن المحلل قيمة كبرى فى العملية التحليلية ، فكيف يمكن الغناء والاستعاضة عنه فى تحليل النفس ؟

إن ملاحظات المحلل أكثر دقة من ملاحظات المريض عن نفسه ، ولكن يعوض هذا النقص أن الإنسان يعرف نفسه أكثر مما يعرفه الغير ، وقد دلت تجارب التحليل على مقدار ما يستطيع الإنسان من فهم لمشكلاته .

وفى تحليل النفس يتصل الفهم والتفسير فى عملية واحدة ولكنها أقل شمولاً مما يحدث فى التحليل المعتاد ، ومن ثم فإن تحليل النفس يكون أكثر بطلاً وأقل دقة ، وإن كانت المقاومة فى التحليل المعتاد تعوق التحليل كثيراً .

على أناسنواجه هنا سؤالاً تتوقف على الإجابة عليه قيمة تحليل النفس أو فائدته وذلك هو : هل يمكن للإنسان فى تحليل النفس أن يتغلب على مقاومته ؟ مبدئياً

يمكن القول بأن هذا يتوقف على قوة المقاومة وقوة الدافع نحو التغلب إليها . ولكن السؤال الأهم هو إلى أى مدى يمكن التغلب على المقاومة ؟ وسنعرض للإجابة على هذا السؤال فيما بعد .

هل يمكن فى تحليل النفس تعويض العلاقة الإنسانية التى تربط بين المحلل والمريض وتجعل من التحليل شيئاً أكثر من مجرد وسيلة للتفسير ؟ لا شك فى أن هذه العلاقة على أكبر جانب من الأهمية ، ولكن إذا استطاع المريض الذى يحلل نفسه أن يجد صديقاً يطمأن إليه ويفضى له بخبراته ، أو إذا استطاع أن يراجع نتائجهم مع أحد المحللين بين الحين والحين ، فإنه يمكن أن يعوض هذا النقص إلى حد كبير . ولكن لا بد من القول بأن هذه الوسائل التعويضية لا تغنى عن المحلل غناء تاماً ، وأن غياب العون المستمد من المحلل لعامل من أكبر العوامل التى تجعل تحليل النفس عملية شاقة .

التحليل العرضى للنفس :

التحليل العرضى للنفس أمر سهل نسبياً ، وقد تكون له نتائج مباشرة طيبة . وهو شبيه بما يفعله الإنسان حين يحاول جاداً معرفة الدوافع الحقيقية فيما يشعر به أو يقوم بعمله ، دون أن يكون له إلمام كثير أو قليل بالتحليل النفسى .

وليس مما يدخل فى نطاق التحليل العرضى للنفس بناء الخلق العُصائى ، فإن هذا يقتضى تحليلاً مطولاً منتظماً ، أما التحليل العرضى للنفس فإنه يجعل ميدانه الأساسى الأعراض الواضحة الظهور ، أو الاضطرابات المألوسة الحادة التى تثير فضول الإنسان وتوجه انتباهه إلى ما يتسبب عنها من ضيق ، كما يتضح من المثالين اللذين سنذكرهما بعد قليل ، على أنه ليس من الضرورى ألا يبدأ تحليل النفس إلا بعد ظهور بعض الأعراض أو الاضطرابات الواضحة ، إذ يجوز أن يجعل الإنسان نقطة البدء فى تحليل نفسه حادثة تافهة من الحوادث المألوفة فى الحياة اليومية ، مثل حلم مخيف ، أو نسيان موعد ، أو ثورة لا مبرر لها .

وهدف التحليل العرضي هو اكتشاف العوامل التي تؤدي إلى اضطراب معين ، وهذا يختلف عن الغاية الأساسية من التحليل وهي الرغبة الصادقة في تنمية إمكانيات الفرد إلى أقصى غاياتها .

ويكفي في التحليل العرضي للنفس أن يكون الإنسان على شيء من المعرفة السيكولوجية . ولكن ينبغي إلى جانب هذا أن يؤمن بأن العوامل اللاشعورية قد تكون من القوة بحيث تنال الشخصية كلها بالاضطراب . وليس من الميسور الكشف عن هذه العوامل اللاشعورية ، فإن هذا عمل يحتاج إلى كثير من الأناة والصبر والقدرة على مواجهة الواقع مهما كان ثقيلاً . ومن ثم لا ينبغي أن يسرع الإنسان إلى تصيد أقرب التفسيرات وأسهلها لتعليل الاضطراب .

ومن السهل استبعاد العوارض التي لا تبدو أنها نفسية في مظهرها كالصداع واضطراب المعدة والتعب . وهناك اتجاهان في النظر إلى هذه الأعراض كلاهما متطرف . الأول هو ردها إلى أسباب قريبة سهلة الإساءة ، فيعزى الصداع مثلاً إلى سوء الأحوال الجوية أو التعب وإرهاق العمل ، ويعزى اضطراب المعدة إلى سوء الطعام أو القروح المعدية ، دون التفكير في احتمال وجود العوامل النفسية في مثل هذه الحالات . وقد يرجع هذا الاتجاه إلى الجهل ، واسكنه قد يرجع أيضاً إلى نزعة عصبية معينة لا يستطيع الشخص معها احتمال الفكرة بأنه غير سوى . والاتجاه المتطرف الثاني هو رد كل انحراف أو اضطراب إلى عوامل نفسية . ويرجع هذا الاتجاه إلى أن أصحابه لا يستطيعون الاعتقاد بأن العوامل الخارجية يمكن أن تؤثر عليهم ، وما دام كل عارض له مصدر نفسي ففي مقدور الإنسان أن يتخلص منه ويتغلب عليه .

هذان الاتجاهان من الاتجاهات القهرية ، أما الاتجاه السليم فإنه وسط بينهما ، فهو لا يعزو أي عارض إلى عوامل نفسية إلا بعد الفحص الطبي واستبعاد الأسباب العضوية ، ولكنه حتى مع وجود السبب العضوي لا يهمل الجانب الانفعالي في حياة المريض ، إذ أن حالات « البرد » البسيط قد توجد فيها عوامل لاشعورية تؤدي إلى هبوط المقاومة أو تعويق الشفاء .

والآن نذكر مثالين :

المثال الأول : « ١ » رجل طيب من رجال الأعمال ، متزوج من خمس سنوات ويبدو سعيداً في الظاهر ، ولكنه يعاني من كف عام ومن شعور بالقصور ، وفي المدة الأخيرة أخذ يشكو من صداع عرضي ليس له علة جسمية ظاهرة . لم يحلل ولكنه كان مطلعاً إلى حد لا بأس به على طريقة التفكير التحليلي .

عندما بدأ بتحليل صداعه لم يقصد إلى ذلك . كان قد ذهب مع زوجته وصديقين إلى مسرحية موسيقية مريحة وبدأ يشعر بالصداع وهو هناك ؛ فاستغرب ذلك وخاصة لأنه لم يكن يشكو شيئاً قبل الذهاب . وقد عزا الصداع في أول الأمر إلى تافهة المسرحية وضياح الليلة عبثاً ، ولكنه ما لبث أن استبعد هذا الخطر إذ ليس من المألوف أن يصاب المرء بالصداع لمجرد حضوره مسرحية تافهة ، ومع ذلك فإن المسرحية لم تكن بالتفاهة التي حسبها أولاً ، نعم أنها لا تسمو إلى مرتبة مسرحيات « شو » التي كان يفضلها . . . « التي كان يفضلها » ، هنا شعر بموجة من الغضب ورأى الصلة ، إذ أدرك أنه غلب على أمره في المناقشة التي قامت حول اختيار المسرحية ، ولكنها لم تكن مناقشة بالمعنى المفهوم ، إنه آثر التسليم السريع وحسب الأمر لا يهم كثيراً ، ولكنه في الواقع كان يهم ، أغضبه أن يفرض عليه حضور المسرحية وقد أدرك أن هذه لم تكن أول مرة يصاب فيها بالصداع لمثل هذا السبب . ذكر أنه كان يصاب بالصداع عند اضطراره إلى حضور حفلات « برديج » كان في قرارة نفسه راغباً عن حضورها .

وقد دعر لا اكتشاف هذه العلاقة بين الغضب المكبوت والصداع ، ولكنه لم يبق على التفكير في الأمر طويلاً . وبعد أيام قليلة استيقظ في الساعات الأولى من الصباح وهو يشعر بصداع شديد . كان في الليلة الماضية قد حضر اجتماع مجلس إدارة المؤسسة التي يعمل فيها . وبعد الاجتماع أقيمت حفلة فيها خمر فأراد أن يعزو الصداع في أول الأمر إلى إفراطه في الخمر وحاول متابعة النوم ولكنه لم يستطع إذ أرقته ذبابة كانت تطن بالقرب منه . وقد شعر بمضايقة من ذلك ، استحالت

إلى غضب أخذ يشتد حتى بلغ درجة كبيرة . وهنا تذكر حلاً أو جانباً من حلم . .
تذكر أنه رأى أنه يهرس بقتين في قطعة من الورق النشاف ، وكان بالنشاف ثقب
كثيرة ، بل أنه تذكر أن الثقب كانت بالورقة كلها ، وكانت تؤلف شكلاً منتظماً .
هذا ذكره بورق شفاف كان يلهو به في طفولته ويقطعه في أشكال كان يعجب
بها . وقد حدث ذات يوم أن عمل شكلاً من ذلك الورق كان يحسب أنه سينال
إعجاب والدته ولكنها قابلته باكتراث قليل . ثم ذكره الورق النشاف بالاجتماع
مجلس الإدارة ، وكان قد برم بالاجتماع فأخذ يعيث بقلم على الورق أمامه ، ولكنه
لم يكن يعيث ، إنه كان يرسم صوراً كاريكاتورية للرئيس ومعارضه . وقد استرعت
كلمة « معارضه » انتباهه ، فإنه شعورياً لم يكن يعد هذا الشخص معارضاً . وكان
على المجلس أن يأخذ الأصوات على قرار كان يشعر بعدم ارتياح غامض له دون أن
يستطيع أن يرى اعتراضاً واضحاً عليه . ومن ثم كانت معارضته ضعيفة قليلة الأثر ،
ولكنه الآن أدرك أن هذا القرار ينطوى ضمناً على زيادة أعبائه في العمل زيادة
ثقيلة . حينئذ فقط أدرك معنى البقتين اللتين رآهما في الحلم ، إنهما الرئيس ومعارضه ،
إنهما يمتصان الدماء ، كريهان كالبق ، وقد انتقم منهما ، في الحلم على الأقل ،
وزال الصداع .

ثم استطاع أن يكشف في ثلاث مناسبات تالية عن غضب خبيء وراء نوبات
الصداع ، وبعد ذلك اختفى الصداع إلى غير عودة .

ويلاحظ هنا سهولة زوال الصداع ، وهذا راجع إلى سهولة دلالاته وارتباطاته ،
ولكن هذا لا يعني أن « ١ » وصل إلى كثير من الغور في الاستبصار بحالته ، فإن
هناك أموراً لم يقربها إطلاقاً في تحليل نوبات الصداع ، مثل علاقته بزوجه وبزملائه
في العمل وتحديد مركزه منهم ، وكان خليقاً أن يفيد من الكشف عن ذلك .

المثال الثاني : كان (ب) طبيباً ناشئاً يشتغل مساعداً لأحد كبار الأطباء ، وقد
قامت بين الإثنين صداقة وثيقة ، فكانا كثيراً ما يتناولان طعام الغداء معاً ، وفي
ذات يوم شعر (ب) بعد تناوله الغداء مع رئيسه باضطراب معدى فأرجعه إلى الطعام
ولم يلتفت إليه كثيراً . وفي هذه المرة التالية شعر بفشيان ووهن أشد من المرة الأولى

كثيراً ولكن الفحص لم يكشف عن أى مرض عضوى . ولما تكرر حدوث الاضطراب للمرة الثالثة ، وكان مصحوباً إذ ذاك بحساسية مؤلمة للروائح ، انتبه إلى علاقته بتناول الطعام مع رئيسه .

وقد تبين أن علاقته برئيسه كان قد أصابها شيء من التوتر أخيراً . إذ أنه اتجه ببحثه اتجاهاً يخالف اتجاه رئيسه ، وكان مقتنعاً بوجهة نظره ويود لو استطاع مفاصلة رئيسه بالأمر ، ولكنه لم يفعل ، وطال به التسوية وخاصة لما كان يعلم من صلابه رئيسه في الأمور العلمية وضيقة بالخلاف .

وبينما كانت هذه الخواطر ترد إلى ذهنه أحس بنفس الغثيان يعاوده ، ثم ذكر أنه بينما كان يتناول الطعام مع رئيسه في المرة التي أعقبها أول شعوره بالغثيان تناول الرئيس زميله (زميل ب) السابق بالنقد والمخ إلى عقوق الشبان من مساعديه الذين ينهلون من علمه ثم يتركونه ولا يعنون بالإبقاء على صلتهم به حتى من الناحية العلمية . وكل ما ورد إلى شعور (ب) وقتئذ هو العطف على رئيسه ، ولكنه كبت الخاطر بأن رئيسه في الواقع إنما لم يحتمل أن يستقل سلفه المعلوم باتجاهه الخاص في البحث . وبذا أدرك (ب) كيف أغمض عينيه على خطر قائم ، كما أدرك أن بحثه سيهدد علاقته الطيبة برئيسه ، وبذا سيستهدف مستقبله كله للخطر . وقد شعر بالفزع من هذا الخاطر وراودته الفكرة بأن يراجع نتائج بحثه مرة أخرى ، أو يهملها إهمالاً نهائياً . وعلى الرغم من أنها كانت فكرة عابرة فإنها شفت له عن الصراع بين أمانته العلمية والمقتضيات المباشرة لمهنته . وقد كبت مخاوفه محاولاً بذلك تجنب اتخاذ قرار ، ولكنه حين وصل إلى هذا المدى من الاستبصار شعر بالراحة والتخفف ، وأدرك أنه مهما يكن من صعوبة القرار الذي سيتخذه فينبغى أن يكون في جانب الأمانة العلمية .

وينبغى هنا التنبيه إلى أن التحليل العرضي للنفس ليس دائماً بالسهولة التي تبدو في هذين المثليين . وإذا كان مثل هذا التحليل يفيد أحياناً في التخلص من بعض الأعراض التي تظهرها مواقف معينة ، أو في الحالات العصابية الخفيفة فإنه لا يمكن أن يشفى عصاباً شديداً ، ولما يساعد على الوصول إلى فهم شامل للنفس .