طب نفسي

الزوج والزوجة.. والرئيس والمرءوس

د. محمد شعلان

التحرير

« ياحكيم ! أخشى أن أقول لك إنى لست مريضا . فتصرفى ولا تجب طلبى . أنا أفهم أن المريض يشكو من ألم . والطبيب هو المهنى الذى يعاون المريض على التخلص من الألم . أما أنا فلا أشكو من ألم . ولذلك ترددت قبل أن آتى إليك . ثم تذكرت أن أصل الطب هو الحكمة . وأن الطبيب فى الماضى كان هو أيضا الكاهن والفيلسوف والمستشار للحاكم . يجمع بين كل من العلم والعمل . والفكر والفعل . والتخطيط والتنفيذ . والسلك والحكم . كان باختصار حكيما . »

ـ مادا تطلب منى إذن وأنت لا تشكو من ألم ؟

ـ أطلب أن ترشدنى للحصول على المزيد من اللذة . فقد كنت أسعى للتخلص من الألم حتى أشعر باللذة مكانه . وكلما حصلت على الشعور باللذة . تخلصت من الشعور بالألم . تعودت على هذا الشعور الجديد باللذة . وأصبح هو العادى بالنسبة لى . وعليه يجئ كشعور باللذة . فاللذة هى نفى للألم . وحيما لا يوجد ألم أعيده أعود إلى حيث بدأت . أبحث عن المزيد من اللذة . إن استمرار هذا الشعور الجديد يجرك بعد قليل إلى شعور بالملل . ثم إلى شعور بالألم . ولكنه مع هذا ليس الألم الذى أستطيع أن أشكو منه .

فإذا شكوت منه استعرينى الناس . وطوق متحفزا على العمة . فالجميع يحسدنى لأن عندى كل ما يتمناه الفرد : المال والأبناء والزوجة الفاضلة والمكانة الاجتماعية والسمعة الحسنة .

ـ إنك إذن تشكو من ألم ولكنه ألم قد لا يتعاطف معه الآخرون .

ـ يمكنك أن تسميه ذلك إذا شئت . ولكنه يختلف . فهو ألم لا تنفع فيه المسكنات . الاسبرين يخفف ألم الصداع . ولكن لو أحدهم فرد لا يشكو من صداع فإنه لا يشعر باللذة فى الرأس .

الألم فى العرف المعتاد هو ما عندنا بالمسكنات . وبنفس المنطق فقد جربت أن أتناول العقاقير . لتخفيف ماكنت أظن أنه ألم . ومع ذلك أعنى أن أتخلص منه . ومع اعتذارى للمهن الطبية فقد تناولتها دون استشارة طبيب . إذ قررت أن أجرب على نفسى مستعينا بخبرات الآخرين . فأخذت العقاقير المهدئة للقلق . والعقاقير المضادة للاكتئاب . لم يحد معى كثيرا . ثم قررت أن اجرب العقاقير المنومة . وعرفت لماذا هى منومة ؟ . لأنها مرعبة . وليس العكس . إنها مرعبة لأنها منومة . فقد كان مفعولها الفورى جيدا . ولكن المشكلة أنه لا يدوم . بل على العكس يتبعه رد فعل من الألم . وهذا يطلب أن تتبع الجرعة تالتها أو بأكثر منها لتطبق ذلك على العقاقير المنومة . كما انطبق على العقاقير غير الطبية مثل الكافيين فى القهوة والنيكوتين فى السجاير . واكتشفت أن العقار سرعان ما يتحول إلى عادة . والعادة تعيدنى مرة أخرى إلى الشعور بالملل ثم الألم ثم البحث عن مخرج من الألم .

هذه رحلتى مع العقاقير . وهى رحلتى مع الرغبة فى التخلص من الألم . وهى التى أوصلتنى إلى نقطة اللاشكوى من الألم . واعذرنى فى هذه المقدمة . فقد كنت أريد أن أوفر عليك الدور الطبى التقليدى . وهو أن تصف لى دواء يخلصنى من الألم .

كان لابد أن أقول لك إنى لا أشكو من أى وإذا أصررت أنى أشكو من الألم . فيلزم أن أحدد لك أنه ليس من نوع الألم الذى يؤول بحثا . وأن عليك أن تبحث لى عن علاج آخر .

ـ فى هذه الحالة نخرج أيضا من دائرة العلاج . وعلى العموم أطمئنك . أنى لن أصرفك .

ـ صحيح أنى طبيب وعندى ريوشات . ولكنى بذلك قد تجاوزت مرحلة هدف التطبب على الألم فى حد ذاته . فلا أخفى عليك أن الشكوى الماجرة من الألم التى يقابلها الموقف الطبى حيث يتم العودة من موقع أبوى شبيه بالساحر والمنقذ . هذا الموقف بقدر ما هو يعترض سجن المريض فى دور العاجز الطالب المعونة . فهو أيضا يسجن الطبيب فى دور المنقذ العون القائم بالمعجزات . وفى كلتا الحالتين هناك إلغاء لانسانية الانسان فيهما . فالانسان . حياة وحركة وتطور . وليس دورا ثابتا . وإذا سجن الإنسان نفسه فى دور فإنه يفقد إنسانيته . يفقد انه لمرونته وقدرته على الحركة والتطور والانتقال بالتبادل من دور إلى دور أو من موقع إلى موقع . أو الأفضل من هذا كله أن تكون كل الأدوار فى كل لحظة .

على كلٍّ هذه نقطة نهاية وليست نقطة بداية . وأنت الآن التقى معى فى حدود أدوار فرزعت بينا . وإن كنت اشترطت ألا تكون هى الأدوار التقليدية المتعارف عليها . أى ألا تشكو لى من ألم . وألا أصف لك عقارا يخفف القلق . ولقد إنك جئت لتشركنى الوعى بألم لا أحد من يشاركك فيه .

ـ لقد كنت أظن أنى أشاركك زوجتى كل شىء . وأنه لا يوجد ما أخفيه عنها . ولكنى أدركت الآن أنه إذا كان الأمر كذلك فلم أشاركها هذا الشعور الذى أتيت لك به ؟

ـ فلتقل إنه مازال يوجد حاجز بينكما رغم كل الثقة .

ـ ولكنى لا أعنى عنها شيئا . فقد أشركتها فى كل تفاصيل حياتى الماضية والحاضرة وآمال المستقبلة .

ـ قد لا يكون النقص فى التفاصيل أو المحتوى . ولكن النقص فى الشكل . هلا تقدم لى مثالا ؟

ـ لقد اعترف لها بموقف محرج أمام رئيس فى العمل . فقد وجه لى كلمة قاسية أمام الزملاء . وكنت لحظتها غير متأهب للدفاع أو الهجوم . فسرعيا كاخذى فى غياب حالات الدفاع . ثم فاجأنى بهذه الكلمة كأنها رصاصة قاتلة أو خنجر تحت عباءة . جرحت ولم استطع الرد . وعدت إلى المنزل ذاوقا . وكان الإغراء الحاد الذى يمارسه كثير من الأزواج . أن أشكو الألم وأن أحول غضبى نحوها أو نحو الأولاد . كأنى أصبحت أنا ذلك الرئيس الخارج بدلا من الاستمرار فى دور المرءوس المجروح .

إذ أنه فى علاقة الخارج والمجروح . لا شك أن المجروح أكثر معاناة من الخارج . وبالتالى حينما أتحول من مجروح من قبل رئيسى إلى جارح لحياة زوجتى أو أولادى . فإن هذا يخفف من حدة ألمى . كنت فيما مضى استخدم هذه الحيلة . إذا ما جرحت خارج المنزل أعود إلى المنزل جارحا . ولكنى سرعان ما اكتشفت أن الخارج أيضا يألم . أى يألم لأنه يشعر بالألم يجتاحه ليس فقط عن الآخرين ولكن عن نفسه . وهو يألم لأنه يعرف حكم جريمته السابقة كمجروح . أن ضحيته التى تلقى بجرحه تضمر له نفس الكره

الذى كان يضمره هو لرئيسه . حين كان هو الخروج أمام رئيسه الخارج ، فهو يخرج فى ذات الوقت الذى يعى فيه أن صحبته ليست له بد أن تزيد بالخروج ، وتنوى الانتظام إليه يعانى من ، اختوفه من التضليل أى النظام صحبته منه . أو يعى خوف الناهى أن خرج رئيسه له

– لم أعمد إلى هذه الوسيلة ، لم أستخدمها ككشف فداء بدلا من رئيسى الذى كنت أريد الانتظام منه . ولكنى اكتشفت بالاضطرار

– وبالطبع شاهدت زوجتك الأحزان وتقلب الوجوه ، وبكيتما معا أو صرختما فى وجه الرئيس الغالب وقدمتم . وبالطبع لم يغير الرئيس من سلوكه . كما أنك لم تغير حالة الاسترجاء

– ولم أغير نفسى ؟ . . إنه هو المعتدى وهو المخطىء . هو الظالم المستبد الميكيافلى . المعتدى . الخ

– وتقول الزوجة معك آمين . ويكون الصراع كموالا

– لقد كنت أنى بدأت بأنى لا أشكو من أم وعاتب ذا تظهر لى أنى كنت أشارك زوجى الألم . ولعل ذلك ما حفزه . وجعلنى لا أشعر أن هناك أنا أشكو منه ، ولكنى الآن أشعر بالألم ربما لأننى اكتشفت أنك لا تشاركنى إياه . وكنت أظن أن هذه المشاركة لزوجى هى المادة وهى نقطة البداية

– ساعدت أنك تجاوزت مشاركتنا على مستوى توزيع الأدوار ، وهو أن تتحول من خروج من قبل رئيسك ، إلى خارج أنا ، بينما تأخذ دور الخروج الذى صرت تتكره فى نفسك ، وهذا المستوى من المشاركة لا يحفل المدية والتعاطف والشعور بالانسانية المتبادل فهناك أدوار مختلفة – الخارج والخروج – وكل منكما يقتسم أحدهما

هناك تكامل بينكما ، ولكن ليس تشابها أو تعاطفا . ولذلك فهى علاقة فيها صراع . وفيها بالتالى ألم ، أظن أنك تجاوزت ذلك المستوى من العلاقة ، إلا أنك انتقلت إلى مستوى آخر ، هو أن تشاطرا الألم من دور الخروج كلاكما يعانى . والمعتدى الخارج خارجكما وهو رئيسك وذلك رغبتكما لا يعنيه أو يحدث فيه تغيير . صحيح أن الألم فى هذه الحالة أخف حدة . ولكنه يصبح ألما عاجزا لا يؤثر فى الواقع الخارجى . أى فى رئيسك

– وأين المشكلة هنا مادام المطلوب تخفيف الألم هو المشاركة ، ومادمت قد شاركتنا ألمى من موقع الخروج . واحتى الخارج بينا . فلماذا يستمر الألم ؟

لقد انتقل الخارج الذى يمثلكما إلى حاضر ميكيا وبين العالم الخارجى المتمثل فى رئيس العمل . وعاد توزيع الأدوار إلى دور الخارج لدى الرئيس ودور الخروج لكما معا . وهنا تفقد القدرة على أن تبادل الأدوار وتتحول إلى خارج حينما يحتاج الأمر . فأنت من ناحية . إذا أردت أن تعيد إلى رئيسك القدرة ، فلابد أن تتحول إلى دور الخارج ، وينتحول هو إلى دور الخروج . ولكن الأهم من ذلك أيضا أن تستطيع أن ترى أنك لم تكن مجرد خروج . بمعنى أنك صحبت لقوة خارجة عن إرادتك . فأنت مسئول عما أنت فيه . والخوف الذى أصابك كان نتيجة لاسترجاعك أصلا . وعدم وجودك فى حالة غاضب ودفاع . فلعلك لم تكن مخطولا به وأنت تخرج . ولكن كنت فاعلا . وهذا يعنى ربما كنت أنت خارجا . وأنك ثرت رئيسك أو أغريته أو صحت له أو أوحيت إليه أن يخرجك

– إذن فتبادل الأدوار هنا يعنى أن أتحول مع زوجى من مجرد مخروج إلى خارج أيضا . بينما كنت أعتقد أنى تجاوزت دور الخارج

– التجاوز لا يعنى الابتعاد التام . ولكن يعنى أنك تستطيع أن تزاول الدور وتعرف تجربة . فإذا تجاوزت دور الخارج مع زوجك فهذا لا يعنى أنك لا تستطيع أن تكون خارجا . ولكن يعنى أنك تختار ألا تكون خارجا فى لحظة ما . ويعنى ذلك أنك قد لا تختار أن تكون خارجا فى لحظة أخرى

– لا أنكر أنى أخاف على مشاعر زوجى . وأنى لا أستطيع أن أكون خارجا لها .

– ولعل هذا لحرمها من أن تشاركك فى جانب ملك . فأنت خارج أيضا ، ولكنك تخفى عنها ذلك

– كنت أظن أنى لم أخف عنها شيئا

– إنك شاركتها ضعفك وهذه خطوة طيبة بالنسبة لرجل فى هذا المجتمع الذى يعلى الضعف ولكنك بالغت فى إخفاء الجانب الآخر . وهو قوتك

– إذن فإن ما كنت أظنه حبا منى لزوجى . كان يجرى هذا الإخفاء . فحاسب منى عنها . وهذا يعنى أن العلاقة تفتقر إلى المشاركة الكاملة

– المشاركة الكاملة أن تستطيع أن تمارس معها جميع الأدوار . أن تخرجها وأن تخرج منها ، وأن تخرج معها وأن تتخرج معها

فإذا نجحت فى ذلك معها اكتسبت القدرة على ممارسته على مستوى علاقتك مع رئيسك وبدلا من أن تستمر فى دور الخروج فقط معه ، فسوف تستطيع أن تكون خارجا أيضا . وعلى هذا ترد له الخوف الذى وجهه لك . وتشعر بالألم الذى كان مصاحبا لدور الخروج . وعندئذ سوف تنشأ إمكانية الحوار بينك وبين رئيسك . بدلا من الصراع . فلأنك استطعت أن تتقمص دوره . أى دور الخارج . فإنك اكتسبت القدرة على تفهم موقفه . وكذلك لأنه استطاع أن يتقمص دورك أى دور الخروج إزاء حرجك له فى دورك الجديد . فإنه اكتسب القدرة على تفهم موقفك . وأصبح قادرا على الحوار معك . فالحوار قد نشأ نتيجة للصراع . وليس فقط بدلا منه . هو حوار للصراع يشمله دون أن يلغيه . وهكذا إذا ما نجحت فى إعلان الصراع مع زوجتك التى كنت تظن أنك فى حوار معها . فسوف تكتشف أن الحوار الحقيقى هو ما الى بعد الصراع وليس قائما أو بعاصره .

ونتاج مثل هذا التطور يعنى أنك تستطيع أن تنتقل فى علاقتك مع رئيسك من علاقة الصراع . حيث كان هو الخارج فقط وأنت الخروج فقط . ومن خلال علاقة صراع . تنعكس فيها الأدوار . إلى علاقة حوار . تتفهمه ويتفهمك

– ولكن لكى يحدث هذا مع رئيسى فلابد أن يكون حادثا بين رئيسى ورئيسه . وهذا الأخير مع رئيسه أيضا .

وهكذا حتى نصل إلى المطلق : إلى الله

– لكى يتم تطورك فلابد أن يكون ذلك مصاحبا لتطور المجتمع الذى تعيش فيه . إما بأن تؤثر على مجتمعك بالاتجاه ومرحلة تطورك . وإما أن تتأثر به . فى كلتا الحالتين فإن فرقك سوف تربط بعضها القوى التى تمثلها . عاكسا لها أو مؤثرا فيها . وأنت تستطيع أن تختار أن تنتظر حتى يتغير المجتمع لكى تتغير أنت . فتكون من الخائفين . كما تستطيع أن تختار أن تبادر بالتغيير وتقود المجتمع فى اتجاه التطور . فتكون من القادة ومن المؤثرين

– على مستوى آخر فإن العلاقات فى المجتمع يمكن أن تنظر إليها من خلال نفس التفاصيل . فإذا أخذنا بعد توزيع القيمة ، وهى تدور أساسا حول المال والسلطة والاحترام . فإننا نجد دائما أن هناك صفوة تحصل على أكبر نصيب من القيم ، بينما هناك جمهور يشكل من أغلبية الناس ، يحصل على النصيب الأصغر . هناك دائما خارج وخروج . والصراع بينهما موجود . الجمهور يعانى لأنه محروم من القيم الثلاثة . والصفوة تعانى لأنها تخشى ترصد الجمهور لها . ومقاومته لها نتيجة لتطلعه لتلك القيم فى غياب الحوار . مثل الذى شاهدنا حين ثبتت الأدوار . فإن كل طرف يهدف إلى إلغاء الطرف الآخر . والنتيجة أن يستمر هذا الإلغاء المتبادل . وكلما أصر كل طرف على إلغاء الآخر أكد مبدأ الإلغاء المتبادل الذى قد يطبق عليه ذات يوم . وهذا هو ما حدث فى الثورات . حيلة تلغى فيها الصفوة الجمهور . وحيلة يلغى فيها الجمهور الصفوة . ثم نشأ صفوة جديدة وجمهور جديد . وهكذا بعد سلسلة من الإلغاءات المتبادلة بالصراع بدلا الحوار . وهذا الحوار هو ما يأخذ صورة تبديل الأدوار . فالصفوة تارة تأخذ وضعها . وتارة تنتقل إلى دور الجمهور فى مواجهة صفوة جديدة

– المعارضة فى مصر اليوم تتكون من كثير من الوجوه التى كانت فى الصفوة بالأمس ، متحالفة مع وجوه من الجمهور تتطلع إلى مكانة فى الصفوة غدا . وبواسطة تبادلها أو عزفها عما فى ذلك العزل لصفات الانتهازية أو الانحراف ، عن مكانتها فى الصفوة . فهى تبحث عن قيمة بديلة تعوض بها ما فقدته بخروجها من الصفوة . وهى قيمة الاحترام فى مقابل المال أو السلطة التى بواسطتها تستطيع أن تستميل الجمهور . وهكذا فإن بعض انتهازى الأمس انضموا إلى بعض شرفاء اليوم على أمل الحصول على فرصة أكبر فى العودة إلى مكانة فى الصفوة . أو إعلان عمل الصفوة الحالية التى يرج بها مرة أخرى إلى صفوف الجمهور . وتستمر اللعبة

– والاختيار المطروح أمامنا هو بين أن نستمر فى مستوى الإلغاء المتبادل والصراع بالانتقال إلى مستوى الحوار . وهذا يعنى أن نختار بين أن يكون شكل التغيير فى تكوين الصفوة عنيفا وجماعيا عن الوعى والإرادة وبواسطة الثورات . أو أن يكون التغيير هادئا وواعيا إراديا وبواسطة التطور البطىء . فإذا كنا نفضل الأول فلنستمر فى الإلغاء المتبادل بين المعارضة والحكومة . وإذا كنا نفضل الثانى فلابد أن نحدث تطورا فى العلاقة بينهما تجعل من الممكن أن يتبادل الطرفان الأدوار

– وإذا كانت بداية التجربة الديمقراطية فى مصر لا تسمح بمثل هذه الثقة المفاجئة من نظام الحكومة بالمعارضة أى الحكومة التجاوزة والمتبادلة الأدوار مع المعارضة . فعلى ما يحدث طبيعيا اليوم يمثل أحد مؤشرات التطور . فهناك زيادة ملحوظة فى الثقة وجوه من الصفوة إلى صفوف المعارضة . تكاد تعادلها الحركة المعاكسة . وهى انتقال وجوه من المعارضة إلى الحكومة . والتكاد هنا مقصودة ، تعنى أن المطلوب فى هذه المرحلة – إذا كنا من أنصار التغيير الهادىء – أن تزداد سرعة حركة انتقال الوجوه المعارضة إلى الحكومة . الشكلة أن قيمة المال تزداد ، وتزداد صعوبة الحصول عليها وبذلك فلا مفر من أن تزداد المنافسة حول قيمة السلطة كبديل للمال أو تدعيم له . وحينما تزداد المنافسة يزداد الطلب بالمقارنة مع العرض ، على الحصول عليها ، وبالتالى يزداد حجم وقوة المعارضة . وهنا يلزم الحكومة فى المقابل أن يزداد حجمها لكى تستوعب ما تستطيعه من أعمارها المرتفعين . وذلك يتم بتوسيع قاعدة المشاركة فى إبداء الرأى واتخاذ القرار على جميع المستويات . أى بالممارسة الديمقراطية الحقيقية

– السؤال الذى سوف أعيده إليك هو الآن : إن ما تختاره فى موقفك الاجتماعى العكاسى لما تختاره فى ممارستك المباشرة فى الواقع فى علاقتك بزوجتك . مثلا هو مؤازر فيه ، هل تتصارع معها بإلغائها أو بإلغاء الصراع ؟ هل تتجاوز الصراع بعد أن تتبادل معها الأدوار ، فتنتقل من الصراع إلى الحوار ؟ هل تريدها وتفهمك ؟ هل تحبها ؟ هل تفهم ؟ هل تحب ؟

□