

العصاب و الذهان Les Nevroses Et Les psychoses

لقد قطعنا شوطا كبيرا و اكتمل علو الكاتيدرالية . و لكن ، حتى الانتهاء منها ، كم كان ضروريا البحث عن الذات ، البحث عن الحب و عن الألم . سمعت أحزانا كثيرة و سوف أنكر المزيد منها . و لكن يوجد هناك أمل : علم النفس هو المكان الوحيد الذي تصبح فيه الكثير من الآلام النفسية أمالا و توازنا .

ما معنى العصاب *Nevrose*؟

إنه إصابة دون قاعدة تشريحية يعرف بها . هو مرض " وظيفي " دون تمزق عضوي . (العصاب القلبي مثلا ، الذي يتكلم عنه الطبيب : " لست مصابا بأي مرض قلبي إنها آلام عصبية بحتة ") .
و لكن سوف أهتم فقط بالإصابات العصابية ذات الأعراض النفسية خاصة ، التي تعرف باسم النفس - عصابية . بينما ، و لنسهل أكثر ، فسوف أكمل دراستي بتسميتها العصاب .

يوجد آلاف من أنواع الأعراض العصابية مرورا من البسيطة لنصل إلى الحالات الخطيرة . و تشترك فيما بينها في اغلب الأحيان بعدة نقاط ؛ و بعد أن أقوم بذكرها ، سوف أمر إلى ترتيبها حسب التصنيفات الإكلينيكية الكبرى :

- الوهن - الوهن العصبي - الوهن النفسي - القلق - الوسواس -
الرهاب - الهستيريا - الهوس الدوري - العُظام .

ما هي النقاط المشتركة عند العصاب ؟

تكلمت عن حالات التسلط الكثيرة الانتشار 135 . لماذا هم مصابون بالعصاب ؟ ظاهريا : تبدو عليهم القوة ، الهيمنة ، الثقة الكبيرة في النفس ؛ بعض الأحيان طيبون جدا ، يعطون كل شيء ، يريقون دمانهم من أجل الآخرين ، لا يرفضون طلبا لأحد . داخليا : الشعور بالنقص و العجز ، قلة الثقة في النفس ، الشعور بالخوف ، الضغينة ، الإحساس بالذنب .
إذن ، و بصفة عامة ، هناك ، تباين في الدرجات بين السلوك الخارجي و الميول الداخلي للمصاب بالعصاب . فلنبحث أيضا عن نقاط مشتركة أخرى :

- حياة العصابي تتحكم فيها قوات مجهولة ، و غير مرئية ، و ليست لديه أي رقابة عليها . و يشاهد هذا : في العقد النفسية ، الشعور بالنقص المتواصل ، الوسواس الخ . يقول فرويد : "... إنه شبيها بالفارس ، الذي يعتقد أنه يقود فرسه ، و لكن يقوم هذا الأخير بجره أينما يريد ..."

- يكون العصابي دائما ضحية لصراعاته الداخلية . و ننتذكر معا كلب بافلوف الذي يتردد بعذاب كبير بين الشكل الدائري و الإهليجي ، و يسقط في نوبة عصبية . و ننتذكر كذلك التحليل النفسي، و الصراعات الموجودة بين القوى الغريزية (الهو) و قوتنا الأخلاقية الناتجة عن التربية (الأنا الأعلى) .

- يبحث العصابي لا شعوريا لتفسير ألامه عن طريق تسويات ظرفية ، الشيء الذي يجنبه رؤية الهاوية التي يوجد بداخلها .

- يفرق العصابي في قلق ، مبهم في بعض الأحيان و البعض الآخر رهيب .

- في أغلب الأحيان يظهر على العصابي طباع طفولية جزئية أو كلية . يتصرف و هو في سن الرشد كما كان و هو طفل صغير ، أو مراهق . يبقى مثبتا لظروف سابقة و التي لا يستطيع التخلص منها . مثال : امرأة مصابة بالعصاب تتفاعل تجاه زوجها كما كانت تفعل مع أبيها ؛ و إما أن ينظم المصاب بالعصاب كامل حياته حول عقدة طفولته .. الخ .

- لا يستطيع العصابي التكيف مع الواقع و كذلك مع المجتمع . إنه يرد بشكل متصلب (هروب ، خوف ، هجوم الخ) رغم توفر الذكاء لديه .

ما معنى الذهان :

يكمُن الفرق بين العصاب و الذهان في درجة امتلاك الفرد للإدراك الشعوري .

مثال : نفرض أن شخصا تعذبه هلوسة ، إنه " يرى الشيطان " . إذا كان متيقنا بسخافة هلوسته ، فهو مصاب فقط بالعصاب . أما إذا كان يعتقد عكس ذلك ، أي أنه يرى فعلا الشيطان ، فهو مصاب بالذهان .

مثال آخر : شخص مصاب بالعصاب يمكن أن يتخيل نفسه و بشكل مستمر أنه يقوم بإنجازات عظيمة ، أو أنه رئيس حكومة ، أو أنه قبطان كبير أو أنه كذلك طبيب عظيم الخ . إنه يعلم جيدا بأن كل ذلك عبارة عن

تخيلات سخيفة ، لكن أحلامه " تريحه كثيرا " و تسمح له بالهروب من واقعه الداخلي .

و لكن إذا كان شخص آخر يعتقد أنه نابليون بونابرت بعينه فإنه مصاب بالذهان . هو إذن غريب عن واقعه . فالمصاب بالذهان يصبح غير قادر على النقد الذاتي . ليس له شعور .

طالما مصطلح الذهان يتبع بصفة مشبهة : ذهان الشيخوخة ، ذهان التهابات العصبية المتعددة ، ذهان الهوس - الاكتئابي ، الذهان الهلسي ، الذهان التسمي ذهان الأمراض المعدية . الخ .

و هناك إصابات عصبية لها " نظيراتها " داخل الذهان ، فمثلا : الوسواس (الذي عادة ما يكون أحد أعراض الإصابة بالعصاب) فله نظيره المتمثل في انفصام الشخصية (و هو مرض ذهاني) . و سوف نرى ذلك نقطة بعد الآخر .

ما هي الإصابات العصبية الأكثر انتشارا .

أولا ، الأمراض العصبية مرتبطة بوجود خلل في التوازن النفسي . يعيش الإنسان المعاصر حياة اصطناعية ؛ فتقافتنا تغرق الفرد البشري في العديد من الهموم ، و الهيجان ، المنافسة ، الإتهاك ، الضجيج ، الحشو الأحمق للدماغ . و تشتري كل من الخمر ، المثريات و المهدنات بسهولة كبيرة ، كشرائنا في السوق للبطاطا أو غيرها .

و تصبح المورثات الفيزيائية و النفسية للطفل مشحونة أكثر فأكثر . و تزداد نسبة جنح الأحداث بشكل رهيب . حيث أن أغلب هؤلاء الشباب مصابون بالعصاب ، و يمكن إنقاذهم إذا ما انتهجنا معهم طرق العلاج النفسي الوقائي ! و أصبح كل من الاتحرافات و الوسواس الجنسية ، بكل أنواعها ، أميرة المجتمع المتحضر . فليس غريبا إذن أن يكون العصاب مرض القرن ...

العصاب عند الطفل .

البحث و الكشف عن الاختلال في التوازن عند الأطفال شيء رئيسي . إنه يعتبر مشكلة الوقاية لدى إصابات العصاب عند الكبار . فمن السهل و اليسر اكتشافه و من ثم إزالته ، و ذلك لأن فقد التوازن الطفولي يظهر مبكرا :

أ - يلاحظ إضرابات في السلوك ، بدلا من أن يكون الطفل نشيطا و غير مستقر في تلك السن ، يظهر عليه صلابة ، و استقرار سلوكي كبير . نجده كثير المطالب و عنيدا . يعطي الأوامر بشكل عنواني ، يعاكس و يخالف وسطه المعيشي بصفة غير طبيعية . حقودا ، دائم الاستياء ، و يكذب . ثم يصبح ذا طبع " انطوائي " و متعنت . و يظهر عليه الكسل . كذلك غلو في الخجل ، و انفعالية مفرطة . يظهر عليه في بعض الأحيان سلوك التمرد ، و الشرود ، و التسول ، و السرقة ...

ب - و تظهر في أغلب الأحيان عند الطفل العصابي ظواهر فيزيائية : مثال : السلس (للتبول في الفراش) ، التأتأة ، العراة ، صدمات ذات شكل هستيري الخ .

يظهر عصاب الطفولة بأكثر وضوح في الوسط العائلي . يحرص الشاب العصابي بإظهاره للأخرين جانبه الأكثر لياقة ... و يحتفظ لعائلته بأسوأ المفاجآت . من الصعب إذن و ذلك في أغلب الأحيان أن نجد أسباب فقد التوازن . هل المحيط العائلي ؟ هل الاستعداد المسبق للطفل ؟ إذا كان الطفل مهينا مسبقا للإصابة ، نفهم بعد ذلك أنه من الصعب على الأولياء "أن يحتفظوا بالمعبد وسط القرية " ...! و يمكن أن يكون فقد توازن النفسي للأولياء سببا لعصاب الطفل ، كما يحدث في جل الأحيان . و لكن و في بعض الأحيان فإن " ضعف " المربي ما هو إلا تثبيط للعزائم أمام عدم فائدة جهودهم ... يجب إذن و كالعادة البحث بعناية كبيرة عن الأسباب .

الأسباب الرئيسية للعصاب عند الطفل .

قد بينت في التحليل النفسي الدور الذي تلعبه كل من عقدة أوديب، و كذلك عقدة الخصاء و التي نجهل لحد الآن تأثيراتها الممكنة . و يشكل إذن كل من الإحساس بالذنب و الضغينة الطعم المثالي للإصابة العصابية المستقبلية. و يكون خلل التوازن عند الطفل ذا قاعدة عاطفية . بينما لا يجب نسيان العدد الهائل من عمليات التكيف الضرورية التي وجب على الطفل الامتثال لها ! حتى و لو كان التكيف الكلاسيكي و المتمثل في ولادة أخ أو أخت جديدة . و لا يكفي نكاه الوالدين في أغلب الأحيان بالتخلص من صدمة الغيرة . و تواصل عملها كأنها قوة مظلمة لا يشعر بها . و في

كثير من الأحيان يجد العديد من الأطفال أنفسهم أمام ظروف صعبة . و يحكمون على أنفسهم أنهم يستحيل عليهم التكيف معها . فتراهم يتراجعون و يعتصمون بظروف طفولية ، لماذا ؟ لأنهم يشعرون بداخلها بالأمن و السعادة . و لهذا يبقى بعض المراهقين دائما " أطفالا " ... أو يلجئون إلى المرض ليبقوا محافظين على عطف و انتباه آبائهم . و هناك خطر انفجار أعراض العصاب كلما حدث إحباط ، إهانة أو خوف . و أخيرا تظهر أعراض الصراعات الداخلية الكبرى خلال مرحلة المراهقة : صراعات جنسية ، دينية ، أخلاقية ، و فلسفية الخ .

علاج العصاب عند الطفل .

إن جنور عصاب الطفولة قلما تأخذ منشأها من الأعماق البعيدة . حتى و لو لم يتمكن الآباء من شفاء أبنائهم ، فيكفي ببعض حصص العلاج النفسي كي تقطع الجنور . لأن حياة الطفل لم تنظم بعد أو تتبلور حول هذه الإصابة العصابية المبكرة . و لهذا فهو ليس ضروريا استعمال وسائل علاج نفسية كبرى ، هناك عدة " اختبارات تطبيقية " موجهة للأطفال ؛ كذلك ألعاب بهلوانية ، أو رسومات الخ . و عن طريق هذه الرسومات يسقط الطفل فيها ميوله الشعوري و المكبوت . يوجد في رسومات الطفل رموز بدائية ، تسمح باكتشاف الأحاسيس العميقة ؛ فالطفل يتقبل بشكل تلقائي تلك الألعاب ، و تصعد كل أسراره نحو السطح ؛ و تسجل مباشرة من طرف المختص في علم النفس ، و الذي يقرر بعدها كيف يتصرف (العمل المكثف على الطفل، استدعاء الآباء، العمل المكثف مع الآباء الخ)

العصاب عند الكبير .

هنا كذلك يكون العصاب ذا نشأة عاطفية . كل شيء يحدث ، و كان جزء من الشخصية يقول " نعم " و الجزء الآخر منها يقول " لا " . و يوجد عدة ملامح يشترك فيها مرض العصاب : عدم التشبع العاطفي ، عدم التشبع الجنسي ، ميول جنسية منافية لأخلاق الشخص ... الخ القلق هو الظاهرة الأكثر شيوعا للإصابات العصابية . فهو عبارة عن رد فعل أمام خطر غير موجود حقيقة ؛ و يكون في بعض الأحيان عنيفا ، و لا يطاق ، و عادة ما يكون منتشررا و لا شعوريا . و لكن ، بالنسبة للشخص القلق، فإن الخطر الداخلي و غير المرئي يكون بشكل موضوعي

و كأنه خطر خارجي و مرني !) فلنتذكر ذلك المتقن : كل شيء يضع مظهر إتيقانه في خطر ينتج عنه القلق ، إنه يبحث دائما كي يتخلص من قلقه ، و ذلك بتقوية مظاهر إتيقانه ...

و تظهر عادة عند العصابي اضطرابات فيزيولوجية [ظاهرة التحويل] تتمثل في اليكم ، الشلل ، الصرع ... و يمكن ظهور كذلك الإيكزيما ، و التي تكون عادة مرتبطة بالحالة النفسية (1) ، و تظهر كذلك الحكمة في الجلد .

فالعصاب يمكن أن يحدث أو يقوي الإتهاك العصبي . الصراعات الداخلية لا تنتهي أبدا خاصة إذا كانت موجودة في المناطق الشعور التحتي المظلمة . و تعود نشأة الكثير من الإصابات العصبية إلى الطفولة ؛ تصبح هذه الجذور قوية مغروسة بصلابة ، و تقوم بتوجيه كامل لحياة الفرد ...

أسباب العصاب عند الكبار .

1 - يمكن تكون التهينة المسبقة للفرد سببا مهما، حالات شائعة الوجود: عيوب وراثية، قرابة دموية، تعاطي الخمر، مرض الزهري [السفيليس] الخ .

2 - و يمكن أن تكون الأسباب فيزيائية بحثة : تسمم ، مرض معدي ، إتهاك ، اضطراب في الغدد الصماء ، اضطراب في وظائف الكبد، أو معدة - معوية الخ .

3 - و الأسباب الأكثر تكرارا تبقى منحصرة في الصراعات الداخلية . و هي تسع مرات على عشرة ذات أسباب جنسية ، دينية أو عائلية . تظهر بعد ذلك احساسات مستمرة و عميقة بتأنيب الضمير ، ترددات معذبة ، شكوك مقلقة .

4 - و إذا كانت الجذور ضاربة إلى سن الطفولة ، فيوجد إذن " كبح " عاطفي (طفيلية الطبع) . في تناقض تام مع متطلبات التكيف لدى الكبار .

العصاب

الوهن (كلمة إغريقية = دون قوة Asthenie)

يعتبر الوهن افتقاد للقوة . ينتج عنه تعب كبير ، و صعوبة في العمل . و تظهر معه صعوبة " الرغبة في الفعل " فقدان الإرادة . استحالة التركيز .

(1) إثارة الأعصاب الودية يحدث تحرير للهيستامين . مادة سامة تطرح من الخلايا

الإحساس بفراغ الدماغ . و توجد في الوهن أعراض كثيرة مرتبطة بالانهيار و لذلك يحدث في أغلب الأحيان الخلط في المفاهيم .
الأسباب الرئيسية للوهن: العمل المكثف، المحيط العائلي أو الاجتماعي للذان يكونان منهكين فيزيائيا ؛ فترة نقاهة بعد مرض الزكام ، مرض عدوي ، تسمم ، نقص في الفيتامينات الخ.

الوهن العصبي Neurasthenie

الوهن العصبي هو وهن متواصل . هو انهيار شامل للجهاز العصبي . يكون فيه فارق الجهد مضمحلا تماما . يختل فيه توازن الجهاز العصبي النباتي ؛ و تضعف بشكل هام وظائف الدماغ . بينما يجب أن يكون هناك انسجام وظيفي للقشرة المخية لتعمل بشكل جيد على توزيع السيالة العصبية .

يظهر إذن هذا الخلل لمميزات ؛ ردود فعل المصاب بالوهن العصبي غير منتظرة إطلاقا ، متغيرة ، فجائية، متناقضة ، غير منطقية و لا تعكس الواقع . غضب شديد لسبب بسيط . يمر من " الاستئارة المرحلة " إلى اليأس القنوط ، دون استطاعة توقع أي شيء منه . فهو يظهر مجموعة متنوعة من الأعراض ، و الذي تدل على الخلل المفرط في العمل التوزيعي للسيالة العصبية ، و التي تصبح تعمل " بفوضى كبيرة "

الأعراض العامة للوهن العصبي .

يبدأ أولا بتعب كبير . إحساس كبير بالعجز الفيزيائي ، إتهاك عصبي ، عضلي و دماغي . يحس الواهن عصبيا في نفسه بالضعف ، و سرعة الغضب ، خاصة بعد الاستيقاظ من النوم ، و طيلة الصباح . يبحث إذن على عراك لأتفه سبب . و تتحسن حالته بعد الزوال و في المساء . " و يشعر في أغلب الأحيان أنه في حالة جيدة و هذا بعد الثامنة ليلا ... " (يوجد هنا إذن ظاهرة الإثارة وهي الحالة الثانية للإتهاك الذي رأيناه في التعب (1) . و يختلف الإحساس بالإتهاك في الوهن العصبي بشدة من لحظة لأخرى ... هنا كذلك توجد مفارقات في ردود الفعل ، كل هذا لا يفهم و يدعش المحيط الاجتماعي للمريض... و لا يستبعد أنهم يعاملونه " بالإنسان الخيالي " .

(1) باب كامل سخر للتعب (نظر الفهرس)

اعراض اخرى .

أ - صداع الرأس قبعي الشكل ، أو محصور في الفص الجبهي ، أو الفص الجانبي للرأس ، أو الفص الرقبي . عادة ما تكون هذه الآلام شديدة وعميقة . ويظهر الصداع خاصة في الصباح أو خلال الهضم .
" ... أشعر بالآلام شديدة عندما لمس بكعب رجلي الأرض ... " يقول مصاب بالوهن العصبي أو قوله " ... و كان رأسي يضغط عليه بواسطة حلقة فولاذية ... "

" ... فعل بسيط كمشط شعري أو حتى لمسه بالمشط يقوي من آلام رأسي ... " يتعلق الأمر هنا باضطرابات حسية .

ب - اضطرابات حسية أخرى :

الآلام في العمود الفقري . تكون أحيانا محصورة في المنطقة الرقبية ، أو في منطقة الفقرات القطنية أو العصبية . وتمتد هذه الآلام نحو الخصر (عظم الورك) .

" ... أشعر بتيار بارد يجري طول عمودي الفقري ... "

أو " ... و كان رقبتني تحولت لقطعة فولاذية ... "

ج - وفي نفس إطار الاضطرابات الحسية :

يمكن ظهور الآلام عصبية (Nevralgie) . كما يحدث كذلك حساسية مفرطة للجلد تجاه البرد و الحرارة .

" ... لمس أي شيء بارد حتى ولو كان مقصا صغيرا أشعر بعدها برعشة كبيرة في كامل جسدي ، و كأنني أصبت بنوبة عصبية ... "

د - أعراض أخرى : طنين لا يطاق في بعض الأحيان ، مما يزيد من حدة التعب - أرق مصحوب بارتعاش - دوران في الرأس - اضطرابات شديدة في الهضم - قبض في الأمعاء - آلام في القولون - مغص في الأمعاء - اضطرابات في العلاقات الجنسية - ردود فعل عنيفة إزاء الضوء و الضجيج .

و تكون أعراض سوء الهضم سريعة الظهور ، تستطيع أن تحدث هبوط للأحشاء . كل هذه الأعراض تظهر مدى التفاعل العشوائي للجهاز العصبي ، اختلال حسي ، حشوي ، تنفسي ، و هضمي . و هناك أيضا اضطرابات قلبية عضوية (انخفاض في الضغط الدموي ؛ سكتة قلبية

مزيفة " الشيء الذي يرهب عادة المريض . و ينمو عادة حول الإصابة بالوهن العصبي مجموعة من الاضطرابات الأخلاقية . كون القشرة العصبية (و هي موقع الإرادة ، و الاحساسات الشعورية) لها علاقة وطيدة مع الجهاز العصبي الودي (أين تتموقع فيه الانفعالات و كل ما يحدث خارج الشعور و الإرادة)

و يكون الضعف المخي عند المصاب بالوهن العصبي في أوجه . تخونه الذاكرة . و يفقد الفعل التنسيقي بين الحركة و الفكر . تضمحل الإرادة . يتردد ، يشك و يتعذب أمام أبسط الأفعال ، أمام بيع أو شراء بسيط ، يتعذب عند أخذه لأي قرار و لو كان بسيطاً . و هو يتألم أكثر لأنه يشعر بمرضه ...

• ما هي أسباب الوهن العصبي؟ هل هي فيزيائية؟ هل هي نفسية؟ بصفة عامة كل خلل عصبي يمكن له أن يؤدي للوهن العصبي . يمكن أن تكون الأسباب متنوعة ، و لكن تؤدي كلها نحو الضعف العصبي . و الانفعال و حده يشكل السبب الرئيسي للعديد من الاضطرابات . كل انفعال يؤثر على كامل الأعضاء ، هو إذن ذو تأثير فيزيائي و نفسي . و سوف نشاهد بعد قليل ما يلي : " لو وقع ، و لأسباب مختلفة ، تعب عصبي ، فإن الانفعالات تقوي من شدته و تنتج به نحو الأحشاء . و تختل الوظائف السامية لدى الفرد (الإرادة ، الشعور ، الاختيار ، القرار ، الانسجام ، المثابرة عند الفعل) .

و تنمو بدلها القابلية الانفعالية . بكل ما ينجر عنها من تسمم . إذن تكون أسباب الوهن العصبي فيزيائية أو نفسية . (إرهاق انفعالي ، مشاكل متواصلة ، مرض عدوي ، تسمم ، كبت ، فشل ، جنس ، الخ) كل هذه الأسباب التي يمكن وقوعها يجب التنقيب عليها أثناء العلاج .

علاج الوهن العصبي .

هذا المرض الشاق يمكن أن يشفى بشكل جيد . و لكن بشرط : اعتبار المصاب بالوهن العصبي كمرضى في مجمل كيانه . فجميع أعضاء جسمه مصابة ، حتى و لو أنحصر المرض في مناطق محددة . يجب القيام بفحص إكلينيكي معمق ؛ فمن السخافة أن نكتفي بمحاولة علاج الأعراض الظاهرة فقط . و من المحتمل أيضا القيام بالفحص النفسي .

هاهي امرأة مصابة بالوهن العصبي . هل أصيبت بالإتهاك على إثر ولانتها؟ على إثر اضطرابات في الرحم؟ هل هناك صعوبات منزلية؟ عدم تكيف للممارسات الجنسية؟ زواج فاشل؟ العقد النفسية؟ عن طريق التسمم؟ انفعالات عميقة دامت سنوات طويلة؟ ما هي مكوناتها الوراثية؟ رجل مصاب بالوهن العصبي . هل الأسباب فيزيائية بحثة؟ هل هذا متعلق بإصابته بمرض السل (مرض السل الكامن أو ذو التطور البطيء)؟ أو أن سبب هذا الوهن العصبي يكون نظرا للانفعالات المكبوتة ، صراعات داخلية ، فشل متواصل ، طفولة غير مكيفة مصحوب بخلل نهائي للجهاز العصبي؟

هاتان الحالتان أعطيتا كمثال فقط . فالبحث عن أسباب الألم عمل شاق و طويل و لكن و كما هو الحال في أي مرض عصابي ، يجب القيام بالبحث التاريخي للمريض سواء الفيزيائي أو النفسي . عمليا ، كل استهلاك مفرط للطاقة ، و كل انفعال متواصل ، يمكن أن يؤدي إلى الوهن العصبي ، كما هو الشأن في أي مرض عصابي ، حسب مزاج الشخص ، و استعداده الخاص . معاملة المصاب بالوهن العصبي على أنه مريض وهمي " أو أنه كسول " هو من باب الجهل و الخطأ .

يجب إحلال الاستقامة العصبية قبل كل شيء . ننصح في هادئ الأمر و بشكل عام : الراحة ، ستركنين (strychnine) الفوسفور، الهرمونات ، الكالسيوم ، الخ يختلف طبعا العلاج حسب الخلاصة الطبية .

العلاج النفسي (عادة ما يكون ضروريا) يزيل كل الأسباب النفسية التي شاركت في ظهور و تطور المرض . علم النفس يعيد و يقوي التحكم في النفس . يساعد على إعادة استقامة وظائف الدماغ السامية . يعمل على جعل المريض يقوم بتكليف قواته مع حاجياته الضرورية . و يعمل كذلك علم نفس الأعماق على تقويم الشخصية الخاطئة أو المنهكة من طرف العقد . و منه يمكن أن تصبح الانفعالية طبيعية كما كانت ، مع ما يتبعه من انعكاسات في الاتسجام للجسم كله .

الوهن العصبي هو و للأسف مرض القرن . و قطع كل من الطب و علم النفس الطريق عليه لكي لا يصبح عدوى ...

الوهن النفسي Psychasthénie

يتمحور الوهن النفسي خاصة حول كيفية عرض و تسلسل الأفكار في الذهن . فكثير من الأفكار المتناثرة تعبر العقل ، دون أن يستطيع الفرد التخلص منها . يتعلق الأمر هنا بضعف نفسي و ليس بالوهن العصبي . يوجد انخفاض في الضغط النفسي ، و يؤدي التركيب العقلي بصعوبة شديدة . المصاب بالوهن النفسي يؤدي بصعوبة شديدة أعمالا ذهنية (والتي تتطلب ضغطا نفسيا قويا)؛ و لكن هذه النشاطات الآلية لم يباشر فيها . يكثر الوسواس ، و يسمح ذلك الفقد في التركيب بترسب الطفيليات النفسية بسهولة كبيرة . يشعر المصاب بالوهن النفسي في جل الأحيان انه يدفع لفعل أشياء منافية لأخلاقياته . و لكن يوجد لديه غالبا قوة المقاومة ضد هذه الانتفاعية . حيث تكون هذه المقاومة شاقة جدا ؛ و يظهر بعدها القلق .

مثال: س : عازب ذو الثمانية و العشرين من العمر .

"... أنني في صراع متواصل ضد اندفاع موجود بداخلي... أحس به دائما، و لكن ينفجر في بعض الأحيان عبر نوبات . أتخيل نفسي أنني أقوم بقطع أعضائي الجنسية . و أبقى أحيانا أركز في هذا لمدة نصف ساعة ؛ و أتخيل عملية الخضاء في أدق تفاصيلها ؛ عادة أقرب المقص من أعضائي ثم أقوم بوخز لطيف ، و بعد ذلك أقوى من شدة الوخز حتى أشعر بالألم ... كل هذا لكي أدرك كم هو مؤلم . رغم مقاومتي ، و استعمال إرادتي ، و القول في نفسي أنني أبله و مصاب بالهوس ... لا يجدي شيئا ... مازلت مواصلا . و بعد ذلك يصيبني الإتهاك ، أتصعب بالعرق ، بالعرشة ، يصفر وجهي . أهرب بعدها من المنزل . و كنت مضطرا لشراء آلة كهربائية للحلاقة . لأنه ترهبني الشفرة العادية للحلاقة . و أمضي وقتا طويلا هنا أيضا ، أمام المرأة أنظر لنفسي مقربا آلة الحلاقة لأعضائي . و فقدت الوعي عدة مرات . و أذهب إلى العمل دون تحليق ذقتي ، و في حالة إنهاك لا أستطيع أن تتصورها ."

فلنسجل فورا أن بعض القلق الشديد يؤدي إلى تمزيق الجسم و حتى إلى محاولات الانتحار ، يعتبر الحزن جزء من الوهن النفسي . الشخص ينتابه شعور بالتعاسة الشديدة نتيجة عجزه و ضعف إرادته . يتعذب بأفكار

لا يستطيع التخلص منها . يتميز الوسواس أحيانا بأفكار بسيطة جدا ، و لكنها غريبة .

يمكن أن يظهر العالم الخارجي غريب عنهم ، ويشعر المصابين بالوهن النفسي أنهم لا يملكون بعض الأجزاء من جسدهم :

"... أشعر أن يداي ليستا ملكا لي ؛ إنني أنظر إليهما كأشياء غريبة . إنها سخافة، و يجب علي أن أبذل جهدا قويا لأقول لنفسني: إنها يداي ملكي أنا ، أنا ، أنا ... " و تظهر ترددات مفرطة و موسوسة :

"... أدقق في حساباتي أكثر من عشرين مرة . أقوم بذلك و أنا في قلق ، و بعصبية حتى أنك نفسي . و عندما أنتهي منها أشتم نفسي ... و أقول نفسي : هذه آخر مرة ، و بعد ذلك أعيد الكرة !... و أبدأ من جديد . و إذا أجبرت نفسي على الانصراف ، فإني أعود بعد قليل لأراجع الحسابات مرة أخرى ... "

تظهر كذلك أعراض أخرى في جل الأحيان . مثل الترددات ، الحياء من النفس، صعوبة أخذ القرار، فقد الإرادة، الخجل الاجتماعي. الاجترار ذهنية كثيرة ؛ الإحساس بغرابة المكان الذي يوجد فيه ، التخيلات المرضية و عدد كبير من الهوس ، و العرابة . مثال: "... عندما أكون في المطبخ ، أذهب عشرين مرة إلى بيت الغسيل . هل تدري لماذا ؟ لأقوم بالتأكد فيما إذا كانت المنشفات مثنية جيدا و متوازية . نصحوني أقاربي أنه يكفي أن أقول لا . و حاولت و لكن دون جدوى و كأن شيئا ما يجرني نحو بيت الغسيل . حتى أنني أصبحت لا أقدر على فعل أي شيء ... إنني أذهب أتفقد . و أطمئن لمدة عشر دقائق . ثم أعيد الكرة . و لا يجدي القول لنفسني: إنك فعلت ذلك منذ اللحظة ، إنك تقعدت ؛ و لا يجدي معي كذلك مراجعة عقلي و تأكدي من توازيها ... و أعود الذهاب لأتأكد بنفسني ... انظر إلى المنشفات و أقول : أرايت ؟ إنها متوازية . حسنا . هل تدري ماذا أفعل بعد ذلك ؟ أقوم بتغيير مكانها لأتمكن من وضعها متوازية لكي أقتنع نفسي ! و يدوم ذلك طيلة النهار ... و لا ينتهي ذلك الهوس إلا إذا خرجت من البيت، و لكن أول شيء أفعله عندما أعوده هو الجري نحو بيت الغسيل ... "

يتعلق الأمر هنا بهوس " التتاسق " أو " التناظر " و هو كثير الانتشار .
يوجد كذلك هوس النظافة *la manie de la propreté* ، و هوس الإقنان .

la manie de la perfection الخ

كل هذه الظواهر الخاصة بالوهن النفسي هي إذن شعورية ، و أكرر ،
أنها تحدث ألأما حادة لدى الشخص ، و الذي يشعر أنه عاجز على مقاومة
أفعالا يعرف جيدا أنها سخيفة .

كل وهن نفسي يوجد مرتبط في بعض الأحيان بشروط فيزيائية
(أمراض ، إنهاك ، مرض معدي) و أغلب الأحيان يكون ذهني
(صددمات انفعالية ، عقد عاطفية الخ) يعطي العلاج النفسي المعمق نتائج
جد جيدة ، نتائج ذات مستوى العلاج البيولوجي الذي سوف أتكلم عنه ، و
على الطب أن يقوم باستقامة القوة العصبية .

Angoisse القلق

كل كائن بشري يتميز بالذكاء لا بد عليه أن يقلق . إنه نصيب الإنسان
الذي يقوم بقليل من التفكير ... و هذا يعتبر شيئا طبيعيا . فتعدد نقط
الاستفهام في هذه الحياة ، و في هذا العالم ، و في هذا الكون يتطلب
تكييفات لا متناهية . فمن يدفعها يا ترى إلى الأمام ، إذا لم يوجد القلق ؟
من الذي يجبرنا على البحث و الاستكشاف ، لو لم يكن القلق ؟ كل تقدم
للإنسانية ، كل الاكتشافات العلمية ، الفنية و الأدبية ترتكز أساسا على
القلق . و لكن هنا يعتبر قلقا ميتافيزيقيا بناء ، إيجابيا ، و ضعيفا نسبيا . و
نقول أنه ضروري أن يكون للإنسان نسبة عشرة في المائة من القلق
ليعمل بشكل طبيعي ... و لكن و للأسف ليس هذا ما يحدث دوما .

* - *القلق المرضي* : بينما يكون القلق المرضي مهذما . ليس فقط يهدم
الشخص المصاب به ، و لكن يبديد مسبقا كل ما ينوي فعله . ما هو الفرق
بين " القلق " و " الخوف " . الخوف هو رد فعل أمام خطر فعلي . القلق
هو رد فعل أمام خطر لا يوجد خارجيا .

بينما ، لا يكون القلق شيئا " متخيلا " فهو يعتمد على خوف داخلي ،
عنيف في بعض الأحيان ، و يحدث عادة أن يكون هذا القلق ذو نشأة لا
شعورية بحتة . القلق المرضي هو إحساس شاق و مضني تصحبه ظواهر
فيزيولوجية : اصفرار الوجه ، ارتعاشه ، نوبات عصبية ، زيادة نبضات

القلب ، عرق ، تشنجات الأحشاء (يكون في بعض الأحيان قويا جدا حتى يجبر المصاب بثثي جسمه إلى اثنتين) الشعور بالاختناق ، جفاف الفم ، سكتة قلبية مزيفة ، ارتباك لخطوات الأرجل .
... ويمكن أن يستقر الوهن نتيجة للانفعالات المتكررة (إرهاق انفعالي).
فالقلق و الوسواس مرتبطان ببعضها البعض في معظم الأحيان .

ماذا يقول المصابون بالقلق .

يحدث القلق أمام إحساس بخطر محقق ، و غير محدد . فيصبح الشخص فريسة لقلقه ؛ و يقوم عقله بتخيل قصص درامية، مع أنه يعلم جيدا أن كل ذلك سخافة غير موضوعية تماما .

... أشعر و كأنها كويرة صغيرة موجودة في حلقي ، و هذا طيلة النهار بأكمله ، منعتني من العيش حياة عادية ؛ أحس و دون انقطاع بضغط ؛ و لا أنتظر إلا أسوء الأخبار التي يمكن أن تأتيني من أمي . أتخيل كل الوقت أنها صدمتها حافلة ، أو سيارة ... و خاصة الحافلة . أسمعها تصرخ ... يجب علي تمرير يدي على جبھتي لأمسح كل ذلك و لكن لا جدوى من ذلك ... و في مكنتي كل رنة هاتف تفرزني ...

... عندي خوف شديد أن أصاب بالسرطان ، ألم بسيط بالنسبة لي يعتبر تأكيدا على إصابتي ؛ و أهول لأفحص عند الأطباء و أبقى أنتقل من طبيب لآخر، و هم يضحكون علي... و أعلم إنها سخافة. ولو أصبت به لأعتقد أنني سوف أرتاح أفضل، و يتلاشى على الأقل ذلك القلق(1)...
و يكون القلق مصحوبا ببعض أنواع الاضطرابات . فالإحساس بالعجز المطلق أمام الخطر المتوقع يقوم بتقوية الميكانيزم .

تنوع ظواهر القلق .

يمكن أن يكون القلق عبارة فقط عن عسر عقلي بسيط (فكرة سوداء) ، أو يكون جزءا متواصلأ أو رهبا دون سبب ظاهر .
و لكن يوجد كذلك قلق كبير و مرعب ، يترك الشخص يغرق في الذهول . يخشى بذلك الوقوع في الجنون ، أو الموت المفاجئ ، أو فقدانه لكل وسيلة

(1) الهستيريا و بعض العصاب يظهران هذا النوع من الارتياح . تعمل الأعراض الفيزيائية " كصدمات " للصراعات الداخلية ، تريح المريض من قلقه .

للحياة ... و تنتهي هذه النوبة في أغلب الأحيان بسيلان فيض من البول صافي اللون (فرط البول)

حالة السيد بول : عاش بول طيلة طفولته في خوف مرعب خشية ارتكاب المحرمات .

... كان أبي و أمي لا يتحدثان معي إلا على الحرام، النار و عذاب جهنم . في ذلك الوقت كنت أظن أنهما أشد تقوى ، ... هل تشاهد !... كانت أولى مشاركتي في الترتيلات المقدسة بالكنيسة مرهبة جدا . و طيلة الأشهر التي تلتها ، و أنا أشعر بالقلق خوفا من ارتكاب الحرام . في بعض الأحيان أريد أن أفتح صدري إلى والداي ، و كل الأجوبة التي احصل عليها : تبا لفاعل الذنوب و عديم الطهارة . الله يراك و سوف يعاقبك . ضع نفسك موضع ذلك الطفل !... و أتذكر أنني أصبت في اليوم الأول لترتيلاتي المقدسة بالوسواس ... و منذ ذلك الوقت لم ينقطع عني . و أقوم بالإقرار لهفواتي أمام الكاهن و ذلك عدة مرات في الأسبوع ، و كم كان خوفي عظيما إذا نسيت خطيئة لم أذكرها له ... أذهب إلى المدرسة و أنا اجتر أفكارى بشكل فظيع . هل سمعت ؟ بفضاعة مرهبة . و نفس الشيء و أنا في القسم ، و كذلك قبل أن أنام . و بما أنني مضطرا أن أشارك في صلاة الأحد ، فإني لا أستطيع التعبير عن مدى الرعب الذي يراودني و أنا في الكنيسة ، و اشعر أن الله سوف يقوم بسحقي عند كل لحظة تمر علي ، أو يميتني فجأة ليلقي بي في الجحيم ، و لا أحد يفهم ما أحس به ... و استمرت حياة بول بهذه الوتيرة طيلة سنوات عديدة . و لا يخلو يوم واحد لم يشعر فيه بالشك و القلق ، الترددات المعذبة ، الانفعالات و العراة . و في سن الثامنة عشرة بدأ بول يوجه بنظره إلى الفتيات ، و هو في حالته النفسية التي نتصورها .

... كلما نظرت صدفة إلى فتاة ، اشعر بصعود القلق إلى حنجرتي ، و أصاب بسيل من العرق ، و اللهث و الارتعاش ... و كان عفريتا سكن جسدي . تتفجر أحيانا نوبته نوبة قلقة :

... اشعر و كأن كرة تصعد إلى حنجرتي تقوم بخنقي . و ألم عنيف في عضلات بطني تشلني تماما . كما اشعر بآلم في القلب و أقول في نفسي :

هاقد أتك الموت ، و سوف تتعفن في مكانك هذا عقابا لك جراء ارتكابك للمحرمات ، و أحس إنني رذالة جنسية لجميع الإنسانية ، و اركض لأول مخبا أجده أمامي ، و أخبتي على الأنظار حتى تمر أزمتي ...
 طبعا ، يجب تدوين كتاب بأكمله لمعرفة ما يحصل له كل يوم من أفكار و شكوك معذبة، و نوبات... و التي يمكن أن تؤدي مباشرة إلى الذهان . و بدلا من وسوسة الحرام القاتل و يصبح متأكدا أنه سكنه الشيطان نفسه، و أنه هو الشيطان بعينه . (ما نسميه المرور من الوسوسة إلى الهلس)

الأسباب الرئيسية للقلق.

1 - عادة ما يحدث الصراع الداخلي نوعا من القلق . يمكن أن يكون هذا الصراع موجودا في الشعور التحتي . الشخص يلاحظ قلقه ، و لكن لا يستطيع إعطاه أي سبب . إذن لا يجب ترشيد هذا النوع من القلق و لكن لا بد من البحث عن الأسباب العميقة ، و هذا بديهي ... مثال : حالة بول الذي كنا قد رأيناها من قبل . هناك صراع عنيف بين نزواته الطبيعية (جنسية مثلا) و " أخلاقياته " (و التي ما هي إلا أخلاقيات صلبة فرضت من طرف الوالدين)

2 - الضغينة المكبوتة هي كذلك سببا ينتج عنه القلق . و هي تظهر عادة في المحيط العائلي أو المهني . إذا كان أحد الأباء مهيمنا، متسلطا ، كاسرا، فمن الطبيعي أن ينشأ عند الطفل ذلك الحقد و الضغينة . و لكن هذه الأخيرة سرعان ما تكبت قبل وصولها للشعور " كما رأيناها سابقا(1) " . لماذا ؟ لأن أخلاقيات " الأنا الأعلى " يمنع التمرد ضد الوالدين . و يعبر قلق الشعور التحتي إذن بالطريقة التالية : الحلم ، فرط دقات القلب ، العرق ، دوران الرأس ، خوف دائم .

مثال شائع لقلق ضغينة بسيط : ي.. موظف يعمل في مكتب . يشتغل بقلق مدفون و متواصل ؛ يشعر و دون انقطاع " أنه منذب "

أ - يكن الكثير من الحقد لرئيسه ، و هذا الأخير يصر على إهانته .

ب - تلك الضغينة تشنجه، و تحدث له انفعالات ، و يجب عليه إفراغها .

ج - حيث ، إذا أظهر ي ... حقه ، فإن هناك خطر أن ينتقم منه مسنوله . لكن عند ي... فإن اللامبالاة أو الضغينة يولدان لديه القلق، و عدم الارتياح

(1) نظر التحليل النفسي

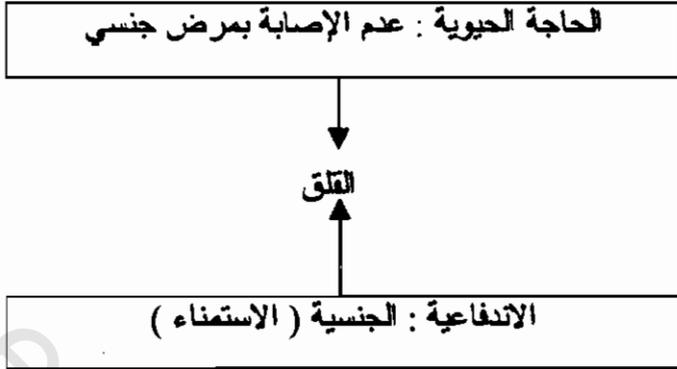
"الداخلي" . و نجد هنا آثار عقدة أوديب . و منه :

(أ) - ضغينة ي ... يكون بحاجة إلى تفريغ شحنته ، و أن يقول لمسئوله "ما يجب قوله"؛ الرغبة في احتقاره، و أن يقدم له ملاحظات صارمة الخ...
 (ب) بدلا من هذا ي... لطيف جدا و كثير المبادرة ، شغوف بما يقوله
 مسئوله . يضع نفسه في الأسفل . و يبذل كل جهده لكي يلاحظ مسئوله ما يفعله من أشياء متقنة . و يمكن أن نعتقد أن ي ... يرغب إعطاء نظرة حسنة لنفسه، أو أنه جبان الخ. بينما الحقيقة ليست كذلك تماما ! الحقيقة أن ي ... لا يحتمل الإحساس بحقد الآخرين عليه ، يحس بعدها بالنقص، و الإحساس بالإثم . و أننى توبيخ يفرقه في اجتراره الذهني، و عسر مقلق . فهو إذن لطيف جدا لأنه لا يستطيع فعل عكس ذلك ... فتجنب ضغينة الآخرين هو إذن حاجة حيوية بالنسبة له . لأنه يضمن له أمنه الداخلي .

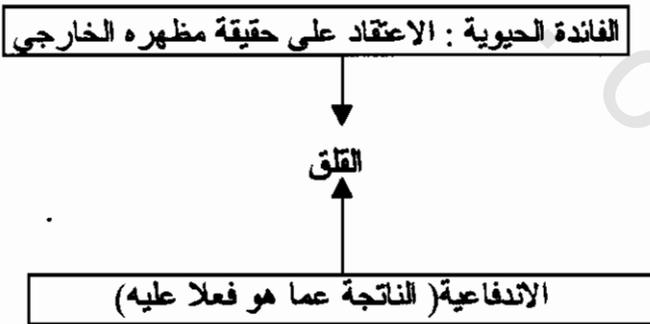
3 - يولد القلق عندما الاندفاع يهدد حاجة حيوية

مثال : جاك 15 سنة يمارس الاستمناء في عزلته . يكرر أبوه عادة على مسمعه ما يلي : " إذا واصلت فعل هذا الأذى ، فسوف تصاب بمرض خبيث . هل سمعت ؟ هل تفهم ماذا أقول ؟ جاك ، و قد استضعفه أبوه من قبل نتيجة قسوته و عنفه ، عاش جاك طفلة سنوات و هو في خوفه المستمر من أن يصاب بمرض الزهري (syphilis) و كان دائم الاعتقاد أن الاستمناء هو الذي يسببه ! و بعد مرور زمن من هذا الخوف ، أسقط خوفه على أبسط تفكير في موضوع الجنس ...
 في الثامنة عشرة من عمره ، وكلما فكر في الجنس و هو ماشيا في الطريق تظهر عليه علامات القلق الشديد . فيدخل على إثرها لدورة المياه العمومية ليتفقد أعضائه فيما إذا أصيب بذلك المرض . كان يحمل معه دائما مطهرا كحوليا " لينظف به أعضائه إذا حدث و ظهر ذلك المرض الخبيث " و تتخيل جيدا قوة تلك الانفعالات و القلق الذي استقر في جاك و ذلك منذ فترة طويلة . و هكذا و جب إحضار كل التفهم الموضوعي الذي يتسم به عالم النفس لكي ينال ثقته ، و يبين له الخطأ في التأسيس لهذا الخوف ...

يكون لدينا ما يلي :



يمكن أن تكون الفائدة الحيوية المهددة ذهنية بحتة . و أرجع إلى حالة الشخص " المتآمور " الذي يدعي بالقوة و الطاقة . (هذا المثال من بين الألاف) . ما هي فائدته الحيوية ؟ الاعتراف بقوته . أين يكمن التهديد ؟ أن يتقطن الآخرون (أو هو بالذات) أن قوته تخفي ضعفا كبيرا . إذن كلما اتضح أكثر هذا التهديد ، فإنه يولد في نفسه القلق . (مثال : عندما يحس بالدونية فذلك يهدد بالظهور من خلال المواقف ، الحركات أو الكلام الخ) إنها حالة كل الذين يخفون ما هم عليه على أعينهم ، وعلى أعين الغير ... فهم في حاجة أن يؤمنوا بحقيقة مظهرهم الخارجي . و يبقى القلق دائما حاضرا وأصم، وهو ما يشبه عدم الارتياح الدائم و نحصل على :



الوسواس *Obsession*

الوسواس هو إحساس شديد القسوة ، يبرز إلى الذهن بصفة متكررة و عادة مرعبة . تكون الفكرة عنيدة ، مؤلمة ، و تحدث تلقا قويا ، مع كل ما يصحبه من معاناة فيزيولوجية و نفسية .

إنه يحدث الكثير من أفعال الإنسان و تظهر الوسوسة عادة عبر نوبات . يكفي أن يقال كلمة واحدة ، أو فكرة ، أو فعلا ليحدثه . و كان الشخص يوجد بداخله قوة نائمة دائمة الاستعداد لأن تستيقظ من سباتها . و لما كان يحس بسخافة وسواسه ، فهو يدخل في صراع بين : المنطق و الوسوسة . و ينجر عن ذلك إتهاك كبير و معذب ، يترك الموسوس فأقدا لجميع قواه و يانسأ . و لا يجب طبعا الخلط بين الأشياء : إذا كان شخص تراوده نغمة موسيقية رغما عنه ؛ فإنه سوف يقول : " وسوستي هذه النغمة " . فهذا الإحساس يمكن أن يكون حقا مزعجا ، و لكن لا يمت بصلة مع الوسواس الحقيقي .

الوسواس هو مرض كثير الانتشار . عادة ما يصاحب العصاب أو الذهان . و هو يمر عبر مراحل عديدة مرورا من الوسواس البسيط و المقلق إلى الوسواس الكبير المنهك . (و يدخل عادة في إطار العصابات الكبرى و المتمثلة أساسا في المجالات التالية : الوسواس الدينية ، الوسواس العائلية ، الوسواس الجنسية ، المرضية ، الإتيقان ، العدالة ، النظافة ، الواجبات و المسؤوليات)

سوف نتخلى عن ذكر ذلك أو تلك الوسواس ، و لكن يجب وصف الجو العام للموسوس . و ذلك ما نراه بعد قليل عند ذكر بعض الأنواع من الوسواس : الرهاب

عذاب الموسوس

تكلما عن الفكرة الثابتة . و نحن نعرف أن هذه الأخيرة هي بمثابة طفيليات شديدة القوة تعيش في منطقة الشعور .

و يفعل الوسواس بالمثل . فالموسوس يشعر جيدا بحالته ، حتى و لو كان لحضتها فريسة لوسوسته . و إذا أخذت بهذا المعنى فإن الأمر يصبح يتعلق بإصابة عصابية .

و يشعر الموسوس بالخجل لما آلت إليه حالته ، و يحاول أن يخفي ذلك بعناية شديدة، و هم ينجحون في أغلب الأحيان. و يظهر عليهم "الضجر"، العصبية ، كثيرو التركيز ، متهيجون ، و لكن القليل الذين يعلمون بما يجري بداخلهم من صراعات و التي تكون غالبا مرهبة . هنا أيضا يوجد إحساس على أنهم " هم وحدهم الذين يتألمون بهذا النوع من المرض للسخيف " . و أمام هذا الاستحياء من حالتهم ، فهم غير قادرين على تفرغ شحناتهم النفسية في الحياة اليومية ...

فلنتخيل إذن أولئك الذين تنفجر نوباتهم الوسواسية ، و هم موجودون في مكتب عملهم ، أو وسط العائلة الخ . و نتخيلهم و هم في ذلك الصراع ، و القلق و الجهود المبذولة لإخفاء كل هذا .

يعلن الكثير من المصابين بالوسواس ما يلي: " أنا على الأقل مسرور ، لأنه لا يعلم أحد بحالتي ، و لكن أعطي كل ما أمك لكي يعرفوا ما بي و لا يسخرون مني ... ربما ذلك سوف يساعدي . "

يبحث الموسوس عن اليقين .

إنه يبحث عن اليقين العقلاني الذي يبني فكرته الوسواسية ، و لكنه كلما بحث و دخل في نقاشات كلما ازدادت حدة وسواسه . أبسط سؤال يطرح يفجر سؤالا آخر أكثر تنكيذا ، يبقى يدور في حلقة مغلقة ، و لا ينفعه جهده المنهك إلا في تقوية وسواسه ...

مثال : السيدة س ... موسوسة بفكرة تتمثل في أن كل الإنسانية مرتبطة بعضها ببعض كسلسلة ، و كل فعل يصدر من شخص يحدث أثاره ليس فقط على محيطه المباشر و لكن على كل القرى و المدن البعيدة . بالعكس فهذا التصور لا يحتوي على شيء غير طبيعي ، و لكن استقرت في عقل السيدة س ... فكرة المسؤولية المطلقة . " أنني مسؤولة عن كل شيء يحدث " ، و كونت بها فكرتها الوسواسية. " فأبسط فعل أقوم به أكون أنا المسؤولة عما ينجر عنه من آثار ". ثم تقوم بعد ذلك بتوجيه وسواسها (على إثر الظروف المتعددة التي مرت بها) نحو المدمنين على الخمر . بدأت أولا بمعارفها . عندما توفي أحد أصدقائها من جراء إدمانه على الخمر و هي تقول " لو فعلت قبل سنة مضت ذلك أو ذاك الشيء لما توفي اليوم " و تهرع تجري إلى الأطباء مستفسرة إياهم فيما إذا قبل المريض تناول

الدواء هل يغير في الأمر شيئا . و تتفحص هكذا (بكل القلق الذي نتصوره) ثلاثين طبيبا . و تجدها تدخل معهم في مناقشات ، حادة و هي تتألم ، و دائما كان الجواب أينما ذهبت : (لا إنه فات الأوان لفعل أي شيء) .

و رغم هذا التأكيد ، يكمل الوسواس عمله : " و لكن ، لو تدخلت قبل سنوات ، عندما رأيته يشرب ، فإنه حي يرزق الآن ، إنني مسؤولة على موته ، فأتحمل كامل المسؤولية " و كلما بدأت مسئوليتها تضعف كلما تطرح وابل من الأسئلة . و بعد ذلك تمتد تلك المسؤولية إلى كامل المدمنين . تجوب الطرقات و تنتظر من خلال واجهات المقاهي . و تبقى تنتظر حتى خروج الشباب الذين قد رأتهم يشربون الخمر ... و تنهك نفسها في كتابة الرسائل أو مهاتفة الذين تعتقد أنهم يدمنون على الخمر الخ . تمضي كامل لياليها في صراع مستمر مع إحساسها بالمسؤولية الكاملة ، و تردد بغضب خائق : " و لكن لست أنا ربهم الأعلى لكي أكون مسؤولة عن كل الناس...!" و بعد ذلك تسكنها فكرة ثابتة أخرى كلها قلق أيضا: " و إذا كان لا يوجد رب لهذا الكون ؟ فمن المسؤول إذن ؟ ... كل الناس ، و أنا أولهم ، لأنني أعلم أنني مسؤولة ..."

إنها إذن حلقة مغلقة ، و كل يقين عقلائي تتبعه سلسلة أخرى من الوسواس . و يبرز الانتحار للسيدة س... كحل وحيد و مريح : يسمح لها بالهروب و التخلص من الأفكار المؤلمة . و لكن هنا أيضا و لحسن الحظ يظهر وسواس جديد : " أنا مسؤولة ... لأنه و ربما بكلمة واحدة تصدر مني تجنب شخصا ما من شرب الخمر ... يجب أن أعيش من أجل هذا " . و هي في هذه الحالة عندما ذهبت لترى المختص في علم النفس . فالإنسان الطبيعي لا يتخيل طبعا هذا الألم الشديد الذي ينتج عن الوسواس . لأن الوسواس في حد ذاته أحد أعراض الأمراض النفسية العميقة .

ماذا يفعل الوسواس لطرده عذابه ؟

إنه يحاول طمأنة نفسه بشتى الوسائل . و لكن هنا أريد أن أتكلم عن وسيلة كثيرا ما يستعملها الوسواس : و تتمثل في " الطقوس التضرعية "

Rite Conjuroire

مثال : ب ... مصاب بوسواس الخوف من مرض السرطان . خوف يعنبه و يقلقه كثيرا و هو موجود في كل لحظة يعيشها . و محاولة منه لاطمئنان نفسه فهو يقوم بتمتمته كلام غير مسموع : سرطان ، سرطان ، قلبي الصغير ، إنك هنا ، و لكن لا أبالي بك ، و سوف ترى . سرطان ، أيها السرطان الصغير ، لا أبالي بك هل فهمت أيها السرطان الصغير ؟ يتمتع ب ... بحق نكاه كبير ، و إرادة أعلى من المتوسط . و رغم هذا ... فهو يكرر هذه الجملة التضرعية مائة مرة في اليوم . بعض الأحيان بصوت عال إذا كان موجودا لوحده ؛ و ذهنيا إذا كان مصحوبا بأناس . يتلفظ بكلماتها بعناية فائقة ، فهو يحاول أن ينطق بالجملة بإتقان كبير ، و هذا لكي يقنع نفسه . و عندما ينزل عنده ضيوف ، فإنه يذهب إلى قبو المنزل متذرا بشتى الحجج . و هناك في عزلته يتلذذ لوحده بتلك الكلمات المنقذة لحياته ... و بعد ذلك يصعد ليتلقى بضيوفه الكرام . و بعد ساعة من الزمن يعاود النزول إلى القبو أو الذهاب إلى دورة المياه أو إلى الحديقة . و من جديد يتلفظ بنفس الجملة ... و دام على هذا الحال عدة سنوات ، يوما بعد يوم ... ملاحظة أن ب ... مطلق الشعور لما يحدث له ، الشيء الذي يغرقه في قلقه المستمر

طقوس تضرعية أخرى .

يفعل الموسوس حركات إيمانية بيده ، سواء خارج أو داخل جيبه : حركات ذبح ، إشارة الصليب حركات الأصابع تمثل القطع بالمقص الخ... هذه الحركات الرمزية توحى إذن ب : " أقطع وسواسي " . و إما فهم يتلفظون ببعض العبارات بغضب موجهة إلى وسواسهم .

- أذهب عني ، حيوان حقير .

- رجعت ... هي مرة أخرى !...

- الويل له ؛ لو مت و استرحت من كل هذا ...

- تعتقد أنك قضيت علي ، أنا الذي أتخلص منك أيتها الفكرة للعينة !...

فليس صعبا تخيل إضافة إلى الآلام فهناك السخط الذي ينتاب الموسوس . إنه يصارع بكل ما لديه من نكاه و إرادة ؛ إنه يقاوم بكل قواه . و تتكسر أسلحته مثل الزجاج الهش أمام الفكرة التي تعود مثل القوة العنيدة ...

الحالة العامة للموسوس .

في أغلب الأحيان يمر مرض الوسواس دون أن يلاحظه أحد . بل حتى أكبر المصابين بالوسواس لا يلاحظهم أحد . عمليا فإن ذكائهم لا يصاب مطلقا ، و يبقى محافظا بكل بريقه . و كذلك الحال بالنسبة للذاكرة التي تحافظ على وفائها و تبقى صامدة أمام أي اختبار . و يبقى شعورهم في حالة يقظة مستمرة (و مفرطة أحيانا) . و لا يتأثرون إطلاقا بالتنويم المغناطيسي . و نفس الشيء بالنسبة للإحياء (على الأقل الإحياء السطحي و عكس ذلك فإن التحليل النفسي و الحلم اليقظ يحتفظان بكامل قوتها العلاجية) أين يوجد إذن أساس الوسواس ؟ لماذا يصاب أساتذة ، موظفين و مؤلفين كبار بالوسواس ؟ و يواصلون عملهم المصحح لحالتهم بأكبر قدر ممكن و دون علم أي كان ؟

الوسواس الذي يحدث صدفة .

هم أولئك الأشخاص أين ينفجر عندهم وسواس على إثر أحداث ظرفية ، و يمكن كذلك أن ينشأ الوسواس بعد تدهور الحالة الصحية للشخص مثلا : مرض عدوي ، تسمم ، دورة شهرية ، انقطاع الطمث ، أمراض فيزيائية منهكة ، الوهن العصبي الخ ... فالسبب إذن يكون عن طريق حادث ما ، و يكون فيه العلاج الطبي ناجحا جدا . و من جهة أخرى يمكن أن ينشأ الوسواس لدخول الشخص لظروف جديدة مثل : بعض التكيفات الواجب فعلها أمام وظائف جديدة ، أو الارتقاء لمناصب مهنية أعلى ... لكن الأمر هنا متعلق أساسا بنوعية العمل (الوسوسة خوفا من انعدام الإتقان في العمل ، أو الفشل في العمل الجديد) أو ينشأ على إثر لإتهاك في العمل . فكثر من النوبات الوسواسية تظهر ثم تزول هكذا .

الاستعداد المسبق للموسوس .

يمكن أن ينشأ الوسواس عن طريق الاستعداد النفسي المسبق سواء كان فيزيولوجي أم عقلي... و يكون العصاب طبعا الأرضية المثالية لتكوينه . انخفاض الضغط النفسي يسمح باستقرار الفكرة الطفيلية بشكل سريع وسهل . (كما يشاهد هذا في حالات الوهن النفسي) . و كذلك العقد التي ترسو في قعر اللاشعور تجلب كذلك أنواعا كثيرة من الوسواس . تسمم الجسم يعتبر كذلك أرضية مهيأة للاستقرار هذا العصاب . و نفس الشيء

بالنسبة للتخلف العقلي ، الكساح ، الوراثة ، عملية الهضم السيئة ، بعض أنواع الإرهاق التي تصيب أعضاء الطرح للمواد السامة كالكبد و الكلى الخ .

و في الخلاصة (و كباقي أنواع العصاب) فإن أي سبب مغل للجهاز العصبي يؤدي إلى تحضير الأرضية للمرض . و يكفي بعد ذلك لحدوث بعض الظروف كي ينفجر الوسواس و يعظم .

شفاء الوسواس .

الشفاء يكون صعبا لكن ممكن . فكرة الوسواس هي شبيهة للخلية الحية : فهي تحاول العيش على حساب المحيط الذي تعيش فيه . إنها تكبر ، و تحاول الاستيلاء على كل شيء . فهي تقوم فعلا " بمحاصرة " الشخص الذي تعيش وسطه . يجب القيام بكل الوسائل لشفاء المريض . ألامه عظيمة . لذلك لا يجب توفير أي جهد لا في المجال الطبي و لا في المجال النفسي .

هل ينفع التنويم المغناطيسي ؟

لا و أكررها مرارا . الإيحاء بعد النوم المغناطيسي لا يجدي نفعا عند الوسواس . و عكس حالة الهستيريا فحقل الشعور عنده ليس ضيقا . و لا ينقطع الوعي عند الوسواس .

زيادة على هذا ، كما يحدث في كثير من العلاجات عن طريق التنويم ، فإن الإيحاء بعد التنويم لا يهاجم إلا الأعراض الخارجية . و تبقى جذور الوسواس حية ترزق و تنتج و بسرعة كبيرة أعراضا جديدة ، سواء فيزيائية أو عقلية .

يكون الوسواس في اغلب الأحيان نكيا .

هل يمكن استعمال ذكائه للتمكن من إقناعه ؟ و هذا كذلك لا يجدي في شيء . فالوسواس ذاته يوجد في صراع دائم و بكل ما يملك من منطق و لكن دون أي جدوى . بيوء معه الإقناع بفشل ذريع . و يقول بعدها : " ... اعلم كل هذا ... و لا اقدر على تصديقه ... فكرتي هي أقوى من أي منطق في الوجود... "

أو " ... أنا أعرف جيدا أنني لست مسؤولا عن البشر كله ... و أمضي أيامي و ليالي أكرر هذا ... و لكن فكرتي الموسوسة لا تتزعزع و لو بشبر ... "

ما هو العلاج ؟

بشكل عام ، فإن علاج الوسواس يشبه علاج أي عصاب . و لا يوجد إلا علم النفس الأعماق الذي يستطيع الوصول إلى الجذور المنتجة لتلك السموم العقلية . فيجب إذن تجديد كامل حياة الموسوس . و لا يترك على قدر الإمكان ، أي شيء في الظل يجب أولا و قبل كل شيء على الشخص أن يعلم أنه ليس وحيدا في عذابه . يجب إقناعه بهذه الحقيقة . يجب إقناعه كذلك أنه جدير باهتمام الناس . و فعلا ، ألا يستحي من حالته ؟ يجب أن يعرف أن آلامه قد أخذت مأخذ الجد . حتى أنه و بجدية كبيرة ! و بالفعل فإن الخوف و الاستحياء من مميزات الوسواس .

بينما يكون العلاج المعمق عبارة عن تحليل عميق لكل الظروف التي عاشها الموسوس : الاجتماعية ، العائلية ، الجنسية ، الدينية ، و الوراثية . و في أغلب الأحيان و بعد معرفة الميكانيزم العميق الذي يولد العصاب يأتي الشفاء النظري ثم بعد ذلك يجب المباشرة في إعادة تقويم الشخصية ، إذا كان هناك ضرورة .

إنه عمل قاس و لكن عمل جميل ؛ يتطلب المشاركة التامة للمريض و النفساني معا .

الرهاب (Phobies) / كلمة إغريقية = الخوف /

الرهاب هو أحد أصناف الوسواس . يتميز بالخوف من فكرة أو شيء أو ظرف محدد .

و من بين الأكثر شهرة نجد :

- رهاب الساحة . Agoraphobie
- رهاب الصومعي . Claustrophobie
- رهاب الاحمرار . Ereutophobie
- رهاب المرض . Nosophobia

رهاب الساحة : Agoraphobie

هو الخوف المرضي لعبور منطقة مفتوحة: ساحة عمومية، الطريق ، أرضية الملعب . يظهر ذعرا حقيقيا مصحوبا بتصبب عرقي ، رعشة ، و قلق . إما أن يبقى المريض متمسرا في مكانه ، دون الجراءة على الحركة ، وإما أن يمشي و هو ماسك بالجدران التي يجدها أمامه . أو أن الذعر يتبعه رعب مصحوب بهروب نحو الأماكن المغلقة (ممر ضيق ، مقهى ، منزل ، سينما)

رهاب الساحة (و مثل جميع الوسوس) هو من الأعراض المؤلمة و المنهكة . هؤلاء المرضى كذلك يبذلون ما في وسعهم لمقاومة رهبهم و ذعرهم . عادة يتوجب عليهم فعل بطولات شجاعة أمام ظرف بسيط ، قطع الطريق مثلا ... هل نفكر بما فيه الكفاية عندما نتكلم معهم عن الإرادة و بذل الجهد ، و هم الأوتل الذين طبقوا ذلك ؟

الخوف من الإغماء . la peur d'avoir une syncope

إن هذا الخوف مرتبط في أغلب الأحيان برهاب الساحة ، حيث الانفعالية الناتجة عن رهاب الساحة تؤدي إلى اضطراب في الرؤية ، و الإحساس بالغثيان . و تعتبر هذه الأعراض بالنسبة للشخص أنها الإشارات الأولى للإغماء الذي يوشك أن يحدث .

و يجب أن نلاحظ ما يلي : من المستحيل أن يقع إغماء مهما كانت درجة الذعر . يزول الخوف من الإغماء في اغلب الأحيان (و ليس دائما) عندما يكون الشخص مصحوبا .

رهاب الساحة (و ما يتبعه) يعتبر أحد الأعراض ذات الخطر الضئيل ، و يقع صدفة . يحدث غالبا على إثر إتهاك عصبي . يجب إذن البحث عن أسباب الإتهاك . و يوجد متهما ثاني متمثل في التادية السينة للوظائف الكبدية و الجهاز الهضمي .

و زيادة على هذا ، هناك أسباب أخرى تبقى ممكنة . أكثر عمقا ، يمكن أن يكون رهاب الساحة أحد أعراض الصراع الداخلي ، و الذي يعثر عليه فقط التحليل النفسي (صراع عائلي ، ديني ، جنسي الخ ...)

الرهاب الصومعي *Claustrophobie*

هو الخوف من الأماكن المغلقة : سينما، مسرح ، مصعد ، سيارة مغلقة ، قطار الخ ... وفي قاعة السينما أو في أية قاعة أخرى، يجلس الشخص محاذيا لباب الخروج. وذلك كي يتمكن من الهروب مباشرة عند أول ظهور لعلامات الذعر .

مثال : السيدة س بها رهاب صومعي ، مصابة بذعر رهيب للمصاعد الكهربائية . و أكدت ينتابها ذعر رهيب عندما تكون وسط المصعد. حيث يقطن ابنها مع أحفادها في الطابق الثامن من عمارة كبيرة . تتسلق إذن السيدة س ... السلام بشقاء عظيم لتصل إلى الطابق الثامن . و لكن (و هذا في كل مرة) بعد تردد طويل أمام باب المصعد ، و هي تصارع خوفها عليها تفوز عليه .

بالإضافة إلى قلقها المؤلم و غضبها الشديد إلى ما آلت إليه حالتها فإننا نشاهد دهشة سكان العمارة أمام هذا السلوك الغريب .

بعد فترة من الزمن أحست س ... بمرض قلبي ، و حذرها الأطباء تحذيرا مطلقا من صعود السلم . و لكن السيدة س ... تحب حبا شديدا ابنها و أولاده . لكن الرهاب كان الأقوى ، و أبدالتم تجار هذه السيدة على استعمال المصعد ليأخذها لابنها . و لحسن الحظ تظن ابنها لموقفها ذلك ، و أرسلها تعالج عند المختص في علم النفس .

هذا المثال يبرز قوة الرهاب . لا يمنع شيء مهما كان . و محاولة التغلب عليه أشق بكثير .

هناك كذلك يعترف الشخص بالطبيعة السخيفة لهذه الأعراض . إنه يحاول في أغلب الأحيان أن يفسره يتذكر حادثا حصل له، أو توعدا صحيا . و بالنسبة للتحليل النفسي فإن الرهاب الصومعي له علاقة متكررة مع الشعور بالنقص أو الإحساس بالذنب .

رهاب الاحمرار *Ereutophobie*

إنه الخوف من احمرار الوجنتين . و يستحوذ هذا الإحساس خاصة على الخجول و ذو فرط -الانفعال . حيث يولد الانفعال عندهم هذه الظاهرة .

رهاب الاحمرار متعلق في بعض الأحيان بالإحساس " شعور - تحتي" للذنب .

رهاب المرض *Nosophobie*

إنه وسواس يتمحور أساسا في الخوف من المرض . و الأكثر انتشارا هو : رهاب مرض السل ، رهاب السرطان ، رهاب مرض الزهري ، الأمراض المعدية . رهاب المرض يلتقي مع :

توهم المرض *Hypochondrie*.

... و الذي هو متكون من القلق المستمر في موضوع الحالة الصحية للشخص المصاب . فكل تركيزه ينصب حول وظائفه العضوية ، أو يكون محصورا حول عضو جسدي واحد . فتوهم المرض يمكن أن يصبح وسواسا حقيقيا يغزو حياة المريض كلها . في حالات عديدة نشاهد اضطرابات مثل : القبض ، خلل في إفرازات الكبد ، خلل في الأعضاء التناسلية ، و الهرمونية . تغير المزاج ، الأتانية ، و العبوس الذي يتميز به متوهم المرض .

في بعض الأحيان يمكن المرور من التوهم المرضي إلى الإصابة بالذهان . فيصحب ذلك بالهذيان ، و اليقين المطلق للإصابة الخيالية . يجب أن يخضع متوهم المرض إلى فحوص طبية كاملة ، و يتبعه إعادة تهيئة نفسية .

الهستيريا

انظر الفهرس .

المزاج العموري *La cyclothymie*

يتأرجح الشخص بشكل متواصل بين حالتين متعاكستين . أحيانا يملا مزاجه الغبطة ، و الحماس ، و الإثارة يؤدي أعماله بكثير من المرح و البشاشة ، يهتم بكل شيء و يغمره حماس شديد . يملك يسرا في النقاش ، نشاط ذهني كبير ، و ردود فعل حاضرة دوما ، إنه متيقن من قوته القاهرة ، و دماغه تواق لمعرفة كل شيء ؛ مبالغ في السخاء ، اجتماعي ، متفتح جدا ، محاور ، يتناقس ... و فجأة ... كل شيء يتلاشى وسط الانهيار . يتبدد الحماس ، و كذلك الغبطة . ينطوي على نفسه . يصبح يتردد و يشك في كل شيء . يغطس في لا مبالاة تامة ، و الحزن . يغوص في ما يشبه النعاس العقلي يوحى من خلاله بإفلاس مطلق لنشاطه . ينسحب في عزلته ،

و يشعر بالإحباط و الذل ، يخشى يومه القادم ، و يعاتب نفسه بأسى شديد ... و يدوم هذا حتى نوبة حماس جديدة .
و إذا دفعت به إلى هذه الحدة ، فإن هذه الظاهرة تدخل في نطاق مرض العصاب.

أما إذا كانت أقل حدة ، ففي هذه الحالة لا نتكلم على عصاب حقيقي و إنما تغير المزاج : بنية المزاج الدوري الشهير . فمن الصعب إذن رسم حدود واضحة لهذا النوع من العصاب . كل شيء مرتبط بالوتيرة ، الفترة ، الشدة التي يتميز بها هذا التغير في الحالة ، و هو مختلف من شخص لآخر . و بصفة عامة ، فإن بنية المزاج الدوري تشير إلى خلل عصبي نفسي ، و انحراف في الطبع . و نجده عادة (و بدرجات متفاوتة) عند القادة السياسيين ، المشاغبين و قيادي الثورات . فهذا المزاج هو قاعدة نشاطهم القوي ، و الحاشد للقوات ؛ في بعض الأحيان يكونون ذوي اندفاعية مفرطة في السخاء ، و فرط الانفعال ؛ و كذلك يمتازون بقمعهم الشرس ، و طغيانهم المتوحش .

إذا كنت قد تكلمت عن المزاج الدوري ، فذلك لكي أتمكن فيما بعد الحديث عن زهان خطير و المتمثل في : الهوس - الإكتابي .

العُظام la paranoia (كلمة إغريقية تعني : المنطق على جهة)
والهينان /

عصاب آخر ، يقوم بعرض عدة ظواهر نفسية ، مروراً من الخلل البسيط إلى أن يصل لأخطر أنواع الذهانات ، و الهلس . و يعرف العظامي في كلام عموم الناس : " جنون العظمة " و " جنون الاضطهاد " . العُظام هو قبل أي شيء ، انحراف الطبع . يشعر العُظامي بكبرياء النفس الشديدة ، و التي يقوم بإخفائها أحيانا بتواضع مزيف . يعتقد أن نباهة ذكائه خارقة للعادة ، و ينسب لنفسه الجدارة و الاستحقاق في كل شيء ، كذلك التبصر ، و كل الفضائل . إنه كثير المطالب ؛ يفرض على الآخرين أن يحترموه ، كاحترامهم للعظمة . و نفسيته مشحونة بالإنانية و التي يظهرها تحت أقنعة متمثلة في : الإيثار ، الطيبة ، و العدل . و في صميمه يوجد الحسد و الضغينة . و في أغلب الأحيان يستحوذ عليه الشعور بالنقص رغم أنه يعتقد عكس ذلك . إنه ولوع انفعالياً لأتفه الأشياء :

و لكن يهجر كل شيء لأسباب فارغة ، يتميز بالحكم الخاطي و المصوغ سابقا . يظلب على طبعه الإصرار ، العناد و الحقد و ذلك كلما أصيبت حساسيته بسوء ، حتى أنها حساسية جد غريبة . فالعظامي هو شخص " لا نعرف معه ، بأي رجل نرقص " ...

لا يوجد عنده التسامح ؛ إلا إذا أدى دور الرجل المتسامح ... تلك اللعبة التي تقوي من عظمتها الظاهرية . يحتل العظامي عادة مكانة اجتماعية مرموقة ؛ و منه ينشأ التشدد ، و إجبار الغير على الاحترام المطلق لأنكاره . و بما أن العظامي مفرط الانفعال فله اندفاع سخائي كبير : إنه يفرض على الغير طبيئته و كرمه ... حتى و لو على حساب نفسه ... لا ينجح العظامي في أغلب الأحيان في معايشرة الغير إلا الذين يعترفوا له "بعظمتها" . يظن عادة أنه " مضطهد لأن تبصره و نكائه الكبير يشكل خطرا عليه : فهو مستهدف بالقتل !"

العظامي مشحون تحفظات متعجرفة ، مهيمنة و محتقرة للغير . و بالطبع فإنهم لا يشعرون بخطأ ما هم عليه ، و لكن هم بحاجة كبيرة أن يؤمنوا بها . و يكذب العظامي بشكل متواصل . يتخيل مواقف أين يكون فيها عظيما و يؤدي أجمل الأنوار الخ . يدرج في كلامه و بشكل لبق عن علاقاته الخيالية مع أناس مشهورين إنه حقيقة بارع في الاستدلال و المنطق السخيف .

الطفل العظامي : تظهر عليه الأعراض مبكرا : إنه كثير المطالب ، جائر ، حساس ، كثير الاستياء ، حقود ، عنيد ، فخور ... و يجرح بسرعة في إرأنته الإلزامية ، في مطالبه و أنانيته . فهو لا يتحمل لأي انضباط سلوكي ، مهما كان نوعه . لا يخضع لقوانين الجماعة ، و لا يتصور لوجود قانون يمكن أن يطبق عليه . يطالب أن يكون ليس من "ضمن الآخرين" ، و أن يعترف به . و منه الشعور بالاستعلاء ، التسول ، الشرود ، التمرد ، الفضائح العمومية ...

و في المستقبل في سن المراهقة توفر لنا هذه الإصابة العظمية بعض الهاربين من التجنيد العسكري ، بعض المغامرين ، و المعارضين . و يظهرون بعصابهم على شكل فلاسفة ، و الذي لا يكون طبعا إلا قناعا .

العظام البسيط يمكن له الاستقرار لدى الشخص مدى الحياة دون أن يحدث أي مضاعفات ... إلا بالنسبة للمحيط الاجتماعي ! لأن العظامي يتميز " بشخصية منهكة " أكل لطاقة الغير و للذين يعيشون معه .
 هاهي الآن و على شكل جدول ، العصابات التي ذكرناها و الذهانات التي تطابقها .

الذهان الذي يطابق معه

الخلط العقلي

نفسام الشخصية

[الذهان الهوسي - الإكتيابي]

العصاب

الوهن و الوهن العصبي

الوهن النفسي

الوسواس و الرهاب ،

المزاج الدوري

العظام

هنيان العظمة (Mégálo manie)

هنيان الاضطهاد (délire de la

persécution

(hallucination)

الهلس

الذهان Les Psychoses

تضاعف في أقل من قرن عدد الإصابات بالخلل العقلي و ذلك بعشرات المرات و في أغلب دول العالم. و تأخذ كل من فرنسا ، السويد ، و الولايات المتحدة الأمريكية الصدارة و هذا بشكل رهيب جدا . و أضحت الأمراض العقلية نكبة اجتماعية حقيقية .

يجب ملاحظة ما يلي : مصطلح " جنون " لا معنى له في الحقيقة ، و تشمل العديد من الإصابات المختلفة الأشكال و التي تتداخل فيها الأعراض. المختل هو بالطبع مريض ؛ و لحسن الحظ أننا لسنا في العصر الذي يعتبرون فيه المختل عقليا مجرما !! زيادة على هذا ، فإنه يوفر عادة شكلا " كاريكاتوريا " أكثر بروزا لبعض الانحرافات الاعتيادية للطبع .

الخلط العقلي La confusion Mentale

هو لا يعتبر اختلالا عقليا بآتم معنى الكلمة ، و لكن عبارة عن وهن "مفرط" ، كل الوظائف النفسية تضمحل لأقصى درجة . يحس المريض أنه يوجد في حالة خمول ذهني ، و كذلك في حالة خلط . يشعر و كأن

دماغه يسبح وسط ضباب كثيف ، لا تقدر أفكاره على الاهتداء السوي ... في بعض الأحيان يخلط المريض في الزمن ؛ يعتقد أنه يعيش في وقت مضى (مثال : شخص يعتقد أنه رجع إلى وقت ما قبل زواجه ، أو وقت تأدية خدمته العسكرية) . يصعب عليه التركيب الذهني . المريض لا يستطيع توجيه انتباهه ، أو الحكم ؛ إنها إذن هياكل دون ارتباط انسجامي . و لسبب فقدانه للتمسيق الزماني و المكاني ، فإن المريض يظهر أحيانا "تائها ، و غائبا " . و يستطيع أن يؤدي هذا الخلط إلى العمول التام و الذي يعرف باسم الذمول المخلط (stupeur confusinnelle) هنا يوجد إذن علوٌ في ظاهرة الوهن ، و الوهن العصبي . و في الخلط العقلي يفقد إذن المريض وعيه ، ويصبح لا يدري أين هو مثلا. وعندما يعود إلى وعيه ينسى كل ما حدث له خلال فقدته للوعي .

يعتبر الخلط العقلي اضطرابا عابرا في أغلب الأحيان ؛ و هو الأكثر قابلية للشفاء . و يهتم العلاج خاصة بالسبب الأولي . يمكن أن يكون الخلط نتيجة لإتهاك شديد ، أو مرض عدوي خطير ، أو تسمم ، و إما رجة في الدماغ .

انقسام الشخصية Schizophrenie

باللاتينية : (انشطر على 2 : Schizo /الكاء - العقل : Phren)

مرض عقلي خطير ، يعتبر الانقسام اختلال عقلي بامتياز . الانفصال هو فقد الاتصال مع الواقع . و لكي أكون أكثر فهما ، فننقل أن المنقسم شخصيا هو " غريب العقل " و يستحيل الدخول في اتصال معه . فهو "مقطع " مع الواقع للمعاش دون أي تفاعل ، و لا مبالاة مطلقة ؛ إنه يعيش حلما داخليا ، و نادرا ما يعود به ظرف خارجي إلى الواقع .

و قد رأينا أنه لدى الوهن العصبي تبرز صراعات داخلية ، قلق ، وسواس . لماذا ؟ لأن فقد التركيب الذهني " يسمح باستقرار الوسواس كالتفيليات ، و دون أية مقاومة . عند المصاب بالوهن العصبي المريض يكون واعيا بحالته ، و يحاول أن يضع لها حاجزا بما تيسر له من إرادة .

لا شيء من هذا القبيل عند المصاب بالانقسام ... فالمريض ينطوي على نفسه بشكل مطلق (الصمت المرضي) . حالته النفسية لتتحرف تماما عن الواقع . هناك تفكك في البنية النفسية . يكون فيها للتفكير مستننا . و

يشيد في عقله عالم من الأوهام، و الذي يمكن مقارنته بالحلم " غير الاجتماعي "

و يكون المصاب بالانفصام ، وديعا ، ساكنا ، و لا مباليا . فهو معزول عن المحيط الخارجي ؛ يفقد الشعور .

و يظهر على الوجه اشمزاز ، تكثيرا ، و حركات دورية منسقة ؛ رفع اليدين و إيماءات غريبة . يهمل احتياجاته الإنسانية الضرورية في الحياة مبرزاً بذلك نقصاً في غريزة للبقاء . و يمكن أن يصاب المريض بالهلوس (و الذي يؤمن به) . فيأخذ إذن في الحديث مع شريك غير مرني ، و في بعض الأحيان بعنف شديد . يحدث أن يحافظ على القليل (من علاقاته الاجتماعية) مثل التعرف على شخص كانت له علاقة معه فيما مضى . و كأنه وجد مشعلا من ماضيه المشتت ، و الذي مازال يحافظ من خلاله على بعض الشعور المبهم ...

إندفاعاته العنيفة متكررة كثيرا ، و بالطبع فالمرضى لا يستطيع إيقافها . هاهو الآن في حالة خمول عميقة ، و يمكن له أن يحافظ على وضعية جسمية إلى ما لا نهاية مهما كانت شاقة و متعبة ؛ إنه ساكن و منفصلا داخليا عن عالمه . هاهو الآن يعيد نفس الحركات دائما متشابهة و مملة ... فجأة تنفجر عنده اندفاعية عمياء و مجانا ، و كذلك سخيفة . مثلا يهجم فجأة على الطبيب يريد خنقه ، ماذا يحدث ؟ فكرة طفيلية فرضت على عقله (فكرة تجعله يرى الطبيب و كأنه الشيطان بعينه) و هذه الاندفاعية لم تقابلها أية مقاومة شعورية .

ملاحظة هامة : بعض المصابين بالانفصام لديهم حماس ثقافي مفرط ، و عندهم إنجازات فنية مذهشة أحيانا ؛ لكن ذات طابع رمزي .

المراقبة و الانفصام .

في معظم الأحيان يبدأ انفصام الشخصية عند المراهقة . يظهر بعد البلوغ الجنسي ، لكي يتطور في سن الرشد . (و هذه ليست قاعدة عامة فيمكن أن يبدأ في سن متأخر) .

و من الصعب تحديد بداية للمرض . هاهو طفل يتميز بذكاء حائق ، مجتهد في دراسته ، و فجأة يغير من مظهره الخارجي . يدخل في حالة حلم متواصلة . و يظهر عليه مواقف غريبة ؛ يظهر و كأنه " غائب " .

يضحك بصفة غير متناسقة مع الحدث و بشكل غريب ، و يظهر بميول قوي نحو الانعزال التام . و يمكن اتهامه بالكسل ، نقص الإرادة ، أو بالتصنع . و يصبح هؤلاء الشباب يسودهم الخمول ، و اللامبالاة بما يحدث من حولهم . لا تربطهم أية علاقة ، و لا اهتمام بأي شيء كان . لا تحفز ، و لا عاطفة ، و لا فضول ، و لا نفور ، و لا حقد . لا شيء إلا الفراغ و البرودة ، اللتان تمنعان أي اتصال ، و كأن منابعهم العميقة تجمد وسط جليد كثيف (1)

و لا تظهر الأعراض إلا عند تطور المرض . مثل : الذهول ، الهيجان ، عدم المبالاة المطلقة للأحداث و المحيط الخارجي ، السكون ، الفقد الكامل للتفاعل ، انعدام الفضول ، حركات آلية ، صراخ ، هلس ، لا مبالاة في النظافة الضرورية .

بالنظرة الاجتماعية .

يبدأ الانفصام في أول المرض بنوبات من الهيجان و حالات الغضب الانفصاعي و دون سبب . و تعلن بعض الإشارات عن بدأ المرض ؛ الاغتصاب ، الشرود ، الكف المفاجئ عن علاقات الصداقة ، الحماس الفكري و الثقافي المبالغ فيه الخ . و يصبح السلوك عديم الاتسجام و غير قابل للتوغل ؛ و من هذا السلوك نفسه يتتبعه محيطه الاجتماعي بإصابته .

علاج انفصام الشخصية

في معظم الأحيان الاستشفاء يكون شيئا ضروريا و حتميا . العلاج النفسي يبقى عاجزا . و هذا منطقي لأن طبيعة الانفصام نفسها غير شفافة لأي اتصال خارجي . و لكن الصدمة الكهربائية ، و الصدمة الأنسولينية تعطي نتائج مغايرة (سوف نرى ذلك في الطب النفس - جسدي) .

رأينا أن الأعمال التي يقوم بها ذو الانفصام لها طابع رمزي . أليس من الممكن أن ندخل معه في اتصال بوسائله الرمزية ؟ معنى هذا أن نحاول أن ندخل معا في اتصال بواسطة وسائله الرمزية نفسها ؟ و شاهدنا حالات جد مشجعة استعمل خلالها العلاج عبر الرموز .

و يكون العلاج عن طريق العمل مفيدا جدا ، و خاصة العلاج النفسي

(1) هذه الأعراض تظهر " مزاج " خاصا يعرف بالانفصام البسيط . و الذي هو عصاب المنشأ و يمكن له أن يمر إلى انفصام الشخصية .

الجماعي ، و نحارب بذلك السكون و الاتطواء على الذات . و في الحالات الخطيرة هناك إمكانية القيام بعملية جراحية على الدماغ و التي تعطي بنتائج جيدة عند حالات الهيجان .

و لا يعني هذا بتاتا أن مرض الانصمام لا يشفى . و يشهد أطباء الأمراض العقلية أن هناك مرضا تم شفاؤهم ، و عادوا إلى حياتهم الاجتماعية العادية.

الهوس - الإكتابي *la manie-dépressive*

رأينا " المزاج الهوس - اللوري " و الذي يتميز ب :
أ) مرحلة الاستتارة يتخللها اللمعان الذهني ، الغبطة ، الحماس ، الاتدفاع ، و نباهة العقل .

ب) مرحلة الانهيار ، الحزن ، الاتعدام الكلي للنشاط ، اليأس ، و التقزز فإذا ما تضاعفت بعشرات المرات تلك التغيرات المزاجية فإن المريض يسقط بعدها في ذهان الهوس - الإكتابي (إذن بمراحل هوسيه ، و مراحل انهيارية)

1 - مرحلة الهوس .

يظهر على المهووس أنه يُشخص الفرحة ذاته ، غريزي و عنيف دون أي كبح أخلاقي . يوجد في حالة لا تتصور من الإثارة و الحبور . هذه الحالة تتمثل في الضحك ، الغناء و الطرب ، و الرقص . إنه " كثير الفكاهة " ، " يموت فرحا " إنه " يتألم من كثرة المزاح " .

يخرج الفكاهة البنيئة من فمه كالسيل المتدفق ، مثل القذائف النارية الملونة ، و بسرعة مدهشة . توجد وفرة كبيرة في الأفكار ، يظهر المريض و كأنه أصابته صدمة كهربائية عنيفة . شاذ في لباسه . يرتدي لباس لماع كثير الألوان ، و يتزين بزخارف . تبدو على وجهه بشاشة مفرطة . بريق في نظراته ، يبدو في مواقف غير اعتيادية ، انفجارات صوتية لا تنقطع ، و غناؤه كذلك ، صراخه ، إيماءاته ، فالمريض لا يستقر في مكان . يدور و يجول . و يبدو على كل سلوكه التحرر ، و الاستتارة المطلقة . و تكنس عنده كل الأعراف الأخلاقية ، الاجتماعية ، العرقية كما يكنس بقايا التبن . إنه التحرر المطلق للغرائز بشكل حماسي و عنيف ... يمسك مباشرة بأخطاء الآخرين و يجعل منها لعبة للكلمات ، أو

جناسا لفظيا . يسخر بأي شيء ، و بأي شخص ، يعيب للناس و يستخدم
النميمة بشكل وقح، و بالهام كبير. يكذب، ينتقد بعنف ، يتهم ، يقذف
الآخرين بمزاح فاحش . أننى مقاومة ضد تصرفاته تثير فيه الهيجان ، و
الغضب و في بعض الأحيان العنف الساخط .

حواسه تكون هي كذلك في استثارة كبيرة عما كانت عليه في الحالات
الطبيعية ، لكن تركيزه لا يستقر في أي شيء . في بعض الأحيان يحصل
تجاوز لأعراض الهوس بأتم معنى الكلمة ؛ و الهيجان يصبح ذا شكل
غريب ؛ فالمريض يصرخ بأعلى صوته ، و دون انقطاع ، يتجرد من
ثيابه ، و يمسح للجدران بفضلاته أو حتى يأكلها .

بداية نوبات للهوس يمكن أن تؤدي طبعا لبعض الشذوذ ، و مفارقات
سلوكية كبرى . و لانفسى أن الكبح الأخلاقي يضمحل إلى حد انعدامه
تماما . فنصل إذن إلى انتهاك الحرمات ، خيانة الأمانة ، ردود الفعل
العنيفة ، و الغضب الساخط .

فبداية الهوس يؤدي إذن إلى انعكاسات سيئة على المجتمع ... و يكون
فيه المريض غير مسؤول . أين يجب استسفاؤه . فظلا عن ذلك فإن هذا
الحجز يتركه بعيدا عن للتأثيرات الخارجية و التي تقوي من هيجانه .

2 - مرحلة الإكتئاب

بعد هذا الفيض من السرور الذي يتميز به الهوس تظهر مرحلة الانهيار .
يسقط المريض في نوبة من سوداوية المزاج . يكون فيه الإحباط كاملا ؛
تملأه أفكارا مؤنبة ، انعدام الجدارة . كثير الشكوك و الآهات . يتهم نفسه
أنه لصا ، قاتلا و غير جدير بأي شيء . يعتقد أن أمعاءه ملتوية ، و دمه
تخثر ، و ليست له لا معدة ، و لا مخ ... (الأفكار الإنكارية) يرفض الأكل
و نجبر عادة لتغذيته عن طريق الأنبوب الاصطناعي . و تبدأ الأفكار
الإضطهادية في الظهور : إنه متأكد أنهم يريدون قتله أو تعذيبه ، و كذلك
قتل جميع عائلته . في بعض الأحيان يكون القلق في أوجه : " raptus
anxieux" يقف المريض مستقيما ، تائها، يتصعب عرفا، يدها ترتعشان ،
ثم يقع على ركبتيه باكيا ، و متوسلا لوضع حد لمعانته ... و يجب هنا
مضاغفة المراقبة ، لتجنب وقوع الانتحار . الأشياء البسيطة يمكن أن
تكون آلة لدماره. و يمكن أن يحضر لانتحاره بصبر و مراوغة مدهشة ...

فهذا الهذيان السودلوي (و الذي يعتبر غلوا في التشاؤم السودلوي العصابي المنشأ) يعطي عادة الهلوسة . يسمع المريض أصواتا تتحدث إليه ؛ يسمع قول :إنه سوف يموت ، إنه سوف ينفذ فيه حكم الإعدام " و يرى منصة الإعدام تبنى أمام عينيه . و يرى شبح شخصا يحبه يقوم بمعاقبته على تصرفات غير لائقة . هل ندرك مدى العذاب الذي يتعرض له سودلوية المريض ؟

علاج الهوس الإكتسابي

يعتبر هذا للذهان في أغلب الأحيان مرضا وراثيا . و تكون قاعدته الأساسية هو المزاج للدوري في معظم الأحيان . بينما ، هناك من يصاب بهذا المرض و دون المرور حتما بالمزاج للدوري . بعض أطباء الأمراض العقلية يصنفون هذه للذهانات كاضطرابات (عضوية أو وظيفية) لقاعدة المخ (منطقة تحت المهاد و التي سوف نتكلم عنها في الأمراض النفس - جسدية .

و ينتج عن بعض العمليات الجراحية على منطقة تحت المهاد ، نوبات هوسيه . في نفس الوقت الذي كان يقوم فيه الدكتور فور تمنتز بعملية جراحية خاصة بمنطقة تحت المهاد، انفجر المريض في نوبة هوسيه ، يتخللها وابل من الكلام السريع، اشتراك الكلمات، أو المجاز اللفظي الخ . بالإضافة إلى ذلك ، هناك أسباب بالمصادفة يمكن لها أن تفعل : الغدد الصماء ، صدمة انفعالية ، رجة في الدماغ، بعض الأمراض المعدية . في بعض الحالات يكون السبب يتمثل في العادة الشهرية ، البلوغ الجنسي ، الحمل ، بعد الولادة ، و انقطاع الطمث ، الإجهاض . بعض الظواهر مثل للولادة أو الإجهاض يمكن أن يكون لهما تأثيرات على المناطق تحت المهادية . و التي تصبح " حساسة جدا " لمختلف الإصابات التي يمكن أن تصيبها .

مدة المرض : إن شدة ، و مدة ، و كذلك دورية لهوس و الاتهيار جد متغيرة . فبعض المصابين بهذا المرض لا تتناوبهم إلا نوبة واحدة أو نوبتان طيلة حياتهم، و آخرون تأتيهم نوبة كل سنة ... و هناك من لا تصيبهم إلا الحالة الهوسية و آخرون لا تصيبهم إلا الحالة الإكتئابية . و يوجد بين النوبات " فاصل التبصر " و الذي يمتد في الزمان لمدة طويلة

في بعض الأحيان . و يعود الشخص إلى نشاطه المنطقي و السوي ، و كذلك لقدراته العقلية .

و يظهر أن الهوس – الإكتنابي تنجح فيه بشكل كبير " الصدمات " و خاصة الصدمة الكهربائية فهذا النوع الأخير من العلاج له نتائج إيجابية جد خاصة في الحالات الإكتنابية و ينقص في مدة تطور النوبات الهوسية.

هذيان العظمة

وهذيان الاضطهاد

I – هذيان العظمة:

عظمة النفس أو الميقالوماتيا (Megalomanie)

يعتبر جنون العظمة مصطلحا أليفا جدا في علم النفس ... و عند عامة الناس كذلك. هذا الهذيان هو حالة مفرطة لنوبة العظام (Paranoia) فالمريض يكون متأكدا جدا من قوته الجسدية و جماله الخارق ، فهو ينحدر أصله من عائلات عريقة ، و تجمععه صلة دموية مع جميع ملوك أوروبا و غيرها ... فهو الغني ، يملك الملايير ، رجل أعمال عظيم ، يتحكم في الملايين من البشر . إنه على يقين كونه رجلا فوق العادة ، نبيا ، و أحد أكبر المخترعين في هذا الكون . جل النساء يغمى عليهن من شدة إعجابهن به ، فهو الجدير بكل الاستحقاقات ، يملك كل الألقاب و الشهادات ، علاقات عديدة تربطه مع شخصيات سامية في المجتمع ، له كل الثروات ...

في كثير من الأحيان يرتدي المختل لباسا لماعا يمثل شخصية خلقها في دماغه . يلبس بدلات غريبة ، قبعات مختلفة ، و يتقلد الأوسمة ، و شارات عسكرية هذا الاختلال العقلي الكثير الانتشار ، إلا يعتبر حالة كاريكاتورية لملايين الطموحين و المصابين بالعظام البسيط ، و الذي تعج أعدادهم هذه المعمورة؟ ...

أليس صورة كاريكاتورية للذين يطمعون في العظمة و الاستعلاء ؟ لكن هذيان العظمة هذا لا يوجد فقط في الإصابات بالعظام ، نجده كذلك في حالات الشلل العام (1) و في بعض أنواع الهوس و الانتفصام . التخلف العقلي يعطي كذلك لصاحبه الصفات السامية و المكانة الاجتماعية

المرموقة . و منه الارتداء غير القانوني للباس العسكري بأنواعه ، ووضع الأوسمة المختلفة ، و مظاهر أخرى لتصديق هذيانهم فهناك إذن أصناف من الإصابات تذهب من العظام البسيط إلى حالات للذهان باتم معنى الكلمة . و تطرح هنا مشكلة المسؤولية المدنية . فالمصاب بالعظام و جنون العظمة يمرّون إلى الفعل ، فهم يعبرون عن قوتهم ، " و أوسمتهم " عن طريق الكلام ، و لكن كذلك عن طريق بذلهم و أفعالهم . فنصل إذن إلى مخالقات النظام العام ، و قلادة غير قانونية للأوسمة العسكرية ، السب و الشتّم ضد القضاة ، و ممثلي العدالة ، النصب و الاحتيال ، الضرب المؤدي للجروح . فمن البديهي أن تكون المسؤوليات منعدمة عند المصاب بالشلل العام . و في الحالات الأخرى المسؤوليات مرتبطة بدرجة الإصابة بالذهان .

II هذيان الاضطهاد .

كما هو الحال في هذيان العظمة ، فإن هذيان الاضطهاد يشاهد عادة في صورته الإكلينيكية... وفي صور أخرى . فالاضطهاد مرتبط عادة بفكرة العظمة. إذا كان المريض يعرف كل شيء، و قويا و مطلق التبصر، أليس من المستحسن أن يتم التخلص منه؟ ... بماذا يشكو المضطهد؟ " أنهم " يتربصون بثروته أو مكانته قصد النيل منه. " أنهم " يمارسون تأثيرات فيزيائية على جسمه بوسائل كهربائية ، إشعاعية أو مغناطيسية . الخ أنه يضطهد من طرف أشخاص و من مسافات بعيدة عن طريق السحر و الذي يؤثر على عقله ، و يبدد ثروته ، تمنعه من الفعل أو تقتله الخ . و يزعم كذلك " أنهم " يسمعون عن طريق الراديو ، و يعرفون كل ما يفعل في منزله ، و يلتقطون أفكاره ... و يظهر في معظم الأحيان الهلس . يسمع المريض أصواتا تشتمه ، و تهدده . وبعض الأحيان يزعم " أنهم " كسرو رأسه لكي يلتقطوا ما عنده من أفكار أو لتوجيه أفكاره كما يريدون . فمن الطبيعي إذن أن هذا المريض يشعر بالقلق ، و الذي لا يفعل إلا في تقوية هذيانه . في بعض الأحيان يتوهم " أنهم " يضطهدونه دون تحديد أكثر. لكن أحيانا أخرى يشير إلى هذا الشخص أو تلك الجماعة السياسية أو الدينية.

و مباحث الشرطة و السلطات القضائية تعرف أشياء كثيرة من هذا القبيل و يمكن أن تكون ردود فعل المريض أمام هذا الهذيان متنوعة ، فهو يستطيع استعمال بعض الوسائل الدفاعية : يغلّق الباب على نفسه ، يرتدي لباسا غريبا الخ . يقوم بصنع شاشات تلفزيونية ، يقتني حرزا ، يستعمل السحر لكي تقيه من الإشعاعات و الذبذبات أو الأفكار الإضطهادية . كذلك يسمع المريض أصوات أعدائه ، أو أصوات تحميه ، يجيبهم و يناقشهم ، يغلّق أذناه . أو يدافع عن نفسه بشكل آخر : فهو يهدد و يشتم " مضطهد به " و يذهب ليقدم شكوى لدى الشرطة الخ . و إذا قرر أن يدمر بنفسه أو لآلئك الذين يضطهدونه ، فإنه يصبح بالطبع خطيرا جدا .

مثال : هذا مشهد لمقطع من رسالة (منقولة كما هي بأخطائها) لإتسان " مضطهد " :

سيدي الأخوة و القوة . هذا ، و ليكون لي الشرف أن أقول لكم ، بأنكم قادرون على إيقاف رغبتهم في قتلي ، عبر مسافات بعيدة عن طريق أفكار أعدائي . عندهم دمي يقومون بوخزها بالإبر و ينومونني مغناطيسيا لكي يتمكنوا من أخذ كل ما اعرفه ، و يستعملونه ضد بلدي ، اعرف أنهم وضعوا في بيتي ميكروفونات ، لكن لم أستطع العثور عليها . يعرف أعدائي جيدا أسراري الحكومية و الدبلوماسية ، و ذلك عندما أسافر إلى الخارج في مهمات سياسية . لا أستطيع أن أنحط و أفعل مثلهم ؛ و لكن أريد قوة مثل قوتي ، و التي هي بحوزتكم ، نحن الاثنان فانا متأكد من هزمهم ، و لن يستطيعوا بعد ذلك سرقة أفكارني أو يسمعون ما أقوله في منزلي ، أو سمع كل ما أقول و ما أفكر به . لو تساعدوني فسوف أستعيد ثروتي و أعطيكم أياها . لكن لا أستطيع الخروج كثيرا لأنهم يستطيعون توجيهي نحوهم عن طريق ذبذبات الراديو أو الأفكار ثم يقومون باعتقالي .

العناية النفسية

كل الذهانات ، مهما كانت خطيرة ، فهي قابلة للشفاء . بعض المرضى ينزلون إلى أدنى درجة الإنسان الحيواني . حتى إذا وصلوا إلى هذه الدرجة فإنهم يبادرون بالشفاء السريع و النهائي . و يعودون إلى حياتهم الاجتماعية ، و يستطيعون بعدها تجاوز كل المشاكل مهما كانت بتحكم

عقلي كبير، و ذلك طيلة حياتهم . طبعا ، فعلاج الذهانات لا يعطى "دفعة واحدة" . كل طبيب لا بد عليه أن يتوغل إلى أعماق المريض . و يجب أن يأخذ الوقت الكافي لذلك . و يمكن له مشاهدة إعادة إحياء فعلي للعقل ، و هذا ثمرة جهده . و هنا يكمن كل المشكل . هل يوجد بما فيه الكفاية لأطباء الأمراض العقلية ؟ هل عندهم الوقت الكافي ، أمام التوافد الكبير لمرضى العقل ؟ رغم إرادتهم ، و التمكن من علومهم ، لا يجب الاكتفاء بالعلاج السريع ؟ و زيادة على هذا ليسوا خاضعين لدعابات شعبية سخيفة و سخرية الجرائد ؟

و من جهة أخرى فإن التحليل و العلاج النفسي يمكن أن يعطيا نتائج جد مشجعة حتى في بعض الأمراض العقلية الخطيرة . فالمختل عقليا يعتبر إنسانا " غريبا " ؟ عند البعض أقل بكثير على ما يبدو عليه . فرغم المظاهر الخارجية فيبقى محافظا بداخله على شخصية مخنوقة ، صامتة و لكن تتألم . و لهذا فكل مستشفى للأمراض العقلية لا بد أن يتوفر على الاحترام المطلق للمريض عقليا ، و الذي يبقى كباقي البشر يحافظ على حقوقه الإنسانية الأكثر قداسة .

العصاب أيضا .

بعد الظلام القاتم لسماة الذهان ، نقوم بالعودة إلى الوراء لكي نجد من جديد الشعور و الغيوم الرمادية للعصاب .

العصاب و البلوغ الجنسي .

يفتح البلوغ الجنسي الأبواب للعديد من الإصابات العصابية . ليس هذا البلوغ العجيب الذي يعتبر " قفزة " و أول تكيف في غاية الأهمية و الذي تتطلبه ؟ فما هو سبب ظهور العصاب بعد البلوغ ؟ هل يتعلق الأمر بأسباب فيزيائية ؟ هل هي أسباب نفسية ؟ يتميز البلوغ أساسا من نضج الوظائف الجنسية و ذلك عن طريق تغيرات فيزيولوجية مختلفة (ظهور الشعر ، نمو الأتداء ، و الخصر عند الفتاه ، تبديل نبرات الصوت عند الذكر الخ) . هل يجب ربط عصاب المراهقة بالتغيرات الفيزيولوجية و الهرمونية ؟ و هذا ما كان عليه الاعتقاد لمدة طويلة . و حتى أنه أعطيت مكانة هامة لدور العوامل الهرمونية ؛ و لكن أخذ الآن هذا الدور يضمحل

شينا فسينا حتى انعدم تماما . إذن ماذا بقي لدينا من أسباب غير العوامل النفسية ؟

و يدخل التحليل النفسي من جديد إلى الحلبة ... و نلاحظ عادة أن عصاب المرافقة راجع إلى عدم التكيف ؛ عدم التكيف الجنسي ؛ عدم التكيف الاجتماعي ؛ و هو ما يشبه بفقد النمو الطبيعي . في هذه الحالة هل البلوغ يؤدي حتما للعصاب ؟ هذا غير وارد و لكن البلوغ هو بمثابة "الزر الفاتح" و يعمل على إظهار الخلل في التوازن و الموجود سابقا . هذا الخلل يمكن أن يكون وراثيا أو ينشأ بعد التأثيرات المختلفة للمحيط ... المراهق العصابي يعاني من صعوبة كبيرة في التكيف لمتطلبات الحياة الاجتماعية يهرب من المسؤوليات ، إنه ضعيف . و هو ذو تخلف عاطفي (1) مكبوح في مكان ما بماضيه ... يبحث عادة عن ملجأ عند أمه ... و يفعل نفس الشيء مع زوجته. هذا إذا لم يكن قد فعل التعويض و انتهى. "كل الضربات مسموح بها !"

يلتج إذن مرافقين موسوسين ، مترددين ، مصابين بالقلق ، بهم فرط في الخجل ، عدوانيين ، و قهين متمردين ... كل هذه الاضطرابات تؤثر طبعاً على الجانب الجنسي . هذه الاضطرابات تصبح اندفاعية بحاجة لإشباع سريع و مباشر (الإتهاك للحرمان ، الاستمنااء المتواصل ، الجنسية المثلية ، السادية الخ) فالمرافقون العصابيون ذوي العاطفة المثبتة هم ملزمون بالعلاج النفسي .

العصاب و المعاشرة الزوجية .

يجب على المراهق للتكيف مع شخصيته الجديدة ، و كذلك مع الجنس الآخر ؛ يجب عليه أن يفصل عقليا عن والديه ، لكي يعيش حياته الخاصة . إنها لحظة حاسمة : إما أن يتسلق الحاجز ... أو يقع في مكانه . و بعد ذلك ، مكيفا أم لا تكون وجهته مباشرة نحو الزواج . و هنا نلاحظ أن العدد الكبير من الأمراض العصابية تظهر بعد الزواج . ما هي التكييفات الكبرى المطلوبة في هذه المرحلة من الحياة ؟ الممارسة الجنسية ، و التكيف مع الحياة المشتركة .

(1) نقرأ القاموس: التخلف العاطفي .

الممارسة الجنسية

إنه لا يمثل علاقة جنسية عادية ، و لكن هي علاقة تؤدي مع شخص محدد : الزوجة أو الزوج ، و هذا يقوم بتغيير لكل المعطيات ...فعصاب العلاقات الزوجية يكون منشأه أساسا الجنس : العجز الكلي أو الجزئي للزوج ، برودة جنسية عند الزوجة . و كم يوجد من رجال لهم ممارسات جنسية طبيعية مع عشيقا تهم (أو يصلون بعزيرتهم إلى الزواج) يصبحون فجأة عاجزين جنسيا مع زوجاتهم !... في هذه الحالة يقع عادة ما تكلمنا عنه في ص 221 ميكانيزم لا شعوري لكنه شديد التأثير ! فالعصاب عند الكبار ما هو إلا نسخة مكبرة لحالة عصابية نشأت في الطفولة أو عند المراهقة . و أعيد مرة أخرى هذا الميكانيزم لكونه حالة اعتيادية : عند الطفولة و المراهقة .

الأم = امرأة مثالية ؛ الحب نحو الأم = الاحترام المطلق يصحبه كبت جنسي عند الزواج .

الحب نحو الزوجة = يذكر بالحب نحو الأم = عجز جنسي من جهة أخرى الكثير من الأشخاص يقبلون على الزواج و بهم شحنة من الشعور بالنقص بتأنيب الضمير ، الاستحياء من الذات . و يكون الأكثر انتشارا هو الخوف من الإهانة ، و الحياء من أجسامهم أو عيوبهم . و يمكن و بسبب المداومة الطويلة للاستمناء أن يعيق هذا في العلاقة الجنسية بين الزوجين . كذلك بعض التحرفات الجنسية البسيطة التي كانت تمارس في سن المراهقة و المرتبطة عادة بالاستمناء تكون عائقا لجنسية الزوجين . لماذا ؟ لأن العصابي هو بحاجة لتلك التحرفات و التي يجد فيها مبتغاه لأداء ممارسة طبيعية . لكن كيف له أن يوفق بين شذوذه الجنسي و زوجته (أو زوجها) إذا كان يشعر بالحياء ، و الذنب و معاقبة النفس...نحن نتعامل إذن مع شخصية جنسية طبيعية لكن مكبوحة ذهنيا...

إمكانيات أخرى ؟ توجد بالآلاف ... و يعتبر عدم التكيف الجنسي أرضية مثالية لتطور العديد من الاضطرابات العصابية . و فضلا عن العجز الجنسي و البرودة الجنسية، فهناك كذلك التشنجات، التقلصات العضلية ،

الرهاب ، القلق و الترددات و إذا أقيمت ممارسة جنسية ، رغم كل هذا فإنها تملو من اللذة العميقة و الارتخاء . بينما لا تجلب إلا الإحساس بالإزعاج : عدم الرضى الذاتي و للآخرين .

كم يوجد من زواج دون حب حقيقي ! تكون فيه الممارسات الجنسية صعبة و غير مكتملة... أو مستحيلة . ثم يليها عتاب دون انقطاع ، شكوك ، غيرة ، طلاق ، و عراكات .. يذهب الطفل دائما ضحية ذلك .

يجب اعتبار دائما للفعل الجنسي عند الزواج كعملية تكيف هامة جدا . فمعظم الاضطرابات النفسية تؤدي إلى ضعف جنسي ، و الذي يؤدي بدوره و في كل لحظة نحو الطلاق .

هامي الآن حالة لعصاب في الحياة الزوجية : (كثير الانتشار ، بأشكاله المتعددة) .

س... مصاب بالعصاب ، يصل إلى سن الزواج بعد تربية نزعت منه رجولته ، و أصبح أنثوي و غير قادر ذهنيا على تحقيق دوره كرجل . و رغما عنه ذهب للبحث عن زوجة له ، لمعادلة الكيل ، و تمكنه من تحقيق علاقات جنسية . تكون لزوجته إذن صفات ذكرية ، كما هو واضح . و نشاهد مباشرة أن س ... له ميول لجنسية مثلية لا شعوريا . و يعتمد توازنه النفسي على عاملين :

1 - البقاء بصفاته الأنثوية كونه لا يقدر على دوره كرجل

2 - أن تسمح له زوجته بهذا الدور ، ببقائها محتقظة بصفاتها الرجولية و يمارس كل من س... و زوجته علاقات جنسية تبين بوضوح الانقلاب للأنوار .

و في أحد الأيام ، رغبت الزوجة في الحمل . و بعدها أستقر قلنا عذيف لدى س... و الذي أخذ يفعل ما بوسعه ليمنع رغبتها ... و كان حينها لا يستطيع إقناعها بأي سبب ... و هذا ما زاد في سخط زوجته . و بدأ بينهما جو من الخلافات و الصراعات و العتاب المتبادل . قلق س... جعله ينفر من أية معاشرة جنسية مع زوجته . و سقط في انهيار عصبي خطير . لماذا؟ ولادة صغير يعني بالنسبة له تخليها عن دورها الرجولي . فالطفل يعيدها إلى أصلها الأنثوي . إذن :

أ - وجب على س أن يأخذ مسؤولياته كرجل الشيء الذي لا يقدر عليه .

ب - جنسيته المثلية الكامنة يمكن أن تستمر مادامت زوجته تؤدي دورها كرجل و تنقطع عنه في حالة رجوعها إلى دورها الأنثوي أو الأمومة . فكل توازنه النفسي يتلاشى و منه قلق ورفض ثم انهيار.

التكيف عند المعاشرة الزوجية

نعرف المثل الشعبي في معناه : " الزواج يعني الاستقلال". البقاء في سكن والدي أحد الزوجين يكون سببا لمعظم الخلافات الزوجية. هذه الظروف تتطلب توفر توازن كامل لكلا الطرفين حتى في هذه الحالة ، فمن النادر أن " يغض " الزوجان الطرف . لكن قليل كذلك هم الآباء الذين يستطيعون الانفصال عن أبنائهم! و من هنا إذن تبدأ الملاحظات ، و المراقبة و المعاني و العتاب و النصائح اللاذعة و المعسلة. و تزداد الاضطرابات حدة إذا ما بقي الابن متعلقا بوالديه . فالتعلق الأكثر خطورة هو الذي يخص الابن مع أمه . في هذه الحالة تكون الإصابة بالعصاب مؤكدة .

يوصل الابن حياته الزوجية بظروف كانت مستقرة خلال مراهقته . يبقى طفل أمه الصغير . يكتب غيظه نحو أمه ، ثم يظهره ضد زوجته . ثم بعد ذلك تقوم زوجته باتهامه على أنه أخذ موقفا مع أمه ضدها . الابن لا يقبل أي نقد يصدر من زوجته ، لأن هذا النقد يقابل غيظه للمكبوت سابقا ! و هكذا يوضع كل من الزوجة و الزوج بين نيران كثيرة و ملتهبة ، هذا ما يؤدي عادة إلى كوارث عائلية .

"... لن أستطيع التحمل أكثر . تقول السيدة س ... أنني تعبت جسديا و عقليا ، زوجي لا يدافع عني أبدا عندما تهاجمني أمه ، ... فهو يسكت و لا يجرأ على الكلام إطلاقا ... رغم هذا فأنتي اعلم أنه يحبني ... لكن يأتي اليوم الذي سوف أكرمه فيه ... إنه يشبه أمه ... و كأنها أثرت على شخصيته ... لا تتوقف أمه عن انتقادي ، و تأمرني يجب أن تلبسي كذا ، أو تطبخي هكذا ... إنها دائما ملتصقة بي... إنها تراقبني... لا أجرأ أن أجيبها ، و إلا فهي الحرب معها و مع زوجي ... و إذا أصيب زوجي بلذى يتهمونني على أنني أنا السبب ... فهي تزعم أنني لا اعتني به كما يجب ... و تلمح دائما في كلامها بهذا ... نهوضي في الصباح أصبح كابوسا مرعبا ، خاصة عندما أفكر أنني سوف أكون طيلة النهار معها ، و لا يعود

زوجي إلا في المساء ... تتدخل في كل شيء ... يخافها زوجي كثيرا ...
حتى لباسه فهي التي تختاره له ... حتى فطور الصباح فهي التي تقوم
بتحضيره له ، و كأنني مكسورة اليدان ... أصبحت دائما في حالة غضب
داخلي ، أفرغني تماما من محتوياتي ...!

و ما قالتها السيدة س ... يظهر أنه قالب نمطي لكثرة تكراره !
بصفة عامة يجب تجنب معاشرة أولياء الزوجان . فماذا يحصل إذا كان
أحد الأطراف مصاب بالعصاب .

سريرة الزوجين الصعبة .

يكون كذلك التكيف صعبا عندما يعيش الزوجان وحدهما . السريرة
(intimité) هي صعب تحقيقها ، و يتطلب الكثير من التفهم . حيث أنه لا
يوجد تفهم حقيقي دون توازن نفسي ، و تسخير العقل لذلك . فالزوج
يتطلب الحب ، و ليس حب الذات ، و لكن حب الطرف الآخر . إذا كان
أحد الزوجان مصاب بالعصاب فإن هذه الإصابة تصبح (رغما عنه)
مركز اهتمامه . نفس الشيء ، مثل ذلك الرجل الذي يتألم من الوجد في
معدته . يصبح ذلك الألم المحور الذي تدور حوله كامل شخصيته .
فعصاب أحد الزوجين يترك الفهم يقام على أساس ذلك العصاب . أو على
الأقل يعتقد الفهم و بكل حسن نية .

فكل الأمراض العصابية ينتج عنها علاقات اجتماعية سطحية ، تمنع
العلاقات العميقة . كثير من الأزواج يقولون : " ... يلزمني وقت طويل
لكي أتكيف مع شخص ما ... قضاء يوم الأحد معه (أو معها) ينهكني
كثيرا ... أشعر بحالة من الضغط تفرغني من محتواي . لا أدري ما يجب
أن أقوله ، أتضايق كثيرا ، و أشعر بعد ذلك بالذنب ... لا توجد سريرة
بيننا ... فنحن مثل الغرباء ... و أعتزف بخطئي ... كنت دائما منطويا
على نفسي ، و كثير الخجل في طفولتي ... و يجب كذلك أن لا ننسى ما
يلي : عصاب المرافقة يمكن أن يستمر حتى الزواج و يكبر كذلك في
شدته .

"...أنا ذو طبع ضعيف ، و أخاف من زوجتي ، كونها تتكرني بأمي ...
لكن مع أمي لا أبالي فهي تقوم بفعل كل شيء بمفردها ، تفعل كل شيء

بدل مني ، و تقرر كل شيء في مكاني . و لا أستطيع الآن فعل غير ذلك .
و أشعر بعدها أن زوجتي تهينني ، و هذا يقوي حياتي ، و احتقار نفسي... " .
وبما :

"... زوجتي تكبرني بخمسة عشرة سنة بعد مقابلتي لها ، رأيت أنني كنت
أبحث عن تعويض لضعفي ... فقد تزوجت بامرأة - الأم و ليست امرأة
الزوجة ... و بقيت متعلقا بأمي ... حتى أنني لم أمارس قط أي علاقة
جنسية مع زوجتي ..."

العصاب و تصورات العلاقات الزوجية .

يصل الكثير من المصابين بالعصاب إلى الزواج و في أذهانهم مفاهيم
صلبة مثل الفولاذ : على أن الجنس هو شيء مخجل ؛ الجنس يخيفني ،
يجب على المرأة أن تكافح ضد الرجل ، المرأة دائما فريسة الرجل ؛
وجب على المرأة دائما التضحية ، تعتبر المرأة شهيدة الواجب ... الخ
هاهي إذن استعداد نفسي مثالي للإصابات العصابية المستقبلية ! زيادة
على هذا فالكثير من النظرات التصورية للزواج تبنى على أساس تسويات
ظرفية . فالزوج لو الزوجة يحاولان تعويض نقصهما عن طريق الطرف
الأخر . (مثل س ... أنتوي ، يتزوج بامرأة مترجلة)
مثال : إنسان متسلط (إذن عصابي) يبحث عن امرأة ضعيفة أو امرأة
طفلة ليتمكن من حمايتها و الهيمنة عليها .

امرأة متسلطة (إذن عصابية) تبحث عن رجل طفلي و خجول الخ .
إلى درجة أن الكثير من العلاقات الزوجية تبنى على قاعدة التناقص ! كل
طرف يشعر أنه موجود في خطر يحدث به من الطرف الآخر ، فيعيش
في حالة استنفار مع الحذر " أن لا يترك الآخر يفعل ما يريد "ماذا تقول
السيدة ي ... ؟ " ... أملك حقوقي الشرعية ... و هي حقوق المرأة ... و
اعتبر أنه وجب علي المحافظة عليها ضد أي كان ... و أرفض إطلاقا
الاعتراف لزوجي بحقوقه المشروعة . فالرجال لهم دوما الكثير من
الاعتقاد أننا خلقنا لنسخر لهم ... الخ "

و في الحقيقة ، تعتبر التوابع التي تصحب الزواج الفاشل طويلة و
محزنة ، لأنه و في معظم الأحيان فإن هذه التسويات العرجاء تحافظ على
تلك الظروف اعتمادا على " الحقوق المشروعة و المتبادلة " على

العدوانية ، على الأحقاد ، على الإهانات . فالعصابيون سواء كانت الإصابة بسيطة أم خطيرة يواجههم في أغلب الأحيان مظلم و فاشل . ليس فقط لأن العصابي له تصورات للزواج خاطئة ، و لكن لأنه يعتبر الزواج وسيلة لكي يظهر على شكل أفضل .

وفي الاعتقادات الشعبية هناك من يظن أن العصاب يشفى مع الزواج . و هذا اعتقاد سخيف . هناك حالتان كلاسيكيتان : إما الآباء يدفعون أبنهم المصاب بالعصاب نحو الزواج لكي يشفى من مرضه . و هذا دون التفكير في العواقب الممكنة وقوعها سواء على الزوجة (أو الزوج) و الأبناء الذين سوف يدفعون الثمن باهظا !

و إما أن يلجأ الشاب العصابي بالزواج السريع ، لكي يهرب من محيطه الذي يعيش فيه . و يمكن أن تكون كذلك النتائج جد حزينة .

عدم قدرتنا على الارتجال و نحن مريون أن نفعل أكثر و نحن متزوجون . شيء واحد يسمح بالارتجال : التوازن . و لهذا يجب أن يدرس الزواج بشكل أكثر و قاية . المعرفة النفسية حتى البسيطة منها يمكن أن تنقذ أشياء كثيرة ، صدقوني . الحب هو شيء ضروري عند الزواج ، و لكن معرفة الذات يمكن أن " يكون كنزا ثميناً ...

كلاصة

العصاب مثل أي مرض نفسي ، يجب أن يخضع لتشخيص مدقق و شامل يجب القيام بالأبحاث الفيزيولوجية ؛ البحث عن إمكانية التسمم ، عن مرض عدوي؛ فحص هرموني، كهدي ، معدي . الفحص المدقق للمحيط ، البحث عن وجود عدم تكيف ما... الخ .

يجب استعمال كل وسائل العلاج النفسي ، فمن النادر أن يقوم مرض نفسي بخنق الشخصية العميقة . و تتألم الشخصية من سكرات الموت ألف مرة ؛ و الأم " الشعور الأخلاقي " يلعب دورا هاما . و يوجد في قاعدة الأساس العصابي دائما صراعات داخلية في أغلب الأحيان مكبوتة .

سواء يتعلق الأمر بخجل بسيط أو الهذيان الإضطهادي ...

فكل علاج نفسي بسيط أو خطير يجب أن يتوفر على جانبه الإنساني المطلق ، و الاحترام الكامل للشخصية الإنسانية و هذا قانون سام . نتمنى تحقيق شيء واحد الأ وهو: تتطور و قاية الأمراض العقلية و الأخلاقية .

و أن يعيد الإنسان المعاصر : الاعتبار الموضوعي لنفسه ؛ و أن يطلب كل إنسان " المعرفة " بدلا من يقينه أنه يعرف كل شيء .
و نتمنى كذلك أن يمتد علم النفس أكثر فأكثر لكي يبحث فيها كل فرد لتحقيق كماله الذاتي . و يلاحظ بتبصر نقائصه ، و يكتشف كذلك إمكانياته الكامنة .