

15 الأمانة

«أعتمد عليك اعتماداً كلياً،

يضيفُ الزبائن الذين قرّروا إجراء المعالجة عندي، إلى الإفصاح عن عزمهم: «أعتمد عليك في كل شيء آخر». وعندما أقول لهم، بأنني غير موافقة على هذا، فيمكن الاستشفاف من محيّاهم، بأنّ فكرة التراجع عن قرارهم أخذت تلوح بالأفق. ولكن قبل أن يخطئوا، يكونون قد بلغوا منتصف المعالجة، حالما أوضح لهم، لماذا من الأفضل أن لا يعتمدوا علي.

نتحدّث عن الأمانة، حين يستطيع الآخرون الاعتماد علينا أو نستطيع الاعتماد على الآخرين. وهم أولئك الناس الذين نحبّ أن نكون معهم، ونميل إليهم، لأنّهم يسهّلون الحياة لنا أو يجعلونها أسهل. وعلى العكس من ذلك نحن بالناس الذين نعتقد أننا لا نستطيع الاعتماد عليهم، لأنهم أناس غير مريحين. لا نستطيع تحمّلهم، لأنهم لا يعتمد عليهم ويجعلون حياتنا صعبةً أو يحولونها إلى جحيم.

نعم، ولكن...

وإذا كنت مررت بتجارب مع مثل هؤلاء الناس، فلن تتفاجأ في نهاية هذا الكتاب، أن تقرأ مجدداً شيئاً بدا لك من الوهلة الأولى عبثياً أو على الأقل مدعاة للاستغراب: لا يوجد أناس لا يستطيع أن تعتمد عليهم.

تستطيع أن تعتمد على كل واحد وعلى كل شيء. لأن الشيء الحاسم في أنك تعتمد على شخص آخر، أولاً، هو ليس شخصية الآخر. الأمر الحاسم لذلك هو، متى وكم أنت مستعد، لأن تعتمد على نفسك. لأنه، حالما تعتمد على شخص آخر، تستطيع التأكد، من أنك تخليت عن نفسك.

وكلما اعتمدنا على الآخرين، أدرنا ظهورنا لأنفسنا. ونتخلى عن أنفسنا، لكي نترك الآخرين يفعلون ذلك. وعلى الرغم من أننا نعترف بصراحة في كل مرة ونقول بصدق، فلا أحد يلحظ هذا. السبب هو أننا نستخدم لاشعورياً حيلة لتجعلنا وتجعل الآخرين يعتقدون، بأننا نقوم بشيء لطيف. والحيلة هي الكلمة المضافة إلى إقرارنا: على أو على ذلك. بمعنى، أن تعبير «الاعتماد» يأتي مع «على، أو على ذلك...» (وهي الكلمة التي تشير إلى ضمير) وليس على ما نقوم به بأنفسنا، مما يحرم وعينا من إمكانية معرفة ما يحصل فعلاً. لأن الإشارة إلى «على ذلك، وعلى تجعل انتباهنا يتوجه في لحظتها على ما يتبعه. ولأن هذا ينطبق في الغالب على الآخر، يعطيه الإحساس بالأهمية، ويترك في أنفسنا الانطباع الخادع، بأننا نسير على الطريق إلى حيث نريد، أو على الأقل، قمنا بكل ما هو ضروري، لكي نصل إلى هناك.

لكن، في حقيقة الأمر، فإننا نتخلى عن أنفسنا، لكي نترك المسؤولية التي في حوزتنا في هذه الفرصة، ونحملها للآخر. نجعل الآخر يجلس على مقعد السيارة، معتقدين، بأننا مازلنا نمسك بمقود السيارة. وفي النهاية نقول، كيف ستتوجه السيارة؟ أو إلى أين نريد أن نصل فيها؟ غير أن الحماقة في أننا حينما انطلقت السيارة، لم نجلس على مقعد معاون سائق السيارة، بل غادرناها لاشعورياً.

إن كل إنسان اعتمد على شخص آخر، يعرف هذه المنغصة، في أنه سيُخذله في النهاية. وما لا ندركه ونخمنه بالاشعور، بأننا خذلنا أنفسنا، حالما نحسُّ بهذا التخوف. لأننا نعرف كلنا، بالاشعور، ما نفعله لاشعورياً. وهذا ما يفسّر، ربّما، الرضى الغريب الذي يحسّ به شخص ما، حين يصدّق هذا الإحساس اللاشعوري: «لقد كنت أعرف ذلك، بأنني لا أستطيع الاعتماد عليك».

ولو كان ذهنك على أبعد تقدير، الآن، مشغولاً بإحدى فعالياته المحببة، أي كل ما هو غير التجربة الخاصة، لكي يثبت على أنها غير صحيحة، ويجعلك تفكّر بالاتفاقات والالتزامات إلخ...، التي ينبغي التقيد بها، إذاً، فمعه الحق، في ما ينطبق على الالتزامات المزدوجة. وبالتأكيد تستطيع قبلاً أن تتوقع بحق من موظف، تدفع له راتباً، أن يقوم بعمله من أجل ذلك. بيد أن غالبية الحالات التي نعتمد فيها على شيء أو على الآخرين هي مناسبات أحادية جداً، لأننا أنفسنا نخرج منها غالباً.

نعم، ولكن...

وإذا كنت تعتمد مثلاً أن يكون الآخر دقيقاً في مواعيده، وبالتالي تطلب منه هذا، معتقداً، بأنك قمت بما هو ضروري. لكن، في الحقيقة يقوم بالضروري، لكي لا تحتاج أنت للانتظار. أنت تعتمد، لكي يعمل الآخر.

فبدلاً من أن تقول: «اعتمد عليك، بأن تكون دقيقاً في مواعيدك، قل: «اعتمد على دقتك في المواعيد» قد تبدو الجملة غير منطقية، أليس كذلك؟ وهي منطقية لكنها حقيقية، الحقيقة غير منطقية. ومن غير المنطقي تماماً، على سبيل المثال، أن تتوقع من الآخرين، بأنهم سيفعلون شيئاً لك، لا يستطيع أحد أن يفعله لك، إلا نفسك. ولكنه أيضاً، حقيقي، أن تتوقع بالاشعور، إذا اعتمدت على شخص آخر.

من الجائز أن تقول: «ولكنني دقيق في مواعيدي»، جميل أنك تستطيع الاعتماد على نفسك في هذه النقطة. لكن، ما يهملك من الأمر، وما تريد التأكد منه من طرفك، أنك لا تحتاج إلى الانتظار. اعتمدت في هذه النقطة على (الآخر)، لأنك لم تسع بنفسك كي لا تنتظر أطول مما تريده فعلاً. «لكن كيف يتوجب عليّ إبلاغ الآخر، أنني لا أريد الانتظار؟». ربّما، ستسأل بكل بساطة: بحيث تجعل نفسك مستقلاً عن الآخر، وتتولى أنت بنفسك مسؤولية تحقيق رغبتك. أيّ، بدلاً من الاعتماد، عدّ إلى نفسك بالوعي لكي تتحرّى ما الذي تريده حقاً وما أنت على استعداد للقيام به.

وما أردت تحقيقه في الحقيقة، ليس لأن الآخر كان دقيقاً في مواعيده، بل لأنك لم تحتج أن تنتظر، أنت من يريد أن يتوصل إلى شيء لنفسه. وما عليك، إذا أردت حقاً أن تكون متأكداً، وأن يأخذ الأمر مجراه، إلا أن تفعل ما هو ضروري لذلك، وأن تبقى مع نفسك فيما تخبره للآخرين أيضاً.

إن أكثر الطرق ضماناً لكي تتقدم خطوة إلى الأمام هو أن تقوم أنت بهذه الخطوة. وقد تكون مثل هذه الخطوة، مثلاً أن تقول: «سأكون دقيقاً في الموعد وأنتظر على الأكثر خمس دقائق، ثم أذهب بعدها».

إن المعاندة التي يسببها في الغالب التصور بأننا نعمل على الاستقلال عن الآخر، إنما تركز على الاعتقاد اللاواعي، بأن ما نريد التوصل إليه في العلاقة مع الآخر، لا يمكن تحقيقه إلا من الآخر، وهذا ما ينتج عنه اعتقادنا، بضرورة الاستغناء عن شيء، حالما ننفصل عن الآخر في قراراتنا وفي عملنا. ولا يغذي في الواقع هذا التخوف إلا عادة الاعتماد على الآخرين منذ البداية، بدلاً من أن نعتمد منذ البداية وفي النهاية، على أنفسنا. ولهذا السبب بالذات لا يتحقق قسم كبير من رغباتنا وحاجتنا.

ويصعب علينا أن ندفع بأنفسنا ثمن ما نتمناه، لأنه يبدو أكثر سهولة ودعة أن نرى ذلك يتحقق على حساب الآخرين: «لكن في الحقيقة، لا أحد غيرنا سوف يسدّد الحساب، لأننا

نعم، ولكن...

بذلك نسعى إلى تحقيق رغباتنا وحاجتنا عن طريق الآخرين بأن نسدها بالإحباط والغيظ، مما يحملنا تكاليف غير ضرورية إطلاقاً، لأننا لن نتوصل عن طريقهم إلى أدنى قدر من التغيير.

ولن يكون للانتظار الطويل ولا الامتناع تأثير على أن يصبح الآخر دقيقاً في مواعيده. سيسبب له ذلك على أبعد تقدير إحساساً بتأنيب الضمير. وكما تعرف بالتأكيد من تجاربك، فلن يضمن هذا ولا الإعلان: «هذه المرة سأعتمد فعلاً على أنك ستلتزم بالموعد» أن يجعل الآخر دقيقاً في المرة الأخرى. ولماذا يتوجب عليه تغيير شيء في حياته؟ فلربما لا يريد ذلك إطلاقاً أو أنه لا يحتاج إليه، لأنه اعتاد أن تنتظره، وعند الضرورة، فقد تنتظره للأبد، لكن هذا لن يجعلك أسرع.

وإذا قمت بالمقابل، كما أبلغت، بالذهاب بعد خمس دقائق تماماً، فسيكلفك هذا في حينه بعض التغلب على الذات. لأنك لم تتفق على موعد، طبعاً، لتذهب إلى هناك لوحده. وبالتأكيد تود أن تقدم ما أنت بصده سويماً مع الآخر. وقد تكون اعتقدت لحينه، بأنك كنت معتمداً في قصدك، على الآخر. ومع ذلك، إذا تمسكت بكلمتك، فتأكد، بأن الأمر جدير بالثمن المدفوع. لأنك بهذا لا تعطي نفسك فقط، بل الآخر، إمكانية خبرات جديدة: فقد تنتظر مرة ثانية. لكن لن تنتظر مرة ثالثة دون طائل بتاتاً. لأنه سيكون في المرة الثالثة دقيقاً، لأنه لم يبق أمامه غير ذلك، لكي يلتقي بك، أو

سيكون عندك مطلق الحرية باختيار ما تراه مناسباً.

ولن يكون في الاعتماد على الآخرين، مما ينتج عنه تغيير شيء في واقعك وخبرتك، إلاّ إذا غيّرت نفسك. لأنك الإنسان الوحيد الذي يستطيع أن تعتمد عليه، والذي يستطيع أن يأخذك بأمانة إلى حيث تريد.

ومن الضروري، لكي تصل إلى هناك، أن تحافظ على القرار الذي تعلن عنه لنفسك. لأن السؤال المطروح الآن: هل أستطيع أن أعتمد على نفسي؟ ينبغي عليك أن تطرح هذا السؤال على نفسك دائماً، قبل الإعلان عن قرارك. بمعنى، أن تُصيغ المسؤولية الذاتية التي تضع نفسك بها، بشكل تكون به مستعداً لتحقيقها. لأن خيبة الأمل، والشعور بالخذلان من الذات، أصعب وأكثر إيلاًماً من الشعور بالخذلان الذي يتسبب فيه الآخرون.

كما قلنا، من يعتمد على الآخرين، يترك نفسه بالذات، وفي المقابل يجد الشخص الذي يقرّر الاعتماد على نفسه، نفسه بشكل صحيح، لأن الاعتماد على النفس لا يعني فقط، «فك الارتباط» عن التبعية للآخرين، وإنما أيضاً التخلي عن غطاء تفكيره، وآماله واعتقاده، لكي يعيد بوعي إلى نفسه: وهذا يعني أن يتوافق مع ذاته، وأن يتمسك بها في تحقيق رغباته واحتياجاته.