

## الفصل السادس

### تفسير الأحلام والحلول المستمدة منها

لكى نستطيع تفسير الأحلام يجب أن يكون لدينا سلفا مادة للعمل . ولهذا نحتاج إلى الاحتفاظ بسجل أو مفكرة للأحلام . لقد قال هيو لين Hugh Lyn ابن إدجار كاسى Edgar casey أن أحسن كتاب نقرأه عن الأحلام هو الذى نكتبه بأنفسنا . وكان يشير بالطبع إلى المفكرة الشخصية للأحلام . إن كثيرا من الناس يحتفظون عن وعى بسجل منظم لأحداث يومهم المملة . ومع ذلك فإنهم لم يفكروا فى تسجيل أحداث حياتهم الليلية التى هى أكثر تعليما وإمتاعا وإثارة .

#### مفكرة الأحلام:

ليست هناك قواعد صعبة أو سريعة للأحلام حتى عندما يتعلق الأمر بالإحتفاظ بسجل لها . ولكن مما يساعدنا على ذلك أن يكون لدينا بعض التوجهات العملية .

#### القاعدة الأولى: المفكرة:

إن القاعدة الأولى للإحتفاظ بسجل أو مفكرة للأحلام عملية جدا فى الواقع . لكن فى نفس الوقت لها طقوسها . وهى تبدأ بشراء مفكرة جميلة وقلم خصيصا لهذا الغرض . وهذا هو أول التزام من جانبك وعقد للنية ينبه العقل الحالم إلى حقيقة أننا فعلا نعاقدون العزم .

وعندما تحضر المفكرة والقلم ضمهما بجوار السرير حيث يجب أن يبقيا دائما حتى نوفر على أنفسنا عناء البحث عنهما وسط الليل عندما نكون فى أشد الحاجة اليهما وحتى لا نضيع حلما قيما .

#### القاعدة الثانية: رقم الحلم وتاريخه وزمنه:

القاعدة الثانية تتعلق بتسجيل رقم الحلم وتاريخه وزمنه إذا أمكن ذلك . ومن المهم فى كل ليلة كتابة اليوم والتاريخ وواضحين فى أعلى الصفحة حتى يمكن الرجوع

إليها بسهولة فيما بعد. ذلك أن بعض الأحلام التحذيرية والتنبؤية يمكن رؤيتها من منظور الماضي فقط. والتاريخ يكشف تسلسل الأحلام ويبين الأحلام المعادة بالإضافة إلى كثير من الملامح الأخرى المدهشة. منها إكتشاف أن عقولنا الحاملة تعمل عمل نتيجة الحائظ والساعة بصورة رائعة. فهي تذكر التواريخ المنسية لأعياد الميلاد والمناسبات والأحداث التي وقعت منذ زمن بعيد. كما أنها تبين الأحداث التي ستقع في المستقبل. ومن المهم أيضا ترقيم الأحلام بالترتيب حسب رؤيتها. وفي بعض الليالي قد يكون هناك أكثر من حلم واحد ويجب تسجيلها حسب التسلسل الرقمي ويجب أيضا تسجيل زمن الحلم إذا كان معروفا أو إذا تصادف الحلم مع الإستيقاظ من النوم.

#### القاعدة الثالثة: السرعة؛

القاعدة الثالثة هي أنه يجب علينا أن نكتب كل ما نستطيع تذكره عن الحلم عقب الإستيقاظ مباشرة وقبل القيام بأى عمل مهما كان. ذلك أن الأحلام تتلاشى بسرعة فائقة وكثير منها يمكن الإحتفاظ به بكتابته على الورق فورا. إن هذا التلاشى السريع للأحلام هو سبب آخر لما يعتقدده كثير من الناس أنهم لم يحلموا قط. وسيكون من المدهش لهم أن يكتشفوا أنهم كانوا يحلمون إذا إتبعوا القاعدة البسيطة الحيوية وهي تسجيل الحلم على الورق كتابة بمجرد أن يفتحوا عيونهم من النوم. وإذا حدث أن الحلم تلاشى منا فإنه على الرغم من ذلك يترك إنطبعا عاما وراءه في صورة مزاج أو شعور أو جو معين. ويجب تسجيل ذلك.

#### القاعدة الرابعة: سد الفجوة؛

القاعدة الرابعة تتعلق بسد كل الفجوات. إن الأمر يتطلب قوة إرادة كبيرة للنهوض من السرير لكتابة أى شئ في وقت متأخر جدا من الليل. ولكن صدق أو لا تصدق إن ذلك يصبح بالتدريج عادة مثيرة. وهذا يساعد أيضا على إبقاء عقولنا الحاملة على معرفة بأننا مازلنا عاقدين العزم بجدية. ينبغى أن يكون تسجيل الأحلام أول شئ يعمل في الصباح. ويمكن أن يتم ذلك في أى وقت من الليل بصرف النظر

عن مدى جودة الخط أو الكتابة. فذلك يمكن ضبطه فى الصباح. لأن الشئ المهم هو تسجيل أكثر ما يمكن مما نستطيع تذكره بأسرع ما نستطيع.

عندما تنتهى من عمل كل ذلك يكون لدينا صورة مبدئية جيدة. إلا أن الأمر يحتاج إلى الرجوع إليها هنا وهناك لإستكمال بعض التفاصيل الناقصة. إن أى تأخير زمنى فى هذه المرحلة قد يحرمنا من دليل قيم. ولذلك عند إسترجاع الحلم إيبحث عن أى لون موجود فى الحلم وتذكر أن الألوان تنسى بسرعة أكثر من بقية أجزاء الحلم. وبعض الأحلام يكون اللون فيها أبيض وأسود. أبحث أيضا عن المحادثات والألفاظ والأغاني والأشعار بالإضافة إلى كل شئ يرد فى ذهنك. وعندما تضيف كل هذه التفاصيل تسجل أيضا أى شئ يذكرك بحدث فى اليوم السابق كبرنامج تليفزيونى مثلا أو محادثة أو مصادفة أو قلق أو مشكلة تشغل بالك. هذه الإرتباطات لا تقدر بثمن بالنسبة لتفسير الأحلام.

أخيرا إعمل قائمة بكل العلامات والرموز. وهذه القائمة تكون فى صورة أناس وحيوانات ووحوش وموضوعات وأشكال وأنماط أولية عامة بما فيها الرموز الدينية و الغامضة أو السرية.

ينبغى فى لحظة مناسبة من اليوم التالى أن تنتهى من ترتيب حلم الليلة السابقة. وقد تعاد كتابته أو يوضح فى نظام إستعدادا للتفسير. وبالنسبة يمكن إستخدام أى ورق عادى لكتابة مسودة الحلم الأولى. أما الصيغة النهائية له فيمكن كتابتها فى مفكرة الأحلام فيما بعد. وهذا يعنى أن يكون الورق العادى متوفرا، وأن يوضع فى المفكرة. والأمر يستحق الجهد الزائد فى إعادة كتابة الحلم نظرا لأننا قد نكتب الحلم فى المرة الأولى ونحن فى الظلام وهو ما يحدث غالبا حتى لا نقلق منم الآخرين. إن أهم النقاط التى تسجل فى مفكرة الأحلام تتضمن ما يأتى بنفس الترتيب: رقم الحلم وتاريخه - وقته - الحلم نفسه من حيث ما تركه وراءه من جو وشعور ومزاج وألوان والمحادثات والكلمات والأغاني والأشعار.

وتعمل قائمة بالعلامات والرموز وتسجل الإرتباطات السابقة. إن المحصلة النهائية لحلم ليلة يبدو فى صورة صفحة مأخوذه من مفكرة أحلامى ليلة ١٧ مارس

سنة ١٩٨٣ حيث يظهر فيها حلمان مختلفان تماما. وبالمناسبة إذا كنا نظن أن المفكرات اليومية تكشف عن أشياء كثيرة فإنها لاشئ إذا ما قورنت بمفكرة الليل أى مفكرة الأحلام وهذه هى بيانات الحلمين:

التاريخ : الخميس ١٧ مارس ١٩٨٣ .

رقم الحلم : ٤٠

الزمن : لا أدرى بالضبط لكن قبل السادسة صباحا.

الحلم : كنت أحاول أن أنظم عقدا لكننى وجدت صعوبة كبيرة فى عمل ذلك. وسمعت صوتا يقول بكل وضوح «حاولى» «حاولى مرة أخرى».

الجو : عادى

المزاج : إحتراس

الرموز والعلامات : العقد.

الكلمات : «حاولى» «حاولى مرة أخرى».

الإرتباطات السابقة: إطلعت على كشف حسابى بالبنك اليوم وأخذت أفكر فى كيف أستطيع إحداث التوازن (أى بين الحساب الدائن والمدين).

رقم الحلم : (٤١)؛

الزمن : بين السادسة صباحا والثامنة صباحاً.

الحلم : كنت أسير مع شخص ما على تل ورأيت ثعبانا أليفا كبيرا بنى اللون يزحف بسعادة إلى أسفل التل . واتجهنا فى السير إلى أسفل وعندما وصلنا إلى أرض أكثر إستواء رأيت بعض شجيرات مزهرة ناصع صفارها ورأيت أيضا بعض أزهار بنفسجية غير عادية. وقد تعرفت عليها فى الحلم كنوع من شجر السوق أو الأبنوس الكاذب Laburnum<sup>(١)</sup> ونوع من الشجيرات التى تزهر مبكرا تسمى شجرة الغار Daphne. وكنت أيضا على وعى بأننى فى حلم. ولذلك

(١) نبات من الفصيلة القرنية يزرع بعضه للزينة. (المغرب).

قررت من حين لآخر أن أجيب على بعض أسئلة «الدكتور كيث هيرن» فى إستفتائه عن الأحلام الواضحة . أحد هذه الأسئلة التى أعرفها كان على النحو التالى:

- هل الألوان فى حلمك:

أ - أكثر نصوصا عما هى فى الحياة الواقعية.

ب - نفس ألوان الحياة الواقعية.

ج - أقل نصوصا عما هى فى الحياة الواقعية.

وقررت أنها نفس ألوان الحياة الواقعية.. وعندئذ أردت أن أرى الشعبان للشخص الذى كان معى لكن الشعبان كان قد اختفى ولم أجده.

الجـو: لطيف ناصع ومشمس.

المزاج: سعيد وفضولى.

العلامات والرموز: شخص - صديق - جانب تل - أرض مستوية - شعبان كبير أليف بنى اللون - أزهار ذات ألوان ناصعة

الكلمات: غير منطوقة لكن هناك كثير من الأفكار.

الأسماء: شجرة السوّم والغار والدكتور كيث هيرن.

الارتباطات السابقة: مشروع الدكتور هيرن.

### حضانة الأحلام:

عندما نحفظ بمفكرة للأحلام سرعان ما يتضح أن معظم أحلامنا تتعلق بأمر عملي وعلاقات نفسية. ونادرا ما يأتى منها تلقائيا المساعدة فى حل مشكلة معينة. إن الأجناس القديمة قد اعترفت بالأحلام كمصدر كبير للتبصر والتنور. ولذلك فإنهم إتخذوا خطوات لربط عقول الأفراد بالإله وبقدسين نظروا إليهم على أنهم رسله . وكانوا يجعلون أنفسهم فى تناغم واحد مع هؤلاء القديسين ليطلبوا الحلم الذى يساعدهم فى حل مشكلاتهم. وهذه الصورة من حضانة الأحلام كانت مناسبة لتلك العصور المنصرمة. أما اليوم فلا توجد صوامع موقوفة على فورفيوس (إله الأحلام

عند الإغريق) ولا يوجد قساوسة وسطاء يستطيعون المساعدة في الحلم حسب الأصول . وهذا لايعنى على أى حال أن عصر معجزات الأحلام قد ولى . فهذا أبعد ما يكون . لكننا نعيش في عصرمختلف الآن وهو عصر ينبغى علينا فيه أن نعمل إتصالاتنا الخاصة وأن نحتضن أحلامنا الخاصة أيضا .

إن القوى التى كانت موجودة لم تهجرنا بالتأكيد . وقد نكون نحن الذين هجرناها . فالله وملائكته ورسله مازالوا معنا وعلينا أن ننظر لتراهم ونرى القوى التى أطلق عليها «يونج» الأنماط الأولى العامة . كما أننا لانفتقر إلى وسطاء أحلام . فعقولنا الحاملة تقوم بهذه المهمة . وبتناغما مع أنفسنا نستطيع أن نطلب وأن نحصل على الأجوبة والمساعدة بنفس التأكيد الذى وصل إليه أسلافنا .

إن عملية الحلم فن . وهى شأنها شأن معظم الفنون تحتاج إلى الممارسة . صحيح أننا جميعا نحلم وغالبا ما نتلقى المساعدة من أحلامنا فى الوقت المناسب . لكن هذا يحدث أكثر ما يحدث بالحظ لا بإصدار الأحكام . وطالما أن معظمنا قانعون بأن يتركوا الأمر كله لعقولنا الحاملة فما هو المزيد الذى نتوقعه أكثر من الدوران العادى لطاحونة الأحلام فى تعلقها بأمر الحياة اليومية وبالنادر فقط من الخبرات المثيرة الرائعة؟ . وإذا نحن تعاوننا عن وعى مع عقولنا الحاملة فمن الممتع أن نعرف أنها تصير خادمتنا المطيع طول الليل .

### مساعدة النفس والإعتماد على النفس؛

إن الإعتماد على النفس صفة فى الحياة وطأتها الأقدام وداستها لمدة طويلة مع أن الإدراك العام يدلنا على أنه لا يوجد كائن حى يستطيع أن يساعدنا أكثر من أنفسنا نحن ، كما أن أحدا لا يستطيع أن يهضم طعامنا لنا أو يستطيع حل مشكلاتنا لنا . إن حياتنا هى مسئوليتنا على الدوام . ونحن مع الأحلام نعمل كلية مع أنفسنا مما يجعله تمرينا رائعا فى الإعتماد على النفس . ومما يجعل لذلك معنى أن الأحلام رسائل من أنفسنا لأنفسنا . يقال دائما إن الله يساعد أولئك الذين يساعدون أنفسهم . ويصدق هذا أكثر ما يصدق على «حضانة الأحلام» . إن امكانية مصادرنا العقلية التى لم تخدش فيها الكفاية وزيادة للمحافظة على صحتنا بل وعلى أمتنا وأماننا . ولكن من يتخيل أننا لا نحصل إلا على القليل من المساعدة من هذا المصدر عندما لا نكاد

نعترف بوجوده ناهيك عن قوته. إن كل شئ ممكن من خلال أحلامنا. وإذا أردنا برهاناً على ذلك فعلينا أن ننظر إلى التاريخ وإلى أمثلة أكثر حداثة على ما يمكن لقوة الأحلام أن تقدمه من مساعدة. وإذا كان الآخرون يفعلون ذلك إما بترتيب أو بالفرصة السانحة فنحن أيضاً نستطيع ذلك. إن حضارة الأحلام تعنى ببساطة أن نطلب من عقلنا الحالم المساعدة. ولكن حتى في هذه الأيام وهذا العصر حيث نقوم فيها نحن بدور الوسيط والحالم فإننا مازلنا في حاجة إلى طقوس عقلية للتنسيق بين أنفسنا وبين قوى النمط الأول. وعلى كل واحد منا - على كل حال - أن يقوم بذلك بالطريقة التي تناسبه. وإذا شعرنا بأنه يجب أن نعتد كلية على الله عندئذ يجب أن يكون طلب الحلم الخاص في صورة دعاء وتوسل. إن كل الأديان تخبرنا بأن الله يخاطبنا من خلال أحلامنا وليس هناك سبب يمنعنا من طلب عونه ومساعدته بهذه الطريقة. ومن ناحية أخرى نجد أنه بالتوجه إلى أعماق نفسنا وهو الجزء الذي يسميه البعض الروح أو النفس نستطيع أن نحصل على نتائج على نفس المستوى من الجودة. ولربما أن الأجوبة والمثيرات تأتي من نفس المصدر المقدس الذي يعرف أننا جميعاً جزء من الخلق.

### الرأس والعقل مرة أخرى:

إن الوقت المناسب لحضارة الأحلام هو عندما نكون في السرير بين الدفء والإسترخاء والاستعداد للنوم. والمشكلة التي ترد إلى التفكير هي غالباً ما تكون في الإسترخاء. فعندما تدور المشكلة في الرأس مرة وأخرى يكون الإسترخاء أحد الأشياء التي لا نستطيع تحقيقها. ونصيحة لفظية مثل «لا تنزعج» هي عديمة الفائدة. ولذلك يجب معالجة الموقف من زاوية مختلفة تماماً. ولقد وجدت أنه مما يساعد في ذلك إذا قلت لنفسى أنني لا أستطيع في اليقظة حل المشكلة بذكاء عن طريق رأسي أو عقلي. فلأدع حدس قلبي يقوم بمحاولة أثناء نومي. فالعودة لك إذن يا عقلي الحالم. وهذه الطريقة جيدة لأنها تنقل المسؤولية من جانب لنا إلى جانب آخر أكثر استعداداً لتحمل العبء. وعندما تنتهي من هذه الطقوس اللفظية الصامتة عليك الآن أن تركز على الإسترخاء الجسمي بالطريقة التالية:

## تمرين الإسترخاء (وقد سبق ذكره):

استلق على ظهرك وفكر فى كلا قدميك. أطبق أطراف أصابعك شم ارخها. حرك رسغى القدمين ثم أتركهما. حرك أصابع القدمين فى إتجاه رأسك ثم أتركها. فكر الآن فى كلتا اليدين واقبضهما ثم اتركهما. وبعد ذلك ركز على عمودك الفقرى وفكر فيه على أنه مستقيم وبدون ضغوط من أعلى. الآن قوة شد الجاذبية توجد فى الزاوية اليمنى منه إذا قارنتها بوضعك وأنت واقف . ولذلك فلا يوجد وزن فوقه. فهو مسترخ، فكر فى قوة الجاذبية التى تثبتك على السرير كقوة وهى حقا كذلك وأشعر بأنها تحملك إلى أعلى وتربطك بالقوى الطبيعية لكوكبنا.

## الطقوس العقلية:

إذا كنا مازلنا فى حالة اليقظة بعد ذلك التمرين فذلك يكون وقت بداية حضارة الحلم. ولكى نعلن ذلك علينا أن نتصل بذلك الجزء المسئول عن الأحلام والتحدث إليه بصمت لكن بإيجابية على هذا النحو: من فضلك أيها العقل الحالم أعطنى حلما يساعدنى . إننا نضمن بهذا النداء طلبا مثل قولنا «من فضلك أعطنى إشارة» أو «من فضلك وجه قوة لذلك الجزء منى الذى يحتاج إلى شفاء». أخبرنى كيف أستطيع أن أساعد بأفضل صورة ممكنة أولئك الذين طلبوا مساعدتى أو ماذا سأفعل؟ وكل نداء أو طلب يختلف عن الآخر بالطبع. ولكن كلما كان الطلب قاطعا ومحددا كانت النتيجة على خير ما يرام. أما الطلبات العائمة فتكون الإستجابة لها عائمة أيضا. وبعد أن نصيغ طلباتنا فى أحسن صورة محددة علينا الآن أن نخبر أنفسنا بأننا على إستعداد وفى انتظار تلقى رسالة وأنا سنكتب كل ما نتذكره من الحلم عقب استيقاظنا مباشرة. ومن ناحية أخرى نجد أن التأكيد الإيجابى له تأثيره الجيد . وإن طلبا من هذا النوع ينبغى أن يكون على هذا النحو: يا عقلى الحالم إننى أتوقع منك أن ترينى حلما واضحا فيه إجابة السؤال الذى سأوجهه لك. إننى على إستعداد لذلك وسأكتب كل التفاصيل التى ترسلها لى.

إن الطريقة التى نحتضن به أحلامنا تتوقف علينا تماما. وكثير منها يعتمد على طريقة حياتنا ومعتقداتنا الدينية. لكن من الأفضل أن نختلف الأساليب باختلاف

المواقف . فيكون هناك أسلوب مختلف لكل موقف مختلف . وأيا كانت الطريقة التي نختارها فإن هذا هو ما عنده أستاذ الكيمياء «كيكولى» عندما قال لطلابه علينا أولاً أن نتعلم كيف نحلم. ألا ما أصوبه!. ولكن تذكر أن الممارسة سر الكمال. ولذلك فلا يخيب أملك إذا لم تحقق نجاحاً في المرة الأولى. ثق أنك ستنجح في المرات التالية إذا حافظت على قوة الدفع . وأخيراً يجب علينا أن نتذكر في كل مرة نتلقى فيها حلماً أن نشكر الله أولاً على ذلك. ولا ننسى أن نشكر أيضاً ما أودعه في نفوسنا من قوى تشهد بعظمته.

### تفسير الأحلام؛

إن أحسن من يفسر الحلم هو صاحب الحلم نفسه . فهو وحده الذى يكون هذه الأحلام مستندا على مخزون ذكرياته وخبراته وارتباطاتها. وهذا لا يعنى أن شخصاً آخر لا يستطيع تفسيرها لنا على الأقل من الناحية الخارجية أو الظاهرية. فهناك من يستطيع ذلك. بيد أن هذا هو نصف القصة فقط. فعندما يعطى الحالم رسالة فى المنام يتوقف الأمر عليه لكى يطبقها على ظروفه الخاصة التى يعرفها هو وحده دون غيره. وهنا فقط يكون التفسير كاملاً وله قيمة حقيقية.

على سبيل المثال عندما فسر يوسف حلم فرعون لم يكن يعلم كيف يضع الرسالة التى يتضمنها الحلم موضع التطبيق . وهى سبع سنوات من الوفرة يعقبها سبع سنوات من الجوع. لكن فرعون استطاع بخبراته وارتباط أفكاره أن يفهم المتطلبات الكاملة للرسالة ووضع موضع التنفيذ ما كان يرمى إليه الحلم.

وكلما كثر عدد الأحلام التى ندرسها سواء كانت لنا أو لغيرنا زاد تعلمنا وفهمنا لها. بيد أن هناك مزلقاً يجب ألا نقع فيه. وهو أننا عندما نفسر أحلام الآخرين علينا ألا نفرض عليهم إرتباطات أفكارنا الخاصة. فنحن قد كونا هذه الأفكار الخاصة من خبرات شخصية فريدة. وهى لا تنطبق إلا على أحلامنا نحن لا أحلام الآخرين . وإننا كمحللى أحلام نستطيع أن نعرف المضمون الصريح المباشر والمضمون الصريح غير المباشر والمضمون الرمزي وأن نرى فيها الجنس اللفظي والمعنوي وأن نترجم الرموز والعلامات وجميعها توحى لنا برسالة عامة. إلا أن كل هذا يظل عديم المعنى

لأى شخص آخر سوى صاحب الحلم نفسه. وعندما نقوم بتفسير أحلامنا الخاصة فإن الأمر يتوقف علينا في الربط بين المعنى الظاهري والمعرفة الخفية الداخلية لنحقق التفاعل الكيميائي بين الحلم والواقع.

من الضروري لتفسير الأحلام توفر صفتين رئيسيتين: أولاهما أنه يجب أن يتوفر لدينا رغبة صادقة لذلك. وثانيتهما أن يكون لدينا حماس كاف للمحافظة على الرغبة. إن تذكر الحلم القديم وتحليله شيء والتمكن الحقيقي من الحلم شيء آخر تماما. ولكن نصل إلى ذلك يجب أن يكون لدينا إلتزام شخص. وهذه عملية مردودها كبير لأننا نتعلم أشياء كثيرة عن أنفسنا ومقدارنا في المجتمع بل وحتى مكاننا في العالم. وإذا كان لعبارة «إعرف نفسك» أى معنى فليس هناك أحسن من عمل ذلك من خلال أحلامنا.

وعندما نبدأ بعمل مفكرة أحلام شخصية سرعان ما يكون في حوزتنا على الأقل حلم واحد مسجل جيدا. ويجب أن نتذكر أن المبادئ الأساسية لتفسير الأحلام واحدة بصرف النظر عن نوع الحلم دنيويا كان أو علويا. وفي بعض الأحلام يكون الجو العام هو المهم وفي البعض الآخر يكون الحوار هو المهم. وكل حلم على أى حال مختلف و متميز. وهذا هو كل ما نحتاجه بالإضافة إلى الصفات السائدة في الحلم لكي نكتشف أو نكشف عن المضمون حسبما تكون الحالة.

### إحساس الحلم:

للأحاسيس صوت أعلى من الكلمات. وهى أيضا يصعب وضعها في كلمات. وعلى ذلك فالخطوة الأولى في تفسير الحلم أن نكتشف إحساسه ومزاجه وجوه. وهذا يمكن أن ينظر إليه على أنه الستارة الخلفية على مسرح الأحلام والتي تصطف أمامها كل الأشياء الأخرى. وتقام الدعائم ويظهر الممثلون والممثلات ويبدأ التمثيل. ويكون الاحساس هو كل ما يتبقى من الحلم فى بعض الأحيان. وعلى الرغم من أن النزول من السرير على الجانب الخطأ فى الصباح يعزى إليه غالبا المزاج الكئيب القاتم الذى قد يخيم علينا طول النهار فإن ذلك يرجع فى الواقع إلى آثار باقية من حلم قديم منسى. وهذا المزاج الذى خلفه الحلم ليس سلبيا دائما وإنما

يمكن أن يكون إيجابيا ومبهجا للغاية وباعثا على الثقة. وهو ما يجعلنا نشعر بالعظمة والسعادة وبأن سحابة الأمس قد إنقشعت. والسبب في ذلك يرجع إلى أننا «نمنا فيه» على حد قول المثل «الذي ننام فيه نصيح فيه». ومع أن تفصيلات الحلم قد لا يمكن تذكرها شعوريا فإن حصيلتها تكون في صورة شعور. ويمكننا أن نرى في ذلك ما لأحلامنا من قوة في تلوين اليوم التالي من حياتنا إن لم يكن كل مستقبلنا.

إن الشعور الذي نحسه من الحلم هو رسالة في حد ذاته. وإن الجلوس تحت شمس الظهيرة يولد صورة من الأمل وأياما أكثر شموسا في المستقبل. وعلى الطرف الآخر ما أبشع صورة البؤس والحزن بألوانها القاتمة غير الوضيئة. إن الألوان أو الظلال المضيئة والمظلمة توحى بكل تأكيد بالجو العام. فالألوان الناصعة المضيئة تشير بصفة عامة إلى الطموح والحماس الإيجابي نحو موضوع معين بينما تشير الألوان الداكنة المعتمة إلى مشكلات ثقيلة مقلقة مع فقدان الأمل والسلبية. ولهذا عليك أن تنظر بدقة قبل أى شئ إلى الأحاسيس والأمزجة والأجواء بما في ذلك أحوال الجو. لأن فقدان ذلك في البداية قد يعنى أن التفسير برمته قائم على أساس زائف أو لا أساس له.

### الفنان الداخلي:

الواجب أو العمل الثانى هو تحديد نسبة الصراحة والرمزية فى الحلم. ونحن عندما نزور معرضا للفن نرى ثلاثة أنواع من الرسوم: نوع صريح واضح، ونوع رمزى، وثالث مزيج من الإثنين. وإن المقارنة بين هذه الرسوم وبين الأحلام تبعث على الدهشة. ولهذا فمن المفيد أن ننظر إلى الحلم على أنه صورة أو لوحة قبل أن نأخذ فى الإعتبار الشخصيات والأحداث والحوار. وإن اللوحة الصريحة تصور منظرا صادقا من الحياة وبوضوح كأية آلة للتصوير. وهذه اللوحة شأنها شأن مقابلها من الحلم الصريح لا تترك شيئا للخيال. فالمحلات هى المحلات والمنازل هى المنازل والناس هم الناس والأشجار هى الأشجار حتى آخر ورقة. والفنان الذى رسم اللوحة ذكرى بلا إلهام لأنه لم يستخدم سوى رأسه وعقله فى بيان رسالته التى تكمن بوضوح فى أهمية التفصيلات التى نخطئها أو نأخذها على أنها قضية مسلمة. ونحن نمر على الحلم بسرعة عمياء. وعنوان اللوحة عديم الخيال أيضا كالمسوق العام

على سبيل المثال. أما اللوحة ذاتها فتتنمى إلى العالم الخارجى الذى نجول فيه كل يوم واللوحة الرمزية أو التجريدية شأنها شأن الحلم الرمزى تبدو من الوهلة الأولى للشخص العابر لا للفنان وكأنها «آخر لخبطة» وعديمة المعنى. ذلك أن «رتوش» الألوان الصارخة المتسابقة على اللوحة أو الصورة يولد أشكالاً وظلالاً صاخبة . وكل محاولة للنظر إليها على أنها صورة عادية مصيرها الفشل حتى يقوم مبتكر هذه اللوحة الرائعة بشرحها وبيان أن «الرتوش» الحمراء الغاضبة إنما هى غضب الأمل وأن الظلال المعتمة هى تهديدات اليوم، وأن الخطوط الذهبية والبيضاء هى أشعة الأمل فى المستقبل. وبهذا نستطيع أن نرى وأن نحس بالصرخة الرمزية لا من العقل وإنما من القلب. وعنوان اللوحة ألمعى مثل مضمونها: «هَرَجٌ وَمَرَجٌ» وقد يعجب الإنسان كيف يستطيع فنان «السوق العام» أن يرسم منظرًا داخليًا مثل «الهرج والمرج».

النوع الثالث من اللوحات وما هو يشبه كثيرا من الأحلام هو المزيج من الصراحة والرمزية . وعنوان هذه اللوحة هو «عيون وأذان العالم» . وهى تصور امرأة رمزية غريبة الشكل بعينين خلف رأسها وأذن واحدة تصل إلى الأرض . وفنان هذه اللوحة قد مزج بذكاء الحقيقة بالخيال وقد تكون الصورة غير دقيقة إلا أنها قاسية بالتأكيد . فهى تمثل تحيزه ونظراته الشخصية نحو حماته. ونحن إذا ما كنا على دراية بما ينبغى أن نبحث عنه نستطيع أن نرى كيف أن عقله قد إلتقط من العالم الخارجى إشارات واضحة ثم قفز إلى أسفل أعماق الأسرار الداخلية بحثا عن رموز قليلة حتى يلفق هذه الصورة الكاريكاتيرية الصريحة الرمزية وإن كانت كريهة.

إن عقلنا الحالم هو بالتأكيد الفنان الداخلى. والفرق بين فنان الحلم وغيره هو أنه كفنان داخلى له موهبة غير محدودة. وهو يستخدم الألوان بطرق يحلم بها كبار فناني هذا العالم من أمثال «رينوار» و«تيرنر» و«ميتشيلانجلوس». وعندما يغمر لوحة العقل بألوان من الطيف الأثيرى فإنه ينتج أشياء عجيبة وغريبة. وقدرته على الإبتكار غير معقولة وتمتد من أعلى النمط الأولى الغامض إلى أعماق الأعمق.

### العلامات والرموز:

تأتى بعد ذلك معالجة العلامات والرموز . وهذه يمكن التعرف عليها مثل الناس

والحيوانات والأشياء والأشكال التي تمتد من كوب عادى بالمطبخ إلى صورة روحية للكأس المقدسة<sup>(١)</sup>. وليس هناك على أى حال خط فاصل محدد بين الرموز والإشارات لأنهما يلتحمان ويتبادلان المعنى باستمرار. والعلامات هى بصفة عامة صور صريحة يمكن التعرف عليها مثل الناس والحيوانات والأشياء الحقيقية. ولكن مع هذا لا يعنى ذلك بالضرورة أخذها على ظاهرها. ففى كثير من الأحيان تمثل شيئا آخر. وعلى ذلك فما لم نعرف على سبيل المثال أن حصانا فى حلم إعادة تمثيل الحدث يعبر صراحة عن حصان فإنه قد يكون منتكرا كقوة أو طاقة فى صورة «قوة الحصان» Horse power التي تقاسى بها قوة المحرك. مثلا: دلالة مفتاح الباب فى الحلم مالم تكن إشارة صريحة لمفتاح ضاع حديثا فإن ذلك قد يشير إلى موقف أو فتح باب فرص جديدة. وهناك أيضا «السلم» و«وابور الزلط» و«المطرقة» وألف شئ وشئ كلها يستخدمها مرارا عقلنا الحالم بنفس الطريقة. ولذلك ينبغى أن نكون على استعداد للتعرف عليها بصورة مجازية وليس بالضرورة بصورة تصريحية.

إن الرموز تمثل مبادئ وأفكار. وهى دائما تعنى أكثر من شكلها الخارجى. وهى تبدو فى بعض الأحيان كاشكال مجردة أو مخططات غامضة أو إشارات دينية. ولكنها أساسا علامات يمكن التعرف عليها وتستخدم كبدائل. مثلا عندما يستخدم الحصان ليمثل القوة أو «المفتاح» ليمثل مفتاح الإجابة أو الحل فإنهما يتغيران من العلامة الصريحة إلى الرمز. ليس هناك كثير من الغموض فى رمزية الأحلام طالما أن معظمها لا يأتى لها من اللاشعور الجماعى وإنما من بيئة العالم الخارجى المغمور بالكلمات والعبارات المجازية مثل «قوة حصان عالية» أو «نصيب الأسد» أو «أقحم نفسه» ناهيك عن الأوصاف الشخصية مثل «مزاج ناثر» أو «طبع بارد» أو «ثعبان بين الحشائش» أو «حمار غبى». وبعض هذه العلامات تحولت إلى رموز مثل «الثعابين» على سبيل المثال قد استخدمت بهذا الشكل قبل أن يعرف الإنسان القراءة والكتابة بزم من طويل. وهى الآن رموز تقليدية على حدود النمط الأولى. هنا يفيدنا قاموس الأحلام. إلا أن معظم الكلمات التى تصف الصور الصريحة المباشرة ذات المعنى

(١) هى الكأس التى شرب المسيح منها فى العشاء المقدس وراح المسيحيون فيما بعد يجدون فى البحث عنها. (المعرب).

المزدوج تحتاج إلى قليل من الخيال بالإضافة إلى الإرتباطات الشخصية حتى تكشف عن رسالتها الخفية. خذ حلما تكون العلامة الرئيسية فيه «آلة جارفة» (بلدوزر). من يخطئ فهم الإستعارة المتضمنة هنا وهي أن شخصا على وشك أن يجبر على الخضوع التام أو الإستلام .

في الأحلام الصريحة فقط يمكن أن تفسر الناس والحيوانات والأشياء بصورة صريحة أيضا. ومع أنه لا يكون من العسير رؤية الأشياء وحتى الحيوانات بصورة رمزية فليس من السهل رؤية الشخص على أنه أى شئ آخر لا سيما إذا كان قريبا منا. أم ترى الأمر غير ذلك؟ إننا جميعا على أى حال شئ ما وأيضا شخص ما لشخص ما آخر . فنحن أولا أبناء أو بنات. وعندما نأخذ النظرة غير الشخصية - وهو ما يفعله العقل الحالم - فسرعان ما نستطيع رؤية اللعبة التى يؤديها. فالناس لا يصبحون ذوات أنفسهم مع أنهم مازالوا أناسا يمكن التعرف على كل منهم كأب أو أم أو بنت أو ابن أو جد أو صديق . وكل منهم لا يمثل فردا بشخصيته وإنما بطابع صورته غير الشخصية. فإذا أضفت إلى ذلك الأسماء الخاصة وأسماء الملاحظة (الدلع) مثل «كتكتوت» و«بطة» و«قطة» فستجد أن دائرة الإنطباعات التى لواجه لها تتسع أكثر وأكثر.

وعندما نوسع دائرة هذه اللعبة خطوة أكثر نستطيع أن نرى لماذا لا يواجه العقل الحالم كثيرا من الصعوبة فى العثور على مرشحين للقيام بدور الغيبى والسخيف والبليد والدينئ.

### أشكال الآباء والعائلة:

فى كثير من الأحيان يظهر الآباء والأجداد فى أحلامنا. ومع أننا نميل عادة إلى تفسيرهم تفسيراً صريحاً فإنهم فى معظم الأحوال يمثلون صفات مرتبطة بالشخصية. فأمهاتنا فى المضمون الرمزى للحلم لا يمثلن ذواتهن وإنما يمثلن الصفات الأنثوية كالعطف والحنان . وفى بعض الأحيان يمثلن القوى القاهرة لأمنا الكبرى الأرض. بينما يتخفى آباؤنا فى صورة سيطرة الذكر على السلطة وحتى فى الصفة الأبوية للخالق نفسه. ويمثل الأخ أو الأخت الحب الروحى الأخرى.

إن الصفة الوحيدة المحذوفة في الشخصيات العائلية تتعلق بالمكانة الإجتماعية فالكناس والطبيب والطابع والسباك والمرضة والمحامي جميعهم معروفون في الصورة الصريحة المباشرة. ولهم أيضا صورهم الرمزية المقابلة. ولذلك عندما يظهر رجل الشرطة في الحلم يمكننا أن نثق في أن الأمر يتعلق بالقانون والنظام أو الضبط والربط في حياتنا.

والخلاصة أن الأحلام الصريحة تعكس العالم الخارجي (الديوى) وتستخدم العلامات كالأشخاص الذين يمثلون ذاتهم. كما تستخدم الأشياء التي يمكن أن تؤخذ على ظاهرها. أما الأحلام الرمزية فتعكس الأفكار الداخلية وتستخدم بدائل صريحة لها معاني رمزية، كما تستخدم رموزا تجريدية تماما تتضمن مخلوقات أسطورية وأحاجي (ألغازا) وأنماطا أولية عامة. وأيا كانت العلامات أو الرموز فإنها تلعب دائما دورا فريدا في كل حلم. لكن في نفس الوقت بعضها قد يتكرر إستخدامه لينقل بصورة جوهرية نفس المعنى الأساس. وإلى جانب استخدام أعضاء الأسرة بهذه الطريقة يكون أيضاً إستخدام المنازل والمياه والمفرقات والحيوانات والسيارات والقطارات والقوارب والطائرات والحافلات (الباصات) والدراجات.

### المحادثة والكلمات والحوار:

يتوقف الأمر في كثير من الأحيان لاعلى ما نقوله وإنما على الطريقة التي نقوله بها. فهي التي يكون لها التأثير الأكبر. ولذلك إذا وجد أى حوار في الحلم فعليك أن تلاحظ أولاً طريقة الأداء من حيث إرتفاع الصوت أو إنخفاضه. فعبارة مثل: «هذا أمر عجيب» قد تعنى في الواقع عكس معناه تماما. والعقل الحالم يعرف كل ذلك عن ازدواجية الكلام. فالكلمات هي في حد ذاتها رموز وعلامات. ولذلك ينبغى علينا أن نفسرها مجازيا إذا لم نستطع قبولها ظاهريا أو نصريحيا. ومع ذلك يجب في بعض الأحيان أن تؤخذ الرسالة بصورة صريحة مباشرة مع أن الموقف رمزى. ومثال ذلك الحلم الذى رأيته وكنت أحاول فيه أن أنظم عقدا. وكان ينبغى أخذ الرسالة القائلة «حاولى حاولى مرة أخرى» على أنها رسالة صريحة مباشرة مع أن نظم حبات العقد كان رمزيا ويمثل الموقف أو الحالة آنذاك.

منذ فترة قريبة رأت امرأة فى منامها أنها كانت فى غابة وقابلت قرما جنيا قال لها:

«إن الرجل الذى يقطع الخشب سينقذك». وفى هذا الحلم رسالة رمزية. وبدون أن أعرف ظروفها أخذت هذا الحلم على أنه يعنى أنها كانت فى حالة عائمة تماما أى لا تستطيع أن تتخذ لنفسها قرارا وأن الشخص الوحيد الذى يستطيع أن يخرجها من هذه الحالة هو شخصى إيجابى عملى ممتلىء بالرجولة. وقد ردت صاحبة الحلم قائلة إن مشكلتها كانت عدم قدرتها على الإختيار بين رجلين فى حياتها وأن صورة قاطع الخشب طابقت أو صاف واحد منهما . وإنى أدعو لها بالسعادة معه بفضل حلمها وتفسيره.

### استخدام المجاز والأحاجى:

إن العقل الحالم يستخدم كل فنون اللغة من مجاز وتورية وتلاعب بالألفاظ وأحاج والغاز. وكل منها على نفس مستوى الجودة التى نجدها فى ألعاب الأعياد. وهو ما يؤكد أن لنا قدرات أدبية غير معقولة أثناء النوم إذا لم تكن لدينا فى اليقظة . ولأسماء الملائمة (الدلع) إمكانية تورية كبيرة وهو ما يوضحه مثل الرجل الذى كان يحلم دائما بكتكوت مسكين ملطخ بالطين. وهذا الرجل لم يكن قد سمع بالمجاز فى الأحلام. ولو أنه كان على علم بذلك لاستطاع أن يعرف أن المقصود هو زوجته المسكينة المغلوبة على أمرها التى كان يصصر على مناداتها «بكتكوتة» فى الفترة الأخيرة.

وهناك أيضا مجاز الجسم أو البدن الذى يستخدم فيه عبارات مجازية لغوية مثل: «قدم يد المساعدة» و«وضع أنفه فى كذا» و«قفل فمه» و«كسر ظهره» و«انشرح صدره» و«رقص قلبه» و«صرخت بطنه» وغيرها من الأمثلة الكثيرة على ذلك . وهناك أيضا المجاز ذو المغزى الأخلاقى مثل: «واجه الموقف» و«وضع رجله فيها» أو «وضع أصبعه فيها» أو «شم رائحة الغدر ، أو الخيانة» وغيرها من الأمثلة التى يمكن أن تخطئ فهمها بسهولة مالم نفتح آذاننا جيدا.

وأخيرا هناك بعض أنواع المجازن العامة أو الجناس اللفظى حيث تتشابه الكلمات فى النطق ولكن تختلف فى المعنى مثل كلمة «ساعة» بمعنى الآلة وبمعنى الزمن أو القيامة، وكلمة «جين» بمعنى نوع من الطعام (جينة) وبمعنى صفة ضد الشجاعة.

وكلمة «خال» بمعنى القريب «ويعنى علامة الحسن على الجسم» . ومنها كلمة «خالى» بمعنى قريب ويعنى خلو مثل «خالى البال» وكلمة «بياض» بمعنى اللون ويعنى «نوع من السمك» وهكذا. وأحد الطرق لكشف هذه الأنواع المختلفة من المجاز بصفة عامة هو أن نقرأ الحلم بصوت مرتفع لكن بهدوء بالطبع دون إزعاج الآخرين.

### الإرتباطات السابقة:

إذا كانت هناك إرتباطات سابقة مذكوره فى مفكرة الأحلام فإنها تكون العنصر التالى الذى يجب أخذه فى الإعتبار . ولمشاهدة التليفزيون حتى فترة متأخرة من الليل سمعة سيئة من حيث أنها تشق طريقها إلى الأحلام. لكن ليس ذلك هو السبب أو الدافع الذى يظهرها. وعند مشاهدة شاشة التليفزيون يكون العقل الحالم - مثله مثل أى صحفى جيد - فى حالة دائمة من البحث عن مادة أصيلة ليضمونها فى الأحلام. فلو كان هناك على سبيل المثال معركة بين رعاة البقر والهنود فإن ذلك يصلح لأن يكون أرض معركة رائعة للقتال بين الحالم ومدوب الضرائب. إن المناسبات واللقاءات الإجتماعية مصادرغنية للأحلام أيضا. مثال ذلك الرجل الذى قضى الليلة السابقة فى منتدى مزدحم وكان كل صحبه من الرجال. وكان حلمه الذى أعقب ذلك هو من نوع اعادة تمثيل الحدث لمنظر المنتدى مع فارق واحد كبير هو أن كل صحبته لم تكن من الرجال وإنما من النساء.

### رواية الحلم:

إن الحلم عادة مجموعة من الأحداث مشابهة للرواية. وهناك من الأحلام ما يكثر فيها التمثيل والمناظر. ومنها ما يركز على حدث واحد رئيسى. والفرق الرئيسى بالنسبة لروايات الأحلام أن صاحب الحلم هو الذى يحدد العنوان والنظام والحدث ويكتب الحوار ويضع الإستعارات وألوان المجاز والتلميحات والكلام المزدوج ويرسم المناظر ويرتب كل المتطلبات اللازمة للإخراج المسرحى، ويختار الممثلين والممثلات. ويعد كل ذلك يذهب على الفور ويجلس فى الصف الأول مع المشاهدين ليتابع التمثيل. وعندما يكون صاحب الحلم نفسه أحد شخصيات هذه الرواية فإنه ينهض ويقف على المسرح ويأخذ الزمام.

ويتبع ذلك أيضا أن صاحب الحلم وقد صنع كل هذه الشخصيات يستطيع أن يلعب أدوارها كلها وأن يضع الكلام الذى يجب أن يسمعه فى أفواهها. وإذا كان العقل الحالم محايداً - وهو ما يمكن أن يحدث - فإن هذه الشخصيات ستظهر فى صورة أكثر واقعية وليست على درجة كبيرة من العاطفية. ومن المؤمل أن يؤدى ذلك إلى علاقات أفضل فى كل الإتجاهات.

عندما نقرأ حلما للبحث عن الإستعارات والمجاز فإننا ننظر إليه كما لو أنه رواية حيث يكشف التمثيل والحوار الدور الذى يلعبه كل شخص. ومن هذا يتضح موضوع الحلم كله. وهذا بدوره يفيد فى وضع عنوان للحلم كما يفيد فى تركيز المضمون ووضعه فى صورة موجزة. فلكل حلم عنوان منفرد. وبصرف النظر عن طول الحلم أو قصره فإن موضوعه ينبغى أن يعبر عنه ببساطة وتركيز ما أمكن ذلك. حتى تلك القصة الملحمية التى تبدأ على قمة جرف وتصف نزول الحالم إلى الشاطئ حيث يشاهد موجة مد تقترب وتسرع نحو الشاطئ وتغمر كثيرا من الناس وتغرقهم. وينتهى الحلم بهرب صاحبه وصعوده إلى أعلى الجرف حيث الأمان. أقول مثل هذه القصة يمكن أن تلخص فى جملة واضحة هى أن «موقفا منذرا بالخطر سيمكن التغلب عليه».

### الرسالة والحل:

من المؤمل أن كل الجهود التى توضع فى الكشف عن الحلم وتشمل اكتشاف شكله ومتطلباته وأناسه وعلاماته ورموزه واستعاراته وكلامه المزدوج كل هذا يمكن أن يوحى ويحول إلى رسالة لها معنى. وهذه الرسائل مثلها مثل الأحلام بعضها يكون قصيرا وبسيطا والبعض الآخر يكون طويلا وأقل تركيزا. وعندما تكشف رسالة ما عن موقف صعب كما يحدث غالبا فإن الحل أو المخرج يوجد عادة فى الحلم أيضا. وهذا يكون أهم من الرسالة على الرغم من أنها فى الواقع جزء منه. إن الحلم السابق الخاص بموجة المد يتضمن رسالة تحذير من إقتراب وقوع مشكلة. بيد أن الرسالة تتضمن أيضا الحل. وهو أن صاحب الحلم يمكنه أن يرتفع فوق المشكلة. وكإجراء تنبؤى يمكن أن نستخلص من ذلك «الإرتياح» وعدم الإنزعاج. إلا أن المجهود الذى ترمى إليه صعوبة صعود الجرف يجب أن يبذل لتحقيق رسالة الحلم.

إن الحلم التحذيرى يظل تحذيريا ولا يصير تنبؤيا إذا عمل بمقتضى رسالته. والعكس صحيح أيضا بالنسبة للأحلام التى تكشف عن مشكلة لها حل ممكن. والمفتاح فى كلا الحالتين هو العمل بمقتضى الرسالة. وبهذا نمنع ماهو ممكن أو نخفف من وقعه على الأقل.

### التنبؤ والإدراك دون الوعى والهواجس: (١)

إن مسائل التنبؤ والإدراك دون الوعى والهواجس تكمن فى فهم الحلول المستمدة من الأحلام. والتنبؤ كما يبدو يغلب عليه أن يكون إستنتاجا لا شعوريا من الإدراك دون الوعى حيث يكون العقل اللاشعورى قد سجل ماهو أزيد بكثير مما سجله العقل الشعورى. والمثال على ذلك هو حلم إعادة تمثيل الحدث السابق الذى ظهر منه كيف أن صاحبه قد أخطأت فهمم زملائها فى العمل وذلك بعد أن اكتشفت أنهم لم يكونوا يتآمرون عليها وإنما كانوا يتفاهمون بشأن إرسال بطاقة عيد ميلاد لها. من ناحية أخرى يبدو أن الهواجس تنتج عن إدراك حسى زائد ليست له صلة شعورية أو لاشعورية واضحة بالماضى أو الحاضر أو المستقبل. وهى أى الهواجس تمكن صاحبها من التنبؤات بأحداث لا يمكن لأى شخص حى أن يستنتجها سلفا بطريقة منطقية.

ولا يدخل فى ذلك التخمينات الملهمة وكذلك الإدراك دون الوعى. لأن الهاجس الحقيقى يتضمن الأسماء والأماكن كما يتضمن فى بعض الأحيان تواريخ أحداث مستقبلية. والهواجس عرضى ويخلو من تسلسل الحدث والنتيجة. وأحد الأمثلة على هذا النوع من الأحلام هو حلمى الذى سبق أن أشرت إليه والذى كان يتعلق بخالتى فى «سانت لويس» والرجل الذى لا تعرفه هى وأنا فى ذلك الوقت. ومع أن هذا الحلم بدا عديم المغزى والفائدة فإنه قد بين لى أنه يوجد حقيقة ما يسمى بالهواجس.

### دليل عملى لتفسير الأحلام:

إن القواعد الصعبة والسريعة لا يمكن تطبيقها على فن تفسير الأحلام. ولكن إذا

(١) الهواجس جمع هاجس وهو إحساس تحذيرى غامض يقرب حدوث مكروه. والإدراك دون الوعى هو نوع من الإدراك الحسى يكون عادة أصغر من أن يدرك أو يحس به على مستوى الوعى أو الشعور (المعرب).

درست هذه القواعد في ضوء خطة موضوعة يصبح من الأسهل أن نكتشف الرسائل التي تتضمنها.

إننا نكون على إستعداد لبدء تفسير الحلم بعد إستعراضنا لكل المعلومات المسجلة في مفكرة أحلامنا. وأول ما يجب أن نستعرضه هو تاريخ الحلم . وقد يصادف هذا التاريخ ذكرى سنوية أو لا يصادف. علينا بعد ذلك أن نحاول إعادة تصوير المزاج الذي خلفه الحلم وأن نتذكر الجو الذي حدث فيه. وبهذا تنكشف درجات من التحذير أو على العكس تنكشف علامات التشجيع والأمل في المستقبل. وعندما ننظر إلى الحلم على أنه لوحة أو صورة يتضح لنا ما إذا كان من النوع الصريح المباشر أو النوع الرمزي . وفي كلا الحالين ينبغي أن نفترض أولاً أن للحلم رسالة صريحة مباشرة. وعندما نجد أن ذلك لا يتمشى مع صورة الحلم عندئذ فقط ينبغي أن ننظر في المعنى الرمزي أو الخفي. وإن أولئك الناس الذين يسرون أحلامهم كلها على أنها حقائق خفية كبرى غالباً ما يقضون أعمارهم في أحلامهم ولا يضعون أبداً هذه الحقائق الكبرى موضع التنفيذ. ولا يعنى هذا أننا ننكر أن تفسيراتهم خاطئة. لكنهم بعدم ربطهم لهذه الحقائق ووصلهم لها بحياتهم اليومية العملية قد جعلوا منها «فطيرة في السماء» أى يصعب الحصول عليها. ومن ثم لا يستفاد منها. إن علينا أن نستفيد من أحلامنا هنا على الأرض لا أن ننظر إليها بإعجاب هناك في السماء. عليك إذن أن تبحث عن الرسالة العملية للحلم وتطبيقاتها الفعلية وتذكر أن الحلم قد يكون له رسالة مزدوجة جانب منها يؤخذ بصورة صريحة مباشرة وجانب آخر ينظر إليه كصورة رمزية. وعندما نربط بين سلسلة الأحداث وننظر إليها على أنها رواية فإننا نكتشف عن الكثير. وتعود الحياة إلى الحوار والإستعارات والكلام المزدوج. وبالإستعانة بقاموس أو معجم للأحلام وبمعرفة الموضوع الرئيسي للحلم فإننا نتوصل إلى الرسالة التي تتضمنها. وبعد أن تنتهى من عمل كل ذلك يكون كل ما تبقى أن نطبق ذلك على ظروفنا وأحوالنا الشخصية وهى ما لا يعرفه أحد آخر سوانا.

### موضوع الحلم والطريق الملكى؛

يقول فرويد: «إن تفسير الأحلام هو الطريق الملكى لمعرفة الأنشطة تحت

الشعورية<sup>(١)</sup> للعقل». وما لم يكن يعرفه فرويد هو أن البريطانيين بالذات يميلون إلى أخذ ذلك مأخذ المعنى الصريح ويقومون بعمل علاقات غير متكلفة ترفع فيها الكلفة مع العائلة المالكة. إن استخدام الملكية كموضوع للحلم أكثر شيوعا مما يعترف به صراحة معظم الناس في بريطانيا. فالملكة وتسمى ليلبيت Lilibet في كثير من الأحيان مصحوبة بالملكة الأم قد يذهبان في الحلم طبعا إلى «بلاك بول» «لشرب الشاي» و«الدردشة» (أى المحادثة). بينما تسمح الأميرة آن «لحصانها بأن يقضم الحشيش المسوى المعتنى به في مختلف مناطق «كلابهام Clapham وبيجلزويد Biggles wade - وبوجنور Bognor وهل Hull».

إن العظمة واعتقاد الشخص بأنه أحسن من كل الجيران هي ما تمثله موضوعات الأحلام الملكية. وهي ترمز إلى قوى النمط الأولى الذي أجبرنا على أن نطعم منه ونحن أطفال صغار. وإن «سندريلا» و«الجمال النائم» و«الضفادع» في صورة الأمراء والملوك والملكات في القصص الخيالية التي لا تحصى ولا تعد والتي تنتهي دائما بأن يعيش الجميع في سعادة دائمة هي كلها عناصر إنفرست بعمق في لاوعينا أو لاشعورنا الجمعى. وسواء كنا ملكيين أم لا فإن الملكة تمثل البطلة المطلقة. فهي فينوس (ملكة الجمال) والكاهنة الأعظم وملكة السماء وأما الأرض. وهي تشخيص أو تجسيد للجانب الأنثوى من الحياة ذاتها. بيد أن الجانب الآخر للعملة ليس على هذه الدرجة من الرومانسية إلا أنه عملى أكثر بكل تأكيد. فأفراد العائلة المالكة يأتون بالفعل إلى منازلنا بل وداخل حجرات جلوسنا على شاشة التليفزيون. فمن ذا الذى يلوم تلك العقول الحاملة على أنها عولت على هذه المناسبات كموضوع رمزى تمتع للأحلام.

وكما أن بعض العلامات والرموز تستخدم فى الأحلام أكثر من غيرها فكذلك بعض الموضوعات تستخدم أكثر من غيره. والملكية واحد من هذه الموضوعات. وإتنا جميعا نرى هذه الأحلام ذات الموضوع الرئيسى من وقت لآخر ومع أنها تتشابه فى محتواها فإن الرسالة التى تنقلها للأفراد الحالمين تكون دائما مختلفة.

(١) أى دون عتبة الوعى أو مستواه وهى ترجمة لكلمة Subconscious (المعرب).

## مقرأ ومنزل الروح؛

إن أكثر موضوعات الأحلام شيوعا موضوع المنزل والبناء الذى نأوى إليه ليلا. وعندما لا يكون حلمنا صريحا مباشرا فإن ذلك يرمز إلى مقر أو منزل الروح. وكل منزل أحلام يختلف باختلاف الحالم الذى ابتدعه. وهذا المنزل يمثله كشخص. فالمنزل هو الجسم المادى وساكنه هو روح الحالم أو نفسه التى تنتقل بسرعة بين حجرات غريبة لكنها شبه مألوفة. وتنزل السلم وتصعده وتنزل عبر الممرات ومن خلال الأبواب والمداخل المقوسة. وفوق سقف المزل تخزن آمال كبار بعضها منسى مثل الأشياء القديمة التى علاها التراب وتختبئ فى الأركان المنظلمة. أما حجرة النوم فهى للأمور الخاصة والمعاشرة الزوجية. بينما فى المطبخ علينا أن نواجه الحقائق العملية للحياة. إن التعديلات وإعادة الترتيب لا نهاية لها إلا أن الموضوع الرئيسى ثابت أو هو نفسه دائما. وهو يشغل نفسه بالعلاقات الشخصية داخل بيت الأحلام أو حوله.

إن حالة المنزل من الداخل والخارج تكشف عن الحالات الجسمية والعقلية لصاحب الحلم. فإذا دارت الأحداث على سقف المنزل فهذا يعنى أن المثل والآمال والأمور الحدسية والعقلية كلها تحت الفحص والمعاينة. أما إذا دار المنظر فى السرداب أو «البدرين» فهذا يعنى أنه ينبغى تسليط الضوء على الأشياء المخفية هناك. وفى كل أنحاء المنزل هناك أبواب الفرض بعضها يكون موصدا. وما نحتاجه فى هذه الحالة هو المفتاح. والسلالم قد يكون من الصعب صعودها لكنها تستحق المجهود. والنار فى المدفأة يجب أن تظل مشتعلة إذا كان للحماس أن يستمر. والشبائيك تمثل عيون الروح، والنظر إلى الفناء الخلفى أو المراعى أو المتنزهات أو الحدائق يرمز إلى «جنات عدن» الشخصية. وهى تمثل العالم الخارجى وبيئة صاحب الحلم كما يراها هو وحده. وسراير الزهور بالنسبة للبعض قد تنمو بسرعة ويحل محلها الأعشاب غير النافعة. وبالنسبة لآخرين قد يعنى منظر نظامى صارم أن الطبيعة قد سلبت إرادتها ووضعت عليها القيود. ومن يأتى إلى هذه الحديقة سواء كزائر مرحب به أو كدخيل غير مرغوب فيه يمثل أهمية لأنه يمثل الصديق والعدو فى صورة فريدة لكنها مغلقة بدقة.

إن أحد الأحلام التى قام موضوعها على أساس منزل الروح قد ساعد أحد

الرجال على استعادة كبريائه وثقته بنفسه. ففي هذا الحلم رأى نفسه يقف عند بوابة حديقة نصف مفاصلها مخلوطة. وقد بدت الحديقة أنها قليلة الكساء بالنبات. لكن هذا يعتبر لاشئ إذا ما قورن بحالة المنزل من الخارج فالدهان بدأ يتقشر ويسقط وفتحة المدخنة قد مالت على جنبها والشبابيك بدت قذرة وكثيبة. ولكن ما إن دخل المنزل حتى دهش عندما وجده فى حالة جيدة جداً. وفى المطبخ كانت هناك وجبة فى إنتظاره. وعلى الرغم من أن باقى المنزل لم يحدث فى نفسه إلا قليلا من التأثيرات فإنه كان نظيفا ومرتباً.

وكان التفسير واضحاً حتى قبل أن يأخذ صاحب الحلم ظروفه الشخصية فى الإعتبار. فهو بوقوفه عند بوابة منزل الروح قد ألقى نظرة تفصيلية موضوعية ورأى نفسه كما رآه الآخرون. أما المنظر الخارجى المزرى لمنزل الروح فيعكس إهمال مظهره الشخصى. وأما الترتيب الداخلى المناقض للمظهر الخارجى للمنزل فيؤكد له أن مشكلته سطحية فقط. والطعام فى المطبخ يعنى زادا للفكر. وعلى هذا إستطاع صاحب الحلم بالتفكير فى نفسه بطريقة مختلفة أن يعود إلى حالته السابقة اللائقة. وبهذا إستعاد ثقته وإحترامه لنفسه.

### المياه كموضوع للأحلام:

إن المياه كموضوع رئيسى للأحلام يمثل أحوال العواطف والمشاعر. فمن مشاهدة غدير له خريز إلى المرور بتجربة تقترب من الفرق فى السيول الجارفة المخيفة وأنوار وأخطار التيارات النفسية الموجودة فى داخل نفوسنا وفى نفوس الآخرين وفى المواقف بصفة عامة هى كلها أمور رمزية فى الأحلام. فعمق المياه و صفاؤها وتكدرها وهياجها يكشف عن جوانب من مشكلة. فإذا كان الجو عاصفاً فى البحر فهذا يعنى أننا لا نستطيع التغلب على زمن شاق أو مرهق. وإذا كانت المياه ساكنة وعميقة وعكرة فإن هذا يعنى تحذيراً من تعقيدات وصعوبات غير مرئية ناهيك عن عكس محتمل لمجرى الحياة.

إن موضوع الطوفان الكبير فى الحلم يراه الكثيرون. وهناك تفسيران محتملان له: أحدهما أنه ها جس جمعى بكارثة طبيعية على غرار الطوفان المذكور فى الكتب

الدينية (طوفان سيدنا نوح). والتفسير الثانى شخص بحت يبين أن حياة صاحب الحلم على حافة الخضوع لموجة عاطفية كبيرة. وفي هذه الأحلام قد تكتب لصاحب الحلم الحياة أما كثيرون آخرون فمصيرهم الغرق.

### موضوعات الميلاء والموت:

يقال إن الحلم بميلاء يعنى موتا والعكس بالعكس. والحالمون الروحون يتلقون كثيرا عن طريق توارد الخواطر إحياءات من أولئك الذين على وشك أن يولدوا فى هذا العالم ومن أولئك الذين على وشك الرحيل. ولهذا فهم معدون جيدا لهذه المناسبات. وعلى أية حال فإن معظم الأحلام التى تتصل بالأطفال ترمز إلى الإمكانيات الشخصية والأمل فى المستقبل. لأن الطفل فى الحلم هو طفل عقل الحالم. وهذا يخبر الحالم بصورة رمزية أنه يتوفر لديه كل ما يحتاجه لتحقيق طموح مدى الحياة. إن الموضوع واحد لكن الطموح يختلف من حلم لآخر.

من ناحية أخرى نجد أن الموت كموضوع للأحلام يترك وراءه دائما إحساس بالقلق. ومع أن هذا يرجع أساسا إلى الخوف من أن يصبح الحلم تنبؤيا - وهو أمر محتمل - فإن هذا الحلم تحذيرى فى وقته. ومع هذا فمن المستحيل فى بعض الأحيان تفادى الأحداث المأساوية على الرغم من أنها عبرت عن نفسها فى الحلم بوضوح وتفصيل. وهذا ما اكتشفه أب كان ابنه مسافرا على طائرة فى نهاية الأسبوع. فقد رأى الأب فى منامه طائرة خفيفة يقودها ابنه تهوى إلى البحر. ومع أن الأب صاحب الحلم توسل إلى الابن ألا يسافر فى نهاية الأسبوع القادم إلا أن الابن أصر على أن الأحلام لا تتحقق. لكن هذا الحلم بالذات تحقق بتجاهل الابن تماما للرسالة التحذيرية. ومن ثم فقد أصبح هذا الحلم تنبؤيا وهاجسيا.

### التطعيم العقلى:

عندما يقع المحتوم بعد حلم تحذيرى فإن هذا الحلم يكون قد أعد الحالم لهذه الصدمة ولو جزئيا على الأقل. وعلى هذا فإن الحلم فى هذا الصدد يقوم بتطعيم صاحبه ضد الصدمة العقلية. ومن حسن الحظ أن معظم الأحلام المتعلقة بالموت رمزية وتشير إلى أن المجنى عليه فى الحلم يواجه فى واقع حياته أزمة وأنه يحتاج إلى

المساعدة والفهم الذى يستطيع صاحب الحلم أن يقدمه. وهذا النوع من الأحلام يمثله كابوس أو حلم مزعج لإحدى صديقاتى منذ سنين مضت. فعندما كان عمر إبتها سبع سنوات رأتها فى المنام نائم على وجهها فى حوض ماء كبير للشرب كما لو أنها غارقة. وقد جذبتها إلى أسفل حقيبة مدرستها. وكانت ترتدى زيها المدرسى المخطط. وكان هذا منذ عشرين سنة مضت. واليوم يسهل أن نرى من منظور الماضى كيف كان هذا الحلم رمزياً ويعنى أن البنت قد جذبت إلى أسفل تحت ضغوط المدرسة بكل ما تتضمنه من أعباء.

ليس من الغريب أن أحلامنا تستخدم موضوعات الموت بطريقتها الخاصة إذا عرفنا كيف أن العقل الحالم مولع بالمجاز. فنحن قد نقول «سأقتل فلانا» على سبيل الدعاية لا الحقيقة. ومع ذلك فإنها تكون نموذجاً مثالياً يستخدم فى الوقت المناسب. عندما نستاء من أحد، تظهر على الفور «طريقة سأقتله» من مخزنها لتكون فى خدمة رسالة صارمة لأحد الأحلام.

إذا كان الشخص الميت موجوداً بالفعل فى نعش أو تابوت فقد يكون الأمر أننا نشعر بأنها جنازته. ونعنى بذلك أن مشكلاته ومتاعبه هى نتيجة خطئه هو. وإذا إستندنا إلى الظروف الشخصية فإن ذلك قد يعنى أن شيئاً ما مثل حبه لنا قد مات. وبما أننا لا نستطيع تحمل مواجهة هذه الحقيقة فى يقظتنا فإنها تعبر عن نفسها بهذه الطريقة فى منامنا. وعندما يرى الشخص نفسه ميتاً حتى فى حالة ذكر تاريخ محدد فإن هذا يعنى أن هناك زمناً محدوداً لإنهاء شئ ما فى حياته أو إكماله. ونهاية مرحلة من العمر يرمز لها فى الحلم بموت النفس القديمة وميلاداً وإعادة ميلاد أخرى جديدة.

### موضوع العرى أو التعرى:

عندما تسير فى الشارع بلباس قصير جداً أو عريانا تماماً فإن ذلك قد يبدو أمراً غريباً أو باعثاً على الضحك. لكن ذلك ليس شيئاً مضحكاً عندما يحدث فعلاً فى الأحلام. لقد أعتقد فى يوم ما أن موضوع العرى أو التعرى فى الأحلام يشير إلى إحساس بالذنب ذى طبيعة جنسية. لكننا نعلم الآن أن ارتداء الملابس القصيرة يبين أن صاحب الحلم يخاف من تعريض نفسه للناس وأنه يشعر بأنه عرضة للهجوم وأن

الأمر إذا أكتشف سيكون فضيحة في الواقع . وإن الملابس تمثل صورتنا الخارجية .  
وهي تمثل صفاتنا وشخصيتنا الأخرى التي نحملها وتخفي في الواقع صفاتنا  
وشخصيتنا الحقيقية في داخله . أزل هذه الملابس وعندها ستجد أن العريان ليس  
الجسم وإنما نفسنا الخفية .

إن العري يمكن أن يكون ببساطة على المستوى العملي تحذيرا من أننا نكشف عن  
أنفسنا أكثر من اللازم وأنها نبوح بكثير من أسرارنا الشخصية . لقد حدث لسيدة  
كانت بصدد تكوين صداقة جديدة أن رأت في منامها أنها قابلت هذا الصديق وأنها  
عندما كانت تتحدث إليه لاحظت ويا هول ما لاحظت أن ملابسها التي كانت  
ترتديها بدأت تختفي جزئيا حتى أصبحت عريانة تماما فأصابها ضيق شديد صحت  
من النوم على أثره . وقد تكشف كل شيء في هذا الحلم . ولعله قد أنقذها من التورط  
في إخراج ما في جعبتها من أسرار عند لقائها التالي . وهو ما كان يمكن أن يفسد  
صداقتهما .

### موضوع الرحلات أو السفر:

إن موضوع السفر مهم رغم أنه يكون في كثير من الأحيان جزءا من حلم أكبر .  
وسواء تمت الرحلة بالقطار أو القارب أو السيارة أو الطائرة أو الدراجة أو المشي  
فإنها تمثل قدرنا وطريقنا في الحياة . وإن محطات القطارات ومواقف الحافلات  
(الباصات) والمطارات ومحطات البترول كلها أماكن نتوقف فيها و ننتظر لنقرر في  
أى الاتجاهات سنواصل السير . وإذا فاتنا القطار أو الحافلة في الحلم فهذا يعني أنه  
يجب ألا نزعج لأنه وإن كنا قد أضعنا فرصة فهناك فرصة أخرى تنتظرنا عما قريب  
مثل فرصة وجود القطار التالي . ورسالة هذا الحلم هي أن نتحلى بالصبر وأن نظل  
على ثقة بالمستقبل .

### موضوع المساعدة والشفاء:

تأخذ أحلام المساعدة والشفاء صوراً متعددة . فالكابوس أو الأحلام المزعجة على  
سبيل المثال التي تعتبر بصفة عامة أحلاما سيئة يمكن أن تكون عملية شفاء في حد  
ذاتها . فالذي يرتبط منها بالمرض والحمى يسبب لنا زيادة سريعة في التغيرات

الكيميائية التي تحدث بالجسم نتيجة عملية تعرف علمياً بإسم الأيض Metabolism<sup>(١)</sup>. أو التحول الغذائي. وهذا بدوره يسبب لنا زيادة كبيرة فى العرق وفى ضربات القلب ويتولد ما يشبه الفيض من الطاقة الهائلة فى الجسم ومن هنا كان لهذه الأحلام قوى شفائية مدهشة. إن مفتاح الشفاء هو القوة أو الطاقة. والكابوس أو الحلم المزعج التالى إحتل عناوين الأخبار سنة ١٩٧٩ لكنه واحد فقط من كثير لم يسجل بل ولم يلاحظ.

### حبه لكلبه يشفيه فى الحلم:

رأى رجل أرمل يدعى «جورج إدواردز» فى منامه شفاء مدهشاً للورم الخبيث فى المخ الذى أدى إلى شلل فى نصف جسمه الأيسر. فقد إستيقظ فجأة من النوم وهو على سريريه بالمستشفى. ووجد أنه يستطيع أن يحرك يده ورجله اليسرى مرة ثانية. إن السيد إدواردز كان له من العمر ٦٤ عاماً ويعمل «فنى إطارات». أدخل إلى مستشفى «أشفورد» فى «ميديل سكس» (ببريطانيا) بعد أن شخص الأطباء الورم الخبيث. وقد حول بعد ذلك إلى مستشفى لندن بنفس المنطقة. وهناك رأى فى منامه أن كلبه «روفوس» رفيقه الوحيد يجب أن تنهى حياته لسبب مشروع. وكان الكابوس حياً فى الواقع. وقد قال السيد إدواردز وهو فى منزله فى ميديل سكس: لقد تأكدت (فى الحلم) بأن «روفوس» سيموت. ولقد إستيقظت وأنا أصرخ وأحسست برجة فظيعة وصدمة كبيرة فى يدي ورجلي اليسرتين. ويا لدهشة الممرضات عندما رآنى أنهض من السرير وأرفع كرسياً. وقد قال الأطباء إنهم لم يروا مطلقاً مثيلاً لذلك. وبعد ستة أيام من الكابوس كان معافى وعاد إلى منزله. قال السيد إدواردز إن كلبى هو الذى شفانى لقد كنت متأكداً فى الحلم أنه سيقتل وقد أعادتني هذه الصدمة إلى الحياة مرة أخرى.

إن كل ما علينا أن نفعله إذا أردنا طلب الشفاء فى الأحلام هو أن نحتضن حلماً بهذا الهدف على الرغم من أن الحلم فى حالة السيد إدواردز كان تلقائياً. ومع أنه من الصحيح أنه لا ينبغى علينا أن نفعل ذلك بالضرورة حتى نحصل على مثل هذه

(١) يقصد بها التغيرات الكيميائية نتيجة التحول الغذائى وهى تزودنا بالطاقة الضرورية للأنشطة الحيوية (المغرب).

المساعدة فإننا - حتى نكون على بر الأمان - نستطيع توجيه الطاقة إلى ذلك الجزء من جسمنا الذى يحتاج إلى تقوية وعلاج أثناء نومنا. وإذا شعرنا بأن ما نحتاج إليه هو نوع من العلاج العملى فعند طلبنا له سينكشف فى الحلم بطريقته الخاصة الفريدة. وإن هذه الأحلام لا تحتاج إلى تفسير لأن رسالتها غالبا ما توضع موضع التنفيذ فى الحياة الفعلية كإستمرار للحلم نفسه. وإن هذا كله جزء من التسلسل الإيجابى للفعل ورد الفعل الذى يبدأ بالطلب والإحتضان كما يتضح من الحلم التالى.

### شفاء عملى فى الحلم:

كان صاحب هذا الحلم يعانى من حمى مزمنة خفيفة طيلة ستة شهور. ولم يكن لأى علاج وصفه الأطباء تأثير على حالته. وعندما ركز تفكيره على مرضه وطلب الشفاء من عقله الحالم إستطاع أن يوفق فى إحتضان الحلم التالى:

رأى صاحب الحلم نفسه يمر بدكان ورأى فى واجهة الدكان زجاجة معروضة مكتوب عليها «مقوى» Tonic. وعندما إستيقظ عزا ذلك إلى حالته الصحية وقرر فى نفسه أن زجاجة من هذا المقوى من الصيدلية ستفعل السحر طالما أن ذلك هو ما قاله الحلم.

وفى ذلك الصباح وهو فى طريقه إلى الصيدلية مر بمحل لبيع المشروبات الروحية وتثبت عيناه بشئ فى واجهة المحل. لقد كان هناك بين الزجاجات زجاجات واضحة مكتوب عليها مياه مقوية Tonic Water فدخل على الفور واشترى نصف دسنة من المياه ناسيا كل شئ عن المقوى من الصيدلية. وذهب إلى منزله وشرب الزجاجات. وفى هذه الليلة ولأول مرة منذ عدة شهور لم تصبه الحمى. والذى حدث هو أن المياه المقوية التى شربها تحتوى على مادة «الكينين» وهو علاج جيد معروف للملاريا وبعض أنواع الحميات الأخرى. وبعد مرور شهر أحس صاحب الحلم أن الحمى تركته نهائيا لكنه ظل يحتفظ دائما بزجاجة من علاج حلمه على سبيل الإحتياط.

### المساعدة النفسية:

نستطيع أن نحصل على المساعدة النفسية من أنفسنا من خلال أحلامنا أيضا إذا كنا نريدها حقا. ولكن فى بعض الأحيان نتغافل عن هذه النصيحة لأنها تعنى إبتلاع

كبيرائنا. لقد حدث لصديقتين مؤخرا أن دب الشقاق بينهما وتطور الأمر إلى ثأر بينهما أخذ يكبر ويتضخم كل يوم . وقد سبب ذلك ضغطا إنفعاليا كبيرا لإحدهما التي لم ترفى الأمر مخرجا. ومن حسن الحظ أنها طلبت من نفسها حلما كمحاولة لحل المشكلة. والذي حدث لها بعد أن طلبت ذلك ثلاث مرات فى ثلاث ليال متتالية هو ما يأتى: لقد رأت نفسها فى المنام فى حديقتها تنظر إلى سحب عاصفية سوداء تتجمع فوق رأسها. وفى إحدى أركان الحديقة كانت هناك فأس تحت الشجرة فذهبت إليها والتقطتها . وعند ما فعلت ذلك تحولت الفأس إلى مجراف فبدأت تحفر به حفرة. وعندما إنتهت من عمل ذلك وضعت المجراف (الفأس) فى الحفرة وردمت عليه التراب. لقد كان الجواب لطلبها رمزيا فى حد ذاته وهو أن تدفن الفأس. وهذا بدوره يحتاج إلى التفسير إلا أنها نصيحة معقولة. أما أنها قد عملت بها أم لا فهذه مسألة أخرى.

### توالى الأحلام:

إن التأثير بعيد المدى للأحلام يمكن أن يستمر إلى الأبد كما رأينا من قبل فى حلم فرعون. وعندما نرجع الوضع الراهن للعالم المعاصر إلى هذا الحدث فإنه يكون السبب الذى صدرت عنه معظم أقدار الجنس البشرى وتاريخه . وإن أحلامنا على المستوى الفردى تقوم بعمل نفس الشئ تقريبا. وفى بعض الأحيان يمر الأمر دون أن نلاحظه. وفى أحيان أخرى، مثل مريض الحمى وزجاجات المياه المقوية والسيدة التى حلمت بشمسية فتذكرت موعدا غراميا، يكون للأحلام رصيد من القوة. من الذى يستطيع أن يقول إلى أين سيقودنا تأثير حلم ما؟

إذا أثر فىنا حلم معين لاسيما إذا كان فيه شخص لا نستطيع التعرف عليه فإننا نستطيع بعد إستيقاظنا أن نعود مرة أخرى لنرى الموقف الذى كان فى الحلم لا على أساس إعادة تمثيل الحدث وإنما لنجعل هذا الشخص يكشف عن شخصيته. لقد صنعناه بأنفسنا فى حلمنا ولذلك يجب أن يعرف عقلنا الحالم من هذا الشخص؟، أو ما الذى تمثله هذه الشخصية؟ ولكى نكتشف ذلك علينا أن نتصور المنظر بصريا ونعيد تمثيله شعوريا . وعندما تظهر لنا الشخصية غير المعروفة نتحداها بكل قوة، ومن ثم نستطيع أن نكتشفها أو نكتشف ما تمثله . إن من المهم أن نتذكر أن هذه

الشخصية قد لا تمثل لنا شخصا على الإطلاق. وإنما هي إختلاق من خيالنا قصد به نقل خوف معين أو مشكلة معينة. وإن هذا الرمز فى صورة شخص هو ما نتوقعه من عقولنا الحاملة أن تفعله. إننا عادة نستخدم صورة جمجمة وعظمتين كتحذير من خطر الموت. وهنا نجد نموذجا آخر كنقطة بداية. إننا لا نكف الحديث عن شخصيات محزنة وعن أناس غضبى وعن مخلوقات بائسة لكى نصف الحالة الإنفعالية والنفسية للآخرين. فلماذا لا يدخل هؤلاء إلى أحلامنا بالصورة التى نريدهم عليها؟ والإجابة هى أن أحلامنا تفعل ذلك. وعندما نفسر الحالة الإنفعالية فإننا نكتشف الشخص أو الشئ الذى تمثله.

### العفو وحلم قاتل؛

إن أكثر الأحلام التى فسرتها تأثيرا فى النفس حلم سجين لمدى الحياة كان قد قتل زوجته فى سورة غضب بسبب غيرته. وفى حلمه الذى تكرر لعدة شهور رأى نفسه يعيد تمثيل الحادثة. ورأى تفصيلات الأذى الفظيع الذى لحق بزوجه وأدى إلى موتها. وعندما نظر فى رعب إلى ما فعله وجد أن الجرح بدأ يلتئم ببطء ثم التحم الجلد واختفى أثر الجرح. وتلا ذلك شفاء زوجته تماما. ويبدو أن التفسير الواضح لذلك هو ندمه وأسفه على ما فعل وأنه يود فى هذا الحلم من تحقيق الرغبة لو أنه أستطاع أن يعكس ما فعل. ومهما كان الأمر فإننى لا أظن أن عقولنا الحاملة ساذجة لدرجة أنها لا تعرف أننا لا نستطيع إرجاع عجلة الزمن وتغيير الأحداث بعد وقوعها. فلا بد إذن أن هناك ما هو أكثر من ذلك فى هذا الحلم. إن صاحب الحلم فى هذا الحلم الصريح الذى هو من نوع إعادة تمثيل الحدث قد عاش الحادثة مرة أخرى وامتد الحلم بصورة رمزية إلى شفاء زوجته. وهذا على ما أعتقد يعنى أنها قد سامحته فيما فعله. أو هكذا يتمنى إن العفو عن النفس أمر مستحيل فى الغالب. لكن بمساعدة الأحلام ومساعدة من لهم علاقة سواء كانوا أحياء أم أمواتا، قد يكون من الممكن الحصول على هذا العفو.

### الأحلام والحياة؛

أن الأحلام هى عن الحياة. والحياة هى عن الأحلام. ولا يبدو أن الأمر مهم كثيرا

بالنسبة لعدد الأخطاء التي نرتكبها في حق أنفسنا، وليس في حق الآخرين طالما أننا نتعلم من هذه الأخطاء . ولو أننا عرفنا أشياء معينة في حينها لما فعلناها . وهذا يبرهن على أننا كنا في حاجة إلى الخبرة في المكان الأول.

إن الأحلام وهى أكبر هدية من أنفسنا تقدم لنا طريقا مختصرا لهذه الخبرة بشرط أن نعترف بها كمصدر للقوة الهائلة والعرفان. وعلينا أيضا أن نقبل أن الأحلام من حيث المبدأ واحدة للجميع . فكلنا نحلم أحلاما تنبؤية وتحذيرية وروحية وأحلام خوف وأحلام جنس وألف نوع ونوع من الأحلام التى تختلف فى النسبة والدرجة تبعاً لما نحتاجه منها وتبعاً لطريقتنا فى الحياة. فإذا كنا قانعين بما قسم لنا ولانسأل أسئلة كونية عميقة فإننا لن نرى أحلاما عميقة. فليس هناك داع لها . ولذلك لن يعبا عقلنا الحالم حتى بمجرد الإشارة إلى هذه الأشياء . ومن ناحية أخرى لو أننا بحثنا بإخلاص عن حلول لأعمال مبتكرة فريدة كما فعل أستاذ الكيمياء «كيكولى» وليونارد دافينشى وغيرهما من الرجال الحكماء فإننا سنتلقى من أحلامنا تلك الحلول الأصيلة التى نبحث عنها.