طب نفسى

الزوج والزوجة.. والرئيس والمرءوس

د. محمد شعلان

أكتوبر

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

– مادا تطلب منى إذن وأنت لا تشكو من ألم ؟

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

فإذا شكوت منه استغربنى الناس . وظنوا متطرا على النعمة . فالجميع يحسدنى لأن عندى كل ما يتمناه الفرد : المال والأبناء والزوجة الفاضلة والمكانة الاجتماعية والسمعة الحسنة .

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

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

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

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

كان لابد أن أقول لك إنى لا أشكو من ألم وإذا أصررت أنى أشكو من الألم . فيلزم أن أحدد لك أنه ليس من نوع الألم الذى يزول بعقار . وان عليك أن تبحث لى عن علاج آخر .

– فى هذه الحالة تخرج أيضا من دائرة العلاج . وعلى العموم أطمئنك . أنى لن أصرفك .

صحيح أنى طبيب وعندى روشتات . ولكنى منذ قد تجاوزت مرحلة هدف التغلب على الألم فى حد ذاته . فلا أخفى عليك أن الشكوى العاجزة من الألم التى يقابلها الموقف الطبى حيث تقدم المعونة من موقع أبوى شبيه بالساحر والمنقذ . هذا الموقف بقدر ما هو يعبر عن سجن المريض فى دور العاجز الطالب المعونة . فهو أيضا يسجن الطبيب فى دور المنقذ المعين القائم بالمعجزات . وفى كلتا الحالتين هناك إلغاء لإنسانية الإنسان فيهما . فالإنسان : حياة وحركة وتطور . وليس دورا ثابتا . وإذا سجن الإنسان نفسه فى دور فإنه يفقد إنسانيته . يفقدانه لمرونته وقدرته على الحركة والتطور والانتقال بالتبادل من دور إلى دور أو من موقع إلى موقع . أو الأفضل من هذا كله أن تكون كل الأدوار فى كل لحظة .

على كلٍّ هذه نقطة نهاية وليست نقطة بداية . وأنت الآن تلتقى معى فى حدود أدوار توزعت بيننا . وإن كنت اشترطت ألا تكون هى الأدوار التقليدية المتعارف عليها . أى ألا تشكو لى من ألم . وألا أصف لك عقارا يخفف الملل . ولتقل إنك جئت لتشركنى الوعى بألم لا تجد من يشاركك فيه .

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

– فلتقل إنه مازال يوجد حاجز بينكما رغم كل الثقة .

– ولكنى لا أعنى عنها شيئا . فقد أشركتها فى كل تفاصيل حياتى الماضية والحاضرة وآمالى المستقبلة .

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

– لقد اعترف لها بموقف عجز أمام رئيس فى العمل . فقد وجه لى كلمة قاسية أمام الزملاء . وكنت لحظتها غير متأهب للدفاع أو الهجوم . مسترخيا كالجندى فى غياب طلقات المدافع . ثم فاجأنى بهذه الكلمة كأنها رصاصة قناص أو عنجر لغت عيادة . جرحت ولم استطع الرد . وعدت إلى المنزل نازفا . وكان الإغراء المعتاد الذى يمارسه كثير من الأزواج . أن أشكو الألم وأن أحول غضبى نحوها أو نحو الأولاد . كأنى أصبحت أنا ذلك الرئيس الخارج بدلا من الاستمرار فى دور المرءوس المجروح .

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

الذى كان يضمره هو لرئيسه ، حين كان هو الخروج أمام رئيسه الخارج ، فهو يخرج فى ذات الوقت الذى يعى فيه أن ضحيته ليست له يد الرد بالتجريح ، وتنوى الانتقام . إنه يعانى من أى الخوف من المستقبل أى انتقام ضحيته منه ، كم ينتى خوف الماضى أى جرح رئيسه له .

– لم ألجأ إلى هذه الوسيلة ، لم أستخدمها ككبش فداء بدلا من رئيسى الذى كنت أريد الانتقام منه . ولكنى اكتفيت بالاعتراف .

– وبالطبع شاطرتك زوجتك الأحزان وللقيد الوحدة ، وبكيتما معا أو صرختما فى وجه الرئيس الغائب ودمرتم . وبالطبع لم يغير الرئيس من سلوكه . كما أنك لم تغير حالة الاسترخاء .

– ولم أخير نفسى ؟ . . فإنه هو المعتدى وهو المخطىء . . هو الظالم المتسلط الديكتاتور . المعتدى . . الخ . .

– وتقول الزوجة معك آمين . . ويكون الصراع كورالا .

– لقد ذكرت أنى بدأت بأنى لا أشكو من ألم . . وهأنت ذا تظهر لى أنى كنت أشارك زوجتى الألم . ولعل ذلك ما حفزه . وجعلنى لا أشعر أن هناك ألما أشكو منه ، ولكنى الآن أشعر بالألم . ربما لأنى اكتشفت أنك لا تشاركنى إياه . . وكنت أظن أن هذه المشاركة لزوجتى هى اللذة وهى نقطة النهاية .

– ماحدث أنك تجاوزت مشاركتها على مستوى توزيع الأدوار ، وهو أن تتحول من مجروح من قبل رئيسك ، إلى جارح لها ، بينما تأخذ دور الخروج الذى صرت تكرهه فى نفسك ، وهذا المستوى من المشاركة لا يحقق الندية والتعاطف والشعور بالإنسانية المتبادل . فهناك أدوار مختلفة – الخارج والخروج – وكل منكما يتقمص أحدهما .

هناك تكامل بينكما ، ولكن ليس تشابها أو تعاطفا . ولذلك فهى علاقة فيها صراع ، وفيها بالتالى ألم ، أقول إنك تجاوزت ذلك المستوى من العلاقة ، إلا أنك انتقلت إلى مستوى آخر ، هو أن تتشاطرا الألم من دور الخروج . كلاكما يعانى ، والمعتدى الخارج خارجكما وهو رئيسك . وأنتما وغضبكما لا يصله أو يحدث فيه تغيرا . صحيح أن الألم فى هذه الحالة لخف حدته . ولكنه يصبح ألما عاجزا لا يؤثر فى الواقع الخارجى ، أى فى رئيسك .

– وأين المشكلة هنا مادام المطلوب لتخفيف الألم هو المشاركة ، ومادمت قد شاركتها ألمى من موقع الخروج . واحتوى الحاجز بينما ، فلماذا يستمر الألم ؟

لقد انتقل الحاجز الذى بينكما إلى حاجز بينكما وبين العالم الخارجى المتمثل فى رئيس العمل . وعاد توزيع الأدوار إلى دور الخارج لدى الرئيس ودور الخروج لكما معا . وهنا تفقد القدرة على أن تبدل الأدوار وتتحول إلى جارح حينما يحتاج الأمر . فأنت من ناحية ، إذا أردت أن تعيد إلى رئيسك الضربة ، فلابد أن تتحول إلى دور الخارج ، وينحول هو إلى دور المخروج . ولكن الأهم من ذلك أيضا أن تستطيع أن ترى أنك لم تكن مجرد مجروح . تعنى أنك ضحية للقوة خارجة عن إرادتك . فأنت مسئول عما أنت فيه . والخرج الذى أصابك كان نتيجة لاسترخائك أصلا . وعدم وجودك فى حالة تأهب ودفاع . فلعلك لم تكن مفعولا به وأنت مجروح ، ولكن كنت فاعلا . وهذا يعنى ربما كنت أنت جارحا ، وأنك أثرت رئيسك أو أغريته أو سمحت له أو أوحيت إليه أن يجرحك .

– إذن فتبديل الأدوار هنا يعنى أن أتحول مع زوجتى من مجرد مجروح إلى جارح أيضا . بينما كنت أعتقد أنى تجاوزت دور الخارج .

– التجاوز لا يعنى الابتعاد التام ، ولكن يعنى أنك تستطيع أن تدرك الدور وتعود بحرية . فإذا تجاوزك دور الخارج مع زوجتك فهذا لا يعنى أنك لا تستطيع أن تكون جارحا ، ولكن يعنى أنك تختار ألا تكون جارحا فى لحظة ما ، ومعنى ذلك أنك قد لا تختار أن تكون جارحا فى لحظة أخرى .

– لا أنكر أنى أخاف على مشاعر زوجتى . وأنى لا أستطيع أن أكون جارحا لها .

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

– كنت أظن أنى لم أخف عنها شيئا .

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

– إذن فإن ماكنت أظنه حبا منى لزوجتى . كان يحوى هذا الإخفاء لجانب منى عنها . وهذا يعنى أن العلاقة تفتقر إلى المشاركة الكاملة .

– المشاركة الكاملة أن تستطيع أن تمارس معها جميع الأدوار . أن تجرحها وأن تجرح منها ، أو أن تجرح معها وأن تتجرح معها .

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

ونجاح مثل هذا التطور يعنى أنك تستطيع أن تنتقل فى علاقتك مع رئيسك من علاقة الصراع ، حيث كان هو الخارج فقط وأنت المخروج فقط . ومن خلال علاقة صراع ، تعكس فيها الأدوار ، إلى علاقة حوار ، تتفهمه وينفهمك .

– ولكن لكى يحدث هذا مع رئيسى فلابد أن يكون حادثا بين رئيسى ورئيسه ، وهذا الأخير مع رئيسه أيضا ، وهكذا حتى نصل إلى المطلق : إلى الله .

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

– على مستوى آخر فإن العلاقات فى المجتمع يمكن أن تنظر إليها من خلال نفس المنصل . فإذا أخذنا بعد توزيع القيمة ، وهى تدور أساسا حول المال والسلطة والاحترام ، فإننا نجد دائما أن هناك صفوة تحصل على أكبر نصيب من القيم ، بينما هناك جمهور يتشكل من أغلبية الناس ، يحصل على النصيب الأصغر . هناك دائما جارح ومجروح . والصراع بينهما موجود . الجمهور يعانى لأنه محروم من القيم السائدة ، والصفوة تعانى لأنها تخشى ترصد الجمهور لها ، ومقاومته لها نتيجة لتطلعه لتلك القيم فى غياب الحوار . مثل الذى شاهدناه حين تثبت الأدوار . فإن كل طرف يهدف إلى إلغاء الطرف الآخر . والنتيجة أن يستمر هذا الإلغاء المتبادل ، وكلما أصر كل طرف على إلغاء الآخر أكد مبدأ الإلغاء المتبادل الذى قد ينطبق عليه ذات يوم ، وهذا هو ما يحدث فى الثورات : حقبة تلغى فيها الصفوة الجمهور ، وحقبة يلغى فيها الجمهور الصفوة ، ثم تنشأ صفوة جديدة وجمهور جديد . وربما بعد سلسلة من الإلغاءات المتبادلة بالصراع ينشأ الحوار . وهذا الحوار هو ما يأخذ صورة تبديل الأدوار . فالصفوة تارة تأخذ وضعها ، وتارة تنتقل إلى دور الجمهور فى مواجهة صفوة جديدة .

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

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

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

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

□