

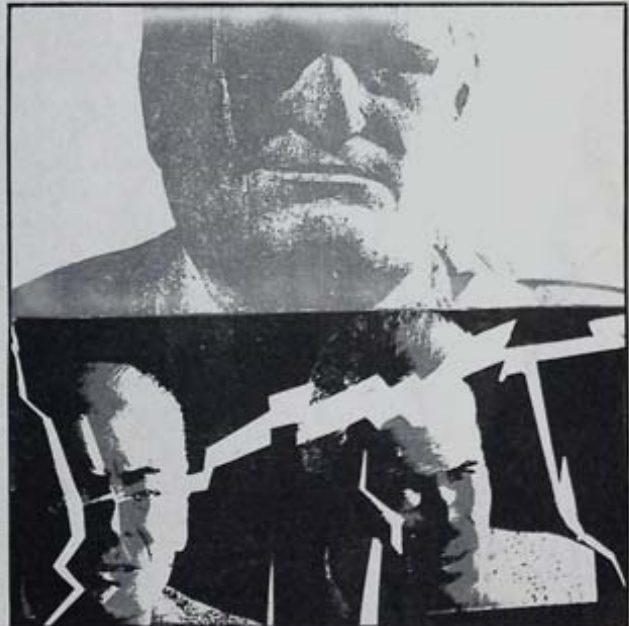


طب نفسى

أبى.. رحمه الله لم ينظر حوله!

د. محمد شعلان

أبى الحكيم.. جئت أطلب وساطتك للتصالح مع المرحوم والذى الذى مات منذ سنوات.. وأتساءل كيف أكون مثل أبى، وقد كنت أكرهه؟ أى كيف أعيش مع نفسى، وأنا أكره نفسى؟.. هذا هو الصراع الداخلى الذى أعيشه.. ولهذا جئت إليك.



لقد كان والدى يسئ معاملتى منذ صغرى. كان يفضل أخى وأخى على. وهما أكبر منى. ويبدو أن مجيئى بعد خمس سنوات من ميلاد شقيقى كان إشارة إلى أن ميلادى لم يكن مقصودا. صحيح لم يكن هناك وقتا يطلب من أبى أن ينظر حوله أو ينظم أسرته. ولكنه كان متعلما ومربي مجزيا وإن كان محدودا! ولم يكن أبى يرغب فى أن يزعجه طفل ثالث ويكلفه مالا يملك من طاقة ومال. ولكنى أتيت ربما بالصدفة. وربما لأن أمى كانت تشعر بالملل لكثرة انشغال أبى عنها بالعمل المجهد.. جاءت طفولتى وقت أن زادت أعباء والدى وانشغاله عنى وعن أمى. وزادت الرابطة بينى وبين أمى. بينما كان أبى هو الشخص الغائب دائما. ولم تكن هناك معارك زوجية واضحة فى المنزل. ولكنى كنت أشعر أن أمى غير راضية عن أبى، فهو يتركى لمشاغله. وهى تعرضى عن هذا الجفاء بختائها.

واستمر الجفاء بيننا حتى حالت من دعوى المدرسة. وكان يعنى ذلك انفصالى عن أمى وذهاى إلى حيث أبدأ التنشئة بأبى: أن أعلم كما تعلم. وأن أعد نفسى لعمل ومكان فى المجتمع. فكرهت المدرسة من أول لقاء وترتب على ذلك أنى لم أقم بواجبى بالكفاءة الكافية. وكنت أكسب من ذلك ميزة أخرى أن أمى تعرضنى بإعطائى الدروس أى ضربت عصفوريين بحجر: أغللت رفضى لأبى وازدادت اقتربا من أمى.

ولما بلغت سن المراهقة كان أبى يمنعنى من الخروج من المنزل. فقد غرد أبى الكبير ولم يعد له عليه سلطان كاف. أما أنا فكان أمرى سهلا، لأن أمى كان يسعدنا أن أبى يجاورها فى المنزل. ولذلك كانت توافق على فهر أبى فى هكذا. وتحاول فى الوقت نفسه أن تجعل من حياتى فى البيت نعيما. فقد كانت تشجعنى على استضافة أصدقائى. إذ لاخوف على منهم. خاصة تحت رقابتها. وكان على أن أطرد أصدقائى فور عودة والدى.

وعندما دخلت الجامعة كان أبى يقتر على فى المصاريف، فى الوقت الذى كان يجمع نفسه بالتدخين والذهاب إلى المسرح والسببا. وشراء الملابس. وكان يتجاهلنى ثم أصابه التوبة القلبية الأولى. مكث فى الفراش عاجزا، حتى أنى كنت أنظر إليه على أنه هو سبب جميع المشاكل.

ومات من التوبة القلبية الثانية. فقد كان شرها فى التدخين والأكمل ولم يكن يسمع لتصائح الأطباء. وبالطبع لم تحل مشاكل. ولكنى مع ذلك مكثت أحيله مسئولة كل فشل بواجبى.

.. التحقت بعمل فى شركة. وكان رئيسى بالطبع هو السبب فى فشل.. ثم بحثت عن

عمل آخر. وكان هذه المرة الوطن هو السبب فى فشل. ثم ذهبت إلى بلد عربى بحث عن بديل آخر للأب يصدق على المال والحب. وفعلا وجدت التعويض المادى. وسررت فى بادئ الأمر لهذا النجاح. ولكنى سرعان ما اكتشفت أنى أنقضى مربيا بقل عن مرتب زميل العربى. وشعرت بالفشل النسبى. فأنا مجرد أجير ولست مواطنا.

وكان رئيسى من صف «الطفل المعجزة» شابا صغيرا كل مؤهلة أنه من عائلة أحد شيوخ البترول. ولذلك فهو يملك الأمر والبنى. وهو رغم صغر سنه فى موقع أبى.. وعادت إلى مرة أخرى كراهيتى لأبى فى صورة كراهيتى لهذا الصبي المغرور الأحمق.

وبعد أن أشعبت ما كان يجرمنى منه أبى، وهو حاجتى للال، اكتشفت كرامتى. كما اكتشفت أنى مازلت طفلا يكره أباه. أبى أحمله معى أينما ذهبت وأحمله مسئولة عجزى وفشل. وساعتها قررت أن أعود إلى مصر وأن أتحمل مسئولى. وأن أكون أسرة وأزعاها. فقد تركنى أبى. وتركت أنا أمى حينما سافرت. ولم يعد هناك من يحمينى ولا من أحمله تبعه فشل. فكان إعلاى للقرار العودة هو إعلاى للتحرر. أى أبى قررت أن أعمل بساعدى. وأن أعتد على نفسى، أو بعبارة أخرى أن أكون أبى!

هذا هو الصراع الداخلى الذى أعيشه. ولهذا جئت إليك.. فالصراع الذى أصابنى بالشلل أدى إلى الفشل. والفشل يفرى أن أعث مرة أخرى عن أحمله تبعه فشل. وبالتالى أعود فأقول إن أبى كان هو السبب، وبالتالى أنا أكرهه. فإزداد توفيق عن العمل والنجاح والتعب على فشل..

هذه هى الخطوة الأولى فى حل الصراع: أن تعلم وجوده. فقد كنت تعارض أباك فى السر والظلام. والآن تعلم كراهيتك له أمام آخر يقوم بإزاحة يوطيفة أبوية مؤقتة. أى بدور الطبيب أمام امتالك فى دور المريض.

ولعل هذا الإعلان لمعارضتك لأبيك فى هذا الإطار يمثل بوادر رغبتك فى التكفير عن هذه المعارضة. إنك تبدأ بالندم على خطأ. ولكن لابد لك أن تغفر لنفسك إذا أردت أن تغفر لأبيك بحيث ينتهى الندم مع انتهاء الإحساس بالخطية.

والإحساس بالخطية وإن كان يبدو أنه نابع من إحساسك بأنك ارتكبت خطأ ما فى الماضى إلا أنه يتعدى ويستمر باستمرارك فى ارتكاب الخطأ فى الحاضر. وعليه فلا بد أن يصاحب صلحك مع نفسك ومع أبك فعل تعلم به توقفك عن الاستمرار فى الخطأ الذى تدم عليه. والفعل هو أن تكف عن المعارضة فى الظلام. وأن تعبر عن مشاركتك وتعلبها. وهو ما تفعله معى وفى جردى



الآن . يصفى بديلاً مؤقتاً للأب وهو مالا بد أن تفعله في علاقتك مع كل بديل للأب على شئ المسيرات ابتداء من ريليك في العمل إلى رئيس الدولة .

ولكن قبل أن تنجز وتخرج إلى الشارع معاً عن كرهك ومعارضتك لكل أب ولكل بديل للأب . فلتترب معي على التعامل مع هذه الانفعالات والمشاعر العدوانية . وسوف أطلب منك أن تعيش هذه الأحداث كأنها واقعة اليوم على هيئة مسرحية نفسية . كما سوف أطلب منك أن تقدم دور الأب ويجب على نفسك .

إن ما يحدث في هذه الحالة هو ان الشحنة الانفعالية التي كانت مخزونة ومكبوتة في أعماق النفس ، تخرج إلى الضوء . وبعد أن تخرج إلى مجال الوعي ، يصبح من الممكن التعرف على حجمها الحقيقي . إذ أن صاحباً كان يكبت كثيراً من مشاعر الكراهية - رغم وجود بعضها على مستوى الوعي - فاستمرت لتحكم في سلوكه دون أن يدري .

فهو يتعامل مع كل من يصادفه في الحياة . سواء كان رئيسه الذي يشوه الواقع ويعمله يسئ لتقدير الأمور أم غيره . كما أنه يتصرف إزاء رئيسه كأنه هو الطفل الفاشل المحقر من قبل الأب . وهو ما يجعل رئيسه يحترقه فعلاً . فتتحقق نبوءة صاحباً بأنه فاشل ومحترق .

لكن هناك جانباً آخر مكبوتاً ، وهو منافق للذي يظهر على السطح . فالكراهية الذي يظهر في الوعي بهذا الشكل المبالغ فيه ، يعبر عن ميل لثق نفسيته الذي يخفي خارج نطاق الوعي . أي إن وراء الكراهية الظاهرية رغبة مضادة في الحصول على حب أبيه . ولكنه ينفيا ويكبتها . لعله كبتها لأنه كان يخشى أنه لو عبر عنها لن يجد الاستجابة من أبيه . فيزداد أنه وإحباطه أو لعله كان يخشى لو اكتسب حب أبيه فإنه سوف يفقد حب أمه .

ولكن . فلنعد إلى عملية التعبير عن الكراهية الذي كان قاصراً رغم وجوده إلى حد ما في دائرة الوعي . فالكراهية المكبوتة

والقريب من الوعي . كان مخفياً ومضجاً . بحيث حتى ساعته حيناً كان طفلاً أنه لو عبر عنه . قد يدمر أباه . أو حتى أن أباه إذا ما اكتشف هذا الكراهية فسوف يدمره انتقاماً . واكتفى بالتأني بأن يبق هذه الكراهية في داخله .

وفي الموقف العلاجي يتمكن الفرد من التعبير عن هذا الكراهية دون خوف من الطبيب أو من انتقام الطبيب . ناهيك عن الخوف من الأب أو رئيس العمل أو المجتمع . فليادة الطبيب تكفل له السرية التي تسمح بالتعبير الحر . وعندما يعبر عن هذه المشاعر التي كان يخشاها ويكتشف حجمها الحقيقي . الأمر الذي يجعله لا يخشاها فيبحث عن وسائل أخرى للتعبير عنها . فإنه يتقبل نفسه ويعبر عما . ويعبر لأبيه بالتأني .

لقد كان يخشى الكراهية . والآن بعد أن عبر عن الكراهية بدون خوف فلم يعد يخشاها . كما لم يعد يخشى التعبير عن المشاعر المناقضة له . والمكبوتة وهي الرغبة في حب أبيه واعتزاله به . إنه يغضب أولاً ثم يكي . ويقاتل ثم يجد يد السلام .

وبعد مرحلة التفتيش والتعبير عن المشاعر ، وكل ما يصاحبها من آلام ، تأتي مرحلة التحجيم الطبيعي لتلك المشاعر . ثم ترجمتها إلى الواقع الجديد الذي يجيء في الحاضر وإعلانه البقية في البقية في تغيير سلوكه بما ينشئ مع رؤيته الجديدة .

إنه يرى حجم مشاعره عندما يكتشف أنه لم يكن له بديل غير ذلك في ضوء الظروف التي كانت متاحة آنذاك . كان لابد له أن يفعل ما فعله ويشعر بما شعر . فهو لم يكن يستطيع أن يعارض إياه علناً آنذاك . ولم يكن يملك إمكانية أن يعلن استقلاله عنه خاصة أمام إفراده التي تحضنه وتحميه . إذ ليس في الإمكان أبدع مما كان . إنه يعبر لنفسه ويعبر لأبيه ويعد له يد الصلح الذي يمكنه من ذلك . إنه أصبح الآن يرى أنه في الإمكان أبدع مما هو كائن . أي إن الماضي فات . وانتهى ولا يمكن تغييره . ولا يمكن بالندم أو التمسح أن يجعله أبدع مما صار عليه . ولكن الحرية التي يملكها هي حرية الفعل الآن . وهنا ، ليس بالأمس وليس هناك بل هنا والآن .

لقد كان يأخذ المؤلف الذي أعده للأسباب التي وجدت ولكنه الآن كبر واتخذ قراراً بأن ينمو وأن يصبح أباً . أن يربط وظيفة الأب . وليس فقط ممتلكاته المادية . ويقوم بدور الأبوة بالزوج والبحث عن عقل متبحر . أي ينشئ من مرحلة الاستهلاك إلى مرحلة الإنتاج . وأن يعمل للمواصلة بالشكل الذي لا يضر منه الأب البديل أو يستفزه للانتظام منه . ولكن بشكل بناء يخلق حواراً بينها لأصراعاً

إذا كان العلاج على مستوى الفكر والانفعال ييسر داخل حوائط العيادة النفسية التي تحمي من مخاطر التجربة في الواقع . فإن إنجاح العلاج لا يتم إلا في إطار الواقع الاجتماعي الذي يعيشه . وفي الحالات التي يكون الأب موجوداً في الواقع . فقد تيسر تجربة الاجتماعية أيضاً على مستوى التجربة في العيادة على هيئة العلاج الأسري حيث يحضر الأب والأم مع المريض . صحيح أن الأسرة ليست هي التي طلبت العلاج إنما المريض . ولكن على الطبيب أن يملك القدرة على تصيير الأسرة بأن المريض ما هو إلا العرض الظاهر لعلاقة أسرية مريضة .

فهو يجب ألا يبق في دور كيش القداء الذي تقدمه الأسرة لتجنب الوعي بمسؤوليتها في مشكلته . بل هو الصوت المسوع والصدقة التي تشير إلى وجود اضطراب في العلاقة الأسرية . . والمريض هنا ليس سبباً ولكنه أول من أعلن معاناته والطبيب عليه أن يساعد الأسرة على الوعي بمعاناتها أيضاً وعلى مشاركة المريض المستولية . فالمرض ليس في داخل المريض . ولكن في العلاقة الأسرية ككل .

ولكن في غياب هذا الطرف فقد يستعاض عن إحضار الأسرة مادياً إحضارها على مستوى التحليل في هيئة المسرح النفسي حيث يقوم المريض نفسه بتمثل دور نفسه ودور أبيه أو قد يعاونه زملاء له على هيئة العلاج الجماعي .

هذا هو المستوى الأوسع للتجربة . أي إدخال الأسرة إلى عيادة الطبيب . ولكن ثقب دائرة تالية وهي دائرة المجتمع . فالمريض يعيش وسط المجتمع ويتعامل مع كل رئيس على أنه بديل للأب وكل مرسوم على أنه مثل للابن . والمشكلة تتفاقم حيناً يتصرف البديل مثل الحقيقة . إما لسبب ذاتي فيه . أي أنه أيضاً يعاني من مشاكل مع أبيه ويعيشها ويكررها في الواقع مرة أخرى . أو كرد فعل لسلوك المريض . فالمريض قد يستفز الآخرين على إساءة معاملته فيحقق نبوءته أن كل الآباء هكذا . وهنا يتغير العلاج .

والذي يتم داخل العيادة بشكل تجريبي قد ينجح في أن يخرج المريض ويعيد التجربة في الواقع فيغير من ذلك الواقع مثلاً . يتعلم كيف يصارع أباه ومشاعره العدوانية دون أن يستفزه للانتقام . ويتعلم أن يرى وجهة نظره أي بحث تحف حدة تلك المشاعر العدوانية . الأمر الذي يساعد على تخفيف شخصية أبيه .

وهذا المعنى فإن المريض يستكمل علاجه على مستوى الواقع بأن يخرج ما بداخله إلى الخارج الذي يحدث به تغييراً في الخارج بدلاً من أن يتناطح مع الخارج ويتهم . إنه

يعارض رئيسه بطريقة مهذبة وبناءة تجعل رئيسه يتقبل النقد ويحرب به . علاوة على أن حاجته لممارسة رئيسه بعض أو مرارة نقل حيناً يستطيع أن يرى وجهة نظر رئيسه أو يضع نفسه محله وهو يستطيع أن يكون هو نفسه رئيساً لأنه لم يعد يكره هذا الدور . ولأنه يستطيع أن يكون رئيساً فإن ذلك يجعله أقدر مرة أخرى على التعاطف مع دور الرئيس وماعنده من أعباء ومتاعب . ونقل بالتالي حدة كرهه له وهكذا .

إن هذه السلسلة من التفاعلات . هي بمثابة الموجات التي تنطلق من نقطة تعبئة واحدة في دوائر متسعة حتى تشمل المجتمع كله . ولكن هل في ذلك إجابة على مشكلة العلاقات على مستوى المجتمع ككل ؟ هل يستطيع جمع من الأفراد يترتب لهم فرض العلاج النفسي أن يجدوا التغيير المطلوب في المجتمع ؟

من الناحية العددية الاحتمال بعيد جداً . إلا إن كان من هؤلاء الأفراد قادة للمجتمع . وهذا أيضاً احتمال بعيد . فالذي يعمل في موقع قيادة . وإن كان يعاني مثله مثل غيره من الآلام النفسية فإنه لا يملك رفاة الشكوى والبحث عن العلاج . ومن جانب آخر فإن الذي يملك هذه الرفاهية من المرضى غالباً ليسوا ممن يملكون الطموح أو الإمكانية ليكونوا من قادة الإصلاح في المجتمع . إذ أن صاحب المصلحة في التغيير غالباً هو المغموم من الامتيازات . الأمر الذي يحته على التغيير . ولذلك فهو قلما يملك

إمكانات العلاج النفسي . ولعل الإجابة تكمن في أن نشأ نخضع لطب نفسي اجتماعي يسعى إلى حل المشاكل على المستوى الاجتماعي بدلاً من الفردي أو الجماعي . ولعل هذا التخصص يحتاج ضمن مهاراته . تلك الخبرة التي يكتسبها الطبيب من خلال ممارسته العلاجية الفردية والجماعية علاوة على خبرة مكثلة بوظيفها قادة الإصلاح في المجتمع من رجال السياسة والإعلام وبواسطة هذا الجمع بين الخبرتين . ربما في إطار فريق عمل متكامل . يمكن أن نخطط الخطوة اللازمة نحو تشخيص وعلاج المجتمع بطريقة بناءة . فالاستمرار في إبقاء التفاعلات ومواقف اجتماعية مختصة في الظلام . مع استمرار إلقاء اللوائف المثيرة لتلك الانفعالات والمواقف بدون مواجهة ومصارحة ليس له إلا نتيجة واحدة وهي القتل والخلل في المواجهة الصريحة البناءة بين جميع الأطراف المعنية .

وإذا كان هناك مبرر لخوف من الآلام ومضاعفات مثل هذه المواجهة . فليحل الحل يكمن في السير على الخط العلاجي بمعنى التجريب في داخل إطار شبه بالعبادة وهو إطار يوفر السرية ولا يهدف إلى مجرد التفتيش وإنما يهدف إلى العلاج والنماء