كان يا مكان في قديم الزمان الذراعان

موجز الفصل

البنصران

الهوى والتصميم

لا يستطيع الهوى أن يقف على رجليه من دون تصميم يدعمه

الخنصران

الذاكرة والطموح

لا يمكن أن يستغني الماضي والحاضر عن بعضهما دون أن يندثرا

الساعدان

التطير ومقاومة الإحباط

قد نستنجد بالتطير للتخلص من الإحباط، ولكننا لا نستطيع مقاومته إلا بحقنة يومية من الحس السليم

العضلة الثنائية الرأس

غريزة البقاء والحيوية

الحماس وقود الحيوية، والحيوية وقود غريزة البقاء

الذراعان

حرية الفعل أو التفكير

يستطيع الإنسان التحدث دون الاستعانة بيديه، ولكنه لا يستطيع القيام بالعمل أو الانتقال إلى الفعل من دونهما

المرفق الأيسر

إتمام أو إخفاق

من لا يُتم ما بدأ به يتعلم الفشل من دون تعب

المرفق الأيمن

إيمان أو شك

الإيمان هو الكنز الوحيد الذي نتقاسمه مع الآخرين عن طيب خاطر

الأصابع

الإبداع

التخيل من دون الأصابع تأمل بحت ليس إلا

قفا اليدين

خبث وارتجال

أول صفة يتصف بها الخبثاء هي حس الارتجال

السبابتان

الميل وإثبات الذات

لا ميل من دون رغبة، ولا إثبات للذات من دون طغيان الأنا الأعلى على الأنا

اليدان

التواصل

لا يستطيع أحد أن ينقل انفعالاته إلى الآخرين دون مساعدة يديه، ومن دون الانفعال يفقد التواصل معناه

الوسطيان

تقدير الذات والثقة بها

تعادل القوة العضلية للوسطيين القوة النفسية الحيوية لهاتين الصفتين الأساسيتين لنجاح الحياة

الأظافر

الانضباط والنظام والمنهج

المنهج يولّد النظام، والنظام يخصّب بدوره الانضباط

راحتا اليدين

الحنان والرأفة

تعلم البشر الحنان والرأفة قبل أن يصبحوا إنسانيين بزمن طويل.

الرسغان

الاندفاعية أو التردد

يسبح الاندفاعي في مياه غير آمنة ويغتسل المتردد بالشك

الإبهامان

تخيل وحفز

إذا كنت غير قادر على تخيل نتائج مشروعي فكيف يكون لدي الحافز لتحقيقه

رؤوس الأصابع

ذكاء الانفعالات

الحساسية هي أول بعد من أبعاد الذكاء الإنساني، وقد ظلت هذه الحقيقة مطموسة لفترة طويلة بسبب التطرف العلمي.

obeikandl.com

البنصران

(الهوى والتصميم)

إصبع التصميم

«ليس عندما تريد تستطيع، ولكن بالأحرى عندما تستطيع تريد».

كتبت في مؤلفي السابق المكرس للنجاح[1]: «لماذا نجحوا ولم تنجح أنت؟» لأنهم عباقرة؟ لأنهم موهوبون؟ لأنهم محظوظون؟ لأن أصدقاءهم يشغلون مناصب عالية؟ لأنهم يؤمنون بالله (إلههم هم لا إلهك أنت)؟ لأنهم يتعاملون مع الشيطان؟ لأنهم استشاروا عرافاً في Barbès أو عرافة في Neuilly؟ لأنهم عملوا بالنصائح الغامضة لأحد خبراء البورصة؟ لأنهن رائعات أو لأنهم في منتهى الجمال؟ لأنهم تباهوا بكشف مؤخراتهم كما فعل مايكل يون على الشاشة الصغيرة؟

يمكننا الاستمرار على هذا المنوال حتى آخر الفصل. لقد نجحوا (أو لقد نجحن) لأنهم كانوا مصممين على النجاح ضد رأي ذويهم وتشاؤم أقربائهم. لقد نجحوا لأنهم ألغوا الصيغة الشرطية وأخذوا بالصيغة الدلالية[2]. لقد نجحوا لأن أرضيتهم الفردية منيعة ومحمية بصورة مثالية من تلوث أقربائهم الشفهي. لقد نجحوا لأنهم كانوا مصممين على النجاح أحياءً أو أمواتاً. لم يكتفوا بترديد «من أراد استطاع» كما تفعل الجدات الشجاعات بل عملوا بالمثل الذي ينصح بعدم قياس المسافة قبل اجتيازها.

إن هذا التمهيد هو من أجل الوصول إلى المواقع التشريحية التي تشغل الجزء الأول:

البنصران.

يعتبر البنصر الأيمن مؤشراً قيّماً على الحالة العامة للترسيمات الإرادية، وهو مصطلح عام يشمل التصميم والثبات والمواظبة وغيرها من الاستعدادات المتقاربة. وغالباً ما تكون عظام البنصر الأيمن عند الفرد الضعيف الإرادة أضعف بكثير من عظام البنصر الأيسر.

1- Les Gestes du succès, les mots de la réussite, First Editions.

٢- الصيغة الدلالية هي صيغة الأفعال التي تعبر عن اليقين، أما الصيغة الشرطية فهي صيغة الأفعال التي تعبر عن الاحتمال - (مترجم).

إصبع الهوى

الهوى حب من النظرة الأولى والتحكم قصة حب.

البنصر الأيسر: هو إصبع الهوى والانفعالات والاشتباك الوجداني. وهو أيضاً الإصبع الذي نضع فيه خاتم الزواج بحكم الاتفاق. ولا يعني الاشتباك الوجداني العاطفة حصراً. تذكر أن البنصر الأيسر هو إصبع الانفعالات بالمعنى الشامل للكلمة، وهو يمثل بجدارة المخ اللمبي أو الحوفي خارج جسد الإنسان.

الدفق الطاقوي: هو حالة من التركيز والتحكم بنشاط تعشقه ويشغلك لدرجة تنسى معها الزمن المنصرم. نجد هذه الحالة عند لاعب القوى ذي المستوى الرفيع أو عند الأطفال وهم في حالة اللعب. وقد عرض نظرية الدفق flow (Flux بالفرنسية) أستاذ من جامعة شيكاغو، واسمه كابوس من خمسة عشر حرفاً (لمحبي الكلمات المتقاطعة): Csikszentmihaly, Mihaly إن تركيز المرء جهده في حالة الدفق الطاقوي في نشاط ممتع هو في حد ذاته قوة ورضا تام. سأورد هنا ما يقوله كريستوف أندريه[1]: «إذ إنه للحديث عن الدفق الطاقوي الذي هو سعادة النشاط يجب توفر عاملين: العامل الأول هو نشاط ثري يستغرق الوقت ويبعث على الرضا النفسي. والعامل الثاني هو درجة عالية من التحكم في هذا النشاط. وإن انتفاء أحد هذين العاملين يغير كثيراً من الصورة: فالنشاط الذي يحتاج متطلبات عالية ولكننا نمارس عليه تحكماً محدوداً سيولد من التوتر أكثر مما يولد من المتعة (أضرب مثالاً على ذلك الرياضة الذهنية كرياضة الكلمات المتقاطعة عند المبتدئ). والنشاط الذي نمارس عليه تحكماً عالياً ولكنه يتميز بالسهولة الكبيرة سيولد الضجر (كما يحصل للمتفوقين فكرياً). وسرعان ما تولد السيطرة الضعيفة في نشاط ضعيف الجاذبية (كالنشاط غير الممتع أو كالعمل الذي لا يحفز) الفتور والسلبية والعزوف التام».

يصبح الدفق الطاقوي من دون هوى زائد أو من دون شعور المرء بممارسته لميوله تصوراً فكرياً ليس إلا. فعندما أجلس أمام الحاسوب لكي أكتب رسالة أو نصاً لا يحفزني قط، تتباطأ أصابع يدي وترتكب أكبر عدد من الأخطاء الطباعية. أما عندما أعمل على المخطوط الذي نحن بصدده، تكون سرعتي في الكتابة تبعاً لاهتمامي بما أكتب أو تبعاً للهوى الذي يدب في الحياة. فالهوى يسرّع الأحاسيس والعواطف ويسهّل تركيز الطاقات وتوجيهها في اتجاه واحد لا يتغير. ولكن الهوى لا يتضمن بصورة تلقائية «التحكم». إن الهوى حب من النظرة الأولى، والتحكم هو قصة حب.

1- Vivre heureux, éditions Odile jacob.

لا يكفي لكي أمتلك أسلوباً جميلاً أن أكون موهوباً وشغوفاً، بل يجب أن أضع في الحسبان سنين عدة «لعبور الصحراء»[1] قبل أن أبلغ درجة معينة من التحكم في الشيء المكتوب. ليس جميع الكتاب عباقرة كإميلي نوتومب.

بعض التفاصيل التشريحية النفسية

السمسماني عظيمة تربط بين السلامى الأولى والثانية في البنصر. وتُكسر هذه العظيمة بسهولة عندما يكون المرء في حالة من عدم الاستقرار أو عندما تكون حالته الغرامية أو الوجدانية هشة بالمعنى الشامل للكلمة.

وعلى صعيد الأصابع المزينة بالخواتم، فسأذكر لكم المشاركات الثلاث الأكثر شيوعاً التي يكون للبنصرين فيها دور:

١- زوج من الخواتم (في البنصر الأيسر والوسطى اليسرى)، ويسمى زوج سندريلا le couple de Cendrillon، ويشي بخوف المرء من عدم إعجاب الآخر.

٢- زوج من الخواتم (في البنصر الأيسر والسبابة اليسرى)، ويسمى الزوج الاستئثاري le couple possessif، وهو يكشف لنا فرداً اندماجياً يحرص أحياناً حرصاً كبيراً على امتيازاته أو سلطاته، ولكنه يخلص كثيراً لمن يثق به.

٣- زوج من الخواتم (في البنصر الأيسر والبنصر الأيمن)، ويسمى الزوج الرومانسي le couple romantique، وهو يشير إلى شخص قوي من الناحية النفسية، صادق، خدوم بلا مقابل، ويتصف بسهولة التكيف اجتماعياً ووجدانياً بصورة لا تخطر على بال.

إشعار إلى إدارة الموارد البشرية DRH

«الحلى أعمدة الانجازات. وهي في منتهى الوضوح بحيث تصبح عصية على الرؤية بالعين المجردة».

يجب أن تثير المعلومات الأخيرة التي ذكرناها فضول المسؤولين عن التوظيف، الذين تعمى أبصارهم في أغلب الأحيان عن رؤية بعض التفاصيل غير المهمة ولكنها واضحة وضوح الشمس. إنهم يولون أهمية مفرطة لسلسلة الاختبارات النفسية، ولثقل

١- مستوحى هذا التعبير من التوراة التي تقول أن موسى وقومه عبروا صحراء سيناء ومكثوا فيها أربعين سنة. ويقصد الكاتب أنه لا بد من التجربة لكي يصبح مبدعاً - (المترجم).

السير الذاتية دون أن يتصوروا لحظة واحدة أن مستقبل المرشح المثالي في الشركة محفور في زوج الخواتم الذي يتباهى به أمام ناظريهم. في مقدوري بالطبع تقديم البرهان على ما أقول نظراً للملاحظات العديدة التي قمت بها منذ أكثر من عقدين حول هذا الموضوع. وقد سبق لي أن خضعت بنفسي لتجارب تسمى «الثنائي الأعمى» فكانت مقنعة إلى حد كبير.

تستند «طريقة الثنائي الأعمى» هذه على عدم مقابلتي للمرشحين للعمل، ولكن مسؤول التوظيف ينقل لي قائمة بالمرشحين يُعرف كل منهم من رقمه المتسلسل ومن وصف الخواتم التي يضعها كل واحد منهم أو كل واحدة منهن. أوضح هنا أن المرشحات أكثر عدداً من المرشحين. جاءني مرة اتصال من إدارة الموارد البشرية في إحدى الشركات العالمية فأشرت إلى الدافع الفعلي أو الضعيف الذي أبدته بعض المرشحات للمنصب الذي تقترحه الشركة. كان بين المرشحات واحدة تنطبق عليها المواصفات المطلوبة بصورة مثالية، وكانت إدارة الموارد البشرية تود أن توقع معها العقد في أسرع وقت. فتركت رأيي على العلبة الصوتية لزبونتي عشية المقابلة من أجل التوظيف: «أعتقد أن هذه المرشحة لن تأتي لتوقيع العقد فهي ذات ميول انسحابية». كانت المرشحة تضع زوجاً من الخواتم النادرة نسبياً: خاتم في الإبهام الأيسر (موضع اللذة والحلم)، وخاتم في الوسطى اليمنى (موضع التنظيم العقلي وأيضاً موضع الثقة بالنفس أو عدم الثقة بها). وبالطبع كنت معرضاً للخطأ. رفضت المرشحة عرض إدارة الموارد البشرية وألغت المقابلة في الصباح ذاته. كانت زبونتي تعتبر لغة الجسد معرفة باطنية فعدلت عن رأيها عدولاً تاماً. عملنا بعد ذلك معاً بنجاح لمدة أكثر من فصل إلى أن نجح مدير قسم التسويق في الشركة في فصل الساحر (الذي هو أنا). كان يريد أن يعين عشيقته في الشركة، وكان الرأي الذي أبديته سلبياً بيد أنني كنت أجهل الوشائج الحميمية التي تربطه بالمرشحة المذكورة. ولو كنت أعلم ذلك لكنت فعلت كما يفعل كل الناس، ولما ضيعت هذه الاستشارة المدرة للربح الوفير، ولكنت منحته مباركتي على رؤوس الأشهاد.

للتذكير

أكرر أن البنصر الأيسر هو إصبع الأهواء، وأن البنصر الأيمن هو إصبع التصميم.

الخنصران

(من الذاكرة إلى الطموح)

يتحلق حول المأدبة الفاخرة حشد من
الشرهين، لكن عدداً كبيراً من المدعوين
يخلون أماكنهم وينهضون قبل النهاية.

فيكتور هيجو، الشرقيات

كسرت بولين خنصرها الأيسر غير مرّة. يبلغ عمرها عشر سنوات، وهي رومانية الأصل وقد تم تبنيها عندما كانت في سن الخامسة. ربما تكون هذه الحادثة المتكررة طريقة لا شعورية للتطهر من ماض مؤلم تحجبه الذاكرة؟ نوع من التنفيس يتم بوساطة الجسد من دون تدخل الإرادة؟

إن عملية التطهر هي شكل من أشكال فسخ العقد المبرم مع ماضي آلامنا الفظيعة. وقد استحدث مصطلح «امتصاص الصدمة» résilience للإشارة إلى القدرة على التغلب على هذه الصدمات النفسية بالموهبة عند الاقتضاء. وخير مثال على «امتصاص الصدمة» هذه هو المغني الروندي الأصل Corneille.

شاهد كورناي بأم عينيه المتمردين الأوتو يقتلون جميع أفراد عائلته. وكان هو الناجي الوحيد من المجزرة، فالتجأ إلى كندا وأعاد هناك بناء ذاته على الصعيد النفسي وانطلق في عالم الغناء بفرح عارم.

رياضة الخنصرين

الخنصر إصبع مستقل بذاته كما الإبهام أو السبابة. والإصبع المستقل هو إصبع يمكننا تحريكه بمعزل عن الأصابع الأخرى. يمثل الخنصران الماضي والمستقبل، وهما طرفان في سلسلة واحدة من الحوادث، ولكنهما منفصلان عن بعضهما بالحاضر، ومن الضروري جداً التحكم بهذا الحاضر إذا كنت تحلم بمستقبل لا يشابه ماضيك. يصبح

الماضي والمستقبل مستقلين عندما يفصل بينهما حاضر مبدع، وإلا بقيا مرتبطين ببعضهما بعضاً برباط وثيق فيصبح الثاني نتيجة حتمية للأول.

بقدر ما يكون كل من الخنصرين طليقاً في حركته بمعزل عن الأصابع الأخرى يكون قدرك مكتوباً على مسودة. وبقدر ما يكون الخنصران متضامنين في حركتهما يكون مستقبلك مشابهاً لماضيك.

إذا حاولت أن تثني الخنصرين فسرعان ما تدرك أن أحدهما أكثر ليونة من الآخر. فإذا كان خنصرك الأيسر أكثر ليونة من خنصرك الأيمن فقد تخلصت من الماضي ولكن مازالت رؤيتك للمستقبل غامضة أو مقلقة. وإذا كان العكس هو الصحيح فرؤيتك لمستقبلك هي أكثر وضوحاً ولكن ما تزال هناك بعض العقبات التي عليك أن تزيلها من ماضيك.

أما إذا كان كلاهما ليناً فكل شيء يسير على ما يرام في أفضل العوالم. وقد تتبدل بالطبع هذه الليونة العضلية تبعاً للفترة الزمنية أو تبعاً للظروف لكنها تترجم دائماً حالة مناخك العقلي في مواجهة سريان الزمن وثقل الماضي والتخوف من المستقبل.

إصبع الذاكرة

يستطيع المرء دائماً التحدث عن ذاته بشرط
ألا يقول مطلقاً «أنا».

Boris Cyrulnik

نحن جميعاً مرتبطون بالماضي بزرافات
ووحدانا. يظهر الماضي في بنية عظامنا.
وفي زرع شعرنا. وفي لون جلدنا. وكذلك
في طريقة مشينا. وفي طريقة وقوفنا. وفي
طريقة أكلنا ولبسنا وتفكيرنا.

Michael Crichton, Extrême urgence

تُنذر عودة كتب السيرة وقصص العائلات الشهيرة على نطاق واسع بالانحسار الفكري والحاجة للانكفاء على نجاح القريب بمراجعة نجاح الآخرين. عندما يولّد الإبداع الخوف، ننبش الحنين بمناسبة أو بغير مناسبة. وتُنذر كذلك عودة كتب السيرة بشيخوخة مجتمع يحس بالذنب من كثرة الجماع دون أن يتكاثر.

تشابه كتب السيرة ألبومات الصور العائلية أو الأفلام المصورة بكاميرا ٨ ملم التي نشاهدها عندما نطعن في السن، وعندما نحس بثقل الماضي بحيث يستحيل تفجير المستقبل فوق ركبنا.

وتزدهر المؤلفات التي تترجم حياة الأفراد عندما يكون الأفق مسدوداً. ولكن ما هي العلاقة بين موجة كتب السيرة والخنصر الأيسر؟

يختلف تاريخ الخنصر الأيسر عن تاريخ الخنصر الأيمن. بدأ الأول اهتمامه بالماضي قبل أن يبدأ الثاني بتركيز طاقته في المستقبل. قد يقول قائل إن هذا أمر منطقي إذ إن الماضي يبدأ دائماً قبل المستقبل. ولكن لماذا الخنصر هو الإصبع الذي يرمز إلى الماضي، وليس البنصر أو الوسطى؟ لأن الماضي هو بداية التاريخ، ولأن الخنصر هو أبعد إصبع عن الحاضر الواقع بين الإبهامين، بين حارسي الرغبة واللذة. كما أن الخنصر الأيسر هو إصبع الطفولة، والإصبع الصغير الأخرق في اليد اليسرى لليميني، وهو الإصبع الأثير لدى الأرستقراطيين الذين يلبسونه شعاراتهم الملكية على شكل خاتم يتوسطه فص كبير une chevalière. وبالطبع وجدت العائلات فيه تربة لجذورها. فالذي يضع خاتماً في خنصره الأيسر هو شخصية تحن إلى الماضي الذي ذهب إلى غير رجعة، فرد نكوصي تتنازعه ذكريات طفولته أو يتنازعه الحنين إلى جنة من النعيم فقدت إلى الأبد. والمرأة التي تتباهى بحمل خاتم تقليد (مُقلد) في خنصرها الأيسر تكشف بسهولة افتقارها إلى النضج في تصرفاتها.

وأخيراً، إذا رأيت شخصاً يضع خاتماً في كل خنصر فانتبه إلى ما تقوله له، فأنت أمام متطرف يتصف بمستوى عالٍ جداً من التعصب، ولا سيما أنه لا يبدو كذلك للوهلة الأولى.

إصبع الطموح

الطموح من دون إيمان لا ينطفئ ليس سوى
ضراط راهبة لا يسمع له صوت.

«أطموح أنا؟ بتاتاً! أنا مسرور بحياتي وبتكريس نفسي لعائلتي»، ذلك هو شعار جون. لقد نقل طموحاته إلى أولاده، وراح يتابعهم دراسياً بوعي أبوي كما يفعل مدرب الرياضة مع تلاميذه.

من المؤكد أنه ليس طموحاً من أجل نفسه بل من أجل نسله. لقد وضع جون في ولديه الأمل لتحقيق ما عجز هو عن تحقيقه في دراسته وفي حياته الحالمة بالمجد. إنه يضع خاتماً كبيراً في خنصره الأيمن.

رفض المغني Roch Voisine في إحدى المقابلات التلفزيونية أن يوصف بالإنسان الطموح، فهو يفضل التحدث عن التحدي والحنق. إنه يعلم لكونه كان رياضياً محترفاً أن الطموح قطّارة من الأدرنالين أياً كان الاسم الذي نطلقه عليه. والطموح هو من المشاعر التي قلما يرد الحديث عنها بطيبة خاطر في الثقافة الفرنكوفونية، ومع ذلك ترانا جميعاً طموحين في الكلام، وليس في الفعل الذي يمثل نسبة مئوية ضئيلة نسبياً إذا ما قورنت بنسبة التصريحات التي تتعلق بالنيات. يكره الفرنسيون سماع عبارة «أنا إنسان طموح، يا سيدتي!»، وكأن من يتفوه بها يكشف مؤخرته كما يفعل الاستعراضي l'exibitionniste نحتاج إلى المواظبة أو الشجاعة أو الثبات لكي نحوّل الحلم إلى نجاح يخلطه الكثيرون خلطاً ساذجاً بالطموح الشديد لأن الإيمان يجب أن يكون محركاً للطموح حتى يفضي هذا الأخير إلى نتيجة. وشتان ما بين هذه الحالة وبين حالة من عندهم بذور طموح فتراهم متحمسين للوصول إلى نتيجة سريعة رديئة ولكنهم ليسوا طموحين بالقدر الكافي على المدى الطويل كما يظنون. إن الحدود بين الحفز والطموح غامضة بما فيه الكفاية، ويكفي لكي نميز بينهما أن نتذكر أن الحفز هو شعور ديناميكي يعمل على المدى القصير، بينما يتطلب الطموح نفساً وثباتاً لا يلين.

إن الخنصر الأيمن هو إصبع الغرور والفضول والطموح. وهو كذلك إصبع المستقبل والإسقاط على البيئة والأحلام والمشاريع التي تتحقق في بعض الأحيان. والفرد الذي يزين خنصره الأيمن بخاتم هو أكثر طموحاً من كثيرين، وهو أحياناً أشد غروراً، بل أشد اعتداداً وتكتماً.

يرفع فنجان الشاي إلى شفتيه، ويثبّت بخنصره الأيمن خصلات شعره فوق جبينه. يزم شفتيه على شكل مؤخرة الدجاجة، ويحتسي شرابه بتلذذ وهو يحدّق في وجهي من وراء فنجانه. لست ناجحاً في امتحان القبول فنزعته الانتقائية واضحة. تزعج فردانيتي طبعه القبلي. ولست بمنصهر في قالب المعالجين النفسيين الذين يصادقون على تعريفه للبروفيل[1]. أنا عالم نفساني ولست مستنسخاً يصفّق وفق الطلب لأكون واحداً من العصابة. ولو قبلت أن أذوب في القالب المفروض لأصبحت اليوم بالتأكيد أشهر مما أنا عليه، ولكنت مديناً له بنجاحي ككاتب. لكنني لم أجاره في هذه اللعبة، فهل أنا مخطئ؟ لا أظن ذلك، فحريتي في التفكير هي رأس مالي، ولست مستعداً للتضحية به من أجل أن أفوز بمجد زائف. ثم إنني لا أحب المتطرفين الذين يظنون أنفسهم معلمين روحيين. نراهم في جميع الجمعيات الاجتماعية المهنية يتحكمون بمصير الحياة المهنية كما يتحكم الديكتاتوريون بمصير الناس في جمهورية الموز.

١ـ le profil: الصفحة النفسية للفرد ـ (المترجم).

إن الديكتاتور الوحيد الذي أقبل الإذعان لسلطانه هو الموهبة، والناقد الوحيد الذي يحظى برعايتي هو قارئي الذي هو أنت.

أما خنصري الأيمن فهو بصحة جيدة لأن طموحاتي مرتبطة حصراً بنجاح مؤلفاتي، وليست مرتبطة بفريق الضغط الذي يمثله من بلغ الثلاثين من عمره من أصدقائي، ولا بشخص عريض الجاه، ولا بشهرة مبالغ فيها.

والآن أي خنصر لديك هو أكثر ليونة من الآخر؟ إن إجراء فحص الخنصر هو في منتهى البساطة بحيث يتولد لدينا شك بنتائجه. الحق يقال أن البساطة لا تستفيد من فرضية الكفاءة في بلدنا الجميل. ألستم معي إنه كلما تعقد الأمر كلما صار جدياً؟

يرى الأمريكيون عكس ذلك، ولكن الحق يقال إنهم سذج لدرجة أننا نغفر لهم. إن ما يثير أعصابنا منهم ليست الأخطاء التي يرتكبونها والتي نسخر نحن منها بطيبة خاطر، إنما نزوعهم للنجاح دائماً في أعمالهم. إن الخنصر الأكثر ليونة عند معظم الأمريكيين هو بلا منازع الخنصر الأيمن. فهل تراهن على ذلك؟

الساعدان

(مقاومة الإحباط أو التطير)

إنه لأمر حسن أن يكون المرء متطيراً كي يكون
على يقين بأنه لن يهون - مصادفة

الحرمان من رغبة سواء كانت بريئة أم لا، والإحساس بفقدان شيء تشتهيه، والاصطدام بعقبة يستحيل التغلب عليها في طريقك إلى تحقيق ما تصبو إليه، يولد كل موقف من هذه المواقف شعوراً بالإحباط، ومن منا لم يذق طعمه في يوم من الأيام. إن درجة مقاومة الإحباط ميزة تكتسب بالتربية أو تبعاً للوسط الاجتماعي الذي ننشأ فيه. ويمكننا أن نفترض أن درجة مقاومة أطفال الأوساط الغنية للإحباط أدنى من درجة مقاومة أطفال الأوساط الفقيرة له. هذا في المحصلة أمر منطقي ولكنه ليس صحيحاً على الدوام.

قد يكون الإحباط مبدأً تربوياً يرمي إلى إيقاظ النزعة القتالية عند الطفل، ولكن ينبغي استخدامه بروية إذ من الممكن أن توقظ هذه الطريقة التربوية لدى الطفل عدوانيته نحو المجتمع. ليس جميع الأطفال مثل أوليفر تويست[1]. إن مقاومة الإحباط مقاومة متقلبة وتخضع للتجربة التي عايشها الفرد.

إذا كنت تعمل في قطاع من قطاعات العمل لكي تكسب وسائل عيشك فسوف تكون درجة مقاومتك للإحباط أدنى مما لو كنت تكسب رزقك من عمل تنزع إليه نفسك أو من عمل أنت مولع به. فدرجة مقاومة الإحباط عند الفنان أشد وأعلى بكثير من درجة مقاومة الإحباط عند الموظف في المصرف. من جهة أخرى، سرعان ما يفقد الفنان الذي يحصل على التكريس وتبدأ الحياة تبتسم له قدرته على المقاومة ويفتقر إليها أشد الافتقار عندما يصبح صفر اليدين. يلجأ بعض النجوم إلى التعويض عن طريق معاقرة الخمر أو الإدمان على المخدرات من أجل إقصاء الخوف الشديد من المستقبل. يطوي النسيان البعض منهم بعد انصرافهم إلى شرب الخمر.

تولد أنواع الإخفاق المتكررة مقاومة جد شديدة؛ يا لها من مفارقة! إن من ينجح في كل شيء تكون مقاومته للإحباط هي الأضعف. يلزمنا دائماً قليلاً من الفشل لكي يصبح للنجاح طعم ألذ.

موضع مقاومة الإحباط

الإحباط هو وقود النزعة إلى القتال.

يرمز الساعد الأيسر للفرد اليميني إلى وسائط الدفاع الطبيعية والحيطة والوقاية، وهو درعه الذي يذبّ به عن نفسه. إنه بالفعل الساعد الذي يحمي بصورة غريزية الوجه أو الرأس عند تعرضهما لاعتداء جسدي. لماذا الساعد الأيسر وليس الساعد الأيمن؟ لأن الساعد الأيسر مرتبط بلا شك بالمخ الأيمن، وعلى نطاق أوسع بصورة الأم (رمز الأمن المطلق). الساعد الأيسر هو موضع مقاومة الإحباط. غالباً ما يسند السياسيون الذين يخطبون من على المنبر الساعد الأيسر على المقرأ لكي يُطلعوا مناضليهم على مكنون صدورهم فيميلون بأجسادهم إلى الشمال، إلى جهة القلب. إنهم لا يعون بتاتاً الفعالية الآلية لهذه الوضعية، ومع ذلك يحاكي هذه الوضعية جميع الخطباء الشعبيون في اللحظة المناسبة كما لو أن هناك

١- بطل رواية د تشارلز ديكنز تحمل نفس الاسم - (المترجم).

اتفاقاً مسبقاً بينهم. توقظ هذه الوضعية بشكل مفارق نزعتهم للقتال. إن الساعد الأيسر هو موضع مقاومة الإحباط، ورجال السياسة فيما يخص الإحباط رؤساء كشفيون ذوو ربلات فولاذية.

موضع التطير

يُصرف المتطيرون مستقبلهم في زمن الماضي
الناقص للصيغة الدالية

يشعر الأفراد المتطيرون على حد قول بوريس سيرولنيك (وأنعم بما قال!) بضعف تحكمهم في وجودهم، وفي مجرى حياتهم. الساعد هو الجزء الواقع ما بين الرسغ والمرفق، وهو يلعب دوراً مهماً في الوضعيات التي نكون فيها جالسين ونحتاج فيها إلى ركيزة طبيعية على الفخذين، أو إلى ركيزة خارجية تقوم مقام المرفق. والساعد الأيمن هو أحد المراكز الرمزية للتأثر بالإيحاء والتطير.

أثبتت تجربة أجريت في إحدى الجامعات الأمريكية أن الفرد الذي يدافع عن نفسه بصورة غريزية بساعده الأيمن (المحرك) عند تعرضه لاعتداء جسدي هو فرد يرفض القتال. فهو فرد سلبي يخضع لتأثير الجوانب السحرية من تجاربه أكثر من خضوعه للواقع الذي يُقسر على تحمله.

من السهل جداً إجراء هذه التجربة: أخبر شخصاً ما أنك سوف تتظاهر بضربه على وجهه وأن عليه أن يدافع عن نفسه بساعده (دون أن تحدد له أي ساعد عليه أن يستخدم). فإذا رفع بصورة غريزية ساعده الأيمن (المحرك) ليحمي وجهه ستعلم على الفور أنك أمام شخص خاضع للتأثير، وأن درجة خضوعه هذه ستظهر لك بسرعة. أما إذا رفع ساعده الأيسر (غير المحرك) ليحمي به وجهه فأنت بإزاء مقاتل قد يبطحك أرضاً إذا لزم الأمر، وسيكون أشد شراسة في القتال ويصعب التأثير عليه. ويمكن اعتبار الأطفال الذي يحمون رؤوسهم بكلا الساعدين أنهم يخضعون للتأثير.

إذا كنت تعمل مدرساً وأردت أن تكرر هذه التجربة داخل الصف، أنبهك إلى أن التلميذ الجالس إلى يمين المقعد سيرفع بسهولة كبيرة ساعده الأيمن لكي يدافع عن نفسه. إنها مسألة شكل طوبوغرافي، فلكي تصح التجربة يجب على الشخص الذي يتعرض للضرب أن يكون وجهاً لوجه أمام المعتدي. ولا تنسَ بتاتاً أن تأخذ بالحسبان جنبية الفرد la latéralité du sujet. ويجب بالنسبة للأعسر عكس المعطيات.

تثبيت الساعدين

يأتون لتفجير رؤوسهم كما يفعل الانتحاريون

يدلّ تثبيت الساعدين على رفض الالتزام. يتحكم الجزء الأيسر من الجسد بالانفعالات فتحبس اليد اليمنى الساعد الأيسر بصورة رمزية أو تحميه. يشير الأداء المفرط لهذه الوضعية إلى فرد يعيش في ظل نظام من الإحباط. وتسمى هذه الوضعية أيضاً «واقية للصدمات».

غالباً ما لاحظت هذا المشهد الحركي عند الأفراد الذين يظهرون في برامج تلفزيونية مثل (هذا قابل للنقاش!، حياة خاصة وحياة عامة، هذا هو اختياري![1]). يأتي هؤلاء الأفراد إلى التلفزيون ليظهروا إحباطاتهم أمام الكاميرا على أمل أن تخفف هذه الطريقة من معاناتهم. فهل هذا صحيح؟ لا أظن ذلك، بل أظن على العكس أن ما يقومون به يعزز الإحباط الأساسي الذي يعانون منه، وقد ذكرت هذا الموقف في كتبي الأخرى «[...] إن لوم النفس علناً هو عملية جلد بالسوط تضاف إلى اللوحة العيادية للاكتئاب السوداوي الهذياني الذي يصحبه إحساس بالذنب والحاجة إلى التكفير أو إلى اللعنة اللذين ينتجان عنه. يأتي هؤلاء ليستجدوا عطف الجمهور، ويقرعوا صدورهم متهمين أنفسهم بكل أنواع الشرور أو مدافعين عن أنفسهم على أنهم منها براء. إن مفهوم التلفزيون صورة مبالغ فيها عن الدورات التدريبية الجماعية في العلاج النفسي. يأتي ضيوف الاستوديو ليفجروا رؤوسهم كما يفعل الانتحاريون».

ما زالت طريقة العلاجات النفسية العلنية في بداياتها. وبمقدار ما يسير المجتمع وفق معايير كاذبة - عدم الإحساس بأنه معني بمشكلة جاره، إنكار وجود مناطق لا تخضع لسيطرة القانون، إلقاء الاتهامات على الظروف التي لا يمكن التنبؤ بها، العجز عن التنبؤ بالأحداث، الخلط بين السارق وبين روبن هود - سيفرض التلفزيون علينا مثل هذا النوع من البرامج مع كل ما يسبب ذلك طبعاً من انزلاقات ممكنة.

عندما تقبض اليد اليسرى على الساعد الأيمن، تدخل اليد المكانية في تماس مع الموضع الرمزي للتطير ممثلاً بالساعد الأيمن. يتعطل المخ الوجداني ويمنع بشكل مفارق النصف الآخر من المخ من تحليل الموقف فينتج عن ذلك انخفاض في النظام على الصعيد الفكري الذي يفسر سبب إيمان محاورك بجميع أنواع التطير أو الأفكار المسبقة، وخضوعه في ذات الوقت للتأثير الإيحائي خضوعاً شديداً. يحد هذا التثبيت من درجة مقاومة الإحباط.

١- أسماء لثلاث برامج تلفزيونية فرنسية شهيرة - (المترجم).

عندما تقبض اليد اليمنى على الساعد الأيسر، تعطّل اليد الزمانية موضع مقاومة الإحباط، ويتعرض المخ الإدراكي لهجوم كاسح من الانفعالات فيحاول احتواءها بصورة رمزية بالقيام بهذا التثبيت. تُرى انفعالية الفرد المفرطة بالعين المجردة. يحد هذا التثبيت الحركي أيضاً من درجة مقاومة الإحباط.

أما التثبيت المزدوج للساعدين فهو أيضاً شكل آخر من أشكال التثبيت المعروفة، وهو ملاذ رمزي وإشارة إلى الفرد الذي يحن إلى الماضي، ويعطيك أحياناً انطباعاً بأنه لا ينتمي إلى هذا العصر. إنه لا يشعر بالطمأنينة في الحاضر فيهرب إلى الماضي.

عندما يقوم الفرد بالتثبيت المزدوج، يمكنك أن تلاحظ إلى أي مدى يولّد انطباعاً فيزيائياً بالأمن كما هي حالة مصالبة الذراعين عندما يكون الطقس بارداً في الخارج. تكون مقاومة الإحباط في أعلى درجة لها عند الفرد الذي يقوم بصورة منتظمة بالتثبيت المزدوج للساعدين.

انزلاقات الإحباط

ثمة تواطؤ خفي بين التطير والدعاية. فما يؤهن به الأول يطرحه الثاني للبيع

يعيش ثلاثة ملايين وستمائة ألف شخص تحت عتبة الفقر. ويبلغ عدد العائلات الفرنسية العاجزة عن دفع ما يترتب عليها من ديون أكثر من سبع مائة وخمسين ألف عائلة. إن هذا مؤشر اجتماعي كبير على تدني درجة مقاومة الإحباط. كلما قدمت المحلات الكبرى والمؤسسات المالية تسهيلات شرائية عن طريق الدين كلما ضعفت مقاومة الإحباط.

يفقد الأفراد الذين يعجزون عن مقاومة الإحباط حس القيم التي يحس بها المواطن كاحترام القواعد الديموقراطية والرأفة والحاجة إلى المشاركة والقيام بأعباء الجماعة.

ونميل للانخداع بموضة الأعمال الخيرية، وهي نوع من الشفقة تُعطى بالقطّارة. ويشكل ظهور نجوم الفن وشخصيات المجتمع المخملي في برامج «الأعمال الخيرية» أداة ترويج رائعة «للصورة». ويحقق العدد الهائل من المشاهدين «لأعمال الخير» هذه الربح الوفير لمحطات التلفزة ولشركائها من المنتجين.

يصبح تعبير «كل امرئ يحتطب بحبله» لازمة متكررة، والشاهد على ذلك هي لغة العاجزين عن دفع ديونهم والمحبطَين فيصرّفون رغباتهم في الماضي مع الإشارة إلى المستقبل: «كنت أريد شراء هذا الطراز من السيارات»، أو «كنت أتمنى إلغاء موعدي للخميس القادم». ويقول الفرد الذين فشل مرة أخرى في محاولته الانتحارية: «كنت أريد

أن أموت». وما أكثر الأفراد الذي يعبرون عن رغباتهم المستقبلية في الزمن الماضي الناقص للصيغة الدلالية في مستهل القرن الحادي والعشرين، وهو عصر الأخطار كافة.... إن الماضي الناقص هو الصيغة المعبرة عن الإخفاق ولا سيما عندما يكون له صلة بمستقبل قريب. ليس للذين يصرّفون مستقبلهم في الزمن الماضي الناقص حاضر أو مستقبل.

على ضوء القمر.
يا صديقي بييرو،
أعرني قلمك
لأكتب كلمة.
لم أعد أملك قرشاً واحداً
كي أجعل الشواء ينضج

العضلتان الثنائيتا الرأس

(غريزة البقاء والحيوية)

كلما كانت حقائب الحياة ثقيلة على الحمل.
كلما ضمرت العضلتان الثنائيتا الرأس

ترمز العضلتان الثنائيتا الرأس إلى قوة الذكر، وتساهمان بشكل أساسي في اللغة الحركية بوصفهما تصوران وضعية الذراعين المتصالبتين.

إن التثبيت المزدوج للعضلتين الثنائيتي الرأس (اليدان فوق العضلتين الثنائيتي الرأس كما في وضعية تصالب الذراعين) هو بصورة مفارقة نداء استغاثة أو طلب حماية مبطن. وتترجم وضعية اليدين هذه الشعور بفقدان الأمن. يمكننا مصالبة الذراعين دون الإحساس بالحاجة إلى الإمساك بالعضلتين الثنائيتي الرأس. تؤدي النساء الحوامل هذا التثبيت المزدوج إلى جانب الرجال البدينين. فما هي الصلة؟ هل لأنهم أشد إحساساً بفقدان الأمن؟ لا أستطيع تأكيد ذلك. هذه حقيقة ملموسة أدعها للتفكير.

obeikandl.com

وما عدا هذه الحالة الخاصة إلى حد ما، ليس تثبيت العضلتين الثنائيتي الرأس حركة تدعو إلى البهجة.

غريزة الحياة المتدنية

أفلسوا من المهارة وتيتموا من الموهبة أولئك
يقضون نحبهم على رؤوس أصابعهم دون
أن يثيروا انتباه أحد.

تمسك اليد اليمنى بالعضلة الثنائية الرأس للذراع اليسرى المتدلية على طول الجسم، خارج مصالبة الذراعين. عندما تقوم اليد اليمنى بشكل مستديم بتثبيت العضلة الثنائية الرأس للذراع اليسرى، فهذا اعتراف: «أنا الخاسر». ذلك هو المعنى الرمزي لهذه الحركة.

تُستخدم الذراع اليسرى في الدفاع عن النفس في حالة حدوث معركة فردية. فتثبيت هذه الحركة الدفاعية الجوهرية والمعروفة على أنها كذلك في عرف رصيدنا الوراثي هو تدمير حقيقي لآليات البقاء على قيد الحياة.

ثمة غريزة لم يتكلم عنها أحد حتى الآن هي غريزة الحياة المتدنية. وهي غريزة الأفراد المُسعَفين الذين يطلبون المساعدة والنجدة. لقد أفلسوا من المهارة وتيتموا من الموهبة، أولئك يقضون نحبهم على رؤوس أصابعهم دون أن ينتبه إليهم أحد. ويتزايد عددهم باستمرار في مجتمعنا المميز جداً. حسبنا أن نعود إلى الأرقام التي سبق ذكرها: يعيش أكثر من ثلاثة ملايين وستمائة ألف شخص تحت عتبة الفقر. وترزح سبع مائة وخمسين ألف عائلة تحت ثقل الديون، بينما يدلّك بعض رجال المصارف بطونهم. إن غريزة الحياة المتدنية في طريقها لتحل محل غريزة البقاء على قيد الحياة.

وأين يكون هذا؟ في أوروبا بكل تأكيد، وفي فرنسا على وجه الخصوص. هل تظن أنك تستطيع أن تبقى على قيد الحياة بالراتب الذي يتقاضاه العاطل عن العمل؟ إنك في الواقع تعيش حياة متدنية وصحتك التي تكلف التأمين مبلغاً زهيداً في تفاقم. أما إذا أكرهت على البقاء على قيد الحياة فلا شك أنك سوف تجد وسيلة للخروج من الأزمة. ولكن من السهل جداً أن نعيش حياة متدنية على حساب المجتمع.

إن العضلة الثنائية الرأس للذراع اليسرى هي أحد المراكز الرمزية لغريزة البقاء على قيد الحياة. وإذا أردت أن تشد من عزمها فاعمل على أن تقوم ذراعك اليسرى بأكبر قدر ممكن من التمارين. وكل فعل لا يحتاج إلى رشاقة أو مهارة خاصة يجب أن يُحال إلى الذراع اليسرى السلطوية.

الحيوية

تخيف الحيوية العادات القديمة الحسنة

ترمز العضلة الثنائية الرأس للذراع اليمنى (المحرك) عند الإنسان إلى القوة البدنية، وهي أيضاً الموضع المنطقي للحيوية. والحيوية كما لاحظت بلا شك هي ميزة مطلوبة، ويكاد يكون من المستحيل التغاضي عنها في جميع إعلانات تعيين العاملين. فكل بائع لا يتمتع بالحيوية هو بائع غبي ولكن من الناحية النظرية فقط، اطمئن. تبعث الحيوية على زيادة المردود، ولكن إذا كنت للأسف تتمتع بحيوية مفرطة فسوف تطرد من العمل قبل أن تنتهي فترة اختبارك. يسير المجتمع المهني الذي يفتح لك ذراعيه وفق وتيرة خاصة، فلن يحتمل سرعتك في العمل أو حماسك المفرط. تنفع الحيوية داخل الأسرة، أو في «نادي المتوسط»[1] لقضاء العطلات، أو مع الأصدقاء من عمر ثلاثين سنة، أما في العمل فهي خطأ كبير. ولكن لماذا يطلب إذاً من المرشحين للعمل أن يتمتعوا بهذه الحيوية المقدسة؟

ويطلب منهم بنفس الطريقة أن يكونوا مبدعين. فإذا كانوا كذلك حكموا على أنفسهم تلقائياً بالموت. هذا ما ترفضه المجموعة التي اعتادت على وتيرة معينة في العمل، ودرجت على الروتين والتقاليد. لا يُستبدل الفريق الخاسر. إن الحيوية أو الإبداع في الوسط المهني هي جرعات خفيفة وليست صدمات كهربائية. وإن المصانع التي تغلق أبوابها والشركات التي تُشهر إفلاسها هي ضحية فقدان الحيوية أو الإبداع (وليست حصراً ضحية انتقالها إلى بلد آخر)، ودفاتر قيد طلباتها فارغة كما هي جيوبي. تقضي الإضرابات وغيرها من الحركات المعارِضة على جرأة الإدارة الإبداعية. وهذا ما عبر عنه الرئيس جاك شيراك للرئيس بوش بمناسبة الاحتفالات بالذكرى الستين لنزول الحلفاء في مقاطعة النورماندي بقوله: «ينبغي أن نعيد للعراقيين شعورهم بالحرية المستعادة». أي مجرد انطباع وليس حقيقة. ومن الغريب أن تكون فرنسا هي البلد الوحيد الذي تلقى فيه الحيوية والإبداع عقاباً على كافة أصعدة المسؤولية في الوسط المهني. تخيف الحيوية العادات القديمة الحسنة (انظر نيقولا ساركوزي[2]). ويقف الحنين في وجه قوة الإبداع العشوائية، فلا مكان إلا للقيم

١- نادي ينظم رحلات ترفيهية في البحر المتوسط - (المترجم).

٢- شغل أولاً منصب وزير الداخلية في حكومة رافاران الأولى، وقد عين في هذا المنصب من أجل تهدئة خواطر الموظفين التابعين للداخلية الذين بدؤوا يتشنجون من «حيويته الإعلامية» كان يكفي مراقبة حركات هؤلاء الموظفين أثناء زياراته لهم على أرض الواقع.

القادمة من ماضٍ يخضع لرقابة العقول النيرة. فإذا كنت تتمتع بالحيوية أو بالموهبة، أو بالاثنتين معاً فأمامك جميع الفرص لكي تجد نفسك بين العاطلين عن العمل لكي تهدأ أعصابك.

يجب ألا يغيب عن فكرك المثل الذي يعبر عن الكفاف: «عدو الإنسان الذكي هو الإنسان العبقري».

فرنسا أمة تصرّف تقدمها في «زمن الماضي الذي لم يكتمل»، وينبغي لهذا الزمن أن يوجد من أجل تصريف السعادة على الطريقة الفرنسية. وهذا شيء رائع!

الذراعان

(حرية التفكير أو حرية الفعل)

من يريد أن يستعيد حريته وجوده عليه أن يستعيد الخيط الهادي الذي كانت حياته سبباً في ضياعه

يحبو الكاهن جان كريستوف نحو الأربعين من عمره، وهو يتمتع ببنية سليمة. تغطي وجهه لحية كثة لا يعيرها ما يلزمها من عناية. جاء ليشارك في دورة تدريبية جماعية في التنويم المغناطيسي الذاتي. جان كريستوف مقلّ في الكلام، والمشاركون الآخرون يتجنبونه بكل أدب. يرمقهم بنظرة مشوبة بالحذر وكأنه يجد نفسه غريباً وسط هذه المجموعة القادمة من خارج كوكب الأرض. أستهل الدورة بقراءة نص يرمي إلى تركيز انتباه المشاركين على كل جزء من أجزاء أجسادهم.

في عام ١٩٩٤ فقد جان كريستوف ذراعه اليمنى في أفريقيا. كان هناك في مهمة تبشيرية. عندما تبلغ الرحلة العقلية تلك الذراع، يبدأ بالأنين ببطء. فأطلب منه أن يعبر عما يحس به، لكنه يرفض. أعود إلى قراءة النص ببطء شديد جداً. يستمر في الأنين، يتوجع من ذراع لم يعد لها وجود. إنه الألم الشبح! ينتهي بالانهيار ويبدأ بالبكاء كالطفل، وكان بكاؤه مصحوباً بالفواق. أطلب من المشاركين أن ينسوا مشكلة جان كريستوف وأن يستمروا في التركيز على أجسادهم. يقول جان كريستوف بصوت ضعيف: «أحس بالألم». فأجيبه بأنني

أعرف ما يحس به وأشرح له أنه في طريقه إلى نسيان ذراعه المقطوعة. إننا ننسى ما لحق بأجسادنا من بتر عندما نقصي ما في داخلنا من آلام دفينة ومن وعذاب نفسي ناتج عن فقد جسيم.

وفجأة تخطر ببالي فكرة، فأقول بصورة عفوية: «أفضل أن أفقد ذراعي اليمنى على أن أفقد إيماني». أوحيت له بهذه الجملة بصوت منخفض، لكن جان كريستوف سمعها تماماً وانفجر بالعويل. تسيل دموعه على خديه، وفواقه لا يحتمل، وأنينه يملأ صالة التدريب المتواضعة الغارقة في العتمة. لقد أصبتُ كبد الحقيقة. أسرّ الكاهن لي فيما بعد أنه كاد أن يفقد إيمانه عندما شاهد المجازر التي ارتكبتها قبائل الأوتو بحق قبائل التوتسي، وهم ألد أعدائهم. قُطعت ذراع جان كريستوف فوراً بضربة من ساطور بينما كان يتفاوض مع متمردين من الأوتو، ويحاول أن يحمي أطفالاً من التوتسي كانوا قد التجؤوا إلى مقر إرساليته. «لم أشعر بشيء لحظة ما حدث. رأيت ذراعي على الأرض وتساءلت ماذا تفعل هناك على الأرض. ومن ثم هرعت إلى المستوصف».

كان ثمة سؤال يتسلط على جان كريستوف الذي كان يشعر بالعجز وسط هذه الأعمال الوحشية التي لا يقدر أن يرتكبها سوى الإنسان: «كيف يمكن لله الذي وسعت رحمته كل شيء أن يدع مثل هذه المجازر تُرتكب؟». ويأتي أحد بعد ذلك ويكلمني عن الإنسانية! ثم عاد إيمانه الذي انهار أقوى وأشد من ذي قبل واقتضى ذلك منه تضحية لافتداء أفكاره المدنسة.

لقد اندفع جان كريستوف بلا وعي متحدياً الساطور ففقد ذراعه اليمنى لكي ينقذ إيمانه.

استمع المتدربون الآخرون إلى التفسير الذي اقترحته. وكانت تلك إرادة جان كريستوف الصريحة بأن يُشرك المجموعة في قصته. وعاد لمتابعة دورة التحليل المغناطيسي الذاتي إلى نهايتها. ولم تظهر بعد ذلك قط الآلام الشبح التي كان يعاني منها في بداية الدورة التدريبية. لقد نسي تماماً ذراعه التي ضحى بها في سبيل إيمانه. ولم تظهر له قط رؤية ذراعه المبتورة بهذه الطريقة.

ولكن ماذا تساوي ذراع مقطوعة قياساً بالإيمان بالله في نظر كاهن؟ إن ذراع الحرية هي الذراع اليسرى، وذراع الفعل هي الذراع اليمنى لليميني. لقد اختار جان كريستوف دون أن يدري أن يفقد ذراع الفعل وأن يحتفظ بذراع حرية التفكير أو الإيمان بالله.

ذراع حرية التفكير

ينبغي على المرء أن يعمل لكي يتجنب المعاناة. وينبغي أن يفكر لكي يتحرر من أفكاره المسبقة.

الذراع اليسرى: هي ذراع حرية التفكير أو الإيمان، وهي تعبر عن درجة استقلالية الفرد الذاتية. وهي التي يؤثرها في لغته الحركية. يا لها من مفارقة اجتماعية نفسية! فبقدر ما يتمتع الفرد باستقلالية ذاتية على صعيد النشاط يفقد هذه الاستقلالية على الصعيد الوجداني أو الغرامي. وهذا ما يفسر تفسيراً لا يدع مجالاً للشك أن أصحاب «الميمنة» (الذين يجلسون دائماً إلى اليمين من شريكاتهم) هم أشخاص حساسون على الصعيد الوجداني ويتمتعون باستقلالية كبيرة وبالسلطة على الصعيد المهني.

معظم الزعماء هم من أصحاب الميمنة، وأضرب مثلاً على ذلك الرئيس بوش الذي يكاد يكون دائماً إلى يمين زوجته في جلوسه.

ذراع حرية الفعل

ينبغي على المرء أن يتمتع بحرية الاختراع أو الابتكار لكي يبتدع الحرية

Paul Ricoeur

الذراع اليمنى: هي الذراع المحرك لليميني أو ذراع حرية الفعل. إنها ذراع الأفراد الذين يسيطرون على الصعيد الوجداني، (أصحاب «الميسرة» الذين يجلسون إلى اليسار من شريكاتهم) ولكنهم لا يتمتعون بالضرورة باستقلالية ذاتية في المجال المهني. إنهم مساعدون ممتازون ولكنهم ليسوا دائماً قياديين. ويمكن أن يكونوا سلطويين في الوسط العائلي ولكنهم يجنحون إلى الوفاق في أثناء ممارستهم لمهنهم.

العنف يصنع الإنسانية

لولا الأصابع واليدين لما كان هناك من جدوى للذراعين. يحتاج الإبداع (الأصابع) إلى التواصل (اليدان) الذي يحتاج بدوره إلى حرية الفعل أو التفكير (الذراعان).

إن الذراعين روافع تتحرك بشكل دائم وتعمل كأداة توازن في السير، ولكن من الممكن أن تتوقف عن الحركة عندما يضطرب السائر على الصعيد النفسي كما هي حالة

أطفال فوكوفار Vukovar الذين سأتكلم عنهم لاحقاً. إنهم يمثلون وسيلة دفاع رمزية عن أرضيتهم الجسدية في أدائهم لحركة مصالبة الذراعين.

لقد أضفت عشرة أصابع ويدان معنى لوظيفة الذراعين مثلما يضفي الأطفال والأحفاد إلى حد ما معنى لمفهوم العائلة. ولولا ظهور الأصابع لبقيت اليدان جذوعاً من غير أغصان، ولكانت الذراعان أعضاءً أمامية لحيوان يمشي على أربع قوائم. ولكن الأصابع التي تمتاز بها جميع الأوالي[1] لم تكف لإنتاج الحيوان الناطق. فكان لا بد من ظهور الإبهام متعارضاً مع الأصابع الأربعة الأخرى، وليس فقط مع السبابة كما عند القرود، حتى يتطور دماغ أحد الأوالي ويمسك بأول سلاح يدافع به عن نفسه ضد الوحوش المفترسة التي كانت تحاصره، ألا وهو العصا. باختصار، لقد صنع العنف الإنسان.

أطفال فوكوفار Vukovar

تحتاج الحرية إلى سجن لكي تقرب

عايش أطفال فوكوفار الأعمال الوحشية للنزاع الذي احتدم بين أبناء الصرب وأبناء إقليم كوسوفو. وقد عبروا عن ردة فعلهم على المأساة التي تعرضوا لها بلغة الحركات. أتاحت الملاحظات السلوكية معرفة أنهم يمشون خصوصاً دون أن يحركوا الذراعين اللتين تحفظان التوازن النمطي للجسم، ودون أن تشخص أبصارهم أو تختلج أجفانهم. عندما تتعطل الحركة على المستوى العقلي تبقى الذراعان مكبلتين بالجسد. فحرية الفعل والتفكير مقموعة. يحلل بوريس سيرولنيك هذه الحركة الارتكاسية على النحو التالي: «يصل الإنكار إلى حد توليد إحساس بالفراغ يجنبهم الإحساس بالألم، ولكنه يمنعهم من خلق حياة نفسية فيسيرون بطريقة مقولبة ليخلقوا على الرغم من هذا ما ينوب عن الحياة. إن الفراغ النفسي هو آلية دفاعية بالنسبة لهم».

يسير بعض الأفراد وقد التصقت الذراع اليسرى لكل منهم بجسده بينما تتأرجح الذراع اليمنى وفق إيقاع السير. تُشاهد هذه الحركة عند أفراد الجماعات الدينية التي تتصف بضيق تفكيرها. ويمكن ملاحظتها أيضاً عند المواطنين الذين يعيشون في ظل نظام ديكتاتوري أو في ظل دولة بوليسية. أما تثبيت الذراع اليمنى في أثناء السير فيلاحظ على الخصوص عند

١- الأوالي les primates: أحد الرئيسيات كالإنسان والقرد.

الأفراد المتبطلين، والمتشردين، والعاطلين عن العمل لفترة طويلة. فحرية الفعل لديهم محجورة بسبب عجزهم عن القيام بالعمل.

الغطرسة شجاعة المتبجحين

يطل علينا الرجل السياسي في فرنسا من شاشة التلفزيون وهو يجوب فرنسا القاع بحثاً عن منتخبين جدد، ومعينه هو ذراع الشرف le bras d'honneur. إنه ينسى أن هذه الحركة المبتذلة تشي بضيق أفقه. كما تكشف هذه الحركة التقليدية فرداً ذا طبع حسود، محدود الذكاء، وقد توقفت لذته الجنسية عند المرحلة الشرجية. ولكن لماذا سميت هذه الذراع بذراع «الشرف»؟ إنها كما هو معلوم تصور مسبقاً قضيب الرجل وهو في حالة الانتصاب، كما أن طول الذراع وسماكتها يبعث في حد ذاته على الرضى إذا ما قورنا بقضيب الرجل.

فإذا اتفق لك ذات مرة أن وجّه أحد السائقين المشاكسين لك هذه الحركة فتصوره شخصاً ذا شارب صغير تحت منخريه والذراع متوترة، وسوف تجنب نفسك توتراً لا جدوى منه باعتقادك أنك مجبر على الرد عليه. إن ذراع الشرف هي شكل من أشكال التحية التي تشابه إلى حد ما التحية النازية من عصر آخر. باختصار، إنها إشارة إلى الاحتقار، ومن يفرط في أدائها ليس بأفضل من المسخ.

لازمة حركية ثابتة

إذا صالبت ذراعيّ في وجه محاوري الذي يمطرني بوابل من الكلمات فسوف تكشف هذه المصالبة حاجزاً أصد به حركياً غزوه الشفهي. وفي مقدور الجميع فهم معاني هذه الحركة. من جهة أخرى، تُطلق الطريقة التي أصالب بها الذراعين رسالة ثابتة تخص جانبيتي النفسية دونما صلة مع الموقف الموصوف. فإذا كانت ذراعي اليمنى فوق اليسرى فأنا أنتمي إلى فئة المهاجمين، إلى أولئك الأفراد الذين يحتاجون لإثبات وجودهم، ولا يتبوأ الصبر عندهم المكانة الأولى بين الفضائل الرئيسية. وإذا كانت ذراعي اليسرى فوق اليمنى فأنا أنتمي إلى فئة المدافعين، وأحتاج إلى اعتراف الآخرين لكي يكون لي وجود في نظري. سأكون أكثر سخاءً بوقتي. إن هذه المصالبات هي ارتكاسات مشروطة لا تتغير في ٩٩٪ من الحالات. ومجرد قيام جميع الأفراد دون استثناء بحركة من هذا النوع يتيح لي أن أستنتج بأنها تحمل معنى. لذلك عمدت إلى مراقبة أبناء جنسي طبقاً لهذا المعيار الأساسي، وهو تكرار الحركة قبل إعطاء معنى لكل مشهد حركي استقصيت عنه. إن كل جزء من

أجزاء جسدنا هو موضع للازمات حركية معاودة ذات معانٍ كما شرحت ذلك في كتاب سابق[1].

فوفقاً للمعنى الرمزي للذراعين، يمنح الفرد الهجومي نفسه حرية الفعل حالما يحس بالحاجة إلى ذلك، بينما يمنح الفرد الدفاعي نفسه مهلة للتفكير قبل الفعل.

ذراع الحرية

إذا قمت أحياناً بمراقبة تأرجح الذراعين عند المتنزهين في مكان عام فسرعان ما تلاحظ أن غالبية الأذرع تكون طليقة، وأن الأذرع الملتصقة بالجسد نادرة نسبياً، وهذه علامة على صحة عقلية جيدة في المجتمع الغربي. تتغير هذه الحقيقة للأسف تغيراً كلياً في البلدان التي زعزعتها حالة الحرب، أو في البلدان الفقيرة. وحسبك أن تتنزه في ضواحي المدن لتقترب من الملاحظة التي تمت حول هذه البلدان وكأن البنى الاجتماعية لهذه الأماكن الفقيرة قد أصبحت نهباً لخوف جماعي من فقدان الأمن فقداناً تاماً. تتوقف الذراعان عن التأرجح عندما تكون حرية الفعل أو التفكير حبيسة الجهل والبؤس والجنوح. ويضيق حيز تأرجح الذراعين الفضائي، بل ويتلاشى أو يكون مبالغاً فيه كما هي الحالة عند الجنود في أثناء العرض العسكري.

إنه على كل حال لا يظهر بتاتاً بصورة طبيعية. يعجز بعض الأفراد عن السير في الشارع دون أن يدسوا أيديهم في جيوبهم لكي يثبتوا حركة الذراعين. فالأستاذ الذي يخاطب تلاميذه وهو يدس يديه في جيبه بصورة منتظمة هو شخص يشعر بفقدان الأمن الذي يقض مضجعه، فهو سجين خوفه.

وتعبر الفتاة المراهقة التي تتنزه برفقة صديقاتها وذراعاها مقوّسة بشكل زاوية قائمة ورسغاها رخوتان عن عدم ارتياحها لكونها ستصبح امرأة، فهي سجينة تلك الثورة الفزيولوجية التي تتخطاها. إن الحركة التي تتخذها ذراعا الفرد أو أذرع عدد من الناس هي ملاحظة جوهرية تسمح لك بتقدير مستوى الحرية العقلية أو الفعلية لمن يعيش في محيطك.

1- les gestes du succès, les mots de la réussite, First Editions.

المرفقان

(إتمام أم إخفاق ؟)

الإيمان أم الشك؟

الإيمان هو الثروة الوحيدة التي نتقاسمها مع
الآخرين من طيب خاطر

عندما نستعين بالمخ يثقل الرأس ويقوم المرفقان بسنده تلقائياً في عملية التركيز أو التفكير. كما تحتاج الكفاءة على إصدار حكم إلى المرفقين من أجل التمهل الضروري للتحليل الموضوعي. عندما تقرأ رسالة في بريدك الإلكتروني تستند بشكل آلي تقريباً بأحد المرفقين على مكتبك. فإذا كنت ممن يستخدم المرفق الأيسر فسيكون سهلاً عليك من الناحية الفنية تصفح النص، أما إذا كنت ممن يستخدم المرفق الأيمن فسوف تجبر على استخدام سبابة اليد اليسرى للقيام بهذه العملية حتى لو كان مفتاح انتقال الإشارة يقع على يمين لوحة المفاتيح. اشترِ فارة من دون سلك.

تعتبر جميع هذه الملاحظات مبادئ أولية، وتُرى لا سيما في معظم الأفلام الخيالية التي نستطيع استئجارها من محلات الفيديو، إذ إن الفيلم هو مدرسة عجيبة في الحركات، وإن الممثلين أساتذة محنكون.

إلى جانب الدور الذي يلعبه المرفق كرافعة مفصلية للذراع فهو غالباً ما يكون السند غير المباشر للرأس الغارق في التفكير. ويعزز المرفقان المرتكزان التردد على حساب الفعل وروح المبادرة لأنهما يمثلان بالأحرى عمودين للفكر وليس محركين للفعل. لا يتعرض الرأس لخطر الانفصال عن الجسد مهما كان مثقلاً، ولكن ينبغي الاعتقاد أنه قد يسقط سقوطاً رمزياً إذا لم نلجأ بصورة منتظمة إلى أيدينا ومرافقنا لكي نسنده.

غني عن القول إنه يوجد عدد لا يحصى من وضعيات الجسد المتبدلة، المشتركة والشائعة على حد سواء، والتي تستنجد بالمرفقين كركيزة[1].

١- أحيلكم إلى كتابي الأساسي «Ces gestes qui vous trahissent».

لا يستطيع الإنسان الامتناع عن سند رأسه لكي يحتمي من عدم استقرار مناخه العقلي. تسند مسبقاً مرفقيك على ركيزة (الطاولة، المساند) لكي تستعيد استقرارية في موقف متوتر، ولاحقاً تشي ردة الفعل الحركية هذه بالافتقار إلى الحيوية.

لغة المرفقين التنبؤية

اضطر أحد أصدقائي فجأة إلى إشهار إفلاس شركته. شعر وهو عائد من المحكمة التجارية بما يشبه الألم في مرفقه الأيسر. ومن غير سابق إنذار تشكل كيس ماء في هذا الموضع بالذات، وهو آفة تدعى في الطب «زلال المفاصل». والزلال سائل يشبه آح البيض، ويقع ضمن الغشاء الذي يفرش الوجه الداخلي لمحفظة المفاصل المتحركة (المرفقان والركبتان).

يعتبر الألم في المرفق جهاز إنذار. واستناداً لملاحظاتي فالمرفق الأيمن هو موضع القوة السلبية. فوجود ألم غير عادي في هذا المرفق يكشف رفضاً أو عجزاً عن التطور. أما المرفق الأيسر فهو موضع آليات العقاب. وهذا ما يدفعني للقول بأننا لا نشعر بتاتاً بالألم في المرفق الأيسر من دون سبب. وقد يتبأ لنا أيضاً الألم غير العادي في المرفق الأيسر بوقوع حادث. كانت ميلاني تشكو من ألم خفي في مرفقها الأيسر. ذهبت إلى طبيبها وعملت لنفسها صوراً شعاعية فكانت النتيجة سلبية. وبقي الألم مستقراً ولكن مؤلماً. وعندما سئلت عن وضعها الزوجي أجابت بأن ليس ثمة ما يستحق الذكر. بعد نحو ثلاثة أشهر من شعور ميلاني بالألم في مرفقها أخبرها زوجها بوقاحة أنه سوف يتركها ليعيش مع سكرتيرته الشقراء الجميلة التي كان من الممكن أن تكون ابنته. فاختفى الألم بين ليلة وضحاها. لقد كان ضميرها يكبت فشل زواجهما البيّن، وكانت ترفض أن ترى أو أن تتحدث خصوصاً عما كان يستحيل تفاديه. وقد اقترحت عليها قبل أسابيع إمكانية قطع العلاقة العاطفية مع زوجها فرفضت اقتراحي رفضاً قاطعاً. لقد رفضت هذا السيناريو.

وزن فكرة

أي المرفقين تؤثر كي تستريح من عناء التفكير؟ كم تزن فكرة مُشوِشة؟ وكم تزن فكرة إيجابية؟ إن الجواب على السؤالين الأخيرين بديهي: تزن الفكرة المشوشة مرفقين مرتكزين لأنها تحتاج لتدخل النسبة المرضية. أما الفكرة الإيجابية فهي شعور يمدنا بأسباب القوة ويستغني عن مساعدة المرفقين المرتكزين. إنها لا تزن شيئاً. وفيما يخص السؤال الأول حول أي من المرفقين تفضل فينبغي الخيار بين الموضوعية والذاتية. يترجم المستمعون الذاتيون (المرفق الأيسر) ما يسمعونه إلى صور فهم مبدعون. ويحلل المستمعون الموضوعيون (المرفق الأيمن) خطاب الآخر دون الاستعانة بمخيلتهم.

لا إبداع من غير ذاتية. فالمبدع فرد قادر على تخيل الواقع من وجهات نظر متعددة جميعها افتراضية، وهو أهل لأن يسقطها على الواقع. والذاتية هي شكل من أشكال استحواذ الواقع.

يستحوذ المبدع على حدث ما فينقله بصورة افتراضية إلى محيط يبدو له أكثر ملاءمة. أما الموضوعية فهي لا تجيز مثل هذا النوع من الرياضة العقلية.

تعرض مشروعها أمامنا الآن. إنها ليست ذكية فحسب، وإنما جميلة أيضاً وجمالها لا يضاهى. أشعر بالخَوَر كلما التقيت بها أو كلما حضرت معها اجتماعاً. لست للأسف من النوع الذي يُعجبها، فأنا بلا شك مترهل جداً. لقد ولدت قبل الأوان أو أنها ولدت بعد الأوان. أسند ذقني براحة يدي اليسرى وأستند على مرفقي وأحول الحقيقة إلى خيال لاستخدامي الشخصي: فأراها عارية فوق ملاءة سوداء وشعرها الأشقر الطويل مفرود حول وجهها. ترمقني بنظرة وحشية غنية عن كل تعليق. أقترب غير مرّةٍ من هذا الجسد الاستيهامي محاولا عدم الوثوب عليه على الطريقة القوقازية لكي أطيل حلمي، ولكن صوتها يعيدني إلى الواقع: «إذاً يا جوزيف، أنت تصغي أم أنك تحلم؟» أنا؟ من؟ أين؟ كيف استطاعت أن ترتدي لباسها بهذه السرعة؟ إنني مقتنع أنها تتعمد ذلك فهي تقرأ أفكاري وأرى ذلك في عينيها اللتين لا ترحمان. تحيد ببصرها عني وتعود من جديد إلى معروضها، بينما أغرق أنا في أحلامي مستنداً إلى مرفقي الأيسر.

ترتبط الموضوعية أو الذاتية على صعيد الإصغاء بتدخل المناطق الدماغية، هذا لا شك فيه. تتحكم المنطقة الدماغية اليسرى بالجزء الأيمن من الجسد وبالمرفق الأيمن حصراً. يشير المرفق الأيمن إذاً بصفته ركيزة إلى طريقة إصغاء موضوعية. ويشير المرفق الأيسر بصفته ركيزة أيضاً إلى طريقة إصغاء ذاتية. إن استناد الرأس على المرفق لازمة حركية قد تكون متناوبة لدى بعض الأشخاص أو ثابتة لدى البعض الآخر. فالفرد الانطوائي يميل إلى الاستناد على المرفق الأيسر، بينما يميل الفرد الانبساطي إلى المرفق الأيمن[1] ليستند عليه.

المرفق الأيسر

مرفقك الأيسر هو موضع العقاب الذي يعقب الفشل، وهو أيضاً موضع القدرة على الإنجاز. ولا يستغني أحدهما عن الآخر. فما من إنجاز حيوي يكتب له النجاح دون نسبة مهمة من الإخفاقات أو الأفعال التي تأتي بعكس ما يُأمل منها. وما النجاح سوى نتيجة تزاوج بين محاولة وهزيمة، وما الإنجاز إلا نهاية الطريق الطويل المزروع بأنواع الإخفاق كأنها

١- للعلم الانطوائي يتواصل بالآخرين، و الانبساطي يتواصل مع الآخرين. وللمزيد من المعلومات راجع:
«Les Gestes du succès, les mots de la réussite, First Editions».

ألغام مضادة للأفراد. إذا أردت أن تنجح في الحياة فابدأ بالفشل دون أن تعاقب نفسك على هذا الفشل، وسوف تتذوق سعادة الفوز. وإذا أردت أن تفشل فعاقب نفسك بقرع صدرك واتهام نفسك بجميع شرور الإنسانية.

ترمز هذه الحركة الطقسية عند الشيعة إلى الحاجة إلى التضحية، وما هي سوى وجه من أوجه الفشل المؤسساتي، لا بل مقدسة، يقدسها القضاء والقدر في الديانة الإسلامية المحتجزة كرهينة في أيدي متلاعبين غير مؤمنين.

المرفق الأيمن

والمرفق الأيمن هو موضع القوة السلبية، وقد كان لزاماً أن يُربط أيضاً بالشك وبأخيه الذي يعاديه، وهو الإيمان. يمكن أن يسبب إيمان مجروح اضطراباً وظيفياً من نوع مرفق التنس «tennis elbow» عند فرد لم يسبق له أن أمسك بمضرب التنس مرة واحدة في حياته كلها. ويولّد أحياناً ظهور الشك عند فرد يتصف عادة بالثقة بالنفس ألماً غزيراً غير عادي في المرفق الأيمن. وكما ذكرت سابقاً، يمكن أن يتنبأ لنا الإحساس بالألم في المرفق الأيمن بحادث مدرج في صحائف لا شعور الفرد ولكن شعوره لم يستيقظ بعد. يصاب مفصل المرفق بالعطب حالما تستقر القوة السلبية في الأقنية.

الأصابع

(الإبداع مصدر الذكاء التماثلي)

كانت عشرة أصابع كافية لخلق المجتمع
الإنساني وتلويث كوكب الأرض

تشبه الأصابع عشرة أقزام لجسم عملاق. ولولا هذه الأصابع لكان كائناً اصطناعياً ذا فكر عقيم. تستطيع الأصابع أن تفعل كل شيء: تستطيع أن تهدم أو أن تعيد البناء فهي أدوات رائعة يدين لها الحيوان الناطق بكونه من الأوالي، وهو أذكى من أبناء عمومته بعض الشيء. لو لم تكن اليدان منتهيتين بالأصابع لما كانتا سوى قوائم أمامية صالحة لحمل ثقل الجسم فقط. وعندما نخلط بين اليدين والإبداع فهذا ظلم نرتكبه بحق الأصابع، إذ أن لليدين وظيفة أخرى غير اشتراكهما مع الأصابع في عملية الإبداع كما ستكتشف ذلك في الجزء المخصص لهما.

لغة الأصابع

إلى أين كنا وصلنا في التطور لولا الأصابع؟ إن للأصابع، بالإضافة إلى معانيها الرمزية البدائية التي سوف تجدها في كل جزء من الأجزاء المخصصة لمختلف أصابع اليد، لغة تركيبية ترتكز عليها أسس التشريح النفسي، وهي بلا منازع أغنى من جميع مفردات الحركات التي وردت في هذا الكتاب. تتعدد الحركات التي تلعب فيها الأصابع دوراً إلى ما لانهاية تقريباً بدءاً من الخنصر إلى الإبهام مروراً بجميع المشاركات الممكنة.

وإليك مثال يبين طريقة التفسير التشريحي النفسي: السبابة اليمنى في محاكاتها للشارب فوق الشفة العليا هي حركة مألوفة. ولكن ماذا تعني؟ ترمز السبابة اليمنى إلى إثبات الذات، وترمز الشفة العليا إلى الغضب أو الكذب (انظر الفصل الخامس). فإثبات الذات + الغضب= شعور لا يبعث على الراحة. إنها حركة الرئيس الذي يرفض مشروع مرؤوسه، وحركة الأستاذ الذي يقوّم معارف تلميذه الضحلة، وحركة ناشري عندما أطلب منه سلفة عن حقوق التأليف. إنها تشير في جميع الحالات إلى الغيظ والكدر والغضب. إليك مثالاً رائعاً على التفسير التماثلي الذي يقوم عليه التشريح النفسي.

إذا كان الحدس هو السرعة الضوئية للذكاء الإنساني، فالقدرة التماثلية هي الكفاءة على اجتياز الحدود غير المرئية التي تفصل العوالم الموازية للفكر الإنساني.

ونظراً للأهمية الجوهرية للأصابع في تطورنا، كان من الضروري جداً منحها رمزية مقرونة بالخصائص النفسية المهمة للطبع الإنساني. وهذه الخصائص هي ثمرة ملاحظات عديدة قمت بتعميم معناها باستماعي إلى مرضاي خلال عشرين سنة على صعيد التحليل الشفهي وغير الشفهي، ولا سيما بربط الأصابع بمنظومة الخواتم. يشكل تماس الأصابع مع بقية الجسد مجالاً للملاحظة ذات غنى لا مثيل له، ولا سيما عندما نقرنها بالخطاب الشفهي أو بالتجربة التي عايشها الفرد في محيطه.

إنها تحك باستمرار منخرها بسبابتها اليسرى وتطمئنني بأن ليس عندها شهوات. إن السبابة اليسرى هي إصبع الغيرة، والأنف هو أداة حاسة الشم أو المهارة. يشي هذا الهوس الحركي بكرم زائف صادر عن غيرة حقيقية. ولكن كيف يكون ذلك ممكناً؟ فهي على درجة عالية من التفاؤل والتوافق والإيثار والجهوزية! إنها موافقة دائماً مع الجميع. وعندما احتجت أن تؤدي لي خدمة ولّت الأدبار من دون الحاجة إلى الاعتذار. وأتاحت لي وجهة نظر أخرى الوصول إلى هذا التصنيف الذي هو من بين التصنيفات أثمنها: تصنيفات الأصابع المتعددة الرضوض. إليك بعضها بإيجاز لأوضح لك طريقتي. كان عند جان بيير هوس غير

معقول بتشويه الذات فقد كان يقرض جلد إبهامه الأيمن حتى العظم. ليس الأيسر وإنما الأيمن حصراً. عندما جاء إلى عيادتي لكي يتخلص من هذا الدافع، توصلت إلى الاستنتاج بأن هذا التشويه ناتج عن عجز جنسي حقيقي. كان بالطبع قد نسي أن يكلمني عنه في الجلسة الأولى، واعترف بالأمر على مضض. لقد أتت هذه العنة على التقدير الذي كان يكنه لشخصه. كان جان بيير ناجحاً جداً على الصعيد المهني، ولكنه فشل فشلاً يرثى له على الصعيد الزوجي. وقد تزامن ظهور عنته مع هوسه الوحشي بعد انفصاله عن زوجته. وفي جعبتي أمثلة علاجية كثيرة تتعلق بالإبهام الأيمن، وجميعها مقرونة بانعدام الحوافز العميقة أو بجنسانية معاقبة. لننتقل الآن إلى السبابة اليمنى من باب التغيير.

كانت جاكلين تعمل محامية في مدينة بوردو. جاءت ذات يوم تستشيرني من أجل تسوية نزاع مع والدها، وهو محامٍ أيضاً لكنه متقاعد. كانت جاكلين تمارس المحاماة دون أن تكون مولعة بها، إنما لكي تكسب عيشها فقط. كانت تحلم بمصير آخر عندما أجبرها والدها على دراسة الحقوق. وقد برر مطلبه هذا بنجاح مكتب محاماة العائلة وبكونه لم يرزق بابن لكي يخلفه. فخضعت جاكلين لحكم والدها وسارت على خطاه. دُهشت لتعرضها للسقوط غير مرّةٍ في غضون سنة كاملة فقررت أن تسمع رأيي وتحاول أن تفهم سبب هذه الحوادث.

كانت جاكلين قد سقطت أربع مرات وكانت في كل مرة تكسر سبابتها اليمنى. قدمت لها تفسيراً تشريحياً نفسياً لما حصل فبدا عليها التأثر الشديد. ترمز السبابة اليمنى لصورة الأب، وترمز للسلطة وإثبات الذات. فكيف يستطيع المرء أن يثبت ذاته إذا كان نسخة عن والده؟ ومنذ ذلك الحين قامت جاكلين بتسليم مكتب والدها إلى زميل لها وانتسبت إلى الجامعة، كلية الفلسفة.

والسبابة اليسرى؟ كانت فرنسواز تبلغ من العمر ثمانين سنة تقريباً. كانت امرأة قوية متزوجة منذ خمسين سنة من رجل جذاب ولكنه يخونها باستمرار. وكان زوجها الطيار يصغرها بعشر سنين. أصيبت فرنسواز بتكلس السلامى الأخيرة في السبابة اليسرى فكان إصبعها يبدو على شكل العدد ٨. وكانت، من جهة أخرى، توجه دائماً سبابتها باتجاه زوجها عندما تريد التعبير عن رفضها لادعاءاته الكاذبة بخصوص طيشه ومجونه.

ترمز السبابة اليسرى إلى التملك والغيرة، وهي في أغلب الأحيان أول من يتأثر بالخيانة الزوجية أو بموت عاطفة الشريك. وليست حالة فرنسواز هي الحالة الوحيدة التي لاحظتها، وإنما هناك حالات عديدة وغريبة على حد سواء، ولم يكن الأطباء يعرفون منشأها فغالباً ما كانوا يشخصونها على أنها بحق التهاب مفصلي مزمن.

جميع الأصابع معاً.

السيدة س... امرأة في الأربعين من عمرها، وتتحدر من مدينة Liège في بلجيكا. وقد أثارت هذه المرأة اهتمامي بالرمزية التشريحية النفسية. كانت تعاني من التهاب مزمن في مفاصل أصابعها، وكان هذا الالتهاب على درجة كبيرة من الخطورة لا سيما أنها كانت مضطرة أن تعمل خادمة في البيوت لكي تكسب عيشها. ولم يكن من حقها التوقف عن العمل منذ عدة سنين، كما أنها لم تكن تستفيد من أيّ مساعدة اجتماعية. كانت أصابعها ملتوية وتؤلمها باستمرار. تابعتها لمدة ثلاثة أشهر تقريباً قبل أن تخبرني بعجزها المادي عن مواصلة العلاج. فاقترحت عليها حلاً لم تتوقعه: طلبت منها أن تدفع لي أجري رسومات مائية. لم يسبق لها أن رسمت في حياتها من قبل، ولكنها كانت قد باحت لي بحلم طفولتها المتكرر، وهو أن تصبح فنانة مشهورة في الرسم. لن أنسى ما حييت اللوحة المائية التي سددت بها أجرة علاجها في الأسبوع التالي. كانت خلفية اللوحة ذات لون بنفسجي باهت، وقد رسمت في وسطها فراشة جاثمة على غصن صغير وجناحاها مبسوطان. كانت الفراشة تبدو حقيقية بحيث اعتقدت لأول وهلة أنها عمدت ببساطة إلى إلصاق فراشة في وسط اللوحة. لقد رسمت الفراشة بدقة متناهية أثارت دهشتي وإعجابي. وفي الشهور التالية أنجزت بموهبة فريدة عشرات اللوحات التي تمثل رسومات لحيوانات. وتجدر الإشارة إلى أنها شفيت شفاءً تاماً من التهاب مفاصل أصابعها.

لقد استيقظت موهبتها فبرئت من مرضها. احتفظت برسوماتها إلى نهاية علاجها النفسي الذي قمنا به سوية. ثم قمت بإعادتها لها فوجدت على الفور من يشتريها منها بين العاملين في مركز الأبحاث التشريحية النفسية الذي كنت أعمل فيه وقتئذ. وعندما رويت هذا الحادث لأحد أصدقائي من الأطباء رفض أن يصدقني، وكان أخصائياً بالتهاب المفاصل. إن أصابع اليد هي الموضع الرمزي لكل إبداع، وهذا الإبداع هو مصدر تقدير الذات والإيمان بمواهبها.

رمزية الأصابع

للأصابع معنى رمزي أساسي، فكل واحد منها مرتبط باستعداد جوهري. وهذه الاستعدادات هي مصدر الإبداع الذي لولاه لما كان الإنسان. يتعلق كل إصبع من الأصابع بمجال مفضل ضروري جداً لتحقيق الذات.

الإبهامان

الإبهام الأيسر: هو إصبع اللذة بالمعنى الشامل للكلمة. ويمكن أن نقرن به الخيال والحلم والإبداع والشهوانية، وترتبط هذه النماذج المعيارية ارتباطاً وثيقاً بالانفعالات وبالمخ الأيمن الأنثوي أوYin: النصف الأيمن من الكرة المخية ويسمى المخ الوجداني أو المخ اللمبي المعروف بالمخ الانفعالي.

الإبهام الأيمن: هو إصبع الرغبة، ووجهاه الرئيسيان هما الحفز والجنسانية (أمور الجنس). تنشأ كل رغبة من إعداد فكري أو من حساب عن دراية. والميزة الثانوية للرغبة هي اللذة. يرتبط التعبير عن الرغبة بالمخ الأيسر، المخ الإدراكي ولكن مع إسهام انفعالي كبير للمخ اللمبي.

السبابتان

السبابة اليمنى: هي إصبع الكينونة وإثبات الذات والسلطة الأبوية وضبط النفس أو طاقاتها الكامنة والسلطة.

السبابة اليسرى: هي إصبع التملك والاندماج والأرضية وسلطة الأم والحيازة أو الغيرة وخصوصاً الميل.

الوسطيان

الوسطى اليسرى: هي إصبع النرجسية وتقدير الذات وصورة الذات أو الصورة العامة.

الوسطى اليمنى: هي إصبع التنظيم النفسي والاستعدادات الفكرية، وهي إصبع التفكير بامتياز وإصبع الثقة بالذات وبقناعاتها حتى لو كانت أفكاراً مبتكرة.

البنصران

البنصر الأيمن: هو إصبع الإرادة والآليات والتصميم والثبات والمواظبة.

البنصر الأيسر: هو إصبع الانفعالات ولكنه أيضاً إصبع الهوى.

الخنصران

الخنصر الأيمن: هو إصبع الطموح والزهو والمستقبل والفضول، وهو إصبع يلقي بظلاله.

الخنصر الأيسر: هو إصبع الذاكرة والجذور والطفولة، وهو إصبع يتذكر، وهو أيضاً الإصبع الذي يرمز إلى الموهبة الموروثة.

قفا اليدين

(خبث وارتجال)

الخبثاء قادرون على الارتجال ولكن الارتجالين
ليسوا دوماً على درجة كبيرة من الخبث

أشعر بحكة في قفا يدي اليسرى. أحك بقوة عدة مرات متتالية إلى أن يظهر احمرار مثير للشبهة على سطح الجلد يكاد يكون طفحاً ورودياً. إنني في هذه اللحظة أصغي إلى شكاوي أحد الأصدقاء الذي يشغلني بمشكلاته. وليس عندي حل لأقدمه له على طبق من ذهب. وينبغي أن أعثر على كلمات أو فكرة أو تشخيص من أي نوع كان لكي أطمئنه وأتخلص منه في ذات الوقت، إذ أنه يعتمد علي! إن الأشخاص الذين يعتمدون عليك ويؤكدون لك ذلك بتلك الصيغة الشفهية هم أصدقاء مزيفون. يستيقظ حس الارتجال عندي على حين غرة، وتزداد الحكة في قفا يدي اليسرى. أنطلق وتنطلق الكلمات من تلقاء ذاتها. لقد بدأت آلية الارتجال بالعمل. يتوقف الحك في قفا اليد فقد عثرت على الوسيلة التي تخلصني من نياته السيئة كما فعل «عقلة الإصبع» في قلب الغابة.

حس الارتجال

ترمز قفا اليد اليسرى إلى حس الارتجال. يقوم كل شيء في التشريحي النفسي على الملاحظة والسياق. أنظر إلى الفنان الهزلي وأتشرب لعبته المسرحية وما يرافقها من حركات. ثم ألاحظ حك الفنان لقفا يده اليسرى وأعلم أنه يرتجل تبعاً لردود فعل الجمهور مرة، مرتان، عشر مرات!

أنتهي مع مرور الوقت بأن أحفظ هذه الحركة في زاوية من زوايا ذاكرتي. ليس ثمة ارتجال ممكن دون إلهام يُوقظه. إن الارتجال هو تعبير وحشي عن الحرية المبدعة، بل هو شكل من أشكال جنوح الأفكار الهادف إلى زعزعة النظام القائم. وهو غريزي كما هي غريزة البقاء على قيد الحياة التي تتحكم به. إن المخططين الحربيين ارتجاليون كبار، وكذلك الخبثاء. وهذا ما يدفعني إلى الاعتقاد بأن حس الارتجال هو ميزة قريبة جداً من الذكاء العملي للثعلب في الحكاية الخرافية.

الخبث

– عندما كانت فرنسا ما تزال البلد الذي
يعيش فيه أهل اليمين وأهل اليسار عيشة
مترفة

ترمز قفا اليد اليمنى إلى الخبث أكثر من قفا اليد اليسرى. غالباً ما كنت ألاحظ أن رجال السياسة المجربين والخبثاء المحنكين يحكّون قفا اليد اليمنى قبل أن يردوا على معارضيهم. وكان أشهرهم يقلد هذه العُرّة باستمرار كلما حلّ ضيفاً على برنامج تلفزيوني. ألم تحزروا من هو؟ كان يحب الورود الحمراء، وكان اسمه الأول فرانسوا، وكان فيما مضى رئيساً للفرنسيين عندما كانت فرنسا ما تزال البلد الذي يعيش فيه أهل اليمين واليسار عيشة باذخة. استعاد بعض السياسيين الحاليين هذه العُرّة، وهم يدأبون عليها أحياناً في جدالهم على شاشات التلفزيون. لا بد من القول أن السذج لا يشتغلون بتاتاً في السياسة، وكذلك المثقفون. وهذا ما يدفعني إلى التفكير بأن هاتين الفئتين لا تشكلان سوى فئة واحدة. الخبثاء يمتهنون السياسة و/أو الأعمال، أما المثقفون فيمتهنون السذاجة. لكل دينه!

السبابتان

(الميل أو إثبات الذات)

لا يمكن للكلمة أن تثبت وجودها إلا إذا كانت
في جملة فعيلها هو أن يُسند إليها معنى

الجسد أرضية في حركة دائمة، وحجم لا يثبت في مكانه، ومجموعة من الجزيئات التي تعبر عن ذاتها بانفجار من الحركات المختلفة والمتنوعة، والقسم الأكبر منها مجرد من المعاني تماماً. إنها مجموعة من التشبرات التي لا تتوافق إلا مع الحاجة لأن تضفي على الكلام مجسماً حركياً وإطاراً انفعالياً، إذ إن كل حركة من حركات الجسد هي ترجمة لارتكاس انفعالي دون أن يكون لهذا الارتكاس معنى. وتصبح الحركة لغة عندما تتكرر دائماً بنفس الطريقة وفي نفس الإطار. فالجسد هو أرضية لعبة الحركة.

تضع سبابتها اليسرى تحت شفتها السفلية وترمقني
بنظرة حرد مع كبرياء.

تعتبر هذه الحركة محاكاة سيئة للفتيات اللواتي يظهرن على صفحات مجلة Public «أريدك بكليتك لي»، ذلك هو معنى هذه الحركة الشائعة في نوادي الرقص الفخمة. ترمز السبابة اليسرى إلى التملك، وترمز الشفة السفلية إلى الجشع. وقد سبق أن تكلمت في العديد من مؤلفاتي عن الدور الجوهري الذي تلعبه السبابة مع الإبهام أو من دونه، أو مع بقية أصابع اليد. وأرى أنه من الشائق أن أتكلم بالتفصيل عن بعض الجوانب الفريدة التي لم أتكلم عنها في مكان آخر إلا بشكل عابر كالطول المورفولوجي المتغير للسبابتين. ولكن لنبدأ أولاً بالمعاني الرمزية لإصبع الطوارئ التحتكلامية.

هو يستلّ سبابتيه كمن يطلق ست طلقات باتجاه خصمه
ليصرعه.

تنتمي هذه الحركة إلى اللغة الاستعارية للعدوانية الاجتماعية، والذي يؤدي هذه الحركة هو Philippe de Villiers، زعيم المعارضين، والملقب بـ «le Fernandel des Vendéens»[1]، وهو مشهور بعدوانيته الشفهية وبتأففه الدائم. افترضت دائماً أن السبابة اليمنى ترمز إلى سلطة الأب والسبابة اليسرى إلى سلطة الأم. وتمثلان معاً تمثيلاً رمزياً الأنا الأعلى (صورة الأبوين مندمجتين في الأنا) الذي يضطلع بدور حماية القيم المكتسبة وحماية شخصك من الاعتداءات التي تأتي من البيئة أو من أعماق شعورك الاستبطانية. ولكن للسبابتين قيمة أخرى مهمة جداً من أجل حفظ التوازن النفسي. يجد كل كائن إنساني نفسه مرغماً كل يوم على القيام بخيار تبعاً للأحداث. وهذه حقيقة تجعل من السبابتين الموضع المركب لكفاءة الاختيار بين الكينونة وبين التملك.

الكينونة أو التملك؟

لا كينونة من دون قلق ولكن التملك ليس كافياً
لأن نكون.

يجب على كل كائن إنساني فاعل أن يقوم بخيار يسبق الفعل الذي يفكر القيام به: الفعل من أجل الكينونة أو من أجل التملك. وهذان المعياران متعارضان ولكنهما متكاملان تكاملاً تاماً كما سوف ترى لاحقاً. السبابة اليمنى أم السبابة اليسرى؟ ينتهي الميزان الذي

١- ممثل كوميدي فرنسي - (مترجم).

يتأرجح من اليمين إلى اليسار خلال مرحلة الطفولة أو المراهقة بأن يميل إلى هذه الجهة أو تلك: إلى «الكينونة» أو إلى «التملك» ولكن ليس إلى الاثنين معاً، إلى أن يتوصل الراشد إلى التوازن التام بين الكينونة والتملك. هذا إن توصل إلى ذلك، إذ في هذا الموضع يكون سر توازن الأهواء التي ليست سوى محرك لأفعالنا وخياراتنا الحيوية. إن السبابتين إصبعان مقدسان لأنهما يرمزان إلى النصفين (الأب والأم) اللذين حققا الكيان. «باسم الأب والأم والابن (أو الابنة) آمين»، ذلك هو ابتهال الروح في محراب الجسد. وذلك هو حجر الفلاسفة في ديانة الجسد.

تتوافق الكينونة مع السبابة اليمنى، ومع رسالة صورة الأب: «أثبت ذاتك وستكون رجلاً يا ولدي!». ويتوافق التملك مع السبابة اليسرى، ومع رسالة صورة الأم: «امتلكي وستكونين في أمان يا ابنتي!». فمن يبصم على الرسالة الوجودية من ذكر أو أنثى سوف يتمثل بصورة الأب. ومن يبصم على الرسالة الأمنية سوف يتمثل بصورة الأم. من يمتلك كل شيء يريد أن يكون أخيراً - «كنت أتمنى أن أكون فناناً» -، ومن يحقق وجوده يريد الحصول على الأمن المادي الذي يفتقر إليه - «يا ليتني كنت غنياً!» ولكن هل يمكن للمرء أن يكون من دون أن يملك؟ وهل يمكن للمرء أن يملك من دون أن يكون في نظر نفسه؟ من يظن أنه كائن مفتخراً بما يملك فهو فرد زائف (قوقعة فارغة على مستوى الشخصية). ومن يظن أنه يملك لأنه يعي كينونته فهو يخلط بين حب الذات وبين الماء المنعش. وهذا يبرهن برهاناً أكيداً كما هي الحالة دائماً بأن لا أحد من المعسكرين يمتلك الحقيقة. فالكينونة والأمن المادي لا ينفصلان عن بعضهما البعض.

غرابة مورفولوجية

لقد سبق أن تحدثت بإيجاز عن طول السبابتين، وهي ظاهرة مورفولوجية غريبة لا تفسير لها. لا تحتل السبابة على الرغم من أهميتها سوى المركز الثالث بين الأصابع من حيث الطول فهي أصغر من الوسطى أو من البنصر، ولكنها تحتل عند ٢٢٪ من الرجال و ٤٥٪ من النساء المرتبة الثانية من حيث الطول في إحدى اليدين على الأقل، مخلفةً المرتبة الثالثة للبنصر. وقد ذكر د. موريس هذه النسب، ولهذا الاختلاف تبعاً للجنسين دلالة ولكنها ما تزال سراً.

السبابة اليمنى أقصر= المواظبة

إذا كانت سبابتك اليمنى أقصر من بنصرك الأيمن فقد يعني ذلك أنك تتصف بالثبات والمواظبة أكثر مما تتصف بالكبرياء.

وإذا كان هذا الفرق في الطول عائد إلى الوراثة فإن ذلك لا يغير شيئاً من التفسير الذي أقترحه. تتصف بعض العائلات بالثبات، ويتصف بعضها الآخر بالكبرياء (السبابة اليمنى أطول).

السبابة اليمنى أطول = الكبرياء

إذا كانت سبابتك اليمنى أطول من بنصرك الأيمن أو مساوية له في الطول فسوف تجاهر بكبريائك أو سوف تسعى إلى إثبات وجودك في كل مناسبة. وسوف تكون أكثر مراوغة أو تلاعباً. عندك الغاية تبرر دائماً الوسيلة. وإذا تزعمت فسوف تكون سيداً مطلقاً ومستبداً أحياناً من أجل استكمال نجاحك. إن من يتصف بطول سبابته اليمنى يعيش ويحب ويتزوج أحياناً تبعاً للمهنة التي يمارسها. وقد عرفت البعض منهم خلال مغامراتي كمعالج نفسي. ولطالما أثارت هذه الغرابة المورفولوجية دهشتي. إنهم مناضلون يتصفون بمقاومة حيوية كبيرة.

السبابة اليسرى أقصر = الوجدان

بما أن السبابة اليسرى أقصر من البنصر الأيسر فإن أول ملاحظة تستوقفنا هي أن البنصر الأيسر يكون في أغلب الأحيان أطول من البنصر الأيمن عند غالبية النساء. وترتبط هذه المقارنة بفرق المستوى الموجود بين السبابة والبنصر في كل يد. وقد يعني هذا أن معظم النساء هن أشد وجدانية وإيثاراً وأقل غيرة وأنانية. وتصلح هذه الحقيقة طبعاً للجنسين. ينحصر قصر السبابة اليسرى من الناحية النظرية بأفراد عاطفيين عندما يحبون، ومخيفين عندما يكرهون، لذا ينبغي تجنب خيانتهم. وهذا ما يفسر لماذا يكاد الطلاق يؤدي دائماً إلى نزاعات يستحيل حلها. من السهل التثبت من هذا الأمر إذ أن معظم المواطنين الغربيين يمتلكون سبابة يسرى أقصر من البنصر الأيسر. لا أعلم ما هي النسب في المناطق الأخرى من المعمورة، ولكنني على ثقة بأن القيام بدراسة حول هذه الاعوجاجات المورفولوجية من شأنها أن تفضي إلى رؤية أنتروبولوجية جديدة عن التطور.

السبابة اليسرى أطول = الغيرة

سجلت مع مرور الزمن ملاحظة أخرى، وهي أن السبابات اليسرى الطويلة تنتمي إلى أفراد أكثر اندماجية بدرجة كبيرة، وينجحون عموماً على المستوى العاطفي بصورة أفضل من أصحاب السبابات القصيرة. إنهم بالضرورة أكثر استئثاراً. إنهم متطرفون في الحب، وشريكهم يسكن دائماً في داخلهم. لا يتعلق الأمر بالطبع إلا بسلسلة من الملاحظات التي لا يمكن تأكيدها إذ أنها لا تستند إلى بيانات إحصائية كافية. من الممكن امتلاك سبابة يسرى أطول من البنصر الأيسر، وسبابة يمنى أقصر من البنصر الأيمن: فرد اندماجي يتصف بالثبات، والعكس بالعكس، أي سبابة يسرى أقصر من البنصر الأيسر، وسبابة يمنى أطول من البنصر الأيمن: فرد إيثاري ولكنه يتصف بالكبرياء.

الأصابع المتساوية

ونجد أيضاً التساوي في الطول بين السبابتين والبنصرين ولكنه أكثر ندرة. قد يشير تساوي السبابة اليمنى مع البنصر الأيمن في الطول إلى شخص يتصف بالثبات والتطرف في آرائه. وهو ذو إرادة في النجاح لا تفتر. وقد يكشف تساوي السبابة اليسرى مع البنصر الأيسر في الطول عن فكر حسود وعن رفض الالتزام الذي غالباً ما يحول بين الفرد وبين تقدمه في الحياة. وبما أننا لا نستطيع الاستنجاد بالجراحة التجميلية للتخلص من هذا الاعوجاج في الأصابع فحسبنا أن نعي هذه الإعاقة لننجح في التغلب على الشك والعثور على الإيمان بالنفس الذي نفتقده. ويمكن أيضاً أن نكسر بصورة لا إرادية الإصبع المجرّم. أؤمن إيماناً قوياً أن لا شيء موسوم بالحديد المحمّى، وأنه لا يوجد جبل هو من العلو بحيث يستحيل اجتيازه.

والآن حان دوركم. لاحظوا بناصركم وقارنوها مع سباباتكم. فماذا تكتشفون؟

إنه لمن المثير بالطبع إجراء هذا التحليل على نسبة معينة من الأفراد. ومما يؤسف له هو أن لغة الجسد لم تدخل بعد الأكاديميات التي لا يمكن من دونها القيام بأيّ دراسة جدية. لقد أقمت الدليل على وجود لغة حركية من خلال مجموعة من اللازمات الجسدية والحركية الثابتة كمصالبة الذراعين، أو المتناوبة كالساقين المتصالبتين[1]. ولكن الأمر ينطبق على جميع تقنيات الملاحظة بوصفها اختراعات تهدف إلى تحسين الحياة اليومية. إن ما يلزمنا هو لقاء من النوع الثالث بين الحاجة إلى التقنية وبين مجموعة من الأفراد الذين يدافعون عنها بحماس منقطع النظير.

إصبع إثبات الذات

تثبت الأنا ذاتها عندما ينتفي الشك

السبابة اليمنى: هي إصبع إثبات الذات والسلطة الأبوية، وهي الإصبع وجود الكائن. والقدرة على الاختيار هي أيضاً القدرة على اتخاذ القرار. نملك جميعاً الحرية في اختيار معسكر دون آخر، ولكن يفضل البعض منا أن يتركوا هذا الخيار لشريك حياتهم، أو لرئيسهم، أو للمصادفة. فهم أفراد يُرهنون قراراتهم لأنهم يفتقرون إلى السلطة. إنهم يخافون أن يثبتوا ذاتهم: «أريد أن أذهب إلى هناك ولكن ينبغي في البداية

1- راجع First Editions Les gestes du succès et les mots de la réussite.

أن أستأذن أبويّ، أو زوجتي، أو رب عملي، إلى آخره...» لا يتحمل أصحاب السبابة اليمنى مسؤولية خياراتهم، لذا لن يكونوا بتاتاً مسؤولين عن الأخطاء المحتملة التي قد تنتج عن هذه الخيارات. إن رابط السببية هنا واضح جداً، وهو أن القدرة على الاختيار هي مسؤولية يخشونها. أما فيما يخص السيطرة على الذات فلا يعرفونها إلا من بعيد.

خطف الأضواء

إثبات الذات طريق إلى فعل النظر

يشبه إثبات الذات البحث عن الكأس المقدسة الذي يقترحه الأخصائيون في نمو الشخصية كعلاج سحري للخجل. لا يعني إثبات الذات احتلال مقدمة المسرح أو سرقة الكلام من الخصم، إنه قبل كل شيء اختطاف المرء للأضواء وإثبات وجوده في نظر الآخرين دون الحاجة إلى تضخيم الصوت أو تحريك سبابته اليمنى على الرغم من أنف محاوره. وهذا ما يعجز أساتذة نمو الشخصية عن تقديمه لتلامذتهم. إذ أنه لكي تخطف الأضواء من خصمك ينبغي أن تتعلم الصمت وأن تدع الكلام للجسد وخصوصاً للعيون. كتب جان ديديه فنسان يقول: «إن النظرة هي حركة تصدر عن العينين». يتطلب منك تعلم كيفية المحافظة على هذا السلاح الحركي الذي هو النظرة عملاً حركياً طويل الأمد، ولكنني لا أخفي عليك أن النتيجة أكبر بكثير من عناء العمل. إن أول شيء يجب على محاوريك أن يروه فيك هو عيناك أيا كان جمالهما أو لونهما. فإذا توصلت إلى هذه النتيجة يصبح إثبات ذاتك أمراً واقعاً، ولكن لكي نلمح نظرتك أولاً عليك أن تتعلم الصمت ولا سيما عندما تحس برغبة شديدة في الكلام.

إصبع الميل

يظاهر الميل مع امتصاص الصدمة

ترمز السبابة اليسرى إلى التملك وتتطابق مع صورة الأم، ومشاعر الغيرة، ومع الحاجة إلى الحيازة من أجل الشعور بالأمن. وهي أيضاً إصبع الميل الذي يركز فيه الفرد طاقته قلباً وقالباً.

ينتمي الميل في الأصل إلى التملك على الرغم من أنه يتيح للفرد إثبات ذاته فيما بعد. ولا ينتقل هذا الميل عن طريق سلالة الأم فحسب، وإنما ينبغي التصديق بأن ولادته مرتبطة

جزئياً بأقنية الأم العاطفية. الميل هو استعداد مسبق، وهو غالباً ما يحدد إن لم يكن دائماً اختيار المهنة. على أن هذا الاختيار ليس واضحاً على الدوام كما عند ابن عمك الذي أصبح باحثاً بدافع الميل البحت، أو كما عند ابنة عمتك التي نذرت نفسها للرب وترهبت. من الممكن أن يكون لديك ميل نحو الأدب وتصبح بائعاً للكتب أو ناشراً أو متخصصاً في الوثائق دون أن تشك لحظة واحدة أنك لم تكن موفقاً في اختيارك لمهنتك بسبب الوضع الأمني الذي كان يسود جو العائلة.

يجب أن تتقلب في مهن مأجورة لكي تستطيع التفكير في حياة مستقرة. ولكن إلى جانب رسالة الأمن هذه، يحدّ القوت الوجداني الذي تقدمه الأم من حرية الاختيار. لقد تأكدت بما يدع مجالاً للشك أن موضوعاتك الإنشائية كانت مختارات حقيقية في الأدب، ولكنها أوحت لك أن مهنة الكاتب ليست مهنة جدية.

المرشحون كثيرون والمُنتخَبون قليلون! وهذا صحيح في الواقع. ولكن الأبواب المؤدية إلى أحلامك السرية للغاية كانت موصدة في وجه الموهبة التي استدعيتها. وهكذا جانبت قَدَرَاً غير محقق لم يكن ينتظر سواك. اطمئن فأنت لست الاستثناء الذي يؤكد القاعدة وإنما القاعدة التي تؤكد الاستثناء. يولد كل فرد ومعه ميل أو أكثر في حالة الكمون، فتجد هذه الميول متنفساً لها أو لا تجد وفقاً لنوع الحياة التي تختارها. وتُحكم بعض هذه الميول سيطرتها فتدفعك للانتقال إلى الفعل على الرغم من أنفك. والعناصر التي توقظ الميل هي صدمات انفعالية، أو وجدانية قوية، وهي ليست دائماً ممتعة (حداد، حادث سير، طلاق، إفلاس، تغيرات من كل جنس ونوع). يظهر الميل مع امتصاص الصدمة (القدرة على إعادة بناء الذات بعد صدمة قوية). إن أصحاب السبابة اليسرى مُبعدون عن ميولهم. وغالباً ما يهدرون وقتهم في لعب أدوار لا تلائمهم ملائمة تامة.

للتذكير

إذا كان حديثك مصحوباً بتحريك سبابتك اليمنى فأنت بحاجة إلى إثبات ذاتك. وإذا كان حديثك مصحوباً بتحريك سبابتك اليسرى فأنت بحاجة إلى إقناع نفسك أو محاورك الماثل أمامك. يمكننا أيضاً أن نستنتج أن الأول يخاف ألاّ يكون على المستوى المطلوب (السبابة اليمنى)، وأن الثاني يحاول التخلص من شكوكه (السبابة اليسرى).

اليدان

(التواصل)

اليد هي التي صنعت المجتمع

تستجوب اليدان الدماغ قبل أن تنتقل إلى الفعل. تسأل اليد اليمنى لماذا؟ وتسأل اليد اليسرى كيف؟ لماذا ينبغي فعل ذلك؟ وكيف نفعله؟ تنسب العبارة التالية إلى كانط: «اليد هي الدماغ الخارجي للإنسان». يحضرني هنا جان ديديه فنسان[1]: «إن هذه اليد مع إبهامها الذي يتعارض مع بقية الأصابع هي الشريكة التي لا غنى عنها في تطور القشرة الدماغية الجديدة للإنسان». ويرى أ. فيلوننكو إنه «في داخل هذه القشرة يتشابك السبب والكيفية...».

المكان - الزمان

يتمدد الزمن أو ينكمش تبعاً للطريقة التي نشغله بها.

ترمز اليد اليمنى إلى الزمان، وترمز اليد اليسرى إلى المكان أو الحجم الذي يشغله الفرد في هذا المكان. ويرتبط هذان البعدان في فكرنا ارتباطاً وثيقاً بصورة الأبوين. الزمن ظاهرة خطية لا تتغير ولا تتبدل، تسير من الماضي إلى المستقبل دون أن تحيد عن مسارها. يرمز المكان إلى اللا متناهي في الانفعال أو إلى الحجم الوجداني. وتُقرن صورة الأب بالزمن الذي يمضي وبالمخ الأيسر الذي يعنى بتقديرها الموضوعي.

تدوم الدقيقة ستين ثانية على وجه البسيطة برمتها. يرمز المخ الأيمن إلى صورة الأم، ويعنى بمعنى المكان. تعادل الدقيقة قرناً أو مليون سنة في الزمن الكوني. تتمتع اليد اليمنى بحس المسافات المقطوعة أو التي سوف تقطع، بينما تتمتع اليد اليسرى بحس الحجم الذي نشغله في المكان.

1- Le coeur des autres, Jean Didier Vincent (Plon).

استكشاف، إبداع، تواصل

اليدان لهما السيمافور[1] الضروري جداً لتوصيل الرسالة

تستطيع اليدان أن تطال كافة الأجزاء التشريحية من جسد الإنسان أو تكاد. وهما أداتان مثيرتان للإعجاب، فحركتهما وزاوية دوران الذراعين وطول الأصابع ومقدرتها على الإمساك يجعل منهما أداة تكيف تامة جداً. ووظائفهما الأولية هي الاستكشاف والإبداع، أضف إلى أنهما الأداة الجسدية الأساسية للتواصل غير الشفهي.

تتدخل اليدان في عدد لا حصر له من المشاهد الحركية غير الإرادية. ولا يضطلعان فيها دائماً بالدور الأول ولكنهما تظهران بذكاء في جميعها تقريباً. إنهما قبل كل شيء الموضع الرمزي لكل تواصل بين الناس. وهذا الزعم هو من الصحة بحيث يكاد يستحيل على الغالبية العظمى من الناس أن تنجح في الإقناع دون الاستعانة باليدين، كما لو أن الكلام ليس واضحاً بالقدر الكافي ليفهم من الوهلة الأولى. تُغلّف اليدان الكلمة، وتضع الفواصل بين الجمل التابعية، وتحوي الجمل وتسند الانفعالات، فهما السيمافور الضروري جداً لتوصيل الرسالة. وتنقلان أيضاً رسالة مزدوجة لا يقدر على فهمها إلا قلة قليلة. إن اليدين منبع الحقيقة التي تُحرج جميع الكذّابين. هو يستعمل يديه المستقطَبتين ليعبر عن فكره. تسير يداه بشكل موازٍ من اليسار إلى اليمين ثم من اليمين إلى اليسار كما لو أنه يمسك كرة بين يديه. لا فرق عنده بين اليسار واليمين الفرنسي. تصاب قدرتنا على القراءة باضطراب غير لائق طالما أن الحديث يدور حول Jack Lang، وهو أحد أقطاب الحزب الاشتراكي. الحق يقال إنني أراه في صف الأحزاب اليمينية.

تلخص اليدان الجو العقلي للمتحدث دون أن تكترث بطبيعة مواقفه الشفهية. إن ما يقوله اللسان شيء وما تعبر عنه اليدان شيء آخر. فهل ارتكب الجسد خيانة؟ لا يشاطر الجسد الفكر في وجهة نظره دائماً. فالطريقة التي تنفذ اليدان بها دورهما هي تأشير نية ولازمة حركية في وقت واحد. على العموم تتابع اليدان بصفتهما تأشير نية محددة الكلام وتكون بمثابة السند له. وتكشفان أحياناً عن غش شفهي واضح وتشيان بموقف يتمنى المتكلم أن يحتفظ به لنفسه.

«إني أجده رائعاً»، يقول النجم بإعجاب عن «صديق عزيز جداً»، ويتنافسان على الشاشة الصغيرة على الرغم من كل شيء. هي تحرك يديها باتجاه الأسفل لكي تخفف بلا

١- السيمافور : اللغة البصرية.

شك من غلوائها الشفهي. ويقول Partick Fiori بطرف شفتيه: «كلا! كلا! كان ذلك رائعاً!» ليعتذر عن عدم سماعه الأداء الموسيقي السيئ الذي قدمته Elodie الفائزة في برنامج ستار أكاديمي ٣. تدفع يداه بكلماته نحو الأسفل. يا لها من نبرة تدل على الإنكار! لا تنسَ بتاتاً أن تراقب يدي محاورك وسوف تجنب نفسك الكثير من خيبات الأمل. ونظرة سريعة الآن تأتيك بالفائدة.

درس في حركات اليدين

تغلّف اليدان الكلمة وتضع الفواصل بين الجمل التابعة وتحوي الجمل وتدعم الانفعالات.

غالباً ما يتحدث الفرد الإيثاري ويداه مبسوطتان وراحتا يديه متجهتان نحو الأعلى كأنهما تقدمان قرباناً. إنهما تعبران عن الانفتاح الفكري. ويوجه الفرد الإنكاري بالأحرى يديه إلى أسفل. تكون راحتا اليدين متجهتين نحو الأسفل. إنهما يدان تحدان من تفكير الآخر. ويمكن أن تظهر طريقة اليدين إلى الأسفل بالتحديد عندما ينبغي تهدئة الوضع. يُؤثر جميع الأصوليين من سياسيين ومتدينين وعلميين واجتماعيين وفلسفيين حركة اليدين إلى الأسفل كلازمة حركية. إنهم مُصغّرو عقول يدفعون أفكارك نحو الأسفل، ويقضون على حججك قضاءً مبرماً باستخدام لغة مزدوجة تنم عن فكر متطرف وأصولي وفاشي أحياناً. نصادف هؤلاء بشكل متزايد في النقاشات المتعصبة للجماعة التي تكتسح استوديوهات التلفزة.

يرفع الرقيب يدين معارِضتين. تتقابل عنده راحتا اليدين. تمثل اليدان الحدود الذي يفرضها على نفسه. ويتصرف دائماً كحارس الحدود الذي يقف في وجه نجاحاتك. وهو أيضاً فرد حسود مثله مثل جميع الرقباء الآخرين.

ويرفع الفرد الرضائي يدين نابذتين. تنزع اليدان هنا إلى الابتعاد عن جسد المتكلم. إنهما تنتميان إلى الرموز المبهجة بالنسبة للصورة العامة. كان الجنرال ديغول يستخدم استخداماً مفرطاً حركة اليدين النابذتين في خطاباته السياسية. كان يهُب نفسه للشعب. ويستخدم هذه الحركة معظم الأفراد الذين يتصفون بطول القامة. فهل هناك صلة بين اليدين النابذتين وبين عدد السنتيمترات الزائدة؟ إن الأفراد ذوي القامة الفارعة هم بشكل عام أسرع في التأثر من الأفراد ذوي القامة القصيرة وأكثر تمحوراً حول ذاتها.

يؤثر الفرد الأناني اليدين الجاذبتين. تعود اليدان بصورة منتظمة إلى جسد المتكلم. «أنا؟»، يقول الأناني مندهشاً ومشيراً إلى نفسه براحة يده. تكشف هذه الطريقة الحركية أيضاً فرداً يكون ضحية لواجباته قبل أن يكون فاعلاً لأعماله، وهذا يعني ضمناً أنه سيرفض تحمل مسؤولية إخفاقاته ولكنه يرضى بطيبة خاطر أن ينتحل نجاحاتك.

عندما تكون الأصابع ممدودة ولكنها تظل ملتصقة، تكشف اليدان في هذه الحالة فرداً لا يقدر على التكيف، مشبع بالأحكام المسبقة. أما إذا كانت اليدان مفتوحتين والأصابع طليقة فأنت بإزاء فرد مُغوٍ. تعبر الأصابع بكل حرية وفقاً لوتيرة الكلام. والتوصل إلى هذه الطريقة الحركية في التعبير ليس سهلاً ولا يسيراً، فهي تتطلب[1] وعياً مضاعفاً في كل حين، كما تتطلب أحياناً عملاً لإعادة برمجة الحركات، وهي برمجة ذات نفس طويل.

يبدأ العمل الأساسي بتمرين رياضي للأصابع، ويعرف بالتحريك المتعاقب. ويشتمل على حركات إصبعية نلاحظها عند راقصي الفلامنكو، ويتضمن إطباق الأصابع الواحد تلو الآخر بدءاً من الخنصر إلى السبابة مسرِّعاً الحركة بالتدريج. وتُراقب كل يد على حدة. تكشف اليد التي تكون حركتها أكثر تناغماً عن طريقة الغواية، فاليد اليسرى تكشف عن طريقة غواية وجدانية، أما طريقة الغواية باليد اليمنى فتتأتى عن قوة تأثير، وتكون طريقة التواصل أشد مراوغةً أو تلاعباً.

يعتبر تمرين تحريك الأصابع وسيلة ناجعة لإطلاق أصابع فرد يخضع للسيطرة أو يفتقر إلى المرونة، كما يعتبر أيضاً أداة رائعة لمحاربة التوتر.

يطبق الفرد الاستنثاري أصابعه دائماً، فليس في يديه شيء لتقدماه ولكنهما تأخذان كل شيء. انتبه! ينبغي ألا تخلط بين الأصابع المطبقة وبين القبضات المطبقة.

واليدان الإلحاحيتان للفرد الاستحواذي هما صرف طاقوي مستمر. تستند مسبقاً الواحدة منهما على الأخرى ولكنهما تتباعدان في حركة انفتاح ذات فواصل منتظمة قبل أن تعود بصورة منتظمة إلى نقطة البداية. إنها حركة ترافق الكلام الشفهي. تحاول اليدان التعبير ولكن تُقابلان بالتنبيه حالما تبتعدان عن قاعدة الانطلاق. قد تكشف هذه اللازمة الحركية اضطراباً استحواذياً إلحاحياً TOC. يكون المتحدث في وضع غير مريح، ولا يحكم سيطرته على الأحداث. تشابه اليدان الإلحاحيتان الأبواب ذات المصراعين التي تفتح وتغلق باستمرار من أجل السماح للكلمات بالمرور. يؤدي بعض المبتدئين من مقدمي البرامج التلفزيونية هذه اللازمة

1- انظر «Ces gestes qui manipulent, ces mots qui influencent, First Editions».

الحركية. التهيب هو بالطبع السبب في ذلك. يستقطب جميع المترددين خطابهم بأيديهم. فاليدان تقفزان يميناً وشمالاً أو شمالاً ويميناً بمثابرة مغيظة.

ويخيل لك أنه يجد صعوبة في اختيار معسكره. تحدد في الحقيقة اليدان المستقطَبتان طبعاً متذبذباً لا يقدر على اتخاذ قرار واضح كل الوضوح. والطبع المتذبذب هو صورة منقحة عن الطبع المتردد. تتحرك اليدان مع بعضهما ذهاباً وإياباً وبالعكس دون أن تفترقا بتاتاً. يعبر بعض السياسيين عن قناعاتهم باستعمال مفرط لليدين المستقطَبتين اللتين تعنيان أنه من الأفضل الانتظار لمراقبة ما سيحدث بدلاً من مواجهة الأمور. الحق يقال إن رؤساءنا ليسوا ممن يمسكون بالثور من قرنيه. وكما سبق أن ذكرت فقد شاهدت بأم عيني جاك لانج يحرك يديه معاً من اليسار إلى اليمين ومن اليمين إلى يسار جسمه. يا له من شخص ماكر! وهذا دليل على تردده السياسي الحقيقي في ما يتعلق بانتمائه الصحيح. لو كان كل من يشد على قبضته مناضلاً لكان إجمالي الناتج الداخلي في فرنسا دائناً. تدل القبضة المشدودة على القوة والعنف والعدوانية، ويشد الفرد على قبضته بصورة رمزية عندما يعاكسه قدره أو عندما يريد أن يوقظ شجاعته الخائرة. ينبغي الابتعاد عن هذا الرمز الحركي الارتكاسي لأن أداءه بصورة مبالغة يقضي على النزعة القتالية. وهذا يشبه إلى حد ما الأشخاص اللطفاء المصابين باكتئاب فيشيّعونك بعبارة: «رافقتك الشجاعة».

محركا الخطاب

الذي يتكلم ليس دائماً هو الذي يعلم. إذا استخدم يديه الاثنتين ليدعم كلامه فهو يعلم. وإذا بقيت يديه ثابتتين فهو يتكلم.

يعتبر تحدث الفرد بيديه سنداً لكلامه طريقة جذابة وتربوية تماماً. وهذا التعبير الحركي ليس شائعاً. يلجأ معظم المجادلين السياسيين إلى تثبيت اليدين (أصابع متشابكة) أو إلى سبابتهم كسلاح ليصرعوا به خصومهم. ويؤثر البعض استخدام يد واحدة وتثبيت الأخرى على ركيزة. لا تنسَ أن اليد اليمنى تسأل لماذا؟ وأن اليد اليسرى تسأل كيف[1]؟ إن لغة اليدين مهمة جداً لترجمة الخطاب. يحاول كثير من الأفراد ضبط هذا التعبير الحركي وذلك بتثبيت أيديهم على ركيزة أو بإخفائها تحت الطاولة. ويلجأ البعض الآخر إلى تحريك رؤوسهم للتعويض بصورة لاشعورية عن جمود أيديهم. إنهم يحرمون بذلك أنفسهم من طريقة تواصلية أساسية غير شفهية.

١- الفرد الذي يسأل لماذا هو منظّر، والفرد الذي يسأل كيف هو ممارس.

ولكن لا بد من الإقرار بأن تحريك اليدين ليس بديهياً كما يبدو فهو يتطلب تدرباً يشكل في نظر البعض مشكلة حقيقية.

تولّد الرقابة التي يمارسها المخ الإدراكي (المخ الأيسر) تعبيراً يدوياً محصوراً باليد اليمنى فينتج عن ذلك تصلب في طريقة التواصل وتدنٍ في قوة التأثير. تخضع الانفعالات للرقابة (المخ الأيمن المتوافق مع اليد اليسرى) فيفقد الخطاب قوته (نغمة رتيبة)

يستجيب إخفاء اليدين تحت الطاولة إلى طريقة دفاعية. يخاف الفرد من ردود فعل محاوره. وإخفاء اليدين هو أيضاً إخفاء المرء لفكره أو تمويه لكلامه. ولا تنسَ على وجه الخصوص إن حركة اليدين جيئة وذهاباً تعني دائماً انفتاحاً في مجال التواصل، وإن إحلال حركة الرأس مكان اليدين يشير إلى موقف هروب مصطنع. وسوف تلاحظ أن عدداً كبيراً من الأفراد يحركون رؤوسهم وهم يتكلمون عندما يشعرون بالقلق، أو عندما يتعرضون لموقف مولد للتوتر و/أو للإحباط. تُعمم حركة الرأس في نوبات الغضب الصامت على حساب استخدام اليدين. ولكن هناك أفراد لا يستخدمون بتاتاً أيديهم ويعبرون عن انفعالاتهم بصورة تكاد تكون حصرية عن طريق تحريك الرأس. (أنظر الفصل الخامس)

اليد اليمنى

في موضع روح المبادرة

توافق اليد التي تسأل «لماذا» أو اليد الزمانية المخ الأيسر الذي يسمى بالمخ الإدراكي. واليد اليمنى الدينامية هي يد التوتر، واليد الفاعلة، وهي أداة فعالة وعملية مبرمجة للقيام بآلاف المهمات دون مشاركة الفكر. تدل اليد اليمنى الدينامية في أثناء الخطاب على فرد يتمثل بسلطة الأب. إنه سيتصرف بطريقة توجيهيه، وسيركز تواصله على الطريقة الإستراتجية. إنه عنيد، صلب، عدائي، مُوجه، يحاول دائماً أن تكون له الكلمة الفصل. وهو منظّر أكثر منه ممارس، ومتوتر، ومفرط في التوتر أحياناً. يسأل «لماذا» أكثر مما يسأل «كيف»، ويقع دائماً في أحابيل يد الممارس الدينامية: اليد اليسرى.

اليد اليسرى

اليد التي تسأل «كيف» هي اليد المكانية، وهي على استعداد دائم لمساعدة اليد اليمنى عند الحاجة. ولكن هذه اليد هي أقل تخصصاً، وهي أيضاً يد الحنان والمداعبة والدعة والتأمل. غالباً ما تدخل اليد اليسرى في تماس مع الوجه أو الشفتين، وصاحبها يراقب أكثر مما يفعل ولكنه يفعل كتقني. تشير اليد اليسرى الدينامية إلى فرد غير مُوجه يتمثل بصورة الأم.

إنه مبدع! إنها يد المخ الذي يحسن دائماً كيف يخرج من ورطة. إنها يد الشطارة، واليد التي تدل على العصامي والمُغوي.

اليد الممدودة

تدل المصافحة باليد على الترحيب. وهي عادة حديثة العهد (القرن التاسع عشر). وأياً تكن الطريقة التي يصافحك بها مضيفك، تبقى المسافة التي تفصلك عنه أكثر أهمية منها. واعلم أن مصافحة قصيرة باليد تُنبئ بمقابلة عقيمة. وتشير المصافحة الطويلة إلى أنك على الرحب والسعة. وهذه إشارة أكيدة إلى مستوى جهوزية مضيفك.

الذراع بشكل زاوية قائمة والمرفق ملتصق بالجسد هي ذراع فرد خسيس لا يملك شيئاً يكرسه لك سوى وقته، هذا إذا كرس لك وقته. وأنت مدين له مادام قد قبل أن يستقبلك. إن لم تكن لديك صراحة حاجة إلى إقناعه، أو إغرائه، فاختصر زيارتك له لأنك لن تجني منها أيّ فائدة. إنه فرد لا يفتح لك صدره، وليس مستعداً لخدمتك، وبحسب أين مصلحته فيتصرف على أساسها.

تدل الذراع المبسوطة على استقبال ودي أو فيه مصلحة. يرحب المضيف بك لأنه يحتاجك، أو لأنه ينتظر شيئاً من زيارتك له. إنه يفتح صدره لك تماماً، وسيكون بالضرورة جاهزاً لك وتلقائياً معك.

وتشير الذراع المحنية بشكل زاوية منفرجة إلى فرد عنيد من دون إفراط. يستقبلك بطريقة انتهازية بانتظار أن يعرف المزيد أو أن يعرفك بشكل أفضل. فهو مسبقاً لا يفتح صدره لك إلا إذا أثرت اهتمامه.

انتبه جيداً بل وضاعف الانتباه عندما تقابل محاورك في إطار مهني. تمر الذراع المبسوطة بسرعة كبيرة بحيث لا تسترعي عموماً الانتباه. المصافحة الطويلة هي الاستثناء، والمصافحة الوسط هي القاعدة. أما المصافحة القصيرة فهي تظهر خصوصاً مع رجال السلطة أو الذين يُظن أنهم كذلك. ومنذ أن وضعت هذه الفرضية المتعلقة بإطار العمل، صافحت آلاف الأيدي فلم تقبل النتائج أي استثناء.

بقي هناك حالتان: اليد التي نتجنبها أو التي نتظاهر بتجاهلنا لها، وهي يدك في هذه الحالة. نصيحتي لك: انصرف دون أن تنبس ببنت شفة، وارحل دون أن تلتفت وراءك إذا أردت أن تُبقي على تقديرك لأعز شخص عليك في الدنيا، آلا وهو شخصك الكريم.

والحالة الثانية هي اليد اليسرى الممدودة التي يمدها لك الشخص الذي يستقبلك. إنه يقصد أن يظهر لك الاحتقار الشديد. لا يصافح المرء يد الشيطان بتاتاً. إنها أيضاً علامة على احتقار مبطن.

عندما ترفع ذراعك في الهواء لتقول وداعاً أو إلى اللقاء، أي من الذراعين تستخدم؟ هل تتواصل بالطريقة الزمانية أم بالطريقة المكانية؟ فالفرد الذي يرفع لك الذراع اليسرى أو اليد اليسرى مودعاً هو شخص يُسره كثيراً أن يراك مرة ثانية، أما الفرد الذي يرفع لك الذراع اليمنى مودعاً فهو فرد يسره أن يراك ثانية مع وقف التنفيذ. إن اللبيب من الإشارة...

الوسطيان

(تقدير الذات أو الثقة بها)

أحبب قريبك كما تحبني

يرى كريستوف أندريه أن البرنامج من أجل تقدير الذات كما يجب هو بسيط في ظاهره: «المقصود هو أن يعيش الفرد بسلام مع ذاته، وهذا يعني قبوله بعدم كماله وشروعه بالتعلم فلا يعاقب نفسه على الأخطاء التي يرتكبها، بل يستخلص منها العبر ببساطة ويمنح نفسه الحق في الفشل[1]..». هذا برنامج جلي واضح يتصف بالبساطة المجردة بيد أنك سوف تتفق معي أنه من الصعب التسليم به. والمؤلف نفسه يقر بذلك عندما يضيف عبارة «بسيط في ظاهره».

عندما يربت زميلك على ذراعك ليغادرك على عجل فهذا يعني أنك لا تستحق حتى الجهد الذي يبذل للمصافحة. عُلم! فهل تقدير الذات شكل من أشكال النرجسية غير المباشرة؟ أم أن النرجسية قد أسست رأسمالها بفضل أرباح تقدير الذات؟ إن الباب مفتوح للنقاش. أما الإيمان بالذات فهو يرتبط ارتباطاً وثيقاً باستعداداتك المتيسرة، وبمستوى التنظيم العقلي أو الفكري الذي تتمتع به. لقد ارتفع مقام الوسطيان منذ أن أصبح هذان الامتيازان، تقدير الذات والثقة بالذات، الثديين اللذين يغذيان منهج نمو الشخصية والفردانية المناضلة التي تتأتى عنها. وبالنتيجة حجبت صورة الذات (الوسطى اليسرى) التي هي أساس تقدير الذات، ونسينا أن الثقة بالذات مشروطة بالتنظيم العقلي أو الفكري.

1- Vivre heureux, Christophe André (Odile jacob).

obeikandl.com

وقائع راهنة

كان حبها لذاتها ينتهي القوة بحيث انتهت
بالزواج من ذاتها

تعتبر madame de Fontenay التي يستحيل إنزالها من عليائها عميدة ملكات جمال فرنسا. تعتمر دائماً قبعتها في الأوساط الاجتماعية وفي استوديوهات التلفزيون لتقدم لنا ربيبتها الأخيرة. هل تجد ربيبتها الجديدة جميلة إلى هذا الحد؟ إذا كنت لا تفكر كما يفكر هؤلاء السيدات والسادة الذين يظهرون على الشاشة الصغيرة فقد تُتعت بالمتخلف، وبتعبير آخر فقد تفقد إيمانك بنفسك.

إن madame de Fontenay زبونة مهمة لاستوديوهات التلفزيون وسيدة طريفة، ولولاها لكانت بعض البرامج التلفزيونية تافهة لا لون لها ولا طعم كما هي الحالة في برنامج Château la Pompe.

لقد سنحت لي الفرصة لأتحدث معها على الهاتف. إنها تعرف ماذا تريد، وإلى أين هي ذاهبة، ومن أين هي قادمة. ونحن بأمس الحاجة لأمثالها (أو لأمثال ماريانا جيمس، وهي شخصية طريفة أخرى) في حقل الإعلام السمعي البصري في بلدنا كي يستعيد التلفزيون تقديره لذاته.

تدل كثرة أفلام الرعب والمؤلفات التي تروج للعنف أكثر مما تندد بها على عدم الثقة بالذات لمجتمع مكروه من الذين أوصلهم إلى السلطة. يضرب لنا السياسيون المثل السيئ باستخدامهم المفرط للغة متخشبة، وبترديدهم أن *السعادة في المرح* وأن *الحياة نهر طويل هادئ*. والرد عليهما هو فيلم «*قدر أميلي بولان*». ويُدلي الممثل العبقري البلجيكي Benoit Poelvoorde بدلوه في فيلم «المنصة» حيث يلعب دور المغني كلود فرنسوا وينتهي بالعثور على خلاصه في اقتداء Julien Clerc الذي هو أقرب إلى الطبيعة منه إلى الزيف. لقد انتهت موضة النهايات السعيدة على الطريقة الأمريكية وأصبحت الموضة الجديدة للسيناريوهات هي النهايات الحزينة ولكن الوقورة على الطريقة الفرنسية. لقد جُعل تقدير الذات في مقابل الثقة بالذات كما لو أن الأمر يتعلق بموقفين فكريين متعارضين. يتذمر تاجر أعلن للتو إفلاسه قائلاً: «بقيت شريفاً لكنني خسرت كل شيء». لقد حافظ على تقديره لذاته على حساب ثقته بذاته الذي أُقصيت بسبب إخفاقه. لقد بقي نظيفاً. ولكن كيف يستطيع الفرد تقدير ذاته إن لم يكن في مقدوره الوثوق بذاته؟ هذا هو السؤال الذي أريدك أن تجيب عليه.

يعني تظاهر المرء بالثقة أنه يكذب على ذاته إذ ليس لديه الشجاعة لمواجهة قناعاته الذاتية. ويعني أيضاً التضحية بثقته بذاته التي يجري وراءها دون أن يبذل أدنى جهد لاستدراكها

لأن الثقة بالذات ليست وراثية كما هي الموهبة. لا تستطيع الموهبة التعبير من دون نسبة من هذا الإيمان بالذات. لقد ورثنا جميعاً مواهب شتى محفورة في كهرمان الوراثة، ولكن ينبغي لكي تطفو هذه المواهب أن نضيف إليها مؤشر أوكتان الذي تفتقر إليه، ألا وهو الإيمان.

«En France, rien n'est impossible. Aux Etats-Unis, tout est possible» . «لاشيء غير ممكن في فرنسا. كل شيء ممكن في الولايات المتحدة». ما الفرق على صعيد المعنى بين هاتين العبارتين اللتين يعتبرهما البعض وجهين لعملة واحدة. إن الاعتقاد بأن «كل شيء ممكن» لا يتضمن نفس المعنى الذي تشير إليه عبارة «لاشيء غير ممكن». إن العبارة الثانية غش شفهي واضح. فكلمة «rien» (لا شيء) تضاد كلمة «tout» (كل شيء) حتى إشعار آخر. وأداة النفي «n'» التي تسبق فعل «être» (الكون) تُجهز بصورة مضاعفة على استمرار الإمكانية. وأخيراً تلغي البادئة «im» (عكس) في كلمة «impossible» كل شيء. فالاعتقاد بأن «كل شيء ممكن» يغلق الباب في وجه الشك. يضاد التفاؤل الأمريكي التشاؤم الفرنسي. إذا قضيت الوقت تشك في أهدافك فلن تحس بهذا الإحساس السحري الذي يسمونه الإيمان بالذات. وعلى الرغم من أنك تلبس خاتماً في الوسطى اليمنى لتفادي سوء الطالع الذي يبدو أنه يُخطّئك بينما أنت محق في الإيمان بذلك، فهذا لن يغير من الأمر شيئاً. ينبغي لكي تُغرق الثقة بالذات شكوكك في الماء كأنها هررة صغيرة أن تتخلص مما يعيقك، وأن تنبذ الشكوك، وأن تكف خصوصاً عن تقييد نفسك من المعصمين كي لا تضل الطريق. لقد أصبح هوس تقييد المعصمين (التثبيت) لازمة حركية شائعة جداً. وهذا يبرهن على أن الثقة بالذات لم تعد تحظى بالتقدير على الرغم من العدد الهائل من الكتب التي كرست لها خلال السنوات العشر الأخيرة، والتي سوف تكرس لها خلال السنوات العشر القادمة. وهذا ما يقودنا فعلاً إلى أحد المراكز الرمزية الأكثر وضوحاً للثقة بالذات، ألا وهو إصبع الوسطى اليمنى.

إصبع الثقة بالذات

لا يستطيع أحد أن يؤمن بالله إن لم يؤمن بذاته
إذ أن الإيمان بالذات هو وقود الروح

الوسطيان هما عموماً أطول من أصابع اليد الأخرى. ولكن من الجائز أن تكون السبابة أو البنصر بطول الوسطى. ولهذه التفاصيل المورفولوجية معنى في التشريح النفسي.

إذا كان البنصر الأيمن بطول الوسطى اليمنى (الثقة بالذات) فثقتك بذاتك ترتكز على ترسيماتك الإرادية. وإذا كانت السبابة اليمنى بطول الوسطى اليمنى فثقتك بذاتك

ترتكز على حاجتك لإثبات ذاتك. تمثل الوسطى اليسرى تقدير الذات، فإذا كانت السبابة اليسرى مساوية لها في الطول فهذا يعني أن هذا التقدير يمر بطبع غيور من نجاح الآخرين، وهذا محرك ممتاز للنجاح. وإذا كان البنصر الأيسر هو الذي يساويها في الطول فتقدير الذات مرتبط بمستوى النرجسية المستثمرة في الصورة التي نقدمها للآخرين.

إن الوسطَيين هما أكثر أصابع اليد حماية وأقواهما في الشد. وغالباً ما يُقرن عمل الوسطيين في اللغة الحركية بعمل السبابتين، ولا يقرن بمشاركة حركية من البنصرين. وأخيراً الوسطى هي الإصبع الذي يسمى بحشمة إصبع الشرف. بيد أن السبب وراء هذه التسمية ظل غامضاً بالنسبة لي إلى أن التقيت بمصور تلفزيوني في محطة فرنسا الثالثة فقدم لي تصوره للأصل التاريخي لهذه الحركة التقليدية بصورة واضحة جداً. ففي عام ١٣٤٦ حدثت معركة Crécy التي انتصر فيها الإنجليز على القوات الفرنسية آنذاك. فرفع رماة السهام الفرنسيون أصابعهم الوسطى باتجاه أعدائهم الإنجليز يستفزونهم، وصرخوا بهم مصوبين أصابعهم الوسطى نحو السماء: «لن تنالوا هذا!». لماذا الوسطى؟ لأن رماة السهام يستخدمون أقوى إصبع بين الأصابع لشد وتر القوس. ولما وقعوا في الأسر، عمد الإنجليز إلى بتر الوسطى اليمنى للرماة حتى لا يعودوا قادرين على استعمال سلاحهم المفضل ضد أعدائهم. هذا استفزاز حربي مشروع تماماً! ولكن لماذا أصبحت الوسطى في هذه الحالة عضواً ذكرياً افتراضياً فيما بعد؟ يبقى السؤال قائماً.

هل هناك صلة ما بين القوة العضلية لهذا الإصبع الخاص (الوسطى اليمنى للفرد اليميني) وبين الثقة بالذات؟ إذا حاولت أن ترفع قَيمة أو وزناً من دون استخدام الوسطى (بالأصابع الثلاثة الأخرى دون شمل الإبهام) فسوف تلاحظ أن القوة المفقودة تساوي إلى حد كبير قوة الأصابع الثلاثة مجتمعة (السبابة والبنصر والخنصر). لا بد من الإقرار مقارنةً مع الرموز التشريحية النفسية لهذه الأصابع الثلاثة بأن الثقة بالذات تفوز بالامتيازات التي تمثلها (الأصابع): فتوكيد الذات (السبابة اليمنى) والإرادة (البنصر الأيمن) والطموح (الخنصر الأيمن) تبقى قواقع فارغة من دون النصيب الضروري جداً للثقة بالذات (الوسطى اليمنى). فكيف يمكنني أن أؤكد ذاتي وأتحلى بإرادة النجاح أو حتى أن أفكر في المستقبل إذا كانت ثقتي بذاتي معدومة؟ وفي نفس سياق ما ذكر آنفاً ماذا تساوي الذاكرة (الخنصر الأيسر)، وماذا يساوي الهوى (البنصر الأيسر)، وماذا يساوي الميل (السبابة اليسرى) من دون تقدير الذات (الوسطى اليسرى)؟ يستحيل على أي فرد أن يحقق ذاته من دون أن يمنحها هذا التقدير.

إصبع تقدير الذات

أخبريني أيتها المرأة إن كنت أجمل امرأة في هذه المملكة؟

لنركز اهتمامنا الآن على الوسطى اليسرى. يبدأ تقدير الذات بالانعكاس الذي تلحظه في مرآتك. يمر تقدير الذات مسبقاً بالصورة الذاتية وبالصورة العامة، وهو بالطبع مرتبط بالثقة بالذات (الذي ترمز إليه الوسطى اليمنى) كما هي مرتبطة به. إن الضحية وقورة والمنتصر يثير الشبهة كما يحاولون إقناعنا بذلك بكثرة الخطابات حول أخلاقية المواطن. المنتصر مستقل يختبئ خلف واجهة شركاته التي تؤمن له الحماية. والفقر فضيلة اليساريين وضمان استقامة اليمينيين. الفقر يعني النزاهة. تعتبر الأجور الباهظة التي يحصل عليها مدراء الشركات المتعددة الجنسيات، ونجوم كرة القدم، ونجوم عالم الاستعراض، ونجوم السينما فضيحة في نظر الفرنسيين الذين يدفعون الضرائب، ويظلون على قيد الحياة بفضل المساعدات وتخفيض الضرائب المختلفة. لا يستطيع المرء في فرنسا أن يصبح غنياً في سرية تامة. على المرء لكي يستطيع تقدير ذاته أن يفوز بتقدير الآخرين، والتقدير لا يتماشى مع بهرجة مجتمع ذي مستويين. إن الفرنسيين الأغنياء مصابون بانفصام الشخصية فهم يوجهون لنا رسائل مزدوجة من نوع: «تحلوا بروح العمل الجماعي، واغتنوا وسوف تُغنون الأمة... قبل أن تلقوا العقاب لكونكم أوجدتم الثروات». فبإمكانكم أن تعتبروا أنفسكم سعداء عندما تدفعون ما يترتب عليكم من ضرائب، ومن أعباء اجتماعية، ومن أعباء اتجاه أرباب العمل، ومن أعباء نقابية، الخ... الخ، فيبقى لكم تقديركم لذاتكم الذي لا يقدر بثمن. نفهم جيداً ما الذي يدفع بعض المستغلين المجردين من الأخلاق إلى نقل مصانعهم الإنتاجية إلى فيتنام أو إلى أي مكان آخر لكي لا يغلقوها. ألا توافق معي إن من يؤمّن فرص العمل يخلق الثروات؟ تساهم أجور معاونيه أو العاملين لديه في دفع عجلة الآلة الاقتصادية. ومما يؤسف له هو أن منطق الدولة يختلف عن منطق رجل الشارع البسيط: يجب إرهاقه بالأعباء والعقوبات المختلفة قبل أن ينجح في الإثراء. إن تقدير الذات سليم معافى، ولكن ليس الثقة التي غرقت في يأسها.

بصورة براغماتية

الخاتم في الوسطى اليمنى هو اعتراف بفقدان الثقة بالذات التي هي الصورة العكسية للثقة بالذات. ويشير الخاتم في الوسطى اليسرى إلى إدراك الصورة الذاتية إدراكاً سيئاً، كما يكشف أيضاً شخصية نرجسية تولي أهمية مفرطة لصورتها العامة. إذا غالباً ما حككت

وجهك حكة طفيفة بالوسطى اليسرى فأنت تعنى كثيراً بصورتك العامة. أما إذا كنت تستخدم الوسطى اليمنى حصراً في عملية الحك الطفيفة هذه فأنت بحاجة إلى أن تعيد ترتيب أفكارك من جديد استعداداً للمواجهة.

الأظافر

(الانضباط ، النظام ، المنهج)

النظام هو الرفيق المثالي للمنهج مثلما أن
الارتجال هو سيد الفوضى بشهادة

كنت مسحوراً بجمال أظافرها. أظافر مطرّفة ومطلية بطلاء لا لون له ونظيفة نظافة لا مثيل لها، وعلى الأخص مجليّة بالقلم إلى ما وراء رؤوس الأصابع. والكل متشكل فوق أصابع ناعمة كأنها عيدان من البخور. كانت جالسة في بار على شكل حدوة حصان في مطار دبلن برفقة صديقتين لها من نفس الطراز. اقترب منهن رجل كهل، وكان يرتدي معطفاً من الكشمير غامق الزرقة وقد تدلى على كتفيه العريضين شال أبيض من الصوف.

نهضت المرأة الأنيقة ذات الأظافر الجميلة لتقبيله على رأس أنفه ثم رحلا سوية إلى جهة أجهلها. لقد تركت في نفسي ذكرى آخر نظرة ثقيلة تُرمق في السر. إنها نظرة امرأة لديها من السحر بقدر ما لديها من الكبرياء.

بطاقة تعريف

يجب أن تكون الواجهة جذابة دائماً

تعتبر أظافر سكرتيرة الإدارة المطرّفة (manucurés) بشكل جميل بطاقة تعريف حقيقية لرب عملها إذ أن هذا التفصيل مهما بدا تافهاً يعزز سلطة رب العمل في منشأته. وما يُبذل من وقت على تسوية مكياج الوجه ليس وقتاً ضائعاً أياً كان رأي الرؤساء الثانويين الغيورين من امتيازات سكرتيرة رب العمل. إن الأظافر هي الموضع الرمزي للانضباط والنظام والمنهج، وهي غالباً ما تكون خير دليل على الطريقة التي يحترم بها الفرد قواعد اللعبة أو لا يحترمها. ليست

الأظافر المطرّفة هي الأظافر المربعة، أو الأظافر المقلّمة على مستوى رؤوس الأصابع أو الأظافر المتسخة، أو الأظافر الطويلة المعقوفة أو الأظافر المسطحة، أو الأظافر المحدّبة أو الأظافر الملتوية... لا يسعى التشريح النفسي إلى قراءة جميع هذه التفاصيل الشكلية النفسية، وإنما يركز على الدور الذي تلعبه الأظافر بصفتها داعمة للأصابع أو لأجزاء أخرى من الجسد.

لا تهملي أظافرك! وإذا كان لديك الإمكانيات المادية فاذهبي إلى صالونات العناية بجمال الأظافر لتقوي درجة انضباطك الذاتي، ودرجة إحساسك بالنظام والمنهج. تؤثر الطريقة التي تعتنين بها بأظافرك إيجاباً على ظهور هذه الخصال كما تؤثر المجلات الأسبوعية التي لا تعد ولا تحصى تأثيراً مباشراً على هذا البطن المسطّح الذي تفتخرين به.

خادمة بيت نشيطة

«جاءت إلى المكتب صباح يوم الاثنين. كان رب عملي قد كلفني أن أجد له خادمة بيت نشيطة.

لم يكن مظهرها الخارجي يفي بالغرض، فقد كانت شقراء ممتلئة ترتدي تنورة قصيرة جداً مع قميص يبرز تقبب حلمتي نهديها. ما كنت لأرضى بتوظيفها بتاتاً بصفتي امرأة ولكن رب عملي شاهدها من وراء زجاج مكتبه وأمرني أن أجعلها توقع على الفور عقد تحت التجربة. كان يبدو كذئب جائع. كانت الملاحظة الوحيدة التي صدمتني تتعلق بأظافر يديها. فقد كان بعضها مكسوراً، وكان البعض الآخر طويلاً جداً، وكان زوال طلائها يكشف خصوصاً امرأة كسولة. وحصل ما كان يجب أن يحصل، فقد أصبحت عشيقة رب عملي في غضون أسبوع. كانت تدبر أموره المنزلية إذ أنه كان قد عاد أعزباً من جديد. دامت المغامرة شهراً تقريباً إلى أن رأى القذارة تتراكم في شقته الفخمة وأجهزته الكهربائية تتوقف عن العمل بشكل يدعو للعجب. ثم أفهمني بفطنته المعهودة أنها لم تكن شيئاً يذكر في السرير. إنني أعمل سكرتيرة لديه منذ أكثر من عشر سنين ولم أحاول في يوم من الأيام أن أوقعه في حبالي. الحق يقال إنني لست جميلة ولا أملك ثديين بارزين مثل قذيفتين عيار ٤٥». سوف توافقينني الرأي أن أظافر المرأة التي زال طلائها ليست امتيازاً إغرائياً بالمعنى الحرفي للكلمة. إنها تحملنا على الظن بأن صاحبتها لا تحترم نفسها ولا تحترم أرضيتها. يدل زوال الطلاء عن أظافر المرأة على إهمالها أو طيشها أو عدم مسؤوليتها. والأشخاص الطائشون يتسببون بالأحداث الصغيرة أو الكبيرة التي لا يشعرون حقاً بمسؤوليتهم عنها. وتشي الأظافر الطويلة المقلمة تقليماً سيئاً بحالة اكتئاب آنية أو مزمنة، كما تشير الأظافر المقروضة إلى حالة تهيج عصبي أو حالة توتر دائم. أما بالنسبة للأظافر المتسخة، فأتركك لتحكمي عليها بنفسك.

هـاك تعريفـاً مهمـاً للانـضباط: «الانـضباط أب لجميـع الفنـون، وأب شـرس لجميـع أشـكال الكسل». لديك متسع من الوقت لتمعني التفكير بهذا التعريف.

اذهـبي إذاً وقـصي أظـافرك عنـدما تكـون طويلـة جـداً، أو تـوقفي عـن قرضـها حالمـا تشعرين بالقلق. وإذا كنت لا تحبين شكل أصابعك فاعلمي أن طول الأظافر المطرّفة جيداً (manucurés) من شأنه أن يضفي عليها مظهراً كأنه الواقع.

الراحتان

(يدا الحنان)

إن ما يلهم هو درجة العطف التي تضعها في حركاتك.

الأم تيريزا

كلما بان خطر نزاع عالمي مستديم كلما شهدت المدن اختلالاً أمنياً. وكلما دُوّل الإرهاب كلما أصبحت الرفاهية الاجتماعية آخر هموم الاقتصاد المُعولَم ودخل العطف دخولاً مُظفّراً في ذهنيات هذا القرن الحادي والعشرون. يرفض المواطن اليوم أن يكون مُستهلِكاً سهلاً، أو مُشاهداً مغفلاً للتلفزيون، أو مواطناً منضبطاً يدلي بصوته حسب مشيئة الآخرين كأنه عجل يساق للذبح. يفرض المواطن اليوم العقوبة ويطرح على نفسه الأسئلة ويطلب إجابة عليها. لم يعد المستهلك يشتري وهو معصوب العينين. إنه يفهم لغة السياسيين الخشبية، ويتميز غيظاً من تساهل القضاء مع الجانحين ذوي السوابق. ليس الإنسان هو الشعب أو الأمة، إنما هو فرد يحترم ذاته ويطلب أن يُحترم لقيمته. يطالب المواطن والمستهلِك والناخب والرجل أو المرأة والغني والفقير والجاني والمجني عليه بحقه في الحنان وبوصيفه الأول العطف.

تبعث راحة اليد اليمنى على النشاط والسكينة، وتخفف راحة اليد اليسرى من الألم وتُشفي. يعلم المعالجون بالتنويم المغناطيسي حق العلم ما لراحتي اليدين من تأثير مغناطيسي، فهما من الأدوات التشريحية التي يستخدمونها في المقام الأول لمحاولة تسكين آلام الأشخاص الذين يأتون لاستشارتهم أو تخفيفها. توجد عشرات الدراسات المستفيضة التي من شأنها

تنويرك حول المنافع المفترضة أو الحقيقية لهذا الفن الباطني الذي يضرب بجذوره في ماض عمره آلاف السنين. إن لراحة يد الأم اليمنى مفعول مسكّن لألم طلوع الأسنان عند الطفل الرضيع. وهذا أمر معروف ومعترف به في الواقع. لماذا راحة اليد اليمنى؟ لأن الغالبية العظمى من الأمهات اليمينيات يحملن أطفالهن الرضّع بالذراع اليسرى. وقد برهن الباحثون بصورة علمية على هذا الأمر، ويعتقدون أن مرد هذه العادة هو بالطبع القرب من القلب ونبضاته المسكّنة التي يحس بها الرضيع على نحو أفضل. تشكل راحتا اليدين دواءً مسكناً حقيقياً لما يشعر به الآخر من ألم وليس لما تشعران به من ألم. لذا من الضروري جداً في سبيل جني الفائدة منهما إقامة وشائج وجدانية مع شريك، أو الاستعانة بخدمات معالج بالتنويم المغناطيسي أو أخصائي بالتدليك إذا كنت عازباً (أو عازبة) متمسكاً بعزوبيتك. ما السعادة؟ يدان ساخنتان وزيت للتدليك!

ترمز راحتا اليدين أيضاً إلى التواصل بوساطة اللمس، وتقيسان نوعية الانطباع الأول من المصافحة الأولى: أ ماكر هو أم لا مبالٍ؟ أجاهز هو أم مُغوٍ؟ إن حرارة راحة اليد هي خير دليل على ذلك.

اليدان الباردتان والرطبتان (المكر)

إنهما يدان تشعران بعدم الرضى والإحباط الشديد. ينزع الفرد الذي يعمل عملاً لا يتناسب مع مهاراته إلى إفراز هذا النوع من العرق البارد الرطب. وقد يكون ناتجاً أيضاً عن سوء تفاهم بين زملاء العمل. وقد تكون يداك باردتين ورطبتين عند الحاجة، فهذا لا يجعل منك مع ذلك فرداً ماكراً بشهادة. ولكن ردة فعل الجسد هذه ليست اعتباطية، فقد تنشأ عن عدم ارتياح تحس به بصورة محددة جداً.

يعمل جورج ألان محاسباً في شركة للأشغال العامة تحت إمرة مدير مالي سلطوي يصرخ دائماً في وجه مرؤوسه. تكون يدا هذا الأخير باردة ورطبة دائماً عندما يتواجد في مكتبه. وما أن يغادر مكان عمله حتى تستعيد اليدان حرارتهما محتفظة بدرجة معينة من الرطوبة. إن مكره وسيلة دفاعية ليس إلا. يتمتع جورج ألان بسحر وجاذبية كبيرة خارج إطار العمل. ينبغي أن يفتش عن عمل آخر ولكن سوق العمل ليس بالحيوية الكافية لكي يخاطر بترك وظيفته، لذا يفضل أن يستمر بتحمل ملاحظات رئيسه المهينة مع احتمال الإصابة باضطرابات وظيفية، بل والتعرض لإصابة من نوع قرحة المعدة، على أن يفكر بتغيير شركته.

اليدان الباردتان والجافتان (عدم المبالاة)

تكشف اليدان الباردتان والجافتان عن طبع انتهازي يجري دائماً وراء مصلحته الذاتية. وهما أيضاً يدا فرد واقعي لا يعاشر الواهمين والطوباويين وسواهم من الحالمين. إنه شخص صارم ويكاد يستحيل أن يتأثر بشيء. كما أنه فرد مجرد من الشفقة والأخلاق. سنحت لي الفرصة أن ألتقي بالعديد من هؤلاء الأوغاد الذين أطلق سراحهم من دون مراقبة أثناء تحضيري لشهادة الدكتوراه في علم الإجرام بين عامي ١٩٨٣ و ١٩٨٥. كانت أيادي الغالبية العظمى منهم باردة وجافة. وكانت أيادي قسماً منهم باردة ورطبة. وكانت أيادي نسبة ضئيلة منهم ساخنة أو جافة أو رطبة.

تعتبر اللامبالاة بالنسبة للأفراد الذين يعيشون في هذا الوسط الخاص ميزة حيوية وأسلوباً في الغواية ذا فاعلية مخيفة[1].

كان صغير القامة أحولاً. وكان شعره الدهني يغطي رأسه المحدب. لم أعد أذكر كنيته أو اسمه. كنا نشرب القهوة سوية كل صباح. لم أكن حاضراً عندما لقي مصرعه في الحانة التي كنا نرتادها، وكان هذا بلا شك من حسن حظي. كان هذا الرجل قاتلاً محترفاً. وقد استدعاني البوليس لمعرفة طبيعة العلاقة بيننا. كنت أصافح يده كل صباح فكانت دائماً باردة وجافة. كانت يد بلا شفقة، ومع ذلك كنت أحبه كثيراً وأعتبره شخصاً مسالماً. كان يعمل قاتلاً مأجوراً لدى عائلة من العصابات التي شغلت الناس والصحافة في فرنسا في الستينيات والسبعينيات. وكانت ملامح وجهه تشبه ملامح وجوه شخصيات القصص المصورة.

اليدان الساخنتان والجافتان (الاكتراث بالآخرين)

تدل هاتان اليدان على الشفقة والانفعال وحس الإنصاف. وأصحاب الأيادي الساخنة والجافة هم أشد اكتراثاً وأكرم من أصحاب الأيادي الباردة والجافة. انتبه لهذا النوع من الاحتكاك الساخن الجاف. عندما تجد نفسك في حضرة فرد يعمل بطريقة اللمس، راقبه وأصغ له فسرعان ما ستلاحظ إلى أي درجة هو سهل المعاشرة، لا بل ويغني فكرك على الصعيد الإنساني.

١- تطرقت إلى هذا الأمر في مؤلف سابق بعنوان: «Ces gestes qui vous séduisent, First Editions».

اليدان الساخنتان والرطبتان (الغواية)

تشير هاتان اليدان إلى الشهوانية والشبق. إنهما يدا امرأة أو رجل من أنصار الاستمتاع بالحياة. يحاكي هذا الإحساس بالحرارة والرطوبة عرق جسدين متحابين. وقد تظهر هذه الحرارة مع الرطوبة عند امرأة مفتونة، فتطلق بذلك رسالة عن جهوزيتها العاطفية لليد التي امتدت إليها لكي تستأذنها بالانصراف. ويمكن لهذا الإحساس أن يزول خلال ثوانٍ أمام شخص لم يرق لها. يشرح Giuseppe لي أن هذه هي طريقته في الاستدلال على الضربات الموفقة. فعندما يدعو في الملهى إحدى النساء إلى الرقص يمد لها دائماً يده ليعرّف عن نفسه، فتصافحه بشكل تلقائي. يعلم من أول احتكاك بها إن كان قد وقع من نفسها موقع الإعجاب أو أنها لم تتأثر بسحره كعاشق إيطالي. عندما يحس أن اليد التي امتدت له ساخنة ورطبة، يفتح لها قلبه على الفور. ويحصل التقارب بين الجسدين الراقصين بصورة طبيعية، ومن الممكن أن يبدأ الغنج بينهما من دون مقدمات. سألته: «هل يحصل ذلك في أغلب الأحيان؟» يتوقف Giuseppe هنيهة ليفكر قبل أن يجيب. يُقر أن ذلك نادر الحدوث نسبياً ولكن النتيجة تستحق العناء. «إذ عندما تسير الأمور على ما يرام، تكون ليلة حمراء في انتظاري».

أحب لكنته في الحديث، فهو يتكلم كممثل إيطالي يقوم بدعاية للمعجنات. الحق يقال إنه يعمل في حياته المدنية طباخاً. إن اليد الساخنة والرطبة دلالة قوية على تطابق الانفعالات. إنها اليد الشهوانية بالتعريف. وأراهن أنك من الآن وصاعداً ستنتبه/ستنتبهين لذلك.

وإذا أحسست بحكة في راحة اليدين؟

تدل الحكة المستديمة في راحة اليد دلالة واضحة على التوتر العصبي أو التوتر الشديد. وقد يتعرض الفرد الذي يخضع للضغط لحكات تشمل كامل سطح جسده من دون سابق إنذار، وفي المناطق المحرجة. غالباً ما يحك الأشخاص الملتحون لحاهم بشيء من المتعة دون أن يحسوا مع ذلك إحساساً واعياً بالوخز الذي يسبب تهيج أعصابهم. وهذا لا يعني أنهم أشخاص هادئون ومتزنون تلقائيا.

كما نلاحظ أن بعض الأشخاص يحكون جلدة الرأس علامة على الارتباك. ينبغي أن نشير إلى أن حكات الجلد العميقة تدل بامتياز على اضطراب محدد للجو العقلي، ويمكن لهذا الاضطراب أن يزول بصورة عفوية أو أن يدوم. وفي الحالة الأخيرة تحدث الحكة دائماً في الموضع نفسه وتصبح بذلك ذات دلالة. وهكذا تُطلعنا مواضع الحكات المعاودة بشكل ممتاز على الاضطرابات النفسية. باختصار، إن الحكة علامة قوية للجهاز العصبي وليست مجرد

اختلال تحت الجلد. فيقوم هذا الجهاز العصبي بنقل رسائل إلى جميع مناطق الجسد، وتقوم الحالة النفسية باستخدامها لتصريف التوتر المتراكم في الجهاز العصبي مسببة هذه الحركات غير اللائقة التي تسمى الحكات.

لذلك فالحكة في راحة اليد اليسرى لا تعني بصورة آلية أنك ستكسب مالاً، كما لا تعني الحكة في اليد اليمنى أنك ستخسر مالاً. وما ينطبق على راحة اليدين ينطبق أيضاً على الرجلين اللتين تنزلقان فوق براز الكلاب: الرجل اليسرى أم اليمنى؟ فاختلاف الجهة الجانبية مرتبط بشكل دائم بحسن الحظ أو سوءه. تخرج الجهة اليسرى رابحة في جميع الحالات. لماذا؟ لأن القسم الأيسر من الجسم مرتبط بالمخ الأيمن الذي يرشح الانفعالات. وعندما تحدث مواجهة بين الانفعالات والعقل، يخسر الثاني دائماً أمام الأول. إن الأمر في غاية البساطة.

الرسغان

(الاندفاعية أو التردد)

الشك هو مرض هؤلاء المتشككين الجدد الذين يستخدمون دائماً فعل «أعتقد» كمحرك لكلامهم. يقول أحدهم بعد كل عشر كلمات: «أعتقد أن...». ويؤكد حليفك وهو يهز رأسه من الشمال إلى اليمين: «أعتقد أنك على حق». فالترجمة الحرفية لهذا التوكيد هي التالية: «أشك بأنك على حق ولكن بما أنني مُراءٍ أفضل أن أشاطرك الرأي». ويتساءل متدخل آخر في غرفة مغلقة: «أسأل نفسي إن أنت على حق».. Je interroge moi, pas vous!

إن الحدود بين فعل «يعتقد» وفعل «يشك» شفافة. وبقدر ما يكون الموقف معتماً تكون المخاطرة أقل.

تكبّل يده اليمنى رسغه الأيسر. إنه يصغي إلي بانتباه «أو يتظاهر بالإصغاء». يتفوه بجملة مصحوبة بضحكة صغيرة غير لائقة: «أنا مهتم اهتماماً بالغاً بمشروع كتابك». لا تزال رسغه اليسرى حبيسة يده اليمنى. إن هذا الوغد يكذب في وجهي. لا أريد تصديقه ولكنني مجبر على ذلك. لن يتعدى هذا الاهتمام البالغ حدود الكلمات. كان بإمكاني أن أقول له بأن يوفر على نفسه هذا الوعد الكاذب. ما جدوى ذلك؟ لقد كانت حركته غير مقصودة فلم يكن يعرف أن جسده يخونه.

إن الحركات التي تكشف عن الشك الخادع المتستر تحت طبقة من الشك هي جلية ما فيه الكفاية لكي تترجم إلى لغة حركية فورية. ينبغي أن تأخذ حذرك من مثل هذه الشخصية التي تقيم من الشك نظاماً فلسفياً من أجل تفتيت المواقف الجريئة ورد اليأس إلى نفوس أولئك الذين ما زالوا يأمنون بها. اعرف موضع اللازمة الحركية المفضلة لدى المتشككين واشنقهم عالياً وبقوة في حديقة انفعالاتك الحميمة. إنهم يلوثون أحلامك. إذا وضعنا جانباً الموضع التشريحي النفسي للرسغ الأيمن فإن الشك مُولّد في غاية الأهمية للحركات المتنوعة والمختلفة.

الخوف من الحرمان

إن السيد «لكن» أداة عطف ذات شكل إنساني مبهم، وهي تصيبك بالعقم كي تعلمك تذوق طعم الحرمان. يشير مسبقاً تثبيت أي جزء من أجزاء الجسد باليد إلى الخوف المتأتي عن الجو العقلي. وسواء كان هذا الخوف عاطفياً، أم مادياً، أم مهنياً، أم اجتماعياً، فهو ينبع من الخوف من الحرمان. إن جميع صنوف الحرمان كالحرمان من الحب، أو الحرمان من تحقيق الربح، أو الحرمان من زيادة الدخل، أو الحرمان من العلاقات الودية، كلها تتفجر في إطار أزمة اجتماعية اقتصادية مستديمة تختبئ خلف ديكورات من الورق المقوى. والحرمان، أو الخوف من الحرمان هو الذي يزيد من عدد الأزواج المنفصلين عن بعضهم[1]، ومن عدد حالات الإفلاس والتوجهات المهنية الخاطئة. والحرمان هو الذي يولد الشعور بالعجز، وهو الذي يحطم القدرة على القيام بردود الفعل، وهو الذي يحدّ من غريزة البقاء على قيد الحياة الفردية أو الجماعية. والحرمان من الأمن المقرون بانفجار الإرهاب في المدن هو الذي يؤدي إلى تعميم هذا الهوس الحركي الذي يمثله بصفة خاصة ولكن ليس بصفة حصرية تثبيت الرسغ.

لنتوقف قليلاً عند الأسس التشريحية النفسية للأجزاء الجسدية التي نحن بإزائها. الرسغ الأيسر، موضع آليات القرار الانفعالي (المخ الوجداني)، هو حبيس اليد اليمنى التي هي يد الزمن المنصرم.

وبالعكس فالرسغ الأيمن، موضع التشريح النفسي لآليات القرار العقلاني (المخ الإدراكي)، هو حبيس اليد اليسرى التي هي اليد المكانية. غالباً ما يعجز المُقررون الانفعاليون السيطرة على دوافعهم فهم مُسيّرون، تسيرهم ميولوهم ومشاعرهم. والمقررون العقلانيون هم مسبقاً متشككون ومترددون يكبحون بأيديهم وأرجلهم كل مبادرة. عندما

١- يوجد ارتباط بين عدد الأزواج المنفصلين الذين ينتهون بالطلاق وبين صحة البلد الاقتصادية.

تحبس اليد الزمانية (اليد المحرِكة) آلية القرار الانفعالي لغضب وخيم العواقب، تشير هذه الحركة إلى الحاجة للتخفيف من حمية الانفعالات. ينبغي التريث قبل القيام بالقفزة، ذلك هو معنى هذا المشهد الحركي. حاولوا إذاً أن تمسكوا بعنان الجياد الهائجة. ينزع الأفراد الذين يقلدون مثل هذه اللازمة الحركية أكثر من غيرهم إلى اتخاذ قراراتهم باندفاع لكي يحرروا مؤثراتهم من نفاد صبرهم، أو من الحاجة الماسة إلى الفصل في الحكم. في المقابل، عندما تحبس اليد المكانية رسغ آليات القرار العقلاني، يُسبب هذا بصورة ثابتة دارة قصيرة في اتخاذ القرار أو في الانتقال إلى فعل صاحب القرار. فيحل الشك أو التردد ويصاب الفرد بالجمود. وبما أن هاتين الطريقتين لازمتان حركيتان ثابتتان فإنهما تكشفان بلا استحياء طريقة عمل آليات قرارك أمام محاور محنّك. فحبيس الرسغ الأيسر هو إذاً أكثر قابلية للتأثر من حبيس الرسغ الأيمن. هذا ما يمكن أن نحفظه من هذه الحجة العقلية في التشريح النفسي. لقد اصطدمت غير مرّةٍ بمقررين عقلانيين يرفضون أن يستسلموا لسلطان حماسي لدرجة أنني لم أعد من الآن فصاعداً أضع آمالي على الطاولة أمام صاحب قرار قبل أن أتحقق من معرفته جيداً.

التثبيت التنبؤي

إن تثبيت الرسغ وراء الظهر هو ارتكاس حركي ثابت، وهو وضعية استرخاء للظهر. يؤدي أفراد الجيش هذه الحركة بصورة إجبارية عندما يكونون في وضعية الراحة، ولكن اليد التي تسيطر هي دائماً نفسها. فعندما أخفي يديّ خلف ظهري فيدي اليسرى هي التي تحبس دائماً رسغي الأيمن. وإذا حاولت أن أغير من هذه الوضعية أحس بعدم ارتياح حقيقي. وماذا عن تثبيت اليدين فوق أسفل البطن؟ إنه من حيث المبدأ مشابه لتثبيت اليدين خلف الظهر. فهذا الرمز الحركي الانعكاسي ثابت عندما يحدث بصورة غريزية، وتنبؤي عندما يمثل ردة فعل على وضع غير آمن.

التثبيت الدال على الاندفاعية: تحبس اليد اليمنى الرسغ الأيسر.

التثبيت الدال على التردد: تحبس اليد اليسرى الرسغ الأيمن.

إن تثبيت الرسغ لازمة حركية كلاسيكية وعادية بشرط ألا تصبح متكررة بحيث تصبح مشابهة لتلقائية الإيصاد الجسدي. فتتحول بسرعة إلى اضطراب استحواذي إلحاحي (TOC). إنه على وجه الخصوص علامة قوية جداً على حالة غير آمنة، فانتبه إلى ردود فعلك. عندما تؤدي التثبيت في أثناء مقابلة مهنية أو نقاش مع أصدقاء، اسأل نفسك إن كنت تعلم ما الذي أثار هذه الحركة، وسرعان ما تلاحظ أن الاندفاعية أو الشك هما الجوابان على هذين النوعين من التثبيت.

للتذكير

عندما يحمل الرجل في معصمه الأيمن سوارٌ من معدنٍ ثمينٍ فهو فرد يعيش من أجل جمهور المتفرجين ومن أجل صورته العامة. وعندما يحمل هذا سوارٌ في معصمه الأيسر فهو فرد مُغوٍ نشيط.

الإبهامان

(تخيل وحفز)

تتدافع الرغبة واللذة بالمرفق

يصبح الطفل الذي يمص إبهامه الأيسر في سن الرشد أبيقورياً وشهوانياً. ويصبح الطفل الذي يمص إبهامه الأيمن في سن الرشد معنياً أكثر بصورته العامة. وإذا تنقّل بلا اكتراث بين الاثنين فانتظر أن يحدد خياره حتى تصدر حكمك. الإبهامان إصبعان توأمان، وهما يرمزان إلى عاطفتين مترابطتين فيما بينهما. يرمز الإبهام الأيمن إلى الرغبة والحفز والجنس. أما الإبهام الأيسر فيرمز إلى التخيل واللذة والحساسية. لا توجد لذة من دون رغبة، وتتحول الرغبة من دون لذة إلى إحباط. يشير الإبهامان المزينان بالخواتم إلى فرد يعنى كثيراً بجنسانيته، ولا يعني هذا بالضرورة أنه مدمن على الجنس لدرجة تجعله يقفز فوق المقدمات التي تسبق العملية الجنسية. غالباً ما لاحظت تحدياً واستفزازاً في نظرة النساء الشابات اللاتي يزين الإبهام الأيمن بخاتم. إنهن يلعبن دور «النساء اللاتي يؤكدن» ولكن هل هن واثقات من أنفسهن؟ تظهر موضة الإبهامين المزينين بالخواتم عند المراهقين. وليست هذه الظاهرة مجرد مصادفة على ما أعتقد. يجد الشبان والشابات صعوبة متزايدة في مواجهة إحباطاتهم (لا سيما مرض الإيدز) التي تعيق طاقاتهم الليبيدية (جنسانية، حفز، طموح)، فالخاتم هو نوع من العكّازة ترمي إلى تمتين الخاصية التشريحية للإصبع المزين بخاتم، بالإضافة إلى الدور الذي يلعبه في الغواية. قد يشير الخاتم في الإبهام الأيمن إلى شخصية لديها حفز مفرط، وقد يشير الخاتم في الإبهام الأيسر إلى شخصية مبدعة جداً.

موضع اللذة

للخيال مبقرية فطرية

يرمز الإبهام الأيسر بمفرده إلى فردوس سري يبدأ بالشهوانية والحلم مروراً بالاستعداد والتخيل، ولذة الوجود من دون تساؤلات زائدة أو حالة اللا توتر. ويرمز إلى سرمدية اللحظة، وهو إصبع الإتمام بحصر المعنى، وإصبع الأبيقوريين وطالبي المتع الحسية. هو إذاً إصبع أنصار اللذة الذين يختلط عندهم البحث عن اللذة بالبحث عن السعادة. إن جميع الأفراد الذين يتمتعون بمخيلة خصبة هم محبي اللذة بدرجة ضئيلة، ولكن اطمئن فهذا ليس نقيصة. والفرد الذين يسند ذقنه بالإبهام الأيسر والسبابة اليسرى على شكل ملقط مفتوح كما لو أن له لحية مستعارة هو فنان حقيقي في التخيل. فهو يترجم الكلام إلى صور دون جهد أو عناء. يشير الإبهام الأيسر المسيطر في اللازمة الحركية الثابتة للأصابع المشبوكة إلى مستوى من التخيل النشط المستند على حرية انفعالية سهلة الفهم.

موضع الرغبة

ينبغي أن توقظ حفزك وألا تلغي الوعود التي لم تستطع الوفاء بها للطفل الذي كنته

الإبهام الأيمن! ماذا تمثل الرغبة بالمعنى الشامل للكلمة إذا ما أقصينا الرغبة الجنسية؟ الحفز والحماس والتشدد والحسد والافتتان والنشوة. تحمل الرغبة معنىً مزدوجاً فهي في ذات الوقت إيثارية وسادية، فاسدة وصادقة. وهي قوة خارقة عندما تسفر عن ذاتها وعقبة مخيفة عندما لا تلبى بالقدر الكافي. يدفع الحفز الإنسان إلى أن يعيش أحلامه بدلاً من أن يحلم حياته وفقاً لمقولة الفيلسوف السويدي Gunnar Eklôff الشهيرة. عندما يشبك محاورك أصابع يديه أمامك وإبهامه الأيمن يسيطر على الأصابع الأخرى، سوف تعلم أنك بإزاء فرد تفوق عقلانيته إبداعه، ويفوق تصلبه مرونته، ويفوق ضبطه لنفسه حساسيته[1].

١- بالنسبة للنظرية التي تخص اللازمات الحركية الثابتة، راجع مؤلفي السابق:
Les gestes du succès, les mots de la réussite. First Editions.

خذ حذرك من قوة العادة فإنها تصيب الرغبة بالخمول وتمنع وصولها إلى اللذة. ينبغي باستمرار تحويل القديم إلى جديد من أجل إيقاظ الرغبة التي تخبو. والجميع يعلم ذلك. باختصار، المسألة هي مسألة خيال وحفز. لماذا تعتقد أن الحنين يلاقي دائماً نجاحاً؟

إخفاء الإبهام

تستخدم الأصابع كغطاء للإبهام، فالإبهام المستور هو لازمة حركية ثابتة أو متناوبة يشار إليها بالبنان.

درس بسيط في معاني الحركات

هل ترغب بدرس بسيط في علم المعاني التشريحية النفسية؟

لنفترض الحالة التالية:

غالباً ما يحشر محاورك إبهامه بين الوسطى وسبابة اليد اليسرى.

ستلاحظ على الفور أنه لا يتصف بالنزعة القتالية الكافية لكي يقوم بالفعل أو بردة الفعل، ولكن لديه ما يكفي لكي يمتنع عن الفعل. إنه يبدد الطاقة الضئيلة المتبقية له في جميع الاتجاهات عن طريق تركيز جهوده في حملات عديمة الفائدة أو عن طريق القيام بأسوأ الخيارات الممكنة.

إذا كانت اليد اليسرى هي التي تؤدي هذه الحركة، يكون الإبهام الأيسر (اللذة) محصوراً بين السبابة (الغيرة) والوسطى (صورة الذات). فالوصول إلى اللذة مقرون بصورة نرجسية لا تتحمل نجاح الآخرين (ما يملكون). إنه فرد حسود يفضح نفسه بتكرار إخفاء الإبهام.

إذا كانت اليد اليمنى هي التي تؤدي هذه الحركة، يكون الإبهام الأيمن (الحفز) محصوراً بين السبابة اليمنى (توكيد الذات) والوسطى اليمنى (التنظيم العقلي أو الثقة بالذات). لقد أجهز على الحفز من قبل إثبات الذات والثقة بالذات المعاقين بدرجة كبيرة. وغني عن القول إن التحكم بالذات غائب عن اللعبة غياباً تاماً.

يدس محاورك في أغلب الأحيان إبهامه بين البنصر والخنصر.

إن هذه الحركة نادرة كندرة اللآلئ، وهي إشارة حركية إلى فقدان النشوة الجنسية الشاملة. لقد لاحظت هذه الحركة المتغيرة غير مرّةٍ عند المريضات اللاتي فقدن التوجه، لا بل عند النساء المصابات بالعصاب والإرهاق (مرضى من النساء حصراً).

إذا كانت اليد اليمنى هي التي تؤدي هذه الحركة، يكون الإبهام الأيمن (الحفز) خاضعاً لمشيئة البنصر الأيمن (الإرادة) والخنصر الأيمن (الطموح). يجد الحفز نفسه مخنوقاً بين الإرادة في النجاح وبين الشطط في الطموح (الانتهازية)، فينضب الحفز دافعاً بالفرد إلى طريق مسدود. إن الشكل التخريبي ليس بعيداً.

إذا كانت اليد اليسرى هي التي تؤدي هذه الحركة، يكون الإبهام الأيسر (اللذة) منخرطاً (البنصر الأيسر) في بحث محموم أو في نكوص عصابي في الماضي أو في طفولة المريض (الخنصر الأيمن)، سيتصرف المريض بصورة غير ناضجة.

تدس محاورتك في معظم الأحيان إبهامها بين الوسطى والبنصر لنفس اليد.

إذا كانت اليد اليمنى هي التي تؤدي هذه الحركة، يخضع حفز الفرد (الإبهام الأيمن) لتأثير إرادة (البنصر الأيمن) عقلنة (الوسطى اليمنى) علاقاته الاجتماعية أو العاطفية. سيتصرف الفرد تصرفاً عقلانياً صرفاً بعيداً كل البعد عن التأثر بانفعالات الآخرين. وقد يكون الأمر متعلقاً بتصوره عن الجنسانية التي يعبر عنها حركياً. فمقاربته ستكون أقرب إلى الحب الأفلاطوني منه إلى الحب الجنسي الشديد. ومرة أخرى تتنبأ الحركة بنية ما.

إذا كانت اليد اليسرى هي التي تؤدي هذه الحركة، تُحرم الطاقة الوجدانية (البنصر الأيسر) والماضي (الخنصر الأيسر) من لذتهما (الإبهام الأيسر). بوضوح، تتنبأ لنا هذه الحركة بقطيعة أو بمتلازمة العدول - الهجر إذا كانت تنتمي إلى الارتكاسات الحركية للشخص الخاضع للمعاينة.

الكذبة الأولى

بقي أن أصف لكم تأشير نية لأنها تأتي في مقدمة المشاهد الحركية التي تصادفونها يومياً، وإنه لمن الخطأ تجاهلها على الرغم من أنني تناولتها في كتب أخرى سابقة. يعترض أحد أقطاب التواصل والدعاية الذي التقيته في إطار بعيد عن إطار الحركات والإشارات قائلاً: «إنها ليست سوى حركات عارية عن الصحة». عندما نعلم أن هذه الشخصية معروفة

كأخصائية بالصورة العامة، يحق لنا أن نتساءل عن فعالية نصائحها. الحق يقال إن زبائنها من الأغنياء. كان يؤدي أمامي حركة مُصغَّرة تنتمي إلى لغة الجسد التدليسية. صحيح أن منظر المجتمع من فوق برج بنايته أشمل من المنظر الذي يمكن أن نشاهده في المترو أو في الشارع. ومن ثم لا يخفى على أحد أن من يعمل في مجال الدعاية عليه أن يجيد الكذب دون أن يستطيل أنفه.

يشبك محاورك أصابعه، يتباعد الإبهامان بانتظام وهو يحاول إقناعك.

لا شك أن هذه الحركة هي أشهر من نار على علم. نراها يومياً على شاشة التلفاز في جميع النقاشات السياسية الحامية الوطيس إلى حد ما، وفي جميع البرامج التلفزيونية لجمهور عريض حيث يحق لكل واحد بربع ساعة من الشهرة. إن هذه الحركة مقاومة للصدمات، وهي تستهدف في الأصل حماية صاحبها من أي اعتداء قد يقوّض استقراره. يكشف التباعد المنتظم بين الإبهامين ضعف الإقناع الذي يستثمره المتحدث في حديثه، أو يكشف ضحالة معلوماته في الموضوع الذي يدعي معرفته. إنها الرمز الحركي الارتكاسي للكذاب. لقد فهمتم تمام الفهم! إن الذراعين (اللتين ترمزان إلى حرية الفعل أو التفكير)، واليدين (اللتين ترمزان إلى التواصل) هي حبيسة تشابك الأصابع.

فإذا سجنا حرية الفعل والتواصل والإبداع (الأصابع)، ماذا يتبقى؟ ممثل أو كذّاب، لا فرق. غالباً ما يستخدم كلاماً مُصفَّراً ويعد محاوره بوعود مستحيلة. فيجب ألا يغيب عن ذهنكم التناقض بين الكلام الشفهي وبين أداء هذه الحركة. ومهما بلغ ذكاء المحترفين في الكذب فهم يرفضون أن يقروا بأي اعتبار للغة الجسد. لأنهم بلا شك يشعرون على نحو غامض بأن جسدهم يخونهم.

الإبهامان كالدمى المتحركة: وهي من الحركات التي غالباً ما نراها في المحطات التلفزيونية المختلفة بحيث تستحق أن نقف عندها ونفكر فيها ملياً. إذا سلمنا أن هذه الحركة تكشف لنا فرداً كذاباً، فإن الإكثار منها يشير إلى تضخم الكذب عند القياديين وعند غيرهم من الناس الذين يمارسون التأثير على الرأي العام. ويبدو جميع هؤلاء الكذابين على درجة كبيرة من الصدق تستدعي منا رسم إشارات استفهام بحجم كبير. إما أن أكون مخطئاً، وأتمنى ذلك أحياناً من كل قلبي عندما أفهم ما يعني أحد الوزراء في نشرة الأخبار المتلفزة بتحريكه لإبهاميه، أو أن هذا المشهد

الحركي الارتكاسي يعني جيداً ما أدّعي أنه يعني. وإذاً؟ إذاً هو أننا لسنا على ما يرام لأننا محكومون من الكذابين وخاضعون لتأثيرهم. والكذاب هو بالأخص شخص لا يريد أن يرى الواقع أو الحقيقة وجهاً لوجه مخافة أن يحرق عينيه. إن كذب المسؤولين إنكار للديموقراطية.

إذا رأيت من الآن فصاعداً الإبهامين يؤديان حركة الدمى المتحركة فراقب جيداً فاعل هذه الحركة. فالكذب لن يبدو لك واضحاً جلياً كما يبدو لك كذب طفل في الثامنة من عمره، وخصوصاً أن بعض المسؤولين العلميين يستعملون بطيبة خاطر هذا الرمز الارتكاسي، ومن المحرج القول أنهم هم أيضاً يقدمون لنا حقائق مشوهة.

حضرت خلال الصيف القائظ لسنة ٢٠٠٣ أكبر وباء لا يصدق ولم تسجل ذاكرتي له مثيل حتى الآن من الابهامات المتحركة، وكان لجميع المسؤولين مشاركة فيه. إنهم جميعاً مسؤولون لا مذنبون. كلا، ليس للكذب علاقة بالأنف إلا عند بينوكيو Pinocchio[1]، ولكن الصلة بينه وبين الإبهامين المتحركين كبيرة.

رؤوس الأصابع

(التقمص العاطفي ، المسمى أيضاً بالذكاء الانفعالي)

تخمين الفطرة دائماً ما يدور في القلوب

تعتبر حالة سولانج حالة استثنائية في الحياة المهنية لمحلل نفساني. تستطيع سولانج أن تدس يديها عاريتين في فرن غازها دون أن تحترقا لكي تتناول طبقاً من ماركة Pyrex تبلغ حرارته ١٨٠ درجة مئوية. هذه العتبة على مقاومة الألم لا تصدق البتّة. تعاني سولانج من انفصام في الشخصية، وشخصيتها هذه مجزأة بين عدة شخصيات، فهي فتاة صغيرة، وهي

١- شخصية في رواية تحمل نفس الاسم من تأليف الكتاب الإيطالي Carlo Collodi. وهي دمية خشبية تعاقب باستطالة أنفها عندما ترتكب كذبة. وتتعرض لأحداث كثيرة قبل أن تتحول إلى طفل - (مترجم).

أمها، وهي امرأة ناجحة في مهنتها، وهي أيضاً ضحية اعتداء جنسي في غاية الخطورة. تأتي سولانج للعلاج ثلاث مرات في الأسبوع، وما أن تدخل إلى عيادتي حتى تتبدل شخصيتها. تابعت حالتها لمدة ثلاث سنوات بشكل يومي تقريباً إلى أن استعادت إحساسها الطبيعي بالحرارة، وهي المرحلة الأولى نحو تحسين حالتها. تُعطّل شخصية الانفصامي المعقدة كل إمكانية للتقمص العاطفي، أي الإحساس بالآخر كما تعطل أحياناً الإحساس بألمها الفيزيائي.

من المؤكد أن حساسية رؤوس الأصابع لم تغب عن ذهنك. تتمثل رؤوس الأصابع أصلاً وبصورة رمزية بالتقمص العاطفي، وهذه الحساسية الفطرية لعواطفك هي التي تتيح لك أن تحس بما يحس به الآخر كما لو أن «أنا» كل فرد متصلة «بأنا» الفرد الآخر. إن التقمص العاطفي برؤوس الأصابع مفيد جداً في عدة مجالات منها مجال المعالجة الفيزيائية التي ليست أقلها أهمية. يعزز التطور والنجاح المذهل في معالجة العظام باليد، وفي جميع تقنيات هذا الجس أو التدليك فكرة أن رؤوس الأصابع لا ترمي فقط إلى مساعدة الشرطة العلمية على تصنيف بصمات أصابعك في ملفاتهم.

ولكن، بالمناسبة، ما هو التقمص العاطفي؟

التقمص العاطفي هو البعد الرابع للذكاء. كيف يمكننا أن نحس بما يدور في رأس الآخر أو في قلبه؟

تتدافع التعابير الاصطلاحية لتفسح الطريق أمام التقمص العاطفي أو العلم الفطري: «جعله يلمس لمس الإصبع» (أقنعه بدليل محسوس)، «وضع إصبعه على...» (اكتشف)، «يخبرني إصبعي الصغير إن...» (عبارة تقال للطفل)، «يعلم على رؤوس أصابعه» (يعلم حق العلم)، «هو على بعد إصبعين لكي يخمّن كل شيء» (هو على وشك تخمين كل شيء).

ثمة حساسية شبه فوتوغرافية للمشاعر التي تدب الحياة في محاورينا، وهذه الحساسية الأنثوية جداً في الأصل هي أساس ما نسميه اليوم بالذكاء الشخصي البيني أو الانفعالي. يحقق الفرد الذي وُهب هذا الذكاء بصورة طبيعية نتائج مذهلة في جميع المهن القائمة على المساعدة أو التنمية، وكذلك بصفته محقق قضائي عند البوليس مكلف باستجواب المشبوهين.

يُظهر الأطفال منذ الولادة تصرفات انفعالية نوعية، مختلفة، ومحددة جداً تبعاً لجنسهم. فالطفلة التي ولدت منذ ساعات قليلة تظهر الآن استجابة لانفعالات محيطها المباشر. إنها تحس ببكاء غيرها من الأطفال، بينما الطفل الذكر لن يعير هذا البكاء أدنى اهتمام. في النهاية، تعبر النساء بسهولة أكبر عما يحسسن به، ويظهرن مزيداً من الاستجابة لما يحس به الآخر. وهذا يقودنا إلى اكتشاف الاختلاف الذي لا ينازع فيه أحد، وهو أن عدد القراء من الإناث أكبر بكثير من عدد القراء من الذكور. فهناك سبع قارئات بين كل عشرة أشخاص يقرؤون الروايات. واستناداً إلى استطلاع آخر تبين أن ٨٢٪ من الفتيات من الصف التاسع ينوين الحصول على شهادة ثانوية أدبية. يرتبط هذا الاستعداد ارتباطاً وثيقاً بالتفوق اللغوي للإناث على الذكور منذ نعومة أظفارهن. فحس التواصل بالمعنى الشامل للكلمة هو إذاً استعداد أنثوي أكثر منه استعداد ذكوري، وإن التقمص العاطفي ميزة تنقلها الأم. فالبنات الصغيرات اللاتي لم يبلغن بعد السنتين من العمر يفضلن الكتب على الألعاب، ويعشقن أن تقرأ القصص على مسامعهن، وليست هذه حالة البنين الصغار من نفس العمر.

الميزة الأولى للمعالج النفسي

الإحساس مرة ثانية هو إحساس أشد من الأول بضعفين

إذا كان التقمص العاطفي هو من المزايا التي لا يُستغنى عنها لبلوغ العلوم الإنسانية، فغالبية علماء النفس المستقبليين قد لا ينجحون في الامتحان. وما يدعو للاستغراب هو أن الممارسين الذين يمتهنون المعالجة النفسية في الوسط المؤسساتي هم في الغالب أفراد مُنفّرون، ويتميز أسلوبهم بالفتور، لا بل بعدم إحساسهم بآلام الآخرين. أما المعالجون النفسيون أو المحللون النفسيون الذين يمارسون مهنتهم بصورة مستقلة فهم أشد إحساساً بالبؤس. ولا بد من القول من أجل أن نرفع المسؤولية عن العلماء النفسيين إن التعليم الأكاديمي لعلم النفس منفصل انفصالاً تماماً عن أرض الواقع.

ومن حسن الحظ أن هناك أطباء أو معالجين نفسيين ليصالحوا الناس مع الحس السليم الذي يقوم عليه علم النفس بعيداً عن الأجواء الأكاديمية التي يسودها الانغلاق الفكري.

فبقدر ما تكون النصوص عويصة وغامضة وملغزة ينغلق أخصائيو علم النفس الأكاديمي على أنفسهم في أبراجهم العاجية التي تفصلهم عن واقع آلام البشر. لقد فقدوا مصداقيتهم، ولكنهم الوحيدون الذين يجهلون ذلك.

عُرَة حركية كلاسيكية: عندما تتلامس رؤوس الأصابع!

تُقرن رؤوس الأصابع بعدد محدود جداً من الحركات التي لها معنى. فتلامس رؤوس الأصابع بما يشبه واقية مبرّد السيارة هو من الحركات الكلاسيكية التي نراها على الشاشة الصغيرة. وهي حركة تشي بضعف التقمص العاطفي للشخص الذي يؤديها. الإنكارية واللغة الخشبية، ذلك هو معنى هذه الحركة الخاصة والسياسية جداً على وجه الخصوص. تتلامس رؤوس الأصابع دون أن تدخل راحة اليد في تماس مع راحة اليد الأخرى فتشكل نوعاً من غطاء يذكرنا أحياناً بالواقية المعدنية التي كانت تغطي في السابق مبرّد السيارة.

إن صلابة حجج المتحدث افتراضية كطبقة الهواء التي يمسكها بيديه. تنتمي هذه اللازمة الحركية إلى كل من يتظاهر بفهم ما يجهله.

يحب الأفراد الذين يؤثرون مثل هذه اللازمة الحركية أن يلعبوا دور الأساتذة التافهين المطلعين على علوم لا يعرفونها معرفة جيدة أو يجهلونها جهلاً مطبقاً. تتلامس رؤوس الأصابع كأنها هيكل واقية افتراضية لمبرّد السيارة. وترمز هذه الحركة إلى حالة خطاب مفككك غير مترابط. ويتظاهر أحياناً المتحدثون الذين يؤدون حركة واقية مبرّد السيارة بقطع التماس بين رؤوس الأصابع. إنه نوع من نفاد صبر الأصابع المستندة على المرفقين. يخيل إليك أنهم على عجلة لاجتياز خط الوصول. لا ريب أنك فهمت المقصود. إنهم حقاً متلهفون على الانتهاء من الدخيل الذي سبب لهم حكة شديدة، ألا وهو أنت. إذا عمد محاورك إلى عزف رقصة رؤوس الأصابع المتلامسة التي نفذ صبرها فأصغي إليه بأدب واشكره حالما ينتهي من كلامه. إنه لا يساوي الوقت الذي تكرسه له. وإذا كان الأمر يتعلق بشخصية معروفة محصورة على شاشة تلفازك بحجم ٩/١٦ فلا تنس أيضاً أنه مُلوِث للنفوس ويعادل فكرة مُشوِشة. انتقل إلى محطة أخرى!

في ختام فصل الذراعين

صعقت عزمي أن أكون سعيداً لأن ذلك مفيد للصحة

فولتير

هل يوجد في الجسد موضع للسعادة؟

جواب سهل: ربما يشتمل الجسد بكامله على هذه النشوة الغامضة التي أصبحت رائجة جداً منذ زمن قصير.

جواب أكثر جرأة: ربما تكون السعادة محفوظة في الرصيد الوراثي لبعض السلالات المباركة من الآلهة، هؤلاء الأفراد الذين يفر منهم سوء الطالع فراره من الطاعون حتى لا يتلوث بغبار الكواكب.

في تحقيق أجري مع سكان مدينة باريس على شبكة الإنترنت حول الكلمات الجوهرية التي يؤثرونها على غيرها، احتلت كلمة «السعادة» المرتبة الرابعة بعد كلمات الحب والتمرد والمستقبل[1].

فمن بين ١٣٣٣ إجابة تضمنت الكلمات العشر الأكثر شيوعاً حصلت كلمة «السعادة» على ١٣٥ صوت، أي ما يقارب ١٠٪ من الأصوات، وفازت كلمة «الحب» بـ ١٦٪ من الأصوات، وحازت كلمة «التمرد» على ١٤٪، وجمعت كلمة «الشجاعة» ٩٪، وحصلت كلمات «النجاح» و «العائلة» و «النشاط» على ٨٪ من الأصوات، ووصل «الحلم» إلى ٧٪، وحقق «التضامن» ٦٪ من الأصوات.

وبالمقارنة، «فالحقيقة» تساوي ١,٣ ٪ من الأصوات، ويساوي «العمل» ٣,٥٪، و «الجنس» ٣,١٪، و «الوطن» ٠,٧٪. إن مفاهيم «الحب والتمرد والسعادة»، إلى آخره... ليس لها من المعنى سوى القيمة الدلالية التي ننسبها إليها. فهي منزوعة من الإطار الانفعالي الذي يمكنها التعبير ضمنه، وهي منزوعة على الخصوص من الجسد الذي اتخذت لها مستقراً فيه. فلا يعود للعاطفة التي فصلت عن الجسد من قيمة أخرى سوى القيمة التي نرغب أن نمنحها إياها. ما هذا التحقيق إلا صورة طبق الأصل عن القيم التي يمكن أن ننسبها للعواطف الإنسانية. وغابت الكلمة التي تتقدم جميع الكلمات، ألا وهي المال، هذا السيد الطالح والعبد الصالح، فالمال في مجتمعنا هو الدم الذي يسهم في السعادة شاء من شاء وكره من كره. فهو لا غنى عنه لسد حاجاتنا الضرورية الأساسية وإشباع نزواتنا الأكثر كمالية. ولكن هناك أيضاً طريق يؤدي إلى سعادة الإنسان الحميمي، وهو طريق معرفة الذات، هذه المجموعة من الخلايا التي تمثلك، وهذا الكنز المدفون في دائرة رصيدك الجيني الوراثي. إن الحياة تعلم دائم من العالم الذي يسكن في داخلك والمتفاعل مع العالم الذي يستقبلك لفترة مؤقتة. إن كل

1- Le Parisien du 15 mai2004.

معلومة تتيح لك معرفة ذاتك على نحو أفضل هي مداعبة تكافئ أناك. وسواء كانت هذه المعلومة تثقيفية أم لا ، فهي سوف تحملك على التفكير وعلى تعديل تصرفاتك لكي تكون في حال أفضل. ربما ينقصك قليل من هذا ويفيض عنك كثير من ذاك. والصفات النفسية لا مرئية ولكن في مقدورنا الإحساس بها وتأكيدها بصورة ذاتية. تعلم أن تكون أكثر انتباهاً لحركات جسدك من انتباهك إلى موكب أفكارك أو تأملاتك المضطرب، وسوف ترتقي أول درجة على السلم الذي يقود إلى محراب السعادة. يتألم جسدك على غرار الأطفال المرضى لكي يجتذب انتباهك، وبإهمالك له لصالح كثرة الأفكار المُشوشة سوف تنسى سعادة العيش في هذا الجسد المتمتع بقدرات مذهلة. أعد استثماره عن طريق الفكر وتخلص من تأملاتك عديمة النفع. امش واركض وتنفس واجعله يتحرك، ولكن لا تنس على وجه الخصوص دوره كسفينة فضائية للأنا لكي يستطيع أن يقدم لك في المقابل سعادة السكنى بين جدرانه.

obeikandl.com