

خلاصة

ختاماً يبقى السؤال: كيف يفترض بالمرء أن يحافظ على سلامته أو يتعافى بهذه الوفرة من الصور؟ هل يمكن للمرء أن يُشفى بالصور أصلاً؟ إن حديثه الشفاء عن طريق الصور هي بحد ذاتها من البساطة إلى درجة أنها تبدو للأشخاص المفكرين صعبة وعسيرة. لا شك في أن مشكلتنا مع النماذج والصور تكمن قبل كل شيء في التفكير ذي التوجّه التحليلي الذكوري أحادي الجانب الذي يحطّ من شأن القطب المضاد الرمزي الأنثوي، ولعل السلوك المعكوس، أي فرط التشديد على المجال الصوري أكثر ملاءمةً لحقيقتنا الداخلية.

في وسعنا الاستغناء عن القطب التحليلي الذكري طوال أسابيع، بل أشهر، وبعض الشعوب تستغني عنه كلياً، وبالتالي عن التقدّم بحسب مفهومنا، من دون أن يجزّ ذلك إلى أي أضرار على صحة أفراسها الجسدية أو النفسية. أما إذا غابت معيشة الصور الداخلية بضعة أيام، أو بالأحرى بضع ليالٍ فقط، تطورت لدينا اضطرابات عقلية خطيرة. في مخابر النوم الحديثة يمكن منع المتطوّعين من الحلم، وذلك بإيقاظهم كلما بدأت أطوار الحلم، أو بالأحرى أطوار الريم (REM)⁽¹⁾ التي تلاحظ من حركات العينين، ومع نهاية الليل يكون المتطوّعون قد ناموا سبع أو ثماني ساعات من دون أن يحلموا، وبعد تسعة أيام على أبعد تقدير يطوّر المتطوّعون أهلاًساً، هذا يعني أنهم يسمعون ويرون أشياء لا أحد يدركها سواهم. يدعو الطب هذه الصور الوهمية التي يراها المعنيون والعيانان مفتوحتان بالأهلاس البصرية. بينما يسمي سماع الأصوات الوهمية أهلاًساً سمعية. إن الصور الداخلية تلك التي لم يعد بالإمكان معالجتها في الأحلام، تصبح من القوة إلى حد أنها تنفّذ إلى الوعي النهاري، لا بل تصبح مرئيةً والعيانان مفتوحتان. يوضح ذلك مدى أهمية الصور الداخلية في حياتنا (وبقائنا)، علماً بأن الأمر هنا لا يتعلق سوى بالرؤية أو المشاهدة، ولا يتعلق بالتفسير بعد على الإطلاق. إن هذا النوع من عرض الصور الداخلي يعيشه كل إنسان سليم عقلياً في كل ليلة، حتى ذلك الذي لا يتذكّر أحلامه. أما وأن هذا يصيب عدداً متزايداً باستمرار من البشر، فهذه علامة على ضيق الحيّز المتاح للجانب الصوري الأنثوي من الحقيقة في الإنسان المعاصر، وبقدر ما تفقد الأحلام من الاهتمام، والحكايا من الالتفات،

١- REM من الإنكليزية: rapid eye movement؛ تترافق أطوار النوم الحلمية مع حركات سريعة بالعينين.

والخيلات من الأهمية، تهبط الصور الداخلية إلى أعماق أبعد من الظلّ. هكذا فإن كل حوار معها هو عمل على الظلّ وهو شافٍ، ذلك أنه يستعيد المفقود والمكبوت والناقص.

نحن نشعر بديهياً أننا محقون في تفضيلنا القطب التحليلي الذكري والوعي النهاري على الوعي الليلي. علماً بأن الموقف المعكوس قابل للتصور أيضاً وموجود، فالسينوي (Senoi)، على سبيل المثال، شعب يفضل الليل وأحلامه. يدور يومهم حول الليل حصراً، بوصفه إمكانية لجمع الخبرات في مستويات الصور تلك، وإقامة الاتصال مع الإلهي، ولا يزال بإمكان المرء أن يشهد عند الهود الحمر أيضاً مدى مركزية الأحلام والرؤى الكبيرة في حياتهم اليومية وفي الحياة إجمالاً.

لا شك في أن عرض الصور الداخلي هذا فعّال بحد ذاته، والحق أنه يحافظ على توازننا النفسي. الأمر الذي لا يستلزم قدرة ذهنية على التفسير، ولعل السؤال الذي يطرح نفسه هنا هو التالي: ماذا يفعل الأطفال بالنعاسات، وهل لها أهمية عندهم؟ بصورة عامة هم في غنى تام عن تنوعاتها الفكرية، وفي وسعهم أن يوقروا على أنفسهم هذه الطريق الجانبية. يميل الأطفال إلى قبول الصور تلقائياً وإدماجها في عالمهم النفسي. لا شك في أن عمل إليزابيت كوبلر روس يصلح بنوع خاص لقطع دابر التحيز والحكم المسبق القائل إنه لا يمكن للأطفال أن يصنعوا شيئاً بالرموز وبرسائل الصور المرضية. فهم على العكس غالباً جداً ما يكونون أقدر على ذلك من ذويهم المفكرين الأذكاء الذين يفهمون ويعقلون كل شيء، ولكنهم لا يدركون أو يستوعبون شيئاً على الأرجح. لذلك يمكن للمرء، في العلاج النفسي عند الأطفال، أن يوقر على نفسه النظر في التجسّدات، على سبيل المثال، ذلك أنهم لا يزالون يأخذون رمزية الحكايات والخيلات على محمل الأهمية. ما دامت الفكرة التي مفادها أن هذا كله "مجرد" خيال، لم تنتشر بينهم بعد، يكون الأطفال أشد انفتاحاً على الصور الداخلية. إن خطوات التعلّم التي غالباً ما يقومون بها جراء أمراض الطفولة الوصفية، تتحدّث عن نفسها. أما عند الكبار فلا غنى عن الخطوة الفكرية البيئية، لأنهم لا يسحبون الصور على أنفسهم عادةً ولا يأخذونها على محمل الأهمية أصلاً.

عند علاج الأطفال يمكن للمرء أن يدع المرضى الصغار يحلموا بحكاية ما، ثم يسألهم بعد بضع دقائق أين هم في القصة إذاً، وهم يستجيبون بسرور لحتّهم على مواصلة سرد القصة بأنفسهم، وعلى هذا النحو يحصل المرء على الفور على نموذج صائب عن وضعهم الحياتي في صور واضحة وجلية. ثمة إمكانية أخرى بسيطة وفعّالة أيضاً تتمثل في جعلهم يحلمون بأسرّتهم في هيئات حيوانية، ويتمخّض ذلك عن بُنى أسرية ونماذج مرجعية جلية لا جدل فيها كذلك الأمر، ولما كان الأطفال يأخذون هذه الصور على محمل الأهمية تلقائياً ويسحبونها على أنفسهم، غالباً ما يكونون قادرين أيضاً على التأثير في واقع

حياتهم عن طريق التغييرات في النماذج الصورية، وهذا أسهل عليهم منه على الكبار في الغالب.

غالباً ما نتخلى عن سذاجتنا وبساطتنا في مرحلة مبكرة من الحياة تحت تأثير التربية الفعّالة، فمع بداية المرحلة الابتدائية نسمع: "لا تنم! لا تحلم! لا تشطح بخيالك! لا تتوهم على هذا النحو! يُفضّل أن تركز!"، وإذا فعلت التربية فعلها أخرجت كباراً عديمي الخيال حقاً، لا يعودون يتذكرون أحلامهم، وغالباً ما لا يعود بإمكانهم حتى أن يناموا، ومن غير النادر أن ينتهي بهم المطاف بين أيدي المعالجين النفسيين بهدف تعلّم هذه المقدرة البشرية الأولية من جديد، ومن غير النادر أيضاً أن يخلط علم التربية الحالي بين تلقين العلم والتثقيف أو التكوين أو التشكيل^(١)، والصورة في التثقيف أو التشكيل الحقيقي ليست في الكلمة وحسب، بل في القلب أيضاً.

بوصفنا العالم الأصغر (الإنسان) نحن نسخة عن العالم الأكبر (الكون)، وندبّو على سائر صور هذا العالم. إذا نسينا هذا، هبطنا إلى أعماق اللاوعي، وانحط التثقيف إلى ذلك الفيض من المعلومات الذي لم نعد نعطيه حقّه اليوم حتى مع عقلنا فائق التدريب. لا بل لا يزال الشكل (Form)، النموذج، يكمن في كلمة معلومات (Information)، كاشفاً عن عمق ارتباطنا بهذا الجانب من الحقيقة. الصورة غذاء النفس، ومن دون هذا الغذاء تموت نفسنا جوعاً.

حتى الصور المرضية غذاء للنفس، وهي أفضل بكثير من انعدام الصور، والكتاب الذي بين أيدينا عبارة عن جولة فكرية في عالم الصور المرضية، ويحدوه الأمل ألاّ تتعثر الصور في الرأس، بل أن تقود إلى تثقيف داخلي فيما يخص العلاقة بين الجسد والنفس. ما أجمل أن يكون الفهم العقلاني كافياً، وأن يُشفي المرء بمجرد قراءة النماذج واستيعابها، ولكن سائر التجارب والخبرات تفيد أن هذا هو الاستثناء، فالاستيعاب يجب أن يقود إلى "مبادرة" وتشمير عن ساعد الجد وإلى ملامسة النفس، وأن يحصل على مدخل إلى عالم المشاعر والأحاسيس، وإذا جاء في ختام كتاب "المرض بوصفه طريقاً" أن النظر والمعرفة يكفيان،

١ - Bild بالألمانية تعني "صورة"، والفعل bilden يعني شكّل، تّفّف، كوّن، ومنه Bildung التي تعني تثقيف أو تكوين أو تشكيل. - المترجم.

فالمقصود هو المعرفة حسب مفهوم الكتاب المقدس، أي الانخراط بأعمق معانيه، فقد عرف ابراهيم سارة، وكانت النتيجة إسحق في النهاية.

لا يعني هذا أن الفهم العقلي كخطوة أولى عديم الأهمية، غير أنه لا يكفي، ولعل الانخراط في عالم الصور الخاص^(١) يمثل الخطوة الثانية الأبعد والأعمق. لا شك في أن رحلات التخيل بمساعدة موسيقاً تأملية، أو صور لغوية تصل إلى أعماق أبعد من الجولات الفكرية. إذا كانت قراءة كتاب ما خطيرة على وجهات النظر والآراء والأحكام المسبقة القديمة، فإن الجولات على أجنحة الصور الداخلية تشتمل على خبرات أعمق ومخاطر أشد على أنماط السلوك والمرض القديمة. إن الرحلات بمعنى المرتكز^(٢) المقصود هنا غالباً ما تقود إلى ميادين كانت غريبة ومعلقة على المرء حتى الآن.

مؤكد أنه لا يمكن القول إن السفر لا خطر فيه ولا ضرر، ولكن عدم السفر أشد خطورةً بكثير من السفر. من سافر وتعرّف إلى العالم الخارجي، لا بد أن يكون قد مرّ بمخاطر، ولو أنه مكث في موطنه طوال حياته، لو قرّر على نفسه هذه المخاطر بلا شك، ولكنه بالمقابل سيكون تحت رحمة المجهول أكثر بكثير. السفر يثقف ويكوّن ويشكّل، كما هو معروف، ويغذي النفس بالصور.

هذا هو شأن الصور الداخلية أيضاً. لا يتغير العالم الداخلي بتعرّف المرء إليه أكثر مما يتغير العالم الخارجي، ولكن كليهما يفقدان تهديدهما وخطورتهما، لأن معرفة الخطر تُضعف حدّته وتخفّف من القلق الذي يثيره، وفي النهاية لا يتعلق الأمر في الصور المرضية أيضاً بتغيير الأشياء بحد ذاتها، أي مواضيع الأمراض ومضامينها، بل بتغيير أسلوب النظر. صحيح أن المهمة التعليمية، أو بالأحرى النموذج، يبقى على حاله دوماً، إلا أن ثمة فرقاً كبيراً بين كون المرء متروكاً تحت رحمة هذا النموذج داخل حلقة معيبة في المستوى الجسدي، وبين كونه يعيشه في مستوى مخلص. من ينصت لصوته الداخلي، لهاتف نفسه، قلما يسمع أشياء متملّقة عن نفسه. من هنا فإن عدم الإصغاء إليه أكثر راحةً على المدى القصير بلا شك. إنما على المدى الطويل يُعدّ هذا التجاهل خطيراً، إذ حينما

١- تتوافر شرائط تسجيل خاصة تتناول مواضيع: السرطان، الأرجية، ارتفاع الضغط الدموي، انخفاض الضغط الدموي، مشكلات الهضم، مشكلات الوزن، التدخين، مشكلات الكبد، مشكلات الظهر، القلق. أما شرائط التأمل "الطبيب الداخلي" و "الاسترخاء العميق" فتصلح، فوق ذلك، للمضي قدماً بالصور المرضية التي نشاء إلى مستويات أعمق؛ جميع الشرائط في طبعة نبتون، ميونيخ.

٢- لا ننصح بمننتاجات من الدائرة الضبابية لـ "التفكير الإيجابي"، والتي تغطّي على المرض والمعاناة عن طريق التوكيدات، وتخلق بالتالي ظلاً جديداً، واستخدام تفسيرات هذا الكتاب لصالح مثل هذا العمل القمعي أو الكبتي لهو أشبه باستغلال الصيام لجعل العضوية أكثر حساسيةً واستجابةً للأدوية النفسية.

يعلو الصوت الداخلي فجأة، بعد أن طال إهماله يكون الأوان قد فات حقاً. كما إن الطبيب النفسي المستعان به سوف لن يصغي إليه على الأرجح، ويكاد لا يعيره أي أهمية، بل سيحاول كبحه بأسلحته الكيميائية. من المعروف أن التعرّف إلى العالم الداخلي في الوقت المناسب بهدوء وروية هو أكثر جدوى وفائدة من التعرّف إليه تحت ضغط الاحتقان والاحتباس الذي طال أمده، فالتعامل مع الجسد يطابق التعامل مع النفس. صحيح أن التجاهل والكبت أكثر راحة على المدى القصير، إلا أن الإقدام على مواجهة الصور الداخلية أكثر نجاعةً على المدى الطويل من تجاهلها والتهرّب منها. لكلا النوعين من الطب أو بالأحرى علم النفس ميزاتهما؛ فالطب وعلم النفس المدرسيان يستهدفان راحة المرء وصحته قصيرة الأمد في ظلّ إهمال السلامة، بينما يرجئ الطب والعلاج التفسيريان الراحة والعافية ويراھنان على الخير والسلامة على المدى الطويل.

قلما كان المرء يسافر في العالم الخارجي فيما مضى، وإذا سافر، ففي رحلات حجّ كانت تربط العالم الخارجي بالعالم الداخلي. الميل إلى القيام برحلات خارجية من دون صلة بالرحلة الداخلية عبر النفس هو ميل حديث نسبياً، وقد يبدو غريباً عند تدقيق النظر، فالرحلات *الثقافية* التي لا تُعنى بشؤون العبادة والتبجيل على الإطلاق، تبقى معلقةً في الهواء ولا أساس لها شأنها شأن الرحلات *التثقيفية* التي يفوتها الاتصال بالصور الداخلية^(١)، ولعل بالإمكان الاستعاضة عنها بالأفلام الثقافية من غير تكليف النفس جهد السفر. أما ما يُسمى رحلات الاستجمام، أو الرحلات إلى ما يُوصف بالمنتجعات الصحية، فهي في معظمها سخرية واستهزاء بالصحة من الناحية الطبية، وقد شاعت بلوى هذه الرحلات وأصبح لها متعديها ومنظّمها، وتوضع لها مخطّطات وتصاميم متجددة سرعان ما يتم نبذها ثانية، ما دامت تفتقد إلى الصلة بالرحلة الداخلية، وقد تكون رحلات المغامرات أكثر تشويقاً من تلك التي ترمي إلى التشمّس أو أخذ ما يُسمى الحمامات الشمسية، ولكن المغامرات الحقيقية هي في الداخل دوماً؛ وفي أحسن الحالات تكون في الخارج أيضاً.

كانت الرحلات البطولية في العصور القديمة طريقاً داخلية لها انعكاساتها في الخارج ليس إلا، والرحلات البطولية الحقيقية هي التي تتجه صوب المهمات التعلّمية الخاصة، مثلما تنعكس في المشاهد الداخلية للصور المرضية، وهي على

١ - للثقافة (Kultur) والعبادة (Kult) الأصل اللغوي نفسه، شأنهما شأن التثقيف (Bildung) والصورة (Bild). - المترجم.

الأرجح رحلات غير مريحة بنوع خاص، كما إنها ليست جميلة جداً، وتتطلب أحياناً الكثير من الشجاعة، ولكنها دوماً مجدية ومثمرة، وكما جاء في الكتاب الأول فإن دليل السفر مفيد لهذا الغرض في الرحلات البعيدة، لا بل ضروري أحياناً. يُدعى أمثال هؤلاء الأدلاء في عصرنا بالمعالجين النفسيين، وقد وُجدَ مثل هؤلاء الأدلاء في سائر العصور، سوى أنه كانت لهم ألقاب أخرى وعملاً أقل في الأزمنة التي كان البشر فيها يعيشون في العوالم الصورية لأساطيرهم وحكاياتهم من تلقاء أنفسهم وكانوا يثقون بمخيلتهم، ولم يكن عمل هؤلاء الأدلاء ينسحب على التدخل في حالات الأزمات الحادة بقدر ما كان ينسحب على الإرشاد والمرافقة إلى ذلك العالم الداخلي الآخر الذي هو موجود دائماً و بانتظارنا. حتى حينما لا نبدي أي استعداد على الإطلاق للاقتراب منه، يتجه صوبنا ويعطينا علامات وإشارات على شكل أعراض وصور مرضية كاملة.

إن رؤيتنا الفرص في الصور المرضية واستثمارها لا يعني بالضرورة أن حياتنا تصبح أيسر، ولكننا نصير أشد وعياً بالمسؤولية وأشد غنى، ويتحوّل كل خطأ إلى إمكانية نكبر بها ونتطور، إذ إنه يضيف إلى حياتنا ما كان ينقصها حتى الآن، وهكذا ينقلب التقويم كلياً، وبدلاً من تجنّب المشكلات أو التهرب منها، يصبح الإقبال عليها واكتشاف الإمكانيات الكامنة فيها أمراً ساراً. بهذا المعنى يمكن تحويل الأسئلة المطروحة مع كل فصل إلى أساس لتأمل شخصي، لرحلة في عالم رموز الإشكالية الخاصة. سوف لن نخسر شيئاً، فالحياة تمتدّ أمامنا ميداناً واسعاً من الإمكانيات. كل شيء ممكن إن نحن قبلنا تحدّي الحياة، لا بالمعنى الخارجي وحسب، بل بالمعنى الداخلي أيضاً، فإذا كانت الحياة الخارجية الهجومية مع شجاعة استثمار الإمكانيات الخاصة يمكن أن تساهم في التطور، فإن الحياة الداخلية الشجاعة يمكن أن تصل بالتطور إلى غايته.

لقد رسمت شتى الأديان الطريق عبر العالم الداخلي، وفي دائرتنا الثقافية أيضاً يقدّم الدين المسيحي تعاليم لا لبس فيها ولا غموض في هذا الشأن. ها هو المسيح يوصي بقوله المذكور سابقاً "كن حاراً أو بارداً، الفاترون سوف أتقبوهم من فمي!" بالإقدام حتى الحدود القصوى، ويحذّر في الوقت نفسه من الحلول الوسط أو التسويات الفاترة والفاسدة، وبعد إتمام هذه الطريق، هذه الرحلة البطولية، يسري أخيراً مفعول ذلك القول الآخر: "من ضربك على خدك الأيسر، حوّل له الأيمن أيضاً"، فالإنسان الذي حقّق نفسه، الذي يقف في الوسط بين القطبين، ووجد الوسط في داخله، يكفّ عن التقويم ويعلم في قلبه أن كل ما يُكيله يرتدّ عليه.

في النهاية يمكن تلخيص كل علاج يستحق هذه التسمية، في أهم جملة ربما نطق بها المسيح: "أحبوا أعداءكم". لا يمكن للمرء أن يزيد شيئاً على ذلك، لا يمكنه توصيف العلاج بعبارة أشد بلاغةً وأكثر إيجازاً. نحن نميل اليوم إلى التعبير عن المقصد نفسه بشكل أكثر عصريّةً وأشدّ تعقيداً: "استرجعوا

إسقاطاتكم". إذ إن كل ما ينقصنا للشفاء والسلامة يكمن في ظلّنا، ولما كنا لا نستطيع ولا نريد أن نراه، نقوم بإسقاطه على سطوح إسقاط. أعداؤنا هم سطوح إسقاطاتنا الخارجية التي تعكس لنا ما لا نستطيع تحمّله فينا، ولذلك نكرهه ونستفطعه في الآخرين، والأعراض المرضية عبارة عن أعداء داخليين بالنسبة لمعظم البشر. يتحوّل الجسد الخاص إلى سطح إسقاط للجوانب البغيضة غير المستحبة. عندما نفلح في محبة الأعداء الخارجيين والداخليين، تنشأ السلامة وينشأ الخلاص. تزداد سهولة ذلك علينا كلما كنا أقدر على معرفة المرض بوصفه لغة النفس. حينذاك يتحوّل المرض إلى طريق، وهذه الأخيرة ليست جديدة ولا معقدة، بل هي سرمدية، وبسيطة، ومتطلّبة على غرار العبارة السرمدية:

أحبوا أعداءكم.