

obeyikan.com

دعني وأسراي!

obeikan.com

دعني وأسراري!

لماذا يريح عدم البوح

بكل شيء؟

تأليف

أورسولا نوبر

نقله إلى العربية

د. هاني صالح

العبيكان
Obekon

obeikan.com

لدى كل منا حكايات نقصها على الآخرين ببساطة، مثل الذكريات التي نحكيها دائماً في شتى المناسبات، نعرّف بأنفسنا من خلالها ونشكّل ذاتنا في المجتمع. وهناك قصص أخرى نخص بها حلقة خاصة من المقربين، كأفراد الأسرة والأصدقاء المقربين، حيث يحدد الإفصاح عن هذه الحكايات معالم نقطة تحول في الزواج والعلاقات والصدقة. ويصبح المرء أكثر إلفة وانفتاحاً تجاه الآخر، فتؤثر ردود أفعال من ينصت إلينا على شعورنا الذاتي. وبالمقابل تبقى بعض الروايات مستقرة في أكثر زوايا القلب سرية، وهي القصص التي لم يسبق لنا أن بحنّا بها لأي إنسان.

إيفان امبر - بلاك

obeikan.com

المحتوى

- 11.....مقدمة
- 21.....مدخل: لماذا الكلام من فضة والسكوت من ذهب؟
- 23.....هل أنت مستعد للكلام؟
- 26.....الحق بالصمت
- 29.....ما الذي نخفيه؟
- 35.....سر شائق
- 37.....لماذا نحتاج إلى الأسرار؟
- 43.....ما هو السر؟
- 45.....ثمانية أسباب وجيهة للاحتفاظ بالسر:
- 46.....1- الأسرار تدعم الاستقلالية
- 61.....2- الأسرار تؤمن الحماية
- 71.....3- الأسرار تساعد على تحقيق الأهداف
- 84.....4- الأسرار تحافظ على الجوالخاص
- 95.....5- الأسرار تخدم الحب

- 6- الأسرار تقينا من الإدراك المؤلم للذات.....115
- 7- الأسرار توفر حياة ثانية.....134
- 8- الأسرار تمنح النساء القوة.....166
- هل يجب عليك ألا تكذب - أو أن تكذب؟.....191
- الكذب من أجل المراعاة.....196
- الكذب من أجل المحافظة على الذات.....200
- الكذب من أجل حماية الذات.....205
- الحفاظ على السر - إرشادات.....213
- المحافظة على السر عمل شاق.....214
- المحافظة على السر إنجاز للذاكرة.....216
- التكرار يعلم الشيطان.....222
- الأسرار ليست للخجولين.....224
- حالة خاصة - الحب الخفي.....225
- الاختبار: ما مدى حجم المخاطرة؟.....228
- الكشف عن السر - قرار صعب.....235
- الأسرار في الأساطير.....238
- دراسة نفسية حول الصمت.....240
- الصمت لا يضر في كل الحالات.....242
- هل يُنصح دائماً بالبوح بالسر؟.....243
- لا بد من البوح بالأسرار القائمة.....245

- 248.....ماذا يترتب على الصدق من نتائج؟
- 250.....الكشف عن السر.
- 253.....هل يلتزم المطلعون على سر بالحفاظ عليه.
- 264.....البوح أم السكوت - نمط من أنماط اتخاذ القرار.
- 271.....البديل. اكتساب مفاهيم جديدة.
- 277.....ماذا بشأن الضحايا؟
- 280.....درجة الإساءة - هل هي وجهة نظر؟
- 285.....المراجع

obeikan.com

مقدمة

للأسرار سمعة سيئة. فمن يبقى على شيء طي الكتمان، فهذا يعني أنه يخفي شيئاً، وهذا بدوره لا يمكن أن يكون عملاً جيداً، وإلا لما كان هناك من حرج في الإفصاح عنه. فالأسرار ضارة. إنها تعذب حاملها وتحير الناس القريبين منه، أولئك الذين لا يمكن له، أو لا يريد، أن يكون صادقاً معهم. وغالباً ما لا يتم الحفاظ على كتمان الأسرار إلا عبر الكذب، والكذب مسألة غير أخلاقية.

ولذلك: يجب إمالة اللثام عن الأسرار. فمن يبوح بأسراره يشعر بعد ذلك بارتياح نفسي؛ إذ يمكنه حينذاك ألا يخجل من نفسه ومن بقية الناس المحيطين به.

هكذا، أو بطريقة مشابهة، يفكر جل الناس ويسوقون حججهم عندما يُواجهون بمسألة «السر». عدد قليل جداً يمكن أن يرحب بفكرة أن يحتفظ الآخرون بشيء مهم لأنفسهم. ولا عجب في ذلك، فتحن نسمع منذ الصغر عبارات مثل: «عليك ألا تكذب» أو «حبل الكذب قصير» أو «يمكنني أن أرى على أرنبة أنفك عندما تخفي عني شيئاً» أو طريقة التخويف، الأكثر

فعالية على الإطلاق، القائلة: «إن الله يرى كل شيء». بالإضافة إلى ذلك فقد ألفنا منذ الطفولة بأن الناس المبهمين هم «غريبو الأطوار». وبما أن المرء يلاحظ أنهم يضمرون شيئاً، فلا يمكنه أن يثق بهم. فمن يجعل من نفسه ومن حياته سراً، يُنظر إليه بارتياح. ما السبب الذي يكمن خلف انطوائه؟ هل فعل شيئاً؟ ربما، لأن الإنسان الجيد لا يخفي شيئاً، بل يطلع الآخرين على نواياه، فهي ليست عسوية على الفهم.

يؤيد العلم أيضاً هذا الموقف الحرج تجاه السر. فالعديد من الأبحاث النفسية ودراسة الحالات الخاصة تؤكد وبقناعة: أن المعرفة المحجوبة يمكن أن يكون لها مفعول مشؤوم على حملة الأسرار، بل حتى على الأشخاص الذين لا علم لهم بالسر البتة. فمن يحتفظ بشيء مهم لنفسه فإنما يضع حياته وحياة الآخرين، والحالة هكذا، تحت ناقوس زجاجي فلا يستطيع التنفس إلا بصعوبة.

فالسر إذاً ليس بالشيء الحسن، والشيء الغريب هو أنه ما من أحد منا إلا ولديه سر، ومن يريد أن يدحض هذا القول بصورة عفوية بقوله: «أما أنا فلا»، فعليه أن يمعن التفكير ولو للحظة، فليس الأمر دائماً متعلقاً بمسألة كبيرة - مثلاً: علاقة خارج نطاق الزوجية، أو جنحة جرمية أو شهوة شاذة - يفضل الإنسان أن يحتفظ بها لنفسه؛ بل غالباً مجرد آراء وأفكار ورغبات وخطط وأشواق ومشاعر خجل أو مخاوف لا يريد الإنسان أن يطلع الآخرين عليها. وكثيراً ما لا يدرك المرء أن الأمر يتعلق في مثل هذه الأمور بأسرار. وليس هناك من إنسان يخلو من جانب غامض في حياته. فنحن نعيش مع الأسرار يوماً بيوم.

وطبعاً لا نعرف أسرار الآخرين إلا في حالات استثنائية، لكن يمكننا أن نطلق من فكرة أن كل إنسان نعرفه يخفي شيئاً. فالأسرار حاضرة دائماً، وفي وجهة نظر معينة يقول المحلل النفسي الفرنسي سيرج تيسيرون Serge Tisseron: «كل شيء سري: الأفكار التي تخطر في ذهننا التي لا ننصح عنها لأي شخص آخر، تخيلاتنا وأحلامنا، الحياة الخاصة لمحبيبين أو زوجين. نسيج العلاقات المعقد داخل الأسرة الذي يشكل حياتنا الخاصة والمشاعر التي نضمهرها تجاه الآخرين ولا نريد الإفصاح عنها. هناك أنواع عديدة من الأسرار اعتدنا عليها وأصبحت تبدو لنا مسألة عادية».

إن التصور بأن الناس المحيطين بنا: شريك الحياة، والأصدقاء والصديقات وأبنائنا، لديهم جوانب لا نعرفها، ليس بالضرورة جميلاً.

إن أفكاراً معينة مثل: «إنني أتعرض للخيانة» أو «أتعرض للكذب» أو «لا أعلم الحقيقة» تتزاحم وتؤدي إلى السؤال المحرج «هل يمكنني بعد ذلك أن أثق بالآخر؟» بذلك نصبح شكاكين ونشعر بأننا منبوذون، ذلك يضعنا في موقف حرج إذا ما انطلقنا من فكرة أن الناس الذين نعرفهم جيداً يخفون عنا شيئاً، إن رد الفعل هذا مفهوم: عندما نسمع، أو مجرد نخمن، «أن لدى فلان سراً» فغالباً ما تتابنا الخواطر بأن شيئاً مخفياً عنا بنية خبيثة. وأن أمراً سيئاً يُضمّر لنا. فانزعاجنا هذا نابع من الصورة السيئة المذكورة آنفاً عن الأسرار. فغالباً ما لا نعرف إلا الجانب المظلم.

أما الجوانب المساعدة والإيجابية فهي -على العكس- معروفة على نحو أفضل، ويمكن أيضاً أن تحاط بالكتمان.

ليست كل الأسرار متشابهة. فبالإضافة إلى (الكبش الأسود) في (قطيع) الأسرار، والذي يمكن أن يسبب أضراراً فادحة في حياة المعنيين، هناك القطيع الكبير من «الأسرار البيضاء» فهذه ليست فقط غير مسببة للضرر، بل لها أيضاً أهمية وجود بالنسبة لنا، لا يمكن الاستغناء عنها من أجل عافيتنا واستقرارنا النفسي، فلكثير مما نبقى عليه طي الكمان (أو ينبغي علينا ذلك) أهمية كبيرة لتطورنا واستقلاليتنا وحقنا في تقرير مصيرنا.

عندما لا نستطيع -أو لا يسمح لنا- الاحتفاظ بأي شيء، نكون تحت رحمة الآخرين وتصوراتهم والأعيبهم ورغباتهم وحاجاتهم، دون أي حماية. وعندما يستطيع الآخرون أن يقرؤوا كما لو كنا كتاباً مفتوحاً، لا يمكننا أن نصون اضطراب مشاعرنا، أو أي رغبة أو خطة، من فضول الآخرين.

فمن دون الأسرار نكون كمن يقف على مسرح مكشوف كما في أسوأ كوابيسنا: عراة وبلا أي حماية. وعندما لا نستطيع الاحتفاظ بأسرارنا نصبح أقرب للدمى منّا إلى الشخصيات المستقلة. فالأسرار تصون مجال حياتنا من تسرب الآخرين إليه، وتوفر لنا أيضاً حاجزاً اجتماعياً واقياً. فالتوافق الاجتماعي لن يسير كما يجب إن لم تكن هنالك أسرار، وإلاً لكانت الحقيقة المطلقة لا تطاق.

الأسرار الإيجابية ظاهرة أخّاذة يجب عدم التقليل من أهميتها. إننا نحتاج إلى الأسرار، نعم، ولنا كل الحق في ذلك.

وهذا ينطبق على كل الناس، ولكن على نحو خاص جداً ينطبق على النساء. فاستفادة النساء منها تبدو أكبر من تلك التي للرجال عندما يحتفظن لأنفسهن بجوانب معينة من حياتهن أو لا يطلعن عليها إلا نخبه محددة. فالنساء ميالات «لعرض» أنفسهن للآخرين بلا حدود، يكشفن عن طيب خاطر عما بأعماقهن، ويمنحن طوعاً فرصة للاطلاع على أفكارهن ومشاعرهن، وهذا غير مفيد دائماً وفي كل الحالات.

بعض الغايات لا تحققها النساء لأنهن يسمحن لأناس آخرين بالتدخل في شؤون حياتهن. وعبر النصائح التي تقدم بنية سليمة، أو غير سليمة، وعبر تثبيط الهمة أو الغيرة أو الاهتمام الذي يُساء فهمه. كثيراً ما يقودهن ذلك إلى التخلي عن مشروعاتهن و رغباتهن. وهذا لا يُبقي للنساء مجالاً لحياتهن الخاصة. فالمجال الشخصي هو في الغالب اصطلاح غريب بالنسبة للجنس اللطيف. فهناك الشريك والأطفال والصديقات والأصدقاء والوالدان ومتطلبات العمل والآمال والتوقعات من أطراف عديدة لا تدع لهن وقتاً خاصاً. عندما تتعلم النساء أن عليهن ألا يجعلن من كل شيء جرسه، وأن القليل من الصراحة يعني المزيد من الاستقلالية، عندها يستطعن أن يجدن لأنفسهن مجالات حرة يستعدن فيها توازنهن ويطورن خططهن ويحققن أهدافهن. ولذلك فإن من الأجدى غالباً بالنسبة للنساء أن يقمن -بمساعدة الأسرار- أسواراً حول حياتهن لحفظها وإتاحة المجال أمام نباتاتها وأزهارها لتنمو.

يتركز الاهتمام في هذا الكتاب على «الأسرار البيضاء» وإلى الناس الذين يكتمون مثل هذه الأسرار، إنهم محور الاهتمام، وقليل من الاهتمام

يحظى به ضحايا الأسرار. وهذا ما أقرنا به في هذا الموقع سلفاً، فأحياناً يغيظهم جداً فهمهم بأنهم وضعوا وجهاً لوجه أمام حملة الأسرار. والفصل الختامي يعالج وضعهم الصعب. لكن يمكن لضحايا الأسرار أيضاً أن يستفيدوا من التفاصيل التي ستتلو، ومرد ذلك أيضاً لأنهم ربما اعتقدوا بأن لديهم أيضاً أسرارهم، أو هكذا يجب أن يكون.

وعندما قررتُ أن أضع كتاباً حول الأسرار وقفتُ أمام مشكلة أن الأسرار هي سر بحد ذاته. وهذا متوضع في طبيعة هذا الشيء. طبعاً كان بإمكانني أن أكتب على نحو تجريدي عن كتمان السر، لكن دون أسرار حقيقية لأناس حقيقيين سيبقى ذلك مسألة لا حياة فيها. فما العمل إذا؟

هل أعمد إلى سؤال الأصدقاء والمعارف؟ ولكن ذلك لا يصيبه النجاح إلا بشروط. فمن ذا الذي يبوح بأسراره؟ كما لا يمكن تناول الأسرار التي يعرفها المرء عن آخرين أو سمعها إلا بحذر. وعبر سفراتي الطويلة بالقطارات عرفت بأن غرباء يكشفون النقاب أحياناً عن أكثر أمورهم خصوصية على نحو تلقائي لأنهم مقتنعون بأنهم لن يلتقوا بمحدثهم مرة أخرى البتة. ففي الحديث مع شخص مجهول تتطلق الألسنة، وكثيراً ما يتم الكشف عن أسرار في مثل هذه المواقف.

إذاً فعندما أردت أن أعرف ما الأسرار التي لدى الناس كان عليّ أن أبحث عن مصادر مجهولة الهوية. فبادرت في مسيرة أبحاثي بداية عام 2006، إلى نشر إعلان في صحيفة تتعدى نطاق المحلية وكذلك في المجلة العلمية «علم النفس اليوم» هذا نصه:

البحث عن أسرار:

«هل لديك أو كان لديك سر صغير أو كبير، له أو كانت له أهمية كبيرة في حياتك؟ ما هي الخبرات التي تكونت لديك من أسرارك أو أسرار الآخرين؟ مؤلفة كتاب علمي تبحث -من أجل مشروع كتاب- عن أناس على استعداد للبحر بأسرارهم طوعاً ودون الكشف عن أسماهم».

وتم الأمر؛ إذ تلقيت رسائل من نساء ورجال، إما رووا مباشرة حكاياتهم أو أعطوني إشارة بأنهم عن استعداد للإجابة على أسئلتهم الفضولية إما بالهاتف أو بواسطة البريد الإلكتروني. كنت أريد معرفة كيف يعيش الناس الذين يكتمون أشياء مهمة وأفكاراً ومجالات حياة تتعلق بأخرين على مدى زمن طويل؟ كان اهتمامي منصباً على مسألة كيف يمكن لإنسان أن يمارس حياة مزدوجة على مر السنوات، وكيف يتمكن الرجال والنساء من كتمان قضية عاطفية أو توجه جنسي أو طبع أو هواية غريبة أو ما شابه ذلك عن فضولية المقربين من الناس. أردت أن أعرف: هل كانت للطفولة أسرارها؟ وما هي هذه الأسرار؟

كما طرحتُ أسئلة حول النتائج: هل يضر -دائماً وبلا استثناء- إنساناً إذا ما أراد أو اضطر أن يحتفظ بسر؟ وهل الأسرار حقاً سيئة كسمعتها؟ وهل كل شيء يعاش في السر مدمر وضار بالصحة؟ أو: أليس للأسرار وظيفة مهمة وواقية؟

كان الرجال والنساء الذين استجابوا للإعلان الذي نشرته في غاية الصراحة في الحديث والإجابة عن تساؤلاتي. ورواياتهم موجودة ضمن

دفتي هذا الكتاب. طبعاً لا أعرف أسماءهم الحقيقية. فبعضهم أعطاني أسماء مستعارة وبعضهم الآخر اكتفى بالاسم الأول، وهذه بالتأكيد ليست الأسماء الحقيقية. بهذه الضمانات أعطوني ما عايشوه، أعطوني أسرارهم لنشرها في هذا الكتاب.

لماذا أنا ممتنة على هذا النحول أولئك المتعاونين والمتعاونات معي؟ إنهم لم يسردوا حكايات سطحية ولم يتباهوا بـ «أعمال مشينة»، كبيرة كانت أم صغيرة، كما كان عليه الحال على سبيل المثال في المجلة الصادرة عن صحيفة زود دويتشه تسايتونغ Süddeutsche Zeitung الصادرة في الأول من أيلول (سبتمبر) عام 2006. فقد عمد القائمون على هذه الصحيفة إلى توزيع بطاقات بريدية على المارة في 13 مدينة ألمانية طالبين منهم الكتابة على الجهة الثانية من البطاقة دون ذكر الاسم الصريح، أن يفشوا أحد أسرارهم. كان التجاوب هائلاً. وكثير من مرسلي البطاقات أراحوا ضميرهم بالقول مثلاً: «إن القلم الذي أكتب فيه هذه البطاقة البريدية قد سرقته للتو» أو «إنني أقوم أسبوعياً بتسجيل سبع الساعات عمل إضافي أكثر من الوقت الذي عملت فيه بالفعل» أو «إنني أجمع فواتير الحساب المرمية في المطاعم وأقدمها لمصلحة الضرائب على أنها فواتيري أنا».

إنها اعترافات لا ضرر منها. إن الحكايات المحوطة بالسرية التي سردها عليّ أولئك الذين تعاملوا معي من الرجال والنساء قد تجاوزت القول «...». وبعدها قمت بفعل شيء ممنوع أو محرّم». فقد كانت حكاياتهم ومعايشتهم تفوق توقعاتي. ووجدت بعض ما وردني مكتوباً أو ما سمعته في

غاية التشويق. بعض الحكايات كانت تهز الوجدان وبعضها لامس عواظي بشدة. ولم تمر علي واحدة من هذه القصص الغامضة مرور الكرام؛ لأنها تدور حول أسرار تعالج أول مرة علاقات حميمة جارفة، أسرار من شأنها أن تنقذ علاقات زواج، علاقات تسمح للإنسان أن يعيش احتياجاته أو طاقاته التي لا تماشي النظم المألوفة. أسرار تضع الحياة على محكّ التجربة وتحفظها من الفشل. إن أولئك الذين تجاوبوا مع إعلاني تحت عنوان «البحث عن أسرار» قد أكدوا على نظريتي القائلة:

«قلما يمكن تصور وجود حياة مستقلة دون سرية بنّاءة»

كل الشكر لأولئك الرجال والنساء الذين أبدوا استعداداً لإجراء الحديث معي سواء شفاهة أو كتابة، على صراحتهم وانفتاحهم. لقد أغنتني خبراتهم، ولولا حكاياتهم لفقد هذا الكتاب بعض أهم ما فيه.

أود أن أشكر أيضاً «غيزي» Gisi التي تواصلت معي مرات عديدة بواسطة البريد الإلكتروني للبوح لي بأسرارها. وبالرغم من الرغبة الكبيرة لدي إلا أنها لم تُقدم على ذلك، ربما لم تستطع مرة أن تهاتفني أو تكتب لي رسالة الكترونية بهدوء وراحة بال، ربما كانت هناك الكثير من الإزعاجات. وربما كان يجب أن يبقى السر سراً ولا يطلع عليه الآخرون حتى تحت اسم مستعار. وكما هو الأمر دائماً فـ «غيزي» ومعها كل من تعاملوا معي أظهروا لي أن الأسرار رصيد نفيس. أرجو منك عزيزتي القارئّة ومنك عزيزي القارئ أن تتوصلوا إلى هذه النتيجة بعد قراءة هذا الكتاب.

obeikan.com

مدخل :

لماذا الكلام من فضة والسكوت من ذهب؟

عندما كنت طفلة لم تكن لديّ أسرار. وباعتباري كنت أخضع لتربية كاثوليكية صارمة، كان إيماني شديداً بأن الله يرى كل شيء. ومجرد محاولة أن أخفي عنه شيئاً كان يجب الاعتراف به والتكفير عنه بتلاوة الصلاة الربانية «أبانا الذي» مرتين، وتلاوة تحية جبريل للعذراء «السلام عليك يا مريم» مرة وأنا راكعة على أرض الكنيسة الباردة. أتذكر مرة عندما كنت في الثامنة من عمري تقريباً كيف بقيت في مخبئي في الحديقة وشككت بأن ذلك لم يكن مخبأً حقيقياً لأنه «في علاه» لا يخفى عليه ذلك. لم يكن ذلك يعجبني، ومجرد ذلك الاعتراض الصغير أثار بدوره مشاعر منغصة؛ لأنني لم أستطع أن أخفي عنه حتى مثل هذه الأفكار المحرّمة.

فيما بعد عندما كبرت قليلاً خفّ إيماني بالقدرة الإلهية الكلية شيئاً فشيئاً؛ إذ استطعت أن أحتفظ لنفسني ببعض الأسرار. فعلى سبيل المثال عهدت بأفكاري «بصفتي شابة» بصورة منتظمة إلى دفتر مذكراتي.

وبادئ ذي بدء كتبت على الصفحة الأولى، كما يقال، لدرء أي تدخل من قبل الآخرين: «مذكرتي العزيزة، ما أكتبه هنا يجب ألا يقرأه إنسان آخر، لأنه سر».

ولا داعي هنا للقول إن دفتر مذكراتي كان بطبيعة الحال قصراً صغيراً، لكن لا كلماتي السحرية ولا القصر استطاعا الحيلولة دون اطلاع والدتي ذات يوم على أسراي. كانت تريد أن تعرف مدى براءة عشقي لابن الجيران، وقد كشفت ذلك مذكراتي، الأمر الذي تسبب لي بتعنيف شديد وثلاثة أيام من الإقامة الجبرية في البيت. وبالإضافة إلى معرفة أن كتمان السر أمر في غاية الصعوبة.

حتى فيما بعد لم تحدث لدي تغيرات إيجابية بالضرورة عندما أردت أن أبقى على سرية أمر ما. فإما كنت أفضح سري من تلقاء نفسي. («لكنك قلت بأنك كنت عند صديقتك والآن تقولين إن صديقتك قد سافرت في إجازة!») أو أن ضميري كان يعذبنني إلى أن أكشف السر. ومع مقدمة من يقر بذنبه «يجب عليّ أن أعترف لك . . .» كنت أبوح لوالدتي بأنني تغييت عن المدرسة، أو اشتريت أكياس البطاطا المقلية (شيبس)، التي كان محرماً عليّ شراؤها، أو أنني كنت أتزلج على الجليد بدلاً من أخذ دروس تقوية؛ إنها ذنوب صغيرة من وجهة نظر البالغين، لكن آنذاك، ودون أن أدرك ذلك، صنفت أسراي البريئة الصغيرة وكأنها أمر سيئ ومستكر.

وقد كان للتربية الكاثوليكية أثر طويل المدى لأن على الإنسان السوي ألا يخفي شيئاً، وكنت مقتنعة بذلك.

أما ميلي نحو تصنيف الأسرار وكأنها أمر سيئ فقد لازمني حتى سن البلوغ. كنت أرى أن من البديهي والمنطقي أن أطالب نفسي، والآخرين طبعاً، بالصراحة المطلقة، صراحة لا تقف عند أفكار المحيطين بي. «بماذا تفكرين الآن؟» سؤال كان يُطرح دائماً حيث كنت أتقاضى عنه عمداً لأن الأفكار حرة كما هو معروف. وبالعكس كنت أتجاهل الانزعاج الذي يتولد لدي عندما يوجه لي هذا السؤال. وبناء على ما ينسجم كل الانسجام مع قناعتي كنت أجري حساباتي.

هل أنت مستعد للكلام؟

كانت القناعة بأن الحفاظ على السر ليس في عداد الأشياء الحسنة في الحياة، تلاقي تجاوباً كبيراً عندما بدأت في سبعينيات القرن العشرين بدراسة علم النفس. والآن تأكد لي ذلك من وجهة نظر علم النفس التي كانت سائدة آنذاك بأن الصمت مضرّ، وأن الصراحة فضيلة. والبوح، أي إخراج ما في مكنون النفس إلى الخارج أصبح مبدأ مهماً من مبادئ السلوك الفردي.

كان ذلك زمن ازدهار علم النفس: فقد غزت أشكال المعالجة الأمريكية الأسواق ومنها الألمانية أيضاً. «الكلام ثم الكلام ثم الكلام» بوصفه أهم سبيل للوصول إلى الصحة النفسية. والصمت أو الأسوأ منه، الكتمان، يُعدّان من أكثر أنماط السلوك ضرراً. الحقيقة فقط تريخ، حسب مبدأ نظرية علم النفس التي كنت أمامها وجهاً لوجه أثناء دراستي الجامعية.

بالفعل ليس فقط في حلقات البحث الأكاديمية، بل أيضاً في مجريات الحياة اليومية كان الناس في سبعينيات وثمانينيات القرن المنصرم يتناولون بالحديث كل شيء عن النفس بلا قيود. كانوا يعتقدون بالقوة الشافية للكلام، وكانوا يقصّون على بعضهم كل شيء وعلى نحو طوعي: مثلاً عن الخيانة الزوجية المرتكبة حقاً وكما حصلت بالفعل، وعن الوصول المصطنع إلى قمة الشهوة، وعن المخاوف من الإخفاق أو العزلة الاجتماعية وعن الأخطاء التربوية التي ارتكبتها الأهل، وعن الاعتداء الجنسي الذي قد يكون قد حصل أو حصل بالفعل في مدة الطفولة... الخ.

كان الكلام عن هذه الأمور مطلوباً أو متاحاً. فلم تكن هناك أي موضوعات محرّمة.

واتخذ التعطش للاعتراف أبعاداً متزايدة مع مرور الزمن. فلم يعد مقتصرأ على المجال الشخصي، بل غزا أيضاً بقوة الرأي العام. فقد ظهر في سوق الكتاب نوع جديد أو ما يعرف بأدب التجربة: نشر فيه المؤلفون والمؤلفات معاشاتهم الحميمة واعترفوا بأخطائهم واضطراباتهم، وكتبوا عن إصابات بمرض السرطان، وعن إدمان المخدرات، وعن حالات نفسية استثنائية واعتداءات جنسية في سنين مبكرة. أتذكر هنا كتباً مثل مارس Mars لمؤلفه فريتس تسورن Fritz Zorn (ابن مليونير ينمو دون حب، يصاب بالسرطان وينتقم من البيت والمجتمع). أو كتاب يوديث يانبيرغ Judith Jannberg (امرأة تكتشف تحقيق الذات) وغيرها من كتب بلغت آنذاك منزلة التقديس.

أما مارغريت دو مور Margriet de Moor فتدع في روايتها بعنوان: «رمادي ثم أبيض ثم أزرق» أحد شخصها يمعن التفكير في هذا الإكراه على الصراحة . . . إذا ما أردت ألا تقطع الروابط بينك وبين الآخرين فعليك أن تتكلم. ونحن معتادون أن يحكي بعضنا لبعض كل شيء، إنه عصر الصراحة، إنه عصر السيرة الذاتية».

لقد أصبح الحديث عن الذات مسألة عادية جداً. فإن كان المؤلفون لا يريدون أن يروا غالباً في الواقع إلا الوسط المحيط بهم على نحو مباشر، يبحث آخرون عن إطار أوسع جداً، فيظهرون أمام جمهور يُعدّ بالملايين. في الحوارات المتلفزة (الدردشات) أصبحت الآن كل الموضوعات قابلة للنقاش: الإدمان الكحولي والاكْتئاب والاعتداء الجنسي والمغامرات الشهبانية والإصابة بالسرطان وحالات الخوف ومشكلات في العلاقات وصعوبات الوصول إلى قمة الشهوة الجنسية والخيانة الزوجية والشذوذ الجنسي وأشياء أخرى كثيرة.

وكل أولئك الذين يسمحون بكل طواعية بالاطلاع على ألبوم حياتهم الشخصي، فإنما يفعلون ذلك لأسباب عديدة منها لأنهم يأملون عبر ذلك شيئاً: ألا وهو الارتياح، وراحة الضمير، وفي أحيان أخرى أيضاً الغفران. «الآن يقال لنا في كل مكان كم هو مفيد أن يخرج المرء من السرية، والكتمان والإخفاء وأن يصل في نهاية الأمر إلى البوح». هذا ما يؤكد المحلل النفسي فولفغانغ شميد باور Wolfgang Schmiedbauer. كهنة كاثوليكيون مع عشيقة (أو عشيقات كهنة كاثوليكين)، سياسيون منحرفون جنسياً

(لوطيون)، أو مربيات سحاقيات وموظفون تلاحقهم غوغاء زملائهم ورياضيون يتناولون منشطات وأطفال كورال يتعرضون للتحرش الجنسي ومتهربون من الضريبة وأهم شهود المافيا. كل هؤلاء يشرحون لنا مباشرة، أو عن طريق الناطقين باسمهم في وسائل الإعلام كم كان الصمت صعباً ومؤملاً، وكم يشعرون الآن بالراحة بعد أن نطقوا أخيراً.

الحق بالصمت

يمكن للكلام والانفتاح أن يكون في بعض الحالات وفي الظروف المواتية مريحاً وشفافاً. الحالات التي ينطبق عليها ذلك وظروف حدوثها عالجهما هذا الكتاب بدقة في فصل «كشف النقاب عن السر - قرار صعب». لكن في كل الأحوال يجب عدم استخلاص أن للبوح دائماً أثراً إيجابياً على الحالة النفسية للإنسان، بل العكس تماماً.

«ماغدا» الشخصية الرئيسية في رواية «رمادي ثم أبيض ثم أزرق» لا تتوقف عند القانون غير المدون «كن منفتحاً». استطاعت أن تنعم بترف الصمت وتركت زوجها والأصدقاء وكل الناس الآخرين في غموض حول ماضيها القريب: غادرت البيت في وقت ما دون أي إعلان عن ذلك. لم يعرف أحد وجهتها. وكما اختفت فجأة عادت ذات يوم لتظهر فجأة أيضاً. فأين كانت كل تلك المدة؟ لماذا ذهبت؟ ولماذا عادت؟ ظلت صامتة ولم تقش سرها لأحد. صمدت في وجه أسئلة زوجها اليائسة مثل: «أين اختفيت؟» و«ماذا عملت؟» «لماذا أنت معقدة؟» بهذه الأسئلة كان يهاجمها ويحدّر قائلاً: «لا وجود لما لا يمكن الإفصاح عنه» كلهم أمطروها بالأسئلة. لكن «ماغدا» تحتفظ بسررها. فقد احتفظت لنفسها بحق الصمت.

الصمت: هو الشيء الذي أثار أعصاب زوج «مارتا» وغيره من الناس الحقيقيين، كان قاعدة حياتية في الأزمنة القديمة. كانت قدرة المرء عن الصمت ومقاومة محاولة الجر إلى الكلام، فضيلة. فقد اقترح أوتتايشي، الأب الأول للثقافات السومرية والبابلية في بلاد ما بين النهرين، على الناس منذ عام 1200 قبل ميلاد المسيح قائلاً:

لا تغر فاك، واحفظ شفيتك!

لا تبح فوراً بما في سريرتك من كلمات!

فإن تكلمت الآن بسرعة، فسوف تسحب كلامك فيما بعد!

وعليك أن تجهد عقلك في تعلم الصمت!

ويتحدث عالما الاجتماع نيكلاس لومان Niklas Luhmann وبيتر فوكس Peter Fuchs أن الصمت كان حتى القرن السابع عشر يُعد فضيلة. وكان معلوماً لدى من عاشوا في الأزمنة القديمة «من يصمت يمكنه أن يتكلم دائماً، أما من تكلم فلن يستطيع أن يصمت».

أما إمكانية احتفاظ الإنسان بأفكاره ورغباته، ترفع من قدره، ولذلك كان فن التصنع في بلاط الحكام محموداً جداً حتى بداية القرن الثامن عشر.

إلى ذلك يشير الصحفي والكاتب آدم سوبوشنسكي Adam Soboczynski ويقتبس لنا عن أحد الناصحين آنذاك فيقول: «لا متعة باللعب بأوراق مكشوفة ولا حكمة فيه» لكن هذه الحساسية تجاه التعامل الصحيح مع الصراحة والسكوت ضاعت مع مرور الزمن. وأصبح يُنظر للمجال الشخصي، بصورة متزايدة، على أنه رصيد جدير بالصون والمحافظة عليه.

ما قد قيل فقد قيل. هذا ما عالجه عالم النفس كولن غولدنر Colin Goldner عبر ضيوف برامج الدردشات. وخلاصة ما قاله كانت على نحو مخيبة للأمل: «إن الإدراك بأنهم ظهروا وبالفعل أمام جمهور يُعدّ بالملايين، لا يدهم ضيوف برامج الدردشة عادة إلا بعد مضي مدة طويلة على ظهورهم في البرنامج؛ أي عندما يبدأ الناس في محيط سكنهم بالكلام معهم في الشارع فيجدون أنفسهم فجأة مضطرين لتبرير ما قالوه. ماذا تفعل أم تبين لها فجأة بأن الجميع، الأقارب والمعارف وجميع قاطني البناء، باتوا يعرفون بأن ابنها يسير في طريق الشذوذ الجنسي؟ قد يكون الإفصاح عن سر طال كتمانها كثيراً مريحاً في اللحظة الأولى تحت شعار: «أخيراً لم أعد مضطراً للتخفي» إلا أن آثار ذلك لا يمكن التنبؤ بها البتة.

هناك بالتأكيد فرق بين أن يعرّي الإنسان نفسه أمام جمهور يُعدّ بالملايين وبين أن يبوح بسر لأحد أصدقائه. لكن أثر ذلك يمكن أن يكون واحداً عندما يندم على صراحته عقب الإفشاء بالسِر. وعلى أي حال عليه أن يتحمل الشعور بالخجل الذي ربما يضايقه فيما بعد، كما عليه أن يتحمل ردود فعل الآخرين.

ينطبق على ضيوف برامج الدردشة ما ينطبق أيضاً بأسلوب مشابه على جميع الناس الذين يتكلمون أولاً ويفكرون فيما بعد. عليهم أيضاً أن يهضموا المعرفة المؤلمة بأن الكلام ليس في كل مرة يحزر الشخص، وأن الصمت كان يمكن أن يكون الخيار الأفضل.

في كثير من الحالات يكون الشعور بالذنب والخجل، وكذلك التجريح وسوء التفاهم والصراعات بين الناس نتيجة الصراحة الزائدة. فليس

من الضروري أن يجعل إخراج مكونات الإنسان إلى العلن الناس أكثر قرباً من بعض، بل العكس. فعندما لا تبقى هناك أسرار بين الناس تزول أيضاً مسافة الأمان بينهم. عند ذلك تزول نقاط العلام النفسية التي يحتاجها كل إنسان للحفاظ على كيانه الشخصي.

ما الذي تخفيه؟

جُلُّ الناس لا يعرفون الدور الذي تؤديه، أو يجب أن تؤديه، الأسرار في حياتهم. ومن أول نظرة عابرة على الظاهرة نرى أن لكل مرحلة من مراحل العمر أسرارها، حتى الدولة والمجتمع لا يقومان إلا بها.

أسرار الطفولة واليافعة

للأسرار أهمية أساسية في حياة كل إنسان، لا تقل عن أهمية الغذاء والجنس. سنوات العمر الأولى فقط، قبل أن يستطيع الطفل التمييز بين ذاته وذات الآخرين، هي التي تخلو من الأسرار. يفصح الأطفال الصغار دائماً عما يفكرون به، ولا يستطيعون بعد إخفاء أي شيء، أو بالأحرى يعتقدون بأن الناس الآخرين خاصة الأم والأب يعرفون دائماً بالضبط ما يعمل في أنفسهم. لكن اعتباراً من سن الخامسة، وعندما يعي الطفل ذاته المستقلة، يبدأ التعامل بالأسرار. تكون لدى الطفل في بداية الأمر أسرار صغيرة: فهو يكتُم الأماكن التي يختبئ بها والتي يقيم فيها، والتي يجب ألا يعرف عنها أحد شيئاً، حتى أقرب أصدقائه لديه. فهو لا يبوح بالهدية التي سيقدمها لوالدته بمناسبة عيد ميلادها، أو يفتش بعد أن يكبر -سراً- في مكتبة الوالدين عن كتب «ممنوعة».

إنها أسرار بريئة لكنها أيضاً نقاط علام في تطوره النفسي. واللحظة التي يكتشف فيها طفل بأنه قادر على إخفاء شيء عن الوالدين ويعيشها مستقلاً عنهما هي لحظة حاسمة. بذلك يكون قد قام بالخطوة الأولى نحو الاستقلالية. إنها لخطيئة تربوية فادحة عندما يوهم الأمهات والآباء أطفالهما بأنهما قادران على كل شيء ويعرفان كل ما يفكر به طفلهما أو ما يضمره. فالزعم بالقول: «أستطيع أن أرى أنك تكذب بمجرد النظر إليك» أو «لا يمكنك أن تخفي شيئاً عني» يحول في ظل هكذا ظروف دون تحقيق التطور السليم للشخصية المستقلة.

تبدأ أولى الأسرار البريئة لمدة الطفولة في مرحلة المراهقة. تلي أولى الأسرار البريئة لمرحلة الطفولة أسرار مرحلة المراهقة، تلك الأسرار التي تساعد على النمو وعلى الاستقلالية وتحديد الهوية الذاتية. «اعتباراً من سن الثانية عشرة تقريباً يفرق اليافعون بين الخاص والعام ويصبحون مستعدين ببساطة لإطلاع آخرين على معلومات شخصية». هذا ما توصلت إليه عالمة النفس انغه زايفه كرينكه Inge Seiffe Krenke في دراساتها مع اليافعين. أما القضايا الحميمة فلم تعد تبحث مع الوالدين، بل حصراً مع أصدقاء وصديقات مختارين، أو حتى مع دفتر المذكرات فقط.

الأسرار: دروع واقية عند البالغين

تقوم الأسرار بالنسبة للبالغين بوظيفة دروع وقاية. فهي التي تحافظ على مسافة الأمان بينهم وبين الفضوليين. بعض الناس يكتمون عن الأهل والأصدقاء ميولهم الجنسية. وكذلك أيضاً غالباً ما لا يتحدث المرء عن

مشكلات جسدية مثل الأمراض المزمنة ومشكلات الإدمان والاضطرابات النفسية أو أحداث تثقل الكاهل مع أحد، أو على أعلى تقدير فقط مع قلة من الأشخاص المختارين.

وفي دراسة أمريكية كان مطلوب من المشاركين أن يقرروا في أي مجال من المجالات الخمسين الموصوفة تقع أسرارهم. ومن الإجابات برزت أربعة موضوعات رئيسة للأسرار:

- 1- هموم (الوحدة مثلاً).
- 2- المخالفات (سرقة - غش)
- 3- ذنوب (سوء استخدام المخدرات، أفكار سيئة، سلوك غير أخلاقي)
- 4- مخاوف (الخوف من عدم اجتياز الامتحان)

وغالباً ما تكتم الذين شاركوا في الاستبيان عن همومهم بالدرجة الأولى، تلتها المخالفات المنبوذة اجتماعياً، ثم جاءت بعدها الذنوب. أما المخاوف فهي النقطة التي أجاب عنها المشاركون في الدراسة بكل أريحية.

وتظهر الأسرار حتى في المجال الذي ترمي إليه، وهو الكشف عن أسرار في صالح الشخص المعني، في المعالجة النفسية مثلاً. وقد سألت الباحثة أنيتا. أ. كيلي Anita. A. Kelly 42 شخصاً يخضع للعلاج النفسي بعد 12 جلسة علاج - كمعدل وسطي - فيما إذا أخفوا شيئاً عن المعالج أو المعالجة. فأجاب أكثر من 40% منهم بـ «نعم». وبعضهم لم يتحدث علناً عن صعوبات في العلاقات. والبعض الآخر رفض الحديث عن مشكلاتهم الجنسية، وأخفى آخرون مشكلات تعاطي المخدرات أو السلوك الإجرامي.

أسرار مشتركة

ليس من الضروري أن يقتصر السر على فرد بعينه. يمكننا أن نتقاسم الأسرار مع ناس آخرين لتنمية الشعور بالارتباط بهم عن طريق هذا الأسلوب. شخصان متحابان يتبادلان أسرارهما عن حياتهما السابقة. عن الأمور الجنسية وعن مخاوفهما وهمومهما وعن صفات شخصية وغير ذلك من أمور. بهذا الأسلوب يضعان حداً غير مرئي بينهما وبين الآخرين ويبيدوان بأن كل منهما تابع للآخر. فالسر المشترك يرمز إلى الرابطة القوية التي تقوم بين الشركاء. لكن المحبين أيضاً لا يروون كل شيء - إن كانوا أذكياء - فلا يسردون على الشريك كل تفاصيل ماضيهم، ويحفظون أنفسهم من الفضول الزائد، وفي الوقت نفسه يحفظون الشريك من الغيرة التي قد تكون أحياناً زائدة عن الحد ومصدر قلق دائم.

السر والحياة الجنسية

تؤكد الدراسات القليلة والمتوافرة حول موضوع الأسرار، دائماً وأبداً بأن جل الأسرار تدور بوجه أو بآخر حول موضوع الجنس. والأمر نفسه أيضاً في بحث وجهت فيه أسئلة إلى 200 طالب وطالبة عما يخفونه عن أشخاص مهمين في حياتهم. فاعترف 22% منهم بأنهم أبقوا على علاقة جنسية باكرة طي الكتمان. و8% منهم أخفوا عن الشريك خيانتهم له. و14% لم يجدوا لديهم الجرأة على الاعتراف أمام الشريك بأنهم لا يضمرون مشاعر إيجابية تجاهه. 8% جعلوا من مشاعرهم الحقيقية سراً. «أحب صديقاً لكن لا أجد لدي الجرأة لأقول له ذلك» 4% ما زالوا

يحبون الشريك السابق لكنهم يخفون ذلك عن الشريك الحالي. 4% أيضاً أخفوا عن الشريك بأن العلاقة معه لا مستقبل لها. 3% لم يصرحوا بأنهم تعرضوا لاعتداء جنسي في طفولتهم. 3% أيضاً اعترفوا بأنهم قد تدخلوا سرّاً بحياة آخرين، باطلاعهم على دفتر مذكراتهم مثلاً.

وفي دراسة أخرى سئل 85 شخصاً فيما إذا كان لديهم سر لم يفصحوا عنه لأحد بعد. هنا أيضاً ذكر 28 منهم موضوعاً جنسياً (مثل الاغتصاب، تجارب جنسية، أو ممارسة الجنس لقاء مبلغ من المال). 17 منهم اعترفوا بأنهم يرغبون بشخص ما بالسر أو لهم علاقة حب سرية و12 منهم تحدثوا عن أسرار عائلية (التحرش الجنسي في مرحلة الطفولة أو البطالة). 10 وصفوا شذوذاً في العلاقات بين الناس. 4 مارسوا الغش (في الاختبار مثلاً). 3 تحدثوا عن اضطرابات في الأكل. 3 ذكروا الإجهاض والحمل سرّاً. شخص واحد فقط كتم عن الآخرين مشكلاته الصحية.

تكشف هذه الدراسات عن اتجاه واضح: وهو أن الأسرار تؤدي دوراً كبيراً في العلاقات الوثيقة. فالمحبون يكتُمون حياتهم الجنسية السابقة، ويحفظون أسرارهم عندما يتعلق الأمر بحالة الشراكة أو يجعلون من قلوبهم مقبرة عندما يقعون في الحب.

السر والمجتمع

الدولة أيضاً تحمي نفسها عن طريق الأسرار والدبلوماسية السرية من تطفل الدول الأخرى أو من الاعتداءات الخارجية. وتبقي المؤسسات

الاقتصادية على خطط تطورها طي الكتمان لوقايتها من التجسس الصناعي. المعالجون النفسيون والأطباء يحافظون على مرضاهم عبر واجبههم بكتمان أسرارهم.

وإليكم نص قسم إبقراط: «أقسم ألا أفشي ما أراه وما أسمع في عيادتي أو خارجها في تعاملتي مع الناس وكل ما لا يجب أن يطلع عليه الآخرون لقناعاتي بوجود إحاطة هذه الأمور بالسرية الكاملة».

وكذلك المحامون يجوز لهم التكتّم -من أجل حماية زبائنهم- حتى أمام سلطات الملاحقة القضائية. وإضافة إلى ذلك يوجد في مجتمعنا أيضاً العديد من الأسرار الأخرى:

- سر المنصب: هناك معلومات معينة لا يحق إلا لمجموعة صغيرة من الموظفين في دائرة رسمية بالاطلاع عليها. وعلى حملة الأسرار هؤلاء كتمان هذه المعلومات.
- سر المصرف: لا يجوز للمصارف إفشاء المعلومات للآخرين حول ودائع زبائنهم.
- سر الاعتراف: لا يجوز لرجال الدين على الإطلاق الكشف عما أئتمنهم عليه شخص أثناء الاعتراف الكنسي.
- سر الرسائل: يضمن الدستور عدم المساس بسرية الإرساليات البريدية.
- سر التحرير: يمكن للصحفيين التكتّم عن مخبريهم والمصادر التي استقوا منها تحرياتهم، وليسوا مجبرين على التعريف بهم أمام جهات أخرى (السلطات مثلاً).

سر شائق

للأطفال أسرارهم ولليافعين وبالغين أيضاً أسرارهم. للزوجين أسرارهما المشتركة. وأسرار يكتهما أحدهما عن الآخر، للوالدين أسرار يخفونها عن الأطفال. للأسر أسرار تكتنها عن الآخرين، وللدولة أسرارها. الأطباء والمعالجون النفسانيون ورجال القانون يحافظون على أسرار موكلهم وزبائنهم. وتُظهر هذه العينة الصغيرة أهمية الصمت حيال وقائع معينة في حياتنا. وسوف نشرح بوضوح في الفصول القادمة وجوب عدم الاستهانة بأهمية ذلك مطلقاً.

انطلق إلى عالم الأسرار الشائق وتعرّف فيه تنوع الأشكال التي يتجلى فيها. واكتشف لماذا للأسرار أهمية كبيرة في حياة الأطفال واليافعين. وأدرك مهام الوقاية التي تقوم بها الأسرار الجيدة، ولماذا لا يمكن تحقيق أهدافنا أو تأمين علاقاتنا بالشركاء إلا بمساعدتها. والشيء الأكثر إثارة هو أن الأسرار تؤمّن لنا حياة ثانية إلى جانب الحياة العادية، بل يمكن أن تكون لدينا أسرار نخفيها حتى عن ذاتنا.

عند قراءة كتاب هذا سوف تهز رأسك باستياء في هذا الموضوع أو ذلك، أو قد يصل بك الأمر إلى الاعتراض بغضب. حسناً. إذاً والحالة هذه تكون قد أصبحت تقتفي أثر الطبيعة الحقيقية للأسرار. للأسرار وجه Janus¹، «يمكن أن تهبنا الشعور بالقوة والرفعة والتفرد والإخلاص، أو بالخوف والذنب والإرهاق والخجل. يمكن للأسرار أن تخدم أنبل بل وأخبث النوايا». كما قالت عالمة النفس الأمريكية Harriet. G. Lerner.

هذا القول تؤيده أيضاً الخبيرة في موضوع الأسرار سيسيلا بوك Sissela Book إذ كتبت تقول: «الأسرار ضرورة حياتية للإنسان مثل النار ويخشى منها كما يخشى من النار. فالأسرار كالنار تقوي وتحفظ الحياة ويمكن أيضاً أن تخنقها وأن تسبب الخراب ثم تنتشر دون السيطرة عليها. كلاهما يمكن أن يحافظ على الجو الحميمي أو ينتهكه، كلاهما يمكن أن يكون عماراً أو دماراً».

الأسرار عبارة عن مركب. إنها تتعارض مع «صيغ الحلول البسيطة» كما تقول الخبيرة في شؤون الأسرار والأسرة إيفان امبر بلاك: «لأنها نادراً ما يمكن إيداعها نظيفة في الدرج وانتهى الأمر». ومن يقترب من الأسرار بفضولية عليه أن يحسن التمييز، أن يتحرر من إصدار الأحكام العامة المتسرفة من هذا المبدأ الأخلاقي أو ذاك. إن ذلك ليس سهلاً ويتطلب القدرة على عدم فقدان التوازن نتيجة تعدد طبقات الأسرار؛ لأن التعامل مع الأسرار يمكن أن يتطور بسرعة ليصبح «لعبة توازن على حبل مشدود في السيرك».

لماذا نحتاج إلى الأسرار

إن حياة الإنسان الحقيقية والجديرة بالاهتمام هي تلك التي تجري في طي من الكتمان، كما تحت جناح الظلام. أنطون تشيخوف

طبعاً لا توجد أرقام عن عدد الناس الذين يحفظون السر. فالسر هو بكل بساطة سر. لكن هناك مؤشرات. وتعتقد الباحثة في شؤون الأسرار أنيتا-ي - كيلبي بأن كل إنسان يخفي في مرحلة ما من مراحل حياته شيئاً عن الآخرين. لكن ليس بوسعها تقديم أدلة واضحة على هذا الاعتقاد. لكن الخبرة الآتية يبدو لها أحياناً وكأنها قابلة للتعميم. فمن أجل إحدى دراساتها الأولى عن هذا الموضوع أرادت أن تفرز عدداً من الطلاب الذين كانت لديهم أسرار. لكنها سرعان ما أدركت بأن هذه المحاولة لن تصل إلى النتيجة المرجوة لأن كان لدى كل طالب شيء لا يبوح به للآخرين. ثم بيّنت دراسة أخرى مدى انتشار الأسرار: 99% من عينة الاختبار قالوا إنهم يكتُمون شيئاً ما عن الناس الآخرين. وفي دراسة أخرى كان مطلوب من المشاركين في العينة أن يسجلوا كم مرة كذبوا في اليوم من أجل إخفاء شيء عن الآخرين. كانت النتيجة: من مرة إلى مرتين يومياً. إذاً يحق لنا

القول إن لكل منا أسرار، كبيرة كانت أم صغيرة، مؤذية أو بريئة، مكتومة على مدى قصير أو إلى الأبد.

ونتيجة الانتشار الواسع لهذا الشيء المكتوم يلح طبعاً السؤال: لماذا الأمر هكذا؟ هل نحن جناء لقول الحقيقة أم أن ذلك أكثر راحة؟ هل يتعلق الأمر بعادة سيئة أم بمجرد إهمال بسيط؟ من الممكن أن هذه الدوافع هي التي تخلق هذا السر أو ذاك. لكن خلف ذلك يقبع الكثير، بل الأكثر من الكثير. فنحن بحاجة إلى درجة معينة من كتمان السر. ومن دون ذلك لن تكون لنا حياة نتحكم بها ذاتياً. ومن دون الأسرار سنقع تحت رحمة أناس آخرين وتحت رحمة العشرة والمجتمع، ومن دون الأسرار لما كانت هناك شخصية مستقلة بذاتها. ولولا الأسرار لما كانت هناك حياة خاصة ومستقلة.

ومن لا يعتقد ذلك عليه أن يطرح على نفسه السؤال البسيط: كيف سيكون شكل الحياة من دون أسرار؟ كيف سنعيش في مجتمع لا نستطيع أن نحفظ فيه شيء لأنفسنا، مجتمع يرصد كل حركاتنا بل حتى أفكارنا؟

لقد سبق للكاتب جورج أوريل George Orwell أن وصف مثل هذا المجتمع في روايته التي تحمل عنوان «1984» وأظهر عبر الشخصية الرئيسية في الرواية «وينستون سميث» كيف يفقد الإنسان هويته مع الزمن عندما لا تتاح له صياغة أفكاره الخاصة:

مثال: يعمل وينستون سميث (39 عاماً) في «وزارة الحقيقة» وعندما يسير في شوارع مدينته أو ينظر عبر نافذة بيته يرى لوحات إعلانات كبيرة

معلقة في كل مكان تحمل صورة وجه مكبرة عدة مرات وتحتها سطر يقول: «الأخ الكبير يشاهدك» وحيث يحل وينستون سميث يرى الأخ الكبير في إثره. ويحرص بوليس الفكر على أن لا يضمّر أي أفكار خاطئة.

في كل منزل، وفي منزله أيضاً هناك شاشة تلفازية لا تسجل فقط فقد كل نامة (خربشة) بل تراقب أيضاً كل حركة في البيت. ولا يعرف وينستون فيما إذا كان انتباه المراقبين خلف الشاشة موجهاً إليه أم لا.

تتحم نفسها شرطة الأفكار في مساكن المواطنين بنظام لا يعرفه أحد، ولا يستبعد أن يكون إرساله لا ينقطع. على أي حال يجب على كل مواطن أن يحسب في كل لحظة بأنه يخضع للمراقبة.

لكن وينستون سميث كان محظوظاً، فقد كانت شاشته في غرفة جلوسه مركبة بحيث بقيت له زاوية صغيرة من أجل الأمور الخاصة. أما كيف ندت هذه الهفوة عن شرطة الفكر، فلا علم له بها، لكنه يستغل هذه الحرية الصغيرة ليخرج أحياناً على الأقل خارج نطاق المراقبة الدائمة.

ذات يوم يرى سميث مصادفة في متجر - ممنوع دخوله أصلاً - كتاباً تخلو صفحاته من الكتابة، فيدرك فوراً أن عليه أن يقتني هذا الكتاب. يتسلل إلى المتجر ويشتريه خلافاً لأي منطق. ماذا يمكن أن يفعل به؟ إنه يريد أن يملأ الصفحات بأفكاره الخاصة التي لا يستطيع أصلاً أن يفكر بها. وسوف يبوح بها إلى صفحات الكتاب. وبذلك يقدم على مغامرة كبيرة؛ لأن تدوين الأفكار ممنوع أيضاً. وإذا ما اكتشفت شرطة الفكر ذلك فعليه أن يحسب حساب 25 سنة في السجن أو حتى الحكم عليه بالإعدام.

ومن يدري إن كان سيجرؤ على ذلك لو لم تكن تلك الزاوية، التي لا تخضع للمراقبة، موجودة في بيته. إنها تمنحه الجرأة. ويبدأ وينستون سميث بالكتابة دون أن تدري بأمره شرطة الفكر. لم يدر في خلد أول الأمر إلا كلمات لا رابط بينها. لكنه سرعان ما يطلق العنان لأفكاره. لم يعد يعي البتة ما الذي يكتبه، فقد تدفقت منه الكلمات بوجه عفوي. لكن لا بد له في وقت ما من استراحة عندما يصل إلى حد الإنهاك ليقرأ ما كتبه بصورة آلية ودون إرادته. فقرأ ما وجده مكتوباً بأحرف كبيرة:

يسقط الأخ الكبير

يسقط الأخ الكبير

يسقط الأخ الكبير

فيجفل ونستون سميث بصورة مرعبة. وفي أول انفعال له أراد أن ينتزع الصفحات ويمزقها. لكنه أدرك بعدها أنه لا يستطيع أن يجعل ما فكر به وكأنه لم يحدث، فسواء كتب «يسقط الأخ الكبير» أم لم يكتب، لن يتغير في الأمر شيء. وكذلك أيضاً سواء استمر في الكتابة أم لم يستمر فالأمر سيان. فشرطة الفكر سوف تلقي القبض عليه في كل الأحوال.

لقد ارتكب أكبر الجرائم التي أبقى عليها الآخرون مسجونة في دواخلهم. وأطلقوا عليها جريمة الفكر. وجرائم الفكر لا يمكن كتمانها إلى الأبد. يمكن للمرء لمدة، أو حتى لبضع سنوات، أن يصبر عليها بنجاح، لكن عاجلاً أو آجلاً سوف تلقي القبض على صاحبها. فمن يرتكب جريمة فكر يعد بحكم الميت.

أخيراً لم يعد وينستون سميث يحتمل ضغوط شرطة الفكر. وبعد مضايقات شديدة وصلت حتى التعذيب يتخلى عن سلوكه وتفكيره المستقل. ولم يعد يحارب الأخ الكبير بل على العكس. وتنتهي رواية «1984» بعبارات «لكن الأمور حسنة الآن. كان كل شيء على ما يرام، لقد انتهى الكفاح. انتصر على نفسه وبات الآن يحب الأخ الكبير».

تقدم لنا رواية جورج أورويل بأسلوب مُقحم معرفة أن الرعب المحض هو أن تعيش في عالم يخلو من الأفكار ومن الأسرار. ليس هناك «أنا» مستقلة، وليس هناك من فرد، أو انحراف (مخالفة) بل مجرد حياة ذات لون واحد لا يسمح فيها إلا ما تراه السلطة مناسباً. فعندما تزعم السلطة بأن $5=2+2$ فإنه من العبث، لا بل أحياناً في منتهى الخطر على الحياة، أن تقول ما يخالف ذلك.

ونحن أيضاً سنصبح في مجتمعنا أكثر «شفافية». فعن طريق بطاقة الائتمان وهواتفنا المحمولة والمعلومات المتعلقة بوضعنا الصحي وسلوكنا أثناء السفر يمكن تتبع الكثير من معاملاتنا وتحركاتنا. تسجل مكثبات الإنترنت كل طلباتنا، تحفظ ما نفضله، وتضع لنا عروضاً مفصلة على قياسنا.

في كل الساحات العامة وعلى أرصفة محطات القطارات وفي المطارات هناك آلات تصوير تلاحق الطرق التي نسير عليها. وإذا ما لحق بنا سوء الطالع تعرضنا لمراقبة هواتفنا من قبل مكافحة الإرهاب. هناك الكثير مما لا يريح. لكن بالرغم من كل شيء فإننا نعيش حياة ديمقراطية. تسودها حرية التعبير وما تزال فيها كرامة الناس مصانة.

وهذا يعني أيضاً بأننا يمكن أن نقرر بأنفسنا ما هي الآراء التي نصح عنها ومدى ما نريد أن نُطلع عليه الآخرين. فعندما يتعلق الأمر بأفكارنا ومشاعرنا يمكننا أن نقرر بكل حرية واستقلالية، فيما إذا كنا سنلعب بأوراق مكشوفة وإلى أي مدى. نحن الذين نحدد ما الذي يجب أن يظهر للآخرين أو لا يجب ألا يظهر. فمن دون إرادة منا لن يعرف أحد شيئاً عن مشاعرنا الحقيقية وعن همومنا ومتاعبنا ومخاوفنا ولحظات سعادتنا. نحن نقرر مدى معرفة الناس بنا والجوانب التي يمكنهم الاطلاع عليها من حياتنا وتلك التي يفضل ألا يطلعوا عليها. يمكننا أن نصمت لأننا لا نريد أن نجرح إنساناً آخر، أو لأننا نخاف من ردات فعله. يمكننا أن نحفظ لأنفسنا بوجهات نظرنا فيما إذا كانت سوف تعرضنا للخطر في أماكن عملنا، أو إن كانت ستسبب الحرج لأناس آخرين. يجب ألا نجعل من نياتنا عاراً عليه يسمعه القاصي والداني، إن كنا لا نرغب بذلك. يمكننا أن نغلق أفواهنا لكي لا نفقد السيطرة والقوة، وأن نكتم خططنا طالما لم نتأكد منها بعد.

لكن لا نستطيع كل ذلك عندما نجعل ما بداخلنا عرضة لأنظار الآخرين دون حماية، وعندما يمكن للآخرين قراءة أفكارنا وكأنها كتاب مفتوح، وعندما لا تكون هناك حدود بين «الأنا» و«الأنت». والأسرار تخدم بأساليب متنوعة الحفاظ على الاستقلال الذاتي. إنها درع وقاية نقي أنفسنا به في عالم يتزايد فيه كشف خصوصياتنا، وضد التقارب الزائد عن حدّه، وضد الفضول المتزايد، ويساعدنا في الوقت نفسه على الحيلولة دون اختلاط الأمور علينا. ولولا الأسرار لما كنا الأشخاص التي نحن هي

في الواقع. وبدون الأسرار لما استطعنا تحقيق بعض الأهداف . ولما كنا الناس الذين نحن بالفعل.

ما هو السر؟

عندما نقول «سر» ماذا نقصد بذلك أصلاً؟ متى يكون لديّ سر؟ ومتى لا يكون؟ هل كل ما لا أفصح عنه يعد سرّاً؟ وهل يمكن عدّ كل كذبة وكل خداع سرّاً؟ هل يعدّ سرّاً أن أقول مثلاً إن وزني 52 كيلو غراماً، بينما هو في الواقع 58 كيلو غراماً؟ هل يتعلق الأمر بسر عندما أقول لصديقة كم هي جميلة تسريحة شعرها، وفي داخلي أقول: «إنها تبدو بهذه القصة أكبر سنّاً»؟ هل من السر عندما لا أدع أحداً يطلع على تخيلاتي الجنسية؟ أو هل تعدّ علاقة ما، كإقامة علاقة خارج نطاق الزوجية، أمراً خطيراً أو جنحة مسلكية تتعلق بالعمل، حقاً سرّاً؟

ظهرت صفة «سري» منذ القرن الخامس عشر. أطلق الناس آنذاك بهذه الكلمة على كل شيء أليف يعود إلى كلمة بيت¹ «وغير متاح للآخرين».

في اللغتين الإنكليزية والفرنسية يعبر عن السر بكلمة secret وهي مشتقة من اللاتينية secretum أو من الفعل secernere الذي يعني إلى حد ما فصل -فرق- أو قطع. إذا فالسر هو الشيء الذي يخص البيت أو المنزل أو الأمر الخاص الذي يفصل بين ما يخفي أو ما يخلصنا، ما يخص بيتنا، وبين الآخرين الذين هم من خارج هذا النطاق. والسر يفصل إنساناً أو مجموعة عن إنسان آخر، ويصون الحياة الحميمة والخاصة. ومنّ يحفظ السر لا يتيح للآخرين -قصداً- النظر خلف الكواليس وذلك

من أجل صون جوه الخاص. وعندما يريد المرء أن يجيب عن سؤال يُطرح بالفعل، أو يمكن أن يطرح، بعبارة «لا علاقة لك بذلك» أو «أنت لست معنياً بهذا الأمر» يتعلق الأمر في غالب الأحيان بأمر يريد المرء أن يحتفظ به لنفسه، أي بسر.

صفة أخرى من صفات الأسرار هي أن يشارك فيها شخص آخر على الأقل. من غير المسموح به لأي شخص أن يعرف السر؛ لأنه لا ينتسب «للبيت» -ويمكن أن نكون نحن هذا الشخص- وسوف نعالج هذا التناقض في الفقرة السابعة من فصل «لماذا نحتاج إلى الأسرار» في هذا الكتاب. فالسر يضع حداً واضحاً بين «الأنا» و«الأنت» أو «النحن» والآخرين.

يرى المحلل النفسي فولفغانغ شميتباور بأن الحد ضروري ويجب احترامه في كل الأحوال «يفصل هذا الحد بين من يعرف السر ومن لا يعرفه. فمن يتخطى هذا الخط يُعد جاسوساً، ومن يفشي هذا السر هو خائن». بالإضافة إلى صون ما هو خصوصي هناك سمة أخرى مهمة من سمات الأسرار. إننا نتكلم على شيء أمام الآخرين عندما نريد ألا نطلعهم على الحقيقة، أو نخفي الحقيقة لأننا نريد وقاية أنفسنا. فمن الممكن أن يكون لرد فعل الآخرين على صراحتنا أثر سلبي يجلب لنا المتاعب. وهكذا يخدم السر -حسب الحالة- وقاية الآخرين و/أو وقاية أنفسنا.

نمتنع عن إتاحة الفرصة للآخرين للإطلاع على شيء لأننا نخشى ألا يحسنوا التصرف المطلوب، أو لأننا نحن الذين نريد تحديد الأسلوب الذي يجب أن يخرج فيه هذا الشيء إلى العلن، أو إذا ما كان سيخرج

أصلاً. فعندما نحفظ سراً فإننا بذلك نستخدم حقنا في تقرير المصير. فالسر إذاً هو الشيء:

- الذي لا نريد أن ننشيه لوقاية الآخرين وأنفسنا أيضاً.
- الذي يتعلق بنا فقط أو بمجموعة مختارة من الأشخاص والذي يرسم حدوداً بين الخاص والعام.
- والسر هو عادة قضية علاقة إنسانية: لدينا سر تجاه شخص ما. الأسرار كنز كثير منا من لا يعرف قيمته. وإذا ما نظرنا إلى هذا الكنز بدقة لتبين لنا: ماذا تساوي أهمية الأسرار؟ لماذا لا يمكننا ولا نرغب أيضاً أن نتخلى عنها، بالرغم من كل الوصايا لقول الحقيقة والصراحة والأمانة؟ إنها بالدرجة الأولى ثمانية أسباب تجعل من الأسرار أموراً بنّاءة ومساعدة في الحياة:

ثمانية أسباب وجيهة للاحتفاظ بالسر:

- 1- الأسرار تنمّي الاستقلالية.
- 2- الأسرار توفر الحماية.
- 3- تساعد الأسرار على بلوغ الأهداف وتحقيقها.
- 4- الأسرار تحافظ على الخصوصية.
- 5- الأسرار تخدم الحب.
- 6- تقينا الأسرار من الإدراك المؤلم للذات.
- 7- توفر لنا الأسرار حياة ثانية إلى جانب الحياة العادية.
- 8- الأسرار تزيد المرأة قوة.

1- الأسرار تدعم الاستقلالية:

لنبدأ بالأطفال؛ لأن الأسرار لا تقتصر على البالغين فقط. بل العكس. فحتى في السنوات الأولى من عمرهم يكتشف الأطفال أيضاً إمكانية الحفاظ على سرية شيء ما. ف لديهم أسرارهم التي يخفونها عن الأطفال الآخرين وقبل كل شيء عن البالغين. يكتشفون حياتهم الجنسية ويقعون في حب ابن أو ابنة الجيران وينفقون مصروفهم اليومي على أشياء لا يمكن للأهل أن يسمحوا بها. يسرقون أشياء من البقاليات للبرهان على جرأتهم، لديهم مخبأ لا يجوز لأحد أن يعرفه. يبحثون قبل عيد الميلاد عن هداياهم ويشاهدون برامج تلفزيونية ممنوعة عليهم عندما يغيب الأهل عن المنزل. يقرؤون سراً على ضوء مصباح الجيب تحت أغطية السرير ويلقون بسندوتشاتهم بعيداً. يكتبون أفكارهم في دفتر مذكرات محفوظ جيداً لديهم.

للأطفال أسرارهم. وليس ذلك فقط، بل يكذبون بكل بساطة بالرغم من كل التنبيهات من أجل الحفاظ على أسرارهم أو أسرار الآخرين.

طبعاً يفضل الأهل عدم سماع ذلك؛ لأن التربية عادة موجهة نحو عكس ذلك. يجب على الأطفال أن يتعلموا قيمة الحقيقة والصراحة. ويضع الأهل في أذهان أطفالهم منذ الصغر بأن حبل الكذب قصير. وأن من يكذب مرة لا يجوز تصديقه. وعندما يكذب الطفل يعتقد الأهل بأنهم قد أخطؤوا في شيء. ولكن ذلك ليس بالضرورة.

طبعاً يتعلق الأمر بنوعية وحجم الكذبة وعلى مدى تكرار التلفيق.

ولكن مبدئياً يجب على الأهل ألا يفضبوا، بل أن يفرحوا عندما لا يلتزم طفلهم دائماً بجانب الحقيقة؛ لأن الحفاظ الباكر على السريّة هو إشارة جيدة؛ لأنها تحدد معالم بداية الاستقلالية. وحالما أصبح الطفل قادراً على الاحتفاظ بشيء لنفسه، يكتشف استقلاليته وتفرّد شخصيته. الأمر الذي يعد شرطاً مهماً من شروط التطور النفسي السليم.

لا أسرار عند الأطفال الصغار؛ لأنهم غير قادرين على إخفاء رغباتهم، ويعتقدون بأن تفكيرهم وسلوكهم متلازمان مع تفكير وسلوك البالغين. ويعتقدون بأن الآخرين، وبخاصة الوالدين، يعرفون عنهم كل شيء. فالأطفال الصغار لم يصبحوا بعد قادرين على إدراك أنفسهم مستقلين عن الآخرين. لكن مع سن الخامسة يتغير إدراكهم هذا للعالم، عندما يكتشفون أن بإمكانهم أن يبقوا على شيء سراً دون أن يكتشف البالغون ذلك. إذ يدركون ذواتهم المستقلة التي لها حدود تفصلها عن الآخرين. يدركون بأن أفكارهم تخصهم، وأن الناس الآخرين يعيشون مستقلين عنهم. وبكل ارتياح يؤكدون «أنا لست تحت رحمة إنسان آخر ولديّ القدرة على إبعاد الآخرين عن حياتي الداخلية الخاصة».

ويلاحظ الطفل أنه يستطيع عبر الصمت أن يسيطر على أشياء وحالات، وأنه ليس مكشوفاً كلياً على الآخرين، وأنه ليس تحت رحمة البالغين في السراء والضراء، ويكتشف ببالغ السرور بأن إرادته لا يجب أن تكون بالضرورة مقترنة بإرادة الأهل؛ لأن خبرته في التكتّم على شيء تجعله مستقلاً وواثقاً بنفسه.

هناك العديد من الدراسات النفسية تؤكد بأن الموقف من الحقيقة مرتبط بالسن. منها مثلاً دراسة للباحثين ريناتا فالتين Renate Valtin وآلان واتسون Alan Watson واليزابيث فليتنر Elisabeth Flitner. فقد طرحوا أسئلة على 200 طفل ألماني وأسترالي في سن 5 - 12 سنة حول موضوع السر. وفي المقابلات الإفرادية واجهوا الأطفال بقصص مصورة تدور موضوعاتها عن حالات من الحياة اليومية. في إحدى هذه القصص مثلاً يقص طفل لصديقه أو صديقه شيئاً ويأخذ منه وعداً ألا يبوح لأحد بذلك البتة. في هذه اللحظة تأتي والدة الطفل الذي اطلع على القصة وتريد أن تعرف عما كان يتحدث عنه الطفلان. كيف يتصرف الطفل الذي تعهد بكتمان السر؟

أكثرية الأطفال ما بين سن 5-6 سنوات تريد أن تخبر الأم بالحقيقة. أما الأطفال في سن الثامنة فقد مال نصفهم إلى قول الحقيقة. أما أكثر أطفال المرحلة العمرية ما بين 10-12 سنة فقد أكدوا أنهم سيصمتون حتماً. وهنا نلاحظ بوضوح وجود حدود عمرية. فالأطفال الصغار يسلكون بالطبع حسب التوصية بوجوب قول الحقيقة للأم. وبالنسبة للأطفال الأكبر منهم فلهيهم معيار آخر له دوره فاعل وهو «يجب أن تكون أهلاً للثقة التي أولاك إياها صديقك فهناك واجب الحفاظ على السر». أما بالنسبة لأطفال الفئة الثالثة، الأكبر عمراً، فإن السر هو شيء يمهّد للصدقة ويقويها. الأطفال الأصغر عمراً يفهمون السر على نحو مختلف مثل: تناول حلويات بالسر، أو لعبة لا يعرف عنها أحد شيئاً، أو مكان يحبه المرء ويجب ألا يعرف عنه أحد شيئاً. أو لعبة لا يفهمها أحد، أو أي طقس معين يقوم به المرء بمفرده. مثل هذه الأسرار تخصهم وحدهم

ولا يريدون أن يدعوا أحداً آخر يطلع عليها. والأمر هنا يتعلق بأسرار ليست محرّمة بالفعل. فالأطفال لا يخرقون بها أوامر أو نواهي الأهل، بل يتمتعون بها لمجرد أنها تخصهم وحدهم فقط.

ومع سن السادسة تقريباً يبدأ الأطفال، ليس فقط بكتمان أسرارهم الصغيرة الجميلة، بل أصبحوا منذ الآن قادرين على تحديد نوعية المشاعر التي يمكن إطلاع الناس الآخرين عليها، وتلك التي يفضلون الاحتفاظ بها لأنفسهم. وهم يفعلون ذلك انطلاقاً من دوافع مختلفة:

للأطفال أسرارهم من أجل حماية شعورهم بالقيمة الذاتية:

يخفي الأطفال مشاعرهم الحقيقية لكي لا يُظهروا للآخرين بأن كرامتهم قد أهينت. ولا يبوحون لأحد؛ لأنهم يستاءون إذا لم يُدعوا لحفلة عيد ميلاد إحدى تلميذات صفهم، ولا يُظهرون ألمهم عندما يتألمون. أخيراً لا يريدون أن يظهروا أمام الآخرين متوجعين أو باكين.

تتذكر مارليس حادثة وقعت لها في طفولتها تؤكد أن بإمكان الأطفال الصغار أن يخفوا مشاعرهم، عندما يريدون حفظ شعورهم بالقيمة الذاتية.

- × مثال: أعتقد أنني كنت في سن الخامسة. كانت والدتي امرأة سريعة الغضب، وغالباً ما تُفلت يدها. وهكذا كان ذلك اليوم الذي أتذكره. شتمتني بعنف وتلقيت صفة منها، لسبب لم أعد أذكره. لكن أعلم أن صفعاتها كانت ظلماً. وبعد قليل، لكن في اليوم نفسه، بدأت والدتي بكي الثياب، وأجبرتني على أن أبقى معها أسليها. سمحت لي أن أطوي قطع غسيل صغيرة مثل المناديل القماشية التي يستعملها والدي. وهنا حدث

الآتي: اقتربت من المكواة لتسبب لي حرقاً أليماً في ساعدي. ولم تبدُ عني أي حركة. فقد كنت ما زلت مستاءة ومجروحة الفؤاد، ولم أكن أريد أن أوفر لوالدتي مناسبة تتودد بها إليّ عبر المواساة أو العناية. تحملت الألم بصمت. وعندما رأت أثر الحرق فيما بعد، كان رد فعلها كمن أدرك خطيئة ويعتذر. وقبل ذلك لم تلحظ شيئاً! كانت لحظة انتصار بالنسبة لي لأنني لم أدع لها مجالاً للاطلاع على مشاعري.

للأطفال أسرارهم للحفاظ على مشاعر الآخرين:

يتعلم الأطفال أيضاً الملاحظة. وبذلك يتعلمون أيضاً من البالغين بأن الكذب مسموح عندما لا يريد المرء أن يجرح الآخرين بالحقيقة لأن طلباً مثل «قل للجدّة بأنك تُعجب بالكنزة التي نسجتها لك» يعلمهم بأن مثل هذه المجاملات مسموحة حتى ولو كانت تجاليف الحقيقة. أيضاً عندما يرون أفعالاً مختلفة تعقب بعض الملاحظات مثل: «من غير المناسب لي على الإطلاق أن تأتي العمّة أو الخالة (فلانة) لزيارتنا» لكن عندما تدق الخالة جرس الباب تهرع إليها الأم معانقة بشوق. سرعان ما يدركون أن هناك أسباباً وجيهة تبرر هذا الرياء. فالطفل الذي يسجل هذا التناقض بين المظهر والسلوك يدرك أن «هناك حالات من الأفضل ألا أكون فيها صادقاً».

للأطفال أسرارهم لكي لا يضطروا للشعور بالخجل:

بعض الأطفال يحتفظون بسر -لأنهم يشعرون بالخجل- لا يبوحون به لأحد، مثلاً عندما تتناول الأم الكحول، أو عندما يضرب الأب الأم، أو عندما لا تعرف الأسرة كيف تحل مشكلاتها. كان فقر الأسرة سرّاً

حافظت عليه «أولا» Ulla في طفولتها مدة طويلة، والذي اتخذ أبعاداً طريفة إلى حد ما.

- × مثال: كنت طفلة بائسة من حيث الوضع المادي. كان والدي عاملاً بسيطاً وكانت والدتي ربة منزل. ولم يكن لدينا من المال ما يكفي إلا لأمسّ الحاجات. ولم تكن ملابسي من ضمن هذه الضروريات. مر عليّ وقت ولم يكن عندي سوى تنورة واحدة. ما زلت أذكر كيف كان شكلها. كانت مصنوعة من قماش الجوخ الأخضر «الجيد» كما كانت تؤكد والدتي دون كلل. كانت لها في الجهة الأمامية طيتان بارزتان مخططتان. أصلاً كانت تنورة جميلة، وكانت أيضاً بالتأكيد مرتفعة الثمن نسبياً. لكنها كانت لمدة -تزيد عن عامين على الأقل- التنورة الوحيدة لديّ. وهذا يعني أن أذهب بها إلى المدرسة كل يوم. فكان ذلك يسترعي الانتباه. ولذلك أخبرت زميلاتي في المدرسة بأنني أعشق هذه التنورة التي أعدها أحب ملابسي على قلبي. وبما أنها عندي بهذه المنزلة، فقد اشترت لي والدتي ثلاثة تنانير منها. وقد لاقى ذلك استحساناً عند صديقاتي، أما الآن فربما سيقلن: «يا لها من وقاحة» لقد تقبلوا مني هذه الحكاية. واستطعت أن أحفظ السر وهو أن أسرتي كانت تضاهي في فقرها فئران الكنيسة. وبذلك استطعت أن أقي نفسي من نظرات الشفقة التي كانت تخيفني.

للأطفال أسرارهم للحيلولة دون النتائج السلبية

يتعلم الأطفال الكذب عندما يقومون بشيء ما. فإذا ما تناول طفل مثلاً كعكة دون أن يكون مسموحاً له بذلك، وسوف يعاقب عليه، فإنه في أغلب الظن لن يصبح طبعاً ومنضببطاً لا يتناول كعكة بعد ذلك البتة دون

أن يستأذن، بل الأرجح أنه في المرة الثانية سوف يتناولها سراً ثم ينكر فعلته إذا ما سئل عنها.

والأهل الذين يعتقدون أن طفلهم عاقلاً ولا يكذب، أو بالأحرى سوف يلحظون فوراً عندما لا يقول الطفل الحقيقة، سوف يتعلمون عبر نتائج الدراسة التالية، التي أعدها المختص في علم نفس الأطفال ميخائيل لويس مع زملائه، شيئاً أفضل:

تتم مراقبة طفل في غرفة بواسطة الفيديو. يجلس الطفل إلى طاولة وظهره باتجاه القائم بالتجربة الذي يعلن بأنه سوف ينزع غطاء لعبة رائعة سيسمح للطفل فيما بعد أن يلعب بها. لكن في الوقت الحاضر لا يُسمح له البتة أن يلتفت ويرى ماذا يعمل القائم على التجربة. وعندما يتم الكشف عن اللعبة وتركيبها يغادر مشرف التجربة الغرفة ويقول بأنه سيغيب لمدة خمس دقائق.

ولكن قبل ذلك يحذر الطفل الذي تجرى عليه التجربة مرة أخرى بالألوان يلقي بنظره البتة إلى اللعبة. فماذا يفعل الطفل؟ طبعاً سوف يخالف قرار المنع؛ لأن حب الإطلاع سيغلب: يلتفت ويحدّق في اللعبة. في هذه اللحظة يدخل مشرف التجربة إلى الغرفة ويسأل الطفل. هل نظرت؟ ويتم عند ذلك رصد رد فعل الطفل والانفعالات التي تظهر على وجهه.

تم نظام التجربة على أطفال بين 3-6 سنوات. أما النتيجة فلم ترق لبعض الآباء والأمهات:

قلة قليلة من الأطفال الصغار استطاعت أن تصمد أمام التجربة. 10% فقط من عمر ثلاث سنوات (أغلبهم بنات) لم ينظروا إلى اللعبة

بعد أن خرج مشرف التجربة من الغرفة. وحتى من بين فئة ما فوق ثلاث سنوات، قلما تقيّد أحد منهم بقواعد التجربة. فقط من فئة 6 سنوات استطاع 35% منهم أن يضبطوا أنفسهم ويتقيدوا بالمنع الذي فرضه عليهم مشرف التجربة.

وعند السؤال عن سلوكهم اعترف 38% من الأطفال الذين نظروا إلى اللعبة بالحقيقة. 38% منهم كذبوا وقالوا إنهم لم ينظروا إليها. 25% لم يقولوا شيئاً.

وجل الأطفال الذين كذبوا أو صمتوا كانوا من الإناث. وأولئك الذين قالوا الحقيقة كان حظهم من الذكاء أقل من أولئك الذين أنكروا مخالفتهم للقاعدة أو صمتوا.

واهتم العلماء أيضاً فيما إذا كانت تعابير وجوه الأطفال الكاذبين تفضح سرهم. هل ابتسموا بعصبية أو عضوا على شفاههم، أو تحاشوا تلاقي النظر؟ ثم عرضوا ما التقطه جهاز الفيديو (من دون المقطع الذي يُظهر مخالفة الأطفال) على مراقبين حياديين. فهل استطاع هؤلاء أن يكتشفوا من هو الكاذب منهم؟ لم يستطيعوا ذلك. لم يُعثر على فروق في تعابير الوجه بين الكاذبين وبين الذين قالوا الحقيقة. لم يتمكن المراقبون من تحديد من هو الطفل الذي كذب ومن لم يكذب. وهذا يعني أن الأطفال ما بين 3-6 سنوات يمكنهم أن يخدعوا البالغين من دون الاعتراف.

إذاً يتم تعلم الخديعة والكذب في سن باكرة للحيلولة دون العقاب. وهنا يصح القول: كلما كان الأطفال أكبر سناً أو أكثر ذكاءً، كذبوا أكثر.

وبطريقة أكثر مهارة. إن سماع مثل هذا الكلام مدعاة للرعب عند الكثير من الآباء والأمهات؛ لأنه لا يتناسب البتة مع مفهوم التربية السائد. بالإضافة إلى ذلك فلا ينتاب الأمهات والآباء الشعور الحسن عندما يضطرون إلى القبول إنهم لم يتعرفوا بما فيه الكفاية على العالم الداخلي لطفلهم ذي الأربع أو خمس السنوات؛ لأن من شأن ذلك أن يكون مدعاة للضرر والارتباك.

لكن عندما يكذب الأطفال ويتكتمون على شيء فإن ذلك عادة ليس مدعاة للقلق. وقضية أن الطفل يستطيع أن يكتم ما في قرارة نفسه عن البالغ تُظهر للطفل بأنه يعيش مستقلاً عن أهله وعن بقية الأشخاص. بذلك فقط يمكنه أن يفرض استقلاليته بكل معنى الكلمة. «فالتراكيب النفسية الفردية لا يمكن أن تتطور عندما تكتم شيئاً» كما قال المحلل النفسي الفرنسي «سيرج تيسيرون» الذي يضيف قائلاً: «إن اللحظة التي يكذب فيها الطفل الصغير أول مرة هي في غاية الأهمية. فهو يكتشف عدم قدرة أهله على قراءة أفكاره، وهذا ما يثبت له بأنه أصبح شخصية مستقلة قائمة بذاتها».

كما أكدت أيضاً الباحثة في مجال علاج الأسرة السيدة ايفان امبر - بلاك على الدور المهم للأسرار في تطور الطفل بقولها: «يسهم حفظ أسرار الأطفال الصغار على إدراك شخصيتهم القائمة بذاتها، ولها أفكارها ومشاعرها الخاصة، بحيث يجدون مخابئ مادية ونفسية ويكتشفون أيضاً الذات المستقلة».

والأطفال الين لديهم سر يشعرون بالقوة والثقة بالنفس والاستقلالية. والتعامل الباكر مع الأسرار هو نقاط علام مهمة على طريق تكوين الشخصية المستقلة. كما يقول المحلل سي . غ . يونغ C. G. Jung بأنه في سن العاشرة تقريباً نحت شكلاً وضعه في سرير وأخفاه ولم يستطع أحد أن يكشف هذا السر ويحطمه، فمسألة أن تكون صاحب سر لها تأثير قوي على شخصيتي وأعتقد أن ذلك كان حقيقة مهمة في طفولتي».

الأسرار حقيقة مهمة من حقائق الطفولة. هذا أيضاً ما تراه الباحثة المختصة في معالجة أمور الأسرة والأزواج روزماري - فيلتر اندرلين Rosmarie Welter – Enderlin.

فهي تتذكر طفولتها وأول خبراتها مع الأسرار فتقول: «في الأسرة الريفية الكبيرة التي ترعرعت بها أثناء «الخمسينيات الخرساء» اكتشفت باكراً بأن الأسرار التي يكتتمها المرء على الآخرين كانت وسيلة للتخلص من الحصار المفروض من قبل الـ «نحن» القاهرة وتكوين الشعور بالأنا عبر إقامة الحدود حول المجالات الشخصية الخاصة. ففي البيت الكبير الذي قضيت فيه طفولتي، والذي تعيش فيه أسرتي والأقارب والخدم معاً، قلما كان هناك شيء يمكن أن يطلق عليه اسم المجال الخاص. ولكن بالرغم من ذلك خلقنا، نحن الأطفال، فرصة مواتية بإيجاد مخابئ صغيرة وخاصة بنا استطعنا أن نحفظ فيها أسرارنا».

لم تتعلم روزماري الصغيرة مجرد أن أسرارها تمنحها القوة، بل تعلمت في الوقت نفسه أن للبالغين أيضاً أسراراً يخفونها عن بعضهم بعضاً، «بما

أنني كنت الأكبر سناً بين الأطفال الخمسة في الأسرة والشخص الوسيط المثالي فقد أصبحت منذ وقت باكر حافظة الأسرار بين الأهل - وبخاصة في الأمور المالية- مثلاً عندما يكلفني والدي سراً بالذهاب إلى الكشك لأشتري له ورق يانصيب يأمل منها ربحاً و«فيراً».

ويصف الكاتب شتيفان تسفايغ Stefan Zweig في قصة تحت عنوان «سر ملّح» مدى الجرعة التطورية التي تطرأ على معرفة الطفل مع إدراكه «بأن هناك سر».

مثال: سافر إدغار ذو الاثني عشر عاماً مع والدته إلى منتجع سيميرينغ لأسباب صحية، وهناك يتعرف إلى بارون شاب سرعان ما حاز على ثقة هذا الطفل. كان إدغار سعيداً أن يجد هناك صديقاً. لكن البارون لم يكن ليهتم بالصبي البتة؛ بل كان اهتمامه منصباً على والدته الجذابة. ولم يكن الصبي بالنسبة للبارون سوى وسيلة لغاية، فعن طريقه يريد أن يغزو قلب الأم. ونجحت الخطة: وقعت والدّة إدغار في حب البارون الشاب. وأصبح اهتمامها منصباً عليه وحده، وأصبح وجود الصبي عبئاً على العاشقين.

شعر إدغار بالقلق والإهمال ولم يعد يفهم العالم ويتساءل مشككاً ما الذي جعل الصديق والأم يتغيران على هذا النحو. بدأ يدرك بأن للبالغين سرّاً لا يريدان البوح له به. وخمّن بأن ذلك يجب أن يكون مشابهاً لما حدث مع معلمته الفرنسية.

لقد تم ردها ذات يوم بصورة مفاجئة، بحجة أنها لم تتسجم مع والده. لقد ملّ إدغار أنه أصبح دائماً هو المنبوذ، ويريد أخيراً أن ينفذ إلى

عالم الكبار الغامض. لم يعد يريد أن يكون ذلك الطفل الغبي، إنه يريد إفشاء سر والدته والبارون الشاب.

بدأ يتجسس عليهما وأصبح أكثر عناداً. وازداد الأمر حدة. أصبحت الأم تضرب إدغار بغضب لأنه تهجم على البارون، فوجد في ذلك سبباً - أراحه - للرحيل. وفي ثورة مشاعره انطلق ولجأ إلى جدته. وهناك تنتظره الأم حزينة وسرعان ما جاء الأب أيضاً يريد معرفة ماذا حدث للصبي.

كان في غاية السهولة بالنسبة للصبي أن يقص على والده كل شيء. وشعر أيضاً بحدسه بأن الحقيقة ستعفيه من العقاب. لكنه أيضاً تردد. نظر إلى والدته فرأها -ولفرط دهشته - ترسل له إشارات غريبة. لم يفهم أول الأمر ماذا تريد منه. لكنها بعد ذلك وضعت إصبعها في فمها ففهم بأنها ترجوه أن يسكت. وهنا طغى شعور عارم بالسعادة على إدغار لأنه أصبح الآن في اللعبة. إنه يعرف الآن سر والدته وأنه شريكها في الجريمة. لقد جعلت منه حليفاً ومشاركاً في معرفة شيء. إنه إذا لم يعد طفلاً. فبادراكه بأن لدى والدته سراً ترجوه ألا يبوح به أخرجه من جهالة الطفولة. إنه يعرف الآن أن هناك حدوداً بينه وبين والدته، كما أن هناك حدوداً بين الأم والأب. إنه يعرف الآن بأن الناس لا يفصحون لبعضهم عن كل شيء، وليسوا مضطرين لذلك. وهكذا جعل النظر إلى عالم البالغين من إدغار إنساناً أكثر نضجاً.

وتحدثت فيرينا عن وضع مشابه عندما سُئلت عن أولى أسرارها. التي

تتذكر منها الآتي:

مثال: عندما كنت في نحو السادسة من عمري أحببت يوهان وهو أخ لأقرب صديقاتي إليّ. كان يكبرني بسنة واحدة ويبدو مدهشاً. طبعاً لم أخبر أحداً عن هذه المشاعر، حتى صديقتي نفسها، والشيء نفسه كان يعمل في نفس يوهان. لأنه، ومن غريب الأمور كان دائماً أثناء ممارستنا للعبة الطبيب التي نلعبها سراً في المخزن خلف البيت يأخذ دور الطبيب وأنا ألعب دور المريضة. كان الموقف مشحوناً بالمشاعر التي لم نكن بعد قادرين على تصنيفها. كنا نتمتع بهذا التوتر في هذه الحالة المحرمة علينا أصلاً. لم يعرف أحد من البالغين ما كنا نقوم به في المخزن، ولم يدر أحد من البالغين بماذا كنا نشعر. كل ما أدريه هو أنني شعرت آنذاك، وأول مرة، بأنني أصبحت بالغة تقريباً.

تساعد الأسرار الأطفال في اكتشاف حدودهم الذاتية. يدركون بأن هناك خطأ فاصلاً بينهم وبين الآخرين. ويمكن أن تكون لعدم حدوث هذه الخطوة المهمة من التطور، آثار وخيمة على التطور النفسي. فالأهل الذين لا يسمحون لأطفالهم بحرية التفكير والسلوك، والذين يقولون لهم بأنهم يعرفون كل شيء، ويمكنهم مراقبة كل شيء، فإنما يبقون عليهم في حالة غير صحية من الارتباط. إنهم يعطون الطفل الشعور بأن لا شيء يخصه شخصياً، ولا يحتاج إلى شيء، ولا يجب أن يملك شيئاً. مثل هؤلاء الأهل يرون في كل خطوة نحو الاستقلالية خطراً ويحاولون الحيلولة دون حدوثه. يمكن أن يسفر ذلك عن توترات نفسية في الحياة اللاحقة، إن لم يتعلم الأطفال من أشخاص آخرين أن الإرادة المستقلة لا ريب سليمة ومستحبة. ومن لا تتاح له، أثناء تطور مراحل حياته، الاستفادة من خبرات

استقلاليتها الشخصية، ربما تنشأ عنده ذات خاطئة كما يطلق عليها المحلل النفسي دونالد . و. فينيكوت Donald . W . Winnicott. فالأشخاص من أصحاب الذات الخاطئة يقومون طواعية بكل ما يطلب منهم وينفذون رغبات الآخرين. أما المشاعر المتعلقة برغباتهم وحاجاتهم، فعلى العكس؛ إذ نراهم قد فقدوها. وهم لا يتصورون خلق شيء مستقل، ورأي مستقل وخطة حياة مستقلة عن الآخرين. إن ثمن هذا التكيف مرتفع: يمكن أن ينتج عنه شعور بالفراغ والعبث وحتى الإحباط. فإن لم يكن بمقدور إنسان ما أن يبني في طفولته حداً ثابتاً بينه وبين البالغين، ولا يسمح له بمعرفة الشعور بالراحة عندما يضع مجالات أسراره الصغيرة في مواجهة عالم البالغين الجبار، فسوف لن يتخلص من الشعور بالإحراج طوال حياته.

إذاً يجب على الأهل أن يتيحوا لأطفالهم مجالات رحبة ويسمحوا لهم أن يعيشوا حياتهم الخاصة. ولكن ذلك كثيراً ما يصعب على بعض الأمهات والآباء. ومما يجعل الأمر أكثر صعوبة هو أن جو الطفولة أيضاً لا يوفر إلا القليل من فرصة التكنم والتستر.

لقد عمل روجر هارت Roger Hart المختص في علم نفس الخاص بتطور الشخصية عدة عقود على نحو متواصل على أبحاث تتناول تغير ألعاب الأطفال، فوجد أنه في سبعينيات القرن العشرين كان الأطفال يهرعون عقب كتابة واجباتهم الدراسية للخروج من المنزل ويمضون ساعات وساعات مع أصدقائهم وصديقاتهم خارج البيت. وقلما عرف الأهل ماذا كانوا يفعلون. لقد وجدوا لأنفسهم مكاناً في العالم يكتشفون فيه محيطهم بأنفسهم أو مع آخرين في اللعب. كان مسموحاً لهم التحرك بحرية ودون أي رقابة،

لقد منحهم الأهل هذه الإمكانية. وبعد عقود من السنين أصبحت الصورة تختلف عما كان عليه. فقد أصبح الأهل الآن أكثر قلقاً على أطفالهم، ويعرفون بين الدقيقة والدقيقة أين هم وماذا يفعلون. لقد أثر هذا التطور سلباً على حرية الأطفال. كما يقول هذا الباحث. فمثلاً عندما سأل طفلاً عن مكانه السري المفضل لم يستطع الإجابة وحوّل السؤال إلى والدته. «وهذا ما كان قبلاً ما لا يمكن تصوره؛ إذ كان أكثر الأطفال يلعبون آنذاك في أماكن لم يسبق لأهلهم أن كانوا بها» كما يقول الباحث.

ولكي يتطور طفل لا يتمتع بالحرية إلى إنسان بالغ حر يجب أن يُمنح إمكانية أن تكون له أسرار. ويجب السماح له بالحصول على الخبرة الإيجابية بأنه توجد أشياء وأفكار وسلوكيات تخص ذاته فقط. فالرقابة الدائمة والإشراف المستمر تحول دون التطور إلى الذات المستقرة والثابتة.

ومن لم تتوافر له فرص التمتع بعالمه السري في طفولته وخضع لمراقبة الأهل الدائمة. فإنه سوف يعوض ذلك، أو بعضه، في سن البلوغ. فالسر يفيد في الدفاع عن النفس ضد رقابة الأهل ووضع حد لأوامرهم ونواهيهم. وعلى سبيل المثال فقد أعلن رجل في رد فعله على إعلاننا «البحث عن الأسرار» بأن سره - عنده نقطة ضعف بالنسبة لتنانير النساء - هو إعلان الاستقلال عن أهله.

«وقد زودني هذا السر بالقوة التي تمكنت بها من إخفاء شيء عن أهلي، وذلك لأنني من أسرة محافظة جداً جداً، بل رجعية تقريباً، لا تجيز للأطفال أن تكون لديهم أسرارهم، ولا سيما تجاه الأهل».

لماذا تعد الأسرار عاملاً مهماً في تنمية الاستقلالية؟

عندما يكتشف طفل أن بإمكانه أن يكتفم شيئاً عن البالغين، يكون بذلك قد تعرّف نفسه بوصفه كائناً مستقلاً وحرّاً بذاته. يدرك أن باستطاعته تحقيق وجوده بمعزل عن أهله وأن هؤلاء ليسوا قادرين على كل شيء. هذا الإدراك ضروري جداً لتطوره النفسي المستقر، فمن دون كتمان السر لا يمكن التفكير بتطور الطفل إلى إنسان يتمتع بشخصية مستقلة. فالذات المستقلة تأخذ بدايتها في أسرار الطفولة الصغيرة والبريئة.

2- الأسرار تؤمن الحماية:

كيف سيكون رد فعلك عندما تتلقى هدية لا تروق لك من إحدى الصديقات؟

هل ستقول الحقيقة كما فعلت إحدى صديقاتي قبل سنوات وبمنتهى الجراءة؟ فعندما أهديتها تي-شيرت بمناسبة عيد ميلادها، ردت بعجلة: «لا تعجبني هذه القطعة على الإطلاق، فلونها لا يلائمني البتة. أرجو أن تأخذها فلا مكان لها عندي إلا في الدرج» أم ستبتسم وتقول بكل تهذيب: «شكراً، إنها جميلة». ربما ستختار الطريق الأسهل الذي يساعد مقدمة الهدية على حفظ ماء الوجه، وتوفر على نفسك ضغوطاً نفسية لا لزوم لها؛ لأنك لو قلت الحقيقة فسوف تتناكب حتماً لضغوط نفسية. كما حدث لصديقتي الصادقة التي كان عليها أن تتحمل خيبة أمني واستيائي.

حالة أخرى مشابهة: أنت مدعو لتناول طعام العشاء، الطعام تقشعر منه الأبدان. أخيراً تسألك السيدة صاحبة الدعوة فيما إذا كان الطعام

لذيذاً، فهل تقول بكل صدق «كان شديد الملوحة ودسماً إلى أبعد الحدود» ربما لن تقول ذلك. وكذلك الأمر بالنسبة للزوج الذي لا يعجبه ثوب زوجته الجديد فيدمر فرح الزوجة بتصريحه الصادق. من الأفضل أن يعمد إلى كذبة ظريفة تفرح بها الزوجة ويشعر هو بالارتياح؛ لأنه لم يخدش مشاعرها بأسلوب لا لزوم له؛ إنه يكتفم رأيه الحقيقي تماماً كما تكتفم أفكارك حول فنون طبخ السيدة التي دعتك للعشاء، فالكذب في مثل هذه الحالات يعد كذباً محبباً. إنه يراعي شعور الآخرين ويسهم في العيش المشترك بلا حزازات، ويحول دون صراعات لا لزوم لها.

كذلك الزوج الذي يطلب أثناء سفراته لأمر تتعلق بالعمل، فيلم فيديو إباحي عن طريق قناة الفندق التلفزيونية، فإنه يتصرف بكل لباقة عندما لا يحكي لزوجته عن ذلك؛ لأنه يوفر عليها غيرة لا لزوم لها. وفي الوقت نفسه يقي نفسه أيضاً من النقد الذي يمكن أن توجهه له. وليس ذلك فقط؛ لأنه يستخدم حقه في أن يكون له جوه الخاص. وعبر سكوته يضع حدوداً بين حياته وحياته زوجته. فهناك مجالات لا يسمح لها بالولوج إليها.

فربما صان أيضاً عبر كتمانها صورة الزوج الواثق من نفسه والقوي، الراسخة في ذهن زوجته، فهو عبر أسفاره المهنية يشعر غالباً بالوحدة فيتغلب على هذا الشعور بمساعدة هذه الأفلام الإباحية التي يعدّها أموراً لا صلة لزوجته بها. فحفاظ الزوج لسره يعد حياً لزوجته وحباً لنفسه أيضاً.

باتريسيا نيل عشيقة الممثل المتزوج غاري كوبر لسنوات طويلة تصرفت أيضاً بدافع الحب. فقد كتبت في سيرتها الذاتية تحت عنوان «كما أنا» As

I am أن غاري كوبر عاد مرة من جولة تسوق بوجه يشع سعادة، فقد أحضر لها معه مفاجأة فريدة من نوعها في أحد الأكياس، وهي فستان صيفي أحمر عليه نقط بيضاء. لم تبد باتريسيا عظيم اهتمام بالهدية. فالفستان لم يكن على مقاسها ولم تكن تفصيلته جيدة فتدمرت قليلاً. ولكي لا تخيب أمل عشيقها فقد ذهبت بالفستان سراً إلى الخياطة التي أدخلت عليه التعديلات المطلوبة، دون أن يكتشف غاري كوبر هذه الخدعة. أحياناً - كما تقول باتريسيا نيل - من الأفضل للمرأة أن تعتمد إلى عذر من أن تقول الحقيقة.

إذن أخضت باتريسيا نيل سراً صغيراً قليل الأهمية عن عشيقها. لكن أسراراً لطيفة مثل هذه، مهما بدت تافهة، تعد رشوة مهمة للحفاظ على العلاقات. فمن دونها لا يمكن تحقيق الصداقات والعلاقات الأسرية أو علاقات الحب على المدى الطويل. فلا يمكن للمرء أن يكون صادقاً على نحو مطلق إلا إذا كان الآخر لا يعني له شيئاً، كأن لا يريد أن يراه ثانية أو يريد أن يحذفه من حياته. أما في العلاقات الوثيقة فعلى العكس، يجب أن تكون هناك أسرار وكتمان ورهافة إحساس وصمت حول أشياء يمكن أن تجرح الآخر بلا مسوّغ، أو من شأنها أن تفضح حياة الإنسان الداخلية بمنتهى الصراحة.

فإذا ما سكتنا عن أفكارنا ومشاعرنا في ظروف اجتماعية معينة، فإننا نسيطر على مجريات حياتنا اليومية على نحو أفضل، ونقي أنفسنا والآخرين من مشكلات نحن في غنى عنها. وهنا نجد في الكذب البريء عوناً حسب شعار «هذه التسريحة تناسبك جداً» أو «لا لم يزدد وزنك البتة».

وكذلك أيضاً يساعدنا الكذب المتمحور حول الذات الذي نحاول بواسطته أن نخفي به مصالحنا الذاتية مثل قولنا «لا، لم أكن قاسياً على الحارس» أو «لا مشكلة لدي مع وزني الزائد» أو «كيف خطر بذهنك بأن هذا الرجل قد أثار إعجابي أثناء الحفلة» إننا نلقي بمعطف الصمت حول بعض الأشياء والأسرار في حياتنا لأننا نخاف ردود فعل الآخرين ولأننا نريد أن نقيهم من خيبة الأمل ونقلل من حجم الإرهاق النفسي في العلاقات بين الناس. فالأسرار هي دروع حماية تساعدنا على الاحتفاظ بأفكارنا الحقيقية ومشاعرنا لأنفسنا وتزيد في هئائنا (وهناك الآخرين أيضاً في حالات عديدة). ولو كنا غير قادرين إطلاقاً على حفظ السر، لكننا مضطرين إلى تحمل الحقائق الثقيلة غير المصانة، لأن الصراحة التامة لا بد وأن تؤدي إلى جرح مشاعر الآخرين، ولكان التعايش الاجتماعي قد انتهى بذلك. فالصدق الدائم يسبب لنا وللآخرين الكثير من الجراح بحيث يغدو التعامل الصادق بين الناس غير ممكن. فالشك وخبية الأمل والإهانات ستصبح عندئذ من الأمور اليومية.

الصمت عند شعور المرء بأنه لا يملك القوة المطلوبة بعد:

تبدو أهمية الحفاظ على السر غالباً واضحة عبر أمور تافهة سبق الحديث عنها، مثل هدية غير مناسبة، أو تناول طعام سيئ المذاق، أو تسريحة شعر غير موفقة. كم هو جميل ومريح للأعصاب عندما لا يشعر الشخص الذي نقف أمامه وجهاً لوجه بحقيقة ما نفكر به!

الأهم من ذلك والأكثر قيمة هو فن الحفاظ على السر عندما يتعلق الأمر بشيء في غاية الأهمية نخفيه عن الآخرين لأننا نريد وقاية

أنفسنا من عدم تفهمهم وانتقادهم أو من خيبة أملهم. وهذا ما أظهرته مقابلات مفصلة أجرتها العالمتان الأمريكيتان «لوسي فونتان فيرث» و«جيني فلارتي» مع أربع نساء يحملن أسراراً. أرادت العالمتان من هؤلاء النسوة ليس فقط مجرد الاطلاع على سرهن، بل أبدأنا بالدرجة الأولى جل اهتمامهن بالدوافع: لماذا كتمن الحقيقة؟ ما هي أسباب صمتهن؟

في الحالة الأولى ارتكبت سيدة سحاوية خيانة بحق صديقتها على مدى سنوات طويلة- التي لم تكن تريد أن تقيم علاقة جنسية إلا معها- مع سيدة أخرى. استمرت هذه الخيانة نحو ستة أشهر، ولم ينكشف السر. وإجابة على السؤال: لماذا؟ قالت هذه السيدة للعالمتين: «كان تصريفي بدافع الخوف، أردت أن أحمي نفسي. وخفت أن تتغير علاقتي الدائمة وتصبح أقل قوة، وهذا ما لم أكن أرغب به».

وفي الحالة الثانية أيضاً يتعلق الأمر أيضاً بحبٍ سحاقي. هنا خُدعت والدة المرأة التي أجريت معها المقابلة. ولكي لا تضطر إلى تبرير فعلتها أمام والدتها فقد أخفت عنها ميلها الجنسي. وبعد خمس سنوات من الحياة المزدوجة قامت الابنة بعدها طوعاً بكشف سرها. أما عن سبب إخفائها لهذا السر طوال تلك السنوات الطوال فقد قالت: «لم يكن لدي خيار آخر. كان اهتمامي الرئيس منصباً على حياتي الخاصة، أردت القيام بما كنت أرغب ودون مراعاة لأسرتي. كنت قد سئمت من الأسرة وأردت أن أعيش حياتي الخاصة». هنا منح السر هذه المرأة الوقاية الضرورية لتكوين حياتها الخاصة، كما ترغبها، دون أخذ تأثير الأم في الحسبان. وبعد خمس سنوات، عندما شعرت بأنها أصبحت قوية بما فيه الكفاية، استطاعت أن تتخلى عن هذا السر.

أما المرأة الثالثة التي أجريت معها المقابلة فقد كتبت أيضاً ولسنوات عديدة قضية شذوذها الجنسي. لكن تصرفها لم يكن بالدرجة الأولى من أجل الوقاية الذاتية، بل أرادت وقاية والدها. كانت تخاف أن يوجه أقسى أنواع اللوم. «يمكن لوالدي أن يعد أن كوني سحاقيّة هو خطأه. لم أكن أعلم ماذا كان يمكن أن يكون رد فعله، لكنني كنت أخاف ذلك، ببساطة لم يكن بإمكانني أن أخبره بذلك».

وفي الحالة الرابعة يتعلق الأمر بامرأة اضطرت بعد أربع سنوات من الزواج للقول إنها لا تحب زوجها ولم تحبه البتة من قبل، لكنها لم تقل له ذلك. حافظت على سرها مدة أحد عشر عاماً، أخيراً أصبح بإمكانها أن تصارح شريك حياتها بالحقيقة، ومن ثم تم الطلاق بينهما، تقول: «بدأ السر عندما تكونت لدي فكرة بأنني لا أحب هذا الرجل ولا أطيعه. ولكنني استبعدت هذه الفكرة وأنكرتها عليه كلياً. بدأت حياة داخلية وخارجية». أما لماذا صمتت طويلاً فتجيب: «لم أكن أريد أن أقضي على حياتنا الزوجية. كان الزواج يبدو لي مقدساً، والطلاق خطيئة يجب على المرء أن يحول دون وقوعها. لكن لم أقل له الحقيقة لأنني كنت أريد حمايته». لكنها أيضاً كانت تنظر إلى وضعها عندما تقرر «أخيراً تحول الحفاظ على السر إلى حماية ذاتية».

عبر هذه الحالات الأربع تبرز الوظيفة الوقائية للأسرار: ثلاث نساء جعلن من ميولهن الجنسية سراً، لأنهن أردن الوقاية من خيبة أمل الناس الذين يعيشون بينهم وعدم تفهمهم للموضوع. وفي الوقت نفسه تلبية رغباتهن الجنسية دون تأثير خارجي قدر الإمكان. وفي الحالة الرابعة

استخدمت الزوجة حقها في اختبار نفسها على مدى إحدى عشرة سنة فيما إذا كانت لديها القوة الكافية على الطلاق. حافظت على نفسها من طلاق خاطئ ومن تحميل نفسها أكثر مما تتحمل. وعندما رأت أنه أصبح لديها القوة الكافية استطاعت أن تستغني عن سرها والبوح لزوجها بأنها لم تعد تشعر نحوه بالحب.

هناك رواية ذكرتها «أيضا» ذات التسعة والخمسين عاماً رداً عن إعلاني تحت عنوان (البحث عن أسرار) تثبت أيضاً المفعول الواقي للأسرار. في هذه الحالة يصون السر ثلاثة أشخاص في آن واحد: المرأة وزوجها ورجلاً آخر سبق أن أقامت معه قبل عقود أول علاقة جنسية لها.

- × مثال: عندما كنت في سن السابعة عشرة مارست الجنس -وأول مرة- مع رجل يزيدني 18 عاماً. كنت آنذاك قد حصلت للتو على وظيفة بائعة وكان هو مديراً للفرع الذي أعمل فيه. وكان الأمر على النحو الآتي: كان متزوجاً وعنده طفلان صغيران. كنت صغيرة السن لكنني كنت أدرك أن وضع العشيقة لم يكن يناسبني. لقد عانيت كثيراً جداً الغيرة وعدم جدوى هذه العلاقة. وبعد سنة قطعتها وبحثت عن عمل آخر. والغريب في الأمر أن هذا الرجل حافظ على تواصله معي طوال هذه السنوات. فكان يتصل بي هاتفياً بين الحين والآخر، ثم أصبح يرسل لي رسائل بالبريد الإلكتروني. احتفظ بي في مسيرة حياته وأراد أن يعرف كل شيء مهم في حياتي، لكنه لم يتوقف طويلاً عند مسألة زواجي وولادة طفلي. أما أنا فعلى العكس؛ إذ كنت على علم بكل مشكلاته مع ولديه. وذات يوم كتب لي عن إصابة زوجته بالسرطان -سرطان الثدي- وعلى مدى ست سنوات

كان يحكي لي عن العلاجات التي تتلقاها في كفاحها الناجح - كما يبدو - ضد هذا المرض. وأثناء كل تلك المدة قلما ألمح إلى علاقة الحب السابقة التي كانت تربطنا. أحياناً كان يسأل على نحو غير مباشر «كيف يبدو شكلك الآن؟ أما زلت ممشوقة القوام كما في السابق؟» ومرة طلب مني أن أرسل له صورتي بالبريد الإلكتروني. ثم ذات يوم أرسل لي نعوة زوجته التي خسرت معركتها مع السرطان. فأرسلت له تعازي الحارة كتابة. كيف كان علي أن أواسيه؟ فمع مرور عشرات السنين أصبح غريباً عني بالرغم من التواصل الذي لم أكن أعده أمراً عادياً. والأمر الأكثر مفاجأة ومحيراً هو أنه أرسل لي بعد وفاة زوجته بيضعة أسابيع رسالة غير عادية بالبريد الإلكتروني شكرني فيها أول الأمر على عبارات التعزية التي كتبتها له وبضع كلمات عن أساه لفقدها. ثم دخل في الموضوع. أراد أن يلتقي بي وبأقرب وقت ممكن، وأن هناك الكثير ليقوله لي والآن حان وقته. فقد كان - حسب قوله - يعرف أن زوجته ستموت قبله، وأنني لم أغب عن ذهنه طوال السنين الماضية. ولو لم يكن آنذاك متزوجاً لكنت الزوجة التي سيقترن بها طوال حياته. والآن بإمكاننا أن نحول ما كان في السابق مستحيلاً إلى حقيقة. لقد تشوش ذهني. فهل نسي أنني كنت متزوجة؟ فكيف يمكنه أن يعتقد بأنني سوف انتظره أنا أيضاً؟ كان بودي وأنا في قمة اضطرابي أن أتكلم مع زوجي في هذا الموضوع. لكنني أدرك بالحدس بأن ذلك لا يمكن أن يكون لأنه لن يتفهم ذلك. وأنه من ثمّ حتماً سوف يستاء لأنني كتبت عنه تواصلتي مع هذا الرجل طوال تلك السنوات. لم أحدثه عن ذلك لأنه بدا لي غير مهم، ولم أرد أن أدخل الشك إلى قلبه بلا فائدة. طبعاً أردت أيضاً أن أحمي نفسي من شكوكه وربما أيضاً من

غيرته. لم يكن بوسعي أن أطلععه على أي شيء عن الإغراءات العجيبة لحبيبي السابق. كان علي أن أصمت وأن أعالج اضطرابي بنفسي، فأصبحت، ومن دون أن أدري، حاملة سر. ولدي الآن مالا أستطيع أن أطلع زوجي عليه. لكن لم أكتفم الحقيقة عن زوجي فقط. إذ لم أستطع أيضاً أن أقول للرجل الذي ظل يذكرني طيلة تلك السنوات بأنني لم أعد أكنّ له أي مشاعر. فقد تمسكت بأقرب الأشياء لدي: زوجي وأطفالي. لم أرد أن أزيد من حزنه وعذابه. وكان بإمكانني ذلك لو أخبرته بعدم اهتمامي بشخصه بطريقة صريحة وفضة.

وكذلك أيضاً هناك مفعول واقٍ للسر الذي تحتفظ به السيدة غونهيده منذ عشرات السنين.

- x مثال: كنت في سن الحادية والعشرين عندما وقعت في الحب، في حب فارس أحلامي كما كنت أعتقد آنذاك. كان يعمل في أحد فروع شركة أمريكية مقرها في ألمانيا، كان جميل الشكل وناجحاً في عمله، يكبرني بعشر سنوات، لكنني كنت أري في ذلك ميزة حسنة. كان قد تزوج في السابق وافترق عن زوجته، هكذا قال لي على الأقل. بقينا معاً نحو نصف السنة، أصبحت أثناءها حاملاً، ففرح بذلك ووعدني بإتمام الزواج، وقبل ذلك كان عليه أن يسافر إلى الولايات المتحدة لبضعة أشهر. ولم يكن ذلك مشكلة، وكان عليّ أثناء ذلك أن أقوم بالإعداد لحفلة الزفاف. رأيت في المطار آخر مرة، لم يعد بعدها البتة. ولم أستطع أول الأمر أن أعثر عليه مطلقاً. كان عليّ أن أقوم بدور البوليس السري في البحث عنه في الولايات المتحدة، ثم تبين أخيراً بأن له هناك زوجة وطفلان، فكانت تعاستي بلا حدود.

لم أكن عندها أريد الاستمرار في الحياة. ولم يوقفني عن الانتحار سوى الطفل البريء الذي أحمله في أحشائي، فقررت أن ألد الطفل، وهنا اختلقت قصة أخرى مختلفة، فقد أخبرت أسرتي، ومن ثم ابنتي، بأن حبيبي قد مات في حادث مؤسف أثناء إحدى رحلاته إلى الولايات المتحدة، ولم تكن لي أي علاقة بأسرته. وأنا أعيش مع هذه الكذبة وتعيش معها ابنتي أيضاً حتى الآن. لقد حممتي هذه الكذبة آنذاك - في سنوات الخمسينيات التي كانت فيه العلاقات الاجتماعية صارمة - من التقرع، فاخترت لابنتي أباً يمكن أن تترعع وتعيش معه. وحتماً كانت ستكون حياتها صعبة فيما لو علمت بأن أبها لم يكن يريد لها إطلاقاً.

من هذا المثال الأخير - تبدو بكل وضوح - ازدواجية الأسرار: فالرجل الذي جعل من أسرته التي تعيش في الولايات المتحدة سراً، ألحق أذى الأضرار في حياة حبيبته الألمانية. بالنسبة لي كان هذا السر مقروناً بالمعاناة والأسى.

لكن حفظها للسر وعدم البوح بالحقيقة لابنتها جعل لهذا السر المدمر وظيفة واقعية.

وكذلك يبدو في كل الحالات الأخرى السابقة بأن حاملات الأسرار كنّ يخشين من الخسائر الكبرى والمشكلات فيما لو أفشين أسرارهن. فصمتهن ضمن لهن الحماية. فقد استطعن وهنّ محاطات بالأسرار أن يعشن حياتهن كما يرغبن دون حيرة وإرباك عبر المضايقات الخارجية. وفي الوقت نفسه حمى صمتهن أيضاً المقربين منهن، الذين - بالرغم أنهم من دون شك محبوبون ويحسنون النية - لا يستطيعون إظهار تفهمهم للحالات، وهذا ما كانت تخشاه السيدات المعنيات بهذه الأمور.

في صون الأسرار يمكن لخطط أن تتضح ولأهداف أن تختبر أو يتم التخلي عنها أو تحقيقها، وسوف نتطرق في الفصل القادم إلى هذا الجانب الهام من الأسرار «البيضاء» مفصلاً.

لماذا نحتاج إلى حفظ الأسرار؟

ما أجمل أن لا نضطر لقول كل شيء نفكر أو نحس به! لأنه فقط عندما نستطيع أن نسدل ستار الصمت على بعض أفكارنا وتصرفاتنا ومشاعرنا، يصبح التعامل الاجتماعي مع الآخرين ممكناً. فقط عندما نجعل من بعض ما يدور في ذهننا، أو ما نقوم به، سراً، نستطيع أن نقي أنفسنا والآخرين من الخيبة، ونقلل من المتاعب الناشئة عن العلاقات الإنسانية. ولو كنا غير قادرين على الإطلاق على حفظ السر لكننا منكشفين كلياً على الآخرين - وهم كذلك بالنسبة لنا.

فعبير قدرتنا على حفظ السر وخيبات الأمل نبقى على الخيوط في أيدينا. فنحن نقرر إلى حد كبير كيف يجب أن ينظر إلينا الآخرون وأية معلومات يتلقونها منا وعنا وعنهم. فنحن نتحكم على النحو الأمثل الذي نريد أن ينظروا إلينا فيه وننظر إليهم

3- الأسرار تساعد على تحقيق الأهداف:

كان روي شيرر Roy Scherer ممثلاً موهوباً ووسيماً لكنه غير مشهور عندما تلقى في منتصف الخمسينيات عرضاً من هوليوود. كانت تلك فرصته التي لو استغلها لكان أمامه مستقبل باهر في مجال التمثيل. لكن

كان عليه أن ينفذ شرطاً وضعه له منتجو الفيلم، وهو أن لا يكشف للملأ على أنه شاذ جنسياً. فوافق روي شيرر على الشرط، فأصبح بذلك وتحت اسمه الفني «روك هيدسون» نجماً عالمياً ومعبود النساء. أما توجهه الجنسي فقد ظل خافياً على الرأي العام، حتى عندما أصيب بالإيدز ورقد عام 1985، على فراش الموت لم يعترف بشذوذه الجنسي. لقد أخفى روك هيدسون حبه للرجال؛ لأنه أراد عبر ذلك الوصول إلى هدف، أراد أن يكون ممثلاً عالمياً ناجحاً، وساعده سره على بلوغ هذا الهدف.

أيضاً غودرون -ومن أجل تحقيق هدف يتعلق بالمهنة- لم تفصح عن أنها لا تحوز على المؤهل التعليمي الذي تتطلبه مهنتها. فقد كتمت سر أنها لم تؤد الامتحان الجامعي الذي يؤهلها لمهنة التدريس خوفاً من خفض مرتبتها المهنية، فكتمانها جعلها تصل إلى هدفها -العمل مدرّسة- بالرغم من هذا العائق.

مثال: كان سري يعدّ لي ضرورة حياتية. فمن هذه الناحية عدّه بناءً. لم أسبب لأحد ضرراً نتيجة ذلك. والآن بعد 40 عاماً من العمل -الوظيفي- أصبحت في سن التقاعد. ويبدو أنني سوف أحمل سري معي إلى القبر. هل أعانيه؟ لا أعاني السر بحد ذاته، وإن كانت هناك معاناة فهي من السؤال الذي لم يتضح لي حتى الآن وهو: لماذا حدث ذلك؟

قال مدير مدرستي عند وداعي بأنني أجسد بالنسبة له النموذج الإيجابي للمدرس. لكن الشيء الذي لا يعرفه الغرباء ولا الأصدقاء والزملاء والمعارف والتلاميذ والأهل هو أنني بالرغم هذه الصورة

الإيجابية لم أكن موفقة البتة في مسألة مهمة. فبدأً من الصف العاشر الذي بقيت فيه بأسلوب مريب؛ إذ لو لم يجد أهلي مدرسة خاصة مستعدة لقبولي في الصف الحادي عشر، لكان عليّ أن أعيد الصف. حصلت على الشهادة الثانوية بمعدل مقبول. ودرست في الجامعة الفرع الذي اخترته بنفسني وحقق لي كل المتعة. بالرغم من ذلك رسبت في الامتحان مرتين، فلم أبذل محاولة ثالثة.

أول تعيين لي في إحدى الشركات يعود إلى حقيقة أنني كنت شبه خريجة جامعية (كنت مع الأسف صادقة مع رب العمل فأطلعته على المأزق التي كنت فيه) وفي الوقت نفسه قيل لي دائماً بأن لا أبالي بمرتب أعلى أو بإمكانية الارتقاء الوظيفي نتيجة عدم وجود الشهادة.

وبعد أربع سنوات تركت العمل وحاولت الحصول على وظيفة مدرّسة في مدرسة ثانوية. والغريب في الأمر أن هذا الشيء قد تحقق. كان هناك نقص كبير في عدد المدرسين، ويبدو لي أن ذلك هو السبب الذي جعلني أحصل على الوظيفة. أما الآن فإن ذلك مستحيل. لقد تعلمت من صراحتي أمام رب عملي السابق. ولم يعلم مديرو المدرسة آنذاك الكثير عن شهاداتي، أو بالأحرى عدم وجود شهاداتي (فهذا من شأن السلطات وليس من شأن مديرو المدارس) حتى لزوجي (أو طريقي حالياً) لم أقل الحقيقة. وسوف لن يتصور شريك حياتي الحالي العالم عندما يكتشف أن المرأة الحبيبة التي تقف إلى جانبه هي جامعية من دون شهادة أو أنها رسبت في الامتحان.

لقد دفعت لقاء سري هذا، فلم أستطع الحصول على منصب. وقمت بتدريس عددٍ أكبر من الساعات واقتنعت بأجر أقل. كنت مستعدة لكل ذلك، لكن لم أكن مستعدة للإعلان طواعية بأنني خائبة وفاشلة.

إذا ما استطعنا أن نتفهم سر غودرون، فإن ذلك ليس من الأمور السهلة في الحالة اللاحقة: لماذا تجعل من حقيقة أن المرء يعتمد إلى متابعة تعليمه للحصول على الشهادة الثانوية سرّاً؟ وهذا بحق هدف مشرفّ ويستحق الإعجاب. بالرغم من ذلك لم تُطلع «أوتا» أحداً على ما تنوي القيام به. أربع سنوات داومت أثناءها أوتا كل مساء بعد وقت العمل في مدرسة ثانوية للعمال في مدينتها. وكانت تدرس المواد سرّاً في عطلة نهاية الأسبوع دون أن يعرف أحد من أصدقائها أو زميلاتها بهذا المشروع الطموح. لماذا جعلت منه سرّاً؟

مثال: لم أشأ أن أخبر أحداً بذلك لأنني لم أكن واثقة في بداية الأمر فيما إذا كنت سأنجح في تحقيقه. أولاً كان وقت العمل طويلاً. ثانياً لم أكن أعلم إن كنت بما يكفي من الذكاء لإنجاز متطلباته.

لم أشأ أن أحظى بالإعجاب لما أقوم به ومن ثمّ بالعزاء عندما أفضل، ولم أشأ أيضاً أن يظن أصدقائي ومعارفي أنني أعدّ نفسي أفضل مما أنا.

كنت أعمل سكرتيرة، وما من أحد ممن يحيطون بي كان يحمل الشهادة الثانوية أو أنهى دراسة جامعية. وربما سيكون وضعي حرجاً ضمن هذا الإطار. وعندما أدركت أن الأمور تسيير على نحو حسن وأنني سأتابع، لم أشأ بالرغم من ذلك الكشف عن سري؛ لأنني أخشى الآن أن

يشعر أصدقاؤني وزميلاتي بالفشل. مع الاحتمال أن أفضل أيضاً. لم أكشف سري إلا بعد أن حصلت على الثانوية وتركت عملي لدراسة الحقوق في المدينة القريبة مني.

لكن «ارمغارد» حققت هدفاً يختلف كل الاختلاف.

فعندما فشلت قصة حبها التي دامت طويلاً انتابتها حالة من الاكتئاب، فوصف لها طبيب الأسرة أول الأمر أدوية علاج نفسي. لكنها لم تتناولها إلا كارهة. فلم تتحسن حالتها. فوصف لها الطبيب فيما بعد تحليلاً نفسياً فوافقت. لكنها لم تخبر أحداً عن هذه الخطوة التي كانت هي نفسها تخافها جداً.

× مثال: بالنسبة لي كان ذلك مخاطرة كبيرة. ولم أكن أدري بالضبط ما الذي أصابني. كنت أخشى أن لا أتحمّل الأعباء المترتبة على العلاج. كان عليّ أن أستلقي ثلاث مرات أسبوعياً على الأريكة. كنت أخشى أيضاً ما يمكن أن يحدث أثناء العلاج، ولذلك لم أخبر أحداً بذلك. لم يكن عندي شريك يمكن أن يسترعي انتباهه غيابي ثلاث مرات في الأسبوع. كانت مواعيدي دائماً الساعة السابعة صباحاً، ولذلك لم يلحظ ذلك أحد في الشركة التي أعمل فيها. لكن لم يكن الخوف وحده هو الذي دفعني إلى الصمت، فقد أدركت منذ البداية أن ذلك كان أمراً يخصني وحدي. والساعات التي كنت أقضيها بين يدي المحللة النفسانية هي ملكي وحدي والقاعة أيضاً ملكي. لم أكن أريد أن يتدخل الآخرون عبر أسئلتهم وعبر فضولهم أو عبر تقويماتهم في هذا المجال.

كانت المعالجة أمراً يخصني وحدي. والأمر يعود لي وحدي أيضاً في كتمانها أو عدمه. أردت أن أبقى على كافة الخيارات.

يتيح السر للمرء أن يضع صيغة للحياة على محك التجربة. فقبل أن يتخذ المرء قراراً نهائياً يمكنه أن يختبر أولاً فيما إذا كان الاتجاه الذي قرره صحيحاً حقاً دون أن يُطلع محيطه عليه ويتعرض لانتقاداته أو لاقتراحاته. فالسر يوفر للمرء الوقت، فأحياناً تحتاج خطة ما أو مشروع ما إلى النضج وأحياناً يحتاج المرء إلى الشجاعة والقوة لوضع عمل ما موضع التطبيق. حتى عندما يقع رجل وامرأة في الحب يُتصح بإبقاء ذلك طي الكتمان أول الأول حتى مع عدم وجود أسباب خارجية توجب ذلك (مثل حالة وجود زواج سابق، أو صعوبات في مكان العمل أو أي عقبات أخرى كما مر معنا سابقاً).

ففي بداية علاقة الحب هناك الكثير من الشكوك والظنون، مثل: هل هو فعلاً الرجل المناسب؟ هل هي فتاة الأحلام التي طال انتظاره لها؟ هل يحب المرء حقاً؟ هل يناسب أحدهما الآخر؟ هل يمكن لأحدهما أن يتحمل صفة مزعجة عند الشريك الذي سيتخذه للأبد؟ ولذلك يقال: اختبر من يمكن الارتباط به للأبد. وعلى الأقل في بداية علاقة الحب يمكن أن يكون الاختبار في السر - بعيداً عن فضول ونصائح المقربين - مجدياً.

وقد سبق أن كتبت «أنا ماجدالينا باخ» في دفتر مذكراتها النصيحة

إذا ما أردت أن تهني قلبك
فابدأ بذلك سراً
بحيث لا يطلع أحد
على تفكير أي منا

أما «ماريا» (40 عاماً) فلم تكن تعرف هذه النصيحة، لكنها قررت بحدسها أن تعتمد إلى الكتمان عندما وقعت في حب أحد زملائها.

مثال: لم تعد ماريا، العاملة في إحدى دور النشر، تتهم العالم بعد أن تعرّفت أثناء دورة تأهيل زميلاً لها كان حتى ذلك الوقت غريباً عنها.

كانت مشوشة الذهن لأنها لم يسبق لها أن حسبت حساب مثل هذه المشاعر الجياشة. أصلاً كانت قد تأقلمت جيداً مع حالة العزوبة، وأقلعت منذ وقت طويل عن أي أمل بعلاقة ثابتة مع رجل. كان وضعها جيداً، كان لها أصدقاء وصديقات وسعادة كبيرة في مهنتها. كانت تستطيع أن تفعل أو تترك ما يروق لها. والآن حدث ذلك. رجل يدخل حياتها كشريك ومشروع زواج. أصلاً كان من الممكن أن أعلن سعادتي على الملأ. لكن أردت كتمان هذه القضية، التي سرعان ما تطورت إلى علاقة في آخر كل أسبوع؛ لأننا كنا نسكن في مدينتين مختلفتين. كان ينبغي عليّ أول الأمر أن أتأكد من مشاعري، ما الذي كنت أريده أو فيما إذا كان الرجل حقاً رائعاً كما كنت أظن.

بقينا معاً نصف سنة دون أن يدري أحد بعلاقتنا، ثم أدركت بأنني كنت أحب حياتي السابقة أكثر من هذا الرجل. كنت في غاية السعادة لأن

أحداً من دائرة أصدقائي ومعاريفي لم يعلم شيئاً عن هذه العلاقة. وهكذا لم أكن بحاجة إلى إيضاح أي شيء أو تبرير أي شيء. وسوف أتصرف على هذا النحو فيما لو تكرر ذلك معي مرة أخرى. لقد أتاح لي سري وقتاً لاتخاذ قراري دون أي تأثير من الآخرين، مثل صديقاتي ذوات النية الحسنة، أو معاريفي الحاسدين.

عبر إخفاء المشاعر يضع المحبون حداً بين جوهم الحميمي وبين الحياة العامة. يحفظون أنفسهم لمدة من فضول الآخرين، وبذلك يمكن للحب أن يصبح أكثر استقراراً. وبعد أن يصبح الحب مستقراً بما فيه الكفاية، يعرف الطرفان المتحابان بأنهما تجاوزا دهشة وفضول وشكوك المحيطين بهم، ويمكنهما الخروج من شرنقة السر الواقية.

ويمكن أن يكون الأمر غير ذلك، فمن الأمور التي يمكن التفكير فيها أن شريكين يجربان - تحت حماية السر - حياتهما معاً ثم يقرران بعدها بأنهما لا يصلحان لبعضهما. أيضاً في هذه الحالة يكون من الذكاء أن لا يكثر عدد الذين على دراية بعلاقتهما.

كانت «إلينا» على حق عندما أخضت عن أهلها وأصدقائها علاقتها مع رجل يكبرها بالسن كثيراً:

مثال: أنا شابة في منتصف العشرينات. بعد أن أنهيت تعليمي في المدرسة بدأت بالدراسة الجامعية وسجلت في دورات لتعلم لغة الإشارات. وهناك تعرّفت رجلاً يكبرني بإحدى عشرة سنة. كان سمعه ثقيلاً جداً، الأمر الذي لم يسبب لي أي إزعاج لأنني كنت قادرة على التحدث معه بلغة الإشارة على نحو جيد. أحببنا بعضنا، ثم انتقلنا إلى منزل مشترك. لاقى

قبولاً من أصدقائي وشعرت بالسعادة عنده. أما الأمر الذي ضايقتني فهو أن أهلي رفضوه رفضاً قاطعاً. نعم لقد كرهوه بالفعل. والسبب الأساسي هو أنهم ظنوا أنني سأضيع حياتي وأنتي كنت أستحق من هو أفضل من صاحب هذه العاهة.

بعد مضي نحو سنتين على علاقتنا وقعنا -صديقي وأنا- في أزمة. لم تكن بالأزمة الشديدة، لكن لم أعد أذكر ما هي. استغل أهلي هذه الفرصة وحاولوا إقناعي بالتخلي عنه، وهذا ما وقع بالفعل. ساءت حالتي أثناء المدة التي تلت ذلك، فعدت والتقيت بصديقي ثقيل السمع، وكنت ما أزال أحبه. ولكن لم أكن من القوة بمكان بحيث أقوى على مبارزة أهلي. فقررنا أن نحافظ على علاقتنا المتجددة في منتهى السرية. فلم نكن نلتقي أول الأمر إلا في منزل أحدنا وتحت إجراءات وقاية صارمة. بعدها صرنا نجرؤ على الخروج معاً في نزهة أو الذهاب إلى المطعم. وحافظنا على كتمان علاقتنا حتى عن أصدقائي. وبالرغم من أنه كان من الصعب الحفاظ على هذه التركيبة القائمة على الكذب، كنت أشعر بالسعادة والحرية.

وبعد عام أنهيت هذه العلاقة. وكانت هذه المرة برغبة مني. ففارق السن أدى هنا دوراً أساسياً، وكذلك حقيقة أنه لكل منا نهج مختلف في الحياة، ووقعت في حب رجل آخر. وحتى الآن لا يعلم أحد أننا ومنذ ما يزيد عن العام كنا نعيش كشريكين.

إنه لقرار حكيم أن يحب المرء ويعيش على التجربة عندما لا يكون واثقاً، وعندما لا يشعر بأنه من القوة بمكان للوقوف في مواجهة آراء وممانعات

الآخرين، وعندما لا تكون قد توفرت لديه الجرأة بعد على الدفاع عن قرار ربما يكون غير عادي أو عنيد. فتحت الحماية التي يوفرها السر يمكن للمرء أن يجمع قواه ويختبر بنفسه، ومن ثم يفعل ما يراه مناسباً على نحو حر ودون تأثير من أحد.

التخطيط في السر:

تحفظ الأسرار خططنا وتساعدنا على تحقيق أهدافنا. لكنها تساعدنا أيضاً على التخلي عن أهدافنا عندما يثبت أن في الأمر شططاً، أو أنها غير مجدية. فعندما لا نتحدث مع آخرين في وقت باكر عما تنوي فعله، يمكننا أن نمعن التفكير فيه ونطوره أو نرفضه أو نتخلى عنه كلياً. أحياناً لا نعرف حقيقة المعرفة فيما إذا كانت الخطة التي وضعناها جيدة حقاً. غالباً ما نسلك طرقاً ملتوية -نتيجة عدم الثقة أو عدم المعرفة- للوصول إلى هدف. وأحياناً لا نستطيع اتخاذ القرار، ولذلك نتنظر ونتأني.

وعندما نخرج كل ذلك في وقت باكر للعلن، فإنما نكون بذلك قد دعونا الآخرين على نحو حقيقي للتدخل في شؤوننا. فبالاقتراحات الجيدة مثل «لو كنت في مكانك لفعلت كذا» وبالضغط مثل «لقد آن لك أن تعرف ماذا تريد»، وبعدم التفهم مثل «ما كل هذا؟». أو بتثبيط المهمة مثل «أنت تعلم أن صديقتك أنا قد منيت بالفشل بخطة كهذه قبل وقت قصير»، لذلك علينا إخفاء الخطط والأفكار والرغبات غير الناضجة بعد، أو تلك غير المعروفة للآخرين أو حتى ربما كانت خطيرة. ومن يكون هنا منفتح القلب فإنه يواجه خطر أن تذري الرياح خططه أو أن يفقد الجرأة أحياناً،

ويصبح من الصعب الاعتراف بالفشل عندما تكون الخطة معروفة من قبل العديد من الناس. وكل من يشعر بأن أنظار الآخرين مصوّبة نحوه يعرف الشعور بعدم إمكانية التراجع.

أما «أنغريت» فقد حدث معها الآتي: لقد تجاوبت مع إعلاننا «البحث عن أسرار» ليس لأن لديها سرّاً، بل أسفُّ لأنها تخلت عن سرّي في مرحلة مهمة من حياتها. قصّت لي حكايتها على الهاتف.

- x مثال: أردت أخيراً بعد سنوات عديدة قضيتها في الوظيفة أن أنحو نحو الاستقلالية. بالرغم من أنني -باعتباري موظفة ذات اختصاص- كنت أتقاضى راتباً جيداً، لكن العمل كان مملاً. كان حلمي أن أحقق ذاتي في مكتب مستقل. وبما أنني كنت أقوم بين حين وآخر ببعض الأعمال المكتبية فقد كانت لدي الثقة بافتتاح مثل هذا المكتب. ولكي اخفف من المغامرة فقد تحولت إلى نصف موظفة، أي أقوم بنصف مدة العمل المطلوبة من الموظف العادي. ولشدة غبائي فقد أطلعت الجميع على هذا التصرف. بعضهم أبدى إعجابه بي والبعض الآخر حسده لي. وبالتأكيد كان هناك من توقع لي الفشل. كنت أعرف ذلك ولكن لم أهتم للأمر. كنت مقتنعة بأن مشروعي سيلاقي النجاح. سارت الأمور على نحو جيد أول الأمر، ورداً على إعلاناتي، والطلبات التي تقدمت بها لدى الشركات، حصلت على طلبات تنفيذ أمور مكتبية. لكنني لم أحسب حساب الوقت. فقد أخذ مني العمل وقتاً أطول جداً مما توقعته وخططت، فلم يكن ما توقعته. أخيراً هبط دخلي إلى خمسة يورو في الساعة، وبالرغم من ذلك لم أستسلم.

واستمرت المحاولة، ولكن تبين لي فيما بعد بأنني لم أكن بالسرعة التي يتطلبها هذا العمل. والأنكى من ذلك أن العمل في جو الوحدة لم يعجبني البتة، وكذلك استجداء أصحاب الطلبات المقتدرين. كان من الأفضل كثيراً لو أنني عمدت إلى استشارة قبل الإقدام على ذلك.

بعد نحو السنة أردت أن أستعيد وضعي بوصفي موظفة بدوام كامل، لكنني كنت أخجل أن أطلب ذلك. فماذا سيقول الزميلات والزملاء عني؟ طبعاً كان يمكن أن لا أقيم وزناً لذلك، ولكن الأمر لم يكن هكذا. والآن أسفة لأنني أطلعت على خططي المهنية بكل تفاؤل على كل من هب ودب. ولو أنني لم أقل شيئاً، أو على الأقل قدمت سبباً بريئاً، لما كان مطلوب مني أن أجيء باستمرار على أسئلة محرجة مثل «إيه. . . كيف تسير الأمور في مكتب المراسلات عندك؟» وكان باستطاعتي أن أتابع عملي بكل ارتياح وطمأنينة في مجال التأمين. ولكنني استمررت طويلاً.

أخيراً قدمت استقالتني من وظيفتي، أو نصف وظيفتي، وبحثت عن عمل آخر. ولم يكن ذلك بالأمر السهل. كان عليّ أن أتحمل خصومات على الراتب بالإضافة إلى أن عملي الحالي مهمل أكثر من العمل السابق. لو أن «انغريت» جعلت من خطتها سرّاً لكانت وفرت على نفسها الكثير. يظهر من حكايتها: عندما يتعلق الأمر بمسألة أساسية أو قرار له أبعاده، فليس من الخطأ اتخاذ لاعبي الشطرنج قدوة. فهؤلاء يحافظون على سرية خططهم في اللعب من أجل تحقيق الانتصار في نهاية الأمر.

طبعاً لا يعني ذلك أن يجعل المرء من قلبه مقبرة. فمن البديهي أن يعتمد المرء إلى استشارة من يثق بهم عند اتخاذ قرارات مهمة. لكن عندما يكون هو نفسه متردداً، وعندما يؤثر تحقيق الخطط الشخصية سلباً على الآخرين وكان يحسب حساب تراجعها، فإنه من الأجدي، في أكثر الحالات، أن لا يكشف المرء عن خطته على قارعة الطريق.

لو كانت غودرون قد أخبرت أحداً بخطتها على التقدم لوظيفة معلمة دون أن تؤدي امتحان التخرج في الجامعة لكان من المحتمل جداً أن تصاب بالإحباط، وكان كل من يحيط بها قد حذرها بحسن نية وتوقع لها الفشل.

ولو أن أوتا أطلعت الذين حولها على خطط عملها، فربما ما استطاعت الاستمرار فيه. وهي نفسها تقول في هذا الصدد: مررت بمرحلة كنت فيها في منتهى الإرهاق، انخفض وزني كثيراً والكل يسألني إن كنت مريضة. ولو علموا بأن الأمر هو مسألة عبء مزدوج - المدرسة والعمل - لنصحوني، وربما ضعفت أمام نصائحهم. كنت في تلك المدة محطمة.

ولو أن أرمغارد قد أخبرت الآخرين عن علاجها النفسي لكانت ربما قد اضطرت إلى التبشير. ومن سبق أن مر بمثل تلك التجربة ربما يعرف الآراء والمبررات التي يحملها الآخرين عن العلاج النفسي مثل «بماذا يفيد ذلك؟»، «هل تذهبين ثلاث مرات بالأسبوع؟ هذا كثير جداً فأنا أعرف معالجات لا يرى زبونه إلا كل أسبوعين مرة». أو الحجاة القائلة «أما زلت تذهبين للمعالجة؟ يبدو أن لا فائدة منها».

لماذا يمكن للمرء أن يحقق أهدافه على نحو أفضل بواسطة الأسرار؟ يجب أن تبقى الأهداف والأفكار والخطط والرغبات طي الكتمان طالما احتاج الإنسان إلى حيز آمن من أجل تجاربه. يخلو من المشاهدين الذين يمكن أن يكون لهم تأثير عبر آرائهم ومقترحاتهم وتحذيراتهم. وفي مرحلة حفظ السر يمكن للمرء أن يختبر خطأً أو يستبعدها أو يراجعها أو يدفنها إلى الأبد، سواء أكان ذلك يتعلق بعلاقة سرية أو علاقة حب أو هدف وظيفي أو هواية أو فكرة غامضة تتعلق بالمستقبل.

هناك حاجة إلى السر طالما أن الرحلة المؤدية إلى الشيء لم تنتهِ بعد. وعندما يتم اتخاذ القرار يكون السر قد قام بوظيفته خير قيام، ولم تعد هناك حاجة إليه ويمكن الإفصاح عنه. وأحياناً يحتاج المرء إلى كتمان السر بصورة دائمة، وقد يستمر ذلك مدى الحياة.

4- الأسرار تحافظ على الجو الخاص:

قدم الممثل أوتغريد فيشر عام 2006، ولمدة أسبوع، مادة تشكل عناوين للصحف، فقد عشق عاهرة من وسط الأضواء الحمراء في فيينا، وأعلن ذلك على الملأ. ومن غير تكلف قدم فيشر وزوجته الاثنتان خدمة للصحافة الصفراء وفضحوا أكثر مشاعرهم خصوصية والنتائج المترتبة عليها.

ويوصفه قارئاً أم مشاهداً أمام التلفاز يجد المرء نفسه مسحوراً، وفي القدر نفسه مسمئزاً، من مثل هذا الإقرار الذاتي المخزي. مسحوراً لأن

ما من أحد بالطبع يخلو من الفضول والشماتة، ومشمئزاً لأن الثرثرة الحميمة تثير شعوراً غير مريح؛ إذ يلاحظ المرء أنه هنا مثلاً قد تم تجاوز الحدود. أصلاً يجب أن لا يعلم المرء شيئاً عن ذلك، لأن مثل هذه الموضوعات يجب أن تبقى خلف الأبواب المقفلة. ويعد ذلك مخزياً لأنه حميمي جداً وخاص جداً. أما سبب الانزعاج فهو أن المرء يتعرف أشياء كان يجب أن لا تخرج خارج الجدران الأربعة لأبطالها. لكن هؤلاء يثيرون، عبر حبههم للثرثرة، حتى الرأي العام نفسه، للنظر من ثقب المفتاح، فهل يدرون بالفعل ما يفعلون؟

لم يعد ولع الصحافة الصفراء بكل جديد يثير المرء كثيراً، كذلك أيضاً النظر من ثقب المفتاح الذي تثيره الندوات التلفزيونية أثناء مدة بعد الظهر، أو برامج «بكمان» أو «كرنر» أو «باكيس» فقد اعتاد المرء عليها بحيث أصبحت الشخصيات المرموقة مثلها مثل المواطن العادي يفشي أشياء الحميمة الخاصة جداً ولا تعرف حداً للمحرمات.

يمكن وصف هذا الاعتقاد بأي شيء ما عدا أنه إيجابي، فهو يخفي حقيقة أن هناك قاعدة أساسية في مجتمعنا يتم خرقها على نحو فاضح. تقول هذه القاعدة: هناك فصل ما بين الجو الخاص والعام. ولكل إنسان الحق بالحفاظ على الحدود بين هذين العالمين. ووظيفتها هي أنها تجعلنا نعيش حياتنا بكرامة وتعقل؛ لأننا نحفظ حياتنا الداخلية، ومن ثم حريتنا الشخصية، من المتطفلين الذين لا شأن لهم بنا.

قبيلة البانتو الإفريقية تعلم أطفالها أن لا يقولوا للغرباء البتة الحقيقة حول الأشياء الخاصة. يُسمح لهم بالكذب لوقاية أسرهم من السحر

الضار. وبذلك تعلم البانتو أطفالها أن هناك عالمين، عالم خاص وآخر عام، وأن العالم الخاص يتطلب وقاية خاصة لكي لا يتدخل المنتمون إلى العالم العام في شؤون العالم الخاص.

ونحن أيضاً على دراية بهذين العالمين. ولذلك نتطلق ببداية بأن ما من أحد يجب أن يطلع على بريدنا الخاص، أو على مكالماتنا الهاتفية الخاصة وأن لا تكشف عن حساباتنا في المصارف أو نتحدث عن نتائج الفحوصات الطبية لرب العمل الذي نعمل عنده. وكذلك أيضاً لن يجيب أحد على أسئلة تتعلق بالدخل أو بوضعه الجنسي وعلاقاته الجنسية السابقة، وعن المشكلات النفسية، والنوازع الغريبة والنزوات. وعادة ما لا نتكلم عن القضايا الحميمية مثل نوعية الاستجابة الجنسية عند الشريك أو عن مفرزات أجسادنا.

لكن الجو الخاص يتضمن أكثر من ذلك. لأن أفكارنا وتجاربنا ورغباتنا وأحلامنا وهمومنا وأحزاننا هي أمور شخصية محضة، ومن ثمّ تستوجب الحفاظ عليها. يجب أن نصمت عندما نخجل، عندما نشعر بأننا فاشلون. وطالما نريد ذلك يجب أن لا نفشيهِ كما نفعل بالنسبة لمضمون رسائلنا. لنا الحق في الكتمان عندما يتعلق الأمر بمجمل حياتنا. ومارغريت تدرك ذلك تمام الإدراك.

مثال: ببلوغي سن العشرين بدأت لدي الرغبة بتكوين أسرة، فحاولت أن أحمل بطفل لكن لم أوفق بذلك، وبعد بعض الوقت شاورت أنا وشريكي طبيباً، لكنه لم يعثر على سبب طبي يحول دون الحمل. وأنا في قمة اليأس

والشك أقمت اتصالاً مع مجموعة مساعدة ذاتية من نساء لا يردن أطفالاً. كانت هؤلاء النسوة جميعاً إلى حد ما غارقات في الأحلام. كن يبدين حزنهن وشكوكهن وحسدهن للأمهات - كما رأيت - بأسلوب مدمر للذات. وصراحتهن زادت من الضغوط التي يتعرضن لها. كانت كل هؤلاء النسوة في حالة نفسية سيئة. ووجدت كل شيء يصيب بالإحباط، فلم أعد أتصل معهن البتة؛ لأنني وجدت أن هذه الصراحة تشدني نحو الأسفل.

يضاف إلى ذلك معاشتي لحماتي، فعندما أجريت لإحدى القريبات عملية جراحية كانت حماتي ترى أنها لم تعد امرأة كما يجب أن تكون النساء، وكان واضحاً بالنسبة لي: لو علمت حماتي بأنني غير قادرة على الإنجاب، لانطبق عليّ هذا الوصف، أي «امرأة غير طبيعية». فالمحيط يقيم عدم الإنجاب تقويماً غير أخلاقي البتة، فالمرأة لا قيمة لها إلا إذا كانت قادرة على إنجاب الأطفال.

وهكذا قررت أن احتفظ لنفسني بسر عدم القدرة على الإنجاب. ولم يكن أحد يعلم بسري سوى شريكي. أما بالنسبة للآخرين فكان الأمر يبدو بأنني لم أنجب بعد. لكن هذه العلاقة انفكت ولم تكن الرغبة في الإنجاب هي السبب. فبعد وقت قصير عثرت على حب جديد دون أن أخبر شريك حياتي الجديد بعد بالأمر، وكان قد طلق زوجته وله منها أطفال، ولم أطرح الموضوع أبداً.

لم يكن سري يشكل عبئاً عليّ، فهو ليس حاضر دائماً. وقلما كنت أقف وجهاً لوجه معه. وفي المرة الأخيرة عندما حملت اثنتان من صديقاتي

قال لي: «الآن حان دورك». فبقيت عند رأيي ولم أفصح بسري. طبعاً كنت أنزعج عندما يصف الناس من لا أطفال عندهم بالأناثية. أما رجال السياسة فيجدون فيهم دافع ضرائب جيد. أخيراً هناك الكثير من الناس الذين لا أطفال لهم بالرغم من إرادتهم. ولكن بالرغم من ذلك لن أضع نفسي في مواجهة خطر إفشاء سري.

لم أفعل ذلك حتى في حالات يمكن أن تكون في صالحني. فعند التقدم لمسابقة توظيف كان السؤال المطروح دائماً هو: «هل تريدان أطفالاً؟» وبالرغم من أنه كان في صالحني أن أجيب فوراً «لا يمكنني الإنجاب» إلا أنني صمتت. فقد خفت أن يفهم من الكشف عن سري بأنه إقرار بالضعف. سري لا يلحق أذى بأحد فهو شأن يخصني وحدي. إنه يعتمل في جوفي دائماً ولا يعذبني. إن كوني عاقراً هو جرح مندمل. وسعادتي غير معلقة بالأطفال، فقد عثرت على طرق أخرى. وبالرغم من أنني لا أرى في عدم الإنجاب عيباً، إلا أنني أفضل عدم البوح بسري. إنه يوفر لي الوقاية من التقويم الاجتماعي، أو الحط من قيمتي الاجتماعية. فأنا مقتنعة بأنني على درجة لا بأس بها من الذكاء تضمن لي فعل ما أراه صحيحاً.

ذات منفتحة وذات خاصة:

لا بد من الفصل بين الجو الخاص والحياة العامة. وعلينا أن نكون قادرين على أن نقرر ما هو الشيء الذي نعلنه من حياتنا الخاصة، وذلك الذي نحفظ به لأنفسنا. وإذا ما سمحنا -عن وعي- بشيء من الاطلاع على ما يخصنا، فليكن ذلك متاحاً فقط لأشخاص مختارين عرفناهم وصنفتناهم بأنهم أهل للثقة. وفي الوقت نفسه نقفل أبواب البيت والقلب

ونعلنها بصراحة «قف»! أمام الذين نريد أن نقيم بينهم وبيننا حدوداً، أو أقاموا هم مثل هذه الحدود. عبر رسم مثل هذه الحدود نقرر متى، وقبل كل شيء لمن نظهر وجهنا الخاص، ولمن نظهر بشخصيتنا الحقيقية، والدور الذي نؤديه في الحياة العامة.

في كتابه تحت عنوان «كلنا نمثل» يطرح عالم الاجتماع ارفينغ غوفمان Erving Goffman فكرة أننا جميعاً ممثلون على نحو أو بآخر، ولكل منا دور محدد لا يُظهر إلا جانباً واحداً منا. في دورنا المهني نقدم أنفسنا «بقناع» آخر يختلف عن دورنا بوصفنا أمهات وآباء، أو في وظيفتنا بوصفنا شريكة في الحب أو صديقة أو زميل في ممارسة الرياضة أو أخ. الأمر الذي لا يعني أن لا نتظاهر على نحو مختلف كلياً في العلن وأن نخفي ذاتنا دائماً وأبداً إخفاءً تاماً. بالنسبة لـ «غوفمان» فإن الذات المعلنة ما هي إلا نوع آخر من الحقيقة: «إلى حد ما ومن هذه الناحية يمثل هذا القناع الصورة التي وضعناها لأنفسنا - الدور الذي نصبو إلى أدائه - قناع ذاتنا الحقيقية التي نريد أن نكونها، أخيراً يتحول تصورنا للدور إلى طبيعة ثانية، وإلى جزء تكاملي من شخصيتنا».

لكن إلى جانب هذه الحقيقة المعلنة هناك أيضاً حقيقة أخرى، الحقيقة الخاصة، الحميمة والشخصية، التي ما لا يسمح لها عادة بالتسرب نحو الخارج، ولا نصرح بها غالباً للناس الذين يقاسموننا الجو العام الذي نعيش فيه. هذه الحقيقة لا تتناسب مع الصورة التي يعرفها الناس عنا، التي يريدون الاستمرار في معرفتها. هذه الحقيقة تخصنا وحدنا فقط وليس أي إنسان آخر.

وكان عالم الاجتماع زيمل Simmel على قناعة بأن هناك «ملكية روحية خاصة» التي يعني اغتصابها إضراراً بالآنا في الصميم. ويرى زيمل في الكتمان احتراماً «للجو المثالي» للإنسان «أمرأ لا بد منه».

الأسرار تحافظ على ما نكنه في أعماقنا:

في المعابد اليونانية كانت هناك حجرة داخلية يطلقون عليها اسم (ناووس) تحفظ فيها صورة الألوهية، مسخر لها المعبد الموجودة فيه. على سبيل المثال: الربة هيرا أو الإله بوزايدون. كانت هذه الحجرة محاطة بجدران وأعمدة. تفصل ممر الأعمدة المسقوف الذي يحيط بالمعبد عن «البروناووس» أي صالة المدخل الأمامية التابعة للحجرة. وهناك جدار فيه باب يفصل بدوره بين البروناووس والناووس. كانت الحجرة هي المسكن الخاص للآلهة ولا يسمح إلا للكهنة بالولوج إلى داخلها. كانت احتفالات الأضاحي والمواكب الدينية تقام كلها أمام المعبد.

أما الحجرة فكانت تلفها الظلمة الأسطورية، ولا يدخلها النور إلا لوقت قصير عندما يسمح للكهنة أو المقدمين الآخرين بدخولها لممارسة أعمال طقسية.

يمكن أن تكون المعابد اليونانية التي بني أقدم واحد منها نحو عام 500 قبل الميلاد (مثل المعابد الثلاثة التي ما تزال معالمها ماثلة للعيان في Paestum في جنوب إيطاليا) صورة لشخصيتنا.

لدينا نحن أيضاً -مثل هذه المعابد- حجرة داخلية لا يسمح بولوجها إلا لنخبة مختارة، لا يعرف أحد غيرهم كيف تبدو وما هي تجهيزاتها.

وأحياناً أيضاً قد لا نسمح حتى لهذه الفئة المختارة بدخول هذه الحجرة. إنها (الجوهر) النواة التي تصنعنا وتمنحنا الهوية. وذاتنا هي إلى حد ما مقدسة تماماً كصورة الآلهة اليونانيين. مثلها يجب أن نحفظ نواتنا من نظرات من لا يجب أن ينظروا إلى ما بداخلها. أما ذلك الذي لا نرى غضاضة من إخراجه إلى العلن فمكانه هو ممرات الأعمدة، لكنه لا يشكل الشيء الذي يصنع شخصيتنا. ومن لا يعرف إلا صورتنا الخارجية ولا يتجول إلا في ممرات أعمدتنا، لا يدري حقاً ما الصورة التي نحن عليها في قرارة أنفسنا.

لحفاظ على كرامتنا وعلى تفردنا وهويتنا نحتاج نحن أيضاً - كالمعابد اليونانية - إلى منطقة حماية نجعل الوصول إليها يخضع لرقابة صارمة. هنا يحفظ كل شيء يخصنا والذي لا يشترط أن يطّلع عليه الآخرون، مثل الخبرات والمشاعر التي لا نريد أن نشارك أحداً فيها. ويدخل في عداد ذلك أيضاً أحزاننا ومخاوفنا ومتاعبنا التي لا نريد أن يشاركنا فيها أحد. هكذا على نحو عفوي، وكما نحافظ على ملكيتنا المادية من اللصوص، كذلك - وبنفس البداهة - علينا أن نحفظ أيضاً ملكيتنا التي نخترناها في أعماقتنا التي تشكل هويتنا.

هيلغا مثلاً استخدمت حقها - بالرغم من معارضة زوجها - في الاحتفاظ بالكثير من أفكارها ومشاعرها لنفسها دون أن يطلع عليها أحد. ولم تثق بأحد سوى بدفتر مذكراتها. وعندما أصيبت بمرض خطير أرادت أن تؤمن الحماية للمكيتها الخاصة، فكتبت رداً على إعلاننا (البحث عن أسرار) الرسالة الآتية:

مثال: عمري 62 سنة وأنا قادرة على العيش مع الأسرار وتصعب عليّ الصراحة المطلقة؛ لأنه ليس من الأمر البديهي أن أبوح بشيء يتعلق بها. منذ طفولتي وأنا لا أفشي بالكثير عني، إما خوفاً من التأنيب وعدم التفهم والعتاب، أو خوفاً من عدم تقبل الناس لي بأفكاري وتخيلاتي ومخاوفي السرية، خوفاً من الشعور غير المحدد بأنه يمكن أن أبدو صعوبة، متمردة وجموحة. ألا أكون كما أشعر في قرارة نفسي.

وبما أنني منذ الطفولة وأنا أستسلم لهذا الشعور، فقد بقي معي هذا الشعور إلى مرحلة البلوغ. فمنذ أن كنت في الرابعة عشرة أكتب مذكراتي التي لا أستودعها أيضاً كل شيء. وعندما يراني زوجي أكتب يريد أن يقنعني أن أقرأ له شيئاً مما أكتبه، ولكن رفضي ذلك أدى بنا أحياناً إلى نقاشات حامية. فأنا أعلم أنه يتوق لمعرفة ما أكتبه.

في كانون الثاني الماضي كنت أستعد لإجراء عملية جراحية لاستئصال ورم سرطاني خبيث. وتوقعت أسوأ الاحتمالات، وهو بأنني لن أعود منها إلى بيتي، فقررت أن أتخلص من مذكراتي المتعلقة بالفترة ما بين عامي 1994 و2000، من سنوات زواجنا التي كانت صعبة. ونظرت من النافذة كيف اندلقت حاوية القمامة في شارعنا إلى جوف سيارة القمامة ومن بينها المذكرات المتعلقة بالسنوات تلك. لقد قمت بهذا العمل سراً، لكن والحمد لله عدت إلى بيتي بعد العملية سالمة معافاة. وقبل مدة عاد الحديث مرة أخرى حول كتابة المذكرات. فكشفت له بأن أسراري قد غابت قبل عام في حاوية القمامة. كان رد الفعل -وكما توقعت- غضب وعدم تفهم لماذا تخلصت من مذكرات ست سنوات. وبدا لي بأن قراءتها

ثانية لن تكون مجدية فيما لو كانت موجودة. ولا أحد يجب أن يطلع على حقيقة صراعاتي وأحاسيسي.

عمري الآن 62 عاماً. وفي يوم ما سوف لن يكون بوسعي أن أقرر ما الذي سيتحدث لمذكراتي. وفيما إذا كنت شيئاً فشيئاً سأرسل بكل مذكراتي، وبصمت، إلى المصير نفسه.

لماذا يفضل الحفاظ على الحجرة الداخلية من فضول الآخرين؟ يرى أستاذ علم النفس في جامعة هارفارد البروفيسور دانييل فيغور Daniel Wegner بأن كل إنسان بحاجة إلى أسرار من أجل استقراره النفسي، «ليس لدى المرء «ذات» خاصة طالما أن لا أسرار لديه». ونحن جميعاً نعرف لحظات في حياتنا نشعر أثناءها بأننا نفقد أنفسنا في مجموعة مجتمعية في مجال العمل أو الزواج.

في حالات كهذه يفضل أن يحتفظ المرء بسر ليؤكد استقلاليتته وتقده. فالأسرار هي التي تجعل من المرء فرداً متميزاً. وعدم وجود الأسرار يعني بأن المرء يتكيف كلياً مع الآخرين ويسلك حسب توقعاتهم، وهو مكشوف لهم في منتهى الشفافية. وعدم وجود أسرار يعني فقدان القدرة. وإذا ما لبينا طلب إنسان آخر بقوله: «يجب أن لا تكتم أسرارك عني» فإننا نعطيه بذلك القوة ليتحكم بنا. فإذا ما أراد أحدنا أن يقرر حياته بنفسه فإنه بحاجة إلى كتمان السر.

أسرار الأسرة:

ينطبق الحفاظ على الجو الخاص للإنسان أيضاً -وبالضبط- على الأسرة؛ لأن الحياة المشتركة لأجيال مختلفة لن تسير سيراً جيداً من دون

حفظ الأسرار. ولذلك يرى المحلل النفسي الفرنسي سيرج تيسيرون بأن الأسرار داخل النظام الأسري هي شيء عادي جداً. «لكل شخص أسراره ولكل أسرة أسرارها دون أن يكون هناك بالضرورة شيء مبهم؛ لأن أولئك الذين يحتفظون لأنفسهم بمعلومات معينة لا يشعرون البتة بالانقسام فيما يخص مضمون هذه الأسرار. فعلى سبيل المثال لا يقلق الأهل البتة السؤال فيما إذا كان يجب عليهم إطلاع أطفالهم على كل شيء عن حياتهم الجنسية». فأسرار مثل هذه تظهر للطفل أن هناك مجالات لا تخص سوى الأهل، مثل مشكلات الأب في المعمل الذي يعمل فيه، وخيبة الأم من الأب، أو مصاعب مالية. كل ذلك لم يخلق ليكشف على مسامع الأبناء. والشيء نفسه ينطبق على الطقوس الحميمة للزوجين. وكذلك الأحداث الأسرية المريرة مثل مسألة انتحار العممة أو الخالة، أو بنت العم أو الخال التي هربت مع البحار. كلها يجب أن تبقى أسراراً بالنسبة للأطفال إلى أن يبلغوا من العمر مرحلة يفهمون فيها مثل هذه الأشياء. أخيراً ليس من الضروري أن يعلم الأطفال كيف ينظر الأهل إليهم.

ويتحدث المختص في علاج العلاقات الأسرية آرنولد ريتسر Arnold Retzer عن المقاومة الصحية لابنه ديفيد الذي لم يرغب في سماع ما يفكر به أهله عنه. وشكا على نحو فطري عن حقه في عدم المعرفة بقوله «ألا يمكنكما أن تتصرفا كما يتصرف الأهل العاديون وتتحدثان عني من وراء ظهري؟».

تضع الأسرار الأسرية حواجز مفيدة بين الأجيال، وترسم حدوداً واقية بين عالم الأسرة والعالم الخارجي. ومن دون أسرار - كما يرى ريتسر - ربما

لم تكن هناك أسرة على النحو الحالي البتة. فالسر يسهم على بقاء الفرد وعلى علاقات الحب والأسر. وهذا مالا يمكن التركيز عليه بالوضوح الكافي لأن «السر يدعو إلى علاقة قوية يستثنى منها الآخرون». وعبر السر بقوى تماسك الزوجين أو الأسرة: نحن في مواجهة بقية العالم والأسرار تخلق الأمان والانتماء أيضاً حسب درجة السر. والتأكيد المتبادل بالقول «هذا من شأننا نحن فقط، ولا لزوم لاطلاع الآخرين عليه» يزيد من قوة الرابطة.

تساعد الأسرار على تماسك الأسرة وعلى البقاء الصحي لأفرادها ضمن الرابطة الأسرية. إنها تضمن حدود الأفراد، لأنها تحافظ على جوهم الخاص.

لماذا نحتاج إلى أسرار للحفاظ على الجو الخاص؟

كل إنسان بحاجة إلى غرفة سرية لا يجوز لأحد، مهما كان موقعه أو بعده أو قربه، ان يلقي نظرة عليها. هذه الحجرة هي جونا الخاص. ولا يمكن ضمان الحفاظ عليها إلا بمساعدة الأسرار. فالأسرار تساعدنا على تحقيق استقلاليتنا وتقرّداً وتساعدنا على عدم التماهي الكلي في مجموعة أو في الأسرة أو في شراكة.

5- الأسرار تخدم الحب:

عندما يتحاب رجل وامرأة فإنهما يتعهدان غالباً على الإخلاص الأبدي والصراحة المطلقة، وأن أي منهما لن يخفي عن الآخر شيئاً، وأن

لا تكون بينهما أسرار. فالإخلاص التام هو شرط حتمي إذا ما أريد للحب أن يدوم.

هكذا يعتقد أكثر الناس. لكن هذا الاعتقاد ويا للأسف ينضوي على خطأ قد يكون المسؤول عن حالات غير قليلة من الانفصال؛ لأن الصراحة المطلقة ليست السر في العلاقات السعيدة، بل قد تكون في حالات معينة مسماراً في نعش هذه العلاقات. فالحب يحتاج إلى الكذب.

من المفهوم أن يقف شعر البعض عند سماع مثل هذه الأقوال. فمن ذا الذي يقبل أن يكذب عليه الحبيب؟ ومن لا يقلق عندما يفترض أن اقرب إنسان إليه يخفي عنه أشياء؟ ومع ذلك فإن الأسرار تعدّ شرطاً أساسياً للحب الذي ينبغي أن يكون أبدياً.

هذه الرسالة تؤكدها أسطورتان يجب أن تدفع نهايتهما البائسة كل المحبين إلى التفكير ملياً في الأمر، وهما حكاية «ميلوزين» وأسطورة لونغرين.

لقد أخفق أمير لوزينان وإلزا ابنة أمير مقاطعتي بربانت وليمبورغ في ترك أي مساحة في حياتهما للأسرار بينهما. كانت نتيجة ذلك أن دفعا ثمناً باهظاً لقاء هذه الصراحة التامة. تجسس الأمير على زوجته ميلوزين فيما بعد وإلزا أمطرت زوجها لونغرين بأسئلة محرجة. ففقد الاثنان سعادتهما في الحياة.

أسطورة ميلوزين: عاش أمير لوزينان وحيداً في قصره في منطقة بواتو الفرنسية. وذلت يوم وقع في حب فتاة رائعة الجمال اسمها ميلوزين. واتخذ

قراره: هي أو لا أحد، لأن من لها مثل هذا الجمال يجب أن تكون زوجته. وكانت ميلوزين موافقة، لكنها أرفقت موافقتها بشرط أن لا يحاول الأمير يوماً النظر إليها وهي تستحم. ولم يكن من الصعب على الأمير العاشق أن يعدها بتنفيذ هذا الشرط، وهكذا تم زواجهما.

عاش الزوجان سنوات عديدة معاً في غاية السعادة، ورزقا بأربعة أطفال على قدر من الحكمة لكن لهم بعض الملامح غير العادية، أسنان كبيرة وعيون تشع على نحو غير عادي. ومع مرور الزمن رأى الأمير أنه من غير المعقول أن لا يُسمح له أبداً بالنظر إلى زوجته أثناء استحمامها. فخالجته الشكوك وتساءل بينه وبين نفسه ماذا تخفي عني يا ترى؟

ذات مرة لم يعد قادراً على كبح جماح فضوله. وعلم من إحدى الخدمات الغيورات موعد استحمام زوجته فتسلل إلى هناك. فرأى ما جعله يحبس أنفاسه. رأى أن زوجته قد تحولت أثناء الاستحمام إلى تين فأطلق صرخة. فخافت ميلوزين وهي في هيئة التين وعندما رأت زوجها اختفت من القصر إلى الأبد. ومنذ ذلك الوقت ساد النحس في مقاطعة لوزيان. وروى الفلاحون هناك بأن في كل مرة يموت فيها فرد من أفراد أسرة ميلوزين يرون تينياً يطير فوق القصر ويذرف الدموع بمرارة.

أسطورة لونغرين: عندما مات أمير برابانت وليمبورغ لم يخلف سوى ابنته إلزا وريثة وحيدة. وبما أنه لم يرد أن يتركها وحيدة مع عبء المسؤولية فقد أخذ وعداً من الأمير تلاموند بأن يساعد إلزا في إنجاز مهامها باعتبارها الأميرة القادمة، فأعطاه تلاموند كلمة وعد.

وبعد موت الأمير لم يقدم تلاموند الطاعة للأميرة إلزا، وبدلاً من ذلك ادعى بأن الأمير الراحل قد وعده بأن تكون إلزا زوجة له، مما جعلها تلجأ في محنتها إلى القيصر هاينريش طلباً لمساعدته. لكنه وجد نفسه عاجزاً عن اتخاذ القرار المناسب.

بالنهاية لم يكن هناك شهود على الحديث الذي جرى بين الأمير الراحل وتلاموند فحسنت الأمر محكمة إلهية؛ إذ عثرت إلزا على فارس يتبنى قضيتها في الصراع مع تلاموند. وعندما انتشر النداء: «إن كان هناك من هو مستعد للدفاع عن قضية الأميرة إلزا، عليه المثل بين يدي القيصر» لم يتحرك أحد.

لكن قارباً ظهر يتقدم في النهر وفيه يقف فارس منتصب بكامل سلاحه البراق، والشيء الذي أدهش الجميع على نحو خاص هو أن القارب لم يكن يسير بقوة دفع شراع أو مجداف بل كانت تجره بجمعة فضية تتلألأ بنور الشمس. وبخطا خفيفة قفز الغريب إلى الضفة النهر وأمر البجعة أن تعود من حيث أتت قائلاً لها «عودي الآن إلى موطنك، إلى فضائك الرحب» ثم تقدم واثق الخطوة من إلزا قائلاً: «أنا لونغرين» وطلب منها راجياً أن يُسمح له الدفاع عن قضيتها في مواجهة تلاموند. طبعاً أعطته موافقتها وطبعاً انتصر فارس البجعة وأصبحت إلزا الشاكرة له زوجته.

أقيم حفل الزفاف بحضور القيصر. وقبل أن يأخذ لونغرين زوجته الحسنة إلى بيته أخبرها عن عهد ارتبط به عبر أمر من جمعية الفرسان التي ينتمي إليها قائلاً لها ومحدراً: «عليك أن لا تسأليني يوماً عن أصلي ومن أين أتيت، أبداً على الإطلاق، فإن نقضت هذا العهد

تفقديني للأبد». وافقت إلزا على ذلك وعاشا بسعادة مع أطفالهما. لكن مع الأيام وجدت إلزا أنه من غير الطبيعي أن لا تعلم شيئاً عن أصل لونغرين. وزاد من شكوكها ما يتردد في أوساط البلاط من القيل والقال فلم تجد بداً من سؤاله قائلة بكل حذر: «زوجي الحبيب، أليس من واجب المحبين أن يظهروا الثقة المتبادلة بينهم؟» فأدرك لونغرين في الحال الهدف من سؤالها، فنظر إليها محذراً وقال: «أنا الذي يجب أن يوجه إليك مثل هذا السؤال يا إلزا». ولم تشأ أن تفهم ما يرمي إليه اتهامه المحذر لها فقالت: «أما ينبغي لنا أن نخبر أطفالنا عن أصل والديهما؟» فصرخ لونغرين متوسلاً: «إلزا، إنك تتلاعبين بسعادتنا الزوجية. إلزا، توقفي!» لكنها لم تتراجع وقالت: «إن كنت تحبني حقاً قل لي من أين أتيت وما هو أصلك؟».

نظر إلى زوجته -التي طالما أحبها- وعلى وجهه شحوب الموت قائلاً: «الآن انتهت سعادتنا الزوجية، فالكلمة المشؤومة قد نُطقت، انظري إلى هناك». فنظرت باتجاه يده الممدودة لترى البجعة قادمة بهدوء واتزان مع القارب الذي ساق إليها يوماً حبيبها. فصرخت: «إنها البجعة» ثم انهارت أرضاً. فقال لونغرين: «نعم، إنها البجعة، ولم يعد مكوثي هنا طويلاً». وتوجه إليها بكل الحب قائلاً بصوت ثابت: «قبل أن أنطلق عليك أن تعلمي ما الذي تلحين على معرفته، وهو أصلي ومن أنا» ثم كشف لها سره قائلاً: «والدي هو Parzival حامي حمى الخيرات المقدسة وسيد أخوية حديد المعبد وأنا من أتباع هذه الأخوية. واجبنا -حسب نظام أخويتنا- أن نقف إلى جانب الأشراف من الناس في أزمات ضيقهم، كما فعلت بالنسبة لك»

ومن ضفة النهر سُمع نداء البجعة فقال لونغرين: «إنتي قادم». ولم يره أحد بعد ذلك.

إذن ميلوزين ولونغرين. لقد أخفى كل منهما سرّاً عن حبيبه، سرّاً أعلن عنه سلفاً أنه سر؛ لأن الأمير وكذلك إلزا كانا يعلمان أن هناك شيئاً ما لا يمكن للآخر أن يفصح عنه في أي حال من الأحوال. وكان شرط أساسي من شروط سعادتهما الزوجية هو عدم البوح للشريك بالسر. وكلاهما فعل نتيجة الفضول. كلاهما لم يستطع أن يتحمل أن يكون من حق الآخر أن يحتفظ بشيء ما لنفسه فقط، لا يجوز لأي شخص آخر الاطلاع عليه. لقد دفع الأمير، كما دفعت إلزا، ثمناً باهظاً لقاء هذا الفضول، ففقدا بذلك حبيب العمر.

أما في ظل العلاقات السائدة الآن فالأمر ليس بهذا الخيال وهذه الأساطير. فلم يعد هناك تتين مسحور، ولم يعد الفرسان يصلون ويجولون. لكن بالرغم من ذلك يمكن لنا نحن الناس العاديين أن نستخلص عبرة مهمة من هذه الحكايات: على الزوجين أن لا يعرف أحدهما كل شيء عن الآخر، بل على كل منهما أن يبقى إلى حد ما سرّاً تجاه الآخر.

قد يكون وقع هذا الكلام غريباً على آذان الكثيرين الذين طالما سمعوا أثناء العقود الماضية من مختلف الجهات، من علماء النفس ومن الكتب ومقالات الصحف بأن الصراحة المطلقة هي أساس العلاقة الناجحة. فالأسرار، كما يقال هناك، غير مفيدة على الإطلاق خاصة بين الشريكين. وهذا الرأي هو أيضاً جديد نسبياً. ففي الأزمنة القديمة لم يكن هناك إلزام بالصراحة بين الشريكين.

فلم تعلق المطالبة بالصراحة غير المحدودة في العلاقة بين اثنين إلا أثناء العقود الأخيرة كما يقول عالم الاجتماع والنفس كارل لينتس في بحثه في المراجع المتعلقة بالنصائح. وفي نصائح خمسينيات القرن العشرين كان من البديهي أن لا يجب على الشريكين أن يعرف كل منهما كل شيء عن الآخر. واقتبس لينتس عن كتاب «حب من دون ندم» الذي أعطى فيه مؤلفه أرنست أرانوس عام 1959، لقارئاته النصيحة الآتية: «لا تطلعي زوجك البتة على أفكارك ومشاعرك، لا تكثري من اللغو وقومي بصياغة ما تقولينه بحذر لا يفتر إلى الذكاء».

أما الباحثة سوزان باجه Susan Page فتقول في كتاب لها صدر عام 2000 «تتطلب الحميمية أن يكون كل منكما منفتحاً على الآخر وصريحاً معه. الحميمية هي الخبرة في الكشف عن الخصائص الأساسية الظاهرية المخصصة للرأي العام ثم تقاسم الحياة الداخلية الخاصة مع شخص آخر. وحسب هذا التعريف يمكنك أن لا تبوح كلياً بما يعتمل في داخلك، وبذلك يكون سلوكك نصف حميمي، لكنك لن تعيش حياة حميمة خالصة».

الصراحة بلا حدود ليست ضماناً للعلاقة السعيدة:

بناء على مثل هذه النصائح يوفر كل من الحبيين نظرات لا حدود لها إلى حياة الآخر، آمليين من ذلك أن يعيشا حياة حميمة خالصة. ثم يدهشان بعد ذلك ويشكان عندما لا ينشأ - بالرغم من كل هذه الجهود - تألف حقيقي يجمعهم. بل ينشأ العكس تماماً. فكلما ازدادت معرفة أحدهما بالآخر، وكانت هذه المعرفة أكثر دقة، ضعفت قوة الجاذبية إلى الآخر. وقد سبق أن حذر عالم الاجتماع جورج سيمبل من أن الطموح إلى

الصراحة التامة في علاقة شراكة وإلى التوافق في جميع مجالات الحياة يمكن أن يكون خطيراً؛ إذ يمكن أن يؤدي «إلى أن يقف المرء يوماً ما بأيدٍ خاوية» أي لا شيء عنده. وخمّن «سيمل» أن كثيراً من الزيجات تفشل بسبب عدم وجود الكتمان المتبادل بين الزوجين.

«ما يمكن أن نراه واضحاً حتى في أعماق الأعماق، يكشف لنا من ثمّ عن حدود الإثارة ويحول دون نسج الخيال. وبفقدان ذلك لا يمكن لحقيقة أخرى أن تعوض شيئاً». كما يؤكد عالم الاجتماع هذا، ويضيف: بأن عدم وجود الكتمان المتبادل يؤدي إلى فشل الكثير من الزيجات نظراً لعدم وجود مجال للمفاجآت.

«تنتهي متعة الحب عندما يفقد سره» هكذا قال حكيم في القرن السابع عشر. وقد أكدت ذلك المختصة في معالجة شؤون الأسرة الباحثة إيفان أمبر بلاك في عملها مع الأزواج، فقد لاحظت وجود «بعض الانزعاج البسيط» عندما يصرح الزوجان بأن حياتهما تخلو من الأسرار.

«عدم وجود أسرار يعني عدم وجود حدود، عدم وجود الذات المستقلة، عدم وجود وسائل خاصة أو دفتر مذكرات، عدم وجود مجال للأحلام الشخصية. لا شيء غامضاً. وعندما تدخل الأنا في الأنا ليشكلا «نحن» تختفي السعادة في وجود الفروق، والزوجان اللذان لا أسرار بينهما غالباً ما يطلبان تلقي العلاج؛ لأن علاقتهما أصبحت مملة وكئيبة».

وهذا ما ينطبق من ثمّ غالباً على الحياة الجنسية. ففي هذا المجال أيضاً يبدو أن القرب الزائد وندرة البعد يؤثران سلباً على نوعية العلاقة

الجنسية. فالشريكان يفقدان مع مرور الزمن الجاذبية المتبادلة، وتخلي الرغبة، التي كانت في البدء، مكانها لعدم الرغبة المتزايد. وقد اتفق المختصون في معالجة قضايا الجنس، مثل أولريش كليمنت على سبيل المثال، بأن الألفة المفرطة تطرد الشهوة مع مرور الوقت. «طالما أن الإرضاء غير مؤكد وطالما أن الشريكين لم يتملكا بعد بعضهما بعضاً، وطالما أن سياق اللقاءات الجنسية هو مغامرة، تبقى الرغبة الجنسية أقوى». ويضيف كليمنت: «حالمًا كان الإشباع موثوقاً وحالمًا أن هناك ضمان لهذا الإشباع فغالباً ما تقل الشهوة. فالكثير من التحقق يبدو أنه يعيق الرغبة الجنسية». عندما يخلو الآخر من أي سر أو غموض، وعندما يظن المرء أنه قد بات يعرف الآخر من كل النواحي، حتى من الناحية الجنسية، عندها يسيطر الملل والفتور. وفي حالات ليست بالنادرة يحاول الشريك أن يدخل شيئاً من السرية إلى حياته بإقامة علاقة خارجية لكي يتخلص من الجو الخائق الذي خلقته الصراحة التامة. وتعتقد المختصة في معالجة المشكلات الزوجية روزماري فلتر- اندرلين «بأن العلاقات التي تقام بالسر هي رد فعل على المطالبة الدائمة بالكشف عن كل شيء. لقد غدت الأسرار والزوايا وسيلة رئيسة من وسائل خلق الشعور بالوجود الذاتي» ففي العلاقات السرية التي تقام خارج نطاق الزوجية يبحث المرء عن «مجال خاص فيه» يشكل حاجزاً بينه وبين الشريكة التي تعرف كل شيء، أو تجاه الشريك الذي يبالغ في الألفة. «فالنزوع إلى التآلف يقضي عليه الوزن الثقيل الذي يقع على التوافق والجو الرتيب» ولذلك يحاول البعض إيجاد زوايا سرية خاصة. على غرار ما فعل هلموت (45 عاماً) عندما هرب إلى ركنه الخاص:

مثال: عشت سنين طويلة كالفأر يدور مع عجلة تدور. أقضي كل وقتي موزعاً بين العمل وواجباتي الأسرية فلم يبق لي أي مجال لنفسي. كانت زوجتي تعرف تفاصيل كل دقيقة من وقتي، أين أنا وماذا أفعل، إنها متسلطة جداً وكانت تقول لي دائماً ماذا يجب عليّ أن أفعل أو أترك. حتى عندما أغفو وأنا منكم مساءً أمام شاشة التلفاز كانت توقظني وتعطيني تعليماتها. أخيراً تعرّفت ذات يوم في مكان عملي سيدةً شابةً عمرها 21 عاماً. كانت تختلف كل الاختلاف عن زوجتي. كان باستطاعتي أن أتحدث معها عن كل شيء. وكانت قبل كل شيء تشاركني اهتماماتي التي كانت ما تزال كالأرض البوار. أعترف أنني أحببت هذه السيدة إلى حد ما. لكن لم أشأ أن أبدأ معها بعلاقة ما لأنها يمكن من حيث السن أن تكون ابنتي. ألتقي بها كثيراً، خاصة عند استراحة الغداء ويرسل كل منا للآخر رسائل قصيرة SMS. أحياناً نتمكن من زيارة أحد المتاحف معاً، وأنا أتمتع بهذه الساعات المسروقة. لقد أصبحت هذه السيدة جزءاً مهماً من حياتي. ومنذ أن تعرّفتها أصبحت في حالة أفضل. حتى الآلام التي أعانيها في الظهر منذ مدة طويلة قد اختفت تماماً.

الأسرار تخلق مجالات لحرية الحركة:

ليست العلاقات الخارجية السرية -مهما كان نوعها- الطريق الأفضل مع مرور الوقت لوقاية «الأنا» مقابل الـ «نحن» التي زادت قوتها عن الحد. من الأفضل والأقل خطورة على العلاقة هو أن يعترف كل واحد للآخر منذ البداية بمجال حر لا يمكن للآخر الولوج إلى داخله. وقد أظهر عالم النفس كورت ليفين، عبر بحث أجراه على مجموعات، مدى أهمية

هذا «الحيز الخاص بالحركة الحرة» على الفرد بقوله: «إن الانتماء إلى مجموعة معينة لا يعني أن يتفق الفرد بالضرورة في كل النواحي مع أهداف وقرارات ونمط حياة وتفكير المجموعة. فإلى درجة معينة لكل فرد أهدافه الشخصية. ومن أجل ابتغاء هذه الأهداف الشخصية وإشباع حاجاته الفردية يحتاج الفرد إلى حيز كاف من الحركة داخل المجموعة. ويمكن صياغة مشكلة التكيف مع المجموعة وتحقيق الحياة الناجحة ضمنها من وجهة نظر الفرد بالأسلوب الآتي: كيف يمكن للفرد إشباع حاجاته الشخصية على نحو كاف دون أن يفقد عضويته ومنزلته في المجموعة؟ فإن كان حيز حرية حركته داخل المجموعة ضيقاً جداً، أو بعبارة أخرى، إن كانت استقلاليته عن المجموعة منقوصة، فلن يحقق السعادة، وسوف يدفعه عدم تحقيق رغباته إلى التخلي عن المجموعة، أو حتى إلى تدميرها في حال كانت تحد من حركية حرية أعضائها». أيضاً في حالات الزواج أو الشراكة يتعلق الأمر أيضاً بمجموعة، وهنا يكون الأمر في مثل هذه الحالات صعباً على نحو خاص؛ إذ لا بد من وجود مجال خاص وكاف لكل عضو في الجماعة.

والرغبة عند الشخص بمعرفة كل شيء عن الآخر تعد أمراً مفهوماً، خاصة في بداية العلاقة، حيث يكون الإلحاح كبيراً على الانفتاح التام على الآخر إلى حد التماهي فيه. لكن بالرغم من كل الحب يجب على الشريكين أيضاً في بداية حبهما الإبقاء على نحو فطري على مجالات معينة من حياتهما مفضلة انطلاقاً من وقاية الذات والرغبة في رسم حدود معينة. وكلما استمرت الشراكة أصبح التوازن بين المعرفة وعدمها أكثر ضرورة.

ومن الطبيعي أن تكون للأسرار داخل علاقة شراكة آثار هدامة تُلحق أضراراً، مثلاً: عندما يخفي أحد الشريكين خياناته الزوجية المتكررة، أو إدمانه الكحول، أو ديونه وما شابه ذلك، عن الآخر، فمثل هذه الأسرار السوداء لا تدخل في نطاق الحديث عن مجالات ضرورية من أجل حرية الحركة. المقصود هنا بالدرجة الأولى الأسرار التي تحدد المجال الخاص داخل العلاقة. مثل الأفكار والذكريات والأشياء التي ليس من الضرورة أن يطلع عليها الآخر.

في هذا الصدد يذكر عالم الاجتماع ارفينغ غوفمان «في حالات الزواج الناجحة يمكن للمرء أن يتوقع أن يحتفظ كل شريك بأسراره المتعلقة بالقضايا المالية، والعلاقات السابقة، والمغازلات الحالية والعادات السيئة والآراء الحقيقية المتعلقة بالأقارب أو الأصدقاء المشتركين».

إن كل من يتحدث إلى الشريك بقلب مفتوح بأن علاقة حب مر بها سابقاً كانت في غاية السعادة من الناحية الجنسية، أو يكتفم عن الشريك بأنه لا يستطيع أن يطيق والدته، ومن لا بد له من الحديث عن الزميلة الجديدة بأنها مدهشة، فإنه لا يصنع بذلك معروفاً، لا بالنسبة له، ولا لعلاقته بالشريك.

أما مدى أهمية وجود أصغر الأسرار من أجل علاقة ناجحة فقد استطاعت الباحثة كريستيانه كرافت-أسوب أن تثبت في بحث تطبيقي، فقد سألت 21 امرأة و19 رجلاً مضت على علاقتهم ما لا يقل عن سنة فيما إذا كانت هناك أشياء من الأفضل أن لا يطلع عليها الشريك / الشريكة، إن

كانت هناك أمور يعرف الآخر بأنها موجودة لكن يفضل أن لا يتحدث عن أهميتها. كما أرادت الباحثة أن تعرف: «هل تظن/ تظنين أن هناك أموراً في بيتك لها أهميتها لشريكك/ لشريكتك ولا تريد/ تريدين معرفتها؟». أكثر من نصف من طرحت عليهم هذه الأسئلة يحفظ مثل هذه الأسرار ويتوقع أن يكون لدى الشريك سرّاً. وبالنسبة «للأشياء» التي يجب أن لا يعرف عنها الآخر شيئاً فهي بالدرجة الأولى كتابات وأدراج مغلقة تعد من المحرمات على الآخر. وكذلك أيضاً بالنسبة لتماثيل أو صور أو لوحات مقترنة بسر ما لن يبوح بها للشريك بأي حال من الأحوال.

الدافع الأساسي للحفاظ على السر هو الرغبة بوجود مجال خاص لا يجوز للآخر أن يتسلل إليه، هكذا بررت إحدى السيدات الداخلات في الاستبيان عندما سألت: لماذا تعد مذكراتها محرمة على شريكها؟ فأجابت: «هذا يخص شخصي فقط ولا يخص علاقتنا ويجب أن يبقى لي وحدي. وأنا أعد مجالاً لي وحدي لا يحق له الاطلاع عليه، وإذا ما اطلع عليه فإن ذلك يتم بإرادتي، عندما تراودني فكرة الحاجة باطلاعه عليه. وهذا شأن آخر». هناك دوافع أخرى تتعلق بالحفاظ على المشاعر، فما من أحد يريد أن يطلع الشريك على رسائل حب جاءت من حبيب سابق؛ لأنه يخجل من هذه العلاقة. أو أن المرء لا يريد تدمير الذكريات الجميلة عن أوقات ماضية عبر غيرة الطرف الآخر، كما تقول إحدى السيدات في الاستبيان: «فيها ذكريات جميلة عن أوقات مضت ولا أظن أن شريكي الحالي سيكون سعيداً بقراءة هذه الرسائل معي، ولا أعتقد بأنني سوف أطلع على ذكرياتي». ورجل أراد أن يخفي رسائل صديقه السابقة عن شريكته الحالية لأنه لن يتخلص بعد من تبعات الانفصال عنها. «فإن

قرأت شريكتي الحالية هذه الرسائل فسوف تتولد لديها تساؤلات محرجة لي؛ لأن الأمر لم ينته بعد كلياً. بعضهم يخشى أيضاً أن يجرح شعور الشريك فيما لو علم حقيقة ماذا يعني له مثلاً هذا التمثال، أو قطعة الزينة أو اللوحة المعلقة على الجدار.

يمكن أن تكون الأسرار بين الشريكين «نسبية» أو «مطلقة» حسب قول السيدة كرافت- ألسوب «يكون السر نسبياً عندما يعلم الشريك مثلاً أن هناك دفتر مذكرات لكنه لا يبحث عنه البتة، فضلاً عن قراءته». إن وجدت هناك أسرار نسبية في حياة شريكين فإن ذلك يعني أن هذين الشريكين يتبادلان الثقة ويقران بوجود جو خاص لكل منهما. فقد ذكر أحد الرجال الذين شملهم الاستبيان «ليست هناك أدراج لا يمكنني الاطلاع على ما فيها، وكذلك ما من أدراج لا يمكنها الاطلاع على ما فيها. من هنا يمكن نظرياً الاطلاع على كل شيء، الأمر الذي لا نفعه». وقالت إحدى السيدات: «أنطلق من فكرة بأنه يقرأ ما أكتبه. . . وأعتقد أنه يعلم مكان وجوده». أما السر المطلق فهو عندما لا يعلم الشريك البتة بوجود دفتر مذكرات أو صور أو رسائل حب، فهذه الأشياء مخبأة بعناية، أو محفوظة خارج البيت المشترك، في مكان العمل مثلاً. فوجود أسرار مطلقة هو دليل على أن في شراكة كهذه من غير المسموح وجود «مساحات لحرية الحركة». ومثل هذه العلاقات تتسم بعدم الثقة أكثر منه بالثقة. ومن يود أن يختبر الجو الخاص الذي يريده كل من الشريكين لنفسه عليه أن يفعل ذلك عبر أسئلة تطرحها المعالجة النفسية السيدة روزماري فلتر- أندرلين على الزوجين اللذين تعتقد بأنهما لا يملكان إلا حيزاً ضئيلاً لحرية الحركة:

سبعة أسئلة حول الجو الخاص:

- 1- هل لديك فرصة، عندما تعود من العمل إلى البيت، أن يكون لك وقت خاص بك قبل أن تسخر وقتك للأطفال أو لأعمال البيت؟ هل لديك إمكانية أخذ استراحة قبل أن تسخر نفسك للعمل المشترك؟
- 2- إذا ما أراد أحدكما شيئاً لنفسه، خاصاً له فقط، فهل لذلك مكان في علاقتهما أو في ظروف حياتكما؟
- 3- إذا ما أردت مثلاً أن تخفي دفتر مذكرات أو بعض الرسائل الخاصة، فهل لديك في البيت مكان لا يمكن لأحد الوصول إليه؟
- 4- عندما تريد اللجوء من الشريك إلى جوك الخاص. فكيف تفعل ذلك؟
- 5- كيف تتصرفان بخصوص الأمور المالية. هل لدى كل منهما المال الذي يمكن أن يصرفه دون أخذ موافقة الطرف الآخر؟ وهل يعرف أحدكما مقدار دخل الآخر؟ من الذي يقرر مقدار الصرف ولأي شيء يتم؟
- 6- وهناك سؤال وجهته السيدة روزماري للنساء خاصة: هل يمكنك بين الحين والآخر أن تسحبي من جو الأسرة إلى جوك الخاص دون أن تعدي قبل ذلك -وحدك- خطة للعناية بالأطفال وإعداد وجبات الطعام اللازمة؟
- ومن الرجال أرادت أن تعرف:
- 7- هل هناك أوقات تتصرف فيها إلى متعتك الشخصية؟

الكذبة - شكل من أشكال الحب:

عدم وجود «الخاص» غير مفيد في تحسين العلاقة. حتى في علاقات الشراكة الأكثر حميمية يجب أن يكون هناك مجال للأفكار الخفية، للوقت الخاص بـ «الأنا»، لحياة سرية نشيطة. بذلك فقط يبقى المرء أكثر جاذبية بالنسبة للمحبيب. والشريكان الذكيان يعرفان ذلك ويصمتان. فهما يجعلان من الأفكار والتصرفات سراً عندما يعتقدان أن الآخر، إما لا يريد معرفتها البتة، أو أنه لا يحسن التعامل معها في حال معرفتها. ويؤكد المعالج في شؤون الأسرة والزواج السيد فرانك ناومان أهمية الأسرار بالنسبة للحب وينصح بضرورة التزام الصمت حيال الموضوعات الآتية:

- عند وجود رغبات لا يستطيع الآخر أن يقوم بتنفيذها.
- عند وجود مشكلات لا يستطيع أن يساعد على حلها.
- عندما ننزعج من تصرفات معينة لدى الآخر، لكننا نعرف بأنه لا يستطيع أن يغير منها.
- عندما تتناوبنا أحلام جنسية تتعلق بشريك آخر.
- عندما لا يطيق أحدنا أصدقاء وصدقات الطرف الآخر.
- عندما يغازل لزيادة شعوره بالأهمية.

هناك ضرورة لوجود بقية من عدم المعرفة، من الغموض والصمت، تجعل الإنسان موضع اهتمام الشريك أو الأصدقاء، فالشفافية الكاملة والانفتاح المطلق على الآخرين تجعل الإنسان مملاً ومضجراً يمكن التلاعب به بسهولة.

لا شك بأن الرغبة في الاندماج عند المحبين هي أكثر من مفهومة، وقد سبق لكل إنسان أن أحس بها. لكن من يجعل من الاندماج قضية مثالية فسوف يحوّل، على المدى الطويل، حديقة حبه الغنّاء إلى صحراء قاحلة. فالتماهي المبالغ فيه وضيق الحيّز الشخصي أمران في غاية الخطورة على الشريكين. والغيرة هي غالباً دليل على الاندماج العاطفي القوي وعلى الاستقلالية المنقوصة.

من يكن غيوراً لا يمكنه أن يتحمل أن يكون الشريك كائناً منفصلاً عنه، ولا يستطيع معرفته أو امتلاكه على نحو كامل. وعلى العكس، فالثابت والمثاق هو علاقة يكون فيها الآخر فرداً مستقلاً بذاته، ومن ثم يبقى محور اهتمام. ليس من الضروري أن يطلع الشريك على كل فكرة وكل خيال وكل رغبة. وليس من الضروري أيضاً أن نبحت معه كل خطة غير ناضجة ونطلعه على كل رغبة أو شهوة. ومعرفة أن لدى الشريك الحبيب جوانب غير معروفة هي دافع جنسي محرض بحد ذاته لعلاقة ما.

ويرى أستاذ الفلسفة موريس. ت. ماشينو أن الكذبة بين حبيبين هي وسيلة مشروعة من أجل الحفاظ على الاستقلالية في ظل حياة الشراكة. فعندما أراد القيام ببحث حول موضوع «الحب الحقيقي» بحث عن طريق الإعلان على أزواج مستعدين للتحدث معه عن مسألة الإخلاص في الحياة الزوجية. فأبدى العديد من المهتمين استعدادهم لهذا الأمر. ولكن بدلاً من الحديث عن الحب والإخلاص تحدثوا عن موضوع آخر مختلف كلياً. فقد تحدثوا عن الخيانة وعدم الإخلاص والكذب. أخيراً توصل الفيلسوف

إلى نتيجة تقول: «إن الكذب هو وجهه من وجوه الحب». الزوجان المتحابان بالفعل يعمدان إلى الكذب «الجيد» للوقاية الذاتية أولاً ومن ثم الآخرين.

لماذا يكذب المحبون؟ يحصل الكذب عندما يشعر الناس بأن هناك ما يشوش على حميميتهم، كما يقول ماشينو: «الشيء الذي لا يمكن أن يتحقق تقريباً هو السعي الحالي نحو الشفافية التامة في علاقة الشريكين التي تعد مؤشراً على الحب والثقة. فلم يعد لدى الناس أدراجاً مقللة لا تخص أحداً سواهم». بعضهم يعمد هنا إلى الكذب من أجل ضمان وجود الحيز الضروري من الحرية. وقد روى أحد الأزواج لأستاذ الفلسفة بأنه يكذب على زوجته لسبب وحيد هو أنه يريد بين الحين والآخر أن يعيش ولو لساعة واحدة لنفسه. وخلص البحث كما يقول الأستاذ إلى أن «الزوجين الناجحين في حياتهما على مدى سنوات لا يبوحان لبعضهما بكل شيء. ففي علاقة ناجحة تتكامل الحقائق مع غير الحقائق على ما يبدو على أحسن ما يرام».

ليس السر وحده هو الذي يخدم علاقة حب بين حبيين. بل قد يحدث أيضاً أن يكتم الزوجان معاً مسألة معينة، فيمكن أن يصبح هذا السر رابطاً قوياً بينهما. وفي هذا الصدد يروي «هلموت» القصة الآتية:

× مثال: عندما تعرّفت زوجتي الحالية، وليكن اسمها ساندرًا مثلاً، كنت متزوجاً وعندي طفلة عمرها أربع سنوات. لم تكن حياتي الزوجية غير سعيدة، لكنها في الوقت نفسه لم تكن سعيدة. ولم أفكر بالانفصال عن زوجتي البتة. لكن ساندرًا قلبت حياتي رأساً على عقب، وكنت أعلم أنها المرأة التي يمكن أن تشاركني حياتي. فأول مرة أشعر معها بأن هناك من

يفهمني ويعترف بي وأدركت كم كانت حياتي الزوجية بأئسة وباهتة. بدأت بعلاقتي مع ساندرنا، طبعاً في السر، وكنا نعمل معاً في الشركة نفسها. وطراً تغير على حياتي، ولكن سرعان ما عرفت زوجتي بالأمر. وهنا فُتحت أبواب الجحيم، فهددتني بأنها ستنتحر، ومن ثمّ ستحرمني من ابنتي الحبيبة. كنت آنذاك في منتهى الحيرة والارتباك والفوضى، لا أدري ما يمكن أن أفعل. ولكي أنقلب على صراعاتي إلى حد ما زاد ولعي بالشرب عن الحد الذي يمكن أن يكون مفيداً لي. فأصبحت أفقد السيطرة على نفسي في تلك الحالات. وكان أقل اتهام من ساندرنا وكذلك غيرتها يزيدان من غيظي. فشعرت بأنني أعاني الإرهاق ولم أدر كيف أتصرف. وفي قمة حيرتي وارتبائي ضربت ضربتي. لم يسبق لي أن كنت في مثل تلك العدوانية، ولم أكن مرة يمثل تلك الوحشية، لم يكن الأمر مجرد هفوة عابرة بل بقيت مدة طويلة في منتهى القسوة مع حبيبتي. مرة جرحتها بقسوة بحيث انقطعت عن عملها بضعة أيام، لقد عانت على نحوٍ مخيف. وأنا أعتقد بأنها لم تعد تعلم إن كانت ما تزال راغبة بي، لكن بالرغم من ذلك كانت هناك أوقات جميلة نقضيتها معاً كنا فيها واثقين بأن كل تلك الفوضى التي ألحقت الضرر بجنابنا ليست بالأمر الجدير بالذكر.

بعد سنوات عدة من عدم اتخاذ قرار استطعت أن أخرج من إطار الحياة الزوجية، وكانت ابنتي قد أصبحت في سن الحادية عشرة، ولم يعد خوفي كبيراً من فقدانها. في الواقع لم يكن طلاق لي لزوجتي بالأمر السهل، لكنني تحررت أخيراً. وعندما سألت ساندرنا فيما إذا كانت راغبة بالزواج مني، طلبت أن نبحث ذلك بهدوء عبر الحوار. قالت لي إنها

تحبني لكنها تخاف من حالات العنف التي تتفجر عندي، ولذلك تعتقد بأنها غير قادرة على الاقتران بي. استمر نقاشنا طوال تلك الليلة. ولست أدري كيف استطعت أن أعدها بكل صدق بأنني لن ارفع يدي عليها مرة أخرى البتة. ووعدت هي بدورها أن تدفن هذا الموضوع في المستقبل إلى الأبد وتعد أن ما حدث هو في حكم المنتهي الذي وضع على الرف.

تزوجنا، وحافظ كل منا على الوعد الذي قطعه. وما من أحد يعلم شيئاً عن سرنا -وحشيتي- إلا نحن الاثنان فقط. وبعد ذلك تحول ذلك إلى سر يكتمه أحدنا عن الآخر، لم نعد البتة إلى الحديث عن هذه الذكرى الأليمة لساندرا ولي أيضاً، وأنا أعتقد أن هذا التكم هو سبب سعادتنا الزوجية. ولو أن ساندرا ذكرتني بين فترة وأخرى بذلك، فلن يكون ذلك مجرد ثقيل الوقع عليّ، بل لكان أرحم بظلاله على علاقتنا، ولكان عليّ أن أفترض بأنها لن تغفر لي البتة.

الأسرار تخدم مصلحة الحب. لقد عرف بودلير ذلك بقوله «يزداد حبنا للنساء كلما كن غريبات عنا» وهذا القول ينطبق أيضاً على الجنسين. يجب أن يبقى الرجل بالنسبة لزوجته، والمرأة بالنسبة لزوجها لغزاً وسراً إلى حد ما. الحب بحاجة إلى الصراحة والأمانة، لكنه بحاجة أيضاً إلى أسرار. أما مدى تعقيد ذلك فتصفه الكاتبة أدرينه ريتش قائلة:

«لكي تكون علاقتي بك صادقة، ليس من الضروري أن أفهم كل شيء أو أقول لك كل شيء. وليس من الضروري أن أعلم سلفاً ماذا أريد أن أقول لك. هذا يعني بأنني في أغلب الأحيان فضولية وتواقعة إلى خلق إمكانيات

لأقول لك شيئاً. إمكانات ربما كانت مخيفة لكنها ليست مدمرة بالنسبة لي. أشعر فيها بأن لدي ما يكفي من القوة لسماع كلماتك المتقصية والمتفحصة، كلانا يعلم بأننا نسعى بلا توقف من أجل إمكانية إحلال الحقيقة بيننا».

لماذا يحتاج الحب إلى أسرار:

عندما يتحاب اثنان يفضلان أن يبعدا كل ما يمكن أن يفرقهما. ومن المفروض أن تولد الصراحة المطلقة والألفة. لكن ما يغري وما تبذل الجهود من أجل تحقيقه يصبح مع الأيام أنشطة حول العنق. فالشريكان اللذان لا يحتفظان بأسرار عن بعضهما بعضاً سوف يسأمان من بعضهما يوماً ما ويفقدان الألفة.

فالمشكلات التي تتتاب العلاقات التي تصل حتى الخيانة الزوجية يمكن أن تكون ناتجة عن عدم وجود الأسرار في حياة الشراكة. وبالعكس، فإذا ما أقر الحب بوجود «مجالات لحرية الحركة» ويمكنه تحمل بقاء الآخر على مسافة معينة منه. بذلك تخلق الشروط المثالية للسعادة الدائمة.

6- الأسرار تقينا من الإدراك المؤلم للذات:

«في ذكريات كل إنسان هناك أشياء لا يبوح بها لأحد، أو يقتصر البوح لها على الأصدقاء. لكن هناك أيضاً أشياء لا يكشف عنها حتى للأصدقاء، بل يحتفظ بها لنفسه فقط، تحت ستار من الصمت المطبق.

أخيراً توجد أيضاً أشياء يخشى المرء حتى من البوح لها لنفسه. مثل هذه الأشياء تتراكم عند كل إنسان سوي لتصبح كما هائلاً».

كان الكاتب فيودور دوستويفسكي عارفاً متعمقاً للنفس الإنسانية. وهذا ما يؤكدُه هذا الاقتباس من روايته بعنوان «ملاحظات من الأعماق».

فحتى قبل سيغموند فرويد Sigmund Freud مكتشف ما تحت الشعور أدرك دوستويفسكي بأنه لا توجد مجرد أسرار يكتُمها المرء عن الآخرين، بل إن الإنسان قادر أيضاً على إخفاء أسرار حتى عن نفسه.

ينمُّ هذا الكلام أول الأمر على تناقض. فهل يمكن للمرء أن يخفي شيئاً ما عن نفسه؟ هل يمكن أن يكون للمرء أسرار تجاه ذاته؟ هل هذا ممكن؟ هل يمكن أن أكون الكاذب والمكذوب عليه في آن واحد؟ هل يمكن لي أن أعلم شيئاً وفي الوقت نفسه أخفي هذا العلم عن نفسي؟

مثال بسيط يوضح لنا أن ذلك ممكن. رجل لم تمض على طلاقه من زوجته سوى مدة وجيزة لا يمكنه بالطبع أن يخفي هذه الحقيقة، لا عن نفسه ولا عن الآخرين. لكن يمكن أن يخدع نفسه حول الأسباب التي أدت إلى الطلاق. فربما يقنع نفسه بفكرة أنه لا ذنب له على الإطلاق في تصدع حياته الزوجية، ومن ثمَّ يتناسى حقيقة أن خياناته الزوجية المتكررة هي الشيء الذي لم تعد زوجته قادرة على تحملها.

كارل أيضاً يخفي منذ 18 عاماً سرّاً عن نفسه أو على الأقل هذا ما تعتقده أخته التي تجاوزت مع إعلاننا «البحث عن أسرار»:

مثال: منذ 18 عاماً كانت زوجة أخي حاملاً في أشهرها الأخيرة وكان أخي x فرحاً جداً بقدوم أول مولود له الذي كان يعرف أنه صبي. كان فخوراً إلى أبعد الحدود. لكن قبيل ولادة الطفل أخبرته زوجته، والدموع تخفقها، بأنها ليست متأكدة من أنه هو أب الطفل، فقد سبق لها أن تورطت في علاقة قصيرة الأمد مع أحد زملائها، وكان ذلك أثناء أيامها المخيبة. ولذلك يمكن لهذا الزميل أن يكون أب الطفل المنتظر. فأصيب أخي بالانهيار ثم هاتفتني. حاولت ليلة بكاملها أن أواسيه وأشد عزيمته. وعند الصباح اتخذ قراره: «سوف أنطلق من فكرة أنني سأعتبر هذا الطفل الذي سيولد قريباً من لحمي ودمي. ولن أقدم يوماً على إجراء فحص التأكد من أبوتي له. ولن أفكر بهذا الموضوع في أي وقت من الأوقات». بدا لي ذلك آنذاك أمراً لا يمكن تصديقه، وكنت أشك بأن حياة أخي الزوجية سوف تصمد تحت هذا العبء. لكن أعلم الآن أنه استطاع أن يطرد الشك من إدراكه. إنه بالفعل والد حنون لابنه. وحسب إدراكه فإنه يعيش حياة زوجية عادية تماماً. لم تعد تلك الليلة الرهيبة، أو خيانة زوجته، موضوعاً للبحث فيما بيننا. ولا أظن بأن أخي قد تطرق بعد ذلك إلى هذا الموضوع مع زوجته. فقد اعتبر أن القضية أصبحت في حكم المنتهية ووضعت على الرف. وطبعاً لذت أنا بالصمت أيضاً، ولن أقدم يوماً على تذكيره بتلك الليلة المأساوية التي مرت عليه قبل 18 عاماً.

كان سيغموند فرويد Sigmund Freud مؤسس التحليل النفسي أول من انشغل بمسألة إن كانت هناك آليات Mechanisms يمكن للنفس البشرية أن تقي نفسها بها من المشاعر والأفكار المحرجة أو المخيفة. فأنشأ نظرية

التحليل النفسي يتم بموجبها الحيلولة دون وصول الأشياء المحرجة والمؤلمة التي لا يمكن تحملها إلى الوعي وذلك عبر آليات دفاع متعددة.

وقد تم استخدام آليات الدفاع هذه باستمرار وعلى نحو عفوي، وفي كتابه الصادر عام 1900، تحت عنوان «تفسير الأحلام» يصف فرويد كيف يتم تخزين المدارك في الذاكرة. وهو النموذج الذي يقر العلم الحديث بأفكاره الأساسية.

وحسب هذا النموذج يتم تعرض الانفعالات المدركة والمعلومات أثناء طريقها عبر الجهاز النفسي إلى اختبار. فليس كل شيء يُرى أو يُسمع أو يُحس به يأخذ طريقه إلى الإدراك. حيث يتم تصنيف المعلومات أول الأمر إلى نظم فرعية من أنظمة الذاكرة قبل أن تدخل إلى «درج» ما تحت الشعور، ثم تخضع مرة ثانية للرقابة. وحسب ذلك تصل المعلومات إلى قسم ما قبل المدرك Vorbewusstes وبعد أن تتخطى هذا الحاجز يتم إدراكها بوعي. فكل ما يمكن أن يثير الخوف أو يعدّ محرّجاً أو محظوراً يخضع للرقابة وتتم تصفيته باستمرار إلى أن يبدو هيناً ويصبح مُدرَكاً.

آليات الدفاع: البعد عن الحقيقة:

تقوم ما تسمى بآليات الدفاع، باعتبارها تقوم بدور الرقيب، على خدمة النفس البشرية حسب نظرية التحليل النفسي، حيث تعمل على إبقاء بعض الأحداث مدفونة بالسر حتى في أعماقتنا نحن. ومن أهم آليات الدفاع:

الكبت: عندما نكبت شيئاً غير مرغوب فيه فإننا ننساه ولا نستطيع بالنتيجة أن نتذكره البتة. والأشياء المرشحة للكبت هي مثلاً الرغبات

الجنسية الممنوعة والخيالات التي يطفئ عليها الخجل والذكريات الجارحة. فقد كبت كارل معرفته بخيانة زوجته والنتائج التي كان يمكن أن تترتب على تلك الخيانة، فلم يعد يتحدث عنها أو حتى يفكر بها، وأصبح لا يشك بنسب ابنه بل عدّه من صلبه وباكورة نسله.

الإنكار: عندما ننكر شيئاً فإننا بذلك نمتنع عن قبول حالات معينة وأحداثاً كما هي. والأمر هنا يختلف عن الكبت؛ لأننا في هذه الحالة نتذكر الحدث لكننا نلف حول الحقيقة وندور بحيث يصبح احتمالها مقبولاً. وأحياناً يقول أحدنا لنفسه: «لا علاقة لي بذلك» أو «لا شأن لي بهذا الموضوع» أو «ليس الذنب ذنبي» فإذا ما فشلنا مثلاً في امتحان، نحمي أنفسنا من الاعتراف بأننا «لم نستعد للامتحان بالوجه المطلوب» بإلقاء الذنب على لجنة الامتحانات أو على أسئلة الامتحان الصعبة أو على أي عوامل خارجية أخرى.

أيضاً نحو 80% من السائقين يعتمدون إلى آلية الإنكار عندما يزعمون بأنهم في عداد أفضل 5% ممن يقودون عربات. ولكن هذا التقويم الذاتي لا يصمد أمام إحصاءات حوادث السير، ولا حتى أمام الإحصاءات الشخصية.

حالة من حالات الإنكار الواضحة جداً مرت بها إحدى شركات التأمين التي تلقت تقريراً من أحد المؤمن عليهم على النحو الآتي: «اقترب عمود الهاتف، وبينما كنت أحاول أن أتفاداه صدم الغطاء الأمامي» وكتب آخر: «عندما اقتربت من التقاطع ظهرت أمامي فجأة لوحة وقوف، ولم يسبق أن وجدت هناك أي لوحة من قبل».

يتم الإنكار أيضاً عندما يمارس الشاذون جنسياً من الرجال الجنس دون اتخاذ إجراءات وقائية ويعتقدون «لن أصاب بالعدوى» أو عندما لا يفكر مدخن بخطورة الإصابة بسرطان الرئة بقوله إن جده المدخن عاش 85 سنة.

كذلك «أوتو» أيضاً استخدم آلية الإنكار لكي يستطيع النظر إلى نفسه، أو هكذا تبين لنا مما روته لنا صديقتة السابقة:

مثال: كان «أوتو» حبي الكبير، كنت مفتونة به. مفتونة لدرجة أنني أول الأمر لم ألحظ الجوانب السيئة منه. كان سريع الغضب إلى أبعد الحدود ولم يكن يستطيع السيطرة على انفعالاته إلا بصعوبة. عندما كان يحدث نزاع، أو عندما لا يكون موافقاً على شيء، كان يصرخ ويزجر هنا وهناك، حتى إنه ألقى في إحدى المرات بالمزهريّة من النافذة. وذات يوم خرج عن طوره أثناء إحدى حالات الخصام. ظل يصخب ويهدر حتى خرج عن طوره فأمسك بكرسي وأراد أن يقذف به إلى الجوار عندها لمحني وبكل عنف وقوة أصاب الكرسي قدمي. شخّص طبيب الإسعاف الحالة بأنها كسريّة في القدم. ظلت قدمي في الجبس مدة ستة أسابيع ولم أستطع الحراك إلا على عكازة. وبسبب خجلي لم أخبر أحداً - حتى الطبيب - بالحقيقة، بل اخترعت قصة يمكن تصديقها بادعائي بأن آلة كاتبة (لم يكن الحاسوب قد وجد بعد) سقطت على قدمي، وقد صدقتني الجميع. وعندما أردت أن أكلّم «أوتو» فيما بعد - بعد أن انفصلنا عن بعضنا - عن غضبه وعن القدم المكسورة قال بكل جدية: «لكن ذلك لم يكن ذنبي. أنت السبب في وقوع الآلة الكاتبة على قدمك».

نمارس الإنكار أيضاً عندما نلون ماضيها بألوان زاهية. وتؤكد الدراسات النفسية بأننا نتذكر على نحو انتقائي، فالنجاحات حاضرة لدينا دائماً، أما الإخفاقات فنريد نسيانها. ولبلوغ هذا الأثر ندرِك أحداثاً مشوّهة. فإن فشلنا في شيء نرد ذلك إلى الظروف غير المناسبة، أو إلى سوء الحظ، أو إلى أخطاء الآخرين. وعلى العكس، فإن نجحنا في شيء فإننا نرد سبب ذلك عادة إلى ذكائنا وقدراتنا. وعندما نخسر لعبة تنس فإننا لا نقول عادة لشريكنا في اللعبة «لقد أجدت اليوم في اللعب» بل نعمد إلى تبريرات خسارتنا، مثل: «لم أتم براحة» أو «كنت مشتت الذهن لأنني كنت دائم التفكير بمشكلة فلان من الناس».

قال إندريه جيد Andre Gide «لكل منا أسلوبه في خداع نفسه، لكن المهم بالدرجة الأولى هو القناعة بالأهمية الذاتية». إن الإنكار كآلية دفاعية يساعدنا كثيراً في ذلك. فإذا ما راقبنا أنفسنا فإننا نفعل ذلك عادة بالكثير من حسن النية وبمصفاة إيجابية أمام العدسات التي ننظر عبرها. وهذا ما زعمه بعد دوستوييفسكي زميله الكاتب هاينرش هاينه Heinrich Heine بقوله: «سير ذاتية مطابقة كلياً للحقيقة مستحيلة تقريباً، فالإنسان يزخرف بالتأكيد دائماً الكثير مما يقوله عن نفسه، وحسب رأيه فقد كذب روسو بالتأكيد مثلاً في اعترافاته فيما كتبه عن نفسه، حتى وهو واع بما يكذبه، وذلك حباً في الشهرة».

أما الدافع فهو ليس دائماً حب الشهرة أو الغرور، بل غالباً الوقاية الذاتية عندما نستعيد تذكر ما هو إيجابي بالنسبة للصورة التي نحملها عن ذاتنا. فالأحداث التي لا تلقي علينا ضوءاً جيداً يفضل «نسيانها».

والذكريات تتغير مع الزمن؛ لأننا نعطي قصص حياتنا دائماً مخرجاً له طابع خاص وغالباً إيجابي. وقد تحدث ألفريد أدلر Alfred Adler في هذا السياق عن «عملية هضم» تقوم بها الذاكرة. ولا نحفظ إلا بما يتناسب مع صورتنا الذاتية والمفهوم الذاتي، لكن -وكما قال أدلر- ننسى ما «لا يروق» لنمط حياتنا. إننا نتذكر بالدرجة الأولى ما يتطابق مع الصورة التي نحملها عن ذاتنا. فعملية التذكر تتم بصورة انتقائية وأنانية. وفي هذا تساعدنا آلية الدفاع القائمة على الإنكار.

تشكيل رد الفعل: آلية الدفاع هذه تعمل أول الأمر أيضاً بالإنكار. («أنا لا أكره زوجي») لكنها لا تقف عند ذلك بل تقلب المعرفة المهددة إلى عكسها بالقول: («أنا أحب زوجي») إذ يمكن التعبير عن هذه المشاعر غير المرغوبة، أو التي تعد سلبية، بهذا الأسلوب غير المؤذي.

يخفي بعض الناس عدوانيتهم وغضبهم غالباً خلف لطافة مشددة واهتمام مبالغ فيه، أو يحاولون تمويه نفورهم واشمئزازهم وكراهيتهم عن طريق سلوك في منتهى الدقة. وقد تم التحقق من ذلك عبر تجربة نفسية: تم عرض مجموعة من الصور تُظهر مجموعة من المحبين من أعراق مختلطة، على أناس من العرق الأبيض أجريت عليهم التجربة والذين يصنفون أنفسهم بأنهم متحررون ومتسامحون. وبموازاة ذلك تم قياس درجة مقاومة بشرة الأشخاص الذين تجرى عليهم التجربة. وزعم القائمون على التجربة (خلافاً للحقيقة) بأن قوة الانفعال تدل على وجود أحكام عنصرية سابقة قوية. وعندما غادر هؤلاء الأشخاص المتهمون

بالعنصرية بهذا الأسلوب بعد التجربة، المبني، مرّوا على متسول طلب منهم مساعدة. فلو كان المتسول أبيض البَشْرَة لما أظهر هؤلاء حماسة لمد يد المساعدة. أما لو كان الأمر يتعلق بمتسول أسود البشرة فإنهم سيقدمون له يد المساعدة بسخاء أكبر. وقد خلص العلماء إلى نتيجة أن ذلك يعد حالة نموذجية لتشكيل ردة الفعل. فبكرمهم الزائد أراد الأشخاص الذين أجريت عليهم التجربة أن يثبتوا لأنفسهم بأنهم لا يحملون أي أحكام سابقة عن السود.

الإسقاط: عندما لا يستطيع المرء أن يطبق حتى نفسه، يمكنه أن يسقط ما يزعجه على شخص آخر. فالمرء يلقي بالصفات السيئة وأساليب السلوك الغبية أو المشاعر غير السارة على عاتق شخص آخر. ويكون الإسقاط واضحاً عندما ينتقد شخص بخيل بخل وشح شخص آخر، وعندما يشك زوج يخون زوجته بسلوكها، وعندما يختلق الرجال ذوي الميول الجنسية الطبيعية نكاتاً عن الشواذ جنسياً وذلك من أجل السكوت عن بقية ميول جنسية شاذة لديهم. فالإسقاط يساعدنا على كبت الأفكار المقلقة والخطرة المتعلقة بنا شخصياً وجعلها سراً يعتمل في داخلنا.

العقلنة: تنفيذ آلية الدفاع هذه في جعل ذكرى حادثة محرجة قابلة للتحمل. فحكاية أو حادثة تتعلق بنا يتم تحويلها لصالحنا. وهكذا يمكن مثلاً لمديرة تخاف من إلقاء كلمة أمام حشد من الناس، ولذلك لا تنبس بكلمة واحدة في الاجتماعات، أن «تعقلن» سلوكها، بقولها لنفسها «لن يتحدث في هذا اللقاء - بطبيعة الحال - إلا الرجال الذين يريدون البروز. ولذلك لن أشارك في هذه المسابقة».

كما يظهر من المثال الآتي كيف يمكن للإنسان أن يقي نفسه عبر العقلنة من الحقيقة المحرجة: طالب يسأل فتاة ثلاث مرات فيما إذا كانت تريد الخروج معه. وفي كل مرة يجابه بالرفض بحجة بأن عليها أن تعمل. وبدلاً من أن يتدمر يقرر الشاب بأنه لا يهتم بمثل هذه الإنسانية التي لا تعيش إلا من أجل عملها. إنه لا يريد أن يفهم بأن سبب رفضها يكمن في شخصه هو. إنه يحفظ شعوره بكرامته عبر الخداع، ويبقى قادراً على التصرف؛ إذ يمكنه أن يتحول إلى نساء أخريات بكل جرأة.

العزلة: لا تدرك المعلومات المحرجة أو المذهلة على النحو الكامل، بل فقط على نحو عابر. وتصبح العزلة ممكنة عبر تقنية «الإدراك الانتقائي». إننا لا نغير انتباهنا إلا إلى ما يناسب الصورة التي نحملها عن ذاتنا ومع ما نأمله. وكل ما عدا ذلك يوضع ضمن قوسين. وقد استطاع الباحث في علم النفس الاجتماعي روي باومايستر Roy Baumeister في إحدى تجاربه أن يثبت هذه الآلية:

قام طلاب بإملاء استمارات تتعلق بالشخصية ثم تلقوا بعدها هاتفيًا معلومات عن أنفسهم. بعضهم تلقى -بطريق المصادفة المحضة- استجابة إيجابية وبعضهم الآخر انتقادية. أولئك الذين سمعوا ردة الفعل السلبية لم يهتموا بذلك إلا قليلاً فقد حالوا دون نقاش أعمق. أما الذين تلقوا رد فعل إيجابياً فقد سخروا له قدراً أكبر من الاهتمام.

إننا نصغي بكل جوارحنا عندما يبدي الآخرون تأييدهم لنا ولرأينا. لكن هذا الإصغاء يقف عندما لا يناسب ذلك أهواءنا. فعندما يكون المرء على سبيل المثال واثقاً بأن ابنه يمثل قمة الذكاء، فإنه على الأرجح لن

يعير انتباهه إلا لما يؤيد هذه القناعة. وسوف يتجاهل كل ما يبدد الأمل بأن ابنه سيكون الطفل المعجزة. ومن منطلق الوقاية الذاتية نتعامل مع الأخبار السلبية غير المناسبة كما نتعامل مع البريد الإلكتروني العشوائي، فلا نفتحه أول الأمر البتة؛ لأننا نعرف في قرارة نفسنا عما يدور فيه، ومن ثمّ نسارع إلى إلغائه.

كل آليات الدفاع هذه تساعد على تحويل الأحداث والمشاعر والأفكار الضاغطة والداعية إلى الخوف وتنطوي على الخجل، إلى سر يحمينا ويقينا من إدراكنا غير المريح لذاتنا. وقد انطلق سيغموند فرويد من فكرة أن الأسرار التي يخفيها المرء عن نفسه تمنعه من أن ينعم بحياة نفسية سليمة.

إن الأشياء المكبوتة غير المدركة، أو تم إنكارها، تشكل حسب النظرية الفرويدية عائقاً قوياً؛ لأنها يمكن أن يكون لها، وهي تتبع طرقاً ملتوية، تأثير سلبي على المدرك. ولذلك فإن الهدف من العلاج بالتحليل النفسي هو تعطيل آليات الدفاع واسترجاع المكبوت إلى الذاكرة. فعبّر التذكر والإعادة والتمرين يمكن للإنسان بلوغ قوة احتمال نفسية.

إن خداع الذات -بأي وجه كان- هو حسب نظرية التحليل النفسي ضار بالصحة النفسية. فإذا ما أراد المرء أن يمسك بزمام حياته يجب عليه أن يرى الحقيقة كما هي. وحسب سيغموند فرويد: «يبقى تحمل الحياة هو الواجب الأول لكل الأحياء. ويصبح الخيال لا قيمة له عندما يعيقنا في ذلك». وعلى المنوال نفسه كانت أفكار كبار علماء النفس الآخرين مثل ايريك ايريكسون، أريش فروم، أبراهام ماسلوف، وغيرهم كثيرون الذين

عدّوا أن من السمات الأساسية للصحة النفسية هو إدراك الحقيقة بأقل قدر من التشويه وأن لا يخدع المرء نفسه.

من دون أوهام تصبح الحياة صعبة:

مع ذلك ترتفع نبرة الشكوك بصورة متزايدة: هل حقاً لا ينعم بالسلامة النفسية إلا من يرى الحقيقة كما هي؟ ألا يقف على رجليه في الحياة إلا من لا تتنابه الأوهام والخيالات عن نفسه وعن محيطه ولا يخفي عن نفسه أي سر؟ هل يطمح الإنسان إلى حالة كالتي يصفها آلن ويليس Allen Wheelis في قصته الرمزية تحت عنوان: «رجل بلا أوهام»:

«كان هناك رجل يخلو من التصورات (الأوهام). فقد أدرك وهو ما يزال في المهد بأن والدته لا تعامله دائماً معاملة جيدة. وفي سن السنتين لم يعد يؤمن بوجود الساحرات. أما الجنّيات والأقزام فقد اختفت من عالمه وهو في سن ثلاث سنوات. وفي سن الرابعة كان يعلم أن الأرانب لا تضع بيضاً. وفي الخامسة تخلّى في ليلة باردة من ليالي كانون الأول بابتسامه مرة، عن بابا نويل. وفي السادسة عندما دخل المدرسة طارت أوهامه كالريشة في مهب الريح. فقد اكتشف أن والده لم يكن دوماً شجاعاً أو على الأقل شريفاً، وأن الرؤساء يمكن أن يكونوا رجالاً عاديين شقوا طريقهم في الحياة من الصفر، وأن ملكة بريطانيا تذهب إلى دورة المياه (المرحاض) مثلها مثل أي إنسان آخر. وأن المعلمة في المدرسة والسيدة الجميلة ذات الوجه الدائري والغمازتين لا تعرف كل شيء كما كان يظن، وأن جُلّ تفكيرها كان ينحصر في الرجال وليس أي شيء آخر. وفي مرحلة

الصبا أدرك بأن الأعمال السخية إنما تتم لمصالح خاصة، وأن أكثر الأبحاث موضوعية لها أهداف ذاتية، وأن أكثر ما ينشر هو كذب».

هل يمكن تحمل مثل هذه الحقائق؟ وقد سبق أن أعلن أوتو رانك Otto Rank من قبل «لا يمكن للمرء أن يعيش مع الحقيقة، ولكي يستطيع الحياة يحتاج المرء إلى الخيال» خبراء آخرون يعتقدون أيضاً -بخلاف فرويد- بأن النفس أحياناً تتصرف بحكمة عندما تستدعي -بمساعدة آليات الدفاع- بعض الحقائق، التي لا يمكن تحملها، إلى أرض الأسرار. ويعدون ذلك «إنجازاً ناضجاً» للنفس الإنسانية عندما تتجح في عدم الإدراك المقصود للأحداث والخبرات المسببة للألم والمعاناة والشك بالنفس، بل حتى إن تنساها نهائياً مع مرور الوقت.

هناك دراسة أمريكية أجريت على مائة سيدة تعرضن في صغرهن إلى اعتداءات جنسية، تؤكد على الأثر الواقي «للنسيان». كانت كل حوادث الاعتداء هذه موثقة رسمياً وبوضوح؛ لأن كل النساء المعنيات بهذا الموضوع تم الكشف عليهن في قسم الإسعاف التابع لإحدى المستشفيات وقام الطبيب بتشخيص هذه الحالات.

38 سيدة منهن لم يتذكرن ما حدث لهن آنذاك البتة، ولا حتى الكشف عن حالاتهن في قسم الإسعاف. إذن يمكن القول إنهن أخفين حتى عن أنفسهن ما حدث لهن وهن فتيات قاصرات. كانت الحالة النفسية لهؤلاء النسوة أفضل منها لدى الأخريات اللواتي لم يستطعن محو تعرضهن للاغتصاب في مرحلة باكراً من حياتهن من الذاكرة.

تلقي مثل هذه الدراسات ظللاً من الشكوك فيما إذا كانت ما تسمى «بالمعالجات الكاشفة» التي يعثر عبرها المرضى على أحداث كانت تشكل صدمة بالنسبة لهم، التي لم يكونوا يتذكرونها قبل المعالجة. فهي مجدية في كل الأحوال ومفيدة للصحة. وفي كثير من الأحيان تكون النفس البشرية من الذكاء بمكان بحيث تقي صاحبها -عبر النسيان الصحي- من الحقائق المؤلمة جداً.

«معرفة الذات هي دائماً خبر غير سار» هكذا كتب الروائي الأمريكي جون بارث John Barth، ولذلك نقي أنفسنا من الحقيقة الكاملة والمتأصلة في أعماق النفس بحيث لا نريد أن نعلم كيف نحن بالضبط. وفي هذا المجال تساعدنا القدرة على كتمان معلومات معينة تتعلق بذاتنا، ليس عن الآخرين فقط، بل حتى عن أنفسنا أيضاً.

فخداع الذات والكذب عليها هما إمكانيتان للاحتفاظ برأي جيد عن ذاتنا وإعطاء كينونتنا جدوى. وبما أن الفجوة بين الصورة المثالية والصورة الحقيقية عن ذاتنا ستكون كبيرة لو أدركنا كل شيء في صيغته الأصلية، وتذكرنا أيضاً كل ما يضايق أو يزعج، فإننا نضلل ذاتنا عن ذاتها.

إننا، وعبر الأوهام الإيجابية، نحمي أنفسنا من الحقيقة المطلقة. ويتضح للباحثة في علم النفس الاجتماعي شيلي تايلور Shelly Taylor «أن ما من طريق في الحياة البشرية يمر على خداع الذات» وهذا هو الطريق الوحيد الذي يؤدي إلى الصورة الذاتية الإيجابية. وعلى الأرجح تفيد القدرة على خداع النفس على تحقيق التكيف مع الواقع على نحو ناجح.

إن عدم كشف المرء عن أسراره، حتى أمام نفسه، يمكن أن يكون مفيداً ويجعل الحياة سهلة. وهذا ما كشفت عنه الدراسات النفسية الاجتماعية حديثاً. وحسب هذه الدراسات فإننا نلوي الحقيقة حسب رغباتنا وتصوراتنا ونتأقلم مع ذلك. والنتائج المتوافرة حتى الآن تعطى الانطباع بذلك وتؤكد على أهمية خداع الذات على الصحة.

- x مثال: طلبت كل من الباحثين شيلى. ي. تايلر ومارغريت. ي. كيميوني وزملاء آخرون من 68 رجلاً شاذاً جنسياً ومصاباً بالإيدز بأن يقوم كل منهم بتقويم حالته الصحية ومزاجه. وسألنا عن تصوراتهم كيف ستطور إصابتهم بالإيدز. ونتيجة هذه الأسئلة برزت هناك مجموعتان: فمجموعة «الواقعيين» لم تسبح في الأوهام حول الوضع الصحي وتطور الإصابة بالمرض وكانت تعرف بالضبط ماذا حل بها.

أما مجموعة «الواهمين» فعلى العكس، فقد كان موقفها غير واقعي وكانت لها آمال في منتهى الإيجابية. وكما ظهر في بحث لاحق فإن الرجال المتفائلين عاشوا نحو تسعة أشهر زيادة عن أولئك الذين كانوا ينظرون بواقعية إلى مستقبلهم.

كما تبين من دراسة أخرى للسيدة تايلور وفريق عملها أن التفاؤل غير الواقعي لا يعطي المعلومات الدقيقة عن بداية الإصابة بمرض الإيدز. فالمصابون بهذا المرض الذين كانوا ينظرون عبر نظارة وردية إلى تطور مرضهم، ولم يهتموا بوفاة أحد أصدقائهم بمرض الإيدز، ظلوا مدة أطول بصحة جيدة أكثر من المصابين الذين كانوا يعلمون بالضبط ماذا حل بهم؛ لأنهم فقدوا صديقاً توفى بهذا المرض. وقد خلصت السيدة مارغريت

كيميائي إلى نتيجة «أن المرضى المصابين بمرض لا شفاء منه والذين ينسجون الأوهام حول ذلك، فإنما يفعلون شيئاً مفيداً لصحتهم».

نتائج مشابهة أسفرت عنها دراسات أخرى: فالمرضى الذين لا يأخذهم التفكير بعملية جراحية سيخضعون لها، كانت الأهم أقل جداً من آلام أولئك الذين تخوفوا منها، وانشغلوا بالتفكير بها، وجمعوا الكثير من المعلومات عن سبب مرضهم ومجرى العملية التي بانتظارهم. فعند الفئة الثانية كان مسار الشفاء أكثر تعقيداً. إذن فالموقف القائل «إن كل شيء سينتهي بسلام» يشكل عاملاً مساعداً للشفاء.

وفي دراسة أخرى أجريت على نساء بعد خمس سنوات من إجراءاتهن عملية استئصال ورم سرطاني في الثدي «بالنسبة لأولئك اللواتي أظهرن وقفة قوية في مواجهة المرض أو حتى تجاهلته بالكامل بأنه سرطان، كان 75% منهن على قيد الحياة دون أن تظهر عليهن أي أورام جديدة. أو اللواتي تقبلن المرض بصبر وجلد، ووقفن أمامه لا حول لهن ولا قوة، فلم يبق منهن على قيد الحياة سوى 35% لم تظهر عليهن أي أورام متجددة».

وقد أظهر عالم النفس الأمريكي من نيويورك، هارولد زاخيم، في دراسة له أن الناس الذين يخادعون أنفسهم ويشوهون الحقيقة لصالحهم تكون صحتهم النفسية أفضل من الصادقين. قدّم للأشخاص الخاضعين للتجربة استمارة وطلب منهم أن يسجلوا فيها إذا سبق لهم مرة أن ساورتهم الشكوك بأنفسهم، بأن شعوراً بالذنب يعذبهم أو فيما إذا كانوا قد عرضوا أنفسهم مرة لموقف ساخر. فإن كانوا صادقين عليهم أن يجيبوا على مثل هذه الأسئلة بنعم، ولكن لم يكن الجميع صادقين.

فأولئك الذين أنكروا هذه الجوانب المحرجة تبين أنهم الأفضل من حيث الصحة النفسية. أما الآخرون الذين لم يدعوا العظمة فكانوا أقل استقراراً نفسياً.

إن نتائج مثل هذه الدراسة وغيرها لا تترك مجالاً للشك بأن من يكون قادراً على خداع نفسه وغسل قساوة الواقع بمساعدة الأسرار التي يخفيها عن نفسه، يمكنه أن يتعامل مع مراحل الحياة القاسية على نحو أفضل، ويبقى وضعه أسلم من الشخص الذي لا يملك مثل هذا الفلتر الواقى المصنوع من التخيلات والأوهام.

ويتحدث عالم النفس ريتشارد لازاروس Richard Lazarus عما يسميه «مهدئاً ضمناً نفسي» أي مهدئ ضمن النفس، يمكنه أن يساعدنا على أن نغمر الحقيقة وأنفسنا في نور أكثر رحمة. فالأوهام تضيء على الحقيقة «قوة دفع نحو الإيجابي» كما ترى شيلي تايلور. فالأوهام (التخيلات) تفيدنا في تحويل حالة ما صعبة إلى أفضل الحالات، وذلك عبر اتخاذ موقف منها أقرب ما يكون إلى الإيجابية.

إن للنفس البشرية «بقعاً عمياء» واضحة تماماً. فعن طريق خداع الذات لا نتقبل الآلام والحقائق المحرجة، أو نتقبلها ولكن إلى درجة يمكن تحملها. فالبقع العمياء تساعدنا على محو الإخفاقات والأحداث المخجلة من الذاكرة. وتساعدنا أيضاً على تذكر الأحداث الإيجابية بالدرجة الأولى وحجب الأحداث السلبية. وبدعم من الخداع الذاتي (خداع النفس) والأسرار التي نخفيها حتى عن أنفسنا يمكننا ممارسة حياتنا بوجه أفضل.

كما أن هنريك أبسن Henrik Ibsen الذي عالج في الكثير من أعماله قدرة الإنسان على خداع نفسه يجعل لهذا الخداع وظيفة مهمة بقوله: «خذ من الإنسان العادي كذبة حياته، تكون بذلك قد سلبته أيضاً سعادته».

أما مدى دقة هذه المقولة فتؤكد الدراسات التي أجريت على المصابين بالاكئاب. وتظهر النتائج إن الأشخاص المصابين بالاكئاب يدركون العالم وأنفسهم وقدراتهم الذاتية على نحو أكثر واقعية من غير المكتئبين. وأوهامهم وخيالاتهم أقل، لا يخادعون أنفسهم، ويعرفون بالضبط مدى تأثيرهم على مجرى حياتهم. ودراسات متنوعة تؤكد على نظرة الأشخاص المكتئبين، الواقعية والخالية من الأوهام، إلى الحقيقة والواقع:

باحثون أمريكيون جعلوا في إحدى دراساتهم مرضى مصابين بالاكئاب وآخرين غير مصابين به يتناقشون في موضوع ما. بعدها طلب من كل المشاركين في المناقشة أن يجروا تقويماً للوقع الذي كان لإسهامهم في النقاش على الآخرين.

بالإضافة إلى ذلك أدلى مراقبون حياديون أيضاً بصوتهم. وهنا فشل المصابون بالاكئاب، وكما هو متوقع، أكثر من غير المكتئبين. فقد عدوا أنفسهم بأنهم لم يحسنوا الإقناع في حديثهم أثناء النقاش. أما غير المكتئبين فقد كانوا واثقين جداً من أنفسهم. وكان تقويمهم لذاتهم أفضل من تقويم لجنة المراقبين.

يتذكر المصابون بالاكئاب بالدرجة الأولى الأحداث السلبية قبل الإيجابية، وهذا أيضاً ما تؤيده الدراسات. إن تذكر المكتئبين ليس مشوهاً بميله نحو السلبي، بل هو واقعي. ويبدو أن الدرغ الواقعي غير متوافر لدى

المكتئبين، الدرع الذي يبعد عنهم قساوة الحقيقة. فهؤلاء لا يمكنهم أن يكذبوا على أنفسهم، وليس لديهم أسرار يخفونها عن ذاتهم. إنهم يدركون ما يخفيه الآخرون ولا يجدون عزاء في خداع النفس وطمأننتها.

وحتى في نتائج الأبحاث المتعلقة بمجال الاكتئاب تؤكد ما كتبته شيلي تايلور حول وظيفة الكذب على الذات والأوهام الإيجابية: «إننا نعرّف الآن الشخص السليم نفسياً بأنه ليس الشخص الذي يرى الأشياء كما هي، بل ذلك الذي يرى الأشياء كما يريد أن يراها».

لماذا يكون إخفاء المرء للسر عن نفسه أمراً ضرورياً؟

هل نريد حقاً أن نعلم كيف نحن؟ هل نريد دائماً وفي كل وقت أن ندرك نقاط ضعفنا الصغيرة والكبيرة، وإخفاقاتنا وفشلنا بصراحة تامة؟ لا، إننا لا نرغب بذلك. وقد سبق أن أشار سيغموند فرويد إلى أن نبعد الحقيقة الناصعة عن حياتنا بمساعدة آليات الدفاع. ولكن للمختصين في علم النفس الاجتماعي حالياً موقف يختلف عن موقف مؤسس التحليل النفسي؛ إذ لا يرون في ذلك سلوكاً حرجاً أو عصابياً. بل على العكس، فهم يؤكدون على أن الأوهام والخيالات الإيجابية مفيدة جداً لصحتنا النفسية والجسدية.

فإذا ما استطعنا أن نخفي أسرارنا عن أنفسنا، وأن ندرك الإيمان بذاتنا والخير في العالم، فإن حياتنا تغدو ليس فقط جديرة بأن تُعاش، بل نقي صحتنا النفسية والجسدية من الإنهاك الضار بها. فالأسرار التي تقينا من معرفة الذات المؤلمة تسهم إلى حد كبير في تحقيق سعادتنا.

7- الأسرار توفر حياة ثانية:

تقول الكاتبة مارغريت دو مور Margriet de Moor على لسان ماغدا الشخصية الرئيسية في روايتها «رمادي ثم أبيض ثم أزرق»: «لقد تأكد لي بأن هناك حياة أخرى قريبة من الحياة التي وجد فيها الإنسان بطريق المصادفة، يمكن للمرء أن يمارسها بطمأنينة وسلام كحياته العادية».

تركت ماغدا حياتها المترفة ذات يوم وغابت لمدة سنتين لم يسمع أثناءها، لا زوجها ولا أصدقاءها عنها شيئاً. وعندما عادت بعد ذلك إلى منزلها قررت أن تصمت عن «ماغدا» الأخرى التي غابت قبل سنتين: «هل تغيرت؟ هل أصبحت أكبر سناً؟ أخ... في الواقع لا.

فالكل ستعرف علي، على شكلي وملابسي ونبرة صوتي... وما من أحد سوف يستنتج من تصرّفي، بأن عينيّ تريان بوضوح أكثر، وبأنني قادرة على تقدير المسافات والرؤية في الظلمة. وعندما أجلس وأقرأ الجريدة، أو عندما أدعو الأصدقاء إلى الطعام، فمن منهم سوف يشعر بالضيق عندما أنظر بين حين وآخر إلى مشهد لا يعرفه إنسان غيري وأسترجع إلى ذاكرتي أشياء يسعدني تذكرها، أشياء شخصية أعتز بها وأخرى بربرية لا يمكن أن أشارك بها أحداً مهما كان».

حياة أخرى! من منا لا يرغب بها بين حين وآخر؟ والسؤال الذي يلح على كل إنسان في مرحلة ما من مراحل حياته هو: هل سيكون أكثر سعادة مع شريك آخر أو مهنة أخرى أو في مكان آخر؟

إن روتين الحياة اليومية والضغط والهموم، وكذلك الملل، كل ذلك يجعل جوانب الشخصية الذاتية المهضوم حقها، التي لم تتح لها الحياة، مؤلمة على نحو واضح.

عادة ما ندفن الشوق إلى حياة أخرى عميقاً في داخلنا، وقلما نتحدث عنها مع الشريك أو مع صديقة مقربة، وأحياناً نعلن عنها أثناء العلاج، ولكن غالباً ما لا نجد الجرأة للإفصاح عن هذا الشوق؛ لأنه لو استسلمنا لأصبح من الممكن أن يكون أمن حياتنا القادمة مهدداً، ولكن علينا أن نبدأ مجدداً الذهاب إلى المجهول دون شبكة واقية ودون ملاذ سري.

وخوفاً من التغيير يتصالح أكثر الناس مع نهج الحياة الذي اختاروه، لكن بعضهم لا يريد أن يدفن أحلامه على نحو كامل أو أن يعيشها أحياناً فقط في الخيال. إنهم لا يرغبون في التخلي عن رغباتهم واحتياجاتهم التي لا يجدون لها حيزاً في حياتهم الاعتيادية. وبذلك يبحثون عن إمكانية إيجاد مجال للجوانب المهضوم حقها، حتى لو كانت غير متوافقة مع حياتهم اليومية ومع الشريك الحالي، ومع المهنة أو المركز الاجتماعي. هؤلاء الناس يعيشون بمساعدة الأسرار حياة جديدة بالإضافة إلى حياتهم الرسمية.

وقد سبق أن دعت هذه الوظيفة للأسرار، منذ عام 1908، عالم الاجتماع جورج سيمل للاحتفاء بها بوصفها: «أعظم إنجاز للإنسانية». فقد عدّ أنه عبر السريتم التوصل إلى «توسع هائل للحياة؛ لأن الكثير من مضامينها لا يمكن أن يظهر بكل علانية». فالحياة الثانية توفر المجال لتجريب الأشياء الجديدة واختبار اتخاذ القرارات القائمة وتحرير

المشاعر المكبوتة والكشف عن الجوانب غير الفاعلة في الشخصية الذاتية. فمن لديه سر يعيش - حسب سيمل - حياة ثانية إلى جانب حياته الظاهرة. ولكن ما الهدف من حاجتنا إلى حياة ثانية بالإضافة إلى تلك التي تحياها علناً؟ أما لدينا من المشاغل ما يفيض عنا في الحياة الأولى؟ ألا تغمرنا هذه الحياة حتى قمة الرأس؟ إنه غالباً السبب الذي يجعل الحياة الثانية - بالإضافة إلى الأولى - أمراً مفيداً؛ ولأن الحياة الأولى غير مصانة من النظرات الفضولية ومن النصائح والمطالب والتوقعات والحاجات الغريبة، يمكن للحياة الثانية التي لا يشارك فيها أحد، ولا يستطيع أحد الولوج إليها إلا بإذن، أن توفر الملاذ في بعض الأحيان.

في الحياة الثانية مسموح للمرء أن يكون كما هو بالفعل، يمكنه أن يعيش جوانب قد تصطدم في الحياة الأولى بالاستقباح والاستنكار، أو يمكن ببساطة أن لا يجدها إلا بهدوء وبين فترات متباعدة، التي لا مكان لها في الحياة اليومية العادية. ويمكن تنشيط هذه الحياة الثانية بوسائل مختلفة جداً، فبعض الناس يبيحون لأنفسهم في حياتهم الثانية علاقة حب جديدة، وبعضهم يحققون في عالمهم الثاني رغباتهم الجنسية التي لا تتناسب مع نظم الحياة الأولى، وبعضهم الآخر يريد مجرد أن يكونوا أشخاصاً آخرين لمدة مؤقتة ويتسللون إلى داخل الإنترنت بدور جديد، وآخرون يؤمنون لأنفسهم نوعاً من الملاذ في الحياة الثانية، ينهلون منه القوة لمواجهة أعباء الحياة الأولى.

إن السر الذي يعرفه الكثير من الناس، حتى لو ليس من خبراتهم الذاتية، بل مما يرويه الآخرون، هو الحب غير المعلن. هنا يمكن أن

ينطبق الكلام على «الحياة الثانية» كل الانطباق لأن من يحبون في السر يمارسون في عدد غير قليل من الأحيان حياتين كل منهما منفصلة عن الأخرى، كل الانفصال.

الحياة الثانية: حب في السر:

«عليك بالسرية التامة» هذه آخر رسالة كتبها تشارلز ليندبيرغس Charles Lindberghs إلى عشيقته الألمانية بريجيته هيسهايمر قبيل وفاته. لقد طلب من أم أطفاله الثلاثة، أستريد وديرك ودافيد، التي لم تربطه بها علاقة زواج رسمي، أن تبقي على علاقتهما في سرية مطلقة. فانصاعت لطلبه وصمتت. بقي الأمر سراً حتى عام 2003، عندما كشف الأبناء، الذين أصبحوا رجالاً، سر نشأتهم.

لقد أثبتوا من تحليل DNA بأنهم من صلب ذلك الطيار الأمريكي. عندها انكشفت للرأي العام الحياة المزوجة لهذا الرجل مع عدة نساء رزق منهن سبعة أطفال غير شرعيين؛ لأنه أحب ليس فقط بريجيته من ميونيخ، بل أحب أيضاً أختها ماريتا وسكرتيرته الخاصة الألمانية فاليسكا. عاش الطيار الشهير عدة عقود من الزمن (منذ منتصف الخمسينيات حتى وفاته عام 1974)، حياة مزوجة بكل المعايير لم يكن أحد على علم بها إلا هو وعشيقاته. فلا المؤلفون الذين كتبوا سيرة حياته ما مجموعه 14 مرة، ولا حتى زوجته الشرعية أنا مورو، ساورتهم يوماً ما أي شكوك حول حقيقة حياته. بالرغم من أنه كان قد كتب 150 رسالة حب إلى بريجيته هيسهايمر فقط.

لم يعيش ليندبيرغس مجرد حياة مزدوجة خاصة، بل كان أيضاً يعمل في السر في مجال الاستخبارات. فبتكليف من الحكومة الأمريكية والجيش الأمريكي كان يتجسس على سلاح الملاحه الجوية الألمانية وأبحاث الصواريخ. وكان مشاركاً في برنامج لتطوير السلاح ويستطلع قواعد القاذفات الأمريكية في كل أنحاء العالم. كانت وظيفته الرسمية هي ممثل ومدير شركة الطيران الأمريكية «بان أمريكان». بالنسبة للصحفي رودولف شروك الذي وضع كتاباً عن الحياة السرية للطيار ليندبيرغس كانت تلك شروطاً مثالية «كانت أموره لدى الحكومة الأمريكية وشركتي أيرفرانس وبان أمريكان مترابطة. كان بإمكانه في كل وقت من الليل والنهار أن يركب أي طائرة أمريكية إلى أي مكان يختاره في العالم وفي الدرجة الأولى ومجاناً».

وكذلك أيضاً المهندس المعماري الشهير «لويس كان» Louis Kahn كان عنده ثلاثة أطفال من ثلاث نساء وكان يعيش ضمن هذه الأسر الثلاث. ولم تعلم أي من نساته عن وجود نساء أخريات في حياته إلا بعد أن توفي.

بينما من جهة أخرى لم يكن سراً بكل ما في الكلمة من معنى بأن الرئيس الفرنسي بين عامي 1981 - 1995، فرانسوا ميتران قد أسس أسرة ثانية مع آنا بينغو وابنتهما مازارين. وكانت زوجته وكذلك حزبه على علم بذلك، لكن دون علم الرأي العام.

وانتهت في بداية عام 2007، حياة مزدوجة دامت عدة سنوات لأحد ساسة ألمانيا الاتحادية عبر تقرير نشرته بيلد تسايتونغ Bild- Zeitung نهاية غير متوقعة.

بكل تلذذ نشرت الصحيفة بأن للأب المتزوج منذ أكثر من عشرين عاماً وعنده ثلاثة أبناء، عشيقة منذ ثلاث سنوات يعيش معها في مسكن صغير. فعندما يعيش الناس حياة مزدوجة مع شريكتين أو أكثر نرانا متشوقين وفضوليين للأسمر. كيف يمكنهم ذلك؟ كيف يستطيعون تأسيس عدة أسر دون أن تدري أسرة بوجود الأخرى؟

إن السير العديدة التي كتبت عن حياة الطيار «لينديبرغس» أو «لويس كان» أو «فرانسوا ميتران» تلقى اهتمامنا، ليس لأن الأمر يتعلق بشخصيات بارزة، بل ربما لأنها تصيب الوتر الحساس. ربما كان للمرء نفسه علاقات خارج نطاق الزواج ويعرف السعادة المرتبطة بذلك، وكذلك أيضاً الأعباء المترتبة عليها. ربما حلم المرء نفسه ذات يوم بمثل هذه الحياة المزدوجة، لكنه جفل من تحويل ذلك إلى حقيقة.

ربما بدت للمرء حياته الغرامية جافة ولا مستقبل لها. عندما تهدد الحياة اليومية المرء بالتهامه، وعندما تصبح حياة الوحدة اليومية مجرد روتين وملل، وعندما ينتفي وجود الدوافع والمنظور الشائق للمستقبل، عندها يفكر المرء بالتغيير.

ماذا لو. . . مغرية هذه التلاعبات بالأفكار. فعندما يسمع المرء أو يقرأ عن أناس يحققون رغباتهم في السر، ربما يتحمس. ألا يمكن لحياة ثانية -دون ان تشكل خطراً على الحياة الأولى- أن تكون الحل الأفضل لمثل هذه المشكلة؟ الحفاظ على ما هو قائم بالإضافة إلى إشباع الرغبات التي لم تتحقق بعد؟

توصلت كل من لوسي فونتين وجيني فلارتي عبر استجوابهن للسيدات الأربع اللواتي تم الحديث عنهن سابقاً إلى الاستنتاج الآتي:

«يبدو وكأنهن ينفذن متطلبات علاقة معينة، لكنهن في الوقت نفسه يردن خرق هذه المتطلبات. يتيح لهن سرهن البقاء في علاقة، بينما في الوقت نفسه يرتبطن بعلاقة أخرى، أو يعشن مظهراً آخر من مظاهر حياتهن يعددنه مهماً بالنسبة لهن، لكنه يبدو لهن متعارضاً مع حياتهن الأخرى، بحيث يحافظن على علاقتهن السابقة ويقمن باستغلال أوقات الفشل لاختبار حياتهن الأخرى أو لحل مشكلتهن، لكن في كل الأحوال مع الإبقاء على حياتهن الحالية».

طبيعي أن تثير مثل هذه الحجج تناقضاً، فمثل هذا المطلب يبدو في غاية الأنانية وغير أخلاقي على الإطلاق كحياة الطيار لينديبرغس أو ميتران. ففي النهاية تُمارس الخيانة والكذب على الشريكة الدائمة عن طريق مثل هذا «الحل». فحياة تقوم على الكذب لا يمكن أن تكون حلاً. مع ذلك فإن هذه الحلول موجودة، ووجودها ليس بالأمر النادر كما تثبت وقائع الحياة اليومية. ويذكر المحلل النفسي ولفغانغ شميدباور Wolfgang Schmidbauer وهو من المتعاطفين مع الحب السري الحادثة الآتية:

مثال: إحدى النساء اللواتي يتلقين العلاج عنده تعيش مع زوجها حياة زوجية في نهاية الأسبوع فقط. عندها عشيق منذ عدة سنوات. يوفر لها زوجها الأمن والاستقرار أما عشيقها -وهو متزوج أيضاً- فيشبع رغباتها الأخرى بالتغيير والإثارة والممارسة الجنسية. وبالرغم من أن العشيق يريد الزواج منها إلا أنها لا ترغب بإنهاء حياتها المزدوجة. ومع أنها تحبه كثيراً

إلا أن بعض خصاله لا تعجبها، فهو ذو شخصية مسيطرة وقاسية. وهي لا تريد التضحية بالإثارة الجنسية من أجل الحياة اليومية العادية. رأت نفسها ذات يوم حاملاً لكنها لا تعلم من أي منهما جاء الحمل، وعندما وضعت وليدها اعتبر زوجها أنه أب للطفل، أما العشيق فيعرف أنه بنسبة 50% قد يكون هو والد الطفل. وبالرغم من وجود الطفل استمرت في حياتها المزدوجة.

هل هذا السلوك مستنكر؟ يحذر المحلل النفسي شميدباور من الاستنكار السريع لسلوك هؤلاء المحبين بالسر. لكن من البديهي أن يعترف بأن من الأفضل والأجمل أن يقتصر حب شريكين على بعضهما ويشعران معاً بالسعادة التامة. «وفي الدرجة الثانية هو أن يعتمد الشريك المحب الذي يشعر بالسعادة؛ لأنه يحصل من مكان ما على ما لا يستطيع الحصول عليه مني. وفي الدرجة الثالثة هو الحب لكن غير السعيد. أما الأكثر سوءاً فهو الشريك الذي لا يشعر تجاهي بأي حب البتة ويشكو التعاسة دون أن يكون قادراً على الحصول على ما يمكن أن يشبع رغباته».

وحسب هذه الحجج يمكن أن يكون حتى في صالح الشريك الدائم أو الشريكة، عندما يحاول الطرف الآخر، أن يحل أزمة عدم إشباع رغباته عبر علاقة خارجية.

لكن هذا المنحى من التفكير لا يروق إلا للقلة، حتى لو لا يكون مستبعداً كل الاستبعاد. ولو وضع المرء كل المحاذير الأخلاقية المكبوتة جانباً فسيبتين أن للحب الذي يمارس في السر نواحيه الجيدة بالنسبة لمن «لا يرضن به على نفسه» التي لا تصنيف لها في خانة «الأنانية»، فالحب في الخفاء يوفر، في حالات معينة، فرصاً للتطور لن يكون توفرها من دونة ممكناً.

الحب الخفي يسترجع الحرية المفقودة: «يرى العشيقي السري والعشيقة السرية بأنه في فترة العشق السابق قد تم البوح بالكثير. وحيث كانت الحرية سابقاً، يمارس الآن شريك الضحية المتحمسة آنذاك سلطة يصعب عليه أن يتخلى عنها». هذا ما يقوله ولفغانغ شميدباور عن الفائدة التي يمكن أن تحققها علاقة خارج نطاق الزوجية.

أيضاً «هورست» يعتقد بأنه وقع في حب امرأة ثانية لأن زوجته لم تترك له مجالاً للتنفس. فبعد عشرين سنة من الزواج يتمتع الآن بالحرية غير المعهودة التي منحه إياها الحب الخفي.

مثال: كانت زوجتي تقول لي دائماً: أنا الوحيدة التي تعرفك. إنني أعرفك أكثر مما تعرف نفسك. والسيئ في الأمر أنها محقة إلى درجة معينة. فقد تبين لي من خبرات السنوات التي مضت على زواجنا بأنني لم أخف عنها أي شيء على الإطلاق. كانت تتقدمني دائماً بخطوتين إلى الأمام. لم تكن لي حياة خاصة بي لأنها هي كانت تقرر حياتي. وكان هذا هو السبب الذي جعلني أتفجر. أردت أخيراً أن أعيش مع من يمكن أن أكون بالنسبة له شخصاً جديداً و جذاباً وغريباً. كما أردت أن أبرهن بدوري بأنني قادر على إخفاء شيء عن زوجتي.

إذن هورست فقد الإحساس بنفسه؛ لأن زوجته كانت تفكر وتتصرف عنه. لقد تمرد على حياة يواجهه فيها خطر فقدان هويته. وعلى مدى السنوات التي مضت على زواجه تخلى إلى حد كبير عن شعوره بالـ «أنا» وخضع لشعور «نحن» مع شريكته.

وتحت ضغط الواجبات التي تتطلبها الحياة اليومية وروتين حياة الحب وتوقعات محيطه، لا يبقى للفرد غالباً أي مجال يمكن أن يحقق فيه ذاته. أين ذهبت العفوية والحيوية والطيش التي كانت في السابق؟ ماذا دهم الشاب التي كانت تأتي على قدمين حافيتين وهي مفعمة بالحب مجتازة المسافات؟ أين اختفى ذلك الشاب الذي كان قادراً على أن يتحدث ليالي طويلة بموضوعات الحياة الكبرى بكل حماس؟

إن الحب الخفي يوفر للشخص «المجال الحر المنشود، إمكانية أن يعيش شيئاً جديداً أو يعيد إحياء ذكريات قديمة» حسب شميدباور.

وفي الوضع المثالي يعود العاشق الخفي «نشطاً، منبسط الأسارير، إلى المائدة المشتركة وإلى السرير المشترك، مقتنعاً بأنه كلما خف تعذيب الشعور بالذنب وكلما كان مقتنعاً من أعماق قلبه بأن ما يفعله هو الذي يقرره وهو الوحيد المسؤول عنه».

الحب الخفي يوفر الملاذ الآمن: أحياناً تكون الأسباب الأخلاقية هي التي تردع المرأة أو الرجل عن الانفصال. ربما كانت هناك عقبات مهنية (كوجود شركة أو مؤسسة يشتركان في ملكيتها أو وجود أطفال، أو الحالة المادية) تحافظ على بقاء الزوجين معاً. ربما لا يحدث الانفصال، بل يظل الزوجان يعيشان إلى جانب بعضهما، وليس مع بعضهما. وفي هذه الحالة تبقى الحاجات إلى الألفة والمودة والتلاقي الجسدي غير مشبعة، الأمر الذي ينغص حياة الإنسان على المدى الطويل. فإذا ما أقدم المرء حيال هذا الوضع على حياة ثانية- مع رجل آخر أو امرأة أخرى- يصبح لديه مكان يمكن أن يلجأ إليه، ويجد فيه ما لا توفره له حياته الأولى، يمكنه أن

ينهل منه القوة ويحصن نفسه بالحب السري ضد الصعوبات اليومية في حياته الأولى. وعبر الحياة الثانية يخف، إلى حد واضح، عبء عدم فك العلاقة القائمة في الحياة الأولى، التي تعود لتصبح محتملة، حتى إنها تتحسن باستمرار.

الحب السري يوفر الأمان: من الممكن أن يفضل بعض الذين يمارسون حياة مزدوجة أن يستقروا على حياة واحدة. لكنهم لا يستطيعون ذلك لأسباب ربما تكمن في طفولتهم الأولى؛ إذ ينقصهم الأمن والطمأنينة أو الاستعداد للاختلاط الكلي مع إنسان آخر. فمن أجل «الأمن» يجعلون لأنفسهم حياة ثانية. وقد أوضح فولفغانغ شميدباور هذا الأمر عبر مثال عن امرأة تخون زوجها، حيث يقارن حالتها بحالة فلاح أثناء حرب الثلاثين سنة. «إنها تخاف الهجران وخسارة كل شيء. فتأسيس حياة ثانية لها مثل الفلاح الذي بنى لنفسه منزلاً ثانياً منعزلاً في أعماق الغابات أثناء حرب الثلاثين سنة ليؤمن له ملاذاً آمناً عندما يدمر منزله الأول في القرية».

ماريانا أيضاً عاشت حياة ثانية لأسباب تتعلق بأمن حياتها، لكنها لم تكن تدرك ذلك. فهي المرأة المتزوجة منذ 15 عاماً التي أقامت علاقة سرية مع أحد زملائها قبل أكثر من سنتين. لقد عانت كثيراً هذه الحياة المزدوجة وبحثت عن معالجة نفسانية تساعدها على اتخاذ القرار، لكن النتيجة كانت مختلفة كما تقول:

مثال: لم تهتم المعالجة النفسانية -وكما توقعت- بموضوع الرجلين - الزوج والعشيق فقط- بل تركتني أحكي لها أولاً بالتفصيل عن تورطي

العاطفي، الأمر الذي أخرجني جداً. لكنها سألت بعد ذلك عن أهلي وأصلي وطفولتي. وأثناء الحديث، أصبحت لحادثة جرت في حياتي السابقة أهمية كبيرة، فعندما كنت في السادسة من عمري أدخل والدي السجن لمدة سنتين بسبب جنحة غش صغيرة، كان لها أثرها البالغ على عائلتنا. كان علينا الانتقال من حي راق من أحياء المدينة إلى منطقة تسكنها الطبقة السفلى. فدخلت إلى مدرسة أخرى وأصبحت تلميذة كسولة. لقد فقدنا كل ما كنا قد حصلنا عليه: المال والسمعة والمركز الاجتماعي والأصدقاء. كانت أسرتنا الصغيرة معزولة. لم يعد أحد يريد أن يعرف عنا شيئاً أو يتعامل معنا. ولم يتحسن الوضع حتى بعد خروج والدي من السجن. لم يعد يجد عملاً فقامت والدتي بالعمل في تنظيف بيوت الآخرين، ثم أصيبت بالسرطان وماتت عندما كنت في الرابعة عشرة من عمري. أعتقد أنني كنت ما زلت أتذكر تلك الأحداث جيداً. اتخذت لنفسني طريقاً، ولكن ما لم يتضح لي إلا أثناء العلاج هو أن هذه الأحداث قد زادت من حاجتي القوية إلى الأمن. وأصبح عندي الشعور بأن على المرء أن لا يتكل على أي شيء أو أي إنسان. ولذلك لم أتكلم طوال حياتي حتى هذه اللحظة إلا على نفسي. وإذا ما جعلنا ذلك ينسحب على مسألة زواجي فإن ذلك يعني أنني لم أشأ أن أتكلم على زوجي. وكنت أخشى أن تتبخر حياتنا يوماً ما في الهواء. ولم اشعر بالأمان إلا عبر حب زميلي لي. نعم شعرت عندها بالأمان. استطعت أن أمارس الرقص على حبل الحياة مع رجلين ضمنا لي التوازن. فإذا ما بدا لي تردد أحدهما بقي لي الآخر، وبالعكس.

لقد أدركت ماريانا أثناء العلاج لماذا مارست حياة مزدوجة، ولم يكن من السهل التخلص من ذلك. فالحياة السرية تزيد من أمنها واطمئنانها وتقلل من خوفها من الضياع. فإذا ما فشلت علاقة من الاثنتين بقيت لها الأخرى. وربما كان الطيار شارلز لينديبيرغس رجلاً يعذبه الخوف من الضياع، لا ندري. لكن من الجدير بالتفكير فيه هو أنه كان يحتاج إلى عدة مساكن وأطفال من عدة نساء من أجل الاستقرار على أرض صلبة.

من البديهي أن ذلك ليس حلاً دائماً أن يقوم إنسان تلاحقه المخاوف من الضياع، أو أي مشكلات أخرى، بالسيطرة عليها عبر اللجوء إلى حياة ثانية. لكن يمكن أن يكون ذلك خطوة أولى نحو المزيد من الاستقرار والثقة بالنفس.

فالحياة الثانية تتيح إمكانية تعرّف الاستقلالية، وتقلل من ثَمّ الخوف من الهجران والفسل. ومع الأيام يمكن لإنسان يمارس حياتين، لأسباب تتعلق بأمنه واستقراره، أن يتخلى عن واحدة منهما. وهذا يتم عندما يصبح قوياً بما فيه الكفاية، ويكف عن الشعور باليأس.

وهكذا وصفت تلك السيدة المتزوجة التي لم تعد تحب زوجها للباحثين فيرت وفلارتي الحالة الآتية: «شعرت وكأنني على شفا حفرة كبيرة قائمة لا قرار لها ودب ضخّم أسود يهاجمني. ولم أكن أدري ماذا ينتظرني فيما لو هربت. لكن كنت أعلم أيضاً بأن الأمر لن يختلف فيما لو سقطت في الحفرة أو بقيت على ما أنا عليه. أحياناً كان ينتابني الشعور بالانتظار. استطعت الهرب وظننت بأنني كنت جريئة على نحو لا يمكن تجاهله، للوقوف في وجهه. ومع مرور الزمن شعرت بأنني أصبحت أقوى».

وكذلك المرأة السحاقية التي لم تصرح لوالدتها بحقيقة مشاعرها الجنسية تحدثت عن نمو قدرتها. فقد شعرت - بالرغم من كل إحساسها بالذنب - أيضاً بالقوة والجرأة. واستطاعت أول مرة أن تنقف في وجه والدتها. ومع أنها أسفت لأنها لم تصل إلى هذه الاستقلالية إلا عن طريق سر، إلا أنه كان الفصل الأول في المقاومة ضد الرقابة الزائدة.

فمن يقرر أن يقيم حياة ثانية فإنه قلما يبقي على هذا القرار مدى الحياة كما فعل الطيار شارلز لينديبيرغس. فغالباً تبقى الحياة المزدوجة قائمة إلى أن يصل المرء إلى قرار يراه صائباً، أو تنتهي مرحلة مهمة من مراحل التطور.

أما مدى أهمية وجود «حياة ثانية» بالنسبة للكثير من الناس فلا تظهر فقط عبر المحبين السريين. فبأساليب أخرى أيضاً يحاول بعضهم أن يعيشوا بهوية أخرى، أو على الأقل يخرجون مؤقتاً من نمط الحياة المألوفة. فكثيراً ما يشبعون هذه الرغبة باللجوء إلى شبكة الإنترنت.

حياة ثانية تصبح فيها شخصاً آخر:

غالباً ما لا تتوافر للمرء في الحياة العادية إلا إمكانيات قليلة للتغيير. حيث يبدو كل شيء محددًا المهنة وشريك الحياة والأسرة والبيت والأصدقاء ووقت الفراغ. والحياة تمضي دائماً على وتيرة واحدة. والقلق الذي يلحظه المرء عند السؤال: هل كان هذا كل شيء؟ ليس سببه غالباً الرغبة بتغيير جذري في نمط الحياة. فغالباً ما يتعلق الأمر بمجرد إمكانية قدرة الإنسان، على الأقل بين الحين والآخر، على الخروج من جلده، أن يصبح إنساناً آخر، وهذه الفرصة يتيحها الآن الإنترنت.

وجهت عالمة الاجتماع في معهد ماساشوستس للتكنولوجيا شيري توركل Sherry Turkle أسئلة لـ 200 مستخدم للعبة الإنترنت المسماة The Sims حول سحر هذه اللعبة. لقد جعلت هذه اللعبة من الحياة الحقيقية موضوعاً لها؛ لأنه يمكن للاعبين، وحسب ما يفضلونه، التعامل مع عائلة سيم Sim. لديهم الحرية في إضفاء ملامح شخصية على أفراد هذه العائلة. يجهزون لهم المساكن، ويجدون لهم الأصدقاء، ويعطونه المهن التي يرغبون، ويذهبون معهم للتسوق. وعندما يبعثون الحياة في أفراد عائلة «سيم» يمكن للمرء أن يراقبهم كيف يشقون طريقهم. ويمكن للمرء أيضاً أن يتحكم بمصيرهم. والشيء الممتع في ذلك أن هؤلاء الناس الافتراضيين يتحولون إلى ممثلين للاعبين أنفسهم. ودون الإقدام على أي مخاطرة يمكن لهؤلاء أن يجربوا حياة بديلة. ماذا سيكون لو... مثل هذه الأفكار يمكن للاعب الحاسوب أن يدعوا شخصيات اللعبة تجربها. ماذا يمكن أن يكون لو كنت أكثر جاذبية وغير متزوج؟ ماذا يمكن أن يكون فيما لو كنت غنياً؟ ماذا يمكن أن أكون فيما لو لم أكن امرأة، بل رجلاً (أو العكس)؟.

يمكن للاعبين أن يعيشوا رغباتهم وتخيلاتهم عبر عائلة سيم وملاحظة ماذا يجري. فإمكانية أن يجرب المرء حياة أخرى، واتخاذ هوية أخرى، وتجربة أدوار جديدة، هي التي تشكل النجاح الهائل للعبة الحاسوب هذه.

يكون اللاعبون لأنفسهم أسرة، كما كانوا يريدون دائماً، ويجعلون فيها لهم إخوة وأخوات غير موجودين أصلاً، ويخلعون على أفراد الأسرة

المفترضة صفات شخصية ماجنة، كانوا يرغبون بها أصلاً. باختصار إنهم يجربون، باستخدام شخصيات أسرة سيم، حياة أخرى دون الخوف من أي نتائج مترتبة على مثل هذا السلوك.

وعلى غرار لعبة The Sims هناك لعبة أخرى تحمل الرسالة المغرية حتى في اسمها وهو «حياة ثانية» Second Life اخترعتها شركة Linden Lab للكمبيوتر في كاليفورنيا وأصبح عدد المعجبين والممارسين لها الآن يقدر بعدة ملايين. يزداد هذا العدد أسبوعياً بمعدل /100/ ألف لاعب جديد.

في لعبة «الحياة الثانية» يخترع اللاعبون نوعاً من «الأنثى» مستلهمة من التراث القديم مثل أفاتار Avatar² أي القرنين. وهذه «الأنثى الثانية» «تنفذ» الأوامر الخاطفة السريعة «للأنثى» الأولى. وهذه يمكنها أن تزود قرينتها بكل ما لا يتوافر لها في الحياة الحقيقية: عضلات، ثياب فخمة، قد رشيق، بيت الأحلام، أصدقاء موثوقون وربما أيضاً جنس آخر. وكما ظهر من الاستبيان يتجلى قرين 27% من النساء في رجل وقرين 8% من الرجال في امرأة. وفي لعبة «الحياة الثانية» يمكن لكل فرد أن يعيش أحلامه ويأخذ استراحة من الحياة اليومية الواقعية الأقل إثارة. وإلى جانب ذلك يمكن للمرء في هذه الحياة الثانية أن يصبح غنياً. فمن يتعامل بإتقان مع عمله «الحياة الثانية» وهي «ليندن دولار» يمكنه حتى إن يحقق لنفسه حلم أن يصبح مليونيراً.

يقضي اللاعبون وسطياً 15 ساعة في الشهر في «حياتهم الثانية» وبعضهم أكثر من ذلك. وثالث عدد اللاعبين الذين تزيد أعمارهم عن

21 سنة يقضون في العالم المفترض وقتاً أطول من الوقت الذي يقضونه في مكان عملهم الحقيقي.

إن السحر الذي تتسم به هاتان اللعبتان على الحاسوب The Sims و Second Life يدل على الشوق الكبير لدى بعض الناس إلى حياة أخرى. أي إلى حياة ثانية. فالحاجة إلى تبديل الهوية، إلى تحرر مؤقت على الأقل من الضغوط الحقيقية، وإلى «أنا» أخرى، كبيرة جداً. وينطبق ذلك بشكٍ لخاص على أولئك الذين يعانون في حياتهم الواقعية. وهم الأشخاص الخجلون والمتخوفون والمتحفّظون. فهؤلاء يجدون في شبكة الإنترنت ما لا يجرؤون عليه في الحياة اليومية الواقعية. إنهم يصبحون حازمين ويخرجون عن طبيعتهم، وهذا ما أثبتته على سبيل المثال دراسة بريطانية. حيث أجرى العلماء اختباراً للشخصية على مستخدمي الإنترنت تتراوح أعمارهم بين 18 - 62 سنة. ثبت لهم فيها بأن قسماً منهم لديه شعور ضعيف جداً بالقيمة الذاتية. هؤلاء بالضبط هم من يرتاحون لشبكة الإنترنت، فهنا لا يرون أنفسهم محرجين، وقلما يهتمون بما يفكر الناس عنهم. «في الإنترنت أعبّر للآخرين عن أشياء لا يمكنني مثلاً أن أخبر بها أحداً في حفلة ما». كما قال أحد أفراد عينة البحث. وقال آخر: «لدي علاقات عبر الإنترنت مع أشخاص ربما لن ألتقي بهم على الإطلاق». على شبكة الإنترنت يتصرف الناس على نحو يختلف عن تصرفهم في الحياة الحقيقية، ومن ثمّ يحصلون على خبرات مختلفة.

وعلى غرار العلاقة العاطفية خارج إطار الزوجية توفر الشبكة الدولية فرصة ممارسة «حياة ثانية إلى جانب الحياة المعلنة». فما

يمارسه الإنسان في العوالم الافتراضية، وكيف يتصرف، والهوية التي يضيفها على نفسه، يبقى سراً.

على شبكة الإنترنت لا يُعرف الشخص إلا عبر شخصيته الافتراضية، بينما في العالم الواقعي لا يعرف أحد عادة أي شيء عن «الأناء» الأخرى لديه، التي خلقها لنفسه. «أعتقد أن ما يفعله الناس الآن على الإنترنت له أهمية نفسية عميقة؛ بمعنى أنهم يستخدمون هويات مختلفة للتعبير عن مشكلات وتجرب إيجاد حلول لها دون تحمل أي تبعات مترتبة على ذلك». كما تقول شيري توركل مضييفة: «مثل هذا التبديل للهوية يوفر، على الأقل مؤقتاً، حياة آمنة في السر، يحصل منها الباحثون عن هوية أخرى على أفكار، وعلى القدرة لمواجهة الحياة الحقيقية، أو على فترة استراحة من أعبائها».

الحياة الثانية هي أن تستمتع برغبات «محظورة»:

«سيفرين سيريزي» ربة منزل بباريسية شابة جميلة وزوجة الطبيب «بيير» تحب زوجها لكن لا يمكنها أن تتسجم معه جسدياً. وبدلاً من ذلك تستسلم للخيالات المثيرة والماسوشية إلى حد ما، والمبهمة، من أجل إشباع رغباتها الجنسية. أخيراً تحولت إلى داعرة تعمل في مؤسسة للدعارة أثناء ساعات بعد الظهر، بينما تظهر أثناء ساعات قبل الظهر لزوجها بأنها عقيلة الطبيب الفاضلة والعتيفة. وبعفتها «حسناً النهار» Belle de jour فقد سحرت أثناء خدمتها في ساعات بعد الظهر الموظف في البوليس الجنائي مارسيل هنري، صديق زوجها، الذي سبق أن اشتهى سيفرين جنسياً.

سيفرين سيريزي هي بطلة رواية، خلقها المؤلف جوزيف كيسل واشتهرت عبر تحويلها إلى فيلم سينمائي للمخرج الإسباني لويس باينول جسدت فيه كاترين دونوف الدور المزدوج للسيدة سيريزي. هل هي شخصية متألفة الألوان غير موجودة في الحياة الواقعية؟ إن من يعتقد بأن مثل هذه الكائنات المزدوجة ليست موجودة إلا في مخيلة كاتب روائي، فهو مخطئ. لأن أشخاصاً حقيقيين يمارسون حياتهم أحياناً في مجالين يختلف كل منهما عن الآخر كل الاختلاف. وجوزفين خير مثال على ذلك:

مثال: جوزفين متزوجة وتعمل رسامة في حياتها العادية، أما في حياتها الأخرى فتضرب وتضرب، وتُذَل وتذَل. جوزفين تحب السيطرة. تعذب زبائنها بملاقط الغسيل وتلفهم بأكياس النايلون التي تحفظ فيها المواد الغذائية لتخزينها في البرادات. يأتي إليها الساديون والماسوشيون. يعيشون أسرارهم عند جوزفين وتعيش جوزفين أسرارها معهم.

اكتشفت ولعها بالألم منذ أن كانت في الخامسة عشرة من عمرها. جربت ذلك على نفسها، إلى أي مدى تستطيع المضي في ذلك. فلاحظت الرغبة الجامحة في إذلال نفسها وإذلال الآخرين.

ولجوزفين القدرة على ممارسة حياة مزدوجة من دون إشكالات. زملاؤها لا يعرفون ذلك، فهي محبوبة وتقوم طواعية بساعات عمل إضافية تختفي بعدها في الأستوديو وتجعل زبائنها يتلون ألماً من القيود وربطهم بالكلايب والجنازير. ومساء تلوح بالكرباج وعند الصباح تعود للجلوس بكل هدوء إلى الحاسوب.

جوزفين لا تستطيع التخلي عن أي من حياتها: للهدوء والأمن والطمأنينة في عالمها العادي أهمية التوتر المشوب بالرغبة الجامحة نفسها في حياتها السرية. تكسب المال الكثير من زبائنها بحيث تعيش منه حياة مترفة، لكن في هذه الحالة لا يبقى عالمها إلا نصف عالم. فهي بحاجة إلى حياتين بآن واحد لتشعر بالسعادة. ولا تريد التخلي عن أي منهما.

حياة ثانية أخرى في منتهى السرية يعيشها القاضي الذي قدم نفسه باسم جويكاتون إجابة عن إعلاننا تحت عنوان «البحث عن أسرار». ويبدو من حكايته أيضاً أن لبعض الناس إمكانية أن تكون لهم كينونة رسمية تختلف كل الاختلاف عن حياة أخرى سرية يمارسونها.

× مثال: أحب ارتداء التنانير جداً. بدأ معي ذلك في سن الثانية عشرة. كان في غرفتي آنذاك خزانان للملابس. في واحدة منها ملابس (الجاكيت والبنطلون). وفي الأخرى كانت تنانير والدتي معلقة. ومن قبيل الفضول قمت ذات يوم بارتداء تنورة تشبه تلك التي يرتديها رجال «سكوتلاندا» وكنت وحيداً في الغرفة. ثم قمت بعد ذلك بتكرار هذه الفعلة باستمرار.

حتى عندما انتقلت للسكن في المدينة الجامعية أثناء دراستي لم تفارقتي هذه الرغبة. ففي عشية العطلة الدراسية أو عشية سفري إلى أهلي في نهاية الأسبوع كنت أفكر وأنا في سريري بكل السرور: أي تنورة سأرتدي عندما أعود إلى البيت؟

أول تنورتين لي اشتريتهما بنفسني قبيل البدء بدراستي الجامعية. وقبلها كنت أنتقي تنوراتي من تلك التي كانت والدتي تصنّفها كملاص قديمة. وهكذا قمت بارتداء كل ما كان لوالدتي ولو مرة واحدة.

ولحسن الحظ لم يطلع والداي البتة على حياتي السرية هذه. والآن توفيا. فقط خزانة الملابس التي كنت أعيش قريباً منها أحياناً عندما كنت طالبةً هي التي زادت من ولعي بالتنانير. أخيراً هي التي يسرت لي سبل الاختيار. وبالنسبة لسيدة كانت آنذاك فوق السبعين كان هذا العدد كبيراً جداً.

أنا الآن متزوج منذ ست سنوات ونصف ولا علم لزوجتي بهذا السر. وكل نحو أربعة أسابيع تسافر زوجتي لبضعة أيام في زيارة أختها. تكون هذه الأيام بالنسبة لي «أيام التنانير». أسافر إلى أماكن تبعد ما لا يقل عن 100 كم عن المكان الذي أسكن فيه. وهناك أمشي وأنا أرتدي التنورة حيث لا يعرفني أحد.

حسن أن أصبح لدينا الآن خدمة الإنترنت والبريد الإلكتروني حيث إنشأت لنفسي عنواناً يمكن أن أظهر فيه تحت اسم مستعار هو «جوبكاتوم» وأتبادل الرسائل مع معنيين آخرين. أما سبب اختياري لاسم جوبكاتوم فهو: أولاً اسم توم أو توماس هو اسم يحمله الكثير من الرجال. وباعتباري صديقاً للغة الروسية فقد أخذت منها اسم «جوبكا» أي التنورة. وعلى فكرة فأنا أعرف ترجمة كلمة تنورة في أكثر من عشر لغات.

إن ميلي للتنانير هو نوع من «القوة المضادة» فهذا السر يمنحني القوة. حيث يساعدني مثلاً على التخلص من ضغوط المهنة. فعقب قضية دعوى لم تكن موفقة كنت مرة في غاية الإنهاك. فأخذت استراحة وسافرت لمدة يومين بعيداً. وعندما ارتديت التنورة أثناء السفر شعرت بالارتياح.

أساساً استلهم القوة من حقيقة أنني استطعت أن أكتفم ولعي بالتناير لعدة عقود من السنوات. وكثيراً ما أفكر: عندي شيء يخصني وحدي مئة بالمئة، الأمر الذي يعدّ بالنسبة لي في غاية الأهمية.

وفي حالة أخرى كحالة «جويكاتوم» أقدم رجل على البوح بسرّه استجابة للإعلان الذي نشرناه «البحث عن أسرار».

× مثال: هل السر الذي احتفظ به هو سر رجل أو سر امرأة؟ هذا هو وصفي الذي طالما فكرت به جيداً لمشكلتي.

عمري 45 عاماً ومتزوج، عندي طفل وأعمل في الحمامة. بالنسبة للجميع (تقريباً) فأنا رجل منسجم كل الانسجام مهنيًا واجتماعيًا وعائليًا. اسمي كرجل «أوفه» وليست هناك أي مظاهر توحى بشيء آخر. ومن ناحية أخرى أعيش أوقاتاً من حياتي كامرأة، فيكون اسمي فيها «جوليا». لدي صديقات وأشارك في مجموعة هواة تهتم بالكتب. وأقوم برحلات يومية. . . وكل ذلك بشخصية امرأة. ولست أدري حتى الآن فيما إذا كنت حسب التعبير الفني الدقيق Transvestit³ أو أنني نقطة تصالب بين الجنسين من حيث اللباس Crossdresser. إنني لست جنساً وسطاً يريد تغيير جنسه أو لدي القناعة بأنني يجب أن أكون امرأة بعد إجراء العمليات الجسدية المناسبة. فأنا رجل بجسد رجل لكن تتنابني حالة أشعر فيها بالحاجة إلى أن أعيش الجانب الآخر من نفسي وهي أنثوية واضحة.

كما يمارس «جيرد» أيضاً حياة سرية ثانية، فهو متزوج ويعمل مديراً لشركة متوسطة. لديه ميل بارز نحو جوارب النايلون واخترع طريقة يعيش

فيها معاناته هذه دون أن يتعرض لخطر الازدراء من قبل الوسط الذي يعيش فيه.

مثال: سري هو أن النساء اللواتي يرتدين الجوارب المصنوعة من النايلون يثرنني على نحو قوي. فمجرد التفكير بهذه المادة الناعمة يحرك مشاعري. وحاجتي لهذه المادة تكون قوية جداً لدرجة أنني اقتنيت مجموعة كبيرة منها. وحيث يمكن للمرء التعامل مع الإنترنت باسم مستعار فلم يعد الحصول عليها يشكل مشكلة.

لقد لاحظت وأنا في سن الثالثة عشرة بأنني أعجب بالنساء اللواتي يرتدين الجوارب المصنوعة من النايلون. عمري الآن 37 عاماً، إذن أنا أحمل سري هذا منذ 24 عاماً. ولا أستطيع الحديث عن شهوتي هذه إلا مع معاري في عن طريق الإنترنت. مع أن زوجتي تعرف حبي للنايلون لكن لا يمكنني الحديث معها حول هذا الموضوع. وعليّ أن أخفي عنها مجموعة مقتنيات من النايلون في مكان لا تصل يدها إليه.

لقد أصبح ميلي للجوارب سراً؛ لأنني فكرت وأنا في سن الصبا بأن سلوكي هذا غير طبيعي. وأما إخفائي هذا السر عن زوجتي فهو لأنني أحبها ولا أريد أن أفقدها. حتى ضمن دائرة معاري لا يمكنني أن أتحدث عن مشكلتي، إذن لم يبق لي سوى كتمانها. وهذا مما يثقل علي جداً، لأنني أحس دائماً بحاجة إلى النظر إلى هذه المادة ولمسها. وعلي الانتباه والحذر من أن لا أقوم أثناء إحدى الحفلات أو المناسبات بتمرير يدي على ساق سيدة ترتدي مثل هذه الجوارب. وبالشوق نفسه لهذه المادة أقوم أحياناً بارتداء مثل هذه الجوارب لكن مع كل الحذر والخوف من أن

يلحظ أحد فعلتي هذه. أحياناً يكون شوقي كبيراً لدرجة أنني أرتدي مثل هذه الجوارب وأذهب بها إلى عملي.

«غيرد» تثيره جرابات النايلون ولجوبكاتوم ولع خاص بالتنانير و«أوفه» يحب أن يتحول أحياناً إلى جوليا. أما بالنسبة لجوزفين فأمرها ضرورة حياتية.

الأربعة لا يريدون البتة التخلي عن إمكانية وجود حياة أخرى إلى جانب حياتهم العادية. ولأن لبس النايلون أو التنانير بالنسبة للرجال غير وارد على الإطلاق في مجتمعنا، ولأن الناس الذين يشعرون بالسعادة في العيش بجنسين سرعان ما يوصفون بأوصاف غير لائقة، فإنهم مضطرون لكبت ميولهم وأهوائهم لولا إمكانية وجود حياة ثانية يعيشونها في السر. ففي الحياة الأولى لن يجدوا تهماً. فماذا عن استقرارهم النفسي لو لم يكونوا يمارسون حياة ثانية؟ إن الإجابة عن هذا السؤال لن يكون إلا افتراضياً. ولولا ذلك لكانت إمكانية معاناتهم النفسية بوجه من الوجوه لا شك كبيرة جداً.

الحياة الثانية توفر للمرء حقه من السعادة:

يثبت ما أدركه عالم الاجتماع جورج سيمسل منذ بداية القرن العشرين صحته في جميع الروايات التي قصها علينا أولئك الذين استجابوا لإعلاننا «البحث عن أسرار» بأسماء مستعارة. فالأسرار توفر «توسيعاً هائلاً للحياة» لأن «الكثير من مضامين الحياة لا يمكنها أن تظهر علناً». فالقاضي لا يمكنه أن يرتدي التنورة أمام الرأي العام. ولا يمكن لأب أن

يرتدي جوارب النايلون النسائية في حفل عيد ميلاد ابنه. ولا يمكن لسيدة أعمال أن تقض عن نفسها في مكان عملها. كثير من الناس لن يشعروا بالسعادة لو لم تكن هناك إمكانية وجود حياة ثانية.

أيضاً «شارلوت» التي روت لنا أختها غير الشقيقة «ساينا» قصتها، لا يمكن أن تكون إنساناً سعيداً لو لم تكتشف إمكانية أن تعيش حياة في السر. بعض الناس يحملون معهم أسرارهم إلى القبر. ولكن ذلك أيضاً ليس ضماناً أن لا يطلع عليها أحد من الناس. في بعض الحالات يتم الكشف عن أسرار حاملاً توفي حاملاً أو حاملتها. والقصة الآتية بدأت أحداثها أيضاً في إحدى المقابر:

مثال: أثناء دفن أختها غير الشقيقة «شارلوت»، التي تكبرها بتسعة وعشرين عاماً التقت ساينا رجلاً كهلاً بدا أنها كانت تعرفه. وعندما اقترب منها عرفته. لقد كان منذ وقت طويل تلميذاً من تلامذة أختها. كان يسكن على مقربة منهم، وكانت شارلوت مهتمة جداً بأمره كما تتذكر. وعندما رحبت بالمشارك في العزاء بادرت به بقولها: «أنت إذن هربت، لقد كانت أختي تحبك كما لو كنت ابنها» نظر إليها هربت بجدية وحزن قائلاً: «لا بل أكثر من ذلك». بدا لساينا التي كانت في حداد على أختها غير الشقيقة وكأن الزمن قد توقف للحظة. فلم تستطيع أن تصدق ما سمعته للتو. هل كانت شارلوت على علاقة مع ابن الجيران الذي تكبره بأربعة وعشرين عاماً؟

هل كانت أختها، التي كانت ترى فيها سيدة مثقفة وجدية، تكن للفتى، الذي كانت تعطيه دروساً خصوصية، أكثر من المشاعر التربوية؟

بدا لها الأمر مستحيلاً. لكن البراهين عند هيربرت: الرسائل والصور والذكريات.

شعر هيربرت بالراحة وهو يحكي لأخت حبيبته غير الشقيقة عن السر الذي يحمله منذ سنوات طويلة عن حبه الأول والأهم في حياته لأختها المتوفاة. وشيئاً فشيئاً أدركت الأخت الصغرى كيف تحولت دهشتها إلى سعادة صامتة. لقد أسفت لمصير شارلوت البائس. فقد كانت في السابعة عشرة من عمرها عندما توفيت والدتها في مرض السل. وبوصفها الأكبر سناً بين خمسة أطفال كان عليها أن تتحمل مسؤولية الأسرة. فقد اعتنت بإخوتها كأنها أمهم، وكانت تقوم على خدمة أخت أصغر كانت مصابة بمرض بالتهاب الدماغ الذي لا شفاء منه. وبالرغم من هذا العبء استطاعت الحصول على شهادة الدراسة الثانوية ثم درست في الجامعة وأصبحت معلمة، معلمة نشيطة، استطاعت أن ترتقي بعدها إلى مدرسة في المرحلة الثانوية.

وعندما أراد الوالد الزواج ثانية بعد ثماني سنوات لم تكن سعيدة بذلك. فقد اعتبرت أن لا لزوم لهذا الزواج لأنها كانت تدير كافة شؤون البيت، والأسرة ليست بحاجة إلى أم جديدة. لكنها لم تستطع أن تحول دون زواج والدها. وعندما ولدت أختها من الزوجة الثانية «سابينا» تقبلت هذا المخلوق الجديد ضمن الأسرة وكانت الأخت التي تكبرها بتسعة وعشرين عاماً وتعتني بها. عاشت شارلوت حتى وفاتها مع أختها الصغرى من أمها حياة لم تكن تخلو من صراعات.

كانت سابينا معجبة بأختها غير الشقيقة التي تكبرها بسنوات عديدة لقدرتها واستعدادها للتضحية. لكن كان يؤلمها أن لا يكون لأختها - كما

كانت تظن حتى حدث ذلك اللقاء العفوي في المقبرة- حياتها الخاصة وقليلاً من السعادة.

لكن هربرت رسم ملامح صورة أخرى لأختها. وهكذا تحولت شارلوت فجأة إلى امرأة لها شهواتها وحياتها العاطفية، إلى امرأة جريئة. ولو أن الأمر قد افترض نالت جزاءها بسبب التغيير بفتى قاصر وأصبحت محترقة في المجتمع.

هنا لم تكن المعلمة والتلميذ شريكين متكافئين من حيث الفارق الكبير في السن. كان هربرت بالنسبة لأختها، وبالرغم من يفاعته، الشريك المناسب. وهذا ما كانت ساينا مقتنعة به لأنه -وكما كتب ساينا في رسالة عقب لقاؤهما أثناء دفن شارلوت- كان بسبب الأوضاع السياسية أسرع نضجاً. «كنا بعد الحرب رجالاً ذوي خبرة، واثقين بأنفسهم، طموحين وأنضج مما تتبى به أعمارنا الحقيقية».

«كانت علاقتها مع تلميذها هي السعادة الأكبر في حياتها، كما تقول الآن الأخت غير الشقيقة، التي تلقي الآن ضوءاً آخر على حادثة جرت قبيل وفاة شارلوت: عندما اشتد عليها المرض كتبت رسالة إلى تلميذها السابق هربرت وطلبت من أختها الصغرى أن تنقلها له. لكن الأخت لم تكن تعرف عنوانه ولم تكن تعلم ماذا يمكن لهذه الرسالة أن تكون. فأخبرت ساينا عنها وتوصلت الشقيقتان إلى قرار بأن الرسالة تتعلق بالحالة الحرجة التي تمر بها أختها الكبرى. فحرقنا الرسالة. والآن بعد لقاء ساينا مع هربرت في المقبرة اتضح لها أن شارلوت لم تكن مشوشة الذهن. بل كانت تريد أن تودع حبيب عمرها. كان أسفها لا يوصف لأن

الرسالة لم تصل إلى المرسل إليه، لكنها كانت فرحة في أعماق نفسها بالسر الذي خفف من أعباء الحياة على أختها وجعل لها قيمة؛ لأن علاقة حبها مع هربرت كانت أكثر من مجرد علاقة، كما أكد في رسالته -وهو الآن رجل كبير السن- إلى سابيننا قائلاً: «تبقى بالنسبة لي أروع امرأة التقيت بها في حياتي».

لو أن شارلوت لم تعيش إلا حياتها الواعية لواجباتها، المفعمة بحس المسؤولية، كابنة وكأخت وكمعلمة، فلربما كانت قد ماتت بتعاسة، ولما كانت قد عاشت الجانب الأنثوي من حياتها، ولما عرفت من الحياة سوى حبها للعناية بالآخرين وبأخوتها. لقد استطاعت أن تزيح كل التقاليد، وبالتأكيد أيضاً أن تنتصر على المخاوف الماثلة أمامها، وتقر بمشاعرها؛ لأنها عاشت حياة ثانية إلى جانب حياتها الرسمية، ودفعت لقاء ذلك ثمناً باهظاً. لكن عبر سرها عرفت أيضاً «توسيعاً هائلاً» لكيونتها. لقد استطاعت أن تطلق وتعيش جوانب في شخصيتها، ربما كانت ستخفيها في حياتها الأولى العادية، لو أنها كتمت حبها لتلميذها. من هنا نقول إن من حق الإنسان الحصول على السعادة، وأن من المسوح به الكذب على إنسان نحبه جداً. ومصطفى مقتنع أيضاً بذلك.

× مثال: مصطفى مولود في تركيا التي غادرها في يفاعته إلى ألمانيا. واجه في بداية حياته هناك مشكلات اندماج في مجتمعه الجديد. وسلك في فترة من حياته الطرق الخاطئة. ثم تعرف شاباً ألمانية ساعدته، بالحب وقوة العزيمة، في الوقوف على قدميه، فتزوجا. اتخذ من اسم عائلتها اسم عائلة له؛ لأن زوجته كانت ترى بأن أحداً لا يستطيع أن يلفظ اسمه

التركي. وبالتعاون تخلصا من الديون التي كانت تلاحق مصطفى وأسسا معاً شركة صغيرة. بداية الأمر رضي بأن تقوم زوجته بملاحقة كل شيء؛ لأنه لم يكن يحسن حل الأمور مع السلطات الألمانية المختصة. وأبدى أيضاً تفهماً لمسألة أنها لم تسمح له بتكوين ثروة خاصة. أخيراً ظهر أنه لم يكن حكيماً فيما يتعلق بالأمور المالية. فقد صعب عليه أن ينفذ مزيداً من طلبات زوجته الشابة. فلم يكن مسموحاً لأصدقائه من الوطن زيارته في منزله. فمن أجل تسهيل عملية اندماجه في الوسط الألماني لم يُسمح إلا للأصدقاء والمعارف الألمان أن يكونوا في عداد المقربين منهما. وبالفعل خضع مصطفى لكل رغبات واقتراحات زوجته، فقد كان يحبها. وكانا سعيدين معاً. أما الشيء الذي كانت زوجة مصطفى تجهله فهو أنه كان يمارس حياة تركية بالإضافة إلى حياته الألمانية. كان له مقهاه الذي يرتاده بانتظام، وحناته التي يلتقي فيها مع أبناء بلده، وكانت له أيضاً عشيقة تركية. ولولا هذه الحياة المقابلة لما كان باستطاعته -كما يعتقد- أن يحافظ على استمرار حياته الزوجية: «كنت بالتأكيد سأقدم يوماً ما على التحرر من كل شيء وإلقائه بعيداً. ولكن بهذا الأسلوب لي عالمي الخاص الذي زادني قوة. ولو أن زوجتي كانت على علم بهذا العالم لكانت ربما لاحقتني وشعرت بأنني أخونها، لكنني أرى بأنه فقط مع هذا العالم السري، الذي أجد نفسي فيه قريباً من وطني، يمكنني أن أكون الزوج الذي ترغبه».

إن الميل الجنسي غير العادية والتوق إلى ممارسة الحب خارج نطاق الزوجية، والخجل من تحرير الحاجات من الضغوط القائمة بين وقت وآخر، والرغبة في عدم إنكار الجذور الثقافية، مهما كانت الأسباب

الكامنة وراء ممارسة الحياة السرية، يبقى الدافع لاختيار حياة ثانية هو واحداً في جميع الحالات:

فالمرء يريد مساعدة تلك الجوانب في شخصيته التي لم يعيشها، التي لا يمكن الكشف عنها في الحياة اليومية العادية، في الوصول إلى حقتها. يريد أن يشعر بأنه إنسان كامل مدة من الوقت، دون التعرض للحدود غير المرغوبة وجور الحياة «العادية». يريد على الأقل بين مدة وأخرى أن يعيش حاجات مهمة. كما يريد أن يشق طريقه دون أن يتأثر بالآخرين. كيف يقول جوبكاتوم؟ «لدي شيء يخصني وحدي بنسبة 100% وهذا بالنسبة لي في غاية الأهمية». فمن يفضل، لأسباب أخلاقية أو غيرها، في الاحتفاظ بسر يتناول جانباً معيناً من جوانب شخصيته، يفضل إلى حد كبير أيضاً في مجمل حياته.

ليس شرطاً أن تكون دائماً مظاهر رغبات، مثل الميول الجنسية الخاصة أو حباً ممنوعاً أو تبديل هوية، بل يمكن أن تكون أيضاً رغبات وحاجات تبدو أقل أهمية، يعتقد المرء بأنه غير قادر على تحقيقها - تستحق أيضاً التحقيق على الأقل في حياة ثانية. وهكذا تسمح لنفسها إريكا مثلاً بين الحين والآخر بإجراء أحاديث مع المختصة النفسية، لا يطلع عليها أحد:

× مثال: أنا متزوجة من أحد السياسيين. وأسررتنا معروفة - طبعاً - جداً في منطقتنا، ونعيش إلى حد ما عيشة لافئة للنظر. يتوقع زوجي مني أن أكون له عقيلة نموذجية تشكل سنداً له، وهذا ما أفعله. لكن في ظل هذه العلاقة فأنا دائماً من يعطي. أما هو فيأخذ فقط. أنا أدعمه وأعتني بالعلاقات الاجتماعية وبمنزل يشعر فيه المرء بالراحة. أما من أين لي تلك القدرة

فلا يسأل البتة. كنت ذات مرة في غاية الاضطراب لأن صبري قد نفذ شيئاً فشيئاً. وخفت أن أصاب بالكآبة. لحسن الحظ عثرت آنذاك على مختصة نفسية ساعدتني على الخروج من هذا القنوط. لم يكن الأمر معالجة نفسية، بل كنا نتبادل الحديث. وذات مرة ارتأت هذه المختصة بأنني لم أعد بحاجة إليها. وكان ذلك صحيحاً. لكن مجرد التصور بأنني قد لا أجد في المستقبل مرة أخرى من أتحدث إليه كان يخيفني. ولذلك سمحت لنفسني بالتردد على المختصة النفسية بين الحين والآخر لأنهل منها القوة التي تمدني بالثقة بالنفس والشجاعة دون أن يعلم أحد، وهذا أفضل. هذه الأحاديث مع المختصة النفسية هي ملكي الخاص الوحيد. إنها سري الذي يساعدي ويوفر لي إمكانيّة تنفيذ مطالب زوجي ومتطلبات الحياة.

مهما كان الدافع الذي يؤدي إلى ممارسة حياة ثانية، يجب على حامل السر أن يكون على بينة من أمر واحد، وهو: عندما «يفر»، وعندما يُكتشف ملاذه لا يستطيع في أكثر الأحيان أن يحسب حساب أن الآخرين سوف يتفهمون سلوكه. ومن هنا تكون الحياة الثانية دائماً حياة مغامرة.

تضم المجموعة القصصية بعنوان «طاولة الليمون» تأليف يوليان بارنز قصة تحمل عنوان «قنص الشجرة المثمرة» يصف فيها المؤلف كيف يمكن لحياة ثانية وديعة في البداية أن تقلب كل شيء رأساً على عقب عندما تُكتشف:

تم اكتشافها على الوجه الآتي: يتعلق الأمر ببيصلات نوع من الزهور. كان على صديقة من قرية مجاورة أن تقوم بإيصال عدد من بصلات زهر النرجس. قالت أُمي إن والدي سوف يقوم بجلبها معه وهو في طريق عودته من الفيلق البريطاني. فاتصلت هاتقياً بالنادي تريد التكلم معه.

لكن السكرتيرة قالت لها إنه غير موجود. وعندما تلقت أمي الإجابة التي لم تحسب لها حساباً عزت ذلك إلى غياب محدثتها على الطرف الآخر عندما قالت لها: «إنه يلعب البلياردو» فأجابت: «لا، إنه لا يفعل ذلك».

فأجابت أمي: «لا تكوني عنيدة، إنه يلعب البلياردو بعد ظهر كل يوم أربعاء». فقالت السكرتيرة على الطرف الآخر: «يا سيدتي الفاضلة، أنا أعمل منذ عشرين سنة سكرتيرة هنا في النادي. وفي هذا الوقت بالذات ما من أحد يلعب بلياردو. أيام الاثنين والثلاثاء والجمعة فتعم، أما الأربعاء لا. هل فهمتني جيداً».

عندما أجرت أمي هذه المكالمة كانت في الثمانين من عمرها وكان والدي في الحادية والثمانين وكما تبين كان لوداي ومنذ مدة طويلة علاقة مع «إلزي» الجارة الأرملة.

والآن بعد أن طار سبب اختفائه بعد ظهر الأربعاء، ترك زوجته. وبناء على سؤال ابنه الدائم: «لكن... لماذا في هذا الوقت بالذات؟ يعني طالما أن الأمر هكذا منذ سنوات عديدة»

فأجاب الأب: «كيف تقول سنوات عديدة؟»

فأجاب الابن: «لأنك منذ سنوات عديدة وأنت تقول أنك في النادي تلعب البلياردو».

قال الأب: «أكثر الأحيان كنت في النادي يا ولدي. وكنت أقول دائماً بلياردو من أجل تسهيل الموضوع. أحياناً كنت ببساطة أجلس في السيارة وأسرح نظري في أحد الحقول. أما إلزي فلم تظهر إلا منذ عهد قريب».

لماذا تكون الحياة الثانية معقولة؟

أحياناً ليس بالإمكان الكشف عن جميع الجوانب المهمة للشخصية في حياة واحدة. فربما لا تتلاءم مع منظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه المرء. وربما أيضاً لا يريد البتة أن يتخلى عن الحياة «العادية»، بل أن يكون بين مدة وأخرى رجلاً أو امرأة أخرى. والدافع الذي يكمن خلف ذلك هو أن المرء يستطيع في حياة ثانية يعيشها في سرية، أن يعيد الحق لتلك الجوانب من جوانب شخصيته التي لم يحيها. والرغبات غير المشبعة فيها، وأن يشعر بين الحين والآخر على الأقل بكامل كينونته كإنسان.

8- الأسرار تمنح النساء القوة:

هناك سبع حجج تُساق لصالح ضرورة وجود الأسرار: الاستقلالية، الحصول على الحماية ومنحها، تحقيق الرغبات التي لم تحقق، بلوغ الأهداف، فصل الشأن العام عن الخاص، تقوية علاقات الحب، وتلوين الواقع الصعب بألوان زاهية، وكلها صالحة للجنسين؛ إذ يمكن للرجال وللنساء الكسب عبر كتمان السر. فالأسرار البناءة تصب في مصلحة جميع الناس. لكن في بعض النواحي يكون الجنس اللطيف معنياً أكثر بهذا الموضوع. فلدى النساء أسباب لكتمان السر أكثر منها لدى الرجال، وهذا يعود إلى ظروف حياتهن الخاصة التي لا تتيح لهن غالباً مجالاً خاصاً. فحياة النساء غالباً ما تكون أكثر هشاشة من حياة الرجال، وهذا يعني أنه تصعب عليهن الاستقلالية، أو أن يمتلكن ما هو خاص بهن، أو الشعور بأنهن لسن تحت المراقبة.

يحاول الكثيرون التدخل في حياة النساء، وغالباً بنية سليمة واحتياجات قابلة للتحقيق. ولكن هذا القلق قلما يروق للنساء. ولذلك يعمدن للبحث عن مناطق هادئة وأمنة يجدن فيها أنفسهن ويراجعن فيها خططهن وأهدافهن ويطورن فيها أنفسهن بعيداً عن كل إزعاج.

النساء بحاجة إلى أسرار. فمن دونها يمكن أن لا يجدن القدرة الكافية على مواجهة تحديات حياتهن. فبسبب المخالطة الاجتماعية، وبسبب دورهن التقليدي الذي ما يزال فاعلاً، فإن النساء ما زالت وكما كانت دائماً تواجه خطر الوقوع في موقف المغلوب على أمره عبر التكيف الكبير والتبعية، وكذلك أيضاً عبر المخاوف والشكوك، ومن ثمّ ضياع أهدافهن الخاصة من أمام ناظرهن.

ليس للنساء - بخلاف الرجال - «غرفة خاصة بهن» على نحو آلي كما طالبت الكاتبة فرجينيا وولف Virginia Woolf. ويمكن أن يكون المقصود بهذا القول غرفة حقيقية ويمكن أيضاً أن يكون ذلك مجالاً في الحياة لا يسمح إلا للنساء بالدخول إليه. وقد أكدت الباحثة كريستيانه كرافوت ألسوب Christiane Kraft Alsop التي سألت رجالاً ونساءً عن أشياء يخفونها عن الشريك أو الشريكة (انظر فقرة: الأسرار تخدم قضية الحب) في دراستها، بأن عدد النساء اللواتي يحتفظن بسر يفوق عدد الرجال وتوصلت إلى نتيجة: «ما تزال الشراكة بالنسبة للنساء مقترنة بتبعات أكبر، واستثمارها أعلى ومن ثمّ أغنى بالصراعات. فالرجال - كما يُعتقد - يتدبرون لأنفسهم مجالات أخرى لحرية الحركة».

ولا يقتصر الأمر على صعوبة حصول النساء على «مجالات لحرية الحركة» أكثر منه على الرجال، فغالباً ليس لديهن مطلقاً أي إدراك

لأهمية ودور هذه المجالات الحرة؛ إذ ينهكن أنفسهن بين العمل وحياة الشراكة وتربية الأطفال. إنهن يسخرن أنفسهن طواعية لشؤون ومشكلات الآخرين، وآخر ما يفكرن به هو الاهتمام بأنفسهن.

تعاني النساء في هذا الوقت ضغوطاً نفسية هائلة، ولهذا أسبابه التي لا تظهر هكذا وبهذه الصيغة إلا في حياة النساء:

الإجهاد المزمّن وضيق الوقت: تقضي النساء على نحو واضح بالعمل المهني والأعمال المنزلية وتربية الأطفال والعناية بالمسنين من أفراد الأسرة وقتاً أطول مما يفعله الرجال. فالنساء في سن 25 - 35 عاماً يعملن على سبيل المثال بمعدل 90 ساعة في الأسبوع. بينما لا يتعدى ذلك بالنسبة للرجال من الفئة نفسها العمرية 68 ساعة.

التقسيم التقليدي للأدوار: عندما يرزق الشريكان بالأطفال يُبعث التقسيم التقليدي للأدوار من جديد. تبقى المرأة في المنزل ويصبح الرجل المعيل الوحيد. وتضطر الأمهات الشابات إلى تجميد خططهن في الحياة والعمل حتى وقت غير محدد. وهذا يؤدي إلى الضجر، وفي بعض الحالات إلى القنوط واليأس. والنساء اللواتي يمارسن مهنة هن أكثر استقراراً من الناحية النفسية، فلديهن في المهنة «مجال لحرية الحركة»، ولا أقول لديهن سر، بل مجال خاص لا يمكن الحصول عليه ضمن نطاق الأسرة.

العمل الذي ترضه العلاقات: تشعر النساء بالمسؤولية عن جو الشراكة والأسرة، ويدركن فوراً حاجة أناس من خارج النظام الأسري إلى مساعدة ودعم. فالنساء تعتنى بالآخرين وتراجع مصالحن وحاجاتهن بسرعة إلى الخلف لتصبح خاسرة.

و غالباً ما تضيع النساء تحت وطأة متطلبات الحياة. يشعرون بالإرهاك والتشتت واليأس والضعف. فبينما تتاح غالباً للرجال فرصة تأمين مجالات خاصة بهم، لا يرى الكثير من النساء سوى القليل من إمكانيات الحصول على ملاذ مريح. وهذه حالة يمكن أن تكون نتائجها على النحو الآتي:

تعاني النساء الاكتئاب ضعف ما يعانيه الرجال. خطر إصابتهن بالمرض يتراوح بين 10 - 25% بينما تتراوح هذه النسبة لدى الرجال بين 5 - 12%، ويشكل الشعور باليأس، وبأنهن تحت رحمة أحد، سبباً رئيساً من أسباب مرض الاكتئاب. وقد أكد الخبير الأمريكي في علم النفس الاجتماعي مارتين سيلليغمان Martin Seligman بأن على النساء أن يحصلن أثناء مسيرة حياتهن على «خبرة فائضة» بالاضطراب، حيث يقول: «عادة ما يثني الأهل والمعلمون على سلوك الصبيان أو ينتقدونه، أما سلوك البنات فغالباً ما يتجاهلونه. يُربى الصبيان على الثقة بالنفس والنشاط. بينما تربي الفتيات على التبعية والاستكانة والسلبية. وعندما يكبرون تجد النساء أنفسهن في ثقافة تحتقر دور ربة المنزل والأم. وإذا ما توجهت امرأة نحو عالم العمل تتوصل إلى القناعة بأن مؤهلاتها لا تلقى من الاعتراف الذي تلقاه مؤهلات الرجل».

وما تزال في مجتمعنا الشروط المفروضة على المرأة أكثر سوءاً من تلك المفروضة على الرجل على نحو واضح. يضاف إلى ذلك بأن النساء يصعبن الأمر على أنفسهن. فالمرأة تتشد الكمال، تريد أن ترضي الجميع، تريد أن تنفذ جميع المتطلبات على قدر المساواة، وتميل إلى خلق الكثير من الأفكار والهوموم، حول الأحياء وحول نفسها وحول «الله والعالم». لدى

النساء ميل إلى إمعان التفكير، وهذا أمر خطير. فعندما تكون الأفكار مليئة بالمشكلات الذاتية ومشكلات الآخرين والمخاوف من المستقبل فلا يبقى هناك مجال «لحرية الحركة» يمكن أن ينشأ فيه جديد، أو على الأقل ما يقوي العزيمة. وقد تمكنت الأستاذة الأمريكية في علم النفس سوزان نولن هوكسيما Susan Nolen Hoeksema من جامعة ميتشغان في دراستها من التأكيد على وجود علاقة حتمية بين الإمعان في التفكير وبين حالات الاكتئاب. وقد أقرت النساء في هذه الأبحاث أكثر من الرجال كثيراً «بأنهن يغرقن في التأمل عندما يكنّ حزينات أو كسيرات النفس». وتضيف قائلة: «وفي موضوع السؤال إلى أي حد يؤثر الإمعان في التفكير وغيره من العوامل التي تمت معالجتها على إمكانية الإصابة بالاكتئاب عند النساء، تبين لنا بأن الإفراط في التأمل والتفكير - كما تشير الإحصائيات - هو العامل الأول».

السر يوفر إمكانية وجود الملاذ الآمن:

يمكن للأسرار أن تكون إستراتيجية مضادة وفاعلة خاصة بالنسبة للنساء اللواتي يشعرن بالضغط النفسية ويعملن بأكثر من طاقتهن. فالأسرار توفر للنساء فسحة من الوقت ومجالاً للتنفس واستلهاام القوة والابتعاد عن الآخرين. وبما أن الكثير مطلوب من النساء، ومهام كثيرة بين جداً بين أيديهن، فإنهن بحاجة ماسة إلى توازن. والأسرار هي التي تحقق هذا التوازن. بإمكانهن استعادة التوازن لحياتهن التي تمر بحالة حرجة بحيث تسمح للمرأة أن تنصرف لمدة معينة عن كل شيء، وتلجأ إلى جزيرة لا يمكن لأحد غيرها، أو لفئة مختارة أن ترتادها. فالمرأة

التي لديها سر تكون لديها القوة؛ لأنها تملك شيئاً خاصاً بها لا يمكن لأحد أن يستولي عليه، يمثل بالنسبة لها مصدراً للطاقة. وسواء أكان هذا الشيء مجرد دفتر ذكريات دونته سراً، أو حتى زيارات منتظمة لمتاحف أحاطتها بالسرية، أو حضور محاضرات بالسر، أو إجراء أحاديث مفيدة مع صديق قديم، أو حتى ربما الإقدام على علاقة حب سرية يمكنها أن تجعل الشعور بالقيمة الذاتية أكثر استقراراً.

والأسرار تجعل المرأة قادرة على استعادة سيطرتها على حياتها الخاصة وأكثر تحرراً من التأثيرات الخارجية والإساءات. ولذلك فوجود «غرفة خاصة» يؤدي وظيفة مهمة في حياة النساء:

- فالمرأة التي تحتفظ بسر يمكنها أن تلجأ إلى نفسها. يمكنها - دون التعرض لمضايقات التأثيرات الخارجية تحت حماية معرفتها السرية- أن تفكر ملياً بنفسها وبعلاقتها بالآخرين وبأهدافها وأشواقها.
- والمرأة التي لديها سر تملك «معطفاً» واقياً، يضمن لها الحفاظ على مسافة سليمة بينها وبين الحالات المتطفلة التي تشكل ثقلًا على الحياة.
- المرأة التي لديها سر يمكنها أحياناً أن تسترخي. يمكنها أن تعيش جوانب ما كانت -لولا ذلك- لتجد لها مكاناً في حياتها.
- المرأة التي لديها سر يمكنها أن تتحول إلى امرأة أخرى عندما يكون العالم «الحقيقي» قاسٍ عليها وصعب ويثقلها بالمطالب.

- المرأة التي لديها سر يمكنها أن تقي نفسها وأطفالها، حيث تتيح لنفسها -بمساعدة سرها الدفين- حياة لا وجود لها من دون وجود هذا السر، أو وكانت حياتها مدمرة كلياً.
- المرأة التي لديها سر تملك محطة وقود خاصة بها، تؤمن منها لنفسها كل الأشياء المهمة التي تحتاجها لكي لا تفقد توازنها.
- أما مدى أهمية حفظ السر في حياتهن قد عرفتها النساء في كل العصور، الأمر الذي أكسبهن السمعة بأنهن أستاذات في الرياء والتصنع والتمثيل.

الأنثى كاذبة:

النساء محط شبهة بالنسبة للرجال منذ القدم. «ماذا تريد المرأة؟» هذا ما سأله سيغموند فرويد محتاراً. ما هو تفكير وشعور هذه المخلوقات الغريبة التي يصعب على الرجال سبر أغوارهن، وفي حالات ليست بالنادرة يشعرون بخطرهن؟ قصة آدم ماثلة أمام أعيننا. آدم الذي أغوته حواء وخذعته وجعلته يقضم من التفاحة المحرمة، الأمر الذي أدى إلى طردهما من الجنة. لذلك يتساءل الناس حتى الآن، هل يمكن للرجل أن يثق بالمرأة؟ إطلاقاً لا. البتة، فالفيلسوف شوبنهاور Schopenhauer المعروف بموقفه السلبي من المرأة، اتخذ موقفاً واضحاً وعنيفاً من هذا السؤال. فقد كان يرى بأن الأنثى مخلوقة للكذب والتستر والخداع. فالطبيعة -كما يقول شوبنهاور- زودت المرأة بفن التصنع والتمثيل؛ لأنها أضعف وأقل عقلاً من الرجل. ولكي لا تهلك نتيجة ضعف مستوى الذكاء عندها، فإنها تملك القدرة على الخداع والتلون. إنه تعويض عادل!

وعلى الشاكلة نفسها يسوق الفيلسوف الألماني الآخر فريدريش نيتشه Friedrich Nirtzsche حججه أيضاً عندما يكتب: «ما علاقة المرأة بالحقيقة؟ فمنذ البدء لا شيء أغرب وأكبر وأشدّ عداوة للمرأة من الصدق. فالفن الذي أكثر ما تجيده هو الكذب، وأسمى القضايا التي تهمها هي المظهر والجمال».

وفي البوق نفسه ينفخ أيضاً الفيلسوف النمساوي أوتو فايننغر Otto Weininger حيث ورد في كتابه الصادر عام 1903، تحت عنوان «الجنس والشخصية» عن «عجز النساء عن إدراك الحقيقة» وكان على ثقة بأن عدم وجود الإرادة الحرة بالصدق هي التي تتحكم بكذبها... ومن كانت له خلطة بالنساء فإنه يعرف كم من مرة، وتحت الضغط الآني للإجابة عن سؤال ما، يعطين أسباباً خاطئة لما قلناه أو فعلناه، من نسيج الخيال». إن حكم فايننغر على نفسية المرأة في منتهى القسوة. «الأنثى كاذبة. . . ولا يمكن للمرء الحديث عن الحقيقة إلا إذا كانت ذاته تنضوي على شيء؛ لأن الحقيقة لا تُدرك إلا بالكينونة، ولا يمكن أن تكون صلة للكينونة إلا مع من كانت له شخصية ذاتية متميزة.

يريد الرجل الحقيقة كاملة. أي أن يكون فقط، وعلى عكس ذلك: فمن يقول شيئاً عن واقعة ما دون أن تكون لديه الجرأة الحقيقية على تحقيق كينونته، ومن يطلق الأحكام على الشكل دون الجوهر، ومن ليس بقادر على الصدق -كالمرأة- فمحكوم عليه بالكذب. ولذلك تكذب المرأة دائماً حتى عندما تقول الحقيقة على نحو موضوعي».

أما الرجل فعلى العكس، فهو صادق دائماً ولا يمكنه الكذب على الإطلاق. وبخلاف المرأة التي يمكنها أن «تضحك وتبكي وتحمر خجلاً عندما تريد، وتبدو في مزاج سيئ حسب الطلب» يفتقر الرجل «إلى مثل هذا الكذب. . . وعلى ما يبدو أيضاً إلى الشروط العضوية والفسولوجية».

ويحمل أيضاً طبيب الأعصاب الألماني باول يوليوس موبيس Paul Julius Mubius في كتاب له بعنوان حول «القصور الفسيولوجي عند المرأة» عن «خصائص» فسيولوجية، المسؤولية عن كذب المرأة، الذي لا يشك بوجوده.

ويؤكد موبيس بأنه من «الثابت» بأن أقسام الدماغ المهمة جداً للحياة الروحية وتعاريج الجبهة والصدغين أقل تطوراً لدى المرأة منه لدى الرجل وأن هذا الاختلاف قائم منذ البداية. ويرى موبيس في ذلك السبب في أن «الرياء، أي الكذب، هو بالضرورة السلاح الذي وهبته الطبيعة للمرأة ولا يمكنها الاستغناء عنه».

ومع أن ليس بوسع المرء الآن سوى أن يسخر من السادة شوبنهاور ونيتشه، وفايننغر وموبيس. إلا أنهم محقون بعض الشيء في تحليلهم، فالنساء بارعات بالفعل في الخداع والمناورة والتلون. لكن ليس مرد هذه القدرات إلى ضعفهن الفطري المزعوم، أو إلى غبائهن، ولا إلى المزاج السيئ الذي يمكن أن يكون لدى المرأة، بل العكس تماماً: إنها دليل على الذكاء الخاص والقوة. ففي الماضي -على نحو خاص- كانت الأسرار والكذبات عبارة عن إستراتيجيات مهمة لدى الجنس اللطيف، حيث لم يكن متاح لهن الوصول إلى وسائل القوة وإمكانات التأثير الأخرى. فقد عمدت النساء إلى المكر والخداع لأنهن عشن في مجتمع قلما حسب حساباً

لرغباتهن وحاجاتهن وأمنياتهن. ففي ظل غياب القوة الفعلية الواضحة اضطرت النساء إلى اللجوء لإستراتيجيات قوة المستضعفين. وقد كتبت الشاعرة أدرينه ريش Adrienne Rich تقول: «كنا مضطرات للكذب على الرجال لنبقى على قيد الحياة».

السر سلاح المغلوبين على أمرهم:

عانت النساء قروناً طويلة الضعف والخضوع للرجل. لم يكن لهن حقوق، بل كنّ مستسلمات لإرادة أزواجهن، مجبرات على التأقلم مع قوانين المجتمع الذكوري والخضوع لها. وللذود عن شعورهن بالقيمة الذاتية والحفاظ على استقلاليتهن لم يبق لهن غالباً خيار آخر سوى كسب بعض القوة والنفوذ باستخدام وسائل المكر الأنثوية.

ظاهرياً كن يتصرفن كما يفترض بالمرأة أن تتصرف، وكما يتطلب المجتمع منهن. وبالرغم من ذلك استطعن فرض تصوراتهن الخاصة بحيث حققن التكيف مع ما يتطلب منهن -وغالباً ظاهرياً فقط- يقول مثل انكليزي: «الصمت هو أجمل ما تتحلى به المرأة». وكانت النساء تعرف دائماً كيف يمكن للمرء تحقيق أهدافه عن طريق الكتمان والصمت، وكيف يقي نفسه وأطفاله ويقرر مصيره بنفسه. «فإن كانت المعرفة قوة تكون المعرفة السرية قوة مضاعفة، يمكن حجبها وتبادلها واستخدامها كرسائل. بالنسبة للنساء اللواتي كن محرومات -بحكم التقاليد- من الأعمال والمهن الحاملة للوجاهة، ومن ممارسة السلطة العامة، ربما كان الشكل الوحيد لممارسة السلطة يكمن في الأسرار التي حافظن عليها». كما تقول الكاتبة الأمريكية ليتي كوتين بوغريبن Letty Cottin Pogrebin.

وبما أنهن تحت رحمة الرجل وحمايته في مجتمع أبوي بطريركي، فقد تعلمن فن كتمان أفكارهن ورغباتهن الحقيقية، وبدلاً من ذلك القبول -ولو ظاهرياً- بنظم المجتمع الذكوري، فقد لعبن دور الزوجة الوفية الخانعة، واشترين بمناورة الخداع هذه مجالاً حراً ضيقاً.

«فللحصول على زوج والمحافظة عليه كان على المرأة أن تبني «الأنثى» الذكورية وتعكسها بضعف حجمها. وكان عليها أن تصغي بأذان مشنفة وعيون برافة إلى الحكايات التي يرويها الرجل مهما كانت مملة» كما تصف الباحثة النفسية هاريت. ج. ليرنر Harriet G. Lerner وضع النساء في عصور قديمة.

كما تطرقت الكاتبة فرجينيا فولف Virginia Woolf إلى الرابطة بين اضطهاد المرأة ومناورات الخداع التي تقوم بها، في كتابها «غرفة خاصة» حيث تصف فيه ماذا يحدث عندما تكون المرأة صادقة مع الرجل، عندما تمتنع عن الإعجاب به والتأكيد على عظمته. «عندما تبدأ بقول الحقيقة، تخبو صورته وتتقلص حيويته. كيف سيصدر الأحكام في المستقبل وينقل المتوحشين إلى عالم الحضارة ويسن القوانين ويؤلف الكتب ويتزين ويلقي الخطابات في الحفلات الرسمية، عندما لا يرى عظمته في ضعف حجمها على الأقل مرتين في اليوم، عند الفطور وعند العشاء؟».

لقد عرفت النساء أن أمنهن الشخصي مرتبط بقدرة أزواجهن على أداء عملهم. ولذلك يشددن من أزهرهم ولا يخالفن لهم أمراً حتى لو كانت آراؤهن، ربما في الكثير من الأحيان، تختلف عن آرائهم. وفي هذا الصدد تقول ليرنر: «على الجنس الضعيف أن يحول دون إدراك الجنس القوي

لقوة الجنس الضعيف، وإلا سيشعر الجنس القوي بالضعف بسبب قوة الجنس الضعيف».

مراعاة للقوانين الذكورية ورقة الشعور الذكورية أخضعت النساء قديماً أنفسهن للالتزامات محرجة عندما كان الأمر يتعلق بالحياة الجنسية. فلم يكن وارداً على الإطلاق أن يظهرن رغبتهن الجنسية مخافة أن يتهمن بالجنون، أو يوصفن بالساحرات الشريرات وضحايا الشيطان. فالزوجة الصالحة هي التي تتصرف في الفراش باحتشام. أما إن أبدت رغبة أو شهوة فتعرض نفسها لخطر إصابة زوجها بالبلبلية ومن ثم فقدان رغبته بها. وإذا ما انحرقت يوماً عن الطريق المرسوم للزوجة المحتشمة، وأحبت رجلاً آخر غير زوجها، عندها يحل بها العقاب الوخيم. وهذا ما أشارت إليه الكاتبة كاترينا لومان بقولها: «في كل مكتبات العالم قلما توجد حتى الآن شخصية أدبية نسائية أقدمت على الخيانة الزوجية أو سلكت سلوكاً غير محتشم دون أن يلحق بها ضرر جسدي أو نفسي، أو كلاهما معاً. فإذا لم تتم تصنيفيتها من قبل زوجها في الحال تعمد هي نفسها، متسرلة بالشعور بالذنب والعار، إلى الانتحار بالسكين أو غرقاً، أو تبقى محكومة بالبؤس إلى الأبد».

يصف ليو تولستوي في روايته «أنا كارنينا» كيف دمر عشقها للبارون فرونسكي حياتها الزوجية التي انتهت بانتحارها ملقبة بنفسها أمام القطار. وكذلك ايفي بريست التي وقعت في حب الماجور كرامباس. وعندما عثر زوجها -يما بعد- على رسائل حب، أقدم على قتل كرامباس وطرده زوجته التي مرضت ثم ماتت.

ويصف غوستاف فلوبريت في روايته «مدام بوفاري» كيف استنزفت زوجة تعيسة بعد حب ومعاناة، ثم تجرعت السم وماتت بعد علاقة غير موفقة.

وكتب الأدب مليئة بالأمثلة الأخرى على معاقبة النساء اللواتي لا يستسلمن لزوج مستحيل عندما يحدث عن الطريق المرسوم للزوجة العاقلة المحتشمة وعديمة الرغبات. والنساء اللواتي يبدين رغبتهن يعتبرن منبوذات ومحتقرات. أما النساء الواقعات فقد وصلتهن الرسالة، وإلّا فماذا يبقى لهن في هذا القدر السيئ سوى كبت رغباتهن أو التعبير عنها في السر؟

التظاهر بذرورة الشهوة والعلاقات السرية:

لقد تغيرت الأزمنة وما من أحد بعد الآن ينكر على امرأة حقها في الحياة الجنسية التامة وفي تحقيق رغباتها في الحياة. فالمجلات مليئة بالنصائح المفيدة كيف يحصل الجنس الأنثوي على الاستمتاع بأفضل السبل، ومليئة كذلك بالصور التي تظهر للمراقب والمراقبة علناً بأن النساء كائنات لها شهواتها أيضاً. وهذا ليس سوى المظهر الخارجي. أمام الرأي العام وفي الإعلان أو منتجات الإعلامية يسمح للنساء بإظهار رغباتهن. لكن في الحياة الخاصة لم تتغير الحالة بعد إلى هذا الحد. ويبدو أن النساء لا يستطعن حتى الآن التخلي عن التلون والتصنع.

فقد امتد تاريخ امتد لعدة قرون من اضطهاد الحياة الجنسية للأنثى ورغباتها آثاره التي تطبع حياة النساء بطابعها. حتى الآن يواجه المرأة خطر وصفها بغير المحتشمة والشهوانية، أو حتى بالشبهة، عندما تبدي شهوتها علناً. حتى المرأة العصرية تكتم أحياناً بكبرياء رغبتها أو بالأحرى

عدم رغبتها. والكثير من النساء لا يجدن لديهن حتى الآن الجرأة للبوخ للشريك عن رغباتها أو الحديث معه عن احتياجاتها الخاصة.

إنهن يفعلن وكأن العلاقة الجنسية المعروضة عليهن ستحقق لهن المتعة. إنهن يتصنعن الرغبة والارتواء، خاصة كي لا يجرحن شعور الشريك. وقد أجرى معهد Gewis في مدينة هامبورغ الألمانية استبياناً بتكليف من مجلة فرويندين (صديقة) Freundin حول الخداع والتضليل في حق السرير الزوجي تبين عبره أن ثلث النساء اللواتي شاركن في الاستبيان اعترفن بأن بلوغ ذروة النشوة الجنسية ذاتياً أسهل منه مع الشريك. ومراعاة لشعور الشريك يتظاهر 51% من النساء بالوصول إلى النشوة الجنسية. وبالرغم من أنهن غير راضيات على الإطلاق من تصويره للجنس، إلا أنهن يهمن في أذن الرجل بعد ممارسة الجنس بكذبة لطيفة بقولهن: «كان ذلك في منتهى الروعة» أو «لم يسبق لرجل قبلك أن أشبع لي رغبتني كما أشبعتها أنت».

كما أظهر الاستبيان أيضاً أن سبب المشكلات التي تحصل في الفراش هو على ما يبدو قلة التواصل. أكثر من نصف من شملهم الاستبيان (55%) يعانون مشكلات التحدث مع الشريك حول الرغبات الجنسية. فالتظاهر بالرغبة بالجنس وبلوغ قمة النشوة الجنسية من الأمور التي لا تزال النساء حتى الآن تجعل منها سراً، على غرار بنات جنسهن في القرون الماضية. إنهن لا يتحدثن عن عدم إشباع رغباتهن، وقلما يتحدثن حتى عن هذه الرغبات. الكثيرات منهن يلذن بالصمت خوفاً من تفسير خاطئ للإفصاح عن الرغبات، وأخريات يعلمن علم اليقين بأنهن لا يمكن أن يتوقعن من الشريك أن يغير من سلوكه.

وقد اعتبرت الباحثة أدريته ريتش في بداية التسعينيات من القرن العشرين بأنه من المتوقع من النساء أن يكذبن. أما ماهية الكذب فهي مرتبطة حسب رأيها بما يريد الرجل أن يسمعه في العصور المختلفة. ففي العصر الفيكتوري مثلاً كان مطلوباً من الزوجة أن تكون روحية (غير حسية) وأن يقتصر دورها على مجرد الاستلقاء. أما السيدة «الحرّة» في القرن العشرين فمطلوب منها أن تتظاهر بالوصول إلى ذروة النشوة.

هل يعني هذا أنه لم تحدث تغييرات تذكر بالنسبة لوضع المرأة منذ عصر ايفي بريست وأشباهاها؟ لا شك بأن مثل هذا الاستنتاج خاطئ، لأن بعض التغيير قد طرأ، لكن قلما تم إدراك هذا التغيير لأنه حدث غالباً بالسر. فكثير من النساء سوف لن يقلن بأنهن راضيات عن حياتهن الجنسية الفطرية والمعترف بها. فمثلهن مثل ايفي بريست وأنا كارنينا أو مدام بوفاري يتقن إلى تحقيق حياة جنسية كاملة، لكن يحرضن - بعكس هذه الشخصيات الأدبية - على أن لا ينتهي بحثهن عن هذه الحياة المنشودة إلى كارثة. وتحت حماية السر ينهلن ما تصل إليه أيديهن. فبدلاً من كبت رغبتهن، يحققنها الآن على نحو متزايد، لكن سراً.

لقد زادت الخيانة الزوجية عند النساء حسب ما يؤكده الخبراء الذين يعالجون قضايا الحياة الزوجية. لكن طبعاً ليس هناك أرقام حول هذه المسألة. والنساء يتصرفن بذلك عندما يبقين على خيانتهم للزوج طي الكتمان؛ لأن الخيانة الزوجية كانت -وما تزال- السبب الأول للطلاق. وهذا ما ينطبق على الجنسين، لكن أكثر ما ينطبق على الرجال.

وفي استبيان قام به معهد أوفتباخ لاستطلاع الرأي عام 2003، ذكر 51% من الرجال المشاركين في الاستبيان بأن حياتهم الزوجية ستنتهي إذا ما أقدمت الزوجة على الخيانة. أما بالنسبة للنساء 27% سيكون ردهن صارماً إذا ما أقدم الرجل على الخيانة الزوجية.

إذاً فإن النساء يحسن صنعاً عندما يقدمن على إرواء احتياجاتهن غير المشبعة سراً، إذا ما أردن عدم تعريض علاقاتهن الدائمة مع الشريك للخطر، وهذا ما لا يرغبن به في أكثر الأحيان. وغالباً ما يتعلق الأمر بمجرد تبديل الشريك بشريك آخر. ففي الغالب هناك أسباب أخرى تكمن خلف «خيانة» الزوجات. فالحب السري يوفر للمرأة إمكانات تطور تفتقر إليها في حياتها «الأولى». وهذا ما تكشف عنه المقابلات التي أجرتها الباحثة النفسية «غيزيلا رونته» مع نساء يمارسن الخيانة الزوجية. فبعض تلك النساء استسلمن لهذه العلاقة الخارجية لأنهن لا يرغبن «بالتخلي عن إرواء حاجتهن الجنسية مدى الحياة» حسب ما تقوله المؤلفة. فقد ذكرت إحدى النساء في المقابلة بأنه «لم تعد لديها الرغبة بالتنازل والانتظار والتدمير وتوجيه اللوم إلى نفسها».

عندما تخون النساء فإن سبب ذلك غالباً هو أنهن يرغبن بإيجاد طريقهن خارج نطاق الشراكة وأداء الواجب. لماذا لا يبحثن عن هذا الطريق ضمن حياة الشراكة؟ تقول الباحثة غيزيلا رونته حول هذا الموضوع: «أعتقد أن المرء يشتم في متطلباته من علاقة ما، عندما يتم تحقيق كل رغباته ويريد أن يعيش كل جوانب حياته بنفسه. فقد تصل

علاقة ما إلى حدها وعلى المرء أن يقرر: أنا أقبل بهذا الحد وأقدر ما في هذه العلاقة، وربما أبحث عن شيء أريد أيضاً أن أعيش خارج هذه العلاقة. أو أن أقرر التنازل ولا أعيش جوانب معينة». وفي الحالة الثانية يعني ذلك التوقف عن التطور.

وإذا ما أرادت المرأة التأقلم مستسلمة للمعطيات المتوافرة، فإنها تحتاج إلى السر لكي توفر للجوانب المهمة من شخصيتها، التي لم تعشها بعد، إمكانية الوصول إلى حقها.

وكما سبق وصفه في الفقرة المتعلقة بالحياة الثانية والحب السري فإن الأمر بالنسبة للعلاقات السرية يتعلق غالباً بمسألة الحفاظ على الاستقلالية أو استعادتها.

وطالما لاحظت المختصة في معالجة أمور الحياة الزوجية روزماري فلتر- اندرلين بأن العلاقة السرية «مؤشر على الحاجة غير المدركة- أول الأمر- لهذا الشريك أو ذاك، إلى إيجاد (خلق) غرفة خاصة أو مجال خاص به».

في هذه الغرفة الخاصة (المجال الخاص) يمكن، والحالة هذه، إيجاد موقف جديد من العلاقة القائمة، وربما إعادة التوازن للاختلال الذي تكون مع مرور السنين في علاقة الشراكة. وهذا ما ينطبق على الرجال والنساء على السواء. ولكن يمكن للحب السري أن يقوّي لدى المرأة - أكثر من الرجل - الثقة بالنفس وإعادة ميزان القوى، الذي خرج عن سكة التوازن في العلاقة المشتركة، إلى نصابه.

إنها مسألة سلطة:

بخلاف الرجال، فإن الخيانة الزوجية عند النساء لا تتعلق بالدرجة الأولى بالناحية الجنسية - أو ليس فقط بهذه الناحية - عندما تلجأ المرأة - سرًا - إلى رجل آخر. فبعض النساء يحاولن عبر علاقة حب سرية إعادة توازن القوى المفقودة إلى علاقة الشراكة. كما قالت هانلوره (45 عاماً) في ردها على إعلاننا «البحث عن أسرار»:

- x مثال: أنا متزوجة منذ نحو 20 عاماً. كانت لدينا صعوبات إلى حد ما في السنوات الأولى من حياتنا الزوجية. زوجي ناجح جداً في حياته، شخصية مسيطرة ويفتقر إلى الحنان. كان لدي دائماً إحساس بأنني أعيش إلى جانبه في الظل وبدأت أذبل شيئاً فشيئاً. كنت أخاف منه دائماً، من اندفاعه الهوجائي وشدة غضبه وصرامته وقسوته. حتى ممارسة الجنس معه لم تكن تلك التي أرغبها، وأحياناً كنت أستلقي ليلاً في الفراش يائسة؛ لأنني كنت أعتبر أنه ما زال من الباكر لي أن أدفن رغباتي الجنسية. وكنت أفكر فيما إذا كنت سأنشر إعلاناً تحت عنوان «البحث عن عشيق». إلى هذا الحد بلغ حيني إلى الدفء والاهتمام. لكنني لم أفعل ذلك بالطبع. ولم أكن أرغب بترك زوجي. فبالرغم من كل ذلك كنت هناك أمور أخرى كثيرة مشتركة: مؤسستنا الصغيرة (وكالة إعلان)، كانت مزدهرة لأسباب كثيرة، منها أننا استطعنا التعاون معاً على نحو جيد. وكانت لنا بالإضافة إلى ذلك اهتمامات مشتركة: أدب، موسيقا، مسرح. فقط تلك العاطفة المفقودة وعدوانيته كان تتعيني.

أصبحت مشكلاتي أكبر، وصارت تتجلى أخيراً على شكل نوبات شقيقة. فكنت أذهب من طبيب إلى آخر، وكل منهم يكتب لي أقرصاً مهدئة. وذات يوم ذهبت إلى طبيب مختص. فكان حريصاً على تخليصي من تناول الأقرص التي جعلتني آخر الأمر مدمنة على تناولها وحوّني إلى معالج نفسي، لكن ليس قبل أن يسألني إن كنت ألبى دعوته لتناول العشاء معه. ولكي لا أطيل عليكم: لقد أعجبت به جداً وأعجب بي أيضاً، وبدأت بيننا علاقة. كان متزوجاً أيضاً ويعيش منفصلاً عن زوجته لكن في المبنى نفسه. ولا داعي للقول إن آلام الشقيقة قد زالت عني بسرعة.

كان بودي في البداية أن أخبر زوجي بكل شيء، لكن أسباباً عديدة منعتني من ذلك. خفت ردة فعله (كان يمكن أن يكون في منتهى العنف فيما لو عارضه أحد وأصابه «الأنا» عنده في الصميم). ولكن لم أكن أيضاً واثقة من أنني فعلاً كنت أريد الطلاق. هل كنت فعلاً أريد أن أقيم علاقة جديدة مع الطبيب؟ هل كنت أريد التخلي عن حياتي القائمة وعن مستقبلي المهني؟ لقد دعاني تردددي إلى الصمت وجعل من علاقتي مع الطبيب سراً. وأنا أعيش منذ ما يزيد عن سبع سنوات حياة مزدوجة. ويوم عن يوم يقل لدي الشعور بضرورة التخلي عن زوجي.

الآن تحقق التوازن. فقد تم الآن توازن علاقة القوة بيننا. فالذي أفتقده عند زوجي أحصل عليه من عشيقتي. وما لا يستطيع عشيقتي أن يوفره لي، وهو الاستقرار والحياة العائلية، أحصل عليه من حياتي الزوجية. ولذلك أريد أن أعيش مع هذين الرجلين. فبوجودهما معاً في حياتي يتولد لدي الشعور بأن حياتي «مكتملة».

فمع كل منهما أعيش جانباً من جوانب حياتي. وبالرغم من أن هذه الحياة في منتهى الصعوبة إلا أنني لا أستطيع أن أضع حداً لها. أتساءل أحياناً فيما إذا كنت لا أزال طبيعية، وأحياناً أُرغب بإمكانية الاكتفاء برجل واحد. لكن مجرد التفكير بالتخلي عن أحدهما يخيفني.

يبدو من هذا المثال أن الحياة السرية تساعد أحياناً في التخلص من المخاوف والشعور بالضعف وإعادة تناسب القوة في علاقة ما إلى صوابها.

لقد أعانت الحياة المزدوجة هذه السيدة على استمرار عملها وحياتها مع زوجها دون أن تعاني الجوع العاطفي. ولو تخلت عن عشيقها فإنها تخشى ليس فقط من العودة إلى الشتات العاطفي، بل ستعود أقل قوة في الصمود أمام أمزجة ونزوات زوجها المفاجئة. فتوازن القوى التي أوجدته عبر علاقتها الخارجية سيكون في هذه الحالة في خطر. أما الحل الذي عمدت إليه «هانلوره» قد لا يكون حلاً طويل الأمد، فهذا في يد المجتمع الذي لا يسمح إلا بعلاقة زوجية أحادية Monogam. لكن على أي حال فقد خلقت بهذا الأسلوب حماية من القوى الهدامة في حياتها الزوجية، وغيرت ظروف الحياة الزوجية لصالحها. ربما استطاعت يوماً ما - بحماية حياتها المزدوجة- أن تتخذ قراراً مفيداً من أجل حياتها اللاحقة، وربما لن نستطيع ذلك.

عندما تشعر المرأة بالغبين في علاقة طويلة المدى، وعندما يكون الشريك مسيطراً، وعليها أن تتكيف مع هذا الواقع، يمكن أن تكون الحياة السرية منقذاً على المدى القصير أو الطويل، إذا ما كان الانفصال بينهما غير ممكن، أو غير مرغوب.

لكن إعادة توازن القوى لا يكون فقط عبر علاقة حب سرية، بل أيضاً بأسلوب آخر، كما يعرض لنا المثال الآتي: الذي تقدمه لنا إيفان امبر بلاك، المختصة في معالجة الشؤون العائلية:

مثال: حاولت سيلما اليكساندر طوال سنوات عديدة أن تضغط على زوجها هنري ليفصح لها عن ثروة الأسرة. وفي كل مرة كان يحدث بينهما خصام لأنها كانت تطلب منه الكشف عن الأموال، وطالما أن جميع احتياجات حياتها مدفوعة التكاليف فليس من الضروري أن تعرف التفاصيل. أخيراً أخبرته سيلما بأنها ستسافر لعدة أسابيع وأنها ستتصل به بانتظام أثناء غيابها، لكنها لن تفصح له عن مكان وجودها. وعندما رجعت كان له موعد مع مستشاره لشؤون الضرائب، لكي يقدم لها شرحاً مفصلاً عن كل ما يخص الوضع المالي.

لقد عمدت الزوجة إلى اللجوء لسر وأوضحت لزوجها بأنها لم تعد مستعدة، للتخلي له عن موقع القوة في هذه العلاقة. لم تعد تريد أن تتسول المساواة في الموقع والمعاملة وتضع نفسها تحت رحمته. فعبّر رحلتها -المحاطة بالغموض- أظهرت له بأنها هي أيضاً لا يمكن أن تبقى في موضع الضعيف.

إلا تأتيب الضمير:

استطاعت النساء على مر العصور -مستعينات بالأسرار- أن يخلقن لأنفسهن «مجالات لحرية الحركة». وقد تم ذلك في أغلب الأحيان بالمر والخداع والتظاهر والتضليل. من الممكن أن نستخلص بأن النساء، لأنهن اعتدن على إخفاء رغباتهن الحقيقية، قادرات على تدبر أمر الحياة مع

الكذبة على نحو أفضل من الرجال. هل هن بارعات في الخداع والتلون كما زعم السادة شوبنهاور ونيتشه وفاينغر ومويوس؟ إن الدراسات المتوافرة حول هذا السؤال لا تسمح بمثل هذا الاستنتاج، بل على العكس تماماً: ربما تحتاج النساء إلى الكذب أكثر من الرجال، لكنهن يتعاملن معه بضمير حي أكثر مما يفعله الرجال.

فالأسرار والكذبات تثقل على كاهل النساء أكثر من الرجال. ويبدو أنه من الأصعب على النساء تحمل النتائج المتعلقة بالعاطفة والأحاسيس، فالإحساس بالذنب والخجل يدفع بجنس النساء إلى مزيد من الانجاز يفوق جنس الرجال.

تذهب النساء إلى المحكمة باستقامة تفوق استقامة الرجال عندما يتجاوزون النظم والقوانين المرعية ويرتكبن خطيئة. فالمرأة تبادر إلى القول: «أنا أكذب لدي سر، إذن أنا سيئة الأخلاق». بينما يميل الرجال إلى تبرير كذبهم وتحميله لشخص آخر بقولهم: «أنا أكذب لأنك أجبرتني على ذلك». أو «أنا أكذب، لكنني أفعل ذلك لأنك لا تطيقين الحقيقة». والرجال يتعاملون مع إنكار الحقيقة على نحو أكثر راحة. فلا يعدون أنفسهم فوراً ذوي أخلاق سيئة إذا ما أخفوا سراً باتباع أسلوب الكذب.

هنا يظهر صراع: النساء بحاجة إلى أسرار ليتمكن من التقدم خطوات مهمة نحو الأمن والاستقرار، لوقاية أنفسهن من الإساءات وللحصول على مطالبهن المحقة بالسلطة. وفي الوقت نفسه يبدو أن لدى النساء من الضمير الحي ما يفوقه لدى الرجال عندما يتحدث عن

الحقيقة. يعذبون أنفسهم بتوجيه اللوم إليها يعددون أن من غير الأخلاقي أن يكذبوا أو يخدعوا.

لا يسمحون لأنفسهم بالخداع بضمير مرتاح إلا عندما يحمين بذلك أناساً آخرين من الفضيحة. فعقلية الجنس اللطيف تعد أن الكذب مسموح به إذا كان يخدم مصلحة الغير، بينما تنبذ الكذب إن كان يخدم مصلحة الذات.

النساء هن اللواتي يجعلن حياتهن صعبة وبلا مبرر. فالضمير الحي والارتياح الأخلاقي يكونان في غير موضعهما عندما يتعلق الأمر بتأمين مجال أرحب لحياتهن الخاصة. فالأسرار يمكن أن تجعل حياة المرأة أسهل وأكثر تلويناً وجديرة بأن تعاش. فالأسرار تؤمن لها إمكانات التطور وتأمين الحريات التي لا مكان لها في مجريات الحياة اليومية.

فإذا ما تخلت النساء، نتيجة تضخم الضمير الحي والأخلاقية التي يساء فهمها، عن هذه الفرصة، عندها يحرمن أنفسهن من حياة أفضل. وهذا ما يفعله أيضاً عندما يتحملن أسراراً دون الاستمتاع بها واستغلالها، لأنهن يشقين بتأنيب الضمير والشعور بالذنب.

«الآن فقط بدأنا، نحن النساء، باكتشاف حقائقنا الذاتية» كما تقول ادرينه ريتش. ربما كان على النساء أن لا يجهرن فوراً بهذه الحقائق أمام العالم، طالما لم تصبح ثابتة بالفعل، فلأسباب إستراتيجية، ومن أجل الحماية الذاتية، كان عليهن الاحتفاظ بهذه الحقائق لأنفسهن؛ لأن ذلك يعطيهن القوة والمجال الحر الضروري من أجل المزيد من التطور.

لماذا تحتاج النساء إلى أسرار:

يمكن أن يكون السر بالنسبة للمرأة مفتاحاً مهماً تحصل بواسطته على شروط حياة تحقق فيها وجودها الذي تقرره بنفسها. فالنساء بحاجة ماسة إلى حماية حياتهن الخاصة لأنها غالباً ما تكون مهددة بالزوال نتيجة متطلبات الأسرة والمهنة والجو العام. النساء بحاجة ماسة إلى توازن قوى؛ لأنهن مازلن مهددات بإخضاع مصالحنهن الذاتية لمصلحة الآخرين. النساء بحاجة ماسة إلى حماية توفرها لهن الأسرار من أجل اختبار أهدافهن وأفكارهن، مهما كانت مبهمة وغامضة وغير ناضجة.

يمكن لحياة ثانية -إلى جانب الحياة العادية- أن تكون حلاً مناسباً بالنسبة للنساء خاصة عندما يكن مهددات بالاختناق تحت وطأة متطلبات الحياة اليومية.

حياة ثانية لا يملك أحد شيفرة الولوج إلى داخلها (لا الشريك ولا الشريكة ولا الأبناء أو أي فرد من أفراد الأسرة، لا الأصدقاء ولا الزميلات) تؤمن الهواء للتنفس وتعيد للمرأة إدراكها لقيمتها. بذلك يمكن وضع حد للشعور بالضعف والهوان واليأس، ليزداد بذلك الاستقرار النفسي.

obeikan.com

هل يجب عليك ألا تكذب - أو أن تكذب؟

أحب الحقيقة، وأعتقد أن الإنسانية بحاجة لها. لكن من المؤكد أنها بحاجة أكثر إلى الكذبة التي تجاملها وتوجد عليها بالمواساة وتجعل لها أملاً لا نهاية له.

أنا تول فرانس

من يملك سراً غالباً ما لا يجد بداً من الكذب. ويمكن أيضاً أن يكتفي أحياناً بالصمت وعدم البوح بشيء بالإبقاء عليه حبيس الشفتين. لكن في أكثر الحالات لا يمكن حفظ الأسرار إلا بكذبات هادفة وخداع مقصود. فالكذبة والسرهما أخوان، فالسر من دون كذبة عادة ما يكون غير ممكن، وبالعكس، فالكذبة غالباً ما تحمي السر. وكما كشف الباحث في قضايا الكذب والفيلسوف ديفيد نيبيرغ David Nyberg. يمكن لهذين الأخوين أداء عملهما بأسلوبين مختلفين؛ إذ يمكنهما التصرف إيجاباً أو سلباً:

- يكون الخداع إيجابياً عندما يسهم المرء في خلق قناعة خاطئة ويصب جهده على حمل إنسان آخر على الاعتقاد بصحة قناعة خاطئة مثل («أنا لا أكذب» أو «لقد قطعت علاقتي مع أنا» أو «أنا أحبك»).

• ويكون الخداع سلبياً عندما يجعل المرء إنساناً آخر يشكّل رأياً خاطئاً (تتعلق الزوجة من القناعة بأن زوجها يقوم بساعات عمل إضافية) أو الاحتفاظ برأي خاطئ (بما أنها لا تسأل، لا يعطي أي إيضاحات أخرى).

سواء كان سلباً أو إيجاباً، يبقى الخداع خداعاً، وتبقى الكذبة كذبة. بالنسبة للكثير من حملة الأسرار تلقي هذه الحالة بثقلها بشدة عليهم وتسبب لهم تأنيب الضمير، لأن الوصية المسيحية «لا تكذب» هي في لحم ودم أكثر الناس حتى ولو كانوا غير متدينين. فالحقيقة تعد أمراً جيداً ومنشوداً والكذب سيئاً ومكروهاً.

والوصية الأخلاقية التي تقول «لا تكذب» أو على نحو أدق: «لا تشهد زوراً على الأقربين» لم تنتشر فقط عبر العقيدة المسيحية، بل تلقت أيضاً دعماً كبيراً من جانب الفلاسفة. فعلى سبيل المثال لا يدع أوريليوس أوغوستينوس Aurelius Augustinus مجالاً لتبرير الكذب. حتى لو كان بمقدور المرء إنقاذ حياة إنسان آخر بكذبة، عليه أن يلتزم جاني الحقيقة. يقول: «بما أن الحياة الأبدية تضيع بالكذب، فعلى المرء ألا يكذب لمجرد إنقاذ حياة واحدة فانية». كذلك يصف عمانوئيل كانت Emanuel Kant الصدق والإستقامة بأنها «واجب لا بد منه» وينشد حالة كتلك التي يدعو إليها أوغوستينوس. وإجابة عن السؤال: «هل يحق لي أن أكذب على قاتل يريد أن يعلم مني إن كان صديقي الذي يطارده، مختبئاً في بيتي؟» أجاب: «كانت» بالنفي القاطع؛ لأن الكذبة ستكون «جريمة بحق الذات» كما يصفها الفيلسوف. ولا توجد أي حالة على الإطلاق يمكن فيها «تبرير» مثل هذه الجريمة. أيضاً حتى عندما يعرض المرء حياة صديقه، بقول الحقيقة،

للخطر. فالصدق في الأقوال، التي لا يمكن للمرء أن يلف عليها، هو واجب معروف للإنسان ضد كل ما يمكن أن يسبب له وللآخرين ضرراً كبيراً.

كما يتخذ أيضاً ميشيل دومونتان Michel de Montaigne في مقالاته Essais موقفاً واضحاً ضد الكذب بقوله: «الكذب رذيلة شنيعة. وقد وصفه أحد القدماء في كل قباحتها بالقول: إنه الدليل على أن المرء يستهين بالله في الوقت الذي يخاف فيه من الناس. وبصورة أكثر إقناعاً تظهر ندالة ودناءة وفضاعة هذه الرذيلة عندما ينحط تفكير المرء لدرجة الوقوف جباناً أمام الناس وشجاعاً أمام الله». ثم يتابع قائلاً: «لو كنا ندرك ثقل وشناعة هذه الرذيلة، لكننا لاحقناها بالنار والسيوف أكثر من ملاحقتنا لبقية الأفعال المخزية».

لقد تأثرنا بأقوال الفلاسفة ووصايا الكنيسة المسيحية وموقفها من الكذب. لكن هل الكذب حقاً يستحق هذه اللعنة كما يعلمنا الدين وتعلمنا الفلسفة؟ لماذا ينبغي علينا ألا نكذب؟ لأن حياة المكذوب عليه تضيق على نحو غير مشروع؟ لأنه يتألم وتجرح مشاعره عندما يكتشف الكذبة؟ لأننا نخشى أن نفقد مصداقيتنا نهائياً فيما لو اكتشفت الكذبة؟ لأنه يجب علينا عدم الكذب بكل بساطة لأن «حبل الكذب قصير» أو «لأن كذبة واحدة تجعل عشرين آخرين يعتمدون عليها» كما جاء في أحد الأمثال الإيطالية؟

لقد افتضح أمرك

فاقلع عن هذا العبث!

سيطول أنفك

فمتى سيتوقف عن النمو!

هذا ما يصاب به

كل من يكذب ويخدع دائماً
فإن لم تتوقف عن الكذب أيها الشقي
سيطول أنفك ليبلغ السماء

تحذير الساحرة الطيبة هذا للعبة الخشبية بينوشيو Pinocchio سمعته أجيال من الأطفال وفهمته جيداً. فمن يكذب ينمو له أنف طويل. ومنذ الصغر يُلقن الطفل قاعدة أن: الإنسان الطيب لا يكذب.

في الولايات المتحدة يعتمدون في التربية الأخلاقية للأطفال على الحكاية الآتية عن جورج واشنطن، أول رئيس للولايات المتحدة الأمريكية عندما كان في سن السادسة وأقدم على تحطيم شجرة كرز بفأسه الصغيرة. وتروى هذه الحكاية بأشكال مختلفة، وهذه واحدة منها:

مثال: قال له والده: «جورج، هل تعلم مَنْ الذي قتل شجرة الكرز الصغيرة والجميلة في الحديقة؟» وكان ذلك سؤالاً محرّجاً. ترنّح جورج للحظة تحت ثقل وقع هذا السؤال لكنه لم يلبث أن عاد سريعاً إلى نفسه، فنظر إلى والده بوجهه الطفولي البريء الذي يشع منه السحر الذي يتجاوز كل حقيقة، وصاح بكل جرأة: «لا قدرة لي على الكذب يا أبي وأنت تعرف ذلك. أنا الذي قطعتها ببلطتي الصغيرة». فصاح والده بكل حنان: «تعال لأضمك إلى صدري يا ولدي الحبيب، هلمّ إليّ: جورج: يسرني أنك قطعتم شجرتي لأنك عوضتني عنها بألف ضعف. فهذه البطولة لدى ولدي تساوي عندي ألف شجرة. ولو كانت أوراقها من الفضة وثمارها من الذهب الخالص». الطريف هنا أن هذه الحكاية الطريفة التي تحكى للأطفال في أمريكا لتقوية حبهم للصدق هي مختلقة كما يقول أستاذ الفلسفة ديفيد نايبيرغ

«بذلك تعلم أطفال المدارس في أمريكا طوال أكثر من قرن قيمة الصدق عبر كذبة» والفكرة الأخلاقية من الحكاية كما يقول فايبرغ «أحياناً لا يكونوا صادقين عندما يفعلون ما يعدونه صواباً، وأن الخداع ليس دائماً بالأمر السيئ».

إن التفكير بالأبيض والأسود في حالة الشعر والحقيقة يبدو أنه ليس في مكانه المناسب. حتى مونتان، الخصم العنيد للكذب يعترف بأنه توجد بعض الحالات التي يمكن فيها تبرير الكذب «عندما أكون مثلاً في وضع يمكن فيه لكذبة مكشوفة أن تتقذني من خطر واضح مهميت لست واثقاً إن كنت من القوة لدرجة أستطيع فيها مقاومة هذا الإغراء».

ليس فقط في حالة «خطر مهميت» بل في حالات أقل دراماتيكية يكون من السهل جداً أن نقوم الكذبة «بالخطأ» الواضح والصدق «بالصواب» البين. أو كما عبر الشاعر رالف فالدو امرسون Ralph Waldo Emerson بقوله: «الصدق جميل بلا شك، لكن كذلك الكذب أيضاً». وجهة النظر هذه تبناها قبله بزمان طويل أسقف القسطنطينية يوحنا كريسوستوموس (344-407-Johannes Chrysostomus). فلم يقف في طابور الذين يلعنون الكذب، بل رأى بأنه يجب البحث عن الأسباب التي تدفع المرء للكذب، بعدها يمكن الحكم فيما إذا كان سلوكه مجافياً للأخلاق أم لا. إن عبء الإثبات لا يقع على الكاذب، بل على ذلك الذي يلومه على كذبه. فهو الذي يجب أن يثبت فيما إذا كانت الكذبة قد اقترفت بدوافع سيئة.

فالكذب بحد ذاته هو أول الأمر شيء حيادي. ولا يصبح غير أخلاقي ومستهجن إلا إذا صدر عن نوايا غير شريفة. وهذا يعني، إن من يكذب؛

لأنه يريد أن يلحق الضرر على نحو مقصود بالآخرين، أو يحقق لنفسه مكاسب على حساب الآخرين، يجب التنديد به أخلاقياً. أما من يكذب لأسباب وجيهة من أجل الحفاظ على جوّه الخاص مثلاً، ولكي لا يتسبب بإيذاء الآخرين، وليكون مهذباً، أو لأنه يخشى من العقاب والإذلال، فإنه في هذه الحالات ليس إنساناً سيئاً وغير أخلاقي.

ويشير الفيلسوف لودفيغ ماركوزه Ludwig Marcuse إلى جانب مهم آخر بقوله إن بعض الكذب أكثر إنسانية وأخلاقية من الصدق. «هناك كذب محبب وصدق بغيض. . . فالكثير من الصراحة ليست سوى تكلف وحشي. وكثير من الكذب دليل على الإنسانية». عندما نكذب لأننا نريد أن نحفظ أناساً آخرين من حقيقة غير رحيمة فما من شيء في هذا السلوك مستهجن. وقبل أن نكسر العصا على ظهر الكاذب أو الكاذبة يجب علينا التأكد بدقة والسؤال عن الأسباب التي قادت إلى الكذب، وأن نأخذ بالحسبان أيضاً نوايا ودوافع الكاذب.

الكذب من أجل المراعاة

ماذا كان الدافع الذي جعل «أولا» تقرر ألا تخبر والدتها العجوز عن حقيقة ما جرى لحفيدها؟

مثال: تعيش والدتي منذ عدة سنوات في بيت للعجزة، عمرها الآن 88 عاماً وفي غاية الوهن والضعف. فكيف سأقول لها إن حفيدها، ابن أختي الكبرى «توبياس» قد أقدم على الانتحار؟ لم أكن قادرة على ذلك. كان من واجبي أن أخبرها بأن الفتى يعاني اكتئاباً شديداً، وأنه بسبب ذلك كان

يخضع لعلاج سريري. وأنه ألقى بنفسه من الطابق الرابع في المستشفى. والحمد لله كانت أختي، وهي في قمة نكبتها من التعقل بمكان بحيث أيدت فكرتي. فقررنا ألا نأتي أمام الوالدة على ذكر انتحار توبياس.

لقد كذبت «أولا» لدافع إنساني وبدافع العطف. فقد أرادت أن توفر على والدتها العجوز هموماً وآلاماً هي في غنى عنها. «إن كنت قد كذبت مرة فإن ذلك كان بدافع الحب» هكذا قال نيتشه على لسان زرادشت. فبعض الصدق يمكن أن يكون أسوأ من الكذب. كذلك نجد مثلاً شعبياً من القوقاز يقول: «من يقول الصدق عليه أن يسرج حصانه» فعندما يعلم المرء، أو يتناهى إليه، بأن أحداً لا يستطيع أن يطبق الصدق، تكون الكذبة غالباً هي الطريق الإنساني. وهذا ما يجب على المرء أن يراعيه عندما يؤكد شخص لآخر بقوله أريد أن أعرف الصدق دائماً!

جعلته يُقسم أن يقول الصدق دائماً ولا شيء إلا الصدق
ووعده بأنني لن أتضايق منه
مهما كان وقعه صعباً ومهما كان قاسياً ومهما كان مرأً
فكيف له أن يصدقني؟

تصف الكاتبة يوديت فيورست Judith Viorst في قصيدة لها بعنوان: «لا شيء إلا الصدق» الأزمة التي يقع فيها الكثير من البشر. لا يريدون أن يكذب عليهم أحد، يريدون معرفة الحقيقة، لكن لا يسألون أنفسهم فيما إذا كانوا على استعداد لتحملها. المحبون لا يعدّون أنفسهم غالباً بمجرد زرقاة السماء، بل بالصدق الأبدي إلى جانب الحب الأبدي. لن يكون بيننا أي كذب. هكذا يعدون أنفسهم. سنكون دائماً صريحين مع

بعضنا بعضاً ولا نقول لبعضنا سوى الصدق. فهل يتوقعون فعلاً بأن الآخر سوف لن يحيد البتة عن الصدق؟ وهل يتوقع أحدهما من نفسه الحفاظ على الصدق والاستقامة على الدوام؟ ومن يكون صادقاً مع نفسه عليه أن يعترف: لا يقول المرء الصدق دائماً؛ لأنه لا يريد أن يقول الصدق دائماً. وبالقدر نفسه يريد المرء دائماً معرفة الحقيقة بأي ثمن: ويقال في العامية الألمانية: «لا يهمني أمر لا أعرفه» لأنني لو عرفته فربما لن أنام قرير العين.

وقد كان علي «إلكه» أن تمر بهذه التجربة القاسية:

مثال: تعاهدنا، صديقي وأنا، منذ بداية علاقتنا على ألا يكذب أحد منا على الآخر البتة. أردنا أن نكون صريحين تجاه بعضنا بعضاً. وبعد عدة سنوات تآزمت العلاقة بيننا. وأصبحت رغبتي بالنوم مع صديقي نادرة، وبناء على العهد الذي قطعناه على أنفسنا فقد أخبرته بذلك. بدا أنه ممتن لصراحتي وحاول أن يفهم تراجعني ويتقبله.

وذات يوم طلب مني أن نجري حديثاً. أراد أن يخبرني فقط بأنه تقدم بإعلان للتعارف لأنه يفتقد ممارسة الحياة الجنسية، ولذلك يبحث عن امرأة تعطيه ما منعه عنه. وادعى بأن عليّ ألا أخاف؛ لأنه لن ينفصل عني. لكن هذا الخبر وقع عليّ وقع العصا ولم أستطع مواجهة الموقف. ولكن عندما قال لي فيما بعد إنه غير قادر على إقامة علاقة جنسية مع أي من النساء اللواتي أعطيتن إجابة عن إعلانه، وأنه يحبني جداً ولكن كان قد سبق السيف العزل. كم كنت أتمنى لو أنه لم يكن بهذه الصراحة. أردت لو أنه احتفظ بموضوع الإعلان لنفسه. والآن تتابني

المخاوف أن يفعل ذلك ثانية. وأنا ألعن أيضاً صراحتي معه. هل كان فعلاً من الضروري أن أكون صريحة معه للقول إنه لم تعد لدي الرغبة بممارسة الجنس معه؟ ألم يكن الأجدر بي أول الأمر أن أوضح لنفسي ما الذي يكمن خلف عدم رغبتني هذه؟

إن الكذب أو عدم الصدق في المكان والزمان المناسبين يسمح بالتعامل الحضاري بين الناس ويحفظ أرواحنا. فمهما كان الصدق محموداً، ومهما كان جميلاً بحد ذاته، إلا أنه يمكن أن يكون جارحاً وهداماً ومدمراً للثقة.

ويرى المختصان في علم النفس كلاوس فيدلر وجانيت شميد، اللذان سَخَّرَا أنفسهما كلياً للبحث العلمي في موضوع الكذب، أنه «من الجدير بالملاحظة بأن الكثير من حالات مجافاة الصدق تعود لدوافع تخدم المجتمع؛ أي إنها تخدم مراعاة الآخرين وأخذ الأمور في الحسبان. يمكن أن نقول إن التعبير الواقعي الذي لا يعرف حدوداً وسطاً يمكن أن يتفق مع جميع ردود الفعل الصريحة ذات النظم الثقافية الأساسية وأن «التعامل الدقيق مع الصدق يمثل واحداً من أهم أهداف المجتمع الإنساني».

يقف الناشر والخبير في علم الأخلاق «راينر ارلينغر» -الذي يجيب بانتظام على أسئلة تتعلق بالأخلاق في المجلة الصادرة عن صحيفة زود دويتشه تسايتونج Süddeutsche Zeitung- دائماً وأبداً ضد الكذب.

مع ذلك لا يسعه إلا أن يستحسن الكذب في حالات معينة. في هذه الحالة على سبيل المثال حيث كتبت إحدى القارئات (مجلة SZ العدد 42 عام 2006):

«كنت قبل مدة مدعوة إلى حفلة زواج أصدقاء مقربين. وفي هذه الحفلة لم أشعر بالراحة البتة. فالجو العام كان بارداً جداً ولم تكن كمية الطعام كافية. كانت الأحاديث متكلفة والمكان كئيب. ويبدو أنني لم أكن الوحيدة التي لاحظت ذلك؛ لأن كثيراً من الأصدقاء غادروا الحفل في وقت باكر نسبياً. العروسان فقط كانا في قمة الحماس للحفل، وتحدثا لأيام طويلة عقب ذلك بكل سعادة وحبور عن الحفل. وإجابة عن سؤالهما لي فيما إذا كانت الحفلة قد أعجبتني عبرت -بعكس رأيي الحقيقي- على نحو إيجابي، لكي لا أبحر شعورهما. فهل كان تصرفي صحيحاً؟

كان لا بد للسيد راينر ارلينغر من أن يعطي السائلة الحق. وكان أسهل عليه أن يقول: «إن الكذب مستنكر» ثم يغدق عليها أيضاً من الاقتباسات عن أسماء مشهورة. لكن يبدو له أن ذلك غير مجدٍ في هذه الحالة لأن «الصدق قيمة سامية، لكنه ليس القيمة الوحيدة. فإلى جانبه هناك أيضاً الوصية بعدم جرح مشاعر الآخرين. وهذا -برأيي- أهم في هذه الحالة».

الكذب من أجل المحافظة على الذات

أدرك فيلهلم بوش قبلاً «أن أحسن الناس يضطر للكذب أحياناً، حتى بكل سرور في بعض هذه الأحيان» وهذا يعني أن الكذب ظاهرة عادية جداً، ولا تقتصر على البشر فقط؛ إذ إن الكثير من الأنواع الحيوية الأخرى يمكن أن تتخذ أشكالاً وأوضاعاً مختلفة لخداع أعدائها. ويقول المؤلف «جيريمي كامبل» Jeremy Campel «كثير من الكائنات الحية الآن كان يمكن أن تكون قد انقرضت لو أنها تربت دائماً على الالتزام بالصدق وحده. فالصورة الزائفة تدخل في عداد حركة التطور. فزهر الأوركيد

تحاكي مظهر الحشرات المؤنثة، وبهذا الأسلوب تغرر بتلك المذكرة من أجل التلقيح. وتتظاهر بعض أنواع الطيور بأنها عازبة فتخفي شريكاتها وتدعوا إنثاءً لا علم لها بذلك إلى التلقيح من العازب المفترض. وهناك نوع من الأسماك الرخوية في المناطق الاستوائية يخدع بقية الأسماك بحيث يموّه نفسه ليظهر بأنه سمك تنظيف، أي يقضي على الطفيليات. وبيوض طائر الوقواق تشبه بيوض الطائر الذي يضع فيه الوقواق بيضه.

كما أن القروء تعرف طرقاً للخداع؛ إذ يمكنها التعبير عن عدم الاهتمام وصرف اهتمام الآخرين عن وعي وعبر سلوك محايد تعطي انطباعاً خاطئاً وأشياء أخرى كثيرة. فهناك دراسة أجريت على فصيلة من القروء تدعى «ليمور» تثبت بأسلوب مؤثر بأن لها قدرة إدراكية مدهشة تشترك فيها مع الشمبانزي والإنسان. حيث تستطيع أن تخدع ما حولها. فالباحثة أميلي جنتي من جامعة أندروز في سكوتلاندا علمت ثلاثة قروء من هذه الفصيلة كيف تشير إلى الفنجان الذي يخفى تحته حبة زبيب من أصل فنجانين. كانت حبة الزبيب مخفية عن أعين القروء الذين تم تدريبهم طويلاً حتى استطاعوا تحديد الفنجان الصحيح. وبعد أن نجحوا في 80% من الحالات جاءت مشرفة ثانية على التجربة ترتدي مريلة بيضاء واقتربت من القرد بكل لطف حالما تم إخفاء الزبيبة. وضعت المدربة الثانية يدها بين الفنجانين وانتظرت إشارة القرد إلى مكان وجودها. وفي كل مرة كان يحسن فيها الاختيار، كانت تعطيها المدربة الثانية حبة زبيب مكافأة. وإذا ما أخطأ تحجبها عنه. وفي صيغة ثالثة للتجربة دخل اللعبة رجل فظ، يرتدي ثياباً سوداء ويضع نظارة شمسية

وقبعة على رأسه. فإذا ما أشار القرد إلى الفنجان الصحيح، تظاهر الرجل بأنه هو الذي يتناول الزيببة وليس القرد، الأمر الذي أثار غضب أحد القرود؛ إذ أعطى إشارات غاضبة وأشار إلى الفنجان الآخر الذي لا يخفي تحته حبة الزبيب. وأحدهم لم يشير لا لهذا الفنجان ولا لذلك، أما الثالث فقد امتنع نهائياً عن المشاركة بل حدق في أرض الغرفة.

لكن القردة الثلاثة استطاعوا تحديد الفنجان الصحيح حالما عادت مشرفة التجربة المتعاونة إلى المشاركة. ومن ثم فقد اتضح للسيدة أميلي جينتي وزملائها، بالرغم من قلة عدة المشاركين في التجربة الحيوانية، بأن هذه الفصيلة من القردة تجيد مناورات الخداع. إن ما تستطيع فعله هذه القرد معروف قبلاً عند القطط. وكما يعرف كل محب لهذه الخلان العنيدة فبعض القطط تموء طويلاً على الباب حتى ينهض الإنسان عن مقعده الوثير ليطلق سراحها ويدعها تخرج. لكنها لا تفكر على الإطلاق بالخروج إلى البرية، فليست هذه رغبتها، بل كثيراً ما تتفزز بسرعة الريح إلى المكان الذي كان يجلس فيه السيد أو السيدة قبل لحظات. لقد خدعت مالكها وضلته عن رغباتها الحقيقية؛ لأنها لم تكن تريد الخروج، بل كل ما تريده هو أن تأخذ مكان «ولي نعمتها».

وحقيقة أن الخداع والكذب نلقاه دائماً في الطبيعة يستنتجها المؤلف جيريمي كامبل Jeremy Campell «لا مناص على الإطلاق من خدع الإنسان لأنها متأصلة في تركيب أجسادنا».

يستخدم الخداع في عالم الحيوان والنبات من أجل حفظ البقاء. أما عند الإنسان العاقل Homo sapiens فيتعلق الأمر في بعض الحالات، إن

لم يكن بالحفاظ على الوجود البيولوجي، فبالوجود الاجتماعي، عندما يستخدم الكذب والخداع.

أحياناً يضطر المرء أن يعتمد إلى الكذب للدفاع عن نفسه أمام قوة هائلة، ضد الاضطهاد وضد ضعفه. فالكذبة تمنح الضعفاء قوة يستخدمونها ضد السيطرة المهيمنة وضد القوة.

ويصف الفيلسوف لودفيغ ماركوزه القيمة التي تحتلها الكذبة، ولا سيما بالنسبة لأولئك الذين يُعدون ضعافاً في المجتمع. فبالنسبة له يعتبر أن «الاضطهاد هو أب الكذب». فمن لا يملك سلاحاً آخر، نتيجة وضعه الاجتماعي، يستطيع أن يستخدم الكذب إجراءً دفاعياً ليتحرر من دور المغلوب على أمره، على الأقل من هذه البوابة الخلفية. «عندما لا يجد الإنسان لديه القوة الكافية للدفاع عن نفسه بقبضة يده، فإن لديه ما يكفي من القوة للإفلات عبر الكذب. «فالكذب هو سلاح من لا سلاح في يده» حسب ماركوزه.

ومع أنه يرى خطر إمكانية ممارسة العنف بالكذب والخداع، لكن الجانب الإيجابي هو الغالب حسب رأيه. «فإن كان الكذب أحياناً يمكن أن يكون جوراً. إلا أنه - وإلى درجة أكبر- يشكل العكس تماماً، أي تحرراً من الجور» ويتابع قائلاً «... بالكذب لا تقل مساحة الحرية دائماً بل في أغلب الأحيان تزيد» ويلعب كتمان السر دوراً محورياً - بالنسبة لماركوزه- في كل شكل من أشكال المقاومة.

فمن يستطيع أن يكتم شيئاً، يملك القدرة على التحكم بما يجوز للآخرين معرفته عنه وبما لا يجوز. فمن لا يستطيع أن يتخذ قراره مثلاً:

المواطنون في دولة تخضع للرقابة على الأفراد فهو في عداد من لا حول لهم ولا قوة، وعليه في ظروف معينة أن يحسب حساب الملاحقة عندما لا يستطيع الحفاظ على سر.

ففي ظل نظام ديكتاتوري، كما كتب أستاذ الفلسفة باسكال ميرسيه Pascal Mercier في روايته «قطار الليل في لشبونة» هي مسألة حياة أو موت «أن يجيد المرء الكذب» فمن لا يحيط نفسه بسر يعيش دون أي حماية.

لكن أيضاً في المجتمعات الديمقراطية يمكن أن يكون الحفاظ على السر يخدم وجهاً من وجوه المقاومة والحفاظة على الذات. والمثال على ذلك هي بيوت النساء. فهي تحتفظ بعنوان الساكنات سراً من أجل حمايتهم.

فالأزواج الذين يتسمون بالعنف لا يعلمون أين تقيم زوجاتهم. وفي هذه البيوت يمكن للنساء أن يفكرن ملياً كيف سيبدو مستقبلهن.

وليس فقط النساء اللواتي يعانين سوء معاملة الرجال بحاجة إلى الحماية التي يوفرها كتمان السر. ففي حالة أخرى مختلفة يتضح كم هو مهم بالنسبة لأناس في مواقف ضعف أن يكتموا شيئاً عن الأقوى منهم ويتغلبوا عليهم. وقد نشرت وكالة الصحافة الألمانية هذا الخبر عام 2002:

«يحق للمرأة أن تكذب في إجابتها عن سؤال حول إذا ما كانت حاملاً عند إجراء فحص مقابلة تعيينها في وظيفة. وحسب حكم أصدرته المحكمة الأوروبية يحق للحامل بموجبه أن تكذب عندما لا يشكل العمل المنشود أي خطر على صحة الأم والجنين. وقد نوهت وزيرة الشؤون الاجتماعية في مقاطعة بافاريا السيدة كريستا شتيفنس بهذا الحكم. فالسؤال عن

الحمل غير مسموح به ويُعد تمييزاً ضد المرأة. وبذلك تعطى المرأة الحق بالكذب من أجل الحصول على فرص العمل المتاحة للرجل نفسه. وعندما يأخذ رب العمل علماً بالحمل فيما بعد، لا يمكن إلغاء العقد، كما تؤكد الوزيرة شتيفنس.

فرص متكافئة والحقوق نفسها والحريات نفسها. إن الكذب والسر يعملان في خدمة الضعفاء والمغلوبين على أمرهم. إنهما سلاح من لا سلاح آخر له. فالكذب والسر يمكن أن يصونا الحياة ويحافظا على الحق في الحرية.

الكذب من أجل حماية الذات

يتيح الكذب للإنسان أن يتحرر ليس فقط من الحصار المطبق، بل يمنحه الحرية في تقديم نفسه للرأي العام بالشكل الذي يراه مناسباً. ولكي يلقي قبولاً من قبل الآخرين والعيش معهم بانسجام، ووقاية نفسه من التعديات غير المحمودة، يجب أن يكون قادراً على تحديد الصورة التي يظهر بها للآخرين، والانطباع الذي يريد أن يتركه لديهم.

ليس من الواجب أن تكون كل صفة ولا كل جانب من جوانب الشخصية، ولا كل ميل أو إعراض مرئياً في الوسط الذي يعيش فيه الإنسان. فمن أجل الوقاية الذاتية والفتنة يُفضل أن يبقى المرء على شيء ما لا يخرج للعلن؛ لأنه قد يؤدي في بعض الأحيان للإساءة إلى سمعته. فإذا ما عرف الآخرون عنا كل شيء مئة بالمئة لأصبحوا في أكثر الأحيان محتارين في أمرهم ومذهولين.

ويتضح من المثال الآتي الذي تقدمه «الزه ماري» التي تعيش مع طفلها 8 و10 سنوات في منطقة تابعة لـ أودنغالد في ألمانيا، مدى ما يمكن لكذبة أن تلعبه في تأمين حياة تضمن بقاء الإنسان. ردت «الزه ماري» أول الأمر على إعلاننا «البحث عن الأسرار» كتابياً ثم هاتفياً:

مثال: كنت أول الأمر المسؤولة الوحيدة عن طفلين. لم يكن لي في يوم من الأيام زوج يقدم لي دعماً. فأباء أطفالي سرعان ما كانوا يولّون الأدبار هاربين. حاولت لمدة طويلة أن أعمل سكرتيرة لأضمن حياة تتقدنا من الهلاك، ولكن ذلك لم يدم طويلاً حيث فقدت عملي. كنت مضطربة وكتبت طلبات التوظيف واحداً إثر الآخر لكن دون جدوى. وانطلاقاً من شعور ما، لست أدري سره، لم أكلم أحداً حول البطالة التي أعانيها. وتبين فيما بعد أن ذلك كان تصرفاً ذكياً. تعرّفتُ مرةً في إحدى الحانات سيّدةً، عندما منحت نفسي الحق في فسحة مسائية والذهاب إلى مدينة قريبة لتناول كأس من الشراب، وشكوت لها أمري. عندها حكّت لي هذه السيدة أن في القسم الذي تعمل فيه إمكانية جيدة لكسب المال. كان عندها مصلحة خاصة لتقديم الخدمات، هكذا أطلقت عليها. هناك رجال أعمال وحيدون، وهؤلاء كثيرون في منطقتنا حيث يوجد عدد كبير من الشركات الكبرى على مقربة منا. تقوم هذه المرأة على تأمين مرافقة مسائية لهؤلاء الناس، بما في ذلك ممارسة الجنس. وعندما سمعت عن المبالغ التي يمكن تقاضيها لقاء ذلك قضيت ليلتين لم أذق فيهما طعم النوم. ثم بدأت العمل في هذه المصلحة لتقديم الخدمات. أخبرت جيراني وأطفالي وأصدقائي أنني اتفقت مع عدد من الأسر على تنظيف

بيوتهم لقاء أجر. وما من أحد يعلم طبيعة عملي الحقيقية. وهذا يعني أنني مضطرة للكذب، لكن ذلك لا يهمني كثيراً. فلدى طفلي الآن ما يكفي من الطعام، ويمكنني أن أشتري لهما كل ما يحتاجانه. وهذا أهم شيء بالنسبة لي.

وكما في حياة «الزه ماري» يوجد في كل حياة مجال لا يتناسب - بشكل أو بآخر - مع المعايير الاجتماعية السائدة. فالوجه الذي يظهره المرء للآخرين ليس هو الحقيقة على الإطلاق. فهناك وجوه أخرى للشخصية لا تعرفها إلا فئة مختارة من المقربين، لا بل قد لا يعرفها أحد. والكذب يضمن لهذه المجالات السرية حق الوجود. إنه يساعدنا على التكيف الاجتماعي وعدم تعرضنا للتمييز أو دخولنا في العزلة. ليس لكل فرد في محيطنا الحق في الحصول على المعلومة التامة وغير المنقوصة والصحيحة كلياً. فللصراحة حدود تقف عندها عندما يمكن أن تشكل خطراً على جوهرنا الدفين في الأعماق. فإذا ما اقترب أحد من هذا الجوهر الدفين فنحن أمام خيارين: إما أن نقول له: «لا صلة لك بهذا الأمر» أو «لن أتحدث معك بهذا الأمر» أو يمكن أن نختار طريقاً أكثر وداً وقبولاً اجتماعياً، أي أن نكذب.

بالنسبة للفيلسوف ديفيد نايرغ فمن المؤكد أن «التعايش العملي» الذي تطيب الحياة بوجوده في المجتمع الإنساني مع الآخرين، غير موجود على الإطلاق من دون الخداع والتمويه فلا توجد أي وصية أخلاقية، أو أمر أخلاقي، يلزمنا بقول الحقيقة لكل إنسان. فالخداع والتمويه كما يقول نايرغ «يدخلان في طبيعتنا الإنسانية. نعم. بل سأقدم خطوة أخرى

إلى الأمام وأتبنى مقولة بأنه أحياناً ليس من الأمر السليم والأخلاقي أن نتخلى عن استخدام الخداع والتمويه».

الحق في الكذب

بالصدق وحده لن تسير أمورنا في الحياة على ما يرام. بكل صراحة أقول إننا نحتاج إلى الكذب. فمن دون الكذب، كما يقول فريدريش نيتشه، نكون معرضين بلا حماية «للحقيقة المنفرة». فالكذب يساعدنا في الإبقاء على المسافة المرغوبة بيننا وبين الآخرين ووقاية أنفسنا من جميع أنواع الإزعاجات والمضايقات. فلو أننا لا نتلفظ إلا بالصدق لبقينا متروكين فقط للتجريح ونغص العيش، بل أيضاً مكشوفين كلياً للآخرين، لنظراتهم المستهزئة وأحكامهم واستنكارهم وفضولهم وضحكاتهم وعدم تفهمهم، ولما كان لدينا سلاح ندفع عنا به كل ذلك. والأسرار هي هذا السلاح؛ لأنها توفر الحماية في مجتمع ليس من الضروري أن يكون دائماً حسن النية.

وإذا ما تطلب الأمر منا إقامة سور أمني بيننا وبين من نخالطهم من البشر، فإننا نجد الفيلسوف المتمسك عادة بالقيم آرثر شوبنهاور يتحدث عن «الحق في الكذب»؛ إذ يُسمح للمرء أن يكذب عندما يكون من الضروري الحفاظ على سرية شيء ما «يمكن أن تؤدي معرفته إلى تعرضي لهجوم الآخرين».

هذا الحق في الكذب الذي يستخدم عند كل سؤال لا يحق طرحه على الإطلاق حول بشؤوني الشخصية أو شؤون المصلحة التي أعمل فيها يمكن للإجابة عنه أو حتى مجرد رفضه بقولي «لن أجيب»، أن تثير

الشك بتعريضي للخطر. هنا يكون الكذب دفاعاً ضرورياً في وجه فضول من لا يعنيه الأمر». وكما يمكن السماح بإطلاق الكلاب المشاكسة ليلاً عندما يحاول من لا يحق لهم الاعتداء على الممتلكات، يمكن أيضاً للمرء أن يحول دون اقتراب من لا شأن لهم بأسلوب فضولي وملحاح للتضييق عليه، وذلك من خلال عدم التصريح بالحقيقة، كما يقول الفيلسوف.

وإذا ما جعل شوبنهاور الحق في الكذب يقتصر على حالة أن معرفة الحقيقة قد «تجعلني عرضة لهجوم الآخرين»، فإن الفيلسوف كريستيان توماسيوس Christian Thomasius يذهب خطوة أبعد إلى الأمام بقوله إن الكذب مسموح في حالة «لا يكون للآخر فيها الحق في معرفة الحقيقة». بذلك يضع توماسيوس حق تقرير المصير بكل وضوح قبل واجب الصدق. وهذا يعني: يحق لكل إنسان أن يسأل ما يريد، لكننا لسنا ملزمين بإعطائه الإجابة الحقيقية إن لم يكن له الحق بذلك. فإذا ما أردنا أن نحافظ على جونا الخاص بالكذب على الآخرين فإننا بذلك نخالف الوصية الثامنة التي تقول: «عليك ألا تعطي شهادة كاذبة ضد الأقربين»، لكننا نتصرف على نحو سليم في بعض الحالات بمفهوم مصلحتنا الذاتية.

على أي حال يجب أن نوازن فيما إذا كان فعلاً لا يجوز للآخر أن يطلع على الحقيقة، أو فيما إذا كان في ذلك خرق لحقه في تقرير مصيره في حالة كتمان شيء عنه.

هل يعتدي المرء مثلاً على حق شريكه في تقرير مصيره عندما يجيب على السؤال الذي يدور عادة بين الأزواج «بماذا تفكر الآن؟» بعبارة «لا أفكر بشيء» أو «لا أفكر بشيء محدد» بالرغم من أن ذلك مخالف للحقيقة؟

بالتأكيد لا. للشخص الذي وُجِّه إليه السؤال الحق في الاحتفاظ بأفكاره نفسه، بغض النظر عن مدى براءتها أو إهانتها للسائل أو السائلة. ربما يريد المسؤول أن يقي السائل الفضولي من الحقيقة أو يقي نفسه؛ لأنه بقوله صادقاً: «لن أبوح لك بذلك» أو «هذا أمر لا يعنيك» سوف لن يجني إلا الشك والمزيد من الأسئلة الأخرى الحرجة.

«بماذا حلمت اليوم؟» هل يحق للسائل معرفة الفيلم الذي عرضته سينما الأحلام؟ إذا كان مضمونها لا ضرر منه فلم لا؟ وإذا ما كانت ثقة المرء بالآخر كبيرة لا ضير في ذلك. لكن عندما يلحظ المرء بنفسه بأن هذا الحلم سوف يبوح بشيء عن ذاته أو أنه سوف يساء تفسيره من قبل علماء النفس الهواة، فلا يحق للسائل أن يكون له نصيب من فيلمنا الليلي.

هل يجب على الزوج، الذي يعود متأخراً -على غير عادته إلى البيت- أن يقول الحقيقة لزوجته من كل بد؟ هل يحق له أن يكذب أو يدعي بأن الاجتماع قد طال بالرغم من أن حقيقة الأمر ليست كذلك؟ إن كان مرّ في طريقه على إحدى الحانات أو على تاجر سيارات لأخذ معلومات عن آخر موديل من السيارات التي يعشقها، يمكنه أن يصمت إن كان لديه الشعور بأن ذلك سوف يسبب له مشكلات بقولها: «ولهذا جعلتني أنتظرك على العشاء!»، أو أنه لن يلقى تفهماً كقولها: «لماذا تستعلم عن السيارات وأنت تعلم بالضبط بأنه لا طاقة لنا باقتناء سيارة؟».

ألا تخدش الزوجة حق زوجها بتقرير المصير عندما تجيب عن سؤاله: «هل كنتِ دائماً مخلصه لي؟» بكلمة «نعم» بالرغم من أن ذلك لا يُمَاشي

الحقيقة؟ بالتأكيد ليس كذلك عندما تعد علاقة عابرة، لا تشكل خطراً على الحياة الزوجية، مسألة خاصة بها ربما ساعدتها للخروج من حالة من الشك بالنفس كانت تؤرقها، أو حالات من الضجر والاستياء. بذلك تجرده من إمكانية المساومة واتخاذ موقف خاص به، ولا تعطي الحياة الزوجية فرصة لزيادة تفاعل هذه الأزمة.

إن من يذم الكذب بصورة مبدئية باعتباره غير أخلاقي، فإنما يبسط الأمر جداً. فللكذب، -شأنه شأن السر- وجهان: وجه بناء وآخر هدام. وقبل أن نحكم على فرد بأنه كاذب يجب أن نخبر أياً من هذين الوجهين تتجلى فيه الكذبة. أين تكمن فائدة أو رداءة الكذبة؟ هكذا تساءل لودفيغ ماركوزه، وأجاب عن هذا التساؤل بالمعادلة الآتية: «أين تكمن فائدة المطرقة أصلاً؟ بإمكانني أن أستخدم المطرقة في دق مسمار في الجدار لتعليق خريطة، أو لتحطيم رأس إنسان. بالكذبة يمكنني أن أقدم لفنائة لم تعد صغيرة السن وهماً ساراً. وبالكذبة نفسها أن أدمر فتاة في مقتبل العمر. فالكذبة هي أداة تستخدم لأغراض شتى. والكذبة هي نتاج القوة ويمكنها أن تضرب في الاتجاهين. ولن نحصل على مقياس لتقويم الكذب في كل حالة من الحالات إلا عندما نطلق على الكذبة صفة لا أخلاقية إن كانت في مصلحة العنف وصفة أخلاقية إن كانت ضد العنف».

وبكلمة «عنف» هنا لا نقصد العنف بمعناه الحقيقي؛ إذ يمكن ممارسة العنف ضد إنسان عندما لا نقيم وزناً لعالمه الخاص. ويمكن أن يمارس عنف ضد إنسان آخر عندما نظن أن عليه البوح بالحقيقة مهما كلف ذلك دون أن يفكر بالنتائج التي قد تترتب على ذلك.

لماذا يُسمح لنا بالكذب؟

أحياناً هناك أسباب وجيهة لكتمان الحقيقة. وهذا يكون في حال كانت الحقيقة تجرح شعور إنسان آخر دون أن تكون هناك ضرورة لذلك. أو عندما نرى ألا حق لشخص آخر في صدقتنا واستقامتنا. الكذب ضروري ومفيد من أجل مراعاة الشعور: الكذب من أجل المحافظة على الذات والكذب لحماية الذات. لكنه ضار عندما يخرق حق تقرير إنسان آخر لمصيره، ويقف حائلاً دون تقدمه وتطوره.

الحفاظ على السر - إرشاد

أفضل وسيلة للحفاظ على سر هي التخلي عن أي مساعدة تأتي من الآخرين.

قول مأثور

«عندما وضعت نفسي أمام مهمة الكشف عما يخفيه الناس، ليس تحت ضغط التنويم المغناطيسي، بل مما يقولونه ويكشفون عنه، كنت أظن أن المسألة أصعب مما هي بالفعل. فمن له عينان تريان وأذنان تسمعان يقتنع بأن الناس غير قادرين على إخفاء سر. فمن تصمت شفثاه تتكلم رؤوس أصابعه وتنضح كل مسامات جلده بالإلحاح عليه ليفصح».

كان سيغموند فرويد مؤسس التحليل النفسي واثقاً من أن الإنسان غير قادر فعلاً على الاحتفاظ لنفسه بسر. فبشكل أو بآخر سوف ينكشف، إن لم يكن بالكلمات، فبرود أفعال جسده. أيضاً جورج سيمل، الذي يؤيد بكل جوارحه قيام حياة ثانية إلى جانب الحياة المعلنة، كان يشك فيما إذا كان يمكن حفظ سر من الوصول إلى فضول الآخرين، بقوله «يتيح الناس لمرهفي الحس النفسي عدداً لا يحصى من المرات للاطلاع على

أفكارهم وأحوالهم الأكثر سرية، ليس فقط رغماً عنهم، بل أيضاً غالباً لأنهم شديدي الحرص على إخفائها».

إذاً هل من المستحيل كتمان سر إلى الأبد؟ أُن تخرج الحقيقة إلى النور عاجلاً أم آجلاً، سواء أردنا ذلك أم لم نرد؟ إن القصص الواردة في هذا الكتاب لا تتسجم مع هذا القول. فكثير من أولئك الذين قصوا علينا حكاياتهم استطاعوا طوال سنوات عديدة الاحتفاظ بأسرارهم وربما أخذها البعض معه إلى القبر. إذاً من الممكن أن يحتفظ المرء بشيء لنفسه، لكن الحقيقة تقول بأن ذلك ليس بالأمر اليسير.

ربما لا تتطلب الرقابة على كيسي مليء بالبراغيث من الاهتمام والجهد بقدر ما يتطلبه كتمان سر من الأسرار. ومَن كان عليه، أو أراد، أن يحفظ سراً في يوم ما، سيدرك مدى صعوبة هذه المهمة. عليه أن يكون دائماً يقظاً وحافظاً للسانهِ ويتمتع بذاكرة جيدة وقادرة على الصمت لا يجفل من الخداع والكذب، ويتحمل الوحدة التي يمكن أن تكون مقرونة بسرٍّ من الأسرار.

الحفاظ على السر عمل شاق

الأسرار متعبة. فالكثير من الجهد يُبذل فقط لمجرد لعبة الاستخباء. لحظة غفلة، إهمال ما، رسالة لا يتم إخفاؤها مباشرة، صورة، أثر فاضح على الملابس، أو بالمختصر: لحظة غير محسوبة يتحول فيها أمر ما من سر إلى لا سر. وقد أكدت السيدات الأربع اللواتي خضعن لاستبيان الباحثين لوسي فونتان وجيني فلارتي على مدى صعوبة عدم البوح بالسر. «أصبحت في غاية الحذر والانتباه لكي لا أبوح بالسر، ووضعت

لنفسى خطة لأتمكن من الاحتفاظ به». وترى سيدة أخرى أن «الخداع عمل صعب، يتطلب من المرء الحذر كمن يمشي على بيض، وهذا بحد ذاته منهك» أما الثالثة من حاملات الأسرار فقد كانت تراقب دائماً ردود أفعال شريكها التي خانتها مع شريكة أخرى. «كان عليّ أن أنتبه لكي لا أبوح بشيء، أن أجد أعذاراً منطقية لكي لا تشك بفعلتي. وكان ذلك دائماً منهكاً للأعصاب. كان عليّ أن أبقى دائماً في منتهى اليقظة والحذر». يمكن لكل إنسان أن يكون لديه سر. لكن ليس كل إنسان قادراً على الحفاظ على سره. وهذا مثال مبتذل يوضح ذلك: ما هي القدرات التي يجب على الزوج إظهارها عندما يريد أن يكتف عن زوجته أنه لم يعد مضطراً للعمل الإضافي في مكتبه، بل كان يلتقي بعد العمل مع عشيقته؟

1- يجب أن يكون قادراً على الكذب.

2- يجب أن يتحكم بسلوكه: ألا يفتضح أمره عبر صوته أو تعابير وجهه أو لغة جسده. على الزوج إذاً أن يعلم كيف يكون مظهره وكيف يتكلم عندما يكون صادقاً.

3- عليه أن يراقب مظهره الخارجي. ويجب أن تكون ربطة عنقه في وضعها المناسب، وألا يظهر أثر أحمر الشفاه على قبة قميصه. وألا تشي به رائحة ماركة عطر نسائي.

4- عليه أن يعرف زوجته جيداً وأن يعلم ما الذي يسترعي انتباهها وماذا ترى فيه أمراً عادياً.

كيف يمكن للزوج الذي يخون زوجته أن يضمن بأنه قادر على كل ذلك؟ كيف عليه أن يتصرف إذا ما أراد لعلاقته ألا تتكشف وأن تبقى حياته الزوجية بأمان؟

كشفت الباحثة النفسية جانيت شميد عن الشروط التي يجب توافرها لكي لا ينكشف سر فوراً وبأول مناسبة. فهي تفرق بين «مرحلة التخطيط» و «مرحلة التنفيذ». ففي مرحلة التخطيط يجب على الزوج -لنبقى ضمن المثال- اختيار إستراتيجية للخداع. «من أجل ذلك يجب أن يكون تحت تصرفه ليس فقط جرد لمختلف الآليات، بل أيضاً تصور لكيفية توظيف هذه الآليات». كما تقول شميد.

ففي حالة الزوج يعني ذلك أنه يجب عليه أن يرتب أعضائه بشكل معقول: «عندما أقول كنت مضطراً للعمل فترة أطول: ما الذي كان علي أن أنجزه في المكتب؟ ومن كان حاضراً أيضاً؟ وهل سيقدم لي هذا الزميل الدليل القاطع؟ فإن لم يكن الأمر كذلك فلماذا تطرقت إلى ذكره؟ هل قمت بإتلاف فاتورة الحساب في المطعم؟ وفي الخطوة الآتية عليه أن يفكر ملياً ما هي الحجج والأعذار التي من المرجح أن تصدقها زوجته أكثر؟ أخيراً يجب على الزوج في «مرحلة التنفيذ» أن يتبع سلوكاً ناجحاً. عليه أن يخفي الحقيقة وأن يبدو طبيعياً. باختصار: «عليه أن يثبت قدرة تواصلية ومرونة» كما تقول شميد.

المحافظة على السر إنجاز للذاكرة

ليس كل ذلك بالأمر السهل. فمن يريد أن يحتفظ لنفسه بسر على مدى فترة طويلة من الزمن، عليه أن يكون في منتهى اليقظة، وأن يظهر قدراً من الطاقة، حتى لو اقتضى الحفاظ على سر مجرد الصمت، أي عدم وجود ضرورة لكذبة مباشرة أو خداع. لكن إذا ما احتاج المرء إلى كذبة لكي لا يشي بسرّه سيكون الأمر صعباً. فالكذب، كما يوضح الفيلسوف لودفيغ ماركوزه،

عبارة عن «فن صعب» يتطلب «موهبة في التمثيل» و «ذاكرة جيدة». وهذه الأخيرة عرفها أيضاً الفيلسوف مونتان. فقد جاء في «مقالاته» في فصل «عن الكذابين» «ولأسباب وجيهة يقال: من لا يثق بذاكرته كل الثقة، عليه أن يصون نفسه من الكذب» وهذا ما يتجلى في قصة كارولا:

- x مثال: كنت في مرحلة يفاعتي مضطرة أن أجعل من حياتي سراً. كانت والدتي تلاحقني في كل خطوة أخطوها ولم تدع لي أي مجال للحرية. كانت دائماً تريد أن تعرف ماذا أفعل ومع من التقيت. ولو كان باستطاعتها لقرأت أفكاري. ووصلت مضايقاتها لي إلى حد إجباري على النوم إلى جانبها في السرير، بعد وفاة والدي، وكنت في الخامسة عشرة من عمري. وهذا يعني بأنه لم يبق لي أي مجال حر على الإطلاق. بدأت في ذلك الوقت أخفي الحقيقة عنها. فعندما كنت أريد الذهاب مع صديقاتي إلى التزلج على الجليد، كنت أحدثها عن «التحضير للامتحان» وعندما كنت أذهب للتنزه في المدينة كنت أخلق مرضاً لإحدى صديقاتي وواجب القيام بزيارة لها. أي إنني كنت أكذب بلا حدود. كنت أقدم لوالدتي أسباباً مقبولة لغيابي عن المنزل لأنني كنت أعلم بأنها لن تسمح لي بأية متعة خالصة. لكن أسوأ ما في الأمر هو أنني لم أكن أجيد الكذب؛ إذ كنت غالباً ما أنسى الذي سقته لها من أعذار، وكانت ذاكرتها أفضل. فقد ذكرت مثلاً في إحدى أحاديثنا أنني رأيت كنزة رائعة في إحدى نزھاتي في المدينة للتمتع بالنظر إلى واجهات المحال التجارية.

وهنا بدأت المساءلة: «متى كنت في نزھة للفرجة على الواجهات؟ أظن أنك في ذلك اليوم كنت في زيارة صديقتك المريضة؟» لقد أوقعت نفسي

في الشَّرْكَ. وقد حدث هذا كثيراً. لقد كنت كذابة غير موهوبة. لم أستطع أن أحتفظ بسر؛ لأنني كنت كثيرة النسيان.

إذاً يحتاج حملة الأسرار إلى ذاكرة جيدة. لا يجوز لهم البتة أن يستسلموا ويركنوا بحيث يواجهون خطر الثرثرة في أول ساعة من ساعات الغفلة. ويجب أن يبقى السر مائلاً في أذهانهم على الدوام. ولا تنصح بمحاولة طرده من الذاكرة بصورة مقصودة للوصول بذلك إلى الأمان.

وكما أثبت المختصان الأمريكيان في علم النفس جولي. د. لين ودانييل. م. فيغنر في مجموعة من الدراسات استحالة كبت أفكار معينة على نحو مقصود. فمن يريد كتمان سر عن شخص آخر، ثم يحاول كبت كل فكرة متعلقة بهذا السر، لكي لا يبوح به عبر قول عفوي أو عبر تعابير الوجه أو أي سلوك آخر، سوف يلقي الفشل؛ لأن المحاولة المقصودة لعدم التفكير بشيء معين سيكون لها مفعول عكسي: إذ تتزاحم عادة الأفكار المتعلقة بهذا السر بالذات.

وفي إحدى الدراسات طالب فيغنر على سبيل المثال من الأشخاص الذين يجري عليهم تجاربه ألا يفكروا مطلقاً بالدب الأبيض، وفجأة استحوذ التفكير بالدب الأبيض على كل ما يدور في رؤوسهم. والشيء نفسه ينطبق على حملة الأسرار.

فالشخص المعني بالأمر لا يريد التفكير بالسر، ولكن هذه المحاولة بالذات تجعله بالضرورة ينشغل به. إنه التناقض. فكلما حاول الإنسان ألا يفكر بشيء فرض نفسه هذا الشيء عليه. ومن يقصد أن ينسى سرّه

لكي لا يبوح به في أول فرصة مناسبة، أن يحرص على أن تدور أفكاره حول هذا السر. إنها دائرة الشيطان التي يمكن أن تقود إلى اضطراب دائم في التفكير وتصبح عامل ضغط مزمن.

مثال: أنغريت مدعوة مع زوجها إلى حفلة. وهي تعلم بأن زميلاً لها سيكون حاضراً أيضاً. لكن المسألة ليست هنا. الغباء في الأمر هو أنها واقعة في حب هذا الزميل، وكانت لها معه مغامرة أثناء رحلة نظمتها المؤسسة التي يعملان بها. وكان قد مضت ثلاثة أشهر على هذه الحال. زوجها لا يعرف شيئاً عن ذلك ويجب أن يبقى هكذا؛ لأن أنغريت لا تريد إنهاء حياتهما الزوجية. كانت مضطربة قبل الحفلة وتعلم أن زوجها يعرفها جيداً وغالباً ما يدرك فوراً عندما لا تكون أمورها على ما يرام. ولذلك قررت قائلةً في نفسها: «يجب أن أضبط نفسي ولا أدع أي مجال للشك عندما ندخل في حديث مع الزميل. الأفضل أن أتحاشاه ولا أفكر البتة بما بيننا».

لكن ما إن دخلت منزل صاحب الدعوة حتى نظرت حولها بعصبية فسألها زوجها فجأة: «عمن تبحثين؟» فأجابت: «أخ. . . لا أبحث عن أحد» وهنا أثارت انتباهه. وعندما وقف أمامها عشيقها فجأة احمر وجهها وتلعثمت ثم هربت إلى دورة المياه. ولم يكن بالأمر غير العادي أن يوجه لها زوجها بعد الحفلة بعض الأسئلة المحرجة. . . فمحاولة الإبقاء على سر تحت القفل تستدعي المزيد من القوة، وتتطلب الكثير من الانضباط. ولكن ليس ذلك فقط: بالانشغال الفكري، الذي لا فكاك منه، بما يجب أن يبقى طي الكتمان، يربط الشخص المعني به بطريقة عجيبة ويجعله أكثر إفراطاً بالتفكير الحتمي به. في كل الأحوال يؤكد ذلك المختصان

النفسيان «لين» و «فيغنر» في دراسات متعددة: قد تمكنا على سبيل المثال من الكشف عن أن الناس يتذكرون علاقات قديمة على نحو جيد ويفكرون بها بصورة دائمة إذا ما كان من المفروض أن تبقى هذه العلاقات في الزمن الذي قامت به، طي الكتمان. وهذا لا يعني البتة أن للحب السري خصوصيته من حيث الشدة والشعور الجارف.

لكن حتى في حالات محايدة يبدو أن وجود السر يقوي الرابطة. حتى الأشخاص الذين لا يعرف بعضهم بعضاً، لكنهم يتقاسمون سراً، يشعرون بأنهم منجذبون إلى بعضهم بعضاً على نحو أقوى.

ففي دراسة أخرى طُلب من اثنين، غريب كل منهما عن الآخر، أن يتلامسا بالأقدام سراً تحت الطاولة أثناء لعبة ورق مع زوج آخر من اللاعبين. بعدها سئل هذان اللاعبان كيف وجد كل منهما الآخر من حيث اللطافة والجاذبية. فمقارنة مع الشخصين الآخرين اللذين لم يتلامسا بالأقدام سراً، أو لم يطلب إليهما هذا التلامس، وجد كل من المتلامسين سراً الآخر بعد التجربة جذاباً إلى حد يسترعي الانتباه. فالانتباه الزائد الذي كان يجب إداؤه في هذه الحالة - التلامس بالأقدام دون أن يشعر الطرف الآخر من اللاعبين بذلك - كان حسب لين وفيغنر هو المسؤول عن هذه الجاذبية القوية.

بالمناسبة فقد خلص الباحثون من هذه التجربة على نتيجة مفيدة: وهي أنه طالما يمكن لسر أن يجعل شخصين منجذبين كل منهما للآخر، عندها يحتاج الزوجان، خاصة إذا ما أرادا أن يحافظا على حبهما مدة طويلة، إلى سر يشتركان فيه معاً. ولا يشترط بأن تكون أسراراً عظيمة. فحتى رحلة قصيرة في نهاية الأسبوع من دون اصطحاب الأطفال ولا يعرف مكان

قضائها إلا الزوجان ولا يُباح به، يمكن أن تكون له الوظيفة المنشودة. لكن أيضاً حتى الهموم والرغبات والحنين التي لا يعلمها إلا الزوجان يمكنها أن تخلق شعوراً قوياً بالـ «نحن».

على حملة الأسرار أن يراقبوا أنفسهم باستمرار ويحرصوا على ألا يبوحوا بما يعلمونه عبر عبارات أو أفعال مرتجلة وغير مدروسة.

إن كبت هذه المشاعر هو عمل شاق نفسياً، وكما يظهر من البحث، فليس كل شخص مؤهلاً لذلك. فهناك أشخاص يسفر العمل العقلي لديهم على حفظ السر عن قدر من الضغوط من شأنه أن يلحق ضرراً بصحتهم الجسدية والنفسية.

فالجهد النفسي المقترن بالمحافظة على السر يزداد صعوبة عبر القلق مما يمكن أن يحدث عندما ينكشف السر. فلا عجب إذاً أن بعض الناس الذين يريدون أن يحتفظوا لأنفسهم بشيء، أو يضطرون إلى ذلك، يشكون من آلام جسدية كثيرة مثل (الصداع، ومشكلات في المعدة والأمعاء، أو آلاماً في الظهر) وأقل سعادة في حياتهم ومزاجهم الانفعالي ووضعتهم الآني من أولئك الذين لا يحملون سراً أينما ساروا.

فهل تسبب الأسرار المرض للإنسان؟ هل يحق أن نصف الأسرار بأنها قوة مدمرة؟ إن هذه النظرة لن تكون مختلفة جداً. بالتأكيد هناك أشخاص يصعب عليهم التعامل مع الأسرار، أولئك الذين يفكرون بها دائماً، ويتحولون بذلك إلى أسرى لهذه الأسرار. ولكن ذلك لا ينطبق على كل الناس. فنتائج الأبحاث التي أجراها كل من «لين» و «فيغندر» يجب ألا تُعمم على الجميع. فعلى سبيل المثال لا ينشغل كل حملة الأسرار فكرياً بشكل مضطرب وحتمي بأسرارهم كما يذكر المختصان النفسانيان ألبرت شببيتساغل Albert

Spitznagel وكارين ميس Karin Miess. فقد توجهها بأسئلة إلى أشخاص فيما إذا كان لديهم في الماضي سر مهم تم الكشف عنه في لحظة معينة، أو فيما إذا كان لديهم سر ما زال قائماً. وأرادا أن يعرفا منهم مدى انشغالهم فكرياً بهذا السر إن وُجد. اعترف نحو نصف عدد الذين شملهم الاستبيان. فمنهم من قال: «أفكر بهذا السر دون إرادة مني» أو «تدور أفكاري في الليل والنهار حول السر الذي أحمله» أو منهم من قال أيضاً: «لا بد لي من التفكير بالسر الذي أحمله قبل أن أغفو في فراشي».

أما النصف الآخر من المشاركين في الاستبيان فلم يفكروا بأسرارهم إلا «أحياناً» أو «نادراً» أو «على الإطلاق». إذا فدائرة الشيطان التي رسمها كل من «لين» و«فيغرن» تبدو غير ملزمة، عندما يود الناس الاحتفاظ بأسرارهم لأنفسهم. بعضهم يبدو أنه اعتاد على الصمت واستطاع أن يتأقلم معه في حياته. ولكن تحقيق ذلك يتعلق بشيئين:

- بالموقف الذي يتخذه المرء حيال سر في الأسرار.
- بتركيب شخصية حامل السر.

التكرار يعلم الشطار

للتقصي عن الموقف الذي يتخذه الإنسان من السر قدم الباحثان «شبييتسناغل» و«ميس» للمشاركين في دراساتهم عدة أشياء، منها المقولات الآتية وسألاهم عن رأيهم فيها:

- من السهل الاحتفاظ بسر.
- يخدع المرء نفسه عندما يظن أن باستطاعته الاحتفاظ بسر إلى الأبد.

- لا يبقى مع الزمن أي مكان للسر بين الأصدقاء أو بين شركاء العمر.
- يبوح الناس بأسرارهم دون إرادتهم.
- أعتقد أنه من الصعب علي الاحتفاظ بسر.
- بالنسبة لي يبدو من تعابير وجهي أنني أحمل سراً.
- أثق بأنني قادر على الاحتفاظ بسر دون أن يلحظ أحد ذلك.

ومن تقويم هذه الإجابات بدا أن جُلّ المشاركين في الاستبيان يرون أن بالإمكان المحافظة على الأسرار. ومن على قناعة بأنه «من السهل الحفاظ على السر» فلا مشكلات كبيرة لديه في الصمت إذا ما كان حاملاً لسر؛ لأنه واثق بأنه لن يبوح به. بالإضافة إلى ذلك أكد الباحثان أن النجاح يجعل حملة الأسرار أكثر أمناً. وهذا يعني أن من تكونت لديه الخبرة أنه يستطيع، بالصمت والخداع أو حتى بالكذب، أن يحفظ سراً، سيصبح مع الزمن دائماً أكثر اطمئناناً وارتياحاً، وتزداد ثقته بنفسه ويقل خوفه من افترساح السر. «فالتكرار يعلم الشطار» أو «التجربة تصنع المعلم المتميز» وهذا ما ينطبق أيضاً على القدرة على المحافظة على السر.

فمن يريد الحفاظ على سر عليه ألا يتعامل مع الموضوع خائفاً وهيباً. فالشكوك - الزائدة عن الحد - بالنفس يمكن أن تؤدي إلى الفشل. أما حامل السر «الموهوب» فهو على العكس، أي واثق من النجاح:

- فهو يعتقد أن الأسرار يمكن أن تبقى مبدئياً طي الكتمان.
- ويعتقد أن لديه القدرة على الاحتفاظ بالسر.
- ويعتقد بأنه يملك زمام السيطرة على نفسه.

إذاً يؤدي الموقف دوراً كبيراً عندما يكون الحفاظ على السر أمراً مطلوباً. إلى جانب ذلك هناك أيضاً البنية الشخصية للإنسان التي تعد عاملاً آخر حاسماً.

الأسرار ليست للخجولين

تؤكد الدراسات التي تحدثت عنها عالمة الأمريكية أنيتا كيلي Anita Kelly أن الناس ذوي بنية شخصية معينة فقط هم الذين يجدون أن السر عبء يعاونه أحياناً معاناة كبيرة تصل بهم إلى درجة المرض.

ليست عملية حفظ السر نفسها هي التي تلحق الضرر بالإنسان، بل مزاج الإنسان هو العامل الحاسم. وبناء على ذلك فإن الخطر أكثر ما يكون على الأنماط الخجولة من الناس. فهؤلاء يعانون أكثر من غيرهم المخاوف وحالات الاكتئاب وآلام الظهر والصداع عندما يكتُمون سراً. ففي الدراسات تطبق هذه المقولات على الناس الذين يتصفون بهذه الصفة أكثر مما تطبق على غيرهم:

- «هناك مجموعة من الأشياء تتعلق بي التي أفضل الاحتفاظ بها لنفسى».
- «لا أحسن الظن بنفسى. ولكن لم أبح بذلك حتى الآن لأحد».
- «لو أطلعت أحداً على أسراري، فسوف لن يجنبي بعد ذلك».
- لو ألمّ بي حادث أو أصابني شيء أفضل أن أسكت عنه».

فالخجولون من الناس هم أشد المنتقدين لأنفسهم. فهم يراقبون سلوكهم ويختبرون على الدوام كيف ينظر الناس إليهم. لا يحسنون الظن

بأنفسهم ويبحثون باستمرار عن دلائل بأن الآخرين أيضاً لا يقيمون لهم وزناً. ولهذا السبب لا يُظهرون أنفسهم بالصورة التي هم بها بالفعل. إنهم يراقبون أنفسهم ويحاولون تنفيذ ما يتطلبه الآخرون منهم.

هذه المراقبة الذاتية تثقل كاهلهم لأنهم يعيشون بخوف دائم أن تكون مناورات الخداع عندهم مكشوفة للآخرين.

وبالنسبة للناس ذوي الشعور الضعيف بقيمتهم الذاتية ويعتقدون بأنهم لا يستطيعون على سلوكهم وحضورهم، سرعان ما يصبح السر عبئاً لا يطاق؛ لأن عليهم في هذه الحالة ليس فقط إخضاع ذواتهم للمراقبة، بل أيضاً ما يضمرونه سراً.

ومسألة أن الناس ذوي الميل القوي إلى الرقابة الذاتية يعانون أسرارهم فهي واضحة جداً. فمن يختبر نفسه دائماً ومن يعتبر أن رأي الآخرين أهم من سعادته، ومن يعطي الآخرين الحق دائماً، يشعر بعبء السر الذي يحمله. فالاحتفاظ بسر يعني أيضاً الوقوف ضد النظم وفعل شيء لا يروق للآخرين أحياناً. ومن لديه سر يتصرف في حالات معينة بشكل متمرد، وعنيد وحتى إناني. هذه كلها صفات لا يرتضيها الخجولون أو الذين لديهم رادع البتة.

حالة خاصة - الحب الخفي

يجب على من يقدم على علاقة حب خفي، ولا يريد التصريح بعلاقته خارج نطاق الزوجية، وفي الوقت نفسه لا يريد تهديد حياته الزوجية العادية، ليس فقط أن يمتلك القدرات التي ذكرناها آنفاً، بل عليه،

زيادة على ذلك، أن يأخذ بحسابه عدداً آخر من النقاط. ويقدم المحلل النفسي فولفغانغ شميدباور للمحبين سرّاً النصائح الآتية:

- يجب ألا يُطلع على هذا السر إلا أقل عدد ممكن من الناس، كلما قل عددهم كان أفضل.
- عليه ألا يستغل صديقة أو صديقاً كشاهد إثبات دون معرفتها/ معرفته فكم من علاقة من هذا النوع افتضح أمرها عبر مكالمة هاتفية بريئة مع الشخص المفترض أن يكون شاهد إثبات.
- يجب عدم إهمال الشريك المخدوع. فعندما يشعر بالاهتمام به وتأمين مستلزماته لا تخلق عنده الرغبة بالرقابة على ما يفعله الآخر. «فإن أهمل شأنه يزداد شكه» كما يؤكد شميد باور.
- يجب على حامل السر أن يكون مستعداً للكذب. عليه إذاً أن يكون جريئاً ويستخدم الكذب من كل قلبه، وألا يضع نفسه تحت الضغوط الأخلاقية. «يجب أن يُستخدم الكذب في علاقات الحب كالبنسلين في حالة الالتهاب الرئوي. يجب أن يُعطى بجرعات كافية من أجل التغلب الفعلي على شكوك الشريك» حسب شميد باور.
- على المرء أن يتحمل مسؤولية سره. فالطبيب الذي يعين عشيقته للعمل في عيادته فإنه يتصرف بلا مسؤولية.
- إن من يعتقد بأنه لن يستطيع الاحتفاظ طويلاً بأسراره، فهو غير جدير بالسر حسب رأي شميد باور. فلا يستطيع حجب سره بشكل كافٍ ومن ثم لن يستطيع التعامل معه بإدراك للمسؤولية.

وعلى نحو عام يمكن القول بإيجاز: لم يُخلق كل الناس لحمل السر مدة طويلة. بعض الناس يستطيع تحمل الأعباء النفسية المرتبطة بكتمان السر، وبعضهم الآخر لا يستطيع ذلك. وإذا ما كانوا من الفئة الثانية يتحول السر إلى عبء. حتى السر البتء يمكن أن يصبح له مع الزمن أثر هدام.

إذاً يجب ألا يتطرح للسر طويل الأمد إلا من يثق بنفسه على تحمل الأعباء المترتبة على ذلك. فمن تتوفر له القدرات المطلوبة، أي: القدرة على الصمت وعلى التحكم بأفكاره ويتمتع بذاكرة جيدة وبالثقة بالنفس والاستقرار النفسي، يستطيع أن يحوّل السر إلى أمر بديهي وعادي.

وقد رأت إحدى السيدات في أحد الاستبيانات «عندما يريد المرء أن يكتم شيئاً فعليه أولاً أن يقتنع هو نفسه بذلك لكي يتحمله» وقالت سيدة أخرى: «أصبح الخداع لديّ أمراً طبيعياً جداً دون إدراك مني. فقد أصبح يتم على نحو عفوي وآلي. لقد استوطن في لحمي ودمي».

هل يقدر المرء على حفظ السر؟

يجب أن يكون واضحاً لدى الناس الذين يقررون العيش مع سر من الأسرار مدى خطورة ما يقدمون عليه. فليس من السهل أن يحتفظ المرء لنفسه بأمر يعلمه. والبدء بحياة ثانية إلى جانب الحياة العادية يعني أن عليه في كل لحظة أن يقرر ماذا يخص حياته هذه وحياته تلك. وهذا يتطلب المزيد من الانتباه والتخطيط، وفي بعض الأحيان قوة أعصاب كبيرة.

بالإضافة إلى ذلك على المرء أيضاً أن يوفق بين السر وبين معاييره الأخلاقية الخاصة، وأن يكون قادراً على التحرر من الشعور بالذنب. فمن لا يجد في نفسه القدرة على ذلك فهو على الأغلب ليس الشخص المناسب لممارسة حياة مزدوجة مهما كان نوعها ومداها. وبالعكس، فمن يثق بنفسه على حفظ السر مع كل ما يترتب على ذلك من نتائج، فهو الذي تفتح أمامه الإمكانيات التي لا توفرها الحياة «الأصلية».

ومن ليس واثقاً فيما إذا كان من النوع الذي يحمل السر أو لا، ولا يعرف إن كان السر يستأهل كل التعب، وفيما إذا كان يستحق هذا العناء المترتب عليه، يستطيع أن يجد الأجوبة على أسئلته في الاختبار الآتي:

الاختبار: ما مدى المخاطرة؟

السر الوحيد المجدي هو السر الذي يؤدي إلى تحسين حالة ما. ولكن كيف نتأكد أن الأمر ينطبق على هذه الحالة أو تلك؟ يساعد الاختبار الآتي، الذي وضعه كل من روبرت فولك وآرثر هينلي، في الكشف عن مزايا ومساوئ اتخاذ القرار مع أو ضد السر.

وهنا يجب التفكير بالعوامل الأساسية الخمسة الآتية:

- 1- الدافع.
- 2- النتيجة (الأثر).
- 3- المصادقية.

4- التقويم الذاتي.

5- ثقة المكذوب عليه.

ولاختبار هذه العوامل ضع إشارة X على الإجابة الصحيحة:

الاختبار:

الدافع:

1- لدي أسباب وجيهة للاحتفاظ لنفسى بالسر.

صحيح غير صحيح لا أعرف

2- لا أكذب على س وع من الناس غضباً منه / منها ولا أضمر أي مشاعر عدائية.

صحيح غير صحيح لا أعرف

3- لا أحافظ على سري لأنني أخشى من حالة ما أو من الإنسان الذي أكذب عليه.

صحيح غير صحيح لا أعرف

4- أنا واثق بأنه لن يكون في صالحى أن أقول الصدق.

صحيح غير صحيح لا أعرف

فإذا وضعت إشارة X ثلاث مرات على «صحيح» تنال على القائمة الموجودة في آخر الاختبار تحت عنوان «الدافع» إشارة زائد + وإن لم يكن كذلك فتعال إشارة ناقص -.

النتيجة:

1- سيحل هذا السر مشكلتي.

صحيح غير صحيح لا أعرف

2- لن تكون لهذا السر آثار مدمرة فيما بعد.

صحيح غير صحيح لا أعرف

3- إن لم أحتفظ بهذا السر فسوف تسوء حالتني على نحو واضح.

صحيح غير صحيح لا أعرف

4- لن يتسبب هذا السر في جرح أحد.

صحيح غير صحيح لا أعرف

هنا أيضاً ينطبق الشيء نفسه: الإجابة ثلاث مرات بـ «صحيح» تعطي علامة + على القائمة الموجودة في آخر الاختبار تحت عنوان «النتيجة» أما أقل من ثلاث إجابات فتعطي علامة -.

المصادقية:

1- ليس من الصعب عليّ أن أحفظ سري عبر كذبة.

صحيح غير صحيح لا أعرف

2- هذه الكذبة ناتجة بطبيعة الأمر من الحالة.

صحيح غير صحيح لا أعرف

3- لا أبالغ لكي لا أنكشف.

صحيح غير صحيح لا أعرف

4- سبق لي قبلاً أن حافظت على سر ونجحت في ذلك.

صحيح غير صحيح لا أعرف

هل وضعت إشارة X على «صحيح» ثلاث مرات؟ إذا وضع خلف عنوان «مصادقية» إشارة + وإن لم يكن فإشارة -.

التقويم الذاتي:

1- سوف لن يكون شعوري بالذنب كبيراً إذا ما اكتُشفت كذبتني.

صحيح غير صحيح لا أعرف

2- إذا ما اكتُشفت كذبتني أستطيع أن أسيطر على ما يترتب على ذلك.

صحيح غير صحيح لا أعرف

3- لا أقدم على مغامرة خطيرة.

صحيح غير صحيح لا أعرف

4- واثق من قدرتي على الكذب بثقة.

صحيح غير صحيح لا أعرف

في حالة وجود ثلاثة «صحيح» أو أكثر ضع أمام عبارة «التقويم الذاتي» على اللائحة الموجودة في آخر الاختبار إشارة + وإن كان العدد أقل فضع إشارة -.

ثقة المكذوب عليه:

1- الشخص الذي أريد أن أخفي عنه سراً ليس سيئ الظن.

صحيح غير صحيح لا أعرف

2- الشخص الذي أكذب عليه يستفيد من كذبتني.

صحيح غير صحيح لا أعرف

3- الشخص الذي أريد أن أكذب عليه سوف لن يختبر ما أقوله.

صحيح غير صحيح لا أعرف

4- الشخص الذي أريد أن أكذب عليه سوف لن ينشر السري في حالة اكتشافه له.

صحيح غير صحيح لا أعرف

هل وضعت ثلاث إشارات على «صحيح»؟ إذاً ضع علامة + أمام «ثقة المكذوب عليه» وإن كانت الإشارات أقل فضع علامة - .

التقويم:

-	أو	+	
<input type="text"/>		<input type="text"/>	الدافع
<input type="text"/>		<input type="text"/>	النتيجة
<input type="text"/>		<input type="text"/>	المصادقية
<input type="text"/>		<input type="text"/>	التقويم الذاتي
<input type="text"/>		<input type="text"/>	ثقة المكذوب عليه

إن لم تحتو هذه القائمة على أي إشارة زائد تكون المغامرة كبيرة ولا يبدو حفظ السر فكرة جيدة.

وإن احتوت القائمة على إشارة أو إشارتي زائد تكون الكذبة محسوبة، لكن تتضوي على مغامرة كبيرة. ولا تكون في الجانب الآمن إلا بحصولك على ثلاث علامات زائد (+) على الأقل. أما إذا بلغ عدد علامات زائد (+) أربع أو خمس ترجح كفة مزايا المخاطرة.

obeikan.com

الكشف عن السر قرار صعب

«من يفرط بأصغر جزء من السر، يفقد السيطرة على الباقي»

جان بول

«إذاً... لماذا لا تخبرني عما حدث؟» عندما قال فريدي هذه الكلمات أدرك شيرمان بأنه يحترق شوقاً إلى ذلك! كان يتوق لشخص ما ليعترف له بكل شيء، أي شخص لا يهم، حتى لاعب الجمناز المشبع جسده بالنيكوتين، أو ذلك الشاذ جنسياً الذي يختال بنفسه... تردد شيرمان مجدداً ثم دخل في تفاصيل سفرته بالسيارة إلى برونكس. كان يبحث في وجه فريدي عن إشارة استنكار أو ما هو أسوأ. السعادة! لم يكتشف شيئاً سوى الاهتمام الطيب... إنه الارتياح، لقد تدفق منه السم المقرز يا أبتاً!.

شيرمان ماك كوي هو الشخصية الرئيسية في رواية توم وولف بعنوان «مطهر الأباطيل». ديس في حادث سيارة فتى أسود وفر هارباً. عشيقته التي كانت تجلس إلى جانبه وهو يقود السيارة لا تريد التدخل بشيء وامتنعت عن الكلام. أما شيرمان ماك كوي الثري الذي جعله النجاح

منعماً في الحياة فيقف الآن وحيداً مع مشكلته. يعضه الشعور بالذنب والخوف من انكشاف أمره. ضغوطه الداخلية في ازدياد، إلى أن بلغت حداً جعله، بعد صمت طويل، يعترف لمحاميه بالحقيقة.

لا بد لكل من يحتفظ بسر من أن يصل إلى نقطة حرجة. إنه لا يعلم فيها إن كان قد تصرف على النحو المطلوب فيما لو استمر في الاحتفاظ به. ربما يعذبه الشعور بالذنب أو تلاحقه الشكوك الأخلاقية. وربما أيضاً يريد حامل -أو حاملة- السر، بكل بساطة أن يكلم أحداً عن قضيته، يناقشها معه ويتبادلان الخبرات. يمكن أن يكون الضغط الذي ولد هذه الفكرة إيجابياً أو سلبياً. «سأكشف عن سري، سأبحث عن أضع فيه ثقتي». لكن قبل أن يقدم المرء على تحويل هذه الفكرة إلى واقع عملي يجب عليه أن يتوقف قليلاً ويختبر فيما إذا كان حقاً من الأفضل أن يبوح بسرهِ. فالخطوة نحو العلن يجب أن تكون مدروسة بعناية.

لم يترك الكتاب المقدس شكاً بأن كل سر سوف يخرج ذات يوم إلى النور كما جاء في إنجيل مرقص: «فإنه ليس خفي إلا سيظهر ولا حدث ليكنم بل ليعلن»* وخلف ذلك تكمن الرسالة القائلة بأن المرء لا يمكن أن يحفظ الأسرار إلى الأبد، وأنه من الأفضل والأجدى أن يُكشف النقاب عنها.

توفر المؤسسة الكنسية للناس الذين ينوءون بحمل أسرارهم إمكانية البوح بها بطيب خاطر -إن كان الأمر يتعلق بذنب- على الفور.

لكن هذه الإمكانية غير متاحة لجميع أولئك الذين فقدوا إيمانهم، أو لم يكونوا يوماً مؤمنين.

* إنجيل مرقص - الفصل الرابع - الجملة 22.

وليس آخرأ، وكرد على هذا الموقع الشاغر، فقد أحدث المبرشر الأمريكي كريغ غروتشل كرسي اعتراف افتراضي على الإنترنت. يدعو موقع «سري» my secret (www. mysecret. tv) كل البائسين والمثقلين للتخلص من أسرارهم. «يح بسرك» و«اجعل طاولتك نظيفة» هكذا يُطلب من كل من يفتح على هذا الموقع. وهنا ينطلق المبرشر غروشيل من الاعتقاد الأساسي بأن الناس الذين يحملون أسراراً يعيشون دائماً، وفي كل الظروف، في الخطيئة. وعبر الاعتراف على الإنترنت يمكن أن يتطهروا وينالوا الغفران. وفي الختام يرى المبرشر غروشيل كما جاء في الكتاب المقدس: من يعترف بأخطائه ويتخلّى عنها، تدركه الرحمة.

وقد بدا الأثر الفاعل لهذا الوعد: فأكثر من 1500 إنسان رروا حتى الآن، وتحت أسماء مستعارة، ما يلقي بثقله على ضمائرهم، وفي كل يوم يزداد عدد المعترفين. إنها صورة وحيدة الجانب تلك التي نعرضها هنا للأسرار؛ لأن أولئك الذين يقومون بالاعتراف الكنسي يعانون بلا استثناء فعلة خفية ويريدون التحرر من الشعور بالذنب.

إنهم يعترفون بممارسة الجنس قبل الزواج ويقرّون برغباتهم الجنسية نحو جنسهم، ويقرّون بذنوب خادعة، بأنهم مثلاً يكرهون أطفالهم.

ويتم الاعتراف أيضاً بالشذوذ الجنسي كأحد الأسرار التي تدخل في عداد الخطيئة، مثل الرغبة في مشاهدة الأفلام الإباحية. بعض الاعترافات تشبه إلى حد كبير الأفلام الإباحية وبذلك نجد على موقع الإنترنت تحذيراً يقول: «بعض هذه الاعترافات مخصصة للكبار فقط ويجب عدم قراءتها من قبل من تقل أعمارهم عن 18 عاماً».

فالأسرار أمور صعبة، يجب الاعتراف بها للحصول على الغفران. إن رسالة هذه الصفحة على الشبكة الدولية my secret هي أمريكية جداً من دون شك، وموجهة على نحو واضح جداً لمن يخشون الله كثيراً وللمؤمنين بالله. وهي في طموحها الأصولي غير قادرة بالتأكيد على جذب جمهور عريض. لكن الرسالة التي تقول: «الأسرار شيء غير حميد، يجب الكشف عنه» لا تقوم على مجرد جذور دينية، بل نجدها أيضاً في الأساطير اليونانية.

الأسرار في الأساطير

في أسطورة أوديب مثلاً الذي وضع حداً لإرهاب «وحش طيبة» عندما تمكن من حل اللغز الذي طالما فشل قبله رجال شجعان آخرون في حله.

أوديب فقط هو الذي أعطى إجابة على لغز وحش الطيبة وهو: ما الذي يمشي صباحاً على أربعة أقدام وظهرأ على قدمين ومساء على ثلاثة أقدام؟ من بين كل المخلوقات هو الوحيد الذي يتغير عدد أقدامه، ولكن عندما يحرك أكثر أقدامه تكون قوة وسرعة أعضائه جسمه في أقل مستوى». الوحش نفسه اعتبر أن هذا اللغز لا حل له.

وكانت إجابة أوديب: «حل لغزك هو الإنسان. الذي يزحف في طفولته على يديه وقدميه وفي ظهر حياته يمشي على قدميه ثم في شيخوخته (أي مساء حياته) يحتاج إلى ما يستعين به على المشي أي العصا». فكان انتصار أوديب الذي قضى على قوة الوحش ومن ثم على سطوة سره. وهكذا

أقنذ أوديب أهل طيبة. لكن أوديب وقع ضحية لغز آخر أصبح وبالاً عليه. فتقديرًا لعمله البطولي جعلوه سيداً على طيبة وتزوج من جوكاستا أرملة الملك، دون أن يدري أنها أمه، لأن تاريخ نشأته ظل سراً بالنسبة له.

لكن الميثولوجيا لا تتضمن فقط أمثلة عن أسرار مدمرة لم يكشف عنها، فأسطورة باندورا تنقل لنا رسالة متناقضة كل التناقض مع أسطورة أوديب.

خلقت باندورا بأمر من رب الأرباب زيوس من طين وماء وزودتها الآلهة بشتى صنوف المواهب: الجمال والموهبة الموسيقية والمهارة وكذلك حب الاستطلاع والغرور. فبعد «ولادتها» بعث بها رسول الآلهة هيرمس إلى الأرض لمعاينة البشر الذين سرق لهم بروميثيوس النار. وقدم لها زيوس هدية عبارة عن علبة واشترط عليها ألا تفتحها. لكن الفضول طغى على باندورا ذات يوم فألقت بوصية زيوس عرض الحائط، لأنها أرادت أن تعرف ما الذي في العلبة. فاندفعت منها كل أنواع المصائب والشروخ لتعم العالم. قبل ذلك لم تعرف البشرية الشر ولا الشقاء ولا الأمراض. كان الناس حتى ذلك الوقت خالدين لا يصيبهم موت. لقد أفضت باندورا سر العلبة وبذلك وضعت حداً للراحة على الأرض.

والسؤال: هل ينبغي على المرء أن يكشف سراً؟ يجب عليه الناس بطرق وأساليب مختلفة، كل حسب المصدر الذي يعتمد عليه في إجابته. فالكتاب المقدس يقول «نعم» على نحو واضح، والميثولوجيا بـ «لَعَمَّ» أي «لا» و «نعم» بأن واحد. ولكن ماذا تقول الأمثال الشعبية؟ فمنها نحصل دائماً على النصيحة التي توصي بحفظ اللسان، مثل:

- «لا تأتمن أحداً على سرّك».
- «من لا يستطيع الاحتفاظ بسرّه عليه أن يُطلع عليه أحد لأنه ليس أحرص منه عليه».
- «من يفتح قلبه يصبح أسيراً».
- «من يصمت يكون سيد سرّه، ومن يتكلم يصبح عبده».
- «من يكشف عن سرّه، يكون قد باع حرّيته».

ويتخذ الفيلسوف آرثر شوبنهاور موقفاً واضحاً ضد الكشف عن الأسرار بقوله: «عندما أكتّم سري يكون أسيري، وإذا ما كشفت عنه أصبحت أسيره. فعلى شجرة الصمت ترى ثمرة، إنها الاطمئنان».

دراسات نفسية عن الصمت

لعلم النفس موقف آخر يختلف كلياً. فهو يؤكد في العديد من الدراسات أن البوح بالسر يحرر المرء من عبء نفسي ثقيل. فمن لا يستطيع البوح بسرّه في يوم من الأيام - كما تكشف هذه الدراسات - لا يمكنه التعامل مع الأحداث والانفعالات المرتبطة بذلك. ونتيجة ذلك أن ما يتم كتمانها سيظهر على شكل أفكار قاهرة أو في الأحلام التي تقض مضجع المعني بالسر.

ولا يقتصر الأمر على ذلك: فمن لا يفصح عن حادثة فظيعة أو مؤلمة، فإنه لا يلحق الضرر بنفسه فقط، بل يلقي أيضاً بعبء ثقيل على شريك حياته وعلى أسرته، وحتى على الأجيال القادمة. إن ما توصلت إليه هذه

الدراسات هو براهين دافعة، لا تدع مجالاً لمقولة أخرى مثل «الصمت ضار» كما تؤكد عليه بعض الأمثلة في هذا الاتجاه البحثي على نحو مؤثر:

فالشاذون جنسياً من الرجال، الذين يخشون الإفصاح عن ميولهم الجنسية معرضون لخطر الإصابة بالأمراض أكثر من أبناء جنسهم الذين لديهم الميول نفسها ولكن لا يكتفون ذلك، بل يفصحون عنه علناً. وفي دراسة أخرى أجريت على شاذين جنسياً ومصابين بفقد المناعة المكتسبة HIV تبين بأن حالتهم أثناء مدة زمنية مداها تسع سنوات قد ساءت إلى حد كبير بالنسبة للذين كتموا ميلهم الجنسي نحو الرجال. أما الشاذون الذين اعترفوا بميولهم الجنسية فقد ظلوا أكثر محافظة على وضعهم الصحي.

وقد توصل عالم النفس جيمس بينيكر James Pennebaker في أبحاثه إلى نتائج مشابهة. فقد أكد بأن الناس الذين يتحدثون عن أحداث مروا بها وكتموها طويلاً أو يكتبون عنها يشعرون في النهاية بارتياح ملحوظ. وعلى العكس، إذ استطاع أن يثبت بأن الصمت مدعاة للإصابة بالمرض. فقد أجرى بحثاً على 200 موظف في إحدى الشركات الأمريكية وسأل -قاصداً- عن أحداث مؤلمة مرت عليهم في طفولتهم مثل: طلاق الوالدين، عقاب جسدي، اعتداء جنسي. واستكمالاً لذلك طلب من أفراد عينة البحث أن يعطوا معلومات فيما إذا سبق لهم أن تحدثوا حول هذه الأحداث مع أحد الناس. فمن أصل 200 رجل وامرأة تحدث 65 شخصاً عن الأحداث التي مروا بها. أما أولئك الذين لم يسبق لهم البتة الحديث عن هذه الأحداث فقد كانوا في وضع صحي أسوأ على نحو واضح من أولئك الذين أباحوا للغير بالمشكلات التي تعرضوا لها.

كما استخلص ريتشارد تاوش Richard Tauch أستاذ علم النفس - المتقاعد حالياً- في جامعة هامبورغ عبر إلقاءه نظرة على هذه الدراسات بأن «التحدث مع أصدقاء وأقارب متفهمين هو واحدة من أفضل الإمكانيات للتغلب على الصعوبات. سواء حول حالات الطلاق وأزمات الحياة وحالات صعبة من الشعور بالذنب أو بهموم تشكل عبئاً ثقيلاً. في كل هذه الحالات أقر المعنيون بأن التحدث مع آخرين متعاطفين يمكن أن يكون أكبر مساعد لهم». فنتائج الدراسات النفسية واضحة: إن من يكتفم أفكاراً وأحداثاً مرت عليه، ولا يسعه الإفصاح عنها، فإنما يقدم على مخاطرة كبيرة تتعلق بصحته. وبالعكس فإن التعبير عن المسكوت عنه هو عامل محرر ومفيد للصحة.

الصمت لا يضر في كل الحالات

يمكن للسر أن يتسبب بمرض حامله. فللصمت مفعول الرصاص على الروح بينما البوح -فعلى العكس- يحرر النفس، وهذا صحيح.

لكن من الخطأ تعميم هذه النتيجة التي أسفرت عنها هذه المعطيات التي تقول إن الصمت مضر دائماً وفي كل الأحوال. يجب ألا يتطرق الشك إلى أهمية الدراسات التي أشرنا إليها، وفي الوقت نفسه يجب عدم إنكار وجود أسرار هدامة للغاية. في كل الأحوال سارعت الدراسات حول الآثار السلبية المترتبة على كتمان السر نحو مصير مشترك توصلت إليه نتائج البحوث النفسية: أنها مبيّعت وعمّمت وتدنت إلى درجة أصبحت قلما تمت إلى المقولة الأساسية بصلة.

ولم يبق من جوهر (زائف) لهذه العملية إلا المعلومة الوهمية بأن: الكلام هو دائماً وفي كل الحالات جيد، وأن الصمت دائماً وفي كل الحالات سيئ.

ولكن الشيء الذي غاب هنا عن حقل الرؤية هو أن نتائج المعارف العلمية تقوم كلها على خبرات وتجارب أليمة. ولا تنطبق فكرة أن الصمت على المدى الطويل عن الأسرار المدمرة يمكن أن تكون له آثار وخيمة. أما في بقية كل الحالات فيجب التأكد بعناية فيما إذا كان البوح بالسر هو الأفضل.

هل يُنصح دائماً بالبووح بالسر؟

ما الذي يجب أن نعتقد به؟ هل من السوء والضرر أن يحتفظ المرء بسرّه دائماً؟ هل عليه أن يخترنه في قلبه مدى الحياة؟ في الواقع ليست هناك إجابات واضحة عن هذه التساؤلات؛ لأن هناك أشياء يجب أخذها بالحسبان، منها نوعية السر المكنون، ومدى أهميته، والعبء الذي يشكله على حامله وعلى المعنيين به على نحو مباشر. ويتعلق الأمر أيضاً بالدافع الذي لدى حامله. كل ذلك يجب التأكد منه قبل أن يقرر المرء إفشاء السر بدلاً من كتمانها.

أصلاً يصح قول المختصة في معالجة شؤون الأسرة ايفان امبر - بلاك:

«عندما يصون المرء سرّاً يتعلق بالدرجة الأولى بحياته الخاصة، فإن هذا السر يخصه وحده، أما اتخاذ القرار بشأن الاحتفاظ به لنفسه أو إخراجه إلى العلن، فهو من شأنه هو فقط وليس من شأن إنسان آخر» ومن يفكر أن يشرك شخصاً آخر بسرّه عليه أن يجيب عن بضعة أسئلة

مهمة. وقبل أن يكسر جدار صمته عليه أن يسترشد بدوافعه ويوضح فيما إذا كانت هناك فعلاً أسباب موجبة لكسر هذا الصمت.

المعاناة المشتركة ليست نصف معاناة ليس بالسبب الوجيه أن يكشف المرء عن سر أملاً منه أن شعوره بالذنب سيخف بعد ذلك. فالتنصل من المسؤولية، أو توزيع ثقلها على أكتاف متعددة، هو الدافع الأكثر شيوعاً عندما يشعر المرء أن عبء السر الذي يحمله ثقيل جداً. وغالباً ما يكشف الناس عن أسرارهم لأنهم أصبحوا غير قادرين على حمل شعورهم بالذنب ومسؤوليتهم الأخلاقية، أو غير راغبين بذلك. وانطلاقاً من شعار أن «الهم المشترك هو نصف هم» يريدون الإفصاح عما لديهم، أملاً بأن شعورهم سيكون أفضل بعد الإقرار بمكنونهم. ولكن ذلك ليس بالدافع الجيد. وتحذر السيدة ايفان امبر - بلاك من الرغبة في إراحة الضمير عبر الاعتراف بقولها: «عندما تتلاعب بفكرة الكشف عن سر مهم، وترسم في مخيلتك بأنك ستصبح بعد ذلك في منتهى الراحة، وأن الآخر يتقبلك تقبلاً كاملاً، وأن الأمر سيكون بذلك قد انتهى إلى الأبد، عليك أن ترى في ذلك إشارة إنذار». هكذا يشعر الزوج الذي يعترف لزوجته بخيانتها لها قبل مدة طويلة، بالراحة في بداية الأمر. لكن من الممكن أن يكون لاعترافه هذا ضرر كبير قد يؤدي بعلاقتهما إلى الهاوية؛ لأن من أندر الحالات التي يشعر فيها الآخر الذي خُدع وتعرض للكذب، أن تكون لديه القدرة على إبداء تفهم للاحتفاظ بالسر، ومن ثم على الغفران لحامل هذا السر. فأغلب الظن أن رد فعله سيكون غضباً وخيبة أمل، قد تؤدي، في حالات ليست بالنادرة، إلى فك العلاقة القائمة بينهما، لأنه لن يجد عزاء لكسر الثقة.

وليس الانتقام حلواً عندما يُباح بسر لأن صاحبه غاضب من الآخر، أو يريد أن ينتقم منه، فإن هذا البوح لن يكون أيضاً عاملاً محرراً، بل سيكون له أثر وخيم. فالبوح بالسر سيلحق ضرراً بالعلاقة يفوق أي فائدة تُجنى منه.

وتلك هي الحال مثلاً عندما يبوح والد مطلق لابنه أو ابنته بسرٍ يتعلق بأمه، لكي يكسبه إلى جانبه ويتخذ موقفاً مضاداً من الأم.

أصلاً لا توجد سوى ثلاثة دوافع معقولة فعلاً للبوح بالسر. كما تقول السيدة امبر-بلاك:

- أولاً: عندما يكون المرء على ثقة تامة بأن للشخص الآخر الحق بمعرفة السر؛ لأن من شأن ذلك أن يقوي حيويته الذاتية.
- ثانياً: عندما يعتقد المرء أن بإمكانه، عبر الحقيقة والصدق، أن ينقذ علاقة من الانهيار أو يعيد إليها الحياة.
- ثالثاً: عندما يرى المرء أن اندماجه الخاص وصحته أو صحة الآخرين وتوازنه معرضة للخطر.

لا بد من البوح بالأسرار القاتمة

هل للسر أثر على شخص آخر أعدّه هداماً بالنسبة لي أو عليّ شخصياً؟ هل الآخر أم أنا بذاتي الذي سيتضرر نتيجة السر، هل بدت على الآخر أم عليّ أعراض نفسية يمكن إرجاعها إلى وجود السر؟ هل تأثر التواصل بيني وبين أناس آخرين يهمني أمرهم عبر السر أم هل ساء إلى درجة كبيرة؟ هل يجب عليّ أن أكذب وأخدع على الدوام من أجل المحافظة على

السر؟ هل مازلت حاضراً بانفعالاتي وعواظني، أم أن السر يستنزف مني الكثير من الطاقة بحيث تتأثر علاقتي مع الآخرين سلباً نتيجة ذلك؟ إذا كانت الإجابة عن هذه التساؤلات إيجابية فإن الأمر يتعلق إذاً بسر هدام وقاتم. وفي مثل هذه الحالات يكون البوح بالسر أو التخلي عنه هو الطريق الوحيد للحيلولة دون المزيد من حدوث الضرر.

تشير الأبحاث الخاصة بعلاج العلاقات الأسرية بأن الأسرار القاتمة يمكن أن تؤثر سلباً على علاقة الشراكة والنظام الأسري، بل حتى على الجيل القادم، بشكل مخيف. فالسكوت عن الماضي النازي للأجداد (في ألمانيا)، وعن حالات إجهاض أو انتحار عمّ أو خال، أو إدمان الأب على الكحول، يلقي بظلال قاتمة على المعنيين. لا تقتصر المعاناة على الشخص الذي ينوء بحمل مثل هذا السر ببذله طاقة هائلة للحفاظ عليه، بل تشمل المعاناة أيضاً أولئك الذين لا يعرفون شيئاً عن هذا السر: «وحقيقة أن يكون المرء ليس على علم بسرّ مهم من أسرار العائلة يمكنها أن تؤثر على الانتماء والسلوك؛ إذ تظهر عليه الشكوك بالنفس والشعور بوجود حاجز مع الآخرين وعدم الثقة. وغالباً ما يتم اتخاذ قرارات مهمة في الحياة دون معلومات كافية» كما تقول المختصة في معالجة قضايا الأسرة السيدة ايفان امبر - بلاك. فهي تطلق على هذه الأسرار صفة «مسمومة» لأنها «تسرق الطاقة وتنتج الانقباض، تثقل على من يعرف السر وترتكب من لا يعرفه».

مثال صاعق على سر عائلي هدام نراه في مصير «ساينيه . ه» التي تصدرت حالتها عناوين الصحف في عام 2006: لقد اعترفت ساينيه

بأنها قتلت سبع بنات وصبيين عقب ولادتهم وطمرتهم في أحواض الأزهار على شرفة المنزل، دون أن يلحظ زوجها أو أقاربها أو جيرانها أي حالة من حالات حملها ووضعها. كانت سايبينه في مقتبل العمر (17 عاماً) عندما تعرّفت زوجها وحملت منه فوراً. كان جميل الطلعة أنيقاً ولطيفاً، وكانت هي فتاة ريفية ذكية. كان يعمل لدى أمن الدولة (في جمهورية ألمانيا الديمقراطية سابقاً)* وكان بحكم مهنته كتوماً وصامتاً.

بدأت سايبينه بتناول الكحول خاصة أثناء فترة الحمل. وقد وضعت جميع أطفالها وهي مخدّرة تحت تأثير الكحول. وتحت هذا التخدير -كما قال الخبراء فيما بعد- استطاعت أن تزيح أطفالها التسعة عن طريقها. وقد روى محامها أثناء القضية المرفوعة على سايبينه قصة تسترعي الانتباه:

نشأت سايبينه على الاعتقاد بأن لديها ثلاث أخوات. لكن عندما بلغت سن السادسة عشرة أخبرها والدها بأن أختها الصغرى ليست أختها بل ابنة أختها. والأخت المزعومة كانت في الحقيقة ابنة أختها التي تلي الأخت الكبرى. إذاً سبق أن حدث حمل بالسر في أسرة سايبينه. أما لماذا حجب الأهل هذه المعلومة فهذا ما لا نجد له تفسيراً في القضية المرفوعة. ولكن الظن كبير بأن خلف ذلك يكمن سر أكبر.

إن سرّاً عائلياً كهذا يمكن أن يدمر ويستمر في التدمير. بالأسرار العائلية يمكن أن تورّث من جيل إلى جيل بعده إن لم يتم الكشف عنها. فالطفل يكتشف السر في مختلف المناسبات المتاحة كما يقول المحلل النفسي سيرج تيسروت. فالأسرار تلتفت إليها الانتباه «بوقع الصوت وفي حركات

معينة، وباستخدام كلمات متناقضة أو غير معتادة، بل حتى في أشياء ملموسة، يحيط بها حامل السر نفسه». وبما أن الأطفال مرتبطين سلوكياً بالأهل ارتباطاً وثيقاً فإنهم يفهمون بمنتهى الحساسية إذا ما لاحظوا أمراً «غير عادي». «فالأطفال يدركون الشقاكات المؤلمة بين الوالدين على النحو أوضح كثيراً مما يدركه الآخرون. لكنهم يحرسون بشدة أن يقنعوا الوالدين بالأعلم لهم بذلك». إنهم يريدون مساعدة الأهل، بتخفيف التوتر الذين يلحظونه؛ لأنهم يخافون في أحيان ليست بالنادرة أن يكونوا هم السبب في السلوك الغريب للأهل «كل شخص يواجه بشقاق لدى إنسان قريب منه أو يعني له شيئاً يبدأ بالشك بما يراه ويسمعه ويشعر به ويفكر فيه ويعبئ قسماً كبيراً من طاقاته النفسية للخلاص من الصعوبات الناتجة عنه». وهذا المجهود يمكن أن يؤدي بالنسبة للطفل إلى اضطرابات نفسية وسلوكية.

في حالة الأسرار العائلية القاتمة والهدامة تلغى الإجابة عن السؤال المتعلق بمسألة «البوح أم الصمت؟» بوضوح. إذا يمكن أن يمتد شر مثل هذه الأسرار إلى أجيال إن لم يتم الكشف عنها. أما في كل بقية الحالات، الأقل وضوحاً، فلا مفر من اختبار دقيق ومتوازن.

ماذا يترتب على الصدق من نتائج؟

بالإضافة إلى الدوافع الخاطئة التي مر ذكرها -التخفيف من العبء والانتقام- يرى المحلل النفسي فولفغانغ شميد باور نقطة أخرى جديدة جداً بالاعتبار قبل أن يتم الكشف عن سر. «الصدق الذي من المفروض

أن يكون شافياً، يحتاج إلى سياق وإلى كياسة ولباقة وإلى معرفة فيما إذا كانت «الأنا» قادرة في الوضع الراهن على استيعاب معارف جيدة. فعلى من يلقي بالحقائق -دون مراعاة هذه النواحي- على رؤوس الناس، ألا يدهش عندما يجرح بذلك شعورهم أكثر مما يشد من أزرهم».

قبل أن يكشف المرء عن سر عليه إذاً أن يختبر فيما إذا كان الآخر يريد أصلاً سماع الحقيقة. وهذا ما ينطبق بالدرجة الأولى على الخيانة الجنسية. ففي هذه الحالات بالضبط يجب على حملة الأسرار أن يختبروا بدقة فيما إذا كانوا يريدون فعلاً الاعتراف بخيانتهم؛ لأن النتيجة التي توصلت إليها الباحثة في علم النفس غيزيلا رونده فيما يتعلق بأبحاثها حول موضوع الخيانة الزوجية من جانب النساء تنطبق على كلا الجنسين. «إن لحالات الخيانة الزوجية التي يتم البوح بها نتائج وخيمة؛ إذ يمكن أن تؤدي إلى نهاية علاقة زوجية. ولا يستطيع التعامل مع الخيانة الزوجية بأسلوب بناء إلا الناس الذين يتمتعون باستقرار نفسي قوي، وهذا من الأمور النادرة. فأكثر الناس تكون ردود أفعالهم على خيانة الشريك بانفعالية شديدة. فهناك على سبيل المثال العديد من حالات القتل نتيجة الغيرة. وهذا بحد ذاته سبب وجيه لإطباق الشفتين والصمت. ولا يمكن لي أن أنصح المعني بالأمر سوى أن يتحرر من الشعور بالذنب وأن يكون في منتهى الحذر عند البوح بذلك».

في كل الأحوال يجب على المرء قبل الإقدام على الاعتراف بالخيانة ألا يفرض بأكثر من فكرة أن الشريك أو الشريكة قادرة بالفعل على تحمل الحقيقة، وكيف سيكون موقفه من موضوع السر الذي يغلفها. ماذا كان رأي

الآخر في السابق بهذا الموضوع؟ هل قال بأنه في كل الأحوال يريد معرفة كل شيء، أم هل بدرت منه إشارة تفيد بأنه لا يهتم بما لا علم له به؟

بين الشريكين هناك في أغلب الأحيان موثيق خفية، من المفروض أن يتمسك بها ذلك الذي يتلاعب بفكرة البوح بسر. طبعاً يجب - حسب الإمكان - ألا تكون هناك أسرار كبيرة بين شريكين. فالخيار الأول هو دائماً المصارحة والوضوح. لكن لا يجوز أن نجعل من ذلك شرطاً أو قاعدة تقول بوجوب قول «كل شيء». فإعلان الحقيقة كاملة - مهما كانت النتائج - للمرأة أو للرجل يمكن أن تكون وخيمة. فليس دائماً في مصلحة الشراكة، أو مريحاً لحامل السر، عندما يُفصح عن أمر كما هو. من المفيد أحياناً أن ندع العشب ينمو على قضية ما. كما أن المرج الأخضر الذي يُسمد بالكذب يمكن أن يكون خصباً. وفي كل الأحوال أكثر خصوبة من الأرض المحروقة، التي غالباً ما تبقى جرداء بعد الإفشاء بالسر.

إذا فالتعمن الناضج والتبصر الذي يحقق التوازن في جميع المخاطر، هو خطوة أولى مهمة فيما إذا من الممكن إطلاع شخص آخر على سر من الأسرار. حتى لو كانت الحاجة إلى الإطلاع كبيرة، يجب ألا تغيب عن عين المرء البتة النتائج التي يمكن أن يسفر عنها كشف السر عن الآخر أو الآخرين. فالخوف والحرص على هؤلاء الناس يجب أن يبقى في محور هذه الأفكار، وليس المصلحة الشخصية.

الكشف عن السر

عندما يقرر المرء بعد التفكير ملياً قائلاً: «سأبوح بذلك» يصلح ذلك لخلق الإطار العام المناسب للحديث المزمع البدء به. وهكذا يجب - حسب

الإمكانية- الإداء باعترافات مؤئلة ضمن إطار معين يوفر الحماية والاطمئنان لجميع المشتركين بسر. وهذا يعني وجوب أن تأخذ العلاقات مع الناس، الذين ستتاح لهم فرصة مقاسمة السر، طابع الثقة والإخلاص والالتزام المتبادل. فمن يريد أن يفشي سراً عليه أن يتأكد بأن الشهود على حبه للحقيقة سوف لن يستخدموا ذلك ضده.

من المهم أيضاً أن يتم التأكد في بداية الأمر فيما إذا كان للعلاقات المعنية بالسر مستقبلاً أصلاً. فمثلاً إذا ما أصبحت العلاقة بين شريكين هشّة، لدرجة يصبح معها انفصالهما إمكانية واقعة، فإنه لا يُنصح بالكشف عن سر طال كتمانها، إلا إذا كان الهدف من البوح بالسر هو جرح الآخر عمداً من أجل تسريع عملية الانفصال النهائي وإعلانه. وعندما يكون الأطفال معنيين بذلك يجب مراعاة أعمارهم ودرجة تطورهم. وأخيراً يجب على المرء ألا يغرق في الأوهام. فالأمل بأن للمشكلات المتعلقة بسر ما سوف تتحل عبر البوح بكل بساطة سيكون بالتأكيد مخيباً بنسبة 100%. لكن قد يظهر ارتياح مؤقت؛ لأن ما خفي على أحد الطرفين ويعلمه الطرف الآخر منذ زمن بعيد سيوضع للنقاش. لكن البوح بالسر يفضي إلى مشكلات أخرى قد تضع - في بعض الأحيان - الأشخاص المعنيين أمام محنة اختبار صعبة.

× مثال: أنا متزوج من «أنا» منذ 21 عاماً. وهو الزواج الثاني بالنسبة لي ولها أيضاً. لكل منا طفلان من زواجه الأول، ولكن ليس عندنا أطفال من زواجنا معاً. كانت زوجتي ترغب بإنجاب طفل، أما أنا فلم أرغب بذلك. ولم يكن ذلك الخلاف الوحيد في الرأي بيننا. كانت أنا تتهمني دائماً بأننا

نعيش في عالمين مختلفين، ولديها شعور بأنها لا تعلم حقاً من أنا. وبذلك فهي بلا ريب على حق.

لم أكن قادراً أن أبوح لها بسبب ذلك. فالحقيقة أنني مزدوج الجنس (خنثوي). فمند زواجي الأول كنت ألتقي بصورة منتظمة مع رجال في نوادٍ خاصة. فشل زواجي الأول دون أن تعلم زوجتي الأولى شيئاً عن طبيعتي. أما في مرحلة زواجي الثاني فقد أصبحت الحياة المزدوجة بالنسبة لي لا تطاق. أحب «أنا» لكن أحتاج إلى علاقة مع الرجال. وذات مساء عدت من أحد أندية الشاذين جنسياً فبدأ العراك بيننا. وهنا قلتها علناً. تكلمت وتكلمت كالشلال، ولم يعد بوسعي أن أتوقف. وكان ذلك مريحاً بالفعل أن أفضي بما في داخلي ولم أفصح عنه حتى هذا الوقت. لكن أبواب الجحيم فتحت بعد ذلك.

أصيبت «أنا» بالانهيار مما استدعى علاجها طبيباً وأصبحت تتناول الحبوب المهدئة. ولكي نعيد كل شيء تحت السيطرة صرنا نذهب معاً أو كل على حدة للمعالجة. قرأت كتباً عن الشذوذ الجنسي وحاولت أن تتهم وضعي. كلانا أصيب بالنعافة. أما بالنسبة للانفصال فقد كنا على فتاعة بأن هناك الكثير مما يجمع بيننا. والآن تسود حالة من وقف إطلاق النار. ولكن إن كان الأمر سيستمر على هذا النحو أو كيف سيكون ذلك، فهذا ما لا أعلمه.

أما قرار «هل أكشف عن سري أم لا؟» فهو واحد من الأسئلة التي يجب على المرء أن يجيب عنها بنفسه. فعندما يبوح عليه أن يتحمل نظرة الناس الآخرين المعنيين إليه بأنه كاذب وخادع. عليه أن يتحمل خيبة أملهم

وغضبهم وقتوهم. وبذلك يفقد ركنه الخاص به الذي خلقه لنفسه بمساعدة سرّه، أي يفقد «حياته الثانية».

وبالعكس يجب على أولئك الذين اطلعوا على السر أن يتعلموا التعايش مع حقيقة أن حياة أخرى كانت لدى الآخر. وهذه المعرفة المقرونة غالباً بمنغصات وخيبات أمل. ويجب على الذي أباح بالسر أن يتحمل بدوره هذه المشاعر، وأن يحاول العيش مجدداً بالسلوك المناسب وثقة الشريك أو الصديق.

وكلما زادت إمكانية الوصول إلى الارتياح عبر قول الحقيقة، كان السعر مرتفعاً. ولذلك فإن المعالج النفسي جون برادشو على حق عندما يكتب: «ما من أحد يمكنه أن يسدي لك بنصيحة أفضل منك أنت» والقرار: «أبوح أم أصمت؟» هو دائماً قرار فردي. وليس هناك من طريق عام ساري المفعول. «ما من أحد يزعم أنه يعرف بالضبط: متى وأين وكيف ولن يمكن أن يُباح بالأسرار. وأفضل ما يمكن أن نفعله هو تحمل مسؤولية أسرارنا القائمة الخاصة بنا وتلك التي نعرفها عن الغير.

هل يلتزم المطلعون على سر بالحفاظ عليه؟

مع ملاحظة بأنه أيضاً على أولئك الذين يعرفون أسرار الآخرين أن يتحملوا المسؤولية، يخاطب برادشو Bradshaw نقطة حرجية: ليس المعنيون فقط الذين ينوءون تحت ثقل المسألة التي تعذب ضميرهم، وفيما إذا كان يجب عليهم إطلاع الآخرين أيضاً. فغالباً ما تتتاب الذين يتقاسمون سراً أزمة ضمير، فيتساءلون فيما إذا كان عليهم البوح بما عرفوه.

خلفاً للسؤال فيما إذا كان على حامل السر أن يقول الصدق أم لا، فلا مجال هنا للشك: فعلى المؤمن على سر ألا يفكر على الإطلاق بالبوح بسرّه؛ لأنه ما من أحد مخوّل بالكشف عن سر تعود ملكيته لآخر. وأكثر من ذلك، فإن حب الصدق، الحقيقي أو المصطنع، لا يبرر تعرية الآخر. فمن يعرف عن زميل له أنه شاذ جنسياً، ولكن يجب عدم الكشف عن ذلك، يجب عليه أن يصمت. ومن يعرف أن لزميلة له علاقة خارج نطاق الزوجية يجب عليه أن يصمت. ومن يرى زميلاً مع سيدة ليست زوجته في جو حميمي في أحد المحال يجب أن يصمت. لا يجوز لأحد أن يتحفز بالأسلوب الذي يراه ليكون حامياً للحقيقة، ولا يجوز لأحد أن ينصّب نفسه قاضياً يحكم شؤون شخص آخر، حتى لو كان سلوكه يتعارض مع تصوراته الخاصة للقيم الأخلاقية.

ولا يستثنى من هذه القاعدة إلا عندما يتعلق الأمر بخرق القانون والآداب العامة. فالاعتداء الجنسي، وأعمال العنف والأفعال الجرمية والسلوك المدمر للذات وللآخرين. كل ذلك يتطلب ممن يعرف عنه أن يتحمل المسؤولية وأن يتدخل بالحدز والمراعاة المطلوبين.

أما في الحالات الأخرى كافة فلا يجوز للمشاركين في معرفة سر، أن يميطوا اللثام عنه. فاحترام أسرار الآخرين أمر حتمي لا رادّ له. فعندما يصبح المشارك في معرفة سر غير راغب أو قادر على إبداء هذا الاحترام، عليه أن يختبر بدقة، فيما إذا كان يريد الكشف عن سر لا يخصه بدافع نظرتة الذاتية للعدالة أو بدافع التظاهر بأهميته أو بدافع الانتقام. لم تقدّر والده «انزو» هذا الجانب الذي يمكن حتى الآن أن يثير اضطراب من أصبح الآن في سن الثانية والستين من العمر:

× مثال: كنت في نحو السادسة من عمري عندما وقعت هذه الحادثة: عثرت والدتي أثناء تنظيف المنزل على علبة من البسكويت المحشو تحت سرير الزوجية. لم يساورها أي شك بأن هذه العلبة هدية والدي لها بعيد ميلادها. قبيل حلول هذه المناسبة وبدلاً من نسيان انكشاف هذا السر، وعدم تقويت الفرصة على الزوج بمتعة تقديم الهدية، بدأت والدتي بتناول ما في العلبة يوماً بعد يوم ثم قامت بإغلاقها بعناية وأعادتها إلى المكان الذي كانت مخبأة فيه. ومن دون أن يدري بما حدث قدم لها والدي في يوم ميلادها تلك الهدية التي كانت قيّمة جداً آنذاك. فقد كانت هذه الحلويات في ألمانيا ما بعد الحرب العالمية الثانية نوعاً من الرفاهية. قامت والدتي بفتح العلبة وهي تتصنع الفضول لمعرفة ما فيها، ثم تظاهرت بالذهول عندما رأت العلبة فارغة. أما والدي فقد صار يتقلب بين الخجل والغضب لأنه عدّ أن بائع العلبة قد خدعه. لكن والدتي سرعان ما شرحت له الأمر. فامتقع لونه. ما زلت أتذكر ذلك. فارتعبت على نحو عنيف لأنني حسبت للحظة بأنه سوف يقوم بقتل والدتي في الحال، لكنه سيطر على نفسه وقابل عبارات التبرير التي أتت بها بصمت. لقد قرأت عليه والدتي عظة بكل المعاني: عبر علبة البسكويت استطاع أن يرى بأنه لا يستطيع أن يكتم عنها شيئاً. وشعرت هي بالإهانة لأدائها عملها كربة بيت؛ إذ يبدو بأنه لم يضع في حسبانها بأنها تقوم بتنظيف تحت السرير. فكان ذلك بمنزلة عبرة له. ولا داعي للقول إن هذه الحادثة لم تقوِّ العلاقة بين والدي ووالدتي.

يبدو من هذه الحالة بوضوح بأن الصمت المفعم بالمراعاة هو نوع من الرياء الاجتماعي. فعندما نكتشف أسرار الآخرين، الكبيرة منها

والصغيرة، بصراحة زائدة عن الحد، وعندما نضع إصبعنا على نقاط ضعفهم، ولا نستطيع أن نغض الطرف أو السمع بكل وقار، عند ذلك يحدث انهيار التوافق الاجتماعي.

فكما نريد أن يحترم الآخرون مجالاتنا الخاصة ويراعونها، يجب علينا نحن أيضاً أن نقبل بعدم الدخول إلى عوالم الآخرين مراعاة للوحة غير مكتوبة تقول «ممنوع الدخول»، وإذا ما حصل ذلك مصادفة ودون قصد، عندها يجب علينا الصمت من أجل المراعاة.

أما النتائج المترتبة على عدم مراعاة مثل هذه اللوحات على المدى الطويل فيتناولها برنارد ماك لافرتي في قصته بعنوان «الأسرار»:

مثال: جاء ابن الأخ الأكبر إلى البيت لوداع عمته الكبرى ماري التي تستلقي على فراش الموت. وبينما هو قرب سريرها وردت في ذهنه حادثة وقعت عندما كان ما يزال صغيراً. وتساءل تحت وقع عذاب الضمير فيما إذا كانت قد غفرت له ذلك. كانت العمّة ماري تعطيه دائماً طوابع بريدية وتدعه يحل مادتها اللاصقة عن البطاقات البريدية بواسطة بخار الماء. كان يتطلع إلى المناظر التي على هذه البطاقات، أما النصوص المكتوبة عليها فقلما أثارت اهتمامه. لكن ذات يوم استرعى انتباهه اسم كان يظهر دائماً على هذه البطاقات وهو الأخ بينيغوس. فسأل عمته بفضول عن من يكن هذا الشخص. فكان رد فعلها رافضاً وملتبساً. يبدو أن صاحب الاسم كان صديقاً لها. بالإضافة إلى البطاقات كانت هناك أيضاً حزمة من الرسائل. وعندما تحوّل إليها بفضول، نهرته العمّة ماري بحدة قائلة: «ارفع يدك عنها!»

لكن هذا الموقف أيقظ فضوله. ففي الفرصة التالية التي أتاحت له لم يستطع أن يقاوم الإغراء؛ إذ أخرج حزمة الرسائل من درج مكتب عمته وبدأ بقراءة رسالة. كان الحديث فيها يدور حول الحب والحرب. قرأ الرسائل واحدة بعد الأخرى بتلهف زائد. كانت مشبعة بعبارات مثل «حبيبتى» «يا أحب الناس» «أحبك» وفجأة تنهأ إلى سمعه وقع أقدام عمته قادمة باتجاهه فحاول أم يدس الرسائل بسرعة في درج المكتب دون أن يوقف في ذلك. أدركت العممة فوراً فعلته فغضبت وصفعته وطردته من الغرفة.

وقبل أن يغيب عن ناظرها سمعها تصفه بعبارة «أيها الوغد» وتتوعد بأنها لن تغفر له هذه الضلة مدى الحياة.

لقد تجاوز ابن الأخ بفضوله هذا حدوداً غير مرئية. فقد تغلغل إلى مجال حيوي يخص عمته ممنوع على الآخرين الولوج إليه. وحتى آخر لحظة لم تغفر له حشريته وإلحاحه.

ومن يكشف عن سر دون موافقة المعني به فإنه بذلك يعتدي، بأسلوب غير مسموح به، على مجاله الخاص ويخرق ثقته بأبشع صورة. أما الاضطرابات التي يصاب بها الشخص نتيجة ذلك فتعبر عنها حالة الطيار شارلز ليندبرغ التي يدور الموضوع فيها عن أشياء عديدة منها الرسائل. فقد كتب ليندبرغ إلى حبيبته الألمانية لسنوات طويلة وأم أطفاله الثلاثة غير الشرعيين. وهذه الرسائل، كما ذكر الصحفي رودولف شروك في كتاب له عن هذه الحادثة، عثرت عليها ابنته أستريد وسرقتها من والدتها. وعندما علمت والدتها بذلك غضبت غضباً شديداً وقالت: «لا أريد بأي وجه من الوجوه أن تقع الرسائل في أيدي لا علاقة لها

بها ومن ثمّ تأخذ طريقها للنشر، إنها ملكي الشخصي، إنها جزء من حياتي وحيي».

ليس من الضروري أن تكون فقط الأسرار المكتشفة أو المسموعة مصادفة وتخص آخرين جديرة بالحفاظ عليها. بل أيضاً وإلى درجة عالية تلك الأخبار التي تروى في جو من الثقة. وهكذا لا نجد إجابة من قبل خبير علم الأخلاق راينر ارلينغن على السؤال الآتي لإحدى السيدات من مدينة ميونخ الألمانية:

«أعز صديقاتي تخون صديقها. هذا ما قالته لي في طي من الكتمان الشديد. والآن ينتابني نوع من الانفصام المريع عندما أرى شريك حياتها. هل ينبغي عليّ أن ألمّح له بشيء أو أن أخبره بكل وضوح عن خيانة صديقتي؟ بذلك أكون قد قمت بخيانة دور الصديقة العزيزة (وعندها سأخسر صديقتي بالطبع) لكن في الوقت نفسه يصبح بوسعي ألا أخجل من النظر إلى عيني صديقها. أم هل يجب عليّ أن أسكت كما تتوقع صديقتي مني».

نعم ثم نعم: يجب عليها أن تطبق شفيتها. كما يكتب راينر ارلينغن وكان أكثر من صريح في إجابته: «إنك تصلحين لسجن القضايا الأخلاقية إذا ما أقدمت على إطلاع الصديق على القضية؛ لأن الأمر هنا يتعلق بالثقة التي توجب الإخلال بها عقاباً. فالصديقة -كما يقول آرلينغن- تخضع، كما الطبيب والمحامي والمعالج وعالم النفس وكثير من الحرف، لواجب الصمت. فإذا ما أوّتمن أعضاء هذه المجموعات الحرفية على سر فعليهم كتمانهم والحفاظ عليه. وإن لم يتقيدوا بواجب الصمت، فإن

القانون ينظر إلى ذلك على أنه «خرق لحرمة الأسرار الخاصة» وينتقم لهذه الفعلة بعقوبة سجن تصل حتى السنة أو بعقوبة مالية. على الصديقة إذاً ألا تثرثر بما تعرفه. لا حق لها بشرح الأمر للشخص المخدوع فقط لمجرد تحسّن شعورها. «الصدّاقة لا تخدم مجرد المتعة الشخصية، إنها قيمة أخلاقية بحد ذاتها ولذلك فهي ملزمة أيضاً» كما يقول آرلينغن في مرافعته من أجل الحفاظ على السر.

أما الجروح العميقة التي يمكن أن تُتكأ عندما يقوم شخص مقرب بفضح سر أوّتمن عليه، فتبدو لنا من تقرير السيدة «هيلده» التي عاشت عدة مرات مرارة قيام صديقاتها بإفشاء سر ميلها الجنسي الشاذ دون موافقة منها:

مثال: كان عمري 35 عاماً وأعيش منذ 15 عاماً شذوذاً جنسياً بشكل معلن. طبعاً احتاج الأمر إلى مدة طويلة (نحو خمس سنوات) حتى استطعت أن أقف على واقع أمري، أي حقيقة أنني شاذة جنسياً. فكشفت أمري لبعض الأصدقاء، فقاطعني بعضهم بعد ذلك وارتدوا عني. لكنني أخفيت سري عن أهلي وإخوتي ومعاري وأصدقائي الجدد، لأسباب منها الخوف من أن يرتدوا عني أيضاً. وكذلك أيضاً في مكان عملي - فقد أنهيت دورة تدريبية كموظفة في الشرطة - كان عليّ أن أخفي ميولي الجنسية.

وعبر حادث سيارة، كنت أنا المتسببة به، تغير كل شيء دفعة واحدة. كنت قد شربت الكحول برفقة شريكتي التي كانت قد أفرت في تناول المشروب وهي زميلة، وهناك صدمت سيارة متوقفة من الخلف وهربت. وفي اليوم الآتي قامت شريكتي بإخبار الشرطة ورؤسائي في العمل عن

الحادث دون علمي. ولم يتوقف الأمر عند البوح عن حادث السير، بل أطلعتهم أيضاً بأننا، هي وأنا، كنا نمارس دور العاشقين. فلا أجد بدأ عقب ذلك من إطلاع أهلي على هذا الأمر. بسبب هذه الجنحة الصغيرة المتعلقة بقضية السير ثم تسريحي من العمل نهائياً وأصبحت مضطرة للعودة إلى أهلي الذين كانوا في غاية الخيبة. تحطمت علاقة الثقة بيني وبين أهلي الذين شعروا بأنني كذبت عليهم وخدعتهم. لكن كذبتني كانت بدافع حماية نفسي. كان من المفروض أن أختار بنفسني الوقت الذي أكشف فيه عن سري. لقد شعرت بأن شريكتي السابقة قد خانتي شر خيانة. وبعد عام على هذه الحادثة تعرّفت امرأة. وانتقلنا لنسكن معاً عندما كنت في سن الثالثة والعشرين وحصلت لتوّي على عمل جديد كموظفة في العدلية. في أحد الأيام -وكنت متفرغة لمدة أربعة أو خمسة أشهر في شؤون العاملين ولم أفصح عن نفسي- وضعتني صديقتي أمام نظر الزملاء في وضع فاضح ومشين. حيث قبلتني من فمي. مرة أخرى انهار العالم بالنسبة لي؛ لأنه لم تتح لي الفرصة مرة أخرى للبوخ بحقيقتي أمام الزملاء في الوقت الذي اختاره وأجده مناسباً.

مرة أخرى أتعرض فيها للخيانة. بدأ الزملاء في مكان العمل يتناولون فيما بينهم موضوع شذوذي الجنسي ضد إرادة مني. وبالرغم من أن أحداً لم يتحدث إليّ على نحو مباشر حول ذلك، لكن بدأ يتضح لي شيئاً فشيئاً بأن الأمر لم يعد سراً يُخفى، بل أصبح سراً شائعاً عند الكثير من الزملاء والزميلات وكانت له جاذبيته. لم تكن لدي آنذاك رغبة بإعلان ذلك على الملأ، فقد خفت من التمييز في المعاملة أو حتى من التسريح من العمل.

الصدق أم الكذب؟ إن حياة كثير من النساء الشاذات جنسياً مطبوعة بطابع التوازن الدائم واتخاذ القرار حول هذه المسائل. أتمنى لِنفسي ولكل من هُنَّ على شاكلتي حياة يستطيع فيها كل امرئ أن يقرر بنفسه متى ولمن يمكنه أن يفشي سرّه.

يتضح من هذا المثال أن من يطلع على سر يتعلق بشخص آخر يتحمل مسؤولية كبيرة. وليس كل إنسان جدير بحمل هذه المسؤولية. ولذلك مطلوب من كل من يطلع شخصاً آخر على سر أن يختبر بدقة فيما إذا كان هذا الشخص المرشح لحمل السر مؤهلاً فعلاً لحمل هذه المسؤولية. ومهما كانت الرغبة في التخلص من عبء حمل السر عبر إشراك أحد في الإطلاع عليه كبيرة، فإن الضرر الذي يمكن أن يترتب على ذلك يكون في بعض الأحيان أكبر. وقد سبق أن حذر فريدريش نيتشه قائلاً: «قليلون هم الذين لن يفشوا أسرار أصدقائهم إذا ما وجدوا في ذلك مادة للتسلية» ومن هنا فإن الوحدة حصيلة نتاج آخر لا محيد عنه للسر. فمن يريد أن يحتفظ بشيء لنفسه، أو يضطر إلى ذلك، فعليه أيضاً أن يكون مستعداً على تحمل العزلة المقترنة بذلك.

لكن هذه العزلة قد تصبح لا تطاق إذا ما كان الشيء الذي يجب على المرء الاحتفاظ به لنفسه مفروضاً عليه فرضاً. إنه في هذه الحالة ليس السر الخاص به، وكذلك ليس بالسر الذي يمكن للمرء أن ينظر إليه من مسافة أمان ويحافظ عليه. فالأسرار المفروضة هي عملية توازن صعبة بين واجب الحفاظ على أسرار الآخرين، والحق في تقرير المصير.

إيلينا تعاني سراً على هذا النحو. إنها عشيقة رجل متزوج، لا يريد أيضاً، بعد ثماني سنوات مضت على علاقة خارج نطاق الزوجية، أن يفصل عن زوجته. ولا يريد أيضاً على الإطلاق أن يفتضح أمر علاقته الغرامية مع إيلينا. فهو غير قادر على ذلك نتيجة وضعه المهني. وفي الوقت نفسه لا يريد الانفصال عن زوجته وأسرته. ولا تملك إيلينا سوى خيار أن تحافظ على سرها معه، أو ألا تبالي بشيء وتتخلى عن الحبيب. كتبت رداً على إعلاننا «البحث عن الأسرار» رسالة طويلة تشرح فيها الضغوط التي تواجهها. وإليكم مقطعاً مما كتبتة:

مثال: عندما قرأت إعلانكم أصبت باضطراب. تولد لدي الانطباع بأنني أنا المعنية على نحو مباشر. فاعترت جسدي موجة من الراحة. أخيراً، أخيراً بإمكانني أن أروي لأحد ما أنوء بحمله وحيدة على مدى سنوات طويلة. فأنا منذ نحو ثماني سنوات عشيقة رجل متزوج. لقد قال لي منذ البداية: إنه لن يقدم يوماً على التخلي عن زوجته. إذأ كنت على علم بوضعي. بالرغم من ذلك كنت أمني نفسي بالطبع بقوة حبي... لكن دون جدوى. مرت السنوات الأولى على خير. واقتنعت بأنني كنت أجد حريتي فوق كل شيء وأن أصدقائي سيعوضونني عن الشريك المفقود. وهكذا... لكن يجب الآن أن أعترف: فالعانة في ازدياد. أشعر بالوحدة وأخاف من الشيخوخة. أنا الآن في منتصف الخمسينيات من عمري وأتساءل فيما إذا كنت أرغب ببلوغ سن الشيخوخة وأنا على هذه الحال.

أحياناً، وخاصة ليلاً، عندما لا أستطيع النوم، تأتيني الأشباح، فأرى نفسي عجوزاً ومريضة ووحيدة في دار للعجزة. طبعاً أعلم بأن هناك

قدراً من رثاء النفس في هذه اللعبة. لكن الخوف موجود وهو حقيقي. والأمر السيئ أيضاً أنني لا يمكنني أن أخبر أحداً من وضعي، ولا حتى صديقاتي؛ لأن عشيقتي رجل له شهرته في المدينة. أحياناً أشعر بالرغبة بالاتصال بزوجته والبوح لها بكل شيء. ولكن واجبي بالصمت تجاهه يجعلني أقلع عن ذلك. وماذا ينالني من هذا التصرف؟ سوى أن أفقدها. أعلم أن المخرج الوحيد المتبقي أمامي هو إنهاء هذه العلاقة. ولكن قول ذلك أسهل من فعله. ثماني سنوات! تنشأ أثناءها رابطة، ليس من السهل قطعها.

يبدو من مثال إلينا أن التعامل مع السر ليس سهلاً على الإطلاق. كما يتضح أيضاً شيء آخر مختلف: فالسر المفروض على شخص آخر لا يمكن أن يكون «جيداً». طبعاً يمكن أن يسوق المرء حجة أن إلينا هي التي اختارت لنفسها وضع العشيقة. وكانت تعلم بأن العشيق متزوج، وكانت موافقة على هذا الوضع السري.

لكن في خضم تماهيهما في الحب لم يكن واضحاً لديها ما الذي كانت قد أقدمت عليه. لم تكن مضطرة لكتمان علاقتها بالرجل، بل فعلت ذلك إكراماً له. فقد أجبرت على حمل هذا السر. إنه إذاً ليس سرها بقدر ما هو سره. لكن من يُجبر على قبول سر غريب عنه والحفاظ عليه، عليه أيضاً قبول حقيقة أن سراً غريباً سوف يتحكم بحياته. أما حقه بتقرير مصيره فيصبح عند ذلك خاضعاً لحق تقرير مصير الشخص الآخر. ولكن ذلك لن يستقيم مع مرور الزمن، كما يعلم كل من مر بعلاقة ظلت سراً على المدى الطويل، فقط لأن الآخر أراد ذلك.

البوح أم الصمت - نمط من أنماط اتخاذ القرار:

عندما يصعب إيجاد إجابة عن السؤال «البوح أم الصمت؟» ربما نجد في النمط الآتي من أنماط اتخاذ القرار عاملاً مساعداً. هذا ما توصلت إليه المختصة في علم النفس السيدة أنيتا. ي. كيلى عبر أربع خطوات إلى عملية اتخاذ القرار:

الخطوة الأولى: في بداية عملية اتخاذ القرار يجب أن يتضح فيما إذا كان الشخص الذي يُعتقد بأن من المفروض أن يباح له بالسر، له الحق أصلاً بهذه المعرفة. وهل الإفضاء إليه بالسر مسألة مهمة بالنسبة للعلاقة؟.

فالملومات التي لا أهمية كبيرة لها على العلاقة يجب عدم الإدلاء بها. منها مثلاً المعلومات المتعلقة بالماضي الخاص بالشخص غير المهمة فعلاً للعلاقة الحالية. فهل يسأل رجل صديقه على سبيل المثال «مع كم رجل ذهبت إلى الفراش قبلي؟» إذ لا يحق له أن ينتظر إجابة صريحة. فالصديقة التي يطرح عليها مثل هذا السؤال يمكنها أن تقرر فيما إذا كانت ستعطي إجابة، أو بأي تفاصيل ستكون هذه الإجابة، إنها ليست مضطرة لقول الحقيقة. أصلاً يجب على الحبيين ألا يفرحوا كثيراً بالتفاصيل المتعلقة بماضيها. كما تحذر المختصة في العلاج النفسي ايفان امبر - بلاك.

«لا كما تزعم المراجع العامة المتعلقة بمعالجة شؤون العلاقات الاجتماعية، فإن إفشاء السر بحد ذاته لا يؤدي إلى مزيد من الإلفة. بل العكس، فإن الإكراه على إفشاء أمور تتعلق بالحياة الخاصة، قبل أن

يكون المرء مستعداً لها، من شأنه أن يعمق الهوية. فعندما يتسقط أحد الشريكين الأخبار بفضول، بدلاً من الانتظار حتى يبادر الآخر من تلقاء نفسه بالكشف عنها، يتسرب الشك منذ البداية إلى العلاقة بينهما».

لكن أيضاً حتى لو لم يتسقط الآخر هذه الأخبار. يجب على المرء التمعن جيداً قبل أن يقدم من تلقاء نفسه على البوح بأشياء لا تهم الشريك. فالصراحة الطوعية الزائدة عن الحد، خاصة في بداية علاقة، يمكن أن تتحول إلى «بوميرانغ»* Bumerang خطير. كما يظهر من الحالتين الآتيتين:

× مثال: 1- اعترفت امرأة لصديقتها الجديد أنه كانت لها علاقات سحاقية أثناء فترة الدراسة، ولكن هذه العلاقات لم تكن أكثر من تجربة. فشكرها على صراحتها وفرح لأنها شاركتها في الاطلاع على هذا السر. لكن بعد سنوات من العيش المشترك عندما فقدت -نتيجة الجهد المضني في مجال العمل- رغبتها الجنسية تجاهه. اتهمها بأنها سحاقية.

2- قبيل زواجها كان لدى الخطيبة رغبة قوية أن تحكي للرجل الذي سيكون زوجها في المستقبل عن عملية إجهاض أقدمت عليها في سن اليفاعه. وهي تعتقد بأن هذه المعلومة مهمّة جداً من أجل الحياة الزوجية القادمة. إذاً حكّت له عن كل شيء وبالتفصيل، حتى عن عذاباتها وشعورها بالذنب. كان رد فعله أول الأمر متفهماً. لكن بعد أسبوعين فك الخطيبة وطلب منها أن تغادر المنزل المشترك. فأصيبت بصدمة وأدمنت عدة أشهر على تناول المهدئات.

* آلة بدائية يستخدمها السكان الأصليون في أستراليا في الصيد، يقذفها المرء في الفضاء عمودياً أو أفقياً ثم ترتد إليه من تلقاء نفسها (المترجم).

فهل كانت مسألة الإجهاض معلومة مهمة تخدم الحياة الزوجية؟ وهل يحق للزوج المستقبلي أن يحصل عليها؟ هل كان يتوقع فعلاً أن تبوح له خطيبته بكل تفاصيل ماضيها؟ لو أنها طرحت هذه الأسئلة على نفسها لكانت ربما توصلت إلى نتيجة بأن الإجهاض، ولو أنه حدث مهم بالنسبة لها، إلا أنه ليس من الضروري أن يطّلع عليه زوجها المقبل.

الخطوة الثانية: عندما يتم التأكيد في الخطوة الأولى بأن من حق الآخر مبدئياً أن يطّلع على السر، إلا أنه في هذه الحالة يجب التأكيد بكل دقة فيما إذا كان الآخر أيضاً جديراً بما فيه الكفاية بالثقة. هل هو/ هي كتوم/ كتومة وليس مقدراً للأمور؟ وكيف سيكون رد فعله/ فعلها، رافضاً، معاقباً أم متفهماً؟ هل باستطاعته/ باستطاعتها التوصل إلى وجهة نظر جديدة؟ هل هو/ هي الشريك المناسب للحوار؟ إن اتخاذ القرار بهذه الأمور صعب أيضاً؛ لأنه من الصعب أن يعرف المرء بالضبط كيف سيكون رد فعل الآخر؛ إذ لا يمكنه أن يعتمد إلا على ما هو متوافر لديه حتى الآن من خبرات. كيف كان تصرف الآخر، الذي سوف نبوح له بسر، في الماضي؟ وكيف يتعامل الشخص، الذي سوف تأتمنه على سر، بأسرار الناس الآخرين؟ هل يراه الآخرون جديراً بالثقة؟ ما هو موقفه من موضوع الأسرار؟ وما هي القيم التي يؤمن بها؟

فمن يريد الحديث عن عملية إجهاض عليه ألا يضع ثقته في شخص كاثوليكي متعصب لكاثوليكيته. وهناك إمكانية أخرى لاقتناء أثر من تتحدث إليه كنوع من النفخ في «بالون اختبار». يمكن مثلاً لرجل يخون زوجته أن يحكي أول الأمر لزوجته قائلاً: «تصوري أن س من الناس على

علاقة مع ص» ثم ينتظر رد فعلها وذلك قبل الاعتراف بعلاقته هو خارج نطاق الزوجية. أو أن يُسأل طفل، قام بسرقة شيء، والدته، ما الذي يمكن أن يحدث لطفل سرق علكة من أحد المتاجر. عندما يكون أيضاً رد الفعل على سؤال افتراضي أو قصة، مختلفاً عنه كما في قصة واقعية، يمكن عبر ذلك قراءة اتجاه أو ميل معين. وإذا ما خلص المرء بعد عملية اختبار مطولة إلى نتيجة: أن هناك خطر أن يستنكر الآخر السر، ويوح به، أو حتى ينهي العلاقة. فمن الأفضل للمرء أن يحتفظ بالسر لنفسه، أو يأتّمن عليه شخصاً آخر.

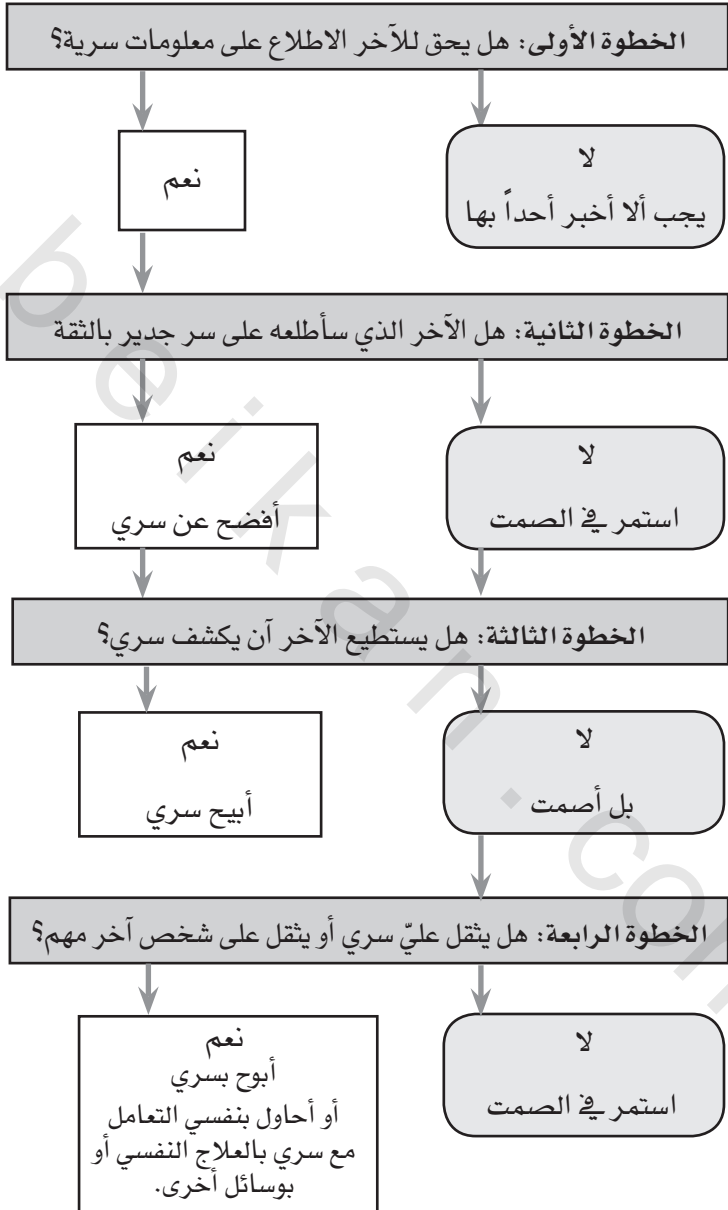
الخطوة الثالثة: هل هناك خطر أن يقوم الآخر بمعرفة السر من تلقاء نفسه؟ أو: هل كاد الشخص نفسه أن يفشي سره؟ هل أمسك صديق صديقه بالجرم المشهود ويريد أن يفشي سره؟ عندما يكشف أحد سراً وكانت له علاقة قوية مع الشخص الذي يدور حوله السر، عند ذلك يجب الأخذ بالحسبان أن السر لا بد سينكشف. في هذه الحالة يُنصح باتّباع إستراتيجية الاستباق؛ إذ من الأفضل أن يكشف المرء سره بنفسه قبل أن يجد نفسه وجهاً لوجه مع سره المفضوح.

عندما لا يعلم السر إلا حامله فلا خطر من الكشف عنه من قبل شخص آخر. وعندما تنتفي ضغوط المعاناة وتوصل المرء منذ الخطوة الأولى إلى قراره بأنه لا يحق للآخرين بالاطلاع على الحقيقة، يمكنه في هذه الحالة الاستمرار في الصمت.

الخطوة الرابعة: في حال وجود خطر أن يكشف الشريك السر، يجب مع ذلك التأكيد فيما إذا السر يشكل عبئاً ثقيلاً على حامله أو على

العلاقة. هل يعيش المرء بخوف دائم من انكشاف سره؟ هل يعاني آلاماً نفسيةً - جسدية مثل الصداع أو مشكلات هضمية؟ هل أصبح غير قادر على النظر في المرأة نتيجة الشعور بالذنب؟ هل لديه شعور بأن الآخر يتعذّب لأنه يلحظ بأن شيئاً ما ليس على ما يرام؟ وعندما يكون تأثير السر على حامله وعلى الجو المحيط به مدمراً، فإن استمرار تحمل أعبائه يكون سلوكاً غير مسؤول.

إن إنهاء حالة السرية، أو البوح بالسر، يكون عند ذلك في المكان المناسب. لكن ليس بالضرورة أن يكون السر عبئاً أبدياً. فهناك أشياء سرية يمكن أن يتعايش معها الإنسان ببساطة دون أن يكون في ذلك ضرر على الشخص نفسه أو على غيره. مثل هذه الأسرار لا تتطلب الكشف عنها، بل يمكن في بعض الأحيان أن ترافق الإنسان إلى قبره.



عندما يصمم المرء على البوح، عليه أن يأخذ بحسابه، كيف وبأي شكل يجب أن يطلع الشريك على السر. سيكون في كل الأحوال صعباً على المتلقي أن يهضم الحقيقة، وسيكون رد فعله هو الشعور بالخيبة وجرح الشعور. لكن يمكن لمن يبوح بالسر أن يقلل من ضرره عندما يكتفي بذكر موضوع السر، دون أن يدخل في التفاصيل.

مثال: يسأل رجل ذو توجه محافظ صديقه الجديدة «مع كم شخص أقمت علاقة جنسية قبلي؟» إنها تعرف الإجابة: 60 شخصاً. لكنها تخاف أن يكون من شأن هذا الرقم الكبير أن يجعله يفقد صبره وسماحته. في هذه الحالة تقول: «ليس عندي رقم محدد، لكن أستطيع القول إنني كنت نشيطة عندما كنت أقل سناً». إن التركيز على الموضوع يمكن أن يساعد حامل السر على أن يكون صادقاً، لكن يجب الحيلولة دون التشويه وجرح الشعور المرتبطان غالباً بالكشف عن التفاصيل. وهكذا كان بإمكان الخطيبة في المثال السابق أن تخبر زوجها المستقبلي عن حملها السابق دون أن تشرح له بالتفصيل عن الطريقة التي تخلصت بها من الجنين.

وعندما يقرر شخص البوح بسرهِ لإنسان آخر، يكفي الكشف عن موضوع السر، فالتفاصيل لا تقتصر على إحداث مزيد من الضرر فقط، بل قد يمكن أن تؤدي إلى رفض قاطع لحامل السر وإلى تدمير جوه الخاص وسمعته.

ما العمل إذاً عندما يجد المرء متعة في التحدث عن السر لكنه مقتنع بأن الشخص الذي يبوح له بالسر ليس مؤهلاً لذلك؟ فعندما يخشى المرء

بأن هذا الأخير لن يتحمل السر، وسوف ينهار ويدمر كل شيء، عندها يجب استخدام المكابح قبل أن يفلت زمام الأمور من يده.

في مثل هذه الحالات يمكن للتحدث مع صديقة جيدة، أو مع معالج نفسي، عن هذا السر والمشاعر المتعلقة به، أن يكون أكثر فائدة. فبمساعدة شخص آخر محايد يمكن للمرء أن يكتسب وجهات نظر جديدة حول الحالة السرية، ومن الممكن اكتشاف طريقة جديدة للتعامل معها.

وتشير الدراسات العلمية أن وجهات النظر الجديدة غالباً ما تكون أكثر فائدة لحامل السر من أي محادثة متفهمة حول الأمر المحاط بالسرية.

البديل هو اكتساب مفاهيم جديدة:

معظم الناس الذين يفكرون فيما إذا ما كان يجب عليهم البوح بأسرارهم، يأملون من ذلك بالدرجة الأولى الارتياح وتخفيف العبء. وإذا ما كان الأمر يتعلق بسر ثقيل الوطء فإنهم يعتقدون، وحسب شعار «الألم المشترك هو نصف ألم» بأنهم سينجزون ذلك على نحو أفضل. إذا كان السر جميلاً وإيجابياً فإن المعنيين به يريدون أن يتقاسموا فرحتهم مع آخرين. وسواء أكان هذا أم ذاك، فعلى الأغلب سيخيب الأمل في تخفيف العبء. فالبوح بالسر غالباً ما لا يحسّن الحالة الشعورية، بل على العكس. فكثير من حملة الأسرار لا يشعرون عقب الحديث عن أسرارهم بالضرورة بالنقاء والطهارة. فمن يشغل نفسه بسر وهو قاصد يمكنه أحياناً بلوغ أثر إيجابي، فعندما يستطيع اكتساب مفاهيم جديدة عن الحالة يمكن أن يكون البوح مجدداً.

هذا ما تؤكده دراسة للباحثة الأمريكية أنيتا . ي. كيلي. فقد قامت باستبيان شمل 130 مشاركاً مع التوجيه (الإرشاد) الآتي:

«لكل إنسان أسراره أو لديه معلومات شخصية يخفيها عن الآخرين. وهذا يعني أن هناك معلومات متعلقة بنا نريد أن نحافظ على سريتها. فكروا جيداً متى قمتم بإطلاع أحد على سر من أسراركم. اختاروا سرّاً شخصياً مهماً بالفعل».

كان على المشاركين في الاستبيان أن يقدروا كم كان البوح بسرهم مفيداً لهم. كانت الباحثة تريد أن تعرف بدقة كيف كان شعورهم عندما شاركوا شخصاً آخر بسرهم، أي فيما إذا أسفر ذلك عن آثار تنفيسية. كما تضمن الاستبيان أيضاً إعطاء المشاركين إمكانية وضع إشارة «صح» أو «خطأ» أمام العبارات التالية:

- «استطعت الانطلاق والتخفيف عن نفسي»
- «شعرت بأن التوتر قد خف أو أن المشاعر المحرجة قد زالت»

وأسئلة أخرى كانت تتعلق بمسألة فيما إذا كان الحديث عن السر قد أسفر عن معارف جديدة. هل حقق حملة الأسرار فائدة من البوح بأسرارهم؟ وهنا كان المشاركون في الاستبيان أمام عدة خيارات للإجابة، مثل:

- «أصبحت الدوافع والأسباب أكثر وضوحاً لي».
- «اكتسبت أفكاراً جديدة. تقيديني في التعامل مع المشكلة».

بالإضافة إلى ذلك سئل المشاركون فيما إذا اختلف تقديرهم للسر بعد البوح به عما كان قبله. وما الذي تغير عبر البوح به؟

النتيجة: من اكتسب مفهوماً جديداً أصبحت نظرته إلى سره أكثر إيجابية وشعر بتحسن وضعه.

أما أولئك الذين تحدثوا عن آثار تفيسية أصبحت نظرتهم إلى سرهم أكثر سلبية. إذاً ليس من الضروري أن يكون التأثير إيجابياً عندما يبوح شخص بسرّه لشخص آخر. فالارتياح والتخفيف المباشر من العبء ستعقبه على المدى الطويل مشاعر سلبية.

وفي دراسة ثانية كان هناك تغيير طفيف على هذه المقاربة:

فقد طلب من المشاركين في الاستبيان أن يتذكروا أحد أسرارهم لم يبوحوا به لأحد، أو لم يطلع عليه إلا عدد قليل جداً من الناس. وكان مطلوباً منهم أن يكتبوا هذا السر والمشاهد المرتبطة به دون التطرق إلى التفاصيل. ثم انقسم المشاركون إلى ثلاث مجموعات وكل مجموعة تلقت إرشادات مختلفة عن الأخرى.

- طُلب من أعضاء المجموعة الأولى التركيز على رؤية مدلول في سرهم. عليهم محاولة تطوير منظور جديد على السر وتغيير أفكارهم عنه.
- وطلب من المجموعة الثانية معالجة قضية المشاعر المرتبطة بالسر. كان على أعضاء هذه المجموعة تسجيل مشاعرهم دون تقويم لها. وقيل لهم «الهدف هو تخفيف المتاعب عن القلب».
- أما المجموعة الثالثة فقد قامت بدور المراقب. حيث كُلف أفرادها بالكتابة عن حدث مفرح وقع في اليوم السابق.

بعد ذلك سُئل المشاركون مرة أخرى عن مشاعرهم المتعلقة بالسر. مرة أخرى استفاد المشاركون من إمكانية اكتساب مفاهيم (وجهات نظر) جديدة، فوجدوا في ذلك عاملاً مساعداً في التوصل إلى أفكار جديدة، وبالتالي كتابة هذه الأفكار. أما الأشخاص الذين طُلب إليهم التركيز على مشاعرهم فقط فلم يشيروا إلى أي تغييرات إيجابية.

أما النتيجة التي يمكن استخلاصها من هذه الدراسات فلها أهمية خاصة لجميع حملة الأسرار الذين يرون فيها عبئاً، ويفضلون أن يبوحوا بها لشخص آخر، فإذا ما كانوا يأملون تحقيق الارتياح عبر ذلك، فعليهم بالحدز؛ لأن الأثر الذي يخلفه هذا البوح - إن كان ثمرة أثر - فسيكون على الأغلب: قصير المدى.

وإذا ما كانوا يريدون اكتساب مفاهيم جديدة، وتطوير منظور جديد، عندها يكون الاهتمام الهادف والواقعي بالموضوع عاملاً مساعداً. أما مسألة عدم ضرورة إطلاع شخص آخر على السر فتصفه دراسة أخرى؛ إذ يكفي الانشغال بالسر كتابة، من أجل إمكانية التعامل معه على نحو أفضل.

وهذا ما تؤيده العديد من الدراسات التي أجراها عالم النفس الأمريكي جيمس بينيكر. فقد طلب من المشاركين في تجربته كتابة أسرارهم. لكن المادة المكتوبة لم يتم تقويمها في أغلب الحالات. بالرغم من ذلك ظهرت آثار إيجابية. ففي الكتابة والصيغة تم إيجاد عبارات حول ما كان مدفوناً نتيجة الصمت، وضعت المشاعر المرتبطة بذلك في صيغة ما جعلت المادة صالحة للتحليل العقلاني؛ ولأن ذلك الذي كان يدور مدة طويلة في ذهن

قد تُرجم كتابة إلى كلمات، أصبح الآن بالإمكان فهمه بأسلوب جديد. فجأة أصبحت هناك مفاهيم جديدة جعلت تناول السر ممكناً من وجهة نظر أخرى.

هل على المرء أن يبوح بسر أو يختزنه في نفسه مدى الحياة؟ إن الإجابة عن هذا السؤال ليست سهلة، فما من سر يشبه الآخر، ففي حالة الأسرار الهدامة والقاتمة، والتي تبقى على مدى أجيال، وخاصة ضمن الأسر، ولها تأثير ضار، فالأمر واضح: يجب أن توضع على الطاولة. لكن الصعوبة تكمن هنا بتحديد ما هو السر الهدام فعلاً. ومن المهم أن يختبر حملة الأسرار الدافع وبدقة: (لماذا يجب أن أبوح بالسر في هذا الوقت بالذات؟) ويفكروا بعناية فيما إذا كان صدقهم مرغوباً بالأصل، وماذا يمكن أن يحدثه هذا الصدق على حياة الآخرين.

obeikan.com

..... وماذا بشأن الضحايا؟

هذا كتاب وحيد الجانب. يقوم محوره الرئيس على الأسرار البتاءة وعلى توقعات حملة الأسرار. في قسم كبير منه يدلي أشخاص بكلمتهم، أولئك الذين يكتمون أسراراً ويعدون لها مهمة بالنسبة لهم بحيث يبرر لهم إخفاؤها حتى عن أشخاص يؤدون دوراً مهماً في حياتهم. وكلهم يتفقون مع الرجل الذي يقول: «لدي شيء يخصني وحدي 100% وذو أهمية كبيرة بالنسبة لي».

لكن ماذا بشأن الآخرين؟ ماذا بشأن الأشخاص الذين اطلعوا ذات يوم على سر شخص مهم بالنسبة لهم؟ ماذا بشأن أولئك الذين يعرفون أن هناك سرّاً ولا سبيل لهم للوصول إليه؟ ماذا بشأن أولئك الذين يُفرض عليهم سر لا علاقة لهم به؟ قلما تم التطرق إلى الذين يعانون أسرار الآخرين. لم يرد ذكر لمنظور الضحية -بحكم الموضوع المطروح على بساط البحث- إلا لماماً. وقد تصعب مطالعة الكتاب على بعض المعنيين، بهذا الأمر الذين لا يبدون التفهم الكافي لمقولة أن الأسرار ضرورة حياتية، لكل واحد منا.

فضحايا الأسرار لا يمكن أن يكسبوا جانباً إيجابياً، بل يشعرون بالتأكيد بالغضب والسخط عندما يقرؤون شروحات تبدو لهم وكأنها تبرير لسلوك غير أخلاقي.

- من يشعر بالخذلان وكسر الخاطر عبر سر يتعلق بإنسان آخر، لن يسمح للأخر بحق الكذب.
- من يشعر بأنه تعرض للخداع سوف لن يكون قادراً على استيعاب بأن الشريك قد لا يكون قادراً على التنفس في حياته الأولى، مما دفعه إلى البدء بحياة ثانية.
- من يكتشف فجأة جوانب غير معروفة لديه بعد من حياة محبوبه لن تكون لديه القدرة على الاقتناع بأن كتمان ذلك كان أمراً ضرورياً من أجل التطور النفسي للأخر.
- من كان ضحية سر سيكون من السخرية أن يرى فيه شيئاً إيجابياً؛ إذ لا يمكن أن يجلب لحياته سوى الضرر.

عندما يعثر المرء على سر إنسان قريب منه وعليه أن يقرر بأن الآخر ليس ذلك الشخص الذي عرفه لسنوات طويلة، يفقد المرء عند ذلك استقراره. فإنسان يمر بحالة يدرك فيها أن إنساناً آخر قريباً منه، يعيش أو عاش في عالم سري، لا بد أن يشعر بالجرح والألم في أعماقه.

«لقد ألقى بنا مدة طويلة إلى نتوء صخري بارز في البرية في العراء، إلى ظلام مزقته جدران اللهب وهدمته جدران المطر. إلى عالم لم تعد فيه رابطة دم ولا أسماء ولا حب أو عطف. أقرب إلى انعدام السلوك القويم.» هكذا تصف الشاعرة أدرينه ريش الحالة الشعورية عند إنسان

شعر أنه تعرض للخداع والكذب. في حالة استثنائية كهذه لا يعود المرء يفهم العالم، ولا يدري ما هي الثقة أصلاً، ولن يمكن أن يظهرها - هذا إن أظهرها - في المستقبل. ولأنه أُسيء استخدام هذه الثقة، فهل يمكن للمرء أن يثق مرة أخرى بشعوره الفطري؟ وهل بإمكانه أن يثق بإنسان آخر بلا تحفظ؟

عندما نكتشف سر إنسان آخر فإن ذلك لا يكشف لنا فقط أننا لا نعرف هذا الآخر بالقدر الذي كنا حتى هذه اللحظة نعتقده، بل يكشف لنا أيضاً - كما يكتب أستاذ الفلسفة هاري . ج. فرانكفورت - «بأن جوهرنا لا يمكن الثقة به لأنه جعلنا نثق بشخص ما كان يجب أن نمنحه ثقتنا. يكشف لنا أننا لا نستطيع أن نثق بقدرتنا على تمييز الصدق من غير الصدق. أو بعبارة أخرى، بقدرتنا على إدراك الفرق بين ما هو حقيقي وما هو غير حقيقي. فعندما ينجح أحد في خداع صديق فإن ذلك يتضمن بالطبع نقصاً عند من كذب، ولكن يكتشف الوقت نفسه بأن شيئاً ما ينقص من وقع ضحية الخداع. إن الكذاب يخونه لكن مشاعره أيضاً تخونه».

إذاً فلاكتشاف السر ضرر مزدوج: إنه يهز الثقة التي يضعها المرء في إنسان آخر. ويهز أيضاً الثقة التي وضعها المرء في نفسه. فمن يوقظه من غفوته سر يتعلق بإنسان آخر يفقد اتزانه النفسي. يقول الفيلسوف فريدريش نيتشه «لم أهتز لأنك خدعتني، بل لأنني لم أعد أثق بك».

واكتشاف أن شخصاً مهماً قريباً مني له حياته الخاصة التي ظلت خافية عني مدة طويلة، تزلزل الأرض التي كنت أعتقد أنني أقف عليها بثبات. فالآلام الناجمة عن ذلك رهيبة. وهذا ما يتجلى عندما يكون السر

المكتشوف من النوع الهدام، بل كذلك أيضاً حتى عندما لا يدخل هذا السر في عداد الأسرار القاتمة.

وبغض النظر عن الأسرار «الحلوة» فإن كل معلومة محجوبة تثير الحيرة والاضطراب عندما تُكتشف.

أصلاً يجب الانطلاق من أن ذلك الذي يُصدم بسرٍ يجب في كل الأحوال أن ينظر إليه أول الأمر بأنه هدام وضار؛ لأنه يصعب على المخدوع من دون شك تحمّل الاضطراب العميق والمعرفة المرة بأنه تعرض للخداع. لكن حتى عندما لا يعجب مضمون السر المعنيين به، إلا أن السر بحد ذاته ليس بالضرورة أن يكون يستحق اللعنة.

درجة الإساءة: هل هي وجهة نظر؟

ليس سبب الإساءة المقترنة باكتشاف سر فقط عبر حقيقة أن الآخر قد أخفى شيئاً مهماً عنا. فربما كان الموقف الذي نتخذه على نحو عام من الأسرار سبباً لجزء كبير من الجراح. ومن ينطلق أساساً من أن الكتمان أمر مستنكر وأن لاحق للكذب وإخفاء الحقيقة بالوجود على الإطلاق في حياة إنسان، فإنه يهتز في أعماقه عند اكتشافه لسر، أكثر من إنسان يقر ببداية أن يكون للآخرين حياتهم الخاصة. ومن يعتقد أن الثقة بين الناس لا يمكن أن تقوم إلا عندما يعرف المرء دائماً ماذا يفكر به الآخر، أو ماذا يدور في ذهنه، فإنه يتردى وينهار عندما يصطدم بسر.

ألا تقوم الثقة حقاً إلا عندما يعرف المرء كل شيء عن الآخر؟ ألا يمكن أن تقوم الثقة بإنسان يبقى على مسافة معينة غريباً عنا بعض

الشيء؟ وكما بدا لنا في الموضوعات التي تطرق إليها هذا الكتاب، يمكن للاعتراف بالتفرد والإقرار بالزوايا السرية في العلاقات، حتى وقبل كل شيء في علاقات الحب، أن يكون عاملاً مهماً من العوامل التي تربط بين الطرفين. هكذا كان رأي شكسبير أيضاً الذي دعا إلى الكذب في الحب في إحدى قصائده الغنائية، إذ يقول:

لو أقسمتُ بأنها الحقيقة ذاتها
 لصدقتها، بالرغم من معرفتي بأنها تكذب
 لكي ترى فيّ شاباً فتياً
 لا ثقة له بحيل العالم
 بحيث أظن أنها تراني شاباً
 أما مدى حسن إدراكها لما خلفته ورائي
 فيظهر من فلتات لسانها
 وهكذا تعاني الحقيقة المراوغة كلا الجانبين
 لماذا تخفي إذاً أنها تكذب؟
 ولم لا أقول أنني لم أعد شاباً؟
 إن أجمل شيء في الحب هو الثقة الخادعة
 والحب لا يعرف عدد السنين
 لهذا أكذب عليها وتكذب عليّ أيضاً
 وبالكذب ندهن خطانا

هناك طبعاً أسوأ من عدم مصارحة الشريك بالعمر الحقيقي. لكن «الثقة الخادعة» التي يقول عنها شكسبير إنها «أجمل شيء في الحب»

يمكن أيضاً أن تكون الخيار الأفضل من الحقيقة المطلقة، عندما يتعلق الأمر بقضايا أكثر جدية.

من كان قادراً على الثقة بالآخر لدرجة لا يطلب فيها معرفة كل شيء عنه، لن يهتز من أعماقه عندما يكتشف سراً من أسرار هذا الآخر. فإن كانت لديه منذ البداية «ثقة خادعة» ربما وفرت له هذه الثقة مجالاً حراً لينظر منه بعيون أخرى إلى سر مؤلم له وصعب (كخيانة زوجية مثلاً) بعد الصدمة الأولى. إنه لن يشعر بأنه خُدع وأصيب في كرامته كما يشعر شخص آخر يرى في الحقيقة المطلقة شرطاً لا بد منه في العلاقة. ومن ينطلق أساساً من فكرة أنه لن يعرف الآخر على حقيقته أبداً، فإنه ربما يواجه الأسرار التي أميط اللثام عنها بصورة أكثر هدوءاً وصبراً. وهذا بدوره يمكن أن يساعد على ألا يجعل من سر الشريك مسماراً في نعش علاقتهما.

لكن من الطبيعي أن تكون هناك حدود يجب على حامل السر أن يتوقف عندها. فالاستعداد لوضع الثقة بالآخر، حتى لو أنه لا يعلم كل شيء عنه، لا يمكن تبريره عندما يعلم كل المشاركين بالسر بأن الحياة السرية لن تتجلى.

يجب على من يكتُم سراً أن يتعامل معه بوعي للمسؤولية وأخلاقية (حتى ولو لم يكن ذلك بالمفهوم التقليدي للأخلاق). فالأمر الذي أطلقه الفيلسوف «كانت»: «ليكن تصرفك فقط حسب المبدأ الذي يمكن في الوقت نفسه أن ترغب عبه أن يكون قانوناً عاماً» أو لنقل ذلك على نحو أبسط: «لا تتصرف مع الآخرين إلا كما تحب أن يتصرفوا معك». يجب أن يكون مبدأ لحملة الأسرار أيضاً. فمن يطالب لنفسه بحق أن تكون له

أسراره عليه أيضاً، وعلى نحو بديهي، أن يقر للأخرين بهذا الحق. وعليه أن يحترم حق الآخر بالتحكم بمصيره وإخفاء الأمور التي لها أهمية حيوية على نمط الحياة التي اختارها، إلى الأبد.

ومن يصر على البقاء مؤيداً بشكل عنيف للصدق، رغم جميع الحجج التي سقناها لصالح الأسرار «الجيدة»، عليه أن يضع دائماً نصب عينيه بأن موضوع الصدق ليس بالأمر السهل. وكما مر معنا في فصل «هل عليك ألا تكذب - أو أن تكذب؟» يمكن للحقيقة أحياناً أن تكون أشد إيلاماً من الكذب.

ما هي الحقيقة إذًا؟ «الحقيقة هي... عملية تطور» كما تقول عالمة النفس «هاريت ليرنر»: «الحقائق لا تقال، بل تنشأ مع مرور الزمن وتتنوع. تشبه الاستقامة سباق المسافات الطويلة، تتطلب الكثير من القدرة على التحمل». ولا يقتصر الأمر على ذلك فقط. فمن يريد أن يكون مستقيماً يجب أن يطور «حكمة وحذساً» ليعلم متى يُستخدم الصدق ومتى يُفضل الصمت. من هذه النظرة يمكن أن تكون هناك حقائق بين الناس (ودون ذلك لا وجود للحقيقة) وفي الوقت نفسه أيضاً أسرار. ومن الأسرار يمكنهم أيضاً أن يخلقوا حقائق جديدة.

لقد كانت «أدرينه ريش»، وهي مدافعة أصلاً عن الحقيقة، من الذكاء بحيث اعترفت للسر بمكان في عملية الحقيقة عندما تقول: «أثق بأنك ستقول لي أشياء تهمني معرفتها، وأنتك لن تخفي عني حقائق لتوفر عليّ، بل حتى عليك، آلاماً، أو أنك ستقول على الأقل: «هناك أشياء لن أقولها لك».

obeikan.com

المراجع

- Ernst Aranus: *Lieben ohne Reue. Lust und Leid der Liebe*. Schmitz, München 1959
- Julian Barnes: *Der Zitronentisch*. Kiepenheuer & Witsch, Köln 2005
- Sissela Bok: *Secrets. On the Ethics of Concealment and Revelation*. Pantheon Books, New York 1982
- John Bradshaw: *Familiengeheimnisse*. Mosaik Verlag, München 1999
- Jeremy Campbell: *Die Lust an der Lüge. Eine Geschichte der Unwahrheit*. Bas-tei Lübbe, Bergisch Gladbach 2003
- Ulrich Clement: *Systemische Sexualtherapie*. Klett-Cotta, Stuttgart 2004
- Bella DePaulo u.a.: »Truth and Investment. Lies Are Told to Those Who Care«. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, Bd. 71/4, 1996
- Bella DePaulo u.a.: »Lying in Everyday Life«. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, Bd. 70/5, 1996
- Bella DePaulo u.a.: »Everyday Lies in Close and Casual Relationships«. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, Bd. 74/1, 1998
- Simone Dietz: *Die Kunst des Lügens. Eine sprachliche Fähigkeit und ihr moralischer Wert*. Rowohlt, Reinbek 2003
- Fjodor M. Dostojewski: *Aufzeichnungen aus dem Untergrund*. Piper, München 1977/1980
- Rainer Erlinger: *Gewissensfragen*. Süddeutsche Zeitung Edition, München 2005
- Klaus Fiedler, Jeannette Schmid: »Wahrheitsattribution: Ein neuer theoretischer und methodischer Ansatz zur Lügenforschung«. In: Albert Spitznagel, a.a.O.
- Herbert Fingarette: *Self-Deception*. University of California Press, London 2000
- Craig A. Foster, W. Keith Campbell: »The Adversity of Secret Relationships«. In: *Personal Relationships*, 12/2005

- Harry G. Frankfurt: *Über die Wahrheit*. Hanser, München 2006
- Erving Goffman: *Wir alle spielen Theater*. Piper, München 2001
- Colin Goldner: »Meiser, Fliege und Co: Ersatztherapeuten ohne Ethik«. In: *Psychologie Heute*, 6/1996
- Daniel Goleman: *Lebenslügen und einfache Wahrheiten. Warum wir uns selbst täuschen*. Beltz, Weinheim 1987
- Robert Hettlage (Hg.): *Verleugnen, vertuschen, verdrehen. Leben in der Lügengesellschaft*. UVK Verlagsgesellschaft, Konstanz 2003
- Evan Imber-Black (Hg.): *Geheimnisse und Tabus in Familie und Familientherapie*. Lambertus, Freiburg 1995
- Evan Imber-Black: *Die Macht des Schweigens*. Klett Cotta, Stuttgart 1999
- Peter Kaiser: »Familiengeheimnisse«. In: Albert Spitznagel, a.a.O.
- Immanuel Kant: »Über ein vermeintliches Recht aus Menschenliebe zu lügen«. In: *Werke in 6 Bänden*, Studienausgabe (Hg. Wilhelm Weischedel), Bd. 4 (3. Auflage). Darmstadt 1970
- Deborah A. Kashy, Bella M. De Paulo: »Who Lies?«. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, Bd. 70/5, 1996
- Anita E. Kelly: *The Psychology of Secrets*. Kluwer Academic/Plenu Publishers, New York 2002
- Anita E. Kelly, Jonathan J. Yip: »Is Keeping a Secret or Being a Secretive Person Linked to Psychological Symptoms?«. In: *Journal of Personality*, 10/2006
- Christiane Kraft Alsop: »Objekt-Geheimnisse in Paarbeziehungen«. In: Albert Spitznagel, a.a.O.
- Julie D. Lane, Daniel M. Wegner: »The Cognitive Consequences of Secrecy«. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, Bd. 69/2, 1995
- Annette Lawson: *Adultery. An Analysis of Love and Betrayal*. Basic Books, New York 1988
- Kurt Lenz: »Täuschungen in Zweierbeziehungen. Zur Normalität einer sozialen Praxis«. In: Robert Hettlage, a.a.O.
- Harriet G. Lerner: *Was Frauen verschweigen*. Fischer TB, Frankfurt a. M. 1996
- Kurt Lewin: *Die Lösung sozialer Konflikte*. Christian Verlag, Bad Nauheim 1953
- Michael Lewis, Carolyn Saarni: *Lying and Deception in Everyday Life*. The Guilford Press, New York 1993
- Catharina Lohmann: *Frauen lügen anders*. Fischer TB, Frankfurt a. M. 2000
- Niklas Luhmann, Peter Fuchs: *Reden und Schweigen*. Suhrkamp TB, Frankfurt a. M. 1989
- Bernard Mac Laverly: *Geheimnisse und andere Erzählungen*. Diogenes, Zürich 1990

- Ludwig Marcuse: *Das Märchen von der Sicherheit oder Die unverschämte Vernunft*. Diogenes, Zürich 1981
- Maurice T. Maschino: »Die Lüge ist eine Form der Liebe«. In: *Psychologie Heute*, 2/1997
- Pascal Mercier: *Nachtzug nach Lissabon*. BTB, München 2006
- Sandra Metts: »An Exploratory Investigation of Deception in Close Relationships«. In: *Journal of Social and Personal Relationships*, 6/1989
- Robert W. Mitchell, Nicholas S. Thompson: *Deception. Perspectives on Human and Nonhuman Deceit*. State University of New York Press, Albany 1986
- Paul J. Möbius: *Über den physiologischen Schwachsinn des Weibes*. Bechtermünz Verlag, München 2001
- Michel de Montaigne: *Essais*. Erste moderne Gesamtübersetzung von Hans Stilett. Eichborn Verlag, Frankfurt a. M. 1998
- Margriet de Moor: *Erst grau dann weiß dann blau*. DTV, München 2001
- Patricia Neal: *As I Am*, New York 1988, zit. nach David Nyberg, a.a.O.
- Susan Nolen-Hoeksema: *Warum Frauen zu viel denken. Wege aus der Grübel-falle*. Eichborn, Frankfurt a. M. 2004
- Ursula Nuber: »Kindheit ohne Kinderspiele«. In: *Psychologie Heute*, 6/2006
- Ursula Nuber: *Depression. Die verkannte Krankheit*. DTV, München 2006
- Ursula Nuber: *Was Paare wissen müssen. 10 Grundregeln für das Leben zu zweit*. Krüger, Frankfurt a. M. 2005
- Ursula Nuber: *Die neue Leichtigkeit des Seins. Wege aus dem Alltagsblues*. Fischer TB, Frankfurt a. M. 2005
- David Nyberg: *Lob der Halbwahrheit. Warum wir so manches verschweigen*. Junius, Hamburg 1994
- George Orwell: 1984. Ullstein, Berlin 2004
- Susan Page: *Jetzt mache ich uns glücklich*. Fischer, Frankfurt a. M. 2000
- James Pennebaker: *Opening Up. The Healing Power of Confiding in Others*. New York 1990
- Adrienne Rich: *Um die Freiheit schreiben: Beiträge zur Frauenbewegung*. Suhrkamp, Frankfurt a. M. 1990
- Gisela Runte: »Nimm zwei!«. In: *Psychologie Heute*, 6/2003
- Gail Saltz: *Anatomy of a Secret Live*. Morgan Road Books, New York 2006
- Jeannette Schmid: *Lügen im Alltag – Zustandekommen und Bewertung kommunikativer Täuschungen*. LIT-Verlag, Münster, Hamburg, London 2000
- Wolfgang Schmidbauer: *Die heimliche Liebe*. Rowohlt, Reinbek 1999
- Arthur Schopenhauer: *Preisschrift über die Grundlage der Moral*. Sämtliche Werke, Band III, Suhrkamp TB, Frankfurt a. M. 1986

- Arthur Schopenhauer: *Parerga und Paralipomena* (1). Sämtliche Werke, Band IV, Suhrkamp TB, Frankfurt a. M. 1986
- Rudolf Schröck u. a.: *Das Doppelleben des Charles A. Lindbergh*. Heyne, München 2005
- Martin E.P. Seligman: *Erlernte Hilflosigkeit*. Beltz TB, Weinheim 2000
- Georg Simmel: *Soziologie. Untersuchungen über die Formen der Vergesellschaftung*. Duncker & Humblot, Leipzig 1908
- Adam Soboczynski: *Versuch über Kleist*. Matthes & Seitz, Berlin 2007
- Volker Sommer: *Lob der Lüge. Täuschung und Selbstbetrug bei Tier und Mensch*. Beck, München 1992
- Albert Spitznagel (Hg.): *Geheimnis und Geheimhaltung*. Hogrefe, Göttingen 1998
- Albert Spitznagel, Karin Miess: »Einstellungen zur Geheimhaltung von Geheimnissen: Zur Konstruktion und Validierung eines neuen Konstrukts«. In: Albert Spitznagel, a.a.O.
- Reinhard Tausch: »Jemanden zum Reden haben«. In: *Psychologie Heute*, 1/1998
- Shelley E. Taylor: *Mit Zuversicht. Warum positive Illusionen für uns so wichtig sind*. Rowohlt TB, Reinbek 1995
- Serge Tisseron: *Die verbotene Tür. Familiengeheimnisse und wie man mit ihnen umgeht*. Kunstmann, München 1998
- Sherry Turkle: *Die Wunschmaschine. Der Computer als zweites Ich*. Rowohlt, Reinbek 1986
- Renate Valtin, Alan Watson, Elisabeth Flitner: »Was ich nur meinem Freund, nicht meiner Mutter erzähle« – Zur Entwicklung und Bedeutung des Geheimnisses bei Kindern«. In: Albert Spitznagel, a.a.O.
- Judith Viorst, zit. nach: Annette Lawson: *Adultery*. Basic Books, New York 1988 (Übersetzung: Ursula Nuber)
- Daniel M. Wegner, Julie D.Lane, Sara Dimitri: »The Allure of Secret Relationships«. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, Bd. 66/2, 1994
- Daniel M. Wegner, Daniel B. Gold: »Fanning Old Flames: Emotional and Cognitive Effects of Suppressing Thoughts of a Past Relationship«. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, Bd. 68/5, 1995
- Otto Weininger: *Geschlecht und Charakter*. Matthes & Seitz, München 1980
- Rosmarie Welter-Enderlin: *Deine Liebe ist nicht meine Liebe*. Herder, Freiburg 2000
- Lucy Fontaine Werth, Jenny Flaherty: »A Phenomenological Approach to Human Deception«. In: Robert W. Mitchell, Nicholas S. Thomson, a.a.O.
- Tom Wolfe: *Fegefeuer der Eitelkeiten*. Kindler, München 1988

- Robert L. Wolk, Arthur Henley: *The Right to Lie. A Psychological Guide to the Uses of Deceit in Everyday Life*. Peter H. Wyden Publisher, New York 1970
- Stefan Zweig: *Brennendes Geheimnis*. Fischer TB, Frankfurt a. M. 1988
- Virginia Woolf: *Ein Zimmer für sich allein*. Fischer TB, Frankfurt a. M. 2001

Obelikan.com