



# الحب والكراهة والحسد والغيرة التحليل النفسي للانفعالات



ترجمة

د. سامر جميل رضوان

أستاذ في علم النفس الإكلينيكي



منه يبدأ التعليم من هنا

الحب والكراهة والحسد والغيرة  
التحليل النفسي للانفعالات

هذه ترجمة عربية مصرح بها لكتاب

**Liebe, Hass, Neid, Eifersucht: Eine  
Psychoanalyse der Leidenschaften**

*By*

**Peter Coter**



# الحب والكراهة والحسد والغيرة

## التحليل النفسي للانفعالات

تأليف

Peter Coter

ترجمة

د. سامر جميل رضوان

أستاذ في علم النفس الإكلينيكي

الناشر

دار الكتاب الجامعي

غزة - فلسطين

٢٠١٠

## الحقوق جميعها محفوظة للناشر

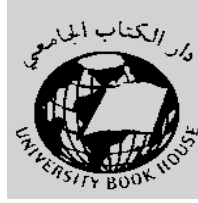
حقوق الملكية الأدبية والفنية جميعها محفوظة لدار الكتاب الجامعي  
غزة - فلسطين. ويحظر طبع أو تصوير أو ترجمة أو إعادة تنضيد  
الكتاب كاملاً أو مجزأً أو تسجيله على أشرطة تسجيل أو إدخاله على  
الكمبيوتر أو برمجته على أسطوانات ضوئية إلا بموافقة الناشر خطياً.

Copyright ©

All rights reserved

الطبعة الأولى

1430هـ - 2010م



الموزع الوحيد

دار الكتاب الجامعي

عضو اتحاد الناشرين العرب

عضو المجلس العربي للموهوبين والمتفوقين

العين - الإمارات العربية المتحدة

ص.ب. ١٦٩٨٣

هاتف 00971-3-7554845

فاكس 00971-3-7542102

E-mail:bookhous@emirates.net.ae

جمع وتنفيذ وإخراج: كمبيوترايتز Compu\_Writer لخدمات دور النشر «عادل ندا» القاهرة

(002-0100390516) ☎

## المحتويات

الموضوع	الصفحة
مقدمة المترجم	.....
مدخل	.....
مجتمع بلا مشاعر	.....
توضيح مفهوم الدافع والمشاعر والانفعالات والعواطف والرغبة	.....
الانفعال والأخلاق والمنطق	.....
الحب والشهوة - فرص بناء حياة مفعمة	.....
ما الذي يقوله علم النفس الحديث حول الحب؟	.....
ما الذي يقوله التحليل النفسي حول الحب؟	.....
العشق	.....
ما الذي ينبغي مواجهته كي يثمر الحب ولا يصبح مرعباً	.....
اضطرابات الحب	.....
الجنسية والحب	.....
<b>الضيق والحقد والغضب والغیظ - انفعالات هدامة</b>	.....
الضيق	.....
الحقد	.....
الغضب والعدائية والعنف	.....
الحقنق	.....
الكره العارم، والثأر الوحشي - حياة فاشلة	.....
الكره بين الأجيال	.....

.....الكره بين الرجل والمرأة  
.....الثأر

.....طرق ضد العنف، وكره الغرباء والعدوانية تجاه الآخر  
.....الحسد والغيرة —طريقان نحو التعاسة  
.....الحسد  
.....الغيرة  
.....الشهوة والفضول  
.....الجشع (الطمع)، البخل، الطموح نحو السلطة والاعتراف  
.....أمل بمشاعر جديدة

## مقدمة المترجم

يؤثر عالم الانفعالات والمشاعر، الإيجابية منها والسلبية، على حياتنا النفسية، الشعورية بدرجة كبيرة، وبشكل أكبر على حياتنا اللاشعورية بصورة يصعب تصورها بالنسبة للإنسان العادي. وقد شغلت المشاعر أو الانفعالات أو الهيجانات العلماء والفلاسفة والحكماء منذ القديم وما زالت حتى اليوم تشكل موضوعاً يسعى الباحثون المتخصصون لفهمها وفك رموزها وتحليل وظائفها. فهي تمثل المفاتيح التي يمكن من خلالها فهم شخصيتنا في حالات استوائها واضطرابها، واستجاباتنا ورغباتنا وتفضيلاتنا وتعاملاتنا وميولنا وكرهنا وحبنا ونفورنا وغيرتنا وحسدنا وحققدنا... الخ.

وكلما ابتعد الإنسان عن الفطرة الطبيعية في سلوكه، ازدادت المشاعر تعقيداً، وأصبح فهمه لما يدور بداخله من انفعالات ومشاعر أشد غموضاً وصعوبة، مما قاد ويقود إلى الأمية الانفعالية (التكتم Alexithymia) لدى طائفة ليست بالقليلة من البشر والتي تعبر عن نفسها في طائفة من الأمراض والاضطرابات النفسية والنفسية الجسدية، أو ينعكس في سلوك البشر وتعاملهم مع بعضهم بطريقة غير مفهومة، حتى بالنسبة للشخص نفسه.

لقد زاد التصنيع والأتمتة وعالم الوسائط المتعددة من تسطيح المشاعر أكثر فأكثر، فأصبح الإنسان في غربة انفعالية مطردة، من جهة، ومن جهة أخرى أصبح عالم التربية والتنشئة الاجتماعية عالم خال من المشاعر، يتعامل فيها الأهل مع أولادهم كمشاريع لإثبات صلاحيتهم هم في الحياة وقدراتهم على قولبة أولادهم بالشكل الذي يريدون لهم أن يكونوا، يسيرون وفق برنامج محدد لهم، لا يتم الاعتراف بصلاحيتهم إلا من خلال إنجازهم المدرسي، وبمقدار الدرجات التي يحصلوا عليها، أو بمقدار ما يحققونه من إنجازات مادية ملموسة، ويرافقهم هذا



في جميع مراحل حياتهم ليرهقهم ويدمرهم ويهدد قدرتهم على بناء علاقات إنسانية سليمة. وعلاقة الأزواج ليست أفضل حالاً.

ويسهم القمع الاجتماعي والاستبداد السياسي بدوره في تغريبنا عن مشاعرنا وانفعالاتنا، وما العنف والتطرف السياسي والديني والتفكك الأسري والعنف ضد الأطفال والغبن الجنسي لهم وازدياد نسب الطلاق... الخ، إلا إحدى الجوانب التي نلاحظها.

إننا بحاجة لإعادة التربية الانفعالية، وهي مسألة صعبة، إلا أنها ممكنة. وأول الخطوات هي الاعتراف بمشاعرنا، وإدراكها وتقبلها ومحاولة فهم وظيفتها، ولغتها ورموزها. الانفعالات ليست سلبية أو إيجابية بالمطلق، بل لها وظائف، يمكن أن تكون بهذا أو ذاك الاتجاه، ومن ثم حتى تلك التي نعتبرها سلبية قد تكون مصدراً خلاقاً وحافزاً. وما علينا إلا أن نفهمها ونعرف كيف نتعامل معها، عندئذ يسترد الإنسان إنسانيته وتتفتح طاقاته وإبداعاته ويصبح العالم الذي نعيش فيه عالم الإنسان، وليس عالم البنيان.

والله الموفق..

**أ. د. سامر جميل رضوان**

## مدخل

قد نصعق إذا ما تبين لنا في أي عالم خالي من المشاعر والانفعالات نعيش، تسيطر عليه التقنية وضغط الازدهار الاقتصادي، ومع ذلك توجهنا مشاعر لاشعورية عنيفة، حتى وإن كانت مكبوتة. لهذا فإنه من المفيد الاهتمام بهذا الأمر.

الموضوع يدور هنا حول الانفعالات والمشاعر والوجدان، حول العلاقة المعقدة بين الانفعالات والأخلاق والمنطق، حول الحب والشهوة وحول الحب بوصفه جدل انفعالي، حول الكره والحقد والغضب والغضب والانتقام والحسد والغيرة بمقدار ما ترتبط أفكارنا بالطمع والجشع والسيطرة والجاه، والأمل بانفعالات جديدة.

وحول كل موضوع من هذه المواضيع سوف أعط لمحة عامة حول ما يمكن للعلوم المتفرقة أن تسهم به. وسوف أستند هنا إلى علم النفس والتحليل النفسي والفلسفة. وأكرر هنا ما هو معروف، وأقدم أيضاً ما هو جديد. وسأقدم ذلك على شكل رسائل مختصرة. ولا أسترشد هنا باللامنطقية وإنما سأظل واقفاً على أرضية العلم حتى وإن انزلت هنا وهناك، وبالتحديد عند التطرق للانفعالات الإنسانية إلى حدود العلمية؛ ألم يقل بلايس باسكال Blaise Pascal: «القلب» - وبدلاً من «القلب» يمكننا أيضاً أن نقول «الانفعالات» - «هل يملك المنطق، ما لا يعرفه العقل» باسكال يهتم بالعلاقة بالرب. وأنا بوصفي محلاً نفسياً تهمني العلاقة بذواتنا نحن وبأناسنا. وهذه العلاقات هي دائماً علاقات انفعالية، علاقات مشاعر. ويمكن التغلب على الاضطرابات في حياتنا الانفعالية، والتحرر من الانفعالات المكبوتة وأن نعيش من جديد الانفعالات الكامنة على شكل إعادة إضفاء الصفة الانفعالية Reemotionalization. وحيث لا توجد انفعالات يمكن بناؤها من خلال إضفاء الصفة الانفعالية الأولية Primary Emotionalization، أي خلقها وتأسيسها من منبعها، من دوافعها. عندئذ تصبح الانفعالات قوى تهبننا التوتر

الشافى الذى يعطينا إجابات عن أسئلة إنسانيتنا وتقيم علاقات بين الناس.  
الموضوع هو حول تعلم واكتشاف واختراع لغة مشاعرنا وانفعالاتنا التى لم  
يعلمنا إياها أى إنسان.

## مجتمع بلا مشاعر

عالمنا المعاصر عالم معقد، فالحالة السياسية أصبحت صعبة ومعقدة إلى درجة كبيرة، والأوضاع الاقتصادية للناس تزداد سوءاً؛ فالملايين لا تجد عملاً وتتجه الإنتاجية في الدول الصناعية نحو التركيز المتزايد على الإنجاز، في حين تسير موارد الطاقة نحو النفاذ ويتداعى النظام التربوي. والضمان الصحي في حالة مزرية من خلال ارتفاع تكاليف الرعاية الصحية، والانفجار السكاني. ويلهث السياسيون وعلماء الاقتصاد وراء إيجاد حلول باستخدام إداريين وموظفين ومستشارين. ويتم تأهيل لجان إدارة أزمات. وأصبح استخدام أجهزة ضخمة لمعالجة البيانات ضرورياً من أجل الفهم الأفضل للعمليات الاجتماعية والسياسية والاقتصادية وتحقيق السيطرة عليها. والنتيجة هي التكنوقراطية Technocracy، أي سيطرة التقنيات في جميع مظاهر الحياة.

وفي هذا العالم التكنوقراطي لم يعد للإنسان مكان، فقد حلت مكانه الأجهزة. فإذا ما كانت له حاجة كإنسان فعليه عندئذ العمل كآلة أو كمبيوتر. ولا أحد يهتم فيما إذا كان يمتلك مشاعر ورغبات. فالمشاعر أصبحت نوعاً من الغباء، والانفعالات أصبحت في غير زمانها anachronism. وحتى في أوقات الفراغ تسيطر التقنية التي تريد إخضاع الرغبات الإنسانية لسيطرتها.

وينعكس الوضع الاجتماعي في الأدب الرائج: فالكتب المتعلقة بالمسائل الاجتماعية السياسية من أكثر الكتب مبيعاً، وكتب الرحلات أصبحت لا تحصى والقصص القصيرة والسهلة هي الشكل الأدبي الشائع. فإذا ما كانت تتناول هذه الأدبيات المشاعر فهي عندئذ من النوع المخيب للآمال disillusion. ويتم واستهلاكها بطريقة مضللة ورميها بعدئذ. لقد نسينا أن الإنسان يمكنه أن يعيش بشكل آخر: مهزوزاً بالانفعالات غارقاً في كره متبادل يلاحق الإنسان سنوات طويلة، متأثراً بحب جارف معذباً بالغيرة، مصفراً من الحسد أعمى من الغضب،

في حماس عارم، وثأر لا يرحم.

لم تسيطر التكنولوجيا على العلوم الهندسية والطبيعية والطب فحسب بل حتى العلوم الإنسانية: فعلم النفس، أي علم الروح ابتعد كثيراً عن المشاعر والانفعالات، وبدلاً من ذلك تسيطر التجارب المضبوطة العلمية الطبيعية والإحصائيات والقانونيات الرياضية. وحتى التحليل النفسي لم يظل بعيداً عن هذا التطور. فلم يعد المشهد التحليلي السائد هو التحليل طويل الأمد بأربع أو خمس ساعات في الأسبوع وإنما أصبح اهتمامه يتمحور حول الأشكال المتنوعة في العلاج التحليلي في المجموعة والمستشفيات والعمل الاجتماعي والسياسة والترفيه. وأصبحت نظريته تبدو شديدة التجريد وبعيدة عن نبض الحياة من دون الاستناد للمشاعر والانفعالات. كردة فعل على ذلك نشأ ما يسمى بالعلاجات الجديدة من نحو «العلاج الأولي» الذي يتم فيه شحذ الألم المكبوت و «العلاج النفسي المتمركز حول المتعالج» الذي يحاول الإنسان فيه إيجاد المشاعر وتسميتها. ونشأت طوائف جديدة ومجموعات سرية.

نكاد لم نعد قادرين على التعبير العفوي عن المشاعر. فعملنا اليومي معير على الثانية، ونحن ننجز أعمالنا اليومية «على الساعة». جميعنا خاضع لسلطة الاغتراب عن النشاط الذي نقوم به، لا نتمتع بأي مساحة من الحرية. وحتى أوقات الفراغ تكون مبرمجة بدقة، ويكاد لا يظل لنا وقت من أجل أن نعيش خبرات مريحة ولقاءات انفعالية.

فهل نستغرب عندئذ عندما تتحول شخصية الإنسان إلى «درع مصفح» من الطبع، محصورة من الداخل بالقهر نفسه المسيطر على الإنسان من الخارج، عندما يقمع نفسه بنفسه باعتباره «طبع سلطوي» مقيداً نفسه بالسلطة، خاضعاً هو نفسه للقمع من الآخرين وقامع في الوقت نفسه للآخرين، يتصرف بتقتير ونظام ودقة بدلاً من أن يتمكن من العيش بحرية وبشكل فوضوي وغير مرتبط؟!

مثل هؤلاء الناس لا يمتلكون مدخلاً لحياة مشاعرهم. إنهم بلا مشاعر ولا

انفعالات. إنهم يقررون بشكل عقلائي ويفكرون بطريقة ذرائعية ويعملون ظاهرياً كالساعة. إنهم يحققون ما يريده المجتمع منهم: بشر بلا مشاعر في عالم بلا إحساس.

وما وصفه الطب النفسي في السابق تحت تسمية الشخصية السيكوباثية الخالية من المشاعر والانفعالات أصبح اليوم نمطاً منتشرًا يمكن تسميته «بدمية الحضارة المتحركة Civilization marionette»، إنه إنسان يكاد يكون غير قادر على الحب. إنه غير قادر على إقامة ارتباط طويل الأمد ودائم. ينهون العلاقة بقلب بارد. ومشاعر الولاء أو الإخلاص أو الشكر أو الذنب أو الحزن غريبة عنهم، إنهم يبدون باردين وبلا قلب.

عالمنا اليوم هو عالم بلا مشاعر، عالم بلا أحاسيس، عالم مريض تتجلى أعراض مرضه بالتعلق بالعقاقير والكحول في كل الطبقات. يضاف إلى ذلك ارتفاع نسبة الإجرام والعنف الموجه ضد الأقليات ناهيك عن العدد اللانهائي للاضطرابات النفسية كالاضطرابات العصبية والذهانات والأمراض النفسية الجسدية التي يتزايد عددها باستمرار.

والأشخاص الذين يعانون من أمراض نفسية جسدية كالقرحة المعدية وضغط الدم والربو الشعبي يعانون من «التكتم Alexithymia» أو الأمية الانفعالية. ويتكون هذا المصطلح من شقين Alexis وتعني النقص وThymos وتعني المشاعر. فهؤلاء الأشخاص لا يجدون الكلمات لوصف مشاعرهم فحسب، وإنما لا يستطيعون إدراك مشاعرهم على الإطلاق. فخبرة مشاعرهم الجسدية مضطربة وبالتالي إنسانيتهم كلها. إنهم يكادوا ألا يكونوا قادرين على الإحساس، إنهم يعانون من فقر المشاعر، من فراغ المشاعر. وهذا يعني أيضاً إنهم فقراء في العلاقات وخاليي العلاقات. ومن ثم فإن العلاقة بالآخرين هي علاقة مضطربة مثلما هي علاقتهم بجسدهم الخاص. وهنا ليس بالضرورة لهؤلاء الناس أن يكونوا لوحدهم. إنهم يعملون ويعيشون ويتقاسمون حياتهم مع الآخرين، يأكلون وينامون مع الآخرين، إلا أنهم لا يشعرون في كل هذا بشيء.

ولا يثير العجب أن نلاحظ أن ظاهرة «الناس بلا مشاعر» قد أصبحت مشكلة حتى في الطب، وبشكل خاص في الطب النفسي الجسدي. ونتحدث اليوم عن متلازمة «بينوكيو»<sup>(١)</sup> Pinocchio Syndrome «استعارة من قصة جان فودرين Jean Foudrain بعنوان هامبلمان Hampelmann بروح من الخشب». فقد طرح مؤلف الكتاب السؤال «من هو من خشب؟»، ويظهر من دون شك أن الطبيب نفسه وليس المريض. وعلينا أن نعطيه الحق إلى حد ما. فقد أشرنا إلى أنه من خلال القهر المرتبط بالتقنية قد طال حتى الطب. فلم يعد الطبيب يمتلك الوقت الكافي لإجراء جلسة مشحونة بالثقة. فحتى «الأمية الانفعالية» طالت الطب أيضاً.

ولا يثير العجب أن بنية شخصياتنا جميعاً تشبه ما وصفته قبل قليل بأنه ميمز للمرضى بأمراض نفسية جسدية. وبالطبع تختلف درجات الاضطراب من الناحية الكمية، إلا أنه لا بد من أن يكون واضحاً لنا وهذا ما أقوله هنا بوضوح بأننا جميعنا مضطربون كثيراً أو قليلاً.

فالعصابيون والناس المرضى بأمراض نفسية جسدية وذهانية هم مجرد متغيرات متطرفة لظاهرة عامة. فحتى لو لم يعاني أحدنا مثلما يعاني المريض العصابي أو النفسي الجسدي من أعراض محددة فهذا يرجع إلى أننا تحت الكبت الجماعي لعالم بلا مشاعر لا نشعر على الإطلاق بما ينقصنا بالفعل. لقد أشار سيجموند فرويد في مقاله بعنوان «عسر الحضارة في عام ١٩٢٧» وحتى قبل ذلك في مقولة صغيرة قليلة الإثارة للانتباه ترجع للعام ١٩٠٨ حول «الأخلاق الجنسية الثقافية والعصبية الحديثة» إلى العدوانية الدافعية للمجتمع المسيطر. وتعني عدوانية الدافع بشكل خاص تبخيس المشاعر، وبشكل خاص عندما يتعلق الأمر

---

(١) قصة مشهورة تدور حول رجل عجوز يعمل صانع دمى .. وفي يوم من الأيام صنع لعبة اسماها «بينوكيو»... وفجأة بدأ بينوكيو يتحدث ويتحرك... لكنه لم يصبح ولداً حقيقياً بعد .. فهو مصنوع من الخشب. لذلك قرر أن يبحث عن ساحرة ( التي هي Blue Fairy ) تستطيع جعله انسان حقيقي .. وبعد رحلة طويلة مليئة بالمغامرات يجد «بينوكيو» الـ Fairy Blue .. فيتحول الى ولد حقيقي ...

بمشاعر مكثفة ومستمرة.

لقد فقدنا مشاعرنا وانفعالاتنا إلى مدى بعيد من دون أن ندرك هذا فقدان على أنه فقدان أو قصور أو نقص. وعلى الرغم من أننا ظاهرياً نتصرف وكأننا نعمل بشكل كامل «وكأننا بخير» فإن حياتنا راكدة جامدة ومشحونة بالفراغ والملل، نشعر فيها بالضيق والإزعاج.

والسبب هو التبخيس العام لكل ما يسمى بالانفعالات، أو بكلمات أخرى هو تقديس فقدان المشاعر والمنطق والتقنية. ولكننا ألا نخدع أنفسنا؟ : فنحن نعرف من التحليل النفسي للفرد أن المصدود لا يزول ولا يختفي. فاللاشعور يستمر بالتأثير. ونلاحظ ذلك في أعراض مجتمع «مريض» التي تتمثل في العقاقير والاستهلاك والعنف. ويمثل الأطفال واليافعون والشبان مؤشرات التوتر في المجتمع -من حيث المبدأ بطريقة مشابهة لأطفال الأسر المريضة- حيث يظهرون لنا من خلال سلوكهم بأن الاضطراب يكمن في مجتمعنا. والأمر بيدنا أن ندرك الإشارات من أجل فهم أي نوع من الاضطرابات هذا والبحث عن الأسباب. فإذا ما تساءلنا عن الأسباب واتبعنا المبادئ التاريخية التطورية للتحليل النفسي فإننا سوف نستنتج عندئذ بأن التأثيرات التربوية بشكل خاص هي التي جعلتنا نصبح ما نحن عليه اليوم.

إنها التربية بلا مشاعر، تربية بدون الإحساس بالأطفال، تربية على الرغم من أنها تتبع قواعد تربوية ويتم فيها التعليم بشكل منطقي، إلا أنه لا يتم فيها تعليم الأطفال التعامل مع مشاعرهم. إنها تربية «موضوعية» وليست «تربية اجتماعية» ناهيك عن أن تكون عن كونها «تربية انفعالية» أو «عاطفية». وهذا الإنسان من دون «تربية عاطفية» هو إنسان بدون انفعالات. والإنسان من دون «تربية اجتماعية» هو إنسان نرجسي، متمركز حول ذاته، أناني، يعيش مع الآخرين دون أية علاقة تربطهم به، يعيش في مجتمع يعمل أكثر مما يعيش.

وحتى التحليل النفسي ومن أجل أن نجاح العملية التحليلية عليه أن يقوم



«إعادة تقييم» قيمه الخاصة من أجل استخراج الكنوز الكامنة في المرضى. وهذه الكنوز لا تعبر عن نفسها بداية من خلال العمل الإبداعي الخلاق، وإنما من خلال الكره الأعمى أو الغضب البارد أو الحنق أو العنف الصافي أو الرقة الخجولة أو الوله الحامي. ولا بد من إدراك هذه المشاعر وتحملها وعندئذ يمكن توصيلها في جو متسم بالتقبل للمعاناة إلى التكامل

لقد آآن الألوان لاكتشاف الانفعالات كقيم إيجابية. فالإنسان ليس مجرد مخلوق بيولوجي بل هو مخلوق إنساني مدرك لذاته له إرادته وقادر على التصرف والفعل، قادر على الإحساس على الحب والكره. وهو يعيش من خلال ذلك كله. والمقولة الديكارتية المشهورة «أنا أفكر، إذاً أنا موجود»، لا بد من إكمالها «أنا أحس، فأنا موجود».. فالأمر يتعلق إذاً بإعادة اكتشاف وإعادة بناء الانفعالات كقيمة مقبولة تعطي لحياتنا المعنى

## توضيح مفهوم الدافع والمشاعر والانفعالات والعواطف والرغبة

نتعلم في المدارس القراءة والكتابة والحساب ونتعلم في المراحل المتقدمة الرياضيات والعلوم واللغات والدراسات الاجتماعية، ولكننا لا نتعلم ممارسة الحياة. تعليمنا يقوم على المعرفة بالدرجة الأولى، على التعرف القائم على المنطق، وليس القائم على الانفعال. وفي هذا الكتاب لن نهتم فقط بالتعلم المعرفي حول الحاجات وإنما سنهتم كذلك بالتعلم العاطفي، أي بالتعلم مع المشاعر، والذي يعد في نهاية المطاف تعلمًا اجتماعيًا.

و يتطلب ذلك الاستبصار في النمط الأساسي للسلوك النفسي، من أجل الحصول على مساعدة عملية لمواجهة مشكلات الوجود.

يترافق التفكير والكلام وبالطبع الكتابة والقراءة أيضاً دائماً بالانفعالات: فعندما تقرأ الآن هذا الكتاب فسوف تشعر بأنك معنياً بالموضوع المطروق هنا أو غير معني. ومن ثم فأنت مدفوع إما للتحمس أو للرفض.

**التحليل النفسي كما أوضحه فرويد في «دراسات في الهستيريا»** هو عبارة عن أسلوب يهدف إلى إيقاظ الذكريات بالماضي المهجور بشكل واضح، واستشارة الانفعالات المرافقة، إذ أن التذكر الخالي من الانفعالات لا تأثير له على الإطلاق. وقد فقد التحليل النفسي هذه الأهداف لمؤسس التحليل النفسي ليس فقط من خلال التأثير ذو الاتجاه العلم نفس طبيعي لما يسمى بعلم نفس الأنا، وإنما بنتيجة المساهمات العلم نفس اجتماعية «للنظريات النقدية». فتحول التحليل النفسي إلى علم نفس عقلاني للأنا rationalistically Ego-Psychology، إلى «نظرية تفاعلية» خالصة، تتم فيها المعالجة بشكل لغوي خالص فحسب.

**في هذا الكتاب أرغب أن ألحق بما قصر عنه التحليل النفسي، أن أبحث عن الانفعالات الضائعة وأجدها. ومن أجل هذا نحتاج في موضوع يتناول مشاعرنا الخاصة إلى تعاريف واضحة.**

الدوافع في التعريف الفرويدي التقليدي هي القوى المحركة إنها تتصاعد بشكل دوري أو على مراحل. الدوافع هي رغبة جامحة وتلح على الإشباع. ومن أجل تحقيق أهدافها فإن كل الوسائل متاحة لها. ومن المؤكد أن هذا التعريف المصاغ بصورة متطرفة ينطبق على الجوع والعطش؛ والنوم واليقظة. إلا أن التحليل النفسي يؤكد في نظريته الجنسية القاطعة على القوة الدافعة في السلوك والخبرة الجنسيين. الجنسية هي ذات طبيعة دافعية أو شهوانية ولكن كما سنرى عند الحديث عن الحب هي أكثر من مجرد ذلك وسنكتفي هنا بالإشارة إلى أن الدافع الجنسي يتكون من حافز أو رغبة وانفعال. والقاسم المشترك للرغبة والانفعال هو الاستثارة الجسدية التي تتصاعد من مصدر جسمي إلى توتر متزايد وتبحث عن الاسترخاء من خلال الفعل والاستجابة الدافعية.

**المشاعر هي خلجات روحية،** تحركنا وتهيجنا داخلياً. نحن نشعر بمشاعر الفرح عندما نلتقي بشخص نحبه. ونشعر بمشاعر الكره تجاه شخص يعترض طريقنا. ونترك أنفسنا تنساق وراء شعور - بشكل منفعل passive -، نترك أنفسنا له، نستسلم له. كما أننا نعبر عن مشاعرنا أيضاً - فاعلية active - الطيبة تجاه شخص ما. نشعر بالدفء، بمشاعر حارة تجاه شخص ما، بمشاعر الامتنان على سبيل المثال. إننا نضمّر مشاعر رقيقة تجاه شخص ما. وهذا الآخر يمكن أن يستجيب لمشاعرنا أو لا يستجيب. فإذا ما استجاب هذا لمشاعرنا فسيكون ذلك «قمة مشاعرنا». إلا أن المشاعر لا تلمس العلاقات بين الناس فحسب أو العلاقات البين إنسانية. فالإنسان يغني بمشاعره، ينجز عمله «حسب مشاعره»، ويتأمل شيئاً ما «بمشاعر مختلطة» ويقول «هذه مسألة إحساس». إننا نشعر بشعور معين عندما نتأمل صورة ما. فالعمل الفني يؤثر فينا كمثير خارجي وهذا يعني، طالما

نحن لسنا بلا مشاعر كلية: إنه مثير لحياتنا العاطفية. إنه لا يجعلنا باردين.

ويتحدث علم النفس عن الشعور بوصفه خبرة. فالمشاعر تقوم دائماً على موضوع: على الناس وعلى الحيوانات أو الطبيعية على سبيل المثال. وتتعلق بموقف اجتماعي محدد. ومن هنا فإن المشاعر هي ظاهرة اجتماعية. إنها تستند باستمرار على آخر، سواء بمعنى الاهتمام الإيجابي كما هو الحال بشعور الحب أم بمعنى الصد السلبي كما هو الحال في الكره. وفي حب الذات وكرهها تقوم أو تستند المشاعر على ذات الشخص.

كما وترتبط المشاعر بتصور ما، مع كم من التصورات، مع الخيالات أو الهوامات: فتصور الشخص المحبوب يستثير فينا مشاعر الحب، وتصور الشخص المكروه يستثير فينا مشاعر العدوانية والنفور. إن ما يدور فينا من مشاعر هو شيء مشتق، ثانوي. الأساسي أو الأولي هو التصورات الحية، أما الثانوي فهو الشعور الذي يغلف هذا التصور. وما يصعد في داخلنا كشعور ننظر إليه من منظور الأضداد الكبيرة: الرغبة والنفور. فالمشاعر المفرحة يقابلها المشاعر المحزنة.

وترتبط المشاعر بشكل وثيق مع ما نحن أنفسنا عليه. فكما يمتلك الإنسان وعياً بذاته، فإنه يمتلك أيضاً شعوراً بالذات، شعوراً عن الإنسان نفسه. ووعينا بذاتنا، وذلك حسب إدراكنا الراهن، مشبع بشعور معين، مصبوغ به. وهذا الشعور هو شعور ذاتي إلى مدى بعيد، إلا أنه يتعلق أيضاً بالمثير الموضوعي الذي يستثيره وبنوع هذا المثير. وعليه فإن المرأة نفسها قد تستثير لدى رجل مختلفين مشاعر نوعية خاصة عند كل واحد منهم. فأحدهم يغرق بحبها حتى الموت في حين يجدها الثاني مثيرة للنفور، ولا تستثير لدى ثالث أي مشاعر على الإطلاق. وتتحدد هذه المشاعر الناشئة من التصورات السائدة في هذه اللحظة. فإذا كانت هذه المشاعر مسيطرة فإننا نتحدث عن تصورات مصبوعة أو مشحونة بالمشاعر.

وحسب نظرية «المشاعر ثلاثية الأبعاد» لـ (فيلهلم فون دت) فإن التصورات المصبوغة بالمشاعر تتحدد من خلال الرغبة وعدم الرغبة أو الاستثارة والكف أو

التوتر والاسترخاء، «كمبدأ لا يمكن مقارنته» «كسببية نفسية بحد ذاتها».

**المشاعر هي «حالات الروح»**، التي تظهر على شكل «أقطاب». إنها عناصر روحية لا يمكن عزوها إلى شيء آخر حسب «نظرية العناصر»، بالإضافة إلى كونها تتحدد بصورة ثانوية من خلال المثيرات الداخلية والخارجية، التي تتعلق بالتصورات.

**الانفعالات Affects**<sup>(١)</sup> هي عبارة عن مجموعة من المشاعر التي تتميز بمجرى قصير زمنياً، وبقوة كبيرة وبحالة من الاستثارة الفيزيولوجية المرافقة. وعلى عكس المشاعر فإن الانفعالات هي دائماً تفاعلية (استجابية) Reactive. وأصل الكلمة Affect لا تيني، وهي مشتقة من الفعل «Af-FICIRE» ويعني بالحرف: القيام بشيء من أجل ذلك، شيء ما يضاف إلى ذلك. فالانفعالات هي «ردود أفعال استجابية حيوية»، حوادث صد يتم فيها التنفيس عن التوتر أو تفرغته. إنها «استجابات فجائية ذات شدة مرتفعة». على ماذا؟ على خبرات شديدة محددة أثناء المواجهة مع أشخاص آخرين: شخص ما ينكشف أو يتم تسويد وجهه، فيشعر بالضيق ويستجيب بغضب. أو شخص ما يتم خداعه من محبوه فيستجيب بنوبة غضب ضارية.

إننا نلاحظ أننا قد وصلنا بالقرب من التحفز، إذ أن الأمر يتعلق في الانفعالات بمشاعر معاشة بشكل مكثف، بهيجانات مشاعر عارمة مرتبطة بنوع من التقييد في السيطرة من خلال العقل والنقد والقدرة على الحكم أو التقدير. وليس من سبيل الصدفة أن نتحدث تقريباً عن «تصرفات انفعالية غير محسوبة» عندما يحتاجنا الغضب، ولا نعود نعرف ما الذي علينا فعله أو عندما نستسلم لتصرفات متهورة.

---

(١) الانفعالات أو الهيجانات أو الوجدان، حالة عاطفية، ونستخدم هنا الترجمة حسب السياق الأقرب للمعنى مع الخلط أحياناً بين الانفعال والعاطفة كتسميات (المترجم).

**الانفعالات هي** استجابات على مثيرات خارجية؛ لا تستمر بشكل عام لفترة طويلة، على شكل موجة، ويمكنها أن تسيطر على الإنسان إلى درجة يتقيد فيها وعيه لفترة عابرة على الأقل أو يغيب. وتلحق الضرر بالوظائف العقلية كالتفكير والتذكر والإدراك والتصرف. والانفعالات بوصفها خلجات مشاعر وانفجارات فهي لا تتيح المجال لأي تفكير متعقل هادئ.

والانفعالات مثلها مثل المشاعر تتجه دائماً نحو موضوع. فكل علاقة هي علاقة انفعالية، نتفاهم فيها بلغة الانفعالات، أي عبر التعبير عن الانفعالات كالبكاء أو الضحك؛ لغة قلما زلنا نفهمها اليوم، ولكننا نستطيع أن نتعلمها أو نعيد تعلمها. فإشاراتنا تتجلى من خلال توترات العضلات والإيماءات والتعبير ووضعية الجسد وذبذبات الصوت ووقعه وشدته ومن خلال عدد لا ينتهي من الإشارات اللفظية.

أما الولع فهو أيضاً انفعالات عارمة ومكثفة، ولكنه ليس قصير الأمد وإنما يستمر لفترة طويلة. يمكنه أن يمتد لأسابيع أو لأشهر أو حتى لسنوات طويلة ويملاً حياة الإنسان كلها. أما فيما يتعلق بتعريف الانفعالات والولع فإن تعريف إيمانويل كانط فيلسوف القرن الثامن عشر ما زال حتى اليوم صائباً حيث يقول «الانفعال هو مفاجئة، إنه متسرع، ينمو بسرعة إلى درجة يجعل من التفكير غير ممكن، إنه متهور». أما الولع فيأخذ وقته من أجل أن يتجذر بعمق، إنه أقوى، وقد يكون شديداً أيضاً من أجل تحقيق غرضه. والانفعالات تبدو كالماء الذي يحطم السد؛ أما الولع فهو كالإعصار الذي يحفر دائماً بعمق أكبر في مجراه.

إن تحول الشعور إلى ولع هو قفزة نوعية، يتصف بدرجة عالية من التأثير، المرتبط مع تراجع المشاعر الأخرى. والشعور الجارف يسيطر على الإنسان كلية- من الناحية الكمية-. إنه محمول برغبات أو تصورات محددة ويلح على الإشباع للرغبة. الولع يسيطر على الإنسان كلية وهو كالانفعال والمشاعر يقوم دائماً على موضوع: الكره الجارف ينصب على إنسان آخر. الولع دائماً عنيف، أي أنه

مشحون بالطاقة، ولا يكون أبداً ضعيفاً. الولع مثير دائماً ومستثير. إنه مستديم ولحوق، ومتمحور باستمرار حول هدفه، سواء تعلق الأمر باللعب أو الصيد الولهان أو جمع شيء ما أو الطيران الشراعي، أو مهما كان نوع الولع. وبالطبع فإننا نكون بهذا قد قدمنا نوع جديد من التعريف للولع، إذ أنه في الاستخدام المألوف للولع فإنه يعني باستمرار شيء سلبي، شيء يلم بنا بشكل سلبي. والكلمة «ولع» تتضمن شكل من المعاناة. وحتى في اللاتينية تعني كلمة "Passio" هوى أو معاناة أو شغف، «تألم، كابد». إلا أننا لا نترك أنفسنا بشكل سلبي للولع، بل أننا نتصرف بولع، إننا مولعون.

**المحركات الدافعية للولع هي ذات طبيعة جسدية.** ومن منظور هذه المصادر الجسدية فإننا خاضعون لضغط القوى الجارفة. ولكن السؤال فيما إذا كنا خاضعين بشكل سلبي أم أننا نستغلها بشكل فاعل ومستقل؛ أي نحولها إلى التفكير والتعرف والتصرف.

«يستمد الولع غذاءه من الدوافع، المتجذرة من جهتها في الشخصية، الناشئة من مصادر جسدية، صلبة لا تلين، غير القابلة للجدل، والآمرة» (سيجموند فرويد، ١٩٣٣)، تقود لتوتر جسدي قابل للقياس، تنمو بشكل دوري وتحقق أهدافها بالاسترخاء. وعلى عكس الدوافع فإن الولع لا يقود إلى الاسترخاء. فالإنسان المولع أو الولهان يظل تحت التوتر باستمرار. يظل تلهفه وإحساسه على قوتيهما ولا يخفان داخلياً. تظل محركاته الدافعية مشدودة، الولع يصبغ كل الشخصية.

**العواطف Emotions :** تعني E-motio بالحرف حركة نحو الخارج. بكلمات أخرى: يحاول الولع المتجذر بعمق في الجسد تحت ضغط النزوع الدافعي تحقيق أهدافه بالتعبير عنها. ويتعلق أسلوب هذا التعبير بخصائص شخصية المعني. وبنيته هي نتيجة لتاريخ الحياة الطويل، المؤلفة من جهتها من عدد كبير من المواجهات بين إنسانية، يترك كل منها آثاره كعنصر باني للبنية. وبالطبع هناك

أنماط استجابة متشابهة على المثيرات الداخلية أو الخارجية، أي ما يسمى أنماط المثير. فعلى التهديد الشخصي نستجيب كلنا بالشكل نفسه تقريباً، بالهروب؛ فالمرء لا يفكر إلا بالهلع عند حصول الهلع في حالة اشتعال حريق. وقد أظهر كونراد لورنس وإيرينويس آيبل - آيسفيلد Konrad Lorenz & Irene Eibl-Eibesfeldt بأننا نشترك مع الحيوانات باستعدادات التعلم المولودة كالهروب أو المواجهة أو تهديد عدو أو المنافسة على شخص آخر في سلوك التزاوج. غير أنه على أساس هذا النمط المولود والموروث تتباين أنماط التعبير لدى الناس حسب التنشئة الاجتماعية من حال لآخر بشكل كبير.

**لنتذكر:** العواطف ألو كما أفضّل تسميتها الانفعالات هي عبارة عن قوى روحية تستمر لفترة طويلة تحتاج كل الإنسان. إنها تستمد طاقتها من خزان الدافع. إنها تدور حول الرغبة وعدم الرغبة، وترتبط بعلامات من الاستثارة الجسدية ولا تتبع تعاقب «التوتر والاسترخاء» وإنما تتصف بالتوتر المتواصل.

وتفيد العواطف (الانفعالات) في تحقيق وجودنا إنها تغني حياتنا، تعطيها معنى. العواطف تغيرنا وتغير محيطنا.

**الحياة المفعمة تعني:** تأدية الإنسان عمله بحماس enthusiasm، الإقبال على الآخر والتعامل معه، الإحساس به، والدخول معه في علاقة، عدم الخوف من كسر السكة المألوفة، الارتباط بالالتزام من القلب.

أن يكون الإنسان منفعلاً تعني الوقوع في الحب to fall in love، الاستسلام للكره، حسد الآخرين على حظهم، متابعة العدو بغيرة لا ترحم، ولكن أيضاً



الدفاع عن فكرة بحماس، سواء كانت سياسية أم اقتصادية أم علمية أو فنية ،  
وتبنيها حتى لو كان الآخرون ضدها واستخلاص الفوائد من سلوكي.  
وبعد هذه التعاريف الإيجابية للانفعالات سوف نهتم في الفصل التالي  
بالعلاقة المعقدة بين الانفعال والأخلاق والمنطق.

## الانفعال والأخلاق والمنطق

حتى قبل أن ينادي سقراط «محرراً الإنسان من إيقاظ الانفعال». كان أفلاطون متأثراً برؤيته عن أن الأفكار الكامنة خلف الأشياء هي الأسمى. كما عالج أرسطو الانفعالات كالشهوة والولع والحنق والسعادة والكره والغيرة وأطلق عليها تسمية «خلجات الروح». وعلى الرغم من أنه حدد أن «المبالغة» عبارة عن «خطأ» ونادى بالفضيلة كوسط بين متطرفين، إلا أنه اعتبر الشهوة انفعال منمي للحياة. و السؤال فيما إذا كنا نتوق للحياة بسبب الشهوة أم للشهوة بسبب الحياة، ربما يظل مفتوحاً. إذ أن كليهما مرتبط ببعضه البعض بحيث يصعب الفصل بينهما. ولكن من دون فعل لا توجد شهوة وكل نشاط يتم إنجازه من خلال الرغبة أو الشهوة. وبالنسبة للرواقين فإن الانفعالات هي نتيجة «لأحكام المنطق الخطأ»، الواقعة بوصفها «مساعي غير منطقية للروح» «خارج المنطق». وهذه النظرة هي نظرة أخلاقية بوضوح. فالانفعال يعتبر هنا غير منطقي ومضر.

ولدى توماس الأكويني لا تنفي كما هو الأمر لدى أفلاطون الفضيلة الأخلاقية والانفعال بعضهما. فهو يرى أن الانفعال لا هو بالسيئ ولا بالجيد، بل أن الانفعالات تؤثر بالطموح العقلي والإرادة الحرة والمنطق؛ إلا أنها لها حياتها الخاصة في الوقت نفسه، وذلك كانفعالات «شهوانية» كالحب والتوق والسعادة، أو «قتالية» كالغضب والحنق. إلا أنه يعزو للإرادة والمنطق تأثير منظم. إن تقويم الانفعال يتعلق بالمدى الذي تتم فيه السيطرة عليه من المنطق وتوجيهه.

ومقابل هذا الحكم الموزون لتوماس الأكويني هناك كم كبير من التقويمات السلبية للآباء الكنسيين للعصور الوسطى. فالانفعالات لديهم هي آثام ضد الله.

وتقول خطايا الإثم السبعة: الإفراط أو الإثقال بالطعام، الحنق أو الكره، التباهي أو الطمع أو البخل، الكسل أو التثاقل، التقاعس (التنبلة) وعدم العفة والزنى. وبشكل خاص فقد أعلنت الحرب على الشهوة. وبدأت في العصور

الوسطى شيطنة الجنسية التي مازلنا نجد آثارها حتى اليوم. ولم يتم لعن الشهوة كـرغبة جنسية فحسب بل الرغبات بشكل عام، وليس السعادة بالحياة المادية فقط، بل حتى كل الأحاسيس الجسدية. فكانت كل المشاعر صافية: فقد كان المرء يطلب من محبوبته أن تقدر جمالها وتحتقر الجنسية. وقد ربط الحب بطريقة حتمية بالشؤم والموت، وهو ربط مشؤم ما زال يلاحق الناس حتى يومنا هذا.

وعلى الرغم من أن الإشكالية بين الخلاص الديني والخطيئة لم تعد اليوم قائمة إلا أنها ما زالت مستمرة بين الأخلاق والانفعالات كما هي في العصور الوسطى.

فشوبنهاور يمتدح في «العالم كإرادة وتصور» «إرادة الحياة» من جهة بوصفها «دافعاً للحياة»: «فكل شيء يدفع للوجود، للتزايد الممكن للشيء نفسه»، ولذلك لا تعد الإرادة جزء من الحفاظ على الذات فحسب وإنما هي جزء من الدافع الجنسي أيضاً، «جوهر دافع الحياة». ومن جانب آخر يبطل هذا الدافع القلق والتعكر والطهارة ويسبب التعاسة في العالم، أي «عدم الاستقرار والهوس والحوادث والقلق والعوز». لهذا يتوصل شوبنهاور إلى «إنكار إرادة الحياة»، وهو ما لا نريد مجاراته فيه.

وبشكل واضح جداً رأى فريدريش نيتشه «قطعة الثقافة الفظة» في ذاتنا. ففي «إنساني، كل شيء إنساني جداً» يكتب بشكل لا لبس فيه: «من دون رغبة لا توجد حياة» وفي مكان آخر «إن عدم منطقية الانفعالات ضرورية للحياة». والقوانين الأخلاقية للكنيسة هي حسب نيتشه «في الحقيقة موجهة ضد الفرد ولا تريد السعادة». إن عنف الأحكام الأخلاقية المسبقة قد تسلل بعمق إلى العالم... العقلي...، ضار، كابح، مُعمي، مُشوه.

وعواقب مثل هذا الضرر يواجهه اليوم المحللون والمحلّلين في رابطة عمل مشتركة مع بعضهم. والصراع التضامني موجه ضد «الأنا الأعلى» الذي تم فيه «تمثل» ليس فقط المعايير الموروثة وإنما معايير الوالدين والمجتمع وتاريخه بشكل

لا شعوري ويقىد أنا. الاللل الللل هو «الللل» بهله المعاللر الموضوعة من المجتمع -مفهوم «الللل» كان نللشه هو من ناللى به- بهلف كسر الللرها وائللللها وعللها نسلبة. الهلف باللللل إلى ما قاله فرولء: «علل الهو لللل «الأنا»، «علل الأنا الأعلى لللل أنا». فمن اللال الأنا الأعلى بالللات نللشه «الللف الللارة.....لللل اللللرلر نللو اللللر». لهذا لا لللل لها سول «اللعللل عنها نللو الللل». اللللرارات النللللة والاسلللاء هل الللللة.

لللر لللى مرضانا فل كل لللة الللللة إلى أى ملى كان نللشه على لل. فلللفهم وبشكل اللل من أن للل الملل بالللهم أو الللل علىلهم بسبل رلللهم الللللة علما لللرون الللة بعء سناول طوئلة من الللل بشءة عن المللر اللللة والمسللرة: رللل بلا لللل لللل واللنان نللو الملللة الللللة والللارة نللو النللة.

ما لللل اللللللة اللللل علما للللون عن الأخلاق والالللالل، لللل اللللل اللللل بوللفه علم الللللر، علم نلل الأعماق، أن لللرلر لنا بأسلوبه الللل مع نموءله لل اللل والأنا والأنا الأعلى والهو. للله الأنا الأعلى الللر، وللله الللر الهو الللللة وللله الللر القاسل للللر الأنا باللللر واللالل. عللئذ للللر كما قارن فرولء بشكل الللللر فل عملل «للل اللللر للرلة اللللر اللللر» (١٩١٤) «اللر الملللر لأوللل اللللر فل اللللر، الللر للللر من اللال إلللله أن للللر لللللللر، بأن كل اللللرلر فل لللة اللللر للللر بأوامر منه». وفل الللر للللر على المللر قولى أخرى، ألا وهل قولى الللوانات الملولة فل لللة اللللر وقولى اللللر. الللوانات اللللر فل هذه المقلرلة لللو فل لللر للللر الللر للأنا الأعلى والللر.

## الحب والشهوة

### فرص بناء حياة مفعمة

يحتل الحب في هيئته الفاعلة بأن يكون الإنسان حاباً والمنفعلة بأن يكون محبوباً وفي شكله المختصر العشق وفي شكله الدائم الحب الولهان أو الجارف أو العارم مكان الصدارة في ألف باء الانفعالات والمشاعر.

وتظهر الخبرات في المحيط وفي الممارسة العلاجية النفسية بأن الإنسان لم يصبح أكثر سعادة من خلال موجة الإباحية والجنس. فشبان اليوم أكثر حرية، يبدلون بسهولة علاقاتهم وقيمون علاقات بسرعة أكبر ولا يشعرون بالذنب كثيراً كما كان والداهم. فقد تم تحقيق تقدم في هذا المجال بمعنى التحرر الجنسي باتجاه التحرر من المحرمات الجنسية القديمة، على الأقل ظاهرياً.

ولكن لو أتاحت لنا فرصة الاقتراب أكثر من هذا الإنسان المفكر والمتصرف بشكل تقدمي الذي غالباً ما لا ينجل من تبديل الشريك المتكرر بما في ذلك الجنس الجماعي، فسوف نكتشف عندئذ صورة أخرى: إنه (أو أنها) لم يعد قادراً على الحب. لقد كان (كانت) دائماً يبحث عن الحب، ولكنه لم يجده. فهو (هي) لم يعيش ذاته أبداً، إنه لا يعرف الحب على الإطلاق، لا يشعر به. فهذا الإنسان يظل فارغاً في إحساسه إنه لا يشعر بالامتلاء، يشعر بالفراغ. على الرغم من أن «طاقته الجنسية» تعمل بشكل جيد، إلا أنه يعاني من «العجز الانفعالي» مع مشاعر مكبوتة كلية من الحب والمعاناة. وكل علاقة جديدة يبدو أنها مشحونة بالأمل تجعله يتراجع خائباً. وتأتي العقاقير والوسائل المساعدة لتنسيه هذا الفراغ لفترة عابرة وتقوده بعد هذا الخداع للذات بمرارة وخيبة أكبر إلى الفراغ الروحي واليأس.

فكيف يبدو أمر الحب مع كازانوف Casanova أكبر محب عبر العصور؟ يذكر

في مذكراته: «لم يكن شيئاً موجوداً عندي غير الحب». لم يتعب في وصف عالم مغامرته بالتفصيل. ولكن هل أحب النساء بالفعل بحد ذاتهن؟ هل شعر بالفعل في نشوة متعة الإغواء بقمة الغبطة؟ فعلى الرغم من أن علم نفس الأعماق الحديث يرى أن كازانوفاً هو شخص أقرب للمهووس الجنسي أو للمستحوذ بالجنس، إلا أنه شخص غير قادر على الحب، إنه نمط يشبه كثير من شبان هذه الأيام الذين يبدلون شريكهم باستمرار نتيجة العجز الروحي عن تمكنهم من تحمل الإحساس بحب مستمر دائم.

فعندما يتم ترك امرأة في سبيل امرأة أخرى فإنه يكمن خلف هذا الصد نوع من الميل للرفض. ألا نكتشف هنا نوع من الكره الكامن للنساء؟ ولا يختلف الأمر عن النساء المستحوذات بالجنس اللواتي يكثرن من تبديل الشريك. فلدى هؤلاء أيضاً نجد عدم القدرة على الحب أكثر من القدرة على الحب الحقيقي.

فأين يكمن السبب في أن الحب الولهان بالذات نادراً ما ينتهي نهاية سعيدة، ليس فقط في القصص والروايات كرواية روميو وجوليت ينتهي الحب في ضياع قاتل بل حتى في الحياة اليومية.

### **ما الذي يقوله علم النفس الحديث حول الحب؟**

يرى علم النفس الحب على أنه توازن بين ثلاثة جوانب: الحميمية والجنسية والالتزام. وقد أظهر روبرت شتيرنبرغ Robert J. Sternberg بصورة جميلة جداً في مثلث الحميمية والهوى والالتزام، الأقطاب التي يمكن فيها تحديد نوع حبنا من خلال الإمكانيات التالية:

- قطب أو طرف مكون من الحميمية فقط، عندما أود شخصاً ما بشدة، ولكن من دون جنس أو التزام.
- قطب أو طرف من الحب الجارف، أغرق فيها بشخص ما بلا شروط، مع الجنسية ولكن بدون الالتزام.

- طرف أو قطب من الالتزام فقط، ولكن من دون جنس أو حميمية.  
وعلى الرغم من أن هذه الأقطاب تبدو أقرب للمجردة فإن التوليفات التالية بين قطبين من مثلث الحب تبدو مألوفة لنا:
- الارتباط بين الجنسية والحميمية فيما يسمى بالحب الرومانسي ولكن المقصود به الحب الجارف.
- الارتباط بين الحميمية والالتزام في الحب بين الزملاء أو الحب التشاركي، الذي تغيب فيه الجنسية.
- الحب الكامل وتكون فيه المركبات الثلاثة للحب كثرة للنضج في «توازن ثلاثي» مع بعضها، مع العلم أن الحب قد يميل حسب عملية الحب مرة للحميمية ومرة للجنسية ومرة للالتزام.

### ما الذي يقوله التحليل النفسي حول الحب

قوته اللاشعورية الدافعة هي الدافع الجنسي، تبحث طاقته، أي «الليبدو» المنبثق من منبع جسدي، عن هدفها، أي الإشباع بأي ثمن. وتحقق هدفها عن طريق المواضيع؛ إما في الذات نفسها في الإشباع الذاتي أو من خلال الآخرين، في الاتصالات الجنسية الغيرية أو المثلية. وبالطبع فإن طاقتها تتعلق كذلك بالمشاعر الخارجية، بالشكل الجميل لأجزاء محددة من الجسد وبالصور والتخيلات.

ويتعلق الأمر هنا كذلك دائماً باستعادة أو تعويض الحب الضائع من الطفولة؛ بمعنى نظرية الصدمة التحليلية النفسية كلية. فالصدمة هي جرح نفسي لم تغلب عليه، لأن الصدمة إما كانت شديدة أو كانت روحنا ضعيفة للتعامل معها. ويمكن للصدمة أن تكون تضررات مباشرة كالاستغلال الجنسي أو سوء المعاملة الطفولية، ويمكنها أن تكون تضررات غير مباشرة: من خلال نقص

الاهتمام والصد ومن خلال عدم الاحترام والإهمال واللامبالاة وعدم الاهتمام. ففي الحالة الأولى نعيش خبرة شريرة يعقبها فرط استثارة مرتبط مع صعوبة التخلص من كل ما يؤثر على الشخص من الأضرار؛ الغضب والكره والعدوانية. وفي الحالة الثانية لم نحظ بالكثير من الحب ولم نحصل إلا على القليل من الاهتمام الجيد تعقبه فرط استثارة مرتبطة بحالات نقص، بشعور مستمر من الإحساس بهضم الحقوق، ومن النقص والفراغ الداخلي والتوق.

يحدد نوع العلاقة بين الأم والطفل بشكل جوهري نوع حبنا كراشدين. فإذا ما حظينا بالحب في طفولتنا عندئذ يمكننا كراشدين أن نعطيه أيضاً. وإذا تم إحباطنا فإننا سنحبط شريكنا أيضاً. وإذا ما تمكنت كطفل أن أمنح الحب، ولو كان بالشكل الطفولي، ولكن الفاعل، عندئذ يمكنني أن أحب وأنا راشد بشكل فاعل، حتى وإن لم يستجب الشخص الآخر لهذا الحب على الإطلاق. وإذا ما خبرت وأنا طفل خبرات جيدة في علاقة أم- طفل مشبعة إلى حد ما فسوف أكون قادراً كراشد على أن أعطي وأخذ في الحب. وإذا ما لم أعش بالمقابل علاقة أم- طفل موفقة، وإنما إما صدمت من خلال الكثير من الأضرار أو القليل من الحب عندئذ فسوف أنقل العواقب المؤذية لهذه الأضرار المباشرة أو النقص، شئت أم أبيت، إلى علاقة الحب الراهنة. عندئذ تصبغ الحيات والجراح والكثير من المعاناة علاقة حبنا. ففي العصاب تكون الهوامات (الخيالات) التي يفترض لها أن تعوضنا عن الحب المحرومين منه؛ فنحاول تعويض صدمات الطفولة من خلال الأحلام والهفوات والأعراض ومن خلال التكرار مع الآخرين. وفي الشذوذ تكون التماثمية على سبيل المثال هي التي تعوض النقص في الحب، أو يتم التنفيس في التصرفات السادية المازوخية في «شكل شهواني من الكره» (J. Stoller)، مع «الحب في خدمة العدوانية» (Otto Kernberg)، عما حصل لنا في الطفولة وعما لم نتمكن من التغلب عليه أو مواجهته. وفي الكحولية وسوء استهلاك العقاقير تكون المواد المسببة للإدمان (المدمنات) هي التي يفترض لها تملأ الفراغ الداخلي؛ وفي الجنوح يتم اختطاف، سرقة ما حرمننا منه ومنعنا عنه، بالعنف في مقتضى



الضرورة.

يساعد الحب بشكل لا شعوري على إعادة الصراعات غير المحلولة من الماضي. ويمكن لهذه الصراعات أن تكون الصراعات الماقبل أدويية المذكورة من علاقة الطفل-الأم، وأن تكون صراعات أدويية نموذجية للطفل بين الأم والأب. إذ يشعر الطفل بأنه «كثالث متضرر» (Freud, 1910)، مستبعد من الزوج المتحاب، ويشعر بالضيق النرجسي، ويصبح مشحوناً بالحسد للشخص المالك، غيوراً من الشخص الذي أخذ حبيبته أو حبيبها. فإذا ما لم يتم التغلب على هذه الخبرات المشحونة بالمعاناة منذ الطفولة بشكل مناسب، فسوف تتكرر بشكل لا شعوري في العلاقات الراهنة. وبهذا نشغل طوال عمرنا بخبرات جديدة دائماً، وذلك بأدوار متبدلة: فإذا ما كنت في الطفولة المخدوع، فسأكون أنا الخادع كراشد. وإذا كنت في طفولتي الضعيف فسأكون القوي كراشد. وهكذا يصبح من الضحية الجاني، والانتقام حلو. وهنا يمكننا أن نعيش خبرة أن اهتماماتنا تتغير: فإذا ما شعرت كرجل على سبيل المثال بأني متروك من حبيتي، التي أصبحت تهتم برجل آخر، عندئذ يمكنني أن أكون في البداية غاضباً على هذه المنافسة وغيوراً، إلا أنني لاحقاً أنشغل أكثر بما الذي يفعله هو مع حبيتي أكثر انشغالي بما تعيشه هي. وعن مركبات أقرب للجنسية الغيرية قد تتضح عندئذ مركبات أقرب للجنسية المثلية. وبالنسبة للمرأة ينطبق الشيء نفسه مع قلب الأدوار: أكون غاضبة من المرأة التي سرقت لي حبيبي، ولاحقاً أهتم أكثر بالمرأة أكثر من اهتمامي بحبيبي. نحن نواجه الصراعات غير المحلولة طوال عمرنا، في أحاديثنا مع أصدقائنا وفي أثناء التفكير لوحدها. إلا أن الصراعات غير المحلولة من الطفولة هي التي تدفعنا لمحاولة الحب من جديد.

الحب هو دائماً أيضاً إشباع الرغبة التوافقية لثوية الذات. عندئذ فإن الآخر لا يعيننا في الحب أكثر من أنفسنا نحن. فنحن نحب أنفسنا في الآخر، كما أحب نرجس صورته المنعكسة في الماء. وبهذا فإن الحب في النهاية هو حب

الذات، والحب الذي نعتقد فيه أننا نحب الآخر هو مجرد وهم. إننا نريد تأكيد أنفسنا بهدف الحصول على مشاعر القيمة الذاتية. ومن ثم فإن الآخر لا يكون سوى وسيلة للهدف. لقد أظهر هاينز كوهوت Heinz Kohut في كتابه بعنوان «تحليل الذات The Analyses of the Self» الصادر بالألمانية تحت عنوان «الترجسية» كيف أننا في «نقل المرأة» نقوم بتقديس أنفسنا نحن في الآخر (جعل أنفسنا مثالية)، نريد الانصهار به أو نبحت فيه عن «أنا القديم» وإيجاده. إننا نريد كأطفال «أن نرى البريق في عيون أمنا» لأن هذا البريق يرينا بأننا مهمون – أو كراشدين نريد أن نرى السحر والجاذبية في التقرب من المحبوب، الذي يجعلني أرى بأنه يحبني وليس شخصاً آخر.

## العشق

«يختلف العشق عن الحب. إلا أن الحب يبدأ عادة بالعشق»

في العشق يبدو- من زاوية المرأة - المحبوب جميلاً بشكل لا يوصف. إننا ننسحر بشكله، وننشد إلى جاذبيته، ويملأنا الشوق. نريد أن نظل دائماً إلى جانبه، معه، نتقاسم معه كل شيء. إننا مستشارون منه في الخيال ملهمون به، إلى درجة لا نعود نعرف فيها أنفسنا.

تشارك قصيدة شكسبير، الوهانة بيتاراسا Petrarca ودانتي Dante وأغاني الحب وعدد لا يحصى من الأشعار مع بعضها في التعبير عن مشاعر العشق العارم الذي لا يموت. ومع ذلك فسرعان ما سينتهي هذا العشق إن عاجلاً أم آجلاً بالخيبة التي ستحصل بشكل حتمي لأننا قد مثلنا المحبوب (جعلناه مثالياً) بشكل كبير جداً -الآن من وجهة نظر الرجل- . فالفرحة «بصحوة الحب» جعلتنا نضفي عليه أبهى حلة، بحيث أصبحت المسافة بعيدة جداً عن الواقع، من دون أن نلاحظ ذلك في البداية. وبداية عندما نتحقق أولاً، أن السلوك الفعلي للمحبوب لا يتطابق على الإطلاق مع الصورة المثالية فإننا نسقط من السماء السابعة ثانية بالتدريج إلى أرض الواقع المرتبط مع مشاعر مؤلمة من الفراغ والضيق والخيبة والحزن.

وقد نشأت مثلثة الشخص المحبوب (النظر إليه بصورة المثال) من التقديس المبكر للطفل الصغير، الذي كانت أمه أو أبوه بالنسبة له هما الشخصان الساميان والمثاليان والباهران. ويكون نزع المثالية المؤلم كبيراً بشكل خاص عندما لا يستجيب الشخص المحبوب على حبنا. كل منا يعرف مشاعر الحب المرفوض وما يرتبط به من ألم حول الانفصال والحزن والفقدان. فإذا ما نجحنا على الرغم من ذلك بالاحتفاظ بذكرى طيبة لهذا اللقاء فسيكون في ذلك غنى لنا؛ إذ أنه قد أيقظ فينا الحب الذي اعتقدنا لمدة طويلة أنه قد مات فينا، أحياء جعله يصحو بحيث لا

تكون الخسارة كبيرة بالنظر لهذا المكسب.

ولكن حتى وإن استمرت العلاقة فإنه لا يمكن تجنب نزع الوهم. فيتحول العشق الآن إلى الحب الذي لا ينقصه الدفء على الإطلاق. ولكن من أجل ذلك لا بد من توفر شرطين أساسيين:

- 1- علينا ألا نمتلك خوفاً كبيراً من تولي المسؤولية والواجبات،
- 2- ألا تكون خسارة حريتنا واستقلاليتنا أثقل من المكاسب من الشريك.

### **ما الذي ينبغي مواجهته كي يثمر الحب ولا يصبح مرعباً**

**الإجابة الأولى:** ينبغي أن تكون قد تمت السيطرة على انصدامات الطور الأول من الطفولة إلى حد ما، كي لا يضطر المرء إلى تعويضها بين الحين والآخر بشكل لا شعوري، مع كل عواقبها السيئة بالنسبة لعلاقة الحب الراهنة. وهي أولى الصراعات الباقية من دون حل للطور الماقبل أوديبى، من علاقة الطفل-الأم. إذ أنه لم يتم التغلب على الانفصال أو الابتعاد بحيث لا يحدث التفرد بمعنى الاستقلالية. وبدلاً من ذلك يظل هناك تعلق بالناس الآخرين، الذين نظل من دونهم تعساء، الذين ينبغي لهم أن يظلوا حولنا، كما تعبر عنه الكثير من الأغاني العاطفية. وثانياً هي أنماط التفاعل الأوديبية النموذجية التي نظل متمسكين (مبشرين) بها وتدفعنا باستمرار بقسر تكرار لاشعوري (Freud, 1920) إلى علاقات ثلاثية، على الرغم من أننا نعاني من هذا ونريد بشكل شعوري أن نحقق الإشباع منها.

**الإجابة الثانية:** يفترض أن تتكامل الجنسية والبعد الجسدي في الحب. وبالطبع هناك جنس بلا حب وحب بلا جنس. ولكن ما يهمني هنا الحب الذي يقوم بالدرجة الأولى على الثقة المتنامية بين المحبين وبالدرجة الثانية الذي يتضمن الجنسية «كمكافأة للشهوة» (Freud, 1925)، الذي يستمتع به كلاهما ويجدان ذواتهما فيه. ومن أجل ذلك يفترض ألا يتم تكرار الخبرات السيئة التي مر بها

الإنسان في علاقة الأم-الطفل بشكل لاشعوري من خلال التحليل الحتمي بوصفه نمط علاقة متمثل، وإنما ينبغي جعله شعورياً ومعالجته، وليس من المفروض لها أن تزعج العلاقة الراهنة بين الحين والآخر أو حتى تدميرها إذا ما أردنا للحب أن يكون مثمراً وليس مرعباً. إلا أنه يمكن أن يتم تعلم المشاعر غير المعاشة قبل ذلك بشكل طيب، وذلك فيما يسمى بالتعليق عند الشباب (الموراتوريوم moratorium)<sup>(١)</sup> (Erikson, 1970)، وذلك عندما يتم بطريقة لعبية تجريب وممارسة وتعلم ما كان ناقصاً في فترة الطفولة في أثناء عملية التنشئة الاجتماعية - من دون المسؤولية الشديدة لحياة الراشدين.

#### أما شروط الحب العارم فهي:

- علاقة أم - طفل موفقة إلى حد ما مع خبرات طيبة على الأغلب في حينا «الأول» للأم.
- صراعات أوديبية محلولة بشكل كاف مع غلبة الخبرات الطيبة في حينا «الثاني» للأب من العلاقة الثلاثية بين الأب والأم والطفل.
- التكامل الموفق للجنسية والجسمانية والخبرة الروحية.
- أنا أعلى مجعول بشكل نسبي كفاية، لا يعود يضرنا بمثله العليا ومعايير الصارمة بشكل دائم، ويعاقبنا ويلاحقنا وإنما أنا أعلى يجعلنا نشكك، بأن نقوم بجعل الأمور نسبية بأن نستبدل الأحكام المسبقة من خلال أحكامنا نحن، واختبار الإسقاطات على الآخرين على الواقع وسحبها.
- هوية جنسية ذكورية أو أنثوية واضحة.

مهارات الحب هي مهارات محددة بشكل إيجابي، يكون فيها الحب مرناً، قدرة

---

(١) تأجيل أو تعليق أمر ما، والمقصود هنا فترة من الحياة يمر بها الشبان كإطالة فترة الدراسة مثلاً أو العزوبية، أو السفر. راجع للهوية وتشنتها في حياة إيركسون وأعماله. ترجمة سامر جميل رضوان (٢٠١٠).

ناجمة عن الخبرة، بما يشبه «فن الحب». ومن بين هذه المهارات ليس القدرة الأساسية على التواصل فحسب، من نحو القدرة على التودد المتقن من أجل بناء علاقة على سبيل المثال، وإنما كذلك القدرة على الحفاظ على استمرارية العلاقة التي ما زالت تتطور برقة من خلال اهتمامي بالآخر بشكل مستمر كما أسعى لإيقاظ اهتمامه بي (القدرة على العلاقة)، ولا ننسى «العدوانية المتقنة» (Alexander Mitscherlich, 1956, 1958)، التي تستخدم الآن العدوانية، وبصورة مناقضة كلية للشذوذ، على شكل تصرف مقتحم فاعل «في خدمة الحب». كما ينتمي إلى ذلك أيضاً مهارات ربط الجنسية مع المركبات الانفعالية التي تتبع ذلك، في إطار علاقة سليمة بالجسد الخاص وبجسد الآخر، بحيث لا يلحق بها الأذى وإنما تسبب السعادة والمتعة وتغني الشخصين المشاركين. وبهذا فإن الحب عبارة عن «جدل مفعم» على شكل حوار مفتوح ممكن بين المحبين. وبالطبع من بين ذلك أيضاً المخاطرة الجديدة دائماً بالدخول في علاقة، وحتى خطر ملاقاته الصد أو التخييب. ومن لا يغامر لا يكسب.

## اضطرابات الحب

ما هي المشاعر التي يمكن أن تجعل حبنا يضطرب؟ هي في البداية المشاعر المؤلمة من القصور الذاتي وعدم الكمال ومشاعر النقص والعجز واليأس. إنها مشاعر مخجلة جداً ونكتبها بسهولة بسبب ما يرتبط بها من إساءة لاحترامنا لذاتنا. وهذه المشاعر تعتمل فينا منذ زمن الحب الأول، الحب الذي وهبناه لأول شخص مرجعي. وهذا الحب بالنسبة للذكور والإناث هو الأم. فنحن نتمنى أن نكون محبوبين (سلباً، غير فعال، منفعل passive) منها. والحب الأول يبدأ سعيداً وينتهي تعيساً. وحتى لو أن الأم تحب الطفل بالفعل فإنها لن تستطيع أن تحب الطفل بالشكل الذي يتوقعه طمعه النهم.

وهنا نجد التفسير الأول للارتباط الوثيق بين الحب والموت، ولورطتنا غير المحلولة للسعادة المعاشة ونهايته المأساوية. فالنهاية التعيسة مبرجة إلى حد ما من خلال خبرة أولى عميقة.

فإذا ما تم تنشيط هذا البرنامج، إذا كان يجوز لنا إجراء مقارنة للعملية مع تقنية الكمبيوتر، من خلال الحب الأول في سن اليافع والشباب الذي هو من حيث المبدأ الحب الثاني، عندئذ يتحدد سلوكنا بشكل جوهري من خلال البرنامج المخزن، الذي يسير بشكل حتمي.

ولكن حتى الحب الأول الفاعل في حياتنا لا يسير بشكل مختلف: فهو ينتهي بخيبة. فكأطفال نحب الناس الراعين لنا بشكل فاعل، نتقرب منهم ونتودد لهم نريد بكل بساطة أن نفعل شيئاً طيباً، أن نجعلهم سعداء ولدى الطفل الصغير تدخل هنا مشاعر ذكورية في اللعبة، استشارات جنسية بهدف الحصول على الأم، لاكتسابها لتصبح شريكاً متعاوناً لإسعادها. ويتم تحقيق إشباع هذا الحب في الخيالات الملونة وتجعل الطفل الذكر راضياً كلية. إلا أن هذه الاستشارات الجنسية سرعان ما تنتهي بشكل حتمي نهاية غير سعيدة. فالأم المتعاطفة جداً لا يمكنها

أن تبادل الابن حبه وسوف تولي له ظهرها.

ولكن أيضاً حتى الطفلة الصغيرة لا تريد أن يكون حبها سلبياً، وإنما تريد أن تكون مثل الذكر، أن تحظى بحب الأم بشكل فاعل: أحييني كما أحبك. وترى كريستينا أوليفر Christine Oliver بأن الأم لا يمكنها أن «ترغب» ابنتها، لأنها بنت مثلما كانت هي نفسها في يوم من الأيام، كما قد «ترغب» الطفل الذكر كامراًة. غير أنه قد تولد لدي الانطباع من تحليلات كثيرة بأن السيدة في دور الأم يمكنها أن تحب الطفل من جنسها نفسه أكثر من الطفل الذكر لأن البنت تشبهها أكثر من الطفل الذكر، المختلفة عنها.

في المرحلة «الأوdivية»، التي تكون تقريباً بين السنة الثالثة حتى الخامسة، يكون الأمر أسهل على البنت؛ عندما يدخل الأب في اللعبة: الآن يصبح حبها لأبيها حباً جنسياً غيرياً، في حين أن حبها الأول كان من طبيعة جنسية مثلية. إنها تستطيع الآن أن تعيش كيف يمكن أن يكون الحب لرجل؛ أي بشكل خاص: أن تصبح مقدرة ومحترمة ومقبولة. وقد تنتهي مع والدها، شريطة أن تتوفر علاقة محبة متبادلة، أي أنها تريد أن تكون مثله وتربح في شخصيتها الصغيرة- وهذا في صالح علاقات حبها اللاحقة بالرجال.

وبالنسبة للطفل الذكر يسير الأمر بشكل آخر: فهو مجبر على إقامة علاقة جنسية مثلية بالأب، إذا ما أراد لأبيه أن يحبه مثل أمه وأن يكون محبوباً من أبيه على شكل ما كان في حبه الأول من أمه. وستكون الطبيعية الجنسية المثلية المحددة بيولوجياً لهذا الحب صعبة بالضرورة انطلاقاً من السلوك الاجتماعي المعروف. لهذا يتجنب كل من الأب والابن علاقة الحب هذه، مترافقة بمشاعر مؤلمة للحب غير المتحقق. لهذا يفضل كثير من الأطفال الذكور أن يظلوا مثبتين على الحب الأول، مرتبطين بالأم - حبيب أمه -، ويبحثون لاحقاً كرجال بشكل لا شعوري عن أمهم في المرأة.

ويرتبط صد الحب الأول والثاني مع كل الفروق المتعلقة بالجنس في كل حالة



مع الضيق الأساسي نفسه، الذي تبدو فيه الأم جبارة والمرء نفسه يكون فيه ذليلاً ضعيفاً لا حول له ولا قوة. والخيبات الباكّة قد تكون ملائمة لإلحاق الأذى بالحب اللاحق بشكل حساس. ولكن إذا ما كنا مدركين لهذه العلاقة بشكل شعوري فإننا سنتمكن من توفير الكثير من الألم في الحب. ومن هنا نفهم الآن الازدواجية بين المنطق والحب منذ العصور القديمة وحتى الآن والمأساة المرتبطة بذلك التي لا يمكن تجنبها هي وظيفة مباشرة للخيبات المعاشة كطفل.

وبالطبع يختلف مقدار الخيبات المعاشة مسبقاً من إنسان لآخر. إلا أن القوانين العامة السارية لمجرى الحب والخيبة المبكرة هي نفسها بالنسبة لكل واحد منا. فإذا ما حالفنا الحظ بأن يواسينا في خيبتنا إنسان عطوف، فإنه يمكن التغلب على «الفوضى والمعاناة الباكّة». ويمكن للمرء أن يرى أنه توجد أهداف أخرى أيضاً لحاجتنا الغرامية، ناهيك عن أنه يوجد أناس آخرون يودوننا. فإذا ما عشنا في المنا مثل هذا الاهتمام فسوف تشفى الجراح ببطء. فإذا ما لم يكن هذا هو الحال فسيحصل تمثّل عصبي في الخيال (الهوام)، على سبيل المثال عندما يقوم هؤلاء الأشخاص بأفعال شاذة، بوصفها «القطب الإيجابي» للعصاب، أو يلجئون للكحول أو سوء استخدام العقاقير كتعويض عن الحب المحرومين منه أو للسلوك الجانح، أو عندما تتم سرقة الحب الممنوع بالعنف؛ في العنف بشكل مباشر كلية، أو بشكل غير مباشر بالإزاحة إلى الممتلكات المادية كالنقود والمجوهرات.

والتعويض النرجسي في الفن والأدب والموسيقى هو أقل مرضية وأقرب للطبيعي، حتى وإن ارتبط دائماً بذلك التجنب المباشر للاتصال من إنسان لإنسان. فإذا تم اختيار الصورة أو الكتاب أو الموسيقى فإنه يتم بهذا تجنب الاتصال المباشرة ومن ثم فإننا لا نتعرض لخطر أن يتم التخلي عنا أو أن يتم تخييبنا، ونحافظ على الأمور تحت السيطرة.

## الجنسية والحب

فينوس Venus آلهة الربيع والحدائق والحب الرومانية وأفروديت Aphrodite مقابلتها الإغريقية، ابنة زيوس Zeus وديانا Diana، آلهة الحب الشهواني والجمال، وإيروس Eros ابن أريس Ares وأفروديت، الصبي المجنح الذي يصيب بسهمه قلوب الآلهة والناس ويشعل نار الحب بين الرجل والمرأة. كل هؤلاء يظهرون الوجوه الرمزية المتنوعة للحب الجنسي: دور الجمال والرغبة الجنسية والولاه.

ففي حدث شامل مشحون بالشهوانية والحب والشغف المتبادل يتوالف كل من فينوس وأفروديت وإيروس بصورة لا يمكن وصفها وإنما معاشتها فحسب. ويشكل المزاج المبتهج الأساس الروحي للبداية المستشارة من خلال مثير الحب المحبوب أو من خلال المثيرات المطابقة للمحبوب. وبالطريقة نفسها تستطيع سلطة الخيال أن تستثير شهوتنا. ويدفعنا التوق... الشهوة نحو إشباع الحب نحو المحبوب أو المحبوبة ويدفعه الأمر نفسه إلينا.

ويتحول الحب إلى شغف، إلى شهوة، عندما تستثار الأعضاء الجنسية وعندما يتم تحقيق الإشباع الممتع من خلال اتحاد الأعضاء الجنسية المخصصة تشريحياً وفزيولوجياً لتحقيقه. وعندما يتحدث إيريك فروم عن «فن الحب»، فإن هذا ينطبق بشكل خاص على الحب الجنسي. لهذا فإنه من المفيد البدء بجمع الخبرات في وقت مبكر من أجل تعلم الحب الجنسي. ولا أريد هنا أن تتم إساءة فهمي: فالأمر لا يتعلق هنا بتعلم تقنيات الحب الميكانيكية. لا فالأمر يتعلق بالتمرن على المشاعر، كل واحد من أجل الآخر، حب بعضهما البعض والسعادة مع بعضيهما؛ وكذلك الاهتمام بالآخر والمسؤولية عنه.

وبالطبع فإن الحب الجنسي يتضمن إيلاج العضو. وتشعر المرأة السليمة هنا بالرغبة الحسية على أنها أكثر أمر طبيعي في العالم. أما ما تسمى بالمرأة «المتحررة» التي تعتبر امتلاء عضوها بالقضيب الذكري على أنه اعتداء أو اختراق penetration وتشعر بأنه إهانة لا يمكن احتمالها، وتبدو في جنسيتها الأنثوية بأنها ما زالت غير حرة، فإنها على ما يبدو لا تستطيع تحمل التعلق بالرجل ومن هنا فهي تدافع عن نفسها من خلال التقليل من قيمة الرجل؛ كما يفعل الرجال الذين يحاولون التقليل من تعلقهم الذي لا بد منه بالمرأة من خلال التقليل من قيمتها. كلاهما يحتاج الآخر. غير أنه من السهل أن تتأذى هذه التعلقية المتبادلة بين الرجل والمرأة.

و لا يعد خوف المرأة من الرجل بدون مبرر دائماً، وبشكل خاص عندما يستغل الرجل المرأة ويجبرها بالعنف على إشباع رغباته. فمثل هذه السلوك يظهر بأن الرجل قادر على تحقيق المتعة الجسدية، بما في ذلك الذروة، غير أنه غير قادر على الحب بوصفه شعور إنساني. فالمقدرة على الوصول للذروة الجنسية ليست ضماناً للقدرة على الحب. فالشهوة الجسدية تحتاج إلى التكامل مع الحب؛ كشعور قوي ومستمر، يغمر الجسد؛ كظاهرة نفسية جسدية سليمة، تشتمل بشكل متزامن على الجسد والروح والذهن وتستند إلى الذات وإلى الموضوع، أي إلى الشريك. ومن السهل إلحاق الأذى بمثل هذا الحدث الشامل، الذي يحتاج إلى نمو طويل بسبب تعقده، كي يصل إلى النضج. وليس من قبيل المصادفة أن يعاني كثير من الناس من الاضطرابات الجنسية: العجز الجنسي (العنة، أو البرودة الجنسية) وعدم القدرة على الوصول للذروة لا تمثل هنا سوى الأشكال الأسهل تصوراً التي يتم اللجوء للإرشاد والعلاج النفسي بسببها سعيًا وراء المساعدة العلاجية النفسية.

وقد يكون كذلك لخوف الرجل من المرأة مبررات. فبعض النسوة يستخدمن الرجل كضحية للكره والانتقام الموجه نحو الأب. فتحليل الاضطراب الكامن

يمكنه أن يكشف فيما إذا كان الخوف مبرراً بالفعل في الحالة الفردية أم أنه مجرد نتاج لهواماتنا (خيالاتنا).

إلا أن عدم القدرة على الإحساس الانفعالي (العجز الانفعالي emotional Impotence) في المواجهة الجنسية لكلا الجنسين، هي أكثر انتشاراً من العجز الجنسي (العنة، أو البرودة الجنسية) وعدم القدرة على تحقيق الذروة. وحتى اللغة تعد مؤشراً لذلك: ينمان مع بعضهما، يذهبان سوية للسريـر. فالفعل يسير بشكل آلي، كالمنعكس. واستثارة أعضاء الجنس تجري بشكل فارغ. وتظل منفصلة عن الخبرة الروحية، عن الشعور. ولا يسير الفعل الجنسي بشكل وجداني وهذا يحدث سواء في العلاقة بالآخر أم بالعلاقة بالذات.

ويبدو بأن الرجل هو أقرب للحب الشهواني (الجسدي). إنه سهل الاستثارة. إلا أن صعوباته تكمن في دمج هذه القابلية الجسدية للاستثارة في سياق أكبر من الخبرة الروحية.

ويبدو كذلك أن -وهذا ليس بالضرورة أن يكون لأسباب بيولوجية وإنما يمكن أن يكون نتيجة للتنشئة الاجتماعية (للتربية)- بأن المرأة أقرب إلى أن تحب بمشاعرها. إنها تستطيع أن تحب وجدانياً، مما لا يعني في الوقت نفسه بالضرورة أنها تشعر في الوقت نفسه بالحب الجنسي، بالمعنى التناسلي. فالخبرات السابقة لديها بالإشباع الذاتي أندر. وعليه فإن صعوبتها تكمن في دمج الجنسية الشهوانية (الجسدية) في الخبرة العاطفية الموجودة. والجنسانية الجسدية للمرأة كما نعرف من دراسات ماسترز وجونسون تتموضع في الثلث الأمامي من المهبل، الذي يشتمل على البظر والشفرين ومدخل المهبل. إنها منطقة مشحونة سلبياً بالنسبة للمرأة من خبرات طفولتها كطفل ويافعة وفتاة ومن خلال تأثيرات تربوية ومن خلال الربط مع خبرات الدورة الشهرية، وظلت محجوبة بشكل عام عن مشاعر الجسد؛ ولكنها منطقة تستثير طبقاً لطبيعتها الحب الجنسي بطريقة فريدة بوصفها منطقة استثارة. ومن حقها أن تتكامل مع الإحساس الجسدي ككل. ويتم دعم هذا إذا

ما قامت المرأة باستقصاء مناطقها الجنسية بنفسها من أجل إزالة هذه الطريقة المكنون البيولوجي الأكبر المحدد بيولوجياً للأعضاء الجنسية مقارنة بالأوضاع عند الرجل. ولا أريد هنا أن أتطرق للنشوة البظرية أو المهبلية، وإنما أريد الإشارة فقط إلى أن الأمر يتعلق في النشوة بخبرة كلانية لا يمكن حصرها بعضو محدد. غير أن فروق منفردة بين الجنسين مهمة: فالأعضاء الجنسية تكون لدى الرجل مألوفة أكثر من خلال الاستمناء ويعرف كيف يتم الأمر. ولكن ما لا يعرفه على الأغلب بأن الأمر لم يتم بهذه الوظيفة. فالشهوة الجسدية لوحدها هي مجرد متعة خارجية من دون إحساس روحي، من دون تأثر من دون مشاعر. والاستمناء في المهبل بحد ذاته لا يحقق الإشباع لا للرجل ولا للمرأة. إلا أن هذه العلاقة بالمشاعر الخاصة، بالانفعالات هي مضطربة لدى كثير من الرجال في أيامنا هذه مثلها مثل القدرة على التكيف نفسياً مع الشريكة وحبها - وهو ما يشمل كذلك القدرة على الإحساس بها، التماهي معها.

وغالباً ما يرجع سبب هذا الاضطراب إلى نقص الثقة بالمرأة. وهذا يعني بشكل ملموس في سياق الحب الجنسي الشهواني: عدم الثقة بالأعضاء الجنسية الأنثوية. فيعيشها المرء على أنها عدار<sup>(١)</sup> Hydra خطير، يهدده بالتدمير أو بالابتلاع. ويمكن التغلب على مثل هذا النوع من المخاوف إذا ما برهنت المرأة للرجل من خلال سلوكها المشحون بالحب بشكل ملموس بأنه يمكنه الثقة. وما عليه من جهته سوى عدم استغلال المرأة لإثبات كفاءته. وغالباً ما تكون هي نزوعات الرجل التي يسقطها على شريكته ويعيشها بعدئذ على أنها آتية منها. وتتعلم المرأة في وقت مبكر عموماً التأقلم مع الشخص الآخر وأن تظل هي في الخلفية. والعلاقة لديها فوق كل شيء. وأكبر خوفها هو أن يتخلل عنها المحبوب ومن ثم أن تصد. فإذا لم تتمكن عندئذ من احترام نفسها كفاية - وهو أمر ليس نادراً

---

(١) أفغوان خرافي قتله هيرقل، ذو تسعة رؤوس فكان كلما قطع له رأس ظهر له رأسان جديدان..، أو شر متعدد الجوانب لا يمكن التغلب عليه.

للأسف-، لأنها غير واثقة في هويتها الجنسية الأنثوية، كما كانت أمها يوماً التي لم ترد أن تتماهي معها بشكل مقصود، ولكنه وجب عليها لاشعورياً، عندئذ يمكن أن يكلفها هذا آخر احترام لنفسها.

إن عدم ثقتها الذاتية بنفسها هو ما يجعلها متعلقة بشدة بالآخرين. ويمكن التغلب على عدم الثقة الذاتية هذا إذا ما تعلمت احترام ذاتها كإنسان، وكذلك كامرأة في هويتها الجنسية الأنثوية. ومن ضمن ذلك أن تقول بينها وبين نفسها نعم لجنسها؛ بما في ذلك جسدها وجنوستها. يمكنها أن تتلمس أعضائها الجنسية وأن تراها. ويمكنها أن تخبر ثروة عالمها الجنسي الداخلي وتستقصيها وأن تجعل أعضائها الجنسية جزءاً منها، ودمجها في صورة جسدها. وبدلاً من أن أذكر الأسماء التشرحية للأعضاء الجنسية فإنني أفضل هنا الإشارة إلى صور الحلم لمریضة: فزهرة اللوتس، صندوق كنز بكثير من الكنوز في داخله.... حياة نابضة.

وينبغي رعاية هذا الاتجاه الإيجابي نحو الجنسية بلا كلل أو ملل، إذا ما أردنا للحب أن يستمر. ويتعلق الأمر هنا باتجاه داخلي ولكن باتجاه خارجي أيضاً، أي بنشاط أو عمل... إذ يقول أرسطو «بلا عمل لا توجد رغبة»، ويتحدث المحلل النفسي ميشائيل بالينت Michael Balint عن «عمل الإستئثار الذي يتطلب الكثير جداً من الطاقة، وبشكل أكثر تخفيفاً». طالما تستمر العلاقة. وفي هذا النوع من الحب الجارف يمكن التعرف على الشكل الفاعل من الحب. بالمقابل فإن العبارة الإنجليزية القائلة «الوقوع في الحب Falling in Love» توضح أنه يضاف إلى ذلك جانب سلبي (منفعل). فالاستعداد السلبي للقدرة على الاستسلام للحب الجنسي، القدرة على الوقوع في هذه الحدث تعد مهمة جداً، بحيث أني أريد أن أقول أكثر حول هذا الأمر. فهذه القدرة ترتبط بشرطين: الثقة بالذات وبالحب الخاص بالآخر؛ ولكن أيضاً الثقة بالآخر وبحبه. وعندما يتحقق هذان الشرطان يمكننا عندئذ أن نقع ونستسلم في الحب.

إلا أنه يرتبط بهذا نكوص، أي العودة إلى أنماط الخبرة السابقة التي خبرناها

كأطفال. وهذا الاستسلام يتجدد في فعل التسليم. ويتضمن التخلي العابر عن حدود الأنا، وهذا يعني حدود شعورنا بالأنا، المرتبط مع انصهار متبادل «متقاطع». ويمكن مقارنته بالعودة إلى جسد الأم ومن ثم فهو يزيل الخبرات المؤلمة لكيثونة الانفصال عن البعض الآخر. ويشبه «الانغماس» في الآخر في أثناء الرعشة فقدان الأنا، يمكن أن يعاش وكأنه ما قبل الشعور بالموت، وبالفرنسية «الموت الأصغر La petite mort».

«من خلال قدرتي على الاستسلام فقط أستطيع أن أكسب» يقول هيجل الذي نعرفه فيلسوف المثالية والمنهجية العقل ويجعلنا نكتشف لديه وجود تفهم كبير للعلاقة الخاصة بين المحبين: «فعل هذا هو فعل ذاك». ويقول في كتابه الصادر في عام ١٨٢١ في برلين بعنوان «أسس فلسفة الحق»: «اللحظة الأولى في الحب هي أنني لا أريد أن أكون شخصاً مستقلاً لنفسي، وأني إذا ما كنت هذا أشعر بأني ناقص وغير كامل. واللحظة الثانية هي أنني أكسب نفسي في الشخص الآخر، بأني أحقق فيه ما يحققه هو من جهته في. ومن هنا فإن الحب هو التناقض الخارق، لا يمكن للمقاومة أن تحله، الذي لا يوجد فيه أقصى من دقة الوعي الذاتي الذي يتم إنكاره ولكن علي أن أمتلكه بشكل إيجابي. الحب هو إثارة وتحلل التناقض في الوقت نفسه». وتنعكس هنا الحوارية Dialogical في هذا النوع من العلاقة بين محبين اثنين بشكل فائق جداً. فإذا ما أشبعت هذه العلاقة بالوجدان، عندئذ تصبح «حواراً وجدانياً».

وهذا لا يعني أن يتم كبح وكف الوجدان أو أن ينحل على شكل تصعيد في الذهن. وهذا سيبدو اختصاراً للحب ثلاثي الأبعاد، من نحو عندما تفتقد العلاقة بالآخر. علينا ألا نفهم الذهن هنا على أنه «مناقض للروح»، وإنما علينا أن نعتبره وعياً. وبهذه الطريقة سأدرك وجداني. أنا أقبّل الوجدان في أناي وبهذا أعيش على احتياطي القوة الدافعة الجنسية وأستطيع أن أتطور في الحوار مع الآخر.

لا ينبغي أن يتحول الهو إلى الأنا، وإنما على الهو أن يظل قائماً وأن يغني الأنا،

أن ينميه وينعشه. بهذا الشكل فقط نكون قادرين على الحب بحيوية الحب ثلاثي الأبعاد بوصفه وجدان في الحوار وعلاقة مع الوعي الحي ووعي قائم في العلاقة مشبع بالوجدان - كل ذلك هو نفس الفعل.



## الضيق والحقد والغضب والغيظ ( انفعالات هدامة )

### الضيق

عندما لا تتحقق نوايانا نقول «لأشياء غير الضيق»، وعندما يقول لنا أحدهم "لا" فإننا نتضايق بل حتى أننا نتهم أنفسنا. وعندما يضايقنا شخص ما فإننا نستجيب بضيق، وعندما يمسنا بضيقه فإنه يمكننا أن «نفجر من الضيق»، ونشعر بالضغط لتفريغ ضيقنا في شخص آخر، عندئذ نضايق شخصاً آخر (فاعل)، في حين أنه في الأمثلة الأولى أعلاه نستجيب بضيق (سلبي). فإذا ما لم نفرغ ضيقنا في الخارج فإنه يتحول عندئذ إلى ضيق خائق، غاص. إننا نبتلع ضيقنا إلا أنه لا يحمد وإنما يظل فاعلاً في الداخل. وتكون العواقب الهم والغم والاستياء والاشمئزاز. فالضيق يمكنه أن يحفر في داخلنا بعمق، بحيث أنه يقود في الكبت المضاعف إلى الأمراض النفسية الجسدية، كالقرحة المعدية أو أمراض المرارة أو معاناة القولون. ويبرهن الاستخدام اللغوي الدارج هذه العلاقة: الضيق يكبس على بطني، يققع مرارتي. ومن الضيق يمكن للإنسان أن يخضر ويصفّر، بل يتضايق حتى الموت.

### الحقد

الحقد هو ضيق مكبوت، هو شكل من الكره المزمّن، الذي أضمره بحقد للعدو. ويمكن للمرء أن يتحدث عن طبع مشحون بالحقد. ومثل هؤلاء الناس يمتلكون سلسلة كاملة من الأذى والخيبات خلفهم بدأت منذ الطفولة. وكثير من الأطفال الذين ترعرعوا في الملاجئ هم «أطفال الحقد»، لا يتكلمون من شيء آخر غير الكره. والاستعداد الدائم للعنف هو نتيجة سوء المعاملة الذي تعرضوا له. إنهم لم يتمكنوا من تنمية الوعي بذاتهم بسبب الصد والرفض والتخلي عنهم بدون

أية مساعدة. ومثل هؤلاء الأطفال واليافعين المهملين يظهرون لنا مدى الارتباط الوثيق بين الحقد ووعي الذات. واليافعون المستعدون للعنف هم أشخاص في جوهرهم مصابين ومجروحين وغير واثقين بأنفسهم. والشعور الكامن بالحقد لا يغطي سوى شدة الأذى والخيبة التي عانوا منها. لم يتم إشباع جوعهم نحو الحب. ومن هنا فإنه لا يفاجئنا عندما يحقدون باستمرار ويتعاملون مع المحيطين بهم ببرودة وقسوة وبلا رحمة، كما تم التعامل معهم.

لم يتم إشباع الحاجات الأولية نحو الحماية والأمان. يضاف إلى ذلك الرفض الصريح وسوء المعاملة وعدم الاحترام والاستغلال والغبن. وبهذا يجني الوالدان لدى أطفالهم ما زرعه فيهم: الرفض الوجداني للمعايير والقيم السارية عموماً، والرفض المتحدي لذلك الذي يقدرونه هم أنفسهم.

### **الغضب والعدائية والعنف**

يتصاعد الضيق والحقد إلى الغضب، عندما «يغلي الدم في العروق»، عندما يشتعل الغضب في الإنسان، ويتأجج غضباً وينفجر من الغضب ويحطم كل شيء يقف في طريقه. والغضب طبقاً لتعريفنا في الفصل الثاني هو انفعال، أي استجابة مباشرة تستمر لفترة قصيرة على إهانة قادمة من الخارج؛ الغضب «النرجسي» (Kohut, 1975).

والعدائية هي اتجاه معرفي-انفعالي موجه ضد شخص ما، تكون محسوسة ولكن غير ظاهرة.

أما العنف فهو بالمقابل سلوك عدائي واضح، لا يتردد في جرح العدو جسماً أو نفسياً وإلحاق الضرر به؛ بشكل مباشر أو غير مباشر.

فإذا ما تصاعد الغضب وتوجه بشكل هادف نحو مجموعة محددة من المجتمع، نحو الأقليات على سبيل المثال، كالأجانب فإنه يتحول إلى عدوانية ضد الأجانب. عندئذ لا نستطيع التعرف هنا على انفعال، إذ يتفجر هنا غضب

تدميري، لا يستحق منا على الإطلاق أي تفهم. ويستحق هنا العقاب الشديد إذ أن من لا يريد «أن ينصت» (أو من لا يستطيع الإنصات) عليه أن يحس!.

## الحنق

يمكن للغضب أن يتأجج لسورة غضب، تتفرغ بشكل مفاجئ حاد. و«وتحمد» ثانية بسرعة كبيرة كما بدأت. وبهذا فإن الحنق يحرر الإنسان.

يمكن للحنق بوصفه «مفيداً» أو «محقاً» أن يدفع الإنسان نحو الالتزام بهدف ما وأن يكافح من أجله. وتعتبر الرغبة عن نفسها هنا في اللغة والتصرف. ومن الممكن لنا هنا أن نتحدث عن الحنق «الوجداني» عندما يلتزم شخص ما على سبيل المثال بموضوع محدد ولا يتراجع وإنما يكافح بحنق في سبيله. ويصبح الحنق هداماً عندما يسفر عن عراك أو تصرفات عنيفة تعبر عن نفسها في تصفية أو قتل الضحية.

إلا أننا لا نحتاج إلى أن نذهب إلى العالم السفلي لأعمال العنف. فكل واحد منا يعرف خبائثة أناسه عندما يقومون بالنميمة على شخص ثالث غائب كما هو الحال في «المضايقة Mobbing»؛ وكلنا يعرف السخرية اللئيمة التي يقلل فيها الناس من قيمة بعضهم البعض. وإذا ما كنا جديين فإننا نكتشف هذا الميل في أنفسنا نحن أيضاً إلا أننا لا نريد إدراكه. هكذا يكون حالنا على سبيل المثال مع شعور فرحة الأذى، عندما يحدث لعدونا ضرر ما، عندما يتعرض لحادث ما. فمن منا لا يعرف السعادة السرية حول الضرر الذي يصيب جارنا، عندما يفلس هو وليس نحن.

## الكره العارم، والثأر الوحشي- حياة فاشلة

نتحدث عن نفور عارم من عدو ما من شعور شديد مستمر يتصاعد لكره أعمى طالما نواجه هذا الشخص. لهذا أعتقد أيضاً أن الكره يمكن أن يكون

انفعالاً. وسوف أبرهن لماذا. هناك ناس يزرعون الكره، في أي مكان يحلون به، يكونون لئيمين وخيئين ضد الجميع، يحملون كرههم في قلوبهم ويغذونه. والشخصية ككل تبدو مشحونة بالخوف. وبمجرد أن تتوفر أقل مناسبة تشتعل الفتنة وتتم ملاحقة العدو بلا رحمة. الكره غالباً ما لا يعرف المساومة. والكاره لا يتمسك بعناد في كرهه فحسب بل يرهه ويمتنع عن كل استبصار. ويلاحق العدو بكره أعمى من دون أن يتمكن من التخلص منه. أو أنه ينصرف عنه ويرفضه ويقلل من قيمته، ويتخلى عنه ليهتم بشخص آخر-وهو شكل قلما نهتم به من الكره؛ وعلينا أن نفهم كثير من حالات عدم الإخلاص بهذه الصورة. والكره الكامن هو كذلك دافع في كثير من الحالات للاقتراء والقذف والوشاية والدسيسة والوشاية. وفي الشكل الكامن (المتخفي) يمكن كذلك أن يكون عدم الالتزام بالمواعيد وعدم الأمانة العامة تعبيراً عن الكره الكامن.

لا شيء أكثر إنسانية من الكره. علينا الافتراض دوماً أننا نكره. فقد أجابت مارغريته ميتشرليش Margarete Mitscherlich بنعم واضحة عن السؤال: هل علينا أن نكره. وهذا ما يبرهنه سلوك الناس منذ العصور القديمة.

ويمثل تيمون الأثيني Timon von Athen الشخصية الرئيسة في مسرحية شكسبير التي تحمل نفس الاسم مثلاً نموذجياً للإنسان الكاره. إنه الكره بعينه. كرهه يتوجه نحو الجميع: فهو يدعو الضيوف للطعام ولكنه لا يقدم لهم سوى صحنواً من الماء ويطرد الضيوف في النهاية غاضباً من منزله. إنه يلعن الناس وينسحب إلى الصومعة. ومحاولات أناسه لإصلاح الأخطاء يصدها ساخراً في مهب الريح، لا يهادن ولا يرحم في كرهه. كما أننا نرى لدى تيمون كذلك مناسبة الكره: فقد بدد تيمون أملاكه على بتستلر وعندما احتاج إلى مساعدته لم يجدها. فكرهه إذاً كان استجابة ويتضمن الكثير من الثأر كدافع أساسي للكره. وقد آذاه الصد في احترامه لذاته بشكل حساس، وقد انتقم لذلك. وهنا نضع أيدينا على سبب مهم للكره الانفعالي: الإهانة العميقة والفضيحة والجرح النفسي والإذلال

العميق. لقد خيب شخص محبوب ومهم بالنسبة لنا أملنا بشدة. تساء المعاملة للابن، تستغل الابنة جنسياً. وهذه الحيات يصعب تحملها أكثر كلما كنا أكثر تعلقاً. نحن ممسوسين بعمق. والاستجابة على ذلك تكون الغضب العارم ضد كل شيء أو الكره الهادف الذي لا يرحم بلا مساومة. ومن دون مثل هذا النوع من النشاطات يحدث القلق. ويظهر اليأس وفقدان الأمل. إلا أن هذا هو الأرضية التي ينمو عليها الغضب والكره والحقد والسخط والعدائية. ومن هنا فإن هذه المشاعر العنيفة إشارات لخطر حقيقي أو متوهم.

وإلى جانب هذه الأسباب النفسية تلعب العوامل الاجتماعية دوراً لا يستهان به في الاتجاهات نحو العدائية والعنف: فالشبان العاطلين عن العمل، من دون أمل بمستقبل مفيد ومكانة مقبولة إلى حد ما في المجتمع، يرون كيف أن الآخرين بشكل فعلي أو مخمن، الغرباء، يحصلون على عمل، مما يسبب أول غضب منتشر، ويتحرك الكره الهادف نحو «أولئك»، والنتيجة الاستعداد الكامن للعنف.

فإذا ما تم توجيه هذه المشاعر الكامنة إلى مجموعة ما، بالإضافة إلى الأحكام المسبقة فإنه يمكن عندئذ للغضب المنتشر حتى الآن أن يتوجه بشكل هادف نحو الكره للأجانب وأن يتجلى على شكل عنف خالص ضد الأشياء والناس. والشرط لذلك هو الشيطنة الكامنة في الأحكام المسبقة للآخر، للغريب، الذي يتم كرهه لأنه مختلف.

### **الكره بين الأجيال**

يكره الأطفال الوالدين، والوالدان يكرهان الأطفال. والأسباب هي في التوقعات والآمال المتبادلة.

يتطور الأطفال بشكل مختلف عما يتوقعه الآباء. ومن حق الأبناء والبنات أن يتمنوا لأنفسهم آباء وأمّهات يقومون بأدوارهم بصورة مثالية جيدة.

فهم مرتبطون بالمثل، التي يحتذون بها، يتماهون معها. وتقول مارغريته

متشرلش: «نهاية المثل العليا» قد أتت ، إذ أن الوالدان اللذان انكسرت هويتهما، لا يستطيعان أن يكونا تلك المثل العليا. إنها غير ملائمان ليكونا مثلاً أعلى. «لن أكون مثل أمي»، هكذا يفكر كثير من اليافعين، أو «كل شيء ولكن ليس مثل أبي» وهنا كذلك تتطابق شدة الغضب مع مقدار الخيبة، التي هي من جهتها مؤثر على درجة التقديس idealization، غضب الشباب الخائب أمله يكون كبيراً لأن آبائهم وأمهاتهم ومعلموهم ومدرّبوهم لا يحققون أبسط توقعاتهم التي يتوقعونها بحق. والنتيجة المأساوية بالنسبة لنمو الشخصية بالنسبة لليافعين تتمثل في أنهم لا يمتلكون شيئاً يمكنهم أن يتماهوا معه. ومن هنا تظل هويتهم عاجزة بالضرورة. ومن الصعب تحمل الفراغ الداخلي المحتمي المرتبط بذلك. ويمكن تسكينه بشكل عابر من خلال العقاقير، وخنقها بالكحول أو تغطيتها من خلال تجارب الشجاعة، كالقفز بالمظلات أو الكتابة على الجدران وما يشبه ذلك.

## الكره بين الرجل والمرأة

يمكن بسهولة كبيرة نقل كرة الابنة لأبيها والابن لأمه إلى الشريك من الجنس الآخر، فيتحوّل عندئذ إلى الكره بين الجنسين.

وحتى الأساطير تخبرنا عن الكره الراهن اليوم للنساء تجاه الرجال. وقد اهتم كلايست Kleist بهذا الموضوع في الدراما التي كتبها بعنوان «بينثيسيليا Penthesilia»: ففي يوم من الأيام هجم الأثيوبيون على السكيثيين Skythen، وقتلوا الرجال وسلبوا النساء. ومنذ ذلك الحين كرهت نساء السكيثيين الرجال. وكأما زونيات<sup>(١)</sup> هجمن من ناحيتهن على بلاد الأثيوبيين، وأسروا الرجال ولم

---

(١) Amazonian قوية، مسترجلة، محاربة. والأمازוניات، في الأساطير الإغريقية محاربات خرافيات كن يقمن على ضفاف البحر الأسود.

يخلين سبيلهم إلا بعد أن احتفلن معهم احتفال الحب. تريد بينثيسيليا امتلاك آخيل، ولكنها لا تستطيع تحمل أنه يحبها. فهي تريد أن تظل منتصرة. وعندما لاحظت أن آخيل قد تخلّى عن حبه لها ظاهرياً نزولاً عند رغبتها أطلقت عليه بغضب متحد سهماً قاتلاً في رقبته وجعلت الكلاب تفترس جثة الرجل المكروه. بينثيسيليا Penthesilia غير قادرة على الحب، أي على أن تكون متعلقة. وتحت ثمن الوحدة تقطع العلاقة بالرجال، وبهذا فهي تكره التعلق به.

وحتى في الأنوثة الحديثة يتم النظر للاعتماد المتبادل بين الرجل والمرأة على أنه مشاعر نقص، كخضوع. فعلى ماذا يقوم الكره بين الجنسين هذا؟ أيقوم على عدم الثقة ومشاعر النقص؛ أيقوم على مشاعر لا يجوز لها أن تصبح شعورية، لأن الوعي بها يسبب الشعور بالإهانة أو الإساءة؟

وهنا تنطبق المعادلة أيضاً: كلما كان الإنسان أقل ثقة كان الكره أكبر. فسلوك بينثيسيليا Penthesilia ليس أكثر من مجرد صورة مشوهة لرفض مبدئي، تجد له المرأة كل الحجج الممكنة، من أجل عدم الخضوع والانتساب بدلاً من مقاومته إلى الحركة النسائية والتقليل من قيمة الرجال المكروهين.

وبالفعل هناك رجال يغتصبون النساء ويقمعونهن ويتسغلونهن. إلا أن هذا ليس مبرراً لرفض الرجل، ليس مبرراً لأن يقود إلى كره الرجال. والعكس كذلك صحيح: توجد كثير من النساء تقمع الرجال. وحتى هنا لا يجوز أن يقود هذا إلى كره النساء. وهنا يمكن للتحليل النفسي أن يسهم في علاقة بين الجنسين متحررة من الكره بين الرجال والنساء. ومن ضمن هذا المعرفة: النساء متعلقات بالرجال كما الرجال متعلقون بالنساء. وكلاهما يصعب عليهما الاعتراف بهذه التعلقية.

## الثأر

الثأر (الانتقام) شكل خاص من العدائية، لا يكون فيه الاعتداء أو الهجوم مباشرة وإنما مؤجلاً. ويهدف الثأر للانتقام لظلم يلحق بالشخص. ومن هذا

الجانب يتضمن الكره العارم للشباب ضد الكبار والنساء ضد الرجال وبالعكس كدافع موجه للثأر دائماً. وكلما كان الإحساس بالإهانة والتبخيس أشد والتقليل من القيمة أكبر كان الثأر أشد. ومن هنا فإن هذا الشعور العنيف الذي يمكن أن يتصاعد إلى الثأر محق ومفهوم.

بينثيسيليا Penthesilia ثارت من الرجال بسبب هجومهم عليها في بلد مسالمة، ثارت لقتل الرجال واغتصاب النساء. لهذا تضرر الانتقام وتحشى من القتل.

وتقدم لنا الأسطورة نظرة في الهوة المرعبة للناس الذين لا يستطيعون شيئاً آخر غير التعطش للثأر ولا يستطيعون غير تفريخ الثأر، الممتلئة حياتهم بنزعة الثأر. وهكذا على سبيل المثال تقوم ميديا المطرودة بثأر دموي كانتقام لعدم إخلاص زوجها جاسون Jason الذي لم تعرف كيف تعاقبه غير قتل أطفالها.

إليكترا<sup>(١)</sup> Elektra أحبت (كما أحب أوديبوس Oedipus أمه جوكستا Jocasta) والدها بشكل خاص آغاميمنون Agamemnon (أريد أن أراك، لا تتركني اليوم وحدي!). وتريد الانتقام لموته من آيغيسثوس Aigistgos وفي الوقت نفسه تصيب أمها كمنافسة لها على حب الأب). وفي طبقات لا وعيها العميقة هي حانقة على أمها غير المخلصة، التي فضلتها على أبيها كشريك، وتركها تنهار. فكره إليكترا

(١) إليكترا بنت آجامنون وكلمنسترا، أرادت الانتقام من أمها كلمنسترا الجميلة الشريرة والحائنة لزوجها آجامنون بطل طروادة التي اختارت الزواج بإيجيسثوس؛ لذلك دفعت أخاها أورست الذي تعرفت عليه عند قبر أبيها آجامنون، بعد أن كانت تعتقد أنه قد مات منذ سنين عدة على إثر طرد العاشقين الحائنين لهما عقب تأمرهما على قتل أبيه، فكان هذا التعارف البداية الحقيقية للتعاون والاشتراك بين الأخت إليكترا وأورست في الانتقام لأبيهما من أمها الحائنة وعشيقها المذنب الآثم ثأراً وعقاباً.



في هذه العلاقة هو انتقام ناجم عن الخيبة أساساً. يضاف إلى ذلك الحسد الجنسي للمرأة الحساسة جنسياً على الأم، وهو ما يقوي الكره والانتقام. وعندما عرفت، ما كانت تخمنه لا شعورياً، من أخيها أوريسست Orest بأن زوجة والدها آغاميمنون Agemnenon قتلت زوجته كليتمنسترا Klytemnestra، أي أمها، لا تضمر سوى الانتقام. وقد امتلأت برؤى عن الانتقام. إنها لا تريد أي أمر آخر من حياتها سوى الانتقام لموت الأب المحبوب. إنها لا تريد أن تهدأ إلى أن تروي عطشها بالانتقام. وتبرهن نوايا إليكترا وتلهفها إلى أي مدى يمكن أن يسيطر الكره العام والانتقام على الإنسان. إنه انفعال لا يخشى من التضحية بالنفس الذي يلاحق هدفه بلا كلل ويبحث عن معنى الحياة ويجدها في الانتقام العام لوحده.

كما يمكن للانتقام أن يكون كذلك دفاعاً ضد المشاعر المكبوتة المشحونة بالخوف، التي تحمل في طياتها معاناة شديدة إلى درجة أنه من الأفضل لها أن تظل مكبوتة. وتنشأ مثل هذه الانفعالات المؤلمة بشكل خاص في سياق فقدان إنسان مهم بالنسبة لنا. إنها آلام الانفصال ومخاوفه ومشاعر الحزن. عندئذ يمكننا التوق نحو الانتقام من عدم الاضطرار إلى الإحساس بهذه المشاعر المخجلة والمؤلمة.

انتقام النساء، هذا هو عنوان كتاب لأورسولا ريشتر. وفيه تروي الكاتبة انطلاقاً من خبراتها كيف تنتقم النساء عندما يتم رفض حبهن على سبيل المثال. وفي الوقت نفسه يتضح مدى شدة انتقام المرأة.

إلا أنه يمكن دراسة انتقام النساء اجتماعياً بدقة كبيرة من خلال مراحل الحركة النسائية. إنها تنتقم بشدة من الرجال على قمع المرأة طوال قرون. «فهنا تتحول النساء إلى ضباغ»، هذا ما تقوله قصيدة شيللر حول الجرس وكثير من المثقفين اليساريين يستغرب، إذا ما أصبحت زوجته المدللة في يوم من الأيام خصماً عنيداً من خلال الحركة النسائية، مسببة له الخوف، متبوعاً في كثير من الحالات بامتناع جنسي لا شعوري على شكل اضطرابات عجز جنسي لديه.

الرجال غير الواثقين أو المزعزعين يحمون أنفسهم في ردة فعل على النساء

المسترجلات من خلال مجموعات الرجال ويبدءون بالتشكيك بقيمتهم الذكورية التقليدية (Nitzschke, 1988)، أو يبحثون عن التفهم لوضعهم الصعب.

## **طرق ضد العنف، وكره الغرباء والعدوانية تجاه الآخر**

تقول إحدى القواعد الأساسية في الخدمة الاجتماعية والتربية الاجتماعية أنه «لا بد وأن يتم التنفيس عن الغضب». فبدلاً من تراكم المشاعر وازدحامها من الأفضل تصريف الغضب والحنق والكره نحو الخارج بشكل مضبوط.

**ومن أجل هذا توجد أوعية عديدة:**

1- يمكننا «تصفية الحساب»، «تصفية الأمور» من خلال الحديث مع الآخر، مناقشها على مستوى أعلى ونحددّها ونقننها، أو نشتم ونزجر على مستوى أدنى.

2- عبر الجسد يمكن من خلال الرياضة واللعب التنفيس عن الغضب والحنق بشكل غير مباشر، وتنسيقه والسيطرة عليه و «تنفيسه» من خلال قوانين اللعب؛ فيتم تعيينه في أفراد الفريق وتقييده في الحقل الخاص ضد الفريق المنافس. وتقوم جاذبية الألعاب الرياضية بالنسبة للجمهور على الأهمية الرمزية الكامنة لصراع البقاء، عندما يكافح الجميع في كرة القدم حتى الرمح الأخير من أجل الكرة على سبيل المثال «كما يتصارعون من أجل طريدة» (Thomas Kutter).

3- يمكن عبر الفن، عن طريق ثالث من التصعيد، التنفيس عن الغضب بصورة لا شعورية بحيث يتعامل الإنسان بشدة مع الريشة، أو يهوي بقوة على الحجر، أو «يقطع» بالخشب أو «يحفر» على النحاس.

4- إيلاء الانفعالات والمشاعر الشديدة أهمية خاصة قي أشكال معينة من العلاج، كالعلاج الأساسي Primary Therapy لآرثر جانوف Arthur Janov، والعلاج الجشطلطي لفريتس بيرلز، والطاقة الحيوية Bioenergetics لألكسندر لوين Alexander Lowen، والتحليل المتمركز على الجسد لتيلمان موسر Tilman Moser أو مجموعات المواجهة التي أعيد إحيائها من قبل كارل روجرز.

وتقدم هارريت غولدهور ليرنر Harriet Goldhor Lerner في كتابها بعنوان «إلى أين مع الغضب؟» إجابة مشابهة فتقول . يؤكد الجميع على أنه لا بد من التنفيس بشكل مضبوط عن الغضب والحنق والغيط والميل للعنف. فالشعار هو «اغضب!» وليس «لا تغضب». إلا أن أفضل طريق للتنفيس عن الغضب هو المواجهة المباشرة

في توكيد سليم للذات في جدل عادل يتم فيه تحقيق الأهداف المحققة بدلاً من المقاومة غير المحققة.

## الحسد والغيرة طريقان نحو التعاسة

### الحسد

الحسد كالغيرة انفعال يبحث بشغف عما يسبب المعاناة، ومن ثم يقود بالضرورة لجعل الإنسان تعيساً. الحسد هو نتيجة لشعور من مشاعر النقص. نحن نتحدث عن «حسد الفقراء» ونقصد بهذا أن الفقراء يحسدون الأغنياء على ملكهم. فما لا نملكه... ما ليس لنا... يستثير حسدنا. وهنا ليس بالضرورة أن تكون ملكية ما هي التي تستثير حسدنا، وإنما يمكن أن تكون خاصية أو صفة ما هي التي توظف فينا الحسد: الجمال والصحة والذكاء.

وعلى عكس الغيرة التي يشترك فيها دائماً ثلاثة أشخاص: الأول هو الغيور والثاني غيور منا والثالث هو الذي الغيرة بسببه - أما في الحسد فالأمر يتعلق فيه باستمرار بشخصين: الأول الذي يحسد الآخر على شيء ما، لا يملكه هو نفسه. وبما أن الإنسان لا يمكنه أن يمتلك كل شيء من الأمور المادية والصفات الشخصية الجيدة فسوف يوجد دائماً آخرون يمتلكون أكثر أو أقل منا. وهكذا فإن الحسد أمر لا بد منه موجود في كل مكان.

لهذا يطلق عالم الاجتماع هلموت شوك Helmut Schock على الحسد تسمية «فئة أساسية أنثروبولوجية»<sup>(١)</sup> ويقصد بهذا بأن الحسد «أعم بكثير أو أكثر انتشاراً بكثير مما نعتزف أو نقر به»، ويحتاج دائماً إلى نزع القناع عنه من أجل اكتشاف الحسد المقنع المتنوع. ويمكن للمشاعر الحسودة أن تكون مستمرة وكثيفة وتستحوذ على الإنسان وأن تحرفنا عن مسارنا إلى درجة أنه يمكننا الحديث بحق

---

(١) الانثروبولوجيا: علم أصل الإنسان. يبحث في أصل الإنسان ومعتقداته وعاداته.

عن انفعال عارم، وإن كان هذا الانفعال وعلى عكس انفعال الحب انفعال هدام مثله مثل الكره.

ويمكن لبعض الأمثلة من الحياة اليومية أن توضح ذلك: تحسد امرأة النساء الأخريات لوجود أولاد لديهن. إلا أنها هي نفسها تخشى إنجاب الأطفال بشكل كبير، وهو أمر لا شعوري بالنسبة لها. ما هو شعوري بالنسبة لها هو الحسد. حالة أخرى: يكاد رجل أن ينفجر من الحسد، عندما يرى كيف يحقق زملاءه النجاح في العمل، في حين يعاني هو من كل مدير له. رجل ثان لا يجعله الحسد لأخوته يهدأ لأنهم يعيشون في ظروف لا يستطيع تحقيقها هو. وتوضح لنا هذه الأمثلة الثلاثة ماهية الظواهر التي تلعب دوراً في الحسد: فالمحسود يمتلك شيئاً يحتمل لدى الحاسد أهمية كبيرة. في الحالة الأولى كان الأطفال وفي الثاني التطور المهني وفي الثالث الظروف المادية.

**والحاسد يقدر نفسه هنا بأنه أقل:** فالمرأة تخاف من أن تلد طفلاً والرجل في المثال الثاني يعاني من صعوبات مع مديره والثالث لم ينجح في تأمين نفسه مادياً. فما يميز الحسد هو قطبية القيم بين الحاسد والمحسود. كلا القطبين ينتميان لبعضيهما. وغالباً ما لا يعرف المحسود على الإطلاق بأنه محسود. فالحسد أحرص نحو الخارج، إلا أنه يستمد طاقته باستمرار من الداخل. والحاسد مشغول دائماً بالمحسود. إنه يقارن نفسه معه وقيس قيمه به وقوته الجسمية وذكاءه وأملاكه. مزايا المحسود تسحره بقوة وتجعله يصل باستمرار للنتيجة المعذبة التي مفادها: أنا أسوأ من الآخر، أنا أقل منه.

وعلى الرغم من أنه تتم استثارة الحسد من المحسود: فهو يمثل المثير الذي يستثير الحسد. إلا أن شعور الحسد يقبع في روح الحاسد نفسه: إذ تغمره التصورات المعذبة والمدمرة للذات والسيئة، ويعذبه ويرهقه تعكر المزاج المستمر. الحسد يسممه من الداخل يتغذى من الذات يقضم وينهش في الروح. وهذا هو البعد النفسي للحسد.

**الحسد هو الطمع المهلك لذات الشخص نفسه.** فإذا ما أصبح الحسد مزمنًا وتخلّى الحاسد عن الأمل في قدرته على تغيير شيء ما في هذا عندئذ يتحول إلى غيظ أو امتعاض *resentment* ، إلى «حسد حياتي» كما يقول فريدريش نيتشه. وهذا عبارة عن انفعال يكره كل شيء قوي ومنعم وسعيد وصحيح وسليم وطبيعي، لأن الإنسان نفسه لا يمتلك شيئاً ولا يجد رضاه إلا من خلال تعيب الآخرين والتقليل منهم والإساءة إليهم وتصغيرهم من أجل الحفاظ على ذاته متماسكة تجاه ما يشعر بأنه لا يمتلكه وتجاه عدم حصوله على نصيبه.

ومن خلال قيام المغتاض بالتقليل من قيمة ما يمتلكه الآخر فإن الشخص المشحون بمشاعر الغيظ يقلل في الوقت نفسه من قيمته هو نفسه. إنني أتذكر مريض كان مريضاً من الحسد يفترس ذاته. وقد نمت لديه عبر اليوم تخيلات مضمونها أنه يعيش في عالم المحسود ويستولي عليه ويدمره، في أثناء نوم المحسود في بيته غارقاً في أحلامه. حتى أن مشاعر الحسد قد حطمته ودمرتة وسممته جسدياً: فقد شعر بالسم في داخله وحلم بأن جسده يتحلل إلى سائل أصفر في داخله حراب وسكاكين حادة. وهنا، في الغيظ، تتحقق جميع محكات معاناة الحسد، الحسد القاتل، على عكس مشاعر الحسد.

**ومصير الحسد هو تدمير الذات.** فإذا ما تحول هذا التدمير للذات إلى تدمير متع عندئذ يضاف إلى الحسد مركب مازوخي وبهذا فإنه يقترب من الانحراف. ويمكن أن يمتد أذى الذات إلى درجة أنه تنشأ أعراض جسمية. فيصبح الإنسان «شاحباً من الحسد» لأن الأوعية الدموية تتشنج ويرتفع ضغط الدم؛ أو يصبح «أصفرأ من الحسد»، لأن المرارة تزدهم بإفرازاتها، وتصبها في الدم.

**ومصير ثان للحسد هو الكره الحائق المتجه نحو الخارج.** فبطريقة متخفية يحاول الإنسان المشحون بالحسد إلحاق الأذى بالمحسود. وغالباً لا يتم الاكتفاء بالمحسود نفسه وإنما شخص مختلف هو الذي يحصل على الكره المكثوم وأحياناً بشكل اتهامات صريحة أو ملاحظات متخفية خبيثة. وغالباً ما تكون الضحية

الزوج أو الزوجة أو الأولاد الذين يعانون من انفجاراته أو عيائته المستمرة والمقللة من القيمة للحاسد غير الراضي عن نفسه. وتتم الإساءة إلى الشركاء والأولاد والأصدقاء وتوريطهم، وفضحهم، والتلاعب بهم، وجعلهم يختلفون ببعضهم والتنديد بهم وتسويد وجوههم والقذف والطعن بهم وإهانتهم. ويبحث الحاسد بطريقة غدارة ومخادعة مأكرة عن التعويض لنفسه عما ألحقه من أذى. وعليه فنحن نمتلك مصير من الحسد أمامنا يتصف بإلحاق الأذى بالآخرين. ولعل عطيل في شكسبير الذي نعرفه كمثال للغيرة هو ضحية لياغو Jago الحاسد الذي هو ليس كارهاً سريع الغضب، وإنما منتقم بارد. وهذا الإنسان الأناني يحسد عطيل على مركزه وماله وحظه مع ديسديمونا Desdemona. لهذا يشعل ياغو الغيرة في قلب عطيل، حيثما استطاع ويحقق الإشباع السادي في تعكير المحسود. وهنا أيضاً في هذا المقام تتضح لنا العلاقة الوثيقة بالانحراف، وبالتحديد السادية. وعن السلوك المفترس بالحسد يمكن أن ينتقل المرء لارتكاب أعمال جنائية. وغالباً ما يكون التدمير الذي لا معنى له لأملئك الآخرين هي العاقبة لانفجارات الحاسد الذي يعاني.

وفي الحسد المدمر للذات يكون تأثير عمل الحسد نحو الداخل، وفي الحسد الموجه نحو الآخرين ينفجر الأذى نحو الخارج. وفي كل حال فإن الإدراك الأليم لميزات أو حسنات الآخر مقارنة بالشخص نفسه هو السبب النفسي الصامت للأعراض الشالة لأذى الذات والآخر. فالحسود لا يمكنه احترام نفسه ولا أن يحبها. فهو منذ الطفولة واليفوع حسود، يستكثر على الآخرين أي شيء، إنه إنسان يرثى له، غير واثق، فاسد السريرة، عديم الضمير ومملوء بالشك ولا يوجد لديه أي وعي سليم بالذات.

في اللغة التخصصية التحليلية النفسية نتحدث عن اضطراب نرجسي في الشخصية. سمته الأساسية «اضطراب في الأنا»، نقص في بنية مستقرة ومتكاملة للأنا. وعلى عكس مشاعر الذات غير الواثقة يبدو كل شيء آخر ذا ألوان ساطعة

مختلفة. فالحديث الحيوي للآخر يذكر بشكل مزعج «ببهاة الأفكار الذاتية». ويصعب تحمل هذه المشاعر من اللاقيمة إلى درجة حدوث انفجار انفعالي مفاجئ يمكن للمرء فيه أن يتحطم من الحسد، أو يبدو ذلك الشعور من الحسد الصافي المفترس للقوى الذاتية وكأنه شر أهون.

**وسوف نتعرض الآن لثلاثة أشكال خاصة من الحسد، تجعل حياتنا صعبة. ولهذا فإنه من المفيد التعرف إليها.**

**أولها هو الحسد الجنسي،** أي الحسد بين الجنسين. فما يسمى بحسد القضيب عند فرويد المعروف والذي تمت إساءة فهمه في الغالب. وهو حسد البنت لعضو الذكر أو بالمعنى المجازي، حسد المرأة لمنح المجتمع للرجل مرتبة أعلى من المرأة من الناحية الاجتماعية. وليس لدينا من مشكلة في فهم هذا الحسد على أنه حسد يرجع للتقدير الاجتماعي العالي الذي يمنحه المجتمع للرجل. إلا أنه من الأصعب أن نبدي تفهماً بشكل عام لحسد القضيب. وحتى في معسكر التحليل النفسي لم يعد اليوم ينظر لحسد القضيب على أنه «الفرق الصغير» الكبير، إلا أننا مازلنا نجد في الممارسة التحليلية النفسية كفاية من النساء يلعب لديهن حسد العضو الذكري دوراً كبيراً. ولا يثير هذا الأمر العجب إذ أن عضو الذكر ملحوظ في حين أن عضو المرأة غير ملحوظ. كما أنه يمكن للمرأة أن تحسد الرجل كذلك لأنه على أساس العلاقات التشريرية - في العضو غير المنتصب - وعلى عكسها هي لا يمكن الحصول عليه بشكل فاعل. وبهذا فهو محمي من الاغتصاب، في حين أنه من حيث المبدأ يمكن اغتصاب المرأة حتى في حالة عدم الاستشارة. ومن هذا المنطلق فإن التشرريح هو بالفعل «القدر» كما كتب فرويد ومن ثم فإن الفرق ليس «صغيراً» بالفعل.

وكلما اعتقدت المرأة أكثر أنها غير كاملة أو مكتملة مع مشاعر جسدية مفادها أنه ينقصها شيء كان حسدها للرجل أكبر. ومن هذه الناحية فإن جذور الحسد هي عبارة عن نقص، نقص في المجال التشريري. أما إذا كانت المرأة بالمقابل واثقة



من نفسها أو حتى فخورة بذلك فإنه ليس لديها سبب لتحسد الرجل على شيء.

**أما حسد الرجال للنساء** على قدراتها على الحمل والإرضاع فهو معروف بشكل أقل. و في المجتمعات البدائية كان يوجد تقليد مفاده أن يستلقي الرجل أثناء فترة نفاس المرأة في السرير ويقوم الآخرون برعايته. في مجتمعاتنا فإن الرجال يحسدون المرأة على صدرها؛ ومن هنا فإنه ليس من المثير للاستغراب أن يلعب الصدر في كل تنويعاته دوراً كبيراً في رسومنا.

الحسد في الوقت الراهن يتمركز على حسد الأخوة. الأخوة الأصغر ينظرون لأخوتهم الأكبر منهم بحسد وكذلك الأكبر على الأصغر، عندما يتم تفضيل هؤلاء. ومن من لا يعرف انفجارات الغضب في حجرات الأطفال عندما يخرب طفل لعبة طفلاً آخر. فإذا كان هو لا يستطيع أن يمتلكها، فينبغي ألا يمتلكها الطفل الآخر. وفي الأطفال وحسدهم الصريح نستطيع أن نلاحظ ما يحصل بشكل متخفي في الكبار.

### **كما نلاحظ حسد الأجيال في كل مكان ، الحسد بين الوالدين**

**والأولاد.** فالوالدان يحسدان في أولادهما شبابه وحيويتهم وعفويتهم وحريتهم؛ وبشكل خاص حريتهم الجنسية . وبالمقابل يحسد الأولاد الوالدين على أسبقيتهم الزمنية ومركزهما ومعرفتهما وحياتهما الجنسية. ونعرف من التحليل النفسي بأن حسد الرضيع الصغير الذي ما زال يؤثر في الكبار، هو حسد الرضيع على الثدي، على المنبع الذي يتدفق منه الحليب والعسل. وقد كانت المحللة النفسية ميلاني كلاين التي توفيت في لندن عام ١٩٦٠ هي التي اكتشفت في العلاجات التحليلية النفسية للأطفال القوة التدميرية لهذا الشعور المعترف به اليوم من الحسد المبكر. إلا أنه تكثر ملاحظته أيضاً في كثير من التحليلات النفسية للكبار.

مشاعر الحسد مضرّة جداً بنمو الطفل. فيما أنه يتم تبخيس الموضوع المحسود في الخيال (الهوام) والهجوم عليه وتدميره، فإنه لا يعود ينفع الطفل. فتعذبه عندئذ مشاعر الذنب لأنه دمره فتعتمره مشاعر القلق بأن يتم الاعتداء عليه لهذا السبب

وتدفعه في حيرته نحو ذلك الشيء الذي يحتاجه، والذي قام بتدميره على سبيل المفارقة قبل هذا. ويمكن عزو الفشل أو الإخفاق لنتائج الحسد. ويتعلق الأمر بأشخاص «يفشلون في تحقيق النجاح» (Freud, 1915). إلا أنه من الصعب الاعتراف بأن الشخص ينقصه شيء ما وأن الآخر يمتلك هذا الشيء إلى حد ما. فإذا ما قللنا من قيمة الآخر، فإننا سنكون قد حافظنا إلى حد ما على مشاعر قيمتنا الذاتية ظاهرياً، إلا أننا في الوقت نفسه نكون قد حرمانا أنفسنا من الحصول على المساعدة.

وإلى جانب هذه المظاهر النفسية للحسد لا بد من توضيح البعد الاجتماعي للحسد: فالحسد ينشأ أيضاً من خلال الظلم الاجتماعي الواقعي. فما الذي عليه أن يفعله طفل نشأ في فقر مدقع كي لا يكون حاسداً بسبب ظروفه الضيقة لأولئك الذين لهم حظ أوفر؟ ما الذي على الشاب العاطل عن العمل أن يفعله كي لا ينظر بحسد لأبناء وبنات الأسر التي وضعها أحسن، التي دخل أبناؤها الثانوية العامة. وهل على العمال والحرفيون ألا يحسدوا أولئك الذين يلتحقون بالجامعات ويتخرجون منها، متى سيمتلكون الوقت لقراءة الكتب المهمة والتفكير براحة بال وأن تكون لهم فرصة للنقاش والمشاركة السياسية؟

إن النظر لهذا النوع من الحسد المنطلق من عدم العدالة الاجتماعية من وجهة النظر النفسية سيكون رؤية مختصرة. فمن غير المنصف بالنسبة للمعنيين محاولة توضيحه من الناحية التحليلية النفسية فقط. فهنا لا يمكن إلا للإجراءات السياسية أن تقدم المساعدة التي تهدف إلى تحقيق تكافؤ أكبر للفرص بين الناس: سياسة التعليم، النظام الصحي... الخ.

إلا أنه علينا ألا نسقط في فخ الوهم بأنه من الممكن إزالة الفروق بين الناس بشكل جذري. فالفرق بين الجنسين سيظل بالطبيعية قائماً، مثله مثل الفرق بين الوالدين والأولاد وبين الأخوة. وهذه المعطيات الأساسية للحياة لا يمكن إزالتها. وهذا غير ممكن في أي نظام سياسي. إلا أن ما يمكننا فعله هو ما يلي: بآلا

نجعل الفروق التي لا يمكننا تجنبها كبيرة، في تربية أطفالنا مثلاً. كما يمكننا بالإضافة إلى ذلك أن نفعل: الحفاظ على الفروق التي يمكن تجنبها ضمن حدها الأدنى من خلال الموازنة المادية بين الذين يملكون الكثير والذين يملكون القليل من خلال قوانين الضرائب على سبيل المثال ، بين الأسر الكبيرة والأسر الصغيرة، بين المتزوجين وغير المتزوجين... وبهذا يمكننا تخفيض الحسد.

ما الذي يمكننا بالإضافة إلى ذلك فعله؟ يمكننا محاولة تحويل الحسد القائم إلى منافسة صحية. فبدلاً من أن نطمح باستمرار للامتلاك ونفترس كل طاقتنا في الحسد يمكننا أنفسنا أن نبدأ «باكتساب شيء ما من أجل أن نمتلك شيئاً ما» (Goethe). يمكننا أن نشكك بعدم التناسب بين التقليل من قيمة الذات والتقليل من قيمة الآخر وأن نجعل الحاسد ينتبه لحسناته الخاصة التي لم يعد يدركها في ذاته على الإطلاق نتيجة حسده المطلق لحسنات وميزات الآخرين. وعليه يمكن للمرأة التي تحسد الرجال في مجتمعنا للاعتبار الذي يحصلون عليه أن تكتشف بنوع من «إعادة تقويم القيم» أن تثبت أنوثتها الكامنة فيها والتي ظلت متخفية عنها حتى الآن.

وبالطبع لن تزول الفروق بين الناس بهذا. لهذا فإن المجتمع الخالي من الحسد هو مجتمع مثالي. ولكننا نستطيع أن نفعل كل شيء من أجل نجعل أبنائنا كوالدين على سبيل المثال أن ينمو لأولاد واثقين من أنفسهم. وعلينا في كل الأحوال أن نتجنب أن نقدم لهم مثلاً أعلى من النزعة للإنجاز بطريقة مبالغ بها موجهة بالحسد. وبهذا نكون قد تجنبنا الكثير من أشكال الحسد. إلا أن هذا يشترط أن يعيش الوالدان في ظروف اجتماعية مستقرة إلى حد ما؛ وترجع مسؤولية تأمين ذلك للدولة. ويشترط ذلك من جهة أخرى أن يكون المرء واثقاً من نفسه من الناحية النفسية إلى حد ما؛ فهذه تعد مسؤولية كل إنسان فرد.

فإذا ما تحقق الشرطان فسوف نعترف عندئذ بلا حسد ما الذي يمتلكه الآخر، وعندئذ أستطيع أن أقول لنفسي: إذا ما لم أمتلك شيئاً ما آخر مما يمتلكه

الآخر غير أني أمتلك شيئاً ما

لا يمتلكه هو أيضاً. وكأنسان واثق من هويته الجنسية فليس من الضروري  
حسد الجنس الآخر. وعندما أحترم نفسي يفقد الحسد أساس وجوده. أنا أعرف  
من أنا لهذا يمكنني أن أترك الآخرين كما هم بدلاً من أن افترس نفسي في سبيل أن  
أكون مثل الآخرين.

بإختصار فإن الحسد شعور يمكن أن نسميه انفعال...معاناة بالمعنى  
الحرفي للكلمة. ونحن لا نريد المبالغة ولا التقليل من أهميته. إلا أننا  
نستطيع التعرف عليه فينا وفي الآخرين كي نكون أكثر تحسناً من



## الغيرة

عندما نغرق في عملنا اليومي ولا نمتلك الوقت للحب و الانفعال فإن الشعور بالغيرة سيكون غريباً عنا كلية. فعدم انفعالنا وإحساسنا تحميانا من الغيرة. ولكن عندما نتذكر تلك الأوقات التي أحببنا فيه شخصاً ما، ولكننا لم نكن واثقين من أنفسنا بعد، من نحو زمن الحب الأول على سبيل المثال -أو إذا ما كنا الآن في مرحلة من الحب يعترينا فيه الحب بشكل محسوس، عندئذ لن يكون ذلك الشعور من الألم الحارق غريباً عنا: يعترينا الألم عندما نفكر أن المحبوب ليس معنا وإنما هو الآن مع شخص آخر. وسواء كان هذا الأمر حقيقياً أم متخيلاً فقط، فهذا لا يغير من المعاناة التي تقضم روحنا وتفترسها.

وفي هذه الحالة لا يتصرف الإنسان بشكل عقلائي. بل تتحكم بسلوكه دوافع لا عقلانية لا يستطيع السيطرة عليها. وتلاحقه الغيرة أينما ذهب. وإذا ما كان إلى جانب حبيبته فإنه يحرسها، يكون يقظاً عليها بشكل غيور؛ غير مسموح لها أن ترتدي ثوباً ملفتاً للنظر، ألا تتجمل، إذ أن هذا كله يمكن أن يكون موجهاً نحو المنافسين المكروهين وليس له. والغيور لا يترك حبيبته تغيب عن عينيه. فإذا ما تركته عندئذ يلاحقها باستمرار ويجعل أصدقاءه يراقبونها وأحياناً يكلف شخصاً (تجري) بمراقبتها. فإذا ما ضبط المخدوع حبيبته بالفعل مرة «بفضيحة» ما، عندئذ يصبح الألم لا يحتمل: فالآن بحث عن شيء ما ووجده بالفعل، وهو ما يبرر معاناته، ويغذيها باستمرار ويحافظ عليها حية.

**ويمكن للغيرة أن تستجر معها مشاعر أخرى:** فالمرأة يمكن أن تستجيب بحنق شديد حول عدم إخلاص زوجها الحقيقي أو المتخيل، ويمكنها أن تكون غاضبة عليه وتكره مباشرة؛ وهو أحد الأسباب الكثيرة الذي يجعل الحب ينقلب إلى كره. ويمكن للكره أن يمتد إلى درجة أن الشخص قد يحتقر ويقلل من قيمة

ويذل الشخص المحبوب. وكل إهانة يمكن أن تلحقها به تعد من حقها. وكل نقطة ضعف يتم استغلالها من أجل هذا.

ويظل الكره مقموماً ولا يظهر إلا من خلال تعذيب الزوج، يتم إخضاعه للاستجواب، وعليه أن يروي كل التفاصيل في لقاء مع النساء الأخريات. وهنا ليس من المهم ما الذي يفعله أو لا يفعله الزوج غير المخلص فحسب، وإنما أيضاً كيف يتصرف المنافس المكروه. فهنا يتكشف لنا سبب لا شعوري للغيرة، ألا وهو العلاقة الكامنة للمرأة الغيورة بالمرأة المنافسة لها.

وهناك عاقبة أخرى من عواقب الغيرة تظهر عندما لا تظهر الغيرة على شكل حقن وغيظ وغضب نحو الخارج، وإنما تنعكس نحو الداخل، ويتحول إلى كره الذات. فالعذاب يتوجه هنا نحو الذات بشكل خاص. إنها معاناة معذبة لذاتها، مولودة من الشك بإخلاص الحبيب، من الشك بالقدرة الذاتية على الحب ومن الرغبة بأن يكون المرء محبوباً؛ الشك الذي يستمد غذاءه من عدم الثقة والارتياب ويتأجج باستمرار. وتقود الغيرة المنعكسة من خلال تعذيب الذات إلى السلبية وعدم الفعل واليأس وأخيراً للاستسلام ولا يستبعد الانتحار؛ هكذا يشعر الشخص المجروح والمهان في قيمته الذاتية بأنه بلا قيمة ومهمل.

**والهروب إلى النشاطات، النزوع للفعل، هو شكل آخر من الغيرة.** فإذا ما كان عدم الهدوء في البداية ناجماً عن الشك المتزايد واستمر من خلال الارتياب والشك بهدف متابعة المحبوب أو المحبوبة غير المخلصة، فإنه يتزايد لاحقاً باطراد ليتحول إلى انتقام. وهنا تتحول الغيرة إلى غضب أعمى لا تضمّر سوى الانتقام. والهدف ليس بالضرورة له أن يكون دائماً المحبوب غير المخلص (هنا من وجهة نظر الرجل). فغالباً ما يتوجه الثأر نحو، بل أحياناً عليه فقط، الذي (أي المنافس المكروه) سرق المحبوبة من الغيور. فيتم تعقب وملاحقة هذا المنافس في أي مكان يكون فيه. عليه أن يدفع الثمن لوقاحته، في سرقة المحبوبة؛ وهو سبب كاف للثأر الأعمى. والسبب الأعمق لشدة هذه المعاناة هي الخيبات التي تمت الإشارة إليها



أكثر من مرة التي مني بها الطفل الصغير بين الأب والأم. فمن دون هذه الإهانة الأساسية الماضية لن نستطيع فهم المعاناة المستمرة لغيره الناس الراشدين وتفسيرها بشكل مقبول.

غالباً ما تستمر المعاناة لسنوات أو حتى عقود؟ وفي «عطيل» لشكسبير قادت الغيرة مباشرة للقتل.

في الزمن الخالي من الانفعالات لا يتم التعبير عن هذه المشاعر، وإنما يتم كبتها، وذلك مقابل الثمن الذي يدفعه المرء من الاضطرابات النفسية المختلفة: كان هناك رجل يعتقد أن زوجته تخونه. وبدلاً من أن يعبر عن هذه الخبرة بالغيرة، كما هو الحال لدى أبطال القصص والدراما، صبحاً يوماً في الصباح ولم يعد قادراً على القراءة. لقد كانت عيناه سليمتان من الناحية العضوية، إنه يرى الأحرف منفردة إلا أنه لا يستطيع أن يجمعها في كلمات، ناهيك عن تجميع الكلمات في جمل. لقد جعلته الغيرة أعمى بالمعنى الحرفي للكلمة. وقد يظهر التحليل ما كان يدور في أعماقه: لقد وجد رسالة مشحونة بالحب كتبتها زوجته لصديقها. وقد هزه ذلك بشدة إلى درجة أنه رأى الحروف تتراقص أمام عينيه ولم يستطع فهم معاني الكلمات. إلا أنه سرعان ما تغلب على هذه الحالة من الضعف الروحي في وعيه ونحو الخارج بشكل بطولي وقمع وابتلع نحو الداخل المشاعر الوليدة من الغيرة والكره حول عدم إخلاص ونزوعات الثأر والنزوعات القاتلة تجاه المنافس كلها. ولكنها هناك استمرت بتأثيرها عليه بشكل لا شعوري وقادت عبر طرق تشكيل العرض العصبي إلى اضطرابات رؤية. فالغيرة يمكنها بالفعل أن تسبب العمى.

وبدلاً من هذه الأعراض كان يمكن لرجلنا هنا أن يعاني من آلام بطن معذبة أو شكاوى قلبية، أو كان يمكن له أن يعاني من تعكر المزاج الاكتئابي أو من أفكار قهرية. وكان سيذهب للطبيب ويتم فحصه بشكل جوهري وعميق أو حتى كان سيتم تحويله للمستشفى، كل ذلك من دون نجاح، إلى أن تخطر على بال

شخص ما أن الأسباب ربما تكون نفسية وينصحه بمراجعة محلل نفسي. هناك كانت ستثمر في مجرى العملية التحليلية الانفعالات نفسها التي يستمتع بها أبطالنا من القصص والروايات في قمة الحب ويجربون في العمق عدم الإخلاص والغيرة المعاشان وصولاً إلى النهاية المرة.

**وتتعلق الغيرة وعدم الإخلاص مع بعضها:** فالآخر لا يحبنا وإنما يجب شخصاً ثالثاً. كل منا يعرف هذه المشاعر من الألم الواخز والمرارة المعذبة والحزن المقبض المرتبط مع هذه الحقيقة أو مع تصورهما: فالمرء يشعر بأنه قد فقد شيئاً قيماً، شيء انتزع منا، لم نعد نمتلكه. إنه شعور بالسرقة والخطف والاقتناص. والفراغ الناجم بعد فقدان يحتم الشعور بالحزن المرتبط بذلك.

وفي أثناء كوننا في حالة الغيرة نعتقد أن الآخر والثالث مع بعضيهما: المحبوبة مع الخصم المكروه...المحبوب مع المنافسة المكروهة. أما نحن فإننا لوحدنا. فتحت هذا المظهر من العلاقة يتمثل موقف الترك أو التخلي، وهو ما يمثل المظهر الاجتماعي للغيرة. فنشعر بأننا مخدوعين، إذ أننا آمننا بالآخر وأحببناه وشعرنا بحبه لنا. وهذه الحيبة مع الإهانة المرتبطة بذلك تعبر عن البعد النفسي للغيرة. ويكون أكبر كلما حبنا أكبر، وكلما شعرنا بأننا أكثر تعلقاً وكلما كانت خيانة الآخر أكبر.

وخبرة أنه قد تمت خيانتنا من الآخر هي خبرة مقبلة ومهينة ومذلة؛ إنها تجرح مشاعر قيمتنا الذاتية وتهز ثقتنا بأنفسنا. ويحتاج الأمر إلى مشاعر ثقة سليمة بالذات كي نستطيع أن نتمثل روحياً مثل هذه الحيبة. إلا أن هذه الثقة يفتقدها ذلك الذي تتحول لديه الغيرة إلى معاناة والتي تجعله عندئذ يقع صريعاً للكره أو للثأر أو لعذاب الذات.

وبهذا فإن الغيرة هي نتيجة للإهانة النرجسية غير المحتملة، أي إهانة مشاعر القيمة الذاتية لدينا. والكره والثأر لا يساعدانا إلا على تحمل مذلة الشعور بالتخلي عنا، من أجل استعادة مشاعر قيمتنا الذاتية المفقودة. فإذا ما حللنا أسباب الكره والانتقام وعذاب الذات، فسوف نصطدم بأسفل طبقة من احترامنا لذاتنا

المتضررة. ويرينا المنافس/ المنافسة أمران: الأول بأننا لا نستحق الحب وثانياً بأن حبنا قد أخطأ هدفه وبهذا بقي بلا تأثير. ونبدو غير قادرين على الحب. مما يهيننا. غيرتنا تحمل لنا مرآة تقول لنا هذا أنت. إذاً فما يجعلنا نشعر بالإهانة هي الخيبة من مثلنا الأعلى الذاتي وهو ما يمثل الطبيعة المخجلة للألم في الغيرة. فاحترام الذات المهان هو السبب الكامن الصامت للغيرة في حين أن الكره والتأثر تمثل الظواهر الصاخبة.

ويمكن للهدف من التأثر والكره أن يكون الشريك أو الثالث، الذي يهتم بالشريك. فإذا ما حللنا أسباب ذلك فسوف نكتشف: يهاجم الرجل شريكته، المرأة غير المخلصة، إذا ما أراد أن يكون محبوباً منها-سلبياً-. بالمقابل فإنه يهاجم المنافس الذي تفضله هي إذا ما كان يحبها بشكل -فاعل-، أي إذا ما كان حبه هو الشعور الأساسي، وليس الرغبة بأن يكون هو محبوباً. ففي الحالة الأولى -يهجم الرجل على الشريكة- فإنه على الرغم من أن الرجل قادر على الحب السلبي، إلا أنه يظل متعلقاً بالاهتمام من جانب شريكته وبهذا الشكل فقط يستطيع أن يعيش شعور التخلي (أن يكون متروكاً). في الحالة الثانية يتعلق الأمر بالحب الفاعل، وهو نشاط يمكن الرجل من توجيه كرهه مباشرة للمنافس.

المهم هنا هو أنه ليس من النادر أن يكمن خلف هذه المنافسة، خلف هذا الكره للمنافس حباً متخفياً بشدة، وهو حب ما زال مجتمعنا يستنكره بشدة، لأنه موجه لشخص من الجنس نفسه. إلا أن ما يدور في العلاقة بين شخصين من الجنس نفسه ليس له علاقة بالتصرفات الجنسية المثلية. بل أن الثالث من الجنس نفسه يهمننا بشكل لا شعوري من هذه الزاوية بوصفه المحبوب من الجنس الآخر. فنحن غيورون لأن الثالث -من منظور الرجل- يحب الشريكة وليس نحن. ولكن بما أن الحب لشخص من الجنس نفسه مستنكر، فإننا نقول لأنفسنا بشكل لا شعوري: «أنا لا أحبه هو، بل هي تحبه» بحيث نسقط بهذا المركبات الجنسية المثلية للغيرة على الشريكة ومن ثم نكون قد استبعدناه من شعورنا. في الحالات

الباثولوجية (المرضية) يمكن للجنسية المثلية الكامنة أن تقود إلى بارانويا الغيرة، التي تعد فيها كل سكنات وحركات الآخر على أنها دليل على عدم إخلاصة، على الرغم من أنه لا يوجد أي سبب واقعي لهذا.

و إلى جانب النزوعات الجنسية المثلية الكامنة يحصل أيضاً بأن يتم إسقاط استشارات (انفعالات) عدم الإخلاص على الشريك بشكل لا شعوري بحيث نعيشها وكأنها تنتمي إليه. وهنا يسري: تكون الغيرة أكبر كلما كانت الرغبات الذاتية المصدودة المتمثلة في أن يصبح الشريك غير مخلص أكبر.

عندما كنا أطفالاً مررنا جميعنا مرة بخبرة تلك المشاعر الكامنة في الغيرة. لقد أحببنا منفعلين Passive موضوع حبنا الأول، أي الأم، وكان علينا المرور بالخبرة المؤلمة بأننا لم نعد محبوبين. إذ حتى الأم الحبيبة سوف تنصرف مرة عن الطفل وتهتم بزوجها. والأب المخلص سوف يتخلى عن الطفل إن عاجلاً أم آجلاً، من أجل أن يحب زوجته. وبغض النظر من يرغب الطفل بأن يكون محبوباً فإنه سوف يمر بالخبرة المؤلمة بأنه قد تم التخلي عنه.

الخبرة المؤلمة الثانية التي يمر بها الطفل عندما لا «يحصل» حبه الأول الطفلي الفاعل active، أي حبه هو، عندما لا يتم تقبله على كل شيء بشكل كامل أو حتى يتم صده، وربما يكون هذا الصد من الأب أو من الأم أو من أي شخص من المحيط. وهنا أيضاً يكون الأذى النفسي أكبر كلما كان الراشدون في الواقع أقل قدرة على الاستجابة بشكل إيجابي للخلجات الفاعلة للطفل الصغير.

### **وأرى في هذا الأذى الأصلي النقطة المركزية في الغيرة وتجلياتها:**

إنها الحالة النفسية للطفل ورغباتها بأن يكون محبوباً، التي ظلت دون تحقق، مثلها مثل القدرة على الحب. إنه الوضع الاجتماعي للاستبعاد من الآخرين، للشخص «الواقف عند الباب»، في حين أن الاثنين كلاهما في الداخل وفي الوقت نفسه يُحبون ويُحبون. ففي هذه الخبرة الأصلية أرى السبب الأساسي للتطورات العصائية والمرضية النفسية الأخرى. ومن هذا الجانب فإن التخلي أو الترك هو

«جوهر مركب» العصاب وليس «مركب أوديب» بهوماته التي وصفها فرويد حول رغبات غشيان المحارم ورغبات الموت تجاه الوالدين. إن ما نشهده في الواقع هو الحقيقة التالية: نحن لا نحب، لا نجد حبنا أي صدى، يتم تركنا لوحدها. ومن هذه الناحية فإنه يمكن للخيالات الأوديبية، المتمثلة-من وجهة نظر الطفل- في النوم مع الأم وقتل الأب، أن تساعد على تحمل المشاعر المؤلمة جداً للتخلي. فالخيالات (الهومات) الأوديبية تمثل، بلغة التحليل النفسي، مناورة دفاعية للأنا الطفلي. ومن خلال هذا الفهم الجديد للوضع «التلثي» للطفل بين الأب والأم تستثار النقاشات غير المثمرة حول السؤال فيما إذا كانت الاضطرابات العصائية تنبثق من الصراعات الأوديبية للعلاقة الثلاثية بين الأم والأب والطفل أم من الصراعات النرجسية، فالعلاقة الأوديبية الثلاثية مع الطفل بوصفها استبعاد له هي الأذى النرجسي. والصراع الأوديبى والأذى النرجسي يكونا موجودان في نفس الحالة النفسية وفي نفس الوضع الاجتماعي، بغض النظر عما إذا كان موضوع الطفل ينصرف عن الطفل ويهتم بثالث أم فيما إذا كان هذا الثالث يقتحم العلاقة التي يمتلكها الطفل مع الآخر، ويزعجها.

وعلى ما يبدو فإن إدراك هذه الحساسية الأساسية في نمو الإنسان والتعرف عليها وتمثلها صعب جداً. والأفضل أن نعذب أنفسنا والمحيطين بنا بالكراهة والثأر الغيورين ونصعد أنفسنا بمثل هذه المشاعر بشكل وخيم، لا يستبعد فيها حدوث الموت والانتحار في الحالة المتطرفة. ومن الأفضل لنا أن نعاني بعد كبت الكراهة والغضب والثأر من اضطرابات جسمية ونفسية مختلفة، من الصداع وآلام القلب والاكتئاب والقسر من أن نعاني ونعيش ونتعرف على ما لا يمكن تجنبه.

فالمصير الذي ستلقاه غيرتنا يتعلق بنا نحن. فإذا ما تمكنا من أن نفر بأننا كنا مرة يائسين ومتعلقين، وبأننا كلنا قد صددنا كأطفال، ورددنا على أعقابنا، وإذا تمكنا من الاعتراف بأن هذه تمثل قانونية عامة للنمو الإنساني، لا يمكن لأحد تجنبها فإنه قد نتمكن عندئذ من تحمل الخسارة من دون الهروب إلى المرض، وأن

نتخلى عن الهروب إلى المرض ومن التصالح مع واقع الحياة.

فإذا ما واجهنا بشكل شعوري المشاعر المؤلمة المصدودة لليأس، عندئذ هناك إمكانية يتم حشد واستغلال الطاقة الروحية الكامنة في الغيرة والمعاناة؛ وستكون نتيجة ذلك بأن تصبح العلاقات بين إنسانية أكثر كثافة وأن تقام علاقات جديدة وحسد طاقات جديدة.

## الشهوة والفضول

**الشهوة هي القاسم المشترك لكل الانفعالات.** فسواء كنا نبتغي الرغبة الجنسية أم كنا نتمنى أن نكون محبوبين من المحبوب أم نتلهف لحبه- التوق، بأننا نريد أن نكون محبوبين وأن نحب-: فدائماً يرتبط بهذا اشتهاً قليل أو كبير. وسواء فيما إذا كنا نشتهي طعاماً وشراباً شهياً أم نطمح نحو الثروة والجاه، دائماً توجد في ذلك القوى الدافعة الدفينة للشهوة، شهوة الحياة.

فما معنى ذلك؟ يشتهي الإنسان شيئاً ما، يحتاج أمراً ما. عليه أن يحصل على شيء ما كي يشعر بالإشباع. وإلا سيكون فارغاً. ووجودنا الجسدي يتعلق بتناول الطعام، وبدون تناول الطعام سوف نموت. لهذا فإن الجوع إلى جانب العطش أشد الدوافع والإضراب عن الطعام هو أشد وسيلة لجذب الانتباه للشخص.

لا يستطيع الطفل الصغير إطعام نفسه، إنه متعلق بالإمداد بطريقتين: جسدياً بالغذاء وروحياً بالاهتمام. وليس من المستغرب أن نسمي الطفل الصغير رضيعاً، أي: الطفل الماص. فهو كما يمتص الطعام ويضمه ويبنى من خلال ذلك المادة الجسمية، فإنه يتناول روحياً الاهتمام «الغذاء»، و «يضمه» ويستخلص من ذلك «المادة» الروحية، التي تتشكل بما يشبه الحوادث الجسمية إلى «بنى» نفسية.

في الحالة المرضية المتطرفة نواجه الشهوة في الإدمان، في التعلق المرضي بالعقار. ويهدف العقار ضمان استمرارية الحياة التي يصعب تحملها من دونه. دائماً هناك شيء ينبغي تناوله، لا يستطيع المعني من دونه أن يكون موجوداً، الطعام أو العقار أو امرأة أو ثديها أو رجل أو عضوه.

يظهر الإدمان والشذوذ بالتضخيم المرضي لتعلقينا بالآخرين. وتتجلى الازدواجية بين الرغبة بالامتلاك والرغبة بعدم الامتلاك، الشهوة وصد الشهوة، فيما يتعلق بتناول الطعام، بأوضح صورها في الأمراض النفسية الجسدية المتكررة لفرط الوزن المرضي وفقدان الشهية العصبي: فالشخص السمين يحشو بنهم كل

شيء في داخله، إنه شهواني، يتلذذ كل شيء للداخل، وكأنه مصاب بالتجوع، في حين أن فاقد الشهية العصبي يزدرى الطعام ويتمنى لو كان يعيش من الهواء لوحده. إنه لا يمكنه أن يصبح متعلقاً، يخاف أن يتضرر من تناول الطعام ومن هنا فإنه يتغذى من مادته الذاتية.

والإنسان فاقد الشهية العصبي (القهامي) هو إنسان بلا شهوة. فإذا ما حللناه نفسياً فسيظهر عندئذ أنه تكمن خلف صد الشهوة شهوة عارمة. وتحصل لديه انفجارات دافعية منتظمة يتم فيها بالسر القيام بما يتم إنكاره علناً. وهنا نجد السبب على الأغلب اضطرابات علاقة باكرة بين الطفل والأم. إنه اضطراب في الأخذ والعطاء. إنه اضطراب يصعب التغلب عليه لأنه تتم ممارسته منذ وقت باكر وتحول إلى عادة.

**الفضول،** كما يشير الاسم هو الشتهاء الجديد. والإنسان الفضولي هو إنسان مدفوع بالحاج داخلي نحو معرفة الجديد، والإنسان الفضولي يجترق من أجل خبرة الجديد.

فالقراءة واضحة بين الفضول والاشتهاء: إنهما يشتركان في التوق الدافعي، الذي يبحث ويريد والإشباع. ويختلف الفضول عن الاشتها بأنّه في الفضول ينبغي للشيء المبتغى أن يكون جديداً. فالأمر يتعلق بالجديد، بمثيرات لم تعش حتى الآن، توقظ الفضول، تثيره، تحرضه. والأشياء المألوفة والمعتادة لا تحقق الإشباع. ومن هنا ما يستثير هو الجديد.

والفضول إلى جانب الجنسية وسلوك الارتباط والحاجات الأساسية نحو إشباع الجوع والعطش والنوم واليقظة، يشكل مع توكيد الذات منظومة دافعية مستقلة، يمكنه أن يأخذ درجة جارفة. فحتى في الضغط نحو المعرفة، في «السلوك



الاستقصائي»، في «ضغط البحث» يظهر توق موجه بيولوجياً. ونحن نتحدث عن الشغف بالمعرفة، العطش للمعرفة والجوع نحو الغذاء العقلي.

إنه لمن الممتع أن نكتشف شيئاً ما. فحتى الطريق بهذا الاتجاه يمثل متعة، غبطة. وتشكل لحظة الاكتشاف شيئاً يشبه النشوة. ومن هنا فإن الفضول هو انفعال إيجابي يبحث بحماس عما يجلب

السعادة. الفضول هو أمر مثمر وخلاق. وما كان في السابق مجهولاً يصبح اليوم من خلال الفضول مألوفاً. وهنا تستثير المثيرات المحرمة أشد درجات الفضول، فكل ممنوع مرغوب.

يمكن أن يتم قمع الفضول بشكل مبكر من خلال التأثيرات التربوية. وهذا لا يحدث بشكل نادر، لأن الفضول في سياق نمو التفكير واللغة هو فضول جنسي: فالطفل يريد معرفة من أين يأتي الأطفال وأي دور يلعبه الأب والأم هنا. إنه يبحث بشغف عن هذا ولا يهدأ قبل أن يجد حلاً. ويتم بناء هذا الحل في خيالاته الخاصة: فمرة بتردد ومرة بجرأة يبني الطفل لنفسه فرضيات ذاتية حول نشوء الإنسان وحول الولادة من السرة وحول التكاثر من خلال الحيوان المنوي والبويضة، التي يتم التقائها من خلال أفنية غير مرئية. ويطور الطفل نظرية جنسية كاملة حول التكاثر والولادة. وهذه الخيالات هي إبداع خلاق حقيقي، يجعل الأطفال مستقلين عن الآخرين، ويملاً عالمه الداخلي: بالناس، بالمشاعر، بالحياة.

وكل سؤال عن معرفة جديدة يتطلب الإجابة. إنه يتحدى. وتقود الإجابة إلى سؤال جديد. فإذا ما لم تتم الإجابة عن أسئلة الطفل أو إذا ما واجهنا أسئلته بالصد فإنه سيستجيب بالتأذي ويتوقف عن السؤال. وأما العواقب فتكون وخيمة: فالإنسان الذي ترتبط عنده الأسئلة بالعقوبات غير المرغوبة وبالخبرات المخجلة والخجل والقرف ومشاعر الذنب، سيتجنب الأسئلة. فيتشكل لديه بالاشتراك مع الخجل والخوف من العقاب مركب عصابي. والإنسان الذي لا

يعود يسأل يظل متخلفاً في نموه.

وتبرهن الممارسة التحليلية النفسية ما هي الإمكانيات النهائية الممكنة إذا ما تم التغلب على المخاوف والكف المكتسبة باكراً بالنسبة للاهتمامات الطبيعية بالجنسية. لهذا تصلح الجملة: من دون جنسية متحررة لا يوجد فضول.

الرغبة بالعرض تدفعنا نحو النظر في البداية للجديد، نحو الاكتشاف بالعيون؛ «رغبة قضيبية phallic»، في اقتحام موضوع ما. وهذا يعني بلغة التحليل النفسي: إن الفضول يحظى من مرحلتين من أطوار النمو الجنسي النفسي للجنسية بالنمو العميق. في المرحلة الفمية تكون طريقة التناول ، وفي المرحلة القضيبية طريقة الاقتحام وذلك بالنسبة لكلا الجنسين؟ وكذلك بالنسبة للمرأة فإنه من المهم بأنها إلى جانب تناول شيء ما (العضو، النطاف في العمل الجنسي، موضوع ما يهتمها في العمل)، كما يقتحم الرجل أيضاً موضوعاً ما ويستقصيه ويبحثه.

يتطور الفضول بشكل أقوى في وقت الكمون عندما يهدأ الاهتمام الجنسي الخاص. وبلاستشارة نفسها التي يستقصي بها الطفل عالم الجنسية، يستقصي اليافع الآن عالم الواقع. وبحماس يلتهم الكتب ويبحث عن المغامرة ويقتحم المغارات ويبحث عن الكنوز ويجرب نفسه بخبرات متجددة باستمرار. والفضول هو أيضاً المحرك للاهتمامات العقلية.

## الجشع (الطمع)، البخل، الطموح نحو السلطة والاعتراف

من أقل ما نتصوره هو أن يكون الطمع والسلطة والطموح من الانفعالات الإنسانية. ولكن كل منا يعرف أشخاصاً يراكمون ثروتهم بطمع ويدافعون عن أملاكهم حتى الموت. ويتمسكون بإصرار «إدماني» بما يملكون. كما أن كل منا يعرف أشخاصاً يمارسون السلطة أو السيطرة بوله، لا يهدئون إلى أن يحصلوا على مواقع ذات تأثير سواء في السياسة أم في الاقتصاد أم في العلم، يتولونها من أجل إشباع السيطرة وممارسة السلطة.

ويتوقع إلا يكون الطموح نحو الاعتراف والوجاهة غريباً عنا، على الرغم من أننا غالباً ما نكتب مثل هذا النوع من الرغبات. ولكن من لا يريد، إذا كان جدياً، أن يحلم على الأقل بأن يكون معروفاً مثل نجوم كرة القدم أم السينما، أم سياسي يحتفل به الشعب أو رجل علم مثير للإعجاب والانبهار أو فنان محترم؟ يمكن للإنسان أن يسعى أو يطمح للاعتراف والوجاهة بشكل دائم أو مكثف إلى درجة يمكننا الحديث عن الولع. ويتحدث الفيلسوف الفرنسي ريكو<sup>(١)</sup> Ricoeur في الطمع وحب السلطة وحب الجاه عن «ثلاثية الولع»، التي يكمن خلفها «بحث» إنساني عام «كوسيلة للتوق الإنساني».

في الطمع يكمن نهم في الحصول على الأشياء والناس والاحتفاظ بهم. الطماع يريد أن يحصل على كل شيء، أن يمتلك كل شيء، الأملاك الثابتة والمنقولة والمال؛ بكلمة واحدة أن يحصل على الثروة ويربحها ويكسبها. فإذا كان التمرکز على عدم إعطاء الممتلكات، والرغبة في الاحتفاظ والحرص المتشجع على ما هو مكتسب، عندئذ نطلق على هذا السلوك تسمية البخل.

---

(١) بول ريكو (1913-2005) P.Ricoeur

و المثال الأدبي التاريخي هو رواية موليير «البخيل». فبالنسبة لهذا المثل الأعلى السلبي المرعب هارباغون Harpagon كتجسيد للبخل يعني محتوى صندوق النقود أكثر من كل ما هو موجود في العالم، أكثر من سعادة أطفاله. وبالفعل فإن محور حياة البخلاء يدور حول الكنز الذي يحرسونه. وغالباً ما يضاف إلى البخل خوف مرضي متزايد من السرقة؛ وهو بالتحديد نتيجة للبخل. وكما هو الأمر في الغيرة والحسد يمكننا أن نتحدث عن أنماط من البخل. في كلا التطورين المرضيين المفرطين نرى في الحالة المتطرفة ما الذي يمكن أن يحدث، عندما تتعلق من كل قلبنا بالامتلاكات. فشعورنا بقيمتنا الذاتية تبدو مستثمرة بالكنز. الكنز هو كل شيء بالنسبة لنا، في حين نشعر بأنفسنا كأشخاص بلا قيمة. فإذا ما ذهب الموضوع المقدر تقديراً عالياً، فلا نعود نمتلك عندئذ شيئاً. وهذا يعني من الناحية النفسية: لا نعود نمتلك أنفسنا؛ وبما أننا كأشخاص لا نقدّر أنفسنا ولهذا تتعلق قيمتنا الذاتية بالكنز فإنه بفقدانه لا يعود شيئاً هنا، له قيمة. يعني الكنز رمزياً شيئاً ما له قيمة خاصة، ألا وهو الأمن والحماية والأمان الذي عشناه يوماً ما لدى الأم.

فإذا ما لم نعش الأمان والحماية والاستقرار كأطفال، فإننا عندئذ نبحت طوال حياتنا عن ذلك. فإذا ما لم نعش ما نتوق إليه بشغف لدى الناس عندئذ نحاول أن نحققه بأنفسنا: في الخيال، الذي يتم تحفيزه من خلال المسرح والسينما والتلفزيون.

إن تحليل مثل هؤلاء البشر يظهر أنهم قد ظلوا ثابتين في نموهم النفسي، لم يتطوروا. قلوبهم متعلقة بشيء ما يستهلك منهم بشكل غير مناسب حسب تعريفنا للانفعال الكثير من الوقت والطاقة. فالإنسان الذي يسعى بشغف نحو قنص المال ويجمع المجوهرات أو الذهب والأشياء القديمة الأثرية أو العملات أو الكنوز الأثرية ويشعر أكثر من مجرد الإشباع المناسب في الحصول على الأشياء وجمعها وامتلاكها والاحتفاظ بها، فإنه يعيش على حساب المشاعر الأخرى. معاناته المشبعة أحادية الجانب لا تفتح هنا على حساب المشاعر الأخرى فحسب وإنما أيضاً على حساب العلاقات البين إنسانية. فالعلاقات تتضمن دائماً مفهوم

العطاء. فإذا ما أردت أن أمتلك دائماً فإني عندئذ لن أستطع اكتساب العلاقات. فالإنسان الذي يريد أن يملك شخصاً آخر وأن يكون على علاقة معه في الوقت نفسه، أمران متناقضان، لا يمكن أن تكون بينهما علاقة. فالعلاقة لا يمكن أن تنشأ على أساس المكسب لوحده، على أساس التملك. العلاقة تتصف بالذات بأنها لا تسعى نحو التملك وإنما ترك الآخر كما هو.

وهناك من ينسحب إذا ما شعر أنه يعامل كموضوع، يريد المرء الحصول عليه، يريد امتلاكه ويحتفظ به. ومع ذلك فإن هذا الدافع من الرغبة في الامتلاك منتشر بكثرة. فكثير من الناس مثبتون على مرحلة من مراحل النمو، أطلق عليها التحليل النفسي «المرحلة الشرجية». فالمثل الأعلى لكل عطاء واحتفاظ يتمثل بالدرجة الأولى بإخراج (إعطاء) البراز أو الاحتفاظ به، الذي يعيشه الطفل على أنه أمر جيد ذو قيمة. فإخراجه (التخلي عنه)، يمثل بالنسبة لخبرة الطفل الصغير خسارة والاحتفاظ به مكسباً. وهذا هو الحال بشكل خاص عندما يكون هناك نقص في الحب بين الطفل والشخص المرجعي الأول. عندئذ يحظى الموضوع المنتج ذاتياً بقيمة عليا مبالغ بها، ما كان هذا الموضوع ليحظى بها لو شهد الطفل اهتماماً أكبر لو تم تقديره بشكل أكبر من الآخرين.

إلا أن الاهتمام لا يكون حاثاً للنمو إلا إذا كان من جهته حراً من نزعة التملك. فإذا ما نظر الوالدان للطفل على أنه ملكيتهم على أنه خاص بهم وتمت العناية به بحرص شديد مثل بؤبؤ العين، فإنه سيتم التضييق عليه، ولا يمكنه عندئذ النمو والتفتح. ونحن نتحدث في التحليل النفسي عن حب «تملكي أو استحوادي possessive». ومثل هذا النوع من السلوك يعد سلوكاً مضرراً بالنسبة لأننا الطفلية التي هي على طريقة النضج ويمكن أن تكبح نموه بحيث أنه يتم زرع البذور الأولى للذهانات اللاحقة. فالحب ينبغي ألا يكون «مقحماً»، ينبغي أن يكون الحب «جيداً كفاية» ولكن ليس «جيداً جداً بشكل متطرف». فالحب المقحم والتملكي يهيئ بالمقابل بذور العصابات والذهانات اللاحقة، مثله مثل

عدم الاهتمام واللامبالاة وعدم الحب. لابد للوالدين أن يتعلما الحب.

في حب السيطرة يذوق الإنسان طعم قوته وسيطرته ووسطوته. إنه يريد ممارسة السلطة، أن يسيطر بلا حدود ويأمر وأن يكون متفوقاً؛ بالتزاوج في الغالب مع الغرور والازدراء والتهكم تجاه المسيطر عليهم أو مع تعسف لا رحمة فيه، قد تصل إلى مرحلة من الملاحقة والقتل الوحشين. والتاريخ مليء بأمثلة من الصراع بين المسيطرين والمستضعفين. ويبدو أنه توجد قانونية تتمثل في أن أولئك الذين يقلبون المسيطرين - إذا ما أصبحوا هم أنفسهم في السلطة -، يتحولون من جهتهم إلى مسيطرين مستبدين.

ويتحدث ألفريد أدلر عن الطموح للسلطة والشهرة، كدوافع أساسية. ولكن من أين تستمد هذه الدوافع طاقتها؟ أرى أن النزعة للسلطة والتأثير هي عبارة عن حدث صراعي مركب، يتصف بسمتين. الأولى إنها جارفة، لأنها مدفوعة بمشاعر طاغية؛ إنه حدث يستحوذ على الإنسان ككل، وثانياً إنها تعبير عن البحث نحو علاقة، مع العلم أنه من الطبيعي أن تتسم العلاقة بعلاقة سيطرة أحادية الجانب أو مسيطر عليه أيضاً. النزعة للسيطرة التي لا ترى إلا نفسها، هي نوع من النزعة المتنوعة بشكل متطرف، نزعة مرضية، والتي لهذا السبب لا تبحث بوصفها اضطراب نرجسي عن أية علاقة بالموضوع وإنما عن علاقة بنفسها.

وهنا يحاول كل شخص أن يكون كبيراً، لأنه كطفل عاش بمعاناة ما الذي يعنيه أن يكون صغيراً. لهذا فإنه مهم في الحياة اليومية أن نؤكد تأثيرنا من خلال الحوار، والنقاشات السياسية وفي الفن والعلم. إذ أنه هنا نجد في كل مكان العلاقات التي يمكن وصفها بعلاقات السيطرة، كعلاقة بين السيد والعبد، بين الأمر والمنصاع. ومن هنا فإن كل علاقة بين إنسانية تقريباً هي علاقة غير متساوية، علاقة فيها واحد أقوى من الآخر. فالمختص يمتلك دائماً مقارنة بالجمهور شيئاً ما متقدماً عليه، ما يجعله أقوى؛ والمعلم تجاه التلاميذ والأب والأم تجاه الطفل.

ومن السهولة بمكان أن تستغل السلطة المتخصصة سلطتها وتسيء استخدامها. وهذا ما يحدث على الأغلب بشكل غير ملفت للنظر على الإطلاق، من خلال الحجب اللاشعوري أو حتى الشعوري للمعلومات والمعارف، ومن خلال التهيب والتهديد أو من خلال العقوبة. لهذا فإن ضبط السلطة مهم جداً. ولهذا فإن لجم حاجات السيطرة غير الملجومة وتوجيه حاجات السيطرة غير المضبوطة مسألة حياة أو موت بالنسبة لنا.

في الطموح الجارف نحو الحصول على الاعتراف يدور كل شيء حول ذاتنا. ففي الماضي كان الأمر يتعلق بالشرف والجاه. أما اليوم فتحدث عن الحاجة الداخلية العارمة نحو الشهرة، نحو الاعتراف. يتعلق الأمر بالاعتراف الظاهري. والطموح المرضي المفرط هو نفسه من حيث المبدأ. ومن الناحية اللغوية<sup>(١)</sup> etymology فإن كلمة بخل مشتقة من الجشع أو الطمع. والطمع هو القاسم المشترك لكل الانفعالات. وفي الطموح المفرط للاعتراف نبحت بطمع نحو كل ما يرفع من الذات ويوسعها، ويرفع من مظهرها وتقديرها، وما يجعلها تبدو براقة لامعة. والملاحظة الخارجية للشخص نفسه تستثير وجاهتنا وتدغدغ نرجسيتنا. فالإنسان يجب أن يكون موضع اهتمام بأي ثمن. فقد قام هيروسترات Herostrat نتيجة هذا الطموح الجامح بإحراق معبد آرتميس<sup>(٢)</sup> artemis في إفيسوس Ephesos من أجل أن يدخل التاريخ.

ويرى سيجموند فرويد وجود علاقة هنا بين وظيفة التبول والنار وإطفاء النار، التي قد تستثير استغرابنا عند التأمل السطحي: إنه يعزو الطموح إلى «استعداد شهواني - قضبي شديد». وقد يبدو هذا غريباً. إلا أننا لو تأملنا اللغة عندئذ يشير بالفعل المحترق في الطموح إلى النار، النار التي تحترق وتتوهج

---

(١) بسط أو تعليل لأصل لفظة ما وتاريخها.

(٢) آلهة القمر والقنص عند الإغريق

وطاقتها التي تستمدّها من طاقة الدافع في النهاية. وبالطبع فإن الصغير يريد أن يري الآخرين مدى القوس الذي يستطيع فعله بالتبول. وما يريد الطفل إظهاره بشكل استعراضي، يحاول الرجل بأهدافه الحياتية تحقيقه بطريقة تصعيدية. والشيء نفسه ينطبق على النساء: فالنساء أيضاً يطمحن نحو الاعتراف والتقدير الاجتماعي مثل الرجل. إلا أن شرط ذلك هو التغلب على مشاعر الحياء والنقص المترتبة عليها واستبدالها بمشاعر ذاتية سليمة كرجل وامرأة.

**الطموح «الصحي» هو توتر يدفع الإنسان نحو الفعل، الذي ينبغي ألا يكون عالياً، ولكنه أيضاً ليس منخفضاً، توتر بين الصورة المثالية التي نمتلكها عن أنفسنا، وبين ما تمكنا حتى الآن من تحقيقه. ومن أجل الوصول لهدف تحقيق مثلنا العليا، يمكن لدفعة من المعاناة ألا تكون ضارة.**

بالمقابل يكون الطموح طموحاً «مرضياً» عندما نضحى في سبيله بحبنا لشريكنا ولأطفالنا. إلا أن هذه التشكيلات من الحياة الإنسانية تظهر مبدأ أساسياً لوجودنا: البحث عن الاعتراف. فإذا ما وجدناه فإننا نمتلك عندئذ مشاعر قيمة ذاتية سليمة. وهذا يعني إذا ما قدرنا الآخرين فإننا عندئذ نستطيع تقدير أنفسنا.

ولا بد لنا من أن نكون قد حضينا بهذا الاعتراف الأساسي في خبرة مضمونة وطيبة عندما كنا أطفالاً: كأساس للاعتراف بوجودنا كبشر وفي كينونتنا، أي: في كل طور من أطوار النمو من جديد: 1- في المرحلة «الحسية-الفمية» امتصاص الطعام والحب بشهوة «كجوع» جائع والحنان «كجوع» مستمتع؛ و 2- في المرحلة «الحركية الشرجية» «كعنيد» مجرب للعضلات بشكل غير هادئ، مسيطر على العالم وممارس للسلطة بإصرار من خلال الإعطاء والاحتفاظ بالبراز؛ و 3- «كولد فخور» في ما يسمى بالمرحلة «القضيبية» التي يمكن أن نطلق عليها كذلك تسمية المرحلة القضيبية الطموحة، التي لا يتبول فيها الطفل بشكل سلبي وإنما يقوم بذلك بطريقة رشاشة ونقارة، ويستطيع أن يسبب فيضانات ويطفئ النار، على الأقل في الخيال؛ وأخيراً 4- في المرحلة «الجنسية» في هويته الجنسية، أي



«قضيبياً» كصبي أو «مهيلي - بظري clitoral» كفتاة. فالبنات مثل الصبيان يحتجن الاعتراف والتوكيد، من أجل أن يتمكن من الإحساس بقيمتهم وكماهن.

فدائماً يتوقع الطفل أنه مقبول في خصوصياته، في اهتماماته السائدة في الوقت الراهن. فإذا ما حظي بالاهتمام المعترف المؤكد من جانب أشخاص المحيط المرجعي عندئذ سيكون الراشد بخير مثل غوته الذي قال: «من أبي أخذت القامة...ومن أمي الطبيعة المرحّة...» عندئذ يمكننا أن نضيف مع سيجموند فرويد: «إذا ما كان الإنسان حبيب أمه بلا منازع، فسوف يحتفظ للحياة بتلك المشاعر من السيطرة، وتلك الطمأنينة للنجاح التي ليس من النادر لها أن تستقطب النجاح».

تتعلق «الطمأنينة» و «الاهتمام» ببعضهما بشكل وثيق؛ كل واحدة منهما متعلقة بالأخرى. فإذا ما نقص الاهتمام عندئذ تفتقد الطمأنينة، عندئذ تكون النتيجة مشاعر النقص وغياب الثقة بالنفس؛ وهي أساس واه، يمثل سبباً حسب باول ريكو Ricoeur «لتحطم» الإنسان. لا يمكن لأية حياة إنسانية أن تستمر من دون الاهتمام. ويتوقف الأمر علينا نحن في تحويل مجتمعنا القائم على الإنجاز الخالي من الحب إلى مجتمع مشحون بالحب. ليس بالضرورة لمجتمعنا أن يكون مجتمعاً بلا «أب» أو بلا «أم». جميعنا يحتاج إلى أمومة أكثر إلى ، أبوة أكثر، وبالطبع إلى أخوة أكثر: باختصار إلى إنسانية أكثر.

## أمل بمشاعر جديدة

التكنوقراطيون العقلانيون لا يحسبون للآخر حساباً. والديماغوجيون أو المصلحون العفويون بشعار «كونوا واقعيين، اطلبوا المستحيل» يتجاهلون في مثاليتهم شيئاً أساسياً: الطبيعة المحددة بيولوجياً للإنسان، دافعيته، انفعالاته المحددة بالطبيعة. وهذه الطاقة لا يمكن حصرها في تصويرة محددة من دون أضرار، تعامل الناس كالأرقام، كي يتم تحقيق أهداف سياسية أو اقتصادية على حسابهم. «فما الذي سيستفيد منه الإنسان إذا ربح العالم كله وألحق الضرر بروحه؟».

ومن هنا فإنه من الضروري لبقائنا التعرف على القوى الانفعالية العارمة في ذاتنا من أجل تقديرها حق قدرها وتعلم توجيهها. ومن ضمنها بالدرجة الأولى الانفعالات البناءة للحب والشهوة الجنسية. ولكن أيضاً الكره السليم والحنق الملائم والانتقام المحرر أو نوبة الغضب الجدية تظل أفضل من الحنق والغضب والاستياء المكبوت لسنوات طويلة التي تسبب لنا الصداق أو تنعكس على أمعائنا أو تحبس أنفاسنا أو ترفع ضغط دمنا.

ومن الانفعالات الإنسانية أيضاً الحسد والغيرة التي قلما نعترف بهما ونفضل أن نقومعهما بتكبر أو عناد. ومن الأفضل لو أننا اعترفنا بأننا حسودين لما يمتلكه الآخر بأننا غيورين عندما يذهب منا الحب. بدلاً من أن ننعكف على أنفسنا فإنه من الأفضل أن نتحدث مع شخص آخر، شخص نفرغ معه ما في قلبنا.

ومن أجل إزالة الكره والغضب والانتقام والحنق والحسد والغيرة علينا أن نصعد البدايات. إلا أنه علينا أولاً أن نتعلم التعامل بشكل صحيح مع الكره والغضب والحسد والغيرة. التدريب على العدوانية، من نحو الملاكمة واللعب العدواني، بالشكل الذي يتم تنفيذه في الدورات الديناميكية الجماعية يمكنها هنا أن تساعد. كما من الممكن أن تكون صرخة الغضب في العلاج الأساسي مفيدة، في إعادة تفتيح الناس الذين يتسمون بطبع مدرع أو «دمى الحضارة» ومن ثم

إجراء معالجة تحليلية نفسية للجذور الكامنة في الطفولة في هنا والآن للموقف التحليلي.

إن أقرب شيء يربطنا بالانفعالات هو كل ماله علاقة بالحب والشهوة والجنسية. فإذا ما ارتبطت بعلاقة جدلية تبادلية مع الانفعالات الأخرى بما في ذلك المشاعر الطبيعية والجسدانية فإنها سوف تغني حياتنا عندئذ وتشع إلى العلاقات الأخرى، بل وتمتد إلى عالم العمل الواقعي.

وشرط ذلك هو إنكار التصورات القيمية الجامدة من دون خوف من فقدان السيطرة، والاعتراف في الوقت نفسه بالشهوانية الوجدانية تحت ضبط الانفعالية. ولا يمكن للقوة من أجل ذلك أن تأتي إلا من الهو. فالهو هو خزان الطاقة، منبع الانفعالات. فيه تكمن نوابض الدافع، التي تعطي الأنا الطاقة للتأثير نحو الخارج. وبهذه الطريقة يعمل الأنا على خدمة انفعالات الهو، كما في مثال أفلاطون حول الحصان الذي يساعد الفارس على تحقيق هدفه الذي لا يمكن تحقيقه مشياً على الأقدام. فالأنا لا يعترض على الدافع وإنما يترابط معه. فيكون عندئذ وكأنه مغموراً بالهو كما يتشرب اللحم بالدم.

والانفعالات تصبغ شخصية الإنسان مثلها مثل تفكيره وقناعاته وكلماته. ويمكن للانفعالات أن تكون مدموجة في الأنا ومكبوحة منه وموجهة منه. والدوافع الأعمق في الإنسان تكمن في انفعالاته وتحدد شخصيته المميزة. كما يرتبط أيضاً بذلك بأننا لا نتعرف على الآخر بشكل جيد إلا إذا ما قابلناه باستشارة انفعالية: الوقوع في الحب الكبير، الخروج عن الطور بالغضب، متحمسين بتعصب لفكرة سياسية أو نتابع فكرة عظيمة بحماس.

ومن ذلك أيضاً أن نتعرف كيف نتصرف بشكل خال من الحب، بحنق مقموع، بغضب عارم. وبما أن هذه الانفعالات السلبية ذات طبيعة بدائية، فإننا لا ندركها، ونفضل كبتها ونسقطها على الآخرين: «على الجانحين» «المجانين» «الغرباء» «العاطلين عن العمل»، «الأجانب». ونحن لا نرى الجمل في أعيننا

ولكننا نرى القشة في عيون الآخرين. ولكن إذا ما بدأنا برؤية إلى أي مدى نحن قساة وباردون، عندئذ نبدأ بتحسين أنفسنا، ولكن بالطبع ليس من دون صدمة وحزن حول هذه المعرفة: ففي الحوار مع الآخرين. عندئذ يمكن للغضب البدائي، «الحيوان المرعب والخطير» في ذاتنا كما يقول جان لويس فيفيس Jean Louis Vives أبو علم النفس الحديث في عام ١٥٣٨، الذي جعلته تحت تصرفه، دمجته في الأنا وجعلته يغنيه، في حوار ثنائي.

ومن أجل أن نتمكن من إدراك الانفعالات الأولية في ذاتنا التي تجرح بسهولة احترامنا لذاتنا، فإننا نحتاج إلى أصدقاء داعمون والشعور بالانتماء إلى مجموعة. إذ لا يكفي هنا بأن تصبح شعورية. فمن الضروري بأن نشعر بها. فالأمر لا يتعلق لوحده إذا بأن نجعل من اللاشعوري شعورياً بل يتعلق الأمر أيضاً بأن نجعل ما هو غير محسوس محسوساً.

فإذا ما وصلنا إلى هذا الحد فإنه يمكننا عندئذ أن نشبع حاجات أبنائنا بوالدية مسؤولة، بقرب وتباعد موزون بشكل مثالي. وبهذه الطريقة لا يتم استغلال الأطفال لأغراض ذاتية، ولا يخدمون كبديل للحب المفقود ذاتياً أو كوسيلة من أجل ستر فشلنا الذاتي.

إلا أن شرط ذلك هو علاقات اجتماعية تساعد الآباء والأمهات على أن يتطوروا بالشكل الذي نصفه هنا: فمن خلال الأمان الاقتصادي ومن خلال النواظم المؤسسية التي تخفف العبء عن الآباء والأمهات بشكل فاعل، من خلال الحضانات ورياض الأطفال التي يمكن إلحاق الأطفال فيها في السنوات الأولى، من دون أن تلحق الأذى بنمو هؤلاء الأطفال؛ بل على العكس: فالأطفال يدعمون بعضهم بعضاً، ويستحثون بعضهم بعضاً. ويتم تخفيف قلق الأمهات والآباء على أطفالهم ويشعرون بفرحة لقاء أطفالهم ويكونون في وضع أفضل بكثير للتعامل معهم بحب وحنان، مما لو كان الأطفال طوال اليوم بالبيت وأن يكون الوالدان موجودان باستمرار مع الأطفال. ونحن يمكننا أن نعطي أولادنا

لمن يرعاهم ولكن ليس من أجل قطع العلاقة معهم. فالطفل يحتاج إلى الشعور بأن أمه وأبيه موجودان وحتى لو غابا فإنهما سيعودان في كل الأحوال.

و بالنسبة للنساء فإن تحقيق هذا الهدف أصعب مما هو الأمر لدى الرجال؛ فتربيتهم تتم من منظور المثال الأنثوي السائد إلى نساء «مسالمات». فهن ينبغي لهن أن يكن مدلات، وحبابات، وناجمات ومستعدات للمعانة؛ وليس فقط في خيال الرجال وإنما أيضاً في تصوراتهن هن.

ويمكن للرجال أن يسهموا بنصيبهم في تربية الأطفال. وبهذا يستطيع الرجال والنساء أن يحققوا ذواتهم في عالم العمل، وكذلك في أدوار الآباء والأمهات. إننا نبالغ باستمرار من أهمية تحقيق الذات في العمل، لأنه يتم تقويمه اجتماعياً بدرجة أكبر من دور ربة المنزل. ونحن نقلل من إمكانيات الاغتناء في الحياة المشتركة مع الأطفال والياfeين والشريك. إنها تمهد لنا أنفسنا الطريق نحو مشاعرنا المكبوتة والانفعالات والمعاناة، إذا أننا نجد فيها بشكل لا شعوري أنفسنا، كطفل أو يافع. عندئذ يمكننا فهمها بشكل أفضل، ومن ثم يتم قطع الحلقة المفرغة. ويمكن دمج العدوانية التي لا يمكن تجنبها في الأنا وتنميتها كانهال بناء لتصرفنا وإغناء علاقاتنا بين بعضنا. إنها دعوة لانفعالات جديدة مازال ينقصنا بدرجة كبيرة الإقرار بوظيفتها لصحة البشر. فالحب والكره والشهوة والانتقام والغيرة والحسد لا يمكن أن تعبر عن نفسها كانهال لولم يكن هناك الأمل الانفعالي بأن ما لسناله مستعيدين بعد، ما هو جديد بالنسبة لنا، الفضولين تجاهه، ما زال قابلاً للتحقيق وللمعايشة. فحتى مجرد الرغبة بمزيد من الانفعالات والإيمان بالطاقة المكتشفة في ذواتنا تدعمنا على طريق انفعالات جديدة .

آرثر شوبنهاور ( ١٧٨٨ - ١٨٦٠ م ) فيلسوف ألماني، معروف بفلسفته التشاؤمية يرى في الحياة شر مطلق فهو يبجل العدم ويرى في الانتحار شيئاً جيداً وقد كتب كتاب العالم فكرة وإرادة الذي وضع فيه زبدة فلسفته فلذلك تراه يربط بين العلاقة بين الإرادة والعقل فيرى أن العقل أداة بيد الإرادة وتابع لها . ولد في الثاني والعشرين من شهر فبراير لسنة ١٧٨٨ م درس الفلسفة بجامعة جوتنجن ( ( ١٨٠٩ - ١٨١١ م ) ) ، ثم انتقل إلى جامعة برلين ( ١٨١١ - ١٨١٣ م ) حيث ختم دراسته بحصوله على الدكتوراه عن رسالته التي دونها تحت عنوان : ( الأصول الربعة لمبدأ السبب الكافي ) وهي رسالة في العقل وصلته بالعالم الخارجي . مات أبوه متتحراً وهو في السابعة عشرة ( ١٨٠٥ م ) عاش بعد ذلك حياة شقية تعيسة بسبب خلافه مع أمه بسبب حياة التحرر من كل قيود الفضيلة التي عاشتها أمه بعد أبيه ، وقد انتهت الخلاف بينهما إلى قطيعة كاملة حتى ماتت ولم يراها ، وقد سبب سلوك أمه شعوراً عنده بالقتل الشديد للنساء لازمه طوال حياته ، فلم يرتبط بامرأة حتى مات . قام بالتدريس بجامعة برلين ( ١٨٢٠ - ١٨٣١ م ) ولم يكن موفقاً ولا مقبولاً من الطلاب ، وقد عزا ذلك هو إلى غيرة الأساتذة الآخرين منه ، وتآمرهم ضده ولم تكن كتبه تلقى رواجاً مما سبب له إحساساً مضاعفاً بالشقاء والتعاسة ، لكن في أخريات حياته ، بدأت كتبه تروج والإقبال عليها يتزايد ، فشعر بالسعادة والرضا . كان له بعض المال الذي ورثه عن أبيه ، مكنه استغلاله لهذا المال من الحصول على غرفتين بإحدى الفنادق المتوسطة ، عاش فيها طوال الثلاثين عاماً الأخيرة من حياته، عاش هذه السنين في هاتين الحجرتين ، وحيداً بلا أم ولا زوج ولا ولد ولا أسرة ولا وطن ، ولا صديق سوى كلبه الذي أطلق عليه اسم ( أطما ) ، وهو اسم يطلق على روح العالم ، أو الروح الكلي لدى البراهمة ، ولكن سكان الفندق والقريبيين من شوبنهاور كانوا يسمون الكلب : (شوبنهاور الصغير).

فكره

كان فيلسوفاً متشائماً، لقد لاحظ شوبنهاور أن الوجود يقوم على أساس من الحكمة والخبرة

والغائية وأن كل شيء في الوجود دليل صادق على إدارة الفاعل وقدرته وحكمته. وخبرته وإتقانه. إن المزاج الفاسد لشوبنهاور ونزعة الحقد والكراهية التي تملأ نفسه ثم الود المفقود والعداء الموجود بينه وبين كل عناصر الحياة والأحياء دفع به إلى اختيار نوعية معينة من الكتب وكان اختياره منصباً على دراسة بوذا ثم كتب الديانة الهندية وكان من آثار ذلك أن ازداد شعوره بالكراهية للعالم وتعمق لديه الإحساس بأن الحياة شر وأنها الحياة ليس فيها إلا الألم والمرض والشيخوخة والموت. والديانة الهندية تقوم على أن الحياة قائمة على أنواع من الشرور الطبيعية والخلقية.

في الحديث عن غريزة الجنس لشوبنهاور له موقف خاص جداً من هذه الغريزة وموقفه هذا كان أساساً لمواقف بعض الفلاسفة وسنداً لمذاهبهم وتحديداً مذهب فرويد في علم النفس ومدرسته التي قامت على أساس من التركيز على دافع الجنس.

إن شوبنهاور يعلي من شأن الدافع الجنسي- لدى الإنسان والحيوان ويجعل منه الركيزة الأساسية التي تدور عليها حياة الفرد والجماعة بل يجعل منه الأساس الأوحـد الذي تدور عليه الحياة عند كل الكائنات وبخاصة الإنسان ومن ثم فإن الجنس هو مفتاح السلوك الإنساني أو على أساس منه يمكن تفسير كل سلوك إنساني من الألف إلى الياء.

مؤلفاته: كتب شوبنهاور رسالته التي نال بها درجة الدكتوراه عام ١٨١٣م وكان الكتاب عن ((الأصول الأربعة لمبدأ السبب الكافي)). وهو يقصد بالسبب الكافي علاقتنا بالعالم الخارجي وفهمنا إياه. ويرى أن السبب الكافي الذي يتحدث عنه يقوم على أصول أربعة هي: ((علاقة بين مبدأ ونتيجة- علاقة بين علة ومعلول- علاقة بين زمان ومكان- علاقة بين داع وفعل)). والصور الثلاثة الأولى تخص التصور النظري أما الصورة الرابعة فهي العمل. وهذه الأربعة هي التي ينشأ عنها تصورنا للعالم الخارجي وانفعالنا معه. ثم أخرج كتابه الثاني وهو ((العالم إرادة وتصور)) أو ((العالم إرادة وفكرة)). وقد فتن بكتابه هذا حتى ظن أنه قد وضع فيه التصور النهائي للوجود والفكر. ولكن كتابه هذا لم يلق قبولاً حتى أنه بعد ما يزيد على العشرة أعوام أبلغ شوبنهاور أن جزءاً من نسخ كتابه قد بيع ورقاً فاسداً تُلف به البضائع

فازداد تشاؤماً وأرجع ذلك إلى مؤامرة تحاك ضده من جميع المفكرين والفلاسفة وأنهم لا يفهمون فلسفته لأنه يكتب للأجيال القادمة ثم قال: (إن كتابي هذا مثل المرأة فإذا نظر فيها حمار فلا تنتظر أن يرى فيها وجه ملاك). ثم نشر- كتاباً تحت عنوان: (الإرادة في الطبيعة) (١٨٣٦م) أجمع في هذا الكتاب من الأمثلة والشواهد الطبيعية ما ظنه أدلة على نظريته في الإرادة الكلية التي تحدث عنها في كتابه السابق. وفي سنة (١٨٤١م) أصدر كتاباً بعنوان: (المشكلتان الأساسيتان في فلسفة الأخلاق) وفي سنة (١٨٥١م) أصدر كتابين هامين عن: (التنازع والفضلات). وقد بذل فيها قصارى جهده وعصاره فكره ولكنه تلقى عشر- نسخ منها تعويضاً له عن مجهوده في تأليفهما، فلم تكن مؤلفاته قد لقيت قبولاً بعداً وإن كانت فلسفته بدأت تلفت الأنظار.

وفي أخريات حياته بدأت فلسفته التشاؤمية تلقى اهتماماً لدى الأوساط مما جعله يشعر ببعض الرضا في خلال عام (١٨٥٤م). وفي ٢١ سبتمبر ١٨٦٠م جلس في الفندق المتواضع الذي قضي فيه الثلاثين عاماً الأخيرة من عمره. وكان يتناول إفطاره وبعد ساعة وجدته صاحبة الفندق ما يزال جالساً كما هو فاقتربت تتفحصه فوجدت الحياة قد نبذته. لقد قامت فلسفة شوبنهاور على الأسس الآتية: أولاً: أن الوجود عبارة عن المادة المطلقة فليس في الوجود سوى المادة ثانياً: أن العلم عبارة عن (إرادة وفكرة). ثالثاً: الإرادة الكلية في الطبيعة عنايتها تنصب على الحفاظ على الحياة في الأنواع ولذلك تهتم بالإبقاء على الأنواع في النبات والحشرات والحيوان والإنسان وهي في اهتمامها بالنوع لا تلقي بالاً إلى الأفراد الذين تطحنهم الآلام ويعذبهم الشقاء ويغرقون في بحار المآسي والشرور. رابعاً: الموت هو عدو الإرادة الكلية وهو الذي يحاول أن يقضي على الحياة والأحياء ولكن الإرادة الكلية تهزمه عن طريق غريزة الجنس التي تدفع الأحياء إلى التزاوج والتناسل وبذلك تعوض الإرادة عن طريق النسل ما يأخذه الموت وتبقي الحياة والأحياء تحقيقاً لرغبة الإرادة الكلية. خامساً: الحياة كلها بل الوجود كله شرور وأحزان ومشقات وآلام وليس في الوجود كله خير قط ولا يعرف معنى السعادة وأقصى ما يتصور من خير في الوجود أن تقل شروره نوعاً أو تخف آلامه هوناً.



الشر والشقاء والتعاسة هي جوهر الحياة وحقيقة الوجود وهذه الأشياء هي الجانب الإيجابي في الحياة أما ما يسمى بالسعادة أو اللذة أو الخير أو غير ذلك أفليست أموراً إيجابية بل هي أمور سلبية بمعنى أن السعادة ليست إلا سلب الآلام واختفاء الشقاء أو التخفيف منه قليلاً ، ومن ثم فلا وجود لشيء اسمه السعادة أو اللذة ، ولكن هناك شقاء وتعاسة وآلام قد تكون شديدة، وقد تخف قليلاً أو كثيراً فيسمى الناس هذه الحالة سعادة أو لذة. سادساً: وسيلة الإرادة الكلية في تنفيذ غايتها من بقاء النوع في الإنسان أمران: العقل والغريزة الجنسية.

سابعاً: عود إلى ما قرره فيلسوف التشاؤم من أن الوجود كله شر. فالوجود شر لأن الألم والتعاسة هما الشيء الإيجابي وأما ما نسميه سعادة ولذة فهو أمر سلبي فلا يزيد عن كونه سلباً للألم أو تخفيفاً منه للحظة ثم تنتهي تلك اللحظة ليأتي الألم من جديد.

ثامناً : لكل ما تقدم من أدلة على أن الحياة آلام ، والوجود شر - فيما يزعم الفيلسوف - فإن الفيلسوف يدعو إلى نبذ الحياة - ويرغب في الانتحار تخلصاً من شقاء الحياة وشرورها. والفيلسوف - وهو يرغب في الانتحار ويدعو إليه - يبين أن الموت في ذاته لا يسبب للإنسان ألماً قط ، ولكن الناس يتألمون من فكرة الموت أكثر مما يتألمون من الموت نفسه ؛ لأن الإنسان لا يلتقي بالموت أبداً، فكيف يتألم منه ؟ إن الإنسان طالما هو حي لم يمت، فهو لا يرى الموت ولا يلتقي به ومن ثم لا يتألم منه ، فإذا ما انتحر الإنسان ومات ، فإن الموت حين يجيء يكون الإنسان قد ذهب، وعلى ذلك فالإنسان يخاف من فكرة الموت ، لكن الموت حين يجيء ويقع يكون الإنسان قد استراح من شقاء الحياة وآلامها، وتخلص نهائياً من الإرادة الكلية العمياء الشريرة التي لا عمل لها إلا ترغيبه في الحياة وإغراؤه بها ليظل يصلى شقاءها وآلامها. (المصدر: الموسوعة الحرة)