

THE #1 INTERNATIONAL BESTSELLER

جوردن بيترسون

ما وراء النظام

12 قاعدة إضافية للحياة

كتاب مؤثر وملهم على نحو يغير الحياة

The Times

ترجمة: محمد إبراهيم الجندي

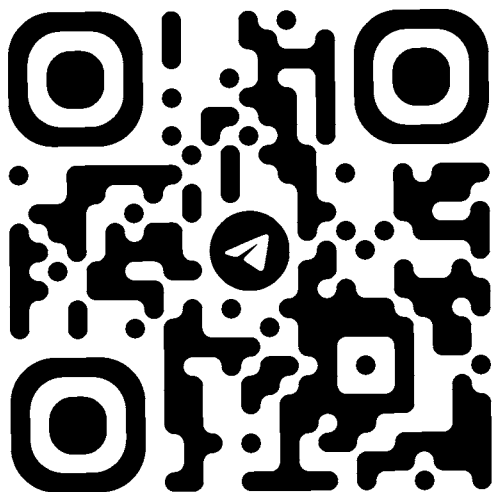
مكتبة
t.me/soramnqraa



جوردان ب. بيترسون

ما وراء النظام

12 قاعدة إضافية للحياة



سجل في مكتبة

اضغط الصفحة

SCAN QR

الكتاب: ما وراء النظام، 12 قاعدة إضافية للحياة

تأليف: جوردان ب. بيترسون

ترجمة: محمد إبراهيم الجندي

عدد الصفحات: 400 صفحة

الترقيم الدولي: 978-614-472-291-6

الطبعة الأولى: 2025

الناشر

دار التنوير

لبنان: بيروت - الرملة البيضاء - بناية بنك لبنان والخليج - الطابق الثاني

هاتف: 00961381944367 - 009611797434

بريد إلكتروني: darattanweer@gmail.com

تونس: 16 الهادي خفشة - عمارة شهرزاد - المنزه 1 - تونس

هاتف وفاكس: 0021670315690

بريد إلكتروني: tunis@dar - altanweer.com

موقع إلكتروني: www.daraltanweer.net

www.daraltanweer.com

مكتبة
t.me/soramnqraa

جوردان ب. بيترسون

ما وراء النظام

12 قاعدة إضافية للحياة

مكتبة

t.me/soramnqraa

ترجمة

محمد إبراهيم الجندي



للمؤلف جوردان ب. بيترسون

خرائط المعنى: بنية الاعتقاد
12 قاعدة للحياة: ترياق للفوضى

إلى زوجتي، تامي مورين روبرتس بيترسون،
التي أحببتها من كل قلبي طيلة خمسين عامًا،
والتي تستحق كل الإعجاب -في تقديري- على كل
المستويات، وعلى نحو يتجاوز العقل والمنطق.

المحتويات

11.....	مقدمة
القاعدة 1: لا تحطّ من شأن المؤسسات الاجتماعية أو الإنجازات	
27.....	الإبداعية
القاعدة 2: تخيل الشخص الذي يمكن أن تكونه.. ثم وجه كل	
75.....	تركيزك لتكونه
113.....	القاعدة 3: لا تُخف الأشياء غير المرغوب فيها في الضباب
133.....	القاعدة 4: لاحظ أن الفرصة تكمن حيث نُبذت المسؤولية
161.....	القاعدة 5: لا تفعل ما تكره
175.....	القاعدة 6: تخلّ عن الأيديولوجيات
القاعدة 7: اعمل بأقصى جهد ممكن على شيء واحد على الأقل،	
197.....	وانظر ماذا يحدث
215.....	القاعدة 8: حاول أن تجعل إحدى غرف منزلك جميلة بقدر الإمكان
القاعدة 9: إذا كانت الذكريات القديمة لا تزال تزعجك، فدوّنّها	
243.....	بناية، وبكل تفاصيلها
277.....	القاعدة 10: خطط واعمل بكد للحفاظ على الرومانسية في علاقتك
القاعدة 11: لا تسمح لنفسك بأن تقع فريسة للاستياء، أو الخداع،	
315.....	أو الغطرسة
367.....	القاعدة 12: كن مُمتنّاً رغم معاناتك
387.....	خاتمة
393.....	الهوامش

مكتبة

t.me/soramnqraa

ملاحظة من المؤلف في زمن الجائحة

إنها لمهمة معقدة أن يحاول المرء تأليف كتاب غير روائي خلال زمن الأزمة العالمية الناجمة عن انتشار فيروس «كوفيد-19». بل إنه يبدو من السخف -بطريقة ما- حتى مجرد التفكير في أي شيء آخر غير هذا المرض خلال هذا الوقت العصيب. إلا أن ربط جميع الأفكار الواردة في أي عمل حالي بهذه الجائحة -التي سوف تنتهي أيضًا في وقت من الأوقات- يبدو خاطئًا، لأن مشكلات الحياة العادية سوف تعود إلى الصدارة من جديد ذات يوم (وهو أمر يدعو للامتنان). وكل ذلك يعني أن أي مؤلف كتاب في الوقت الحاضر سيقع حتمًا في أحد خطأين: إما التركيز أكثر مما ينبغي على الجائحة -التي لا نعرف حتمًا ستستمر- ومن ثمّ إنتاج كتاب سيصبح قديمًا فور صدوره؛ أو تجاهل الجائحة، وهو الأمر الذي سيكون بمثابة عدم الانتباه إلى الفيل المجازي الضخم الذي يراه حتى الأعمى.

وبعد التفكير في هذا، ومناقشة بعض الأمور مع ناشري، قررت تأليف كتاب «ما وراء النظام: 12 قاعدة أخرى للحياة» *Beyond Order: 12 More Rules for Life* وفقًا للخطة التي كانت قد وُضِعَتْ له منذ سنوات عديدة مضت، وأن أركز على تناول قضايا غير متعلقة بالوقت الراهن تحديدًا (وبالتالي، المخاطرة بالوقوع في الخطأ الثاني بدلًا من الأول). وأعتقد أيضًا أن أولئك الذين يقررون قراءة هذا الكتاب أو الاستماع إلى النسخة الصوتية منه قد يشعرون بالارتياح تجاه تحويل انتباههم إلى شيء آخر بخلاف فيروس كورونا والدمار الذي أحدثه.

في الخامس من فبراير عام 2020، استيقظتُ في وَحدة العناية المركزة في موسكو، ويا له من مكان عجيب أستيقظ فيه! كانت هناك أربطة بطول ست بوصات تربطني بجانبَي السرير لأنني -في حالة اللاوعي- كنت مهتاجًا إلى حد محاولة إزالة القسطنطين من ذراعي ومغادرة وَحدة العناية المركزة. كنت حائرًا ومحبطًا لعدم معرفتي أين أنا، وكنت محاطًا بأشخاص يتحدثون لغة أجنبية، في غياب ابنتي «ميكايلا» وزوجها «أندريه»، اللذين كانا مقيدين بساعات زيارة قصيرة، ولم يكن لديهما إذن بالبقاء معي في لحظة استيقاظي. كنت غاضبًا أيضًا لوجودي هناك، ونهرت ابنتي بقوة عندما زارتني بعد عدة ساعات. كنت أشعر بأنني تعرضت للخيانة والخذلان، على الرغم من أن هذا كان أبعد ما يكون عن الحقيقة. كان الناس يعتنون باحتياجاتي المختلفة باهتمام شديد في أعقاب تحديات لوجستية هائلة ناجمة عن البحث عن الرعاية الطبية في بلد أجنبي تمامًا. لم أكن أذكر أي شيء حدث لي خلال الأسابيع الأخيرة التي سبقت ذلك، ولا أذكر سوى القليل جدًا مما حدث بين تلك اللحظة ولحظة دخولي المستشفى في تورونتو، في منتصف ديسمبر. وأحد الأشياء القليلة التي أستطيع تذكرها -عند استعادة الأيام المبكرة الأولى من ذلك العام- هو الوقت الذي قضيته في كتابة هذا الكتاب.

كُتبت الكثير وعدلت تقريبًا كل شيء كُتبت في هذا الكتاب خلال فترة كانت فيها عائلتي تعاني من نوبات متتالية ومتداخلة من الوعكات الصحية الخطيرة، وكان الكثير منها موضوعًا للنقاش العام، ولهذا السبب يتطلب الأمر بعض التوضيح التفصيلي. أولًا، في يناير عام 2019، اضطرت

ميكاييلا للبحث عن جراح لاستبدال جزء كبير من كاحلها الصناعي، الذي كنا قد زرعناه لها قبل نحو عقد من الزمان، حيث لم يكن التركيب الأول مثالاً على الإطلاق، مما تسبب لها في ألم شديد ومشاكل في الحركة، ثم أو شك على التداعي تمامًا. قضيت أسبوعاً معها في المستشفى في زيورخ بسويسرا خلال إجراء العملية والتعافي الأولي منها.

وفي بداية مارس، خضعت زوجتي تامي لجراحة روتينية في تورونتو لعلاج نوع شائع وقابل للعلاج من سرطان الكلى. وبعد شهر ونصف من تلك الجراحة، التي تضمنت إزالة ثلث العضو المعني، علمنا أنها كانت تعاني في الواقع من نوع خبيث نادر للغاية، له معدل وفيات سنوي يقترب من 100%.

وبعد أسبوعين آخرين، أزال الجراحون المشاركون في رعايتها الثلثين المتبقين من كليتتها المصابة، بالإضافة إلى جزء كبير من النظام اللمفاوي البطني المتصل بها. بدا أن الجراحة أوقفت تقدم السرطان، ولكنها أدت إلى تسرب السائل من جهازها اللمفاوي (ما يصل إلى أربعة لترات، أو جالون واحد، يومياً) الذي صار متضرراً الآن، وهي حالة تُعرف باسم «الاستسقاء الكيلوسي»، وتضاهي حالة السرطان الأصلية في الخطورة. سافرنا لرؤية فريق طبي في فيلادلفيا، وهناك، في غضون ستة وتسعين ساعة من الحقن الأولي بصبغة زيت بذور الخشخاش -التي كان الغرض العملي منها هو تعزيز الصور المأخوذة من فحوصات التصوير المقطعي أو الرنين المغناطيسي- أمكن إيقاف فقدان السوائل لدى تامي بشكل كامل. تحقق هذا الإنجاز الكبير في يوم ذكرى زواجنا الثلاثين بالضبط. تعافت تامي بسرعة وبشكل كامل فيما يبدو؛ وكانت تلك شهادة على الحظ الحسن الذي لا يستطيع أحد منا أن يعيش بدونه، وكذلك على قوة تامي وقدرتها المثيرة للإعجاب على المقاومة.

ومع الأسف، أثناء وقوع هذه الأحداث، كانت صحتي تتدهور. كنت قد بدأت بالفعل في تناول دواء مضاد للقلق في بداية عام 2017، بعدما عانيت

مما بدا أنه استجابة مناعية ذاتية ضد شيء تناولته خلال فترة عطلة أعياد الميلاد عام 2016^(*). تسببت الاستجابة المناعية للطعام في معاناتي من قلق حاد ومستمر، بالإضافة إلى شعوري بالبرد الشديد، مهما كانت الملابس التي كنت أرتديها أو عدد البطانيات التي أضعها فوق جسدي. وإضافة إلى ذلك، انخفض ضغط دمي بشكل كبير، بحيث إنني كلما حاولت الوقوف، كنت أشعر بالدوار وأجد نفسي مضطراً للانحناء والتوقف عدة مرات قبل المحاولة مرة أخرى. وعانيت أيضاً من أرق فظيع. وصف لي طبيب العائلة أحد أدوية البنزوديازيبين إلى جانب دواء منوم. أخذت الدواء الأخير بضع مرات فحسب قبل أن أتوقف عن استخدامه تماماً؛ إذ اختفت الأعراض الرهيبة التي كنت أعاني منها، ومن بينها الأرق، تقريباً وبشكل كامل بعد تناول دواء البنزوديازيبين مباشرة، مما جعل الدواء المنوم غير ضروري. واطبت على دواء البنزوديازيبين لمدة ثلاث سنوات تقريباً، لأن الضغط كان زائداً في حياتي على نحو غير طبيعي خلال تلك الفترة (الفترة التي تغيرت فيها حياتي من وجودي الهادئ بوصفي أستاذاً جامعياً وطبيباً سريريّاً إلى الواقع المضطرب لشخصية عامة)، ولأنني كنت أعتقد أن هذا الدواء غير ضار نسبياً؛ كما يُزعم غالباً عن أدوية عائلة البنزوديازيبين.

غير أن الأمور تغيرت في مارس 2019، مع بداية معركة زوجتي الطبية. وزاد قلقي بشكل حاد وملحوظ بعد دخول ابنتي ميكايلا المستشفى، وإجراء الجراحة لها، وتعافيتها. ونتيجة لذلك، طلبت من طبيب العائلة زيادة جرعتي من دواء البنزوديازيبين، حتى لا أشغل نفسي ولا أشغل الآخرين بقلقي. ومع الأسف، شعرت بزيادة كبيرة في الشعور السلبي بالقلق بعد

(*) كان المرض الذي دمر كاحل ميكايلا، على نحو حتمّ استبداله، إضافة إلى استبدال مفصل الورك، مرتبطاً أيضاً بالمناعة، وكانت زوجتي تعاني من بعض أعراض التهاب المفاصل المشابهة لأعراض ابنتي. أذكر هذا الأمر من أجل إلقاء بعض الضوء على السبب الذي جعل افتراض برنامج الاستجابة المناعية يطرأ في ذهني ولماذا بدا لي منطقياً إلى حد ما.

تعديل جرعة الدواء؛ وطلبت زيادة الجرعة مرة أخرى (وبحلول ذلك الوقت، كنا نحاول التعامل مع العملية الجراحية الثانية لتألمي ومضاعفاتها، وعزوت قلقي الشديد الزائد عن الحد لهذه المشكلة)، لكن القلق زاد أكثر وأكثر. لم أعزُ كل ذلك إلى استجابة مضادة للدواء (وهو التشخيص الذي شُخصت به حالتي لاحقاً)، وإنما إلى عودة ميلي إلى الاكتئاب الذي ظل يُقَضِّ مضجعي طيلة سنوات^(*). وعلى أي حال، توقفت عن استخدام دواء البنزوديازيبين تمامًا في مايو من ذلك العام، وجربت جرعتين من الكيتامين خلال أسبوع، بناءً على توصية من طبيب نفسي التمسّت مشورته. أحياناً يكون للكيتامين -وهو مخدر/ نفساني غير قياسي- تأثيرات إيجابية مفاجئة وكبيرة على الاكتئاب؛ لكنه لم يمنحني شيئاً سوى رحلتين إلى الجحيم مدة كل واحدة منهما تسعين دقيقة؛ إذ ملأني حتى النخاع شعور بالذنب والعار تجاه كل شيء في حياتي، دون أي شيء مكتسب من تجاربي الإيجابية.

وبعد أيام قليلة من جرعة الكيتامين الثانية، بدأت أعاني من آثار الانسحاب الحاد للبنزوديازيبين، والتي كانت حقاً لا تُحتمل؛ قلق يتجاوز بكثير أي شيء شعرت به من قبل، واضطراب خارج نطاق السيطرة، واحتياج شديد للحركة (يُعرف طبيّاً باسم تَعَدُّر الجلوس أو التململ akathisia)، وأفكار تدمير ذاتي عنيفة، وغياب تام لأي شعور بالسعادة. أوضح لي صديق للعائلة -وهو طبيب- مخاطر الانسحاب المفاجئ للبنزوديازيبين؛ لذا بدأت مرة أخرى بتناوله، ولكن بجرعات أقل مما كنت قد وصلت إليه من قبل. انحسرت العديد من الأعراض التي كنت أعاني منها، ولكن ليس جميعها. ومن أجل التعامل مع الأعراض الباقية، بدأت أيضاً في تناول مضاد اكتئاب كان ذا فائدة كبيرة لي في الماضي. لكن كل

(*) كنت أتناول مثبطات استرداد السيروتونين مثل سيلكسا Celexa لمدة تقارب العقدين من الزمن، واستفدت كثيراً منها، قبل أن أتوقف في أوائل عام 2016 لأن تغييراً جذرياً في نظامي الغذائي بدا أنه يجعلها غير ضرورية.

ما فعله هو أنه جعلني مرهقًا للغاية، إلى حد أنني كنت أحتاج إلى أربع ساعات إضافية من النوم يوميًا على الأقل -وهو الأمر الذي لم يكن مفيدًا على الإطلاق في خِصْم مشاكل تامي الصحية الخطيرة- بالإضافة إلى زيادة شهيتي بمقدار ضعفين أو ثلاثة أضعاف.

بعد نحو ثلاثة أشهر من القلق الرهيب، والنوم الزائد الخارج عن نطاق السيطرة، وحالة التملل المؤرقة بشدة، والشهية المفرطة، سافرت إلى عيادة أمريكية تدّعي أنها متخصصة في التعامل مع الانسحاب السريع للبنزوديازيبين. وعلى الرغم من جهود العديد من الأطباء النفسيين في العيادة، فإن كل ما أمكنهم فعله هو الإيقاف البطيء أو التقليل من جرعة البنزوديازيبين، الذي كنت أعاني بالفعل من آثاره السلبية التي لم تكن خاضعة للسيطرة، ولم يكن من الممكن إخضاعها للسيطرة بأي قدر مقبول على الإطلاق بواسطة العلاج الداخلي الذي تقدمه العيادة.

على الرغم من ذلك، أقمت في تلك العيادة بداية من منتصف أغسطس -بعد أيام قليلة فحسب من تعافي تامي من مضاعفات ما بعد الجراحة- حتى نهاية نوفمبر، عندما عدت إلى منزلي في تورونتو وأنا في حالة أسوأ بكثير من المرض والإنهاك. وبحلول ذلك الوقت، كانت حالة تَعَذُّر الجلوس (اضطراب الحركة الذي لا يمكن السيطرة عليه الذي أشرت إليه سابقًا) قد زادت لدرجة أنني لم أستطع الجلوس أو الراحة في أي وضع لأي فترة من الزمن على الإطلاق إلا وأنا أشعر بمعاناة شديدة. وفي ديسمبر، دخلت مستشفى محليًا، وبعد ذلك انتهى تمامًا وعيي بكل الأحداث التي سبقت استيقاظي في موسكو. وما علمته لاحقًا هو أن ميكاييلا وأندريه أخرجاني من المستشفى في تورونتو في يناير 2020، معتقدين أن العلاج الذي أتلّقاءه هناك يضرّني أكثر مما ينفعني (وهو رأي اتفقت معه تمامًا بمجرد أن علمت بالعلاج الذي كنت أتناوله).

كانت الحالة التي وجدت نفسي عليها عند استعادة وعيي في روسيا قد زادت تعقيدًا بسبب حقيقة أنني كنت قد أصبت أيضًا بالتهاب رئوي

مزدوج في كندا، على الرغم من أنه لم يُكتشف أو يُعالج إلى أن كنت في وحدة العناية المركزة في موسكو. إلا أنني كنت في موسكو في المقام الأول كي يتسنى للعيادة هناك تسهيل عملية انسحاب أدوية البنزوديازيبين من جسدي، باستخدام إجراء، إما مجهول تمامًا أو يُعتبر خطيرًا للغاية في أمريكا الشمالية. فنظرًا لأنني لم أكن أستطيع تحمل أي خفض لجرعة الدواء على الإطلاق - باستثناء المرة الأولى التي خفّضت فيها الجرعة قبل عدة أشهر - فقد وضعتني العيادة في حالة غيبوبة مستحثة طبيًا بحيث أبقى في حالة لا وعي خلال حدوث أسوأ أعراض الانسحاب. بدأ هذا الأسلوب العلاجي في الخامس من يناير واستمر لمدة تسعة أيام، ثم وضعي خلالها أيضًا في جهاز يعمل على تنظيم تنفسي بشكل ميكانيكي. وفي الرابع عشر من يناير، تم التخلي عن التخدير والأنابيب الموصلة بجسدي. استيقظت لبضع ساعات حينها، وأخبرت ميكايلا خلال ذلك الوقت أنني لم أعد أعاني من تَعَدُّر الجلوس، رغم أنني لا أذكر شيئًا عن استيقاظي في ذلك الوقت.

وفي الثالث والعشرين من يناير، تم نقلي إلى وحدة عناية مركزة أخرى متخصصة في التأهيل العصبي. أذكر أنني استيقظت في السادس والعشرين من الشهر لبرهة وجيزة، إلى أن عدت إلى الوعي بشكل أكثر اكتمالًا في الخامس من فبراير، كما ذكرت سابقًا؛ عشرة أيام مرت خلالها بفترة من الهياج والهذيان الشديد للغاية. وبمجرد أن انتهى ذلك، انتقلت إلى مركز تأهيل أكثر شبهاً بالمنازل في ضواحي موسكو الخارجية. وبينما كنت هناك، كان عليّ أن أعيد تعلم كيفية المشي وصعود الدرج ونزوله، وإغلاق أزرار ملابس، والاستلقاء في الفراش بمفردي، ووضع يدي في الموضع الصحيح على لوحة مفاتيح الكمبيوتر، والكتابة بواسطة اللوحة. ولم يبد لي أنني أستطيع الرؤية كما ينبغي؛ أو بتعبير أكثر دقة، رؤية كيفية استخدام أطرافي للتفاعل مع ما أرى. وبعد بضعة أسابيع، بعد أن تلاشت مشاكل الإدراك والتناسق، انتقلت أنا وميكايلا وأندريه وطفلهما إلى فلوريدا

لقضاء ما كنا نأمل أن يكون بعض الوقت الهادئ للتعافي تحت أشعة الشمس (التي كنت أتوق إليها بشدة بعد فترة من البرودة الضبابية القارسة في موسكو في منتصف الشتاء). وكان ذلك مباشرة قبل انتشار موجة القلق العالمي بشأن جائحة «كوفيد - 19».

في فلوريدا، حاولت التوقف تدريجيًا عن تناول الدواء الذي وصفته عيادة موسكو، على الرغم من أنني كنت ما أزال أعاني من تنميل في يدي وقدمي اليسرى، ورجفة في هذين الطرفين إضافة إلى جبهتي، وبعض نوبات القلق يسبب الإعاقة. وقد زادت كل هذه الأعراض بشكل ملحوظ للغاية مع تقليل استهلاك الدواء، لدرجة أنني بعد حوالي شهرين وجدت نفسي مضطراً للعودة إلى الجرعات الأصلية التي وصفتها العيادة في روسيا منذ البداية. كانت هذه انتكاسة كبرى، لأن عملية تقليل استخدام الأدوية كانت مدفوعة بتفاؤل صار الآن حطامًا، إضافة إلى أنني اضطررت للعودة إلى حالة استخدام الأدوية الذي دفعت ثمنًا باهظًا لمحاولة التخلص منها في المقام الأول. ومن حُسن الحظ، كان لديّ أفراد من العائلة والأصدقاء يبقون معي خلال ذلك الوقت، وقد ساعدتني رفقتهم على البقاء متحمسًا للاستمرار، بينما كانت الأعراض التي أعاني منها تصبح لا تطاق، خاصة في وقت الصباح.

بحلول نهاية مايو، وبعد ثلاثة أشهر من مغادرتي روسيا، أصبح من الواضح أن حالتي تتدهور بدلًا من أن تتحسن، وكان الاعتماد على الأشخاص الذين أحبهم والذين يبادلونني الشعور نفسه أمرًا صعبًا وغير عادل. كانت ميكايلا وأندريه على تواصل مع عيادة صربية تمارس نهجًا جديدًا لمشكلة انسحاب البنزوديازيبين، وقاما ببعض الترتيبات لنقلي إلى هناك بعد يومين فحسب من إعادة فتح البلاد بعد الإغلاق الذي تسببت فيه الجائحة.

لن أدعي أن الأحداث التي ألمّت بي وبزوجتي وبأولئك الذين كانوا مشاركين عن كُتب في رعايتها أدت في النهاية إلى تحسن الأمور وإلى خير

أكبر. لقد كان ما حدث لها فظيعًا بحق؛ فقد كانت تعاني من أزمة صحية شديدة وشبه قاتلة كل يومين أو ثلاثة أيام طيلة أكثر من ستة أشهر، ثم كان عليها أن تتعامل مع مرضي وغيابي. ومن ناحيتي أنا، كنت أعاني من احتمال فَقْد شخص ظل صديقًا مقربًا لي طيلة خمسين عامًا، وظلت زوجة لي طيلة ثلاثين عامًا؛ وكنت أعاني كذلك من احتمال اضطرابي لرؤية العواقب الفظيعة لفقدائها على أفراد عائلتها الآخرين، ومن بينهم أطفالنا؛ وكذلك كنت أعاني من العواقب المروّعة والمخيفة لإدمان مادة اضطُرت للاعتماد عليها من دون قصد مني. لن أقلل من قدر أي من هذه الأحداث بالادعاء أننا أصبحنا أشخاصًا أفضل لأننا استطعنا تجاوز كل ذلك. غير أنه يمكنني القول إن الاقتراب من الموت حفّز زوجتي للتعامل مع بعض القضايا المتعلقة بتطورها الروحي والإبداعي على نحو فوري وأكثر جدية مما كان يمكن أن يحدث لو لا تلك الأحداث، وحفزني أنا لعدم كتابة شيء أثناء تحرير هذا الكتاب سوى الكلمات التي تحتفظ بقيمتها وأهميتها حتى في ظل ظروف تتسم بالمعاناة الشديدة. ومن المؤكد أننا ما زلنا على قيد الحياة بفضل أفراد من العائلة والأصدقاء (أذكرهم بالاسم تحديدًا في خاتمة هذا الكتاب)، لكن الحقيقة أيضًا أن الانغماس الجاد والشديد في ما كنت أكتبه، والذي استمر طوال الوقت الذي تحدثت عنه الآن - باستثناء الشهر الذي قضيته فاقداً الوعي في روسيا - قدم لي سببًا للعيش وكذلك وسيلة لاختبار صحة الأفكار التي أعرضها وأعبر عنها.

لا أظن أنني سبق وأن ادّعت - في كتابي السابق أو في هذا الكتاب - أنه سيكون كافيًا بالضرورة أن يعيش المرء وفقًا للقواعد التي أدعو للتمسك بها. بل أظن أن ما ادّعيته - أو ما أرجو أن أكون قد ادّعيته - هو هذا: عندما تدق الفوضى بابك وتغرقك؛ أو عندما تبتيك الطبيعة أو تبتي شخصًا تحبه بالمرض؛ أو عندما يمزق الطغيان شيئًا ذا قيمة كنت قد بنيت، فمن المفيد أن تعرف باقي القصة. فكل هذه المِحَن هي فقط النصف المُر من حكاية الوجود الكاملة، دون أن نأخذ في الاعتبار العنصر البطولي

المتجسد في الخلاص أو نُبل الروح الإنسانية الذي يتطلب تحمُّل قدر معين من المسؤولية. إننا نخاطر بتجاهل هذا الجزء المهم من القصة، لأن الحياة صعبة للغاية بحيث إن إغفال الجزء البطولي للوجود يمكن أن يكلفنا كل شيء. ونحن لا نرغب في أن يحدث ذلك. وبدلاً من ذلك، نحن بحاجة إلى التحلي بالشجاعة، والشعور بالتفاؤل، والنظر إلى الأمور بعناية وبشكل صحيح، والعيش بالطريقة التي يمكننا أن نعيش بها.

إن لدينا مصادر قوة يمكننا الاعتماد عليها، وبرغم أنها قد لا تؤدي الغرض منها على أفضل نحو ممكن، فإنها قد تكون كافية. لدينا ما يمكننا تعلُّمه إذا استطعنا تقبُّل أخطائنا. لدينا الأدوية والمستشفيات، بالإضافة إلى الأطباء والممرضين الذين يهتمون بنا بصدق وشجاعة، ليرفعوا معنوياتنا ويساعدونا في كل يوم. ثم لدينا شخصياتنا وشجاعتنا، وإذا تعرضت هذه للسحق حتى النخاع وصرنا مستعدين للاستسلام، فلدينا شخصيات وشجاعة أولئك الذين نهتم لأمرهم ويهتمون لأمرنا. وربما -فقط ربما- يمكننا الاستمرار بمساعدة كل ذلك. يمكنني أن أخبرك بما أنقذني شخصياً، حتى الآن: إنه الحب الذي أكنُّه لعائلتي؛ والحب الذي يُكنُّونه لي؛ والتشجيع الذي قدموه لي هم وأصدقائي؛ وحقيقة أنه كان لديَّ عمل مهم يمكنني الكفاح من أجله في وقت المحنة وفترة وجودي في قاع الهاوية. لقد كان عليَّ أن أحمل نفسي على الجلوس أمام جهاز الكمبيوتر؛ وكان عليَّ أن أحمل نفسي على التركيز، والتنفس، والامتناع عن أن أقول العبارة اليائسة «ليذهب كل شيء إلى الجحيم»، أو أشعر بها أو أعنيها، خلال الأشهر الطويلة التي كان يملكني فيها الرعب والفرع. وكنت بالكاد أستطيع فعل ذلك. فطوال أكثر من نصف ذلك الوقت، كنت أعتقد أنني سأموت في أحد المستشفيات التي أقمت فيها. وأعتقد أنني لو كنت قد سقطت ضحية للغضب والاستياء، على سبيل المثال، لكنت قد هلكت إلى الأبد، وأعتقد أنني محظوظ لأنني تجنَّبت مصيراً كهذا.

ألا يُحتمل أن نكون جميعاً أكثر قدرة على التعامل مع الشك، وأهوال

الطبيعة، وطفيان الثقافة، والشر الكامن في أنفسنا وفي أنفس الآخرين، لو كنا أشخاصاً أفضل وأكثر شجاعة (حتى وإن لم يُخلَّصنا ذلك دائماً من الوضع الرهيب الذي نجد أنفسنا فيه)؟ لو كنا نسعى نحو قيم أعلى؟ لو كنا أكثر صدقاً؟ ألن تزيد احتمالات ظهور العناصر المفيدة للتجربة أمامنا؟ ألا يحتمل أن «الخير» الناتج عن كون أهدافنا نبيلة بما يكفي، وشجاعتنا راسخة بما يكفي، وسعينا نحو الحقيقة صادقاً وأكيداً، سيكون مكافئاً لوجود الفزع والرعب؟ ليس هذا صائباً تماماً، ولكنه يظل قريباً من الصواب. قد توفر لنا مثل هذه التوجهات والأفعال الإيجابية معنى كافياً على الأقل لمنعنا من الفساد وتحويل العالم المحيط بنا إلى شيء أشبه ما يكون بالجحيم نتيجة مواجهتنا لهذا الرعب.

لماذا أكتب هذا الكتاب؟ الأمر بسيط إلى حد ما. إن النظام هو الأرض المستكشفة المعروفة لنا. إننا نكون في حالة نظام عندما تؤدي الأفعال التي نعتبرها مناسبة إلى النتائج التي كنا نطمح إليها. وهكذا، ننظر إلى هذه النتائج نظرة إيجابية، حيث تشير، أولاً، إلى أننا اقتربنا أكثر مما كنا نرغب في تحقيقه، وثانياً، إلى أن نظريتنا بشأن كيفية سير العالم لا تزال صحيحة إلى حد مقبول. ومع ذلك فإن جميع حالات النظام لها عيوبها، بغض النظر عن مدى ما توفره من أمان وراحة. فمعرفتنا بكيفية التصرف في هذا العالم تبقى ناقصة إلى الأبد؛ جزئياً بسبب جهلنا العميق بالمجهول الواسع، وجزئياً بسبب العمى الإرادي المتعمد، وجزئياً لأن العالم يستمر -بطريقته الفوضوية- في تغيير نفسه بشكل غير متوقع. إضافة إلى ذلك، يمكن أن يتحول النظام الذي نسعى لفرضه على العالم إلى حالة من الجمود نتيجة لمحاولات متهورة للقضاء على كل ما هو مجهول. فعندما تصل هذه المحاولات إلى أبعد مما ينبغي، تهددنا الشمولية الاستبدادية، المدفوعة بالرغبة في ممارسة السيطرة الكاملة، في حين أن مثل هذه السيطرة لا يمكن تحقيقها، ولو من حيث المبدأ. ويعني هذا المخاطرة بتقييد خطير لجميع التغيرات النفسية والاجتماعية اللازمة للحفاظ على التكيف مع

العالم المتغير باستمرار. وهكذا نجد أنفسنا مضطرين بشكل لا مفر منه للتحرك نحو ما وراء النظام؛ نحو نقيض النظام: الفوضى.

إذا كان النظام هو المكان الذي تسفر فيه الأشياء التي نريدها عن نفسها - عندما نتصرف وفقاً لمعارفنا المكتسبة بالخبرة والتجربة - فإن الفوضى هي المكان الذي تقفز منه الأشياء التي لا نتوقعها، أو التي ظللنا في عمى عنها لتظهر أمامنا من عالم الاحتمالات المحيط بنا. وحقيقة أن شيئاً ما قد حدث مرات عديدة في الماضي بطريقة معينة ليست ضماناً بأن هذا الشيء سيستمر في الحدوث بالطريقة ذاتها⁽¹⁾. سيظل هناك، إلى الأبد، نطاق يتجاوز ما نعرفه ويمكننا التنبؤ به. إن الفوضى هي الشذوذ، والحدائث، وعدم قابلية التنبؤ، والتغير، والاضطراب، والانحدار - في كثير من الأحيان - وهي الأشياء التي تحدث بينما تتحول الأشياء التي صرنا نعتبرها من المسلمات المضمونة إلى أشياء غير موثوقة ولا يمكن الاعتماد عليها. أحياناً تظهر هذه الأشياء بهدوء، وتكشف عن أسرارها من خلال تجربة تجعلنا نشعر بالفضول والدهشة والاهتمام. يكون هذا محتملاً بشدة - على الرغم من أنه ليس حتمياً - عندما نتعامل مع ما لا نفهمه بوعي وإرادة، مع استعدادٍ حذرٍ وانضباط. وفي أحيان أخرى، يظهر غير المتوقع على نحو بشع، ومفاجئ، وعارض، وتكون النتيجة أننا ننهار ونتمزق، ولا نستطيع استجماع شتات أنفسنا إلا بصعوبة بالغة؛ إن استطعنا أن نفعل ذلك أصلاً.

وليس لحالة النظام أو حالة الفوضى فضل - جوهرى لها بذاتها - على الأخرى. تلك طريقة خاطئة للنظر إلى الأمر. ومع ذلك فقد ركزت بشكل أكبر في كتابي السابق، «12 قاعدة للحياة: ترياق للفوضى» *Rules for 12* Life: An Antidote to Chaos، على كيفية معالجة العواقب المترتبة على الفوضى الزائدة عن الحد⁽²⁾. إننا نستجيب للتغير المفاجئ وغير المتوقع بالاستعداد للأسوأ، مادياً ونفسياً. ولأن الله وحده يعلم ماذا سيكون هذا الأسوأ، فلا بد لنا - بما نعانیه من جهل - أن نستعد لجميع الاحتمالات

الممكنة. ومشكلة هذا الاستعداد الدائم والمستمر هو أنه يرهقنا عندما يكون زائدًا عن الحد. ولكن هذا لا يعني بأي حال من الأحوال أنه يجب التخلص من الفوضى (وهو أمر مستحيل على أي حال)، وإن كان من الضروري التعامل مع المجهول بحذر، كما أكدت مرارًا وتكرارًا في كتابي السابق. إن أي شيء ينأى عن التأثير بما هو جديد يتجمد، ومن البديهي أن الحياة بدون فضول - تلك الغريزة التي تدفعنا لاستكشاف المجهول - ستكون عبارة عن شكل باهت للغاية من الوجود. إن ما هو جديد، هو أيضًا ما هو مشير، وملهم، وآسر، ومحفز، وذلك أن يظهر لنا بمعدلات عالية تقوّض وجودنا وتهدم استقراره بقدر لا يمكننا احتماله.

مثل كتاب «12 قاعدة للحياة»، يقدم هذا الكتاب شرحًا وتحليلًا للقواعد المستقاة من قائمة أطول ضمت 42 قاعدة، كنت قد نشرتها في الأصل على موقع الأسئلة والأجوبة «كورا» Quora. لكن على عكس الكتاب السابق، فإن الفكرة الأساسية لهذا الكتاب هي كيفية تجنب مخاطر الأمان والتحكم الزائدين عن الحد. فنظرًا لأن ما ندركه ونفهمه غير كافٍ (وهو ما نكتشفه عندما تحدث الأخطاء والمشاكل في الأمور التي نحاول السيطرة عليها)، نحتاج إلى أن نُبقي قدمًا واحدة داخل نطاق النظام بينما نمد الأخرى بحذر إلى ما وراء النظام. وهكذا نكون مدفوعين للاستكشاف والعثور على أعمق المعاني بالوقوف على الحدود، حيث نكون آمنين بما يكفي للسيطرة على خوفنا، ولكننا في الوقت نفسه نتعلم، باستمرار، بينما نواجه ما لم نتصالح معه بعد أو لم نتكيف معه. وغريزة المعنى تلك - وهي شيء أعمق بكثير من مجرد الفكر - هي التي توجهنا بشكل صحيح في الحياة، حتى لا نغرق في ما هو أكبر منا، أو تفسدنا وتوهننا نظم قيم ومعتقدات عتيقة بالية، أو خانقة ضيقة، أو مختالة متباهية.

فما الذي كتبت عنه بشكل أكثر تحديدًا؟ تصف القاعدة الأولى العلاقة بين الهياكل الاجتماعية المستقرة والقابلة للتنبؤ بها وبين الصحة النفسية الفردية، وتنادي بأن تلك الهياكل يجب تحديثها بواسطة أناس مبدعين

لكي تحافظ على حيويتها. وتحلل القاعدة الثانية صورة قديمة عمرها قرون طويلة، باستخدام قصص عديدة - قديمة وحديثة - لتسليط الضوء على طبيعة الشخصية البشرية المتكاملة وتطورها. وتحذر القاعدة الثالثة من أخطار تجنب المعلومات (الضرورية من أجل التجديد المستمر للنفس) الناشئة عن ظهور مشاعر سلبية مثل الألم والقلق والخوف.

تزعم القاعدة الرابعة أن المعنى الذي يحمي الناس خلال الأوقات العصيبة لا يوجد في السعادة - التي تكون عابرة وزائلة - بل في التحمل الطوعي للمسؤولية الناضجة عن الذات وعن الآخرين. وتستخدم القاعدة الخامسة مثالاً واحداً، مستقى من تجربتي كطبيب نفسي سريري، لتوضيح الضرورة الشخصية والاجتماعية للانتباه إلى إملاءات الضمير. وتصف القاعدة السادسة خطر غزو سبب المشكلات الفردية والاجتماعية المعقدة إلى متغيرات منفردة، مثل النوع، أو الطبقة الاجتماعية، أو السلطة.

تحدد القاعدة السابعة العلاقة الحاسمة بين السعي المنضبط في اتجاه واحد وبين صياغة الشخصية الفردية القادرة على الصمود في مواجهة المِحَن. وتركز القاعدة الثامنة على الأهمية الحيوية للتجربة الجمالية بوصفها دليلاً يهدي إلى ما هو حق وخير في عالم التجربة البشرية. وتزعم القاعدة التاسعة أنه يمكن تجريد تجارب الماضي - التي يثير تذكراها مشاعر الألم والخوف - مما تنطوي عليه من رعب وفزع من خلال استكشاف لفظي متعمّد وإعادة التفكير فيها.

وتركز القاعدة العاشرة على أهمية التفاوض الصادق للحفاظ على المودة والاهتمام المتبادل والتعاون بصدق، وهي الأشياء التي لا يمكن أن تستمر من دونها أي علاقة رومانسية حقيقية. وتبدأ القاعدة الحادية عشرة بوصف عالم التجربة الإنسانية بطريقة تفسّر ما يحفز ثلاثة أنماط استجابة نفسية شائعة ولكنها خطيرة للغاية، وتوضح العواقب الكارثية للوقوع ضحية لأي منها أو لها جميعاً، وتعرض طريقاً بديلاً. وتنادي القاعدة الثانية عشرة بأنه يجب اعتبار الامتنان في مواجهة المآسي الحتمية للحياة مظهرًا

أساسياً للشجاعة الأخلاقية المثيرة للإعجاب واللازمة لمواصلة مسيرتنا الصعبة(*)).

أرجو أن أكون قد صرت أكثر حكمة في شرح هذه المجموعة الثانية من القواعد الـ 12 مقارنة بما كنت عليه منذ أربع سنوات - عندما كتبت عن المجموعة الأولى من القواعد - وقد يرجع الفضل في ذلك إلى التعليقات المفيدة التي تلقيتها خلال محاولاتي لصياغة أفكارى للجمهور حول العالم، سواء أكانت شخصية، أو من خلال موقع يوتيوب، أو من خلال البودكاست والمدونة(**). وأتمنى، بناءً على ذلك، أن أكون قد تمكنت من توضيح بعض القضايا التي ربما أكون قد تركتها دون شرح كافٍ في الكتاب السابق، إضافة إلى تقديم الكثير من الأفكار الجديدة الأصيلة. وأخيراً، أتمنى أن يجد الناس هذا الكتاب مفيداً على نحو شخصي كما يبدو أنهم وجدوا المجموعة الأولى من القواعد. لقد شعرت بقدر هائل من الرضا لأن كثيراً من الناس أفادوا أنهم استمدوا قدرًا كبيرًا من القوة من الأفكار والقصص التي كان لي شرف عرضها ومشاركتها مع القراء.

مكتبة

t.me/soramnqraa

(*) قد يكون من المهم أن نشير إلى أن هذا الكتاب والكتاب السابق - على الرغم من أن كلا منهما مستقل عن الآخر - كانا مصممين على نحو مشترك لتمثيل التوازن الذي يسعى كلاهما لتوضيحه. ولهذا السبب (في نسخة اللغة الإنجليزية على الأقل) تغطي صيغة الأبيض على الأول ويصطبغ الثاني بالأسود. وهما يشكلان معًا مجموعة متناظرة، مثل رمزيّ الين واليانج في الطاوية.

(**) يمكن العثور على قناتي على يوتيوب عبر الرابط /user/ www.youtube.com JordanPetersonVideos. كما يمكن الوصول إلى البودكاست والمدونة على jordanbpeterson.com.



الأحمق

القاعدة الأولى

لا تحطّ من شأن المؤسسات الاجتماعية

أو الإنجازات الإبداعية

الوحدة والحيرة

طيلة سنوات، ظلّلتُ أقابل عميلًا كان يعيش بمفرده^(*). كان معزولاً عن العالم بطرق كثيرة مختلفة إضافة إلى وضعه المعيشي. كانت روابطه العائلية محدودة للغاية؛ إذ انتقلت كلتا ابنتيه للعيش خارج البلاد، ولم تكونا على اتصال مستمر به، ولم يكن لديه أقارب آخرون باستثناء والده وأخته اللذين كان مبتعدًا عنهما. كانت زوجته ووالدة أطفاله قد توفيت منذ سنوات، والعلاقة الوحيدة التي سعى لإقامتها بينما كان يراني على مدى أكثر من عقد ونصف من الزمان انتهت بشكل مأساوي عندما قُتِلَت شريكته الجديدة في حادث سيارة.

عندما بدأ يزورني كانت محادثاتنا متعسرة تمامًا. لم يكن معتادًا على التفاعل الاجتماعي، لذا كانت سلوكياته، اللفظية وغير اللفظية، تفتقد إلى الإيقاع والانسجام اللذين يميزان الشخص اللبق اجتماعيًا. كان قد تعرض للإهمال التام حين كان طفلًا، وتعرض للإحباط والتشيط من قبل والديه. كان والده -الغائب أغلب الوقت- مهملاً وسادياً في ميوله، بينما كانت والدته مدمنة مزمنة للكحول. كذلك تعرض بشكل مستمر للتعذيب والتحرش في

(*) قمت بتعديل القصص المأخوذة من ممارستي الطبية لضمان خصوصية عملائي في الوقت نفسه حاولت الحفاظ على الحقيقة السردية الأساسية لما أرويّه.

المدرسة، ولم يصادف طوال سنوات تعليمه كلها معلمًا يمنحه أي اهتمام حقيقي. أدت هذه التجارب إلى إصابته بميل نحو الاكتئاب، أو على الأقل جعلت حالة ميله البيولوجي في هذا الاتجاه أكثر سوءًا. ونتيجة لذلك، فقد كان فظًا، ومتوترًا، ومتقلب المزاج إلى حد ما إذا شعر أنه يُساء فهمه أو تمت مقاطعة حديثه على نحو غير متوقع. وقد أكدت لي تلك الاستجابات أنه ظل هدفًا للمتتمرين في حياته البالغة أيضًا، لا سيما في مكان عمله.

غير أنني لاحظت بعد وقت قصير أن الأمور تسير بشكل جيد خلال جلساتنا إذا ما ظَلَلْتُ هادئًا صامتًا أغلب الوقت. كان يأتي لزيارتي مرة أسبوعيًا أو مرة كل أسبوعين، ويتحدث عما حدث له وما كان يشغله خلال السبعة أيام أو الأربعة عشر يومًا السابقة. ولو أنني بقيت صامتًا طيلة الخمسين دقيقة الأولى من جلساتنا التي تستغرق ساعة، وأنصتُ إليه بتركيز واهتمام، فإننا كنا نستطيع بعد ذلك التحدث بطريقة طبيعية نسبيًا خلال العشر دقائق المتبقية من وقت الجلسة. استمر هذا النمط لأكثر من عقد من الزمان، بينما كنت أتعلم -أكثر وأكثر- أن أمسك لساني (وهو شيء لا أستطيع فعله بسهولة). لكن مع مرور السنين، لاحظت أن نسبة الوقت الذي كان يقضيه في مناقشة قضايا سلبية معي انخفضت. كانت محادثاتنا -أو حديثه المنفرد بالأحرى- دائمًا تبدأ بما يزعجه، ونادرًا ما تتجاوز ذلك. لكنه بذل جهدًا كبيرًا خارج نطاق جلساتنا؛ إذ اكتسب بعض الأصدقاء، وحضر تجمعات فنية ومهرجانات موسيقية، وأحيا موهبة لطالما كانت مدفونة لديه، هي تأليف الأغاني والعزف على الجيتار. وبينما كان يصبح أكثر اجتماعية، بدأ في التوصل إلى حلول للمشكلات التي حدثني عنها. وبدأ، في الجزء الأخير من الساعات التي كنا نقضيها معًا، في مناقشة بعض الجوانب الأكثر إيجابية في حياته. كانت الأمور تسير ببطء، لكنه كان يحرز تقدمًا مستمرًا. حين جاء لرؤيتي في المرات الأولى، لم نكن نتمكن من الجلوس معًا على طاولة في مقهى، أو في أي مكان عام في الواقع، وممارسة أي شيء يشبه محادثات عالم الواقع من دون أن يُصاب

بالشلل ويدخل في حالة من الصمت المطبق. وبحلول الوقت الذي أنهينا فيه جلسائنا، كان يقرأ شعراً من تأليفه أمام مجموعات صغيرة من الناس، بل لقد جرب القيام ببعض عروض الكوميديا الارتجالية.

كان بالنسبة لي أفضل تجسيد شخصي وعملي لشيء أدركته خلال أكثر من عشرين عاماً من ممارستي للطب النفسي: إن الناس يعتمدون على التواصل المستمر مع الآخرين لتنظيم أفكارهم. إننا جميعاً نحتاج إلى التفكير لترتيب الأمور في عقولنا، لكننا في أغلب الأحيان نفكر من خلال التحدث. نحن نحتاج للتحدث عن الماضي، لكي نتمكن من التمييز بين المخاوف التافهة المبالغ فيها التي تعتري أفكارنا وبين التجارب المهمة حقاً. نحتاج للتحدث عن طبيعة الحاضر وخططنا للمستقبل، حتى نعرف أين نحن، وإلى أين نحن ذاهبون، ولماذا نحن ذاهبون إلى هناك. ثم إننا نحتاج إلى إخضاع الاستراتيجيات والخطط التي نضعها لأحكام الآخرين، لكي نتأكد من كفاءتها ومرونتها. ونحتاج أيضاً للإنصات إلى أنفسنا أثناء حديثنا، لكي نتمكن من تنظيم استجاباتنا الجسدية ودوافعنا ومشاعرنا العشوائية في صورة شيء متقن ومنظم، وننتخلص من المخاوف المبالغ فيها وغير العقلانية التي تراودنا. كذلك نحن نحتاج للتحدث من أجل التذكر ومن أجل النسيان على حد سواء.

كان عملي بحاجة ماسة إلى شخص ينصت إليه. وكان بحاجة إلى أن يكون جزءاً معترفاً به من مجموعات اجتماعية أكبر وأكثر تعقيداً؛ وهو شيء خطّط له في جلسائنا معاً، ثم نفّذه بنفسه بعد ذلك. ولو أنه سقط ضحية لفتح الحط من شأن التفاعلات والعلاقات الشخصية بسبب تاريخه المليء بالعزلة والمعاملة القاسية، لكانت فرصته في استعادة صحته قد تضاءلت للغاية. ولكنه بدلاً من ذلك تعلم واكتسب الخبرة وانخرط مع العالم.

العقلانية كمؤسسة اجتماعية

بالنسبة إلى سيجموند فرويد وكارل يونج -عالمَي النفس الكبيرين- كانت العقلانية سمة مميزة للعقل الفردي. كانا يريان أن الناس يكونون

أسوياء ومتوازنين نفسيًا عندما تُدمج الشخصيات الفرعية الموجودة داخل كل واحد منا بشكل صحيح ومتوازن في عملية التعبير عن الذات. كان لكل من الـ«هو» -وهو الجزء الغريزي من النفس (الذي يمثل الطبيعة، بكل قوتها وغرابتها بداخلنا)- و«الأنا العليا» (وهو الممثل الداخلي للنظام الاجتماعي الذي يكون قمعياً أحياناً) -و«الأنا» (الشخصية الحقيقية، المسحوقة بين الطاغيتين: الهو والأنا العليا)- جميعاً وظائف متخصصة عند فرويد، الذي كان أول من صاغ وجودها في الأساس. يتفاعل الهو، والأنا، والأنا العليا مع بعضها البعض مثلما تتفاعل الفروع التنفيذية، والتشريعية، والقضائية لحكومة حديثة. لكن يونج، على الرغم من تأثره العميق بفرويد، حلل تعقيد النفس بطريقة مختلفة. فعند يونج، ينبغي لأنا الفرد أن تجد مكانها الصحيح بالنسبة للظل (وهو الجانب المظلم من الشخصية)، والأنيما أو الأنيموس (وهو الجانب المتعلق بالجنس المقابل من الشخصية، والذي غالباً ما يتم كبته)، والذات (وهو الكائن الداخلي الأمثل احتمالاً). غير أن كل هذه الكيانات الفرعية المختلفة -سواء اليونجية أو الفرويدية- تشترك في شيء واحد، هو أنها توجد بداخل الشخص، بغض النظر عن محيطه. إلا أن البشر كائنات اجتماعية بامتياز، وليس هناك نقص في الحكمة والتوجيه الموجودين خارج أنفسنا؛ في العالم الاجتماعي. لماذا إذن نعتمد على مواردنا الشخصية المحدودة لتذكر الطريق، أو لتوجيه أنفسنا نحو مناطق جديدة، في حين يمكننا الاعتماد على الإشارات والعلامات والإرشادات التي بذل آخرون جهداً كبيراً لوضعها على الطريق؟ إن فرويد ويونج، بتركيزهما الشديد على النفس الفردية المستقلة، لم يمنحا لدور المجتمع في الحفاظ على الصحة العقلية الشخصية سوى أقل القليل من التركيز والاهتمام.

لهذه الأسباب، أقوم بتقييم موقف جميع عملائي السريريين الجُدد وفقاً لبعض الأبعاد التي تعتمد بشكل كبير على العالم الاجتماعي عندما أبدأ التعامل معهم: هل تلقوا تعليمًا يتوافق مع مستوى قدراتهم الفكرية

أو طموحاتهم؟ هل استغلالهم لوقت فراغهم مثير ومثمر وذو مغزى؟ هل وضعوا خططاً محكمة ومتينة للمستقبل؟ هل هم (وأولئك المقربون منهم) بمنأى عن أي مشاكل صحية جسدية خطيرة أو مشاكل اقتصادية؟ هل لديهم أصدقاء وحياة اجتماعية؟ هل لديهم علاقات شراكة حميمة ودودة ومشبعة؟ هل لديهم علاقات عائلية وثيقة وفعالة؟ هل لديهم حياة مهنية، أو على الأقل وظيفة، تُدرّ دخلاً مالياً كافياً، وتُعتبر مستقرة، ومصدرًا للرضا وتوفّر فرصًا للتقدم إن أمكن؟ إذا كانت الإجابة عن أي ثلاثة أسئلة أو أكثر من هذه الأسئلة بالنفي، فإنني أعتبر أن عميلي الجديد غير منخرط بشكل كافٍ ومُشبع في عالم العلاقات الشخصية، وهو في خطر الانزلاق للأسفل نفسيًا بسبب ذلك. إن البشر يعيشون وسط بشر آخرين وليس كعقول فردية بحتة. وليس على الفرد أن يكون في أفضل حال هو بنفسه إذا استطاع أن يظل مقبولا في سلوكه تجاه الآخرين ولو بالقدر الأدنى. وببساطة: إننا نعهد بمشكلة العقلانية للآخرين؛ فالناس يظنون صحيحي العقل ليس فقط بسبب صحة عقولهم، ولكن لأن الآخرين يذكرونهم دائماً بكيفية التفكير والتصرف والتحدث.

إذا بدأت في الانحراف عن الطريق المستقيم -إذا بدأت في التصرف بشكل غير صحيح- فسوف يتفاعل الناس مع أخطائك قبل أن تصبح كبيرة جدًّا، ويجادلونك، ويهزأون بك، ويُقرّعونك، وينتقدونك، إلى أن تعود إلى الطريق الصحيح. سوف يرفعون أحد حاجبيهم، أو يتسممون (أو لا يتسممون)، أو يتبهون (أو لا يتبهون). وبعبارة أخرى، إذا استطاع الآخرون تقبّل وجودك، فسوف يُذكرونك دائماً بعدم إساءة التصرف، ويدعونك دائماً لتكون في أفضل حالاتك. وكل ما سيكون عليك فعله حينها هو أن ترى، وتسمع، وتستجيب لتلميحاتهم على النحو المناسب. عندئذ قد تظل متحفزًا، وقادرًا على البقاء معهم لكيلا تبدأ رحلة الانحدار الطويلة. وهذا سبب كافٍ لتقدير وجودك وسط عالم الآخرين: الأصدقاء وأفراد العائلة وحتى الأعداء، برغم القلق والإحباط اللذين قد ينتجان عن التفاعلات الاجتماعية في كثير من الأحيان.

لكن كيف وصلنا إلى اتفاق واسع النطاق بشأن السلوك الاجتماعي الذي يعمل على دعم استقرارنا النفسي؟ تبدو هذه مهمة عسيرة جدًا في مواجهة التعقيد الذي يواجهنا باستمرار. «هل نسعى وراء هذا أم ذاك؟» «ما قيمة هذا الفعل مقارنة بذاك؟» «مَن الأكثر كفاءة، أو الأكثر إبداعًا، أو الأكثر حسماً، ويجب بالتالي أن نمنحه السلطة؟» تشكل إجابات مثل هذه الأسئلة في الغالب نتيجة لعمليات تفاوض مكثفة تنظم العمل الفردي والتعاون والمنافسة. وما نعتبره ذا قيمة وجديرًا بالاهتمام يصبح جزءًا من العقد الاجتماعي؛ جزءًا من المكافآت والعقوبات التي تُمنح نتيجة للامتثال أو لعدم الامتثال؛ جزءًا مما يُذكرنا باستمرار بلسان الحال: «هذا هو ما يحظى بالتقدير. انظر إليه (استوعب ذلك) وليس شيئًا آخر. اسعَ لذلك (حاول تحقيق هذه الغاية) وليس غاية أخرى». والامتثال لمثل هذه الإشارات والتذكيرات يمثل - إلى حد كبير - العقلانية بنفسها؛ وهو شيء مطلوب من كل واحد منا منذ المراحل الأولى من حياتنا. ومن دون تدخل العالم الاجتماعي، سيكون من المستحيل علينا تنظيم عقولنا. وببساطة، سوف نغرق في هذا العالم.

نقطة الإشارة

أسعدني حظ عظيم بأن تكون لي حفيدة هي إليزابيث سكارليت بيترسون كوريكوف، المولودة في أغسطس 2017. لقد راقبتها بعناية بينما كانت تكبر، في محاولة لفهم ما تحاول الوصول إليه. عندما كانت تبلغ من العمر سنة ونصف، انخرطت في جميع أنواع السلوكيات المحيية للغاية؛ الضحك والقهقهة عند دغدغتها، وكذلك التحية باليد، والتصادم بالرأس، وفرك الأنوف. لكن الفعل الأكثر بروزًا من بين جميع أفعالها في تلك السن، في رأيي، كان فعل الإشارة.

لقد اكتشفت إصبع السبابة، وكانت تستخدمه لتحديد كل الأشياء التي تجدها مثيرة للاهتمام في العالم. كانت تُسرّ بفعل ذلك، لا سيما عندما كانت إشارتها تثير اهتمام البالغين المحيطين بها. كان هذا يدل - بطريقة

لا يمكن تحقيقها بأي وسيلة أخرى - على أن فعلها وقصدها لهما مغزى؛ يمكن تعريفه على الأقل جزئيًا بأنه ميل السلوك لجذب اهتمام الآخرين. لقد كانت تعيش على ذلك، ولا عجب. إننا تنافس على الفوز بالاهتمام، شخصيًا، واجتماعيًا، واقتصاديًا. وما من عملة تضاهي قيمتها قيمة الاهتمام. الأطفال، والبالغون، والمجتمعات بأسرها تذبل وتذوي في غياب الاهتمام. فأن ينتبه الآخرون إلى ما تجده مهمًا أو مثيرًا للاهتمام يعني، أولًا، التأكيد على أهميته، ولكنه يعني، ثانيًا، وعلى نحو أكثر أهمية، التأكيد على شخصك باعتبارك مركزًا للتجربة الواعية ومساهمًا في العالم الجمعي. والإشارة هي، أيضًا، دلالة مهمة على تطور اللغة. فسمية شيء ما - استخدام اسم هذا الشيء - يعني الإشارة إليه، وتحديد من وسط كل ما عداه، وعزله بهدف الاستخدام الفردي والاجتماعي.

عندما كانت حفيدتي تشير إلى شيء ما، كانت تفعل ذلك علانية. عندما كانت تشير إلى شيء ما، كانت تستطيع أن تلاحظ على الفور رد فعل القريين منها. فليس ثمة فائدة تُرجى، في واقع الأمر، من الإشارة إلى شيء لا يهتم به أحد. لذا فقد كانت توجه إصبع السبابة إلى شيء ما تجده مثيرًا للاهتمام ثم تنظر حولها لترى ما إذا كان أحد آخر يهتم. كانت تتعلم درسًا مهمًا في سن مبكرة: إذا لم تكن تتواصل مع الناس بشأن شيء يثير اهتمامهم، فإن قيمة تواصلك - بل حتى قيمة وجودك - قد تتراجع إلى الصفر. وبهذه الطريقة، بدأت حفيدتي تستكشف بشكل أعمق الهرمية المعقدة للقيم التي تشكل عائلتها والمجتمع الأوسع المحيط بها.

تتعلم سكارليت الآن الكلام؛ وهو شكل أكثر تعقيدًا من أشكال الإشارة (والاستكشاف). فكل كلمة هي مؤشر، كما أنها تبسيط أو تعميم. فسمية شيء لا تعني فقط جعله يبرز وسط خلفية لا نهائية من الأشياء الأخرى التي يمكن تسميتها، وإنما يعني أيضًا تجميعه أو تصنيفه، في وقت واحد، مع العديد من الظواهر الأخرى التي تندرج ضمن فئته ذاتها أو أهميته. إننا نستخدم كلمة «أرضية»، على سبيل المثال، ولكننا عادة لا نستخدم كلمة

منفصلة لجميع أنواع الأرضيات التي قد نراها (خرسانة، خشب، تراب، زجاج)، ناهيك عن جميع الاختلافات اللانهائية في اللون والملبس والظل التي تشكل تفاصيل الأرضيات التي تحمل وزننا. إننا نستخدم تمثيلاً ليس شديد الدقة: فهي إذا كانت تحملنا، ويمكننا المشي عليها، وتقع داخل مبنى، فهي «أرضية»، وهذا دقيق بما يكفي. إن الكلمة تميز الأرضيات - عن الجدران مثلاً - ولكنها أيضاً تقيد تنوع جميع أشكال الأرضيات وتحصره في مفهوم واحد: أسطح مستوية مستقرة داخلية قابلة للمشي عليها. إن الكلمات التي نستخدمها هي أدوات تبني تجربتنا، ذاتياً وبخصوصية؛ لكنها بالمثل محددة اجتماعياً. ما كنا لنعرف جميعاً ونستخدم كلمة «أرضية» ما لم نتفق على أن ثمة شيئاً مهماً بما يكفي بشأن الأرضيات لتبرير وضع كلمة لتعبّر عنها. لذا فإن مجرد تسمية شيء (والاتفاق على اسمه بالطبع) هو جزء مهم من العملية التي يتم بموجبها اختزال عالم الظواهر والحقائق المعقد إلى أقصى حد ممكن في عالم القيم الوظيفي. والتفاعل المستمر مع المؤسسات الاجتماعية هو ما يجعل هذا الاختزال، أو - هذا التحديد، ممكناً.

ما الذي يجب أن نشير إليه؟

إن العالم الاجتماعي يُضيق ويُحدد لنا العالم الكبير، ليعيّن لنا ما هو مهم. لكن ما معنى «مهم»؟ كيف يتحدد ما هو «مهم»؟ إن الفرد يتشكل بواسطة العالم الاجتماعي. لكن المؤسسات الاجتماعية تتشكل أيضاً بواسطة متطلبات الأفراد الذين يشكلونها؛ إذ لا بد من اتخاذ تدابير من أجل تزويد الناس بالمتطلبات الأساسية للحياة. إننا لا نستطيع العيش من دون طعام، وماء، وهواء، ومأوى. وعلى نحو أقل وضوحاً، نحتاج كذلك إلى الرفقة، واللعب، واللمس، والحميمية. هذه كلها ضروريات بيولوجية ونفسية (وهذه القائمة ليست حصرية جامعة بالطبع). ولا بد لنا من تحديد تلك العناصر من العالم التي يمكنها تزويدنا بهذه المتطلبات، ومن ثمّ استخدامها. وحقيقة

أننا كائنات اجتماعية بشكل عميق تضيف إلى الموقف مجموعة أخرى من القيود: فلا بد لنا من الإدراك بطريقة تلبي احتياجاتنا البيولوجية والنفسية والتصرف وفقًا لذلك؛ لكن بما أنه لا أحد منا يعيش، أو يمكنه أن يعيش، بمعزل عن الآخرين، فيجب أن نلبي تلك الاحتياجات بطريقة تحظى بقبول الآخرين. وهذا يعني أن الحلول التي نستخدمها مع مشكلاتنا البيولوجية الأساسية يجب أن تكون مقبولة وقابلة للتنفيذ اجتماعيًا أيضًا.

الأمر يستحق النظر بعمق أكبر في كيفية تقييد الضرورة للحلول الممكنة والخطط القابلة للتنفيذ. أولاً - كما ألمحنا - من حيث المبدأ، يجب أن تحل الخطة مشكلة حقيقية. ثانيًا، يجب أن تروق للآخرين - عندما يقارنونها بخُطط أخرى منافسة - وإلا فإن هؤلاء الآخرين لن يتعاونوا، بل قد يعترضون. لذا إذا كان المرء يُقدر شيئًا ما، فيجب عليه تحديد كيفية تقديره لهذا الشيء بحيث يكون من المحتمل أن يستفيد منه الآخرون. فلا يمكن أن يكون هذا الشيء مفيدًا لصاحبه فحسب، بل يجب أن يكون مفيدًا له وللمحيطين به كذلك. وحتى هذا وحده لا يكفي؛ وهو ما يعني أن هناك المزيد من القيود على الكيفية التي يجب أن ننظر بها إلى العالم وتعامل بها معه. فالطريقة التي أنظر بها إلى العالم، والمرتبطة بالأساس بالخطط التي أضعها، يجب أن تفيدني، وتفيد عائلتي، وتفيد المجتمع الأوسع. وعلاوة على ذلك، يجب أن تفلح هذه الطريقة اليوم على نحو لا يؤدي إلى أن يكون الغد، أو الأسبوع القادم، أو الشهر القادم، أو العام القادم (أو حتى العقد أو القرن القادم) أسوأ حالًا. والحل الجيد لمشكلة تتعلق بالمعاناة يجب أن يكون قابلاً للتكرار، دون أن يؤدي لتدهور الأمور عبر التكرارات، أو عبر الأشخاص، أو عبر الزمن.

تُقلل هذه القيود العامة، التي تتجلى بيولوجيًا وتُفرض اجتماعيًا، من تعقيد العالم ليصبح شيئًا يشبه مجال قيمة مفهوم للجميع. هذا أمر مهم للغاية، لأن هناك عددًا غير محدود من المشاكل وعددًا غير محدود من

الحلول المحتملة نظريًا، ولكنَّ ثمة عددًا محدودًا نسبيًا من الحلول التي يمكن أن تُفلح عمليًا ونفسيًا واجتماعيًا في الوقت نفسه. وحقيقة محدودية عدد الحلول تعني وجود شيء مثل الأخلاق الطبيعية؛ هي متغيرة ربما -مثل تغير اللغات البشرية- ولكنها لا تزال تتسم بشيء متين ومقبول بوجه عام في جوهرها. وواقع وجود هذه الأخلاق الطبيعية هو ما يجعل الانتقاص من المؤسسات الاجتماعية أمرًا خاطئًا وخطيرًا: لأن هذه المؤسسات تطورت بهدف حل مشكلات لا بد من حلها لكي تستمر الحياة. وهذه المؤسسات ليست مثالية بكل تأكيد؛ لكن جعلها أفضل -وليس أسوأ- أمر يمثل بحد ذاته مشكلة عسيرة.

لذا، يجب على المرء أن يأخذ تعقيد العالم، ويختزله في نقطة منفردة لكي يمكنه التصرف، وعليه أن يفكر في باقي الناس جميعًا، وما ستكون عليه ذواتهم المستقبلية، أثناء قيامه بالتصرف. فكيف يتسنى له ذلك: بالتواصل والتفاوض. بإحالة المشكلة المعرفية شديدة التعقيد إلى موارد العالم الأوسع. إن الأفراد الذين يشكلون كل مجتمع يتعاونون ويتنافسون لغويًا (على الرغم من أن وسائل التعاون والتنافس لا تقتصر على التفاعل اللغوي). تُصاغ الكلمات بشكل جمعي، ويجب أن يتفق الجميع على استخداماتها. والإطار اللفظي الذي يساعدنا على تعيين حدود العالم هو نتيجة للمشهد القيمي الذي ينشأ اجتماعيًا؛ ولكنه أيضًا مقيد بالضرورة القاسية للواقع ذاته. يساعد هذا في إضفاء شكل على هذا المشهد، وليس أي شكل قديم فحسب؛ فهنا تظهر في الصورة بشكل أكثر وضوحًا الهياكل الهرمية؛ الهياكل الهرمية الوظيفية الإنتاجية.

لا بد من القيام بالأشياء المهمة، وإلا فإن الناس سيموتون جوعًا أو عطشًا أو عراءً في مواجهة الطبيعة؛ أو سيموتون من الوحدة وغياب المودة. لا بد من تحديد العمل الذي يجب القيام به ومن ثمَّ التخطيط له؛ ولا بد من اكتساب المهارات اللازمة للقيام به. ولا بد من إجراء هذا التحديد،

والتخطيط، واكتساب المهارات، إضافةً إلى تنفيذ الخطط الموضوعة استنادًا إلى المعلومات الضرورية، في الفضاء الاجتماعي، بالتعاون مع الآخرين (وفي مواجهة منافستهم لنا). ونتيجة لذلك، سيكون بعض الناس أفضل في حل المشكلة المطروحة، والبعض الآخر أسوأ. وهذا التباين في القدرة (إضافة إلى تعدد المشاكل الموجودة واستحالة تدريب الجميع في جميع المجالات المطلوبة) يولد بالضرورة هيكلية هرمية؛ هيكلية قائمة في الوضع الأمثل على الكفاءة الحقيقية فيما يتعلق بالهدف المطلوب تحقيقه. وهذه الهرمية في جوهرها هي أداة مُنشأة ومنظمة اجتماعيًا ولا بد من استخدامها لإنجاز المهام الضرورية والجديرة بالاهتمام بفعالية وكفاءة عالية. وهي أيضًا مؤسسة اجتماعية تجعل التقدم والسلام ممكنين معًا في آنٍ واحد.

من أسفل إلى أعلى

الاتفاق الذي يشكل الافتراضات المعلنة وغير المعلنة للقيمة الذي يميز مجتمعاتنا له أصل قديم؛ إذ تطور على مدار مئات الملايين من السنين. فعلى أي حال، السؤال: «كيف يجب أن أتصرف؟» هو مجرد نسخة حديثة قصيرة الأجل من السؤال الأصلي طويل الأجل: «كيف يمكنني البقاء على قيد الحياة؟». لذا فمن المفيد النظر إلى الماضي البعيد - إلى بداية سلسلة التطور؛ إلى الأساسيات الأولى - والتأمل في كيفية تحديد ما هو «مهم». لقد كانت أقدم الكائنات المتطورة عديدة الخلايا (وهذا القدر من القدم يكفي لأغراضنا هنا) تتكون من خلايا حسية حركية غير متميزة نسبيًا⁽¹⁾. تحوّل هذه الخلايا بعض الحقائق أو السمات الخاصة بالبيئة إلى مُخرج حركي لنفس الخلايا، في علاقة فردية. فالمحفز «أ» يعني الاستجابة «أ»، ولا شيء غير ذلك، بينما المحفز «ب» يعني الاستجابة «ب». أما في الكائنات الأكثر تمايزًا وتعقيدًا - الكائنات الأكبر حجمًا والتي نعرفها أكثر في العالم الطبيع - فإن الوظائف الحسية والحركية تنفصل وتتمايز على نحو متخصص، بمعنى أن الخلايا التي تقوم بالوظائف الحسية ترصد

الأنماط في العالم، وتقوم الوظائف التي تؤدي الوظائف الحركية بإنتاج أنماط حركية. يتيح هذا التمايز التعرف على مجموعة أوسع من الأنماط وتخطيطها وتحويلها، إضافة إلى تنفيذ مجموعة أوسع من الأفعال والاستجابات. ويظهر في بعض الأحيان نوع ثالث من الخلايا - الخلايا العصبية - لتلعب دور الوسيط بين النوعين الأولين. وبين الأنواع التي طورت مستوى عمل عصبي، يمكن أن ينتج نمط الإدخال «نفسه» نمطًا مختلفًا من المخرجات (بحسب التغيرات التي تطرأ على بيئة الحيوان أو حالته النفسية الفسيولوجية، على سبيل المثال).

ومع تزايد تعقيد الأنظمة العصبية، وظهور المزيد والمزيد من طبقات الوساطة العصبية، تزداد العلاقة بين حقيقة بسيطة والمخرج الحركي الناتج عنها تعقيدًا وتطورًا ولا يمكن التنبؤ بها. فما نزن أنه الشيء نفسه أو الموقف نفسه يمكن إدراكه بطرق متعددة، ويمكن لشيئين ندرتهما بطريقة واحدة أن يؤديا إلى سلوكين مختلفين تمامًا عن بعضهما. فمن الصعب جدًا التقييد الكامل حتى لحيوانات المختبرات المعزولة، على سبيل المثال، بحيث تتصرف بشكل يمكن التنبؤ به في التجارب التي نحرص على جعلها متماثلة بقدر المستطاع. ومع تكاثر طبقات الأنسجة العصبية الوسيطة بين الإحساس والفعل، فإنها تتمايز بدورها. وتظهر أنظمة التحفيز الأساسية - التي تُعرف غالبًا باسم الدوافع (مثل الجوع، والعطش، والعدوانية... إلخ) - مضيئة تحديدًا حسيًا وسلوكيًا وتنوعًا. ثم تظهر أنظمة العواطف، بدورها، وتتجاوز أنظمة التحفيز، دون وجود خط واضح للتمييز بينهما. أما الأنظمة المعرفية فهي تظهر في وقت بعد ذلك بكثير؛ حيث تأخذ شكلها أولًا - الذي يمكن القول إنه يتمثل في الخيال - وبعد ذلك، في وقت لاحق، وفقط عند البشر، تتمثل في صورة لغة كاملة. وهكذا، ففي أكثر الكائنات تعقيدًا، توجد بنية هرمية داخلية - تبدأ برد الفعل اللاإرادي مرورًا بأنظمة التحفيز وانتهاءً باللغة (في حالة البشر وحدهم) - ويجب تنظيمها لكي يمكنها أن تعمل كوحدة واحدة وتوجيهها لتحقيق هدف ما⁽²⁾.

كيف يتم تنظيم تلك البنية الهرمية؛ البنية التي ظهرت في أغلبها من أسفل إلى أعلى على مر عصور طويلة من التطور؟ هنا نعود إلى الإجابة ذاتها التي أشرت إليها سابقاً: من خلال التعاون والتنافس المستمرين -التنافس المستمر على الموارد والمكانة- اللذين يحددان النضال من أجل البقاء والتكاثر. يحدث هذا على مدار فترات زمنية طويلة للغاية هي التي تميز مسيرة التطور، إضافة إلى فترات الحياة الفردية الأقصر كثيراً. ويؤدي التفاوض على المكانة إلى تصنيف الكائنات في تسلسلات هرمية موجودة في كل مكان وهي التي تحكم إمكانية الوصول إلى الموارد الحيوية؛ مثل المأوى والغذاء والتزاوج. إن جميع الكائنات الحية ذات التعقيد المعقول والطبيعة الاجتماعية، ولو بالقدر الأدنى، لها مكانتها الخاصة، وهي تعرفها جيداً. وجميع الكائنات الحية الاجتماعية تتعلم أيضاً من أفراد الجماعة الآخرين ما الذي يُعتبر ذا قيمة، وتستمد من ذلك - ومن فهمها لمكانتها الخاصة - فهماً ضمنياً وصريحاً ومتطوراً لمفهوم القيمة نفسه. وباختصار، يمكننا القول إن: الهرمية الداخلية التي تُحوّل الحقائق أو المثيرات الخارجية إلى أفعال واستجابات، تعكس الهرمية الخارجية للتنظيم الاجتماعي. فمن الواضح، على سبيل المثال؛ أن قرّدة الشمبانزي في قطيع تفهم عالمها الاجتماعي وطبقاته الهرمية على مستوى دقيق من التفصيل. إنها تعرف ما هو «مهم»، ومن هو صاحب الوصول المتميز إليه. إنها تفهم مثل هذه الأمور كما لو كان بقاؤها وقدرتها على التكاثر يعتمدان على فهمها هذا، وهذا صحيح في واقع الأمر⁽³⁾.

إن الرضيع حديث الولادة مزوّد بقدرات فطرية شبه حتمية مثل: الرضاعة، والبكاء، والخوف. إلا أن هذه القدرات والاستجابات توفر نقطة البداية لمجموعة هائلة من المهارات العملية التي تتطور مع نمو الإنسان. فبحلول سن الثانية (وقبل ذلك في كثير من الأحوال، بالنسبة للعديد من المهارات)، يمكن للأطفال التأقلم بكل حواسهم، ويمكنهم السير منتصبين، واستخدام أيديهم المجهّزة بإبهام معاكس لجميع أنواع

الأغراض، والتعبير عن رغباتهم واحتياجاتهم بشكل لفظي وغير لفظي؛ وهذه قائمة جزئية غير شاملة بالطبع. وتُدمج هذه المجموعة الهائلة من القدرات السلوكية في مجموعة معقدة من العواطف والدوافع التحفيزية (الغضب، والحزن، والخوف، والفرح، والدهشة، وغير ذلك كثير) ومن ثم تُنظَّم لتحقيق غرض محدد ومعيَّن يُلهم الطفل في لحظة محددة، وعلى مدار فترات زمنية أطول.

ولا بد لهذا الرضيع النامي أيضًا من تحسين استخدام حافزه المسيطر في أي لحظة معينة وإتقانه على نحو يتناغم مع جميع حوافزه الداخلية الأخرى (على سبيل المثال، الرغبات المنفصلة في الأكل والنوم واللعب يجب أن تتعايش معًا حتى يمكن لكل منها أن تتجلى على أفضل نحو ممكن)، ويتوافق كذلك مع متطلبات البيئة الاجتماعية وأنظمتها والفرص المتاحة فيها. يبدأ هذا التحسين والإتقان أثناء علاقة الطفل بأمه وسلوك اللعب الطبيعي داخل هذا السياق المحدد والاجتماعي في الوقت نفسه. ومن ثم، عندما ينمو الطفل إلى الحد الذي يمكن عنده تصنيف الهرمية الداخلية للوظائف العاطفية والتحفيزية، ولو مؤقتًا، ضمن إطار يقدمه هدف مجرد يمكنه التعبير عنه («لنلعب لعبة البيت»، على سبيل المثال)، يكون الطفل مستعدًا للعب مع الآخرين؛ وبطريقة متزايدة في التعقيد والتطور مع مرور الوقت⁽⁴⁾.

يتطلب اللعب مع الآخرين تحديد هدف مشترك يجمع الطفل بشركائه في اللعب (كما أشار إلى ذلك عالم النفس التنموي العظيم جان بياجيه)⁽⁵⁾. يتمثل تحديد الهدف المشترك -وهو جوهر اللعبة- في ارتباطه بقواعد تنظم أساليب التعاون والتنافس لتحقيق ذلك الهدف، ليُشكّل بذلك نموذجًا مصغرًا لمجتمع اجتماعي حقيقي. يمكن النظر إلى جميع المجتمعات على أنها نسخ متنوعة من هذا النمط الذي يركز على مفهوم اللعب/

اللعبة - E pluribus unum - (*) وفي كل مجتمع فعّال ولائق، تُطبق حتمًا القواعد الأساسية لِلْعِب العادل، القائمة على مبدأ المعاملة بالمثل عبر الزمان والظروف. مثل حلول المشكلات، تعتمد الألعاب على قابليتها للتكرار لضمان استمراريتها، وهناك مبادئ محددة تدعم هذه القابلية وتضمن استدامتها. على سبيل المثال، توقّع بياجيه أن الألعاب التي تُمارس طوعًا ستفوق على الألعاب التي تُفرض تحت التهديد، وذلك لأن فرضها لا بد أن يستنزف جزءًا من الطاقة التي كان يمكن توجيهها نحو اللعبة ذاتها، بَغْض النظر عن طبيعتها. هناك أدلة تشير إلى ظهور ترتيبات مشابهة للألعاب الطوعية، حتى بين أقربائنا من الكائنات غير البشرية⁽⁶⁾.

تتضمن القواعد العالمية للعب النظيف القدرة على تنظيم العواطف والدوافع أثناء التعاون والتنافس في إطار السعي لتحقيق الهدف خلال اللعبة (وهو عنصر أساسي في القدرة على اللعب من الأساس)، إلى جانب القدرة والإرادة لإقامة تفاعلات متبادلة النفع عبر مختلف الأوقات والظروف، كما ناقشنا سابقًا. ولكن الحياة ليست مجرد لعبة واحدة، بل هي عبارة عن سلسلة متنوعة من الألعاب، تتقاسم قواعد وأسسًا مشتركة، مما يُشكّل ماهية اللعبة، وتتميز كل منها بسمات فريدة (وإلا لما كان هناك داع لوجود ألعاب متعددة). فبتبدأ كل لعبة، على أقل تقدير، من نقطة انطلاق (سواء كانت روضة الأطفال، أو نتيجة 0-0، أو أول موعد، أو وظيفة في مستوى مبتدئ)، ويتطلب الأمر تحسين هذه النقطة؛ ويُحقّق هذا التحسين عبر سلسلة من الإجراءات المحددة، لتنتهي بتحقيق هدف مرغوب (مثل التخرج من المدرسة الثانوية، أو تحقيق نتيجة الفوز، أو بناء علاقة رومانسية دائمة، أو الحصول على مهنة مرموقة). وبفضل هذا التشابه المشترك بين الألعاب، تنشأ أخلاقيات -أو بتعبير أدق، منظومة أخلاقيات عليا- تنبثق من القاعدة إلى القمة، وتنتشر عبر جميع الألعاب. وعلى هذا،

(*) واحد من كثير.

فإن أفضل لاعب ليس بالضرورة من يفوز في لعبة معينة، وإنما، ضمن جملة أمور أخرى، الشخص الذي يدعو أكبر عدد من الآخرين للانضمام إلى العدد الأكبر والأكثر تنوعاً من الألعاب. ولهذا السبب تحديداً، والذي قد لا تدركه بوضوح في تلك اللحظة، تقول لأطفالك: «ليس المهم إذا كنت تفوز أو تخسر، بل المهم هو كيف تلعب اللعبة!»(*) كيف ينبغي أن

(*) حتى الجرذان تدرك هذه الحقيقة. إن ياك بانكسيب - وهو أحد مؤسسي الفرع النفسي المعروف باسم علم الأعصاب الوجداني، وباحث مبدع، وشجاع، وموهوب إلى حد كبير - أمضى سنواتٍ طويلةً في تحليل دور اللعب في تطور الجرذان وتكيفها الاجتماعي (انظر: J. Panksepp, Affective Neuroscience [نيويورك: مطبعة جامعة أكسفورد، 1998]، لا سيما الفصل الذي يتناول اللعب، الصفحات 280-299). تحب الجرذان اللعب، وهي تفضل على وجه الخصوص اللعب الخشن المرح، لا سيما إذا كانت ذكوراً يافعة. تستمتع بذلك كثيراً إلى درجة أنها تبذل جهداً طوعاً - كأن تسحب رافعة مراراً وتكراراً - لمجرد أن تحظى بفرصة دخول ساحة يوجد فيها جرد يافع آخر ينتظر ليلعب. وعندما يلتقي جرذان صغيران غريبان لأول مرة في مثل هذه الظروف، فإن أحدهما يُقيّم قوة الآخر أولاً، ثم يحددان أيهما المهيمن. وإذا كان أحدهما أكبر حجماً بنسبة 10% فقط من الآخر، فإنه غالباً ما يتمكن من التفوق جسدياً والفوز في جميع مواجهات المصارعة بينهما تقريباً؛ لكنهما رغم هذا يتصارعان لاكتشاف ذلك، وعادةً ما يتمكن الجرذ الأكبر من التغلب على الجرذ الأصغر. لو كنت تميل إلى النظر إلى أن إرساء التراتبية الاجتماعية يُعد مرادفاً للسيطرة المطلقة بالقوة، لصار الأمر محسوماً عند هذه النقطة: الجرذ الأكبر، والأقوى، هو الفائز، وانتهت القصة. غير أن هذا ليس صحيحاً على الإطلاق، إلا إذا التقى الجرذان مرةً واحدةً فقط. فالجرذان تعيش في بيئات اجتماعية، وتتفاعل مع نفس الأفراد مراراً وتكراراً. ولذلك، فإن اللعبة لا تتوقف بمجرد انطلاقها، بل تستمر وتتطلب قواعد تحكمها. وما إن تُحسم مسألة الهيمنة، يمكن للجرذان أن يواصل اللعب؛ لكن بطريقة تختلف تماماً عن القتال الحقيقي (تماماً كما يختلف القتال المرح مع كلب أليف عن هجوم كلب شرس). وعند هذه المرحلة، يمكن للجرذ الأكبر أن يتغلب على الجرذ الأصغر في كل مواجهة، لكنه لا يفعل ذلك، لأن ذلك يخرق القواعد (أو بالأحرى، منظومة القواعد العليا التي لا تُلاحظ إلا عبر سلسلة من المواجهات المتكررة). إن الغاية من اللعبة المتكررة ليست فرض الهيمنة

تلعب لتكون اللاعب الذي يتمنى الجميع مشاركته؟ ما التركيبة التي يجب أن تنشأ في داخلك لتمكّنك من ممارسة هذا النوع من اللعب؟ هذان السؤالان مترابطان، لأن التركيبة التي ستمكّنك من اللعب على الوجه الصحيح (وبدقة تتطور لتصبح عفوية أو اعتيادية) لن تظهر إلا من خلال ممارسة مستمرة لفن اللعب الصحيح. أين يمكنك تعلم كيفية اللعب؟ في كل مكان... إذا كنت محظوظاً ويقظاً.

المطلقة، بل ضمان استمرار اللعب. وهذا لا يعني أن الهيمنة الأولية بلا أهمية، بل على العكس، فهي تؤدي دوراً أساسياً، لا سيما في النمط الذي تتخذه التفاعلات التالية: عندما يلتقي الجرذان مجدداً، سيؤدي كلاهما دوراً متميزاً؛ فالآن أصبح الجرذ الأصغر ملزماً بدعوة الأكبر إلى اللعب، وأصبح الجرذ الأكبر ملزماً بقبول الدعوة. سيبادر الجرذ الأصغر بالقفز بمرح، معبراً عن رغبته في اللعب، بينما قد يتظاهر الجرذ الأكبر بالتجاهل، ويتصرف بنوع من البرود، فهذا الآن حقه المكتسب. لكن إذا كان جرذاً لطيفاً، فسوف ينضم إلى اللعب في نهاية المطاف، لأنه في قرارة نفسه يريد اللعب أيضاً. ومع ذلك -وهذا هو الأمر الحاسم- إذا لم يسمح الجرذ الأكبر للجرذ الأصغر بالفوز في المصارعة (بنسبة تتراوح بين 30% و40% من الوقت، وفقاً لتقديرات بانكسيب)، فإن الجرذ الأصغر سيتوقف عن محاولة دعوته للعب. ببساطة، لن يكون الأمر ممتعاً للجرذ الأصغر. وهكذا، إذا مارس الجرذ الأكبر سلطته مستعيناً بالقوة، كما يفعل المتنمّر، وتمسك بالفوز في كل مواجهة، فإنه سيخسر في النهاية على المستوى الأهم (المستوى الذي تظل فيه المتعة مستمرة لأطول وقت ممكن) رغم أنه «ينتصر» بشكل متكرر على المستوى الأدنى أهمية. ما الذي نستنتجه من ذلك؟ الاستنتاج الأكثر أهمية أن القوة وحدها ليست أساساً ثابتاً يمكن عليه بناء تراتبية اجتماعية تحقق أفضل تنظيم للتفاعلات المتكررة. وهذه الحقيقة لا تقتصر على الجرذان فحسب. ففي بعض مجموعات الرئيسيات، يكون الذكور المسيطرون (أو ما يُعرف بـ«الذكور ألفا») أكثر اجتماعية وتعاوناً من نظرائهم الأدنى مرتبة. فالهيمنة بالقوة وحدها لا تُجدي عندهم. (انظر: F. B. M. de Waal and M. Suchak, "Prosocial Primates: Selfish and Unselfish Motivations," Philosophical Transactions of the Royal Society of London: Biological F. de Waal, The Surprising Science 365 [2010]: 2711–22). (Science of Alpha Males, TEDMED 2017 bit.ly /primate_ethic

من المفيد أن تأخذ مكانك في أسفل التسلسل الهرمي، إذ يسهم ذلك في غرس مشاعر الامتنان والتواضع. الامتنان: هناك أناس تفوق خبرتهم ما تملكه من خبرة، ومن الحكمة أن تشعر بالسرور تجاه ذلك. فالعالم مليء بالعديد من الأدوار القيّمة التي يجب شغلها، نظرًا لوجود الكثير من المشكلات المعقدة والجسيمة التي لا بد من حلها. فوجود أشخاص يشغلون تلك الأدوار بمهارة موثوقة وخبرة راسخة أمر يستحق الشكر العميق. التواضع: من الأفضل افتراض الجهل وفتح الباب للتعلّم بدلًا من افتراض المعرفة الكافية والمخاطرة بالوقوع في عواقب الغفلة الناتجة عن ذلك. من الأجدر أن تتقبل ما تجهله، بدلًا من التمسك بما تعرفه، لأن ما تجهله لا حدّ له، في حين أن ما تعرفه محدود. عندما تجد نفسك حبيسًا أو محاصرًا في زاوية ضيقة -وغالبًا ما يكون ذلك نتيجة عنادك وتشبّثك غير الواعي ببعض الافتراضات التي تميل إلى تقديسها دون إدراك- فلن تجد ما ينقذك سوى ما لم تتعلمه بعد.

من الضروري والمفيد أن يكون الإنسان مبتدئًا، وأن يبقى كذلك في بعض النواحي. لهذا السبب، تتضمن مجموعة بطاقات التاروت، المحبوبة من قبل الحدسيين، والرومانسيين، والعرفّافين، وحتى المغامرين والمحتالين على حد سواء، بطاقة «الأحق» التي تُعدّ رمزًا إيجابيًا. وتُظهر النسخة المصورة لهذه البطاقة -التي نراها في مستهل هذا الفصل- شابًا وسيماً، ينظر لأعلى، وهو يسير في الجبال تحت شمس مشرقة؛ على وشك أن يخطو غافلاً نحو حافة هاوية (أو ربما ليس كذلك؟). لكنّ قوته تكمن تحديدًا في استعداده لتحمل المخاطرة بالسقوط؛ واستعداده للمخاطرة بالعودة إلى القاع مرة أخرى. فلا يمكن لأحد أن يتعلم ما لم يكن مستعدًا لأن يبدأ كأحق. ولهذا السبب، من بين أسباب أخرى، ارتأى كارل يونج أن «الأحق» هو النموذج الأوّلي الذي يمهد الطريق لـ«المخلص»، وهو الفرد المكمّل الذي يُعدّ بدوره أيضًا نموذجًا أصليًا.

المبتدئ، أو «الأحمق»، مُطالب دائماً بالتحلي بالصبر والتسامح؛ مع نفسه أولاً، وبالمثل مع الآخرين. أحياناً قد تُعزى مظاهر جهله، وقلة خبرته، وضعف مهاراته إلى عدم المسؤولية، وقد يُدان، بحق، من الآخرين. ومع ذلك، فإن قصور الأحمق غالباً ما يُنظر إليه على أنه نتيجة حتمية للهشاشة الجوهرية للإنسان، بدلاً من أن يكون إخفاقاً أخلاقياً حقيقياً. فكثير من الأمور العظيمة تبدأ صغيرة، ودالة على الجهل، وبلا جدوى. تتغلغل هذه الفكرة في الثقافة الشعبية كما في الثقافة الكلاسيكية أو التقليدية. خذ، على سبيل المثال، أبطال ديزني: «بينوكيو»، و«سيمبا»، و«هاري بوتر» الساحر من تأليف جيه. كيه. رولينغ. يبدأ «بينوكيو» بوصفه دمية خشبية، مجرد أداة تتحكم بها قرارات الآخرين بدلاً من قراراته الخاصة. وكانت بدايات «سيمبا»، ملك الغابة، شبلاً صغيراً وساذجاً، ضحية لمكائد عم شرير وماكر. أما تلميذ مدرسة السحر، فهو يتيم منبوذ، يعيش في خزانة مغبرة هي غرفة نومه، و«فولدمورت» -الذي قد يُنظر إليه على أنه الشيطان نفسه- هو عدوه اللدود.

وبالمثل، يولد الأبطال الأسطوريون العظماء غالباً في ظروف شديدة التواضع (مثل أن يكون أحدهم ابناً لأحد عبيد بني إسرائيل، أو مولوداً في معلف دواب متواضع) وفي مواجهة أخطار عظيمة (مثل قرار فرعون بقتل جميع الذكور البكر من بني إسرائيل، والأمر المماثل الذي أصدره هيرودس، بعد ذلك بكثير). ولكن مبتدئ اليوم هو سيد الغد. ولذلك، من الضروري حتى لمن حقق أعظم الإنجازات (ولكنه يطمح إلى تحقيق المزيد) أن يحتفظ بتواضعه مع الذين لم ينجحوا بعد؛ وأن يُقدّر الجهد المبذول نحو الكفاءة؛ وأن يخضع بتواضع وإخلاص حقيقيين لقواعد اللعبة السائدة؛ وأن يطور المعرفة، وضبط النفس، والانضباط اللازم لاتخاذ الخطوة التالية.

زرت مطعمًا في تورونتو برفقة زوجتي وابني وابنتي أثناء كتابتي لهذا النص. وأثناء توجهي إلى طاولتنا، اقترب مني نادل شاب وطلب التحدث

معي لبضع لحظات. أخبرني أنه كان يشاهد مقاطع الفيديو الخاصة بي، ويستمتع إلى البودكاست الذي أقدمه، ويقرأ كتابي، وأنه نتيجة لذلك غير نظرتة تجاه وظيفته التي تُعتبر ذات مكانة متواضعة نسبيًا (ولكنها لا تزال مفيدة وضرورية). أوضح لي أنه توقف عن انتقاد عمله أو نفسه، وقرر بدلًا من ذلك أن يكون ممتنًا ويبحث عن الفرص التي قد تظهر أمامه في مكان عمله. واتخذ قرارًا بأن يكون أكثر اجتهادًا وجدارة بالثقة، وأن يرى ما قد يحدث إذا بذل قصارى جهده. وأخبرني، بابتسامة صادقة، أنه نال ثلاث ترقية خلال ستة أشهر فقط.

أصبح الشاب يدرك أن كل مكان قد يجد نفسه فيه يخفى إمكانات أعمق مما قد يرى للوهلة الأولى (لا سيما عندما تكون رؤيته مشوشة بسبب الاستياء والتشاؤم الناتجين عن كونه قريبًا من القاع). فالمطعم ليس مكانًا متواضعًا كما قد يُظنُّ، وكان هذا المطعم جزءًا من سلسلة وطنية واسعة النطاق وعالية الجودة. ولأداء عمل جيد في مكان كهذا، يجب على النُّدل أن يتعاونوا بانسجام مع الطهاة، المعروفين على نطاق واسع بأنهم مجموعة ذات طبيعة معقدة وصعبة المراس. كما يجب عليهم أن يكونوا مهذبين وجذابين في التعامل مع العملاء. وعليهم أن يكونوا متبهرجين باستمرار، وأن يتكيفوا مع تفاوت عبء العمل الكبير بين فترات الازدحام وأوقات الركود التي ترافق لا محالة حياة النادل. ويجب عليهم الالتزام بالحضور في الوقت المحدد، وهم في حالة يقظة وانضباط. ويجب عليهم معاملة رؤسائهم بالاحترام الواجب، مع إظهار الاحترام نفسه لأولئك الذين يكونون أدنى منهم في هيكل السلطة، مثل غاسلي الصحون. وإذا فعلوا كل هذه الأمور، وكانوا يعملون ضمن مؤسسة وظيفية ومنظمة، فسريرًا ما سيصبحون من الأشخاص الذين يصعب الاستغناء عنهم. وسيبدأ العملاء والزملاء والرؤساء في التفاعل معهم بطريقة أكثر إيجابية مع مرور الوقت. وستُفتح أمامهم أبواب كانت ستظل مغلقة عليهم أو حتى غير مرئية لهم. علاوةً على ذلك، فإن المهارات التي يكتسبونها ستكون قابلة للتطبيق بسهولة في

مجالات أخرى، سواء استمروا في الصعود في مجال المطاعم، أو قرروا، بدلاً من ذلك، مواصلة تعليمهم، أو تغيير مسارهم المهني بالكامل (وفي هذه الحالة، سيغادرون بتوصيات مشرفة من أصحاب عملهم السابقين، وفرص متزايدة بشكل كبير لاكتشاف آفاق جديدة).

كما هو متوقع، كان الشاب الذي أراد التحدث معي مبتهجاً للغاية بما طرأ عليه؛ فقد عولجت مخاوفه المتعلقة بالمكانة الاجتماعية بطريقة راسخة وواقعية بفضل التقدم السريع الذي حققه في مسيرته المهنية، وكان المال الإضافي الذي يجنيه مكسباً مرحباً به. لقد تقبل دوره كمبتدئ، ومن ثم تجاوزه. لم يعد يستهزئ بالمكانة التي يحتلها في الحياة أو بالأشخاص المحيطين به، وتقبل البنية الاجتماعية والموقع الذي مُنح له. بدأ يرى الفرص والإمكانات، بعدما كان كبرياؤه أساساً يعميه عن إدراكها. توقف عن ازدراء المؤسسة الاجتماعية التي وجد نفسه فيها، وشرع في أداء دوره بالشكل اللائق. وأثمرت تلك الزيادة في التواضع بشكل هائل.

أهمية وجود شركاء متكافئين

من الجيد أن تكون مبتدئاً، ولكن من الجيد بطريقة مختلفة تماماً أن تكون نداءً بين نظراء متساوين. يُقال -وهو قول يحمل الكثير من الصحة- إن التواصل الحقيقي لا يمكن أن يحدث إلا بين أقران متساوين. يعود ذلك إلى الصعوبة الكبيرة في نقل المعلومات صعوداً داخل التسلسل الهرمي. فالذين يشغلون مناصب رفيعة (وهذه من المخاطر الكبيرة التي ترافق الصعود) قد استعانوا بكفاءتهم الحالية، وآرائهم الراسخة، ومعارفهم المكتسبة، ومهاراتهم الحالية لإرساء نوع من الحق الأخلاقي في مكانتهم. ولذلك، يملكون دافعاً ضئيلاً للاعتراف بالخطأ، أو التعلم، أو التغير، بل إن لديهم الكثير من الأسباب لعدم فعل ذلك. إذا ما كشفَ مرؤوسٌ جهلَ شخص يتمتع بمكانة أعلى، فإنه يخاطر بإحراجهِ، والتشكيك في مصداقية حقه في تلك المكانة، وإظهار أنه غير كفء أو تجاوزه الزمن، أو زائف. ولهذا السبب، من الحكمة الشديدة أن تتعامل مع رئيسك، على سبيل المثال،

بحذر وبشكل خاص عند طرح مشكلة (ومن الأفضل أن تكون لديك حلول مقترحة مسبقًا، مع الحرص على تقديمها بعناية شديدة ودون تهور).

هناك أيضًا، عقبات تعترض انسياب المعلومات الحقيقية عبر التسلسل الهرمي، نزولًا من الأعلى إلى الأسفل. فعلى سبيل المثال، يمكن أن يؤدي الاستياء الذي قد يشعر به الأفراد الذين في المستويات الدنيا من سلسلة القيادة، بسبب مواقعهم التي تُعتبر نظريًا أدنى مرتبة، إلى جعلهم مترددين في الاستفادة الفعالة من المعلومات القادمة من المستويات العليا، أو، في أسوأ السيناريوهات، قد يدفعهم هذا الاستياء إلى العمل بعكس ما تعلموه، بدافع خالص من الضغينة. وعلاوةً على ذلك، فإن الأشخاص عديمي الخبرة، أو الأقل تعليمًا، أو الذين يشغلون مناصب جديدة في مستويات ثانوية ومن ثمَّ يفتقرون إلى معرفة كافية ببيئتهم، يمكن أن يكونوا أكثر عرضة للتأثر بالمكانة النسبية واستعراض السلطة، بدلًا من تقييم قوة الحجة أو ملاحظة الكفاءة. أما الأقران، فعلى النقيض، لا بد من إقناعهم بالحجة. يتطلب الأمر تبادلًا دقيقًا للانتباه والاحترام المتبادل. أن تكون محاطًا بأقران لك يعني أن تعيش في حالة من المساواة، وتُمارس التبادل المتكافئ الضروري للحفاظ عليها. ولذلك، فإن التمتع في منتصف التسلسل الهرمي يُعد أمرًا جيدًا.

وهذا يفسر جزئيًا السبب في أن الصداقات في غاية الأهمية، وفي أنها تتكوّن في سن مبكرة جدًا. فعادةً ما يكون الطفل في عامه الثاني منشغلًا إلى حد كبير بذاته، لكنه في الوقت نفسه قادر على القيام بتصرفات تبادلية بسيطة. على سبيل المثال، حفيدتي «سكارليت»، التي تحدثت عنها سابقًا، تستجيب لي بسعادة عندما أطلب منها إحدى دُمّاه المحشوّّة المحببة، المرفقة بمصاصة، فتمدّ يدها وتعطيني إياها عن طيب خاطر. ثم كنت أعيدها إليها، إما بتقديمها لها مباشرة أو برميها نحوها (وفي بعض الأحيان، كانت هي من ترميها لي أيضًا، أو على الأقل، ترميها بالقرب مني تقريبًا). كانت تعشق هذه اللعبة. مارسناها أيضًا باستخدام ملعقة، وهي أداة كانت

قد بدأت لتوها تتقن استخدامها. وكانت تلعب اللعبة ذاتها مع والدتها وجدَّتها، بل ومع أي شخص كان ضمن مدى اللعب، بشرط أن تكون قد اعتادت عليه بالقدر الكافي لتجاوز الخجل. كانت هذه التصرفات الأولية هي النواة التي تتطور لاحقاً إلى مشاركة حقيقية بين الأطفال الأكبر سناً.

قبل بضعة أيام من كتابتي لهذا النص، اصطحبت ابنتي ميكايلا -والدة سكارليت- طفلتها إلى المساحة الترفيهية الخارجية أعلى المبنى السكني الذي يقطنون فيه وسط المدينة. كان عدد من الأطفال الآخرين يلعبون هناك، وكان معظمهم أكبر سناً، وكانت الألعاب متوافرة بكثرة. أمضت سكارليت وقتها في جمع أكبر عدد ممكن من الألعاب وتكديسها بالقرب من مقعد والدتها، وكانت تنزعج بوضوح كلما حاول أحد الأطفال الآخرين أخذ لعبة من مجموعتها. بل إنها لم تتردد في انتزاع كرة من أحد الأطفال لتضيفها إلى مجموعتها. هذا سلوك شائع بين الأطفال في سن السنتين وما دونه. فرغم أن قدرتهم على التبادل والتفاعل ليست معدومة تماماً (بل قد تظهر أحياناً بطرق محببة للغاية) فإنها لا تزال محدودة من ناحية النمو.

لكن بحلول سن الثالثة، يصبح معظم الأطفال قادرين على ممارسة المشاركة الحقيقية، ويتمكنون من تأجيل رغباتهم لفترة كافية لانتظار دورهم أثناء اللعب، حتى في الحالات التي لا يكون فيها اللعب متاحاً للجميع في الوقت ذاته. كما يبدأون في استيعاب مفهوم اللعب الجماعي والالتزام بقواعده، رغم أنهم قد لا يكونون قادرين بعد على تقديم شرح لفظي واضح لتلك القواعد. ومع تكرار تفاعلهم مع أطفال آخرين تمكنوا من بناء علاقات لعب متبادلة معهم، يبدأون في تكوين صداقات. وتتحول بعض هذه الصداقات إلى أولى العلاقات القوية التي يقيمها الطفل خارج نطاق أسرته. وفي سياق هذه العلاقات، التي تتشكل غالباً بين أطفال متقاربين في العمر يتعلم الطفل أن يبني روابط متينة مع أقرانه، وكيف يعامل الآخرين بإنصاف واحترام، متوقعاً منهم المعاملة بالمثل. هذا الترابط المتبادل بين الأصدقاء يُعدُّ ذا أهمية حيوية. فالطفل الذي

ليس لديه صديق مقرب واحد على الأقل، يكون أكثر عرضة لمشكلات نفسية لاحقة، سواء كانت اكتئابية/قلقية أو ذات طابع معادٍ للمجتمع⁽⁷⁾. والأطفال الذين يقل عدد أصدقائهم يكونون أكثر عرضة للبطالة والعزوف عن الزواج في مرحلة البلوغ⁽⁸⁾. لا يوجد دليل على أن أهمية الصداقة تتراجع مع التقدم في العمر^(*). ويبدو أن كل مسببات الوفاة تنخفض معدلاتها بين البالغين الذين يحظون بشبكات اجتماعية قوية، حتى مع أخذ حالتهم الصحية العامة في الحسبان. ويظل هذا الأثر جلياً لدى كبار السن، لا سيما في حالات أمراض مثل ارتفاع ضغط الدم، والسكري، وانتفاخ الرئة، والتهاب المفاصل، كما يمتد تأثيره إلى الشباب والكهول على حد سواء فيما يتعلق بخطر النوبات القلبية. الأمر اللافت أن هناك أدلة تشير إلى أن تقديم الدعم الاجتماعي للآخرين يوفر فوائد وقائية صحية تماثل -أو ربما تفوق- فوائد تلقيه. وبطبيعة الحال، إن من يبذلون أكثر يميلون أيضاً إلى تلقي المزيد⁽⁹⁾. وهكذا، يبدو أن مقولة الكتاب المقدس الشهيرة «الْعِبْطَةُ فِي الْعَطَاءِ أَكْثَرُ مِمَّا فِي الْأَخْذِ» صحيحة.

يتشارك الأقران أعباء الحياة وأفراحها. مؤخراً، عندما عانينا، أنا وزوجتي تامي مشكلات صحية خطيرة، كنا محظوظين بوجود أفراد عائلتنا -والذي زوجتي، وشقيقي وشقيقتي، وأمي وأختي، وأطفالنا- إلى جانبنا، إلى جانب أصدقاء مقربين مكثوا معنا لفترات طويلة لمساندتنا خلال أزمئتنا. كانوا مستعدين لتعليق شؤون حياتهم من أجل تقديم العون لنا في أوقات الشدة. قبل ذلك، عندما حقق كتابي «12 قاعدة للحياة» نجاحاً كبيراً، وأثناء جولة المحاضرات الواسعة التي تلت ذلك، كنتُ وتامي محاطين بأشخاص شاركنا معهم فرحة هذا النجاح؛ أصدقاء وأفراد عائلة غمرتهم

(*) هذا ما يجعل الاستطلاع الذي أجرته YouGov، وهي شركة دولية على الإنترنت مختصة بأبحاث الأسواق، في 30 يوليو 2019 بعنوان «جيل الألفية هو الجيل الأكثر وحدة» (bit.ly/2TVVMLn) مقلقاً للغاية، إن كان صحيحاً، إذ يشير إلى أن 25٪ من هذا الجيل ليس لديهم أي معارف، و22٪ ليس لديهم أصدقاء على الإطلاق.

السعادة الصادقة بما كان يحدث لنا، وكانوا يتابعون تطورات حياتنا بشغف، ومستعدين لمناقشة التفاعل العام الكبير الذي لقيناه. كان لهذا أثر عميق في تعزيز معنى ما كنا نقوم به وأهميته، كما خفف من الشعور بالعزلة الذي قد ينجم عن التحولات الكبرى في مسار الحياة، سواءً كانت إيجابية أم سلبية. تُعدُّ العلاقات التي تُنسج مع الزملاء من ذوي المكانة المماثلة في بيئة العمل مصدرًا مهمًا آخر للتنظيم الاجتماعي، إلى جانب الصداقة. للحفاظ على علاقات طيبة مع زملائك، عليك، من بين جملة أمور أخرى، أن تنسب الفضل لمن يستحقه، وأن تتحمل نصيبك العادل من مهام غير مرغوبة لكنها ضرورية، وأن تلتزم بالمواعيد وتنجز عملك بجودة عالية عند العمل ضمن فريق، وأن تحضر في الوقت المحدد، وبوجه عام، أن تكون موثوقًا بما يتجاوز الحد الأدنى من متطلبات وظيفتك الرسمية. إن استحسان زملائك أو استيائهم يكفي هذا التبادل المستمر ويعززه، مما يسهم، على غرار التفاعل المتبادل في الصداقات، في الحفاظ على التوازن النفسي والاستقرار العاطفي. من الأفضل دائمًا أن تكون شخصًا يُعتمدُ عليه، ليس فقط لضمان أداء العمل بكفاءة، بل أيضًا ليكون زملاؤك مستعدين وقادرين على مساعدتك عندما تمرّ بظروف شخصية صعبة.

من خلال الصداقة والعلاقات المهنية، نُهذّب نزعاتنا الأنانية ونتعلم ألا نجعل أنفسنا الأولوية المطلقة دائمًا. وعلى نحو أقل وضوحًا - لكنه لا يقل أهمية - قد نتعلم أيضًا التغلب على نزعاتنا الساذجة والمبالغ فيها من التعاطف (أي ميلنا إلى التضحية بأنفسنا بشكل غير ملائم أو غير عادل، لصالح الآخرين المستغلين) وذلك عندما يشجعنا أقراننا وينصحوننا بالدفاع عن أنفسنا. وهكذا، إن كنا محظوظين، نبدأ بممارسة التبادل العادل الحقيقي، وننال بعض الفوائد التي عبر عنها الشاعر الشهير روبرت بيرنز في أبياته الخالدة:

يا ليت قوّة تُمنح لنا،

فنرى أنفسنا كما يرانا الآخرون!

فكم من زلّة كانت لتُعفيننا،

وكم من فكرة حمقاء تزول!
وكم من تصنع في الملبس والمشية، بل حتى في التعبّد! (10)

المنصب الأعلى

من الجيد أن تكون صاحب سلطة. فالناس بطبيعتهم يتسمون بالهشاشة، ولذلك فالحياة شاقة، والمعاناة أمر معتاد. وتخفيف تلك المعاناة - من خلال توفير الغذاء، والماء النظيف، والمرافق الصحية، والمأوى على أقل تقدير - يستلزم المبادرة، والجهد، والكفاءة. عندما تبرز مشكلة تتطلب حلاً، ويشارك كثيرون في معالجتها، فلا بد أن تنشأ هرمية، حيث يتقدم القادرون على الفعل، بينما يتبعهم غير القادرين بأفضل ما يمكنهم، وغالبًا ما يكتسبون الكفاءة خلال هذه العملية. وإذا كانت المشكلة حقيقية، فمن الطبيعي أن يعتلي الأكفأ في حلّها القمة. هذا ليس سعيًا إلى النفوذ، بل هو السلطة المشروعة التي تترافق مع الكفاءة.

من البديهي أن يكون من المناسب منح السلطة لجهات مختصة قادرة، ما دامت تسعى لحل مشكلات جوهرية، وبالمثل، من المناسب أن يكون المرء ضمن تلك السلطات الكفؤة، إن أمكن، عند مواجهة مشكلة معقدة تستدعي الحل. يمكن اعتبار ذلك نهجًا يقوم على المسؤولية. فالشخص المسؤول يتبنى المشكلة وكأنها مشكلته الخاصة، ثم يسعى جاهدًا - بل بطموح - لحلها، بالتعاون مع الآخرين، بأكثر الطرق كفاءة وفعالية ممكنة. وتبرز أهمية الكفاءة لأن هناك مشكلات أخرى تتطلب الحل، كما أن الكفاءة تتيح الحفاظ على الموارد، مما يسمح بتخصيصها لقضايا أخرى لا تقل أهمية.

غالبًا ما يُساء فهم الطموح، وأحيانًا يُشوّه عمدًا، فيُخلط بينه وبين السعي إلى السلطة، ويُمتدح بفتور، ويُحطّ من قدره، بل ويُعاقب صاحبه. وأحيانًا ما ينحرف الطموح ليصبح بالضبط تلك الرغبة في بسط نفوذ غير مشروع على الآخرين. ولكن ثمة فرقًا جوهريًا بين أن يحدث ذلك «أحيانًا»، وأن يحدث «دائمًا». فالسلطة ليست قوة محضة، والخلط بين المفهومين ليس مفيدًا على الإطلاق، بل يُعدّ خطيرًا. عندما يفرض الناس سطوتهم على الآخرين،

فإنهم يُخضعونهم بالقهر، ويهددونهم بالحرمان أو العقاب، فلا يكون أمام مرؤوسيه سوى الامتثال، حتى لو كان ذلك مخالفاً لحاجاتهم ورغباتهم وقيمهم الشخصية. أما حين تُمارَس السلطة الحقيقية، فإنها تنبع من الكفاءة؛ وهي كفاءة يدركها الآخرون بطبيعتهم، ويقدرونها، وغالباً ما يتبعونها عن طيب خاطر، بل بشعور من الارتياح، وإحساس بأن العدالة تأخذ مجراها.

الطامعون في السلطة بجشع، من الطغاة والقساة، وربما حتى السيكوباتيين، يرغبون في التحكم بالآخرين لإشباع نزواتهم الأنانية وإرضاء ملذاتهم الفورية بلا تأخير؛ فيدفعهم الحسد لأن يستخدموا نفوذهم للقضاء على من يحسدونهم؛ وتجد مشاعرهم المتراكمة بالضغينة متنفساً كي تعبر عن نفسها. أما الصالحون فهم طموحون (ومثابرون، وصادقون، وإلى جانب ذلك يتسمون بالتركيز)، وذلك لأنه تتملكهم رغبة صادقة في التصدي لمشكلات جوهرية وجديّة. هذا النوع من الطموح يجب تعزيزه بكل السبل الممكنة. ولهذا السبب، من بين جملة أسباب أخرى، يأتي الميل المتزايد للربط التلقائي بين سعي الصبية والرجال نحو النجاح، و«الطغيان الأبوي» الذي يُزعم أنه يهيمن على مجتمعاتنا الحديثة، والمنتجة، والتمتيزة نسبياً بحريتها، بنتائج سلبية لدرجة مذهلة (ولا بد من الإشارة إلى أنه تصرف قاس: إذ لا يكاد يوجد ما هو أشد ظلماً من التعامل مع شخص يسعى لتحقيق الكفاءة وكأنه طاغية في طور الإعداد). يتمثل «النصر»، من أحد أوجهه الأساسية والأكثر أهمية اجتماعياً، في التغلب على العقبات من أجل تحقيق المصلحة العامة الأشمل. الشخص الذي يحقق انتصاراته بأسلوب ينطوي على مستوى من النضج والذكاء والبعد الأخلاقي في كيفية تحقيق النجاح يرتقي باللعبة ذاتها لصالح جميع اللاعبين. أما اتخاذ موقف السخرية الساذجة أو التغافل المتعمد عن هذا المفهوم، أو إنكاره صراحةً، فأشبه بأن تُنصَّب نفسك -ربما عن قصد، بالنظر إلى الدوافع الخفية التي قد تحرك البعض- عدواً لكل جهد عمليّ يهدف إلى تخفيف المعاناة. لا أجد موقفاً أشد سادية من هذا.

قد تقترن السلطة بالقوة، وربما يكون ذلك أمرًا لا مفر منه. إلا أن الأهم من ذلك هو أن السلطة الحقيقية تكبح جماح التعسف في استخدام القوة. ويتجلى هذا القيد عندما يكون صاحب السلطة ملتزمًا، ويتحمل المسؤولية تجاه من يخضعون لنفوذه. فالأخ الأكبر، مثلاً، يمكنه أن يكون مسؤولاً عن إخوته الصغار، بدلاً من أن يتسلط عليهم، أو يسخر منهم، أو يسيء إليهم، وبذلك يمكنه أن يتعلم كيف يمارس السلطة بمسؤولية، ويُجِد من إساءة استخدام السلطة. بل إن الطفل الأصغر يمكنه أن يمارس نوعاً من السلطة على كلب الأسرة. وهكذا، عندما يتولى الإنسان مسؤولية السلطة، يدرك أن القوة تستلزم اهتماماً وكفاءة، وأنها تُكَلِّف الكثير. فمن يُرَقَى حديثاً إلى منصب إداري، سرعان ما يكتشف أن المديرين غالباً ما يكونون أكثر عرضة للضغط بسبب تعدد مسؤولياتهم تجاه رؤوسهم، مقارنةً بما يعانيه المروءسون من ضغط تحت إشراف مدير واحد. ومن شأن هذه التجربة أن تُهذَّب الأوهام الرومانسية والخطيرة بشأن جاذبية القوة، وتُحذُّ من الطموح الأعمى إلى توسيعها بلا حدود. في عالم الواقع، غالباً ما يشعر من يتقلدون مناصب السلطة في الهياكل التنظيمية السليمة، في أعماق وجدانهم، بثقل المسؤولية الملقاة على عاتقهم تجاه من يشرفون عليهم، أو يوظفونهم، أو يوجهونهم. بطبيعة الحال، ليس كل من يتولى السلطة يشعر بهذا العبء. إذ قد ينسى من ترسخت سلطته في جذوره وبداياته، ويتنامى لديه احتقار عقيم لمن لا يزالون في بداية الطريق. وهذا خطأ جسيم، ليس لأنه يمنعه فحسب من المجازفة بخوض تجارب جديدة (إذ سينبغي ذلك اضطرابه إلى تقمص دور الأحمق المحقَّر الذي يُنظر إليه بازدراء)، وإنما لأن الغطرسة، فوق ذلك، تعوق الطريق نحو التعلم. لا شك في أنَّ هناك طغاةً يفتقرون إلى الحكمة والتبصر، ويعتمدون التعامي ويتسمون بأنانية ضيقة، لكنهم ليسوا الأغلبية، على الأقل في المجتمعات المستقرة، وإلا لما سارت الأمور كما ينبغي. في المقابل، من يتولَّى السلطة ويتذكر رحلته كمبتدئ اختار السير في هذا الطريق بإرادته، يمكن أن يظل قادراً على التعاطف مع الوافدين الجدد

والإيمان بإمكاناتهم الواعدة، ويستمد من تلك الذكرى المعرفة الشخصية الضرورية لكبح جماح التعطش إلى السلطة. من أكثر ما يدهشني دائماً هو البهجة التي يشعر بها الأشخاص الشرفاء عند قدرتهم على منح الفرص لمن يخضعون لسلطتهم في الوقت الحاضر. لقد اختبرت ذلك مراراً وتكراراً. شخصياً، لكوني أستاذاً جامعياً وباحثاً (ورأيت كثيرين غيري في موقعي يفعلون الشيء نفسه)؛ وفي بيئات العمل والمجالات المهنية الأخرى التي أصبحت مطلعاً عليها. ثمة متعة عظيمة في مساعدة الشباب الأكفاء والجديرين بالاحترام على أن يصبحوا محترفين مسؤولين، نافعين لمجتمعهم، مستقلين في قراراتهم. وهي متعة تشبه إلى حد بعيد تلك التي يشعر بها المرء عند تربية الأطفال، وهي من أعظم الدوافع وراء الطموح النبيل. وهكذا، فإن شغل المناصب العليا على النحو الصحيح يجعل من أبرز مزاياها القدرة على اكتشاف الأفراد الصالحين في بداية حياتهم المهنية أو عند مشارفها، ومنحهم سبل التقدم المثمر.

المؤسسات الاجتماعية ضرورة لا غنى عنها.

لكنها ليست كافية وحدها

يكمُن الاتزان العقلي في معرفة قواعد اللعبة الاجتماعية، واستبطانها، والالتزام بها. ولهذا، فإن تفاوت المكانة الاجتماعية أمر لا مفر منه لدى من يسعون لتحقيق غاية ما لأن لديهم قدرات متفاوتة في السعي لتحقيقها. إن تقبّل هذا التفاوت والمُضي قدماً رغم ذلك - سواء كان المرء في القاع أو الوسط أو القمة - يُعدُّ عنصراً أساسياً من عناصر الاتزان العقلي. لكن علينا إدراك أن الحلول التي اعتمدناها بالأمس ونعتمدها اليوم، والتي تستند إليها هياكلنا الهرمية الراهنة، لن تكون بالضرورة صالحة لأن تكون حلولاً للغد. فالتمسك الأعمى بإعادة إنتاج ما كان مجدياً في الماضي - والأسوأ من ذلك، الإصرار الاستبدادي على أن جميع المشكلات قد وُجِدَت لها حلول نهائية - يعني بالتبعية تعريض المجتمع لخطر جسيم عندما تفرض تحولات العالم الأوسع ضرورة التغيير محلياً. وبناءً على

ذلك، لا بد أن يقترن تقديرنا للهيكل الهرمية التي ورثناها عن الماضي بتقديرٍ مماثل للتحوّل الإبداعي. وهذا ليس مجرد رأي أخلاقي اعتباطي، ولا ادعاء أخلاقي نسبي، بل هو أشبه بمعرفة قانونين طبيعيين متداخلين في بنية واقعنا ذاته. فيجب على الكائنات الاجتماعية للغاية مثلنا الامتثال للقواعد، حفاظاً على الاتزان العقلي وتقليلاً لحالة غير مبررة من الشك والمعاناة والصراع. وفي الوقت نفسه، لا بد لنا أيضًا من تعديل تلك القواعد بحكمة، بما يتلاءم مع التغيرات المستمرة من حولنا.

هذا يعني أيضًا أن الشخصية المثالية لا يمكن أن تظل مجرد انعكاس ممثل للحالة الاجتماعية الراهنة. في الظروف العادية، يمكن القول إن القدرة على الانسجام بلا تساؤل تتفوق على عدم القدرة على الانسجام. لكن، عندما تصبح البيئة الاجتماعية مختلة - ناقصة، أو متقدمة، أو متعمدة التغافل، أو فاسدة - فإن رفض الانسجام هو أمر ذو قيمة أعلى، وكذلك القدرة على تقديم بدائل إبداعية وصالحة. وهذا يضعنا جميعًا أمام معضلة أخلاقية دائمة: متى نتبع العرف فحسب وننفذ ما يطلبه الآخرون؛ ومتى نحتكم إلى تقديرنا الشخصي، رغم كل ما يشوبه من قيود وتحيّزات، ونرفض متطلبات الجماعة؟ بعبارة أخرى: كيف نوازن بين التحفظ المنطقي والإبداع المتجدد؟

أول ما ينبغي تناوله على الصعيد النفسي هو مسألة الطبع. يميل بعض الناس بطبعهم إلى التحفظ، بينما يميل آخرون إلى الإدراك الإبداعي والتصرف بأسلوب أكثر تحرراً⁽¹⁾. هذا لا يعني أن التنشئة الاجتماعية عاجزة عن تعديل هذا الميل؛ فالإنسان كائن مرن للغاية، ويمر بفترة طويلة من التطور قبل البلوغ، كما أن الظروف التي نعيشها قد تُحدث فينا تغييرات جذرية. غير أن ذلك لا يغيّر حقيقة أن هناك مواقع شبه ثابتة في البيئة البشرية تكيفت أنماط الطبائع المختلفة لملئها.

يتسم المحافظون سياسياً بكونهم أشد المدافعين عن كل ما ثبت نجاحه في الماضي، وغالبًا ما يكونون مصيبين في ذلك، نظرًا لقلّة المسارات التي

تؤدي إلى النجاح الشخصي، والانسجام الاجتماعي، والاستقرار طويل الأمد. إلا أنهم أحيانًا يكونون مخطئين: أولاً، لأن الحاضر والمستقبل يختلفان عن الماضي؛ وثانيًا، لأن البنى الهرمية التي كانت فاعلة في الماضي غالبًا (أو حتمًا؟) ما تسقط ضحيةً لمكائد داخلية، مما يؤدي إلى انهيارها. قد يصل بعض الأشخاص إلى القمة عبر التلاعب وممارسة تصرفات سلطوية جائرة، فيتصرفون بأسلوب يخدم مصالحهم وحدهم، على الأقل على المدى القصير؛ لكن هذا النوع من الصعود يقوّض الوظيفة السليمة للنظام الهرمي الذي ينتمون إليه شكليًا. غالبًا ما يكون هؤلاء غير مكثرين للغاية التي أنشئت المنظمة لتحقيقها، والتي اتخذوها موطئ قدم لهم. فيستنزفون ما يستطيعون من الثروات المتاحة، ويُخلّفون وراءهم الدمار.

إن هذا الفساد في السلطة هو ما يعترض عليه بشدة من ينتمون إلى الجانب الليبرالي واليساري من الطيف السياسي، وهذا الاعتراض مُبرّر. لكن من الأهمية بمكان التمييز بين التسلسل الهرمي الوظيفي والمُنتج (ومن يجعلونه كذلك) وبين القشرة الفاسدة لمؤسسة كانت في سابق عهدها عظيمة. يتطلب ذلك التمييز امتلاك القدرة والرغبة على ملاحظة التفاصيل والتفريق بينها، بدلًا من الاعتماد الأعمى على النزعات الأيديولوجية. ويتطلب إدراك وجود جانب مشرق للتسلسلات الهرمية الاجتماعية التي نحياها بالضرورة، بالإضافة إلى جانب مظلم (وإدراك أن التركيز على أحدهما وإغفال الآخر يُعدُّ انحيازًا خطيرًا). كما يتطلب الوعي بأن الجانب الأكثر راديكاليةً وإبداعًا -المصدر الضروري لتجديد ما بات غير أخلاقي أو بات مُتقادمًا- يحمل في طياته أيضًا خطرًا جسيمًا. يتمثل جزء من هذا الخطر في ميل الليبراليين إلى رؤية الجانب السلبي فقط في المؤسسات الراسخة. أما الخطر الأعظم فينبع من النظر الراديكالي للعمليات الفاسدة المحافِظة التي تقوّض البنى الهرمية الوظيفية وتدمرها؛ فهناك راديكاليون يفتقرون إلى الأخلاق، مثلما يوجد إداريون ومديرون وتنفيذيون فاسدون. هؤلاء الأفراد يميلون إلى الجهل العميق بالحقائق المعقدة للوضع الراهن،

وعدم إدراكهم لجهلهم، وعدم امتنانهم لما ورثوه من الماضي. وغالبًا ما يقرن هذا الجهل وعدم الامتنان برغبة في استغلال الكليشيات المبتدلة لتبرير رفض الانخراط إما في الصرامة المملة للعرف، أو في مخاطر السعي الإبداعي الحقيقي وصعوباته. إن هذا الفساد في التحول الإبداعي هو ما يجعل المحافظين، بل وغيرهم أيضًا، يتوخون حذرًا مُبرَّرًا من التغيير.

قبل بضع سنوات من كتابة هذا النص، أُجريت نقاشًا مع شابة في أوائل العشرينات من عمرها، وهي ابنة أخت رجل راسلني عبر البريد الإلكتروني بعد أن شاهد بعض محاضراتي على الإنترنت. بدت في غاية التعاسة، وقالت إنها أمضت جُلَّ الأشهر الستة الماضية مستلقية في الفراش. جاءت للحديث معي بعدما اشتد بها اليأس. الشيء الوحيد الذي حال بينها وبين الانتحار -من وجهة نظرها- كان هو مسؤوليتها تجاه حيوان أليف غير تقليدي؛ قط سيرفال. كان هذا آخر مظهر متبقٍ لشغفها السابق بعلم الأحياء، ذلك الشغف الذي تخلت عنه حين تركت المدرسة الثانوية، وهو ما باتت تندم عليه اليوم. لم تكن قد حظيت برعاية كافية من والديها، اللذين تركاها تنجرف في مسار أدى بها إلى وضع كارثي على مدار عدة سنوات.

رغم تدهورها، كانت قد وضعت ما يشبه خطة. قالت إنها فكرت في الالتحاق ببرنامج مدته سنتان، يمكنها من إنهاء المرحلة الثانوية، كخطوة ضرورية للتقدم إلى كلية الطب البيطري. لكنها لم تُجرِ الاستفسارات التفصيلية اللازمة لمعرفة ما يتطلبه تحقيق هذا الطموح. كانت تفتقر إلى مرشد، ولم يكن لديها أصدقاء مقربون. كان من السهل جدًا عليها أن تظل خاملة وتتوغل في عزلتها. أجرينا محادثة جيدة دامت قرابة ثلاثة أرباع الساعة. كانت فتاة لطيفة. عرضتُ عليها مناقشة حول مستقبلها بمزيد من التفصيل، شريطة أن تكمل برنامج تخطيط عبر الإنترنت صممت مع زملائي من الأكاديميين^(*).

(*) هذا جزء من مجموعة الكتابة الذاتية، وهي سلسلة من البرامج الفردية المصممة لمساعدة الأشخاص على الكتابة عن مصاعب ماضيهم (كتابة الماضي)، وعيوب وفضائل شخصياتهم في الوقت الحاضر (كتابة الحاضر، في جزأين)، ورغباتهم وأمنياتهم للمستقبل (كتابة المستقبل). ولقد أوصيتُ تحديدًا بالأخير.

كان كل شيء يسير على ما يرام حتى انحرف النقاش نحو السياسة. بعد مناقشة وضعها الشخصي، بدأت تُعبر عن استيائها من حالة العالم بوجه عام، متحدثاً عن الكارثة الوشيكة الناجمة عن تأثيرات النشاط البشري على البيئة. لا يوجد خطأ - من حيث المبدأ - في التعبير عن القلق بشأن القضايا العالمية. لكن هذا ليس هو جوهر المسألة. تكمن المشكلة في المبالغة في تقدير معرفتك بهذه الأمور - أو حتى التفكير فيها - عندما تكون في منتصف العشرينيات من عمرك، ولا يحدث أي شيء إيجابي في حياتك، وتجد صعوبة بالغة في مجرد النهوض من فراشك. ففي ظل هذه الظروف، عليك إعادة ترتيب أولوياتك، والتحلي بالتواضع اللازم للتركيز على حل مشكلاتك الخاصة، إذ يُعدّ ذلك جزءاً أساسياً من استعادة توازنك.

مع استمرار الجدل اللفظي، وجدت أنني لم أعد منخرطاً في حوار حقيقي مع شابة ضائعة جاءت للحديث معي؛ بل أصبحت شريكاً مفترضاً متساوياً في مناظرة مع شخصية أيديولوجية تعرف ما الخطأ في العالم، بوجه عام؛ وتعرف من المسؤول عن تلك المشكلات العالمية؛ وتؤمن بأن المشاركة في التدمير المستمر بمجرد التعبير عن أي رغبة شخصية هو تصرف غير أخلاقي؛ كما كانت تعتقد، في النهاية، أننا جميعاً مذنبون ومحكوم علينا بالفشل. كان استمرار هذا الحوار عند تلك النقطة يعني أنني: (1) لم أكن أخاطب هذه الشابة، بقدر ما كنت أتحدث مع كيانٍ أو شخص ما قد استحوذ عليها، فخضعت لهيمنة أفكار عامة، ومجردة، ومتشائمة؛ و(2) كنت أقرّ ضمناً بأن مناقشة مثل هذه المواضيع في ظل هذه الظروف أمر مقبول ومثمر.

لم يكن هناك فائدة تُرجى من الاستمرار في أي من الاتجاهين، لذا توقفت (وهذا لا يعني أن الاجتماع كله كان مضيعةً للوقت). كان من المستحيل ألا أستنتج أن ما أوصلها إلى شهور من تلك الحالة من الشلل الأخلاقي لم يكن مجرد شعور بالذنب حيال احتمال مساهمتها في التأثيرات السلبية للنشاط البشري على العالم أجمع، بل كان، أيضاً،

الإحساس بالتفوق الأخلاقي الذي جلبه لها الانشغال بمثل هذه الأمور (رغم الخطر النفسي البالغ الذي يرافق تبني مثل هذه النظرة القائمة للإمكانات البشرية). عذراً على استخدام تعبير مبتذل، لكن لا بد من أن يتعلم المرء المشي قبل أن يتمكن من الجري. بل قد يُضطر إلى الزحف قبل أن يتمكن من المشي. هذا جزء من تقبُّل وضعك كمبتدئ، في قاع الهرم الذي تحتقره باستخفاف، وغطرسة، وأنانية. وعلاوة على ذلك، فإن النظرة شديدة العداوة للإنسان - التي غالباً ما ترافق الدموع التي تُذرف على تدهور البيئة أو وحشية الإنسان تجاه بني جنسه - لا بد أن تترك أثراً واضحاً على الحالة النفسية التي تحدد علاقة الشخص بذاته.

لقد استغرق الأمر مرور أزمنة طويلة لكي ننظم أنفسنا، بيولوجياً واجتماعياً، في تسلسلات هرمية وظيفية تحدد تصوراتنا وأفعالنا، وتحدد تفاعلاتنا مع العالم الطبيعي والاجتماعي. وليس هناك ردُّ يليق بهذه الهبة سوى الامتنان العميق. إن البنية التي تحيط بنا جميعاً لها جانبها المظلم - كما هو حال الطبيعة، وكما هو حال كل فرد - لكن هذا لا يعني أن النقد العشوائي، والعام، والأناني للوضع الراهن موقف مناسب (كما أن الرفض التلقائي لما قد يكون تغييراً ضرورياً ليس موقفاً سليماً).

ضرورة التوازن

نظراً لأن اتباع ما يفعله الآخرون وما اعتادوا عليه غالباً ما يكون ناجحاً، ولأن العمل الجذري قد يؤدي أحياناً إلى نجاح لا يُضاهى، فإن المواقف والأفعال المحافظة والإبداعية تستمر في الانتشار والتجدد. يمكن للمؤسسات الاجتماعية الفاعلة - كالهياكل الهرمية المكرسة لإنتاج قيمة تتجاوز مجرد ضمان بقائها - أن تستفيد من المحافظين لتنفيذ عمليات مُثبتة الفعالية بعناية، ومن المبدعين الليبراليين لتحديد سبل استبدال ما هو حديث وأكثر قيمة بما هو قديم وعفا عليه الزمان. ومن ثمَّ يمكن تحقيق التوازن بين المحافظة والإبداع بشكل مثالي، على المستوى الاجتماعي،

من خلال جمع النوعين من الأشخاص معًا. ولكن يجب أن يحدد شخص ما أفضل طريقة لفعل هذا، وذلك يتطلب حكمةً تتجاوز النزعات المزاجية. الصفات المرتبطة بالإبداع من جهة، والارتياح للوضع الراهن من جهة أخرى، غالبًا ما يكونان متعارضين، مما يجعل من الصعب العثور على شخص يوازن بينهما على نحو صحيح، بحيث يكون مرتاحًا للعمل مع كلا النوعين، وقادرًا على التعامل، بطريقة غير متحيزة، مع الحاجة إلى الاستفادة من الأشكال المختلفة للمواهب والميول. ولكن يمكن أن يبدأ تطوير تلك القدرة من خلال توسيع الحكمة الواعية: الإقرار الواضح بأن المحافظة جيدة (مع ما يرتبط بها من مخاطر)، وأن التحول الإبداعي -حتى عندما يكون جذريًا- أيضًا جيد (مع ما يرتبط به من مخاطر). فهم هذا بعمق، وتقدير الحاجة الحقيقية إلى كلا المنظورين، يعني على الأقل إمكانية تقدير ما يقدمه التنوع الحقيقي من إمكانيات، والقدرة على التعرف على اختلال التوازن عندما يميل بقوة نحو أحد الجانبين. وينطبق الأمر نفسه على فهم الجانب المظلم لكليهما. لإدارة الشؤون المعقدة على نحو صحيح، من الضروري أن تكون رؤيتك متزنة بما يكفي للتمييز بين المتعطش للسلطة والمروّج الزائف للوضع الراهن الذي يخدم مصلحته الشخصية، والمحافظ الحقيقي؛ وكذلك بين المتمرد المخادع وغير المسؤول الذي لا يمتلك قضية، والمبدع الحقيقي. وإدارة هذا الوضع تستلزم الفصل بين تلك العوامل داخل أغوار النفس، وأيضًا في الآخرين. كيف يمكن تحقيق هذا؟ أولاً، قد نصل إلى فهم واعٍ بأن هذين النمطين من الوجود مترابطان بشكل متكامل؛ فلا يمكن لأحدهما أن يوجد حقًا دون الآخر، رغم ما بينهما من توتر حقيقي. وهذا يعني أولاً، على سبيل المثال، أن الانضباط -أي الخضوع للوضع الراهن، بصيغة أو بأخرى- يلزم أن يفهم على أنه شرطٌ ضروري للتحول الإبداعي، لا على أنه معادٍ له. ولذلك، فكما يتشكل الهرم الافتراضي الذي يشكل الهيكل المنظم

للمجتمع والإدراك الفردي بفعل القيود ويعتمد عليها جوهريًا، كذلك يتشكل التحوّل الإبداعي. لا يمكن أن يتحقّق إلا من خلال مقاومة الحدود. فلا فائدة له ولا يمكن استدعاؤه إلا إذا كان يكافح شيئًا ما. ولهذا السبب، فإن المارد العظيم، محقق الأمنيات -وهو انعكاس مصغّر لفكرة الإله- يُصوّر في النموذج الرمزي محبوسًا داخل مصباح صغير، وخاضعًا لإرادة من يحمله. فالمارد -كما والعبقريّة- مزيجٌ من الإمكانية والقدرة، مقترنين بقيود شديدة.

القيود، والحدود التعسفية، والقواعد، -حتى تلك التي تُفرض برهبة- لا تضمن فقط الانسجام الاجتماعي والاستقرار النفسي، بل تجعل الإبداع الذي يحدد النظام ممكنًا. فما يكمن تحت الرغبة المعلنة صراحةً في الحرية المطلقة -كما يعبر عنها، مثلاً، الفوضوي أو العدمي- ليس رغبة إيجابية تسعى لتعزيز التعبير الإبداعي، كما في الصورة النمطية المثالية للفنان، بل هي رغبة سلبية؛ رغبة في الغياب التام للمسؤولية، وهو ما لا يتوافق مع الحرية الحقيقية، تلك الكذبة التي تقوم عليها الاعتراضات على القواعد. لكن شعار «لتسقط المسؤولية» لا يصلح لأن يكون شعارًا مُقنعًا، كما يمكن تزيين الشعار المقابل «لتسقط القواعد» ليبدو تضحيةً بطولية.

إلى جانب حكمة المحافظة الحقيقية هناك خطر أن يصبح الوضع الراهن فاسدًا، وأن يُستغل فسادُه لخدمة مصالح ذاتية. وإلى جانب بريق الجهد الإبداعي، تظهر البطولة الزائفة للأيديولوجي الحاقِد، الذي يلبس ثوب الثائر، بينما يدّعي، دون استحقاق، تفوقًا أخلاقيًا ويرفض كل مسؤولية حقيقية. إن المحافظة الذكية والحذرة، إلى جانب التغيير المدروس والدقيق، هما ما يحافظ على النظام في العالم. لكن لكلّ منهما جانبه المظلم، ومن الضروري، بمجرد إدراك ذلك، أن تطرح على نفسك هذا السؤال: هل تتسم بالأصالة في شخصيتك وأفعالك، أو أنك نقيض

ذلك؟ والإجابة، حتمًا، أنك مزيج من الاثنين. ربما تحمل في داخلك من الجانب المظلم أكثر بكثير مما تود أن تدركه. ذلك كله جزء من فهم التعقيد الذي يحمله كل منا في داخله.

الشخصية بوصفها نظاماً هرمياً. وقابلية التحول

كيف، إذًا، يمكن فهم الشخصية التي توازن بين احترام المؤسسات الاجتماعية والتحوّل الإبداعي بالقدر نفسه؟ ليس من السهل تحديد ذلك، نظرًا لتعقيد المشكلة. ولهذا السبب، نلجأ إلى القصص. تقدّم لنا القصص نموذجًا واسعًا؛ إذ ترسم لنا نمطًا محددًا بما يكفي ليكون ذا قيمة عظيمة، إذا استطعنا محاكاته، لكنه في الوقت ذاته عامٌ بما يكفي (على عكس قاعدة بعينها أو مجموعة من القواعد) لأن يظل قابلاً للتطبيق حتى في مواقف جديدة. في القصص، نرصد ملامح الشخصية المثلى، ونروي حكايات عن النجاح والفشل في المغامرة والرومانسية. عبر عوالمنا السردية، يدفعنا النجاح نحو الأفضل، إلى الأرض الموعودة؛ بينما يحكم علينا الفشل، ويحكم على من يرتبط بنا بالسقوط في الهاوية. يرفعنا الخير إلى الأعلى ويدفعنا إلى الأمام، والشر يجرّنا إلى الأسفل ويعيدنا إلى الوراء. إن القصص العظيمة هي تلك التي تصوّر شخصيات في حالة فعل، لذا فهي تعكس البنى والعمليات اللاواعية التي تساعدنا على ترجمة عالم الحقائق الصلب والمجرّد إلى عالم القيم الاجتماعية المستدامة والوظيفية والمتبادلة(*).

(*) يمكنك رؤية هذا يتجلى، على سبيل المثال، في ميل البروتستانت الإنجيليين الأمريكيين عند مواجهة مشكلة وجودية جديدة إلى طرح سؤال: «ماذا كان سيفعل يسوع؟» قد يبدو هذا النهج محاكاةً ساخرة، لكنه يكشف بوضوح عن قيمة القصص: فبمجرد استيعاب السرد، يمكن استخدامه كقالب يُولد تصورات وسلوكيات جديدة. قد يبدو ساذجًا وافتراضيًا تخيّل ما قد يضطلع به «المخلص النموذجي» نفسه في سياق حياةٍ عادية، لكن الغاية الجوهرية من السرديات الدينية هي تحفيز المحاكاة والاقتداء.

يجد التسلسل الهرمي السليم للقيم - بما في ذلك قيمة المحافظة ونظيرتها، التحول الإبداعي - تعبيره في شخصية مثالية تُروى عبر السرد. لكل تسلسل هرمي قمته. ولهذا السبب، تحتوي القصة، التي تصف أفعال الشخصية، على بطل (وحتى لو كان ذلك البطل هو البطل المخالف للعرف، فهذا لا يُحدث فرقاً: يؤدي البطل المخالف للعرف وظيفة تحديد البطل الحقيقي من خلال التباين، إذ إن البطل يمثل نقيض البطل المخالف للعرف بكل تأكيد). البطل هو الفرد الذي يتربع على القمة، المنتصر، البطل، الذكي، الشخص الذي ينجح ويستحق الانتصار في النهاية، الناطق بالحق في ظروف محفوفة بالمخاطر، وأكثر من ذلك. القصص التي نبتكرها، ونشاهدها، ونستمع إليها، ونذكرها تركز على الأفعال والمواقف التي نجدها مثيرة للاهتمام، وجذابة، وجديرة بأن يتم نقلها، بناءً على تجربتنا الشخصية مع من نُعجب بهم أو نستنكر أفعالهم (أو مع أجزاء من مواقفهم وأفعالهم)، أو بسبب ميلنا الطبيعي إلى مشاركة ما استرعى انتباهنا مع من حولنا. في بعض الأحيان، نستطيع أن نستمد سرداً مؤثراً بشكل مباشر من تجاربنا الشخصية مع أفراد معينين؛ وفي أحيان أخرى، نبتكر مزيجاً من شخصيات متعددة، غالباً بالتعاون مع من يشكلون دوائرنا الاجتماعية.

عاش المريض، الذي سُرِدَت قصته جزئياً سابقاً، حياة مثلت مثلاً مفيداً على ضرورة الانخراط الاجتماعي. ومع ذلك، لم تعالج هذه القصة أهمية التحولات التي طرأت على مواقفه وأفعاله معالجة كاملة. فبينما كان يُعيد بناء حياته الاجتماعية، ويصبح مشاركاً نشطاً في مجموعة متنوعة من الأنشطة الجماعية، نَمَت لديه في الوقت ذاته خبرة إبداعية كانت غير متوقعة إلى حد بعيد. لم يكن قد استفاد من التعليم الرسمي بعد المستوى الثانوي، ولم يكن يملك شخصية تبدو للمراقب الخارجي من أول وهلة شخصية تتمتع بدرجة كبيرة من الإبداع. ومع ذلك، كانت المساعي الاجتماعية الجديدة التي جذبه تتركز أساساً على الجهد الجمالي.

بدأ أولاً بتطوير حسه الفني للشكل، والتناسق، والابتكار، والجمال كمصوّر فوتوغرافي. وكانت الفوائد الاجتماعية لهذا النشاط متعددة الجوانب: انضم إلى نادٍ يشارك أعضاؤه في جولات تصوير تُقام كل أسبوعين، حيث يتوجهون كمجموعة تضم حوالي عشرين شخصاً إلى أجزاء من المدينة تتميز بجاذبيتها البصرية، إما لجمالها الطبيعي أو لتفرداها أو لجاذبيتها كمناظر صناعية. ونتيجةً لذلك، تعلم الكثير عن تقنيات معدات التصوير. إضافةً إلى ذلك، كان أعضاء المجموعة يقدمون ملاحظاتهم حول أعمال كل واحد منها، وكانوا يفعلون ذلك بطريقة بناءة، مما يعني أنهم كانوا يشيرون إلى الأخطاء المرتكبة ويبرزون الجوانب ذات القيمة التي أُنجِرت.

كل هذا ساعد زبوني على تعلّم التواصل بطريقة فعالة حول مواضيع ربما كانت في سياق آخر ستصبح صعبةً نفسياً (إذ لامست انتقاداتٍ كان يمكن بسهولة أن تثير ردود فعل حساسة غير منتجة، نظراً لارتباطها بالرؤية الإبداعية). كذلك، مكّنه ذلك من التمييز بشكل متزايد بين الصور البصرية التي تبدو سطحية أو مملة أو نمطية، وتلك التي تمتاز بجودة حقيقية. بعد بضعة أشهر، تطوّرت رؤيته بدرجة كافية مكّنته من الفوز في مسابقات محلية والحصول على بعض العمولات المهنية الصغيرة. كنتُ مقتنعاً منذ البداية بأن انضمامه إلى نادي التصوير كان قراراً صائباً من منظور تطوير الشخصية، لكنني كنت مذهولاً بحق إزاء التطور السريع في قدراته الفنية والبصرية والتقنية، واستمتعتُ كثيراً بالوقت الذي أمضيته في جلسات مراجعة أعماله.

بعد بضعة أشهر من العمل في مجال التصوير، بدأ في إنتاج صور أخرى وعرضها عليّ، وكانت في بداياتها مجرد رسومات خطية تجريدية مبتدئة للغاية رسمها بالقلم. كانت هذه الرسومات تتألف أساساً من حلقات بأحجام مختلفة، متصلة بشكل مستمر على صفحة واحدة؛ أشبه بشخبطات، لكنها بدت أكثر تحكماً وذات قصد واضح مقارنة بالشخبطات

العشوائية. كما فعلتُ مع الصور الفوتوغرافية (ونادي التصوير)، رأيتُ أن هذه الرسومات ذات فائدة نفسية، باعتبارها امتدادًا للقدرة الإبداعية، لكنها لم تكن، في حد ذاتها، أعمالًا فنية تستحق التقدير. ومع ذلك، واصل العمل عليها، منتجًا عدة رسومات أسبوعيًا، وراح بانتظام يُحضّر ما صنعه إلى جلسائنا. ومع مرور الوقت، تطورت أعماله بسرعة مذهلة، وازدادت تعقيدًا وجمالًا. وسرعان ما بدأ يرسم تصاميم متناسقة ومعقدة وذات طابع درامي بالأبيض والأسود، مستخدمًا القلم والحبر، بجودة جمالية كافية لتكون تصميمات قمصان قابلة للتسويق تجاريًا.

كنت قد رأيتُ هذا النوع من التطور بوضوح في حالة زبونين آخرين، كلاهما يتميز بطبيعة إبداعية فطرية (لكنها مخفية تمامًا في إحدى الحالتين؛ وأكثر تطورًا ورعاية ووضوحًا في الأخرى). بالإضافة إلى ذلك، كنت قد قرأتُ دراسات، حول حالات سريرية وتطور شخصي، كتبها كارل يونغ، لاحظ فيها أن إنتاج أشكال هندسية معقدة ومنظمة بشكل متزايد -مثل دوائر داخل مربعات أو العكس- عادةً ما يترافق مع زيادة في تنظيم الشخصية. وبدا هذا الأمر صحيحًا بالتأكيد ليس فقط في حالة عميلي، كما اتضح من نمو خبرته في التصوير وتطور مهاراته كفنان جرافيكي، بل أيضًا في الحالتين الآخرين اللتين سعدتُ بالعمل معهما معالجًا سريريًا. ما لاحظته مرارًا وتكرارًا لم يكن مجرد إعادة بناء للذات كنتيجة لتعزيز التفاعل الاجتماعي (وتقدير المؤسسات الاجتماعية)، بل كان أيضًا تحولًا داخليًا موازيًا للعمليات الداخلية بشكل رئيسي، انعكس في ازدياد ملحوظ في القدرة على إدراك وخلق ما هو أنيق وجميل وله قيمة اجتماعية. لم يتعلم زبائني فقط التكيف السليم مع المطالب الاجتماعية التي قد تبدو أحيانًا تعسفية لكنها تظل ضرورية، بل تعلموا أيضًا أن يقدموا لهذا العالم شيئًا لم يكن ليصل إليه لولا إبداعهم الشخصي الخالص.

أظهرت حفيدتي، سكارليت، أيضًا سلوكيات تشير، إن لم يكن إلى موهبتها الإبداعية، فعلى الأقل إلى تقديرها للإبداع، بالإضافة إلى

اندماجها الاجتماعي كعامل في عملية الإشارة ذات القيمة الاجتماعية. عندما يناقش الناس قصة ما، سواء قُدِّمت في شكل فيلم، أو مسرحية، أو كتاب، فإنهم يسعون عادةً إلى التوصل إلى توافق ذي ثقافة رفيعة حول مغزاها (وهو توافق ذو ثقافة رفيعة لأن مجموعة من الأشخاص يمكنها عمومًا تقديم وجهات نظر أكثر من فرد واحد؛ وتوافق لأن المناقشة تستمر عادةً حتى التوصل إلى اتفاق عام بشأن الموضوع المطروح). تبدو الفكرة القائلة بأن القصة شكل من أشكال التواصل والترفيه في الوقت ذاته، بديهية عند النظر إليها لأول وهلة، لكنها تزداد غموضًا كلما تعمقنا في التفكير فيها. فإذا كان صحيحًا أن القصة تنطوي على مغزى، فمن الواضح أنها تشير إلى شيء ما. ولكن، ما هو هذا الشيء؟ وكيف يُشار إليه؟ من السهل تحديد معنى الإشارة عندما يكون الفعل نفسه يحدد شيئًا معيّنًا أو يشير إلى شخص بعينه، لكنه يصبح أقل وضوحًا عندما يتعلق الأمر بسلوك تراكمي تجسّده، على سبيل المثال، إحدى الشخصيات داخل قصة.

مجددًا تُقدّم أفعال ومواقف أبطال وبطلات ج. ك. رولينغ أمثلة مشهورة على هذه العملية تحديدًا. فهاري بوتر، ورون ويزلي، وهيرميون جرانجر يتميزون إلى حد كبير بالرغبة وبالقدرة على اتباع القواعد (مما يعكس خبرتهم كمتدربين) وفي الوقت ذاته كسرهما. أما أولئك الذين يشرفون عليهم، فيميلون إلى مكافأة هذين الشكّلين المتناقضين من السلوك، بنفس القدر. حتى الأدوات والتقنيات التي يستخدمها السحرة الصغار خلال تدريبهم تتسم بهذا الازدواج. فعلى سبيل المثال، خريطة مارودر (التي تمنح حاملها تمثيلًا دقيقًا للمناطق المستكشفة في مدرسة هوجورتس للسحر -سواء على مستوى التخطيط الفيزيائي أو الجغرافيا- فضلًا عن تحديد مواقع جميع سكانها الأحياء) أداة لا يمكن تفعيلها إلا بنطق عبارة تبدو مناقضة تمامًا للسلوك الأخلاقي: «أقسم مخلصًا أنني عازم على ارتكاب أمر غير جيد»، وتعطيها، للحفاظ على سريتها، بعبارة: «أُنجزت المشاغبة». ليس من السهل فهم كيف يمكن لأداة تتطلب عبارات كهذه كي

تصبح قابلة للاستخدام أن تكون أي شيء سوى «غير جيد»؛ أي أداة ذات غرض شرير، على ما يبدو. ومع ذلك، مثلما يخرق هاري وأصدقاؤه القواعد بانتظام ولكن بحذر، ويكافأون على ذلك بنفس القدر من الانتظام والحذر، فإن خريطة مارودر تتباين في قيمتها الأخلاقية وفقاً لنية مستخدميها. يحمل السياق العام للسلسلة إيحاءً قوياً بأن الخير لا يمكن أن يُختزل ببساطة في اتباع القواعد بانقيادٍ أعمى أو بجمود صارم، بغض النظر عن مدى الانضباط في ذلك الاتباع، أو مدى أهمية تلك القواعد. كل هذا يعني أن سلسلة هاري بوتر لا تقدم الخضوع المطلق للنظام الاجتماعي على أنه أسمى الفضائل الأخلاقية. فما يتجاوز تلك الطاعة ليس أمراً جلياً يمكن التعبير عنه بسهولة، لكنه أشبه بفكرة «اتباع القواعد، إلا إذا كان الالتزام بها يُفرغها من غايتها الأصلية؛ وفي تلك الحالة، خُصّ مخاطرة التصرف خلافاً لما يُنظر إليه على أنه أخلاقي». هذا درس يبدو أن تجسيده في سلوكيات مُعبّر عنها بصرياً أو سردياً يجعله أكثر قابلية للفهم والتعلم من تلقينه، مثلاً، من خلال الحفظ أو صياغة قاعدة ثابتة. فالقواعد العليا (التي يمكن اعتبارها «قواعد تحدد إطار قواعد» وليست قواعد في حد ذاتها) لا تُنقل بالضرورة بنفس الطريقة التي تُنقل بها القواعد البسيطة.

سرعان ما تعلمت سكارليت، التي كانت تركز على الإشارة، بعد إتقانها الفعل الجسدي البسيط نسبياً، كيف تستوعب النقاط الأكثر تعقيداً في السرد. كان بوسعها أن تشير إلى الأشياء بسببابتها في عمر عام ونصف. ولكن بحلول عمر العامين والنصف، أصبحت قادرة على فهم الفكرة الأكثر تعقيداً في القصة ومحاكاتها. لفترة تقارب ستة أشهر، في ذلك العمر، كانت تصرّ على أنها بوكاهونتاس، وليس إيلي (الاسم الذي يفضلُه والدها) أو سكارليت (الاسم الذي تفضّله والدتها). كان هذا، في رأيي، دلالة مذهلة على تفكير متطور. كانت قد أعطيت دمية لبوكاهونتاس، أصبحت من ألعابها المفضلة، إلى جانب دمية لطفلة (كانت تحبها كثيراً أيضاً)، أطلقت عليها اسم جدتها، زوجتي تامي. عندما كانت إيلي تلعب

بدمية الطفلة، كانت تؤدي دور الأم. أما مع دمية بوكاهونتاس، فكان الأمر مختلفاً؛ إذ لم تكن تلك الدمية طفلة، ولم تكن إيلي أمها. بل اعتبرت حفيدتي نفسها بوكاهونتاس البالغة، فباتت تقلد الدمية المصممة على هيئة شابة، كما قلدت أيضاً الشخصية الرئيسية في فيلم ديزني الذي يحمل الاسم ذاته، والذي شاهدته بانبهار بالغ في مناسبتين منفصلتين.

كانت بوكاهونتاس في نسخة ديزني تحمل تشابهاً واضحاً مع الشخصيات الرئيسية في سلسلة هاري بوتر. تجد أن والدها قد خطبها إلى كوكوم، المحارب الشجاع الذي يجسد، بكل جدية، فضائل قبيلته، إلا أن سلوكه ومواقفه كانت مقيّدة على نحو صارم بالقواعد إلى حد لا ينسجم مع شخصية خطيبته ذات الروح الأكثر انفتاحاً. لكن بوكاهونتاس تقع في حب جون سميث، وهو قبطان سفينة من أوروبا، يمثل ما يقع خارج نطاق المألوف، لكنه (قد يكون) ذا قيمة عظيمة. ومما يمثل مفارقة أن بوكاهونتاس تسعى إلى نظام أخلاقي أسمى بتفضيلها لجون سميث على حساب كوكوم -مخالفةً بذلك قاعدة جوهرية في ثقافتها (هي تقدير ما يُعتبر الأكثر قيمة وفقاً للهرم السائد للقواعد المجتمعية)- وهذا النهج يتطابق إلى حد كبير مع ما يفعله أبطال هاري بوتر. فالمغزى الأخلاقي في كلا السردَيْن يتمثل في: اتباع القواعد حتى تصبح قادراً على أن تكون نموذجاً ساطعاً لما تمثله، ولكن اكسرها عندما تتحول تلك القواعد ذاتها إلى العائق الأكبر أمام تجسيد فضائلها الأساسية. امتلكت إليزابيث سكارليت، التي لم تكن قد أتمت عامها الثالث بعد، من الحكمة الفطرية ما مكّنها من استيعاب أن هذا هو المغزى مما كانت تشاهده (فيلم ديزني) وما كانت تستخدمه أداةً للعب الأدوار (دمية بوكاهونتاس). لقد بلغت درجة إدراكها في هذا الصدد حدّاً يكاد يكون عصياً على الفهم.

هذه المجموعة من الأفكار، أي الالتزام بالقواعد، إلا عندما يصبح الالتزام بها سبباً في تجاهل مبدأ أخلاقي أعلى أو إنكاره أو التغاضي عنه، تمثل وتحضر بقوة مدهشة في سردَيْن مختلفين من الإنجيل (وتظل هاتان

الروايتان، بِغَضِّ النظر عن موقفك الشخصي تجاههما، من بين القصص التقليدية أو الكلاسيكية التي تصور شخصية بغرض محاكاتها والافتداء بها). في الرواية الأولى، يُقدِّم المسيح، حتى وهو طفل، على أنه متمكن من التراث اليهودي، مما يجعله على دراية كاملة بقيمة الماضي، ويُصوِّره بوصفه شخصية تتجسد فيها سمات الاحترام التي تميز، إن صح التعبير، المحافظ الحقيقي. ووفقاً للرواية الواردة في لوقا 2: 42-52، كانت عائلة يسوع تسافر إلى القدس كل عام في عيد الفصح اليهودي:

وَلَمَّا كَانَتْ لَهُ اثْنَتَا عَشْرَةَ سَنَةً صَعِدُوا إِلَى أُورُشَلِيمَ كَعَادَةِ الْعِيدِ.
وَبَعْدَمَا أَكْمَلُوا الْأَيَّامَ بَقِيَ عِنْدَ رُجُوعِهِمَا الصَّبِيُّ يَسُوعُ فِي
أُورُشَلِيمَ، وَيُوسُفُ وَأُمُّهُ لَمْ يَعْلَمَا.
وَإِذْ ظَنَّاهُ بَيْنَ الرُّفَقَةِ، ذَهَبَا مَسِيرَةَ يَوْمٍ، وَكَانَا يَطْلُبَانِهِ بَيْنَ
الْأَقْرَبَاءِ وَالْمَعَارِفِ.

وَلَمَّا لَمْ يَجِدَاهُ رَجَعَا إِلَى أُورُشَلِيمَ يَطْلُبَانِهِ.
وَبَعْدَ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ وَجَدَاهُ فِي الْهَيْكَلِ، جَالِسًا فِي وَسْطِ
الْمُعَلِّمِينَ، يَسْمَعُهُمْ وَيَسْأَلُهُمْ.
وَكُلُّ الَّذِينَ سَمِعُوهُ يَعْجَبُونَ مِنْ فَهْمِهِ وَأَجْوَبَتِهِ.
فَلَمَّا أَبْصَرَاهُ انْدَهَشَا. وَقَالَتْ لَهُ أُمُّهُ: «يَا بُنَيَّ، لِمَاذَا فَعَلْتَ بِنَا
هَكَذَا؟ هُوَذَا أَبُوكَ وَأَنَا كُنَّا نَطْلُبُكَ مُعَذِّبِينَ!»
فَقَالَ لَهُمَا: «لِمَاذَا كُنْتُمَا تَطْلُبَانِنِي؟ أَلَمْ تَعْلَمَا أَنَّهُ يَنْبَغِي أَنْ
أَكُونَ فِي مَا لِأَبِي؟»

فَلَمْ يَفْهَمَا الْكَلَامَ الَّذِي قَالَ لَهُمَا.
ثُمَّ نَزَلَ مَعَهُمَا وَجَاءَ إِلَى النَّاصِرَةِ وَكَانَ خَاضِعًا لَهُمَا. وَكَانَتْ
أُمُّهُ تَحْفَظُ جَمِيعَ هَذِهِ الْأُمُورِ فِي قَلْبِهَا.
وَأَمَّا يَسُوعُ فَكَانَ يَتَقَدَّمُ فِي الْحِكْمَةِ وَالْقَامَةِ وَالنِّعْمَةِ، عِنْدَ اللَّهِ
وَالنَّاسِ.

ولكن يبرز تناقض عند النظر في مجمل روايات الإنجيل؛ وهو تناقض يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالتوتر القائم بين احترام التقاليد والحاجة إلى التحول الإبداعي. فمع الأدلة التي تُظهر فهم المسيح العميق والمبكر للقواعد وتقديره لها، إلا أنه، في مرحلة البلوغ، كان ينتهك تقاليد السبت بشكل متكرر وبطريقة صادمة، على الأقل من منظور ذوي الفكر التقليدي في مجتمعه المحلي، مما عرّضه لخطر كبير. فعلى سبيل المثال، نجده يقود تلاميذه عبر حقل ذرة، ويقطفون السنابل ويأكلونها (لوقا 1:6). وعندما يعترض عليه الفريسيون، يبرر ذلك بالإشارة إلى قصة الملك داود، الذي تصرف بطريقة مماثلة عندما أملت الضرورة أن يطعم رجاله من خبز الهيكل المخصص للكهنة (لوقا 4:6). ثم يخاطبهم المسيح بعبارة لافتة، قائلاً: «إِنَّ ابْنَ الْإِنْسَانِ هُوَ رَبُّ السَّبْتِ أَيْضًا» (لوقا 5:6).

توجد وثيقة قديمة تُعرف باسم المخطوطة البيزية^(*) *Codex Bezae*، وهي نسخة غير قانونية من جزء من العهد الجديد، تُقدّم إضافة نصية بعد المقطع السابق من إنجيل لوقا، مما يسلط ضوءاً عميقاً على المسألة ذاتها. وتمنح هذه الإضافة فهماً أعمق للعلاقة المعقدة والمتناقضة بين احترام القواعد والعمل الأخلاقي الإبداعي، الذي يُعد ضرورياً ومحموداً، رغم ظهوره في صورة معارضة ظاهرة لتلك القواعد. وتتضمن الوثيقة رواية عن المسيح يخاطب فيها شخصاً قد انتهك، مثله، قاعدة مقدسة، فيقول: «في ذلك اليوم نفسه، إذ رأى رجلاً يعمل يوم السبت، فقال له المسيح: أيها الإنسان، إن كنت تعلم ما تفعل، فأنت مبارك؛ أما إن كنت لا تعلم، فأنت ملعون ومتعدّ على الناموس»⁽¹²⁾.

(*) الـ «Codex» هو كتاب يتكون من أوراق مصنوعة من الرق، أو البردي، أو غالباً الورق. يُستخدم هذا المصطلح حالياً للإشارة عموماً إلى المخطوطات المكتوبة بخط اليد، مثل حالة *Codex Bezae*. وهي تحتوي على نسخ يونانية ولاتينية من سفر أعمال الرسل ومعظم الأناجيل الأربعة، وتتميز هذه النسخ بما تضيفه من محتويات إضافية، وما تحذفه، وتتميز أحياناً بأسلوب الكتابة نفسه.

ماذا يعني هذا القول؟ إنه يلخص معنى القاعدة الأولى تلخيصًا مثاليًا. إذا كنت تدرك أهمية القواعد - وضرورتها، وقدسيتها، ودورها في منع الفوضى، وكيف توحد المجتمعات التي تلتزم بها، والثلث الذي دُفع لإرسائها، والخطر الناجم عن انتهاكها - ولكنك على استعداد لتحمل المسؤولية الكاملة عن اتخاذ استثناء من هذه القواعد، لأنك ترى في ذلك خدمة لخير أسمى (وإن كنت شخصًا يتمتع بسمات كافية للتعامل مع هذا التمايز)، فإنك بذلك تخدم روح القانون، وليس هيكله فقط، وهذا يُعد عملاً أخلاقيًا ساميًا. أما إذا كنت ترفض الاعتراف بأهمية القواعد التي تنتهكها وتتصرف بدافع من أنانية مريحة أو مصلحة شخصية، فإنك بذلك تستحق العقاب الذي لا مفرَّ منه. والإهمال الذي تُبديه تجاه تقليدك سوف يدمرك، وقد يلحق الضرر بمن حولك بشكل كامل ومؤلم بمرور الزمن.

يتماشى هذا مع مشاعر وأفعال أخرى للمسيح المذكورة في الأناجيل. يقول إنجيل متى 11:12: «أَيُّ إِنْسَانٍ مِنْكُمْ يَكُونُ لَهُ حُرُوفٌ وَاحِدٌ، فَإِنْ سَقَطَ هَذَا فِي السَّبْتِ فِي حُفْرَةٍ، أَفَمَا يُمْسِكُهُ وَيُقِيمُهُ؟» ويصف الفصل السادس من إنجيل لوقا شفاءه لرجل يده يابسَ في يوم سبت آخر، حيث قال: «هَلْ يَجِلُّ فِي السَّبْتِ فِعْلُ الْخَيْرِ أَوْ فِعْلُ الشَّرِّ؟ تَخْلِيصُ نَفْسٍ أَوْ إِهْلَاكُهَا؟» (لوقا 6:9). هذا التقاطع النفسي والمفاهيمي المؤلم بين موقفين أخلاقيين (الالتزام بحفظ السبت مقابل الوصية بفعل الخير) هو أمر آخر أغضب الفريسيين باستمرار، وكان جزءًا من سلسلة الأحداث التي أدت في النهاية إلى القبض على المسيح وصلبه. تسلط هذه القصص الضوء على المعضلة الوجودية التي تمثل جزءًا لا يتجزأ من الحياة البشرية: فمن الضروري الالتزام، والتحلي بالانضباط، واتباع القواعد، أي التصرف بتواضع كما يفعل الآخرون؛ لكن من الضروري أيضًا استخدام حسن التقدير، والبصيرة، والحقيقة التي توجه الضمير لمعرفة الصواب، عندما تشير القواعد إلى عكس ذلك. القدرة على تحقيق التوازن بين هذين الأمرين هي التي تميز الشخصية المتطورة بالكامل: البطل الحقيقي.

يجب تَحْمُلُ قدرٍ معين من تعسف القواعد -أو الترحيب به، حسب وجهة النظر- للحفاظ على تماسك العالم وسكانه. وبالمثل، يجب تَحْمُلُ قدر معين من الإبداع والتمرد -أو الترحيب به، حسب وجهة النظر- للحفاظ على عملية التجديد والتغيير. فكل قاعدة كانت يوماً ما عملاً إبداعياً يكسر قواعد أخرى. وكل عمل إبداعي حقيقي، بمرور الوقت، قد يتحول إلى قاعدة مفيدة. إن التفاعل الحي بين المؤسسات الاجتماعية والإنجازات الإبداعية هو ما يحفظ توازن العالم على الحد الفاصل بين النظام المفرط والفوضى المفرطة. هذه معضلةٌ رهيبةٌ، وعبء وجودي حقيقي. نحن بحاجة إلى دعم الماضي وتقديره، ويلزم أن نفعل ذلك بموقف يعكس الامتنان والاحترام. ولكن في الوقت نفسه، يجب علينا أن نبقي يقظين -نحن الكائنات الحية صاحبة الرؤية- ونصلح الآليات القديمة التي تعمل على استقرارنا ودعمنا عند تعثرها. ومن ثمَّ، يلزمنا أن نتقبل التناقض الذي يكمن في احترام الجدران التي تحمينا مع السماح في الوقت ذاته بدخول قدر كافٍ من التجديد والتغيير، حتى تبقى مؤسساتنا نشطة وسليمة. يعتمد استقرار العالم وديناميكيته على استيعاب كل جهودنا تحت مظلة كمال -قداسة- تلك القدرة المزدوجة.

لا تحطَّ من شأن المؤسسات الاجتماعية أو الإنجازات الإبداعية.

مكتبة

t.me/soramnqraa



القاعدة الثانية

تخيل الشخص الذي يمكن أن تكونه..

ثم وجه كل تركيزك لتكونه

من أنت؟ ومن يمكن أن تكون؟

كيف تعرف من أنت؟ أنت معقد بشكل يستعصي على فهمك أنت نفسك؛ أكثر تعقيدًا من أي شيء آخر موجود، باستثناء البشر الآخرين؛ معقد إلى حد لا تتصوره. ويزداد جهلك تعقيدًا نتيجة التداخل بين ذاتك الحالية وذاتك الممكنة. أنت لست مجرد شيء موجود؛ بل شيء في حالة من التحول المستمر، والمستقبل المحتمل لهذا التحول أيضًا يستعصي على فهمك. أعتقد أن كل شخص يشعر بأن ذاته تحمل بين طياتها إمكانات كامنة لم تتحقق بعد. هذه الإمكانيات غالبًا ما تكون متوارية عن أنظارنا بسبب سوء الصحة، وسوء الحظ، والمآسي، والمشكلات العامة للحياة. لكنها أيضًا يمكن أن تكون مخفية بسبب عدم الاستعداد للاستفادة الكاملة من الفرص التي تقدمها الحياة، لا سيما إذا امتزج هذا بأخطاء مؤسفة، مثل الفشل في الانضباط، والعجز عن الإيمان، والخيال، والالتزام. فمن تكون؟ والأهم، من قد تكون لو أصبحت كل ما يمكنك أن تتصوره؟

هل هذه الأسئلة مستحيلة الإجابة، أم أن هناك مصادر متاحة لنا يمكن أن نسترشد بها؟ فعلى أي حال، لقد كنا نراقب الكيفية التي نتصرف بها في نجاحاتنا وإخفاقاتنا لعشرات (وربما مئات) الآلاف من السنين. وخلال

ذلك الوقت، تمكّن مُعلّمونا، وأنبيأؤنا، وأولياؤنا، وفنانونا، وشعراؤنا، وروائنا من استخلاص شيء مهم من تلك الملاحظات؛ شيء من خلاصة ما يجعل الإنسان إنساناً في الحقيقة والاحتمال. وبنخراطهم في ذلك، قدموا لنا تمثيلات لهذه الخلاصة المهمة، حيث تتجلى لنا على أنها شيء لا يمكن تجاهله ولا نسيانه. فهؤلاء المبدعون يكتبون الأعمال الدرامية ويمثلونها، ويخبروننا بالقصص التي تثير خيالنا، ويملأون أحلامنا برؤى لما قد يكون. وهكذا يظل البشر يتذكرون أعماق وأهم هذه الأفكار والقصص ويناقشونها، بل ويطورونها معاً، فتصبح محور الطقوس التي توحدنا عبر القرون، وتشكل أساس ثقافتنا. هذه هي القصص التي تُبنى عليها الهياكل الطقوسية، والدينية، والفلسفية التي تميز المجتمعات المتقدمة والمزدهرة.

القصص التي لا يمكننا تجاهلها أو نسيانها تكون كذلك لأسباب عديدة، أحدها هو أنها تتحدث إلى شيء نعرفه، ولكننا لا ندرك أننا نعرفه. فالفيلسوف اليوناني سقراط كان يؤمن بأن كل تعلّم هو شكل من أشكال التذكر. لقد افترض أن الروح -التي هي خالدة في جوهرها- كانت تعرف كل شيء قبل أن تولد من جديد في صورة طفل رضيع. ولكن عند الولادة، نسيت كل المعرفة السابقة، وكان لا بد من استعادتها من خلال تجارب الحياة. هناك الكثير مما يمكن قوله لصالح هذه الفرضية، رغم أنها قد تبدو غريبة الآن. هناك الكثير مما يمكننا القيام به، الكثير مما تستطيع أجسادنا وعقولنا القيام به، لكنه يبقى خاملاً، وهذا ينطبق حتى على المستوى الجيني، إلى أن نتعرض لتجارب جديدة فتُفعّل هذه الإمكانيات الكامنة، وتُطلق قدرات مدمجة فينا على مدى تاريخنا التطوري الطويل⁽¹⁾. وربما كان هذا هو الأسلوب الأساسي الذي من خلاله تحتفظ أجسادنا بالحكمة القديمة وتستخدمها عند الضرورة. وبهذه الطريقة تظهر الإمكانيات البشرية الكامنة، علماً بأنها ليست الطريقة الوحيدة. ومن ثمّ، فهناك قدر من الواجهة في مفهوم التعلم باعتباره تذكّراً.

من الواضح أنه بالإضافة إلى «التذكر» (كما يتجلى في تفعيل الإمكانات الفطرية ولكن المخفية)، يمكننا تعلم الكثير مما هو جديد. هذا أحد العوامل الأساسية التي تميزنا عن الحيوانات. فحتى الثدييات المعقدة والذكية مثل الشمبانزي والدلافين تميل إلى تكرار سلوكيات نوعها من جيل إلى جيل، مع تغيير طفيف جدًا. أما البشر، فيمكنهم أن يسعوا باستمرار إلى اكتشاف ما هو جديد، والتكيف معه، وجعله جزءًا من أنفسهم. ويمكننا أيضًا أن نحول شيئًا نعرفه بالفعل على مستوى معين من التمثيل إلى معرفة على مستوى آخر. يمكننا مشاهدة تصرفات كائن حي، سواء كان حيوانًا أو إنسانًا، ثم تقليدها، محولين تصوراتنا عن حركاتهم إلى حركات جديدة نؤديها بأنفسنا. ويمكننا حتى تعميم مثل هذه الأفعال المقلدة، واستيعاب «روح» الكائن الذي نراقبه، وابتداع طرق جديدة للرؤية والتصرف تشبه تلك الروح إلى حد ما^(*). هذا جزء مما يشكل أساس المعرفة الضمنية العميقة التي تكون جزءًا كبيرًا من فهمنا الحقيقي. ويمكننا أيضًا ملاحظة تصرفات شخص ما أو حدوث شيء ما، وتدوين ما نراه، محولين الفعل إلى لغة تستمر بعد قولها، ثم نقلها لاحقًا في غياب من أو ما يوصف. وأخيرًا، وهذه هي النقطة الأكثر غموضًا، يمكننا أن نتخيل شيئًا جديدًا تمامًا لم نره من قبل، ونتصرف وفقًا له. ويمكننا ترميز وتمثيل كل تلك القدرات -أي الأفعال التكيفية وتحولاتها- في القصص التي نرويها عن أولئك الذين نعجب بهم، وكذلك أولئك الذين نكرههم. وهذه هي الكيفية التي نحدد بها من نحن، ومن يمكن أن نكون.

تصبح القصص لا تُنسى عندما تنقل أنماطًا معقدة من الوجود نلاحظها

(*) فكر في الشخص الذي يحترف مهنة التقليد. ستجد أنه لا يحاول بالضرورة محاكاة سلوكيات الأشخاص الذين يقلدهم بالضبط، حركة بحركة، وإنما يحاكي الروح؛ أي السمة المشتركة عبر جميع سلوكيات الشخصية المشهورة التي يريد تقليدها. والشيء نفسه ينطبق عندما يلعب الأطفال دور الكبار؛ إذ يسعون إلى تقليد الروح ككل، وليس السلوكيات المفردة.

بشكل واع في صورة أجزاء متفرقة، لكننا لا نتمكن من صياغتها بالكامل، كأن تنقل لنا مشكلات معقدة وحلولاً معقدة بالقدر نفسه. ولهذا السبب، أصبحت القصة الكتابية عن موسى وخروج بني إسرائيل من مصر، على سبيل المثال، مصدر إلهام قوي للعبيد السود الذين يسعون للتحرر في الولايات المتحدة، مثلما جاء في كلمات الأغنية التي اقتبست من تلك القصة:

انزل، يا موسى، إلى أرض مصر القديمة،
أخبر الفرعون القديم
أن يطلق شعبي⁽²⁾.

يُشار هنا إلى أنَّ المفكرين النفسيين والدينيين على حد سواء يعتبرون قصة الخروج الكتابية مثالاً أو أساساً نموذجياً، وهُم محقون في ذلك، لأنها تقدم نموذجاً مثالياً تاماً للتحويل النفسي والاجتماعي. لقد انبثقت من رحم الخيال وتحولت عبر عملية جماعية مستمرة من إعادة السرد وإعادة الصياغة إلى شكل نهائي ذي معنى ينطبق سياسياً، واقتصادياً، وتاريخياً، وشخصياً، وروحياً في آن واحد. هذا هو التعريف الدقيق للعمق الأدبي، الذي يصل إلى ذروته في بعض أشكال القصص القديمة التقليدية. ووجود هذا العمق يعني أن هذه الروايات يمكن أن تُستخدم في سياقات متنوعة كإطار ذي معنى لأي عملية تغيير عميق يمر بها فرد أو مجتمع (بكل تغيراتها من الاستقرار إلى السقوط في الفوضى ثم العودة إلى الاستقرار مجدداً)، ويمكن أن تضيف على هذه العملية واقعاً متعدد الأبعاد، وسباقاً، ومعنى قوياً، وحافزاً.

انبثاق ما لا يمكن نسيانه

كيف يمكن أن تتشكل قصة لا تُنسى؟ ما الذي قد يسبق الإلهام بها؟ عادة ما تكون مثل هذه القصص نتاج فترة طويلة من المراقبة، وذلك على أقل تقدير. تخيل عالماً يراقب سلوك قطيع من الذئاب أو مجموعة من

حيوانات الشمبانزي؛ أو أي مجموعة من الحيوانات الاجتماعية المعقدة. يحاول هذا العالم تحديد الظواهر المتكررة في سلوك الأفراد والجماعة (أي الأنماط باختصار) ويعمل على صياغة هذه الأنماط؛ لتجسيدها بكلام مكتوب أو شفهي. فقد يبدأ العالم مثلاً بسرد سلسلة من الحكايات عن أفعال الحيوانات ترمز إلى السلوك العام للنوع، ثم قد يحاول الإمعان في التجريد، ليعمم أوصافاً شبيهة بالقواعد عبر الحكايات كلها. أقول «شبيهة بالقواعد» لأن الحيوانات لا تتبع قواعد؛ فالقواعد تتطلب لغة، والحيوانات ببساطة تُظهر أنماطاً متكررة من السلوك، لكنها لا تستطيع صياغة قواعد أو فهمها أو اتباعها بشكل واع.

لكن ماذا عن البشر؟ يُمْكِننا مراقبة أنفسنا ونحن نتصرف، كما يفعل العالم؛ أو بالأحرى، كما يفعل راوي القصص. ثم يمكننا أن نتبادل سرد القصص فيما بيننا. القصص هي بالفعل ملخصات للسلوك المرصود (إذا لم تكن ملخصات، فلن تكون مثيرة للاهتمام؛ لأن سرد سلسلة من الأفعال اليومية المعتادة لا يصنع قصة شائقة). وفور إنشاء القصة، يمكننا تحليلها، بحثاً عن أنماط وظواهر متكررة أعمق. إذا كان هذا التحليل ناجحاً، يمكننا التعميم عبر الحكايات وصياغة قواعد، ثم يمكننا أن نتعلم اتباع تلك القواعد بوعي. إليك الكيفية التي يحدث بها ذلك: نحن جميعاً نتصرف تصرفات انتقادية عندما نجد طفلاً أو شخصاً بالغاً - أو حتى مجموعة - يتصرف بشكل غير لائق، أو ظالم، أو سيئ. هذا الخطأ يؤثر فينا عاطفياً؛ حيث نشعر في قرارة أنفسنا بأن ثمة نمطاً يعتمد عليه التكيف الفردي والاجتماعي قد تعرض للانتهاك والتخريب. نشعر بالغضب، والإحباط، والأذى، أو الحزن من هذه الخيانة. وهذا لا يعني أن كل واحد منا - ممن يتأثرون عاطفياً - قادر على صياغة فلسفة شاملة عن الخير والشر. بل ربما لا نضع أيدينا على الخطأ تحديداً؛ لكننا نعرف أن القواعد قد انتهكت، مثلنا مثل الأطفال الذين لم يعتادوا بعد على لعبة جديدة لكنهم يظنون قادرين على لعبها.

نجد شيئاً كهذا تماماً ممثلاً في قصة الخروج التوراتية، وهي الرواية القديمة لهروب العبيد العبرانيين من سادتهم المصريين. فموسى، الذي يقود الشعب الهارب، يجد أتباعه يطالبونه باستمرار أن يُميز بين مسائل أخلاقية دقيقة عندما يتنازعون فيما بينهم ويطلبون مشورته. ونتيجة لذلك، أصبح يقضي وقتاً طويلاً في مراقبة سلوكهم والتفكير فيه؛ وكأن النبي الصحراوي كان عليه أن يكتشف القواعد التي كان هو وأتباعه الإسرائيليون يحاولون تطبيقها أصلاً قبل أن يتلقى الوصايا الصريحة من الله. تذكر أن كل مجتمع يتميز بسلوك نمطي معين، وإلا فيسكون الأمر مجرد صراع وليس «مجتمعاً» على الإطلاق. لكن مجرد وجود النظام الاجتماعي لا يعني أن المجتمع قد توصل إلى فهم واضح لسلوكه أو قانونه الأخلاقي. لذا، فليس من قبيل الصدفة أن موسى في هذه القصة يؤدي دور القاضي بين أتباعه، وينهمك في ذلك زمناً طويلاً إلى حد إنهاك نفسه، قبل أن يتلقى الوصايا العشر:

وَكَانَ فِي الْغَدِ أَنْ مُوسَى جَلَسَ لِيَقْضِيَ لِلشَّعْبِ، فَوَقَّفَ
الشَّعْبُ عِنْدَ مُوسَى مِنَ الصَّبَاحِ إِلَى الْمَسَاءِ.
فَلَمَّا رَأَى حَمُو مُوسَى كُلُّ مَا يَفْعَلُهُ لِلشَّعْبِ، قَالَ: مَا هَذَا
الْأَمْرُ الَّذِي أَنْتَ صَانِعٌ لِلشَّعْبِ؟ مَا بِأَلْكَ جَالِسًا وَخَدَكُ،
وَجَمِيعُ الشَّعْبِ وَاقِفٌ عِنْدَكَ مِنَ الصَّبَاحِ إِلَى الْمَسَاءِ؟
فَقَالَ مُوسَى لِحِمِيهِ: إِنَّ الشَّعْبَ يَأْتِي إِلَيَّ لِيَسْأَلَ اللَّهَ.
إِذَا كَانَ لَهُمْ دَعْوَى يَأْتُونَ إِلَيَّ، فَأَقْضِي بَيْنَ الرَّجُلِ وَصَاحِبِهِ،
وَأَعْرِفُهُمْ فَرَائِضَ اللَّهِ وَشَرَائِعَهُ.
فَقَالَ حَمُو مُوسَى لَهُ: لَيْسَ صَوَابًا الْأَمْرُ الَّذِي تَفْعَلُهُ.
إِنَّكَ تَكِلُ أَنْتَ وَهَذَا الشَّعْبُ الَّذِي مَعَكَ جَمِيعًا، لِأَنَّ الْأَمْرَ أَثْقَلُ
مِنْكَ، لَا تَسْتَطِيعُ أَنْ تَفْعَلَهُ وَخَدَكَ. (الخروج 18: 13-18)

هذا التمرين الصعب على التمييز والحكم، والملاحظة والتقييم، هو جزء لا يتجزأ من إعداد النبي التوراتي لتلقي الوحي الإلهي. فلو لا وجود أساس سلوكي لتلك القواعد - أي لو لم يكن هناك سابقة تاريخية مدونة في الأخلاقيات التقليدية، أو أعراف، أو ساعات لا حصر لها من مراقبة الأنماط الأخلاقية - لما كان بالإمكان فهم الوصايا وتوصيلها، فضلاً عن طاعتها. وهكذا فإن القصص التي لا تُنسى تُجسّد جوهر الإنسانية وتنقل إلينا خلاصته وتوضحه، فتُبْرِز لنا ما نحن عليه وما يجب أن نكون. إنها تخاطبنا، محفزةً الاهتمام الذي يلهمنا لتقليدها. إننا نتعلم أن نرى ونتصرف على غرار أبطال القصص التي تأسرنا. وتستنفر هذه القصص قدرات عميقة داخل طبيعتنا قد لا تظهر أبداً دون ذلك الاستنفار. فنحن نحمل بين طياتنا استعداداً خاملاً دفيناً للمغامرة، والعشق، والقيادة، والفن، والتمرد، لكننا بحاجة إلى اكتشاف قدرتنا على ممارسة كل تلك الأشياء من خلال رؤية انعكاس مثل هذه الأنماط في الأشكال الدرامية والأدبية. وهذا جزء من كوننا كائنات لها شقٌّ طبيعي وشقٌّ ثقافي. كذلك فالقصص التي لا تُنسى ترتقي بقدرتنا على فهم سلوكنا، بما يتجاوز العادة والتوقع، نحو فهم تخيلي ثم لفظي. وتقدم لنا مثل هذه القصص أصل المغامرة الإنسانية، والرومانسية الإلهية، والمعركة الأبدية بين الخير والشر بأكثر الأشكال جاذبية. وكل هذا يساعدنا على توضيح فهمنا للمواقف والأفعال الأخلاقية وغير الأخلاقية، سواء الشخصية أو الاجتماعية. يمكن رؤية ذلك في كل مكان، وفي كل زمان.

السؤال: من أنت أو -على الأقل- من يمكنك أن تكون؟ الجواب: جزء من القوة الأبدية التي لا تتوقف عن مواجهة المجهول الرهيب، طواعية؛ وجزء من القوة الأبدية التي تتجاوز السذاجة وتصبح خطرة بما يكفي، بطريقة محكمة، لفهم الشر ومواجهته في عقر داره؛ وجزء من القوة الأبدية التي تواجه الفوضى وتحولها إلى نظام مثمر، أو تأخذ نظاماً أصبح مقيداً للغاية، وتعيده إلى الفوضى، وتجعله مثمراً مرة أخرى.

وكل هذا -على الرغم من صعوبة فهمه بشكل واع- ضروري لبقائنا، ويُثقل في شكل قصص لا يسعنا إلا أن ننتبه إليها. وبذلك نصل إلى فهم ما هو ذو قيمة، وما ينبغي أن نهدف إليه، وما يمكننا أن نكونه.

العنصر الأولي: من يمكنك أن تكون (الجزء الأول)

أرغب في محاولة تفسير معنى الرسم التوضيحي الوارد في مستهل هذا الفصل، والمستوحى من نقش خشبي قديم مرتبط بالخيמיاء. فتوضيح دلالة هذا الرسم يكشف عن مقدار المعلومات التي يمكن أن تحويها صورة معينة دون أن يمتلك المشاهد أي فهم صريح لمحتواها (في الواقع، من الأفضل اعتبار مثل هذه الصورة مرحلة مبكرة في عملية اكتساب هذا الفهم الصريح). يبدو أن الخيميائي(*) الذي رسم الصورة كان يحلم -بالمعنى الحقيقي للكلمة- أثناء انهماكه في رسمها؛ أقصد أنه كان يحلم بما يمكن أن يكون عليه الإنسان، وكيف يمكن أن يحدث ذلك.

في أسفل الصورة تمامًا، توجد كرة مجنحة، وفوقها تنين. يقف على التنين مخلوق بشري برأسين: رأس ذكر ورأس أنثى؛ حيث يتصل رأس الذكر بصورة الشمس، بينما يتصل رأس الأنثى بالقمر. وبين الرأسين، وفوقهما أيضًا، يظهر رمز الإله ميركوري، وكوكب عطارد، ومعدن الزئبق

(*) الخيمياء: البحث عن حجر الفلاسفة، وهو القطعة التي يُعتقد أنها تستطيع تحويل المعادن العادية إلى ذهب، وتمنح حاملها الصحة والخلود؛ وقد مارسها على مرّ آلاف السنين المنبوذون، والمتصوفون، والسحرة، وممارسو التفكير العلمي القدماء الذين أخذوا أولى الخطوات الخيالية نحو تأسيس ما أصبح لاحقًا علمًا حقيقيًا. ولكن مع تطور الخيمياء، أصبح «الحجر» يُفهم على أنه شيء أقرب إلى شخصية بشرية وليس كائنًا ماديًا؛ إذ بدأ الخيميائيون يدركون أن السعي إلى تطوير النفس البشرية أهم من مجرد الحصول على الذهب. وقد كتبت عن هذا الموضوع في كتابي «خرائط المعنى: بنية الاعتقاد» (Maps of Meaning: The Architecture of Belief) (نيويورك: روتليدج، 1999)، الذي يحتوي على المراجع ذات الصلة المتعلقة بالدراسات التي أجراها يونج وطلابه في الخيمياء.

معاً في موضع واحد. وتكتمل الصورة بمجموعة من الرموز الإضافية. وكل هذه الأشياء الممثلة في الصورة تظهر داخل إطار بيضاوي الشكل. وهكذا يشير هذا الترتيب إلى أن الصورة تمثل العديد من الأشياء داخل شيء واحد -تنوع في وحدة- تمامًا مثل كتكوت لم يفقس بعد وما زال محتضناً داخل بيضة واحدة لكنه يتكون من أجزاء بيولوجية متعددة ومتزايدة التعقيد، لا سيما في مراحل تطوره المتأخرة. تحمل الصورة في مجملها الاسم اللاتيني *materia prima*، التي تعني «العنصر الأولي».

كان الكيميائيون ينظرون إلى «العنصر الأولي» على أنه الجوهر الأساسي الذي خرجت منه جميع الأشياء الأخرى أو اشتقت منه؛ بما فيها المادة والروح. ومن المفيد أن يُنظر إلى هذا العنصر على أنه الاحتمالات التي نواجهها عندما نتعامل مع المستقبل، بما في ذلك مستقبلنا الشخصي؛ أو الاحتمالات التي لا نستطيع إلا أن نلوم أنفسنا والآخرين على إهدارها. ومن المفيد أيضًا أن يُنظر إليه أحيانًا على أنه المعلومات التي نبني بها أنفسنا والعالم، وليس المادة التي نعتبر الواقع مؤلفًا منها عادةً. ولكل تفسير مميزاته، سواء ذلك الذي يعتبر الواقع احتمالات أو الذي يعتبره معلومات. ماذا يعني أن يُعتبر العالم احتمالات أو معلومات، وكيف يكون ذلك مفيداً؟ فكر في ما يحدث مثلاً عندما تتوقف عند صندوق البريد وتلتقط رسالة موجهة إليك. فكر أيضًا في مكونات هذه الرسالة. من الناحية المادية، هي مجرد ورق وحبر. لكن هذه المادة الأساسية ليس لها أهمية كبيرة. فلن يهم إذا سُلمت عن طريق البريد الإلكتروني أو الصوتي، أو حتى شفرة مورس. إنما المهم هو المحتوى. وهذا يعني أن كل رسالة هي حاوية لمحتوى ما؛ إما احتمالات أو معلومات، وهذا المحتوى قد يكون إيجابياً، أو سلبياً، أو لا هذا ولا ذاك. ربما تحمل الرسالة، على سبيل المثال، إخطاراً ببدء تحقيق من قسم الضرائب في بلدك. وهذا يعني أن الرسالة، رغم وجودها الظاهر غير المؤذي في يدك، مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بهيكل ضخم ومعقد، -وتعسفي في أغلب الأحيان، قد لا يراعي مصالحك. وعلى الجانب الآخر، قد تحمل

شيئاً مفرحاً، مثل رسالة غير متوقعة من أحد أحبائك أو شيك طال انتظاره. ومن هذا المنظور، فالظرف هو وعاء؛ وعاء غامض -على الأقل من حيث الاحتمالات- قد ينبثق منه عالم جديد تماماً.

الجميع يفهم هذه الفكرة، حتى لو لم يدركوا ذلك. فإذا كنت تواجه مشكلات مع السلطات الضريبية، على سبيل المثال، وتلقيت بريداً رسمياً من وكالتهم، فسيرتفع ضغط دمك (أو ينخفض بشكل حاد)، وسيستارع نبض قلبك، وستعرق راحتك، وقد يجتاحك خوف شديد، وحتى إحساس بالهلاك. هذا هو رد الفعل الغريزي المرتبط بالاستعداد للتصرف عند التعرض للخطر. عندئذ سيكون عليك أن تقرر: هل ستفتح الرسالة وتواجه ما بداخلها؟ وبعد أن تفعل ذلك، هل ستفكر في المشكلة، مهما كانت مروّعة، وتبدأ في معالجتها؟ أم أنك ستتجاهل ما أصبحت تعرفه، وتدّعي أن كل شيء على ما يرام (حتى وإن كنت تعلم شعورياً، نتيجة لقلقك، أن الأمر ليس كذلك)، وتدفع الثمن النفسي والجسدي الحتمي؟ المسار الأول هو الذي سيتطلب منك مواجهة ما تخافه طوعاً -الوحش المرعب المجرد- ومن ناحية افتراضية، ستصبح أقوى وأكثر تكاملاً نتيجة لذلك. أما المسار الآخر فسيترك المشكلة في صورتها المروّعة ويجعلك تعاني مثل حيوان خائف يواجه عيني مفترس شرس في ظلام الليل.

بالعودة إلى الصورة المعنية، نجد في ثلثها السفلي كرة مجنّحة منقوشاً عليها مربع ومثلث ورقما 3 و4^(*). وهذا الكيان، أو الشيء المتفرد، كان

(*) سوف نتناول الصورة من الأسفل إلى الأعلى، وكان كل عنصر يظهر من العنصر الموجود أسفله. الصور من هذا النوع (وهي نوع بحد ذاته) غالباً ما تمثل عملية تطور أو نمو نفسي أو روحي، وتستخدم الرمزية البسيطة المتمثلة في نبتة أو شجرة تمتد نحو الأعلى أثناء نضوجها. يمكن ملاحظة شيء مشابه في الصور الشرقية لبوذا، حيث يظهر من زهرة اللوتس التي تطفو على سطح مياه هادئة، بينما تمتد ساقها إلى الأعماق المظلمة تحت السطح، وجذورها مغروسة بعيداً، بعيداً جداً في الطين الذي يشكل أدنى مستويات الأعماق.

الخمائيون يعرفونه باسم «الفوضى الدائرية»⁽³⁾. إنه وعاء - الوعاء الأولي للعناصر الأولية - الوعاء الحاوي لما يتكون منه العالم، والنفس، قبل أن يصبحها متميزين. هذا هو الاحتمال، أو المعلومات. هذا ما يجذب انتباهك لا شعوريًا ويجعلك تركز على شيء ما قبل أن تعرف لماذا أثار اهتمامك. هذا هو الزمان والمكان اللذان يدخل فيهما الجديد إلى حيز المتوقع والمعتاد (فيغيره للأفضل أو للأسوأ)؛ هذا هو ما يدور حولك، دون أن تكون لك سيطرة تُذكر عليه - كما لو كان شيئًا مجنحًا - حيث يتحرك خيالك وانتباهك بشكل غير متوقع ولكن ذو معنى؛ وهو ما تنظر إليه عندما لا تعرف ماذا تواجه. وأخيرًا، هو ما لا يمكنك أن تغض الطرف عنه عندما يسيطر عليك الرعب، حتى إذا كان هذا الرعب المحتمل يضيف في الوقت نفسه أهمية حيوية إلى الحياة.

الغريب أن الفوضى الدائرية قد تكون مألوفة للجماهير الحديثة (حتى لو لم يعرفوا ذلك)، بسبب سلسلة كتب وأفلام «هاري بوتر». تُخصص ج. ك. رولينغ - مؤلفة السلسلة - حيزًا من أحداث القصة لوصف حدث رياضي يُسمى «كويدتش» Quidditch، والذي يساعد على تعريف مدرسة هوجوورثس وتوحيد أفرادها. هدف لعبة الكويدتش هو توجيه كرة (تُسمى «كوافل») عبر واحدة من ثلاث حلقات يحرسها الفريق المنافس، وذلك أثناء التحليق في الملعب على المكائس السحرية، علمًا بأن النجاح في ذلك يمنح الفريق الرابع 10 نقاط. وفي الوقت نفسه، يلعب لاعبان منفصلان (واحد من كل فريق) لعبة أخرى؛ أي لعبة داخل اللعبة. يقع الاختيار على هذين اللاعبين، المعروفين باسم «الساعيين»، بسبب مهارتهما الاستثنائية في الانتباه والطيران، ويتنافسان لمحاولة العثور على كرة مجنحة، تُسمى «السنيتش»، وتتطابق في شكلها مع الفوضى الدائرية التي تظهر في أسفل صورة الخيميائيين. ويُشار هنا إلى أن كرة السنيتش ذهبية اللون - وهو ما يدل على قيمتها الفريدة ونقاوتها الاستثنائية^(*) - وتتحرك بشكل فوضوي

(*) نظرًا إلى أن الذهب نادر ولا يميل إلى الاختلاط عشوائيًا بالعناصر أو المركبات الأخرى.

وبسرعة كبيرة، إذ تندفع وتغير اتجاهها فجأة وتتسارع، بينما يتبعها اللاعبان وهما يطيران على مكنتيَّهما. إذا قبض أحد اللاعبين على السنيتش، يحصل فريقه على 150 نقطة (عادة ما تكون كافية لضمان الفوز) وتنتهي اللعبة. وهذا يدل على أنَّ مطاردة ما تمثله السنيتش -والفوضى الدائرية بالتبعية- والقبض عليه هدفٌ أهم من أي هدف آخر!*) فلماذا صُممت لعبة رولينغ الخيالية بهذه الطريقة؟ وماذا تعني فكرتها التي تسردها؟ هذان السؤالان لهما طريقتان للإجابة عنهما (وإن كانت الإجابتان بينهما ارتباط مهم):

أولاً: في القاعدة الأولى، ناقشنا فكرة أن الفائز الحقيقي في أي لعبة هو الشخص الذي يلعب بنزاهة. هذا لأن اللعب بنزاهة، بَغْضُ النظر عن التفاصيل المحددة لأي لعبة معينة، هو إنجاز أرقى من مجرد الفوز. إن السعي للعب بنزاهة بمعناه الجوهرى، أي باتباع روح القواعد بقدر اتباع نصّها، هو إشارة على تطور حقيقي في الشخصية، لأنه يعتمد على الاهتمام بالمعاملة بالمثل حقاً. وهكذا يجب على «الساعيين وراء السنيتش» أن يتجاهلا تفاصيل لعبة الكويدتش، التي هما جزء منها، أثناء محاولتهما العثور على السنيتش والإمساك بها، تماماً كما يجب على اللاعب في أي لعبة حقيقية أن يتجاهل تفاصيل تلك اللعبة بينما يهتم بأسس اللعب النزيه حقاً، بَغْضُ النظر عما يحدث في الملعب. ومن ثمَّ فإن اللاعب الأخلاقي

(*) من المهم أن نلاحظ -لا سيما في سياق مناقشة مخاطر الإبداع التي تناولناها في القاعدة الأولى- أن اللاعبين الساعيين يطاردان السنيتش داخل وخارج الملعب الذي يلتزم جميع اللاعبين الآخرين بحدوده. وبينما هما في الخارج، يمكنهما الانحراف عبر الأساسات الخشبية لملعب الكويدتش. ولا بأس بذلك لو كانا يحلقان وحدهما، لكن المشكلة أنهما يتعرضان للمطاردة في الوقت نفسه من «البلدجر»، وهي كرة صلبة ضخمة طائرة قادرة على إسقاطهما عن مكنتيَّهما، بل والاصطدام ببنية الملعب نفسها وإلحاق أضرار جسيمة بها. وهكذا فإذا نجح في الإمساك بالسنيتش، كما ذكرنا، فإنهما يحققان النصر. لكنهما يخاطران بإلحاق الضرر بأسس اللعبة ذاتها أثناء إقدامهما على ذلك؛ تماماً كما يفعل المبدعون عندما يسعون وراء رؤاهم الابتكارية التي تُربك النظام السائد المتعارف عليه.

- مثله مثل الساعي وراء السنينش - يسعى بلا هوادة لتحقيق ما هو أكثر قيمة في خضم التزامات معقدة ومتضاربة.

ثانياً: كانت الفوضى الدائرية معروفة بين الكيميائيين بأنها مرتبطة بالإله المجنح ميركوري، الذي كان بمثابة رسول من العالم الإلهي، ومرشد للأرواح إلى العالم السفلي، وجالب للحظ السعيد. ولهذا وُضع الرمز القديم لميركوري في القمة (أهم موقع) في الصورة المعنية. إنه محاولة للإشارة إلى ما يوجه العملية التي تمثلها الصورة. فقبل قرون - قبل بزوغ فجر الكيمياء الحديثة - كان الإله ميركوري يمثل ما يلهم أو يجذب الانتباه لا إرادياً. كان هو الروح التي تملك المرء عندما يجذب انتباهه بشكل لا يقاوم إلى شخص، أو موقف، أو حدث معين. تخيل أن عقلك تجري فيه عمليات معقدة بشكل لا شعوري، فتبرز أحداثاً ذات قيمة محتملة وتميَّزها عن كل شيء آخر ينكشف باستمرار من حولك. وتخيل أن تلك العمليات التي تميز القيمة عمليات حية، وهذا صحيح بالتأكيد، وأنها معقدة ومتكاملة بما يكفي لتصورها كشخصية. هذا هو ميركوري. الجذب الذي يمارسه على انتباهنا يظهر في شكل شعور بالأهمية؛ في الشعور بأن ثمة شيئاً يحدث من حولك يستحق الانتباه، أو يحتوي على شيء ذي قيمة. و«الساعي»، في الحياة الواقعية، كما في سلسلة «هاري بوتر» ولعبة الكويدتش، هو الذي يأخذ ذلك الشعور بالأهمية بجدية أكثر من أي شيء آخر. «الساعي» هو الشخص الذي يلعب اللعبة التي يلعبها الجميع (ويكون منضبطاً وخبيراً في اللعبة)، ولكنه أيضاً يلعب لعبة إضافية أرقى؛ وهي لعبة السعي وراء ما هو ذو أهمية أساسية. ويمكن اعتبار أن السنينش (مثل الفوضى الدائرية) هي «الوعاء الحاوي» لتلك الأهمية الأساسية، ولذلك المعنى، وبالتبعية يمكن اعتبارها شيئاً كاشفاً عند السعي وراءه والإمساك به. ويجدر أن نتذكر في هذا السياق ما أصبح يُعرف بالقاعدة الذهبية، التي ورد في نصها: «وَكَمَا تُرِيدُونَ أَنْ يَفْعَلَ النَّاسُ بِكُمْ أَفْعَلُوا أَنْتُمْ أَيْضًا بِهِمْ هَكَذَا» (لوقا 6:31). فلا شيء أهم من تعلم السعي إلى الالتزام بالنزاهة تحت ظروف صعبة

ومحبطة. هذا هو ما ينبغي ملاحظته أثناء أي لعبة (مع أن السعي لتحقيق الفوز في اللعبة مهم أيضًا) (*).

كل واحد منا، عندما يكون محظوظًا، يجد نفسه يُدفع إلى الأمام بشيء يجذب انتباهه - سواء أكان حبًا لشخص ما؛ أو رياضة؛ أو مشكلة سياسية، أو اجتماعية، أو اقتصادية؛ أو سؤالًا علميًا؛ أو شغفًا بالفن، أو الأدب، أو الدراما - شيء ينادينا لأسباب لا نستطيع التحكم فيها أو فهمها (جرب أن تجعل نفسك مهتمًا بشيء لا تهتم به حقًا، وانظر كيف ستسير الأمور). والظواهر التي تجذبنا (كلمة ظواهر بالإنجليزية *Phenomena* مشتقة من الكلمة اليونانية *phainesthai*، وتعني «أن تظهر، أو أن تخرج إلى النور») تشبه المصاييح على طريق مظلم: إنها جزء من العمليات اللاواعية المكرسة لتكامل أرواحنا وتطورها، وتعزيز تطورنا النفسي. فأنت لا تختار ما يثير اهتمامك؛ بل هو الذي يختارك. شيء ما يظهر من الظلام ويجذبك فتشعر أنه يستحق العيش من أجله؛ ثم تجد شيئًا آخر يدفعك إلى مواصلة الطريق؛ نحو الظاهرة التالية ذات المغزى، وهكذا يستمر الأمر، بينما نواصل السعي، والتطور، والنمو، والازدهار. إنها رحلة محفوفة بالمخاطر، لكنها

(*) من المهم أيضًا أن نلاحظ في هذا السياق أن الزئبق يمكن استخدامه في تعدين الذهب وتنقيته. يذوب الذهب في الزئبق، وبذلك يمكن استخدام الزئبق لاستخراج الكميات الصغيرة من المعدن الثمين الموجودة عادةً في الخامات. وبعد ذلك يُغلى الزئبق (لأن درجة غليانه منخفضة) بحيث يتبقى الذهب فقط. ومن ثم، فإن ميل الزئبق إلى الذهب أسفر عن نشوء الفكرة الرمزية بأن المعدن السائل لديه «ميل» إلى ما هو أثمن: بمعنى أن الزئبق سيبحث عمدًا هو نبيل ونقي وغير قابل للفساد - مثل الذهب نفسه، بالمعنى الرمزي أيضًا - ويجمعه بكميات قابلة للاستخدام. لذا فإن الفكرة الأساسية هي أن السعي وراء المعنى، بتوجيه من ميركوري، رسول الآلهة (أي اللاوعي، بالنسبة إلى الناس المعاصرين)، سيمكن الساعي من جمع الأشياء الأعلى قيمة، مثل الذهب. وبالنسبة إلى الخيميائيين الذين أنشأوا رسومات مثل تلك التي نُحللها، كانت تلك القيمة العليا هي التطور النهائي للنفس، أو الروح، أو الشخصية.

أيضًا مغامرة حياتنا. تخيل أنك تلاحق شخصًا تحبه: سواء أمسكت به أم لا، فإنك تتغير في هذه العملية. فكر أيضًا في رحلات السفر التي خضتها، أو الأعمال التي أنجزتها، سواء كان ذلك للمتعة أو الضرورة. في كل هذه الحالات، تجرب ما هو جديد. أحيانًا يكون ذلك مؤلمًا؛ وأحيانًا يكون أفضل من أي شيء آخر حدث لك. وفي كلتا الحالتين، تغمرك التجربة بالمعرفة. كل هذا جزء من إمكانيات العالم، يناديك إلى الوجود، ويغيرك إلى الأبد - للأفضل أو للأسوأ - نتيجة لسعيك.

وبالعودة إلى الصورة مرة أخرى، نجد فوق الفوضى الدائرية تينًا جائمًا. هذا لأن ما هو مثير للاهتمام وذو معنى (وما هو جديد وغير متوقع؛ حيث إن كل هذه الأشياء مرتبطة معًا) يظهر في شكل يجمع بين الخطر والوعد، لا سيما عندما يكون تأثيره قويًا ولا يقاوم. وبطبيعة الحال، يُرمز إلى الخطر هنا بوجود الزاحف المفترس الخالد؛ بينما يُلَمَّح إلى الوعد، لأن التنين عادة ما يحرس كنزًا عظيمًا في الأساطير. لذا فإن الرسم يمثل تقدمًا نفسيًا. فأولًا، تجد نفسك مهتمًا بشيء ما. وذلك الشيء (أي الفوضى المستديرة) يحتوي على احتمالات أو معلومات أو يتكون منها. وإذا سعيت وراءه وأمسكت به، فإنه يطلق تلك المعلومات. ومن تلك المعلومات نبني العالم الذي ندركه، ونبني ذواتنا المُدركة. وبذلك فإن الفوضى المستديرة هي الوعاء الحاوي الذي يخرج منه كل من المادة (العالم) والروح (نفوسنا). وتجدر الإشارة هنا إلى أن الجسم الكروي للفوضى المستديرة نفسه يحمل دلالات رقمية على هذا: الرقم 3، المصحوب بمثلث، الذي يرتبط عادةً بالروح (بسبب ارتباطه بالثالوث المقدس)، والرقم 4، المرتبط بعالم المادة (بسبب ارتباطه بالعناصر الأربعة التقليدية: الأرض والماء والرياح والنار). أما التنين، الذي يجلس فوق الفوضى المستديرة، فيمثل الخطر وإمكانية المعلومات الموجودة بداخلها.

وفوق التنين يقف شكل يُعرف باسم «ربيس» *Rebis*، وهو جسم واحد برأسين، أحدهما ذكري والآخر أنثوي. يمثل «ربيس» رمزًا للشخصية

المتكاملة التي يمكن أن تظهر نتيجة السعي الصريح والشجاع وراء ما هو ذو معنى (الفوضى المستديرة) وما هو خطر وواعد (التنين). يحتوي هذا الرمز على جانب ذكوري، يمثل الاستكشاف، والنظام، والعقلانية (يُشار إليه بالشمس، التي يمكن رؤيتها على يسار الرأس الذكري)، وجانب أنثوي يرمز إلى الفوضى، والوعد، والرعاية، والتجديد، والعاطفة (يُشار إليه بالقمر، على يمين الرأس الأنثوي). في سياق التنشئة الاجتماعية العادية، من الشائع أن يصبح أحد هذين الجانبين أكثر تطوراً من الآخر (إذ يُنشأ الذكور بطريقة ذكورية تتماشى مع ميولهم البيولوجية، والإناث بطريقة أنثوية). ولكن من الممكن - في ظل قدرٍ كافٍ من الاستكشاف والتعرض للفوضى المستديرة والتنين - أن يتطور كلا الجانبين معاً. وهذا يمثل نموذجاً مثاليًا، وفقاً للحدس الخيميائي.

يخرج التنين في صورة رهيبة ولكن واعدة من المجهول، وهو الاحتمال الذي يشكل العالم، حيث يتحد الخطر والوعد معاً. هذا هو الانقسام الأبدي الذي ينعكس في وجود الرمزتين المتبقيتين إلى اليمين وفوق ذيل التنين: كوكب المشتري، الذي يمثل الجانب الإيجابي، وكوكب زحل، الذي يمثل الجانب السلبي. ومن مواجهة الخطر والوعد، تنشق الجوانب الذكورية والأنثوية للنفس، فتعمل معاً في انسجام. يقود هذه العملية الإله ميركوري، إذ يتجلى في هيئة معنى في العالم، ويعمل بلا وعيٍ منا ليجذب الاستكشاف إلى ما يوحد العناصر المختلفة والمتصارعة في الشخصية. ومن الملائم أن نفس كل هذا على أنه قصة لتطور الشخصية المثالية؛ أي محاولة - في صورة - لوصف ما يمكن أن يكونه كل واحد منا.

من تعدد الآلهة إلى التوحيد، وظهور البطل الأخلاقي:
من يمكنك أن تكون (الجزء الثاني)

الآن سنحاول وصف «من يمكنك أن تكون» من منظور آخر مستمد من إحدى أقدم القصص التي تمكّنّا لحسن حظنا من إعادة اكتشافها. في

ملحمة بلاد ما بين النهرين القديمة «إنوما إليش» *Enuma Elish* («حينما في العُلى»)، نجد أقدم أسطورة بطولية معروفة وشبه كاملة؛ إذ يُقدَّر عمرها بأربعة آلاف عام في شكلها المكتوب، ولا شك أن شكلها الشفوي أقدم بكثير. تبدأ القصة عندما تدخل الإلهة الأولى «تيامات»، وهي تجسيد المياه المالحة (وهي أيضًا تنين مائي هائل)، في تزواج مع قرينها الذكري البُدائي «أبسو»؛ وهو تجسيد المياه العذبة. ويؤدي هذا التزاوج إلى نشوء العالم الأول، الذي يسكنه الآلهة القدامى، وهم أولاد تيامات وأبسو.

ولفهم بداية هذه القصة، نحتاج إلى معرفة بعض الأمور التي كان القدماء يعتبرونها حقائق أساسية، علمًا بأن هذه الأمور تختلف بشكل ملحوظ عن حقائق العلم الحديث. فقبل ظهور النظرة العلمية للعالم، قبل حوالي ستمائة عام فقط، كان الواقع يُفسر على أنه كل ما يختبره البشر. من الناحية المفاهيمية، يمكن التمييز بين ما نختبره وبين الواقع بوصفه عالمًا موضوعيًا، أي الوجود الفيزيائي البحت، من خلال محتوى خبراتنا الأشمل، الذي يشمل تجارب ذاتية مثل المشاعر، والأحلام، والرؤى، والحالات التحفيزية مثل الجوع، والعطش، والألم. ومن الأفضل هنا أن نُشبّه ما نختبره برواية أو فيلم يركز على التواصل ومشاركة الحالات الذاتية والموضوعية، بدل أن نُشبّه بالواقع بوصفه عالمًا موضوعيًا، الذي يمكن أن نشبّه بوصف علمي للواقع المادي. إنه مثل موت شخص تحبه بالفعل، مقارنةً بتسجيل هذا الموت في السجلات الطبية. إنه دراما التجربة الحية. ونظرًا إلى أن تجربتنا الخاصة متجسدة وتحمل طابعًا أدبيًا وسرديًا وقصصيًا، فإننا ننجذب كثيرًا إلى التمثيلات الخيالية. فالأفلام، والمسرحيات، والأوبرات، والدراما التلفزيونية، وحتى كلمات الأغاني، تساعدنا على التعامل مع تجاربنا الحية، التي هي شيء مختلف عن المادة المادية التي يُفترض أن تنشأ منها تجربتنا، وأشمل منها.

يتطلب منا الانخراط في الجزء الأول من «إنوما إليش» أن نفهم إدراكًا جوهريًا آخر لدى القدماء: الطبيعة الاجتماعية الأساسية لفئاتنا المعرفية.

لهذا السبب يُجسد كل شيء في كتب الأطفال على أنه شخصية حقيقية: الشمس، والقمر، والألعاب، والحيوانات؛ وحتى الآلات. ونحن لا نرى شيئاً غريباً في ذلك، لأنه يعكس ميولنا الإدراكية بشكل عميق. إننا نتوقع أن يرى الأطفال العالم ويفهموه بهذه الطريقة، ويمكننا بسهولة أن نعود إلي رؤية العالم هكذا بأنفسنا. هنا ينبغي توضيح شيء ما: ليس من الدقيق حقاً أن نقول إن الواقع المصور في قصص الأطفال يُجسّد. بل إن الأمر، في الحقيقة (وهذا انقلاب حقيقي على الفرضية المطروحة)، هو أننا ندرك الواقع بشكل مباشر وطبيعي على أنه مُجسّد، ثم يجب أن نعمل بجدية لإزالة هذا التجسيد لتمكين من اكتشاف «الواقع الموضوعي»^(*). نحن نفهم الواقع على هذا النحو، وكأنه مكون من شخصيات. هذا لأن الكثير مما نواجهه في واقعنا الاجتماعي المعقد، وفي مجتمعاتنا المتشابكة، هو في الحقيقة أشبه بلقائنا بشخصية؛ بل شخصية ذات جنس أيضاً، على نحو يعكس ظهور التكاثر الجنسي منذ أكثر من مليار سنة (وهي فترة زمنية كافية وزيادة لتجعله يُشكل تصوراتنا بعمق). فنحن نفهم الذكر، ومنه نستخلص مفهوم الذكورة؛ ونفهم الأنثى، ومنها نستخلص مفهوم الأنوثة. وأخيراً، نفهم الطفل، وفي أغلب الأحيان، نستخلص منه مفهوم الابن. هذه التقسيمات الأساسية تنعكس بوضوح في قصة الخلق في «إنوما إليش»، كما تنعكس في فهمنا للقصص التي نعرفها جميعاً، أو بالأحرى تُشكل أساس ذلك الفهم.

تيامات - الإلهة الأولى - تمثل الفوضى، وهي وحش أنثوي؛ هي تَنبئة بالأحرى. إنها رعب الطبيعة؛ فهي خالقة ومدمرة، أم الجميع وقاتلتهم. أما أبسو، زوجها، فهو الأب الأبدي؛ وهو يمثل النظام الذي نعتمد عليه

(*) هذا أحد أسباب تطور العلم بعد فترة طويلة من ظهور الدين والطقوس؛ إذ تطور منذ وقت قريب جداً إلى حد لا يُصدق، علماً بأن هذا التطور لم يحدث في كل مكان في الوقت نفسه.

من أجل الأمان، والذي يعذبنا في الوقت نفسه بطغيانه^(*). هذان الإلهان البدائيان يجتمعان في تزاوج جنسي مثير، أي «يمزجان مياههما»، بحسب التعبير القديم. وبذلك ينتجان أول نسل لهما، وهُم الآلهة القدماء لحضارة ما بين النهرين. ويمثل هؤلاء الآلهة عناصر من العالم أكثر تمايزًا من الأم والأب الأوليين، مثل السماء والأرض، والطين والوحل، والحرب والنار^(**). ولكنهم أيضًا غير مباينين، وصاحبون، ومندفعون مثل الأطفال البالغين من العمر سنتين (الذين هم بدورهم قوَى بُدائية بحد ذاتهم). وهكذا ينتهي نشاطهم المستمر والمتهور وعدم وعيهم بكارثة: إذ يتخذون قرارًا مشتركًا بشن حرب على أبسو وقتله، ثم محاولة بناء مكان مستقر على جثته.

تستشيط تيامات -الفوضى بذاتها- التي كانت منزعة أصلاً من الضجيج الأحرق الذي أحدثه أطفالها غضبًا قاتلاً بسبب القتل الطائش لزوجها، فتقوم الإلهة الرهيبة بتكوين جيش من أحد عشر وحشًا للتعامل

(*) علاوة على ذلك، في العالم الأسطوري -على عكس العالم الموضوعي المنطقي- يمكن للأشياء أن تكون الشيء ونقيضه في الوقت ذاته. وهذا التمثيل في العالم الأسطوري هو أدق من العالم الموضوعي، بالطريقة التجريبية الموصوفة سابقًا: فالطبيعة، على سبيل المثال، هي الخالق والمدمر، تمامًا كما أن الثقافة هي الحامي والطاغي. قد يُعترض على ذلك بأن الطبيعة والثقافة ليستا شيئًا واحدًا، وأنه يمكن التمييز بين مكوناتهما المتناقضة، بحيث يتسنى فصلها وفهمها والتعامل معها. هذا كله صحيح؛ ولكن غالبًا ما يتعرض المرء للمكونات المتناقضة في الوقت ذاته، وبالتالي تتوحد معًا. يحدث هذا عندما يُخدع شخص ما في علاقة عاطفية مثلاً. وهكذا فالبشر في تجاربهم غالبًا ما يصطدمون بالوحش والإنسان معًا، أو ميدوسا والمرأة المحبوبة، في نفس الشخصية التي يُفترض أنها موحدة. ويمكن أن يكون وقع هذا الاكتشاف رهيبيًا عندما يحدث في الحياة الواقعية.

(**) تتجلى الفكرة نفسها في النظرية الطاوية لنشأة الكون، عندما يتميّز الين واليانغ وينقسمان إلى العناصر الخمسة: الخشب، والنار، والأرض، والمعادن، والماء. وبالمثل، كان الإغريق القدماء يعتقدون أن الأرض والسماء (غايا وأورانوس) أنجبا التيتان، أي الآلهة ذات القوة العظيمة والقدرة الهائلة التي تمثل عناصر الطبيعة.

مع نسلها المتمرّد، وتضع على رأسهم شخصية شيطانية تُدعى كينغو، الذي تتخذه زوجًا ثانيًا، وتسلمه «لوح الأقدار» (الذي يشير إلى سلطته بوصفه حاكمًا مطلقًا للكون). من الواضح وجود علاقة بين هذا العرض الدرامي الباهر وكيفية استخدامنا لمزايا ثقافتنا أو إساءة استخدامنا لها: ألا وهي أن الهدم الطائش للتقاليد هو دعوة لظهور الفوضى (أو عودتها للظهور من جديد). فعندما يدمر الجهل الثقافة، ستظهر الوحوش.

وبينما كانت تيامات مشغولة بتنظيم جيشها، استمر الآلهة الأكبر سنًا في نشاطهم، إذ ظلوا يتزاوجون وينجبون أطفالًا ثم أحفادًا، إلى أن ظهر واحد من هؤلاء الأحفاد، يُدعى مردوك، ويمتلك موهبة فذة، وقوة فريدة، وقدرات استثنائية مبشرة. وُلِدَ مردوك بعيون تحيط برأسه وتمكنه من رؤية كل شيء، فضلًا عن قدرته على أن ينطق بكلمات سحرية. وبذلك فقد كان بمثابة شيء جديد تمامًا، وقد لاحظ أسلافه ذلك مبكرًا. وبينما كان مردوك ينضج، كان يُجبر الآلهة الأكبر على مواجهة تيامات، التي كانوا آنذاك في حالة حرب معها؛ فحاولوا مواجهتها واحدًا تلو الآخر، لكنهم كانوا يعودون بفشل ذريع. وأخيرًا، يقترح أحدهم أن يُرسل مردوك، برغم شبابه، لمواجهة جدته الفظيعة. وعندما يُعرض عليه هذا الاقتراح، يوافق، ولكن بشرط أن يُمنح الحق - في حال انتصر - في حمل «لوح الأقدار» والجلوس على قمة التسلسل الهرمي للآلهة.

بهذه الطريقة تصف هذه القصة القديمة ظهور التوحيد من تعدد الآلهة. ويبدو أن قصة «إنوما إليش» هي رواية درامية للعمليات النفسية أو الروحية التي تشكل هذا التحول. فالحضارة القديمة في بلاد ما بين النهرين واجهت ضرورة الدمج والتوحيد بين العديد من القبائل والشعوب المختلفة، وكان لكل منهم آلهتهم التي يعبدونها على حدة. ومن ثمّ، فالإله الذي ظهر من الصراع بين جميع تلك الآلهة («تُرى من هو الإله الأعلى؟») كان إلهًا شاملاً؛ إلهًا يتكون مما هو أهم في جميع الآلهة. ولهذا السبب، يوصف مردوك مثلاً بخمسين اسمًا مختلفًا. هذه العملية التي تظهر فيها

الوحدة من التعدد شائعة جداً، وقد وصفها عالم الأساطير ميرسيا إلياد بأنها «حرب الآلهة في السماء»، علماً بأن هذا الموضوع يظهر في كثير من الأساطير، كما أشرنا سابقاً (*). يمثل هذا الصراع النظير النفسي، في عالم الخيال، للصراع الفعلي بين مفاهيم الألوهية والقيم على الأرض؛ إذ تتحد القبائل التي يعبد كل منها آلهة مختلفين. والشعوب التي تتألف من هذه المجموعات المتعددة تخوض الحروب، سواء بشكل فعلي أو فكري، من أجل ما تؤمن به؛ وأحياناً يستمر ذلك لأجيال. وبذلك يبدو كما لو أن الآلهة الذين يتبعونهم كانوا يتصارعون من أجل الهيمنة على مدى فترات تتجاوز حياة الإنسان الواحد، بجعل أتباعهم يخوضون ذلك الصراع بالوكالة نيابة عنهم. يُشار هنا إلى أن هذا ينعكس في القصص القديمة. وإذا توصل الآلهة إلى اتفاق بخصوص مواقعهم النسبية - أو إذا رتبوا أنفسهم في تسلسل هرمي محدد - فهذا يعني أن السلام قد أُرسِيَ بالفعل، لأن السلام هو تأسيس تسلسل هرمي مشترك للإلهية؛ أي للقيم. ومن ثمَّ يظهر سؤال أبدي كلما اضطرَّ أشخاص من خلفيات مختلفة إلى التعامل معاً بشكل دائم نسبياً: ما الذي يشترك فيه جميع الآلهة لجعلهم آلهة؟ ما هو الإله، في جوهره؟

ذلك سؤال صعب للغاية. فمن ناحية، هو سؤال عن القيمة: ما هو الأهم على الإطلاق؟ ومن ناحية أخرى، هو سؤال عن السيادة: ما هو المبدأ الذي يجب أن يحكم؟ هذه هي الأسئلة التي يطرحها أولئك الذين يتأملون في المصدر النهائي للأهمية الإلهية ذاتها. وتعقيد هذا الأمر حتمَّ التوصل إلى إجابة عليه وعلى مسألة وجود الله عبر القرون، بل عبر آلاف السنين. وقد ظهرت الإجابة أولاً في شكل قصة؛ إذ أدرك السومريون ببراعة أن الإله الأعلى - الخير الأعلى - يتطلب الانتباه الدقيق (يتمثل هذا في العيون المتعددة التي تحيط برأس مردوك)، واللغة المؤثرة (كلمات

(*) من الكثرة إلى الوحدة.

مردوك السحرية، القادرة على خلق كون)، بالإضافة إلى الشجاعة والقوة لمواجهة الفوضى المجهولة طوعاً والتغلب عليها. ويمكن القول إن هذه هي السمات المميزة للروح المركزية الكبرى للبشرية كلها، على الأقل بقدر ما تكون تلك الروح نبيلة وجديرة بالإعجاب.

صاغ المصريون القدماء فكرة مشابهة من نواح عديدة مهمة - وسناقشها لاحقاً بالتفصيل - إذ ربطوا بين إلههم المنقذ حورس، ابن أوزوريس، وبين الصقر حاد البصر، وميزوه بالرؤية الثاقبة التي تسعى إلى كشف الشر، وفهمه، وهزيمته (كما يرمز له بالصورة المصرية الشهيرة التي تظهر فيها عين واحدة). وتمثيل تلك الحقيقة - بل الانتباه أصلاً إلى ما هو وحشي وشرير، والتحدث بحكمة وصدق - قد يكون أهم إنجاز حققته البشرية⁽⁴⁾. فهذا يمكننا من فهم الضرورة الأساسية لمواجهة ما تظهره حواسنا لنا، مهما كانت الحقيقة المرعبة التي تكشفها، كما يتيح إمكانية تقريب فهمنا الصريح من أعماق كينونتنا، ما يجعل الاتحاد الحقيقي بين الجسد والروح ممكناً من خلال فهم أجزاء من القصة وتقليدها. وأهم من ذلك ربما أنه يسمح لنا بإدراك الأهمية الهائلة للكلمات في تحويل الإمكانات إلى واقع، ويساعدنا على فهم أن الدور الذي يؤديه كل منا في هذا التحول يشبه في جوهره الدور الإلهي.

بعد انتخاب مردوك لأعلى مكانة، يتحدى تيامات مباشرة، ويحتويها في شبكة عملاقة بعد هزيمتها، ثم يقطعها إرباً، ويصنع من بقاياها السماوات والأرض. في الواقع، أحد ألقاب مردوك هو «الذي يصنع أشياء مبتكرة نتيجة الصراع مع تيامات»⁽⁵⁾. قد تجدر الإشارة في هذا الصدد إلى أن الرجال قبل عشرات الآلاف من السنين كانوا فعلياً يصنعون العالم الصالح للعيش فيه من قطع الوحوش؛ حيث استخدموا عظام الحيوانات العملاقة التي اصطادوها بشجاعة لبناء مساكنهم الأولى⁽⁶⁾. وفي الوقت نفسه، يهزم مردوك جيش جدته الوحشي، بما في ذلك القائد كينغو - الذي يأخذ منه «لوح الأقدار» - وبذلك يؤكد مكانته كزعيم أعلى للكون. ثم يعود مردوك

إلى وطنه مع أعدائه مقيدّين، ويحتفل رفاقه بانتصاره ويزيد تسليمهم بقيادته قبل أن يوزع عليهم مهامهم المختلفة. وبعد ذلك، وبعد استشارة إله الحكمة إيتا، يقرر مردوك خلق الإنسان ليقدم للآلهة مساعدة أساسية للغاية في المهمة الأبدية للحفاظ على التوازن المناسب بين النظام والفوضى، وليحرر هؤلاء الآلهة من تكليفهم وينقل هذا العبء إلى أكتافنا البشرية^(*).
القصة الأساسية هي كالتالي: عندما يتعرض النظام (أبسو) للتهديد أو التدمير بلا مبالاة، تظهر مرة أخرى قوى الفوضى الرهيبة التي انبثقت منها العالم في الأصل، بأكثر أشكالها تدميرًا، ووحشية، وافتراءً. عندئذ يجب على بطل ما، بطل يمثل أعلى القيم، أن ينهض، أو يُنتخب، لمواجهة هذه القوة الفوضوية. ينجح هذا البطل في مواجهتها، فيشتق، أو يُنتج، شيئًا ذا قيمة كبيرة. ما يمثله البطل هنا هو أهم القوى العظيمة التي تشكل النفس البشرية. لنفكر في الأمر بطريقة أخرى: البطل هو المبدأ المجسّد للفعل والإدراك، الذي يجب أن يحكم جميع العناصر النفسية البدائية مثل الشهوة، والغضب، والجوع، والعطش، والرعب، والفرح. ولكي تبقى الفوضى تحت السيطرة الفعّالة (أو لكي تروّض ومن ثم تُستغلّ، وهذا أفضل)، يجب اعتبار هذا المبدأ البطولي الأهم بين جميع الأشياء التي يمكن أن تنظّم البشرية وتحفزها. وبعبارة أخرى، يجب أن يُطبق باستمرار، وهذا هو المعنى الحقيقي لعبارة «اعتباره مهمًا». وبهذه الطريقة، تستمر روح مردوك في امتلاك كل فرد يشارك بشجاعة في عمليات المواجهة والتحدي التي تخلق المجتمع وتجده باستمرارية دائمة. وهذا ما يحدث عندما يتعلم كل طفل صغير تنظيم مشاعره ودوافعه وتوحيدها في شخصية متماسكة، ثم يخرج لمواجهة العالم المجهول.

(*) يصنع إيتا الإنسان من دم كينغو، وهو الوحش الأبعس بين وحوش تيامات. أحد طلابي الموهوبين في الدراسات العليا - أصبح لاحقًا زميلًا لي - اقترح ذات مرة أن هذا كان لأن الإنسان هو المخلوق الوحيد من مخلوقات الله الذي يمكنه أن يخلع؛ فالإنسان وحده يستطيع أن يُدخل الشر والخلاف إلى العالم بمحض إرادته.

نجد هنا أن هذا يشبه تمامًا ما ورد في قصة القديس جورج، ولكن مع بعض الاختلافات الطفيفة: كان على سكان مدينة قديمة الحصول على الماء من بئر بجانب عش التنين. لكن القيام بذلك كان يتطلب تقديم تضحية للتينين بخروف في أغلب الأحيان، وإذا لم يُعثر على خروف، فإنهم يقدمون فتاة عذراء. وهكذا، كانت فتيات المدينة يقمن بإجراء قرعة عندما لا يتبقى المزيد من الخراف. وفي يوم من الأيام، كانت ابنة الملك هي التي وقعت عليها القرعة. حينها يظهر القديس جورج، ويواجه التنين بعلامة الصليب - رمز المُخلص الأبدي، البطل النموذجي - ويحرر الأميرة المحكوم عليها بالموت. ومن ثم، يتحول سكان المدينة إلى المسيحية. فالانتصار على التنين - المفترس، بصفته حاكم الأراضي غير المستكشفة - هو انتصار على جميع القوى التي هددت الفرد والمجتمع عبر الزمن التطوري والتاريخي، وكذلك على الشر الأكثر تجريدًا الذي نواجهه جميعًا، في الخارج والداخل. ويمثل الصليب عبء الحياة. إنه مكان الخيانة، والتعذيب، والموت. لذا فهو رمز أساسي للضعف البشري. وفي الدراما المسيحية، هو أيضًا المكان الذي يتجاوز فيه المرء ضعفه حينما يتقبله. هذا القبول الطوعي يعادل أيضًا الانتصار على التنين، الذي يمثل الفوضى، والموت، والمجهول. وبذلك، من خلال قبول معاناة الحياة، يمكن التغلب على الشر. أما البديل فهو الجحيم، على الأقل في شكله النفسي: أي الغضب، والاستياء، والرغبة في الانتقام والتدمير.

تكرر القصة نفسها في حكايات القديس باتريك، الذي طرد الأفاعي من إيرلندا، والقديس ميخائيل، الذي هزم النظيف المقابل لكينغو في المسيحية، «ذَاكَ الْحَيَّةُ الْقَدِيمَةُ الْمُدْعُو إِبْلِيسَ» (رؤيا يوحنا 12:9). وهذه هي القصة نفسها التي رواها جيه. آر. آر. تولكين في سلسلة أفلام «ذا هوبيت» *The Hobbit*، التي استمدت بدورها من القصيدة القديمة «بيوولف» *Beowulf*، التي تتحدث عن بطل يهزم اثنين من الوحوش الذكية؛ إذ يصطدم بالابن، ثم يواجه الأم التي كانت أكثر بشاعة من ابنها⁽⁷⁾.

في «ذا هوبيت»، يطور البطل شخصيته وحكمته (والغريب أنه يؤدي دور لص) خلال رحلته التي يخوضها للمساعدة في اكتشاف الكنز القديم الذي خبأه التنين. كذلك فإن قصة بيرسيوس وميدوسا، التي كان منظرها مرعباً لدرجة أنها تحوّل من ينظر إليها إلى حجر، هي أيضًا نسخة أخرى، وكذلك قصة بينوكيو، الذي ينقذ والده من وحش مائي، ويموت ويولد من جديد في أثناء ذلك. وأيضًا نجد قصة مشابهة تُصوّر في أول أفلام سلسلة «أفينجرز» *Avengers* الحديثة، حيث الرجل الحديدي، الشخص الذي حول نفسه إلى بطل خارق ذهبي جزئيًا، يهزم التنانين الفضائية الشبيهة بالديدان التابعة لجيش «الشيثوري» (المتحالف مع لوكي الشيطاني). ومن ثمّ يموت، ويُبعث من جديد، ويحصل على الفتاة العذراء (المتجسدة في هيئة بيبز بوتس القوية). يجب هنا أن نفهم أن مثل هذه القصص ما كانت لتصبح مفهومة حتى (ليس فقط للأطفال، وإنما للبالغين أيضًا) لو كان تاريخنا التطوري قد اختلف اختلافات مهمة عمّا هو عليه، ولو لم تشكل ثقافتنا بأكملها -ضمنيًا وصراحة- بواسطة هذه الأنماط القديمة.

وهكذا فإن كل هؤلاء الأبطال يجسدون ما يمكن اعتباره أعظم اكتشاف توصل إليه أسلاف الإنسان البدائيون وهو: إذا تحلى المرء بالرؤية والشجاعة (وتوفرت لديه عصا قوية عند الحاجة)، يمكنه طرد أبشع الأفاعي. لا شك أن أجدادنا الأوائل كانوا يهددون الأفاعي بالعُصي عندما كنا نعيش في الغابات. ولا شك أن هؤلاء الأسلاف الذين تطوعوا لمطاردة الأفاعي هم الذين حصدوا ثمار شجاعتهم بنيل العذارى الممتنات القريبات (أو ما يعادلهن في العصور القديمة حين كان البشر يعيشون في الغابات)؛ وربما لهذا السبب تخبيئ التنانين العذارى، إلى جانب الذهب. لكن يبقى السؤال الديني الأساسي الذي يورق البشرية: ما الذي يمثل أبشع الأفاعي وأقوى العُصي؟ من المهم أن نلاحظ هنا أن الأفعى الأبشع في «ذا هوبيت» هي «مجرد» تنين، أما في «سيد الخواتم» *gs*، فالأفعى الأبشع هي الشر الأكثر تجريدًا المتمثل في الساحر ساورون. ومع تطور البشرية

في قدرتها على التجريد، صرنا ندرك أن الوحوش المفترسة يمكن أن تتخذ العديد من الأشكال، ولا يكون بعضها إلا في شكل حيواني. وهكذا فالأعمال الأدبية التي تُعد أكثر تطورًا تعكس هذا الإدراك باستمرار.

البطل والتنين والموت والبعث: من يمكنك أن تكون (الجزء الثالث)

في الجزء الثاني من السلسلة الخيالية التي كتبها جيه. كيه. رولينغ، وعنوانه «هاري بوتر وحجرة الأسرار» *Harry Potter and the Chamber of Secrets*، تتعرض قلعة هوجوورثس للتهديد من قوى غريبة وفوضوية بسبب سلوك عدد من السحرة البالغين الأقوياء (كما ورد في الجزء الأول). ومن المهم في هذه السلسلة أن هاري يتيم: هذا جزء لا يتجزأ من نمط القصص البطولية. فخالته وزوج خالته البليدان التقليديان اللذان صارا بمثابة والديه في الدنيا كانا يتعمدان التعامي ويتسمان بقصر النظر وبيالغان في الوصاية على دادلي، ابنهما الطبيعي التعيس الحظ والمتوقع أن يكون أنانيًا ومتممرًا (وبذلك يشكلان خطرًا كارثيًا على ابنهما). لكن هاري لديه والداه السماويان أيضًا، أمه وأباه الحقيقيان؛ والمتمثلان في الطبيعة والثقافة (اللذان يُعدان نسختين من الفوضى والنظام). إنهما موجودان كجزء من إمكاناته المتأصلة فيه؛ بل الإمكانات السحرية الكامنة في كل فرد منا، لأننا كلنا أبناء الطبيعة والثقافة، بما يتضمنه ذلك من إمكانات هائلة، وكذلك أبناء عاديين لوالدينا المحددين⁽⁸⁾.

على أي حال، عندما يعود هاري إلى هوجوورثس بعد إجازة الصيف، يتمكن من اكتشاف أصوات غريبة ومشؤومة تنبعث من مكان ما في المبنى. وفي الوقت نفسه، يُعثر على عدد من الطلاب والمقيمين في هوجوورثس في حالة شلل -بعدما تحولوا إلى حجر- في أماكن مختلفة حول المبنى. ماذا يمكن أن يعني التحول إلى حجر؟ بالتأكيد يعني عدم القدرة على الحركة؛ لكنه أيضًا يدل على شيء أعمق. إنه يعني أن يكون الشخص

مُطارَدًا؛ أن يصبح كأرنب يواجهه ذئب؛ أن يصبح مرعوبًا وملينًا بالرهبة أمام نظرة كائن مفترس يريد الانقضاض عليه. فالعديد من الحيوانات الآكلة للعشب التي تكون عاجزة نسبيًا عن الدفاع عن نفسها، حين تواجه الموت الوشيك والبشع، تتجمد في مكانها مشلولة بالخوف، وتعتمد على التمويه وعدم الحركة لئلا تراها الحيوانات المفترسة القريبة ذات الأنياب الحمراء والمخالب الحادة. وصحيح أن الحيوانات الزاحفة المفترسة بالأخص لا تزال حتى اليوم تُحدث ذلك التأثير المخيف في نفوس البشر، (ومن هنا يأتي افتتاننا الرهيب بالديناصورات مثلًا)، لكن ألا تكون أشجع من الأرنب فهذا يعني بالتأكيد أنك لست كل ما يمكنك أن تكونه.

في النهاية، يكشف هاري أن القوة التي تحوّل أصدقاءه إلى حجر هي ثعبان عملاق، يُدعى «البازيليسق» basilisk، له نظرة مميتة تسبب الشلل. ويكتشف أن هذا الثعبان يزحف باستمرار حول أساسات هوجوورس نفسها، في منظومة الأنابيب الضخمة التي تمتد القلعة العظيمة بالمياه. هذا البازيليسق (سحلية) يُشبه التنين العظيم الذي واجهه البطل بيوولف في القصة التي تعود لألف عام، والتي كانت نموذجًا ملهمًا لمغامرات تولكين، التي ربما تكون أقرب شبيه في القرن العشرين إلى سلسلة الفانتازيا المتشعبة التي ألقتها جيه. كيه. رولينج. كما أنه يُشبه القرش المفترس في فيلم «الفك المفترس» jaws، الذي يختبئ في مياه الليل المظلمة مستعدًا في أي لحظة لسحب الغافلين المجردين من أي حماية إلى الأعماق؛ وكذلك هشاشة منازلنا ومؤسساتنا، التي يمكن أن تنهار وتتركنا بلا حماية في لحظة واحدة مروعة؛ ومن منظور أشمل، فهو العالم السفلي لدى القدماء، الذي تفتح أبوابه عندما ينهار كل شيء مألوف. وعلى أعماق المستويات، فهذا هو الفوضى والإمكانات التي ترصد تحت نظام عوالمنا المألوفة، النفسية والاجتماعية.

بعد بحث طويل، يجد هاري طريقه إلى هذه المتاهة من الأنابيب والأنفاق تحت الأرض، ويصل إلى الحجرة المركزية. إنه يفعل ذلك عبر

المجاري، وهو ما يحمل مغزى معيناً؛ إذ يجسد القول القديم في الخيمياء: *in sterquilinis invenitur*، الذي يعني «في القذارة سيُعثر عليه»^(*). ماذا يعني هذا؟ يعني أن الشيء الذي تحتاج إلى العثور عليه بشدة سيكون موجوداً في آخر مكان قد تود البحث فيه^(**). وهكذا، هناك، تحت الأرض، كانت ترقد جيني (فيرجين - يا)، أخت أقرب أصدقائه التي سيقع هاري في غرامها لاحقاً، فاقدةً للوعي. إنها الفتاة العذراء - أو الأنثى، الروح - التي يحتجزها التنين إلى الأبد، كما في قصة القديس جورج. ويقع على عاتق هاري - البطل اليتيم - أن يوقظها وينقذها (تماماً كما يساعد بيلبو في استعادة الذهب من التنين الرهيب سموغ في رواية تولكين، وكما ينقذ الأمير فيليب الأميرة النائمة في عالم ديزني؛ فكلاهما ينقذان ما هو قيم للغاية من قبضة تنين عظيم)^(***).

(*) من المعروف منذ عقود (وبشكل ضمني، منذ الأزل) أن المواجهة الذاتية مع ما هو مخيف أو مجهول غالباً ما تكون علاجية. لذلك فإن العلاج النموذجي للرهاب والقلق هو تعرّض الفرد لما يخاف منه. هذا العلاج فعال، ولكن يجب أن يكون التعرض طوعاً. وكأن أنظمة القلق في الدماغ تفترض أن كل ما يقترب منه المرء ليس مفترساً (أو إذا كان مفترساً، فهو من النوع الذي يمكن دفعه بسهولة والتغلب عليه). نحن نعلم الآن أنه حتى الاستجابة العاطفية والجسدية للتوتر تختلف تماماً عندما يواجه الإنسان هذا التوتر طوعاً عن أن يواجهه بصدف غير متوقعة. وفي الحقيقة، مثل هذه الأفعال هي ما أنقذ البشرية دائماً من مخاوف الليل (ومن الشر الكامن في قلب الإنسان). وملاحظتنا المستمرة لهذه الحقيقة على مدار آلاف السنين هي ما سمح لنا بتمثيلها بشكل مجرد في قصصنا الدينية العظيمة، ثم تقليدها ضمن حدود حياتنا الخاصة والفريدة.

(**) يرجع ذلك جزئياً على الأقل إلى أنه من المستبعد بشدة أن تكون قد بحثت هناك بالفعل، مع أنه كان من المفيد أن تفعل.

(***) يجب توضيح شيء آخر هنا. لقد ذكرت في المقدمة، وفي القاعدة الأولى من كتاب «12 قاعدة للحياة»، وفي «خراط المعنى» أن الفوضى عادة ما تُمثل رمزياً على أنها عنصر أنثوي. لكنني هنا أتحدث عن الفوضى المتجسدة في الأفعى. كلما كانت التهديدات أعمق - وكلما كانت الفوضى أكثر غموضاً - كان الأرجح أن تمثل

وبالطبع فإن المجهول هو مفترس عظيم - مثل البازيليسق الذي يواجهه هاري - وطبعًا، يحرس ذلك المفترس كنزًا عظيمًا، كذهب لا حدود له أو عذراء نائمة، لأن الفرد الشجاع بما يكفي لمواجهة الثعبان في عرينه هو الذي سيتمكن على الأرجح من الوصول إلى الثروات غير المحدودة التي تكمن في الإمكانات، وتنتظرنا في مغامرة حياتنا، بعيدًا عن الأمان وما هو معروف حاليًا. فمن يمتلك الشجاعة يُقْر؛^(*) إذا لم يهلك. ومن يُقْر أيضًا يجعل نفسه مرغوبًا وجذابًا بشكل لا يُقاوم، لا سيما وأن المغامرة تصقل الشخصية حتمًا. وهذا هو ما يجعلنا دائمًا أكثر من مجرد أرانب.

وهاري، مثل بيلبو، يمكنه القيام بذلك، أي يمكنه رؤية الحية في حين أنها غير مرئية للجميع - لأنه يمتلك جانبًا مظلمًا. كان لا بد لبيلبو في قصة تولكين أن يصبح لصًا قبل أن يتمكن من أن يصير بطلًا. بمعنى أنه يجب أن

نفسها في شكل عدو البشرية الأقدم، الأفعى. ربما يمكن التفكير في الأمر على هذا النحو: المجهولات المجهولة - أي جوانب الوجود الغريبة الخطرة إلى حد لا يمكن تصوره، والتي يمكن أن تؤدي إلى الموت أو التدمير النفسي - هي الأرجح أن تمثل في شكل ثعباني. ومن هذا النطاق، الذي يُعد من بعض النواحي أقدم تاصيلًا من الجماع الجنسي ذاته، ينبثق العنصر الأنثوي والذكوري البدائيان، وإن كان يبدو أن العنصر الأنثوي يحتفظ بعلاقة أكثر أولية مع المجهول الأولي ذاته. أعتقد أن هذا يتعلق أساسًا بالغموض المطلق للولادة: أي بالعلاقة بين ظهور أشكال جديدة من العنصر الأنثوي وظهور أشكال جديدة من المجهول المطلق. وربما يكون شيء كهذا هو الذي يفسر أولوية العلاقة بين الحية وحواء في جنة عدن، مقارنة بالعلاقة بين الحية وآدم. وربما أيضًا (وأنا هنا أتكهن، محاولًا تجاوز جهلي في السعي إلى تفسير العلاقة الرمزية الواضحة والحاضرة في كل الحالات) كان الحال دائمًا منذ قديم الأزل أن الإناث تجتذب الثعابين (بالإضافة إلى غيرها من الحيوانات المفترسة الخطيرة)، خاصة عندما يعتنين بأطفالهن، وأن الخطر المتزايد الذي يواجهه نتيجة لذلك قد رسخ خطر الأنثى في علاقتها مع الأفعى محفورًا إلى الأبد في أذهاننا. هذا يعني ضمنيًا أن اتخاذ قرار بالدخول في علاقة مع أنثى يجلب معه تعرضًا متزايدًا للمجهول الرهيب، مثلما قد تتعرض له الإناث بسبب أنوثتهن ذاتها.

(*) شعار القوات الجوية الخاصة البريطانية.

يدمج طبيعته الوحشية، لكي يتجاوز سذاجته وطيبته قبل أن يكون قويًا بما يكفي لمواجهة الرعب الذي يواجهه. أما هاري، فهو متأثر بالشر بطريقة أخرى، لأن جزءًا من روح فولدمورت الساحر الشرير الذي لا يُضاهى مغروس فيه (مع أن لا هاري ولا فولدمورت كانا على دراية بهذا في البداية). ولهذا السبب كان الساحر الشاب قادرًا على التحدث مع الثعابين وسماعها (أي إدراكها). وهذا يتماشى مع كونه منضبطًا وشجاعًا، ولكنه أيضًا مستعد لخرق القواعد عند الضرورة.

وبينما كان هاري في أعماق هوجوورتنس، تعرض لهجوم من البازيليسق، الذي كان تحت سيطرة فولدمورت. ومن ثم، يرتبط فولدمورت بالبازيليسق في هوجوورتنس بنفس الطريقة التي يرتبط بها الشيطان ارتباطًا غريبًا وغير مفهوم بالحية التي منحت حواء القدرة على رؤية الشجرة في قصة جنة عدن في سفر التكوين. فما السبب المحتمل وراء ذلك؟ يمكن القول -بل يجب أن يُقال- إن أحد أشكال الفوضى والخطر الثعباني هو تهديد المفترس الزاحف نفسه؛ لكن شكلًا آخر، أكثر تجريدًا، أي أكثر نفسية وأكثر روحية، هو الشر البشري: الخطر الذي يشكله بعضنا على البعض. ففي مرحلة ما من تاريخنا التطوري والثقافي، بدأنا نفهم أن الشر البشري يمكن اعتباره أبشع الأفاعي بجداره. ومن ثم، فإن الدلالة الرمزية المرتبطة بالثعبان تطورت كالآتي: (1) في البداية كان الثعبان يصور على أنه مفترس شرير، (2) ثم صار العدو البشري الخارجي يصور على أنه ثعبان أو شر أو كائن مفترس، (3) ثم أصبح الظلام الشخصي أو النفسي، أو الانتقام أو الخداع يصور على أنه ثعبان أو شر أو كائن مفترس. وكل تمثيل من هذه التمثيلات، التي استغرق تصورها قرونًا طويلة، وربما آلاف السنين، يشكل زيادة ملموسة في تعقيد صورة الشر في أذهاننا⁽⁹⁾.

إن أول ما اكتشف جميع هذه التجليات التي تتجسد فيها الفوضى والخطر في هيئة الثعبان، ويعالجها ويربط فيما بينها ربطًا رمزيًا، هو الأنظمة الدماغية القديمة التي تطورت لحمايتنا من الزواحف المفترسة⁽¹⁰⁾.

وصحيح أن الاستجابة التي تحفزها هذه الأنظمة لمواجهة المخاطر بالتجمد بلا حراك ربما تحل المشكلة مؤقتًا بإخفاء الفرد عن أنظار المفترس، لكن هذا يترك المفترس على قيد الحياة ليعاود التهديد في اليوم التالي. وبدلاً من ذلك، يجب مطاردة الخطر وتدميره، وحتى هذا الحل يُعدّ مادياً جدًّا ولا يصلح أن يكون حلاً دائماً لمواجهة الشر ذاته (كونه مجرد حل لمظهر معين من مظاهر الشر). ومن منظور أعمق وأكثر تجريدًا (وعلى غرار فكرة أن أخطر مفترس، وأبشع ثعبان، هو الشر الذي يكمن بداخلنا)، يتجلى تدمير الشر في حياة الفضيلة التي تقيد الشر في أكثر أشكاله تجريدًا وشمولاً. ولهذا السبب، نجد الأمير فيليب، الشهير بظهوره في فيلم ديزني «الجميلة النائمة»، على سبيل المثال، يتسلح في صراعه مع تنين الفوضى العظيم بواسطة الطبيعة الخيرة (في هيئة الجنيات التي ترافقه وتساعد على الهروب من ملكة الشر مالفيسنت) بسيف الحقيقة ودرع الفضيلة.

يواجه هاري البازيليسق مباشرة في «حجرة الأسرار»، تحت قلعة السحرة، لكنه يُحاصر ويقع في خطر كبير. وفي تلك اللحظة المناسبة، يصل طائر العنقاء، الذي يربيه مدير المدرسة الحكيم في هوجوورتس، ويزود البطل الشاب بسيف، ثم يهاجم الأفعى العملاقة، ما يمنح هاري وقتًا لاستجماع نفسه. وهكذا يقتل هاري البازيليسق باستخدام السلاح، لكنه يتعرض للدغة قاتلة في هذه المواجهة. وهذا يحمل تشابهاً عميقاً آخر مع ما ورد في الأساطير القديمة: ففي قصة سفر التكوين، على سبيل المثال، يؤدي اللقاء مع الأفعى إلى مصير مميت للرجل والمرأة على حد سواء، إذ يصبحان مدركين لضعفهما ومصيرهما المحتوم بعد أن يستيقظا ويحظيان بالبصيرة. وهذه أيضًا حقيقة قاسية: فالمفترسون يفترسون، والتنانين تدمر، والفوضى تُهلك. أي إن التهديد حقيقي؛ وحتى الحقيقة والفضيلة والشجاعة ليست أسلحة كافية لمواجهة الشر، لكنها أفضل ما لدينا. وأحيانًا يكون «موت صغير» هو العلاج اللازم لتأجيل الموت نفسه. ولحسن الحظ هنا أن طائر العنقاء لديه دموع سحرية مُحياة، يسكبها في

جروح هاري. وهكذا، يستعيد الساحر الشاب وعيه، ويهزم فولدمورت (علمًا بأن هذه المهمة أصعب من مجرد التغلب على الأفعى العملاقة)، وينقذ جيني، وينقذ المدرسة.

يمكن القول إن إضافة طائر العنقاء إلى هذا المشهد المستنسخ من قصة القديس جورج تكشف عن عنصر آخر من عناصر عبقرية رولينج الحدسية. فالعنقاء طائر يمكن أن يموت ويولد من جديد إلى الأبد. ولذلك، كان عبر العصور رمزًا للمسيح، الذي يشترك معه ذلك الطائر السحري في العديد من الصفات. كما أنه يمثل ذاك العنصر في الشخصية البشرية الذي يجب أن يموت ويتجدد، بينما يتعلم الإنسان تعلمًا مؤلمًا من خلال التجارب المأساوية التي تدمر اليقين السابق، وتضع محله الشك أولًا، ثم تُكسب الإنسان معرفة جديدة أكثر اكتمالًا بعدما يواجهها بنجاح. وهكذا فإن التحول الطوعي من خلال الموت والولادة من جديد -أي التغيير الضروري من أجل التكيف عند ظهور أمور مروعة- يُعدّ حلًا للجمود الذي قد يكون قاتلًا، والذي ينتج عن اليقين الخاطئ، والنظام المفرط، والخمول.

كيف تتصرف

يتبادل الناس المعلومات حول كيفية التصرف بطرق عديدة. يراقب بعضهم بعضًا ويقلدون ما يرونه. وعندما يقلدون، يستخدمون أجسادهم لمحاكاة أجساد الآخرين. لكن هذا التقليد ليس مجرد محاكاة آلية بلا تفكير، بل هو قدرة على التعرف على الأنماط أو القواعد في سلوك الآخرين، ومن ثمّ تقليد تلك الأنماط. فعندما تلعب فتاة صغيرة دور الأم، على سبيل المثال، فإنها لا تكرر ما رأتها سابقًا من أفعال والدتها، حركة بحركة، وإنما تتصرف «كما لو» كانت أمًا. وإذا سألت الفتاة ماذا تفعل، ستخبرك أنها تتظاهر بأنها أم، ولكن إذا طلبت منها أن تشرح ما يعنيه ذلك، خاصة إذا كانت طفلة صغيرة، فإن شرحها سيكون أقل تفصيلًا مما قد تشير

إليه أفعالها. وهذا يعني أنها تستطيع الشرح بالأداء أكثر مما تستطيع شرحه بالقول؛ كحالنا جميعًا. إذا راقبت العديد من الفتيات الصغيرات، وهنّ يمثلن أدوار الأمهات، يمكنك أن تستخلص فكرة جيدة عما تعنيه كلمة «أم» في أبهى صورها، حتى لو لم تكن قد رأيت أمًا حقيقية من قبل. وإذا كنت بارعًا في استخدام الكلمات، فربما يمكنك شرح العناصر الأساسية للسلوك الأمومي ونقلها للآخرين. وربما تكون أفضل وسيلة لفعل ذلك هي إظهاره في شكل قصة.

لكن من الأسهل والأكثر مباشرة تمثيل نمط سلوكي من خلال السلوك نفسه بدلًا من الكلمات. صحيح أن المحاكاة الصريحة تفعل ذلك مباشرة، حركة بحركة. لكن التقليد، الذي يمكن أن ينتج سلوكيات جديدة مشابهة لتلك التي حفزت التقليد، يرتقي بهذه العملية خطوة إضافية إلى الأمام. وتجدر الإشارة هنا إلى أن الدراما، أي التقليد الممنهج الذي يؤدي على خشبة المسرح، هي بالضبط سلوك يجسد سلوكًا، لكنه مُركّز ليظهر كأقرب ما يكون إلى جوهر السلوك المُجسّد. أمّا الأدب، فيأخذ خطوة أصعب عند نقل مثل هذه القصص، إذ يصوّر الفعل في خيال الكاتب والقارئ، في غياب كل من الممثلين الحقيقيين والمسرح الفعلي. وأعظم الكتاب فقط هم من يستطيعون تحقيق ذلك، إذ يمثلون أعظم الأفعال وأكثرها ضرورة بأكثر الكلمات إثارة وعمقًا ورسوخًا في الذاكرة. وهكذا نجد أجيالًا من كبار الحكّائين، يعيدون سرد القصص العظيمة وتعديلها وتحريرها، فينتهي بهم المطاف إلى أن يخلقوا معًا أعظم القصص. وحالما تصبح الثقافات متعلمة (وهو شيء لم يحدث إلّا منذ وقت قريب، من منظور تاريخي)، يمكن تدوين تلك القصص. وعندئذ تقريبًا، يمكن القول إن الأسطورة والطقوس تتحولان إلى دين.

إن تقليد أعظم الأفعال وأكثرها رسوخًا في الذاكرة ونقلها يتطلبان استخلاص أنماط الحكمة العميقة للبشرية ونقلها. فإذا كان صاحب الفعل العظيم الجدير بالذكر فردًا جديرًا بالإعجاب، مثل بطل محليّ مثلاً، فإن

أعظم الأفعال وأجدرها بالتذكُّر على الإطلاق ستكون هي تلك التي تضطلع بها الروح (التي يتجسد جزءٌ منها في أفراد محددين) والتي تمثل ما يشترك فيه جميع الأبطال المحليين في كل مكان. ومن ثمَّ، ستكون هذه الروح بمثابة بطل الأبطال، وهذا البطل -البطل الأسمى- سيتحتم عليه منطقيًّا أن يوجد في مكان مشترك بين جميع الأماكن التي تتطلب البطولة. هذا المكان قد يُعتبر عالمًا ماورائيًّا؛ مع أنه حقيقي، بل وفوق حقيقي (أي أكثر واقعية في تجريده عبر الأماكن من إدراكاتنا المباشرة لزمان أو مكان معيَّنين). هذا العالم الماورائي الفائق الواقعية بالتحديد هو ما يتكون من التفاعلات المستمرة بين الفوضى والنظام، التي تشكل ساحة المعركة الأبدية بين الخير والشر التي تميز البطل. فالنمط الخالد الذي يجسده البطل، والذي يعتمد الفرد والمجتمع على أفعاله، هو أعلى الآلهة جميعًا. إنه طفل هاتين القوتين التوأمتين والمسؤول عن إحداث توازن بينهما، فيحول الفوضى إلى نظام صالح للسكن (كما يعيد تشكيل النظام إلى فوضى بحيث يمكن تجديده عندما يصبح قديمًا وفاسدًا)، ويقا تل بضراوة حتى يسود الخير.

وهكذا فإن كل شخص يحتاج إلى قصة لتشكيل تصورات وأفعاله في مواجهة فوضى الوجود الساحقة. وكل قصة تتطلب نقطة انطلاق ليست جيدة بما يكفي ونقطة نهاية أفضل. ولا يمكن الحكم على أي شيء في غياب تلك النهاية، أي تلك القيمة الأعلى؛ فبدونها، يغرق كل شيء في العدمية والملل، أو يتدهور ويتحول إلى رعب، وقلق، وألم. لكن، مع مرور الزمن الذي يغير كل شيء بلا توقف، يمكن لكل قصة مبنية على قيمة محددة أن تفشل في إيصال الرسالة التي تجسدها وتصبح بلا معنى في سياقها، وعندئذ يجب أن يحل محلها شيء أحدث وأكمل، لكنه مختلف. وبالتالي يجب على من يتصرف في إطار قصة معينة (وأيضًا من يرتبط ارتباطًا عميقًا بالحبكة والشخصيات) أن ينحني لروح التحول الإبداعي التي خلقت تلك القصة في الأصل، وقد تحتاج إلى تدميرها وإعادة خلقها. ولهذا السبب، تتجاوز الروح الأبدية العقيدة، وتتجاوز الحقيقة الافتراض،

ويتجاوز مردوك الآلهة القديمة، ويُحدث الإبداع المجتمع، ويتجاوز المسيح القانون (وكذلك هاري بوتر، إلى جانب أصدقائه الشجعان الذين يكسرون القواعد باستمرار). ولكن من المهم أن نتذكر، كما ناقشنا في القاعدة الأولى، أن أولئك الذين يكسرون القواعد بشكل أخلاقي هم من أتقنوها أولاً ودربوا أنفسهم على فهم ضرورة تلك القواعد، ويكسرونها بما يتماشى مع روح القانون وليس نصه الحرفي.

يقترح الجزء الثاني من سلسلة رولينج أن الشر المفترس يمكن التغلب عليه بالروح المستعدة للموت والولادة من جديد. وتنتهي السلسلة كلها بتكرار مُبدع لتلك الرسالة ذاتها. وهنا يتجلى التشابه مع المسيحية واضحاً، والرسالة في جوهرها هي نفسها: الروح المستعدة للتحويل بأقصى عمق مطلوب، هي العدو الأقدر على مواجهة الأفاعي الشيطانية المتمثلة في الأيديولوجية التوتاليتارية، سواء في أشكالها الشخصية أو الاجتماعية. فالشخصية السليمة المستعدة للتغيير، والصادقة قبل كل شيء، ستعترف بالخطأ. ستقوم طوعاً بترك -أو إماتة- التصورات والأفكار والعادات القديمة، باعتبارها عوائق أمام النجاح والنمو المستمرين. هذه هي الروح التي ستسمح لمعتقداتها القديمة بالاحتراق -المصحوب بالألم في أغلب الأحيان- حتى تتمكن من العيش مرة أخرى، والمُضي قدماً، بعد تجددتها. هذه هي أيضاً الروح التي ستنتقل ما تعلمته خلال عملية الموت والولادة من جديد، بحيث يمكن للآخرين أن يولدوا من جديد معها.

صوّب نحو شيء معين. اختر أفضل هدف يمكنك تصوره حالياً. تقدم نحوه بتعثر. لاحظ أخطائك وسوء فهمك على طول الطريق، وواجهها وصححها. افهم حقيقة قصتك. وتذكر أن الماضي والحاضر والمستقبل أمور مهمة. أنت تحتاج إلى رسم طريقك. تحتاج إلى معرفة أين كنت، حتى لا تكرر أخطاء الماضي. تحتاج إلى معرفة أين أنت الآن، وإلا فلن تكون قادراً على رسم خط من نقطة البداية إلى وجهتك. تحتاج إلى معرفة أين تذهب، وإلا ستغرق في الشك، والعجز عن التنبؤ، وستغرق في الفوضى،

وستعاني نقص الأمل والإلهام. وسواء أكنت ستتغير للأفضل أو للأسوأ، فأنت في رحلة. أنت تخوض مغامرة؛ ويجب أن تكون خريطتك دقيقة. واجه طوعاً ما يقف في طريقك. والطريق هنا هو مسار الحياة؛ مسار الحياة المليء بالمعنى، الطريق المستقيم الضيق الذي يشكل الحد الفاصل بين النظام والفوضى، والسير عليه يحقق التوازن بينهما.

صوّب نحو شيء عميق، ونبيل، ورفيع. وإذا وجدت طريقاً أفضل أثناء تقدمك - بعد أن تبدأ الحركة إلى الأمام - فغير مسارك. لكن كن حذراً؛ فليس من السهل التمييز بين تغيير المسار وبين الاستسلام ببساطة. (تلميح: إذا بدا لك الطريق الجديد الذي تراه أمامك - بعد تعلم ما كنت بحاجة إلى تعلمه على طول الطريق الحالي - أكثر تحدياً، فيمكنك أن تكون على يقين إلى حد معقول أنك لا تخدع نفسك أو تخونها عندما تغير رأيك). بهذه الطريقة، ستتحرك للأمام بطريقة متعرجة. صحيح أنها ليست الطريقة المثلى للسفر، ولكن لا يوجد بديل حقيقي، نظراً إلى أن أهدافك ستتغير حتماً أثناء متابعتها، لأنك تتعلم ما تحتاج إلى تعلمه أثناء تهذيب نفسك. ستجد نفسك حينها تتحرك عبر الزمن، بحركات تدريجية ورشيقة، للتصويب بدقة متزايدة نحو تلك النقطة الصغيرة، النقطة التي تمثل الهدف، والمركز، ومحور الصليب؛ للتصويب نحو أعلى قيمة يمكنك تصورها. ستلاحق هدفاً يتحرك ويتراجع في آنٍ: يتحرك لأنك لا تمتلك الحكمة للتصويب في الاتجاه الصحيح عندما تبدأ التصويب للمرة الأولى؛ ويتراجع لأنك مهما اقتربت من إتقان ما تمارسه حالياً، فستُفتح أمامك آفاق جديدة لتحقيق الكمال. ومع ذلك، فالانضباط والتحول سيقدودانك حتماً إلى الأمام. ومع وجود الإرادة والحظ، ستجد قصة مثمرة وذات معنى، وتحسن مع مرور الوقت، وربما تمنحك بعض لحظات الرضا والفرح. مع الإرادة والحظ، ستكون بطل تلك القصة، المسافر المنضبط، المحوّل الخلاق، والنافع لأسرتك والمجتمع ككل.

تخيل الشخص الذي يمكن أن تكونه، ثم وجه كل تركيزك لتكونه.



القاعدة الثالثة

لا تُخَفِ الأشياء غير المرغوب فيها في الضباب

تلك الأطباق اللعينة

إنني أحب حمائي، والد زوجتي، وأحترمه أيضًا. إنه متزن عاطفيًا إلى حد هائل؛ وهو أحد أولئك الأشخاص الأقوياء أو المحظوظين (ربما كان لديه بعض القوة والحظ في الوقت نفسه) الذين يمكنهم تجاوز تجارب الحياة وابتلاءاتها والاستمرار في المضي قدمًا دون الكثير من الشكوى وبكفاءة كبيرة. إنه رجل مسن الآن، يُدعى ديل روبرتس ويبلغ من العمر ثمانية وثمانين عامًا. خضع لعملية استبدال ركبة، ويستعد لإجراء العملية نفسها في الركبة الأخرى. وخضع أيضًا لتركيب دعامات في الشرايين التاجية واستبدال صمام قلب. كما يعاني من حالة تدلي القدم، وهي حالة ينزلق ويسقط أحيانًا بسببها. لكنه كان لا يزال يمارس رياضة الكيرلينج قبل عام واحد، حيث يدفع صخرة الجرانيت الثقيلة على الجليد بعضًا مصممة خصيصًا للأشخاص الذين لم يعودوا يستطيعون الانحناء بنفس السهولة التي كانوا يفعلون بها ذلك في الماضي.

عندما أُصيبت زوجته بيث -التي تُوفيت الآن- بالخرف في سن مبكرة نسبيًا، اعتنى بها بطريقة خلّت من الشكوى والاستياء إلى أقصى حد يمكن تخيله. كان ذلك مثيرًا للإعجاب بحق. لا أظن بأي حال من الأحوال أنني كنت أستطيع التعامل مع الوضع بنفس الكفاءة. لقد اعتنى بها حتى أصبح من المستحيل عليه أن يرفعها من أي كرسي كانت تجلس فيه. وكان

هذا بعد فترة طويلة من فقدانها القدرة على الكلام. لكن كان واضحًا من الطريقة التي تلمع بها عيناها عندما كان يدخل الغرفة أنها لا تزال تحبه؛ وكان الشعور متبادلًا بينهما. ما كنت لأصفه بأنه شخص يميل إلى الهرب عندما تصبح الأمور عسيرة؛ بل العكس تمامًا هو الصحيح.

عندما كان ديل أصغر كثيرًا في السن، عمل لعدة عقود كوكيل عقارات في فيرفيو، ألبرت؛ وهي تلك البلدة الصغيرة التي نشأت فيها (في الحقيقة، كنا نعيش في المنزل المقابل لعائلة روبرتس مباشرة). خلال ذلك الوقت، كان ديل يعود إلى المنزل لتناول الغداء بشكل اعتيادي، حسبما تقتضي العادات. كانت بيت عادةً تحضر له الحساء (الذي كان الجميع يتناولونه في ذلك الوقت؛ غالبًا من شركة كامبل)، مع ساندويتش. وذات يوم، دون سابق إنذار، انفجر غاضبًا في وجه زوجته: «لماذا بحق الجحيم نأكل دائمًا في هذه الأطباق الصغيرة؟ إنني أبغض الأكل في هذه الأطباق الصغيرة!» كانت بيت تقدم الساندويتشات في أطباق الخبز والزبد، التي يتراوح قطرها عادةً بين ست وسبع بوصات، بدلًا من الأطباق العادية التي يتراوح قطرها بين عشرة واثنتي عشرة بوصة. روت بيت هذه القصة لبناتها بعد ذلك بوقت قصير، وهي في حالة صدمة طفيفة. وكانت القصة تُروى مرارًا وتكرارًا بعد ذلك مع كثير من الضحك في التجمعات العائلية. فعلى أي حال، كانت بيت تقدم له الغداء في تلك الأطباق طيلة عشرين عامًا على الأقل قبل أن يُبدي ديل اعتراضه. لم تكن لدى بيت أي فكرة عن انزعاج ديل من إعدادات المائدة الخاصة بها. لم يعترض من قبل قط. ويكمن في ذلك الأمر طرافة لا تنفذ.

من المحتمل أن ديل كان متزعجًا بشأن شيء آخر تمامًا في ذلك اليوم ولم يكن يبالي بالأطباق حقًا. فمن ناحية، المسألة تافهة. لكن من ناحية أخرى، ليست تافهة على الإطلاق، وذلك لسببين: أولاً، إذا كان شيء ما يحدث كل يوم، فهو مهم، والغذاء يحدث كل يوم. وبناءً على ذلك، إذا كان ثمة شيء بشأن الغداء يسبب الإزعاج على الدوام، حتى وإن كان بقدر

طفيف، فإنه يتطلب الاهتمام به ومعالجته. ثانيًا، من الشائع جدًا السماح لما يُسمى بالإزعاجات التافهة (التي لا تُعد تافهة إذا كانت تحدث على الدوام، كما قلت للتو) بالاستمرار لسنوات دون التعليق عليها أو تسويتها. وهنا تكمن المشكلة: اجمع مئة أو ألفًا من تلك الأمور، وستصبح حياتك بائسة وزواجك محكومًا عليه بالفشل. لا تدّعي أنك سعيد بشيء إذا لم تكن كذلك، وإذا كان يمكن التفاوض على حل معقول من حيث المبدأ. خض الشجار اللعين. قد يكون الشجار شيئًا مزعجًا في تلك اللحظة، لكنه سيخفف عنك العبء ولو بقدر طفيف. وهذا ينطبق خصوصًا على الأحداث اليومية التي يميل الجميع إلى اعتبارها تافهة، حتى الأطباق التي تأكل عليها غداءك. الحياة هي ما يتكرر، والأمر يستحق أن تحصل على ما يتكرر بشكل صحيح.

لا يستحق الشجار

إليك قصة أكثر جدية من النوع نفسه. كان لدي زبونة جاءت لمقابلتي بشأن خططها للانتقال إلى ممارسة عمل خاص بعد سنوات عديدة من العمل محاسبة في شركة كبيرة. كانت تحظى باحترام كبير في مهنتها، واتسمت بالكفاءة واللطف والحرص. ولكنها أيضًا كانت تعيسة للغاية. افترضتُ في البداية أن تعاستها نابعة من القلق بشأن خطوة تحولها المهني. لكنها تمكنت من القيام بتلك الخطوة دون أي عوائق خلال الوقت الذي واصلنا فيه جلساتنا، بينما برزت مشكلات أخرى على السطح.

لم تكن مشكلتها في تغيير مسارها المهني، بل كانت في زواجها. فقد وصفت زوجها بأنه شديد الأنانية وفي الوقت نفسه مفرط الاهتمام بصورته في أعين الآخرين. كان هذا مزيجًا متناقضًا، بطريقة ما، على الرغم من أن هذه المتناقضات المتداخلة في شخصية واحدة أمرٌ شائع؛ وإذا جنحت بعيدًا في اتجاه ما، فإن شيئًا آخر سيخرج بالقدر نفسه في الاتجاه الآخر. لذا، بالرغم من نرجسية الزوج (على الأقل من وجهة نظر زوجته)،

فقد كان خاضعاً لآراء كل من يقابله باستثناء أفراد أسرته. كما كان يشرب الكحول بكثرة، وهي عادة فاقمت من عيوبه المزاجية.

لم تكن زبونتي مرتاحة في منزلها. لم تشعر أن هناك شيئاً ينتمي إليها حقاً داخل الشقة التي كانت تشاركها مع زوجها (إذ لم يكن لدى الزوجين أطفال). كانت حالتها مثلاً جيداً يوضح كيف يمكن للظروف الخارجية أن تعكس بعمق ما بداخل الإنسان (ولهذا السبب أقترح على الأشخاص الذين يواجهون مشاكل نفسية أن يبدأوا التعافي عن طريق تنظيف غرفهم، ومن ثمّ تجميلها، إن أمكن). كان جميع أثاث المنزل، الذي وصفته بأنه مزخرف ومبهرج وغير مريح، من اختيار زوجها. وبالإضافة إلى ذلك، كان زوجها يجمع بشغف كل ما يتعلق بفن البوب من ستينيات وسبعينيات القرن العشرين، وكانت جدران المنزل مليئة بهذه القطع التي قضى وقتاً طويلاً في البحث عنها في المعارض وجمعها على مدار سنوات عديدة، وكثيراً ما كانت تنتظره زوجته في الخارج جالسة في السيارة.

أخبرتني أنها لا تهتم بالأثاث والإفراط في اقتناء الأغراض المزخرفة، لكن ذلك لم يكن صحيحاً في الحقيقة. الحقيقة أنها لم تكن تحبها نهائياً. لم يكن يروقها البهجة أو الأثاث أو الأعمال الفنية التي شكلت مجموعة زوجها. كانت تميل نحو الجماليات البسيطة (أو ربما كان ميلها نتيجة لغلو زوجها في الزخرفة). لم تكن تفضيلاتها واضحة تماماً، وربما كان هذا جزءاً من المشكلة؛ فلم تكن في موقف قوي يؤهلها لطرح آرائها؛ لأنها لم تكن تعرف ما الذي تحبه (وكانت غامضة بالقدر نفسه بشأن ما لا تحبه). ومن الصعب الفوز في جدال، أو حتى البدء فيه، إذا لم تحدد ما تريده (أو لا تريده) وما تحتاجه (أو لا تحتاجه) بدقة.

غير أنها بالتأكيد لم تستمتع قط بالشعور وكأنها غريبة في منزلها. ولهذا السبب، لم تكن تستقبل أصدقاء في منزلها، ما كان يمثل مشكلة غير بسيطة، ساهمت في شعورها بالعزلة. لكن استمر الأثاث واللوحات في الترايد، رحلة تسوق بعد أخرى، في كندا وخارجها، ومع كل عملية شراء،

كانت شخصيتها تتلاشى تدريجياً في المنزل وفي حياتها الزوجية، بينما يزداد ظهور شخصية زوجها. ومع ذلك، لم تتجه زبوتي إلى خوض أي شجار. لم تنفجر في نوبة غضب، ولم تقحم قبضتها في لوحة تكرها بشدة معلقة على جدار غرفة المعيشة. طوال عقود زواجها لم تنفجر في غضب حقيقي؛ لم تواجه قط بشكل مباشر وحاسم حقيقة أنها كانت تكره منزلها وخضوعها لذوق زوجها. بل كانت تتركه يفعل ما يريد، مراراً وتكراراً، وشيئاً فشيئاً؛ لأنها كانت تدّعي أن هذه التفاهات لا تستحق الشجار من أجلها. ومع كل هزيمة، كان الخلاف التالي يصبح أكثر ضرورة وإن كان أقل احتمالاً؛ لأنها كانت تدرك أن أي مناقشة جدية، بمجرد أن تبدأ، قد تتسع لتشمل كل الأمور المزعجة في زواجها، وقد تندلع معركة حقيقية مباح فيها كل شيء. وعندها قد تنكشف كل الأمور الخاطئة ويكون لزاماً مواجهتها والتعامل معها، بوسيلة أو بأخرى. لذا، كانت تبقى صامتة. لكنها كانت مكبوتة باستمرار، وتعيش في حالة من الاستياء الدائم، وتشعر أنها أضاعت الكثير من الفرص في حياتها.

من الخطأ اعتبار الأثاث ولوحات فن البوب مجرد أشياء مادية بسيطة. فقد كانت تحوي أدق وأهم، إن جاز التعبير، المعلومات عن حالة الزواج، وكان هذا هو شعور زبوتي تجاهها بالتأكيد. كانت كل قطعة فنية تجسيدا ملموساً لنصر (حتى وإن كان نصراً بطعم الهزيمة) وهزيمة (أو، على الأقل، تفاوضاً لم يحدث، ومن ثمّ شجار انتهى قبل أن يبدأ). كان هناك العشرات أو ربما المئات من هذه الأشياء، وكان كل واحد منها بمثابة سلاح في حرب غير معلنة، ومدمرة، امتدت عقوداً. ولا غرو في ظل هذه الظروف، أن الزوجين قد انفصلا بعد زواج دام ثلاثين عاماً. أعتقد أن الزوج احتفظ بجميع الأثاث والقطع الفنية.

إليك فكرةً مرعبة ومحبطة، تحفزك على تحسين زواجك، وتخيفك بالشكل الذي يدفعك لمواجهة الصعوبات المروّعة للتفاوض الحقيقي. كل مشكلة صغيرة تواجهها كل يوم مع زوجك، سواء في الصباح أو بعد

الظهر أو في المساء، ستنكرر في كل يوم من الأيام الخمسة عشر ألفاً التي ستشكل زواجاً يستمر أربعين عاماً. وكل خلاف تافه ولكنه متكرر، حول الطهي أو الأطباق، أو تنظيف المنزل، أو المسؤولية عن الأمور المالية للمنزل، أو تكرار العلاقة الحميمة، سيُعاد، مراراً ويستمر، إلا إذا نجحت في علاجه. ربما تعتقد (على الأقل من لحظة إلى أخرى) أنه من الأفضل تجنب المواجهة والانجراف في سلام ظاهري ولكنه زائف. ولكن تأكد تماماً أنك تتقدم في العمر بالسرعة نفسها، سواء كنت تنجرف في ذلك السلام الزائف أو كنت تسعى بكد. واحتمالية حصولك على ما تحتاجه وتريده بالانجراف بلا هدف محدودة للغاية. إن الأشياء تنهار من تلقاء نفسها، ولكن خطايا البشر تسرع تدهورها؛ تلك هي حكمة العصور. وقد يكون الإدراك الواعي لرعب تكرار نفس الجحيم المصغر هو المطلوب بالضبط لإجبارك على مواجهة المشاكل في زواجك والتفاوض بإيمان صادق وعنيد من أجل حلها. ولكن أسهل شيء - خصوصاً على المدى القصير - هو تجاهل وخز الضمير، وترك الهزائم الصغيرة تستمر وتتراكم، يوماً بعد يوم. هذه ليست استراتيجية جيدة. وحده الهدف الدقيق والسعي اليقظ والالتزام هو ما يمكنه أن يحول دون وقوع الكارثة التدريجية الناتجة عن العمى المتعمد، ويوقف تيار التدهور التدريجي، ويبعد الكارثة العائلية والاجتماعية على حدٍّ سواء.

الفساد: الفعل والامتناع

إن نوع الفساد الذي نناقشه مرتبط جوهرياً، في رأيي، بالخداع - بالكذب، بصراحة أكبر - وبالأحرى خداع الذات. يعتبر علماء المنطق الصارمون الآن أن خداع الذات أمر مستحيل. إنهم لا يستطيعون أن يفهموا كيف يمكن لشخص أن يعتقد في شيء ونقيضه في الوقت نفسه. لكن علماء المنطق ليسوا علماء نفس، وبالطبع لا يلاحظون، أو يفشلون في الأخذ بالاعتبار، حقيقة أنهم أنفسهم لديهم في عوائلهم مَنْ، يشعرون

نحوهم -بين الحين والآخر على الأقل- بالحب والكرهية في الوقت ذاته. علاوة على ذلك، ليس واضحًا ما تعنيه كلمة «اعتقاد» عند مناقشة الاعتقاد البشري، ولا ما المقصود بعبارة «في الوقت ذاته». يمكنني أن أعتقد في شيء اليوم وفي شيء آخر غدًا، ويمر الأمر بلا عواقب، على الأقل على المدى القصير. وفي عديد من المواقف، اختبرت ما يشبه الاعتقاد المتزامن في شيء ونقيضه أثناء قراءة أبحاث طلاب الجامعة، حيث يطرح الكاتب ادعاءً في فقرة وادعاءً مناقضًا تمامًا في الفقرة التالية. (وأحيانًا يحدث ذلك في جملة واحدة).

هناك كثير من الحالات أو الظروف التي يمكن أن يحدث فيها الخداع الذاتي نظريًا. وقد استكشف المحللون النفسيون الكثير من هذه الظروف، وكان فرويد في طليعة هؤلاء. كان فرويد يعتقد أن كثيرًا من الأمراض النفسية يعود إلى الكبت، الذي يعتبر لأسباب منطقية شكلًا من أشكال خداع الذات. بالنسبة إلى فرويد، كانت ذكريات الأحداث المؤلمة تُنفي بشكل لا واع إلى هوة من الجحيم في اللاوعي، حيث تصول وتجول وتتسبب في متاعب، مثل أرواح شريرة في زناينة مظلمة. أدرك فرويد أن الشخصية الإنسانية ليست موحدة، بل تتألف من مجموعة مفككة من الأرواح المتنافرة، التي لا تتفق دائمًا أو حتى تتواصل معًا. إن حقيقة هذا الادعاء واضحة بديهياً، على الأقل في جانب واحد بسيط؛ وهو أن بوسعنا التفكير في الأشياء -أو محاكاة الأعمال أو الأحداث المحتملة أو البديلة- دون الحاجة إلى تنفيذها فورًا. إن انفصال الفكر عن الفعل ضروري لوجود الفكر المجرد؛ وبالتالي يمكننا بوضوح التفكير في شيء أو قوله وفعل شيء آخر. هذا مقبول فقط عند التفكير، الذي يسبق التصرف، ولكن ربما لا يكون جيدًا عند قطع وعد أو ادعاء الاعتقاد في شيء، ثم التصرف بطريقة تشير إلى أننا نعتقد في شيء آخر في الحقيقة. هذا شكل من أشكال الخداع، انفصام الشخصية، تناقض بين أساليب الوجود. بل إن له اسمًا؛ إذ إن الادعاء بالاعتقاد في شيء ثم التصرف (أو التحدث) بطريقة مختلفة أو

حتى معاكسة يشكل «تناقضاً أدائياً»، وفقاً لبعض الفلاسفة المعاصرين،⁽¹⁾ ويشكل كذبة ضمنية، في رأيي. يصبح اعتناق معتقدات متناقضة مشكلة أيضاً عندما يحاول الشخص تطبيق كليهما في الوقت نفسه ويكتشف التناقض الذي يجعل مثل هذه المحاولة مستحيلة، الأمر الذي كثيراً ما يثير استياءه.

وضع فرويد قائمة طويلة بالظواهر المشابهة للكبت - الذي عرفه بأنه الاستبعاد النشط للمحتوى النفسي المدرك من الوعي - والتي أطلق عليها اسم «آليات الدفاع». تتضمن هذه الآليات الإنكار («الحقيقة ليست سيئة إلى هذا الحد»)، وتكوين رد الفعل («أنا أحب والدتي حقاً، حقاً، حقاً»)، والإزاحة («المدير يصرخ في وجهي، فأصرخ في وجه زوجتي، وتصرخ زوجتي في وجه الطفل، فيعضّ الطفل القطة»)، والتماهي («أنا أتعرض للتنمر، لذا أنا متحفز لأكون متنمراً»)، والتبرير (تفسير يخدم المصلحة الذاتية لفعل غير لائق)، والاستذهان أو العقلنة (وهي الآلية المفضّلة لدى وودي ألين في بداياته المضحكة والعصابية)، والتسامي («يمكنني دائماً رسم نساء عاريات»)، وأخيراً الإسقاط («أنا لست حساساً؛ أنت فقط مزعج»). كان فرويد فيلسوفاً بارزاً للخداع. فلم يتردد في توضيح العلاقة بين الخداع والمرض النفسي. ومع ذلك، تعاني أفكاره حول خداع الذات، في رأيي، من خطأين كبيرين.

الخطأ الأول: لم ينتبه فرويد إلى أن خطايا الامتناع تساهم في المرض النفسي بقدر خطايا الفعل التي تنتج الكبت، والتي تم ذكرها سابقاً، إن لم يكن أكثر. وفي قيامه بذلك، فكر فرويد فقط بالطريقة النمطية. يعتقد الناس عموماً أن الانخراط النشط في القيام بشيء سيئ (أي خطيئة الفعل) عادة ما يكون أسوأ من السلبية وعدم القيام بشيء جيد (أي خطيئة الامتناع). لعل ذلك يرجع إلى أنه دائماً هناك أشياء جيدة لا نفعلها؛ لذلك، تكون بعض خطايا الامتناع حتمية. على أي حال، يظل هناك أوقات يؤدي فيها العمى المتعمد إلى كوارث أكثر خطورة، وتبرّر بسهولة أكبر، من الكبت النشط

أو اللاواعي لشيء مريع ولكنه مفهوم (وهذا الأخير يُعتبر خطيئة فعل لأنه معروف). تحدث تلك المشكلة الأولى، وهي العمى المتعمّد، عندما يكون بوسعك أن تعرف شيئاً ما لكنك تتوقف عن الاستكشاف، حتى تفشل في اكتشاف شيء قد يسبب لك إزعاجاً شديداً. يطلق خبراء التلميع الإعلامي على هذا الجهل المفروض ذاتياً اسم «الإنكار المقبول»، وهي عبارة تشير إلى تبرير معقلن من الدرجة الأكثر مرضية. وتجدر الإشارة إلى أن هذا العمى غالباً ما يُعتبر جريمة صريحة. فإذا كنت رئيساً تنفيذياً، على سبيل المثال، وتشبه في أن أمين الخزانة لديك يقوم بتزوير الحسابات، ولا تحقق في الأمر لأنك لا تريد أن تعرف، فقد تظل مسؤولاً عن عدم اتخاذك الإجراء اللازم، وهذه هي النتيجة المناسبة. إن عدم النظر تحت السرير عندما يساورك شكوك قوية في وجود وحش مختبئ هناك ليس استراتيجية مستحسنة.

الخطأ الثاني: افترض فرويد أن الأشياء التي يتم تجربتها هي أشياء مفهومة. وبناءً على هذا الافتراض، اعتقد أن هناك أثراً للذاكرة موجود في مكان ما في العقل يمثل الماضي بدقة، مثل تسجيل فيديو غير متحيز يخلو من أي تحريف. كانت هذه الافتراضات ستصبح منطقية لو كانت تجربتنا مجرد سلسلة من الأحداث الحقيقية الموضوعية والواضحة بذاتها. تُنقل عبر حواسنا، وتخضع للتفكير والتقييم ثم يتم التصرف بناءً عليها. ولو كان هذا كله صحيحاً، لكانت التجربة الصادمة ممثلة بدقة في الذاكرة، حتى عند دفعها خارج الوعي بواسطة الآليات اللاواعية (أو الواعية، ولكن فرويد افترض الأولى) بسبب طبيعتها المفهومة والمروعة أيضاً. غير أن الواقع ومعالجتنا له ليسا أمرين موضوعيين أو محددين بدقة كما افترض فرويد.

تخيل، على سبيل المثال، أنك قد تعرضت لهجر عاطفي، يفوق قدرتك على الاحتمال، على مدار عدة أشهر من قبل شريك حياتك، ثم قابلته مصادفة يتكئ على السور، ويتحدث بطريقة ودودة (وربما ليس أكثر

(من ذلك) مع جار جذاب. إن طريقة معالجتنا لمثل هذه التجارب الشاذة، أو الجديدة، أو المزعجة، أو حتى الصادمة، نادرًا ما تكون مسألة إدراك، يتبعها فهم وتفكير واعيان، ثم عاطفة أو دافع مستمد من ذلك التفكير، ثم فعل. فما يحدث في المقابل يشبه ما ناقشناه بإسهاب في القاعدة الأولى والقاعدة الثانية: نحن نتعامل مع العالم المجهول بالمعالجة التصاعدية. نحن نواجه حاويات من المعلومات لا يتسم محتواها الكامل بالوضوح الذاتي بأي حال. لذا عند رؤية شريك حياتك يتحدث مع الجار، لا تكون أفكارك مصاغة في قالب فلسفي واضح ومفصل وعقلاني تمامًا، على نحو: «لقد كنت وحيدًا ومحرومًا جسديًا لعدة أشهر من قبل شريك حياتي. وعلى الرغم من أنني لم أقل أي شيء بالتفصيل، فقد تسبب لي هذا في إحباط وألم مستمرين. وها هو الآن يزيد الطين بلة، من وجهة نظري، بانفتاحه بهذا القدر مع شخص غريب نسبيًا، بينما أنا لم أحظ بكثير من الاهتمام». بل الاحتمال الأرجح بكثير أن مشاعر الغضب والحزن والوحدة قد تراكمت بداخلك مع كل رفض، شيئًا فشيئًا، حتى طفح الكيل. لا يعني الظهور المفاجئ لتلك العواطف السلبية بالضرورة أنك حتى تدرك تمامًا تراكمها الآن. لعلك شعرت بالإحباط يتزايد تدريجيًا (كما حدث مع والد زوجتي أو زوجتي)، لدرجة أنك وجدت نفسك تزداد عصبية وتعاسة، ولكن هذا لا يعني بالضرورة أنك قد لاحظت السبب. وما السبب؟ تتنوع الاحتمالات بشكل يثير القلق. ربما لا تكون مُتجاهلاً على الإطلاق. ربما كان لديك مشاكل في العمل، وأدت هذه المشاكل إلى انخفاض ثقتك بنفسك عمومًا. ونتيجة لذلك، أصبحت حساسًا لأي علامات رفض في زواجك، حتى لو كانت مُتخيَّلة. لذا، ما عليك تحديده ليس بالضرورة لماذا لم يعد زوجك يكثر لك، بل تحديد ما يتعلق بمديرك أو زملائك أو حياتك المهنية ويزعزع استقرارك. هذا يضع السبب الحقيقي لاستيائك بعيدًا جدًا عن الأعراض (مشاعر الرفض) التي تجعلك عصبياً، وحساساً، ومجروحاً. لا شيء واضح بشأن العلاقة بين السبب والنتيجة في مثل هذه

الحالات. لعلك تتعرض للتجاهل حقًا، تمامًا كما تظن. ربما تكون هذه إشارة إلى علاقة عاطفية وشيكة، وتجسيدًا للمسار الذي يؤدي إلى الطلاق. وكلا الأمرين، إن صحًا، يمثلان مشكلتين خطيرتين. لا غرابة في شعورك بالضيق. لكنك قد تبقى عنيدًا غير راغب في التفكير بأن حياتك المهنية أو الزوجية في مأزق. وهذا ليس مفاجئًا. لكنه ليس مفيدًا.

ويأتي فوق كل ذلك التعقيد العام للحياة الذي يزيد من صعوبة البحث عن الوضوح. ففكر في السؤال «ما الذي حدث حقًا؟» في إطار زواج فاشل، أو طلاق، أو معركة حضانة الأطفال، على سبيل المثال. الإجابة عن هذا السؤال معقدة للغاية لدرجة أن تسوية الخلافات غالبًا ما تتطلب تقييم المحكمة وتقييمًا متعدد الأطراف. وحتى حينها، من غير المحتمل أن يصدق أحد طرفي المعركة أو كلاهما أن الحقيقة قد ظهرت. ويُعزى هذا جزئيًا إلى أن الأحداث عمومًا والأحداث الشخصية خصوصًا لا توجد في شكل حقائق بسيطة وموضوعية مستقلة عن بعضها. فكل شيء يعتمد في معناه -أي في المعلومات التي يمثلها حقًا- على السياق الذي يندرج فيه، ومعظم هذا السياق لا يكون متاحًا للإدراك أو التفكير عند وقوع الحدث المعني. فمعنى ما تقوله زوجة لزوجها اليوم يعتمد على كل ما قاله كل منهما للآخر من قبل، وكل ما فعلاه معًا، ومحتويات خيالاتهما المشتركة، وهذا لا يغطي كل جوانب تعقيد السياق. بل قد يعتمد هذا المعنى على كيفية معاملة والد الزوجة لوالد الزوجة (أو معاملة جدتها لجدها)، وكذلك على العلاقة بين الرجال والنساء في الثقافة الأوسع. هذا هو السبب في أن المشاحنات المنزلية غالبًا ما تخرج عن السيطرة، خصوصًا عندما لا يتم إنشاء نمط من التواصل المستمر والفعال. شيء يقود إلى شيء أعمق، وذلك الشيء يقود إلى شيء أعمق، حتى يتحول الشجار الذي بدأ حول أفضل حجم للأطباق المستخدمة في الغداء إلى حرب مباح فيها كل شيء حول ما إذا كان من الأفضل إنهاء الزواج. وبالطبع يكون هناك خوف من السقوط في حفرة بهذا الحجم (مرة أخرى، خصوصًا عندما يبقى الكثير

غير معلن) يحفز النزعة إلى الاحتفاظ بالأشياء لنفسك عندما يكون من الأفضل البوح بها، رغم ما يحمله ذلك من مخاطرة.

ما هو الضباب؟

تخيل أنك خائف. لديك سبب لخوفك. خائف من نفسك. خائف من الآخرين. خائف من العالم. تشعر بالحنين إلى براءة الماضي؛ إلى زمن ما قبل أن تكتسب الأشياء البشعة التي حطمت الثقة التي كانت تميز طفولتك. لقد جعلتك المعرفة التي اكتسبتها بنفسك وبالآخرين وبالعالم تشعر بالمرارة بدلاً من أن تزيدك وعياً واستنارة. لقد تعرضت للخيانة والإيذاء والخذلان. أصبحت فاقد الثقة حتى في الأمل نفسه؛ لأن أملك قد تحطم مراراً (وهذا هو التعريف الدقيق لليأس). آخر شيء تريده هو معرفة المزيد. فمن الأفضل أن تترك ما هو مغلف بالغموض. من الأفضل أيضاً تجنب التفكير كثيراً (أو التفكير من الأساس) في ما يمكن أن يكون. عندما يكون الجهل مصدرًا للسعادة، فمن الحماقة أن تكون حكيماً أو عالمًا.

تخيل، بصورة أدق، أنك خائف بشدة لدرجة أنك لن تدع نفسك تعرف حتى ما تريد. فالمعرفة تعني في الوقت ذاته الأمل، وآمالك قد تحطمت. فلديك أسبابك للحفاظ على جهلك. ربما تكون خائفاً من أنه لا يوجد شيء يستحق الرغبة فيه؛ أنت خائف من أنه إذا حددت ما تريد بدقة، ستكتشف في الوقت نفسه (وبوضوح شديد) مقومات الفشل؛ أنت تخشى أن الفشل هو النتيجة الأرجح؛ وأخيراً، أنت خائف من أنك إذا حددت تعريف الفشل ثم فشلت، ستعرف دون أدنى شك أنك أنت الذي فشلت، وأن الخطأ كان خطأك.

وهكذا لا تسمح لنفسك بمعرفة ما تريد معرفته، وتتدبر هذا الأمر برفض التفكير فيه بشكل عميق. أحياناً تكون سعيداً وراضياً ومقبلاً على الحياة، وأحياناً أخرى تشعر بالتعاسة والإحباط والعدمية، ولكنك لن تتعمق في البحث والتساؤل عن السبب؛ لأنك حينها ستعرف، وحينها ستواجه الأمل

المحطم وخيبة الأمل المؤكدة مرة أخرى. أنت خائف أيضًا من السماح للآخرين بمعرفة ما تريد، وإن كان لأسباب مختلفة. أولاً، إذا عرفوا ما تريده بالضبط، فقد يخبرونك به، وحينها ستعرف، حتى لو كنت تقاوم هذه المعرفة بالذات. ثانيًا، إذا عرفوا، قد يتمكنون من حرمانك مما تريده حقًا، وحتى مما تحتاجه، ويؤذونك بكفاءة أكبر مما قد يفعلون لو بقيت رغباتك العميقة (ومن ثم نقاط ضعفك) طي الكتمان.

إن الضباب الخفي هو ذلك الرفض لملاحظة المشاعر والحالات الشعورية المحفزة والانتباه لها والعناية بها عندما تنشأ، ورفض إخبار نفسك والأشخاص المقربين منك بها. فالمزاج السيئ يشير إلى شيء ما. وحالة القلق أو الحزن تشير إلى شيء ما، ومن غير المحتمل أن يكون شيئًا ستسعد باكتشافه. والنتيجة الأكثر ترجيحًا للتعبير بنجاح عن شعور تراكم بمرور الوقت دون تعبير صريح عنه هي الدموع التي تُعتبر اعترافًا بالضعف والألم (وهي أيضًا مشاعر لا يحب الناس السماح بها، خاصة عندما يشعرون بعدم الثقة والغضب). من يريد أن يغوص في أعماق الألم والحزن والذنب حتى تنساب دموعه؟ والرفض الإرادي لملاحظة حالاتنا العاطفية ليس العقبة الوحيدة للتعامل معها. فإذا قال شريك حياتك (أو أي شخص آخر تربطك به علاقة معقدة على نحو يجلب لك التعاسة في الوقت الحالي) شيئًا يقترب كثيرًا من الحقيقة المؤلمة، على سبيل المثال، فإن تعليقًا لاذعًا ومهينًا من جانبك سيكون كفيلاً بإسكاته غالبًا؛ ولذلك من المرجح جدًا أن تقول هذا التعليق. ينطوي ذلك في جزء منه على اختبار: هل يهتم الشخص الذي يُهان بك وبمعاناتك كفايةً لتجاوز بعض العقبات السطحية والتنقيب وراءها لكشف الحقيقة المُرّة؟ وينطوي جزئيًا كذلك على آلية دفاعية بشكل أكثر وضوحًا: فإذا كنت تستطيع إبعاد شخص عن شيء لا تريد أنت اكتشافه، فهذا يجعل حياتك أسهل في الوقت الحاضر. وللأسف، فإن نجاح هذه الآلية محبط جدًا، وعادة ما يكون مصحوبًا بشعور بالتخلي، والوحدة، والخيانة الذاتية. ولكن لا بد أن تستمر في التعايش مع

الناس، وأن يتواجدوا معك. إن لديك رغباتٍ واحتياجاتٍ ومتطلباتٍ، بغَضِّ النظر عن كونها غيرَ معلنةٍ وغيرَ واضحةٍ. وما زال لديك الحافز لتحقيقها؛ لا سيما أن العيش دون رغبة واحتياجات أمر مستحيل. كيف تتعامل في ظل هذه الظروف؟ أظهرْ خيبة أملك كلما تسبب شخص مقرب إليك في تعاستك؛ أتحْ لنفسك رفاهية ولذة الاستياء عندما لا يسير أمر ما كما تريد؛ تأكّدْ من أن استياءك من الشخص الذي تجاوز في حقك يُبعده ويقصيه؛ أرغِمْه على أن يعرف بأقصى قدر ممكن من الصعوبة ما فعله بك وخيَّبْ أملك؛ وأخيرًا، دَعْهُ يتخبط ويتلمس طريقه بلا هُدًى وسط الضباب الذي خلقته حول نفسك إلى أن يتعثّر ويجرح نفسه على الحواف الحادة المخفية لتفضيلاتك وأحلامك غير المعلنة. وربما تكون هذه الردود أيضًا اختبارات ترتبط ارتباطًا عميقًا بافتقاد الشجاعة اللازمة للشعور بالثقة: «لو كنت تحبني حقًا، لأقدمت على اقتحام الدائرة المريعة التي أحطت بها نفسي لتكتشف حقيقتي». وربما يكون هناك شيء من القيمة في هذه الادعاءات، على الرغم من أنها قد تكون ضمنية. قد يكون لاختبار الالتزام فائدته. فلا يجب إفشاء كل شيء هكذا مجانًا. لكن حتى قدر ضئيل من الغموض غير الضروري يمكن أن يُحدث فرقًا كبيرًا.

ويظل عليك أن تتعايش مع نفسك. على المدى القصير، ربما يحملك رفضك توضيح ما تريد من إفشاء نقائصك. كل مثل أعلى هو قاضي في النهاية: القاضي الذي يقول: «أنت لا تبرز إمكاناتك الحقيقية». ليس لديك مُثُلٌ عليا؟ إذن لا يوجد قضاة. لكن الثمن المدفوع مقابل ذلك هو انعدام الهدف. وهذا ثمن باهظ. لا هدف؟ إذًا، لا مشاعر إيجابية؛ لأن معظم ما يدفعنا إلى الأمام مع الحفاظ على الأمل هو تجربة الاقتراب من شيء نحتاجه ونريده بشدة. وأسوأ من ذلك أننا حين نكون بلا هدف، يسبب لنا ذلك قلقًا مزمنًا ساحقًا؛ فامتلاك هدف واضح يقيّد الفوضى غير المحتملة التي قد تترتب على وجود إمكانيات غير مستغلة وخيارات كثيرة للغاية. إذا أوضحت ما تريده والتزمت بالسعي لتحقيقه، فقد تفشل. ولكن

إذا لم توضح ما تريده، فستفشل بالتأكيد. لا يمكنك إصابة هدف ترفض رؤيته. ولا يمكنك إصابة هدف إذا لم تصوّب نحوه. وفي كلتا الحالتين المتساويتين في الخطورة، لن تستفيد من ميزة التصويب، بل من الفشل في إصابة الهدف. لن تستفيد من التعلم الذي يحدث بشكل حتمي عندما لا تسير الأمور كما تريد. فالنجاح في مسعى معين غالبًا ما يعني المحاولة، والفشل، وإعادة ضبط نهجك المتبع (بالمعرفة الجديدة التي تُولد بشكل مؤلم من رحم الفشل)، ثم المحاولة مرة أخرى والفشل، وغالبًا ما يتكرر ذلك إلى حد الملل. أحيانًا يقودك كل هذا التعلم -الذي لا يمكن تحقيقه من دون الفشل- إلى إدراك أن توجيه طموحك في اتجاه مختلف سيكون أفضل (ليس لأنه أسهل؛ ليس لأنك استسلمت؛ وليس لأنك تتجنب، ولكن لأنك، من خلال التقلبات التي تمر بها في تجاربك، تعلمت أن ما تسعى إليه لن تجده في المكان الذي كنت تبحث فيه، أو ببساطة لا يمكن تحقيقه بالطريقة التي اخترت السعي وراءه).

إذن، ماذا يمكنك أن تفعل -وماذا يجب أن تفعل- بدلًا من إخفاء الأشياء في الضباب؟ اعترف بمشاعرك. هذا أمر معقد للغاية (ولا يعني ببساطة «الاستسلام» لها). أولاً، ملاحظة المشاعر، فضلًا عن نقلها والتعبير عنها، مثل الغضب أو الألم (الثأف) الناتج عن الوحدة أو القلق بشأن شيء قد يكون تافهًا، أو الغيرة التي على الأرجح لا مبرر لها، كل هذا يُسبب الإحراج. فالاعتراف بهذه المشاعر هو كشف عن الجهل والنقص والضعف. ثانيًا، من المقلق أن تسمح بإمكانية أن مشاعرك، مهما كانت قوية ومقنعة، قد تكون في غير محلها، وتشير لك في الاتجاه الخاطئ بسبب جهل منك. من الممكن أن تكون قد أسأت تفسير الموقف تمامًا، لأسباب لا تزال لا تدركها من الأساس. ولهذه الأسباب، الثقة مهمة للغاية؛ ولكنها ثقة من النوع الناضج رغم الأسى. فالشخص الساذج يثق؛ لأنه يعتقد أن الناس بطبيعتهم -أو حتى بشكل عام- جديرون بالثقة. لكن أي شخص مضى في معترك الحياة قد تعرض للخيانة، أو مارس الخيانة هو نفسه.

يعرف الشخص صاحب الخبرات أن الناس قادرون على الخداع ومستعدون لممارسته. وهذه المعرفة تجلب معها تشاؤمًا، يمكن القول إنه مبرر تجاه الطبيعة البشرية، سواء الشخصية أو العامة، ولكنها أيضًا تفسح المجال لنوع آخر من الإيمان بالإنسانية؛ إيمان قائم على الشجاعة، وليس السذاجة. سأثق بك - سأمدّ يدي لك - رغم خطر التعرض للخيانة؛ لأن من الممكن، من خلال الثقة، أن أخرج أفضل ما فيك، وربما أفضل ما فيّ. لذا، سأتحمل مخاطرة كبيرة لتمهيد الطريق للتعاون والتفاوض. وحتى إذا لقيت منك خيانة ليست أكبر من أن تُغتفر تمامًا (بافتراض وجود درجة معينة من الاعتذار والندم الصادقين من جانبك مثلاً)، فسأظل أمد يدي. وجزء من الطريقة التي سأفعل بها ذلك هو إخبارك بما أشعر به.

يجب أن يصاحب مثل هذه المكاشفات الصريحة المباشرة قدر معين من التواضع. فلا يجب أن أقول - على الأقل ليست هذه هي الطريقة المثالية - «لقد كنت تتجاهلني مؤخرًا». بدلًا من ذلك، يجب أن أقول: «أشعر بالعزلة والوحدة والأذى، ولا يسعني إلا أن أشعر أنك لم تكن مهتمًا بي خلال الأشهر القليلة الماضية بالشكل الذي كنت أتمناه، أو بالطريقة المثلى لنا كزوجين. لكنني غير متأكدة مما إذا كنت أتخيل كل هذا لأنني مستاءة أم أن ما أراه يحدث فعلاً». إن العبارة الأخيرة توصل الفكرة، ولكنها تتجنب الموقف الاتهامي الذي غالبًا ما يكون آلية الدفاع الأولى ضد محادثة جديّة تسبر أغوار الموقف. ومن الممكن جدًا أن تكون مخطئًا بشأن ما يسبب لك الشعور الذي تشعر به. وإذا كنت كذلك، فأنت تحتاج إلى معرفته؛ فلا جدوى من نشر أخطاء تسبب لك وللآخرين ألمًا وتعيق مستقبلك. من الأفضل معرفة الحقيقة، من الأفضل تبديد الضباب، واكتشاف ما إذا كانت الأشياء التي كنت تخشى أن تكون مندسة هناك حقيقة أم وهمية. ودائمًا ما يكون خطر أن يكون بعضها حقيقيًا قائمًا بالفعل. ولكن من الأفضل رؤيتها بدلًا من إبقائها مخفية في الضباب؛ لأنك على الأقل تستطيع أحيانًا تجنب الخطر الذي تكون مستعدًا لرؤيته.

إن الأحداث، حين تتكشف أمامنا، لا نُعلمنا ببساطة لماذا تحدث، ونحن لا نتذكر الماضي من أجل تسجيل أحداث ومواقف محددة ومعروفة بشكل موضوعي. وهذا الأمر الأخير مستحيل على أي حال. فالمعلومات التي في تجربتنا كامنة، مثل الذهب في عروقه الخام، كما أشرنا في القاعدة الثانية. يجب استخراجها وتنقيتها بجهد كبير، بالتعاون مع الآخرين في الغالب، قبل أن يتسنى لنا استخدامها لتحسين الحاضر والمستقبل. إننا نستخدم ماضيها بشكل فعال عندما يساعدنا على تكرار التجارب المرغوبة، وتجنب تكرار التجارب غير المرغوبة. نحن نريد أن نعرف ما حدث، ولكن أهم من ذلك، نريد أن نعرف لماذا حدث. فالحكمة تكمن في سؤال «لماذا». سؤال «لماذا» يمكننا من تجنب ارتكاب الخطأ نفسه مرارًا وتكرارًا، وإذا كنا محظوظين، يساعدنا في تكرار نجاحاتنا.

إن استخلاص معلومات مفيدة من التجربة أمر صعب؛ إذ يتطلب أنقى الدوافع («يجب تحسين الأمور، لا مفاقتها») لأدائه بشكل صحيح. كما يتطلب الاستعداد لمواجهة الخطأ بصدق وتحديد النقطة التي حدث فيها الانحراف عن المسار الصحيح ولماذا. ويتطلب أيضًا الاستعداد للتغيير، الذي يكاد دائمًا لا يختلف عن اتخاذ قرار بالتخلي عن شيء (أو شخص، أو فكرة). لذا فإن أبسط استجابة يمكن تخيلها هي أن تشيح بوجهك بعيدًا وترفض التفكير، بينما تقيم في الوقت نفسه حواجز لا يمكن التغلب عليها أمام التواصل الحقيقي.

مع الأسف، على المدى الطويل، يجعل هذا العمى المتعمد الحياة غامضة وضبابية؛ يجعلها فارغة، وغير مرئية، وبلا شكل، ومشوشة؛ ويجعلك أنت نفسك في حيرة ودهشة⁽²⁾. في هذا كله تداخل غريب بين ما هو نفسي وما هو حقيقي، بين الذاتي والموضوعي. هل ثمة شيء مخيف، أم أنني خائف؟ هل ثمة شيء جميل، أم أنني أفرض فكرة الجمال عليه؟

عندما أغضب من شخص ما، هل ذلك بسبب شيء فعله، أم بسبب فقدانى للسيطرة؟ مثل هذه الأسئلة تعكس حالة الارتباك التي تعيشها بشكل مزمن عندما ينهار عالمك. ويمكن أن يكون لتلك الحالة عنصر موضوعي؛ لأن السقوط غالبًا ما يكون ناتجًا عن شيء حقيقي، مثل وفاة، أو مرض خطير، أو فترة من البطالة؛ ولكنه أيضًا ذاتي، مرتبط بحالة مكونة من الألم، والشك، والارتباك، وعدم القدرة على اختيار-أو حتى تصور- طريق للمضي إلى الأمام.

إن جوهر الكينونة يجمع بين الذات والموضوع في آن واحد-أي الدافع، والعاطفة، والشيء المادي جميعها في وقت واحد- قبل أن يتشكل الإدراك، وقبل أن يتجلى العالم. تظل الزوجة غير مفهومة. يظل سياق كلامها غير مستكشف، خوفًا مما قد يكشفه هذا الاستكشاف. لا يمكن وصف الموقف لأن الكلمات تبقى غامضة وبلا شكل واضح. إن دوافعنا الشخصية تبدأ في شكل خفي، وتبقى على هذا الحال؛ لأننا لا نريد أن نعرف ما نطمح لتحقيقه. فيبقى القمح داخل قشوره. ويبقى الذهب في قبضة التنين، وكذلك العذراء. ويبقى حجر الفلاسفة مهملاً غير مكتشف؛ وتبقى المعلومات مخفية في الفوضى المستديرة، تلوح لنا كي نراها، دون استكشاف. هذا الإهمال هو الرفض الطوعي لتوسيع الوعي. فالطريق إلى الكأس المقدسة يبدأ في الجزء الأكثر إظلامًا من الغابة، وما تحتاجه يبقى مخفيًا حيث لا تريد أن تبحث.

إذا كنت تراكم الكثير من الخردة في خزانك، ففي يوم ما، عندما لا تكون مستعدًا تمامًا، سيفتح باب الخزانة فجأة، لتجد كل ما حُشِر بالداخل، وظل يتزايد بلا هوادة في الظلام، يدفئك أسفله، وقد لا يكون لديك ما يكفي من الوقت أو الطاقة في حياتك لمواجهته، وفرزه، والاحتفاظ بما تحتاجه، والتخلص من الباقي. هذا هو ما يعنيه أن تُسحق تحت أعباء زائدة. هذا هو عودة تيامات، إلهة الفوضى العظيمة في بلاد ما بين النهرين، التي تدمر أولئك الذين يسيئون التصرف.

إن العالم مليء بالمخاطر، والعقبات الخفية، والفرص أيضًا. وترك كل شيء مخفيًا في الضباب لأنك تخشى الخطر الذي قد تجده هناك لن يفيد كثيرًا عندما تجبرك قوى الأقدار على أن تواجه مباشرة ما كنت ترفض رؤيته. ستغرز نفسك في الأغصان الحادة، وتتعثر فوق الصخور الكبيرة، وتسرع متجاوزًا أماكن الملاذ، وسترفض أخيرًا الاعتراف بأنه كان بإمكانك تبديد الضباب بنور وعيك الساطع، لولا أنك أخفيت هذا النور ورفضت إظهاره. حينها ستبدأ في لعن البشر، والواقع، لخلقهم متاهة غير قابلة للاختراق كهذه من العوائق والحواجز. سيناديك الفساد؛ لأنك ستكون مدفوعًا بشكل متزايد بدوافع مظلمة وغير مدروسة، أنشأها الفشل وضخمها الإحباط، تفضي بك بشكل خبيث إلى الاعتقاد الناقم بأن من تجاوزوا في حقك يحصلون منك بالضبط على ما يستحقونه. هذا الموقف وما سيترتب عليه حتمًا من أفعال وتفاعلات سيؤدي إلى إفقار حياتك، ومجتمعك، وأمتك، والعالم. وهذا بدوره سيؤدي إلى إفقار الكينونة ذاتها (وسيكون ذلك بالضبط ما تريده دوافعك المظلمة غير المدروسة).

بالبحث الدقيق، وبالاهتمام الحذر، قد تميل الكفة نحو الفرصة وتبتعد عن العقبة كفاية بحيث تكون الحياة تستحق العيش، رغم هشاشتها ومعاناتها. فإذا كانت لديك رغبة حقيقية، فربما تحصل على ما تريد إذا طلبت. إذا كنت تبحث حقًا، فربما تجد ما تسعى إليه. إذا طرقت الباب، راعبًا حقًا في الدخول، فربما يفتح الباب. ولكن ستكون هناك أوقات في حياتك ستحتاج فيها إلى كل ما لديك لمواجهة ما هو أمامك، بدلًا من الهروب من حقيقة مرعبة لدرجة أن الشيء الوحيد الأسوأ هو الكذب الذي تتوق لاستبداله بها.

لا تُخَفِ الأشياء غير المرغوب فيها في الضباب.

مكتبة

t.me/soramnqraa



القاعدة الرابعة

لاحظ أن الفرصة تكمن حيث نُبذَت المسؤولية

اجعل نفسك لا غنى عنك

بصفتي طبيباً نفسياً إكلينيكياً وأستاذاً جامعياً في الوقت نفسه، قمت بتدريب كثير من الأشخاص في مجال تطوير مساراتهم المهنية. أحياناً يستشيرني الأشخاص الذين أقوم بتدريبهم لأن زملاءهم في العمل، أو مرؤوسيهـم، أو رؤساءهم لا يؤدون أعمالهم على نحو صحيح؛ فهم يعملون تحت إشراف أشخاص نرجسيين، أو غير أكفاء، أو خبيثاء، أو استبداديين. مثل هذه الأمور تحدث ويجب التعامل معها بأي طريقة عقلانية من شأنها أن توقفها. أنا لا أحث الناس على التضحية بأنفسهم؛ فالتضحية بنفسك دون اعتراض أو شكوى ليأخذ شخص آخر الفضل هي فكرة سيئة. ومع ذلك، ففي ظل هذه الظروف، إذا كنت شخصاً حكيماً ومتيقظاً، قد تلاحظ أن زملاءك غير المنتجين يتركون كثيراً من المهام الكبيرة غير منجزة. حينها قد تسأل نفسك: «ماذا سيحدث إذا تحملت مسؤولية القيام بها؟» إنه سؤال مخيف. فما يُترك بلا إنجاز غالباً ما يكون خطيراً، وصعباً، وضرورياً. ولكن هذا يعني أيضاً أنه يستحق العناء ومهم، أليس كذلك؟ وقد تكون لديك القدرة على رؤية أن هناك مشكلة، على الرغم من عماك المتكرر في كثير جداً من الأحيان. كيف لك أن تعرف إذن أنها ليست مشكلتك؟ لماذا تلاحظ هذه المشكلة دون غيرها؟ هذا سؤال يستحق النظر فيه بتمعن. إذا كنت ترغب في أن تصبح شخصاً لا غنى عنه ولا يُقدَّر بـثمن في

مكان العمل، وفي أي مجتمع، فقط قم بالأشياء المفيدة التي لا يقوم بها غيرك. احضر مبكرًا وغادر متأخرًا عن زملائك (ولكن لا تحرم نفسك من الحياة)⁽¹⁾. نظّم ما تراه غير منظم على نحو خطير. قم بالعمل فعلاً عندما تعمل، بدلاً من أن تتظاهر بالعمل. وأخيراً، زد من معرفتك بالعمل، أو بمنافسك، مقارنة بما تعرفه حالياً بالفعل. القيام بذلك سيجعلك لا غنى عنك، وسيجعلك عنصراً أساسياً حقيقياً. وسيلاحظ الناس ذلك وبيدأون في تقدير مهاراتك التي اكتسبتها بعناء.

قد تعترض قائلاً: «لم أستطع أن أتولى شيئاً بهذه الأهمية». ماذا لو بدأت في بناء نفسك لتصبح شخصاً يستطيع ذلك؟ يمكنك أن تبدأ بمحاولة حل مشكلة صغيرة؛ شيء يزعجك وتعتقد أنك تستطيع إصلاحه. يمكنك أن تبدأ بمواجهة مهمة بالحجم الذي يمكنك التعامل معه بالضبط. قد لا يمكن جني الكثير من المكاسب من مهمة صغيرة، ولكن قد يكون هناك مكسب يمكن الفوز به، مع وجود احتمال معقول للنجاح في مثل هذا المسعى (ودون احتمالات كبيرة للفشل والعواقب السلبية). في ضوء ظروف معقولة، يكون تحمل المسؤولية الإضافية فرصة لتصبح لا غنى عنك ولا تُقدَّر بثمن حقاً. وحينها، إذا أردت التفاوض للحصول على زيادة في الراتب، أو مزيد من الاستقلالية، أو مزيد من الوقت الحر، يمكنك أن تذهب إلى رئيسك في العمل وتقول له: «إليك عشرة أشياء كانت بحاجة ماسة للقيام بها، وكل منها ضروري، وأنا أقوم الآن بها كلها. إذا ساعدتني قليلاً، فسأستمر، بل قد أتحسن. وكل شيء، بما في ذلك حياتك، سيتحسن معي». عندها، إذا كان لدى رئيسك أي قدر من الفهم سيكون تفاوضك ناجحاً. هكذا تسير هذه الأمور. ولا تنس أن هناك العديد من الأشخاص الجيدين حقاً الذين يسعدون إذا استطاعوا تقديم يد العون لشخص مفيد وجدير بالثقة. إنها واحدة من متع الحياة التي تنم عن الإيثار، وعمقها لا يجب أن يُستهان به، أو يُستخف به بالسخرية الرخيصة المتكررة في هيئة حكمة سقيمة مبتذلة.

يبدو أن المعنى الذي يدعم الحياة بشكل فعال للغاية يكمن في تحمل المسؤولية. عندما ينظر الناس إلى ما أنجزوه وكان الحظ حليفهم فيه، يفكرون قائلين لأنفسهم: «حسنًا، لقد فعلت ذلك، وكان له قيمة. لم يكن سهلًا، لكنه كان يستحق العناء». إن وجود علاقة تبادلية بين قيمة شيء ما وصعوبة تحقيقه لهو حقيقة غريبة ومتناقضة. تخيل الحوار التالي: «هل تريد الصعوبة؟» «لا، أريد السهولة». «من واقع خبرتك، هل كان فعل شيء سهل يستحق العناء؟» «حسنًا، لا، ليس كثيرًا». «إذن ربما تريد شيئًا صعبًا حقًا». أعتقد أن هذا هو السر في سبب وجود الحياة نفسها: الصعوبة ضرورية.

لهذا السبب نفرض قيودًا على أنفسنا طوعية وبكل سرور. في كل مرة نلعب فيها لعبة مثلًا، نقبل مجموعة من القيود العشوائية؛ فنقيّد أنفسنا ونضيق عليها، ونستكشف الإمكانات التي كشفتها هذه القيود. هذا هو ما يصنع اللعبة. لكنها لا تعمل من دون القواعد العشوائية. ونحن نتبناها طوعية وبطريقة سخيفة، كما في الشطرنج: «لا أستطيع تحريك هذا الحصان إلا على شكل حرف L. يا له من عبث. ولكن يا لها من متعة!» لأنه لا متعة في أن يكون بإمكانك تحريك أي قطعة في أي مكان، وهذا هو الغريب في الأمر. فاللعبة لا تصبح لعبة إذا كان بإمكانك القيام بأي حركة عشوائية. لكن إذا قبلت ببعض القيود فستبدأ اللعبة. تقبل القيود، بشكل أعم، باعتبارها جزءًا أساسيًا من الوجود، وجزءًا مرغوبًا فيه من الحياة. افترض أنك تستطيع تجاوزها بقبولها؛ وحينئذ يمكنك ممارسة اللعبة المحدودة على نحو صحيح.

هذا كله ليس فقط ذا أهمية نفسية، وليس مجرد لعبة بأي حال من الأحوال؛ فالناس بحاجة إلى معنى، ولكن المشاكل أيضًا تحتاج إلى حل. من المفيد جدًّا، من المنظور النفسي، أن تجد شيئًا ذا أهمية، شيئًا يستحق التضحية من أجله، شيئًا يستحق المواجهة والتصدي له. ولكن المعاناة والشر اللذين يميزان الحياة حقيقيان، ولهما عواقب وخيمة

حقيقية، وقدرتنا على حل المشاكل، من خلال مواجهتها والتصدي لها، هي أيضًا حقيقية. فمن خلال تحمل المسؤولية، يمكننا أن نجد مسارًا ذا معنى وهدف، وأن نحسن حالتنا الذاتية على المستوى النفسي، وأن نجعل ما هو خطأ إلى حد لا يُطاق أفضل بصورة حقيقية. وهكذا، يمكننا الجمع بين الجهد وثمره هذا الجهد.

المسؤولية والمعنى

فكرة أن الحياة معاناة هي من البديهيات نسبيًا في الفكر الديني، وهي أولى الحقائق الأربع النبيلة في البوذية وأحد المفاهيم الأساسية في الهندوسية أيضًا. هناك حكاية تراثية تروي أن الكلمة الهندية القديمة التي تعني معاناة - *dukkha* (من اللغة البالية القديمة Pali language) أو *duhka* (من اللغة السنسكريتية) - مشتقة من كلمتي *dus* (سيئ) و *kha* (ثقب)؛ لا سيما الثقب في عجلة العربة التي تجرها الخيول، الذي يمر من خلاله المحور. إن المكان المناسب لمثل هذا الثقب هو في النقطة الميتة، تمامًا في المنتصف؛ وإلا فمن المحتمل أن تكون الرحلة مليئة بالمطبات، إذ تتناسب المطبات بشكل مباشر مع درجة الانحراف. يذكرني هذا كثيرًا بالمصطلح اليوناني *hamartia*، الذي يُترجم غالبًا إلى «خطيئة» في سياق الفكر المسيحي.

كان مصطلح *hamartia* في الأصل مصطلحًا يُستخدم في الرماية، ويعني عدم إصابة الهدف أو العلامة. ثمة طرق عديدة يمكن أن تؤدي إلى عدم إصابة الهدف. كثيرًا ما لاحظت خلال ممارستي الإكلينيكية -وفي حياتي الشخصية- أن الناس لم يحصلوا على ما يحتاجون إليه (أو ما يريدونه، وهو أمر ربما يكون بالأهمية نفسها) لأنهم لم يوضحوا لأنفسهم أو للآخرين ذلك الشيء الذي يريدونه أو يحتاجونه. فعلى أي حال، من المستحيل أن تصيب هدفًا ما لم تصوّب نحوه. وبناءً على ذلك، عادة ما يكون شعور الناس بالانزعاج بسبب ما لم يحاولوا حتى فعله أكبر

من انزعاجهم من الأخطاء التي ارتكبوها أثناء تعاملهم مع العالم⁽²⁾. فأنت إذا أخطأت أثناء القيام بشيء ما، يمكنك على الأقل أن تتعلم من الخطأ. ولكن أن تبقى سلبياً في مواجهة الحياة، فحتى إذا بررت تراخيك بأنه وسيلة لتجنب الخطأ؛ فهذا خطأ كبير. وكما يصغر موسيقار البلوز الكبير توم ويتس (في أغنيته «قليل من المطر» A Little Rain): «يجب أن تجازف بشيء مهم».

هذا هو الخطأ الفادح الذي ارتكبه الشخصية الخيالية بيتر بان، على سبيل المثال. كلمة «بان» -وهو اسم يعكس صدى اسم إله البرية والطبيعة اليوناني- تعني «الشامل لكل شيء». كان بيتر بان، ذلك الصبي السحري، قادراً على كل شيء. إنه يجسد القدرة بذاتها، مثل كل طفل، وهذا يجعله سحرياً، مثلما يكون كل طفل سحرياً. ولكن الوقت يزيل هذا السحر تدريجياً، محولاً قوة الطفولة المذهلة إلى واقع النضج الفعلي الذي يبدو أحياناً أبسط، ولكنه حقيقي. والبراعة، إذا جاز التعبير، هي في مقايضة تلك القدرة المبكرة بشيء ذي معنى، ومثمر، وطويل الأمد، ومستدام. بيتر بان يرفض القيام بذلك، وهذا يُعزى ولو جزئياً، إلى أن قدوته الأساسية هو الكابتن هوك. إن الكابتن هوك هو النموذج الأصيل للملك الطاغية، وتجسيد للنظام المختل؛ فهو طفيلي ومستبد، يرتعد من الموت؛ ولديه أسبابه لذلك. فالموت يطارد هوك في هيئة تمساح لديه ساعة في معدته. إن الزمن يمر؛ وهذه هي الحياة، تتلاشى مع مرور الثواني. لقد تذوق التمساح هوك أيضاً، وأعجبه. وهذه هي الحياة أيضاً. ليس فقط الجبناء يخافون مما يكمن في أعماق الفوضى؛ فنادر هو ذلك الشخص الذي لم يعان من خيبة الأمل، والمرض، وموت شخص عزيز بحلول نهاية مرحلة الطفولة. مثل هذه التجارب يمكن أن تترك أولئك الذين مروا بها ناقمين، وحاquدين، وشرسين، وطغاة، تماماً مثل هوك. وفي ظل اتخاذه ذاك الكابتن قدوة له، لا غرابة في عزوف بيتر بان عن أن يكبر. من الأفضل أن يظل ملك الأولاد التائهين؛ من الأفضل أن يظل تائهاً في الخيال مع ثينكريل، التي توفر كل

ما يمكن أن توفره شريكة من الجنس الآخر؛ باستثناء أنه لا وجود لها. أما ويندي، الحب الكبير في حياة بيتر بان، فتختار أن تكبر على الرغم من إعجابها بصديقها بيتر. تتزوج وتواجه نضجها، بل وترحب به، وبالمؤشرات الكامنة عن الموت والفناء. إنها تختار عن وعي التضحية بطفولتها من أجل واقع الرشد، ولكنها تحصل في المقابل على حياة حقيقية. ويبقى بيتر طفلاً؛ طفل سحري بالتأكيد، لكنه يظل طفلاً، والحياة المحدودة الفريدة، تتسلل إلى جواره دون أن يعيشها بالكامل. في مسرحية «بيتر بان أو الصبي الذي رفض أن يكبر» للكاتب جيه إم. باري، يصوّر بان على أنه لا يهاب الموت، ويواجهه على صخرة مارونرز. قد يسيء المشاهدون غير المنتبهين فهم موقفه على أنه شجاعة؛ فعلى أي حال، يقول بان: «سيكون الموت مغامرة كبيرة جداً». ولكن الراوي غير المرئي ذا البصيرة النافذة نفسياً يعترض قائلاً: «الحياة ستكون مغامرة كبيرة جداً» (*) (وهي عبارة تعبر حقاً عما كان يمكن أن يحدث لو اختار ملك الصبية ويندي)، مشيراً بعد ذلك على الفور قائلاً: «ولكنه لا يستطيع فهمها تماماً» (**). إن عدم خوف بان الافتراضي من الموت ليس شجاعة، بل هو تجسيد لطبيعته الانتحارية بالأساس، للسأم من الحياة (الذي يظهره باستمرار من خلال رفضه أن يكبر وينضج).

ليس بالشيء الجيد على الإطلاق أن تكون الشخص الأكبر سنّاً في حفل الأخوية. إنه يأس متخفّ في شكل تمرّغد شبابي، يرافقه مزيج من اليأس والخطورة. يذكرنا هذا بأرض نيفرلاند. وبالطريقة نفسها، تبدأ الإمكانية الجذابة لشخص موهوب في الخامسة والعشرين، ولكنه بلا هدف أو اتجاه في التحول إلى شيء ميؤوس منه ومثير للشفقة في سن

(*) بيتر بان، الفصل الثالث، gutenberg.net.au/ebooks03/0300081h.html.

(**) بيتر بان، الفصل الخامس، المشهد الثاني (الفقرة الختامية) / gutenberg.net.au/ebooks03/0300081h.html.

الثلاثين، وتصبح منتهية الصلاحية تمامًا في الأربعين. يجب أن تضحي بشيء من إمكانياتك العديدة في مقابل شيء حقيقي في الحياة. استهدف شيئًا ما. احمل نفسك على الانضباط؛ أو تحمل العاقبة. وما تلك العاقبة؟ كل معاناة الحياة، دون أي معنى. هل ثمة وصف أفضل من ذلك للجحيم؟ إن الحياة معاناة (*duhka*) بالنسبة إلى البوذيين، وربما تكون كذلك بالقدر نفسه - وإن كان على نحو أقل وضوحًا - من منظور الهندوس. أما الكتب العبرية، فحتى أولئك الذين دعاهم يهوه نفسه للانخراط في مغامرة الحياة لا يفلتون بأي حال من الكارثة. ربما كان لدى إبراهيم - نموذج الأب الروحي - حدس لهذا. كان لديه شيء واضح من بيتربان نفسه؛ إذ يؤكد النص المقدس أن إبراهيم بقي بأمان داخل خيمة والده حتى بلغ الخامسة والسبعين من عمره (وهي بداية متأخرة، حتى بمعايير اليوم). ثم، عندما دعاه الله - لمغادرة العائلة والبلد - بدأ رحلته في الحياة. وماذا واجه بعد أن استجاب للدعوة الإلهية للمغامرة؟ أولاً، المجاعة؛ ثم الطغيان في مصر؛ والفقد المحتمل لزوجته الجميلة لصالح رجال أقوى وأكثر نفوذًا؛ النفي من بلده؛ والصراعات على الأرض مع بني عشيرته؛ والحرب؛ وخطف ابن أخيه؛ والعقم الطويل (على الرغم من وعد الله بجعله السلف الأكبر لأمة عظيمة)؛ وأخيرًا، الصراع المرعب بين زوجته.

كان لقصة إبراهيم تأثير كبير عليّ عندما بدأت أدرسها وأقدرها بعمق أكبر. كانت تحمل في جوهرها مزيجًا غريبًا من التشاؤم والتشجيع الواقعي الحقيقي. ماذا عن التشاؤم؟ حتى ولو دعاك الله نفسه للخروج إلى العالم، كما حدث مع إبراهيم، فإن الحياة ستكون صعبة إلى حد هائل؛ فحتى في أفضل الظروف الممكنة، ستظهر عقبات شبه مستعصية وتعرض طريقك. وماذا عن التشجيع؟ ستال الفرصة لتظهر أنك أقوى وأكثر كفاءة مما قد تتخيل. هناك إمكانية بداخلك (بعض من ذلك السحر الذي يتجلى بقوة في الطفولة) ستظهر عندما تتطلب الظروف ذلك وتحولك - بإذن الله - إلى شخص يمكنه تحقيق الغلبة والسيادة.

ثمة فكرة قديمة جدًا، لم أفهمها إلا مؤخرًا، على الأقل جزئيًا. إنه شيء تراه متجسدًا في كثير من الأشكال الأدبية، والتصويرية، والدرامية، القديمة والحديثة. إنه شيء يتعلق بالمسؤولية والمعنى، ولكن دلالاته الحقيقية تبدو خفية، تمامًا مثلما تكون الحكمة التي يمكن أن تجلبها الأحلام خفية في أغلب الأحيان. إنه يرتبط بأسطورة البطل المتأهية: ذلك البطل الذي ينطق بكلمات سحرية، ويرى ما لا يمكن للآخرين رؤيته (أو يرفضون رؤيته)، ويتغلب على العملاق، ويقود شعبه، ويقتل التنين، ويجد الكنز الصعب المنال، وينقذ العذراء. هذه كلها أشكال مختلفة لنفس النمط الإدراكي والسلوكي، الذي يعتبر مخططًا للنمط التكييفي العالمي للوجود. البطل هو أيضًا الذي ينقذ والده من بطن الوحش. فماذا يمكن أن تعني هذه الفكرة، التي يُعبر عنها عادة في شكل سردي؟

أنقذ أباك: أوزوريس وحورس

فكر في القصة المصرية القديمة عن أوزوريس، وست، وإيزيس، وحورس^(*). اعتبر المصريون أن أوزوريس هو الإله المؤسس للدولة. يمكنك اعتباره مزيحًا من جميع السمات الشخصية لجميع الأشخاص الذين أنشأوا الحضارة المذهلة على ضفاف نهر النيل. عُبد أوزوريس كبطل مؤسس للثقافة، أنشأت مآثره الأسطورية التي حققها في شبابه باعتباره إلهًا نابضًا بالحياة واحدة من أولى الحضارات العظيمة الباقية. لكنه تقدم في العمر - كما يحدث لكل الأشياء - وصار أعمى بإرادته. أصر المصريون على أن هذه الشخصية المهمة جدًا في أساطيرهم امتلك كلتا هاتين الصفتين؛ وشكل هذا الإصرار حقيقة عظيمة. شاخ الإله المؤسس العظيم وصار عجوزًا لا يساير العصر، ولكن أهم من ذلك، أنه بدأ يغلق

(*) قدمت تحليلًا مفصلاً في كتابي الأول، «خرائط المعنى» *Maps of Meaning*، كما أشرت إليها في كتاب «12 قاعدة للحياة» *Rules For Life 12*، القاعدة السابعة: اسع وراء المعنى (وليس وراء النفعية).

عينيه عندما كان يعلم تمامًا أنه كان يجب عليه إبقاؤهما مفتوحتين. توقف أوزوريس عن الانتباه إلى الكيفية التي تُدار بها مملكته. كان ذلك عمى إراديًا متعمدًا، ولا يمكن إلقاء اللوم في هذا على العمر فحسب؛ بل إنه إغراء رهيب؛ لأنه يسمح لنا بتأجيل المشكلات التي كان يمكن أن نواجهها اليوم إلى المستقبل. كان ذلك ليكون لا بأس به لو لم تكن المشكلات تتراكم، مثل الفوائد؛ لكننا جميعًا نعلم أنها تتراكم.

كان لقرار أوزوريس بإغلاق عينيه عندما كان يجب عليه إبقاؤهما مفتوحتين ثمنٌ باهظٌ: الخضوع لأخيه الشرير، سِت. يمكننا القول إن فكرة أن الدولة لها أخ شرير فكرة بديهية في الرؤية المصرية للعالم - لا شك أنها نتاج حضارة عريقة معقدة تلحظ عيوبها الذاتية - وهي فكرة احتفظت بأهميتها حتى يومنا هذا. بمجرد إنشاء تسلسل هرمي وظيفي على نحو صحيح، يفتح مجال للاستيلاء على مواقع السلطة فيه، ليس من قِبل الأشخاص الذين لديهم الكفاءة المطلوبة لتنفيذ المهمة المطلوبة، ولكن من قِبل أولئك المستعدين للجوء إلى التلاعب، والخداع، والإكراه، لبلوغ المكانة والسيطرة. كانت تلك القوى السلبية هي ما كان المصريون يحاولون تصوره في شخص سِت، عدو الاستنارة، والتنوير، والرؤية، والوعي⁽³⁾. كانت أعظم طموحات سِت هي حكم مصر، والاستيلاء على مكان الفرعون الشرعي. وبإغلاق عينيه عن مكائد أخيه الشرير - برفضه الرؤية - سمح أوزوريس لسِت بأن يزداد قوة. وقد ثبت أن هذا كان خطأً قاتلاً (أو قاتلاً بقدر ما يمكن أن يكون الخطأ قاتلاً لكائن خالد). انتظر سِت متحِينًا الفرصة المناسبة، حتى وجد أوزوريس في لحظة ضعف؛ ثم قام بتقطيع جسده، ونثر أجزائه في جميع أنحاء الريف المصري. لم يكن (وليس) من الممكن القضاء على أوزوريس نهائيًا؛ وهو تجسيد للحافز البشري الأبدي نحو التنظيم الاجتماعي؛ وتلك قوة لن تموت. ولكن من الممكن تقطيع جسده إزبًا، لكي يكون من الصعب عليه أن يجمع شتات نفسه، وهذا بالضبط ما نجح سِت في تحقيقه.

سقط أوزوريس، إله النظام. يحدث هذا طوال الوقت، في حياة الأفراد، وكذلك في تاريخ العائلات، والمدن، والدول. تنهار الأمور عندما تنهار العلاقات العاطفية، أو تتدهور الوظائف، أو تموت الأحلام الأثيرة؛ عندما يحل اليأس، والقلق، وعدم اليقين، وفقدان الأمل محل نظام يصلح للاستقرار في ظله؛ وعندما تطل العدمية والهاوية بوجهيهما القبيحين، لتدمرا القيم المرغوبة والمستقرة للحياة الحالية. في ظل هذه الظروف، تظهر الفوضى. ولهذا السبب تظهر الإلهة إيزيس -ملكة العالم السفلي وزوجة أوزوريس- عندما يتم تدمير أوزوريس على يد ست. تجوب إيزيس الريف باحثة عن رفات أوزوريس. وتجده في شكل عضوه الذكري المبتور -وعاء الفكرة البذرية، الكلمة المنوية، المبدأ المثمر- وتجعل نفسها حبلى. ماذا يعني هذا؟ يعني أن ملكة العالم السفلي، إلهة الفوضى، هي أيضًا قوة التجديد الدائم. تتحرر كل الإمكانيات التي كانت مقيدة بالمنظومات السابقة للإدراك، والتصنيف، والافتراض، وكل القيود غير المرئية المفروضة على سكان تلك الدولة المنظمة، سواء ترتب على ذلك نتائج إيجابية أو سلبية، عندما يتحطم هذا النظام. وهكذا، عندما لا يعود الأساس صامدًا، حتى في أصعب اللحظات، تظهر إمكانيات جديدة. ولهذا السبب يولد البطل الروحي عندما تصل الأمور إلى أسوأ حال ممكنة.

تعود الإلهة إيزيس الحامل إلى موطنها في العالم السفلي وتلد في موعدها، حورس، الابن الشرعي للملك المفقود منذ زمن طويل، الذي يتتابه بينما يكبر شعور بالغربة عن مملكته التي صار الفساد يعتمها الآن (وهو شيء نمر به جميعًا أثناء نضوجنا). السمة الرئيسة لحورس هي العين -تلك العين الواحدة المصرية الشهيرة- بينما يتجسد في هيئة صقر، الطائر الذي يستهدف فريسته بدقة، ويصيب هدفه بدقة قاتلة، ويملك حدة إبصار لا مثيل لها في مملكة الكائنات الحية. ولكن أهم من ذلك أن حورس لديه الإرادة للرؤية، إلى جانب القدرة على الرؤية. هذه شجاعة في حد ذاتها: لقد رفض التراجع عن مواجهة ما يتجلى ويصبح معلومًا، مهما بدا مريعًا. إن حورس هو إله

اليقظة العظيم؛ لذا قرر المصريون، بطريقتهم السردية الغربية، التي تتجلى في شكل من أشكال التفكير الخيالي امتد عبر آلاف السنين، أن ملكة الانتباه يجب أن تغطي على ما عداها من ملكات. يختلف حورس عن والده أوزوريس في استعداده للرؤية؛ فيرى عمه ست، على سبيل المثال، كما هو على حقيقته. إن ست رمز للشر البحت؛ هو الشر نفسه. ومع ذلك، يعود حورس عندما يكبر إلى المملكة التي سُلِبَت من والده ويواجه عمه، ويخوضان معركة ملحمة. يرى الإله الشاب والوريث الشرعي للعرش الفرصة كامنة حيث تم التخلي عن المسؤولية، ولا يرغب في أن يشيح بنظره بعيداً عنها. هذا تحدٍّ لا يلائم أصحاب القلوب الضعيفة؛ حين يباشر حتى بلوغ نهايته المنطقية؛ عندما يُماط اللثام عن الفساد والعمى المتعمد، ومجابهة الواقع بأخطاره دون خوف. فالنظر إلى الشر بعيون غير محمية أمر خطير جداً، بغض النظر عن مدى ضرورة النظر إليه. يتجسد هذا في هزيمة حورس الجزئية الأولية؛ إذ يمزق ست إحدى عيني ابن أخيه الشجاع في أثناء مواجهتهما.

يخرج حورس من المعركة منتصراً، برغم الضرر الذي تكبده. ومن الضروري للغاية التأكيد مرة أخرى - في ضوء هذا الانتصار - على حقيقة دخوله المعركة طوعاً. فمن المبادئ الأساسية للتدخل العلاجي - الذي تم التوصل إليه بناءً على ملاحظة التحسن في الصحة النفسية عبر كثير من مدارس الفكر السيكلوجي العملي - أن المواجهة الطوعية مع عقبة مخيفة، أو مكروهة، أو محتقرة لها أثر علاجي. نحن نصبح أقوى بمواجهة ما يعيق تقدمنا الضروري طوعاً. هذا لا يعني أن «تتحمل أكثر مما تطيق»، (مثلما لا يعني «دخول المعركة طوعاً» «السعي إلى الصراع بتهور»؛ فمن الأفضل لنا جميعاً أن نواجه التحديات بالمستوى المناسب الذي يثير يقظتنا، ويحثنا على تنمية الشجاعة، والمهارة، والموهبة، وأن نتجنب مواجهة هوجاء مع ما يتجاوز استيعابنا الحالي.

كيف يمكن قياس مستوى الصعوبة الذي يجب تحرّيه في التحديات؟ الإجابة تكمن في غريزة البحث عن المعنى، وهو شيء أعمق وأقدم بكثير

من مجرد الفكر. هل ما تحاول فعله يدفعك إلى الأمام دون أن يكون مخيفاً لك أكثر مما ينبغي؟ هل يجذب اهتمامك دون أن يسحقك؟ هل يلغي عبء مرور الوقت؟ هل يخدم من تحب وربما يجلب بعض الخير لأعدائك؟ تلك هي المسؤولية. كبح الشر. تقليل المعاناة. مواجهة الإمكانية التي تتجلى أمامك في كل ثانية من حياتك مع رغبتك في تحسين الأمور، بغض النظر عن العبء الذي تتحمله، وبغض النظر عن ظلم الحياة وقسوتها التي تبدو في كثير من الأحيان عشوائية. إن جميع الأساليب الأخرى تزيد من عمق هوة المعاناة لا أكثر، وترفع من حرارتها، وتحكم على من يسكنها بتفاقم مستمر لمشاكله الجسيمة بالفعل. الجميع يعرف هذا. وكل صديق أو حبيب حقيقي يلاحظ ذلك، ويشعر باليأس عندما يرى شخصاً يهتم لأمره يفشل في القيام بما يجب عليه القيام به.

يستعيد حورس عينه من ست المهزوم وينفيه خارج حدود المملكة. لا يمكن قتل ست أيضاً؛ فهو سرمدي مثل أوزوريس، سرمدي مثل إيزيس وحورس. إن الشر الذي يشكل تهديداً لجميع مستويات التجربة هو شيء - أو شخص - يجب على الجميع مواجهته دائماً، نفسياً واجتماعياً. ولكن يمكن التغلب على الشر وطرده وهزيمته لفترة من الزمن. وعندها يمكن أن يسود السلام والانسجام ما لم ينس الناس ما أدى إلى جلبهما.

يستعيد حورس عينه. والشخص العاقل في مثل هذا الوضع سيشكر حظه السعيد، ويضع عينه في محجرها الفارغ، ويواصل حياته. لكن ليس هذا ما فعله حورس. بل إنه يعود إلى العالم السفلي، إلى بطن الوحش، إلى مملكة الموتى، حيث يعلم أنه سيجد روح أوزوريس. وعلى الرغم من أنه مقطّع الأوصال، وقريب من الموت - بل ميت بشكل ما - يسكن أوزوريس مملكة الفوضى السفلية نفسها. هذا هو الأب الميت في بطن الوحش. يجد حورس الملك العظيم السابق ويمنحه العين التي اقتلعها ست. يستطيع الملك الحكيم المحنك أن يرى الآن مرة أخرى بفضل تضحية ابنه وبصيرته. يأخذ حورس والده، بعد استعادة بصره، ويعود معه

إلى المملكة، حتى يتمكن من الحكم معًا. أصر المصريون على أن هذا المزيج من الرؤية، والشجاعة، والإرث المتجدد هو ما يشكل الحاكم المناسب للمملكة. كان هذا التزاوج بين الحكمة والشباب هو جوهر قوة الفرعون، وروحه الخالدة، ومصدر سلطته.

عندما تواجه تحديًا، فإنك تتصارع مع العالم وتثقف نفسك. هذا يجعلك أكثر مما أنت عليه. يجعلك تتجه تدريجيًا نحو ما يمكن أن تكونه. ومن يمكن أن تكون؟ يمكنك أن تكون كل ما يمكن لرجل أو امرأة أن يكون. يمكنك أن تكون التجسيد الرمزي الأحدث -بطريقتك الفريدة- لأبطال الماضي العظماء. وما الحد الأقصى لذلك؟ لا نعرف. في سياقاتنا الدينية إشارة إلى ذلك. كيف سيكون شكل إنسان في أقصى درجات الوعي واليقظة، إذا جاز التعبير؟ كيف سيكون شكل شخص عازم على تحمل المسؤولية الكاملة عن مأساة وشرور العالم؟ إن السؤال الأسمى للإنسان ليس من نحن، بل من يمكن أن نكون.

عندما تنظر في هاوية، ترى وحشًا. إذا كانت الهاوية صغيرة، يكون الوحش صغيرًا. ولكن إذا كانت الهاوية غير محدودة، فإن الوحش يكون غير محدود. هذا بالتأكيد تين، بل ربما تين الشر نفسه. إن الوحش في الهاوية يتخذ صورة المفترس الأبدي الذي يترصد في الليل، جاهزًا لالتهام فريسته الغافلة وقادرًا على ذلك. هذا تصور عمره عشرات الملايين من السنين، شيء مشفر بعمق في أعماق بنيتنا البيولوجية كأى مفهوم آخر يمكن تشفيره. والأمر لا يقتصر فقط على وحوش الطبيعة، بل يشمل طغاة المجتمع وشرور الأفراد. كل هذا -مع سيطرة العنصر الأخير- يشكل واقعًا من المريع التفكير فيه. ومن طبيعة البشر ألا ينكمشوا ويتجمّدوا كفريسة عاجزة، ولا أن يتحولوا إلى خونة ويخدموا الشر نفسه، بل أن يواجهوا الأسود في عرينها. هذه هي طبيعة أسلافنا: لقد كانوا صيادين، ومدافعين، ورعاة، ورحالة، ومخترعين، ومحاربين، ومؤسسي مدن ودول في غاية الشجاعة. هذا هو الأب الذي يمكنك إنقاذه؛ والسلف الذي يمكنك أن

تكون مثله. ويعثر عليه في أعرق مكان ممكن؛ إذ هذا هو المكان الذي لا بد أن تذهب إليه إذا كنت ترغب في تحمل المسؤولية كاملة وتصبح ما يمكنك أن تكونه.

ومن قد يكون ذلك؟

لنتفق في البداية على أن لديك حدًا أدنى من الالتزام الأخلاقي بالاعتناء بنفسك. ربما كنت تهتم بنفسك بدافع الأنانية فقط. ولكن بعد ذلك تظهر الأسئلة: ماذا تعني بـ«الاعتناء»؟ وعن أي «نفس» تتحدث؟ سنبدأ بالنظر في الأنانية البحتة، المصلحة الذاتية غير المشوبة بشيء آخر. هذا من شأنه أن يبسط الأمر. وهذا يعني، مبدئيًا، أنك حر في فعل أي شيء تريده؛ لأنك لست مضطرًا للاهتمام بأي شخص آخر. لكن بعد ذلك قد يعترض شيء بداخلك قائلاً: «انتظر لحظة. هذا لن يفلح». لماذا لن يفلح؟ حسنًا، أي نفس تعتني بها؟ هل تعتني بنفسك التي توجد تحديدًا في هذه اللحظة؟ ماذا سيحدث إذن في اللحظة التالية؟ لأن المستقبل قادم بالتأكيد مثل شروق الشمس في الصباح. ومن الأفضل أن تكون مستعدًا له.

أنت تعرف المخاطر التي تنتظرك إذا اخترت تحقيق أقصى حد من الإشباع الآن على حساب المستقبل. تخيل أنك على وشك أن تقول شيئًا دون تفكير وبغضب. يخبرك لسان حالك بأن «لا ترحم أحدًا»، فتقول ما يخطر ببالك، بغض النظر عن مدى ما فيه من ظلم وقسوة. ويصاحب ذلك حالة من تحرير المشاعر الإيجابية والحماسة، وكذلك التنفيس المرضي عن الاستياء. ولكن بعد ذلك مباشرة، تقع في مشكلة، وقد تلازمك هذه المشكلة مدة طويلة. من الواضح أنك لم تتصرف بما يناسب مصلحتك، على الرغم من أنك فعلت ما تريده بأنانية. ولا يوجد أي شخص عاقل يقول لابنه أو ابنته العزيزين: «اسمع يا صغيري، لا تفعل إلا ما يبدو مرضيًا لك في هذه اللحظة، ودع كل شيء آخر يذهب إلى الجحيم. لا يهم». أنت لا تقول ذلك؛ لأنك تعرف جيدًا أن المستقبل قادم لطفلك مثلما هو قادم

لك بكل تأكيد. ومجرد حقيقة أن شيئاً ما يجعلك سعيداً في اللحظة الراهنة لا تعني أنه يصب في مصلحتك عند النظر إلى كل التفاصيل؛ وإلا لصارت الحياة بسيطة إذا كان هذا هو الحال. ولكن هناك «ذاتك» الآن، و«ذاتك» غداً، و«ذاتك» الأسبوع المقبل، والعام المقبل، وفي غضون خمس سنوات، وفي غضون عقد من الزمان؛ والضرورة القاسية تجبرك على أخذ جميع هذه «الذوات» في الاعتبار. تلك هي اللعنة المرتبطة باكتشاف الإنسان للمستقبل، واكتشاف ضرورة العمل؛ لأن العمل يعني التضحية بمُتَعِ الحاضر الافتراضية من أجل التحسين المحتمل لما هو قادم.

والآن، هناك بعض الفائدة في التقليل من أهمية «ذواتك» التي تعيش بعيداً في المستقبل؛ لأن المستقبل غير مضمون. فليس من الصواب أن تنشغل بنتائج أفعالك الحالية بعد عشرين سنة كما تهتم بها الآن؛ لأن هناك احتمالاً كبيراً جداً أنك موجود هنا الآن (إذا كنت تقرأ هذا)، واحتمالاً أقل قليلاً أنك ستكون موجوداً آنذاك. ثم هناك أخطاء التنبؤ التي ستقع فيها عندما تنظر بعيداً جداً إلى الأمام. ولكن تزايد عدم اليقين مع مرور الزمن لا يمنع الأشخاص العاقلين من التحضير لسنواتهم اللاحقة. هذا ما يعنيه المستقبل: إذا كنت ستعتني بنفسك، فأنت بالفعل مثقل (أو محظوظ) بمسؤولية اجتماعية. إن «ذاتك» التي تعتني بها هي مجتمع موجود عبر الزمن؛ وضرورة أخذ مجتمع الفرد ذاك في الاعتبار، إذا جاز التعبير، هي عبء وفرصة تبدو من الخصائص الفريدة للبشر.

لا يبدو أن الحيوانات تفكر في المستقبل بنفس طريقتنا. إذا زرت السهول الأفريقية، وراقبت قطعاً من الحمير الوحشية، فسترى غالباً الأسود مستلقية حولها في استرخاء. وما دامت الأسود مستلقية ومسترخية، فإن الحمير الوحشية لا تبالي. يبدو هذا الموقف متهوراً قليلاً من المنظور البشري؛ فينبغي على الحمير الوحشية بدلاً من ذلك الصبر والانتظار حتى تنام الأسود، ثم عليها أن تسرع إلى ركن من السهل في قطع وتخطط قليلاً. ثم يجب على عدة عشرات منها أن تركض نحو الأسود النائمة وتدهسها

حتى الموت. وهكذا ستنتهي مشكلة الأسود. لكن ليس هذا ما تفعله الحمير الوحشية. فهي تفكر: «آه، انظروا إلى تلك الأسود المسترخية! الأسود المسترخية ليست مشكلة أبدًا!» لا يبدو أن الحمير الوحشية لديها أي إحساس حقيقي بالزمن. فلا يمكنها تصور نفسها عبر المدى الزمني. ولكن البشر لا يمكنهم التعامل مع مثل هذا التصور فحسب، بل لا يمكنهم الإفلات منه. لقد اكتشفنا المستقبل منذ زمن طويل، والآن صار المستقبل هو المكان الذي يعيش فيه كل واحد منا، في حالة من الاحتمالية. ونتعامل مع ذلك بوصفه حقيقة. إنها حقيقة محتملة فقط؛ ولكنها يحتمل بشكل كبير أن تصبح في النهاية هي الحاضر، ونحن مدفوعون لأخذ ذلك في الاعتبار. أنت عالق مع نفسك. تحمّل عبء ما أنت عليه الآن وما ستكون عليه في المستقبل. وهذا يعني أنه إذا كنت تعامل نفسك بشكل صحيح، فيجب أن تأخذ في الاعتبار الطبيعة التكرارية لذاتك وأفعالك عبر الزمن. فقدرك أن تلعب لعبة مع نفسك اليوم ويجب ألا تتداخل هذه اللعبة مع تلك التي تلعبها غدًا، أو الشهر المقبل، أو العام المقبل، وهكذا. لذا فإن الأنانية الذاتية الضيقة مقدّر لها أن تكون بلا تأثير. ولهذا السبب، وغيره من الأسباب، فإن مصطلح الأخلاقيات الفردية الصارمة يحمل تناقضًا. في الواقع، هناك فارق بسيط بين الكيفية التي ينبغي أن تتعامل بها مع نفسك - بمجرد أن تدرك أنك مجتمع يمتد عبر الزمن - والكيفية التي ينبغي أن تتعامل بها مع الآخرين.

في الزواج، على سبيل المثال، تواجه مع شريك حياتك المشكلة نفسها التي تواجهها مع نفسك: أنت عالق في عواقب لعبة متكررة. يمكنك معاملة زوجك أو زوجتك بأي طريقة معتادة الآن، في هذه اللحظة، بغض النظر عن مدى بشاعتها ورعونتها، ولكنك ستستيقظ معه أو معها غدًا، وفي الشهر القادم، وبعد عقد من الآن (وإذا لم يكن ذلك الشخص، فسيكون شخصًا آخر تعيش الحظ بالقدر نفسه). إذا عاملت الشخص الذي ارتبطت به بطريقة لا تنجح عند تكرارها عبر الزمن، فإنك تلعب لعبة آخذة في التدهور

والتفاقم، وسيعاني كلاهما بشدة بسببها. وهذه المشكلة لا تختلف جوهرياً عن الفشل في التوصل إلى سلام مع نفسك المستقبلية؛ فالعواقب واحدة.

السعادة والمسؤولية

يرغب الناس في أن يكونوا سعداء، ولا عجب في ذلك. فلنكف اشتقت، في كثير من الأحيان، لعودة السعادة - آملاً في وجودها الحالي - وأنا بالتأكيد لست وحيداً في ذلك. غير أنني لا أعتقد أنه يجب عليك السعي وراء السعادة. فإذا فعلت ذلك، فستواجه مشكلة التكرار؛ لأن «السعادة» شيء متعلق باللحظة الحالية. إذا وضعت الناس في مواقف يشعرون فيها بالكثير من المشاعر الإيجابية، فسيصبح تركيزهم منصباً على الحاضر، وسيصيرون مندفعين⁽⁴⁾. وهذا يعني أن «تعمل على تحقيق أهدافك بينما تكون الظروف ملائمة»؛ استفد من الفرص عندما تكون الأمور مواتية واتخذ خطوات فورية. لكن الحاضر ليس كل شيء، وللأسف، يجب أن تأخذ كل شيء في الاعتبار، على الأقل بقدر ما تستطيع. ونتيجة لذلك، من غير المحتمل أن يكون ما يُحسّن حياتك عبر الزمن هو السعادة. بالمناسبة، أنا لا أنكر أنها مرغوبة. فإذا وصلت السعادة إليك، استقبلها بامتنان وذراعين مفتوحتين (ولكن كن حذراً؛ لأنها قد تجعلك متهوراً).

ما الذي يمكن أن يكون بديلاً أكثر تطوراً للسعادة؟ تخيل أن يكون البديل هو العيش بما يتوافق مع حس المسؤولية؛ لأن ذلك يضع الأمور في نصابها الصحيح في المستقبل. تخيل أيضاً أنك يجب أن تتصرف بموثوقية وصدق ونبل، وأن تكون أفعالك مرتبطة بخير أسمى، من أجل أن تُظهر الشعور بالمسؤولية بالشكل المناسب. سيكون الخير الأسمى هو تحسين أدائك وأداء الأشخاص من حولك في آنٍ واحد، عبر الزمن، كما ناقشنا سابقاً. هذا هو الخير الأسمى. تخيل أنك تجعل هذا الهدف مدركاً، وأنت تصوغ هذا الهدف باعتباره هدفاً صريحاً. هنا يظهر سؤال: «ما العواقب النفسية لذلك؟». أولاً، اعتبر أن معظم المشاعر الإيجابية التي يختبرها الناس لا تأتي

من الحصول على شيء. فهناك المتعة البسيطة (أو بالأحرى، الرضا) التي تتأتى من تناول طعامًا لذيذًا عندما تكون جائعًا، وهناك الرضا الأكثر تعقيدًا ولكنه مشابه، الذي يرتبط بإنجاز شيء صعب وذو قيمة. تخيّل، على سبيل المثال، أنك تخرجت من الصف الثاني عشر. يسجل حفل التخرج الحدث. إنه احتفال. ولكن في اليوم التالي ينتهي ذلك، وتواجه فورًا مجموعة جديدة من المشكلات (تمامًا مثلما تجوع مرة أخرى بعد بضع ساعات من تناول وجبة مشبعة). فأنت لم تعد ملِكًا في المدرسة الثانوية؛ أنت الآن في أسفل الهرم في سوق العمل، أو طالب جديد في مؤسسة للتعليم ما بعد الثانوي. أنت في موقف سيزيف. لقد كافحت وناضلت لدفع صخرتك إلى القمة، لتجد نفسك بدلًا من ذلك عند سفح الجبل.

هناك تحول شبه فوري يحدث نتيجة لتحقيق الهدف. إن بلوغ الهدف يولد مشاعر إيجابية مثله في ذلك مثل المتعة اللحظية. ولكن بلوغ الهدف مصدر غير موثوق، شأنه شأن المتعة. وهنا يظهر سؤال آخر: «ما المصدر الموثوق بحق للمشاعر الإيجابية؟» الإجابة هي أن الناس يشعرون بالمشاعر الإيجابية عندما ترتبط بالسعي وراء هدف ذي قيمة. تخيّل أن لديك هدفًا. تستهدف شيئًا معينًا؛ فتضع استراتيجية ترتبط بذلك الهدف، ثم تنفذها. وبعد ذلك، أثناء تنفيذ الاستراتيجية، تلاحظ أنها تجدي. هذا هو ما يولد المشاعر الإيجابية الأكثر موثوقية⁽⁵⁾. تخيّل بمرور الوقت أن المواقف والأفعال التي تحكم هذا الخير الأسمى بأقصى فعالية (في منافسة ذات طابع دارويني شديد) تسيطر في النهاية على كل ما عداها⁽⁶⁾. تخيّل أن هذا صحيح نفسيًا واجتماعيًا في الوقت نفسه. تخيّل أن هذا يحدث في حياتك الشخصية، ولكن أيضًا عبر القرون، عندما يتفاعل الجميع ويتحدثون ويرفعون نمطًا معينًا من الوجود إلى مكانة عليا.

هذا يعني شيئًا في غاية الأهمية: لا توجد سعادة في غياب المسؤولية. ولا يوجد هدف ذو قيمة ومُقدَّر، ولا مشاعر إيجابية. قد تحتجّ قائلاً: «حسنًا، ما مقومات الهدف الجيد بالضبط؟» تخيّل أنك تسعى وراء شيء ممتع،

ولكنه قصير الأجل وتافه. سيقارن الجزء الحكيم منك ذلك السعي بالهدف المحتمل للعمل لصالح مجتمع ذواتك المستقبلية ومجتمع الآخرين. ربما لا ترغب في السماح لنفسك بإدراك تلك الحكمة؛ فأنت لا ترغب في تحمل المسؤولية بدلاً من التركيز الفوري والمندفع على المتعة. ولكنك تخدع نفسك، خاصة على المستويات الأعمق لكيانك، إذا كنت تعتقد أن هذا التجنب سيكون ناجحاً؛ فالأجزاء الحكيمة والقديمة منك -المعنية حقاً ببقائك- ليس من السهل خداعها أو تجاهلها. لكنك تستهدف هدفاً تافهاً على أي حال، وتضع استراتيجية سطحية لتحقيقه، فقط لتجد أنه ليس مرضياً؛ لأنك لا تهتم بما يكفي. إنه لا يهتمك؛ لا يهتمك على مستوى عميق. وعلاوة على ذلك فإن حقيقة أنك لا تسعى وراء الهدف الذي يجب أن تسعى وراءه تعني أنك تشعر بالذنب والخزي والدونية في الوقت نفسه.

هذه ليست استراتيجية مفيدة، ولن تجدي. فلم ألتق قط بشخص كان راضياً عندما علم أنه لا يفعل كل ما يجب عليه فعله. نحن كائنات واعية بالزمن؛ نعلم أننا نلعب لعبة مستمرة ومتكررة لا يمكننا الاختباء منها بسهولة. ومهما تمنينا أن نتجاهل المستقبل تماماً، فهو جزء من الثمن الذي دفعناه في مقابل وعينا الحادّ بأنفسنا وقدرتنا على تصور أنفسنا عبر حياتنا بأكملها. نحن عالقون فيه. لا يوجد هروب من المستقبل، وعندما تكون عالقاً في شيء ولا يمكنك الفكك منه، فإن التوجه الصحيح هو الالتفاف طوعاً ومواجهة. هذا يجدي. وهكذا، عوضاً عن هدفك الاندفاعي القصير المدى، تحدد هدفاً أوسع نطاقاً بكثير، وهو التصرف بشكل صحيح فيما يتعلق بالمستقبل الطويل الأمد للجميع.

تحمل العبء الإضافي

هناك طريقة صحيحة للتصرف -أي إطار أخلاقي- وأنت مجبول على التعامل معها. فلا يسعك إلا أن تقيّم تصرفاتك عبر الزمن، وتصرفات الجميع أيضاً عبر الزمن، وستعود حتماً وتخبر نفسك عن سلوكك

وأخطائك. وحين يجدي شيء نفعاً عبر أطر زمنية متعددة وأماكن متعددة مع أشخاص متعددين (بمن فيهم أنت)، يكون هذا هو الهدف. إنها أخلاقيات منبثقة، يصعب التعبير عنها بوضوح، لكن لا مفر من وجودها وعواقبها، وتشكل جزءاً عميقاً لا يمكن محوه من لعبة الوجود. اللاعبون الكبار جذابون؛ والأشخاص الجذابون يجذبون شركاء. فكلما اقتربنا من النمط -النمط المنبثق- زادت احتمالية بقائنا وحمايتنا لعائلتنا. مضمار اللعب يختار اللاعبين على أساس سلوكهم الأخلاقي. ولذلك نحن مهياون بيولوجياً للاستجابة بصورة إيجابية وتقليد اللاعب الكبير، ورفض المخادع والغشاش والمحتال، بل ورفضه بكل قوة وشراسة. وضميرك -غريزتك الفطرية نحو الفضيلة الأخلاقية- هو ما يشير إلى الانحراف عن المسار. عندما يقوم طفلك عمداً بعرقلة خصمه خلال مباراة لكرة القدم، أو يُحجم عن تمرير الكرة لزميل في الفريق لديه فرصة كبيرة للتسجيل، فإنك تشعر بالخزي، كما يجب أن تفعل؛ لأنك تشهد خيانة شخص تحبه، من قبل شخص تحبه؛ وهي خيانة طفلك لنفسه. يحدث شيء مشابه عندما تنتهك إحساسك بالصواب. إنها نفس الغريزة، ومن الأفضل الانتباه إليها. فإذا لم تتبع المسار الصحيح، فستوه وتسقط من فوق جرف وتعاني بشدة؛ ولا توجد طريقة لكي تسمح لك أعمق أجزاء نفسك بذلك دون احتجاج. قد تبرر لنفسك قائلاً: «لا يوجد جرف هنا الآن، ولا يوجد جرف أراه قريباً. وجرف لن أسقط من فوقه قبل عشر سنوات هو جرف بعيد جداً». لكن الجزء الأعمق من نفسك يعترض دائماً: «هذا التفكير غير صائب. لن يجدي نفعاً. فما فصلنا عنه عشر سنوات يظل حقيقياً، رغم بعده (مع مراعاة أخطاء التنبؤ التي لا مفر منها). إذا كانت هناك كارثة في الأفق، فلن نستهدفها الآن. ولكن ذلك لن يحدث دون مقاومة». إذا كان سلوكك يشير إلى أنك تنجح إلى ذلك الاتجاه، فستشعر بالذنب والبشاعة حيال ذلك، هذا إن كنت محظوظاً ولديك أقل درجة من الوعي. وحمداً لله على ذلك. فإذا كانت تكلفة خيانة نفسك - بأعمق معانيها - هي الذنب والخزي

والقلق، فإن فائدة عدم خيانة نفسك هي المعنى؛ المعنى الذي يبعث على الصمود والتحمل. تلك هي أئمن الفرص الكامنة حيث بُذت المسؤولية. إذا انتبهت إلى ضميرك، فستبدأ تعرف أن بعض الأشياء التي تفعلها خاطئة. بمعنى أدق: إذا أيقظك ضميرك ونبهك إلى إمكانية ارتكابك أخطاءً، وبدأت بعد ذلك في الانخراط في حوار صادق مع هذا الضمير، فستبدأ في تكوين صورة واضحة لما هو خطأ، وبالتالي، لما هو صواب. إن الصواب ليس ببساطة نقيض الخطأ، والخطأ أكثر وضوحًا وظهورًا. لذا يمكن تنمية حس الصواب وشحذه من خلال الانتباه الواعي لما هو خطأ. أنت تتصرف وتخون نفسك، وتشعر بالسوء حيال ذلك. أنت لا تعرف السبب وراء ذلك تحديدًا، وتحاول تجنب التفكير في الأمر؛ لأن عدم التفكير فيه أقل إيلامًا وأسهل على المدى القصير. تحاول بكل ما أوتيت من قوة أن تتجاهله، ولكن كل ما يفعله ذلك هو زيادة إحساسك بخيانة الذات وزيادة انقسامك على نفسك.

لذلك، ربما تعيد التفكير، وتواجه شعورك بعدم الارتياح، وتلاحظ ما أنت فيه من تفكك وانقسام وما يصاحبهما من فوضى. تسأل نفسك عن الخطأ الذي ارتكبته، وتصلي من أجل اكتشافه. ثم تأتي الإجابة؛ وتكتشف أن ما فعلته ليس هو ما تريد. ولذلك يجب أن يموت جزء منك، حتى تتمكن من التغيير. والجزء الذي يجب أن يموت يكافح من أجل وجوده، فيقدم مبرراته، ويدافع عن موقفه. وسوف يفعل ذلك بكل حيلة في حوزته؛ مستخدمًا أشنع الأكاذيب، وأكثر ذكريات الماضي مرارة وإثارة للاستياء، والمواقف الأكثر تشاؤمية تجاه المستقبل (أو بالأحرى تجاه قيمة الحياة نفسها). ولكنك تثابر، وتميز، وتحكم، وتقرر بالضبط لماذا كان ما فعلته خطأً، وتبدأ في المقابل في إدراك ما كان يمكن أن يكون صحيحًا. ثم تقرر أن تبدأ في التصرف بما يتوافق مع ضميرك؛ فتقرر أنه شريك لك، رغم شكله المعارض. تنفذ كل ما اكتشفت أنه صواب، وتبدأ رحلتك نحو الارتقاء. تبدأ في مراقبة نفسك على نحو أكثر حرصًا لضمان أنك تفعل

الشيء الصحيح؛ تستمع إلى ما تقوله، وتراقب أفعالك، وتحاول ألا تحيد عن الطريق المستقيم والضيق. ويصبح ذلك هدفك.

وتبدأ فكرة تتشكل: «سأعيش حياتي على نحو صحيح. سأسعى إلى الخير؛ سأسعى إلى أعلى درجة يمكن تحقيقها من الخير». الآن، جميع أجزاءك التي تعني بذاتك المستقبلية متوافقة. أنت مُوجّه في اتجاه واحد. لم تعد منزلاً منقسماً على نفسه. بل تقف بثبات على أساس صلب. لم يعد من السهل إثناؤك أو إحباطك؛ فعزيمتك تتفوق على العدمية واليأس. النضال الذي خضته ضد نزعتك نحو الشك والمراوغة يحملك من الانتقادات غير المبررة والساخرة من الآخرين. فهناك هدف سام، قمة جبل، نجم يضيء في الظلام، ينادي من فوق الأفق؛ مجرد وجوده فقط يمنحك الأمل، وهذا هو المعنى الذي لا يمكنك العيش من دونه.

هل تذكر بينوكيو؟ عندما أراد جيبيتو أن يحول الدمية الخشبية التي صنعها إلى شيء حقيقي، يرفع عينيه فوق الأفق أولاً ويتمنى أمنية عند رؤية نجم، وهو نفس النجم الذي يعلن عن ميلاد بينوكيو في بداية الفيلم، والذي ينعكس نوره في الشارة الذهبية التي مُنحت لجيميبي كريك في النهاية. وهو نفس النجم، بالمعنى الرمزي، الذي يعلن عن ميلاد المسيح في أعماق الظلام. يركز جيبيتو على النجم ويتمنى أمنية، وهي أن تتحول عروسته الماريونيت ذات الخيوط التي يتحكم بها شخص آخر أو شيء آخر إلى شيء حقيقي. إن قصة الدمية وإغراءاتها وتجاربها هي دراما نفسية. نحن جميعاً نفهمها، وإن لم نتمكن بالضرورة من التعبير عن هذا الفهم. من الضروري أن ترفع عينيك فوق الأفق، لتحدد هدفاً سامياً إذا أردت التوقف عن أن تكون دمية، تحت سيطرة أشياء لا تفهمها، وربما لا تريد أن تفهمها. حينئذ، ستحدد كل الأنظمة الفرعية أو الشخصيات الفرعية التي قد تسعى لتحقيق أهدافها المحدودة، تحت سيطرة الهدف الأسمى الحقيقي، ونتيجة لذلك سيكون هناك مستوى من الإنجاز يقارب المثالية أو الكمال. وفي ظل هذه الظروف، ستكون كل أجزاءك متفقة ومتناغمة.

هذا هو المكافئ النفسي لمفهوم الوحدة. هذا هو ظهور الذات العليا التي قد تكون الخادم الحقيقي للإله، في أي واقع ميتافيزيقي يحتمل أن يكون كامناً أسفل ما هو واضح لذواتنا البشرية العمياء والمحدودة.

ما الترياق الشافي للمعاناة والشر في الحياة؟ إنه الوصول إلى أسمى هدف ممكن. وما الشرط الضروري المسبق للسعي نحو هذا الهدف الأسمى؟ إنه الاستعداد لتحمل أقصى درجات المسؤولية، وهذا يشمل المسؤوليات التي يتجاهلها الآخرون أو يهملونها. قد تحتج قائلاً: «لَمْ يجب أن أتحمل كل هذا العبء؟ إنه ليس سوى تضحية، ومشقة، وتعب». لكن ما الذي يجعلك واثقاً هكذا من أنك لا تريد تحمّل شيء ثقيل؟ أنت تحتاج قطعاً للانشغال بشيء ذي ثقل، وعميق، وجاد، وصعب. حينها، عندما تستيقظ في منتصف الليل وتزاحم الشكوك في عقلك، يكون لديك دفاع ما: «رغم كل عيوبي، وهي عديدة، أنا على الأقل أقوم بهذا. على الأقل أهتم بنفسي. على الأقل أنا ذو نفع لعائلتي، وللآخرين من حولي. على الأقل أنا أتحرك، أتعثر في طريقي إلى القمة، وأنا أزرع تحت العبء الذي قررت تحمله». وبهذه الطريقة، يمكنك تحقيق بعض الاحترام الحقيقي للذات، ولكنه لن يكون مجرد تصور نفسي ضحل يتعلق بكيفية تصورك لنفسك في اللحظة؛ بل أعمق من ذلك بكثير، وهو ليس نفسياً فحسب؛ بل هو حقيقي أيضاً.

إن حياتك تكتسب معنى يتناسب تناسباً دقيقاً مع أعماق المسؤولية التي ترغب في تحملها؛ وذلك لأنك أصبحت الآن تشارك بشكل حقيقي في جعل الأمور أفضل. فأنت تقلل من المعاناة غير الضرورية، وتشجع مَنْ حولك، بالقُدوة والكلمة. أنت تقيّد الشر في قلبك وقلوب الآخرين. قد تتساءل لماذا يرصّ عامل البناء الطوب الواحدة تلو الأخرى بهذا الشكل الممل. ولكن ربما هو لا يقوم برص الطوب فحسب؛ بل ربما يبنى جداراً، والجدار جزء من مبنى، والمبنى مستشفى، وهدف المستشفى تخفيف الآلام. في مثل هذه الحالة، تصبح كل طوبة تُوضع عملاً يساهم في هدف

عظيم. وإذا كان الطوب الذي ترصّه في حياتك اليومية مملاً، فلأنك لا تستهدف هدفاً سامياً بما فيه الكفاية. لأنك لو فعلت، كنت ستختبر إحساس المعنى فيما يتعلق بهدفك السامي بما يكفي، وستقبل الجهد الذي تبذله وتقبل حتى قيود حياتك. إذا كان لديك شيء ذو مغزى تسعى إليه، فأنت منخرط في الحياة، وعلى مسار ذي معنى.

إن الإحساس بالمعنى هو مؤشر على أنك على مسارٍ صحيح. إنه دلالة على أن كل التعقيدات التي تتألف منها شخصيتك مصطفةٌ بداخلك، وتهدف إلى شيء يستحق السعي لتحقيقه؛ شيء يوازن العالم، شيء يولد التناغم. إنه شيء تسمعه يتجلى في الموسيقى، والإحساس العميق بالمعنى الذي تخلقه الموسيقى بطبيعتها. لربما تكون عديمًا متشائمًا من محبي موسيقى الديث ميتال. أنت متشكك ومتشائم إلى أقصى الحدود. لا تجد معنى في أي مكان. تكره كل شيء، فقط بناءً على قناعة راسخة لديك. ولكن بعد ذلك يبدأ عازف الجيتار الرئيسي في فريق الديث ميتال العدمي المفضل لديك مع زملائه في إطلاق نغماتهم التوافقية المتناسقة - كل في تناغم مع الآخر - وتقول لنفسك: «آه، أنا لا أومن بأي شيء... ولكن، يا إلهي، تلك الموسيقى!». الكلمات مدمرة وغدمية وتشاؤمية ومريرة وبلا أمل ولكن لا يهم؛ لأن الموسيقى تجذب روحك وتناديها، وتملؤها بإيحاء للمعنى، وتحركك، بحيث تتناغم مع الأنماط الصوتية، وتومئ برأسك وتضرب بقدمك على الإيقاع، مشاركاً رغماً عنك. إنها تلك الأنماط الصوتية، المترابطة واحدة فوق الأخرى، والمتناغمة، التي تتحرك في الاتجاه نفسه - بنحوٍ متوقع وغير متوقع - في توازن مثالي: النظام والفوضى، في رقصتهما الأبدية؛ وأنت ترقص معهما، بغض النظر عن مدى استهانتك بذلك، فتضبط إيقاعك مع ذلك التناغم الموجه النمطي. وفي ذلك تجد المعنى الذي يدعمك.

أنت مسكون بغريزة -روح- توجهك نحو الخير الأسمى. إنها تصرف روحك بعيداً عن الجحيم وتجذبك نحو الجنة. وبسبب وجودها، تجد

نفسك في كثير من الأحيان مصاباً بخيبة الأمل؛ فيخيّب الناس ظنك، وتخون أنت نفسك؛ وتفقد وجود رابط ذا معنى بمكان عملك أو مديرك أو شريكك. وتفكر: «العالم معيب. إنه يزعجني بشدة». غير أن هذه الخيبة يمكن أن تكون في حد ذاتها مؤشراً على تدخّل القدر. إنها تتحدث عن مسؤولية متروكة، عن أشياء لم تُنجز، عن أشياء لا تزال بحاجة إلى الإنجاز. أنت منزعج من وضعك. تشعر بالضيق من الحكومة، وتشعر بالمرارة والاستياء تجاه وظيفتك، وبالتعاسة مع والديك، وبالإحباط من كل هؤلاء الأشخاص حولك الذين لا يتحملون المسؤولية. في نهاية المطاف، هناك أشياء تحتاج بشدة إلى الإنجاز. فتشعر بالغضب لأن ما يجب القيام به لا يتم. غير أن ذلك الغضب، ذلك الاستياء، بمثابة مدخل. هذا الإدراك للمسؤولية المتروكة هو مؤشر القدر والمعنى. الجزء منك الذي يتجه نحو الخير الأسمى يشير إلى الفجوة بين المثالية التي يمكنك تخيلها - المثالية التي تتلبسك - والواقع الذي تعيشه. هناك فجوة، وهي تتواصل معك لتملأها. يمكنك بالتالي أن تستسلم للغضب، وتلقي المسؤولية على شخص آخر، والحق أن الآخرين يسهمون في حدوث المشاكل بالفعل، أو يمكنك أن تدرك أن خيبة أملك ذاتها هي إشارة من أعظم مستويات كيائك، أن هناك شيئاً خاطئاً بحاجة إلى التصحيح، وربما بواسطتك أنت نفسك. ما هذا الشعور، ذلك القلق، ذلك الاهتمام، ذلك الانزعاج، ذلك التشتت؟ إنه ليس دعوة إلى السعادة؛ إنه دعوة إلى العمل والمغامرة اللذين يشكلان حياة حقيقية. فكر مرة أخرى في قصة إبراهيم التوراتية. يأتي الله إلى إبراهيم، ويقول له:

اَذْهَبْ مِنْ أَرْضِكَ وَمِنْ عَشِيرَتِكَ وَمِنْ بَيْتِ أَبِيكَ
إِلَى الْأَرْضِ الَّتِي أَرِيكَ. فَأَجْعَلَكَ أُمَّةً عَظِيمَةً وَأُبَارِكَكَ
وَأَعْظَمَ اسْمَكَ،
وَتَكُونُ بَرَكَهً. وَأُبَارِكُ مُبَارِكَكَ، وَلَا عَيْنَكَ أَلْعَنُ.
وَتُبَارِكُ فِيكَ جَمِيعُ قَبَائِلِ الْأَرْضِ. (سفر التكوين 12: 1-3)

لقد بقي إبراهيم الذي تأخر في النضج حول خيمة والده لسنوات طويلة جدًا، على أقل تقدير. ولكن إذا جاء نداء الله، فمن الأفضل الاستجابة له، مهما كان الوقت متأخرًا (وفي ذلك، يوجد أمل حقيقي لأولئك الذين يعتقدون أنهم تأخروا كثيرًا). يغادر إبراهيم بلاده وشعبه وبيت أبيه، ويخرج إلى العالم، متبعًا الصوت الصغير الساكن؛ متبعًا نداء الله. وليس هذا نداء للسعادة؛ إنه الكارثة الدموية الكاملة التي وصفناها سابقًا: المجاعة، والحرب، والصراع الداخلي. كل هذا قد يجعل الفرد العاقل (فما بالك بإبراهيم نفسه) يشكك في حكمة الاستماع إلى الله والضمير، وتبني مسؤولية الاستقلال الذاتي وعبء المغامرة. من الأفضل أن تضطجع في أرجوحة شبكية، تتناول العنب المقشر في أمان خيمة والدك. لكن ما يدفعك للخروج إلى العالم، إلى مصيرك، ليس السهولة؛ إنه الصراع والتنازع. إنه صراع مرير ولعبة قاتلة بين المتناقضات. من المحتمل أن مغامرة حياتك ستحبطك وتزعزع استقرارك، بينما تستجيب لنداء الضمير وتحمل مسؤوليتك وتسعى لتقويم نفسك والعالم. لكن هذا هو المكان الذي يوجد فيه المعنى العميق الذي يرشدك ويحميك. هذا هو المكان حيث ستتحاز إليك الأمور؛ حيث ستجتمع الأشياء التي تناثرت وتحطمت؛ حيث ستعلن الغاية عن نفسها؛ حيث سيُدعم ما هو صواب وجيد، ويُهزم ما هو ضعيف ومثير للاستياء ومتعجرف ومدمر. هناك حيث يمكن العثور على الحياة التي تستحق أن تُعاش، وحيث يمكنك العثور عليها بنفسك، فقط إذا كان لديك الاستعداد لذلك.

لاحظ أن الفرصة تكمن حيث تُبذت المسؤولية.



القاعدة الخامسة

لا تفعل ما تكره

النظام المختل في شكله اليومي

كان لديّ زبونة تتعرض لسيل من الحماقات المستمرة كجزء من عملها في شركة عملاقة. كانت شخصاً عاقلاً وصادقاً، واجهت حياة صعبة وأدارتها، وكانت لديها رغبة حقيقية في المساهمة والعمل بطريقة تتناسب مع عقلانيته وصدقها. أثناء عملها في البيئة المؤسسية، أصبحت عرضة لنزاع طويل، بشكل شخصي وعبر البريد الإلكتروني على حد سواء، حول ما إذا كان مصطلح اللوحة المتحركة «flip chart» (وهو مصطلح شائع يشير إلى لوحة من رزمة كبيرة من الأوراق، عادةً ما تكون مدعومة بحامل ثلاثي القوائم) هو في الواقع مصطلح مسيء. إلى أولئك الذين لا يزالون يجدون صعوبة في تصديق أن مثل هذه المحادثات تشغل ساعات العاملين في الشركات، جربوا بحثاً سريعاً باستخدام الكلمات «flip chart derogatory» على متصفح جوجل وكفى. سترى على الفور أن القلق بشأن هذه القضية موجود بشكل حقيقي وعلى نطاق واسع. وقد عُقدت اجتماعات كثيرة من قبل رؤسائها في العمل لمناقشة هذه القضية.

كانت كلمة «flip» في وقت من الأوقات فيما يبدو، مصطلحاً مهيناً للفلسطينيين (لم أجد سوى أدلة قليلة على استخدامه الآن). وعلى الرغم من أن الكلمة المهينة السابقة لا علاقة لها على الإطلاق بـ «flip chart»، شعر المسؤولون في شركتها أنهم يستثمرون وقتهم أحسن استثمار بقضائه في مناقشة الطبيعة التحيزية المفترضة للمصطلح وصياغة مصطلح بديل، أصبح استخدامه في

النهاية إلزامياً بين الموظفين. حدث كل هذا رغم عدم ورود أي شكوى من استخدام الشركة لهذا المصطلح من أي موظف من أصل فلبيني أو من جنسية فلبينية. ووفقاً لموقع Global Language Monitor languagemonitor.com، الذي يرصد استخدام الكلمات المقبولة التي لا تنم عن تمييز، ولكن دون اعتمادها، فإن المصطلح المقبول الآن هو writing block، أو «قالب الكتابة»، على الرغم من أن اللوحة المتحركة ليست «قالباً» بأي حال.

في نهاية المطاف، استقرت الشركة المعنية على استخدام مصطلح «easel pad»، التي تبدو أكثر دقة في الوصف، على الرغم من أن هذه الحلول الأنيقة نسبياً لا تنتقص من الحماسة التي نحن بصدها؛ فما زلنا في النهاية نستخدم كلمات مثل «flip-flopped» (وتعني متقلب الرأي)، و«flippant» (بمعنى وقح)، و«flip-flops» (بمعنى قلاب)، و«flippers» (بمعنى زعانف)، وما إلى ذلك، ويبدو وقع الأولين، على الأقل، أكثر إهانة عند التعرض لهما لأول مرة مقارنة بـ«flip chart»، إذا كنا سنشغل أنفسنا بمثل هذه الأمور. قد تتساءل الآن: «ما الفارق الحقيقي الذي يحدثه هذا التغيير الطفيف في المصطلحات؟ إنها مشكلة تافهة. لماذا قد يهتم شخص ما بجعل هذا التغيير محل نقاش؟ لماذا لا نتجاهله، مثلما من الأفضل تجاهل الكثير من الحماقات، والتركيز على شيء أكثر أهمية؟» لأنك، بالطبع، يمكن أن تدعي أن الانتباه إلى شخص يهتم بمثل هذه الإشكاليات مضیعة للوقت شأنه في ذلك شأن الاهتمام بالمناقشة من الأساس. وأستطيع القول إن هذا هو بالضبط اللغز الذي تحاول القاعدة الخامسة معالجته. متى تتوقف عن المشاركة في عملية مزعجة تراها، أو تعتقد أنك تراها، تحدث أمامك؟

كتبت لي زبونتي في البداية عن حقيقة أن سلسلة الاتصالات التي تناقش استخدام كلمة flip chart لم تكن فقط موضع ترحيب من زملائها في العمل، بل إن سباقاً من نوع ما قد نشأ في الحال لتحديد كلمات أخرى

إضافية قد تكون مسيئة أيضًا والإبلاغ بها^(*). فذكرت كلمة blackboard (سبورة)، و master key (المفتاح الرئيسي)، (الأولى ربما لأن الإشارة إلى أي شيء بأنه «أسود» -حتى لو كان أسود بالفعل- تُعتبر عنصرية بطريقة ما في أوقاتنا البالغة الحساسية هذه؛ والأخيرة بسبب علاقتها الافتراضية بالمصطلحات المرتبطة تاريخيًا بالعبودية). حاولت زبونتي فهم ما كانت تشهد: «مثل هذه المناقشات تعطي الناس ذلك الشعور السطحي بالطيبة، والنبل، والتعاطف، والصدق، والحكمة. لذا، إن افترضنا جدلاً أن شخصاً ما يخالف الآخرين الرأي، فكيف يمكن لهذا الشخص المشاركة في المناقشة دون أن يُعتبر غير متعاطف، محدود التفكير، وعنصرياً، وشريراً؟» كانت أيضًا في حيرة من أمرها؛ لأن لا أحد في مكان عملها كان يبدو منزعاً من أن مجموعة معينة من الناس قد تمنح نفسها سلطة حظر الكلمات (واحتقار، أو حتى معاقبة، أولئك الذين يستمرون في استخدامها) دون أن يدركوا وجود أي تجاوز أخلاقي من جانبهم، ودون أن يدركوا خطر مثل هذه الرقابة، التي يمكن بسهولة أن تمتد، على سبيل المثال، إلى الآراء الشخصية، وموضوعات النقاش، أو الكتب. وأخيراً، كان اعتقادها أن النقاش بأكمله شكّل مثلاً أصيلاً على «التنوع»، و«الشمولية»، و«الإنصاف»؛ وهي مصطلحات أصبحت شعارات حقيقية لأقسام الموارد البشرية أو التعلم والتطوير (والأخير هو القسم الذي كانت تعمل به). لقد اعتبرتها «أدوات للتلقين المؤسسي للموظفين والدعاية الأيديولوجية» وجزءاً من الطريقة التي تمتد بها الصوابية السياسية^(**)، التي تميز -قبل كل شيء- العديد من

(*) حصلت على إذن صريح ومباشر من زبونتي بكشف هذه المعلومات على هذا النحو.
 (**) الصوابية السياسية أو اللياقة السياسية أو الكياسة السياسية Political correctness: مصطلح يُستخدم لوصف اللغة أو السياسات أو الإجراءات التي تهدف إلى تجنب الإساءة أو الحرمان لأفراد مجموعات معينة في المجتمع. منذ أواخر الثمانينيات من القرن العشرين، أصبح المصطلح يشير إلى تجنب اللغة أو السلوك الذي يمكن اعتباره استبعاداً أو تهميشاً أو إهانة لمجموعات من الأشخاص الذين يعتبرون محرومين أو يتعرضون للتمييز. (المترجم)

البرامج الجامعية وصولاً إلى الثقافة الأوسع. ولكن أهم من ذلك أنها سألتني في إحدى رسائلها: «هل هذه حالة من الحالات التي يفيض فيها الكيل؟» متى وأين نتوقف؟ إذا وجدت أقلية صغيرة من الناس، ولو بشكل افتراضي، بعض الكلمات مسيئة، فماذا بعد؟ هل نستمر في حظر الكلمات بلا نهاية؟

إن ما كانت عميلتي تدركه -على الأقل من وجهة نظرها- لم يكن حدثاً واحداً من المحتمل أن يدفع المشاركين فيه إلى مسار خطير، بل كان مجموعة متنوعة أو سلسلة من الأحداث، يمكن تمييزها بوضوح وأحياناً تكون مترابطة، جميعها تسير في الاتجاه نفسه. بدت تلك الأحداث تشكّل نمطاً متماسكاً، مرتبطاً بأيديولوجية ذات هدف موجّه، سواء بشكل صريح أو ضمني. وعلاوة على ذلك، كان تأثير هذا التوجيه يعلن عن نفسه، على ما يبدو، لفترة زمنية معقولة، ليس فقط في عالم الشركات الذي تعيش فيه عميلتي، بل أيضاً في العالم الأوسع للمؤسسات الاجتماعية والسياسية المحيطة بالشركة التي تعمل فيها. وعلى الرغم من أنها كانت منعزلة إلى حد ما في القسم الذي تعمل فيه (الذي يمثل نقطة الارتكاز لحملة نشر أيديولوجية الشركة المشار إليها)، فقد رأت من حولها أدلة على أن العمليات التي تزعجها كان لها تأثير سلبي أيضاً على أشخاص آخرين. وكان هناك أيضاً تأثير ذلك على ضميرها. من المهم أن نفهم أن هذه القضايا لم تكن مجرد مفاهيم فلسفية بسيطة بالنسبة إليها؛ بل كانت تزعجها بشدة وتربك حياتها.

من البديهي أن تكون مطالبة شخص بفعل أشياء غبية أو يكرهها أمراً محبطاً؛ فالشخص الذي يُكلف بمهمة لا معنى لها أو حتى ضارة سيشتغل بالإحباط، ولن يجد بداخله سوى دافع محدود للغاية لتنفيذ المهمة. لماذا؟ لأن كل جزء من كيانه الحقيقي يقاوم هذه الضرر. نحن نقوم بالأشياء التي نقوم بها لأننا نعتقد أن تلك الأشياء مهمة، مقارنة بكل الأشياء الأخرى التي يمكن أن تكون مهمة. ونعتبر أنها جديرة بالتضحية والسعي. وتلك القيمة تدفعنا إلى العمل، برغم صعوبة العمل وخطورته. أما عندما نكلّف بالقيام بأشياء نراها بغیضة وغبية، فإننا نُجبر في الوقت نفسه على

التصرف بما يتعارض مع منظومة القيم التي تحفزنا على المُضي قُدماً بثبات وتحمينا من الانهيار والوقوع في الفوضى والرعب. «لكي تملك نفسك كن صادقاً»⁽¹⁾، كما قال بولونيوس في مسرحية هاملت لشكسبير. تلك «النفس»، تلك الذات المتكاملة، هي في الحقيقة السفينة التي نلوذ بها لحمايتنا عندما تتجمع العواصف وترتفع المياه. والتصرف بما يخالف مبادئها، ومعتقداتها الأساسية، يعني قيادة سفيتنا نحو صخور الدمار. والتصرف بما يخالف مبادئ تلك النفس الأساسية هو بمثابة ممارسة للغش في اللعبة التي نلعبها مع أنفسنا، ومعاناة من فراغ الخيانة، وإدراك مجرد، يتبعه اختبار ملموس للخسارة التي لا مفر منها.

ما الثمن الذي دفعته زبونتي لامثالها في البداية للتوجيهات العشوائية من مديريها؟ كانت مهاجرة من إحدى دول الكتلة السوفيتية السابقة، وشهدت ما يكفي من الأيديولوجيا الاستبدادية وزيادة. ونتيجة لذلك، فإن عدم قدرتها على تحديد كيفية الاعتراض على ما كان يحدث جعلها تشعر بالضعف والتواطؤ. علاوة على ذلك، لا يمكن لأي شخص عاقل أن يظل لديه الدافع لبذل جهد في أي مكان تحوّل إلى مكان تُشجّع فيه السخافات، كمكان عملها، أو تكون مطلوبة، وهو الأسوأ. مثل هذا «الفعل» يسخر من العمل المثمر نفسه، بل ويسخر من فكرة العمل المثمر (وهذا في الواقع جزء من الدافع الحقيقي لمثل هذا السلوك؛ فأولئك الذين يغارون من الكفاءة والإنتاجية الحقيقية لديهم كل الأسباب لتقويض وتشويه مفهومهما). إذن، ماذا فعلت بشأن الحالة المُحِبطة التي وجدت نفسها فيها؟

لم تكن زبونتي تشعر بالثقة الكافية في موقفها أو في قدرة مديريها على الدخول في حوار حقيقي بشأن اعتراضاتها، على الرغم من أنه كان واضحاً من محادثاتي معها أنها كانت لديها رغبة شديدة في الهروب من الموقف. ونتيجة لذلك، بدأت في تطوير ما يمكن اعتباره معركة دفاعية خلفية. كانت بالفعل منخرطة في تطوير مشروعات تعليمية داخلية للشركة، كما ذكرنا، لذلك، كان بإمكانها البدء في التوسع، وتقديم خدماتها كمتحدثة في مجموعة

متنوعة من المؤتمرات الخاصة بالشركات. وعلى الرغم من أنها لم تواجه قط مشكلة flip chart بشكل مباشر (وربما كانت حكيمة في تجنبها القيام بذلك)، فقد بدأت بالتعبير عن رفضها للمنطق العلمي الزائف الذي تتسم به كثير من الأفكار التي يعتبرها مديرو الشركات - لا سيما في أقسام الموارد البشرية - أفكارًا صحيحة. قدمت عددًا من المحاضرات، على سبيل المثال، تنتقد فيها الهوس الواسع الانتشار بـ «أساليب التعلم»؛ وهي نظرية تقوم على فكرة أن هناك بين أربعة إلى ثمانية وسائط مختلفة يفضلها الأفراد وتساعدتهم عندما يحاولون إتقان أفكار جديدة. تتضمن هذه الوسائط، على سبيل المثال، الوسائط البصرية، والسمعية، واللفظية، والجسدية، والمنطقية، وغيرها.

ما المشكلة في نظرية أساليب التعلم؟ ببساطة: أنه لا يوجد دليل على صحتها. أولاً: على الرغم من أن الطلاب قد يعبرون عن تفضيلهم لتلقي المعلومات بشكل معين دون آخر، فإن تقديمها عمليًا بهذا الشكل لا يحسن أداءهم الأكاديمي⁽²⁾. ثانيًا (وهذا منطقي بالنظر إلى المشكلة الأولى): لا يوجد دليل على أن المعلمين يمكنهم تقييم «أسلوب التعلم» الأفضل الخاص بطلابهم بدقة⁽³⁾. لذا، على الرغم من أنه لم يكن بإمكان زبونتي مواجهة الحماسة التي كانت تزعجها مواجهة مباشرة، فقد نجحت - بعد تخطيط استراتيجي طويل وجهد كبير - في التصدي بشكل فعال جدًا للجهل الذي ميز ما اعتبر معرفة سيكولوجية بين عدد كبير من زملائها (وكذلك من يعملون في شركات أخرى، حيث كانت نفس الأمور تحدث). لقد عملت أيضًا صحفية لدى إحدى الصحف الكبرى في ألبانيا، بلدها الأصلي، وبدأت في جعل الاستمرار في القيام بهذا أولوية أهم. لم يكن العائد المادي من هذا العمل مجزيًا، لكنها أسست سمعة مهنية ممتازة هناك، وكافحت بشدة في الصحافة من أجل ما آمنت به، محذرة المواطنين في دولتها التي كانت تسيطر عليها الشيوعية سابقًا من التحول نحو الرأي الشمولي الاستبدادي الذي بدأ يجذب الناس في الغرب.

ما الثمن الذي دفعته نتيجة قرارها بالصمود والنضال؟ في البداية، كان

عليها أن تواجه خوفها من العقاب، بالإضافة إلى حقيقة أن هذا الخوف - إلى جانب الكراهية الشديدة التي كانت تشعر بها تجاه المناورات الأيديولوجية التي كانت تميز مكان عملها - كان يدمر اهتمامها بعملها المكتبي ويجعلها تشعر بعدم الكفاءة والجبن أيضًا. ثم كان عليها توسيع أنشطتها المهنية: أولاً، المجازفة بتقديم نفسها كمتحدثة في مؤتمرات الشركات (والناس عموماً يترددون جداً في التحدث أمام جمهور؛ وهو خوف شائع، غالباً ما يكون شديداً إلى حد يجعله يتعارض مع التقدم المهني⁽⁴⁾)؛ ثانياً: إتقان استخدام اللغة، مما يمكنها من التحدث بطريقة ذات مصداقية وقائمة على المعرفة وحسن الاطلاع؛ وثالثاً: تقديم مادة أساءت حتماً إلى نسبة لا بأس منها من الجمهور نظراً إلى طبيعتها النقدية (وتحديداً أولئك الذين اعتمدوا النظريات التي كانت تفضحها وكانوا يروّجون لها). كان كل هذا يعني مواجهة خوفها من التراخي، وأيضاً خوفها من التحرك واتخاذ إجراء. كان في هذه التحركات تحدّ بالغ لها، ولكن كانت النتيجة تطويراً للشخصية والكفاءة، بالإضافة إلى إدراك أنها كانت تقدم مساهمة اجتماعية حقيقية.

إنني أؤمن بأن الخير الذي يفعله الناس - مهما يبدو صغيراً - يرتبط بالخير الذي يتجلى على نطاق واسع في العالم أكثر مما يعتقد الناس، وأؤمن بأن ذلك يسري أيضاً على الشر. كل واحد منا مسؤول عن حالة العالم أكثر مما نعتقد، وأكثر مما نشعر بالارتياح لتصديقه. فمن دون الانتباه الدقيق، تميل الثقافة نفسها نحو الفساد؛ فينمو الطغيان ببطء، ويطلب منا التراجع بخطوات صغيرة نسبياً. لكن كل تراجع يزيد من إمكانية التراجع التالي. كل خيانة للضمير، وكل صمت (على الرغم من الاستياء الذي نشعر به عند إسكاتها)، وكل تبرير يضعف المقاومة ويزيد من احتمال الحركة التقييدية التالية. وينطبق هذا بشكل خاص عندما يستمتع أولئك الذين يدفعون الأمور إلى الأمام بالقوة التي اكتسبوها الآن، ومثل هؤلاء موجودون دائماً. من الأفضل أن تخطو إلى الأمام بيقظة، عندما تكون تكاليف ذلك منخفضة نسبياً، وربما عندما لا تكون الفوائد المحتملة قد تلاشت بعد. من الأفضل

أن تخطو إلى الأمام قبل أن تتلاشى القدرة على القيام بذلك ولا يمكن استرجاعها. مع الأسف، غالبًا ما يتصرف الناس بما يتعارض مع ما يمليه عليهم ضميرهم - حتى لو كانوا يعرفون ذلك - ويقترب الجحيم خطوة بخطوة، مع توالي الخيانات. ويجب أن نتذكر أن الناس قلما يتصدون لما يعرفون أنه خطأ حتى عندما تكون عواقب ذلك طفيفة نسبيًا. وهذا شيء يجب التفكير فيه بعمق، إذا كنت مهتمًا بعيش حياة أخلاقية وواعية: إذا لم تعترض على التجاوزات الصغيرة التي تخالف ضميرك، فلم الافتراض أنك لن تشارك بإرادتك عندما تخرج التجاوزات عن السيطرة؟

جزء من «تجاوز النظام» هو معرفة متى يكون لديك سبب وجيه لذلك. جزء من «تجاوز النظام» هو فهم أن ضميرك له الأولوية في تحديد أفعالك، والتي تتجاوز واجبك الاجتماعي التقليدي. إذا قررت الوقوف ورفض أمر ما، إذا فعلت شيئًا يرفضه الآخرون بينما تؤمن بشدة بأنه صحيح، فيجب أن تكون في وضع يسمح لك بالثقة بنفسك. هذا يعني أنك يجب أن تكون قد حاولت عيش حياة صادقة، ذات معنى، ومفيدة (من النوع الذي قد يميز بالضبط شخصًا آخر تثق به). إذا كنت قد تصرفت بشرف، بحيث تكون شخصًا جديرًا بالثقة، فإن قرارك برفض الانصياع أو التصرف بطريقة تتعارض مع التوقعات العامة هو ما سيساعد المجتمع نفسه على الحفاظ على توازنه. ومن خلال القيام بذلك، يمكنك أن تكون جزءًا من قوة الحقيقة التي تضع حدًا للفساد والطغيان. إن الفرد ذا السيادة، ذلك الفرد اليقظ الذي يتبع ضميره، هو القوة التي تمنع الجماعة، باعتبارها الهيكل الأساسي اللازم لتوجيه العلاقات الاجتماعية المعيارية، من أن تصبح عمياء وقاتلة. لا أريد أن أنهي هذا الجزء بنبرة تفاؤلية زائفة. أعلم من مراسلاتي اللاحقة مع زبونتي أنها انتقلت من العمل في مؤسسة إلى أخرى عدة مرات في السنوات التالية. وفي إحدى المرات وجدت وظيفة جيدة حيث كان من الممكن الانخراط في عمل مشمر، ومعقول، وذو معنى. ولكن على الرغم من نجاحها هناك، تعرضت للفصل في أثناء إعادة هيكلة للشركة، ومنذ ذلك

الحين وجدت أن الشركات الأخرى التي عملت بها كانت أسيرة لنفس الصرعات اللغوية وسياسات الهوية التي كانت موجودة في عملها الأول. بعض الثنائين توجد في كل مكان، وليس من السهل هزيمتها. لكن محاولات زبونتي للقتال من خلال عملها في فضح النظريات العلمية الزائفة؛ وعملها كصحفية، ساعد في تحصينها ضد الاكتئاب وتعزيز تقديرها لذاتها.

عزز موقفك

عندما تنفك الثقافة بسبب رفضها ووعي اختلالاتها وأمراضها، وبسبب غياب البطل صاحب الرؤية، فإنها تنحدر وتسقط في بئر الفوضى التي تكمن وراء كل شيء. في ظل هذه الظروف، يمكن للفرد أن يغوص طوعاً في الأعماق لأبعد ما يجروء، ويعيد اكتشاف المبادئ الأبدية التي تجدد الرؤية والحياة. والبديل لذلك هو اليأس، والفساد، والعدمية؛ والانسحاق بلا تفكير وراء الكلمات الزائفة لأيديولوجية اليوتوبيا الشمولية والحياة كعبد بأئس، وكاذب، وناقم.

إذا كنت ترغب بدلاً من ذلك بالانخراط في مشروع عظيم، حتى لو كنت تعتبر نفسك مجرد تُرس صغير فيه، فأنت مُطالب بعدم القيام بأشياء تكرها. عليك تعزيز موقفك، بغض النظر عن مدى ضآلته وصغره، ومواجهة النفاق التنظيمي الذي يقوّض روحك، ومواجهة الفوضى المترتبة على ذلك، وإنقاذ مبادئك التي تلفظ أنفاسها الأخيرة من الأعماق، وعيش حياة حقيقية وصادقة. وبخلاف ذلك، ستخفي الطبيعة وجهها، وتشل المجتمع، وستظل أنت دمية تُحركها قوى شيطانية تعمل خلف الكواليس؛ وهناك شيء آخر: الخطأ خطؤك؛ فلا أحد مقدّر له حتمًا أن يبقى دمية.

نحن لسنا عاجزين. حتى تحت أنقاض أشد الحيات دمارًا، قد يظل بالإمكان العثور على أسلحة مفيدة. وبالمثل، قد لا يكون العملاق الذي يبدو أكثر رهبة قويًا كما يدّعي أو يبدو. ضع في اعتبارك احتمال أنك قد تكون قادرًا على المقاومة؛ أنك قد تكون قادرًا على المقاومة والحفاظ

على روحك؛ وربما وظيفتك أيضًا. (لكن قد تكون هناك وظيفة أفضل في انتظارك أيضًا إذا استطعت تقبُّل فكرة التغيير). إذا كنت مستعدًا لجعل نفسك شخصًا يمكنه، بل ينبغي عليه، الصمود والثبات، فقد تبدأ في إدراك الأسلحة المتاحة لك. إذا كان ما تفعله يجعلك تهاجم الآخرين بشكل اندفاعي؛ إذا كان ما تفعله يدمر دافعيتك للتقدم؛ إذا كانت مبادراتك وتقاعساتك تجعلك تحتقر نفسك، والأسوأ من ذلك أنها تجعلك تحتقر العالم؛ إذا كانت الطريقة التي تدير بها حياتك تجعل من الصعب عليك أن تستيقظ سعيدًا في الصباح؛ إذا كنت تعاني من شعور عميق بخيانة الذات، فلعلك تختار تجاهل ذلك الصوت الخافت الهادئ؛ إذ ربما تميل إلى اعتباره شيئًا لا ينتبه إليه سوى الضعفاء والسذج.

إذا كنت في العمل وطلب منك القيام بما يجعلك تحتقر ذاتك، وأنت في ظل ضعفك وشعورك بالخزي من المحتمل أن تنفجر غضبًا في وجه من تحب، غير راغب بالقيام بما طلب منك وكارهاً لحياتك، فربما يكون الوقت قد حان للتأمل، والتفكير، ووضع استراتيجية تنقلك إلى موقع يخول لك أن تقول لا^(*). حينئذ قد تحظى بمزيد من الاحترام من الأشخاص الذين تعارضهم لأسباب أخلاقية، بالرغم من أنك ربما لا تزال تدفع ثمنًا باهظًا لأفعالك. بل ربما سيعيدون التفكير في موقفهم، إن لم يكن الآن، فمع مرور الوقت (وقد تؤنّبهم ضمائرهم بنفس الأسلوب الهادئ الصامت).

الجوانب التطبيقية

ربما يكون عليك أيضًا أن تضع نفسك في موضع يسمح لك باتخاذ خطوة جانبية؛ كالانتقال إلى وظيفة أخرى، على سبيل المثال؛ إذ قد تفكر

(*) ربما ليس من مرة واحدة فقط؛ لأن ذلك يجعل رد فعلك مندفعًا للغاية؛ وربما ليس من مرتين؛ لأن ذلك قد لا يشكل دليلًا كافيًا للمجازفة بخوض حرب قد تكون حقيقية؛ ولكن بالتأكيد ستصل.

في نفسك قائلاً: «هذه الوظيفة تقتل روحي، وليست لي. حان الوقت لاتخاذ الخطوات الدقيقة اللازمة لتنظيم سيرتي الذاتية، والانخراط في رحلة بحث ولو كانت صعبة وقاسية -وغالبًا ما تكون غير مجزية- عن وظيفة جديدة» (ولكن عليك أن تنجح مرة واحدة فقط). ربما يمكنك أن تجد عملاً بمقابل أفضل، ويكون أكثر إثارة، وتعمل فيه مع أشخاص لا يقتلون روحك، بل يعيدون إحياءها بشكل إيجابي. ربما يكون اتباع ما يمليه عليك ضميرك هو في الواقع أفضل خطة؛ فهو خيار أفضل من التعايش مع شعورك بخيانة الذات ومعرفة أنك تحملت ما لا تستطيع تحمله حقاً.

قد يتم فصلي. حسناً، استعد الآن للبحث عن وظيفة أخرى وجهّز نفسك لها، على أمل أن تكون أفضل (أو استعد لمراجعة مديرك بحجة مُعدة جيداً وواضحة). ولا تبدأ بافتراض أن ترك وظيفتك، ولو بغير إرادتك، هو بالضرورة شيء سيء.

أنا خائف من التحرك. حسناً، بالطبع أنت خائف، ولكن خائف مقارنة بماذا؟ خائف بالمقارنة مع الاستمرار في وظيفة يتعرض فيها جوهر كيانتك للتهديد، وتصبح فيها أضعف، وأكثر حقارة، وأكثر شعوراً بالمرارة، وأكثر عرضة للضغط والاستبداد على مرّ السنين؟ قليلة هي خيارات البقاء أو الرحيل التي تقدمها لنا الحياة دون أن تحمل خطراً على أي من الجانبين، وغالبًا ما يكون من الضروري إمعان التفكير بدقة في مخاطر البقاء مثلما نفعل مع مخاطر التحرك. لقد رأيت أشخاصاً عديدين يتحركون، وأحياناً يأتي ذلك بعد عدة سنوات من التخطيط الاستراتيجي، ويؤول بهم المآل إلى حال أفضل، نفسياً وعملياً، بعد فترة من المعاناة.

ربما لا يريدني أحد آخر. حسناً، إن معدل الرفض لطلبات الوظائف الجديدة مرتفع بشكل استثنائي. لذا أطلب من عملائي أن يفترضوا نسبة قبول واحد على خمسين، حتى تكون توقعاتهم محددة على نحو صحيح. سيتم تجاوزك في العديد من الوظائف التي تكون مؤهلاً لها. ولكن نادراً ما يكون للأمر بُعد شخصي، إنما هو نتيجة حتمية للخضوع العشوائي إلى حدّ

ما للمعايير المتناقضة المحددة لقيمة الفرد التي تميز المجتمع. إنه نتيجة لحقيقة أن السير الذاتية سهلة التوزيع وصعبة المعالجة؛ وأن العديد من الوظائف لها مرشحون داخليون غير معلنين؛ وأن بعض الشركات تحتفظ بمخزون مستمر من المتقدمين، في حال احتاجوا للتوظيف بسرعة. قد تكون تلك مشكلة تأمينية، أو مشكلة إحصائية، أو مشكلة عامة، وليست بالضرورة إشارة إلى أن هناك ما يعيبك أنت تحديدًا. عليك أن تدمج كل هذه الواقعية ذات الطابع التشاؤمي في توقعاتك، حتى لا تشعر بخيبة أمل مفرطة. مئة وخمسون طلبًا، تختار بعناية؛ يتم من خلالها الحصول على ثلاث إلى خمس مقابلات. قد تستغرق هذه المهمة عامًا أو أكثر؛ وهذا أقل بكثير من قضاء عمر كامل في شقاء وانحدار. لكنها ليست لا شيء. فعليك أن تستعد لها، وتخطط، وتجمع الدعم من الأشخاص الذين يفهمون ما تفعله ويقدرّون التحدي الذي تواجهه والخيارات المتاحة تقديرًا واقعيًا.

قد يكون السبب أيضًا أنك متقاعس عن تطوير مهاراتك ويمكنك تحسين أدائك في العمل بحيث تتعاضد فرصك في الحصول على وظيفة في مكان آخر. ولكن لا ضير في ذلك؛ فلا يمكنك النطق فعليًا بكلمة «لا» مع وجود قوة فاسدة عندما تكون خياراتك للتحرك غير موجودة. وبناءً على ذلك، يكون لديك التزام أخلاقي بوضع نفسك في موقف قوة نسبية، ثم القيام بما هو ضروري للاستفادة من تلك القوة. قد تحتاج أيضًا إلى التفكير في أسوأ الحالات ومناقشتها مع أولئك الذين سيتأثرون بقراراتك. ولكن أكرر مرة أخرى، يجدر بك أن تدرك أن البقاء حيثما لا ينبغي لك أن تكون قد يكون الخيار الأسوأ حقًا؛ خيار يسحبك ويقتلك ببطء على مدى عشرات السنين. هذه ليست ميتة جيدة، حتى وإن كانت بطيئة، وتبوح باليأس الذي يجعل الناس يشيخون بسرعة ويتوقون إلى انتهاء حياتهم المهنية، والأسوأ من ذلك، انتهاء حياتهم. هذا ليس تحسينًا. قد تكون في طريقك لبضع سنوات مؤلمة من الاعتراف المتأخر بعدم الكفاءة، وتحتاج إلى إرسال أربعة أو خمسة أو عشرة طلبات عمل في الأسبوع، وأنت تعلم

تمامًا أن معظمها سيقابل بالرفض دون نظرة مدققة. ولكنك تحتاج للفوز باليانصيب مرة واحدة، وبضع سنوات من المشقة الممزوجة بالأمل خير من عمر كامل تقضيه في مسار مهني متدهور وخانق.

ولنكن واضحين: الأمر ليس مجرد مسألة كره عملك لأنه يتطلب منك الاستيقاظ مبكرًا في الصباح، أو جرجرة نفسك إلى العمل عندما يكون الجو شديد الحرارة أو البرودة، أو عندما تشعر بالكآبة وترغب في الانكماش على نفسك في السرير. الأمر لا يتعلق بالإحباط الناتج عن الطلب منك القيام بأشياء تافهة أو ضرورية مثل تفريغ صناديق القمامة، أو كنس الأرضيات، أو تنظيف الحمامات، أو رفض أخذ مكانك المستحق برغم تدينه في قاعدة هرم الكفاءة، أو حتى هرم الأقدمية. إن الاستياء الناجم عن مثل هذا العمل الضروري غالبًا ما يكون مجرد جحود، وعدم قدرة على قبول مكانة متدنية في البداية، وعدم الرغبة في تبني موقف الأحمق، أو عن الغطرسة ونقص الانضباط. إن رفض نداء الضمير لا يشبه شعور السخط على المكانة المتدنية غير المرغوب فيها.

إن ذلك الرفض -تلك الخيانة للروح- هو في الحقيقة الشرط المطلوب لأداء يتسم بوضوح بعدم الإنتاجية، أو العبث، أو اللاجدوى؛ الشرط المطلوب للإجحاف في معاملة الآخرين والكذب بشأن ذلك؛ للانخراط في الخداع، وخيانة ذاتك المستقبلية؛ لتحمل العذاب والإساءة بلا داع (ومشاهدة الآخرين بصمت وهم يعانون من المعاملة نفسها). هذا الرفض يعني تعصيب عينيك، والموافقة على قول وفعل أشياء تخون أعماق قيمك وتجعلك محتالًا في لعبتك الخاصة. ولا شك أن الطريق إلى الجحيم -سواء على الصعيد الشخصي أو الاجتماعي- ليس مفروشًا بالنوايا الحسنة بقدر ما هو مفروش بتبني مواقف، والإتيان بأفعال، تؤرق ضميرك بصورة حتمية.

لا تفعل ما تكره.

IN OUR KOLKHOZ



القاعدة السادسة

تخلّ عن الأيديولوجيات

الأماكن الخاطئة

بعد أن نشرت كتابي الأخير، انطلقت أنا وزوجتي «تامي» في جولة محاضرات طويلة شملت جميع أنحاء العالم الناطق بالإنجليزية، وجزءًا كبيرًا من أوروبا، وخاصة في الشمال. كانت أغلب المسارح التي تحدثت على خشبتها قديمة وجميلة، واستمتعت بتواجدي في مبانٍ ذات تاريخ معماري وثقافي عريق، حيث عزفت العديد من الفرق الموسيقية التي أحببناها، وحيث عاش فنانون آخرون لحظاتهم العظيمة. حجزنا 160 مسرحًا، تتسع عمومًا في المتوسط لنحو 2500 إلى 3000 شخص (على الرغم من وجود أماكن أصغر في أوروبا، وأكبر في أستراليا). اندهشت للغاية -وما زلت مندهشًا- من وجود مثل هذا الجمهور الضخم لمحاضراتي، بل ووجوده في كل مكان تقريبًا. وتمتد تلك الدهشة نفسها إلى المقاطع التي أظهر فيها على يوتيوب وقنوات البودكاست، سواء على قنواتي الخاصة، أو في مقابلات على قنوات أخرى، وفي المقاطع التي لا تُحصى التي اقتطعها أشخاص طوعية من أحاديثي ومناقشاتي المطولة مع الصحفيين. فقد شوهدت هذه المقاطع أو تم الاستماع إليها مئات الملايين من المرات. وأخيرًا، هناك الكتاب المذكور آنفًا، الذي ستصل مبيعاته إلى نحو أربعة ملايين نسخة بالإنجليزية بحلول وقت نشر هذا الكتاب، وسيُترجم إلى خمسين لغة أخرى، بافترض استمرار الأمور كما

هي عليه الآن. وليس من السهل على الإطلاق معرفة ما يجب التفكير به وأنا أجد نفسي محاطًا بجمهور كهذا.

ما الذي يحدث؟ أقل ما يُقال في هذا الشأن أن أي شخص عاقل سيفاجأ بكل هذا. يبدو أن عملي يتناول حتمًا شيئًا مفقودًا في حياة الكثيرين. فأنا الآن - كما ذكرت سابقًا - أعتد في أغلب محتواي على أفكار كبار علماء النفس والمفكرين الآخرين، ولا بد أن لذلك قيمة. لكنني كنت أيضًا أفكر باستمرار في شيء أكثر تحديدًا قد يجذب انتباه الناس. ولمحاولة تحديد ذلك الشيء بدقة اعتمدت في معلوماتي على الاستجابة التي أحصل عليها مباشرة من الأفراد أنفسهم، عندما ألتقي بهم فور انتهاء إحدى محاضراتي أو عندما يستوقفونني في الشارع، أو في المطارات، أو المقاهي، أو في أماكن عامة أخرى.

في إحدى المدن الأمريكية في الغرب الأوسط (أظنها كانت لويزفيل)، التقى بي شاب بعد محاضرتي وقال: «لدي قصة سريعة. قبل عامين، أطلق سراحني من السجن. كنت بلا مأوى ومفلسًا. بدأت الاستماع إلى محاضراتك. الآن لدي وظيفة بدوام كامل، وأمتلك شقة، وأنا وزوجتي أنجبنا للتو طفلتنا الأولى. شكرًا لك». وكانت عبارة «شكرًا لك» مصحوبة باتصال مباشر بالعين ومصافحة قوية، وقد سُرِدَت القصة بنبرة صدق ويقين. يخبرني الناس بقصص مشابهة جدًا في الشارع، مصحوبة غالبًا بالدموع، وإن كانت القصة التي رويتها قد تكون أكثر تطرفًا قليلًا من القصة العادية. يشاركني الناس أخبارهم الجيدة والخاصة جدًا (ذلك النوع من الأخبار الذي لا تشاركه إلا مع أشخاص يمكنك أن تخبرهم بمثل هذه الأشياء دون خوف). وأشعر بشرف عظيم لكوني واحدًا من هؤلاء الأشخاص، على الرغم من أن تلقي اعترافات شخصية مستمرة هو أمر مرهق عاطفيًا، يَغُضُّ النظر عن (أو ربما بسبب) كونها إيجابية للغاية. فكم من المؤلم لي أن أرى القدر الضئيل الذي يتلقاه أغلب الناس من التشجيع والإرشاد، وكم الخير الذي يمكن أن ينتج عندما يتم توفير قدر أكبر قليلًا

منه. عبارة مثل «كنت أعرف أنك تستطيع فعلها» تُعدّ بداية جيدة، وتسهم كثيراً في تخفيف بعض الألم غير الضروري في العالم.

هذا إذاً نوع من القصص التي أسمعها باستمرار، بأشكال مختلفة. عندما نلتقي، وجهًا لوجه، يخبرني الناس أيضًا أنهم يستمتعون بمحاضراتي وبما كتبت؛ لأن ما أقوله وأكتبه يوفر لهم الكلمات التي يحتاجونها للتعبير عن أشياء يعرفونها بالفعل، ولكنهم عاجزون عن التعبير عنها. من المفيد للجميع أن يكونوا قادرين على تجسيد ما يفهمونه ضمناً بشكل صريح. وكثيراً ما أعاني من الشكوك بشأن الدور الذي أَلعبه؛ لذلك أجد طمأنينة في حقيقة أن الناس يجدون كلماتي متوافقة مع معتقداتهم العميقة التي لم تتحقق أو لم يعبرَ عنها حتى الآن؛ إذ تساعدني في الحفاظ على إيماني بما تعلمته وفكرت فيه وشاركته الآن علناً. إن مساعدة الناس على سد الفجوة بين ما يشعرون به في أعماقهم وما لا يستطيعون التعبير عنه تبدو وظيفة معقولة وذات قيمة للمفكر العام. ثم تأتي المعلومة الأخيرة التي تؤثر على كل ما أحققه. لقد كانت إنجازاتي نتاجاً مباشراً للمحاضرات المباشرة التي سنحت لي العديد من الفرص لإلقائها. إنه لشرف عظيم وهبة قيمة أن أتمكن من التحدث مراراً إلى مجموعات كبيرة من الناس. فهذا يوفر فرصة فورية مباشرة للحكم على روح العصر، والاتجاهات الفكرية الحالية، كما يسمح لي بتشكيل أفكار جديدة واختبارها فوراً من حيث قابلية نقلها للآخرين، وقدرتها على جذب الانتباه؛ وبالتالي الحكم على جودتها، ولو جزئياً؛ وهو ما يحدث أثناء المحاضرة عندما أُنَبِّه لاستجابة الجمهور.

في كتاب «12 قاعدة للحياة»، القاعدة التاسعة: «افترض أن الشخص الذي تنصت إليه ربما كان يعرف شيئاً لا تعرفه»، أقترح أنه عند الحديث إلى مجموعة كبيرة من الناس، يجب أن يكون تركيزك منصباً دائماً على أفراد محددين؛ فالحشد الكبير الذي أمامك هو وهم إلى حد ما. غير أن بوسعك زيادة تركيزك البصري الموجه نحو الأفراد من خلال الاستماع إلى المجموعة بأكملها في الوقت نفسه، بحيث تسمعهم وهم يتحركون، أو يضحكون،

أو يسعلون، أو أي شيء يتصادف أنهم يفعلونه، بينما تركز على فهم أفراد بعينهم. إن ما تريد أن تراه من الشخص الذي تواجهه هو الانتباه الكامل. وما تريد سماعه من الحشد هو الصمت التام. أنت تريد ألا تسمع شيئاً. وتحقيق ذلك يعني أن مستمعك لا يشتهم شيء من كل ما يمكن أن يفكروا فيه أثناء الحضور. إذا كنت أحد أفراد الجمهور في عرض ما، ولم تكن مأسوراً تماماً بالمحتوى، فإنك تصبح منشغلاً ببعض المؤثرات الجسدية الطفيفة، وتتحرك في المكان. تصبح واعياً بأفكارك الخاصة، وتبدأ في التفكير في ما يجب أن تفعله غداً، أو تهتمس بشيء إلى الشخص الجالس إلى جوارك. كل ذلك يؤدي إلى صخب وسط الجمهور، وضوضاء مسموعة. ولكن إذا كنت، بصفقتك متحدثاً، متركزاً بشكل صحيح على المسرح - جسدياً وروحياً - فإن انتباه الجميع سينصب بقوة مثل أشعة الليزر على ما تقوله، ولن يصدر أحد صوتاً. وبهذه الطريقة، يمكنك تحديد أي الأفكار لها قوة.

بينما كنت أ شاهد وأنصت إلى جميع التجمعات التي تحدثت فيها على النحو الذي وصفته للتو، أدركت بصورة متزايدة أن ثمة موضوعاً واحداً بالذات جعل كل جمهور (دون استثناء) يتوقف تماماً عن الكلام، ألا وهو: المسؤولية؛ ذلك الموضوع الذي جعلناه موضوعاً أساسياً في هذا الكتاب في القاعدة الرابعة: «لاحظ أن الفرصة تكمن حيث بُذت المسؤولية». كانت تلك الاستجابة مثيرة للغاية، وغير متوقّعة على الإطلاق؛ فالمسؤولية ليست بالأمر الذي يسهل إقناع أحد به. لطالما كان الآباء يسعون لجعل أطفالهم مسؤولين. ويسعى المجتمع إلى تحقيق الهدف نفسه من خلال مؤسساته التعليمية، ومؤسسات التدريب المهني، والمنظمات التطوعية، والأندية. بل يمكنك اعتبار أن غرس حس المسؤولية هو الغاية الأساسية للمجتمع. لكن ثمة شيء ما انحرف عن مساره. لقد ارتكبنا خطأ، أو سلسلة من الأخطاء. لقد قضينا وقتاً طويلاً، على سبيل المثال (على مدار معظم السنوات الخمسين الماضية)، في المطالبة بالحقوق، ولم نعد نطالب بما يكفي من الشباب الذين نؤهلهم اجتماعياً. ظللنا نخبرهم عقوداً بضرورة

المطالبة بما يستحقونه من المجتمع، وكنا نوحى إليهم بأن المعاني المهمة لحياتهم ستُمنح لهم بسبب هذه المطالبات، بينما كان علينا فعل العكس؛ أي إخبارهم بأن المعنى الذي يدعم الحياة ويجعلها تستمر بكل مآسيها وخيباتها يكمن في تحمُّل عبء نبيل. ولأننا لم نفعل ذلك، فقد شبوا وهم يبحثون في الأماكن الخاطئة. وهذا جعلهم بلا حصانة؛ بلا حصانة ضد الحلول السهلة وقوة الاستياء المهلكة. ما التطور التاريخي الذي أدى بنا إلى هذا الوضع؟ كيف نشأت هذه الهشاشة، هذه الحساسية؟

ربما كان نائماً فحسب

في الربع الأخير من القرن التاسع عشر، صرح الفيلسوف الألماني فريدريك نيتشه بعبارته الشهيرة «لقد مات الإله». وقد أصبحت هذه المقولة شهيرة جداً لدرجة أنك يمكن أن تراها مكتوبة على جدران الحمامات العامة، حيث غالباً ما تأخذ الشكل التالي: «لقد مات الإله» - نيتشه. «لقد مات نيتشه» - الإله. لم يصرح نيتشه بهذا الادعاء بنبرة نرجسية أو انتصار. إذ انبثق رأي هذا المفكر العظيم من خوفه من أن جميع القيم اليهودية-المسيحية التي تشكل أساس الحضارة الغربية قد أصبحت عرضة للنقد العقلاني السطحي على نحو خطير، وأن الفرضية الأهم التي استندت إليها هذه القيم، وهي وجود إله مُتعالٍ قدير، قد تعرضت للتحدي بشكل قاتل. وخلص نيتشه من هذا إلى أن كل شيء سينهار قريباً، على نحو كارثي نفسياً واجتماعياً.

لا يتطلب الأمر قارئاً مدققاً للغاية ليلاحظ أن نيتشه قد وصف الله، في كتابه «العلم المرح» *The Gay Science*، بأنه «أقدس وأعظم ما امتلكه العالم حتى الآن»، ووصف البشر المعاصرين بأنهم «قتلة جميع القتلة»⁽¹⁾. وهذه ليست الأوصاف التي قد تتوقعها من فيلسوف عقلاني يحتفي بزوال الخرافات؛ بل كانت تعبيراً عن يأس مطلق. في أعماله الأخرى، لا سيما كتاب «إرادة القوة» *The Will to Power*، يصف نيتشه ما سيحدث في القرن التالي وما بعده بسبب هذا الفعل القاتل⁽²⁾. لقد تنبأ (وهذه هي

الكلمة الصحيحة لوصف ما قاله) بظهور عاقبتين وخيمتين لهذا الفعل -ارتبطت كل منهما بالأخرى ارتباطاً سببياً لا ينفصم، على الرغم من التناقض الظاهري بينهما- وارتبط كلاهما بزوال الطقوس، والقصص، والمعتقدات التقليدية.

مع تزايد غموض الغاية من الحياة البشرية خارج الهيكل الهادف للفكر التوحيدي والعالم ذي المعنى الذي يقترحه، اعتقد نيتشه أننا سنشهد ارتفاعاً مدمراً للعدمية على المستوى الوجودي. وأشار إلى أن الناس سيلجأون، بدلاً من ذلك، إلى التماهي مع أيديولوجيا شمولية صارمة، ألا وهي: استبدال أفكار البشر بالأب المتعالي لجميع الخلق. الشك الذي يهدم واليقين الذي يدمر: تلك هي نبوءة نيتشه للبديلين اللذين سيظهران في أعقاب موت الإله.

تطرق الروائي الروسي الفذ فيودور دوستوفسكي إلى السؤال نفسه الذي طرحه نيتشه في الحقبة نفسها تقريباً، في رائعته «الممسوسون» *The Possessed* (المعروفة أيضاً باسم «الأبالسة» *Demons* أو «الشياطين» *The Devils*)³. بطل الرواية، نيكولاي ستافروغين، متمسك بشدة بالمثل العليا نفسها التي أدت في النهاية إلى ميلاد الشيوعية الثورية، على الرغم من أنه يعيش حياته في الرواية قبل عقود من بدء الاضطرابات التي وقعت وأنتجت ما أصبح يُعرف بعد ذلك بالاتحاد السوفيتي. لم يكن ظهور هذه المثل، من وجهة نظر دوستوفسكي، تطوراً إيجابياً؛ فقد أدرك أن تبني أيديولوجيا يوتوبية صارمة وشاملة، مبنية على بعض المسلمات البديهية ظاهرياً، يشكّل خطراً سياسياً وروحياً قد يفوق في وحشيته كل ما حدث في الماضي الديني، أو الملكي، أو حتى الوثني. لقد تنبأ دوستوفسكي -على غرار نيتشه- بأن كل هذا سيأتي قبل ما يقرب من خمسين عاماً (!) من الثورة اللينينية في روسيا. وتظل هذه القدرة غير المفهومة على التنبؤ مثلاً رائعاً يوضح كيف يمكن للفنان وحده أن يستشرف المستقبل قبل أن يراه الآخرون بزمن طويل.

لقد تنبأ كل من نيتشه ودوستويفسكي بأن الشيوعية ستبدو جذابة للغاية، بوصفها بديلاً عقلانياً ومنطقياً وأخلاقياً في ظاهره للدين أو للعدمية، وأن العواقب ستكون قاتلة. فكتب نيتشه، بأسلوبه الفريد الذي يجمع بين القسوة والسخرية والإبداع يقول: «في الواقع، أتمنى أن تُجرى بعض التجارب لإثبات أن الحياة في المجتمع الاشتراكي تنكر ذاتها، وتقطع جذورها بنفسها. إن الأرض كبيرة بما فيه الكفاية، والإنسان لم تنضب طاقاته بعد بما يكفي لكي يبدو لي أن درساً عملياً من هذا النوع وبرهاناً عكسياً ذا قيمة، حتى لو لم يتحقق سوى على حساب كمٍّ ضخم من الأرواح»⁽⁴⁾. لم تكن الاشتراكية التي أشار إليها نيتشه النسخة المعتدلة نسبياً التي انتشرت لاحقاً في بريطانيا، والدول الإسكندنافية، وكندا، بتركيزها الحقيقي فعلى تحسين حياة الطبقة العاملة، وإنما كانت الشيوعية بصورتها المنتشرة في روسيا والصين ومجموعة من دول أصغر. ولم يتضح بعد ما إذا كنا قد تعلمنا «الدرس العملي» - البرهان على عبثية العقيدة - نتيجة التضحية بذلك «الكمّ الضخم من الأرواح» الذي تنبأ به نيتشه.

يبدو أن نيتشه تبنى بشكل مطلق الفكرة القائلة بأن العالم كان مادياً وخالياً من القيم على النحو الذي طرحته العلوم الفيزيائية الناشئة حينها. وبذلك لم يتبقَّ أمامه سوى ملاذٍ واحد يحميه من العدمية والشمولية، ألا وهو: ظهور الفرد القوي بما يكفي لخلق قِيَمِهِ الخاصة، ويفرضها على الواقع الذي لا يحمل قيماً، ثم يلتزم بها. افترض نيتشه أن نوعاً جديداً من البشر - الشخص الأعلى، أو السوبرمان، أو الأوبرمنش Übermensch - سيكون ضرورياً في أعقاب موت الإله، حتى لا تنجرف المجتمعات نحو الشواطئ الصخرية الضحلة المقابلة لليأس والتنظير السياسي المفرط. لذا يتعين على الأفراد الذين يتبعون هذا النهج، البديل للعدمية والشمولية، خلق منظومتهم القِيَمِيَّة الخاصة.

غير أن المحللين النفسيين فرويد ويونج قد وضعوا نهاية لهذا التصور؛ إذ أثبتا أننا لا نمتلك السيطرة الكافية على أنفسنا لنخلق القيم عبر الاختيار

الواعي. وعلاوة على ذلك، لا توجد أدلة على أن أيًا منا يمتلك العبقريّة لخلق أنفسنا من العدم، لا سيما في ظل القيود الشديدة المفروضة على تجربتنا، والتحييزات التي تكتنف تصوراتنا، وقصر أعمارنا. فنحن نمتلك طبيعة -أو غالبًا هي التي نمتلكها- وسيكون من حماقة الآن أن ندّعي أن لدينا السيطرة الكافية على أنفسنا لخلق، وليس اكتشاف، ما نعتبره ذا قيمة. نحن نملك القدرة على خوض تجربة كاشفة عقّوية تتنوع بين تجربة فنية، وابتكارية، ودينية؛ ونكتشف أشياء جديدة عن أنفسنا باستمرار، وهو ما يبعث على السرور، وعلى خيبة الأمل أيضًا؛ حيث كثيرًا ما تتغلب علينا عواطفنا ودوافعنا. نحن نغالب طبيعتنا، نتفاوض معها. ولكن ليس من الواضح على الإطلاق أن الفرد سيكون قادرًا على إيجاد القيم الجديدة التي طالما تاق إليها نيتشه بشدة، وإخراجها إلى الوجود.

ثمة مشكلات أخرى تكتنف حجة نيتشه أيضًا. فإذا كان كل واحد منا يعيش وفقًا لقيمه الخاصة التي أوجدها وفرضها على الآخرين، فما الذي يتبقى ليوحدنا؟ هذه مشكلة فلسفية ذات أهمية محورية. كيف يمكن لمجتمع من الإنسان الأعلى («الأوبرمنش») أن يتجنب أفراد الدخول في خلاف دائم معًا، ما لم يكن هناك شيء مشترك بين قيمهم المنشأة؟ وأخيرًا، ليس من الواضح بأي حال من الأحوال أن أيًا من هؤلاء البشر الخارقين كان له وجود يومًا. بدلًا من ذلك، ومع أزمة المعنى الحديثة وظهور الدول الشمولية مثل ألمانيا النازية، والاتحاد السوفيتي، والصين الشيوعية، يبدو أننا وجدنا أنفسنا خلال القرن ونصف الماضيين في نفس الحالة العدمية أو حالة الاستحواذ الأيديولوجي التي كان يخشاها نيتشه ودوستويفسكي، مصحوبة بنفس العواقب الاجتماعية والنفسية الكارثية التي تنبأ بها.

كذلك ليس واضحًا أن القيم، على الرغم من أنها تبدو ذاتية، ليست جزءًا لا يتجزأ من الواقع، مع أنه لا يمكن إنكار فائدة المنهج العلمي. إن المسلمة العلمية المحورية التي تركتها لنا حركة التنوير -وهي أن الواقع هو المجال الحصري للموضوعية- تشكل تحديًا خطيرًا لواقع التجربة

الدينية، إذا كانت الأخيرة في الأساس تجربة ذاتية (ويبدو أنها كذلك تمامًا). لكنَّ هناك شيئاً يُعقّد الموقف الذي يبدو أنه يقع في موضع ما بين ما هو ذاتي وما هو موضوعي: فماذا لو كانت هناك تجارب تكشف عن نفسها عادةً لشخص واحد في كل مرة، ولكن يبدو أنها تشكل نمطاً ذا مغزى عند النظر إليها بمنظور جمعي؟ هذا يشير إلى أن هناك شيئاً يحدث لا يتخذ مجرد طابع ذاتي، وإن كان لا يمكن تحديده بسهولة باستخدام الأساليب العلمية الحالية. قد يكون الأمر، في المقابل، أن قيمة شيء ما متفرّدة بما يكفي؛ أي تعتمد بصورة كافية على السمات المميزة للزمان والمكان والفرد الذي يختبر هذا الشيء، حتى إنه لا يمكن تحديدها وتكرارها على النحو المطلوب لدعم وجودها كشيء علمي. غير أن هذا لا يعني أن القيمة ليست حقيقية؛ وإنما يعني فقط أنها معقدة لدرجة أنها لم تتمكن بعد من التوافق مع الرؤية العلمية للعالم، وقد لا تتمكن من ذلك أبداً. العالم مكان غريب جداً، وهناك أوقات يبدو فيها أن الوصف المجازي أو السرد الذي يميز الثقافة وتمثيلها المادي -الذين يعدان جزءاً لا يتجزأ من العلم- يتلاسان، عندما يجتمع كل شيء؛ وتنعكس الحياة والفن أحدهما على الآخر على نحو متساوٍ.

الروح -أو النفس- التي تنتج أو تستقبل مثل هذه التجارب تبدو حقيقية بشكل لا يقبل الجدل؛ والدليل على ذلك يكمن في أفعالنا بوضوح. نحن جميعاً نفترض بديهياً حقيقة وجودنا الفردي وتجاربنا الواعية، ونفترض المثل بالنسبة للآخرين (وإلا فالعواقب وخيمة). ومن المنطقي تماماً أن نشير إلى أن مثل هذا الوجود وهذه التجربة لهما هيكل بيولوجي وفيزيائي عميق يشكل أساسهما. لا شك أن أولئك الذين لديهم ميل للتحليل النفسي يفترضون ذلك، وكذلك العديد ممن يدرسون علم النفس البيولوجي، لا سيما إذا كانوا يركزون على الدوافع والعواطف⁽⁵⁾. ويبدو أن هذا الهيكل، الذي يقبله العلماء، وعامة الناس على حد سواء، كأمر مسلّم به، يظهر التجربة الدينية باعتبارها جزءاً من دوره الأساسي -وذلك الدور الديني لديه

ما يكفي من القواسم المشتركة بين الناس لتجعلنا نفهم على الأقل ما تعنيه «التجربة الدينية» - خصوصًا إذا كنا قد اخترناه في مرحلة ما من حياتنا.

ماذا يعني ذلك؟ قد يعني أن المعنى الحقيقي للحياة متاح للاستكشاف، إذا كان بالإمكان اكتشافه من الأساس، من قبل كل فرد بمفرده؛ رغم وجود تواصل بينه وبين الآخرين، في الماضي والحاضر. لذا قد يكون الأمر أن المعنى الحقيقي للحياة لا يكمن في ما هو موضوعي، بل في ما هو ذاتي (ولكنه يظل عمومياً). وجود الضمير، على سبيل المثال، يقدم دليلًا على ذلك، وكذلك حقيقة أن التجارب الدينية يمكن تحفيزها كيميائيًا بشكل موثوق، وهذا من خلال ممارسات مثل الرقص، والترنيم، والصوم، والتأمل. وإضافة إلى ذلك، تشير حقيقة أن الأفكار الدينية قادرة على توحيد أعداد كبيرة من الناس تحت مظلة أخلاقية واحدة (على الرغم من أن هذه الأفكار يمكن أن تنقسم إلى طوائف أيضًا) إلى شيء عام ينادي من الداخل. لماذا نفترض بسهولة هكذا أن التجربة الدينية الذاتية ليس فيها أي شيء حقيقي، بالنظر إلى عموميتها وضرورتها في الظاهر، وبالنظر أيضًا إلى اليقين شبه التام بأن القدرة على إضفاء القيمة هي وظيفة قديمة تطورت لدى البشر وتشكلت بواسطة الواقع نفسه الذي نحاول تعريفه وفهمه؟

لقد رأينا عواقب البدائل الشمولية؛ حيث يُفترض أن تتحمل الجماعة أعباء الحياة، وتحدد المسار الصحيح، وتحول العالم الرهيب إلى المدينة الفاضلة الموعودة. لقد أنتج الشيوعيون رؤية للعالم كانت جذابة للأشخاص الذين يتسمون بالإنصاف والعدالة، وأيضًا لأولئك الذين امتلأت نفوسهم بالحسد والقسوة. بل ربما كانت الشيوعية حلًا قابلاً للتطبيق لمشاكل التوزيع غير المتساوي للثروة التي ميزت العصر الصناعي، لو أن جميع من يُفترض أنهم مضطهدون أشخاصًا طيبين وأن كل الشر يكمن في أيديهم البرجوازيين. ولكن للأسف، كان جزء كبير من المضطهدين في نظر الشيوعيين ضعفاء، وبلا ضمير، وغير أذكياء، ولديهم رغبات جنسية، ومهووسين بالسلطة، ويتسمون بالعنف والحقد، بينما كان قطاع كبير

من المضطهدين مثقفين، وبارعين، ومبدعين، وأذكياء، وأمناء، ويراعون مشاعر الآخرين. وعندما اجتاحت هوس استئصال الكولاك(*) الاتحاد السوفيتي المؤسس حديثاً، كان القتلة ذوو الروح الانتقامية الحاقدة هم من يتولون إعادة توزيع الأراضي الزراعية، بينما كان المزارعون، الذين كانوا في أغلبهم أكفاء وموثوقين، هم من تُتزع منهم هذه الأراضي بالعنف. وكانت إحدى العواقب غير المقصودة لعملية «إعادة توزيع» هذا الرغد هي تجويع ستة ملايين أوكراني في الثلاثينيات، وهم من كانوا يعيشون في وسط بعض من أخصب الأراضي الزراعية في العالم.

كانت الفئة البارزة الأخرى من أشرار القرن العشرين - وهم القوميون في ألمانيا - أيديولوجيين أقوياء وخطرين بالطبع بدورهم. وقد أشير إلى أن فلسفة نيتشه كانت مصدر الإلهام لأتباع هتلر. قد يكون في هذا الادعاء شيء من الحقيقة وإن كان على نحو ملتوٍ ضال؛ إذ كانوا يسعون لإنشاء قيمهم الخاصة، رغم أنهم لم يكونوا أولئك الأفراد الذين شجع نيتشه على تطويرهم. لعل من الأكثر منطقية أن نقول إن نيتشه قد حدد الظروف الثقافية والتاريخية التي جعلت صعود تأثير الأفكار المماثلة لتلك التي روج لها النازيون أمراً محتملاً للغاية. كان النازيون يسعون إلى خلق إنسان مثالي يتجاوز الحدود التقليدية للمسيحية والدين، ذلك الآري المثالي، ولا شك أنهم قد صاغوا هذا المثل الأعلى بطريقة لا تتوافق مع قواعد اليهودية أو المسيحية. ويمكن أن يكون النازيون قد وضعوا تصوراً للآري المثالي بوصفه «إنساناً أعلى»، بل من المؤكد أنهم تصوره هكذا. هذا لا يعني أن المثل الأعلى النازي، كما صيغ، يحمل أي تشابه مع المثل الأعلى النيتشوي. بل على العكس تماماً؛ لقد كان نيتشه من أشد المعجبين بالفردانية، وكان سيعتبر فكرة الإنسان الأعلى بوصفه من خلق الدولة شيئاً عبثاً ومقززاً.

(*) الكولاك: هم ملاك الأراضي الأغنياء الذين صودرت أراضيهم.

السحر القاتل للأوثان الزائفة

فكر في أولئك الذين لم يصلوا إلى حد تبني الأيديولوجيات المشكوك فيها للماركسيين اللينينيين والنازيين، ولكنهم لا يزالون يؤمنون بالأيديولوجيات والمذاهب السائدة التي تميز العالم الحديث؛ مثل المحافظة، والاشتراكية، والنسوية (وجميع أنواع الأيديولوجيات المتعلقة بالدراسات العرقية والجندرية)، وما بعد الحداثة، والبيئية، وغيرها. هم في الواقع موحّدون، أو عبدة لعدد صغير جداً من الآلهة. هذه الآلهة هي البديهيّات والمعتقدات الأساسية التي يجب قبولها مسبقاً، كمعرفة أولية بديهية، لا إثباتها، قبل اعتماد نظام المعتقدات، وعندما تُعتمد هذه البديهيّات وتُطبّق على العالم، فإنها تسمح بانتشار الوهم بأن المعرفة قد تم إنتاجها.

إن العملية التي يمكن من خلالها توليد نظام أيديولوجي بسيطة في مراحلها الأولى، ولكنها متشعبة بما يكفي في تطبيقها لتحاكي (وتحل محل) التنظير الفعلي النافع. يبدأ الإيديولوجيون باختيار بعض المفاهيم المجردة التي تخفي تمثيلاتها القليلة الواضح أجزاء كبيرة وغير متميزة من العالم. تشمل بعض الأمثلة على ذلك «الاقتصاد»، «الأمة»، «البيئة»، «الأبوية»، «الشعب»، «الأغنياء»، «الفقراء»، «المضطهّدون»، و«الظالمون». يؤدي استخدام المصطلحات المفردة ضمناً إلى تبسيط مفرط لما هي في الواقع ظواهر متنوعة ومعقدة بشكل استثنائي (وهذا التعقيد المقنّع جزء من السبب في أن المصطلحات تصبح محمّلة بكثير من الثقل العاطفي). على سبيل المثال، هناك العديد من الأسباب التي تجعل الناس فقراء. السبب الواضح هو قلة المال؛ لكن هذا الواضح الافتراضي هو جزء من مشكلة الأيديولوجيا؛ فغياب التعليم، والأسر المفككة، والأحياء المليئة بالجريمة، وإدمان الكحول، وتعاطي المخدرات، والإجرام، والفساد (والاستغلال السياسي والاقتصادي الذي يصاحبه)، والأمراض العقلية، وعدم وجود خطة للحياة (أو حتى الفشل في إدراك أن وضع خطة من

هذا النوع ممكن أو ضروري)، وقلة الضمير، والموقع الجغرافي غير الملائم، وتغير المشهد الاقتصادي واختفاء مجالات العمل نتيجة ذلك، والميل الملحوظ للأغنياء ليصبحوا أكثر ثراءً والفقراء ليصبحوا أكثر فقرًا، وقلة الإبداع/ الاهتمام بزيادة الأعمال، وغياب التشجيع؛ هذه ليست سوى غيض من فيض من المشكلات التي تولّد الفقر، والحل لكل منها (بافتراض وجود حل) ليس واحدًا بالطبع، وليس الأشرار المختبئون خلف كل سبب مفترض وقابل للتحديد هم الأشرار أنفسهم (بافتراض أن هناك أشرارًا يمكن العثور عليهم).

كل هذه المشاكل تتطلب تحليلًا دقيقًا ومفصّلًا، يتبعه توليد حلول متعددة محتملة، يتبعه تقييم دقيق لتلك الحلول لضمان تحقيقها الأثر المطلوب. من غير الشائع أن نرى أي مشكلة اجتماعية خطيرة تُعالج بهذه المنهجية. ومن النادر أيضًا أن تنتج الحلول المولدة -حتى عبر عملية منهجية- النتائج المنشودة. والصعوبة الكبيرة في تقييم المشكلات بالتفصيل الكافي لفهم ما يسببها، تليها الصعوبة الكبيرة أيضًا في توليد واختبار حلول مفصلة، كافية لردع حتى أصحاب القلوب الشجاعة عن الإقدام على التصدي لوباء حقيقي للبشرية. ونظرًا لأن الأيديولوجي يمكنه وضع نفسه على الجانب الصحيح أخلاقيًا من المعادلة دون بذل الجهد الحقيقي اللازم للقيام بذلك بشكل صحيح، فإن تبسيط المشكلة وربطها بشخص شرير -يمكننا التصدي له أخلاقيًا- يكون أسهل كثيرًا ويجلب شعورًا فوريًا أكبر بالرضا والإشباع.

بعد تفكيك العالم إلى قطع كبيرة وغير متميزة، ووصف المشكلة (أو المشكلات) التي تميز كل جزء، وتحديد الأشرار المناسبين، يقوم منظر الأيديولوجيا بعد ذلك بتوليد عدد قليل من المبادئ التفسيرية أو القوى التفسيرية (التي قد تسهم جزئيًا بالفعل في فهم أو وجود تلك الكيانات المجردة). ثم يمنح تلك المبادئ القليلة قوة سببية رئيسية، بينما يتجاهل قوة أخرى ذات أهمية مساوية أو أكبر. والشئ الأكثر فعالية هو استخدام

نظام تحفيزي رئيسي أو حقيقة أو تخمين اجتماعي واسع النطاق لمثل هذه الأغراض. من الجيد أيضًا اختيار تلك المبادئ التفسيرية لسبب سلبي وغير معلن وهذّام ومثير للاستياء، ثم جعل مناقشته وأسباب وجوده محظورة على معتنق الأيديولوجيا وأتباعه (فضلاً عن النقاد). وبعد ذلك، يقوم المُنظر الزائف بصياغة نظرية سببية حول كيفية اعتبار كل ظاهرة -مهما كانت معقدة- مجرد نتيجة ثانوية للنظام الجديد الشامل. وأخيرًا، تنشأ مدرسة فكرية لنشر طرق هذا الاختزال الخوارزمي (لا سيما عندما يأمل المفكر في كسب الهيمنة في العالمين النظري والواقعي)، ويتعرض أولئك الذين يرفضون تبني هذه الخوارزمية أو يتقنون استخدامها للتشويه والشيطنة ضمناً أو صراحة.

يعيش المثقفون غير الأكفاء والفاسدون على مثل هذه الأنشطة، أو مثل هذه الألعاب. يكون اللاعبون الأوائل في لعبة معينة من هذا النوع عمومًا هم الأذكي بين المشاركين. إنهم ينسجون قصة حول المبدأ السببي الذي اختاروه، ويظهرون كيف أن هذه القوة التحفيزية الافتراضية الأولية ساهمت بقوة في أي مجال معين من مجالات النشاط البشري. بل في بعض الأحيان يكون هذا مفيدًا؛ إذ إن مثل هذا النشاط قد يسلط الضوء على كيف أن دافعًا كان محظورًا مناقشته أو التفكير فيه، يلعب دورًا أكبر في التأثير على السلوك والإدراك البشريين مما كان يُعتبر مقبولًا في السابق (هذا ما حدث مع فرويد، على سبيل المثال، بتركيزه على الجنس). ويصبح أتباعهم، المتحمسون للانضمام إلى هرم هيمنة جديد يمكن السيطرة عليه (في ظل ازدحام الهرم القديم بشاغليه الحاليين)، شغوفين بتلك القصة. وفي خِصْم ذلك، وبما أنهم أقل ذكاءً ممن يتبعونهم، يقومون بتحويل أي شيء من «مستفيد بالإسهام» أو «متأثر به» إلى «نتيجة له». ويبدأ المؤسس (أو المؤسسون)، المستمتع بظهور الأتباع، في توجيه قصته في هذا الاتجاه أيضًا، أو يعترض، ولكن هذا لا يهم؛ فالمهم هو أن طائفة الأتباع المخلصين قد نشأت بالفعل.

يجذب هذا النوع من التنظير تحديدًا الأشخاص الأذكياء، لكنهم كسالى في الوقت نفسه. وتعمل السخرية كأداة مساعدة في هذا النوع من التنظير، وكذلك الغطرسة. فسيتم تلقين الأتباع الجدد أن إتيان مثل هذه اللعبة يشكل نوعًا من التعليم، وسيتعلمون انتقاد النظريات البديلة، والمناهج المختلفة، وحتى فكرة الحقائق نفسها، على نحو متزايد. فإذا كانت النظرية مصحوبة بمفردات لا يمكن فهمها، فهذا أفضل كثيرًا؛ إذ سيستغرق النقاد المحتملون بعض الوقت الثمين لتعلم فك شفرة الحجج. وثمة جانب تأمري يتغلغل بسرعة في المدرسة الناشئة التي يحدث فيها هذا النوع من «التعليم»، والتي يصبح فيها هذا النشاط بشكل متزايد هو كل ما يُسمح به: لا تنتقد النظرية، ولا تبرز نفسك. لا تصبح منبوذًا. بل حتى: لا تتلقى تقديرًا سيئًا، أو مراجعة سيئة، بسبب التعبير عن رأي محظور (وحتى عندما لا يحدث ذلك في الواقع، فإن الخوف من احتمال حدوثه يُبقي كثيرًا من الطلاب والأساتذة، أو الموظفين وأرباب العمل، تحت السيطرة).

كما أشرنا، حاول فرويد اختزال الدوافع في الجنس، في الشهوة الجنسية. يمكن لأي شخص نال قدرًا كافيًا من تعلم القراءة والكتابة، ولديه قدر من الذكاء، والطلاقة اللفظية، أن يفعل الشيء نفسه بكفاءة كبيرة؛ وذلك لأن «الجنسانية» (شأنها شأن أي مصطلح متعدد الأوجه) يمكن تعريفها تعريفًا محددًا أو فضفاضًا حسب الضرورة من قبل أولئك الذين يستخدمونها لأغراض التفسير الشامل. فبِغَضِّ النظر عن كيفية تعريف الجنس، هو ظاهرة بيولوجية بالغة الأهمية، مفتاح للحياة المعقدة نفسها، وبالتالي قد يُكتشف تأثيره بشكل حقيقي أو يُختلق على نحو منطقي في أي مجال مهم من مجالات النشاط ثم تضخيمه (بينما يُتَّقَص من أهمية العوامل الأخرى ذات الأهمية). وبهذه الطريقة، يمكن توسيع نطاق المبدأ التفسيري الفردي إلى ما لا نهاية، بما يتوافق مع المطالب الملقاة عليه.

فعل ماركس الشيء نفسه عندما وصف الإنسان بطريقة اقتصادية في جوهرها، أساسها الطبقات الاجتماعية، واعتبر التاريخ ساحة معركة

أبدية بين البرجوازية والبروليتاريا. يمكن تفسير كل شيء من خلال تطبيق خوارزمية ماركسية عليه. إن الأثرياء أثرياء لأنهم يستغلون الفقراء. والفقراء فقراء لأنهم يُستغلون من قبل الأثرياء. والتفاوت الاقتصادي في مجمله غير مرغوب فيه وغير مثمر، وناتج عن الظلم والفساد المتأصلين. هناك بالطبع بعض الفائدة في ملاحظات ماركس، كما هو الحال مع فرويد. إن الطبقة الاجتماعية عنصر مهم في التسلسلات الهرمية الاجتماعية وعادة ما تحتفظ لنفسها بدرجة معينة من الاستقرار والثبات عبر الزمن. والرفاهية الاقتصادية أو عدمها ذات أهمية بالغة. والحقيقة المزعجة لتوزيع باريتو⁽⁶⁾ - ميل أولئك الذين لديهم الكثير للحصول على المزيد (والذي يبدو أنه يسري في أي نظام اقتصادي) - تعني أن الثروة تتجمع في أيدي أقلية من الناس. والناس الذين يشكلون تلك الأقلية يتغيرون بشكل جوهري، بغض النظر عن استقرار الطبقات المذكور آنفًا،⁽⁷⁾ وهذه نقطة حاسمة، ولكن حقيقة أن الأثرياء يشكلون أقلية صغيرة دائمًا تبدو غير قابلة للتغيير إلى حد محبط.

لكن بغض النظر عن مزاياها الافتراضية، فقد كان تطبيق الماركسية كارثة في كل مكان تم تجربتها فيه، وهذا ما جعل أتباعها الحاليين، الذين لم يتراجعوا عنها، يحاولون تقديم أفكارها في شكل جديد والمُضي بها قُدَمًا، وكأن لا شيء مهم قد تغير. عدّل المفكرون الذين تأثروا بشدة بفكر ماركس ويتمتعون بتأثير جارف في أغلب الأوساط الأكاديمية اليوم (مثل ميشال فوكو، وجاك دريدا) التبسيط الماركسي جذريًا عن طريق استبدال «السلطة» بـ «الاقتصاد»، كما لو كانت السلطة هي القوة الدافعة الوحيدة وراء كل السلوك البشري (في مقابل الخبرة ذات الكفاءة، على سبيل المثال، أو التبادلية في المواقف والأفعال).

إن الاختزال الأيديولوجي من هذا النوع هو السمة المميزة لأخطر المفكرين الزائفين. والأيديولوجيون هم المكافئون الفكريون للأصوليين؛ فهم صارمون ومتشددون. فقوامتهم الأخلاقية ومطالبتهم الأخلاقية بحقوقهم في إعادة تشكيل المجتمع عميقان وخطيران بالقدر نفسه. بل قد يكون

الأمر أسوأ من ذلك؛ إذ يدعي الأيديولوجيون أنهم يجسّدون العقلانية. لذلك، يحاولون تبرير ادعاءاتهم باعتبارها منطقية ومدروسة. على الأقل يعترف الأصوليون بالولاء لشيء يؤمنون به اعتباطاً؛ لذا فهم أكثر صدقاً بكثير. علاوة على ذلك، يرتبط الأصوليون بعلاقة مع الرب العلي. وما يعنيه هذا هو أن الله، الذي هو محور كونهم الأخلاقي، يظل خارج إطار الفهم الكامل وفوقه، وفقاً لعقيدة الأصولي الخاصة. فلا مفر من أن يعترف اليهود اليمينيون، والمتشددون الإسلاميون، والمسيحيون المحافظون -إذا تم الضغط عليهم- بأن الله غامض في الأساس. وهذا الاعتراف يوفر حذاً لمزاعمهم كأفراد بالصالح والسلطة (إذ يظل الأصولي الحقيقي على الأقل خاضعاً لكيان لا يمكنه ادعاء فهمه بالكامل، فضلاً عن السيطرة عليه). غير أن لا شيء يظل خارج نطاق الفهم أو السيطرة بالنسبة إلى الأيديولوجي. فالنظرية الأيديولوجية تفسر كل شيء: كل الماضي، كل الحاضر، وكل المستقبل. وهذا يعني أن الأيديولوجي يمكنه اعتبار نفسه يمتلك الحقيقة الكاملة (وهو شيء محظور على الأصولي صاحب المعتقدات المتسقة). لا يوجد ادعاء أكثر شمولية من هذا، ولا موقف يمكن أن تتجلى فيه أسوأ صور الغرور أكثر من هذا (وليس الغرور فقط، بل أيضاً الخداع في هذه الحالة، بمجرد أن تفشل الأيديولوجيا في تفسير العالم أو التنبؤ بمستقبله). وما العبرة من كل هذا؟ احذر المفكرين الذين يجعلون من نظرياتهم عن دوافع السلوك البشري ديانة توحيدية. وبلغة أكثر تخصصاً، احذر الأسباب الشاملة أحادية المنظور (التي تعتمد على متغير واحد) لمشكلات متنوعة ومعقدة. بالطبع، تلعب السلطة دوراً في التاريخ، وكذلك الاقتصاد؛ ولكن يمكن أن يسري الشيء نفسه على الغيرة، والحب، والجوع، والجنس، والتعاون، والإلهام، والغضب، والاشمئزاز، والحزن، والقلق، والدين، والشفقة، والمرض، والتكنولوجيا، والكراهية، والصدفة؛ ولا يمكن لأي منها أن يُختزل بشكل قاطع في آخر. غير أن جاذبية فعل ذلك واضحة، وتتمثل في البساطة، والسهولة، ووهم السيطرة (الذي يمكن أن يكون له

عواقب نفسية واجتماعية مفيدة، لا سيما على المدى القصير)؛ ويجب ألا ننسى أهمية اكتشاف شرير -أو مجموعة من الأشرار- يمكن إلقاء مسؤولية الدوافع الخفية للأيديولوجيا عليه.

الاستياء

يحدث الاستياء⁽⁸⁾ -أو الحقد العدائي- عندما تُلقى مسؤولية الفشل الفردي أو تدني المكانة الاجتماعية على النظام الذي يحدث فيه ذلك الفشل أو تدني المكانة، ثم، وعلى وجه الخصوص، على الأشخاص الذين حققوا النجاح والمكانة العالية داخل ذلك النظام. فيُعتبر النظام غير عادل اعتباراً ودون دليل. يُنظر إلى الناجحين بوصفهم استغلاليين وفاسدين؛ إذ يمكن اعتبارهم منطقياً مستفيدين غير مستحقين، بالإضافة إلى كونهم الداعمين الطوعيين الواعين الأنانيين وغير الأخلاقيين للنظام، حال كان هذا النظام غير عادل. وما إن يتم قبول هذه السلسلة السببية من الأفكار، يمكن تفسير جميع الهجمات على الناجحين باعتبارها محاولات لها مبرراتها الأخلاقية لإرساء العدالة، وليست مثلاً تجليات للحسد والطمع التي ربما كانت توصف عادة بأنها مخزية.

هناك سمة نمطية أخرى للسعي الأيديولوجي: الضحايا الذين يدعمهم الأيديولوجيون دائماً أبرياء (وأحياناً يكون صحيحاً أن الضحايا حقاً أبرياء)، والجناة دائماً أشرار (إذ إن الجناة الأشرار متوفرون دائماً أيضاً). ولكن وجود ضحايا وجناة حقيقيين لا يوفر عذراً لإطلاق تصريحات عامة وغير دقيقة حول عمومية فرضية الضحية البريئة والجاني الشرير؛ لا سيما إن كانت من النوع الذي لا يأخذ في الاعتبار وبشكل قاطع براءة المتهم المفترضة. فلا ينبغي افتراض أي ذنب جماعي، وبالتأكيد لا يجب افتراض ذلك النوع من الذنب الذي يشمل عدة أجيال⁽⁹⁾. هذه دلالة مؤكدة على النية الخبيثة لمن يوجّه هذا الاتهام، ونذيراً بكارثة اجتماعية. ولكن الميزة هي أن الأيديولوجي، بتكاليف عملية ضئيلة، يمكنه أن يعتبر نفسه

عدوًا للمضطهد ومدافعًا عن المضطهد. فمن يريد الاهتمام بالاختلافات الدقيقة التي تتطلبها تحديد جرم الفرد أو براءته عندما تكون هناك جائزة كهذه تلوح في الأفق؟

إن سلوك سبيل الاستياء والحقد يحمل مخاطرة بإضمار مرارة شديدة. يرجع ذلك إلى حد كبير إلى توجيه الاتهام إلى العدو الخارجي دون العدو الداخلي. على سبيل المثال، إذا كانت الثروة هي المشكلة المطروحة، واعتُبر الأثرياء سببًا للفقر وكل المشاكل الأخرى في العالم، فسيصبح الأثرياء هم العدو، الذين لا يختلف شرهم عن درجة من الشر الشيطاني في أثره النفسي والاجتماعي. وإذا كانت السلطة هي المشكلة، فإن أولئك الذين أسسوا أي سلطة في أي وقت كان يصبحون السبب الوحيد لمعاناة العالم. وإذا كانت الذكورية هي المشكلة، فإن جميع الذكور (أو حتى مفهوم الذكورة) يتعرضون حتمًا للهجوم والتشويه (*). إن مثل هذا التقسيم للعالم إلى شيطان خارجي وقديس داخلي يبرر الكراهية النابعة من القوامة الأخلاقية، التي

(*) ولا تظن أن اللعبة لا يمكن أن تُمارَس (أو لا تمارَس) بالطريقة العكسية. الشيء نفسه ينطبق على الأنوثة، مثلاً، في أماكن عديدة من العالم: ففي اللغة العربية مثلاً، تشير كلمة «عورة» إلى أجزاء الجسم الحميمة التي يجب أن تُغطى بالملايس. أصل الكلمة، «عور»، يعني «النقص»، أو «الغيب». الترجمة الأكثر شيوعاً للكلمة بالإنجليزية هي «العري» Nakedness. وتشمل المعاني الأخرى «الزيف»، أو «التصنع»، أو «العمى». ووفقاً للقاموس الذي أعده محمد معين، الباحث الإيراني المعروف في الأدب الفارسي والدراسات الإيرانية، تعني كلمة «عورة» كلا من «العري» أو «الخزي» و«المرأة الشابة». وتماشياً مع هذه الشبكة من الأفكار، استُخدمت كلمة «عورات» المشتقة من «عورة»، على نطاق واسع في مختلف الثقافات المتأثرة باللغة العربية للدلالة على «المرأة». ولمثل هذه الأسباب، تُعد النساء من منظور أولئك الذين يتبعون التيار الوهابي الإسلامي -المتشدد، والصارم، والملتزم- مسؤولات تماماً عن الشر والإغواء في العالم، بحيث إن حركاتهن يجب أن تُقيّد بشدة وصرامة، بل ولا يُسمح لهن بإظهار أنفسهن في أي إطار مهم في المجال العام.

تقتضيها أخلاقيات النظام الأيديولوجي ذاته. هذا فخ رهيب: فبمجرد تحديد مصدر الشر، يصبح واجب الصالحين الأبرار القضاء عليه. وهذا يفتح الباب لكل من جنون الارتياب والاضطهاد. إن العالم الذي لا يوجد فيه أشخاص صالحون سواك أنت ومن يفكرون مثلك هو أيضًا عالم تكون فيه محاطًا بأعداء يسعون إلى تدميرك، ويجب محاربتهم.

إن البحث في نفسك لتبين دورك في أخطاء العالم - على الأقل بالدرجة التي يتحرّرها شخص صادق وخالٍ من العمى المتعمّد - أكثر أمانًا من الناحية الأخلاقية. ومن المحتمل أن يكون تفكيرك أكثر وضوحًا بخصوص حقائق موقف ما والأشخاص المعنيين به، وأين تكمن المسؤولية بمجرد أن تتأمل الخشبة في عينك بدلًا من الإشارة إلى القذى في عين أخيك. من المحتمل أن عيوبك الشخصية واضحة وكثيرة، ويمكن أن تُعالج على نحو مفيد، كخطوة أولى في سعيك لتحسين العالم. إن أخذ خطايا العالم على عاتقك، وتحمل المسؤولية عن حقيقة أن الأمور لم تُصحح في حياتك الخاصة وفي حياة آخرين، هو جزء من الطريق المسيحي: جزء من تقليد البطل بأعمق معانيه. هذه قضية نفسية أو روحية، وليست قضية اجتماعية أو سياسية. انظر إلى الشخصيات التي يبتكرها كُتّاب الأدب المغمورون؛ إنهم ينقسمون ببساطة إلى طيبين وأشرار. وعلى النقيض من ذلك، يضع الكُتّاب المحترفون الانقسام داخل الشخصيات التي يخلقونها، بحيث يصبح كل شخص موضع الصراع الأبدي بين النور والظلام. إن افتراض أنك العدو - افتراض أن نقاط ضعفك ونقائصك هي التي تُلحق الضرر بالعالم - أكثر ملاءمة بكثير على الجانب النفسي (وأقل خطورة بكثير على الصعيد الاجتماعي) من افتراض الصلاح الأ شبه بصلاح القديسين في نفسك وجماعتك، ومطاردة العدو الذي ستراه بعد ذلك في كل مكان.

من المستحيل محاربة النظام الأبوي، أو الحد من الاضطهاد، أو تعزيز المساواة، أو تغيير الرأسمالية، أو إنقاذ البيئة، أو القضاء على التنافسية، أو تقليص الحكومة، أو إدارة كل منظمة وكأنها مشروع تجاري. فمثل هذه

المفاهيم ببساطة تفتقر كثيرًا إلى الوضوح الكافي. قدمت فرقة «مونتي بايثون» Monty Python الكوميديا البريطانية ذات مرة دروسًا ساخرة في عزف الفلوت: النفخ في أحد الأطراف وتحريك الأصابع لأعلى وأسفل على الفتحات⁽¹⁰⁾. الطريقة صحيحة، لكنها بلا فائدة؛ فالتفاصيل الضرورية ببساطة غير موجودة. بالمثل، لا وجود حقيقي للعمليات والأنظمة الواسعة النطاق والمتطورة بما يكفي لجعل تحولها الشامل الموحد ممكنًا. وفكرة هذا التحول الشامل الموحد إنما هي نتاج طوائف القرن العشرين. إن معتقدات هذه الطوائف ساذجة ونرجسية في الوقت نفسه، والمذهب الذي يروجون له هو البديل للإنجاز الفعلي لدى الشخص الناقم والكسول. فالمسلّمات الوحيدة لأولئك المهووسين بالأيديولوجيات ترتقي لديهم إلى مرتبة الآلهة، التي يخدمها دعائها بلا تفكير.

غير أن الأيديولوجيا ميتة. لقد قتلها الفظائع الدموية في القرن العشرين. يجب أن ندعها وشأنها، ونبدأ في بحث مشكلات أصغر وأكثر تحديدًا، ومن ثمّ معالجتها. يجب أن نتصور هذه المشكلات بحدود يمكن تقديم حلول لها، ليس عن طريق إلقاء اللوم على الآخرين، وإنما بمحاولة معالجتها شخصيًا مع تحمل المسؤولية عن النتائج في الوقت نفسه. تحلّ ببعض التواضع. نظّف غرفتك. اعتنِ بعائلتك. اتبع ضميرك. أصلح حياتك. ابحث عن شيء مثمر وممتع لتفعله وكن ملتزمًا به. وعندما تتمكن من فعل كل ذلك، ابحث عن مشكلة أكبر وحاول حلها إذا كنت تجرؤ على ذلك. وإذا نجحت في ذلك أيضًا، انتقل إلى مشروعات أكثر طموحًا. وكبداية ضرورية لهذه العملية... تخلّ عن الأيديولوجيات.



القاعدة السابعة

اعمل بأقصى جهد ممكن

على شيء واحد على الأقل، وانظر ماذا يحدث

قيمة الحرارة والضغط

عندما يتعرض الفحم لحرارة وضغط شديدين، على أعماق سحيقة تحت سطح الأرض، تعيد ذراته ترتيب نفسها في الشكل البلوري المثالي المتكرر الذي يميز الألماس. كذلك يصبح الكربون الذي يتكون منه الفحم في أقصى درجات المتانة في شكله الألماسي أيضًا (إذ إن الألماس هو أصلب المواد على الإطلاق). وأخيرًا، يصبح قادرًا على عكس الضوء. هذه التوليفة من المتانة والبريق تمنح الألماس الخصائص التي تبرر استخدامه رمزًا للقيمة. فكل ما هو قيم نقي، وتصطف ذراته بشكل ملائم، ويتألق بالضوء؛ وينطبق هذا على الإنسان مثلما ينطبق على اللائق. لا شك أن الضوء يرمز إلى التألق الساطع للوعي المرتفع والمركز. يكون البشر واعين أثناء النهار، في وجود الضوء؛ فقدّر كبير من هذا الوعي بصري، ولذلك يعتمد على الضوء. والتنوير أو الاستنارة يعنيان أن تكون مستيقظًا ومدرّكًا إلى حد استثنائي؛ أن تصل إلى حالة من الوجود ترتبط عادةً بالألوهية. والتزيّن بالألماس يعني الارتباط ببريق الشمس، مثل الملوك أو الملكات الذين تُطبع صورهم على قرص العملة الذهبية الذي يشبه قرص الشمس، ويُعدّ معيارًا شبه عالمي للقيمة.

إن الحرارة والضغط يحولان المادة الأساسية للفحم العادي إلى

الكمال البلوري والقيمة النادرة للألماس. والشيء نفسه يمكن أن يُقال عن الإنسان. نحن نعلم أن القوى المتعددة التي تعمل في النفس البشرية غالبًا ما تكون غير متوافقة بعضها مع بعض. فنحن نقوم بأشياء نتمنى لو لم نفعلها، ولا نقوم بالأشياء التي نعلم أن علينا القيام بها. نريد أن نكون نحفاء، لكننا نجلس على الأريكة نتناول المقرمشات واليأس يملكنا. نكون بلا اتجاه، ويتملكنا الارتباك والجمود بسبب التردد وعدم الحسم. ونجذب في جميع الاتجاهات بسبب الإغراءات، على الرغم من إرادتنا المعلنة، ونهدر الوقت، ونماطل، ويتابنا شعور بشع حيال ذلك، ولكننا لا نغير.

لهذه الأسباب وجد القدماء سهولة في الاعتقاد بأن الروح البشرية كانت مسكونة بالأشباح - إذ يُستحوذ عليها من قِبل أرواح أسلافهم، والشياطين، والآلهة - والتي لا يلتفت أي منها بالضرورة إلى مصالح الفرد المثلى. منذ زمن المحللين النفسيين، وصِفَت هذه القوى المتناقضة نفسيًا - هذه الأرواح المهووسة والخبيثة في بعض الأحيان - باعتبارها دوافع وعواطف أو حالات تحفيزية، أو عقدًا نفسية تعمل كأنها شخصيات جزئية متَّحدة داخل الشخص بواسطة الذاكرة وليس عمدًا. إن تكويننا العصبي هو بالفعل تكوين هرمي. والخدم الغريزيون الأقوياء القابعون في قاع النفس، الذين يتحكمون في مشاعر العطش والجوع والغضب والحزن والنشوة والشهوة، يمكنهم بسهولة أن يصعدوا ويصبحوا سادتنا، وبالسهولة نفسها يدخلون في صراع بعضهم مع بعض. واكتساب مرونة وقوة الروح المنسجمة الموحدة ليس بالشيء السهل المنال.

إن البيت المنقسم على نفسه، كما يُقال، لا يمكن أن يصمد. وبالمثل، فإن الشخص الذي يفتقر إلى الانسجام والتوازن الداخلي لا يمكنه الحفاظ على تماسكه عندما يواجه التحديات. إنه يفقد الانسجام الداخلي على أعلى مستوى من التنظيم النفسي، ويفقد المزيج المتوازن من الخصائص الذي يُعتبر ميزة أخرى للروح المتماشية المتوازنة، ولا يمكنه أن يللم شتات نفسه. نحن نعرف ذلك عندما نقول «لقد فقد صوابه» أو «لقد انهيار». وقبل

أن يجمع مثل هذا الشخص شتات نفسه ويعيد ترتيبها، من المحتمل أن يقع ضحية لسيطرة واحدة أو أكثر من الشخصيات الجزئية. قد تكون هذه الشخصية روحًا من الغضب، أو القلق، أو الألم، تنقّض لتحل الشخص وتسيطر عليه، عندما يفقد أعصابه. يمكنك رؤية هذا يحدث بوضوح في حالة طفل يبلغ من العمر ستين يعاني من نوبة غضب. لقد فقد صوابه مؤقتًا، وفي تلك اللحظة، تستحوذ عليه عاطفة خالصة. غالبًا ما يكون هذا الحدث مزعجًا للغاية للطفل نفسه، وقد تكون حدّته مرعبة للمشاهدين إذا وقع لشخص بالغ. فالأنظمة التحفيزية القديمة التي تحكم الغضب تدفع شخصية الطفل الآخذة في النمو والتطور جانبًا، وتفعل ما تشاء بعقله وأفعاله، فيما يُعد هزيمة حقيقية ومؤسفة للذات المركزية التي لا تزال هشة، التي تكافح ضد قوى مؤثرة لتحقيق التماسك النفسي والاجتماعي. يظهر غياب الانسجام الداخلي أيضًا في زيادة المعاناة، وتضخم القلق، وغياب الدافعية، وفقدان المتعة التي تصاحب التردد وعدم اليقين. إن العذاب الناشئ عن عدم القدرة على الاختيار بين عشرة أشياء -حتى حين تكون مرغوبة- يعادل عذاب مواجهتها جميعًا. فمن دون أهداف واضحة، ومحددة، وغير متناقضة، يصبح اكتساب الشعور بالتفاعل الإيجابي الذي يجعل الحياة تستحق العيش صعبًا للغاية. إن الأهداف الواضحة تحدد العالم وتبسطه أيضًا، مما يحد من عدم اليقين، والقلق، والعار، والقوى الفسيولوجية المدمرة التي يطلقها التوتر. وهكذا يصبح الشخص المفقر إلى الانسجام الداخلي متقلبًا ودون اتجاه، وهذه فقط البداية. يمكن للقلب الكافي ونقص الاتجاه أن يتوّاطمًا معًا بسرعة لإنتاج العجز والاكثاب للذين يميزان الفشل الممتد. هذه ليست مجرد حالة نفسية. فالعواقب الجسدية للاكثاب، التي غالبًا ما تسبقها زيادة في إفراز الكورتيزول (هرمون التوتر) لا يمكن تمييزها عن عواقب الشيخوخة السريعة (زيادة الوزن، ومشاكل القلب والأوعية الدموية، والسكري، والسرطان، والألزهايمر)⁽¹⁾. ولا تقل العواقب الاجتماعية خطورة عن العواقب البيولوجية.

فالشخص الذي يفتقر إلى التوازن النفسي يبالغ في رد فعله تجاه أقل علامة على الإحباط أو الفشل. إنه لا يستطيع الدخول في مفاوضات مثمرة، حتى مع نفسه؛ لأنه لا يستطيع تحمل عدم اليقين الذي يكتنف مناقشة بدائل المستقبل المحتملة. ولا يمكن إرضاءه؛ لأنه لا يستطيع الحصول على ما يريد، ولا يستطيع الحصول على ما يريد لأنه لن يختار شيئاً على حساب آخر. يمكن أيضاً أن يتم إيقافه بأضعف الحجج. فسوف تشبث إحدى شخصياته الفرعية المتعددة والمتصارعة بمثل هذه الحجج، بما يتعارض مع مصلحته غالباً، وستستخدمها، في شكل شكوك، لدعم موقفها المعارض. لذا يمكن إيقاف الشخص الذي يعاني من صراع داخلي عميق -مجازاً- بالضغط بإصبع واحد على صدره (على الرغم من أنه قد ينتفض غضباً ضد مثل هذا العائق). إن التحرك قدماً إلى الأمام يقتضي من الفرد أن يكون منظماً؛ أن يكون موجّهاً نحو شيء واضح ومحدد.

الهدف. الوجهة. كل هذا جزء من النضج والانضباط، وشيء يجب تقديره كما ينبغي. إذا لم تحدد لنفسك هدفاً معيناً، فسيصبح كل شيء حولك مزعجاً ومرهقاً. إذا لم يكن لديك هدف، فلن يكون لديك مكان تذهب إليه، ولا شيء لتفعله، ولا شيء ذو قيمة عالية في حياتك؛ إذ تتطلب القيمة تصنيف الخيارات والتضحية بالأدنى من أجل الأسمى. هل تريد حقاً أن تكون أي شيء يمكن أن تكونه؟ أليس هذا كثيراً جداً؟ ألن يكون من الأفضل أن تستهدف شيئاً محدداً (وقد توسع آفاقك بعد ذلك)؟ ألن يجلب ذلك نوعاً من الراحة، حتى لو انطوى على تضحية؟

أسوأ قرار على الإطلاق

عندما كنت طالباً بالدراسات العليا في جامعة ماكجيل في مونتريال أدرس لنيل درجة الدكتوراه في علم النفس السريري، لاحظت تحسناً ملحوظاً في الشخصية لدى كل من استمر في البرنامج الممتد من خمسة إلى ستة أعوام وتزايد صعوبته بالتدرج. لقد تحسنت مهاراتهم

الاجتماعية، وأصبحوا أكثر قدرة على التعبير، ووجدوا شعورًا عميقًا بالغاية الشخصية، وقدموا دورًا مفيدًا في علاقاتهم بالآخرين، وأصبحوا أكثر انضباطًا وتنظيمًا، واستمتعوا أكثر. كل هذا كان على الرغم من أن مناهج الدراسات العليا كانت في كثير من الأحيان أقل جودة مما قد ينبغي، وكانت التدريبات العملية السريرية غير مدفوعة ويصعب الحصول عليها، وكانت العلاقات مع المشرفين على الدراسات العليا أحيانًا (وليس دائمًا) دون المستوى. كان أولئك الذين بدأوا العمل في الدراسات العليا لا يزالون غير ناضجين ومرتبكين عادة. ولكن الانضباط الذي فرض عليهم بحكم ما تقتضيه الدراسة من أبحاث - وإعداد الرسالة تحديدًا - سرعان ما حسن من شخصياتهم؛ فكتابة شيء طويل ومعقد ومتسق يعني ولو جزئيًا، على الأقل، أن تصبح أكثر تعقيدًا وقدرة على التعبير، وعمقًا في الشخصية. وعندما أصبحت أستاذًا وبدأت في الإشراف على طلاب الدراسات الجامعية والعليا، لاحظت الشيء نفسه. فالطلاب الجامعيون الدارسون لعلم النفس الذين انضموا إلى مختبر أبحاث (وبالتالي تولّوا عملًا إضافيًا) حصلوا على درجات أفضل من أولئك الذين كانوا يكلفون أنفسهم بأقل قدر من العمل. وساعدهم الاضطلاع بوظائف الباحثين المبتدئين على ترسيخ شعور بالانتماء ومجتمع ينتمون إليه، بينما تطلّب منهم الانضباط؛ لا سيما من خلال ما اقتضاه ذلك من استخدام وقتهم بشكل أكثر كفاءة. ولاحظت عملية مشابهة أثناء عملي طبييًا نفسيًا سريريًا؛ إذ عادةً ما أشجّع زبائني على اختيار أفضل طريق متاح لهم في الوقت الحالي، حتى لو كان بعيدًا عما هو مثالي. وكان هذا يعني أحيانًا تحمل ولو انخفاض مؤقت في الطموح أو الكبرياء، ولكن كان له ميزة استبدال شيء حقيقي بشيء متاح فقط في الخيال. وكان ذلك يتبعه تحسينات في الصحة النفسية على نحو شبه دائم.

هل ثمة شيء يستحق الالتزام تجاهه؟ أنا الآن في سن تسمح لي أن أرى ما يحدث عندما تكشف الإجابات المختلفة المحتملة لهذا السؤال عن نفسها. خلال مسيرتي كطالب جامعي، وطالب دراسات عليا، وأستاذ،

وطبيب نفسي سريري، وباحث، وفي مساعي الإضافية المختلفة، رأيت نفس الطرق الثنائية للتطور تتجسد مرارًا وتكرارًا. فكلاهما متاح للجميع، من حيث المبدأ؛ متاح لكل واحد منا نحن الحمقى الهائمين الواقفين في مستقبل العمر وعلى أعتاب الرشد ولكن لم ينضجوا تمامًا بعد، وتتملكهم روح من التشاؤم والسخرية المبكرة المختلطة بالشك، والتساؤل، والأمل بدرجات متفاوتة. لقد أصبح واضحًا تمامًا لي أن العديد من الالتزامات لها قيمة دائمة؛ وأعني تلك المتعلقة بالشخصية، والحب، والعائلة، والصدقة، والمهنة في المقام الأول (وربما بهذا الترتيب). وأولئك الذين يظنون غير قادرين أو غير راغبين في إنشاء حديقة مزدهرة، إن صح التعبير، في أي أو كل من هذه المجالات يعانون بلا شك بسبب ذلك. غير أن الالتزام له ثمن. فالسعي للحصول على شهادة جامعية يعني التضحية والدراسة، واختيار تخصص معين يعني التخلي عن إمكانية اتباع مسارات دراسية أخرى. وينطبق الشيء نفسه على اختيار شريك أو مجموعة من الأصدقاء. التشاؤم الساخر حيال هذه الأمور، أو مجرد التردد أو الشك، يجد حليفًا سهلاً - ولكنه معادٍ بالفعل - في العقلانية العدمية التي تقوّض كل شيء بلا تفكير: لم العناء إذن؟ ما الفارق الذي سيحدثه ذلك بعد ألف عام؟ ما الذي يجعل مسارًا واحدًا مفضّلًا على آخر - أو على لا شيء - على أي حال؟

من الممكن أن تكون راضيًا، أو حتى سعيدًا، مع شريك أو آخر، أو مع مجموعة من الأصدقاء أو أخرى، أو مع مهنة أو أخرى. فيمكن بدرجة ما أن يكون هذا الرضا الذي تجلبه هذه الترتيبات قد تولّد من اختيارات أخرى مختلفة. وكل منها أيضًا معيب بشكل كبير؛ فالشركاء الرومانسيون يمكن أن يكونوا متقلبين ومعقدين، وكذلك الأصدقاء، وكل مهنة أو وظيفة لها نصيبها من الإحباط، وخيبة الأمل، والفساد، والتسلسل الهرمي التعسفي، والسياسات الداخلية، والغباء البحث في اتخاذ القرارات. وعلى ذلك، يمكننا أن نستنتج من هذا الغياب لقيمة محددة أو مثالية أن لا شيء يهم أكثر من أي شيء آخر، أو نستخلص ذلك الاستنتاج الأكثر

يأسًا والذي يرتبط بسابقه، وهو أن لا شيء يهم على الإطلاق. لكن أولئك الذين يستخلصون مثل هذه الاستنتاجات - مهما كان لديهم من حجج متماسكة منطقيًا - يدفعون ثمنًا باهظًا. فلهذا السبب يعاني الناس إذا استسلموا قبل إتمام شهادة جامعية أو دراسة مهنة. هذا يعني «استسلامًا»، وليس فشلًا، وإن كان من الممكن أن يكون من الصعب التمييز بين الاثنين. أحيانًا يفشل الناس لأنهم لا يستطيعون ببساطة إدارة الوظيفة، رغم وجود النوايا الحسنة والانضباط اللازم. فالأمر يتطلب التحلي بقدرة لفظية معينة لممارسة المحاماة بكفاءة، ودرجة معينة من البراعة في التعامل مع الأشياء الميكانيكية - على سبيل المثال - لتصبح نجارًا. أحيانًا يكون التوافق بين الشخص والاختيار ضعيفًا لدرجة أن الالتزام لن يكفي لتحقيق الغاية المنشودة. ولكن في كثير من الأحيان، يكون الفشل نتيجة لعدم التركيز الكافي، والتبرير الفارغ عديم المعنى رغم تعقيده، ورفض تحمل المسؤولية. وهذه الأمور لا يُرجى منها خير كثير.

إن الأشخاص الذين لا يختارون وظيفة أو مهنة غالبًا ما يصبحون غير مستقرين وينجرفون في الحياة. قد يحاولون تبرير هذا الانجراف بقناع زائف من التمرد الرومانسي أو التشاؤم التهكمي المبكر الذي يلمّ بشخص أُرهِقته الحياة. وقد يتجهون نحو تماهٍ سطحي زائف مع استكشاف الفن الطليعي، أو يعالجون اليأس وفقدان الاتجاه باللجوء إلى الإدمان الشديد على الكحوليات والمخدرات وما توفره من إشباع فوري. لكن لا شيء من هذا يؤدي إلى شخص ثلاثيني ناجح (فضلاً عن شخص أكبر بعقد من الزمان). الشيء نفسه ينطبق على الأشخاص الذين لا يستطيعون اختيار شريك رومانسي واحد والإخلاص له، أو غير قادرين أو غير مستعدين للوفاء لأصدقائهم؛ إذ تملكهم مشاعر الوحدة والعزلة والبؤس، وكل ذلك يضيف عمقًا إضافيًا من المرارة إلى التشاؤم التهكمي الذي دفعهم إلى العزلة في المقام الأول. هذه ليست الدائرة المفرغة التي تريد أن تصف حياتك بها.

كان الأشخاص الذين أعرفهم ممن أتموا دراستهم الجامعية أو برامج التدريب المهني التي التحقوا بها أفضل حالاً بسبب ذلك. هم ليسوا «جيدين» بالضرورة، ولا يقدمون الأداء الأمثل في العمل، وليسوا سعداء بالضرورة بخياراتهم، أو مجردين من الشكوك والتردد. بل قد لا يكونون واثقين من رغبتهم في مواصلة ما درسوه. لكنهم كانوا أفضل بكثير من أولئك الذين انسحبوا وانجرفوا. فالالتزامات، والتضحيات التي ينطوي عليها ذلك الالتزام، أنضجت من تحملوها وجعلتهم أشخاصاً أفضل. ماذا نستنتج من ذلك؟ هناك العديد من الأشياء التي يمكننا الالتزام بها. من الممكن ادعاء أن التزاماً ما قد يكون بلا معنى، في ظل تعدد البدائل وفساد الأنظمة التي تفرض هذا الالتزام. ولكن لا يمكن ادعاء المثل بشأن حقيقة الالتزام نفسها؛ فأولئك الذين لا يختارون اتجاهًا هم أشخاص ضائعون. من الأفضل كثيرًا أن تصبح شخصًا ما بدلاً من أن تظل كما أنت دون أن تحقق أي شيء، على الرغم من كل القيود وخيبات الأمل الحقيقية التي قد تتطلبها تحقيق شيء ما. فاليأس يجعل المتشائم يرى القرارات السيئة في كل مكان. أما الشخص الذي تخطى ذلك التشاؤم، فتجده يعترض قائلاً: أسوأ قرار على الإطلاق هو عدم اتخاذ قرار.

الانضباط والاتحاد الداخلي

إن الانضباط الذي يُمكن الفرد من التركيز على شيء واحد يبدأ منذ الصغر. ففي سن مبكرة جداً، يبدأ الأطفال في تنظيم العواطف والدوافع العديدة التي تشكل غرائزهم الأساسية للبقاء على هيئة استراتيجيات للتعاون والتنافس تشمل الآخرين طوعاً. والأطفال الذين لديهم بنية جيدة وحظ سعيد يتمكنون من تحقيق ذلك بطريقة مرغوبة اجتماعياً وصحية نفسياً في الوقت نفسه. عندما تتوقف التجربة الموجهة ذاتياً للطفل نتيجة ظهور نظام غريزي (عندما يشعر الطفل بالجوع، أو الغضب، أو التعب، أو البرد)، يتدخل الوالد الصالح لحل المشكلة التي تمزق الانسجام الداخلي

الهش للطفل، أو تعليم الطفل كيفية حل المشكلة بنفسه، وهو الأفضل. وعند إتمام هذه العملية بدرجة كافية من الإتقان والفعالية، يكون الطفل مستعداً للانضمام إلى العالم الاجتماعي. ويجب أن يتم هذا بحلول سن الرابعة، وإلا فقد لا يحدث أبداً⁽²⁾. فلا بد أن يكون الطفل منظماً ذاتياً بما يكفي بحيث يكون مرغوباً من قبل أقرانه بحلول سن الرابعة، وإلا فإنه يواجه خطر النبذ الاجتماعي الدائم. والطفل الذي يظل يعاني من نوبات الغضب ببلوغه ذلك العمر يواجه هذا الخطر تحديداً.

الطفل المعدّ جيداً، أو المحظوظ بما يكفي ليحظى بالقبول، تُعزز لديه عملية الاندماج من خلال الأقران أو الأصدقاء. عندما يلعب الطفل لعبة مع أطفال آخرين، فإنه بذلك يهذب نفسه ويضبطها؛ إذ يتعلم إخضاع كل دوافعه المتصارعة لأوامر تلك اللعبة؛ فهو يركز على شيء واحد، على الرغم من تعدد القواعد المحتملة؛ ويتعلم إخضاع نفسه طوعاً لقواعد اللعبة وأهدافها المحددة. واللعب بهذه الطريقة يفرض عليه أن يحول نفسه إلى وحدة فرعية وظيفية في آلة اجتماعية أكبر. يمكن تفسير هذا بأنه توضيحية بالفردية، إذا تم تعريف الفردية كاختيار غير محدود للإشباع الفوري. ولكن من الأدق بكثير أن نعتبره تنمية للفردية، إذا نظرنا إليه على مستوى أعلى. فالشخص السوي الذي يمضي في حياته بكفاءة وفعالية ويتسم بالانسجام الداخلي يوازن بين رغبات الحاضر وضرورات المستقبل (بما في ذلك ضرورة اللعب بشكل جيد مع الآخرين). تلك هي الطريقة التي تهذب بها الألعاب المتعددة في الطفولة الفوضى الصاخبة لمرحلة الطفولة المتأخرة. والعائد من هذا التطور بالطبع هو اكتساب حس الأمان الذي يوفره الاندماج الاجتماعي، ومتعة اللعبة.

حريّ بنا أن نشير إلى أن هذا ليس كتباً. ولا بد من توضيح هذه النقطة جيداً؛ إذ يعتقد الناس أن الأمور التي يمنعون الانضباط من ممارستها باختيارنا ستضيع إلى الأبد بطريقة أو بأخرى. وهذا الاعتقاد، الذي غالباً ما يُعبر عنه في إطار الإبداع، هو -إلى حد كبير- ما يجعل الكثير من الآباء

يخشون تدمير أبنائهم عن طريق تأديبهم. ولكن التأديب الصحيح ينظم ولا يدمر. فالطفل الذي يُجبر على الطاعة بسبب الخوف أو تُحجب عنه كل فرصة ممكنة لإساءة التصرف ليس منضبطاً، بل مضطهداً. أما الطفل الذي يُهذَّب على نحو صحيح لا يحارب عدوانيته. فمثل هذا الطفل يجعل عدوانيته جزءاً من قدرته المتزايدة على اللعب، مما يسمح لها بتغذية روح التنافسية لديه وزيادة انتباهه، ويجعلها تخدم الأهداف الأسمى لتطوره النفسي والروحي. لذا، لا يفترق الطفل المتكيف اجتماعياً بشكل جيد إلى العدوانية، إنما هو فقط يصبح شديد البراعة في ممارسة هذه العدوانية؛ إذ يحول ما قد يكون دافعاً مدمراً إلى إصرار مركز وتنافسية محكومة يجعلان منه لاعباً ناجحاً. وبلوغ بدايات المراهقة، يمكن لطفل كهذا أن ينظم نفسه في ألعاب أكثر تعقيداً؛ مثل ممارسة أنشطة موجَّهة نحو الهدف يلعبها الجميع طوعاً، ويستمتع بها الجميع ويستفيدون منها، حتى وإن كان لا يمكن تحقيق الفوز فيها إلا من قبل شخص واحد أو فريق واحد في كل مرة. هذه القدرة هي التمدن نفسه في شكله الناشئ، على مستوى اللاعب الفردي والمجموعة. هنا يتجلى كل من التعاون وفرصة المنافسة والفوز في الوقت نفسه. هذا كل ما يلزم من إعداد من أجل الاختيارات النهائية التي يجب اتخاذها من أجل حياة ناجحة عند بلوغ مرحلة الرشد.

لا شك أنه من الممكن -بل من المنطقي والمعقول- أن يكون لديك بعض الشك وأن تجادل بشأن ماهية اللعبة التي يمكن أن تُلعب هنا والآن؛ ولكن ليس من المنطقي أن تقول إن جميع الألعاب غير ضرورية. وبالمثل، رغم أنه قد يكون من الممكن أن تجادل بشأن ماهية الأخلاق الضرورية، فلا يمكن القول إن الأخلاق بحد ذاتها ليست ضرورية. إن الشك بشأن ماهية اللعبة المناسبة في الوقت الحالي ليس ضرباً من النسبية؛ وإنما يعكس تقييماً ذكياً للسياق. فحقيقة أن السعادة شعور غير مناسب في جنازة، على سبيل المثال، لا تعني أن السعادة نفسها تفتقر إلى القيمة. وبالمثل، فإن الادعاء بأن الأخلاق ضرورية وحتمية لا يعكس الاستبداد.

إنها فقط ملاحظة أن القيم الأساسية والبُدائية الأحادية البعد يجب أن تندرج تحت بنى منظّمة اجتماعيًا لتحقيق السلام والوئام والحفاظ عليهما. كان توحيد التعددية المتصارعة تحت لواء العقائد الموحدة للمسيحية هو ما حقق لأوروبا التمدن والحضارة. ربما كان يمكن أن تكون البوذية، أو الكونفوشيوسية، أو الهندوسية هي مصدر هذه الحضارة؛ بالنظر إلى أن الشرق أيضًا متحضّر وموحد على نطاق واسع. ولكن لم يكن من الممكن أن تتحقق الحضارة بغياب العقيدة من الأساس. فمن دون لعبة، لا يوجد سلام، بل فوضى فقط. وعلاوة على ذلك، يجب أن تكون اللعبة الموجودة قابلة للعب (كما ناقشنا في القاعدة الرابعة: لاحظ أن الفرصة تكمن حيث بُذت المسؤولية). هذا يعني أنها يجب أن تكون مُنظمة بمجموعة من القواعد المقبولة بشكل جماعي، أي منظمة فقط بتلك القيود التي يكون الكثير من الناس على استعداد للالتزام بها لفترة طويلة. من الممكن أن يكون هناك العديد من هذه الألعاب، نظريًا، ولكن من الممكن أيضًا ألا يكون هناك منها إلا عدد قليل. وفي كلتا الحالتين، فإن قواعد المسيحية وقواعد البوذية ليست بأي حال من الأحوال عشوائية، وليست خرافة لا معنى لها، كما أن قواعد اللعبة القابلة للعب ليست عشوائية أو خرافية بلا معنى. إن الاعتقاد بأن السلام يمكن أن يوجد من دون اللعبة الشاملة والمقبولة طوعية يعني وجود فهم خاطئ لخطر القبلية المفككة القائم دائمًا، والذي يمكننا الارتداد إليه بسهولة وبشكل مدمر.

بمجرد أن يجبر العالم الاجتماعي الطفل على دمج شخصياته الفرعية المتعددة، يمكنه اللعب مع الآخرين. وبعد ذلك، يجب أن يكون مستعدًا للمشاركة في الألعاب الأكثر جدية التي تشكل الوظائف أو المهن، بتوقعاتها، ومهاراتها، وقواعدها المحددة بشكل كبير. يجب عليه أن يتعلم تلك الأشياء، وأن يتعلم كذلك -عندما يكبر- رقصة الجنسين. لا بد أن يوحد شخصيته الاجتماعية مع الشخصية الاجتماعية لشخص آخر، بحيث يمكن للشئائي الذي يشكله مع ذلك الآخر أن يعيشا معًا بسلام، وعلى نحو

مثمر ومفيد، داخل المجتمع على المدى الطويل، مع الحفاظ على الرغبة الطوعية في القيام بذلك. هذه هي عملية الدمج النفسي والاجتماعي المزدوجة التي تصاحب فترة التلمذة والتدريب، وكلها مرتبطة بالاستعانة بمصادر خارجية للحفاظ على سلامتنا العقلية. والالتزام بهذه العملية سيجعله فردًا بالغًا متطورًا اجتماعيًا، ومنتجًا، وسليمًا نفسيًا، وقادرًا على المعاملة الحقيقية بالمثل (وربما التعليق المؤقت لمطلب المعاملة بالمثل الضروري لتربية الأطفال).

لكن قصة الاندماج والتنشئة الاجتماعية لا تنتهي عند هذا الحد؛ ذلك لأن ثمة شيئين يحدثان في الوقت نفسه، خلال فترة تلمذة ذات قيمة تستحق اسمها (مثلما يتعلم الشخص ممارسة اللعبة ويتعلم أن يكون رياضيًا جيدًا في الوقت نفسه، أثناء اللعب). في البداية، يجب أن يصبح المتدرب عبدًا للتقاليد، والمنظومة، والعقيدة، تمامًا كما يجب على الطفل الذي يريد اللعب أن يتبع قواعد اللعبة. وهذه العبودية، في أفضل حالاتها، تعني تحالفًا قائمًا على الاحترام والامتنان - في شكل أو آخر - مع المؤسسات التي تُعتبر عادة سلطة أبوية. التلمذة تعني الحرارة والضغط (كأن يُختبر العمال الجدد من قبل نظرائهم، ويُختبر طلاب القانون المتدربين من قبل أرباب العمل، ويُختبر الأطباء المقيمون من قبل الأطباء، والممرضات، والمرضى). والهدف من الحرارة والضغط هذين هو إخضاع شخصية لم تنضج بعد (وبذلك لا يمكن اعتبارها «فردية» في هذه المرحلة بأي حال) لطريق واحد، بغرض التحول من مبتدئ غير منضبط إلى خبير ماهر.

لكن الأستاذ، الذي هو النتاج الشرعي للتلمذة والتدريب، لم يعد خادماً للعقيدة؛ بل أصبحت العقيدة الآن في خدمته، ويملك مسؤولية الحفاظ عليها والحق في تعديلها إذا لزم الأمر. هذا يجعل الأستاذ، الذي سمح لنفسه في وقت ما بأن يُستعبد، تابعًا ناشئًا للروح؛ الريح (الروح) التي تهب حيث تشاء (يوحنا 3:8). يمكن للأستاذ أن يسمح لنفسه باتباع حدسه؛ إذ إن المعرفة التي حصل عليها من خلال الانضباط الذي اكتسبه ستمكنه

من نقد أفكاره الشخصية وتقييم قيمتها الحقيقية. لذا قد يرى بوضوح أكبر الأنماط أو المبادئ الأساسية التي تكمن وراء عقائد تخصصه، ويستمد الإلهام منها، بدلاً من الالتزام الأعمى بالقواعد كما هي معلنة أو مجسدة حالياً. بل قد يعتمد على اندماج متناغم لشخصيته وتدريبه لتعديل أو تحويل حتى تلك المبادئ الأكثر جوهرية وعمقاً، في خدمة اتحاد أسمى.

العقيدة والروح

إن نظم الانضباط والتهذيب المقيّدة التي تعمل كشرط مسبق للانخراط في لعبة ما، ولتطوير كيان موحد متناغم على حد سواء، يمكن اعتبارها «نواهي»؛ أي قواعد تُبرز ما لا يجب فعله قطعياً، بينما يتم القيام بما يُفترض فعله. والالتزام بهذه القواعد ينتج عنه تطور في الشخصية؛ لتصبح شخصية ذات طبيعة أو جوهر معين (وهو ما تناولناه سابقاً من خلال تناول تطوير سمات شخصية مرغوبة كلاعب في العديد من الألعاب، أو سلسلة من الألعاب على سبيل المثال). وكما هو الحال في العديد من المواقف الأخرى، يبدو أن هذه الفكرة مشار إليها ضمناً بالفعل في القصص التي تشكل أساس ثقافتنا. ويتجلى هذا بوضوح في إنجيل مرقس، الذي يعدّ تعقياً على ما يُعتبر من ضمن القواعد الأكثر تأثيراً للعبة التي صيغت على الإطلاق؛ وهي الوصايا العشر لموسى (وعلى نطاق أوسع، يُعدّ تعقياً على القواعد نفسها). والوصايا كالتالي:

1. أنا الرب إلهك، لا يكن لك آلهة أخرى أمامي.
2. لا تصنع لك تمثالاً منحوتاً.
3. لا تنطق باسم الرب إلهك باطلاً.
4. اذكر يوم السبت لتقدسه.
5. أكرم أباك وأمك.
6. لا تقتل.

7. لا تزني.

8. لا تسرق.

9. لا تشهد على قريبك شهادة زور.

10. لا تشته.

الوصية الأولى تشير إلى ضرورة السعي لتحقيق أعلى درجة ممكنة من التناغم الداخلي؛ والثانية إلى خطر عبادة الأصنام الزائفة (من خلال الخلط بين التصوير، أو الصورة، وبين الشيء المنزه عن الوصف الذي من المفترض أن تصوره)؛ والثالثة تعني أنه من الخطأ ادعاء الإلهام الأخلاقي من الرب، بينما يتم ارتكاب أفعال آثمة عن قصد؛ والرابعة تعني أنه من الضروري تخصيص وقت للتفكير دائماً فيما هو ذو قيمة أو مقدس بحق؛ والخامسة تبقي العائلات متماسكة، وتفرض التقدير والاحترام والامتنان من الأطفال كمكافأة عادلة للتضحيات التي يقدمها الوالدان؛ والسادسة تمنع القتل (بديهياً)، ولكنها بذلك أيضاً تحمي المجتمع من الانحدار المحتمل إلى التناحر المستمر الذي قد يمتد عبر عدة أجيال؛ والسابعة تفرض قدسية عهد الزواج، مستندة (مثل الوصية الخامسة) إلى افتراض أن استقرار الأسرة وقيمتها لهما أهمية قصوى؛ والثامنة تسمح للأشخاص الصادقين والمجتهدين بجني ثمار جهودهم دون خوف من سلب ما صنعوه بشكل تعسفي (وبذلك تجعل المجتمع المتحضر ممكناً)؛ والتاسعة تحافظ على نزاهة القانون، مما يحد من استخدامه سلاحاً أو ينهي هذا الاحتمال؛ والعاشرة تذكير بأن الحسد وما يولده من ضغينة هو قوة مدمرة من أعلى درجة.

من المفيد أن نفكر في هذه الوصايا باعتبارها مجموعة مصغرة من القواعد لإقامة مجتمع مستقر؛ لعبة اجتماعية قابلة للتكرار. فالوصايا العشر هي قواعد أرسيت في سفر الخروج، وجزء من تلك القصة التي لا تُنسى. لكنها أيضاً تشير إلى شيء آخر؛ شيء ينبثق من القواعد ويتجاوزها

في الوقت نفسه ويشكل جوهرها. الفكرة الأساسية هي: أخضع نفسك طوعاً لمجموعة من القواعد المحددة من قبل المجتمع، تلك القواعد التي تنطوي على تقليد في صياغتها، وكيان متناغم يتجاوز القواعد. سيشكل ذلك الكيان ما يمكن أن تكونه إذا ركزت على هدف معين وواصلت السعي حتى تحققه.

ثمة قصة تتعلق بهذه الفكرة في إنجيل مرقس. يبدأ الجزء ذو الصلة برحلة المسيح إلى معبد القدس، حيث يطرد الصرافين والتجار ويخاطب الجمع بجاذبية لا تُقاوم. وكما تروي القصة: «وَسَمِعَ الْكَتَبَةُ وَرُؤَسَاءُ الْكَهَنَةِ فَطَلَبُوا كَيْفَ يُهْلِكُونَهُ، لِأَنَّهُمْ خَافُوهُ، إِذْ بُهِتَ الْجَمْعُ كُلُّهُ مِنْ تَعْلِيمِهِ» (مرقس 11:18). ونتيجة لذلك، بدأوا يتآمرون، متسائلين عن هذا النبي الغريب، آملين أن يستدرجوه إلى قول مهرطق، ومن ثمَّ يحتمل أن يكون مهلكاً، فأرسلوا إليه «جَمَاعَةً مِنَ الْقَرِيصِيِّينَ وَالْهِيَرُودُسِيِّينَ لِيُمَسِّكُوهُ بِكَلِمَةٍ» (مرقس 12:13). يتعامل المسيح مع السائلين ببراعة - وهو أقل وصف ممكن - ليتحولوا إلى كتلة من الصمت الغاضب الناقم. وينتهي الجزء بما يمكن اعتباره السؤال الأصعب والأكثر خداعاً، والذي طرحه محاور ذكي جداً، ولكن ربما أيضاً يكنُّ له إعجاباً على مضضٍ (مرقس 12:28-34):

جَاءَ وَاحِدٌ مِنَ الْكَتَبَةِ وَسَمِعَهُمْ يَتَحَاوَرُونَ، فَلَمَّا رَأَى أَنَّهُ أَجَابَهُمْ حَسَنًا، سَأَلَهُ: «آيَةُ وَصِيَّةٍ هِيَ أَوَّلُ الْكُلِّ؟» فَأَجَابَهُ يَسُوعُ: «إِنَّ أَوَّلَ كُلِّ الْوَصَايَا هِيَ: اسْمَعْ يَا إِسْرَائِيلَ. الرَّبُّ إِلَهُنَا رَبٌّ وَاحِدٌ. وَتُحِبُّ الرَّبَّ إِلَهَكَ مِنْ كُلِّ قَلْبِكَ، وَمِنْ كُلِّ نَفْسِكَ، وَمِنْ كُلِّ فِكْرِكَ، وَمِنْ كُلِّ قُدْرَتِكَ. هَذِهِ هِيَ الْوَصِيَّةُ الْأُولَى. وَثَانِيَّةٌ مِثْلُهَا هِيَ: تُحِبُّ قَرِيْبَكَ كَنَفْسِكَ. لَيْسَ وَصِيَّةٌ أُخْرَى أَعْظَمَ مِنْ هَاتَيْنِ». فَقَالَ لَهُ الْكَاتِبُ: «جَيِّدًا يَا مُعَلِّمُ. بِالْحَقِّ قُلْتَ، لِأَنَّهُ اللَّهُ وَاحِدٌ وَلَيْسَ آخَرُ سِوَاهُ. وَمَحَبَّتُهُ مِنْ كُلِّ الْقَلْبِ، وَمِنْ كُلِّ النَّفْسِ، وَمِنْ كُلِّ الْقُدْرَةِ،

وَمَحَبَّةُ الْقَرِيبِ كَالنَّفْسِ، هِيَ أَفْضَلُ مِنْ جَمِيعِ الْمُحَرَقَاتِ
وَالذَّبَائِحِ». فَلَمَّا رَأَى يَسُوعُ أَنَّهُ أَجَابَ بِعَقْلِ، قَالَ لَهُ: «لَسْتَ
بَعِيدًا عَنِ مَلَكُوتِ اللَّهِ. وَلَمْ يَجْسُرْ أَحَدٌ بَعْدَ ذَلِكَ أَنْ يَسْأَلَهُ!».

ماذا يعني كل هذا؟ يعني أن الشخصية المتكاملة، من خلال الالتزام
المنضبط بمجموعة من القواعد المناسبة، تكون في الوقت نفسه (رغم
أنها قد لا تدرك ذلك) موجهة بأعلى مثل ممكن أو محاكية له؛ تحديدًا
ذلك المثل الأعلى الذي يشكل الجوهر «الأخلاقي» المشترك الذي يجعل
جميع القواعد جيدة، وعادلة، وضرورية. هذا المثل الأعلى - وفقًا لإجابة
المسيح - هو شيء متفرد («الرب الواحد»)، متجسد تمامًا (يُحب من «كل
القلب» و«الروح»، و«الفهم»، و«القدرة»)، ثم يتجلى بوصفه محبة مطابقة
لمحبة النفس والبشرية جمعاء.

تعتمد الثقافة الغربية «بلا وعي» على دراما عميقة جدًا تعكس كل
هذا، بسبب أصلها في المفاهيم اليهودية-المسيحية. من الناحية النفسية،
يعتبر المسيح تمثيلًا أو تجسيدًا لسيطرة العقيدة وظهور الروح (المرتّب
على ذلك). فالروح هي القوة الإبداعية التي تنشأ منها العقيدة مع مرور
الوقت. والروح أيضًا هي التي تتجاوز تلك التقاليد العريقة كلما كان ذلك
ممكناً. ولهذا السبب، ينتهي التدريب المهني بتحفة فنية، لا يدل خلقها
على اكتساب المهارة اللازمة فحسب، بل يدل أيضًا على اكتساب القدرة
على خلق مهارات جديدة.

وعلى الرغم من أن المسيح يقوم بالعديد من الأفعال التي يمكن
اعتبارها ثورية - كما ناقشنا في القاعدة الأولى - فإنه يُصوّر بوضوح في
الإنجيل بوصفه سيد التقاليد، ويقول عن نفسه: «لَا تَظُنُّوا أَنِّي جِئْتُ
لَأَنْقُضَ النَّامُوسَ أَوْ الْأَنْبِيَاءَ. مَا جِئْتُ لَأَنْقُضَ بَلْ لَأَكْمَلَ». (متى 5: 17،
نسخة الملك جيمس). ولعل النسخة الدولية الحديثة للكتاب المقدس قد
عبرت عن ذلك بشكل أكثر وضوحًا: «لَا تَظُنُّوا أَنِّي جِئْتُ لَأَبْطَلُ شَرِيعَةَ

مُوسَى أَوْ تَعَالِيمِ الْأَنْبِيَاءِ؛ مَا جِئْتُ لَأَنْقُضَ بَلْ لَأُكَمِّلَ». لذلك يقدم المسيح نفسه على أنه نتاج التقاليد، وأيضًا الكيان الذي يخلقها ويحولها. ونمط الصراع الإبداعي نفسه ينتشر في العهد القديم، الذي يتكون عمومًا من سلسلة قصص عن الروح التي تقف في معارضة نبوية للفساد الحتمي للعقيدة المُسخرة لخدمة السلطة. والشخصية التي تُحاكي هذا النموذج هي التي يمكن اعتبارها شخصية غريبة بحتة، بالمعنى النفسي الأعمق. إذا عملت بأقصى جهد لديك على شيء واحد، ستتغير، وستبدأ أيضًا في أن تصبح شيئًا واحدًا، بدلًا من الكيانات الكثيرة الصاخبة التي كنت عليها من قبل. هذا الشيء الواحد، عندما يتطور بشكل صحيح، لا يكون فقط الكيان المنضبط الذي تكوّن بالتضحية، والالتزام، والتركيز. إنه ذلك الذي يخلق، ويدمر، ويحول الانضباط نفسه - الحضارة نفسها - عن طريق التعبير عن وحدته الشخصية والمجتمعية. إنه كلمة الحق ذاتها، التي يعتمد عليها إلى الأبد كل النظام الصالح للسكنى، القائم على أنقاض الفوضى. اعمل بأقصى جهد ممكن على شيء واحد على الأقل، وانظر ماذا يحدث.



القاعدة الثامنة

حاول أن تجعل إحدى غرف منزلك جميلة بقدر الإمكان

تنظيف غرفتك ليس كافياً

لقد اشتهرت بتشجيع الناس على تنظيف غرفهم. ربما لأنني جاد بشأن تلك النصيحة المملة، ولأنني أعلم أن هذه المهمة أصعب بكثير مما تبدو عليه. بالمناسبة، لقد كنت أحاول تنظيف غرفة مكتبي المنزلي (الذي أحرص عادةً على أن يكون في حالة شبه مثالية)، دون جدوى لمدة ثلاث سنوات حتى الآن. لقد انجرفت حياتي إلى حالة من الفوضى خلال تلك الفترة بسبب الكم الهائل من التغيرات التي مرت بها - مثل الخلافات السياسية، وتحول مسيرتي المهنية، والسفر المتواصل، وجمال من الرسائل البريدية، وسلسلة من المشكلات الصحية - مما جعلني أشعر بالإرهاق التام. وزاد من عدم التنظيم أنني وزوجتي انتهينا للتو من تجديد جزء كبير من منزلنا، وكل ما لم نتمكن من إيجاد مكان مناسب له انتهى به الحال قابلاً في مكتبي.

ثمة صورة ساخرة تنتشر على الإنترنت تتهمني بالنفاق بسبب هذه المسألة: صورة ثابتة التُقطت من فيديو صورته في مكتبي، وكان ثمة قدر لا بأس به من الفوضى في الخلفية (ولا أستطيع القول إنني أبدو أفضل حالاً بكثير). من أنا لأخبر الناس بضرورة تنظيف غرفهم قبل محاولة

إصلاح العالم، في حين أنني لا أستطيع فعل ذلك بنفسى على ما يبدو؟
جاء هذا الانتقاد لحالة مكتبى بالتزامن مع حالتى الداخلية، فكان مؤثراً،
فأنا نفسى لم أكن فى حالة مناسبة فى تلك اللحظة، وكانت حالتى بلا
شك منعكسة على حالة مكتبى. أخذت الأشياء الجديدة تتراكم كل يوم
كلما سافرت، وكان كل شىء يتجمع حولى. بررت وضعى بالظروف
الاستثنائية، ونظمت أشياء أخرى كثيرة خلال الفترة التى كان فيها مكتبى
فى حالة تدهور، لكن لا يزال لدى واجب أخلاقى يلزمنى بالعودة وتنظيمه
بشكل صحيح. والمشكلة ليست فقط أنني أريد التخلص من الفوضى.
ليس هذا فحسب، بل أريد تجميل غرفتى، ومزلى، وربما المجتمع ككل،
بأى طريقة أستطيع تديرها. يعلم الله أن المجتمع يصرخ احتياجاً لذلك.
إن صنّع شىء جميل أمر صعب، ولكنه يستحق الجهد بقدر لا يُصدق.
إذا تعلمت كيف تجعل شيئاً واحداً فى حياتك جميلاً - حتى لو كان شيئاً
واحداً فقط - فإنك تكون قد أسست علاقة مع الجمال. ومن هناك يمكنك
أن تبدأ فى توسيع هذه العلاقة لتشمل عناصر أخرى فى حياتك والعالم
من حولك. فى ذلك دعوة إلى ما هو إلهى، وإلى إعادة التواصل مع خلود
الطفولة الأبدى، وجمال «الوجود» الحقيقى وعظمته التى لم تعد تستطيع
رؤيتها. يجب أن تكون جريئاً لتحاول القيام بذلك.

إذا درست الفن (والأدب والعلوم الإنسانية)، فإنك تفعل ذلك لتتعرف
على الحكمة المتركمة لحضارتنا. هذه فكرة جيدة جداً، بل ضرورة فعلية،
لأن الناس كانوا يعملون على اكتشاف كيفية العيش لفترة طويلة. لقد كان
ما أنتجوه غريباً، ولكنه كان غنياً إلى حد لا يُضاهى، فلماذا لا تستخدمه
كدليل؟ ستكون رؤيتك أكثر عظمة، وخططك أكثر شمولاً، وستفكر
فى الآخرين بذكاء وشمول أكبر. ستعنى بنفسك بشكل أكثر فعالية،
ستفهم الحاضر بعمق أكبر؛ حيث إنه متجذر فى الماضى؛ وستوصل
إلى استنتاجات بعناية أكبر. ستبدأ فى معاملة المستقبل باعتباره واقعاً

أكثر وضوحًا (لأنك ستطور فهمًا حقيقيًا للزمن)، وستكون أقل عرضة للتضحية به من أجل المتعة اللحظية. ستكتسب بعض العمق، والجدية، والتأمل الحقيقي. ستحدث بتحديد أكبر، وسيصبح الناس أكثر استعدادًا للاستماع إليك والتعاون بشكل مثمر معك، كما ستفعل أنت معهم. ستصبح شخصًا أكثر استقلالية، وأقل عرضة لأن تكون أداة باهتة وبائسة للضغط الاجتماعي، والموضة، والصيحات، والأيديولوجيا.

اشترِ قطعة فنية. ابحث عن واحدة تخاطبك وقم بشرائها. إذا كانت إنتاجًا فنيًا أصيلًا، فسوف تقتحم حياتك وتغيرها. فالقطعة الفنية الأصيلة هي نافذتك على ما هو متسام، وأنت بحاجة إلى ذلك في حياتك؛ لأنك محدود، وذو قدرات محدودة، ومقيّد بجهلك. ما لم تتمكن من إنشاء اتصال مع المتسامي، فلن تمتلك القوة اللازمة للانتصار عندما تصبح تحديات الحياة هائلة. تحتاج إلى إقامة رابط مع ما هو أسمى منك، مثلما يحتاج الرجل الذي يسقط في البحر إلى سترة نجاة، وإدخال الجمال إلى حياتك هو وسيلة لتحقيق ذلك.

لهذه الأسباب، نحتاج إلى فهم دور الفن، وأن نتوقف عن التفكير فيه بوصفه شيئًا إضافيًا أو رفاهية، أو تكلفًا؛ وهو الأسوأ. الفن هو الأساس الذي تقوم عليه الثقافة نفسها. إنه الأساس الذي نعمل من خلاله على توحيد أنفسنا نفسيًا، ونؤسس علاقات سلمية مثمرة مع الآخرين. فكما يُقال: «لَيْسَ بِالْخُبْزِ وَحْدَهُ يَحْيَا الْإِنْسَانُ» (متى 4:4). هذا صحيح تمامًا. نحن نحيا بالجمال. ونحيا بالأدب. ونحيا بالفن. ولا يمكننا العيش دون ارتباط ما بما هو إلهي، والجمال إلهي، لأن في غيابه تصبح الحياة قصيرة جدًا، وكئيبة جدًا، ومأساوية جدًا. ويجب أن نكون يقظين ومستعدين حتى تتمكن من البقاء بشكل صحيح، وتوجيه العالم بشكل صحيح، وعدم تدمير الأشياء، بما في ذلك أنفسنا؛ ويمكن للجمال أن يساعدنا على تقدير روعة الوجود وتحفيزنا على السعي وراء الامتنان عندما نكون عرضة للاستسلام للحقد المدمر.

فخر الطاووس هو مجد الله.

شهوة التيس هي عطية من الله.

غضب الأسد هو حكمة الله.

عري المرأة هو عمل الله.

الإفراط في الحزن يضحك. الإفراط في الفرح يبكي.

زئير الأسود، عواء الذئب، غضب البحر الهائج، والسيف

المدمر، هي أجزاء من الأبدية أعظم من أن تراها عين الإنسان.

ويليام بليك،

من «أمثال الجحيم»، «زواج الجنة والجحيم»

عندما كنت طفلاً، كنت أعرف تفاصيل وتضاريس جميع المنازل في الحي المجاور لي. كنت أعرف الأزقة الخلفية والأماكن خلف الأسوار ومواقع كل شق في الرصيف والطرق المختصرة التي يمكن أن تأخذني من مكان إلى آخر. لم تكن منطقتي الجغرافية كبيرة، ولكنني استكشفتها بدقة، وكان لدي معرفة تفصيلية بها. والآن بعد أن أصبحت بالغاً، لم يعد الأمر كذلك. عشت في فيرفيو، البلدة التي نشأت فيها خلال معظم طفولتي ومراهقتي، لمدة تسع سنوات فقط، لكنني ما زلت قادراً على تصوير الشارع الذي كنت أعيش فيه بدقة عالية. لقد عشت في تورنتو، في الشارع نفسه، لأكثر من ضعف هذه المدة، لكنني لا أملك سوى تصور غير واضح عن المنازل المحيطة بي.

لا أعتقد أن ذلك شيء جيد. أشعر بأنني أقل انتماءً لهذا المكان بسبب ذلك. يبدو وكأنني عندما أسير في الشارع وألقي نظرة على منزل محلي، أفكر في «المنزل» باعتباره رمزاً (فالتفاصيل التي تميز كل منزل لا تعني لي شيئاً في الواقع)، ثم يتحول انتباهي إلى شيء آخر. لا أرى المنزل،

بتفاصيله الخاصة مثل القرميد والألوان والزهور والتفاصيل المعمارية، رغم أنني ربما كنت سأهتم لو أنني دقت النظر. بحلول هذه المرحلة من حياتي، رأيت العديد من المنازل في أماكن كثيرة لدرجة أنني أعرف ما هو متوقع من المنزل عندما أمر بجانبه؛ وهو قليل جدًا. لذا فإنني أتجاهل التفاصيل المثيرة للاهتمام وجمالياتها - شخصيته الفريدة، سواء كانت للأفضل أو للأسوأ - وأرى فقط ما يكفي لأبقى مستوعبًا للمكان وأنا أمشي وأواصل التفكير في مكان آخر. ثمة خسارة حقيقية في ذلك. أنا ببساطة أشعر بالانفصال عن الحي الذي أسكن فيه وأنا راشد، مقارنة بشعوري وأنا طفل تجاه مسقط رأسي. أنا منفصل عن واقع العالم. وثمة شعور عميق بالانتماء مفقود بطريقة مهمة بسبب ذلك.

لقد حلت الذاكرة الوظيفية والعملية محل الإدراك بالنسبة لي. جعلني ذلك أكثر كفاءة في بعض النواحي، لكن التكلفة كانت تجربة أقل ثراءً لعالم مليء بالثراء. إنني أتذكر عندما بدأت العمل أستاذًا مساعدًا في بوسطن، عندما كان طفلي في عمر سنتين وثلاث سنوات، حين كنت منشغلًا جدًا بعملتي، أحاول مواكبة الأمور، وأسعى لتطوير مسيرتي المهنية، وأحاول كسب ما يكفي من المال لدعم أسرتي بدخل واحد. عندما أعود إلى المنزل وأذهب في نزهة مع تامي وطفلينا، ميكيل وجوليان، كنت أجد صعوبة كبيرة في التحلي بالصبر معهما. كان لدي الكثير من العمل لأقوم به دائمًا، أو هكذا كنت أعتقد، وكنت قد دربت نفسي على مدار سنوات من الجهد على التركيز المستمر على ذلك. إذا ذهبنا في نزهة، كنت أرغب في معرفة المكان الذي سنذهب إليه بالضبط، وكم من الوقت سيستغرق الوصول إلى هناك، ومتى سنعود بدقة. هذه ليست الطريقة المناسبة للتصرف عند محاولة قضاء وقت لطيف ومعقول مع الأطفال الصغار. ليس إذا كنت تريد أن تنغمس في التجربة؛ وليس إذا كنت ترغب في المشاهدة والمشاركة في المتعة التي يستمتعون بها أثناء اكتشافهم الذي لا ينتهي؛ وليس إذا كنت لا تريد المخاطرة بفقدان شيء له أهمية قصوى.

كان من الصعب جدًا عليّ أن أسترخي وأركز على الحاضر وأراقب طفلي الصغيرين وهما يسيران في الحي بعشوائية، دون أن يكون لديهما وجهة محددة، أو هدف، أو جدول زمني في أذهانهما، منغمسين بعمق في التفاعل مع كلب محلي أو حشرة أو دودة الأرض، أو في لعبة اخترعاها في الطريق. ومع ذلك، بين الحين والآخر، كنت أتمكن من تبني منظورهما لفترة وجيزة (وهذا من الهدايا الرائعة التي يقدمها الأطفال الصغار) وأرى العالم النقي الذي يعيشان فيه، والذي لم يتأثر بعد بالذاكرة المتمرسه والفعالة، مما يمكنهما من إيجاد متعة خالصة في اكتشاف كل شيء جديد. لكن القلق بشأن المستقبل كان لا يزال يملكني ويدفعني بشكل لا إرادي إلى التفكير في إتمام المهمة التالية.

كنت واعيًا تمامًا بأنني كنت أفوت على نفسي الجمال، والمعنى، والتواصل، بغض النظر عن أن نفاذ صبري قد أكسبني الكفاءة. كنت ضيق الأفق، حادًا، ومركّزًا، ولم أضيع الوقت، لكن الثمن الذي دفعته مقابل ذلك كان العمى الذي تتطلبه الكفاءة، والإنجاز، والنظام. أصبحت غير قادر على رؤية العالم. كنت أرى فقط القليل الذي أحجته للتنقل فيه بأقصى سرعة وأقل تكلفة. لم يكن أي من ذلك مفاجئًا؛ فقد كانت لدي مسؤوليات البالغين، وكانت لدي وظيفة تتطلب مجهودًا كبيرًا. كان عليّ أن أعني بعائلتي، وهذا يعني التضحية بالحاضر والاهتمام بالمستقبل. ولكن وجود الطفلين الصغيرين حولي وملاحظة انشغالهما الشديد بالحاضر وافتتانهما بما يحيط بهما مباشرة جعلني مدركًا جدًا للخسارة التي تصاحب النضج. الشعراء العظام يدركون ذلك بشكل واضح، ويفعلون ما بوسعهم لتذكيرنا بذلك:

كان هناك وقت عندما كانت المروج، والغابات، والجداول،
والأرض، وكل مشهد عادي،
تبدولي

مرتدية نورًا سماويًا،
مجدًا وحدثة حلم.
لم يعد الأمر كما كان من قبل؛
أيّما التفت،
ليلاً أو نهارًا،
الأشياء التي رأيته لم أعد أراها...
أيّتها المخلوقات المباركة، لقد سمعت النداء
الذي توجهونه لبعضكم البعض؛ أرى
السموات تضحك معكم في احتفالكم؛
قلبي في مهرجانكم،
ورأسي مثقل بتاجه،
أشعر بتمام سعادتكم - أشعر بها كلها.
يا له من يوم سيئ! إن غرقت في الكآبة
بينما الأرض نفسها تتزين،
في هذا الصباح الجميل من مايو،
والأطفال يقطفون
من كل جانب،
في آلاف الوديان البعيدة والواسعة،
أزهارًا طازجة؛ بينما تشرق الشمس دافئة،
ويقفز الطفل بين ذراعي أمه:
أسمع، أسمع، بفرح أسمع!
- لكن ثمة شجرة، من بين الكثير، واحدة،
حقول واحد نظرت إليه،
كلاهما يتحدثان عن شيء قد ذهب؛
زهرة البنفسج عند قدمي
تكرر نفس الحكاية:

أين ذهب ذاك اللمعان الخيالي؟
أين هو الآن، المجد والحلم؟

ويليام ووردزورث

«أنشودة: تلميحات عن الخلود من ذكريات الطفولة المبكرة»

في الواقع، هناك بعض الناس لا يفقدون رؤية الطفولة المجيدة. ينطبق هذا بشكل خاص على الفنانين (ويبدو أن هذا جزء أساسي مما يجعلهم فنانين). ويبدو أن ويليام بليك -الرسام والطابع والشاعر الإنجليزي- كان واحدًا من هؤلاء. عاش بليك في عالم يتميز برؤية فريدة. كان يرى شيئًا أقرب إلى ما سماه الفيلسوف إيمانويل كانط «الشيء في ذاته»⁽¹⁾ على عكس معظم البشر الذين يظلون معتمدين على انعكاسات باهتة لمحيطهم، والتي تُفرزها إدراكاتهم الناضجة المحدودة بشكل متزايد. كان بليك حساسًا للغاية للأهمية المجازية أو الدرامية لكل حدث يظهر أنه معزول، وللطريقة التي يكون بها كل حدث مليئًا بصدى شعري لا نهاية له من الدلالات:

مكتبة

t.me/soramnqraa

كل مزارع يفهم

كل دمعة من كل عين

تصبح طفلًا في الأبدية

تمسك به الملائكة

وتعيده إلى نعيمه الخاص

الصباح، النباح، النداء، والزئير

هي أمواج تضرب شواطئ الجنة

الطفل الذي يبكي تحت العصا

يكتب الانتقام في عوالم الموت

أسمال المتسولين ترفرف في الهواء

وَتُمزق السماء إلى أسمال
الجندي المسلح بالسيف والبندقية
يضرب الشمس الصيفية
قرش الفقير يساوي أكثر
من كل الذهب على شواطئ أفريقيا
قرش واحد مستخلص من أيدي العمال
يشترى ويبيع أراضي البخيل
أو إذا كان محميًا من العلاء
يبيع ويشترى تلك الأمة بأكملها
من يستهزئ بإيمان الرضيع
سيُستهزأ به في الشيخوخة والموت
ومن يُعلّم الطفل الشك
لن يخرج أبدًا من القبر المتعفن
ومن يحترم إيمان الرضيع
ينتصر على الجحيم والموت

ويليام بليك

«نبوءات البراءة» (الأسطر 67-90)

إن رؤية فنان حقيقي مثل بليك هي حقًا أكبر من قدرتنا المحدودة
على الإدراك، لأن ما يتجاوز ذاكرتنا المقيدة هو أكثر مما يمكننا تحمله.
إنها الشمولية التي لا يمكن فهمها للعالم، حيث يرتبط الماضي والحاضر
والمستقبل معًا بشكل وثيق: فكل مستوى متصل بكل مستوى آخر، ولا
يوجد شيء في عزلة، كل شيء يشير إلى شيء حيوي، ولكنه يتجاوز فهمنا،
وكل ذلك يتحدث عن الغموض الساحق للوجود. يركز الرائي على شيء
نراه جميعًا، نظريًا: ربما إناء من الزهور، بكل تعقيداته وجماله، كل زهرة
تنشق من العدم، قبل أن تتحلل وتعود؛ كومة قش في الربيع، ومظهرها في

الصيف والخريف والشتاء، مشيرة ومجسّدة للغموض المطلق لوجودها، مع ظلالها المختلفة من الضوء واللون، وكذلك الشبه الأساسي للشكل، الذي يمكننا بسهولة الخلط بينه وبين الواقع الكامل وغير المفهوم لما هو موجود.

كيف تعرف أن كل طائر يشق طريقه في الهواء، هو عالمٌ
شاسعٌ من البهجة، تُحيط به حواسك الخمس؟
ويليام بليك، من «خيال لا يُنسى»

أن تتأمل لوحة الزنبق لفان خوخ، والتي اشتقت منها الصورة التوضيحية في بداية هذا الفصل، يعني -على سبيل المثال- أن تنظر عبر نافذة تعود بك إلى الأبدية التي كانت إدراكاتنا تكشفها لنا ذات يوم، لكي نتذكر كم أن العالم -تحت ستار نظرتنا الاعتيادية اليومية- ملهم ومدهش حقاً. إن المشاركة في تأمل الفنان تعيدنا إلى مصدر الإلهام الذي يمكنه إحياء فرحتنا بالعالم، برغم أن الملل والتكرار في الحياة اليومية قد قلّصا ما نراه إلى أضيق الرؤى وأكثرها عملية.

تلك العواطف الأولى،
وتلك الذكريات باتت مشوشة،
ومع ذلك فإنها،
الينبوع المضيء لكل أيامنا،
النبراس الذي يوجه رؤيتنا؛
تدعمنا، تعزّزنا، ولها القوة
لتجعل سنواتنا الصاخبة مجرد لحظات عابرة في الوجود
في الصمت الأبدي: حقائق تستيقظ،
ولا تفنى أبداً؛
ولا يمكن للملل ولا السعي المجنون،

ولا الإنسان ولا الطفل،
ولا كل ما يعادي الفرح،
أن يلغيها أو يدمرها تمامًا!

ويليام ووردزورث،

«أنشودة: تلميحات عن الخلود من ذكريات الطفولة المبكرة».

كل هذا مخيف للغاية. إنه لمن المرعب أن ندرك أننا أصبحنا مجرد قشور من أنفسنا. من المخيف أن نلمح -ولو للحظة واحدة- الواقع المتسامي الذي يتجاوز واقعنا. إننا نعتقد أننا نحدد لوحاتنا العظيمة داخل إطارات فاخرة ومتقنة لنمجدها، لكننا نفعل ذلك على الأقل لنؤكد لأنفسنا أن مجد اللوحة نفسها ينتهي عند الإطار. ذلك التقييد وتلك الحدود تبقي العالم الذي نعرفه كما هو، سليمًا وغير متغير. لا نريد لذلك الجمال أن يمتد خارج الحدود المفروضة عليه ويزعج كل ما هو مألوف.

ونحن نفعل الشيء نفسه مع المتاحف؛ تلك الحصون التي تحمي الإبداع والعبقرية: نعزل كل ما هو عظيم؛ كل ما يمكن توزيعه في جميع أنحاء العالم من حيث المبدأ. لماذا لا يمكن لكل بلدة صغيرة أن تحتوي على مزار مخصص لقطعة فنية عظيمة واحدة، بدلًا من جمع كل القطع معًا بطريقة يستحيل على أي إنسان أن يستوعبها دفعة واحدة؟ ألا تكفي تحفة فنية واحدة لغرفة، أو حتى لمبنى؟ عشر قطع فنية عظيمة، أو مئة، في غرفة واحدة هو أمر سخيف، بالنظر إلى أن كل واحدة منها هي عالم بحد ذاتها. مثل هذا التجميع الواسع يُفقد الأشياء الفريدة قيمتها الخاصة ويجعلها تبدو أقل أهمية، رغم أنها لا تُقدَّر بثمن ولا يمكن استبدالها. إنه الخوف الذي يغوينا لحبس الفن. وليس عجيبيًا أن يكون الأمر كذلك.

هل حسبتَ ألف فدان كثيرة؟ هل حسبتَ الأرض كثيرة؟
هل تدربت طويلاً كي تتعلم القراءة؟

هل شعرت بالفخر بالوصول إلى معنى القصائد؟
توقف معي هذا اليوم والليل وستملك أصل كل القصائد،
ستملك الخير في الأرض والشمس، (هناك ملايين من
الشموس المتبقية)،

لن تقبل بالأشياء القديمة باعتبارها مسلمات، ولن تنظر عبر
عيون الأموات، ولن تتغذى على الأطياف في الكتب،
لن تنظر بعينيّ أيضًا، ولن تأخذ الأشياء مني،
ستستمع إلى كل الجوانب وتنقحها من نفسك.

والت ويتمان

«أغنية نفسي»

قد يكون من الصعب جدًا أن نفتح على الجمال في العالم الذي غالبًا
ما حجبه وجهة نظرنا البالغة. ولكن، بعدم فعل ذلك - بعدم أخذ نزهة
مناسبة مع طفل صغير، على سبيل المثال - فإننا نفقد الإحساس بالعظمة
والدهشة الذي يستطيع العالم غير المقيد أن يثيره باستمرار، ونحصر حياتنا
في الضروريات الروتينية.

الأرض التي تعرفها، والأرض التي لا تعرفها،
والأرض التي لا يمكنك حتى تخيلها

إنك تعيش في الأرض التي تعرفها، على المستويين العملي والفكري.
ولكن تخيل ما يكمن خارجها. ثمة مساحة هائلة من الأشياء التي لا
تعرفها، والتي قد يتمكن الآخرون من فهمها، على الأقل جزئيًا. ثم، خارج
ما يعرفه أي شخص، ثمة مساحة من الأشياء التي لا يعرفها أحد على
الإطلاق. عالمك هو الأرض المعروفة، محاطة بما هو غير معروف نسبيًا،
محاطة بما هو غير معروف مطلقًا؛ ومحاطة، بشكل أبعد، بما لا يمكن
معرفته مطلقًا. معًا، هذا هو المشهد الأيقوني، النموذجي. إن المجهول

يظهر لك في وسط ما هو معروف. هذا الكشف، الذي يكون مثيراً أحياناً، ولكنه غالباً مؤلم، هو مصدر المعرفة الجديدة. ولكن يبقى سؤال أساسي: كيف تتولد هذه المعرفة؟ إن ما يمكن استيعابه وفهمه لا ينتقل دفعة واحدة من المجهول التام إلى المفهوم والمفسر بشكل بديهي. بل يجب أن تمر المعرفة بمراحل عديدة من التحليل، وسلسلة من التحولات، قبل أن تصبح -لنقل- شائعة.

المرحلة الأولى هي مرحلة الفعل الخالص؛ الفعل الانعكاسي، في أبسط مستوياته⁽²⁾. إذا فاجأك شيء ما، فإنك تتفاعل معه أولاً بجسدك. تنحني دفاعياً، أو تتجمد، أو تهرب في حالة من الذعر. كل هذه أشكال من التمثيل والتصنيف، في شكلها البدائي. الانحناء يعني هجوم مفترس. التجمد يعني تهديد مفترس. والذعر يعني خوفاً يستوجب الهروب. يبدأ عالم الاحتمالات في التجسد من خلال مثل هذه الأفعال الغريزية، المجسدة، اللاواعية وغير القابلة للتحكم بها. فالإدراك الأول للإمكانية، أو القدرة المحتملة، ليس مفهوماً. إنه مجسد، لكنه لا يزال تمثيلاً. (لم يعد هو الشيء في حد ذاته الذي أشرنا إليه سابقاً، بل تحول ذلك الشيء إلى استجابة جسدية متناغمة. هذا هو التمثيل).

ربما كنت في المنزل، في الليل. فلنفترض أنك وحيد. الظلام حالك والوقت متأخر. تفاجئك ضوضاء غير متوقعة، فتتجمد. هذا هو التحول الأول: ضوضاء غير معروفة (نمط) تجعلك تأخذ وضعية مجمدة. ثم يرتفع معدل ضربات قلبك، تحضيراً للفعل (غير المحدد)⁽³⁾. هذا هو التحول الثاني. أنت تستعد للتحرك. وبعد ذلك، يملأ خيالك الظلام بأي شيء قد يكون مصدر الضوضاء⁽⁴⁾. هذا هو التحول الثالث، وهو جزء من تسلسل كامل وعملي: استجابات مجسدة (التجمد وزيادة معدل ضربات القلب) ثم تمثيل تصويري، خيالي. والأخير هو جزء من الاستكشاف، الذي قد توسعه بتغلبك على خوفك والتجمد المرتبط به (على افتراض أن شيئاً آخر غير متوقع لا يحدث) والتفتيش في المكان، وهو جزء من منزلك

الودود، الذي بدا أن الضوضاء تنبع منه. لقد انخرط الآن في استكشاف نشط؛ وهو مقدمة للإدراك المباشر (نأمل ألا يكون شيئاً درامياً للغاية)؛ ثم المعرفة الصريحة للمصدر؛ ثم العودة إلى الروتين والهدوء الراضي، إذا تبين أن سبب الضوضاء ليس ذا أهمية. هكذا تنتقل المعلومات من المجهول إلى المعلوم. (لكن أحياناً لا يكون سبب الضوضاء غير مهم كما تظن؛ وحينها تكون هناك مشكلة).

الفنانون هم الأشخاص الذين يقفون على حافة تحول المجهول إلى معرفة. إنهم يقومون بمغامرتهم التطوعية في المجهول، ويأخذون جزءاً منه ويحولونه إلى صورة. ربما يفعلون ذلك من خلال الرقص وتصميم الحركات؛ عن طريق تمثيل تجليات العالم في عرض جسدي يمكن توصيله للآخرين رغم أنه ليس كلاماً. وربما يفعلون ذلك من خلال التمثيل، وهو شكل متطور من التجسيد والمحاكاة، أو عن طريق الرسم أو النحت. وربما ينجحون في ذلك من خلال كتابة السيناريو أو تأليف رواية. وبعد كل ذلك، يأتي المثقفون بالفلسفة والنقد، فيجردون العمل ويفسرون تمثيلاته وقواعده.

فكّر في الدور الذي يلعبه المبدعون في المدن. عادة ما يواجهون صعوبات مادية، لأن النجاح التجاري يكاد يكون مستحيلاً للفنان، وهذه الصعوبات المادية هي التي تحفزهم جزئياً (لا تقلل من شأن فائدة الضرورة). في فقرهم، يستكشفون المدينة، ويكتشفون بعض المناطق المتدهورة شبه الإجرامية التي شهدت أياماً أفضل. يزورون، وينظرون، ويبحثون، ويفكرون: «أعرفون، مع قليل من العمل، يمكن أن تكون هذه المنطقة رائعة». وثم ينتقلون إليها، ويجمعون بعض المعارض، ويضعون بعض الأعمال الفنية. لا يجنون أي مال، لكنهم يضيفون بعض التحضر إلى المكان. وبهذا يرفعون ويحولون ما هو خطير للغاية إلى شيء متقدم. ثم يظهر مقهى، وربما متجر ملابس غير تقليدي. وفجأة، ينتقل سكان الطبقة الراقية؛ وهؤلاء أيضاً مبدعون، لكنهم أكثر تحفظاً (أقل بأساً ربما؛

أقل مجازفة، على الأقل؛ لذا فهم ليسوا أول من يخوض في المجهول). ثم يظهر المطورون. وبعد ذلك تظهر المتاجر الكبرى، وتستقر الطبقة الوسطى أو العليا. ثم يضطر الفنانون إلى الانتقال لأنهم لا يستطيعون تحمل الإيجار. هذه خسارة للفن الطليعي، ولكنها ليست مشكلة، رغم قسوتها. لأن مع كل هذا الاستقرار والقدرة على التنبؤ، يجب ألا يكون الفنانون هناك بعد الآن. إنهم يحتاجون إلى تجديد منطقة أخرى؛ يحتاجون إلى آفاق جديدة يغزونها. تلك هي بيئتهم الطبيعية.

تلك الحافة، التي يقوم الفنانون عندها دائماً بتحويل الفوضى إلى نظام، يمكن أن تكون مكاناً قاسياً وخطيراً للغاية. يعيش هناك الفنان معرضاً دائماً لخطر السقوط تماماً في الفوضى، بدلاً من تحويلها. ولكن لطالما عاش الفنانون هناك، على حدود الفهم البشري. الفن يحمل نفس العلاقة مع المجتمع التي يحملها الحلم مع الحياة العقلية. تكون مبدعاً للغاية عندما تحلم. لهذا السبب، عندما تتذكر حلمًا، تفكر: «من أين جاء هذا؟» إنه أمر غريب وغير مفهوم أن يحدث شيء في رأسك، ولا تعرف كيف وصل هناك أو ماذا يعني. إنها معجزة: صوت الطبيعة يتجلى في نفسك. ويحدث ذلك كل ليلة. مثل الفن، الحلم هو الوسيط بين النظام والفوضى. لذا فهو نصف فوضى. ولهذا السبب هو غير مفهوم. إنه رؤية، وليس إنتاجاً مكتملاً تماماً ومفصلاً. وأولئك الذين يحققون تلك الرؤى نصف المولودة في إنتاجات فنية هم أولئك الذين يبدأون في تحويل ما لا نفهمه إلى ما يمكننا على الأقل أن نبدأ في رؤيته. هذا هو دور الفنان، الذي يحتل المقدمة. هذا هو دورهم الفريد في المجتمع. إنهم العوامل الأولية للتحضر.

لا يفهم الفنانون تماماً ما يفعلونه. لا يمكنهم ذلك؛ إذا كانوا يقدمون شيئاً جديداً حقاً، وإلا، لكان كل ما يمكنهم عمله هو أن يقولوا ما يقصدونه فحسب. ما كانوا يحتاجوا إلى التعبير من خلال الرقص، أو الموسيقى، أو الصور. ولكنهم مُقادون بالشعور، بالإحساس -بقدرتهم على اكتشاف الأنماط- وكل ذلك متجسد، وليس منطوقاً، على الأقل في مراحل

الأولى. عندما يبدع الفنانون، فإنهم يناضلون ويتنازعون ويتصارعون مع مشكلة -ربما حتى مشكلة لا يفهمونها تمامًا- ويسعون إلى وضع شيء جديد في بؤرة التركيز الواضح. وإلا فهم مجرد دعاة مروجين، يعكسون العملية الفنية، محاولين تحويل شيء يمكنهم بالفعل التعبير عنه إلى صورة وفن بغرض انتصار بلاغي وأيديولوجي. وهذه خطيئة عظيمة؛ استغلال ما هو أعلى لأغراض أدنى. إنها تكتيك شمولي، إخضاع الفن والأدب للسياسة (أو التعقيم المتعمد لمنع التمييز بينهما).

لا بد أن يتصارع الفنانون مع شيء لا يفهمونه، وإلا فإنهم ليسوا فنانين. بدلاً من ذلك، يكونون متصنعين، أو رومانسيين (وغالبًا ما تكون هناك فجوة بين نظرتهم المثالية والواقع)، أو نرجسيين، أو ممثلين (وليس بالمعنى الإبداعي). عندما يكونون صادقين، غالبًا ما يكونون غربيين وفريديين في هوسهم بحدسهم - يمتلكهم هذا الحدس، ومستعدين لملاحقته حتى في وجه المعارضة والاحتمال الساحق للرفض، والنقد، والفشل العملي والمالي. وعندما ينجحون، يجعلون العالم أكثر قابلية للفهم (وأحيانًا يبدلون شيئًا «مفهومًا» أكثر، لكنه أصبح الآن قديمًا، ليحل محله شيء جديد وأفضل). إنهم يقربون المجهول إلى العالم الواعي، والاجتماعي، والمُعبر عنه. ثم ينظر الناس إلى تلك الأعمال الفنية، يشاهدون الدراما، ويستمعون إلى القصص، ويبدأون في أن يتأثروا بها، دون أن يعرفوا كيفية أو سبب حدوث ذلك. ويجد الناس فيها قيمة كبيرة؛ ربما قيمة أكبر من أي شيء آخر. ثمة سبب وجيه لكون أغلى القطع الأثرية في العالم - تلك التي تكون حرفيًا، أو شبه حرفيًّا، لا تُقدر بثمن - هي الأعمال الفنية العظيمة.

زُرت ذات مرة متحف متروبوليتان للفنون في نيويورك. كان يحتوي على مجموعة من اللوحات العظيمة والمشهورة من عصر النهضة؛ كل واحدة منها تُقدَّر قيمتها بمئات الملايين من الدولارات، بافتراض أنه سيتم عرضها للبيع يومًا ما. كانت المنطقة التي تضمها بمثابة مزار، مكانًا مقدسًا؛ للمؤمنين والملحدين على حدٍّ سواء. المتحف يقع في أغلى

وأرقى الأماكن، في عقار يتمتع بأعلى جودة وقيمة مرغوبة، في ما قد يكون أكثر المدن نشاطاً وإثارة في العالم. جُمعت هذه المجموعة على مدى فترة طويلة من الزمن، وبصعوبة كبيرة. كانت القاعة مزدحمة بالناس، وكثير منهم جاءوا إلى هناك فيما يمكن اعتباره على نحو صحيح نوعاً من أنواع الحج.

سألت نفسي: «ماذا يفعل هؤلاء الناس هنا، يأتون إلى هذا المكان الذي اختير بعناية فائقة، ويسافرون هذه المسافات البعيدة، لينظروا إلى هذه اللوحات؟ ماذا يعتقدون أنهم يفعلون؟» إحدى اللوحات المصممة ببراعة تصور «الحَبَل بلا دنس» لمريم. كانت تصعد إلى السماء في حالة من السعادة، محاطة بهالة من السحُب، ومحفوفة بوجوه الملائكة الصغار. كان الكثير من الناس ينظرون إلى العمل بافتتان وانبهار. فكرت: «إنهم لا يعرفون ماذا تعني هذه اللوحة. ولا يفهمون المعنى الرمزي للهالة، أو أهمية الملائكة الصغار، أو فكرة تمجيد والدة الإله. وإذا كان الإله - على كل حال - «قد مات»؛ كما تقول القصة. فلماذا تحتفظ اللوحة بقيمتها رغم ذلك؟ لماذا هي في هذه الغرفة، وفي هذا المبنى، مع هذه اللوحات الأخرى، وفي هذه المدينة؟ محروسة بعناية، ولا يجب لمسها؟ لماذا هذه اللوحة، وكل تلك اللوحات الأخرى، لا تُقدر بثمن ومطلوبة من قبل من لديهم كل شيء؟ لماذا تُحفظ هذه الأعمال بعناية في مزار حديث، ويزورها الناس من جميع أنحاء العالم، كما لو كان ذلك واجباً؛ بل كما لو كان أمراً مرغوباً أو ضرورياً؟

نحن نتعامل مع هذه الأشياء كما لو كانت مقدسة. على الأقل هذا ما توحى به أفعالنا بالقرب منها. ننظر إليها بجهل واندهاش، ونذكر ما نسيناه؛ مدركين، بضعف، ما لم نعد نستطيع رؤيته (ما لم نعد نرغب في رؤيته ربما). يبرز المجهول من خلال أعمال الفنانين العظماء بشكل مُعَبِّر عنه جزئياً. يبدأ شعور مذهل لا يمكن وصفه في التجلي، لكنه يحتفظ بجزء كبير ومرعب من قوته المتسامية. هذا هو دور الفن، وهذا هو دور الفنانين.

فلا عجب أننا نبقي إبداعاتهم السحرية والخطيرة حيصة، ومحاطة بإطار، ومفصولة عن كل شيء آخر. وإذا تعرضت قطعة فنية عظيمة للضرر في أي مكان، ينتشر الخبر في جميع أنحاء العالم. نشعر برجفة تهز أسس ثقافتنا. الحلم الذي يعتمد عليه واقعنا يهتز ويتحرك؛ ونجد أنفسنا غير مستقرين.

غرفة واحدة

أسكن مع زوجتي في بيت صغير يتشارك جدارًا مع منزل آخر، وبه غرفة معيشة لا يمكن أن تكون أكبر من 12 قدمًا × 12 قدمًا. لكننا عملنا جاهدين على جعل تلك الغرفة جميلة للغاية، بينما كنا نسعى لفعل الشيء نفسه مع باقي المنزل. كانت هناك بعض اللوحات الكبيرة في غرفة المعيشة (ليست على ذوق الجميع بالتأكيد: كانت قطعًا من الفن الواقعي / الانطباعي السوفياتي، بعضها يصور الحرب العالمية الثانية، وبعضها يمثل انتصار الشيوعية)، إلى جانب مجموعة من التماثيل المصغرة التكميلية والأعمال الفنية الأمريكية الجنوبية المستوحاة بشكل كبير من التراث المحلي. قبل التجديدات الأخيرة، كانت الغرفة تحتوي على ما لا يقل عن خمس وعشرين لوحة، من بينها حوالي خمس عشرة قطعة صغيرة (12 بوصة × 12 بوصة). كان هناك لوحة واحدة - تشبه نقشًا من العصور الوسطى، على الرغم من أنها مرسومة على قماش - على السقف، حيث قمت بتثبيتها بالمغناطيسات. كانت من كنيسة رومانية، وهي الأكبر حجمًا بارتفاع 6 أقدام وعرض حوالي 8 أقدام. (أعرف تمامًا أن جمع كل هذه اللوحات معًا في مثل هذه المساحة الصغيرة يتعارض مع وجهة نظري السابقة بشأن تخصيص غرفة أو حتى مبنى لعمل فني واحد، لكن لديّ منزلًا واحدًا فقط، لذا فأنا أبرر موقفني بالضرورة: إذا أردت أن أجمع اللوحات، كان لا بد من وضعها حيث أستطيع وضعها). في باقي المنزل، استخدمنا ستة وثلاثين لونًا مختلفًا، ومجموعة متنوعة من لمسات الطلاء على الجدران والزخارف في جميع أنحاء المبنى؛ جميعها من مجموعة ألوان تتناسب مع ألوان لوحة كبيرة واقعية لساحة سكة حديد

في شيكاغو في خمسينيات القرن الماضي، التي رسمها الفنان نفسه الذي ساعدنا في التخطيط ثم تجديد منزلنا.

لقد اشترت القطع السوفياتية من موقع «إي باي» eBay من تجار خردة أوكرانيين متخصصين في التحف السوفياتية. في وقت من الأوقات، كان لدي شبكة من حوالي عشرين شخصًا في أوكرانيا يرسلون لي صورًا لأي لوحات تمكنوا من العثور عليها من بقايا البيروقراطية السوفيتية. كانت معظمها سيئة، لكن بعضها كان مذهلاً. فلدي لوحة رائعة، على سبيل المثال، ليوري جاجارين، أول رجل يصعد إلى الفضاء، وهو يقف أمام صاروخ ومحطة رادار، ولوحة أخرى من السبعينيات لجندي وحيد يكتب لوالدته أمام راديو كبير. إنه لأمر رائع أن ترى أحداثًا حديثة نسبيًا خلدت في لوحات زيتية على يد فنانين موهوبين. (حافظ السوفيات على نشاط أكاديمياتهم الفنية باستمرار منذ القرن التاسع عشر، ورغم القيود الهائلة التي فرضت على ما يمكن إنتاجه، فإن الذين تعرضوا لها أصبحوا رسامين بارعين للغاية).

وفي النهاية، امتلأ منزلنا باللوحات السوفياتية. كانت معظمها صغيرة وبأسعار زهيدة إلى حد غريب، واشترت منها العشرات. أنتجت الحقبة السوفيتية انطباعاتها الخاصة، وغالبًا ما كانت تصور مناظر طبيعية أكثر خشونة وقسوة من النسخ الكلاسيكية الفرنسية، لكنها كانت تتماشى مع ذوقي وتذكرني بالمكان الذي نشأت فيه في غرب كندا. خلال عملية البحث عنها، تعرضت لعدد أكبر من اللوحات أكثر من أي شخص آخر في التاريخ، كما أحب أن أعتقد. فلمدة أربع سنوات على الأقل، بدءًا من عام 2001، كنت أبحث في موقع «إي باي»، أنظر في حوالي ألف لوحة يوميًا*،

(*) 1,000 صورة للوحات $\times 300$ يومًا في السنة $\times 4$ سنوات = 1,200,000 لوحة. لا بد أن يكون هذا رقمًا قياسيًّا نوعًا ما (هذا ليس مهمًا، لكنه أمر كوميدي للتفكير فيه)، خاصة أنني لا أعتقد أنه كان من الممكن رؤية هذا العدد الكبير من اللوحات قبل أن تجعل تكنولوجيا الإنترنت قواعد البيانات الضخمة ممكنة.

باحثًا عن واحدة أو اثنتين ذات جودة حقيقية من بينها. كانت غالبًا ما تكون منظرًا طبيعيًا روسيًا أو سوفياتيًا يُباع بسعر زهيد؛ لوحات أفضل مما رأيته في المعارض أو المجموعات المتحفية في تورنتو. كنت أضعها في قائمة من العناصر التي كنت مهتمًا بها - وهي ميزة في «إي باي» - وأطبعها وأضعها على الأرض، ثم أطلب من زوجتي تاميمساعدتي في تضيق دائرة خياراتي. لدى تامي عين جيدة وتدريب لا بأس به، نظرًا لكونها فنانة. كنا نستبعد أي شيء نجده معيبًا ونشتري ما تبقى. وبسبب ذلك، نشأ طفلي محاطين بالفن، وهذا بالتأكيد ترك انطباعًا لديهما. العديد من لوحاتي الآن معلقة في منزليهما. (كانا يميلان إلى تجنب الدعاية السوفيتية التي تميل أكثر للسياسة، والتي كنت مهتمًا بها بسبب أهميتها التاريخية، ولأنها تعكس الصراع المستمر بين الفن الناتج عن موهبة الرسام التي لا يمكن إنكارها، والدعاية التي كان الفن محكومًا بخدمتها. يمكنني أن أخبرك أن الفن يبرز من خلال الدعاية مع مرور السنوات. هذا شيء مثير للاهتمام وجدير بالملاحظة).

في ذلك الوقت تقريبًا، حاولت أيضًا أن أجعل مكتبي الجامعي جميلًا. بعد أن نُقلت من مكتب كنت قد بدأت في تحسينه بالفعل، حاول الفنان نفسه الذي ساعد في إعادة تصميم ديكور منزلنا الداخلي (والذي اشتريت منه أيضًا العديد من اللوحات الكبيرة، التي لا تزال معلقة في منزلنا) أن يساعدني في تحويل مكتبي الجديد، بتصميمه الكارثي على غرار المصانع في حقبة السبعينيات، وإضاءته بمصابيح الفلورسنت، وافتقاره إلى النوافذ القابلة للفتح، إلى شيء يمكن لشخص ذي إدراك أن يجلس فيه لمدة ثلاثين عامًا دون أن يشعر بالرغبة في الموت. كان أعضاء هيئة التدريس ممنوعين من إجراء أي تعديلات كبيرة على هذه المساحات، بسبب متطلبات النقابة (أو تفسير الإدارة لتلك المتطلبات)؛ لذا، وضعنا أنا وصديقي الفنان خطة بديلة. قررنا تثبيت بعض الخطافات الثقيلة المطلية بالنيكل في كتل الخرسانة، في أزواج تفصل بينها حوالي أربعة أقدام وعلى ارتفاع سبعة أقدام عن الأرض، علقنا ألواحًا خشبية مصقولة ومصبوغة يبلغ سُمكها ثلاثة

أرباع بوصة ومغطاة بقشرة من خشب الكرز على جانب واحد من تلك الخطافات. وبهذا أصبح لديّ مكتب مزينّ بالألواح خشبية، حوالي ثمانية الألواح من الخشب الرقائقي التي تكلفت سبعة وسبعين دولارًا لكل منها، بالإضافة إلى بعض العمالة. كنا نخطط لتركيب هذه الألواح في عتلة نهاية الأسبوع، عندما لا يوجد أحد غيرنا في المكان. ثم خططنا لطلاء الأسقف المعلقة (بحذر، لوجود طبقة من الأسبستوس فوق البلاطات). الجحيم مكان فيه أسقف معلقة، وشبكات تهوية صدئة، وأنوار فلورسنت؛ فالبشاعة القاتمة والكتابة العامة الناتجة عن هذه السمات -الموفرة للتكاليف بلا شك- تقلل الإنتاجية أكثر بكثير مما توفره أرخص الحيل المعمارية وأشدّ الأضواء إظلامًا. يبدو الجميع مثل الجثث تحت إضاءة الفلورسنت. إنه تطبيق فعلي لمقولة «توفير القروش وإهدار الجنيهات».

خططنا لطلاء السقف بطلاء يُسمى هامريت، ويبدو شكله كالمعدن المطروق بمجرد أن يجف. كان ذلك سيحول الطابع الصناعي الذي لا يمكن تجنبه، والذي يمكن أن يكون جذابًا إذا تم التعامل معه بحكمة، إلى شيء مدرّوس وفريد. كان من الممكن القيام بذلك أيضًا بتكلفة بسيطة. إضافة إلى ذلك، سجادة جيدة، ربما فارسية (والتي تُعتبر غير مكلفة تمامًا على موقع «إي باي»)، وبعض الستائر ذات الجودة العالية، ومكتب صناعي لائق: عتلة نهاية أسبوع واحدة من العمل السري، وتتحول غرفة المكتب إلى مكان يمكن لشخص متحضر أن يسكنه دون شعور بالاستياء أو ازدراء الذات.

ولكنني ارتكبت خطأ فادحًا. تحدثت إلى واحدة من كبار الإداريين في قسم علم النفس عن خططي. كنا قد ناقشنا مسبقًا بشاعة الأرضية التي نعيش عليها والحالة المزرية لجميع المكاتب، وكنت أظن أننا توصلنا إلى توافق على أن التحسين مطلوب. افترضت أنها مؤيدة للفكرة. حتى إننا تحدثنا عن تحويل مكتبها في الزاوية. بدأت أشاركها نواياي بحماسة. بدت غير راضية بدلًا من أن تكون سعيدة، وقالت بشكل غير متوقع: «لا يمكنك فعل ذلك». هززت رأسي بدهشة وقلت في نفسي: «ماذا؟ أنا أخطط لجعل

شيء قبيح للغاية أفضل، بسرعة، ودون عناء، وبأقل تكلفة ممكنة؛ ويكون ردك أنه لا يمكنني فعل ذلك». ثم قلت لها: «ماذا تقصدين؟»، فقالت: «حسنًا، إذا فعلت ذلك، فإن الجميع سيرغبون في القيام به». فكرت في أربعة ردود: أولاً: «لا، لن يفعلوا». ثانيًا: «يمكن للجميع أن يفعلوا ذلك، لأنه سيكون رخيصًا جدًا». ثالثًا: «كنت أظن أننا بالغون عاقلون، نتحدث بشكل فعال عن تحسين شيء مهم في الجامعة، لكننا في الحقيقة أطفال يتشاجرون في ساحة اللعب». رابعًا: «ظننتُ أنني أتكلم مع شخص عاقل وعقلاني، ولكن من الواضح أنني كنت مخطئًا». أنهت المحادثة بتهديد مباشر: «لا تضغط عليّ في هذا». أنا الغبي؛ طلبت الإذن. (ليس إذنًا حقًا: لقد كنت أحاول نشر شيء حماسيٍّ وجميلٍ ومثيرٍ. لكنَّ الأمر تحول إلى لعبة نفوذ). لم أشارك أيًا من ردودي الأربعة، رغم أنني كنت متمسكًا بشدة بالتعبير عنها جميعًا، وأعدت ضبط استراتيجيتي على الفور.

كنت أنا وصديقي الفنان على دراية كبيرة بمدى الجنون والعناد الذي تتصف به البيروقراطيات ذات المستوى المتوسط، لذلك كنا قد وضعنا بالفعل خططًا بديلة أقل توسعًا. تضمنت الخطة البديلة اختيارًا دقيقًا للألوان للحوائط (بدلًا من الخشب الذي أفضُّله أكثر بكثير)، مع إضافة لمسات لونية مميزة على بعض الجدران حيثما كان ذلك ممكنًا، وتناسق السجاد والستائر. كنت لا أزال مضطرًا لمواجهة الإدارة للحصول على الألوان الدقيقة التي اخترتها (والتي تناسب الطابع الصناعي للمكتب)، لكنني انتصرت في تلك المعركة. لم تكن الخطة البديلة جيدة مثل الخطة الأصلية، لكنها كانت لا تزال أفضل بكثير من الوضع الراهن. لاحقًا، أضفت سقفًا نحاسيًا منخفضًا باستخدام بلاطات خفيفة الوزن من البلاستيك اللاصق التي تحاكي المعدن المزخرف بدقة، وعلقت بعض اللوحات، وأضفت بعض التماثيل الملائمة. الآن يدخل الطلاب، والزملاء، والزوار ويصابون بالدهشة. مكتبي هو مكان للإبداع والجمال، وليس مصنعًا فظيعةً مضاءً بمصابيح الفلورسنت. لذا، يُفاجأ الزوار، ويشعرون بالراحة والسرور.

لم يمضِ وقت طويل حتى اكتشفت أن القسم أصبح الآن يُحضر مرشحين محتملين للتوظيف إلى مكتبي ليُظهر لهم نوع الحرية الإبداعية الممكنة في جامعة تورنتو. اعتقدت أن هذا أمر كوميدي بشكل جنوني. فكرت في كل ذلك لفترة طويلة. كانت المقاومة التي واجهتها غير مفهومة إلى حد ما في قوتها. تساءلت: «يا إلهي، يبدو أن الناس يخافون مما أفعله في هذا المكتب. ربما هناك سبب -سبب مهم- لا أفهمه». ثم صادفت قصة كتبها عالم الأحياء روبرت سابولسكي. كانت عن حيوانات النور⁽⁵⁾. النور حيوانات تعيش في قطعان ويصعب تمييزها عن بعضها البعض (ربما هذا الشيء لا يشكل فارقًا لحيوانات النور الأخرى، ولكنه كذلك بالتأكيد لمن يرغبون في دراستها). إنها تمتزج معًا. في وقت ما في الماضي، كان هذا يمثل مشكلة خطيرة بالنسبة لعلماء الأحياء الذين يحتاجون إلى مراقبة الحيوانات المفردة لفترة كافية لاستنباط بعض الاستنتاجات حول سلوكها. كانوا يشاهدون النور، ثم يشيخون بوجوههم للحظة لتدوين ملاحظاتهم، وحينما يعاودون النظر، لا يستطيعون العثور على الحيوان نفسه.

وفي نهاية المطاف، استقروا على حل محتمل. قاد علماء الأحياء سيارة جيب بجوار القطيع، مزودين بدلو من الطلاء الأحمر وعصًا ملفوفة بقطعة قماش. وضعوا بقعة حمراء على ورك أحد حيوانات النور. والآن صار بإمكانهم تتبع أنشطة هذا الحيوان بعينه، على أمل تعلّم شيء جديد عن سلوك حيوانات النور. ولكن، ماذا حدث لحيوان النور الذي أصبح الآن مميزًا عن القطيع؟ تمكنت الحيوانات المفترسة -التي كانت كامنة دائمًا حول القطيع- من الإمساك به. الأسود، التي تُعدّ تهديدًا كبيرًا للنور، لا يمكنها الإيقاع بحيوان نو واحد بسهولة ما لم تتمكن من تحديده. لا يمكنها صيد صورة ضبابية من حيوانات القطيع التي لا يمكن تمييزها. ولا يمكنها تتبع أربعة حيوانات نو في وقت واحد. يجب عليها تنظيم صيدها حول فرد مميز. ولهذا السبب، عندما تهاجم الأسود الصغار أو تلك التي تعاني من العرج، فهي لا تقوم بتصفية الضعفاء في عرض طبيعي من الإيثار

المفيد؛ بل إنها تفضّل أن تتناول حيوان نو صحي، لذيد، وطري بدلاً من واحد صغير، قديم، أو مريض. ولكن يجب أن تكون قادرة على تحديد فريستها. ما مغزى القصة؟ اجعل نفسك ملوناً، ابرز، وستسقطك الأسود. والأسود دائماً هناك.

إذا رفعت رأسك، فإن السيف سيأتي. العديد من الثقافات لديها مقولة مشابهة لذلك. تقول النسخة الإنجليزية «زهرة الخشخاش التي تنمو أعلى من البقية هي أول زهرة يُقطع رأسها بالمنجل». وفي اليابان: «المسمار الذي يبرز عن البقية هو أول من يتعرض للطرق». هذه ملاحظة غير تافهة، ولهذا السبب هي شائعة. إن المساعي الفنية والإبداعية تنطوي على مخاطر عالية، في حين أن احتمالية العائد منخفضة. ولكن احتمالية الحصول على عائد استثنائي مرتفع موجودة أيضاً، والمساعي الإبداعية -رغم خطورتها وضآلة احتمالات نجاحها- ضرورية للغاية أيضاً للتحويل الذي يمكننا من الحفاظ على توازننا. كل شيء يتغير. التقليدية البحتة محكوم عليها بالفشل لهذا السبب بالذات. نحن بحاجة إلى الجديد، لمجرد الحفاظ على وضعنا. ونحن بحاجة إلى رؤية ما أصبحنا في عَمى عنه، بسبب خبرتنا وتخصصنا، حتى لا نفقد الاتصال بمملكة الله ونغرق في مللنا، وسأمنا، وغرورنا، وعمانا عن الجمال، وتشاؤمنا المميت للروح. وبالإضافة إلى ذلك، هل نحن حيوانات، فريسة عاجزة، نرتجف ونحتمي أنفسنا، نختبيء ونلجأ للتمويه، أم أننا بشر؟

ليست مجرد زخرفة

غالبًا ما يشعر الناس بالانزعاج من الفن التجريدي، أو من الفن الذي يبدو أنه يكرس نفسه لإثارة ردود فعل سلبية مثل الاشمئزاز أو الرعب لمجرد قيمة الصدمة. إن لديّ احترامًا كبيرًا للمثل العليا للجمال التقليدي، وبالتالي بعض التعاطف مع هذا الرد، ولا شك أن العديد من الذين يستخفون بالتقاليد يخفون هذا الشعور خلف تظاهر فني. غير أن

مرور الوقت يميز بين العمل الملهم حقاً والعمل الزائف، حتى لو كان ذلك بشكل غير كامل، وما ليس له أهمية يُنبذ جانباً عموماً. من السهل أيضاً ارتكاب الخطأ المعاكس: إن الفن يجب أن يكون جميلاً وسهل التقدير، دون جهد أو تحدٍّ؛ يجب أن يكون زينة؛ ويجب أن يتناسب مع أثاث غرفة المعيشة. ولكن الفن ليس زينة. تلك عقلية المبتدئ الساذج، أو شخص لن يسمح لخوفه من الفن بأن يَمكِّنه من التقدم والتعلم.

الفن استكشاف. يقوم الفنانون بتدريب الناس على الرؤية. معظم الناس الذين تعرضوا لأعمال فنية يعتبرون الآن أعمال الانطباعيين - على سبيل المثال - تتمتع بجمال واضح وتُعتبر تقليدية إلى حد ما. وهذا ليس بالأمر البسيط لأننا جميعاً ندرك العالم الآن - على الأقل جزئياً - بالطريقة التي كان الانطباعيون وحدهم قادرين على تحقيقها في النصف الأخير من القرن التاسع عشر. لا يمكننا تجنب القيام بذلك، لأن الجمالية الانطباعية قد تشبعت في كل شيء: الإعلانات، والأفلام، والملصقات الشعبية، والكتب المصورة، والصور الفوتوغرافية، وجميع أشكال الفن البصري. الآن، نحن جميعاً نرى جمال الضوء الذي كان الانطباعيون وحدهم قادرين على استيعابه. لقد علمونا ذلك. وعندما عرض الانطباعيون لوحاتهم للمرة الأولى في صالون المنبذين عام 1863، حيث رفضهم الصالون التقليدي في باريس، استُقبلت تلك القطع بالسخرية والازدراء. كانت فكرة الإدراك بهذه الطريقة (من خلال التركيز على الضوء بشكل أساسي أكثر من الشكل) جذرية للغاية، لدرجة أنها تسببت في حدوث نوبات عاطفية للناس.

غالباً ما يُدهشني كيف أصبحت حتى العناصر الشائعة من التكميلية - التي تُعتبر أكثر تطرفاً وغرابة من بعض النواحي مقارنة بالانطباعية - جزءاً لا يتجزأ من لغتنا البصرية اليومية. لقد رأيت الوجوه متعددة الأبعاد ولكن المسطحة من هذا النوع حتى في الكتب المصورة. الأمر نفسه ينطبق على السريالية، التي أصبحت مدمجة شعبياً إلى حد الاقتراب من الابتذال.

الأمر جدير بالتكرار: يعلّم الفنانون الناس كيف يرون العالم. من الصعب جدًا إدراك العالم، ونحن محظوظون للغاية لوجود عباقرة يعلموننا كيفية القيام بذلك، يعيدون وصلنا بما فقدناه، وينيرون لنا العالم. ولهذا السبب النفسي، يمكن التفكير في كلمات المسيح على نحو مفيد:

في ذلك الوقت جاء التلاميذُ إلى يسوعَ وسألوه: «مَن هو الأعظمُ في ملكوتِ السماواتِ؟»
فدعا إليه طفلًا صغيرًا، وأقامه في وسطهم.
وقال: «الحقُّ أقولُ لكم، إن لم ترجعوا وتصيروا مثلَ الأطفالِ، فلن تدخلوا ملكوتَ السماواتِ». (متى 18: 1-3)

يعيدك الجمال إلى ما فقدت. يذكرك بما يبقى محصّنًا إلى الأبد من السخرية. ويجذبك بأسلوب يجعل هدفك أكثر دقة. يذكرك الجمال بأن هناك قيمًا أقل وأخرى أعظم. وأن هناك العديد من الأشياء التي تجعل الحياة تستحق العيش: الحب، واللعب، والشجاعة، والامتنان، والعمل، والصداقة، والحقيقة، والنعمة، والأمل، والفضيلة، والمسؤولية. ولكن الجمال هو من بين أعظم هذه الأشياء.

ماذا لو كان الوهج الذي كان يومًا ساطعًا
قد حُجب عن بصري إلى الأبد،
على الرغم من أن لا شيء يمكن أن يعيد تلك اللحظة
من الروعة في العشب، من المجد في الزهرة؟
لن نحزن، بل سنجد
القوة في ما يبقى خلفه؛
في التعاطف البدائي
الذي كان، ولا بد أن يبقى إلى الأبد؛

في الأفكار المهدئة التي تنبثق من المعاناة الإنسانية؛
وفي الإيمان الذي يتجاوز الموت،
وفي السنوات التي تجلب العقل الفلسفي.
ويليام ووردزورث،
«أنشودة: تلميحات عن الخلود من ذكريات الطفولة المبكرة»
حاول أن تجعل إحدى غرف منزلك جميلة بقدر الإمكان.



القاعدة التاسعة

إذا كانت الذكريات القديمة لا تزال تزعجك،

فدوّنْها بعناية، وبكل تفاصيلها

لكن، هل تخلّصت من الأمس؟

تخيل أنك ارتكبت بعض الأفعال السيئة جدًا في الماضي. لقد خُنت أو أذيت الناس بطريقة مدمرة حقًا. ألحقت الضررَ بسمعتهم بالنميمة والتلميحات، ونُسبتَ لنفسك الفضل عن عملهم. سرقتهم ماديًا أو روحيًا، وتلاعبت بهم. أو تخيل، بدلًا من ذلك، أنك كنت ضحية لبعض هذه الأحداث؛ ولنفترض أيضًا أنك أصبحت حكيماً بما يكفي لمحاولة تجنب تكرار التجربة. في كلتا الحالتين (حالتَي الجاني والضحية)، تثير الأحداث الفعلية والذكريات المرتبطة بها مشاعر الخوف والذنب والخجل. لماذا؟ في الحالة الأولى، أنت من خُنت نفسك. لم تضع في حسابك عواقب أفعالك على المدى الطويل، فتحمل العواقب الآن. ونتيجة لأفعالك، لن يرغب الآخرون في الاقتراب منك. قد تشعر بأنك منبوذ من الجميع وحتى من نفسك. أما في الحالة الثانية، فأنت تعرضت لسوء معاملة شديد من قِبل شخص آخر. ولكن، من منظور واقعي إلى حد ما، لا يهم إذا كنت تعاني بسبب خيانة ذاتية أو بسبب الآخرين. ما يهم هو أنك لا ترغب في تكرار ذلك. والآن، إذا استحضرت الذكرى، أو عاودتك دون إرادة منك، مصحوبة بمشاعر الخوف والخجل والذنب، فهذا يعني شيئًا محددًا. يعني أنك سقطت في حفرة - أو في هوة، بشكل أدق - أو ألقى بك فيها؛ وهذا ليس

جيدًا. لكن الأسوأ هو أنك لا تعرف السبب. وربما كنت تثق بالآخرين بسهولة كبيرة، أو ربما كنت ساذجًا جدًا. وربما كنت أعمى على نحو متعمد، أو واجهت شرًا حقيقيًا، سواء من قِبل الآخرين أو من نفسك (وذلك هو الموقف الأسوأ، والأصعب في التغلب عليه). ولكن، عند النظر من زاوية معينة، لا يهم كثيرًا ما إذا كنت سقطت أو أُلقيَ بك؛ ليس بالنسبة للأنظمة العاطفية التي تطورت على مر العصور والتي تعمل الآن على حمايتك. هذه الأنظمة تهتم بشيء واحد فقط: ألا تُكرر الخطأ.

الأجهزة التي تنشطها تلك الأنظمة تعتمد على الخوف (تلك كلمة ضعيفة جدًا؛ الفزع كلمة أكثر دقة، ذلك النوع من الفزع الذي لا يقتصر على زمان أو مكان)، وكل ما يهمها هو تذكيرك بالخطر الذي لا يزال موجودًا. ثمة جزء خطير من العالم الخارجي يظل مجهولًا، غير واضح المعالم، يفتقر إلى التفاصيل الكافية؛ وكذلك الحال أيضًا بالنسبة لجزء من عالمك الداخلي. أنت لست حاد الذكاء، أو يقظًا، أو خطيرًا، أو حذرًا، أو حكيماً، أو لطيفًا بما فيه الكفاية - من يدري؟ - لذا فإن أنظمة الفزع التي تحميك ليست واثقة من قدرتك على شق طريقك بنجاح عبر المتاهة نفسها إذا تجلّت أمامك مرة أخرى.

تعلم من الماضي، أو ستكرر أهواله في الخيال، إلى ما لا نهاية. في كثير من الأحيان، لا يكبح الناس الأمور الرهيبة التي حدثت في الماضي كما يرفضون التفكير فيها، فيدفعونها إلى خارج أذهانهم أو يشغلون أنفسهم بأنشطة أخرى. لديهم أسبابهم لذلك. وفي بعض الأحيان، يبدو أن الأشخاص المصابين بصدمات نفسية غير قادرين حرفيًا على فهم ما أصابهم. على سبيل المثال، قد يكون من الصعب جدًا على الأطفال الذين تعرضوا للإساءة تكوين رؤية للعالم ذات عمق فلسفي يكفي لاستيعاب جميع جوانب الدوافع البشرية. إنهم ببساطة لا يستطيعون أن يفهموا لماذا قد يقوم شخص ما بتعذيبهم جسديًا، أو إساءة معاملتهم جنسيًا. وإذا كانوا صغارًا بما يكفي، فمن المرجح أنهم لا يفهمون حتى

يشكل واضح ما يحدث. إن فهم مثل هذه الأمور يُعد تحديًا كبيرًا، حتى للبالغين. لكن سواء تجاهل المرء الإساءة أو عجز عن استيعابها، فإن هذا لن يغير النتيجة بكل أسف؛ فالرفض والعجز كلاهما يترك منطقة جغرافية في الذاكرة؛ منطقة غير مستكشفة، ونشطة، ومحفوفة بالمخاطر. فمن الحقائق النفسية البديهية أن الأحداث المهددة أو المؤذية بما فيه الكفاية التي يتعرض لها المرء لا يمكن أن تُنسى أبدًا إذا لم تُفهم⁽¹⁾.

لكي نوجه أنفسنا في هذا العالم، نحتاج إلى معرفة موقعنا في العالم ووجهتنا. موقعنا: هذا المفهوم يجب أن يتضمن بأفضل شكل ممكن حسابًا كاملاً لتجربتنا في العالم حتى الآن. إذا كنت لا تعرف الطرق التي سلكتها، فمن الصعب حساب مكانك الحالي. وجهتنا: هذا هو تمثيل لأعلى طموحاتنا؛ وليس مجرد سؤال يتعلق بالإنجاز، أو الحب، أو الثروة، أو السلطة، بل تطوير الشخصية التي تجعل جميع النتائج الموفقة أكثر احتمالًا وجميع النتائج غير الموفقة أقل احتمالًا. نحن نرسم خريطة العالم لكي يمكننا الانتقال من موقعنا، أي من النقطة «أ»، إلى وجهتنا، أي إلى النقطة «ب». نستخدم خريطةنا لتوجيه حركتنا، ونواجه النجاحات والعقبات على طول الطريق.

تبنى النجاحات الثقة وتثير الحماس. ليس فقط لأننا نتحرك نحو رغبتنا المنشودة، ولكن لأننا نفعل ذلك بشكل صحيح فيما يبدو (ولذلك نحن لا نتقدم فحسب، بل نؤكد أيضًا صحة خريطةنا). وفي المقابل، تعمل العقبات والإخفاقات على إثارة القلق، والشعور بالكآبة والألم؛ فهي تشير إلى جهلنا العميق، وإلى أننا لا نفهم بعمق كافٍ أين كنا، وأين نحن الآن، أو إلى أين نحن ذاهبون. إنها تشير إلى أن ما بنيناه بصعوبة كبيرة ونرغب في حمايته في المقام الأول معيب بدرجة خطيرة وغير مفهومة تمامًا.

علينا أن نسترجع تجاربنا ونستخلص منها العبرة الأخلاقية؛ وإلا سنبقى عالقين في الماضي، تعذبنا الذكريات، ويطاردنا تأنيب الضمير، ونصبح متشائمين بسبب فقدان ما كان يمكن أن يكون، وغير قادرين على

مسامحة أنفسنا، وعاجزين عن مواجهة التحديات والمآسي التي تواجهنا. يجب علينا أن نستعيد أنفسنا أو نعاني بقدر ما نجهله ونتجنبه. علينا أن نجتمع كل شيء من الماضي الذي تجنبناه. علينا أن نعيد إحياء كل فرصة ضائعة. علينا أن نتوب عن أخطائنا، ونتأمل في زلاتنا، ونكتسب الآن ما كان يجب علينا اكتسابه في الماضي، ونتعافى. ولا أقول إن هذا ممكن دائماً. فقد رأيت أشخاصاً ضائعين لدرجة أنه لم يتبقَّ فيهم ما يكفي من الحيوية للبقاء. يشعر الواحد منهم بأنه أصبح أقل بكثير من أن يواجه في الوقت الحاضر ما تجنبه في الماضي حين كان أكثر صحة. والتشاؤم بشأن المستقبل يبرر التجنب والخداع. هذا هو الجحيم، ولا يوجد حد لعمقه. التواضع المطلوب للخروج من مثل هذا الجحيم يتناسب بشكل مباشر مع حجم الأخطاء التي لم يتم تصحيحها في الماضي. وهذا يكفي لإرسال ارتعاشة فزع حقيقي في أعماق كل شخص بدأ يستيقظ ولو جزئياً. يبدو أننا نتحمل مسؤولية اكتشاف قدراتنا والاستفادة منها، وغير مسموح لنا التغاضي عن ذلك. فإذا ارتكبنا خطأ في الماضي، وتغاضينا عن الأمر - بَغْضُ النظر عن السبب، فإننا ندفع ثمن ذلك بعدم القدرة على النسيان، والشعور بوخز الضمير على سوء التصرف في الماضي.

تخيّل أنك حين كنت صغيراً جداً، كانت الخريطة التي تستخدمها لتوجيه نفسك غير الناضجة بسيطة جداً، مثل رسمة طفل لبيت: دائماً تكون مستقيمة ومتمركزة، تُظهر فقط الواجهة الأمامية مع باب ونافذتين ومربع يمثل الجدار الخارجي ومثلث يمثل السقف؛ ودائماً يكون هناك مدخنة ودخان (وهو أمر مفاجئ، لأن المداخن التي ينبعث منها الدخان ليست شائعة الآن). الشمس مشرقة بلا توقف، وهي دائرة تنبعث منها الأشعة. هناك بعض الزهور، وهي عبارة عن خطوط بسيطة تعلوها الزهرة مع وجود ورقتين في منتصف «السيقان». إنها تمثيل منخفض الدقة للغاية للبيت. إنها أشبه برموز أكثر من كونها رسماً تفصيلياً؛ أقرب إلى المفهوم من المخطط. إنها تمثيل لمفهوم البيت، تماماً مثل كلمتي «بيت» أو «منزل».

ومع ذلك، هي كافية دائماً تقريباً: فالطفل الذي رسم الصورة يعرف أنها بيت، والأطفال الآخرون والبالغون الذين يرون الصورة يعرفون أنها بيت. إذن، يؤدي الرسم الغرض. وبالتالي، فإن الخريطة جيدة بما يكفي.

لكن غالباً ما تحدث أحداث مروّعة داخل المنازل. هذه الأحداث ليست سهلة التمثيل. ربما يوجد في المنزل بالغون -آباء، أو أجداد، أو أعمام، أو خالات- يقولون أشياء مثل: «لا تتحدث مع أي شخص عما يحدث هنا أبداً مهما حدث». في هذه الحالة، فإن بضع مربعات، ومثلث، وبعض الزهور، وشمس مشعة، تقدم تمثيلاً غير كافٍ للأهوال التي تميز هذا المكان السكني. ربما ما يحدث داخل البيت يتجاوز التحمل والفهم. ولكن كيف يمكن لما هو مرعب أن يتجاوز الفهم؟ كيف يمكن أن توجد الصدمة دون إدراك؟ أليس الفهم في بعض النواحي شرطاً مسبقاً للتجربة نفسها؟ هذه كلها ألغاز عظيمة. ولكن ليس كل شيء يُختبر على نفس مستوى التصور. لقد أصابنا الرعب جميعاً من المجهول، على الرغم من أن ذلك يبدو تناقضاً في المصطلحات. ولكن الجسد يعرف ما لم يدركه العقل بعد، ويتذكر، ويطلب بالوصول للفهم. ولا يوجد مفر من ذلك المطلب. إذا حدث لنا أمر ما يجمدنا من الخوف ويثير غثياننا عندما نتذكره، أو قمنا بفعل له نفس التأثير -وهو أمر أسوأ- فإننا مرتبطون بمصير لا مفر منه يحتم علينا تحويل الخوف البحت إلى إدراك، أو تحمل العواقب.

لا تقع في الهوة نفسها مرتين

كانت لديّ زبونة بدأت تتحدث معي ما إن التقينا عن الإساءة الجنسية التي تعرضت لها في طفولتها على يد ابن عمها الأكبر، الذي كانت تعيش معه. بدا عليها الانزعاج وأخذت تذرف الدموع وهي تروي تجاربها. سألتها عن عمرها عندما حدثت الإساءة. أخبرتني أنها كانت في الرابعة من عمرها. وصفت مهاجمها بأنه كان أكبر وأقوى منها بكثير. تركت خيالي يتجول بحرية بينما كانت تتحدث، وافترضت الافتراضات التي اعتقدت (أو تخيلت) أنها مبررة بطبيعة وصفها. تخيلت المكائد الشريرة، والسادية،

والإجرامية لمراهق متأخر أو شاب بالغ. ثم سألتها عن الفارق في العمر بينها وبين المعتدي آنذاك. أجابت: «ستان. كان أكبر مني بسنتين». كانت هذه مفاجأة حقيقية. لقد غيرت الصورة في ذهني تقريبًا بالكامل.

أخبرتها بما كنت أتخيله، لأنني أردت أن تعرف الافتراضات التي كنت أضعها أثناء سردها لقصة حياتها. ثم قلت لها: «أنت الآن بالغة، وقد كنت كذلك لفترة طويلة. لكنك ربما رويت لي قصتك بالطريقة نفسها التي كنت سترويها لي وأنت في الرابعة من عمرك، عندما كان التحرش لا يزال يحدث؛ أو على الأقل، المشاعر نفسها. لا شك أنك تتذكرين ابن عمك على أنه كان أكبر وأقوى منك بكثير. ففي النهاية، الطفل البالغ من العمر ست سنوات هو أكبر بمرة ونصف من الطفل البالغ من العمر أربع سنوات، ومن منظور الطفل الأصغر، قد يكون أقرب إلى شخص بالغ. لكن ابن عمك كان يبلغ من العمر ست سنوات - أي أنه كان طفلًا مثلك تقريبًا. لذلك، إليك طريقة أخرى قد تفكرين بها فيما حدث. أولاً، تذكرى الأطفال البالغين من العمر ست سنوات الذين تعرفينهم الآن. أنت تعلمين أنهم لا يزالون غير ناضجين ولا يمكن تحميلهم المسؤولية كما يُحمَّل البالغون على أفعالهم، حتى وإن لم يكونوا أبرياء تمامًا. لا أحاول التقليل من خطورة ما حدث لك، ولا أشكك في شدة مشاعرك. لكنني أطلب منك أن تنظري إلى الوضع كما لو أنك أصبحت على دراية بحدوثه بين طفلين تعرفينهما الآن. الأطفال فضوليون. يتظاهرون بأنهم أطباء. وإذا لم يكن البالغون من حولهم يولون اهتمامًا كافيًا، فقد تخرج هذه الألعاب عن السيطرة. أليس من الممكن أن الحادث لم ينطو على العنف الجسدي المعتاد في الاغتصاب؟ ربما، حدث ذلك لعدم خضوعك أنت وابن عمك لرقابة كافية من الكبار في طفولتكما».

في بعض النواحي المهمة، لم تتغير الذكريات التي احتفظت بها عن تجارب طفولتها مع مرور الزمن. كانت لا تزال تعيش فزع طفلة في الرابعة من عمرها، عاجزة أمام شخص كبير بما يكفي في نظرها لينظر إليه باعتباره

شخصًا بالغًا. لكن ذاتها البالغة من العمر سبعة وعشرين عامًا كانت بحاجة إلى تحديث تلك الذكرى؛ فهي لم تعد معرّضة لمثل هذا النوع من المعاملة. لذا شعرت براحة كبيرة عندما أعادت صياغة ما حدث. أصبحت الآن قادرة على النظر إلى ما حدث باعتباره نتيجة محتملة لفضول غير خاضع لرقابة الكبار. هذا التحول غيّر نظرتها تجاه ابن عمها، والوضع، ونفسها. باتت ترى الحدث من منظور شخص بالغ، مما حررها من الكثير من الرعب والخجل المرتبطين بتلك الذكريات، وتم ذلك بسرعة مذهلة. لقد واجهت أهوال الماضي بوعي، ووجدت تفسيرًا سببيًا كان أقل إزعاجًا بكثير؛ إذ لم تعد ترى ابن عمها معتديًا قويًا وضارًا، ولم تعد ترى نفسها ضحية لا حول لها ولا قوة أمام مثل هذه القوة. كل هذا التحول حدث في جلسة واحدة. هذا هو مدى قوة القصة المحيطة بالأحداث الرهيبة في ماضينا.

لقد تركتني هذه التجربة في حيرة فلسفية عميقة. الذكريات التي جلبتها الزبونة إلى مكتبي ظلت دون تغيير لعدة عقود. أما الذكريات التي خرجت بها فكانت قد تغيرت بشكل ملحوظ. إذن، أي الذكريات كانت حقيقية؟ يمكن بسهولة أن يُقال إن قصتها الأصلية كانت أكثر دقة. فقد كانت بمثابة بصمة مباشرة طُبعت في عقل طفلة تبلغ من العمر أربع سنوات. لم تُعدّل (ومن ثمّ لم تتغير) من خلال أي تدخل علاجي سابق. أليس هذا، إذن، هو الحدث الحقيقي؟ لكن من الصحيح أيضًا أن حدثًا ما قد يعني شيئًا ما في يوم من الأيام، وقد يمثل شيئًا مختلفًا تمامًا في يوم آخر. أليس من المعتاد أن نفهم بشكل أفضل الدوافع وراء سلوك والدنا التي بدت غير قابلة للتفسير عندما كنا أطفالًا، عندما نصل نحن أنفسنا إلى مرحلة الأبوة؟ وأي ذكرى هي الأكثر دقة: الصورة الجزئية لدوافع البالغين التي كانت لدينا كأطفال، أم الذكريات المعدلة التي أصبحت ممكنة بفضل النضج؟ إذا كانت الصورة الأخيرة هي الصحيحة -وهو أمر منطقي (وبالتأكيد بدا صحيحًا في حالة عميلتي)- فكيف يمكن أن تصبح الذكرى المعدلة أكثر دقة من الذكرى التي تحتفظ بتكوينها الأصلي؟

أتذكر زبونًا آخر استعاد ذكرياته بشكل واضح وتغير. كانت ذكرياته يكتنفها الغموض بشكل أعمق بكثير، وكانت عملية استرجاعه لها بطيئة وأكثر مفاجأة وأقل احتمالًا. كان شابًا أفريقيًا أمريكيًا مثلي الجنس يعاني من مجموعة من الأعراض العقلية والجسدية التي لا يمكن فهمها. كان طبيب نفسي قد شخّص حالته مؤخرًا على أنها فصام، لكن عتمته، التي أخذته إلى المستشفى للتقييم، كانت تعتقد أن الوقت الذي تم قضاؤه في تقييم ابن أخيها كان غير كافٍ. لذلك اتصلت بي للحصول على رأي ثانٍ وأحضرت ابن أخيها إلى مكنتي. وقد رأيته وحده.

كان الشاب خجولًا ومتحفظًا، ولكنه يرتدي ملابس أنيقة ومرتبة بعناية، وكان يبدو متزنًا تمامًا عندما بدأت في جمع تاريخه الطبي. بالإضافة إلى ذلك، كان يرتدي نظارة؛ وكانت بحالة جيدة، وليس هناك أي شريط لاصق على جسر النظارة أو أذرعها، وعدساتها نظيفة تمامًا. كانت هذه الملاحظات ذات أهمية بالنسبة لي. غالبًا ما يفقد مرضى الفصام القدرة على مراقبة أنفسهم بشكل فعال، لذلك فإن الملابس غير المرتبة والنظارات التالفة، لا سيما التي تكون عدساتها ملطخة، تكون علامات دالة (لكن ليس دائمًا: لذا فأنتم الذين لديكم نظارات دون المستوى المطلوب لستم مجبرين على اعتبار أنفسكم مصنفين ضمن المرضى). على أي حال، كان لديه أيضًا وظيفة بدوام كامل تتطلب قدرًا معقولًا من التعقيد (وهذا أمر نادر لمن يعانون الفصام)، وكان قادرًا على إجراء محادثة دون مشاكل، باستثناء ميله للخجل. قبلت حالته، وبدأنا نلتقي بانتظام.

كنت بحاجة لرؤيته عدة مرات قبل أن أتمكن من فهم السبب الذي دفع الطبيب النفسي لتشخيصه باضطراب خطير. بدأ الشاب يخبرني أنه في السنوات الأربع الماضية، كان يشعر بالاكئاب والقلق. لم يكن في ذلك شيء غير عادي بشكل كبير. ظهرت هذه الأعراض بعد شجار حاد مع صديقه وانتهاء علاقتهما بعد علاقة دامت لعدة سنوات. ولم يكن ذلك

غير عادي أيضًا. كان الاثنان يعيشان معًا، وكانت شراكتهما مهمة له عاطفيًا وعمليًا، والانفصال عن علاقة حميمة يسبب الحزن والارتباك لمعظم الناس، ويمكن أن يثير القلق والاكتئاب بشكل أكثر حدة واستمرارية لدى الأشخاص الأكثر عرضة لذلك. ما كان غير عادي هو مدة استمراره على هذا الحال، حيث يتعافى الناس عادةً في غضون أقل من عام. صحيح أنه ليس هناك قاعدة صارمة، لكن أربع سنوات فترة طويلة، وقد أثار هذا فضولي. كما كشف لي عن شيء آخر غير عادي تمامًا. أخبرني أنه يعاني من حركات جسدية تشنجية غريبة كل ليلة أثناء محاولته النوم. كان جسده يتقوس في وضع الجنين، وتتشابك ذراعه فوق وجهه. ثم يسترخي، ليجد نفسه يعيد هذه الحركات مرة أخرى، وهكذا لساعات. وإلى جانب كون هذا الأمر مقلقًا بسبب غموضه، كان يتسبب باضطراب كبير في نومه. وكان هذا يحدث طوال الفترة نفسها التي يعاني فيها من القلق والاكتئاب، وكانت قلة النوم، حتى إن لم تكن ناجمة عن الحركات التشنجية، بالتأكيد عاملاً مساهمًا. سألته عن رأيه في ما يحدث؛ فأجاب ضاحكًا: «أسرتي تعتقد أنني ممسوس، ولست على يقين أنهم مخطئون».

كانت خلفية زبوني العائلية غير عادية إلى حد ما. كان والداه -اللذان هاجرا إلى كندا من الجنوب الأمريكي- غير متعلمين بشكل واضح، وشديدي التدين والإيمان بالخرافات، ويبدو أنهما كانا يأخذان مسألة الأرواح التي تسكن ابنهما على محمل الجد. سألته: «هل أخبرت الطبيب النفسي عن مسألة المس الشيطاني هذه؟» فأجاب: «نعم». ففكرت في نفسي: «حسنًا، هذا يفسر لماذا شخصه الطبيب بالفصام». هذا التفسير، إلى جانب الأعراض الجسدية الغريبة، كان كافيًا، وفقًا لتجربتي^(*). لكن،

(*) نصيحة لأي شخص يسعى للحصول على مساعدة نفسية في عيادة كبيرة في المدينة، حيث قد يأخذ الطبيب النفسي خمس عشرة دقيقة فقط لتقييم حياتك وتحديد طبيعة مرضك: تجنب ذكر أي تجارب أو معتقدات غير عادية بشكل عابر. قد تندم على ذلك في المستقبل. في ظل الظروف التي تسود في نظام الصحة

بعد لقائي به لعدة جلسات، كان من الواضح لي أن ما يعاني منه ليس فصامًا. كان عاقلًا تمامًا وواضح التفكير. ولكن ما الذي كان يسبب هذه التشنجات الغريبة التي تحدث له ليلاً، والتي تشبه النوبات؟ لم أصادف شيئاً كهذا من قبل. كانت فرضيتي الأولى هي أنه يعاني من شكل شديد من الشلل النومي. هذه حالة شائعة إلى حد ما. عادة ما تحدث عندما يكون الأشخاص نائمين على ظهورهم (وهو ما كان يميل إلى فعله). الشخص الذي يعاني من الشلل النومي يستيقظ نصف استيقاظ، لكن ليس بما يكفي ليتوقف عن الحلم أو يهرب من حالة الشلل التي تحدث خلال مرحلة النوم المعروفة بحركة العين السريعة (REM). عندما تحلم، يتم تحفيز نفس المناطق في الدماغ التي تتحكم في الحركة النشطة عندما تكون مستيقظاً (وتختبر ذلك على أنه إحساس بالحركة داخل الحلم). لكنك لا تتحرك وفقاً لتلك التحفيزات الدماغية لأن عضلاتك الإرادية تُعطل وظيفياً بواسطة آلية عصبية كيميائية متخصصة لهذه الوظيفة تحديداً⁽²⁾. ولولا هذه الآلية، لكنت ستنهض من السرير وتقوم بتمثيل الحلم فعلياً، مما قد يُوقعك في مواقف خطيرة بسرعة كبيرة.

خلال نوبة شلل النوم، يستيقظ الشخص بما يكفي ليكون شبه واعٍ

النفسية المثقل بالعمل، لا يتطلب الأمر الكثير للحصول على تشخيص بالفصام؛ وما إن يُوضع هذا التشخيص، يصبح من الصعب جداً التخلص منه. من الصعب، على المستوى الشخصي، ألا تأخذ تشخيصاً طبيًا على محمل الجد. فألا تصدق طبيباً نفسياً مؤهلاً (يفترض أنه يعرف ما يتحدث عنه) أمر أصعب مما قد تتخيل، لا سيما إذا كنت تعاني من أعراض غريبة. كما أن الأمر صعب عملياً، لأن هذا التشخيص يصبح جزءاً دائماً من سجلك الطبي، ويصبح من الصعب جداً تعديله. وأي شيء غير عادي عنك سيجذب انتباهاً زائداً من تلك اللحظة فصاعداً (حتى من نفسك)، وأي مظاهر للبساطة الطبيعية سيتم تجاهلها. أقول كل هذا وأنا أعلم جيداً أن بعض الأشخاص الذين لديهم معتقدات غريبة هم في الواقع مصابون بالفصام؛ ولكن عادةً ما يحتاج هذا التشخيص إلى تحقيق دقيق، ونادراً ما يجد الأطباء النفسيون المشغولون في المستشفيات العامة الوقت للبحث الدقيق.

بالعالم الواقعي، لكنه يظل في شلل نوم حركة العين السريعة ويستمر في الحلم. يمكن أن تحدث جميع أنواع التجارب الغريبة في مثل هذه الحالة. على سبيل المثال، يدّعي كثير من الأشخاص أنهم اختطفوا وخضعوا لفحوصات طبية من قبل كائنات فضائية⁽³⁾. هذه الظاهرة الليلية الغامضة فُسرَت بناءً على حالة الشلل هذه وما يصاحبها من تخیلات غريبة ومرعبة⁽⁴⁾. كان عميلي ذكيًا، ومتعلمًا، وفضوليًا، لذا أعطيته كتابًا بعنوان «الفرع الذي يأتي في الليل»⁽⁵⁾، *The Terror That Comes in the Night*، يوضح الظواهر الغريبة التي قد تصاحب شلل النوم. يصف المؤلف، ديفيد هوفورد، الفرع الليلي المشار إليه في العنوان بوصفه نوعًا من تجربة «الجنية العجوز أو عفريت الليل» (وهو مصطلح من التراث الشعبي). يصف الذين مروا بمثل هذه التجربة (التي قد تصل إلى 15٪ من السكان) شعورًا بالخوف والشلل وأحاسيس بالاختناق ومواجهات مع كائنات خبيثة. قرأ زبوني الكتاب، لكنه أخبرني أنه لا يعتقد أن ما وصفه هوفورد يعكس بدقة تجربته. وكان لديه الشعور نفسه تجاه فرضية شلل النوم بشكل عام. فأولاً، هذه التشنجات تحدث له قبل أن ينام؛ وثانيًا، لم يكن يعاني من عدم القدرة على الحركة. عرفت الكثير عنه بينما استمررنا في التعرف على بعضنا البعض. اكتشفت، على سبيل المثال، أنه درس التاريخ في المرحلة الجامعية وأكمل شهادته. كما عرفت أن والديه كانا صارمين معه بشكل استثنائي خلال طفولته وسنوات مراهقته، حيث لم يسمحا له بالبقاء في منازل أصدقائه ليلاً، وكانا يراقبان سلوكه عن كثب حتى استطاع الهروب إلى الجامعة. كما حدثني بتفصيل أكبر عن الشجار الذي حدث مباشرة قبل انفصاله عن شريكه الأخير. لقد عاد مع صديقه إلى شقتهم المشتركة بعد أن تناولا بعض المشروبات وتجادلا في العلن. في المنزل، تصاعد الشجار إلى عنف جسدي. بدأ كلاهما يدفع الآخر بعنف متزايد. وبعد دفعة شديدة العدوانية، سقط عميلي على أرضية غرفة المعيشة. وبينما كان ملقى على الأرض، قام بعرقلة صديقه وإسقاطه. ثم نهض من الأرض وتوجه نحو

الباب. عاد بعد عدة أيام عندما تأكد أن صديقه لن يكون في المنزل، ليجمع أمتعته ويتنقل. وكان ذلك نهاية علاقتهم.

لكن كان ثمة جانب في شخصيته له دور في هذا النزاع لم يكن واضحًا. ونتيجة لذلك، تأثر بشدة باعتداء صديقه عليه. أخبرني أثناء مناقشة هذه الأحداث أنه لم يكن يعتقد أن الناس قادرون على العنف. فقلت له: «ماذا تعني بذلك؟ لقد حصلت على شهادة في التاريخ. من المؤكد أنك قرأت عن الفظائع والمجازر في تاريخ البشرية. وأنت تشاهد الأخبار...» قال لي إنه في الواقع لا يشاهد الأخبار. قلت: «حسنًا، لكن ماذا عن كل ما تعلمته في الجامعة؟ ألم تعلمك ذلك أن العنف البشري حقيقي وشائع جدًا؟» قال: «لقد قرأت الكتب، لكنني وضعت كل ما تعلمته في حجرة منفصلة ولم أفكر فيه أكثر». اعتقدت أن إجابته كانت مذهلة، خاصة مع شيء آخر أخبرني به. قال لي: «عندما كنت طفلًا، اكتسبت فكرة أن الناس طيبون فقط. علمني والداي أن الكبار ملائكة». سألته: «هل تعني بذلك أن الكبار لا يفعلون شيئًا سيئًا أو خاطئًا أبدًا؟» فقال: «لا، أنت لا تفهم. والداي علماني أنا وأختي وأخي أن الكبار هم ملائكة الله حرفيًا، وأنهم طيبون فقط». فقلت له: «هل كنت تصدق ذلك؟» فقال إنه كان يؤمن بذلك بعمق، ويرجع ذلك جزئيًا إلى أنه كان محميًا للغاية، وجزئيًا لأن والديه كانا مصرين على ذلك، وبالطبع جزئيًا لأن ذلك كان مريحًا.

اقترحت عليه أنه يجب عليه فعل شيء بشأن سذاجته؛ فلم يكن ذلك مفيدًا له، وهو أكبر بكثير وأذكى من أن يستمر في الإيمان بحلم طفولي كهذا. ناقشنا هذا الموضوع بالتفصيل، متحدثين عن الأحداث المروعة في القرن العشرين، وحوادث إطلاق النار الجماعي، وغيرها من الفظائع في الماضي القريب. طلبت منه أن يشرح هذه الأحداث، وأن يتبّه أكثر لأي أمثلة على غضبه وعدوانيته. ومع ذلك، أنكر وجود أي من هذه المشاعر ولم يتمكن من تقديم تفسيرات مقنعة لتلك الأحداث.

لذلك كلفته بقراءة كتاب بعنوان «رجال عاديين» ⁽⁶⁾ *Ordinary Men*.

هذا الكتاب يوضح بتفاصيل مؤلمة كيف تحولت مجموعة من رجال الشرطة العاديين من ألمانيا إلى قتلة بدم بارد في بولندا خلال فترة الاحتلال النازي. إن وصف الكتاب بأنه «مُرعب» لا يكفي. أخبرته بكل جدية أنه يجب أن يقرأ الكتاب وكأنه حدث في الواقع، وأكثر من ذلك، كما لو أن لديه ولدى الأشخاص الذين يعرفهم القدرة على ارتكاب نفس الجرائم الفظيعة. كان الوقت قد حان لينضج. بحلول ذلك الوقت، كنا قد بنينا علاقة قوية للغاية، وعندما أخبرته أن نظرت المتفائلة للعالم تعرضه لخطر قد يدمر حياته، تعامل مع الأمر على محمل الجد. عندما رأيته في المرة التالية بعد أسبوع، كان قد انتهى من قراءة الكتاب. كانت ملامح وجهه قد تغيرت؛ بدا أكبر سنًا وأكثر حكمة. لقد رأيت هذا يحدث بشكل متكرر في ممارستي العلاجية عندما يستوعب الناس الجوانب الأكثر ظلمة من أنفسهم، لنقل، بدلًا من عزلها. لم تعد لديهم نظرة الدهشة والذعر؛ بل بدوا أشخاصًا يتخذون قرارات بدلًا من أن تحدث الأشياء لهم فحسب. ثم طلبت منه قراءة كتاب «اغتنصاب نانكينج» *The Rape of Nanking*⁽⁷⁾ عن الفظائع اليابانية في الصين عام 1937. إنه كتاب مرعب؛ وقد انتحرت مؤلفته. قرأه عميلي أيضًا، وتحدثنا عنه. خرج أكثر حزنًا، ولكن أكثر حكمة. ومع ذلك، لم تتوقف أعراضه الليلية.

مع ذلك، كانت تعليقاته عن البالغين باعتبارهم «ملائكة»، وادعاءاته حول تجزئة معرفته بالشر وعزلها، ووجود التشنجات الغامضة قد أثارت بعض الأفكار في أعماق عقلي. فقبل سنوات عديدة، كان لدي زبونة أخرى (امرأة شابة، كما هو الحال عادة) كانت تعاني من الصرع الهستيري؛ وهو حالة كلاسيكية من الهستيريا الفرويدية تعبر فيها الأعراض الجسدية عن مشاكل نفسية. كانت قد نشأت في منطقة ريفية في الغرب الأوسط، في بيئة مقيدة للغاية تشبه الحقبة الفيكتورية، وفي ظل جو من الأصولية المسيحية. حدث لها واحدة من «النوبات» في مكتبي، نوبة صرع كبرى حقيقية. رؤيتها تركتني باردًا. شاهدتها وهي تهتز وتتشنج بشكل عنيف

لبضع دقائق، وكانت عيناها قد انقلبتا إلى الخلف. لم أشعر بالقلق. لم أشعر بالشفقة تجاهها. لم أشعر بأي شيء. فكرت: «لماذا لا يؤثر هذا عليّ؟ زبوني تمرّ بنوبة تشنجية خطيرة حسبما يظهر». لم أتصل بالإسعاف. وعندما استعادت وعيها وجلست مرة أخرى، مذهولة، أخبرتها أنني لم أستجب لنوبتها لا جسدياً ولا عاطفياً رغم أنها بدت حقيقية تماماً. فيما سبق، وبعد تصرفات مشابهة (بوعي؟ دون وعي؟ مزيجاً من الاثنين؟)، كانت قد تجنبت بصعوبة إدخالها إلى مصحة نفسية. كما أنها كادت أن تتلقى تشخيصاً بالذهان بما يصاحبه من أدوية. تحدثنا بجدية بالغة عما كانت تفعله. أخبرتها أنني لم أقتنع بأنها تعاني من الصرع؛ وأنني شعرت بأنه كان زائفاً، رغم أنه بدا حقيقياً لها. (وقد خضعت لاختبار الصرع بالفعل، وجاءت النتائج غير حاسمة).

لذا، كان من المحتمل أن تكون شخصاً «يجسد الأعراض»، أي إنها تمثل أعراضها النفسية جسدياً. لاحظ فرويد أن مثل هذه الجسدة كانت غالباً رمزية؛ وأن الطريقة التي ظهرت بها الإعاقة أو الغرابة الجسدية كانت لها علاقة ذات مغزى مع الصدمة التي تسببت في ذلك. بدت نوباتها الهستيرية وكأنها نابعة من ارتباكها وجهلها بالجنس، بالإضافة إلى درجة كبيرة من عدم النضج الطفولي وبعض الألعاب الخطيرة التي كانت تمارسها. حققنا تقدماً كبيراً في مناقشاتنا. لم تكن غبية بأي حال، واستطاع الجانب الأكثر حكمة من شخصيتها أن ينتصر. توقفت نوباتها، إلى جانب الدراما الخطيرة المصاحبة لها. والأفضل من ذلك أنها تجنبت الدخول إلى المستشفى النفسي واستمرت في دراستها الجامعية. على أي حال، عرفت حينها أن الهستيريا الفرويدية حقيقية؛ لأنني تعاملت مع حالة منها للتو.

بدأت أطرح فرضية أن الزبون الذي أتعامل معه الآن كان يعاني بطريقة مشابهة من اضطراب الجسدة. كنت على علم بالجدال الذي أنهى علاقته الأخيرة، قبل وقت قصير من ظهور أعراضه. ربما كانت حركاته الغريبة مرتبطة بطريقة ما بذلك الحدث؟ كنت أعلم أيضاً من حديثه الخاص أنه

يميل إلى التجزئة النفسية؛ أي إنه يضع الأمور في زاوية من عقله ليتجنب التفكير فيها مرة أخرى. لم يكن لديّ خبرة كبيرة في التنويم المغناطيسي، لكنني كنت أعلم أن الأشخاص القادرين على التجزئة النفسية يميلون إلى أن يكونوا قابلين للتنويم بدرجة عالية، وأن التنويم المغناطيسي قد استخدم بنجاح محدود (وإن كان ذلك منذ سنوات عديدة) مع اضطرابات الجسدية. استخدم فرويد التنويم المغناطيسي لعلاج عملائه المصابين بالهستيريا، الذين كانوا على ما يبدو كثيرين خلال الفترة الفيكتورية، على الأقل في الطبقات العليا، التي كانت مهووسة بالجنس والمسرح والدراما⁽⁸⁾. لذلك، فكرت في محاولة استخدام التنويم المغناطيسي لعلاج عميلي.

كنت غالبًا ما أستخدم تقنيات الاسترخاء الموجهة مع عملائي، حيث أجعلهم يجلسون بشكل مريح على كرسي بذراعين في مكتبي، وأطلب منهم التركيز على أجزاء مختلفة من أجسادهم، بدءًا من باطن أقدامهم، خطوة بخطوة صعودًا عبر أرجلهم وجذعهم، مع انعطاف سريع نحو أذرعهم، وصولًا إلى قمة رأسهم، مع التركيز على التنفس والاسترخاء. بعد سبع أو ثمان دقائق من توجيهات الاسترخاء، كنت أعد تنازليًا من عشرة إلى واحد، وأطلب منهم بعد كل عد أو اثنين أن يسترخوا بعمق أكثر. كان هذا علاجًا فعالًا وسريعًا نسبيًا للقلق، والتوتر، والأرق. قررت أن أبدأ بهذه الطريقة، لأن التنويم المغناطيسي يعتمد على تقنية مماثلة، مع إضافة أسئلة حول الصدمات السابقة أو القضايا ذات الصلة بمجرد تحقيق الاسترخاء. تتفاوت فعاليته بشكل كبير من شخص لآخر⁽⁹⁾. (لهذا السبب يستخدم مؤدو العروض التنويم المغناطيسي على أفراد من الجمهور، حيث يجلبون عشرين شخصًا إلى مقدمة المسرح، ثم يمرون بتوجيهات التنويم الأولى، ويحتفظون فقط بالقليل ممن يستجيبون بوضوح). على أي حال، أخبرت المريض أنني أعتقد أن تنويمه والتحدث عن الليلة التي تشاجر فيها مع صديقه قد يكون مفيدًا. شرحت له السبب (مقترحًا أن حركاته الليلية قد تكون مرتبطة بذلك الحدث). ثم شرحت له بالضبط كيف سنقوم بذلك،

وأنه حر في الرفض أو الموافقة. سأوقف العملية عندما يطلب مني ذلك؛ وسيكون قادرًا على تذكر كل شيء عندما تنتهي.

وافق على المحاولة، فبدأت: «اجلس بارتياح في مقعدك. ضع يديك على ذراعي المقعد أو في حرك؛ أينما تشعر بالراحة. أغمض عينيك. استمع بعناية إلى الأصوات التي تسمعها في العالم من حولك، ثم وجه انتباهك إلى الداخل، إلى تنفسك. تنفس بعمق... احبس نفسك... أخرج النفس. حوّل انتباهك من تنفسك إلى فخذيك، وأسفل ساقيك، وقدميك. دع قدميك تستريحان بثقل على الأرض. ركّز انتباهك على أصابع قدميك، وراحتي قدميك، وكاحليك، وتذكر أن تتنفس ببطء، وبانتظام، وبعمق. دع كل التوتر ينساب من قدميك. لا تنس أن تتنفس ببطء، وبانتظام، وبعمق. ركّز على عضلات ساقيك الأمامية والخلفية...»، وهكذا استمررت، صعودًا عبر جسده كله.

دخل مريضني بشكل تلقائي في حالة غشية عميقة قبل أن أتجاوز قدميه. تدلّى رأسه بثقل. سألتُهُ إن كان يسمعني. قال: «نعم»، بصوت يكاد يكون مسموعًا. كان عليّ أن أتقدم بمقعدي وأضع أذني على بُعد بوصات من فمه لأتمكن من فهم ما كان يقوله. سألتُهُ إن كان يعرف مكانه. قال: «في مكتبك». كان ذلك جيدًا. قلت: «نحن نعود إلى الوقت الذي تشاجرت فيه مع صديقك، قبل أن تنتقل. أخبرني بما حدث». قال: «كنا قد عدنا لتونا إلى شقتنا. كنا قد شربنا ورحنا نتجادل حول المال ومستقبلنا ونحن في البار. غضبنا، وسرنا عبر مدخل بيتنا؛ هناك». أشار بذراعه نصف إشارة، رغم أن ذراعه كانت لا تزال مرتخية إلى حد كبير، مثل باقي جسده. كنت أراقب عينيه تتحركان ذهابًا وإيابًا، مثل عيني شخص في نوم حركة العين السريعة، تحت جفنيه شبه المغلقين. أردف: «كنت أمشي إلى الورا. كنا نتجه نحو غرفة المعيشة. دفعته. ثم دفعني هو مرة أخرى. فدفعته مجددًا. دفعني للخلف فوق طاولة القهوة وسقطتُ على الأرض. التقط مصباح الأرضية الخاص بنا وحمله فوق رأسه. نظرت مباشرة في عينيه. لم أر أبدًا تعبيرًا بهذا القدر من العدا. انكمشتُ في وضعية الكرة ووضعت يديّ

متقاطعتين فوق وجهي لحماية نفسي». قال كل هذا ببطء شديد، مشيرًا بحركة غير مريحة وبشكل طفيف طوال الوقت، وكأنه يشير نحو المنطقة في الشقة التي يتخيلها. كان الأمر غريبًا كما لو أنه كان يعيد عيش التجربة آنياً. نظرت إلى الساعة. الشرح، والتحضير، والاسترخاء، والسرد البطيء أخذ منا إلى نهاية الساعة؛ وهي مدة جلستنا المعتادة. قلت: «لا أريد أن أضغط عليك كثيرًا. نحن نقرب من نهاية الوقت. عندما تكون مستعدًا ومستريحًا، يمكنك أن تفتح عينيك وتستيقظ تمامًا. يمكننا أن نكمل الأسبوع القادم». لكنه لم يرد. استمر رأسه في التدلي للأمام، واستمرت عيناه في الحركة. ناديتُ باسمه. لم يتغير شيء.

أقلقني هذا، بصراحة تامة. لم أسمع من قبل عن شخص يفشل في الخروج من حالة الغشية عند الطلب. لم أكن متأكدًا مما يجب فعله. من حسن الحظ، كان هو آخر زبون أراه في تلك الليلة، لذا كان لدي بعض الوقت. فكرت: «حسنًا، هو في حالة غشية عميقة وغارق تمامًا في هذه القصة. ربما يحتاج إلى أن يروي القصة كاملة. لنستمر ونرى ما سيحدث. عندما ينتهي من روايته، سأحاول أن أوقظه مرة أخرى». خرجت إلى الردهة لأتحدث مع عمته التي كانت تنتظر، وأبلغتها بأننا نحتاج إلى بعض الوقت الإضافي. عدت إلى مكتبي وجلست بجانبه كما كنت من قبل. قلت: «ماذا حدث بعد ذلك؟» أجاب: «التعبير على وجهه؛ لم أر شخصًا يبدو كذلك من قبل. اضطررتُ إلى إدراك أن صديقي يمكن أن يرغب في إيذائي؛ وأن شخصًا ما -حتى لو كان بالغًا- يمكن أن يرغب حقًا في إلحاق الأذى بشخص آخر. كانت تلك هي المرة الأولى التي تعلمت فيها فعلًا أن مثل هذه الأحداث ممكنة». بدأ يبكي، لكنه استمر في روايته: «جعلته يتعثر، ونهضتُ وبدأتُ أركض. طاردني خارج غرفة المعيشة، عبر ممر بيتنا، وعبر الباب الأمامي. ركضت بسرعة أكبر، وتقدمتُ عليه. كانت الساعة حوالي الرابعة صباحًا والظلام لا يزال مخيمًا. كنت خائفًا جدًا. ابتعدتُ بما يكفي للاختباء خلف بعض السيارات القريبة. حاول أن يجذني.

شاهدته يبحث لفترة طويلة. ثم استسلم واستدار». كان يبكي بحرقة في هذه اللحظة. وتابع: «عندما تأكدت من رحيله، ذهبت إلى منزل والدتي وبقيت هناك. لم أكن أصدق ما حدث. ربما كان سيقتلني، وكان سيقوم بذلك عن قصد. لم أستطع تحمل ذلك. دفعت الأمر من ذهني وحاولت ألا أفكر فيه مرة أخرى».

صمت حينها؛ فناديته باسمه. استجاب؛ فسألته: «هل تعرف أنك في مكتبي وتجلس على المقعد الذي تجلس عليه عادة؟» أوماً برأسه. سألته: «هل انتهيت من رواية قصتك؟» فأجاب أن نعم. قلت: «لقد أبليت بلاءً حسنًا. لقد أظهرت شجاعة كبيرة بتجاوزك لكل ما مررت به. هل أنت مستعد لفتح عينيك؟» قال إنه مستعد. قلت: «خذ وقتك. عندما تكون جاهزًا، عد بوعي كامل، ببطء. ستشعر بالاسترخاء والارتياح. ستتذكر كل ما أخبرني به وكل ما حدث هنا». أوماً برأسه. وبعد بضع لحظات، فتح عينيه. سألته عما حدث، وما الذي يتذكره. أعاد سرد أحداث المساء بإيجاز، بما في ذلك مناقشتنا الأولى عن التنويم المغناطيسي. ثم دعوت عمته وأخبرتها أنه يحتاج إلى الراحة في المنزل، مع شخص يكون بجانبه، لأن الجلسة كانت مكثفة. لم يكن البالغون ملائكة، ولم يكن بإمكان الناس أن يؤذوا بعضهم البعض فحسب؛ بل يمكن أن يرغبوا في ذلك الأذى بكل قلوبهم. لكن زبوني لم يكن يعرف ماذا يفعل بمثل هذه المعرفة، لأنه كان محميًا ومخدوعًا من قبل والديه، كما أن حيلة «التجزئة النفسية» مكنته من التعامي عن الحقيقة. إلا أن هذا لم يمنع الأجزاء غير القادرة على التعبير عن نفسها من عقله من السعي إلى توعيته بحقيقة الضرر المقصود وكل ما تشير إليه هذه النية بشكل أوسع من الشر، وتمثيل ذلك دراميًا. وجد نفسه مجبرًا على تكرار حركاته الجسدية الدفاعية بالضبط التي قام بها خلال الشجار مع صديقه.

في الأسبوع التالي، لم يحضر عميلي جلسته. فكرت قائلاً في نفسي: «يا إلهي، ربما أذيته بشدة». ولكن في الأسبوع الذي تلاه وصل في موعده. اعتذر عن تغيبه عن الجلسة السابقة، وقال إنه كان منزعًا للغاية، وفي

حالة من الفوضى جعلته غير قادر على الحضور أو حتى الاتصال بي. سألته عن السبب؛ فقال: «في اليوم التالي بعد لقائنا، كنت أجلس في مطعم بوسط المدينة، ورأيت صديقي القديم!» كانت تلك صدفة غريبة. أكمل: «لقد أزعجني ذلك حقًا، كما تعلم، لكن لم يحدث شيء، وهدأت بعد يوم أو يومين. وتخيل ماذا حدث؟» سألته: «ماذا؟» قال: «لقد أصبت بتشنجات في ليلة واحدة فقط هذا الأسبوع! واستمرت لبضع دقائق فقط!» قلت: «هذا رائع! إنه فعلاً رائع! ياله من ارتياح! ما الذي تعتقد أنه تغير؟» قال: «ما أزعجني حقًا في تلك المشاجرة لم يكن خلافاً حول ما نريده للمستقبل. لم يكن حتى بسبب الالتحام الجسدي؛ الدفع والجذب؛ بل كان حقيقة أنه كان يريد لي الأذى حقًا. استطعت أن أرى ذلك في وجهه. نظراته أزعجتني فعلاً. لم أكن أستطيع التعامل معها. ولكن الآن أفهمها بشكل أفضل.»

سألته إن كان بإمكانني تنويمه مغناطيسياً مرة أخرى. قلت له: «أنت تتحسن بوضوح، لكنني أريد التأكد من أننا تخلصنا من كل شيء». وافق وبدأنا. دخل في حالة غشية بسهولة كما في المرة السابقة. ولكن هذه المرة، اختصر القصة. استغرق حوالي خمس عشرة دقيقة ليكمل الرواية كاملة، مقارنة بتسعين دقيقة كانت مطلوبة في المرة السابقة. لقد استخلص ما هو مهم: حقيقة أنه كان في خطر، حقيقة أن هناك من أراد إيذاؤه، حقيقة أنه دافع عن نفسه بنجاح، وحقيقة أن العالم مكان مأهول بالشياطين إلى جانب الملائكة. وعندما طلبت منه أن يخرج من حالة الغشية بالطريقة نفسها التي فعلت بها من قبل، فتح عينيه على الفور تقريباً، وكان هادئاً وواعياً تماماً.

كان التغيير في حالته ملحوظاً. وفي الأسبوع التالي، أخبرني أن أعرضه قد اختفت تماماً. لم تعد هناك نوبات تشنج، ولم يعد يؤمن بالخير المطلق للبشرية. لقد نضج وواجه واقع تجربته الشخصية، وكذلك طبيعة العالم. كان شيئاً مذهلاً أن تراه. قبوله الواعي لوجود الشر شفاه من سنوات من المعاناة. لقد فهم الآن واعترف بما يكفي من المخاطر المحتملة التي تحيط به ليتمكن من شق طريقه في العالم بأمان معقول. لم يعد من الضروري لما

تعلمه ورفض الاعتراف به أن يفرض نفسه عليه بطريقة درامية ومجسدة. جعل ما يعرفه الآن جزءًا من شخصيته - جزءًا من الخريطة التي سترشده في أفعاله - وحرر نفسه من الأشباح التي كانت تسكنه.

ضعينة غير مفهومة

كان لديّ زبون آخر، شاب تعرض للتنمر بشكل رهيب في سنته الأولى من المدرسة المهنية. عندما جاء لرؤيتي لأول مرة، بالكاد كان يستطيع التحدث، وكان يتناول جرعة عالية من الأدوية المضادة للذهان. عندما جلس على المقعد أمام المكتب في مكثبي، كان يدير رأسه وكتفيه ذهابًا وإيابًا بطريقة غير طبيعية وآلية. عندما سألته عما يفعله، أخبرني أنه يحاول جعل الأشكال تختفي. على ما يبدو، كان يستطيع رؤية صور هندسية من نوع ما أمامه، وشعر بأنه مضطر للتلاعب بها. لم أفهم تمامًا ما يعنيه ذلك، إلا أنه كان يعيش في عالم خاص به.

قضيت عدة أشهر أعمل معه، وقمت بذلك بطريقة أكثر تنظيمًا مما سبق، حيث كنت قد طورت الأدوات اللازمة لذلك في تلك الفترة. كان هذا الزبون بالكاد قادرًا على التواصل في بداية عملنا معًا، لكن ذلك كان كافيًا لبدء العملية. كانت إحدى الفتيات في المدرسة قد أعجبت به، فأخبرها بأنه لا يبادلها المشاعر. أصبحت شديدة الانتقامية، وبدأت في جعل حياته جحيمًا. نشرت شائعات عن عاداته الجنسية، وشجعت بعض أصدقائها الذكور على تهديده جسديًا في المدرسة. وكان لديها أشخاص على استعداد لإذلاله باستمرار وبلا رحمة خلال تنقله من المدرسة وإليها. لاحظ والداه معاناته، فقاما بتبنيه المدرسة، لكن لم تتخذ أي إجراءات لوقف هذا العذاب المستمر. لم يستطع، أو لم يرد، أصدقاؤه الذين كَوْنهم مؤخرًا تحمل الضغط الاجتماعي المتزايد، فبدأوا في تجنبه ثم تخلّوا عنه تمامًا. بدأ ينهار، ومع تزايد غرابة سلوكه، تأكد وضعه بوصفه شخصًا منبوذًا. وفي النهاية انهار تمامًا.

طلبت منه أن يخبرني بتفاصيل ما حدث بالضبط، وأن يعود بذاكرته للوراء أثناء صياغة إجابته. كنت أرغب في فهم العوامل التي جعلته عرضة للموقف الذي وجد نفسه فيه، وما الذي حدث بالضبط عندما كانت تلك المعجبة المرفوضة تعذبه. قمت كذلك بتنظيم هذا بطريقة تمكّنه من الكتابة والحديث (وبالأحرى الحديث عما كان يكتبه). عملت أنا وزملائي على تطوير تمرين كتابة عبر الإنترنت^(*) لتوفير هيكل مفيد لأولئك الذين يتعمقون في ماضيهم ويحاولون فهمه. طلبت من عميلي الشاب أن يجربّه. ونظرًا لأنه كان يعاني من ضعف الحافز والأفكار ولم يتمكن من إكمال العملية في المنزل، جعلته يقوم بالكتابة في مكتبي. جعلته يجلس على جهاز الكمبيوتر الخاص بي وطلبت منه أن يقرأ لي كل

(*) برنامج الكتابة عن الماضي على موقع www.selfauthoring.com. أثبت الدكتور جيمس دبليو بينيكر من جامعة تكساس في أوستن، مع مجموعة من الزملاء، أن الكتابة التي تقلل من عدم اليقين الوجودي (لا يوجد طريقة أبسط لوصفها)، تقلل بدورها من القلق، وتحسّن الصحة العقلية، وتعزّز وظائف الجهاز المناعي. يبدو أن جميع هذه التأثيرات ترتبط بانخفاض عام في التوتر الناتج عن التعقيد والهرمونات التي تُفرز بكميات زائدة بشكل ضار. أظهر بينيكر، على سبيل المثال، أن الطلاب الذين كتبوا لمدة ثلاثة أيام متتالية عن أسوأ الأحداث التي مرّوا بها، عانوا أولاً من انخفاض في المزاج (بسبب استحضار مثل هذه الذكريات بالطبع)، لكنهم شهدوا تحسّناً كبيراً في حالتهم على مدى الأشهر التالية. باحثون آخرون أظهروا تأثيرات مشابهة عندما كتب الطلاب عن مستقبلهم. في البداية، افترض بينيكر أن السبب وراء هذه الآثار الإيجابية هو شيء يشبه التعبير العاطفي أو التنفيس (وفقاً لفرويد)، أي الفرصة للتعبير عن الغضب، أو الندم، أو الحزن. ولكن بينيكر وجد - بعد إجراء تحليل دلالي شامل - أن ما كان علاجياً هو تطوير فهم معرفي وسببي لأسباب الأحداث وأهميتها. بدت آثار الكتابة عن المستقبل مشابهة، حيث إن الخطط التي تولدت قللت عدم اليقين من خلال وضع إطار منظم وواضح للفرات المقبلة فيشعر الأشخاص أنهم أكثر تحكّماً في حياتهم. لمراجعة ذلك، يُرجى الاطلاع على كتاب جيه. دبليو. بينيكر وجيه. إف. إيفانز «الكتابة التعبيرية: كلمات تشفي» (Expressive Writing: Words That Heal) (Enumclaw, Wash.: Idyll Arbor Inc., 2014).

سؤال في التمرين بصوت مرتفع قبل كتابة إجابته، ثم يقرأ الإجابة بصوت مرتفع أيضًا. وإذا فشلت في فهم شيء مما كتبه أو شعرت أن ثمة حاجة إلى مزيد من التفصيل، كنت أقترح عليه أن يقوم بتوضيح المسائل المطروحة بمزيد من الكتابة وأن يقرأ لي التعديلات.

طلب منه التمرين في البداية تقسيم حياته إلى فترات زمنية رئيسية، مقتطعات من الماضي تتمحور حول موضوعات معينة. قد تكون تلك الفترات من سن الثانية حتى روضة الأطفال مثلاً، أو المدرسة الابتدائية، أو المرحلة الإعدادية، أو الثانوية، أو الجامعية، وهكذا؛ رغم أن بعض الأشخاص يميلون - خاصة مع تقدمهم في العمر - إلى تصنيف تجاربهم بناءً على العلاقات المختلفة التي كانوا جزءاً منها. بعد تقسيم ماضيه بالطريقة التي اختارها، طلب منه التمرين بعد ذلك تحديد التجارب الرئيسية خلال كل من تلك الفترات الزمنية: الأحداث التي يعتقد - بأثر رجعي - أنها شكلت شخصيته، سواء للأفضل أو الأسوأ. من الطبيعي أن تُسجل الأحداث من هذا النوع في الذاكرة بمشاعر سلبية مثل الشعور بالقلق، أو الغضب، أو الرغبة في الانتقام؛ وربما يكون هناك ميل قوي لتجنب تذكرها أو التفكير فيها تماماً.

قسّم الزبون حياته إلى الفترات الزمنية التي بدت له ذات أهمية، ثم حدد الأحداث الرئيسية التي ميزت كل فترة، سواء أكانت إيجابية أو سلبية. وبعد ذلك، قام بتحليلها من الناحية السببية، محاولاً فهم أسباب نجاح بعض الأمور بينما تدهورت الأخرى بشكل رهيب. ركّز بشكل أكبر على الأحداث الأكثر إزعاجاً في الماضي؛ حيث قام بتقييم تفاصيل سلوكه الشخصي، ودوافع الآخرين، وخصائص الزمان والمكان. ثم فكر في تأثيرات تلك الأحداث، سواء أكانت إيجابية أو سلبية (لأننا نستطيع أن نتعلم من التجارب الصعبة)، وتعمق بالتفكير في ما كان يمكن أن يحدث أو يفعل بشكل مختلف. وكانت نتيجة هذا التمرين - على الأقل من حيث المبدأ - هي استخلاص الدروس الحقيقية من تجاربه الماضية من الناحية الإدراكية والسلوكية، وتحديث خريطته الذاتية لتلك التجارب.

مع تقدمه في سرد حكايته من مرحلة الحضانة حتى التعليم العام، إذ إنه قسّم حياته حسب المراحل الدراسية، أصبح أكثر قدرة على التعبير. استعادة ذكريات حياته كانت تعيده إلى حالته الأصلية. فكلما كتب، وقرأ ما كتبه، وأجاب عن أسئلتي أثناء استماعي له، أصبحت روايته للماضي أكثر تفصيلاً، وفهمه لها أكثر عمقاً. ناقشنا الأمور السلبية التي يفعلها الأطفال تجاه بعضهم البعض، مما قادنا إلى موضوع الشر والخُبث؛ في عالم الكبار أيضاً. كان ساذجاً للغاية بخصوص هذا الموضوع؛ فقد عبّر عن اعتقاده بأن الناس كانوا بطبيعتهم طيبين (على الرغم من أن تجاربه الحياتية أظهرت عكس ذلك). لم يكن لديه نظرية تفسر الدوافع وراء التدمير، والقسوة، والرغبة في الفوضى. استعرضنا تفاصيل حياته، وطوّرنا سرداً تفصيلياً لكل ما عاناه على يد الفتاة التي أساءت إليه. أصبح واعياً بما يكفي ليعبر عن فهمه الأولي لدوافعها. كانت قد تعرضت للرفض، ونتيجة لذلك شعرت بالألم، والإحراج، والغضب. لم يدرك في البداية مدى تأثير رفضه عليها، أو مدى تأثير الرفض عمومًا على الناس. علاوة على ذلك، لم يكن يفهم أنه كان لديه الحق في الدفاع عن نفسه. ناقشنا ما كان يمكنه فعله بشكل مختلف، أو ما يمكنه فعله في المستقبل لحماية نفسه. أدرك أنه تحمّل إهانة كبيرة في المدرسة دون أن يطلب المساعدة. كان بإمكانه إبلاغ الإدارة بما كان يحدث. كان بإمكانه مواجهة الفتاة التي أساءت إليه مباشرة وعلى نحو علني في وقت مبكر من الإساءة، وإبلاغ زملائه أن سبب تعرضه للمضايقات هو رفضه مواعدها، لذا اخترعت الأكاذيب للانتقام. وفي الحالات القصوى من الإساءة، كان بإمكانه مقاضاتها بتهمة التحرش، والملاحقة، والتشهير. وعلى الرغم من أن نجاح أي من هذه الاستراتيجيات لم يكن مضموناً، فإنها كانت تستحق المحاولة، وكانت بالتأكيد مبررة وضرورية في ظل تلك الظروف.

بينما كان يعمل على استعادة ذكريات الشهر الأخير في المدرسة المهنية، تراجعت أعراضه الذهانية بشكل ملحوظ. ففي كل جلسة كان يحضرها، كان يظهر وضوحاً أكبر في تفكيره. وبعد ذلك، توقف عن إظهار

سلوكياته الغريبة، والتحق بفصول صيفية وأكمل ما تبقى من دراسته. كان ذلك تعافياً شبه إعجازي.

تحويل المحتمل إلى واقع

ليس من النادر أن يقلق الناس بشأن ما يُخبئه المستقبل، وفي بعض الأحيان، يكون قلقهم لا يُحتمل. هذا القلق هو نتاج التفكير في المسارات المتعددة التي يمكن أن يسلكها المرء وعواقبها المستقبلية. تتوالى المخاوف التي تتطلب التفكير فيها بشكل تلقائي أحياناً: قضايا مزعجة في العمل، مشكلات مع الأصدقاء والأحباء، قضايا عملية تتعلق بالبقاء الاقتصادي والمادي. يتطلب كل قلق اتخاذ قرارات متعددة: ما المشكلات التي يجب حلها؟ بأي ترتيب يجب أن يتم التصرف؟ ما الاستراتيجية التي يجب اتباعها؟ كل هذا يتطلب الاختيار بإرادة حرة. يبدو اتخاذ القرار أمراً طوعياً يحدث بملء إرادتنا؛ إنه لمن السهل أن يستسلم الإنسان لشلل الإرادة (على الرغم من أنه أمر غير مرضٍ نفسياً بدرجة كبيرة).

ومع ذلك، فإن اتخاذ القرار بحرية وإرادة طوعية أمر صعب ويتطلب جهداً. إنه لا يشبه إطلاقاً العمليات التلقائية التي تنطوي عليها الأفعال الانعكاسية والروتينية التي تتم بشكل تلقائي وتدفعنا بلا تفكير نحو الأمام. لا يبدو لنا أننا مدفوعون بالماضي بطريقة حتمية وأساسية، مثل الساعة الميكانيكية التي يحرك فيها الزنبرك التروس التي تدير العقارب وتحدد الوقت. وبدلاً من ذلك، عندما نتخذ قراراتنا، فإننا نواجه المستقبل بصورة نشطة وفعالة. يبدو أنه من المقدّر لنا أن نختار المسارات التي نسلكها من بين المسارات المحتملة ونسهم في تحديد ما سيظهر في الحاضر؛ ومن ثمّ يتحول إلى الماضي.

نحن فعلياً نصنع العالم كما هو من بين العديد من الاحتمالات التي ندرك أنها قد تكون ممكنة. إن فعل ذلك ربما هو الحقيقة الأساسية لوجودنا، وربما للوجود نفسه. نحن نواجه مجموعة من الاحتمالات -من

بين مجموعة واسعة من احتمالات المستقبل، كل منها يكاد يكون ملموسًا - وباختيار مسار واحد بدلًا من آخر، نقلص تلك الاحتمالات إلى الواقع الفعلي الوحيد. من خلال هذا الفعل، نحوّل الممكن إلى واقع. هذه هي أعمق الأسرار. فما ذلك الاحتمال الذي يواجهنا؟ وما الذي يشكل قدرتنا الغريبة على تحويل الأفكار والخيال المجرّد إلى شيء واقعي وملموس؟ ثمة شيء آخر ربما يكون على نفس القدر من الأهمية، على الرغم من أن ذلك قد يبدو مستحيلًا بالنظر إلى غرابة الدور الذي نلعبه في تشكيل الواقع. ليس فقط أن خياراتنا تلعب دورًا حاسمًا في تحويل تعددية المستقبل إلى حاضر فعلي، بل إن أخلاقيات خياراتنا - بشكل أكثر تحديدًا - تلعب ذلك الدور. الأفعال المبنية على الرغبة في تحمل المسؤولية لتحسين الأمور، ولتجنب الإغراء ومواجهة ما نود تجنبه، والتصرف طواعية وبشجاعة وصدق، تجعل ما يصبح موجودًا وواقعيًا أفضل بكثير لنا وللآخرين، مقارنة بما ينشأ نتيجة للتجنّب، والاستياء، والبحث عن الانتقام، أو الرغبة في الفوضى. هذا يعني أنه إذا تصرفنا بأخلاقية فإن الواقع الملموس الذي ينبثق من الإمكانيات التي نواجهها سيكون جيدًا بدلًا من أن يكون مروّعًا؛ أو على الأقل جيدًا بقدر ما يمكننا أن نجعله جيدًا.

يبدو وكأن الجميع يعرفون هذا. نحن جميعًا معذبون بضمايرنا بسبب ما نعرف أنه كان ينبغي علينا فعله ولكننا لم نفعله. ونحن معذبون بالقدر نفسه بسبب ما فعلناه ونعلم أنه كان يجب ألا نفعله. أليست هذه تجربة عالمية شاملة؟ هل يمكن لأي شخص الهروب من وخزات الضمير في الساعة الرابعة صباحًا بعد التصرف بشكل غير أخلاقي أو مدمر، أو عدم التصرف عندما كانت الحاجة إلى الفعل واضحة؟ ما مصدر هذا الضمير الذي لا يمكن الهروب منه؟ لو كنا مصدر قِيمنا وسادة أنفسنا، لكننا تمكنا من التصرف، أو الامتناع عن التصرف، كما نريد دون أن نعاني من مشاعر الندم، والحزن، والخجل. لكنني لم ألتق بشخص يستطيع القيام بذلك.

حتى أشد الأشخاص سيكوباتية كانوا على الأقل يسعون لإخفاء سوء تصرفاتهم خلف طبقة من الأكاذيب (يزداد سُمكها بزيادة فداحة الخطأ). يبدو أن حتى أكثر الأشخاص شرًا يحتاج إلى تبرير أفعاله الشريرة.

إذا فشلنا في التمسك بمعيار المسؤولية هذا، فإن الآخرين يعتبرونا فاقدين للأخلاق والنزاهة. ولا يتوقف الأمر عند هذا الحد. فتمامًا كما نُحمّل الأشخاص (بما في ذلك أنفسنا) المسؤولية عن الأخطاء التي ارتكبوها، أو الخير الذي لم يفعلوه، نعتقد أيضًا (أو نتصرف بناءً على هذا الافتراض) أن الشخص الذي اتخذ قرارًا جيدًا بحُرِّية يستحق أي فائدة قد تنجم عن هذا القرار. لهذا السبب نؤمن بأن كل شخص يجب أن يحصل بحق على ثمار عمله المخلص والحر. يبدو أن ثمة شيئًا طبيعيًا وحتميًا في مثل هذه الأحكام؛ شيئًا يعمل بداخلها يكون شاملًا ولا مفر منه، نفسيًا واجتماعيًا. كل هذا يعني أن الجميع -أطفالًا أو بالغين، أنفسنا أو الآخرين- سيتمردون ضد أن يُعاملوا بوصفهم تروسًا في آلة، غير قادرين على اتخاذ القرار ومحرومين من الحرية، ومن المستحيل عمليًا (بالمثل) بناء علاقة إيجابية مع أي شخص آخر (أو حتى مع ذواتنا الخاصة) دون هذا الإقرار بالوكالة الشخصية، والإرادة الحرة، والمسؤولية.

الكلمة بوصفها منقذًا

الفكرتان المترابطتان القائلتان بأننا جميعًا، بوصفنا أفرادًا ذوي سيادة، نشارك طوعًا في فعل الخلق نفسه، وأنها نحدد جودة ذلك الخلق من خلال أخلاقيات اختياراتنا، تظهران بوضوح بطرق متعددة في علاقاتنا الخاصة والعامة. هاتان الفكرتان مجسدتان وممثلتان كذلك في السرديات -السرديات الأساسية- التي تقبع في أساس ثقافتنا. وهذه القصص -أيًا كان معناها الميتافيزيقي النهائي- هي نتيجة مراقبتنا لسلوكنا على مر العصور في التاريخ البشري واستخلاص الأنماط الأساسية لأفعالنا من تلك المراقبة، على الأقل بشكل جزئي. فنحن رسامو خرائط وجغرافيون،

يهتمون بتخطيط الأرض. ولكننا أيضًا، بشكل أدق وأوضح، موثقو المسارات، بحارة ومستكشفون. إننا نتذكر الأماكن التي بدأنا منها، والمواقع التي شغلناها عندما بدأت قصصنا. نتذكر العثرات والنجاحات الماضية لكي نتجنب الأولى ونكرر الثانية. ولتحقيق ذلك، نحتاج إلى معرفة أين كنا، وأين نحن الآن، وفي أي اتجاه نمضي. نقوم بتبسيط ذلك إلى هيكله السببي: نحتاج إلى معرفة ما حدث ولماذا، ونحتاج إلى معرفته بأبسط طريقة ممكنة وأكثرها عملية.

لهذه الأسباب، نحن مفتونون جدًا بالأشخاص الذين يمكنهم سرد قصة؛ الذين يمكنهم مشاركة تجاربهم بدقة ووضوح، والذين يصلون إلى النقطة الأساسية. تلك النقطة - مغزى القصة - هي ما تعلموه عن كانوا، ومن أصبحوا، وأين كانوا، أو أين هم الآن، وإلى أين يتجهون ولماذا. مثل هذه المعلومات لا تقاوم بالنسبة لنا جميعًا. إنها الطريقة (والسبب) التي نشق منها الحكمة من المخاطر التي اتخذها من سبقونا، والذين عاشوا ليحكوا القصة: «هكذا كانت الحياة في ذلك الوقت. هذا ما أردناه، والسبب وراء ذلك. هذا ما تصورناه، وكيف خططنا، ووضعنا الاستراتيجيات، ثم تصرفنا. في بعض الأحيان، كنا ننجح ونحقق غاياتنا. لكن في كثير من الأحيان، (وهذا هو الأمر الحاسم في القصة العظيمة) بهذه الطريقة حدث ما لم نتوقعه، وبهذه الطريقة خرجنا عن الطريق. هنا المآسي التي واجهناها والأخطاء التي ارتكبتها؛ وهكذا أعدنا بناء العالم (بنجاح هنا أو فشل هناك)». نحن نقدر مثل هذه القصص كثيرًا إذا كانت قد وصلت إلى قمة الشمولية، فتمثل معارك بطولية مع المجهول، أو انهيار نظام طاغ وما يتبع ذلك من فوضى متجددة والحاجة إلى (إعادة) بناء مجتمع خير⁽¹⁰⁾. هذا يمكن رؤيته في كل مكان يحكي فيه الناس ويستمعون بشغف إلى القصص: وهذا حرفيًا في كل مكان⁽¹¹⁾.

أكثر القصص الأساسية تجد جذورها - سواء للأفضل أو الأسوأ - في

النصوص الكتابية. هذا التجميع من الكتب القديمة وذات التأثير الكبير يبدأ بالله نفسه، خالق الكون، مصورًا إياه على أنه الكيان المنظم الذي يواجه الفوضى ويخلق النظام القابل للسكن نتيجة لذلك:

وَكَانَتْ الْأَرْضُ خَرِبَةً وَخَالِيَةً، وَكَانَتْ الظُّلْمَةُ عَلَى وَجْهِ الْعَمْرِ.
وَكَانَ رُوحُ اللَّهِ يَرِفُّ عَلَى وَجْهِ الْمِيَاهِ. (التكوين، 2:1).

هذا الخراب، والفراغ، والظلام، والمياه (تكتل مربك من الخصائص) هو نتيجة لترجمة عبارة عبرية قديمة «توهو ووبوهو» (תוהו ובוהו) المكونة من كلمتين: «توهو» و«بوهو». «التوهو» يفوق في تعقيده فكرة الفراغ أو عدم التكوين، أو غيره؛ فهو يعني أيضًا «ما تم تدميره»، «العبث» (الذي قد يكون شيئًا معرضًا للتدمير، بمعنى نفسي)، و«الصحراء» (التي لا يمكن السكن فيها وهي فارغة)⁽¹²⁾. ويرتبط أيضًا بكلمة عبرية أخرى هي «تهوم» (תהום)، التي تُعد مصدر عبارة «العمق». «تهوم» تعني «الهاوية»، وترتبط بمصطلح سومري أقدم وهو «تيامات»،⁽¹³⁾ وهي الإلهة الأم أو التينة العظيمة (وساكنة مياه الملح) التي تخلق العالم مع رفيقها «أبسو» في أسطورة الخلق البابلية «إنوما إيليش».

وفقًا لسردية سفر التكوين، هناك حالة بُدائية ترتبط رمزيًا بالهاوية، وبأعماق المحيط، وأيضًا بالصحراء، والتنانين، والأمومة، أو الهيمنة النسائية، والفراغ، واللامحدودية، والظلام⁽¹⁴⁾. هذا كله هو محاولة الشعر والاستعارة لإعطاء شكل مفاهيمي أولي ومرتب لما هو عديم الشكل. فالهاوية هي ما يثير الرعب، ما يوجد في نهاية العالم، ما ننظر إليه عندما نتأمل في فئتنا وهشاشتنا، وما يبتلع الأمل. والماء يمثل العمق ومصدر الحياة نفسها. أما الصحراء فهي مكان الهجر، والعزلة، والوحدة، وكذلك الفاصل الزمني بين الطغيان والأرض الموعودة. والتنين هو الصورة القديمة للمفترس-مزيج من قط شجري ينفث النار، وثعبان، وطائر-⁽¹⁵⁾

يكمن دائماً في الغابة، وراء حدود القبيلة والقرية المألوفة. وهو أيضاً «الليفياثان» المختبئ في المياه المالحة، في الأعماق -الوحش المرعب الذي أشار إليه يهوه في سفر أيوب 25:41-34 وفي أماكن عديدة أخرى في سرديات العهد القديم⁽¹⁶⁾.

إن لله صفة، أو ذات بديلة، أو قدرة، أو أداة تساعد أو يعتمد عليها عند مواجهة الاحتمالات والفراغ. هذه الصفة هي «الكلمة» من المنظور المسيحي، وهي القدرة على الكلام بشكل أوسع، بِغَضِّ النظر عن الإطار الديني، سواء كان يهودياً أو مسيحياً. ثمة إصرار مستمر في سفر التكوين على أهمية الكلام. فيبدأ فعل الخلق في كل يوم بعبار «وقال الله» (مع تأكيد إضافي على فعل التسمية: «ودعا الله»). تبدأ الأيام السبعة للخلق على هذا النحو:

مكتبة

t.me/soramnqraa

وَقَالَ اللَّهُ لِيَكُنْ نُورٌ فَكَانَ نُورٌ.

وَرَأَى اللَّهُ النُّورَ أَنَّهُ حَسَنٌ.

وَفَصَلَ اللَّهُ بَيْنَ النُّورِ وَالظُّلْمَةِ.

وَدَعَا اللَّهُ النُّورَ نَهَارًا وَالظُّلْمَةَ دَعَاها لَيْلًا. وَكَانَ مَسَاءٌ وَكَانَ

صَبَاحٌ يَوْمًا وَاحِدًا.

(التكوين 1:3-5)

تقريباً فور أن كشف الله عن نفسه للمرة الأولى، وعن أفعاله الخلاقة، وعن الخلق الأول (وبالالهي، فور أن تعرفنا عليه)، خلق الله البشر. وبرزت ثلاث سمات لهذا الخلق، بالإضافة إلى فورية حدوثه: الإصرار على أن للبشر سيادة* على بقية الخلق؛ والإصرار الصادم والمعاصر على نحو

(*) المسؤولية، والإشراف، والخدمة؛ ليس من القوة الجسدية (من تفسير الكتاب المقدس طبعة كامبريدج للمدارس والكلديات)؛ بل القوة في الحكم والسيطرة؛ ولكن أهم من ذلك، من السلطان نفسه الذي يمتلكه الله على الإنسان أو لأجل الإنسان.

غير مفهوم على أن الله خلق الرجل والمرأة بالتساوي على صورته (وتم ذكر ذلك مرتين: فَخَلَقَ اللَّهُ الْإِنْسَانَ عَلَى صُورَتِهِ، عَلَى صُورَةِ اللَّهِ خَلَقَهُ. ذَكَرًا وَأُنْثَى خَلَقَهُمْ - التكوين ١: ٢٧)؛ والإصرار غير المتوقع والعجيب أيضًا على أن خلق البشرية كان حسنًا، مثل بقية الخلق. فإذا كان الله، فوق كل شيء، فهذا يعني أن الرجال والنساء المخلوقين على صورته يشتركون معه في شيء ذي أهمية؛ أو، بشكل أدق، يشتركون معه في مصير، أو ضرورة، أو مسؤولية مماثلة.

الكلمة، وهي الأداة التي يستخدمها الله لتحويل الاحتمالات الممكنة إلى واقع، هي كلام حق. ويبدو أن هذا الحق يرتبط بالضرورة بالشجاعة لمواجهة الاحتمالات غير المحققة بكل ما تحمله من رهبة محتملة، حتى يتم استحضار الواقع نفسه. وربما لا بد أن يُدرج كل من الحق والشجاعة في النهاية تحت مبدأ أوسع وهو «الحب»، الحب للكينونة في حد ذاتها، رغم الهشاشة، والظلم، والخيانة؛ الحب الذي يهدف إلى تحقيق الأفضل في كل شيء. إن ذلك المزيج من الحق، والشجاعة، والحب، الذي يشكل المثالية، وتجسيده الفعلي في كل فرد هو ما يأخذ إمكانيات المستقبل ويستغلها بأفضل شكل ممكن. فمن ذا الذي ينكر هذا؟ لا أحد يعلمُ ابنه الحبيب أن ينهار بفزع وجبن أمام ما يواجهه. ولا أحد يعلمُ ابنته الحبيبة أن الخداع هو الطريق الصحيح الذي يُصلح العالم، وأن كل ما يجلب المنفعة لا بد من ممارسته، واحترامه، وتقليده. ولا أحد يخبر من يهتم لأمره أن الرد المناسب على الحياة هو الكراهية، والرغبة في التسبب في الألم، والمعاناة، والفوضى، والكارثة. ومن هنا، وفقًا لتحليل سلوكنا، يمكن استنتاج أننا نعرف الفارق بين طريق الخير وطريق الشر، وأنا نؤمن فوق كل شيء (رغم مقاومتنا وعنادنا، وعزة أنفسنا) بوجود كليهما. ولكن هناك المزيد: يعكس إصرار الله على صلاح الخلق حقيقة أن الحق، والشجاعة، والحب كانت موحدة في عمله الخلاق. وعليه، هناك دعوى أخلاقية عميقة مضمّنة في رواية الخلق في سفر التكوين: كل ما ينتج عن فعل

الخلق (سواء كان إلهي أو بشري) هو خير ما دام الدافع لخلقه هو الخير. ولا أعتقد أن ثمة حجة أكثر جرأة في كل الفلسفة أو اللاهوت من هذه: الإيمان بذلك، والعمل على تحقيقه، هو الإيمان الأساسي الجوهرى. ثمة حجة تُطرح لاحقاً في السرد الكتابي، في العهد الجديد. يقول المسيح الكلمات التالية لأتباعه. إنها تعليق على إمكانية إكمال حياتك، أو استعادة ما فقدته؛ أو حتى اكتشاف ما لم تكن تعرف أنه موجود:

وَأَقُولُ لَكُمْ: اسْأَلُوا تُعْطَوْا، اُطْلُبُوا تَجِدُوا، اقْرَعُوا يُفْتَحْ لَكُمْ.
لِأَنَّ كُلَّ مَنْ يَسْأَلُ يَأْخُذْ، وَمَنْ يَطْلُبُ يَجِدْ، وَمَنْ يَقْرَعُ يُفْتَحْ لَهُ.
فَمَنْ مِنْكُمْ وَهُوَ أَبٌ يَسْأَلُهُ ابْنُهُ خُبْرًا أَفِيْعْطِيهِ حَجَرًا؟ أَوْ سَمَكَةً
أَفِيْعْطِيهِ حَيَّةً بَدَلَ السَّمَكَةِ؟
أَوْ إِذَا سَأَلَ بِنِصَّةٍ أَفِيْعْطِيهِ عَقْرَبًا؟
فَإِنْ كُنْتُمْ وَأَنْتُمْ أَشْرَارٌ تَعْرِفُونَ أَنْ تُعْطُوا أَوْلَادَكُمْ عَطَايَا جَيِّدَةً،
فَكَمْ بِالْحَرِيِّ الْآبُ الَّذِي مِنَ السَّمَاءِ يُعْطِي الرُّوحَ الْقُدُسَ
لِلَّذِينَ يَسْأَلُونَهُ (لوقا 11: 9-13)

هذه ليست عبارة عابرة؛ وليست ساذجة؛ وليست مسألة طلب هدية غير مستحقة. الله ليس مجيباً للأمانى العشوائية^(*). إنها مسألة تتعلق أولاً بالطلب الحقيقي؛ وهذا يعني الاستعداد للتخلي عن أي شيء وكل شيء لا يتوافق مع الرغبة. وإلا فلن يكون هناك طلب حقيقي. بل مجرد نزوة طفولية، وغالباً ما تكون نابعة من الاستياء: «آه، لو أنني أستطيع الحصول على ما أريد، دون القيام بما هو ضروري». هذا لن يكون كافياً. لذا، فإن الطلب، والسؤال، والقرع يعني القيام بكل ما هو مطلوب لجمع ما لم

(*) ربما لهذا السبب يصبر المسيح على القول: «مكتوب أيضاً: لا تُجَرِّبِ الرب إلهك». (في هذه الحالة، أفضل نسخة إنجيل متى 7: 4 من النسخة الدولية الحديثة على نفس الآية في نسخة الملك جيمس).

يُكتمل وإتمامه الآن. كما أن الطلب، والسؤال، والقرع يعني أيضًا تحديد ما يجب طلبه. ويجب أن يكون ذلك شيئًا يستحق أن يُمنح من الله. كيف يمكن أن يُمنح بأي طريقة أخرى؟

تخيل للحظة أنك قد أعطيت كل ما تحتاجه. هناك إمكانية كاملة داخلك، تنتظر الطلب المناسب لتحرر. وهناك كل ما هو خارج عنك، ينتظر أن يُعَلِّمك ويُرشدك. لكن كل هذا ضروري؛ الجيد، والسيئ، وغير المحتمل. أنت تعلم أنه عندما لا تسير الأمور على ما يرام، يجب عليك تحليل المشكلة وحلها، والاعتذار، والتوبة، والتغيير. المشكلة التي لا تُحل نادرًا ما تبقى في حالة من الجمود؛ بل تنمو لها رؤوس جديدة، مثل «هيدرا». كذبة واحدة -أو فعل واحد من التجاهل- يولّد الحاجة إلى المزيد. خداع الذات يُنتج بدوره متطلبات لدعم هذا الاعتقاد الخاطئ بخدع جديدة. علاقة مدمرة واحدة، إذا لم تُعالج، تضر بسمعتك، وتضعف ثقتك بنفسك بالقدر نفسه، وتقلل من احتمال تكوين علاقة جديدة وأفضل. وبالتالي، فإن رفضك أو حتى عدم قدرتك على التصالح مع أخطاء الماضي يزيد من تلك الأخطاء؛ ويوسع المجهول من حولك، ويحوّل هذا المجهول إلى شيء يزداد تهديدًا. وفي أثناء حدوث ذلك، تزداد ضعفًا. أنت أقل مما يمكنك أن تكون عليه لأنك لم تتغير. لم تصبح الشخص الذي كان بإمكانك أن تصبحه نتيجة لهذا التغيير؛ وأسوأ من ذلك: لقد علّمت نفسك -من خلال مثالك الشخصي- أن الابتعاد عن المواجهة أمر مقبول، وبالتالي، أنت أكثر عرضة لارتكاب الخطأ نفسه في المستقبل. وما فشلت في مواجهته الآن أصبح أكبر. هذه ليست العملية السببية التي تريد أن تجد نفسك مُحاصرًا داخلها. لذا، يجب أن تعترف -على الأقل لنفسك- ويجب أن تتوب داخليًا، ويجب أن تتغير، لأنك كنت مُخطئًا. ويجب أن تطلب، وتطرق، وتسأل بتواضع. وهذا هو الحاجز الكبير أمام التنوير الذي نحن جميعًا قادرون عليه من حيث المبدأ. هذا ليس ادّعاءً بأن الشجاعة اللازمة لمواجهة أهوال الحياة بالكامل سهلة التحقق؛ لكن البديل أسوأ.

إن قدرنا هو تحويل الفوضى إلى نظام. إذا لم يُنظم الماضي، فإن الفوضى التي لا تزال تشكله تطاردنا. هناك معلومات حيوية تكمن في الذكريات التي تؤثر علينا بشكل سلبي. وكأن جزءًا من الشخصية لا يزال كامنًا، لا ندرك وجوده، ولا يظهر إلا في الاضطرابات العاطفية. تشير الأمور الصادمة التي تستعصي على التفسير إلى أن الخريطة التي نستخدمها لتوجيه حياتنا ناقصة بشدة. من الضروري فهم السلبي بما يكفي لتجنب تكراره بينما نتقدم في المستقبل، إذا كنا لا نريد أن نبقي معذبين بالماضي. وليس التعبير عن المشاعر المرتبطة بالأحداث غير السارة هو الذي يحمل القوة العلاجية. بل معرفة الأسباب الجذرية: لماذا كنت في خطر؟ ما الذي جعل العالم خطيرًا؟ ما الذي كنت أفعله أو لم أفعله وأسهم في ضعفه؟ كيف يمكنني تغيير هرم القيم الذي أعيش فيه لأخذ الجانب السلبي في الاعتبار حتى أتمكن من رؤيته وفهمه؟ ما المقدار الذي يجب أن أتخلى عنه من الخريطة القديمة - على الرغم من كل الألم الذي يصاحبه ذلك - قبل أن أتمكن من التغير بما يكفي لاستيعاب كامل تجربتي؟ هل لديّ الإيمان لأتجاوز ما يجب أن يموت وأسمح لشخصيتي الجديدة والأكثر حكمة بالظهور؟ إن افتراضاتنا تشكل هويتنا بدرجة كبيرة. إنها هي التي تشكل لنا العالم. عندما تهتز المبادئ الأساسية للإيمان («الناس في الأساس صالحون»)، تهتز الأسس وتنهار الجدران. لدينا كل الأسباب لتجنب مواجهة الحقيقة المرة. لكن توضيح ما هو قائم، وما كان، بشكل كامل يمكن أن يحمينا. إذا كنت تعاني من ذكريات لا تتوقف عن تعذيبك، فهناك إمكانية - إمكانية قد تكون خلاصك - تنتظر أن تُكتشف.

إذا كانت الذكريات القديمة لا تزال ترعجك، فدونها بعناية، وبكل تفاصيلها.



القاعدة العاشرة

خطط واعمل بكد

للمحافظة على الرومانسية في علاقتك

موعد غرامي لا يُحتمل

أنا لستُ معالجًا للأزواج. ولكن في بعض الأحيان، يستلزم علاج زبون إشراك شريك حياته في جلسة أو أكثر. ولا أفعل ذلك إلا إذا طُلب مني بشكل مباشر. كما أوضح دائمًا للزوجين أن عليهما الاستعانة بمختص في الاستشارات الزوجية إذا كانت الاستشارة الزوجية هدفهما الرئيسي. ومع ذلك، إذا كانت إحدى المشكلات الأساسية التي يسعى الزبون إلى علاجها هي عدم الرضا في زواجه، فعادةً ما يكون من غير المُجدي التحدث مع أحد الزوجين فقط. وأخيرًا، في أغلب الحالات لا يثق الشريك الآخر بمعالج شريكه -أي بي أنا- وهو أمر غير مستغرب، واجتماع ثلاثتنا من شأنه أن يساعد كثيرًا في تصحيح الصورة.

قبل أن ألتقي بالزوجين، أكون قد ناقشت بعض القواعد الأساسية لتحسين العلاقة مع زبوني. لنفترض أنه قرر تخصيص بعض الوقت للرومانسية: أربع ساعات أو نحوها في الأسبوع (أتحدث هنا عن البالغين الذين لديهم مسؤوليات كثيرة). قد تكون تلك مدة معقولة يمكن تدبرها، أو حتى زيادتها. ولكن لا يوجد الكثير من الوقت خلال سبعة أيام، لذلك يجب استغلال ذلك الوقت بشكل صحيح وبعناية. وعند تطبيق ذلك للمرة الأولى -أي التفاوض على تلك المدة وتنفيذ المتفق عليه- فسيطبق بشكل

سيئ وغير حصيف، إذ سيكون مصحوبًا بكل التراكمات من ألم واستياء ورغبة في الانتقام. وفي تلك الحالة سيؤجج ذلك تلك المشاعر السلبية، مما قد يضر بالعلاقة، ضررًا لا يمكن إصلاحه أحيانًا.

ربما يكون زبوني وشريكته قد فترت علاقتهما على مدى سنوات عديدة حين نبدأ في مناقشة وضعهما. ولا يكونان سعيدين بالقدوم، وقد يكرهانني؛ ربما أكثر حتى مما يكرهان بعضهما. يجلسان أمامي، متباعدين، وقد عقد كل منهما ساعديه أمام صدره وارتم على وجهه نظرة ضجر (لا أتمنى أن أرى تلك النظرة، فهي مؤشر سيئ)⁽¹⁾. لا يريد أي منهما تقديم أي تنازل. أسألهما متى آخر مرة قاما بشيء رومانسي معًا؛ متى كانت آخر مرة خرجا فيها في موعد غرامي. إذا لم تكن الأمور بينهما قد ساءت للغاية، فإنهما يضحكان بأسى أو بتهكم. رغم ذلك، أقترح عليهما محاولة الخروج معًا؛ أو أن يجعلا الخروج في موعد غرامي عادة مستمرة. يجدان الاقتراح الأول سيئًا للغاية؛ والثاني لا يُحتمل. يلمّحان قائلين: «لن نخرج في أي مواعيد لعينة. كنا نفعل ذلك قبل الزواج، عندما كان ذلك مناسبًا. ولو فعلنا ذلك الآن، فستكون النتيجة أن نتشاجر».

وأبدي رأيي في هذا الرد الغاضب، والمرير، والسطحي، فأقول: «إذن أنتما تقولان إنكما لن تخرجا معًا في أي مواعيد غرامية طوال ما تبقى من حياتكما الزوجية. (وداعًا للرومانسية والحميمية). أي ستتخليان عن محاولة القيام بذلك تمامًا. بدلًا من ذلك لماذا لا تجازفان وتحاولان استثمار ذلك الوقت؟ اخرجا معًا إلى مكان لطيف. وليتجرا كل منكما على وضع ذراعه حول شريكه، أو يده على ركبته. أعلم أنكما غاضبان من بعضكما، وربما لسبب وجيه. وقد قابلت كلاكما، وأنا أفهم لماذا يشعر كل منكما بذلك. لكن جربا ذلك فقط. جربا أن تفعلاه وأنتما غير راغبين. وليس من الضروري توقع أن تُحسننا القيام به، ولا أن تتخليا عن استيائكما، أو أن تستمتعا. فقط جربا أن تتحملا القيام به».

لا يخفيان غضبهما من فكرتي. ولكنهما يقبلان تنفيذها كارهين. وفي

جلستهم التالية يخبراني: «حدث ما توقعناه تمامًا وقلناه لك: قضينا وقتًا مريعًا للغاية. تشاجرنا قبل الخروج، وأثناء الخروج، وتشاجرنا مجددًا عندما عدنا إلى المنزل. قطعًا لن نجازف بالخروج في موعد غرامي مرة أخرى». وغالبًا ما يظهران شيئًا من الفخر لتوصلهما إلى هذه النتيجة، إذ كانا قد قررا سلفًا أن الفكرة برمتها لا طائل منها. لذلك أسألهما: «إذن تلك هي خطتكما؟ أن تظلا زوجين لمدة ستين عامًا. بذلتما جهدًا بسيطًا مكرهين للخروج في موعد واحد. ولأن العلاقة بينكما سيئة بالفعل، كان احتمال استمتاعكما بالموعد ضئيلًا جدًا. وإلى جانب ذلك كنتما مستاءين مني بسبب اقتراحي الطفولي، لذا حرصتما على جعل التجربة مريرة، وقد كانت كذلك. والآن قررتما أن الطريقة التي ستعاملان بها خلال العقود التي تعاهدتما على قضائها معًا: الكره والبغضاء بدلًا من الاحترام المتبادل؟».

«دعانا نحاول التفكير في الأمر بهذه الطريقة بدلًا من ذلك: كلاكما خسرتما مهارات المواعدة. لذلك، محاولة واحدة لن تكون كافية. ربما تحتاجان إلى خمسة عشر موعدًا - أو ربما أربعين - لأنكما فقدتما المهارة، وتحتاجان إلى التدريب، ولكي تكتسبا المهارة يجب أن تحسنا الظن ببعضكما. ربما لم يكن أي منكما رومانسيًا من الأساس؛ أو لو كنتما كذلك في الماضي، فقد ولّت تلك الأيام منذ زمن. هذه مهارة يجب عليكما تعلمها، وليست هبة مجانية من كيوييد».

لنفترض أنكما زوجين في وضع طبيعي - أو في علاقة تعادل الزواج. ولنفترض أيضًا أنكما تحظيان بلقاء رومانسي مرتين في الأسبوع. ربما تكون هذو اللقاءات أقل أو أكثر؛ لكننا سنجري الحسابات بناءً على مرتين أسبوعيًا. هذا يعني حوالي مئة مرة في السنة. لتخيل أنكما ستظلان متزوجين لمدة ثلاثين عامًا أخرى. ثلاثون في مئة مرة يساوي ثلاثة آلاف مرة. ألا يوجد ولو احتمال بسيط أن تكّرسا جزءًا من كل هذا الوقت لتعزيز مهارتكما في الإغراء، والتواصل، وفن العشق؟ ما المشكلة إذن إن حظيتما

بخمسة عشر موعدًا فاشلاً قبل أن تتمكننا من الخروج في موعد واحد يكاد يكون مقبولاً؟ تلك خمسة عشر مرة من أصل ثلاثة آلاف مرة محتمل أن تبقى لكما. هذا لا يعادل سوى نصف في المئة من الوقت الرومانسي الذي يمكنكما الاستمتاع به معاً. وربما يجعلكما ذلك تتجرآن وتبحثان احتمال إصلاح الأمور بينكما. إنَّ أمرًا معقدًا مثل الحفاظ على الزواج يتطلب التزامًا، وممارسة، وجهدًا؟

ربما يكون الموعد الأول بائسًا ومروّعًا. ولا يرغب كلاكما في تكراره أبدًا، ولكنكما ستفعلان ذلك، لأنكما تفضلان إنقاذ زواجهما بدلًا من الاستسلام دون المحاولة. وربما يكون الموعد التالي أفضل بنسبة خمسة بالمئة. وربما بعد بعض المحاولات المتكررة تتذكران، ولو للحظة، لماذا أحببتما بعضكما ذات يوم. ربما يتمكن أي منكما من أن يفعل شيئًا أكثر تشويقًا من وضع ذراعه حول شريكه، وربما يحصل على استجابة ما من شريكه تخبره بأنه لا يزال يحتفظ له بمكان في قلبه المُهمل الذابل. وإذا كنتما ملتزمين بالسير في الطريق الطويل، كما تعاهدتما عند الزواج، فربما ستكرسان الوقت اللازم لإصلاح الأمور.

ربما يكون لدى الزوجين ما يكفي من العقلانية ليجريا تلك الحسابات بنفسهما ويفكرا في كل ذلك الوقت الذي سيهدر، بالإضافة إلى المراجعة والاستياء والجمود في الحياة من دون الرومانسية، فيتفقان على الخروج في موعد آخر، أو موعدين، أو ثلاثة، أو عشرة، وفي الجلسة العاشرة، يأتيان إليّ، مبتسمين، ويخبرانني أنهما قضيا وقتًا جيدًا. حينئذ نجري نقاشًا أكثر جدية عما يتطلبه الحفاظ على الحب والاحترام، وإحياء الرغبة والاستجابة. كيف يمكن لكل منكما أن يستمر في محاولة استكشاف الجوانب الدفينة الغامضة في نفس شريكه على المدى الطويل؟ هل يمكنكما استدعاء الإرادة والخيال الرومانسي وروح المرح اللازمين لذلك، في كل لقاء حميمي يجمعكما من الثلاثة آلاف لقاء القادمين؟ سيحتاج ذلك إلى جهد مدروس.

لأن كل شخص هو في الحقيقة لغز لا يمكن فهمه تمامًا، بالاهتمام، يمكن أن يواصل كل منكما إعادة اكتشاف ما يكفي من الجوانب الغامضة المتبقية لدى شريكه للحفاظ على الانجذاب الذي جمعكما في البداية. وبالاهتمام، يمكنكما تجنب أن يضع كل منكما الآخر في إطار محدد، ويعاقبه إذا ما حاول الخروج عنه، وتجنب الكراهية والملل المضميرين الناتجين عن ذلك. إذا كنتما محظوظين، قد تعيدان إحياء تلك الصورة التي كونتماها عندما انجذبتما لبعضكما لأول مرة، لما كانت حياتكما لتكون عليه لو كان كل منكما شخصًا أفضل. هذا ما يحدث عندما يقع شخصان تحت تأثير الحب السحري. لفترة من الوقت، يصبح كل منهما شخصًا أفضل مما كان، ويلمس ذلك، ولكن فيما بعد يتلاشى ذلك السحر. كلاهما يعتبر تلك التجربة هدية. وكلاهما يفتح عينيه ويستطيع أن يرى ما لا يستطيع أحد آخر رؤيته. هذا الحب هو لمحة لما هو ممكن إذا ظلت العلاقة صادقة. إنه يُمنح في البداية كهبة من القدر، ولكن الحفاظ على تلك الهبة وصيانتها يتطلب جهدًا كبيرًا. وبمجرد فهم ذلك، يصبح الهدف واضحًا.

الركيزة الأساسية

إن الجانب الجنسي من العلاقة يمكن أن يخبرنا بالكثير عن العلاقة ككل، ولكن ليس دائمًا. لقد عرفت أزواجًا يتشاجرون بكثرة، ومع ذلك يتمتعون بحياة جنسية ناجحة (على الأقل على المدى القصير)، وأزواجًا آخرين منسجمين تمامًا في طباعهما، لكن أحدهما لا يجد الشرارة التي تجذبه للآخر. الناس معقدون للغاية وكذلك العلاقات التي تنشأ بينهم، ولا يمكن اختزالها في جانب واحد فقط، ولكن من المقبول أيضًا أن نشير إلى أن الزواج الناجح عادة ما يوجد فيه بين الطرفين رغبة وإشباع متبادلين. وللأسف، ليست الرغبة شيئًا يمكن التحكم فيه بمعزل عن باقي جوانب العلاقة؛ فقرار مثل «لنحاول إصلاح حياتنا الجنسية» هو قرار ضيق النطاق إلى حد يجعله لا يحقق الغرض منه.

لا بد من وجود استراتيجية أوسع تشمل العلاقة بأكملها للحفاظ على الرومانسية مع شريكك بمرور الزمن. وبِغَضِّ النظر عن ماهية هذه الاستراتيجية، فإن نجاحها سيعتمد على قدرتك على التفاوض. ولكي تتفاوض بنجاح، يجب عليك أنت والطرف الذي تتفاوض معه أولاً معرفة ما يحتاجه كل منكما (ويريده) من الآخر، وثانيًا، يجب أن تكونا على استعداد لمناقشة ذلك بصراحة. هناك العديد من العقبات الجدية التي تقف في طريق معرفة ما تحتاجه وما تريده، وكذلك مناقشته. فإذا سمحت لنفسك بمعرفة ما تريده، فستعرف أيضًا بالضبط متى تكون محروماً منه. هذا سيفيدك، بالطبع، لأنك ستعرف أيضًا متى ستكون قد حصلت عليه. لكن قد لا تحصل عليه، وربما يخيفك احتمال عدم الحصول على ما تحتاجه (وتريده) لدرجة أنك تبقي رغباتك غامضة وغير محددة. وفرص الحصول على ما تريده إذا لم تحدده وتستهدفه تكاد تكون معدومة.

ربما تكون شخصًا لا يجيد إصابة الهدف. وإذا كان لديك شريك، فقد تتفاهم المشكلة. فمن غير المحتمل أن يكون الشخص الذي اخترته أدرى منك بشخصيتك، إلا في بعض الحالات النادرة، وبالطبع لن يكون أدرى منك بأعمق رغباتك. وعدم تحديد رغباتك يعني أن شريكك المسكين سيُضطر إلى تخمين ما قد يسعدك أو يضايقك، بل إنك قد تعاقبه بطريقة ما إذا أخطأ التخمين. ونظرًا لكثرة احتمالات ما قد ترغب أو لا ترغب به، فمن شبه المؤكد أن شريكك سيخطئ في تخمينه. وهذا قد يدفعك للومه، على الأقل بشكل ضمني أو غير صريح أو غير واع، لأنه لا يهتم بما يكفي لأن يدرك ما أنت غير مستعد حتى لإدراكه بنفسك. سيكون تفكيرك أو شعورك غير الواعي تجاهه هو: «لو كنت تحبني حقًا، لما اضطررت لإخبارك بما يجعلني سعيدًا». وهذه ليست طريقة عملية لإنجاح أي زواج. تلك مشكلة خطيرة في حد ذاتها، لكن هناك مشكلة خفية أخرى لا تقل عنها خطورة. إذا تمكنت من تحديد ما تريده، واعترفت بذلك لنفسك بشكل يمكن التعبير عنه، وأخبرت شخصًا آخر برغباتك، تكون بذلك قد

منحته مصدرًا خطيرًا للقوة. ذلك الشخص الذي أسررت له برغباتك صار الآن في موضع يمكنه من تلبيتها، ولكنه يمكنه أيضًا من حرمانك منها، أو إشعارك بالخزي منها، أو أذيتك بطريقة أخرى، لأنك انكشفت أمامه. الساذجون يتوهمون أن الجميع طيبون، وأنه لا أحد -خاصة من نجهم- سيكون لديه الدافع لأن يسبب لنا الألم والمعاناة، سواء كان ذلك بهدف الانتقام، أو بغير قصد، أو لمجرد الاستمتاع بذلك. لكن الأشخاص الذين بلغوا مستوى من النضج يكفي لأن يتجاوزوا سذاجتهم تعلموا أنهم قد يتعرضون للأذى والخيانة، سواء من أنفسهم أو من الآخرين. فلماذا إذن نزيد احتمالات الأذى بالانكشاف أمام شخص آخر؟ إن محاولة حماية النفس من التعرض لمثل هذه الخيانة هو ما يجعل السذاجة غالبًا ما تتحول إلى ريبة، ولا بد من أن نقر بأن الريبة أفضل من السذاجة. ولكن نحمد الله على أن هذا التحول ليس هو منتهى الحكمة. إذ إن الثقة مرتبة أعلى من الريبة، والثقة الحقيقية ليست سذاجة. الثقة بين الأشخاص غير الساذجين هي شكل من أشكال الشجاعة، لأنهم واعين بأن احتمال الخيانة يظل قائم دائمًا. ينطبق هذا بقوة داخل إطار العلاقة الحميمة. الثقة تعني أن تستدعي أفضل ما في شريكك، وذلك من خلال منحه الثقة المطلقة. وتلك مخاطرة، لكن البديل هو استحالة وجود علاقة حميمة حقيقية، واستحالة إقامة حوار بين عقليْن يسعىان معًا لحل المشكلات الصعبة في الحياة، بدلًا من مواجهتها وحيدًا.

تطلب الرومانسية الثقة وكلما زادت الثقة، زادت الرومانسية. ولكن الثقة لها متطلبات أخرى بخلاف الشجاعة المطلوبة من الأفراد الذين يملكون من الحكمة ما يجعلهم لا يثقون بالناس، ولكنهم يملكون من الشجاعة ما يكفي ليخاطروا بوضع ثقتهم في شريك حياتهم. أول هذه المتطلبات هو الصدق. فلا يمكنك الحفاظ على ثقتك في نفسك إذا كنت تكذب. ولا يمكنك الحفاظ على ثقتك في نفسك أيضًا إذا أتيت بتصرف يضطرك إلى الكذب إذا اكتُشف. وبالمثل، لا يمكنك الحفاظ على ثقتك

في شريكك إذا كذب أو خانك بالفعل أو بالصمت. لذلك، فإن العهد الذي يجعل الرومانسية تستمر في الزواج هو أولاً وقبل كل شيء قرارك بعدم الكذب على شريكك.

هذا القرار له أيضًا فوائد عملية هائلة إذا التزمت به. إذ سيأتي وقت في حياتك تفعل شيئًا لا ينبغي لك فعله أو تفشل في القيام بشيء كان ينبغي عليك القيام به. وقد تحتاج إلى النصيحة، أو الدعم. قد تحتاج لما يمكن لشريكك أن يقدمه لك إذا تجرأت فقط وسمحت له أن يساعدك. وفي وقت ما سيجد نفسه في نفس الموقف تمامًا. والحياة صعبة جدًا لأن يواجهها المرء وحده. إذا التزمت بالصدق مع شريكك وحاولت أن تتصرف على نحو يجعلك لا تخشى أن تكون صادقًا بشأن تصرفاتك، فعندها سيكون لديك شخص يمكنك الاعتماد عليه عندما تشتد العواصف وتواجه سفينتك خطر الغرق. وقد يكون هذا مسألة حياة أو موت. لكي تبقى الرومانسية حية في العلاقة، لا بد أن تسود الثقة.

شمعة المسيح

لديّ صديق كندي من أصل إسكندنافي. تزوج من امرأة كندية من أصل إسكندنافي أيضًا. وقررا الزواج في السويد احتفاءً بأصولهما المشتركة. كان كلاهما مسيحيًا اسمًا على الأقل، لذلك تمت مراسم الزواج بطريقة تعكس ذلك. خلال تبادل نذور الزواج، أمسك العريس والعروس شمعة مضاءة بينهما. قضيت وقتًا طويلًا أتأمل في معنى ذلك الطقس.

هناك تصوّر قديم في سفر التكوين (21-22: 2) بأن حواء خُلِقَتْ من ضلع آدم. امرأة من رجل: وهذا لغز محير نوعًا ما، فهو يخالف الترتيب البيولوجي الطبيعي، إذ يخرج الذكور من الإناث عند الولادة. كما أدى هذا إلى ظهور سلسلة من التكهّنات الأسطورية، التي تحاول تفسير غرابة هذا الفعل الخُلقي، استنادًا إلى افتراض أن آدم، الإنسان الأول الذي خلقه الله، كان خثنى -نصفه ذكر ونصفه أنثى- ثم انفصل النصفان لاحقًا إلى

الجنسين. هذا لا يشير فقط إلى انقسام وحدة خلقها الإله، بل يشير أيضًا إلى عدم اكتمال الرجل والمرأة حتى يجتمع كل منهما بالآخر⁽²⁾. حقيقة أن كليهما يمسك بالشمعة تشير إلى الربط بين مؤديا الطقس واتحادهما. أما حقيقة أنهما يرفعانها وهي مضاءة فتلمح إلى أن هناك شيئًا أعلى - شيئًا أسمى - يمثل هذا الاتحاد أو يحققه. النور، النور في السماوات، والنور في الظلام، والتنوير، والاستنارة. قبل اختراع الأضواء الكهربائية الحديثة، كانت الشموع تُستخدم لهذا الغرض. تمثل الأشجار الدائمة الخضرة، التي تُعد الاختيار التقليدي لأشجار عيد الميلاد، الحياة الأبدية، لأنها لا «تموت» سنويًا كما تفعل نظيراتها النفضية. وبالتالي، فإن هذه الأشجار ترمز إلى شجرة الحياة، التي تمثل أساس الكون⁽³⁾. لذلك، نضيء شجرة الحياة يوم 21 ديسمبر أو في يوم آخر قريب منه، وذلك أكثر الأوقات ظلمة في السنة، على الأقل في نصف الكرة الشمالي⁽⁴⁾. لهذا السبب يأتي عيد الميلاد في ذلك الوقت؛ يرتبط ظهور الضوء من جديد بولادة مخلص البشرية - مما يشير إلى الظهور الأبدي للنور في العتمة.

لطالما اعتُبر المسيح آدم ثانيًا (مُكملاً)، وكما كانت هناك تكهنات حول الطبيعة الخشوية لآدم الأول قبل أن يخلق الله الجنسين المستقلين، توجد أيضًا بعض التكهنات عن الكمال الروحي للمسيح باعتباره نتاجًا للتوازن المثالي بين العناصر الذكورية والأنثوية⁽⁵⁾⁽⁶⁾. إنه لأمر في غاية الصعوبة على الفردين اللذين يودان أن يربط كل منهما نفسه بالآخر بالرباط المقدس أن يبلغ بهما اليأس أن يكفا عن الاختباء والتجنب، ويعيشا صادقين، ويصلحا نفسيهما في ضوء علاقتهما. ولهذا السبب، يتعاهدان على البقاء معًا في

(*) الفكرة نفسها ظهرت باستمرار في عصر الأدب الكيميائي، والذي مال بشكل كبير إلى تمثيل الشخص المثالي (الذي يمتلك، بالمعنى الروحي أو النفسي، حجر الفلاسفة) كنتيجة للزواج الصوفي بين العناصر الأنثوية والذكورية في النفس. وقد ناقشنا هذا بشكل تفصيلي في القاعدة الثانية: «تخيل الشخص الذي يمكن أن تكونه، ثم وجه كل تركيزك لتكونه»، فيما يتعلق بشخصية الـ«رييس» Rebis.

النذور («فالذي جمعه الله لا يُفَرِّقُهُ إِنْسَانٌ» [متى 6:19]). فيقول الزوج: «أنا ملزم بك»، وترد الزوجة: «وأنا ملزمة بك»، وكلاهما يفكر، إذا كانا يملكان أي قدر من الحكمة، أنهما يجب أن يتغيرا ويغيرا بعضهما البعض ليتجنبنا أي معاناة غير ضرورية. إذًا، ما هو المبدأ الأسمى الذي يجب على كلا الزوجين الالتزام به؟ إنه ليس مجرد التنوير بالمعنى اللفظي المجرد، وليس مجرد الاعتقاد في الحقيقة والنطق بها. بل عليهما أن يجسدا تلك الحقيقة في أفعالهما. وهذا هو المفهوم القديم بأن «الكلمة يجب أن تتجسد».

من المحتمل أن يخوض الزوجان صراعًا يستمر مدى الحياة حول سؤال واحد قائم على مفهوم خاطئ: «مَن الخاضع لمن في الزواج؟» إذ قد يعتقد كل منهما، كما يعتقد الناس عادة، أن هذه العلاقة محصلتها صفر، أي فيها طرف فائز والآخر خاسر. ولكن العلاقات لا يجب أن يكون فيها فائز وخاسر، بل لا يجب حتى أن يتناوب الطرفان على المكسب والخسارة في محاولة للتساوي. بدلًا من ذلك، يمكن أن يقرر الزوجان أن كلاهما خاضعان لمبدأ أسمى، وهو المبدأ الذي يشكل اتحادهما في روح النور والحقيقة. هذا الكيان الغامض، الاتحاد المثالي لأفضل ما في شخصية كل منهما، يجب أن يُنظر إليه باستمرار على أنه الحاكم للزواج، وبالطبع اعتباره شيئًا قريبًا من الإلهي بقدر ما يمكن أن يصل إليه الأفراد الناقصون. هذا ما يمثله طقس الشمعة: لا أحد من الطرفين يحكم الآخر. بل يخضع كلاهما لمبدأ التنوير. في هذه الحالة، لا يجب أن يلتزم طرف بما يريده الطرف الآخر (أو العكس). إنما ينبغي أن يسعيا معًا إلى تحقيق مستقبل إيجابي قدر الإمكان، ويتفقا على أن الصدق هو أفضل طريق إلى الأمام. هذا التوجه والصدق سيؤديان إلى حوار تحويلي، لفظي وغير لفظي، إذا التزم الطرفان بالنتائج المترتبة على هذا الحوار. والخضوع الطوعي لهذا المبدأ الأسمى للتنوير يوحد الزوجين ويثبت الحياة في علاقتهما. تخيل أنك قد شاركت لتوك في مثل هذا الطقس. ماذا تعني مشاركتك؟

هل تؤمن بالأفكار التي مثلتها في هذا الطقس؟ هل تؤمن بأن الرجل والمرأة كانا في الأصل كيانًا واحدًا، ثم فُصلا، ويجب إعادة توحيدهما؟ قد تؤمن بذلك على نحو خيالي، وشعري، ومجازي، وليس عقلائيًا وميكانيكيًا فقط، وهذا يمكن أن يقودك إلى حقائق عميقة. هل ترغب في العثور على شريك روحك؟ إنه مفهوم رومانسي معروف، ولكن هناك أسبابًا عميقة لوجود مثل هذه القصص الرومانسية. ربما تصطحب شخصًا ما في موعد غرامي إلى فيلم رومانسي. ويشاهد كلاكما بطل الفيلم وبطلته يجدان شريكي روحيهما. إذا كنت محظوظًا، قد تفكر أثناء المشاهدة: «ربما يكون هذا الشخص الذي أجلس معه هو شريك روحي». وفي أفضل الظروف، يكون هذا هو ما يأمله الشخص الآخر أيضًا. ربما يكون هذا أبعد مما يمكن أن نأمل في الحياة الواقعية، ولكن الجزء الرومانسي فيك يتوق لذلك على أي حال.

نحن نتوق بطبيعتنا إلى الاكتمال الذي قد يمنحنا إياه شخص آخر. يراودك إحساس بأنك تفتقد شيئًا ما من دون الآخر، وأنت لن تنال ذلك الشيء الذي تفتقده إلا بالاتحاد الرومانسي المناسب. وهذا الشعور صحيح؛ أنت بالفعل تفتقد شيئًا. فلو لم تكن تفتقده، لما تطورت فكرة الجنس. يبدو أن مجمل مسارنا البيولوجي منذ أن تطور التكاثر عن مجرد انقسام الخلايا مدفوعًا بحقيقة أن اتحاد مخلوقين مختلفين لإنتاج نسخة جديدة منهما كان أفضل من مجرد استنساخ ذاتهما الحالية. لديك خصائصك الشخصية، ونقاط ضعفك، وانحيازاتك. بعض تلك السمات يكون كامنًا. وغالبًا ما تتداخل هذه السمات مع سماتك الفريدة: فنادرًا ما تكتسب ميزة دون عيب يقابلها، وهذا يجعلك شخصًا فريدًا، له صفات محددة تميزه. وإذا كنت وحدك، فإنك تصبح غير متوازن، وتميل إلى جانب واحد. وهذا في كثير من الأحيان هذا ليس بالأمر الأمثل.

هناك فائدة يغفل عنها الناس في مؤسسة الزواج التي أصبحنا ننظر إليها بريية، نتيجة لعدم نضجنا وسذاجتنا. الزواج هو عهد، وهناك سبب لهذا العهد. أنت تعاهد شريكك علنًا: «لن أتركك في المرض أو الصحة،

في الفقر أو الغنى، وأنت لن تتركني». في الواقع هذا تهديد، كأنك تقول: «لن يتخلص أحدنا من الآخر مهما حدث». أنتما مرتبطان معًا، مثل قطّين غاضبين سقطاً في برميل وأغلق عليهما غطاؤه. من حيث المبدأ، لا يوجد مخرج. إذا كان لديك أي قدر من المنطق (إلى جانب التفاؤل الناتج عن الحب الجديد) فستفكر أيضًا: «يا إلهي. هذا احتمال مرعب». ذلك الجزء فيك الذي يدّعي أنه يحب الحرية (ولكنه في الحقيقة يريد تجنب أي مسؤولية دائمة ومخيفة) يرغب في وجود باب خلفي يمكن الهروب منه عند الضرورة. قد يبدو هذا مواتيًا، إذ توجد فعلاً علاقات زوجية لا تُحتمل، لكن هذا الخيار يحمل مخاطر كبيرة. هل تريد حقاً أن تقضي بقية حياتك تتساءل -لأنك دائماً تملك خيار المغادرة- إذا كنت قد اتخذت القرار الصحيح؟ في الغالب، لن تريد ذلك. هناك سبعة مليارات شخص في العالم. لنقل إن مئة مليون منهم قد يكونون شركاء مناسبين لك. من المؤكد أنك لم يكن لديك الوقت الكافي لأن تختبرهم جميعاً، واحتمال أن تجد الشريك المثالي لك يكاد يكون منعدماً نظرياً. لكنك لا تجد الشريك المثالي، بل تصنعه. ولو كنت لا تعرف ذلك، فأنت في مشكلة حقيقية. علاوة على ذلك، إذا كان لديك مَنْقُسٌ للهروب، فلن يتولد القدر الكافي من الضغط داخل «حجيرة الضغط» التي تجد نفسك محبوساً فيها مع شريكك لتحفيز التغيير اللازم في كل منكما -النضج واكتساب الحكمة- لأن النضج واكتساب الحكمة يتطلبان قدرًا معينًا من المعاناة، والمعاناة يمكن تجنبها ما دام هناك مخرج.

لن تتفاهم بسهولة مع شريك حياتك لأنكما شخصان مختلفان. لهذا السبب لا يحدث التفاهم تلقائيًا. وليس فقط لأنك مختلف عن شريكك، بل لأنك مليء بالنقائص، وكذلك الطرف الآخر. وما يزيد الأمر تعقيداً هو أنه حتى الأشخاص ذوو النوايا الحسنة والأخلاق والشخصية الحميدة الذين يرتبطون معًا برباط الزواج سيواجهون الحياة اليومية المملة، والمآسي، والمصاعب المريرة معًا، لأن الحياة لا محالة يمكن أن تكون صعبة أحياناً

لدرجة لا تُحتمل. سيكون الأمر قاسياً، حتى وإن بذلتما وسعكما لإنجاح علاقتهما ونجحتهما في ذلك نجاحاً باهراً، فستواجهان أوقاتاً عصيبة، ولن تكون بالضرورة قصيرة. قد تكون الحياة أفضل إذا بقيتما معاً - وهذا هو ما آمله وأرجحه - ولكنكما ستواجهان أوقاتاً عصيبة وصعبة لا محالة. إذن، ما الذي سيدفعكما للتعامل مع اختلافاتكما طواعية والتوصل إلى اتفاق جادٌ وحقيقي؟ ستحتاجان إلى التفاوض بصدق وبشكل مستمر للتوصل إلى نوع من التفاهم السلمي والمثمر. وإن لم تفعلًا فسوف تقضيان ستين عاماً يخنق كل منكما الآخر.

أثناء عملي في الطب النفسي العيادي، رأيت أسراً كاملة في هذا الوضع. تخيل خمسة أشخاص في حلبة مصارعة. تخيل أيضاً أن كلا منهم يطبق على رقبة الشخص الذي أمامه، ويضغط بقوة كفيلة بإهلاكه، وعلى مدى سنوات طويلة. هذا قرار يتبلور على مدار سنوات من الجدل غير المعلن ورفض التفاوض: «سأقتلك». ولكن سيستغرق الأمر مني دهرًا». فمن المحتمل جداً أن يكون لديك شخص في عائلتك ترغب في خنقه ببطء، أو ربما يخنقك هو ببطء حالياً. أو وربما لا، وهو ما آمله (وربما لا تريد الاعتراف لنفسك بذلك حتى لو كنت تعلم أنه صحيح)، على كل حال ذلك أمر شائع للغاية. إذا لم تتفاوض على السلام مع شريك حياتك، فستجد نفسك في هذا الموقف. هناك ثلاث حالات أساسية للوجود الاجتماعي: الاستبداد (أنت تفعل ما أريد)، والخضوع (أنا أفعل ما تريد)، أو التفاوض. الاستبداد ليس جيداً للشخص الخاضع، لكنه أيضاً ليس جيداً للطاغية، لأن الطاغية سيطغى، وذلك لا ينطوي على أي شيء نبيل. إنما ينطوي على الريبة والقسوة وجحيم الغضب غير المنضبط. والخضوع ليس جيداً أيضاً، سواء للعبد أو للطاغية. فالعبيد بائسون، وتساء، وغاضبون، وحاقدون، سينتهزون أي فرصة، مهما كانت بسيطة، للانتقام من طغاتهم، الذين سيجدون أنفسهم نتيجة لذلك ملعونين ومتضررين من عبيدهم. ليس من السهل أن تحصل على أفضل ما لدى شخص ما من

خلال التلويح بعضًا في وجهه دون مبرر، ولا سيما إذا كان يحاول القيام بشيء جيد (ذلك الشبيط من الروح المعنوية هو أقصى حيلة يستخدمها الطاغية). ولكن يا من تطمحون لأن تكونوا طغاة، فلتكونوا على يقين أن عبيدكم سيثأرون منكم متى وأنى استطاعوا، حتى لو كان ذلك يعني فقط أن يكتبوا إمكاناتهم الحقيقية.

أخبرتني زوجتي ذات مرة قصة فظيعة عن زوجين كانت تعتني بهما أثناء تطوعها في جناح الرعاية التلطيفية. كان الزوج يحتضر، وكانت زوجته تقلم أظفاره - ولكن بشكل عنيف للغاية. من كل ظفر تقصه كان الدم يسيل، إذ كانت تفعل ذلك بالقرب من الجلد إلى درجة أنها كانت تقص شيئًا من النسيج الحساس تحت الظفر. عندما تشهد موقفًا كهذا، تتكلم الحكمة بالحقيقة المريعة: «أنا أعرف بالضبط ما يحدث هنا». هذه هي المرحلة النهائية لعلاقة مخادعة وقاسية بشكل لا يُصدق. وهذا لا يظهر صراحة. فهي لا تبدو ظاهريًا مريعة وخائفة. لا أحد يعرف ذلك إلا الزوجين (حتى وإن كانا يبذلان كل ما في وسعهما، في التغاضي عن تلك المعرفة في ظل الظروف)، والمراقب الدقيق، الذي يرى رجلًا يحتضر وزوجة قد قررت، لسبب من الأسباب، أن تجعل موته أسوأ قليلًا. هذه ليست نتيجة مرغوبة. فلا أحد يرغب في أن ينتهي به الحال في هذا الوضع، أو أي وضع شبيه. أنت بحاجة إلى التفاوض. والسؤال هو: «ما الذي سيجعلك يائسًا بما يكفي لأن تتفاوض؟» وهذا أحد الألغاز التي يجب حلها إذا كنت ترغب في الحفاظ على الرومانسية حية في علاقتك.

التفاوض، أم الاستبداد، أم الخضوع

إن التفاوض صعبٌ للغاية. لقد ناقشنا بالفعل المشاكل المرتبطة بتحديد ما تريده ثم التحلي بالشجاعة لإخبار شخص آخر بما تريده بالضبط. كما أن هناك حيلًا يستخدمها الناس لتجنب التفاوض. ربما تسأل شريكك عما يريده، ربما تفعل وأنتما في موقف صعب. الإجابة الشائعة تكون:

«لا أعرف» (تسمع تلك الإجابة من الأطفال أيضًا، وتسمعها أكثر من المراهقين). ومع ذلك، هي ليست إجابة مقبولة في نقاش لا يمكن تجنبه. في بعض الأحيان يقصد قائل «لا أعرف» المعنى الحرفي للعبارة، وهو أنه لا يعرف فعلاً، ولكنها غالباً ما تعني بدلاً من ذلك: «لا أريد التحدث عن الأمر، لذا انصرف واطركني وشأني». غالباً ما يصاحب تلك الإجابة قدر من الحق والغضب كفيل بردع السائل. فيؤدي ذلك إلى توقف النقاش، ويمكن أن يظل متوقفاً إلى الأبد. ربما حدث ذلك مرة أو مرتين أو عشرات المرات. لذا، تكون -أنت صاحب السؤال في هذا المثال- قد سئمت من رفض شريكك، أو قررت أنك لن تظل جباناً أو ضحية لتعاطفك الذي لا يستحقه شريكك، وأنت لن تقبل «لا أعرف» إجابة لسؤالك. من ثم تلح في سؤالك. قد تقول: «حسناً، خمن». أو «أعطني أي إجابة بالله عليك، حتى لو كانت خاطئة، على الأقل ستكون نقطة بداية». في كثير من الأحيان لا يقتصر معنى «لا أعرف» على «انصرف واطركني وشأني». بل تعني أيضًا: «لماذا لا تذهب، وتقوم بكل الجهد اللازم لمعرفة مكنم الخطأ، ثم تعود لتخبرني، إذا كنت ذكياً إلى هذا الحد»، أو «من الوقاحة البالغة أن ترفض السماح لي بالبقاء في جهلي المتعمد أو الخطر، لأن التفكير في مشاكلي يزعجني للغاية». لكن ذلك ليس من الوقاحة؛ وحتى لو كان كذلك، فأنت مضطر لأن تعرف ما يريده شريكك، وكذلك هو أو هي، إذ كيف سيعرف كل منكما الآخر إذا كنتم لا تستطيعان حتى بدء نقاش؟ ليس ذلك من الوقاحة. بل هو فعل قاسٍ نابع من المحبة.

الإصرار في ظل هذه الظروف ضرورة حتمية ومؤلمة، تشبه الخضوع لعملية جراحية. وهو أمر صعب ومؤلم لأن الاستمرار في النقاش حتى بعد أن يطلب منك الطرف الآخر أن تغرب عن وجهه، يتطلب الشجاعة، وربما بعض التهؤور. لكن ذلك فعل حسن بل وجدير بالإعجاب - لأن الشخص الذي يضايقه شيء لا يرغب في الحديث عنه من المرجح جداً أن يكون محتاراً في داخله بين الحديث عنه أو كتمانها. الجزء الذي يريد تجنب

الحديث عنه هو الجزء الغاضب. لكن هناك أيضًا جزء يرغب في التحدث عن المشكلة وحلها. إنما القيام بذلك سيكون مرهقًا ذهنيًا، وينطوي على تحديات أخلاقية وضغط عاطفي. كما أنه يتطلب الثقة، والناس يختبرون الثقة بإظهار غضبهم إذا ما تطرق مَنْ أمامهم لموضوع حساس، لمعرفة ما إذا كان ذلك الشخص الذي جرؤ على الاقتراب إلى تلك الدرجة مهتم بما يكفي ليتجاوز حاجزًا أو اثنين أو ثلاثة أو عشرة للوصول إلى قاع المشكلة. وليس التجنب المتبوع بالغضب هو الحيلة الوحيدة المستخدمة لاختبار الثقة.

العقبة الكبيرة التالية هي الدموع. يمكن بسهولة أن يُساء فهم الدموع على أنها ناتجة عن الحزن، وهي فعالة جدًا في إيقاف الأشخاص الطيبين والعطوفين، نتيجةً لوضعهم تعاطفهم في غير محله. (لماذا هو في غير محله؟ لأنك إذا تركت الشخص وحيدًا بسبب دموعه، فإن معاناته تتوقف في تلك اللحظة، لكنه يظل غارقًا في مشكلته غير المحلولة، والتي قد لا تُحل أبدًا). ومع ذلك، فإن الدموع تعبر في كثير من الأحيان عن الغضب (وربما أكثر من ذلك) مثلما تعبر عن الحزن أو الضيق. على سبيل المثال، إذا وجدت الشخص الذي تواجهه قد احمرَّ وجهه إلى جانب دموعه، فمن المحتمل أن يكون غاضبًا، وليس متألمًا (ليس هذا هو الحال دائمًا، ولكنها علامة شائعة إلى حد ما). الدموع وسيلة دفاع فعالة، إذ يحتاج تجاهلها لقسوة شديدة، لكنها غالبًا ما تكون آخر المحاولات التجنبية. إذا تمكنت من تجاوز عقبة الدموع، فستتمكن من خوض حوار حقيقي، لكن ذلك يستلزم محاورًا عنيذًا مستعدًا لتحمل الإهانة والأذى الناتجين عن الغضب (الدفاع الأول) وتفادي الشفقة والرحمة التي تثيرها الدموع (الدفاع الثاني). يحتاج هذا إلى شخص استدعى جانبه المظلم (عناده، وقسوته، وقدرته على التحلي بالبلادة العاطفية عند الضرورة) وقادر على استخدام هذه الصفات لتحقيق فائدة طويلة الأمد. لا تظن بسذاجة أن الشخص «الصالح» هو الشخص «اللطيف».

تذكر الخيارات التي ناقشناها سابقًا: التفاوض، أو الاستبداد، أو

الخضوع. من بين هذه الخيارات، يُعد التفاوض الأقل سوءاً، رغم أنه ليس بالأمر السهل، بل ربما يكون الخيار الأصعب على المدى القصير، لأنه معركة ستُضطر إلى أن تخوضها الآن، والله وحده يعلم إلى أي مدى ستُضطر إلى التوغل، ولا مقدار الضرر الذي ستُضطر إلى إصلاحه. قد تكون، دون أن تدري، تحارب روح جَدَّة زوجتك، التي عانت كثيراً إساءة معاملة زوجها المدمن على الكحول، وتبعات هذه الإساءة وعدم الثقة بالجنس الآخر التي ظلت تُتوارث عبر الأجيال. الأطفال بارعون في التقليد. يتعلمون الكثير مما يعرفونه بشكل ضمني قبل أن يتمكنوا حتى من استخدام اللغة، ويقلدون السيئ كما الجيد. لهذا السبب، قيل إن خطايا الآباء ستعكس على الأبناء حتى الجيل الثالث والرابع (سفر العدد 18:14).

بالطبع، يمكن للأمل أن يدفعنا لتحمل ألم التفاوض، ولكن الأمل وحده لا يكفي. بل تحتاج إلى اليأس أيضاً، وهذا إحدى فوائد العبارة «حتى يفرقنا الموت». إن كُتِمتا جادَّين، فأنتما ملزمان بالبقاء معاً؛ أما إذا لم تكونا جادَّين، فهذا يعني أنكما لا تزالان طفلين. هذا هو الغرض من العهد: إمكانية الإخلاص المتبادل، أو أقرب نسخة أرضية منه يمكن أن توجد. في الزواج الناضج حقاً، ما دمت محتفظاً بصحتك، فستظل ملازماً لزوجتك طوال الستين عاماً المذكورة، مثلما لزم موسى الصخراء بحثاً عن الأرض الموعودة، وهناك الكثير من المشاكل التي سيتعين عليك العمل على حلها - بل كل المشاكل - قبل أن يتحقق السلام. لذلك، فإنك تنضج عندما تتزوج، وتسعى لتحقيق السلام كما لو أنه مسألة حياة أو موت (بل ربما تفوق أهميته ذلك)، وإما تنجح في تسيير الأمور أو تعاني معاناة مريرة. سوف يغريك التجنب، والغضب، والدموع، أو قد تحدثك نفسك باستخدام «باب الهروب» المتمثل في الطلاق حتى لا تُضطر لمواجهة ما يتعين عليك مواجهته. ولكنَّ فشلك سيظل يطاردك أثناء غضبك أو بكائك أو أثناء عملية الانفصال، كما سيكون حاضراً في العلاقة التالية التي

ستدخلها، بكل مشاكلك غير المحلولة ومهاراتك في التفاوض التي لم تتحسن على الإطلاق.

يمكنك أن تبقي احتمال الهروب في خلفية عقلك. يمكنك الهروب من الالتزام الأبدي. لكن في هذه الحالة، لن تتمكن من تحقيق التحول الذي قد يتطلب منك بذل كل ما في وسعك. إن الصعوبة التي ينطوي عليها التفاوض تحمل معها وعدًا عظيمًا، وهو أحد أسباب النجاح الباهر في الحياة: يمكنك أن تحظى بزواج ناجح. يمكنك أن تصلح الأمور. وهذا في حد ذاته إنجاز ضخم، ومليء بالتحديات، واستثنائي. وليس هناك الكثير من الإنجازات الحقيقية بهذا الحجم في الحياة؛ ربما عددها لا يتجاوز أربعة على أقصى تقدير. قد يكون أول إنجاز، إذا سعت لتحقيقه، هو أن تؤسس علاقة زواج راسخة. وبذلك تكون، قد أنشأت بيتًا مستقرًا وموثوقًا، وصادقًا ومرحًا، تجرؤ على تربية أطفال فيه. حينئذ يمكنك أن تنجب أطفالًا، وإذا كان لديك علاقة زواج مستقرة، فإمكانك أن تنجح في تنشئتهم. وهذا هو الإنجاز الثاني. بعد ذلك، ستجلب على نفسك المزيد من المسؤوليات التي ستتطلب منك بذل أفضل ما لديك. حينئذ، ستحظى بعلاقات جديدة فائقة الجودة، إذا كنت محظوظًا وحريصًا. ثم ستنجب أحفادًا، يحاوطونك بالحياة عندما تبدأ حياتك في الأفول. في ثقافتنا، نعيش كما لو كنا سنموت في سن الثلاثين. لكننا لا نموت في هذا العمر. نحن نعيش عمرًا طويلًا جدًا، لكنه ينقضي في غمضة عين. وتحقيق ما يحققه البشر عندما يعيشون حياة كاملة، من الزواج، وإنجاب الأطفال، وإنجاب الأحفاد، وكل المتاعب والآلام التي تصاحب ذلك كله يستلزم أكثر من نصف عمرك. إن فاتك ذلك، فستكون مجازفة كبيرة تخوضها على مسؤوليتك.

تلتقي أحيانًا بأشخاص، عادةً شباب غير حكماء ولكنهم يحملون ذلك التشاؤم غير المبرر الذي يعتبره الشباب بديلًا للحكمة، ويقولون بشكل قاطع، بل وبفخر: «لا أريد أطفالًا». الكثير من الشباب في سن التاسعة

عشرة يقولون ذلك، وهذا مقبول إلى حد ما، لأنهم في التاسعة عشرة، ولديهم متسع من الوقت، وماذا يعرف ابن التاسعة عشرة على أي حال؟ بعض الأشخاص في سن السابعة والعشرين يقولون ذلك أيضًا، ولكن ليس الكثير، خصوصًا إذا كانوا إناثًا. وليس لديهم أي درجة من الصدق مع ذواتهن. وبعض الأشخاص في سن الخامسة والأربعين يقولون ذلك أيضًا، بصيغة الماضي، وبعضهم ربما يكون صادقًا؛ لكن معظمهم تأخروا في اتخاذ القرار حتى فات الأوان. لن يصدقك أحد. فمن المحظور في ثقافتنا أن نقر علانية بأننا نضلل الشابات اليافعات بشأن أكثر شيء قد يرغبن به في الحياة، مع إصرار غير مفهوم وغريب على أن الرضا الأساسي في حياة الشخص النموذجي يُفترض أن يكون مستمدًا من مسيرته المهنية (وهو شيء نادر في حد ذاته، لأن معظم الناس لديهم وظائف، وليس مسيرة مهنية). لكن المرأة الاستثنائية، في خبرتي العيادية والمهنية بصفة عامة، بَعْضُ النظر عن الذكاء أو الموهبة أو التدريب أو الانضباط أو رغبات والديها أو الوهم الشبابي أو غسيل الدماغ الثقافي، نادرًا ما تكون غير مستعدة لتقديم أي توضيح ضرورية لإنجاب طفل في سن التاسعة والعشرين، أو الخامسة والثلاثين، أو الأربعين وهو الأسوأ.

هذا طريق إلى البؤس أنصح بشدة أن تتجنبه النساء اللواتي يقرأن هذا الكتاب (مع أن الأخلاء والأزواج الحكماء يجب أن ينتبهوا له أيضًا). أن تقرري أنك تريدين أطفالًا عندما تبلغين التاسعة والعشرين أو الثلاثين، ثم لا تتمكنين من إنجابهم؛ ذلك أمر لا أنصح به. فلن تتعافي من هذه التجربة. نحن هَشُونَ إلى درجة لا تسمح لنا بأن نستعثر بالفرص التي قد تمنحها لنا الحياة. يظن الجميع، عندما يكونون صغارًا ولا يملكون المعرفة الكافية، أن «الحمل أمر مضمون». هذا صحيح فقط إذا كنتِ لا تريدين طفلًا على الإطلاق ولا يجب أن تنجبيه، وتقومين بممارسة الجنس في المقعد الخلفي للسيارة عندما تكونين في الخامسة عشرة. عندها، بالتأكيد سيوقعك الحمل في مشكلة. لكن الحمل الناجح ليس نتيجة مضمونة على

الإطلاق. يمكنك تأجيل محاولة الإنجاب إلى نهاية مرحلة الشباب - وهذا ما يُشجع الكثيرين غيرهم أو أنفسهم على فعله - ولكن ما يصل إلى 30٪ من الأزواج يواجهون صعوبة في الحمل⁽⁶⁾.

ترى ذلك أيضًا - أي الاستهتار بما تقدمه لك الحياة وما لا تقدمه لك من فرص - عندما يبدأ الأشخاص الذين تدهورت علاقاتهم الزوجية بالتوهم بأن علاقة غرامية ستلبي احتياجاتهم غير المشبعة. عندما يأتيني عملاء يفكرون في الإقدام على هذا الأمر - أو ربما يكونون منخرطين في علاقة غرامية بالفعل - أحاول إعادتهم إلى الواقع. أقول للزبون: «دعنا نفكر في الأمر حتى النهاية، ليس فقط لهذا الأسبوع أو هذا الشهر. عمرك خمسون عامًا، وهذه الفتاة تبلغ من العمر أربعة وعشرين عامًا، وهي على استعداد لتدمير زواجك. ما الذي تفكر فيه؟ من هي بالضبط؟ ماذا تعرف؟» فيقول: «حسنًا، أنا منجذب إليها حقًا». أقول: «أجل، لكنها تعاني من اضطراب في الشخصية. هذا حقيقي، وإلا ما الذي تفعله معك، ولماذا ترغب في تدمير هذا الزواج؟» فيقول: «هي لا تمنع أن أبقى متزوجًا». أقول له: «فهمت. إذن هي لا تسعى لعلاقة جدية مع أي أحد، ولا تهتم بالاستمرارية على المدى الطويل. هل تتصور أن هذا سيسير بشكل جيد بالنسبة لك؟ فقط فكر في ذلك. سيكون الأمر قاسيًا بعض الشيء على زوجتك. ستصحب تلك العلاقة الكثير من الأكاذيب. كما أن لديك أطفالًا؛ كيف ستكون ردة فعلهم عندما ينكشف أمر علاقتك، وهو ما سيحدث لا محالة؟ وما رأيك في العشر سنوات التي ستقضيها في المحاكم، والتي ستكلفك ثلث مليون دولار وتضعك في صراع على الحضانة يستحوذ على كل وقتك واهتمامك؟».

لقد رأيت أشخاصًا يخوضون معركة على الحضانة يتمنون بجدية لو كانت معركتهم مع مرض السرطان. ليس من الهين أن تجد نفسك عالقًا في دوامة المحاكم الخطيرة. ستقضي معظم وقتك تتمنى الموت. هذه هي «علاقتك الغرامية». بل إنها وهمية أكثر مما تبدو، لأنك بالطبع عندما

تكون متزوجًا فإنك غالبًا ما ترى زوجتك في أسوأ حالاتها، لأنك تُضطر إلى مشاركة صعوبات الحياة الحقيقية معها. أما الأجزاء السهلة من الحياة فتشاركها مع شريكك في الخيانة؛ فأنتما لا تشاركان أي مسؤوليات، إنما فقط مواعيد غرامية في مطاعم باهظة، وليالٍ مثيرة تُخرق فيها القوانين، والاستعداد بعناية للرومانسية، والغياب العام عن الواقع الذي يأتي مع امتياز أن يتحمل شخص واحد الصعوبات الحقيقية للحياة بينما يستفيد الآخر بشكل غير منطقي من غيابها. أنت لا تعيش حياة حقيقية مع امرأة أخرى عندما تكون في علاقة غرامية معها. كل ما تحصل عليه هو سلسلة لانهاية من الحلول (على الأقل في البداية)، وكل ما عليك فعله هو إزالة الجريمة المخفوقة من عليها والتلذذ بها. هذا كل ما في الأمر. يرى كل منكما الآخر في أفضل الظروف الممكنة، ولا تفكرا في أي شيء سوى الجنس، ولا يوجد شيء آخر يتداخل مع حياتكما. وبمجرد أن تصبح العلاقة أكثر جدية، يتحول جزء كبير منها فورًا إلى ذلك الجزء الذي كان يزعجك في زواجك. العلاقة الغرامية ليست مفيدة، بل تؤدي إلى أضرار جسيمة للأشخاص المحيطين بك. لا سيما الأطفال، وهم من تدين لهم بالولاء الأول.

لا أحاول أن أكون قاسيًا بشكل غير معقول بشأن الزواج والأسرة. لا يمكنك أن تتوقع من كل مؤسسة اجتماعية أن تكون مناسبة للجميع. قد يحدث أن تتزوج من وحش سيكوباتي، أو كاذب بالفطرة ولا يمكن إصلاحه، أو مجرم، أو مدمن على الكحول، أو سادي (وربما تجتمع فيه كل تلك الصفات). عندها يجب أن تهرب. لكن هذا لا يُعد هروبًا بغرض التملص من المسؤولية. إنما في تلك الحالة أنت تواجه كارثة، مثل الإعصار، ويجب أن تبتعد عن الطريق لتنجو بحياتك. قد يذهب عقلك إلى الاستنتاج الآتي: «حسنًا، ماذا لو عشنا معًا دون أن نتزوج؟ سيجرب كل منا الآخر. هذا هو التصرف العقلاني». لكن ما الذي يعنيه ذلك بالضبط، عندما تدعو شخصًا لمساكتك بدلًا من أن يلزم كل منكما نفسه بالآخر؟ ولنتحدث بصراحة وواقعية عن تقييمنا، بدلًا من أن نتظاهر بأننا نأخذ سيارة

مستعملة لتجربة قصيرة. هذا يعني الآتي: «أنت مناسب في الوقت الحالي، وأفترض أنك تشعر بالمثل نحوي. وإلا لكانا تزوجنا. لكن باسم العقلانية التي لا يمتلكها أي منا، سنحتفظ بحق استبدال بعضنا البعض بخيار أفضل في أي لحظة». وإذا كنت لا تعتقد أن هذا هو ما تعنيه المساكنة - كتصريح أخلاقي مفصل - حاول أن تصوغ الأمر بطريقة أكثر إقناعاً.

قد تقول: «اسمع يا دكتور، هذا يبدو متشائماً جداً». لذا، لماذا لا نلقي نظرة على الإحصاءات بدلاً من رأيي الذي قد يبدو تقليدياً وإن لم يكن كذلك تماماً؟ معدل الانفصال بين الأشخاص الذين يعيشون معاً دون زواج - بمعنى أنهم متزوجون بكل معاني الكلمة إلا معناها الرسمي - أعلى بكثير من معدل الطلاق بين المتزوجين⁽⁷⁾. وحتى إذا تزوجت بالفعل وحاولت «إصلاح» الشخص الذي كنت تعيش معه دون زواج، إن جاز القول، فإنك لا تزال أكثر عرضة للطلاق بكثير مما لو لم تتساكنا من الأساس⁽⁸⁾. إذن، فكرة «ليجرب كل منا الآخر» تبدو مغرية، لكنها لا تنجح. بالطبع، من الممكن أن يكون الشخصان المرشح طلاقهما إذا تزوجا لأسباب تتعلق بطباعهما، مرجحاً أيضاً أن يتساكنا قبل الزواج أو تساكنا دون أن يتزوجا، وهذا عامل للفشل يُضاف إلى عامل المساكنة. وليس من السهل فصل هذين العاملين السببيين عن بعضهما. ولكن، عملياً، هذا لا يهم. فالمساكنة دون وعد بالالتزام الدائم، المعلن اجتماعياً، والمثبت بالطقوس، والمفكر فيه بجدية، لا يؤدي إلى علاقات زوجية أكثر استقراراً. وهذه نتيجة ليست مفيدة على الإطلاق، لا سيما بالنسبة للأطفال، الذين يعانون كثيراً في الأسر القائمة على أحد الوالدين (التي عادةً ما يكون الغائب منها هو الأب)⁽⁹⁾. هذه هي الحقيقة. لذلك، لا أرى هذا الخيار الاجتماعي مبرراً. وأقول ذلك وأنا شخص عاش مع زوجته قبل أن يتزوجها. أنا لست بريئاً من ذلك، لكن هذا لا يعني أن ما فعلته صحيح. وهناك أمر آخر، وهو ليس بالهين. أنت لا تنال الكثير من الفرص في الحياة لتجعل العلاقة الحميمة تنجح. ربما يستغرق لقاءك بالشريكة

المناسبة المحتملة عامين أو ثلاثة، وتستغرق عامين أو ثلاثة آخرين لتتأكد مما إذا كان رأيك فيها صحيحًا. هذا يعني خمس سنوات. أنت تتقدم في العمر أسرع مما تعتقد، بِغَضِّ النظر عن عمرك الآن، ومعظم ما يمكنك فعله مع عائلتك - من زواج، وإنجاب للأبناء، وما إلى ذلك - يحدث بين العشرينيات ومنتصف الثلاثينيات. كم من هذه الفرص الجيدة التي تدوم خمس سنوات تعتقد أنك تمتلك؟ ثلاثًا؟ أربعًا، إذا كنت محظوظًا؟

هذا يعني أن خياراتك تقل مع مرور الوقت بدلًا من أن تزيد. إذا كنت أرملاً أو كنت أرملة، واضطرت للعودة إلى عالم المواعدة في سن الأربعين أو الخمسين، فلا بأس. لقد تعرضت لمأساة، وهذه هي الحياة. لكنني شاهدت أصدقاء يمرون بذلك، وليس هذا المصير الذي أتمناه لأي شخص أحبه لو كان الأمر باختياره. دعونا نكون واقعيين في هذا: جميع الشباب من سن السادسة عشرة إلى الثامنة عشرة يتشابهون في الكثير من الأمور. لم تصقلهم الحياة بعد، ويسهل تطويعهم. وهذا ليس انتقادًا، لكن تلك هي الحقيقة. وهذا أيضًا ما يجعلهم يتمكنون من الذهاب إلى الجامعة وتكوين صداقات تدوم مدى الحياة (لا أقصد التهكم) مع رفيق في السكن لم يعاشروه إلا فصلًا دراسيًا واحدًا. لكن عندما تصل إلى منتصف الأربعينيات، إذا كنت قد عشت حياتك كما ينبغي، فأنت تصبح شخصًا فريدًا ومميزًا إلى حد ما. لقد عرفت أشخاصًا التقيت بهم في ذلك الوقت من حياتي منذ أكثر من عقد من الزمن، وما زلت أعتبرهم تقريبًا معارف جدًا. هذه نتيجة طبيعية للتعقيد المتزايد الذي يطرأ على الشخص مع التقدم في العمر. ونحن هنا نتحدث عن الصداقة فقط، وليس الحب - ليس حياة مشتركة أو ربما حتى اندماج أسرتين بائستين.

وهكذا، لديك زواجك وأبنائك، وبيتك مستقر لأنك عنيد وخائف بما يكفي من الجحيم الذي ينتظر أي شخص يفشل في التفاوض من أجل السلام وتقديم التضحيات اللازمة لتحقيقه. أنت الآن بلا شك قد أصبحت أكثر استعدادًا لأن تلتفت لمسيرتك المهنية، أو على الأرجح،

وظيفتك. وهذا هو الإنجاز الثالث من بين الإنجازات الأربعة الكبرى التي قد تحققها، بفضل الحظ الجيد والعزيمة التي لا تلين، في حياتك القصيرة. لقد تعلمت كيف تنشئ تناغمًا مثمرًا في إطار العلاقة الأكثر حميمية وشخصية في حياتك، وبدأ بعض من تلك الحكمة التي اكتسبتها يتسرب إلى مكان عملك. فأنت مرشد للشباب الأصغر منك، وزميل مفيد، وموظف يمكن الاعتماد عليه، وبدلاً من الفوضى التي كان من السهل أن تسببها في العالم الذي تعيش فيه، أنت تقوم بتحسينه. ولو أن كل شخص فعل ذلك، لصار العالم مكاناً أقل مأساوية وكآبة. بل ربما يصبح مكاناً جيداً في جوهره. وربما تتعلم أن تنتفع بأوقاتك بعيداً عن العائلة والعمل -أي بأوقات فراغك- وتجعلها ذات معنى ومثمرة. وهذا هو الإنجاز الرابع من الإنجازات الأربعة - وهو إنجاز، مثله مثل الثلاثة الأخرى، يمكنك تحسينه. ربما تتحسن أكثر فأكثر في مثل هذه الأمور حتى تتمكن من العمل على حل مشكلات أكثر صعوبة، وتصبح، بطريقتك الخاصة، إضافة لروح الإنسانية. وهذا هو معنى الحياة.

بالعودة إلى الزواج، كيف تخطط وتحافظ بجدية على الرومانسية في علاقتك؟ حسناً، عليك أن تقرر: «هل تريد بعض الرومانسية في حياتك أم لا؟» إذا فكرت في الأمر بصدق، دون استياء ودون تلذذ بحرمان شريكك، الذي أصبح مغترباً عنك، من المتعة التي قد تتأتى من مثل هذه المحاولة، فستكون الإجابة بشكل عام هي نعم. الرومانسية الجنسية: المغامرة، والمتعة، والحميمية، والإثارة التي يتخيل الناس أنهم سيختبرونها عندما يشعرون بالحاجة إلى لمسة إلهية. أنت تريد ذلك. بهجات الحياة نادرة وقيمة، وأنت لا تريد التخلي عنها دون سبب وجيه. كيف ستنجز ذلك؟ مع بعض الحظ، سيحدث ذلك بينك وبين شخص يعجبك؛ وبحظ أوفر، والتمزام كافٍ، سيحدث بينك وبين شخص تحبه. ليس هناك شيء سهل في هذا الأمر. إذا أسست أسرة مع امرأة، فسوف تُضطر إلى القيام بالكثير من التفاوض للحفاظ على كل من «الإعجاب» و«الحب» حيَّين.

إليك بعض الاعتبارات العملية. قد تبدو بعيدة عن موضوع الرومانسية. ومع ذلك، فإن مناقشتها ضرورية، لأننا نتجاوزنا، أو فقدنا، أدوارنا التقليدية، ولم نضع بدائل لها بعد. قبل ذلك -وربما قبل اختراع حبوب منع الحمل، التي كانت بمثابة ثورة بيولوجية- كان الرجال يقومون بالأشياء المنوط بها الرجال، أيًا كانت، وكانت النساء تقوم بالأشياء المنوطة بها النساء، أيًا كانت. وتلك الأدوار التقليدية كانت أكثر فائدة مما يدركه الناس اليوم، الذين يبالغون في تقدير مدى تقبلهم للحرية والحق في الاختيار. في مجتمع وتيرة التغير فيه أبطأ بكثير، كان كل شخص مدرّكًا لواجباته. وهذا لا يلغي التوتر (فلا شيء يلغي التوتر)، لكن على الأقل كان هناك نموذج تحتكمان إليه. فإذا لم يكن هناك نموذج لما يجب أن يقوم به كل منكما عندما تعيشان معًا، فستُضطران إلى الجدال، أو التفاوض بشأنه، إذا كنتما تجيدان التفاوض، لكنكما على الأرجح لا تجيدانه. فلا يجيده إلا قلة من الناس.

إذا كنت تنوي أن تنشئ بيتًا يسوده السلام مع امرأة تحبها، وحبذا لو كنت معجبًا بها أيضًا، وترغب في أن يستمر إعجابك بها وحبك لها، فسيتعين عليكما أن تحددًا بطريقة ما الأمور التي سيقوم بها كل منكما. هذا هو البديل للأدوار التقليدية. من سيقوم بترتيب السرير؟ متى يجب ترتيبه؟ إلى أي مستوى من الكمال يجب أن يكون السرير مرتبًا حتى يكون مقبولًا للطرفين؟ وإذا لم تُحسم تلك الأمور بالدقة الكافية، فسوف يتفاقم النقاش بسرعة، فتجد أحد الطرفين يقول: «لقد رتبت السرير». فيقول الطرف الآخر: «حسنًا، ولكنك لم تحسّن ترتيبه». فيقول الأول: «لا شيء يبدو كافيًا بالنسبة لك». إذا كنت تعتقد أنني لم أحسن ترتيب السرير بالقدر الكافي، يمكنك ترتيبه بنفسك! ويرد الآخر: «بل عليك رفع معاييرك قليلًا، وليس فقط بشأن ترتيب السرير!» قد يستغرق حل هذا الخلاف

أيامًا - هذا إذا حُلَّ من الأساس - وهذا يتعلق فقط بترتيب السرير. هذه فقط أول عشر دقائق بعد الاستيقاظ. وربما يبقى السرير غير مرتب أو يرتبه الطرف المسؤول عن ذلك برداءة وهو يشعر بالمرارة لمدة الستين عامًا القادمة (ها نحن نعود إلى تلك الفترة الزمنية الطويلة)، وهناك العديد من القضايا المنزلية الأخرى التي يجب التعامل معها غير ترتيب السرير. ولكنه أمر إذا لم يُحسَم، فسيصبح مشكلة تتكرر صباح كل يوم طوال حياتكما، وستشعران بالاستياء المضمّر على الأقل بمجرد أن تستيقظا من النوم أو كلما دخلتما غرفة النوم، وستبدأ الأمور الأخرى في الانهيار. ولا يوجد أي شيء جيد في ذلك.

من منكما سيكون لمسيرته المهنية الأولوية؟ ومتى ولماذا؟ كيف ستعلمان الأطفال وتربيتهم، ومن سيقوم بذلك؟ من سيقوم بالتنظيف؟ ومن سيجوز المائدة؟ من سيُخرج القمامة؟ ومن سينظف الحمام؟ وكيف ستنظمان وتديران الحسابات البنكية؟ من سيقوم بشراء البقالة؟ من سيشتري الملابس؟ من سيشتري الأثاث؟ من سيدفع الفواتير؟ ومن سيتحمل مسؤولية حساب الضرائب؟ إلخ، إلخ، إلخ. هناك ربما مئتا مهمة يجب القيام بها لإدارة المنزل بشكل صحيح، وهو أمر يضاهي في تعقيده إدارة الأعمال، بل أصعب منه لأنك تحاول إدارته بالشراكة مع فرد آخر من أسرتك، بالإضافة إلى أن العديد من هذه المهام تتكرر يوميًا. فحياتك إجمالًا تتكون في معظمها من أشياء تتكرر بشكل روتيني. فإما أن تتفاوضا بشأن كل واحدة من هذه المهام أو ستظلان في حالة شد وجذب إلى الأبد، في معركة صامتة يتخللها العناد، والصمت، والمحاولات غير الجادة «للتعاون». وهذا لن يساعد في تحسين حياتك الرومانسية. لذلك، من الضروري جدًّا تأسيس جانب المهام المنزلية من إدارة الأسرة على أسس راسخة.

وتلك مجموعة من المشاكل التي يصعب حلها للغاية، لأنها تتطلب منكما تصنيفًا واعيًا لتسلسل المسؤوليات بينكما كشريكين في المنزل.

ستضطران للتفاوض بشأن كل تفصيلة مهما بدت تافهة (لكن تلك التافهة الظاهرة هي مجرد وهم): من سيعد الوجبات، ومتى سيتم تحضيرها؟ وما قيمة ذلك في مقابل التنازل عن مهام أخرى؟ كيف سيشكر كل منكما الآخر على حسن تعاونه في المطبخ؟ من سيقوم بوضع الأطباق في غسالة الصحون؟ ومن سيغسل الأطباق؟ وما السرعة التي يجب أن تزال بها الأطباق من على المائدة بعد الأكل؟ ما نوع الأطباق التي سنستخدمها؟ وماذا سنأكل؟ ما الدور الذي سيؤديه الأطفال؟ هل سنجلس إلى المائدة مجتمعين؟ هل لدينا مواعيد وجبات منتظمة؟ كل من هذه الأسئلة التي تبدو تافهة يمكن أن يتحول إلى صراع عنيف. فقد يكون لأحدكما رأي، وللآخر رأي مختلف، فمن يحكم بينكما؟ لذا، عليكم أن تتفاوضا وتصلا إلى اتفاق. والقيام بذلك صعب. قد يستلزم ذلك مئات الجدالات. لكنه قطعاً سيستلزم العشرات منها. لكن هذه الجدالات لها غرض، وغرضها هو الوصول إلى حل، حتى لا تكون هناك حاجة للجدال حولها بعد ذلك. هذا يجعل السلام هو الهدف، والسلام لا يمكن تحقيقه إلا من خلال التفاوض، وهذا يتطلب التزاماً قوياً بما يكفي لتحمل الصراع الجاد والعميق.

الشيء التالي الذي يجب عليكم فعله -وأنا أعلم هذا من خلال خبرتي المهنية والزوجة (كلاهما عمره ثلاثون عاماً)- هو أن تتحدثا فعلياً مع بعضكما لمدة حوالي تسعين دقيقة في الأسبوع، فقط عن الأمور العملية والشخصية. مثل: «كيف تجري الأمور في العمل؟» و«كيف تجري الأمور مع الأطفال في الجانب الذي يخصك؟» و«ما الأعمال المطلوبة في المنزل؟» و«هل هناك شيء يزعجك يمكننا معالجته؟»، و«ما الذي يجب علينا فعله للحفاظ على استقرار الأمور الأسبوع المقبل؟». مجرد تواصل عملي وصريح، لأن لدى كل منكما قصة مفردة، ولديكما قصة مشتركة. ولكي تعرف قصتك، يجب أن تسردها، ولكي يعرفها شريكك، يجب أن يسمعها. ومن الضروري أن يحدث هذا التواصل بشكل مستمر. ولا يجب

أن تكون التسعون دقيقة متصلة. بل يمكن أن تكون خمس عشرة دقيقة يوميًا مثلاً. ولكن يجب إبقاء قنوات التواصل بينكما مفتوحة في تلك المواضيع العملية، حتى يعرف كل منكما موضع الطرف الآخر. وإذا انخفضت مدة التواصل الأسبوعي إلى أقل من تسعين دقيقة، تبدأ الأمور بالتراكم، وتبدأ علاقتكما بالانهيار. وفي مرحلة ما، تتراكم الأمور لدرجة أنك تصير مغترباً عن نفسك، وقطعاً عن شريكك، ويصبح كل منكما منفصلاً عن الآخر. تفقد علاقتكما تماسكها. وهذا وضع سيئ.

حين أساعد شخصاً على إصلاح زواجه، فإنني أوجهه للقيام بأشياء عادية جداً. لا تعينني العطلات أو المناسبات الكبيرة أو أي شيء خارج عن المعتاد. ليس لأن تلك الأشياء غير مهمة، بل لأنها ليست مهمة بقدر الأمور الروتينية اليومية. تلك الأمور الروتينية هي ما يجب إصلاحه. أريد أن أعرف ما هي التفاعلات التي تشكل غالبية يومك العادي. تستيقظان معاً، ربما؛ وتتناولان الطعام معاً. تقومان بهذه الأشياء كل يوم. قد تستغرق عملية الاستيقاظ، والتحضير لليوم، وتناول الطعام خمس ساعات في اليوم. هذا ثلث الوقت الذي تقضيه يقظين من يومكما، وبالتالي ثلث حياتكما. إنه خمس وثلاثون ساعة كل سبعة أيام - أسبوع عمل كامل؛ مسيرة مهنية كاملة. تأكد من إتمامها بشكل صحيح. اسأل نفسك وشريكك: كيف نريد تنظيم هذه الأوقات؟ كيف يمكننا جعل الاستيقاظ في الصباح ممتعاً؟ هل يمكننا أن نتحاور مع بعضنا بلطف واهتمام، وربما دون أن ننشغل بالأجهزة الإلكترونية أثناء الطعام؟ هل يمكننا جعل وجباتنا لذيذة والأجواء مريحة؟ فكر في روتين عودتك إلى المنزل في المساء. دعنا نقول إن هذا الروتين يستغرق عشر دقائق. هذا يعني ساعة إضافية في الأسبوع؛ خمسين ساعة في السنة - ما يعادل أسبوعاً ونصفاً من العمل. تقضي أسبوعاً ونصفاً سنوياً يتم استقبالك عند العودة إلى المنزل. إنه جزء معتبر من عمرك. هل يستقبلك أحد أفراد أسرتك عند الباب وييدي درجة من السعادة لرؤيتك، أم أنهم جميعاً يتجاهلونك لأنهم مشغولون بهواتفهم

الذكية، أو يستقبلونك بقائمة من الشكاوى؟ كيف تود تنظيم ذلك الروتين بحيث لا تكره لحظة وصولك إلى المنزل؟ هناك أشياء تقوم بها مع شريكك تُعد روتينية؛ هذه هي الأشياء التي تقوم بها كل يوم. لكنها تمثل حياتك بالكامل. إذا ضبطت هذه الأمور بشكل صحيح، فقد حققت إنجازًا أكبر مما تتصور. إذا نجحتما في خوض الحرب التي تؤدي إلى تحقيق الانسجام في إدارتكما للأسرة، فقد حققتما انتصارًا كبيرًا. بعد ذلك، يمكنكما التركيز على ما قد يحدث خلال عطلة رومانسية تقضيانها في فندق عتيق، أو في كوخ والديك الساحلي، أو في منتجع شامل الخدمات، أو رحلة مغامرة، أو التركيز على ما قد تفعلانه في الموعد الأسبوعي الذي ناقشناه سابقًا والذي أنتما مترددان جدًا في تجربته.

ابدأ بإصلاح هذه الأمور، ولتتظر ماذا سيحدث. حينها ستمتع بأوقات تناول طعام هادئة على سبيل المثال، ولن تموت من الإحباط أو ارتفاع ضغط الدم. سيتعين عليك النضال لتحقيق مثل هذا الإنجاز. ولكن المسألة ليست إن كنت ستحارب أم لا (لأن الحرب لا مفر منها)، بل إن كان تحقيق السلام سيكون نتيجة تلك الحرب. وتحقيق السلام يتطلب التوصل إليه خلال التفاوض. عليكم التوصل إلى اتفاق على كل مسؤولية وفرصة تتقاسمانها كزوجين، وكذلك حول كل عقبة تعترض طريقكما. على الأقل في هذه الحالة، سيكون لديك من تتحدث معه عندما تتعقد حياتك، وهو أمر لا مفر منه. وستتمتع بميزة أن يفكر معك شخص آخر، حتى وإن لم تتفقا دائمًا. ما يعنيه كل هذا هو أن عليك أن تحل مشكلة معرفة ما تريده ومناقشته مع شريكك قبل أن يتسنى لك الحفاظ على الرومانسية في علاقتك.

رفقة الآخرين تحفظ لك سلامتك العقلية. وهذا أحد الأسباب التي تجعل الزواج فكرة جيدة. لماذا؟ لأنك نصف مجنون، وكذلك شريك حياتك (حسنًا، ربما لست نصف مجنون، ولكنك مجنون بقدر ما). نأمل أن يكون الجزء المجنون لديك مختلفًا عن الجزء المجنون لدى شريكك.

فبين الحين والآخر، تقابل زوجين يعانيان موطن ضعف واحدًا، ويزيد كل منهما من تفاقم ذلك القصور في الآخر. ربما يكون كلاهما مغرمًا بالنبيذ أكثر من اللازم، فينزلقان معًا نحو الإدمان. لتجنب مثل هذا المصير، لا بأس أن يكون أحد الزوجين مغرمًا بالكحول ولكن ليس كلاهما. هذا سيؤدي إلى بعض الصراع القصير الأمد، في المواقف التي يتوقع فيها تناول الكحول، لكن النتائج الطويلة الأمد (بما في ذلك تجنب إدمان أي منهما الكحول) ستكون مفيدة على الأرجح. فالطرف الذي لا يشرب الكحول سيتناول كأسًا أو اثنين في المناسبات الاجتماعية، فقط لتجنب أن يبدو صارمًا أو متزمتًا، والطرف الذي يحب شرب الكحول سيتلقى على الأرجح توبيخًا مفيدًا إذا لم يضبط نفسه بالقدر الكافي.

من حسن الحظ أن السمات الفردية غالبًا ما تكون موزعة عشوائيًا، لذا عندما تتحد مع شخص آخر، من الأرجح أنك ستجد أن بعض مواطن قوته تكمل بعضًا من مواطن ضعفك، والعكس صحيح. عندما تتحدان لإعادة خلق ذلك الكيان الأصلي - تلك هي الفكرة الرمزية - فإنكما تحظيان بالفرصة لإنتاج كيان متّزن عاقل. هذا مفيد لكليهما، وأكثر فائدة لأطفالكما (الذين سيصبح لديهم الفرصة لأن ينشأوا في بيئة يغلب عليها الاتزان)، وهو مفيد للصداقة وللبيئة الاجتماعية الأوسع نطاقًا أيضًا.

الكثير من ذلك التحرك نحو الوحدة الوظيفية يأتي نتيجة للحوار والتواصل. إذا كنت قد عشت في تلك الحياة ما يكفي، فأنت تعرف أن الناس جميعًا يعانون من أعطاب جسيمة. وأنت شاب لا تمتلك خبرة في الحياة، من المرجح أنك ستفترض افتراضين ضمنيين قاطعين، هما ببساطة غير صحيحين. الافتراض الأول هو أن هناك شخصًا ما في الخارج مثالي. بل إنك قد تصادف هذا الشخص المثالي المفترض، الذي يصوّر لك وهمك أنه كذلك، وتقع في حبه بشكل يائس وساذج (ساذج لأنك واقع في حب الصورة المثالية التي أسقطتها عليه، وليس الشخص نفسه، وهو ما يربك ذلك الشخص الذي تقع في حبه). الافتراض الثاني

هو أن هناك شخصًا ما مثالي لك أنت. بهذين الافتراضين، أنت ترتكب على الأقل ثلاثة أخطاء، وهو ما يعتبر إنجازًا كبيرًا، نظرًا لأنك افترضت افتراضين فقط.

أولاً، لا يوجد أحد في الخارج مثالي. كل الناس يعانون أعطابًا، وإن كانت أعطابهم ليست دائمًا غير قابلة للإصلاح، وتتسم بقدر كبير من التفرد الشخصي. وبعيدًا عن ذلك، إذا كان يوجد شخص مثالي بالفعل في الخارج، فإنه يكفي أن ينظر إليك نظرة واحدة قبل أن يركض هاربًا وهو يستغيث. ما لم تكن تخدع شخصًا ما، فلماذا تفترض أن المطاف سينتهي بك مع شخص أفضل منك؟ بل إنك ينبغي لك أن ترتعب حقًا إذا قبل شخص مواعدتك. فالشخص العاقل سيفكر في شريكه الرومانسي المحتمل الجديد قائلاً في نفسه: «يا إلهي! إما أنك أعمى، أو يائس، أو معطوب بقدر ما أنا معطوب!». إنها فكرة مخيفة أن ترتبط بشخص لا يقل اضطرابًا عنك. هذا ليس أسوأ من بقائك وحيدًا مع نفسك، لكنه يظل من قبيل الاستجارة من الرضاء بالنار، إنما على الأقل النار قد تحوّل. وهكذا، تتزوج، إذا كنت تمتلك أي قدر من الشجاعة، وإذا كان لديك أي رؤية طويلة الأمد وقدرة على الالتزام وتحمل المسؤولية، إذا كان لديك النضج الكافي، تبدآن في التحول إلى كيان واحد متزن. بل إن المشاركة في مثل هذه العملية المعقدة قد تجعل منكما كيانًا واحدًا متزنًا لديه إمكانية النمو. لذا عليكما أن تتحدثا عن كل شيء مهما كان مؤلمًا، وأن تعملًا على تحقيق السلام، وتشكرا الله إذا نجحتما في ذلك، لأن الوضع الطبيعي هو النزاع.

وأخيرًا: الرومانسية

لم يكن هناك الكثير من الجدوى في الحديث عن الرومانسية في هذا الفصل على الفور، على الأقل ليس فيما يتعلق بالحفاظ عليها. الرومانسية لعب، وهذا اللعب لا يجري بسهولة عند حدوث أي نوع من المشكلات.

فاللعب يتطلب السلام، والسلام يتطلب التفاوض. وحتى عندئذ، تكون محظوظاً إذا حصلت على فرصة للعب.

قضية الرومانسية الزوجية - خاصة الحميمية والعلاقة الجنسية - هي مسألة معقدة، وفي كل سؤال يتربّص تّنين. على سبيل المثال: ما الحقوق الجنسية لكل منكما على الآخر إذا كنتم متزوجين؟ والإجابة ليست «الجنس ليس موجوداً»، فهذا ليس الجواب، لأن أحد جوانب العقد القائم بينكما هو تنظيم حياتكما الرومانسية بطريقة ترضي الطرفين. هذا شرط ضمنى لاستقرار الزواج. ربما لا يكون الجواب ممارسة الجنس خمس عشرة مرة في اليوم، وبالتأكيد ليس مرة واحدة في السنة وعن كراهة. الحل يكمن في نقطة ما بين هذين النقيضين، وهنا يجب أن تبدأ عملية التفاوض. ما لاحظته هو أن الزوجين البالغين النموذجيين - عندما يكونان مشغولين بالوظيفة، والأطفال، وإدارة الأسرة التي ناقشناها للتو، وكل هذا القلق والمسؤولية والمشاكل - قد يتمكنان من تخصيص وقت معقول للرومانسية مرة أو مرتين في الأسبوع، أو حتى ثلاث مرات في الأسبوع (وهو ليس مرجحاً). وإذا تم التعامل مع تلك الوتيرة بشكل جيد، فسيكون ذلك الوقت مرضياً لكلا الشريكين. لقد لاحظت أن مرتين أفضل من مرة، ولكن مرة واحدة أفضل بكثير من الصفر. فالصفر وضع سيئ. إذا وصلتما إلى الصفر، فهذا يعني أن أحكما يهيمن على الآخر، والآخر يخضع له. إذا وصلت العلاقة إلى الصفر، فإن أحكما سيخوض علاقة غرامية - سواء كانت جسدية أو عاطفية أو خيالية، أو مزيجاً من الثلاثة. ولا أقول ذلك باستخفاف. شيء ما يجب أن يتغير، ويجب أن يكون هناك رفض واضح عندما تختفي الرومانسية وتنعدم وتيرة الحميمية الجنسية؛ يجب أن يكون هناك إشارة قوية إلى أن «هذا غير كافٍ». لا أوصي بالخيانة، ولكن هذا ما تُعد نفسك له إذا اختفت حياتك الجنسية. ربما تريد السير في هذا المسار وتسهّل الخيانة لأنك تريد لعب دور الضحية: «زوجتي هي التي دفعتني لخوض علاقة غرامية». ولماذا فعلت ذلك؟ «حسناً، ربما لم

تكن حياتنا الجنسية على ما يرام». (وهذه إجابة قد تتطلب قدرًا كبيرًا من التحليل). أسأله: «ماذا تقصد بالضبط بقولك 'لم تكن على ما يُرام؟'» فيقول: «حسنًا، لم نمارس الحب منذ عامين، وأقامت زوجتي علاقة مع رجل آخر».

هذا ليس مفاجئًا. إذ ينبغي عليك أن تفترض أن شريكك إنسان طبيعي نسبيًا، وأن هناك قدرًا معينًا من الرضا الجنسي الذي يُعد مطلبًا معقولًا؛ دعنا نقول مرتين في الأسبوع، أو مرة واحدة في الأسبوع في ظل ظروف الانشغال الشديد. في الأيام الأولى من الزواج، قد لا يكون من الصعب التعبير عن الاهتمام الرومانسي بشريكك، ولكن متطلبات المعيشة كثيرة. المواعدة بحد ذاتها متعبة، حتى إذا كنت أعزب. أنا مدرك تمامًا أنها تنطوي على المغامرة أيضًا، ولكن الكثير من تلك المغامرات تحدث في الأفلام، وليس على مواقع المواعدة على الإنترنت، أو في الرسائل النصية، أو المقاهي، أو المطاعم، أو الحانات، حيث تحدث اللقاءات الأولى المحرجة. لكنك تضطر إلى أن تبذل جهدًا كبيرًا فيها، وستفعل ذلك إذا كنت أعزب، لأنك تشعر بالوحدة، ومتعطش للاهتمام، ويأثس للحصول على الحميمية الجسدية. (الأشخاص المتزوجون يمارسون الجنس بوتيرة أكبر، في المتوسط، من الأشخاص العُزَّاب، رغم أنني أفترض أن نسبة صغيرة فقط من العُزَّاب يستمتعون بتجارب استثنائية. لكنني لا أعتقد أن الذين يفعلون ذلك يحققون أي منفعة لأنفسهم).

إذن، كشخص أعزب، ستبذل جهدًا في المواعدة لأنك تشعر بالوحدة والحرمان، ولكن هذا ليس بالأمر البسيط. إذ يجب أن تفسح له (ها) مجالًا في حياتك. عليك أن تخطط. ويتعين عليك أن تستخدم خيالك، وتنفق المال، وتجد شريكًا مقبولًا للمواعدة، وكما يقولون، عليك «تقبيل الكثير من الضفادع» قبل أن تجد أميرًا (أو أميرة في حالتك). يشعر الناس غالبًا بالارتياح عندما يتزوجون، لأنهم لا يُضطرون إلى بذل كل هذا الجهد المتكرر الذي غالبًا ما يكون غير مجدٍ. لكن هذا لا يعني أن مهمتك انتهت؛

فلا يسعك الاسترخاء في ملابسك الداخلية البيضاء المتهالكة وجواربك وتفترض أن كل متع هيو هفنز (مؤسس مجلة «بلاي بوي») الافتراضية ستتحقق تلقائياً في منزلك. فلا يزال هناك الكثير من الجهد المطلوب، إلا إذا أردت أن تخفي الرومانسية من حياتك. عليك أن تتحدث عن الأمر. وعليك أن تخوض الحديث الصعب والمخرج: «ما الوقت المناسب، يا عزيزتي؟ الثلاثاء والخميس؟ أم الأربعاء والجمعة؟ أم الاثنين والسبت؟» ستجد نفسك تفكر: «يا إلهي! هذا منظم جداً، ورتيب جداً، ومخطط جداً. إنه مُجدول ومتوقع وغير رومانسي وآلي. إنه محبط ومقيّد، ويحوّل الجماع إلى واجب. أين المرح، والعفوية، وموسيقى الجاز الهادئة، والكوكيتلات، والإثارة الناتجة عن الانجذاب المفاجئ الجميل؟ أين البدلة الرسمية والفستان الأسود القصير؟» هل هذا ما تتوقعه؟ حتى ولو بشكل غير واع، في خيالاتك الساذجة؟ كم مرة حققت ذلك عندما كنت تواعد؟ هل حدث ذلك؟ أنت تريد (تذكر، نحن نتحدث عن أشخاص بالغين هنا) أنت تجمع وظيفتين (مسيرتين مهنتين، دخلين)، وطفلين، ومستوى معيشياً معقولاً مع العفوية؟ ولا تريد أن «ترضى» بأقل من ذلك؟

حظاً موفّقاً في ذلك. فهذا لن يحدث -ليس من واقع تجربتي المهنية (والشخصية)- إلا بالكثير من الجهد. ما سيحدث هو أن الضرورات المفروضة في الحياة ستبدأ لا محالة تأخذ الأولوية على الضرورات المرغوبة. ربما ستكون لديك قائمة من عشر مهام يجب عليك القيام بها في يومك، والجنس هو المهمة الحادية عشرة. وليس ذلك لأنك لا تعتقد أن الجنس مهم، إنما لأنك لا تصل أبداً إلى ما بعد المهمة الخامسة في القائمة. إذاً، يجب أن تخصص له المساحة والوقت، وبقدر ما أرى، يجب أن تفعل ذلك بوعي. يمكن أن تسأل نفسك: «كيف سيكون الحال لو قضيت بعض الوقت مع هذا الشخص الذي كنت منجذباً له يوماً ما؟» عليك أن تفكر في ذلك بجدية. ربما لا يتوفر لديكما الوقت سوى لمشاهدة التلفزيون لنصف ساعة قبل أن تدخل إلى السرير. ربما تتوفر

لديكما ساعة ونصف، أو ساعة، لأن الحياة مزدحمة جدًا. لن يكون من السيئ أن تستحما، وأن تضع الزوجة القليل من أحمر الشفاه، قد يكون ذلك جيدًا. وبعض العطر، وترتدي ملابس جذابة ومثيرة. إذا كنت الرجل اشتر بعض الملابس المثيرة لزوجتك، وإذا كنت المرأة، ارتديها مع ابتسامة. ربما يمكنك، إذا كنت الرجل، أن تختار شيئًا لترتيبه يكون جذابًا بدرجة معقولة، دون أن يكون متطرفًا أو ينم عن رداءة الذوق أو يجعلك تشعر بالخجل، إذ سيكون لذلك تأثير عكسي. سيكون الإطراء مفيدًا من كلا الطرفين. ربما في كل مرة يحدث فيها ذلك على مدار سنة. أنت تحاول بناء بعض الثقة. جرب الإضاءة الخافتة، ربما بعض الشموع (ويجب أن يشتري أحدهما الشموع، وأن يشجعه الآخر على القيام بذلك؛ ويجب الابتعاد عن التهكم والاستخفاف إلى أقصى حد، إذا كنت لا تريد القضاء تمامًا على شيء هو هش بالأساس). وإليك قاعدة: لا تعاقب شريكك أبدًا على فعل شيء تريد أن يستمر في فعله. خصوصًا إذا كان فعله يتطلب شجاعة حقيقية، أو خروجًا عن المألوف.

ما رأيك أن تحاول إعداد المشهد بالكامل بطريقة رومانسية، كما تتخيل أن يكون لو أنك في علاقة غرامية؟ لأن هذا هو نوع الأشياء التي يتخيلها الناس عندما يتخيلون علاقة غرامية (هذا إذا كان لديهم أي قدر من الخيال). جرب أن تقيم علاقة غرامية مع زوجتك لو كنت الرجل، أو مع زوجك إذا كنت المرأة. ربما يمكن لأحدهما إعداد غرفة النوم بينما يستعد الآخر في الحمام. سبق أن ذكرنا الشموع. فماذا عن بعض الموسيقى؟ ماذا عن التأكد من أن الغرفة نظيفة -وربما- جذابة من الناحية الجمالية؟ قد تكون هذه بداية. وربما تحرصان على ألا تتقدما في العمر وتزدادا وزنًا وتصبحا غير صحيين ومهووسين بالأمراض بأسرع ما يمكن لمجرد إزعاج بعضكما البعض، وهذا يحدث مع العديد من الأزواج بالتأكيد. حينئذ ربما يمكن أن يحصل كل منكما على ما يحتاجه، وربما حتى على ما يريده. لكن سيكون عليك الاعتراف برغباتك، وستحتاج إلى

التفاوض مع شريكك. ماذا تحب أنت؟ ماذا تحب هي؟ وهل سيعترف كل منكما للآخر برغبته؟ وهل ستغامران بالتدرب على تلبيتها بشكل سيء في البداية؟ هل ستتعلمان بعض الحيل الجديدة، حتى لو شعرتما بالبلاهة وأنتما تجربانها للمرة الأولى؟

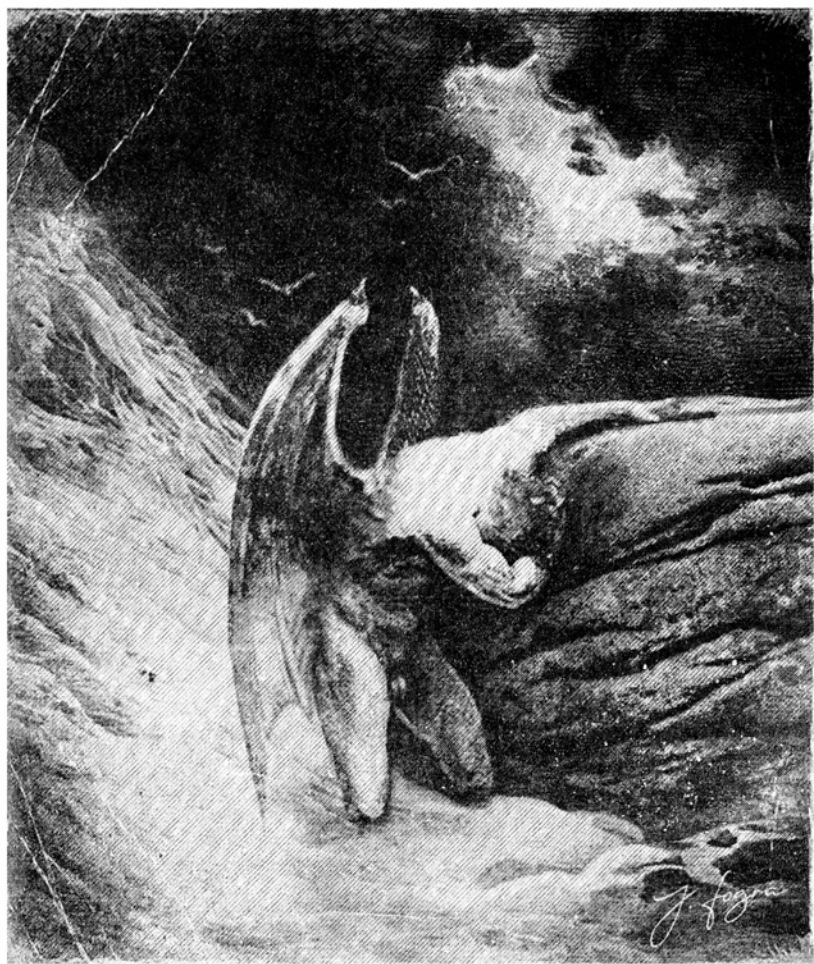
لا شيء من هذا سهل. أحيانًا يتصرف الناس تجاه بعضهم بطرق يتجنبون الحديث عنها، وهو أمر غير مفيد في الزواج. لكن، ربما إذا كنت في مزاج للتفاوض وتطرقت للأمر بحسن نية، يمكن أن تقرر ما تحتاجه وتريده بالضبط، وتعتقد مع شريكك صفقة مناسبة تمامًا. يمكن أن تسأل نفسك: «كيف يمكنني تنظيم هذا الأمر بحيث أظل منجذبًا من الناحية الرومانسية إلى زوجتي (أو منجذبة إلى زوجي) على مدى العشرين عامًا القادمة، حتى لا أرتكب شيئًا غيبًا، كما يفعل الكثيرون؟ ما هو الحد المقبول الذي يضمن لي الرضا الجنسي؟» قد تحاول أن تقنع نفسك بأن هذا ليس ضروريًا، وأنت تستطيع تحمل الوضع كما هو، حتى لو بلغ حد غياب الحياة الجنسية تمامًا. لكنك لن تستطيع. ليس إذا كان لديك أي إحساس أو احترام للنفس. هناك شيء تريده وتحتاجه. ومن الممكن، إذا تواصلت مع شريكك بصراحة بشأن هذا الشيء، وفي الوقت نفسه تركت المجال مفتوحًا لتلقي نفس النوع من التواصل من شريكك، أن يحصل كل منكما على ما يريده من الآخر، بل وربما أكثر مما تتوقعانه.

رتب بعض المواعيد الغرامية، وعود نفسك على الترتيب لها والالتزام بها حتى تصبح خبيرًا في ذلك. تفاوض، وتمرن على ذلك أيضًا. اسمح لنفسك أن تدرك ما تريده وتحتاجه، وتحلّ باللباقة لتشارك شريكك هذا السر. ففي النهاية، من لديك غيره لتخبره به؟ كرّس نفسك للمبدأ الأسمى الذي تعتمد عليه بشكل أساسي العلاقة الصادقة والشجاعة، وافعل ذلك بالجدية التي تحفظ لك سلامة روحك. حافظ على عهود زواجك بما يجعلك يائسًا بالقدر الكافي لأن تتفاوض بصدق. لا تسمح لشريكك بأن يبعدك عنه بادعاء عدم المعرفة أو رفضه التواصل. لا تكن ساذجًا، ولا

تتوقع أن يحافظ الحب على رونقه دون جهد مستمر منك. وزَّع المهام المنزلية بينك وبين زوجتك بطريقة يرضيها كلاكما، ولا تستبدَّ بها أو تخضع لها. قرر ما تحتاج إليه لتحافظ على رضاك، سواء في غرفة النوم أو خارجها. حينئذ ربما -فقط ربما- ستحافظ على حب حياتك، وستجد في شريكك صديقًا ومؤتمناً. وهذا سيجعل هذا العالم البارد القاسي الذي نعيش عليه في الطرف الأقصى من الكون أكثر دفئًا وراحة. وستحتاج إلى ذلك، لأن الأوقات الصعبة آتية حتمًا، ويجب أن يكون لديك ما تواجهها به، وإلا فإن اليأس سيزورك ولن يغادر. خطط واعمل بكد للحفاظ على الرومانسية في علاقتك.

مكتبة

t.me/soramnqraa



القاعدة الحادية عشرة

لا تسمح لنفسك بأن تقع فريسة للاستياء،

أو الخداع، أو الغطوسة

القصة هي الأساس

لديك أسبابك التي تجعلك مستاءً، ومخادعًا، ومتغطرًا. إنك تواجه أو ستواجه قوى فوضوية رهيبة، وستكون أحيانًا أقوى من قدرتك على مواجهتها. فكيف لا تتدهور وتفور غضبًا وترتكب الآثام وتبغض الأمل نفسه، وأنت تواجه القلق، والشك، والعار، والألم، والمرض، وعذاب الضمير، وترزح تحت وطأة الحزن، والأحلام المحطمة، وخيبة الأمل، والواقع المر للخيانة، والخضوع لطغيان المجتمع، والذل الذي يرافق الشيخوخة حتى الموت؟ أريدك أن تتعلم كيف يمكنك مقاومة ذلك السقوط، ذلك الانحدار نحو الشر. وللقيام بذلك، لفهم أعماق شخصيتك وانسياقها وراء إغواء الشر، يجب أن تعرف ما الذي يقف ضدك. عليك أن تفهم دوافعك نحو الشر، وأفضل تحليل توصلت إليه لماهية الشر يكمن في هذا الثلاثي: الاستياء، والخداع، والغطوسة.

هل يمكن فهم العالم على نحو يحميننا من فتنة الانجراف نحو ذلك المسار الأكثر دناءة؟ إنه لمن المسلّمات في المعرفة البشرية أن الوصول إلى صياغة أكثر وضوحًا وفهم أعمق للمشكلة يعود علينا بالنفع. سنبدأ محاولتنا لفهم العالم بشكل أوضح وأعمق بتغيير مفاهيمي، وهو تحدٍّ معقد ومربك بالنسبة إلينا بوصفنا معاصرين متشبثين بالمادية. بدايةً، هناك سؤال

يطرح نفسه: ممّ يتكوّن العالم؟ وللإجابة عن هذا السؤال، سنحتاج إلى التفكير في الواقع -العالم- كما يختبره بشكل كامل شخصٌ حيٌّ ومتيقِّظٌ، مع الحفاظ على كل ثراء التجربة؛ بما فيها الأحلام، والتجارب الحسية، والمشاعر، والدوافع، والخيالات. هذا هو العالم الذي يظهر أمامك، أو من الأفضل أن نقول، الذي تواجهه بشكل مباشر، بوعيك الفردي الفريد. تأمل لحظة استيقاظك في الصباح. إذا طُلِبَ منك أن تصف ما تراه في تلك اللحظة، فقد تذكر الأشياء المادية نفسها التي قد يراها أي شخص آخر إذا استيقظ بجوارك في الفراش. ربما تصف كل ما يحيط بك في غرفة نومك: مثل المكتب، أو المقاعد، أو الملابس، سواء كانت مبعثرة أم مُرتّبة بعناية، وَفَقًا لطباعك وتفضيلاتك، وربما حالتك في الليلة الماضية. من المرجح أن تجيب بطريقة موضوعية وواقعية للغاية، زاعمًا أنك ترى الأشياء كما هي. وبطبيعة الحال، تحمل إجابتك شيئًا من الصواب، رغم أنك قد لا تعبر الأشياء المألوفة من حولك الاهتمام الذي تظنه. فلماذا تهدر الوقت والطاقة في ملاحظة ما يمكنك ببساطة تذكره؟

غير أن الأثاث وغيره من محتويات غرفة نومك ليس ما تدركه حقًا في اللحظة التي تستيقظ فيها من النوم؛ أنت تعرف مسبقًا المكان الذي تنام فيه وما يحتويه، فلا تجد داعيًا لأن تستمر في إدراكه بجهد ووعي. وبدلًا من ذلك، قد تركز على محيطك النفسي، وتشرع بالتفكير في ما ستقوم به خلال اليوم، وما الذي سيترتب على ذلك من نتائج. ما تراه عند الاستيقاظ هو مجموعة من الاحتمالات، يرتبط بعضها باليوم الحالي، بينما يمتد بعضها الآخر إلى الأسابيع، والأشهر، وحتى السنوات القادمة. غير أن ما يشغلك حقًا عند الاستيقاظ هو الإجابة عن هذا السؤال: «ماذا سأفعل بتلك الاحتمالات التي أراها أمامي، سواء أكانت معقدة، أو مقلقة، أو مشوّقة، أو مملة، أو مقيّدة، أو غير محدودة، أو واعدة، أو حتى كارثية؟»

في عالم الاحتمالات، يصبح كل ما قد تحلم بالحصول عليه ممكنًا. إنه مجال الفرص غير المحققة، ولا أحد يعرف حدوده بالكامل. من الناحية

النظرية، يبدو أنه لا يوجد سقفٌ لما يمكن صنعه من تلك الأمور التي لم تتجسد بعد. كل ما يمكن اكتشافه لاحقاً يكمن في هذا العالم. قد ننظر إلى ما لم تواجهه بعد على أنه كنز أبديّ أو «قرن وفرة» (وهذان بالفعل من أبرز تمثيلاتهِ). لكن هذا ليس إلا نصف القصة الكاملة (وهنا تكمن المعضلة). فقد تجد نفسك في مأزق عظيم إذا لم تتحقق الاحتمالات التي تواجهها كما هو مخطط لها (سواء أكان ذلك بسبب خطأ من جانبك، أو بفعل عشوائية العالم المحضة). هناك، في المجهول - في المستقبل، حيث تجري مواجهاتك الحقيقية حينما يستعيد وعيك نشاطه - ينتظر كل ما هو جميل، لكنه أيضاً يحمل معه كل ما هو سيئ، ومؤلم، وجهنمي، وقاتل. لذا، أيّا كانت طبيعة الاحتمال، فإنه لا يلتزم بالضرورة بالقواعد البسيطة للمنطق المادي. فلا يمكن أن تكون الأشياء التي تسير وفق القواعد التي تحكم الواقع (حين نفترض أن ما هو واقعي لا بد أن يكون منطقيّاً) إلا كياناتاً واحداً في كل لحظة، ولا يمكنها بأي حال أن تجمع بين ذاتها ونقيضها في آنٍ واحد. ومع ذلك، فالاحتمال لا يخضع لهذه القواعد، ولا يمكن تصنيفه ضمن هذا الإطار. فهو يجمع بين المأساة والكوميديا، بين الخير والشر، وكل ما بينهما في آنٍ واحد. كما أنه ليس ملموساً بالمعنى الذي نعتبر به الأشياء ملموسة. بل إنه ليس موجوداً؛ إلا بطريقة وجود ما يمكن أن يوجد. ربما من الأفضل تصور الاحتمال بوصفه بنية للواقع، قبل أن يتجلى الواقع بشكل ملموس في الحاضر، حيث يبدو الواقع عندها في أوضح صورهِ. غير أننا معشر البشر لا نكتفي بتجربة الحاضر فحسب. وربما لا يمثل الحاضر الواقع الأكثر جوهرية بالنسبة لوعينا. علينا أن نخوض معركة لنعيش اللحظة الحالية، كما ينصحنا الحكماء. لأننا، إن تركنا لأنفسنا، فإننا نميل إلى توجيه عقولنا بدلاً من ذلك إلى استكشاف المستقبل: «ما الذي سيكون عليه؟» والسعي للإجابة عن هذا السؤال؛ وهذه هي الحياة. ذلك هو التفاعل الحقيقي مع جوهر الواقع. السؤال «ماذا حدث؟» يمثل الماضي المنصرم، الذي تحقق بالفعل. أما السؤال «ماذا يمكن أن يكون؟»

فهو انبثاق وجود جديد، ومغامرة جديدة، تنبثق من خلال تلاقي الوعي الحي مع الامتداد الشاسع من الاحتمالات المتناقضة.

وإذا كانت الاحتمالات أكثر واقعية من الواقع الملموس، فإن استكشافها يصبح أعظم مجالات البحث (كما يتجلى في حقيقة أن الاحتمالات هي التي يجب علينا مواجهتها). لكن كيف نحقق في شيء غير موجود في أي مكان محدّد؟ كيف نعاين ما لم يتجلّ بعد، ونستكشف ما يمكن أن يكون، لكنه لم يتجسد بعد؟ كيف يمكننا التواصل بوضوح مع بعضنا البعض بخصوص هذا السعي، وكيف نتبادل المعلومات حول أفضل التصورات، والمناهج، والاستراتيجيات؟ على حد علمي، يكمن الجواب في التواصل عبر القصص بشأن الواقع الموجود بالفعل، وكذلك بشأن الاحتمالات الممكنة. وهذا يعني أنه إذا كان الاحتمال هو العنصر الجوهر في الواقع الذي نتعامل معه، فإن القصص هي التي تحمل في طياتها المعرفة التي تُعدّ الأهم بالنسبة إلينا.

نحن بطبيعتنا نميل إلى التفكير في حياتنا باعتبارها قصصًا، ونبقى تجاربنا بنفس المنهج، فنخبر الآخرين تلقائيًا بمكان وجودنا (لتحديد السياق) ووجهتنا، سعيًا لبلورة الحاضر من خلال الاحتمالات التي تنبثق أثناء رحلتنا نحو غايتنا. ولا يجد أحد في هذا السرد ما يثير الاستغراب. ولكننا نفعل أكثر من مجرد تصوير حياتنا، وحياة الآخرين، كسلسلة من الأحداث؛ فالأمر أعمق بكثير.

عندما تصف أفعال شخص ما في العالم، فإنك تقدم صورة عن كيفية إدراكه، وتقييمه، وتفكيره، وتصرفه. ومع هذا الوصف، تبدأ القصة في التبلور (وكلما زادت براعتك في مثل هذه الأوصاف، ازدادت رواياتك تشابهًا مع القصة). علاوة على ذلك، إننا نختبر العالم باعتباره مكانًا يعج بشخصيات تجسّد تمامًا ما يتعين علينا التعامل معه. يتخذ المجهول، وغير المتوقع، والجديد -عالم الاحتمالات- شكلًا دراميًا، كما يُجسد أيضًا العالم الذي

نتوقعه ونعمل لتحقيقه. ونحن كذلك، بوصفنا ممثلين على هذا المسرح، نواجه المجهول والمتوقع معاً؛ ونلجأ إلى القصة كوسيلة لتمثيل كل ذلك.

هل من الممكن أن يكون تواصلنا عبر القصص (وفهم الجميع لها) ناشئاً عن أن كل ما يفعله الناس في العالم هو، في جوهره، عبارة عن قصة؟ هل يعني ذلك أن العالم الذي نعيشه هو قصة؛ وأنه لا يمكن تصويره بدقة تفوق ما تقدمه القصة؟ نحن، في جوهرنا، متكيفون مع العالم؛ ومتكيفون مع حقائقه. وإذا كنا بطبيعتنا نميل إلى تفسير العالم على أنه قصة، فقد يكون من الأكثر دقة، أو على الأقل من الأكثر جدوى من الناحية العملية، أن ننظر إليه بهذه الطريقة (لا سيما أن التفريق بين الدقة والجدوى العملية ليس دائماً أمراً سيراً). قد تجادل بأن الرؤية العلمية للعالم هي الأكثر دقة من بعض الجوانب، وأنها، في جوهرها، ليست قصة على الإطلاق. إلا أنه يبدو لي أن الرؤية العلمية لا تزال تنتمي إلى إطار قصة؛ قصة تقول شيئاً من هذا القبيل: «السعي الدؤوب وغير المتحيز وراء الحقيقة سيجعل العالم مكاناً أفضل للجميع، مما يقلل من المعاناة، ويطيل العمر، ويزيد الثروة». لماذا نمارس العلم بخلاف ذلك؟ ولماذا قد يتحمل أحدهم مشقة التدريب العلمي وتحدياته إذا غاب هذا الدافع؟ على سبيل المثال، ثمة طرق أكثر فعالية لكسب المال إذا كنت تمتلك الذكاء والانضباط اللازمين لتصبح باحثاً حقيقياً. أما فيما يتعلق بالدافع الذاتي، فإن حب العلم ليس، في جوهره، تعلماً خالياً تماماً من المصلحة. إن أعظم المجريين والكتاب في المجال العلمي الذين عرفتهم كانوا دوماً مفعمين بشغف كبير تجاه مساعيهم. ثمة دافع عاطفي يحركهم. إنهم يأملون أن يُسفر تعلمهم (حتى وإن بدا خالياً من المصلحة الشخصية، إذ لا يهدف حالياً سوى إلى اكتساب المعرفة) عن نتيجة إيجابية حقيقية مثل جعل العالم مكاناً أفضل. هذا يمنح السعي برمته عنصراً سردياً: يمنحه دافعاً يرافق أي حبكة متقنة، وأيضاً تحولاً في الشخصية يميز أروع القصص.

نحن نصوغ ما نختبره في شكل قصة؛ وهذه القصة - بشكل عام - تصف

المكان الذي نتواجد فيه الآن، وكذلك المكان الذي نهدف للوصول إليه، والاستراتيجيات التي نضعها والمغامرات التي نخوضها على الطريق، بالإضافة إلى سقوطنا وجمع شتات أنفسنا مجدداً أثناء تلك الرحلة. إنك تدرك وتتصرف داخل هيكل كهذا طوال الوقت، لأنك دائماً في مكان ما، متجهٌ إلى مكان آخر، ودائماً ما تُقيِّم مكانك وما يجري حولك فيما يتعلق بهدفك. جزء من هذا التفكير في القصص هو نزعتنا لرؤية العالم باعتباره مجموعةً من الشخصيات، حيث يمثل كل منها إما المكان الذي نحن فيه أو الذي نسعى للوصول إليه، أو الأحداث غير المتوقعة التي قد نصادفها، أو أنفسنا كفاعلين. نحن نرى أن ثمة مقصداً حياً في كل شيء حولنا⁽¹⁾، وبالتأكيد نقدم العالم لأطفالنا بهذه الطريقة. ولهذا السبب تمتلك شخصية «توماس القطار» وجهاً وابتسامة، وكذلك الشمس تمتلك وجهاً وابتسامة. ولهذا السبب -حتى بالنسبة للبالغين- ثمة رجل في القمر، وآلهة متناثرة عبر النجوم. كل شيء متحرك وحي في تصورنا، وهذا يعكس نزعتنا إلى التعامل مع كل شيء على أنه يمتلك نية أو شخصية، سواء كان ذلك الشيء حياً أو جماداً. ولهذا السبب، يبدو لك من الطبيعي أن تحتوي سيارتك على وجه (في المقدمة، حيث تنتمي الوجوه)، وهي تحتوي على وجه بكل تأكيد.

نحن نتصرف (ندرك، ونفكر، ونتفاعل) بهذه الطريقة لأن كل فرد من البشر تقريباً يؤدي معظم أفعاله بحضور الآخرين، سواء أكان ذلك يؤثر عليه بالإيجاب أو بالسلب. وهذا ما كان عليه الحال منذ قديم الأزل وحتى يومنا هذا. فمعظم ما تعاملنا معه خلال رحلتنا البيولوجية الطويلة نحو شكلنا الحالي كان اجتماعياً بطبيعته. وإذا لم يكن تفاعلنا مع البشر، فقد كان مع الحيوانات. قد نصطادها، أو نرعاها، أو نلعب معها بعد ترويضها. وربما كانت هي من تصطادنا، وهو ما دفعنا إلى فهمها لتتمكن من الهروب منها أو الدفاع عن أنفسنا. ساهمت تعاملاتنا داخل القبيلة الواحدة، وبين القبائل، فضلاً عن التفاعلات مع الكائنات الأخرى في تشكيل أدمغتنا وطريقة تصنيفنا لما حولنا، وهو ما يجعل هذه التصنيفات بطبيعتها

اجتماعية، وذاتية، أكثر من كونها موضوعية، على عكس التصنيفات العلمية. لا يبدو الأمر وكأننا ولدنا بغريزة تمكنتنا من فهم الجدول الدوري للعناصر. على الإطلاق؛ فنحن لم نتمكن من التوصل إلى هذا الفهم إلا منذ بضع مئات من السنين، وقد تطلب الأمر وقتاً وجهداً كبيرين. وعلى الرغم من أن من سبقونا بذلوا جهداً شاقاً لوضع هذا النظام المميز لتصنيف العناصر الكيميائية، فإن تعلمه لا يزال صعباً. ولا يبدو هذا الأمر جذاباً بحد ذاته (على الأقل بالنسبة لمعظم الأشخاص) لكونه يفتقر إلى عنصر القصة الذي يشد الانتباه. لا شك أنه يمثل وصفاً دقيقاً وفعالاً للواقع الموضوعي كما هو، لكن استيعاب هذا النوع المجرد من الإدراك يظل أمراً صعباً.

وعلى النقيض من ذلك، إذا كان شخص ما يروي لك قصة، فإنها تجذب انتباهك فوراً. قد تكون القصة معقدة، وتتطلب مجهوداً ذهنياً، وربما تحتاج إلى ساعات من التركيز. بل قد تكون هذه القصة هي قصة اكتشاف الجدول الدوري للعناصر وما رافقها من انتصارات وصعوبات؛ لا يهم. إذا رويت القصة بإتقان، فستأسر المستمع وتبقى غالباً عالقة في ذاكرته. إذا أردت أن تعلم طفلاً شيئاً وتفوز بانتباهه، فاحكِ له قصة. سيطلب منك مراراً أن تفعل ذلك. في حين أنه لن يمسك بطرف بنطالك ويتوسل قائلاً: «أبي، من فضلك احكِ لي سطرًا آخر من الجدول الدوري قبل النوم!» لكنه سيكون متحمساً بشدة لسماع قصة؛ بل وأحياناً نفس القصة كل ليلة. هذا دليل على عمق وأهمية القصص. قد تظن أن القصة مسألة بسيطة، ولكن طفلك -أثناء استماعه بانتباه- يعالج مستويات متعددة من المعاني التي تحملها أي حكاية جيدة. وقد تكون هذه المعاني خفية بالنسبة لك، خاصة إذا كانت القصة تقليدية وعميقة.

نحن جميعاً بشر، وهذا يعني أن ثمة شيئاً مشتركاً يجمع بين تجاربنا. ولولا هذا التشابه، لما انتمينا جميعاً إلى الجنس البشري، ولما تمكنا حتى من التواصل. ومن المفارقات أنه لكي نتواصل، يجب أن تكون هناك أمور بينك وبين الآخرين يمكن أن تفهم دون حاجة إلى تفسير. تخيل أن

تقول لشخص ما: «لقد شعرت بالغضب الشديد هذا الصباح». إذا كنت تريد للمحادثة أن تستمر وكان الشخص الآخر متفهمًا، قد يسألك عن السبب، لكنه على الأرجح لن يسألك: «ماذا تعني بكلمة 'الغضب'؟» لن يطرح هذا السؤال لأنه يعرف مسبقًا، من تجربته الشخصية، ما يعنيه «الغضب». هذا أمر يمكن افتراضه دون الحاجة إلى شرح. في الواقع، ما يسمح لك بالتحدث عن أي شيء هو وجود أمور لا تحتاج إلى التحدث عنها. يمكنك أخذها كأمر مسلم به. على سبيل المثال، نحن نعلم أن هناك مجموعات أساسية من المشاعر يشترك فيها جميع البشر، بل وحتى العديد من الحيوانات⁽²⁾. الجميع يفهم مشهد دبة أم تقف أمام صغارها تزمجر وتكشر عن أنيابها للعيان. إن تلك الأمور التي لا تحتاج إلى تفسير هي بالتحديد ما يجعلنا بشرًا، وهي التي تشكل جوهر الإنسان، رغم قابليته للتغير بتأثير المجتمع والبيئة.

إذا، لنتقل إلى القصة؛ أو إلى سرد القصة نفسها في حقيقة الأمر. سنبداً بقاء الشخصيات التي يسهم وجودها في تشكيل فهمنا الشامل لاحتمالات العالم. ومع بعض الحظ، عندما تلتقي بهم، سنبداً في فهم صلتهم بالاستياء، والغطرسة، والخداع، بالقدر الكافي لمنحك شيئًا من الحماية.

الشخصيات الخالدة في الدراما الإنسانية

تئين الفوضى

عندما كان ابني جوليان في حوالي الرابعة من عمره، كان يشاهد فيلم «بينوكيو» مرارًا وتكرارًا، لا سيما المشهد الذي يصور الحوت «مونسترو» وهو يتحول إلى تئين ينفث النار. ربما شاهد ذلك المشهد خمسين مرة. ولم يكن واضحًا أنه يستمتع به؛ بل كان الخوف جليًا في وجهه كلما شاهد هذا المشهد الحاسم. وكان له كل الحق في هذا الخوف، فقد كانت الشخصيات التي تعلّق بها تواجه خطرًا كبيرًا وتضحى بكل شيء. ومع ذلك، كان ذلك المشهد هو الأكثر إغراءً له والأكثر إثارة لفضوله.

ما الذي كان يفعله وهو يشاهد الفيلم مرارًا وتكرارًا بحق الله؟ لا سيما إذا كان الشعور الذي يتتابه عن مشاهدته هو الخوف؟ لماذا يختار طفل أن يُعرّض نفسه لذلك طوعية؟ في الواقع، كان جوليان يستخدم جميع قدرات عقله الناشئ - الواعية منها أو غير الواعية - لفهم العلاقات المعقدة في قصة كهذه. إن قصة «بينوكيو» وأمثالها تتسم بالكثافة والتعدد الطبقي والتعقيد، مما يأسر خيال الأطفال بشدة ويجعلها تلتصق بأذهانهم، وهذا ليس محض صدفة. فعلى الرغم من أن الأطفال صغار السن وقليلو الخبرة، وفي بعض الجوانب قد يبدوون كمن لا يعرف شيئًا، فإنهم يمتلكون معرفة فطرية من نوع آخر، وليسوا أبدًا أغبياء أو غافلين. إن انجذابهم للحكايات الخرافية وقصص مثل بينوكيو يكشف عن مدى العمق الذي يدركه الأطفال في هذه القصص، حتى لو لم تعد تلاحظ تلك التفاصيل وأنت في سن الرشد.

يمثل ذلك الحوت «تئين الفوضى». إنه تمثيل رمزي للإمكانات، والاحتمالات، بكل جوانبها الإيجابية والسلبية. تظهر تمثيلات هذا الرمز في كل مكان، ويشاهدها الأطفال حتى وإن لم يدركوا معناها الرمزي. في فيلم ديزني الكلاسيكي «الأميرة النائمة»، على سبيل المثال، تأسر الملكة الشريرة مالفيسنت الأمير فيليب، وتقيده بالسلاسل داخل زنزانه قصرها، وتروي له حكاية خرافية غريبة. تستمتع بوصف ملامح الرجل العجوز المتهالك الذي سيكون عليه بعد مرور ستة أو سبعة عقود من الآن، عندما تقرر بكرمها أن تطلق سراحه من سجنه. تصوره باعتباره محاكاة ساخرة للبطل، وتستمتع بذلك، وتغلق باب زنزانه وتصعد الدرج عائدةً إلى قصرها، مطلقةً ضحكة شريرة طوال الوقت. إنها تجسد صورة الأم الاستحواذية الكلاسيكية التي تمنع ابنها من تحقيق مصيره برفضها السماح له بمغادرة المنزل.

يهرب الأمير من الزنزانه بمساعدة القوة الأنثوية الإيجابية: ثلاث جنيات مساعدات، وهن بوضوح الشخصيات المكافئة الأسطورية لمالفيسنت.

تراقب الملكة الشريرة الأمير وهو يمتطي حصانه، ويشق طريقه عبر جيشها، عابراً جسورها المتهدمة التي تُغلق سريعاً، وسالكاً الطريق المؤدي إلى خارج فخ الموت الوشيك في قصرها. وبتزايد شعورها بالذعر، تقفز من برج إلى آخر حتى تصل إلى البرج الأعلى. وهناك، وهي في قمة غضبها، تستدعي نيران الجحيم ذاتها، وتتحول إلى تنين ضخم ينفث اللهب. كل من يشاهد الفيلم يتقبل هذا الأمر كحقيقة مسلّم بها: «بالطبع، الملكة الشريرة تتحول إلى تنين، لا مشكلة في ذلك». لكن لماذا، تحديداً، يُعتبر هذا مقبولاً بوجه عام؟ للوهلة الأولى، يبدو التحول غير منطقي تماماً. في لحظة، كانت تقف في هيئة ملكة شريرة يمكن تفهّم غضبها الشديد، وفي اللحظة التالية تدور حول نفسها عدة مرات، وفجأة، بوف! تتحول إلى تنين ضخم ينفث النار. ربما يدور في خلدك أثناء قراءتك لهذا فكرة مفادها: «لماذا تجعل من ذلك الأمر قضية كبيرة؟ حتى طفلي البالغ من العمر أربع سنوات يفهم ذلك!» لا مشكلة لديّ في تحول الملكة الشريرة إلى تنين، فهو أمر بديهي للغاية بحيث يمكن حدوثه في أي فيلم رائع ويتم تقبله دون تساؤل؛ بديهي لدرجة تجعل من الصعب لفت انتباه الناس إلى أن شيئاً غريباً قد حدث.

لكن إذا تحولت الملكة إليزابيث الثانية فجأة إلى سحلية عملاقة تنفث النيران في إحدى حفلاتها اللامتناهية، فإن الشعور بالرعب سيكون أمراً مناسباً ومتوقعاً. فالناس، وحتى ملوك المملكة العظمى، لا يتحولون ببساطة إلى زواحف خطيرة ويهاجمون ضيوفهم (حسناً، ليس في معظم الحفلات). ولكن إذا حدث ذلك في سياق قصة، فإننا نتقبله. ومع ذلك، هذا لا يفسّر الغموض. ليس أي تحول عشوائي يمكن أن يحدث داخل القصة. لن يكون هناك أي منطق إذا ارتدت الساحرة الشريرة مالفيسنت زياً وردياً لامعاً وبدأت تلقي الورود على الطريق الذي يعدو فيه الأمير فيليب هارباً من سجنه. هذا ليس من طبيعة مالفيسنت، ولا يتماشى مع التوقعات السردية الضمنية التي يجلبها كل مشاهد بشكل ضمني إلى كل

فيلم (ومن غير المرجح أن يتقبل الجمهور إفساد هذه التوقعات، إلا إذا تم ذلك ببراعة استثنائية وغرض أسمى). لكن ليس هناك مشكلة في أن تتحول إلى تنين. لماذا؟ ذلك جزئياً لأن الطبيعة نفسها يمكنها أن تنقلب من النظام إلى الفوضى المطلقة على نحو غير متوقع. فعلى سبيل المثال، يحدث هذا عندما يتعرض موقد المخيم الذي أعدناه لطهو النقانق والغناء حوله إلى تيار هواء ساخن مفاجئ، فتشتعل الغابة الجافة التي كانت نظرياً تحمي خيامنا وتتحول إلى حريق هائل. المخاطر التي نستطيع التعامل معها قد تتحول بشكل مفاجئ إلى مخاطر تفوق قدرتنا على التعامل معها. ولهذا السبب، لا يتفاجأ أحد عندما تتحول الملكة الشريرة إلى تنين الفوضى.

تخيل للحظة أنك إنسان بدائي تعيش في حقب ما قبل التاريخ، وتخيم ليلاً، وقد حددت ذلك الموقع ليكون منطقة نفوذ؛ مكاناً يوفر الأمان والاستقرار لوقت قصير. أصدقاؤك هناك، وعشيرتك، ولديك رماحك ونارك. إنه مكان آمن؛ أو على الأقل يُعتبر كذلك في ظل هذه الظروف. ولكن إذا تجوّلت بلا مبالاة على بُعد مائتي قدم فقط من نار المخيم، قد يفترسك شيء بشع ذو أسنان وحراشف. هذا هو ما يختبئ هناك في المجهول الرهيب. هذه الفكرة متأصلة بعمق داخلنا. نحن نعلم على سبيل المثال أن البشر يخافون بالفطرة من المفترسات الزاحفة؛ ولديهم أسباب وجيهة لذلك. فالأمر لا يقتصر على أننا مهياؤون لأن نتعلم أن نخاف من هذه المفترسات (ونحن كذلك بالتأكيد): بل إن الخوف ذاته جزء غريزي من طبيعتنا⁽³⁾. لأغراض عملية، يوجد بداخلنا صورة متجذرة للصيد الرهيب الذي يختبئ في الظلام. ولهذا السبب، يخاف الأطفال من الظلام بمجرد أن يتمكنوا من التحرك بمفردهم⁽⁴⁾. يرددون بإصرار في جنح الليل: «هناك وحش في الظلام يا أبي!». ويؤكد الأب لابنه أو ابنته أنه لا يوجد وحش. حسناً، البالغ هنا مخطئ، والطفل محق تماماً. قد لا يكون هناك وحش في هذا الجزء المحدد من الظلام، في الوقت الراهن، ولكن هذا لا يجلب الكثير من الراحة لطفل طوله ثلاثة أقدام وصالح للالتهام، وقد يكون

هناك -وسيكون هناك- وحش في المستقبل. ولهذا السبب، ينبغي أن تُعلّم طفلك مباشرة ومن خلال أفعالك أن هناك دائماً شيئاً شريراً وخطيراً في الظلام، وأنه من مهمة الفرد المستعد جيداً مواجهته وأخذ الكنز الذي يحرسه عادةً. إنه أمر يمكن للبالغ والطفل تطبيقه بنتائج عظيمة.

أخذت جوليان إلى متحف العلوم في بوسطن قبل نحو عام ونصف من لقائه «بينوكيو». في المتحف هيكल عظمي لثيرانوصور ريكس، كان حجمه مثيراً للإعجاب بالنسبة إليّ، لكنه كان أكبر من ذلك بكثير في عيني جوليان. لم يقترب لأكثر من 100 قدم. عند مسافة 150 قدماً، دفعه الفضول للتقدم، لكن كل شيء توقف عندما اقتربنا أكثر. كان ذلك ضمن الظواهر العصبية أيضاً؛ إذ دفعه الفضول للتقدم نحو «الوحش» ليجمع بعض المعلومات المفيدة، حتى تجمّد في مكانه من الخوف. استطعت أن أرى بالضبط مكان تلك الحدود، وربما كانت تشير إلى المسافة التي يحتاجها ليظل في أمان، في حال استدار هذا الكائن فجأة برأسه للإمساك به.

توجد فكرة متجذرة في أعماق الوجدان الإنساني تُفيد بأن المجهول قد يكون مصدرًا لأقصى درجات الرعب، حيث يقبع مفترس لا نهائي؛ أو مجموعة لا حصر لها من المفترسين. على أرض الواقع، هذا صحيح؛ فقد كان البشر فريسة للحيوانات منذ بداية الزمن، على الرغم من أننا جعلنا الأمر صعباً جداً على المفترسات بمجرد أن تسلحنا وتعاوناً معاً على نحو فعال. (شخصياً، أنا سعيد بهذا. لقد خيمت في مناطق كانت الدببة الرمادية وفيرة فيها. من الجيد أنها موجودة على هذا الكوكب، إنما أفضل أن تكون هذه الدببة خجولة وغير جائعة إطلاقاً، وبعيدة بما يكفي لتبدو جزءاً من منظر خلّاب). لكن هناك قوى روحية ونفسية تعمل بطريقة مفترسة قد تُدمرك أيضاً؛ ويمكن أن تكون أكثر خطراً. يندرج الحقد أو الشر الكامن في قلوب الناس -ويدفعهم لارتكاب الجرائم- ضمن هذه الفئة، وكذلك الشر الذي يحرك حرباً شاملة بدافع الانتقام، أو النهب، أو الطمع، أو الشغف المطلق بسفك الدماء والخراب. هذا الشر موجود أيضاً في قلبك،

وهو التّنين الأكبر على الإطلاق؛ كما أن السيطرة على هذا الحقد تمثل أعظم وأندر إنجاز فردي يمكن تحقيقه.

من الناحية العصبية، أنت مهياً لتفسير العالم بطريقة درامية على مستوى عميق جداً. يوجد جزء عتيق في دماغك يُعرف باسم «تحت المهاد»⁽⁵⁾ hypothalamus - وهو منطقة صغيرة تقع أعلى الحبل الشوكي - ويُنظم العديد من الاستجابات الأساسية التي تُعبّر عن فهمنا للخطر والاحتمالات. يحتوي المهاد السفلي على وحدتين: الأولى مسؤولة عن الحفاظ على الذات (الجوع، والعطش، والأهم بالنسبة لنا هو العدوان الدفاعي عند مواجهة التهديد)، وكذلك التكاثر (التحفيز الجنسي والسلوك الجنسي الأساسي). أما الثانية فهي مسؤولة عن الفضول والاستكشاف^(*). نصف المهاد السفلي يدفعنا إلى استخدام ما تم اكتشافه مسبقاً لإخماد وتلبية متطلبات الحياة الأساسية، بما في ذلك قدرتنا على حماية أنفسنا في حال التعرض لهجوم. والنصف الآخر يتساءل دائماً: ما الذي يوجد هناك؟ لأي غرض يمكن استخدامه؟ كيف يمكن أن يكون خطراً؟ وما هي عاداته؟ ما القصة إذاً؟ تناول الطعام، اشرب، وتمتع حتى تنفذ المؤن؛ لكن كن حذراً دائماً من الوحوش. ثم انطلق إلى العالم المجهول الخطير ولكن الواعد، واكتشف ما هو موجود هناك. لماذا؟ حسناً، أنت تعرف بالفعل العديد من الأمور التي تحتاج إلى معرفتها، لكنك لا تعرف ما يكفي بأي حال. تدرك هذا لأن الحياة ليست جيدة كما ينبغي، ولأنك سوف تموت

(*) يمكن في الواقع إزالة دماغ قطة أنثى بالكامل، باستثناء المهاد السفلي والحبل الشوكي؛ وهذا مثال شائع في الأدبيات العلمية، وستظل القطة قادرة على الحفاظ على نوع من السلوك الطبيعي، ما دامت بيتتها محكومة ومضبوطة بعناية. بل إنها تصبح مفرطة في الاستكشاف بشكل لافت، وهو أمر مذهل للغاية من وجهة نظري. فكر في الأمر: إذا قمت بإزالة 95% من دماغ القطة جراحياً، فإنها لا تستطيع التوقف عن الاستكشاف. قد تظن أن قطة بدون دماغ ستبقى جالسة فقط، لكن هذا ليس ما يحدث؛ فالجزء المسؤول عن الفضول في دماغها لا يزال موجوداً.

في نهاية المطاف. من البديهي -في ظل هذه الظروف- أن تسعى للتعليم واكتساب المزيد من المعرفة. وهذا ما يدفعك إلى الاستكشاف. ومن ثمّ، فإنّ التصور الأساسي للواقع باعتباره مستودع كنوزٍ أبديّ يحرسه مفترس لا يزول هو تمثيل مثالي للطريقة التي بُرِجتَ بها للتفاعل مع العالم على أعمق مستويات وجودك.

الطبيعة: الخلق والتدمير

لدينا جميعًا صورة عن الطبيعة. قد تكون هذه الصورة أشبه بمنظر طبيعي جميل، تُظهر الطبيعة بوصفها قوة كريمة ومتجددة، وغالبًا ما تستند إلى هذه الصورة الرؤية البيئية الرومانسية للعالم. أما بالنسبة لي، فبما أنني من شمال ألبرتا، لا أشارك تمامًا النظرة نفسها؛ إذ إن الطبيعة في مسقط رأسي ببلدة فيرفيو كانت تتآمر باستمرار لتجميد سكانها حتى الموت خلال ستة أشهر من السنة، ثم تلتهمهم الحشرات خلال شهرين إضافيين على الأقل. إذن، هذا هو الوجه القاسي والأقل شاعرية للطبيعة؛ ذلك الوجه الذي تكتسي فيه الأنياب والمخالب بالدماء. إنه ذلك الجانب من الطبيعة المرتبط بالإصابات، والأمراض، والموت، والجنون، وكل المآسي والكوارث التي قد تواجهك بوصفك كائنًا حيًّا في الجانب المظلم من الحياة.

ثمة إمكانية للمستقبل الذي لم يتحول بعد إلى واقع (والذي يُمثله تنين الفوضى، كما رأينا). لكن هناك أيضًا الطبيعة التي تصادفها مباشرة في حياتك، والتي لا يمكن اعتبارها غير معروفة تمامًا. هناك الخير في الطبيعة: حقيقة أنك هنا، على قيد الحياة؛ وأحيانًا تشعر بالسعادة؛ حقيقة وجود طعام لذيذ لتأكله، وأشخاص جذابين ومثيرين للاهتمام للتفاعل معهم، وتنوع هائل من الأشياء الشيقة لرؤيتها والقيام بها. وهناك مناظر طبيعية تأسر الأنظار، وجمال وسحر واتساع لا ينتهي للمحيط. هناك كل العناصر الخيرة والعجيبة للوجود الطبيعي. ولكن هناك أيضًا الرعب المطلق الذي

يترافق مع كل هذا الجمال مثل: الدمار، والمرض، والمعاناة، والموت. هذان العنصران من التجربة يقفان جنبًا إلى جنب. بل إن وجود الأول لا يمكن أن يتحقق إلا بوجود الثاني: حتى داخل جسدك، مهما كان صحيًا، فإن التوازن الدقيق للغاية بين موت كل خلية لم تعد مفيدة وحلول خلايا جديدة محلها هو شرط ضروري لاستمرار وجودك.

كلا هذين العنصرين من الوجود يتجليان في مخيلتنا في صورة مجسدة. أحدهما يتجسد في صورة الملكة الشريرة، إلهة التدمير والموت، والآخر هو نظيرها الإيجابي: الجنية الطيبة، الملكة الرحيمة، والأم الشابة العطوفة التي تراقب وليدها الهش الذي لا حيلة له بعينين ملوئهما الحنان. لكي تعيش حياة صحية، تحتاج أن تعرف كلتا الشخصيتين. إذا كنت طفلًا تُسيء إليه أمه ولا يعرف إلا الملكة الشريرة، فأنت تفتقر للحب، وتُحرم من الرعاية، وتعيش في ظل الخوف والألم والعدوان الذي لا تعرف لهم سببًا. تلك ليست طريقة للحياة، ومن الصعب أن تنمو وتكبر بوظائف نفسية سليمة، خالٍ من الشك والكرهية أو الرغبة في الانتقام مثلاً. تحتاج إلى العثور على شخصية تؤدي دور الملكة الطيبة في حياتك: صديق، أو أحد أفراد العائلة، أو حتى شخصية خيالية؛ أو ربما جزء من ذاتك تحركه معرفتك بأن ما تعرضت له كان ظلمًا، متعهدًا بانتهاز أي فرصة للخروج من تلك الظروف المؤسفة، وتركها خلفك لتحقيق التوازن في حياتك. ربما تبدأ رحلتك في هذا الاتجاه بأن تفترض -رغم إساءة المعاملة- أنك بالفعل أهلٌ للرعاية؛ والخطوة التالية هي أن تمنحها للآخرين متى استطعت، رغم ندرتها المؤلمة في حياتك.

إذا أدركت ثنائية الطبيعة، التي تجمع بين الرعب والرحمة، فستعرف على عنصرين أساسيين وثابتين وأبديين ولا مفرٍّ منهما في التجربة الإنسانية، ومن هنا يمكنك البدء في فهم الدافع العميق نحو التضحية، على سبيل المثال. التضحية هي رمز ديني راسخ لإرضاء الآلهة، ومعرفة الآلهة الساخطين ومدى فظاعتهم عندما يستأوون، تمثل خطوة حقيقية

نحو الحكمة؛ خطوة تُذكّر بالتواضع. يجد الناس في العصر الحديث صعوبة في فهم معنى التضحية، إذ يتصورونها، مثلاً، كأنها مجرد تقديم قربان على مذبح، وهو تصرف قديم يعبر عن الفكرة. لكننا نتقبل بسهولة مفهوم التضحية نفسياً، لأن الفكرة تقوم على التخلي عن الإشباع اللحظي في الحاضر لتجنب المصاعب في المستقبل. لذا فإنك تقدم شيئاً لتحصل على فائدة في المقابل. أنت تتدرب لساعات طويلة وشاقة لتصبح ممرضاً أو طبيباً أو عاملاً اجتماعياً. تلك العقلية القائمة على التضحية تُعد أحد أعظم اكتشافات المستقبل، إذ تترن بالقدرة على التفاوض والتعامل مع ذلك المستقبل؛ حيث تتخلى عن الإشباع الفوري وعن شيء تحتاجه وتريده، لتحصل في المقابل على شيء ثمين على المدى البعيد (وتبقي الرعب بعيداً عنك). تتخلى عن السهر والحياة السهلة، وبدلاً من ذلك تغمر نفسك في صعوبات الحياة. تفعل ذلك لتقليل ظهور تلك الصعوبات في المستقبل؛ سواء لنفسك، حيث ستصبح موظفاً منتجاً، أو للآخرين الذين ستساعدهم مستعيناً بالقوة التي طورتها من خلال التضحية الصحيحة. نحن دائماً نساوم بهذه الطريقة. متصرفين وفق الاعتقاد بأننا قادرون على عقد صفقة مع بنية الواقع. ومن المدهش أن ذلك ينجح غالباً. إذا كنت عاقلاً، فأنت تفعل ذلك باستمرار؛ تستعد للأسوأ، وتتهياً لمواجهة الملكة الشريرة. تقوم بما يلزم، واعياً بوجودها، وتحافظ على إبقائها تحت السيطرة؛ بقدر حكمتك وبموجب حظك. وإذا نجحت، فإن الطبيعة الرؤوفة بتسم لك؛ إلى أن تختفي ابتسامتها. لكن على الأقل، سيكون لديك قدر من السيطرة على الموقف. لست بطة جالسة أو طفلاً في الغابة، أو مبتدئاً في مدينة الألعاب؛ أو على الأقل، لست كذلك بقدر أكبر مما يجب.

الطبيعة هي أيضاً فوضى، لأنها دائماً تعبت بالثقافة، التي تمثل نقيضها الوجودي؛ وهذا هو الموضوع التالي لبحثنا. كما قال الشاعر روبرت بيرنز: «إن أفضل خطة وضعها الفأر والإنسان كثيراً ما انحرفت عن مسارها

وأخفقت». وغالبًا ما تكون الطبيعة، في شكلها الإيجابي أو السلبي هي التي تؤدي إلى ذلك بالضبط. ليس من السهل تحقيق التوازن بين هشاشة الحياة والتكاثر (وما يصاحبها من عدم اليقين أثناء الحمل، والولادة، وتربية الأطفال) وبين الرغبة في اليقين، والقابلية للتنبؤ، والنظام. أضف إلى ذلك الموت (فحتى السرطان، ما هو إلا شكل آخر من أشكال الحياة). لكن هذا لا يعني أبدًا أن الفوضى أقل قيمة من النظام. فغياب عدم القدرة على التنبؤ، ينتج عنه الجمود، حتى وإن بدا تقليل هذا العنصر أمرًا مرغوبًا بشدة. هذا المزج بين الطبيعة والفوضى يظهر كثيرًا في تمثيلات الثقافة الشعبية. فكما ذكرنا، تتواجد شخصية الملكة الشريرة في فيلم ديزني «الأميرة النائمة»، ونجد هذه الشخصية أيضًا في أفلام أخرى مثل «حورية البحر» بشخصية أورسولا، وفي «سنو وايت» بشخصية جريمهيلد، وفي «مئة مرقش ومارقش» بشخصية كرولا دي فيل، وكذلك تظهر في «سندريلا» من خلال شخصية السيدة تريمين (زوجة الأب)، وأيضًا في «رابونزل» من خلال شخصية الأم جوثيل، وأخيرًا في «أليس في بلاد العجائب» من خلال شخصية ملكة القلوب. تمثل هذه الشخصيات الجانب القاسي من العالم الطبيعي. ومرة أخرى، يُعد مثال الأميرة النائمة وثيق الصلة بهذا السياق. فكما نتذكر، يبدأ الفيلم بالملك والملكة اللذين انتظرا طويلًا وأصبحا في شوق شديد لإنجاب طفل. فتحل البركة ويتحقق الحلم، وتولد الطفلة ويسمونها أرورا، رمز الفجر. يتهجان، ومعهما المملكة بأسرها؛ وهذا أمر طبيعي، لأن حياة جديدة قد بدأت. لذا يخططان لحفل تعميد كبير، وهي فكرة جيدة، ولكنهما لا يدعوان مالفيسنت، الملكة الشريرة، إلى الاحتفال. لم يكن ذلك عن جهل؛ فهما يعرفان بوجودها جيدًا ويدركان قوتها. لكنه كان عمى متعمدًا، وهو تصرف خاطئ. إنهما يرغبان في حماية ابنتهما الجديدة والنفيسة من الجوانب السلبية في العالم، بدلًا من تعليمها كيف تكتسب القوة والحكمة اللازمة للتغلب عليها، بالرغم من حقيقة تلك السلبيات. وبفعلهم هذا، ظلت أرورا ساذجة وضعيفة. ومع ذلك،

تظهر مالفيسنت، كما كان متوقعًا تمامًا. الرسالة هنا واضحة: دعوا الملكة الشريرة تدخل حياة أطفالكم. إذا لم تفعلوا ذلك، فسيكبر أطفالكم ضعفاء، وبحاجة دائمة إلى الحماية، وستجد الملكة الشريرة طريقها للظهور، بِغَضِّ النظر عن الخطوات التي تتخذونها لمنعها. في حفل التعميد تصل مالفيسنت، ورغم كونها غير مدعوة فإنها تتصرف بأدب، بل وتقدم هدية (قائلة): لعنة تقضي بموت أورورا في عيد ميلادها السادس عشر بسبب وخزة مغزل. كل هذا فقط لأنها لم تُدعَ للاحتفال بتعميد الأميرة. لكن لحسن الحظ، تتدخل ضيفة قوية وحنونة، واحدة من الجنيات الثلاث اللاتي يمثلن الجانب الإيجابي للأنوثة، وبفضل تدخلها، تتحول اللعنة من موت إلى غيبوبة عميقة، وهي حالة لا تقل خطرًا عن الموت.

هذا ما يحدث لأولئك الجميلات، إن جاز التعبير، اللواتي يبقين غافلات تمامًا عند بلوغهن سن السادسة عشرة: لا يرغبن في مواجهة الواقع، لأنهن لم يطورن الشجاعة أو القدرة على مواجهة الجانب السلبي من العالم الطبيعي. فبدلاً من تشجيعهن على النمو، يُعزلن تحت مظلة الحماية. إذا بالغت في حماية الصغار، فإنك تدمرهم، فأنت لم تدعُ الملكة الشريرة ولو لفترات قصيرة حتى. فما الذي سيفعله أطفالك عندما تظهر بكل قوتها وهم غير مستعدين على الإطلاق؟ لن يرغبوا في العيش، وستتوقون إلى الهروب من الوعي. وأسوأ من ذلك أن الوضع سيزداد تعقيداً. إذا بالغت في حماية أطفالك، فإنك تتحول إلى الشيء نفسه الذي تسعى جاهداً لحمايتهم منه؛ فبحرمانهم من المغامرات الضرورية لحياتهم الشابة، أنت تضعف شخصياتهم، وتصبح أنت ذاتك أداة التدمير؛ الساحرة التي تلتهم استقلال وعيهم.

قبل سنوات عدة، تعاملت مع عميلة كانت تجسد النسخة الحقيقية من «الأميرة النائمة». كانت طويلة القامة، شقراء الشعر، ونحيفة للغاية، لكنها شديدة التعاسة. كانت مسجلة في معهد محلي، وتحاول تحسين مستواها الأكاديمي لتمكن من الالتحاق بالجامعة. جاءت إليّ لأنها لم

تكن ترغب في الحياة، لكنها أيضًا لم تكن ترغب في الموت؛ على الأقل ليس بشكل فعلي. بدلًا من ذلك، كانت تحاول إبقاء نفسها في حالة غياب عن الوعي باستخدام الفاليوم ومشتقاته، بما في ذلك الحبوب المنومة، التي كانت تحصل عليها بكميات كبيرة من أطبائها (العديد منهم) الذين كانوا، بلا شك، مرهقين للغاية لدرجة أنهم لم يتمكنوا من تتبع ما كانت تفعله بالضبط. كانت تنجح في أن تبقى نائمة لمدة تتراوح بين خمس عشرة إلى ست عشرة ساعة يوميًا. كانت ذكية ومثقفة، وقد عرضت عليّ مقالًا فلسفيًا كتبه عن عبثية حياتها وعبثية الحياة بشكل عام. يبدو أنها لم تكن قادرة على تحمل المسؤولية، ولم تستطع التعامل مع القسوة التي شعرت بوجودها في كل مكان من حولها. على سبيل المثال، كانت نباتية، وكان ذلك مرتبطًا بشكل مباشر بخوفها الجسدي الحاد من الحياة. لم تكن تستطيع حتى دخول ممرات السوبرماركت التي تُعرض فيها اللحوم. فبينما كان الآخرون يرون قطع اللحم التي سيعدونها لعائلاتهم، كانت هي ترى صفوفًا من أجزاء الجثث. هذه الرؤية عززت اعتقادها بأن الحياة، في جوهرها، غير محتملة.

توفيت والدتها أثناء الولادة، فتولّى تربيتها والدها وزوجة أبيها، التي كانت بمثابة مصدر رعب حقيقي لها. لم أقابل زوجة أبيها تلك سوى مرة واحدة، في مكتبي، خلال جلسة كانت مخصصة في الأصل لابنة زوجها. قضت الساعة بأكملها في توجيه انتقادات حادة لي: أولاً، بسبب اعتقادها أنني معالج بلا فائدة، وثانيًا، لأنها كانت مقتنعة أنني «بلا شك» أُلقي باللوم على أسلوبها كزوجة أب في كل ما هو خاطئ في حياة ابنة زوجها. لا أعتقد أنني تمكنت من قول أكثر من اثنتي عشرة كلمة طوال الجلسة. كان أداؤها في الانتقاد لافتًا، وأعتقد أن سببه كان إصراري على تقليص عدد المكالمات الهاتفية التي كانت تجريها مع ابنة زوجها مرتين أو ثلاث مرات يوميًا أثناء دراستها خارج المنزل، والتي سمعت بعضها في تسجيلات، إلى عشر هذا العدد، مع التأكيد على أن تكون أكثر لطفًا.

لا أقول، ولم أعتقد حينها، أن كل ذلك كان خطأ زوجة الأب. أنا واثق من أنها كان لديها أسبابها للشعور بالإحباط. كانت ابنة زوجها غير منخرطة في الحياة بشكل كامل، وأكملت أربع سنوات مكلفة دون أداء مميز في برنامج كان من المفترض أن يستغرق عامين فقط. لكن من الواضح أن المكالمات الهاتفية اليومية ثلاث مرات، التي كانت مليئة بالغضب والإهانات، لم تكن تزيد من رغبة زبوتي في الحياة. اقترحت أن تصبح المكالمات الأسبوعية روتينًا، وشجعتها على إنهاء المكالمات إذا سلكت المحادثة طريقًا مؤذيًا. بدأت زبوتي بتطبيق هذه النصائح، وأعتقد أن ذلك كان سببًا في إصرار زوجة أبيها على مقابلي ومواجهتي.

وصفت «الأميرة النائمة» طفولتها بأنها مثالية. قالت إنها عاشت حياة أميرة من قصص الخيال، كابنة وحيدة ومدللة من كلا والديها. ولكن كل ذلك تغير بمجرد دخولها سن المراهقة. تحول موقف زوجة أبيها من الثقة إلى انعدام ثقة عميق، وبدأت المشاجرات التي ظلت تميز علاقتهما منذ ذلك الحين (كانت في أوائل الثلاثينيات من عمرها عندما التقيت بها). ظهرت مشكلة الجنس بوجهها القبيح. تعاملت زوجة الأب مع الأمر وكأن طفلتها البريئة قد استبدلت وحلت محلها دخيلة فاسدة؛ وكانت ردة فعل الابنة أن دخلت في علاقات مع سلسلة من الأوباش. ربما شعرت في قرارة نفسها أنها تستحق هذا المصير، بعد أن فقدت براءة الطفولة. ومن جهة أخرى، رأت فيهم عقابًا مثاليًا لزوجة أبيها.

صمّمتنا معًا برنامجًا تدريبيًا قائمًا على «التعرض» لمساعدتها على التغلب على خوفها من الحياة. بدأنا بزيارة محل جزارة قريب، حيث كنت قد كوّنت علاقة صداقة ودية مع صاحبه على مر السنين. وبعد أن شرحت له وضع زبوتي (بإذن منها)، طلبت منه السماح لي بإحضارها إلى المتجر لرؤية طاولة عرض اللحوم، ومن ثمّ، عندما تكون مستعدة، أخذها إلى القسم الخلفي لرؤية فريقه وهم يقطعون الذبائح التي تُسلّم عبر منصة التحميل الخلفية. وافق على الفور. وكان هدفنا الأول هو مجرد الوصول

إلى المتجر معًا. أكدت لها أنه يمكننا التوقف في أي وقت، أو إنهاء الجلسة كليًا، وأنني لن أخدعها أو أضغط عليها أو أحاول دفعها إلى ما يتجاوز قدرتها على التحمل. في الجلسة الأولى، تمكنت من دخول المتجر ووضعت يدها على ثلاثة عرض اللحوم. فعلت ذلك وهي ترتجف ودموعها ظاهرة (وهو تحدّد ليس سهلاً في مكان عام)، لكنها فعلت ذلك. وبحلول الجلسة الرابعة، أصبحت قادرة على مشاهدة الجزارين وهم يستخدمون سكاكينهم ومناشيرهم في تقطيع الذبائح الكبيرة التي لا تزال تبدو في هيئتها الحيوانية، إلى الشرائح المعتادة المخصصة للبيع. لم يكن هناك شك في أن هذا كان مفيدًا لها. على سبيل المثال، أصبحت أقل ميلًا إلى تعاطي الأدوية التي تُفقد الوعي، وأكثر ميلًا إلى حضور دروسها بانتظام. أصبحت أكثر قوة وصلابة وصرامة؛ وهي صفات لا تعني بالضرورة المدح، لكنها أحيانًا تكون العلاج المناسب للإفراط في العاطفية، الذي يؤدي إلى طفولية خطيرة. كما قمنا أيضًا بترتيب قضائها عطلة نهاية الأسبوع في مزرعة محلية تحتوي على بعض الحيوانات الشائعة في الحظائر (الخنازير، والخيول، والدجاج، والماعز). طلبت من المزارع، الذي كان أيضًا أحد زبائني، أن يسمح لها بمرافقته أثناء إخراج مواشيه إلى المرعى.

كونها ابنة المدينة بامتياز، لم تكن موكلتي تعرف شيئًا عن الحيوانات، ونتيجة لذلك، كانت تميل إلى تصويرها بشكل مثالي، تمامًا كما في القصص الخيالية التي تماشى مع أجواء طفولتها. ساعدتها إقامتها لمدة يومين في الريف، ومراقبة الحيوانات عن كثب، على تطوير فهم أقل رومانسية وأكثر واقعية للطبيعة الحقيقية للحيوانات التي نقوم بتربيتها وتغذي عليها. هذه الحيوانات كائنات واعية إلى حد ما، وعلينا مسؤولية ألا نلحق بها أي معاناة غير ضرورية، لكنها ليست بشرًا، وبالتأكيد ليست أطفالًا. يجب أن يفهم هذا الأمر بشكل ملموس، وليس فقط على المستوى العقلي. الإفراط في العاطفة مرض، وفشل في النمو الشخصي، ولعنة على

الأطفال وغيرهم ممن يحتاجون إلى رعايتنا (قدر معتدل من الرعاية دون إفراط).

كانت الجميلة النائمة حاملة مميزة. لقد قابلتُ بعض الزبائن الذين اعتادوا تذكر حلمين أو ثلاثة أحلام كل ليلة، رغم أنهم لم يكونوا دائماً يتذكرون التفاصيل الدقيقة. لم تكن زبونتي فقط تتذكر العديد من الأحلام، بل كانت تتذكرها بشكل كامل، وغالباً ما كانت تصبح واعية بأنها تحلم؛ أي تدرك ذلك أثناء نومها. كانت الشخص الوحيد الذي قابلته والذي يمكنه أن يسأل شخصيات أحلامه عما تعنيه أحلامه رمزياً، أو عن الرسائل التي تحملها له، وكانت تلك الشخصيات تخبرها بذلك مباشرة. في أحد الأيام، جاءني لتروي أحد أحلامها العديدة: كانت قد سافرت وحدها إلى أعماق غابة عتيقة، وهناك التقت بقزم يرتدي زيَّ مهرج وسط الظلام والعتمة. وعندما قالت إنه لديها سؤال، أعرب القزم عن استعداده للإجابة. سألتها عما يتعين عليها فعله لإنهاء شهادتها الجامعية، وهي مهمة استغرقت منها أربع سنوات كاملة، بالإضافة إلى مفاوضات شاقة مع السلطات الجامعية المختصة للحصول على إذن بالاستمرار. وماذا كانت الإجابة التي تلقتها؟ «عليك أن تتعلمي العمل في مسلخ».

بالنسبة لي، الأحلام هي رسائل من الطبيعة. ليس الأمر أننا نحن من يخلقها؛ بل هي التي تتجلى لنا. لم أشهد قط حلماً يقدم شيئاً اعتقدت أنه غير صحيح. كما أنني -بخلاف فرويد- لا أعتقد أن الأحلام تحاول إخفاء معناها. بل هي جزء أولي من العملية التي تُولد من خلالها الأفكار الناضجة، حيث إنها بالتأكيد لا تنبثق سحرياً من فراغ. علينا مواجهة المجهول كما هو -سواء تجلى في صورة تنين الفوضى العظيم أو الملكة الرهيبة- وغالباً ما نكون في البداية غير مدركين لكيفية التعامل معه. يشكل الحلم الخطوة الإدراكية الأولى، التي تأتي بعد استجابات عاطفية ودافعية وجسدية أساسية مثل الخوف أو الفضول أو التجمّد، لتحويل ذلك المجهول إلى معرفة قابلة للتطبيق والتعبير عنها. ويُعد أيضاً موطن ولادة الفكرة، وغالباً

ما يكون موطن الأفكار التي لا تأتي بسهولة إلى العقل الواعي. إنه لا يخفي شيئاً؛ لكنه ليس بارعاً في توضيح نفسه (لكن هذا لا يعني أبداً أنه لا يمكن أن يكون عميقاً).

لم يكن من الصعب تفسير هذا الحلم على أي حال، لا سيما أن شخصيته الرئيسية (أي القزَم) كان يعبر عن رأيه بصراحة. لذا، استمعت بعناية إلى رواية زبونتي (مع الإشارة إلى أن هذا الحلم جاء بعد تجربتها في متجر الجزار والمزرعة) وسألتها عما يمكننا فعله حيال ذلك. لم يكن لدي أدنى فكرة عن كيفية تنظيم زيارة إلى مسلخ حقيقي. لم أكن أعرف حتى ما إذا كان يوجد مثل هذا المكان في المدينة التي كنا نقيم فيها أم لا، وحتى إن وُجد، فلا أظن أنهم سيرحبون بالزوار، مهما كان الدافع. لكن زبونتي كانت مقتنعة بأنها سمعت الحقيقة، وأنه لا بد من القيام بشيء. لذا، ناقشنا تأثير أن تصبح أكثر صلابة، وحقيقة أنها نجحت في تجاوز انتقادات زوجة أبيها المفرطة ووضعتها جانباً، ثم أنهينا النقاش عند هذا الحد، واتفقنا أن نقوم هي (وأنا أيضاً) بالبحث عن شيء قد يكون بديلاً مناسباً للمسلخ.

بعد مرور أسبوع، جاءت لأجل جلسة العلاج المحددة لها، وأعلنت عن آخر شيء ربما كنت أتوقعه منها، أو من أي شخص آخر في الواقع حين قالت: «أعتقد أنني بحاجة لمشاهدة عملية تحنيط». لم أعرف ماذا أقول. شخصياً، لم أرغب أبداً في مشاهدة عملية تحنيط. لقد رأيت أجزاء من أجساد في متاحف العلوم، وكان هناك شيء ما بشأنها أبقى أن يغادر ذاكرتي. كما زرت أحد المعارض التي عرضت فيها أجساد بلاستيكية مُجسمة، وكانت شائعة قبل حوالي عقد من الزمان، ووجدتها مرعبة. لقد اخترت أن أكون طبيباً نفسياً، وليس جراحاً -أو حتى طبيباً شرعياً- لسبب معيّن. على أي حال، هذا الأمر لم يكن يتعلق بي، بل كان يتعلق بزبونتي، «الأميرة النائمة»، ورغبتها في الاستيقاظ، ولم أكن لأسمح لرغباتي، سواء كانت موجودة أم لا، أن تعيق الحكمة التي كان القزم القابع في غابة وعيها الباطن العميقة على وشك كشفها، أخبرتها بأنني سأرى ما

يمكنني فعله. اتضح أن الأمر كان أسهل بكثير مما توقعت. كل ما فعلته هو أنني رفعت سماعة الهاتف واتصلت بمكتب أحد أخصائيي التحنيط المحليين، ولدهشتي الكبيرة، وافق فوراً. أعتقد أنه شهد حصته الكافية من الأشخاص الحزينين والخائفين، وكان معتاداً على التعامل معهم بهدوء وحكمة. وهكذا، أصبحت الزيارة أمراً واقعاً، وعميلتي كانت راغبة تماماً في المضي قدماً بها.

بعد أسبوعين، ذهبنا إلى دار الجنازات. سألتني زبونتي إن كان بإمكان صديقتها الحضور معها، ووافقت. عرض علينا أخصائي التحنيط جولة أولاً، وأرانا القاعة الصغيرة وغرفة عرض التوابيت. سألناه عن كيفية تحميله لعمله، مع تركيزه المستمر على الموت والمعاناة والحزن. قال إنه يعتبر أن من صميم مسؤولياته جعل أوقات زبائنه الأشد ألماً أقل ألماً قدر الإمكان، وأنه يستمد قوته من ذلك. كان كلامه منطقياً لكلينا، وساعدنا على فهم كيف يمكنه الاستمرار في عمله يوماً بعد يوم. وبعد الجولة، توجهنا إلى غرفة التحنيط. كانت مساحة صغيرة، ربما حوالي مئة قدم مربعة. كان جسد رجل مسنٍّ، عارٍ ومُلْقَى بلا حراك، رمادي اللون ومبَقَّع، مستلقٍ على طاولة من الفولاذ المقاوم للصدأ، ونظراً لعدم توفر مساحة في الغرفة الصغيرة، وللحفاظ على بعض المسافة بيننا، وقفنا أنا وزبونتي وصديقتها في الممر خارج الباب مباشرة، نراقب الإجراءات دون أي عائق يحجب رؤيتنا لما يجري. بدأ أخصائي التحنيط بتصريف الدم والسوائل الأخرى من الجسد. حدث ذلك بهدوء ودون إثارة، ولكن بطريقة ما، زادت بساطة التخلص من تلك السوائل من بشاعة المشهد. بدا لي أن شيئاً بهذه القيمة والأهمية والحيوية يستحق معاملة أفضل. كنت أراقب الأخصائي وهو يجري التعديلات الجراحية، ويخطط الجفون مع بعضها، ويعدّ الوجه، ويحقن سائل التحنيط، وراقبت زبونتي أيضاً. في البداية، كانت تنظر أسفل الممر، متجنباً المشهد الذي كان يتكشف أمامها. ولكن مع توالي الدقائق، بدأت تلقي نظرات سريعة على ما يجري، وبعد مُضي ربع ساعة، كانت

تقضي وقتًا أطول في المشاهدة بدلًا من الابتعاد. ومع ذلك، لاحظت أنها كانت تقبض على يد صديقتها بإحكام.

شاهدت زبونتي بنفسها أن شيئًا كانت تظن أنه سيصيبها بالرعب (على نحو مبرر) لم يتسبب في ذلك فعليًا. تمكنت من مواجهة التجربة دون أن تُصاب بالذعر، أو المرض، أو تهرب، أو حتى تبكي. طلبت من أخصائي التحنيط أن تضع يدها على الجثة، فأعطاه قفازًا مطاطيًا ارتدته ثم تقدمت بخطوات ثابتة نحو طاولة التشريح، في حالة من الهدوء والتأمل، ووضعت يدها المكسوة بالقفاز على أضلاع الجثة، وأبقته هناك، وكأنها تستمد الطمأنينة لنفسها ولروح المتوفى المسكين. انتهت الإجراءات بعد ذلك بقليل، وغادرنا المكان بهدوء معبرين لأخصائي التحنيط عن شكرنا الصادق والعميق.

أعربنا نحن الثلاثة عن دهشتنا المشتركة لنجاحنا في القيام بتلك الزيارة. اكتشفت زبونتي أمرًا بالغ الأهمية حول قدرتها على تحمل أهوال الحياة. وأهم من ذلك، بات لديها نقطة مرجعية حقيقية لمخاوفها؛ فمن تلك اللحظة وصاعدًا (مع تأكيد أن العلاج لم يحقق نجاحًا كاملاً)، أصبح لديها ما يُعد مصدرًا حقيقيًا للرغبة والإلهام؛ شيء جاد، ومرعب، ومؤلم، وحقيقي. شيء تقارن به بقية أهوال الحياة الأخرى، التي تبدو أقل شأنًا على الأرجح. هل كانت معاناة الحياة اليومية تضاهي في صعوبتها التجربة التي خاضتها بإرادتها؟ وهل كان محل الجزارة أكثر رعبًا من مواجهة حقيقة الموت الإنساني بكل واقعيته وعن قرب شديد؟ ألم تُثبت لنفسها أنها تستطيع بشجاعة مواجهة أسوأ ما يمكن أن تقذفه الطبيعة القاسية في وجهها؟ وقد شكل ذلك بالنسبة لها مصدرًا دائمًا للراحة، رغم تناقضه الظاهري.

كما هو الحال في قصة «الأميرة النائمة»، لم تتمكن عائلة زبونتي من إدخال الملكة الشريرة - أي الجانب المخيف من الطبيعة - إلى حياة طفلتهم. وقد أدى ذلك إلى تركها غير مستعدة لمواجهة قسوة الحياة

الأساسية، مثل تعقيدات الجنس، وضرورة افتراس الكائنات الحية بعضها البعض، والخضوع في النهاية للمصير نفسه. ظهرت الملكة الشريرة مجددًا عند بلوغها سن المراهقة، متجسدة في زوجة أبيها التي بدا وكأن شخصيتها قد تغيرت تمامًا، وأيضًا في عجز زبونتي الشخصي عن مواجهة مسؤوليات النضج ومتطلبات البقاء القاسية. وكما هو الحال مع الأميرة النائمة، تلك القصة متعددة الطبقات والعميقة كما هي طبيعة القصص الخيالية القديمة التي قد يعود عمرها لآلاف السنين، كان عليها أن تستيقظ بفعل قوى الاستكشاف، والشجاعة، والثبات التي يمثلها الأمير المنقذ غالبًا، لكنها وجدتها بداخلها.

الثقافة: بين الأمان والاستبداد

إذا كان تنين الفوضى وثنائية الملكة الطيبة والشريرة يمثلان الاحتمالات واللامعروف، فإن الملك الحكيم والطاغية المستبد يجسدان الهياكل الاجتماعية والنفسية التي تمكنا من فرض النظام على تلك الاحتمالات. إننا نفسر الحاضر من خلال عدسة الثقافة، ونخطط للمستقبل بمحاولة تجسيد ما تعلمناه وما حددناه باعتباره قيمًا ذات أهمية. قد يبدو هذا جيدًا، لكن النهج الصارم في فهم الحاضر وتحديد أهدافنا قد يعيقنا عن تقدير قيمة التجديد والإبداع والتغيير. عندما تكون الهياكل التي توجّهنا آمنة وغير جامدة، فإننا نمزج رغبتنا في الروتين والتوقع بشيء من الفضول. هذا الفضول يدفعنا للانجذاب إلى ما يتجاوز تصوراتنا التقليدية وتقديره. أما عندما تتحول تلك الهياكل إلى حالة من الركود والسكون، فإننا نهرب من كل ما لا نفهمه بعد ونتجنب ما لم نواجهه بعد، وهذا يعني أننا نصبح غير قادرين على التغيير عندما يكون التغيير مطلوبًا. إن فهم وجود كلا الاحتمالين أمر جوهري لتحقيق التوازن المطلوب في الحياة.

يمكننا استخدام استعارة شعرية لتمثيل العناصر التي ناقشناها حتى الآن (فهكذا يُنظر عادةً إلى العالم الذي أصفه). تخيل مجال تنين الفوضى

كسواء الليل الممتدة إلى ما لا نهاية فوقك في ليلة صافية، وهي تمثل ما سيظل إلى الأبد خارج نطاق فهمك. ربما تقف على شاطئ، ناظرًا إلى الأعلى، غارقًا في التأمل والخيال. ثم تحول انتباهك إلى المحيط؛ الذي يضاهي في عظمتة الأفق المرصع بالنجوم، لكنه ملموس ومرئي وقابل للمعرفة نسبيًا. تلك هي الطبيعة - ليست مجرد احتمال عابر؛ وعلى الرغم من غموضها فإنها تظل ملموسة ولا تستعصي على الفهم تمامًا. ومع ذلك، فهي لم تخضع للترويض بعد، ولم تدخل بعد في حيز النظام؛ وجمالها يظل متلألئًا في غموضها. يعكس القمر ضوءه على سطح المحيط، وتتوالى الأمواج متلاطمة بلا توقف، فتهدئك حتى تغفو؛ ويمكنك السباحة في مياهه المرحبة. ولكن لهذا الجمال ثمن؛ عليك أن تحذر من أسماك القرش، وقناديل البحر السامة، والتيارات التي قد تسحبك أو تسحب أطفالك إلى القاع، والعواصف التي قد تدمر منزلك الجميل على الشاطئ. تخيل أيضًا أن الشاطئ الذي تقف عليه هو ساحل جزيرة؛ تلك الجزيرة هي الثقافة، ويعيش فيها الناس، ربما بسلام ووثام تحت حكم حاكم عادل، أو ربما في جحيم من الحرب، والظلم، والجوع. تلك هي الثقافة: إما ملك حكيم عادل أو طاغية مستبد قاسٍ. ولا غنى عن التعرف على هذين الوجهين وفهمهما بعمق، تمامًا كما هو الحال مع الملكة الشريرة والملكة الخيرة، لضمان التوازن اللازم للتكيف مع تقلبات الحياة. التركيز المفرط على الملك الحكيم يحجب عن أعين أصحاب هذا التوجه رؤية الظلم والمعاناة غير المبررة الناجمة عن العيوب الحتمية في نُظُمنا الاجتماعية البشرية. والإصرار الشديد على نموذج الطاغية المستبد يقلل من تقديرنا للنظم التي تربطنا وتحميننا من الفوضى التي ستسود حتمًا في غيابها.

إن النظم الأيديولوجية التي نميل إلى تبنيها، أي النظم التي تستقطبنا على الصعيدين السياسي والشخصي وتقسّمنا إلى مجموعات، يمكن فهمها بعمق في ضوء هذا التصور الحالي؛ فهي سرديات ثقافية يمكن اعتبارها طفيليات تتغذى على بنية تحتية أكثر جوهرية تحمل طابعًا دينيًا،

أو أسطوريًا، أو دراميًا، وهذه البنية قديمة، ومتطورة، ومتجذرة بعمق في تركيبنا البيولوجي. تتخذ الأيديولوجيات بنية تشبه القصة الدينية، لكنها تفعل ذلك بشكل غير مكتمل؛ فهي تتضمن بعض عناصر التجربة أو الشخصيات الخالدة في حين تتجاهل البعض الآخر. ورغم هذا التمثيل غير المكتمل، تظل القوة موجودة، لأن ما يتضمنه التمثيل يحتفظ بطبيعته الأساسية الأسطورية والبيولوجية ومعناه الغريزي، لكن غياب بعض العناصر يجعل ما تبقى من عناصر مقيّدة بميول تحدّ من فائدتها، رغم قوتها التعبيرية. يُعدّ هذا التحيز مرغوبًا من منظور ذاتي، لأنه يبسط ما قد يكون معقّدًا للغاية ويصعب فهمه، لكنه يحمل خطرًا بسبب انحيازه إلى جانب واحد. فإذا كانت الخريطة التي تستخدمها تفتقر إلى جزء من العالم، فإنك ستجد نفسك غير مستعدّ تمامًا عندما يتجلى هذا العنصر الغائب. فكيف يمكننا الاحتفاظ بمزايا التبسيط دون الوقوع في فخ العمى المصاحب؟ يكمن الجواب في الحوار المستمر مع أشخاص لهم معتقدات وأفكار مختلفة تمامًا.

إن معظم المعتقدات السياسية للناس -أو الأيديولوجية- تستند في الأساس إلى ميولهم الفطرية. إذا مالت مشاعرهم أو دوافعهم في اتجاه معين (وهو ما يعود غالبًا لأسباب بيولوجية)، فإنهم غالبًا ما يتبنون توجهات محافظة أو ليبرالية على سبيل المثال. وهذا الأمر لا يتعلق بكونه مسألة رأي فحسب. تخيل، من زاوية أخرى، أن لكل حيوان موطنًا خاصًا به، مكانًا أو مساحة حيث يتوافق تركيبه البيولوجي مع هذا الموطن؛ فالأسود لا تعيش في المحيط المفتوح، والحيتان القاتلة لا تجوب السهول الأفريقية. إن الحيوان وبيئته يشكلان كيانًا واحدًا.

والبشر يشبهون ذلك، على الأقل في عالم التفكير المجرد. ومع ذلك، نحن قادرون على التكيف مع أي مكان تقريبًا من الناحية الجغرافية، لأننا نغير معالم الجغرافيا عند الحاجة ونعدّل سلوكنا وفقًا لذلك. لكن نحن لدينا مواطن خاصة على مستوى الإدراك أو المعرفة. فعلى سبيل المثال،

ينغمس الليبراليون في افتتانهم بالأفكار الجديدة. ولا تخفى الفوائد المترتبة على الانجذاب إلى هذه الأفكار؛ إذ إن بعض المشكلات تحتاج إلى حلول مبتكرة، وغالبًا ما يكون الأشخاص الذين يجدون متعة في استكشاف المفاهيم الجديدة هم من يكتشفون تلك الحلول. وغالبًا ما يتسم هؤلاء الأشخاص بقدر أقل من التنظيم⁽⁶⁾. قد يعود السبب إلى أن الانشغال بالأفكار الجديدة، والرغبة في اختبارها أو تطبيقها، يتطلب قدرة على تحمل الفوضى التي تنشأ خلال المرحلة الانتقالية بين انهيار الفكرة القديمة واستقرار الفكرة الجديدة. أما إذا كنت مُحافظًا، فستمتع بميزة مختلفة، لكنها تحمل أيضًا عائقًا معاكسًا. فأنت تتسم بالحدز تجاه الأفكار الجديدة ولا تنجذب إليها بسهولة، ويرجع ذلك جزئيًا إلى أنك أقل إدراكًا لإمكاناتها، وأكثر اهتمامًا بعواقبها غير المتوقعة. فمجرد أن فكرة جديدة تحل مشكلة لا يعني أنها لن تتسبب في ظهور مشكلة أخرى، أو عدة مشكلات. وإذا كنت تميل إلى المحافظة، فإنك تشعر بالراحة عندما تكون الأشياء في أماكنها المحددة وأوقاتها المناسبة التي تعرفها. وتكون في أفضل حالاتك عندما يتصرف الناس بطريقة تقليدية، ومتوقعة.

يكون المحافظون ضروريين للإبقاء على الأمور كما هي عندما تكون مستقرة ويكون التغيير محفوفًا بالمخاطر. أما الليبراليون فهم ضروريون لإحداث التغيير عندما لا تعود الأمور مستقرة. ولكن ليس من السهل أن نقرر متى يجب الحفاظ على شيء ما ومتى يجب تغييره. ولهذا السبب، وُجدت السياسة، ومعها الحوار الذي يرافقها. وإذا كنا محظوظين، فهذا يعني وجود الحوار بدلًا من الحرب، أو الطغيان، أو الخضوع. ومن الضروري أن نتناقش بشدة وشغف حول أهمية الاستقرار مقابل فوائد التغيير، لنحدد أيهما الضروري وبأي قدر.

ومن الجدير بالملاحظة أن الاختلاف في المعتقدات السياسية الجوهرية يحدد أيًا من الأبوين العظميين يُعتبر أكثر التصاقًا بالواقع. يميل الليبرالي إلى رؤية العالم باعتباره «طاغية مستبدًا» يقمع «الملكة

الطبية» عبر القيود التعسفية للثقافة المتحجرة التي تفسد وتظلم المواطنين والأجانب على حد سواء. كما قد يرى العالم في صورة نظام عسكري وصناعي حديث يهدد «غايا» -أو الكوكب الحي- بالتلوث، والانقراض الجماعي، أو التغير المناخي. تكون هذه النظرة مفيدة عندما تتحول الثقافة إلى طغيان؛ وهو أمر ليس نادر الحدوث. أما المحافظ، فيميل إلى العكس، حيث يرى العالم باعتباره «ملكًا حكيمًا» يمنح الأمان، والنظام، والاستقرار، بينما يسيطر على «الملكة الشريرة»، أي الطبيعة التي تجسد الفوضى والاضطراب. وهذا ضروري أيضًا؛ فبِغَضِّ النظر عن جمال العالم الطبيعي، علينا أن نتذكر أنه دائم التهديد بتجويعنا، وإمراضنا، وقتلنا. ولولا الدرع الواقي الذي توفره «الثقافة باعتبارها آلية حماية»، لكنا عرضة لاقتراس الحيوانات البرية، أو التجمد تحت وطأة العواصف الثلجية، أو الهلاك من حرارة الصحراء، أو من الجوع، لأن الطعام لا يظهر ببساطة ليناسب احتياجاتنا. وهكذا تتشكل لدينا أيديولوجيتان متباينتان، وكلتاهما «صحيحة» من زاوية ما، لكنها تروي جانبًا واحدًا فقط من القصة*).

لتكوين رؤية شاملة ومتوازنة للعالم المحيط بنا، من الضروري تقبُّل واقع كلا العنصرين في الثقافة. فيجب على المحافظين، الذين يميلون بطبيعتهم إلى اعتبار الوضع الراهن عامل حماية، أن يدركوا أن النظام وحده

(*) أدرك، بطبيعة الحال أن المحافظين يميلون إلى الاعتراض على الحكومة الكبيرة، وهو ما قد يبدو متناقضًا مع النقطة الأساسية التي أطرحتها. لكن، في الديمقراطيات الغربية، يعود ذلك في المقام الأول إلى أن إيمان المحافظين بالثقافة يقوم على الحقائق الأزلية للدستور والعناصر الأكثر ديمومة في الحكومة، فهم يعتمدون على هذه الأسس أكثر من اعتمادهم على النزوات المتقلبة وغير المتوقعة للسياسيين، سواء أكانوا محافظين أو ليبراليين. وبالمثل، في هذه الديمقراطيات، يميل الليبراليون إلى اللجوء للحكومة لحل المشكلات التي تشغلهم، ويعود ذلك إلى ثقمتهم الأكبر في ديناميكية السياسيين الحاليين (لا سيما عندما يكونون هم أنفسهم ليبراليين حتى وإن لم يقتصر الأمر عليهم فقط)، وفي المقابل، يقل اعتمادهم على القيم الأزلية التي تقوم عليها الهياكل الأساسية للحكم.

لا يكفي. ذلك لأن المستقبل والحاضر يختلفان عن الماضي، وما كان ناجحًا في السابق قد لا يكون كذلك الآن. كما ينبغي إدراك أن الاستقرار الذي ورثناه عن أجدادنا والطغيان الذي قد يظهر بسهولة تفصلهما حدود متحركة تتغير مع تحولات الحياة. وبالمثل، يجب على الليبراليين، الذين يميلون إلى رؤية الطاغية المستبد في كل مكان، أن يسعوا لتنمية شعور بالامتنان تجاه النظم الاجتماعية والنفسية التي تفسر العالم لنا باستمرار وتحميه من رعب الطبيعة والمجهول المطلق. يصعب على أي منا إدراك ما تحجبنا عنه طبيعة شخصياتنا. ولهذا السبب، يجب أن نصغي دائمًا إلى من يختلفون عنا، إذ يمنحهم اختلافهم القدرة على رؤية ما نعجز عن إدراكه، والاستجابة له بطريقة مناسبة.

الفرد: البطل والعدو

إذا كان الليل يمثل الفوضى، والمحيط هو الطبيعة، والجزيرة هي الثقافة، فإن الفرد -البطل والعدو- هو الأخ الذي يجد نفسه في صراع دائم مع توأمة في قلب الجزيرة. للفوضى والكنز والتّين جانبان: إيجابي وسلبي؛ وكذلك الحال مع الطبيعة، هناك الملكة الشريرة في مواجهة الملكة الطيبة، وفي الثقافة أيضًا هناك الطاغية المستبد في مقابل الملك الحكيم. ولا يختلف الفرد عن هذا؛ إذ يتجلى العنصر الإيجابي في الجانب البطولي: الفرد الذي يُحسن التضحية وفقًا للطبيعة، ويرم صفقة مع القدر لتحقيق الخير؛ هو من يكون يقظًا ومتبهاً ومتحاورًا، ويتحمل المسؤولية لئبقي الاستبداد الكامن في النظام تحت السيطرة؛ والشخص الذي يعي عيوبه ونزعتة نحو الشر والخداع، ليضمن الثبات على الطريق القويم. أما العنصر السلبي فيتمثل في كل ما هو بغيض ومثير للاحتقار؛ يتجلى بوضوح في نفسك، إن كنت ممن يمتلكون البصيرة، كما يظهر بدرجة ما في الآخرين، ويتجلى بأوضح صورة في الحكايات. هذان العنصران هما الإخوة الأعداء، وهي فكرة أسطورية قديمة تجسد البطل وعدوّه. وهناك تمثيل نموذجي لهاتين القوتين، لهاتين

الشخصيتين المجسدتين، وهما قابيل وهابيل، وهذا مستوى واحد من التمثيل. أما المسيح وإبليس، فيجسدان ثنائية أعمق وأكثر جوهرية. فقابيل وهابيل، في نهاية المطاف، هما أول بشريان يولدان ولادة بشرية، بينما خلق الله آدم وحواء خلقًا مباشرًا. وأما المسيح وإبليس، فهما شخصيات رمزية (أو مؤلّهة؟) تمثلان الأبدية ذاتها.

إذن، هناك بطل وعدوّ؛ وملك حكيم وطاغية؛ وشخصية أمومية بنسختيها الإيجابية والسلبية؛ ثم الفوضى بكل أبعادها، وهذا يمثل البنية الأساسية للعالم في ست شخصيات (مع عنصر الفوضى السابع الغريب الذي يشكل بطريقة ما المصدر الأول لكل العناصر الأخرى). لا بد من استيعاب أن هذه السبعة جميعها موجودة، وأنها تمثل حقائق وجودية أبدية، وأنها عناصر أساسية من التجربة الإنسانية التي لا مفر لأي نفس من مواجهتها، سواء كانت غنية أو فقيرة، محظوظة أو ملعونة، موهوبة أو بليدة، ذكرًا أو أنثى. تلك هي الحياة؛ بل إنها تمثل جوهر الحياة ذاتها. المعرفة الجزئية بهذه الشخصيات، سواءً بوعي أو دون وعي، تجعلك عاريًا أمام تحدياتها؛ وتجعلك ساذجًا، وغير مستعد، وفريسة للخداع والحقد والغرور. إذا كنت تجهل أن الكنز يحرسه تنين، أو أن الطبيعة الجميلة قد تكشر عن أنيابها في لحظة، أو أن المجتمع المسالم الذي تراه مستقرًا معرض دائمًا لخطر الاستبداد والظلم، أو أنك تحمل في داخل ذاتك عدوًّا يتمنى انهيار كل هذا نحو الأسوأ، فأنت، أولاً، تابعٌ يحتاج إلى أيديولوجية تمنحه رؤية جزئية وغير مكتملة للواقع؛ وثانيًا، شخص أعمى بطريقة تشكل خطرًا على نفسه وعلى الآخرين. إذا كنت حكيمًا، فهذا يعني أن فلسفتك السياسية تستوعب جميع هذه الشخصيات السبعة، حتى لو لم تستطع صياغة ذلك بهذه الطريقة. يجب أن تكون لدينا دومًا بصيرة كافية لنذكر أن هناك وحشًا كامنًا تحت السطح الهش لواقعنا الذي صنعناه بشق الأنفس. أذكر رؤيا راودتني ذات مرة حول ابنتي عندما كانت صغيرة تجسد تلك الحقيقة بوضوح تام. في الشتاء، في شمال ألبرتا

- حيث نشأت كما ذكرت - كانت هناك سنوات يتأخر فيها تساقط الثلوج لأسابيع بعد أن تكون البحيرات قد تجمدت بالفعل، فتبدو ملساء، شفافة، شديدة الصلابة، خاوية، لكنها تحمل في طياتها غموضًا وجمالًا فريدين (وعند قذف حجر فوق سطحها الأملس، يتردد صوته رنانًا، مرتلًا أَلحانًا موسيقية متناغمة وهو ينزل على امتدادها الزلق). رأيت ابنتي ميخايل - طفلة صغيرة لا ترتدي سوى حفاضة - جالسة على مسافة مني، مباشرة على الجليد. وتحتها، استطعت أن أرى سمكة ضخمة، قرشًا حوتيًا (مع أنه مسالم بطبيعته، لكنه ظهر في هذا التجلي مفترسًا) - كان واقفًا بلا حراك تحتها، مُتَنَظِّرًا، مُتَنَصِّبًا في الماء تحت الجليد وفمه مفتوح. تلك هي الحياة، والموت، والفوضى العارمة التي تحطم ثوابتنا المكتسبة بصعوبة، لكنها أيضًا الحوت الذي يتلع النبي، والذي يمنح الحكمة والتجديد، ما لم يلتهمه الموت.

إذن، ما هو الموقف الصحيح للبطل حيال الشخصيات الستة الأخرى (على افتراض أننا تعاملنا بما فيه الكفاية مع الفوضى في الحكاية الأخيرة)؟ من الواضح أنه يجب علينا السعي للحفاظ على الطبيعة التي نعتمد على سخائها لتلبية حاجات الحياة. ولكن من الجدير أيضًا أن نلاحظ ونأخذ على محمل الجد أن الطبيعة نفسها تسعى جاهدة لإيذائنا، وأن لدينا كل الحق في بناء الهياكل التي نبنيها، رغم تكلفتها البيئية في بعض الأحيان(*).

(*) بالتأكيد نحن نخلق قدرًا كبيرًا من «الفوضى المصطنعة» أثناء قيامنا بذلك (وهذا مفهوم أيديولوجي آخر، مبني على تصور أحادي للطبيعة بوصفها ضحية لنهنا وجشعنا)، لكن هذا لا يعني أننا نفعل ذلك بدوافع تافهة. ولهذا السبب أشعر بشيء من التعاطف تجاه الإنسانية، وكذلك مع الأفراد الذين يشكلون هذا الكيان الإنساني، ولهذا أيضًا لا أستطيع مسامحة أولئك الذين يقولون أشياء سخيفة مثل «سيكون الكوكب أفضل حالًا إذا لم يكن هناك بشر عليه». هذه هي النزعة الإبادية في الفكر البيئي الراديكالي، وهي نتيجة لأيديولوجية لا ترى سوى العدو والطاغية المستبد والأم الرحيمة باعتبارها العناصر الرئيسية للوجود. إنها رؤية مروعة بكل

وينطبق شيء مشابه على الثقافة؛ إذ لدينا جميعًا سبب للشعور بالامتنان للحكمة والبنية التي تركها لنا أسلافنا، على الرغم من التكاليف الباهظة التي تحملوها في سبيل ذلك. لكن هذا لا يعني أن تلك الفوائد موزعة بالتساوي، فهي ليست كذلك ولن تكون أبدًا، تمامًا كما أن فوائد الطبيعة ليست موزعة بالتساوي. لا يبرر هذا الامتنان أيضًا أي تفاؤل أعمى مغلوط فيما يتعلق بطبيعة المجتمع. كأفراد يكافحون، على سبيل المثال، ضد النزعة العدائية والطاغية المستبد معًا، ويجب أن نكون واعين لحقيقة أن هياكلنا الهرمية الوظيفية يمكن أن تصبح غير منتجة، واستبدادية، وعمياء بين عشية وضحاها. نحن مسؤولون عن ضمان عدم تحولها إلى نظم غير عادلة وفاسدة توزع مزاياها بناءً على السلطة أو الامتيازات المجردة من الاستحقاق بدلًا من الكفاءة. نحن ملزمون بمراقبتها دون انقطاع وضبطها بعناية لتظل مستقرة وحيوية بما يضمن استمرارها. يشكل ذلك جزءًا أساسيًا من أدوارنا ومسؤولياتنا كأشخاص يسعون بشجاعة نحو تحقيق الخير. نحن ندير هذا جزئيًا في الأنظمة الديمقراطية من خلال استبدال المسؤولين الحاليين بشكل دوري، ليحل محلهم أشخاص يحملون رؤية مغايرة. إتاحة القدرة والفرصة لهذا الأمر يشكل أحد الإنجازات الأساسية للمجتمع الديمقراطي. في حال افتقادنا القدرة على اختيار القادة الحكماء والصالحين دائمًا (بفرض أننا محظوظين بما يكفي للعثور عليهم)، فإن من المفيد انتخاب مجموعة تدرك نصف الحقيقة فقط في دورة انتخابية واحدة، وأخرى تدرك النصف الآخر في الدورة التالية. بهذه الطريقة، يتم على الأقل الاهتمام بمعظم اهتمامات المجتمع بأسلوب منطقي ومقبول على مدى فترة تقارب العقد من الزمن.

أعتقد أنه بالرغم من كون هذه الاستراتيجية متشائمة بعض الشيء فإنها واقعية للغاية، وتتوافق مع رؤية مؤسسي النظام الأمريكي (وكذلك

أفعال ومواقف الديمقراطيين والبرلمانيين الإنجليز الأوائل، التي مهدت أنظمتهم المتطورة تدريجيًا الطريق أمام المطالب الواضحة التي قدمها هؤلاء المؤسسون). لم تكن نظرتهم الأساسية حاملة أو مثالية، بل كانوا يؤمنون بأن الناس الذين سيخلفونهم سيكونون حتمًا معينين مثلهم، ومثلما كان الناس قبلهم. كيف تتصرف تجاه هذا الأمر، حين تكون خاليًا من قيود الأيديولوجيا، وتستطيع رؤية العالم وجميع شخصياته الدرامية بوضوح؟ حسنًا، أنت لا تتوقع قدرة البشرية على تحقيق كمال مطلق، ولا تصمم نظامك بهدف بلوغ مدينة فاضلة لا يمكن الوصول إليها. وبدلاً من ذلك، تسعى إلى تصميم نظام لا يمكن للخطأين أمثالك أن يلحقوا به أذى جسيمًا أو دائمًا، حتى عندما يعميهم الحقد، أو يجعل رؤيتهم للأمور ضبابية ومشوشة. وبقدر توجهي المحافظ، أجد في تلك الرؤية حكمة عميقة تستحق الاحترام والإيمان، وأعتقد أن هذه هي الطريقة الأفضل والأكثر صحة للتعامل مع الأمور. لنكن متواضعين؛ يمكننا تصميم أنظمة توفر لنا قدرًا من السلام والأمان والحرية، وربما إمكانية التحسن التدريجي.

ذلك في حد ذاته يُعد معجزة. علينا التحلي بالحكمة التي تجعلنا نشك في قدرتنا على تحقيق تغيير إيجابي على مستوى الفرد والمجتمع والطبيعة في وقت واحد، خاصة إذا كان تحقيق تلك التحسينات يستند إلى حسن نوايانا الشخصية الفطرية، والتي غالبًا ما تكون قليلة (رغم اعتراضاتنا على ذلك).

الاستياء

لماذا تقع أنت وآخرون ضحية للاستياء؛ تلك الحالة العاطفية المركبة القاتلة، التي يمتزج فيها الغضب والشفقة على الذات، والتي تمتزج بدرجات متفاوتة بالرجسية والرغبة في الانتقام؟ عندما تدرك أن العالم مسرح درامي، وتتعرف على الشخصيات الرئيسية، تصبح الأسباب واضحة. أنت مستاء بسبب المجهول المطلق ومخاوفه، ولأن الطبيعة تتآمر ضدك، ولأنك ضحية للطابع الاستبدادي للثقافة، وكذلك بسبب

خبثك وخبث الآخرين من حولك. هذا يُعد بحد ذاته سببًا كافيًا. إن هذا لا يجعل استيائك مبررًا، لكنه بالتأكيد يجعل الشعور مفهومًا. ليست أي من هذه المشكلات الوجودية تافهة. في الواقع، إنها جادة بما يكفي لجعل السؤال الحقيقي هو: «لماذا لا يستاء الجميع من كل شيء طوال الوقت؟» وليس «لماذا أنت مستاء؟» نحن محط استهداف قوى لا تُصدّق، غالبًا ما تكون خبيثة، وتتجاوز شخصية الإنسان العادي. لنقل مجازًا إن ثمة مفترسًا زاحفًا رهيبًا يلاحقك بلا هوادة، مثل التمساح الذي يتردد في بطنه صوت دقات الساعة التي ابتلعها وهو يطارد القبطان الجبان المستبد هوك. وهناك أيضًا الطبيعة بنفسها، مُصممة على إنهاء حياتك بطرق مخيفة لا تُعد ولا تُحصى. ثم هناك الطابع الاستبدادي للبنية الاجتماعية، الذي شكّلك وجعلك الكائن شبه المتحضر وشبه المفيد الذي أنت عليه، لكنه في الوقت نفسه سحق قدرًا هائلًا من قوة الحياة داخلك، وجعلك كمن يحاول إدخال جبل سميكة في ثقب الإبرة. كانت هناك احتمالات عديدة لما كان من الممكن أن تكونه. ربما كان بعضها أكثر مما أصبحت عليه الآن. لكن هويتك قد أضعفت، وقُيّدت إمكانياتك بفعل مطالب الحياة الاجتماعية. وأنت أيضًا عالق مع نفسك، وليس ذلك بالأمر السهل أو الممتع. إنك تؤجل المهام، وتتكاسل، وتكذب، وترتكب أفعالًا مؤذية بحق نفسك والآخرين. ليس غريبًا أن تشعر وكأنك ضحية، بالنظر إلى ما يقف ضدك: الفوضى، والقوة العمياء للطبيعة، واستبداد الثقافة، وشر طبيعتك الذاتية. وليس مستغربًا أن يساورك الشعور بالاستياء. وبالتأكيد قد تشعر أن هذه القوى تصطف ضدك بطرق تبدو أكثر جدية، وظلمًا، وعشوائية، واستمرارية، وأقل قابلية للتنبؤ، مقارنة بغيرها. كيف لا تشعر وكأنك ضحية ومستاء في ظل هذه الظروف؟ لا تخلو الحياة من وحشية جوهرية. ومع أن هذا المنطق قد يبدو حتميًا، فإنه ينطوي على مشكلة جوهرية، ألا وهي أنه ليس الجميع في الواقع يرى نفسه ضحية أو يقع، نتيجة لذلك، في فخ الاستياء؛ ويشمل ذلك شريحة كبيرة من الأشخاص الذين عانوا

مشاقَّ كبيرة في حياتهم. في الواقع، أعتقد أنه من المعقول الافتراض أن الأشخاص الذين عاشوا حياة سهلة جدًا -الذين تم تدليلهم أو أعطوا شعورًا زائفًا بالاعتزاز بالنفس- هم في الغالب من يتبنون دور الضحية ويظهرون بمظهر الاستياء. وعلى النقيض، يمكنك أن تجد أشخاصًا تعرضوا لأذى يكاد يكون فوق طاقة الإصلاح، ومع ذلك لا يحملون في أنفسهم بذور الاستياء، ولا يرضون بأن يُنظر إليهم كضحايا. وهؤلاء ليسوا كثيرين جدًا، لكنهم ليسوا نادرين جدًا أيضًا. ومن ثم، لا يبدو أن الاستياء نتيجة حتمية تنبع من المعاناة ذاتها. ثمة عوامل أخرى تدخل في المشهد، إلى جانب المأساة الحتمية التي تميز الحياة.

قد يُصاب أحدكم، أو شخص قريب منكم، بمرض خطير. ومن المعتاد في مثل هذه الظروف أن يتساءل الإنسان: (لكن لمن يوجّه هذا السؤال؟) «لماذا حدث هذا لي تحديدًا؟» لكن، ماذا تعني بذلك؟ هل كنت ستفضّل أن يصيب المرض صديقًا أو جارًا أو حتى شخصًا غريبًا؟ ربما تراودك رغبة في أن تنشر ما تشعر به من شقاء، ولكن مثل هذا الرد لا يبدو منطقيًا، وليس خيارًا يمكن لشخص طيب وصاحب فكر متزن أن يتخذه، كما أنه لن يُضفي على الوضع أي قدر من العدالة. حتى نكون منصفين، فإن طرح السؤال «لماذا أنا؟» يمثل -في بعض الأحيان- استجابة نفسية طبيعية ومبررة. وكثيرًا ما يكون من الحكمة عند حدوث أمر سيئ لك أن تتساءل عمّا إذا كان هناك ما قمت به في الماضي قد أسهم في زيادة احتمال وقوع هذا الحدث المؤلم، كما ناقشنا بشكل مُفصّل، لأن من المحتمل أن هناك درسًا لتتعلمه يمكن أن يقلل من فرص تكرار الأمر، ولكن هذا ليس ما نقوم به فعليًا على الأغلب. السؤال «لماذا أنا؟» غالبًا ما يتضمن عنصرًا من اللوم، قائمًا على شعور بالظلم: «هناك أناس سيئون كثيرون في العالم، ويبدو أنهم يفلتون من العقاب رغم أفعالهم السيئة»، أو «هناك الكثير من الأشخاص يتمتعون بصحة جيدة، ويبدو من غير العدل أن ينعموا بهذا الحظ بينما أنا محروم منه». وهذا يعني أن السؤال «لماذا أنا؟» غالبًا ما

يحمل في طياته شعورًا بالاستضعاف، مما يشير إلى إحساس بالظلم. إن هذا التصور الخاطئ بأن التجربة المأساوية التي وقعت لك تميزك بشكل خاص - وكأنها موجهة نحوك تحديدًا - يشكل جزءًا مما يحول التعرض للمأساة إلى الشعور بالاستياء الذي نناقشه هنا.

إن حقيقة أن الأمور المؤسفة تحدث أو ستحدث لك هي جزء متأصل من بنية الواقع نفسه. فلا شك أن أشياء رهيبة تحدث، ولكنها تتسم بعنصر من العشوائية الحقيقية. قد ترى أن عنصر العشوائية أمر تافه ولا يفيد كثيرًا، لكن إدراك عنصر العشوائية قد يكون مفيدًا، حيث يقلل من الطابع الشخصي للأمر، مما يساعدك في بناء حواجز تمنع تطور ذلك الاستياء الأناني الشديد. وإضافة إلى ذلك، فإن إدراك أن كل جانب سلبي في وجود الإنسان يتوازن، من حيث المبدأ، مع نظيره الإيجابي، قد يكون ذا فائدة كبيرة.

إليك درسًا تعلمته على مدار سنوات عملي كأخصائي نفسي سريري. كنت أرى باستمرار أناسًا تأذوا من الحياة، وكان لديهم أسباب وجيهة للشعور بالاستياء، وكانت تلك الأسباب غالبًا بعيدة كل البعد عن التفاهة. كنت أقترح عليهم قائلًا: «دعونا نفكك مشاكلكم، حتى وإن كان العديد منها واقعيًا. سنسعى لمعرفة أيٍّ من هذه المشاكل يُعزى إليك، لأن بعضها سيكون من صنعك بالفعل. أما البقية، فهي مجرد كوارث الحياة. سنقوم بتفصيل ذلك بعناية شديدة. ثم سنبدأ في جعلكم تتدربون على التغلب على أي شيء تجلبونه للموقف ويؤدي إلى تفاقمه. سنبدأ في وضع خطط استراتيجية لكيفية مواجهة الأجزاء المأساوية فعليًا في حياتكم، وسنجعلكم تفعلون ذلك بشجاعة وصدق وانفتاح. وبعد ذلك، سنراقب النتائج».

لقد تحسّن بعض الأشخاص جراء ما فعلناه. لكن ليس جميعهم؛ فبعض مرضاي فارقوا الحياة؛ إذ نكون قد قطعنا نصف الطريق في معالجة مشكلاتهم السريرية، ثم تأتيهم نوبة سرطان مفاجئة، أو يرحلون إثر حادث سير. لا يوجد طريق مؤكد، حتى عندما تكون الأفعال في غاية النبيل. فالعشوائية في هذا العالم حاضرة دائمًا، ومستعدة لتُظهر نفسها، فلا يوجد

سبب أو مبرر للغرق في سذاجة عمياء أو تفاؤل مفرط. ومع ذلك، إن معظم الناس قد تحسّنوا، حيث شجعتهم التحفيزات على مواجهة مشاكلهم مباشرة، فبددت تلك المواجهة الطوعية بعضًا من مخاوفهم. لم يكن السبب في ذلك انخفاض مستوى الخطر المحيط بهم، بل لأن الشجاعة في قلوبهم قد تضاعفت. من الصعب تصديق مدى القوة والشجاعة التي يمكن أن يتحلّى بها الناس. إنه لأمرٌ مُعجِز ما يمكن للإنسان أن يتحمّله عندما يقبل العبء طوعية. أعلم أننا لا نستطيع امتلاك قدرة لا متناهية على التحمل، إلا أنني أؤمن أنّ تلك القدرة لا تنضب. ومع أنه لا يمكنني تحديد سقف لقدرة التحمل هذه، أعتقد أنه كلما مارس الإنسان المواجهة الطوعية أكثر، زادت قدرته على التحمل^(*).

إلى جانب الشعور بالتشجيع الذي يُعينهم على التغلب على الرعب والاستياء النفسي، يكتسب الناس قوة أكبر وقدرة أعمق على مواجهة تحدياتهم. وعلاوةً على قدرتهم على التعامل مع الأعباء الوجودية للحياة بنظرة روحية أعمق وأكثر فعالية، فإنهم يشرعون أيضًا في تطوير أنفسهم ليصبحوا أفرادًا أكثر إيجابية وتأثيرًا في المجتمع، ويدأون في كبح جماح الشرور والاستياء المتغلغل في نفوسهم، وهو ما يفاقم من قتامة العالم بشكل غير ضروري. وهكذا يتحولون إلى أشخاص أكثر صدقًا، يبنون علاقات أعمق وأكثر جودة، ويختارون مسارات مهنية تعزز من إنتاجيتهم وتُثري حياتهم بالمعنى، كما يبدأون في السعي نحو طموحات أعظم وأكثر نبلاً. وبهذا الشكل، تتعزز قدرتهم على التكيف النفسي، ويُسهّمون في تقليل العبء الواقع على أنفسهم وعلى من حولهم. وبالتالي تقل معاناتهم

(*) إن لم أكن قد ذكرت ذلك من قبل، فأستطيع بالتأكيد أن أقوله الآن: كنت وما أزال في حالة من الانبهار والإعجاب الدائم أمام الشجاعة المطلقة والرقّي الذي أظهرته زوجتي في مواجهة محتتها خلال الأشهر الستة الأولى من عام 2019، بعد تشخيصها بمرض السرطان في مرحلته الأخيرة (ثم في مرحلة التعافي منه). وقد شعرت بالخجل أيضًا... لأنني لست واثقًا بأنني كنت سأتمكن من فعل الشيء نفسه.

من الأوجاع غير الضرورية، وهو ما ينعكس إيجاباً على عائلاتهم، وربما يمتد هذا التأثير ليشمل مجتمعاتهم بشكل أوسع. وهنا يظهر الجانب الآخر من القصة: الكنز الذي يحرسه التين، والعنصر الخير للطبيعة، والأمان والاستقرار الذي يتيح المجتمع والثقافة، إلى جانب القوة الكامنة في الفرد. هذه الأدوات هي أسلحتك في مواجهة المِحن؛ أدوات حقيقية ذات قوة ربما تكفي لتزويدك بالوسائل الضرورية للتكيف عندما تنهأوى أركان حياتك. السؤال المحوري هو: هل تستطيع إعادة تشكيل واقعك بحيث تنال الكنز، وتتلقى دعم الطبيعة الخيرة، وتحيا في ظل قيادة حكيمة، متقمصاً دور البطل في قصتك؟ والأمل يكمن في أن تسلك نهجاً يدفع الأمور نحو هذا الاتجاه المنشود. فهذا هو ما نملكه، وهو بالتأكيد أفضل بكثير من لا شيء. عندما تواجه الألم والشر بشجاعة وصدق، فإنك تكتسب قوة أكبر، وتعزز من صلابة عائلتك، وتسهم في جعل العالم مكاناً أكثر إشراقاً. أما البديل فهو الاستياء، الذي لا يؤدي سوى إلى تعميق الجراح وزيادة الوضع سوءاً.

الخداع والغطرسة

يبدو أن للخداع شكلين رئيسيين: خطايا الفعل، وهي الأفعال التي ندرك تمامًا أنها خاطئة ومع ذلك نقدم عليها، وخطايا الامتناع، حيث نتجاهل ما نعلم يقيناً أنه يجب أن ننظر فيه، أو نفعله، أو نقوله، ولكننا نختار ألا نفعل. ربما يكون شريكك التجاري يتلاعب بالحسابات قليلاً، فتقرر تجاهل الأمر وعدم التدقيق فيه، أو ربما تتغاضى عن تصرفاتك غير الملائمة؛ أو تختار عدم مواجهة أخطاءه أو تجاوزات أحد أفراد أسرته، سواء أكان طفلاً، أو مرافقاً، أو شريك حياتك.

ما الذي يغذي هذه الأنواع من الخداع؟ نحن نكذب عن قصد -خطيئة الفعل- ونحن نعلم تمام العلم أننا نفعل ذلك، لنجعل الأمور أسهل علينا، نظرياً، دون اكتراث بالضرر الذي قد يلحق بالآخرين. نسعى جاهدين

لترجيح كفة الأمور لصالحنا، ونحاول تحقيق مكسب أو ميزة، ونتجنب العقاب الذي نستحقه؛ وغالبًا ما نفعل ذلك بإلقاءه على عاتق الآخرين. أما خطيئة الامتناع، فنقتربها بأسلوب مختلف (وربما بدهاء أكبر)، متوهمين أن الأمور التي نهملها ستتلاشى من تلقاء نفسها، لكنها نادرًا ما تتلاشى. نصحي بآمال المستقبل في سبيل إشباع رغبات الحاضر، ومع ذلك، نستمر بعناد وجمود، متجاهلين نقد الضمير اللاذع الذي يلاحقنا.

فما الذي يلجأ إليه الناس لتبرير التلاعب بحقائق الواقع، على حساب الآخرين أو حتى على حساب مستقبلهم، سعيًا لتحقيق مكاسب آنية؟ إنه دافع متجذر بوضوح في الاستياء. تُبرّر الأكاذيب بالاعتقاد المتأصل في أعماق روح الحاقد والمتذمر بأن أهوال العالم قد استهدفته هو دون غيره، مما يمنحه شعورًا بمشروعية الكذب. ولكن لا بد أن ندخل الغطرسة في النقاش -إلى جانب الاستياء- لفهم بشكل كامل السبب وراء ميلنا إلى الخداع. إذ يبدو من المستحيل تقريبًا أن توجد إحدى هاتين الحالتين الذهنتين دون الأخرى، فهما تتصافران في المؤامرة، إن صح التعبير.

الفضل

يتآمر الخداع والغطرسة معًا في البداية بهدف إنكار وجود علاقة بين الألوهية، والحقيقة، والخير، أو رفضها. في الفصول الأولى من سفر التكوين، يخلق الله وجودًا ديناميكيًا متحركًا صالحًا للسكنى من العدم بالكلمة التي تجسد الشجاعة، والمحبة، والحقيقة. الشجاعة هي إرادة الله لمواجهة العدم الذي سبق الوجود. وربما تشبه في جوهرها الشجاعة التي نعتمدها عندما ننهض من الفقر والعدم ونمضي نحو الازدهار، أو عندما نعيد بناء حياتنا بعد أن دمرتها الكوارث والمحن. والمحبة، بدورها، تمثل الهدف الأسمى، وهي الرغبة في خلق الأفضل على الإطلاق. توفر المحبة للوجود بنية داعمة، كتلك التي توفرها الرغبة في بيت هادئ ومنسجم عندما تؤدي هذه الرغبة إلى قول الحقيقة. فالحقيقة هي الكلمة

التي يستخدمها الله لمواجهة العدم، وهي لا تكتفي بالخلق فقط؛ بل تبدو وكأنها تخلق «الخير»؛ ذلك الخير الذي تسعى إليه المحبة بأسمى صورها. ومن هنا، لا عجب أن يصر الله على أن ما خلقه هو خير. وعلى النقيض، تتحد الغطرسة والخداع لمعارضة الفكرة القائلة إن الحقيقة الشجاعة، عندما تهدف إلى المحبة، تخلق الخير، وتستبدل بذلك مفهومًا مفاده أن أي نزوة - مهما كانت صغيرة أو كبيرة - تملك الحق والفرصة في الظهور لأغراض أنانية وضيقة الأفق.

أما الشكل الثاني من الغطرسة الذي يكمن وراء الخداع، فيتجلى في محاكاة قوة الألوهية ذاتها. عندما يكذب شخص، سواء بالفعل أو بالامتناع، أو بالكلمات أو الصمت، فإنه سيحدد أي احتمال من احتمالات الوجود (التي لم تتحقق بعد) سيظهر للوجود أو سيظل مختفيًا. وهذا يعني أن الشخص المخادع يتجراً على تغيير بنية الواقع ذاتها، وكل ذلك لماذا؟ من أجل رغبة أنانية تقوم على فكرة أن الأكذوبة التي اختلقها ستخدم مصالحه الشخصية بشكل أفضل مما كانت ستفعله الحقيقة لو قيلت أو تجسدت. يتبنى الكاذب اعتقادًا مفاده أن العالم الوهمي الذي يخلقه، ولو لفترة مؤقتة، سيحقق مصلحته الخاصة بأكثر مما قد يفعله الواقع البديل. هذه هي غطرسة من يعتقد أنه يمكنه تغيير بنية الواقع من خلال التظاهر، وأنه يمكنه الإفلات من العواقب. لكن هذه المعتقدات نادرًا ما تصمد أمام التفكير المتأنّي (وهذا يشير بطبيعة الحال إلى أنها لا تخضع للتفكير بعناية). في البداية، سيُدرك المُخادع أنه ليس أهلاً للثقة، قولاً وفعلًا، وبما أن احترام الذات الحقيقي يقوم على الصدق، فإن أكاذيبه ستقوّض شخصيته تدريجيًا. على أقل تقدير، سيعيش في عالم بعيد عن الحقيقة، مختلف عن العالم الذي يحياه الآخرون، وبالتالي، سيصبح أضعف مما يُفترض أن يكون عليه لو اختار معرفة الحقائق بدلًا من تزييفها. ثانيًا، اعتقاده بأنه «سيفلت بفعلته» يستلزم اعتقادًا بتفوقه الفكري على الآخرين؛ أولئك الذين لن يتبهاوا لخداعه (وقد يمتد هذا الاعتقاد ليشمل الله ذاته، سواء صراحة أو ضمنيًا).

قد ينجح الكاذب في الإفلات من كذبة أو اثنتين أو عشرة، مما يزيد من جرأته. لكن مع كل نجاح، ستزداد غطرسته، حيث يصبح النجاح حافزاً لمضاعفة المكاسب. لكن هذا النجاح لا يؤدي إلا إلى أكاذيب أكبر وأكثر جسارة، ترتبط كل واحدة منها بسقوط أشد من قمة الكبرياء. ويبدو أن هذه الاستراتيجية غير قابلة للاستمرار؛ فهي دوامة من الكذب والغطرسة تدفع بمن ينخرطون فيها إلى الهبوط أكثر فأكثر، وبوتيرة متسارعة.

يكمن الشكل الثالث من الغطرسة التي تكمن وراء الخداع في الاعتقاد بأن الفعل الخادع (الذي أفسد أو حرّف بنية الواقع كما ناقشنا سابقاً) سيبقى قوياً ودائماً دون أن يُكشف أو يُمحى، حتى مع عودة الواقع لتصحيح نفسه واستعادة توازنه في النهاية. هذا هو الوهم الذي يدفع الكاذب للاعتقاد بأن كذبه قد غيّرت شكل العالم بشكل دائم، بحيث يمكن للناس أن يعيشوا وكأن هذه الكذبة أصبحت حقيقة. غير أن الواقع شديد التعقيد؛ إذ يبدو أن كل جزء فيه يتداخل مع الأجزاء الأخرى. على سبيل المثال، يصعب للغاية منع انتشار تداعيات علاقة غير شرعية من التوسع والانتشار. فالحين تراقب، وتبدأ الألسنة بالهمس، وتُخلق أكاذيب إضافية ليتم تبرير الأوقات المُستهلكة في العلاقة. تظل آثار الخيانة محسوسة؛ فالروائح تبقى، والأحداث تنكشف بمرور الوقت. ومع الوقت، تبدأ مشاعر المودة داخل العلاقة في التلاشي، لتحل محلها الكراهية أو الاحتقار، (ويتفاقم هذا الأثر إذا كان الطرف المخدوع شخصاً طيباً وصاحب أخلاق فاضلة، لا يستحق تلك الخيانة الموجهة إليه).

ويتعلق الشكل الرابع من الغطرسة التي تبرر الخداع بإحساس مشوّه بالعدالة، غالباً ما يتولد عن مشاعر الاستياء والغضب. يلجأ الناس إلى الخداع في هذه الحالة بدافع الاستياء والغضب الناتج عن شعورهم بأنهم ضحايا لمعاناة العالم ومآسيه. قد يكون هذا التصرف مفهوماً تماماً، لكنه يظل خطيراً رغم ذلك. يبدو هذا المنطق بديهياً بل ومؤثراً، لا سيما عندما يتعلق الأمر بمن تعرضوا لإيذاء حقيقي، حيث يقول أحدهم: «لدي الحق

في أن أفعل ما أشاء، فقد عوملت بظلم». يمكن النظر إلى هذا التفكير على أنه نوع من العدالة البسيطة، رغم أن من يقع عليهم الكذب أو الخداع الآن ليسوا في العادة هم من تسببوا بالظلم. تتجلى الغطرسة هنا في الاعتقاد بأن الظلم الذي تعرض له الشخص كان موجَّهًا نحوه على نحو شخصي، بدلًا من كونه جزءًا متوقعًا من طبيعة الوجود، بما يحمله من مخاطر طبيعية، واجتماعية، وفردية. فإذا كنت ضحية لما يبدو وكأنه مزحة كونية خبيثة، فلماذا لا تسعى إلى تصحيح الأمور بنفسك قليلًا؟ لكن في الواقع، لا يؤدي هذا المنطق إلا إلى تفاقم الحياة وزيادة تعاستها. إن كنت تبرر أفعالك السيئة بسوء الحياة ذاته، فإن من العبث أن تواصل سلوكيات تزيدها سوءًا وتدهورًا.

الامتناع

ثمة العديد من الأسباب التي قد تدفعك للوقوف مكتوف اليدين أمام أمرٍ تدرك تمامًا أنه فظيع وخاطئ، دون أن تحرك ساكنًا أو تقوم بما تعلم أنه واجب عليك للتدخل. وأول هذه الأسباب يكمن في العدمية. قد لا يبدو من السهل إدراك العلاقة بين العدمية والغرور (ناهيك عن فهم الصلة بينهما وبين خطايا الامتناع). إلا أن العدمية في جوهرها تعبر عن يقين: أن كل شيء خالٍ من المعنى، أو حتى سلبي بطبيعته. إنها بمثابة حكم قاطع واستنتاج نهائي؛ وأعتبرها خطيئة من خطايا الغرور. أو من أن إدراكنا الواعي لحدود جهلنا هو ما يحمينا من المخاطرة الرهيبة المتمثلة في إنكار بنية الوجود ذاتها.

وما الدافع الآخر لخطايا الامتناع؟ إنه الادعاء بأن اتباع الطريق السهل أمر مبرر. وهذا يعني أن تعيش حياتك بشكل يضمن تجنبك لتحمل أي مسؤولية حقيقية تجاه أي أمر ذي أهمية. وقد ترى أن هذا أمر مقبول تمامًا: «لماذا أبذل جهدًا إضافيًا وأتحمل المخاطر بينما هناك شخص آخر يتولى ذلك؛ سواء أكان ذلك الشخص الآخر يسعى للمخاطر بوعي أو لأنه ليس

ماهرًا بما يكفي لتجنبها عندما تواجهه؟» ولكن على الجميع أن يتحملوا دورهم؛ سواء في جني فوائد التفاعل الاجتماعي أو في تحمل المسؤولية التي تضمن استمرار هذا التفاعل. الأطفال الذين لا يتعلمون هذا الدرس في سن الثالثة غالبًا ما يفشلون في تكوين صداقات، ولأسباب وجيهة. ذلك لأنهم لا يتقنون فن لعب لعبة يمكن أن تستمر مع الزمن، وهو ما تمثله الصداقة في جوهرها (وهو السلوك الذي يُنتج رؤساء، وزملاء، ومرؤسين أكفاء في بيئة العمل).

راجع بتمعن أيضًا الافتراض القائل بأن التملص من دفع التزاماتك كاملة قد يكون مقبولًا أو حتى حكيماً. هذا يمثل نوعًا آخر من الأحكام على الوجود: قول «لا يهم إن اخترت الطريق السهل» يبدأ بعبارة «لا يهم»، وهذه في جوهرها إدانة للوجود مع لمسة من التلاعب، وأما الجزء الثاني من العبارة، «إن اخترت الطريق السهل»، فهو بمثابة لعنة يفرضها الشخص على نفسه. عندما تتحمل مسؤوليات المهام الصعبة، يتعلم الناس أن يثقوا بك، وتكتسب أنت ثقتك بنفسك، كما تصبح أكثر براعة في مواجهة التحديات. كل ذلك أمر جيد، لكن إذا تركت كل ذلك دون إنجاز، فستجد نفسك في وضع مشابه للطفل الذي أصر والداه على فعل كل شيء نيابة عنه: عاجزًا عن الازدهار أمام صعوبات الحياة وتحدياتها. تكون العبارة «لا يهم إذا اخترت الطريق السهل» صحيحة فقط إذا لم يكن هناك جزء في شخصية المتحدث قد يستجيب لدعوة مغامرة حقيقية. وأولئك الذين يتجنبون مصيرهم بالابتعاد عندما يُطلب منهم التقدم، يحرمون الجميع أيضًا من الفوائد التي كان من الممكن أن يحصلوا عليها إذا قرروا أن يكونوا أفضل نسخة من أنفسهم بدلًا من الاستسلام لأمان الطريق السهل. الشكل النهائي لخطايا الامتناع يرتبط بنقص الثقة بالنفس - وربما بالإنسانية عمومًا - نتيجة للضعف الإنساني المتأصل. يوجد في سفر التكوين مشهد يسقط فيه الحجاب عن أعين آدم وحواء، فيدركان أنهما مكشوفان وعاريان؛ وهو إدراك يرتبط ارتباطًا وثيقًا بالوعي بالذات. وفي

اللحظة ذاتها، يكتسبان معرفة الخير والشر. وهذان التطوران متزامنان لأنك لا تستطيع إيذاء الآخرين بفعالية تامة حتى تدرك كيف يمكنك أن تتأذى بنفسك، ولا تدرك أنك معرض للأذى إلا إذا كنت واعياً بذاتك بدرجة كافية؛ إذا أدركت أنك قادر على تحمل ألم شديد؛ إذا فهمت أنك يمكن أن تموت؛ وإذا وصلت إلى معرفة حدود وجودك. وفور معرفتك بذلك، تدرك مكن ضعفك، وتصبح قادراً على استغلال هذا الإدراك بنية خبيثة تجاه الآخرين. وعندئذ تفهم جوهر الخير والشر، وتصبح قادراً على كليهما.

عندما طُلب من آدم لاحقاً تبرير سلوكه -نتيجة أكله من الشجرة المحرمة- ألقى باللوم على المرأة في اكتسابه المعرفة المؤلمة بالذات، وعلى الله لأنه خلقها، قائلاً: «الْمَرْأَةُ الَّتِي جَعَلْتَهَا مَعِيَ هِيَ أَعْطَتْنِي مِنَ الشَّجَرَةِ فَأَكَلْتُ» (تكوين 3: 12). رفض آدم تحمل مسؤولية أفعاله اقترن بالاستياء (لأنه اكتسب معرفة مؤلمة بالذات)، والخداع (لأنه يعلم أنه اتخذ قراره بحرية بَعْضُ النظر عن تصرف زوجته)، والخطيئة (لتجروءه على لوم الله والمرأة التي خلقها). لقد اختار آدم الطريق الأسهل؛ تماماً كما قد تفعل عندما تقول لنفسك: «لست مضطراً لخوض هذا النقاش مع زوجتي، ولا لمواجهة مديري المستبد، ولا للعيش وفقاً لما أعتقد أنه صحيح. يمكنني ببساطة تجنب تحمل مسؤولياتي». جزء من هذا يعود إلى الكسل والجبن، بينما يرتبط جزء آخر بشعور عميق بانعدام الثقة في قدراتك الشخصية. ومثل آدم، أنت تعرف أنك عارٍ، وتدرك عيوبك ونقاط ضعفك بعمق، مما يؤدي إلى تلاشي إيمانك بنفسك. هذا أمر مفهوم، لكنه غير مفيد، ولا يمكن تبريره في النهاية.

الخطر الوجودي للخطيئة والخداع

كما ورد في سفر الأمثال (10: 9): «مَخَافَةُ الرَّبِّ هِيَ بَدَايَةُ الْحِكْمَةِ». يمكن فهم العلاقة بين الخداع وأعمق الغرائز الموجهة بشكل أعمق في ضوء هذه الحقيقة. عندما تدرك أن الخداع يفسد ويشوه الغريزة الأساسية

التي تعينك على مواجهة تحديات الحياة، ينبغي لهذا الإدراك أن يبعث فيك خشية كافية لتجعلك حذرًا في أقوالك وأفعالك. الشخص الصادق يستطيع الاعتماد على حسه الفطري للمعنى والحقيقة بوصفها مرشدًا موثوقًا لاتخاذ القرارات التي يقتضيها مسار الحياة يومًا بعد يوم، وأسبوعًا بعد أسبوع، وسنة بعد سنة. ولكن هناك قاعدة تنطبق هنا، وهي القاعدة التي يعرفها مطورو البرمجيات جيدًا: «المدخلات الزائفة تؤدي إلى مخرجات زائفة». إذا مارست الخداع (خصوصًا تجاه نفسك) أو كذبت، فإنك تشوه الآليات التي توجه غرائزك الأساسية. تلك الغريزة تُعد مرشدًا غير واع، وتعمل في أعماق جهازك الإدراكي، خاصة بعد أن تتحول إلى عادة. إذا أعدت تشكيل آلياتك اللاواعية التي تحافظ على استقرارك بناءً على افتراضات تعرف أنها زائفة، فإن غريزتك التي تقودك نحو المعنى ستقودك إلى أماكن خاطئة، بقدر ما تشوهت. لا شيء أكثر رعبًا من أن تجد نفسك في لحظة حاسمة من حياتك، تحتاج فيها إلى كل قدراتك لاتخاذ القرار الصحيح، ثم تكتشف أنك أفسدت حكمك الذاتي بالخداع ولم تعد قادرًا على الاعتماد عليه. حظًا سعيدًا في تلك اللحظة، لأن الحظ وحده سيكون سبيلك الوحيد للنجاة.

هناك خطيئة وصفها المسيح بغموض إلى حدٍّ ما بأنها غير قابلة للغفران، حيث قال: «وَأَمَّا مَنْ قَالَ عَلَى الرُّوحِ الْقُدُسِ فَلَنْ يُغْفَرَ لَهُ، لَا فِي هَذَا الْعَالَمِ وَلَا فِي الْآتِي». (متى 12: 32). وقد ألقى القديس بولس، أحد مؤسسي المسيحية، بعض الضوء على هذه العبارة عندما ربط الروح القدس، وهو الشخص الثالث في الثالوث، بالضمير، قائلًا: «أَقُولُ الصَّدَقُ مُؤْمِنًا بِالْمَسِيحِ، وَلَا أَكْذِبُ. وَضَمِيرِي يَشْهَدُ بِالرُّوحِ الْقُدُسِ عَلَى كَلَامِي». (رومية 9: 1). الضمير هو المشاركة الصادقة للوعي الأخلاقي مع الذات. والخداع يتطلب رفضًا طوعيًا للامتنال لصوت الضمير، مما يعرّض هذه الوظيفة الحيوية للخطر، ولا يمكن للشخص أن ينجو من هذا الفساد دون أن يُصاب بضرر عميق. هذا الأمر صحيح حتى من الناحية العصبية. فعادةً ما تتميز المخدرات

المسببة للإدمان بتأثيراتها على الدوبامين بوصفه ناقلاً عصبيًا، مما يؤدي إلى زيادة تأثيره بطريقة ما. يُحدث الدوبامين بشكل أساسي متعة ترتبط بالأمل أو بإمكانية تحقيق شيء ما. علاوةً على ذلك، فإن دماغك مبرمج بحيث إذا قمت بشيء يجعلك تشعر بالمتعة (وبالتالي يؤدي إلى إطلاق الدوبامين)، فإن الأجزاء التي أسهمت في ذلك الفعل تصبح أقوى وأكثر هيمنة، وتبدأ في السيطرة على أجزاء أخرى من شخصيتك. وبذلك، فإن الاستخدام المستمر للمخدرات يُغذّي نموًا ما يمكن اعتباره «وحشًا حيًا» داخل نفس المتعاطي. هذا الوحش يُكرّس كل اهتمامه نحو تأثير المخدر، متبنيًا فلسفة متكاملة تُبرّر لِمَ ينبغي لهذا الهدف أن يكون الأولوية المطلقة.

تخيّل أنك في مرحلة تعافٍ هشّ وصعب من الإدمان. يحدث شيء سيئ في حياتك؛ فيتصاعد شعور الاستياء وتجد نفسك تفكر: «ليذهب كل شيء إلى الجحيم!» كخطوة أولى تقودك للعودة إلى المخدر، مع شعور بدفعة الدوبامين التي تتبع ذلك. نتيجةً لذلك، تصبح الدوائر الصغيرة التي تبلور فكرة «ليذهب كل شيء إلى الجحيم» أقوى من الأجزاء النفسية لدى المدمن التي قد تدفعه لرفض استخدام المخدر. إن فلسفة «ليذهب كل شيء إلى الجحيم» تحمل أبعادًا متعددة؛ فهي تعني «هذا يستحق التضحية بأي شيء من أجله». وتعني أيضًا «من يهتم بحياتي؟ فهي ليست ذات قيمة على أي حال». وتعني كذلك «لا أكرث إذا اضطُرت للكذب على من يحبونني -والديّ، وزوجتي، وأطفالي- فما الفارق على أي حال؟ كل ما أريده هو المخدر». والعودة من هذا الموقف ليست سهلة.

عندما يصبح الكذب عادة، فإنك تبني بنية تشبه إلى حد كبير تلك التي تغذي الإدمان، خاصة إذا تمكنت من الإفلات من العواقب ولو لفترة قصيرة. نجاح الكذبة يولّد شعورًا بالمكافأة، وإذا كانت المخاطر كبيرة ولم تُكتشف، فقد تكون تلك المكافأة شديدة التأثير. ذلك يُعزز من تطوير الآلية العصبية في دماغك التي تشكل هيكل منظومة الخداع بأسرها. ومع الاستمرار في النجاح، على الأقل على المدى القصير، تبدأ هذه الآلية

في العمل بشكل متزايد تلقائيًا، وتتصرف بغطرسة، مدركة أنها تستطيع الإفلات بفعلتها. هذا يكون أكثر وضوحًا في ما يتعلق بخطايا الارتكاب؛ لكنه صحيح أيضًا، بل وأكثر خطرًا ودهاءً، بالنسبة لما كان بإمكانك معرفته لكنك اخترت تجاهله - ما يسمى بخطايا الامتناع. تلك هي غطرسة الاعتقاد بأن ما تعرفه كافٍ (دون اعتبار للأدلة التي تراكم من حولك في صورة معاناة تُعزى بسهولة وبشكل واضح إلى بنية الواقع أو إلى نقص في كمال الله على ما يبدو).

المكان الذي يجب أن تكون فيه

إنّ قدرتنا الفردية على مواجهة احتمالات المستقبل وتحويلها إلى واقع ملموس في الحاضر هي جزء من طبيعتنا البشرية. فالكيفية التي يصبح عليها العالم تعتمد بشكل أساسي على اختياراتنا الأخلاقية الواعية. عندما نستيقظ في الصباح، نواجه يومًا جديدًا بما يحمله من فرص ومخاوف. نرسم مسارنا، ونتخذ قرارات قد تكون للأفضل أو للأسوأ. نعي بوضوح قدرتنا على فعل الشر وجعل الأشياء المرعبة تصبح واقعًا ملموسًا، لكننا نعلم أيضًا أننا نستطيع فعل الخير، بل وربما القيام بأشياء عظيمة. وأفضل فرصة لدينا لتحقيق ذلك تكمن في أن نتصرف بالشكل الصحيح، من خلال التمسك بالصدق وتحمل المسؤولية، والامتنان، والتواضع.

الموقف الصحيح تجاه فظائع الوجود - والبديل عن الاستياء والخداع والغطرسة - يكمن في الإيمان بأنك أنت، والمجتمع، والعالم يمتلكون من الخير ما يبرر هذا الوجود. هذا هو الإيمان بذاتك، وبالإيمان من حولك، وبهيكلية الوجود نفسه: إنه الإيمان بأن لديك ما يكفي لتواجه الحياة وتحوّلها إلى أفضل ما يمكن أن تكون عليه. ربما يمكنك أن تعيش بطريقة تتسم بالنبل والعظمة والمعنى الجوهرى العميق، مما يمنحك القوة لتحمل الجوانب السلبية في الحياة دون أن تغرق في مرارة تحوّل كل ما حولك إلى ما يشبه الجحيم.

من المؤكد أننا نضطهد بفعل حالة عدم اليقين العميقة التي تهيمن على
كياننا. وبلا شك أن الطبيعة تفتك بنا بطرق غير عادلة ومؤلمة. ولا يخفى أن
مجتمعاتنا تميل نحو الطغيان، وأن نفوسنا الفردية تميل نحو الشر. ولكن
هذا لا يعني أننا لا نستطيع أن نكون صالحين، أو أن مجتمعاتنا لا يمكن أن
تكون عادلة، أو أن العالم الطبيعي لا يمكن أن يصطف لصالحنا. ماذا لو
تمكنا من كبح نزعاتنا الشريرة قليلاً، وخدمنا مؤسساتنا وسعيها لتحويلها
بمزيد من المسؤولية، وقللنا من استيائنا؟ الله وحده يعلم الحد الأقصى
الذي يمكن أن نصل إليه. إلى أي مدى يمكن أن تتحسن الأمور إذا تجنبنا
جميعاً إغراء تشويه بنية الوجود، سواء بفعالية أو بسلبية، واستعضنا عن
غضبنا تجاه تقلبات الحياة بالامتنان والصدق؟ وإذا فعلنا ذلك جميعاً
بقصد جاد ومستمر، ألن نمنح أنفسنا أفضل فرصة لردع تلك العناصر في
الذات والدولة والطبيعة التي تظهر بأشكال مدمرة وقاسية، والتي تدفعنا
إلى التمرد على العالم؟

تجنب أن تقع فريسة للاستياء، أو الخداع، أو الغطرسة.

مكتبة

t.me/soramnqraa



القاعدة الثانية عشرة

كن مُمتناً رغم معاناتك

الأسفل يمكن أن يحدد الأعلى

ظَلَلْتُ أبحث عن اليقين طيلة عقود. لم يقتصر الأمر على التفكير من ناحية إبداعية فحسب، وإنما التفكير المتبوع بمحاولة تقويض الأفكار وهدمها، ثم تمحيص ما تبقى منها والحفاظ عليه. يُشبه الأمر أن تشق طريقك عبر مستنقع، باحثاً عن أرض صلبة لتقف عليها بأمان، تحت السطح الموحد. ولكن رغم إيماني بحتمية المعاناة وتضخيم الشر لها، باعتبارها حقائق وجودية ثابتة، فإن إيماني أشد وأرسخ بقدرة الأشخاص على التغلب على معاناتهم - نفسياً وعملياً - وعلى كبح نزعة الشر بداخلهم، ومكافحة الشرور التي هي من سمات العالم الاجتماعي والطبيعي.

يتسم البشر بقدرتهم على مواجهة المعاناة بشجاعة؛ وعلى أن يتغلبوا عليها نفسياً ويخففوا من آثارها عملياً. هذه من المسلّمات الجوهرية المزدوجة في العلاج النفسي - بصرف النظر عن المدرسة الفكرية المتبعة - وهي سرُّ نجاح البشر وتقدمهم عبر التاريخ. إذا واجهت تحديات الحياة بشجاعة، فستخلق لنفسك غاية نفسية محددة ستكون بمثابة ترياق للمعاناة. إن حقيقة تركيزك الطوعي على الهاوية ترسل إشارة إلى نفسك على أعمق مستويات النفس (اللاشعور)، أنك قادر على المواجهة، لا الهروب من تحديات الوجود والمسؤولية المصاحبة له. إن ممارسة الشجاعة نفسها تبعث على الطمأنينة في صميم الكينونة النفسية. كما تدلُّ

على قدرتك وكفاءتك لأنظمة الإنذار البيولوجية والنفسية - المتأصلة،
والقديمة، والمستقلة نوعاً ما - التي تستشعر الخطر في العالم.

لكن فائدة هذه المواجهة لا تنحصر في الجانب النفسي فحسب،
على ما له من أهمية؛ وإنما تفيد في الجانب العملي أيضاً: عندما تواجه
المعاناة بنبل - وهي كلمة نادراً ما تُستخدم حالياً - يمكنك اتخاذ الخطوات
المناسبة بشكل عملي وفعال لتخفيف وتصحيح تعاستك وتعاسة الآخرين
في ذاتها. يمكنك أن تجعل العالم المادي - العالم الواقعي - مكاناً أفضل
(أو تحوّل دون تدهوره على الأقل). وينطبق المثل على الشر: يمكنك
السيطرة على نزعة الشر داخلك. عندما توشك أن تقول شيئاً ما، قد يُخبرك
ضميرك (وهو يفعل ذلك كثيراً)، قائلاً: «هذا ليس صحيحاً». ربما يُعرب
عن نفسه في شكل صوت حقيقي (داخلي بالطبع)، أو شعور مثل الخجل
والشعور بالذنب والضعف، أو تمزق داخلي؛ وهي النتيجة الفسيولوجية
للإزدواجية النفسية التي تظهرها (الصراع بين الخير والشر). حينها، تكون
أمامك فرصة الإمساك عن التفوّه بهذه الكلمات. إذا كنت لا تستطيع قول
الصدق، فلا تكذب عن قصد على الأقل⁽¹⁾. هذا داخل في حدود إرادتك.
إن التوقف عن الكذب عمداً خطوة كبيرة في الاتجاه الصحيح.

هكذا نسيطر على معاناتنا ونواجهها نفسياً. وهذا ما يجعلنا شجعاناً.
ويمكننا تخفيف آثار معاناتنا عملياً، لأن ذلك ما نفعله عندما نعتني بأنفسنا
والآخرين. يبدو أنه لا يوجد حدود لذلك تقريباً. يمكنك العناية بنفسك
وبعائلتك بإخلاص وكفاءة، ثم توسّع دائرة عنايتك حتى تشمل المجتمع.
يُظهر بعض الأشخاص براعة منقطعة النظير في ذلك الجانب. ولعل
أوضح الأمثلة على ذلك الأشخاص الذين يعملون في الرعاية التلطيفية.
إنهم يعملون بصفة مستمرة، لتقديم الرعاية للأشخاص الذي يتألمون
ويُحتَضرون، ويموت لديهم بعض المرضى كل يوم؛ لكنهم يجبرون
أنفسهم على النهوض من الفراش كل صباح، للذهاب إلى العمل،
ومواجهة كل هذا الألم، والمأساة، والموت. إنهم يصنعون فارقاً في

ظروف شبه مستحيلة. ولهذه الأسباب، ولأجل هذه الأمثلة، عندما أشاهد الأشخاص يواجهون الكارثة الوجودية للحياة بشكل مباشر وفَعَّال، يغلبُ تفاؤلي تشاؤمي، وأومن أن التفاؤل أكثر موثوقية من التشاؤم. إن الوصول إلى مثل هذه النتيجة، والتأكد من رسوخها، مثالٌ جيد على الكيفية والسبب وراء أهمية مواجهة الظلام قبل رؤية النور. من السهل أن تكون متفائلاً وساذجاً. ومن السهل زعزعة الشعور بالتفاؤل والقضاء عليه، إن كان يتَّسم بالسطحية، ليحل محله التشاؤم. لكن إمعان النظر في الظلام قدر الإمكان يكشف نوراً يبدو وكأنه لا يخمد أبداً، وهذه هي المفاجأة الكبرى والفرج العظيم.

ينطبق المثل على مسألة الامتنان. لا أعتقد أنك ستكون ممتناً أو شاكراً بحق لما لديك من خير - ولما لم يصبك من شر - إذا لم تفهم حقيقة ثقل الوجود فهماً عميقاً، بل حتى مفرعاً. لا يمكن أن تقدّر بحق ما لديك من نِعَم، إلا إذا أدركت أن وقوع النقم (المشقات) ليس أمراً ممكناً فحسب، وإنما متوقع وبشدة، بالنظر إلى طبيعة الوجود. يجب أن تفهم ذلك الأمر، وإلا ستجد نفسك تسأل: «ما الذي يدفعني للنظر في الظلام؟» لكننا نبدو مغرمين بالنظر في الظلام. إننا نشعر بالفضول الشديد تجاه الشر. نحب مشاهدة التمثيل الدرامي للقتلة المتسلسلين، والمرضى النفسيين، وملوك الجريمة المنظمة، وأفراد العصابات، والمغتصبين، والقتلة المأجورين، والجواسيس. نثير في أنفسنا مشاعر الخوف والنفور طوعاً لا كرهاً بمشاهدة أفلام الإثارة والرعب. كما أن فضولنا ليس فضولاً عادياً؛ بل إنه ينجم عن إدراك لدينا عن التكوين الأخلاقي الجوهرى للوجود البشري، وعن صراعنا الداخلي بين الخير والشر. وحصول هذا النوع من الإدراك أمرٌ ضروري؛ إذ يضع الهاوية تحتنا والقمة فوقنا، ويرشدنا من حيث التصورات، والدوافع، والأفعال. كما يحميننا من الشر أيضاً. إذا عجزت عن فهم الشر، فقد تركت نفسك فريسة له؛ وستكون أكثر عرضة لآثاره أو لسطوته. عندما تقابل شخصاً شريراً، فسيكون له سيطرة عليك بقدر

عدم رغبتك أو عدم قدرتك على استيعابه. ولهذا، أنتَ تنظر في الأماكن المظلمة كي تحمي نفسك، تحسبًا لظهور الظلام، وللبحث عن النور أيضًا. توجد فائدة حقيقية لهذا الأمر.

روح مفستوفيلس

كتب الكاتب الألماني العظيم جوته -الذي هو للثقافة الألمانية ما هو شكسبير للثقافة الإنجليزية- مسرحيته الشهيرة «فاوست»، التي تحكي عن رجل يبيع روحه للشيطان في مقابل الوصول إلى المعرفة⁽²⁾. يُجسد مفستوفيلس الشيطان في المسرحية؛ العدو. والعدو هو شخصية خرافية؛ وهو الروح الذي يحارب نية الخير داخلنا بصفة مستمرة (أو ربما إرادتنا للخير بشكل عام). يمكنك فهم ذلك الأمر من المنظور النفسي، والميتافيزيقي، والديني. إننا نشهد في أنفسنا بزوغ نوايا الخير، والتعليمات المتكررة للتصرف وفقها، لكننا نلاحظ في كثير من الأحيان أننا -بكل أسف- لا نفعل ما ينبغي أن نفعله، بل وأدهى من ذلك أننا نفعل ما لا ينبغي أن نفعله. ثمّة شيء بداخلنا يعارض رغباتنا التي نُعبّر عنها طواعية. بل إن العديد من هذه الأشياء في الحقيقة -جوقة من الشياطين إن جاز التعبير- تعارضنا، بل تعارض بعضها البعض، والكثير من الدوافع الخبيثة غير المُعبّر عنها، وأنظمة الاعتقاد التي تتجلى في صورة شخصيات جزئية (لكن لديها كل السمات الأساسية للشخصية بالرغم من طبيعتها الجزئية). إدراك ذلك الأمر مُزعج. وهذا الإدراك هو أعظم مساهمة قدّمها المحللون النفسيون، الذين أصرّوا أننا ربما كنّا مسكونين بالأرواح، التي هي خارج حدود سيطرتنا وحتى معرفتنا الواعية. ويطرح هذا الإدراك أسئلة هامة وتعجيزية: إذا كنتَ لا تسيطر على نفسك، فمن أو ما الذي يسيطر عليها؟ وإذا كنت لا تسيطر على نفسك، فذلك يعارض من الأساس فكرة المركزية، والوحدة، وحتى حقيقة كينونتك، «أنتَ»، التي يبدو وجودها جازمًا غير قابل للشك. وما الذي يسعى إليه ذلك الشخص أو

الشيء؟ وما الغرض الذي يطمح إليه؟ إننا جميعًا نأمل أن نكون ذلك النوع من الكائنات التي تعطي التعليمات لأنفسها، ثم تتصرف بالضبط بموجبها. أنتَ هو أنتَ، على أي حال، ويجب أن تكون مسيطرًا على نفسك. لكن الأمور لا تسير على هذا النحو غالبًا، والسبب أو الأسباب التي وراء ذلك في غاية الغموض.

في بعض الأحيان، بالطبع، يكون الخيار الأسهل ألا نفعل الأشياء التي ينبغي أن نفعلها. تكون الأفعال الصائبة صعبة، بل هي كذلك في معظم الأحوال، كما تنطوي على مخاطر أهمهما الشعور بالإنهاك. كما أن الميل للراحة سبب قوي للركود، ويمنح شعورًا بالأمان على المدى القريب. لكن المشكلة لا تقف عند هذا الحد. فلا يقتصر الأمر على أنك كسول وإنما سيئ أيضًا، بحسب حكمك الشخصي. هذا الإدراك في غاية الإزعاج، لكن لا أمل في صلاحك من دونه. ستنتقد نفسك بشدة (أو سيقوم ضميرك بهذه المهمة) على مواطن الضعف فيك. ستعتبر نفسك، على الأقل إلى حد ما، فاعلاً غير أخلاقي. ويشير هذا الحكم شعورًا كريهاً في أعماق مستويات الشعور، ومن الممكن جدًا أن تتهرب من أحكامك الشخصية. لكن مهما كانت المسوغات التي ستعطيها لنفسك فلن تستطيع الهروب ببساطة من الحقيقة.

سترى - إن كنت تريد أن تنظر - القوة المعادية الكامنة فيك، تعمل على قدم وساق لتقويض نواياك الصالحة. والطبيعة المحددة لهذه القوة تفتح الباب أمام عدد لا نهائي من الافتراضات في الفلسفة، والأدب، وعلم النفس، وفوق كل شيء، الدين واللاهوت. إن التصوّر المسيحي لرمز الشر الأعظم، على أنه مفستوفيلس، أو إبليس، أو لوسيفر، أو الشيطان نفسه... على سبيل المثال، تجسيد خيالي عميق لهذا الروح. لكن العدو ليس نتاج الخيال، كما لا ينحصر في خيال الفرد وحده بالتأكيد. إنه شيء يعرب عن نفسه، بذلك الوصف الملائم «المَسّ»، في الدافع للشر، وفي فعل الشر نفسه. وكل شخص خطر له، أو قال، ما يشبه عبارة: «لا أفهم ماذا حل بي» بعدما تصرف

بشكل غير لائق تمامًا، يلاحظ حصول هذا المَسّ، وإن كان غير قادر أو غير راغب في التعبير عما لاحظته في نفسه. وبالتالي، يمكننا أن نسأل أنفسنا، في ارتباك شديد: «ما سبب وجود هذا الروح؟ ولماذا هو جزء منا؟»

والإجابة عن هذا السؤال ترتبط جزئيًا بذلك الشعور القوي بأننا نتشارك في محدوديتنا البشرية المتأصلة، وفي خضوعنا للمعاناة التي تحل بنا، سواء كانت من أنفسنا، أو من المجتمع، أو من الطبيعة. فنشعر بالمرارة، أو ازدياد النفس، أو النفور بسبب مكامن الضعف فينا أو أوجه قصورنا (وأنا هنا لا أتحدث عن تصرفاتنا غير الأخلاقية، وإنما عن هشاشتنا المتأصلة الشديدة)، وأيضًا تصورنا لإخفاقاتنا بأنها ظالمة واعتباطية وغير متوقعة.

عندما نأخذ هذه الإدراكات المحبطة في الاعتبار، فلا مجال لافتراض أننا سنشعر بالرضا أو السعادة بأنفسنا أو بالوجود نفسه. وهذا الشعور بالاستياء، أو بالتعاسة، يمكن أن يزيد ويتضخم بسهولة في حلقة مفرغة لا تنتهي. فكل خطوة تخطوها ضد نفسك أو الآخرين -نتيجة لشعورك بالتعاسة أو الاستياء- تزيد من شعورك بالخزي وعدائك لذاتك. وليس من قبيل المصادفة أن شخصًا من كل خمسة أشخاص يُعرّض نفسه للإيذاء الجسدي الشديد في مرحلة ما من مراحل حياته⁽³⁾. ولا يشمل ذلك أقصى صور إيذاء الذات؛ الانتحار (أو الميل السائد للأفكار الانتحارية). إذا كنت مستاءً من نفسك، فلم تفعل الأشياء التي تصب في مصلحتك؟ ربما سيتولد داخلك شعور بالانتقام بدلًا من ذلك، أو يتولد ما من شأنه تسويق معاقبته لك، فيحول دون تقدمك للأمم. إذا جمعت أو وحدت في شخصية واحدة كل ما يعمل ضدك ويهدد علاقاتك بأصدقائك، أو بزوجك أو زوجتك، فسيظهر العدو. هذا ما يجسده مفستوفيلس في مسرحية جوته؛ الشيطان نفسه. هذه هي الروح التي تعمل ضد؛ وهذا بالضبط ما تصف نفسها به: «أنا الروح التي تنكر»⁽⁴⁾. لماذا؟ لأن كل شيء في العالم قاصر وغير مثالي، ويجلب على نفسه الكثير من المتاعب والعنف، مما يجعل إبادته ليست مسوغة فحسب، وإنما واجبًا أخلاقيًا. هكذا يزعمون على الأقل.

هذا ليس تجريدًا جامدًا. يدخل الأشخاص في صراع شرس مع هذه الأفكار. تتصارع النساء معها، عندما يفكرون في الإنجاب، ويسألن أنفسهن: «هل أجلب طفلًا إلى عالم مثل هذا حقًا؟ هل هذا قرار أخلاقي؟» وستجيب مدرسة اللانجاب الفلسفية -التي يدافع عنها الفيلسوف الجنوب أفريقي ديفيد بيناتار⁽⁵⁾- عن هذين السؤالين قطعًا بالنفي. ولقد ناقشته في آرائه منذ بضع سنوات⁽⁶⁾. كنت أفهمه؛ فلا شك أن العالم مليء بالمعاناة. وبعد بضع سنوات، ناقشت فيلسوفًا آخر هو سلافوي جيжек، الذي اشتهر بأفكاره الماركسية لا بآرائه الدينية. قال جيжек شيئًا في أثناء نقاشنا قد يكون مثيرًا للجدل من الناحية العقائدية، لكنني وجدته مثيرًا للاهتمام. في التقليد المسيحي، حتى الرب نفسه -متجسدًا في المسيح- يشعر باليأس من معنى الحياة، ويفقد الأمل في وجود الخير في أبيه، من شدة ألمه في أثناء صلبه. وفي ذروة معاناته، قبل موته مباشرة، ينطق بالكلمات: «إلهي، إلهي، لماذا تركتني؟»⁽⁷⁾ (متى 27: 46). في هذا إحياء قوي، على ما يبدو بحسب السرد، يفيد أن ثقل الحياة قد يبلغ مداه، وحتى الرب نفسه يفقد إيمانه، عندما يواجه كل هذا الظلم، والخيانة، والمعاناة، والموت الذي تنوء بحمله الجبال.

يصعب العثور على سردية أكثر رافةً بمعاناة البشر العاديين من هذه. إذا كان الرب نفسه قد راودته الشكوك، وسط المعاناة، فكيف لا يسقط البشر العاديون ضحية لتلك الشكوك نفسها؟ وربما تكون الشفقة هي التي دفعت بيناتار إلى اتخاذ هذا الموقف الراض للانجاب. فأنا لم أرَ ما يدل على أي نوايا شريرة واضحة في موقفه. بدا لي أنه يؤمن حقًا -بطريقة ذكرتني بمفستوفيلس في مسرحية جوته- أن ذلك المزيج من الوعي والهشاشة والبشرية في غاية الخطورة، وبالتالي لا يوجد أي عذر أخلاقي لاستمراره. ومن الممكن جدًّا التشكيك في رأي مفستوفيلس. فنظرًا لأنه إبليس نفسه، فلا سبب لافتراض أن الحجة، التي يطرحها لتسويغ موقفه المعادي للوجود، صحيحة أو أنه يؤمن بها أصلًا. وربما يصدق المثل على

بيناتار، الذي كان ولا يزال فريسة - بلا شك - لأوجه القصور التي تميزنا جميعاً (وأنا أيضاً بالتأكيد، بغض النظر عن موقفي المعارض له). لكنني كنت ولا أزال أومن إيماناً راسخاً أن عواقب موقفه المنكّر للذات في غاية الخطورة. إنها تؤدي مباشرة إلى معاداة الحياة، أو إلى العدمية المعادية للوجود في صميمه، فلا ينجم عن تجلياتها سوى زيادة وتضخيم العواقب المدمرة للوجود، التي هي بالفعل محور اهتمام دعاة اللاإنجاب المشفقين على البشر من الناحية النظرية (ولا أقصد هنا الاستهزاء أو السخرية، بشأن وجود مشاعر الشفقة داخلهم، وإن أساءوا توجيهها في اعتقادي).

تقول فرضية بيناتار إن الحياة مليئة بالمعاناة حتى إنه ليصير من الخطيئة جلب أي كائنات واعية جديدة للوجود؛ وأن أفضل تصرف أخلاقي ينبغي اتخاذه هو التوقف عن فعل ذلك ببساطة: أي أن نترك أنفسنا للانقراض طواعية. هذه الفلسفة، في رأيي، أكثر انتشاراً مما تعتقد، مع أنها لا تدوم لفترة طويلة إلا نادراً. عندما تُبتر ساقاك بسبب كارثة من كوارث الحياة العديدة، أو ينهار حلمك، أو يتأذى شخص قريب لك أذى جسيماً - خاصة إذا كان طفلاً، أو شخصاً عزيزاً عليك - أول ما سيخطر ببالك هو: «ليت كل شيء ينتهي».

هذا بالضبط ما يخطر ببال الأشخاص الذين يفكرون في الانتحار. وتتولد هذه الأفكار في أكثر صورها تطرفاً، عند القتلة المتسلسلين، والذين يطلقون النار على المدارس، وكل مرتكبي جرائم القتل والمذابح بشكل عام. إنهم يجسدون ذلك الموقف المعادي بكل قوتهم. إنهم ممسوسون حقاً بما تعنيه الكلمة من معنى. فهم لا يعتقدون أن الحياة لا تطاق وأن الوجود شر محض فحسب، بل لقد قرروا معاقبة كل شيء لمجرد ارتكابه لخطيئة الوجود. إذا كنا نأمل في التعامل مع وجود الشر، والعمل على تقليل آثاره، فلا بد أن نفهم كل هذه الدوافع. إن الوعي بوجود المعاناة والشر هو ما يجعل الأشخاص يشعرون بالمرارة إلى حد كبير. وإنني أومن أن آراء مدرسة اللاإنجاب الفلسفية - إذا انتشرت بشكل كبير - ستزيد

من هذا الشعور حتمًا. في البداية، قد يأخذ الأمر صورة رفض الإنجاب. لكنني لا أصدق أنه سيمضي وقت طويل قبل أن يتحول دافع الامتناع عن إنجاب حياة جديدة، إلى دافع مشابه لتدمير الحياة الموجودة حاليًا، باعتبار ذلك نتيجة للحكم «المُشفِق» القائل إن بعض الحيوانات في غاية الفظاعة، ولذا فمن الرحمة إنهاؤها. ولقد ظهرت هذه الفلسفة في وقت مبكر نسبيًا في الحقبة النازية، على سبيل المثال، حين حُكم بالموت على الأفراد، الذين أذتهم الحياة بشكل لا يُرجى معه صلاحهم، تحت مسوّغ «الرحمة الأخلاقية». والسؤال الذي يقود إليه هذا النمط من التفكير، هو: «ما الحدود التي تقف عندها هذه 'الرحمة'؟ وإلى أي مدى يجب أن تكون مريضًا، عجوزًا، مصابًا بخلل في الإدراك، معاقًا جسديًا، تغيّسًا، غير منتج، أو غير ملائم سياسيًا، حتى يصير التخلص منك ضرورة أخلاقية؟ وما الذي يجعلك تعتقد أنه ما إن يصبح الاجتثاث أو مجرد تقييد الحياة دليلك الذي تهتدي به، فإنك لن تواصل السير في ذلك الطريق إلى نهايته المدمّرة؟

لقد وجدتُ كتابات قاتلي ثانوية كولومباين مفيدة للغاية في ذلك الشأن. ومع أنها مكتوبة على عُجالة، وتبدو عَفْوية وغير متماسكة ونرجسية، إلا أن ثمة فلسفة تقبع وراءها قطعًا: إن الأشياء تستحق المعاناة لأنها ارتكبت جريمة الوجود. وينتج عن ذلك الاعتقاد، زيادة وتوسيع رقعة المعاناة بشكل إبداعي. كتب أحد الطالبين القاتلين يقول إنه كان يرى نفسه حاكمًا على كل ما هو موجود؛ حاكمًا وَجَدَ الوجود، لا سيما الوجود البشري قاصرًا، وأنه من الأفضل إبادة الجنس البشري عن بكرة أبيه. وفي هذا تحديد لنطاق رؤيته المرعبة. لقد أطلق النار هو وشريكه على زملائهما في الفصل في المدرسة الثانوية، لكن كان هذا جزءًا بسيطًا جدًا مما كانا يخططان له. لقد كانت لديهما أجهزة متفجرة في أرجاء المنطقة السكنية، وتخيلا معًا كيفية تدمير المدينة بأكملها. وهذه الخطط هي مجرد خطوة على الطريق نحو رؤية الإبادة النهائية.

لن يكون لديك مثل هذه الرؤى، إلا إذا كنت ممسوسًا بشيء كثير الشبه بالروح المعادية. وذلك هو مفستوفيلس، الذي يُمكن تلخيص نظريته الجوهرية على النحو التالي: «الحياة في غاية الفظاعة لما فيها من أوجه قصور وشرّ، ولذا من الأفضل ألا توجد أصلًا». هذه هي العقيدة المركزية للروح المعادية التي تعمل على معارضتك. وهذه النظرة قابلة للنقاش، وظهورها أمر متوقع، بل وتبدو في غاية العقلانية في لحظات الأزمات، وإن كنت أراها خاطئة جدًا. وفي اعتقادي أن السبب في خطئها - جزئيًا - هو أنها، عند تطبيقها، تزيد من تفاقم الوضع السيئ، الذي نقرُّ بوجوده أصلًا. إذ عزمت على أن تجعل الأمور سيئة، فمن المتوقع أن تزداد سوءًا، في الحقيقة. ولا أفهم كيف يُمكن لهذه النظرة أن تُحسِّن الوضع القائم، إذا كان الأصل من معارضتها نابعًا عن الرعب الجوهرى من الموقف الوجودي نفسه. كما لا تبدو طريقًا يُمكن أن يسلكه إنسان واع يحمل ذرة امتنان للحياة في قلبه. ثمّة تفكك في هذه الرؤية يجعلها وأهية أمام المنطق، فيبدو زيفها عند النظر إليها عن كثب، ويجد السامع نفسه يفكر: «ثمّة قوى تعمل خلف الكواليس، وهي قوى مسكوت عنها، بل لا يمكن الإفصاح عنها، على الرغم من المنطق الظاهري».

ولا تعني أوجه القصور في منطق العدو أن بناء وجهة نظر راسخة لمعارضته أمر سهل. بمعنى أوضح، إن تحديد رؤية المعارضة والانتقام أمر مفيد، مثلما تساهم المساحة السلبية في التصميم بتمييز المساحة الإيجابية بالتباين. ويُمكن فهم الخير - ولو بشكل غير واضح في بداية بلورته - على أنه نقيض لكل ما يُشكل الشر الذي يُمكن تمييزه في العالم بسهولة أكبر من الخير. ولقد حاولت العثور على علامات دالة، في طريق معارضة الشر، يستطيع الأشخاص من خلالها تمييز الخير. بعضها خطوات عملية وإن كانت صعبة. وكمثال، اقترحت على المشاهدين والمستمعين،⁽⁸⁾ خاصة أولئك الذين يتكبدون عناء العناية بوالدٍ مريضٍ مرض الموت، أن يقوموا - عن وعي - بدور الشخص الذي يُمكن الاعتماد عليه بعد حادثة الموت،

في أثناء التجهيزات المُحزنة للجنازة، وفي الجنازة نفسها، والعناية بأفراد العائلة في أثناء الكارثة وبعدها. إن فعلت ذلك، فأنت تستدعي كل قدراتك الكامنة. كما تستدعي قوة الوجود نفسه؛ الوجود الذي يتجلى فيك. لقد تعامل الجنس البشري مع الفراق والموت منذ الأزل. ونحن أحفاد أولئك الذين تعاملوا مع الموت. لذا فإن هذه القدرة موجودة فينا، ونقدر على القيام بهذه المهمة مهما بدت قاتمة وكئيبة.

إذا كنت تحب شخصًا ما حقًا، فقد تشعر أن من الخيانة الشديدة أن تبقى متماسكًا وفي صحة جيدة، في غيابه أو في ظل حضوره المتناقص المؤسف. كيف تشير تلك القدرة إلى العمق الحقيقي لحبنا؟ إذا شاهدت رحيل شخص تحبه عن الحياة، وتجاوزت هذا الفراق، ألا يقتضي ذلك أن الرباط الذي كان بينك وبينه كان هشًا، ومؤقتًا، وقابلًا للاستبدال؟ إذا كان بينك وبينه رباط حقيقي، ألا يُفترض أن يدمرك رحيله (وهذا يحدث في بعض الأحيان)؟ لكن لا يمكننا أن نأمل أن يؤدي كل فراق حتمي إلى هلاك جميع المتأثرين به، لأننا سنهلك جميعًا حينها. وبالتأكيد ليس صحيحًا أن آخر أمنية يتمناها المحتضرون هي أن يتألم أحباؤهم لفراقهم للأبد، ولا ينبغي أن تكون كذلك. لقد ظننت، بدلًا من ذلك، أن المحتضرين يميلون إلى الشعور بالذنب على فراش الموت (بسبب عدم نفعهم الحالي، وما يقتضيه ذلك من العباء على من حولهم، وفوق ذلك خوفهم من الحزن والشقاء الذي سيتسببون به لمن خلفهم). ولذلك تكون أمنيته المُلحَّة -في اعتقادي- أن يستطيع أحباؤهم المضي قدمًا في حياتهم، والعيش بسعادة، وعدم إطالة فترة الحداد.

ولهذا يكون الانهيار بعد فراق مأساوي خيانةً للشخص الذي مات، لا تكريمًا له، لأنه يزيد من هول كارثة الفناء. لا بد أن يكون الشخص المحتضر أنانيًا نرجسيًا كي يتمنى أن يحزن عليه أحباؤه إلى الأبد. إن التحلي بالقوة في وجه الموت أفضل للمحتضر وللباقيين بعده على حد سواء. هناك من أفراد العائلة من يعاني من ألم الفقد ويكون بحاجة إلى

العناية؛ قد يكون طاعناً في السن، عاجزاً، مضطرباً لا يستطيع التعامل مع الموقف بشكل صحيح. وحينها، يجب أن يتقدم شخص ما للأمام، ويمارس تلك السلطة القوية، التي تجعل الموت نفسه شيئاً يمكن مواجهته والتغلب عليه. عندما تقرُّ بمسؤوليتك الأخلاقية في مثل هذه الظروف لإظهار القوة في وجه المَحَن، فإنك تبرهن لنفسك، وللآخرين، أن لديك ما يكفي من العظمة والقوة لمواجهة الأسوأ مواجهة مباشرة والتغلب عليه. هذا بالتأكيد ما يحتاج الأشخاص إلى معاشته في الجنازة. الجميع يُصاب بالصدمة عندما يواجهون ذلك الفراغ الكبير اللانهائي، الذي يحيط بوجودهم المؤقت على وجه الأرض. لكن الاستقامة والشجاعة في ذلك الموقف تشد من أزر الآخرين وتقدم لهم الدعم.

لقد أشرت مراراً وتكراراً في محاضراتي -على اليوتيوب أو البودكاست- إلى أن إظهار القوة في جنازة شخص عزيز أو مقرب هدفٌ نبيلٌ. ونتيجة لذلك، أخبرني عدد كبير من الأشخاص أنهم تحلوا بالشجاعة، في أوقات عصيبة، بسبب ما قلته. لقد وضعوا إمكانية الاعتماد عليهم والتمتع بالقوة في الأزمات هدفاً واعياً، واستطاعوا تحقيقه، فأصبحوا للمكرويين من حولهم أشخاصاً يعتمدون عليهم ويقتدون بهم، في وجه المصيبة الحقيقية. هذا جعل الموقف أقل سوءاً مما لو حدث العكس. وذلك ليس بالأمر الهين. إذا رأيت شخصاً يسمو على الكارثة، أو الفراق، أو المرارة، أو اليأس، ففي ذلك برهان لك على أن هذه الاستجابة ممكنة؛ وبالتالي، يمكنك محاكاتها حتى في أحلك الظروف. إن الشجاعة والنبيل في مواجهة المأساة هو الرد المعاكس للتشاؤم العدمي المدمر الذي له ما يبرره ظاهرياً في تلك الظروف.

ومرة أخرى،ؤكد لك فهمي لسبب الموقف السلبي. فلديّ خبرة آلاف الساعات في العلاج النفسي. وقد خضتُ مواقف صعبة جداً، إلى جانب المواقف التي سمعتها وخططت لعلاجها، والمواقف التي تعاملت معها في حياتي الشخصية. إن الحياة صعبة بلا شك. قد تظن أن حياتك

صعبة (وربما تكون كذلك، في بعض الأحيان، على الأقل)، ثم تقابل شخصًا ما، وتجد أن حياتك أفضل من حياته بمراحل كثيرة؛ فتراه يواجه المحن، ويواصل العيش في ظل مأساته الحالية. وربما تكتشف أن مثل هذا الشخص تعيس الحظ يعرف شخصًا آخر حياته أصعب بمراحل كثيرة، ويراوده الشعور نفسه تجاهه، فيشعر بالذنب لظنه أن حياته صعبة جدًا، ويدرك أن حياته كان يمكن أن تكون أكثر سوءًا مما هي عليه.

لا أقصد بكلامي أن المعاناة والخيانة والكوارث ليست أمورًا فادحة إلى حد يجعل الإحساس بالمرارة شعورًا طبيعيًا. كل ما في الأمر أنه لا خير في ذلك الخيار، بل إن فيه الكثير من الأذى حتمًا. وهُنا يطرأ السؤال: وما البديل؟ بدأت أنشغل بموضوع القاعدة التي بين أيدينا قبل عيد الشكر بوقت قليل في عام 2018، حينما كنت أقوم بجولة في الولايات المتحدة الأمريكية. لقد أصبح هذا العيد، برأيي، أكبر احتفال مشترك في أمريكا (كما أنه حدث كبير، في كندا، التي تسبق أمريكا بشهر تقريبًا في الاحتفال به). ومنافسه الوحيد في ذلك - لا سيما بعد تراجع أهمية عيد الفصح بشكل كبير - هو الكريسماس، الذي هو من بعض النواحي عيد للشكر أيضًا، إذ يركز على وصول المنقذ الأبدي وسط الظلام وبرودة الشتاء، فيعكس ميلاد الأمل نفسه وتجده إلى الأبد. إن الشكر هو بديل الشعور بالمرارة، وربما البديل الوحيد. ومن تأملي للأعياد الأمريكية -بحكم إقامتي في أمريكا سبع سنوات، وقضاء أوقات هناك في مناسبات عديدة- أرى أن تفوق عيد الشكر على غيره من الأعياد شيء جيد، من الناحية العملية والرمزية. وحقيقة أن العيد الاحتفالي المميز لدولة هو «عيد الشكر» بشكل واضح، ينعكس بشكل إيجابي على أخلاق الدولة الجوهرية من الناحية النظرية. يعني ذلك أن الفرد يسعى إلى وضع قلبه على الطريق الصحيح، وأن الجماعة تدعم ذلك الجهد وتشكره. لكن لماذا أفعل ذلك والحياة قائمة على الشقاء؟ لأن بإمكانك التحلي بالشجاعة. بإمكانك أن تصبح متيقظًا، واعيًا، متبهاً. بإمكانك أن تدرك أن الحياة شاقة غالبًا؛ وتدرك ذلك

إدراكًا يقينياً. ومع ذلك، تظل ممتمناً؛ لأن هذا هو التصرف الشجاع تجاه الحياة وصعوباتها. تشعر بالامتنان، لا من باب السذاجة، وإنما من باب العزم على خلق نسخة أفضل منك، ومن الدولة، ومن العالم. كما تشعر بالامتنان، ليس لأن المعاناة غائبة، وإنما لأن من الشجاعة في تذكر ما لديك بالفعل، وما يمكنك الحصول عليه؛ ولأن الشعور السليم بالامتنان، تجاه الوجود والممكن يجعلك في وضع أفضل مما لو تصرفت بطريقة أخرى تجاه تقلبات الوجود.

أن تشعر بالامتنان تجاه أفراد عائلتك -خاصةً الذين يحتاجون إلى رعاية- يعني أن تحسن معاملتهم؛ فقد تفقدتهم في أي لحظة. وأن تشعر بالامتنان تجاه أصدقائك يعني أن تعي ضرورة إحسان معاملتهم، بالنظر إلى ندرة الصداقة إلى حد كبير. وأن تشعر بالامتنان تجاه المجتمع يعني أن تذكر نفسك أنك الطرف المنتفع من الجهود العظيمة التي بذلتها الأجيال السابقة، حتى تركوا هذا الأساس الرائع من البنية الاجتماعية، والطقوس، والثقافة، والتكنولوجيا، والكهرباء، والماء، والصرف الصحي، كي تكون حياتنا أفضل من حياتهم.

إن الشعور بالمرارة له جاذبية قوية وحقيقية. ويتطلب الأمر جهداً أخلاقياً صادقاً حتى لا تسير في ذلك الطريق. فالشعور بالامتنان المرتبط بتلك الحالة من الوجود يقوم على الجهل ونقص الخبرة. وهذا ليس من الفضيلة في شيء. لذا، عند التحلي بالانتباه واليقظة، والإدراك لتركيبية العالم، سيبدو الشعور بالمرارة والسخط تصرفاً له وجهته. حينها قد تسأل نفسك: «لِمَ لا أسلك الطريق المظلم؟» يبدو لي أن الإجابة عن ذلك السؤال، مرة أخرى، هي التحلي بالشجاعة؛ أن تقرر: «لا، هذا ليس طريقي، على الرغم من الأسباب التي قد تغريني بالسير فيه»؛ وأن تعزم بدلاً من ذلك: «بالرغم من عبء الوعي بكوني إنساناً فانياً، سأعمل على ما فيه صلاح العالم».

الشجاعة مهمة؛ لكن الحب هو الأهم

أعتقد أن التحلي بالشجاعة يندرج تحت الشعور بالحب. فلو كان السخط والمرارة، والكراهية الناجمة عنهما، يدفعاننا إلى تعذيب وتدمير كل ما هو حي مكروب، فقد يدفعنا الحب النابض بالحياة إلى فعل ما فيه الصلاح والخير. ويبدو لي ذلك أهم قرار في الحياة؛ ومن الدقة الإقرار أنه تعبير عن الإرادة الحرة، ولو بشكل جزئي. إن الأسباب الباعثة على الشعور بالقسوة، والغضب، والسخط، والشر، قوية وكثيرة جدًا. وبالتالي، يكون من المجازفة، أن تقرر أن تذهب في الحياة مذهبًا ليس هناك ما يدل على صحته لا سيما في الأوقات العصيبة، ينص على أن الوجود ينبغي تقويته ودعمه بأهدافك وأفعالك. ويحصل هذا الشيء بالفهم العميق لحقيقة الوجود؛ بحسب القول المأثور: «بالرغم من كل شيء، امض في طريقك ولا تلتفت»، وهذا بالضبط هو التصرف الأخلاقي المستحيل المطلوب من كل فرد، حتى يعمل العالم بشكل صحيح (أو يتجنب الانزلاق في الجحيم على الأقل).

وفي إطار هذه المهمة المستحيلة، يُعرب الشعور بالحب، أو بالشجاعة، عن نفسه من خلال تمكين كل شخص قرّر السير في هذا الطريق من اتخاذ الإجراءات الصعبة، التي هي ضرورية لفعل الخير حتى في أسوأ الأوقات. عندما تُظهر هاتين الفضيلتين، الحب والشجاعة، في آنٍ واحد وعن قصد، فأنتَ بذلك تتعهد بفعل ما من شأنه تحسين الأوضاع لا إفسادها - ولو لنفسك - على الرغم من معرفتك أنك هالك تقريبًا بحكم أخطائك السابقة وإهمالك.

ستعمل على تحسين أوضاعك، كأنك ترى نفسك شخصًا يجب مساعدته انطلاقًا من شعورك بالمسؤولية تجاهه. وستفعل الشيء نفسه لعائلتك على النطاق الأصغر؛ وللمجتمع على النطاق الأكبر. ستكافح لتحقيق الانسجام الذي قد يتجلى على كل المستويات، بالرغم من حقيقة

أنه يمكنك رؤية البنية المعيبة والمتضررة لكل الأشياء، وتأثيرها على رؤيتك بشكل سلبي تبعًا لذلك. هذا هو الطريق السليم والشجاع للتقدم. وقد يكون ذلك التعريف الحقيقي للامتنان أو الشكر، بل لا أرى إمكانية فصله عن الشجاعة والحب.

قد يخطر ببالك سؤال: «هل يفكر الأشخاص ويتصرفون بتلك الطريقة حقًا؟ بل هل يقدرون على ذلك أصلاً؟» واحد من أكثر الأدلة إقناعًا هو الشعور بالحزن عند فقدان شخص عزيز. فمهما تضاربت مشاعرك بشأن الحياة نفسها -أو تضاربت بشأن الشخص الذي فقدته، إذ يحدث ذلك في بعض الأحيان- فإن أغلب الظن أنك ستشعر بالحزن عند الموت. هذا الشعور عَفْوي. الحزن شعور غريب، يأخذك على حين غرة، فتشعر بالصدمة والارتباك، وتقف حائرًا لا تدري ماذا تفعل. ما الذي ينبغي أن تفعله؟ إذا تعمدت إظهار الحزن، كمحاولة للتصرف بشكل لائق، فسيبدو الأمر مصطنعًا؛ إذ من طبيعة الحزن أن يهجم عليك من تلقاء نفسه. وإذا لم تأخذك الحزن ويسيطر عليك قد تفكر: «ثمة شيء غريب في الأمر. أنا لا أبكي، ولا يملكني الحزن، وأقوم بمهامي اليومية بشكل طبيعي» (وهو ما يحدث غالبًا عندما تتلقى نبأ وفاة شخص بعيد). لكن ما إن تشغل بالأمور العادية، حتى يكتسحك الحزن مثل موجة غادرة. ويتكرر ذلك، فالحزن ينبع من الأعماق، ويحكم قبضته عليك، دون أن تقدر على مقاومته.

لا بد أن الحزن انعكاس للحب. إنه الدليل الذي لا دليل بعده على الحب، وهو الانعكاس العَفْوي لاعتقادك الداخلي، أن وجود الشخص الذي فقدته -ولو كان فيه من العيوب ما فيه- له قيمة، بالرغم من أوجه قصور الحياة نفسها وعيوبها. وإلا لِمَ ستشعر بالفقد؟ لِمَ ستشعر بالحزن والأسى بشكل لا إرادي؟ (وهما نابعان من أعماق، يعجز خداع النفس عن الوصول إليها). إنك تحزن لأن شخصًا كنت تقدّره لم يعد موجودًا. ولذلك قررت، في صميم كينونتك، أن حياة ذلك الشخص كانت ذات قيمة، برغم المشكلات التي سببها لك؛ ولنفسه. بحسب معرفتي، يحدث

العكس، عندما يكون الشخص الذي مات متوحشًا. إنه شخص نادر، ضلّت حياته بشكل كارثي، حتى لم يتسبب موته في أي حزن. ثمة جزء عميق بداخلنا، يقرّر عند رحيل شخص ما أن حياة ذلك الشخص كانت ذات قيمة بالرغم من كل شيء. ربما يكون ذلك انعكاسًا لشعور أكثر عمقًا من السابق؛ بأن الوجود نفسه ذو قيمة، بالرغم من كل شيء. لذا فإن الشعور بالامتنان، هو محاولة للتعبير عن الشكر، بشكل واع وشجاع في وجه كارثة الحياة. هذا قد يكون ما نحاول فعله عندما نلتقي بأفراد عائلتنا في عطلة أو عرس أو جنازة. مثل هذه الاجتماعات تكون حافلة بالجدال والتعقيد. كما أنها تجسد توترًا متناقضًا مليئًا بالتحديات. فهي تجمع الأشخاص الذين نعرفهم ونحبهم حولنا، فنشعر بالسرور من وجودهم وقربهم، لكننا نتمنى لو أنهم كانوا أفضل من نسختهم الحالية. وينجم عن ذلك أننا نشعر بخيبة أمل لا مفر منها، في بعضنا البعض، وفي أنفسنا أيضًا.

في أي تجمع عائلي، يحدث التضارب بين شعورك بدفء التواصل، النابع عن مشاركة الذكريات والخبرات، وبين شعورك بالأسى إذ ترى بعض أقاربك في حالة ركود غير مثمرة، أو يسرون في طريق غير مستقيم. وترى آخرين قد أخذ منهم العمر ما أخذ ففقدوا حيوياتهم وصحتهم (وهذا المنظر يتعارض ويتقاطع مع ذكرياتك عنهم حين كانوا شبابًا موفوري الصحة، فيتولد عنه شعور بخسارة مزدوجة للحاضر والماضي). من المؤلم مشاهدة ذلك. لكن النتيجة الجوهرية، مع كل ذلك، هي: «من الجيد أننا هنا، نتشارك الطعام والحديث معًا، وأنا بجوار بعضنا البعض في الأفراح والأتراح». ويراودنا الأمل أنه: «ربما إذا اتحدنا، يمكننا التعامل مع الأمر بالصورة الصحيحة». وعلى الرغم من الفراق، فإنك عندما تلتقي بمن تحبهم ستقول: «على الرغم من كل شيء، من الجيد أننا معًا، وأنا نؤازر بعضنا البعض». وهذا شيء إيجابي حقًا.

ينطبق الأمر نفسه على علاقتك بأطفالك. لقد أوقعتني الحياة في

غمٌّ شديد في العقود الأخيرة، بسبب مرض ابنتي الشديد، والذي استمر لسنوات طويلة، في طفولتها، ومراهقتها، وبداية شبابها. يتسم الأطفال بإمكانات هائلة، وقدرة على تطوير كينونة مستقلة ومهارات مثيرة للإعجاب، وبناءة، قابلة للزيادة. لكنَّ ثمة هشاشة في بنيتهم في سن الثالثة، أو الرابعة، أو الخامسة (أو حتى الخامسة عشرة أو الخامسة والعشرين). هشاشة ملازمة لهم (إنها تعلق في ذاكرة الأبوين، بمجرد اختبارها بعمق، وهو ما يحدث عند رعاية الأطفال). وهذه حلاوة الإنجاب وعذابه. الألم هو اليقين الذي لا يخالطه شك أن تلك الهشاشة ستُستغل بشكل أو بآخر. ومع ذلك، أعلم أنني لو اتخذت الخطوات للقضاء على الهشاشة في أطفالي، فسأدمر أيضًا ذلك الشيء الذي كنت ممتنًا له. أتذكر بوضوح أنه خطرت لي تلك الفكرة، عندما كان ابني في سن الثالثة، إذ كان في غاية اللطف والمرح. لكنه كان في الثالثة، مما يعني أنه كان صغيرًا جدًا. وبالتالي، كان سينهار، وسيرتطم رأسه بالطاولات، وسيقع من فوق الدرج، وستشاجر مع غيره من الأطفال. وربما كان سيلعب في موقف سيارات السوبر ماركت، فيفقد تركيزه، ويتعد عن المكان لفترة قصيرة، وهذا ليس تصرفًا حكيماً في مكان يكثُر فيه عبور السيارات. ثمة ضعف ملازم للأطفال لا يمكن إنكاره، يجعلك يقظًا ويجعلك تستشعر الرغبة في حمايتهم؛ وفي الوقت نفسه، تراودك تلك الرغبة في تعزيز استقلالهم وتشجيعهم على استكشاف العالم الخارجي، مما يسهم في تقويتهم. هذا الوضع الذي يثير غضبك تجاه الحياة بسبب هشاشتها، يجعلك تلعن القدر الذي يجمع هذين الأمرين معًا.

عندما أفكر في أبويّ، يتبادر إلى ذهني الشيء نفسه. إنهما يكبران في العمر. وعندما يكبر الأشخاص في العمر، تكون شخصياتهم قد ترسّخت. والداي كلاهما يتمتعان بشخصية قوية؛ لم يتغيرا عما كانا عليه في سن الخمسين، بل ربما ازدادت طباعهما رسوخًا. ولديهما أوجه قصور كما لديهما مميزات (بل إن الثانية ضرورية للأولى أحيانًا). هما الآن

في الثمانين من عمرهما، وصارت طباعهما أكثر خصوصية. في بعض الأحيان، يشعر المرء بالاستياء، عندما يتعامل مع أشخاص لديهم طباع خاصة. قد تفكر: «ألم يكن من الأفضل لو كانا مختلفين عن ذلك؟» وأنا لا أقول إنني أفكر في هذا بشأن والديّ بأكثر مما يفكر فيه الناس عمومًا بشأن بعضهم البعض. لكنني لا أقصد بكلامي الانتقاص من أبويّ بأي شكل من الأشكال. ولا شك أنهما (وآخرون؛ بل كثيرون) يروداهما الشعور نفسه نحوي. لكن من الضروري استيعاب أن كل هذه الخصوصيات وجوانب الهشاشة وأوجه القصور - كما في مسألة تربية الأطفال - هي جزء لا يتجزأ من الشخص الذي تولدت داخلك مشاعر الحب تجاهه.

وهكذا، قد تحب الأشخاص على الرغم من أوجه قصورهم، بل قد تحبهم بسبب أوجه القصور تلك. من المهم استيعاب ذلك. إذا فعلت ذلك، ستري أن الشعور بالامتنان أمر ممكن تحقيقه. وحينها، رغم معرفتنا بأن العالم مكان مظلم جدًا وأن كل واحد منّا لديه جانبه المظلم، سيرى أحدنا في الآخر مزيجًا فريدًا من الواقع والممكن؛ وهو شيء يشبه معجزة ستتجلى، بشكل حقيقي، في العالم وفي العلاقات القائمة على الثقة والحب. وهذا شيء يمكنك التحلي بالشجاعة والشعور بالامتنان لوجوده. كما يمكنك من خلاله اكتشاف جزء من علاج الانزلاق إلى الهاوية والظلام.

كن ممتنًا رغم معاناتك.

مكتبة

t.me/soramnqraa

خاتمة

كما أشرت في المقدمة، فقد كتبت جزءًا كبيرًا من هذا الكتاب خلال الأشهر الطويلة التي أمضيتها في المستشفيات؛ في الزيارات أو الإقامات مع ابنتي ميكايلا أولاً، وفي اصطحاب زوجتي تامي على مدار فترات طويلة ثانيًا، وفي مرّات احتجازي المتكررة عند الضرورة ثالثًا. لا أرى أنه من المناسب الكتابة عن المِحن الشخصية بتفصيل أكبر مما فعلته في المقدمة؛ من ناحية، لأن الظروف المشتركة لجائحة «كوفيد-19» حوّلت حياة الجميع إلى مأساة بصورة لا يُمكن تصورها، ولذا يبدو الإسهاب في الحديث عن الأمور العائلية أو المعاناة الفردية لغوًا لا فائدة منه نوعًا ما؛ ومن ناحية أخرى، لأن الكتاب لا يتعلق بِمِحن ابنتي، ولا زوجتي، ولا أنا شخصيًا، وإنما يستهدف موضوعات ذات أهمية نفسية عامة. لكن أرى أنه من الضروري التعبير عن امتناني وتقديري للأشخاص الذين قدموا لنا المساعدة في تلك الأوقات العصيبة. ولذا لا يمكنني تجنب الخوض في بعض التفاصيل، بشأن أمراضنا المتعددة، في هذه المرحلة.

على المستوى العام، غمرتنا الأماني الطيبة من آلاف الأشخاص الذين أصبحوا على اطلاع على عملي. بعضها استلمته بشكل شخصي عندما كان الأشخاص يقابلونني أنا أو تامي في الخارج؛ والبعض استلمته عبر البريد الإلكتروني أو وسائل التواصل الاجتماعي؛ والبعض الآخر رأيته في تعليقات اليوتيوب على مقاطع الفيديو الخاصة بي. كانت الكلمات مُشجعة بشكل استثنائي. ولقد جمعت شقيقتي بوني، بعض الرسائل اللطيفة المُوجّهة لزوجتي من كل أنحاء العالم، وطبعتها، ثم ألصقتها بألوان زاهية على جدران غرفة زوجتي في المستشفى، حتى يمكنها

رؤيتها بسهولة. وقد ساهمت الرسائل، التي أرسلت لي فيما بعد، في تقوية إيماني -الذي كان يتزعزع في كثير من الأحيان- بأنه يمكنني، بل ينبغي لي، أن أتغلب على المحن التي كنت أمرُّ بها؛ وأن الكتاب الذي تقرأونه أو تسمعونَه سيحتفظ بصلته بالواقع، حتى في ظل الجائحة المرعبة التي تغلّف العالم في الوقت الحالي. لقد استفدنا العناية الطبية، التي كانت مُركّزة في أغلبها، لكن قُدمت لنا بروح من التفاؤل والحرص والمهارة في كثير من الأحيان. أجرى الجراحة المزدوجة للسرطان الذي كانت تعاني منه زوجتي تامي الدكتور نيثان بيرليس، من مركز الأميرة مارجريت لعلاج السرطان، بشجاعة منقطعة النظير. وعندما زادت حدة المضاعفات الناجمة عن تلك الجراحة، تلقت زوجتي العلاج من الدكتور ماكسيم إتكين، مدير مستشفى جامعة بنسلفانيا للاضطرابات الليمفاوية في فيلادلفيا.

وعلى جانب شخصي أكثر، انتفعتُ أنا وتامي -منفردَيْن ومجتمعَيْن- غاية الانتفاع من الدعم المستمر، الذي قدمته لنا عائلتنا وأصدقائنا، الذين أوقفوا حياتهم كي يمضوا أيامًا وأسابيع وأشهرًا بجوارنا في أثناء محنتنا. وآمل -مع أنني أشك كثيرًا في قدرتي على ذلك- أنه لو انعكست الأدوار، كنت سأختار منح وقتي واهتمامي بالقدر نفسه. وأودُّ أن أعبر عن خالص شكري لأفراد عائلتي؛ ابنتي ميكايلا بيترسون وزوجها أندريه كوريكوف، وابني جوليان بيترسون وزوجته جيليان فاردي، وأختي بوني كيلر وزوجها جيم، وأخي جول وزوجته كاثلين بيترسون، والديّ بيفرلي وثالتر بيترسون، وأخت زوجتي وأخيها ديل ومورين روبرتس وابنتهما تاشا، وأخت زوجتي ديلا روبرتس وزوجها دانيال جرانت؛ بالإضافة إلى أصدقائنا ثين ميريتسكي، ميريام مونجرين، كويني يو، مورجان وآفا أبوت، ثوديك سيزمبيرج وإستيرا بيكير، ثيل كانينهام وشونا تريت، جيم بالسيلي ونيف بيريك، والدكتور نورمان وكارين دويدج، كريج والدكتورة ديلينا هورويتز (ساعدني كريج غاية المساعدة في تحرير وتحسين كتابي «12 قاعدة للحياة: ترياق للفوضى»)، والدكتور كوري ونادين تورجرسون،

سونيا ومارشال تولي، الدكتور روبرت أوه وساندرا بيل، والدكتور دانيال هيجينز والدكتورة أليس لي، والدكتور محمد وليزا أوز، والدكتور ستيفن والدكتورة نيكول بلاكوود؛ لقد بذل جميعهم مجهودًا استثنائيًا في العناية بي وبزوجتي تامي خلال السنتين الماضيتين. وأخيرًا، أحب أن أشكر ثلاثة من رجال الدين، قدموا لنا الدعم، خاصة لزوجتي، وهم: الأب إريك نيكولاوي، وفريد دولان، وثالتر هانام.

رَبَّتْ عائلتي أن أتلقى العلاج في موسكو للآثار الناجمة عن استجابة مناعية ذاتية والاعتماد على عقار البنزوديازيبين لعلاج القلق، الذي يُعتبر آمنًا من الناحية النظرية، لكنه خطير من الناحية العملية. جرت الترتيبات بكفاءة استثنائية، بالرغم من التوقيت (عطلة الكريسماس وبداية العام الجديد 2019 - 2020)، من خلال كيريل سيرجيفيتش ميخايلوف، القنصل العام للاتحاد الروسي في تورونتو، وموظفي القنصلية الذين قدموا لي تأشيرة عاجلة في غضون أيام. كما ساعد كل من كيلى وجو كرافت، وأنيش دوفيدي، وجميل جافاني، وزاك لان، وكريس هالفرسون، والمُطران جونا، والموقر فيكتور بوتابوف، وديميتر إيفانوف، في تيسير عملية معقدة متعددة الأبعاد. وفي موسكو، ضمن سلامتي ألكسندر أوسوف، وخففت من عزلتي زيارات ابنتي ميكايلا وزوجها أندريه المتكررة؛ والحق أن عباراتي لا تفيهما حقهما، فلهما مني جزيل الشكر. وشملت الفرق الطبية الروسية قسمَ الإدمان، برئاسة رومان يوزابولسكي، الذي وافق على الإشراف على حالتي رغم تحذيرات بعض الخبراء لما تنطوي عليه حالتي من تحديات، إلى جانب هيرمان ستينوف، المدير الإداري، وألكسندر، الطبيب المعالج النفسي، الذي قام بالترجمة لمدة أسبوعين بلا توقف. وقد استقبلني فريق الأكاديمية الروسية للعلوم الطبية بالتهاب رئوي مزدوج غير مُشخص، بالإضافة إلى الجمود والهذيان (الكاتاتونيا)، واستعدت قدرتي على الحركة. وفي ذلك الصدد، قدّم لي الدعم كل من الدكتورة مارينا بيتروفا، نائبة المدير، والدكتور مايكل، رئيس الأطباء لما

يُعرف بوحدة «العناية المركزة أو الإنعاش». وقد ساعدتنا في هذه الرحلة أوليانا إيفروس، مربية حفيدتي إليزابيث سكارليت، التي سافرت معي وميكاييلا وأندريه، لمدة ثمانية أشهر من روسيا إلى فلوريدا وصربيا؛ وفي أثناء ذلك، كانت تعتني بحفيدتي، إلى جانب أنها أمضت شهرًا في الحجر الصحي. وأريد أن أشكر أيضًا ابنة أولي، ليزا رومانوفا، التي ساعدت في العناية بـسكارليت، في أثناء وجودنا في روسيا، حتى تتمكن ابنتي وزوجها من زيارتي في المستشفى. وأخيرًا، في الجانب الروسي، أود أن أشكر ميخائيل أفدييف، الذي ساعدنا في توفير الأدوية وترجمة المعلومات الطبية بشكل عاجل.

في وقت لاحق من عام 2020، طلبتُ احتجازي في عيادة الطب الباطني في بلغراد، وهي مؤسسة متخصصة في علاج أعراض انسحاب عقار البنزوديازيبين، وتلقيت عناية بالغة رحيمة من الدكتور إيجور بولبوخ وطاقمه. كان الدكتور بولبوخ قد قَدِمَ في وقت سابق إلى روسيا لتقديم المشورة الطبية، بينما كنت أعاني من الكاتاتونيا، وقدم المساعدة الطبية المجانية لأشهر عديدة، وعمل على استقرار حالتي حين وصلت إلى صربيا، ثم أشرف على حالتي منذ ذلك الحين. أسّس عيادة الطب الباطني الدكتور نيكولاي فوروييف، وأظهر طاقمه رحابة صدر غير عادية في أثناء إقامتي هناك؛ وهو عمل صعب في ظل كوفيد، وما صاحبه من حجر صحي مباغت.

على الجانب المهني، أود أن أعرب عن بالغ تقديري وشكري وامتناني لكثير من الأشخاص من بينهم وكلاء أعمالي، مولي جليك، من «وكالة الفنانين المبدعين»، وسالي هاردينج، من وكالة «كوك ماكديرميد» الأدبية (كندا)، وزميلتيها سوزانا برانديث وهانا النويري من «وكالة كوك الدولية كندا». وأريد أن أشكر المحررين والناشرين لكتاب «12 قاعدة للحياة: ترياق للفوضى». في بنجوين راندوم هاوس كندا، أود أن أشكر كريج بيت، الذي كان له دور دؤوب ومحوري في مراقبة الجودة والتحسين،

والرئيس التنفيذي السابق، براد مارتن، والرئيس التنفيذي الحالي، كريستين كوكرين، وأن كوليتز المسؤولة عن طبعات دار كنوبف للنشر في راندوم هاوس كندا، ونائب الرئيس، والناشر المساعد، ومدير استراتيجية التسويق سكوت سيلرز؛ ولورا ستيكني، التي تعمل في التحرير في بنجوين راندوم هاوس المملكة المتحدة، وزميلتها بينيلوب فوجلر، والرئيس التنفيذي، توم ثيلدون؛ والرئيس التنفيذي لبنجوين راندوم هاوس الدولية، ماركوس دولي. كما أرغب في التعبير عن شكري للذين باثروا عملية تحرير ونشر الكتاب الذي بين أيديكم، ومن بينهم الأسماء التي ذكرتها بالأعلى، بالإضافة إلى فريق بنجوين راندوم هاوس الولايات المتحدة الأمريكية، الذي يشمل ناشر دار بورتفوليو وستينيل، أدريان زاكايم، وهيلين هيلي، التي تعمل في التحرير. وأخيرًا، أحب أن أشكر البروفسور بروس باردي، والمحامي جيريد براون لدعمهما لأفكاري، في وقتٍ يمكن أن يؤدي فيه الدعم إلى الإضرار بمكانة الشخص المهنية وسلامته الشخصية.

ونظّم الجولة العالمية التي تألفت من زيارة 160 دولة -قمت بها أنا وزوجتي تامي خلال فترة التخطيط للكتاب وصياغته الأولية- ممثلو «وكالة الفنانين المبدعين» جاستين إدبروك (بمساعدة دانيال سميث)، وآري ليفين (بمساعدة كوليت سيلفر)، بالإضافة إلى أندرو ليفيت من شركة الترفيه الأمريكية «لايف نيشن»؛ وأظهروا كفاءة استثنائية وسماحة نفس عالية. وحظيت الجولة الأسترالية والنيوزيلندية بعناية المخرج الأسترالي براد دروماند من شركة «تيج دينتي» للترفيه، وأشرف على إدارتها سايمون كريستيان، واصطحبنا رجل الأمن سكوت نيكولسون. كما أحسن جونلوج جونسون وطاقمه ضيافتي وتامي (بالإضافة إلى أمي وعمتي اللتين انضمتا إلينا في أيسلندا). كان جون أوه كونيل المدير الرئيسي للجولة، وأظهر احترافية شديدة ومهارة في حل المشكلات، بالإضافة إلى ما قدمه لنا من تفاؤل ودعم مستمرين خلال السفر والتنظيم، اللذين استمرّا لأشهر طويلة.

سافر معنا ديف روبن -صاحب برنامج «روبن ريبورت»- الذي ساهم في تقديم المحاضرات وإدارة فقرات الأسئلة والأجوبة اللاحقة، بروحه المفعمة بالحيوية، التي لولاها لكانت المحاضرات في غاية الجدية. وساهم روب جرينوالد، من وكالة «روجرز آند كومان»، في تقديم التغطية الإعلامية المناسبة. وقدم جو روجان، وبن شابيرو، ودوجلاس موراي، وجاد سعد، وستيفن كرودر صداقتهم وحضورهم الإعلامي الواسع. وكان زاكاري لان حاضراً، كلما دعت الحاجة إليه. ومنح جيف ساندفير لي شبكة اتصالاته الواسعة. كما قام بيل فاردي، ودينيس ثيجبين، ودونكان مايسلز، وميلاني بوكيت بقيادة المنازل المتنقلة في أثناء إقامتنا في أمريكا الشمالية. وأريد أن أشكر أنا وتامي المصمم شيلي كيرش وطاقم شركة «إي جيه أوه سي» للبناء، على الانتهاء من إجراءات تجديد منزلنا، خلال هذه الأوقات العصيبة، بأقل قدر ممكن من الإشراف. لقد حدثت أمور كثيرة خلال السنوات الثلاث الماضية، ولا شك أنه سقط مني بعض الأسماء سهواً، ولذا أقدم خالص اعتذاري.

وفي النهاية، أشكر كل من قرأ أو سمع الكتب، «خرائط المعنى: بنية الاعتقاد»، و«12 قاعدة للحياة» المكوّن من مجلدين، و/أو شاهدني على اليوتيوب أو البودكاست. لقد أصابتني دهشة عارمة، أنا والمقربين من حولي، من الوفاء العظيم والعناية التي أظهرها الجميع في الخمس سنوات الأخيرة. أرجو أن تساعدكم قراءة الكتاب أو الاستماع إليه في مواجهة هذه الأوقات العصيبة. كما أمل أن تكونوا محاطين بأشخاص تحبونهم ويبادلونكم الحب، وأن تتغلبوا على التحديات التي تفرضها الظروف الحالية، وأن تسنح لكم الفرصة لتوجيه انتباهكم في نهاية المطاف إلى إعادة بناء العالم في مرحلة ما بعد الطوفان.

الهوامش

المقدمة

1. This is the philosopher David Hume's famous "scandal of induction." For further reading, see D. Humes and P. Millican, *An Enquiry Concerning Human Understanding* (New York: Oxford University Press, 1748/2008).
2. J. B. Peterson, *12 Rules for Life: An Antidote to Chaos* (Toronto: Random House Canada, 2018).

القاعدة الأولى: لا تحطّ من شأن المؤسسات الاجتماعية أو الإنجازات الإبداعية

1. S. Hughes and T. Celikel, "Prominent Inhibitory Projections Guide Sensorimotor Communication: An Invertebrate Perspective," *BioEssays* 41 (2019): 190088.
2. L. W. Swanson "Cerebral Hemisphere Regulation of Motivated Behavior." *Brain Research* 886 (2000): 113–64.
3. F. B. M. de Waal and M. Suchak, "Prosocial Primates: Selfish and Unselfish Motivations," *Philosophical Transactions of the Royal Society of London: Biological Science* 365 (2010): 2711–22.
4. J. B. Peterson and J. Flanders, "Play and the Regulation of Aggression," in *Developmental Origins of Aggression*, eds. R. E. Tremblay, W. H. Hartup, and J. Archer (New York: Guilford Press, 2005), 133–57.
5. J. Piaget, *Play, Dreams and Imitation in Childhood* (New York: W. W. Norton & Company, 1962).

6. F. de Waal, *Good Natured: The Origins of Right and Wrong in Humans and Other Animals* (Cambridge, Mass.: Harvard University Press, 1997).
7. K. S. Sakyi et al., "Childhood Friendships and Psychological Difficulties in Young Adulthood: An 18-Year Follow-Up Study," *European Child & Adolescent Psychiatry* 24 (2012): 815–26.
8. Y. M. Almquist, "Childhood Friendships and Adult Health: Findings from the Aberdeen Children of the 1950s Cohort Study," *European Journal of Public Health* 22 (2012): 378–83.
9. All of the adult data here is derived from M. Reblin and B. N. Uchino, "Social and Emotional Support and Its Implications for Health," *Current Opinions in Psychiatry* 21 (2009): 201–2.
10. R. Burns, "To a Louse: On Seeing One on a Lady's Bonnet at Church," *The Collected Poems of Robert Burns* (Hertfordshire, UK: Wordsworth Poetry Library, 1786/1988), 138.
11. J. B. Hirsh et al., "Compassionate Liberals and Polite Conservatives: Associations of Agreeableness with Political Ideology and Moral Values," *Personality and Social Psychology Bulletin* 36 (2010): 655–64.
12. J. F. Fenlon, "Bible Encyclopedias, The Catholic Encyclopedia, Codex Bezae," Study Light.org, www.studylight.org/encyclopedias/tce/c/codex-bezae.html. See also *The Catholic Encyclopedia*, "Codex Bezae" (New York: Robert Appleton Company, 1913).

القاعدة الثانية: تخيل الشخص الذي يمكن أن تكونه.. ثم وجه كل تركيزك لتكونه

1. We have recently discovered, for example, that new experiences turn on new genes, which code for new proteins, which build new structures of mind and body. Novel demands therefore appear to activate biological switches, allowing thoughts and actions once latent to make themselves manifest. For a review, see D.J. Sweatt, "The Emerging Field of Neuroepigenetics," *Neuron* 80 (2013): 624–32.
2. From the traditional spiritual "Go Down Moses," ca. 1850.
3. C. G. Jung, *Psychology and Alchemy*, vol. 12 of *Collected Works of C. G. Jung* (Princeton, N.J.: Princeton University Press, 1968), 323.
4. This set of ideas, as well as the Mesopotamian creation myth, are discussed in detail in my first book, J. B. Peterson, *Maps of Meaning: The Architecture of Belief* (New York: Routledge, 1999).
5. Tablet 7:112, 7:115; A. Heidel, *The Babylonian Genesis* (Chicago: Chicago University Press/Phoenix Books, 1965), 58.
6. I. H. Pidoplichko, *Upper Palaeolithic Dwellings of Mammoth Bones in the Ukraine: Kiev-Kirillovskii, Gontsy, Dobranichevka, Mezin and Mezbirich*, trans. P. Allsworth-Jones (Oxford, UK: J. and E. Hedges, 1998).
7. J. R. R. Tolkien, H. Carpenter, and C. Tolkien, *The Letters of J. R. R. Tolkien* (Boston: Houghton Mifflin, 1981), letter 25.

8. See Peterson, *Maps of Meaning*, for an extended discussion of this symbolic world and the reasons for the various equivalencies.
9. I covered this in much more detail in J. B. Peterson, *12 Rules for Life: An Antidote to Chaos* (Toronto: Random House Canada, 2018), Rule 2: Treat yourself like someone you are responsible for helping.
10. Some of the neuropsychology of this ancient predator-detection system, whose disinhibition produces fight or flight, fear or panic, is detailed in Peterson, *Maps of Meaning*.

القاعدة الثالثة: لا تُخَفِ الأشياء غير المرغوب فيها في الضباب

1. J. Habermas, *Discourse Ethics: Notes on a Program of Philosophical Justification*, in *Moral Consciousness and Communicative Action*, ed. J. Habermas, trans. C. Lenhardt and S. W. Nicholsen (Cambridge, Mass.: MIT Press, 1990).
2. It is of some interest to note that these are all variant meanings or the *tobu wa bobu*, the chaos out of which God made order, according to the initial verses of the book of Genesis. Rabbi Dr. H. Freedman and M. Simon, eds., *The Midrash Rabbah: Genesis*, vol. 1 (London: Soncino Press, 1983), 15.

القاعدة الرابعة: لاحظ أن الفرصة تكمن حيث بُذِلَت المسؤولية

1. Those who work forty-five hours a week instead of forty (that's an increase of 13 percent in time) make, on average, 44 percent more money. W. Farrell, *Why Men Earn More* (New York: AMACOM Books, 2005), xviii.
2. J. Feldman, J. Miyamoto, and E. B. Loftus, "Are Actions Regretted More Than Inactions?," *Organizational Behavior and Human Decision Processes* 78 (1999): 232–55.
3. It is for this reason, among others, that the figure of Satan, the Christian representation of evil itself, is in fact a later development of the personality of Set. J. B. Peterson, *Maps of Meaning: The Architecture of Belief* (New York: Routledge, 1999).
4. J. B. Hirsh, D. Morisano, and J. B. Peterson, "Delay Discounting: Interactions Between Personality and Cognitive Ability," *Journal of Research in Personality* 42 (2018): 1646–50.
5. J. Gray, *The Neuropsychology of Anxiety: An Enquiry into the Functions of the Septal-bippocampal System* (New York: Oxford University Press, 1982).
6. N. M. White, "Reward or Reinforcement: What's the Difference?," *Neuroscience & Biobehavioral Reviews* 13 (1989): 181–86.

القاعدة الخامسة: لا تفعل ما تكره

1. W. G. Clark and W. A. Wright, eds., *Hamlet: Prince of Denmark* (Oxford: Clarendon Press, 1880), 1.3.78, 17.

2. For a critical review, see H. Pashler et al., "Learning Styles: Concepts and Evidence," *Psychological Science in the Public Interest* 9 (2008): 105–99.
3. M. Papadatou-Pastou, M. Gritzali, and A. Barrable, "The Learning Styles Educational Neuromyth: Lack of Agreement Between Teachers' Judgments, Self-Assessment, and Students' Intelligence," article 105, *Frontiers in Education* 3 (2018).
4. V. Tejwani, "Observations: Public Speaking Anxiety in Graduate Medical Education—A Matter of interpersonal and Communication Skills," *Journal of Graduate Medical Education* 8 (2016): 111.

القاعدة السادسة: تخلّ عن الأيديولوجيات

1. F. Nietzsche, *The Gay Science*, trans. W. Kaufmann, section 125 (New York: Vintage Books, 1880/1974), 181.
2. F. Nietzsche, *The Will to Power*, trans. W. Kaufmann and R. J. Hollingdale (New York: Vintage, 1880/2011).
3. F. Dostoevsky, *The Devils (The Possessed)*, trans. D. Magarshack (New York: Penguin Classics, 1872/1954).
4. F. Nietzsche, *The Will to Power: An Attempted Transvaluation of All Values*, trans. A. M. Ludovici, vol. 14 of *The Complete Works of Friedrich Nietzsche*, ed. Oscar Levy (London: T. N. Foulis, 1914), 102–3.
5. See J. Panksepp, *Affective Neuroscience* (New York: Oxford University Press, 1998).
6. A very interesting variant of this "Pareto principle" was identified by D. J. de Solla Price, *Little Science, Big Science* (New York: Columbia University Press, 1963), who indicated that half the work was done—or half the value accrued—by the square root of the number of people involved.
7. T. A. Hirschel and M. R. Rank, "The Life Course Dynamics of Affluence," *PLoS One* 10, no. 1 (2015): e0116370, doi:10.1371/journal.pone.0116370. eCollection 2015.
8. F. Nietzsche, *On the Genealogy of Morals*, trans. W. Kaufman and R. J. Hollingdale, and *Ecce Homo*, trans. W. Kaufman, ed. W. Kaufman (New York: Vintage, 1989), 36–39.
9. In the USSR, for example, deadly action was taken against those whose parents or grandparents were deemed "class enemies" because of their relative economic prosperity. See A. Solzhenitsyn, *The Gulag Archipelago*, abridged ed. (New York: Vintage, 1973/2018).
10. *Monty Python's Flying Circus*, season 3, episode 2, "How to Play the Flute," October 26, 1972, BBC.

القاعدة السابعة: اعمل بأقصى جهد ممكن على شيء واحد على الأقل، وانظر ماذا يحدث

1. B. E. Leonard, "The Concept of Depression as a Dysfunction of the Immune System," *Current Immunology Reviews* 6 (2010): 205–12; B. E. Cohen, D. Edmonson, and I. M. Kronish, "State of the Art Review: Depression, Stress, Anxiety and the Cardio-

vascular System," *American Journal of Hypertension* 28 (2015): 1295–1302; P. Karling et al., "Hypothalamus-Pituitary-Adrenal Axis Hypersuppression Is Associated with Gastrointestinal Symptoms in Major Depression," *Journal of Neurogastroenterology and Motility* 22 (April 2016): 292–303.

2. Failure to inhibit aggression properly from an early age appears to characterize about 15 percent of children. S. M. Côté et al., "The Development of Physical Aggression from Toddlerhood to Pre-Adolescence: A Nation Wide Longitudinal Study of Canadian Children," *Journal of Abnormal Child Psychology* 34 (2006): 71–85.

القاعدة الثامنة: حاول أن تجعل إحدى غرف منزلك جميلة بقدر الإمكان

1. N. F. Stang, "Kant's Transcendental Idealism," *Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Winter 2018), ed. E. N. Zalta, plato.stanford.edu/archives/win2018/entries/kant-transcendental-idealism.
2. E. Comoli et al., "Segregated Anatomical Input to Sub-Regions of the Rodent Superior Colliculus Associated with Approach and Defense," *Frontiers in Neuroanatomy* 6 (2012): 9, doi.org/10.3389/fnana.2012.00009.
3. D. C. Fowles, "Motivation Effects on Heart Rate and Electrodermal Activity: Implications for Research on Personality and Psychopathology," *Journal of Research in Personality* 17 (1983): 48–71. Fowles actually argued that the heart beats to reward, but also that the safety that beckons in escape from a looming predator was just such a reward.
4. E. Goldberg, and K. Podell, "Lateralization in the Frontal Lobes," in *Epilepsy and the Functional Anatomy of the Frontal Lobe*, vol. 66 of *Advances in Neurology*, eds. H. H. Jasper, S. Riggio, and P. S. Goldman-Rakic (Newark, Del.: Raven Press/University of Delaware, 1995), 85–96.
5. R. Sapolsky, Personal communication with the author, September 11, 2019. I've told this story to a few audiences, erroneously substituting zebras for wildebeest. Such are the vagaries of memory. But wildebeest is the correct animal.

القاعدة التاسعة: إذا كانت الذكريات القديمة لا تزال تزعجك، فدوّنْها بعناية، وبكل تفاصيلها

1. J. B. Peterson and M. Djikic, "You Can Neither Remember nor Forget What You Do Not Understand," *Religion and Public Life* 33 (2017): 85–118.
2. P. L. Brooks and J. H. Peever, "Identification of the Transmitter and Receptor Mechanisms Responsible for REM Sleep Paralysis," *Journal of Neuroscience* 32 (2012): 9785–95.
3. J. E. Mack, *Abduction: Human Encounters with Aliens* (New York: Scribner, 2007).
4. R. E. McNally and S. A. Clancy, "Sleep Paralysis, Sexual Abuse and Space Alien Abduction," *Transcultural Psychiatry* 42 (2005): 113–22.

5. D. J. Hufford, *The Terror that Comes in the Night: An Experience-centered Study of Supernatural Assault Traditions* (Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 1989).
6. C. Browning, *Ordinary Men: Reserve Police Battalion 101 and the Final Solution in Poland* (New York: Harper Perennial, 1998).
7. I. Chang, *The Rape of Nanking* (New York: Basic Books, 1990).
8. H. Ellenberger, *The Discovery of the Unconscious: The History and Evolution of Dynamic Psychiatry* (New York: Basic Books, 1981).
9. H. Spiegel and D. Spiegel, *Trance and Treatment* (New York: Basic Books, 1978).
10. J. B. Peterson, *Maps of Meaning: The Architecture of Belief* (New York: Routledge, 1999).
11. M. Eliade, *A History of Religious Ideas*, trans. W. Trask, vols. 1–3 (Chicago: University of Chicago Press, 1981).
12. See Strong's Hebrew concordance for the King James Version—a tool that lists all the occurrences of a given word (twenty in nineteen verses in the case of *tohuw*).
13. H. Zimmern, *The Ancient East*, vol. 3 of *The Babylonian and Hebrew Genesis*, trans. J. Hutchison (London: David Nutt, 1901).
14. E. Neumann, *The Great Mother: An Analysis of the Archetype*, trans. R. Manheim (New York: Pantheon Books, 1955); E. Neumann, *The Origins and History of Consciousness*, trans. R. F. C. Hull (Princeton, N.J.: Princeton University Press/Bollingen, 1969).
15. D. E. Jones, *An Instinct for Dragons* (New York: Psychology Press, 2002).
16. See, for example, Psalm 74, Psalm 104:24–26, and Isaiah 27:1.

القاعدة العاشرة: خطط واعمل بكد للحفاظ على الرومانسية في علاقتك

1. J. Gottman, *What Predicts Divorce? The Relationship Between Marital Processes and Marital Outcomes* (Hillsdale, N.J.: Erlbaum, 1994).
2. C. G. Jung, *Mysterium Coniunctionis*, vol. 14 of *Collected Works of C. G. Jung*, trans. G. Adler and R. F. C. Hull (Princeton, N.J.: Princeton University Press, 1970), 407, doi:10.2307/j.ctt5hhr0d.
3. M. Eliade, *Shamanism: Archaic Techniques of Ecstasy*, trans. W. R. Trask (Princeton, N.J.: Princeton University Press, 1951).
4. C. G. Jung, "The Philosophical Tree" in *Alchemical Studies*, vol. 13 of *The Collected Works of C. G. Jung*, trans. G. Adler and R. F. C. Hull (Princeton, N.J.: Princeton University Press, 1954/1967), 251–349.
5. C. G. Jung, "Gnosticism as Dealing with the Feminine," in *The Gnostic Jung: Including Seven Sermons to the Dead*, ed. S. A. Hoeller (New York: Quest Books, 1982), 114–18.
6. Defined as inability to conceive within one year of trying: W. Himmel et al., "Voluntary Childlessness and Being Childfree," *British Journal of General Practice* 47 (1997): 111–18.
7. Statistics Canada, "Common-Law Couples Are More Likely to Break Up," www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11-402-x/2011000/chap/fam/fam02-eng.htm.
8. Excepting, perhaps, in the first year. M. J. Rosenfeld and K. Roesler, "Cohabitation

Experience and Cohabitation's Association with Marital Dissolution," *Journal of Marriage and Family* 81 (2018): 42–58.

9. US Census Bureau, 2017. Data represent children living without a biological, step, or adoptive father. Also see E. Leah, D. Jackson, and L. O'Brien, "Father Absence and Adolescent Development: A Review of the Literature," *Journal of Child Health Care* 10 (2006): 283–95.

القاعدة الحادية عشرة: لا تسمح لنفسك بأن تقع فريسة للاستيلاء، أو الخداع، أو الغطسة

1. J. L. Barrett, *Why Would Anyone Believe in God?* (Lanham, Md.: AltaMira Press, 2004).
2. P. Ekman, *Emotions Revealed*, 2nd ed. (New York: Holt Paperback, 2007).
3. A. Öhman and S. Mineka, "The Malicious Serpent: Snakes as a Prototypical Stimulus for an Evolved Module of Fear," *Current Directions in Psychological Science* 12 (2003): 5–9.
4. J. Gray and N. McNaughton, *The Neuropsychology of Anxiety: An Enquiry into the Function of the Septo-Hippocampal System* (New York: Oxford University Press, 2000).
5. L. W. Swanson, "Cerebral Hemisphere Regulation of Motivated Behavior," *Brain Research* 886 (2000): 113–64.
6. All these ideas find their empirical demonstration in J. B. Hirsh et al., "Compassionate Liberals and Polite Conservatives: Associations of Agreeableness with Political Ideology and Moral Values," *Personality and Social Psychology Bulletin* 36 (December 2010): 655–64.

القاعدة الثانية عشرة: كن مُمتناً رغم معاناتك

1. This was covered in detail in Rule 8: Tell the truth—or, at least, don't lie, in J. B. Peterson, *12 Rules for Life: An Antidote to Chaos* (Toronto: Random House Canada, 2018).
2. I discussed this play previously, both in J. B. Peterson, *Maps of Meaning: The Architecture of Belief* (New York: Routledge, 1999), 319–20, and Peterson, *12 Rules for Life*, 148.
3. J. J. Muehlenkamp et al., "International Prevalence of Adolescent Non-Suicidal Self-Injury and Deliberate Self-harm," *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health* 6 (2012): 10–18.
4. J. W. Von Goethe, *Faust*, trans. George Madison Priest (1806).
5. D. Benatar, *Better Never to Have Been: The Harm of Coming into Existence* (New York: Oxford University Press, 2008).
6. Jordan B. Peterson and David Benatar, *The Renegade Report*, January 9, 2018, podtail.com/en/podcast/the-renegade-report/jordan-b-peterson-david-benatar.
7. Jesus, on the Cross, quoting the opening words of Psalm 22.
8. I mention this briefly in the Coda to *12 Rules for Life*.

12 قاعدة لتحقيق التوازن بين النظام والفوضى للعثور على المعنى الأعمق للحياة

إذا كان النظام يمثل الأمان، فنحن نحتاج إلى أن نُبقي قدمًا واحدة داخل نطاق النظام، بينما نمد الأخرى بحذر إلى ما وراء النظام. وهكذا نستكشف أعمق المعاني بالوقوف على الحدود، ومواجهة ما لم نتصالح معه بعد أو لم نتكيف معه. وغريزة المعنى تلك - وهي شيء أعمق بكثير من مجرد الفكر - هي التي توجهنا بشكل صحيح في الحياة حتى لا تفسدنا وتوهننا نظم قيم ومعتقدات عتيقة بالية، أو خانقة ضيقة، أو مختالة متباهية.

في كتاب "12 قاعدة للحياة: ترياق للفوضى" الصادر عن دار التنوير، ساعد الدكتور بيترسون، عالم النفس السريري والأستاذ في جامعتي هارفارد وتورنتو، ملايين القراء على إعادة ترتيب فوضى حياتهم. والآن، في هذا الجزء الثاني الأكثر جرأة، يقدم اثنتي عشر قاعدة جديدة ليوضح لنا أن التشدد في التمسك بالنظام في حياتنا لا يقل خطورة عن الفوضى، على عكس ما قد يظنه البعض.

في زمن يفرض فيه البشر إرادتهم بشكل متزايد على كل مناحي الحياة يُحذر بيترسون من خطورة الإفراط في الشعور بأنهم في أمان، فيقدم استراتيجيات للتغلب على القوى الثقافية والعلمية والنفسية التي تدفعنا نحو الاستبداد، ويدعونا بدلاً من ذلك إلى الاعتماد على غريزتنا لإيجاد المعنى والهدف، حتى - وخاصة - عندما نجد أنفسنا عاجزين.

في حين أن الفوضى، في حال تفاقمها، تُهددنا بعدم الاستقرار والقلق، فإن التشدد في النظام قد يُسَلِّنا ويجبرنا على الخضوع.

تكمُن جاذبية الكتاب في جمع الفلسفة وعلم النفس وتطوير الذات في نصّ مشاكس وواقعي في آن.

The Gardian

مكتبة
t.me/soramnqraa

daraltanweer.com

الشويعر