يوليوس فاست

ABU ABDO ALBAGL

لغة الجسد

ترجمة
عادل كوركيس

لغة الجسد

BODY LANGUAGE

ترجمة عادل كوركيس

لغة الجسد

لغة الجسد

تأليف

يوليوس فاست

نقله عن الإنكليزية

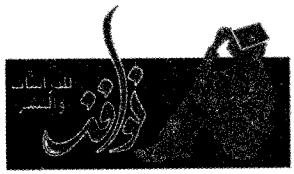
عادل كوركيس

اسم الكتاب: لغة الجسد
الكاتب: يوليوس فاست
المترجم: عادل كوركيس

حقوق الطبع محفوظة

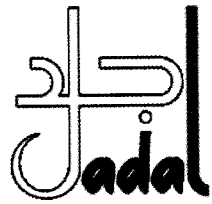
٢٠١٠

الناشر
دار نوافذ للدراسات والنشر



توزيع دار كيوان للطباعة والنشر والتوزيع
+٩٦٣-١١-٢٢٢٤٨٠٧
+٩٦٣-١١-٢٢١٧٢٤٠

التحضير الطباعي: جدل ـ معرض الكتاب الدائم



دمشق ـ جرمانا ـ الشارع العام

هاتف: ٥٦٢٧٥٠٦

تقديم

ليس من شك أن علاقة هذا الكتاب بالمسرح ليست مباشرة، غير أنها من جهة أخرى وثيقة الصلة بالعمل المسرحي، ولكوني أعمل في مجال المسرح وجدت من المناسب إضافة ما جاء في هذا الكتاب من معلومات إلى رصيد المعارف المسرحية التي يحتاج إليها كل من الممثل والمخرج بالدرجة الأساس، حيث لهذه المعلومات أهمية كبيرة في بناء الشخصية المسرحية من ناحية الأداء الجسدي والنطقي في آن واحد، أضف إلى ذلك التعبير النفساني الاجتماعي للشخصية المؤداة، كذلك تفيد في بناء العلاقة بين شخصيتين أو أكثر من ناحية الهيئة الخارجية للشخصية، ووضعها تجاه الشخصية أو الشخصيات الأخرى، انفتاحها أو انغلاقها .. وغير ذلك من علاقات.

والكتاب يفيد من ناحية أخرى في دراسة وفهم الشخصية المسرحية بأبعادها الثلاثة المتعارف عليها، والتحضير لبعديها الاجتماعي والنفساني، ليس المحلية فقط بل غير المحلية، نظراً لأن كل مجتمع له عاداته وتقاليده وموروثاته، التي تؤثر ولا بد على تكوين الشخصية.

من المؤكد أن الكتاب لا يعطي الجواب على جميع الأسئلة التي قد ترد إلى الذهن في ما يخص لغة الجسد، خاصة تلك التي يحتاج الممثل إليها، لكنه يقدم منهجاً بسيطاً مؤداه راقب الناس مثلما عليك أن تراقب نفسك في مختلف الحياة ستفهم نفسك والناس بشكل أفضل، وتختصر الطريق على نفسك في تسهيل إمكانية محاكاتك للشخصية المنوطة إليك. إن كل من تتلمذ على يد الأستاذ بهنام ميخائيل سيتذكر الكثير من نصائحه إلى

طلبته في التوجه إلى الحياة في جميع مناحيها ومراقبة الناس في حالاتهم المختلفة تلك والتعلم منها.

إن كل ما أرجوه في الختام أن يكون هذا الجهد نافعاً وأن يضيف إلى المكتبة المسرحية كتاباً يتناول جوانب من العمل المسرحي، وعمل الممثل بالدرجة الأساس، ولن أكون مبالغاً لو قلت بأن هذا الكتاب يفيد الناقد المسرحي أيضاً، إذ ينير له جوانب هامة من عمل الممثل، التي غالباً ما نرى ممثلين يفتقرون إليها في الوقت الذي يبهرنا ممثلون آخرون في كيفية سيطرتهم عليها، وبالتالي تقديم الشخصية المسرحية بشكل مقنع بعد أن تكون استوفت شروط وجودها على خشبة المسرح بشكل جيد.

عادل كوركيس

أولاً

الجسد رسالة

الجسد رسالة

علم يسمى كينيزكس[1]:

في غضون السنوات القليلة الأخيرة تم استكشاف ثم الكشف عن علم جديد مثير يدعى لغة الجسد. وقد جاءت كلاً من صيغة كتابته ودراسته العلمية بعنوان "الكينيزكس"، وتقوم لغة الجسد وعلم الكينيزكس على أساس أنماط سلوكية للاتصال غير المنطوق (غير الملفوظ). غير أن الكينيزكس ما زال علماً حديث العهد جداً، أي أن أسانيده لا تزيد بعداً على عدد أصابع اليد الواحدة.

لقد كشفت الدراسات السريرية عن مدى ما يمكن للغة الجسد أن تعادل الاتصالات اللفظية على نحو فعال. ويتمثل النموذج الكلاسيكي لهذا الأمر بالشابة التي أخبرت معالجها - طبيب أمراض نفسية - كيف أنها

---

(١) Kinesics "كينيزكس" دراسة أو علم يبحث في العلاقة بين لغة حركات جسد الفرد (مثل هز الكتف..) وبين الاتصال بالآخرين (بالتراسل/ التبليغ..) /قاموس ويبستر، الطبعة التاسعة، لبنان ١٩٨٨م.

كانت تحب صديقها حباً جماً في اللحظات التي كانت تؤرجح بها رأسها يمنة ويسرة، في حال من الرفض، دون وعي منها بذلك.

كما ألقت لغة الجسد ضوءاً جديداً على حيوية (ديناميكية) العلاقات بين أفراد العائلة، فمثلاً، يمكن لعائلة مجتمعة أن تكشف من خلال جلساتها عن صورة ذاتية لها بكل بساطة وذلك عن طريق تحريك أفرادها لأذرعهم وأرجلهم. فإذا كانت الأم هي أول من صالب رجليه ثم تبعها بقية أفراد العائلة، تكون الأم قد حددت بذلك قيادتها لأفعال العائلة، رغم أنها قد لا تكون مدركة أنها تقوم بذلك. الحال نفسه ينطبق على باقي أفراد العائلة. إن الكلمات التي تطلب بها النصح من زوجها أو أبنائها، قد تنفي هذه القيادة، غير أن المفتاح "اتبع القائد" غير المنطوق، وغير الوارد في فعلها هذا، يكشف للمتمكن من علم الكينيزكس عن بنية العائلة.

☜ الإشارة الجديدة [الواردة] من اللا وعي:

قام الدكتور إدوارد أج. هيس بإبلاغ المؤتمر المنعقد قبل فترة ليست بالبعيدة، في كلية التنويم المغناطيسي الطبي الأمريكية، عن اكتشاف جديد يخص الإشارة الكينيزكسية، الخاصة بالتوسع غير الواعي لبؤبؤ العين أثناء مشاهدة العين لشيء مبهج. هذا الأمر يمكن أن يكون، على مستوى الفائدة، عاملاً مساعداً في لعبة البوكر، في ما لو كان اللاعب على "دراية" به. فما أن يتسع بؤبؤ خصمه، عليه أن يصبح متأكداً من أن خصمه يمسك بأوراق جيدة. وقد لا يكون اللاعب مدركاً لقدرته على قراءة هذه العلامة أكثر من إدراك شخص آخر ببارقة حظه (حسن طالعه).

وجد الدكتور هيس أن بؤبؤ الشخص العادي يصبح أكثر اتساعاً بمرتين عند مشاهدته امرأة عارية.

يورد الدكتور هيس فائدة مبدأ الكينيزكس، على المستوى التجاري، مبيناً تأثير الإعلان التجاري في التلفاز. لقد قاموا، بعد تصوير عيون متفرجين منتخبين أثناء عرض الإعلان عليهم، بدراسة الفيلم لاستبيان موضع تواجد توسع العين بشكل محدد، بكلمات أخرى، متى يكون ثمة استجابة سارّة غير واعية على الإعلان التجاري.

يمكن للغة الجسد أن تشتمل أية حركة، انعكاسية أو غير انعكاسية، إما لجزء من الجسد أو لمجمله، يستخدمها المرء لتبليغ (إيصال) رسالة شعورية موجهة إلى العالم الخارجي.

ولكي يتم فهم لغة الجسد غير النطقية، توجب على خبراء علم الكينيزكس أن يأخذوا بنظر الاعتبار، في الغالب، الاختلافات الثقافية والبيئية، إذ غالباً ما يسيء لرجل العادي، غير العارف بهذه الفروقات الدقيقة في لغة الجسد، تفسير ما يراه.

☜ كيف نتحدث إلى الفتيات المنفردات:

"آلن" فتى من قرية صغيرة. جاء لزيارة "تيد" في مدينة كبيرة. في ليلة من الليالي وهو في طريقه إلى شقة تيد، حيث تقام حفلة شراب كبيرة، رأى آلن شابة سمراء فاتنة وهي تمشي في الشارع أمامه، في ذات اللحظة التي لاح له مبنى سكن تيد. تبع آلن الفتاة مندهشاً من طريقة مشيتها غير المتحفظة. إذا كان آلن لم يرَ رسالة تنقل من غير التلفظ بها فهذه كانت واحدة منها!

تبعها إلى أن وصل مبنى سكن تيد، وكان مدركاً أن الفتاة حاسة به، كما تحقق له أن طريقة مشيتها لم تتغير، لذا أصبح متيقناً أن الأمر إنما يشكل دعوة (إغواء).

أخيراً، استجمع آلن شجاعته، فاقترب من الفتاة، عند إشارة التقاطع الحمراء، مرسلاً لها ابتسامته الدمثة قائلاً لها "مرحبا"

أذهله أنها أدارت له وجهاً مليئاً بالغضب وهي تقول، عبر أسنان مصطكة: "إذا لم تتركني وشأني، سأستدعي الشرطي". ما إن تغيرت الإشارة الضوئية حتى تحركت مزبدة غيظاً.

صعق آلن واحمر ارتباكاً، فأسرع إلى شقة تيد. كانت الحفلة قائمة. أثناء قيام تيد بصب الشراب له قام آلن بإخباره بالقصة فضحك تيد قائلاً: "لقد اخترت النمرة الخاطئة، يا فتى"..

"ولكن، إلى الجحيم. يا تيد - ما من فتاة عندنا - إلا وكانت طلبت ذلك".

"هذا ما يقال في الأحياء الإسبانية. إن معظم الفتيات - بغض النظر عن مظهرهن الخارجي - فتيات طيبات جداً" شرح له تيد.

إن ما لم يفهمه آلن أنه في ثقافات مشابهة للعديد من البلدان الناطقة بالإسبانية، حيث تصاحب الفتيات وصيفات، وحيث القواعد الصارمة للسلوك الاجتماعي، يمكن للفتاة أن تتباهى بجنسيتها بأمان تام ودونما خوف من استدعاء مشاكل. إن المشية التي حسبها آلن استدعاء (إغواء) لهي في الحقيقة طبيعية تماماً، وأن القوام المنتصب الصارم للمرأة الأمريكية الوسيمة، قد يعتبر بعيداً عن الفضيلة (سمجاً).

دار آلن في الحفلة وتناسى مذلته شيئاً فشيئاً.

في وقفة من وقفات استراحة الحفلة انتحى به تيد وسأله: "هل أعجبك شيء ما يا ترى؟"

جانيت، تلك، قالها آلن وبه لهفة، "من أجلها، يا رجل، يمكنني أن أذهب إلى...."

"ممتاز، شيء حسن. اطلب منها المكوث، فمارغي باقية أيضاً. سنتناول العشاء سوية."

"لا أدري. إنها مجرد -- كما لو كنت غير قادر أن أبدأ معها الخطوة الأولى"

"أنت تمزح"..

كلا.. كانت طوال الأمسية تبث إشارة أبعد يديك عني"..

"لكن جانيت تودك. هذا ما قالته لي"

"ولكن ---"قال آلن بحيرة. "وإذن لماذا كانت بنحو ما--- لا أدري ماذا. كانت تنظر كما لو أنها لا ترغب أن يمسها إصبعي حسب"

"هذا هو أسلوب جانيت. كل ما هناك أنك لم تتلق الرسالة الصحيحة"

"لن أفهم هذه المدينة أبداً". هذا ما قاله آلن وهو ما يزال حائراً، إلا أنه كان سعيداً.

إن كان آلن قد اكتشف أن فتيات البلدان اللاتينية قد يبرقن برسائل غزل جنسي مفتوحة، في وقت يكن فيه بصحبة وصيفات، بحيث أن أي نوع من "التداول" مع البدن يكاد يكون مستحيلاً، فإن فتيات البلدان التي ليس فيها وصيفات مرافقات سوف يقمن ببناء دفاعاتهن من خلال سلسلة رسائل غير منطوقة تتلفظ بوضوح "أبعد يديك". وعندما يكون الأمر بهذا النحو، حيث لا يمكن للمرء ضمن قواعد الثقافة، أن يقترب من فتاة غريبة في الشارع، يكون بمقدور الفتاة أن تتحرك بحرية وطلاقة. في مدينة نيويورك، على سبيل المثال، حيث تتوقع الفتاة أي شيء في أغلب

الأحيان، خاصة في حفل شراب، نراها تتعلم إرسال رسائل تقول فيها "أبعد يديك". ولكي تفعل ذلك فإنها سوف تقف على نحو صارم، وتعقد رجليها على نحو محتشم أثناء الجلوس. ولسوف تعقد ذراعيها (تصالبهما على صدرها)، وتستخدم حركات دفاعية أخرى مماثلة.

بيت القصيد، أنه لا بد، في كل حالة من الحالات، من تواجد عنصرين للغة الجسد. إيصال الرسالة (تبليغها) واستلامها (أي مرسل ومستقبل). فلو استطاع آلن استلام الرسائل، بحسب تعابير المدينة الكبيرة، على نحو صحيح لوفر على نفسه الإرباك عند المواجهة، واستطاع تفادي الكثير من عدم الوثوق من الآخرين.

أن تلمس أو لا تلمس

إضافة إلى إرسال واستلام الرسائل يمكن للغة الجسد، خاصة إذا فُهمت واستُخدمت بدهاء، أن تقدم خدمة في شق الطريق عبر الدفاعات. ثمة رجل أعمال حاول بقليل من الجهد إبرام صفقة مربحة جداً، لكنه تبين أنه أساء قراءة علاماتها.

أخبرني قائلاً "كانت صفقة تجارية، وكان يمكن لها أن تكون مربحة، ليس لي فقط، بل لتومي أيضاً". وتوم هذا كان يقيم في مدينة البحيرة المالحة (سالت ليك) في باونتي فل، وهي ليست ببعيدة عنا جغرافياً، إلا أنها ثقافياً بعيدة بأميال وأميال. إنها مدينة صغيرة لعينة. كان توم واثقاً من أن أي شخص قادم من مدينة كبيرة يمكن أن يستغفله. واعتقد أنه كان في أعماقه على قناعة من أن الصفقة مناسبة لكلينا. لم يستطع الوثوق من تقربي إليه. كنت رجل أعمال من مدينة كبيرة، سالكاً طريقاً صاعدة،

أدور وألف وأعقد علاقات، أما هو فقد كان فتى غير ذي شأن، قارب أن يبتدئ أو كاد.

"حاولت اختصار الطريق على تصوراته عن مدينة الأعمال الكبيرة بوضع ذراعي حول كتفيه. وهذه اللمسة العديمة الشأن عصفت بكل شيء".

إن ما فعله صديقي رجل الأعمال، كان اعتداءً على متاريس توم المتمترس داخل دفاعاته، عبر حركة صامتة لم تكن الأرضية مهيأة لها بعد. إن كل ما كان يحاول (صديقي) قوله بواسطة لغة الجسد هو "ثق بي.. دعنا نقيم صلة بيننا"، لكنه لم يوفق إلا إلى اعتداء غير منطوق. إنه بتجاهله دفاعات توم حطم رجل الأعمال المتحمس جداً الصفقة كلها.

غالباً ما تكون اللمسة في لغة الجسد، هي الإشارة الأكثر سرعة، والأكثر وضوحاً. إن لمسة يد أو وضع ذراع حول كتف شخص ما، إنما تعبر بحيوية عن إرسالية مباشرة أبلغ من دزينة من الكلمات. غير أنه لا بد لهذه اللمسة أن تأتي في اللحظة الصحيحة وفي السياق الصحيح.

كل واحد من الفتيان يتعلم، عاجلاً أم آجلاً، أن لمس فتاة في اللحظة الخاطئة قد يبعدها عنه بشكل غير متوقع.

هناك أناس "لَّاسون"يلمسون بالإكراه والقسر، ويبدون منيعين تماماً تجاه الرسائل التي قد تصلهم من أصدقائهم وأصحابهم. إنهم من النوع الذي سيقوم باللمس والربت وملاطفة الآخرين حتى وإن جرى منعهم عن فعل ذلك عبر لغة الجسد.

☜ لمسة المتوحد (المنعزل):

على أية حال، يمكن للمس أو الربت أن يكونا علامة فعّالة في حد ذاتهما. فلمس شيء جامد قد يخدم كإشارة ملحة ذات صوت عال، أو التماس إلى فهم. خذ حالة العمة كريس مثلاً، امرأة عجوز تحولت إلى مركز نقاشات العائلة. بعض أفراد العائلة شعر بأنها ستكون على حال أكثر مسرة عند الجوار، تحت رعاية بيتية دائمة، حيث لن يكون لديها أناس يعتنون بها فحسب، إنما سيكون لها الكثير من الأصحاب المجالسين لها أيضاً.

شعرت باقي العائلة أن هذا الأمر يعني جعل العمة كريس بعيدة. والعمة إنما تمتلك دخلاً وافراً وشقة حميمة، وما زال بوسعها أن تعيل نفسها بشكل جيد جداً، فلماذا ليس لها أن تعيش حيث يمكن لها أن تتمتع باستقلاليتها وحريتها؟

لم تكن العمة كريس في هذه المناقشات ذات عون كبير لنفسها، إذ كانت تجلس وسط العائلة المجتمعة، تربت بيدها على قلادتها، منكسة رأسها لترفع بعد ذاك ثقالة الأوراق المرمرية، رابتة عليها بلطف، ثم تقوم بعد حين بتمرير يدها على مخمل الأريكة، ثم تمد يدها لتتحسس منحنيات خشب الأريكة.

كل ما تقرره العائلة قالت بنبل: "فأنا لا أريد أن أكون مشكلة لأي واحد منكم".

لم تستطع العائلة اتخاذ قرار فألغت المداولة في القضية، عندها تركت العمة ملاطفتها الأشياء التي كانت تحت متناول يدها.

أخيراً وصلت الرسالة للعائلة. كانت رسالة واضحة وبديعة أيضاً. من الغريب أن أحداً منهم ما استطاع تلقي الرسالة بشكل مبكر. فالعمة كريس إنما بدأت تتلمس وتلاطف كل ما يقع تحت يدها منذ أن صارت تعيش لوحدها، فما كان منها إلا أن تلاطف وتناغي كل ما في متناول يدها. العائلة كلها صارت تعرف ذلك، غير أن ذلك لم يحصل إلا بعد أن أدرك الجميع، واحداً بعد الآخر، ما كانت تشي به ملاطفاتها هذه. إنها كانت تقول لهم بلغة الجسد: "إنني متوحدة، وأموت جوعاً إلى صحبة. ساعدوني!"

أخذوا العمة كريس لتعيش مع ابنة وابن الأخ، حيث تحولت هناك إلى امرأة مختلفة.

إننا مثل العمة كريس نرسل، بطريقة أو أخرى، رسائلنا الصغيرة إلى العالم قائلين: "ساعدوني، إنني وحيد. إن أخذتموني سأكون نافعاً، وإن تركتموني سأكون مكتئباً".. ونادراً ما نرسل رسائلنا هذه عن وعي. إننا نكشف عن حال كينونتنا من خلال لغة الجسد غير المنطوقة. إننا نرفع أحد حاجبينا تعبيراً عن عدم تصديقنا، نفرك أنفنا تعبيراً عن الحيرة والإرباك، نعقد ذراعينا لنعزل أو نحمي أنفسنا، نهز كتفينا تعبيراً عن اللامبالاة، نغمز بعين واحدة تعبيراً عن المودة والألفة، ننقر بأصابعنا تعبيراً عن نفاد الصبر ونلطم على جبيننا تعبيراً عن النسيان. إن عدد الحركات الصامتة هذه لا يعد ولا يحصى. في الوقت الذي يكون بعضها متعمداً والآخر شبه متعمد، هناك بعضاً آخر، مثل فرك ما تحت الأنف للتعبير عن الحيرة أو عقد الأذرع بهدف حماية النفس، يأتي على الأغلب من دون وعي بهذه الحركات. تمثل دراسة لغة الجسد دراسة لمزيج من الحركات الجسدية جميعاً، ابتداءً من المتعمد منها وانتهاءً بغير الواعين بها تماماً

وابتداءً من تلك المستعملة في الثقافة الواحدة فقط إلى تلك التي تعبر جميع المتاريس (العوائق الثقافية الأخرى).

ثانياً

عن الحيوانات والأقاليم

عن الحيوانات والأقاليم

☜ العراك الرمزي:

الآن فقط بدأنا نفهم علاقة بين الاتصالات بين الحيوانات وعند البشر. يأتي الكثير من نفاذ بصرنا إلى الاتصالات غير المنطوقة من التجارب المقامة على الحيوانات. فالطيور تتصل في ما بينها عن طريق الغناء. جيل بعد جيل يغني ذات المجموعة من الأنغام، نفس اللحن البسيط أو المركب. لقد اعتقد العلماء لسنوات عديدة أن هذه الأنغام، أغاني الطيور، إنما كانت تأتي عبر المنجز الوراثي، مثل لغة الدولفين أو لغة رقصات نوع من النحل، وحديث الضفادع.

مع ذلك، هناك حالياً بعضاً من الشك في أن يكون الأمر على هذا النحو تماماً. تشير التجارب إلى أن أغاني الطيور مكتسبة. لقد قام علماء بتوليد نوع من الطيور بعيداً عن أي فرد من نوعها، فلم تكن هذه الفراخ قادرة تماماً على إنتاج أغاني نوعها المعتادة من جديد.

في الحقيقة كان بمقدور العلماء الذين استولدوا هذه الطيور أن يعلموها أجزاء من أغنية معروفة بدل أغنية نوعهم. وبترك هذه الطيور في عزلة، فإنها لا تكون قادرة على التزاوج أبداً، ذلك لأن أغاني الطيور تدخل ضمن مجمل عملية التزاوج.

نموذج آخر للسلوك الحيواني، الذي اصطلح عليه لوقت طويل على أنه سلوك غريزي، هو عراك الكلاب. عندما يلتقي كلبان ذكران فإنهما قد يقومان بردود أفعال ذات طرق متعددة، إلا أن الأهم منها هو تشابكهما، يعض أحدهما الآخر بشكل يشبه القتال حتى الموت. عادة ما ينزعج المتفرج غير المطلع من هذا السلوك، بل ربما حاول فصل الحيوانين الغاضبين على ما يبدو عليهما في الظاهر. صاحب الكلاب العارف بذلك سوف يبقى يراقب كي يكتشف مدى رمزية هذا العراك.

هذا لا يعني أننا نقول بأن هذا العراك ليس واقعياً، بل هو كذلك. فهذان الحيوانان إنما يتنافسان من أجل السيادة. أحدهما سوف يفوز، لأنه أكثر هجومية من الآخر. ربما كان هو الأقوى وصاحب مناورة أشد من الآخر. ينتهي القتال عند نقطة يتأكد فيها كلا الكلبين أن أحدهما هو الفائز، دون أن يكون قد حدث أي خدش في جلديهما. بعد ذاك يحدث أمر مثير للنظر، إذ يتمدد الكلب المغلوب على الأرض ويتمرغ، كاشفاً عن حنجرته للمنتصر.

رد فعل المنتصر على هذا الاستسلام يأتي بسيطاً وذلك بالوقوف فوق المغلوب كاشفاً عن أنيابه، ومزمجراً لفترة محدودة، بعدها يثبان كلاهما ويبتعدان ناسيان المعركة.

إن ما حصل هو أداء إجراءات غير منطوقة. يقول المغلوب: "إنني أذعن لك، أنت الأقوى، إني أكشف لك عن حنجرتي طواعية."

المنتصر يقول: "فعلاً، أنا الأقوى، وأنا أزمجر كي أظهر هذه القوة. لكن دعنا الآن ننهض ونمرح".

إن ما يلفت النظر من جانب آخر، ملاحظة عدم وجود أي نوع حيواني راق يسمح على الأغلب لأحد أعضاء نوعه بقتل الآخر لأي سبب كان، مع أنهم يتقاتلون لأسباب عديدة. يمكن للقتال شبه الرمزي وقت التزاوج بين ذكور الوعول، وسط إناثهم، أن يستفحل حد المعركة الفعلية. بعد ذاك، وعلى نحو غريب، تقوم الحيوانات هذه بمهاجمة الأشجار القريبة منها بدل أن تهاجم بعضها البعض الآخر.

هناك طيور معينة تراها تخفق بجناحيها ضرباً وتعنيفاً في استهلال هائج لمعركة، بعدها تهدئ من عراكها متحولة إلى بناء العش بنشاط. وربما قام الظبي بشبك قرونه في نزاعه من أجل التشامخ، ولكن أيا كان القتال نشطاً فإنه لا ينتهي إلى الموت أبداً، بل يتخذ شكل هزيمة طقسية. لقد تعلمت الحيوانات فن التعبير عن العلاقات بنوع من الأفعال المحيرة، هذه الأفعال تمت بصلة قرابة أولية إلى لغة الجسد. نقطة الخلاف في ما يخص سلوكية العراك الرمزي لدى الكلاب وحيوانات أخرى، هي إن كان هذا التصرف، هذا النمط الاتصالي، موروثاً مثلما يتم توريث الغرائز، أو أنه مطبوع في المسطرة الوراثية (الجينية) للنوع، ومنقول من جيل إلى جيل، أم أنه مكتسب أولاً بأول من قبل كل حيوان.

سبق أن ذكرت في ما يخص بعض أغاني الطيور، أنه لا بد من تعلم الأغنية الخاصة بالنوع، مع ذلك، فإن أغاني البعض الآخر من الطيور تكون غريزية فعلاً. طيور الزقزاق تتعلم أغانيها، في حين ترث عصافير القصب (الدّرسة) القدرة على غناء الأغنية الخاصة بالنوع أكانوا على اتصال بعصافير القصب الأخرى في فترة نموها أم لم يكونوا. عند التعميم

لا بد لنا من الانتباه، أثناء الدراسة، لأي سلوك في عالم الحيوان، فما هو صحيح بالنسبة للحيوانات ليس يكون صحيحاً بالنسبة للبشر بالضرورة.

العديد من العلماء يعتقد أن عراك الكلاب موروث، في حين ظل أحد مدربي الكلاب، ممن لي معرفة به، يؤكد إلى اليوم أن عراك الكلاب أمر مكتسب.

"راقب الكلبة الأم أثناء شجار جرائها. إذا انتصر أحدهم وحاول مواصلة نصره حد تحطيم الآخر، تقوم الأم حالاً لتثنيه وتحييده، معلمة وملقنة إياه احترام هزيمة أخيه. عموماً، لا بد من تلقين الكلب السلوك الرمزي".

من جهة أخرى هناك كلاب، مثل كلاب الأسكيمو في كرين لاند، يبدو عليها أن لها قدراً كبيراً من الصعوبات في تعلم السلوك الرمزي. يقول عالم الطبيعيات الهولندي "نيكو تينبرغن" عن هذه الكلاب أنها تمتلك أقاليم محددة لكل زمرة منها، وقد تنتهك الجراء الفتية حدود هذه الأقاليم باستمرار، لذا تراها تحت المعاقبة المستمرة من قبل الذكور الأكبر سناً، الذين التزموا هذه الحدود. مع ذلك، يظهر أن هذه الجراء لن تتعلم أين هي الحدود هذه بالضبط، فتبقى على هذه الحال حتى تبلغ سن النضج الجنسي.

ما أن يجربوا جماعهم الأول حتى يصبحوا على حين غرة، مدركين من ذلك الوقت للحدود المقتضية بشكل مفاجئ. هل يمثل ذلك عملية تعلم تعززت على مدى سنوات حتى أخذت ترسخ الآن؟ أم أنها نوع من العملية الغريزية، التي لا تنمو إلا مع النضج الجنسي؟

☜ هل بمقدورنا وراثة اللغة؟

ليس توريث الغرائز بأمر بسيط، كما أن التعلم (الاكتساب) ليس بعملية بسيطة. من الصعب تحديد كمية الموروث من أي نظام من أنظمة الاتصال، وكم هي كمية المكتسب منه. فليس جميع السلوك مكتسب. والأكثر من ذلك أن ليس جميعه مورثاً، حتى لدى الجنس البشري.

هذا يقودنا للرجوع إلى الاتصال غير النطقي. هل توجد ثمة إشارات وتعابير عامة، مستقلة ثقافياً، وصحيحة لكل شخص في كل ثقافة؟ هل هناك أشياء يقوم المرء بها تجعله يوصل معناها، بطريقة أو بأخرى، لجميع أبناء البشر الآخرين، بغض النظر عن: العرق، اللون، العقيدة، أو الثقافة؟

بكلمات أخرى، هل الابتسامة مؤشر للسلوان على الدوام؟ هل يمثل التجهم الاستياء على الدوام؟ عندما نهز رأسنا من جانب إلى آخر، هل يعني ذلك "لا" دائماً؟ عندما نحرك الرأس إلى الأعلى والأسفل، هل يعني ذلك"نعم"دائما؟ هل يمكن اعتبار هذه الحركات عامة لجميع الناس، فإذا كان ذلك كذلك، فهل تعتبر القدرة على القيام بها استجابة لحركة معطاة وراثياً؟

إذا استطعنا إيجاد مجموعة (طواقم) كاملة من الإشارات والعلامات الموروثة، سيكون اتصالنا غير النطقي شبيه بلغة الدلافين، أو مثل اللغة غير النطقية لنحل العسل، الذي يستطيع من خلال حركات معينة محدودة أن يقود جميع سكنة قفير النحل إلى موارد العسل الجديدة الاكتشاف. وهي حركات موروثة لا يتوجب على النحل تعلمها .

هل نملك صيغة اتصال موروثة؟

لقد اعتقد دارون أن تعبير الوجه عن عاطفة ما متماثلة لدى جميع بني البشر، بغض النظر عن الثقافة. وقد بنى اعتقاده هذا على أساس أصل تطور الإنسان. في بواكير الخمسينات، بعد دراسة استمرت ثلاثين عاما، كتب الباحثان برونر و تاغويري أن أفضل ما بينه البحث المتوفر هو انعدام قوالب فطرية ثابتة تصاحب مشاعر معينة.

بعد مرور أربعين عام على ذلك وجد ثلاثة من الباحثين: إيكمان فريزر (من وحدة كاليفورنيا لمؤسسة بورتر للطب النفسي العصبي) وسورينسون (من المؤسسة الوطنية لأمراض الجهاز العصبي والعته) أن بحثهم الجديد يدعم اعتقاد دارون القديم.

لقد قاموا بإدارة دراسات متواصلة في كل من كويانا الجديدة، بورينو، الولايات المتحدة، البرازيل فاليابان، أي لخمس ثقافات من ثلاث قارات مختلفة ومتباينة بشكل واضح، فاكتشفوا أن: "المراقبين قد ميزوا بعضاً من العواطف (المشاعر) المتماثلة في هذه الثقافات وذلك عندما قدموا لهم مجموعة مناسبة من صور فوتوغرافية تخص الوجوه".

وحسب هؤلاء الباحثين الثلاثة، فإن هذا الأمر يناقض النظرية القائلة بأن مظاهر الوجه الخاصة بالمشاعر مكتسبة (يتم تعلمها) اجتماعياً. كما أنهم أحسوا أيضاص بوجود توافق داخل الثقافة الواحدة في شأن تمييز حالات عاطفية مختلفة.

يرتبط السبب الخاص بشمولية هذا التمييز ارتباطاً غير مباشر بالوراثة فقط حسب ما قدموه. لقد وضعوا نظرية تزعم أن ما تحت القشرة الدماغية الفطرية هي التي تقوم ببرمجة ترابط مثيرات معينة لتمكين تمييز تعابير الوجه العامة، الخاصة بكل مؤثر أساسي: الاهتمام، الابتهاج، الاندهاش، الخوف، الغضب، القلق، القرف، الازدراء والخجل".

بكلمات أبسط، هذا يعني أن أدمغة الناس مبرمجة لرفع زوايا الفهم عندما يكونوا مسرورين، وخفضها للأسفل عندما يكونوا مستاءين، كذلك تغضين الجبين، تصعيد الحاجبين، رفع زاوية واحدة من الفم، وهلم جرا، وهكذا دواليك، تبعاً لما يزود الإحساس المخ (الدماغ).

وفي مقابل ذلك فإنهم دونوا [أيضاً] "تعابير أخرى، متنوعة ثقافياً، وقواعد كانت مكتسبة في عمر مبكر".

وهم يزعمون أن هذه القواعد تفرض ما يتوجب عمله في ما يخص مظهر كل واحد من هذه المؤثرات في الوضعيات الاجتماعية المختلفة، إذ أنها تتغير مع الدور الاجتماعي، والسمات الديموغرافية[1].

تحاول الدراسة التي أدارها هؤلاء الثلاثة، تجنب الشرطية التي تبتلى الثقافة بها، على قدر ما كان ممكناً. إن انتشار التلفاز والأفلام السينمائية والقضايا المكتوبة، تجعل الأمر في غاية الصعوبة، لكن الباحثين تجنبوا الكثير من ذلك عن طريق دراسة مناطق معزولة، ودراسة المجتمعات ما قبل الحضرية، حيثما توفر لهم ذلك.

ما برهنه عملهم يبدو وكأنه حقيقة تتيح لنا أن نرث في تركيبتنا الجينية ردود أفعال جسمانية معينة أساسية. فنحن نولد حاملين عناصر الاتصال اللا نطقي فيمكن أن نقوم بفعل الكراهية، الخوف، السلوى، الحزن، ومشاعر أساسية أخرى، معروفة لدى الناس الآخرين، دون تعلم كيفية القيام بها تماماً.

من الطبيعي أن هذا لا يتناقض مع حقيقة أنه لا بد لنا أن نتعلم أيضاً العديد من الإشارات (الإيماءات)، التي تعني الشيء نفسه في المجتمع

---

(١) الديموغرافيا: دراسة إحصائية للسكان من حيث المواليد والوفيات والصحة..إلخ التي تتغير من خلال الحضارات (الثقافات)..

الواحد، بينما تعني شيئاً آخر في المجتمع الآخر. إننا، في العالم الغربي، نقوم بهز رأسنا من جهة إلى أخرى لندل بذلك على: لا ومن الأعلى إلى الأسفل لندل بذلك على: نعم. غير أن هناك مجتمعات معينة في الهند يكون العكس فيها هو الصحيح. من الأعلى إلى الأسفل تعني: لا، ومن جانب إلى آخر تعني: نعم.

من هذا يمكن لنا أن نفهم أن لغتنا اللا نطقية هي جزئياً غريزية، وجزئياً متعلمة (مكتسبة)، وفي جزء آخر تكون محاكاة. وفي ما سيأتي سنرى كم يكون عنصر المحاكاة (التقليد) مهماً في الاتصالين النطقي واللا نطقي.

☜ الحاجة إلى الإقليمية:

الوعي بالإقليمية الشخصية هو أحد الموروثات الجينية هو: كتب روبرت آردري كتاباً أخاذاً بعنوان "الحاجة إلى الإقليمية"، تابع فيه رسوم هذا الوعي بالإقليمية ضمن حدود المملكة الحيوانية، عبوراً إلى مملكة الإنسان. ويناقش في كتابه هذا ترسيم الحدود بالأوتاد، وحراسة الأقاليم من قبل الطيور، الأيل، الأسماك، والحيوانات الثديية العليا/الرئيسة. تكون الأقاليم بالنسبة لبعض الأنواع مؤقتة، متغيرة مع كل موسم. بينما تكون بالنسبة إلى أنواع حيوانية أخرى دائمية. وقد قام آردري بمسألة ممتعة تأييداً للحقيقة القائلة، على حد زعمه، أن طبيعة الإقليمية لدى المرء مسألة جينية يتعذر استئصالها".

وقد قام من خلال دراسته الموسعة للحيوان بوصف الشفرات الفطرية للسلوك في عالم الحيوان، الذي يربط به بين التكاثر الجنسي (التناسل)

وبين الدفاع عن الإقليم. فاعتقد أن مفتاح الشفرة يكمن في الإقليمية، وأن الحاجة إلى الإقليمية تشكل قوة دافعة في الحيوان والمرء من أجل حيازة وتملك والدفاع عن منطقة معطاة.

قد تكون هناك قوة دافعة لدى جميع الرجال من أجل امتلاك والدفاع عن إقليم ما، وقد يكون من الأمور الحسنة أن جزءاً لا بأس به من هذه القوة الدافعة فطري. مع ذلك لا يسعنا أن نقحم دائماً ما للإنسان على الحيوان، وما للحيوان على الإنسان.

قد توجد الحاجة إلى الإقليمية في الحيوانات كلها، ولدى بعض الرجال. ويمكن لها أن تتعزز لدى بعض الرجال من خلال الثقافة، وتضعف لدى الخامدين منهم.

هناك بعض الشك في وجود حاجة قليلة/ضعيفة إلى الإقليمية عند البشر. فما هو مقدار ما يسعنا رؤيته من آثار هذه الحاجة. إن واحدة من أكثر تمثيليات الرعب المعاصرة هي تمثيلية "الدار" للكاتب ميغات تيري. إنها تفترض عالماً مستقبلياً، يصبح الانفجار السكاني فيه سبباً لنبذ نظرية الإقليمية، فالرجال كلهم يعيشون داخل خلايا قفير فولاذي يطوق مجمل الكوكب. إنهم يعيشون خارج حيواتهم، حيث العوائل محجوزة داخل غرفة واحدة، دون أن يروا السماء أو الأرض أو الخلية الأخرى.

في هذه القصة المتنبئة بالرعب يتم القضاء على الإقليمية بشكل تام. وربما هذا هو ما يمنح التمثيلية التأثير العظيم. فنحن نبدو في مدننا الحديثة وكأننا نتحرك باتجاه إلغاء الإقليمية، إننا نجد عوائل محشورة كما في صندوق، داخل غرف مركومة الواحدة فوق الأخرى إلى ارتفاعات شاهقة. إننا نستقل المصاعد مضغوطين إلى بعضنا البعض، نركب القطارات تحت الأرضية (قطارات الأنفاق) وكأننا داخل صرة تضيق

علينا تحريك أذرعنا وأرجلنا . علينا الآن أن ندرك تماماً ماذا يحدث للمرء عندما يُحرم من جميع حقوقه في الإقليمية.

نحن على علم أن للمرء إدراكاً بالإقليمية، وحاجة إلى مقدار قوقعة من الإقليمية من حوله. إنها تختلف عن القوقعة الشديدة الضيق لقاطن المدينة داخل فقاعة هي أكبر من باحة وبيت في ضواحي المدينة، داخل فضاءات منفتحة على سعة ما يتمتع الريفي به.

☜ ما مقدار الفضاء الذي يحتاجه المرء؟

لا نعرف مقدار الفضاء الضروري لأي فرد من الأفراد، إلا أن المهم في دراستنا للغة الجسد هو السؤال ماذا يحدث للفرد الإنسان عندما يصبح فضاء قوقعته أو إقليميته مُهدَداً أو مُخترَقاً. كيف يستجيب، كيف يدافع عنه، أو كيف يسلم بالأمر الواقع؟

كنت، منذ مدة ليست ببعيدة، أتناول الغداء مع صديق طبيب نفساني. كنا جالسين في مطعم بهيج إلى طاولة صغيرة أنيقة. في لحظة من اللحظات أخرج علبة سجائر ليشعل منها واحدة، ثم وضع العلبة على مبعدة ثلاثة أرباع المسافة من الطاولة، إلى الأمام من صحني.

استمر في الكلام وأنا أصغي إليه، غير أني كنت منزعجاً نوعاً ما، ولم أستطع تحديد السبب. انزعجت أكثر عندما حرك أدوات الطعام التي أمامه ليسطرها على الطاولة وسيجارته، أقرب فأقرب باتجاهي. بعدها أمال جسمه فوق الطاولة محاولاً تحديد مسألة ما . كان من الصعب علي تقديرها بسبب تنامي قلقي.

أخيراً تعطف عليَّ وقال: "أنا في غاية الامتنان لك على كشفك لي عن خطوة أساسية جداً من لغة الجسد، لغة الاتصال اللا نطقي".

سألت بارتباك: "ماذا كانت؟"

"لقد قمتُ بتهديدك وتحديتك بشكل عنيف. لقد وضعتك في موقف كان لا بد لك فيه أن تفرض عليَّ إقراري بحقك، وهذا هو ما أزعجك"

مع بقائي غير مستوعب للأمر، سألت: "ولكن، كيف؟ ما الذي فعلت؟"

"لقد شرعتُ بالأمر بدفعي سجائري"شرح لي الأمر. "فقمنا بتقسيم الطاولة إلى نصفين، من خلال قواعد لا نطقية، نصفها لك ونصفها لي"

"لم أدرك أي تقسيم من هذا النوع".

"بالطبع لم تدرك. مع ذلك تبقى القاعدة قائمة. كلانا جعل لنفسه إقليمية خاصة به في ذهنه. فمن الطبيعي أننا كنا سنتقاسم الطاولة كنوع من الاستحقاق الحضاري غير المنطوق. مع ذلك فإنني قد قمت بتحريك سجائري إلى داخل منطقتك عن عمد فأخللتُ بالذوق. ودون إدراك منك بما قمتُ به، بقيت أنتَ تشعر أنك مهدد، شعرت بالقلق، وعندما تابعتُ خرقي الأول لإقليميتك بآخر أعنف عند تحريكي صحني والمعالق الفضية صوبك، ثم إقحام نفسي، أخذتَ تنزعج أكثر فأكثر، وبقيتَ لا تدرك السبب".

كان هذا أول كشفٍ لي عن ما يخص أن كل واحد منا يمتلك مناطقه الإقليمية الخاصة. فنحن نحمل هذه المناطق معنا، ونأتي بردود أفعال مختلفة الطرق لمواجهة خرق هذه المناطق. ومنذ ذلك الوقت قمت بتجريب التقنية نفسها لدخول وقطع منطقة شخص آخر حين لم يكن يدرك ما كنت أقوم به.

في أمسية ثانية، وقت العشاء، كنا أنا وزوجتي قد تقاسمنا مائدة في مطعم إيطالي برفقة أناس آخرين. وبقصد التجربة، قمت بتحريك قنينة النبيذ داخل "منطقة" صديقي. ثم واصلت تطفلي العدواني ببطء دون أن أقطع حديثي، بإعادة ترتيب أقداح النبيذ ومنديل المائدة، دافعاً بها إلى داخل نطاقه. قام بتغيير جلسته في كرسيه، تحرك جانباً، أعاد ترتيب صحنه ومنديل المائدة، وعلى نحو مفاجئ، اندفع مكرهاً في الآخر، فنقل قنينة النبيذ وأعادها إلى مكانها.

جاء رد فعله هذا كطريقة للدفاع عن منطقته، ومقابلة الأذى بالمثل.

من مثل هذه الألعاب العائلية نشأت جملة حقائق أساسية. فليس مهماً مدى اكتظاظ المنطقة التي نعيش فيها نحن البشر، لأن كل واحد منا يصون نطاقاً أو إقليمية ما من حوله – منطقة آمنة نحاول الاحتفاظ بها لأنفسنا. أما كيف ندافع عن هذه المنطقة، كيف يكون رد فعلنا تجاه اجتياحها، كيف ننتهك نحن حرمة المناطق الأخرى، فهذا ما يمكن أن يلاحظ كله ويجدول، ويمكن استخدام ذلك في العديد من الحالات على نحو بنّاء. وجميع ذلك يمثل عناصر الاتصال غير النطقي. وتعتبر حراسة الأنطقة (المناطق) واحدة من المبادئ الأساسية الأولى.

إن كيفية قيامنا بحراسة أنطقتنا، وكيفية اعتدائنا على أنطقة الآخرين، يمثلان الجزء المتمم لكيفية ارتباطنا بالناس الآخرين.

ثالثاً

كيف نتداول الفضاء

كيف تتداول الفضاء

☜ الفضاء الذي تستدعيه لنفسك:

في محيط الكووكرزيين[1]، قصة تخبرنا أن أحد الصحابيين المدينيين، رغب في زيارة مُصلى في بلدة ريفية. ومع أن المصلى كان مهجوراً إلا أنه كان مبنى جميلاً من الناحية المعمارية. قرر هذا الصحابي زيارته يوم صلاة الأحد، رغم إعلامه أن عدد الكووكرز (الهزازين) الذين يحضرون اللقاء الديني هناك لا يتجاوز الشخصين.

دخل يوم الأحد إلى المبنى فوجد قاعة المصلى فارغة تماماً، وشمس الصباح تنفث أشعتها عبر اثني عشر شباك دائري عتيقة، وصفوف من المصاطب الصامتة الفارغة.

انسل إلى أحد المقاعد ليجلس هناك، تاركاً الصمت الهادئ يملأ جوانحه، ثم سمع فجأة سعالاً هيناً، وما أن رفع بصره إلى الأعلى حتى رأى أحد الصحابيين الهزازين الملتحين واقفاً قرب مصطبته. كان الرجل

(١) طائفة من الصحابيين المدعوين بالهزازين، وهي جماعة تؤكد على بساطة الملبس وعلى السلام..

عجوزاً، ممن قد يكون خرج لتوه من صحائف التاريخ. ابتسم له، لكن الرجل العجوز تجهم وسعل من جديد، ثم قال: "أرجو المعذرة إن كنتُ أضايقك، إنك تجلس في مكاني".

رغم خلو المصلى، فإن إصرار العجوز الغريب على فضائه الخاص به لأمر ممتع، لكنه واقعي جداً قياساً بالحياة. من الثابت أنك ستقوم، بعد حضور يستمر مدة من الزمن، إلى أية كنيسة كانت، بتحديد مكان خاص بك فيها.

يكون للأب في بيته كرسي خاص به، وعندما يسمح لزائر ما بالجلوس عليه، فإنه يفعل ذلك على مضض منه في الغالب. وللأم مطبخها الخاص بها، وهي لا ترغب نهائياً أن تتولى أمها عند زيارتها لها، شؤون مطبخها "هي".

للرجال مقاعدهم المفضلة في القطار، مصاطبهم المفضلة في المتنزه، كراسيهم المفضلة في المؤتمرات، وهكذا دواليك. كل هذا يمثل الحاجة إلى الإقليمية، حاجة إلى مكان يستقل به الشخص. قد تكون حاجة فطرية وعامة، مع أنها تتشكل بأشكال متنوعة من خلال المجتمع والثقافة. قد يكون هناك مكتباً واحداً يكفي الشخص العامل عليه، وقد يكون صغيراً جداً، ليس يتناسب وحجم الغرفة الفعلي، إنما يتناسب وموقع طاولة المكتب والكرسي من الغرفة. فإذا كان العامل عليه قادراً على الميل إلى الوراء دون مساس بالجدار أو بخزان الكتب، سيبدو الحيز كبيراً بما فيه الكفاية على الأغلب. أما إذا كانت طاولة المكتب هذه موضوعة في غرفة أكبر، لكن العمل على المكتب يمس الجدار عند ميل الشخص إلى الوراء، سيبدو المكتب بنظره ضيقاً.

العلم المسمى التفاصل المكاني (بروكسي ميكس)[1]:

افتتن الدكتور إدوارد تي. هول، الأستاذ في علم الإنسان في جامعة الشمال الغربي، ولفترة طويلة، بردود أفعال المرء تجاه الفضاء المحيط به، وبكيفية انتفاعه من هذا الفضاء، وكيف أنه يوصل حقائق وإشارات معينة للأشخاص الآخرين من خلال استخدامه للمكان. قام الدكتور هول أثناء دراسته لفضاء المرء الشخصي بنحت كلمة بروكسي ميكس/التفاصل المكاني لكي يصف من خلالها نظرياته وملاحظاته حول أنطقة الأمكنة وكيفية استخدامنا لها.

يعتقد الدكتور هول أن لاستخدام المرء للفضاء تأثير على قدرته في اتصاله (إقامة علاقة) بالآخرين، ولإدراك كونهم كائنات إما قريبة أو بعيدة عنه. وعلى حد ما يقول فإن كل امرئ له احتياجات إقليمية خاصة به. حلل الدكتور هول هذه الاحتياجات في محاولة لتقييس علم التفاصل المكاني فتوصل إلى أربعة أنطقة متمايزة يتعامل الناس جميعاً بها. وقد فهرس هذه الأنطقة إلى: (١) المسافة الحميمة، (٢) المسافة الشخصية، (٣) المسافة الاجتماعية، (٤) المسافة العامة (العلنية).

على حد تخميناتنا تمثل هذه الأنطقة ببساطة مناطق متباينة نتحرك داخلها، كلما اتسعت (بالنسبة لنا) تناقصت فيها الحميمية. يمكن للمسافة الحميمة أن تكون إما "قرباً"، أي اتصالاً فعلياً، أو "بُعداً" بمسافة ما بين ستة إلى ثمانية عشر بوصة. حالة "القرب" تستخدم المسافة

---

(١) Proxemics علم يدرس طبيعة ودرجة وتأثير التفاصل المكاني الذي يحافظ الأفراد عليه (في العلاقات الاجتماعية وبين الأفراد) بشكل طبيعي، وارتباط ذلك بالبيئة وعوامل الثقافة..

الحميمة لإقامة علاقة حب، صداقة متينة جداً، تشبث الأطفال بالوالدين أو أحدهم بالآخر.

عندما تكون في مسافة قرب حميم، تكون فيها مدركاً لشريكك على نحو غامر. لهذا فإن حدوث اتصال كهذا بين رجلين قد يؤدي إلى إرباك أو قلق. إنها حال أكثر طبيعية ما بين رجل وامرأة حسب اصطلاح الحميمية. عندما لا يكون رجل وامرأة في حال من الاصطلاح الحميمي يمكن للوضع القرب الحميم أن يكون مربكاً.

يشكل القرب الحميم في ثقافتنا حالة مقبولة بين امرأتين، في حين علاقة كهذه بين رجلين نراها مقبولة في الثقافة العربية، إذ غالباً ما يتمشى الرجال ممسكين يداً بيد أكان في البلدان العربية أم في بلدان البحر الأبيض المتوسط.

إن حال "بُعد"المسافة الحميمية" يظل قريباً بما فيه الكفاية ليسمح بتشابك الأيدي، غير أنه لا يعتبر مسافة مقبولة عند ذكرين أمريكيين بالغين. وعندما يكون المصعد أو قطار الأنفاق في حال من الازدحام فإنهما (الأمريكيان) سيقومان تلقائياً بمراقبة/مراعاة قواعد صارمة في ما يخص السلوك. وعلى هذا النحو أيضا يقيمون اتصالهم بجيرانهم.

إنهم سيقيدون أنفسهم، قدر المستطاع، على نحو ثابت، محاولين عدم المساس بأي جزء من أجزاء جيرانهم، وإن حصل أن مسوهم فإنهم إما ينسحبون بعيداً أو يوترون عضلاتهم عند منطقة التماس. هذا الفعل يفصح عن: "أستميحك العذر عن تطفلي على حيزك (نطاقك)، لكن الوضع هو الذي يجبرني على ذلك. من الطبيعي أنني أحترم خصوصيتك دون السماح بنشوء حميمية جراء ذلك".

من ناحية أخرى، فإنهما في حال كانا مسترخين في حالات كهذه، تاركين أجسادهم تتحرك بيسر ناحية أجساد جيرانهم، مبتهجين بالاتصال الفعلي، ليدب الدفء إلى الجسد، فإنهم يقترفون بذلك أسوأ حماقة (عيب) اجتماعي ممكن.

غالباً ما كنت أشاهد في عربات قطار الأنفاق المزدحمة امرأة تستدير بشكل هجومي ناحية رجل براءته بادية، لتزعق: "لا تفعل ذلك!"، لأن الرجل يكون قد نسي القواعد بكل بساطة، فانتابه الاسترخاء تجاهها. يكون الزعيق أسوأ في حال انتاب الاسترخاء رجلاً تجاه رجل.

كذلك ليس لنا بالتحديق ونحن داخل العربات أو المصاعد المزدحمة. هناك فترة زمنية محددة يمكن خلالها إلقاء نظرة، بعدها علينا إبعاد نظرنا بسرعة. إن الذكر الذي يتجاوز الفترة الزمنية المقررة دون مبالاة فإنه يغامر بالحصول على كل أنواع العواقب الوخيمة. كنت منذ مدة غير بعيدة العهد أستقل مصعداً هابطاً وذلك في أحد مباني المكاتب الكبيرة ومعي رجل آخر. عند الطابق الرابع عشر دخلت علينا فتاة شابة فاتنة فنظر صاحبي إليها بنظرة انعدم فيها الحضور والمبالاة، لكنها كانت نظرة مركزة عليها. أخذت الفتاة تحمر شيئاً فشيئاً، عندما توقف المصعد عند صالة الانتظار، استدارت إليه وصرّت على أسنانها قائلة: "ألم يسبق لك أن رأيت فتاة من قبل، أنت ...، أيها الرجل العجوز القذر!"

استدار صاحبي ذو الثلاثين عاماً نحوي منذهلاً، بعد أن كانت هي قد انطلقت من المصعد باندفاع ليسألني: "ما الذي فعلته؟ أخبرني، ماذا فعلت بحق الجحيم؟"

ما قام به كان كسر القاعدة الأساس في الاتصال غير النطقي. "لك أن تنظر، ولكن دع عينيك تنزاحان بعيداً في حال كنت عل اتصال داخل البعد الحميمي مع شخص غريب".

النطاق الثاني في مخطط الدكتور هول هو ما يسمى بنطاق المسافة الشخصية. هنا يقوم أيضاً بالتمييز بين منطقتين، مسافة القرب الشخصي ومسافة البعد الشخصي. يتحدد القرب بمسافة قدم ونصف إلى قدمين. في هذه المسافة ما يزال بوسعك أن تمسك أو تشبك يدك بيد زميلك.

لاحظ هول، من ناحية المغزى، أن بوسع الزوجة البقاء داخل نطاق مسافة القرب الشخصي العائدة لزوجها، في حين إذا دخلت امرأة أخرى هذا النطاق فيمكن افتراض أنها خططت لذلك. مع ذلك، تشكل هذه المسافة مسافة مريحة بشكل واضح في حفلات السهر (حفلات الكوكتيل). إذ يُسمح هنا بدرجة من الحميمية قد تصنف النطاق الحميمي بأكثر مما هو نطاق شخصي. ولما كانت هذه مجرد محاولات، قام بها الدكتور هول لتقييس ما يسمى علم الأطفال، فقد تكون هناك جملة من التوضيحات قبل أن يستكمل التفاصل المكاني (علم البروكسي ميكس) تثبيت أرضيته.

يحدد الدكتور هول بعد المسافة الشخصية بقدمين ونصف إلى أربعة أقدام، ويدعوها بحدود السيطرة الجسمانية، حيث لا يمكنك عندها أن تمس صاحبك على نحو مريح، لهذا فإنها تمنح نوعاً من الانعزال (الخصوصية) عند أي لقاء. مع ذلك، فإنها مسافة على درجة من القرب بحيث يمكن خلالها إجراء بعض أشكال النقاش الشخصي. عندما يلتقي شخصان في الشارع عادة ما يقفان عند هذه المسافة الفاصلة بينهما

ليتحدثا (يثرثرا). أما في الحفلات فقد يميلا إلى تقريب المسافة درجة قرب المسافة الشخصية.

عبر هذه المسافة يتم نقل رسائل متنوعة تتراوح من: "سأبقيك على مسافة ذراع مني" إلى: "لقد جعلتك الوحيد لتكون أكثر قرباً إليّ من الضيوف الآخرين".

يعتبر التحرك إلى الأعمق (إلى أقرب)، أثناء كونك في علاقة بُعد شخصي مع شخص لك به سابق معرفة، حثاً أو مفاضلة شخصية منك في حال اعتمد الأمر على التراتب الجنسي. وتكون أنت من يقرر مسافتك. ولكي يأخذ هذا القرار معناه لا بد من اتخاذه.

☜ الفضاء الاجتماعي والفضاء العام:

في المسافة الاجتماعية توجد أيضاً درجة قُرب ودرجة بُعد. تتألف درجة القرب من أربعة إلى سبعة أقدام، وهي على العموم المسافة التي تقوم بها بأعمال غير شخصية. إنها المسافة التي نتخذها عندما نقابل زبوناً (مراجعاً) من خارج المدينة أثناء العمل، أو مديراً فنياً، أو مدير مكتب. وهي المسافة التي تحافظ عليها الزوجة (مديرة المنزل) لتفصل بينها وبين القائم بأعمال الإصلاحات (الترميمات)، أو البائع، أو الصبي الذي يجلب المشتريات. إنك تلتزم هذه المسافة في المناسبات الخاصة بالتجمعات الاجتماعية، ويمكن لها أن تكون نفس المسافة عند الاشتغال بالأعمال اليدوية.

المدير بالذات يستفيد من هذه المسافة كي يسيطر من خلالها على المستخدم الجالس (السكرتير، أو موظف الاستعلامات..) إذ يحاول أن

يبدو للمستخدمين أنه على علو، ليحرز بذلك الرفعة والقوة. وهو ما يوطد، في الواقع، حالة: "إنك تعمل لي" دون الحاجة إلى قولها أبداً.

درجة البعد في المسافة الاجتماعية هي من سبعة إلى اثني عشر قدم، وهو مخصص لمزيد من الرسميات الاجتماعية، أو علاقات العمل. سينال "المدير الكبير" على طاولة كبيرة بما فيه الكفاية ما يمنحه مسافة البعد عن مستخدميه. بوسعه أيضاً أن يبقى في إطار هذه المسافة كي ينظر إلى المستخدم من علوٍ، دون أن يفقد مركزه. كما أن الشخص الداخل عليه سيكون ظاهراً أمام نظره.

بالعودة إلى العيون، ضمن هذه المسافة، لا يكون من المناسب إلقاء نظرة عابرة ثم تبعد نظرك، فالصلة الوحيدة لديك هنا هي صلة بصرية، لذا قد أملت التقاليد إبقاء النظر في عيون الطرف الآخر أثناء الحديث. إن عدم النجاح في مواصلة النظر إلى عيني الآخر يعني، تبعاً للدكتور هول، إقصاءك الطرف الآخر من المحادثة.

لا شك في أن هذه المسافة تسمح بنوع من حماية للنفس، حيث بوسعك العمل ضمن هذه المسافة دون أن تعتبر فظاً، كما يمكنك فيها التوقف عن العمل والتحدث في الدوائر (المكاتب) هناك ضرورة للمحافظة على مسافة بُعد اجتماعي بين المستقبِلة (موظفة الاستعلامات) والزائر (المراجع)، بحيث يمكنها الاستمرار في العمل دون أن يكون لها معه حديث ثرثار، فمسافة أقرب من ذلك تجعل تصرفاً كهذا أمراً فظاً.

يتخذ الزوج والزوجة في البيت عند المساء بعداً اجتماعياً من أجل الاسترخاء. بوسعهما التحدث إلى بعضهما البعض لو كانت لديهم رغبة في ذلك، أو القراءة بدل الحديث. عندما يعيش أفراد عائلة كبيرة سوية، فإن الجو اللا شخصي لهذه الدرجة من المسافة الاجتماعية تصبح شيئاً

إلزامياً في الغالب، غير أن العائلة تكون في العادة مستعدة (لديها ترتيباتها الخاصة) لهذا التفاصل المؤدب، كما أن عليهم اللجوء سوية إلى مسافة أقرب كي ينالوا أمسية أكثر حميمية.

أخيراً يذكر الدكتور هول بأن المسافة العامة تشكل أكبر امتداد لعبوديتنا الإقليمية. هنا توجد أيضا درجة القرب ودرجة البعد. إن هذا التقسيم بين البعد والقرب يجعلنا نعجب لماذا ليست ثمانية مسافات بدل الأربعة. لكن المسافات هذه يتم بلوغها، من الناحية الفعلية، من خلال التفاعل الإنساني وليس حسب المقاسات.

تتحدد درجة بُعد المسافة العامة باثني عشر إلى خمسة وعشرين قدماً، وهي المسافة المتناسبة مع التجمعات غير الرسمية مثل، خطاب المعلم في صف مليء بالطلبة، أو حديث المدير في ندوة للعاملين. بالنسبة للسياسيين فإن درجة بُعد المسافة العامة تقتصر على خمسة وعشرين قدماً أو أكثر، حيث تشكل هذه المسافة الأمان والضمان أيضاً، كما هو الحال عليه مع الحيوانات. هناك حيوانات تسمح لك أن تصل مجال هذه المسافة فقط، قبل أن تولي الأدبار.

دائماً ما تكون هناك خطورة من سوء تفسير المعنى الحقيقي للمسافة والإقليمية في ما يخص موضوع النوع الحيواني وعلاقته بالمسافة. والمثال النموذجي على ذلك هو الأسد ومروضه، فالأسد يتراجع أمام الإنسان المروض عندما يقترب الإنسان منه كثيراً داخل منطقة "الخطر". وعندما لا يستطيع الأسد التراجع أكثر من ذلك في حال استمرار الإنسان بتقدمه سيستدير الأسد ويقترب ناحية الإنسان.

يستفيد مروض الأسود من هذا الأمر فيتحرك باتجاه الأسد عندما يكون في قفصه، وعند تقدم المروض يتراجع الحيوان إلى خلفية القفص

كما يتراجع عندما يكون في الطبيعة. وعندما يصبح من العسير على الأسد التراجع أكثر فإنه يستدير متقدماً ناحية المدرب وهو يزمجر كما يفعل ذلك في الطبيعة أيضاً. إنه يتقدم بثبات واستقامة، ولكي يستفيد المدرب من هذه الخاصية فإنه يضع بينه وبين الأسد منصة ليرتقيها الأسد المتوجه إلى المدرب مباشرة محاولاً الوصول إلى المدرب. في هذه اللحظة يتحرك المدرب بسرعة إلى الوراء ليبتعد عن النطاق الخطر للأسد، عندها يتوقف الأسد عن تقدمه.

يترجم الجمهور المراقب كل من البندقية والسوط اللذين بيد المدرب، وكذلك الكرسي، إلى تعابير خاصة باحتياجات الداخلية وبخياله هو. هكذا نشعر بأن المدرب يكبح خطورة الوحش دفاعاً عن نفسه. هذا هو ما يمثل الاتصال غير المنطوق لمجمل الحالة، وهو ما يحاول المدرب قوله لنا عبر لغة الجسد، لكن لغة الجسد هنا كاذبة.

إن الحوار الدائر بين الأسد والمدرب بشكله الفعلي هو كالآتي:

الأسد: اخرج من حيزي وإلا هجمت عليك.

المدرب: أنا خارج حيزك.

الأسد: حسناً، سأتوقف عند هذا الحد (هنا) إذن.

ما ليس مهما هو أين تكون حدود الـ "هنا". فالمدرب قد عالج الأمر بحيث يكون الـ "هنا" قمة منصة الأسد.

بهذه الطريقة يتضمن حيز البعد الاجتماعي لدى السياسيين أو الممثلين فوق خشبة المسرح، عدداً من تعابير لغة الجسد المستخدمة لغرض التأثير على المتفرجين دون الحاجة إلى الكلام الفعلي.

من الصعب بمكان قول الحقيقة أو الدوران حولها هنا وهناك ضمن هذا البعد الاجتماعي، ذلك لأنه من السهولة بمكان الاعتماد على حركات

الجسد ضمن مسافة البعد العام. لقد أدرك الممثلون ذلك على نحو جيد، وانتفعوا من مسافة (بُعد) خشبة المسرح عن المتفرجين على مدى قرون، ليبتكروا جملة من الخدع (الإيهامات).

عند هذه المسافة لا بد لحركات الممثل أن تكون مؤسلبة ومؤثرة وعلى درجة من الرمزية أكبر مما هي عليه عند المسافة العامة والاجتماعية أو الحميمية الأكثر قرباً منها.

في التلفاز كما في السينما (في الصور المتحركة)، تستدعي اللقطة البعيدة واللقطة القريبة نمطاً آخر من لغة الجسد. فحركات الجفون أو الحاجبين أو ارتعاشة الشفاه في اللقطة القريبة يمكنها نقل الكثير من الرسائل بنفس القدر الذي تقوم به الحركات المكشوفة للذراع أو حركة مجمل الجسم في اللقطة البعيدة (الكبيرة).

إن الحركة المكشوفة [العائدة للقطة الكبيرة] عادة ما تضيع في اللقطة القريبة (الصغيرة)، هذا هو ما يشكل أحد أسباب حصول قلق لدى ممثلي الأعمال التلفزيونية والسينمائية أولئك المتكيفين منهم مع خشبة المسرح.

تستدعي خشبة المسرح عادات متكلفة، صارمة في العادة، من أجل بلوغ الأداء المسرحي، وذلك بسبب المسافة القائمة بين الممثلين والمتفرجين. واليوم نجد انصياعاً كبيراً للثورة القائمة على مجمل هذه التقنيات (المسرحية)، لذلك تحاول عناصر (آليات) مسرحية إلغاء المسافة بين الممثل وخشبة المسرح.

يتحرك الممثلون (اليوم) نزولاً إلى الجمهور، أو يقومون بدعوة الجمهور للصعود ومشاركتهم خشبة المسرح. تحت ظروف كهذه لا بد أن تبنى الدراما بدرجة درامية أدنى، ذلك لأنك لا تستطيع أن تضمن إن كان الجمهور سيستجيب بالشكل الذي تريده. وعليه تفقد التمثيلية

(المسرحية) الكثير من شكلها. وما عدا الفكرة الرئيسية فإنها تكون من دون حبكة في العادة.

في ظروف كهذه، تصبح لغة الجسد لدى الممثل عربة صعبة الركوب. إذ على الممثل التخلص من العديد من الحركات (الإيماءات الرمزية) التي اعتادها، ذلك لأنها لم تعد تعمل ضمن هذه المسافات القصيرة. إن الممثل هنا غير قادر على الاعتماد على لغة الجسد الطبيعية، لأن مدى "معايشته" دوره ما عاد بالشيء المهم في ما يخص المشاعر التي يود تقديمها (أداءها). لذا لا بد له من تطوير مجموعة جديدة من الرموز، وأسلبة حركة الجسم بحيث تؤدي هي الأخرى إلى خداع (إيهام) الجمهور.

أكان لهذه "اللقطة القريبة"، الموهمة بشكل أو بآخر، تأثيراً أكبر من خداع (إيهام) اللقطة البعيدة لإطار فتحة خشبة المسرح أم لم يكن، تظل مسألة فيها نظر. لقد تم صقل الحركات (الإيماءات) الخاصة بإطار خشبة المسرح، أو بخشبة المسرح التقليدية على مدى سنين من الممارسة. يشتمل مسرح الكابوكي الياباني، على سبيل المثال، على حركات رمزية مصقولة خاصة به. إنها ذات تثقيف شرقي، حتى أن أكثر من نصفها قد لا يكون معروفاً لدى المتفرج الغربي.

☜ كيف تقوم ثقافات مختلفة بتداول الفضاء؟

مهما يكن، هناك لغة جسد يمكنها تجاوز (عبور) الخطوط الثقافية. لقد كان متشرد شارلي شابلن الصغير، في أدواره السينمائية الصامتة، عالمياً في حركاته، إلى حد أنه حمل جميع الثقافات تقريباً على الضحك، بما في ذلك الثقافات الإفريقية غير المشوبة بالتكنولوجيا. مع ذلك ما

زالت الثقافة هي العامل الدال في كل لغة جسد، ويصح هذا على أنطقة (مجالات) الجسد بشكل خاص. وقد ناقش الدكتور (هول) مضامين التقاطع الثقافي لتفاصله المكاني، فالحشد العام في اليابان مثلاً، يمثل علامة حميمية (ذات ألفة) دافئة وبهيجة. يعتقد هول أن الياباني يفضل، في حالات معينة، هذا التجمع الحاشد.

يلاحظ دونالد كين، الذي كتب "اليابان الحية" أنه لا يوجد في اللغة اليابانية مفهوم خاص بالخصوصية (الانعزالية). مع ذلك لا يعني هذا عدم وجود مفهوم للخصوصية عند اليابانيين. الخصوصية موجودة عند الياباني في اصطلاحات بيته، فهو يعتبر هذه المسافة ملكاً خاصاً به، وهو يمتعض عند اقتحامها. وإذا كان يجتمع مع أناس آخرين فهذا لا يلغي حاجته إلى فضائه الحياتي.

وفي هذا الخصوص يرى الدكتور هول ذلك بأنه انعكاس لمفهوم الياباني عن الفضاء. كما يعتقد أن الغربيين يرون في الفضاء مجرد مسافة بين الأشياء. فبالنسبة لنا يمثل الفضاء فراغاً. الياباني يرى في شكل وترتيب الفضاء ما يبدو أن له معنى ملموساً (مادياً). هذا الأمر لا يظهر في ترتيبهم للزهور والفن فقط، بل يظهر في حدائقهم أيضاً، حيث تمتزج وحدات الفضاء على نحو منسجم (هارموني)، لتصوغ كُلاً متكاملاً.

كما اليابانيون كذلك العرب، يميلون إلى التعلق أحدهم بالآخر عن قرب، ومع أنهم يحتشدون معاً في هذا العالم بثبات، تراهم يملكون الكثير من الفضاء في بيوتهم الخاصة، في الأحوال الخاصة بهم. إن البيوت العربية كبيرة قدر الممكن، لكنها فارغة، حيث يتحلق الناس فيها حول بعضهم البعض في مكان واحد صغير. عادة ما تلغى عندهم الحواجز بين

الغرف، ذلك لأنهم رغم توق العرب إلى الفضاء، فإنهم لا يودون أن يكونوا وحيدين، لهذا تراهم، حتى وهم في بيوتهم الرحبة، يتراكمون حشداً.

إن الفارق بين التحشد العربي والتقارب الياباني مسألة ذات عمق، فالعربي رغب في مس صاحبه، الإحساس به وشمّه. إنه يعتبر رفض أنفاس الصديق أمراً معيباً.

اليابانيون يحافظون، في تقاربهم، على الرسميات، وعلى نوع من العزلة (البعد). إنهم يوفقون بين التلامس وبين المحافظة على الحدود الصارمة في وقت واحد. أما العرب فيدفعون بهذه الحدود جانباً.

إضافة إلى التقارب في العالم العربي، يوجد لديهم اندفاع وجرأة يراها الأمريكيون أمراً منفراً. بالنسبة للأمريكي ثمة حدود في الأمكنة العامة، فعندما ينتظر في طابور يعتقد أنه غير منتهك المكان. أما العربي فإنه لا يمتلك مفهوماً للخصوصية (العزلة) في الأمكنة العامة، فإذا قيض له أن يشق طريقاً له داخل طابور (يقتحم الطابور)، يشعر تماماً أن فعله هذا يقع ضمن حقوقه.

مثلما يفتقر الياباني إلى كلمة خاصة بالخصوصية تدل على موقف معين تجاه الأشخاص الآخرين، يفتقر العربي إلى كلمة اغتصاب يستدل بها إلى موقف محدد تجاه الآخر. يعتبر الأمريكي الجسد شيئاً مقدساً. العربي الذي لا يرى في الاندفاع والتدافع، بل حتى في الاعتداء الجسدي على المرأة جهاراً، أمراً ذا قيمة، يمثل الاعتداء على الجسد مسألة صغيرة بالنسبة له. ومهما يكن، فإن الاعتداء على ذات عن طريق الإهانة يشكل مسألة كبيرة جداً.

يشير هول إلى أن العربي يحتاج أحياناً أن يكون وحيداً، ولا يكون مهماً لديه مدى القرب الذي يود أن يكون صاحبه عليه، فلكي يكون لوحده

(ينعزل عن الآخرين) فإنه يقطع حبل الاتصال بكل بساطة. إنه ينصرف عن صاحبه، وهذا الانصراف يكون قيد احترام من لدن أصحابه. انصرافه عنهم يترجم بلغة الجسد على أنه "أحتاج إلى خلوة (إلى خصوصية) حتى وأنا بينكم، متماساً معكم. لا بد لي من الانسحاب إلى قوقعتي".

إذا كان للأمريكي أن يقوم بالشيء نفسه (بمثل هذا النوع من الانسحاب) فقد يميل للاعتقاد بأن ذلك يشكل إهانة لنفسه. قد يبدأ بترجمة انسحاب كهذا، بلغة جسده، على أنه "علاج صامت"، ثم يترجمه لاحقاً على أنه إهانة.

عندما يتكلم عربيان مع بعضهما البعض فإنهما يحدقان ببعضهما البعض على نحو حاد. ويندر أن تظهر الحدة نفسها بين رجلين من ثقافتنا الأمريكية. إن حدة كهذه قد تترجم إلى نوع من التحدي لذكورة الفرد. إن القول: "لم تعجبني الطريقة التي كان ينظر بها إليّ، لقد بدا وكأنه يريد شيئاً شخصياً، نوع من الحميمية الزائدة"، إنما يمثل استجابة نموذجية لدى الأمريكي قياساً بنظرة العربي.

☜ أسلوب تعامل العالم الغربي مع الفضاء:

تم لحد الآن الأخذ بنظر الاعتبار لغة الجسد بمصطلحات الاختلاف بين أمكنة ذات ثقافات متباينة تبايناً واسعاً، من الشرق والشرق الأدنى كونها تقابل الغرب. مع ذلك، هناك فوارق بين الأقوام الغربية نفسها وهي واضحة أيضاً. مثال ذلك، هناك تباين واضح بين أسلوب الألماني في تناوله فضاء حياته، وبين الأسلوب الذي يتناوله به الأمريكي. فالأمريكي

يحمل معه فقاعة خصوصيته (انعزاله) المتكونة من مسافة قدمين يحيط بها نفسه، فإذا ما تحدث إليه صديق في أمور حميمية فإنهما سيقتربان من بعضهما مسافة تكفي لتداخل فضاء فقاعتيهما. أما بالنسبة للألماني فإن ما يشكل فقاعة خصوصيته (انعزاله) قد يكون مجمل غرفة من غرف بيته، وإذا انهمك شخص آخر في حديث حميمي داخل تلك الغرفة، دون إشراكه بالحديث، سيشعر بأنه مهان.

يخمن هول أن ذلك ناتج - على عكس ما نجده عند العربي - من أن الأنا الألماني "مكشوفة بشكل غير اعتيادي"، لذلك تراه يذهب إلى أبعد مدى في سبيل الحفاظ على مجاله الخاص به (خصوصيته). حدث في الحرب العالمية الثانية أن تم وضع كل أربعة جنود من الأسرى الألمان في خيمة واحدة داخل معسكر واحد، ولاحظ هول أنه ما أن كانت تتاح لهم فرصة حتى تراهم ينتشرون ليجلسوا بين فواصل خيمهم ليحصلوا على فضائهم الخاص بهم (انعزاليتهم). حول السجناء الألمان وحدات الإقامة الخاصة بهم داخل الحصن.

قد يكون "الأنا المكشوف" لدى الألماني هو المؤول أيضاً عن تصلب قوامهم، وافتقارهم العام إلى حركة تلقائية للجسم. يمكن لمثل تصلب كهذا أن يحمل طابعاً دفاعياً، أو قناعاً يمنع الكشف عن الكثير والكثير من الحقائق من خلال حركات غير منظورة.

يهدف تصميم البيوت في ألمانيا إلى وجود أقصى حد من الخصوصية. باحات مسيّجة بشكل جيد، أستار على الشرفات، إبقاء الأبواب مغلقة بثبات. إذا أراد العربي أن ينعزل فإنه ينسحب إلى ذاته، أما إذا أراد الألماني الانعزال (الخصوصية) فإنه يتوارى وراء أبواب مغلقة. هذه

الرغبة مطبوعة عند الألماني لكون نطاقه الشخصي محدد، لا أحد يتطفل فيه عليه وهذا موسوم في سلوكه عند وقوفه في صف أو طابور.

منذ مدة، وأنا أنتظر دوري في طابور، في حي الألمان الأمريكان، للحصول على تذكرة، استمعت إلى محادثة حولي تدور بين ألمان أثناء ما كان الطابور يتقدم إلى الأمام بانتظام محكم.

عندما أصبحت على بعد بضعة أدوار من شباك بائع التذاكر، جاء فجأة شابان، علمت لاحقاً أنهما كانا بولنديين، وتقدما إلى بداية الصف لشراء التذاكر مباشرة.

انطلق من حولنا هذا الاحتجاج: "يا هذا! (هَيِّ!) نحن واقفون في صف. لماذا لا تقفان أنتما أيضاً؟"

"هذا صحيح. عودا إلى الصف."

أحد البولنديين عاط، وهو يشق طريقه إلى شباك التذاكر عنوة: "إلى الجحيم به! هذا بلد حر. لا أحد يطلب منك الانتظار في صف."

الآخر قال بغضب: "إنك تصطف كما الخروف. وهذا هو عيبك، يا كروتس."

قام اثنان من رجال الحرس بالسيطرة على الشغب القريب مني فدنوت من مخربي الصف وهما في الردهة.

"ماذا كنتما تحاولان فعله هنا؟ أتقوما بأعمال شغب؟"

صرّ أحدهما على أسنانه: "كنت أريد أن أجعل مشاعرهم تهتز، لا غير. لماذا يشكلون صفاً؟ إنه لمن الأسهل عليك التطاحن هنا وهناك. "اكتشافي أنهما بولنديان ساعدني على فهم موقفهما، فعلى خلاف الألمان، الذين يريدون معرفة أين يقفون بالضبط كي يشعروا أنهم بخضوعهم لنظام قواعد معينة من التصرف فقط، سوف يضمنوا سلوكاً متحضراً،

بينما يرى البولنديون أن السلوك المتحضر هو الاستهزاء بالسلطة والانتظام.

في الوقت الذي يختلف الإنكليزي عن الألماني في معالجته للفضاء - فإنه يمتلك إحساساً قليلاً بالخصوصية (الانعزال) في ما يخص غرفته الخاصة به - وهو يختلف عن الأمريكي أيضاً، فعندما يرغب الأمريكي بالانسحاب فإنه يغادر بيسر ليكون لوحده. ربما كان افتقار الإنكليزي إلى فضاء خاص به، وبسبب نشأته في حضانة إنكليزية، فإنك ترى الإنكليزي الذي يرغب أن يكون لوحده، ينسحب إلى ذاته كما يفعل العربي.

لغة الجسد الإنكليزية القائلة: "إنني أبحث عن قليل من الخصوصية المؤقتة. "تترجم عند الأمريكي، في الغالب، إلى: "إنني غاضب منك، سأعاملك بعدم إعطائي لك أذناً صاغية (سأصمت)"، ينال النظام الاجتماعي الإنكليزي خصوصيته من خلال علاقات مبنية بعناية. إنك تتحدث في أمريكا إلى جارك بسبب القرب القائم بينكما، أما في إنكلترا فكونك جار لأحدهم، لا يعني ضمان مؤكد لمعرفتك إياه والتحدث إليه.

هناك قصة تدور حول خريج جامعي أمريكي التقى امرأة إنكليزية على ظهر باخرة متجهة إلى أوروبا. قامت هي بإغرائه فكانت بينهما علاقة غرامية عاصفة.

بعد مرور شهر على ذلك، حضر حفلة عشاء رسمية كبيرة في لندن. هناك رأى بين الضيوف السيدة (س)، سرّه ذلك كثيراً واقترب منها قائلاً: "مرحباً! كيف كانت الأحوال معك؟"

نظرت السيدة (س) إلى ما تحت أنفها الأرستقراطي وتشدقت بعبارة: "لا أظن أنه سبق لنا أن تعارفنا."

ولكن... تمتم الرجل الشاب الحائر وأضاف: "أحقاً لا تعرفينني؟" ثم لملم شجاعته ليضيف: "الشهر الماضي، أثناء رحلتنا عبر المحيط، نمنا سوية."

"وماذا يجعلك تعتقد بقيام تعارف (بيننا)؟" تساءلت السيدة (س) ببرود جليدي.

العلاقات في إنكلترا لا تقام تبعاً للتقارب الجسماني (الجسدي)، بل تبعاً للموقف الاجتماعي. أنت لست صديقاً لجارك بالضرورة ما لم تكن خلفيتكما الاجتماعية متساوية (على قدم وساق). هذه حقيقة ثقافية مبنية على الإرث الإنكليزي، وهي أيضاً نتيجة ظروف الازدحام في إنكلترا. ومثلما الإنكليز محتشدون في زحام كذلك هم الفرنسيون، إلا أن للفرنسيين إرثهم الثقافي المختلف، الذي أعطى نتيجة ثقافية مختلفة. فإذا كان الاحتشاد قد استدعى لدى الإنكليز تطوير تقدير جامح للخصوصية، فإنه استدعى لدى الفرنسيين استغراق (انهماك) بعضهم بالبعض الآخر.

عندما يتحدث الفرنسي فإنه يواجهك بعينيه، إنه ينظر إليك بشكل مباشر. في شوارع باريس يمكنك إلقاء نظرة متفحصة على النساء عن كثب. بعضاً من النساء الأمريكيات العائدات من باريس، نجدهن في الواقع، يشعرن على نحو مفاجئ، أنهن أصبحن غير مقدرات حق قدرهن (غير معجب بهن) كما كان الأمر معهن في باريس: "إنني أحبك. ربما لن أتعرف عليك أبداً، وقد لا أتحدث إليك أبداً، غير أنني معجب بك."

ليس من رجل أمريكي ينظر إلى المرأة بنظرة كهذه. فبدل الإعجاب قد يترجم هذا الأمر إلى أنه فضاضة من لدن الأمريكي.

إن الاحتشاد في فرنسا هو المسؤول جزئياً عن استغراق (إحاطة) الفرنسيين أحدهم بالآخر، كما أنه مسؤول أيضاً عن اهتمامهم بالفضاء.

تعالج المتنزهات في فرنسا بشكل مغاير عن معالجة المتنزهات في أمريكا. الفرنسيون يوقرون فسحهم المفتوحة، بل يبجلون المدن لجمال معمارها.

نحن (الأمريكيون) نقوم برد فعل ذو أسلوب مختلف تجاه الفضاء. في نيويورك نجد أنفسنا داخل مدينة شديدة الزحام، لذلك قمنا بتطوير احتياجات فردية للخصوصية. عادة ما يعرف النيويوركي" بموقفه غير الودي". مع ذلك فإن هذا الموقف غير الودي يأتي بعيداً عن احترام خصوصية جيراننا. إننا لا نتطفل (لا نقحم أنفسنا) على تلك الخصوصية، وعلى هذا الأساس يتجاهل أحدنا الآخر في المصاعد، في قطارات الأنفاق، وفي الشوارع المزدحمة.

إننا نتقدم في سيرنا داخل عوالمنا الصغيرة الخاصة بنا. وعندما تتدافع هذه العوالم على نحو متواصل، ندخل حالة من الإغماء من أجل تفادي أي تفسير خاطئ لدوافعنا.

بلغة الجسد، نحن نصرخ: "أنا مضطر لمضايقتك (إزعاجك) باحتكاكي بك، لكن قسوتي تخبرك أنني لا أتقصد التعدي أو التطفل عليك. "فالاعتداء يشكل أسوأ الخطايا. جرب التحدث إلى شخص غريب من نيويورك ستواجه رد فعل حذر وفزع.

لا تسقط الحواجز إلا وقت الأزمات الكبيرة. عندها ندرك أن النيويوركيين ليسوا معدومي المودة بالمرة، بل هم خجولون بالأحرى، ومتخوفون. في عهد الإفلاس الكبير لسلطة الشمال الشرقي قام كل فرد بمد يد العون إلى الآخر من أجل المساعدة، البحث عن الراحة، والتشجيع، ونيل بعض الشعور بالدفء (الحنان)، فتحولت المدينة إلى مكان مليء بالحيوية لساعات طوال.

وبعد حين خفتت الأضواء فسقطنا ثانية داخل أنطقتنا الخصوصية.

ثمة في البلدات الأمريكية الصغيرة، البعيدة عن نيويورك، انفتاح أكبر أمام حالة المودة الصداقوية. فالناس قد تقول للغريب "مرحبا". قد يبتسمون له، ويتحدثون معه في الغالب. مع ذلك، قد يتعامل الناس مع الغريب في البلدات الصغيرة بشكل جيد، حيث يعرف الكل بعضهم البعض الآخر، وحيث لا يوجد هناك إلا القليل من الخصوصية، فتراهم يعاملون الغريب بنفس الموقف المتحفظ الفاتر، الذي يُمارس في المدينة الكبيرة جداً.

رابعاً

عندما تُنتهك حُرمة الفضاء

رابعاً

عندما تنتهك حرمة الفضاء

☜ الدفاع عن نطاق الجسد:

قد يكون من الصعب رؤية العلاقة الدقيقة بين الفضاءات والأنطقة والإقليميات الشخصية، وبين مبادئ الكينيزكس ولغة الجسد. إلا أننا ما لم نفهم المبادئ الأساسية للإقليمية الفردية، فإننا لن نستطيع تقدير ما يحدث عند تعرض هذه الإقليميات للانتهاك. أما كيف نقوم برد الفعل تجاه انتهاك إقليميتنا الشخصية فأمر مرتبط بلغة الجسد إلى حد كبير. إننا لسوف نتعرف إلى سلوكنا وإلى رد فعلنا على تعدي الآخرين، في حال أدركنا ماهية الإشارات التي نبعث بها وتلك التي نتسلمها.

ربما كانت قصة "البحيرة الزرقاء"، التي كتبها أج. دي فور استاكبول، قبل نصف قرن تقريباً، أعظم قصة مؤثرة حول صعوبة إمكانية انتهاك حرمة أنطقة الجسد. إنها قصة صبي يافع، يصحبه بحّار عجوز، تحطمت سفينته عند جزيرة استوائية. يقوم البحار بتربية الفتى على الاكتفاء الذاتي. بعدها يموت العجوز فينمو الصبي حتى يبلغ سن الرجولة وهو

وحيد. ثم يلتقي بفتاة بولينيزية شابة فيقع في حبها. تبحث القصة في أمر حب الفتى لفتاة بولينيزية سبق الإعلان عنها من أيام طفولتها إنها من المحرمات. وهكذا نشأت الفتاة ممنوع عليها أن يمسها أي رجل. يشكل الصراع القائم بين الاثنين، من أجل تعطيل الشرط الواقع عليها، والسماح له بلمسها، قصة فاتنة ومثيرة.

يمثل هذا إقراراً مبكراً بإمكانية أن يكون المرء في موقف دفاعي تماماً في ما يخص نطاق وخصوصية جسده، التي أدت باستاكبول لأن يقوم باستكشاف هذه الفكرة. إن العلماء لم يشرعوا بإدراك الأهمية المعقدة للفضاء الشخصي إلا في السنوات العشر الأخيرة.

كنت في بداية الفصل الأول قد تحدثت عن طبيب الأمراض العصبية، الذي علمني درساً في انتهاك الفضاء الشخصي من خلال علبة السجائر. وكان قد تعلم الكثير مما يعرفه من خلال ردود أفعال مرضى مستشفى الأمراض العقلية (الذهنية). حيث تمثل المستشفى الخاصة بالأمراض العقلية عالماً صغيراً مغلقاً. ولأنها كذلك فهي غالباً ما تعكس وتضخم مواقف من العالم الكبير خارجها. إلا أن المستشفى تمثل في ذات الوقت نمطاً مكانياً خاصاً جداً، حيث النزلاء أكثر عرضة للإيحاء والعدوانية مما هم عليه الرجال والنساء العاديون. إن أفعالهم غالباً ما تؤدى من خلال تحريف لأفعال الناس العاديين.

تعتمد درجة عدائية المريض الذهني، تجاه شخص ما، على رتبة الشخص المقابل. وهذا هو ما يمثل اختبار السيطرة (السطوة). إن مريضاً أو مريضين لسوف يحرزان، في أي مستشفى عقلية، على رتبة (مقام) عالية من خلال سلوكه العدواني. غير أن المرضى الآخرين لا يقعون، دائماً، إلا تحت روع ذلك الواحد الموجود. من ناحية أخرى يكون هذا

الواحد ذو مرتبة أدنى من الممرضة، التي تكون هي الأخرى خاضعة إلى رتبة أعلى، الطبيب.

ثمة في مؤسسات كهذه رتب سلطوية فعلية مطورة، تراها منعكسة داخل العالم الخارجي ضمن تنضيمات شبيهة بالتي نراها في الجيش أو الأعمال، حيث نجد فيها نظاماً محدداً من التسلط. في الجيش تتحقق السيطرة من خلال طاقم من الرموز، فالشرائط للآمرين غير المفوضين، أما المفوضين منهم فلهم خيوط، أشكال لورق النبات، طيور ونجوم. مع ذلك يبقى هناك قدراً كبيراً من الرتب حتى من دون هذه الرموز. سبق لي أن شاهدت مراعاة خصوصيات ضباط جرت في أحد الحمامات، دون أن أعرف من كانوا أو ماذا كانت رتبهم، حينما أمكن للضباط إيصال رسالة واضحة عن رتبهم عبر سلوكهم من خلال لغة الجسد.

☜ نصيحة للباحثين عن رتبة وظيفية:

إمكانية وضع خطة مماثلة عن فكرة حيازة رتبة (مركز) أعلى في عالم الأعمال، حيث لا أحد يرتدي هناك شرائط أو رموز أخرى، تتمثل بالوصول المألوف إلى مركز تنفيذي. فكيف يقوم المرء بذلك؟ ما هي الحيل التي يستخدمها لإخضاع المرؤوسين، وما الحيل التي يستدعيها في نزاله (صراعه) القوي من أجل هذا المركز؟

حاول اثنان من الباحثين دراسة هذا الأمر عبر سلسلة من الأفلام الصامتة. كان لديهم ممثلان يقومان بدوري: متنفذ ومراجع زائر، وبأدوار متبادلة في لقطات مختلفة. يتضمن المشهد رجلاً عند طاولة مكتبه وآخر

- ممثل دور المراجع - يطرق الباب، يفتح الباب، يتقدم إلى طاولة المكتب لمناقشة بعض أمور العمل.

بعدها قاما (الباحثان) بتوجيه أسئلة إلى مشاهدي هذه الأفلام، كي يحصلوا على تقييمهم حول المسؤول (المتنفذ) وللزائر، على ضوء تعابير الحالة. من هذه التقييمات ظهرت جملة قواعد. ظهر الزائر بوقوفه في الغرفة متحدثاً إلى الرجل الجالس عبر فضاء الغرفة على درجة أدنى في الرتبة، غير أنهم أعطوه اعتباراً أكبر عند تقدمه إلى منتصف المسافة (بين الباب وطاولة المكتب)، وأعطوه درجة اعتبار عالية عند تقدمه إلى طاولة المكتب مباشرة ووقف تماماً أمام المتنفذ الجالس. العمل الآخر الذي تحكم بالحالة المطروحة أمام أعين المشاهدين كان الزمن المستغرق بين الطرق على الباب والدخول، وهو الزمن بين سماع المتنفذ للطرق على الباب والإجابة عليه. فكلما كان دخول المراجع إلى الغرفة أسرع، كلما كانت مكانته في وضع أفضل. وكلما جاء جواب المسؤول متأخرا أكثر، كلما نال وضعا أفضل.

لا بد أن يكون من الواضح هنا، أن المسألة تتعلق بالإقليمية، فالزائر (المراجع) مسموح له دخول إقليم المسؤول (المتنفذ). عبر هذا النظام يحصل المتنفذ على وضع متفوق تلقائياً.

ما مدى اختراق الزائر للإقليمية، بأي سرعة ينفذ اختراقه، بكلمات أخرى، كيف يتحدى الفضاء الشخصي للمسؤول مفصحاً عن رتبته؟

يتمشى "المدير الكبير" داخل مكتب مرؤوسيه دون تبليغ مسبق، بينما يتوجب على المرؤوسين الانتظار خارج مكتب المدير حتى يؤذن لهم بالدخول. إذا كان المدير على اتصال هاتفي قد يغادر المرؤوس الغرفة على رؤوس أصابعه ليعود لاحقاً. أما إذا كان المرؤوس على اتصال هاتفي

سيؤكد المدير رتبته عادة بالوقوف على رأس المرؤوس إلى أن يبدأ هذا بالتأتأة: "سأتصل بك لاحقاً" لكي يمنح المدير جلَّ انتباهه.

في عالم الأعمال، هناك تنقلات أو نزاعات متواصلة من أجل المركز، لذلك تصبح رموز الرتب جزءاً هاماً جداً في عملية تغييرها أو الوثوب إليها. المسؤول حامل حقيبة الأوراق (الجنطة) يكون أكثر وضوحاً (ظهوراً). كلنا يعرف المزحة الدائرة حول الرجل الذي كان يحمل وجبة طعامه في حقيبة الأوراق، ويظل يصر على حمل الحقيبة كونها تشكل، بكل بساطة، درجة مهمة للصورة التي عليه عكسها/تقديمها أمام الناس من خلالها. أعرف وزيراً زنجياً ومربياً أمريكياً يتنقل عبر البلاد لمرات كثيرة، أخبرني أنه لم يحصل له أن ذهب إلى وسط مدينة، أية مدينة جنوبية، أو فندق ما، دون بدلة أعمال وحقيبة أوراق. فهذان الرمزان كانا يعطيانه قدراً معيناً من السلطة (السطوة)، يتمايز بها عن "الزنجي" الساكن في تلك المدينة.

تحشد الأعمال الكبيرة عدداً كبيراً من رموز رتب (مراكز كامنة). في فيلادلفيا استطاعت شركة عقارات كبيرة أن تكسب قدراً وافياً من الأموال من خلال بيع مهدئات لغرض إنشاء مبنى جديد كان له أن يأوي كادرها المتضخم بسرعة. كان من الممكن تصميم المبنى بأي عدد كان من مكاتب وغرف عمل، لكن الشركة تعمدت إنشاء بناء يحمل رمزية رتب متضمنة في هذه المكاتب، تم حجز المكاتب الكائنة في زوايا الطوابق العليا الأخيرة للشخصيات الرفيعة المنصب جدا. الطوابق الواقعة تحتها حُجزت للرتب التالية بالنسبة لشخوص القمة. المسؤولون الأقل شأناً، ولكن من هم أصحاب أهمية أيضاً، مُنحوا مكاتب تفتقد إلى نوافذ في زوايا تلك الطوابق. أما الرتب الأدنى فقد كانت مكاتبهم من دون نوافذ البتة. في

المنزلة الأدنى من أولئك جلس الرجال في مكاتب من غرف مكعبة، منفصلة عن بعضها البعض. هذه المكاتب كانت من دون أبواب وجدرانها ذات زجاج ثلجي اللون، في الوقت الذي كانت المراتب الأدنى منهم تجلس في غرف مكعبة بزجاج شفاف. أما الرتب الأخيرة في هذا التسلسل فلم يكن لها غير طاولات مكتبية موزعة داخل غرف مفتوحة.

إن توزيع الرتب (المراكز) بين الذين تتألف مفرداتهم من: الوقت المخصص للعمل، أهمية العمل، الراتب والدرجة، قد تم التوصل إليه من خلال إقامة موازنة بينهم. فمثلاً، تم منح أي طبيب مكتباً مغلقاً، بغض النظر عن مقدار أجره أو الوقت المخصص لعمله. أما دكتوراه الفلسفة فقد يحصل أو لا يحصل على مثل هذا المكتب (المغلق). وقد اعتمد الأمر أيضاً على أوامر أخرى.

ضمن هذا النظام، كانت هناك أيضاً غرفة للعديد من فقرات أخرى تظهر درجة الرتبة/المركز: ستائر، دثار غليظ، طاولات مكتبية خشبية بدل المعدنية، أثاث، أرائك، كراسي بسيطة، وسكرتيرات بالطبع، وجميع ما يشكل رتب أدنى.

كان العنصر الأهم في هذه التشكيلة هو التضاد بين غرف المكعبات ذات الزجاج الثلجي اللون وذات الزجاج الشفاف، إذ بالسماح للنظر إلى داخلها يتم بشكل تلقائي اختزال أهمية ورتبة المرء الجالس داخل الغرفة المكعبة ذات الزجاج الشفاف. إن منطقته من النوع المفتوح جداً أمام الانتهاك البصري. وهذا ما كان يشكل إمكانية أكبر للإنجراح.

كيف تكون قائداً:

إن انفتاح وانتهاك منطقة الرتب وظيفتان مهمتان في الأعمال. ماذا عن القيادة؟ بأية حيل، أو بأية لغة جسد يؤكد القائد نفسه؟

بالعودة إلى سنوات ما قبل الحرب العالمية الثانية تماماً، نجد كيف قام شارلي شابلن بأداء فيلم يدعى "الدكتاتور العظيم". وكما هي الحال في جميع أفلام شارلي شابلن، تجد حقلاً للغة الجسد من أجزاء صغيرة، غير أن أكثر ما كان ممتعاً فيه هو الذي جرى في دكان الحلاقة.

يظهر شابلن في دور هتلر، ويظهر جاك أواكي بدور موسوليني، وهما على كرسيي حلاقة متجاورين. يتركز المشهد حول محاولة كل منهما وضع نفسه موضع المسيطر على الآخر من خلال كرسييه. إنهما يرغيان ويتثيان، وليس لهما من سبيل لبلوغ السيطرة إلا عن طريق التحكم بارتفاع الكرسيين. فالكراسي هي القادرة على رفعهما إلى الأعلى وإنزالهما إلى الأسفل. الذي هو في الأعلى يكون الفائز. المشهد كله يدور حول محاولة كل منهما رفع كرسيه أعلى ما يمكن.

إن السيطرة من خلال العلو حقيقة بديهية تعمل منذ عهد المملكة الحيوانية وصولاً إلى الإنسان. فقد أظهرت دراسات حديثة أن قائد المجموعة عند الذئاب يؤكد سيطرته عن طريق صرع الذئاب ذوي العام الواحد، أو حط ذئب خانع على الأرض ثم الوقوف فوقه. الخانع يعبر عن خضوعه بزحفه تحت قائد المجموعة، عارضاً له عنقه وبطنه، فتتشكل مسألة من هو الأعلى.

هذا التموضع يظهر عند البشر أيضاً. كلنا يدرك التقاليد المُذلة (المتعلقة بدونية الرتبة) عند الحضور أمام الملك، أمام الأوثان، أمام المذابح

(الدينية). إن الانحناء والانكسار يشكلان بشكل عام جلَّ أنواع الرفعة والانحطاط من خلال العلو، جميعها يمثل أفعالاً ملفتة للنظر في لغة الجسد: "أنت في مكان أعلى (أرفع) مما أنا عليه، لذا فالمسيطر هو أنت".

أعرف شاباً زاد طوله على الستة أقدام، وفق إلى النجاح على نحو استثنائي في مجال الأعمال وذلك بسبب قدرته على إظهار عطفه على زملائه. من خلال مراقبتي له أثناء تعامله ببعض صفقات الأعمال الناجحة، أدركت أنه متى ما سنحت له الفرصة، أكان في حال الوقوف أم الجلوس، فإنه يميل بجسمه من أجل أن يدع زميله يسلم له بالسيادة (الغلبة) ويشعر هو بالرفعة (العلو).

عادة ما يكون الفرد المسيطر في العائلة هو الأب. إنه سيمسك بزمام السيطرة عند جلوسه على رأس المائدة، أكانت مستطيلة أم بيضوية. إن ترتيب العائلة في حالة المائدة المستديرة يعني شيئاً ما في الغالب. بهذه الطريقة يتولى القائد تلقائياً موضع رأس المائدة ضمن المجموعات المتناقشة الجالسة حول هذه المائدة.

كون أن هذا المفهوم ليس بمفهوم جديد يتجلى في قصة الملك آرثر ومائدته المستديرة. كانت المائدة دائرية لئلا يقوم أي تساؤل عن السيادة فيها، ولكي يتمكن كل نبيل من المشاركة في شرف جلوسه إلى المائدة على قدم وساق واحدة. مع ذلك فإن الفكرة نفسها قد ضعفت من خلال حقيقة أن آرثر، حيثما جلس، كان الشخص المتسيد، وبذلك تضاءلت قوة الموضع اللاحق بازدياد المسافة بعداً عن الملك.

كان لمدير شركة عقار (دواء) كبيرة مكتباً يتألف من طاولة المكتب وكرسي مكتبي، إضافة إلى أريكة وكرسي، ومائدة قهوة معها كرسي أو كرسيين. كان هذا الرجل/المدير يعلن بشكل رسمي أم غير رسمي عن

موقفه من خلال مكان جلوسه في هذا الموقف أو ذاك. فإذا جاءه زائر وأراد معاملته بسلوك غير رسمي فإنه يقوم من وراء مكتبه ليقود الزائر إلى الأريكة، أو إلى الكرسي البسيط، أو إلى مائدة القهوة. كان يشير تمام الإشارة، من خلال اختيار إحدى هذه الوضعيات، إلى نوعية اللقاء الذي سيجريه مع الزائر. أما إذا كان لهذا اللقاء أن يكون رسمياً على نحو استثنائي فإنه كان يبقى جالساً وراء طاولة مكتبه.

☜ الفضاء الذي نُبقي عليه غير مُنتهك الحرمة/لا نسمح بانتهاكه:

إن الحاجة إلى فضاء شخصي، والحاجة إلى مقاومة انتهاكه، يحملان في ذاتهما شيئاً من القوة، بحيث أنه سيتطلب من كل فرد، حتى في الازدحامات، أن يكون له بعضاً من الفضاء المعطى. هذه الحقيقة الفعلية قد قادت صحفياً يدعى هربرت جاكوبسن إلى محاولة تطبيقها على أنواع حجم الحشد. وغالباً ما كان حجم الحشد يميل إلى التغير، تبعاً لكون المراقب مع الحشد أو ضده. يكون حجم التجمعات السياسية، التجمعات السلمية، المظاهرات.. مضخماً عند المتسيرين ضمنها، منكمشة (صغيرة) عند السلطات.

أمكن لجاكوبسن، من خلال صور الحشود الملتقطة من الجو، أن يحسب بشكل فعلي عدد الرؤوس ليستنتج أن كل فرد من الناس المشاركين في الحشود العالية الكثافة/المزدحمة، يحتاج من ستة إلى ثمانية أقدام مربعة. في حين يتطلب الأشخاص في الحشود الحرة/الطليقة ما معدله عشرة أقدام مربعة. يستنتج جاكوبسن في الأخير أن من الممكن قياس حجم الحشد من خلال جدول: الطول مضروباً بالعرض مقسوماً على

عامل التعديل، الذي يأخذ كثافة الحشد بنظر الاعتبار. هذا القياس يقدم العدد الفعلي للناس في كل تجمع.

في ما يخص موضوع الحشود، يكون من المهم إدراك أن المنطقة (الحيز) الشخصي للناس داخل حشد ما قد يتهشم أمام الفعل الحقيقي للاحتشاد. يمكن لهذا التهشم في بعض الحالات أن يغير من مزاج الحشد. يقوم الرجال بردود أفعال قوية جداً في حال أصبحت مناطقهم أو فضاءاتهم الشخصية منتهكة. عندما يصبح الحشد أكبر وأكثر تماسكاً واندماجاً فمن الممكن أن يصير أيضاً أكثر قبحاً. كما قد يكون قيادة الحشد الطلق سهلاً أكثر.

كانت الحاجة إلى الفضاء الشخصي معروفة سابقاً لدى فرويد، الذي كان يرتب جلساته دائماً بحيث يضطجع المريض على أريكة بينما يجلس هو في كرسي خارج حدود نظر المريض. بهذه الطريقة ينعدم اقتحام (انتهاك) الفضاء الشخصي للمريض.

رجال الشرطة أيضاً يدركون هذه الحقيقة ويفيدون منها عند استجواب السجناء. يقترح الكتاب التعليمي المتعلق بمساءلة (استجواب) المجرمين، أن يجلس السائل قريباً من المشتبه به بحيث لا تكون بينهما مائدة أو أي حاجز آخر. إن وجود أي نوع من أنواع الحواجز - على حد ما يحذر الكتاب - سوف يمنح الشخص المستجوَب درجة معينة من الراحة والثقة بالنفس.

يقترح الكتاب أيضاً، أنه على السائل، مع كونه يبدأ وكرسيه على مبعدة قدمين أو ثلاثة من المستَجوب، أن يتحرك ليقترب أكثر فأكثر من المستَجوب مع تقدم الاستجواب، بحيث تكاد تكون ركبتا أحدهما في نهاية المطاف بين ركبتي السائل تقريباً.

وجدنا، من خلال الممارسة، أن انتهاك رجل الشرطة الجسماني لمنطقة شخص ما، وتراصه معه أثناء المساءلة، صار أمراً مفيداً في كسر مقاومة السجين. عندما تكون دفاعات المرء ضعيفة أو منتهكة فإن ثقته بنفسه تنحو إلى مزيد من الضعف.

بوسع المدير المدرك لهذا الأمر أن يقوي موقعه القيادي في مجالات العمل من خلال انتهاك مكان الشخص الأدنى منه. عندما ينحني الموظف الأعلى رتبة فوق طاولة المرؤوس فإنه يرمي بتوازن المرؤوس بعيداً. إن تراص رئيس القسم بالعامل، أثناء تفحصه عمل العامل، يجعل العامل في قلق من أمره (غير مستقر). يشكل توبيخ الآباء للابن، من خلال تعليمهم إياه من علٍ، علاقة، يثبت ويعزز فيها الآباء سيطرتهم على الأبناء.

هل يمكننا استخدام عملية انتهاك الفضاء الشخصي من أجل تنمية المقاسات الدفاعية لدى الآخرين، أو هل يمكننا كذلك، عبر تجنب الانتهاك، أن نتفادى عواقب خطر الانتهاك في بعض الأحيان؟ من وجهة نظر الفيزياء الخالصة، نعرف أن قيادة سيارة قريباً من سيارة أخرى أمر خطر، إذ لو توقفت السيارة الأمامية على نحو مفاجئ، فمن الممكن الاصطدام بها، غير أنه ما من أحد يتحدث عن ما يمكن أن تفعله السيارة المتراصة إلى الوراء بأعصاب سائق السيارة الأمامية.

غالباً ما يمكن للشخص، الذي يقود سيارة، أن يفقد بعضاً أساسياً من إنسانيته. فبفضل الماكنة المحيطة به تراه ينفصل في الحال عن إنسانيته. إن لغة الجسد التي تعمل لصالحه على نحو جيد خارج حدود السيارة، لن تعمل لصالحه بالمرة أثناء سوقه السيارة. سبق لنا جميعاً أن انزعجنا بسبب السواق الذين يشقون طريقهم إلى أمامنا، ونحن نعلم تماماً مدى اللا عقلانية التي ينشحن بها السائق الذي تم انتهاك فضاءه

بهذه الصورة. يمكن للشرطة أن تورد لك إحصائيات تبين فيها أن عشرات الحوادث كانت بسبب شق طريق السيارة أمام الآخر، ورد الفعل الخطر الذي قام به السائق الذي تم شق الطريق عليه. قد نجد في حالات اجتماعية قلة من الرجال يحلمون بالقيام بأفعال وردود أفعال من هذا النوع. ولكننا بتجردنا من قبضة الماكنة قمنا بتبني موقف حضاري سمحنا به للآخرين أن يقطعوا الطريق علينا من أمامنا، وهكذا تجدنا في معظم الأحيان نتنحى فعلاً جانباً كي نسمح للناس أن يستقلوا الحافلة أو المصعد قبلنا.

على أية حال، يبدو أن السيارة تقوم على يد العديد من السواق، بعمل كثير الشبه بعمل السلاح الخطر. إذ يمكن للسيارة أن تتحول إلى سلاح يدمر الكثير من تحكماتنا ومكابحنا. سبب ذلك شيء غامض لنا، لكن بعض علماء النفس يزعمون، في تنظيراتهم، أن بعض هذه الحالات، في الأقل، ناشئ نتيجة توسع مناطقنا (مجالاتنا) الشخصية أثناء قيادتنا السيارة، حيث تتسع مناطق خصوصيتنا، الخاصة بنا، ليصبح نطاق الخصوصية العائد للسيارة أكبر بكثير، ومن ثم يكون رد فعلنا على انتهاك نطاقنا أكبر.

☜ عن الشخصية والفضاء:

أجريت دراسات عديدة في محاولة تقتصر على اكتشاف: كيف يرتبط رد الفعل بانتهاك الفضاء الشخصي للشخص. إحدى الفرضيات المطروحة لنيل شهادة الماجستير، من قبل إل. وليم، تحدد ميول الانطوائيين إلى إبقاء الناس عنهم على بُعد (مسافة) محادثة أكبر مما

نراها عند الانبساطيين. إن الشخص المنسحب على نفسه يكون بحاجة إلى دفاعات أكبر لكي يؤمن بها حرمة حالة انطوائيته. هناك دراسة أخرى، من فرضيات نيل شهادة الدكتوراه قام بها وليم إي. ليبولد، توصلت من خلال تجربة ذكية إلى الاستنتاج نفسه. لقد تم توزيع استمارات اختبار الشخصية على طلبة لتبيان ما إذا كانوا انطوائيين أم انبساطيين. بعدها تم إرسال الطلبة إلى مكتب أجرى لقاءات معهم بخصوص درجاتهم.

أعطى القائم على الاختبار الطلبة ثلاثة توصيات. هذه التوصيات سميت "الضغط، الثناء، الحيادية". تم تكييف توصية الضغط إلى إزعاج الشخص بـ "أننا نشعر بأن مسار دراجتك فقير (ضعيف) تماماً، أنت لم تحاول أفضل ما لديك. رجاء، خذ مكاناً في الغرفة المجاورة لحين تمكن مُجري اللقاء التحدث إليك".

بعد ذلك يدخل الطالب غرفة فيها طاولة وكرسيان، أحدهما أمام الطاولة والآخر من الجهة الأخرى.

لقاء الثناء بدأ مع طالب أخبروه أن درجاته كانت جيدة، وأنه أدى عمله على نحو جيد. أما لقاء الحيادي فقد كانت التوصيات بسيطة: "نحن مهتمون بمشاعرك المتعلقة بتقدمك".

أظهرت النتائج أن الطلبة، الذين شملتهم توصية الثناء، كانوا جالسين على مقربة أكبر من كرسي مدير اللقاء. الطلبة الخاضعين لتوصية الضغط كانوا على درجة أبعد ما يكون من كرسي مدير اللقاء. أما الذين وقعت عليهم توصية حيادي فقد جاءت جلستهم بين بين. جلس الطلبة الانطوائيون والقلقون بمسافة أبعد عن مدير اللقاء من المسافة عند الانبساطيين، تحت ظروف واحدة. بعد توفر الكثير من هذه الجداول،

خصصت الخطوة التالية لتحديد رد فعل الرجال والنساء عند انتهاك مناطقهم. يصف الدكتور روبرت سومير، أستاذ علم النفس ورئيس قسم علم النفس في جامعة كاليفورنيا، مجموعة الاختبارات التي أجريت في بيئة مستشفى، حيث قام بانتهاك خصوصية المرضى على نحو منتظم بارتدائه جلباب الطبيب الأبيض وجلوسه على مقاعد مجاورة لهم، داخلاً غرفهم الخاصة في فترة النهار وكذلك غرف العناية بهم. ومما سجله فإن هذه الانتهاكات قد أزعجت المرضى في نواحي مختلفة، دفعتهم بعيداً عن مكان مناطقهم الخاصة وعن كراسيهم. كان رد فعل المرضى على انتهاك الدكتور الجسماني لهم هو تحولهم إلى مضطربين، غير مرتاحين، ليبتعدوا في آخر الأمر بأنفسهم جسمانياً.

من خلال مراقبته والأطباء الآخرين للمرضى، اكتشف الدكتور سومير في إجمالي نطاق (مجال) لغة الجسد، التي يستخدمها الفرد عند انتهاك منطقته الخاصة به، هذا إلى جانب التعامل الفيزيائي (البدني) الفعلي لعملية النهوض والذهاب إلى مكان آخر، أن هناك سلسلة من العلامات الممهدة: تمايلات، أرجحة الأرجل، أو النقر، والتي تمثل علامات أولى للتوتر، فهي تقول: "إنك قريب مني جداً. حضورك هذا يجعلني مرتبكاً".

السلسلة التالية لإشارات لغة الجسد كانت حول العينين المغلقتين، هطول الحنك إلى الصدر، تحديب الكتفين.. وجميعها تقول: "ابتعد عني، لا أريدك هنا. أنت تقوم بعملية انتهاك لي".

يحدثنا الدكتور سومير عن باحث آخر في حقل الانتهاك المكاني، هي نانسي روسو، التي استخدمت المكتبة (العامة) مسرحاً لعمليات اختباراتها. فالمكتبة مكان مثالي لمراقبة ردود الأفعال. إنه جو يميل إلى

الخصوصية (العزلة). القادم الجديد إلى المكتبة لسوف يعزل نفسه بعيداً عن الباحثين الآخرين، في الغالب، من خلال اتخاذه مقعداً يبعد مسافة ما عن الآخرين.

الآنسة روسو سوف تتخذ كرسياً متاخماً، ثم تتحرك أقرب فأقرب ناحية ضحيتها، أو تجلس قبالته. في الوقت الذي لم تجد فيه أية إشارة عامة لرد فعل الناس الجالسين قريبين من بعضهم البعض، وجدت أن الغالبية كانت تتكلم بلغة الجسد لتعبر بها عن مشاعرها. ورد في وصفها لذلك أن "الإيماءات الدفاعية تتخذ وضعاً تنتقل فيه بعيداً عن التطفل" ثم استنتجت أنه في حال تم تجاهل جميع إشارات لغة جسد الفرد، فإن هذا الفرد سينهض من مكانه وينتقل إلى موضع آخر.

شخص واحد فقط، من مجموع ثمانين طالباً ممن قامت الآنسة روسو بانتهاك مناطقهم، طلب منها بكلام منطوق أن تبتعد عنه. أما الآخرون فقد استخدموا لغة الجسد كي يوصلوا استنكارهم في ما يخص اقترابها منهم.

الدكتور أوجستوس إف. كينزل، الذي يعمل في مؤسسة نيويورك للأمراض العقلية، قام أثناء عمله في المركز الطبي للسجناء الاتحاديين في الولايات المتحدة، بتطوير نظرية قد تدل أو تشير إلى طريق يوصل إلى اكتشاف سلوك العنف والتكهن به، بل حتى معالجته عند الرجال.

في دراسة مبكرة عن الحيوان، لاحظ الدكتور كينزل أن الحيوانات غالباً ما تأتي برد فعل مصحوب بالعنف في مواجهتهم أي انتهاك لمنطقتهم الشخصية. كما لاحظ أثناء عمله بين مجموعة ناس منتخبة من سجن كانت قد قامت بأعمال عنف ضد المجتمع، أن رجالاً معينين منهم يفضلون الزنزانات المعزولة، رغم الحرمان الموجود في هذا النمط من

العيش. وقد وجد كينزل هؤلاء الرجال أنهم كانوا يعانون في بعض الأحيان من الهياجات العنيفة العديمة الإحساس. فهل يمكن أن يكونوا قد احتاجوا إلى مزيد من الفضاء للمحافظة على السيطرة على ذواتهم؟

وجد الدكتور كينزل أن العديد من الرجال المذنبين، الذين كان هجومهم مصحوباً بالعنف، اشتكوا من أن ضحاياهم "عبثت بهم في ما يخص محيطهم (حواليهم)"، وقد كشف تدقيق متأن في الأمر أنهم إنما هاجموا رجالاً لم يفعلوا بهم شيء سوى أنهم اقتربوا منهم كثيراً. لقد كانت نوبات العنف مستثارة بنفس الشاكلة أكان داخل السجن أم خارجه، لذلك لم يكن لأجواء السجن أن تفسر الأمر (الحالة). كيف إذن أمكن تفسير ذلك؟

للكشف عن ذلك، قام الدكتور كينزل بإجراء اختبار على خمسة عشر سجين متطوع داخل السجن. ثمانية منهم كانوا أصحاب سوابق عنف، ولم يكن للسبعة الآخرين أية سابقة عنف. طلب من الرجال الوقوف وسط غرفة فارغة، بينما أخذ "الفاحص" يدنو منهم ببطء. عندما أخذ الفاحص يقترب أكثر فأكثر، ظهرت لدى كل واحد منهم رغبة في أن يقول له "قف عندك!"

عند إعادة التجربة للمرة الثانية فالثالثة، وجد الدكتور كينزل أن لكل رجل منهم نطاقاً معيناً لجسمه، لمنطقته أو لقوقعته، فضاءً شخصياً سماه "النطاق الحاجز - الواقي للجسم".

يقول كينزل: "إن مجموعة العنف تترك الفاحص عند مسافة هي ضعف المسافة التي تتركها المجموعة غير العنيفة". وكان حجم الأنطقة الجسمية الحاجزة لهم أكبر بأربع مرات من حجم أنطقة جماعة اللا عنف. عندما يقترب شخص ما من أولئك الرجال إلى درجة كبيرة فإنهم

يقاوموه رغم أن القادم إليهم قد يكون "ملوِّحاً لهم" أو "مندفعاً بدخوله" إليهم.

استحث الرجال العنيفين الشعور نفسه في التجربة ذاتها وذلك عندما كانوا يهاجمون الآخرين بسبب "عبث هؤلاء من حواليهم". على ذلك قرر الدكتور كينزل أن هؤلاء قد أصيبوا بذعر غير واقع عند اقتحام شخص ما لنطاقهم الجسدي الأكبر من النطاق الاعتيادي. هذا الذعر، والعنف الناتج عنه، يظهران عند مسافة يعتبرها الآخرون اعتيادية.

إن الكثير مما يدعوه الدكتور كينزل "السمة اللولبية السريعة" للعنف الحاصلة بين مجاميع اليهود المكتظة وبين الشرطة قد ينتج عن نقص فهم لدى الشرطة في ما يخص قداسة أنطقة الجسد. وعلى ما يبدو فإن دراسة الدكتور كينزل تشير إلى أننا ما زلنا في بداية فهمنا لأصول جذور ثورات العنف عند الجنس البشري، وكذلك كيفية اكتشاف وتدبر تلك الثورات، التي نادراً ما تظهر في مملكة الحيوانات، حيث يقوم عندها فهم ضمني لحاجات الأنطقة، هذا في حال عدم تدخل الإنسان فيها.

☜ الجنس وانعدام الشخصانية:

توجد في جميع حركات الانتهاك (انتهاك الفضاء الشخصي) صلة قوية بالجنس. الفتاة المتحركة داخل منطقة الرجل تواجه مجموعة إشارات تختلف فيما لو تحركت داخل منطقة امرأة. غير أن هناك قبول أكبر، في حال قيام إمكانية التعابث - المغازلة، تجعل الرجل أقل مقاومة للاقتحام هذا. مع ذلك فإن معكوس الحالة هذه تجعل المرأة نفسها في وضع احتراس يقظ.

إن الرسالة التي يرسلها المقتحم باقتحامات متنوعة الشكل، إنما تقول: "أنت شخص يفتقر إلى الشخصانية، لذلك بوسعي التقدم نحوك، إذ أن ذلك لا يهمك."

يمكن لهذه الإشارة، في سياق العلاقة بين المدير والمستخدم، في عالم الأعمال، أن تضعف من معنويات المستخدم وتفيد المدير. في الحقيقة يمكن لها أن تعيد توكيد قيادة - سيطرة المدير.

في قطارات الأنفاق المزدحمة، هناك تفسير مختلف للشارات نوعاً ما. فهنا يكون من المهم أن يعتبر أي شخص الشخص الآخر بلا شخصانية. فحقيقة كون هؤلاء الأشخاص (الآخرين) مجبرين على الدخول إلى حدود الحميمية، قد يعتبر أمراً سمجاً. يعتبر الشخص الذي يقوم باقتحام مجال الآخر بصوت مسموع في قطار الأنفاق المزدحمة، شخصاً متجنياً سمجاً. وقد يشكل ذلك في الواقع بعضاً من عدم اللياقة. هنا يكون من الضروري الانسحاب الحازم (الجاد) وتحمل حالة غير مريحة. لم يسبق لنا أن شاهدنا فلما يلتقي فيه فتى بفتاة في قطار الأنفاق المزدحمة. فلم كهذا غير منتج حتى في هوليود نفسها.

إن الازدحام في قطار الأنفاق يكون محتملاً، على حد اعتقاد سومير، فقط لأن الركاب يفكر أحدهم بالآخر على أنه بلا شخصية /لا شخصاني. ولو أصبحوا مضطرين لإقرار حضور الآخر، بسبب توقف غير متوقع للقطار مثلاً، تراهم يستاءون من الوضع الذي يجدون أنفسهم فيه.

عكس ذلك صحيح أيضاً. في حال عدم وجود ازدحام سوف يمتعض المرء عند معاملته على أنه لا شخصاني. لقد لاحظت سومير، في مجال المكتبة، رجلاً ما يرفع رأسه ويحدق بها مشيراً، عبر لغة الجسد، إلى "إنني ذات، فبأي حق تقحمين نفسك علي؟"

هذا الرجل كان يستخدم لغة الجسد ليقاوم انتهاك سومير له. عندما تحولت هي إلى الشخص المهجوم عليه/المنتهك تماماً، بدل أن تكون هي المهاجمة، شعرت باستنكار الرجل بدرجة من القوة، بحيث أصبحت غير قادرة على متابعة بحثها لذلك اليوم.

جاء عدم قدرتها على المواصلة نتيجة أن الرجل الذي كانت هي من يقتحم خصوصيته (عزلته)، قطع عليها اقتحامها له بشكل مفاجئ عند قيام دفاعاتها هي تجاهه. لقد أحست، للمرة الأولى أثناء التجربة، أنه ذات إنسانية بدل اعتباره موضوع بحث. تعتبر إمكانية إدراك الطبيعة الإنسانية عند الشخص/الفرد الآخر مفتاحاً مهما لكيفية أدائنا لأفعالنا وردود أفعالنا كما في جميع علاقاتنا الأخرى. تشير الدكتورة سومير إلى أن الشخص موضوع البحث، الفرد اللا شخصاني، غير قادر على انتهاك الفضاء الشخصي للآخر أكثر مما تستطيعه شجرة أو كرسي. مثلما ليس هناك تماما مشكلة في ما يخص انتهاك الفضاء الشخصي للفرد اللاشخصاني (الشخص موضوع البحث).

تورد سومير، كمثال على ذلك، ممرضات المستشفى اللواتي يناقشن المريض ظروفه أثناء ما يكن قريبات من سريره، أو السيدة السوداء (الزنجية) العاملة لدى أسرة بيضاء أثناء تقديمها العشاء لهم وهم يناقشون قضية العنصرية. بل إن عامل التنظيف، الذي يفرغ سلال الأوراق المهملة، في مكتب ما، قد لا يزعج نفسه بالطرق على الباب للدخول، تماماً مثلما لا يهتم شاغل المكتب لمثل هذا الانتهاك، ذلك لأن المنظف لا يشكل بالنسبة له شخصانية حقة. مثلما يشكل المنظف لشاغل المكتب موضوعاً لا شخصانياً، كذلك يكون شاغل المكتب فرداً لا شخصانياً بالنسبة للمنظف.

☜ الاحتفالات وترتيب الكراسي:

كيف لنا أن نميز، ونقوم برد فعل تجاه الانتهاكات ضمن العديد مما تسميه سومير "تمييز الاحتفالات" عند اقتحامك منطقة شخص آخر، أكان في مكتبة أو مقهى، فإنك في الأحوال الاعتيادية تقوم بإرسال جملة أنواع من الإشارات. إنك تستسمح الآخر بصوت مسموع فتسأل: "هل المقعد هذا مشغول؟"، وعند الجلوس تقوم بخفض بصرك مستخدماً لغة الجسد.

عند إشغالك مقعداً في حافلة مزدحمة، هناك نظام عرفي يجعلك تبقي عينيك مصوبتان إلى الأمام باستقامة، متفادياً النظر إلى من يجلس جوارك. في حالات أخرى ثمة أعراف أخرى.

إن الدفاع عن الفضاء الشخصي يتضمن، تبعاً للدكتورة سومير، استخداماً لإشارات لغة الجسد، أو إيماءات، أو وضعيات خاصة (مناسبة) لذلك. تماماً كما هو الحال عندما تختار بين: كيف يكون جلوسك إلى مائدة غير مشغولة وبك رغبة أن تمنع الآخرين من الانضمام إليك؟ ما هي لغة الجسد التي عليك استخدامها؟ إن الدراسة التي قامت بها الدكتورة سومير على طلبة جامعيين في ما يخص الرغبة بالانعزال/تحقيق خصوصية عند الجلوس إلى طاولة غير مشغولة، قد أظهرت إمكانية استخدام إجراءين: إما أن تضع نفسك أبعد ما يكون عن الآخرين، طلباً للانعزال عن الأشخاص الآخرين اللاهين عنك، أو تحاول الحصول على العزلة بالانفراد بالطاولة كلها لنفسك.

إذا كنت تبحث عن العزلة بانسحابك عن الآخرين، ستبلغ مبتغاك من وجهة نظر مسألة اجتناب الآخرين. خذ وضعية متراجعة، وهذه تكون في

العادة بالجلوس عند زاوية المائدة/الطاولة، عندها تكون قد قلت بلغة الجسد: "شاركني مائدتي إن كانت بك رغبة، ولكن دعني لوحدي. فأنا وضعت نفسي هنا في الزاوية حتى يجلسَ الشخص المجاور أبعد ما يكون عني".

الإجراء الآخر لتحقيق ذلك هو محاولة الاحتفاظ بالطاولة كلها لنفسك. وهو موقف هجومي، فالشخص العدائي سوف يجلس إلى الوسط من لطاولة بحيث يشمل الطاولة كلها، فهو يقول بهذا: "دعني لوحدي. لا يمكنك الجلوس إلى الطاولة دون إزعاجي. وعليه، خذ لك طاولة أخرى!"

من بين نتائج بحث دراسة الدكتورة سومير كانت التالية: إن الطلبة الذين في وضع انسحاب، والراغبين أن يكونوا أبعد ما يكون عن الآخرين قدر المستطاع، سوف يبتعدون بوجههم عن مدخل المكان. أما الطلبة الذين يرغبون في امتلاك الطاولة كلها، الذين تجدهم في وضع دفاعي، تراهم بمواجهة الباب. إن غالبية الطلبة المنسحبين إلى أنفسهم والمدافعين عنها يفضلون الجانب الخلفي من الغرفة، كما أن معظمهم يفضل الطاولات الصغيرة أو تلك الموضوعة إلى صف الحائط.

يؤكد الطلبة الجالسون وسط الطاولة على نحو معتدل، من خلال لغة الجسد، على سيادتهم، وعلى قدرتهم على الإمساك بزمام الوضع، وكذلك على رغبتهم في امتلاك الطاولة كلها لأنفسهم فقط.

كان الطالب الجالس عند زاوية الطاولة يشير (بلغة الجسد) إلى رغبته في أن يُترك لوحده: "أنا غير مهتم بمشاركتك الطاولة إياي، ولكنك إن فعلت، فإنني أضع نفسي بعيداً عنك، وعليك القيام بالمثل. هكذا يمكن لكل منا أن يحتفظ بخصوصيته (عزلته)"

ويكون الأمر نفسه صحيحاً في ما يخص مصطبة في متنزه. إذا أردت الانعزال واتخذت لنفسك مجلساً على مصطبة متنزه غير مشغولة، ستجلس على الأرجح عند إحدى نهايتيها، مشيراً بذلك إلى: "إذا أردت أنت الجلوس هنا أيضاً، ثمة مكان كاف لتدعني وحدي".

إذا كنت لا ترغب ان يشاركك أحد ما المصطبة، فإنك ستضع نفسك في الوسط منها لتوصل بذلك ما معناه: "أريد أن تكون هذه المصطبة لي فقط. أجلس، غير أنك ستنتهك مكاني"

إذا كنت ترغب أن يشاركك أحدهم مصطبتك وعزلتك (خصوصيتك)، فسوف تجلس عند أحد طرفي المصطبة، ولكن ليس عند نهايتها القصوى.

هذه المقتربات المتعلقة بالنزاع حول العزل/الخصوصية إنما تعكس شخصيتنا الداخلية. إنها تشير إلى أن الانبساطي يميل إلى طلب عزلته من خلال النأي بعيداً عن العالم. الانطوائي يبحث عن عزلته من خلال مشاركة الآخرين للمكان معه، على أن يبقيهم على مبعدة منه. إن لغة الجسد المتضمنة في كلتا الحالتين تشمل على مجموعة إشارات متباينة، لا تعود إلى الإشارات الحركية، بل هي بالأحرى إشارات مكانية/استمكانية: "إنني ألازم المكان هنا، وبهذا أقول لك ابتعد عني أو اجلس شرط ألا تقحم نفسك علي."

هذه الحال تشبه الإشارات المنقولة من خلال كيفية اتخاذ الجسم وضعيات متنوعة متعلقة بواقع المحيط: المكوث وراء طاولة المكتب للإشارة إلى"دعك بعيداً عني، لا بد لك من احترامي"، المكوث وراء منصة الحاكم المرتفعة، أي في أعلى نقطة في قاعة المحكمة، للإشارة إلى "أنا في الأعلى بعيد عنك، عليه فإن حكمي هو الأفضل" أو تكون على درجة قريبة من

شخص انتهكت نطاقه، قائلاً له"ليس لديك حق خاص بك. لذا فإني أتقدم ناحيتك ساعة أشاء، وعليه فأنا هو الأعلى".

خامساً

الأقنعة التي يتقنَّع الرجال بها

الأقنعة التي يتقنع بها الرجال

☜ الابتسامة التي تخفي الروح وراءها:

هناك العديد من الطرق التي ندافع بها عن أنطقتنا (مجالاتنا) الشخصية، التقنع هو واحد منها. إن الوجه الذي نقدمه للعالم الخارجي نادراً ما يكون وجهنا الحقيقي. يعتبر سلوكنا الشخصي لإظهار ما نشعر به حقيقة، من خلال وجهنا أو أفعالنا، أمراً استثنائياً على وجه التقريب. إننا نمارس بدل ذلك قواعد دقيقة في حال تطلب الأمر منا التعبير بالوجه أو الجسد. في كتابه "قواعد السلوك في الأماكن العامة" صرح الدكتور إرفنج كوفمان بأن أحد دلائل هذه القواعد الأكثر وضوحاً هو الطريقة التي نتدبر بها مظهرنا الخارجي: الملابس التي نختارها وتسريحات الشعر التي نفضلها.. تحمل هذه القواعد رسالة لغة الجسد الموجهة إلى أصدقائنا وزملائنا. والدكتور كوفمان يعتقد أننا نتوقع من الرجل العادي في مجتمعنا، عندما يكون في الأمكنة العامة، أن يكون مرتدياً ملابسه على نحو أنيق، ويكون حليق الوجه بشكل جيد، وشعره ممشط، ونظيف الأيدي

والوجه. لم تأخذ دراسته المكتوبة قبل سنوات عدة الشعر الطويل بالحسبان، ولا الشخص غير الحليق المهمل لمظهره الخارجي، ولا المظهر الأكثر طلاقة لشباب اليوم، هذا المظهر الذي أخذ ينال القبول وإن على نحو بطيء. هذا المظهر الذي أضفيت عليه الصفة الرسمية بعد أن بات من المظاهر المقبولة. لقد بات يتطابق مع الأنموذج العام.

توصل الدكتور كوفمان إلى وجود أوقات، مثل ساعات التدافع في أنفاق القطارات، تنزاح فيها عنا الأقنعة المحترسة إلى حد ما، و"بشكل مؤقت، لا أبالي، بسبب تعب له ما يبرره"، عندها نظهر بأنفسنا على ما نحن عليه حقيقةً. ففيها نلقي بدفاعاتنا جانباً، نبتعد عن ضجرنا أو سخطنا، حيث ننسى تضبيط الوجه. خذ دور مراقب يتفحص الحافلات، قطارات الأنفاق، القطارات المزدحمة أثناء ساعات التدافع بعد نهار من العمل، ثم لاحظ إلى أي درجة كان مسموحاً بإظهار التجرد عن الطبع البشري على جميع تلك الوجوه.

إننا نغطي هذا العري الإنساني يوماً بعد يوم، ونبقي أنفسنا على حالٍ من السيطرة الاحترازية، مخافة ألا يفصح جسدنا عن رسالة صارخة تكون أذهاننا في حال عدم الاهتمام بإخفائها تماماً. إننا دائمي الابتسام لأن الابتسامة لا تعبر عن البهجة والفكاهة حسب، بل تمثل أيضاً نوعاً من الاعتذار، عن علامة دفاع، وحتى علامة صفح.

إنني أجلس إلى جوارك في مطعم مزدحم فتخبرك ابتسامتي البسيطة أنني "لم أقصد الانتهاك، لكنه المكان الشاغر الوحيد."

سأندفع ناحيتك داخل مصعد متراص فتقول ابتسامتي لك "حقاً أنا لست عدوانياً، اعذرني على أية حال."

عند التوقف الفجائي لحافلة سوف أرتمي على أحدهم فتقول ابتسامتي له "لم أقصد إيذاءك. ألتمس منك مسامحتي."

هكذا ترانا نبتسم على طريقتنا الخاصة بنا طوال اليوم، رغم أننا قد نشعر في الحقيقة بغضب وانزعاج يكمنان وراء ابتسامتنا. في العمل نبتسم للزبون، لمديرنا، لمستخدمينا، كما أننا نبتسم لأولادنا، جيراننا، أزواجنا وزوجاتنا، لأقربائنا. وقد يكون للقليل من هذه الابتسامات أهمية حقيقية. إنها، ببساطة، الأقنعة التي نرتديها.

تتخطى عملية ارتداء القناع (التقنع) حدود عضلات الوجه. إننا نتقنع بمجمل جسدنا. فالنساء يتعلمن كيف يجلسن بحيث يخفين الجانب الجنسي لديهن، خاصة إذا كن يرتدين تنانير قصيرة. الرجال يرتدون ملابس تحتية تقيد في الغالب أعضاءهم الجنسية. النساء يرتدين صداري نهد لإبقاء نهودهن في محلها لتقنيع الكثير من الجنسية. نحتفظ بقامة منتصبة، نزرر قمصاننا، نغطي أزرار قمصاننا بلسان من القماش، نسحب عضلات بطننا لنشد عليها حزامنا، ونمارس أقنعة متنوعة للوجه. لدينا أقنعة خاصة بنا للحفلات، لحرم الجامعة، بل حتى في السجن نرتدي أقنعة خاصة.

في كتابه المعنون "آداب السجن" يلاحظ الدكتور ب. فيليبس أن السجناء الجدد يتعلمون أن يصبحوا "جنوداً"، وأن يتخذوا تعابير تكون غير مبالية وعديمة الشخصية. مع ذلك، عندما يصبحون لوحدهم في حالة رد فعل أثناء النهار لحماية "الجندية"، تراهم يأتون برد فعل مبالغ فيه فيضخمون ابتساماتهم وضحكاتهم وكرههم الذي يحسونه تجاه حراسهم.

إن الأقنعة التي نستخدمها، غالباً ما تصبح صعبة الارتداء مع تقدم العمر. فالنساء اللواتي اعتمدن على جمال وجههن طوال العمر، سيجدن

صعوبة في بواكير سنهن الكبير أن "يتوافقن مع وجههن". الرجل الكبير السن يميل إلى أن ينسى نفسه ويمزح أو يدع وجهه مسترخياً. ومع تقدم السن تأتي التقلصات، ارتخاء الفكين، التقطيب الذي لا يمكن إرخاءه، والتغضنات، التي ترفض أن تزول.

☜ انزع القناع:

نقول من جديد، هناك حالات معينة نلقي فيها بالقناع جانباً. عندما يكون جسدنا موضوعاً داخل سيارة، نشعر في الغالب في حرية إلقاء الأقنعة، فإذا حدث أن ضايقنا أحدهم بسيارته من الأمام أو سار وراءنا على مقربة منا، هنا نفقد السيطرة على حالة عدم احترامنا، التي تهزنا بانفعالاتها المنفلتة. لماذا نشعر بهذا الشعور بشكل عنيف في حالات طفيفة الشأن كهذه؟ ما المهم جدا في أن سيارة تتقدمنا أو تقترب منا كثيراً من جهة الخلف؟

نحن هنا في وضعية غير مرئية ولا نحتاج إلى ارتداء قناع على العموم، ولهذا السبب بالذات تكون ردود أفعالنا بهذا الحجم.

إن موضوعة إلقاء القناع نفسها تخبرنا بالكثير عن الحاجة إلى ارتدائه. غالباً ما يلقى بالقناع جانباً حسب القوانين الذهنية، فالمريض الذهني قد يهمل معظم الأقنعة المقبولة عموماً، كما يفعل ذلك الشخص المسن أيضاً. يتحدث الدكتور كوفمان عن امرأة مسؤولة عن الإناث المصابات بالنكوص، واللاتي كن يرتدين ملابسهن الداخلية بشكل سيئ، إذ كانت تقوم بتعديل الملابس الداخلية لفتاة ما بفك تنورتها أمام أنظار الجميع، فإذا لم ينجح الأمر معها كانت تقوم بإلقاء الرداء منها إلى الأرض

بكل بساطة لتقوم بتعديل ملابسها الداخلية ثم تعيد إلباسها أرديتها من جديد بكل هدوء.

غالباً ما يمثل الموقف من إهمال وسيلة التقنع عموماً، مثل الملابس، إهمال المظهر الخارجي، عدم الاحتراس الشخصي.. أحد أكثر العلامات وضوحاً في الاقتراب من السلوك النفساني. وبالمقابل يكون المعادل للوصول إلى حالة أفضل تبعاً القوانين الذهنية، إضافة إلى اهتمام المرء بمظهره الخارجي.

بمجرد الوصول إلى سلوك ذهاني، يفقد المريض تماسه مع الواقع فيغدو مرتبكاً في اتصاله اللفظي (الكلامي)، مما يجعله يقول أشياء غير مرتبطة، ويسبب له ارتباكاً في لغة جسده أيضاً. وهنا يفقد أيضاً تماسه بالواقع الحقيقي. إنه يصرح بفقرات عادة ما يخفيها الناس الأسوياء. إنه يدع جانباً الموانع (الكوابح) المفروضة في الانسياب الاجتماعي. إنه يتصرف كما لو أنه أصبح غير واعٍ لأي جمهور يراقبه.

هذا الفقدان الكبير للغة الجسد قد يعطي المفتاح لفهم أكبر للمريض المضطرب ذهنياً. مع أن الفرد قد يستطيع التوقف عن الكلام، إلا أنه غير قادر على إيقاف الحديث (الاتصال) عبر لغة جسده. لا بد له أن يقول أمراً ما يكون إما صحيحاً أو خاطئاً، فهو غير قادر على قول لا شيء البتة. بوسعه أن يقلل عن طريق لغة الجسد فقط من مقدار اتصاله، أكان تصرف بطريقة لائقة، بشكل اعتيادي أو بالطريقة التي يتوقع الناس منه أن يتصرف بها. بكلمات أخرى، إذا تصرف بعقل سليم، عندها سيرسل أقل قدر ممكن من معلومات لغة الجسد.

غير أنه إذا تصرف بعقل سليم، عندها يكون عاقلاً بالطبع. ماذا لدينا من معايير أخرى بخصوص سلامة العقل؟ على ضوء التعريف هذا لا بد

أن تبدر من شخص غير سليم العقل تصرفات غير عقلانية، فهو بذلك يرسل رسالته إلى العالم، عادة ما تكون هذه الرسالة، عند المضطرب ذهنياً، عبارة عن التماس/طلب مساعدة. يكشف لنا هذا الأمر وجهاً من أوجه الأفعال/التصرفات الغريبة، التي يأتيها أناس مضطربي الذهن، ويفتح لنا سبيلاً جديداً أمام العلاج.

لا يمكن للتقنع أن يغطي ردود أفعال غير إرادية. إذ أن حالة التوتر تجعلنا نتصبب عرقاً، وليس بأيدينا وسيلة تمكننا تغطية ذلك بقناع. في حالات أخرى من التوتر (عدم الارتياح) قد ترتعش فيها أيدينا وأرجلنا. هذه الهفوات لا يمكن تغطيتها إلا بوضع أيدينا في جيوبنا أو بالجلوس بهدف إخفاء عبء ارتجاف أرجلنا، أو بالتحرك ضمن سرعة معينة بحيث أن ارتجافنا لا يظهر أو لا يكون ملحوظاً علينا. لا يمكن حجب الخوف بأن ترمي نفسك في قلب الحدث الذي تخاف منه.

☜ القناع الذي يأبى السقوط:

غالباً ما تكون الحاجة إلى التقنع عميقة إلى درجة بحيث يصبح التقنع فيها متأصلاً في الذات، فيكون من غير الممكن نزع القناع أو إسقاطه. هناك حالات معينة، مثل الاتصال الجنسي، لا بد من إسقاط القناع فيها من أجل التمتع بالعملية الجنسية إلى أقصى حدودها. كثيرون منا ما زالوا غير قادرين على إسقاط القناع إلا في ظلام دامس. إننا نخاف كثيراً من ما قد نقوله لشريكنا بلغة الجسد، أو ما قد نكشف عنه بأوجهنا، حتى أننا نحاول عزل النهاية البصرية للجنس بشكل تام ونقيم حصناً أخلاقياً يساعدنا على القيام بذلك. ليس من الحشمة أن تنظر،

"الأعضاء الجنسية قبيحة"، "الفتاة الفاضلة لا تقوم بذلك في وضح النهار"، وهلم جرا مما شابه..

غير أن الظلام لا يكفي العديد من الأشخاص ما يسمح لهم عدم ارتداء القناع. إنهم غير قادرين على إسقاط التروس الواقية، التي أعدوها لحماية أنفسهم أثناء الاتصال الجنسي، حتى في الظلام.

يخمن الدكتور كوفمان أن الأمر هذا هو المسؤول بعض الشيء عن قدر كبير من البرودة الجنسية المتواجدة عند نساء الطبقة الوسطى. إلا أن كينزي قد أظهر، من خلال اصطلاحات الممارسة الجنسية، أن هناك نفس القدر من هذه التروس، إن لم يكن أكثر، عند طبقة العمال. وإذا كان لا بد من قول شيء، فإن الطبقة الوسطى تنزع إلى أن تكون أكثر تجريبية، وأقل ميلاً لإقامة تروس تدرأ بها عواطفها.

قد نجد على الأغلب مفتاح معظم الأقنعة العائدة لمجتمعاتنا في كتب آداب السلوك الاجتماعي (كتب الأتكيت). هذه الكتب تملي عليك ما هو ملائم وما ليس ملائما في مصطلحات لغة الجسد. أحد هذه الكتب يقترح أنه من الخطأ لنا أن نفرك وجهنا، أن نلمس أسنانا، أو نقلم أظافرنا أمام الملأ. إيملي بوست توضح لنا بدقة ما الذي علينا القيام به بجسدنا ووجهنا عند ملاقاة صديق أو غريب، بل تصف لنا في كتابها المتعلق بالسلوك الاجتماعي كيفية تجاهل النساء أيضاً. إنها تناقش أهمية "القطع/الإنهاء المباشر" للحالة وكيفية تبليغ للمقابل بذلك، "في الحالات المهمة فقط في ما لو كنتِ سيدة، أما إذا كنتَ رجلاً فلا تمارس ذلك قطعاً تجاه امرأة."

يتم تعلم أو اكتساب جزء من معارفنا عن التقنع من ثقافتنا نفسها، ويتم تعلم الجزء الباقي ذاتياً على نحو خاص. لكن تقنية التقنع، رغم أنها

عامة عند الجنس البشري، تختلف من ثقافة (حضارة) إلى أخرى. هناك أقوام قديمة (بدائية) يكون أفرادها ملزمون، كي يكونوا مؤدبين، أن يتحدث الواحد منهم مع الآخر دون النظر في العيون، في حين من أصول الآداب في أمريكا أن تنظر إلى عيني شريكك أثناء تحدثك معه.

☜ متى يكون الشخص لا شخصانياً (فاقد الشخصية):

في أية ثقافة من الثقافات ثمة لحظات يجوز فيها إسقاط القناع. فسود الجنوب [الجنوب الأمريكي] يعون بشكل جيد "تحديقة الاحتقار" التي يمكن لأبيض الجنوب أن يوجهها لهم بسبب غير واضح عدا لون البشرة. لا يمكن للتحديقة نفسها أو لإظهار العداء الواضح دون تقنع، الموجه من أبيض إلى أبيض آخر، إلا في حالة الاستفزاز القصوى، ذلك لأنه ليس مسموحاً قطعاً في ثقافة أمريكا الجنوب أن يتعدى أسود على أبيض.

أحد أسباب إمكانية إسقاط الأبيض للقناع في حالة كهذه هو سبب رؤية الأبيض للأسود على أنه لا شخصاني (فاقد الشخصية)، وأنه شيء لا يستاهل الاهتمام به. مع ذلك نجد لدى سود الجنوب إشاراتهم الخاصة بهم، حيث قد يقول أحد السود للآخر، عبر إشارة معينة بالعين، أنه أسود، أخ أيضاً، حتى وإن كانت بشرته فاتحة اللون ويمكن تصنيفه كأبيض. إشارة عين من نمط آخر يرسلها ذو البشرة الفاتحة اللون للأسود يشعره فيها بالقول "إنني أعتبر من البيض".

تتم معاملة الأطفال في مجتمعنا على أنهم عديمي الشخصية (لا شخصانيين)، هذا في أغلب الأحيان، ويعامل الخدم أيضاً بالمثل. إننا

نشعر، أكان عن وعي أم دون وعي منا، أن لا حاجة بنا لارتداء قناع أمام أولئك اللا شخصانيين. ولا يمكن لنا أن نهتم بأذى مشاعر اللا شخصانيين. كيف يمكن لشخص لا شخصاني أن يحس بأذى؟

عادة ما ينظر إلى هذا الموقف على أنه قائم نتيجة أسباب طبقية. تقوم طبقة اجتماعية ما باستخدامه مع طبقة أدنى منها. ويستخدمه أشخاص من مقامات أعلى مع من هم من مقامات أدنى. المدير لا يهتم بأن يتقنع في حضرة مستخدميه، ولا تتقنع السيدة أمام العذراء أكثر مما يتقنع الأب أمام ابنه.

قبل مدة كنت جالساً في مطعم بصحبة زوجتي، وقد جاست على مقربة منا عجوزان تحتسيان الكوكتيل. كان كل شيء فيهن، من فرائهن إلى تسريحة شعرهن، يصرخ بـ"الثراء". طريقة جلوسهن كانت تؤكد هذا الأمر. كانتا تتحدثان بصوت عال داخل مقهى مزدحم، بحيث أن صوتهن وصل جميع زوايا المقهى، مع أن حديثهن كان خصوصياً وصميماً. أدى الإرباك الحاصل لبقية رواد المقهى، الراغبين في الحفاظ على خصوصيتهم الوهمية، إما إلى التظاهر بعدم الاستماع إليهن أو أننا تدبرنا أمرنا وأحاديثنا بقصدية نوعاً ما بحيث يكون بمقدورنا عزل العجوزتين.

كانت هاتان العجوزتان تقولان بلغة الجسد: "جميعكم لا أهمية حقيقية لكم عندنا. في الواقع جميعكم لا تشكلون بالنسبة لنا أناساً حقيقيين بالمرة. إنكم لا شخصانيين (فاقدي الشخصية). أهم ما عندنا هو أن نفعل ما نشاء، لذا ليس ممكنا أن نكون منزعجتين من أي شخص كان".

من المصادفات أن هاتان العجوزتان استخدمتا درجة صوتية معينة لإبلاغ إشارة رسالتهما بدل استخدامهن جسدهن. استخدمن الصوت

لإيصال رسالة. هنا يصبح لدينا تقنيتين غير اعتياديتين لنقل رسالتين بوسيلة واحدة، حيث معاني الكلمات تنقل رسالة أولى، بينما ينقل الصوت العالي رسالة ثانية.

هناك حالات يتم فيها إسقاط القناع. غير أن إسقاطه فيها يكون مشوباً بالازدراء في الغالب. فنزع القناع أمام اللا شخصانيين لا يمثل في غالب الأحيان عدم تقنع نهائي. فنحن نكون محتفظين بالأقنعة في معظم الأحوال. إن سبب احتفاظنا بها مهم جداً. عند اقتراب شحاذ الشارع منا ونحن غير راغبين إعطائه شيء سيكون من المهم جداً التظاهر بأن حضوره غير موجود، وأننا لا نراه. إننا نقوم بتثبيت القناع أمامه وننظر بعيداً عنه ثم نمر مسرعين. أما إذا سمحنا لأنفسنا بإسقاط القناع ونظرنا إلى الشحاذ كشخص، سيكون علينا مواجهة ضميرنا من جهة، وأن ندع أنفسنا منفتحة على إلحاحه (إزعاجه) لنا، والتماسه، وإمكانية محاولته إرباكنا، هذا من جهة ثانية.

يصح الشيء نفسه في ما يتعلق بالعديد من اللقاءات (المواجهات) العرضية المحتملة. ففي المناطق المدينية في الأقل، حيث يدور حولنا الكثير والكثير من الناس، لا يمكننا تحمل وقت ضائع في تبادل حوارات وممازحات. غير أن الأمر مختلف في المدن الصغيرة أو في الأرياف، حيث التقنع المتبادل هناك على درجة أقل.

بإظهارنا أنفسنا على حقيقتها ندع أنفسنا منفتحين على تأويلات مزعجة/غير سارة. وهذا ما يوضحه الدكتور كوفمان في إطار المؤسسات الذُهانية، حين يصف رجلاً متوسط العمر، مريض ذهنياً، يتجول وبيده صحيفة مطوية وشمسية (مضلة مطرية) غير مفتوحة، يتلبس وجهه تعبير شخص تأخر عن موعد ما، وهو يحافظ على طلعة تنم عن كونه رجل

أعمال اعتيادي. كانت هذه الأمور تشكل أهمية غامرة لهذا المريض، رغم انه لم يكن ليخدع أحداً في الواقع سوى نفسه.

ربما يشكل ارتداء القناع في البلدان الشرقية نوعاً من الإجراءات التقليدية (بروتوكول اجتماعي). فعادة ارتداء النساء للحجاب قد قام في الأساس كي يسمح لهن بإخفاء مشاعرهن الحقيقية، وحمايتهن من أي عدوان رجالي. لغة الجسد هذه مسلم بها في هذه البلدان على نحو جيد، فهناك حقيقة مقبولة في هذه البلدان تقول إن الرجل سوف يحاول فرض اتصال جنسي على المرأة (اغتصاب) عند أقل تشجيع يأتيه منها. الحجاب يسمح للمرأة أن تخفي القسم الأسفل من الوجه، وبذلك فإنها تخفي أية إيماءة تشجيع عفوية (غير مقصودة). كانت النساء (الأوروبيات)، في القرن السابع عشر، تستخدم مراوح وأقنعة مثبتة على عصي لهذا الغرض بالذات.

☜ المازوخي والسادي:

هناك حالات عديدة يمكن استخدام القناع فيها كوسيلة للانحراف النفساني. خذ حالة آني المتزوجة من رالف مثلاً. رجل يكبرها في السن والتعليم، مدرك تماماً حقيقة أن آني غير معادلة له لا من الناحية الفكرية ولا الاجتماعية، مع ذلك فقد أحب رالف آني بطريقة غريبة ومنحرفة نوعاً ما. لم يمنعه ذلك من أن يلعب لعبته مع آني، لعبة تشتمل على نوع من التقنع المفضي إلى تعقيد، وإلى منزلة (اجتماعية) محددة.

كان رالف عند عودته للبيت بعد انتهاء عمله، يجد أمامه طقساً جيد الإعداد. آني كانت تقوم بتجهيز العشاء والانتظار عند السادسة والنصف

مساء، لا قبل ولا بعد. رالف كان يصل البيت في الساعة السادسة ويتوجه للاغتسال ثم قراءة صحف ما بعد الظهيرة حتى السادسة والنصف حيث يكون على آني أن تدعوه إلى المائدة. آني تجلس إلى المائدة مسترقة النظر إلى وجهه. رالف يعلم أنها تراقبه، وهي تدرك أنه يعرف ذلك، إلا أن أياً منهما لا يود الإقرار بذلك. ربما أشار رالف، بشكل أو بآخر، إلى جودة أو عدم جودة الطعام. وقد ترغب آني أثناء تناولهما الطعام أن تدير في رأسها بعض الشؤون المنزلية. وقد تشعر بنوع من اليأس في جوف معدتها: هل أعجبه الطعام أم لم يعجبه؟ إن لم يعجبه فهي تعلم ما هو متوقع منه: لوم بارد، ومساء صامت بائس.

قد تتناول طعامها بصعوبة وهي تراقب وجه رالف العديم المشاعر. هل قامت بإعداد الطعام على نحو جيد؟ هل أنضجته بدرجة ملائمة؟ إنها قامت بإعداد الطعام حسب المواصفات المطلوبة، لكنها أضافت إليه قليلاً من التوابل، فهل أخطأت في ذلك؟ نعم، لا بد أن هذا هو ما حصل! إنها تشعر بقلبها يغوص، والبؤس يتحكم بجميع أعضاء بدنها. لا، الطعام لم يعجب رالف. ألا تتلوى شفتاه بداية السخرية منها؟

رالف سينظر وفي ذهنه الأمور المنزلية نفسها، سيحتفظ لفترة وجيزة بوجه ملغز، في الوقت الذي تذوق فيه آني الموت مائة مرة وهي في انتظار أن يعبر رالف عن استحسانه ببسمة منه. سنرى كيان آني كله يرقص ممتلئاً بالسعادة على حين غرة. الحياة رائعة. رالف يمثل حبها، لذلك فهي الآن في منتهى السعادة. الآن تلتفت إلى طعامها وتتناوله بنهم الجائع وهي مسرورة ومبتهجة للغاية.

ابتكر رالف عذاباً ومكافأة من خلال تعامله الدقيق عن انتباه وقناعة بتوقيتات لغة الجسد. يكرر استخدام الأسلوب نفسه في أثناء الليل،

عندما يكون وآني في الفراش. إنه لا يمنحها أي ملمح أو إشارة عن ما يشعر به في ما لو كان سيضاجعها أم لا، وهكذا تقع آني فريسة اللعبة المعقدة نفسها: "هل سيلمسني أم لا؟ هل ما زال يحبني؟ كيف سأواجه الأمر في حال رفضه لي؟"

أخيراً، وبعد أن يتخذ رالف قراره فيلمسها، تنفجر لدى آني حالة من الوجد، الانتشاء العاطفي. إننا لن نقرر جواب السؤال القائم الآن في ما إذا كانت آني ضحية أم شريكة في هذا الجرم. ذلك أن النقطة الواجب أخذها بنظر الاعتبار هي عملية استخدام القناع لغرض الوصول إلى حالة التعذيب. إن العلاقة السادية - المازوخية، بين رالف وآني تفيد كلاً منهما بطريقة غريبة، إلا أن فائدة ارتداء القناع لغالبية مرتديه هي، في الحقيقة، أكثر واقعية.

☜ كيف نلقي بالقناع جانباً؟

الفائدة المرجوة من ارتداء قناع، أكان ذلك حقيقة أم وهما، تجعلنا نقاوم إسقاط القناع. في حالات أخرى، قد نكون مجبرين فيها على علاقة لا يرغب فيها الآخرون، أو قد نجازف لأننا ربما نكون مرفوضين. علاوة على ذلك يمكن لارتداء القناع أن يضللنا في خصوص العلاقة التي نريدها. هل ترانا نكسب نفس المقدار الذي نخسره؟

خذ حالة كلوديا مثلاً. في بداية ثلاثينياتها كانت امرأة جذابة وشديدة النحافة. ونتيجة عملها في شركة استثمارات كبيرة، صارت كلوديا على اتصال برجال عديدين خلال مسيرة أيام العمل. كانت تبلي في عملها بلاءً حسناً، غير أنها بقيت عازب وباكر رغم كرهها الإقرار بذلك.

تصر كلوديا على أن المسألة ليست مسألة رغبة في ذلك، فهي تنظر إلى مشهد الحياة المجدبة للعانس العجوز الماثل أمامها برعب. لماذا لا تستطيع أن ترتبط بالرجل جنسياً وعاطفياً إذن؟ ربما لا تفهم كلوديا هذا الأمر، لكن الرجال، الذين كانت لهم معها مواعيد، يفهمون هذا الأمر.

"إنها تتفاداك" هذا ما يقوله أحدهم شارحاً. "تباً، أنا أحب كلوديا، فهي مناكدة تماماً في العمل. دعوتها للخروج معي غير أنها، في اللحظة التي أخذ شيء ما يتطور بيننا، أصابها الجمود (البرود)، وهذه رسالة واضحة: لا تلمسني، فأنا لا أرغب في شيء من ذلك. من تراه يتحمل ذلك؟"

فعلاً، من ذا يتحمل ذلك؟ من يستطيع رؤية مظهر كلوديا الرافض السالف الذكر إزاء النظر إلى امرأة أدنى منها مكانة ولكن مليئة دفئاً وعاطفة؟ إن كلوديا، برفضها المرعب، إنما هي ترفض قبل أن يكون أي تطور لاحق ممكناً. لهذا فإنها لا تشعر بأذى نتيجة ذلك أبداً. وهي مقبولة (من الآخرين) لأنها تقوم بالرفض أول بأول.

هل هي غبية؟ ربما، ولكن بشكل مؤثر تمام في حال كان الرفض أسوأ ما يمكن أن يحدث لك في هذا العالم. وهذا هو حال كلوديا، لذلك فإنها ستعيش أيامها في وحدة بدل اقتناص فرصة.

ارتداء كلوديا للقناع أمر غير ضروري، ومدمر باستثناء تقنعات ضرورية يقتضيها المجتمع. إن الشخص الذي يستخدم القناع على ضوء ذلك قد يكون راغباً في التعامل بلغة الجسد مستقتلاً من أجل الاتصال بالآخرين، غير أن هذا أمر غير مقبول عرفاً.

تقنعاً كهذا نجده عند صديقة شابة مؤهلة للزواج، فتاة في السابعة عشر من عمرها، جاءت تطرح مشكلتها أمام زوجتي.

"هناك فتى يستقل نفس الحافلة كل يوم، وينزل في المحطة التي أنزل فيها أنا أيضاً. أنا لا أعرفه شخصياً، لكنه حاد الذهن وأود التعرف إليه. عندي تصور أنه يميل إلي، ولكن كيف لي أن أتصرف كي أكون ودودة؟"

اقترحت زوجتي عليها، دون الرجوع إلى حكمة الخبرة، حمل حقيبتين غير متناسبتين عندما تستقل الحافلة في المرة القادمة، علاوة على تدريب دقيق للتعثر عند مغادرة الحافلة حتى يمكن للحقيبتين أن تطيرا منها.

لدهشتي فقد نجح المقترح. استدعى الحادث الاستجابة الوحيدة الممكنة، خاصة وقد كانا الوحيدين اللذان غادرا الحافلة عند توقفها في المحطة. قام بمساعدتها في ما يخص الحقائب. كان لزاماً عليها إسقاط القناع. هو الآخر خلع القناع عنه. عند وصولهما إلى بيتها أصبح بإمكانها أن تطلب منه الدخول لتناول قطعة كعك، وهكذا سارت الأمور.

في معظم الأحيان، لا بد إذن من خلع القناع في الوقت المناسب، هذا إذا كان الشخص مستعداً للتطور والنضج، وفي حال حصول أية علاقة هادفة. المشكلة الكبيرة لدى جميعنا هي أننا نرى من غير السهل إلقاء القناع جانباً بعد أن نكون قد ارتديناه طوال حياتنا.

يمكن إلقاء القناع جانباً في أوقات معينة فقط، عندما يكون هناك تقنع آخر. إن مرتدي ملابس المهرج، تلبية لبعض مشاريع مسرح الهواة، غالباً ما يخفي ما يمكن أن يعيقه حال ارتدائه أزياءه، وعندها يصبح قادراً على التقافز والمزاح "ليقوم بدور المهرج" وهو في حال من الاسترخاء والحرية الممتازين.

يسمح قناع الظلام للبعض منا بحرية ممارسة الحب دون قناع، بينما يخدم القناع أيضاً في فقدان الهوية (الشخصانية) عند البعض الآخر للغرض نفسه (حرية ممارسة الحب).

أخبرني بعض الشاذين جنسياً أنه كانت لهم لقاءات برجال عابرين مجهولين هادفين منه إلى اتصال جنسي مرضٍ دون أن يفشوا أسماءهم أو يطلبوا معرفة أسماء شركائهم. عندما سألتهم كيف يمكن أن يكونوا بتلك الحميمية دون معرفة أسماء شركائهم، جاءني جواب ثابت: "ذلك إنما يمنح دعماً أكبر. إذ أنه يمكنني أن أكون مسترخياً فأفعل ما أريد. علاوة على أننا لم نكن نعرف بعضنا البعض. ثم من يهتم بما فعلناه أو قلناه؟"

يصح لنا، امتداداً للموضوع، أن نقول ذلك عن الرجل الذي يذهب مفتشاً عن عاهر. إنه يمارس معها فقدان الهوية الاسمية فينال معها حرية أكبر.

لكن هذه الحالات هي بكل بساطة حالات مزدوجة التقنع، وهي تمثل حالة دفاعية أخرى، بحيث يتمكن الشخص فيها من إسقاط القناع. وتماشياً مع حاجتنا المستمرة إلى التنبه للغتنا الجسدية، وللاحتفاظ بزمام الإشارات التي نرسلها على نحو مشدود (متوتر)، فإننا نجد هنا حاجة نقيضه لنقل الإشارات بحرية أكبر ومجال أوسع، من أجل أن نقول للعالم: من نحن، ماذا نريد، وكي نطلق صراخنا في العراء ونتلقى الجواب عنه، وأن نلقي بالقناع جانباً، ونرى إذا كان الشخص المتخفي وراءه بشراً على صورته الحقيقية.. باختصار، لتحرير أنفسنا والاتصال بالآخر.

سادساً

عالم اللمس الرائع

سادساً

عالم اللمس الرائع

تعال المس يدي:

تطوعت منذ وقت مضى للتعليم في صف الإبداع الكتابي للشباب، العائد لكنيستنا المحلية. كان أحد مرتادي الصف الشاب هارولد ذو الأربعة عشر عاماً، مثيراً للمشاكل بالولادة. كان وسيما، يبدو أكبر من عمره ويمتلك صوتاً عالياً وضاجاً. خلق لنفسه أعداء حتى من دون قيامه بذلك، مع أنه كان يحاول ذلك في العادة.

مع حلول الدورة الدراسية الخامسة، كان الجميع قد أصبح كارهاً له. كان جيداً في تحطيم المجموعة على طريقته الخاصة، أما بالنسبة لي فقد كنت في حالة يأس. حاولت كل شيء، ابتداءً من اللطف والمودة إلى الغضب والعنف، غير أن أياً من ذلك لم يفلح معه. بقي هارولد قوة ممزقة وحرون.

ثم حدث ذات مساء أن ذهب في مضايقة إحدى الفتيات شوطاً بعيداً نوعاً ما، فأمسكت به بكلتا يدي. في اللحظة التي قمت بذلك، أدركت

خطأي. ماذا يمكنني أن أفعل الآن؟ هل أدعه يذهب؟ عندها سيكون هو المنتصر. هل أقوم بضربه؟ إنه لأمر صعب نظراً لفارق السن والحجم.

في ومضة من ومضات الإلهام قمت بطرحه على الأرض وبدأت أدغدغه. في البداية أخذ يطلق صراخاً غاضباً تحول فيما بعد إلى ضحك. فقط عندما تركته ينهض لاهثاً، واعداً إياي بتحسين سلوكه، اكتشفت وأنا في خضم ردود أفعالي المختلطة أنني ابتدعت وحشاً فرانكشتاينياً. حين قمت بدغدغته، كنت قد انتهكت نطاق جسده وبذلك فقد منعته من استخدامه في الدفاع عن نفسه.

أخذ هارولد يؤدب بنفسه منذ ذلك الحين فصاعداً، غير أنه تحول إلى صاحب مخلص أيضاً وزميل تعلق بعنقي ويدي، دافعاً إياي، أو ملاكماً، مقترباً مني جسدياً قدر ما أمكنه.

كنت أرد له تقريبه بالمثل، بل كنا نمارس ذلك بشكل أو بآخر طوال فترة الدورة. ما أذهلني أنني بدأت تكوين صلة معه للمرة الأولى بدءاً من اقتحامي فضاءه الشخصي وانتهاكي حرمة إقليميته.

ما تعلمته من هذا التواجه أن ثمة أوقات لا بد لنا فيها من رمي القناع جانباً، ولا بد للاتصال أن يكون من خلال التماس الجسدي، وسوف لن نكون قادرين على بلوغ التحرر العاطفي في حالات عدة ما لم نصل إلى ذلك من خلال الفضاء الشخصي، من خلال الأقنعة، التي وضعناها بقصد حماية أنفسنا، لكي يكون بوسعنا أن نتلامس ونتلاطف ونتفاعل مع الآخرين جسدياً (فيزيقياً). ربما ليست الحرية أمراً شخصياً، إنما وظيفة اجتماعية/جمعية.

إن إدراك هذه الحقيقة هو الذي قاد جماعة من علماء النفس إلى تكوين مدرسة علاجية جديدة. مدرسة تقوم على أسس لغة الجسد

بدرجة كبيرة، وهي مهتمة أيضا بالانكسار الحاصل من خلال عملية التقنع، والاتصال الجسدي.

☜ الأقنعة المشلولة - العرجاء:

قبل أن يتعلم الأطفال ماهية الكوابح الاجتماعية فإنهم يستكشفون عالمهم من خلال التماس. إنهم يتلمسون زملاءهم ويحتضنونهم، يتحسسون أنفسهم، ويجدون البهجة في تلمس أعضائهم الجنسية، ويحسون بالطمأنينة تحت قماش أغطيتهم، ويستثارون من خلال تحسس الأشياء الباردة والحارة، وتحسس الأشياء الناعمة والخشنة/الواخزة.

لكن الطفل عندما يكبر، يصبح إدراكه عن طريق التلمس موجزاً/مكثفاً. ويبدأ عالم اللمس عنده بالاتساع. إنه يبدأ بتعلم إنشاء تروس لجسده، ويبدأ بإدراك حاجاته الإقليمية حسب اعتبارات ثقافة مجتمعه. وهكذا يكتشف أن التقنع قد يحافظ على ذاته من الأذى، حتى وإن كان القناع هذا مانعاً إياه من تجريبه مشاعره على نحو مباشر. سيبدأ بالاعتقاد أن ما يخسره عند التعبير عن مشاعره سوف يكسبه من خلال حماية الذات.

لسوء الحظ ما أن يصل الطفل إلى سن البلوغ حتى تكون جميع الأقنعة قد تصلبت (اخشوشنت واستحكمت)، وتحولت من أداة حماية إلى أداة شلل (عجز). وقد يجد البالغ حاجة في القناع الذي يمكن أن يحافظ به على خصوصيته الحميمية بعيداً عن أية علاقة غير مرغوب فيها، لكن القناع نفسه قد يتحول إلى شيء مقيد وعائق أمام علاقات مرغوب فيها، بنفس الدرجة في الحالات غير المرغوب فيها.

بهذا يصبح البالغ في حالة جمود. ولأن من الممكن ترجمة الخصائص الذهنية إلى خصائص بدنية، يصبح من السهل أيضاً أن يجمد بدنياً. إن العلاج الجديد لذلك مؤسس على تجارب أجريت في مؤسسة إيسالن عند بيك سور في كاليفورنيا، أجريت تجاربها على صفوف معزولة لرجال يقطنون القطب، وعلى مجاميع حلقات دراسية في أرجاء أخرى من العالم، والتي سميت مجاميع الملاقاة (المواجهة)، وتنشد هذه التجارب اختراق الشلل (الجمود الجسماني) ثم الانعطاف إلى الجمود الذهني.

كتب الدكتور وليام شوتز الكثير من الكتابات حول تقنية مجاميع المواجهة، تقنية حماية هوية الشخص الواقع تحت ضغط المجتمع المعاصر. ولتبيان حجم المشاعر والتصرفات التي يعبر عنها بلغة الجسد، يورد الدكتور شوتز عدداً من التعابير الممتعة التي تصف عدداً من حالات السلوك والعاطفة ضمن اصطلاحات لغة الجسد. نذكر من بينها: التناكب (ينكب الواحد على الآخر)، شجاعة المواجهة، رفع الذقن، الصر أو الأز على الأسنان، انقباض الشفة العليا، الكشف عن الأسنان، الانتباه (لفت النظر)، عدم المبالاة، وهكذا دواليك.

الممتع في جميع هذه الأشياء أنها تمثل أيضاً تعابير لغة الجسد. كل واحد منها يعبر عن انفعال (إحساس)، ويعبر في الوقت ذاته عن الفعل البدني الفيزيقي، الذي يشير إلى نفس الانفعال العاطفي/الإحساس ذاته.

من خلال تأملنا لهذه التعابير يمكن لنا فهم مقترح الدكتور شوتز كون "المواقف النفسية تؤثر في وضعية الجسد ووظيفته"، كما أنه يورد تخمينات الدكتورة إيدا رولف الزاعمة أن الانفعالات تؤدي إلى تصلب الجسم حسب مجموعة من الأنماط/النماذج. فالشخص غير السعيد على طول الخط يتطور عنده التجهم/العبوس ليصبح جزءاً من كيانه البدني.

الشخص الذي يدفع برأسه على الدوام إلى الأمام تتطور لديه وضعية الرأس المندفع إلى الأمام، ولا يمكنه تغيير ذلك. تبعاً للدكتورة رولف فإن هذه الانفعالية هي السبب في وضعية هذا الشخص، بتعبير آخر في تجميده داخل وضعية محددة. من ناحية ثانية فإن هذه الوضعية تدفع بالانفعال إلى العمل. فإذا كان لديك، على حد اعتقاد الدكتورة رولف، وجها تلبسته عادة الابتسام سيؤثر ذلك على شخصيتك ويدفعك ذهنياً إلى الابتسام. والشيء نفسه يصح على التجهم، وعلى وضعية بدنية أقل وضوحاً بسبب غورها في العمق.

إلى هذا المفهوم الآسر، يضيف الدكتور الكسندر لووين في كتابه الفعالية البدنية المحركة لبنية الشخصية قوله أنه يتم الكشف عن جميع القضايا/المشاكل العصبية بواسطة بنية ووظيفة الجسد، ويذكر أن "ليس في الكلمات الوضوح الذي نجده في تعبير لغة الجسد إذا ما تعلم المرء قراءة هذه اللغة."

بمتابعته الموضوع يربط وظيفة الجسد بالانفعال، فهو يرى أن الرجل الذي لديه انحناءة في ظهره، غير قادر على امتلاك ذات قوية مثل التي يمتلكها رجل سوي الظهر. لكن الظهر السوي أقل مرونة هذا من جانب آخر.

☜ إنك مما تشعر به:

ربما نتيجة لمعرفة علاقة وضعية الجسم بالانفعال جعلت جند الآمر العسكري يقفون على نحو مستقيم وصلد. فالمرجو من ذلك تحولهم بشكل فعلي إلى أشخاص ثابتين/عديمي الحركة، وذوي عزم. لا بد من

وجود حقيقة ما في الصورة (الكليشة) القديمة للجندي، مصحوبة بـ "تصلب في الظهر"، وتصلب في الشخصية.

تمثل المشاعر الصغيرة الناتجة عن انكماش الكتفين غضباً مكظوماً، بينما يرتبط رفع الكتفين بالخوف، أما الأكتاف القائمة الزاوية فتشير إلى المسؤولية، وتمثل الأكتاف المنحنية تحمل عبء حمل ثقيل.

يصعب علينا فصل الواقع عن الخيال الأدبي في العديد من صور المقترحات الضعيفة هذه، خاصة إذا كان حمل الرأس باستقامة واعتدال يمثل الغرور، كما هي الحال عليه عند الحديث عن عنق طويل أبي، أو عنق قصير ضخم متبجح.

مع ذلك يبدو أن هناك قدراً كبيراً من الإحساس في العلاقة الدنيا للحالة الانفعالية نسبة إلى الظاهرات الجسمانية. فإذا بدا ذلك في طريقة المشي، الجلوس، الوقوف، تحرك الشخص، أو كانت لغة جسده تشير إلى مزاجه وشخصيته، وقدرته على الاتصال بالآخرين، فمن ثم لا بد من سبل تجعل الشخص يتغير بتغير لغة جسده.

في كتابه "البهجة" يلاحظ شوتز أن هناك جماعات من الناس غالباً ما تجلس بأذرع وأرجل متصالبة للدلالة على الانشداد/التوتر، الارتداد والانسحاب داخل الذات، مقاومة أي واحد يحاول الوصول إليهم. فإن طلبت من أولئك الأشخاص ألا يغلقوا على أنفسهم، وألا يصالبوا أذرعهم وأرجلهم، سيؤدي طلبك هذا بأولئك الأشخاص، على حد اعتقاد شوتز، إلى انفتاحهم على بقية أفراد المجموعة والاتصال بهم. المهم في هذه الحالة هو معرفة ما يقوله هذا النوع من الأشخاص بمصالبته ذراعيه ورجليه، وماهية الرسالة التي يرسلها. كما يكون من المهم أن يعرف

الشخص نفسه ماهية الرسالة وماذا يعني بها تماماً. إذ لا بد له أن يدرك سبب توتره الذاتي قبل أن يتمكن من كسره.

☜ كيف نخرج من القوقعة/الصَدَفَة:

كيف لك أن تخرج من قوقعتك؟ كيف لك أن تصل إلى الآخرين؟ الخطوة الأولى للخروج من القوقعة تكمن في فهم تلك القوقعة. فهم الدفاعات التي وضعتها لنفسك. منذ مدة ليست بالبعيدة، اطلعت، في مركز التدريب الاستشاري في جامعة نيويورك، على عدد من أشرطة فيديو، تم فيها تسجيل لقاءات بين مستشارين يحاضرون في تقنية الاستشارة وبين الأطفال المزعجين، الذين خضعوا للاستشارة.

في واحد من هذه الأشرطة، ظهرت امرأة لطيفة المظهر، جيدة الارتداء، بيضاء البشرة، يفوح منها النبل، تجري لقاءً مع فتاة سوداء تجلس إلى الطاولة برأس منحنية للأسفل. كان وجه الفتاة بعيداً عن المرأة/المستشارة، ويدها اليسرى تغطي عينيها، بينما انبسطت يدها اليمنى فوق سطح الطاولة.

بقيت يدها اليسرى تدرأ عينيها طوال فترة اللقاء. كانت، من خلال يدها اليسرى، غير راغبة بالنظر، مع أنها كانت تتكلم بهدوء، غير أن أصابع يدها اليمنى، التي انسلت ناحية المستشارة عبر سطح الطاولة، كانت تمتد إلى الأمام وتتراجع ثم تتقدم ثانية في محاولة للتزلف والإغراء. في لغة الجسد، تمثل هذه الحركة صراخاً زاعقاً، يكاد يكون مسموعاً: "المسيني! المسيني - بحق السماء! خذي بيدي وأجبريني على النظر إليك!"

المستشارة البيضاء، القليلة الخبرة في تقنية الاستشارة، الخائفة تماماً من مجمل تجربة المقابلة الأولى، كانت تجلس بوضع منتصب، مصالبة رجليها، طاوية ذراعيها فوق صدرها، تدخن ولا تتحرك إلا عند حاجتها لنفض رماد سيجارتها، لكن يدها سرعان ما كانت تعود إلى صدرها في وضعٍ دفاعي. بقدر ما كان مظهر موقفها البدني واضحاً، كان انعكاسا لموقفها الذهني بنفس القدر من الوضوح : "أنا خائفة، غير قادرة على لمسك. لا أعرف كيف أسيطر على الحالة وأمسك بها، مع ذلك يجب أن أدافع عن نفسي"

كيف يتأتى لك فك إسار حالة كهذه؟

يشرح الدكتور آرنولد بوخهايمر، أستاذ التربية الجامعي، أن الخطوة الأولى لفتح القفل كانت بعرض شريط الفيديو (الملتقط دون علم المستشارة والمشار عليها) على المستشارة، وقد زامن ذلك مناقشة عميقة عن أدائها ردود أفعالها، والسبب وراء ذلك. بهذا تتشجع من خلال اختبار خوفها وارتباكها، تصلبها وتوترها هي، كي تحاول في الجلسة اللاحقة الوصول أولاً إلى اتصال نفساني مع الفتاة المشار عليها، يلحقه ثانياً اتصال كلامي.

لقد أصبحت المستشارة، عبر التدرب وتحليل سلوكها هي نفسها، قادرة، وقبل انتهاء سلسلة الجلسات الاستشارية، على الوصول ليس فقط إلى لب مشكلة الفتاة على المستوى اللفظي، بل على المستوى الجسماني أيضا، إذ أصبحت قادرة على وضع ذراعها حول الفتاة وتعانقها وتمنحها بعضاً من أمومة كانت المشار عليها بحاجة إليها.

كان رد الفعل الجسماني هو الخطوة الأولى لفتح المجال أمام رد الفعل الكلامي، والتوجه في الوقت المناسب إلى مساعدة الفتاة كي تساعد نفسها

بنفسها. في حالتنا هذه قد قامت الفتاة المشار عليها بطرح طلبها لبعض من الاتصال الجسماني عبر لغة جسد واضحة، فرأسها المنحني إلى الأسفل، ويدها التي غطت عينيها تقول: "إنني خجولة، لست قادرة على مواجهتك، أنا خائفة"، في الوقت الذي كانت يدها الأخرى، الساعية للاقتراب عبر سطح الطاولة تقول: "المسيني. دعيني أكون في طمأنينة. كوني على اتصال معي."

كانت المستشارة، بضمها ذراعيها إلى صدرها، بجلستها الصارمة، تقول: "إنني خائفة. لا أستطيع لمسك، كما لا أستطيع السماح لك باقتحام خصوصيتي."

فقط بعدما أمكن حصول اقتحامات عديدة، تبعها اتصال جسماني مباشر، أمكن الالتقاء، ومن ثم الأخذ والعطاء فالعون أخيراً.

ليس من الضروري للاتصال، أو للاقتحام المطلوب للخصوصية من أجل اختراق الحواجز ونزع القناع، أن يكون جسدياً دائماً. يمكن للاتصال أن يكون كلامياً. منذ وقت قريب أثناء سفري إلى شيكاغو، التقيت شاباً مقيماً في فندقي، مثيراً للملاحظة. كان يمتلك قدرة كلامية غير اعتيادية يقضي بها على أقنعة الناس وحواجزها. كنا نسير في الشارع ذات مساء فاجتزنا مطعماً يعود طرازه لطراز منتصف القرن التاسع عشر. بوابه كان يرتدي بدلة مناسبة لتلك الفترة وكان رجلاً مهيب الهيئة الجسمانية.

وقف صاحبي الجديد وشرع في حديث حميمي مع البواب بينما كنت أنا في حال من الارتباك والانفعال. حوت حميمية الحديث تعابير تخص العائلة، وتخص آماله ومنجزاته. بدا لي الأمر أسوأ ما يكون من خرق للذوق اللطيف. ذلك لأن المرء لا يستطيع التدخل بخصوصيات رجل على هذا النحو.

كنت واثقاً من أن ردود أفعال البواب ستكون على شكل انزعاج، وقد يرتبك أو ينسحب. أخذتني الدهشة لعدم حصول شيء من ذلك. بعد تردد قصير أخذ البواب بالاستجابة، ولم تمض عشر دقائق حتى أبدى استعداداً لائتمان صاحبي بكل أمنياته وطموحاته ومشاكله. تركناه منشرحاً وممتلئاً حماساً. سألت صديقي وقد انتابتني صعقة: "هل تقوم بذلك بنفس القدر من التأثير في كل مرة؟"

"لم لا؟"سأل صاحبي. "لقد أهمني هذا الرجل، فكنت راغباً في سؤاله عن مشاكله وإعطائه النصح. لقد أصبح ممتناً لي. إنني أشعر بارتياح من عملي هذا، كما أنه هو أيضً يشعر بارتياح أكبر لأني قمت بذلك."

☜ حفلة شراب صامتة:

ليس من شك في أن القدرة على عبور خطوط الذوق والخصوصية أمر نادر. ليس الجميع يملك صفة كهذه، كما ليس كل من يمتلكها قادر على تجنب الأذى. كنت سأصاب بالدهشة من جديد لو أن صاحبي هذا استطاع أن ينجح بطريقته هذه مع الذين هم من مراتب أعلى. الكثير منا ينظر إلى البوابين على أنهم أناس معدومي الشخصية (لا شخصانيين)، وأنهم سيردون على أية ملاحظة أو تعليق بعرفان وتقدير.

ولكن حتى وإن لم يقيض لنا بلوغ ذلك عن طريق الكلام، فإن بوسعنا استنباط طرق أخرى، طرق غير كلامية، نصل من خلالها إلى بعضنا البعض، طرق قد تشمل أو لا تشمل اتصالاً جسمانياً. إحدى تلك الطرق حصلت في حفلة شراب أقامها صديق قبل مدة قريبة وهو عالم نفساني.

فقد قام باستضافة ضيوفه بدعوات وجيزة أبلغهم فيها أن هذه الدعوة تقوم على أساس تجمع صامت - بلا كلام.

"المس، تشمم، حدّق، تذوّق، لكن لا تنطق بشيء" هذا ما جاء في دعوته، "فلنقضي أمسية اتصال غير كلامي - صامت."

تهامست وزوجتي، ساخرين من الخصوصية الدقيقة لهذه الدعوة، غير أننا لم نستطع التملص منها بلباقة. ذهبنا، ولدهشتنا وجدناها فاتنة (ساحرة). لقد تم تغيير ترتيب الغرفة بحيث لم يكن هناك مجالاً للجلوس. الجميع كان يتحرك وقوفاً في دوران عشوائي. نرقص، نومئ، نأتي بإشارات صامتة فدخلنا في تمثيلية حزورات معقدة. كل ذلك من دون نأمة كلام.

كل واحد منا لم يكن يعرف غير رفيقه، فجرى تعارفنا على بعضنا البعض بشكل متكافئ مدعوماً بالصمت المفروض علينا. لقد استوجبنا عمل كبير حقاً لبلوغ معرفة أحدنا الآخر. أنهينا الأمسية دهشين من معرفة شفافة وعميقة بأصدقائنا الجدد.

من الطبيعي أن ما حدث كان إزاحة لعنصر التقنع الكلامي/اللفظي؟ أما باقي الأقنعة فقد كانت نصف مدعمة. لقد انزاحت الأقنعة الكلامية بسهولة فوجدنا أنفسنا مجبرين على التعامل دونها، من أجل إقامة أفضل الاتصالات فيما بيننا، وقد كانت اتصالات جسمانية في الغالب.

أثناء الصمت تغيب جميع النبرات الصوتية والتصاريف اللغوية وارتباطاتها بالحالة. حدث لي أن صافحت أحدهم فلاحظت قساوة في كفه. قادني ذلك لأستنتج أن طبيعة عمله تندرج ضمن فئة البناء. ودون أية عوائق من التي تخلقها الكلمات المنطوقة توصلت إلى فهم بين اثنين متفاوتان (مختلفان) طبقياً بأوسع ما يمكن أن يكون.

إنها لعبة من لعب الردهات (القاعات) تماماً، لكنها لعبة تخلو من الدرجات، إذ ليس فيها خاسر، وبذلك تكون المحصلة النهائية فهم بمغزى أكبر لأولئك الناس، الذين تلعب معهم. هناك ألعاب أخرى صممت لتديم وسائل الاتصال، ولجعل لغة الجسد ممكنة الفهم، ولإزاحة الموانع التي نقيمها لحماية أنفسنا بها.

☜ إجراء ألعاب لأغراض صحية:

جمع الدكتور شوتز عدداً من "ألعاب الردهة" هذه، وكان قد أخذ بعضها من مخزونات مؤسسة كاليفورنيا التقنية، وآخر من UCLA لمدرسة الأعمال، وبعضا آخر من المختبرات الوطنية للتدريب في بيثل في مآين. جميع اللعب مصمم من أجل كيفية إزاحة الموانع، كشف القناع عن النفس وعن الآخرين، وجعلك مدركاً لغة الجسد ورسالتها.

يسمي الدكتور شوتز واحدة من هذه اللعب "الإحساس بالفضاء". قام بجعل مجموعة من الناس تجلس على الأرض أو على الكراسي بأعين مغلقة وأيدٍ ممدودة إلى الأمام كي "يتحسسوا" الفضاء القائم حولهم، بحيث يكون من المحتم عليهم أن يمس أحدهم الآخر، أن يتلمسه ويستكشفه ويأتي برد فعل على هذا التماس، وعلى اقتحام الجار لأجسادهم.

مما لاحظه أن بعض الناس يود لمس الآخر، في حين لا يرغب البعض الآخر ذلك. ويرغب بعضهم أن يمسه الآخر بينما لا يرغب البعض الآخر ذلك. إن إمكانية التفاعل والتعقيدات هذه وتبادل المواقع غالباً ما تجلب

إلى السطح انفعالات مخفية. فإذا تم مناقشة الحالة لاحقاً سيجد اللامسون والملموسون فهماً جديداً لذواتهم ولجيرانهم.

يسمي شوتز اللعبة الثانية "التمازج الأعمى". هنا نجد أيضاً مجموعة تقوم بالدوران داخل غرفة وعيونهم مغلقة ليتلامسوا ويستكشف أحدهم الآخر بالأيدي. كانت النتيجة النهائية مماثلة لنتيجة لعبة تحسس الفضاء.

يقترح شوتز أن تأتي، بعد هذه الاستكشافات المؤقتة، تقنيات تحول الأحاسيس الانفعالية إلى لغة جسدية. وليعطي مثالاً على ذلك تحدث عن شاب ينسحب في الحال من أي علاقة قد تؤذيه. لقد كان من الأسهل عليه الهرب من المواجهة بدل المجازفة بتحمل أذى. ولكي يجعلونه يدرك ما كان يفعله حقاً، حاولت المجموعة دفعه للإفصاح عن مشاعره الحقيقية تجاه الشخص الأكثر كرهاً لديه داخل المجموعة. عند تحججه بعدم قدرته على القيام بذلك طلبوا منه ترك المجموعة والجلوس في أحد الأركان. إن فعل انسحابه العادي جعله يدرك أنه يفضل الانسحاب من أمام الآخر بشكل مباشر وصريح، غير أنه بتفضيله عزل نفسه عن المجموعة على المجازفة يكون قد قام بشيء ربما انتهى إلى حالة غير سارة، حالة ربما قادت شخصا آخر إلى كرهه هو.

لقد تم تأسيس معظم تقنيات مجاميع المواجهة على القيام بفعل جسماني بعيد عن مسألة الانفعالية.

على مستوى آخر نرى أن التعابير الانفعالية الموجودة أصلاً تدخل في نطاق لغة الجسد. وحين تنطقها بجسدك أنت، ستسمح لك بفهمها على نحو أفضل تماماً.

الشخص الذي يكبت كراهيته لوالده والممزوجة بحب حقيقي يمكنه، حسب تقدير شوتز، إدراك ذلك والتعامل مع هذه الانفعالات المتنازعة بشكل أفضل من خلال التجرؤ على موضوع أكثر طواعية، ولنقل وسادة نوم تقوم مقام الوالد. هذه التقنية تجعله يتجرأ على كره الوسادة أثناء تعبيره عن غيظه وغضبه (على والده).

غالباً ما نرى في ضرب الوسادة بغضب صاخب (ما لم تتمزق وتملأ الهواء بالريش) تحول الضرب إلى حالة انفعالية يمكن من خلالها إفراغ عدائه لوالده من نفسه. وبعد أن يكون قد عبر عن دواخل نفسه بالطريقة هذه في تعابير جسمانية صاخبة، يمكن له أن يتخلى عن شعور النزاع الكبير فيه. بهذا يكون قادراً فعلاً على التعبير عن حبه لوالده، ذلك الحب الذي كان مختنقاً بشكل مستمر نتيجة الامتعاض والكراهية.

ما حدث لهذا الشاب هو تحرير الانفعالات أولاً ومن ثم القدرة على الكراهية بنفس درجة قدرته على الحب. وغالباً ما يمكن تحرير الانفعالات القائمة بين أشخاص حقيقيين أثناء التفاعل من خلال موضوع غير حي (جامد).

التقنية الأخرى المتعلقة بكشف المرء عن ذاته أمام ذاته، مخصصة لمجموعة ناس تشكل من أذرعها حلقة مغلقة ليجعلوا الشخص المكافح من أجل فهم نفسه يقاتل بطريقته وهو داخل إطار الحلقة. الطريقة التي يلتزمها الشخص لنفسه في حالتنا هذه يمكن أن تساعده على فهم ذاته على حقيقتها، وكذلك فهم احتياجاته الحقيقية.

سوف نرى أن بعض أولئك الأشخاص يشقون طريقهم من أجل أن يكونوا فرداً من أفراد الحلقة باستخدام القوة والمناكبة. ويستخدم بعض منهم خطاً خاصاً به، وهناك بعضاً يستخدم تقنية مراوغة ماكرة، كأن

يلكز (ينغز) أحد أفراد الحلقة باستمرار حتى يجعله يبتعد ليفسح المجال للناغز بدخول الحلقة.

يقترح شوتز على مجموعة المواجهة، بعد تشكيلها، تقنية ممتعة قوامها أن يقوم كل فرد من أفراد المجموعة بالظهور أمام المجموعة على التوالي لاختباره جسمانياً، عندها يقومون بنخسه، دفعه، مراقبته، لمسه وشمه، فيشعر عندها بأن هذا الأمر سيجعل من واقع شخصيته تجاه أعضاء مجموعة الأصدقاء أكبر بكثير.

هنا أود اقتراح تقنية أخرى يمكن لها أن تقوم على أساس لغة الجسد، وذلك بأن تتم مراقبة أحد أفراد المجموعة من قبل الآخرين ثم القيام بوصفه تبعاً لتعابير (اصطلاحات) لغة الجسد: ماذا يقول بمشيته، بوقفته، بإيماءاته؟ هل تشكل هذه الحركات نفس ما نعتقد أن ذلك الشخص يقوله فعلاً؟

قد نتمكن من خلال مناقشة الإشارات المرسَلة والمتلقاة اكتساب حواس تبصرية. ما هي الرسائل التي نرسلها؟ هل تعبر طريقة مشيتك عن حقيقة ما تحس، الطريقة التي تعتقد أنك تحسها فعلاً، أم التي ينظر الآخرون إليك بها؟ إننا نقوم بإرسال إشارات معينة من خلال لغة الجسد، وبهذا يكون ممكناً أن نتعلم المزيد عن أنفسنا عبر الاستماع إلى تفاسير الآخرين للإشارات التي نقوم بإرسالها.

هذا ما أدركه علماء النفس منذ مدة طويلة، وقد أثبتت تقنية تصوير شخص ما أثناء علاقته بالآخرين، ثم القيام بعرض ذلك عليه، ومناقشة إشاراته ولغة جسده. أنها تقنية مؤثرة تفتح عيني الشخص على حقيقته/على واقعه.

كيف يمكن لنا، دون الأخذ بحنكة تقنيات الفيلم وأشرطة الفيديو، أن نفهم إشاراتنا نحن؟ هناك طرقا عديدة، ربما أكثر وضوحاً وبساطة، نجدها في ألعاب القاعة، مثل تمثيليات الحزورات - ولكن من نوع آخر.

يخرج، على سبيل المثال، رجل أو امرأة من المجموعة أو التجمع هذا إلى خارج الغرفة ثم يعود ويقوم بالتعبير إيمائياً (دون أن ينبس بكلمة) عن فكرة أو انفعال ما، مثل: السعادة، الابتهاج الغامر/الوجد، حزن الحداد أو الكدر، دون استخدام الإيماءات الرمزية والاختصارات (المألوفة) في الحزورات ليكون الموضوع (الفكرة) مطروحاً بشكل شخصي. إن الشخص الذي يقوم بمحاولة عرض فكرة ما، سرعان ما يبدأ بإدراك ذاته، إيماءاته وإشاراته الخاصة به، من ثم يدرك كيف يتحرك ويضبط نفسه.

حين يقوم الآخرون (المجموعة) بمناقشة نجاح أو فشل الشخص في سعيه للكلام بلغة الجسد، عندها يدرك هذا الشخص ردود أفعاله وإشاراته. هل حاول إرسال إشارة حياء بدل إشارة الغطرسة ونجح بذلك؟ هل قام بإرسال إشارة لهو بدل إشارة ألم، مؤكداً على تشككه؟ أيكون على ضوء مرآة الحياة الواسعة قد أرسل إشاراته على نحو مشوش؟ أم تم تفسير إشاراته على نحو صحيح؟

المسألة المطلوب صرف بعض الوقت في تأملها هي: هل ترانا نقدم للعالم نفسنا الحقيقية؟ هل يتسلم أصدقاءنا الرسائل نفسها التي نعتقد أننا أرسلناها لهم؟ إن لم يكن الأمر كذلك، فهذا ما يشكل جزءاً من فشلنا بالاندماج مع العالم. وقد يكون ذلك مفتاحاً لفهم فشلنا في الحياة.

اللعبة الأخرى داخل القاعة، القادرة على مساعدتنا في فهم ذواتنا، تعتمد على أن نطلب من المجموعة أن تعطي اسماً جديداً لأحد أفرادها، اسماً يتناسب وحركات جسمه، ثم نطلب من هذا الشخص أن يؤدي

(يمثل) فعلاً متأت من الاسم الذي منحته المجموعة إياه. إن الحرية الفجائية المترتبة على الفعل في هذا الزي الجديد، أي بقبول شخصانية جديدة، سوف تخدم كقوة محررة مبددة للكوابح الشخصية، فتسمح للشخص، صاحب التسمية الجديدة، أن يفهم ذاته على مستويات متباينة. أن يمثل أداء شخصية جديدة، شخصية سوف يفضلها على شخصيته، التي هو عليها.

هناك تنويعات أخرى من "الأداء/السلوك" الذي يضرب (يؤثر) في لب الحالة. أخبرني صديق لي قبل مدة أن لديه بعضاً من المشاكل العائلية القائمة بين ابنته ذات السبعة عشر عاماً وابنه ذو الأربعة عشر عام" بلغ الأمر بهما أنهما لا يستطيعان المكوث في غرفة واحدة لحظة دون أن ينفجرا، إذ أن كل ما كان يقوم به الفتى يكون سيئاً بنظرها، والشيء نفسه كان بالنسبة للابن.

حاول، بناءً على اقتراحي، أن يمارس عليهما لعبة الصمت طالباً منهما أن يقوما بأي شيء يريدان ولكن دون أن ينبسا بأية كلمة.

أخبرني في ما بعد أنهما أصبحا في غضون دقائق في حال من الإرباك والحيرة. فهي لم تعد قادرة على تعنيفه دون أن تنطق بكلمة. بدت وكأنها لا تعرف ماذا تفعل، ما هي الوسيلة إلى إقامة اتصال معه. هو أيضاً جاء بموقف جديد فتقدم حيث كانت جالسة ليأز ويصر على أسنانه، وفجأة قامت بالإمساك به آخذة إياه في حضنها، معانقة إياه أمام دهشة بقية أفراد العائلة..

أثناء مناقشة لاحقة على ذلك اتفقت العائلة كلها على أن ما قامت الفتاة به تجاه الفتى أمومة. لقد شعرت تجاهه كأم له فعلاً. توبيخها المستمر له كان يخص موضوع نقده بأقل مما يخص موضوع حب الأمومة

التملكي. لقد جعلتها أفعال لغة جسدها، باحتضانها له، تدرك الأمر جيدا، وجعل الابن بعينين منبهرتين في حال من الاندهاش. استمرا لاحقاً في مشاحناتهما، كما روى لي صديقي، غير أن الأمر لم يعد يحمل نفس الخطورة التي كانت عليه فيما سبق. لقد نشأ بين الطرفين، من خلال الفهم المتبادل، تفاهما مشوباً بالدفء.

غالباً ما يحدث لنا، في أية علاقة، تحول اللغة نفسها إلى قناع، إلى وسائل تربك العلاقة وتجعلها ضبابية. فلو تم التجرد من اللغة المنطوقة، وأبقينا على لغة الجسد فقط، ستجد الحقيقة طريقاً لإذكائها وإظهارها. إن اللغة المحكية في ذاتها تشكل غموضاً كبيراً.

قد تقوم الكلمة المحكية في الحب والاتصال الجنسي مقام إعاقة للحقيقة. إن أحد أكثر التمارين العلاجية فائدة لزوجين في حالة حب أن يحاولان في جو من الظلام الدامس، إيصال رسالة محددة إلى بعضهما البعض من خلال عناصر اللمس الخاصة بلغة الجسد. حاول أن تقول لحبيبتك: "إنني بحاجة إليك. سأجعلك سعيدة" أو "إنني أردك لأنك لا تفعل هذا أو ذاك على نحو ملائم" أو "إنك تطلب الكثير"--"إنك تطلب القليل"

يمكن أن تكون تمارين التحرر من الكلمات أثناء الجنس والحب ذات أهمية قوية، وأن تساعد في إنماء وتطوير العلاقة. الاتصال نفسه، من دون كلمات، يمكن أن يشكل، باستخدام النظر بدل التحسس باللمس، الخطوة الثانية في إنضاج قضايا الحب. قد يكون من الأسهل نوعاً ما، عند العديد من الناس، أن ينظر أحدهم إلى جسد الآخر بعد أن يكونوا قد تلمسوه.

سابعاً

لغة الحب الصامتة

لغة الحب الصامتة

☜ **وقفة، فَلَمحة، فَتَقدُم:**

يعتبر مايك زير نساء. لا يحار في الوصول إلى فتاة. بوسعه الدخول إلى حفل مليء بالغرباء لتراه في غضون عشر دقائق قد انتهى إلى علاقة حميمة مع فتاة من الفتيات. وفي غضون نصف ساعة يكون قد خرج بها خارج المجموعة مصطحباً إياها في طريقه - إلى بيته أو بيتها - اعتماداً على أي منهما هو الأقرب إليهما.

كيف يقوم مايك بذلك؟ الآخرون ممن أمضى نصف زمن الأمسية تطبيلاً ناشدين شجاعة كافية توصلهم إلى فتاة، يشاهدون مايك كيف دخل وتم له ذلك بسرعة مثيرة وهم لا يعرفون سبباً لذلك. سل الفتيات حتى تراهن يهززن كتفيهن: "ليس لديه من شيء سوى مجس استشعار (انتينا) يبث عبرها إشارات، هذا ما أخمنه. تسلمت إشارات فأجبت عليها، والشيء الأولي الذي أعرفه..."

ليس مظهر مايك الشخصي بالوسيم. إنه ذكي بما فيه الكفاية، غير أن هذا لا يمثل جاذبيته، إذ يبدو أن لدى مايك حاسة سادسة على وجه التقريب. إذا كانت هناك فتاة قابلة أن تكون متيسرة، إما سيعثر مايك عليها أو أنها هي التي ستعثر عليه.

ما الذي يمتلكه مايك؟

طيب، مادام لا يملك مظهراً وسيماً، أو ألمعية، لا بد أن يكون لديه شيئاً أكثر أهمية في مثل هذا النمط من التلاقي. مايك يمتلك سيطرة غير مُدركة (في اللا وعي) على لغة الجسد، يستخدمها بخبرة عالية. عندما يدخل مايك الغرفة بمشيته الهوينى، فإنه يبث في الحال رسائله على نحو تلقائي: "أنا متيسر (الطلب)، إنني ذكر مغامر ولبيب. "وعندما يحدد الوقت المناسب (ساعة الصفر) لتقدمه نحو موضوعه المختار، تكون فحوى رسالته: "أنا مهتم بك. إنك تفتنيني. هناك شيئاً مثيراً فيك أود معرفته" حاول مراقبة مايك أثناء قيامه بفعله. راقبه وهو يقيم اتصالاً من خلال إرسال إشارة تقول أنه متيسر. نحن نعرف مايكاً واحداً في الأقل، وجميعنا يحسد قابليته هذه. ترى ما هي لغة الجسد التي يستخدمها مايك؟

طيب، نداء مايك، عدم وضوح كلامه غير الشفاهي، إنما متكونان من جملة أشياء يشكل مظهره فقط جزءاً منها. ليس المقصود بالمظهر الموروث بالولادة، فهذا المظهر عادي بالأحرى، فالمقصود هو الطريقة/الأسلوب الذي يهيئ به مظهره، ولنقل رسائله. إذا ما ألقيت نظرة على مايك ستجد لديه جنسانية معينة خاصة به.

المرأة الفطنة سوف تقول: "طبعاً، فمايك رجل ذو جنسية/ذكورة عالية"، ولكن بأي طريقة هو جنسي؟ من المؤكد أن ليس في هيأته.

المرأة نفسها، بعد إلحاح لاحق، سوف تشرح الأمر على "أنه شيء خاص به. شيء يمتلكه هو. إنه نوع من الهالة"

فعلياً، لا يوجد شيء من هذا النوع. فلا شيء غامض قدر غموض الهالة. الأمر يكمن نوعاً ما في طريقة اللبس عند مايك، في نمط اختياره بنطاله، قميصه، سترته ورباط عنقه، الطريقة التي يمشط بها شعره، طول شاربه حول زوايا فمه - جميع هذه الأشياء تسهم في إعطاء صورة آنية عنه، لكن الأهم من ذلك كله هو طريقة وقوف أو مشية مايك.

إحدى النساء تصف ذلك بأنه "نعمة عفوية". الرجل الذي لا يكون لطيفاً معه يصفه بأنه "مداهن". ما كان في مايك مسراً للمرأة، تحول إلى انزعاج وتحدي، بل إلى بغض عند الرجل، لذا جاء رد فعله متسماً بنوع من الازدراء.

على أية حال، يتحرك مايك بكياسة، كياسة متكبرة نوعاً ما، بحيث يمكنها أن تثير حسد الرجل، وتستثير المرأة. بعض الممثلين يمتلكون الحركة نفسها، مثل: بول نيومان، مارلون براندو، ريب تورن، وبها يستطيعون نقل رسالة جنسية واضحة. يمكن للرسالة أن تتفرع إلى طريقة ضبط النفس لديهم، طريقة وقفتهم أو وضعيتهم، الثقة السلسة في حركتهم. إن الرجل الذي يملك مشية كهذه لا يحتاج إلى المزيد حتى يدير رؤوس النساء.

غير أن لدى مايك أكثر من ذلك. لديه دزينة من الإيماءات الصغيرة، قد يكون غير واعٍ لها، تنبعث داخل رسالته الجنسية دون تعقيدات. عند اتكاء مايك على إفريز الموقد الجداري في الغرفة كي يلقي نظرة على امرأة ما فيما حواليه، سيندفع وركاه إلى الأمام بخفة، كما لو كانا

دعامتان لرجليه، اللتان عادة ما تكونان منفتحتين. في هذه الوقفة ثمة شيء ينطق بالجنس.

راقب مايك وهو واقف على هذه الشاكلة، ستراه واضعا إبهاميه في حزامه، فوق منطقة الجيوب تماما، بينما تشير أصابعه ناحية أعضائه الجنسية. لابد أنك شاهدت وقفة كهذه في أفلام الكابوي/أفلام الغرب الأمريكي لمئات المرات، لكن ليس عند البطل بل تظهر عند الفتى الجنسي الشرير أثناء تسكعه أمام سياج زريبة. إنها صورة للتهديد الجنسي، صورة الوغد الذي يكرهه الرجال والنساء معاً حسناً، لكن ما يشعرون به تجاهه أكثر تعقيداً من قضية الكره أو الرغبة أو الخوف، فهو علاوة على ذلك مزيج من جميع هذه الأشياء. إنه يقوم، من خلال لغة جسده الوقحة، قبعته الجلدية، دعامتيه (وركيه) المحنيين وأصابعه الواضحة الإشارة، بإرسال إشارات فجة، مكشوفة، ولكن مؤثرة أيضاً: "إنني أمثل تهديداً/خطراً جنسياً. إنني رجل خطر على النساء إن مكثن معي على انفراد. أنا هو الرجل الرجل، وأنا أرغب فيك!"

يقوم مايك بإرسال الرسالة نفسها، لكن بمقاسات صغيرة وأقل سماجة.

لكن لغة جسده لا تتوقف عند هذا الحد، وهذا ما يخدمه كثيراً في بث إشارة قصده، لخلق جو ما، خلق هالة حول نفسه، إن شئت قول ذلك. هذا هو بالذات ما يسحر النساء المتيسرات، بل يسر وحتى يثير أيضاً المرأة غير الميسرة نفسها/العصية.

يقوم مايك نفسه بشرح كيفية متابعته للأمر في ما يأتي: "أعطي المرأة الحجم الذي ترغب فيه. كيف؟ الأمر بسيط. بتقديمي لها الطريقة التي ترغب في الجلوس أو الوقوف بها. بعدها أقوم بتحديد اختياراتي عندها

ألتمس عينيها. إن كانت بها رغبة سوف تستجيب، وإن لم تكن بها رغبة فإنني أنساها"

"وكيف تلتمس عينيها؟ "

ابقي نظرتي فترة أطول بقليل مما ينبغي، في حال كنت لا أعرفها. كما أني لا أدعها تزيح عينيها بعيداً عني، وأقوم بتضييق عيني - إلى حد ما.

غير أن هناك ما هو أكثر من إصرار العين في تقرب مايك كما لاحظت ذلك ذات أمسية في إحدى الحفلات. فمايك يمتلك غريزة فائقة في تقديره حجم دفاعية لغة الجسد لدى المرأة وإمكانية تعطيلها بملحة. هل تشبك ذراعيها بشكل دفاعي؟ سيقوم إذن بفكهما. هل قوامها متصلب/متشنج؟ سيجعله يسترخي أثناء الحديث المتبادل. هل وجهها متقلص ومتجعد؟ سيبتسم إذن ويجعل وجهها طليقاً.

بإيجاز، إنه يجيب على إشارات جسدها بإشارات مقابلة متشكية، وإذ يقوم بذلك فإنه يقحم نفسه على مداركها. إنه لا يبالي بما تقوله لغة جسدها، ولأنها في لاوعيها راغبة في الكشف عن نفسها، ستكشفها لمايك.

بعدها يتحرك مايك متقدماً ناحية المرأة. فبعد أن يكون قد أرسل إشارة اتصال تجعل لغة جسده الباثة رسالة عن تيسره مفهومة، تكون خطوته التالية التوجه إلى الاقتحام الجسماني، ولكن دون أن يكون في هذا الاقتحام أي لمس.

إنه يقوم فقط باختراق إقليمية أو نطاق جسد المرأة. إنه يقترب منها إلى درجة لا تجعلها متضايقة. في كل الأحوال، فإنه لا يتقدم منها إلى درجة يكون فيه، بالنسبة لها، موضوعاً غير منطقي. مايك لا يمس ضحيته من غير ضرورة إلى ذلك. إن اقترابه واقتحامه إقليميتها يتحددان بما يكفي تغيير الوضع القائم بينهما.

ثم يقوم مايك بنقل انتهاكه إلى مدى أبعد من خلال الاقتحام البصري أثناء الحديث. إن ما يقولانه في حديثهما ليس بذي أهمية كبيرة، ذلك لأن عينا مايك تقومان بحديث أعمق/أبعد مما يفعله صوته، فعيناه تجولان حول فمها، صدرها وجسمها. إنهما تجولان بطريقة حسية، حاملتان معهما وعداً. يمرر مايك لسانه على شفتيه، يوسع من عينيه، عندها تصبح المرأة في وضع متقلقل، مستثارة بشكل راسخ. لنتذكر هنا أن هذه المرأة ليست أية امرأة كانت، بل تلك السريعة التأثر حتى تستجيب لمناورة مايك المكشوفة، وترد له عنايته بإطرائها، فتكون عند ذاك في حال من الغمرة تمنعها من الاحتجاج.

وبأية حال، على ماذا يمكن لها أن تحتج؟ هل تحتج على ما فعله مايك؟ فهو حتى لم يلمسها. إنه لم يقم بأية علامة موحية. إنه سيد لطيف تماماً بكل الاعتبارات الاجتماعية. فإذا كانت عيناه دافئتين إلى حد ما، وجريئتين إلى حد ما، فإن ذلك يبقى مسألة ماهية التأويل. فالفتاة التي لا يعجبها هذا الأمر ما عليها إلا أن تمانع بحدة وتبتعد.

ولكن لماذا لا تعجب الفتاة بذلك؟ مايك إنما يقوم بإطرائها ومنحها انتباها. إنه في الواقع يقول: "أنت تثيرين اهتمامي. أود التعرف عليك بصورة أفضل، بحميمية أكبر. أنت لست كبقية النسوة الأخريات. إنك الوحيدة التي تثير في هذا المكان اهتمامي"

إضافة إلى عناية مايك بإطرائها، فإنه لا يقترف خطأ يجعله يشتت اهتمامه بها، فهو يضيق من تركيزه عليها. مايك لا يتحدث إلا مع امرأة واحدة، معززاً جل لغة جسده من أجلها بأكبر قدر ممكن. ما أن يمضي من الوقت نصفه على مغادرة مايك بصحبة الفتاة التي اختارها، حتى لا تكون

عندها بحاجة إلى إقناع. ففي تلك الساعة تكون عبارة "دعينا نذهب" البسيطة مستوفاة كفايتها.

☜ هل هي متيسرة (في متناول اليد)؟

كيف يفرز مايك عزلة ضحيته؟ ما هي لغة جسد الفتاة المتيسرة عند وجودها في حفل حتى تقول من خلالها "إنني متيسرة/في متناول اليد، وبي رغبة. من الممكن إغوائي؟ لا بد من وجود مجموعة إشارات نادراً ما يخطئها مايك.

في مجتمعنا [مجتمع الكاتب] هناك مشاكل إضافية للفتاة بخصوص لعبة الملاقاة الجنسية. فليس مهماً هنا مدى كونها متيسرة، ذلك لأن الفتاة تعتبر ميداناً جميلاً مسموح لأي شخص التعرف عليه. إن هذا ليقلل من شأنها على الدوام ويبخس قيمتها. مع ذلك، لا بد لها أن تجعل مقصدها بائناً وكأنها لا تدريه. كيف لها أن تقوم بذلك؟

الجزء الأعظم من بثها رسالتها يعود أيضاً إلى طريقة وقفتها، حركتها أو الوضعية التي هي عليها. إن المرأة المتيسرة (في متناول اليد) تتحرك بطريقة مدروسة. ربما وصف الرجل هذه الحالة أنها تكلف، تصنع، امرأة مغايرة، لكن حركة جسدها ووركيها وكتفيها تبرق أنها متيسرة. ربما جلست ورجليها متباعدتان، مما يرمز إلى الانفتاح والنداء. أو قد تفتعل إيماءة بحيث تمس صدرها بيدها على شكل يقرب من العناق. قد تمرر يدها على فخذها ممسدة إياه أثناء حديثها، أو قد تمشي مشية يترجرج فيها ردفيها باسترخاء. إن بعضا من حركاتها هذه مدروسة أو تقوم بها عن إدراك، ويكون البعض الآخر عن غير وعي منها تماماً. قبل أجيال

قليلة مضت، كان تيسر المرأة محط تناول ساخر بشكل كبير من قبل ماي ويست في عبارة"تعال لرؤيتي بعض الوقت" أمراً روتينياً متواتراً. الجيل اللاحق تحول إلى الوجه الطفولي، والصوت الخامد والمتقطع الأنفاس لمارلين مونرو - البراءة الفاقدة بريقها/الملطخة. واليوم، العصر الأكثر تهكمية نرى الجنسية الصارخة تعود من جديد. إن شخصية مثل راشيل ويلش تنطق بمثل هذه الرسالة. بالنسبة للداهية المتواجد داخل حيز غرفة المعيشة، وهو المجال الذي يتعامل به مايك، تكون الرسالة أكثر حكمة، حكيمة إلى درجة أن الرجل الجاهل بلغة الجسد غالباً ما يفتقد إليها تماماً. بل حتى الرجل العارف شيئاً قليلاً عن لغة الجسد قد يضيع. مثال ذلك أن المرأة التي تصالب/تعقد ذراعيها على صدرها قد تبث الإشارة الكلاسية المعروفة: "إنني ممتنعة على أي تقدم. سوف لن أصغي إليك أو أسمعك."

هذا هو التأويل الشائع للذراعين المتصالبتين، وهي واحدة من الخصائص التي يتعامل علماء النفس معها عن معرفة حسنة. مثال ذلك، ظهرت على صفحات الجرائد قبل مدة قصة عن الدكتور سبول وهو يحاضر في أحد صفوف أكاديمية الشرطة. جمهور الشرطة المستمع كان غير ودي تجاه الدكتور الطيب، رغم حقيقة أنه كان مسؤولاً عن أغلبهم وعن أطفالهم الناشئين. لقد أظهروا عداءهم بلغة منطوقة من خلال مناقشاتهم، غير أنهم أظهروا العداء الأكثر وضوحاً من خلال لغة الجسد. لقد أظهرت صور الصحيفة أن كل من رجال الشرطة كان جالساً ويداه معقودتان على صدره، بوجوه صارمة ومغلقة.

كان لسان حال كل منهم بقول: "أنا جالس هنا بذهن منغلق. لا يهمني ما تقوله، لأني لا أصغي إليك. لا يمكن لنا أن نتلاقى" هذا هو التأويل الكلاسي للأذرع المتصالبة.

غير أن هناك تأويلاً آخر، مشروعاً ومساوٍ له بالقيمة. إذ قد تنطق الأذرع المتصالبة بالتالي: "أنا مثبط العزيمة. لست حاصلاً على ما أبغي. إنني مغلق على نفسي، مقفول عليّ. دعني بعيداً. من الممكن الاقتراب مني فأكون متيسراً بسهولة."

في الوقت الذي قد يقوم الشخص القليل المعرفة بلغة الجسد بتأويل هذه الإيماءة على نحو خاطئ، فإن العارف بلغة الجسد يستخلص الرسالة الصحيحة من بين الإشارات المصاحبة لها، التي تكون الفتاة قد بثتها. هل وجهها، علاوة على الإحساس بالإحباط، منكمش ومنقبض؟ هل جلستها متوترة بدل أن تكون في وضع مسترخ؟ إذا حاولت رصدها فهل ستبعد عينيها عنك؟

إذا أراد شخص ما استخدام لغة الجسد بشكل مؤثر، لا بد له من إضافة جميع الإشارات الجسدية إلى الإجمالي الصحيح.

تتعامل المرأة المتيسرة بالصورة العدائية بطريقة قابلة للتنبؤ بها تماماً. إنها تملك مجموعة حيل لغة جسد مؤثرة تبرق بها كونها متيسرة. وكما يفعل مايك تقوم هي أيضاً باستخدام اقتحام الإقليمية لتفسح لنفسها المجال فيه. إنها ستجلس قريباً جداً من الرجل الذي تلاحقه، على نحو مربك، لتستفيد من ميزة الاضطراب الناجم عن مثل هذه الإثارات القريبة. ما أن يتحرك الرجل متململاً، دون أن يدرك ماذا أزعجه، حتى تتحرك نحوه ومعها إشارات جديدة، مستغلة اضطرابه لإخراجه من توازنه.

في الوقت الذي لا يكون الرجل الباحث عن مغامرة جنسية قادراً فيه على لمس المرأة، إذا أراد إدارة اللعبة بشكل عادل، يكون مباحاً تماماً للمرأة الباحثة عن مغامرة جنسية أن تلمس الرجل في هذه المرحلة - هذا الوقت من اللعبة. يمكن لهذا اللمس أن يضخم من اضطراب الرجل الذي سبق لها أن دخلت إقليميته.

قد يشكل لمس الذراع ضربة تجرد المقابل من سلاحه: "هل أنت في مباراة؟". إن إبقاء وضع اليد على مقربة من سيجارتها باطراد قد تسمح بلحظة اتصال لحم بلحم (جسد بجسد) بحيث قد يخلق إرباكاً مؤثراً.

التماس مع فخذ المرأة أو تماس يدها بفخذ الرجل، على نحو غير متعمد، قد يشكل تأثيراً قاتلاً ما لم يتم استخدامه في الوقت الصحيح المناسب.

إن الاقتراب العنيف من قبل المرأة قد لا يفيد شيئاً من لغة الجسد فقط - تعديل التنورة أثناء جلوسها قريباً، عدم تصالب الرجلين، وضع الكف أمام الصدر، الفم المقطب - بل إن الرائحة قد تفيد أيضاً. إن العطر الملائم بالقدر الملائم، لغرض إعطاء ليس رائحة مراوغة فقط بل مثيرة لحاسة الشم أيضاً، إنما يشكل جزءاً مهماً من التقرب المعتدي/العنيف.

☜ هل من قيمة لحفظ ماء الوجه؟

إن النظرة، اللمسة، الرائحة تبقى لا تشكل مجمل محتويات مستودع المرأة في استعدادها للنزال. إن الصوت يشكل جزءاً حاسماً جداً في التقرب. لا نقصد هنا فحوى الكلام بل نقصد نغمة الصوت، النداء

الكامن وراء الكلمات، الطبقة الصوتية وحميميتها، نوعية الملاطفة الموجودة في الصوت.

الممثلات الفرنسيات يدركن ذلك بشكل جيد. غير أن اللغة الفرنسية ذاتها تعير/تقدم نفسها للجنسية دون أن تكون ثمة أهمية لما يقال. أحد أكثر المشاهد المسرحية الهزلية تسلية في حياتي شاهدته على مسارح خارج برودواي كان مؤلفاً من ممثل وممثلة وهما يقدمان "مشهدا" من السينما الفرنسية. قام كل واحد منهما بذكر قائمة خضراوات بلغة فرنسية، لكن نغمة الصوت، الإيقاع، التلميحات الصوتية، جميعها كانت تقطر جنسية.

وكما سبق لنا أن وصفنا هذا في بواكير الكتاب، فإنه يمثل استخدام إحدى مجموعتي الاتصال كي تحمل رسالتين. غالباً ما يشيع استخدام ذلك في مجالي الحب والجنس. ويمكن للمرأة المتيسرة أن تستخدمه على نحو مغامر بحيث تجعل الرجل يتخلى عن دفاعاته. إنها حيلة مستخدمة من قبل الرجال والنساء على حد سواء في ملاحقاتهم الجنسية العنيفة/الاندفاعية. إذا أنت ألقيت بطريدتك خارج توازنها، جعلتها أو جعلته في حال من الاضطراب، يصبح التقدم إليها لقنصها أمراً سهلاً نسبياً.

إن حيلة استخدام الصوت لحمل رسالة غير ضارة/حميدة وأخرى ذات مغزى أكبر، وأكثر قوة/تأثيراً، تجعل الرسالة غير المنطوقة مؤثرة بشكل خاص، لأن الطريدة، امرأة كانت أم رجل، تكون غير قادرة على الاحتجاج تبعاً لقواعد اللعبة. فإذا كان الاحتجاج مصطنعاً، يكون بوسع المهاجم/المتعدي الانسحاب وهو يقول ببعض من الصدق: "ولكن ماذا فعلت؟ ماذا قلت؟"

هذا الأمر يشكل وسيلة لحفظ ماء الوجه، ذلك أنه ليست هي المهمة درجة حرارة مواصلة الحب أو الجنس، فهذه غير ممكن تحقيقها مع المجازفة بفقدان ماء الوجه. إذ بالنسبة للعديد من الناس، خاصة إذا كانوا غير مطمئنين، فإن فقدان ماء الوجه يشكل لديهم إذلالاً وتدميراً. إن المعتدي الجنسي، إذا كان أو كانت ناجحة حقاً في التعامل، لا بد من اهتمامه بحفظ ماء وجه ضحيته فقط كوسيلة للتأثير على طريدته. أن يكون الشخص، امرأة أم رجل، عدوانياً في الجنس، لا بد أن تكون له ثقة بالنفس، بدرجة كافية من الآمان، كي يتعامل دونما حاجة إلى وسائل حفظ ماء الوجه.

يصف الوجه الثاني من العملة، في حالة الشخص المتزعزعة ثقته بنفسه جنسياً، الطريدة (الضحية) في صيد لا مفر منه، تحتاج تفادي الذل بشكل يائس كي تحفظ ماء وجهها. وهذا ما يدفع بها إلى خسارة كبيرة في هذه اللعبة، حيث يكون بوسع المعتدي (المهاجم) أن يتلاعب بالطريدة، مستغلاً خسارة ماء الوجه كشكل من أشكال التهديد.

مثال ذلك، عند تحرك المتعدي دخولاً إلى إقليمية الطريدة، متحدثاً بابتذال واضح، مستخدماً صوتاً يغوي جنسياً، ماذا يكون بوسع الطريدة أن تفعله عند ذاك؟ تتراجع إلى الوراء لتأمين نفسها من (خطر) المجازفة، وترفع حاجبيها متسائلة: "ماذا كنتَ تعتقد أنني أريد منك؟"

لو افترضنا أن المتعدي سوف يلاحقها جنسياً، سيعني ذلك أن تعطي لنفسها قيمة أكبر مما تعتقد أنها تمتلكها حقيقة. في كل الأحوال سيشكل السماح بهذا الإذلال تحقيراً من الصعب تحمله. ماذا لو افترضنا أنها قد أخطأت حقاً في تفسير دوافعه؟ في هكذا حال، غالباً ما يتمادى المتعدي في عمله مواصلاً خداعه.

يستخدم المتعدي المنحرف جنسياً هذا الأسلوب من التعامل خارج حدود الوضع الاجتماعي. فالمنحرف جنسياً يعتمد، داخل قطارات الأنفاق عند محاولته الاتكاء على أو لمس ركبة الأنثى في الازدحامات، يعتمد على خوفها وزعزعة احتمالية حفاظها على هدوئها. هذه القوى المحركة (الديناميكيات) نجدها نفسها تعمل في حال يمنع الخوف من فقدان ماء الوجه أي احتجاج. هذه الأنثى لسوف تتحمل الإزعاجات الصغرى الآتية من جانب المنحرفين أو المبدين للانحراف، لا لسبب إلا من أجل إبعاد الانتباه عنها. وهذا رد فعل متوقع عادة، بحيث يبلغ المنحرفين جنسياً الرضا من استعراضهم أنفسهم على حساب المرتبكين أو الخاملين من ضحاياهم. لو أن الضحية ردت بضحك أو أظهرت أي نوع من السلوى، أو حتى الاقتراب من المتعدي على نحو هجومي لشكل ذلك للمنحرف تجربة مدمرة/فاشلة.

☜ التعارفات المتناوبة والمستمرة (AC و DC):

في ما يخص موضوع المنحرفين، أكانوا لوطيين أم سحاقيات، تقوم ما بينهم إشارات لغة جسد محددة، يمكنها أن ترسخ الاتصال الحميمي بينهم، إذ يمكن للوطيين "الجائلين/المتسكعين" في الشوارع أن يشخصوا الروح المتعاطفة دون أن يقوم بينهما تبادل أية كلمة.

"القيام باتصال ما أمر بسيط نسبياً "هذا ما يوضحه شاب لوطي في واحدة من المسوحات التي أجريت قبل مدة، ثم يتابع: "أول ما عليك القيام به هو تشخيص هوية المقابل/زميلك. من الصعوبة بمكان أن أقول لك كيف يتم ذلك، نظراً لوجود الكثير من الإشارات الصغيرة. إحدى هذه

الإشارات هي الطريقة التي يمشي بها، مع أن الكثيرين منا تشبه مشيته مشية الرجل العادي تماماً. أغلب الظن أن المسألة هي مسألة اتصال العيون. تنظر فتعرف. إنه سيطيل نظره إلى عينيك لفترة أطول نوعاً ما. بعدها قد تهبط عيناه على جسدك. إن لمحة سريعة إلى نقطة منفرج الرجلين ثم إبعاد النظر تمثل تقديماً صريحاً.

لقد شرح لنا أثناء مناقشته ما يخص إشاراته أنه: "يجتاز الشخص مستمراً في المشي ثم يلتفت إلى الوراء، فإن كان لدى الآخر أي اهتمام لسوف يلفت نظره إلى الوراء هو أيضاً. عند ذاك أقوم بإبطاء خطوي. أقف، أنظر إلى واجهة مخزن ما. بعدها ترانا ينساق أحدنا باتجاه الآخر.. فنقيم اتصالاً!"

تكون الإشارات حازمة وذات أشكال معينة. أحياناً، تكون غير منطوقة، لكنها تبقى في نطاق المحكي رغم عدم ارتباطها/تجسدها بكلمات. يتحدث الدكتور كوفمان عن لوطي دخل حان "خليعة" بقصد تناول مشروب دون سابق رغبة في تعارف عابر مع أي كان. أخرج سيجارة وتبين له أن لا عود ثقاب لديه. أدرك حالاً أن طلب عود ثقاب من أي من كان سيشكل عنده إشارة مفهومة: "أنا مهتم بك، هل أنت مهتم أيضاً؟"

انتهى آخر الأمر إلى شراء علبة عود ثقاب من نادل الحانة.

إشارات اللوطي قصد المبادرة إلى تحقيق صلة لا تختلف كثيراً عن إشارات رجل عادي يهدف منها إلى تعارف عابر مع فتاة. عندما كنت جندياً ذهبت إلى بوسطن في إجازة. تملقني صديق الجندية للخروج معه بهدف "التقاط (نيل بعض السيدات)"

لم تكن لدي خبرة في هذا الشأن، لكنه كان مطلوب مني أن ألعب دور "البالغ" ما دمت لا أريد التسليم بجهلي. وافقت على الذهاب معه،

وأخذت أراقب صديقي بتأن. استطاع في غضون نصف ساعة "التقاط" خمس فتيات، اختار لنا منهن اثنتين. تقنيته في تحقيق ذلك كانت مبنية على لغة الجسد.

أثناء ما كنا نمشي في الشارع، كنا بالأحرى نتمشى الهوينا، كان يلقي عليها نظرة شاملة ويطيلها بوقت أكثر من المطلوب إضافة إلى رفعه أحد حاجبيه، فإن تلكأت الفتاة بمشيتها، ووقفت تنظر بعلبة تجميلها، أو قامت بشد جوربها، أو تفرجت على واجهة محل من محلات الشارع، فإن ذلك يكشف عن واحدة من إشارات جوابية تعني: "أنا حاسة بك وربما مهتمة. دعنا نتابع الأمر إلى مدى أبعد."

عند ذاك سيقوم بالإسراع في خطوه، يستدير، يتابع الفتاة معترضاً طريقها. هذه الملاحقة الخالية من إقامة صلة ما تشكل جزءاً طقسياً ضرورياً يسمح له بها البدء باتصال كلامي، ليقدم لي، أنا الطرف الثالث، تعليقه على ما يخص رداءها، مشيتها، مظهرها - كل ذلك بعبارات شبه مازحة، عبارات من التي تشكل وسيلة من وسائل حفظ ماء الوجه، تفادياً للإساءة والإزعاج.

ستقوم هي بالتظاهر أولا أن اندفاعاته المتعجلة غير مرحب بها، فإذا طالت هذه المرحلة أطول مما ينبغي، سيقوم اتفاق مشترك على أن اندفاعاته غير مرحب بها حقاً. أما إذا قهقهت أو ردت عليه، أو علقت على ذلك أمام صاحبتها، إن كانت معها واحدة، فهذا يعني نمو الاهتمام المتبادل.

ينتهي التعارف العابر لدى صديقي، من الناحية العملية، بالتحدث إليها بحميمية ممانعة في الظاهر. وقد شاهدت تقنية مشابهة تماماً يستخدمها اليوم من أعمارهم بين ١٣ - ١٩ عام، يتم فيها اختصار كل

خطوة بحزم، إذ لا بد للعبة أن تستكمل من بدايتها إلى نهايتها. يمكن في واحدة من لحظات الحوار إيقاف اللعبة من قبل أي من الطرفين (الشريكين) بشكل مفاجئ وبكل سهولة، دونما فقدان لماء وجه الآخر أو إذلاله. إنها متطلبات ملحة لتعارف عابر ناجح ورقيق.

هناك شيئاً مشابهاً لهذا شعائري نجده بين أنواع حيوانية ما في وقت افتتاحها مراسيم المواجهات/اللقاءات المعروفة. راقب في المتنزه زوجاً من الحمائم عندما يدور الذكر ناتئاً منقاره، قائماً بأداء التعارف العابر العرفي (الشعائري) في الوقت الذي تتظاهر الأنثى فيه باللا مبالاة. هنا نجد قيد الاستخدام لغة جسد محددة. البشر يتقربون من بعضهم البعض في تودد/مغازلة بالطريقة نفسها من لغة الجسد.

يصف الدكتور جيرهارد نيلسن، من المختبر النفساني في جامعة كوبن هاكن، في كتابه "دراسة في مواجهة الذات"، الأهمية القصوى للغة الجسد، التي يسميها "الرقص التوددي" للمراهقين الأمريكان.

وجد الدكتور في انحلال إجراءات التودد حد البرود، إلى مستوى حالة سريرية، أربعة وعشرين خطوة بين الاتصال الابتدائي بين شاب وشابة، والوصول إلى الجماع/الاتصال الجنسي. "وهو يقرر أن هذه الخطوات، التي يتخذها الشاب أو الفتاة، كانت ذات "نمط قسري/جبري"، شارحاً ذلك بقوله، عندما يقوم الفتى بخطوة الإمساك بيد الفتاة، لا بد له من الانتظار حتى تقوم هي بالضغط على يده، مشيرة له بالتقدم، وذلك قبل أن يتخذ خطوة لاحقة تسمح لأصابعه أن تتخلل أصابعها.

لا بد لكل خطوة أن تتبع ما قبلها، إلى أن يتسنى له ما يبرر وضع ذراعيه حول كتفيها. وقد يمرر يديه نزولاً على ظهرها، ومن ثم الاقتراب

إلى صدرها من الجانب. يمكن للفتاة، بالمقابل، أن تمنع هذا الاقتراب بالجزء العلوي من ذراعها بوضع الذراع أمام جنبها.

بعد القبلة الأولى، وبعدها فقط، قد يحق له التحرك ناحية صدرها من جديد، غير أنه يجب عليه ألا يتوقع بلوغ ذلك إلا بعد أن يكون أخذ قسطاً جيداً من القبلة. قد يمنعه العرف (البروتوكول) من الاقتراب إلى صدرها من الأمام مباشرة، تماماً مثلما يمنع العرف مجيء القبلة الأولى قبل مسك الأيدي أولاً.

يقترح الدكتور نيلسن أن يوصف الفتى أو الفتاة بـ"سريع" أو "بطيء" حسب ترتيب كل خطوة وليس حسب الوقت الذي تأخذه الخطوة. إن "الخطوات الطافرة أو المعكوسة الترتيب تعتبران تسريعاً" وعلى النحو نفسه فإنه يعتبر تجاهل الإشارة الداعية للانتقال إلى الخطوة التالية أو عدم السماح بخطوة تالية إبطاء.

☜ اختر وضعية لك:

قام الدكتور ألبرت إي. شيفلن، أستاذ الطب النفسي في كلية ألبرت آينشتاين الطبية في مدينة نيويورك، بدراسة وجدولة أنماط التودد/التغازل، التي يسميها "شبه تغازل" عند البشر. يقوم شبه الغزل هذا على استخدام المغازلة أو التعابث أو الجنس لغرض بلوغ أهداف جنسية.

إن جميع التصرفات البشرية نمطية ونظامية تبعاً للدكتور شيفلن، وهي متشكلة أيضاً من أجزاء صغيرة، منتظمة ومرتبة في وحدات أكبر. وهذا ينطبق على السلوك الجنسي أيضاً، حيث وجد الدكتور شيفلن، في

الدراسة المتعلقة بالعناصر التي تشكل علاقاتنا الجنسية، أن الناس تستخدم هذه العناصر الجنسية في لقاءات وعلاقات العمل، في الحفلات، في المدرسة وتجمعات أخرى عديدة، رغم أن هذه العناصر لا تقوم على أي هدف جنسي في ذهن المرء.

خلص شيفلن إلى أن السلوك الجنسي - حتى في سلوك الأمريكان الجنسي عند اجتماعهم على أسس غير جنسية أو غير ذلك.. وهنا تكون الأرجحية أكبر - يتضمن إشارات لغة جسد ذات خصائص معينة في حال عدم استخدامها لغرض يهدف إلى اتصال جنسي.

ترى ما هي نماذج السلوك الجنسي هذه؟ طيب، على ضوء التقصي الذي قام به الدكتور شيفلن فإنه عندما يتهيأ رجل وامرأة لملاقاة جنسية، فإنهما رغم عدم إدراكهما لما يقومان به، يمران عبر عدد من التغيرات الجسدية التي تقودهما إلى حالة من الاستعداد والتهيؤ.

عضلات جسمهما، مثلاً، تصبح مشدودة (متوترة) نوعاً ما، و"متهيئة للفعل". يختفي لديهما الاسترخاء الجسدي فيقفان باستقامة أكبر. يكونان أكثر انتصاباً وانتباهاً. ثمة تلغد/استرخاء أقل في وجهيهما، "انتفاخات" أقل حول عينيهما، ويصبح قواماهما أكثر فتوة. تنسحب بطناهما إلى الداخل وتكون عضلات أرجلهما مشدودة. بل إن عيونهما تبدوان أكثر ألقا، في وقت إما تتورد فيه بشرتهما أو ينتابها الشحوب. ربما حدثت تغيرات في رائحة جسديهما، وقد يعودان القهقرى، إلى الأزمان الأكثر بدائية، حيث كانت الرائحة ذات مغزى كبير الأهمية في الملاقات الجنسية.

ما أن تحدث التغيرات هذه حتى - ربما - يبدأ الرجل أو المرأة باستخدام إيماءات معينة يسميها الدكتور شيفلن "سلوك النفش بالمنقار"، فتأخذ المرأة بتمسيد شعرها أو تقوم بتفحص زينتها، تعيد هندمة

ملابسها أو تدفع بشعرها بعيداً عن وجهها، في حين قد يقوم الرجل بتصفيف شعره، أو يزرر سترته، يعيد ترتيب ردائه، يرفع من جواربه، يرتب رباط عنقه أو يسوي تجعدات بنطاله.

كل ذلك إنما يمثل إشارات لغة جسد تقول: "إنني مهتم بك. تعجبني. لاحظني. أنا رجل جذاب - امرأة جذابة..."

الخطوة التالية للملاقاة الجنسية هذه تتكون من نوعيات الوضع الجسماني. راقب رجلاً وامرأة في حفل. ثنائي شرع يتعرف أحدهما على الآخر، يشعران بولع جنسي يتصاعد في كل منهما. ترى كيف يجلسان؟ سوف يهيئان جسديهما ورأسيهما ليواجه أحدهما الآخر. سيميل أحدهما إلى الآخر محاولة منهما لسد الطريق أمام أي شخص ثالث قد ينضم إليهما. قد يفعلان ذلك باستخدام أذرعهما في تشكيل حلقة، أو يعقدان أرجلهما تجاه بعضهما البعض لإبعاد أي شخص ثالث.

إذا جلس هذا الثنائي على أريكة وجلس شخص ثالث على كرسي بمواجهتهما، لسوف يقعان في حيرة من أمرين يمزقانهما، أحدهما الرغبة في تقليص الفضاء الخاص بهما ليحتويهما فقط، والثاني يتمثل بالمسؤولية الاجتماعية الداعية إلى احتواء الشخص الثالث في فضائهما. قد يحلان مشكلتهما هذه باختيار أي العالمين أفضل لهما. ربما سيصالبان أرجلهما ليعلنا أنهما حلقة مغلقة على نفسها. في هذه الحال سيضع الجالس منهما إلى اليمين رجله اليمنى على اليسرى، والجالس إلى اليسار سيضع اليسرى على اليمنى. هذا ما سيحجب هذين الاثنين عن الثالث في الواقع - عن وسطهم. مع ذلك قد تجعلهما المسؤولية الاجتماعية تجاه الثالث يرتبان الأقسام العليا من جسميهما بحيث يواجه الثالث تماماً، بهذا يكونان قد فتحا نفسيهما على الثالث (اجتماعياً).

عندما ترغب امرأة، في تجمع ما، أن تكون والرجل في وضع من الحميمية، حيث يشكلان معاً وحدة مغلقة، فإنها تتصرف تصرف المرأة المغامرة جنسياً، لكن بدرجة أقل. سوف تستخدم لغة جسد متضمنة لمحات (نظرات) المرأة المتغزلة، فتطيل النظر إلى عينيه، تحني أو تميل الرأس إلى الجنب، تجعل وركيها يتموجان، تضع رجلاً على رجل بحيث تكشف بعضاً من فخذها، تضع يدها حول وركها أو تقوم باستعراض معصمها أو راحة يدها. وهذه جميعها تشكل إشارات مقبولة لجعل الرسالة مفهومة دون أية كلمة: "تعال واجلس إلى جواري. إنني أراك جذاباً. أود التعرف إليك بشكل أفضل/عن قرب أكبر."

دعونا الآن نتناول حالة من خارج نطاق النغمة الجنسية. صالة مؤتمر لشركة صناعية، حيث يناقش الرجال والنساء إجراءات تكاليف الإنتاج مع الموظفين الآخرين. قد نرى في أدائهم ما يبدو أنه يشبه نفس إشارات اللقاءات الجنسية. إنهم يستخدمون لغة جسد نعتبرها، في ظروف أخرى، دعوة للتقدم بعرض جنسي. غير أن الواضح تماماً هنا هو أن كل من هي وهو منشغلاً الذهن تماماً بقضايا العمل الذي بين أيديهم. هل تراهم يضعون قناعاً أمام وجه مشاعرهم الحقيقية، وهل حقيقة يرغب أحدهم بالآخر جنسياً؟ أم أننا نسيء تأويل لغة الجسد عندهم؟

في إحدى الحلقات الدراسية لإحدى الكليات، ظهر للعين غير الخبيرة أن طالبة كانت تستخدم لغة جسد تبث عبرها إشارات إلى الأستاذ، إشارات فيها دعوة للقاء جنسي. وكان الأستاذ، بالمقابل، يأتي برد فعل بدا فيه أنه موافق. هل تراهما كانا يتغازلان حقاً، أم كانت تلك مجرد إشارات غير جنسية؟ أم أن هناك خطأ يقوم في تأويلنا للغة الجسد؟

توجد بين جماعة حلقة دراسية للعلاجات النفسية مجموعة معالجين تستخدم لغة الجسد في "تحسين"وضع واحدة من النساء (المريضات). ترى هل خرج المعالج عن الخط، وانتهك قانونه الأخلاقي؟ أم أن ذلك يشكل جزءاً من طريقته في المعالجة؟ ونكرر القول: هل تهدف هذه الإشارات إلى الإرباك؟

بعد دراسة هذه الحالات وأمثالها دراسة متأنية وجد الدكتور شيفلن أن الإشارات الجنسية غالباً ما كانت ترسل عندما لم يكن الناس المشمولين بالدراسة يملكون أي قصد للدخول في لقاء جنسي. مع ذلك وجد أن إشارات لغة الجسد المرسلة، مع توقع أن تكون النتيجة النهائية للاجتماع لقاء جنسياً، لم تكن نفس الإشارات المرسلة لنهايات لقاءات غير جنسية. لقد وجد فيها نوع من الاختلاف الطفيف القائل: "إنني مهتم بك، وأود مشاركتك في العمل، غير أن هذا لا يعني أية قضية جنسية."

☜ اللقاءات شبه الجنسية:

كيف يمكننا أن نوضح لبعضنا البعض أن اللقاء لا يهدف إلى الجنس؟ نحقق ذلك من خلال إرسالنا علامات أخرى تصاحب إشاراتنا، بعضاً من لغة جسد أدنى وأعلى من لغة الجسد الواضحة المعالم، وهي حالة ثانية لإرسال إشارتين داخل نطاق اتصال واحد (أي داخل رسالة واحدة).

واحدة من الطرق التي تجعل الشريك على علم بأن لا تؤخذ الإشارات الجنسية على محمل جاد، إنما تعود، بطريقة أو أخرى، إلى حقيقة أنها تمثل لقاء عمل، صف دراسي، تجمع للعلاج النفساني. كما يمكن أن تأتى

على نحو بسيط بساطة الإيماءة أو حركة العين أو الرأس تجاه الشخص المسؤول، أو تجاه الفرد الآخر (الزميل) في تجمع ما.

هناك حيلة أخرى لعزل الجنس عن الأعمال، وتتمثل في جعل إشارة لغة الجسد الجنسية غير مكتملة، وذلك بحذف الجزء الهام منها (من لغة الجسد). فالشخصان الجالسان قرب بعضهما البعض، في لقاء عمل، قد يتخذان شكل علاقة جنسية من خلال مواجهة أحدهما الآخر، لكنهما قد يديران بعضاً من جسمهما بعيداً عن الآخر، أو يضعان ذراعيهما بعيداً بحيث يُسمح لآخرين بدخول حلقتهما الخاصة. وقد يكسران الصلة بالشريك/الزميل بواسطة العيون، أو برفع صوتيهما ليشركا معهما أي شخص آخر متواجد في نفس الغرفة.

لا بد في كل حالة من الحالات من إلغاء عنصر حيوي من عناصر اللقاء الجنسي. وقد يتمثل هذا العنصر في إلغاء الترابط البصري، الصوت الخافت الخصوصي، وضعية الأذرع التي لها أن تضم الشريك فقط، أو أي عدد آخر من الأشياء الحميمية.

الطريقة الثانية لوضع الموقف على مستوى لا جنسي هي استخدام المتصلات أثناء الحديث للإشارة إلى زوجة، صديق، خطيب.. مما يؤدي إلى توجيه الحالة إلى بؤرة مناسبة تخبر الشريك/الزميل: "إننا أصدقاء وليس عشاق."

يعود هذا، باعتقاد الدكتور شيفلن، إلى ظهور وحدات خصوصية في السلوك تشكل بنية مجمل النماذج. فإذا غاب بعض من هذه الوحدات، سيكون النموذج المحصلة مختلفاً. عندها يتحول النموذج من الجنسية إلى اللا جنسية، مع وجوب تذكر أن ذلك يحدث عند الرجل - المرأة القوي الفاعلية/القوي الإرادة فقط. لا يمكن تفادي قيام روتين معين في مجال

الأعمال، غير أنه يكون مُلَطفاً/مُتَبَلاً بنكهة تشبه المشاكسات الجنسانية. يستمر الشركاء/الزملاء، من دون توقع منهم بإشباع رغبة جنسية، باستثمار حقيقة وجود الاختلاف الجنسي في ما بينهما. رجل الأعمال يقوم باستخدام إشارات لغة الجسد الجنسية بهدف الحصول على علاقة إضافية معينة. ويستخدم الشخص الألمعي هذا الأمر كعامل مساعد في مجال التعليم، والمعالج في حالات العلاج النفسي.. غير أن جميع هؤلاء لا يدركون أنهم في الواقع يناورون جنسيتهم (ذكراً كان أم أنثى) بكل بساطة ولكن ليس بهدف إشباع رغبة الجنس.

مع ذلك، ليس ثمة ضمان من عدم تطور أي واحدة من هذه الحالات الجنسانية، حيث هناك عدداً ليس قليلاً من مدرسين يستجيبون لتلامذتهم جنسياً، رجال أعمال مع نساء أعمال، معالجين مع مرضى، وذلك لمنح جميع هذه اللقاءات حرافة/نكهة حادة الطعم، بل واعدة أيضاً.

هذه اللقاءات شبه الجنسية تظهر بشكل متكرر، بحيث تعد جزءاً فطرياً من حضارتنا. إنها لا تحصل خارج البيت حسب، بل قد تظهر أيضاً بين الأباء والأبناء، بين الضيف والمضيف، بل حتى بين امرأتين أو رجلين. المسألة الوحيدة، التي لا بد من جعلها واضحة في ما يخص جنسية – لا جنسية العلاقة، هو كونها لا تقوم لتؤكد واقعاً ما. في الواقع لا بد هنا من كفاءة أو لا بد من القيام بمتنصلات مؤثرة/قاطعة منذ البداية. فإذا تم القيام بها على نحو مناسب، لن تكون هناك فرصة أمام أحد الشريكين لينهض فجأة وهو يقول: "لكني تصورت أنك تقصد..."، فيحتج الآخر قائلاً: "آ ها، كلا، إنها لم تكن موحية إلى هذا، على أية حال."

يلاحظ الدكتور شيفلن أن هناك معالجين نفسانيين يستخدمون هذا المسلك التغازلي/المتعابث بدرجة كبيرة من الوعي، وذلك بهدف الإحاطة بمرضاهم. قد تتمكن المريضة اللا مبالية من البدء بالحديث الصريح من خلال التقرب الجنسي من جانب معالجها، ولكن بشكل جنساني تبعاً لتعابير لغة الجسد حسب، حيث قد يقوم (المعالج) بترتيب رباط العنق، جوربه، أو شعره بنوع من التأنق بهدف بث (رسالة) تشويق جنسي، غير أنه يجب أن يقوم بذلك بحيث يجعل موقفه الحقيقي غير الجنسي واضحاً.

يصف الدكتور شيفلن حالة عائلة تراجع معالجاً (نسانا): أم، بنت، جدة، وأب. في الوقت الذي كان المعالج يود التحدث فيه إلى البنت أو الجدة، كانت الأم الجالسة بينهما تأخذ بنقل إشارات جنسية من خلال لغة الجسد، وذلك لجذب انتباه المعالج إليها. كان المعالج يقوم بتمثيل نوع من أنواع التعابث الشائع بين النساء كثيراً عندما يكن خارج مركز الانتباه (الاهتمام)، حيث تتجهم وتقوم بعقد رجليها ومدهما إلى الأمام وتضع يدها فوق وركها ثم تميل جسمها إلى الأمام.

في حال استجاب المعالج لها لا إرادياً، سوف "يقدم تفهمه لها" من خلال تعديل رباط العنق أو تعديل الشعر أو الميل إلى الأمام. عندها نرى البنت والجدة تقومان بعقد رجليهما واضعين أرجلهما العليا أمام الأم، كل من جهتها، وبهذا يقمن في الواقع "بعزلها، بالإقفال عليها". أما هي فسوف نراها توقف إشاراتها الجنسية وتعود إلى الوراء.

ربما كان أمتع ما في هذه التمثيليات الملغزة هو أن هذا "العزل بالإقفال" من لدن البنت والجدة قد حصل دائماً عند قيام الوالد بإشارة هزهزة قدمه العليا نتيجة عقده رجليه، محركاً إياها صعوداً ونزولاً! وقد

قام المتعالجون، النسوة والأب، بكل هذه الأفعال دون أن يكونوا مدركين بثهم إشاراتهم هذه.

بعد دراسة متأنية حول السلوك الجنسي - اللا جنسي تبين أن هذا السلوك عادة ما يظهر عند شخصين يكون أحدهما منشغلاً أو منصرفاً عن الآخر لسبب ما. كما أنه يحدث داخل مجاميع تضم أكثر من اثنين مثل العائلة، في تجمع يتداول شؤون الأعمال، في صف دراسي، عند تجاهل أحد أفراد المجموعة أو عزله من قبل الآخرين. قد يقوم المعزول عندها بحركات "تأنقية"، أي بإشارات جنسانية، يهدف منها الدخول ثانية إلى نطاق المجموعة. وعند انسحاب أحد أفراد المجموعة منها، ربما قام الباقون باستخدام هذا الأسلوب بهدف دعوته للعودة إليهم من جديد.

أهم ما في كل ذلك هو معرفة الإشارات، تلك الإشارات المحددة والمميزة، الفاصلة بين العروض الجنسية واللا جنسية. إذ يمكن للشريكين المنفردين أن ينال الإرباك منهما بكل سهولة على حد اعتقاد شيفلن. في الحقيقة هناك من يخلط، نتيجة هذا الإرباك، بين الإشارات الجنسية المرسلة والمتلقاة، إضافة إلى خلطهم بين توصيفاتها. كما أنه يوجد أشخاص غير قادرين، لأسباب نفسية، على المواصلة في اللقاء الجنسي إلى آخر الشوط، بينما يبقون فاعلين في سلوكهم الإغوائي، خاصة عندما لا يتوجب عليهم القيام بلقاء جنسي.

هؤلاء الأشخاص لا يثيرون عروضاً جنسية فقط، بل يرون العروض الجنسية لدى الآخر، خاصة عندما لا تكون هذه العروض هادفة. هذا هو ما يشكل "مشاكسة" نموذجية نعرفها جميعنا، أو تعرفها الفتاة الواثقة من أن الجميع يرغب في الوصول إليها (نيلها).

شيفلن يصنف، من ناحية أخرى، أولئك الذين ليسوا مدركين توصيفات الإشارات، ويخبرهم أن العرض ليس في حقيقته جنسياً. إن أمثال هؤلاء يتجمدون عند حالات غير جنسية اعتيادية وينسحبون.

كيف يتم تعلم لغة جسد هذه الحالات، وكيف لنا أن نعرف التأويلات الصحيحة، والتنصلات الصحيحة (المطلوبة) والتأهيلات من أجل جعل العروض الجنسية غير جنسية.. من الصعب شرح كيفية تعلم كل ذلك، حيث أننا نتعلم بعضا منها، ونتشرب بالبعض الآخر من الثقافة (المجتمع المحيط بنا). عندما ينفصل شخص ما عن مجتمعه، بشكل أو بآخر، ولم يسبق له أن تعلم نظام تأويل هذه الإشارات، فإنه قد يواجه عدداً لا بأس به من المشاكل. إذ قد لا تكون لغة الجسد معروفة لديه على مستوى الوعي، وغير مستخدمة لديه على مستوى اللا وعي.

ثامناً

المراكز.. المؤشرات والوضعيات

المراكز. المؤشرات والوضعيات

صرخة استنجاد:

كان المريض تجاوز سن الصبا ويبدو أصغر، وكان بعمر سبعة عشر عاماً. غير أنه كان من سنه. كان شاحباً، نحيفاً، على وجهه سمة الفضول الغامضة، كما لو أن أحداً ما فكر نيابة عنه بشكل أفضل في خصوص تكوينه الشخصي، لذلك حاول محو سماته الخاصة، لكنه لم ينجح إلا بتلطيخها. كان يرتدي ملابسه دون اعتناء وبشكل فضفاض، ويجلس بهمة فاترة نوعاً ما، ذراعاه متصالبتان وعيناه غائمتان. كان يتحرك بحركة موجزة ومشدودة. عند استعداده للنوم تراه في حال من الانهيار والتبلد.

ألقى المعالج نظرة خاطفة إلى ساعته، واستحمد ربه أن الوقت عند نهايته، فاغتصب لنفسه ابتسامة: "هذا كل شيء إذن، إلى الغد."

نهض الفتى هازاً كتفيه: "أي غد؟ لا تقلق بشأن الغد. أنا متأكد أنه بعد هذه الليلة، لن يأتي. بالنسبة لي، لن يكون هناك أي غد."

عند الباب قال له المعالج: "ولكن دعك من ذلك، يا دان. على مدى أشهر مضت كنت تهدد دائماً، في كل أسبوع."

ينظر الفتى إليه ببلاهة ثم يغادر، فيقف المعالج عند الباب متشككاً وغير واثق من نفسه. مريضه هذا كان الأخير لهذا اليوم، ولا بد أن يكون المعالج قد شعر أخيراً بالحياة تعود إليه، إلا أنه بدل ذلك قام في داخله نوع من القلق الذي ينمو باطراد نحو الأسوأ. يحاول العمل على تسجيلاته لبعض الوقت، غير أن ذلك لا يسعفه. هناك شيء ما يزعجه، شيء يخص هذا الفتى. هل كانت طريقة كلام الفتى تهديداً بالانتحار؟ ولكنه سبق له أن هدد بقتل نفسه مرات عدة، فلماذا سيختلف التهديد الأخير عن سابقاته؟

لماذا تراه منزعج هذه المرة؟ أخذ يتذكر مشاعر الفتى القلقة أثناء الجلسة، والدرجة السلبية التي كان عليها. استدعى لذاكرته إيماءات الفتى، الحد الموجز في حركته أثناء تنقله، عدم قدرته في السيطرة على عينيه.

بقلق متوتر استعاد المعالج تمثيل الحالة قرابة الساعة. بطريقة أو أخرى صار واثقاً، نوعاً ما، أن هذه المرة مختلفة عن سابقاتها وأن الفتى يقصد في المرة هذه الانتحار. والآن، ما هو المختلف في قول الفتى هذه المرة؟ ما الذي قاله في هذه الجلسة ولم يقله في السابقات؟

ذهب المعالج إلى مستشار ومعه جهاز التسجيل الخفي، وهي طريقته في حفظ مجريات كل جلسة. أعاد تشغيل شريط تسجيل الجلسة الأخيرة. لم يكن في كلمات الفتى (المنطوقة) ما يشير إلى أي اختلاف أو شيء غير اعتيادي سوى أن نغمة الصوت كانت مسطحة، عديمة الحيوية وسلبية.

أخذ قلق المعالج بالنمو. لا بد أن رسالة الفتى جاءت، بطريقة أو أخرى في ثنايا الجلسة. كان عليه التوثق من تلك الرسالة، حتى وإن لكم يعرف ماهيتها. أخيراً، بعد الانزعاج الجزئي من نفسه هو، والتفريج عن كربه، اتصل بزوجته ليعلمها أنه سيتأخر في المجيء، ليتوجه بعدها إلى بيت الفتى.

بقية القصة مباشرة وبسيطة. كان المعالج على حق. الفتى حاول أن ينتحر. كان قد ذهب إلى البيت مباشرة، تناول قنينة حبوب من صيدلية البيت ثم أقفل على نفسه في غرفته. ولحسن الحظ فقد وصل المعالج في الوقت المناسب. أقنع الوالدان بسهولة ليصبح المعالج والأهل قادرين على غسل معدة الفتى بأحد المقيئات. الجانب المشرق من الوجه الثاني من المشكلة الغمامة يتمثل في أن الحادث تحول نقطة بداية في علاج الفتى، إذ أخذ العلاج يتقدم بعد هذا اليوم.

ولكن لماذا؟ سألت زوجة المعالج فيما بعد. لماذا ذهبت إلى بيت الولد؟

لا أعرف سوى أنني - اللعنة على كل ذلك. لم يكن ذلك شيئاً ورد في كلامه، بل كان شيئاً ما يصرخ بي أنه قصد هذه المرة قتل نفسه. لقد أعطاني إشارة، لكني لم أعرف ماهيتها - ربما بثها بوجهه، بعينيه أو يديه. ربما جاءت من طريقة احتفاظه برباطة جأشه، وحقيقة أنه لم يضحك من المزحة التي افتعلتها مع أنها كانت مزحة جيدة. لم يكن له أن ينطق بشيء، فكل ما يخصه كان يخبرني أنه في هذه المرة يعني ما يقوله."

لم تقع هذه الحادثة اليوم، ولا في السنوات العشر الأخيرة، وإنما قبل عشرين عاماً. أما فليس اليوم بوسع المعالج أن يتسلم الرسالة فقط بل أن يعرف كيفية إرسالها أيضاً، وكذلك معرفة نوعية المفتاح الذي قدمه الفتى للمعالج.

لا بد لكل من الوجه المسطح، الهيئة المهمَلة، اليدين المتصالبتين أن تنطق جميعها بمعنى لا يقل وضوحاً عن أي كلام آخر. كان الفتى يخبر المعالج ما ينوي القيام به عبر لغة الجسد، إذ ما عادت الكلمات هنا ذات أهمية. لقد سبق له أن استخدمها مراراً ليصرخ دون طائل فما كان منه إلا أن يعود القهقرى، إلى طرق أكثر بدائية، طرق أكثر أولية، من أجل إيصال رسالته.

☜ ما الذي تخبر عنه وضعيتك (الجسماني)؟

أصبح المعالجون النفسانيون، في غضون السنوات العشرين التي مرت على وقوع هذه الحادثة، مدركين بدرجات عالية أهمية ومنفعة لغة الجسد في العلاج. والأمر الممتع إلى حد ما، أنه في الوقت الذي يستخدم معظم الناس لغة الجسد في ممارساتهم (الحياتية)، فإن قلة منهم تدرك كيفية القيام بذلك، بينما الكثير منهم لا يملكون فكرة عن مجمل الأعمال التي أنجزت في حقل الكينيزكس من قبل الدكتور شيفلن والدكتور رايل. بيردفيستل.

ينبه الدكتور بيردفيستل، الأستاذ في جامعة تمبل، وأستاذ الأبحاث في أصول الجنس البشري (الأنثروبولوجي)، الذي استهل العمل على معظم القضايا الأساسية المتعلقة بتطوير نظام علامات خاصة بالعلم الجديد الكينيزكس، ذاهباً إلى أنه "ليس هناك من وضعية (جسم) أو حركة تقوم بذاتها لذاتها، تمتلك معنى دقيقاً" بكلمات أخرى، لا نستطيع القول دائماً بأن الأذرع المتصالبة تعني: "لن أسمح لك بالاقتراب مني"، أو أن يعطي حك الأنف بالإصبع معنى رفض أو استنكار، وأن الريت على

الشعر يعني الاستحسان، وأن الصد برفع الإصبع يعني التشامخ. إن هذه إن هي إلا تأويلات لعلم الكينيزكس ساذجة تهدف إلى جعل اللعب بالكلام خارج الأطر العلمية. فقد تكون حقيقية صادقة في بعض الأحيان ولا تكون كذلك في أحيان أخرى. تكون حقيقية فقط في سياق مجمل النمط السلوكي للفرد.

يعتقد الدكتور بيردفيستل أن لغة الجسد واللغة المنطوقة معتمدتان على بعضهما البعض. فاللغة المنطوقة وحدها لن تمنحنا المعنى الكامل لقول الفرد، كذلك فإن لغة الجسد وحدها لن تمنحنا المعنى الكامل للموضوع نفسه. إذا تحدث شخص ما واستمعنا إلى كلماته فقط، ربما حصلنا على تشويه (تحريف) للمعنى بالقدر نفسه الذي نحصل عليه إذا استمعنا إلى لغة الجسد فقط.

تبعاً للدكتور بيردفيستل، لا بد للمعالجين النفسانيين خاصة أن يستمعوا إلى كل من لغة الجسد واللغة المنطوقة. في محاولته تعليمهم كيفية القيام بذلك، قام بإصدار ورقة تدعى "تحليل الاتصالات في فترة الحضانة"، يشرح فيها بعضاً من الطرق (الوسائل) التي استخدمها في تدريب الأطباء المقيمين الجدد، وذلك للاطلاع على الاتصالات الكامنة في لغة الجسد.

من الممتع بشكل خاص المساعدة التي قام بها الدكتور بيرد فيستل في تطور مفهوم "أدبيات زمن النظرة"، حيث يعتقد أن المرء قادر على مراقبة عين الآخر، وجهه، بطنه، أرجله وأجزاء أخرى من الجسم لفترة زمنية تمتد فقط إلى لحظة قبل نشوء توتر ما لدى كل من المراقِب (بكسر القاف) والمراقَب (بفتح القاف).

يشير بيردفيستل، في نصحه للأطباء المقيمين، إلى أنه بمقدور أي جزء متحرك من أجزاء الجسم تقريباً، أن يتضمن رسالة للطبيب، ولكن في حال إخفاق ذلك فإنه يعيدنا القهقرى إلى مثالين كلاسيين من لغة الجسد يمكنها تحقيق اتصال.

أحد المثالين، كما يوضح بيرد فيستل، يدور حول فتاة فتية مراهقة وماذا لها أن تفعله عند النمو الجديد لنهديها. كيف تتعامل مع حملهما؟ هل تدفع بهما إلى الأمام بدفع كتفيها إلى الخلف مظهرة إياهما افتخاراً بهما؟ أم تدفع كتفيها إلى الأمام لإخفاء صدرها ومساواته مع الكتفين؟ ما الذي لها أن تفعله بذراعيها وكتفيها، ما الذي تفعله مع والدتها التي لا تنوي أن تخبرها معظم الوقت أن: "الزمي نفسك باعتدال. كوني فخورة بجسمك" بينما تخبرها في وقت آخر أن "لا تتمشي هنا وهناك عارضة نفسك بهذا الشكل! لا ترتدي كنزة (بلوزة) كهذه ملتصقة على جسمك".

عندي صديقة مراهقة غير مثبطة الهمة، واثقة من نفسها، تنظر أثناء ارتدائها البكيني (ملابس السباحة) في المرآة وتقول لأمها: "أليست عظيمة؟ لا فرق، فذلك لن يؤثر على احتراقي بعد موتي. سأرتديها وليتحمص جلدي بلون البرونز في قادم الأيام!"

معظم الفتيات اللواتي في عمرها يفتقرن إلى هذا الافتخار بجسدهن، لذلك يتحول حملهن لصدورهن الحديثة النمو إلى مشكلة حقيقية. يمكن للطبيب المقيم أن يدرك أن التغيرات الحاصلة في قوام الفتاة قد تقوم ببث رسالة (إشارة) عن كآبة، استثارة، مغازلة، تعابث، غضب.. بل حتى نشدان عون. وعليه سيكون الطبيب قادراً، تبعاً لخبرته، على أن يميز ويأول بعضاً من المشاكل المختلفة لدى مرضاه من ذوي الأعمار بين ١٣ - ١٩ سنة بالنظر إلى موقفهم من ذلك.

يتمثل المثال الثاني، الذي يستخدمه الدكتور بيرد فيستل لإعانة المقيمين، في ما يدعوه "التقلص والانبساط اللافتين للنظر الحاصلان في بطن ومعدة الرجل/الذكر"

عند تناول التودد، لا حظنا أن الذكر يقوم بشد عضلات جوفه ويسحب بطنه. أما في حالة الاكتئاب فإنه قد يزيد من استرخاء هذه العضلات ليدع معدته في حال من النشر/الانبساط. يمكن لدرجة توتر هذه العضلات أن تخبرنا بالكثير عن الأحوال العاطفية والذهنية للشخص. لا بد لنا من إدراك كون الجسم في مجمله يتجاوب مع لغة الجسد مثلما تتجاوب أعضاء النطق مع اللغة المنطوقة.

قام الدكتور باول ل. وتشتل (فاختل) من المركز الطبي داون ستيت في الجامعة الحكومية في نيويورك بدراسة الاتصالات غير النطقية لدى المرضى النفسانيين، ثم نشر مقالاً بعنوان "مقترب لدراسة لغة الجسد في العلاج النفساني".

وحسب الدكتور فاختل فإن كل حركة أو وضعية يتخذها الجسم تمتلك وظيفة تكيفية، تعبيرية ودفاعية (وقائية). بعضها يأتي عن وعي بها ويأتي البعض الآخر من غير وعي. يقول الدكتور فاختل: "إننا نبحث في التقييم السريري الذي يشمل دلالات استخدام المريض لجسده."

من أجل أن يحصل الدكتور فاختل على بياناته قام بمشاهدة اللقاءات النفسانية المصورة وأعاد عرضها لمرات عدة مقارناً بين الاتصال عن طريق لغة الجسد وبين الاتصال عن طريق اللغة المنطوقة. كان الشيء الذي تعلمه من مراقبة هذه الأفلام: متى يتوجب علينا النظر في أهمية الإيماءات. نظرياً، يمكن القول إن ذلك يتحقق من خلال الاستماع إلى المريض، غير أن الحركات، من الناحية العملية، تكون سريعة لذلك غالباً

ما تضيع أثناء هذه اللقاءات. أما الفيلم فبالإمكان إبطاء عرضه وإعادة تشغيله كما في آلة الزمن وذلك من أجل استدعاء أي جزء من اللقاء عندما نشاء ذلك.

يقول الدكتور فاختل أن أحد الأمثلة التي كانت لغة الجسد عاملاً مساعداً فيها، جاء في اللقاء الذي أجري مع شخصية مضطربة جداً لم تكن تعرف ماهية مشاعرها تجاه صديق ارتبطت معه بعلاقة.

لقد لاحظ في الفيلم أنها كلما أصبحت في حال من الغضب أتت بإيماءة محددة. لما كانت تعيد الإيماءات نفسها عند ذكر اسم الصديق أصبح بوسعه أن يريها صورياً كيفية شعورها تجاه ذلك الصديق.

إن فهمك لعواطفك يعتبر الخطوة الأولى للسيطرة عليها.

يعتبر الدكتور فاختل لغة الجسد كمحاولة شعورية أو لا شعورية يقوم بها المريض بهدف إقامة اتصال بالمعالج. كانت إحدى المريضات التي قام بمعالجتها تميل إلى الوراء شابكة يديها كلما كان المعالج يصل أماكن معينة مثيرة للإزعاج. "وربما كان ذلك تعبيراً شائعاً نسبياً للمقاومة" كما يقول الدكتور فاختل.

☜ وضعيات مختلفة لأماكن مختلفة:

إن قبول فكرة استخدام المرء لأكثر من صيغة اتصال فيه نوع من الفائدة المحددة جداً لكل من المعالج والمواطن العادي. بوسع المعالج أن يتعلم ما يمكن توقعه من المريض، وبوسع المواطن العادي أن يتعلم الكثير مما يمكن توقعه من زملائه الرجال فيما لو فهم أنهم إنما يأتون بردود أفعال بلغة الجسد بنفس مستوى ما يأتون به بلغة منطوقة.

غالباً ما يشكل فهم لغة الجسد المفتاح إلى العلاقات الشخصية، وربما كان شيئاً من الأسرار أن الكثير من الأشخاص يستخدمونها في تعاملهم مع الآخرين. يبدو أن هناك أشخاص قادرون على تفسير لغة الجسد وبالتالي التأثير في الناس بجسدهم كما بأصواتهم.

علاوة على ذلك، يشكل إدراك لغة جسد الآخر والقدرة على تأويلهما، إدراك المرء لغة جسده هو أيضاً. ما أن نبدأ بتسلم وتفسير الإشارات التي يبعث الآخرون بها لنا حتى نبدأ برصد إشاراتنا نحن، فننال من ثم سيطرة أكبر على أنفسنا، وبالتالي سيطرة على أداء أبلغ تأثيراً (في الشخص الآخر).

على أية حال يصعب جداً امتلاك سيطرة على جميع طرق الاتصال المختلفة. هناك من الناحية الواقعية الآلاف من المعلومات الصغيرة المتبادلة القائمة بين البشر، التي تجري في غضون ثوان فقط. يقوم مجتمعنا ببرمجتنا لنتدبر هذه البيانات الصغير العديدة ولكن على مستوى اللا وعي. وإذا نقلناها إلى وعينا قد نجازف بإساءة تعاملنا معها. لو توجب علينا أن نفكر بما نقوم به (في كل لحظة) سيصعب علينا القيام به أكثر مما لو قمنا به على نحو اعتيادي، هذا في الغالب. لا يكون الذهن الفطن مؤثراً بالضرورة مثل تأثير الذهن غير الفطن (دائماً).

مع ذلك، يواصل النفسانيون دراسة جميع أوجه الاتصالات الجسدية. اهتم الدكتور شيفلن بمدى أهمية الوضعية (وضعية جسم الشخص) في نظام الاتصالات وعلى نحو خاص. يشير شيفلن في مقال لمجلة الطب النفسي إلى أن الأسلوب الذي يدبر الناس به شؤون (وضعيات) أجسادهم يخبرنا بالكثير عن ما يحدث عند التقاء شخصين أو أكثر في مكان ما.

يكتب الدكتور شيفلن أنه "لا يوجد في أمريكا أكثر من قرابة ثلاثين إيماءة تقليدية (متعارف عليها)"، ويضيف أنه قد توجد هناك وضعيات جسمانية أقل عدداً من ذلك ليس لها من أهمية في الاتصالات، وتظهر كل واحدة منها في حالات معينة فقط. ولفهم ما يذهب إليه يشير إلى أن وضعية الاتكاء على ظهر الكرسي أثناء الجلوس نادراً ما نراه عند بائع يحاول أن يبيع شيء إلى زبون ذو نفوذ أكبر.

في الوقت الذي يتآلف الأمريكيون مع جميع الوضعيات المختلفة المتداولة لدى الأمريكيين، فإن ذلك لا يعني أن كل فرد منهم سيستخدم كل هذه الوضعيات. إن طالب كلية ذو التسعة عشر عاماً في نيويورك سوف يستخدم وضعيات تختلف عن تلك التي تستخدمها ربة بيت من الغرب الأوسط، عامل إنشاءات من ولاية واشنطن سوف يستخدم وضعيات تختلف عن التي يستخدمها بائع من شيكاغو. ويعتقد الدكتور شيفلن أنه يمكن للخبير الحق بلغة الجسد أن يقول لنا عن هذا المرء أو ذاك، من خلال طريقة تحريك هذا الشخص لحاجبيه أثناء تحدثه، من أي طرف من أطراف البلاد هو آت. لكن ما من خبير قد بلغ مثل هذا الشأن بعد.

جميعنا يدرك الاختلافات المناطقية (الجغرافية) في لغة الجسد عند مراقبتنا ممثلاً موهوباً في التمثيل الصامت (المايم)، فمن خلال إيماءات مخصوصة يمكن للتمثيل الصامت أن يخبرنا ليس إلى أي منطقة من منا طق العالم يعود هذا الشخص حسب، بل سيخبرنا أيضاً بما تقوم به (هذه الشخصية) في الحياة. عندما كنتُ طالباً في الكلية، وقت كان لاعبي كرة القدم أبطال الكلية، كان العديد من فتيان الكلية يقلدون مشية لاعبي كرة القدم إلى درجة كبيرة من الواقعية بهدف استثارة اهتمام الفتيات.

الحركة والرسالة:

في عمله على علم الكينيزكس حاول الدكتور بيرد فيستل الإشارة إلى أن الإيماءة تمتلك نفس دلالة الرسالة. يتمثل أحد الأشياء التي اكتشفها أن كل متحدث بالإنكليزية يحرك رأسه أثناء تحدثه لعدد معين من المرات. ولو أنك صورت محادثة نمطية بين أمريكيين على شريط فيلمي ثم قمت بإبطاء حركة الفيلم أثناء العرض ستلاحظ الرأس يتحرك عند وجود جواب متوقع. تمثل حركة الرأس عند نهاية كل تعبير إشارة موجهة إلى المتحدث الآخر ليبدأ بالرد (بالجواب).

إنها طريقة من طرق نسوس بها محادثاتنا المنطقية، فهي تساعد على الأخذ والعطاء المتبادلين دون حاجة إلى قول: "هل انتهيت؟ الآن سأتكلم أنا."

من الطبيعي أن تكون الإشارات مختلفة في المناطق الأخرى من العالم. من الناحية النظرية يمكن لمراقبة شخصين يتحدثان أن تشكل مفتاحاً جديداً لمعرفة موطنهما.

يمكن لتغيير الطبقة الصوتية في نهاية جملة من جمل لغتنا أن تعني أشياء عدة. إذا كان هناك تصعيداً في الطبقة فهذا يعني أن المتكلم يطرح سؤالاً. اسأل: "ما الساعة الآن؟ "ثم لاحظ كيف يرتفع صوتك عند "الآن"[1]. ويرتفع الصوت في "كيف حالك؟" عند كلمة "حالك"، وفي "هل أنت راغب في عملك؟ "يرتفع عند "عملك".

---

(١) نذكر هنا الكلمات الإنكليزية تماشياً مع ما ورد في الكتاب نظراً لعدم توافق ذلك مع العروبة بشكل دقيق، على من يرغب اكتشاف ذلك في العربية أن يراقب تغير الطبقات من خلال ممارسة لفظ العربية لأنماط جملها مختلفة.. (المترجم)

تعتبر هذه (الارتفاعات الصوتية) علامات لغوية، وقد اكتشف الدكتور بيردفيستل علامات كينيزكسية عدة تكمل العلامات اللغوية. وقد لاحظ بيرد فيستل حين قام بمراقبة شخص يوجه السؤال"ما الساعة الآن؟" أن رأسه ترتفع عند "الآن"، وفي "أين أنت ذاهب؟" ترتفع الرأس عند "ذاهب". فكما هي الحال في ارتفاع الصوت، يرتفع الرأس صعوداً أيضاً في آخر السؤال.

حركة الصعود والارتفاع هذه ليست منحصرة على الصوت والرأس، فاليد هي الأخرى تنحو للحركة إلى الأعلى مع تصاعد طبقة الصوت. إن غياب المعنى الظاهري من إيماءة اليد التي نتداولها جميعنا أثناء أحاديثنا، مرتبط بالطبقة الصوتية وبالمعنى المقصود. كذلك نرى أن جفن العين سوف ينفتح أكثر عند الإشارة الأخيرة لنهاية السؤال.

وكما يتصاعد الصوت عند نهاية السؤال فإنه، من ناحية أخرى، يهبط عند نهاية القول. "يعجبني هذا الكتاب" حيث ينخفض الصوت مع (لفظة) "الكتاب". وينخفض الصوت في "أود لو حصلت على بعض من الحليب مع فطائري" عند كلمة "فطائري".

كذلك ينخفض الرأس مع انخفاض الصوت عند آخر الكلام، وتبعاً لرأي الدكتور بيردفيستل فإن اليد والجفنان يهبطان أيضاً.

عندما يهدف المتكلم إلى الاستمرار في كلامه فإن صوته سوف يلتزم الطبقة نفسها ويبقى رأسه منتصباً، و تبقى الأيدي والعينان دون تغير.

هذه فقط بضعة تغيرات طفيفة في وضعية العينين والرأس واليدين لدى المتكلم الأمريكي، ذلك أننا، إن لم يكن دائماً، فقلما نبقي رؤوسنا في وضعية واحدة لمدة أطول من زمن جملة أو جملتين. هذا الأمر يدركه الأدباء كما يدركون أن حركة الرأس مرتبطة ليس بما نقوله فقط وإنما

بالسياق الشعوري أيضاً. سيتوجب على الكاتب لكي يصف الشخص البارد، الذي لا يظهر عليه الإحساس بالمشاعر، أن يظهره بشكل متبلد وعديم الحركة، مثل دور جيمس بوند في الفيلم المنتج عن قصص أيان فليمنغ قصص 007، الذي يؤديه الممثل شون كونري بنمط الفاقد الإحساس، حيث قلما كان وجهه يتحرك، حتى في حال خمود الوجه. لقد كان ذلك تشخيصاً رائعاً طالما كان تمثيلاً لخصائص دور الرجل الذي لم يكن يمتلك إحساساً بالعاطفة.

يمثل الـ "كولم golem" في التراث الشعبي (الفلكلور) اليهودي كائناً لا تظهر عليه أية تعابير، وبالتالي فإنه لا يتحسس أية عاطفة طبعاً. عارضة الأزياء تلزم نفسها بوضعية مشدودة، غير اعتيادية، لغرض إيصال تنغيمات غير عاطفية. عندما يتكلم رجل أو امرأة اعتياديين فإنهما ينظران يميناً ويساراً، وينظران أحياناً إلى الأعلى وأخرى إلى الأسفل. إنهما يطرفان بعينيهما، يرفعان حاجبيهما، يعضان شفتيهما، يمسان أنفيهما .. إنهما يأتيان بكل حركة لها ارتباط بما يقولانه.

أغلب الأحيان يصبح من الصعب بمكان ربط حركة معينة برسالة معينة نتيجة التنويعات المهولة في حركات الفرد، غير أنه ما زالت هناك درجة من الصدق في أن الحركة رسالة على حد تعبير مارشال ماك لوهان. وفي جلسة دراسية حول العلاج النفساني، وجد الدكتور شيفلن أنه عندما يقوم المعالج بشرح شيء ما لمريض فقد يقوم باستخدام وضعية رأس واحدة، غير أنه عندما يأول بعضاً من العلامات أو السلوك فإنه يستخدم وضعية غيرها، وعندما يقاطع المريض فإنه يستخدم وضعية ثالثة، كما أن لديه وضعية رابعة يخصصها لاستماعه للمريض.

المريض أيضاً يأخذ وضعية معينة ومحددة عند استماعه إلى المعالج. في واحدة من هذه الحالات، التي قام الدكتور شيفلن بدراستها، وضع المريض رأسه ناحية الجهة اليمنى عند تمثله فترة طفولته، في حين احتفظ برأسه منتصباً عند تحدثه كشخص بالغ وباندفاع.

تكمن الصعوبة في دراسة وتأويل هذه الحركات كونها عواطف شخصية كينيزكسية، تنتسب إلى الأحداث القائمة في خلفيات هذا المريض أو ذاك. ليس كل المرضى يضعون رؤوسهم جانباً عندما تكون لديهم رغبة في التمثيل على نحو طفولي، كما ليس كل المعالجين يقومون بحركة رأس موحدة عندما يكونوا في حالة إصغاء، مع ذلك فالشيء الحسن والمؤكد هنا هو أن الشخص الواحد سيقوم بإعادة حركته نفسها في كل مرة. لقد ذهل الدكتور شيفلن من تكرار حركات الرأس مرة بعد أخرى أثناء مقابلة قوامها نصف ساعة، وكانت رتيبة وصارمة، وعلى هذا الأساس كان حال هذه الجلسة كحال العديد من الجلسات الأخرى التي قام بدراستها، حيث قلما يستخدم المريض والمعالج مدى واسعاً جداً من الحركات.

وعليه لن يكون صعباً جداً إيجاد وضعيات تخص شخصاً ما ومن ثم نسبها إلى إفادات هذا الشخص، أو إلى كلامه، وإلى الأسئلة، إلى الأجوبة، الشروحات..إلخ.

☜ الوضعيات والاستعراضات:

لا تمثل حركات الرأس والحاجبين واليدين فعلياً حركات لوضعية ما حقيقة، فشيفلن يسميها "مؤشرات" (نقاط دالة). إنه يسمي ما يتلو جملة

المؤشرات هذه بـ"الوضع"، الذي هو أقرب إلى الوضعية (الجسمانية). شيفلن يقول إن الوضعية تتألف من الناقل لمجمل الوضعية المتضمن نصف الجسم على الأقل. يمكن للوضعية أن تستمر (في وضعها) قرابة خمس دقائق.

في الحالات (الأوضاع) الاجتماعية سوف يلقي الناس نظرة سريعة على وضعيتين أو أربعة على الأكثر، مع أن الدكتور شيفلن راقب معالجين نفسانيين بقوا أثناء حالات العلاج على وضعية واحدة أكثر من عشرين دقيقة.

لكي نصور استخدام الوضعيات عليك أن تتخيل حالة رجل يلقي خطبة في موضوع مخصوص، سنرى المستمع يميل إلى الوراء متكئاً على ظهر كرسيه بيدين ورجلين متصالبة وهو يستمع لأفكار المتكلم. عند النقطة التي يختلف المستمع فيها مع المتكلم سنراه يحول وضعيته إلى حالة تهيؤ يوصل من خلالها احتجاجه (اعتراضه)، إذ قد يميل إلى الأمام بعد أن يفك تصالب رجليه ويديه. وربما رفع إحدى يديه باسطاً أربعة من أصابعها كما لو أنه شرع بطرح رده. عند انتهائه من ذلك تراه يميل ثانية إلى الوراء، إلى وضعه السابق، ليصالب من جديد ذراعيه ورجليه، وربما كان إلى حد الثلث من الخطبة في وضعية تقبل أكبر، حيث تكون رجلاه ويداه متصالبتان، ويكون مائلاً إلى الوراء في وضع اتكاء إشارة منه إلى أنه منفتح على مقترحات (أفكار) المقابل.

لو قدر لك أن تتابع جميع الوضعيات التي يؤديها الرجل أو المرأة أثناء مسار حديثهم، ستحصل على ما يعطي الدكتور شيفلن كلمة "الاستعراض" عنواناً له. يمكن للاستعراض أن يستغرق عدة ساعات، ولا ينتهي إلا عند التغير التام للمكانية، أي بترك الغرفة، بالذهاب للاتصال هاتفياً، أو

الخروج لغرض تدخين سيجارة، الذهاب إلى غرفة المغاسل، أي حركة تؤدي بالمحادثة إلى نهايتها تنتهي باستعراض. وإذا عاد الشخص (إلى المكان نفسه) من جديد، سيبدأ عندها استعراض جديد.

يعتقد الدكتور شيفلن أن وظيفة الوضعية في الاتصالات إنما تقوم من أجل إعطاء سمة لهذه الوحدات، التأشيرات، الوضعيات، والاستعراضات. إن هذه الوحدات تخدم كنقاط (فواصل) في مسار المحادثة. إن الوضعيات المختلفة مرتبطة بحالات شعورية مختلفة، وعلى الأغلب يمكن للحالات الشعورية أن تسترد عند العود إلى الوضعية الأصلية التي ظهرت الحالة فيها أولاً. سوف يدرك المعالج النفساني المراقب بانتباه شديد بعد حين من الوقت الوضعيات المرتبطة بهذه الحالات الشعورية (العاطفية) أو تلك. وينعكس الشيء نفسه على ما وجده الدكتور فاختل، حيث كانت المرأة التي قام بدراستها تأتي بإيماءات محددة عند ما كان الغضب ينتابها.

إن المواطن العادي، الذي يفهم ويستخدم لغة الجسد على نحو جيد جداً، يمتلك سيطرة على هذه الوضعيات رغم أنه قد لا يكون واعياً إياها. بوسعه أن يربطها بالحالات العاطفية لدى الناس الذين يعرفهم. بهذه الطريقة يمكنه في تعامله مع الآخرين أن يكون متقدماً عليهم فعلاً. يمكن تعليم هذا الفن للناس، ذلك لأن هذا الفن يقع ضمن وظيفة المراقبة المتأنية، غير أنه يمكن تعلمه فقط إذا كان المتعلم شخصاً ذا اطلاع (إدراك) لوجود هذا الفن.

كان الأطباء النفسانيون مدركين أمر الوضعية قبل أن يتم تحليلها بعناية. كنا في السرد الوارد بداية هذا الفصل وجدنا المعالج قد أدرك المتغيرات الحاصلة في وضعيات مرضاه. ولم يكن واعياً لإدراكه بأن الاكتئاب الحاد لدى المنتحر مرتبط بوضعية محددة تنم عن افتقار

(المنتحر) إلى الفكاهة وإلى الحيوية، ومرتبط بالسلبية وانخفاض الرأس والعينين، لكن المعالج كان أدرك كل ذلك بشكل لا شعوري إلى الحد الذي أزعجه هذا الأمر مما جعله يتخذ آخر الأمر الخطوات الضرورية لإنقاذ مريضه.

مثلما يشير خفض الرأس إلى نهاية القول، ويشير رفع الرأس إلى نهاية السؤال، كذلك تشير التغيرات الكبرى في الوضعية إلى نهاية نقاط التدوال في التفاعلات بين الناس، أو تشير إلى نهاية الفكرة أو نهاية القول. وعلى سبيل المثال فإن أي تحول في الوضعية، بحيث لا نكون بعدها في مواجهة الشخص الذي كنا نتحدث معه، غالباً ما تعني أنك أنهيت ما عندك وترغب في إدارة انتباهك إلى مكان آخر لوهلة من الزمن.

نحن جميعنا متآلفون مع هذا الأمر بصيغته المضخمة والذي يحصل عندما يكفي الطفل التوبيخ الأبوي له، فيكون قوله "أي"، أي أعرف ذلك! مصحوباً بانصراف فعلي وبدني ليشير بذلك إلى "يكفيك هذا! دعني الآن أذهب!".

مع ذلك، يحذر شيفلن، حاله حال بيرد فيستل والباحثين الآخرين، من أنه يجب علينا ألا نحاول ربط المتغيرات في وضعيات معينة بجمل صوتية محددة. لا بد لنا أن نحترس من أن نقر على الدوام بأن هذه الوضعية تعني هذا الشيء، وأن الأخرى تعني ذاك الشيء.. يوضح شيفلن أن "معنى أو وظيفة حدث ما لا يقوم بذاته، بل بعلاقته ضمن سياقه". إن التحول الحاصل في الوضعية إنما يعني حدوث شيء ما، ولا تخبرنا دائماً ما الذي يحدث. لا بد لنا من دراسة تحول علاقته مع مجمل الحدث حتى نصل إلى اكتشافه.

تتغير هذه التحولات من ثقافة إلى أخرى. فقد تلعب الأذرع في بلدان أمريكا اللاتينية دوراً أعظم في عملية الاتصال، حيث نجد كل جملة مصحوبة بحركات يد كاسحة. في حين نحرك أيدينا أثناء الكلام، في البلدان الشمالية الأكثر فطنة، بمقدار قليل جداً.

في إحدى الأماسي شاهدت على شاشة التلفاز المبشر الديني بيلي كراهام فأدركت أنه يملك عدداً من تبدلات جسمانية صارمة في لغة الجسد. كان المفضل منها عنده حركة إصبعه الجارفة، حيث كانت سبابته اليمنى تصاحب كلماته في إشارة إلى الأعلى عندما كان يعد بمكافئات سماوية، بينما كانت تهبط إلى الأسفل بانقضاض في دائرة مهولة عندما "يسمرها" على نقطة ما. والحركة المفضلة الأخرى لديه كانت وضعه يديه المفتوحتين الممدودتين أمامه على التوازي محركاً إياهما إلى الأعلى والأسفل بحركات قصيرة مفاجئة. إن عدد المهتدين المسؤول عنهم وحجم جمهوره لا يدعون شكاً في ما يخص تأثير وضعياته عليهم، رغم أن نظرة موضوعية إليها تبين بجلاء أن جميع هذه الوضعيات، التي من الممكن التدرب عليها بشكل جيد، تدل أنها وضعيات لا شعورية. المهم في هذه النقطة هو أن هذه الوضعيات تنقل سياقاً عاطفياً يصاحب كلماته. إنها تخلق نوعاً من "هالة".

في الفيلم الشهير "كينغ كونغ" هناك مشاهد يتحرك فيها قرد ضخم حسب طراز حركي يحاكي الواقع إلى حد الدهشة. معظم ذلك جاء نتيجة فهم صانعي الفيلم للغة الجسد. عندما كان القرد يمسك بفاي راي في راحة كفه وهو ينظر إليها، كان يميل برأسه ناحية جنب واحد، وهو ما يمثل نسخة (محاكاة) مؤثرة تماماً لإشارة بشرية.

إن إدراك أهمية لغة الجسد في إبراز الصورة الإنسانية أو صورة الصداقة قد قاد ساسة في مراكز عليا إلى تبني أغلب تنويعات لغة الجسد في محاولة منهم للوصول إلى الشيء المتعذر تحديده والذي ندعوه بالسحرية.

جون كندي كان ممن يملك هذه السحرية. لم يكن ما يقوله هو المهم لكن بضعة إيماءات تصحبها وضعية صحيحة كانت تأسر الجمهور. روبرت كندي الذي كان يفتقر إلى قامة طويلة كان يطول كثيراً من خلال تعامله مع الوضعية. كان جونسن يأخذ دروساً في لغة الجسد، وحاول تغيير صورته دون أن يوفق إلى نجاح. أدرك ريتشارد نيكسون أهمية لغة الجسد تماماً فحاول استخدامها عن إدراك ليتعامل بها مع جمهوره. هذا الاستخدام للغة الجسد يعد نعمة بالنسبة للممثل الذي يحاكي هؤلاء الساسة. ديفيد فراي ممثل البانتوميم يعتمد هذه الوضعيات والتموضعات كي يجعل من شخصياته شخصيات متكاملة.

☜ المناورة من أجل الموضع:

لا تمثل الوضعية وسيلة لتقطيع (تقسيم) المحادثة فقط، بل تمثل أيضاً الطريقة التي يستطيع الناس بها الارتباط مع بعضهم البعض عندما يكونوا معاً. قام الدكتور شيفلن بتقسيم الوضعيات، التي يتخذها الناس عندما يكونوا معاً، إلى ثلاثة مجاميع: (١) تضامن ولا تضامن، (٢) يكونون على أم على التواجه وذلك في ما يخص اتجاه أجسادهم، (٣) انسجام وعدم انسجام.

يصف التضامن أو اللاتضامن بأنها الطريقة التي يقوم بها أفراد مجموعة شمل أو عدم شمل الناس إليهم. وهم يقومون بذلك من خلال موضعة أجسادهم، أرجلهم، أذرعهم في وضعيات محددة. ففي حفلة شراب (كوكتيل) قد تقوم مجموعة ما بتشكيل حلقة صغيرة يبعدون بها الآخرون عنهم. إذا جلس ثلاثة من مجموعة على أريكة فإن بوسع الجالسين عند الطرفين تشكيل "سند - فاصل" لثالثهما، وبالتوجه نحو الوسط فإنهما سيغلقان على الجالس في الوسط (بحلقة). ربما صالبا أرجلهما لكي يغلقوا على الجالس أو الجالسين في الوسط.

لقد رأينا في الفصل الماضي كيف أن الجدة والبنت، في مجموعة المتعالجين، قد قامتا بـ "الإقفال من جهتين" على الأم بهدف إبقائها بعيدة عن عروض المعالج. غالباً ما تستخدم هذه الوسيلة لإبعاد غير الأصحاب وإدخال الأصحاب إلى حلقتهم.

يقوم أفراد المجموعة باستخدام أرجلهم وأذرعهم لغرض حماية المجموعة من التطفل عليها بشكل لا شعوري على الأغلب. إذا راقبت مجموعة في عمل أو حفل، حفل زواج أو غيره، في لقاءات أو في أماسي بيتيه، ستلاحظ عدداً من الطرق البارعة لأعضاء مجموعة تحمي بها مجموعتهم. ففي ملتقى اجتماعي قد يضع شخص ما رجليه على سطح طاولة القهوة ليجعل من ذلك حاجزاً أمام الغرباء. إن جنس المرء هو الذي يحدد أحياناً السبيل التي يقصي بها أعضاء مجموعة الغرباء عنهم. يتحدث الدكتور شيفلن عن حلقة دراسية في مستشفى ما، حيث قام الذكور من العاملين بترتيب أنفسهم ليقفوا بين الإناث من العاملات وبين الزوار الرجال. بدا ذلك وكأن العاملين الذكور يقومون بحماية ممتلكاتهم الثمينة أمام الغرباء، وليس شرطاً أن يتضمن السلوك هذا جنسانية ما،

فالعاملات العضوات في المجموعة يمثلن جزءاً من المجموعة سيكن محميات من قبل الذكور بصورة تلقائية.

قد نجد مفتاح حالة مجموعة ما فيما لو كانت مصطفة على أريكة، مصطفة عند جدار، أو في مؤتمر، حيث سيرغب الأعضاء الأكثر أهمية فيها أن يكونوا في نهاية أحد طرفي الاصطفاف الذي هم عليه.

شرحنا في نقاشنا حول الإقليميات الشخصية أهمية الأنطقة الجسدية في ثقافات متباينة. فإذا كان الأمريكان في حالة تنتهك فيها إقليمياتهم وأنطقتهم من قبل حشد، غالباً ما نراهم يأتون بردود أفعال ذات طريقة بارعة. قد يقوم رجلان جالسان على أريكة لصق بعضهما البعض، في حفل من الحفلات، بإدارة جسميهما بعيداً عن الآخر، ويصالبان أرجلهما باتجاه عكسي. سيضع كل منهما ذراعه القريبة من جاره بوضعية عالية قريبة من وجهه ليجعل منها حاجزاً إضافياً بينه وبين الآخر.

لو أجبر رجل أو امرأة على الجلوس قريباً جداً من بعضهما البعض، بوضع مواجهة، دون أن تكون بينهما علاقة حميمية، فقد يصالبان أذرعهما وأرجلهما بشكل يحمي أحدهما من الآخر، أو يميلان بعيداً عن أحدهما الآخر. الطريقة الفضلى لمراقبة وسائل دفاعية من نوع آخر هي أن تحاول الدخول إلى أنطقة ومجالات الشخوص الآخرين في الحفلات وملاحظة كيفية إتيانهم بردود أفعالهم، وماهية الوسائل الدفاعية التي سوف يستخدمونها.

يسمي الدكتور شيفلن الصنف الثاني من الاشتمال (التشابك) الوضعياتي بـ "المواجهة وجهاً لوجه أو التوازي في اتجاهات الأجسام". هذا الصنف يقترح بشكل بسيط تماماً أنه بإمكان شخصين الارتباط وضعياتياً

إما بمواجهة أحدهما الآخر أو الجلوس جنباً إلى جنب، على التوازي، في مواجهة ثالثهما. في مجموعة تضم أربعة سيكون كل اثنين منهما في وضع على التوازي ويواجهان الاثنين الآخرين (يكونان أيضاً في وضع على التوازي).

في حال منعت الظروف الناس من ترتيب أنفسهم بهذه الوضعيات، سيلجأون إلى ترتيبات وضعيات الرأس والأذرع والأرجل.

تظهر وضعيات وجهاً لوجه عادة في العلاقة بين المدرس والطالب، الطبيب والمريض، الحبيب والحبيبة، التي يتم فيها تبادل مشاعر أو معلومات. في حين عادة ما يشير الترتيب على التوازي إلى فاعلية تتطلب شخصاً واحداً فقط. فالقراءة، الاستماع إلى قصة، مشاهدة تلفاز أو فلم.. عادة ما يقوم بها شخص واحد لوحده. كما أنها (أي وضعيات على التوازي) تتحقق أيضاً عند اشتراك أكثر من شخص (في الفاعلية).

تشير ترتيبات وجهاً لوجه إلى تفاعل مشترك بين شخصين. وتشير ترتيبات جنباً إلى جنب، لو تناولناها بشكل حر، إلى أن هذين الشخصين أكثر ميلاً إلى الحيادية في علاقتهما، في الحالات الخاصة في الأقل. تخبرنا طريقة تموضع ثنائي (زوج وزوجة) في حفل ما أو في تجمع اجتماعي بالكثير عن العلاقة بينهما. إذ من الممكن الوصول إلى حميمية في وضعية جنباً إلى جنب أثناء مواجهة أحدهما الآخر من خلال القسم العلوي من جسديهما.

يتناول تصنيفه الأخير الانسجام وعدم الانسجام إمكانية تقليد أفراد المجموعة أحدهم الآخر. عندما تكون المجموعة في حال انسجام ستكون وضعيات أجسادهم نسخة من بعضهم البعض، وتكون في حالات معينة أشبه بالصور المرآتية.

من الشيق ملاحظة أنه في حال انتقال (تحرك) أحد أفراد المجموعة المنسجمة فإن الآخرون سوف ينتقلون (يتحركون) أيضاً. عموماً، يشير الانسجام في الوضعية داخل مجموعة إلى أن جميع أفرادها في حال من التوافق. في حال كان للمجموعة وجهتا نظر سيتخذ المدافعون عن كل من وجهتي النظر وضعيات مختلفة عن الأخرى، وستكون كل واحدة من المجموعتين (الفرعيتين) منسجمة مع نفسها، ولا تكون منسجمة مع المجموعة الثانية منهما.

عند تحاجج الأصدقاء القدماء أو تجادلهم في شيء ما فسوف يتبنون وضعيات انسجامية يظهرون فيها أنهم ما زالوا أصدقاء رغم تجادلهم. وسوف يتبنى الزوج والزوجة ذوي العلاقة الحميمية وضعيات انسجامية في حال وقوع أحدهما تحت ضغط هجوم ما. سوف يقول الثاني منهما بلغة جسده: "أؤيدك، وأنا إلى جانبك."

قد يتعمد الأشخاص، الذين يريدون إظهار عدم تآلف مع بقية المجموعة، وضعيات عدم انسجام. ستكون العلاقات بين الطبيب والمريض، بين الأبوين والابن، بين المدرس والطالب، غير انسجامية، بهدف إظهار المنزلة والمكانة أو الأهمية. إن الرجل الذي يتعمد في لقاء الأعمال اتخاذ وضعية غير اعتيادية إنما يقوم بذلك في محاولة منه للإشارة إلى منزلته الأعلى.

أعرف محرراً رفيعاً في دار نشر يتخذ في المؤتمرات وضعية بارعة جداً. إنه يميل إلى الوراء ويعقد يديه وراء رأسه محافظاً على نفسه بهذه الحال. كما أنه يمد مرفقيه كما لو كانا جناحين. حالته هذه تضعه في الحال في وضع الرافض للآخرين إشارة منه إلى مركزه. إنها تجعله داخل المؤتمر أرفع من الآخرين.

لقد لفت نظري، من جانب آخر، أن المرؤوس القريب جداً من هذا الرجل (المحرر) غالباً ما يستنسخ بعد حين وضعية المحرر بالتمام والكمال، قائلاً عبر لغة الجسد: "إنني في صفك، وأنا مخلص لك، يا رئيسي". ولربما قال أيضاً: "إنني أحاول التنعم من جنح انعكاسات أهميتك". كما أنه يحتمل أن يقول: "إنني أحاول الاقتباس منك (تقليدك)".

غالباً ما يتخذ قائد أي تجمع، عائلي أو اجتماعي، وضعية جلوس قبالة المجموعة بينما يصطف الآخرون واحداً تلو الآخر. إذا اتخذت الزوجة في محيط العائلة وضعية الجلوس هذه تكون الفرصة متاحة أمامها كي تمتلك اليد الطولى في اتخاذ القرارات، فهي التي يرتدي، في الواقع، بنطال العائلة (قيادتها).

☜ ثلاثة مفاتيح للسلوك العائلي:

لندرس جدول تراتب العائلة بعناية. من الذي يجلس أولاً وأين؟ أحد أصدقائي من الأطباء النفسانيين قام بدراسة عن الجلوس إلى الطاولة، محللاً تموضع عائلة من خمسة أفراد من خلال العلاقات العائلية.

"يجلس أب هذه العائلة عند رأس الطاولة"، كما يشرح الصديق هذا، فهو الفرد المسيطر في العائلة أيضاً. لا تقوم الزوجة مقام المنافس له لذلك فإنها تجلس إلى يمينه مباشرة. الشيء الأساس هنا هو أنهما قريبان من بعضهما إلى درجة مقاسمتهما نوع من الحميمية (العائلية) حول الطاولة، إضافة إلى شدة قربهما من الأولاد.

ثمة طرافة في تموضع الأولاد. لدى البنت الكبرى على المستوى اللا شعوري دور المنافس للأم أمام تأثير الأب، لذا نراها تجلس إلى يسار الأب في انسجام مع موقع وضعية الأم.

يكون الابن الصغير مهتماً بأمه، وهي حالة طبيعية بالنسبة للابن، فيجلس إلى يمين الأم بمسافة تبعده نوعاً ما عن أبيه. أما أوسط الأبناء، وهي بنت، فإنها تجلس إلى يسار أختها. إن موقعها من الطاولة متأرجح تماماً كما هو وضعها في العائلة."

الأمر المسلي في هذا الترتيب هو التوزيع اللا شعوري لدى جميع أفراد العائلة وفقاً للعلاقات القائمة داخل العائلة. من الممكن أن يبدأ اختيار المواضع هذه في الفترة المبكرة، التي يتم فيها اختيار (نوع) الطاولة. نجد مناورة للسيطرة عند الطاولة المستطيلة أكثر مما نجدها عند الطاولة الدائرية.

يشكل موقع الزوج أو الزوجة أهمية في فهم العُرف العائلي، فجلوس الزوج والزوجة عند طرفي الطاولة عادة ما يكشف كونهما في حالة نزاع حول موقع السيطرة في العائلة حتى في حال تواجد النزاع في اللا وعي على المستوى اللا شعوري.

عندما يختار الزوج أو الزوجة الجلوس بشكل مائل (قطري) فإنهما عادة ما يؤمنان دوريهما في العائلة ويهدئان من نزاعهما بطريقة أو أخرى. من منهما يجلس عند رأس الطاولة.

إذا كانت الطاولة صغيرة ويجلسان في مواجهة أحدهما الآخر فمن الطبيعي أن يكون هذا الحال هو الوضع الأكثر دعة للحميمية.

يمكن للموقع من الطاولة أن يعطي المفتاح لفهم مكان السيطرة داخل العائلة. المفتاح الآخر إلى العلاقة داخل العائلة يكمن في ترابط أو عدم ترابط العائلة.

قبل مدة قصيرة تم تكليف أحد أصدقائي المصورين لالتقاط بعض الصور العامة لأحد مرشحي رئاسة البلدية في مدينة كبيرة من مدن الوسط الغربي. أمضى يوماً كاملاً مع العائلة ليغادر مدمدماً بحزن:

ربما حصلت على لقطة واحدة مرضية (مقبولة)، قال ذلك وتابع.. طلبت منه أن ينادي على كلبه وتلك كانت اللقطة الوحيدة التي كان فيها مسترخياً.

عندما سألته أن يشرح ذلك قال: "كانت الدار من تلك الدور ذات الأماكن غير المريحة، بل أكثرها ضيقاً من البيوت التي قيض لي مشاهدتها. المصابيح مغطاة بمظلات بلاستيكية، وكنت تجد كل شيء في مكانه، كل شيء على تمامه.. كانت زوجته الملعونة تتعقبني لتلتقط المصابيح الوامضة (فلاشات التصوير) ولتتلقى رماد سيجارتي في صينية.. فكيف لي أن ألتقط صورة في حال من الاسترخاء؟

لقد فهمت ما كان يعنيه بقوله: شاهدت الكثير من هذه البيوت، البيوت التي تمثل عائلة "مغلقة"، حيث كل ما يخص العائلة يكون منغلقاً على نفسه ومضايقاً. حتى الوضعيات التي يتخذونها تكون صارمة وغير مرنة. كل شيء في مثل هذه البيوت الرسمية الأنيقة يكون في مكانه.

بوسعنا أن نكون متأكدين من أن العوائل في هذه البيوت تكون على درجة أقل من التلقائية، أكثر توتراً، وقلما يرجح لديهم وجود آراء متحررة، أو يمتلكون في أنفسهم أفكاراً غير اعتيادية، بل الأرجح أن تراهم يعملون طبقاً لمعايير العامة.

على العكس من العائلة المنغلقة فإن العائلة"المنفتحة"تعيش حياة حيوية نشطة في بيت غير مرتب نوعاً ما، قد يكون مظهره مفتقداً للانتظام. سيكونون أقل صرامة وذوي مطالب أقل، وأكثر تحرراً وانفتاحاً في التفكير والعمل.

في العائلة المنغلقة يرجح أن يكون لكل فرد كرسيه، إقليميته الخاصة به. أما في المنفتحة فقلما يهم من يجلس هنا أو هناك. من يصل إلى هذا المكان أو ذاك أو لا يناله.

تشير العائلة المنغلقة إلى انشدادها (توترها) على مستوى لغة الجسد عن طريق حركاتها المحكمة، تصرفاتها الرسمية ووضعياتها المتأنية. تشير العائلة المنفتحة إلى انفتاحها عن طريق الحركات الحرة، الوضعيات غير المتأنية والتصرف غير الرسمي. تفصح لغة الجسد عند المنفتحة عن: "استرخ. ليس ثمة شيء مهم جداً. خذ راحتك."

هذان الموقفان ينعكسان بمعناهما الحسي من خلال سلوك الأم تجاه أبنائها. هل هي متوترة، هل هي مهيمنة أم متراخية، هل هي عديمة الاهتمام؟ موقفها هذا يؤثر على أبنائها وينعكس على سلوكهم.

يمثل هذان الموقفان حدي طرفين قصيين بالطبع. وأغلب العوائل إنما تقع في مكان ما بين هذين الطرفين، وتمتلك درجة معينة من الانفتاح وأخرى من الانغلاق. بعض العوائل تقوم بموازنة بين الطرفين، وتميل عوائل أخرى ناحية هذا الطرف أو ذاك في التدرجات الواقعة بين الطرفين. يمكن للمتأمل الخارجي لأي عائلة استخدام إما أسلوب الانفتاح أو الانغلاق كمفتاح لفهم العائلة. يكون المفتاح الثالث المساوي للمفتاحين الأولين في الأهمية هو المحاكاة في العائلية.

مَن مِن العائلة يحاكي من؟ سبق أن أشرنا إلى أنه في حال أخذت الأم المبادرة بحركات معينة ثم تبعها (حاكاها) أفراد العائلة الآخرون في ذلك، ستكون في هذه الحال الشريك المسيطر على الأرجح.

من السهل إلقاء الضوء على السيطرة القائمة بين الأخوة والأخوات من خلال مراقبة الابن القائم بالحركة الأولى ثم مراقبة من يتبعه (يحاكيه).

بمراقبة تقليد (محاكاة) لغة الجسد يمكننا فهم الاحترام القائم داخل العائلة. هل يقلد الابن إيماءات/حركات الأب؟ والبنت تقلد إيماءات الأم؟ إذا كان الأمر كذلك سنكون متأكدين تماماً أن قوام بنية العائلة جيد. لاحظ أنه عندما يشرع الابن بتقليد حركات الأم، وتقلد البنت حركات الأب، فإن ذلك يمثل، بلغة الجسد، تحذيراً مبكراً: "إنني سائر على المسار الخاطئ. إنني بحاجة إلى تعديل مساري."

الطبيب النفساني الحسن التفكير سيحاول، وهو يعالج المريض، أن يكتشف شيئاً ما من عموم بنية العائلة، وأهم ما يكون هو اكتشاف مكان المريض في العائلة.

تعني معالجة مريض ما بمعزل عن العائلة فهماً ضئيلاً لمعظم المناطق الهامة في حياة المريض ولعلاقته بعائلته.

يشرع بعض الأطباء النفسانيين بالعلاج مع الإصرار على أن يشتمل علاجه معظم العائلة. ليس بعيداً، على الأرجح، أن يأتي يوم يعالج المعالج مرضاه فيه داخل إطار العائلة، بحيث يكون بوسع أفراد العائلة رؤية وفهم العلاقات العائلية عموماً، وفهم مدى تأثير ذلك على المريض.

أولى علاقاتنا تكون داخل عائلتنا، وعلاقتنا مع العالم تأتي لاحقاً، ولا يمكننا فهم الثانية دون استكشاف عام للأولى.

تاسعاً

الغمز . الرمش والإيماء بالرأس

الغمز.. الرمش والإيماء بالرأس

التحديق المهين:

جلس راعي بقر على حصانه باسترخاء وأصابعه تحوم حول مسدسه بينما تطرد عيناه الباردتان برود الصقيع قشعريرة الحفيف من ورائه.

هل هذه حالة مألوفة؟ إنها تحصل في كل قصص الغرب الأمريكي، تماماً كما يحصل في كل قصة حب تذوب فيها عينا البطلة بينما تكتوي عينا البطل في عينيها. وفي الأدب، حتى في أرقى الآداب، تكون العيون فولاذية، فطنة، متهكمة، ثاقبة، متقدة وهكذا دواليك.

هل العيون هذه حقيقية؟ هل توجد أصلاً؟ هل يوجد شيء من مثل اللمحة المتوهجة، اللمحة الباردة، أو اللمحة الموجعة؟ في الحقيقة لاشيء من ذلك. بعيداً عن كون العيون نوافذ الروح فإنها تمثلان من وجهة نظر الوظيفة العضوية نهايات مغلقة. إنها ببساطة أعضاء للإبصار لا غير. من المؤكد أن ألوانها تختلف باختلاف البشر، لكنها غير قادرة إطلاقاً على التعبير عن العواطف بذاتها.

والآن نعيد ونعيد أننا نقرأ ونسمع، بل حتى نتحدث عن عيون حكيمة، فطنة، طيبة، شريرة، غير مكترثة، فلماذا إذن هذا الإرباك؟ هل يمكن لهذا الكم من الناس أن يكون على خطأ؟ إذا كانت العينان لا تظهران عاطفة، فلماذا هذه الأعمال الأدبية الهائلة العدد، وهذه الأساطير عنهما؟

تشكل العيون، من بين جميع أجزاء الجسم البشري المستخدمة في نقل المعلومات، الجزء الأكثر أهمية. بوسعهما نقل أكثر الظلال دقة. هل يتناقض هذا وحقيقة أن العينين لا تظهران عاطفة؟ في الواقع لا. في الوقت الذي لا تشي المقل في ذاتها بشيء فإن التأثير العاطفي للعينين إنما يظهر نتيجة استخدامهما سوية مع استخدام الوجه من حولهما. إن سبب امتلاكهما هذا القدر من المشاهدة (اللمحة) الحائرة يكمن في طول اللمحة وانفتاح الجفنين عند النظر بشزر، إضافة إلى عشرات العمليات الصغيرة للعين والبشرة، وذلك لبث معنى من المعاني، هذا على وجه التقريب.

لكن التقنية الأكثر أهمية لتدابير العين هي النظرة أو التحديق. فبهما يمكننا في الغالب أن نشجع أو نخذل الشخص المقابل. كيف ذلك؟ بتقديم حالة/وضعية إما إنسانية أو غير إنسانية.

ببساطة، يمكن اختصار تعاملات العين في مجتمعنا إلى حقيقتين. الأولى، إننا لا نحدق بالإنسان/الشخص الآخر. الثانية، نحدق في شخص غير شخصاني. إننا نحدق في الأعمال الفنية: في تمثال، أو مشهد. عندما نذهب إلى حديقة الحيوان فإننا نحدق في الحيوانات: الأسود، القردة، الغوريلات.. ونحدق بهم بأي وقت وأي فترة زمنية نشاء، وبالحميمية التي نشاء، غير أننا لا نحدق في البشر بنظرنا إليهم فيما لو شئنا إضفاء تعامل بشري معهم.

ربما استخدمنا التحديق أعلاه (بالحيوانات) إذا أردنا النظر إلى شخص غريب وهو في عرض ثانوي، فهنا سوف لن نعتبره كائناً بشرياً في الواقع. إنه (هنا) مجرد موضوع. لقد دفعنا نقوداً من أجل التحديق به. ونحدق بالطريقة نفسها بالممثل الموجود على خشبة المسرح. تكون الشخصية الحقيقية للممثل متخفية وراء القناع الكامن عميقاً وراء دوره بالقياس إلى تحديقنا المزعج إما له أو المزعج لنا. مع ذلك فإن إنزال الممثل في المسرح الحديث إلى "الصالة"، غالباً ما يمنحنا شعوراً بعدم الارتياح. بالنظر إلى اشتمالنا نحن الجمهور باللعبة، سرعان ما يفقد الممثل وضعه اللا شخصاني على حين غرة ليتحول التحديق به إلى أمر مربك لنا.

وكما قلت سابقاً، فإن الأبيض الجنوبي (في أمريكا) قد يحدق بالأسود بالطريقة نفسها، جاعلاً من الأسود وهو يحدق به موضوعاً بدل اعتباره شخصاً بشراً. إذا أردنا تجاهل شخص ما بالتحديد أو التعامل معه كما لو مع عنصر من عناصر الازدراء، يمكن أن نوجه له التحديق هذا نفسه بنظرة استخفاف غير مركزة، النظرة التي لا تراه حقيقة، ذلك التحديق الساخر لدى نخبة المجتمع.

غالباً ما يتم معاملة الخدم بالطريقة هذه كما لو كانوا نادلين، نادلات وأطفال. على أية حال ربما شكل هذا الشيء وسيلة دفاعية يتبادلها كلاً الطرفين. تسمح هذه الطريقة للخدم أن يقوموا بواجبهم في عالمهم المتشابك بشكل كفء بعيداً عن أي تدخل كبير من جانبنا، كما أنها تسمح لنا أيضا بأداء واجبنا بكل راحة دون أن نقر للخادم صحبة بشرية. والشيء نفسه يصح على الأطفال والنادلين. سيكون العالم غير مريح لو

كنا مخدومين من قبل نادل لا بد لنا من تعريف أنفسنا له في كل مرة وننغمر معه في لياقة اجتماعية.

الوقت المطلوب في النظر:

عند تعاملنا مع أشخاص غير أليفين لنا بعد أن نقر لهم حالتهم الشخصانية، لا بد لنا أن نتجنب التحديق بهم، وبالتالي علينا تجنب تجاهلنا لهم. وكي نجعل منهم أناساً لا مواضيع، نستخدم عدم انتباه متعمد ومؤدب. إننا ننظر إليهم لفترة زمنية تكفي إقامة دليل على أننا نراهم، ومن ثم نبعد نظرنا عنهم في الحال. نحن نقول لهم بلغة الجسد: "أعرف أنك موجود"، وفي اللحظة اللاحقة نضيف قائلين: "إلا أنني لا أفكر باقتحام خصوصيتك."

الأمر المهم في تبادل النظرات بهذا الشكل يكمن في أننا لا نبقي نظرنا على الشخص الذي نقر به شخصانياً لفترة زمنية طويلة. إننا لا ننظر إليه بغير نظرة اللمحة العابرة ثم نبعد نظرنا عنه حالاً. الاهتمام الخاص (بالنظرة) ليس مسموحاً به هنا.

هناك صيغ مختلفة لتبادل النظرات السريعة (الخاطفة)، تعتمد على مكانية حدوث اللقاء. إذا اجتزت شخصاً ما في الشارع، فقد تلحظ قدومه باتجاهك عندما يصبح على مقربة ثمانية أقدام منك. عند هذه المسافة عليك إبعاد نظرك عنه زمن اجتيازك له. قبل الوصول إلى الأقدام الثمانية يقوم كل واحد منا بإرسال إشاراته لتحديد الاتجاه الذي سيجتازه. هذا هو ما نقوم به من خلال النظرات الخاطفة المختصرة

المرسلة ناحية الاتجاه الذي سنسلكه. كل واحد منا سوف يغير اتجاهه بسرعة ليمر الاجتياز بسلاسة.

في كتابه "السلوك في الأماكن العامة" يقول الدكتور إيرفنك كوفمان في ما يخص تلافي هذا الاجتياز، تمثل النظرة الخاطفة وخفض العينين لغة جسد تقول: "أنا واثق منك. لست أخافك."

من أجل أن تؤكد إشاراتك هذه ستنظر إلى وجه الآخر بشكل مباشر قبل أن تقوم بإبعاد نظرك عنه.

أحياناً، يصعب التمشي مع القواعد، خاصة إذا وضع أحد هذين الشخصين أو كلاهما نظارات سود على عينيه. هنا قد يصبح استكشاف ما سيفعلانه مستحيلاً تماماً. هل ينظر حاملو النظارات السود إليك فترة زمنية طويلة بقصدية بائنة؟ هل ينظرون إليك حقيقة؟ يشعر مرتدي النظارات السود بحماية ما، يفترض في نفسه القدرة على التحديق دون أن يلاحظ الآخرون تحديقه. مع ذلك، فإن هذا الأمر يشكل نوعاً من خداع النفس، حيث تبدو النظارات السود عند المقابل إشارة إلى أن مرتديها دائم التحديق به.

عادة ما نستخدم تقنية أنظر - ثم - أبعد نظرك عند النظر إلى أشخاص معروفين. إننا نسعى بذلك إلى طمأنتهم أننا نحترم خصوصيتهم، وأننا لن نطمح إلى التحديق بهم. يصدق الشيء نفسه على التحديق بالمقعدين أو المعوقين جسدياً. إننا ننظر إليهم نظرة موجزة (عابرة ثم نبعد نظرنا عنهم قبل أن تفسر النظرة على أنها تحديق. هذه التقنية نستخدمها في جميع الأحوال الاعتيادية، حيث يصبح التحديق المتجاوز حده أمراً مربكاً. عندما نرى ثنائي (زوج وزوجة) من عرقين مختلفين نستخدم هذه التقنية. قد نستخدم (انظر - ثم - أبعد نظرك)

في حال رأينا رجلاً ذو لحية غير عادية وله شعر طويل، أكثر من الاعتيادي، ويرتدي ملابس أجنبية غير مألوفة. وربما تعاملنا بـ "أنظر ثم أبعد نظرك" في حال رأينا فتاة ترتدي تنورة غاية في القصر.

يصح العكس أيضاً بالطبع. إذا أردنا إحراج شخص ما سنحدق به لفترة زمنية أطول مما تقبل به الآداب. إننا سنواصل (هنا) التحديق به بدل خفض نظرنا بعد أن نغلق عيوننا بسرعة. سيحدق الشخص الذي يستهجن الزواج بين عرقين مختلفين بالثنائي المتباين العرقية على نحو فض. أما الذي يكره الشعر الطويل والملابس القصيرة أو اللحى فإنه سيكشف عن كرهه عبر تحديق أطول من المقبول.

☜ العيون الخرقاء:

تذكرنا تحديقة "انظر – ثم أبعد نظرك" بالمشاكل التي كنا نواجهها مع أيدينا في فترة المراهقة. ماذا نفعل بهما؟ متى يتوجب علينا ضبطهما (السيطرة عليهما)؟ هذا ما يدركه الممثلون الهواة أيضاً، إذ سرعان ما يدركون أن أيديهم تكون أشبه ما تكون بأجزاء ملحقة بهم (لا تعود لهم)، مثلما يدركون (في الوقت نفسه) أن عليهم استخدامها على نحو طبيعي ولبق بشكل أو بآخر.

تحت ظروف معينة وبالطريقة نفسها، ندرك أن اللمحة (النظرة العجلى) تبدو خرقاء وزائدة علينا. أين لنا أن نوجه نظرنا؟ ماذا علينا فعله بعينينا؟

هناك خيارين أمام غريبين جالسين قبالة أحدهما الآخر عند طاولة طعام في عربة قطار إما أن يتعارفا ثم الانتقال إلى تناول الطعام، وربما

جرى بينهما حديث مضجر، أو يتجاهل أحدهما الآخر محاولين يائسين تجنب نظرات أحدهما الآخر السريعة. كتبت كورنيلا أوتسي اسكنر في مقال تصف فيه حالة كهذه "أنهما يقرآن قائمة الطعام، يلهوان بالسكاكين التي أمامهما، يستطلعان أظافر أصابعهما كما لو كانا يريانها للمرة الأولى ثم تأتي اللحظة الحتمية فتلتقي بها نظراتهما السريعة، غير أنه ما أن تلتقي نظراتهما حتى تبتعدان إلى خارج النافذة للنظر إلى المشهد المارق عبر النافذة".

هذه النظرة الخرقاء تملي نفسها على سلوكية نظرنا داخل المصعد، في الحافلات المزدحمة وقطارات الأنفاق.عندما نستقل مصعداً أو قطاراً مزدحماً ننظر بإيجاز ثم نزيح نظرنا بعيداً بسرعة دون أن نغلق عيوننا. بنظرتنا هذه نقول: "إنني أراك. أنا لا أعرفك، ولكنك إنسان لذا سوف لن أحدق بك."

في قطارات الأنفاق أو الحافلات عندما تكون الرحلات طويلة قد نجد أنفسنا في ظرف من الانحباس، في وضع لا سبيل لنا فيه إلى تفادي التحديق. هنا نختلس النظر ثم نبعد نظرنا قبل أن تشتبك العينان بصورة ثابتة، أو ربما نظرنا بلمحة غير مركزة نتخطى بها العينين لتتوجه (اللمحة) إلى الرأس، الفم، الجسم.. ذلك لأن أي مكان آخر عدا العينين يكون مسموحاً النظر إليه بهذه اللمحة غير المركزة.

إذا صادف أن تلتقي العينان، في بعض الأحيان، يمكن تلطيف الرسالة بابتسامة وجيزة. ليس لهذه الابتسامة أن تطول أو لا تبدو غير مركزة. لا بد للابتسامة أن تقول: "أعتذر عن التقاء نظراتنا. ولكن كلانا يعرف أنها حادثة عابرة."

☜ عيون غرفة النوم:

تمثل العيون الخرقاء (غير اللبقة) لدينا جميعاً ظاهرة شائعة تماماً، نقوم بممارستها بين حين وآخر. تعتمد جميع الأفعال والتفاعلات البشرية تقريباً تبادل اللمحة الخاطفة. في كتابه "المرء والناس "يتحدث الفيلسوف الإسباني الراحل خوزيه أورتيجا ياغاسيه عن النظرة كونها تأتي من داخل الشخص مباشرة "بخط مستقيم على غرار استقامة الرصاصة". وقد أحس بأن العين، الجفن، محجر العينين، حدقة العين وبؤبؤها تمثل المعادل "لمجمل المسرح وخشبته وممثليه سوية".

يقول أورتيجا أن عضلات العين من الدقة على نحو رائع، لهذا تختلف كل لمحة من لحظة إلى أخرى. هناك عدد كبير من النظرات المتباينة بحيث يستحيل تسميتها على وجه التقريب، ولكنه يذكر أن "النظرة التي تدوم ولو للحظة، والنظرة اللحوح، والنظرة المنسابة فوق سطح/مظهر الشيء المنظور إليه، والنظرة المستحوذة على المنظور إليه، كلها تشبه الكلاّب (السنارة)، وهي إما نظرة مباشرة أو غير مباشرة، أقصى حالاتها تسمى "النظرة من زاوية العين".

إنه يضيف إلى ذلك "النظرة الجانبية" التي تختلف عن باقي النظرات غير المباشرة (المراوغة)، مع أن محورها يبقى مائلاً.

يقول أورتيجا إن كل نظرة من النظرات تخبرنا عن ما يجري داخل الشخص الذي يطلقها. يشكل هدف الاتصال عبر النظرة (هذه أو تلك) كشفاً حقيقياً (للنفس) حتى في حال لم يدرك مرسل النظرة كيفية إرساله لها نهائياً.

يحذر أورتيجا، شأنه شأن باقي الباحثين، من أن النظرة بحد ذاتها لا تعطي قصة كاملة، حتى وإن كان لها معنى ما. فالكلمة الموجودة داخل جملة لها معناها الخاص، غير أننا نستعلم المعنى التام لها فقط في سياق الجملة. وهذا ما يحدث مع النظرة أيضاً، فالنظرة تحمل مغزاها التام فقط من خلال سياق مجمل الحالة.

هناك نظرات أخرى ترغب أن تكون رائية لا مرئية، وهي التي يسميها الفيلسوف الإسباني بالنظرات الجانبية، حيث قد نتطلع إلى شخص ما، في أية حال كان عليها، ننظر إلية بأطول مدة نشاء، شريطة ألا يتحسس نظرتنا، وشريطة أن تكون نظرتنا سريعة، كما أنه يتوجب علينا في لحظة تحرك عينيه صوب أعيننا أن نبعد لمحتنا بإزاحتها عنه. كلما كان المرء أكثر مهارة في ذلك كلما أحسن أكثر استراق النظرات الجانبية.

ينعت أورتيجا في وصف أخاذ واحدة من النظرات بأنها "الأكثر تأثيراً، الأكثر إيحاءاً والأكثر فتنة وسحراً"، وهو يدعوها بالأكثر تعقيداً لأنها ليست استراقية فقط بل نقيض الاستراقية، ذلك لأنها تنظر بجلاء. تلك هي النظرة الآتية مع إغلاق جفن العين، نظرة ناعسة، أو محسوبة، أو تقييمية، النظرة التي يتخذها الرسام حين يتراجع إلى الوراء لغرض تقييم لوحته، النظرة التي يسميها الفرنسيون les yeux en coulise أي نظرة من وراء الكواليس.

يقول أورتيجا واصفاً هذه النظرة بأن الجفنين يكونان في وضعية ثلاثة أرباع من الانغلاق. يبدو على هذه النظرة أنها تخفي نفسها. لكن الجفنين يضغطان في الواقع على النظرة و"يرميان بالنظرة رمية السهام."

"إنها نظرة عينين كانتا وما زالتا نائمتين، ولكنهما تكونان، وراء غمامة نعاس لذيذ، يقظتان تماماً. إن من يملك نظرة كهذه فإنه يملك كنزاً".

يقول أورتيجا إن باريس لترمي بنفسها تحت أقدام أي من كانت له مثل هذه النظرة. هناك فرضية تقول إن لويس دي باري الخامس عشر كان يملك نظرة كهذه، كذلك كانت لدى لوسيان جيتري. في هوليوودنا كان روبرت ميتشوم يمتلك هذه النظرة بكل تأكيد، فهي التي نصبته عالياً كرمز للجنسية الذكورية لسنوات عدة. وقد استنسختها (الممثلة) ماي ويست أما الممثلة الفرنسية سيمون سينيوريه فقد كانت تسيطر عليها سيطرة تامة، بحيث أنها ظلت وهي في أواسط عمرها امرأة جنسية وجذابة جداً.

☜ ثقافات أخرى، نظرات أخرى:

ليس جديداً الإقرار بأن العين وسيلة اتصال أو بأن للنظرة أهمية خاصة. دائماً ما كان في النظرة عاطفة قوية ملازمة لها، وفي التاريخ القديم وفي الأساطير، تحت ظروف معينة، كانت النظرة ممنوعة. زوجة لوط تحولت إلى عمود من ملح بسبب نظرها إلى الوراء. أورفيوس فقد أوريديس لأنه نظر إليها. عندما تذوق آدم الثمرة المعروفة أصبح خائفاً من النظر إلى الله.

أهمية النظر كونية عامة، إلا أننا لا نكون متأكدين في العادة من كيفية نظرنا، أو كيفية النظر إلينا. من متطلبات الصدق في ثقافتنا أن ننظر إلى الآخر في عينيه مباشرة. ثقافات أخرى تمتلك قواعد أخرى. هذا ما تم اكتشافه في مدرسة عليا (الإعدادية) في مدينة نيويورك من قبل مدير المدرسة.

فتاة شابة في مدرسة عليا، بيوترو ريكان ذات الخمسة عشر عاماً، أُمسك بها في مغاسل المدرسة مع مجموعة فتيات بشبهة التدخين. كان معروفاً عن معظم فتيات المجموعة أنهن من صانعات المشاكل (مشاغبات). لأن هذه الفتاة الشابة - ليفيا - لم تكن تملك سجلاً لسوابق، اقتنع المدير بعد مقابلة قصيرة معها بأنها مذنبة فقرر فصلها مع بقية الفتيات بشكل مؤقت.

لاحقاً، تم التصريح بأن سبب فصله لها "لم يكن ناتج عن ما قالته بل بسبب موقفها. كان يحوم حولها شيئاً من المكر مثير للريبة. إنها لم تشأ أن تنظر في عيني، لم ترغب في النظر إلي."

وقد كان هذا صحيحاً، فقد بقيت ليفيا تحدق إلى الأسفل وقت المواجهة مع المدير. كانت ترفض مواجهة عينيه.

"ولكنها فتاة طيبة" هذا ما أصرت عليه والدة ليفيا. أما بالنسبة لمبادئ المدرسة فقد كانت، عند معادلة سلطة المدرسة باحتجاج الأم، جداً "مثيرة للمتاعب". بدلاً من ذلك قامت الأم باللجوء إلى جيرانها وأصدقائها لتحصل نتيجة ذلك وفي صباح اليوم التالي تظاهرة عائلة بيوترو ريكان أمام المدرسة، ليثيروا تهديداً شائناً بالشغب.

لحسن الحظ استجمع جون فلورس، معلم الأدب الإسباني في المدرسة نفسها، وجار عائلة ليفيا الساكن على مبعدة عدة بيوت، استجمع شجاعته وطلب مقابلة مدير المدرسة.

"إنني أعرف ليفيا وأبويها" قال ذلك للمدير ثم تابع "إنها فتاة طيبة. أنا متأكد من أن في مجمل القضية خطأ ما" رد المدير بضيق: "لو كان ثمة خطأ ما سأكون مسروراً لتصحيحه. هناك ثلاثين أم في الخارج وكلهن

ينادين بهدر دمي. لقد استجوبت البنت بنفسي، وطوال استجوابي لها لم أر ما يرتسم على وجهها إلا الذنب - إنها حتى لم تواجه عيني!"

سحب جون نَفَسَ انفراج ليبدأ توضيحاته بعناية فائقة، ذلك لأنه كان جديد العهد في المدرسة، ولم يكن راغباً بمغادرتها على رؤوس أصابع أقدامه فاشلاً، فشرح للمدير بعض الحقائق الأساسية الخاصة بثقافة بيوترو ريكان.

ابتدأ الشرح بأن "في داخل بيوترو ريكان فتاة مهذبة، فتاة طيبة. إنها لن تواجه عيني أي راشد (بالغ). يمثل رفضها القيام بذلك علامة احترام وطواعية. إن النظر إلى عينيك بالنسبة إلى ليفيا صعب بصعوبة إساءتها التصرف، كما هو صعب على أمها أن تأتي هنا وتتشكى. في ثقافتنا يمثل النظر في العيون بشكل مباشر سلوكاً غير مقبول عند العائلة المحترمة. "

لحسن الحظ كان المدير من النوع الذي يسمح لنفسه الإقرار بالخطأ، فقام باستدعاء ليفيا وأبويها وأكثر الجيران صراحة ليناقش المسألة من جديد. أصبح واضحاً للمدير، على ضوء شروحات جون فلورس، أن ليفيا لم تتفادى عينيه قصد التحدي أو الاستخفاف به، بل كي تتفادي خروجها عن قواعد الحشمة. لقد أخذ تكتمها يمثل، كما بدأ المدير يراه الآن، حياءها. ومع تقدم اللقاء وهدوء الوالدين أدرك المدير أن ليفيا كانت حقيقة فتاة لطيفة وعذبة.

كانت نتيجة مجمل الحدث أعمق، وأتت بعلاقة جديدة بين المدرسة وجماعة المستوطنين ذات مغزى كبير.. وهذه قصة ثانية بالطبع، خصوصيتها المسلية هي الإرباك الكبير الذي حصل للمدير: كيف عنّ له أن يسيء إساءة واضحة في تأويل كل إشارات سلوك ليفيا؟

ليفيا كانت تتعامل بلغة الجسد لتقول: "إنني فتاة طيبة، وأنا أحترمك وأحترم المدرسة. أحترمك إلى درجة أنني لا أجيب على سؤالك، ولا أنظر إلى عينيك دون أن ينتابني خجل أو دون أن أكون وقحة في دفاعي عن نفسي، لكن من المؤكد أن سلوكي (موقفي) هذا سيخبرك بذلك."

كيف أمكن لهذه الرسالة الواضحة المعالم أن تأول إلى "إنني أتحداك. لن أجيب على أسئلتك. لن أنظر إلى عينيك لأنني فتاة مخاتلة، وسوف أتهرب من أسئلتك بخبث.."

من الطبيعي أن يكمن الجواب في طبيعة الثقافة. الثقافات المختلفة تمتلك عادات مختلفة، وطبيعي أن تختلف لغة الجسد فيها. كذلك لديها نظرات (لمحات) مختلفة، النظرات نفسها تمتلك معان مختلفة.

مثال، لا يفترض بالرجل الأمريكي أن ينظر إلى المرأة، لأي مدة من الزمن، ما لم تمنحه موافقتها بإشارة من لغة الجسد، مثل ابتسامة، نظرة مستجابة، مواجهة مباشرة لعينيه. في بلدان أخرى تنطبق فيها قواعد أخرى.

لو أن امرأة في أمريكا نظرت إلى رجل لفترة زمنية أطول من المعتاد فإنها تسلم بذلك نفسها لتقارب كلامي. إشارتها تقول: "إنني مهتمة بك. يمكنك التقرب مني. "أما في بلدان أمريكا اللاتينية فيمكن لهذه النظرة، مع وجود سماحة أكبر في الحركات الجسمانية، أن تعتبر دعوة مباشرة "للجواز" الجسماني. لهذا يصبح واضحاً لماذا لن تنظر فتاة مثل ليفيا إلى عيني المدير مباشرة.

وفي أمريكا أيضاً، ليس مسموحاً لرجلين، أن يحدق أحدهما بالآخر لأكثر من فترة قصيرة، ما لم يكن لديهما قصد إلى العراك، أو التصاحب

بحميمية. أي رجل ينظر للآخر فترة زمنية أطول من المطلوب فإنه يربكه ويضايقه، لذا يشرع الآخر بالاستغراب لما يريده الآخر بالضبط.

هاك مثالاً آخر للتصلب في قواعد النظر. إذا حدق أحدهم بنا والتقت عيناه بعينينا وأمسكنا به يحدق سيكون من واجبه إبعاد نظره هو أولاً. إذا لم يبعد نظره حال اشتباكه بنظرنا سنقع في حال من عدم الراحة، مدركين أن ثمة في الأمر خطأ ما. وسنصبح مربكين ومنزعجين من جديد.

☜ نظرة طويلة إلى النفس:

في محاولة لاكتشاف كيف تعمل بعض هذه القواعد الخاصة بالاتصال البصري، قام الدكتور جيرهارد نيلسن من كوبنهاكن بتحليل "نظرات" عن مواضيع في دراساته المقارنة مع نفسه. ولكي يكتشف طول مدة وتوقيت نظر الناس إلى من يجري لقاء معهم في لقاءات أجريت معهم، قام بتصوير هذه اللقاءات ليعيدها من ثم مرات عدة بحركة عرض بطيئة.

لما كان بدأ بفكرة غير محددة المعالم لطول المدة التي سينظر فيها شخص إلى الآخر أثناء اللقاء، دهش عندما وجد أن عدد النظرات الفعلية الحاصلة قليل، فالشخص الذي كان ينظر إلى من كان يدير معه اللقاء بعدد أكبر من النظرات، كان قد أبعد نظره بنسبة سبعة وعشرين في المائة من مجموع وقت اللقاء. أما الشخص الذي كان ينظر إلى من يدير اللقاء معه بعدد من النظرات أقل، فقد كان يبعد نظره بنسبة اثنين وتسعين بالمائة من مجموع وقت اللقاء. هذا في الوقت الذي كان نصف الأشخاص (تحت الاختبار) يبعدون نظرهم عن من يدير اللقاء بنصف وقت اللقاء.

لقد وجد الدكتور نيلسن أنه عندما كان الناس يتحدثون كثيراً كانوا ينظرون إلى شريكهم أقل بكثير، وعندما كانوا يستمعون كثيراً كانوا ينظرون كثيراً أيضاً. ومما ذكره أنه كان يتوقع من الناس عند إصغائهم أكثر أن ينظروا إلى بعضهم البعض أكثر، غير أنه دهش أن وجدهم ينظرون بدرجة أقل عند تكلمهم بدرجة أكبر.

كما وجد أنه عندما يبدأ الناس حديثهم فإنهم يبعدون نظرهم عن شريكهم في البداية، ويوضح أنه ثمة توقيت دقيق في التحدث، الاستماع، النظر إلى والنظر بعيداً عن الآخر. غالبية الناس إما تبعد نظرها حالاً قبل أو بعد بداية كل رابع حديث يجرونه. قليل منهم يبعد نظره عند نقطة بداية حديثه، هناك نصف من الناس ممن ينظر إلى شريكه عند انتهائه من الحديث.

يعتقد الدكتور نيلسن، في ما يخص لماذا يرفض غالبية الناس ملاقاة عيني شريكهم أثناء الحديث، أنها طريقة لتفادي الارتباك.

☜ ما مدة اللمحة (النظرة العجلى)؟

هناك دراسة أخرى قام بها الدكتور رالف ف. إيكسلاين في جامعة ديلاوير، شملت أربعين رجلاً وامرأة، جميعهم من طلبة الصفوف الجامعية الأولى والثانية. قام أحد الرجال بإجراء مقابلة مع عشرين رجلاً وعشرين امرأة، ثم قامت امرأة بإجراء اللقاء مع العشرين من كل فئة. جرى استجواب نصف الطلبة حول مواضيع حميمة، خططهم، رغباتهم، احتياجاتهم ومخاوفهم. أما بالنسبة للنصف الآخر فقد جاءت الأسئلة حول استجمامهم، اهتماماتهم، قراءاتهم، أفلامهم المفضلة والرياضة.

عندما كان الطلبة يسألون عن مواضيع شخصية، وجد الدكتور إيكسلاين أنهم ينظرون إلى من يدير اللقاء بنفس عدد المرات عند سؤالهم عن مواضيع الاستجمام. مع ذلك، ففي كلا نمطي المقابلة المرأة هي من كانت تنظر إلى من يدير اللقاء بتكرار أكبر من الرجال.

ما بدا أنه يحصل مصادفة، في كلا الدراستين وفي دراسات أخرى من نفس النمط، من أنه عندما يبعد الشخص نظره أثناء كلامه إنما يعني عموماً أنه ما زال يعبر عن نفسه، وأنه غير راغب في أن يقاطعه أحد ما.

نظرة واحدة من نظراته المحدقة إلى شريكه عند هذه النقطة تشير إلى أنه يمكن مقاطعته عند توقفه عن الكلام. إذا توقف عن الكلام دون أن يكون شاخصاً بنظره إلى شريكه في الحديث فهذا يعني أنه لم ينه كلامه بعد. إنه يشير بذلك إلى: "هذا ما أردت قوله. ما ردك؟

إذا أبعدت نظرك عن الشخص المتحدث إليك أثناء إصغائك له فهذا يشير إلى "إنني غير مقتنع تمام الاقتناع بما تقول. لدي بعض الاشتراطات"

إذا أبعدت نظرك وأنت تتحدث فقد يعني ذلك "إنني غير واثق مما أقوله"

إذا كنت تنظر إلى محدثك وأنت تصغي إليه فإنك تشير إلى "إنني أتفق معك"، أو "إنني مهتم بما تقول."

إذا نظرت إلى من يسمعك أثناء حديثك فقد تشير إلى "أنا متأكد مما أقوله" هناك أيضاً عناصر من إخفاء النظر بعيداً عن شريكك في الحديث. إذا أبعدت نظرك عنه أثناء كلامه فإنك تشير إلى "لا أريدك أن تعرف ما أشعر به". يصح هذا خاصة إذا كان الشريك ناقداً لك أو مهيناً إياك. إنه شيء شبيه بالنعامة التي تخفي رأسها في الرمل/الحفرة.

"مادمت لا أراك فليس بمقدورك إيذائي". هذا هو السبب الذي يجعل الأطفال في الغالب يرفضون النظر إليك عند توبيخك لهم.

على أية حال، ثمة أكثر من تعقيد وتعقيد في هذا الشأن وهي أكثر من مسألة تلاقي النظرات... أو اللمحات. ربما كان إبعاد النظر أثناء الحديث وسيلة لحجب أو كتم شيء ما. عليه، عندما يبعد أحدهم نظره فقد نظن أنه يخفي شيئاً ما. للقيام بالمخاتلة ترانا أحياناً نتعمد النظر إلى شريكنا بدل رفض ملاقاة نظراته. إضافة إلى طول واتجاه اللمحات هناك الكثير من الإشارات المتضمنة في عملية غلق جفن العين. فعلاوة على النظر بإسدال نصفي للجفن، التي وصفها أورتيجا، يقرر بيردفيستل بأن خمس ممرضات شابات، ضمن سلسلة من الاختبارات، استطعن تمييز ثلاثة وعشرين وضعية مختلفة بخصوص إغلاق الجفن.

غير أنهن اتفقن جميعهن على أن أربعة وضعيات فقط من الوضعيات الثلاثة والعشرين كانت "تعني أي شيء كان". وبإعادة الاختبار استطاع الدكتور بيردفيستل أن يصف هذه الوضعيات الأربع كالتالي "عينان مفتوحتان، عينان متهدلتي الجفنين، عينان حول، عينان مغلقتان بقوة".

عندما حاول إعادة الاختبار بادئاً من نهايته فإنه لم ينجح بجعل الفتيات تعيد وصف وضعيات الأجفان. جميعهن لم يستطعن وصف أكثر من خمس حالات من الثلاثة والعشرين عدا واحدة منهن استطاعت وصف أكثر من خمس حالات.

باستخدامه مجموعة رجال لنفس الاختبار، وجد أنهم تمكنوا جميعاً من وصف عشرة وضعيات في الأقل. كان الرجال، على غير ما كان متوقعاً، أكثر وثوقاً من أنفسهم في ملاحظة إطراف العين. وقد استطاع بعضهم إعادة وصف خمس عشرة وضعية مختلفة، بل إن أحدهم - ممن

كان صاحب فصاحة في لغة الجسد بشكل لا يصدق - توصل إلى وصف خمس وثلاثين وضعية جفن مختلفة.

عند الدخول في مقارنات التفرعات الثقافية وجد الدكتور بيرد فيستل أن كلا الجنسين في اليابان متماثلان في توصيف وضعيات جفني العينين. لكن اليابانيين أيضاً ميزوا وضعيات الجفن لدى غيرهم أكثر مما افترضوه لديهم.

بإضافة حركة الحواجب إلى حركة الجفنين سيكون ممكناً تمييز توصيف الإشارات الناتجة بعدد أكبر. وجد بعض العلماء وضعيات مختلفة للحواجب فقط تقرب من الأربعين، مع أن أكثرهم يتفق على أن نصف هذه الإشارات هي المهمة (لهم). وتصبح التركيبات لا نهائية فقط عندما تتراكب أهمية حركات الحواجب مع أهمية حركات الجفن مضافاً إليهما تجعدات الجبين.

إذا كان لكل تركيبة من التركيبات تضمينات مختلفة فمن ثم سيكون عدد الإشارات، التي يمكننا نقلها (إرسالها) بأعيننا مع (حركة) البشرة المحيطة بهما، لا نهائية.

عاشراً

أبجديات الحركة

عاشراً

أبجديات الحركة

هل للأرجل لغة؟

ما أن أصبح الكينيزكس ولغة الجسد معروفين ومفهومين على نحو عام بشكل واسع، وما أن بدءا كمسألة فضول، حتى أصبحا علماً بسرعة ملفتة، وما كان في البداية حقيقة قابلة للمراقبة سرعان ما أصبح حقيقة قابلة للقياس، ولسوء الحظ، فإن ما أصبح علماً، سرعان ما تحول إلى حالة تقبل إمكانية استغلالها.

تعتبر حقيقة مص الطفل إبهامه في أوقات الضيق، وقضم الرجل أظافره أو سلامياته، ومد المرأة يدها إلى صدرها، إيماءات غير محتشمة على العموم، لكن فهم لغة الجسد يجعلنا ندرك أن الطفل إنما يمص إبهامه مستهدفاً الطمأنينة، كعودة رمزية إلى استراحته على صدر الأم. يستبدل الرجل مص الإبهام، غير المقبول اجتماعياً، بقضم الأظافر والعض على السلاميات المقبولان اجتماعياً. تبسط المرأة يدها على صدرها بطريقة دفاعية لتغطي وتحمي نهديها غير الحصينين. إن القوى الكامنة

وراء هذه الإيماءات هي التي شكلت قضية تحول حب الاستطلاع فيها إلى علم.

إن معرفة كون الناس يرفعون حواجبهم أو يخفضون أجفانهم إلى النصف للتعبير عن عاطفة ما تشكل حقيقة جديرة بالملاحظة. ومعرفة درجة رفع الحاجب بدقة، أو معرفة زاوية خفض الجفن، يجعل هذه الحقيقة قابلة للقياس. لقد كتب الدكتور بيردفيستل أن تركيبة "الأجفان المتهدلة" مع "حاجبان صاعدان للجبين بدرجة انضغاط متوسطة" لها دلالة يختلف معناها عن "أجفان متهدلة" مع "صعود/ارتفاع أحد الحاجبين وانخفاض الآخر" يشكل هذا شرحاً قياسياً للحقيقة الملاحظة، التي تشير إلى أنه عندما تكون العينان نصف مغلقتين، والحاجبان مرتفعان من نهايتيهما ومنخفضان من وسطيهما (ما فوق الأنف)، يختلف الوجه عما لو كانت العينان نصف مغمضتين مع ارتفاع طفيف لأحد الحاجبين.

لسوء الحظ فإن كل ما يشبه علم الكينيزكس، المرتبط بحقائق تتخذ طريقها في التحول إلى حقائق علمية، يمكن له أن يتعرض لخطر الاستغلال. فعلى سبيل المثال، ما مقدار ما يمكن قوله بخصوص الأرجل؟ في بدايات الكتاب كنا قد تكلمنا عن مصالبة الأرجل بهدف شمل أو نبذ أفراد مجموعة بشكل لا شعوري. رأينا أيضاً كيف يمكن استخدامهما في جلسات الانسجام، حيث يقوم الموجودون في الغرفة بمحاكاة الشخص الذي يتخذون من طريقة وضعية جلوسه أنموذجاً لهم. إذا قام قائد المجموعة بمصالبة رجليه تبعه الآخرون في ذلك.

هل يمكن لتصالب الأرجل أن يعبر عن الشخصية أيضا؟ هل نعطي، من خلال وضعية أرجلنا أثناء الجلوس، مفتاحاً إلى طبيعتنا الداخلية؟

كما هو الأمر مع مجمل إشارات لغة الجسد، وهنا أيضاً لا نجد الجواب البسيط: نعم أو لا. بإمكان الأرجل المتصالبة أو التي على التوازي أن تشكل مفتاحاً إلى ما يشعر به الشخص، حالته العاطفية في تلك اللحظة، غير أنها أيضاً ليس لها أن تعني شيئاً بالمرة. لدي صديق لا يكتب على الآلة الكاتبة بل باليد، لم يكن ليجلس إلا واضعاً رجله اليسرى على اليمنى فتكون اليسرى إلى الأعلى، ولم يجلس بطريقة أخرى. في أمسية من الأماسي الاجتماعية أقيمت قبل فترة، كان يجلس إلى يسار زوجته. رجله اليسرى فوق يمناه كانت باتجاهها. رجل الزوجة اليمنى كانت فوق ركبتها اليسرى باتجاهه.

أومأ أحد أطباء النفس من المجموعة نفسها برأسه صوب الثنائي هذا قائلا: "انظروا، إنهما يشكلان حلقة مغلقة، تصالب أرجلهما يشير تجاه أحدهما إلى الآخر، نابذين بذلك بقية المجموعة، إنها صورة مثالية للغة الجسد."

بعدها أخذت صديقي الكاتب جانباً وقلت له: "أعرف أن أمورك في عشرتك وزوجتك على ما يرام، لكني أعجب من طريقة مصالبتك رجليك."

أخذ يشرح الأمر لي وهو يكشر: "ليس بمقدوري إلا أن أضع اليسرى فوق اليمنى، فأنا أكتب مسوداتي الأولى بخط يدي وليس بآلة كاتبة."

تملكتني الحيرة فسألته: "ولكن ما شأن هذا بذاك؟"

"لا أستطيع إلا أن أضع اليسرى فوق اليمنى، ذلك لأني، طوال عمري، أصالب رجلي على هذا النحو. عضلات وعظام رجلي غدتا متكيفة لذلك، فلو صالبتهما على عكس ذلك سأشعر بعدم ارتياح. أصبحت أصالبهما بوضع اليسرى فوق اليمنى تلقائيا."

"ولكن، كيف تعمل كتابة اليد؟..."

"أمر بسيط. لا أكتب على طاولة. أؤلف وأنا جالس على كرسي مريح. إنني أكتب على لوح خشبي ذو كلاب لمسك الورق. أوازن اللوح على ركبتي. لتقريبه إلى درجة تسمح لي بالكتابة عليه لابد لي من مصالبة ركبتي. ولأنني أكتب بيمناي فإنني أكتب من الجهة اليسرى. وعليه، أصالب رجلي بحيث تكون اليسرى في وضع أعلى. أي اليسرى فوق اليمنى. كنت وما زلت أمارس الوضعية التي أكون بها مرتاحاً. وهذا يكفي ما يخص لغة الجسد عندك. إنها لمصادفة أن أجلس في هذه الأمسية إلى يسار زوجتي. حدث في أماس أخرى أن جلست إلى اليمين منها بجلسة غير هذه."

المقصود هنا هو أن تكون على معرفة بجميع الوقائع حقيقة قبل أن تصدر أي حكم علمي. إذا كان لنا أن نعلق أية أهمية على تصالب الرجلين لا بد لنا من الانتباه إلى وظائف الأعضاء الخاصة بالجسم. الشيء نفسه ينطبق على تصالب اليدين/الذراعين. ثمة رغبة في تثبيت حشد من المدلولات بخصوص كيفية مصالبتنا أذرعنا. يبدو أنه أصبح من الثابت أن تعتبر مصالبة الذراعين إيماءة دفاعية في بعض الحالات. تشير بها إلى أنك غير راغب في تقبل وجهة نظر الآخر. حالياً، يشكل ذلك، إضافة إلى حالات أخرى، تأويلات مقبولة (مشروعة)، غير أننا بتوجهنا إلى المصالبة، أكان بوضع اليسرى على اليمنى أو اليمنى على اليسرى، نكون إذ ذاك واقفين على أرضية مخادعة.

حاولوا مصالبة يديكما دون التفكير بذلك. سيضع بعضكم اليسرى إلى الخارج وآخر سيضع اليمنى، لكن الأهم من ذلك أنك ستصالب يديك بالطريقة نفسها. مصالبتك يديك بطريقة أخرى سيعني "الإحساس بشيء مغلوط"، ذلك لأن طريقة مصالبتنا أيدينا، اليسرى على اليمنى أو

بالعكس، سمة جينية، فطرية، كما هي حال استخدامك اليمنى أو اليسرى فطريا. كذلك يعتبر ثني الأيدي وشبك الأصابع من الأمور الفطرية. الإبهام الأيمن أم الأيسر هو الأعلى؟

لو أننا أخذنا هذه النقاط بنظر الاعتبار ربما وقفنا على أرض طامنة في حال استخدمنا الإيماءات نفسها كإشارات، ولكننا سنكون على أرض غير طامنة لو تحدثنا عن عنوانها (وجهتها).

انشغلت معظم الدراسات المتعلقة بلغة الجسد في أمر نقل عواطف عبر الحركة، ولم تنشغل بالطبيعة الفطرية لناقل الرسالة. في أفضل الأحوال، استخدمت الإشارة المرسلة بلغة الجسد لجعل الشخص يفهم نفسه. أما عند استخدامها في محاولة تحديد الشخصية أو خصيصة ما (صفة ما) بدل تحديد السلوك سيبدو الأمر مفعماً بالمتناقضات.

☜ أبجديات لغة الجسد:

في محاولة لتلخيص مفاهيم معينة في لغة الجسد وتوحيد المعرفة، أو بالأحرى جعل اللغة في نطاق العلم، كتب الدكتور بيردفيستل بحثاً تمهيدياً موجزاً حول هذا الموضوع، وقد سماه "المدخل إلى علم الكينيزكس". لقد حاول في الأساس وضع نظام حواش لعلم الكينيزكس أو لغة الجسد، من أجل إعادة جميع الحركات ذات الصلة إلى أصولها، ثم أعطاها رمزاً - بمثل ما يستخدم مصمم الرقصات طريقة إعادة الحركات إلى خطواتها الأولى الأصلية وإعطاء كل منها رمزاً معيناً.

جاءت النتائج قريبة الشبه من الكتابة المصرية الصورية (الفرعونية)، لكن قراءتها ليست لحسن الحظ بالصعوبة نفسها. بدأ بالعينين اللتان

طالما كانتا المصدر الأكثر شيوعاً للاتصال بها بلغة الجسد فقرر أن يشكل أفضل رمز للعينين المنفتحتين، و--- للعينين المنغلقتين. بهذا يكون الغمز بالعين اليمنى على شكل (---) وباليسرى على شكل (---)، العينان المنفتحتان تكونان على شكل ( )، وهكذا. يسمي الدكتور بيرد فيستل كل واحدة من هذه الحركات كاين kine [وربما جاء معناها حسب اللغة الصورية الهيروغليفية بمعنى بقرة] أو أصغر حركة ممكنة التدوين.

المقدمة المنطقية لتطوير هذا النمط من نظام الحاشية في لغة الجسد تكون، حسب الدكتور بيردفيستل، بافتراض أن جميع حركات الجسم لها معنى، وليس فيها ما هو عرضي. ما أن نوافق على ذلك حتى يمكننا المباشرة بدراسة كل حركة وأهميتها ووسائل/أدوات تدوينها (إعطاءها نعتاً ما).

لقد وجدت أن هذا الافتراض الأساس هو أصعب ما يمكن قبوله. ربما أشار حك الأنف إلى عدم موافقة، غير أنه يمكن أن يشير أيضاً إلى حكة (جلدية) في الأنف. هنا تكمن مشكلة حقيقية في الكينيزكس، في فصل الإيماءات التي لها مغزى عن الإيماءات التي لا تدل على شيء، وفصل الإيماءات ذات الشأن عن التي هي عشوائية، أو عن التي تم تعلمها (اكتسابها) بعناية.

عندما تجلس امرأة ورجلاها على التوازي بميل قليل إلى الأمام مع كاحلين متصالبين برفق، فقد يشير ذلك إلى ذهنية منظمة، وليس مرجحاً كثيراً أنها وضعية مثيرة/مؤثرة، أو جرى التدرب عليها في مدارس الأناقة. بعض مدارس الفتنة والأناقة تعتقد أن هذه الوضعية هي من الوضعيات النسائية الحميدة وتقترح على النساء أن يشترطنها على أنفسهن عند

جلوسهن. من ناحية أخرى فإن هذه الوضعية تسمح للمرأة المرتدية تنورة قصيرة أن تجلس بشكل مريح، إذ أنها تمثل في الوقت نفسه وضعية محتشمة/مستورة. إنها الوضعية التي اعتبرتها جداتنا الوضعية "اللائقة جداً بسيدة".

هذه قلة من الأسباب التي تجعلنا نقترب من الكينيزكس، ودراسة حركة من الحركات أو إيماءة ما، فقط من ناحية المفهوم العام لنمط الحركة، ونحن على حذر، إذ لا بد لنا من فهم نمط الحركة من خلال مفهوم اللغة المحكية، ذلك لأن كلاً من اللغة المحكية ولغة الجسد غير منفصلتين حتى وإن تناقضتا أحياناً.

لقياس حركات الجسد، قبل تحويلها إلى رموز كينيزكسية، لا بد من وجود نقطة صفر لدينا، أو نقطة سكونية. فحركة من حركات الذراع على سبيل المثال قد تكون مهمة فقط لو عرفنا مقدار المسافة التي تغطيها حركتها. ويمكننا معرفة ذلك فقط إذا وضعنا لها نقطة صفر معيارية.

في أعماله يحدد الدكتور بيردفيستل نقطة الصفر لدى"الطبقة الوسطى الأمريكية"في حالة جسد شبه مسترخ، رأس متوازنة متوجهة إلى الأمام، أذرع إلى الجانبين وأرجل ملمومة إلى بعضها البعض. إن أي وضعية أخرى (للذراع) مغايرة يقع عليها إدراكنا (نلاحظها) سوف تمثل حركة خارج نقطة الصفر هذه.

إنه لأمر ذو مغزى أن يقصر الدكتور بيردفيستل عمله في إطار الطبقة الوسطى الأمريكية. إنه يسلم بوجود ما يفاجئ من افتقار إلى وحدة في حركة الجسد حتى في ثقافتنا نحن. يقدم أفراد الطبقة العاملة تأويلات معينة بخصوص الحركة وهذه لن تتطابق مع تأويلات دوائر الطبقة الوسطى.

على أية حال، أعتقد أن في أمريكا ثمة فروقات في الإيماءات هي إثنية أكثر منها فروقات طبقية. أفترض أن فيستل قد اهتم أساساً بلغة الجسد لدى الطبقة الوسطى البيضاء - الأنكلوسكسونية من الأمريكان البروتستانت مع أنه لم يعبر عن ذلك على وجه التخصيص. فإذا كان الأمر كذلك فإنه لم يقدم في هذا الموضوع غير طلبة جادين ومقدار فائض من معلومات مطلوب تعلمها. هذه المعلومات ليس لها أن تستوعب فقط النظام التأويلي المتعلق بالأمريكان البروتستانت - الأنكلوسكسونيين البيض، بل تستوعب أيضاً النظام المتعلق بالأمريكان الإيطاليين، اليهود، الهنود الحمر، السود، وهكذا دواليك. على هذا الأساس ستكون هناك سلاسل طبقية في كل من هذه الفئات، ثم يصبح الرقم الإجمالي لمجمل الأنظمة هو الغالب. إن المطلوب إيجاده هو نظام عام واحد يعمل على جميع الثقافات في جميع المجاميع الاثنية، وإنني لأشك، مع وجود بعض التغييرات، في صمود نظام الدكتور بيردفيستل.

من ناحية أخرى يشير الدكتور فيستل إلى أن حركة الجسم قد لا تعني شيئاً بالمرة في سياق ما بالذات في حين قد تكون مهمة في سياق آخر. فعلى سبيل المثال، قد يشير التقطيب الذي يحصل في تجعيد البشرة بين حاجبي عينينا ببساطة إلى ما يعادل النقطة بين جملة وجملة، وفي سياق آخر قد تشير إلى علامة الانزعاج، وقد يدل في سياق آخر على تركيز عميق. إن اختبار الوجه في حد ذاته لن يخبرنا بالمعنى المضبوط للتقطيب. علينا معرفة ما يفعله صاحب التقطيب.

النقطة الأخرى التي يحددها الدكتور فيستل هي أن جميع حركاتنا، إذا كان لها مغزى، فإنها مكتسبة. إننا نتلقاها كجزء من مجتمعنا. إنه يعتبر الحركة الكينيزكسية الأكثر شيوعاً كصورة واضحة لقوة التعلم لدى البشر

موجودة/كامنة في حركة جفن العين. إننا نميل إلى الاعتقاد بأن حركات جفن العين حركات انعكاسية. فنحن نغمض أعيننا نصف إغماضه توقياً من ضياء ساطع، أو ترمش أعيننا تجنباً للغبار، أو لتنظيف مقلة العين.

بالمقابل يورد الدكتور بيردفيستل حالات متعددة عن الحركة المكتسبة لجفن العين. فقير إحدى الطوائف الهندية يمكنه أن يتعلم النظر إلى الشمس دون أن يرمش له جفن، أو بوسعه مواجهة عاصفة ترابية دون أن يغلق جفنيه. فتيات مجتمعنا يتعلمن "خفش أهدابهن" أثناء المعابثة/الغزل دون أن تكون هناك حاجة إلى تنظيف مقلة العين. إنه يقدم اقتراحاً بأن هذه الأمثلة إنما تبرهن على أن ليس مجمل حركات الجفن حركات غريزية، ويضيف أن سلوك الجفن يتباين من ثقافة إلى أخرى كتباين اللغات.

تقوم هنا حقيقة ممتعة مفادها أن الشخص المتحدث بلغتين يغير لغة جسده وإيماءاته وحركات جفنيه مع تغيره لغته.

☜ تصنيف الحركات:

كما سبق أن بينا في فصل سابق، فإن بعض الإيماءات، حتى وإن كانت جينية غير مكتسبة - الابتسامات مثلاً - فإنها تمثل في لغة الاتصال بين الرجال فناً مكتسباً حسبما يؤكد الدكتور بيردفيستل، وطالما كان علم الكينيزكس مهتماً بحركات الجسد التي تؤدي الاتصال، يكون بوسعنا أن نفترض أيضاً أن معظم فقرات الكينيزكس مكتسبة.

رغم حقيقة أن معظم تحليلات الدكتور بيردفيستل المتعلقة بلغة الجسد قد جاءت نتيجة دراسته الأفلام القصيرة مرة بعد أخرى وصولاً

لتوصيف وتمييز جميع السمات العرضية، نراه يحذر من جهة أخرى من التعويل الكبير على هذه الطريقة. إذا كان لنا أن نصور الحركة على فلم وعرضه بسرع أبطأ، ثم إعادة عرضة ثانية وثالثة من أجل تحليله قبل تمكننا من ملاحظة حركات معينة، فما هو مقدار القيمة المكتشفة في الفلم؟ يمكن للحركة أن تعني شيئاً فقط في حال تم إرسالها واستلامها بسهولة. يعتقد فيستل أن الإيماءات الصغيرة الملتقطة في الفيلم والتي أخطأتها العين البشرية لا يمكن لها أن تكون ذات أهمية كبيرة في الاتصالات.

مع ذلك، توجد ثمة قيمة ممكنة في هذه الإيماءات يصعب إدراكها (ضعيفة الإدراك أو لا واعية). لقد وجدنا أن الصور المرسلة بسرعة كبيرة، من أجل أن تكون مدركة من قبل العين المقصودة، ما زالت العين غير المستهدفة قادرة على استيعابها وتميزها في الغالب. هذا هو مجمل المسألة الكامنة وراء مجالات الاتصالات الصعبة الإدراك.

لم يفرق الدكتور بيردفيستل بين الإيماءات التي نلاحظها والتي لا نلاحظها حسب، بل أيضاً بين التي نعي قيامنا بها والتي نقوم بها من دون وعي. هناك الكثير من الحركات الممكن قيامنا بها بين لحظة وأخرى بحيث لا أحد منا يهتم إن كنا نقوم بها أو نلاحظها. ما زلنا نبعث هذه الإشارات المتواصلة ونستلم منها، وتبعاً لما نتسلمه نبعث بالمزيد منها. تبعاً للدكتور بيردفيستل فإن المهم في ما علينا فهمه حول لغة الجسد، هو أنه ليس ثمة إشارة مرسلة بمفردها. إنها تشكل دائماً جزءاً من مسطرة. قد يكتب أحد القصاصين عبارة "غمزت له"، فيكون لهذه العبارة معنى فقط لأن القارئ مدرك لجميع الإيماءات الأخرى التي سايرت الغمز. ويعرف من سياق الحالة المكتوبة أن هذه الغمزة تحديداً تعني دعوة للمغازلة.

يسمي الدكتور بيردفيستل الغمزة لوحدها حركة kine[1]، أصغر وحدة قياس للغة الجسد. يمكن نعت هذه الحركة (كاين) على أنها "خفض أحد الجفنين وإبقاء الآخر بلا حركة نسبياً". يهدف هذا النمط من الوصف العرضي إلى سحب (إفراغ) الحركة من جميع الحركات المصاحبة. بهذا تتحول إلى إغلاق بسيط لعين واحدة بدل أن تكون إشارات غزل.

لتطوير نظام "تدوين" لغة الجسد، من الضروري إفراغ الحركة المدونة من كل عاطفة (شعور). من الضروري أيضاً استنباط (استحداث) نظام اختباري لتسجيل ونسخ الحركات (kines). للوصول إلى ذلك يستخدم (يجند) الدكتور بيردفيستل ممثلاً من الممثلين أو طالباً يمتلك مهارة في لغة الجسد، محاولاً عرض حركات مختلفة بمعانيها على مجموعة من الطلبة لتوجه لهم من ثم أسئلة ليميزوا من خلالها بين الحركات هذه، لا أن يخمنوا معنى كل واحدة من هذه الحركات.

"هل تعني هذه الحركة غير ما تعنيه تلك؟" هذا هو السؤال المعتاد. بهذه الطريقة يمكن للمسجل أن يكتشف متى يمكن لحركة طفيفة أن تعطي انطباعاً مختلفاً. بعد ذاك يمكنه أن يمنح هذه الحركة الإضافية معنى.

من خلال سلسلة طويلة من تجارب مماثلة استطاع الدكتور بيردفيستل أن يميز ويفصل بين حركات مختلفة، وليخبرنا عند أية نقطة تقوم وحدة الحركة الصغرى بجعل مجمل الحركة مختلفاً.

---

(١) وتعني أيضاً البقر، وهي صيغة جمع للبقرة في اللغة الإنكليزية القديمة جداً، أي القطيع..

مثال ذلك، طُلب من ممثل أن يواجه مجموعة طلبة ويقدم لهم التعابير التالية:

> ---

بترجمة هذا التعبير إلى تعابير وصفية، سوف تعني الغمز بالعين اليسرى المغلقة واحولال عند زاوية العين اليسرى. يكون الفم اعتيادياً، لكن طرف الأنف يكون منضغطاً. كما جرى تجريب ثان مماثل على مجموعة مراقبين تمثل بالرسم البياني التالي:

> ---

عند وصف الرسم نحصل على: غمز بالعين اليمنى، احولال في العين اليسرى، الفم باق بشكل اعتيادي بينما يكون الأنف منضغطاً.

تم توجيه أسئلة إلى المراقبين متعلقة بالفروقات (ما بين الحالتين) فجاء تعقيبهم بأنهما: "بدتا مختلفتان (شكلاً)، لكنهما لم تكونا مختلفتان في المعنى."

تم، من ثم، إضافة عينة من معلومات ذات الصلة، وذلك إلى هيكل المعلومات المتنامي والمتعلقة بعلم الكينيزكس. ليس مهما أي العينين تغمز، فالمعنى واحد. كذلك ليس مهما إن احوّلت أي من زوايا العينين.

التوصية الثالثة إذن كانت محاولة ذلك على المراقبين.

إنه يعني الغمز الأول، دون احولال في العين مع انضغاط في طارف الأنف. قررت مجموعة المراقبين أن ذلك كان مماثلاً للتعبير الأول. يفهم علم الكينيزكس الآن أن انحراف العين (الاحولال) عادة ما لا يعني في لغة الجسد شيئاً. في الآخر تم تجريب التغير الرابع:

< ---

في هذا التعبير يظل الغمز كما هو، يظل الاحولال عند العين المغلقة، يكون طارف الأنف منضغطا، التغير يشمل الفم. يتهدل الفم بارزاً إلى الأمام (متبوزاً). عند عرض هذا التعبير على مجموعة الاختبار كان تعليقهم: "حسناً، هذا ما يغير الحال".

المعلومة التي دخلت ملف الكينيزكس كانت التالي: "التغير الحاصل في الفم يفضي إلى تغير في المعنى".

الدراسة العلمية المتأنية تعزز هنا حقيقة أن الاتصال يكون أضعف (أقل ترجيحاً) لو جاء من أي تغير في العين مما لو من التغير الحاصل في الوجه. قد نتصور أن فعل الاحولال والغمز المتعاقبان سينقلان لنا معان مختلفة، لكن الدكتور بيردفيستل بين أنهما لا يفعلان ذلك. يمكن الوصول إلى التغير الحق في التعبير فقط عند حدوث تغير في الفم.

فيستل لم يقيّم التغير الحاصل في الحاجب في هذه السلسلة بالطبع، ولو أنه فعل ذلك لأشار التغير الطفيف في كلا الحاجبين إلى معنى مغاير تماماً. إن ارتفاع أحد الحاجبين يمثل إشارة كلاسية تعبر عن الشك، ويعبر ارتفاع كلا الحاجبين عن الدهشة، في حين يعبر خفضهما معاً عن القلق أو الارتياب.

وجد الدكتور فيستل أن الغمز أو إغلاق عين واحدة كانا مهمين في إيصال (بث) عاطفة شعورية. في حال بقاء الفم على حاله الاعتيادي لم يكن الاحولال ليشكل أهمية ما. مع ذلك كان الاحولال مع مد الشفتين إلى الأمام (التبويز) يحمل معنى. أما طارف الأنف المنضغط فلم يكن يملك معنى في سياق العيون الغامزة، لكنه كان يحمل دلالة في سياقات أخرى غير هذه.

☜ الثقافة والكينيزكس:

يملك الوجه الذي نراه أمامنا عدداً هائلاً من التعابير المتنوعة الممكنة، وعندما نرتد برأسنا إلى الوراء قليلاً ونتأمل الرأس من الأعلى أو من ما وراء الوجه، فإن طاقماً من (مجموعة) مشاعر تكون ممكنة. يقوم واحدنا بإمالة رأسه، هزه، إدارته يمنة ويسرة، يرفعه بقصد التبجح، لكل واحد منها دلالاته ومعناه، لكن هذه المعاني ستكون مختلفة في حال تم توليفها مع تعابير الوجه الأخرى المختلفة، في حالات ثقافية مختلفة.

يقوم أحد أصدقائي بالتدريس في مدرسة عليا. لديه عدة طلبة من الهند. أخبرني أن الطلبة الهنود كانوا يحركون رأسهم للأعلى والأسفل مشيرين بذلك إلى "كلا"، بينما كانوا يحركون رأسهم من اليمين إلى اليسار مشيرين بذلك إلى "نعم". "كنت أنقاد إلى حال من الذهول أحياناً" بذلك كان يتشكى ويتابع" عندما كنت أقوم بشرح نقطة معقدة جداً، كنت تراهم يجلسون هناك مشيرين إلى ما أفهمه أنا بأنه "لا" في الوقت الذي يكونوا فيه قد فهموا الموضوع، ومشيرين إلى ما أفهمه أنا بأنه "نعم" في الوقت الذي يكونوا فيه قد فهموا الموضوع. الآن بدأت أعرف أنها مشكلة ثقافة مغايرة لا غير. إنهم في الواقع يشيرون إلى عكس ما أستقبله أنا، لكن معرفتي بذلك لم تسهل الأمر عليّ تماماً. إنني متشرب بثقافتنا إلى درجة أنني لا أستطيع قبول نقيضها لا أكثر ولا أقل"

من الصعب جداً التغلب على التشرب الثقافي بتعبير لغة الجسد. أعرف إلى الجوار منا، أستاذ رياضيات يدرس في الجامعة، كان في الأساس تلميذاً تلمودياً في ألمانيا، التي غادرها في بواكير الثلاثينات. عندما يحاضر، لغاية يومنا هذا، تراه يعود القهقرى إلى وضعية"المنبر

الوعظي "ذو التوجه الشرقي للتلميذ التلمودي. إنه يميل إلى الأمام، يثني جسمه عند الخصر، ثم ينتصب على رؤوس أصابعه لينهض بعدها معتدلاً ثم يقوس جسمه إلى الوراء.

مع أنه تم تبيان ذلك له بطريقة مازحة، فإنه بقي غير قادر على السيطرة على حركة جسمه. نحن لا نستطيع الحط من قوة قيمة الروابط الثقافية في لغة الجسد. كان يهود ألمانيا في أيام العهد النازي، ممن كان يحاول عبور الحدود، يحاولون ألا يبدو يهوداً، ومنهم من كان يفضح أمره بنفسه من خلال لغة جسده في أغلب الأحيان، حيث كانت حركات أيديهم أكثر حرية وانفتاحاً من حركات أيدي الألمان، فكانت حركات الأيدي هذه، من بين أكثر ما كانوا يتنكرون به، أصعب ما أمكنهم السيطرة عليه.

بسبب هذا الاختلاف الثقافي يمكن لمراقب من جنسية ما أن يرى في لغة الجسد أشياء تغيب تماماً عن شخص آخر من الجنسية الأخرى.

----- > < /

إن الرسم (الوصف) أعلاه، متمثلاً بعينين منفتحتين مع انقباض الحاجبين في الوسط وانكماش في طارف الأنف، مع فم ساكن، سيكون مناسباً للأمريكي كما هو مبين أدناه:

----- > <

مع ذلك سيكون ثمة فارق طفيف لشخص من إيطاليا عند إلغاء انقباض الحاجبين في الوسط. قد يقترح الانطباع الأولي للرسم القلق أو الخشية. يأتي المفتاح النهائي في حل كل واحدة من هذه الحالات من السياق الذي يظهر التعبير ضمنه.

يؤكد الدكتور بيردفيستل على أن لغة الجسد، في سياق اللغة المحكية في موضوعة إطراء الواحد للآخر، تعطينا دائماً المفتاح لفك لغز التفاهم

والتصرف. مع ذلك، لا تكون اللغة المحكية هي المهمة، إذ بوسع لغة الجسد أن تعطي مفتاح فك لغز القوى المحركة لحقيقة الحالة.

☜ اتبع القائد (احذ حذو القائد):

يورد الدكتور بيردفيستل حالة عصبة أولاد مراهقين، ثلاثة منهم كانوا ممن يسميهم الدكتور فيستل "المثقلين بحروف العلة" والذين قد نسميهم بـ"ذوي الأفواه الزاعقة". من خلال تصوير تصرفات هذه المجموعة في فلم، وجد ضمن المجموعة ثلاثة من "ذوي الأفواه الزاعقة"، مسؤولين عن إجمالي الكلمات المنطوقة/المحكية بنسبة اثنين وسبعين بالمائة إلى ثلاثة وتسعين بالمائة.

كان في هذه المجموعة قائدان، أحدهما كان من "ذوي الأفواه الزاعقة"، ولنسمه توم. ولنسمي القائد الثاني، الذي كان هادئاً، بوب. بوب في الحقيقة كان أحد أهدأ الأولاد في المجموعة كلها. أظهر التحليل المتأني أن بوب كان مسؤولاً عن قرابة الستين بالمائة من الكلمات المنطوقة لا غير، ترى ما الذي جعله قائداً إذن؟

بالإجابة عن هذا السؤال نساعد في الإجابة عن سؤال أكثر عمومية: ما الشيء الذي يصنع القيادة ؟ هل هو القدرة على إصدار أوامر، التحدث بصوت عال لإسكات الآخرين؟ إذا كان الأمر كذلك، كما قد يتبادر إلى ذهننا من خلال قيادة توم، فماذا بشأن بوب الذي لم يتكلم كثيراً ومع ذلك كان هو الآخر قائداً؟

يظن الدكتور بيردفيستل أن الجواب كامن في لغة الجسد. وهكذا قرر أن قيادة بوب، على ما يبدو، هي من طبيعة كينيزكسية.

بدراسة التسجيلات الفيلمية (الصورية) لهذه العصبة أثناء نشاط أفرادها تبين أن بوب، مقارنة بالآخرين، "كان ينشغل ببضعة أعمال غير مترابطة". يفسر الدكتور بيرد فيستل الأعمال غير المترابطة أنها: أفعال تحاول الشروع بشيء جديد، بشيء لا علاقة له بما تم إنجازه: "فلنذهب لصيد السمك" بعد أن تكون العصبة قد قررت في صالح لعب السلة، أو مثلاً" لنذهب إلى وسط المدينة، عند الصيدلية، ونتجول هناك"بعد أن تكون العصبة قد قررت في صالح الذهاب إلى الشاطئ القريب منهم.

قلما يبادر بوب العصبة بطلب في اتخاذ أمر لا يتوفر الاستعداد لاتخاذه أو تميل للقيام به. إنه يفضل الانقياد إلى العصبة بالاتجاه الذي تريد التوجه نحوه بدل أن يحاول إجبارها للتوجه وجهة جديدة تماماً. "هيا، دعونا نذهب للسباحة"في حال كان الجميع جالسين في حلقة عند الشاطئ، أو "لنذهب إلى المدينة عند الصيدلية" في حال قرروا لصالح الذهاب إلى المدينة.

ثمة درس جيد بخصوص القيادة هنا. أكثر القادة نجاحاً داخل العصب أو في السياسة هم دائماً أولئك الذين يحدسون بالرغبات الفعلية وتقود الناس باتجاهها، أولئك الذين يدعون الناس تعمل ما تريد عمله. وبوب كان خبيراً في هذا الأمر.

لكن الأكثر إمتاعاً في الأمر من وجهة نظر لغة الجسد هو أن بوب كان "ناضجاً كينيزكسياً". كان أقل تبذيراً في حركاته الجسدية من بقية الشلة. لم يكن ليجرجر بقدميه ما لم يكن لذلك حاجة. لم يكن ليبدأ الكلام قبل الآخرين، أو يحك رأسه، أو ينقر بأصابعه. يظهر الفارق بين الناضج وغير الناضج على شكل برقيات مرسلة عبر لغة الجسد في الغالب. الإكثار من

حركات الجسد دون معنى إنما يمثل عدم نضج. لا يتحرك الشخص الناضج إلا إذا توجب عليه ذلك، عندها يتحرك بهدف.

إن نمط جسم القائد بالولادة، الذي يقود العصبة بالاتجاه الذي تريده، يكون ناضجاً بما يكفي لأن يصب (يوجه) حركات جسمه في المجالات المفيدة. واحد من هذه المجالات هو الإصغاء. كان بوب من الناحية الكينيزكسية مستمعاً جيداً، وكان قادراً على نسخ وضعية جسم الشخص المتحدث إليه. كان قادراً على إدارة دفة الحديث، على طولها، بحركات وجه ورأس مناسبة. لم يكن يؤرجح (يهزهز) رجله أو يجرجر بقدميه، أو ينغمس بإشارات لغة الجسد الشبابية القائلة: "إنني قلق، منزعج وغير مبال"

نظراً لقدرته على الإصغاء بمفهوم لغة الجسد، كان باقي أفراد العصبة يميلون للذهاب إلى بوب حاملين مشاكلهم إليه، واثقين به عند طرحه اقتراحه عليهم. الغريب جدا، بل الواضح جداً أن بوب كان متحدثاً جيداً مع أنه كان يتكلم أقل من الآخرين. من المحتمل أن تكون سمات لغة الجسد، التي جعلت منه قائداً، منعكسة في حديثه. فقد كان كل ما يقوله في حديثه مؤثراً.

حاملاً هذا الأمر في ذهنه، قام الدكتور بيردفيستل بتقسيم الجسم إلى ثمانية قطاعات لغرض تسهيل تقصي هذه"الحركات الصغيرة". إضافة إلى الرأس والوجه المدونة برموز صورية هناك أيضاً. هذه "الحركات الصغيرة". إضافة إلى الرأس والوجه المدونان برموز صورية هناك أيضاً الجذع والأكتاف والأذرع ومنطقة الرسغ فالأيدي والأصابع، ثم الورك والرجل ومنطقة الكاحل أو رسغ القدم، فالقدم نفسها، وأخيراً العنق.

تكون العلامات الخاصة بحركة هذه الأجزاء متراكبة مع عدد من الإشارات الاتجاهية. وهذه تتضمن للجزء الأعلى، للجزء الأدنى، للإشارة إلى الأمام، إلى الوراء، وتشير إلى الاستمرارية في الحركة أو الموقع أياً كانا.

ولكن بعد أن يقال ويعمل كل ذلك، لا بد أن يقوم السؤال: إلى أي مدى يمكن لنظام التدوين التنويطي أن يسهم في دراسة لغة الجسد؟ ما مدى أهمية تدوين حدث ما بمفاهيم/تعابير الكينيزكس؟ وحتى لو كان التدوين التنويطي مركباً مع تسجيل الكلمات المحكية، سيكون ثمة استخدام محدود لهذا التركيب لا أكثر ولا أقل. ويحتمل أن يكون هذا الاستخدام محدوداً لدى بعض من تلامذة هذه المدرسة.

مع ذلك فإن نظام التدوين التنويطي لا يحتاج أن يكون مقيداً مع الحالات المسجلة لأغراض الدراسة، ذلك لأن من الممكن استخدامه، شأنه شأن نظام التدوين التنويطي الخاص بالرقص، بهدف "تسجيل" الأحاديث لتوليد أقصى تأثير في مجالات معينة من مثل السياسية أو التعليمية. كما يمكن استخدامه من قبل المعالجين لغرض "تدوين" الجلسات العلاجية، ثم إحالتها ومقارنتها مع ما سبق للمريض أن قاله بالجسد إضافة إلى ما قاله بالفم. كما يمكن أن يستخدمه الممثلون، أصحاب العروض المسلية، بل حتى رجال الأعمال.

في الواقع، إذا أخذنا بالتفكير في هذا الموضوع، سنجد حالات قليلة جداً حيث لا يتوافق معها هذا النظام التنويطي. هذا في الوقت الذي سيبقى نظام الدكتور بيردفيستل رائجاً أو يبقى تحت النظر، ولكن الحاجة إلى مثل هذه الأنظمة ستبقى في الآخر مطلوبة.

حادي عشر

لغة الجسد
النفع وسوء الاستخدام

لغة الجسد: النفع وسوء الاستخدام

فلنكلم الحيوانات:

جاءت مؤشرات على قِدَمِ لغة الجسد وسطوتها قياساً بالكلمات المنطوقة من خلال دراسات فريق البحوث المتكون من الزوجين آر. آلن وبياترس تي. غاردنر من جامعة نيفادا. بعد أن تمعنا في الإخفاقات التي واجهت علماء النفس الذين حاولوا تعليم القردة القريبة من الإنسان النطق/الكلام، قرر الزوجان غاردنر، بدل ذلك، تجريب الإيماءات. لقد بررا ذلك باعتبار أن لغة الجسد جزء طبيعي من مجمل السلوك الحيواني، وأن القردة تعتاد لغة الجسد من أجل أن تتعلم استخدام الإيماءات للاتصال في ما بينهم. يصدق هذا الأمر على القردة القريبة من الإنسان بشكل خاص، ذلك لأنهم بارعون في الأعمال اليدوية والمحاكاة.

قرر آل غاردنر تعليم أنثى شمبانزي فتية اسمها فاشو لغة الإشارات المستخدمة من قبل الصم في شمال أمريكا. أعطيا هذه القردة حرية

الحركة داخل المنزل ومنحاها لعباً وعشرات المنح وهبات عناية حب رقيقة وإحاطة بأناس يتداولون الاتصال فقط بلغة الإشارات.

أخذت فاشو، على طريقة الشمبانزي، بمحاكاة إيماءات اللغة الإشارية لأصدقائها البشر بسرعة كبيرة، مع ذلك فقد استغرق أشهراً من العمل الصبور تمكنها من إعادة أداء الإشارات حين كان يطلب منها ذلك. تم حثها على الكلام بتلمس يدها، وأي خطأ في الأداء عندها يتم تحسين الأداء بإعادة الإشارة على نحو مضخم. عندما كانت تتعلم الإشارة بشكلها الصحيح تكافأ بمداعبتها. في حال إجبارها على القيام بأمر صعب جداً يترك لها الخيار في أن تعصى أو تهرب أو تنفث ثورة غضبها، أو تضرب على يد مدربها.

بعد سنوات من العمل الصبور تعلمت فاشو قرابة الثلاثين إشارة. والحكم بأنها فعلاً قد تعلمت إشارة ما، كان يستند إلى استخدامها الإشارة دونما إكراه وبالطريقة الملائمة لها، حتى وإن استخدمتها مرة واحدة في اليوم الواحد على مدى خمسة عشر يوماً. لقد تعلمت فاشو أن تضع أناملها فوق رأسها مشيرة بذلك إلى "أكثر"، ولتشير إلى "أسرع" بهز كف مفتوحة من عند المعصم، وأن تمسح راحة يدها على صدرها لتقول بذلك "أرجوك".

كذلك تعلمت فاشو الإشارات التي تعبر عن: قبعة، أحذية، بنطال وأصناف أخرى من الأردية. كما أنها تعلمت الإشارات المعبرة عن: الطفل، الكلب والقطة. من المدهش جداً أنها استخدمت الإشارات الأخيرة الخاصة بالأطفال والكلاب أو القطط عند ملاقاتها لهم. بل إنها في مرة من المرات استخدمت الإشارة الخاصة بالكلب لمجرد سماعها نباحاً. كما أنها ابتدعت بعضاً من الجمل البسيطة: "لنذهب، يا حبيبي"، وذلك عندما

كانت لديها رغبة أن يأخذوها إلى شجيرات العليق، وجمل "افتح المأكل والمشرب" في حال كانت ترغب في الحصول على شيء من الثلاجة.

استمرت التجربة واستمرت فاشو تتعلم إيماءات جديدة، واضعة إياها في جمل جديدة. ربما كانت فكرة الدكتور دوليتل القديمة العهد عن التكلم مع الحيوانات ممكنة الآن من خلال لغة الجسد.

من ناجية أخرى، يشير بعض علماء الأحياء ذوي الخبرة بالناس والحياة إلى أن لغة الجسد القائمة بين الحيوانات ليست بالأمر الجديد. فالطيور تبث إشارات عن رغبة جنسية على شكل رقصات تودد (غزل) متقنة، ويبث النحل إشارات عن جهة مكان مجهزات العسل بأنماط من طيران لولبي (دائري). تعكف الكلاب على القيام بعدد من الإشارات كالتدحرج على الأرض وتمثيل حالة إجهاد والإقعاء طلباً للطعام.

الأمر الجديد في مثال فاشو يقوم على تعليم حيوان ما لغة، ومبادرة الحيوان ببث إشارات بتلك اللغة. إنه لمن المنطقي أن تنجح لغة الإشارة لدى الصم حيث تخفق اللغة المنطوقة. إن فقدان السماع والانقطاع عن عالم الصوت ليجعل الفرد أكثر حساسية تجاه عالم الإيماءات والحركات بشكل واضح. إذا كان الأمر كذلك لا بد للأصم من امتلاكه فهماً وحساسية أكبر للغة الجسد.

☜ رموز في عالم خال من الصوت:

بعد أن وضع الدكتور نورمن كاغان من جامعة ولاية ميتشيغان، قاد دراسة بين أناس صم. لقد عرض لهم فلما عن رجال ونساء في وضعيات متنوعة ثم طرح سؤالاً أراد به رأيهم عن حالة هؤلاء الأشخاص

العاطفية/الشعورية، وليصف ماهية مفتاح لغة الجسد التي استخدموها في إيصال طبيعة الحالة. لم يستطيعوا استخدام قراءة الشفاه نظراً للصعوبات التقنية.

يقول الدكتور كاغان أنه "قد أصبح جلياً لنا أن عدة أجزاء من الجسم، وربما كل الأجزاء، تعكس حالة الشخص الشعورية"

مثال ذلك، قام الصم بتأويل الكلام أثناء تحريك الأيدي أو اللعب بحلقة الإصبع والتحرك بقلق، على أنها تعبر عن العصبية وعن الإرباك والقلق. وفي حال كانت الرأس والعينان "تهبطان إلى الأسفل" بشكل مفاجئ، أو عندما كان يبدو على المرء أنه "يزدرد" لامه، أو ينهار قوامه، فإنهم كانوا يفسرون ذلك على أنه تعبير عن الشعور بالذنب.

تم نعت الحركات المتأرجحة بكثرة على أنها تنم عن إحباط، وتعبر حركة الجسم الانقباضية، وكأن الشخص يريد "إخفاء نفسه"، من الكآبة. تمت مشاهدة نشاط كبير عند اندفاع الرأس وكل الجسم، بما في ذلك الأذرع والأكتاف، إلى الأمام. لقد خمن وجود سأم (تبرم) عند ميلان الرأس أو في حال استقراره عند زاوية ما مصحوباً بتحريك الأصابع بشكل عبثي. بينما تم ربط التأمل الداخلي بشدة النظر ومدى تغضن الجبين وخفض البصر. أما الرغبة في عدم مشاهدة الآخر أو مشاهدة الآخر لنا، فقد جاءت ضمن إشارات خلع النظارات أو تحويل النظر بعيداً عن الآخر.

هذا ما جاءت به تفاسير الأشخاص الصم، حيث لم يكن الصوت يلعب دوراً في نقل مفاتيح فك الشفرة. مع ذلك تم تصحيح التفاسير، حيث أولت الإيماءات من خلال السياق الكلي للمشهد، الذي تم أداءه من دون كلمات. ظهر أنه يمكن للغة الجسد لوحدها أن تفيد كوسيلة اتصال فيما

لو كانت ثمة قدرة على فهمها، وكنا ذوي حساسية تجاه الحركات والإشارات المختلفة إجمالاً. لكن ذلك يتطلب حساسية عالية كتلك التي لدى الأصم، حيث تحولت حاسة البصر لديه إلى قدرة عالية جداً عند بحثه عن مفاتيح لفك شفرات بأعداد كبيرة جداً، فبلغت شدة حاسة البصر درجة بحيث يمكن للسياق الكلي للمشهد أن يصله من خلال لغة الجسد فقط.

مع ذلك تبقى القيمة الحقيقية للغة الجسد من ضمن مزيج جميع مستويات الاتصال باللغة المنطوقة، وأي شيء منقول بطول موجي للصوت المصاحب للغة الصورية المتضمنة لغة الجسد والتصور الذاتي لها، مصحوبة بأي نوع آخر من روابط الاتصال. أحد هذه الروابط يتمثل بإمكانية اللمس، التي تتجاوز الناحية البصرية أحياناً، وهو في الحقيقة صيغة اتصال أكثر بدائية وأساسية. تبعاً للدكتور الراحل لورنس ك. فرانك من جامعة هارفارد، فإن معرفة الطفل بعالمه تبدأ مع لمسة أمه له، ملاطفته وتقبيله، لمس فمه لحلمة الثدي، الشعور بالدفء والأمان بين ذراعي الأم. أما مسيرة تربيته فتبدأ بتلقينه معاني الملكية وعائدية الغير. إن تلمسه جسده في فترة الطفولة، المراهقة، ثم مغامراته مع العادة السرية - اللمسة الأكثر حميمية إلى نفسه - ومن ثم استكشافه لمسات الحب مطلع الرجولة، الاستكشاف الجسدي المتبادل مع شريك الحب.. كل ذلك يشكل أوجهاً من أوجه الاتصال باللمس.

لكن هذه الأوجه واضحة، ذلك أننا نقوم أيضاً بالاتصال من خلال اللمس، الخمش، التربيت، أو بالضغط على الأشياء، حيث لسان حالنا يقول: "أنا مدرك وحاس بنفسي. إنني أمنح نفسي البهجة والرضا" نتصل

بالآخرين من خلال الإمساك بالأيدي، بالمصافحة، بجميع أنواع التماس، ولسان حالنا يقول: "اطمئن، كن مرتاحاً، لست لوحدك. أنا أحبك".

ما أن يأخذ الاتصال باللمس مكان لغة الجسد بعد أن تكف عن الغلبة حتى يصبح من الصعب بمكان تحديد الحالة بدقة، حيث الحواجز هنا تكون ضبابية وملتبسة للغاية.

☜ النقاهة الذهنية من خلال لغة الجسد:

ربما تكمن القيمة العظمى لفهم لغة الجسد في حقل الطب النفسي. فقد أظهرت لنا أعمال الدكتور شيفلن أهمية استخدام لغة الجسد بشكل واع بالنسبة لأطباء النفس، حتى قام الدكتور بوخ هايمر وغيره بنقل فهم لغة الجسد إلى مجالات التحليل النفسي الذاتي.

يحدثنا الدكتور بوخ هايمر عن مرضى مراهقين جعلهم يرسمون بأصابعهم (بدل الريشة)، مستخدماً ذلك كوسيلة علاجية، قائلاً "كنا نأمل أن يحررهم الإحساس بالرسم بتلطيخهم الورقة بالألوان بواسطة أصابعهم من بعض المعوقات/الكوابح التي تبطئ عملية تقدم العلاج. ولكي نساعدهم على فهم ما كان يجري فقد قمنا بتصويرهم على شريط سينمائي أثناء ما كانوا يعملون ومن ثم عرضناه عليهم"

أخبرتنا إحدى المريضات أن زواجها الأول كان سيئاً. تحطم نوعاً ما بسبب عدم قدرتها على التمتع بالجنس. في زواجها الثاني شعرت أن حياتها الجنسية بحال أفضل بكثير، غير أن زواجها هذا كان يتلكأ بسبب الأثر القديم لندبتها (الفشل الأول)"

حال أن رسمت بأصابعها لطخة أرجوانية حتى صرخت: "لكم يبدو ذلك جنسياً!" وفي ذات اللحظة قامت بعقد (مصالبة) رجليها.

عند عرض الفيلم عليها ومواجهتها برد فعلها هذا، من خلال مفهوم اللمس/التماس الجنسي، كانت غير مصدقة أنها قامت بهذا النوع من رد الفعل. لكنها بعد مناقشتها بخصوص مغزى مصالبة الأرجل بلغة الجسد، أيدت أن ذلك شكل حالة من حالات سد الطريق بوجه الجنس، ورفضه بشكل رمزي. الأمر نفسه كان صحيحاً في ما خص سياق فعالياتها الأخرى ومنها تعليقها على الصورة بأنها "جنسية". بعدها أقرت أنها ما زالت تعاني من صراعات جنسية مع نفسها. ومن حينها أخذت تدرك أن زواجها الثاني يعاني من المشكلة ذاتها، المشكلة القائمة في زواجها الأول. ما أن أدركت ذلك حتى أصبحت قادرة على اتخاذ خطوات مناسبة لحل مشكلتها.

لدينا هنا مثالاً كلاسياً لكيفية أن فهم هذه المرأة لاستخدامها إيماءة رمزية عبر لغة الجسد قد فتح عينيها واتسعاً على مشكلتها. يقول عالم النفس الدكتور فريتز بيرلس، الذي ابتكر العلاج بالطريقة الجشتالية (علاج نفساني يستخدم لغة الجسد كواحدة من أدواته الأساسية) معلقاً على التقنية التي يستخدمها: "إننا نحاول الإمساك بالمظهر الخارجي للحالات التي نجد أنفسنا وسطها بأوضح ما يمكننا. "تبعاً للدكتور بيرلس، لا تقوم التقنية الأساسية في العلاج الجشتالي على شرح الأشياء للمريض، بل تقوم على تزويده بفرصة فهم واكتشاف ذاته، والدكتور بيرلس يقول: "للوصول إلى ذلك، فإنني أغض النظر عن معظم مضامين أقوال المريض لأركز على المستوى غير النطقي على الأغلب، ما دام هذا هو

النوع الوحيد الذي يشكل السند الأضعف في خداع النفس. "مما لاشك فيه فإن المستوى اللانطقي يتمثل بمستوى لغة الجسد.

مثالاً على ما قصده الدكتور بيرلس، دعونا نسترق السمع إلى واحدة من جلساته مع امرأة في الثلاثين من عمرها. لقد تم استلال هذه الحوارات من فلم خاص بتدريبات الطب النفسي.

- المريضة: الآن بالذات، أنا خائفة.
- الطبيب: تقولين إنك خائفة وأنت تبتسمن. لا أفهم كيف يمكن لشخص أن يكون خائفاً ومبتسماً في الوقت نفسه.

(ترتبك المريضة. تتحول ابتسامتها إلى رجفة لتخبو في الآخر)

المريضة: أنا مرتابة منك أيضاً. أظنك تفهم ذلك جيداً. وأظنك تعرف أنني عندما أخاف أضحك وأمزح لكي أغطي بذلك خوفي.

- الطبيب: حسناً، هل لديك خوف الظهور أمام الآخرين؟
- المريضة: لا أدري. أنا أعي وجودك في المقام الأول. إنني خائفة من أن. أنك قد تهاجمني على حين غرة. خائفة من أنك قد تحاصرني عند الزاوية، هذا ما أخاف منه. أنا أريدك أن تكون بصفي.

(أثناء حديثها تقوم المريضة بالضرب على صدرها دون وعي منها)

- الطبيب: قلت، أحاصرك عند الزاوية وضربت على صدرك.

(يعيد الدكتور بيرلس حركة الخبط على الصدر، فأخذت (المريضة) تحدق بيدها كما لو كانت تراها للمرة الأولى. بعد ذاك أعادت الحركة بانتباه كبير)

- المريضة: آو، وآو.

- الطبيب: ما الذي تنوين فعله؟ هل يمكنك وصف الزاوية التي تريدين أن تكوني فيها؟

(بعد أن تتلفت المريضة محدقة بزوايا الغرفة فجأة تتراءى لها كونها أماكن يمكن أن تكون فيها)

- المريضة: أي، نعم. الزاوية الواقعة إلى الخلف، إذ يكون المرء فيها محمياً تماماً.
- الطبيب: وبالتالي هناك يمكنك أن تشعري بأمان أكبر من ناحيتي؟
- المريضة: حسناً، لن أكون كذلك في الواقع. ربما أحسست ببعض أمان.

(ما زالت تحدق بتلك الزاوية. تحني رأسها)

- الطبيب: لو كان بوسعك تمثل أنك في الزاوية هذه بالفعل، فما ذا ستفعلين هناك؟

(تفكر لحظات التعبير العرضي "في الزاوية" يتحول الآن إلى حالة متجسدة)

- المريضة: سوف أجلس هناك، لا غير.
- الطبيب: ستجلسين فقط؟
- المريضة: أي، نعم.
- الطبيب: لأي مدة من الوقت؟

(تبدو وكأنها في تلك الزاوية تقريباً. وضعيتها تتحول إلى حالة بنت صغيرة تجلس على مقعد)

- المريضة: لا أدري. لكن قولك هذا يبدو لي مضحكاً. إن الحال هذه تذكرني بما كنت عليه وأنا فتاة صغيرة. فكلما كان الخوف يأخذ مأخذه مني كلما كنت أشعر بحال أفضل عند جلوسي في الزاوية.

- الطبيب: جيد، هل أنت فتاة صغيرة؟

(ترتبك من جديد بسبب التصوير الحاصل لملاحظتها هذه)

- المريضة: حسناً، كلا. لكن المشاعر هي نفسها.
- الطبيب: هل أنت فتاة صغيرة؟
- المريضة: الإحساس هو الذي يذكرني بها.

(ولأجل إجبارها على مواجهة الإحساس بأنها فتاة صغيرة يتابع الطبيب)

- الطبيب: هل أنت فتاة صغيرة؟
- المريضة: كلا، لا، لا.
- الطبيب: كلا. كم عمرك؟
- المريضة: ثلاثون.
- الطبيب: أنت إذن لست فتاة صغيرة.
- المريضة: لا!

(في المشهد الأخير يقول الطبيب ما يلي)

- الطبيب: إذا كنت ستتغابين وتتخارسي، فسوف تدفعينني إلى أن أصبح أقل تحفظاً.
- المريضة: سبق أن قيل لي ما يشبه هذا، لكني لا أعير ذلك أهمية.
- الطبيب: ما الذي تفعلينه الآن بقدميك؟
- المريضة: أهزهما.

(تضحك لأن هزهزتها لهما تجعلها تعلم أنها تتظاهر لا غير. الطبيب يضحك أيضاً)

- الطبيب: أنت تمزحين الآن.

(لاحقاً تقول المريضة التالي)

- المريضة: أنت تعاملني كما لو كنت أقوى مما أنا عليه. أريدك أن تحميني أكثر، بحيث يكون ذلك أقرب إلى نفسي.

(يشوب صوتها غضب ما لكنها تضحك أثناء قولها ذلك. الطبيب يحاكي ضحكتها)

- الطبيب: هل تستوعبين ضحكتك؟ إنك لا تصدقين كلمة واحدة مما تقولين.

(يضحك ملطفاً الجو، أما هي فتهز رأسها)

المريضة: بلى، أستوعبها.

(تحاول ألا تضحك، لكن الطبيب كان قد جعلها تستوعب حقيقة ضحكتها)

- المريضة: أعرف بعدم اعتقادك أني ---
- الطبيب: من المؤكد، فأنت تخادعين. أنت محتالة.
- المريضة: هل تعتقد --- هل تعني ذلك جاداً؟

(ضحكتها تصبح الآن غامضة الملامح ثم تخبو)

- الطبيب: أي، نعم. أنت تضحكين، تقهقهين وتتلوين. هذه من أمور الخداع.

(يقوم الطبيب بتمثيل حركاتها جاعلاً إياها تراها منعكسة عبر شخصه)

- الطبيب: أنت من أدى ذلك لي.
- المريضة: آ... أنا مستاءة من ذلك جداً جداً.

(تختفي الضحكة وكذلك التلوي لتصبح غاضبة صوتاً وجسداً)

- الطبيب: هل لك أن توضحي ذلك؟

- المريضة: نعم. بلا شك فأنا لست بأني مخادعة. قد أقر بأنه كان صعباً علي عرض ارتباكي. أكره أن أكون مربكة، لكنني أمتعض أن تدعوني مخادعة. إن مجرد كوني أضحك عندما أكون مربكة، أو أجلس في زاوية، لا يعني أنني مخادعة.
- الطبيب: في اللحظات الأخيرة هذه قد عدت إلى نفسك.
- المريضة: حسناً، أنا مجنونة بالنسبة إليك.

(تضحك من جديد)

- الطبيب: هو ذا الآن! هو ذا!

(يحاكي ضحكتها)

- الطبيب: هل فعلت ذلك كي تغطي على غضبك أمام نفسك؟ ماذا كانت المشاعر التي انتابتك في هذه اللحظة، في هذه اللحظة بالذات؟
- المريضة: حسناً، في هذه اللحظة كنت مجنونة. مع أني لم أكن مرتبكة.

الشيء الهام بخصوص هذه الجلسة هو الطريقة التي يتلقط بها الدكتور بيرلس لغة الجسد لدى المريضة مثل، الضحك، هز الأرجل، بل حتى رغبتها في الجلوس في زاوية، ثم يعيدها عليها مجبراً إياها على مواجهة رمزية لغة جسدها هي. بين لها أن ضحكتها وقهقهتها لم يكونا غير فعلين دفاعيين من أجل ترقيق مشاعرها الحقيقية. إن عدم سماحها لنفسها بالشعور بالغضب إنما سببه إمكانية أن يكون ذلك مهلكاً جداً بالنسبة لها. فقط عند النهاية بلغت حداً كافياً من الخبال مما جعلها تتخلى عن ضحكتها الدفاعية وتعبر عن نفسها بشكل حقيقي. هذا هو التحليل الذاتي تطبيقياً.

إن ما يجمع بين لغة الجسد والتحليل النفسي، على ضوء ما تظهره هذه الأحداث، هو جعل المرء مدركاً لما يفعله جسده مماً يتناقض مع ما ينطقه فمه. إذا كنت مدركاً لما تفعله بجسدك سيصبح فهمك لنفسك أكثر عمقاً وأهمية. من ناحية أخرى، إذا استطعت التمكن من لغة جسدك سيسعك اجتياز الكثير من الحواجز الدفاعية التي تقيد نفسك داخلها.

إيهام لغة الجسد:

قبل مدة كنت، في حفل راقص أراقب فتاة مراهقة غاية في الجمال. ثم رأيتها واقفة مع صديقة لها عند حائط. متكبرة، مترفعة، صعبة المنال على الجميع، أشبه بفتاة الثلج في قصص الجن والسحر.

كنت على معرفة بالفتاة، وكنت أعرف أنها يمكن أن تكون أي شيء إلا أن تكون باردة ومترفعة. لاحقاً، سألتها عن السبب الذي جعلها قصية.

"هل كنت أبتعد حقاً؟" قالتها باندهاش حقيقي، ثم واصلت: "ماذا عن الأولاد؟ لا أحد منهم جاء وتحدث معي. كنت أموت رغبة في الرقص، لكن أحداً لم يطلبني إليه" بعدها أضافت بنوع من الحزن: "إنني الوحيدة في هذه المدرسة ممن عمرهن عمر المراهقة. أنظر إلى رووث، فهي من عمري لكنها رقصت جميع الرقصات. أنت تعرفها، وتعرف أنها تخالط أياً كان بلا انتظام".

رووث غير مرتبة، بدينة وغير جذابة، لكن، آها، لديها سرها! إنها تضحك لكل فتى، تجتاز جميع الموانع وجميع الدفاعات. إنها تدع الفتى مرتاحاً، مطمئناً، لأنه يعلم أنه لو طلب منها مراقصته لقالت نعم. لغة الجسد هي التي تضمن له ذلك. أما صديقتي الفتية الجميلة، التي يبدو

عليها الكثير من الحزن والهدوء فإنها تخفي ما تحس به من خجل حزين. إنها تشير إلى: "ابق بعيداً عني. الوصول إليّ غير ممكن. جازف واطلبني للرقص" ترى ماذا يأمل مراهق فتى من مثل هذا الرفض؟ إنه سوف يطيع الإشارة ليستدير ناحية رووث.

ربما تعلمت صديقتي، من خلال الخبرة، أن تتبسم وترقق جمالها، وسيكون بلوغ ذلك ممكناً. إنها ستتعلم لغة الجسد، عندها ستشير للفتى بـ"يمكنك أن تطلبني للرقص، سأقول نعم". ولكن عليها تعلم الإشارات أولاً. عليها أن ترى كيف ستظهر نفسها أمام للآخرين، عليها أن تقوم بتحليل نفسها، بعدها فقط يكون بوسعها أن تتغير.

يمكننا جميعاً أن نتعلم ذلك في ما لو عبرنا عن الـ نحن التي نرغب أن نكونها، الـ نحن التي نريد إخفاءها، ومن ثم قد نجعل أنفسنا متاحين (للآخرين) أكثر، وبذلك سوف نحرر أنفسنا.

هناك طرق عديدة لتحقيق ذلك، طرق تخص لغة جسد "موهمة"من أجل بلوغ الهدف. إن جميع الكتب المتحدثة عن تقديم النفس للآخر، كيفية الحصول على أصدقاء، كيفية جعل الناس يحبونك، تدرك أهمية لغة الجسد، ومغزى جعلها موهمة بما يلائم الإشارة: "إنني فتى جيد، فاتر الهمة، وأود أن أصبح صديقاً لك، فامنحني ثقتك. "تعلم واستخدم الإشارة المناسبة لهذه الرسائل، ستضمن لنفسك نجاحاً اجتماعياً.

تدرك المدارس الخاصة بالجمال والفتنة (الأناقة) هذا الأمر، وهي تستخدم التقنية نفسها لتعليم الفتيات كيف يجلسن، يمشين، يقفن برشاقة.. إن تشككت بذلك عليك مراقبة المنافسات (السباقات) الخاصة بملكات جمال العالم. انظر كيف تم تدريبهن على استخدام لغة الجسد من أجل أن يبدون فاتنات وجذابات. يصادف أن تأتي إحداهن وكأنها

مبهرجة، لكنك مضطر إلى منحها درجة A لأنها حاولت. إن إيماءاتهن مختبرة ومصححة، وهن يعرفن مقدار ما يمكن تقديمه من خلال لغة الجسد.

تعلم السياسيون أهمية لغة الجسد تماماً، وهم يستخدمونها لتأكيد ومسرحة خطاباتهم. ومن أجل الوصول أيضاً إلى صورة أو نفوذ شخصي أكثر قبولاً واستساغة. كان لدى كل من فرانكلن دي. روزفلت، وفيوريللو لا كارديا هيمنة غريزية بهذا الخصوص. مع أن روزفلت كان معوقاً، فإنه لم يسمح لجسمه أبداً أن يظهر بهيأة معوق (هذا إدراك جيد للغة الجسد متأثراً بمظهر من هذا النوع)، حيث كان قادراً على استخدام لغة الجسد في نقل صورة المسيطر الواثق من نفسه. أما لا كارديا فكان ينقل صورة أخرى، صورة ابن الشعب العملي البسيط، وذلك من خلال إيماءات وحركات لغة الجسد، ومعرفة مذهلة بمفردات لغة الجسد، ليس لدى الإنكليز فقط بل لدى الإيطاليين واليدشيين (اليهود الألمان) أيضاً.

مهما حاول البعض من الرجال فإنهم غير قادرين التمكن من قواعد لغة الجسد. لم يستطع ليندون جوشن تعلم طريقة استخدام لغة الجسد بالمرة. كانت حركات ذراعيه مدروسة أكثر من اللزوم على طول الخط، ونمطية أكثر من المطلوب، إلى درجة أنه كان يبدو كما لو أنه يسير من خلال برنامج محفوظ سلفاً.

إن استخدام لغة الجسد الزائد عن حده جعل من ريتشارد نيكسون منسجماً مع قواعد التمثيل الصامت (البانتوميم)، التي كان يؤديها ديفيد فراي. لم يكن يعوزه سوى انتقاء إيماءة أو اثنتين من إيماءاته فينقل من خلالها محاكاة هائلة.

يعرض الدكتور بيردفيستل، من خلال مساهمته في الكتاب "تحريات في مجال الاتصال" إلى أنه "لا بد لعالم اللغة المختص بالكينيزكس أن يكون قادراً بكل بساطة على ذكر ما هي الحركات التي يقوم بها شخص ما من خلال سماع صوته.

إذا صح ذلك، سيكون من الممكن الربط المتين بين الكلمات والحركات. عندما يقوم خطيب ما بإشارة في أسلوب معين فإنه سيؤدي تعبيراً مناظراً لها.

مثال: عندما يرعد بيلي كراهام بـ: "لسوف تراهن بالسماء..." فإنه يشير بإصبع واحد إلى الأعلى. وعندما يضيف: "ستذهب إلى الجحيم مباشرة!" فإن الإصبع يتجه إلى الأسفل، تماماً إلى حيث نعرف أين.

هذه ترابطات بسيطة وواضحة بين الإشارة والكلمة، غير أنها من النوع الملائم، ويتقبلها المشاهد ويتعامل معها.

نظراً لوجود ترابطات ملائمة يكون من المقنع/المنطقي أن يقوم بعض الأشخاص بتحريف هذا الترابط واستخدامه بشكل مناقض لأساسه. بعض الأشخاص يفعلون ذلك مصحوباً بأصوات (كلمات)، إما يُتأتئون أو يتمتمون، أو يجعلوا طبقات صوتهم إما عالية جداً أو منخفضة جداً، ويتخلصوا من أية قوة كانت في أصوات قولهم. إنه لأمر بنفس سهولة التمتمة والتأتأة المنفذتان حسب قواعد الكينيزكس، أو استخدام الإيماءات السيئة مع الكلمة السيئة.

قد يسمع الناس كلماتك، وقد يفهمونها، غير أنه ستكون هناك نسبة لا بأس بها من الرسالة إما مفقودة أو مشوشة، لذلك ستواجه جمهوراً بارداً. لن يحمل خطابك أية مشاعر أو تعاطف، أو شيء من الكلمات "السحرية" الغامضة. إلى أي درجة يمكن للغة الجسد السيئة أن تكون

مريكة، هذا ما قام قبل سنوات قليلة بتوضيحه الممثل الكوميدي يان بولسن. لقد قام أثناء تظاهره بدور مرشح مركز سياسي ببعض التهكمات المبهجة عن مرشحي تلك الفترة الزمنية من خلال تسطيحه لصوته كي يجرده من أية عاطفة، جاعلاً وجهه بلا تعبير، مزيلاً عنه أية عاطفة لاحقة ممكنة، ثم قام على نحو ذكي بتزويد أدائه حركات خاطئة. المحصلة النهائية كانت عبارة عن نكبة سياسية زائفة.

هذه النكبة عينها، لسوء الحظ، يمكنها أن تسود الأحوال الجدية، غير الهازلة، في حال كان السياسي جد مثبط، غير لبق في استخدام الإيماءات الصحيحة، أو إذا لم يكن لديه بها علم بكل بساطة. قام كل من وليم جي. فولبرايت وآرثر كولبيرغ بمساهمات سياسية هامة ودقيقة، لكن طريقة إيصالهما لرسالتيهما افتقرت كثيراً إلى الأساسيات المتناسبة مع لغة الجسد، حيث صادف معهما أن جاءت سطحية وغير موحية. يصح الشيء نفسه على جورج ماك كوفرن، وبدرجة أقل على أفجين ماك كارثي. شعبية ماك كارثي أعظم بين الشباب السريع الاندفاع إلى طريقة قول الأشياء وليس إلى ما يقال من أشياء. هناك حقيقة مؤسفة تخص الغالبية العظمى من الشعب الأمريكي حيث تكون الطريقة التي تقال بها الأشياء، طريقة استخدام لغة الجسد، أهم بكثير في غالب الأحيان من فحوى ما يقال.

كان لدى ماك كارثي الأسبق لعقود قليلة مضت، قدرة إيصال مؤثرة بشكل مرعب حيث كان لديه إدراكاً بأساسيات لغة الجسد كتلك التي يمتلكها المبشرون المتزمتون.

مع أن سياسات جورج والاس قد تم استساغتها بصعوبة من قبل كثير من الناس، إلا أنه أثناء حملته الرئاسية استخدم لغة الجسد لغرض عكس

صورة "الشريف". إن تحليلاً متأنياً أجري له أثناء أدائه مع إطفاء الصوت (والإبقاء على الصورة فقط)، قد أوضح بشكل جلي كيف أن لغة الجسد أفصحت تماماً عن محتوى أقواله.

وليم بكلي النيويوركي رجل تنحو فلسفة سياسته نحو أقصى اليمين، لكنه طالما كانت لديه حشود كبيرة من الجماهير عند ظهوره على شاشة التلفاز، جمهور قلما يعتبر من يمين الوسط. تكمن فتنته في الطريقة التي يوصل بها ما يريد أكثر مما يريد إيصاله، فإضافة إلى لغة جسد اليدين والقوام الأكثر بروزاً لديه، والتي تخدم الساسة الذين عليهم الظهور أمام الناظرين عن بعد، ترى أنه كان (بكلي) يمتلك هيمنة رائعة على ظلال حاذقة من الكينيزكس، حيث يستخدم وجهه ببراعة لافتة للنظر، فهو يرفع حاجبيه، يستر عينيه، يلوي شفتيه وخديه، ويؤدي أنواعاً معينة من التعابير.

التأثير الإجمالي لكل ذلك هو حيوية وخفة روح، مما يضفيان صدقاً على أقواله.

جون لندساي يظهر الصدق نفسه، إلا أن حركاته الكينيزكسية تخفت نوعاً ما، تهبط درجتها، تقل فخامتها عما نراه عند بكلي. من الصدق نحصل على إحساس بالهدوء والاطمئنان، وشيء يزيد على ذلك -- استخدام صراحة بارعة متأتية من خفض كبير في الحركة الكينيزكسية.

كان لدى تيد كندي البراعة الكينيزكسية ذاتها، لكن مع حيوية أكبر - ربما نتيجة انعكاس لنسبه الفرنسي - تسمح له أن يضيف بعداً آخر إلى صورته السياسية. إنه نوع من طبيعة الغشاش، الجوال عبر المدينة، بل حتى اللعوب، ولكن بالمعنى الإيجابي للصورة. لغة جسده تقول لنا:

"انظروا، إنني أتمتع بجميع الأشياء التي ترغبون التمتع بها. لنتقاسمها على نحو مشترك"

ما أن تبدأ بالنظر إلى أسلوب الشخص، إلى إيماءاته وحركاته، إلى التواءات وجهه، حتى تدرك مدى الحجم الذي يعول الساسة فيه على لغة الجسد كي يجعلوا كلماتهم وصور هيأتهم مقبولة. الجيدون منهم حقاً، هم جيدون بمعنى أنهم قادرون على عرض أي انفعال من خلال جسدهم دون أن يربك ذلك ما يقولونه. هذا هو الأسلوب الذي طالما قيل عنه أنه أسلوب ذو شأن.

الجميع كانوا ممثلين جيدين، ولا بد للمثل الجيد أن يكون خبيراً في استخدام لغة الجسد. إنها عملية إقصاء ذاتي تضمن لأولئك الذين يتقنون قواعدها ومفرداتها أن ينالوا النجاح.

غير أن هناك استثناءات شهيرة بالطبع. نيلسن أيدي كان واحداً منها. أصبح ممثلاً في عمر الثلاثين نتيجة قدرته الغنائية. وكما هو الحال مع العديد من المغنين، لم يتعلم قواعد لغة الجسد قط. بعض عروضه كشفت عن تخشب في إيماءاته، حيث كانت ذراعاه تدوران مثل منشار قرصي. مقارنة له بكاري كوبر، كان كوبر يملك هذه الخاصية التخشبية، لكنه استخدمها ليعرض من خلالها الصلابة والرجولة الجديرتان بالثقة، وذلك من خلال حيازة لا شعورية على حركات لغة جسد موائمة.

☜ جمع الكل معاً:

بعد أن صارت حقائق لغة الجسد مدروسة ومحللة، مرفوعة تدريجياً إلى مصاف العلم، أصبحت متاحة كأداة في دراسة علوم أخرى. نجد

تقريراً حديثاً جاء من الاحتفالية الخاصة بالذكرى الخامسة والخمسين للاجتماع الخاص برابطة اللغويين الأمريكان، قدمه الأستاذ البروفسور ستانلي إي. جونسن، وفيه يستخدم تطبيقات من مبادئ لغة الجسد يتحدى بها تصريحات الدكتور هال القائلة بأن الاختلاف الأساس بين الثقافات كامن في كيفية التعامل مع الفضاء (الحيز) المتاح. ستانلي يقول بأن الأمريكان اللاتين يصطفون خلال حديثهم قريبين من بعضهم البعض أكثر مما هو عند الصينيين، أو أكثر قرباً مما يفعله الزنوج، بل إن العرب يقفون قريبين من بعضهم البعض حتى أكثر من الأمريكان اللاتين.

بعد عمل دام سنين جرى في أحياء هارلم، المدينة الصينية، إيطاليا الصغيرة، هارلم الأسباني، أي في جميع المناطق العرقية (الاثنية) في منهاتن، في نيويورك، حصل البروفيسور جونسن على ما يدل أن هذه الأنماط تتغير. وهو يعتقد بأن ظروف الفقر أجبرت هؤلاء الناس على تغيير بعض من سلوكهم الثقافي. وعلى حد قوله فإنه توجد ثقافة للفقر، هي أقوى من أية خلفية لفرع الثقافة العرقية.

في لقاء صحفي، مناقشاً ورقته، يقول البروفيسور جونسن: "توقعت مع شروعي بدراسة الأنماط السلوكية للثقافة الثانوية في نيويورك، المسماة بالبوتقة، أن أجدهم محافظين على اختلافاتهم (الاثنية). لكنني على العكس من ذلك أدهشني على نحو هائل أن أكتشف اشتراط الفقر عليهم أن يسلكوا سلوكاً متشابهاً بشكل جدير بالملاحظة"

في المناطق الفائقة الازدحام والمستوطنة بالفقر، وجد جونسن أن كل شخص، بغض النظر عن خلفيته العرقية، يقف تقريباً على بعد قدم من الآخر.

هنا لدينا استخدام (اصطلاحي) اجتماعي يخص تطور علم لغة الجسد، في محاولة لاكتشاف كيفية تأثير الفقر على الثقافة. ويبدو أن ما وجده البروفسور جونسن يمثل إشارة إلى أن ثقافة الفقراء الأمريكان تطغى على التمايزات الاثنية والوطنية. لقد غدت أمريكا وعاءاً لمزيج، خاصيته الفقر هي التي تسحق الحواجز لتنتج لغة جسد عامة مشتركة لهم.

قد يكون من الممتع الوغول داخل هذا العمل إلى الأمام أكثر، لنرى أي من المجالات الأخرى، إضافة إلى الفضاء، تتأثر بالفقر، أو تحمله باتجاه آخر، إضافة إلى رؤية إن كانت الثروة تحطم، هي الأخرى، القواعد الاثنية للغة الجسد. ثم هل القوى الاقتصادية أقوى من القوى الثقافية؟

هناك عدد لا يحصى من الدراسات الممكنة والمفتوحة أمام طلبة المستقبل لدراسة لغة الجسد. وأروع ما في الأمر هو الحاجة إلى أقل قدر ممكن من معدات. هذا في الوقت الذي تجمعت لدي معلومات عن عدد من الدراسات المكلفة، أجريت بواسطة التقاط أشرطة فيديو وأفلام من مقاس ١٦ملم، وعشرات الطلبة المتطوعين. كذلك أصبحت على علم بوجود مشاريع مذهلة تماما، قام بإنجازها فتى في الرابعة عشر من عمره، وكانت غرفة نومه تطل على كابينة (صندوق) هاتف عام في شارع من شوارع مدينة نيويورك.

استخدم كاميرا تصوير تعتمد فيلماً مقاس ٨ملم، صوّر به استخدام الناس لكابينة الهاتف على أفلام طولها ما يسمح له به إيراده. ثم قام باستخدام عارضة الأفلام الخاصة بالعائلة مبطئاً حركة عرض الفيلم وهو يسجل أثناء ذلك ملاحظاته وتشخيصه كل حركة.

أعرف طالباً آخر، أكبر سناً، يتهيأ لنيل شهادة الدكتوراه. تقوم دراسته فيها على الطريقة التي يتفادى الناس بها أحدهم الآخر في شارع مزدحم، وكذلك في شارع ليس بنفس الازدحام.

يقول الطالب شارحاً: "عندما يكون هناك فضاء كافياً، ينتظر الناس حتى يصبحوا على مسافة عشرة أقدام عن بعضهم البعض، عندها يعطي أحدهم للآخر إشارة كونه قادر على اجتيازه في الاتجاه المعاكس" لم يكتشف بعد ماهية الإشارة بالضبط، أو كيفية استخدامها لإيصال رسالة تقول أي الاتجاهين سيتخذ كل منهما لعبور الآخر.

في بعض الأحيان تكون هذه الإشارات مربكة بالطبع، عندها يصبحان وجهاً لوجه، يتحركان يمنة أو يسرة بتناغم ثم يتخليا عن هذه الرقصة السمجة حتى يتوقفا، يبتسما لبعضهما بشكل اعتذاري ويواصلا سيرهما. فرويد يسمي ذلك بالمواجهة الجنسانية، وصديقي هذا يسميها تأتأة كينيزكسية.

كعلم، ما زالت لغة الجسد في مرحلتها الطفلية - في بداياتها، لكن الكتاب هذا قام باستكشاف بعض من القواعد الأساسية. ولأنك أصبحت على معرفة بها، عليك إلقاء نظرة فاحصة على نفسك، على أصدقائك وعائلتك. لماذا تراك تتحرك بالطريقة التي تتحرك بها؟ ما الذي تريد التعبير عنه بها ؟ هل أنت، في علاقتك الكينيزكسية مع الآخرين، ممن يهيمن، أم ممن يخضع؟ كيف تتدبر الفضاء (من حولك)؟ هل تتسيد عليه، أم تدعه يسيطر هو عليك؟

كيف تتدبر الفضاء في واقع الأعمال؟ هل تطرق الباب على مديرك من ثم تدخل؟ هل تأتي مكتب مديرك مباشرة وتسيطر عليه، أم أنك تقف

على مسافة اعتبارية لتدعه يسيطر عليك؟ هل تسمح له أن يسيطر عليك كوسيلة تسترضيه أم كأداة لتسييره؟

كيف تغادر المصعد عندما تكون مع زملائك في العمل؟ هل تصر على أن تكون آخر المغادرين بسبب تفوق فطري، أو كالتفاتة كرم ممنوحة لك؟ أم أنك تغادر أولهم جاعلاً الآخرين يسروك، آخذا كياستهم تجاهك على أنها من واجبهم؟ أو هل تراك تناور من أجل المركز؟ "أنت قبلي"، "لا، بل أنت".

أي واحد من كل ذلك يمثل لك السلوك الأكثر توازناً؟ أي منها يجعل الشخص المنغمس بها مؤمناً أماناً تاماً؟ تأمل كل واحدة منها. إن تخمينك سيكون بنفس جودة تخمين عالم نفس متمرس. هذا العلم ليس إلا علماً في بداياته.

أين تضع نفسك داخل قاعة المحاضرة؟ إلى الخلف، حيث هناك عدد معين من مجهولي الهوية، حتى في حال أنك قد تفقد بعض النقاط الهامة من المحاضرة، أم أنك ستجلس إلى الأمام، حيث يسعك أن تسمع وترى على راحتك، بل حيث تكون في موقع بارز أيضاً؟

كيف سيكون أداءك في التجمعات غير الرسمية؟ هل ستشد يدك العصبية إلى كأس شراب وترفعها؟ هل سوف تتكئ على رف المدفأة الجدارية كي تشعر بالأمان؟ قد يفيد الرف كقوة ثبات تدعم نصف جسمك، ولن تكون بك حاجة لتهتم بما عليك قوله عن طريق لغة الجسد أو ربما تكون نصف مهتم. عدا ذلك ستفضحك طريقة اتكائك على الرف!

في السنوات الأخيرة، تم الكشف عن علم جديد مثير يدعى "لغة الجسد" إذ جاءت صيغة كتابته ودراسته العلمية بعنوان (الكينيزكس)

وتقوم لغة الجسد وعلم الكينيزكس على أساس أنماط سلوكية للاتصال غير المنطوق / غير الملفوظ/..

في هذا الكتاب يسلط الضوء على أن البعد الحقيقي للنفس البشرية هي كما تترجم بالحركة الواقعية التي ينطق بها الجسد وكيفية استخدامه للفضاء المتاح لهذه النفس..

دمشق - هاتف/ 011 8217279 / موبايل / 0988 286028 /