

٢- الرفض وفقد الحب

"مشير سمير"

أوضحنا سابقاً أن فقد الحب وضياعه في الطفولة، خاصة إن كان شديداً، يمثل زلزال عنيف مدمر لعمق الكائن البشري، إذ يمثل خللاً واهتزازاً عميقاً لهوية الإنسان ولقيمته وإحساسه بالانتماء ومعنى وجوده، وبالتالي يشعر الإنسان بالرفض في ذاته وعدم القبول في هذه الحياة. فالحب هو الأكسوجين الذي يتنفس به الإنسان ويحيا، وهكذا كان تصميم الله للإنسان حين خلقه أن لا يجد شبعه وحياته سوى في الحب، الذي هو في النهاية مستمد من الله ويجب أن يكون الوالدين أداة توصيل جيدة لذلك الحب الذي يحصلوا عليه من الله. ولذا ففي الحقيقة إن هذا العجز في الحب هو بمثابة سم زعاف يستشري ببطيء في داخل الكيان البشري منذ اللدغة الأولى للحياة القديمة، أي منذ سقوط الإنسان وانفصاله عن الله مصدر الحب. لذا يولد الطفل ولديه الاحتياج للبرهنة والإثبات لنفسه بأنه محبوب وغير مرفوض، كما قال لنا واجنر في المحاضرة السابقة. ولذا أيضاً هناك تحدي أمام كل جيل في أن ينجح ولا يفشل في إعطاء الحب الكافي للجيل الذي يليه. حيث أن سقوط الجنس البشري لا يلغي أن الوالدين، من خلال التربية السليمة والصحية، قادرين على إعطاء طفلهما قدر كاف من الحب يحتاجه الطفل لينمو ويعيش في هذه الحياة. ولكن عندما يفشل الوالدين في تحقيق ذلك، كما رأينا سابقاً، فإن سم الرفض ونقص الحب يتأكد ويرسخ لدى الفرد مسبباً حالة تمزق وتفسخ واهتزاز نفسي للطفل مما يجعله ضعيفاً هشاً وعرضة أكثر للألم وللإصابة والجرح **Vulnerable**.

ولابد لنا أن ندرك أن نقص الحب الشديد في الطفولة، في أغلب الأحيان قد **"لا يمكن تعويضه"** **can not be redeemed** مرة أخرى، ولكن ينبغي على الشخص بعد بلوغه وامتلاكه مصيره، كما سنشرح في محاضرة لاحقة، أن يعمل بطرق أخرى ووسائل أخرى مشروعة على إعادة بناء شخصيته أي كان ما حدث بها من نقص، مثل "العلاقة الشخصية مع الله والقراءة والإنتاج وخدمة الآخرين ووجود أهداف ذات معنى للحياة". فعلى سبيل المثال، إن نقص الحب هذا عينه يجب أن يكون هو المنبه الأكبر لاحتياجنا إلى الله والدافع المحرك لاقتربنا إليه، حيث **هناك نجد الجوع للحب يمتلئ تدريجياً ويعود الشخص يكتسب إحساسه بالقيمة والمعنى**.

وهنا يجدر بنا اقتباس الخواطر التالية للكاتب المسيحي الراحل الأب هنري نووين، حيث يقول:

"اعمل حول حفرتك العميقة"

هناك حفرة عميقة بداخلك، في عمق كيانك، كما الهوة بلا قرار. لن تفلح أبداً في ملئها، لأن احتياجاتك لا تنفذ أبداً. لا بد لك أن تعمل حول هذه الحفرة حتى تُغلق تدريجياً. حيث أن هذه الحفرة هائلة، وألمك عميق جداً، فسوف تكون دائماً مُجرباً بالهروب. هناك تطرفين عليك تجنب الوقوع في أحدهما: أن تُمتص بالكامل في ألمك، أو أن تُلهي بأشياء كثيرة تبقيك بعيداً عن الجرح الذي تريد له الشفاء."

"اصرخ إلى الداخل"

هناك انفصام قد حدث بين الإلهية والإنسانية في داخلك. ففي مركز الإلهية الممنوحة داخلك أنت تعرف إرادة الله وطريقه ومحبته. ولكن إنسانيتك مفصولة عن ذلك. فاحتياجاتك الإنسانية العديدة للحب والسلوى والاهتمام تحيا بمعزل عن المساحة الإلهية المقدسة داخلك. ودعوتك هي أن تجمع بين هذين الجزأين من ذاتك من جديد.

يجب عليك الانتقال تدريجياً من البكاء خارجياً والصراخ إلى الناس الذين تظن أنه بإمكانهم أن يسدوا احتياجاتك، إلى الصراخ داخلياً إلى الموضع الذي يمكنك أن ترى نفسك محمولاً ومسنداً من الله...." (١)

والآن دعونا نتحدث عن أحد أهم النتائج العملية لتعرض الإنسان لنقص الحب في طفولته والتي تستمر معه لفترات طويلة في حياته كنمط فكري وسلوكي، ألا وهي:

انحراف أو تشوه الطابع (الأنماط الطبيعية للشخصية):

حين يتواجه الإنسان مع فقد الحب ينحرف الطبع الأساسي للإنسان إلى أحد اتجاهين، أو ربما ثلاثة حسب بعض الآراء، وذلك في محاولة فاشلة من الإنسان للتعامل مع هذا فقدان الحب. والطابعان الأساسيان الذين يبدو أن متناقضين ظاهرياً ولكنهما في الحقيقة ليسا إلا وجهان لعملة واحدة وهي نقص الحب، هما: **الإذعان، التمرد** حسب تسمية مورييس واجنر (٢)، أو كما يسميهما د. بول تورنييه: الطابع **"الضعيف"**، والطابع **"القوي"** (٣).

يقول د. أنطوني ستور: "ليس من إنسان – كائناً من كان – يستمتع بالاتزان الكامل بحيث نجده أو نجدها لا يستخدمان التحاشي أو الرضوخ (التمرد والإذعان) إلى حد ما في مجابهتهما للناس الآخرين. ولكن هذه المواقف يمكن أن ترتبط بالنوعيات المبكرة جداً من السلوك لدى الأطفال الصغار." (٤)

ومن الطبيعي أن نفهم أن الإنسان، بعد السقوط، لديه الميل الطبيعي لمثل هذه الانحرافات، إلا أن ذلك لا يخلي الوالدين دور التنشئة المبكرة من مسئولية غرس وتعزيز تلك الاضطرابات مبكراً في شخصية الفرد. فيستأنف أنطوني ستور قائلاً:

"الطفل الذي لم يُشكل في مرحلة عمره الباكرة روابط تسودها الطمأنينة المتأينة عن الثقة بالشخصيات التي تعلق بها، قد يقدم ردود فعل متباينة تجاه الوالدين، وبعد ذلك تجاه الناس الآخرين." (٤)

النمط الأول: الإذعان (المسايرة والاسترضاء) Compliance

لتعويض نقص الحب الذي يعاني منه الإنسان يلجأ هذا الشخص، بطريقة خاطئة، دائماً إلى محاولة كسب الحب (المفقود) والقبول من الآخرين عن طريق أن يكون دائماً لطيف ويعمل على استرضائهم، بدءاً من الوالدين الذي يحتاج إلى الحصول على تأييدهم ورضاهم، إلى أن يصبح ذلك نمطاً وطبعاً دائماً مميزاً له مع الجميع فيما بعد. فيميل الشخص إلى مسايرة الآخرين من أجل الحصول على مدحهم ورضاهم عليه لإثبات وتأكيد شخصيته غير المؤكدة. فنجدته يتسم بالمهادنة والإحساس بالضعف والاعتماد على الآخرين، مستخدماً الضعف لجذب الحب والانتباه ولو بالمناورة والاستغلال manipulation. أيضاً نجده يتجنب أي مواجهات قد تزعج الآخرين، بل أنه يبحث عن أمنيات الآخرين ويحاول تحقيقها مما قد يجعله ينكر رغباته الشخصية ويتنازل عن حدوده الشخصية إلى درجة إخضاع واستعباد نفسه للآخرين وخاصة الذين يتسمون بالتمرد. الأمر الذي في حد ذاته يزيد من إحساس الشخص بالضعف وانهزام النفس. أيضاً استغراق الشخص في الاهتمام بالتعرف على رغبات الآخرين والعمل على تحقيقها لكسب الحب، هذا الاستغراق الشديد في لعبة الاسترضاء يجعل هذا الشخص أعمى ومغلق عن تلقى أي حب حقيقي قد يمكن أن يصله من الآخرين، مما يجعله يعاني أكثر من نقص الحب مجدداً. فلكي يبدأ هذا الشخص في التغيير عليه أن يكف عن عملية الاسترضاء أولاً.

نجد أيضاً هذا الشخص يصبح متآلفاً مع الإحساس بالرفض والنقص وعدم الثقة في النفس والتي تظهر في ولوم ونقد وتأنيب النفس وكثرة الاعتذار بداع أو بدون داع وأشياء أخرى كثيرة. كما

أنه يتجنب اتخاذ القرارات خوفاً من الخطأ والتعرض للوم وخسران المدح أو الحب المفترض. أيضاً نجده ميالاً للحزن والشفقة على النفس والشعور بقسوة الحياة عليه هو شخصياً بالتحديد، الأمور التي قد تصل عند الشدة إلى الاكتئاب واليأس والإحباط من الحياة. يقول أنطوني ستور:

"الطفل من هذا النوع ينمو إلى شخص بالغ يستمر في الإحساس بأن عليه أن يكون ناجحاً أو طبيباً أو ممدوحاً من كل شخص (وهو ما يسميه ستور **الاسترضاء**)، إذا كان له أن يحتفظ بأي إحساس بقيمته الذاتية. وكأنه لا يوجد شيء بدخائلهم يمكن الرجوع إليه، وأن لا إحساس بأن للمرء قيمة في ذاته." "ولذلك - يستأنف ستور حديثه - فإنهم يتخذون في العادة موقف المهادنة إزاء الآخرين وذلك لأنهم لا يستطيعون تحمل اتخاذ موقف المعارضة والمواجهة أو أن يغامروا بشيء يمكن أن يحدث لهم إهانة أو يجلب عليهم الاستهجان." (٤)

مثال كتابي: شاول الملك واسترضاءه للشعب على حساب طاعة الله. (١ صم ١٥) وقد يصل موقف الاسترضاء بهذا بالشخص إلى حد إقامة تعلقات Attachment اعتمادية غير صحية تجاه الآخرين، كما قد يقود موقف المهادنة إلى المساومة وتقديم التنازلات على حساب النمو الصحي للذات.

مثال كتابي: المرأة السامرية واعتمادها على علاقاتها الخاطئة لتسديد نقص الحب ولو على حساب المبادئ الأخلاقية.

النمط الثاني: التحدي والتمرد Defiance

إن طريقة هذا الشخص الفاشلة في تغطية ومحاولة تعويض نقص الحب، تكمن في شعوره بالاستقلالية والسيطرة على الآخرين خاصة من هم في سلطة فوقه بالتحديد سلطة الوالدين الذين لم يعطوه الحب، حيث أن السيطرة هنا تعني القيمة "المفقودة" بالنسبة له. حيث يتسم الشخص هنا بتحاشي الانقياد أو استقبال النصح من الآخرين، إذ أنه يقاوم الاعتماد على الآخرين بل يصبر بعند شديد على رأيه في أغلب الأحيان ويقوم بنقد من لا يتفقوا معه. ولذا أيضاً يتسم هذا الشخص بعدم المرونة والسعي إلى التحكم بشدة في جميع المواقف التي يوجد فيها، كما يشعر بالدافع للانخراط في المشاكل لإثبات قوته، حيث أنه يشعر بأن لديه أفضل الإجابات للمشاكل التي أمامه. وهذا أيضاً يعطيه إحساساً بالقيمة بسبب وقع تأثيره على الآخرين. ولذا فهو لا يستطيع أن يقبل النقد أو اللوم حين يكون على خطأ حيث أن ذلك يمس إحساسه بالقيمة الذاتية. أيضاً، وعلى عكس النمط السابق، يتحاشى هذا الشخص العواطف والعلاقات الحميمة (ولذا يسمي أنطوني ستور هذا النمط **بالتحاشي**) لأنها تمثل الضعف بالنسبة له، مُركزاً توجهاته إلى التفوق والمنافسة والإنجاز، مشيراً إلى مهاراته التدبيرية، لتعويض الإحساس بضياع القيمة. وهذا الأسلوب غير الحساس للحب والعلاقات ذات المعنى تجعله معزولاً عن أي احتمالية لتقبل أي حب حقيقي محتمل وصوله من الآخرين، مما يجعله يعاني أكثر من نقص الحب وفقدان الإحساس بالقيمة من جديد. فلكي يبدأ هذا الشخص في التغيير لابد له أولاً أن يكف عن نمط التحدي والسيطرة هذا.

نادراً ما نجد هذا الشخص ينتقد نفسه، بل على العكس يظهر القوة دائماً حتى أنه يقوم أحياناً كثيرة بمهاجمة الآخرين مبدئياً سلوكاً عدوانياً غير متوقع لحماية/ تغطية نفسه من مواجهة أي إحساس محتمل بالرفض أو النقص، حيث أن هذه الأحاسيس بالفعل تعتمل في داخله بشدة تماماً كما في داخل الشخص الذي يميل إلى الإذعان ولكن بطريقة عكسية تجعله يستخدم الهجوم كوسيلة للدفاع. فنجد هذا الشخص يظهر في أحيان كثيرة بمظهر المغرور والمتعجرف أو المتسلط والمنافس، قد تصل في بعض الأحيان من الشدة إلى نزعات - سواء شعورية أو لاشعورية - تدميرية حقودة.

يقول د. بولبي:

"حينما يمكن أن يكون الشخص قلقاً من أن موضوع أو شخص الارتباط (الذي كان يرتبط به الشخص في طفولته) صعب المنال أو غير مستجيب، فإن عدوانيته تزداد... فالتوسع مدى وقوع الانفصال أو النبذ يثير عدائية الشخص ويؤدي إلى أفكار وأفعال عدوانية." (٥) من أشهر الأمثلة العديدة النبذ الذي تعرض له كارل ماركس من الكنيسة في طفولته وتأثير ذلك على انحراف تفكيره نحو التمرد.

إن كان الإذعان يرد على صرخة الرفض المتأصل داخل الإنسان بالخنوع والموافقة السلبية Passive (نعم أنا لا شيء)، فإن العدوانية ترد على نفس الصرخة بالتمرد في محاولة للنفي (لا، على العكس أنا شيء وسوف أثبت لهم ذلك).

النمط الثالث: من الجدير أيضاً بالذكر الإضافة التي أضافتها المحللة النفسية كارين هورني (٦) في منتصف الأربعينات من القرن العشرين حين تحدثت عن اتجاه ثالث وهو الانعزال والابتعاد عن الناس. حيث أسمت الإذعان "التحرك نحو الناس"، والتمرد "التحرك ضد الناس"، ثم أضافت اتجاهها الثالث "التحرك بعيداً عن الناس" والذي يسميه البعض بالانسحاب Withdrawal أو التجنب Evasion. حيث يعمل الإنسان، خاطئاً، في هذا النمط على استرداد الإحساس بالحب والقيمة عن طريق الشعور بالكفاية الذاتية حيث لا يكون محتاجاً إلى أحد بما بالذات آمناً من أي مزيد من الاضطرابات قد تحدث في التعامل مع الآخرين. فيلجأ الإنسان في هذا النمط للانفصال والعزلة بعيداً عن الناس والانحصار في الذات، فيتسم بالصمت وإخفاء مشاعره الحقيقية عن الآخرين والإحجام عن المشاركة بالرأي قائلاً لنفسه الجملة التالية: "ماذا سيفرق؟ لا شيء في الحقيقة يهتم!". يتسم أيضاً بندرة الصداقات واللامبالاة بالآخرين، والتي في حد ذاتها تمنعه من التلاقي مع أي حب حقيقي محتمل، فيشعر بمزيد من نقص الحب. وهكذا يجب على هذا الشخص، مت أجلاً التغيير، العمل أولاً على الخروج من شرنقة عزلته الزائفة الدفء هذه.

أيضاً تضيف كارين هورني قائلة أن الإنسان قد يتحرك بين هذه الاتجاهات الثلاثة السابقة، ولكن يظل أحدهم غالب عليه.

المصادر

- ١- Nouwen, Henri, "The Inner Voice of Love", Doubleday. USA 1996
- ٢- Wagner, Maurice E. "The Sensation of Being Somebody". Zondervan 1975
- ٣- Tournier, Paul, M.D. "The Strong & The Weak". The Westminster Press, Philadelphia 1963
- ٤- ستور، أنطوني. "الإعتكاف عودة إلى الذات". ترجمة: يوسف ميخائيل أسعد. نهضة مصر ١٩٩٣
- ٥- بولبي، جون. "سيكولوجية الانفصال". ترجمة: د. عبد الهادي عبد الرحمن. دار الطليعة. بيروت ١٩٩١ أدلر، الفرد. "سيكولوجيتك في الحياة كيف تحياها". ترجمة: د. عبد العلي الجسماني. المؤسسة العربية للدراسات والنشر، والدار العربية للعلوم، بيروت ١٩٩٦
- ٦- Horney, Karen. "Our Inner Conflicts". The Norton Library 1966