

الألم المزمن: المكان، الزمان والهوية بين الذاتي والموضوعي

*Chronic pain: space, time and identity between the subjective and the objective*العيادي خالد^{1*}، أ.د الزاوي الحسين²¹ جامعة وهران 2 محمد بن احمد (الجزائر)، layadi.khaled@univ-oran2.dz² جامعة وهران 2 محمد بن احمد (الجزائر)، zaoui.houcine@univ-oran2.dz

تاريخ النشر: 2022/05/05

تاريخ القبول: 2022/03/04

تاريخ الاستلام: 2022/01/15

ملخص: تهدف هذه الورقة العلمية إلى معالجة ظاهرة الألم المزمن من منظور ثلاث أبعاد فلسفية هي: المكان، الزمان والهوية في تأرجح بين الذاتي والموضوعي على اعتبار أن الألم المزمن يشكل تركيب ونسيج جد معقد، الدارس له يجده بعيد عن كونه فقط مجرد أثر عضوي بحث، بل هو مزيج تفاعل ديناميكي من ذات الفرد المتفاعلة مع المكان الذي تشغله ويشغلها وفق مدركات وأبعاد غير تلك التي عند الإنسان غير المتألم، وتفاعل مع الزمان وفق ساعات ودقائق وحتى أيام غير التي هي محسوسة عندنا، كل ذلك يشكل له هوية مزدوجة واحدة ضعيفة في مواجهة المرض وأخرى تصارع طواحين الهواء هوية لذات أطاح الألم بعنفوانها وأمالها.

كلمات مفتاحية: الألم المزمن- المكان- الزمان- الهوية- الذاتي والموضوعي

Abstract:

This paper aims to treat the phenomenon of chronic pain from the perspective of three philosophical dimensions:

Place, time and identity in a oscillation between self and objectivity Considering that chronic pain constitutes a very complex structure and texture. The learner finds it far from being just a purely organic effect, but a dynamic interaction mix of the same individual interacting with the place you occupy according to the perceptions and dimensions other than those of the non-suffering human being, and interacted with time according to hours, minutes and even days other than those that are felt, All of this has one weak double identity in the face of the disease, and another that wrestles with windmills. An identity for a soul that pain toppled its pride and hopes

Keywords: chronic pain; pain; place; identity, self and objectivity

* المؤلف المرسل

1. مقدمة:

في كل خبرة ألم يحتفظ بها الإنسان في ذاكرته يوجد تغيير في إدراك الكثير من المعطيات التي تأخذ أبعادا خاصة تؤثر وتتأثر بالألم سلبا أو إيجابا. وهذا يعني أن الألم يدخل في تركيب العلاقة مع الذات ومع الآخرين ومع المحيط مما يتطلب البحث الأنثروبولوجي والفلسفي من خلال تسليط الضوء على علاقة الإنسان المتألم بمسائل متعددة ومن أهمها: المكان والزمان والهوية في تأرجح بين الذاتي والموضوعي.

يتميز الألم عن غيره من الأحاسيس هو كونه بالإضافة إلى تفاعله مع الجسد يجتاح المشاعر والعواطف و يؤثر في العلاقات والمحيط.

قد يكون الألم أكثر الأشياء إنتاجا للمعنى، وكل متألم يضفي معنى خاص لألمه مرتكزا في ذلك على الثقافة والدين والحالة النفسية ونوع الشخصية... والمعنى المنتج يؤثر بشكل كبير في كيفية التعامل مع الألم وفي القدرة على السيطرة عليه.

2. الألم والمكان:

الألم يصبح معانات عندما يكتسح الجسد والروح وعندما يشغل المكان والزمان ويتحكم في العلاقة مع العالم الخارجي ومع الناس.

يتطور المرض وما يصاحبه من ألم شديد يجعل المكان غير ذلك الذي يعيش فيه (الآخر) يضيق أكثر فأكثر حتى يمحي كلية من الذاكرة ومن القدرة على (la representation) التمثل.

إذ هناك مكانين: المكان الآخر الذي لا رغبة في العيش فيه أو الذهاب إليه أو حتى الحديث عنه ومكان أضطره المرض والألم أن يبقى فيه.

بقاء المتألم في المكان الخاص به ليس رغبة فيه بل لأنه المكان الوحيد الذي يحويه ويحوي كل تفاصيل حياته وقد يصير أكثر الأماكن التي يبغضها (رحبتي كرهتها).

ولكن لا يمكن مغادرته، وبالمقابل لا يذهب إلى المكان الأخر ليس لأنه لا يحبه ولكن خوفا من أنه لا يستطيع احتواءه ولا يلبي شروط السلامة وبالتالي هو مكان مجهول ومخيف.

يصبح المكان المسموح به للحركة ضيق، إما لأن الألم يشتد بسبب المشي مثلا أو بسبب الخوف من أن تتضاعف حالة المريض ولا يستطيع الرجوع من المكان الذي يريد التوجه إليه.

وأحيانا كما يعبر عنه بعض المرضى أنهم يتفادون الذهاب إلى الأماكن التي لا توجد بها تغطية صحية كافية في حالة ما إذا ظهرت مضاعفات.

يعتاد المريض على مكان معين في البيت وعلى وضعية خاصة ويحتاج الهدوء وبالتالي يتأذى تدريجيا من الصخب ومن حركة الآخرين في البيت ويرفض معيئ الضيوف لكي لا تتغير علاقته بالمكان.

الأمكنة التي كان يؤدي فيها المتألم نشاطاته الترفيهية والرياضية لم تعد لها أهمية ولم يعد يكثرث بها حفلات الزفاف والولائم التي كانت وسيلة للقاء الناس والأحبة والتواصل معهم لم تعد لها معنى .

ولمن اعتاد على السفر سواء داخل الوطن أو خارجه يصبح كارها ونافرا حتى وان اجتمعت الظروف المواتية لذلك.

الألم لا يترك المجال للخيال أن يستذكر الأماكن وحتى تلك الجميلة التي كان المريض يتمتع بالتوجه لها. كأن الألم يختصر الأمكنة كلها ببقعة واحدة في بيته. وحتى في بيته لا توجد رغبة في التنقل بين الغرف أو الصعود إلى الطابق أو الجلوس في الفناء.

يؤكد أحد المرضى أنه لا يغادر مكانه إلا لقضاء الحاجة أو التوجه إلى الطبيب، عبارة يوصف بها

حال المتألم ليقال عنه " راه قاعد في ركنه " راه في بلاصة ما يتحركش منها"

علاقة المتألم بالمكان هي علاقة صراع بحيث يتشبث ببقعة صغيرة لا يريد مغادرتها ويحزن للعودة إليها في حال اضطرت للابتعاد عنها تماما كالمسنين الذين اعتادوا البقاء في بيوتهم وحتى وإن سافرو واضطروا للمبيت ليلة أو بعض الليالي خارج بيوتهم لا يلبثوا يعودون وكأنهم يخافون أن يموتوا بعيدا عن المكان الذي يعيشون فيه. لا ينطلق المتألم إلى رحابة المكان خوفا من أن يغرق فيه فيتمكن منه الموت.

يتحول العالم الخارجي إلى عالم مجهول، مخيف، معتدي لا يوفر الحماية.

يملى الفضاء الخارجي من يتمتعون بصحة جيدة، وبالتالي هم بنظر المجتمع أحياء يتواصلون مع من يرغبون التواصل معه، يمارسون عملهم وهواياتهم، ويمشون في الأسواق وأحياء المدينة متى ما يريدون.

المتألم لا يتوجه إلى هذه الفضاءات إما لأنه لا يستطيع أو لأنه لا يرغب في ذلك وبالتالي يصبح شبه ميت اجتماعيا بمنظور المجتمع " راه مكمل " يعني انتهى.

3. الألم والزمن:

بداية أريد أن أبين مسألة مهمة متعلقة بأنواع الألم من جهة مدة تطوره. هناك وباختصار شديد نوعين من الألم:

- 1.3. الألم الحاد:

والذي لا تتجاوز مدته في الغالب 3 أشهر وهو من النوع الذي يمكن اعتباره وجوده دليل على حدوث خلل على مستوى الجسد، وعلامة مرتبطة بأسبابه بحيث يختفي عند اختفاء مصدره، إما من خلال عملية جراحية أو دواء كيميائي أو طبيعي...

2.3 الألم المزمن:

الذي يمتد في الزمن بحيث تتجاوز مدته 3 إلى 6 أشهر وحتى وإن كان له سبب عضوي في البداية إلا أنه يواصل تطوره وامتداده بشكل مستقل عن مصدره .

- الألم المزمن لا يؤثر على وجود خلل عضوي واحد بل هو تمظهر لاضطراب جسدي ونفسي.

- الألم الحاد يصاحبه في كثير من الأحيان حالة من القلق (Anxiété)

- أما الألم المزمن فيحدث الاكتئاب عند كثير من المرضى.

بروز الاكتئاب يعتبر مؤشرا على تعقد الوضع بحيث يصعب في كثير من الأحيان تعين بدقة أي العاملين يؤثر في الآخر (الألم أم الاكتئاب) والأرجح وجود تأثير متبادل بين الاثنين. إذا كان علاج الألم الحاد بسيط إلى حد ما لأنه يتعلق بالسبب كأن تقضي على ألم الضرس بقلعها مثلا أو علاج كسر العظام عن طريق الجراحة. فإن علاج الألم المزمن معقد نظرا لتعقده وتعدد أسبابه وأيضا لتدخل العامل النفسي والثقافي وتاريخ المريض وظروف معيشته وما إلى ذلك..

- الألم المزمن يستدعي البحث الفلسفي والانثروبولوجي والنفسي أكثر من الألم الحاد، نظرا لاعتبارات عدة ولعل أهمها كونه معقدا وأيضا لأنه يمتد في الزمن.

- الألم الحاد ينتظر فيه الشفاء لأنه غالبا ما يكون سببه واحد.

- أما الألم المزمن فلا يمكن استشراف الراحة حتى وإن خضع المتألم للعلاج بل أحيانا يبقى الألم قائما بعد أن يعالج السبب. ولهذا يعتبر مرضا قائما بذاته.

سيكون أغلب حديثنا عن الألم المزمن الذي يصاحب في معظم الأحيان أمراضا مزمنة كأعراض الروماتيزم، السرطان، أمراض الأوعية الالتهابية، أمراض عصبية... الزمن هو مدة الأشياء التي لديها خاصية البداية والنهاية ولها ماضي وحاضر ومستقبل.

يأتي الألم ليحدث خلافا في الزمانية Temporalite.

زمن الألم واحد لا تنوع فيه " المعانات تمنع تسلسل الزمن {...} هو مجيء الزمن بدون تناقض" ¹ ، المعانات تضغط الزمنية بكاملها في ما يجب تسميته حاضر مطلق وتتوقف حتى إنفتاح الزمن. ² ولن يستعيد الزمن تسلسله وحركته إلا بعد أن يخف الألم ويرتاح المريض.

تماما كما الألم يفرض البقاء في المكان ويمنع الحركة، فإنه يفعل نفس الشيء بالزمان.

لا معنى للمستقبل دون أمل و استشراف وحلم ولا معنى للمستقبل إذا لم تكن هناك أهداف يرجى تحقيقها ورغبة يرجى بلوغها، لا معنى للمستقبل إذا لم يكن هناك انتظار لما هو آت، إذا اشد الألم فهو يمنع تحقيق كل ذلك. كلما اشتد الألم كلما ضاق الأفق وامتنع المستقبل عن الحضور.

الألم يفقد الزمن تواصلته، ينغلق على نفسه جاذبا معه الزمن في مجال دائرة هو مركزها لا استشراف ولا استذكار إلا بما يسمح به هو بل بقاء في حاضر وعيش في زمن ليس له أمس ولا غد، عندما تزيد شدة إيقاع الألم ويتمرد، يفقد المريض والطبيب السيطرة عليه من خلال الأدوية " ما فاد فيه والو " حاولت معاه كل شيء بلا نتيجة " ويجعل الشخص وجها لوجه مع ضعفه ، قلة حيلته ثم ينغلق على ذاته، يصبح الزمن كله يتلخص في تلك اللحظة التي يعيشها " ما خلا نيش دقيقة نريحها " .

- وبذلك يخوض المتألم في زمن لا مواعيد فيه. ³

- يحدث الألم عدم تجانس بين الزمن الطبيعي والزمن الذاتي، فساعة فرح تمر أحيانا وكأنها دقيقة وفي المقابل دقيقة ألم تمتد في الزمن ولا تكاد تنتهي.

بعض الأمراض الالتهابية يصاحبها ألم يشتد بالليل ويوقظ صاحبه مرات عديدة هذا إذا نجح أصلا في أن يتمتع بقسط من الراحة .

من المفترض أن يكون الليل محطة راحة وسكينة واسترجاع طاقة فقدت في تعب النهار . ويأتي الألم في الليل ليحول الراحة إلى تعب وإرهاق ومعانات بالإضافة إلى الوحدة والغربة لأنه لا مجال للحديث مع الآخرين حتى وان كانوا من الأقرباء لأنهم ببساطة نيام . الخوف والإكتئاب يزيدان من شدة الألم .

" ما نيش نرقد في الليل ومنين نبغي نحط راسي تقول بلعاني يجي ينوضني الضر "

هل تتساوى سبعة ساعات نوم لشخص سليم مع مثلها عند إنسان متألم ؟
الأول لا يشعر بمرور الزمن إلا من خلال الأثر الذي يحدثه النوم، أما الثاني فيكون إحساسه وكأن ألمه يدوم الدهر كله. إنها نسبة الزمن المعاش (الذاتي).

يلغي الألم سيالة الزمن ويفرض على المريض نمطه وإيقاعه فيحدد، الشدة والراحة وكذا مدى التردد. قد يحتد الألم أو يخف تباعا لمزاج اللحظة، وحدته تتغير تبعا لساعات النهار أو الليل، والحوادث اليومية والشروط المناخية، وهو يختفي أحيانا ليعود بتوهج حاد. هكذا يتعلم الشخص الذي يتألم كيف يعيش معه وكيف يستبق عودته أو كيف يسرع رحيله بالأدوية المسكنة أو بطرائق أخرى.

لا يمكن توقع سلوك الألم حيث أنه لا يخضع لأي ضوابط مما يضع المريض في حالة حيرة وترقب مستمر، يقول سيزار بافيس **cesar paves** في مذكراته " إذا كان العذاب له قفزات وصراخ فذلك كي مجرد من يتعذب من المقاومة، خلال اللحظات الآتية ومن خلال اللحظات الطويلة التي يتلذذ فيها المرء من جديد. بفوات العذاب الأليم وينتظر عودته من جديد [...] الإنسان الذي يتعذب يكون دوما في حالة انتظار، أي انتظار العودة المفاجئة للعذاب والعودة الجديدة التابعة لها . وتأتي اللحظة التي يفضل أزمة الصراخ على انتظاره [...] أحيانا يأتيه الشك أن الموت يتمثل في سيولة ألم من غير قفزات من غير صوت، من غير لحظات، كله زمن وكله أبدية ، مستمر كما سيلان الدم، في جسد لا يمكنه أبدا أن يعرف الموت " ⁴.

4. الألم والهوية:

الألم تعبير عن الهوية الضعيفة للإنسان وعن محدودية قدرته وإمكانياته في مواجهة المرض، سواء كان عضويا أو نفسيا، تماما كما هو الموت يضع حدا لسعي الإنسان في التطور والنمو وفي التحدي والصراع من أجل الحياة.

هناك تقابل لهويتين من جهة إنسان يسعى إلى النجاح والتفاؤل ومن جهة أخرى ألم يثبط عزائمه ويشده إلى الأرض، يذكره في كل لحظة أنه هو الأقوى والأقدر على تغيير مسار حياته والقضاء على كل أحلامه وأن يحول الصعود إلى نزول والفرح إلى تعاسة والقوة إلى ضعف.

أحد المرضى يتألم كثيرا لأنه بعد أن كان ذو مكانة مرموقة في المجتمع وصاحب جاه وحضور أصيب بشلل على مستوى الأطراف السفلى، كان نشطا فشلت حركته وكان ذو حضوة في المجتمع فنسيه الناس لأنه لم يعد يخرج من البيت ولا يلتقي بالناس، كان واقفا فجلس. حتى نظره لم يعد حادا كما كان وتراجع سمعه.

وصوته أصبح ضعيفا لعله من التعب أو من قلة النوم أو من كثرة المعانات، لم يعد يرغب في شيء سوى الشفاء.

كل عناوين هوية الإنسان يهدمها الألم أو الموت. يطيح الألم بقوة الإنسان وعنفوانه وأماله يفعل ذلك بهدوء ليمنح الوقت الكافي للتأكد من الضعف الذاتي ومحدودية القدرة على التحمل ينتهي الأمر بالاعتراف بهزيمة الهوية المزيفة المبنية على القوة والتكبر والاستعلاء.

يذيب الألم الجسد والروح ليصيران ضعيفين، هزيلين لا يجران على المقاومة، إلا في الحالات التي تكون قدرة المقاومة أقوى، وسنرى ذلك لاحقا وبالتفصيل.

يجعل الألم الجسد والروح يلامسان الموت في كل لحظة إلى أن تأتي الضربة القاضية ليستلم الموت الجثة من يد المعانات ..

قد نحتاج للألم لنعي ذاتنا وجسدنا : حدوده ، مكوناته، الأعضاء. فمثلا شخص قد لا يعي مكان وجوده الكلي في جسده لأنها من الأعضاء العميقة التي لا ترى وتلمس وإذا ما أصيب على مستوى الكلي فيصير من هذه اللحظة يعي مكان الكلي ونفس المثل ينطبق على الأعضاء الأخرى. المفارقة هنا أنك تتعرف على جسدك ومكوناته ولكن بطريقة مؤلمة. التعرف على الذات يجري في أجواء من الألم والمعانات. فالهوية لا تكتمل إلا بالألم ومن لا يتألم فهويته ناقصة.

في بعض الأحيان يحمل شكلا من أشكال التناقض، " من جهة إنه ضروري لوعي الأنا والجسد ولكن هذا الأمر قد يحمل تناقضا في طياته: من جهة ألم جسدي شديد يفشل الوعي فيستسلم الشخص وتختفي الذات، ومن جهة أخرى ألم خفيف وبالتالي لا يدرك الشخص نفسه إلا قليلا ويكون نفسه بشكل هش وبدون أن يكون هناك امتحان صعب يتخطاه.⁵

ولمراعاة هذه التناقضات يمكن استدعاء شخصية أكتيون *Acteon* أكتيون في *Fureur héroïque* أين يستخدم جيوردانو برونو شخصية *Acteon* لتعريف نظرية المعرفة في ذات الوقت إنسان وغزال، صياد وصيد أين يتحول *Acteon* مثلا لتحول مؤلم في أبعد الحدود.⁶

حسب الأساطير اليونانية *Acteon* صياد حولته *Artémis* إلى غزال وأصبح مطاردا من طرف كلابه التي لم تعد تتعرف عليه. فمن جهة ينظر إلى الفريسة الجميلة وبعد ذلك تتحول أفكاره إلى ذاته وهو يموت تحت وطأة أسنان كلابه. يعبر هذا على الحدود التي يمكن أن يصل إليها الإنسان من خلال الحوادث والتجارب والتي بدورها تسقل شخصيته فما قيمة وعي أشخاص لم يذوقوا الألم وما قيمة إنسانية إنسان لم يختبر قدراته ولم يتعرف على حدوده.

كثرة الألم وشدته وطول أمده هي بمثابة تحطيم لوجود الإنسان ومنحه إمكانية واحدة تتمثل في الاستسلام.

وبالمقابل الخوف من الألم والهروب من أمامه يضعف الإنسان ويمنعه من صنع شخصيته وبلوغ الوعي الكافي والقدرة على مجابهة الصعاب وبالمقابل الوقوف أمامه ومحاولة معرفة أسبابه واتخاذ كل التدابير اللازمة للتحكم فيه والتقليل من آثاره.

هو عبارة عن عملية مقاومة *Résistance* تؤسس لهوية صلبة ووعي حقيقي وشخصية تتوقع كل الاحتمالات وبالتالي حاضرة دائما للمجابهة. " إني لا أدعوك حملا خفيفا ولكن أدعوه ظهرا قويا ". الإمام علي رضي الله عنه

قد يصبح الألم هوية للبعض، مكانا للانطواء والفشل وطريقة للتخلص من واجب العيش (تمني الموت_ الانتحار).

أما البعض الآخر فيتخذ من مقاومة الألم فلسفة للحياة.

5. خاتمة:

على اعتبار الألم ظاهرة متعددة الأبعاد ، إذ يتم التعامل معه طبيياً ، نفسياً وإجتماعياً أنثروبولوجياً..عادة ما يكون التفكير المرتبط بالألم الذي يحسه المرضى الذين يعانون من آلام مزمنة، تفكير يعكس العجز والتشاؤم، في علاقة متأرجحة بين المكان الذي يشهد على أوجاعه والمكان الذي ينسحب تدريجيا من أرجائه وفق زمان خاص المستقبل فيه يكون معطلاً إلى حين تخف حدة الآلام ..والذي عادة لا يأتي وماض قد يكون نسيه ولا يعرف عنه شيء ..ويتجلى كل ذلك في تعابير من الضيق واليأس الجسدي والإنفعالي الذي يكشف عن هوية مجروحة يهدم وينكل الألم فيها بملامح الإنسان أو قد يجعله يتعرف عليها بشكل مؤلم ، مأساوي ومتناقض في كثير من الأحيان .. أو يجبره على التعايش مع هوية مكروهة منبوذة، مشوهة من داخله الذي يحاول الهروب منها وإنكارها عن طريق مقاومة الألم عبثا والسقوط في دهاليز المأساوية Castastrophizing التي تزيد من شدة التركيز على الألم والمولدة للنفور والميل إلى توقع النتائج السلبية من العلاج ومن الأفراد ومن المكان والزمان ومن الذات..

ضع في خاتمة البحث تلخيصا لما ورد في مضمون البحث، مع الإشارة إلى أبرز النتائج المتوصل إليها، وتقديم اقتراحات ذات الصلة بموضوع البحث.

6.قائمة المراجع:

¹ - Porè J. Souffrance et temps. Revue philosophique de louvain 1997, n1, p103-129

² - Gerard Reynier. Le hors temps de la douleur chronique in topique 2010/3 (n°112), p99-117

³ - C.paves, le Metier de vivre, Paris, Folis,1958 :pp.25,24.

⁴ - Cynthia fleury. Repenser la douleur, p132, 2018

⁵ - Giordano Bruno. Fureur héroïque. Paris, les belles lettres. 1985

¹ - Porée J. Souffrance et temps. Revue philosophique de louvain 1997, n1, p103-129

² - Ibid p.20

³ - Gerard Reynier. Le hors temps de la douleur chronique in topique 2010/3 (n°112), p99-117

⁴ - C.paves, le Metier de vivre, Paris, Folis,1958 ;pp.25,24.

⁵ - Cynthia fleury. Repenser la douleur, p132, 2018

⁶ - Giordano Bruno. Fureur héroïque. Paris, les belles lettres. 1985