

# أمثلة من الترجمة

**Stefan Klein**

***Träume. Eine Reise in unsere innere Wirklichkeit***

S. Fischer Verlag, Frankfurt am Main 2014

ISBN 978-3-10-039615-0

صفحات 11-13 & 144-156

شتيفان كلاين  
الأحلام  
رحلة إلى واقعنا الداخلي

ترجمة Hebatallah Fathy



هل تتذكر؟ ربما كنت تحلق في الشارع الذي لعبت فيه صغيراً. أو حاولت جاهداً اللحاق بقطار تمنعك عنه عوائق متكررة. ربما التقيت أثناء السباحة بدب قطبي.

أليس الوضع كذلك؟ لقد عشت دون شك تجارب كهذه وشبيهة بها في الليلة الماضية. لأنك حلمت، فهذه المشاهد لم تكن مجرد فاصل قصير في فترة نوم هادئ. لقد كنت في الأغلب بطلاً على مدار ساعات كثيرة في عالم خلقته أنت بنفسك. ذلك لأن النوم يعني بالضرورة أننا حلمنا في أغلب الأحوال وذلك وفقاً لما نعرفه مؤخراً، وبما أن النوم يحتل ثلث حياتك فهذا يعني أنك تقضي مع الأحلام وقتاً أكبر مقارنة بأي نشاط آخر.

لقد نسيت على الأرجح الكثير من لحظات السعادة والفرح والصراع الليلية، فمعظم البشر يتذكرون أحلامهم من آن لآخر. ربما تنتمي لهؤلاء الأشخاص الذين يظنون أنفسهم لا يحلمون أبداً. ولكن إن استيقظت بشكل متكرر وأنت تعي أشياء غريبة فاعلم إلى أي درجة ذاكرتك غير مكتملة. إنك لا تملك سوى بعض بقايا أحلامك. ولكنك تشعر أن هناك ما هو أكثر من ذلك – كأنك اخترقت ليلاً قارة غريبة لا ترى منها شيئاً نهاراً سوى شريط الشاطئ. هذه القارة هي نفسك.

ما هي إذاً الأحلام؟ وصفها فرويد بأنها الطريق الملكي إلى اللاوعي وفسرها على أنها تعبير عن أمنياتنا الخفية وذكريات الطفولة. ولكن انقضى أكثر من قرن منذ أن أصدر فرويد عمله الرائد "تفسير الأحلام". نعرف اليوم عناصر لحياتنا الليلية لم يكن فرويد قد توصل إليها. لذا حان وقت الاقتراب من ظاهرة النوم من منظور جديد. أود من خلال كتابي هذا إظهار الأحلام على أنها أكثر من مجرد تعبير عن أشواق في اللاوعي: إنها مفتاح يحل لغز وعينا، إنها تجعلنا ندرك كيفية خلق عقلنا لما نعتبره الواقع.

يرجع الفضل في معرفتنا - المتنامية بشكل كبير في الأعوام الماضية - حول الأحلام إلى المناهج الجديدة في أبحاث المخ من ناحية، حيث أنها تسمح على سبيل المثال بقياس نشاط العصبونات أثناء النوم وذلك بدقة لم يسبق لها مثيل. ربما ستعتبر تصور قراءة أحلامك أثناء النوم بشكل مباشر من المخ خيالاً علمياً، ولكنها حقيقة. ذلك لأن الأشارات التي يتلقاها الماسح الضوئي من رأس النائم تبوح بما يعيشه في هذه اللحظة، حتى أنها قادرة على عرض الصور التي يراها في بعض الحالات.

من ناحية أخرى جمع العلماء على مدار عقود تقارير عن الأحلام على نحو منظم. ففي الماضي لم تُحكَ الأحلام إلا في حالات فردية وعلى شكل طرائف، أما اليوم فتمتلك قاعدة بيانات ضخمة للأحلام وعشرات الآلاف من التقارير القابلة للتحليل والمقارنة. فهي توضح على سبيل المثال كيفية انعكاس خبرات اليوم وظروف الحياة والشخصية في الحلم.

ولكن لا تشير الأحلام إلى الماضي فحسب، بل إن أكثر الاكتشافات الجديدة إثارة أن الأحلام تعيننا على التحكم في المستقبل. فأثناء الحلم يتسع مجال قدراتنا وتتغير أمخاخنا، نحن نتعلم عن حق أثناء النوم وتتطور شخصياتنا. لذلك لا تعبر الأحلام فقط عن كينونتنا بل أيضاً عما يمكن أن نكون في المستقبل.

للاهتمام بالأحلام واستكشافها تاريخ طويل. فبداية بالتكنهات في العصور القديمة ومروراً بفرويد حاول البشر الإجابة على ثلاث أسئلة كبيرة:

- لماذا أحلم؟
- يمّ تبوح أحلامي عني؟
- كيف يمكن للأحلام أن تساعدني؟

سأحاول جاهداً في الصفحات التالية إعطاء إجابات في ضوء مستوى المعرفة الحالي. سأقوم من أجل ذلك بعرض مفهوم جديد للحلم ترتب على ما وصلت إليه المعرفة في السنوات الأخيرة.

في سياق نشأة هذا الكتاب رأيت كيف أن التفكير في الأحلام جعلني أعي أحلامي بشكل أكبر، كما أن الأشخاص الذين كنت أتحدث معهم بشكل منتظم عن مشروعي قالوا أنهم باتوا يتذكرون أحلامهم أكثر وبتفاصيل أكبر من ذي قبل.

لا يؤدي إذاً الانشغال بأحلامنا إلى فهم أفضل لما نعيشه ونعنيه فحسب، بل إنه يجعلنا أيضًا نكتشف جانبًا مجهولًا من وجودنا. أن نخسر إن فاتنا ثلث زمن حياتنا؟

## الفصل العاشر

### الاتجاهات الخفية للنفس

#### كيف تبوح المشاعر بمعاني أحلامنا

لو أعدت قائمة بأكثر الأحلام تكرارًا لتصدرت أربع موضوعات القائمة على مستوى العالم: المطاردات والجنس والسقوط والبحث عبثًا عن شيء مفقود. من الملفت للنظر أنهم جميعًا مدعومون بمشاعر قوية: الخوف والرغبة والحياء والغضب. سواء في ألمانيا أو أمريكا أو اليابان، ثمانون بالمئة من البالغين يتذكرون هذه الموضوعات. جرت قلة منهم إنقاذًا لحياتها أو سقطت في القاع. على العكس من ذلك لانحلم أبدًا بجلوسنا أمام الكمبيوتر أو بقراءتنا للكتب وذلك على الرغم من أنني في السنوات الأخيرة أقضي معظم أوقاتي بحكم عملي في الكتابة، إلا أنني لا أتذكر حلمًا واحدًا كان للكتابة فيه دور يذكر.

ولكنني معتاد - مثل سبعين بالمائة من الألمان - على الإحراج الذي أشعر به في الحلم حينما يفوتني ميعاد أو ركوب وسيلة مواصلات. كما أنني مثل الملايين من البشر الذين اجتازوا امتحان الثانوية العامة عشرات المرات، أرى نفسي حتى اليوم قبل ميعاد الامتحان بوقت قصير دون أدنى معرفة بما سيختبره المدرسون لأنني تغيبت كثيرًا عن الحصة. تأخر ميعاد الندم فلا سبيل للنجاة إلا الاستيقاظ من النوم.

كيف يمكن تفسير هذا الحلم؟ هناك على أية حال نقطة تفصيلية واحدة حدثت بالفعل: كنت في مرحلة الدراسة الثانوية أعمل كل ما في وسعي لقضاء أقل وقت ممكن في المدرسة. ولكن يهددني في الحلم وبنفس القدر امتحان الدراسة الجامعية أو مناقشة الدكتوراة بدلًا من الثانوية العامة، على الرغم من أنني كنت أحب الذهاب إلى الجامعة. لا أتذكر أبدًا أنني كنت أخاف من الامتحانات بشكل جدي. أذهب عادة إلى الامتحانات التحضيرية والشفوية وكلي ثقة وفي معظم الأحوال كان المدرسون والأساتذة يسعون إلى إتمام المهمة باحترام لكلا الطرفين. رسبت مرة واحدة حينما أراد معلم القيادة والذي كان يعاني من الملل بشكل واضح التحقق من مهارتي في ركن السيارة.

لا تبرر سيرتي الذاتية إذاً مطاردة الخوف من الامتحان لي ليلًا وحلمي بامتحانات اجتزتها منذ عقود. لا يكون للحلم من هذا المنظور أي معنى، ويمكن بذلك التوقع بأن الحلم مجرد رمز وأن هذا المشهد يعبر في الحقيقة عن شيء آخر. تتبع معظم مناهج تفسير الأحلام هذا الأسلوب.

يعتمد "تفسير الأحلام" لفرويد على افتراضية أن كل حلم يخفي رغبة مكبوتة، ولكنه لا يتجلى بشكل واضح بل على نحو مشفر لأن الإثارة المفرطة قد تزج النائم. كان لفرويد اهتمام شخصي بلغز حلم الامتحان، لأنه على الرغم من نبوغه كتلميذ وكطالب كان هو أيضًا يلح عليه حلم إعادة الامتحان. وضح فرويد ذلك بأن هذه الأحلام تكشف عن رغبة في اجتياز موقف صعب ولكن لها أيضًا مغزى أعمق من ذلك. يعبر موقف الامتحان عن شعور بالإحراج لا نرغب في استيعابه. يتعلق الأمر ب "ذكريات لا تمحى حول إجراءات عقابية نتعرض لها بسبب تصرفات جنسية ممنوعة مارسناها في الطفولة." من الصعب لوم فرويد على إرجاعه حتى الحالات المستبعدة إلى دوافع جنسية مكبوتة، إذ كان عصره مع نهاية القرن التاسع يتسم بالتزمت الشديد. ولكن يبقى اعتراض له ثقلي: لا يقدم فرويد دليلًا مثل كل من سبقوه من مفسري الأحلام لرمزية هذه المشاهد الليلية ولذا تبقى هذه الرمزية رهن التكهنات وسوف أتعرض لهذه المسألة لاحقًا.

أليس العكس هو الصحيح، أن هذه الصور لا تساعد كثيرًا في تفسير الحلم؟ كان فرويد قد اكتشف أن المشاعر هي المتحكمة في المعاشية الإنسانية والتصرفات، حتى أن علوم الأعصاب الحديثة تمنح المشاعر دورًا أكبر: إنها أساس لكل ما نعيشه بوعي. لا تعرف من أنت لأنك فكرت في ذلك بل لأنك شعرت به، شعرت بالسعادة أو الألم أو الخوف أو الحزن، تطرقت

لوصف ذلك في الفصل السابع. تعد المشاعر هي الانفعالات الأساسية للمخ. يرجع إليها الفضل في تكوين الوعي بالذات داخلنا على مدار مراحل الارتقاء.

ولكن قلما ندرك معنى مشاعرنا، فنحن عادة نعتبر دورها ثانويًا ونحاول دومًا تفسير المشاعر من خلال الأحداث فنفهمها كرد فعل لما نتعرض له من مواقف. فحينما نشعر بالضيق نبحث عن الأسباب في شخص عاملنا بأسلوب سيء، أما أسباب مزاجنا الطيب نراه في تجربة نجاح أو لقاء لطيف أو شمس أشرقت فجأة في سماء يوم من شهر نوفمبر الألماني.

نتعامل بنفس المنطق مع ذكريات أحلامنا. نعتبر الممتحن سيء المزاج أو الشبح الذي يطاردنا أسباب لخوفنا، ونعالل استيقاظنا بحماس بمشاعر النشوة وقت الطيران أو حلمنا بقاء جنسي.

في واقع الأمر يظل المصدر الحقيقي لمشاعرنا خفي علينا حتى في أثناء النهار، فكلنا نعرف المشاجرات الزوجية التي تندلع لحظة العودة إلى المنزل في حالة انفعال ونسب الأسباب إلى الحالة المزاجية السيئة للطرف الآخر. أما سعادتنا بالأجواء الزاهية في فصل الخريف فسببها على الأرجح مزاجنا الصافي واستعدادنا للتمتع بجمال الطبيعة. فكما عرضنا من قبل: ما نعتبره إدراكًا لعالمنا الخارجي هو في أغلبه نتاج لعقولنا. ينطبق ذلك على المشاعر أيضًا، نحن نصنع واقعنا العاطفي ثم نحمل العالم من حولنا المسؤولية عن مشاعرنا.

نستعرض تجربة تقليدية تثبت سرعة اقتناعنا بأي تفسير لمشاعرنا حتى وإن كان خاطئًا: قام الباحثون بحقن الأشخاص في التجربة دون علمهم بمحلول الأدرينالين، رفع الهرمون - بطبيعة الحال - الضغط وسرعة النبض، ولكن أرجع المشاركون هذا الانفعال الجسدي مباشرة إلى استيائهم من المدير القائم على تنفيذ التجربة.

أما ليلًا فيكون الوضع أكثر غموضًا. ففي حالة اليقظة يمكن لأحداث خارجية أن تثير المشاعر بالفعل، ويدور حينها السؤال حول قدرتنا على التمييز بشكل صحيح بين السبب والنتيجة. أما في الحلم فينشأ كل شيء داخل عقولنا: التصرف وكذلك الشعور. فلماذا إذاً نعتبر المشاعر ردًا على موقف عشناه؟ أليس واردًا أن يكون العكس هو الحال: أن نكون لأي سبب كان في حالة سعادة أو خوف ثم يُظهر المخ كرد فعل الصور المناسبة. في هذه الحالة سيحكم منطق المشاعر وليس منطق الأحداث أحلامنا. ما نعيشه هو تعبير عن حالتنا المزاجية: نخلق داخل مناظر طبيعية خلابة لأننا نشعر بالسعادة وحينما نشعر بالانهزام يبدو عالم أحلامنا كئيبيًا.

ربما لا يكمن المفتاح إلى لغز حلم الامتحان في الامتحان بل في الخوف منه. ولكن من أين أتى هذا الخوف؟

\*

تداهنا المشاعر دون سابق إنذار. يعد مشهد شهير من رواية مارسيل بروست "البحث عن الزمن المفقود" هو أفضل وأعمق وصف لمداهمة المشاعر في لحظة من حياتنا اليومية. لخصت الكثير من المقالات المنشورة في عبارتين أو ثلاثة تأثير تذوق قطعة من كعك المادلين في إيقاظ ذكريات بطل رواية بروست. ولكن تستحق التفاصيل اهتمامًا أكبر: يعود الراوي في يوم شديد البرودة إلى المنزل وهو في حالة تجمد. تقدم له أمه لتدفئته فنجانًا من الشاي مع كعك المادلين وهو نوع من الكعك صغير الحجم. حينما يقوم البطل بإذابة قطعة من الكعك في ملعقة شاي ويهم بتناولها يتغير فجأة حاله المزاجي:

"في اللحظة التي لمست فيها رشفة الشاي المختلطة بطعم الكعك حلقي ارتعشت وتملكني شيء غريب اكتمل داخلي. غمرني شعور بالسعادة لم أعده من قبل، مميز جدًا وسببه مجهول. في لحظة تهاونت في نظري كل ابتلاءات الحياة وتحولت كوارثها إلى (...) حوادث مؤسفة، حل بي ما لا يصنعه إلا الحب بالبشر، ولكن من أين انهمرت كل هذه السعادة؟"

يتذوق الراوي رشفة تلو الأخرى باحثًا عن السبب ولكن لا يتزايد هذا الشعور. يبدو أن "الخلاصة الممتعة" لسعادته لا يرجع سببها إلى الشاي، بل إليه هو شخصيًا. ولكن تقاوم الأنا الأخرى لبروست إغراء سرعة الحكم على مشاعره، كأنه يدرك السهولة التي ننخدع بها في أسباب مشاعرنا، فيحاول عدم تفسير سعادته بل البحث عن جذورها.

يقوم بمحاولة أخيرة لحل اللغز فيحاول التركيز التام في اللحظة التي شم فيها الشاي وتذوق قطعة الكعك للمرة الأولى. يقوم بسد أذنيه حتى لا تشتت الأصوات في الغرفة المجاورة انتباهه.

"حضرت الذكرى فجأة. كان نفس طعم المادلين التي قدمتها إليّ عمتي ليوني في صباح يوم الأحد في مقاطعة كومبراي بعد غمسها في الشاي أو مشروب التيليو. لم يكن منظر المادلين يلفت انتباهي قبل تذوقني له، وربما يكمن السبب في أنني كنت دون تناوله أراه على طاولات الخبازين كثيرًا فانفصلت صورته عن أيام كومبراي لترتبط بصورة أخرى لاحقة."

اكتشف بروسست الذي يعد مراقبًا فائقًا للنفس الإنسانية أن تذكر المشاعر قابل للانفصال التام ليس عن الأحداث فحسب بل أيضًا عن التفكير على هيئة لغة أو صور. يبدو أن للمشاعر حياة خاصة بها، لذا هي قادرة على مدهمتنا بشكل مباشر ومفاجئ كما نرى في مشهد كعك المادلين. قلما نلاحظ هذه المشاعر نهارًا، فحتى رواية "البحث عن الزمن المفقود" ذات الأربعة آلاف صفحة تعرض مرة أخرى وحيدة تجربة مشابهة، ذلك لأننا مشغولون بشكل كبير بأفكارنا وانطباعاتنا الخارجية. فهناك سبب وجيه لإغلاق الراوي في رواية بروسست لأذنيه. وبما أن نظم المخ الباحثة عن تسلسلات منطقية وكذلك حواسنا غالبًا ما تكون خارج نطاق الخدمة ليلاً، تستطيع المشاعر مدهمتنا في الحلم.

لقد تعرفنا في الفصل السادس الذي دار حول تذكر الحلم على أسس علم الأحياء العصبي لهذه الظاهرة. لا يقوم المخ بحفظ جميع المعلومات التابعة لحدث واحد في مكان واحد بل يحفظ المشاعر والصور والمعلومات في مناطق مختلفة. فبخلاف الحاسوب الآلي الذي يحفظ بيانات عديدة على شريحة إلكترونية مركزية وفي وحدة التخزين الرئيسية يتبع المخ نظام صارم لتقسيم المهام. تحفظ الانطباعات الشعورية وكل إحساس وكل فكرة في محل نشأته، فتحفظ القشرة البصرية الصور والقشرة السمعية المعلومات الآتية عبر الأصوات، أما مراكز المخ التابعة للعواطف فتحفظ ذاكرة المشاعر.

ينفصل في أثناء ذلك الشعور عن باقي عناصر الذكرى، فبينما تستوعب القشرة المخية الانفعالات الحسية والأفكار تنشأ المشاعر في مواقع أخرى بالمخ، إذ تعد نظم عتيقة هي المسؤولة عن ذلك، فهي تمتد مثل سباح (باللاتينية limbus) على الجانب الأسفل من الدماغ الانتهائي وتربطه بالمراكز الكامنة في الدماغ البيئي ويطلق عليها الجهاز الحوفي.

كما ذكرنا من قبل يكون الجهاز الحوفي في أثناء مرحلة نوم حركة العين السريعة أكثر نشاطًا من أي وقت أثناء النهار. اعتقد عالم الأعصاب البلجيكي بيير ماكييه أن اللوزة الدماغية التي تعد همزة الوصل داخل النظام الحوفي تقوم في هذه المرحلة من النوم بدور "قيادي لنشاط المخ". تكون المشاعر وفقًا لهذا الافتراض فعلاً هي القوى الدافعة للحلم: إنها هي التي تحدد بما نحلم وكيف. كان الأديب الإنجليزي سامويل كولريدج قد توقع ذلك في العصر الرومانتيكي: "لا يصيبنا الرعب لأن وحشًا يهددنا، بل نحلم بالوحش لنعبر عن الرعب الذي نشعر به."

لو أن كولريدج وماكييه محقان فالمشاعر إداً هي موضوع الحلم. أيًا كانت طبيعة الصور، مبتكرة أو ملحة أو غامضة، فهي لا تحمل معنى في حد ذاتها بل هي تصوير لشيء آخر. ومن هذا المنطلق فلا داعي للتفكير بكثرة في الشخصية الغامضة التي تطاردنا وسط شوارع مظلمة أو في التهديد الذي يرمز إليه وحش كولريدج: فهذه الكائنات المرعبة ما هي إلا تعبير عن الخوف داخلنا.

وجد الباحثون في دراسة أجريت في أعقاب الحادي عشر من سبتمبر دليلاً معبراً عن ذلك. ألهمت مشاهد التلفاز بالبرجين المنهارين مشاعر كل مواطن أمريكي عايش هذه الفترة ولن ينسى أبداً مشاعر الصدمة والخوف التي صاحبت هذه التجربة. أثبتت دراسة واسعة تأثير هذه المشاعر في الأحلام. كان جميع المشاركين قد تعودوا تدوين محتوى أحلامهم في السابق وقاموا بتسليم ثمانمائة وثمانين تسجيلاً غطى الفترة الزمنية قبل وبعد الحادي عشر من سبتمبر 2001. جاء المشاركون من جميع أنحاء الولايات المتحدة ولكن لم يكن أحدهم يعيش في مانهاتن أو فقد قريباً أو صديقاً في الهجوم، لم يكن أحدهم إداً متأثراً بالأحداث بشكل مباشر. ولكن أثر الإرهاب على الرغم من ذلك في أحلامهم. فلقد احتوت التقارير في فترة بعد الهجمات على صور مزعجة بشكل أكبر. ولكن لم تظهر الأحلام مطلقاً صوراً اعتدنا ربطها بالحادي عشر من سبتمبر وظلت تعرض على شاشات التلفاز: لم تظهر طائرات وناطحات سحب وأحياء مدمرة في الأحلام، لا قبل الهجمات ولا بعدها. تجلى الانفعال الداخلي في مشاهد مزعجة أخرى: أرعبت النائمون وحوش كاسرة على سبيل المثال، مذبح في ساحة قتال، أشياء غريبة مثل مفك طوله عدة أمتار. لم تكن هذه الصور رموزاً لطائرات مختطفة وإسلاميين متطرفين أو لأسامة بن لادن بل تعبيراً صريحاً عن الخوف والرعب.

\*

تمسك المشاعر بزمام الحلم، قد تظهر أشخاصًا وتختفي وتحدث أمورًا مستحيلة، تتبدل المشاهد الخلفية مثلما يحدث في فيلم ردى، ولكن تبقى الحالة المزاجية لصاحب الحلم مستقرة وجلية. وأيًا كانت الصور مضطربة فهي تعبر عن مشاعر بعينها كما أثبتت تحليلات المذكرات اليومية للأحلام. يشبه المخ النائم لقااصٍ بارع قادر على إبداع قصة رائعة لكل موضوع عاطفي بمجرد ذكره.

يعد اعتقادنا بأن العواطف السلبية فقط هي التي تطاردنا ليلاً أسطورة بأي حال من الأحوال. يتكرر في الغالب وبشكل أكبر استيقاظنا من أحلام مليئة بالخوف والعدوانية ولذلك نتذكر هذه المواقف أكثر من غيرها. ولكن إن أيقظنا مشاركين في تجارب النوم في فترات عشوائية نجدهم يحكون بشكل أكبر عن سعادة ونشوة جنسية وحالة مزاجية إيجابية مقارنة بالانفعالات الكثيرة. تغلب على ثلث الأحلام تحديدًا المشاعر الإيجابية، وفي أقل من الثلث المشاعر السلبية بينما يشعر البشر أن أكثر من ثلث أحلامنا متوازنة وتحكمها المشاعر.

تمتد الحالة المزاجية في الحلم إلى باقي اليوم. تمكنت دراسات عديدة من إرجاع التعبير اللغوي الذي يصف حالنا المزاجي في الصباح إلى تجاربنا الليلية. فالأحلام الممتعة تجعلنا نرى العالم في الصباح في شكل لطيف بينما ترتبط الأحلام الكئيبة بحالة مزاجية سيئة. بينما يشير الصداغ لبعض الأشخاص إلى تغيرٍ مترقبٍ في الطقس، تبوح الأحلام لي مسبقًا وقبلها بأيام بتغير في حالتها المزاجية. يُظهر ذلك بوضوح كيفية تكوّن حالي الشعور على نحو ذاتي بشكل كبير.

توقع زيجموند فرويد أننا على العكس نأخذ مشاعرنا أثناء اليوم إلى داخل الحلم. فالحلم المخيف بالامتحان مثلًا يظهر بشكل خاص حينما "نتوقع طلب بأداء يحمل مسؤولية وإمكانية حدوث فضيحة". ولقد أكد جوزيف دي كونينك، عالم النفس الكندي في جامعة أوتاوا، على افتراضية فرويد فضلًا عن تأكيد إرنست هارتمان أيضًا الذي حلل الأحلام بعد الحادي عشر من سبتمبر 2001. أثبت الباحث أن قصة ممتعة قبل النوم كافية لإيقاظ مشاعر لطيفة أثناء النوم.

أظهرت تجارب دي كونينك تأثير المشاعر في الحلم بشكل غير مباشر بل دقيق. اختار سيدات تعاني من فوبيا الثعابين في شكل مخفف وطبيعتهن تميل إلى الخوف بشكل عام. عرض عليهن تسجيلات صوتية لجولات داخل الغابات التقى الراوي خلالها مرة بسنجاب ومرة بثعبان. بصرف النظر عن الحيوانات تناولت بعض التسجيلات رحلات في طقس لطيف وحالة مزاجية عالية، وفي تسجيلات أخرى تسوء حالة الطقس ويشعر المتجول بالخوف. كان لهذه الحالة العامة - وليس لتفاصيل القصة - تأثيرها الفعلي في أحلام المشاركات في التجربة. لم يكن سماع السيدات لصوت الثعبان أو السنجاب اللطيف يلعب دورًا، بل كان الفشل في تجاوز مراحل من الطريق وسط وابل من التردد كقيل بتقدير صفو أحلامهن. لم تذكر المشاركات ظهور الحيوانات لهن في الحلم، يبدو جليًا أن لتفاصيل الأحداث قبل النوم تأثيرًا أقل في أحلامنا مقارنة بحالتنا المزاجية العامة.

يحدد في الأغلب مزاجنا الكامن الذكريات التي نقوم بإحيائها في الحلم. التأثير المترتب على ذلك في حالة اليقظة معروف تحت مسمى "استدعاء الذاكرة المتطابق مع المزاج". يعد هو السبب في النظرة الوردية التي نرى بها الدنيا في أيامنا البهيجة. بعض الإيقاعات لمفرحة قادرة داخل التجربة على استدعاء الجانب المشرق لحياتنا في الذاكرة. أما في مراحل الانكسار يأتينا بغتة حزن على وجودنا وذكريات عن هزائمنا وتصرفاتنا المخجلة وبشر استغلونا.

\*

يجعلنا إذا شعور كامن بالانزعاج لا ندركه نهارًا أن نعاني عذاب المدرسة ليلاً؟ أنا عن نفسي أحلم كثيرًا بالامتحانات حينما يقترب ميعاد نشر كتاب أو مقالة هامة. قد يكون لقلق من استعراض مبالغ فيه لأفكاري نفس تأثير طعم كعكة المادلين المغموسة في الشاي في رواية بروس، يوقظ هذا الشعور هو والآخر ذكريات عمرها عقود من الزمن: أيام الطفولة في كومبراي لدى بروس وفي حالي موقف الامتحان في المدرسة أو الجامعة. تقيم المشاعر في الحالتين جسرًا إلى الماضي.

ولكن لماذا تقودنا رحلتنا عبر الزمن دومًا إلى مراحل الطفولة والشباب؟ يمر البشر في هذه الفترة بتجارب جديدة باستمرار وتحديات مجهولة بالنسبة لهم. يبدو العالم غريبًا ومبهمًا ومثيرًا. لذلك يرجع جزء كبير من ذكرياتنا إلى مرحلة البلوغ. يتحدث الباحثون في الذاكرة عن "تل للذكرى" الذي يرتفع فوق الحقبة العمرية من عشر إلى ثلاثين سنة. نلتقي في هذه المرحلة للمرة الأولى بالحب والصدقة والنجاحات والإحباطات وتشكلنا لأنها كانت جديدة في كل تفاصيلها. ينشأ في هذا

الوقت النظام الإحداثي لمشاعرنا الذي نتحرك داخله حتى اليوم في أحلامنا. نوازن بشكل مستمر بين الانطباعات الراهنة والتجارب المحفوظة في ذاكرتنا، وكثيراً ما ترجعنا رحلة البحث هذه إلى المرحلة الأخيرة من الطفولة ومرحلة الشباب حيث أنها تركت معظم الذكريات وأكثرها كثافة.

وبما أن المشاعر تقيم جسوراً إلى الماضي فإن الأحلام بعواطفها الجياشة تفتح أمامنا مجالات للذكريات لا نصل إليها عادة. قد تثرينا هذه الرحلات الاستكشافية تماماً مثل السفر إلى بلد أجنبي. ولكن لا يقدم الماضي شيئاً سوى المادة، أما الحاضر فيقدم التفسير. لذلك فلا جدوى من البحث عن المعنى الرمزي للصور الليلية. لا يكمن في حلمي بالامتحان صدمة مكبوتة منذ عمر الطفولة. في الأغلب كان خوف حاضر - قلق من نشر مرتقب لكتاب على سبيل المثال- يبحث لنفسه عن صور مناسبة من الذكريات.

إذا نُفسرُ المشاعرُ الأحلامَ على نحو مباشر ودون تشفير، للنفس البشرية اتجاهات خفية جبارة تفوت علينا نهائياً لأننا مشغولون بالانطباعات الخارجية، فنعيش في الحلم ما يؤثر فينا حقاً.