مجلة أنساق للفنون والآداب والعلوم
الإنسانية
الإصدار السادس
المجلد (٣) العدد (١)
٢٠٢٢ (١٠٢-١١٣)

مجلة أنساق

Middle East Institution of scientific Publishing

أنا أحس إذا أنا موجودة: العرض القياسي تجربة حواس ومصدر متعة

فاطمة الزهراء الحاجي

*أستاذة متعاقدة بالمعهد العالي للفنون والحرف بصفاقس جامعة صفاقس، **تونس***

البريد الإلكتروني: fatmaezzahrahajji @yahoo.fr

نشر إلكترونياً بتاريخ: ٢٠٢٢/١/٢٦

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

الملخص

يتنزل هذا البحث في إطار محاولة الإجابة على تساؤل لطالما ألح علي كلما قدمت عرضي القياسي تحت عنوان "الجسد الحامل والفاعل" في إطار أطروحة الدكتوراه في الفنون الجميلة. وهذا السؤال هو "ما سر الطاقة والمتعة التي تتملكني حالما أبدأ العرض لتحول خوفي شجاعة وترددي جرأة وتدفعني للعمل ناسية العالم الخارجي والجمهور المحيط بالكاميرات المصاحبة لي وملتزمة فقط بتصميم العرض ومتطلباته الفنية؟ أثناء بحثي عن إجابة مقنعة في التجارب المقارنة والبحوث المنشورة وجدت نفسي أخوض في جوهر النقاش الدائر حول الإيروسي في العملية الإبداعية وهو واحد من المباحث المهمة التي تتموقع على مفترق طرق علم النفس والتحليل النفسي المرضي والفن التشكيلي والعرض القياسي. وقد وفر ليهذا البحثفرصة ثمينة لتحقيق هدفين اثنين: أولا سأحاول أن أكشف للقارئ وأكتشف معه جانبا ذاتيا من تجربتي مع العرض القياسي الذي تتأسس فكرته حول الجسد الحامل والفاعل ألا وهو سر متعتي ألا متناهية بالعرض كلما قدمته رغم العناء والخوف والتوتر الذي يحدثه. ثانيا، سوف استغل هذه الفرصة للعودة على بحثي في أطروحتي لأحاول فهم دور الأحاسيس في دفع الفنان المعاصر للإبداع والمتعة في ذات الوقت ومراجعة الفكرة القائلة بأن الإبداع معاناة وعذاب أو لا يكون. ولتحقيق هذين الهدفين سأستعرض بعض ما نشر حول دور الحواس في الوعي والإبداع مستدله في ذلك بتجربتي الذاتية. كما سأستعين بفكرة الباحثة في علم

النفس كالدوال (Christine Caldwell, 1997)[1] في تفسير المتعة الحاصلة للفنان المبدع عبر حواسه. ولعل أهم فكرة سأحاول إثارتها من خلال هذا البحث هي مراجعة فهمنا للعمل الفني بما هو غرق في الحواس كلها في نفس الوقت حتى بلوغ المتعة ذروتها وتفجير الإبداع. هكذا فقط نستطيع أن ندرك دور الإيروسي في الإبداع.

الكلمات المفاتيح الحواس، المتعة، الإبداع، الإيروسي، اللذة، الجسد

*** تقديم**

حاولت "تشافازإيكل" وجماعتها (Chavez-Eakle et al., 2006)التدقيقفي الدوافع والحوافز التي تجعل الفنانين يبدعون فتوصلوا إلى ملاحظةأن القلق الذهني والخلل العاطفي هماحافزان ضروريانللإبداع كما لاحظوا أن الضغوط التي يسببها قلق الفنان المستمر كثيرا ما تؤديهللجوءللعلاج في مراكز الصحة النفسية التي تعتمد علىعلم النفس المرضي. لكن الفنانونليسوا جميعًا متشابهين، وبالتالي لا ينبغي النظر إليهم بشكل متجانس.لذا قسمهم إلياس (Elias,2010)[2] إلى ثلاثة نماذج حسب الحوافزالتي تدفعهم للإبداع وهي على التوالي نموذج الفنان ذي البصيرة المحفزة، ونموذج الفنان الذي تحفزه المادة ونموذج الفنان الذي حفزه تحقيق الذات.

أولا، يجسد أنموذج الفنان ذي البصيرة المحفزة الصورة النمطية الكلاسيكية للفنانين الذين يدفعون للتعبير عن الذات من خلال معاناتهم النفسية.يحتاج هؤلاء الفنانون إلى إنتاج أعمال إبداعية كجزء لا يتجزأ من مرضهم النفسي. على سبيل المثال، قد يأتي الإلهام للشخص الذي يعاني من نوبة اكتئاب، ومن ثم يكون قادرًا على إنتاج العديد من الأعمال التعبيرية خلال مرحلة الهوس و الاضطراب.ولعله من الواضح في مثل هذه الحالات أن هدف صاحب البصيرة لا يتمثل في بيع العمل والحصول على الشهرة بل تولد أعماله الفنية بدوافع قهرية قد تكونغير خاضعةلسيطرته.من الواضح أن الفنانين التشكيليين الذين يتناسبون مع هذا النموذج يعانون من اضطرابات نفسية.وقد تكون السينما الهوليوودية ساهمت في ترسيخ هذه الصورة النمطية لنموذج الفنان ذي البصيرة المحفزة إذ أن أغلب الأفلام التي أنتجت حول فنانين أظهرت و ضخّمت صورة الفنان المتمرد، وصاحب المشاكل النفسية، والإدمان (الكحول، والمخدرات، والسجائر)، وسوء الأكل، والنوم غير المنتظم، وضعف البصيرة، وذو الطبيعة السياسية المتميزة بالاستقلال المتحدي، والمفاوض من أجل مكان لنفسه في هذا العالم.

ثانيا، نموذج الفنان الذي تحفزه المادة يتلخص في المقولة الشهيرة لأندي وارهول(Warhol1975) [3]"لماذا يعتقد الناس أن الفنانين مميزون؟ إن الفن مجرد مهنة كبقية المهن". فالفنان الذي يحفزه التحصيل المادي، يستخدم مواهبه لإنتاج

[1]Caldwell, C. (1997). Getting in touch: The guide to new body-centered

[2]**Elias**, D. M. G. (2010). Intra-psychic motivators of artistic expression and them

[3]**Warhola**Andrewdit Andy Warhol, est un artiste américain né le 6 août 1928 à Pittsburgh en Pennsylvanie et mort le 22 février 1987 à New York. Il estl'un des principauxreprésentants du pop art

ما يرغب المستهلكون في شرائه.ولقد أوضح (إلياس 2010)[4] أن العديد من الفنانين يستخدمون مواهبهم لكسب لقمة العيش مستشهدا بأولئك الذين يرتادون معارض الحرف اليدوية وفناني الكاريكاتير في ساحات المدن الكبرى. ذاكرا أن هؤلاء لا يهتمون بتبليغ رسالة شخصية ولا يستمتعون بالفن من أجل الفن . إنهدفهم الربح المادي فقط، يجب على هؤلاء الفنانين أن يتقنوا التسويق والبيع حتى يكونون ناجحين وتصبح مهنتهم مصدر رضاء. إذا قام الرسام بعمل ليس له قيمة تجارية أو أحيانا قيمة في المعارض، فإن فرص نجاحه تكون ضئيلة. في هذا النموذج ينظر الفنان إلى فنه كأداة اقتصادية كما ينظر العامل إلى مهارته. ولكنهذا لا يعني أن الفنان الذي تحفزه المادة كان أكثر رضىً على مهنته لأن عمل الفنان التشكيلي يمكن أن يكون صعبًا ومرهقًا للغاية.

وتدعيما لهذه الفكرة، ذكر باتشمان ومارتن (Batschmann and Martin, 1997)[5] أن للفن جانبه التجاري وأن فناني العصور القديمة ناضلوا من أجل أن يعم فنهم الكنائس والأماكن العامةعلما وأن مثل هذه العروض ستمكنهم من كسب أجر محترم . وقد صمم رسامون مثل "بيكاسو" و"ماغريت"وحتى "دوشان" أغلفة كتب لتغطية تكاليفهم واكتساب الشعبية.

ثالثا نموذج الفنان الذي يحفزه تحقيق الذات وقد ضم كل الفنانين الذين يستخدمون الفن كنوع من ممارسة التأمل. وقد يُنظر إلى هذا النموذج على أنه ربما يكون صحيا أكثرمن النموذجين الآخرين و يتمتع ببصيرة ثاقبة.إن أهداف الفنان الذي يعمل من أجل تحقيق الذات هي أهداف شخصية فهو عادة لايعمل من أجل تحقيق "مبيعات"، أو حتى الحصول على جمهور وإلى جانب أن الممارسة الإبداعية مثل الرسم يمكن أن تكون مفيدة بالفعل وتأملية لبعض الناس فإن أتباع نموذج تحقيق الذات يعتقدون أن استخدام قدراتهم الإبداعية ضروري لتحقيق حياة هادفة ومُرضية وصحية وعند القيام به في سياق علاجي، يمكن أن يكون الفن مفيدًا للشخص لاستكشاف رغباته أو أمنياته أو معرفته. كما يمكن أن يكون الرسم مفيدًا لأنه يساعد الشخص على أن يصبح أكثر وعيًا و إدراكا بالحاضر، وبالتالي يصبح أكثر وعياً بذاته ويؤدي في النهاية إلى تحقيق الذات. في هذا الصدد استشهد إلياس بقولة شهيرة عن فان جوخ (van Gogh, 30 March 1853 – 29 July 1890)[6] أكد فيها أن كل إنسان يتمتع بصحة جيدة وطبيعية يمتلك قوة إنبات مثل حبة القمح وفسر أن هذه

[4]نفس المصدر (2)

[5]**Bätschmann, O, & Martin**, E. (1997). The artist in the modern world : The conflict between market and self-expression. New Haven, CT : Yale UniversityPress.

[6]**Van Gogh**Vincent, né le 30 mars 1853 à Groot-Zundert, aux Pays-Bas, et mort le 29 juillet 1890 à Auvers-sur-Oise, en France, est un peintre et dessinateur néerlandais. Son œuvre pleine de naturalisme, inspirée par l'impressionnisme et le pointillisme, annonce le fauvisme et l'expressionnisme

القوةالتي وصفها فان جوخ يمكن أن تظهر بعدة طرق مختلفة فالبعض يعتقد أن القوة الإبداعية هي العنصر الأكثر أهمية لوجود هادف ومُرضٍ وصحّي.كما ذكر "رونكوورشاردز"(and Richards, 1997Runco)[7]إن الرسام"بارنيت نيومان" Barnett Newman(January 29, 1905 July 4, 1970)[8] قال إن كل شخص هو فنان بطبعه وقد اتفق نيومان وعدد كبير من الفنانين على أنا لإمكانات الإبداعية مهما كانت ضئيلة لدى الأشخاص يمكن أن يكون لها تأثير إيجابي كبير. ثم إن تطابق العمل مع رغبات الشخص الباطنية تكسب الوجود معنى وذلك هو الهدف الذي تصبو إليه المجتمعات وعليه فإن الأشخاص الذين يمتهنون الفن يكونوا بالفعل أقرب إلى تحقيق الذات من الأشخاص الذين يمتهنون أشغالا لايرغبون فيها. و من محاسن الانخراط الطوعي في الإبداع ما ورد على "نيكرسون" (Nickerson, 1999)[9] أن التعبير عن الإبداع يمكن أن يكون له نتائج مفيدة على نوعية حياة الفرد، بما في ذلك فتح آفاق مهنية مُرضية للفرد كما يمكّن الإبداع الشخص من التفكير بطرق جديدة في عمله وغالبًا ما يوسع الإبداع في وجهة نظر المبدع.

وكان فرويد (Freud, 1908/1966)[10] يعتقد أن الفن مهارة رائعة للتأقلم إذ أنه يساعد الناس على تغيير وجهة الغرائز البدائية الخطيرة وزعم أن الأفكار والمشاعر الممنوعة والجالبة للعقاب لا تنفك تبحث عن طرق للتعبير عنها ولهذا رأى فرويد أن الفنانين الناجحين يتناولون رغباتهم الممنوعة اللاواعية ويحولونها إلى فن مستعملين الإبداع للتعبير عن الرغبات والدوافع. وقد لخص دوجلاص(Douglas, 200 p122)[11] هذه الفكرة بأن استخدام التعبير عبرالفن يسمح للفنان بفتح حوار مع رغباته الخفية التي من دونه تبقى دفينة. كما أكد جيدو (Gedo/1995)[12]أن الرسامين من بول سيزان[13] 1839 Paul Cezanne)إلى

---

[7]Cropley, A. J. (1990). Creativity and mental health in everyday life Creativity Research Journal, 3(3), 167-178

[8] ***Newman***Barnett (29 janvier 1905, New York – 4 juillet 1970, New York) est un peintre américain. Il est l'un des représentants les plus importants de ...Mouvements : Expressionnisme abstrait

[9]**Nickerson, R. S**. (1999). Enhancing creativity.In R. J. Sternberg (Ed.).

[10]**Sigmund Freud**, né SigismundSchlomo Freud le 6 mai 1856 à Freiberg et mort le 23 septembre 1939 à Londres, est un neurologue autrichien, fondateur de la psychanalyse.

Médecin viennois, Freud rencontre plusieurs personnalités importantes pour le développement de la psychanalyse, dont il est le principal théoricien

[11]**Douglas, N. L**. (2000). Enemies of critical thinking: Lessons from social

[12]**Gedo, J. E**. (1995). On the psychobiology

[13]**Paul Cézanne**, ou Paul Cezanne, né le 19 janvier 1839 à Aix-en-Provence et mort le 22 octobre 1906 dans la même ville, est un peintre français, membre un temps du mouvement impressionniste et considéré comme le

(جايمزإنصر – James Ensor, 1860 1949)[14]استخدموا فنهم للتعامل مع المشاكل النفسية المتعددة التي تتراوح بين الاضطرابات الجسدية والاضطرابات النفسية كما أضاف (جيدو 1995)[15] أن القوة العلاجية للفن هي ببساطة التفاوض على حلول جديدة لمشاكل نفسية داخلية. أما بالنسبة للفنانين البارزين الناجحين في حياتهم ، فقد يوفر الاعتراف الاجتماعي من قبل الجمهور إحساسًا إضافيًا بالقيمة من شأنه أن يكافح الضغط النفسي. وفي نفس السياق ألح الباحث كروبلي (Cropley, 1990)[16] أنه يمكن النظر إلى الإبداع على أنه ميزة فريدة لشخصية الفنانين كالرسامين مثلا إذ أنها تكسب شخصياتهمكثيرا من المرونة والانفتاح والاستقلالية والفكاهة والمرح والاستعداد لتجربة أشياء جديدة والتوسع الفكري والقدرة على التقييم الذاتي الواقعي (كروبلي ، 1990).و أخيرا وليس آخرا أظهرت دراسة لأكتون ومالاثوم(Acton and Malathum, 2000) حول العلاقة بين تحقيق الذات والصحة أنه اعتمادا على تسلسل ماسلو الهرمي للاحتياجات ثبت (Maslow, 1954)[17]أن الأفراد الذين نجحوا في تحقيق الذات أكثر من غيرهم هم الذين انخرطوا في سلوكيات صحية ترعى الذات.

ويضل السؤال المطروح بعد هذا العرض للحوافز التي تدفع الفنان بصفة عامة وفنان العرض القياسي مثلي أنا، إلى الإبداع. لن أعي أني سأغوص في أغوار علم النفس المرضي أو سأتطفل على التعمق في التحليل النفسي للفنانين ولكني سأحاول أن أستحضر تجربتي الشخصية في العرض القياسي مستنيرة بما اطلعت عليه من دراسات في مجال علم النفس لعلي أتمكن من تحقيق هدفين اثنين، أوّلهما هو تشريك القارئ في ما ينتابني من أحاسيس أثناء تقديمي للعرض القياسي وتقريب التجربة الذاتية من المتلقي عبر تسليط الضوء على ما يحدث داخل الفنان أثناء العملية الإبداعية أما الهدف الثاني فهو محاولة تحديد نموذج الفنان الذي أنتمي إليه حتى أقترب أكثر من فني وأبحث عن الحوافز التي ما انفكت تدفعني للبذل والعطاء والإبداع ولعلي في نفس الوقت أفهم أسباب الشور بالقلق والخوف التوتر الذي يتملكني أحيانا قبل العرض أو/ وبعده . في العنصرالأول من هذه الورقة سأحاول تعريف المصطلح الأكثر تداولا الإيروسي في مقاربتي أما بالنسبة للعنصر الثاني فسأتعرض لوصف تجربتي مع العرض القياسي و أسلط الضوء على دور الأحاسيس في العرض القياسي و سأختم بالكشف عن النموذج الذي أعتقد أني أنتمي إليه بالاعتماد على تصنيف إلياس (2010) وما باحت به تجربتي الذاتية.

---

précurseur du post-impressionnisme et du cubisme.

[14]**James Sidney Edouard**, baron Ensor, né le 13 avril 1860 à Ostende et mort le 19 novembre 1949 dans cette ville, est un artiste peintre, graveur et un anarchiste belge. Ensor adhère aux mouvements d'avant-garde du début du XXe siècle, et laisse une œuvre expressionniste originale

[15]**Gedo, J. E. (**1995). On the psychobiology

[16]**Cropley, A. J**. (1990). Creativity and mental health in everyday life Creativity Research Journal, 3(3), 167-178

[17]**Maslow, A. H**. (1954). Motivation and personality. New York: Harper andRow.

*** تعريف مصطلح الإيروسي ودوره في الإبداع**

*** تعريف مصطلح الإيروسي**

سأحاول في هذا الجزء من المقال أن أقرب مفهوم الإيروسي الذي يبدو منذ الوهلة الأولى مفهوما غامضا ومعقدا قد يمكن تحديده وقد نعجز عن تحديده في ذات الوقت، إذ أن طبيعته حسية في حين أن تعبيره إبداعي.

الإيروسي كما جاء في تفسير المعجم الفرنسي Le Robert هو أولا نعت لكل ما يتعلق بالحب مثل الشعر الإيروسي أو الشاعر الإيروسي الذي يكتب النصوص المثيرة. وهو أيضا نعت يتعلق بالحب الجسدي (الجنسي) أو ذو البعد الرمزي مثل الرغبات الإيروسية أو الفيلم الإيروسي. وهو أخيرا كل ما يثير الرغبة في الحب واللذة الجنسية كالملابس الداخلية الإيروسية (المثيرة).

كما جاء في المعجم الإنجليزي Merriam-Websterأن الإيروسي هو الميل إلى إثارة الحب أو الرغبة الجنسية.

يبدو أن كلا المعجمين تعرضا إلى البعد الجنسي وركزا على صفة الإثارة المتعلقة بهذا المصطلح وهو ما يبرر الفهم السائد له عند عامة الناس. كما وقع في المعجمين تغييب التركيز على البعد الأدبي للمصطلح دون أن يحسما في التفريق بين البعدين أو لعلهما مالا إلى تغليب المفهوم الجنسي للكلمة.

لقد ورد عن الباحثة (لورد 1984، ص 55)[18] أن كلمة إيروسي اشتقت من الكلمة اليونانية "إيروس"، أي تجسيد الحب في كل تجلياته- يولد من الفوضى ويجسد قوة الإبداع والانسجام ". و أضاف بولفينش(2014 ,Bulfinch)[19] أن إيروس، في الأساطير اليونانية ابن أفروديت ، ينتصب كإله الحب ، ويطلق "سهام الرغبة" من قوسه.

غير أن الباحثة أودري لورد (1984) ذهبت في تعريفها لهذا المصطلح إلى منحى نفسي عميق زعمت فيه ان الإيروسي هو إمكانات موجودة فينا جميعًا، "متجذرة في أعماققوة مشاعرنا غير المعلنة أو غير المعترف بها"(لورد، 1984، ص 53). يشهد الإيروسي لقدرتنا على المعرفة والسلطة التي تأتي مع المعرفة. هذه المعرفة متأصلة في كل واحد منا وترتكز على قدرتنا على تحرير الأحاسيس والثقة في أجسادنا. إنها حكمة الجسد. هذا الإدراك الحسي أو التدرج من أسفل إلى أعلى يغرس فينا الإحساس. إن الإيروسي هو المسافة بين بدايات إحساسنا بالذات وفوضى أقوى مشاعرنا. إنه شعور داخلي بالرضا كلما اختبرناه علمنا أنه يمكننا أن نحلم به (لورد، 1984، ص 54).

يتطلب الإيروسي أن نعبر عنه بتجسيده، وهذا يعني التركيز على إبراز شكل ما نفعله بدلاً على التركيز على جوهر الشئ ذاته (لورد، 1984). من خلال إدخال الإيروسي في حياتنا اليومية، كما فعلت في ممارسة "الجسد الفاعل والحامل"، أصبح الإيروسي روتينا ومن خلال إضافة الإيروسي إلى الروتين، أصبحت كل عروضي مليئة بالإبداع والحيوية.

الإيروسي هو القوة الكامنة في كل شخص والتي متى وقع شحنها تستطيع أن توعي صاحبها بمشاعره الدفينة وتساعده على التعبير عنها (Lorde,1984). وأضافت أنه

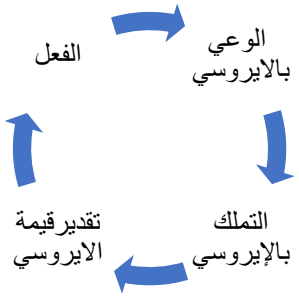
[18] **Lorde, A**. (1984). Sister outsider: Essays and speeches. Trumansburg, NY: Crossing Press

[19] **Bulfinch, T. (2014).** Bulfinch's mythology: The classic introduction to myth and legendcompleteand unabridged. New York, NY: ThePenguin Group

إذا تمكن من تجسيدها فتصبح طاقة يمكن استخدامها لتعزيز القدرة على الرجوع للحياة وخلق التغيير الاجتماعي. وأنا في هذا العمل أتفق مع هذا التعريف وأتبناه لسببين اثنين. أولهما لأنه ميزج بين الجنسي والإيروسي رغم ترابط المفهومين بشكل واضح وتداخلهما في كثير من الأحيان وفي أذهان الكثيرين من مستعملي هذا المصطلح. وكما أشارت إليه ميرا برسيفونكانتريك (Cantrick, 2019)[20] يمكن أن تتشبع تجربة غير جنسية بالإيروسي كما يمكن للسلوك الجنسي أن يكون غير إيروسي. وثانيا، وجدت في هذا التعريف توصيفا دقيقا لما ينتابني من مشاعر وأحاسيس ومؤثرات باطنية تتملكني عند أدائي لعرضي القياسي وتدفعني للإبداع كما سأتعرض له بالتفصيل في الجزء التالي "دور الإيروسي في العرض القياسي"

*** دور الإيروسي في تحريك إبداع الفنان**

استخدم كالدويل(Caldwell, 1996) رسما بيانيا سماه الحلقة المتحركة لتقريب تصوره لكيفية النفاذ إلى الإيروسي وفهم مراحل تطوره وتأثيره في الفنان.



الصورة رقم1. حلقة كالدوال المتحركة (كالدويل، 1996).

تبدأ الحلقة بمرحلة الوعي بالايروسي والتي يمكن فهمها على أنها إيقاظ الانتباه (كالدويل، 1997، 2016) وتتسم هذه المرحلة بإثارة الفضول واليقظة لدى الفنان وهو ما يجعلها مرحلة إبداع بطبيعتها. يتعلق الأمر بإدراك التجربة الجسدية للجسم من خلال التناغم مع "الإشارات الحسية" (كالدويل، 2016، ص250). تحدث هذه الإشارات في أجسامنا ولكنها تنبع من عواطفنا الداخلية ودوافعنا وأحاسيسنا كما يمكن أن تكون لها "مدخلات خارجية" مثل الطلاق أو الإدمان (كالدويل ،2016، ص 250). إن تجسيد الإيرو سيبتطلب أيضا تتبع وتحديد كل ما يمكن ملاحظته، ربما شيء لم يلق أي اهتمام من قبل. وقد وصف الباحثون كالدويل (2016) وجيندلين Gendlin, (1996)[21] وترونجبا(Trungpa, 2015)[22] لحظة الوعي بالإثارة الآنية بأنها متبوعة بإدراك الإيروسي والاعتراف به مع الإبقاء على الفضول عند الإحساس بالرغبة. تستدعي مرحلة الوعي الاستسلام للرغبة واختبار الإيروسي من خلال الحواس. إذا أردنا التأسيس لوعي حسي فإننا نقترب من الإيروسي وندعوه إلى التغلغل فيأجسادنا. تمتاز يقظة الإيروسي بالفضول الدائم بالإضافة إلى الشجاعة وترتبط بمرحلة الوعي هذه تداعيات كثيرة مثل الصور والأصوات والأذواق والروائح، الذكريات والعواطف مما ينمي من قدرتنا ويعلمنا كيف نكف عن إطلاق الأحكام ونكشف عن تجربتنا

[20] **Cantrick, M. P.** (2019). Embodying the erotic: cultivating sensory awareness through dance/movement therapy. Body, Movement and Dance in Psychotherapy, 14(1), 3-13.

[21] **Gendlin, E.** (1996). Focusing-oriented psychotherapy: A manual of the

[22] **Trungpa, C**. (2015). Shambhala: The sacred path of the warrior. Boston, MA:Shambhala Publications

الحسية كما يحدث في حصص تعلم التركيز أو التعقّب الحسي الموجه.

أما المحطة الثانية من حلقة كالدويل المتحركة فهي مرحلة التملك بالايروسي وتتميز باعتبار كل ما يتواجد حولك هو ملكك الخاص. إن تملك الجسد بالايروسي هو ما يسميه كليمنتس (Clements, 2016)[23] ممارسة الإيروسي التي تصبح مألوفة ولكنها تظل اهتزازية وغير مريحة. وفي مرحلة التملك يتجسد الإيروسي على أن يكون الشخص مسؤولا أمام نفسه وذلك بالتمتع الكامل بالأحاسيس وتطوير الاستجابة للعواطف وهو ما يتطلب شجاعة كبيرة للاعتراف بما يحدث في الجسد مع الوعي بالتجربة، بدلاً من السعي إلى تغييرها. وكما ذكر (كليمنتس 2016)، في كثير من الأحيان، تكون محاولات تغيير وتجنب الشعور بالايروسيناتجة عن القلق وقد يكون القلق موجوداً لحداثة عهد الشخص بهذه التجربة، فالإنسان الذييواجه المجهول الوجودي يجد نفسه في مواجهة الشعور بالخوف وعدم الراحة. أما (كالدويل، 2016) فقد رأى أن مرحلة التملك تبلغ ذروتها عندما يعيد الشخص تشكيل مركز التحكم الداخلي عنده ويتجلى هذا التحكم من خلال جودة تجاوبه أثناء اليقظة والحركة.

المرحلة الثالثة هي مرحلة تقدير قيمة الإيروسي وهي حسب كالدويل مرحلة توفر فرصة للإنجاز وتتميز بالقبول غير المشروط بالذات، بما في ذلك الإيروسي بداخل الشخص وهذا يتطلب التوقف على الحكم على الإيروسي وتنفيذ ممارسات حب الذات والإبداع وبذلك تتوقف تجزئة الإيروسي في هذه المرحلة وهنا ينشأ الرضا، والمشاعر الإيجابية الأخرى المرتبطة بالسلامة والتواصل التي يمكن أن تهدد قناعاتنا الداخلية الراسخة وعاداتنا الفسيولوجية وبالتالي وجب توجيه اهتمام خاص إلى العملية الواعية التي تنظم تقدير الذات والرحمة والاهتمام (كالدويل،2016) و (ويس، جوهانس و نوموندا)(WeissJohanson, &Monda, 2015). أما لورد (1984) فقد بينت أن معرفتنا للايروسي تمكّننا، وتصبح عدسة ندقق من خلالها في جميع جوانبوجودنا مما يجبرنا على تقييم تلك الجوانب بنزاهة من حيث معناها النسبي في حياتنا. إن السمات المميزة لهذه المرحلة هي التأقلم والاستقرار وتحقيق الذات وفي هذه المرحلة تقوم وجهات النظر الجديدة من الأزمات الوجودية بربطنا بأصالتنا وتنمي أساس معرفتنا للذات حتى نصبح فاعلين.

وأخيرا تأتي مرحلة الفعل وهي مرحلة تطبيق للايروسي الذي تم الكشف عنه في المراحل الثلاث الأولى من خلال التعقب الحسي والتعبير بالحركة. تولّد الحلقة المتحركة بيئة تدفع إلى تحرير الإبداع وحيث يكون تغيير الإيروسي ممكنًا لكن لا يمكن أن يكون التغيير ثابتا إذا لم يتم تفعيله واستخدامه في الحياة اليومية. الفعل هو تقدم نحو مثل أعلى لا يستوجب أن يكون ضخما بقدر ما يجب أن يقع تجسيده فحسب تعبير (كالدويل ،2016) يُنظر إلى الفعل الواعي والدقيق على أنه داعم مستدام ومساهم للنشاط الاجتماعي الذي يعتبر شريكا طبيعيا وضروريا للإبداع الفردي.

هنا تواصلا مع هذا القسم النظري، الذي يعرض دور الإيروسي في الإبداع ومحاولة توظيفه في الجانب التطبيقي، حيث أشعر برغبة ملحة في مضاعفة الاهتمام بالجسد وإعطائه مساحة أكبر للتجلي والتعبير خلال العرض القياسي الذي يصور الصراع الذاتي مع "الجسد الفاعل" حين يبلغ ذروته

*** تجربتي مع العرض القياسي على ضوء دور الإيروسي في الإبداع**

الجسد هو الحليف المميز للإبداع الفني ومنه تنبع كل الإحساسات البصرية و اللمسة و التذوقية وفي هذا

الإطار سأحاول أن أعرض للمشاركين وأكتشف معهم جانبا ذاتيا من تجربتي مع العرض القياسي الذي تتأسس فكرته حول الجسد الحامل و الفاعل زمن التجربة و ضرورة مرور هذه الممارسة الإبداعية بمسار إنشائي محفوف بلذة الإنجاز المفعم بالإحساس الداخلي أثناء المغامرة الفنية، الذاتية والمباشرة لهذه التجربة هو معايشة الفعل والحدث بكل جزئياته، حيث يكون الحفاظ على خيار العرض القياسي هو اقتراح لمعادلة إدراكية جديدة للأثر المنجز التي تدعم حضور حاسة اللمس كعنصر مهم ومحرك أساسي ومولد للحراك التفاعلي داخل فضاء المحملفانطلقت في الممارسة بمرحلة بالانتباه واليقظة إلى مدى أهمية الدور الذي يمكن أن يلعبه الجسد في الممارسة الإبداعية، وفكرت أن الجسد يمكن أن يكون فاعلا وحاملا فيصبح هو مركز الاهتمام من طرف الفنان والمتلقي.وهنا حاولت جاهدة تطوير تجربتي المباشرة مع الجسد، حتى لا يكون هذا الأخير مجرد كتلة صمّاء، هامدة، وإنما شعلة متوهجة تضيء فضاء العرض بالإشعاع الجمالي والفكري من فرط حركيتها الساحرة، والجمال المنبعث منها، وانسجامها الكلي بين الفكرة والحركةلقد أخذني ذلك الوعي في ثنايا الممارسة التشكيلية ووقف بي في محطة الانتباه إلى الصراع والتفاعل مع جسدي المتأرجح بين الوعي واللاوعي، بين الإدراك والتلمس وبين الالتصاق والتلاحم المفاجئ، بين الهدف المرسوم بدقة وبين الصدفة التي تولد حسب ما تجود به اللحظة الهاربة في زمن الفعل.

الصورة عدد2: لحظة التحام كلي ومباشر للجسد والحامل، لقطة من عرض "الجسد: الحامل الفاعل" في فضاء العبدلية بالمرسى (تونس)

يمكنني الآن أن أرى تلك المرحلة من تجربتي في تطابق تام مع مرحلة الوعي الإيروسي في حلقة كالدويل (1996).ثم انطلقت بعد ذلك في تجارب تلمست فيها طريقي في المجهول فعشت الميل، الهوى، الرغبة، الحب والعشق الإحساس والانتباه، واليقظة والتفكير والإدراك والتشنجو الهستيريا والعبقرية، والجنون والشعر وموهبة الرسم والنحت وبقية الأحاسيس و الحالات الأخرى الممكنة، فتمنحني القدرة على توظيف الجسد (جسدي الخاص)عبر هذا التفاعل والتلاحم مع الحامل والمادة ، فتتحول الأشياء الحميمية إلى فضاء خطر ومقلق بل وعدائي أحيانا ، حتى إنه يتحول إلى علامة مشحونة بالطاقة و الحركيّة و التوتر...كانت مرحلة مليئة بالشك والخوف من المجهول نظرا لجدة عهدي بالتجربة وكثرة المطبات التي كنت أتخيل أنها تتصيدني. ورغم ذلك فقد كانت متعتها كبيرة لأنها تختبر أحاسيسي التي أطلق لها العنان أثناء عروضي القياسية، و التي تمكنني من الالتحام بالألوان والحوامل إلى حد الانصهار واستنشاق روائحها وحتى أني أصل إلى حد تذوقها في بعض الممارسات، فهذه العلاقة التي يمكن أن نصفها بالعاطفية التي تؤسس لشعور بالانتماء، وكأننا أمام جسدين يمثلان وحدة

تنجز مشروعا مشتركا، يترقبه المتلقي ، صراع الظاهر بين الجسد والجسد الأخر، ويرصدون حالة الالتحام والتماهي، إن المشهد الظاهر في بعض اللقطات يكون جسداواحدا متأرجحا مترنّحا بين الثابت والمتحرك. هي رصد علاقة جديدة بنيوية بين الجسد والفضاء الطائع، أو هي علاقة بين جسد حي متأثر بجسد أخر جامد وكأنهما يبحثان معا عن إنجاز عمل غير متوقع وخاص، وفي الحقيقة فان هذا التغليف أو الاحتواء الكلي للحامل يعطي طاقة للجسد الحي فيساعده في التعبير، وتأجيج المشاعر والأحاسيس، فهذه المسافة الحميمية التي تبلغ ذروتها تدفع بحركات هذا الجسد الحي إلى الانفعال والانفجار والاندفاع، لكن أشعر بالخوف و الذعر و الارتباك حين يأخذني هذا التيه أحيانا إلى انفلات بعض الحركات مني و فقدان السيطرة عليها للحظات خاطفة من العرض . خاصة وأنا أجهل ردود الأفعال ودرجة التقبل والتفاعل للمتلقي. كل هذه المعاناة في هذه المرحلة ذات الاهتزازات تتطابق تماما مع مرحلة التملك بالايروسي على حلقة كالدويل المتحركة.

غير أني سرعان ما أستفيق أثناء عروضي لأدرك أن الإبداع يقتضي أفعالا لا تحصى ذات الجوهر المشترك وهو ضرورة إعمال العقل في الفعل بشكل أكيد وباتجاه فعال وقوي. فأبدأ أولا بالقبول غير المشروط بذاتي وبذلك أخفف من وطأة الخوف والتوجس من ردود فعل المتلقي كما أقبل بالايروسي وأوظفه للإبداع وأتملك به كما ورد في المرحلة الثالثة من حلقة كالدويل (1996). وعندها أحس بأني بدأت أتأقلم وأستقر وأحقق ذاتي أثناء الممارسة والأداء الحي.

كل هذه المستويات التفاعلية المتفاوتة الحدة والأهمية المشحونة بالطاقة والمكثّفة بالمادة التي تمتد سنواتٍ متتالية من التجريب والاختبار أختصرها بضربة فرشاة على القماش، بحركات جسد تترجم قلق وجودي، أصل فيها إلى مرحلة تجعلني أتعاطى فيها مع اللون بطريقة مختلفة، وبعفوية مطلقة، في العديد من المرات تماماً مثل عازف البيانو الذي لا يعود يفكر أين يضع أصابعه، أشعر أني اكتسبت من البديهة والخبرة ما يجعلني أوجه هذه الانفعالات بشكل أكثر وعي وقصدية. وهنا يلعب دور التعود والاستئناس إلى الحركات، بمعنى أن اليد تصبح السباقة في الحركة، قبل أن يعطيها العقل الأوامر.

في هذه المرحلة المتقدمة من التجربة يكونجسدي، هوالبطلالذييحددالعلاقةالوجدانيةالواعيةمع الحامل بدرجة أولى ومع المتلقي بدرجة ثانية. وأخيرا، بعد كل هذا الصراع والمعاناة وبعد التفاوض مع الذات وبعد الاستسلام للايروسي والجري وراء المتعة الحسية ثم بعد تفاوض الحس مع العقل وبعد السيطرة على الإيروسي وترويضه ليكون دافعا للإبداع ومحفزا له، أشرع في عرضي القياسي وأدخل مرحلة الفعل من حلقة كالويل المتحركة. في هذه المرحلة أحرر الإبداع مع السيطرة على الإيروسي من أجل تغييرهحتى يكون فعلي واع ودقيق كما جاء في تحليل كالدويل (1996). ولعل الهف الأسمى من هذا الإبداع الفني هو تحويل الإبداع الفردي.إلىنشاط اجتماعي يصبح فيه الفنان عنصرا فاعلا مساهما في الحراك الاجتماعي والفني في محيطه الجغرافي.

الصورة عدد 3: الجسد في لحظة تأرجح بين الوعي واللاوعي: لقطة من عرض قياسي لفاطمة الزهراء الحاجي بالمركز الثقافي الإسباني طنجة، المغرب 2013

*** الخاتمة**

لقد حاولت خلال هذه البحث أن أكتشف وأكشف سر متعتي ألا متناهية بعملي الفني الذي اخترته منذ بداياتي ألا وهو العرض القياسي كلما قدمته رغم العناء والخوف والتوتر الذي يحدثه. ولق انتهجت في ذلك طريقة التحليل النفسي معتمدة على أعمال كالدويل ولورد وغيرهما. كما حاولت فهم دور الأحاسيس في دفع الفنان المعاصر للإبداع والمتعة في ذات الوقت ومراجعة الفكرة القائلة بأن الإبداع معاناة وعذاب أو لا يكون.

ولقد خلصت إلى النتائج التالية. أولا قد تولد التجربة الفنية عند الفنان دون وعي ولكننا لا يمكن أن نتحدث عن فن حتى يصبح الفنان واع بها ويمر الفنان بأزمات وانتكاسات تنتج غالبا على انصياعه لأحاسيسه دون قيد أو شرط وقد كالدويل هذه المرحلة بالوعي بالايروسي. ثانيا يمر الفنان بمرحلة التملك بالايروسي وهي مرحلة عسيرة لما فيها من شطحات واهتزازات جراء الجري وراء الأحاسيس وما ينجر عليه من توتر وخوف وقلق. أما في المرحلة الثالثة فإن الفنان يصل إلى مرحلة التأقلم والاستقرار وتحقيق الذات عندما يدرك مرحلة تقدير الإيروسي. وهي منزلة يستطيع فيها الفنان السيطرة على أحاسيسه والتحكم في الإيروسي بحيث يحقق المتعة لنفسه ويبدع دون أن يصطدم مع محيطه أو مع ذاته. وأخيرا يمر الفنان إلى الفعل الذي من دونه لا يمكن أن يكون موجودا. ولقد حاولت أن أبرز أن هذا التحليل يتطابق تماما مع تجربتي الذاتية مع العرض القياسي "الجسد الحامل/ الفاعل ". فالاستئناس بهذه المقاربة يجعلني أنخرط في عملية إنشاء جديدة وذلك عبر عملية "استغراق إدراكي " أكثر عمقا، ليقف عند مختلف خصائصه التشكيلية ودلالاته التعبيرية المتعددة بعيدا عن قيود واحتياطات نواميس التعاطي مع الأثر الكلاسيكي، أو الجسد العادي، بل الأهم من ذلك انخراطي في فكرة الأثر الحي، لتتواصل مغامرة التجريب والممارسة.

أمّا النتيجة الثانية فتتعلق بدور الأحاسيس في الإبداع وقد حاولت أن أبرز في هذا الصدد أن الحواس جميعا تستطيع أن تكون مصدر متعة ومصدر إبداع شرط أن يحسن الفنان التحكم فيها وتقديرها. ومن هنا قطعت مع الفكرة القائلة إن الإبداع نتاج للمرض النفسي والتوتر الدائم والمعاناة.

*** المراجع**

Acton, G. J. &Malathum, P. (2000). Basic need status and health-promoting self-care behavior in adults. Western Journal of Nursing Research, 22(7), 796-811.

Bätschmann, O, & Martin, E. (1997). The artist in the modern world: The conflict between market and self-expression. New Haven, CT: Yale UniversityPress.

Bulfinch, T. (2014). Bulfinch's mythology: The classic introduction to myth and legendcompleteand unabridged. New York, NY: ThePenguin Group.

Caldwell, C. (1997). Getting in touch: The guide to new body-centered therapies.Wheaton, Ill.: Quest Books.

Caldwell, C. (1996). Getting our bodies back: Recovery, healing, and transformationthrough body-centered psychotherapy. Boston: Shambhala.

Cantrick, M. P. (2019). Embodying the erotic: cultivating sensory awareness through dance/movement therapy.

Maslow, A. H. (1954). Motivation and personality. New York: Harper andRow.
Nickerson, R. S. (1999). Enhancing creativity.In R. J. Sternberg (Ed.). Handbook of creativity (pp. 392-
430). Cambridge: Cambridge University Press. https://doi.org/10.1017/CBO9780511807916.022
Runco, M. A., & Richards, R. (Eds.). (1997). Eminent creativity, everyday creativity, and health. Greenwood Publishing Group.
Trungpa, C. (2015). Shambhala: The sacred path of the warrior. Boston, MA:Shambhala Publications.
Body, Movement and Dance in Psychotherapy, 14(1), 3-13.
Cropley, A. J. (1990). Creativity and mental health in everyday life Creativity Research Journal, 3(3), 167-178
Super, D. E. (1956). Vocational development: The process of compromise or synthesis. Journal of Counseling Psychology, 3(4), 249
Douglas, N. L. (2000). Enemies of critical thinking: Lessons from social psychology research. Reading Psychology, 21(2), 129-144
Elias, D. M. G. (2010). Intra-psychic motivators of artistic expression and their relationship to mental and physical health status and job satisfaction.Howard University
Gedo, J. E. (1995). On the psychobiology ofmotivation.*PsychoanalyticInquiry*, *15*(4), 470-480.
Gendlin, E. (1996). Focusing-oriented psychotherapy: A manual of the experimentalmethod. New York, NY: Guilford Press.
Le Robert https://dictionnaire.lerobert.com/
Lorde, A. (1984). Sister outsider: Essays and speeches. Trumansburg, NY: Crossing Press.
Merriam-Webster https://www.merriam-webster.com/