عصر إتلاف المشاعر

خواطر حول السوشيال ميديا

يحيى أحمد محمود

عصر إتلاف المشاعر

خواطر حول السوشيال ميديا

يحيى أحمد محمود

yahya-ahmed.com

المحتويات

نهاية الخصوصية 7

أثر الكاميرات 13

استخدام ممكن لا حتمي 19

عصر الإنسان الشكّاء البكّاء 23

الهوس بالغرباء 29

كيف نتعامل مع المشاعر؟ 35

فضول الكلام 39

الاحتياج للصمت 47

نحت الصورة الشخصية وصناعة الإنسان المهووس 51

عصر الإنسان الميم 55

إفساد مجالات النقاش 57

جنون الشهرة 63

كلمة ختامية 71

نهاية الخصوصية

مرَّ أمامي تعليق على فيديو لعائلة ما، يقول: «أفضل عائلة على السوشيال ميديا»، ورأيت قبله تعليقًا مشابها يصف شخصين مرتبطين بأنهما «أفضل (كابل) على السوشيال ميديا»، فتعجبت من هذه العبارة الغريبة. ما معنى أن تكون العائلة أو (الكابل) «على السوشيال ميديا»؟

قرأت منذ فترة مقالاً ذُكر فيه أنّ أحد الفلاسفة كان معارضًا للراديو ويراه شرًا محضًا. كان هذا الفيلسوف يرى أنّ الراديو سوف يغير وجه الحياة إلى الأبد، وأنّ الضوضاء سوف تكتسح كل شيء. فلما قيل له إن هذا الرأي مبالغ فيه، لأنّ بمقدور الإنسان أن يغلق الراديو متى أراد، قال: صحيح. يمكن ذلك، لكن منذ لحظة اختراع الراديو أصبح الصمت استثناء.

ما حدث للصمت بتحويله من الأصل إلى الاستثناء، وقع لأمور أخرى تغيرت للأبد بعد أن تحول ما كان أصلاً إلى استثناء. من أهم هذه الأمور التي أصبحت في طور التآكل والانقراض مسألة الخصوصية، فصار الإنسان في بيته يعرف عددًا لا يحصى من المعلومات عن عدد لا يحصى من الغرباء والأقرباء، في إطار يفرغ المجال الخاص ويجعل كل شيء معروضًا للفرجة والاستهلاك. لكن ما المشكلة في ذلك؟

المشكلة أنّ طرح الخاص في العام يغير معناه ويفسد طبيعته. خذ مثلاً مسألة التركيز الديني على الإخلاص وعمل السر «حتى لا تعلم شماله ما أنفقت يمينه»، والتحذير الشديد من الرياء الذي يحبط العمل، واسأل نفسك: لماذا يحبط الرياء عمل الإنسان؟

الجواب أنّ في الرياء تدميرًا لمعنى الإيمان الذي هو علاقة بينك وبين الله، يكون الله فيها هو الغاية والمقصد. فإذا حولت هذه الغاية النبيلة إلى وسيلة وضيعة (هي الحصول على إعجاب الناس) فكأنك تعبد الناس، فيحبط عملك ويضيع جزاؤك الأخروي الذي لم يكن مقصودًا لك منذ البداية، لأنك قد أخذت بالفعل ثوابك الدنيوي حين تلقيت المدح. لكن ثمة شيء آخر مهم، وهو أنك لا تستفيد من الدين في الدنيا، لأنّ فائدة الدين ليست مقصورة على الآخرة، بل للدين فوائد دنيوية تنتج من سكينة الاقتراب من الله والشعور بمعيته والاتكال عليه. كل هذا لا يحصل عليه المرائي لأن ما يفعله ليس دينًا وإنما هو دنيا تلبست برداء الدين. لا يوجد تصرف أكثر حمقًا وجنونًا من هذا (ولعل من هذا الباب نفسه الإنكار الشديد على الذين استحبوا الحياة الدنيا «الوسيلة» على الآخرة «الغاية»).

وقس هذا الكلام على العلاقات الإنسانية مثل العلاقة الزوجية. تجد في الإسلام نذيرًا شديدًا للرجل والمرأة يفضيان إلى بعضهما ثم يفشي أحدهما سر الآخر. هذه العلاقة الثنائية، إذا حولتها إلى وسيلة للحصول على إعجاب المجهولين وتطفلهم وتهييج كوامن نفوسهم، تغيرت طبيعتها وفسدت وتغيرت معها نظرتك لزوجك/ زوجتك ولجأت إلى تزييف المشاعر. سوف تفكر على الدوام في الجماهير وآرائهم، حتى في أشد لحظاتك خصوصية. سوف يبقى الأغراب في تفكيرك وسوف تحيط بك عيونهم ونظراتهم طوال الوقت حتى في غرفة نومك. سوف يحتل الغرباء تفكيرك إلى أن تنظر لحياتك بعيونهم لا بعيونك أنت.

قرأت، منذ فترة، منشورًا طويلاً كتبته إحدى «الإنفلونسرز» تشرح فيه أسباب طلاقها. تعجبت وفكرت في السبب الذي اضطرها إلى شرح هذا الأمر الشخصي لجماعة من الأغراب وجعل حياتها الشخصية موضوعًا للنقاش والتداول العام! لكن ذلك إنما جاء لأن زواجها، من حيث كونها «إنفلونسر»، ليس شأنًا خاصًا وعلاقة ثنائية تجمعها بزوجها، وإنما نحن جميعًا شركاء في هذه العلاقة. كلنا نعرف إلى أين سافرا، وماذا أكلا، وكلنا شاهدنا المقالب التي دبراها والهدايا التي تهاديا بها، ونعرف ديكور منزلهما وأمورًا أخرى كثيرة لا تعنينا، وإلى سنوات قريبة كانت من قبيل العورة التي لا ينبغي اطلاع الأغراب عليها.

لم يكن هذا زواجًا وإنما كان شيئًا أشبه ببرامج تلفزيون الواقع الأمريكية. وفي عالم تحكمه قيم السوق والبيع والشراء، ثمة أشخاص ليست عندهم بضاعة سوى حياتهم. ونحن الزبائن، نشتري التطفل على ما لا يعنينا وندفع المقابل من أعمارنا وصفاء أذهاننا.

هكذا إذن، انتقلت العلاقات العاطفية، في السنوات الأخيرة، من المجال الخاص إلى المجال العام. كنت أتابع صفحة اسمها (flirt your way) فيها حوالي مليون متابع، أكثرهم من فئات عمرية صغيرة، فكرتها أن ينشر الأشخاص المغازلات التي أعربوا بها للشخص الآخر عن محبتهم له أو إعجابهم به. وتطور الأمر بعد ذلك إلى أنّ أعضاء الصفحة صاروا يعرضون لقطات شاشة «سكرين شوتس» لمغازلات عادية بينهم وبين أحبائهم. بالنسبة لي، كان من أغرب الأمور أن ينشر الإنسان غزلاً بينه وبين حبيبته على آلاف الغرباء بغرض إثارة الضحك أو الإعجاب. إذ لا أتصور هذا الفعل إلا شيئًا خاصًا بين شخصين.

يمتلئ الأدب العربي بكلام عن العواذل والرقباء الذين يمنعون الإنسان من أن يكون على طبيعته مع من يحب، حتى أن بعضهم يضطر إلى التظاهر بالكراهية لإبعاد عيون الرقباء، مثل قول ليلى العامرية:

كلانا مُظهر للناس بغضًا وكل عند صاحبه مكين

تبلغنا العيون بما أردنا وفي القلبين ثمَّ هوى دفين

طبعًا ليس معنى هذا أنّ الكلام عن الحب كان محرمًا وممنوعًا، وإنما كان يُعبر عنه في إطار أدبي لا يبتذله، إلى جانب الفرق بين التعبير عن المحبة ونقل تفاصيل هذه المحبة إلى الغرباء ووضع كل شيء على المسرح.

أضف إلى ذلك أنّ الحب، والتعبير عنه، ليس مفهومًا منعزلاً عن أي سياق، بل هي مسألة ذات خصوصية ثقافية ترتبط بها أمور كثيرة مثل فهمنا للرجولة والأنوثة والغيرة والحياء والمروءة وغيرها.

تعني أجواء التحفظ هذه تقديرًا للحب باعتباره شيئًا ثمينًا ينبغي حفظه من الابتذال. لكن هذا المفهوم الجديد للحب يختلف عن مفهومنا منذ ١٠ سنوات مثلاً. بالنسبة إلى عدد كبير من الشباب الأصغر سنًا، وبتأثير هذه المنصات، صار الحب هو العثور على شخص قادر على التعبير البارع عن الإعجاب بالمغازلة يصلح منشورًا واسع الانتشار.

وهكذا يصبح الحب هو القدرة على التعبير عن الحب بطريقة درامية تثير إعجاب الآخرين. ثمة أسئلة ينبغي طرحها هنا عن صدق هذا المفهوم وطبيعة العلاقات القائمة عليه، واستبعاده لطرق أخرى غير لفظية للتعبير عن المحبة، قد تكون أصدق كثيرًا من هذا التعبير الاستعراضي، وبيوتنا لا تخلو من هذا النوع الأخير. في هذا النمط لا يعود الحبيب مقصودًا لذاته، وإنما يصبح وسيلة لتعزيز القيمة عن طريق إثارة الحسد والإعجاب، وعلامة على المكانة، مثله في ذلك مثل السيارة الغالية أو الهاتف الأحدث. ليس المهم شخص المحبوب، وإنما قدرته على أداء وظيفته الجديدة.

تبدو لي هذه التصرفات مناقضة للرومانسية. إنني أرى قيمة الحب في هذا الشعور بالخصوصية.. في الاكتفاء بنظر الحبيب دون الحاجة إلى عيون الآخرين. أما تلك الممارسات الحديثة، فإنها تختزل الشريك إلى مجرد

موضوع.. «مانيكان» تعلق عليه الثياب أو كومبارس تُمارس معه الطقوس ليراها الآخرون المقصودون ابتداء وانتهاء. ثمة طريقة موحدة للتعبير عن المشاعر مصحوبة بضغط اجتماعي مستمر لتعميمها على الجميع من دون اعتبار لأي فروقات ثقافية أو طبقية أو شخصية.

لكن يبدو أن الفكرة الكامنة وراء هذه التصرفات كلها أنه لا قيمة لما لم يشارك. يحلم الإنسان المعاصر بأن تتلصص عليه ملايين العيون المجهولة. يحلم بأن يصير معروضًا مرصودًا تلتهمه العيون وتلوك سيرته الألسنة.

وعلى هذا، فقد تم الانتقال من: كل شيء قابل للمشاركة إلى: كل شيء ينبغي مشاركته.

هوس المشاركة

ثمة شيء آخر مهم يتعلق بالمجال الخاص: أنّ هذا المجال مجال السكينة والراحة من صخب المجال العام. فإذا نقلت مجالك الخاص إلى المجال العام، فمن الآثار الفورية التي سوف تدفعها، غير تخريب علاقاتك وتغيير طبيعتها وطبيعتك، أنك سوف تخسر مصدرًا أساسيًا من مصادر الراحة النفسية. كأنك إنسان يعيش في بيت من زجاج.

من الأسباب الأساسية لذلك ترسخ قيمة جديدة بفعل السوشيال ميديا، لأن التكنولوجيا التي نستخدمها تؤثر فينا فنتعود على سلوكيات جديدة ونتعلم بالمحاكاة. هذه القيمة هي المشاركة التي توسع مفهومها من مشاركة الأحداث الكبيرة في الحياة ليشمل الآراء والمواقف السياسية والكروية والمشاعر والتفضيلات وأنشطة الحياة اليومية وصور الوجبات. وفي مواقع مثل تويتر وصلنا إلى مرحلة مشاركة خطرات العقل اللاواعي، فيتعامل معه أكثر الناس باعتباره مكبًا للنفايات، وبثًا مباشرًا للأفكار والخواطر الطازجة والمخاوف وأخص المشاعر، التي قد يكون من الأجدى توجيهها لله في الدعاء، أو لشخص بعينه طلبًا للمشورة أو الفضفضة.

أدى توسع مفهوم المشاركة إلى قرب اختفاء الحد الفاصل بين الخاص والعام: ليس كل شيء صالحًا للمشاركة مع كل الناس. ثمة أمور بينك وبين ربك، وأمور لا ينبغي مشاركتها إلا مع أشخاص معدودين، وأمور لا ينبغي مشاركتها أصلاً ومشاركتها لن تؤدي إلا إلى الضرر، مثل الخواطر والأفكار التي ترد على نفس الإنسان لسبب ما وينبغي للعاقل أن يتفكر في أسباب ورودها. وأحيانًا لا يجدر مشاركة الفكرة حتى بعد اختمارها في الذهن لأسباب وعوامل أخرى كثيرة.

يمنع التخلص الفوري من كل شاردة وواردة من الاستفادة منها، ويشتت الآخرين ويغرقهم في بحر من الخواطر الضارة والمعلومات غير المفيدة التي تجعل الإنسان في حالة غيبوبة شبه دائمة.

وساعد من توسيع مفهوم المشاركة، وجود التكنولوجيا التي تسمح بتعدد أنماط هذه المشاركة، فلم يعد الأمر مقصورًا على المشاركات المكتوبة.

أثر الكاميرات

ثمة تغير غريب حصل في العالم لم يُنتَبه له بالقدر الكافي: فجأة صار لدى معظم أهل الأرض كاميرات!

غيرت الكاميرا من نظرتنا للحياة. انتقلنا من العيش إلى التوثيق، ومن التوثيق إلى المشاركة، ومن المشاركة إلى عرض كل شيء على الغرباء، ومن العرض إلى الاستعراض. انتهت الخصوصية أو كادت، وصار كل شيء مادة للاستهلاك والفضول، والحياة الخاصة لآحاد الناس، ملكًا لجميع الناس.

الآن يمكن أن يتحول إنسان عادي يمشي في الشارع أو يشرب الشاي في شرفة بيته إلى ميم لأن شخصًا ما أخرج الكاميرا والتقط له صورة مجتزأة.

منذ فترة كنت أشاهد أحد المسلسلات، وكان أحد شخصيات المسلسل كبيرًا في السن وفي بيته صورة معلقة. فلما سئل عن هذه الصورة قال:

> It is a picture of France. I went to France. I liked France. I took a picture of it.

تعجبت من هذا التعبير. بالنسبة لهذا الشخص، هذه «صورة لفرنسا». تخيل القيمة المعنوية التي تحملها هذه الصورة لهذا الإنسان. الآن لا يقنع الواحد منا إلا بتوثيق كل شيء. لكن التذكار غير التوثيق والأرشفة. فلا يكون التذكار إلا بعد انتهاء الفعل.

قارن هذا بالفيديوهات المعروضة لأي حدث نادر أو مثير، وستجد أكثر الحاضرين يصورون ما يحدث ويشاهدونه من وراء الشاشات. زمان أيام ندرة الكاميرات، كان شخص واحد يراقب من خلال التصوير والباقي يتفاعل. أما الآن، فالجميع يراقبون ولا أحد يتفاعل. وهذا وضع شديد الغرابة، مهما اعتاد الناس عليه. في هذا الوضع المعكوس يكون توثيق الحياة أهم من الحياة نفسها.

لكن الأصل أن يعيش الإنسان حياته، ويصنع الذكرى، ثم يحتفظ بتذكار تخليدًا لها. أما الآن فانعكس الحال. ثمة عملية لتحويل الحياة إلى ذكرى قبل أن تعاش، فتحولت الذكرى إلى تصوير محاولة توثيق الذكرى، في حين أنّ الذكرى نفسها لا يمكن توثيقها، وإذا وثقتها وقت حدوثها فقدت قيمتها مباشرة، لأن أجمل اللحظات عصية على التوثيق.

شاهدت منذ فترة فيديو صورته فتاة لنفسها بعنوان: رد فعلي عندما رأيت رونالدو. بطبيعة الحال، كان الفيديو عامرًا بالافتعال والتصنع والمشاعر المزيفة، لأنها رأت رونالدو بالفعل، ثم قررت إعادة تصوير لحظة الاندهاش. لكن هذا كلام بلا معنى. إما أن تندهش، أو أن تصور نفسك حال تظاهرك بالاندهاش. والأمر هنا كما يقول المثل الأمريكي: لا يمكنك أن تأكل الكعكة وتظل محتفظًا بها.

تآكل الروحانيات

ثمة مسألة أخرى مضمنة في استخدام الكاميرات لتصوير كل شيء، خصوصًا في أماكن العبادة وهي تآكل الجوانب الروحانية. في الإسلام مثلاً هناك مفاهيم مثل الإخلاص والرياء، والتي تتضمن، من بين ما تتضمن، الإبقاء على بعض الأمور بين العبد وربه، تجنيبًا لقلبه من الانشغال بغير الله. لكن عند التصوير، يكون ذهن الإنسان منوطًا بالمشاهد.

في السنوات الأخيرة، امتد هوس التوثيق والمشاركة إلى دور العبادة التي دخلت هي الأخرى مفرمة الاستهلاك، فتحولت إلى أماكن للفوتوسيشنز،

والسيلف براندينج والمنظرة الفارغة والنرجسية ونحت الصورة الشخصية.

شيء غريب أن ترى صور السيلفي أمام الكعبة وفيديوهات أثناء الطواف ومس الحجر الأسود، وتعليقات شبيهة بتلك التي تقال وصفًا لدبي، من نوعية: «أحلى فيو يطل على الكعبة» و«أخيرًا لمست الحجر الأسود، وكان إحساس بجد لا يوصف» إلخ. فإذا كان الإنسان لا يتوقف عن الهوس بنفسه والتفكير في الغرباء والرغبة الدائمة في تحويل حياته إلى «إكسبرينس» وعرضها عليهم لجذب اهتمامهم وزيادة «الريتش» و«الفيوز»، حتى وهو في بيت الله، فمتى يخرج هذا الإنسان عن أسر نفسه؟

يؤدي هذا الاكتساح لسلوكيات التصوير إلى تفريغ الدين من معانيه وتآكل هيبته في النفوس، وتعامل الناس مع الجوامع كما يتعاملون مع الكافيهات ودور الملاهي (وفكر لو شئت فيما حدث لجامع الحاكم ودير القديس سمعان).

من المفهوم أن يقرر شخص ما أن يلتقط لنفسه صورة في مسجد أثري عقب نهاية الصلاة للذكرى، لكن الذي صار يحدث هو التصوير في أوقات الصلاة وما ينتج عن ذلك من التشويش على المصلين والاستهتار بوقت الصلاة والتهوين من قداستها في القلوب، وانتهاك حقوق الناس ومزيد من التقويض لمبدأ الخصوصية، وتحويل الجوامع إلى أماكن لاصطياد لقمة العيش، والبضاعة المطلوبة هنا هي مشاعر المصلين. يستبطن هذا السلوك أنّ كل شيء قابل للاستهلاك واللايكات والفرجة، حتى دموع المصلين في لحظات الخشوع. في رمضان يكون مشهد المصورين الدائرين بين الصفوف وقت الصلاة شديد العبثية!

أضف إلى ذلك الإضرار بالناس. فالشهرة وتحويل الأشخاص العاديين إلى ترينديات مسألة خطيرة ذات تبعات هائلة وتكلفة كبيرة في هذا الزمان، ومن المفترض أن يكون للناس حق في اختيار هذا الأمر. ماذا عن الحق في الاختفاء؟ ماذا لو أراد الإنسان أن يُترك وشأنه بعيدًا عن أعين المتطفلين ومستهلكي كل شيء؟

لا أخفيكم أنني، رغم إدراكي لفوائد الكاميرات، فإن انتشارها الساحق هذا يشعرني بعدم الأمان. شعور بالمراقبة الدائمة في عالم كامل من الراغبين في استهلاك كل شيء. كل الأمور خرجت من المجال الخاص إلى المجال العام وصارت عرضة للمضغ والبصق. ملايين من أصحاب الكاميرات مستعدين لالتهام أي شيء يساعد على تسعير هذا الجنون، والتنافس على لحظات من اهتمام ملايين المشتتين الآخرين.

في كل مكان ألف عين وعين تبحث عن التهام الطريف والغريب وسرقة اللحظات الخاصة وتأميمها وتحويلها إلى مشاع. خصوصيتي وراحة بالي قد تكون ثمنًا لدفقة أدرينالين في عروق شخص معتوه.

أحب أن أحتفظ في نفسي بلحظات حميمية جدًا لا أشاركها أحدًا، ولا أسجلها سوى في ذاكرتي، وهي لحظات، على كل حال، لا يمكن التعبير عنها وإن أردت.

ثمة جانب آخر لمسألة التصوير هذه، وهو تغييرها لطبيعة المتفاعلين. قلّ أن يكون الشيء المُصوَّر طبيعيًا. تغير الكاميرا من طبيعة كل شيء. تنص ظاهرة تأثير المراقب في الفيزياء على أنّ مراقبة ظاهرة ما تغير حتمًا من تلك الظاهرة وفي العلوم الاجتماعية كذلك، يدرك الباحثون أنّ سلوكيات الناس تتغير عندما يكونون واعين بتعرضهم للرصد.

عند التصوير (تصوير الفيديو تحديدًا) فإنّ تفكير الناس يكون متجهًا للآخرين، للمشاهدين. فكر مثلاً في مسألة الأفراح بصورتها الحديثة. فكر في التقاليع الجديدة مثل طقس التقدم للزواج (البروبوزال)، المتأثر بمشاهد الأفلام الأجنبية، والذي يجب أن يكون أسطوريًا ومدهشًا وموثقًا. فكر في جلسات التصوير (الفوتوسيشنز) وما صار يشترط فيها من الإبهار البصري والخروج عن الشائع. فكر في تقليعة النظرة الأولى (الفيرست لوك)، التي يجب أن تكون ذات مواصفات معينة تجعلها صالحة للعرض على الآخرين، ناهيك بحفل الزفاف

نفسه والجهد المبذول فيه لجعله حفلاً خرافيًا، وزيادة مظاهر التصرفات الغريبة الهادفة إلى تحويله إلى ترينـد.

في الأفلام والمسلسلات الأمريكية تيمة مجنونة تتعلق بحفلات الزفاف والتجهيزات الرهيبة قبلها، وما يصاحبها من توتر عصبي وإنهاك بدني، وكأن هذا الحفل مقصود لذاته. ثم الفكرة الأكثر جنونًا: عمل تدريب على حفل الزفاف! كيف يكون الفرح مدروسًا ومخططًا له كأنه مسرحية؟

وما معنى عرض هذه اللحظات الخاصة على الآخرين. خذ مسألة الفيرست لوك مثلا: ما معنى عرضها على الغرباء؟ إنسان نظر إلى زوجته بعد أن خرجت من الكوافير فأدهشه جمالها.. ما دخل الآخرين؟ ما المراد إثباته هنا؟ حتى فيديوهات الفرح والرقص وانتشار موضات جديدة مثل تقبيل الزوج لزوجته أمام الناس وتصوير ذلك بالكاميرات وعرضها على الملايين. كل ذلك يبدو لي شيئًا خاصًا جدًا لا يليق عرضه على الآخرين، ولا معنى لهذا العرض.

قيل لي، في معرض التعليق على استنكاري لهذا الأمر، إن البوسة دليل على الحب. مع أنني لم أقل قط إن البوسة دليل على الكراهية.. لكن من قال إن مشاركة طرق التعبير عن الحب أمام الغرباء أمر مستحسن؟ إنّ العلاقة الحميمية أكثر دلالة في التعبير عن المحبة من القبلة.. فهل يحسن نشرها للناس؟ ثمة فارق بين التعبير عن المحبة ونقل تفاصيلها للجميع. تلك أمور خاصة بين الأزواج.. إشراك الآخرين فيه هدر لقيمة تلك العلاقة الخاصة بتحولها إلى مشاع، وتغيير لطبيعتها.

ولكل هذه الأمور بعد ثقافي. هل ثقافة العرض هذه متفقة مع قيمنا؟ ماذا عن عرض المأكولات (في حالة ما يسمى بـ«الفوود بلوجينج») والمشتريات واللحظات الخاصة؟ هل تسعير الشهوات والرغبات وإثارة الحسد والتطلع لما في أيدي الآخرين مما يتفق وقيمنا وثقافتنا؟

على كل حال، صار توثيق الفعل أهم من الفعل.. والزواج الذي هو بالتعريف علاقة بين شخصين، في سبيله للخروج من المجال الخاص إلى المجال العام بتحوله من غاية إلى وسيلة.

الآن، فكر في أثر الكاميرا على كل ذلك، واسأل نفسك: هل لو كنا في عالم يخلو من الكاميرات، أو يخلو من السوشيال ميديا التي هي منصات عرض منتجات هذه الكاميرات، هل كان الاحتفال ليكون بالطريقة ذاتها؟ وجود الكاميرا، وجمهور السوشيال ميديا، والوضع الجديد المفضي إلى ضرورة العرض، كل هذا يغير كل شيء ويطبع كل التصرفات بمسحة من الافتعال والتصنع واللزوجة.

استخدام ممكن لا حتمي

من الأدلة الرئيسية لإثبات وجود الله دليل الإمكان. وخلاصته أن العالم الذي نعيش فيه قد وجد على صفات معينة، وكان من الممكن عقلاً أن يكون على غيرها من الصفات. إنه إذن عالم «ممكن الوجود».

يستدعي هذا الإمكان مرجحًا لا محالة، لتساوي الممكنات. إما ذلك وإما الوقوع في محال عقلي وهو الترجيح من دون مرجح. وهذا المرجح لا يجوز أن يكون هو أيضًا من جنس الممكنات وإلا وقعنا في التسلسل. فالله ليس موجودًا فحسب، بل هو واجب الوجود.

ليس الغرض من هذا الكلام مناقشة العقيدة، وإنما هذا الأمر الذي أفكر فيه كثيرًا أنّ تصرفاتنا المجتمعية ليست حتمية. إنها هي الأخرى من باب الممكنات، مجرد احتمال من احتمالات متعددة، وقد كان من الممكن أن نتصرف على نحو آخر. والغفلة عن هذا الإمكان، وتصور الحتمية، تجعل الناس ربما قبلوا تصرفات وتقاليد شريرة أو غبية أو مؤذية على نطاق واسع. تمنعهم تلك الغفلة من المساءلة واستغراب الغريب واستنكار المنكر.

لكن الحقيقة أنَّ ثمة غرابة في هذا العالم الذي نعيش فيه. أوضاع شاذة مقبولة على نطاق واسع لا ينبغي قبولها. عالم دائم من المحفزات يثير الأعصاب ويشجع على الجنون.

تمشي في الشارع فتسمع ملايين الأصوات المتداخلة المزعجة من المقاهي وأجهزة الراديو والتلفزيون ومسجلات التكاتك والسيارات، وأصوات محركات الموتوسيكلات ومكبرات الصوت في السرادقات والمحلات، والأغاني من هواتف الناس. تبهر عينك ملايين اللافتات الضوئية القبيحة المنفرة. نادرًا ما ترى السماء. أعصابك مشدودة طول الوقت.

ثم يجذبك الهاتف بالإشعارات المتكاثرة لأمور أكثرها لا أهمية له. عالم كامل في هذا الهاتف فيه ملايين المثيرات والمعلومات التي تكتسح حياة الإنسان اكتساحًا.

في بعض المواقع مثل تويتر تجد نفسك في دوامة بعد ١٠ دقائق تمضيها في لا وعي الناس. «ضجيج الأنوات» كما يسميه الدكتور محمد نصار (وليس من قبيل المصادفة اصطلاح الناس على تسمية هذا النوع من المشاركة بال«صياح»).

قلما تصفو لحظة تفكر فيها في شأنك. مثيرات دائمة ومحفزات لا انتهاء لها. بسترة للمشاعر وأحاسيس مبهمة من الانقباض والانبساط لا تعرف لها سببًا. صدمات كهربائية تمضي فيها يومك قافزًا مشتتًا. كأنه في حالة من السكر الدائم. فهل هذا وضع طبيعي؟!!

تصرفاتنا من باب الممكن، وبالتالي فهي ليست حتمية وإنما هي واحدة من بين مدى من التصرفات الممكنة. وأحيانًا ما يخدعنا شيوع الظاهرة فلا نفكر فيما تشتمل عليه من جنون. فليس الشيوع دلالة على الصحة، ومساءلة الشائع مهارة ضرورية في هذا الزمان العجيب، فلا تكن إمعة إن أحسن الناس أحسنت وإن أساءوا أسأت.

خذ مثلاً هذه الظاهرة على تيكتوك: مر أمامي فيديو عن ٩ علامات للرجل «التوكسيك». تظهر في الفيديو فتاة تتراقص على وقع أغنية أجنبية ما، وتشير بيدها إلى مواضع كلمات تظهر أعلى الشاشة! ما معنى هذا الكلام؟ ما علاقة هذه الأشياء ببعضها؟ لكي تدرك مدى جنون هذا التصرف العبثي تخيل نفسك

تقرأ كتابًا، وهناك فتاة تتراقص أمامك على وقع أغنية لا علاقة لها بما تقرأ، وتشير إلى كل سطر تقرؤه!

هذه الطبيعة الممكنة لأفعالنا تجعلها قابلة للتبديل. في أوائل استخدام فيسبوك مثلاً كان من الشائع أن يعمل الكاتب إعجابًا لما كتبه (لايك)، ثم تغير الوضع وأصبح هذا من غير المقبول، بل صار مدعاة للسخرية والاستهزاء. وفي المقابل كان من الممكن أن تبقى السوشيال ميديا مكانًا لمشاركة الأغاني فقط أو الأخبار الشخصية أو الألعاب. تصرفاتنا على الشبكات الاجتماعية ليست أمورًا حتمية، لكننا اخترنا استخدامها بهذه الطريقة. ومن بين استخدامات السوشيال ميديا استخدامها في الشكوى واسعة النطاق.

عصر الإنسان الشكّاء البكّاء

تتجلى ظاهرة الشكوى بوصفها موقفًا من العالم في منصات مثل تويتر، الراعي غير الرسمي للشكوى الدائمة (أو الصياح، باستخدام التعبير التويتري). يتحول الإنسان إلى كتلة من الضجر والسخط، وتتحول الطريقة التي يتواصل بها مع العالم إلى عرض لشكاواه من هذا العالم. في هذه الأجواء يترابط الناس من حيثية اشتراكهم فيما يشكون منه. يشجع المستخدمون بعضهم على إبراز نتائج المظلومية ويُكافأ الشاكي بمنحه لقب المظلوم، وتتخذ المكافأة صورة دعم وطاقة إيجابية وأكاذيب ونفاق متبادل.

أقل شعور «سلبي» من المضايقة يستثير في الناس ردودًا من النواح والصياح. يتعود الإنسان على ذلك إلى أن يصير هذا طبعه وسلوكه حتى تجاه الظواهر الطبيعية: مثل تغير الفصول أو مجيء الدورة الشهرية.

لا شك أنّ الإنسان بحاجة إلى من يفضي له بمكنونات نفسه.

ولا بد من شكوى إلى ذي قرابة يواسيك أو يسليك أو يتوجع

وفي أوقات المحن والمصائب يحتاج الإنسان إلى الاجتماع بمن يشاركه المصاب.

ولولا كثرة الباكين حولي على إخوانهم لقتلت نفسي

وأحيانًا لا يجد الإنسان مندوحة من الكشف عما في نفسه إلا إلى الله ﴿قَالَ إِنَّمَا أَشْكُو بَثِّي وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ﴾. وأحيانًا تضيق نفس الإنسان فيشكو لا عن قلة صبر، ولكن عن ضعف احتمال.

شكوت وما الشكوى لمثلي عادة ولكن تفيض النفس عند امتلائها

فليس الكلام ها هنا ذمًا للشكوى بإطلاق، وإنما الحديث عن سلوك معاصر من الشكوى للغرباء طوال الوقت من جميع الأمور. كلامنا عن تضخيم الأمور السيئة، والتنقيب عنها حال غيابها، وتسويء الأمور الحسنة أو العادية، وجعل الشكوى الوسيلة الوحيدة للاستجابة للمشكلات. فما المشكلة في كل ذلك؟

المشكلة أنّ كثرة الشكوى والتعود عليها تؤدي إلى استدامة الشعور بالعجز والمسكنة وقلة الحيلة.

وثمة بعد إدماني أيضًا في الشكوى، كما في سائر الممارسات على الشبكات الاجتماعية. يعيش الإنسان دور الضحية ويقتات على عطف الغرباء (وفي كثير من الأحيان لا يكون هذا العطف حقيقيًا، وإنما لحظة عابرة تأخذ شكل تفاعل على منشور وينتهي الأمر. وإن أردت أن تتأكد من كلامي فراقب أي شخص يتصفح الشبكات الاجتماعية وراقب ملامح وجهه الميتة المحايدة).

وأحيانًا تمنع الشكوى من الوصول إلى حل. خذ مثلاً هذه المقاربة بين الشكوى بوصفها موقفًا من العالم، لا استجابة إلى ظرف عابر، والحيرة والتشكك بوصفهما موقفًا من العالم لا استجابة إلى مشكلة وقتية: فرق الإمام الغزالي في «إحياء علوم الدين» بين الحيرة العقلية والحيرة النفسية التي هي شعور مبهم. فقال إنّ المتحير ينبغي له أن يحدد المسألة التي هو متحير فيها، فهو كمريض يقول: أنا مريض، ولا يعين مرضه ويطلب علاجه. فليس في الوجود علاج للمرض المطلق، بل لمرض معين، فكذا المتحير ينبغي أن يعين ما هو متحير فيه.

في هذا الزمن، من المهم أن يتعلم الإنسان طريقة التعبير عن مشاعره بوضوح. ولكي تعبر عن شيء بوضوح فلا بد من أن تفهمه أولاً. لكن هذا التشتيت الدام

والتخلص الفوري المستمر من الأفكار والخواطر فور ورودها إلى الذهن يمنع الإنسان من فهم مشاعره وأسبابها، فضلاً عن التعبير عنها، فيتخذ التعبير طريقة واحدة هي الصياح.

والغرض من هذه المقاربة الإشارة إلى أنّ الأصل أن يتقصى الإنسان أسباب مشاعره، ومن المفاجآت أن كثيرًا من المشكلات لها سبب بسيط وواضح، لكن حالة الشكوى النفسية هذه تمنعنا من فهم أسباب المشاعر السلبية. تجعلنا الشكوى الدائمة نعتقد أن حل الإشكال في الشكوى منه، والحصول على تعويض عن مشاعرنا السيئة بالتعاطف والشفقة، مع بقاء الحال على ما هو عليه. يتغير اتجاه قصد الإنسان من حل مشكلاته أو التعامل معها إلى الحصول على ما يسمى بالفاليديشن.

أعطني «فاليديشن»

هذا الاحتياج للقبول والاهتمام وما يسمى بالفاليديشن احتياج إنساني مشروع ومفهوم وضروري، مثله مثل الاحتياج للمال.

لكن كما أنه ليست كل طرق الحصول على المال مشروعة، كذلك ليست كل طرق الحصول على الفاليديشن مشروعة. وأحيانا تكون الطريقة مشروعة لكنها لا تليق بأصحاب المروءات، فالشحاتة مثلا طريقة للحصول على المال، لكنها طريقة ذميمة ووضيعة ومحتقرة.

وينبغي أن يسعى الإنسان، على الأقل، أن يحدد احتياجه للمال لئلا يفسد حياته. تخيل إنسانًا نذر حياته كلها لجمع المال.. من شأن هذا المسعى أن يفسد علاقاته الاجتماعية ويدمر صحته. فالمال وسيلة وإذا زاد الأمر عن حده اكتسب الإنسان صفات الجشع والطمع والبخل والخوف من المستقبل والقلق الدائم وربما قاده ذلك للظلم وأكل الحرام ناهيك بإفساد حياته (وهذا الإفساد، بالمناسبة، نتيجة حتمية لكل من يحول الوسائل إلى غايات).

وكذلك السعي للاهتمام والفاليديشن. كثيرًا ما يكون الحديث أمام غرباء السوشيال ميديا نوعًا من الشحاتة التي لا تليق والتعري أمام الآخرين. قد تؤدي هذه التعرية إلى نتيجة من اثنتين: إما التعدي والاستباحة من قبل الغرباء العدوانيين أصحاب الأغراض والنفوس الوضيعة وما ينتج عن ذلك من إيذاء للنفس، وإما التعرض للخداع عن طريق النفاق والمسايرة في أهواء النفس والوقوع ضحية الأوهام من قبل الأصدقاء المتملقين وفق التعريف الحديث للصداقة: تقديم القبول والدعم غير المشروط. صفقة شيطانية يتبادل الناس فيها الأكاذيب ولا يتناصحون ولا يأمرون بالمعروف وينهون عن المنكر.

لكن اختيار من يفضي له الإنسان بما في نفسه عملية شاقة ومسؤولية كبيرة. إذ ربما استخدم محتوى الشكوى ضدك في يوم من الأيام أو أدى الأمر إلى أن تصير محض مادة لفضول الغرباء.

ولهذا خلق الله العائلة والأصدقاء المقربين الذين نتكلم معهم بما لا نتكلم مع غيرهم، ونقبل منهم ما لا نقبل من غيرهم والذين يصدقوننا القول حتى لو كان مؤلمًا. فإذا أصبح كل شيء متاحًا لكل أحد في كل وقت، ضاعت قيمة العلاقات الوثيقة وتغيرت طبيعتها لتحولها من علاقة ثنائية إلى علاقة أطرافها بعدد المتابعين لها، وتحولت من غاية نبيلة إلى وسيلة وضيعة (جلب اهتمام الغرباء) وصار اهتمام الإنسان منوطًا بعيون الغرباء واهتمامهم، مع ما في ذلك من غباوة شديدة وانطماس في البصيرة.

ثم هناك مشكلة أخرى خطيرة في السعي الدائم للفاليديشن: كل ما يروي حاجة الإنسان إلى التركيز على نفسه وجعله أكثر نرجسية، لا انتهاء له. يشبه الأمر الإدمان. يصبح الإنسان بحاجة إلى مدد لا ينتهي من فاليديشن الغرباء عديم القيمة هذا، وهذا نوع من الجنون. من شأن هذا التركيز الجديد أن يحرف كل أهداف الإنسان ويغير طبيعة أفعاله وشكل حياته. يبدأ بتفريغ مكنونات نفسه وينتهي به الحال بتزييف حياته ومشاعره، إلى أن يتحول إلى الإنسان المحتوى.

وثمة مشكلة أخرى في طرق الحصول على الفاليديشن تتعلق بالسرعة. فالأبطأ الذي يكلف جهدًا ووقتًا هو الأدوم والأكثر إشباعًا، بينما الأسرع لا قيمة له ويحول الإنسان إلى مدمن. فالشحاتة أو الاقتراض قد يحولان الإنسان إلى الغنى بسرعة لكن سرعان ما تنفد الفلوس.. في حين أن من يعمل على مشروعه الخاص مثلا يتعب أكثر لكن استقراره المادي يكون أعمق على المدى البعيد وشعوره بالرضا الناتج لا من توفر المال فقط لكن من عصاميته وجني ثمار تعبه وأنّ هذا المال من حر تعبه يكون أعمق وأكثر إشباعًا. وكذلك الأمر في الفاليديشن.. فالعلاقات طويلة المدى تكسب الإنسان رضًا رغم إرهاقها، لا يتحقق من رضا الغرباء الممنوح بلايك.

نجد هذا المعنى مضمنًا في أحاديث مثل «وليسعك بيتك» و«خيركم خيركم لأهله»، وفيها توجيه الأنظار لما يهم فعلاً. فآراء الناس فينا ونظراتهم لنا ليست كلها على القدر ذاته من القيمة. والأمر كما يقول أبو العيناء:

إذا رضيت عني كرام عشيرتي فلا زال غضبانًا عليّ لئامها

والحقيقة المؤسفة، أنّ الإنسان لن يجد في هذا العالم الافتراضي ما يسعى إليه وما يحتاجه من التواصل الإنساني الحقيقي. فسهولة التعبير عن المشاعر والاختفاء وراء الشاشة يؤديان إلى ابتذال المشاعر وتزييفها وانتقاص قيمتها، ويدفعان بالإنسان إلى دائرة مفرغة من استهلاك النفس بحثًا عن الفاليديشن والتعاطف والاتصال في غير أماكنها، واجتذاب الضباع والمختلين والبشر غير الأسوياء، وربما انتهى به الحال إلى التعري الكامل بلا فائدة:

ومكلف الأشياء ضد طباعها متطلب في الماء جذوة نار

الهوس بالغرباء

يقول ميلان كونديرا إنّ جميع الناس بحاجة إلى عيون تراقبهم، يعني أن يروا أنفسهم في عيون الآخرين وبعيونهم. وهم في ذلك أنواع: فهناك من يحتاج إلى عين واحدة، أقصد عين حبيب واحد يرى نفسه من خلالها فيسعد، ولا يعنيه أي شيء آخر.

وثمة نوع آخر بحاجة إلى عدد أكبر من العيون المألوفة من أصدقاء ومعارف. أولئك هم من يقيمون الحفلات وأعياد الميلاد ويجمعون الأصدقاء للخروجات.

أما النوع الثالث، فهم الذين يحتاجون إلى عدد كبير من العيون غير المألوفة. أولئك هم المشاهير والبابليك فيجرز. مساكين حقيقيون حياتهم عذاب، فإذا انقطعت عنهم أضواء الشهرة ولو قليلاً انطفأت أنوار حياتهم وغرقوا في الأحزان.

والنوع الرابع هم الحالمون الذين يعيشون في كنف أنظار موهومة لكائنات لم تأت بعد. يبحثون عن المجد والإجلال في عيون الأجيال القادمة.

ومن مثالب السوشيال ميديا أنها منحت قيمة ضخمة لنظر الغرباء، وأعادت ترتيب أولويات الناس وجعلتهم ينضوون تحت لواء النوع الثالث. ويتجلى هذا في فخر كثير من الناس بأنهم أصبحوا (ترينـد مصر الأول). وكثيرًا ما يكون هذا في حوادث لا تبعث إلا على الخجل، وكانت في الماضي القريب تعد من باب الفضيحة وانكشاف الستر. صارت هناك قيمة لأن يكون الإنسان محط نظر

الغرباء، بصرف النظر عن الموضوع والسياق. يشبه الأمر قصة الأعرابي الذي بال في بئر زمزم، ليكون «مذكورًا ولو باللعن» أو قول ابن الدمينة:

لئن ساءني أن نلتني بمساءة لقد سرني أني خطرت ببالك

هستيريا المشاعر

مع كل حادث جلل، تظهر موجات مفهومة من إظهار الحزن والرثاء على شبكات التواصل. لكن في كثير من الأحيان، يتحول هذا الحزن، بسرعة مخيفة، إلى مندبة ومناحة. وكثيرًا ما يكون هناك تلذذ واضح بالألم وإظهار للمسكنة وهوان الحال مع تشريح منفر جدًا للنفس، أو هكذا يبدو الأمر لي.

أحيانًا تبدو لي هذه الممارسات صورة عصرية لوظيفة النائحة في المآتم الريفية. وليكن معلومًا أنني أتفهم تمامًا الانهيار العصبي وتفلت الأعصاب، بوصفه حالة استثنائية، لكن ما يظهر أحيانًا على السوشيال ميديا من انهيار نفسي لقطاعات كبيرة من الناس يبدو لي أمرًا غريبًا يستحق المساءلة والتفكير.

هل الغرض هو التعبير عن الحزن وتقديم العزاء للحزانى وإظهار المشاركة؟ هذا غرض نبيل، لا شك، لكن لماذا يكون مصحوبًا في كثير من الأحيان بنشر صور مؤذية أو عبارات تتفنن في شرح المعاناة وتضخيمها؟ هل الرغبة هي استثارة وتحريك عواطف أعمق من الحزن؟ لماذا؟ ما الهدف؟ هل ثمة اعتقاد كامن أنّه كلما تعمقت حدة مشاعر الحزن، فإنّ من الممكن استثمارها وتحويلها لنشاط سياسي يغير من الواقع؟ هل ثمة اعتقاد أنّ مشاعر الناس ماتت بسبب كثرة التعرض اليومي للحوادث والنوازل من كل أنحاء العالم واعتيادهم عليها، وبالتالي لا يكفي التعبير البسيط عن الحزن أو الغضب أو التعاطف، ولا بد من أن تكون المشاعر المعروضة أكثر تطرفًا لتكون أكثر صدقًا؟ هل المقصود من هذه المبالغة في التعبير إحياء مشاعر الكاتب نفسه الذي ارتفعت عتبته الشعورية وتبلدت مشاعره؟

ليس غرضي هنا التقليل من فداحة الأحداث ولا التشكيك في صدق المشاعر بالضرورة، لكنني أشير إلى أن الرثاء غير المكلمة، وطرق التعبير عن الذات ليست حتمية، بل تسري على السوشيال ميديا قوانين الاجتماع البشري. كثيرًا ما تشيع ممارسات نعتبرها من المسلمات، من دون أن يخطر على بالنا ما يكتنفها من خلل في السواء النفسي ومن دون مساءلة لها من جانبنا.

ولنسأل أنفسنا: هل من الممكن إظهار الحزن والجلد في الوقت نفسه؟ هل هذا الإطلاق غير المنضبط لمشاعر رثاء الذات أمر صحي أو طبيعي؟ هل ثمة طرق أخرى للتعبير عن التضامن والحزن من دون إراقة ماء الوجه؟

الذي يبدو لي أنّ هذه الأساليب هي جزء من تيار نفسي أكبر يجعل الشكوى أول وسيلة يلجأ إليها الإنسان لحل مشكلاته، ويرى التعاطف ثمنًا يقبضه مقابل معاناته في سياق يرى المظلومية وسام شرف. يتسابق الناس للحصول على نصيب من لقب «مظلوم». كأنّ هذه الحوادث الضخمة فرصة لعدد متزايد من الناس يتوقون للتعبير المنفلت عن النفس ويحتاجون إلى جنازة يشبعون فيها من اللطم، كما يقول المثل المصري. بل ربما شعر بعض الناس بالحسد والغيرة من بلايا الآخرين، فيسطو عليها للحصول على نصيب من التعاطف وتوجيه الأنظار إلى مشاعره، ولسان حاله يقول: وقعت مصيبة لغيري، تعالوا أحك لكم عن مشاعري!

وليس الأمر مقصورًا على الحزن والرثاء. في الواقع، تبدو هذه المبالغات في الأمور البسيطة أو التافهة. إذ صارت المبالغات اللفظية، شائعة في وصف كل شيء. ثمة حالة من تضخيم المشاعر والمبالغة الكاريكاتورية في توصيفها، والانتقال من الإفراط في الشكوى إلى الإفراط في التبجح.

يؤدي كثرة الاعتياد على هذا الإطلاق غير المنضبط للمشاعر، والتعبير الهستيري عنها، وتأجيج العاطفة وتغليبها، في مقابل تغييب التفكير الهادئ، إلى تحول عدد كبير من الناس إلى براميل متفجرة. تزداد سرعة استجابة الناس

الخطاب الهستيري ويسهل استفزازهم وتحريكهم، واستعدادهم للانزلاق في نوبات من الجنون وترك العنان للنفس. يتحول الإنسان إلى كتلة من المشاعر الملتهبة الساعية للتنفيس في أجواء من غياب مراقبة الذات والوعي بها.

بطبيعة الحال، فإنّ اختلاط هذا العدد الضخم من البشر من جميع المستويات والفئات العمرية والأماكن الجغرافية والخلفيات الفكرية والمستويات المادية والاجتماعية، يعني حتمية وجود آراء منحطة أو مجنونة. لكن ثمة شيء آخر خطير يفاقم من المشكلة، وهو أن تصميم السوشيال ميديا يجعلها بيئة مناسبة للجنون والمجانين والحمقى ويمنحهم سلطة كاسحة. فمن ناحية تجتذب المجانين وتعطيهم القدرة على حشد الجماهير وجرهم إلى سجالات مجنونة أو منحطة أو هستيرية، ومن ناحية أخرى ربما أدت إلى تجنين العقلاء وأنصاف العقلاء بسبب البيئة المشبعة بالأجواء العاطفية المنفلتة المليئة بالصياح، مع كثرة المدخلات وضيق الوقت بما لا يسمح أصلا بالتفكير والفرز والتحليل والتعقل. يؤدي كثرة التعرض إلى تلك الأجواء إلى تغليب التصرفات غير الواعية على التصرفات الواعية.

والقصد أنّ هذا التعرض المستمر للسوشيال ميديا وفيضان الآراء المختلفة شديدة الاختلاف والخواطر والوسوسات ورعونات النفس والناس من مختلف الأعمار والتوجهات والطبقات، مع الوضع العام المتأزم والحالة الضاغطة اقتصاديًا وسياسيًا ووجود مشكلات لم تحل وفواتير لم يدفع ثمنها بعد، كل هذا يجعل الناس في حالة من الهياج والسعار. يمسي الإنسان عاقلاً ويصبح مجنونًا. الفرق بين العقل والجنون خطوة واحدة. زحليقة يركبها الإنسان ترميه في عالم من الجنون والصراخ الهستيري والخناق مع الأشباح والانخراط في سلوكيات لا عقل لها.

لا يتطلب الأمر أكثر من لحظة يقرر فيها أي إنسان مختل ارتداء الحزام الافتراضي الناسف وتفجير نفسه في «التايم لاين» بأي رأي مخبول فيحدث دوامة تسحبنا جميعًا ونتفاعل معها بهستيريا ونفقد صوابنا فنصبح بالتدريج

أبعد قليلاً عن العقل وأقرب من الجنون فنلبس أحزمتنا الافتراضية الناسفة ونفجر أنفسنا في التايم لاين. وتتحول النقاشات نفسها لنقاشات مجنونة تخلق حالة من التوتر الدائم تجعل الحليم حيران. تشبه عملية التجنين هذه ما يحدث في التسويق الشبكي: كل مجنون يسحب مجنونَين تحته وهكذا..

ومن أخوف مخاوفي أن أفقد في مرة سيطرتي على نفسي ويغيب الحد الفاصل بين العقل والهستريا، ولهذا أضطر كثيرًا إلى إغلاق هذه الوسائل لاستعادة ضبط المصنع والرجوع لحالة من الاتزان خوفًا من الاعتياد على الجنون والتطبيع معه.

كيف نتعامل مع المشاعر؟

لا أخفيكم أنني أشعر بالقلق وعدم الراحة من التعبير عن المشاعر (أو بالأحرى قل: المشاعر الطازجة في مرحلة الفوران) على الشبكات الاجتماعية لأسباب متعددة منها ما يتعلق بالخصوصية لأنّ مشاعر الإنسان وخواطره النفسية هي أعمق ما لديه وهي أمور ذات قداسة، والتعود على نشرها لكل الناس في كل الأوقات من دون تمييز يبتذلها.

ومنها ما يتعلق بالتعامل الصحي مع الخواطر والنزعات: فبعضها ينبغي التأمل في أسبابه وبعضها لا تحسن مشاركته إلا مع الله أو مع خواص الإنسان إلخ. أما تعويد الإنسان على التخلص من مشاعره فور ورودها والتعامل مع هذه الشبكات بوصفها مكبًا للنفايات، فيجعله إنسانًا مسطحًا ويمنعه الاستفادة من مشاعره. وربما فوت هذا السلوك على صاحبه حل مشكلة بصرف جهده عن حلها إلى التعبير عنها. تشبه المشاعرُ هنا الألَمَ العضويَ من حيث تنبيهها إلى مشكلات ينبغي التعامل معها.

وبعضها يتعلق بالرغبة في عدم التشويش على الآخرين بلا داع. وبعضها يتعلق بالمركزية المقززة التي لا شك تصيب الإنسان كلما اعتبر أن مشاعره هي أهم شيء في الوجود وأنها موضوع ينبغي جذب الاهتمام إليه، ومنها اعتبارات أخلاقية تتعلق بالسطو على أحزان الآخرين بجعلها نوعًا من المصاب

الشخصي لصرف الأنظار إليه والحصول على نصيب من الاهتمام، ومنها ما يتعلق بالاعتياد على مشاركة المشاعر مما يؤدي إلى تزييفها فيفكر الإنسان فيما ينبغي له أن يشعر لا ما يشعر به فعلا. ومنها أن يتحول التعبير عن الشعور إلى أهم من الشعور نفسه فيفقد الصدق والأصالة.

ومنها تعويد الإنسان على العجز والشكوى والنواح واستدرار العطف والمظلومية والمتاجرة بمشاعره وأحيانًا مشاعر الآخرين. ومنها المساعدة على شيوع أجواء هستيرية تسمم النقاش العام وتحوله إلى ما يشبه حفلات الزار.

ومنها ما يتعلق باستغراق الإنسان في هذا السلوك فيفقد الوعي الذاتي ومعرفة ما ينبغي ستره أو ما لا يليق عرضه.. فيصير خفيف العقل قليل الكرامة، ناهيك بزيادة هشاشته النفسية وقلة تجلده وانعدام صبره، والصبر والتجلد أمور لا غنى عنها لأي إنسان. ومنها تحويل الاستثناء إلى أصل فيؤدي ذلك إلى تخريب الأجواء العامة ومنح الأمور أحجامًا غير طبيعية. ومنها إشاعة أجواء يغيب فيها سؤال الغاية، واعتياد الإنسان على رمي الكلام من دون أي احترام لقيمة الكلمة. ومنها حقيقة تداخل العوالم والمجالات في الفضاء الافتراضي، مع أنّ بعض الخطاب يصلح لبعض الأوقات مع بعض الأشخاص ولا يصلح في غيره، وأسباب أخرى.

ابحث عن فضولي

من الصفات الذميمة التي انتشرت وتوحشت بفعل السوشيال ميديا صفة الفضول. ولا أقصد هنا قصر الكلام على الفضول الخام بمعنى الرغبة في معرفة ما يسع الإنسان جهله ولا يفيده العلم به، وإنما الفضول بمعنى التوسع من كل ما لا فائدة فيه، فيشمل فضول القول والهزار والنظر وتتبع كل ما لا فائدة فيه، وكل هذا من باب اللغو.

تجعلنا الحياة المعاصرة طوال اليوم بين محفزات ودوشة وإثارة بصرية وذهنية فلا يكاد يصفو للإنسان لحظة يتأمل فيها. وإن أردت أن تعرف قدر كلامي هذا،

فجرب أن تعيش في مكان هادئ لفترة وجيزة من دون مؤثرات ولا مدخلات ولا إنترنت لو استطعت. ولهذا فإنّ النصيحة المقصودة من الحديث النبوي الشريف «وليسعك بيتك» تقليل الفضول، وتقليل المدخلات.

في رواية من الظل لخوان خوسيه مياس وصف دقيق لهذا الأمر. ينتهي الحال ببطل الرواية، دميان، مختبئًا في خزانة في بيت إحدى الأسر. يطيب المقام لهذا الرجل، غريب الأطوار، في مكانه الجديد حيث يراقب العائلة وحياتهم الشخصية ويكوّن الآراء حول هذه الأسرة وتصرفات أعضائها.

جعلتنا السوشيال ميديا نوعًا ما مثل بطل هذه الرواية الذي ترك حياته الفعلية الكئيبة، وقنع بالإثارة الناتجة من المراقبة والتلصص والفرجة على حياة الآخرين. في واحد من مشاهد الرواية يسأله المذيعُ المُتخيَّلُ إن كان تصرفه هذا أخلاقيًا، فيجيب: وأي أذى ألحقته بأحد؟ إن السؤال المطروح ههنا: هل تلصصنا على الآخرين والاقتيات على خصوصيتهم أمر أخلاقي (حتى لو كانوا هم من ينشرون تفاصيل حياتهم)؟

وأيًا ما كان الجواب، فالمراد هنا أثر التطفل على المتطفل نفسه الذي انكمشت حياته إلى أن تلاشت، فقنع بالمراقبة والعيش في الأوهام. كأن المعنى المراد أنّ حيوات الآخرين الذين نجعلهم موضوعات لتطفلنا وفضولنا تتمدد لتأكل من حياتنا بقدر فضولنا، حتى ينتهي الأمر ولم يبق للإنسان من حياته شيء. ينشغل بالنا وتضيع طاقة أذهاننا فيما لا طائل من ورائه إلى أن نتحول إلى الشخصية الشبحية التي انتهى إليها دميان، الذي صار يعيش في ظل حياة الآخرين. «كان يبدو له مريحًا أن يكون فردًا من تلك المجموعة بوصفه شبحًا. قد لا يجد نفسه في أي دور من الأدوار الأخرى. لم ير نفسه لا كزوج ولا كزوجة ولا كابنة. فقط كحضور غير مرئي، يستمتع بدور الرقيب».

فضول الكلام

بسبب السهولة المفرطة للكلام والنشر، تقلص سؤال الغاية، وانقطعت العلاقة بين الفعل والغرض، أو كادت. وكل هذا بفعل تراكم السلوكيات اليومية وتحولها إلى عادات وطباع تغير الإنسان من دون أن يدري.

بمرور الوقت، يؤدي إطلاق العنان لخطرات النفس ووساوسها إلى الإخلال باتزان الإنسان. تأتي مشاركة المشاعر على حساب مشاركة الآراء، ويأتي الكم على حساب الكيف. لا يعود الإنسان للتساؤل عما إذا كان ما هو بصدد مشاركته مما ينبغي مشاركته. هل هذا هو الوقت المناسب؟ هل هذا هو الجمهور المناسب؟ هل هذه هي الصيغة المناسبة؟ ما هو الغرض من وراء هذه المشاركة؟ هل هذا الغرض أخلاقي ويتسق مع معاييري القيمية؟ هل الأمر يستحق؟

ما مصير المشاعر وأنصاف الأفكار التي تلقى على قارعة منصات التواصل؟ ألا تؤدي هذه المشاركة المتسرعة للخواطر قبل اكتمالها إلى قتل إمكانية الانتفاع بها؟ هل وظيفة مشاعر الإنسان وخلجات فؤاده الإعلان عنها والتصريح بها والتعبير عنها؟ أم أن وظيفتها مساعدة هذا الإنسان على الوصول إلى فهم ما، وتحسين وضعه وتزكية نفسه؟

هل ينبغي معرفة كل شيء؟ ما هي حدود ما ينبغي معرفته عن الغرباء؟ هل من قبيل التصرفات الصحية التعبير الفوري عن كل خاطرة؟ والرصد الدائم لخواطر

عدد كبير من الغرباء؟ ما مدى تأثير هذه السلوكيات اليومية الهستيرية على نفسية الناس؟ هل من الصحيح أن يقضي الإنسان يومه، من ساعة صحوه إلى وقت نومه، في تفريغ حمولة لا وعيه واستهلاك حمولة لا وعي الآخرين على مدار الساعة، فيقضي يومه غارقًا في سحابة من الأفكار والمشاعر الهلامية؟

وإذا كان الإنسان هو مجموع ما يراه ويسمعه ويفعله ويقرؤه، وإذا كانت الأفكار التي تدور في ذهنه هي مجموع ما تتلقاه حواسه طوال اليوم، والقضايا التي يتفاعل معها، فما أثر هذا التشتت على سلامته النفسية واستقراره وقدرته على التأمل والتفكر والاختلاء بنفسه من غير تشويش؟ هل من الممكن أن يكون هذا الوضع الجديد من أسباب زيادة معدلات الشعور بالقلق والاكتئاب؟

وسعت السوشيال ميديا من مدى تجاربنا وفرادتها، وإن كانت تجارب افتراضية. ومع ذلك، فإنّ استفادتنا من هذه التجارب يكاد يقترب من الصفر. وأعني بالاستفادة استخلاص العبرة وتكوين منظور جديد للحياة يساعدنا على فهم حياتنا بشكل أفضل. حتى المواقف المحزنة تحتاج إلى وقت. اتعاظ الإنسان بالموت مثلاً، يستدعي منه التوقف والتأمل واستيعاب طاقة الحزن وعدم تبديدها من خلال التعبير الهستيري عنها، ثم الانتقال السريع إلى الكوميكس والميمز لكي ينسى أحزانه، ويغرقها في سحابة من التشتيت والفضول.

إهدار قيمة الكلمة

أدى هذا الاستغراق في فضول الكلام، ورمي الكلام بلا حساب إلى إهدار قيمة الكلمة.

وبسبب السرعة وانتظار الفاليديشن من الغرباء ومحاولات رسم الشخصية والرغبة في التصدر، لم يعد هناك وقت للتدقيق، وكثيرًا ما يأخذ الناس عقائدهم ومواقفهم الأخلاقية والدينية من المنشورات والتغريدات، وربما سولت لهم أنفسهم تشكيل الرأي العام للآخرين بما يتراءى لهم من مشاعر نفوسهم وخطرات وساوسهم. تلقى الاتهامات جزافًا ويُتعدى على أعراض الناس ويتصدر

غير المؤهلين في الأمور العظيمة. تنتشر الأكاذيب وتُتداول، ويتخلى الناس عن مسؤولياتهم فيما ينشرون، وبمرور الوقت تتآكل قدرة الناس على التمييز بين الصدق والكذب، ولا يعود لكلام الإنسان قيمة.

لكن من المهم أن نذكر هنا بأنّ كل ما يفعله الإنسان في هذه الحياة يؤثر عليه تأثيرًا فوريًا، ولهذا فإنّ للكلمة في الإسلام قيمة عظيمة: «قولوا للناس حسنًا» و«الكلمة الطيبة صدقة» و«من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيرًا أو ليصمت» و«قل لعبادي يقولوا التي هي أحسن» و«إن العبد ليقول الكلمة من سخط الله لا يلقي لها بالاً فتلقي به في النار سبعين خريفًا».

فالكلمة قد يلقيها إنسان من دون أن يعرف أثرها على الآخرين أو أثرها على نفسه، ولا سبيل إلى معرفة العلاقة الدقيقة الكاملة بين الأسباب والنتائج في هذه الدنيا. حتى يوم الناس هذا، لا زلت أتذكر كلمات قيلت لي في طفولتي، وأتذكر تأثيرها كأنما قيلت لي اليوم.

الإغراق في المؤثرات

وإلى جانب التشويش الناتج عن كثرة المدخلات، والشعور بالعجز الناتج عن كثرة الأخبار المحبطة، والإنهاك العقلي الناتج عن كثرة المعلومات التي تحتاج إلى معالجة، ثمة شيء آخر هو ضعف الأحاسيس بسبب كثرة الإغراق في المؤثرات. والمثال الذي يحضرني هنا هو الضحك.

ضحكت منذ فترة على شيء ما، ثم انتبهت إلى أنني لا أذكر آخر مرة ضحكت فيها بهذا العمق، وأنني محروم بالفعل من هذا الإحساس الجميل الذي صار نادرًا. ثمة مفارقة ههنا، لأنّ معظم أيامنا صارت تُقضى في التسلية والبحث عن النكتة والإفيه، وصارت الدعابات والميمز هي السياق الذي تعرض فيه المعلومات والمواقف والأخبار والقضايا. لكن يبدو أنّ سر ندرة الضحك العميق يكمن في هذا الأمر: الغرق في الميمز وتحول التسلية والمرح إلى القاعدة، وتحول الجد إلى استثناء أفقد الضحك معناه. وصلنا إلى مرحلة

التشبع، لا في الضحك فحسب وإنما في المشاعر الأخرى التي فقدت كثيرًا من معناها وعمقها وصدقها وأصبحت مشاعًا مبتذلاً.

يبدو أنّ قيمة بعض الأشياء في أن تكون استثناء، وحينها فقط تؤدي وظيفتها بنجاح. وهذا جزء من نقص الدنيا، أنّ الكم لا يكون إلا على حساب الكيف.

أفد طبعك المكدود بالهم راحة يراح وعلله بشيء من المزح

ولكن إذا أعطيته المزح فليكن بمقدار ما تعطي الطعام من الملح

أما الآن، فإن الواحد منا يمر طول اليوم بحالات مختلفة من الضحك: الابتسام، وإدراك المفارقة (الضحك العقلي) إلخ، لكن لا فرصة للضحك العميق.

تتمثل وظيفة الضحك، وسر نجاحه في انتشال الإنسان من حالة ما. تكون المفارقة مدهشة وكلما زادت حدتها وكانت غير متوقعة كان الضحك أعمق. لكن لو قضى الإنسان يومه في هذه الحالة المزاجية من الضحك والتسلية، المخلوطة بتعكر المزاج وتشتت البال فلن تؤثر فيه النكتة، لأنه لا يكون مستغرقًا في حالة ما تنتشله منها النكتة أو المفارقة الاستثنائية وغير المبتذلة من حالته. فهو طوال اليوم منوم مغناطيسيًا يطفو على سطح المشاعر من دون استغراق في أي شيء بما يكفي للحصول على ثمرة الضحك. تلك مفارقة أخرى: أن الاستغراق في الضحك يؤدي إلى الحرمان من قيمة الضحك. يشبه الأمر الإدمان، فالرغبة في المزيد من المشاعر الناتجة عن المادة المخدرة تؤدي إلى الحرمان من هذه الثمرة وارتفاع الحد المطلوب للحصول عليها.

لكن ثمة كارثة أخرى تؤثر مباشرة على الحالة المزاجية لمستخدمي السوشيال ميديا؛ لكل منا واجبات ينبغي له القيام بها. والعجز عن الوفاء بهذه الواجبات من أهم مسببات الشعور بالضيق والذنب.

ويؤدي عدم فعل المهمات الضرورية وتراكمها إلى الشعور بالضيق والهم والثقل وتكدر المزاج، الذي تهرب منه بمزيد من المشتتات، فيتفاقم الوضع

وتستمر الدائرة في انغلاقها. ولن ينتهي هذا الشعور إلا إذا أدى الإنسان ما عليه، ولا يمكن أداء الواجبات إلا بالتركيز.

فالتركيز هو الوسيلة الوحيدة لإنجاز أي شيء. وقاعدة تعلم أي شيء هي أنّ الأمور التي تكرس لها وقتًا أطول وتركيزًا أعمق سوف تتقنها بشكل أفضل وفي وقت أسرع. ويصدق هذا على المهمات الضخمة مثل إتقان علم أو حرفة، كما يصدق على المهمات اليومية البسيطة.

هذا التركيز مهارة يتعلمها الإنسان، لكنها مهارة تزداد ندرة، ويزداد تحصيلها صعوبة بمرور الأيام، لأنّ المشتتات أصبحت متاحة بشكل غير مسبوق، وأكثر الناس أصبحوا يعانون من درجة غير مسبوقة من التشتيت والتيه وتشوش الذهن.

ومشتت العزمات ينفق عمره حيران لا ظفر ولا إخفاق

ولأنّ التركيز مهارة قابلة للتعلم، فهو أيضًا قابل للنسيان. وبسبب انتشار الهواتف الذكية، فقد كثير من الناس القدرة على التركيز ولو لدقائق، وهذا مما عمت به البلوى وكثرت منه الشكوى. ولم يعد غريبًا أن ترى شخصين يتكلمان، ثم يخرج أحدهما هاتفه، في منتصف المحاورة، لتصفح الرسائل! ما معنى هذا السلوك؟ يمكن أن تلمح سمات إدمانية واضحة في هذه التصرفات. يكاد أن يصبح تفقد السوشيال ميديا كل دقيقة نوعًا من الوسواس القهري.

أدى هذا التجريف لقدرة الذهن على الحضور وجمع النفس على الانشغال بأمر واحد، إلى الإضرار بالإنجاز. فالمهمة التي كانت تستغرق ساعة من التركيز، صارت تنتهي بعد أربع ساعات من القفز بين أمور متنوعة، وصارت تستهلك جهدًا ذهنيًا أكبر بكثير. والنتيجة ضياع الوقت والجهد والشعور الدائم بالإرهاق والمشاعر المبهمة والتقلبات المزاجية الحادة.

سبب هذه الإنهاك أنّ جولة واحدة (سكرولينج داون) على أي منصة من منصات السوشيال ميديا لمدة عشر دقائق مثلاً تكون ملآى بالمعلومات الكثيرة المتنافرة غير المفيدة، إن لم تكن مضرة، والتي يستهلكها الإنسان بسرعة فترهق

مخه بلا داع وتشتت انتباهه وتبدد صفاء ذهنه، ويبقى أثرها في نفسه. قد تقرأ خبرًا عابرًا لثانيتين، وتنساه، لكنّ هذا الخبر يكون سببًا في شعور بالضيق وتعكر المزاج يلازمك طوال يومك.

تسلية حتى الموت

ويؤدي هذا السعي الدائم إلى التسلية وتشتيت الذهن إلى إضعاف الإنسان، لأنه يفقد قدرته على تحمل الملل، فيلجأ إلى الهروب مع أول بادرة من بوادر السأم. لكن تحمل الملل والمتاعب والمكابدة جزء أصيل من أي إنجاز ذي قيمة.

ومن طلب العلوم بغير كد سيدركها إذا شاب الغراب

إنَّ قدرة الإنسان على التعلم والإنجاز وتحقيق أي شيء مرهونة بقدرته على ضبط نفسه وتحمل الألم الحالي (لأنّ الملل مؤلم) انتظارًا لجزاء في المستقبل.

ومن لم يذق مر التعلم ساعة تجرع كأس الذل طول حياته

بينما يكون الإخفاق وعدم النضج نتيجة لاختيار المتعة اللحظية على الجزاء المستقبلي (وهذا هو جوهر التصور الديني للحياة بشكل عام، فالآخرة ﴿خَيْرٌ وَأَبْقَىٰ﴾).

وإذا أصبح الإنسان سريع الهروب فإنّ قدرته على التعلم تتآكل، وأعني هنا التعلم بمعناه الواسع الذي يشمل الاستفادة من خبرات حياته اليومية، لأنّ هذه الاستفادة بحاجة إلى تأمل واستخلاص للدروس، أما التشتيت الدائم فإنه، بالتعريف، عدو للتأمل. عملية التأمل هذه من الأمور المؤلمة التي يفضل الإنسان الهرب منها.

ولكل هذا فإنّ ثمة صفتين لا غنى عنهما يحتاجهما الإنسان المعاصر: أولهما عدم التسويف، أي أداء واجب الوقت، فلا يؤجل عمل اللحظة الحالية إلى اللحظة التي تليها، وثانيتهما التركيز: أن يفعل الشيء الواحد في الوقت الواحد، فما جعل الله لرجل من قلبين في جوفه.

هاتان المهارتان كفيلتان بتحسين حياة الإنسان وتقضيان على أكثر مشكلاته وتخففان من قلقه: أن يتحمل الألم القليل الناتج عن فعل الضروريات المملة ويبدأ بالأهم فالمهم ويفعل كل ذلك بتركيز، فيرتاح باله ويعفي نفسه من ألم القلق المزمن الذي يطارده طوال اليوم ويعكر عليه صفو مزاجه.

لكن الملل أشد أعداء الإنسان في هذا الزمان. وسر انسحاق الإنسان أمام الملل: كثرة المشتتات والملهيات ورفض الألم بجميع أنواعه، والملل مؤلم.

يؤدي الملل إلى التسويف، ويؤدي التسويف إلى الشعور الدائم بالضيق والتوتر وتأنيب الضمير. يهرب الإنسان من كل ذلك باللجوء إلى التسلية، تسلية حتى الموت على حد تعبير نيل بوستمان، لكن الضروريات تظل تضايقه وتكدر عليه صفو أوقاته، لأنه لا بد مما لا بد منه.

إنَّ النصيحة الكليشيهية التي لا بد منها في هذا السياق هي ألا يؤجل الإنسان عمل اليوم إلى الغد. يؤدي إنجاز الضروريات المهمة ومقاومة الملل المترتب عن فعلها إلى نوم أهنأ وبال أهدأ وحياة ألطف.

التركيز وتعلم الاستغراق في أداء الفعل الواحد في الوقت الواحد نعمة عظيمة حرمنا منها نمط الحياة القائم على التشتيت الدائم. جرب إغلاق كل شيء لساعة واحدة والتركيز على نشاط واحد وراقب تحسن مزاجك وقدرتك على الإنجاز والإبداع، واقرأ إذا شئت، عن تقنية العمل العميق «ديب ورك» وأثرها.

والذي وجدته بالتجربة أنّ أكثر المهمات الضرورية الثقيلة على النفس يختفي ثقلها أو يقل بمجرد البدء فيها، وينطبق عليها قول الله:

﴿ادْخُلُوا عَلَيْهِمُ الْبَابَ فَإِذَا دَخَلْتُمُوهُ فَإِنَّكُمْ غَالِبُونَ﴾

﴿وَعَلَى اللَّهِ فَتَوَكَّلُوا إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ﴾.

الاحتياج للصمت

الصمت والتأمل من احتياجات الروح، لكن هذا الضجيج الإلكتروني الدائم يمنع الإنسان من أي لحظة يختلي فيها بأفكار ويصفي ذهنه. يجعله التشتيت الدائم في غيبوبة. حياة آلية لا صحو فيها ولا معنى لها. بمرور الوقت تكاد تنعدم قدرته على الاختلاء بنفسه. ويصير قطع هذا التواصل الزائف أخوف مخاوفه، والتعرف على حقيقة نفسه وموقعه من الحياة كابوسه الأكبر، فيكون عارفًا لملايين المعلومات التافهة جاهلاً بنفسه التي بين جنبيه، فتسيطر عليه المخاوف والمشاعر المبهمة والتقلبات المزاجية الحادة ويعيش في تيه وحيرة.

يقع في مصيدة وهم انتظار المستقبل: هو الآن تعيس، لكن اللحظة القادمة سوف تجلب شيئًا ما وتغير كل شيء، ويظن الفرق بين المتماثلات. قد تكون بداية تحرير الإنسان نفسه من هذا الوهم والتيه أن يخصص 10 دقائق كل يوم يغلق فيها كل شيء ويستمع إلى صوت خواطره وحديث قلبه، أن يبدأ الإنسان في التركيز في صلاته اليومية التي تنتشله من هذا التشويش الدائم، وأن يتخذ بعض الإجراءات الضرورية مثل عدم بداية يومه بتصفح السوشيال ميديا، أو إغلاق الهاتف عند الاجتماع مع الأهل والأصحاب.

النرجسية أصل الشرور

من الغريب، بالنسبة لشخص مثلي يعيش في القرن الحادي والعشرين، أن يقرأ عن محاولات الكتاب الكبار نشر أعمالهم منذ أقل من قرن مضى. اقرأ مثلاً

كلام الشيخ علي الطنطاوي عن شعوره عندما نشر أول مقال له، وقارنه بحالنا. للمرة الأولى في التاريخ يكون لكل إنسان تقريبًا منصة موجهة للعالم، من دون أيه صعوبات في النشر أو اشتراطات للكفاءة أو الأهلية. لكل منا صحفة بمثابة الجريدة الرسمية ينشر فيها صوره وأخباره وآراءه في كل شيء، ويؤكد شخصيته وينفخ أوهامه. إنّ مشاركة وجبة الغداء مثلاً أو رأيك في شأن ما، يفترض ضمنًا أهمية هذا الرأي وأهمية مشاركته.

هذا التغير النفسي غير مسبوق في تاريخ البشر. امتلأ العالم بملايين البشر منتفخي الأنوات. وكانوا في الماضي يقولون إنّ الإنسان إذا مات كثر مادحوه، وما انتفاعه بذلك؟ أما اليوم فكل إنسان قد تلقى من المدائح ونوافخ الذات ما يزيد عن المعقول.

تزيد التكنولوجيا التي نستخدمها في زمننا الحالي من هشاشتنا لأنها تحول اتجاه نظر الإنسان إلى الداخل. بدلاً من أن تنظر عيونه إلى العالم بالتحليل والتفكير، تتجه إلى داخل نفسه. يقضي هذا الإنسان معظم يومه في التفعيص وتحليل مشاعره وتصنيفها ووضع الملصقات عليها وتضخيمها وتكبيرها ثم نشرها للأغراب والتفاعل معها في دائرة لا تنتهي.

تحولت بعض الحسابات (ولا سيما على تويتر وإنستجرام) إلى معابد للذات ومكبات لأحدث نتائج فحص الإنسان لنفسه. هذا التركيز على النفس طوال اليوم يمنع الإنسان من بناء شخصيته ومن النضج. وصحيح أنّ المكافآت التي تأتي بعد تعب وجهد (أي تلك التي يكون مصدرها الأسرة والعلاقات القائمة على أرض الواقع) أصعب في الحصول عليها، لكنها أدوم وأعمق.

يرى الدين أن من المفترض أن يسعى الإنسان للتزكية، وهو مفهوم يتعارض مع قبول النفس. لكن هذا التفعيص الدائم للنفس يفترض في المشاعر أنها كينونة ثابتة تحتاج إلى كشف لحقيقتها وتوضيحها وإبرازها ثم عرضها للآخرين لقبولها والحصول على دعم غير مشروط. في حين تفترض التزكية سعي الإنسان الدائم

لمقاومة كل ما هو وضيع في نفسه ونهي النفس عن الهوى (المعبود الأكبر في هذا الزمان وفي كل زمان)، والمجاهدة والكد والسعي. أما قبول النفس فيفترض أن نفسك هي القبلة التي تتوجه إليها وتحتاج إلى معرفة اتجاهها والرضا عنها.

من القيم الجديدة التي نتجت عن ذلك، تمجيد أن يكون الإنسان نفسه (to be yourself)، وأنَّ الإنسان الجيد من يقبل الناس على علاتهم. فتحولت الصداقات إلى علاقات من النفاق المتبادل والقبول الزائف وغض البصر عن العيوب: تجاهل مصائبي وأنا أتجاهل مصائبك.

وهذا القبول للنفس ليس إلا إعادة صياغة لعبادة الإنسان لهواه. وإلا فما العمل لو أن هذه النفس مليئة بالعيوب؟ إنَّ الإنسان الذي بلا مرجعية سوى نفسه إنسان نزل في طريق الانحطاط لأن النفس أمارة بالسوء. وليست وظيفة الإنسان أن يقبل نفسه على طول الخط من غير مساءلة بل أن يسعى إلى تزكية هذه النفس ومعرفة عيوبها والتخلص من هذه العيوب لا أن يقبلها كما هي ويدعو الآخرين لقبولها ومعاملته معاملة الأطفال وكأن السمات الشخصية عاهات مستديمة.

لا شك في إغراء عبادة الإنسان لنفسه وشعوره أنّ الآخرين عبيد له ولرغباته. لكنه شعور مدمر. فالنرجسية أصل الشرور. وكلما استعظم الإنسان نفسه استحقر غيره ورأى لنفسه من الحقوق ما لا يراه لغيره، وصعب عليه أن يرى العالم من منظور غيره. فيضرب حول نفسه سورًا، ولا يسمع ولا يفهم.

وهدف الدين والأسرة والاهتمامات الخارجة عن الإنسان سحب هذا الإنسان من هذه الدوامة التي لا انتهاء لها. ولهذا يكره كثير من النرجسيين المعاصرين الزواج والإنجاب ويقفون موقفًا متشككًا من الدين. يحول الدين المركز من نفس الإنسان إلى الله. وانشغال الإنسان بذكر الله هو أعظم ما يحدث له. وقد كنت قديمًا أظن أنّ فائدة الذكر أخروية بالأساس مع فائدة دنيوية بسيطة متعلقة بتخفيف المخاوف وتذكير الإنسان بالحقائق، لكن اتضح لي الآن أنّ الفائدة الأكبر لذكر الله، أنّ من لا يذكر الله يذكر نفسه، والنفس بحر من الرمال المتحركة.

يؤثر هذا الشعور المتنامي بتضخيم الذات على العلاقات العاطفية أيضًا. وأظن، والله أعلى وأعلم، أن ثمة علاقة طردية بين امتلاء الإنسان بنفسه وشعوره المبالغ فيه بالاستحقاق مع كثرة الخيارات المتاحة من ناحية، وهذا الشعور الطاغي بالملل والتطلع للتجديد والتغيير في كل شيء، بدءً من الملابس والمنتجات، وانتهاء بالبشر.

وقد لاحظت في الفترة الأخيرة زيادة كلام الناس عن العلاقات الإنسانية، وتبرمهم منها، والنظر إليها باعتبارها عبئًا ينبغي التخلص منه إذا قلت عوائده، كما يتخلص الإنسان من هاتفه القديم إذا ظهر هاتف جديد ذو إمكانيات أعلى.

ويهيّأ لي أحيانًا أنَّ بحث بعض الناس عن المحبة ليس إلا بحثًا عن عبد، لا عن حبيب، أي البحث عن شخص تكون وظيفته الدائمة والوحيدة نفخ هذه الذات المتضخمة وتلميعها. لا يهم ها هنا شخص الحبيب وإنما وظيفته وقدرته على أداء هذه المهمات الوظيفية، بحثًا عن سراب الإشباع التام، ولا يملأ عين ابن آدم إلا التراب.

وأقول بصراحة إنه إذا تضخمت نفس الإنسان عند درجة معينة فإنه لا يعود قادرًا لا على المحبة الحقيقية ولا على التدين الصادق. وأظن أنَّ من الحكم العظيمة التي نحتاجها في هذا الزمان، ما قاله عمرو بن العاص لما كان أميرًا على مصر وسأله الناس لم لا يغير دابته المتهالكة وهو أقدر الناس على شراء ما هو أفضل منها، فقال:

> «لا ملل عندي لدابتي ما حملت رحلي، ولا لامرأتي ما أحسنت عشرتي، ولا لصديقي ما حفظ سرّي؛ فإن الملل من كواذب الأخلاق».

نحت الصورة الشخصية وصناعة الإنسان المهووس

في زمن النرجسية يتحول كل شيء إلى وسيلة لتعزيز صورة الإنسان سواء كان هذا الشيء هو نمط حياتك أو أسفارك أو مظلوميتك أو أفكارك السياسية والدينية. والذي أراه أن كل دوران حول الذات وكل اهتمام مبالغ فيه بالنفس وصورتها له آثار مدمرة، لأن هذه الطريقة تفسد كل تجارب الحياة وتجعلها غير صادقة وغير أصيلة وتفرغها من مضمونها وتمنع استفادة الإنسان من كل ما يفعل.

ساعدت السوشيال ميديا على ظهور نوعين من البشر:

النوع الأول شخص بلا أي قضية أو اهتمام حقيقي يتجاوز نفسه. شخص متضخم الذات لا يفكر سوى في هذه الذات المتضخمة. يتمحور هذا الإنسان تمحورًا مقززًا حول نفسه وطلبات هذه النفس ورغباتها وأدق دقائق نزواتها العابرة، ويرى العالم بكل ما فيه مادة يلتهمها لتضخيم هذه الذات.

يكون هذا الإنسان المهووس بنفسه غير قادر على الإيمان أو التدين العميق أو الحب. يحتاج هذا الشخص إلى عبد لا إلى حبيب.

ولا أحسب أن أي فترة من التاريخ كان فيها الناس أكثر هوسًا بمشاعرهم وتكورًا على أنفسهم من هذه الفترة، وأظن أننا جميعًا بدرجات متفاوتة، بسبب التكنولوجيا التي نستخدمها وظروف أخرى، صرنا قريبين من هذا النموذج بدرجة أو بأخرى. ولعل ذلك من أسباب اضطراب حياتنا الدينية والعاطفية، والتي لن تزيدها الأيام إلا اضطرابًا.

أما النوع الثاني فهو شخص ذو قضية مركزية لا يستطيع التفكير فيما عداها تحكم حياته تماما. وهذا النوع أحد شخصين:

الأول: شخص صادق فعلاً في اهتمامه. وهذا النوع من الناس هو من يحدث فارقًا ويترك أثرًا في الحياة يبقى بعد موته. أحترم أولئك الناس كثيرًا لكنني لا أحبهم. يزعجني هذا الانهماك في شيء واحد واللامبالاة بما عداه، وأرى في هذا الموقف من العالم احتقارًا للحياة. كأن ما عدا تخصصه الدقيق أو موضوع اهتمامه لا يستحق الاهتمام. أرى في ذلك الاهتمام البالغ أحادي الموضوع الذي يسحق ما عداه شيئًا غير إنساني ومنفر.

أيضًا بمرور الوقت تختل معايير هذا الشخص في الحكم على الأشياء ويفقد القدرة على ضبط الأمور فيكون غريب الأطوار إذا ما تكلم في غير موضع اهتمامه. المعيار ههنا هو الكلام عن موضوع واحد معظم الوقت. فمهمًا كان الإنسان عاقلاً ورزينًا، فغالبًا سوف يختل اتزانه ويفقد صوابه وينتهي به المطاف في حالة من الهيستريا تدفعه لتبني الأفكار المجنونة. ويفاقم من هذا أن أصحاب القضايا، بشكل عام، هم أكثر الناس عرضة للجنون.

وإلى جانب ذلك فكثيرًا ما يتسم أولئك الأشخاص بالقسوة وحدة الطبع وصرامة الأحكام على الناس. والسبب في ذلك أن ما وصلوا إليه لا يكون إلا بعد إرادة حديدية وقمع لنفوسهم ونمط حياة شبه آلي. ويندر في البشر من يستطيع إخضاع نفسه لإرادته، وإرادته لعقله بهذا القدر. بل معظمنا عبيد أهوائنا ورعونات أنفسنا بدرجات متفاوتة. ولهذا فكثيرًا ما ينظر أولئك الناس إلى غيرهم من البشر نظرة ازدراء ويرونهم ضعافًا هشين، تماما كما ينظر الشخص الغني العصامي إلى غيره من الفقراء باحتقار ويرى فقرهم نتيجة لكسلهم.

أما الشخص الثاني من أصحاب القضايا فهو المدعي، وهذا هو النوع الأكثر الغالب لا سيما في عصر السوشيال ميديا عصر سهولة الكذب والخداع والادعاء وابتذال كل شيء وسحق القيم.

لا يكاد هذا الشخص يتكلم سوى عن موضوع واحد اختاره بعناية من باب صناعة الذات ونحت صورته الذاتية. ومع احتقاري لهذا النمط الرديء من الأدعياء الكذابين إلا أنني لا أبالي بهم كثيرًا، إذ تتكفل الحياة بكشف حقيقتهم وتحويلهم إلى عبرة لمن يعتبر، وأحيانا إلى نكتة ﴿وَاللَّهُ مُخْرِجٌ مَّا كُنتُمْ تَكْتُمُونَ﴾.

تكلس المراهقين

وإذا صح هذا الكلام كله عن النرجسية ونحت الصورة الشخصية مع البالغين فهو فيما يخص المراهقين أصح. يذكر الأشخاص الذين أمضوا فترة من حياتهم قبل السوشيال ميديا تبنيهم لبعض الآراء الساذجة والمواقف المعتوهة، لكنها مرت وتجاوزوها. أما الآن، فعرض المراهق، أو الطفل في كثير من الأحيان، لآرائه التي كوَّنها من دون أدوات تفكير سليمة بسبب صغر سنه وقلة علمه وضحالة تجربته، وبدافع إثبات الذات وإظهار التفرد والخروج عن نطاق التقليد، هذه الآراء تصبح جزءًا من هويته في لمح البصر، ويضطر للدفاع عنها، ولا يمكن له تجاوزها بسهولة لأنها مثبتة ومكتوبة ومبثوثة وجرى حولها نقاش، وصارت جزءًا منه ومن صورته الذهنية لدى الآخرين.

وبالتالي تتحول الأخطاء العادية التي يرتكبها الإنسان في سنواته المبكرة إلى أخطاء تراجيدية تطارده طوال عمره. تثبت شخصية المراهق ويصعب تطورها ونموها، بل تسير في اتجاه محدد سلفًا. وثمة آراء ومذاهب معينة إذا تعرض لها الإنسان في سن صغيرة، من دون خبرة في الحياة فإن مخه ينغلق ويقضى على أية إمكانية لتطوره وتزكيته لاحقًا.

بعض الأفكار سامة. ما إن تدخل نفس الإنسان حتى تلوثه. فكرة خبيثة تحدث في النفس عفونة ينشأ منها الظلام (على حد وصف الثنوية لنشوء الشر). بذرة صغيرة تخرج الإنسان من النور إلى الظلمات.

سوف يسير هذا الإنسان في مسار محدد سلفًا، لا يستطيع تجاوزه، ويحد، يقينًا، من رؤيته. وإذا خالف هذه الفكرة، فإنه يصير متمردًا متطرفًا، يصير معكوس مذهبه القديم. والجامع بين هذه المذاهب هو المظلومية والتمركز حول فكرة واحدة تفسر كل شيء وتكتسب أهمية سرطانية وتصير هي المحدد والمعيار لفهم الحياة وتفسير الظواهر الاجتماعية وتقييم الآخرين.

تشبه هذه السرديات الحابسة سرير بروكراست. وقد رأيت هذا النمط المتكرر: طفل ساذج بلا حياة اجتماعية تعرض لفكرة مذهلة (والمظلومية ساحرة، خصوصًا لأصحاب الحيوات الاجتماعية الضيقة والنزعات المثالية وحس العدالة). فإذا تصدر هذا الإنسان، فإنّ واقع السوشيال ميديا وطبيعتها العدوانية الممجدة للنفس والمحقرة للآخرين، تمنعه من تدارك الأخطاء أو تقليل أثرها. فيتحول هذا الشخص إلى البطل التراجيدي في الأدب: مسار محدد وخطى كتبت عليه ولا بد من أن يخطوها إلى النهاية. سوف يضطر اضطرارًا إلى الدفاع عن مواقفه وتبعاتها ورد الهجوم وتزداد شخصيته تكلسًا ويتبنى أكثر المواقف جنونًا واستفزازًا، بسبب الورطة التي تورط فيها عندما تصدر للشأن العام في غير أوانه.

ما أسرع ما تتكون الهويات في السوشيال ميديا! تتحول المشاعر إلى معتقدات، وتتحول المعتقدات العابرة إلى لايف ستايل يصعب التراجع عنه. وتزداد فداحة هذه المشكلة على الشباب الأصغر سنًا في فترة المراهقة لتعودهم على هذا النمط الغريب من السعي للفاليديشن والحصول على الإشباع الشعوري الفوري.

سوف تستمر هذه الشخصيات في طريق الجنون إلى أن تتحول إلى ميم، وهذا هو المصير التراجيدي في عصر السوشيال ميديا: تحول المبشرين إلى «كلاونز»، وابتذال المعتقدات وتحويلها إلى «إفيهات» و«بانش لاينز».

عصر الإنسان الميم

من الغريب مسألة تكون السمعة خصوصا في عصر السوشيال ميديا. ما إن يكون الإنسان سمعة معينة حتى تصبح قفصًا يراه الناس من خلاله. وقلما رأيت إنسانًا استطاع تبديل السمعة السيئة. يشبه الأمر احتراق الشخصية. أما أصحاب السمعة الحسنة فمن الممكن لهم الاحتراق مع أول زلة.

كنت قد قرأت قديمًا عن مفهوم الحق في النسيان الرقمي، لأنّ الإنسان يتغير وربما ارتكب حماقة ونشرها ثم ندم عليها بعد ذلك وتجاوزها وحاول نسيانها، لكن الإنترنت لا ينسى. في عالم السوشيال ميديا تتكلس الصور الذهنية بسرعة وتلتصق السمعة بالإنسان إلى الأبد. ما إن تتحول إلى «ميم»، فإنك تبقى «ميمًا» إلى الأبد.

والإنسان الميم، هو إنسان تحول، واختزل وجوده إلى ميم أو كوميك، عند جمهور متعطش لالتهام أي شيء يملأ به فراغ نفسه، في دائرة استهلاك لا ترحم، وهيهات أن يتركه الناس.

ولهذا فإنّ الآباء الذين يستغلون أطفالهم في نشر محتوى على يوتيوب، أو يفتحون قنوات خاصة لهؤلاء الأطفال، مجرمون في حق أطفالهم. وأتمنى أن يجرم القانون هذه السلوكيات ويحدد سنًا معينة لفتح قناة على يوتيوب مثلاً، أو حتى استخدام السوشيال ميديا بشكل عام.

إفساد مجالات النقاش

بسبب السوشيال ميديا، تحول الهزار والكوميديا من وسيلة إلى غاية، من إحدى ردود الفعل الممكنة على الأحداث، إلى الطريقة الوحيدة للتعاطي مع العالم والتفاعل مع الأحداث.

يعني هذا النظرُ للعالم من منظار الكوميديا أنَّ أول استجابة للإنسان لحدث ما تكون: ما هو الإفيه الذي يمكن استخراجه من هذا الحدث؟! والنتيجة ابتذال كل الموضوعات ونزع القيمة عن جميع الأشياء، حتى صار كل شيء موضوعًا للهزار والكوميديا والضحك، وكل خبر، مهما كان كارثيا، لا يخلو ممن يراه مدعاة للضحك وإيموجي الهاها.

لكن من قال إنَّ الضحك هو رد الفعل الوحيد للإنسان؟ خلق الله مشاعر أخرى. ﴿وَأَنَّهُ هُوَ أَضْحَكَ وَأَبْكَىٰ﴾. أحيانًا ينبغي للإنسان أن يبكي أو يشعر بالغضب أو الحزن أو أي من المشاعر الأخرى الموصومة بـ«السلبية» ويكون الضحك عندئذ علامة من علامات الخلل وموات القلب.

فقلت لها: إن البكاء لراحة به يشتفي من ظن ألا تلاقيا

ولذلك أحب قول أبي فراس الحمداني:

أوصيك بالحزن لا أوصيك بالجلد المصاب عن التعنيف والفند

أحيانًا أرفض السلوى حفاظًا على اتزان إنسانيتي التي اختلت بكثرة المزاح.

وقالوا: لو تشاء سلوت ليلى فقلت لهم: فإني لا أشاء!

مفهوم طبعًا أن الكوميديا سلاح مهم، بل أحيانا ما تكون السلاح الوحيد في يد الضعفاء وقليلي الحيلة ومحدودي الدخل، لكنها مع الوقت تتحول إلى ما يشبه المخدرات. هذا الهزار الدائم، في الحقيقة، هزار عبثي مقبض للقلب نازع للمعنى.

المسألة الأخرى أنَّ شيوع الهزار جعل السخرية والميمز هي وسيط تبادل الأفكار ونقضها.

ومشكلة ذلك أنَّ السخرية قادرة على هدم أي شيء وتسفيهه بسهولة بصرف النظر عن حقيقته ومحتواه. الإفيه الجيد لا يستدعي أكثر من المفارقة المضحكة. وفي فيلم ريو (وهو فيلم رسوم متحركة شاهدته منذ فترة طويلة) اعترض أحدهم على كلام صاحبه فأعاد ما قاله بصوت طفولي، فرد عليه صاحبه: كل الأشياء تبدو سخيفة عندما تنطقها بهذه الطريقة!

تلك هي طريقة عمل السخرية: إبداء ما في الأشياء من سخف، ولو بطريقة سخيفة. وفي القرآن الكريم إشارة إلى العلاقة بين السخرية باعتبارها موقفًا من الحياة، والضلال: **﴿إِنَّ الَّذِينَ أَجْرَمُوا كَانُوا مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا يَضْحَكُونَ (29) وَإِذَا مَرُّوا بِهِمْ يَتَغَامَزُونَ (30) وَإِذَا انقَلَبُوا إِلَىٰ أَهْلِهِمُ انقَلَبُوا فَكِهِينَ﴾**، **﴿وَلَئِن سَأَلْتَهُمْ لَيَقُولُنَّ إِنَّمَا كُنَّا نَخُوضُ وَنَلْعَبُ﴾**، **﴿أَفَمِنْ هَٰذَا الْحَدِيثِ تَعْجَبُونَ (59) وَتَضْحَكُونَ وَلَا تَبْكُونَ﴾**.

القصد أنَّ من الخطورة أن يستمد الإنسان ثقافته وتصوراته عن العالم ومواقفه في الأمور المهمة من الميمز، إذ يؤدي هذا الأمر إلى خلل في التفكير.

وقد لفت انتباهي لهذه المسألة أحد الأصدقاء ممن توقفوا عن استعمال فيسبوك منذ سنوات، حين قال إنه أصبح يشمئز من الثقافة الفيسبوكية التي تقتل

الحوار. يمكن أن أقول عبارة غير مكتملة تحيل إلى ميم معين فيضحك الناس للإحالة، لكن النتيجة أن لغة الحوار نفسها قد تلاشت. ليس ثمة جمل كاملة ودعابات بُذل فيها جهد. تغيرت لغة الحوار وأصبح كل شيء مختصرًا وموجزًا وتلغرافيًا على نحو موتر.

بمرور الوقت تحدث عملية «أضحكة» للخطاب العام فيُنظر للحياة باعتبارها «ستاند أب كوميدي شو»، وللعالم باعتباره منجمًا للإفيهات، ولا شيء سوى ذلك. تصبح الميمز والإفيهات الحراقة وسائل تبادل الأفكار ونقضها ويستمد الإنسان ثقافته وتصوراته عن العالم ومواقفه في المسائل المهمة من الميمز والكوميكس والتويتات. لا يهم إن كان الكلام منطقيًا أو معتوهًا. المهم أنه مضحك.

يسمح هذا السياق بتحجيم صوت العقل، وإعطاء المساحة والسلطة للإنسان الحراق قاصف الجبهات، فيفوز في المناظرات الأخف ظلاً والأقدر على التسفيه من خصمه.

ليس هذا الكلام، بطبيعة الحال، دعوة لترك الضحك بالكلية. في الحقيقة، أعرف أن طبيعة الوسيلة تحدد المحتوى، ومكلف الأشياء ضد طباعها متطلب في الماء جذوة نار، لكن حين يتحول كل شيء إلى ضحك، يفقد كل شيء معناه، بما في ذلك الضحك نفسه!

من السخرية إلى السينيكالية

ومع كل ذلك، فثمة فارق بين السخرية والسينيكالية (سينيسيزم. ولم أجد لها بديلاً عربيًا أستسيغه حتى الآن).

يمكن أن نتفهم السخرية التي قد تكون دليلاً على الذكاء، لأنّ الساخر يرى المفارقة، التي تحتاج إلى عقل ذكي ولماح. وقد تكون السخرية وسيلة تعليمية لأنّها في جوهرها لفت الانتباه إلى المفارقة التي لم ينتبه إليها جميع الناس.

وقد تكون وسيلة من وسائل التغيير والمقاومة، ثم هي نوع من أنواع التنفيس والتخفيف من شدة الأحداث والنوازل.

لكن من أخطار السخرية اتخاذها وسيلة وحيدة للنظر للحياة. هذا الموقف الساخر من العالم قد يعيق الإنسان عن الاستفادة والتعلم من الأحداث في حياته أو الاتعاظ بحياة غيره. فبدلاً من السعي لتحديد الدروس المستفادة ومعرفة الأخطاء لتلافيها، يسعي لاستخراج المفارقة و«الإفيه». وقد تكون السخرية أداة يخدع بها الإنسان نفسه إذا استخدمها للتغطية على شعوره بالحزن أو الإحباط أو الغضب، ولهذا يقال إنّ السخرية ابنة عم الغضب.

بطبيعة الحال، ليس عيبًا أن ينفس الإنسان عن مشاعره في صورة ساخرة، لكن من الخطر أن تكون السخرية هي ردة الفعل الوحيدة لأنّ هذه المشاعر والواردات لها أسباب، والعاقل يبحث عن أسبابها وطرق التعامل معها، أما التعامل مع جميع المشاعر بالسخرية منها فتصرف لا يخلو من رعونة، وربما تؤدي كثرة السخرية إلى ضمور القدرة الشعورية لدى الإنسان.

وينبغي للمتدين أن ينتبه إلى أنّ السخرية قد تدفعه في كثير من الأحيان إلى التعدي على حقوق الآخرين. فإذا كانت العادة المتبعة في السوشيال ميديا أن يلقي الإنسان بما يخطر بباله من غير تفكير، فإنّ المتدين يعلم أنّ الحساب عسير، وما يلفظ من قول إلا لديه رقيب عتيد.

وهناك مسألة أخرى عن عواقب السخرية التي قد تنبت في قلب الإنسان أمورًا لا يشعر بها في وقتها من الكبر والتعالي والنظر للآخرين بعين الاحتقار، والتفتيش عن المعايب وجوانب السخف في شخصياتهم لجعلهم موضوعًا للتفكه والتندر، فيفوته اعتبار ما فيهم من الخير، ويصبح خبيث النفس، كالذباب لا يقع إلا على القاذورات، إلى جانب أذية قلوب الخلق ونشر العداوات ورفع النفس بالتحقير من الآخرين، وهذا أخس أنواع الترفع. وبهذا يكون الضحك مميتًا للقلب، لأنه ينبت في القلب أمورًا تقسيه وتؤثر على سلامة قلبه.

أما السينيكالية، فإنها شر لا خير فيه. صورة متطرفة من السخرية. سخرية خرجت عن السيطرة. مشاعر من الإحباط والغضب والحزن طال عهدها في نفس صاحبها، فتحولت لموقف متعال مشمئز من العالم.

ومن المفارقات أنّ السينيكالية في مجال الإيمان، كثيرًا ما تكون راجعةً إلى مسألة الشر. يشعر الإنسان بقسوة العالم وعبثية الحياة ولا جدواها، فيتحصن بموقف متعال يتظاهر بالخشونة وعدم المبالاة بعالم لا يبالي به. وتكون هذه العلة سبب انحلال أخلاق السينيكالي وتبنيه لمواقف شديدة القسوة والانحطاط من جنس المواقف التي كانت سببًا في اتجاهه للسينيكالية في المقام الأول.

تتحلل أخلاق السينيكالي ويتكور على نفسه ولا يستفيد من أي شيء. يصاب بالكبر ويصبح مرجع نفسه ويحتقر كل شيء وكل قيمة وكل إنسان. ولذلك يشيع بين كثير منهم اهتمام مبالغ فيه بالحيوانات وتفضيلها على البشر. أما السينيكالي المتدين، فيصعب عليه البقاء على تدينه الذي سرعان ما يتحلل.

ولا يكون السينيكالي ناجحًا أيضًا، لأنّ النجاح في الحياة، أيا كانت معايير هذا النجاح، يتطلب مجموعة من المشاعر والأخلاقيات والسلوكيات التي تتنافى في جوهرها مع السينيكالية. إذ يحتاج النجاح إلى احترام وتواضع ودأب وجلد وشيء من التفاؤل الحذر والشعور بالجدوى والمسؤولية، وليست السينيكالية إلا خلو الإنسان عن هذه الصفات.

إنَّ السينيكالية نوع من الاستسهال الشعوري. رفض للعالم لأنه خالف توقعاتنا الطفولية يتحول إلى تشاؤم متعال يعفي الإنسان من بذل أي مجهود أو تبني أي موقف لأنّ النتائج واحدة، فلا معنى لاتخاذ موقف أخلاقي يدفع ثمنه.

ومن أسوأ الظواهر المعاصرة التي تفاقمت بفعل السوشيال ميديا وطريقة التعاطي معها، تحول الروشنة إلى قيمة، والخلط في أذهان عدد كبير من الناس بين السينيكالية والروشنة. وإذا كانت السينيكالية سيئة، فأسوأ منها التظاهر بها لإعطاء انطباع بالروشنة.

وقد عرفت أشخاصًا سعوا للروشنة فتدمرت حياتهم وفسدت أخلاقهم، لأنهم اعتبروا السينيكالية قمة الروشنة والنضج وفهم العالم، في حين أنها قمة الهشاشة والخيبة وموقف طفولي من الحياة لا يؤذي إلا صاحبه. يشبه الأمر الطفل الذي يقرر معاقبة أبويه بالامتناع عن الأكل والشرب، لكن من يأكل على ضرسه ينفع نفسه كما يقول المثل.

منصات للجدال لا للنقاش

ثمة مسألة أخرى تتعلق بالنقاش وتكون الآراء: ينبني النقاش المفيد على الرغبة المخلصة في الفهم وعدم التربص، وهو ما يقتضي افتراض حسن النية أو وجود معنى في ذهن المتكلم. ولهذا فإنّ طرح الآراء أمام الغرباء في ظل شروط مثل محدودية عدد الكلمات (كما هو الحال في تويتر) وسيلة أكيدة لسوء الفهم، بالإضافة إلى أجواء التربص والغضب وقصف الجبهات. يؤدي تحديد عدد الكلمات إلى اجتزاء الكلام ومنح الأولوية للنكتة أو قصف الجبهة، ويحتم من سوء الفهم.

ولهذا يكون النقاش مجديًا بالفعل بين بشر بينهم قدر من المعرفة. بل إنّ النقاش مع عدد كبير من الناس يعرض الإنسان إلى ضغط الأقران، أو الميل إلى التباهي أو التعالي. وفيما يخص مسألة ضغط الأقران هذه، ثمة ظاهرة غريبة تسمى بمفارقة أبيلين، وفيها يتخذ الناس بالإجماع قرارًا لا يؤيده أي واحد منهم، عندما يظن كل واحد من الأفراد أنّ هذه رغبة الآخرين، فينصاع لها لئلا يكون هو الخارج عن الإجماع!

ولكل هذه الأسباب جاء النصح القرآني ﴿قُلْ إِنَّمَا أَعِظُكُم بِوَاحِدَةٍ أَن تَقُومُوا لِلَّهِ مَثْنَىٰ وَفُرَادَىٰ ثُمَّ تَتَفَكَّرُوا﴾.

جنون الشهرة

قرأت منذ فترة اعتذارًا لـ«فلوجر» لأنها لم تسجل «فلوج» لهذا الشهر.

ومع أنّ قبول العذر من شيم النبلاء، فإنني قررت عدم التسرع والدخول أولاً على صفحتها على يوتيوب لمشاهدة هذا المحتوى والتعرف على الفلوجينج هذا.

فوجئت أن المحتوى هو حياتها. لا أقصد الحياة بمعنى المواقف التي تشتمل على حكمة أو مفارقة أو نكتة أو رأي أو فائدة من أي نوع، وإنما تفاصيل الحياة اليومية مثل ذهابها يوم كذا إلى نادي كذا وأكلها في مطعم كذا أكلة ما، وتقييم هذه الأكلة التي اتضح أن الباستا فيها كانت «جوسي» والفراخ «كرسبي»، وأنها قابلت صديقتها فلانة إلخ. شيء مذهل في تفاهته ولا معناه. من هؤلاء الناس المهتمين بمتابعة هذه الأمور؟ ما هذا الذي يحصل!

وكنت قد قرأت منذ فترة منشورًا مفصلاً لإحدى الإنفلونسرز تعلن عن طلاقها وتشرح أسباب الطلاق. لكن ما الذي جعلها تشعر بالاضطرار إلى مشاركة هذه التفاصيل الخاصة مع الغرباء؟ الجواب أنها اختارت إقحام أولئك الغرباء في حياتها الشخصية فأصبحت تشعر أنها مدينة لهم بالشرح والتفسير. أصبح أولئك المتلصصون جزء من حياة هذه الإنسانة، فهم بالفعل يعرفون تفاصيل علاقاتها العاطفية وسفرياتها وخروجاتها مع زوجها والمطاعم التي أكلوا

فيها وتقييم الطعام إلخ. لا يمكن تجنيب حياتها الشخصية عن محتواها لأنّ المحتوى الذي تعرضه هو حياتها الشخصية.

إنَّ الخطوة القادمة، والتطور الطبيعي لكل ذلك، عمل قنوات بث مباشر تعرض كل تفاصيل الحياة على مدار الساعة، على غرار برامج تلفزيون الواقع الأمريكية، لتغذية فضول هذا العدد المتزايد من محبي التلصص.

في الماضي كانت الشهرة في غاية الندرة، وكان لها معنى مختلف. ولا زلت أتعجب من قصص المعارضين في أوائل القرن الماضي الذين كانوا يضطرون إلى الهجرة إلى باريس مثلاً لإصدار جريدة يقرؤها المئات أو الآلاف، لكن هذا أصبح متاحًا للجميع الآن.

ومن الغرائب في عصر الشبكات الاجتماعية أن صارت الشهرة مرادفًا للنجاح، وصرت ترى الناس يتجردون من كل شيء سعيًا للحصول على اهتمام عدد من الأشخاص الذين لا يعرفونهم. لكن الشهرة والنجاح أمران مختلفان. يقول كونديرا إنّ «الشهرة تعني أنّ عددًا كبيرًا من الناس يعرفونك دون أن تعرفهم. يعتقدون أن كل شيء مسموح به لهم إزاءك، ويريدون معرفة كل شيء عنك، ويتصرفون كما لو أنك ملك لهم».

ولهذا فإنني أظن أنّ أسوأ ما يحدث للإنسان العادي في هذا الزمان أن يتحول إلى شخص مشهور، ويزداد يقيني أن السعي للشهرة في هذا الزمان ضرب من الجنون وسلوك في منتهى الحماقة. يجرَد المشهور من إنسانيته ويتحول إلى ملكية عامة فيحاصَر ويستَباح وتصبح حياته فرجة ومادة للتنكيت والاستهلاك والفضول وإشباع الغرائز والأمراض. والأولى أن يسعى العاقل إلى الستر وإلى أن يكون معروفًا لعدد محدود من أصحاب العقل والشرف.

وتوقعي أنّ الناس سوف يدركون في المستقبل المنظور هذه المخاطر التي تكتنف السعي إلى الشهرة، وسوف تكون الخصوصية أغلى السلع. سوف تسعى التكنولوجيا التي قضت على خصوصية الناس وطرحت كل شيء إلى المجال

العام وجعلت كل شيء قابلاً للتداول، هذه التكنولوجيا ذاتها سوف تسعى لإضفاء الحماية والخصوصية على الناس مقابل المال بالطبع. وقد تكون هناك شركات متخصصة في حماية خصوصية الناس وإزالتهم من شبكة الإنترنت، وغالبًا سوف تصبح الخصوصية امتيازًا للأغنياء فقط. سوف يسعى عدد متزايد من البشر إلى الاختفاء في حياة صار من الصعب أن يحتفظ الإنسان فيها بخصوصيته من دون أن يغادر الحضارة ذاتها، هذا إن استطاع.

غرق في المعلومات وإتلاف للعواطف

يقول هنري ميللر إن حدود عالمه كانت تنتهي بنهاية الشارع الذي كان يعيش فيه. هذا الوضع الإنساني الذي كان سائدًا حتى وقت قريب، انتهى أو كاد. اتسعت عوالمنا لتشمل كل الدنيا. حتى على مستوى العلاقات الشخصية، اقتربنا من الآخرين بدرجة غير مسبوقة. صارت معرفة شخص ما، قابلته في مناسبة ما، وأضفته على إحدى وسائل التواصل، تعني متابعة أخباره وآرائه وتفاصيل حياته اليومية وخواطره ومعرفة الكثير مما كان سابقًا يعد من الخصوصيات.

لم يكن الوضع كذلك في الماضي. يقول نيل بوستمان إنّ الأخبار التي ترد إليك في الصباح لن تؤثر على خططك اليومية أو تمنحك فكرة تساعدك على حل مشكلاتك. تعطينا الأخبار شيئًا نتحدث حوله، لكن لا شيء يمكن فعله بخصوص هذه المعلومات التي حشونا بها رؤوسنا. والمُخرَج الوحيد لهذا الطوفان من الأخبار هو تكوين آراء لا تملك تنفيذها ولا نفع لها إلا عرضها هي الأخرى على صورة خبر.

نحن مدينون للسوشيال ميديا لأنها عرفتنا ما يحدث في العالم، لكنّ هذا الطوفان من المعلومات أكبر من قدرة الإنسان الطبيعي على المعالجة والتحمل.

لم نعد مطلعين على كل كوارث الدنيا ومظالمها فحسب، وإنما أصبح عندنا من التكنولوجيا ما يجعلنا جزءً من هذه المظالم والكوارث. فيديوهات تجعلك تعيش لحظة الانفجار ولحظة الإعدام وتشاهد الجثث في نهاية المذبحة،

وربما استطعت رؤية المذبحة نفسها في بث مباشر، بصورة عالية النقاء. مَن مِن البشر السابقين تعرضوا لهذه الكثافة من فوران المشاعر؟

لم يخل العالم قط من المآسي والكوارث، لكن كان الناس مشغولين إلى حد كبير بمآسيهم المباشرة، أما الآن فيشعر الواحد منا أنه يحمل هموم كوكب الأرض على أكتافه، والنتيجة شعور بالعجز والإحباط والقلق.

وإذا كان بال الإنسان مشتتًا طول الوقت بمتابعة أدق التفاصيل لجميع الحوادث، ومتابعة ردود الأفعال الفورية لأصدقائه وغير أصدقائه على الأخبار، وحياتهم اليومية وتغيراتهم الفكرية السريعة، فما الذي يبقى لهذا الإنسان من صفاء البال وتركز الجهد لعمل أي شيء مفيد أو التركيز في واقعه المحيط المباشر، الذي ربما استطاع أن يؤثر فيه بالتغيير، أو على الأقل أداء واجباته (فساعة يقضيها الأب أو الأم مع أطفالهما مثلاً أهم بملايين المرات من متابعة هذه المعلومات غير ذات القيمة).

يؤدي هذا الغوص والإغراق في الأخبار غير ذات الصلة إلى محو الفارق بين دوائر الاهتمام ودوائر التأثير. تنص هذه الفكرة البسيطة والبدهية على أنّ إهدار الوقت والجهد فيما لا تستطيع تغييره، والتقصير فيما تستطيع تغييره، وهو من مسؤولياتك، من أوسع أبواب الخيبة والشعور بالعجز.

ولهذا أحب جدًا الحديث الشريف «ليس في النوم تفريط، إنما التفريط في اليقظة...». يلوم الإنسان نفسه على ما لا دخل لها فيها، أو ما لا بد منه، ويقصر في فعل المتاح. يفرط في المتاح قليل الفاعلية حزنًا على ما فات ولا يمكن استرجاعه، وانتظارًا لغير المتاح الأكثر فاعلية. يضيع الحاضر ندمًا على الماضي وانتظارًا للمستقبل. فيتبخر العمر بين وهم تدارك الماضي ووهم المستقبل المواتي و«إحالتك الأعمال على وجود الفراغ من رعونات النفس».

> «ليس في النوم تفريط، إنما التفريط في اليقظة. فإذا نسي أحدكم صلاة أو نام عنها فليصلها إذا ذكرها، ولوقتها من الغد».

ولسومرست موم تعبير بديع يلخص تفاعلنا مع الأحداث وطريقة استخدامنا الحالية للسوشيال ميديا وتعاطينا مع الأخبار. يقول إنّ «إحساسك العنيف بما لا تستطيع أن تبدله ما هو إلا إتلاف للعاطفة».

آخر مرة أغلقت فيسبوك كنت في واحدة من أجمل المدن التي زرتها في حياتي. كنت أقضي وقتي على شاطئ المحيط محاطًا بالطيور والجمال ونسيم الهواء، ومع ذلك كان مزاجي معكرًا. لماذا؟ بسبب منشور تافه كتبه شخص قابلته مرة منذ سنوات وليس صديقًا لي ويقيم على بعد آلاف الأميال من مكاني! ظللت أفكر في ذلك المنشور طوال اليوم. ثم فكرت في أنَّ هذا الذي يحصل جنون! أن أفسد يومي لهذا السبب سلوك مخبول لا يقره عقل، فأغلقت حسابي لفترة.

والآن صارت تأتينا الأخبار من كل مكان. أخبار تعطينا مادة للكلام والثرثرة، لكن لا شيء يمكننا فعله حيالها. يزداد شعورنا بالعجز. يحمل الواحد منا العالم فوق رأسه كأنه مدير إدارة العالم. قرأت منذ فترة تغريدة لواحدة تشتكي من أننا نعيش في كوكب تحته حمم اللافا التي قد تنفجر في أي وقت وأن هذا شيء موتر.

ليست حمم اللافا هي الشيء الموتر، وإنما هذه الروشة والتشتت وطوفان المعلومات غير المفيدة وتضييع الأعمار فيما لا طائل تحته، وإتلاف العواطف بلا داع، هذا هو الجنون بعينه.

اختلال الرؤية

أضف إلى كل ذلك أنّ تسارع الأحداث ووصولها الفوري لنا يؤدي إلى تشويه رؤيتنا للواقع ومحو المسافة بين الخبر والتحليل. هل العالم فعلاً بهذا السوء؟ هل هذه فترة استثنائية في تاريخ البشر؟ أهذا الشعور الدائم بالقلق والذعر والإحباط وأننا بصدد نهاية العالم شعور طبيعي، أم شعور مصطنع جاء نتيجة الحياة في فقاعة يومية لا نستطيع الهرب منها؟

نرى كل نجاحات العالم وجمال الدنيا ونقارنه بواقعنا البائس فنشعر بالسخط ونقارنه بما عندنا فلا نرضى، ونتابع هذا الكم من الحوادث المتلاحقة من دون وقت للتفكير والتأمل ونغرق في كم لا نهائي من المعلومات فلا نستطيع فهمها وتحليلها فنفقد الاتزان ونشعر أن العالم عبثي بلا غاية ولا معنى.

تؤدي كثافة اطلاع الإنسان على الأخبار والواردات إلى تشوش إدراكه للزمان، زمانه وزمان الآخرين.

يقولون إننا نعيش في زمن متسارع الخطى، وهذا أمر صحيح، لكن جزء من الإشكال في اطلاعنا نحن على هذه الخطى كلها. يشعر الواحد منا أن العالم كله يتحرك، يغلي بالحركة، بينما تسير حياته بسرعة السلحفاة.

الأخبار التي كان يستقبلها في سنوات، صار يستقبلها في نصف ساعة من «السكرولينج». هذا التناقض بين سرعة الآخرين المتوهمة وسرعته الطبيعية يصيبه بالشلل. مفهوم أن يختل اتزانه بعد ذلك ويشعر بالقلق والاضطراب والتأخر والفوات. لكن ما مقدار صحة هذه الانطباعات التي نكونها عن العالم الطبيعي في أجواء غير طبيعية؟

يؤدي تكثيف الأخبار إلى تكثيف المشاعر. يشبه الأمر أن تطلّع على كلام جميع البشر في وقت واحد. حينها سوف يكون لأشد الهمسات خفوتًا وقع الصراخ والهستيريا. سوف تشعر أن العالم فقد صوابه، وأن الناس جميعًا قد انتابتهم حمى الكلام، وأن الصمت قد ارتفع واختفى. لكن هل هذا صحيح؟

أيا كانت انطباعات هذا الإنسان فهي انطباعات مصنّعة ولا يمكن الاعتماد عليها في تكوين آراء حول العالم، لأنّ الوضع الذي تكونت فيه هذه المشاعر وضع غير طبيعي. غاية الأمر أنّ الإنسان ليس مؤهلاً لأن يسمع جميع البشر في وقت واحد.

يشبه الوقت الذي يقضيه الإنسان في السوشيال ميديا، أيًا كانت المنصة وأيًا كان استخدامه لها، ارتداء الميكروسكوب بدلاً من النظارة.

لا شك أنّ الميكروسكوب مهم، لكنه يستخدم لوقت محدود ولغرض ما. لكن تخيل شخصًا يرتدي ميكروسكوبًا طوال اليوم. ما أثر هذا على خواطره وأفكاره ونفسيته ومعتقداته وتصوراته عن العالم؟ هذا الوضع غير الطبيعي يؤدي إلى نتائج غير طبيعية.

كلمة ختامية

يشجع نمط الحياة الحالي وكثير من التكنولوجيا التي نستخدمها كل ما هو مجنون وشاذ ويدفع الناس دفعًا للجنون. وكثيرًا ما أظن أن هذه الأوضاع غير الطبيعية قد جعلتنا جميعًا أقرب إلى الجنون وأكثر استعدادًا له.

نتعرض لكم رهيب من التفاصيل المضخمة خرافية الأبعاد، مع بسترة مستمرة للمشاعر، واقتراب غير ضروري، وغير صحي، من عدد هائل من الأشياء والأشخاص. يؤدي هذا كله إلى أن يفقد الإنسان اتزانه ويصاب بالهستيريا ويعتاد على المبالغة وتختل معاييره ويفقد تحكمه في نفسه وقدرته على الحكم السليم على الأشياء والتصرفات. هذه قاعدة بدهية: المخرجات نتيجة المدخلات. وكل ما يتفاعل معه الإنسان بحواسه يعيد تشكيله ويترك بصمته في نفسه.

أدت فكرة المشاركة العشوائية لكل شيء إلى انهيار الفواصل بين المجال العام والمجال الخاص وزيادة النرجسية والأوهام والفضول والتشتيت والتطفل والتلصص والهستيريا وتضييع الوقت فيما لا يفيد وتفلت الأعصاب والغضب المساء توجيهه والرغبة في افتراس الناس وهدر الطاقة وإعطاء قيمة لما لا قيمة له، وزيادة مساحات الشقاق وسوء الفهم.

إلى أي مدى تعتبر قراراتنا ومواقفنا التي تشكل شخصياتنا، قرارات طبيعية ناتجة عن تفكير وتأمل؟ هل هذه الحالة الدائمة من هيجان المشاعر، سواء

كانت مشاعر الغضب أو الحزن أو القلق أو الضحك، وهذا التقلب السريع بين المشاعر أمر طبيعي؟ هل من الممكن أن يؤدي كثرة التعرض إلى هذه المتغيرات والأمور المتعاكسة إلى أن نتبنى مواقف هستيرية تفسر هذا التغير السريع في قيم الناس؟ هل من الممكن لكل هذا أن يؤثر على اتزاننا وقدراتنا العقلية؟ إلى أي مدى يمكن الوثوق بمشاعرنا التي تكونت واضطربت في هذه الأجواء؟ وإلى أي مدى يمكن الوثوق في قراراتنا العقلية ومواقفنا الأخلاقية المستمدة منها؟

أسهل شيء في هذا الزمان أن يُبتلَع الإنسان إما خارجيًا وإما داخليًا. تبتلعه الأحداث الخارجية فيصاب بالشلل التام، أو يهرب إلى نفسه فتبتلعه ويتحول اتجاه عيونه إلى الداخل. ترى هذا السلوك واضحًا على تويتر مثلا حيث ينقسم الناس بين الهوس بالأحداث الجارية والهوس بتحليل دقائق مشاعرهم والحديث عنها. إما التماهي التام مع العالم ومع ما يفيد وما لا يفيد، وإما الغرق في بحر النفس. ولهذا فإنّ إيجاد التوازن بين الخارج والداخل ومعرفة حدود المسؤوليات والقدرات وواجبات الوقت من أهم مهمات الإنسان الحديث وأصعبها.

في هذا الزمان، يحتاج الناس أكثر من أي وقت مضى إلى الانغماس في هواية أو فرع من فروع المعرفة. وليس حديثي هنا عن استغلال العمر في معالي الأمور وتغيير التاريخ، بل أتكلم ببساطة عن إنقاذ الإنسان نفسه بشغلها. فالانشغال بما لا يفيد أفضل من الانشغال بما يضر، والانشغال بما يضر ضررًا بسيطًا أفضل من الانشغال بما يخرب على الإنسان حياته، ونفسك إن لم تشغلها بالحق شغلتك بالباطل. فإذا لم يجد الإنسان ما يستهلك جهده فسوف تستهلكه رعونات الغرباء وتأكله القضايا الخاسرة ويضيع عمره سدى ويتخرب عليه دينه وعقلة وينحدر إلى الجنون.

وليس الغرض من كل ما ذكر إصدار حكم نهائي بالإدانة على السوشيال ميديا، أو الدعوة لتركها بالكلية. وإنما غرضي الإشارة إلى المشكلات التي تكتنف التعامل معها والتنبيه عليها. في هذا الكلام دعوة لاستغراب الغريب،

ومساءلة العادات المستقرة في استخدام السوشيال ميديا، والتنبيه على وجود بدائل لها. غرضي من هذا الكلام تقليل الأضرار وتكثير المنافع وطرح أسئلة عن الاستخدام الأمثل لهذه الوسائل.

من المهارات الضرورية، التي سوف تزداد أهميتها بمرور الأيام، تعلم طريقة التعامل المناسبة مع السوشيال ميديا لتقليل الأضرار والتحكم في المدخلات التي يغرق الواحد منا فيها بعد نص ساعة من التجول العشوائي، واختيار من يتابع وماذا يتابع وماذا يشارك ومتى وكيف ولماذا ومع من؟ وأن يراجع مواقفه من الحياة ورؤيته للعالم وأن يتذكر دائمًا وجود غرض لفعل الأشياء وتبعات ونتائج وثمن لكل ما يفعله مهما بدًا صغيرًا وتافهًا، سواء عرف هذه التبعات أم لم يعرفها.

yahya-ahmed.com