ترجمات

رحلة رجل

ترجمة

د. شهاب الدين الهواري

آدم رمزي

عالم الأدب
للترجمة والنشر

رحلة رجل

هذه كلمات الرجال الذين خاضوا هذا الطريق من قبل، كُتبت من رحم التجربة، وأهداها أصحابها إلى الذين يقفون على أعتابها، وحتى المسودة الأولى لهذه الترجمة قام بها أحد رجال هذا الطريق «آدم رمزي» وهو اسم مستعار يكتب تحته.

قال لي أحد الرجال المتعافين: «لقد كنت أشعر بالخواء والفراغ في الداخل، ولذا كنت أشتهي من يمكنه ملئي. لكنني اليوم أشعر باكتمالي وامتلاء نفسي ولذا لا أشعر أنني أقبل بالتواصل مع وجلٍ آخر جنسيًا.» ولعل خلال هذه الرحلة تجد أنت أيضًا اكتمالك.

عالم الأدب
للترجمة والنشر

منشورات ابن النديم
Ibn Nadim Editions

الثمن: $7

ISBN 9789776539808

www.aalamaladab.com

المحتويات

الموضوع	الصفحة
المقدمة	٧
الصدمة النفسية كركن أساس عند الرجال مثليي الميول/ لچوزيف نيكولوسي	٩
لدينا الحل: رحلة مانز	٢١
تأمُّل من كتاب لليوم فقط	٣٥
عقبات على الطريق والحل المتكامل	٣٩
ريتش وايلر	٤١
رحلة مانز: الرجولة	٥٣
تطوير الهويّة الذكوريّة، بناء الرجولة في الداخل	٦٠
أن نتبوّأ موقعنا في حلقة الرجال	٦٤
ما فعلناه لإحداث التغيير	٦٦
محمد من القاهرة	٧٣
رحلة مانز: الأصالة	٨٣
العواطف الأصيلة الأساسيّة	٨٩

عينة للقراءة

العواطف المضادّة أو المشاعر المانعة ٩٠
آليات الدفاع والالتهاء ٩١
نبذ الخزي، وأن نتقبل أنفسنا كما هي ٩٢
ما فعلناه لإحداث التغيير ٩٤
آلان مادِنجر: تأملات في خمس وعشرين عام من التعافي ١٠١
النمو في الرجولة ١١٣
الرحلة (مقتطفات) ١١٥
النمو في الرجولة: أساسي لتحقيق التعافي (مقتطفات) ١١٧
الطريقة التي ينمو بها الرجل (مقتطفات) ١١٩
هل هذا ممكن التحقيق الآن؟ (مقتطفات) ١٢١
فهم الذكورة (مقتطفات) ١٢٣
رحلة مانز: تلبية الاحتياجات ١٢٥
قوّة القلب ١٢٩
ما فعلناه لإحداث التغيير ١٣٣
رحلة مانز: التسليم ١٤١
ما الذي نعنيه بالتسليم ١٤٣
تسليم سلوك الجنسيّة المثليّة ١٤٧
ما فعلناه لإحداث التغيير ١٥٤
علي من بريطانيا ١٥٩
قراءات خارجية ١٦٣

عينة للقراءة

مُقَدِّمَة

هذه كلمات الرجال الذين خاضوا هذا الطريق من قبل، كُتبت من رحم التجربة، وأهداها أصحابها إلى الذين يقفون على أعتابها، وحتى المسودة الأولى لهذه الترجمة قام بها أحد رجال هذا الطريق «آدم رمزي» وهو اسم مستعار يكتب تحته.

قال لي أحد الرجال المتعافين : «لقد كنت أشعر بالخواء والفراغ في الداخل، ولذا كنت أشتهي من يمكنه ملئي. لكنني اليوم أشعر باكتمالي وامتلاء نفسي ولذا لا أشعر أنني أقبل بالتواصل مع رجلٍ آخر جنسيًا ..» ولعل خلال هذه الرحلة تجد أنت أيضًا اكتمالك.

قمت بمراجعة الترجمة، وإضافة ما تم إضافته في النسخة الجديدة من الدليل، وكذلك إضافة فصل المبادئ السبعة، وفضّلت إضافة مقدمة نظرية عن

عينة للقراءة

الجنسية المثلية وهي مقال ترجمته الزميلة دعاء حسني، والتي أود تقديم خالص امتناني لها. وكذلك فصلت الخطوات الأربعة بقصص مختارة للرجال المتعافين، قمت بترجمة بعضها ومراجعة ترجمة بعضها الآخر، والتي قام بها رجال آخرون على الطريق.

أرجو أن تضفي هذه الجهود المخلصة المزيد من النور في الزاوية المظلمة، وأن تستمر الرحلة . . . . . .

د. شهاب الدين الهواري

طبيب ومعالج نفسي

عينة للقراءة

الصدمة النفسية
كركن أساس عند الرجال مثليي الميول
لچوزيف نيكولوسي

عينة للقراءة

كأخصائي نفسي يُعالج الذكور مثليي الميول شعرت بالفزع وأنا أشاهد حركة المثليين تقنع العالم أن الشخص المثلي يتطلب تفهمًا خاصًا من الجنس البشري، وقد لعب أخصائيو الطب النفسي دورًا كبيرًا في هذا.

ذات يوم: كان من المتفق عليه حول العالم أن الوظيفية الطبيعية للأشياء تكون تبعًا لتصميمها فلم يكن هناك شيء اسمه شخص مثلي؛ فالجنس البشري معروف بميله الفطري للجنس الآخر بطبيعته وخلال السنوات الثلاثين التي أمضيتها في الممارسة العملية لمهنتي، رأيت أن ذلك الفهم الأنثروبولوجي هو عين الحقيقة.

إن الجنسية المثلية من وجهة نظري هي أحد أعراض صدمة نوعية Gender trauma على الرغم كون بعض الناس قد يكونون قد وُلدوا بظروف بيولوجية -مثل تأثيرات هرمونية قبل الولادة أو حساسية عاطفية فطرية- تجعلهم بشكل خاص أكثر عرضة لمثل هذه الصدمات. وما يميز الجنسية المثلية لدى الذكور هو حدوث خلل في عملية تحديد هويتهم الذكورية الأصلية.

فالانجذاب لنفس الجنس هو واحد من أعراض محاولة إصلاح الجرح الأصلي الذي يصيب الصبي عندما يفشل في الحصول على هويته الذكورية الفطرية فيكره هويته وينفر منها. على خلاف الانجذاب للجنس الأخر الذي ينشأ عن تطور هوية فطرية غير مضطربة.

الصراع الأساسي في معظم حالات الجنسية المثلية هو كالتالي:

عادة ما يكون الصبي مرهف الحساسية، أكثر عرضًة من المتوسط للصدمات العاطفية، يرغب في الحب والقبول من والده لكنه يشعر بالإحباط والغضب من والدٍ يعامله بشكل عنيف أو غير مسئول -لاحظ أن هذا الطفل قد يكون لديه أشقاء يعانون من نفس المشكلة بطرق مختلفة-. فيأتي النشاط المثلي كمحاولة جنسية لإعادة ثنائية الحب والكراهية بين الطفل ووالده، شأنه في ذلك شأن كل «الانحرافات» ولا أستخدم هذا المصطلح لتعمدي أن أكون قاسيًا، ولكن بمعنى أن الجنسية المثلية تنحرف بالشخص وتُبعده عن الغرض الفطري والأساسي للتعلق

عينة للقراءة

الجنسي؛ فالانجذاب الجنسي لشخص من نفس الجنس يحوي بداخله بعدًا جوهريًا من الكراهية والعداء.

وهكذا فإن الجنسية المثلية متأصلة بطبيعتها كصراع؛ صراع حول قبول المرء جنسه الطبيعي، وصراع في علاقة الطفل بوالده، وعادة ما يكون هناك صراع بسبب النبذ والرفض من الأقران من نفس الجنس مما يعني أننا سنرى أمورًا مثل: الرغبة في السيطرة أو الخضوع التام في علاقات مثليي الجنس ببعضهم البعض كنتيجة لهذه الصراعات.

بالنسبة للرجل مثلي الميول، يكون الجنس عبارة عن محاولة دمج أو سيطرة أو سيادة على الطرف الأخر في العلاقة فيكون الأمر غالبا أكثر عدوانيةً من كونه حبًا . . .

وصف أحد العملاء الجنس مع رجال مخيفين بالنسبة له أنه انتصار بلذة الجنس، ووصفه آخر أنه قتل للألم بلذة الجنس.

إلا أن هناك بعض الاستثناءات لنموذج الصدمة في تطور الجنسية المثلية، لقد وجدنا في عيادتنا شكلًا آخر من أشكال الانحراف الجنسي يتميز بترابط متبادل وطبيعي، وغالبًا ما يُرى في عملائنا من المراهقين وفي بعض البالغين غير الناضجين. في هذا النوع من الانجذاب المثلي، لا توجد سمات عدائية، بل هي نوع من الجنس الرومانسي، وافتتان له طابع جنسي. قد تحدث هذه الاتصالات

لمدة أشهر أو سنوات ثم يتم التخلي عنها، ولا يمكن استئنافها حين تمر هذه المرحلة من الانجذاب.

ومع ذلك، تظل القاعدة العامة: لو تعرض طفلٌ للصدمة بطريقة معينة تخص النوع تزيد احتمالية أن يصبح مثليَ الميول، وإن لم يُصدم الطفل بهذه الطريقة فإن تطوره الجنسي سيتقدم بصورة طبيعية وتصبح ميوله عادية.

أخبر العديد من مثليي الميول بأنهم تعرضوا لتحرش جنسي من ذكر مثلهم أثناء طفولتهم. وفي التحرش الجنسي عنف وإساءة رغم أنه يأتي متنكرًا في صورة حب.

هنا عميل يخبرنا عن تعرضه للتحرش من مراهق أكبر منه سنا فيقول متحدثًا عن نفسه:

«كنت أريد الحب والاهتمام، لكنه جاءني ممزوجًا بالجنس .. حدث ذلك في وقت لم أكن فيه مهتمًا أبدًا بالجنس مع أولاد آخرين ... لقد ظننته -يقصد المتحرش- شخصًا رائعًا إلا أنه لم يهتم بي أبدا إلا حين أراد أن يستغلني. عندما مارسنا الجنس .. شعرت أننا مميزون وأن هذا أمر مهم ومثير .. شيء ما حصل بيننا .. سر يجمعنا نحن فقط.

عينة للقراءة

لم يكن لدي أصدقاء وعلاقتي المزرية مع والدي لم تساعدني في هذا الأمر. كنت فقط أبحث عن الصداقة .. ولكن هذه الذكرى لم تفارقني أبدًا .. إنني أكرهها .. إنه أمر مزعج ومثير للاشمئزاز. كان هذا هو السبب الرئيسي لانجذابي للرجال».

قام هذا العميل بصنع هذه الرابطة في ذهنه: «لكي يحصل على أشياء جيدة -أي الحب والاهتمام- لا بد أن يقبل بالعار وبكونه شخص سيئ وأن يتورط في أمور قذرة ومقززة ومثيرة للاشمئزاز».

أثناء العلاج.. وعندما حاول العميل أن يستحضر المشاعر التي يشعر بها أثناء لحظات إثارته الجنسية غير المرغوبة اكتشف أنه في كل مرة يشعر فيها بالانجذاب الجنسي لرجل ما سيكون حتميًا عليه أن يتذكر أنه تعرض للإساءة والخزي من رجل آخر. وأثناء محاولتنا إعادة تمثيل الإساءة التي حدثت في طفولته.. وجدنا أنه لا يشعر بإثارته الجنسية إلا عندما يستحضر نفسه التي تعرضت للإساءة وشعرت بالعار في وقت سابق.

تعتبر العلاقة بين الإساءة التي تعرض لها سابقًا وعلاقاته المثلية الحالية بمثابة تكرار قهري.. ففي أثناء محاولته للبحث عن الحب والقبول يورط نفسه في إعادة فعل أشياء تشعره بالقهر وعقاب النفس.. أثناء ذلك كله فإنه يسعى بشكل

عينة للقراءة

غير واعٍ أن يحظى بنصر نهائي يعالج به جرحه الأول، وعملية الاجترار أو التكرار القهري هذه تقوم على ٣ عناصر:

١- محاولة السيطرة على نفسه.

٢- نوع من عقاب النفس.

٣- تجنب الصراع الأساسي.

بالنسبة لهؤلاء الرجال.. فإن سعيهم للشعور بالاكتمال عن طريق ممارسة الجنس مع رجال مثلهم، إنما هو مدفوع بتوقع خائف بداخلهم من أن محاولتهم لإثبات ذواتهم الذكورية سيفشل حتما وسيشعرهم هذا بالإذلال.

إنهم يقررون إعادة التجربة على أمل أنهم هذه المرة وعلى عكس المرات السابقة سيحصلون أخيرًا على ما يريدون، وأنه بعلاقتهم مع هذا الرجل سيجدون قوة ذكوريةً لأنفسهم وسيختفي شعورهم المزعج بالفراغ من الداخل. ولكن بدلًا من أن يحدث هذا فإنهم يعطون شخصًا أخر الفرصة ليرفضهم ويشعرهم بالخزي، وأنهم لا قيمة لهم. ومع تكرار نفس السيناريو مصحوبًا بشعور الخزي مرارًا وتكرارًا فإنهم يصدقون في النهاية أنهم ضحايا ميؤوس منهم وأنهم لا يستحقون الحب أبدًا.

غالبًا ما يشير المثليون بولعهم بارتفاع الأدرينالين في الجسم للذروة. وهذا ما يحصل في حالات الخوف الصريح. هناك ظاهرة منتشرة بين المثليين وهي

عينة للقراءة

إثارتهم الشديدة عندما يمارسون الجنس في الأماكن العامة مثل الحدائق، والحمامات العامة ومحطات الشاحنات . . وتحدث هذه الإثارة بسبب خوفهم الشديد من أن يُكشف أمرهم أو أن يراهم أحد.

فعل اللواط نفسه هو فعل ماسوشي الأصل؛ فالجماع الشرجي نفسه يعتبر انتهاكًا لتصميمنا الجسدي فهو أمر غير صحي ومدمر تشريحيًا. . يدمر عضو المستقيم وينشر الأمراض لأن أنسجة منطقة المستقيم ضعيفة ومسامية. ومن الناحية النفسية، فإن هذا الفعل يحطم ويدمر كرامة الرجل وذكورته.

الجنس الإدماني -بعيدًا عن دراميته العالية و وعوده بالحصول على درجات عالية من الرضا- يخفي بداخله دافعا أساسيًا عميقًا وصحيًا أكثر وهو الرغبة في التعلق الحقيقي بشخص ما.

والخلل في عالم الرجال المثليين لا يمكن إنكاره، ودليلُ ذلك قدمته لنا الأبحاث العلمية عن طريق المقارنات المحزنة الآتية:

- الإكراه الجنسي موجود بنسبة تفوق الست أضعاف بين الرجال مثليي الميول.

- الرجال المثليون يتورطون في العنف مع شركائهم أكثر ٣ مرات أكثر من الرجال الغيريين.

عينة للقراءة

- الرجال المثليون يتورطون في الممارسات السادية مع شركائهم بنسب أعلى كثيرًا من الرجال الغيريين.

- حدوث التقلبات المزاجية واضطرابات القلق أكثر بـ ٣ مرات بين الرجال المثليين عن الرجال الغيريين.

- اضطرابات الهلع أكثر بـ ٤ مرات بين الرجال المثليين عن الرجال الغيريين.

- اضطراب ثنائي القطب أكثر بـ ٥ مرات بين الرجال المثليين عن الرجال الغيريين.

- اضطرابات السلوك أكثر بـ ٤ مرات بين الرجال المثليين عن الرجال الغيريين.

- الخوف من الوجود في الأماكن العامة أكثر بـ ٤ مرات ونصف عن الرجال الغيريين.

- اضطراب الوسواس القهري أكثر بـ ٧ مرات ونصف بين الرجال المثليين عن الرجال الغيريين.

- السلوك العدائي ضد النفس والميول الانتحارية من مرتين إلى ١٠ مرات أكثر في الرجال المثليين.

عينة للقراءة

- إدمان النيكوتين أكثر بـ ٥ مرات بين الرجال المثليين أكثر من الرجال الغيريين.

- إدمان الكحول أكثر بحوالي ٣ مرات بين الرجال المثليين أكثر من الرجال الغيريين.

- إدمان عقارات أخرى أكثر بـ ٤ مرات بين الرجال المثليين عن الرجال الغيريين.

- الخيانة . . والأمر موضح بشكل جيد في الأبحاث الكلاسيكية لـ McWhirter وMattison، وهما رجلان مثليان ذكرا في كتابهما: «الزوج المثلي» -The Male Couple ١٩٨٤-، أنهما من ١٦٥ علاقة درساها، لم يتمكن زوج واحد من الحفاظ على الإخلاص لبعضهم البعض أكثر من خمس سنوات. فاجأ المؤلفان -وهما أصلا زوجان مثليان- اكتشاف أن العلاقات الخارجية لم تكن فقط غير مضرة للعلاقة بين المثليين، بل كانت في الواقع ضرورية لبقائها. استنتجا ما يأتي «إن العامل الوحيد والأكثر أهمية والذي يبقي العلاقة بين الأزواج لمدة أكثر من العشر سنوات هو عدم الشعور بالامتلاك من الطرف الآخر» (ص ٢٥٦).

من معرفتنا بثنائية الكراهية والمحبة -السابق ذكرها- في علاقات المثليين الميولية يمكننا أن نتعاطف مع محاولات الرجل المثلي المتكررة لعلاج الصدمة التي تعرض لها في طفولته. وهذا يفتح لنا مجالًا لفهم شعور عدم الرضا

عينة للقراءة

والاستياء في مجتمع المثليين على الرغم من القبول غير المسبوق للمثليين في المجتمع.

الجنسية المثلية لا معنى لها في العالم الطبيعي. هي عرض ونتيجة لحدث مأساوي .. وهْمٌ مصنوع من الخيال والرغبة تم دعمه من هوليوود والقوى السياسية. لقد انقلبت الأنثروبولوجيا الكلاسيكية رأسا على عقب وتم ابتكار رجل جديد.

عندما يصف المرء نفسه أنه مثلي فهو يلقي نفسه خارج العالم الطبيعي ويحرم نفسه من المشاركة في مصير الإنسانية.

من الأب إلى الابن إلى حفيده وهكذا، تعتبر بذرة الإنسان هي الرابط الذي يربطه بالأجيال. عن طريق حمضه النووي يعيش في حيوات أخرى .. يقدم حياة جديدة عندما يزرع بذوره في رحم المرأة. لكن في حالة مثليي الميول .. لا يمكن لبذور الحياة أن تسفر سوى عن الاضمحلال والموت.

عن طريق الجنس الطبيعي، يتم الحفاظ على الجنس البشري، ويعيش الرجل من خلال الأجيال القادمة. لكن الجنس المثلي المتأصل في الصدمة فهو ينتهك تصميم الجسد فيقضي على قدرته التكاثرية ويبيدها ويظهر لنا الجسد هذا التعارض بحكمة ففي مقارنة بين (إعطاء حياة جديدة أم تدميرها والقضاء عليها أيهما تختار؟)

عين للقراءة

لا عجب أننا نرى الكثير من عدم الرضا في عالم المثليين. ليس فقط بسبب رفض المجتمع لهم، ولكن لأن الرجل الذي يعيش في هذا العالم، يشعر بعقم الهوية المثلية. إنه يمثل إنهاء هذا الخط الطويل من أسلافه الذين كانوا مرتبطين معًا، عبر العصور، بالزواج الطبيعي.

في العالم الحقيقي ، ليس للهوية المثلية أي معنى. مجرد عَرَض، تعويضٌ مثير لفقدان التعلق . وهذا هو معنى الجنسية المثلية.

عينة للقراءة

قراءات خارجية

عينة للقراءة

- الآخر القريب، ريتشارد كوهين.
- التئام وطن، ريتشارد كوهين
- التدريبات العملية لمساعدة شفاء الرجال ذوي الميول المثلية.
- آلان مدينغر؛ النمو نحو الرجولة
- دين بيرد، مارك تشامبرلين؛ قوة الإرادة لا تكفي، لماذا لا ننجح في التغيير.
- مارثا نيبلي بك، جون سي بك؛ كسر حلقة السلوك القهري.
- جو دالاس؛ صِراع الشهوات.
- الرجولة إنجاز، چوزيف نيكولوسي.
- أدبيّات زمالات المدنيين المجهولين.

- كُتُب وأبحاث الأطباء والمعالجين ريتشارد كوهين، وچوزيف نيكولوسي، وديڤيد ماثيسون، وأوسم وصفي.

- كريستين نصار، عد يا أبي.

عينة للقراءة