فيه ميكانيزم اسمه ميكانيزم التبرير  
انا بفضّل اسمّيه الهروب  
ده من ضمن ميكانيزمات الدفاع الذاتي في علم النفس  
-  
يعني ايه  
يعني  
الانسان بطبيعته بيرفض فكرة انه غلطان  
او انه وحش عموما  
-  
فبدون وعي منه - بيعمل لنفسه طرق للدفاع عن نفسه  
بنسميها ميكانيزمات الدفاع الذاتي  
-  
هوا اساسا ممكن ما يكونش فاهمها  
لكن عقله الباطن بيصنعها له  
وبيقدم له المنتج النهائي  
اللي مفاده - انتا جميل - هما اللي وحشين  
-  
ناخد مثال  
ايه رايك في واحد بيعذب الناس في السجن  
ده مجرم طبعا  
-  
تمام - ماشي  
خش جوا نفسه بقي  
هل هوا شايف نفسه مجرم ؟  
-  
لا - خالص  
هوا شايف نفسه صح - واللي بيعمله صح  
-  
النفس البشرية بترفض انها تعمل حاجة وحشة  
طب ايه - نعمل ايه لما نحب نعمل حاجة وحشة  
الحل ببساطة - اننا نخليها حلوة  
نقنع نفسنا انها حلوة  
-  
طب انا مش قادر اقنع نفسي  
ما تقلقش  
نفسك هتقنع نفسها لوحدها  
-  
يبتدي عقلك الباطن يصور لك  
ان فيه حكمة غائبة وراء التعذيب  
اللي انتا بتعذبه للناس دول  
-  
وان ده في مصلحتهم  
مصلحتهم !!  
-  
ايوه  
بس انتا اللي نظرتك قاصرة  
انتا لو بصيت للصورة الكاملة  
هتلاقي ان تعذيب بعض المواطنين  
بيصب في مصلحة الجميع  
-  
ايه المانع اني اقتل واحد كان هيقتل الف واحد  
-  
وحد قال لك انه هيقتل ؟  
لا ما حدش قال - بس انا عارف  
انتا بس اللي نظرتك قاصرة  
الناس دي لو سبناها هتقتل وتسرق وتنهب  
فاحنا بنعتقلهم ونعذبهم ونقتلهم  
عشان نحافظ علي المجتمع  
-  
يا سلام يا استاذ غسّان  
ده انتا طلعت طيب قوي  
زي محمود الجندي  
-  
ايه رايك في شاب عاطل قاعد ع القهوة  
خش عقله كده  
هتلاقيه بيعتبر المجتمع مجرم في حقه  
-  
اه طيب ماشي  
هوا مجرم في حقك - وبعدين  
ولا قبلين  
ادينا قاعدين اهو لما نشوف هترسي علي ايه  
-  
مش مشكلة اننا قاعدين  
المهم اننا قاعدين مستريحين  
-  
الشاب ده اسقط مسؤولياته عن نفسه  
والقاها علي المجتمع  
ده اسمه الاسقاط  
-  
رئيس الجمهورية نفسه بقي يقول لك ايه  
ما هو كل واحد عشان مزجه  
يظرب لي لي سته سبعة  
اصرف عليهم انا وأأكلهم واشربهم  
ما انتوا كتير وما بتشتغلوش  
اعمل لكوا ايه انا  
-  
ده بردو اسقاط  
-  
تخيل انك علقت ثقل في خيط - ومرجحته  
الثقل ده هيفضل يتمرجح  
لحد ما يثبت عند اسفل نقطة  
-  
النفس البشرية كده  
بتفضل تتمرجح لحد ما تستقر  
بتستقر عند نقطة انها مرتاحة ومطمئنة  
-  
طول الوقت لو حصل ان حاجة هزتها  
هيا عاوزة ترجع تاني  
-  
اي حد هييجي يقول لك انتا غلط - بيهز الثقل ده  
الثقل ده بطبيعته عاوز يرجع تاني  
-  
ايه اللي بيرجّعه ؟  
ميكانيزمات الدفاع  
-  
فتلاقي مثلا واحد عسكري شارك في اعتقال واحد  
الواحد ده في الاخر اتعذب لحد ما مات  
-  
فتيجي تقول للعسكري انتا مجرم  
يقول لك لا  
انا ما قتلتوش  
انا بس قبضت عليه  
ده تجزيئ  
-  
وبعدين  
انا كنت بنفّذ اوامر غيري  
ده اسقاط  
-  
غيري هما اللي مجرمين  
انما انا  
جميل - وهادي - وطيب - ولذيذ  
كده دفاع ذاتي كامل شحط محط  
-  
وبعدين هوا الواد اللي مات ده  
لو ما كانش مشي مع الاشرار  
ما كانش حصل له حاجة  
هوا اللي مجرم  
-  
ده بيجوّد  
-  
هوا اللي مجرم ؟!  
اعتقلتوه وعذبتوه وموّتّـوه  
وفي الاخر انتوا طيبين وهوا مجرم  
ايوه  
-  
جولدا مائير قالت ذات مرّة  
إن إسرائيل لن تغفر للفلسطينيين اجبارهم اياها علي قتلهم  
-  
يعني احنا كاسرائيليين كنا قاعدين طيوبين خالس  
قام الفلسطينيين جم اجبرونا نقتلهم  
-  
فقتلناهم - وطبعا اتاثرنا نفسيا  
فاحنا مش هنسامحهم علي الاثر النفسي الفظيع اللي سببوه لنا  
-  
معقول النفس البشريّة تعمل كل ده  
ايوه يا فندم - دي النفس البشرية وعجائبها  
وتعمل اكتر من كده  
-  
احد قادة هتلر - بعد ان سقطت النازية - انتحر  
ليه  
طب ليه ما انتحرش وهوا بيمارس جرائم النازية  
-  
السبب هو انه ايام زمان  
كان عنده مبرراته اللي مخلياه شايف ان اللي بيعمله صح  
حتي لو كان قتل وتعذيب  
لكنه في الصورة الكبيرة هيفيد الامبراطورية المراد انشائها  
انتا بس اللي مش شايف الصورة الكبيرة  
هاي هتلر يا عم الحاجّ  
-  
لكن بعد سقوط النازية - سقط القناع  
فاصبح شايف اللي كان بيعمله علي حقيقته  
حقيقته البشعة  
-  
زمان كان اسمه عمل لرفعة النازية  
دلوقتي اتشال القناع وبقي اسمه تعذيب  
فقال لنفسه معقول انا كنت بعذب  
ما استحملش يشوف نفسه في الصورة دي  
انتحر  
-  
الفكرة انه كان بيلاقي مكان يهرب فيه من نفسه  
مكان يقدر فيه يبرر لنفسه افعاله  
حاليا المكان ده اختفي  
ما قدرش يواجه نفسه  
-  
واحيانا يلجا الانسان للسخرية من واقعه  
زي مثلا واحد بيسخر من الحكومة  
ده غلط - لانه بيعميك عن بشاعة الصورة  
-  
او واحد بيسخر من كرشه مثلا  
يقول لك ده عز  
ده بردو دفاع ذاتي  
-  
وتختلف الانواع والصور في هذا السياق بشكل كبير  
انا لم اقصد من هذا المقال تجميع ميكانيزمات الدفاع الذاتي  
ولا حتي تناولها اكاديميا  
-  
انا قصدت فقط لفت الانتباه ان فيه حاجة اسمها كده  
خش انتا بقي ابحث ودور وستجد ما يفيدك ان شاء الله  
-  
لكن ع الاقل حبيت اوصل رسالة من خلال هذا المقال  
الرسالة من المقال ده هيا  
ما تسلمش نفسك لنفسك  
-  
نفسك اعدي اعدائك  
نفسك اخطر خطر يداهم نفسك  
-  
نفسك ممكن تسوقك وتقنعك ان سرقة الاغنياء حلال مثلا  
ان قتل مخالفيك في الراي مصلحة عامة  
-  
ركز مع نفسك - وحاول تسيطر عليها  
ما تخليهاش تسيطر عليك  
-  
لانها لو سيطرت عليك  
هتخليك حيوان  
-  
هيا كان نفسها انك تكون حيوان اساسا عشان تستمتع بكل حاجة  
ياكش بس العقل اللي جه قرفنا ف عيشتنا  
-  
كلمة العقل جايه من الربط  
زي العقال كده اللي بيتربط علي الراس  
او معتقل يعني مقيّد  
-  
فالعقل دوره انه يقيدك عن شهوات النفس  
-  
اقبل لنفسك فانهها عن غيها - فان انتهت عنه فانت حكيم  
-  
اقبل علي النفس فاستكمل فضائلها - فانت بالنفس لا بالجسم انسان  
-  
وتحسب انك جرم صغير - وفيك انطوي العالم الاكبر  
-  
[#مرزوقيّات\_في\_علم\_النفس](https://www.facebook.com/hashtag/مرزوقيّات_في_علم_النفس?source=feed_text)