# المقتطف

الجزء الاول من المجلد السادس والتسعين

١ يناير سنة ١٩٤٠ — ٢١ ذي القعدة سنة ١٣٥٨


# تأثير الحب والبغض

## والغضب وغيرها من الانفعالات في الصحة والمرض

### ١ — حوادث غريبة

دخل المستشفى يوم الاثنين وهو مصاب بمرض جلدي. ففحصهُ الاطباء فحصاً مدققاً. وامتحنوه بجميع الوسائل التي تمكنهم من معرفة استهدافه لمادة معينة اذا كان الاستهداف علة اصابته. فلم يهدهم الامتحان الى شيء لأن النتائج كانت سلبيةً جميعاً. ولكن بشرتهُ كانت متنفطة وعلى ذراعيه بثور. قال: — ان هذه البثور تظهر كل يوم اثنين تقريباً. فسألهُ الطبيب: وماذا تصنع يوم الأحد؟ فقال: أذهب في الغالب الى احدى الضواحي لمقابلة فتاة. فاستقصى الطبيب هذا الخبر فاذا الرجل خطيب تلك الفتاة من سنوات واذا الفتاة تؤجل يوم القران مرةً بعد أخرى. وكان الرجل يقتصد ما يستطيع اقتصادهُ من المال استعداداً للنهوض باعباء الزواج. وكان في كل احد يسعى جهدهُ لاقناع الفتاة باتخاذ قرار نهائي وتعيين يوم القران فكانت تروغ منهُ، وكان يصاب كل يوم اثنين بهذه البثور فكأن جلدهُ كان يثور متأثراً بحالتهِ النفسية

* * *

ثم هناك قصة فتاة اتلفتها إصابة بضريبراها عما جعلها بيضاء كالطباشير تقريباً، مخدرة لا تشعر بها. وهذه حالة تعرف في الطب بحالة « الاصبع البيضاء » وسببها اضطرابٌ في دورة الدم في الأصبع. واسمها العلمي مرض ريتو Raynaud. في هذه الاصابة تنقبض العضلات التي تحيط بأنابيب الدم الشعرية في الأصبع انقباضاً طويلاً فيضعف ورود الدم الى الأصبع. والطالب

ان تشل هذه الاصابة الاصابع والأباهم ، ولكنها كانت في حالة هذه الفتاة محصورة في بنصر يسراها. فهل كان السبب متصلاً بحالة الفتاة الانفعالية emotional ؟ وهل كون البنصر هي أصبع الخاتم دليلٌ على ذلك ؟ سئلت الفتاة في ذلك فروت قصة تؤيد هذا الرأي. قالت أنها كانت قبل بضعة أشهر خطبة شاب تنصرها سعادة الحب . ولكن شجر بينهما خلاف فنزعت خاتمها من بنصرها في ساعة غضب ورمت به الى الارض قائلة هو ذا خاتمك . وفي مساء ذلك اليوم أحست وخزاً خفيفاً في بنصرها فتركتها حتى استكنّت ثم عاودها الألم فلم تجد الفرك في إزالته. واشتدت الاصابة حتى أحدثت ترحاً دفعتها الى استشارة الطبيب

* * *

ثم مثلٌ آخر . هو ذا رجل مصاب بالربو ، ملقىً على سرير في مستشفى . جاء المستشفى وربوهُ مشتدٌ عليه . فقضى بضعة أسابيع تحت اشراف الاطباء حتى تماثل الى الشفاء . وأقبل يوم خروجه من المستشفى صحيحاً معافىً ، فأعدت لهُ تذاكر السكة الحديدية الى قريته وحزمت أمتعتهُ وودّع طبيبهُ وممرضتهُ . ولكنهُ أصيب قبيل خروجه من المستشفى بنوبة شديدة من السعال ، فما انقضت ساعات حتى عاودتهُ جميع الاعراض الخطرة التي كان مصاباً بها عند مجيئه الى المستشفى وثبت لأطبائه أن في اخراجه من المستشفى خطراً على حياته . فأعيد علاجهُ حتى تماثل وحكم الأطباء بأنهُ يستطيع أن يسافر ولكن النوبة عاودتهُ قبيل السفرة مرة أخرى

نفحصت حالتهُ من ناحية أخرى . وأثبت الفحص انهُ كان مدرساً في كلية زراعية في إحدى الولايات الاميركية الجنوبية . وحدث لهُ وهو مدرس أن اشترك في نزاع خطير أفضى الى استقالة عميده . فطامع العميد الجديد توقع ان يرقّى نجاب أمله . ثم حدث ما حمله على الظن بأنهُ قد يقال . وها هو ذا في المستشفى يحسّ انهُ في مأمن من حالة ان رجوعهُ الى الكلية يعود به الى بقعة تؤلمهُ ذكرى حوادثها ويقلقهُ فيها احتمال اقالته من العمل الذي توفر عليه

* * *

هذه الحوادث الثلاث مأخوذة من حوادث مدونة تفصيلاتها في سجلات مستشفى كبير في الولايات المتحدة الاميركية وهي تذكر بحوادث تماثلها وقعت في الحرب العالمية الماضية . فلم يكن من النادر في الحرب الماضية ان يبعث قائد الفصيلة بأحد رجاله الى الثقة الحرام لدفن الموتى فيؤدي مهمته على أوفى وجه ولكنهُ لا يلبث بعد عودته حتى يدرك انهُ فقد حسّي الشم والذوق. ويروي الدكتور ارنست ستودن أحد أساتذة كلية طبية بفرب لندن قصة من الحرب القصص صاحبها شاب في السابعة والثلاثين ، كان في أحد المعسكرات البريطانية في انكلترا يتدرب مع زملائه توطئة لسفره معهم الى فرنسا . وفي احدى الليالي صدر الأمر اليه والى رفاقه بمهاجمة

خندق في ظلام الليل فكان اول من وصل الى الخندق وقفز اليه ولكن زميله الذي تلاه لم يره فقفز وراءه فأصاب سلسلةُ البقرية بحذائيه الضخمين . فعجز بعد ذلك عن المشي . لأن المركز العصبيَّ الخاص بعضلات الفخذين أصيب على ما يلوح . ومضت ست سنوات اخرى وهو مقعد . فحكمت السلطات الطبية بنقله الى مستشفى يقضي فيه بقية حياته مع العجزة والمقعدين. ولكن طبيب هذا المستشفى لاحظ ان عضلات الفخذين غير ذاوية فعنت به الى عيادة خاصة لمراقبة حاله . وفي هذه العيادة عرفت قصتهُ

كان هذا الرجل وزوجهُ من عامة الناس . وكان قد تعطل عن العمل قبل الحرب العالمية الماضية ، فعمدت زوجهُ الى «الغسل» لتكسب بضعة دريهمات تقيم بها اودهما حتى تتحسن الحال . فأصابت النجاح في عملها فوسعت نطاقهُ وأخذت تستعين ببعض جاراتها من المعوزات . واشترك معها زوجها في ادارة العمل ثم نشبت الحرب العالمية ،فارتفع سعر الوقود والصابون ثم استخدمت النساء في بعض مصانع الذخائر بدلاً من الرجال وأخيراً جند زوجها فخرب عملها وكانت في طريقها الى اليسر . وكان زوجها يتلقى منها وهو في المعسكر رسائل تدمي القلب فيكمدُ ويتمُّ . ثم حدث لهُ ماحدث في الخندق . كانت الاصابة أليمة لاريب في ذلك،ولكن هل أحدثت شللاً أو هل كان الشلل ناشئاً عن حالة نفسية فلم تكن حادثة الخندق إلاَّ سبباً مباشراً فقط ؟

فحصهُ الطبيب فحصاً مدققاً فوجد ان نخاعهُ الشوكي غير مصاب ، فقال لهُ ذلك ، وبيَّن لهُ الصلة بين العقل والجسم ، فكان هذا البيان في نظر الرجل ، في منزلة العفو عن رجل محكوم عليه بالاعدام . فبدأ يحرك فخذيه بعد المقابلة الاولى مع هذا الطبيب . وانتصب واقفاً عليهما في المقابلة الثانية بل خطا بضع خطوات الى الامام في حذر وتردد . ومشى في المقابلة الثالثة . ولكن حماستهُ حملتهُ على ارهاق الفخذين والقدمين بعد اهمالها سنوات فتورمت وأمره الطبيب بالراحة اولاً ثم بالتؤدة ولم ينقضِ الاَّ بضعة اسابيع حتى كان شفاؤه تامًّا

## ٢ — تأثير الانفعال في المرض

اعتاد المشتغلون بالطب ان يصفوا بعض الاعراض المرضية الناشئة بأنها « اعراض وظيفية » وذلك لكي يميزوها عن الاعراض «العضوية» الناشئة عن اسباب معروفة يدبها البحث في تركيب الانسجة. فالصداع الذي يمكن ردهُ الى خراج في الدماغ «حالة عضوية» [illegible] ولكن صداعاً لايمكن ان نتبين صلته بحالة عضوية معينة يوصف بأنهُ «وظيفي» Functional . والامراض العضوية بوجه عام هي التي استوقفت عناية الاطباء وفزت باهتمام الاكبر من بحوثهم. وليس بالنادر ان يصرف الطبيب مريضاً جاءهُ فحار في فهم علته بقوله « انهُ مرض وهمي . عد الى بيتك وانسَ

انك مريض » . ولكن المريض لا ينصرف من عيادة هذا الطبيب الا الى عيادة طبيب آخر وقد يكون بين الاطباء من يعتمد في علاج مرضاه على أساليب التراقين في العلاج . فقد روي عن سقراط انهُ ذهب الى بلد بعيد مع الفرقة التي جنّد فيها فلاحظ ان التراقين Thracians «الهمج» يفوقون الاغريق في مسألة واحدة هي على الاقل وهي ادراكهم تعذُّر شفاء الجسد بغير معالجة العقل . ولذلك — قال سقراط — يستطيعون ان يشفوا امراضاً عجز لطس اليونان عن شفائها . وليس ثمة ريب في ان فكرة معالجة الجسم على انهُ «كلٌّ» خطرت لابقراط فدوّنها في ما يعزى اليهِ من الكتابات الطبية وخطرت كذلك لاساطين الطب بعدهُ . ولكن بحث «الانفعالات» emotions من حيث هي عامل في المرض لم تفز بالعناية العلمية في المستشفيات العامة والمدارس الطبية ومعاهد البحث الا في العهد الاخير

ان الامراض التي تؤثر فيها حالة الانفعال النفسي وقد تكون فيها العامل الحاسم كثيرة . وعند الدكتور ادوود ستريكر Strecker ان خمسين في المائة من المشكلات التي يواجهها الطبيب في مراحل استداد المحة وخمسة وسبعين في المائة من مصاعب الفقه ترتد بأصولها الى عقل المريض دون جسمهِ . وفي سنة ١٩٣٤ عينت الطبية الدكتور فلاندرز دنبار Dunbar وجماعة من الاطباء في احد مستشفيات نيويورك ( Presbyterian Hospital ) باختيار انواع معينة من الامراض تعزى الى ضغط عصبي معروف ، ودراستها من ناحية تأثير الاضطراب الانفعالي فيها . فاختارت المصابين بالذبابطس ( البول السكري ) او بأمراض القلب أو بحوادث كسر العظام ، ولم تشمل في حوادث كسر العظام حالات كسر الجمجمة لاسباب لا تخفى

فدرست ١٣٠٠ حادثة واصابة من هذا القبيل ، فكانت النتيجة التي خلصت اليها ان العوامل الانفعالية أثرت في خمسين في المائة من حوادث واصابات الطوائف الثلاث اي المصابين بالبول السكري والمصابين بأمراض القلب والمصابين بكسر العظام . وليس ثمة ريب في ان ثبوت تأثر حوادث كسر العظام بالعوامل الانفعالية جاء مفاجأة كبيرة للدكتور فلاندرز ومساعديها لان الظن كان قبل ذلك بان كسر العظام أبعد ما يكون عن التأثر بالحالة الانفعالية

في كثير من هذه الحوادث التي درست تواريخها ثبت ان الكسر حدث قضاء وقدراً ولكن تقصي تاريخ المريض اثبت ان هناك وراء الحادثة شيئاً اكثر من ذلك . فثمة مثلاً حادثة رجل أصيب في ساقهِ اليمنى . فدلَّ تقصي تاريخهِ على انهُ كان مدلل أمهِ قبل زواجهِ ولكنهُ لم يفز من زوجهِ بمثل تدليل أمهِ فقال : — وسيضطر ( أي زوجه ) ان تعتني بي الآن ، فليكن هذا لها درساً بليغاً . وهناك كذلك قصة فتاة في السابعة عشرة أصيبت ركبتها في أثناء لعب الكرة ، فثبت من تقصي تاريخها أنها كانت ولداً غير مرغوب فيهِ لان والدتها المطلقة كانت

تحاول ان تتخلّص من تبعة العناية بها بإلحاقها بمدرسة داخلية لكي تتمكن من الزواج ثانية . قالت الفتاة عن أمها : — ولا تستطيع الآن ان تبعدني ، وأنا مريضة ، وقد أبقى مقعدة طوال حياتي — أتستطيع ذلك ؟

جميع هؤلاء المصابين جاءوا المستشفى الذكور لكي يعالجوا من الاصابة بأمراض «عضوية». وقد اجتنب الباحثون قصداً بحث حالات المصابين بأمراض «وظيفية» لكي لا يختلط عليهم الأمر. وهل هناك ماهو أبعد عن «اصابة وظيفية» من كسر عظمة الذراع او الفخذ او السلسلة الفقارية ؟ ومع ذلك أثبت البحث ان ثمانين في المائة من المصابين بكسر في العظام كانوا مصابين من قبل ذلك بعقد نفسية راسخة في نفوسهم ، كالخوف من الوحدة ، او الخوف من الظلام، او الخوف من السقوط وما شابه . وبدا كذلك من الفحص ان عقدة الهم العصبي تؤثر تأثيراً كبيراً من شأنه تفاقم الحالة المرضية في المصابين بالبول السكري وأمراض القلب ، وفي حالة الاضطراب الانفعالي كانت اصابات السكري والقلب تسوء وتشتدّ ويقابل ذلك ان الاعراض العضوية كانت تخفّ حتى حدود الزوال في حالة الاطمئنان النفسي والفرح

وقد نبه الدكتور فليكس دويتش من اثنتي عشرة سنة — وكان يمارس صناعته حينئذ في فينا — الى تأثير الهم anxiety في المرض فبين ان المصابين بأمراض عضوية تتفاقم حالتهم اذا لم يجدوا لهمهم منفذاً . والهمّ انواع ويرتد الى مصادر متعددة ولكن هناك ما يدل على ان الهم الذي لا ينصرف في العمل واللعب ينصرف من طريق المرض . ولذلك قال الدكتور دويتش ان كل مرض هو مرض همّ الى حدّ قريب أو بعيد ، فالمريض يبقى مريضاً لأنهُ لا يستطيع ان يبعد الهم عنهُ ، والصحة هي البعد عن الهمّ

في سفر الجامعة ان هم القلب اعظم الهموم وآداب جميع الامم وأقوالها المأثورة حافلة بالاشارة الى ان القلب يعرف الهم والفرح وغيرهما من الانفعالات . ولذلك اتجه فريق من الباحثين في الطب الى معرفة هل هناك اساس علمي لهذا الاعتقاد الشائع. فالدكتور ولتر فون وير يقول:— ان الدورة الدموية عمل يفضي توقفه الى انطفاء شعلة الحياة. فلذلك اصبح القلب عضواً من اهم اعضاء الجسم في الاعراب الداخلي . ولذلك يتصل القلب اتصالاً وثيقاً بحياتنا الانفعالية وهذا يجعلهُ رمزاً للفضائل والرذائل . وفي درس هذه العلاقات نبغ سلطة واقعة عند بعد حدود المعرفة وهي تنطوي على مسألة هي في آخر الأمر المسألة الاساسية في الحياة وأعني ما يربط الروح بالجسم في وحدة كاملة

ويذهب الدكتور لدفيج برون Braun الى ان الهمّ له اصل فسيولوجي وان مصدره في القلب وكما ان العين هي عضو الاحساس بالضوء ، فالقلب في رأيه عضو الاحساس بالهم. ومع ان

الاطباء فلا يوافقون على هذا الرأي، لانرى بدًّا من القول بأن القلب المريض — عضويًّا — لا يسبب الما فقط بل ويكثر همّ صاحبه

اما الدكتور ثيودور ولف الاستاذ بجامعة كولومبيا فيقول ان جميع الاحساسات التي لا تبث السرور في جوانب النفس يصحبها الهمّ وليس ثمة همّ كالهم الذي يصحب الذبحة الفؤادية . فاذا سمع المصاب بها في اول عهده بها قول طبيبه « ان في قلبك تمتمة خفيفة » او « ان ضغط دمك عالٍ » فان هذا القول من شأنه ان يحوّل القلق اليسير الى همّ عظيم مقيم . وعندئذٍ فقد تنقبض اوعية الدم التي في القلب نتيجة فسيولوجية لهم . وعند ما يشعر المريض بالألم يحسّ ان همّه كان في محله فيستفحل همّه وتتفاقم حالة قلبه. وهناك فريق كبير من الاطباء يرى ان نفخ روح الرجاء والأمل في صدر المريض من الطرائق الاساسية في كل علاج . فالدكتور كارل فارينكامب يقول ان هناك نوعين من الذبحة الفؤادية. فالنوع الواحد تكون الاصابة به عقب الاجهاد مباشرة والثاني فيسرق الخطى كاللص في سواد الليل ، والغالب انهُ يهجم في اثناء الراحة او النوم. ولكن همّ بلي الاجهاد فقط في كونه من العوامل التي تسبب نوبة من نوبات الذبحة الفؤادية . فاذا اصيب مريض الاعصاب بنوبته الاولى فاصابته التالية تتوقف على حالته العصبية النفسية وأسلوب طبيبه في معالجته . حتى اذا كان الرجل غير مصاب باعصابه فانهُ يحتفظ بذكرى نوبته الاولى فتولد خوفاً حتيًّا في نفسه فلا يطرحهُ فيما بعد . ويعتقد الدكتور فارينكامب ان الحالة النفسية في علاج الذبحة الفؤادية أهم منها في أي مرض آخر

ولا يخفى ان ضغط الدم انواع منها ما يتصل بتصلب الشرايين ومنها له علاقة بحالات الاستهداد او بضعف الكليتين عن القيام بوظيفتهما وهو من المكتشفات الحديثة . ولكن المصابين بضغط الدم لا ترتدُّ اصابتهم جميعاً الى سبب عضوي معروف او معرفتهُ مستطاعة . وفي احايين تأثر حالة ضغط الدم بحالة المصاب النفسية والانفعالية . وقد روى الدكتور اروين موس

قصة رجل كان ضغط دمه عالياً جدًّا وكان مصاباً في احدى رئتيه وفي بوله آثار الزلال موجع فراجه والبقاقير فلم يجن فائدة ولكن الطبيب سمعه يقول في احد الايام انهُ ظلم زوجه ظلماً شديداً فدبّ الطبيب لقاء بين الزوجين فدار بينهما حديث سداهُ الود واللحمة العتاب الكثيف فهبط ضغط دم الرجل وخفت اصابة الرئة وزالت آثار الزلال من البول . وقد انقضت سنوات والرجل متمتع بالعافية التامة

***

يعنى الدكتور سانلي كوب فنتن وجماعة من الاطباء في مستشفى ماستشوسس العمومي في مدينة بوسطن بدراسة احوال المصابين بمراض شتى كالربو والرئية (الالتهاب الفصلي)

والتهاب القولون المخاطي التشنجي الكاذب . وقد وجدوا في كل طائفة من الطوائف المصابة باحد هذه الامراض فريقاً كبيراً متأثراً بهموم واوهام واشكال مختلفة من الاضطراب الانفعالي emotional . ففي المصابين بالتهاب القولون مثلاً وجد ان نصفهم كان مصاباً بالاسهال ولكنهم جميعاً كانوا مصابين بالنحس العصبي . وبعد مباحثات خاصة معهم ظهر ان ٩٦ في المائة منهم يشعرون بالحنق و٧٥ في المائة يشعرون بالهبوط النفسي و٦٨ في المائة بالاثم . فالضيق كان يؤلمهم لانهم اجترحوه ، او لحقد يثيرهم على مخدميهم او معلميهم او والديهم فاتصل اثر ذلك بامعائهم

ومن الناس الذين يقترن فيهم الهمّ بالمرض اولئك المصابون بالقرح الهضمية المستديرة في المعدة . ولكن همّهم لا يرتدّ الى الحقد او الكره بل الى الشعور بالضعف والنقص . وقد عُني الدكتور فرانز الكسندر احد علماء معهد التحليل النفسي بشيكاغو بدراسة المصابين بهذا النوع من القرحة في المعدة فوجد علاقة بين انفعالهم واعمال الهضم في المعدة . ومما قاله في هذا الموضوع انهُ اذا كانت هناك رغبات مكبوتة في العقل الباطن كالرغبة في ان يكون الانسان محبوباً ، او ان يحاط بعناية غيره به ، او التوق الى احياء العلاقة القديمة بين الطفل وامه او المحافظة عليها فان ذلك يفضي الى التأثير في وظائف المعدة . وهذه الرغبات تكبت في المراهقين والكبار لانها لا تتفق واستقلال الشخصية ونشاطها . ولكن كبتها يجعلها ذات تأثير نفسي مزمن

ولكن السؤال الذي يخطر للباحث هو هذا : — لماذا تؤثر هذه العوامل النفسية في المعدة فيجيب الدكتور الكسندر ان ذلك ليس بمستغرب . فالطفل في رأيه يكفي بعض ميوله الاولى بالاغتذاء . وكذلك تنشأ صلة بين وظيفة الغذاء وحالة الانفعال بحب الأم وعنايتها

ولعلّ هذا يفسر القول القديم ان البطن هي الطريق الى القلب . ومن الامراض التي تناولها باحثو معهد شيكاغو بالبحث الدقيق مرض الربو الشعبي . ومن الأمور المسلم بها ان المصابين بالربو يتأثرون بحالة أعصابهم وانفعالهم ، ولكن البحث الطبي الحديث اثبت ان الربو من الأمراض المتصلة بحالة الاستهداف ( Allergic ) . ولذلك حصر أطباء المعهد بحثهم في المصابين بالربو الذين ثبت أنهم يستهدفون لمواد مختلفة ، وذلك ليعلموا مدى الاتصال بين هذا الربو المسبَّب والحالة النفسية او الانفعالية . ويلوح ان هناك صلة وثيقة ، ففي بعض حالات الذين لا يصابون بنوبات السعال الحادّ الا عند تأثرهم بمادة معينة يستهدفون لها تؤثر فيهم هذا التأثير ، ظهر أنهم يصابون بنوبات السعال عند ما يهددون بفقد محبة شخص يعتمدون على محبته ولو لم يتح لتلك المادة ان تؤثر فيهم . ولا يزال هذا البحث دائراً

ومن الأمور المسلم بها كذلك ان التهيج يختلف حالة الربو أحياناً كثيرة . وقد روى الدكتور إيثان بارك [illegible] أحد أساتذة جامعة كولومبيا ان أحد الشبان أصيب بالربو بعد

ما تزوج والده من فتاة وأزمنت حالتهُ واشتدت حتى لكان من المتعذر عليهِ في بعض الاحيان ان يقضي ليله من غير ان يحقن بالادرينالين للترويح عنهُ . ولكن بلغهُ في ذات ليلة ان أباهُ مريض مشف فاضطرَّ الشاب ان يستدعي سيارة لنقل والده الى المستشفى وصحبهُ فيها وبعدما انتهت الليلة تذكر انهُ لم يصب في خلالها بنوبة واحدة من نوبات الربو . ثم عاد الربو حتى تعذر عليهِ العمل ولكن صديقاً لهُ سعى الى تعيينه في منصب علمي فتى في معهد من معاهد البحث في مدينة اخرى فخفت وطأة الربو ، لما لقيهُ في هذا المعهد من أُنس الاصدقاء همه الخاص بوالده. وقد انقضت عليهِ سنتان عند كتابة هذه السطور وهو معافىً لا يحتاج الاَّ الى قليل من الدواء للتغلب على ما بقي من اصابة الربو . والأمثلة التي من هذا القبيل كثيرة

## ٣ — الهم وأصول الفسيولوجي

أما وقد بسطنا نواحي من علاقة الهم بالمرض فيجدر بنا الآن ان نحاول فهم السرّ في ذلك ان كان لنا سبيل اليهِ

ان فسيولوجية الهمّ متصلة اوثق اتصال بالحاجة الى الدفاع عن الجسم فترتدُّ بذلك الى فجر الانسان بل الى اصله الحيواني . فقد كان الهمُّ الاول للانسان البدائي ان يتقذ نفسهُ من الخطر . فعليهِ ان يجمع الطعام وفي جمعه كان يتعرض لمنافسة شديدة لا يتغلب عليها الاَّ بالعنف . وكان عليه ان يواجه اخطاراً كلَّ يوم فاما ان يحارب واما ان يفرَّ . وهذه المطالب المفروضة عليهِ كلَّ يوم أثَّرت في جهازه العصبي فأثرغتهُ في الشكل الذي توارثناهُ فأصبح الجهاز العصبي ينهض بطائفة كبيرة من هذه المهام بفعل عكسي سريع التأثير دقيقهِ

ففي ساعات الخوف او الغضب يتقع الوجه ويسرع النبض ويثقل التنفس ويقفُّ الشعر ( يقف فزعاً ) . وهذه دلائل خارجية على تحوُّل داخلي عظيم الشأن يحدث في الجهاز العصبي. فاحد الاعصاب يحرك القلب فيزداد نبضهُ وغيره يحرك عضل الاوعية الدموية الشعرية في الجلد فيتقع اللون بارتداد الدم الى الداخل حيث الحاجة اليهِ شديدة وبذلك يرتفع ضغط الدم. وتأثر عضلات اخرى باعصاب اخرى فينتقل معظم الدم من المعدة والامعاء الى القلب والدم والرئتين وعضلات الهكل العظمي اي ان الجسم يهيىء بفعل الجهاز العصبي كلَّ قوته للقتال او للفرار . ثم تؤثر اعصاب اخرى في الكبد فتطلق المخزون من السكر فيها فيزداد بذلك مقدار الوقود الذي تحتاج اليهِ العضلات . وغيرها يؤثر في الطحال فيقذف في مجرى الدم عدداً اضافيًّا من الكريات الحمر لان الحاجة اليها كبيرة في التنفس العميق السريع — وهي بالات الاكسجين كما تعلم . وفي الوقت نفسه ترخي الاعصاب عضلات الاحشاء في الرئتين حتى تتسع مسالك

الهواء بنهما واليهما . وتؤثر اعصاب اخرى في عضلات الحجاب الحاجز فيعمق التنفس . ولما كانت الحركة تقتضي الحرارة فيجب حفظها في داخل الجسم بدلاً من اشعاعها الى خارج الجسم . ولذلك تؤثر الاعصاب في عضلات الجلد المبسوطة فتنقبض لتدفع بالدم من الخارج الى الداخل فيقف الشعر . واخيراً يلاحظ ان الدم في هذه الحالة يكون اقرب الى التخثر عند تعرضه للهواء منهُ في الاحوال العادية وذلك لمنع النوف نزفاً

وقد بحث الدكتور والتر كانون Cannon هذا النظام فوجده كيميائيًا . فقد وجد ان اطراف الاعصاب تفرز مادة دعاها الدكتور كانون «سمپاتين» Sympathin وهذه المادة تؤثر في العضلات على وجوه شتى مرَّ بنا وصفها . ثم ان غدتي الكظرين ( adrenals ) خاصتان لتأثير السمپاتين فتفرزان الادرينالين وهو مادة تؤثر في القلب والاوعية الدموية والشعيات والكبد والطحال . وقد أثبت الدكتور كانون هذه الحقيقة بقطعه اطراف الاعصاب ثم تحريك الكظرين لافراز الادرينالين فوجد ان وجوه التغير التي حدثت في الاعضاء المتقدمة الذكر قد حدثت فعلاً . ثم استأصل الكظرين وأبقى أطراف الاعصاب على حالتها الطبيعية فوجد ان الاعصاب تستطيع أن تحدث التغيرات المتقدمة الذكر . ويلوح ان التأثير الاول للسمپاتين الذي تفرزه اطراف الاعصاب في العضلات ثم يؤيده افراز الادرينالين الذي يصل بالعضلات عن طريق الدم

ويدل بحث السرهنري دايل على ان هناك افرازاً آخر — دعاه استيلكولين acetylcholine — من شأنه ان يحدث إرخاء وانبساطاً حيث يحدث السمپاتين شدًّا وانقباضاً . فالسمپاتين يسرع نبض القلب والاسيتلكولين يبطئهُ . ولكن المهم من ناحية نظرنا في هذا الفصل ان جميع افعال القبض والبسط تنشأ عن مواد كيميائية معينة تطلقها الاعصاب متأثرة بأحوال شعورنا وافعالنا وهي تطلق هذه المواد من تلقاء نفسها . ففي وسع الانسان ان يمتنع عن صفع رجل أمامهُ ولكنهُ لا يستطيع ان يفرض ارادتهُ على الجهاز العصبي الودي (السمپاوي) فيمنعهُ من افراز السمپاتين في شتى العضلات . وكل رسالة عصبية يتلقاها الانسان من محيطه مما يهدد سلامتهُ او يثير غضبهُ تؤثر في الاعصاب فتطلق من تلقاء نفسها افرازها في العضلات . وليس للعقل تأثير في ردع أطراف الاعصاب عن اطلاق افرازها ولكن العقل الواعي يمنع بالاجمال الانسان المتحضر عن الانقياد الى العمل متأثراً بهذه الافرازات لان الارتقاء الاجتماعي انشأ طائفة من التقاليد والعادات والقوانين من شأنها تدريب الناس على كظم الغيظ والامتناع عن صفع الناس بوجه عام

وهنا نجد عصبية الانسان الحديث وسر الصلة بين الانفعال والمرض . فطبيعة المشكلات التي يتعرض لها الانسان الحديث قد تغيرت عما كانت عليه مشكلات الانسان البدائي . ولكن النظام الفسيولوجي الذي نشأ في الجسم لمواجهة المشكلات في العصور البدائية لم تتغير ، فصاحب

المصرف الذي يفقد ثروتهُ لا يستطيع ان يطلق العنان لانفعاله بضرب أحدٍ على الغالب . ولكن خوفهُ في الواقع من الاندفاع من نوع الخوف الذي كان يساور الانسان البدائي عند مواجهته لوحش ثائر . أما الانسان البدائي فكان يقاتل او يفرُّ متأثراً بهذا التيار الحادث في جسمه ، وسواء أقاتل أم فرَّ فان إسراع نبضه والتبدل في تركيب دمه وزيادة السكر فيه وغير ذلك تحولات من شأنها ان تزيد قدرتهُ على القتال او الفرار . ولكن جميع هذه التغيُّرات الجوهرية لا تجدي صاحب المصرف الفني الذي فقد ثروتهُ شيئاً . انها تعده لعمل لا يتم . وتحشد الماج جسمه بمواد لا يحتاج اليها وتتركهُ وفي دمه افرازات تقبض العضلات أو تبسطها فتحرفها عن فعلها السويّ ، فيفضي ذلك الى نضال داخلي ، يكبتهُ ، ولكن كبته لا يعني بوجهٍ من الوجوه ان النضال قد زال او انهُ لا يضرُّ . بل على الضد من ذلك ان تأثير الهم يزداد بازدياد شعورنا به

ومن المحتمل ان يختلف تأثير اعباء الحياة ومتاعبها في احدنا عن الآخر باختلاف البيئة والوراثة والنشأة . وقد اشار الى هذه الناحية الدكتور ليون شاوول ( Leon Saul ) احد اعلام معهد شيكاغو للتحليل النفسي فقال انه قد يسمح لطفل ما ان يعرب عما يغضبه بحرية تامة بينما يكبت الآخر . فاذا شبَّا وتقدَّما الى الكهولة فأحدهما يثور اذا غضب ويعرب عن ثورته هذه بالصياح مثلاً بينما يكتم الآخر غضبهُ فيصاب بصداع . وقد يدلل طفل فيشعر بضغطه عند ما تواجههُ الحياة بما تقتضيه من النضال والتطاحن والعنف فتظهر عليه اعراض اصابة لا يمكن ان تعزى جميع اسبابها الى حالة عضوية مجردة . ورجل الاعمال الذي نشأ على كبت ما يتوق اليه من حياة هادئة آمنة الحب المتبادل والعناية بأهله وشملهم بعطفه وحمايته ، يميل به هذا النضال الداخلي الى ظهور قرحة في المعدة . ومثله رجل من رجال الاعمال دمث الاخلاق انيس المعشر تربى على كبت ما يثيره فيدو تأثير ذلك في رفع ضغط دمه

والعلاج النفسي المثل في ما تقدم من فقرات هذا المقال يتفاوت تفاوتاً كبيراً من اساليب التحليل النفسي الى مجرد نقل المريض من عمل غير ملائم الى عمل ملائم . وقد روى الدكتور ولتر الفاريز كيف شفى مصاباً بقرحة مزمن بذهابه بنفسه الى جابي الضرائب وتسديد مبلغ ثمانين قرشاً كانت مستحقة على المريض وهو عاجز عن توفيتها . فالطبيب الحكيم يتناول علة العليل من جميع نواحيها فقد يستعمل العقاقير او يعمد الى الجراحة او الايحاء او التحليل النفسي او الملاءمة الاجتماعية فشعاره يجب ان يكون قول الدكتور كار (ان الطبيب لا يعالج قلوباً ورئات واعضاء وكلى فقط . وطلاَّب الطب يعلمون الآن أن الواجب عليهم ان لا يكتفوا بمعالجة العضو المصاب بل الشخص المصاب» . وعندئذ يتضح ان الفريق بين العضوي والوظيفي في المرض — على رأي الدكتور سنالي كوب — انما هو تفريق سطحي [ عن مجلة هارپرز ]