

# الفصل الثالث

## علاج القولون

ما هو غسيل القولون بالضبط؟

بعدما يتم تشكيل الطبقة الشبيهة-باللصوق على جدران القولون بشكل محدد، ليس أي عدد من الحقن الشرجية الحاسمة ستقوم بإذابته بفعالية. علاوة على ذلك، سيؤدي القيام بإزالته بصورة سريعة أكثر مما ينبغي إلى أن تصبح البطانة الداخلية للقولون «غير ملتئمة» ومؤلمة. أشبه بإزالة اللصوق، لا بد أن تتخلل الطبقة البرازية للقولون وتتشبع بالماء الصافي حتى يكون من الممكن أن تحدث عملية إزالتها بالتدرج، بشكل مريح، وبشكل فعال. من الممكن أن يُنجز هذا بسلسلة من عمليات غسيل القولون.

تُعطى عمليات غسيل القولون بواسطة مُشغل مُدرّب ومعتاد على هذا العمل. يمكنك أن تبحث في الصفحات الصفراء (yellow pages) لدليل التليفونات عن القوائم المدرجة تحت قولونيات أو عمليات غسيل القولون. وقم باستشارة مداو طبيعي، معالج للأمراض يدوياً، ومُعالج فيزيائي وأسألهم إذا كان لديهم أجهزة قولونية.

القولونيات هي، في تأثيرها، حقن شرجية مُضخمة باستخدام جالونات عديدة من الماء - باينت واحد أو اثنين فقط في المرة الواحدة - وتُعطى بواسطة المُشغل القولوني، عادةً ما تكون ممرضة، بينما ينام المريض مسترخياً على طاولة مناسبة والتي تكون موصّلة بالجهاز القولوني. ولتكون فعّالة، يتطلب غسيل القولون فترة من نصف ساعة إلى ساعة؛ أثناء تلك الفترة، يكون قد أُدخل ٢٠ أو ٣٠ جالون من الماء إلى القولون من خلال المستقيم، مُعدل باينت أو ربما اثنين من الماء في المرة الواحدة، وتطرد بعد ذلك كل مرة. تُثبت أول مرتين أو ثلاث مرات من عمليات الغسيل كم تكون حقاً تلك العملية مُقنعة ومريحة. مع ذلك، من الممكن أن تمنح أفضل الأجهزة القولونية نتائج فقيرة وغير مُرضية إذا كان المُشغل غير كفؤ بسبب نقص المعرفة عن التركيب البنيوي البشري. بالتالي، فإن توظيف شخص مُشغل على دراية ومُدرّب هو المساعد الأكثر أهمية وحيوية للأجهزة القولونية الجيدة.

ليس من الكافي أن تعرف كل شيء عن علامات ترقيم ومبادئ عملية الغسل. لا بد للمُشغل أيضاً أن يكون على دراية بفن إسترخاء القدم. تماماً كما أنه لكل جزء من التركيب البنيوي أطراف عصبية والتي تكون مرتبطة بشكل مباشر أو غير مباشر بالقولون، وبالتالي فإن أسفل القدم (باطن القدم) يكون مرتبطاً، بشكل مباشر أو غير مباشر، إلى كل جزء من التركيب البنيوي. أنا أنصح بشدة أن تحتوي تجهيزات كل الأجهزة القولونية على تلك المخططات،

مُحاطة بإطار ومُعَلَّقة على الحائط المواجه للمُشغل. وستلاحظ عند فحص مُخطط استرخاء القدم أن مركز باطن كل قدم يتوافق مع الجزء الأوسط من جزع الإنسان وخصوصاً القولون.

عندما يقوم المُشغل بعمله تبعاً للجدول القولوني، فسيكون عليه (أو عليها) أن يُسجج قدم المريض اليمنى واليسرى كلاً بدوره، بقدر مناسب من الضغط بإصبعه. في البداية، كقاعدة عامة، من الممكن أن يجعل ذلك المريض أن يشعر بألم حاد. عندما يحدث ذلك، فهذا يكون دلالة على أن بلورات حمض البوليك تراكمت في هذه البقعة من القدم، نتج عنها رد فعل مؤلم. عندما يحدث ذلك الألم، فإن هذا دليل واضح على أن هناك كمية مُفرطة من المواد البرازية مُلصقة على الجدار الداخلي للقولون. سيتفاعل المساج الأكثر رقة مع تلك البقع المؤلمة على أعصاب القولون وتساعد على وجود الماء في القولون ليعمل بصورة فعّالة أكثر.

كان هناك حقاً لبضعة أعوام حملة لمحاولة حث المؤسسات التجارية التي تعمل على الأجهزة القولونية لأن تقوم بتركيب معدات لحقن الأكسجين والماء معاً. يكون الإنعاش هو التأثير الفوري للأكسجين، مثل ما تكونه طلقة الإبرة تحت جلدية في الذراع. ولكني مهتم أكثر بالنتائج والتأثيرات التي تكون على المدى الطويل. فإن الله القدير قد أعطى الإنسان رتتين والتي بواسطتها يستطيع الجسم أن يحصل على الهواء المُنعش الطبيعي، والذي يتشكل من حوالي ٢٠٪ أكسجين وحوالي ٨٠٪ نيتروجين. هناك حقيقة تحليلية معروفة جداً بأن هناك أنواع معينة من مشاكل الرئة يكون بها حقن الأكسجين إلى الجزء السفلي من الرتتين أمر مُميت. وفي حالة التعرض لمدة ١٠ إلى ٢٠ دقيقة يتحول المريض إلى اللون الأزرق. سيموت المريض في تلك الحالة إلا إذا تم استبدال حقن الأكسجين هذا على الفور بحقن للهواء.

في مجموع سنين عمري الكثيرة في دراسة خصوصية للتركيب البيوي للإنسان لم أجد أبداً حتى الآن أي غدة، عضو أو أداة زودتها الطبيعة في الجسم لإدخال الأكسجين إلى القولون، مستثنياً القدر من الأكسجين الموجود سابقاً في الماء الذي يدخل الجسم من خلال المستقيم، والرطوبة الطبيعية للقولون. لتوثيق حقيقة، لقد رأيت طيور مالك الحزين وطيور مشابهة أخرى في أماكن عدة تقف على نهر أو بركة من المياه، تملأ مناقيرها الطويلة، وتدخل الماء إلى المستقيم من أجل أن يُعطوا أنفسهم حقنة شرجية أو غسيل قولون. لم أسأل أبداً تلك الطيور أي المدارس، الكليات، أو الجامعات التي ارتادوها حتى يتعلموا هذا المبدأ عن الغسل الداخلي.

بالاعتبار إلى التأثير على المدى الطويل لحقن الأكسجين إلى القولون أثناء عملية الغسل، فأنا لست مقتنعاً بالمرة عن أنه لن يكون هناك تأثيرات مُضادة في آخر الأمر. دائماً ما يكون كلام رجل المبيعات الجيد مقنع، بالأخص عندما لا يكون المرء معتاداً على التفاصيل

المُتضمَّنة. شخصياً، لن أسمح لأحد أبداً أن يحقن أكسجين إلى جسمي، طبعاً ليس كاستجابة علاجية لكلام رجل المبيعات. لقد قمت بعدد لا حصر له، ربما مئات، من عمليات غسيل القولون بدون أن يُضاف أي شيء إلى الماء وأنا أنوي أن أستمر في فعل ذلك.

عندما يقال ويُفعل كل شيء، لقد أسس الله القدير الهواء والماء كعناصر طبيعية أساسية لوجود الإنسان. من أجل وقاية الإنسان، يتشكل الهواء من ٢٠% أكسجين ولا أكثر. من الممكن أن يكون المزيد منه إفراطاً لكنونتنا المعافاة. فقط تأمل - جزء واحد فقط من الأكسجين زائد أربعة أجزاء من النيتروجين! يتشكل الماء من ضعف كمية الهيدروجين للأكسجين، وأيضاً من أجل وقاية الإنسان؛ فإن الكثير من الأكسجين أكثر مما ينبغي يقتل. التعقُّل عام، إن لم يكن عمل تحليلي تخميني، يؤكد الاستنتاج بأن الحقن الغير لازم للأكسجين له مخاطر كامنة. هناك حالات بالتأكيد، نتيجة لبعض النقص أو الاضطراب، حيث نحتاج أكسجين أكثر من الذي تزودنا به الرئة، فقط في تلك الحالة يتم إعطاء الأكسجين إلى الرئتين، ليس إلى المستقيم!

بالطبع، كما من الممكن أن تتوقع، فإن هناك أشخاص تستنكر بشدة فكرة التطهير الداخلي. حتى أن البعض أنشأ فكرة عامة خاطئة بأن عمليات غسيل القولون تكون مفيدة إذا رافقها صيام طويل. يُعتبر ذلك، لتوثيق حقيقة، طريقة سريعة على نحو تام إلى إضعاف ونزع حيوية الجسم. عندما يُترك الجسم بدون تغذية لأكثر من ستة أو سبعة أيام، فإن الخلايا والأنسجة الجائعة تُصبح مثل آكلي لحم البشر وتتغذى على بعضها.

وعليه فإنه من المهم جداً أن يكون مُشغل متدرب موجوداً بشكل منتظم أثناء إعطاء عملية غسيل القولون. لا يجب أن يتعرض المريض أبداً للإزعاج. من الممكن أن يكون لأحد الأشخاص سعة محتملة لرُبعين جالون من الماء في المرة الواحدة، بينما من الممكن أن يعجز مريض آخر عن احتمال أكثر من باينت واحد في المرة الواحدة بسبب حالة القولون. لأولئك المرضى ذوي السعة المحددة للمياه، فإنها ستكون أفضلية أيضاً للمشغل أن يكون عنده صورة أشعة سينية لقولون المريض للمراجعة في حين إعطاء عملية غسيل القولون. مع ذلك، لا أنصح بالأشعة السينية إلا إذا كان هناك ضرورة مُطلقة على أن يُعطى غسيل القولون بدون إزعاج غير ضروري للمريض.

لا تتوقع أن تقوم عملية أو اثنين من غسيل القولون بإعادة الحياة لنظامك إذا كنت قد أهملت الاعتناء بمبرزات الجسم الخاص به لمدة ٢٠، ٣٠، أو حتى ٦٠ أو ٨٠ عام، أكثر من أن تتوقع أن حبة دواء تجعل كل أمراضك ومشاكلك تختفي على مدار الليل.

إنه رأيي المدروس، المبني على بضعة تسجيلات لأعوام من الخبرة، البحث والملاحظة، أن كل رجل ناضج أو امرأة ناضجة، بدون الاعتبار إلى درجة ذكائهم، يجب أن يكونوا سريعين

في إدراك أنه إذا كانت لديهم أية رغبة في عيش حياة طويلة وصحية. وحتى يمنعوا تدهور وانحلال الشيخوخة - عليهم أن يعتبروا بجدية إلى حالتهم وأن يأخذوا سلسلة من عمليات غسيل القولون (بالدستة إذا لزم الأمر) وأن يشرعوا في البدء في برنامج التطهير. أي مادة فاسدة تلتصق بالجدران الداخلية للقولون تأخذ أعوام لتتراكم؛ فبالتالي، تُعطي الفرصة لعملية الغسيل لتطهيرك من كل مكان. من ذلك، فأنا مُقتنع بأن عملية غسيل القولون مرتين في السنة، طوال العمر، يجب أن تُساعد الطبيعة على بقاء جسمك في صحة. وليكن في معلومك أن عملية غسيل القولون أقل كلفة من فواتير دخول المستشفيات و الجراحات، ولها نتائج مفيدة أكثر بالتأكيد!

### وماذا عن الإسهال؟

الإسهال هو الحدوث المتكرر لنزول براز سائل له مكون مائي وهذه هي الصفة الأساسية له، وحجم البراز في كل مرة يتراوح من بضعة ملليمترات وحتى لتر كامل في كل مرة يتم فيها التفريغ عند دخول الحمام. ربما يُظهر فحص البراز عند المصاب بالإسهال سبب المرض، وعلى سبيل المثال، عندما يكون البراز مصبوغاً بالسائل المراري ومحتويًا على غذاء غير مهضوم وقطع صغيره من المخاط فإن إصبع الاتهام في هذه الحالة يشير إلى التهاب في الأمعاء الدقيقة. عندما يكون البراز مُكتلاً في أحجام كبيرة فإن هذا يشير إلى مرض في الأمعاء الغليظة في حالات الإسهال الحادة عادة يكون هناك ألم شديد وحرق أثناء التبرز وشعور بالعطش وفقد الإحساس بالتذوق على اللسان والشعور بأنه مغطى بطبقة من الفراء (!)؛ والقيء أحياناً. قىء كميات كبيرة من السوائل يشير إلى وجود مُهيج عنيف أو عيب عضوي خطير أو مشكلة في الأمعاء أو الغشاء البريتوني.

في حالات الإسهال بكميات كبيرة تكون درجة الحرارة أقل من الطبيعي وتقل كمية البول، وحالات الإسهال الحادة تؤدي - عاجلاً أو آجلاً- إلى جفاف ونقص الماء وكلوريد الصوديوم والبوتاسيوم. وأكثر أسباب الإسهال انتشاراً هي العدوى التي تصيب الأمعاء خاصة (الدوستاريا) وتناول طعام غير مناسب وكميات كبيرة من الماء وطفيليات الأمعاء وإسهال الأطفال، والأسباب الأقل شيوعاً هي التيفويد والكوليرا. والإسهال من الحالات التي قد تؤدي إلى الوفاء بالنسبة للأطفال، وإذا لم يتم التصرف بالجدية اللازمة وباتخاذ الإجراءات السليمة في الوقت المناسب.

ينتشر الإسهال بين الأطفال وخصوصاً في فترات الصيف حيث يكون الطفل أكثر عرضة للإصابة بالنزلات المعوية، والإسهال هنا - في حالة الأطفال - ليس مجرد عرض مرضي بسيط، بل أنه قد يؤدي إلى وفاة الطفل في وقت قليل جداً... ويجب إسعاف الطفل المعرض لحالة إسهال حادة بحقن المحاليل في الوريد بطريقة التنقيط حتى يمكننا تعويضه بالمحلول

الملحي (Saline) والجلوكوز (Glucose) عن ما فقده خلال القيء والإسهال. ويجب علينا هنا أن نتذكر عدة قواعد مهمة حتى يمكننا التصرف في مثل هذا الحالة الحرجة:

أولاً: إذا كان الطفل يعاني من حالة قيء متكرر، ففي هذه الحالة يجب أن ينقل لهذا الطفل محلول ملحي (Saline) بطريقة التنقيط في الوريد وذلك أن القيء المستمر قد انتزع حمض الهيدروكلوريك الموجود في معدة الطفل وبالتالي فإن مستواه في الدم يقل ومن ثم تزيد قلوية الدم وينتقص المعادل الحامض، وبهذه الطريقة تعوضه ما فقده بالكلور الموجود في المحلول الملحي، ويستحسن إعطاء الطفل أيضاً محلول الجلوكوز بنسبة خمسة في المائة.

ثانياً: إذا كان الطفل يشكو من إسهال فقط دون قيء ففي هذه الحالة فإن المحلول الملحي يُشكّل ضرراً عليه لأن الطفل في هذه الحالة يعاني من حموضة في الدم وإعطاء الملح الذي يحتوي على عنصر الكلور يزيد من هذه الحموضة ويسبب مضاعفات خطيرة للطفل، ويكتفي بإعطائه الجلوكوز مضافاً إلى محلول مضاد للحموضة وعنصر الصوديوم (من خلال لبنات الصوديوم أو بيكربونات الصوديوم) الذي ينفصل من مركب الأصلي ويعادل حموضة الدم وعلاج الإسهال إلا إذا كان هنا نسبة مرتفعة من الصوديوم في دم الطفل ويتم تشخيصها إكلينيكيًا بطفل مصاب بنزلة معوية ودرجة حرارة مرتفعة إلى ٤٠ درجة مئوية وإسهال شديد مع جلد مطاط لا ينطبق مع حالات الجفاف الأخرى وعطش شديد وتحجر اللسان ويكتفي في حالة هذا الطفل بإعطائه الجلوكوز وينبغي الابتعاد عن المحلول الملحي حتى لا يتراكم الصوديوم في أماكن خاصة بالجهاز العصبي فيسبب الهيجان العصبي والتشنجات وحتى بعد شفاء هذا الطفل فإنه قد يتحول إلى مريض ذهنيًا أو مُصاب بالتشنجات.

ثالثاً: في حالة انخفاض مستوي البوتاسيوم في الدم عند الطفل الذي يعاني من نزلة معوية حادة وتظهر عليه الأعراض التالية: انتفاخ في البطن وحالة خمول عام وارتخاء في الجسم وضعف شديد وتضخم في الكبد بالإضافة إلى التحليل المعلمي الذي يُجزم بنقص البوتاسيوم، وحاجة الجسم إلى البوتاسيوم هي من جرام إلى جرامين في اليوم ويوجد البوتاسيوم بكثرة في عصائر الفاكهة مثل الليمون والبرتقال إذا كان الطفل لا يُعاني من القيء وإلا فإنه يؤخذ عن طريق المحاليل. مع مراعاة ألا تزيد نسبة البوتاسيوم فوق مستواها الطبيعي وإلا أدى ذلك إلى أضرار جسيمة تصل إلى توقف القلب شخصياً عن العمل!

من أهم أسباب الإسهال وأكثرها انتشاراً هو إصابة القناة الهضمية بعدوى حادة وفي هذه الحالة يكون الإسهال مصحوباً بمغص في البطن وارتفاع درجة الحرارة وأكثر أسباب هذه العدوى هي (الدوسنتاريا) وخاصة النوع المسمي بالشيغيللا (shigella)، وعموماً فإن أي من هذه الأنواع يجب فيه فحص البراز والقيء والدم أحياناً لمعرفة نوع الميكروب

المسبب للإسهال. وللدوستناريا أعراض محددة هي كالتالي: إسهال مفاجئ فيه مخاط ودم أحياناً، ارتفاع ملحوظ في درجة الحرارة، صداع وألم في البطن ثم حالة من الجفاف في النهاية وتنتشر الدوستناريا في المناطق الاستوائية والشبه استوائية وحدثت كارثة عظيمة في المملكة المتحدة عام ١٩٦٠ إذا أن ٤٣ ألف حالة ظهرت في (انجلترا) و(ويلز) وحدهما. بعد فترة حضانة من يوم إلى سبعة أيام تأتي حمى مفاجئة وغثيان وقيء وصداع، ثم مغص وتعنية أثناء التبرز وإسهال من خمسة إلى خمسين مرة يومياً!

وإذا زاد تسمم الدم تحمر الوجنتين ويزداد النبض ويصبح أكثر سرعة ويغطي اللسان. ويسبب الجفاف عدم راحة وإحساس بحيرة عقلية وعطش وجفاف اللسان وتغور العينان وتتكمش الأوردة.

الإسهال هو نقيض، أو المضاد، للإمساك. هو حالة من وفرة السوائل وإخراج السوائل من الأمعاء. هناك العديد من أنواع الإسهال. من ضمنها، النوع المألوف أكثر هو الإسهال الالتهابي المتسبب باحتقان المخاط في القولون، تابعاً للعرشة السريعة لجلد الجسم بأكمله، متسبباً في قمع عملية التعرق، وفي حالة الإناث، يُبطئ عملية الطمث. نوع آخر من الإسهال وهو البنكرياسي، نوع مستمر، ذو قوام رفيع، لزج أو دبق، نتيجة لاضطراب البنكرياس. هناك أيضاً الإسهال الطفيلي، والذي تستحث طفيليات معوية وجوده.

استجاب كل نوع أخذته موضعاً للدراسة من أنواع الإسهال إلى غسيل القولون عندما أخضع له المريض. يبدو هذا كتعارض في المصطلحات (الإسهال سائل والماء سائل أيضاً)، ولكن دعني أعطيك شاهد واحد من الشواهد الكثيرة التي جاءت ضمن ملاحظتي المباشرة: كان هناك حالة امرأة كانت مُبتلاة بإسهال شديد لستهة أو سبعة أعوام، بدون أي بادرة شفاء، وكانت أيضاً لديها مشكلة مع عجزها عن التبول. خضعت للعقاقير، الأدوية، والحقن، ولكن دون فائدة. لقد أعطيت كمية حقنات تكفي لقتل وحيد القرن، وكل واحدة من تلك الحقنات جعلت مريضة أكثر من ذي قبل.

قامت هي باستشارة طبيب صديق لي والذي طلب مني إعطاؤه رأبي. بمجرد أن رأيتها أخبرت صديقي أنه إذا كنت أنا في مكانه لكنت بدأت على الفور في إعطاءها عمليات غسيل القولون. ضحك هو والمريضة معاً على التفكير الحقيقي عن مثل تلك الإجراءات. مع ذلك، أخذنا لها صورة بالأشعة السينية وقد أكدت شكوكي، وأخيراً وافق هو على تجربة بعض القولونيات، على الرغم من أنه لا يزال يؤكد على أن المرتقب من القولونيات كان انسداد الأمعاء وليس لذلك السريان الوافر. في أقل من ٦ عمليات قولونية طردت ما يقرب من ١٥ رطل من المادة البرازية السيئة. قلَّ إسهالها بالتدريج، وقد قامت بإزالة التأثير البرازي، والذي كان محتشداً في القولون في اتجاه المثانة، إلى السماح لممرات البول أن تصبح طبيعية.

أنا لا أخسر فرصة في التأكيد على حقيقة أنه إذا لم نكن نعرف حالة قولوننا بالتحديد، كما أُستدل عليه باستعراض صورتين أو أكثر بالأشعة السينية، لا نستطيع أن نتحمل خداع أنفسنا بالتفكير في أن كل شيء على ما يرام. إذا كنا نأكل الأطعمة المظلمة والمعالجة، فإن الكثير من حركة الأمعاء لن تكون دليل كافي بأن كل شيء على ما يرام.

### الشأن الخطير للملينات والمسهلات

للملينات والمسهلات «شأنٌ كبير». وهذا واضح في انتشار الإمساك. ماذا يحدث عندما يأخذ شخص هذه الملينات والمسهلات؟ عادةً ما تكون النتيجة هي لفظ الكتل المتحجرة من الأمعاء. ولكننا لم يحدث ذلك؟ ببساطة لأن القولون يصبح متهيجاً لطرد هذا الملين الذي يُضايقه بحيث أن أي شيء يكون رخوياً يخرج معه. لقد وجدنا أن استخدام الملينات والمسهلات ليس فقط مُشكلاً لعادة ولكنه يكون مدمراً بلا جدال لأغشية الأمعاء. تُزعج الملينات والمسهلات التناغم الطبيعي للأعضاء الإخراجية، والتي ستتمرد سابقاً أو لاحقاً. وهذا هو السبب في أن العديد من الناس تبدأ الملينات خفيفة ومن ثم بالتدرج إلى بالمسهلات قبل أن تصل إلى نقطة اللا رجوع. هذه هي الطريقة التي يأخذ بها الفرد تذكرة ذهاب بلا عودة إلى عملية الفغر القولوني!

### انتبه إلى قولونك!

لاحظ أنه جراح مدرب هو من يقطع ويبتر. ليس من ضمن مجاله أن يغسل القولون أو أن يتركه ذلك يحدث. ليس من المدهش أن تقريباً كل (من المحتمل أن يكون بدون أي استثناء) من يُبتلى بالفغر القولوني لم يعرفوا أبداً ما كان في المتاجر من أجلهم إلى أن يستيقظوا من العملية الجراحية. وفوق ذلك، لتكديريهم، يعلمون المُتضمنات الكاملة للفغر القولوني.

كن متعللاً. كن حكيماً. الوقاية خير من عدم الاستشفاء. لا تأخذ مني الكلمة فقط. أثبتتها بنفسك بأخذ مجموعة من القولونيات. لن تتأثر حياتي بأقل صورة بما تفعله أو لا تفعله. ولكن من الممكن أن تكون الحياة التي أنقذت هي حياتك.

### القولون الصحي — إجراء العمر

تعلمنا في الصفحات السابقة كيف يكون من المهم بشكل أساسي أن نُبقي القولون نظيف ومُغسّل بصورة دورية. سنقوم الآن بدراسة الأسلوب الغامض والإعجازي الذي ترتبط به مناطق معينة من القولون بشتى الأعضاء والغدد في كل مكان من التركيب البنيوي سواءً بصورة مباشرة أو غير مباشرة. ما الذي من الممكن أن يربط بثرة مع القولون؟ ما الذي من الممكن أن يربط مشاكل العين، الأذن، أو الحلق مع القولون؟ كيف يكون القولون مرتبطاً

بأي حال من الأحوال مع الرأس، القدم، القلب أو الغدد؟ عندما يكون هناك اضطراب في أي منطقة محددة من القولون، نستطيع أن نُقرر في أي جزء من التركيب البنيوي سيوجد المرض. يرتبط القولون بشكل أساسي مع كل خلية ومع كل نسيج في الجسم، وعندما تكون تعلمت مع مرور الوقت ستكون قد أنهيت هذا الكتاب.

في واجهة ذلك، تبدو تلك العبارة سخيفة. مع ذلك، لا بد لنا أن نأخذ بعين الاعتبار أن مشاكلنا تبدأ مع الولادة، بعد ما نستنشق أول نفس لنا مباشرةً. هل راقبت الأم كيف وماذا كانت تفرغ أمعاء الطفل؟ لا بد أن يبدأ انتظام الأمعاء من مولده ويستمر إلى أن يشير تشريح الجثة إلى أي مدى كان يهتم أو يُهمل الاعتناء اللازم بالقولون. عموماً، يبدأ التدهور المتوالي للقولون بعد فترة قصيرة بعد الولادة؛ يكون القولون الطبيعي لطفل مثالي، لفترة. من الطفولة إلى المراهقة، يكون الانضباط (أو فقدانه) مسؤلاً بشكل كبير عن حالة القولون. بعد ذلك، تُحدد المعرفة والإرادة الحرة حالة القولون وتأثير تلك الحالة على صحة الفرد البدنية، العقلية والروحية طوال ما بقي من عمره.

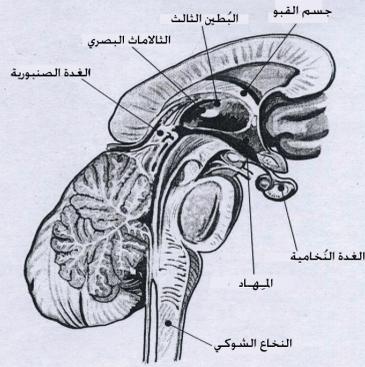
أنا أدعوك لدراسة كل جزء من هذا الكتاب بنفس الحالة الشعورية التي تُخولك لإدراك المعجزة من جهاز الراديو أو التلفاز الخاص بك. فقط تأمل مدى التجريد الذي أنجزه الإنسان في هذا العصر وهذا الجيل! أصبح قادراً على تكثيف وتسخير الطاقة الكونية من المدى الكوني الواسع إلى صندوق صغير جداً نُطلق عليه جهاز الراديو الخاص بنا. نستطيع أن نتنقل بين ترددات الطاقة الكونية، أو الموجات، باستخدام الراديو بمجرد تحويل قطعة مُدورة صغيرة. أينما تكون، في منزلك أو مكتبك، تستطيع أن تسمع معزوفة موسيقية أو تستمع إلى حديث يُجرى على بعد ٣,٠٠٠، ٦,٠٠٠ أو ١٠,٠٠٠ ميل. شيء رائع! إذا كان الإنسان يستطيع أن يخترع ويكتشف تلك الأشياء المدهشة، أوليس القدير صنع شيئاً أكثر عظمة على الإطلاق عندما خلق الإنسان من تراب الأرض وهو بنظام إلكتروني يفوق بكثير أي شيء يريد الإنسان عمله؟

فقط تأمل، لدي على مكتبي هنا تماماً صندوق صغير بأرقام وحسابات على «مفاتيح». أقوم بالضغط على المفاتيح بعدد معين من الدورات، وبعدها أضع، أطرح، أضرب، أقسم أو أقوم ببعض الحسابات الرياضية الأخرى، وتظهر لي الإجابة الصحيحة على شاشة بأشكال مضاءة. أستطيع أن أقوم بعمل مائتين إلى ثلاثمائة عملية حسابية أو أكثر بواسطة الآلة الحاسبة الإلكترونية في الحاسوب في يوم واحد، والتي من عشرة أعوام ماضية كانت ستأخذ مني أسابيع عديدة. كل هذا يقترب حتى من كونه إعجازياً كما هو الحال مع استجابة قولوني إذا كان هناك شيء بداخلي يحتاج إلى الانتباه له!

لتوثيق حقيقة، هذا بالضبط ما يكون عليه الكائن البشري فهو حاسوب إلكتروني إعجازي، وغامض، مدار بواسطة غدة صغيرة جداً، المهاد، مستقرة في منتصف المخ. لا يحدث أي شيء في الكائن البشري بدون أن يكون مراقباً، متحكماً فيه ومدار عن طريق المهاد.

يشير كل فصل من فصول هذا الكتاب إلى العلاقة بين القولون وجزء متناظر له في التركيب البنيوي البشري. في الواقع، بعدما تكون قد أنهيت دراستك واستغراقك في مادة الموضوع الذي قدمته، ستكون قادراً على أن تفهم تركيبك البنيوي بشكل أفضل بالإضافة إلى التركيب البنيوي لطفلك، وستكون قادراً بشكل أفضل بكثير على التغلب على آلامك وأوجاعك، بالإضافة إلى التغلب على تلك التي لدى أطفالك. وربما يساعدك ذلك حتى على تجنب الحالة المزرية للشيخوخة المبكرة المنتشرة جداً اليوم. لم هي بهذا الانتشار؟ لأن الناس فشلوا في تفهم الحاجة إلى العناية بعضوهم الإعجازي، القولون. يشير كل فصل من فصول هذا الكتاب إلى ماهية العلاقة بين القولون والجزء المشار إليه في العنوان من أجزاء الجسم. لقد قمت بإثبات المادة الممثلة والمشروحة في الصفحات التالية من أجل قناعتني الشخصية - بدون أي شك أو التباس.

## المهاد



قطعا عرضي للجانب الأيسر من المخ