

الفصل الرابع

الاكتئاب في حياة العباقرة والمشاهير

• الاكتئاب في حياة رجال السياسة:

يكتب لنا الطبيب «رونالد فييف»، وهو طبيب نفسي معاصر، ارتبط اسمه باكتشاف عقار « الليثيام » Lithium المعروف بتأثيره الإيجابي في علاج حالات التقلُّب الوجداني، أن بعض المشاهير السياسيين قد عانوا بالفعل من درجات حادة من التقلُّب الوجداني التي كان الاكتئاب أحد ملامحها الرئيسية. لعلَّ من أهمهم الرئيس السَّادس عشر للولايات المتحدة الأمريكية، ومُحرَّر العبيد « إبراهيم لينكولن » Abraham Lincoln (1809 - 1865م) فهو عاني من نوبات اكتئابية منذ فترة مبكرة في العشرينيات من العُمُر، وإلي أن كان محامياً، واستمرت مُعاناته منه حتى أصبح رئيساً للولايات المتحدة.



إبراهام لينكولن

ذكر هو نفسه ذلك في خطابه، وكتب عن مُعاناته المقربون منه؛ ولأنَّ موجة الاكتئاب واليأس التي كانت تُصيبه، كانت تتلوها فترات من النشاط الزائد، والإغراق الشديد في العمل، فقد افترض « فييف » أنَّ

«لينكولن» عاني من الجنون الدوري الخفيف، أي ذلك النوع من الاضطراب الدوري، والتقلُّب المزاجي الحاد بين الاكتئاب والهوس. ولأنَّ أسرة « لينكولن » قد خلت من حالات مماثلة من هذا الاضطراب، فقد افترض « فييف» أيضاً أنَّ الاكتئاب الذي أصاب « لينكولن » لم يكن بسبب عوامل وراثية معروفة، لقد كان أقرب ما يكون لما يُسمي بالاكْتئاب الاستجابي. والدليل علي ذلك، أنَّ الاكتئاب ظهر لديه مبكراً في العشرينيات من عمِّره إثر وفاة حبيبته الأولى، إذ دخل بعدها في موجةٍ حادةٍ من الاكتئاب، وكان يُشاهد وهو يجول ويهيم هنا وهناك علي شاطئ البحر، وبين الغابات. وكان مَنْ يراه يصفه بأنَّه كان يبدو مشتتاً، غائب الذهن، مطأطئ الرأس، مستغرقاً في ذاته وأحزانه. ولخوف أسرته وأصدقائه عليه خلال هذه الفترة من أن يرتكب عملاً أحمق قد يؤدي إلي موته كالانتحار، فقد حُجبت عنه السكاكين والشفرات الحادة. ويسجل له المؤرِّخون أنَّه كتب عن الانتحار في إحدى مراسلاته المبكرة في إحدى الصحف اليومية، ولم تشفع له فيما يبدو حتي حياته التالية عندما أصبح رئيساً للولايات المتحدة، فقد كانت تتابه نوبات من الاكتئاب منذ الشهور الأولى لتوليهِ الرئاسة، تميَّزت بالهبوط الحاد في الطاقة علي الفعل والحركة، والرغبة في الانزواء بنفسه، في ظروف كانت تتطلَّب منه الدخول في معارك سياسية حاسمة. وقد ازدادت حدة المرض لديه، عندما

توفي ابنه في البيت الأبيض، بعدها ازدادت حالته سوءاً لدرجة أنه جعل من يوم الخميس من كل أسبوع يوماً للعزلة، والإغراق في الحزن، يعتكف خلاله بعيداً عن الآخرين بما في ذلك نشاطاته في توجيه أمور الدولة. ومن الواضح أن طاقته علي العمل والإنتاج في الفترات التي كان الاكتئاب يسيطر عليه فيها، كانت تتضاءل إلي حد بعيد، وكان يعوض له ذلك أنه بعد أيام أو أسابيع قليلة، كان مزاجه ينقلب إلي حالة من النشاط، والاستثارة، والعمل، لدرجة أنه كان يعد بنفسه ويلقي أكثر من عشرين خطبة في أقل من أسبوعين، هذا الانتقال الدوري من الاكتئاب إلي الاستثارة والنشاط، دفع «فييف» لأن يفترض أن « لينكولن » كان يعاني من



ثيودور روزفلت

حالة مخفضة من الجنون الدوري أو اضطراب الهوس والاكتئاب، ولو أن الاكتئاب كان هو العنصر الغالب علي شخصية « إبراهيم لينكولن ».

أمّا الصورة التي أخذها هذا الاضطراب لدي الرئيس السادس عشر للولايات المتحدة الأمريكية

«ثيودور روزفلت» Theodore

Roosevelt (1858-1919م) فقد تماثلت مع الصورة نفسها لدي « لينكولن »، بفارق أساس واحد، هو أن الاضطراب الدوري الذي

غلب علي « روزفلت »، كان يجنح نحو الاستثارة الشديدة، فقد كان « روزفلت » دائم الحركة والنشاط، لا يكف عن العمل. صحيح أنه كان يتعرّض بين الحين والآخر لنوبات من الاكتئاب، إلاّ أنّها كانت بالمقارنة بـ« لينكولن » فترات قصيرة، كان يرجع بعدها لروحه المتفائلة النشطة، فهو مثلاً تعرّض للاكتئاب الشديد عندما توفيت زوجته الأولى بعد أربع سنوات فقط من الاقتران بها أثناء ولادتها، وماتت أمّه بعد (١٢) ساعة من وفاة زوجته.

يقول معاصروه إنّهُ بالرغم من الاكتئاب الذي أصابه نتيجة لتلازم الكارثتين معاً، فإنّه، علي عكس ما كان يحدث لـ « لينكولن »، سرعان ما تراجع عن حزنه، ليعود لممارسة نشاطاته السياسية المعتادة، وليتزوج مرّةً أخرى بعد سنتين من وفاة زوجته الأولى، لينجب منها خمسة أطفال.

ويقول معاصروه أيضاً إنّهُ كان يُغرق نفسه في نشاطات يومية خارقة، يراها « فييف » علامة علي سيطرة موجة الهوس عليه، فقد ذكرت سكرتيرته أنّه كتب خلال فترة رئاسته ما يقرب من (١٥٠) ألف رسالة، بقي محفوظاً منها حوالي (١٠٠) ألف رسالة. وإذا صح ما يقوله المؤرخون من أنّه كتب ما يُعادل (١٨) مليون كلمة، فهذا يُعادل عمل (٤٠) عاماً من الإنتاج الأدبي لكاتبٍ في غاية النشاط !!

كَمَا أَنَّ السير « وينستون تشرشل » Winston Churchill (١٩٦٥-١٨٧٤م) رئيس وزراء المملكة المتحدة، فقد عُرِفَ عنه أَنَّهُ كان مستهترا بحياته وأمواله، ولا يولي نتائج أعماله ما يليق بها من اهتمام، لدرجة أَنَّ « لويد جورج » غريمه السياسي طلب بوضعه تحت المراقبة، وبكبحه، خوفاً من نتائج أعماله علي مصير بريطانيا العظمي. وهذه الخصائص كانت تميزه في الحالات التي لم يكن فيها مكتئباً، أي في حالات الهوس. وفي مثل هذه الحالات عُرِفَ عن « تشرشل » أَنَّهُ لم يكن يتوقف عن الكلام، وَأَنَّهُ يقول ما يحلو له دون ضوابط. وكان « روزفلت » أيضاً لا يتوقف عن الكلام ولا يترك للأخرين فرصة الحديث أو إبداء الرأي.

واشتهر عن « تشرشل » أيضاً أَنَّهُ يتحوَّل في مثل هذه الحالة إلي إنسان متسلط، مُحب للسيطرة، وللدخول في نشاطات مُتعدِّدة ومتعارضة بمَّا فيها الكتابة الأدبيَّة والسياسية والممارسات اليومية، وتوجيه دفة الحرب ضدَّ النازي الألماني « أدولف هتلر » Adolf Hitler (١٩٤٥-١٨٨٩م)، وبناء الدولة في مواجهة السيطرة النازية في أوروبا، وبدء وتنفيذ مشاريع طموحة، لم يكن بمقدوره متابعتها، فكان يتركها لمعاونيه لإنهاؤها إيجاباً أو سلباً.

لكن « تشرشل » كان يتعرَّض أيضاً لحالات من الاكتئاب الحاد، طوال عُمُرِه تقريباً، كان يُسميه بلغته الأدبيَّة « الكلب

الأسود « Black Dog، لوصف المعاناة التي كانت تتهشمه خلال أزمة الاكتئاب، يكتب « تشرشل » عن إحدى هذه النوبات العبارات المعبرة التالية: « عندما كنت شاباً في مقتبل العمر، مرّت عليّ لحظات طويلة، كنت أشعر خلالها أنّ أضواء الأمل في حياتي قد خبت، كنت خلالها أعجز عن العمل إلاّ في حالة الضرورة القصوي كنت أجلس في مجلس العموم، والاكتئاب الأسود يجثم فوق كاهلي... لقد فقدت في تلك الفترة تماماً حتى الرغبة في الخروج إلي العالم الخارجي ».

ولقد أكّد طبيبه الخاص هذه الحقيقة، فذكر أنّ أحد زملاء «تشرشل» وصفه بأنّه كان دائماً يبدو مكتئباً، وأنّه عندما بلغ الخامسة والخمسين من العمر كان يبدو دائماً يائساً، ولم يكن يري إلاّ الجانب المعتم من الحياة، حتى أنّه لم يستطع أن يخبئ إحساسه بالاكتئاب الدائم. كان يري أنّ حياته لم يعد لها معنى، وأنّ نهايته وشيكة.



وينستون تشرشل

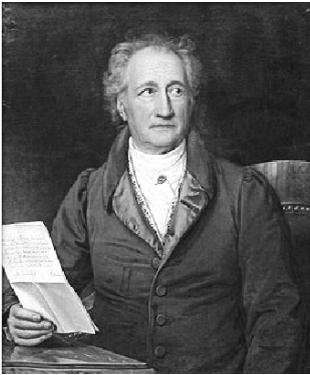
في تلك الفترة، بدأ « تشرشل » بيدي بوضوح عدم اكرائه لما يدور من حوله، وتوقف عن قراءاته، وعزف عن الحديث إلاّ فيما ندر، وهو الذي كان معروفاً بحبه الإفراط في الحديث،

وبالهيمنة علي أي نقاش عادي. وقد كتب قبل وفاته بفترةٍ وجيزةٍ:
«لقد أنجزت الكثير، ولكنني لم أكسب في النهاية شيئاً».

● الاكْتِتابُ فِي حياة رجال الأدب والفنّ والفلاسفة:

هذا بين رجال الدولة والسياسة، أمّا بين فرسان الكلمة،
وطائفة الأدباء والفنانين، فإنّ قائمة مَنْ أصيب بالاكْتِتاب
تطول كثيراً عن ذلك، فالأديبة الإنجليزية الشهيرة « فرجينيا
وولف» Virginia Woolf (١٩٤١-١٨٨٢م) عانت من الاكْتِتاب الحاد
إلي أن قرّرت أن تُتَهي حياتها بالانتحار.

وقد عاني الكاتب التشيكي « فرانس كافكا» Franz Kafka
(١٩٢٤-١٨٨٣م) من الاكْتِتاب أيضاً حتي وفاته، أمّا الأديب



غوته

والفيلسوف الألماني الشهير «يوهان
فولفغانغ فون غوته» Johann
Wolfgang von Goethe (١٨٣٢-
١٧٤٩م) فقد أعلن في أخريات أيامه
بصورةٍ مأساويةٍ أن حياته: «لم تكن
إلاّ ألمًا وعبئًا، وإنني أوكد أنني خلال
الخمس والسبعين سنة من العُمُر
التي عشتها حتي الآن، لم أختبر
الصحةَ الطبية ولو لأربعة أسابيع متصلة».

ويسجل لنا « سيمنتون » Simonton في كتاب مهم عن العظماء الذين صنعوا التاريخ، نماذج تُبيِّن أنَّ بعضهم وصلت بهم حالات الاضطراب والاكْتئاب، لدرجة أنَّهم كان يجب أن يحجزوا في مصحات نفسية للاستشفاء، أمثال: الشاعر الألماني «فردريش هولدرلين» Friedrich Hölderlin (١٨٤٣-١٧٧٠م)، الذي أُصيب بانهيار عصبي بعد تلقيه خبر وفاة محبوبته « زوزيت غونتارد » Susette Gontard، فنقل إلى إحدى مستشفيات مدينة « توبينغن».

وكذلك الشاعر والناقد الأمريكي « عزرا ويستون لوميس باوند » Ezra Weston Loomis Pound (١٩٧٢-١٨٨٥م)، والرسام الهولندي « فينسنت فيليم فان غوخ » Vincent Willem van Gogh (١٨٩٠-١٨٥٣م).

أمَّا الروائي والقاص الأمريكي الكبير « إرنست همينجواي » Ernest Hemingway (١٩٦١-١٨٩٩م) فإنه أنهى حياته بنفسه، وقبل انتحاره عانى من الاكتئاب والإدمان الكحولي، وتطلَّب كل ذلك منه علاجاً طبياً منتظماً، باستخدام جلسات من الصدمات الكهربائية بعيادة « مايو كلينيك » Mayo Clinic . وممَّنَّ عولجوا بالجلسات الكهربائية.

أيضاً الممثلة الأمريكية الشهيرة « فيفيان لي » Vivien Leigh (١٩٦٧-١٩١٣م) التي اكتسبت شهرة فنية عارمة خاصة



داليدا

عندما قامت بتمثيل دورها الخالد
في الفيلم الأمريكي « ذهب مع
الريح » Gone with the Wind ،
وكذلك المطربة الفرنسية الشهيرة
(مصرية الجنسية) «داليدا» Dalida
(١٩٨٧-١٩٢٣م) التي أقدمت علي

الانتحار بجرعة زائدة من الأقراص المهدئة،
بعد أن تركت رسالة تقول: «سامحوني الحياة لم تعد تحتمل»
وسط دهشة وذهول العالم.

وعلي المستوي العربي، نجد عدداً من الكُتَّاب والشعراء
المرموقين قد عبروا عن مُعاناتهم، ووصفوا هذا الاضطراب وصفاً
لا يترك مجالاً للشك، في أنهم عانوا منه، واختبروه، فهذا الشاعر
والفيلسوف «أبو العلاء المعري» (١٠٥٧-٩٧٣م) يكتب في لحظة من
اليأس الشديد:

تعب غير نافع واجتهاد لا يؤدي إلي غناء اجتهاد

ويقول أيضاً:

وانصرفوا والبلاء باق ولم يزل داؤنا العياء

أمّا الشاعر الحدّاثي الكبير « صلاح عبد الصبور » (١٩٨١-
١٩٣١م) فيصّف في أكثر من موقع حالات وجدانية، هي في عرف
علماء النفس والطب النفسي تمثيل دقيق للمُعاناة الاكتئابية. في
«شجر اللّيل» يكتب الشاعر عن الوحشة والهموم، فيقول:

قلبي المليء بالهموم المعشبة

وروحى الخائفة المضطربة

ووحشة المدينة المكتئبة

وفي مقاطع شعرية أخرى يكتب الشاعر:

ثمَّ يمرُّ ليلنا الكئيب

ويشرق النهار باعثاً من الممات

جذور فرحنا الجديد

لكن هذا الحزن مسخ غامض،

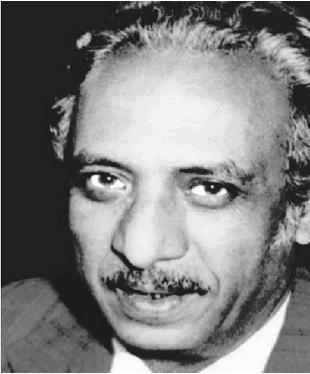
مستوحش غريب

فقل له يارب، أن يفارق الديار

لأنّني أريد أن أعيش في النهار

إن الحزن الذي يتحدث عنه

« عبد الصبور » ليس حزناً عادياً



صلاح عبد الصبور

ومؤقتاً، والذي نخرج منه بطاقة نور كي نواصل رحلة الحياة، لكن الكآبة التي تغلفه، وأحاسيس اليأس، والاختناق، والجذب، لا تدع مجالاً للشك في أنه قريب في صورته التي يُعبّر عنها الشاعر، من ذلك الذي يصفه الأطباء بالاكْتئاب الإكلينيكي — الاستجابي . Reactive Depression

وقد ذكر معاصروه وأصدقائه عنه أنه في حياته المبكرة كان يتصف بالعزلة، والهروب بنفسه عمّا يواجهه، وكان عزوفاً عن المشاركة الاجتماعية إلا فيما ندر. ولم تتبدل حياته، إلا بعد أن جني الشهرة من خلال كتاباته ومسرحياته الشعرية، والعمل الصحفي، والوظيفة السياسية التي شغلها في آخر أيامه، ولو أنه كان يعود إلى حالته المبكرة من العزلة، وحبّ الانزواء عن الآخرين، عندما كان يتعرّض لإحباطٍ ما. ولهذا يمكننا أن نستنتج بوضوح أنه كان يتسم باستعداد شخصي مبكر، وأنه كان بحكم شخصيته، وتكوينه النفسي مستهدفاً للاكتئاب، الذي غلب علي بعض قصائده.

كما أن الكاتب المصري الكبير « عباس محمود العقاد » ١٩٦٤- (١٨٨٩م) عاني من الاكتئاب الشديد، يكتب « العقاد » عن معاناته وكأنه يكتب فصلاً من فصول الطب النفسي المعاصر، موضوعه عن اضطراب الاكتئاب، بما في ذلك العجز عن الاسترخاء والنوم،

ومشاعر اليأس والتشاؤم، والإرهاق البدني، والإحساس بالركود والإعياء، والعزوف عن النشاط الإيجابي، والشكاوي البدنية، والترحيب بالموت، ومما يُذكر عنه، أن الإعياء النفسي بلغ به درجة جعلته يتوهم أنه وقع فريسة لمرضٍ صَدْرِي، وأنه ميت لا محالة، وأنَّ كُلَّ ما كان يتطلع إليه من مجدٍ أدبي لن يتحقَّق، وهي صورة مألوفة لما يلعبه الاكتئاب في حياتنا.

ولنتأمَّل بعض ما كتبه « العقاد » حتى نتيقن من وصفه لتلك المشاعر السَّلبِيَّة التي تتزامن ومرض الاكتئاب: « تجمعت المتاعب دفعة واحدة وبدا لي كأنني مريض بكلِّ داءٍ معروف وغير معروف.. ولا مرض هناك غير الركود والإعياء.. وتملكتني فكرة الموت العاجل، فأدهشني أنني لم أجد في قرارة وجداني فزعاً من هذه الفكرة، وكدت أقول لنفسي إنني أطلبها ولا أنفر منها!



عباس محمود العقاد

وأخال أنَّ صدمة اليأس كانت أشد علي عزيمتي من صدمة المرض، أو علي الأصح، صدمة الإعياء.. هو الموت إذًا كما استقر في خلدي بلا أثر ولا خير، هو الموت إذًا أمضي إليه صفر اليدين من مجد الأدب ومجد الدنيا، ومن كُلِّ مجدٍ يبقي بعد ذويه».

ويمنحنا الأدب العربي مثلاً آخر موثقاً عن الاكتئاب تمثله الأديبة الفلسطينية اللبنانية « ماري زيادة »، أو « الأنسة مي »، (١٩٤١- ١٨٨٦م)، والتي كانت تعشق الأدب وتتنقن اللغات الأجنبية، والتي نزحت من موطنها الأصلي بلبنان مع أسرتها وهي في الثانية والعشرين من عمّرها لتعيش في مصر. ومن المعروف عن هذه الكاتبة أنّها وهي في قمة مجدها تعرّضت لصدمات مريرة جعلتها تشعر بالوحدة، والكآبة يتسللان إلى حياتها، وتحوّلت تدريجياً إلى حُبّ العزلة، والابتعاد عن النَّاس شيئاً فشيئاً، وهي التي اشتهر عنها أنّها جعلت في بيتها صالوناً ثقافياً يتجمّع فيه عمالقة الفكر والأدب في مصر آنذاك بمن فيهم الأديب الكبير « طه حسين » (١٩٧٣-١٨٨٩م) والشاعر والصحافي « إبراهيم عبد القادر المازني » (١٩٤٩-١٨٨٩م) و« العقاد »، وغيرهم.

وقد انتهت حياتها بإيداعها مستشفى الأمراض النفسيّة بلبنان لتقضي فيها عاماً كاملاً، لقد تأمر عليها ابن عمّها، ممّا كان له أثره السيئ في حياتها، ولكن قبل ذلك الحادث كانت « مي » تعيش في مصر في حالة من الاكتئاب والحزن والعزلة، خاصّة بعد وفاة والديها، وخلالها كتبت رسالة إلى قريب لها يعيش في لبنان نشتم منها أعراضاً للبذور الأولى للاكتئاب. في بعض المقاطع من هذه الرسالة تقول «مي»: « إنني أتعذب يا جوزيف، ولا أدري السبب، فأنا أكثر من مريضة، وينبغي خلق تعبير جديد لتفسير ما أحسه. إنني لم



مي زيادة

أتألم في حياتي كما أتألم الآن. ولم أقرأ من الكتب أن في طاقة إنسان أن يتحمل ما أتحمل. وددت لو علمت السبب علي الأقل».

إنَّ في قصة حياة « مي زيادة » دلائل تقدم لنا برهاناً واقعياً جيداً لنظرية اليأس المكتسب، وتكشف كيف أن تغيُّرات الحياة، وتبدلاتها قد تُساهم علي نحوٍ فعَّالٍ في اكتساب الاضطراب النفسي.

● الابداع.. والاضطرابات النفسِيَّة والعقليَّة:

من الدراسات المعاصرة، التي امتازت بالعمق والشمول، والتي استطاعت أن تُقدِّم إجابة مقنعة لموضوع العلاقة بين العبقريَّة والاضطراب النفسي تلك التي أجراها « بوست » Post علي (٢٩١) من المشاهير، ونشرت في مجلة الطب النفسي الإنجليزية عام ١٩٩٤م. يقول « بوست » إنَّ هدف دراسته يتمحورٌ حول التحقُّق من فرضية أصبحت شبه ثابتة بين العامَّة، بل بين الكثير من العلماء بحيث تری أن هناك صلة أكيدة بين الاضطراب النفسي والعقلي والبدني، وموضوع العبقريَّة والابداع. ومن ثمَّ فقد هدف بهذه الدراسة: « إلي أن أتبيِّن مدي انتشار وشيوع الاضطراب، والأمراض بين المبدعين والعظماء ».

وتكتسب هذه الدراسة أهمية خاصة بسبب ضخامة العينة، فضلاً عن الإجراءات والشروط التي استخدمها « بوست » في



ألبير كامو

انتقاء العينة، فقد اعتمد علي دراسة السير الشخصية التي كُتبت عن هؤلاء المبدعين بعد فترة قصيرة من وفاتهم، وراعي أن تصف هذه السير صاحب السيرة (الشخص المبدع) علي نحو زمني متصل، بحيث لا تكون فيه هوات زمنية وانقطاع عن العمل والإبداع.

ولأنَّ أنماط الاضطراب تختلف باختلاف طبيعة التخصص والحقل العلمي أو الفني للمبدع، فقد راعي الباحث أيضاً أن يُقسَّم عينته إلي ست فئات تخصصية، تضم كلُّ منها (٥٠) شخصية يمثل كلُّ منها — في ضوء محاكاة الشهرة والأهمية الإبداعية — قمة إبداعية من قمم التخصص، ومن ثمَّ فقد اشتملت عينته علي خمس فئات فرعية من الإبداع، وهي: الإبداع الفني، والأدبي، والفكري، والعلمي، والموسيقى، والقيادة السياسية.

ويهمنا من دراسة « بوست » بعض النتائج التي تتعلَّق بالصلة بين الإبداع والاضطراب النفسي والعقلي عموماً، بماً فيها التعرُّض

للاكتئاب بشكل خاص. ففيما يتعلّق بدرجة القلق، لم يجد الباحث بين المجموعات الست فروقاً تُذكر، فيما عدا مجموعة « القادة السياسيين»، إذ تبين أنّ ٤,١٧٪ من القادة السياسيين عانوا من اضطراب القلق، ربّما بسبب الضغوط النفسيّة التي تفرضها عليهم طبيعة عملهم. أمّا عن المخاوف المرضية (الفوبيا) Phobias ، وحالات الذعر ربّما فيها المخاوف من الأماكن المتسعة والفسيحة، فقد شاعت بين ثلاثة من الكُتّاب والفنانين، هم: الكاتب المسرحي الفرنسي الشهير « ألبير كامو » Albert Camus (١٩٦٠-١٩١٣م)، والكاتب والشاعر الإيطالي « ألساندرو فرانثيسكو مانزوني » Alessandro Francesco Manzoni (١٨٧٣-١٧٨٥م) ، والموسيقيار النمساوي « يوهان بابتيست شتراوس » Johann Baptist Strauss (١٨٩٩-١٨٢٥م).

وعن الاكتئاب تبين أنّه قد وجد لدى أكثر من ٧٢٪ من مجموعة



إرنست همينجواي

الكُتّاب والروائيين، تبعتها مجموعة الفنانين ٧,٤١٪، ثمّ الساسة ٣,٤١٪، ومجموعة الموسيقيين ٦,٣٤٪، وأخيراً يجئ المفكرون ٣٦٪، والعلماء ٣,٣٣٪. وقد تميّزت غالبية حالات الاكتئاب بفترات قصيرة لم تزدد علي

أسبوعين. وقلت حالات الاكتئاب الذّهاني، بدليل أنّ الانتحار لم يحدث إلّا في خمس حالات من المجموعة الكلية، ضمت:

- ١ . الأديب والقاص الأمريكي الشهير « إرنست همينجواي » Ernest Hemingway (١٩٦١-١٨٩٩م).
- ٢ . الفيزيائي والفيلسوف النمساوي « لودفيغ إدوارد بولتزمان» Ludwig Eduard Boltzmann (١٩٠٦-١٨٤٤م).
- ٣ . الرسام الهولندي « فينسنت فيليم فان جوخ » Vincent Willem van Gogh (١٨٩٠-١٨٥٣م).
- ٤ . السياسي الألماني « أدولف هتلر » Adolf Hitler ١٩٤٥ - (١٨٨٩م).
- ٥ . الموسيقار الروسي « بيتر إيلتش تشايكوفسكي» Peter Elich Tchaikovsky (١٨٩٣-١٨٤٠٧م) ، والتي بيّنت وثائق معاصرة أنه لم يمت بالكوليرا كما هو شائع، إنما بتعاطي جرعات سامة بهدف الانتحار إثر نوبة اكتئابية حادة، بسبب اكتشاف ممارساته اللوطية وإبلاغها للقيصر.

إذاً.. يمكننا القول أنّ الاكتئاب كان شائعاً بالفعل بين المبدعين، إلاّ أن شيوعه كان أكثر في مجموعة الأدباء من كتّاب الرواية والمسرح، وجاء شيوعه مرافقاً لشيوع اضطراب آخر في نفس هاتين المجموعتين، وهو الإدمان الكحولي، ممّا قد يُثير الشك في أن تكون الأعراض الاكتئابية نتاجاً للإدمان لا أكثر ولا أقل، فضلاً

عن هذا، بيّنت دراسة « بوست » أنّ الاضطراب النفسي والعقلي يشيع في طوائف من المبدعين دون الطوائف الأخرى، فهو يزداد بين الفنانين والممثلين، أكثر ممّا هو شائع بين العلماء والساساة، بمعنى أنّ الاضطراب يجيئ مقترناً بالموضوعات الإبداعية التي تتطلّب تعاملًا مع المشاعر والتعبير الذاتى والفردى، ممّا يدل على أنّ الإبداع في حدّ ذاته ليس قريناً للمرض ولكن ببعض الموضوعات التي قد تثير بطبيعتها ضغوطاً انفعالية شديدة، بسبب ما تثيره من حدة في المشاعر، والإغراق في الرؤى الذاتية الجياشة، هذا من الناحية السلبية، ولكن « بوست »، يلاحظ أنّ نسبة شيوع مثل هذا الاضطرابات في مجموعته المرموقة أقلّ من نسبة انتشارها في الجمهور العادي. علي سبيل المثال: نسبة الانتحار في مجموعة العباقرة التي درسها « بوست » تجدها حوالي ١,٧ ٪ وهي أقلّ من نسبة الانتحار في الجمهور العادي، وفق إحصائيات منظمة الصحة العالمية في غالبية البلدان الأوروبية، والتي تبلغ علي سبيل المثال ما بين ١,٨٨ ٪ و ٢,١٧ ٪ في النمسا، ممّا يجعل هذه النسبة بين مجموعة المشاهير أقلّ ممّا تتصوّر.

فضلاً عن هذا، يُلاحظ « بوست » أنّ المبدعين في عينته تميزوا — وبشكلٍ موثّق — بخصائص ايجابية لا يمكن أن توجد في المرضى العقليين الفعليين، ففضلاً عن أن كلاً منهم تميّز بعبقريته الخاصة في الإنجاز والبحث والإبداع، استطاعوا بالرغم

من كلِّ الصعاب التي واجهتهم الاستمرار في العمل والنشاط، وجميعهم اتصفوا بخصائص ايجابية من الشخصية بما فيها المثابرة، والجدية، وحبُّ الاتقان، وجميعهم فضلوا القيام بأعمالهم منفردين، هذا علي الرغم من أنَّ حياتهم الاجتماعية كانت في عمومها أميل للصحة والتوازن، وحبُّ الصداقة، والمحافظة عليها بالرغم من أن ما يُشاع عن العباقرة عكس ذلك.

● الابداع.. وعلاج حالات من المرض النفسي والعقلي:

بفضل التطور في وضع مقاييس للإبداع، أمكن للعلماء أن يعزلوا المبدعين عن غير المبدعين، بناءً علي أدائهم علي هذه المقاييس، ومن ثمَّ دراسة شخصياتهم، وما ينتشر بينهم من خصائص مرضية أو صحية بالمقارنة من غير المبدعين، وهذا يعني الوصول إلي إجابات شافية عن العلاقة بين المرض النفسي والإبداع.

وبمقارنة المرتفعين علي مقاييس الإبداع، بغيرهم من النَّاس من حيث سمات الصحة والمرض، تبين وجود خصائص مختلطة، فمن جهة تبين بالفعل أنَّ المبدعين يحصلون علي درجات عالية نسبياً في القلق والاكتئاب، وهي الخصائص التي تدل علي اضطراب المزاج، لكن أمراضهم لم تصل لدرجة التشوش والاضطراب العقلي والذهني، فضلاً عن هذا تبين أنَّهم يتميزون بخصائص ايجابية لا توجد بين المرضى النفسيين والعقليين العاديين، فقد

بيّن « بارون» Barron، و « ماكينون » MacKinnon، أنَّ المبدعين أكثر من غيرهم قدرة علي تحمُّل الضغوط، وأكثر ميلاً لحُبِّ الاستقلال، وأكثر قدرة علي توصيل أفكارهم للآخرين.

وقد تأكَّدت نتائج مشابهة لذلك في دراسات الدكتور « عبد الستار إبراهيم » (١٩٧٨م) عن الإبداع والأصالة في بيئة عربية هي مصر، فقد تبيَّن أنَّ المبدعين تميزوا بخصائص صحية، منها: البُعد عن التطرف، والقدرة علي تحمُّل النفور والاختلاف، والتفتُّح العقائدي، والميل إلي حُبِّ الاستقلال وتأكيد الذات لكن بدون رغبة في الاختلافات من أجل الاختلاف وإثارة الصِّراع.

كما أنَّهم يتميزون بكثيرٍ من السمات الشخصية والوجدانية التي هي أبعد ما تكون عن المرض والاضطراب، فهم أميل إلي للثقة بالنفس، والاستقلال في الحكم والتفكير، وأميل للانطلاق في التعبير عن مشاعرهم وأفكارهم، وأكثر تفتُّحاً علي الخبرة، وأكثر قدرة علي العمل والإنتاج، وتنظيم الوقت والطاقة، فضلاً عن قدرة عالية علي تحمُّل الضغوط.

إذاً نحن نقبل وصف « أونيل» O' Neil للمبدعين، بأنَّهم يمثلون « نمطاً مختلفاً وراقياً من السواء » Supernormal إنَّ مجرد وجود بضع حالات من الانهيار والتوتر النفسي في حياة بضعة من المفكرين والعلماء لا يعني أنَّ حياتهم هي كذلك في

عمومها. كما لا يعني أنّ الاضطراب النفسي الشديد هو السبب في توليد العبقرية، أو أن العبقرية تؤدي إلي الاضطراب العقلي والنفسي. والأقرب إلي الصواب أن نقول إن هؤلاء المبدعين قد أُصيب بعضهم بالقلق والاكتئاب، ولكنهم استطاعوا أن يستمروا في إنتاجاتهم العبقرية العلمية أو الأدبيّة بالرغم من اضطرابهم، وليس بسببها. ويمكننا أن نقول أن هؤلاء المبدعين يضعون معظم إنتاجاتهم العلميّة والفنيّة والأدبيّة الخارقة في أكثر لحظاتهم اتساماً بالصحة، وفي الفترات التي تكون فيها اضطراباتهم تحت الضبط، أو في أقلّ درجاتها.

انطلاقاً من هذا المبدأ وهو أنّ المرض النفسي يعتبر معرقلاً لا ميسراً للإبداع، أخذ علماء النفس يبتكرون في الوقت الراهن كثيراً من البرامج التدريبية لتقوية الدافع الإبداعي، والمهارات العقليّة في حلّ المشكلات كطريقة من طرق العلاج النفسي، وتقوية رصيد عال من الصحة النفسيّة والعقليّة لدى المرضى العقليين والنفسيين، مثال هذا: استفاد علماء العلاج النفسي السلوكي، بالتحليلات التي قدّمها علماء الإبداع في دراسة وتحليل العملية الإبداعية وتطورها، ونجد مصداقاً لهذه الطريقة التي ابتكرها كل من « دوزيريللا »، و « جولدفريد »، والمعروفة بتدريب القدرة علي حلّ المشكلات، ويهدف هذا الأسلوب إلي إطلاع المريض علي أنّ هناك حلولاً متعدّدة وأكثر فاعلية، للمشكلات التي تواجهه إذا ما

نظرنا إلى المشكلة نظرة إبداعية. ثمَّ إنَّ بإمكانه منفرداً أو بالتعاون مع معالجة أن ينتقي من بين هذه الأساليب، أكثرها فاعلية في التغلُّب على المشكلة ومن ثمَّ التوجه لطريق الصِّحة النفسية. بهذا المنطق لم يعد السؤال المطروح أماناً هو ما إذا كانت العبقرية تدفع للجنون أو العكس، إنمَّا أصبح السؤال يتركز في البحث عن الإمكانيات الهائلة التي يمكن أن تساهم فيها دراسات حلّ المشكلات والإبداع، في ابتكار ما يصلح منها لرسم معالم الصِّحة العقلية ومعالجة الاضطراب النفسي والعقلي. لقد تجاوز علماء العلاج النفسي والسلوكي الفكرة التقليدية بأنَّ الإبداع والعبقرية سببان من أسباب المرض النفسي والعقلي، وانطلقوا في ممارسات نشطة جعلت هدفها توظيف الإبداع في علاج التحديات المختلفة للمرض النفسي والعقلي، وإنَّها لنقلة هائلة في حساب الرصيد العلمي في خدمة الإنسان: الإبداع أو غيره.

