٩. القلق و المرض والانترنت

هل نصاب بالقلق من المرض أم نصاب بالمرض من القلق؟
سؤال يخطر ببالي كثيرا ، أيهما هو السبب و أيهما النتيجة؟
هل المرض يسبب حالة من القلق لدي الانسان، قلق من العجز او الموت . أم ان القلق الدائم في الحياة هو سبب كل الامراض العضوية التي تصيبنا؟
و أيهما يجب أن نتقي؛ فكما يقول المثل) الوقاية خير من العلاج (و اذا عرف السبب بطل العجب!
فالقلق الزائد عن الحد و الذي ينتج بسبب التدقيق في كل كبيرة و صغيرة من حولك القلق مما أصابك و مما لم يصبك بعد هو قلق مرضي ;يتسبب, بالاضافة لعدد من الامراض النفسية مثل الاكتئاب و الحزن و غيرهما، في امراض عضوية أخري مثل الصداع المزمن و امراض القلب و سوء الهضم و غيرهما الكثير مما كشفت عنه الابحاث و الدراسات في العصر الحديث.
و قد رأيت كثيرا أشخاص من النوعين؛ النوع الذي يتوهم بالمرض لمجرد الاصابة بعرض بسيط، فيذهب للطبيب و ينتظر بالساعات في قاعات الانتظار ، و مثل هذا المريض ، عادة، لا يصدق تشخيص الطبيب و لا يقتنع بعلاجه، انما يلهث وراء مرض أي أصابهم الذين الاصدقاء يستشير و الاخر تلو واحدا الأطباء للهواجس الشافي الرد عندهم يجد عسى و عل قبل من الخطيرة المضاعفات ليجد الانترنت على يسهر و بل بباله تدور التي !ا أبدا باله يهدأ ولا , به يشعر لما
القلق حالة رفع الي مثلا الصداع فيها يتسبب حالات عن سمعنا كم و صفحات علي بنفسه بالبحث يبدأ انه درجة الي الانسان عند

,به يشعر أنه يتوهم أو , به يشعر ما مع تتشابه أعراض عن الانترنت
الامراض أحد أو مثلا بالسرطان مصاب انه يتوهم يكاد حتي
!بصداع اصابته لمجرد القاتلة الدماغية
فاذا يقال، كما بمنكاش القلق وراء يبحثون اشخاص ايضا رأيت و
أصابهم يعرفونه، لا ، ما شخص وفاة أو ، مرض عن سمعوا
هذه في جديد مرض ظهور مجرد عن سمعوا اذا ،و الحزن و القلق
أصيب ما بمثل يصابوا ان توقعوا و !الاكتئاب أصابهم الدنيا
و له مستعدة للقلق، مجهزة عقول ذوي انهم !سبيلا أشر و غيرهم به
!شرا القلق فيكفيهم , الارض وجه على شر بأي يصابوا لم لو
تشتعل التي القلق نيران من ليطفئوا للانترنت النوعان يلجأ ما عادة و
اشتعالا النيران هذه من الانترنت تزيد ما عادة و بداخلهم،
في السراب يتتبعون كأنهم البحث جحافل في يتيهون و تأجاجا و
اصحاب رويدا فرويدا .ماء لا و فيها زرع لا جرداء صحراء
شر اتقوا و . لنا الله كتب ما الا يصيبنا فلن ، المرض اصحاب و القلق
منجي لا و , اصابنا ان قوة لا و لنا حول لا الذي , المرض
منه الا السكينة و الايمان و الاستبشار خيرا ,و اتقوا القلق الذي
سيجر عليكم أذيال المرض ,عافانا و عافكم الله من كل داء.