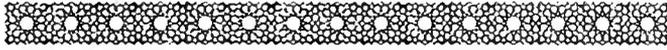




# الباب الثاني

نحن أرواح متجسدة





## الفصل السابع

### كيف تُصاغ معتقداتنا فى الدماغ

- الدين حتمى للإنسان ولصياغة الوجود

- ظهور الفكر الدينى

الأساطير (فلسفة ما قبل الفلسفة)

الفلسفة

- دور المخ فى اتخاذ القرار ونشأة الأساطير

إعداد المخ البشرى لاتخاذ القرارات وصياغة الأساطير

كيف نتخذ قرارًا

كيف تتشكل الأساطير

- الآليات المخية للإيمان

- الألوهية اكتشاف وليست اختراع

- القارئ الكريم

الإنسان والوجود الإلهى

الإنسان والدين

دين واحد فى إصدارات متعددة

- القارئ الكريم



## الفصل السابع

### كيف تُصاغ معتقداتنا في الدماغ

الإله قدماء ...

نيتشه

نيتشه قدماء ...

الإله

عندما أعلن فريدريك نيتشه الفيلسوف المادى الألماني عام ١٨٨٥م أن «الإله قدماء»، فلا شك أنه كان يعنى أنه لم يكن هناك إله بالمرّة، فقد كان عتاوله فلاسفة الإلحاد (ماركس - فرويد - هيوم وغيرهم) يعتبرون أن فكرة الألوهية ليست إلا بقايا عقلية الإنسان غير العلمية التي سادت في الماضي، وأنها ستلاشى قريبًا.

وإذا كان هؤلاء الملاحدة معنا اليوم لأدهشهم أن الإله لم يتلاش، وأنه بقى في عصر العلم والتكنولوجيا والاستنارة، ولا شك أنهم كانوا سيعتبرون ذلك انتصارًا للجهل على العلم. وإذا كان هؤلاء يعتبرون أن تعلق الإنسان بفكرة الألوهية يرجع إلى ضعفه وجبنه عن أن يواجه مشكلاته منفردًا دون عون من قوة أكبر، فإننا نعتقد أن الألوهية والديانات متجذرة بعمق في الإنسان بشكل سوي، بعيدًا عن نقاط الضعف العقلي والنفسي، وأن بقاء الديانات عبر التاريخ يرجع إلى أنها تمد الإنسان بمشاعر من السمو النفسى عززت دائمًا فكرة أن الإله موجود.

## الدين حتمى للإنسان ولصياغة الوجود...

من الناحية العملية، تمد الديانات الإنسان بفوائد كثيرة. فقد ثبت أن من يمارسون الحياة بمنظور ديني معتدل يعيشون لفترات أطول، وبمعدل أقل من الجلطات الدماغية والقلبية، والسُّكَّرى، وارتفاع ضغط الدم، وبمناعة أعلى من باقى أفراد المجتمع.

وبعد مراجعة ألف دراسة حول تأثير التدخين على الصحة، أعلن د. هارولد كوينج الأستاذ بجامعة ديوك بالولايات المتحدة: «أن غياب المعتقدات الدينية يؤثر على الوَفَيَات بقدرٍ مساوٍ لتدخين عشرين سجارة يومياً لمدة أربعين سنة». هذا من الناحية الجسدية.

أما من الناحية العقلية والنفسية، فللتدين آثار إيجابية هامة. وبالرغم من ذلك فإن الأوساط الطبية المهتمة بالصحة النفسية ما زالت تتبع خطوات فرويد، الذى اعتبر أن التدخين حالة مرضية، حتى إن الاتحاد الأمريكى للطب النفسى ظل حتى عام ١٩٩٤ يعتبر التمسك بالمعتقدات الدينية بقوة بمثابة خلل نفسى. لقد ثبت أن من يتبنون الاعتقاد الدينى والممارسات الدينية هم عادة أقل إدماناً للعقاقير والخمور، وأقل عرضة للاكتئاب والتوتر، ويتعافون من هذه المشكلات سريعاً، ويكونون أقل إقبالاً على الانتحار والطلاق من باقى أفراد المجتمع. كذلك فإن ممارسى الطقوس الدينية المتعمقة كالصلاة والتأمل والقيام بالخدمات الإنسانية يكونون فى حالة معنوية عالية، ويتمتعون بعلاقات إنسانية قوية، وتكون نظرتهم للحياة أكثر إيجابية.

ويمكن إرجاع هذه الفوائد الجسدية والعقلية والنفسية للتدين إلى عدة آليات، أهمها:

١ - يتبنى المتدينون الأنماط السلوكية الصحية، مثل تحاشى المخدرات والكحوليات، وعدم ممارسة الجنس خارج مؤسسة الأسرة (آلية أخلاقية).

٢ - يُنَشِّط السلوك الدينى شِق السكون فى الجهاز العصبى اللاإرادى parasympathetic system مما يؤدى إلى التغيرات الإيجابية التى ذكرناها (آلية بيولوجية).

٣ - المتدينون أكثر تعاطفاً مع الآخرين، ويجدون الدعم المادى والجسدى والمعنوى من أقرانهم، خاصة مع التقدم فى السن (آلية اجتماعية).

إن شعور الإنسان بقوة عليا قادرة على التحكم فى هذا الوجود، وقادرة على حمايته، أمر هام لمواجهة هذا العالم الملىء بالرعب والشور. ويضاف إلى ذلك ما تؤكده الديانات من إمكانية التواصل مع الإله والحصول على دعمه وتأييده لنا، من خلال العبادات والقرايين. ويضاف إلى

ذلك أيضًا ما يمكن أن يحققه الإنسان في هذه الحياة من تسامٍ يهون عليه المعاناة اليومية ويُشعره بالوجود الإلهي.

إن الديانات لا تُشعر الإنسان بأنه ليس وحيدًا فحسب، لكنها تؤكد أن لحياته معنى. فالإنسان من غير دين (كالملاحدة) يجد أنه بعد كل هذه المعاناة والصراعات في الدنيا، وبعد الانتصارات والإنجازات التي يحققها، فإنه حتمًا سيواجه الموت، الذي يعنى الفناء، لا شك أن ذلك يصيبه بالاكئاب والإحباط ويورثه الخمول واللامبالاة، أو يورثه الرغبة في الاستمتاع بمتع الحياة دون اعتبار لقيم أو أخلاقيات.

أما على المستوى الجمعي، فالدين يعطى للأمة ثقة ودافعًا لتحقيق حياة أفضل وإقامة علاقات مع الأمم الأخرى، من منطلق عدم الخوف والثقة في الدعم السماوى للوجود الإنسانى بصفة خاصة وفي توجيهه الكون بصفة عامة.

وليس معنى وجود كل هذه الفوائد للديانات أن الإنسان قد ابتدعها للاستفادة منها (كما يدعى الملاحدة)، ولكن التفسير الأبسط هو أن الله ﷻ قد أنزل على البشر هذه الديانات لتحقيق له هذه الفوائد. ويمكن تشبيه هذا الأمر بشاب يشعر بالامتنان لوالديه لما يمدونه به من رعاية واهتمام، هل نقول إنه قد اخترع فكرة وجود الوالدين لتفسير ما ينعم به من فوائد، أم الأرجح (والحقيقة) أن للشباب والدين وجودًا فعليًا؟!

## ظهور الفكر الدينى

لا شك أن الإقرار بالأصل السماوى للديانات، والذي يعنى بداهة وجود الإله، أمر يرفضه الفكر المادى تمامًا؛ لذلك يرى الماديون المهتمون بدراسة نشأة التدين وتاريخه أن المفاهيم الدينية والأخلاقية قد ظهرت بشكل بدائى بعد نشأة البشرية، ثم تطورت تدريجيًا نحو الاكتمال (من خلال الأساطير ثم الفلسفة ثم الديانات)، أى تطورت من أسفل لأعلى. بينما نفهم من نصوص الديانات السماوية، أن هذه المفاهيم قد وُجِدَت منذ البداية على كمالها، بل إن الإنسان منذ خلقه كان على صلة مكاشفة مع الله (الحوار بين الله ﷻ وبين آدم ﷺ) ثم أصابها الضعف والتبدل، حتى جاء تصحيح الأمر (وحيًا) بالديانات الإبراهيمية (من أعلى إلى أسفل)؛ لذلك ينبغى بذل الجهد من أجل الموازنة بين هذا المفهوم وبين علم الأديان.

## الأساطير (فلسفة ما قبل الفلسفة)

جاء في موسوعة أديان العالم:

«لا توجد جماعة بشرية - مهما تكن بدائية - ليس لديها أفكار عن موجودات أو كيانات تعلقو فوق الطبيعة».

إن ظهور الفكر الدينى يرتبط عند الإنسان بنشأة العقل وإدراكه أن له ذاتاً تميزه. فبدأ العديد من التساؤلات يلح عليه: هل لهذا الوجود خالق؟ لماذا نموت؟ هل هناك بعث بعد الموت؟ ما الخير وما الشر؟....

وعندما بدأ الإنسان فى البحث عن أجوبة لمثل هذه الأسئلة، حتى يُرضى غريزته البحثية وحتى يستطيع التعايش بسلام مع نفسه ومع هذا الوجود المُبهم، لم يجد أمامه إلا الخيال المتمثل فى الأساطير، وكان قد لجأ إليها من قبل لتفسير الظواهر الطبيعية المحيطة به، مثل لماذا تشرق الشمس وتغرب؟ ما سبب الفيضان؟ لماذا تسقط الأمطار؟...

وهكذا أصبحت الأسطورة هى محاولة الإنسان الأولى لتفسير الظواهر الطبيعية (بديلاً عن العلم)، ثم لتبرير وجوده وخلقه ولفهم طبيعة وماهية الخالق (بديلاً عن الدين).

ولم يجد الإنسان فى خبراته المعتادة إلا الصورة البشرية، بكامل انفعالاتها وسلوكها (بمحاسنها ومساوئها) ليخلعها على الآلهة العظمى (مثل: إيزيس، وأوزوريس، وزيوس ومردوخ)، وهكذا عبَدَ الإنسان نفسه دون أن يدرى.

وقد طرح خيال الإنسان تصورات لآلهة أدنى على هيئة الحيوانات، كعجل أبيس عند الفراعنة. كما زاوج بين الهيئتين، فتصور إلهاً مثل «أبو الهول»، الذى رأسه رأس آدمى وجسمه جسم أسد.

## الفلسفة

عندما أصبح العقل البشرى أكثر نضجاً، أدرك الإنسان عبث تصورات الأسطورة، عندئذ تقدمت المعرفة خطوة أخرى، تقدمت نحو الفلسفة.

وقد بدأت الفلسفة (مثل الأساطير) بالاهتمام بالأصل المادى للوجود (الخلق من التراب، الماء، الهواء، النار)، ثم قامت بمعالجة الأسئلة المعرفية الشاملة، فتبلورت مباحث الفلسفة الرئيسية الثلاثة: الوجود، المعرفة، الأخلاق.

وإذا كانت الفلسفة قد أخذت بيد البعض إلى تصورات لا بأس ببعضها، كما حدث مع سقراط وأفلاطون وأرسطو ومع سير أنتوني فلو، فإن الفلسفة أغرقت الكثيرين في بحار من الحيرة والاعتراب<sup>(١)</sup>.

وحتى بالنسبة لمن كانوا أكثر توفيقاً، فقد فشلوا فشلاً ذريعاً في الوصول إلى القول الفصل في تحديد هوية الإنسان، ومعنى الحياة، والغاية من الخلق، ومعرفة الخالق، وغيرها من القضايا الفلسفية المعقدة.

وإذا كنا في كتابنا هذا نبحث في العقل، فلا شك أن العلاقة بين العقل والفلسفة ظاهرة لكل ذي عقل، حتى يمكن اعتبار أن اصطلاحى العقل والفلسفة مترادفان. كذلك فإن العلاقة بين الدين والفلسفة وثيقة وتبادلية؛ فهناك الفلسفات الدينية (الإسلامية والمسيحية واليهودية والإلحادية)، كما أن هناك التصوف الفلسفى. ولكن من الخطأ أن ندعى أن الفلسفة هي أصل الدين والتدين، فتاريخ الفلسفة واضح ومدون ويمكن تتبع مدارسه عبر التاريخ وعبر الجغرافيا، كما أن تاريخ الديانات (خاصة الإبراهيمية) واضح ومدون. كذلك لا يصح أن ندعى أن المفاهيم الفلسفية فطرية (كالمفاهيم الدينية)، بل هي نتاج لإعمال عقولنا المدركة، والخوض في تفاصيل هذه المفاهيم خارج نطاق اهتمامنا في هذا الكتاب.

أما الأساطير فلها شأن آخر، فالفكر المادى يرى أنها مرحلة في تطور الفكر الدينى، وأن أسسها مدموغة في الدماغ البشرى. لذلك فإننا سنناقش فيما تبقى من فصلنا الموضوعات الآتية:

- دور المخ في اتخاذ القرار ونشأة الأساطير.

- الآليات المخية للإيمان.

- الألوهية، اكتشاف أم اختراع.

(١) يجسد الحيرة والاعتراب، موقف جان بول سارتر، مؤسس الفلسفة الوجودية الإلحادية. فحين اقترب الموت من سارتر، طلب من رفيقة حياته سيمون دى بوفوار أن تأتى له بقس!، وأبدت المرأة دهشتها الشديدة واستنكارها لما يطلبه الفيلسوف المسكين، ثم استسلمت وقالت: سأتى لك بكاردينال، فرفض وقال: لا أريد كاردينالاً، إنهم يَعْشُونَ الإله، إنها أريد قساً متواضعاً من قرية مغمورة. وجاءت له بالقس، واعترف سارتر بهزيمته وأخطائه، أملاً في النجاة.

وموقف سارتر قريب جداً من موقف الفيلسوف الفرنسى الملحد فولتير إزاء الموت، فقد طلب قساً لسمع اعترافه قبيل موته، لكن القس رفض تقديم الغفران له ما لم يوقع على اعتراف بذيابته بالذهب الكاثوليكي! فنارت نائرة فولتير وطرد القس، وكتب بياناً جاء فيه: «إنى أموت على الإيمان بالله، ومحبة أصدقائى، وكراهية أعدائى، ومقتى للخرافات والأساطير الدخيلة على الدين».

## دور المخ فى اتخاذ القرار ونشأة الأساطير

كان أبناء عمومنا (إنسان نياندرتال) منذ أكثر من ٢٠٠ ألف سنة يدفنون موتاهم بطقوس تعكس قناعتهم بحياة أخرى لهؤلاء الموتى. فكانوا يدفنون معهم أدوات وملابس وأسلحة، بالإضافة إلى هدايا يقدمونها لهم، وقد مورست هذه الطقوس عبر أوروبا وآسيا. إن ذلك يعنى أنهم كانوا يؤمنون بحياة أخرى بعد الموت، سواء علموا ذلك عن طريق وحى سماوى، أو أن عقولهم قد بلغت من النضج درجة توصلت إلى حل لمشكلة الفناء بالموت الجسدى، ألا وهو القول بحياة أخرى بشكل ما بعد الموت. كما كان هؤلاء يدركون أن هناك قوة عظمى تتحكم فيهم، فكانوا يسعون لمرضاها عن طريق تقديم القرابين من الحيوانات.

لقد كان ظهور هذه الطقوس (الدفن - القرابين) مصاحباً لبدايات ظهور الحضارة الإنسانية، متمثلة فى صناعة الأوانى الفخارية والأدوات وإعداد المسكن من الداخل. إن ذلك يشير إلى أن الإنسان ما إن امتلك العقل حتى صار جاهزاً للتواصل مع الإله (كما يقول المتدينون) أو أنه بدأ فى طرح الأسئلة النهائية عن الوجود، وبدأ فى طرح الأجوبة من خلال الأساطير (كما يقول الآخرون).

ويعتقد الكثيرون أن اصطلاح أسطورة Myth يحمل فى طياته معنى الوهم والخرافة. إن الاصطلاح يحمل معنى أعمق، فهو مشتق من الكلمة اليونانية Mythos التى تعنى «كلمة صاحب السلطة والمنزلة». وترى كارن أرمسترونج أن الكلمة مشتقة من Musteion التى تعنى أن تغلق عينيك وفمك، أى أنها تعنى «الحياة فى ظلام وصمت»! والمقصود أن الروح الإنسانية يكتنفها الظلام والصمت، وأن الأساطير تجلو هذا الظلام.

والسؤال المحورى الذى يواجه الماديين هنا هو؛ إذا كانت عقولنا (كما يرى الماديون) قد نشأت لتعيننا على الحياة فى هذا العالم المادى فقط، فكيف تتقبل هذه العقول العملية أساطير غيبية وخيالية صاغت تصوراتنا لتفرض إغلاق غموض حياتنا الإنسانية ولتجواب مع مشاعرنا الروحية؟

لا شك أن «الموت» هو المحرك الأول والأكبر لنشأة الأساطير والفكر الفلسفى والبحث عن الأجوبة الدينية. وإذا كان الموت ليس غريباً على المملكة الحيوانية، فليس لدينا وسيلة لنعرف

كيف تشعر الحيوانات تجاه هذه الفاجعة<sup>(١)</sup>، وإن كنا متأكدين أن موقف الحيوانات الأساسى من الموت هو الهروب من الحيوانات الخطرة. ويبدأ ذلك بدافع مُلح من الجهاز الحوفي عند رؤية أو شم حيوان مفترس، ويؤدى هذا إلى تنشيط منظومة التنبه فى الجهاز العصبى اللاإرادى (الجهاز السيمبتاوى Sympathetic system)، فيزداد إفراز هورمون الأدرينالين، ومن ثم تنشيط آليات الصراع أو الفرار.

إن هذه هى نفس استجابة الإنسان البيولوجية للمخاطر، مع فارق جوهرى، وهو أن الحيوان لا يستجيب إلا لخطر محدد، أما الإنسان فيمكن أن يستجيب لخطر محتمل. فسيرنا فى الظلام مثلاً ينشط جهاز التنبه وإن لم يتعرض لنا بلطجى. والفضل فى ذلك يرجع إلى القشرة المخية الحديثة ذات القدرة على التفكير فى الخطر وتحيله والتحسب له.

لا شك أن الإنسان البدائى كان يرى العالم كمكان مليء بالمخاطر؛ سواء الحيوانات المفترسة والأعداء من البشر، أو الفيضانات والبراكين والأمراض والمجاعات. وقد تفاعل الإنسان مع هذه المخاطر بالأفكار العديدة (كأن يعيش فى جماعات) أو بالاختراعات (كالأدوات والأسلحة). ويرى التطوريون أن الآليات المعرفية التى مكنت الإنسان من التعامل مع المخاطر قد نشأت وتم المحافظة عليها وتوارثها تحت تأثير الانتخاب الطبيعى. كذلك اكتسب الإنسان الدافع البيولوجى المُلح لاستخدام هذه الآليات عند اللزوم؛ وهو ما نسميه «الإلزام المعرفى» Cognitive Imperative، ولا شك أن هذا الإلزام شديد الفاعلية حتى إنك لا تستطيع أن توقفه. إن هذا الإلزام يدفع الآليات المعرفية للعمل حتى نفهم العالم من حولنا، ثم نتعامل معه بأسلوب يعيننا على الحياة. وفى خضم ذلك واجهت العقل معضلات لا قيل له على التعامل معها بالأسلوب التقليدى؛ أهمها معضلة الموت، وكيف نحيا فى العالم دون خوف.

إن الطريق للإجابة عن هذه المعضلات لم يكن فقط استنفار جهاز التنبه (الذى بقى مستنفراً ما دامت هذه المعضلات لم تُحل)، بل احتاج الأمر إلى تدخل القشرة المخية، التى لجأت إلى وضع أقاصيص غيبية، من هنا كانت الأساطير.

ومن أجل التوصل إلى هذه الحلول الأسطورية، يستخدم العقل البشرى نفس الآليات المعرفية التى يستخدمها فى تعقُّل العالم من حوله<sup>(٢)</sup>؛ وبشكل خاص آلية السببية (إن لكل حدث سبباً)

(١) تشير الشواهد إلى أن القبيلة ترحل لمسافات بعيدة لتزور رفات أسلافها. كذلك هناك شواهد أن الكائنات الذكية كالقردة والكلاب والحياتان تنفج على موتاهما. لكننا لا نعتقد أن هذه الحيوانات تأمل فى مصيبة الموت، ولا شك أن كل شاغلها هو محاولة الفرار منه ومن المخاطر التى تسببه.

(٢) طرحنا هذه الآليات فى الباب الأول، الفصل السادس.

وآلية الشَّقِّ الثنائي (كل وجود يتكون من شقين متقابلين: سالب وموجب - نور وظلام...). ولما كانت الأساطير من إنتاج العقل البشرى، فإنها تتبع بنية واحدة، تتلخص في:

أولاً: إدراك مشكلة وجودية معينة (أصل العالم - مصدر الشر - الموت...).

ثانياً: وضع أزواج المتقابلات (الآلهة والبشر - الحياة والموت...).

ثالثاً: وضع الحل الذى يزيل الحيرة ويسر لنا الحياة على الأرض، ويكون ذلك عادة عن طريق تدخل الآلهة أو القوى الغيبية، وعن طريق طرح الحلول الوسطى غالباً.

وإذا طبقنا هذه البنية على ما أحاط قصة السيد المسيح عليه السلام من نظرة أسطورية، وجدنا:

أولاً: المشكلة؛ أن العالم غارق في الخطيئة التى تدفع الإنسان للضياع.

ثانياً: أزواج المتقابلات: الآلهة والبشر - الموت والخلود - الخير والشر.

ثالثاً: طرح الحلول الوسطى: الإله يتجسد فى بشر، موت المسيح ثم بعثه، وفى النهاية، كان صلب المسيح فداءً لذنوبنا، ثم دخول الإنسان الجنة.

### إعداد المخ البشرى لاتخاذ القرارات وصياغة الأساطير...

امتلك ابن عمنا «إنسان نياندرتال» مخاً أكبر من مخنا (لكنه أقل إعداداً)، وكان لديه ما هو مطلوب لاتخاذ القرارات وتشكيل الأساطير؛ إنه الفص الجدارى، بما فيه من:

١ - الدوائر العصبية المطلوبة لآليات السببية والشَّقِّ الثنائي.

٢ - القدرة على إدراك وفهم الأسئلة الوجودية الأساسية.

٣ - مركز إنتاج اللغة، الذى يُمكننا من التفكير وصياغة الأسطورة.

ولا شك أن مخاً به فص جدارى محدود القدرة لا يكون قادراً على صياغة الأساطير، فهذه المهام الثلاث مجتمعة لا غنى عنها. فإذا نظرنا إلى «الشمبانزى»، نجد أنه قادر على بعض الممارسات العقلية البسيطة، لكنه عاجز عن أى ممارسة للأفكار المجردة، ومن ثم فهو عاجز عن التفكير وبناء الحضارة والفن والتكنولوجيا، وأيضاً الأساطير.

أما «القرود الجنوبي» Australopithecus، أول أشباه الإنسان، فقد أظهر فحصه جهاجه منطقة جدارية صغيرة، ربما كانت قادرة على البحث فى مفهوم السببية والمفاهيم المتضادة؛ مما

مكنه من ابتكار بعض الأدوات، لكننا لا نعتقد أنه امتلك ملكات لغوية تعينه على التفكير المجرد.

ثم ظهر أول أسلاف جنسنا الإنساني، وهو «الإنسان منتصب القامة» Homo Erectus، الذى امتلك فصًا جداريًا لا بأس به. وبالرغم من أنه امتلك بعض القدرات اللغوية، فإنه لم يمارس طقوسًا عند دفن موته.

## كيف نتخذ قرارًا

من أجل أن نفهم الآليات العصبية لتشكيل الأساطير، فلتأمل أولاً مثالاً عملياً بسيطاً يبين آلية قيام المخ باتخاذ القرارات: فلنتصور أحد الصيادين البدائين أثناء سيره وسط أعشاب السافانا؛ لقد سمع صوتاً لحركة الأعشاب يأتى من مكان قريب، لقد نبه هذا الصوت اللوزة المخية؛ كلب الحراسة المسئول عن التعامل مع الرسائل الحسية الخاصة بوجود الخطر. لقد أرسلت اللوزة رسالة إلى جهاز التنبيه اللاإرادي، كما نشطت غريزة الإلزام المعرفى التى نشطت آلية السببية للبحث عما هناك. ولما لم يعثر الصياد على سبب لحركة الأعشاب، طرحت آلية السببية سبباً افتراضياً، وأعانها على ذلك منطقة فرس البحر (مركز التجارب السابقة - الذاكرة) لتختار أنسب الافتراضات وتستبعد غير الملائم منها.

ربما كان هناك «نمر» يمر وسط الحشائش، وفوراً استجاب الصياد لهذا الافتراض وفر هارباً، كأن وجود الوحش أمر حقيقى. بعد لحظات، توقف الصياد بعد أن اطمأن قليلاً، يراجع الموقف، لا شك أن هناك من وطأ الأعشاب بأقدامه، لكن هل هو نمر، أم خنزير برى، أم غزال؟ لم «يعرف» الصياد أنه نمر، لكنها آلية السببية، وُجدت لتحافظ علينا أحياء، لا لتطلعنا على الحقيقة. لذلك «اعتقد» الصياد أنه نمر.

ولكن كيف يعتقد الصياد بهذا اليقين في أمر مشكوك فيه؟ فلننظر إلى آلية ذلك:

لقد أثار صوت الحشائش اللوزة المخية، وطرحت آلية السببية احتمالية النمر. وفي نفس الوقت طرحت آلية الشق الثنائى متقابلة (نمر - لانمر)، التى تعنى على مستوى أعمق (الموت - الحياة)، في مواجهة ذلك يقوم النصف الأيسر من المخ (التحليلى) بطرح علاقات منطقية: أنا في أرض تقطنها النمر وقد رأيت أمس آثار نمر على بعد بضعة أميال. وفي نفس الوقت، يتذكر أنه لاحظ أن هذه الآثار ترجع إلى بضعة أيام، وأن النمر لا تصطاد في هذا الوقت من اليوم.

لقد أصبح في مواجهة معضلة منطقية، لكن لا شك أن الهرب سيكفل له النجاة بجهد بسيط، أما التردد فقد يكلفه حياته.

في نفس الوقت، ينشط نصف المخ الأيمن (العاطفي - الحدسي) ليدلّ بدلوه بطرح الجانب الشعوري المرتبط بالموقف؛ لقد سيطر عليه الخوف عندما تذكر رفيقه في القبيلة الذي قتله نممر في أحراش مشابهة. لقد عصفت مشاعر الخوف بتفكيره المنطقي حتى تخللت فكرة وجود النممر بين العظم والنخاع؛ فخرج بالقرار أن هناك نمراً في الأحراش، خاصة أن الفرار سهل وآمن العواقب.

وهكذا كَوّن الصياد أسطورة صغيرة، بدأت مثل كل الأساطير بتساؤل بسيط حول مصدر الضوضاء وماذا تعنى. ثم تحرك الإلزام المعرفي لينشط آليتي السببية والشق الثنائي. وأخيراً كانت محصلة نشاط نصفي المخ (المنطقي والعاطفي) اعتقاداً مشحوناً بالمشاعر وقادراً على حل معضلة الحيرة، فكان اليقين هو أن هناك نمراً، فهذا الاحتمال يحافظ على حياته، وهذا بالضبط هو دور غريزة الإلزام المعرفي.

لقد كانت العملية كلها لا إرادية من أجل تنفيذ القلق والتوتر، فكان الحل قصة بسيطة (أوقل أسطورة)، نممر وسط الأحراش.

مثل هذا المثال البسيط والحل الآمن قد يمر بنا يومياً. أما الأسئلة الوجودية فليست بهذه البساطة، لكنها تحتاج لوضع أسطورة دينية أكثر تعقيداً.

### كيف تتشكل الأساطير

انظر إلى هذا المثال: اقترب حكيم أحد قبائل ما قبل التاريخ من جسد صديقه الميت المُسَجَّى، وأخذ يتحسس برفق. هذا الرجل الذي كان ملئاً بالحياة والدفء قد استحال إلى شيء بارد لا حياة فيه. وتساءل الحكيم: كيف أصبح صديقي هكذا؟ لقد شعر بحيرة شديدة، أحس معها بغصة في حلقة وانقباض في قلبه. إن عقله لن يستقر حتى يصل إلى تفسير لما حدث، ولا شك أنه كلما تفكر أكثر في قضية الموت، غاص في أعماق الرعب والفرع.

على المستوى البيولوجي، لقد حدث لمخ الحكيم ما حدث للصياد في الأحراش. فعندما عابت القشرة المخية الموقف هاجت اللوزة المخية، ونشّطت جهاز التنبه. في نفس الوقت حاول نصف المخ الأيسر (المنطقي) الوصول لتفسير.

وبينما الحكيم ينظر حوله ويقلب أفكاره، وقعت عيناه على النار المشتعلة بجانبه. إن النار التي كانت متأججة بدأت تخبو، وقبل أن تهمد تمامًا خرج منها دخان اتجه إلى السماء، وفي النهاية لم يتبق منها إلا رماد ساكن. قفز إلى ذهن الحكيم خاطر؛ إن حياة صديقي تلاشت، تمامًا كأنظفاء النار. إن لصديقي روحًا كدخان النار، اتجهت إلى السماء ولم تترك لنا إلا هذا الجسد البارد.

لقد طرح نصف المخ الأيسر (المنطقي) هذه الفرضية، التي لاقت قبولاً من نصف المخ الأيمن (العاطفي)؛ مما أراح اللوزة المخية، فأرسلت إشاراتها إلى مركز الإثابة والمتعة في منطقة تحت المهاد، الذي نشط جهاز السكون اللا إرادي، فاطمأن الكاهن لتفسيره وهدأت نفسه وتخلّص من مخاوفه تجاه الموت.

لقد نجحت هذه الأسطورة في حل مشكلة (الموت - الحياة) واطمئن الحكيم إلى أن أرواح الموتى تحيا في السماء، لقد أصبح هذا المفهوم أكثر من فكرة أو فرضية أو حتى نظرية، أصبح عقيدة.

قد تكون الأفكار والأساطير التي ذكرناها صحيحة أو غير صحيحة، هذا لا يهم. ما يهم أنها جميعاً تنشأ في مستوى عقلي أعمق من العقل المنطقي، وأعمق من كونها مجرد تخيلات أو أمنيات. ويغذى هذه الأساطير ويحقق استمراريتها عبر الزمن ومضات يرصدها أو يستشعرها المُستقبل، كأن يرى ضباباً يرتفع إلى قمة التلال، فيربط بينه وبين الدخان والروح كما أوّلها الحكيم.

إن الأسطورة يمكن أن تتشكل من أى فكرة، ما دامت منطقية وتلقى توافق نصفى المخ (المنطقي والشعوري)، وقد يستشعر المخ القلق هذا التوافق كومضة من الحقيقة؛ مما يجعل الإنسان يحيا هذه الحقيقة؛ ليس فقط يتقبلها.

ومن أجل أن تجد الأسطورة القبول الواسع لدى الآخرين، لا بد أن يكونوا مهتمين بنفس القضية ويشعروا بنفس المعاناة؛ لذلك فإن المتلقين لا يتقبلونها لأنها صحيحة، بل لأنهم يحسونها، عندها يتحول مُرَوِّج الأسطورة إلى عرّاف أو كاهن له أتباع ومريدون.

سؤال شديد الأهمية يطرح نفسه هنا: لماذا تتوافق جميع الحضارات عبر التاريخ وعبر الجغرافيا في نفس الأساطير بشكل مدهش؟ الروح الذي يرتفع إلى السماء - الطوفان الذي أغرق العالم - الطرد من الفردوس - رجال بلعهم الحوت أو الثنين أو الثعبان - العذراء التي تلد - موت الأبطال وبعثهم...

إن مفهوم الانتثار الحضارى (انتشار الأسطورة من مصدر أم عبر الحضارات) وحده لا يفسر ذلك، فالتشابه وصل إلى كل ركن من الأرض.

يرى كارل يونج<sup>(١)</sup> Carl Jung أن هذه الأساطير المتشابهة إنما هى تعبير عن نموذج أصلى قديم موجود فى عقولنا جميعاً، يتم توارثه عبر الأجيال<sup>(٢)</sup> - ما مصدر هذا النموذج؟.

ولا شك أن عوامل محلية عديدة تؤثر فى هذا النموذج الأصلى من مكان لآخر (عوامل جغرافية - طبيعة الحيوانات - الطموحات...) لكن يظل النمط الأساسى بينها مشتركاً. وسواء كانت رؤية يونج مقبولة أم لا، فإننا نوافق على أن الأساطير تشكلها جوانب مشتركة فى أدمغتنا مسئولة عن تشكيل رؤيتنا للعالم من حولنا. أى أنها البيولوجيا المشتركة، التى تهدف إلى تسكين مخاوفنا أكثر منها العوامل الجغرافية والحضارية وغيرها.

## الآليات المخية للإيمان

يفسر بعض المتخصصين فى علوم الاجتماع والنفس والأثروبولوجيا (علم الإنسان) قيام الحضارات البدائية بممارسة أشكال من الديانات البدائية بأن الدين «ظاهرة معرفية تهريرية»، بمعنى أن الإنسان الأول (كما ذكرنا) لجأ إلى القول بوجود الإله ليعينه على مواجهة العالم المرعب غير الآمن، وليجيب على تساؤلاته الأساسية التى تعصف بعقله، أى (كما يقول بعضهم) أن الإنسان قد خلق الإله وليس الإله هو الذى خلق الإنسان، حاشا لله وَعَلَىٰ.

وخلال السنوات العشر الأخيرة، تَكشَّفَتْ لعلماء المخ والأعصاب بعض الحقائق عن أداء المخ، ومن هذه الحقائق أن المخ قد زُودَ بآليات تحقق له التسامى عن العالم المحيط؛ فتشعره بتلاشى ذاته الإنسانية وإدراك وجود غيبى خارج عالم المادة، ويتحقق ذلك من خلال إمعان التأمل فى شىء محدد والإصغاء لإيقاعات منتظمة مستمرة<sup>(٣)</sup>. ويرى علماء الأعصاب أن هذه الآليات تسمح (بل هى التى تسمح) بنشأة العقيدة الدينية، بل لا تترك مجالاً للفكاك من ذلك. ولنطرح لذلك مثالاً:

(١) كارل يونج (١٨١٥-١٩٦١): سويسرى، واحد من أعظم علماء النفس فى العصر الحديث، ومؤسس إحدى

مدارس التحليل النفسى الكبرى - ومن اهتموا بالعلاقة بين الدين وعلم النفس.

(٢) انعكست هذه النماذج العقلية الأصلية أيضاً فى بناء الأهرامات المدرجة فى الحضارات المختلفة.

(٣) تفاصيل هذه الحقائق فى الفصلين الثامن والتاسع.

تصور أن أحد صيادى الغزلان البدائين تعانى عشيرته من مجاعة بسبب قحط أصاب البيئة المحيطة، وقام الصياد بالخروج يومياً إلى الصحارى والمرتفعات لساعات طويلة، عسى أن يقابل وِعْلاً يصطاده ويطعم به عشيرته، وينقذ صغارها وكبارها من الهلاك. حتى في لحظات راحته كانت صورة وعل ضخم يدور حول غدير الماء الجاف أو يقف فوق أحد المرتفعات تُشاغل الصياد في يقظته وفي أثناء نومه. ومع مرور الأيام وازدياد خطورة الموقف على عشيرته وعليه شخصياً، صارت صورة الوعل بالنسبة للصياد بمثابة حلم وأمل، يشغل عليه تصورات، حتى لم تدع مجالاً للتفكير آخر.

إن وجود الوعل في بؤرة اهتمام الصياد لا يمثل أى مفهوم روحى، إنه قضية حياة أو موت، وهى في نفس الوقت تُنشِط آليات التسامى التى ذكرناها، فتحدث نوعاً من تلاشى الشعور بالذات، وتجدد الشعور «بالوعل الضخم» يملأ أمامه الوجود، يعقب ذلك ولا شك أن يُنزل الصيادُ الوعلَ منزلة اهتمام وتقدير وتقديس.

لو تصورنا أن الصياد قد وُفق في صيد أحد الوعول لأول مرة منذ أسابيع، مما أنقذ حياة أفراد العشيرة، سيدرك رجال العشيرة أن هذا الصيد هدية من الوعل الأكبر المقدس الذى حكى لهم عنه الصياد، ولا شك أنهم سيسعون لمرضاته حتى لا يقطع عنهم عطاياه. بل وسيبدأ حكماءهم في التفكير في هذا المُقدس؛ أين يعيش، ما حقيقته، أين وُجد؟ ثم تتشعب الأسئلة؛ كيف نحصل على مرضاته وِحماه ورعايته لنا في كل جوانب الحياة. لقد كانت هذه بدايات الديانات البدائية وعلوم العقيدة واللاهوت، من منظور آليات المخ البيولوجية.

ويخبرنا علم الأنثروبولوجيا أن الديانات البدائية قد اهتمت بتقديم الأضاحى والقربان، كنوع من التعاقد بين الإنسان والقوى العليا. وتمثل هذه القربان الفرق بين الدين والسحر؛ ففي السحر تُقرأ التعاويذ والتعازيم من أجل التأثير على الطبيعة أو البشر الآخرين، من أجل نزول المطر، أو شفاء المرضى أو سحق الأعداء، دون أى بُعد روحى.

وفي الديانات يستكمل البشر التزامهم التعاقدية، عن طريق التبجيل والإيمان والطاعة والصلوات. وفي المقابل يحصلون على الحماية من الشيطان، والتجاوز عن الخطيئة، والمعونة في مواجهة شرور العالم، وأخيراً التواصل مع السماء في هذه الحياة (بالتسامى) وفي حياة أخرى بعد الموت.

لقد أعطت هذه التجربة لصيادنا البدائى إحساساً بالقوة في مواجهة مخاطر الحياة؛ مما أعطاه الثقة والطمأنينة النفسية، فبادر بارتداء جلد الوعل (الهدية من الوعل الأكبر) في رقصاته المقدسة حول النار، كما علّق قرناه كتميمة في الكهف، وعلق أحد أسنانه بخيط حول عنقه،

ليس فقط امتنانًا للإله أو تبركًا به، بل طمعًا في أن يكتسب بعضًا من صفاته. كذلك فإن ما تقوم به العشيرة من رقصات على إيقاعات منتظمة يُشعر بعض أفرادها بالتسامي (بدرجات مختلفة) مما يعطى مصداقية لما رواه لهم الصياد من رؤيته للوعل الأكبر، ولما تبوه كعقيدة جديدة.

ولاشك أن عشيرة الصياد ستُعَرِّف نفسها بالطقوس التي تقوم بها، وبالروح الأعلى الذي تتوجه إليه بهذه الطقوس، وقد تُعَرِّف بـ«عشيرة الوعل الكبير» مما يضيف عليها خصوصية وتماسكًا اجتماعيًا، بما يحققه ذلك من مقاومة الظروف غير الملائمة.

من الطرح السابق يتبين أن المفاهيم الروحية والدينية ظهرت نتيجة لما زُوِّد به مخ/عقل الإنسان من قدرة بيولوجية على التسامي عن العالم المحيط، واستشعار تلاشي الذات الإنسانية وإدراك وجود غيبي لا ندركه في عالم المادة. وكذلك لما جُبل عليه العقل البشرى (جينيا) من تفسير هذه المشاعر بوجود قوة عليا غير مادية في بنيتها، وبوجود قوة عليا مطلقة في الوجود.

وفي ظل هذه الحقيقة العلمية البيولوجية، هناك سؤال محوري يطرح نفسه:

هل ما يستشعره الإنسان من وجود علوى متوحد مطلق (إله) هو أمر «يصوره لنا» نشاط هذه المراكز والدوائر المخية المتخصصة، أم أن أمخاخنا (بهذه المراكز والدوائر) «ترصد وجودًا حقيقيًا فعليًا»، ليس فيه أبعاد مكانية أو زمانية، وجود فيه إله حقيقي؟

السؤال ببساطة هو: هل الإله اختراع (تصوره أمخاخنا)

أم اكتشاف (لوجود حقيقي)؟

وهذا ما سنجيب عليه الآن.

## الألوهية اكتشاف وليست اختراع

ترفض مفاهيم العلم (كما حددها فلاسفة العلوم) القول بوجود عوالم غيبية، وترى أنه ليس هناك وجود حقيقي إلا الوجود المادى، ومن ثم فالسؤال الأخير (من وجهة نظر العلم المادى) محسوم تمامًا، فالإله ليس له وجود حقيقي، بل هو اختراع!.

لكن علوم المخ والأعصاب الحديثة فاجأتنا بأن ما يستشعره الإنسان من وجود غيبي علوى إنما هو نتاج لوظائف مخية سوية، وليس مجرد هلاوس وتوهمات. وقد فتحت هذه الحقيقة العلمية الباب لمناقشة السؤال السابق، حتى وإن أبى الماديون.

ونحن إذ نواجه هذا السؤال، نجزم بـ«أن ما يستشعره المخ/العقل إنها هو وجود علوى غيبى حق، يستوى على عرشه إله حق، وأن دور المخ/العقل هو التواصل مع هذا الوجود»، وهذه أدلتنا العلمية على ذلك:

أولاً: إن تقسيم العلم لما ترصده عقولنا، إلى وجود مادي حقيقى ووجود غيبى غير مادي غير حقيقى، تفرقة غير علمية! فالوجود المادي فى حقيقته ليس إلا ما ترصده أدمغتنا بآليات الإدراك فى المخ، وهى نفس الآليات التى يستشعر بها البعض الوجود العلوى الغيبى كوجود حقيقى. من ثم فلا مجال لرفض الوجود العلوى الغيبى باعتباره غير حقيقى. وسنعرض لتفصيل هذا المفهوم فى الفصل (العاشر).

ثانياً: تارة يستند الماديون إلى وجود فوائد كثيرة (عضوية وعقلية ونفسية) لتفسير نشأة المفاهيم الدينية، ويعتبرون أن الانتخاب الطبيعى عمل على تثبيت هذه المفاهيم (من باب أن البقاء للأصلح).

وتارة يسخر الماديون (مثل ريتشارد دوكنز) من الدين، ويعتبرونه من أكبر الكوارث التى مُنِنَ بها الإنسان! ويدَّعون أنه أكبر انتصار للجهل على العلم. ونحن نقول إذا كان الدين بهذا السوء للإنسان، فلماذا لم يتم التخلص منه مبكراً بآليات الانتخاب الطبيعى؟

ثالثاً: نسأل القائلين باعتبار الدين «ظاهرة تبريرية»، ما هو التحدى التطورى الذى واجه الإنسان حتى يكتسب آليات عصبية بيولوجية تشعره بعالم علوى غيبى غير حقيقى يتلاشى فيه الشعور بالذات، بما يتعارض تمامًا مع هدف التطور الأساسى، وهو المحافظة على الذات. ثم ما هى الفائدة التطورية المباشرة التى يستفيد منها الإنسان من اختراع الوجود الغيبى العلوى المطلق؟

رابعاً: يُجَلَّى العلم الحديث أبعاداً كونية وبيولوجية وعقلية - طرحناها فى مقدمة الكتاب - تؤكد الوجود الحق للإله الخالق.

هذه هى الاستدلالات النافية لدعاوى القائلين بأن الدين اختراع بشرى، وكذلك الأدلة الإيجابية على أن الوجود الإلهى وجود حق، استدل عليه الإنسان بأدلته العقلية بعد أن استشعره عن طريق آليات التسامى. ومن ثم فإن وجود الفوائد العظيمة للدين، والتى ذكرناها فى أول الفصل، لا يعنى أن الدين ظاهرة تبريرية، ولكن يعنى أن الإله الحق أنزل للإنسان ديناً يحقق

له مصالحة الجسدية والعقلية والنفسية، بل لقد غرز الله ﷻ فينا الفطرة للبحث عن الإله الحق. وخير مثال لهذه الفطرة اهتمامك أنت أيها القارئ بقراءة هذا الكتاب والكتب التي على شاكلته! ولتنظر إلى انقطاع الرسول الكريم ﷺ المبكر بغار حراء لفترات طويلة متفكرًا في الله ﷻ، وكذلك تأمل خليل الرحمن إبراهيم ﷺ في السماء، باحثًا عن الإله الحق. وفي ذلك يقول الراهب الكاثوليكي الصوفي واين يتزدال في كتابه The Mystic heart «يقف وراء كل الديانات الكبرى عنصر مشترك، إنه سعى مؤسسيها للبحث عن الحقيقة العظمى (الإله)».

القارئ الكريم...

إذا كان تواصل الإنسان مع عوالم الغيب العلوية أمرًا فطريًا، وُضعت آلياته البيولوجية في المخ البشري، فهل معنى ذلك أن نظرة البشر جميعًا للإله وللدين ينبغى أن تكون نظرة واحدة لا تتغير من إنسان لآخر؟

للإجابة عن هذا السؤال الهام، نقف وقفة (في ختام هذا الفصل) مع علاقة الإنسان بالإله وبالدين<sup>(١)</sup>.

علاقة الإنسان بالله... علاقة عاطفية

علاقة الإنسان بالدين... علاقة عقلية

الإنسان والوجود الإلهي...

ليس الإنسان في حاجة إلى دين لإدراك وجود الله! فالوعى بوجود الإله شعور فطري، رَكَّبَهُ الله في الجانب العاطفي عند الإنسان. ويقوم الإنسان بقبول (أو تأسيس) نظامه الديني كِنِيَّة تَعْلُو هذا الشعور. ولا تشترط هذه العاطفة أن يشتمل النظام الديني على صفات محددة للإله، كما لا تستلزم توضيح الغايات من الخلق، ولا تشترط طقوسًا محددة لعبادة الإله الخالق، إنما تتطلب تأكيد وجود الإله من حيث المبدأ فحسب.

لذلك، كما يتم إشباع هذا الوعي الفطري بوجود الله بالعقيدة الصحيحة وبالعبادة الحقّة، فيمكن إشباع هذا الوعي بعقيدة وعبادة وثنية أو بدائية، تم استبعاد العقل تمامًا عن النظر فيها.

ويعرّفنا الإسلام أن الله قد زرع هذه الفطرة بذاته في النفس البشرية، دون وساطة من مَلَكٍ مقرب أو نبي مُرْسَل، كما يخبرنا القرآن الكريم:

(١) عن كتاب «رحلة عقل» للمؤلف - مكتبة الشروق الدولية، الطبعة الرابعة، عام ٢٠١١، ص ١٥١ - ١٥٣.

﴿ وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَىٰ شَهِدْنَا أَن تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ ﴾ [الأعراف: ١٧٢].

ونظرًا لوجود هذا الشعور الفطري، كان المنهج المتبع في الحوارات بين الفلاسفة المتدينين والملحدين (حتى نهاية النصف الأول من القرن العشرين) هو مطالبة المتدينين للملاحظة بإثبات عدم وجود الإله، تمامًا مثل مطالبة من ينكر وجود الشمس بتقديم الدليل على ادعائه.

وينبغي أن نؤكد أن كَوْن علاقة الإنسان بالله علاقة عاطفية فطرية، لا يعنى عدم الحاجة إلى إقامة الدليل العقلي على وجود الله ﷻ. فالكتاب الذى بين يديك، إنها هو رحلة عقلية روحية لإقامة مثل هذا الدليل.

### الإنسان والدين

لقد جعل الله ﷻ علاقة الإنسان بالدين علاقة عقلية، يمكن أن يبرهن عليها العقل البشرى، ويخضعها للتحليل والاستدلال والاستنباط، لذلك اعتبر القرآن الكريم أن الدين «برهان»:

﴿ يَتَأْتِيهَا النَّاسُ فَمَا جَاءَكُمْ بُرْهَانٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَأَنزَلْنَا إِلَيْكُمْ نُورًا مُّبِينًا ﴾ [النساء: ١٧٤]

وقد أظهرت الدراسات تشابهًا كبيرًا في النسق الدينى بين الشعوب البدائية وبين الشعوب الأكثر تحضرًا؛ مما يتحدى النظرية التى تقول بأن الدين هو انعكاس للحياة الاجتماعية والثقافية والمادية، كالأدب والشعر والفن والفلسفة.

إن قولنا إن علاقة الإنسان بالدين علاقة عقلية، لا يبنى وجود الرغبة الفطرية لدى الإنسان في اعتناق دين ما، أما دور العقل فهو إدراك صحة المضامين الدينية. لذلك ينبغى القيام بالفصل الدقيق والصارم بين الشعور الفطرى العاطفى (متمثل في الوعى بوجود الله والرغبة في التواصل معه) وبين الفكر العقلانى (الذى يتمثل في إدراك صحة المضامين الدينية)، حتى لا يفقد الإنسان طريقه الصحيح في التوجه إلى الله، وهو غاية الغايات من خلق الإنسان في جميع الديانات.

دين واحد، في إصدارات متعددة...

ويخبرنا القرآن الكريم أن الدين عقيدة<sup>(١)</sup> وشرعية<sup>(٢)</sup>، وأن العقيدة في كل الديانات واحدة، أما الشريعة فتختلف من دين إلى دين:

(١) العقيدة: الإيانيات والمعتقدات، وهذه اتفق عليها كل المرسلين، فما من نبي إلا وقال لقومه: ﴿اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ﴾ [الأعراف: ٥٩]. أى أن عقيدة كل الأنبياء والرسل هي التوحيد.

(٢) الشريعة: هي ما ينظم حياة الناس. فتحل لهم ما يحلله الله وتُحرّم عليهم ما يحرمه الله. وتأمروهم بما يحب الله وتنهائم عما يبغض.

﴿ شَرَعَ لَكُمْ مِنَ الدِّينِ مَا وَصَّى بِهِ نُوحًا وَالَّذِي أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ وَمَا وَصَّيْنَا بِهِ إِبْرَاهِيمَ وَمُوسَى وَعِيسَى أَنْ أَقِيمُوا الدِّينَ وَلَا تَتَفَرَّقُوا فِيهِ كَبُرَ عَلَى الْمُشْرِكِينَ مَا تَدْعُوهُمْ إِلَيْهِ اللَّهُ يَجْتَبِي إِلَيْهِ مَنْ يَشَاءُ وَيَهْدِي إِلَيْهِ مَنْ يُنِيبُ ﴾ [الشورى: ١٣].

﴿ إِنَّ الدِّينَ ءَامَنُوا وَالَّذِينَ هَادُوا وَالنَّصَارَى وَالصَّابِئِينَ مَنْ ءَامَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَعَمِلَ صَالِحًا فَلَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴾ [البقرة: ٦٢].

﴿ أَمْ كُنْتُمْ شُهَدَاءَ إِذْ حَضَرَ يَعْقُوبَ الْمَوْتُ إِذْ قَالَ لِبَنِيهِ مَا تَعْبُدُونَ مِن بَعْدِي قَالُوا نَعْبُدُ إِلَهَكَ وَاللَّهُ ءَابَاؤُنَا إِبْرَاهِيمَ وَإِسْمَاعِيلَ وَإِسْحَاقَ إِلَهُنَا وَحَدًّا وَمَنْ لَّهُ مُسْلِمُونَ ﴾ [البقرة: ١٣٣].

أى أن الدين واحد منذ آدم عليه السلام، وإن تعددت الشرائع (إسلام - مسيحية - يهودية).

لذلك تشترك الأديان في العديد من السمات والمفاهيم التي تتوافق مع آليات المخ البشرى واحتياجات الإنسان الفطرية، وأهمها:

- ١- الإيثار بآله أزلى أبدي، خالق لهذا الوجود.
- ٢- أرسل الإله رسلاً يُعَرِّفون البشر بربهم، وبالغاية من خلقهم.
- ٣- المخاطبون بالرسالة، هم الشعب المفضل عند الإله.
- ٤- توجد قصة خلق للكون والإنسان.
- ٥- تحتوى الديانة على قصص غيبية وأحداث مقدسة.
- ٦- تشتمل الديانة على شعائر وعبادات، كالصلاة والصيام.
- ٧- تحدد وقتاً مناسباً للتأمل.
- ٨- لها أماكن مقدسة يُحجُّ إليها.
- ٩- تتحدث الديانة عن حياة أخرى خالدة، تقترب فيها الأرواح من الإله.
- ١٠- تحدد الديانة نظاماً أخلاقياً، يطلب الخالق من عباده الالتزام به، ويحاسبهم على ذلك.

وقد أدرك بعض الفلاسفة الغربيين هذه الحقيقة، وعبر عنها جورج برنارد شو<sup>(١)</sup> بقوله:  
يوجد دين واحد، وصل إلينا في أكثر من مائة إصدار.

(١) جورج برنارد شو (١٨٥٦-١٩٥٠) كاتب مسرحى وفيلسوف إنجليزى، أيرلندى المولد، تزخر آثاره بالظرف والسخرية.

## الفصل الثامن

### هكذا نجسد معتقداتنا

- طقوس روحية
- الطقوس والتوحد
- بيولوجيا الطقوس
- الجدور التطورية للطقوس
- الطقوس البشرية
- أولاً: الطقوس والبيولوجيا والانفعال
- ثانياً: الطقوس والبيولوجيا والتسامي
- لماذا نجسد معتقداتنا في طقوس
- طقوس العبادات
- أثر ممارسة الطقوس في مفاهيمنا
- طقوس الحج، كمثال
- القارئ الكريم





## الفصل الثامن

### هكذا نجسد معتقداتنا

#### طقوس روحية...

جلس رجل الأعمال «بيل Bill»، البالغ من العمر ٥٤ عامًا، وسط حشد من الناس في إحدى الكاتدرائيات القديمة بمدينة بتسبرج، يستمعون إلى إحدى فرق موسيقى الجاز الشهيرة تقدم بعض معزوفاتها، وسط جو عتيق وجدران حجرية قديمة، في ضوء الشموع، ودخان ورائحة البخور يملآن المكان، وقرب انتهاء الليلة، جاء دور المعزوفة الأخيرة التي يتردد فيها صوت عواء ذئاب طليقة.

كان العواء إيقاعياً رتيباً، وكان يرتفع تدريجياً حتى تتردد أصداؤه في الكاتدرائية، ثم يهدأ، وهكذا. وكان صوت أرج الكاتدرائية يعلو ويهبط مع العواء، وكان الصوتان أحياناً يتبادلان، وكانت الظلال التي تلقيها الشموع تتراقص على جدران الكاتدرائية على وقع هذه الأصوات. لقد كان الجو العام بما يلفه من هيبة قادرًا على فصل المستمعين عن شعورهم بذواتهم وبحياتهم اليومية، ونقلهم لعالم آخر.

وبينما اللحن يهدأ ويخفت، شَعَرَ الجميع بهدوء عميق، ودون أن يعي «بيل»، وقف على قدميه، مدَّ عنقه، وأخذ يعوى من أعماق داخله. لم يكن بِل وحده، بل شاركه البعض في البداية،

ثم ازداد عددهم، حتى صاروا كلهم تغمرهم النشوة ويشاركون الذئاب عواءها. لقد شعر الجميع أنهم قد توحدوا مع لحن الذئاب.

بعدها بفترة علق بل على الحادثة؛ وقال: لا أدري كيف حدث ذلك، لم نتلق إشارة للبدء، لا أدري كيف كانت مشاعري بالضبط حينها، لقد كان العواء ينطلق من داخلي، كل ما فعلته أنني لم أمنعه. وبالرغم من أن بل شخص محافظ وانطوائي، فإنه يضيف: لم أشعر وقتها بالخرج مما فعلت، كنت متأكدًا أن الآخرين سيفهمون، لقد شعرنا جميعًا براحة عميقة، كان الجميع يحسون بمشاعر روحية عالية، لا أقول مشاعر دينية، لا أدري كيف أفسرها ولا ماذا أسميها.

\*\*\*

كنا منذ قرابة ربع قرن مدعويين لتناول الإفطار بعد صيام يوم عرفة، في بيت أحد أصدقائنا بالقاهرة. كنا قرابة عشرين شخصًا لا يعرف معظمنا الآخرين، وبعد تناول إفطار خفيف من الماء والتمر صلينا المغرب، ثم مال صاحب الدعوة على رجل كان أكبرنا سنًا، وأسرَّ في أذنه برجاء.

دعانا مُضَيِّقُنَا إلى ساحة خالية ببهو المنزل، ووقف الرجل المسن في منتصفها، وأشار إلينا أن نتحلَّق حوله، ثم صلى على رسول الله ﷺ، ثم واجه أحدنا ونظر إليه وَصَفَّقَ بكفيه صفقة واحدة، وانحنى معها بوقار للأمام، يقول «الله»، ويمد كل حرف من حروف لفظ الجلالة. ثم دار الشيخ ببطء ليووجه الرجل الواقف بجوار الرجل الأول، وكرر التصفيقة والانحناء وكلمة «الله»، وهكذا. كان لفظ الجلالة يخرج من جوف الرجل المسن في نغمة خاشعة بصوت خفيض مع هيبة أسرة. وبعد بضع مرات وجدنا أنفسنا نتمايل مع الرجل ونردد لفظ الجلالة بنفس النغمة والهيبة. تدريجيًّا ارتفعت الأصوات وتزايد الانحناء وملأ الخشوع المكان. أخذ الرجل المسن كل بضع دقائق يستخدم في ذكره اسمًا آخر من أسماء الله الحسنى، ونحن نتجاوب معه ذكْرًا وانحناءً. ثم أخذ الإيقاع يهدأ والأصوات تخفت تدريجيًّا حتى ساد المكان صمت عميق، بعدها أخذنا نعانق ونصافح بعضنا بعضًا في ود صادق، كأننا نعرف بعضنا من زمن.

لم أعرف (وقتها) تفسيرًا لما حدث في حلقة الذكر، ولم يعرف «بل» تفسيرًا لما حدث في حفل الكاتدرائية، لكن بيولوجيا المخ تقدم الآن التفسير العلمي لذلك. لقد مر الجميع بسلسلة من النشاطات العصبية أدت إلى أن فقد كل منهم شعوره بذاته كإنسان منفرد، وأخذوا جميعًا في شعور بالتوحد مع اسم الله/ الذئاب، وأيضًا مع الآخرين.

كان اللهب الذي أشعل فتيل هذه المشاعر هو الإيقاع الموسيقي الرتيب المتكرر (التصفيق

والانحناء وألفاظ الذكر/ عواء الذئب). لقد نشط ذلك الإيقاع الجهاز الحوفي والجهاز العصبي اللاإرادي؛ مما أدى إلى إغلاق المراكز المخية المسئولة عن إدراك الواقع وتحديد الذات، فانفصل كل فرد عن ذاتيته وشعر بالسكينة والنشوة والتوحد مع الآخرين ومع الوجود، كان الشعور دينياً في حالة حلقة الذكر، ولم يكن كذلك في حفل الكاتدرائية، لكنه كان في الحالتين طقساً روحياً بمعنى الكلمة.

### الطقوس والتوحد...

لقد أدى الجو المحيط (الإيقاع الموسيقي الهادئ - ارتفاع وانخفاض الأصوات - التمايل - الخشوع المصاحب لذكر الله ﷻ - حركة ضوء الشموع وظلالها على الجدران القديمة) إلى أن شعر أشخاص لا يعرف بعضهم بعضاً أنهم متوحدون، وهذا هو هدف الطقوس الجماعية؛ أن تفصلهم عن ذاتيتهم وتسمو بهم وتدمجهم روحياً في كل واحد، قد يكون هذا الواحد هو مجموعهم، وقد يكون الإله. ولا شك أن كل فرد وكل تجربة تختلف في درجة تحقيقها للهدف.

وإذا كانت الطقوس الدينية موجودة في كل حضارة، فلا شك أن هدفها في كل الحضارات هو الشعور بالقرب من الإله والشعور بالهدوء والسكينة ﴿...أَلَا يَذَكِّرُ اللَّهُ تَطْمِئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: ٢٨].

كذلك فليست الطقوس كلها دينية، فهناك مهرجانات ورياضات وأعياد قومية، لكن تتفق جميعها في حركاتها وموسيقاها مع الطقوس الدينية في الإيقاع والتكرار، فتحقق بذلك قدرًا من التوحد مع المجموع، وربما كان هذا التوحد - بما له من فوائد اجتماعية - هو سبب شيوع الطقوس بشكل عام.

## بيولوجيا الطقوس...

### الجدور التطورية للطقوس...

كانت طقوس العشائر البشرية القديمة تعكس الشعور بالتميز والمصير المشترك (كما ذكرنا في قصة الوعل في الفصل السابق)؛ مما يحقق أهدافاً هامة تكفل البقاء للعشيرة. فهي تشعرها بالخصوية المتميزة، وتقلل التوتر والعدوانية، وتزيد من الترابط بين أفرادها؛ مما يكفل الحماية

من الأعداء، والمشاركة في الثروات الطبيعية، ويسمح بوضع القوانين للمجموعة. كما كانت تُشعر كل عشيرة بأنها المميّزة عند الإله.

كان المعتقد أن منشأ الطقوس هو العوامل البيئية، لكن خلال الأربعين عامًا الماضية ثبت أن لهذه الطقوس جذورًا بيولوجية، خاصة بعد أن أظهرت الدراسات حول طقوس الحيوانات أنها تتفق مع طقوس البشر بشكل مدهش. ففي كليهما تأخذ الطقوس شكلًا إيقاعيًا متكررًا، ولا يبدو لمكوناتها فائدة عملية مباشرة، ولكن تخدم غايات مختلفة.

ففي الحيوانات، تحقق الطقوس نوعًا من التعارف والتواصل بين أفراد المجموعة، كما تنقل للآخرين قصد الفرد؛ التحية، الاحترام للقادة، الرغبة في التزاوج. فمثلًا رغبة التزاوج في الفراشات تعبر عنها رقصه بين الذكر والأنثى، يقوم فيها الذكر بسبع حركات منفصلة تستجيب الأنثى لكل منها بحركة مقابلة. بعض هذه الحركات تُعرّف كل جنس على الآخر (حتى لا يقع على جنس مختلف) وبعضها ينقل رغبته في التزاوج، ويقوم بعضها عن طريق التناغم مع الحركات المقابلة بتنشيط الدوائر العصبية المسؤولة عن الجماع. وتقابل هذه الطقوس الفراشية ما يقوم به العروسان من تبادل الهدايا والنظرات، والملامسة والرقص في حفل زفافهم.

وتستجيب الحيوانات البسيطة للطقوس بشكل حتمي صارم، تفرضه الشفرة الوراثية (الجينات)، وبالتالي تكون الاستجابة مباشرة وواضحة لا تقبل التعديل أو الخطأ في التأويل: فراشة أم لا؟ هل ترغب في التزاوج أم لا؟... وفي نفس الوقت تكون الاستجابة متخصصة، أي أن الاستجابة تكون فقط لحركات نفس النوع.

وفي الحيوانات الأعقد (كالثدييات)، تكون الاستجابة أقل صرامة وفيها قدر من الاختيار، ويرجع ذلك إلى امتلاكها وسائل أخرى للتعرف والتواصل ومعرفة الرغبة في التزاوج؛ كالروائح وإصدار الأصوات.

## الطقوس البشرية

وعندما نصل إلى الإنسان، نجد أنه ينفرد ببعض المفردات الطقوسية؛ كالانحناء، وأوضاع خاصة لليدين والذراعين وربما الأصابع. كما تكون ذات إيقاع بطيء وربما تكون جماعية. والسمة الأهم للطقوس البشرية أنها تدور عادة حول قصة، تُخرج الإنسان من ذاتيته وتعطيها معنى وقوة، كطقوس فريضة الحج والاحتفال بعيد شم النسيم عند المصريين.

وتتسم الطقوس البشرية من وجهة النظر البيولوجية، بسمتين أساسيتين؛ الأولى أنها تكون

مصحوبة بشحنات انفعالية متفاوتة الحدة، والثانية أنها تكون مصحوبة بشعور من التوحد مع الوجود (التسامي). ولكل من هاتين السمتين آلياتها البيولوجية.

### أولاً: الطقوس والبيولوجيا والانفعال...

عادة ما تكون الطقوس مصحوبة بشحنات انفعالية، ويرجع ذلك إلى تأثير الإيقاع الحركي والصوتي للطقوس على الجهاز الحوفي والجهاز العصبي اللاإرادي والقشرة المخية. ويشارك في هذا التنشيط مع الإيقاع طقوس أخرى، كالركوع والسجود وحركات اليدين في الصلاة، وكهية المكان والصوم والتنفس السريع المنتظم أثناء الذكر، والبخور<sup>(١)</sup> وغيرها. وكلها أمور تُشعر الإنسان بأن ما يفعله مختلف عن نشاطاته المعتادة.

ويبدأ التسلسل بتنشيط هذه المؤثرات لللوزة المخية، التي تنشط الجهاز العصبي اللاإرادي (بشقيه؛ التنبه والسكون)، ويؤدي ذلك إلى تنظيم التنفس والشعور بالرهبة التي يمازجها السكون، ويشارك ذلك كله فيما نحسه من ورع ونشوة دينية. يمكن أن تتصور تأثير تلك العوامل المختلفة المتكاثفة فيما يحدث في حلق الذكر (كما وصفنا في بداية الفصل)، مع إضافة رائحة البخور والمسك وأصوات الدفوف، وأنت في الساحة المجاورة لمسجد الإمام الحسين عليه السلام.

ومن الناحية الصحية، أظهرت الدراسات أن الطقوس الدينية السلوكية، كالصلاة والصيام وأيضاً التأمل والذكر يصاحبها انخفاض في ضغط الدم وهدوء في معدل ضربات القلب والتنفس، ونقص في هورمون الكورتيزون وزيادة في مناعة الجسم. وهذه التغيرات تتحكم فيها منطقة تحت المهاد المنظمة للجهاز العصبي اللاإرادي.

أما دور القشرة المخية في هذا السيناريو فهو حيوي للغاية؛ إذ تساهم بالأفكار والمعتقدات المتمركزة فيها، فتكون المحصلة دمج الانفعالات مع هذه الأفكار والمعتقدات. من هنا يمكن النظر إلى الطقوس باعتبارها أداة تحويل المعتقدات إلى تجربة حسية، سواء كانت هذه المعتقدات دينية أو غير دينية؛ كالإخلاص للحزب أو لفريق كرة القدم.

### ثانياً: الطقوس والبيولوجيا والتسامي

ترجع قدرة الطقوس على إحداث الشعور بالتسامي إلى آليات مناطق الجهاز الحوفي والجهاز العصبي اللاإرادي والقشرة المخية، وهي نفس المناطق المسئولة عن دور الطقوس الانفعالي.

(١) للروائح دور هام في تنشيط اللوزة المخية. وقد أظهرت الدراسات أن رائحة اللافندر تسبب الهدوء، بينما تسبب رائحة حامض الخليك الضيق والاشمئزاز. وقد ثبت أن الفص الشمي في المخ مجاور لمراكز المشاعر الدينية، مما يفسر ما يرتبط بالبخور من تلك المشاعر.

فكما ذكرنا، يبدأ تأثير الممارسات الدينية ذات الإيقاع على اللوزة المخية، ثم تتجه الإشارات إلى الجهاز العصبى اللاإرادى. وتختلف آليات التأثير قليلاً تبعاً لاختلاف معدل الإيقاع، بينما تكون النتيجة النهائية واحدة. فمع الإيقاع البطيء (كما فى بداية الذكر الصوفى والصلاة وقراءة القرآن) ينشط جهاز السكون، فتقل المدخلات إلى منطقة تربيط التشكيل OAA (المسئولة عن التفرقة بين الذات الإنسانية وما حولها) أى تنشيط أقل، أى تعرّف أقل على الذات؛ مما يعطى الشعور بالتسامى. وعندما يسرع الإيقاع، كما فى ذروة الذكر الصوفى، يزداد نشاط جهاز التنبيه إلى درجة كبيرة تتطلب تدخل منطقة فرس البحر لتقوم بدور الكابح (الفرملة) لهذا الجهاز، ويقوم فرس البحر أيضاً بدور البوابة التى تتحكم فى تمرير هذا النشاط إلى مختلف أجزاء المخ، خاصة منطقة تربيط التشكيل OAA، فيُحكّم إغلاقها، فيتزايد الشعور بالتسامى، ويصحبه شعور بالوجود الواحد.

وستحدث بمزيد من التفصيل عن هذه الآليات فى الفصل القادم.

### لماذا نجسد معتقداتنا فى طقوس

وصف عالم الأعصاب لانتوريت Guillesde La Tourette عام ١٨٨٤ لأول مرة الحالة المرضية التى صارت تعرف باسم Latah. لقد عثر فى ماليزيا على مجموعة من المرضى اسماهم القافزون Jumper؛ إذ كان هؤلاء المرضى يتعاركون بشدة وعنف إذا أمروا بذلك، ولا يستطيعون كبح أنفسهم. كما كانوا يلقون ما بأيديهم دون معارضة، إذا طُلب منهم ذلك، مهما كان ثميناً. وفى حالات مرضية أخرى تُعرف بـ Echopraxia يجسد المرضى ما يرون تلقائياً دون القدرة على الامتناع، وفى حالات Echolalia يكررون ما يسمعون تلقائياً أيضاً.

هذه الحالات لا تحدث بسبب خلل نفسى، لكنها حالات عقلية عضوية، تحدث نتيجة لتلف الدوائر العصبية الكابحة لهذه الأنشطة. لنفهم دور هذه الدوائر، نذكر أن منطقة تربيط الانتباه AAA (الواقعة فى مقدمة الفص الأمامى للمخ) هى المسئولة عن دفعنا لتجسيد كل أفعالنا، لولا الكبح الذى تلقاه من باقى أجزاء الفص الأمامى. ومن ثم فإن تلف الدوائر العصبية المسئولة عن هذا الكبح (بسبب جلطة أو نزف أو أى مرض آخر) يؤدى إلى أن يقوم المريض بتجسيد كل ما يسمع أو يرى أو يُؤمر به، دون قدرة على الامتناع.

معنى ذلك أن للعقل رغبة فطرية فى تجسيد الأفكار، رغبة تقف وراءها مراكز ودوائر عصبية، وهذا ليس بالعجيب، فنحن نرى الموسيقيين مثلاً يحركون أصابعهم باللحن الذى

يتخللونه. من هنا جاءت رغبة المخ/ العقل في تجسيد المعتقدات الدينية والأساطير على هيئة طقوس، خاصة المفاهيم الحيوية للإنسان؛ كالموت والبعث وعوالم الغيب.

ومن أجل أن تحقق الطقوس دورها في التسامى النفسى والشعورى، ينبغى أن تحقق توازناً بين عنصرين؛ أن تجسد العناصر الأساسية فى العقيدة/ الأسطورة، وأن تشمل على الإيقاع الحركى والصوتى الذى ينشط الدوائر العصبية المستولة عن المشاعر الروحية.

وبقدر هذا التوازن تكون قدرة الطقوس والعبادات على تحقيق التسامى، تلك القدرة التى تختلف من إنسان لآخر، وتزداد كلما كانت الطقوس الجسدية أشد ولمدة أطول.

وإذا كانت الطقوس تحدث تأثيرها على المشاعر، أى من أسفل إلى أعلى، فالعكس يمكن أن يحدث. أى أن يتخيل الإنسان المشاعر ويستحضرها، فتحدث التغيرات البيولوجية (من أعلى لأسفل). مثال ذلك أن المؤمنين ﴿... إِذَا نُنِىٰ عَلَيْهِمُ آيَاتُ الرَّحْمٰنِ خَرُّوا سُجَّدًا وَبُكِيًا﴾ [مريم: ٥٨].

ولا شك أن فى كلا الحالتين (من أسفل لأعلى - من أعلى لأسفل) لن يصل الإنسان إلى الشعور الكامل بالتوحد مع الوجود ومع الغيب؛ إذ إن جسده المادى سيقف حائلاً دون ذلك.

## طقوس العبادات

أثر ممارسة الطقوس فى مفاهيمنا:

تتفق جميع الديانات فى أننا ننتهى إلى وجود غيبى، انفصلنا عنه، وعلينا أن نجاهد للعودة إلى نعيمه. كذلك سادت فى الأساطير فكرة أننا كنا متوحدين مع الروح الكلى. إن هذه المفاهيم (العقيدة الدينية والأساطير) تحمل أفكاراً يتم اعتناقها عقلياً. أما تحويل هذه الأفكار إلى تجارب ذاتية، وتذوقها وتشتعرها نفوسنا وتحسها أجسادنا، فهى مهمة الآليات العصبية التى تنشطها الطقوس.

إن هذه هى إحدى الوظائف الأساسية للطقوس الدينية؛ أن تحول العقيدة إلى تجارب ذاتية ومشاعر وأحاسيس. وفى ذلك يقول القرآن الكريم ﴿... وَأَسْجُدْ وَاقْتَرِبْ﴾ [العلق: ١٩] أى أن طقس السجود يحقق الشعور بالقرب من الله. وجاء فى الحديث الصحيح: « أن تعبد الله كأنك تراه» أى أن طقوس العبادة تجعل الإنسان يستشعر كأنه يرى الله ﷻ، فإن لم تستطع الطقوس

الوصول به إلى هذه المنزلة، فليكتفى بما يعتقد به ويؤمن به نظرياً «أن تعبد الله كأنك تراه، فإنك إن لا تراه فإنه يراك»<sup>(١)</sup>.

وهذا أيضاً ما يقصده صوفية المسلمين، حين يتحدثون عن مقامات (مستويات) اليقين، وهي ثلاثة: علم اليقين - عين اليقين - حق اليقين. ومثال علم اليقين أن تكون على علم ودراية بأن «لا إله إلا الله»، ثم ترقى بك طقوس العبادة إلى مقام عين اليقين، فتشاهد أن لا إله في الوجود إلا الله، أى لا فاعل في الوجود إلا الله. ثم تعلقو في الترقى إلى مقام حق اليقين فتشعر أن الوجود كله عدم، وأن ليس موجود بحق إلا الله. ويمكن للتبسيط توضيح معنى مقامات اليقين بمثال «المرض»؛ فإذا قرأت عن مرض ما، فأنت في مقام العلم به، وإذا شاهدت مريضاً بهذا المرض فأنت في مقام المعاينة، أما إذا مرضت بهذا المرض فهذا مقام التحقق.

إن استشعار ما تؤمن به هو غاية كل العباد، فالصوفية في ذكرهم يسعون لاستشعار القرب من الله ﷻ، والمسيحيون في تراتيلهم يسعون لاستشعار المسيح ﷺ، والبوذيون في تأملاتهم يسعون لاستشعار الروح الكلى. وأيضاً يسعى الإنسان البدائي لاستشعار ما يؤمن به في رقصه حول النار مرتدياً فراء الدببة والذئاب. وتنعكس هذه الرغبة في التسامى في الشعر والفن والفلسفة.

لقد كان الاعتقاد (حتى عقود قليلة) أن تحقيق الفوائد الاجتماعية للفرد والمجموعة يقف وراء تبنى المجتمعات للطقوس والعبادات. ولكن ثبت - كما ذكرنا - أن الطقوس تقف وراءها آليات بيولوجية في بنية المخ/ العقل البشرى. أى أن المخ البشرى قد أعد قصداً من أجل استشعار المعتقدات الدينية، والتحقق بها في مستوى أعلى من المستوى الفكرى. فلماذا وكيف زُوِّد المخ بهذه الآليات؟، وما هو المردود التطوري لذلك؟ سؤال لا يستطيع الدراونة الإجابة عنه.

طقوس الحج، كمثال...

لا شك أن جميع العبادات في الإسلام تمثل تجسيداً لمعانٍ سامية، تحقق طقوسها الغرض من إشعار المسلم بهذه المعانى على المستوى الحسى والنفسى، أى أنها تحول المعرفة إلى شعور وإحساس كما ذكرنا، وتظهر هذه الغاية في أعلى مستوياتها في شعائر الحج إلى بيت الله الحرام، لذلك اخترنا أن يكون لنا وقفة معها، كمثال نختم به هذا الفصل.

(١) جزء من حديث رسول الله ﷺ فى تعريف «الإحسان»، أخرجه الإمام مسلم.

يمكن أن ننظر إلى فريضة الحج من خلال عدد من المستويات المتتالية:

المستوى الأول: ويمثل «معنى الإسلام» الذي ارتضاه الله ﷻ ديناً للبشر، والذي هو إسلام المرء قياده لله ﷻ، وهذا هو جوهر الديانات كلها منذ بداية الرسالات السماوية. ويتمثل في الطاعة المطلقة لله ﷻ، والرضا بقضائه في الشدة والرَّغَد، ومناصبة الشيطان العداء.

المستوى الثاني: وفيه «تجسد» قصة خليل الرحمن إبراهيم ﷺ هذه المعاني. ويعرض علينا القرآن الكريم أحداث القصة؛ بناء الكعبة، تكليف إبراهيم ﷺ بذبح ابنه إسماعيل ثم فدائه بذبح سمين، رجم إبليس، سعى السيدة هاجر بين الصفا والمروة، تَفَجُّر الماء من بئر زمزم...

المستوى الثالث: وفيه تُفرض «عبادة الحج» على من استطاع من المسلمين، حتى «يجسد المسلمون» من خلال الطقوس أحداث قصة خليل الرحمن إبراهيم؛ الوقوف بعرفة، الطواف حول الكعبة، نحر الهدى، رجم الجمرات، السعى بين الصفا والمروة، الشرب من بئر زمزم. ويُعتبر قيام الحاج بهذه الأحداث بمثابة تجسيد لمعاني عقيدة إسلام المسلم قياده لله ﷻ.

المستوى الرابع: يؤدي تجسيد مفاهيم العقيدة من خلال طقوس الحج، إلى أن «يستشعر» الحاج شعور التسامى الروحي، فيتذوق معاني الطقوس التي يؤديها، وتقوم بذلك الدوائر العصبية المتخصصة. بذلك «يتذوق» المسلم معنى عقيدة إسلام الوجه لله ﷻ.

من خلال هذا المثال، رأينا بنية الدين كما أرادها الله ﷻ؛ عقيدة تُعرض في القرآن الكريم، ويُكلف المنتمون إليها بعبادات (طقوس) تجعلهم يتمثلون هذه العقيدة، ويستشعرون من خلالها مفاهيم الدين.

وفي نفس الوقت نجد بنية المخ جاهزة تمامًا للتعامل مع بنية الدين، فهي تسمح بـ:

- القدرة على الفهم العقلي للوحي السماوي (القشرة المخية).

- وجود الشوق إلى مفاهيم الألوهية والدين (فطرة).

- الرغبة الفطرية في تجسيد المفاهيم العقلية.

- القدرة على إغلاق دوائر الشعور بالذات وبالوجود المادي من حولنا، مع استحضار مشاعر التسامى.

كيف تم إعداد المخ بهذه الهيئة ليكون ملائمًا تمامًا لبنية الديانات؟! أو كيف تم تشكيل بنية الديانات لتكون ملائمة لبنية المخ؟!!

ليس عند الدراونة من التطوريين إجابة عن هذين السؤالين.

القارئ الكريم ...

سألني ابني الأصغر عام التحق بالجامعة:

لماذا تشتمل الديانات السماوية على عبادات؟ ألا يكفي أن تكون هناك عقيدة في الإله نؤمن بها، ثم نلتزم بمكارم الأخلاق وحسن معاملة الآخرين، وكفى، مثل كثير من ديانات الشرق الأقصى؟ وقتها، أحببت ابني بما كان في جعبتي، ولا شك أن ما قلته كان قاصرًا. ثم استكملت بحث الأمر خلال إعدادي لهذا الكتاب، فاتضح لي حقائق أعرضها عليك - وعلى ابني - تمثل إجابة الدين والعلم على هذا الأمر.

فأهمية العبادات بالنسبة للديانات ترجع إلى أنها:

أولاً: دليل على طاعة المؤمن لأوامر الله ﷻ، حتى وإن لم نعرف لها تفسيرًا. مثل عدد الركعات في كل صلاة، وأن يكون بعضها سرًا وبعضها جهراً. ومن ثم فهي دليل على صدق العبودية لله ﷻ.

ثانياً: للعبادات فوائد شخصية واجتماعية هامة. فالصلاة مثلاً تنهى عن الفحشاء والمنكر، والصوم ترقية للنفس وإشعار بمعاناة الفقراء، والزكاة تكافل اجتماعي.... وهاتان الفائدتان من أهم مقاصد الشريعة.

ثالثاً: العبادات تجسيد لمعتقداتنا، وهذه فطرة لها آياتها في المخ/العقل (كما عرضنا في هذا الفصل)، وهذه خطوة هامة لتعميق معتقداتنا.

رابعاً: العبادات بما تحويه من طقوس تحول العقيدة من مفاهيم عقلية إلى تجارب ذاتية ومشاعر وأحاسيس.

خامساً: عندما تؤدي ممارسة العبادة إلى إغلاق مناطق الشعور بالذات وبالمحيط، يستشعر الإنسان قدرًا كبيرًا من التسامي، قد يصل إلى التواصل الحقيقي مع الوجود الغيبي المتوحد المطلق. لقد جعلتني تلك الحقائق فخورًا بأنني من المتدينين الحريصين على ممارسة طقوس دينهم.

## الفصل التاسع

### بيولوجيا التصوف

- مع الصوفية

الشريعة والتصوف

غابت الحقيقة عن الكثيرين

- العلم والتصوف

المشاعر الصوفية في ميزان العلم

الطب النفسى والمشاعر الروحية

والآن إلى الأبحاث التجريبية

- الآليات العصبية للمشاعر الروحية

الأسلوب السلبي

الأسلوب النشط

التسامى في حياتنا اليومية

مصدر آليات التسامى

- القارئ الكريم





# الفصل التاسع

## بيولوجيا التصوف

### مع الصوفية

عندما تجاوزت مرحلة الصبا، كنت أتردد في المناسبات الدينية على ساحة مسجد الإمام الحسين عليه السلام بالقاهرة، وكانت دقات الدفوف تجذبني من بُعد - كما تجذب رائحة الزهور النحللات العاملات - وكانت تنشيني وتطربني، وتشعرنى بروحانية ترفع عني ما يضايقني، أو قل ترفعني عما يضايقني. وعمَّق من هذا الاحساس هيئة الرجال الذين يرتدون الجلابيب البيضاء والعمائم الخضراء والطواقى، وهم يتهايلون في حلق الذكر، يرددون في نغم شجي؛ الله... حتى... قيوم...

دفعتنى هذه المشاعر بعد سنوات، للتردد على دروس بعض المشايخ، الذين يعتبرهم مریدوهم من الأولياء والأقطاب، واستمعت منهم لمصطلحات... كالسُكر... والفناء... والجمع... والبقاء... والحلول والاتحاد... ووحدة الوجود... ووحدة الشهود... لم أكن أفهم معظم ما يُقال.. قالوا لي هذه مشاعر مُحَسَّ ولا تُفهم... بل ربما أربكت من يتصدى لفهمها دون أن يتذوقها... وقالوا لي هذه هي لغة القوم... وهذه هي مصطلحات الصوفية... وقد أَرْضَى

تطلعاني أن يعتبروني واحدًا منهم، وصارت لي أورادى التى كلفنى بها شيخى، فالتزمت بها، وجنيت فوائدها.

وكعادتى فى استكشاف المجهول، هرولت إلى كتب القوم، تعرفت إلى كبارهم، وعشت معهم فى أحوالهم ومقاماتهم، فصرت مدرِّكًا لمصطلحات القوم، ومتذوقًا لأشعارهم ومأثوراتهم.

فعرفت بعضًا مما يقصده «شهاب الدين السهروردى»<sup>(١)</sup> حين قال وهو يجود بأنفاسه الأخيرة:

قل لأصحابِ رأونى ميتًا	فبكونى - إذ رأونى - حزنًا
لا تظنونى بأنى ميتٌ	ليس ذا الميت والله أنا
أنا عصفورٌ وهذا قفصى	طرتُ عنه فتحلَّى رهنًا
فاخلعوا الأنفسَ عن أجسادها	فترون الحقَّ حقًا بيننا
لا تُرعكُم سكرةُ الموت فما	هى إلا بانتقالٍ من هنا

فهو يقصد أن الدنيا سجن، وأن خروج الروح بالموت من الجسد، هو تحرير من هذا السجن إلى الوجود الحقيقى. وهو المقصود بقول رسول الله ﷺ: «الدنيا سجن المؤمن وجنة الكافر»<sup>(٢)</sup>.

وعرفت بعضًا مما يقصده «إبراهيم الدسوقى»<sup>(٣)</sup> حين يقول:

سقانى محبوبى بكأس المحبة	فتهتُ عن العشاقِ سُكرًا بخلوتى
ولاح لنا نور الجلاله لو أضاء	لصم الجبالِ الراسياتِ لدُكتِ
فوجه الحبيبِ الحقِّ مشرِّقٌ وجهتى	ونورُ الحبيبِ الحقِّ ساطعٌ قبلتى

(١) هو شهاب الدين عمر السهروردى: ولد فى سهرورد وأقام فى مراغة وبغداد وحلب، نسب إليه البعض فساد العقيدة وإفساد الشباب، فحكّم عليه بالقتل فى خلافة صلاح الدين الأيوبى، وكان مقتله بقلعة حلب سنة ستمائة وخمس وستين هجرية.

(٢) أخرجه الإمام مسلم فى صحيحه.

(٣) ينتهى نسب إبراهيم الدسوقى إلى على زين العابدين، ولد عام ٦٠٣هـ، وتفقه على المذهب الشافعى، وتوفى عام ٦٤٦هـ عن ٤٣ عامًا. ومسجده بمدينة دسوق بدلتا مصر.

فهو يحدثنا عن حال (وصل إليه في خلوته) غاب فيه عن الوجود وعن ذاته، وسماه سكرًا (فناء). وصار يواجه ويشاهد الوجود المطلق بأنواره المشرقة الساطعة ولا يبصر في الوجود سواه (وحدة شهود).

وتدور الكثير من حِكَم «ابن عطاء الله السكندري»<sup>(١)</sup> حول معاني الفناء ووحدة الشهود، فتجده يقول:

«ما حَجَبَكَ عن الله وجود موجود معه، إذ لا شيء معه، ولكن حجبتك عنه تَوَهُّم موجود معه».

ويقول: «يا من تجلّى بكمال بهائه، فتحققت عظمته الأسرار».

أى أن الأرواح أيقنت عظمة الله عندما تجلى لها؛ لذلك يقول مخاطبًا ربه ﷻ: «متى غبت حتى تحتاج إلى دليل يدل عليك».

وعرفتُ بعضًا مما يقصده «عبد الكريم الجيلي»<sup>(٢)</sup>، حين وصل إلى حال شاهد فيه أن الله ﷻ بالنسبة للوجود كالماء بالنسبة للثلج؛ فالثلج ليس إلا الماء (وحدة الشهود).

وما الكونُ في التَّمثالِ إلى كثلجةٍ وأنتَ لها الماءُ الذي هو نابعٌ

وعرفتُ بعضًا مما يقصده «سلطان العاشقين عمر بن الفارض»<sup>(٣)</sup>، حين يتحدث عن الوجود كما شاهده وهو في «فَنائِهِ»، فامتزجت روحه بحقائق ومعاني ومشاعر قامت بغير ثوب مادي!:

يقولون لي صِفْها، فأنتَ بوَصْفِها      خبيرٌ، أجل! عندى بأوصافها عِلْمُ  
صفاءٌ ولا ماءٌ، ولطفٌ ولا هَوَى      ونورٌ ولا نارٌ، وروحٌ ولا جِسْمُ  
وهامتُ بها روحى، بحيث تَمَارَجَا،      اتحادًا، ولا جِرْمٌ تَحَلَّلَ جِرْمُ  
على نفسه، فليكن من ضاع عُمرُه      وليس له فيها نصيبٌ ولا سَهْمُ

(١) ابن عطاء الله السكندري: فقيه مالكي، وأحد أركان الطريقة الشاذلية الصوفية (٦٥٨-٧٠٩هـ). ملقب بـ«قطب العارفين» و«ترجمان الواصلين» و«مرشد السالكين». له مؤلفات كثيرة أشهرها حكم ابن عطاء الله، دُفن أسفل جبل المقطم بالقاهرة.

(٢) عبد الكريم الجيلي: من كبار صوفية المسلمين وفلاسفتهم، شاعر صوفي مبدع، أشهر قصائده النادرَات العينية. ولد بجيلان بفارس عام ٧٦٧هـ وقضى حياته في السفر والسياحة، توفي بمدينة زيد باليمن عام ٨٢٦هـ.

(٣) عمر بن الفارض: ولد بالقاهرة عام ٥٧٦هـ حموي الأصل، لقب بسلطان العاشقين، شعره من أجمل ما كُتِب في الحب الإلهي، توفي عام ٦٣٢هـ، ودفن في سفح جبل المقطم بالقاهرة.

وأختم ما اقتطفته لك من بساتين الصوفية ببعض مما قالته «شهيدة الحب الإلهي، السيدة رابعة العدوية»<sup>(١)</sup>:

وَحُبًّا لِأَنَّكَ أَهْلٌ لِدَاكَ	أَحْبُكَ حُبَّيْنِ: حُبَّ الْهَوَى
فَشُغْلِي بِذِكْرِكَ عَمَّنْ سِوَاكَ	فَأَمَّا الَّذِي هُوَ حُبُّ الْهَوَى
فَكشْفُكَ لِي الْحُجْبِ حَتَّى أَرَكَ	وَأَمَّا الَّذِي أَنْتَ أَهْلٌ لَهُ
وَلَكِنْ لَكَ الْحَمْدُ فِي ذَا وَذَاكَ	فَلَا الْحَمْدُ فِي ذَا وَلَا ذَاكَ لِي

فراعبة تجربنا أنها تحب الله ﷻ حبين، الأول (حب الهوى)، الذي تستمتع به، والحب الأسمى منه يتحقق عندما يكشف الله ﷻ الحُجْبَ بينه وبين عبده حتى ينعم بمشاهدته.

وقد اخترت لك من التعريفات العديدة للتصوف الإسلامي، تعريفاً يدور حول هذا المعنى، ذكره الإمام الشبلي<sup>(٢)</sup>، عندما سُئِلَ عن طريق الصوفية، فقال:

بِدْءُ الطَّرِيقِ مَعْرِفَةُ اللَّهِ، وَانْتِهَاؤُهُ تَوْحِيدُهُ؛ أَنْ أَشْهَدَ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ. وَهُوَ لَا يَقْصِدُ هُنَا الْإِقْرَارَ عَنِ الْغَيْبِ، وَلَكِنْ عَنِ الْمَشَاهِدَةِ، كَمَا قَالَتْ رَابِعَةُ الْعَدْوِيَّةُ.

أما عند الشيعة، فاصطلاح «الصوفية» يعنى العرفان.

بعد هذه الجولة مع مكاشفات ومشاهدات الصوفية المسلمين، ينبغي أن نذكر أن هذه المشاعر والأحاسيس والمشاهدات، والتي يسمونها أحوالاً ومقامات، ليست حِكْرًا على صوفية المسلمين القدامى والمحدثين، بل يشاركونهم فيها اليهود والنصارى.

وقد عرَّفَ الألمانى المعاصر جون تولر الصوفية بأنها «الغرق في بحر الألوهية والشعور بالتوحد معها ومع كل الوجود، في لذة سماوية عظيمة».

ويصف الفيلسوف الألمانى مالفيديا فون مايز ينبورج عام ١٩٠٠، تجربته الشعورية الصوفية قائلاً: «كنت وحيداً على شاطئ البحر، وشعرت بأننى قد عدت من (عزلة الذاتية) إلى (الوعى بالوحدة) مع الجميع، تجمعت الأرض والسماء والبحر في انسجام في عالم واحد شاسع، شعرت بنفسى متوحدًا معه».

وقد سبق هؤلاء جميعاً الهندوس، الذين اعتبروا أن ما يشاهدونه من وجود واحد، إنما

(١) رابعة بنت إسماعيل العدوى: ولدت بمدينة البصرة بالعراق (١٠٠ - ١٨٠ هـ) اشتهرت بالزهد ولقبت بشهيدة الحب الإلهي. كانت الابنة الرابعة لأب فقير لذلك سميت رابعة.

(٢) الشيخ الزاهد أبو بكر بن يونس الشبلي: ولد في سامراء (٢٤٧ - ٣٣٤ هـ) تركى الأصل، كان من تلامذة الإمام الجنيد. دفن في مقبرة الخيزران وقبره يزار.

يعنى «وحدة وجود» حقيقية، وليست وحدة شهود، وقد صارت بمثابة المحور الأساسى فى عقيدتهم.

لذلك تقول أسفار الفيدا<sup>(١)</sup>، على لسان الإله براهمان<sup>(٢)</sup>: «إننى أنا الله، نور الشمس، وضوء القمر، وبريق اللهب، وميض البرق، وصوت الرياح، والأصل الأزلى لجميع الكائنات». وتقرأ فى كتاب الأوبنشاد الهندوسى المقدس<sup>(٣)</sup> على لسان الإله: «أنا كل هذه المخلوقات ولا شىء سواى».

وتقرأ فى كتاب «الأوبنشاد» المقدس أيضًا:

عندما يجرى النهر شرقًا وغربًا، ويمتزج بالبحر،  
فإنه يصبح جزءًا منه، لم يعودا شيئين منفصلين.

هكذا تفقد الكائنات ذاتيتها،

عندها تمتزج معه فى النهاية.

إن الهندوس يُشبهون الروح الإنسانى عندما يمتزج بالروح الكلى (الإله) بعد الموت بقطرة الماء عندما تعود إلى البحر المحيط. ويعتبرون أن الوجود يخرج عن الإله كما يخرج الشر من النار... إنها وحدة وجود حقيقية.

وينبغى أن نذكر أن هناك تعريفات للتصوف بعدد المتصوفين؛ فلكل منهم تجربته الذاتية ومشاهداته.

وإذا ذهبنا إلى التعريفات المعجمية الغربية، وجدنا فى قاموس المورد، أن **Mysticism** تعنى الإيخان بأن المرء يستطيع تحصيل المعرفة المباشرة بالإله أو بالحقيقة الروحية عن طريق التأمل، أو الرؤيا، أو النور الباطنى، وبطريقة تختلف عن الإدراك الحسى العادى أو التفكير المنطقى. كما ذكر أنها كل نظرية تؤكد إمكان نيل المعرفة أو القوة عن طريق الإيخان أو التبصر الروحى.

والترجمة المقابلة للكلمة فى القواميس هى: التصوف - المذهب الباطنى - التجربة الروحية.

(١) الفيدا: هى أول عقائد الفكر الهندى الدينى. ظهرت منذ قرابة ١٥ قرنًا قبل الميلاد. كما يطلق الاسم على كتاب يحمل هذه العقيدة، وهو فى نظر معتقيه وحى سماوى.

(٢) براهمان: الإله الخالق مانع الحياة عند الهندوس. اشتاق إلى التعدد، فاستشار الآلهة الذين قطعوه إربًا، فانتشر جسمه فى الكون. وهو لذلك مصدر جميع المخلوقات.

(٣) الأوبنشاد: أسفار مقدسة تلخص عقائد الفيدا، ترجع إلى قرابة ستة قرون قبل الميلاد.

كما يشرح المورّد كلمة **Mystical** بأنها تشير إلى كل شخص أو حدث له علاقة بالاتصال المباشر بالإله، عن طريق التأمل أو الرؤيا أو النور الباطنى.

### غابت الحقيقة عن الكثيرين...

يجسد قاموس The New world Dictionary في تعريفه للتصوف إحدى المشاكل المرتبطة بهذا المفهوم؛ إذ يشرح Mysticism بأنها: الاعتقاد الغامض المبهم أو المشوش. ويتفق في هذه النظرة مع الكثير من الكتابات الإسلامية.

أما ما نقرأه في تجارب وخبرات الصوفية فلا يحمل (من منظورهم) أى غموض أو تشويش. إنها بالنسبة لهم ليست آراء أو فلسفة، ولا يشوبها السحر ولا قراءة الأفكار. إنها إدراك واع لتواصل حقيقى للإنسان مع المطلق (الإله).

إن التجربة الصوفية عروج روحى، يدور حول التسامى فوق الذات والوجود المادى، ويحقق الشعور بالتوحد مع الكلى المطلق. وهذا هو الخيط الذى ينتظم التجارب الصوفية جميعها، فى الماضى والحاضر، وفى الشرق والغرب.

### الشريعة والتصوف...

يختلف المتدينون فى قبول تلك المعانى الصوفية البليغة، والتى تدور حول أن العابد قد تمر عليه أحوال يتلاشى فيها شعوره بذاته (الفناء)، وقد يشاهد كأن كل ما فى الوجود قد تلاشى، وأنه لم يعد ثمَّ إلا الله ﷻ. عند ذلك قد يشعر العابد أن كل ما حوله هو الله ﷻ. ويصبح مشاهدًا أن الوجود هو الله، والله هو الوجود (وحدة شهود). وقد يشعر أن الله ﷻ قد حل فى هذا الوجود، أى تلبس به (حلول)، أو أنه قد اتحد به (اتحاد).

أُصِدِّقُ القول، قارئى الكريم، كانت هذه المفاهيم (فى مرحلة من حياتى) تشينى، فقبلتها، باعتبار أنها مشاهدات لقوم غاب عنهم إدراكهم للوجود، فى لحظات سُكر وفناء، فلم يعودوا يشاهدون إلا الله. أما حقيقة الأمر فنأخذها من العقيدة والشريعة التى تؤكد على مفهوم الإثنية: «رب» و«عبد» - «خالق» و«مخلوق».

ويوضح الإمام عبد الحليم محمود (شيخ الجامع الأزهر الأسبق، والقطب الصوفى الكبير) أن الخطأ الذى جعل للكثيرين مآخذ على الصوفية، أهمها أن بعض المتصوفين الفلاسفة قد

اعتبروا أن ما يشاهده الصوفية (وهم في حال سكرهم) من غياب لذواتهم وللوجود المادى، هو حقيقة الوجود (أى لا موجود إلا الله، فالله هو الوجود والوجود هو الله)، فقالوا «بوحدة الوجود» التى يقول بها الهندوس، وصاغوا فى ذلك النظريات الفلسفية التى هى خروج عن العقيدة والشريعة الإسلامية<sup>(١)</sup>، فالوجود ليس ذات ذات، لكنه خلق من خلقه<sup>(٢)</sup>.

## العلم والتصوف

### المشاعر الصوفية فى ميزان العلم

فى دراسة نُشرت عام ١٩٩٧، حدد استشاريا الطب النفسى وطب الأعصاب جون رابن وجفرى سيفر John Rabin & Jeffrey Saver العناصر المحورية الأساسية فى التجربة الصوفية، بأنها:

- تلاشى الإحساس بالزمان والمكان.
- تلاشى التفكير المنطقى والشعور بالذات، وغلبة الإدراك الحدسى اللاحسى.
- التطلع إلى المقدس أو الكلى.
- الإحساس بإدراك حقيقة وجوه الأشياء.
- وجود مشاعر قوية متناقضة؛ فالخوف المفرغ قد يصحبه سرور جارف.
- تمر التجربة الصوفية عادة بمراحل، تبدأ بالتسامى عن المتطلبات الدنيوية، ثم عن الأشياء المادية، وأخيراً عن الذات الإنسانية (الفناء).
- يؤدى ذلك كله إلى الشعور بما يوصف بأنه «الاستنارة الباطنية (الداخلية)» التى ينتج عنها تمام التحرر.

(١) نعرض هنا المأخذ الأساسى للشريعة على التصوف الفلسفى، وهناك مأخذ أخرى ليس هذا الكتاب مجال طرحها.  
(٢) يؤيد ما ذكرناه، رأى شيخ الإسلام ابن تيمية رحمته، فهو بعد أن يقر للقوم بمشاهداتهم فى أحوال سكرهم وفنائهم، فإنه يرفض اعتبار ذلك تصوير للحقيقة. ويستشهد على ذلك بما وقع لرسول الله صلى الله عليه وسلم فى ليلة الإسراء والمعراج، ويقول: «لقد كان «البقاء» هو حال نبينا صلى الله عليه وسلم فى ليلة الإسراء. لذلك رأى ما رأى وهو ثابت الجأش، حاضر القلب، حاضر التمييز، ولو رأى غيره كل ذلك لما تمالك. لم يفن صلى الله عليه وسلم عن تلقى خطاب ربه وأوامره، ولم يُشغل عن مراجعته فى أمر الصلاة مراراً».

ويعلق الإمام ابن قيم الجوزية رحمته على حال «الفناء» الذى قد يغشى الناس، فيقول: «لا شك أن حال «بقاء» رسول الله صلى الله عليه وسلم فى ليلة الإسراء والمعراج هو أكمل من حال موسى الكليم عليه السلام. فإن موسى خر صعقاً وهو فى مقامه على الأرض لما تجلى ربه للجبل، ورسولنا صلى الله عليه وسلم قطع تلك المسافات وخرق تلك الحجب، ورأى ما رأى، وما زاغ بصره وما طغى، ولا اضطرب فؤاده ولا ضُيع».

بذلك تذوب الذات الإنسانية في بحر الوعي الكلي اللامحدود الخالد. وبذلك يشعر الصوفي أن الإله ليس وجودًا منفصلاً خارجيًا، لكنه وجود داخل كل منا؛ عندها يتحقق الشعور بالانحاد مع الإله. وهذا الشعور هو ما دفع بعض صوفى الإسلام، - وهم في لحظات سكرهم - إلى أن قال أحدهم «أنا هو وهو أنا» وقال آخر مشيرًا إلى نفسه «ما في الجبة إلا الله». لكن هؤلاء يعودون بعد «الصحو» إلى الالتزام بحقائق الشريعة، والقول بالإثنية (رب وعبد، خالق ومخلوق).

ويعتقد الكثيرون من المعاصرين، أن التجارب الصوفية الروحية جزء من الماضى البعيد. لدراسة ذلك قام مركز الأبحاث القومى بالولايات المتحدة عام ١٩٧٥ بدراسة لمعرفة مدى شيوع هذه التجارب في العصر الحديث، من خلال طرح السؤال التالى: هل شعرت في حياتك أنك قد صرت قريبًا من قوة روحية ترفعك عن ذاتك؟ كانت الإجابة عن السؤال بالإيجاب في ٣٥٪ من أفراد الدراسة، وكان توزيعهم كالتالى:

ذكر ١٨٪ من الأفراد أنهم قد مروا بالتجربة مرة أو مرتين، و١٢٪ عدة مرات، و٥٪ ذكروا أنهم يمرون بها كثيرًا.

ربما يكون من الصعب علينا - نحن المغمورين في الحياة المادية والتأويلات العلمية - أن نتصور المشاعر الصوفية التى تبدو لنا بعيدة كل البعد عن الحقيقة. ولكن من أجل أن نمهد لفهمها وتفسيرها ينبغى أن ندرك أنها تحدث لنا جميعًا، وفي أوقات كثيرة!

فالإنسان بطبيعته كائن متسام، قادر على الفكاك من أسر الإدراك الحسى والتفكير المنطقى. ألم يحدث أن «غبت عن نفسك» مع قطعة موسيقية حاملة، أو «أخذت بعيدًا» مع خطبة بليغة أو مع منظر طبيعى خلاب. هل مررت بتجربة حب أحسست معها بالغياب عن الذات والاندماج في ذات أخرى؟

### الطب النفسى والمشاعر الروحية...

والآن نتقل من الطرح الصوفى والشرعى والعلمى إلى الطرح النفسى للتجربة الروحية، من خلال سؤال محورى:

هل هذه الخبرات مواقف يشاهد فيها الصوفى عالمًا حقيقياً متوحداً لا مادياً، يعلو عالم المادة الذى نحيا فيه؟ أم أنها «توهامات» نتيجة لخلل نفسى أو عقلى؟

فالتب النفسي يعرض بعض الحالات التي يمكن أن يستشعر فيها المرضى مشاعر دينية قوية، وتدرج هذه الحالات من الإجهاد والتوتر إلى الخلل العقلي. وأشهر الحالات صرع الفص الصدغي للمخ وانفصام الشخصية ( الشيزوفرنيا). ففي هاتين الحالتين يشعر المريض بهلاوس بصرية أو سمعية ذات توجهات دينية. وقد بدأ طرح التفسير النفسي لهذه الظاهرة بقوة منذ أيام فرويد؛ فهو يرى أن عقول الأطفال تحيا حالة من النعيم العظيم Oceanic bliss يعيش الطفل فيها حالة من التوحد الروحي، قبل أن يشعر باختلاف ذاته عما سواه. وعندما يتعرض الكبار لضغوط وتحديات الحياة فإنهم يرتدون إلى هذا العالم من النعيم (يُعرف عند الفرويديين باسم ارتداد العصاب الطفولي).

وسواء قبلنا تفسير فرويد أو رفضناه، فإن علماء النفس يرجعون التجارب الصوفية الشعورية إلى خلل نفسي أو وظيفي في المخ. ولا شك أن العلم معذور في اللجوء إلى مثل هذه التفسيرات للظواهر فوق الطبيعية، فهو لا يملك أن يُرجعها إلى أمور غيبية، فهذا محظور في المنهج العلمي الذي حدده الإنسان وألزم نفسه به.

وإذا كان علماء النفس يلوذون بالتفسيرات المرصية لهذه الظواهر، فقد أثبتت عدة دراسات أن هذا الرأي غير صائب، ومنها تلك التي نُشرت عام ١٩٩٧ بعنوان Delusional Disorders (Sever&Rabin)، وأظهرت الدراسة أنه إذا كانت التوهيمات المرصية تتفق مع التجارب الصوفية في أن كليهما يحتوى على أفكار ومشاعر غير عادية، مع إحساس بالانفصال عن العالم الواقعي، فإن هناك فوارق جوهرية بينهما، أهمها:

١- إن الذين يمرون بهذه التجارب الصوفية يتمتعون بمستوى من الصحة النفسية أعلى من المعتاد؛ فهم عادة أقل عرضة للتوتر، ودوافعهم الذاتية أقوى من الآخرين، ويتمتعون بنظرة أفضل للواقع، مع وضوح الرؤية تجاه أهدافهم الحياتية. بالإضافة إلى ذلك، يكون هؤلاء على علاقة أفضل مع الآخرين وأكثر اهتمامًا بهم. فكيف تُرجع تجارب هؤلاء الأشخاص الروحية إلى الخلل النفسي؟!

٢- كثيرًا ما تكون الهلاوس المرضية مصحوبة بأعراض مرضية أخرى، كالنشنجات الصرعية، وهذه ليست موجودة في التجارب الصوفية.

٣- إذا كانت التجارب الصوفية والهلاوس المرضية تشتركان في استشعار نشاطات سمعية وبصرية دينية وغيرها، فإن وصف كل من الفريقين لهذه النشاطات يختلف تمامًا عن

الفريق الآخر. فالصوفية يصفون تجاربهم بأنها مثيرة وملئية بالبهجة، ويستخدمون في وصفهم ألفاظاً مثل «التسامي» و«الكمال» و«الحب». بينما يكون المرضى عادة في فزع شديد من هلاوسهم الدينية.

٤ - يختلف موقف كل من الفريقين من تجاربهم؛ فالمرضى يشعرون بالأهمية وبالعظمة، وتتورم ذواتهم، فيعتبرون أنفسهم رسلاً من الإله يحملون رسالة سماوية إلى البشر، ويشعرون أن لهم قدرات روحية على شفاء المرضى. وفي المقابل نجد الصوفية يعصف بهم التواضع والهدوء النفسى لإدراكهم قلة شأن الإنسان في مواجهة الوجود المطلق.

٥ - نتيجة للذة التي يستشعرها الصوفى في تجربته الروحية فإنه يشنق إلى هذه المشاعر ويسعى دائماً (بالعبادة) لتكرارها. وبعد التجربة يكون قادراً على إطلاع الآخرين على تجربته، ويكون قادراً على التعامل بصفاء مع المجتمع. أما المرضى فإن تجاربهم تكون لإرادية وتحجبها المعاناة، وتجرحها تدريجياً إلى المزيد من العزلة الاجتماعية.

٦ - وإمعاناً في التفكير المادى، وفرازاً من الإقرار بعوالم الغيب (المتافيزيقا) يتجه بعض الباحثين إلى اعتبار أصحاب الرسائل العظمى من الأنبياء والرسل ضحايا لنوبات صرع الفص الصدغى، باعتبار أنهم يرون صوراً ويسمعون أصواتاً. ولا شك أن هذا التأويل عار تماماً من الصحة، ذلك للأسباب الخمسة التى ذكرناها آنفاً، بالإضافة إلى سبب شديد الأهمية وهو أن وحى أصحاب الديانات السماوية يحمل عادة تصوراً متكاملًا واضحًا للعقيدة والشريعة، ينتزل جزءاً متنوعاً ومتربطاً ومتناسكاً وبعبارات بليغة على مدى فترة طويلة، ويجتمع فيها التواصل البصرى والسمعى والشعورى. أما الهلاوس المرضية فتأخذ شكلاً متكرراً المعنى مبهم فى هيئة واحدة (بصرية أو سمعية)، هذا بالإضافة إلى أن تلك الهلاوس لا تبقى منها مع الوقت إلا شذرات غير متماسكة.

كما سبق (بالإضافة إلى أبحاث تجريبية حديثة سنذكرها فيما يلى) يتضح أن التجارب الروحية ليست نتاج أمخاخ/ عقول مرضية، ولكن تشارك فيها أمخاخ/ عقول سوية تماماً، تتوق إلى مستويات روحية عالية، باستخدام آليات بيولوجية عصبية حقيقية وسوية.

والآن إلى الأبحاث التجريبية...

هب أنك قد أعطيت جهاز قادر على تنشيط مناطق محددة من المخ، فى أى المناطق ستوجه موجات هذا الجهاز؟ إلى مراكز الحركة فى المخ، فىحريك أن تجد يدك تتحرك تلقائياً؟ أم إلى

مناطق الإبصار، فتُدْهش برؤية أشكال وألوان مبهرة؟ أم توجه الجهاز إلى الفص الأمامي الأيسر فتشعر أن كل شيء على ما يرام؟ أم توجهها إلى حاجز منطقة المهاد فتشعر بنشوة هائلة تفوق مرات عديدة نشوة الذروة الجنسية؟

هذا ليس خيالاً علمياً، فالعلماء يمتلكون الآن جهازاً صغيراً يقوم بتنشيط مراكز المخ المختلفة باستخدام المجال المغناطيسي<sup>(١)</sup> وقد قام عالم النفس الكندي د. مايكل بيرسنجر Michael Persinger باستخدام الجهاز لتنشيط أجزاء مختلفة من الفص الصدغي للمخ. يقول مايكل؛ لقد شعرت بالإله لأول مرة في حياتي.

هل يعنى ذلك أن أمخاخنا مزودة بدوائر متخصصة للمشاعر الروحية؟ هل هناك مركز للروحانيات أو للألوهية في أدمغتنا؟ وإذا كانت الإجابة بنعم، فكيف تَشكّل هذا المركز وتلك الدوائر؟ هل نتيجة للتطور الدارويني، أم أن هناك لغزاً أعمق كما يقول الفلاسفة والمتدينون؟ في محاولة للإجابة عن هذه التساؤلات، أجرت مجموعة من الدارسين الجادين في مركز الدراسات الروحية والعقلية بجامعة بنسلفانيا في الولايات المتحدة، بقيادة د. أندرونيوبرج (رئيس المركز وأستاذ الأشعة التشخيصية) على مدى العشرين عاماً الماضية أبحاثاً رائدة في مجال الروحانيات والمشاعر الإيمانية، لمعرفة ما إذا كان لهذه المشاعر علاقة بوظائف المخ.

أجريت الأبحاث على مجموعات من العبّاد من الديانات المختلفة (بوزيو التبت، الهندوس، راهبات الفرنسيسكان، المسلمون). وكان الباحثون يطلبون منهم الانغماس في تأملاتهم الروحية، حتى إذا وصلوا إلى ذروة التأمل، قاموا بحقنهم بمادة مشعة تتركز في مناطق المخ النشطة، ثم صوروهم بكاميرا خاصة، وهي التقنية التي تُعرف باسم SPECT<sup>(٢)</sup>.

عندما ناقش الباحثون العباد البوذيين فيما يشعرون به وهم منغمسون في تأملاتهم، من بدايتها إلى أن يصلوا إلى ما سموه «ذروة الإشراق الروحي»، قالوا: في البداية يتلاشى العقل المدرك، فينخفض القلق والخوف والرغبات، ويبرز جزء أعمق وأبسط من النفس، ونستشعر أن هذا الجزء العميق هو «ذاتنا الحقيقية». وقالوا إنهم لا يستخدمون اصطلاح الذات الحقيقية كاصطلاح مجازي، لكنها وجود حقيقي، بل هي حقيقة وجودهم. ومع استمرار التأمل، يشعرون أن هذه الذات الداخلية ليست وجوداً منفصلاً، لكنها جزء من الوجود الكلي.

وعندما حاول العباد البوذيين تلخيص ما شعروا به، استخدموا تعبيرات مميّزة مكررة،

(١) اسم الجهاز «المنشط الدماغى المغناطيسى» Transcranial Magnetic Stimulator

(٢) تحدثنا عنها مع باقى تقنيات تصوير المخ المتقدمة فى الباب الأول الفصل الأول.

كثيراً ما يستخدمها الصوفية: أشعر بالخروج من الزمان، أشعر بالوقوف على أبواب اللانهاية، أشعر أنني جزء من كل إنسان وكل شيء في الوجود. وأضافت راهبات الفرنسيسكان أنهن قد صرن قريبات جداً من المسيح، بل وامتزجن به، وأن هذه لذة لا تعادلها لذة.

ولعل من أوضح ما قيل وأكثره تعبيراً عن التوحد مع الوجود، ما ذكره د. جيمس أوستن، وهو من مساعدي د. راماشاندران، وفي نفس الوقت من ممارسي عبادة التأمل البوذية. يقول: «يتلاشى شعوري بالوجود المادي الشخصي، وأشعر بالانفصام عن العالم المادي حولي، أرى الأشياء على حقيقتها، يختفي الإحساس بالأنا وبنفسى وبتملكي للأشياء، لم يكن للزمن وجود، يتملكني شعور بالخلود والديمومة، تختفي مشاعر التوق والنفور والخوف من الموت والرغبة في تلميع الذات»<sup>(١)</sup>.

بالنسبة لعقلية علمية، فإن ما قيل أمر لا طائل وراءه علمياً؛ فالعلم يتعامل مع ما يمكن إحصاؤه ووزنه وقياسه وحسابه، ويعتبر أن كل ما لا يمكن ملاحظته ليس بعلم. لذلك فإن التقاط صور لأفخاخ العبادة أثناء تجاربهم الروحية باستخدام كاميرا SPECT، كانت فرصة علمية مدهشة للاقترب من فهم ما حدث.

## الآليات العصبية للمشاعر الروحية

تمهيداً لفهم ما أظهرته صور كاميرا SPECT عند دراسة المخ أثناء مراحل الإشراق الروحي، ينبغي أن نكرر هنا بعضاً مما ذكرناه في الباب الأول عن آليات الانتباه في المخ:

توجد في قشرة مخ الإنسان عدة مناطق تربط Association areas، تقوم بربط المعلومات الحسية التي ترد إليها بعضها ببعض، وذلك لتشكيل نظرتنا وفهمنا للعالم من حولنا، وتوجيه استجاباتنا الانفعالية والمعرفية والسلوكية تجاهه<sup>(٢)</sup>.

وفي مجال الآليات العصبية للمشاعر الروحية تقوم منطقتي تربط التشكيل OAA وتربط الانتباه AAA بالدور الرئيسي.

(١) ناقش جيمس أوستن تجاربه الصوفية في كتاب Zen and brain، نشرته دار نشر معهد ماستشوستس للتكنولوجيا عام ١٩٩٨ في ٨٤٤ صفحة.

(٢) هناك أربع من هذه المناطق تلعب دوراً رئيسياً في تشكيل قدراتنا العقلية، ذكرناها في الفصل السادس.

- منطقة التربط البصرية Visual Association area

- منطقة تربط المفاهيم اللفظية Verbal Conceptual Association area

- منطقة تربط التشكيل Orientation Association area OAA

- منطقة تربط الانتباه Attention Association area AAA

وتقع منطقة تربيط التشكيل Orientation Association area = OAA في الجزء الخلفى من الفص الجدارى، وتستقبل المدخلات الحسية من مراكز إحساس اللمس والضغط والإبصار والسمع. وتوجد منطقة تربيط التشكيل في كل من نصفى المخ، وهما مختلفتان في الوظيفة لكنهما متكاملتان. المنطقة اليسرى مسئولة عن تحديد وإدراك صورة ثلاثية الأبعاد لجسدنا المادى، واليمنى مسئولة عن تحديد موضع جسمنا وعلاقته بالوجود المحيط. أى أن المنطقتين تحددان الذات (المنطقة اليسرى) والمحيط (المنطقة اليمنى). وبالتالي فالمنطقتان تحولان المعلومات الحسية الخام إلى صورة حية لأجسامنا وللوجود من حولنا.

قد تتدهش من أننا نحتاج لإنجاز مثل هذه المهمة البسيطة البديهية (التفريق بين أنا والمحيط) إلى كل هذه الآليات المعقدة. نعم هى مهمة بسيطة لأن منطقة تربيط التشكيل تقوم بدورها بدقة وكفاءة متناهية. والدليل على ذلك أن الأشخاص الذين يعانون تلقاً من هذه المنطقة يجدون صعوبة كبيرة فى التنقل فى الوسط المحيط. فعندما يصلون إلى أسيْرَتهم مثلاً، يعجز المخ عن حساب الزوايا والمسافات، وبالتالي لا يستطيعون تحديد موضع أجسادهم وموضع الفراش، ومن ثم قد يسقطون على الأرض بدلاً من أن يستلقون على الفراش. إن استقبال ومعالجة هذه المعلومات يتم بسرعة وكفاءة تعجز الدوائر الإلكترونية لدستة من الكمبيوتر فائقة السرعة عن القيام بها!

وينبغى هنا التأكيد على أن كون شعورنا بـ«الذات» و«الوجود» إنجازاً عقلياً، لمنطقة تربيط التشكيل، لا يعنى أن ليس للذات والوجود من حولها وجود حقيقى، بل معنى ذلك أن هذه المنطقة لا تشكل الذات والوجود، لكنها تستقبل صورة الواقع وتجعلنا نستشعره.

والآن إلى دراسة التغيرات التى أظهرها التصوير بكاميرا SPECT: فى الحالات الطبيعية. تكون منطقة تربيط التشكيل OAA عالية النشاط، فهى تستقبل (كما ذكرنا) مدخلات ثرية من مختلف مراكز الإحساس بالمخ. أما فى العباد محل الدراسة فقد ظهر خمول واضح فى نشاط هذه المنطقة أثناء ذروة التأمل. إن هذا الخمول يودى إلى فقدان التمييز بين «أنا» و«الوجود».

وتتخذ طقوس التأمل عدداً من الأشكال لتحقيق عدداً من الأهداف؛ فبعضها يعتمد على استبعاد جميع الأفكار وإلغاء التركيز على أى شىء (ويسمى ذلك بالأسلوب السلبي (Passive approach)، ويعتمد البعض الآخر على التركيز الشديد على هدف محدد، كالكعبة أو شمعة متقدة أو وردة، أو على تأمل بعض النصوص المقدسة أثناء الصلاة (ويسمى ذلك بالأسلوب النشط (active approach)، ويستعمل البعض هذه الطرق جميعاً فى آن واحد. والهدف من هذه الطقوس هو أن يسكن العقل الواعى، وتسكن الحواس فتقل المدخلات

إلى منطقة تربيط التشكيل OAA مما يؤدي إلى هدوء نشاطها، ويُعرف ذلك بـ «الإغلاق Deafferentiation». ومع استمرار طقوس التأمل تنشيط آليات الإغلاق بشكل أكبر، عندها يتلاشى الإحساس بالذات وبالوجود من حولنا، ويتم الشعور بالمهاجرة مع حقيقة أكبر من الوجود المادى، وهو ما يُعرف بـ «وحدة الشهود/ الوجود».

إلى مزيد من التفصيل...

### الأسلوب السلبي...

تبدأ معظم الخبرات الصوفية بمجاهدات إرادية، وهى هنا محاولة التأمل إخلاء عقله من كل الأفكار والانفعالات والأحاسيس، ويتبع المخ السيناريو الآتى:

١ - تبدأ محاولات إخلاء العقل فى «منطقة تربيط الانتباه اليمنى AAA»، فهى من المناطق المسئولة عن بداية الأفعال الإرادية. فترسل هذه المنطقة رسالة إلى منطقة فرس البحر (مركز الذاكرة وتبادل المعلومات بين مراكز المخ المختلفة، وهو أحد مناطق الجهاز الحوفى) ليُخَفِّض رسائله إلى منطقة تربيط التشكيل OAA، فتخفض المدخلات المعلوماتية لهذه المنطقة (إغلاق منطقة تربيط التشكيل OAA).

٢ - مع استمرار مجاهدات إخلاء العقل، وتزايد حالة الإغلاق، ترسل منطقة تربيط التشكيل برسائلها إلى منطقة تحت المهاد (المركز المسئول عن التحكم من الجهاز العصبى اللاإرادى)، فيقوم بتنشيط آلية السكون وتمهدة آلية التنبيه، ويؤدى ذلك إلى زيادة مستوى إغلاق منطقة تربيط الإدراك.

٣ - عندما تصل آلية السكون إلى أقصى نشاطها، يؤدى ذلك (أحياناً) إلى تنشيط فجائى هائل فى دوائر التنبيه فى الجهاز العصبى اللاإرادى، فترسل منطقة تحت المهاد بإشارات العاصفة إلى منطقة تربيط الإدراك OAA، فتصبح فجأة فى حالة من الشحن الزائد Supercharged التى تمنع وصول أى مدخلات حسية إليها، فتصل إلى حالة «الإغلاق التام». ويؤدى هذا الإغلاق التام لمنطقة تربيط التشكيل اليسرى إلى انعدام الشعور بحدود الجسم وبالذات كوجود منفصل، فتتلاشى الحدود بين الذات والعالم، ونتيجة لذلك ينظر المخ إلى الذات ككيان لا متناه، متداخل بحميمية مع كل شخص وكل شىء. كما يؤدى إغلاق المنطقة اليمنى إلى انعدام الشعور بالوسط المحيط وبالزمان. فيشعر المتأملون أنهم قد لامسوا غير المتناهى.

ويصف المتصوفة هذه اللحظات بأنها، «فناء شامل»: فناء الذات والوجود، فناء الزمان والمكان، لا أفكار - لا أحاسيس - لا كلمات. وتصفها ديانات الشرق الأقصى بأنها حالة من الوعي الخالص (التيرفانا)، ويصفها العاملون بمركز الأبحاث بينسلفانيا بأنها حالة من العقل الخالص. إنها ليست أوهاماً أو هلاوس، إنه نشاط عقلي سَوِي يحدث بشكل متتالي في مراكز معينة في المخ، وقد نشطه في البداية محاولة مقصودة لتهدئة العقل الواعي.

### الأسلوب النشط...

بخلاف الأسلوب السلبي الذي يبدأ بإخلاء العقل من كل شيء: الأفكار - المحسوسات - الذات، فإن الأسلوب النشط يعتمد على تركيز الانتباه على فكرة أو شيء ما. الصوفية المسلمون قد يركزون على الكعبة أو الشيخ الصوفي، وقد يركز بعضهم على الله ﷻ. المسيحيون قد يركزون على المسيح أو أحد القديسين أو على صليب. أما البوذيون فيركزون على ترنيم مقدسة أو شمعة مشتعلة أو إناء صغير به ماء.

ولنشرح آلية الأسلوب النشط من خلال مثال تركيز الصوفية المسلمين على الكعبة:

١ - تبدأ هذه الآلية العصبية بالتركيز على الكعبة (مجسم، أو صورة، أو تخيل)، ويؤدي ذلك إلى تنشيط منطقة تريبط الانتباه AAA اليمنى؛ فترسل هذه المنطقة إشارات إلى منطقة تريبط الإدراك اليمنى ومنطقة التريبط البصرى، فتضع هاتين المنطقتين الكعبة في بؤرة نشاطهما.

٢ - ترسل منطقة تريبط التشكيل اليمنى بإشارات إلى منطقة تحت المهاد، فيُنشَط آلية التنبه. وعندما يصل نشاط هذه الآلية إلى درجته القصوى، يؤدي ذلك إلى هياج آلية السكون.

٣ - ينتقل هذا النشاط الزائد في آليتي التنبه والسكون إلى منطقة تريبط الإدراك، فينتج الآتى:

- يؤدي هيجان المنطقة اليسرى إلى إغلاقها؛ مما يؤدي إلى تلاشي الشعور بحدود الجسم وبالذات (كما يحدث في الأسلوب السلبي).

- ويؤدي هيجان المنطقة اليمنى إلى استحضار الكعبة بشكل أكبر، فتتضخم صورة الكعبة وتملاً الوجود، في الوقت الذي يتلاشى فيه الشعور بالذات. فتكون النتيجة ألا يدرك العقل إلا الكعبة وما يرتبط بها من مشاعر مقدسة (وحدة الشهود).

٤- بعد أن تُجهد آلية التركيز، يفقد المتأمل الصورة المقدسة التي يركز عليها، وتكون النتيجة الشعور بـ«الفناء»، كما يحدث في الأسلوب السلبي الذي ينعدم فيه التركيز من البداية.

### التسامى فى حياتنا اليومية

رأينا مما سبق أن هناك آليات عقلية عصبية بيولوجية تقف وراء مشاعر التسامى الروحية، التي تبدأ فيها الذات فى التلاشى ثم فى التوحد مع حقيقة أكبر. ويتم ذلك من خلال ضعف ثم توقف المدخلات (إغلاق) إلى منطقة تربيط الإدراك. وينبغى هنا أن نضيف ما ذكرناه فى الفصل الثامن، من أن الإيقاع الحركى والصوتى المنتظم ينشط آليات الإغلاق.

إن ما شرحناه هنا من آليات الإغلاق التي تؤدى إلى التسامى ليست قاصرة فقط على التجارب الصوفية العميقة، بل أنت شخصياً (وإن لم تكن صوفياً) تستفيد منها كثيراً فى حياتك اليومية.

فعلى سبيل المثال؛ إذا كنت عائداً إلى بيتك بعد أسبوع عمل مجهد بدنياً وذهنياً ونفسياً، وقررت أن تأخذ حماماً بطريقة متميزة تحقق لك الاسترخاء، فأطفأت الأنوار وأوقدت الشموع ووضعت أسطوانة تحمل موسيقى إيقاعية حاملة، ثم غمرت نفسك فى حوض الاستحمام المملوء بماء دافئ مُعطر، فأنت بذلك تقوم بسلسلة من الطقوس التي تنشط فى البداية جهاز السكون الذى ينشط منطقة فرس البحر، فتنشط آلية الإغلاق التي تقلل المدخلات إلى منطقة تربيط الإدراك، فتبدأ بالإحساس بحالة من الصفاء الممتع. ومع استمرار الموسيقى الإيقاعية يزداد نشاط جهاز السكون فيزداد الصفاء وتبدأ فى التوحد مع الموسيقى.

إن نفس التأثيرات يمكن أن نحصل عليها من أى إيقاع بطيء يصاحب التركيز على شىء نقوم به، كقراءة الشعر، وهددة الطفل، والصلاة. كذلك فإن الإيقاعات السريعة؛ كالجرى لمسافات طويلة وممارسة الجنس والهتاف مع آلاف الأشخاص فى مباراة لكرة القدم مثلاً، يمكن أن يؤدى إلى الشعور بالتوحد مع الآخرين من خلال آليات الأسلوب النشط للتسامى.

### مصدر آليات التسامى...

إذا كان حال الفناء الذى تتلاشى فيه الذات وما يعقبه من الشعور بوحدة الشهود/ الوجود أموراً نادرة الحدوث، فقد رأينا أن هناك حالات كثيرة (دينية وغير دينية) شعر فيها الشخص بدرجات أدنى من التسامى.

إن ذلك يطرح مجموعة من الأسئلة الصعبة، طرحنا بعضها قبلاً، وهى: إذا كان المخ قد تم تطويره ليساعدنا على البقاء (كما يقول الداروينيون) فلماذا وكيف اكتسبت هذه الآليات التى تؤدى إلى فناء الذات وإلى هذه المشاعر غير المفيدة من الناحية العملية؟! وما هو التحدى التطورى الذى واجه المخ البشرى لتستجد فيه هذه الآليات؟ وما هى الفائدة التطورية التى تحققها مشاعر التسامى الروحى؟.

إن التطور الداروينى عملى وقصير النظر، ليس له أى منظور مستقبلى، لذلك يستبقى الصفات المستحدثة التى تخدم البقاء بشكل مباشر وفورى، وما سوى ذلك ف يتم استبعاده من جينات الكائن. لذلك من الصعب بل من المستحيل تصور الفائدة التطورية التى قد يحققها التسامى والتواصل مع حقائق غيبية أكبر من وجودنا المادى. ومن ثم لا يمكن تحميل الانتخاب الطبيعى مسئولية إنشاء وتدعيم هذه الآليات العصبية المعقدة خلال تطور الإنسان.

قد نقبل أن بعض الوظائف الشعورية كالحب والحزن، قد تطورت عن وظائف مخية أبسط منها، أعانت على البقاء. ولكن هل حقيقة تطورت المشاعر والممارسات الجنسية إلى القدرة على التسامى الروحى حتى الوصول إلى مشاعر الفناء ووحدة الوجود، كما يقول الداروينيون؟ فلتأمل هذا التساؤل:

يرى الدراونة أن هناك مراكز ودوائر عصبية مشتركة فى كلا النشاطين (الجنسى والدينى)، خاصة فى الجهاز العصبى اللاإرادى والجهاز الحوفى. كما يربطون بين بلوغ الذروة الجنسية عن طريق التنشيط الإيقاعى المنتظم (الذى ينشط هذين الجهازين) وبين التسامى الروحى، فكلاهما قد يحدث نتيجة للإيقاعات المنتظمة. وأخيراً، إذا نظرنا إلى لغويات التصوف والنشوة الجنسية وجدنا كليهما يتحدث عن «المتعة» و«النشوة» و«الإثارة» و«الإشباع» و«الذوبان فى الآخر».

وبالرغم من هذا التشابه، هناك فوارق بيولوجية عصبية «جذرية» تنفى الأصل المشترك للمشاعر الجنسية ومشاعر السمو الروحى. فالنشوة الجنسية متعة جسدية فى المقام الأول مسئول عنها مركز بدائى وهو منطقة تحت المهاد، وتكون مصحوبة بتعميق الشعور بالذات. أما نشوة السمو الصوفى الروحية فهى غير مادية وتعتمد على مراكز عصبية عليا تقع فى القشرة المخية (الفص الأمامى ومناطق التريبط)، وتكون مصحوبة بالشعور بفناء الذات. أما استخدام الألفاظ المشتركة للتعبير عن المشاعر فى الحالتين فلا يعنى إلا لجوء الصوفى إلى استخدام الاصطلاحات التى تصف أعلى قدر من النشوة.

تبين هذه الدراسة أن ما نشعر به من سمو روحى، يرجع إلى أن وظائف أماغنا العليا التى تودى إلى الشعور بالذاتية تنحسر أو تذوب أو تختفى من الوعى، ولو لوهلة.

وقد أستخدمت التقنيات الحديثة لتصوير وتحديد أى مناطق الدماغ تبدأ فى العمل وأى منها يتوقف، خلال لحظات يشعر فيها البعض أنهم موجودون خارج إطار الزمان والمكان، وبأنهم يواجهون العالم المقدس.

إن ما عرضناه قد أظهر عددًا من الحقائق وطرح عددًا من التساؤلات، التى تجعل من عوالم الغيب التى تتكشف للصوفيين دليلًا على «أن المخ البشرى قد أعد قصدًا من أجل التواصل مع عوالم غيب حقيقية» مما يُعد دليلًا صريحًا على الألوهية وعلى المصدر السماوى للأديان، ومن هذه الحقائق والتساؤلات:

أولًا: إن إدراك الوجود المادى والوجود الغيبى الذى يستشعره الصوفية يرجع إلى نفس الآليات العصبية، ومن ثم فإن ما يستشعره الصوفية لا يقل مصداقية (من ناحية القابلية للرصد) عن الوجود المادى.

ثانيًا: إن حالة التسامى التى يستشعرها العُباد فى تأملاتهم وصولًا إلى الفناء واستشعار وحدة الشهود ليست توهمات ذاتية أو أمنيات، لكن يقف وراءها نشاط بيولوجى مخى / عقلى سَوَى وليس مَرَضِيّ.

ثالثًا: تعتمد مشاعر التسامى على مدخلات إيجابية لمناطق التريط؛ مما يعنى أنها ليست آليات سلبية ترجع إلى تراخٍ فى أداء دوائر نشأت لأغراض أخرى، لكنها آليات إيجابية لا تنشأ إلا عن قصد.

رابعًا: إن تفسيرات الدراونة لنشأة دوائر التسامى فى المخ البشرى غير كافية لتفسير سبب وآليات التواصل مع عوالم غيبية. فليس هناك دافع تطورى لنشأة هذه الدوائر، ولا غاية تطورية وراء إكساب الإنسان القدرة على تجاوز الذات وعالم المادة، والتسامى به إلى مشاعر روحية أعمق.

لذلك أكرر مرة أخرى، إن المخ البشرى قد أعد قصدًا من أجل التواصل مع هذه العوالم، وإن هذا دليل على الألوهية وعلى المصدر السماوى للأديان.

# الفصل العاشر

## علم الألوهية

- العلم المادى والوجود الغيبي
- الوجود الخارجى والداخلى
- الوجود، بين العلم المادى والدين
- فى الحقيقة، لا فرق بين الجبل والمشاعر الروحية
- الوجود الغيبي المتوحد المطلق، تصوير عقلى أم حقيقة وجودية
- ذواتنا كَسْرَاب
- كيف يبدأ شعورنا بالذات
- الفناء
- مع الألوهية
- من سمات الألوهية
- التواصل المباشر مع الإله
- بيولوجيا إدراكنا للألوهية
- كيف يتشكل تصورنا عن الإله
- المراكز المخية والشعور بالألوهية
- كيمياء المخ والشعور بالألوهية
- هل تمدنا العقاقير بمشاعر التسامى الروحى
- القارئ الكريم





# الفصل العاشر

## علم الألوهية

يقول دوجلاس آدم في كتابه «مطعم في أطراف الكون The Restaurant At The End Of The Universe»: هناك رأى بأنه إذا استطاع أى شخص الوصول للحكمة من وجود الكون وكيف وُجد، فإن الكون - من أجل الحفاظ على أسراره - سيختفى على الفور، وسيتم استبداله بكون أكثر غرابة وإرباكًا، وأكثر استعصاء على الفهم. وهناك رأى يقول بأن هذا هو ما حدث بالفعل.

إذا كان الكون من الأشياء المستعصية على فهم العقل الإنسانى، فليس هناك شىء أكثر استعصاء على الفهم والتصور من أن هناك وجودًا لعالم غيبى يستوى على عرشه الإله، فى مستوى وجودى آخر، أكثر حقيقية من الوجود المادى الذى نحيا فيه.

إن بديهياتنا العقلية تخبرنا أن لا شىء أكثر واقعية من الأرض الصلبة التى نسير عليها، ومن الكرسى المريح الذى نجلس عليه، لذلك فإن هذه البديهيات ترفض مفهوم الغيب غير المادى. ولكن بعضًا من التأمل يرينا أن الأمر ليس بهذه البساطة؛ فآليات التسامى التى تطلعنا على عالم الغيب آليات عصبية حقيقية، لا تقل مصداقية عن وظائف المخ الإدراكية الأخرى، ومن ثم فالحديث عن هذه العوالم ليس حديثًا لا معنى له. ونستطيع أن نفكك هذه المعضلة إلى ثلاثة تساؤلات:

١- هل استشعار الإنسان للأحاسيس الروحية والتواصل مع المطلق (الله ﷻ) نتاج للنشاط الكهروكيميائى للمخ؟ الإجابة العلمية (والصحيحة) ببساطه هى: نعم.

٢- هل يعنى ذلك أن الله ﷻ فكرة في عقولنا، وأن ليس له وجود حقيقى خارجها؟ الإجابة العلمية (والصحيحة) ببساطة هى: لا.

٣- هل يعنى ذلك أن العلم لا يستطيع أن يثبت أو ينفى وجود الإله؟ الإجابة؛ بل يستطيع.

ومن أجل المزيد من بحث القضية وتفصيل الأجوبة عن هذه التساؤلات، ينبغى أن نعرف أولاً كيف يعتقد المخ أن شيئاً ما حقيقى!

## العلم المادى والوجود الغيبى

### الوجود الخارجى والداخلى...

يحدد العلم نوعين من الوجود الحقيقى؛ الوجود المادى الموضوعى الخارجى (وهو العالم المحيط) والوجود العقلى الذاتى الداخلى؛ وهو الهيئة التى يدرك عليها الإنسان الوجود الخارجى. فالكرسى الذى أمامك مثلاً له وجود خارجى، وله وجود فى عقلك عندما تراه وتتحسسه وتجلس عليه وتفكر فيه.

ولا شك فى أن هذين الوجودين حقيقيان وأن معظمنا يستطيع تقبُّل وجودهما فى وقت واحد، ولا شك أيضاً فى أنها مختلفين عن بعضهما البعض، لكن أيهما هو الأصل الذى يتوقف عليه الآخر، أى أيهما هو الحقيقة القصوى (حقيقة الحقيقة)، ومن ثم يكون الآخر هو التابع؟ لقد شغلت قضية الحقيقة الموضوعية والحقيقة الذاتية (وما زالت) الفلاسفة لقرون عديدة، ولا يعيننا هنا الدخول فى خلافات الفلاسفة، ولكن يعيننا علاقة الآليات البيولوجية العصبية بنظرتنا للوجود وكذلك باستشعارنا للألوهية.

### الوجود، بين العلم المادى والدين ...

يقوم العلم المادى على أن الوجود الحقيقى الموضوعى الوحيد هو العالم المادى، ومنه تتشكل نظرتنا الذاتية للوجود، كذلك يؤمن العلم المادى أن المخ/ العقل البشرى الذى يدرك الوجود هو أيضاً تكوين مادى، نشأ تطوراً عن كائنات أدنى مثل باقى الأجهزة البيولوجية.

أما البيانات، فلا تكفى بهذين الوجودين (الخارجي الموضوعي والداخلي الذاتي)، وترى أن هناك أيضًا وجودًا غيبياً، يستوى على قمته إله مطلق، أعلى من هذين الوجودين، وأنها من إيجاده.

والعلم المادى يرفض هذا المفهوم الدينى، ويرى أن كل ما هو حقيقى ينبغى أن يكون قابلاً للقياس بالوسائل التى يعترف بها. ومن ثم فكل ما لا يمكن قياسه أو وزنه أو عدده أو تصويره أو تحليله بالمنهج العلمى لا يمكن اعتباره حقيقياً. لذلك فإن ما نتحدث عنه من عوالم الغيب (وعلى رأسها الإله) لا يعتبره العلم حقيقياً؛ إذ لا يمكن قياسه بالطرق العلمية.

فى الحقيقة، لا فرق بين الجبل والمشاعر الروحية:

هل المفاهيم التى يستند إليها العلم، فى تحديد ما هو حقيقى وما هو غير حقيقى، صحيحة؟ لقد قام أندرونيوبرج وإيوجين فى مركز الدراسات الروحية والعقلية بجامعة بنسلفانيا بدراسة هذا الأمر، وبدأ أبحاثها من الفرضية العلمية الأساسية بأن كل ما هو موضوعى حقيقى ينبغى أن يكون مادياً، وأن المخ البشرى يُعتبر آلة بيولوجية تتكون من المادة، وأنه نشأ بالتطور ليكون قادراً على إدراك العالم المادى والتعامل معه. وبعد سنوات من البحث توصلوا إلى أن المخ البشرى مزود بآلية عصبية تمكنه من التسامى، وقادرة على محو الشعور بالذات وبأى وعى بالعالم المادى الخارجى، بل ومؤهل للتسامى واستشعار «وجود غيبى متوحد مطلق Absolute unitary being» يستوى على عرشته إله واحد.

لقد توصل الباحثان لهذه الفرضية فى البدايه من مناظرة الأشخاص المتدينين، ثم صارت الفرضية يقيناً حين استطاعا رصد هذه الآلية العصبية وتسجيل مراكزها فى المخ تصويرياً باستخدام آلة تصوير SPECT. ويرفض الباحثان القول بأن التجارب الروحية وما فيها من درجات عالية من التسامى ليس لها وجود حقيقى، وأنها تخيلات ترجع إلى النشاط الكهروكيميائى للمخ.

إن من أقوى وسائل علوم الأعصاب للتيقن من «حقيقة» وجود شىء ما، هو اقتفاء أثره فى المخ بتقنية SPECT. فالأغنية التى تستمع إليها وشاطئ البحر الذى تنظر إليه والوردة التى تمسكها بيدك وتشمها، يتم تسجيل النشاط المخى المصاحب لها جميعاً باستخدام هذه التقنية، فتظهر على هيئة بقع مختلفة الألوان فى صور المخ. بناء على ذلك يعتبر العلم أن الأغنية وشاطئ

البحر والوردة حقائق لا تُنكر، بل إن ما يصاحب هذه الأشياء من استمتاعك ونشوتك حقيقة لا تنكر؛ إذ يمكن تسجيلها تصويرياً. بل تستطيع أن تسجل نشاط المخ وأنت تسترجع كلمات ولحن الأغنية في عقلك، وكذلك منظر البحر وملمس ورائحة الورد، وتتمايل مع الأغنية وتنتشى للمنظر والملمس والرائحة. إن ذلك يعنى أن إدراكك للوجود الخارجى المادى، وكذلك للوجود الداخلى العقى، تقف وراءه الآليات العصبية التى نستطيع تصويرها فى المخ عند الرصد، وأيضاً عند الاسترجاع والتخيل.

إن الأرض الصلبة التى تقف عليها والكرسى الذى تجلس عليه والكتاب الذى تحمله فى يدك، كل هذه الأشياء الصلبة والحقيقية ندرکہا من خلال الآليات العصبية التى ليست إلا نشاط كهروكيميائى داخل أدمغتنا، تماماً كما حدث عند رصدنا للأغنية وشاطئ البحر والوردة، وتماًما كما حدث عند استرجاعنا وتخيلنا لهذه الأشياء. إن كل هذه الأشياء وقدرتنا على تخيلها وكذلك المشاعر التى تصاحبها ماهى إلا نشاط كهروكيميائى. فإذا كنا سننكر أن ما نرصده فى تجاربنا الروحية وجود حقيقى؛ لأنه مجرد نشاط كهروكيميائى، فسيكون علينا أن ننكر الموجودات السابقة باعتبارها أيضاً (بالنسبة لنا) نشاطاً كهروكيميائياً، فوجود كلا الوجودين بالنسبة لنا هو رصد لها يقوم به الدماغ.

هذا أقصى ما يستطيع العلم أن يقدمه لنا، وهذا يتركنا مع أحد احتمالين:

الأول: أن التجارب الروحية التى نستشعرها ليست إلا نشاط كهروكيميائى للمخ، وليس لها وجود خارجى، ويشترك معها فى ذلك الوجود المادى. لذلك فإن أنكرنا الأولى (التجارب الروحية) ينبغى أن ننكر الثانية (الوجود المادى)!

الثانى: أن للتجارب الروحية وجوداً حقيقياً، وأن عقولنا قد زودت بالقدرة على إدراكه، مثلها فى ذلك مثل الوجود المادى. لذلك إن أقررنا بالثانى علينا أن نقر بالأولى!

وإذا كان العلم لا يستطيع التجميع بين الاحتمالين، فإن تقنية كاميرا SPECT التى عرضناها تكون قد أمدتنا بطريقة جديدة للنظر إلى التجارب الروحية.

إن حالة التسامى التى يتم الآن تسجيلها تصويرياً، والتى يسميها صوفية المسلمين «وحدة شهود» (دون أى خروج عن العقيدة) ويسميها الآخرون «وحدة وجود»، والتى تحدثنا عنها

في الفصل السابق، يصفها جميع من يعاينونها بكلمات تكاد تكون متماثلة؛ إنها حالة من الوعي الخالص - إنها حالة من الشعور بأن الوجود شيء واحد لا تفاصيل فيه «وجود غيبي متوحد مطلق» - إنه شعور لا يمكن وصفه بالعقل - إن الوجود ليس موجودًا وليس معدومًا. إنها حالة لا زمان فيها ولا مكان، ولا إدراكات حسية ولا وجود مادي فيها.

ومن المدهش (والمتناقض) أن حالة «الوجود الغيبي المتوحد المطلق» يستشعرها العقل والجسم، وفي نفس الوقت يتم التسامي فيها فوق العقل والجسم! ومن المدهش (والمتناقض) أيضًا أن الوصول إلى هذه الحالة يتم عن طريق رحلة في أعماق الذات، وعند الوصول إليها يكون هناك انعدام للإحساس بالذات! أي ينبغي استخدام العقل من أجل تجاوز العقل.

## الوجود الغيبي المتوحد المطلق

### تصوير عقلي أمر حقيقة وجودية...

ذكرنا أن علوم المخ والأعصاب تبين أن الشعور بـ «الوجود المطلق» - الوعي المطلق - العقل الكلي - وحدة الشهود - وحدة الوجود، مثله مثل الوجود المادي، تقف وراءه آليات عصبية بيولوجية سوية، ولا شك أن وجود هذه الآليات يؤكد أن هذه المشاعر ليست توهمات ولا هلاوس. ولعله سيصبح من أعظم إنجازات علوم المخ والأعصاب أن تتوصل إلى معيار للحكم في هذه القضية؛ هل ما نخبرنا به عقولنا هو من توليد آلياتها العصبية أم أنها تنقله لنا عن وجود خارجي حقيقي.

لقد شغلت هذه القضية الفلاسفة لقرون، وطرحوا بعض المعايير، ربما أهمها «أن الوجود الحقيقي يبدو أكثر وضوحًا من الوجود غير الحقيقي». وإذا أخذنا الأحلام كمثال، فإننا وإن كنا نستشعر أثناء الحلم كأن ما نراه عالم حقيقي؛ إلا أننا عقب استيقاظنا نستشعر أنه أقل وضوحًا مما ندركه في حالة يقظتنا التي نعتبرها المقياس والمعيار للحقيقة. وينطبق نفس الشيء على أحلام اليقظة والهلاوس.

إذا حَكَمْنَا هذا المعيار، نجد أن الذين مروا بهذه التجارب الروحية (عبر التاريخ وعبر الجغرافيا) يخبروننا أن مشاعرهم ومشاهداتهم كانت أكثر حيوية ووضوحًا وأكثر إقناعًا من وجودهم المعتاد!

كما يؤكد هذا المعنى ما يصفه مجموعة من كبار علماء العصر الحديث، ومنهم روبرت أوبنهايمر، نيلزبور، كارل يونج، جون ليلي؛ فهم يصفون حالات من السمو الروحي تطابق ما يصفه المتصوفة، فنجدهم يعاينون في الوجود المادى سموًا ووحدة وغائية لا يستشعرها الآخرون.

ونقل هنا الوصف الذى عرض به أينشتين هذا الشعور: «من الصعب جدًا أن نشرح هذا الشعور لشخص لا يحسه، إننى أحسُّ ألا وجود لرغباتى وطموحاتى الشخصية، ولكنى أستشعر سمو وعظمة النظام فى الوجود من حولى. تشعر كأن ذاتك البشرية سجن تريد أن تتحرر منه وتلحق بالوجود الواحد المتكامل المطلق».

ويقول عالم فيزياء الكم الشهير شرودنجر عن الشعور بوحدة الوجود: «إن حياة كل منا ليست وجودًا منفصلًا، إننا جميعًا مكونات لوجود واحد. فعندما ألقى بنفسى على الأرض أحسُّ أننى فى رحم أمى، أنا منها وهى منى».

ويصف العالم البيولوجى إدوارد شاراجاف Edward Charagaff هذه المشاعر بأنها «شئ مهول لا يمكن وصفه ولا مقارنته بالعالم المادى، وإن لم يستشعره العالم بضع مرات فى حياته ينفذ فيه حتى النخاع، فليس هو بعالم».

حتى العالم الملحد كارل ساجان، لا يجد مفرًا من الاعتراف بهذا الشعور على لسان بطلته إيلي آراوى Ellie Arroway فى قصته (التواصل Contact): شئ لا يمكن وصفه أو تفسيره، ولكنى أجزم بكليتى أنه شعور حقيقى، كنت جزءًا من وجود كلى، غيّرنى للأبد، لقد شعرت أننا لسنا ذواتًا منفصلة.

إذا كانت تجربة الشعور بالوجود الغيبى المتوحد المطلق تبدو لمن يعايشونها أكثر وضوحًا وأكثر حقيقية من الوجود الخارجى الموضوعى والوجود الداخلى الذاتى، فإن الذات الإنسانية بل والوجود كله لا يكون إلا جزءًا من هذا الوجود الواحد.

إن فهمنا لآليات عمل المخ وتمكننا من تصوير نشاط مراكزه يؤكدان أن هذا الوجود لا نقل حجيته عن العالم المادى الذى نعرف به. وإذا كان من الصعب تصور هذا الوجود الواحد المتسامى أو وصفه، فلا مفر من محاولة تذوق الشعور به، ولا يكون ذلك إلا بالحد من الانشغال بالذات وبالعالم المحيط، كما ذكرنا فى الفصل السابق.

## ذواتنا كَسْرَاب

كيف يبدأ شعورنا بالذات

﴿وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾ [النحل: ٧٨].

هذه الذات التي ينبغي أن نرخل معها حتى يتم تجاوزها، كيف يبدأ شعورنا بها؟ إننا جميعًا نبدأ الحياة بأفخاخ/ عقول ليس فيها شعور بالذات، وتتطلب نشأة هذا الشعور تكوين ونضج عدد من الدوائر العصبية في أفخاخنا. وإذا كانت آلية ذلك أمرًا مبهمًا، فدعنا نحاول الاقتراب:

فلنتصور طفلًا صغيرًا في مهده يضحك لأول مرة؛ إن مخه سيسمع صوت الضحكة كأحد المدخلات الحسية، ويعرف أن هذا الصوت ناشئ عن نشاطه. وفي نفس الوقت فإن أمه لفرحتها ستصفق يديها جزلًا، سيسمع المخ التصفيق ويدرك أنه ليس ناشئًا عن نشاطه. إن تكرار مثل هذا الموقف يجعل المخ يُصدر ويستقبل أفعالًا وأفكارًا ومشاعر ثم يفرزها، ويقسم المدخلات إلى ما هو ناشئ عن نشاطه وما هو ليس من نشاطه، ومن ثم يبدأ المخ في رسم خط فاصل بين الذات والمحيط، وتتم هذه العملية من خلال آلية التجريد، Abstractive = Existential Operator، فهي التي تنظر إلى أشياء مختلفة وتصنفها إلى مجموعات، كأن تنظر إلى الطماطم والخيار والحس من بين باقى النباتات باعتبارها سلاطة!

### الفناء

إن هذا السيناريو البيولوجي (الأرجح) لبداية الشعور بالذات يُبرز عددًا من المفاهيم:

- إن الشعور بالذات «إظهار لشيء كامن إلى الوجود».

- إن الذات ليست هي العقل، فالعقل هو الذى يمدنا بالمدخلات (مثل الضحك) التي تُظهر الذات الكامنة.

- إن إغلاق المدخلات عن منطقة تريبط الإدراك OAA، كما في التجارب الصوفية، يؤدي إلى تلاشى الشعور بذواتنا، ولكن يظل العقل نشطًا، ومن ثم نظل على وعينا، بينما تتلاشى ذواتنا (فناء الذات) ويتلاشى معها النظر إلى الوجود باعتباره الوسط المحيط (فناء المحيط)، فتكون النتيجة حالة من الوعي الخالص، المجرد من الشعور بالذات،

والشعور بالآخر، ومن ثم يصير الوجود كلياً متوحداً لا وصف له؛ لا حدود له، بلا بداية ولا نهاية، بلا مكان ولا زمان، وإذا كان هناك بقايا من الشعور بالذات فقد يشعر المرء أن هذا الوجود هو ذاته الحقيقية.

وفيه فهم بعض الصوفية المسلمين هذا المعنى من قول الحق ﷻ ﴿ وَالَّذِينَ كَفَرُوا أَعْمَلُهُمْ كَسَرَابٍ بِقِيعَةٍ يَحْسَبُهُ الظَّمْثَانُ مَاءً حَلَىٰ إِذَا جَاءَهُ لَمْ يَجِدْهُ شَيْئًا وَوَجَدَ اللَّهَ عِنْدَهُ فَوَفَّيْنَاهُ حِسَابَهُ ۗ وَاللَّهُ سَرِيعُ الْحِسَابِ ﴾ [النور: ٣٩].

فهم يرون أن ذواتهم كأعمالهم، «سراب»، حتى إذا تمعنوا في النظر إليها تلاشت، عندها يجدوا الله ﷻ. أى عند تلاشى الذات ثم الله ﷻ (وجد الله عنده).

وفي هذا المعنى يقول الكاهن البوذي Leslie Kuwamara «إن الطريق لتعرف حقيقتك هو فناء ذاتك». ويقول الحكيم التاوى «ليبو Lipo» «إن التخلص من ذواتنا المتوهمة هو الطريق لمعرفة الوجود الحقيقي».

## مع الألوهية

### من سمات الألوهية

تتفق ديانات الشرق والغرب في أن من أهم سمات الألوهية «العجز عن إدراك حقيقتها» **The Unknowableness**، وعبر عن ذلك أبو بكر الصديق رضي الله عنه بقوله «العجز عن الإدراك إدراك».

وبالرغم من اتفاق الديانات في هذا المفهوم، فإنها تختلف في النظرة إلى الإله. فبينما تنظر إليه ديانات الشرق الأقصى باعتباره «قوة» مطلقة، نجد اليهودية والمسيحية تبالغان في «تجسيده» في هيئة قريبة من البشرية <sup>(١)</sup>. أما في الإسلام، فالله موجود «متمثل»، أى له وجود حقيقى وله أسماء وصفات ولكنه غير متجسد، وليس من عالم المادة لكنه متصل به، وله غاية من خلق

(١) ترى كارين أرمسترونج أن فكرة تجسيد الإله عند المسيحيين قد أدت إلى مصائب عديدة: التكفير- الأصولية المقنونة - الحروب الصليبية... إذ اعتقد المجسدة أن إلههم فقط هو الإله، وأنهم شعب الله المختار، وأنه راعيهم والباقون رعيته، وهم حزب الله والباقون حزب الشيطان. وترى كارين أن عدم قبول دين الآخر إنها هو ظاهرة ثقافية سببها الجهل والخوف، والنصرة القومية والاعتراض على الآخر.

الوجود والإنسان، لذلك يتواصل معنا من خلال الرسل والكتب السماوية. وفي نفس الوقت، فإن تصوير الله ﷻ في هيئة منعزلة عن الوجود، إنما هو انتقاص من الكمال المطلق للإله.

لذلك يقول القرآن الكريم عن الله ﷻ ﴿لَيْسَ كَمِثْلِهِ شَيْءٌ وَهُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ﴾ [الشورى: ١١]. أى أن القرآن نزه الله ﷻ عن أن يكون كأي شيء من الأشياء ( ليس كمثل شيء). وفي نفس الوقت يثبت له ﷻ صفات كالتى نستخدمها عند الحديث عن الإنسان (وهو السميع البصير) ( مع الاختلاف كيفاً وكماً)، وفي هذا الوصف المزدوج يقول الصوفية (تنزيه وتشبيه).

### التواصل المباشر مع الإله

يرى الصوفية (في كل الديانات) أن أكثر قدر من المعرفة بالإله يتحقق بالتواصل معه عن طريق التسامى، حتى الوصول إلى درجة «وحدة الشهود»<sup>(١)</sup>.

وتقول كارين أرمسترونج: إذا لم تستطع الوصول إلى هذه الدرجات العليا من القرب، فينبغى أن تعرف أن الوجود الإلهى يختلف عن كل معانى الوجود التى نعرفها، كما ينبغى أن تعرف أن الإله يمثل الحقيقة المطلقة المتسامية التى لا تُوصف.

ويمكننى أن أضيف هنا، أن ما أن يعتقد الإنسان أنه قد صار قادرًا على تعريف الإله، فهو يعنى أنه لم يعرفه، لذلك قالوا: كل ما تتصوره فالله غير ذلك.

وإذا كان العلم قد قدم الأدلة على الوجود الإلهى، فإنه يعجز عن تعريف الإله، لأنه لا يعرف بدقة عما يبحث، فالإنسان لا يستطيع أن يجدد اللامحدود. وهذا هو الفرق بين «التعقل» و«التصور»؛ فالوجود الإلهى أمر حتمى يمكن تقديم البرهان العقلى على حتميته، لكن - فى نفس الوقت - يعجز العقل عن تصور الموجود الذى لا موجود له. لذلك نهانا رسول الله ﷺ عن التفكير فى الذات الإلهية<sup>(٢)</sup>.

ولقرون عديدة كان الحديث عن وحدة الشهود/ الوجود من نصيب الصوفية وحدهم، وكان الآخرون يُعدّونها شطحات، لكن دراسات أندرونيوبرج وجين أثبتت حقيقة ما يستشعره

(١) يعتبر القائلون «بوحدة الوجود» أن المعرفة الحقيقية هى أن تصبح عين الشيء، لا أن تعرف الشيء.

(٢) قال رسول الله ﷺ «يأتى الشيطان أحدكم فيقول من خلق كذا من خلق كذا حتى يقول من خلق ربك، فإذا بلغه فليستعذ بالله ولينته». أخرجه الإمام البخارى فى صحيحه.

الصوفية، وأطلقا عليه اسم «الوجود الغيبي المتوحد المطلق Absolute Unitary Being» وأثبتنا أن هذا التوحد الذى يصفه الصوفية لا يقل واقعية (حقيقية) عن باقى أشكال الوجود.

إن ما يصفه الصوفية والفلاسفة، وأثبته العلم عن الوجود الغيبي المتوحد المطلق، هو المستوى الأعلى من الوجود، الذى يخفى فيه التمايز والكثرة، ويستشعره المرء عند تلاشى إحساسه بذاته وبالوجود المادى، وقد يكون ذلك أحد معانى قول الحق ﷺ ﴿أَلَهَكُمْ الْكَاثِرُ ۝ حَتَّى زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ﴾ [التكاثر: ٢،١]، أى أن رؤية «الكثرة» فى الوجود المادى قد شغلتنا عن رؤية الوجود الغيبي المتوحد.

لا نقول إن هذا التسامى الروحى والشعور بالوجود الغيبي المتوحد المطلق الذى يستشعره المتصوفون فى جميع الديانات هو معاينه الله ﷻ (حاشا لله)، لكنه شعاع من النور يُعرِّفنا بوجود النجم المتفجر، وفى نفس الوقت، يؤكد أن أصل الديانات واحد. وإن كان كل امرئ يستشعر هذه الحقيقة تبعاً لمعتقداته، فسيستشعرها المسلم باعتبارها الله ﷻ، ويستشعرها المسيحي باعتبارها المسيح، والبوذي باعتبارها العقل المطلق، ويكون ذلك بالنسبة لكل منهم دليلاً مطلقاً على صحة عقيدته؛ فكل منهم قد عاين ما يعتقد أنه إلهه.

## بيولوجيا إدراكنا للألوهية

### كيف يتشكل تصورنا عن الإله

إذا طلبت من طفل فى أى مكان فى العالم أن يرسم صورة للإله، فغالباً سيرسم رجلاً مُسنناً ذا لحية بيضاء طويلة، كالذى رسمه مايكل أنجلو فى سقف كنيسة السستين. ومع التقدم فى السن يكتسب الإنسان القدرة على التجريد، فيُعبّر الكبار عن الإله بصور متعددة، فيرسمون سحاباً، أو دوائر، أو انفجارات شمسية، وأحياناً مرايات.

وتمثل ممارسة الطقوس التجربة الذاتية للإنسان تجاه الألوهية والدين، وتشكل المفاهيم فى هيئة محسوسة. لذلك ينبغى أن يهتم الوالدان بتوجيه الطفل لممارسة الصلوات وحضور الطقوس الدينية، واصطحابهم إلى دور العبادة، ربما فى جلباب أبيض، حيث تشبع إدراكاتهم بصور الزخارف والزجاج الملون، والتكبير والتسبيح، ورائحة العطور والبخور. وربما يشارك الطفل المصلين وهم يركعون ويسجدون ويرفعون أكفهم مكبرين، وقد يوزع البعض عليهم

الحلوى والهدايا. ذلك كله بالإضافة للحكايات التي يسمعاها الطفل من الكبار عن الله ﷻ والرسل والأنبياء والصالحين.

بذلك يدخل الأطفال عالمًا جديدًا، يستوى الله ﷻ على قمته. ويعمل المخ بهمة ونشاط لترسيخ المفاهيم الجديدة، فتتشكل دوائر عصبية جديدة، وتُحمى دوائر أخرى، وتبرز تفرعات عصبية ذات وصلات عديدة. هذه الشبكات العصبية تحتفظ بالمواقف وبما يصاحبها من مشاعر وانفعالات. وكلما تزايدت الطقوس وتنوعت، تعمقت صورتنا الذاتية عن الإله. فلا شك أن كل نوع من الطقوس له تأثيره الخاص على منطقة معينة من المخ، فالصلاة في صمت لها تأثير يختلف عن الصلاة الجهرية، وحركات الصلاة لها تأثير يختلف عن الجلوس صامتين لنستمع إلى الخطبة يوم الجمعة، وللصيام تأثيره، والمراسم الأعياد تأثيرها. وكلما كررنا الطقوس توسعت وتزايدت المناطق المخية التي تسجل الحدث. بذلك يصبح الإله والدين عند الطفل حقيقة بالمفهوم البيولوجي العصبي؛ أي تقف وراءها آليات مخية.

وإذا كانت نظرنا للوجود تتشكل من التفاعل بين ثلاث مجموعات من المدخلات:

- الوجود الحقيقي للشيء خارج المخ.

- الخريطة التي يرسمها عقلنا الواعي عن الشيء.

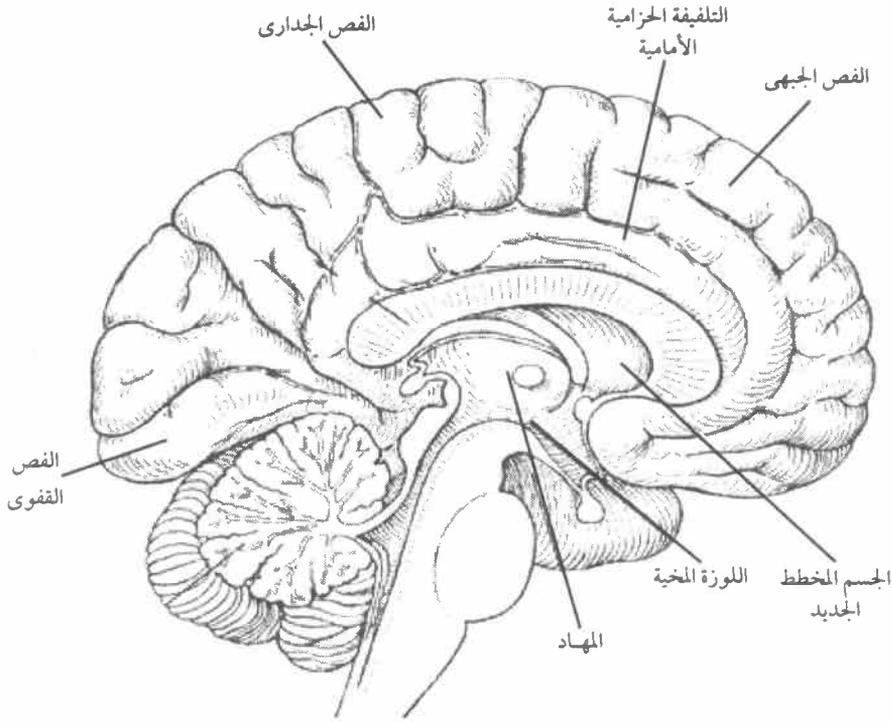
- الخريطة التي يرسمها عقلنا اللاواعي عن الشيء.

فإن تصورنا للألوهية، يتوقف فقط على المجموعتين الأخيرتين من المدخلات، فهية الوجود الحقيقي للإله بعيدة تمامًا عن إدراكاتنا. أما خريطة عقلنا الواعي فتقدمها خلفيتنا التربوية والثقافية الدينية والفلسفية، بينما يقوم على تشكيل الخريطة اللاواعية في المقام الأول أسلوب التنشئة، ثم ما يمر بنا من مواقف في حياتنا اليومية.

ثم تأتي ممارساتنا الروحية وطقوس عبادتنا لتحول هذه المعرفة إلى مشاعر، تقربنا من فهم حقيقة الوجود الإلهي.

### المراكز المخية والشعور بالألوهية...

وبعد أن عرفنا كيف تتشكل لدينا (صغارًا وكبارًا) الصورة عن الألوهية، نستعرض دور كل مركز من المراكز الرئيسية المسؤولة عن الخبرات الروحية والدينية، وكيف تتكاتف من أجل تشكيل تصورنا الرئيسي عن الإله (شكل: ١):



(شكل: ١)

**مراكز استشعار الوجود الإلهى  
السطح الداخلى للنصف الكروى الأيسر للمخ**

**١- الدائرة القفوية الجدارية Occipito - parietal Circuit**

تمتد بين فصى المخ القفوى والجدارى، وهى التى نشعرنا أن للإله وجودًا حقيقيًا خارج أدمغتنا، وتُشعر الأطفال بالإله كرجل مسن ذى لحية بيضاء طويلة، فهم لا يستطيعون التعامل مع الأفكار المجردة.

**٢- الدائرة الجدارية الجبهية Parieto - Frontal Circuit**

تمتد بين فصى المخ الجدارى والجبهى، ومسئولة عن الشعور بأن لكل من الوجود الإلهى والذات الإنسانية وجودًا مستقلًا، لذلك يؤدى خمول هذه الدائرة (كما يحدث فى التأمل والصلاة بتركيز) إلى تلاشى استشعار هذا التمييز، ومن ثم الشعور بوحدة الشهود.

### ٣- الفص الجبهي<sup>(١)</sup> Frontal Lobe

وفيه تُخزن وتتداخل وتندمج مختلف تصوراتنا عن الإله لتُكوّن الصورة النهائية (الإيجابية والسلبية) عن الألوهية، وتُقيّم منطقيًا تصوراتنا الدينية والروحية، كما يطرح الفص الجبهي إجاباته عن التساؤلات الوجودية الأساسية: لماذا، من أين، إلى أين، كيف؟  
وفي النهاية يحدد علاقتنا المستقبلية بالإله.

### ٤- المهاد<sup>(٢)</sup> Thalamus

يصبغ المهاد تصوراتنا عن الإله بالمشاعر المكتسبة والفطرية. كما أنه المركز الرئيسي المسئول عن استشعار الإله كوجود حقيقي موضوعي.  
وفي الأفراد العاديين يكون نشاط المهاد الأيمن والأيسر متساويًا، أما من قضا فترات طويلة في التأمل فيكون أحد الجانبين أكثر نشاطًا من الآخر، وكلما زاد التأمل زاد التباين وزاد الشعور بأن الفكرة التي نتأملها حقيقية.

### ٥- اللوزة المخية Amygdala

جزء رئيسي من الجهاز الحوفي، مسئول عن التحكم في معظم حياتنا الانفعالية.  
ويؤدي زيادة نشاط اللوزة إلى اضطراب صورة الإله بصفات القهر (السلطة، البطش، الانتقام، العنف) والمبالغة في استشعار الخطايا، وإلى تقييد قدرة الفص الجبهي على التفكير المنطقي بخصوص الإله.  
وقد يؤدي تلفها أو خمولها إلى عدم الاكتراث بالدين وإلى الإلحاد.

### ٦- التلغيفّة الحزامية الأمامية Anterior Cingulate Gyrus

لها وظائف شديدة التعقيد، فهي مسئولة عن التعلم والذاكرة والتركيز والتحكم في الانفعالات وتنسيق الحركات الإرادية واكتشاف الأخطاء وانتظار المكافأة ورصد الصراعات وتقدير القيم والتعاطف والتخطيط.  
ومن ثم فدورها في التجارب الروحية شديد التركيب، فهي تعطينا المشاعر الإيجابية تجاه الإله، وتقلل الشعور بالذنب والفرع والخوف والغضب عن طريق تقييد اللوزة.

(١) يشغل حوالي ٣٠٪ من القشرة المخية، ويقع خلف وأعلى مستوى العين. ويتحكم في أنشطتنا العقلية الواعية: التفكير - المنطق - الانتباه - اللغة - الدوافع الواعية...

(٢) يقع في مركز المخ فوق الجهاز الحوفي، مسئول عن استقبال ثم تمرير إحساساتنا إلى مختلف أجزاء المخ؛ لذلك يؤدي تلف المهاد إلى الغيبوبة.

## ٧- الجسم المُخَطَط الجديد Neostriatum

يقيد نشاط اللوزة، ويجعلنا نستشعر الأمان والطمأنينة بوجود الإله. تفسر هذه الوظائف المتباينة لماذا تختلف نظرة كل إنسان للإله وللدين عن نظرة الآخرين. وتأمل هذه الوظائف يتضح أن تحقيق نظرة دينية معتدلة يحتاج بيولوجيًا في المقام الأول إلى التوازن بين الجهاز الحوفي والفص الجبهي.

### كيمياء المخ والشعور بالألوهية

إذا كان المخ يعمل بصفة أساسية عن طريق الناقلات العصبية الكيميائية، فإن التأمل والصلاة يحدثان تغييرات جوهرية في هذه الناقلات.

ومن أهم تلك الناقلات، الدوبامين Dopamine، وقد أظهرت الأبحاث أن معدله يزداد في الفص الجبهي بنسبة ٦٥٪ عند ممارسة التأمل العميق<sup>(١)</sup> ويقوم الدوبامين بتنبيه الأحاسيس وتنشيط الأفكار الإيجابية، وتوليد الشعور بالبهجة والرضا والطمأنينة. ويؤدي نقص هذا الناقل إلى الشك وعدم الإيمان، ويحتاج الاعتدال في الأفكار إلى التوازن في معدله بين نصفي المخ. ويرجع ما يشعر به من يتعاطى الكوكايين من نشوة وبعض المشاعر الروحية إلى تنشيط إفراز الدوبامين. أما الناقل العصبي جابا (GABA) (Gama Amino Butyric Acid) فيزداد أثناء التأمل؛ مما يؤدي إلى انخفاض معدل الاكتئاب والتوتر.

ويؤدي التأمل أيضًا إلى نقص إفراز ناقلات التوتر (الأدرينالين والنورأدرينالين) مما يؤدي إلى مزيد من الاسترخاء والشعور بالأمان والاطمئنان والسعادة، وتقليل أعراض التوتر والاكتئاب.

وإذا كان التأمل العميق الطويل يؤدي إلى تغييرات في إفراز الناقل الكيميائي السيروتونين Serotonin (زيادة أو نقصًا)، فإن دوره في المنظومة الدينية لم يتحدد بعد.

### هل تمدنا العقاقير بمشاعر التسامى الروحي؟

شاع استخدام عقار LSD في ستينيات القرن العشرين، واعتقد الناس أننا قد توصلنا إلى أكسير التسامى الروحي والنفسي، لما استشعروه من أحاسيس. ثم ثبت أن العقار غير آمن، ويسبب هلاوس مفزعة وكوابيس مزعجة قد تمتد لأيام أو أسابيع أو شهور.

(١) أجريت التجارب على من يهارسون يوجاندر، وهي نوع من التأمل يحتفظ فيه المرء بتركيزه مع الاسترخاء التام.

كذلك اعتقد الناس أن عقار الماريجوانا **Marijuana** يسبب نشوة روحية، لكن لم يمكن تجاهل ما يسببه من تدن في القدرات العقلية، كما دفع العشرات من مستخدميهِ إلى الانتحار.

أما عقار الريتالين **Ritalin** فقد سبب للكثيرين من مستخدميهِ قلقاً شديداً، كما أكد آخرون أنهم لا يطيقون استخدامه مرة أخرى.

هذا بالإضافة إلى ما تسببه هذه العقاقير من مشاكل الاعتياد والإدمان.

ولا شك أن التأمل والصلاة هما وسيلة التسامى الروحي الحقيقي، دون أية آثار جانبية.

القارئ الكريم...

يعتبر علماء المخ والأعصاب أن المخ البشرى لم يُعد ( في المقام الأول) لإدراك حقائق الأشياء، بل أُعد بهيئة تمكنه من الاستفادة من الوجود المحيط من أجل البقاء. فالمخ قد يرى أشياء لا وجود لها، ويفعل عن أشياء موجودة بالفعل. كما أن المخ البشرى لا ينقل لك العالم الخارجى على ما هو عليه، لكنه يستقبل حفنة من المدركات ثم يملأ ما بينها من فراغات لتشكيل صورة تريجه ( غالباً).

نحن نتفق مع هذا الفهم لعلماء الأعصاب، لكننا نضيف - من خلال هذه الدراسة - أن المخ البشرى قد رَوَّده الإله الخالق بآليات تعينه على التسامى؛ ابتداء من القدرة على التفكير في المجردات، ثم الرغبة الفكرية في تجسيد ما يعتقد في هيئة طقوس، ثم القدرة على التسامى الروحي مع هذه الطقوس ليحقق قدرًا من إدراك الوجود المتوحد المطلق.

وقد بيَّنت لنا علوم المخ والأعصاب كيف يتم ذلك، كما بيَّنت ماذا يمثل لنا الإله (كشعور - أفكار - محسوسات)، وكيف يتحول من فكرة إلى إدراك حقيقى للمخ، وكيف يتفاعل معه المخ، وبينت أيضًا تأثير التدين على الوظائف المخية.

وإذا كان المتخصصون يعتبرون أن القرن الحادى والعشرين هو قرن علوم المخ والأعصاب، ألا تعتقد أنه سيكون أيضًا قرن بيولوجيا التدين. وبالفعل لقد تأسس في مدخل هذا القرن علم تخصص في الأسس البيولوجية العصبية للمشاعر الروحية والدينية، وصار يعرف باسم «البيولوجيا العصبية للتدين **Neuro Theology**».

\*\*\*



# الفصل الحادى عشر

## المخ كالعضلات .. يزداد قوة بالتدريب

- المجموعة الأولى: لتحسين صحتنا الجسدية والعقلية والنفسية.

الوسيلة العاشرة: تَبَسُّم

الوسيلة التاسعة: فلتحافظ على نشاطك العقلى

الوسيلة الثامنة: تأملات بنسون الاسترخائية

الوسيلة السابعة: استرخاء العضلات

الوسيلة السادسة: الاسترخاء العضلى المتزايد

الوسيلة الخامسة: تثناءب

الوسيلة الرابعة: التخيل البصرى الموجه

الوسيلة الثالثة: التمرينات الرياضية

الوسيلة الثانية: تحاور مع الآخرين

الوسيلة الأولى: الإيمان فاعلية الإيمان والتفكير الإيجابى

- المجموعة الثانية: لتحقيق السكينة والسمو الروحى - التأمل

المخ العنود

التأمل الأول: تأمل التسامى وتحسين الذاكرة

التأمل الثانى: تأمل الكعبة - الشمعة

التأمل الثالث: تأمل التركيز - التمحور

الإسلام والتأمل الصلاة والتأمل

- مع روح العبادة

أولاً: لا تغضب

ثانياً: أن تعامل الناس كما تحب أن يعاملوك

ثالثاً: أن تقابل الإساءة بالإحسان

- القارئ الكريم



## الفصل الحادى عشر

### المخ كالعضلات .. يزداد قوة بالتدريب

ما أن ينهى الإنسان العقد الثالث من عمره حتى يبدأ فى السحب من رصيد احتياطى قدراته العقلية؛ إذ تقل القدرة على تجديد الدوائر العصبية التالفة. ومع التقدم فى السن، يبدأ نشاط المخ فى الأفول، فتتأثر الذاكرة والتركيز والتفكير والتناغم والمهارات الاجتماعية. لذلك تنفق شركات الأدوية مليارات الدولارات للبحث عن «ينبوع الشباب الكيميائى»، من أجل تأجيل هذا التدهور بقدر الإمكان.

وإذا كانت التدريبات الجسدية تحافظ على صحة أجسامنا، بل وتحسن منها، وتؤخر الشيخوخة البدنية، فهل يمكن للتدريبات العقلية أن تحافظ على صحة عقولنا فى النواحي العقلية والنفسية والروحية، وأن تقدم بديلاً للعقاقير المرجوة، يكون أفضل نتيجة وأرخص ثمناً وأكثر أمناً؟

من أجل دراسة ذلك الأمر، قام العديد من مراكز أبحاث الطب النفسى فى العالم بإجراء الدراسات العلمية على أداء المخ وتحسين قدراته باستخدام تدريبات معينة، استوحوا الكثير منها من ديانات الشرق الأقصى (الهندوسية والبوذية) التى تهتم بمثل هذه التدريبات.

ومن أشهر المراكز المهتمة بهذه الأبحاث «مركز الدراسات الروحية والعقلية» التابع لجامعة بنسلفانيا بالولايات المتحدة، الذى يترأسه د. أندرو نيويبرج Andrew Newberg

أحد مؤسسى علم البيولوجيا العصبية للتدين Neurotheology (علم جديد متخصص في دراسة الأسس العصبية البيولوجية للمشاعر الروحية) وهو في نفس الوقت أستاذ للأشعة التشخيصية ومحاضر في أقسام الطب النفسى والدراسات الدينية بجامعة بنسلفانيا.

ويخبرنا د. نيوبيرج أن المركز قد قام بمراجعة مئات الدراسات الطبية والعصبية والنفسية والاجتماعية المهمة بتأثير التدريبات العقلية على أداء المخ، فوجدها تتفق في نقطتين جوهريتين:  
الأولى: أن الممارسات الدينية والروحية، ولو بقدر بسيط، تُحسن من الصحة ومتوسط العمر، ما لم يصحبها التركيز على صورة الإله ذى البطش وما يصحب ذلك من تطرف دينى.

الثانية: أن الممارسات الدينية والروحية الأطول، مع التأمل العميق، تحسن بشكل دائم الوظائف العصبية لمناطق عديدة من المخ. ويصحب ذلك تقليل التوتر والاكئاب، ويحسن تعاطفنا وعلاقاتنا مع الآخرين، ويحسن القدرات العقلية والنفسية والتحكم في الانفعالات، وعلى أقل تقدير تعطى المرء نظرة متفائلة للحياة. وفي النهاية تؤخر التغيرات الضارة في المخ المصاحبة للتقدم في السن.

ويقوم هذا الفصل، على عرض الدراسات والتدريبات المعتمدة في مركز جامعة بنسلفانيا، والتي أقرتها العديد من المراكز البحثية المحترمة. لذلك فعرضنا علمى دقيق يختلف عما تقدمه العشرات من الكتب الخفيفة حول هذا الموضوع. ونهدف من عرضنا هذا إلى:

- إثبات أنه يمكن بالممارسة تعديل بيولوجيا المخ، بشكل يحسن من أدائنا الجسدى والعقلى والروحانى والدينى والنفسى والاجتماعى.

- تقديم التدريبات لمن ييغون الالتزام ببعضها، خاصة أنها يسيرة وفي متناول اليد، كما يمكن وضعها في أى منظومة طقوسية لممارساتنا الدينية.

- إظهار جوانب التوافق بين معظم هذه التدريبات وبين الكثير من طقوس عبادتنا، بما يؤكد أن هذه العبادات قد جاءت مسايرة لفطرة الإنسان ومراعية لاحتياجاته البدنية والعقلية والنفسية والروحية.

ونمهد لهذه التدريبات، بأن نذكر أن المركز قد أكد على أهمية الغذاء الصحى المتوازن مع

الاعتدال في تناوله، وعدم الشره<sup>(١)</sup>. كما ركز على أهمية النوم الطبيعي<sup>(٢)</sup> (بدون منومات) بقدر احتياج الإنسان، مع الاهتمام بالنوم فترة قصيرة في منتصف النهار. وقد أظهرت الأبحاث أن حرمان فئران التجارب من النوم الطبيعي، بحيث تُحرَم من فترة نوم حركات العين السريعة التي نرى أثناءها أحلامنا، قد انتقص من متوسط أعمارها، من ٢ - ٣ سنوات إلى خمسة أسابيع! كما اهتم المركز بدراسة تأثير الكافيين، فوجد أن فنجانين من القهوة يومياً (٢٠٠ مجم كافيين) يساعدان على تحسين الوظائف العقلية، كاليقظة والتعلم والذاكرة، وأيضاً الحالة المزاجية. وإذا كان لهذه الجرعة تأثير في إطالة العمر، فالجرعات الأعلى ضارة وقد تكون مميتة. ويصلح الشاي (الأسود والأخضر) كبديل للقهوة، ويزيد عليها في أنه يخفض ضغط الدم المرتفع لما يحتوي عليه من مادة الثيانين التي تحسن أيضاً الوظائف المعرفية.

كما أوصى المركز أيضاً بالإكثار من شرب الماء.

والآن إلى التدريبات؛ يمكن تقسيم هذه التدريبات إلى مجموعتين: الأولى لتحسين صحتنا الجسدية والعقلية والنفسية؛ والثانية لتحقيق التسامى الروحي واستشعار السكينة.

## المجموعة الأولى

### لتحسين صحتنا الجسدية والعقلية والنفسية

وتشمل عشر وسائل نعرضها متدرجة في الأهمية:

#### الوسيلة العاشرة: تَبَسُّم

إن التبسم - وإن كان مفتعلاً - يُكسب الإنسان نظرة متفائلة للحياة، ويحسن من حالته المزاجية، ويجعل الآخرين يتعاملون معه بود وتعاطف كبيرين. لذلك تَبَسَّم في كل لحظة متاحة من يومك؛ وأنت في المصعد، وأنت واقف في طابور السوبر ماركت، تبسم في وجه رئيسك ومرؤسيك. والتبسم من الأشياء المُعْدِيَة؛ لذلك ستجد الآخرين يبادلونك ابتساماً بابتسامه، والنساء أكثر قابلية لهذه العدوى.

(١) نبه القرآن الكريم إلى ذلك المعنى: ﴿وَكُلُوا وَشَرِبُوا وَلَا تَشْرَبُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ [الأنعام: ٣١].

(٢) نبه القرآن الكريم إلى ذلك المعنى: ﴿وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا﴾ [النبا: ٩].

بل إن مجرد رؤية صورة لوجه مبتسم تشعرك بالرضا والسرور والطمأنينة. وعلى العكس،  
فرؤية صورة لوجه عابس تشعرك بالضيق وربما بالحزن. ويؤكد د. أندرونيوبيرج أننا إذا كنا  
عاجزين عن التبسم فإن العالم سيمتلئ بالشرور.

ويمارس التبسم آلياته المؤثرة من خلال تنشيط الدوائر العصبية المسؤولة عن التعاملات  
الاجتماعية والتعاطف والمزاج.

أما الضحك، فدوره أقل من التبسم، وإن كان ينفث عن التوتر. وفي نفس الوقت فالضحك  
ينشط اللوزة المخية المسؤولة عن المخاوف، وربما يفسر ذلك توجسنا خيفة إذا ما ضحكنا كثيراً  
وقولنا (اللهم اجعله خيراً). وأحياناً نضحك لموقف يؤذي الآخرين (كأن يسقط إنسان على  
قفاه)، فهل هذا سلوك سادى، أم أننا نطمئن أنفسنا ومن حولنا أن السقطة لم تكن خطيرة؟  
كذلك فالموسيقى المرححة تدفع الإنسان للابتسام وتحسن المزاج، خاصة في وجود توتر  
مزمن.

ويظن أندرونيوبيرج أنه لا توجد ديانة تهتم بالتبسم إلا البوذية، ولا شك أن ذلك غير  
صحيح. فالإسلام يحض على التبسم، حتى إن رسول الله ﷺ قد أخبرنا أن «... تبسمك في  
وجه أخيك صدقة...»<sup>(١)</sup> أى أن الإنسان سيؤجر عليه. بل إنه ﷺ يدلنا على وسيلة أخرى لا  
تقل عن التبسم في نشر الود والألفة والمحبة بين الناس، ونشر الطمأنينة في نفوسنا، وهى أن  
نتبادل التحية «عن أبى هريرة ؓ أنه قال، قال رسول الله ﷺ، والذي نفسى بيده لا تدخلوا  
الجنة حتى تؤمنوا ولا تؤمنوا حتى تحابوا، ألا أدلكم على أمر إذا أنتم فعلتموه تحاببتم أفشوا  
السلام بينكم»<sup>(٢)</sup>.

### الوسيلة التاسعة: فلتحافظ على نشاطك العقلى

تخضع التفرعات الشجرية ومحاو الخلايا العصبية بشكل مباشر للقاعدة البيولوجية  
«استخدمها أو افقدها». والنشاط العقلى لا يحمى هذه المكونات فقط، بل ويقوى الدوائر

(١) أخرجه الإمام الترمذى فى سننه.  
كما قال رسول الله ﷺ فى هذا المعنى «كُلُّ مَعْرُوفٍ صَدَقَةٌ وَإِنَّ مِنَ الْمَعْرُوفِ أَنْ تَلْقَى أَخَاكَ بِوَجْهِ طَلِقٍ» أخرجه  
الإمام أحمد فى مسنده.

(٢) أخرجه الإمام أحمد فى مسنده.

العصبية خاصة في الفص الأمامي للمخ (أغزر الأماكن في الوصلات العصبية، لذلك فهو الضحية الأولى لتغيرات الشيخوخة).

ومن الأشياء المفيدة كثيرًا للمحافظة على النشاط العقلي؛ التخيل. وهناك قاعدة عصبية مفيدة بأنك كلما تخيلت ما تريد بشكل أفضل كنت قادرًا على تحقيقه، ويُدكّرني ذلك بمقولة مارتن لوثر كنج الشهيرة «الدى حلم I Have A dream».

ويوجه أندرونيوبرج لنا عددًا من النصائح للمحافظة على النشاط العقلي<sup>(١)</sup>:

- اقرأ كثيرًا.. كثيرًا.. كثيرًا..

- فلتشاهد البرامج التثقيفية والتعليمية.

- فلتمارس الألعاب التي تعتمد على الذاكرة وحل المشكلات كالشطرنج، وتعتمد على العلاقة البصرية المكانية كالبياردو.

- الاهتمام بالقضايا الجادة البعيدة عن التوترات، ولا شك أن القضايا الدينية والروحية من أكثر الأمور إثارة وفائدة.

وينبغي أن تكون هذه الممارسات مصحوبة بالاستمتاع، فالتوتر والضغط النفسية يؤدي إلى نتائج عكسية.

### الوسيلة الثامنة: تأملات بنسون الاسترخائية Benson's Relaxing Exercises

تدريب صممه هربرت بنسون من جامعة هارفارد في بداية السبعينيات، وصار يُستخدم في مئات البرامج التدريبية في العالم.

والتدريب عبارة عن استحضار كلمة أو جملة تستشعر معها السكينة والرحمة؛ مثل: لا إله إلا الله، يا الله، يا لطيف، أو كلمات ليست ذات مغزى ديني مثل حب - صفاء. وتفكر فيها وكررها لمدة عشر دقائق مع التنفس بهدوء، ومن الأفضل أن تغمض عينيك.

إن هذا التدريب يشعرك بالاسترخاء ويقلل من توترك، ويقلل من الأرق والاكئاب، ويقلل من شهيتك للتدخين والكحوليات والطعام. كما صار التدريب يُستخدم في بعض

(١) حث القرآن الكريم في العديد من الآيات على أهمية التفكير والتأمل، مثل: ﴿إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَأَخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ﴾ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا تُسَبِّحُكَ قَوِيًّا عَذَابًا لَّئِيمًا ﴿آل عمران: ١٩٠-١٩١﴾.

المراكز لعلاج ارتفاع ضغط الدم، واضطراب ضربات القلب والآلام المزمنة والتقليل من الآثار الجانبية لعقاقير علاج السرطان والإيدز، ويطبى من تدهور القدرات العقلية مع التقدم في السن.

سبحان الله... كل هذه الفوائد ثبتت علمياً للتسييح والتفكير في الله ﷻ لدقائق قليلة.

وسبحان الله العظيم القائل ﴿...أَلَا يَذْكُرُ اللَّهُ تَطْمِئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: ٢٨].

### الوسيلة السابعة: استرخاء العضلات

لا نقول ارقد في هدوء أو استلق على ظهرك لفترة قصيرة، ولكن هذا التدريب يتطلب إيجابية أكثر. فالمطلوب أن تركز على مجموعة من عضلاتك وتعتمد أن ترخيها، مع التنفس بعمق والانتباه إلى الهواء المار بأنفك، ويعينك على ذلك كثيرًا الاستماع إلى موسيقى هادئة. والاسترخاء لا يفيد في راحة العضلات فقط، لكنه أيضًا يقلل من إفراز الناقلات العصبية الكيميائية المسئولة عن التوتر، فيحقق استرخاءً نفسيًا.

ويمكن الجمع بين هذه الوسيلة والوسيلة السابقة لتحقيق استرخاء أفضل، وكثيرًا ما ذكر لى من يقومون بالتسييح قبل النوم أنهم لا يستطيعون استكمال أورادهم، إذ يغلبهم النوم.

### الوسيلة السادسة: الاسترخاء العضلى المتزايد Progressive Muscular Relaxation

صمم هذا التدريب عالم الفيزياء الأمريكى آدموند جاكسون في عشرينيات القرن العشرين. ويطلق المتخصصون على هذا التدريب اسم «المدفعية الثقيلة للاسترخاء»؛ فهو يقلل بشدة من توترك، بل ومن آلامك واضطراباتك العصبية والنفسية، لذلك يلجأ إليه من يستعصى عليهم النوم.

والتدريب ببساطة، أن تبدأ بالتنفس ببطء أو بالتأؤب خمس مرات، ثم تقبض عضلات جسمك كلها لمدة ١٠ - ٢٠ ثانية، ثم ترخيها، ثم تنفس أو تتأب.

والخطوة الثانية، تقوم فيها بقبض كل مجموعة من عضلات جسمك على حدة، ثم تبسطها، ثم تنفس ببطء أو تتأب؛ عضلات الوجه، العنق والكتفين، الذراعين، البطن، الأرداف، الفخذين، ثم الساقين. ويحسن أن تقوم بالتدريب وأنت تستمع إلى الموسيقى الهادئة وفي ضوء خافت، سواء كنت مستلقيًا على فراش صلب أو جالسًا على كرسى مريح.

## الوسيلة الخامسة: تشاءب (Yawn)

سأحدثك الآن عن أحد أسرار علوم المخ والأعصاب، التي غابت عن كثير من المتخصصين، ثم بدأ أخيراً يجد له مكاناً في تدريبات تحسين الأداء العقلي والنفسي وتقليل التوتر، وفي التدريبات الروحية.

لقد أظهر تصوير SPECT أن التثاؤب يزيد من نشاط منطقة صغيرة في المخ تُعرف باسم الوتد الأمامي The Precuneus، تقع بين تلافيف الفص الجداري، وهذه المنطقة دور كبير في الوعي والشعور بالذات والذاكرة والاستجابة لتصرفات الآخرين.

إن فوائد التثاؤب لا تقف عند الاسترخاء البدني وتقليل التوتر، لكنه يزيد من قدراتنا المعرفية، فهو يخلص المخ من الشعور بالإجهاد والكسل، ويعين على التركيز ويجعلنا أكثر وعياً بذواتنا، ويحسن من تواصلنا مع الآخرين.

والتثاؤب من أشد النشاطات العصبية عدوى في الإنسان، فالتثاؤب مرات قليلة في حضور الآخرين يجعلهم يبادرون هم أيضاً بذلك، فهل يجعلهم ذلك يبادلوننا تعاطفاً بتعاطف؟

وقد ثبت أن قرابة الأسبوع العشرين من الحمل، يزداد تثاؤب السيدة الحامل؛ مما يعين على تنظيم الأنشطة المرتبطة بالساعة البيولوجية لجنينها، كالنوم والاستيقاظ ونشاط الغدد الصماء. ومن هذا المنطلق، فالتثاؤب يفيد أيضاً في التخلص من اضطرابات اختلاف التوقيت عند السفر Jet Lag، ويساعد على التأقلم عند السفر إلى المناطق المرتفعة.

ويلعب العديد من الناقلات الكيميائية العصبية<sup>(١)</sup> دوراً في التثاؤب، ومن أهمها زيادة إفراز الدوبامين، الذي يعطى الشعور بالرضا والسعادة والتعاطف مع الآخرين، كما ينشط إفراز الأوكسيتوسين (هورمون الحب) من منطقتي تحت المهاد وفرس البحر.

ويوجه أندرو نيوبرج كلامه لنا قائلاً: نصيحتي الأساسية هنا بسيطة للغاية، تشاءب كأقصى ما تستطيع؛ عندما تستعد للنوم، عند استيقاظك من النوم، عندما تواجه موقفًا عصيبًا، عندما

(١) من الناقلات العصبية الأخرى التي لها دور في التثاؤب:

Acetylcholine. Nitric Oxide, Glutamate, GABA. Serotonin. ACTH. MSH, Sex Hormones. Opium Derivate Peptides

ولا نكاد نجد نشاطاً عصبياً آخر في المخ يتعامل مع كل هذه الناقلات الكيميائية العصبية.

تشعر بالضيق والتوتر، قبل إلقاء محاضرة هامة، قبل دخولك الامتحان، عندما تستعد للصلاة، وعندما تُقدِّم على علاقتك الحميمة مع زوجتك...

تشاءب من أجل أن تحقق

- ١ - تنشيط الوعي والانتباه.
- ٢ - تحسين أبيض ونشاط المخ.
- ٣ - تحسين الوظائف المعرفية للمخ.
- ٤ - تحسين الذاكرة.
- ٥ - تحسين تحريكك بذاتك.
- ٦ - تقليل التوتر.
- ٧ - استرخاء كل جزء من جسمك.
- ٨ - تحسين تحكمتك في عضلاتك.
- ٩ - تحسين أدائك الرياضي.
- ١٠ - تحسين إدراكك للوقت.
- ١١ - تحسين تعاطفك وعلاقاتك بالآخرين.
- ١٢ - تحسين استمتاعك بنشاطاتك الجسدية.

قد تقول: هل هذا معقول؟! لن يكلفك الأمر إلا أن تجرب.

ويضيف نيوبرج، عندما أطلب من الحضور في أى لقاء أن يتشاءبوا، عادة يكون المانع أحد أربعة:

- ١ - أن هذا أمر غير لائق (لقد تربينا على ذلك).
- ٢ - لست مجهدًا.
- ٣ - لا أشعر بالرغبة.
- ٤ - لا أستطيع.

عليك أن تلتفى هذه الموانع من عقلك، وأن تدرك أنك تستطيع. كل ما عليك هو أن تبدأ بالتشاؤب بعمق بضع مرات، وفي المرة السادسة ستجد أنك تتشاءب لا إرادياً، فتجاوب مع رغبتك، ولا تكبت رغبتك في التمتع. في المرة العاشرة ستبدأ في الشعور ببعض الفوائد التي ذكرناها، وستجد أن عينيك تدمعان وأن أنفك يُندى، وفي النهاية ستجد أنك قد استرخيت وهدأت وصرت شديد الانتباه، بل وسيبدأ الآخرون في مشاركتك.

لن يكلفك الأمر أكثر من دقيقتين، فلتجرب، وإذا احتاج الأمر فاذهب إلى مكان منفرد.

تفكرت كثيراً وأنا أقرأ حول التثاؤب، هل نجد في القرآن الكريم أو السنة النبوية إشارة إلى فوائده العديدة التي بينها العلم. وأثناء تأملي، إذا بآيتين قرآنتين تقفزان إلى ذاكرتي، آية سورة الأنفال التي وردت في حق مجاهدى معركة بدر ﴿إِذْ يُغَشِّيكُمُ اللَّعَاسُ أَمَنَةً مِنْهُ وَيُنزِلُ عَلَيْكُم مِّنَ السَّمَاءِ مَاءً لِّطَهْرِكُمْ بِهِ وَيُرْسِلَ عَلَيْهِ رِجْسَ الشَّيْطَانِ وَلِيَرْبِطَ عَلَى قُلُوبِكُمْ وَيُثَبِّتَ بِهِ الْأَقْدَامَ﴾ [الأنفال: ١١] وآية سورة آل عمران التي جاءت في حق بعض مجاهدى معركة أحد ﴿ثُمَّ أَنْزَلَ عَلَيْكُم مِّن بَعْدِ الْغَمِّ أَمَنَةً﴾ [آل عمران: ١٥٤].

وجاء في شرح الآيتين في تفسير ابن كثير وغيره، أن الصحابة الكرام كان يغالبهم النعاس (الذي كثيرًا ما يصاحبه التثاؤب) حتى تكاد السيوف أن تسقط من أيديهم، ويفيقون، ثم يغالبهم النعاس مرة أخرى، وهكذا. إن مغالبة النعاس على هذه الحالة كان له تأثير في الشعور بالأمن والطمأنينة في حينه، ثم تحسين الانتباه أثناء الاشتباك مع الكفار، وهو نفس الشعور الذي يسببه التثاؤب كما ذكرنا.

### الوسيلة الرابعة: التخيل البصرى الموجه Visualisation Guided Imagery

لقد شككت أمخاخنا بحيث تكون قادرة على أن «تتصور» كل شيء أو فكرة تمر بها، سواء أكان شيئًا ماديًا كالغول والعنقاء، أم وجود غير مادي كالإله، أو حتى فكرة مجردة كالحب الذي نرمرز إليه بالقلب، والسلام الذي نرمرز إليه بحمامة بيضاء.

ويتم «التخيل الموجه» عن طريق استحضار مناظر جميلة أو ذكريات عذبة رومانسية إلى ذاكراتك، وأن تتخيل نفسك تشارك فيها من تحب، وكلما تخيلت ما ستؤول إليه من سعادة إذا حققت أهدافك، قلل ذلك من قلقك وتوتراتك. وهل هناك مثال أفضل من وصف القرآن الكريم لنا الجنة ووصف وجودنا فيها.

والتخيل البصرى الموجه يُعين على تحقيق أى هدف؛ فمخك سيسعى لاستشعاره ثم لتحقيقه، سواء كان هذا الهدف هو التواصل مع الله ﷻ أو تحطيم أرقامًا قياسية. كما يعين على تقليل التوتر والآلام المصاحبة للعمليات الجراحية والإصابات وما يصاحبها من انخفاض المناعة، لذلك على الأطباء التقليل من مخاوف المرضى وتصوير الحالة المرضية على أخف ما يمكن. ويعين على ذلك ابتعادك عن التخيل المحبط والذكريات المؤلمة.

ويمكنك أن تستخدم هذه الآلية مع أطفالك؛ وهل «حدوتة قبل النوم» التى نحكى لهم فيها ما يسرهم ويثير خيالهم فيساعدهم على الاسترخاء والنوم، إلا مثال لاستخدام هذه الوسيلة مع أطفالنا.

### الوسيلة الثالثة: التمرينات الرياضية

ثبت أن التمرينات الرياضية تفيد كل جزء من أجزاء المخ، في فئة عمرية معينة، وهى من ١٨-٩٠ عامًا!. وكلما كانت التمرينات أكثر عنفًا، كانت أفضل؛ فالجري أفضل من المشى، والمشى أفضل من التمرينات السويدية الخفيفة، بشرط عدم تجاوز ما يناسب حالتنا الصحية.

إن التمرينات الرياضية تعتبر بمثابة تدريبات للتأمل؛ ففيها التركيز، وتنظيم الحركة وتنظيم التنفس<sup>(١)</sup>. والمردود هو الاسترخاء وتحسين الأداء العقلي والدراسي، وتحسين الحالة المزاجية. فالرياضة تساعد في إصلاح دوائر المخ العصبية، ومنع وإصلاح ما يصيب المخ بسبب التوتر، وتزيد من اللدونة العصبية للمخ، وترفع من المناعة، ومن ثم تؤخر أعراض الهَرَم وتحمي من مرض الـ«ألزهايمر».

لذلك فإن ممارسة الرياضة تعادل مفعول العقاقير العلاجية للحالات المتوسطة من التوتر والاكتئاب، وتعديل مفعول قرابة ١٢ جلسة للعلاج النفسى.

هذا بالطبع بالإضافة للفوائد الجسدية للرياضة؛ مثل تقليل احتمالات الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية والصداع النصفى، وآلام الظهر المزمنة، والأعراض المصاحبة لانقطاع الطمث، وتنظيم السكرى.

هل تريد أكثر من ذلك لتمارس الرياضة.

ألم يقل رسول الله ﷺ «المؤمن القوى خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف...»<sup>(٢)</sup>.

ولكن هل تكفى بالرياضة؟ لماذا لا تجعلها جزءاً من برنامج متكامل؟ فتبدأ ببعض تمرينات السويدى الخفيفة للتسخين، ثم تتأب قليلاً، ثم ترتدى حذاءك الرياضى للجري أو المشى، وتبتسم لكل من تقابل، وتجعل الله ﷻ داخلك أو فى مواجهتك أثناء جريك أو مشيك، وأن تردد سراً بعض التسابيح والتكبيرات. وإن كنت من هواة الموسيقى، فلتضع فى أذنيك ساعات تنقل إليك موسيقى صوفية هادئة أو موسيقى حالمة.

وبينما أكتب الفقرات السابقة عن الرياضة، لم يفارق خاطرى قول عمر بن الخطاب رضي الله عنه «علموا أولادكم السباحة والرماية، ومروهم فليثبوا على الخيل وثباً». فالأثر يطالبنا أن نُعوّد أبناءنا على الرياضة منذ الصغر (كما نعوّدهم على الصلاة). ولكل من الرياضات الثلاث التى ذكرها الأثر دوره فى تنمية الملكات العقلية والنفسية؛ بالإضافة بالطبع لدورها فى الصحة الجسدية وأهميتها الجهادية. فالسباحة تحقق التناغم بين حركات مختلف أجزاء الجسم وتنظم التنفس بشكل واضح. أما الرماية فتدرب الإنسان على الدقة والإتقان، وضبط مشاعره

(١) سندرس هذا المفهوم بعد قليل.

(٢) أخرجه الإمام مسلم فى صحيحه.

وانفعالاته وحركاته وتنفسه. ورياضة ركوب الخيل بالإضافة للملكات السابقة التي تنميها، فهي تحقق قدرًا كبيرًا من التناغم والتفاهم بين الفارس وبين حيوان أعجم وهو الفرس!

### الوسيلة الثانية: تحاور مع الآخرين

تطورت المهارات اللغوية مع تطور المخ البشري ذراعًا بذراع؛ لذلك إذا لم نستخدم اللغة أثناء طفولتنا فإن مراكز كثيرة في المخ ستفقد تواصلها مع مراكز أخرى.

وكلما زادت علاقاتنا الاجتماعية حُفظت قدراتنا المعرفية، بينما تؤدي العزلة إلى إتلاف آليات هامة في المخ، فيصاب الإنسان بالاكنتاب والعدوانية ومشكلات نفسية أخرى. كما أن الحوار يحقق تعاونًا بين الناس، ويمجد الإنسان من خلاله منحرجًا للعديد من مشكلاته، وبدون الحوار لن يكون هناك سلام أسرى أو مجتمعى أو دولى.

لكن أى حوار نقصد؛ لا أعنى الحديث عن حالة الطغس ولا النميمة حول أصدقائنا وجيراننا، ولكن أقصد الحوار فيما ينشط القدرات المعرفية كقضايا الأديان والألوهية، وأصل الإنسان، وكيف سيبدو العالم في القرن الثانى والعشرين. أما الحوارات التي تتسم بالغضب والانفعال؛ كالحوارات السياسية أيام الأزمات والتعصب الكروى فهي على العكس؛ تؤدي إلى إتلاف مراكز المخ<sup>(١)</sup>.

وقد أظهرت بعض الدراسات أن الحوار لمدة ١٥ دقيقة قادر على إنشاء علاقة ودية بين شخصين لا يعرف أحدهما الآخر.

### الوسيلة الأولى: الإيمان

إذا نظرت إلى باقة من الزهور، ورأيت ألوانها المتعددة، فإن إبصارك لا يجبرك بالحقيقة الخارجية، فالألوان لا وجود لها في العالم الطبيعى؛ كل ما هناك موجات ضوئية ذات أطوال مختلفة، لا نراها كأموح، ولكن ندركها بأجهزتنا ومعادلاتنا، إن رؤية الألوان عملية إدراكية مخية بحتة. معنى ذلك أننا لا نملك اليقين حتى في أكثر أمورنا مادية، مهما قدمنا عليها من الأدلة العقلية والتجريبية، ومع ذلك فإننا نشق تمامًا فيما ندركه، ونبنى عليه علمنا وحياتنا.

(١) فى ذلك المعنى جاء فى القرآن الكريم: ﴿وَلَا تُجَدِّلُوا أَهْلَ الْكِتَابِ إِلَّا بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ...﴾ [العنكبوت: ٤٦].

نفس الشيء يقال عن الإله، فنحن عندما نصور أمخاخ المؤمنين وهم في أعلى حالات التسامى التي يستشعرون فيها الوجود المتوحد المطلق، ونجد نشاطاً ملحوظاً في مناطق معينة من المخ، فإن هذه التصاویر تخبرنا عن أمخاخ هؤلاء القوم، ولا تخبرنا عن الإله، تمامًا كما لا تخبرنا الألوان عن حقيقة الكون.

إن الإيمان هو القدرة على أن نثق في مفاهيمنا (الدينية وغير الدينية)، إن الإيمان يُؤكّد الأمل والتفاؤل بمستقبل أفضل. وفي دراسات عديدة على المعتقلين السياسيين وجد أن الايمان بما يعتقدونه والأمل في الحرية هو الذى حفظهم أحياء طوال سنوات السجن والمعاناة.

وإذا قلت أن التفاؤل بمستقبل أفضل قد يكون أوهامًا، أقول لك وما ضرر ذلك؛ إن العلاج التوهي Placebo يحقق شفاءً في ٣٠٪ من الحالات في معظم الأمراض العضوية والنفسية. وأقول لك كذلك؛ وما الذى سيخسرهُ المتفائل؟ شيء واحد، هو قلة توقعه للمخاطر، فلا يعمل لها حسابًا بالقدر الكافي. وفي المقابل، فإن المتشائم (وإن توقع المخاطر) يدفع ثمنًا باهظًا من صحته الجسدية وعلاقاته الاجتماعية. وفي النهاية أداء عقلى أدنى ومتوسط حياة أقصر<sup>(١)</sup>.

لذلك نقول، إذا قصّرت في الإيمان بمفاهيمك (دينية وغير دينية) وتكاسلت عن الرياضة، ولم تستمتع بصحبة طيبة، فإنك تكون كمن قرر الانتحار البطيء. وعليك أن تتبنى هذه المفاهيم الثلاثة كطفلك، وتعهدها بالرعاية.

ويضيف أندرو نيوبرج حول الإيمان قائلاً: إذا كنت من المتدينين، فاعلم أن قناعتك بوجود الإله لا تكفى وحدها، ولا تُحدث تغييرات إيجابية في المخ، بل يجب عليك إن أردت أن تحقق نتائج حسنة أن تدعم القناعة الدينية بالطقوس، فالطقوس هى التى تترجم المعرفة إلى مشاعر (كما ذكرنا)، فيتكامل بذلك الإيمان.

من أجل ذلك كله، كان رسول الله ﷺ يأمر بعدم التطير، ويدعو إلى حسن الظن بالله ﷻ<sup>(٢)</sup>

### فاعلية الإيمان والتفكير الإيجابي

هناك مقولة تقول بأنك تستطيع تحقيق أى شيء في العالم المادى من خلال تركيزك العقلى

(١) دراسة أجريت في مايو كلنيك، واستغرقت ثلاثين عامًا من المتابعة. وقد وصلت لنفس النتيجة دراسة أجريت في جامعة ديوك على مدى أربعين عامًا.

(٢) في ذلك المعنى حديث رسول الله ﷺ: «لا طيرة، وخيرها الفأل، قالوا: وما الفأل؟ قال الكلمة الصالحة بسمعتها أحدكم» أخرجه البخارى في صحيحه.

عليه، ونحن نوافق إلى حد ما على هذه المقولة، لكن نرفض ما يدعيه البعض من أن ذلك يحدث عن طريق مجالات للطاقة تخرج من دماغك لتؤثر في العالم المحيط.

إن آلية تحقيق هذا النجاح هو أن التركيز على هدف معين والتفاؤل بإمكانية إنجازه يهدئ من نشاط الجهاز الحوفي الذي يولد الخوف والقلق، ويجعلك تقضى أوقاتاً عصيبة في اجترار واستعراض احتمالات الفشل والمشاكل، وهذا يدعم الدوائر العصبية المسئولة عن التوتر؛ مما يؤثر سلباً في دوائر الذاكرة.

وينبغي أن تبنى تفاؤلك على أسس موضوعية، من ثم ينبغي أن تكون أهدافنا في حدود قدراتنا أو أعلى قليلاً، وأن نُقيّم كل فترة هذه الأهداف وهذه القدرات وما حققته من إنجاز، وأن يعقب ذلك تصحيح للمسار إذا احتاج الأمر.

وعلى الإنسان أن يقدم لنفسه التشجيع من حين لآخر، وذلك بأن يُقسّم هدفه إلى أهداف مرحلية أصغر، وفرح ويتشجع بتحقيق أحدها كل فترة، كما يجب أن يخبر الإنسان بعض من يهمهم أمره عن حلمه، فقد يجد منهم التشجيع بل والمعاونة بجهودهم ونصائحهم، وقد يدلونه على من يعينه.

وعليك أن تضع هدفك دائماً نصب عينيك، فكلما زاد تركيزنا تكونت دوائر عصبية جديدة أشعرتنا بواقعية الهدف؛ مما يزيد من عزمنا على إنجاز ما نريد.

كما ينبغي أن تستحضر في مخيلتك بعض تفاصيل النتائج الإيجابية للهدف الذى تصبو إليه، فإن ذلك سيعينك على تحمل الصعاب. ربما من أجل ذلك يكرر الله ﷻ في القرآن الكريم أوصاف الجنة المتعددة، وأيضاً أوصاف النار؛ ويشعرنا كأننا نراها رأى العين، فتنشأ الدوائر العصبية التى تزيد من تعلقك بالجنة وتعينك على السعى للحاق بها، وفي نفس الوقت تنشأ الدوائر العصبية التى تزيد من خوفك من النار وتدفعك للفرار منها<sup>(١)</sup>.

(١) يجدر هنا أن نستحضر حديثاً لرسول الله ﷺ بين فيه أن الإيمان يورث اليقين، ومن ثم التعلق وإخلاص السعى. عن أنس بن مالك، أن رسول الله ﷺ خرج يوماً فاستقبله شاب من الأنصار يقال له: حارثة بن النعمان، فقال له: «كيف أصبحت يا حارثة؟» قال: أصبحت مؤمناً حقاً، قال: فقال رسول الله ﷺ: «انظر ما تقول، فإن لكل حق حقيقة فما حقيقة إيمانك؟» قال: فقال: عزفت نفسى عن الدنيا، فأسهرت ليلى وأظمأت نهارى، وكأنى أنظر إلى عرش ربي بارزاً، وكأنى أنظر إلى أهل الجنة كيف يتزاورون فيها، وكأنى أنظر إلى أهل النار كيف يتعادون فيها، فقال له النبي ﷺ: «أبصرت فالزم، ما تن، عبد نور الله الإيمان في قلبه» أخرجه البيهقي في شعب الإيمان.

## المجموعة الثانية

### لتحقيق السكينة والسمو الروحي

#### Meditation التأمل

في الجزء السابق من الفصل ناقشنا عشر وسائل (المجموعة الأولى) أجمعت المراكز المتخصصة على فائدتها الكبيرة في تحسين صحة الإنسان الجسدية والعقلية والنفسية، وذلك استعدادًا لتحقيق السكينة والسمو الروحي من خلال عدد من تدريبات «التأمل Meditation» التي جمعتها هذه المراكز من الأبحاث العلمية ومن ديانات الشرق الأقصى.

وبالإضافة لتحقيقه السمو الروحي، فإن للتأمل فوائد عديدة:

فممارستك للتأمل لمدة عشرين دقيقة يوميًا تحسن من أداء جهازك العصبي، فتشعر بالرضا والطمأنينة والاسترخاء، كما تحسن أداءك المعرفي، وتقلل من رغبتك في التدخين والمشروبات المسكرة.

وقد أظهرت دراسة أجريت في جامعة كنتكي Kentucky أن تدريب الطلبة على التأمل لمدة ٤٠ دقيقة قبل دخول الامتحانات يحسن من أدائهم ودرجاتهم، وذلك بشكل أفضل من الاسترخاء ومن شرب القهوة، لكن ليس بفاعلية التأؤب!

إن آلية ذلك كله هي تنشيط إفراز الهورمونات والناقلات الكيميائية المضادة للتوتر والمسئولة عن الشعور بالاستمتاع وإزالة الاكتئاب، مثل الدوبامين والسيروتونين.

وقد استقر مركز الأبحاث الروحية والعقلية بجامعة بنسلفانيا على بعض هذه التدريبات وطبقها منذ أكثر من ثلاثين عامًا.

وتتفق هذه التمرينات في ثلاثة متطلبات أساسية:

#### أ - وضوح الهدف Intention

ينبغي أن يكون لك هدف معين تسعى لتحقيقه وتضعه نصب عينيك في تأملاتك. ولا شك أن لكل منا مجموعة من الأهداف يسعى لتحقيقها، كالثروة والجاه والأمان والقرب من الله ﷻ، حتى وإن كان بعضنا غير واع بأهدافه تلك.

ولا شك أن الرئسيات (عدا الإنسان) تفتقر إلى وجود أهداف على المدى البعيد، بل إن تصرفاتها تكون وليدة الاحتياج اللحظي. ويرجع ذلك إلى قلة الوصلات العصبية بين الفص

الجبهي وبين باقى أجزاء المخ. إن ثراء هذه الوصلات فى المخ البشرى هو جزء من الإجابة عن تساؤلنا «كيف صار المخ عقلاً».

## ب - الاسترخاء Relaxation

ناقشنا آليات ما يحققه الاسترخاء العقلى من فوائد فى المجموعة الأولى (الوسيلة الثامنة).

## ج - الانتباه Awareness

ما أن تصل إلى حالة من الاسترخاء العميق، فالخطوة التالية هى أن يزداد وعيك بجسدك، ويتحقق ذلك بالانتباه إلى أى نشاط بدنى تقوم به، كالتنفس، فذلك يزيد من نشاط منطقة الودت الأمامى بالفص الجدارى بالمخ، والتي لها دور كبير فى الوعى.

## فوائد الانتباه

يؤدى الانتباه إلى التنفس البطيء إلى زيادة إفراز الدوبامين بالمخ خلال عشر دقائق. ومع زيادة معدل وعمق التنفس (كما فى ذكر بعض الصوفية) ينخفض معدل ثانى أكسيد الكربون بالدم، ومن ثم يقل تدفق الدم إلى المخ، فيقل نشاط الفص الجبهي، بما لذلك من تأثير مهدئ، وينبغى ألا يتجاوز ذلك فترة ٣٠ ثانية حتى لا يفقد الإنسان الوعى (كما نرى أحياناً فى جِلَقِ الذِكر).

كما أن التنفس من الأنف بانتظام يزيد من إفراز ثانى أكسيد النيتروز فى الجسم؛ مما يحسن من أداء القلب والرئتين ويخفف التوتر.

ويمكن أن تبدأ تدريباتك على الانتباه بملاحظة بعض النشاطات البسيطة؛ فهذا الكتاب الذى تقرأ فيه الآن، لا شك أن القراءة تأخذك بعيداً عن صفاته، ولكن إذا انتهت إلى بعض تلك الصفات فستنبه أحاسيسك المختلفة؛ لاحظ كم الكتاب خفيف الوزن، لاحظ ملمس الغلاف، هل هو بارد أم دافئ؟، هل ورق الكتاب أملس أم خشن، هل الطباعة واضحة، كيف ترى الكتاب لو ركزت على الفراغات بين السطور وليس على السطور... عند ذلك تكون قد أصبحت أكثر وعياً بالكتاب، وأكثر انتباهاً إلى نَفْسِكَ.

خذ عشرة أنفاس بطيئة، ثم تأمل نفس الأسئلة مرة أخرى، ستجد أن نظرتك للكتاب قد اختلفت كثيراً؛ ستجد أن وعيك بالأشياء قد أصبح أكثر عمقاً، وهذا ما يحققه الانتباه.

فائدة مهمة أخرى يحققها تعمق إدراكك لعملياتك العقلية. إنه يدريك على ملاحظة هذه العمليات دون التفاعل معها. فإذا ففرت فكرة مؤرقة أو موترة أو مثيرة للقلق أو الاكتئاب

فعليك فوراً أن تعود إلى ملاحظة تنفسك (أو التأوب) لتحقيق الاسترخاء. إن ذلك يزيد من قدرة فصك الجبهي على التحكم في انفعالاتك.

## المخ العنود

لا تظن أن التحكم في تمرد المخ وإصراره على اجترار الأفكار السلبية المدمرة أمر سهل. فتغيير العوائد السابقة ليس باليسير، فذلك يتطلب فك عُرى دوائر عصبية استقرت عندك عبر عقود، بل إن محاولة ذلك تثير المزيد من التوتر والقلق. فاللوزة المخية ذات المكانة المحورية في المشاعر البدائية (مثل القلق والخوف) قديمة النشأة في المخ (منذ ٤٥٠ مليون سنة)، وأكثر رسوخاً من (منطقة الحزام الأمامي المسئولة عن مشاعرنا الإنسانية الرقيقة (تطور عبر ١٥ مليون سنة)، وكذلك أكثر رسوخاً من الفص الجبهي الحديث - تطور عبر بضعة ملايين من السنين)، والذي تشكل من أجل أن يكون قادراً على التغيير والإبداع. لذلك فطرح فكرة جديدة ومحاولة تبنيها أمر يسير، أما استجابة باقى أجزاء المخ (خاصة اللوزة المخية) من أجل تحقيق التغيير فأمر عسير.

لترويض المخ العنود، ابدأ بهدف بسيط؛ تدرب على ممارسة المتطلبات الثلاثة عليه؛ (وضوح الهدف - الاسترخاء - الانتباه). وليكن ذلك في البداية لدقائق قليلة، ثم زد من الوقت، وارفح من الهدف. وليس هناك علاج للمخ العنود إلا أن تمارس، وتمارس، وتمارس.

وتنقسم تدريبات التأمل في طبيعتها إلى ثلاثة أشكال: إما التركيز على شيء محدد، وإما ملاحظة ما يجري في العقل من أفكار ومشاعر دون تدخل في انسيابها، وإما المجاهدة من أجل إخلاء العقل من أى أفكار. وفي كل الأحوال يبدأ التأمل بتهدئة العقل من خلال الاسترخاء.

وتشتمل بعض التأملات على حركات بدنية (كالصلاة واليوجا)، وبعضها عبارة عن أذكار وأوراد، وعلى الإنسان أن يختار ما يناسبه ويتفق مع طبيعته، والأفضل هو الجمع بين ما ذكرنا من الأنواع السابقة.

والآن إلى أشهر تدريبات التأمل وأكثرها فاعلية:

## التأمل الأول: تأمل التسامى وتحسين الذاكرة

### كيرتان كرييا Kirtan Kriya

من أشهر التدريبات التي اهتم بها د. نيوبرج في بنسلفانيا وغيرها من المراكز البحثية، تدريب يُمارس في شمال الهند منذ القرن السادس عشر، وانتقل إلى الولايات المتحدة في

سبعينيات وثمانينيات القرن العشرين، ويعرف باسم «كيرتان كرييا Kirtan Kriya» وسنرمز إليه باسم KK.

ويقوم تأمل KK على أربعة عناصر:

- (أ) تنظيم التنفس. (ب) التكرار الصوتي.  
(ج) الحركات الدقيقة. (د) التركيز على الهدف.

(أ) يُعتبر التحكم الواعي في التنفس، مع مراقبته، أحد العناصر الأساسية التي تعتمد عليها عبادات التأمل في الشرق الأقصى. وقد ثبت علمياً أن ذلك يحقق الاسترخاء ويقلل من التوتر ويخفض من ضغط الدم ويزيد من التنبه والقدرات المعرفية، ويحسن من المناعة، ويطيل عمر خلايا المخ ويؤخر الهرم.

(ب) والعنصر الثاني هو التكرار الصوتي؛ ويعتمد على تكرار ٤ أصوات بشكل مُنمَّغ، وهي sa - ta - na - ma، وذلك بصوت خفيض أو سرّاً. ويمكن إدخال هذه الأصوات في لحن أو أغنية، تسمى في الشرق الأقصى «مانترا Mantra». ولهذا الصوت الإيقاعي المنغم تأثيره في تنظيم وتهدئة إيقاع القلب، ذلك بالإضافة لما ذكرناه (في الفصل الثامن) من أنها تغلق مناطق الشعور بالذات OAA وتحقق للإنسان التسامى الروحي.

(ج) والعنصر الثالث هو الحركات الدقيقة للأصابع؛ وفي الشرق الأقصى تُعرف حركات وأوضاع اليد والوجه والجسم باسم مُدراس Mudras. وفي تأمل KK يتم ملامسة أصابع اليد بالإبهام مع كل صوت من الأصوات الأربعة (كالتسبيح). وتحقق هذه الحركات تناغمًا للحركات الدقيقة يحافظ على مراكزها في المخ في حالة جيدة، مما يؤخر ظهور أمراض خطيرة كالألزهايمر والشلل الرعاش.

(د) ينبغي أثناء ممارسة التدريبات اختيار هدف معين والتركيز عليه، ويقوم المتدربون بالتركيز الذهني على فكرة أو مفهوم ديني يؤمنون به، أما غير المتدربين فيقومون بالتركيز على هدف يريدون تحقيقه، مثل تحسين أداء العقل.

وتُمارَس هذه التدريبات لمدة ١٢ دقيقة يومياً.

وقد أجرى د. نيوبرج مجموعة من الدراسات لمعرفة فاعلية تأمل KK، وتقوم الدراسة على تصوير أخصائى الأفراد قيد البحث (متدربين وغير متدربين) بتقنية كاميرا SPECT، في بداية

الدراسة، ثم إعادة تصويرهم بعد شهرين من الالتزام بالتدريبات، ومقارنة الصور الجديدة بالسابقة، لمعرفة ما حدث من تغيرات في المخ.

وقد أظهر التصوير الثاني، بعد ممارسة التدريب، التغيرات التالية:

١ - تحسن النشاط العصبى فى القشرة المخية للمنطقة الأمامية من الفص الجبهى Prefrontal Cortex، فهى المسئولة عن «الانتباه الموجه Selective Attention»، وهو تركيز الانتباه على هدف محدد. ويتم ذلك من خلال تحسين ما يُعرف بـ «الذاكرة العاملة Memory Working»، المسئولة عن استحضار المعلومات المطلوبة لأى قرار وإع، مع استبعاد المعلومات غير المهمة والتي تسبب التشتت.

٢ - تحسن النشاط العصبى فى التلفيف الحزامى الأمامى Anterior Cingulate Gyrus، وهو المسئول عن الذاكرة والتعلم وتنظيم الانفعالات لتقليل التوتر. ويتأثر هذا التلفيف كثيرًا بالهرم والألزهايمر والشلل الرعاش، وينتج عن ذلك تدهور التعاملات الاجتماعية.

٣ - تحسن أداء العقد القاعدية Basal Ganglia المسئولة عن التحكم فى الحركات الإرادية وأوضاع الجسم، ولها كذلك دور فى الذاكرة والتحكم فى السلوك والمرونة الفكرية. ويؤدى تلف هذه العقد إلى حركات لا إرادية فى مختلف أجزاء الجسم.

ومن أهم الدوائر العصبية التى تتأثر بالهرم والألزهايمر، الدائرة الموصلة بين (١) ثم (٢) ثم (٣) ثم منطقة المهاد، ومنها إلى باقى أجزاء المخ. وهذه الدائرة مسئولة عن نشاطات عقلية متعددة؛ أهمها الوعى - صفاء العقل - إدراك الواقع - اكتشاف الخطأ - التعاطف والمشاركة - التوازن النفسى - التحكم فى الانفعالات. لذلك يؤدى تلف هذه الدائرة إلى تأثر هذه القدرات<sup>(١)</sup>، بينما يمكن المحافظة عليها بمثل هذا التأمل.

٤ - تحسن أداء المخيخ Cerebellum المسئول عن تنظيم الحركات الإرادية. ولا شك أن التمرينات الحركية الدقيقة (العنصر الثالث) مسئولة إلى حد كبير عن تحسن الأداء فى التغيرين (٣)، (٤).

ويؤيد هذه النتائج الأربع، ما ثبت من أن ممارسة العبادات الدينية والتمتع بالسمو الروحى تؤدى إلى بقاء أعراض الهرم وقلة الإصابة بالألزهايمر.

(١) تم التوصل إلى نفس النتائج فى العديد من الدراسات، وأهمها تلك التى أجريت فى جامعة إيمورى بالولايات المتحدة، ونُشرت عام ٢٠٠٧.

٥ - نقص في نشاط الفص الجدارى المسئول عن الإحساس بالذات. وصحب ذلك إحساس المدرب بالتوحد مع نقطة تركيزه. فالراهبات الفرنسيسكان شعرن أنهن قريبات من المسيح، والرهبان البوذيون شعروا بأنهم جزء من الوعى المطلق، وشعر غير المتدينين بالتوحد مع هدفهم من التدريب (كان في معظم الأحوال الرغبة في تحسين أداء العقل وتحسين الذاكرة). وتمشى تلك النتيجة مع ما يستشعره الإنسان في حياته العادية من ذوبان في هدفه، عندما يركز بشدة في أمر ما؛ كالأم مع ابنها، والجندى المخلص في تضحيته من أجل وطنه.

٦ - المحافظة على التفرعات الشجيرية Dendrites التى تعتبر من أهم مكونات الخلية العصبية (قد يصل عددها إلى ١٠,٠٠٠ تفرع في الخلية الواحدة)، فهى المسئولة عن تجميع المعلومات من الوسط المحيط. ومن ثم فلها دور أساسى في تشكيل تصور الإنسان لما حوله ولما يدور في عقله، ومنه طبيعة الإله.

ولقد ثبت أن التوتر المزمن، أو التوتر الحاد لفترات قصيرة (أسبوع واحد) يؤدي إلى تلف هذه التفرعات. كما أظهرت تجارب الفئران أن زوال التوترات يؤدي إلى عودة التفرعات إلى نشاطها بخسارة تبلغ حوالى الثلث؛ يالها من خسارة فادحة!

لذلك كان تلف هذه التفرعات في قشرة الفص الأمامى من التغيرات الهامة التى تصاحب الهرم. ونعتقد أن هذا التأمل يؤدي إلى المحافظة على هذه التفرعات، ومن ثم يحافظ على الذاكرة والمهارات المعرفية.

وللحكم على تأثير التحسن في المواضيع الستة السابقة، قام الباحثون بتقييم انعكاس ذلك على القدرات المعرفية، عن طريق اختبار التوصيل بين نقاط، فثبت حدوث تحسن يتراوح بين ١٠ - ٢٠٪، ووصل في إحدى الحالات إلى ٦٠٪.

ويمكن تلخيص تأثير تأمل KK في أنه يسمح باسترخاء المخ في الوقت الذى يركز فيه على هدف معين، وتسمح العناصر الصوتية والحركية بتحسين أداء المراكز المقابلة، وتكون النتيجة تحسن أداء المخ بصفة عامة مع توفير الطاقة؛ مما يحسن من أداء مراكز الذاكرة.

لقد حدث هذا التحسن في فترة وجيزه من التدريب (شهران)، فهل سيستمر لو توقفنا عن التدريبات؟ إن ذلك يحتاج إلى مزيد من الدراسة، وإن كنا نعتقد أن الأمر يشبه التدريبات البدنية؛ إذا توقف عنها الإنسان فقد ما حققه من تحسن، لذلك ينبغى الاستمرار في التدريب، خاصة أنه إجراء بسيط ولا يحتاج جهد أو وقت كبيرين.

إن هذه الفوائد الكبيرة يمكن تحقيقها أيضًا بالالتزام بهذه التدريبات خارج النطاق الديني، من أجل تأخير علامات الهرم، وفي المدارس وعند الرياضيين للمساعدة على التركيز.

وقد ثبت أن لوجود خلفية موسيقية إيقاعية هادئة تأثيرًا كبيرًا على تحسن نشاطات المخ المعرفية، كما ثبت أن تعلم عزف إحدى الآلات الموسيقية (استرخاء - حركات أصابع - تركيز - تنظيم تنفس) يفيد إلى حد بعيد في تقليل التوتر وتأخير الهرم، وقد ثبت أن التوتر هو القاتل الأول للإنسان في الولايات المتحدة، فهو يهدم جميع أعضاء الجسم خاصة المخ.

وينبغي على الإنسان في نفس الوقت تحاشي الطقوس المدمرة للخلايا العصبية! فالتركيز على شيء يفرح أو يخيف أو يقلق يؤدي إلى إفراز ناقلات عصبية كيميائية ضارة. ويطلق علماء النفس على هذه العملية «الاجترار Ruminaton» وهي عكس «التأمل Meditation». فالأولى هي استرجاع الجانب الأسود من أفكارنا وارتباطاتنا والانغماس في التفكير في عواقبه. أما التأمل فيهدف إلى تقليل الالتصاق بهذه الأفكار والرغبات والارتباطات.

ويُفضّل للإنسان أن يقوم بتصميم تدريبات الذاكرة والمحافظة على المخ الخاصة به (المقابلة لتأمل الكك)؛ إذ سيكون أكثر التزامًا بها، بشرط توافر السمات الأساسية: التركيز على هدف - الاسترخاء - تنظيم التنفس - التنسيق الحركي - ترديد نغمات منتظمة.

ويمكنك القيام بالتأمل في كل الأحوال؛ أثناء السير - انتظار صديق - الوقوف في طابور. وكلما كانت الطقوس مركبة، كانت النتيجة أفضل. ويمكن تغيير الطقوس أسبوعيًا، والفترة المناسبة ليست أقل من ١٢ دقيقة، والأفضل من نصف ساعة إلى ساعة.

### التأمل الثاني: تأمل الكعبة/الشمعة

إنه أحد أشكال ما يُعرف بـ «تأمل التركيز»، ويهدف إلى الانشغال بشيء سامٍ وقطع مسار التفكير المضطرب العشوائي، الذي يشغل دائمًا الفص الجبهي.

ويعتمد هذا التأمل، كما يمارسه الهندوس، على ملاحظة لهب شمعة والتركيز معه بعمق، وملاحظة ما يحدث له من خفوت وازدياد، وتمايل، وتغير ألوانه. ثم يغمض الإنسان عينيه ويستحضر اللهب في مخيلته، ويتصور أنه يقترب منه رويدًا رويدًا حتى يدخل فيه.

ويمكن للمسلم أن يستبدل الكعبة المشرفة بالشمعة، وينظر إليها (مجسم أو صورة أو يتخيلها)، ويتأمل تفاصيلها (الباب - حجر إسماعيل - الحجر الأسود - حزام الكسوة - السطح - الميزاب)، ثم يتصور أنه يطوف حولها، ويتصور أنه يلمس الحجر الأسود، ويدور حول حجر

إسماعيل، ويشير إلى الركن اليماني، ثم يعود إلى الحجر الأسود، وأخيراً يدخل إلى قلب الكعبة من بابها.

وعندما يبارس المسلم هذا التأمل فهو لا يكون محاكياً لما يفعل الهندوس، ولكننا نمارسه تلقائياً كلما عصف بنا الحنين إلى أى من أماكننا المقدسة (الكعبة - المسجد الحرام - المسجد النبوي - مسجد تاريخي اعتدنا الصلاة فيه خاصة في رمضان...). كل ما عليك هو أن تتأمل هذه الأماكن وترتكز ففكرك فيها.

وإذا كانت تدريبات التنفس تعين الإنسان على استشعار حالة جسده الداخلية، فإن تأمل الكعبة يعينه على ملاحظة العالم الخارجي المحيط، والتركيز في شيء سامٍ.

### التأمل الثالث: تأمل التركيز. التمحوّر The Centering Prayer

وهو أسلوب كان مستخدماً في الهند منذ القرن الرابع عشر، وتم إحياءه مؤخراً في الغرب. ويهدف إلى استشعار الوجود في حضرة الإله (أو أى هدف يجدهه المتأمل)، وذلك عن طريق تقليل الشواغل التي يسببها النشاط الزائد للعقل وحياتنا سريعة الإيقاع. وآلية ذلك هو تحديد هدف (الإله) وتركيز العقل معه، وترك الأفكار والصور تتداعى، ودور المتأمل هو أن يراقبها ويتماشى معها، ولا يقوم بتوجيهها ولا ترديد أذكار أو أوراد معينة، ويستمر في ذلك مدة عشرين دقيقة، يكون خلالها مغمض العينين.

وإذا كان هذا التأمل قد صُمم من أجل تحقيق المزيد من الانتباه والشعور بالسكينة والتسامي الروحي، فإنه قد ثبت أنه يساعد مرضى الاكتئاب والتوتر وارتفاع ضغط الدم والإدمان، وغيرها من المشكلات العضوية والعقلية والنفسية.

سبحان ربي العزيز الحكيم القائل في محكم التنزيل:

﴿ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴾ [آل عمران: ١٩١].

### الإسلام والتأمل

هل خطر ببالك وأنت تقرأ هذه الطرق للتأمل وتأثيراتها، أن تقارنها ببعض طقوسنا التعبديّة، خاصة قراءة القرآن والذكر والصلاة؛ فإذا كان العلم قد أثبت أن العناصر التي تقوم عليها هذه التأملات (التركيز على هدف مع الاسترخاء العقلي والنفسى، وتنظيم التنفس،

والتنسيق الحركى، وترديد نعمات إيقاعية منتظمة) تؤدي إلى تحسن كبير في الصحة الجسدية والعقلية والنفسية، فدعنا نتأمل ما في عبادتنا من هذه العناصر.

لا شك أن المسلم يقوم في طقوسه التعبديّة الثلاث السابقة (قراءة القرآن والذكر والصلاة)، بالتركيز على هدف واحد وهو الله ﷻ وأفعاله وأسمائه وصفاته، ويكون أثناء أدائه لهذه الطقوس في حالة من الاسترخاء العقلي والنفسي ودفع الأفكار الأخرى عن العقل قدر المستطاع. وكان عمار بن ياسر رضي الله عنه يقول دائماً «إنها يكتب للعبد من صلاته ما عقل منها».

أما تنظيم التنفس ومراقبته بدقة، فيتحقق بقدر لا مثيل له في أية ديانة أخرى أثناء تلاوتنا للقرآن الكريم، ملتزمين الترتيل، كورد يومي وفي صلواتنا، ونحقق ذلك أيضاً في أورادنا وأذكارنا.

ويفوق التنسيق الحركى الذى نقوم به في طقوسنا ما في التأمّلات السابقة، فترديد كلمات بأصوات متناغمة على أصابع اليد هو عين ما نفعله في تسبيحنا بعد الصلوات وفي باقى الأوقات. يزيد على ذلك التنسيق الحركى في حركات الصلاة، من قيام وركوع وسجود ورفع الكفين بالتكبير.

وإذا كانت حركات الأصابع تنشط المناطق الخاصة بها وتؤخر حدوث مرض الشلل الرعاش، فإن التمرينات الخاصة بعضلات النطق تحسن من أداء مراكز الكلام، واللغة، وهى ملكات هامة جداً لعملية التفكير وتحفظ على الإنسان قدراته العقلية. لكن العلماء في مركز الأبحاث في بنسلفانيا يعلنون أنهم قد عجزوا عن التوصل إلى تمرينات تحقق هذه المهمة بكفاءة. عندما قرأت هذا الطرح أثارتنى الدهشة عندما تذكرت قول الحق ﷻ ﴿... وَرَبِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلاً﴾ [المزمل: ٤] فترتيل القرآن بما فيه من إتقان مخارج الحروف ومن أحكام التلاوة، من إظهار وإدغام وإخفاء وغنة وغيرها، تمثل تناسقاً مبهرًا لعضلات النطق الدقيقة، لا أعتقد أن له مثيلاً (بهذه الدقة والكفاءة) في أية حضارة من حضارات العالم.

أما ترديد النعمات ذات الإيقاع المنتظم وما تحقّقه من تنظيم وتهديئة لإيقاع ضربات القلب، وكذلك إغلاق دوائر الشعور بالذات؛ مما يحقق للإنسان الشعور بالوجود المتوحد المطلق، فنحن نقوم به في طقوسنا الثلاث التى ذكرناها (قراءة القرآن - الذكر - الصلاة). ولا شك أن هذه إحدى الآليات البيولوجية التى تحقق قول الحق ﷻ ﴿... وَأَسْجُدْ وَاقْتَرِبْ﴾ [العلق: ١٩].

هل توافقنى - قارئى الكريم - بأن ما كُلفنا به من طقوس وعبادات يحقق أهدافاً عديدة، على المستوى الجسدى والعقلى والنفسى والروحى، وأن علماء المنح والأعصاب عندما اجتهدوا لوضع تصور علمى لبعض التدريبات فإنهم لم يخرجوا عما كُلفنا به منذ أكثر من أربعة عشر قرناً.

هذا، وكنت قد دُعيت لإلقاء بضع محاضرات في بعض نوادي القاهرة التي ترادها الطبقة الأرستقراطية، وقد علمت أن عددًا من رجال الأعمال والمثقفين والشباب في هذه النوادي ينتظمون في دورات مع بعض المتخصصين للتدريب على تأملات الهندوس والبوذيين، وأهمها اليوجا وتأملات الكك التي ذكرناها، لذلك اخترت أن تدور لقاءاتي مع هؤلاء حول تحليل هذه التأملات ومقارنتها بما نمارسه نحن في عبادتنا، وإظهار أن عبادتنا أكثر فاعلية (من الناحية العلمية) في المحافظة على صحتنا الجسدية والعقلية والنفسية، وكذلك تحقيق التسامى الروحي. وقلت في أحد هذه اللقاءات إننا بذلك نكون قد «ضربنا عصفورين بحجر»، التقرب إلى الله ﷻ وتحقيق هذه الفوائد.

### الصلاة Prayer والتأمل Meditation

إن حذف الطقوس والشعائر من الدين ينزع عن الألوهية والدين ما يرتبط بها من مشاعر، ويتركها كتصور عقلي فقط. وفي المقابل، يهتم بعض الغربيين بممارسة بعض طقوس التأمل لتحصيل بعض المشاعر الروحية بمعزل عن الإله. فمفهوم المشاعر الروحية في الغرب يحمل معنى التمسك بالقيم الشخصية السامية والبحث عن معنى لوجودنا، ويشير إلى مشاعر قريبة من الشعور بالاسترخاء والرضا والطمأنينة.

وفي القاموس، تأتي كلمة «الصلاة» بمعنى عمل يحقق التواصل وطلب المعاونة من الإله، ويأتي «التأمل» بمعنى التفكير لتحقيق السمو الروحي أو الديني، أو لتدريب العقل على مهام معينة، وتعتبر الصلاة حالة خاصة من التأمل. وفي كليهما يمكن استخدام نصوص دينية أو تراتيل أو طقوس حركية. وقد يستغرق التأمل وقتًا أطول، ويحقق استغراقًا أعمق، وكلما زادت فترات وعمق كل منهما زادت التغيرات العصبية في بيولوجيا المخ، وزاد تعلق المرء بما يتأمله، وهذه التغيرات ليس لها علاقة كبيرة بديانات محددة، بقدر ما لها علاقة بالالتزام بالاسترخاء والتركيز والتناغم الحركي والصوتي.

### مع روح العبادة

بعد التدريبات السابقة لتحسين الأداء الجسدي والعقلي والنفسى (المجموعة الأولى)، ثم لتحقيق السكينة والسمو الروحي (المجموعة الثانية)، يختتم أندرونيوبرج كتابه الأخير في هذا الموضوع How God Changes Your Brain بثلاث نصائح يستكمل بها تناوله العلمي، وكأنه قد نسخها من آيات القرآن الكريم ومن أحاديث رسول الله ﷺ، وهذه النصائح هي:

## أولاً: لا تغضب<sup>(١)</sup>

إن الغضب والتوتر المزمّن من أكثر العوامل تدميراً للأنشطة المعرفية والانفعالية والروحية، وأيضاً لعلاقات الإنسان الاجتماعية، هذا بالرغم من أن الغضب في الأساس آلية فطرية دفاعية.

إن الغضب يعوق عمليات عديدة هامة تقع في الفص الجبهي؛ اللغة - المنطق - التفاعل مع الآخرين. إن مجرد نغمة غير مريحة يستمع إليها الإنسان من محاوره كافية للتأثير في أداء هذه الأنشطة. وتذكّر أن منطقة فرس البحر المستولة عن الذاكرة هي أول منطقة يصيبها التلف بسبب الناقلات العصبية للغضب والتوتر.

وينصح المتخصصون بأن نحاول تفهم أسباب غضبنا من الآخرين ومعالجة هذه الأسباب قدر الإمكان، ومن هذه الأسباب الغيرة، التشاؤم، الأنانية، الغرور، السخرية، التعالي.

• ولعل من أكثر التدريبات فاعلية للحد من الغضب هي التأوّب والتنفس بعمق، وفي الحالات الشديدة يمكن ممارسة الرياضة، فالرياضة تتطلب جهداً من القلب، وهذا يشغل الفص الجبهي. فإذا احتاج الأمر، تستطيع أن تذهب إلى الغرفة المجاورة لتمارس بعضاً من تمارين السويدى العنيفة، أو تستطيع أن تخرج لتجربى حول المبنى.

## ثانياً: أن تعامل الناس كما تحب أن يعاملوك<sup>(٢)</sup>

لا شك أن التأمل الذى يحقق للإنسان القرب من الله ﷻ، يحقق له في نفس الوقت تعامللاً أكثر حميمية وتعاطفاً مع الآخرين. ولا شك أيضاً أن الإنسان كلما كانت تعاملاته أفضل مع الآخرين كان ذلك دليلاً على أنه يتمتع بصحة نفسية أفضل.

إن التعامل بحميمية مع الآخرين فطرة تحكمها الجينات والمخ (التلفيف الحزامى الأمامى)، حتى يمكن اعتبارها إحدى سمات الإنسان، لكنها تختلف (كمّاً وكيفاً) من شخص لآخر.

إن التعامل مع الآخرين يمثل إحدى أعقد العمليات العصبية التى يقوم بها المخ، فهى تتطلب:

(١) جاء في الحديث النبوى الشريف: عن أبى هريرة ؓ أن رجلاً قال للنبي ﷺ أوصنى قال «لا تغضب فردد مراراً قال لا تغضب» أخرجه الإمام البخارى في صحيحه.

(٢) عن النبي ﷺ أنه قال: «لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه» أخرجه الإمام البخارى في صحيحه.

- التعرف على تعبيرات وجوه وأصوات الآخرين.
- معالجة اللغة (للتفكير).
- تنسيق الكلام (للتواصل).
- استحضار المعلومات من الذاكرة.
- إدراك المفاهيم المختلفة.
- تصور الموقف.
- تنظيم الانفعالات.
- العدل في الحكم.
- التخطيط.
- ما يصاحب ذلك من تعبيرات جسدية.
- لاحظ أن أى قدر من التوتر أثناء الحوار يجهض التعاطف من الطرف الآخر.

### ثالثاً: أن تقابل الإساءة بالإحسان<sup>(١)</sup>

لا شك أن ذلك من أصعب السلوكيات الاجتماعية في حياتنا كلها، وهى وصية محورية في كل الديانات. فإذا كان من الصعب أحياناً أن تحب زميلك في العمل وتحسن إليه، فما أدراك بمن تكره.

فالمساحة والتجاوز عن الإساءة تقلل من التوتر والاكتئاب، وتعلم التعاطف والاستمتاع بالحياة، وتحسن العلاقات الاجتماعية، وبصفة عامة تحسن من أداء الجهاز العصبى ككل وتحسن من صحتنا الجسدية والعقلية والنفسية.

ويسوق لنا أندرونيوبرج تلك القصة الحقيقية في نهاية كتابه:

نظمت شركة أميركان إكسبريس دورة لمدة يوم واحد، أكملتها بأربع جلسات متابعة على مدى العام التالى، لمديريها ونواب المديرين ورؤساء الأقسام، لتعليمهم التسامح. كانت النتيجة: نقص معدلات التوتر بين العاملين بمقدار ٢٥٪.

زيادة المبيعات بنسبة ١٨٪، مقابل ١٠٪ لمن لم يحضروا الدورة.

إذا فالتحسّن لم يكن في حالة المخ ولا صحة البدن فقط، ولكن أيضاً في الإنتاج.

(١) يقول الحق ﷻ في كتابه الحكيم: ﴿وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا﴾ [الفرقان: ٦٣]. وجاء في الحديث الشريف: عن عقبه بن عامر ؓ، قال: لقيت رسول الله ﷺ فبدرته فأخذت يده وبدرنى فأخذ بيدي فقال: «يا عقبه، ألا أخبرك بأفضل أخلاق أهل الدنيا والآخرة، تصل من قطعك وتعطى من حرمك وتعفو عمن ظلمك، ألا ومن أراد أن يمد في عمره ويسيطر في رزقه فليصل ذا رحمه» أخرجه الحاكم في المستدرک.

لقد أثبتت الدراسات أن مختلف التدريبات وأشكال التأمل والصلاة تؤثر في مختلف أجزاء المخ بطرق مختلفة، وأن لكل منها آثاره الإيجابية على وظائفنا الجسدية والعقلية والنفسية والروحية. فبعض هذه الطرق تؤدي إلى زيادة من الدورة الدموية في فصوص المخ المختلفة، ويؤدي بعضها إلى انخفاض الأيض في هذه المناطق.

ويؤدي المزيد من التأمل العميق إلى إغلاق وصول المدخلات إلى منطقة تربط الإدراك، ويؤدي هذا إلى نقص إدراكنا لذواتنا وللعالم من حولنا، والشعور بالتسامي الروحي.

إن المتحكم في هذه الآلية هو «التلفيف الحزامي الأمامي»، فهو المسئول عن الموازنة بين «الفص الجبهي» (المنطق والأفكار) وبين «الجهاز الحوفي» (المشاعر والانفعالات).

المشاعر	الجهاز	الفص	المنطق
والانفعالات	الحوفي	الجبهي	والأفكار
$\Delta$ التلفيف الحزامي الأمامي			

لذلك فالتفكير في الله ﷻ الرحمن الرحيم يؤدي (بالإضافة لآثاره الإيجابية التي ذكرناها) إلى المزيد من التعاطف والتراحم بين البشر. وفي المقابل فإن التفكير الذي يركز على الخوف من الله ﷻ ذي البطش الشديد، وكذلك التطرف، يؤدي إلى تلف هذه الدوائر العصبية نتيجة لهيجان الجهاز الحوفي (خاصة اللوزة المنخية).

ولا شك أننا كلما زدنا من تدريباتنا، وكلما توَّعنا فيها، حصلنا على نتائج أفضل. وكما رأينا، فإن لكل نوع من التدريبات غاية وقصد؛ فإذا أردت نومًا أفضل عليك بتمرينات استرخاء العضلات، وإذا أردت هدوءًا مع انتباه فالتأوب هو الأمثل، وإذا أردت التسامي الروحي واستشعار القرب من الله فعليك بالتأمل والصلاة.

ولا شك أن «الإبطاء» في الحديث والحركات والتنفس يمتنع لك هدوءًا واسترخاء أفضل، ويقلل من توترك، ويشعرك أن حياتك أكثر ثراء وسعادة.

إن الحقائق التي ذكرناها تحمل رسالة في منتهى الأهمية، فقد غيرت نظرة العلم التقليدية التي كانت ترى أننا لا نستطيع التحكم في اللاشعور. لقد ثبت أن الإنسان هو الكائن الوحيد الذي يستطيع أن يسعد نفسه من داخله، وأن يتحكم في أداء العقل اللاواعي، بغض النظر عن المؤثرات الخارجية.

«كن جميلًا ترى الوجود جميلًا»

# الفصل الثاني عشر

## ما بين معترض ومعارض

- اعتراضات الملاحدة
- اعتراضات المتدينين
- التشدد يتهم العلم
- القارئ الكريم





## الفصل الثانى عشر

### ما بين معترض ومعارض

اعتدنا فى أدبياتنا اللغوية، عند مناقشة الآراء حول قضية من القضايا، أن نقول: «ما بين مؤيد ومعارض». وقد هممت أن أختار هذه المقولة عنواناً لهذا الفصل الأخير، الذى أناقش فيه آراء الملاحدة والمتدينين حول المفاهيم العلمية الجديدة التى طرحناها فى الكتاب.

وبعد دراسة آراء هذين الفريقين، لم أجد بين مدارسهم المتعددة من يمكن أن يوصف «بالمؤيدين»، بل لكل منهم اعتراضات كبيرة على ما عرضنا. ومن ثم اخترت للفصل عنوان «ما بين معترض ومعارض».

فإذا تأملنا أفكار الكتاب (بحيادية وموضوعية) وجدناها تتلخص فى:

أولاً: إذا كان العقل هو الملكة المميزة للإنسان عما سواه من الكائنات، فإن العقل / المخ البشرى قد نشأ نتيجة لتراكم معرفى هائل، شكَّل بنيتة وآليات أدائه لوظائفه، وليس من مصدر

قادر على تجميع هذا «المكون المعرفي»<sup>(١)</sup> في مخ الإنسان إلا خالق حكيم عليم قادر، سواء تم ذلك بالخلق الخاص أو بالتطوير الموجه<sup>(٢)</sup>.

ثانياً: إن ما يستشعره الإنسان أحياناً من إدراكات فوق حسية Extra-Sensory Perceptions

يجزم بأن هناك جوهرًا غيبياً للإنسان يمارس تلك الإدراكات بمعزل عن حواس المخ المادية، وأن هذا الجوهر يتواصل مع المخ المادى بطريقة أو بأخرى، وهو ما تعارف المتدينون على تسميته بـ «الروح».

ثالثاً: إن المخ قد زُوِّدَ بآليات بيولوجية عصبية سَوِيَّة تمكنه من التسامى، المتمثل في تجاوز الشعور بالذات، ثم الإحساس بسمو روحى يصل إلى إدراك وجود متوحد مطلق غير مادى.

رابعاً: لا يملك العلم وسيلة للفرقة بين الوجود المادى، الذى يعتبره الماديون الوجود الحقيقى الوحيد، وبين الوجود الغيبى اللامادى، فكلاهما يتم إدراكه بنفس الآليات.

ومن ثم فإن القول بأن عوالم الغيب ليست حقيقية، وأنها من تخيلات العقل، قول غير علمى لا يستطيع الماديون إثباته.

هذه هى الأفكار الأربعة الرئيسية التى دار حولها الكتاب، فيا ترى، ما موقف فريقى الملاحدة والمتدينين تجاه الاكتشافات الحديثة لعلوم المخ والأعصاب؟ إننا نطرح هذا التساؤل ليس لأننا نعتبر أن هذين الفريقين حَكَمَ فى هذه القضايا، ولكن لأن عرض مفاهيمها يزيد طرحنا وضوحاً وثراءً، وكذلك حتى نصصح الآراء التى تتبناها هذه المدارس تجاه القضايا العلمية بدافع من خلفيتها الأيديولوجية، ومعظمها آراء خاطئة شاعت بين الناس حتى اعتقدوا بصحتها.

(١) لا ينظر العلم الحديث إلى أى موجود من الموجودات من منطلق المادة التى يتشكل منها، ولكن من منطلق ما يحتوى عليه من معلومات أدت إلى تشكيله على الهيئة التى تمكنه من ممارسته لوظائفه. ويُعرف هذا المحتوى المعلوماتى «بالمكون المعرفي» **The Know How** (فى مقابل المكون المادى)، أو إن شئت قلت «سر الصنعة». فموتور السيارة مثلاً، لا يكمن إبداعه فى كمية المعادن واللدائن المصنوع منها، ولكن فى تصميمه ودقائق المواصفات لكل قطعة من آلاف القطع التى يتكون منها، وهو ما يشغل مليارات الـ Bits بلغة الكمبيوتر. وهذا هو المكون المعرفي للموتور، والذى يجعله يباع بعشرات وربما بمئات الآلاف من الجنيهات، بدلاً من أن يباع ببائة جنيهه هى ثمن المواد التى يشتمل عليها.

(٢) «التطوير الموجه» أو «التطوير الإلهي» مفهوم جديد يتفق مع التطوريين فى أن الكائنات الحية قد تطورت عن سلف (أو أسلاف قليلة) مشترك. لكنه يختلف مع الدراوثة فى رفض أن تكون العشوائية أو الطبيعة العمياء هى التى أحدثت التطور. وبدلاً من ذلك، يرى مفهوم التطوير الموجه أن التطور قد تم بتدخل من الخالق الحكيم القادر. وبهذا ينجح هذا المفهوم فى الربط بين علم البيولوجيا القائل بالتطور، وبين الدين القائل بالإله الخالق. ومؤلف هذا الكتاب من رواد هذا المفهوم، ووضع فيه كتاباً بعنوان «كيف بدأ الخلق» - مكتبة الشروق الدولية، ٢٠١١.

## اعتراضات الملاحدة

قمنا خلال عرضنا لفصول الكتاب بطرح وتفنيد آراء الملاحدة، أولاً بأول، على ما طرحناه من مكتشفات علمية حديثة في مجال علاقة المخ بالعقل، ونحن هنا نلخص موقفهم من الأفكار الرئيسية الأربع التي استخلصناها من الكتاب.

من البديهي أن يرفض الملاحدة الأفكار الأولى والثانية والرابعة. فالملاحدة (من منطلق المنظور المادى للعلم) يرفضون القول بكل ما هو غيبى، ومن ثم يرفضون أن يكون وراء تشكيل المخ/العقل إله خالق، كما يرفضون أن يكون للإنسان جوهر غيبى له القدرة على الإدراك فوق الحسى. وأيضاً يرفض الملاحدة القول بوجود غيبى حقيقى تدركه آلياتنا العصبية البيولوجية، بالرغم من عجزهم عن إثبات أن عالم المادة أكثر حقيقية من العوالم الغيبية التى يستشعرها البعض عن طريق آليات التسامى؛ إذ إن كليهما يتم إدراكه بنفس الآليات العصبية.

وإذا نظرنا إلى الفكرة الثالثة، وجدنا الملاحدة يتهربون من قبول المردود الفكرى والفلسفى لحقيقة أن المخ البشرى قد زُود بآليات عصبية تمكنه من التسامى الروحى، ويرون أن هذه آليات ظهرت تطوراً عن بعض آليات أخرى (كآلية الجنس)، لكنهم يعجزون عن الإجابة عن التساؤلات التى وجهت إليهم فى هذا الشأن، وأهمها: ما هو الدافع التطورى لظهور آليات التسامى الروحى؟ وما الذى سيستفيده الإنسان - بالمنظور التطورى - من نشأة هذه الآليات، التى قد تغيبه عن ذاته وعن الوجود؟ وكيف يفسرون جوانب الاختلاف الكبيرة بين آلية الجنس وآليات التسامى الروحى؟

وإذا أردنا أن نلخص موقف الملاحدة من أفكار الكتاب العلمية، وجدناه لا يخرج عن أسس الفكر المادى التى ترفض القول بعوالم أو تفسيرات غيبية، ووصف ما يعجزون عن تفسيره من ظواهر بأنها هلاوس وتوهامات!

## اعتراضات المتدينين

أثناء إعداد الكتاب، ناقشت عددًا من المتدينين حول ما يحمله من أفكار. وبينت لهم أن الكتاب يطرح ردوداً علمية قوية على الملاحدة القائلين بأن استشعار بعض الناس لعوالم الغيب ليس إلا أوهامًا. وبينت لهم أيضًا، أن العلم أثبت وجود آليات عصبية سوية فى مخ/عقل الإنسان تجعله قادرًا على التواصل مع عوالم غيبية حقيقية ومع إله ذى وجود حقيقى، وأرى

أن ذلك يمثل ثورة في علوم المخ والأعصاب، تدفع بأدلة علوم العقيدة خطوات عديدة إلى الأمام.

في حواراتي تلك، أدركت أن العقبة الكؤود التي لا يستطيع معظم المتدينين تجاوزها (بالرغم من سعادتهم بما ذكرته من قبل) هي القول بأن المشاعر الروحية التي يستشعرها الإنسان، ترجع إلى آليات بيولوجية عصبية في المخ، ويعتبرون أن القول بذلك يتعارض مع القول بالروح، ويصرون على أن الروح باعتبارها مفهومًا غيبياً لا يمكن أن تعمل من خلال البيولوجيا.

وقد اخترت - قارئى الكريم - أن أعرض عليك تفصيلاً لرأى هذه المدرسة واسعة الانتشار بين المتعلمين والمثقفين، من خلال حوار دار مع أحدهم حول هذا الموضوع. وأنقل لك الحوار - بتصرف - عن كتابى «رحلة عقل»<sup>(١)</sup>، والحوار بعنوان:

### التشدد يتهم العلم

بينما كنت أناقش العلاقة بين الألوهية والدين وبين بيولوجيا المخ مع صديق له منظور دينى خاص، ومن أصحاب الثقافة العلمية الواسعة، تحول صديقى إلى إعصار مدمر يبحث المفاهيم العلمية التى طرحتها من جذورها ويبعثها أشلاء!!

كانت بؤرة إعصار صديقى أن كلاً من الجسد (شاملاً المخ) والروح ينتمى إلى وجود يختلف عن الآخر، وبالتالي يستحيل تخيل وجود علاقة بين الجسد وبين المشاعر الروحية. لذلك اعتبر أن ما أعرضه من مفاهيم علمية هو منتهى آمال الملاحدة؛ إذ إنه يثبت أن المشاعر تنشأ من بيولوجيا الجسد، ومن كمّ ينمحي عالم الغيب كلية (الله - الروح).

امتدت المناقشات الساخنة بيننا طويلاً، من خلال اللقاءات المباشرة، وعبر الهاتف والمراسلات. ولا شك أنك قارئى الكريم فى شغف لمعرفة كيف دار الحوار، وإلى ماذا انتهى:

بدأ صديقى هجومه قائلاً:

لا شك أنه يستحيل إقامة / فهم / تخيل علاقة سببية Causal بين الجسديات والروحانيات. وبالرغم من أن هناك علاقة تفاعلية Interaction بين الذات الإنسانية<sup>(٢)</sup> والجسم، تتلقى

(١) كتاب «رحلة عقل» - فصل بعنوان «العلم بين استغلال الملحد، واتهام المتشدد». مكتبة الشروق الدولية - الطبعة الرابعة - ٢٠١١.

(٢) يستخدم علماء النفس اصطلاح «الذات الإنسانية» كمرادف لمفهوم «الروح المدرك والنفس والعقل» الذى تستخدمه الديانات .

الذات من خلالها كل المعطيات الكونية Input من ضوء وصوت وكيمياء (الشم) وميكانيكا (اللمس)... إلخ، وتتفاعل معها، إلا أن الادعاء بأن استشعار الروحانيات مصدره بيولوجيا الجسد، فهذا محض هراء لا دليل عليه، ويستحيل مجرد تخيله.

إن تفجير المشاعر الروحية عند الإنسان يقتضى الإرادة والعزم والتصميم وجهاد النفس، مع إدراك لصفات الله، ومقتضيات الربوبية والعبودية. ولن تستطيع كيمياء النظام الجيني وكيمياء وكهرباء المخ، القيام بذلك.

بل لقد ثبت أن هناك هوة سحيقة بين كيمياء الشفرة الوراثية وبنية المخ المادية، وبين الصفات العليا للإنسان، وأنه يستحيل وجود قنطرة للاتصال بينهما Bridging the gap.

قلت لصديقي:

لقد استخدمت في عرضك اصطلاحات قاطعة جازمة، مثل «ثبت» و«يستحيل»، مع عدم وجود دليل علمي أو ديني على الثبوت أو الاستحالة. لقد انطلقت مما اعتبرته مسلمات وهي تفتقر إلى الدليل، وهاجمت من خلالها العلم والعلماء (كما سنرى فيما بعد).

إننى لا أدعى أن الجسد هو مصدر الروحانيات، لكننى أقول بعلاقة تفاعلية Interaction بين الذات الإنسانية والجسد، تلك العلاقة التى أقررت فى اعتراضك بوجودها، ثم عدت لتؤكد استحالة وجود اتصال بينهما!

لذلك هناك نقطة جوهرية (ربما تحسم الخلاف كله) ينبغى أن نوضحها، إنها منزلة الجسد بالنسبة للإنسان، من منظور الإسلام:

هل الجسد شيء مُدَنَّسٌ مُنْتَقَصٌ، لا يحقق الإنسان التسامى الروحى إلا بإذلاله أو تجاوزه، أم هو دابة الروح (كما يقول الإمام أبو حامد الغزالي)، أم هو أكثر من ذلك؟ هذه ثلاث مراتب للجسد ينبغى أن نختار من بينها.

لا شك أن كثيرًا من المتدينين يعتقدون فى الفهم الأول أو الثانى، وأرى أنه ينبغى تصحيح فهمهم وتعديله بشكل جذرى، لذلك نذكر بأن:

١- كانت رحلة المعراج لرسول الله ﷺ بالجسد والروح (فى الرأى الأرجح). والمقصود بذلك ليس إظهار قدرة الله ﷻ ولا تعظيمه لمنزلة رسوله الكريم فقط، لكنى أرى فى ذلك إشارة إلى أن حقيقة الإنسان هى الجسد والروح معًا، وأن الجسد يمكن أن يرقى مع الروح فى مراقبها، وأن ينفذ إلى عوالمها غير المادية.

٢- لا ينبغي أن نرُد على النقطة السابقة بأن هذه خصوصية لرسول الله ﷺ؛ إذ إن كل إنسان منا يحقق العروج الروحي عن طريق سجود الجسد والروح / النفس في الصلاة التي هي معراج المؤمن ﴿...وَأَسْجُدْ وَاقْتَرِبْ﴾ [العلق: ١٩].

٣- عندما أراد الله ﷻ أن يأخذ ميثاق ﴿أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ﴾ [الأعراف: ١٧٢] من بنى آدم، خاطب الأرواح / الأنفس من خلال الأجساد، بعد أن أخرج البشرية جميعاً من ظهر آدم في أجساد دقيقة كالذرر وأخذَ عليها الميثاق، ويمكن تفسير آية الميثاق على أن العهد قد وُضِعَ في نُطف (الحيوانات المنوية والبويضات) كل إنسان في زمانه. إن ذلك يعنى أن الفطرة قد وُضعت في الجسد، بالرغم من أن المخاطب بالعهد هو الروح / النفس.

٤- تأمل قول الله ﷻ في سورة النحل: ﴿وَاللَّهُ أَخْرَجَكُم مِّنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾ [النحل: ٧٨].

إن الإنسان يأتى إلى الدنيا بجسده ونفسه وروحه لا يعلم شيئاً، ثم يبدأ في اكتساب العلوم والمعارف من خلال حواس الجسد، فتتعلم أموراً عن عالم الغيب ﴿وَلِلَّهِ غَيْبُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا أُمِرَ السَّاعَةَ إِلَّا كَلِمَةً الْبَصِيرُ أَوْ هُوَ أَقْرَبُ إِنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾ [النحل: ٧٧] وأموراً عن عالم الشهادة ﴿أَلَمْ يَرَوْا إِلَى الطَّيْرِ مُسَخَّرَاتٍ فِي جَوْاءِ السَّمَاءِ مَا يُمَسِّكُهُنَّ إِلَّا اللَّهُ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ﴾ [النحل: ٧٩].

ليس ذلك فقط، بل إن الإنسان يتذكر العهد الذي قطعه الله على الروح / النفس ﴿أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ﴾ [الأعراف: ١٧٢] من خلال حواس الجسد أيضاً ﴿سَرُّبَهُمْ آيَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَفِي أَنفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَبَيِّنَ لَهُمُ اللَّهُ الْحَقُّ...﴾ [فصلت: ٥٣].

٥- في العبادات كلها (الصلاة والصوم والزكاة والحج) يقوم كل من الجسد والروح / النفس بدوره. وتصح العبادة من الناحية الشرعية إذا أديناها بالجسد، وإن قصرت الروح / النفس، أما العكس فغير صحيح!

٦- لا شك أن المنفعة تبادلية بين النفس والجسد. فالنفس ترقى بمجاهدات يشترك فيها الجسد، كقيام الليل والصيام. كذلك يحقق السمو النفسي فوائد جمّة للجسد، من خلال رفع مستوى المناعة، وخفض معدل النوبات القلبية والمخية، وتأخير الشيخوخة.

٧- بعد موت الإنسان ومفارقة الروح له، تحدّد لنا الشريعة كيف نقوم بمعاملة الجسد

معاملة تكريم وإعداد للحياة الأخرى. فيتم تفسيله ليكون على طهارة، ويُلف في كفن أبيض نظيف، ويُصلّى عليه، ويُدعى للمتوفى بالرحمة في حضور الجسد، ثم يُسجى مواجهًا القبلة.

٨- عند البعث، يُحشر الإنسان بروحه/ نفسه وجسده، ليتم محاسبته على معاصي النفس ومعاصي الجوارح. ويجازى الإنسان ككائن متكامل، بالنعيم أو بالعذاب.

تؤكد هذه النقاط الثماني، وغيرها كثير، التواصل بين الجسد والروح، ليس فقط من خلال علاقة سببية، بل لأن الجسد هو مظهر الروح، التي لا نعلم عنها إلا قليلاً: ﴿قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا﴾ [الإسراء: ٨٥] حتى يمكننا القول: إن كل ما يعتمل في الروح يطفح على الجسد.

﴿... إِذَا يَسْأَلُنِي عَلَيْهِمْ يَجِزُونَ لِلآذْقَانِ سُجْدًا﴾ [الإسراء: ١٠٧].

﴿وَيَجِزُونَ لِلآذْقَانِ يَكُونُ وَيَزِيدُهُمْ خُشُوعًا﴾ [الإسراء: ١٠٩].

سبحان ربي ﷻ!

وأضفت...

إذا كان القرآن الكريم يتحدث في بعض المواضع عن الجسد وعن الروح وعن النفس بشكل منفصل:

﴿إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلٰٓئِكَةِ إِنِّي خَلَقْتُ بَشَرًا مِّن طِينٍ﴾ [ص: ٧١].

﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا﴾ [الشمس: ٧].

﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ﴾ [الإسراء: ٨٥].

إلا أن الله ﷻ عندما يتحدث عن الإنسان، أو يوجه له الخطاب، ينظر إليه باعتباره كلاً متكاملًا، منذ يوم ﴿... أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ...﴾ [الأعراف: ١٧٢]، وحتى تلقى الله ونحيا خالدين في الحياة الأخرى:

﴿يَتَابِعُهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلَاقِيهِ﴾ [الانشقاق: ٦].

﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ﴾ [البلد: ٤].

إن الفصل بين مكونات الإنسان، واعتبار أن بعضها جوهرى (الروح) وبعضها عارض (الجسد) وبعضها واسطة بين الاثنين (النفس)، هو مصدر الالتباس. لذلك ينبغي أن نعيد صياغة نظرتنا للإنسان باعتباره كلاً متكاملًا. إذا أدركنا ذلك سنكون قادرين على تصور التواصل بين بيولوجيا الجسد وبين الروحانيات والشعوريات والسلوكيات، في سهولة ويسر.

لا شك أن الإسلام يتفرد بهذه النظرة المتكاملة. فاليهودية والمسيحية (على الهيئة التي بين أيدينا) تنظر إلى الجسد ورغباته باحتقار، وترى أن الخلاص في الحياة الأخرى لن يكتمل للروح إلا بعد أن يُبدّل الجسد المرتكب للمعاصي بجسد خالٍ من الرغبات المادية. كذلك ترى الهندوسية وديانات الشرق الأقصى أن حقيقة الإنسان هي الروح فقط، لذلك ترى السعادة الكبرى في تحرر الروح من الجسدية المذنسة، والتحاقها بالروح الكلى، كما تعود قطرة الماء إلى البحر المحيط.

قال صديقى:

تردد دائمًا أن العلماء والفلاسفة المؤمنين يؤكّدون أن اللغة الكهروكيميائية التي تتواصل بها خلايا المخ، لا تستطيع أن تُنتج المشاعر الإنسانية والروحية وكذلك السلوك، وأنهم استنتجوا من ذلك أنه ينبغي أن يكون للمشاعر والسلوك مصدر غير مادى. والآن تريد أن تقنعنا بأن نقبل أن تكون بضع قطرات من مادة كيميائية (كالسروتونين أو الدوبامين) مسئولة عن مشاعرنا الروحية، لمجرد أنها تنشط بعض الدوائر الكهربائية في المخ؟

أجبت صديقى قائلاً:

أوافقك على أن الناقلات الكيميائية والدوائر الكهروكيميائية بالمخ ليست هي المصدر الأعلى للمشاعر والسلوك.

إن دراسة العلم للعلاقة بين البيولوجيا والتدين، لا تعنى البحث عن المصدر الأعلى (الروح - الذات الإنسانية)، فهذا دور علم النفس والفلاسفة والدين، لكننا نبحث عن همزة الوصل بين الذات الإنسانية (الروح) وبين الجسد؛ إذ إن المخ لا بد أن يقوم بترجمة المشاعر والمفاهيم الكامنة في الذات/ الروح حتى يستشعرها الإنسان.

ونلاحظ ذلك في المرضى الذين يصابون بغيوبة لسبب أو لآخر، فعند إفاقتهم لا يتذكرون ما لم تدركه حواسهم أثناء الغيوبة. بل إن ما يُعرَف «بخبرات الذين اقتربوا من الموت» تتركز

في الفترات القريبة من الدخول والخروج من الغيوبة، أي الفترات التي يكون المخ فيها على درجة من الإدراك.

قال صديقي:

إذا كانت منظومة الجينات عند بعض الأشخاص تجعل أجسادهم قادرة على التواصل مع أرواحهم، فإن ذلك خصوصية للأنبياء والأولياء؛ وبذلك تكون أجسام هؤلاء مختلفة عن عامة الناس! ليكونوا جاهزين للتواصل مع عوالم الغيب.

قلت لصديقي:

لا شك أن أجساد الأنبياء والأولياء تتمتع بقدرة أعلى على التواصل مع عوالم الغيب. وقد أثبتت الأبحاث العلمية التي أجريت على الرهبان والعُباد ذلك<sup>(١)</sup>، كما تذكر كتب السيرة يُقَلّ الوحي (تواصل الذات الإنسانية مع عالم الغيب) على جسد المصطفى ﷺ.

لكن هذا لا ينفي أن التواصل بين «الذات الإنسانية / الروح» وبين الجسد الإنساني موجود عند كل البشر.

قاطعني صديقي قائلاً:

لماذا نبحث في العلاقة بين البيولوجيا المادية وبين المشاعر والروحانيات؟! أليس الله وحده هو الفاعل الحقيقي من وراء ستار الأسباب المتوهمة؟! ألم يُجمع علماء الأمة على أن الله يخلق الفعل في كل مرة دون سبب، وعَبَّرُوا عن ذلك بقولهم إن السكين لا تقطع، لكن الله يُحدث القطع عند حد السكين في كل مرة، أليست هذه هي عقيدتنا؟!!

إن ذلك يعني أن وجود همزة وصل بيولوجية بين الجسد وبين الروح / النفس غير مطلوب. فالله القادر على أن يخلق الفعل دون وسائط، قادر أيضًا على تفجير المشاعر في الإنسان دون وسائط.

وأضاف صديقي:

لقد سمعتك مرة تؤكد حتمية الربط بين الأسباب والنتائج، وتهاجم الفصل بينهما، وتقول إن ذلك يجعلنا أضحوكة العالم المتقدم، وقتها أحزنتني ذلك منك كثيرًا، لذلك أنتهز هذا الحوار،

(١) عرضنا هذه التجارب في الفصل التاسع من هذا الباب.

لأؤكد أن ذلك العالم شديد التأخر بالمقاييس الإنسانية والدينية، ولا ينبغي أن نهتم برأيه، بل يجب أن نتخلص من عقدة النقص هذه، والتي نعاني منها منذ قرون! هذأت من انفعال صديقي، ثم قلت له:

بعد أن استمعت إلى كلامك هذا، ازددت يقيناً بأن مكمناً داء أمتنا هو إهمال الربط بين الأسباب والنتائج، بالرغم من تأكيد الإسلام على احترام السنن الكونية. لقد تقاعس المسلمون عن الأخذ بالأسباب بحجة أن الله هو الفاعل في الحقيقة. فكانت النتيجة الحال السيئ الذي وصل إليه العالم الإسلامي.

وعندما تعرّض الإمام أبو حامد الغزالي لقضية فاعلية الأسباب (وهو حجة الإسلام الأصولي الصوفي الفقيه) أكد أن الله ﷻ قد وضع في الأسباب القدرة على الفعل، حتى صار الصواب أن نؤمن بأن السكين تقطع، بالرغم من أن القطع يتم بقدرة الله في كل مرة<sup>(١)</sup>.

وبالرغم من ذلك، فإن بعض علماء العقيدة في عصرنا، بعد أن يذكروا رأى الإمام الغزالي، ويستحسنونه، ويرون أنه يتوافق مع العقل ومع الواقع، يعودون فيؤكّدون أن عقيدة أهل السنة والجماعة، هي أن الأسباب لا تعمل!! وأن السكين لا تقطع، معتقدين أن القول بغير ذلك ينتقص من طلاقة القدرة والفعل الإلهي، ومن ثمّ ينتقص من كمال التوحيد وكمال التنزيه لله!

هل تأملت قول الحق ﷻ ﴿قُلْنَا يَا نُؤُفِي بِرَدَا وَسَلَّمًا عَلَىٰ إِبْرَاهِيمَ﴾ [الأنبياء: ٦٩].

لقد طلب الله ﷻ من النار أن تكون برداً وسلاماً، معنى ذلك أنها لو تركت لشأنها لأحرقت، بما أودعه الله ﷻ فيها من قدرة على الإحراق.

ومن اهتمام الله ﷻ بالأسباب، جعلها وسيلة تنفيذ أمره الإلهي «كن» لخلق كل شيء. فالحياة في كوكب الأرض مخلوقة بكلمة «كن»، وقد تطلب ذلك إعداد الأرض (من خلال قوانين الطبيعة) لاستقبال الحياة، على مدى ثمانية مليارات عام.

كما خلق الله ﷻ كل إنسان منا بكلمة «كن»، وتم تنفيذ هذا الأمر الإلهي من خلال تزواج أمهاتنا وأبائنا، ثم بقائنا في الأرحام لمدة تسعة أشهر.

(١) كتاب المستصفى للإمام أبي حامد الغزالي: ٢-٩٢.

بل إن الله ﷻ يخبرنا أنه يستخدم الأسباب في إدارة شئون الكون: ﴿وَنَزَّلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً مُّبْرَكًا فَأَنْبَتْنَا بِهِ جَنَّاتٍ وَحَبَّ الْحَصِيدِ﴾ [ق: ٩].

أى أن الله ينبت الزرع بالماء وليس عند الماء (كما يقول البعض)، بالرغم من أنه قادر على الإنبات دون أسباب.

### وأضفت قائلاً لصديقي:

إن إنكار فاعلية الأسباب التي وضعها الله ﷻ يشبه موقف فيلسوف الإلحاد الكبير ديفيد هيوم في بعض الجوانب؛ فهذا الملحد يأبى أن يكون هناك نظام للكون، ويرى أنه لا يخضع لقوانين، ويعتبر أن ما نراه من التزام الكون بنظام معين إنما هو من حكم العادة! وهذا تمامًا ما يقوله بعض علماء العقيدة!

وأنتهى حديثي حول هذه النقطة، بأن أشير إلى موقف أمير المؤمنين عمر بن الخطاب عندما سأل رجلاً عن أمر ما، فأجاب الرجل مُظهراً التقوى والخشوع: الله أعلم. فضربه عمر بعضاً في يده، وقال له: لا أسألك عن علم الله، لكنى أسألك عن علمك أنت.

وهذا هو حالنا، فعند دراستنا لقوانين الكون ينبغي أن نلتزم بالعلم الذي علمه الله لنا، ولا نتخذ من مشيئة الله وقدرته المطلقة تُسكأةً لإنكار السنن الكونية. كما لا ينبغي في محاولتنا للتنزيه الله ﷻ أن نتنكر للأسباب والقوانين الطبيعية، معتقدين أن ذلك من كمال التنزيه، بل ينبغي أن يكون مصدرنا في جميع الأمور الغيبية هو القرآن الكريم والسنة الصحيحة، واللذان أثبتنا فاعلية الأسباب.

### قال صديقي:

إن رفضي للعلاقة بين البيولوجيا والروحانيات يرجع إلى أن بنية المخ ومراكزه تحددها الجينات، ونحن نحصل على جيناتنا بالوراثة من والدينا، معنى ذلك أن استعدادنا لتقبل المفاهيم الدينية تساهم فيه الوراثة، كما يدعى البعض أن للتنشئة التي يقوم بها الوالدان أيضاً دوراً في تبني هذه المفاهيم. وأنا أؤكد لك أنه لا فرق بين أن يُنشأ الإنسان في عائلة ملتزمة أو في عائلة غير ملتزمة، إذ إن الإيمان هبة إلهية محضة، يهبها الله لمن يتوجه (بمجرد توجه) إلى الحق والحقيقة.

إن قولك هذا يقدر في العدل الإلهي، ويمثل خللاً شديداً في العقيدة!

قلت لصديقى، بعد أن سألت الله ﷻ أن يحفظ علينا العقيدة الصحيحة:

إن العلماء قد توصلوا إلى مراكز في المخ مسئولة عن المشاعر الروحية (كما ذكرنا في فصول هذا الباب)، معنى ذلك أن الله ﷻ قد وضع فينا فطرة التدين، كذلك فإن دور التنشئة والتربية في التمسك بالمفاهيم الدينية لا ينكره منصف.

وأعتقد أن كل إنسان إذا تأمل من يعرف من العائلات الملتزمة دينياً وغير الملتزمة، فسيتأد من صدق هذه المفاهيم البيولوجية والتربوية، حتى صار القول الذى يُنسب لرسول الله ﷺ: «تخيروا لنطفكم فإن العرق دَسَّاس» بمثابة الأثر المحترم والحكمة الحكيمة عند العرب، حتى وإن لم يصح تخريجه عند رجال الحديث<sup>(١)</sup>.

وأضفت، إن التفاوت في استعداداتنا الوراثية والبيئية لتقبُّل المفاهيم الدينية، لا يتعارض مع العدل الإلهي. فالخالق ﷻ أعلم منا باستعداداتنا، ولا شك أن هذا الاستعداد يؤخذ في الاعتبار عند الحساب، فالعدل الإلهي ليس في معاملة البشر جميعاً بنفس المقاييس، ولكن في محاسبة كل منا تبعاً لظروفه التى خلقه الله فيها.

بعد أن انتهى صديقى من طرح اعتراضاته الخاصة بالعقيدة، انتقل إلى الهجوم على العلماء المهتمين بالعلاقة بين المشاعر الروحية وبين البيولوجيا، وإلى الهجوم على من ينقل عنهم، فقال:

١- تعلم يقيناً أن العلماء الماديين الملحدون لا يعترفون بأية قيم أخلاقية! لذلك يارسون الغش والدجل، ويتجاهلون الصدق والأمانة والشرف في أبحاثهم العلمية.

٢- ينطلق هؤلاء المهرجون من أساسيات يؤمنون بها، منها أن التطور الدارويني حقيقة، وأن المخ المادى هو ذات الإنسان. والصواب أن ينطلقوا في بحثهم متجردين من أى مفاهيم مسبقة.

٣- يقوم هؤلاء الماديون بالبحث في الأصول المادية للمشاعر والعقائد، قاصدين أن يثبتوا أن الإنسان ليس إلا المادة فقط. ولا مانع لديهم من كى المفاهيم التى يتوصلون إليها، ويقيمون فوق هذه النواة الصغيرة بناءً شاهقاً من الخداع والدجل والغش، ليؤيدوا آراءهم المادية المسبقة، ثم يخاطبوننا من خلال كتبهم كما لو كنا قطيعاً من الأنعام، لا نفهم ولا نميز.

(١) أورده الديلمي وصححه ابن الجوزى، وقد رواه عن عمر وابن عمر وأنس وعائشة.

٤- إن التعامل مع كتابات هؤلاء، لا يكون بالتحليل والنقد، ثم موافقتهم فيما يقولون من صواب، ورد ما نراه خطأً. إن الأسلوب الصحيح هو الرفض التام لادعاءاتهم المادية، ثم البرهنة على هذا الرفض، ثم محاولة تقديم التفسير الأصح. ولا ينبغي أن نعيد صياغة ما يقولون، أو نضيف إليه، أو أن نعيد قراءته، من أجل تصحيح صورتهم.

٥- أظنك توافقني على أن الروح هو المتحكم في الجسد؛ لذلك ينبغي أن يبدأ البحث العلمى من الروح. أما هؤلاء الدجالون فيخالفون المبدأ العلمى، ويبدءون بحثهم من أسفل لأعلى، من المادة (البيولوجيا) إلى الروح، وأننى لهم باجتياز الهوة بين الاثنين. لذلك فالصواب أن يترك العلم قضية المشاعر الروحية للدين، وألا يقترب من هذه المنطقة المحرمة.

أجبت صديقى قائلاً:

١- إن النقاط التى ذكرتها، تحتم على أن أوضح مبدأً محوريًا فى منهج التفكير العلمى، عسى أن يزيل ذلك الكثير من اللبس:

يجب أن نُفرِّق بين ما يتمخض عنه البحث العلمى من إثبات أو نفي لبعض المفاهيم العلمية المطروحة للدراسة، وبين تأويل هذه النتائج ووضعها فى سياقها الفكرى والفلسفى.

أوضح هذا بمثال: لقد أثبت العلم أن التواصل بين المراكز العصبية المختلفة فى مخ المرأة أغزر من التواصل بين هذه المراكز فى مخ الرجل. هذه حقيقة علمية، تبناها دعاة تفوق المرأة على الرجل «الأنثويون Feminists»، واستنتجوا أن التواصل بين مراكز اتخاذ القرارات وبين المراكز الشعورية يجعل المرأة تضع الاعتبارات الإنسانية فى الحسبان عند اتخاذ أى قرار، أى أن نظرة المرأة تكون أكثر شمولية من نظرة الرجل. أما دعاة تفوق الرجل على المرأة «الذكوريون Musculinists» فيستنتجون من الحقيقة العلمية نفسها أن العواطف والانفعالات تُشوِّش على اتخاذ القرار عند المرأة، وتجعل قراراتها غير صائبة.

سبحان الله! نفس الحقيقة العلمية تم استغلالها لإثبات وجهتى نظر متضادتين.

إذا عدنا إلى قضيتنا الأساسية، وجدنا أن العلم قد أثبت عددًا من المفاهيم والعلاقات بين الإيمان والبيولوجيا، وقد تبنى الباحثون تجاه هذه المفاهيم، أحد موقفين متضادين:

- اعتبرها الماديون دليلاً على أن المادة هي الذات الإنسانية، وأننا لسنا بحاجة إلى وجود غيبى (كالروح) لتفسير المشاعر الروحية والإنسانية والمنظومة الأخلاقية، وألّفوا في ذلك الكتب.

- واعتبرها المتدينون دليلاً على أن الله ﷻ قد وضع الفطرة الدينية والأخلاقية في مخ الإنسان وفي شفرته الوراثية، واعتبروا هذه المفاهيم همزة الوصل بين الروح والجسد. وألّفوا في ذلك الكتب.

لذلك لا ينبغي للباحث المنصف أن يرفض المفاهيم العلمية إذا لم تتوافق مع عقيدته، ولكن ينبغي عليه دراسة هذه المفاهيم ووضعها في سياقها الفكري المناسب.

٢- إذا كان بعض الماديين ينطلقون من مفاهيم مسبقة، فإن هذه ليست سِمَتَهُمْ جميعاً، فهذا زعيم الملاحدة أنتونى فلو<sup>(١)</sup> يتبع البرهان إلى حيث يقوده، وقد قاده بالفعل إلى أن هناك إلهاً.

بل يؤسّفى أن أقول إن الانطلاق من المفاهيم المسبقة التى قد تحالف ما عليه الدين والعلم قد أصبح سمة غالبية عند الكثيرين من المتدينين! ومن هذه المفاهيم، قولكم إنه يستحيل إقامة/ فهم/ تخيل علاقة سببية بين الجسديات والروحانيات. وكذلك قولكم: إن تفاوت استعداد الناس لتقبل المفاهيم الدينية يتنافى مع العدل الإلهى.

ومن هذه المفاهيم المسبقة أيضاً اعتباركم أن الملحدّين جميعاً عديمو الشرف والصدق، وأنهم غشاشون ودجالون، بالرغم من أن المنظومة الأخلاقية منظومة فطرية، سبق وجودها الديانات، ومن ثمّ لا ينبغي أن نعتبر أن جميع الملحدّين يحيون في خواء أخلاقي!

٣- أتفق معك في أن الذات الإنسانية هي الموجهة للجسد، لكن هذا لا يعنى أن البحث العلمى ينبغى أن يبدأ من الذات فقط. بل إن المنهج العلمى يسمح بأن يتجه البحث من الأعلى إلى الأدنى، وكذلك من الأدنى إلى الأعلى.

صديقى العزيز...

أرجو ألا تثير ردودى الضيق لديكم.

(١) تحدثنا عنه في مقدمة الكتاب .

أعلم مقدار ما تحملونه من رفض لمفاهيم الماديين، وأعرف أسبابه، لكن ينبغي ألا ننزلق إلى القذف والتشهير والهجوم الشخصي، خاصة أن هذا الأسلوب يفقدنا الكثير من حجية براهيننا؛ لذلك ينبغي أن نتمسك بالأسلوب الأمثل الذي حدده القرآن الكريم:

﴿ ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَدِّ لَهُمْ بِالنِّسْبَةِ أَيْ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ﴾ [النحل: ١٢٥].

إن في هذه الفترة من عصر العلم فرصة ذهبية لتعريف الناس ببرهم. فالعالم يموج بالاهتمام بالعلم، حتى إن كتاباً مثل «تاريخ موجز للزمن» تأليف ستيفن هوكينج، الذي يتحدث عن خلق الكون، أصبح أكثر الكتب مبيعاً في التاريخ، فقد بيع بمعدل نسخة لكل ٥٠٠ إنسان يجيئون على الأرض. كما كان البرنامج التليفزيوني (الكون) الذي أعده كارل ساجان، أكثر البرامج مشاهدة في التاريخ. كذلك أصبحت الكتب التي تتحدث عن علاقة الدين بالجينات وبالمخ من أكثر الكتب مبيعاً The Best Sellers.

إن العلم هو اللغة التي يفهمها إنسان القرن الحادي والعشرين في جميع دول العالم، وسبحان من أخبرنا بهذا منذ أربعة عشر قرناً:

﴿ سَرَّيْهِمْ ءَايَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَبَيِّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ ﴾ [فصلت: ٥٣].

ويأتي ما نقلناه عن مجلة تايم الأمريكية في تعليقها في تغير موقف أنتوني فلو، كأنه استجابة مباشرة لهذه الآية. قالت المجلة: «على رأس الاكتشافات المبهرة التي توصل إليها العلم الحديث، يأتي اكتشاف أن هناك إلهاً».

صديقي...

لا ينبغي أن يكون موقف المتدينين تجاه ما يتوصل إليه العلم، هو الرفض، والرفض فقط، لكل ما يخالف فهمهم، خاصة أننا في هذا الطور الحضاري مقصرون في تحصيل العلم والمعرفة.

وإذا كان المسلمون يمتلكون النص المقدس المعصوم (القرآن الكريم والسنة النبوية الصحيحة)، فهذه مسئولية كبرى في أعناقهم، تحتم عليهم أن يعملوا عقولهم للفهم عن الله لنصوص قُصد منها أن تتجاوب بسلاسة ويسر مع المستجدات العلمية والحضارية، حتى تدرك البشرية من خلال هذه المستجدات أن الله ﷻ حق.

وإذا كنا في العصر الحديث، قد عجزنا (مع استطاعتنا) عن أن نقود الإنسانية في طريق العلم، فليس أقل من أن ننهل مما يتكشّف من المعارف، فالحكمة ضالة المؤمن أنّى وجدها فهو أولى الناس بها.

إن آيات القرآن الكريم، كالرحيق في الزهرة، ينبغي على النحل بذل الجهد الكبير حتى يحوله إلى عسل صافٍ فيه شفاء للناس. أما ادعاء الاستثثار بالمعرفة، لمجرد أننا نمتلك النص المقدس دون بذل الجهد للفهم والتفاعل الحضارى فخطأ فادح. كذلك أن نوصد الباب أمام العقل باعتبار أن كل ما نقول أمورًا من العقيدة التي لا ينبغي النظر فيها، وهي ليست كذلك، فهو خطأ أكبر.

لا ينبغي في هذا العصر أن نضفى القداسة على ما قاله المسلمون السابقون، كما فعلت الكنيسة في العصور الوسطى، وأن نعتبره الحق المطلق، ونردده في مجالسنا ومنتدياتنا و«حَصْرَاتنا»، و«نمصمص الشفاه» سعداء بأقوال تحتاج إلى إعادة نظر وإعادة فهم.

إننا بهذا الأسلوب نخاطب أنفسنا ومنتشئى لما نقول، بينما العالم والعلم يتجاوزوننا، ولا يلقون إلى معارفنا بالآ. هذه المعارف التي يحتاجها الإنسان كاحتياجه للطعام والشراب، لكننا قد كدّرنا المنهل ولوّثنا المشرب، ولا حول ولا قوة إلا بالله.

القارئ الكريم...

إن لم تكن قد قررت إعادة قراءة الكتاب (لعمقه وثرائه وإثارته)!- فلا أقل من أن تعيد قراءة الحوار الأخير مع صديقى، فهو يحمل رسالة لا غنى عنها لكل متدين يحمل على كتفيه هموم الإسلام.

وفي نهاية الكتاب أعتذر أنني قد ختمته بهذه الخاتمة الساخنة، فلا شك أنك لو تبنت ما فيه من آراء، وبدأت في الترويج لها، فستقابل بمثل هذه الاعتراضات، تصاغ وتقدم لك بأساليب متعددة، فلعلى في هذا الفصل الأخير قد زودتك ببعض ما ينبغي أن يقال في هذه المواقف.

\*\*\*

# حصاد الرحلة

أولاً: المخ البشرى أعقد موجود في الكون

ثانياً: التعقل سمة التفرد الإنساني

ثالثاً: هكذا يمارس المخ التعقل

رابعاً: هكذا صرنا بشرًا

خامساً: نتجلى إنسانيتنا في متواليات: الوعي والذكاء - العقل - الذات

سادساً: الألوهية اكتشاف وليست اختراع

سابعاً: الطقوس والعبادات ممارسات ضرورية للديانات

ثامناً: التصوف الحقيقي تجربة بيولوجية حقيقية

تاسعاً: العقل كالعضلات، يزداد قوة بالتدريب

عاشراً: تأملات...

١- نحن موجودون لحكمة وبقصد... نصفنا قرد ونصفنا ملاك

٢- فلنعيد قراءة الوجود

٣- القرآن الكريم والذات الإنسانية

٤ - الذات الإلهية والذات الإنسانية

خلاصة الحصاد





## حصاد الرحلة

وصلنا إلى نهاية رحلتنا، وأتمنى أن تكون - قارئى الكريم - قد استمتعت بها، وأن أوان قطف ثمارها.

ذكرنا فى مقدمة الكتاب أن الآراء عن العلاقة بين العقل والمخ تتراوح بين آراء مغرقة فى ماديتها، ترى أن العقل إفراز مباشر للمخ كما تفرز الكلى البول، وآراء أخرى ترى أن النشاطات العقلية مهمة جوهر غيبى غير مادى فى الإنسان، وهو الروح، وتجرد المخ من أى دور فى هذه النشاطات. وقد بينّا فى المقدمة أن هدفنا هو محاولة الفصل فى هذه القضية من خلال معرفة كلمة العلم التجريبي فى العلاقة بين العقل والمخ، فهل وَفَّقنا فى عرضنا فى بلوغ هذا الهدف؟ ولا شك أن الاستفادة من دراستنا المهمة لا تكتمل إلا بتلخيص نتائجها، حتى تكون حاضرة فى أذهاننا كلما فكرنا فى هذه القضية. ويمكن الخروج من هذه الدراسة بالحقائق والمفاهيم التالية:

### أولاً: المخ البشرى أعقد موجود فى الكون

١- تبلغ عدد خلايا المخ البشرى حوالى مائة مليار خلية، تشغل حيزاً فى حجم ثمرة المانجو الكبيرة (قراءة ١٣٥٠ سم<sup>٣</sup>). وتتواصل هذه الخلايا فيما بينها بكثافة أغزر من كل أنواع التواصل بين كل سكان كوكب الأرض!. وتمارس هذه الخلايا وظائفها المبهرة وتتواصل فيما بينها عن طريق آلية واحدة، وهى اللغة الكهروكيميائية (نبضات كهربائية وناقلات عصبية كيميائية).

٢- يمكن (دون أى تجاوز للحقائق العلمية) اعتبار أن المخ البشرى يشتمل على عقليْن؛ الأول هو العقل الانفعالى، الذى يتحكم فى مشاعرنا وعواطفنا وانفعالاتنا، والثانى

هو العقل المنطقي، الذي يقوم بالنشاطات العقلية التي تقع في المستوى الواعي، ولكل من هذين العقلين نشأته الجنينية وتطوره البيولوجي. وهناك تنسيق وتناغم بين نشاطات العقلين.

٣- تتوزع المهام العقلية والشعورية بين نصفي المخ الكرويين بشكل غير متماثل، ويتم إخراج الشكل النهائي لهذه المهام من خلال التواصل بين النصفين عن طريق ألياف عصبية خاصة تعرف بالجسم الجاسع.

٤- تنقسم الكثير من أفعالنا التي نقوم بها (كالتبسم)، إلى إرادية ولا إرادية، ولكل منهما مراكزه ودوائره العصبية التي تؤدي تلفها إلى تعطل هذا النوع من الفعل دون النوع الآخر.

٥- الموجودات المحيطة بنا في حقيقتها ليست إلا موجات ذات أطوال مختلفة. وتستقبل أعضاء الحس هذه الموجات وتحولها إلى نبضات كهربائية تنتقل داخل المخ، حتى تصل إلى المراكز المقابلة، التي تقوم بترجمة النبضات إلى أصوات وصور وألوان ومجسمات و...

معنى ذلك أنه بدون هذه المراكز ووظائفها فليس لهذه المدركات وجود على الهيئة التي نحسها!! ومن ثم يؤدي عطب بعض هذه المراكز إلى «إنكار» وجود هذه المدركات، إلى درجة أن ينكر الإنسان وجود ذراعه أو نصف جسده أو نصف الوجود الخارجي. وعلى العكس، يؤدي النشاط التلقائي لهذه المراكز إلى أن يشعر الإنسان - مثلاً - بوجود ذراعه المبتورة!

باختصار، إن هيئة الوجود من حولنا، وكذلك إدراكنا لأجسامنا، ما هو إلا حصيلة نشاط مراكز قشرتنا المخية.

٦- إن الإدراك عملية شديدة التعقيد، حتى أن هناك - مثلاً - ثلاثين مركزاً مسئولاً عن الإبصار. ومن ثم فإن عطباً يصيب أيًا منها يؤدي إلى نوع مختلف من الخلل؛ فقد يفقد الإنسان قدرته على رؤية الألوان، وقد يرى المدركات كأنها ذات بعدين، وقد يبصر الأشياء المتحركة كصور ثابتة متتابعة، وقد يصير أعمى لكنه يستطيع التحرك بين أثاث غرفة - لم يدخلها قبلاً - دون أن يصطدم به، وهو ما يعرف بإبصار العميان.

٧- شهد العقدان السابقان ثورة في علوم المخ والأعصاب، تقوم على دعامتين؛ الأولى، أن المخ البشري قابل للتغير والتجديد، على عكس المفهوم التقليدي السابق، وتُعرف

هذه القابلية بـ «اللدونة العصبية». والدعامة الثانية، أن هناك فوارق بيولوجية في البنية وطريقة أداء العمل بين مخ الرجل ومخ المرأة، أطلق عليها العلماء «الثنائية الجنوسية»، وهى المسئولة عما نشاهد من فوارق نفسية وعقلية وسلوكية بين الجنسين.

٨- منذ سنوات قليلة حقق العلم الحديث واحدًا من أعظم الاكتشافات في مجال آليات المخ. فإذا كان الإنسان ينبغي أن يُنشَّط بعض الخلايا العصبية من أجل أن يمارس نشاطًا ما (كلعب كرة القدم)، فالجديد أنه تم العثور في الفص الجدارى لمخ الإنسان (وبعض الرئيسيات والطيور) على بعض الخلايا التى تنشط عند مشاهدة الفعل، فأطلق عليها «عصبونات المحاكاة».

معنى ذلك أن أمخاخنا تتعلم من مشاهدة ممارسة الفعل، وليس فقط من الممارسة الحقيقية، ولا شك أن هذا المفهوم سيغير كثيرًا من نظريات التعلم. كما يفسر ذلك لماذا نتعاطف مع معاناة إنسان، فأمخاخنا تشعر كأننا نشاركه المعاناة.

### ثانيًا: التعقل سمة التفرد الإنسانى

لا شك أن تدنى الملكات العقلية عند الإنسان أو تعطلها، يؤدى إلى فقدانه لتمييزه على غيره من الكائنات، حتى يصير مناظرًا لها، وربما أدنى منها. وقد توصل المتخصصون إلى تلك الملكات التى تميزنا عما سوانا من الكائنات، وجعلتنا بانين لحضارات عديدة عبر التاريخ وعبر الجغرافيا. وأهم هذه الملكات:

١- يُعتبر «الذكاء» وما يتبعه من «القدرة على الإبداع» من أهم السمات العقلية الإنسانية. وليس المقصود هو القدرة على التحصيل الدراسى فقط؛ فقد ثبت أن الذكاء أنواع متعددة، يتميز كل جنس عن الجنس الآخر فى بعضها، كما يمتلك كل فرد قدرًا متفاوتًا من كل نوع، حتى صار المتخصصون يتحدثون عما يُعرف بـ «السمت العقلى» المميز لكل إنسان.

٢- تُعتبر «حرية الإرادة والاختيار» من الملكات الإنسانية التى لا غنى عنها، بل إن القرآن الكريم يعتبرها محور إنسانية الإنسان، وعليها يتوقف مآله فى حياته الأخرى بعد الموت.

٣- إن القدرة على تخيل ما يمكن أن يحدث في المستقبل، والتي تُعرف بـ «الانتقال العقلي عبر الزمن» هي الملكة التي تقف وراء الإبداع الإنساني؛ فعليها تتوقف القدرة على توليد الأفكار، سواء في المجال الأدبي أو العلمي أو باقي الفنون.

٤- تختلف «اللغة الإنسانية» عن باقي أنواع التواصل التي تمارسها مختلف الكائنات الحية. فاللغة تضع داخل المخ البشرى مقابلًا للعالم المحيط، فتمكّن الإنسان من أن يكون له تاريخ، وأن يعيش في الحاضر، وأن يخطط للمستقبل. كما تُعتبر اللغة وسيلة التفكير، خاصة فيما يتعلق بالمفاهيم المجردة، حتى قيل «اللغة فكر منطوق، والفكر لغة صامتة». ذلك بالإضافة إلى أنها أهم وسائل التواصل بين البشر.

وإذا كانت المفردات ومعانيها تختلف من لغة لأخرى، فإن البشر باختلاف لغاتهم يبنون جملهم بطريقة متشابهة، وهي ما تعرف ببنية اللغة، وهذه البنية تُطوّر وتُخضع جزئيًا للظروف المحيطة. ومقدرة الإنسان على بناء اللغة مقدرة فطرية، يولد الإنسان وقد زود مخه بالقدرة عليها.

٥- ومن أهم الملكات العقلية للإنسان إدراكه الفطري البديهي بأن «لكل حدث مسبب»، وهو ما يعرف بـ «الإيمان بالسببية». وبدافع من هذه الملكة ابتكر الإنسان الفلسفة، وطور لغته، وابتكر الأدوات ليستخدمها في مهام مختلفة. لذلك يهتم الباحثون بدراسة العلاقة بين الثلاثي (السببية - اللغة - ابتكار الأدوات).

٦- اقترح بعض البيولوجيين تسمية الإنسان بـ «الإنسان الباحث»، تشبهاً باسمه الحالي «الإنسان العاقل». فالإنسان يختلف في بحثه عن باقي الكائنات التي تبحث لتحقيق فائدة مباشرة (كبحث الحيوانات عن الطعام والنباتات عن الضوء)، أما بحث الإنسان فتقف وراءه غريزة حب الاستطلاع والمعرفة والإيمان بالسببية، حتى إن هناك مناطق مخية خاصة تنشط عند اتخاذ الإنسان قرارات تتسم بالمخاطرة والمقامرة.

٧- وإذا كان «السلوك الاجتماعي» سمة مميزة للعديد من الكائنات، مثل النمل والنحل، فإن هذا السلوك يتميز في الإنسان بالعمق. ويظهر ذلك في قدرة الإنسان على توقع ما يدور في عقل الآخر (قراءة العقول)، والتعاون مع الآخرين الذي يصل إلى التضححية بالذات من أجلهم، كما يظهر في عمق مشاركة الآخرين في آمالهم وآلامهم باستخدام اللغة.

لا شك أن ما ذكرنا من ملكات معرفية وسلوكية تميز الإنسان، إنما هي نتائج وليست أسباب. أما السبب وراء ذلك كله فهو العقل البشرى، الذى صار قادرًا على أن يصيغ معارفه على هيئة تساؤل منهجى:

«من» «فعل» «ماذا» «لن» و «متى» و «أين» و «لماذا»؟

بذلك صار الإنسان مختلفًا عن باقى الكائنات.

ثالثًا: هكذا يمارس المخ التعقل:

ربما كانت هذه الثمرة من الحصاد ألصق المفاهيم بموضوع الكتاب (ثم صار المخ عقلاً). ويمكن تلخيص آليات ممارسة المخ للتعقل فى هذه النقاط:

١ - لقد صرنا الآن نعرف أن عملية التعقل تتم على مرحلتين؛ الأولى، مرحلة الإدراك (الانتباه) والمسئول عنها فى المقام الأول مناطق التريطب المختلفة بالقشرة المخية. وهذا المستوى من التعقل (مرحلة الإدراك) تشارك فيه الإنسان - بدرجات متفاوتة - مختلف الكائنات الحية، وبخاصة الرئيسيات.

والمرحلة الثانية، هى (مرحلة الفهم)، وهى سمة مميزة للإنسان، يفهم بها الوجود من حوله بما يتماشى مع بنيتها كإنسان، وتقوم بها مراكز الآليات المعرفية بالقشرة المخية، وقد أفرزت هذه الخطوة ما يميز الحضارة الإنسانية من إبداع وابتكار.

٢ - لقد ثبت (باستخدام تقنيات تصوير المخ الحديثة) أن عملية التعقل تتطلب مشاركة العديد من مراكز المخ. فبالإضافة إلى المراكز الحسية ومناطق التريطب ومراكز الآليات المعرفية فى القشرة المخية، يقوم الجهاز الشبكي المُنشَّط<sup>(١)</sup> بدور تنشيطى هام للقشرة المخية، بل إن غياب هذا الدور يؤدي إلى الغيبوبة. كذلك يقوم الجهاز الحوفي بدوره الحيوى الشعورى والانفعالى فى منظومة التعقل.

٣ - إن جميع هذه المراكز تتواصل فيما بينها وينشط كل منها الآخر، فما أن تلتقط إحدى هذه المراكز مثيرًا ما من الوسط الخارجى (ومن الأفكار الذاتية) حتى تستخلص صفاته المميزة وتتناقلها بين المراكز المختلفة، حتى يدرك العقل طبيعة هذا النشاط،

(١) Reticular Activation System

ويحدد كيف تستجيب له؛ هل أجرى، هل أأكل،... وفي المواقف المناسبة تُستخدم هذه المدرّكات في الإبداع والابتكار.

باختصار، يعتبر العلم - حتى الآن - أن «التنشيط المتزامن» لهذه المراكز هو الذى يؤدي إلى الإدراك وإلى الفهم، أى يؤدي إلى التعقل.

٤ - هناك اتفاق بين علماء النفس التطوريين والتربويين على أن «نظرية العقل»، التى هى القدرة على تصور ما يدركه الآخر، تمثل فرقاً جوهرياً بين الإنسان وغيره من الكائنات. فإذا كان لدى معظم الكائنات معرفة بمحتوى عقولها (يُعرف ذلك بالمستوى الأول من الإدراك)، فإن لدى الإنسان البالغ القدرة على الإدراك إلى عدة مستويات متصاعدة؛ فنحن قادرون على أن ندرك أن الآخر مقتنع بأن شخصاً ثالثاً يدرك أن الرابع يفكر فى... وهكذا إلى المستوى السادس (فى حالة الإنسان العادى). وتتجسد هذه القدرة فى الإبداع الأدبى، عندما يحاول المؤلف أن يقنعنا بكيف يفكر أبطال قصته.

٥ - إن كل ما يدركه العقل (المحسوسات - الأفكار - المشاعر - الذكريات...) يتم تجميعه قطعة قطعة عن طريق آليات المخ. فالحواس تستقبل الموجات وتحولها إلى نبضات كهربائية، ثم تمررها إلى مناطق الاستقبال الأولية التى تدركها على هيئة بدائية، ومنها إلى مناطق الاستقبال الثانوية، التى تنقيها وتصنفها وتوضحها، وأخيراً تصل إلى مناطق التريبط، التى تقوم بربط المدركات من مختلف الحواس مع المعلومات الموجودة فى الذاكرة، وكذلك مع مراكز الشعور والانفعال، فتتشكل المدركات متعددة الجوانب التى تمثل لبنات الوعى.

وتوجد فى القشرة المخية عدة مناطق للتريبط؛ أهمها منطقة تريبط الإبصار المسئولة عن إدراكنا التفصيل للمبصرات، ومنطقة تريبط التشكيل OAA التى تُمكن الإنسان من رسم صورة ثلاثية الأبعاد لجسده، وكذلك رسم صورة للوجود من حوله (تشكيل صورة الذات والمحيط)، ومنطقة تريبط الانتباه AAA المسئولة عن التحكم فى السلوك الذى يهدف لتحقيق هدف معين، وأخيراً منطقة تريبط المفاهيم اللفظية، وهى المسئولة عن فهم وإنتاج اللغة.

٦ - بعد مهمة «الإدراك»، تقوم عقولنا بمهمة «الفهم»، عن طريق «الآليات المعرفية» التى تمكننا من أن نفكر ونستشعر ونخبر العالم من حولنا بالطريقة التى تتناسب مع

العقل البشرى. إن تلك الآليات هي المبادئ المنظمة لأداء المخ؛ إنها قدرتنا الفطرية - الغريزية - التى تعمل فى تجانس تام من أجل أن نصبح الكائن المفكر الواعى المستنير الذى يفهم ويحلل ويؤول العالم من حولنا. وقد توصل العلم - حتى الآن - إلى عشرٍ من هذه الآليات، وهى آليات التجميع، الاختزال، التجريد، التوليد، الترميز، الكم، السببية، الشق الثنائى، الإيجاد، وأخيراً آلية الانفعال التى تضىء المشاعر على ما ندركه بالآليات السابقة، أو قل إنها تُنسن مدركاتنا.

هذا أبعد ما استطاع العلم الوصول إليه - حتى الآن - فى العلاقة بين المخ المادى ونشاطه الكهروكيميائى وبين العقل البشرى بنشاطاته الفكرية والإبداعية والشعورية. ولا شك أن هذا المستوى من الآليات والعلاقات لا يروى غليلاً، فهو غير كاف لتفسير النقلة بين المخ والعقل، ويجدوننا الأمل فى أن يقربنا العلم بشكل أكبر من هذه النقلة الجبارة، التى سيظل الجزء الأكبر منها سرّاً من أسرار الوجود.

#### رابعاً: هكذا صرنا بشراً

هنا وصلنا إلى المنطقة المحظورة التى يتحرج كثير من الباحثين الخوض فيها. إذ ينظر كثير من المتدينين إلى الذين يتمشون مع العلم فى أن الإنسان قد خلق تطوراً عن كائنات أدنى منه نظرة ريبة، تصل من بعضهم إلى حد التكفير!

١ - إذا نظرنا إلى نظرية دارون وجدنا أنها تتكون من شقين رئيسيين؛ الأول هو أن الإنسان قد خُلِقَ تطوراً عن كائنات أدنى منه، وهذا أمر أثبتته العلم وصار من أساسيات علم البيولوجيا، ولا نرى فيه تعارضاً مع نظرة الدين لخلق الإنسان. والشق الثانى هو أن هذا التطور قد تم بشكل عشوائى، ونحن نرى أن دارون لو كان على دراية فى عصره بمدى تعقيد ظاهرة الحياة والشفرة الوراثية لما قال بذلك، ولشاركنا فى القول بأن التطور قد تم بتوجيه من خالق قادر ذكى. ومن ثم فنحن نتفق مع بعض مدارس التصميم الذكى التى ترى أن الله عز وجل قد خلق الإنسان بألية التطور التى قام بتوجيهها، وهذا لا يقل فى الاستدلال على قدرة الله عز وجل من القول بالخلق الخاص المباشر.

أما النصوص المقدسة فى القرآن الكريم، والتى يشير ظاهرها إلى أن الإنسان قد خُلِقَ خلقاً خاصاً، فىمكن فهمها فى انسجام ووضوح فى ضوء مفهوم الخلق التطورى الذى

يقوم به الله عز وجل، والذي صار يُشار إليه باصطلاح «التطور الموجه» أو «التطوير الإلهي (Theitic Evolution)».

٢- الراجح لدى المهتمين بنشأة الإنسان، أن الفرع الذي أدى إلى ظهوره قد خرج عن مسار باقى الرئيسيات منذ حوالى ٨ ملايين عام، ثم تطور هذا الفرع فيما يُعرف بأشباه الإنسان حتى وصلنا إلى الإنسان العاقل المعاصر الذى ترجع أقدم حفرياتة إلى ١٣٠ ألف سنة. ويمكن اعتبار الإنسان منتصب القامة (يرجع إلى مليونى سنة) هو الحلقة المفقودة التى يظن معارضو مفهوم التطور أنه لم يتم الوصول إليها. والقول المقبول الآن هو أن قصة نشأة الإنسان قد وقعت فى قارة أفريقيا، ومنها انتشر الإنسان فى باقى قارات الأرض.

وقد يتوصل العلم من خلال الحفريات والمزيد من دراسة الشفرات الوراثية إلى ما يغير من تفاصيل هذا السيناريو، لكن ستظل الفكرة الرئيسية فى نشأة الإنسان تطورًا عن أسلاف مشتركة تجمعنا مع كائنات أدنى منا من المفاهيم المحورية فى علم البيولوجيا. ٣- لقد تمكن العلماء من رسم صورة (لا بأس بها) لتطور الإنسان عن سلفه المشترك، الذى جمعنا مع القردة العليا غير المذنبه، مرورًا بأشباه الإنسان.

وتتلخص ملامح هذا التطور (من الناحية الجسدية) فى ثلاث نقاط رئيسية:

- الزيادة المضطردة فى سعة تجويف الجمجمة، مما يعكس الزيادة فى حجم المخ، مع ملاحظة أن جزءًا كبيرًا من هذه الزيادة قد حدث فى الفص الأمامى.

- السير على القدمين منتصب القامة (القدمانية)، مما حرر اليدين وجعلها صالحتين لاستخدامات أخرى.

- تغير فى بنية اليد مع القدرة على التحكم العصبى الدقيق فى عضلاتها؛ مما سمح باستخدامها فى المهام الدقيقة، مع القدرة على القبض على الأشياء بقوة.

٤- تركز حقيقة الإنسان البيولوجية فى نقطتين:

- يوجد العديد من الجينات الحاملة فى القردة العليا، وبعضها ثم تنشيطه فى الإنسان، والعكس صحيح. وأهم هذه الجينات تلك المسئولة عن حجم المخ وبنيته. نتيجة لذلك نجد أن عدد الجينات الفاعلة فى مخ الإنسان يبلغ ٣ - ٤ أضعاف عددها فى

مخ الشمبانزى، بينما يتساوى فى كل من الكائنين عدد الجينات الفاعلة فى باقى أعضاء الجسم.

- أذى زيادة حجم القشرة المخية للإنسان إلى إضافة مخزن للمعلومات يتسع لحوالى عشرة تريليونات معلومة إضافية Bit. كما صحت ذلك زيادة فى التواصل بين خلايا المخ العصبية، وصل إلى عشرة أضعاف التواصل مع باقى الثدييات. ويمكن القول بأن قدرات الإنسان العقلية المتميزة ترجع إلى إعادة تنظيم بنية المخ ووظائفه أكثر من مجرد زيادة الحجم.

٥ - ما كان لهذه التعديلات أن تؤتى ثمارها لولا أن تعلم الإنسان الحديث اللغة، بما تحققه من الترميز فى التفكير والترميز فى التعبير. وقد تم الإعداد تشریحياً لنشأة اللغة قبل أن يبدأ أسلافنا فى الكلام بفترة طويلة. ويعتبر ناعوم تشومسكى أن اللغة لم تظهر فى الإنسان تطوراً، ولكن ظهرت مكتملة وبشكل مفاجئ، كما يحدث فى الأطفال عندما يبدأون فى الكلام، لذلك أطلق على نظريته تلك «نظرية الانفجار اللغوى الأعظم». كذلك فقد أعطى الإنسان المقدرة الفطرية على تكوين الجمل الصحيحة وبنفس البنية اللغوية وإن اختلفت اللغات.

٦ - يختلف استخدام الإنسان البدائى للأدوات عن استخدام باقى الكائنات فى أنه ابتكر «الأدوات المركبة» التى تتكون من أكثر من قطعة، كما ابتكر «الأدوات الثانوية» التى تعنى استخدام أداة لصناعة أداة أخرى. ويعكس ذلك إدراك الإنسان للسببية (العلاقة بين بنية الآلة وبين الغرض من استخدامها)، وذلك بخلاف استخدام الشمبانزى للأدوات الأولية (كاستخدامه لعصا للحصول على عسل النحل). كذلك يعكس ابتداء الإنسان لتلك الأدوات واستخدامها، بلوغه درجة عالية من الذكاء، وكذلك اتقانه للعمل اليدوى بما يحتاجه من تطور فى مراكزه المخية الحسية والحركية.

خامساً: يتجلى تميزنا الإنسانى فى متواليته:

الوعى والذكاء . العقل . الذات.

تتجلى حقيقة الإنسان فى متوالية تصاعديّة، نقطة انطلاقنا فى تأملها هى المخ، الذى له دور شديد التعقيد فى ممارسة النشاطات العقلية، التى يُعتبر الذكاء أظهرها وأقربها للدراسة، ولا يُمارَس الذكاء إلا إذا كان الإنسان واعياً. وتحتاج تلك المهام العقلية إلى ذات إنسانية تمارسها.

١- إن المعضلة الكبرى التى تواجه العلماء والفلاسفة، هى كيف نتقل من نظام كهروكيميائى كالذى يمارسه المخ، إلى استشعارنا الذهنى غير المادى، كيف يُترجم المخ موجات ذات أطوال معينة تسقط على شبكية العين إلى الوعى باللون الأزرق مثلاً. إن الذين يُبسِّطون الأمر ويعتبرون الوعى إفرأزاً للمخ، وأن ازدياد تعقيد المخ جعله واعياً بذاته، تمامًا كالذين يحاولون اختراع تعديل تكنولوجى يمكن أن يضيفوه إلى جهاز تشغيل DVD ليصبح واعياً ومستمتعاً بما يذيع من موسيقى!. إن نفس المشكلة تواجه القِلة التى ما زالت متمسكة بتشبيه الكمبيوتر بالمخ البشرى، والفروق بينها شاسعة.

٢- لتفسير تمتع الإنسان المعاصر بقدرات عقلية فائقة لم تكن موجودة عند أسلافنا منذ عشرة آلاف سنة فقط، قدم الدراونة مفهومين؛ الأول مفهوم «الذكاء الكامن» (قدرات عقلية كامنة لم تُستغل وقت نشأتها ثم استُغلت عندما ظهرت الحاجة إليها)، والثانى هو مفهوم «الذكاء العام» (ملكات عقلية عامة يمكن استغلالها فيما بعد فى نشاطات عقلية مختلفة).

والتحدى الأكبر الذى لم يجب عليه الدراونة عند طرح هذين المفهومين، هو كيف يقوم الانتخاب الطبيعى بإظهار وتدعيم ذكاء عام وذكاء كامن لم تظهر الحاجة إليهما، خاصة وأن الانتخاب الطبيعى لا يدعم إلا صفات يكون الكائن فى حاجة آنية لها. كذلك تمثل ظاهرتى العبقرية والمعتوهين الموهوبين تحدياً لمفهوم الذكاء العام، إذ يكون هؤلاء متفوقين فى مجال معين، لكنهم عاديون أو متدنون بشدة فى باقى المجالات.

٣- لم يستطع العلم وضع يده على مركز محدد يمكن تسميته بالعقل، وما توصل إليه حتى الآن أن العقل هو مجموع الأنشطة العليا التى تمارسها مراكز المخ المختلفة.

٤- يدرك الإنسان ما حوله وكأن هناك قزماً صغيراً يجلس داخل دماغه يرصد ما يدور. إن هذا القزم سيحتاج لقزم آخر يجلس داخل دماغه أيضاً، وهكذا، ولا شك أن هذا تصور عقيم لا يقدم إجابة عن قضية الذات. ويرى العلم - حتى الآن - أن شعورنا بذواتنا يرجع (مثل العقل) إلى التنسيق بين نشاط مراكز المخ المختلفة. ويبقى السؤال: هل ليس من وجود للذات الإنسانية إلا محصلة هذا التنسيق؟ أى أن المخ هو كل شىء، أم أن هناك ذاتاً غيبية لا مادية تستشعر محصلة أداء المخ، وهى المقابلة لمفهوم الروح عند المتدينين. وهل يستطيع العلم دون طرح مفهوم الذات الغيبية اللامادية أن يفسر لنا ظواهر الإدراك فوق الحسى، التى يتم فيها خرق الزمان والمكان.

٥ - لقد نجح عبقرى علوم المخ والأعصاب، د. راما شاندران، بأبحاثه الدقيقة أن يحول معضلة الذات الإنسانية من قضية فلسفية بحثة إلى قضية تخضع للبحث العلمى التجريبي. وقد حدد هذه الذات عددًا من السمات أهمها: الذات متجسدة، متوحدة، حرة، يقظة، لها ذاكرة، تعاطفية، وأخيرًا تدرك نفسها كجزء من المجتمع.

٦ - فى محاولة للإجابة عن كيف تتحول النشاطات الكهروكيميائية للمخ إلى إدراك وشعور، طرح العلماء مفهوم «الصفات المنبثقة»؛ الذى يرى أن المخ البشرى ما أن وصل إلى حجمه الكبير وتعقيده الهائل حتى انبثق عن نشاطه صفات جديدة، وهى العقل وإدراك الذات. وهذا المفهوم مردود لثلاثة أسباب:

- لم يفسر هذا الرأى كيف يحدث الانبثاق، واكتفى بالقول بأن هذا ما يحدث. أى أن هذا الرأى يصف ما يحدث ولا يفسره.

- يبلغ الوزن النسبى لمخ بعض الكائنات، كفأر الجيب، أضعاف المخ البشرى، وبالرغم من ذلك ليس لدينا ما يشير إلى أن مثل هذه الصفات قد انبثقت منه.

- يعجز هذا المفهوم عن تفسير ظواهر الإدراك فوق الحسى.

٧ - لا شك أن حقيقة الإنسان تتجلى فى هذه المتوالية (الوعى والذكاء - العقل - الذات الإنسانية)، وسواء كان المخ قد تشكل على هيئة تعطينا الشعور بذواتنا، وأن الأمر ينتهى عند هذا الحد (مفهوم المخ والذات المنبثقة منه)، أو أن هناك ذاتًا إنسانية لا مادية يقوم المخ المادى على خدمتها (مفهوم الذات والمخ التابع لها) فلا شك أن الأمر فى الحالتين يحتاج إلى القدرة الإلهية الخالقة.

#### سادسًا: الألوهية اكتشاف وليست اختراع

١ - تحقق الديانات فوائد عديدة للإنسان على المستوى الفردى ومستوى الجماعة، وقد دفع ذلك الماديين إلى القول بأن الإنسان قد ابتدع الديانات للاستفادة منها. والتفسير الأبسط هو أن الله ﷻ قد أنزل إلى البشر هذه الديانات لتحقيق له تلك الفوائد، كجزء من منظومة الوجود المتكاملة، خاصة وأن الديانات فى جميع الحضارات (عبر التاريخ وعبر الجغرافيا) تتفق فى خطوطها العريضة وفى الكثير من التفاصيل فيما بينها، مما يتعارض مع اعتبارها حلًا مبتدعًا فى كل حضارة على حدة.

٢- لقد زُود الإنسان بملكة «الإلزام المعرفي» الفطرية، التي دفعته للبحث عن أجوبة عن تساؤلاته حول الوجود والحياة والموت، وكذلك للتعامل مع مخاطر الطبيعة التي تواجهه. وكان من نتائج هذا الإلزام فطرة التدين والبحث عن الإله، التي تُشجع في الإنسان تطلعاته المعرفية (الإجابة عن التساؤلات) والشعورية (اطمئنان النفس)، وهما عنصران لا تقبل الذات الإنسانية أى حل لأى معضلة دون إشباعهما.

٣- لقد أثبتت علوم المخ والأعصاب أن ما يستشعره الإنسان من وجود غيبي علوى يستوى على عرشه إله حق، إنما هو نتاج لوظائف مخية سوية، وليست مجرد هلاوس وتوهمات، والدليل على ذلك:

أ- إن تقسيم العلم لما ترصده عقولنا إلى وجود مادى حقيقى ووجود غيبي غير مادى غير حقيقى تفرقة غير علمية. فالوجود المادى ليس إلا ما ترصده أدمغتنا بآليات الإدراك فى المخ، شأنه فى ذلك شأن الوجود الغيبي تمامًا.

ب- إذا كان الماديون يعتبرون الدين ابتكارًا إنسانيًا وظاهرة تبريرية، فما هو التحدى التطورى (وكذلك الفائدة التطورية)، الذى واجه الإنسان حتى يكتسب آليات عصبية بيولوجية تشعره بعالم علوى غيبي غير حقيقى، يتلاشى فيه الشعور بالذات، مما يتعارض تمامًا مع هدف التطور الأساسى، وهو المحافظة على الذات.

ج- قدم العلم أدلة علمية فى علوم الكونيات والبيولوجيا تؤكد أن الوجود الإلهى وجود حق، وهو ما يتماشى مع ما يستشعره الإنسان عن طريق آليات التسامى الروحى.

د- إذا كان الدين أكبر الكوارث التى منى بها الإنسان (كما يدعى الماديون أمثال ريتشارد دوكنز)، فلمَ لم تقم آليات الانتخاب الطبيعى بالتخلص منه مبكرًا؟

٤- بالرغم من أن الشعور بالألوهية فطرة فى النفس البشرية، فإن نظرة كل إنسان للإله وللدين تختلف عن نظرة الآخرين. ويحتاج تحقيق نظرة دينية معتدلة (من الناحية البيولوجية) إلى التوازن بين الجهاز الحوفى (المستول عن المشاعر والانفعالات) وبين الفص الجبهى (المستول عن التفكير المنطقى). وإذا كان العديد من الدوائر العصبية والناقلات العصبية الكيمائية يشارك فى تكوين هذه النظرة، فإن تلك الدوائر والناقلات يتم تشكيلها وإفرازها بناء على عوامل بيولوجية جينية، وكذلك عوامل تربوية تكسبنا التوجه الدينى أو اللا دينى.

## سابعاً: الطقوس والعبادات ممارسات ضرورية للديانات

١ - لا تتوقف الديانات عند كونها عقيدة في الإله، ثم حسن معاملة الآخرين والتمسك بالأخلاق الحميدة. بل إن الطقوس والعبادات جزء لا يتجزأ من بنية الديانات.

٢ - إن الطقوس (الدينية وغير الدينية) تكون مصحوبة بشحنات انفعالية نتيجة لتأثير الإيقاع الحركي والصوتي، ويؤدي ذلك إلى تنشيط الجهاز العصبي اللا إرادي، فيشعر الإنسان بالرهبة والسكون. وتقوم القشرة المخية بدورها في دمج هذه الانفعالات مع الأفكار والمعتقدات. ومن ثم يمكن اعتبار الطقوس أداة لتحويل المعتقدات إلى تجربة ذاتية نتذوقها وتستشعرها نفوسنا وتحسها أجسادنا، خاصة وأن الرغبة في تجسيد أفعالنا غريزة مدموغة في مخ الإنسان.

٣ - يؤدي الإيقاع المنتظم البطيء (الحركي والصوتي) إلى إغلاق منطقتي تربيطة التشكيل بالمخ، فيؤدي ذلك إلى تلاشى الشعور بالذات، والشعور بالاتحاد مع الوجود الواحد، والوصول إلى أقصى درجات التسامي.

٤ - إن بنية المخ البشري مجهزة تماماً للتعامل مع بنية الدين، ويظهر ذلك في:

- القدرة على الفهم العقلي للوحي السماوي.

- وجود الشوق الفطري إلى مفاهيم الألوهية والدين.

- الرغبة الفطرية في تجسيد المفاهيم العقلية.

- القدرة على إغلاق دوائر الشعور بالذات وبالوجود المادي، مع استحضار مشاعر التسامي.

كيف تم إعداد المخ بهذه الهيئة ليكون ملائماً تماماً لبنية الديانات، أو كيف تم تشكيل بنية الديانات لتكون ملائمة تماماً لبنية المخ البشري؟

ليس لدى الدراونة إجابة عن هذين التساؤلين.

## ثامناً: التصوف الحقيقي تجربة بيولوجية حقيقية

١ - أثبتت الأبحاث العصبية أن التجربة الصوفية الصادقة عروج روعي حقيقي، مصدره التسامي فوق الذات والوجود المادي، والشعور بالتوحد مع الوجود الكلي المطلق. بل

إن مشاعر التسامى جزء من حياتنا اليومية، نستشعرها جميعاً عند الاستماع إلى الموسيقى أو رؤية منظر طبيعي جميل مثلاً.

٢- لقد تمكنت التقنيات العلمية الحديثة، عن طريق تصوير نشاط المراكز المخية المختلفة في أدمغة العباد أثناء تجاربهم الصوفية، من فهم آليات تلك المشاعر. فقد ثبت أن ما يمارسه هؤلاء العباد من طقوس يؤدي إلى تسكين العقل الواعى والحواس، فنقل المدخلات إلى مناطق تربط التشكيل والإدراك، مما يؤدي إلى هدوء نشاطها وإغلاقها، فيتلاشى الإحساس بالذات وبالجسد كوجود منفصل، وينعدم الشعور بالوسط المحيط وبالزمان، فيتحقق الشعور بالمجازة مع حقيقة مقدسة أكبر من الوجود المادى.

٣- ليست التجارب الصوفية توهمات وهلاوس، ولا تجارب لمرضى بحالات نفسية أو عقلية، لكنها تجارب تقف وراءها آليات عصبية مخية سوية. والدليل على ذلك، ما ثبت للباحثين من أن من يمرون بهذه التجارب يتمتعون بمستوى من الصحة النفسية أعلى من المعتاد، كما لا يصاحبها ما يصاحب الهلاوس من أعراض مرضية أخرى كالتهنجات الصرعية. كذلك يختلف وصف كلا الفريقين لتجاربهم، وكذلك موقفهم منها؛ فأصحاب التجارب الصوفية الحقيقية يصفونها بالتسامى والكمال، ويغلب عليهم الصفاء والتواضع في تعاملهم مع الآخرين. أما المرضى فيكونون في فزع شديد من هلاوسهم الدينية إذ تصحبها المعاناة، كما تتورم ذواتهم ويعتبرون أنفسهم مبعوثى العناية الإلهية لهداية الآخرين.

### تاسعاً: العقل كالعضلات، يزداد قوة بالتدريب

١- لقد تبدلت النظرة السابقة التي كانت تعتبر المخ تكويناً ثابتاً غير قابل للتغير، كما تبدل المفهوم الذى روج له الفرويديون من أن العقل اللاواعى هو القائد الذى يوجه الإنسان، ومن ثم فلا قدرة لنا على التحكم فى اللا شعور. لقد صارت النظرة العلمية الآن أن المخ تكوين ديناميكى قابل للتعديل، كما يمكن بالتدريب تعديل بيولوجيا المخ والتحكم فى اللا شعور.

٢- لقد وضع المتخصصون عددًا من التدريبات والوسائل التى تعين على تحسين صحتنا الجسدية والعقلية والنفسية. وبعد تحقيق ذلك يمكن للمرء اللجوء إلى «التأمل» الذى

بحقق للإنسان السكينة والسمو الروحي. وتمثل مجاهدة النفس على المستوى الذاتى والاجتماعى عاملاً مهماً فى نجاح تلك الممارسات.

٣- تشتمل عبادات الدين الإسلامى، من صلاة وذكر وقراءة القرآن، على الكثير من الآليات التى وصفها العلماء المتخصصون لتحسين صحتنا الجسدية والعقلية والنفسية، ولتحقيق السكينة والسمو الروحي. كذلك فإن التوجه إلى الله عز وجل بصفته الرحمن الرحيم يؤدى إلى المزيد من السكينة والسمو، أما العبادة التى تركز على الخوف من الله ﷻ ذو البطش الشديد وكذلك التطرف الدينى فيؤديان إلى تلف الكثير من الدوائر العصبية المخية، ومن ثم إلى الشقاء النفسى والشيخوخة المبكرة.

عاشراً: تأملات...

١- نحن موجودون لحكمة وبقصد...

نصفنا قرد ونصفنا ملاك

يشير العلم إلى أننا ماديون، نشأنا من التراب الكونى لعالم مادي، بدأ منذ ١٣,٧ مليار سنة بالانفجار الكونى الأعظم، ثم اعتراه التطور حتى وصلنا إلى ما صرنا إليه.

لقد تم صنعنا من ٣٠,٠٠٠ ألف جين وأكثر من ثلاثة مليارات زوج من القواعد النيروجينية. نحن نشترك مع الرئيسيات فى سلف مشترك يرجع إلى ٨ ملايين سنة، وسلفنا المشترك مع الشمبانزى يرجع إلى ٦ ملايين سنة، وتفق معه فى ٩٨,٤٪ من جيناتنا الفاعلة، وفى نفس الوقت تتفق فى ٤٠٪ من حياتنا مع نبات الخس!

هذا هو الجانب المادى منا، والذى جعلنى أقول «نصفنا قرد».

يقول البعض، بل نحن بكليتنا قرد، تحكمتنا «الحتمية Determinism»، وثبتت «الاختزالية Reductionism» اتفاقنا الكامل مع القردة.

أما عن الحتمية؛ فيرى البعض أن سلوكنا ليس إلا ما تمليه علينا جيناتنا، وهذا صحيح إلى حد ما، لكنه ليس الحقيقة بكاملها.

فإذا قلت لك أن «سلوكنا حتمى»، ثم عدتُ وقلت لك أن «سلوكنا غير حتمى» هل تقبل المقولتين أم ترفضهما؟ لا تستطيع أن تقبل الاثنتين أو أن ترفض الاثنتين وإلا وقعت فى تضاد.

وإذا قبلت إحداهما ورفضت الأخرى فقد أقررت بأنك مخير ولست مجبراً في اختيارائك، ومن ثم في سلوكك.

وإذا نظرنا إلى الاختزالية، التي تختزل أجسامنا إلى ذرات ثم جسيمات تحت ذرية ثم إلى مجالات طاقة، وترى أننا لسنا إلا مجموع هذه المكونات، فستجد أن العقل يرفض أيضاً هذه الاختزالية. هل ترى أن جهاز الكمبيوتر ليس إلا ذرات الرمال التي صُنعت منها شرائح السليكون، أم أن هناك مكوناً معرفياً هائلاً أضيف إلى السليكون ليصبح كمبيوتراً، نحن أيضاً كذلك.

بعد أن فندنا مفهومي الحتمية والاختزالية، جاء أو أن تأكيد عدد من الحقائق:

أ- إن وجودنا المادى الذى تحكمه الجينات ليس فى غنى من تحكم علوى أدى إلى نشأته وإلى استمراريته، وذلك عن طريق وضع المكون المعرفى (ما تحتاجه من معلومات) فى بنيتها.

ب- إن الذات الإنسانية ليست إفرآزا مباشراً للنشاط الكهروكيميائى للمخ، فإن تسلسل أى حدث يبدأ بأن تختار الذات الإنسانية بين بدائل، وذلك ما يؤدى إلى ظهور الأنشطة العقلية.

ج- إن ذواتنا لا تقرر القيام بفعل ما بناء على مصلحتنا المادية فقط، لكن هناك مفاهيم أخرى للصواب والخطأ، وهى القيم والمبادئ، وهذا ما نقصده بنصفنا الملائكى، وهو ما يقول عنه البعض أننا قد خلقنا على صورة الإله. وهذه السمة لا يستطيع أن ينكرها أمثال ريتشارد دوكنز الذى يرى أننا لا نسلك إلا تبعاً لما يمليه علينا «الجين الأنانى».

د- إن سمة الإنسان المميزة ليست فى أنه قادر على طرح تساؤلات فقط، ولكن فى طرح تساؤلات روحية ووجودية حول الإله والدين، بل إن بعضنا يقرر أن يحيا حياته كلها لله ﷻ.

إذاً، فأنصافنا قرده، شاركناها فى الجينات وفى الأصل المشترك. وأنصافنا ملائكة؛ فنحن كائنات عاقلة، نتصرف مع الآخرين بإنكار للذات، واضعين القيم السماوية فى اعتبارنا، نبحث عن المعرفة وحقيقة الأشياء، وقادرين على التسامى منفصلين عن كل من الذات والوجود.

فى النهاية، لا أتصور أن وجودنا فى هذا الكون كان مجرد حادث عارض فى التاريخ، أو مجرد فقاعة فى مسرحية الوجود الكونى. إن حقيقة طبيعتنا تتجاوز هذا الدور. إن جسد

الإنسان لا يعنى شيئاً، أما وجود العقل في أحد الكائنات على أحد كواكب هذا الكون فأمر عظيم في الحقيقة. لقد حقق الكون من خلال العقل البشرى وعيه بنفسه، إن ذلك لا يمكن أن يكون نتاجاً لقوى غير عاقلة وغير حكيمة.

ويتساءل راما شاندران؛ هل نحن حقيقة موجودون لحكمة وبقصد؟ ويجب: لا أعتقد أن علوم المخ والأعصاب - وحدها - بالرغم من كل إنجازاتها، قادرة على الإجابة عن هذا السؤال. بل إن مجرد قدرتنا على طرح هذا السؤال هو أحد أكثر الجوانب غموضاً في وجودنا. لا شك عندي أننا موجودون هنا لحكمة وبقصد.

## ٢- فلنعيد قراءة الوجود

في عام ١٩٣٨، أطلق أينشتين صيحته التي يؤكد فيها أن تأويلاتنا العلمية للعالم المادى ليست كاملة الموضوعية كما يعتقد الماديون، فقال:

«إن مفاهيمنا الفيزيائية إنما هي حصيلة اجتهاداتنا العقلية. ما أشبهنا برجل يحاول فهم كيف تعمل ساعته المغلقة. إنه يرى عقاربها وأرقامها وسوارها، ويسمع أيضاً دقاتها، ربما استطاع أن يُكوّن فكرة عن طريقة عملها، لكنه لن يكون متيقناً مما توصل إليه أو أن يجزم بأن هذه هي الآلية الحقيقية».

«لقد كانت الأساطير عن الآلهة والملائكة والجن والغيب اجتهادات لتفسير بعض الظواهر الكونية والحياتية. كذلك العلم؛ إنه أحد هذه الاجتهادات لفك ألغاز الكون من أجل أن نحيا حياة أسعد!».

إن المفهوم الذى طرحه أينشتين ينطبق حتى لو كان العالم المادى هو الوجود الوحيد المطلق، ذلك لأن عقولنا ليست قادرة على الإدراكات المادية بشكل موضوعى، فكل إدراكاتنا للوجود إدراكات ذاتية. وإذا كنا غير قادرين على النظر داخل ساعة أينشتين فنحن أيضاً عاجزون عن التخلص من ذاتية أدمغتنا. معنى ذلك أن كل مفاهيمنا - حتى أكثرها مادية وموضوعية - إنما هي تصورات تفسيرية يقدمها المخ لهذا الوجود.

إن كل مفاهيمنا تنطلق من قاعدة وضعناها نحن، واعتبرناها من أصول النظرة العلمية: إن كل ما هو حقيقى يمكن قياسه بالمقاييس العلمية، وما لا يمكن قياسه لا يمكن أن يكون حقيقياً».



وأيضًا يخبرنا القرآن الكريم أن الإنسان قد تميز عن غيره من الكائنات بالعلم:  
﴿ وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلَائِكَةِ فَقَالَ أَنْبِئُونِي بِأَسْمَاءِ هَؤُلَاءِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ ﴾ [البقرة: ٣١].

ويتميز أيضًا باللغة:

﴿ الرَّحْمَنُ ۝١ عَلَّمَ الْقُرْآنَ ۝٢ خَلَقَ الْإِنْسَانَ ۝٣ عَلَّمَهُ الْبَيَانَ ﴾ [الرحمن: ١-٤].

كما ميزه بحرية الاختيار والإرادة:

﴿ وَفَقِيرٍ وَمَا سَوَّيْنَاهَا ۝٧ فَالْمَهْمَا مَجُورَهَا وَتَقَوَّيْنَاهَا ۝٨ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ رَزَقْنَاهَا ۝٩ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ﴾ [الشمس: ٧: ١٠].

﴿ وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ ﴾ [البلد: ١٠].

بالمقابلة، يتضح لنا أن الجوهر الغيبي، الذي هو الروح، مسئول عن تمتع الإنسان بملكاته العقلية (العلم - اللغة - حرية الاختيار والإرادة). ولما كانت الذات الإنسانية (بمنظور العلم) هي المسئولة عن ممارسة تلك النشاطات العقلية، يمكن القول بأن الذات الإنسانية من تجليات الروح التي نخبرنا عنها جميع الأديان.

إن قبول الروح كجوهر غيبي مسئول عن تميز الإنسان وممارسته لنشاطاته العقلية يتمشى مع تطلعات الإنسان وشوقه للعوالم الغيبية العليا، ويتمشى كذلك مع قدرات الإنسان للإدراك فوق الحسى، وكلتاهما (التطلعات والقدرات) لا يمكن تفسيرهما بالنظر إلى العقل الإنساني نظرة مادية صرفة.

هل يتعارض ما ذكرناه عن دور مراكز المخ وآلياته ودوائره العصبية في القيام بالنشاطات العقلية المختلفة مع منظور الروح كجوهر غيبي هو أصل الشعور بالذات الإنسانية؟ لا أرى في ذلك تعارضًا، إذ يمكن القول إن المخ يعمل كأداة وصل بين الوجود المادى للإنسان، المتمثل في الجسد وفي الكون المحيط، وبين حقيقة الإنسان الغيبية، التي هي الروح. ولا شك أن الله ﷻ القادر على أن يجعل الممارسات الروحية نشاط مباشر للروح، هو القادر أيضًا على أن يجعل ممارسة هذه النشاطات من خلال الآليات الكهروكيميائية للمخ.

انظر إلى أمواج البحر، إنها تتكون من عنصرين؛ ماء البحر والطاقة التي تعطي الموجات شكلها وحركتها. بدون الطاقة تصبح مياه البحر ساكنة راكدة، وبدون الماء لن تجد الطاقة وسيلة لتُعَبَّرَ عن نفسها. بنفس المفهوم، لا يمكننا فصل الوظائف العقلية عن خلايا المخ ودوائرها العصبية. وإذا أمكن ذلك فإننا نكون قد فصلنا العقل عن المخ، عندها يصبح العقل ظاهرة منفصلة عن تركيب المخ المادى، وربما هذا ما يمكن وصفه بالروح.

#### ٤. الذات الإلهية والذات الإنسانية:

عندما تَجَسَّدَ أمامى عجز العلم الحديث، وكذلك عجز الفلسفة، عن معرفة ما إذا كان للإنسان ذاتاً حقيقية هي التي تمارس كل النشاطات العقلية (الروح)، أم أن الذات الإنسانية هي مجموع الملكات العقلية والنشاطات الإنسانية، أقول عندما تجسد أمامى هذا العجز، جالت فى خاطرى القضية التي يطرحها بعض الفلاسفة وبعض المتكلمين؛ هل لله ﷻ «ذاتاً» تمارس الأفعال الإلهية، وتتصف بالصفات الإلهية، وتسمى بالأسماء الإلهية؟ أم أن الذات الإلهية هي مجموع الصفات والأسماء والأفعال؟. لقد أعجز هذا التساؤل (الذي لا لزوم له) الفلاسفة والمتكلمين.

سبحان الله ﷻ...

إذا كنا عاجزين (بكل ما أوتينا من علم وفلسفة) عن معرفة حقيقة الذات الإنسانية التي تحيا بين جنبينا، فمال القوم يتباحثون فى الذات الإلهية، ويسعون لإدراك حقيقتها. عندما طافت هذه المفارقة فى خاطرى، قفز إلى ذاكرتى بيتان من الشعر الصوفى، حفظتهما فى صباى، يتعجب (مثلى) فيها أبو عبد الله العجلاء، ويقول:

كَيْفِيَّةُ الْمَرْءِ لَيْسَ يُدْرِكُهَا	فَكَيْفِ كَيْفِيَّةِ الْجَبَّارِ فِي الْقَدَمِ!
هُوَ الَّذِي أَحْدَثَ الْأَشْيَاءَ مَبْتَدَعًا	فَكَيْفَ يُدْرِكُهُ مُسْتَحْدَثَ النَّسَمِ!

سبحان الله ﷻ

الذى ليس كمثل شىء.

## خلاصة الحصاد

إن ما توصلنا إليه من حقائق ومفاهيم توصلت إليها علوم المخ والأعصاب الحديثة، تطرح مفهومًا واحدًا - متعدد الجوانب - لا بديل عنه:

إن للمخ دورًا في ممارسة الوظائف العقلية، وقد احتاج ذلك أن يصل المخ إلى مستوى هائل من التعقيد، حتى عُدد بحق أعقد موجود في الكون، بقدر علمنا.

وإذا كان العلم قد قطع خطوات في طريق فهم آلية قيام المخ ببعض الوظائف العقلية، فيظل هناك عدد من الجوانب التي لم نقرب من فهمها. ومن هذه الجوانب جانبين:

- نفس السؤال الذي بدأنا به، كيف تستحيل لغة المخ الكهروكيميائية إلى أحاسيس ومشاعر وإبداع وتفكير مجرد؟ ما زلنا واقفين حيال الإجابة عن هذا التساؤل في المربع صفر.

- معضلة الإدراك فوق الحسى (التي لا ينكرها الماديون) والتي تتجاوز قدرات المخ الإدراكية، التي لا تستطيع أن تفسر خرق المكان وخرق الزمان، وتسلمنا بسلاسة إلى عالم الميتافيزيقا.

إذا استطعنا تجاوز هاتين المعضلتين (سواء توصل العلم لخلهما، أم غض العلماء عنهما النظر - كما يحدث الآن) فلا يمكن تفسير بنية المخ هائلة التعقيد، إلا بالإقرار بإضافة كم معرفي هائل إلى تراكيب المخ المادية، حتى تخرج على هذه الهيئة وحتى تمارس وظائفها العقلية، وليس هناك من مصدر لهذه المعارف إلا عقل حكيم مدبر قادر.

وأخيرًا، فإن القول بروح غيبية مسئولة عن شعورنا بذواتنا الإنسانية، ومسئولة كذلك عن ممارساتنا العقلية، ومسئولة عن استشعار النشاط الكهروكيميائي للمخ كأحاسيس ومشاعر وأفكار وإبداع، وقادرة على الإدراك فوق الحسى، أقول أن القول بهذه الروح لا يزيد إبداعًا وقدرة وإعجازًا عن التوصل (إذا تم في المستقبل) إلى آليات بيولوجية عصبية تفسر هذه النشاطات كلها، إذ إن هذه الآليات ستكون بلا شك على قدر هائل من التعقيد والقدرة التي ستركنا حيارى وعاجزين، فوق ما نحن فيه الآن من حيرة وعجز.

\*\*\*