

## مقدمة:

### صديقي يوهانس وإكسبير الشباب الخاص به

يوماً في تمام الساعة السادسة صباحاً كان يوهانس يبدأ تمارينه الرياضية. عشرون مرة ضغط الذراعين على أرض الغابة، وعشرون مرة رفع الجسم بالذراعين إلى غصن شجرة، ثم اثنتا عشرة حركة دورانية كي يؤرجح أطرافه. وينتهيها بنصف ساعة من الركض البطيء عبر الغابة.

على نقيضي أنا الذي كنت أعاني مشقة التمارين، أنجزها يوهانس دون جهد يذكر: لم تبد عليه علائم التعب، ولم تنزل منه قطرة عرق واحدة. آنذاك بدأت أشعر بشيء من النفور تجاه يوهانس الجيد التدريب والمتناسق الجسم بصورة لافتة للنظر: فمع رشاقته وعضلاته المفتولة ووجهه الذي لوحته الشمس وشعره الطويل الأسود وعينه الشهاولين يمكنه أن يلعب في أي فيلم دور معشوق النساء.

في حزيران/يونيو من عام 1980 أقمت بصحبة يوهانس مخيماً في إحدى غابات شامونيكس (فرنسا). آنذاك كنت محرراً

في مجلة مصورة، مقرها ميونيخ، وقد كلفت رئاسة التحرير يوهانس بمرافقتي كدليل جبال، إذ أرادت المجلة أن تنشر تقريراً عن محاولة تحقيق رقم قياسي، سيقوم به متسلق جبال، بأن يقيم أربعة عشر يوماً كاملاً على قمة جبل مونبلان (4884م). وهو عمل خطير: صحيح أن أعلى قمة جبل في أوروبا يسهل صعودها نسبياً، أما البقاء أسبوعين هناك في الجليد الدائم، وربما في ظروف طقس مزعجة، كريح عاصفة وبرق ورعد وبرد جليدي فارس، فهذا ما لم يجرؤ عليه أحد سابقاً.

كان عليّ، على الأقل، أن أزور هذا الجسر المقدم ليوم واحد على القمة، في المنزل الجليدي الذي بناه بنفسه كسكان الأسكيمو، وأن أصوره وأجري معه حواراً. (رئاسة تحرير المجلة لم تجد مجنوناً آخر لإنجاز هذه المهمة. أما مخاوف زوجتي العزيزة فقد أبعدها بتوقيعي على تأمين إضافي على حياتي).

بما أنني لا أملك أي نوع من الخبرة في تسلق الجبال، كان على يوهانس أن يوصلني إلى القمة ويعود بي سليماً معافى. ولتحقيق هذا الهدف قام بتدريبي مدة أسبوع قبل الصعود المخطط له إلى القمة، وذلك على التمارين التي وصفتها أعلاه، وكان يشرح لي خلال الجولات اليومية عالم الجليد السائد على جبل مونبلان.

وجبل مونبلان هذا، حسب تأكيدات يوهانس، ليس خطيراً نسبياً، أما دزينتا الموتى الذين يطالب بهم الجبل سنوياً خلال شهور الصيف الثلاثة، فهم غالباً ضحايا طيشهم: فإما أن يسقطوا بين شقوق الكتل الجليدية، أو يصابوا بمرض المرتفعات، وإما أن تفاجئهم العاصفة أو الانهيارات الثلجية. أما يوهانس فهو يعرف الجبل من خبرة عشرات السنين كما يعرف جيب بنطاله - لهذا لن يصيبي أي أذى، حتماً.

يوم الصعود. بعد تسلق استمر ثمان ساعات وصلنا كوخ الاستراحة. كنت مرهقاً جداً، وشربت من الشاي ما يقارب خمسة لترات كي أعوض الخسارة الهائلة في السوائل. لم ألحظ أية علامات إرهاق على يوهانس، بل بدا عليه وكأنه قد انتهى لتوه من مشوار مشي مريح. لكنه شرب أيضاً عدة فناجين من الشاي كان يذر فيها مسحوقاً بني اللون من علبة صغيرة للنشوق.

«ما هذا؟» سألته راغباً أن أعرف.

ابتسم يوهانس بغموض وقال: «إنه إكسير شبابي».

«وما هو تركيب إكسير شبابك؟»

ضحك يوهانس بشكل أكثر غموضاً وقال: «هذا سري الخاص».

نحو الساعة الواحدة ليلاً انطلقنا من كوخ الاستراحة. (وضعنا لأنفسنا خطة زمنية دقيقة: مازال أمامنا بضع ساعات

حتى نصل القمة، وإذا أضفت إليها ساعتين ستستغرقهما المقابلة مع الرجل في كوخه الجليدي فسنواجه مشكلة في الوقت، إن أردنا أن نصل إلى الوادي قبل بداية الليلة القادمة).

إنها ليلة صافية وباردة. بدأنا المسير عبر الجليد الأبدي، يحيط بنا سكون تام وسماء دانية منا بنجومها بصورة لا تصدق. كانت لحظة لا تنسى عند وصولنا إلى القمة، فالعالم كله مُنفسح تحت أقدامنا، ويبدو بعيداً، نائياً جداً.

أجريت المقابلة مع الرجل في كوخه الجليدي والتقطت له عدة صور. خلال ذلك لم يتوقف يوهانس عن الحركة، وكان بين الفينة والأخرى يشرب بضع جرعات من الشاي الذي حضّره مع مسحوقه البني العجيب في كوخ الاستراحة. وحسب الخطة انطلقنا بعد نحو ساعتين على طريق النزول. وسرعان ما لاحظت أن قدمي لم تعودا مرتاحتين في حذائي الجليدي الجديد الذي اشتريته مؤخراً، ولبسته، عن حكمة وتفكير، عدة أيام قبل التسلق كي أعتاد عليه ويلين على قدمي. عندما خلعت فردتي الحذاء وجدت أنني خلال تسلق البارحة قد تسببت بظهور بعض الفقاقيع على قدمي، وأنها قد انفجرت الآن وأغرقت جوربي بالدم.

صار الحال سيئاً للغاية عندما بلغنا جدار المنحدر أسفل كوخ الاستراحة. خلال الليل هطل المطر وتجمد من فوره

مغطياً الصخور بطبقة جليدية زلقة وخطيرة. اشتدت آلام قدمي وكثرت حالات تعثري. وأخيراً وقعت الواقعة: رغم مسامير التسلق المزود بها حذائي انزلقتُ عن إحدى الصخور المغطاة بطبقة المطر المتجمد. لم أعرف إلى أي مسافة هويت، ولكن سرعان ما أحسست برجة وبأني معلق بالحبل. وفي حالتي هذه، متأرجحاً على ارتفاع بضعة آلاف متر فوق مدينة شامونيكس لم يملكني إحساس خاص بجمال المنظر تحتي. ورفعت نظري إلى الأعلى: على ارتفاع عشرة أمتار فوقي كان يوهانس واقفاً منفرج الساقين وحبل الأمان مثبت بين يديه. كانت ابتسامته تشع طمأنينة، وكذلك صوته الذي خاطبني: «لا تهلع أبداً. أنت آمن بين يدي».

بدءاً من هذه اللحظة تحول شعوري نحو يوهانس إلى استلطاف واضح جداً. لم نصل في ذلك اليوم إلى الوادي حسب الخطة، بل استرحنا في كوخ جبلي كي أتمكن من معالجة قدمي المجروحتين. بعد تناول طعام العشاء شربت كأسين من الشاي، أما يوهانس فقد بقي ملتزماً بشايه الذي كرر مزجه بمسحوقه البني الغامض. «آها، إكسير شبابك...».

ضحك يوهانس وقال: «هيا إسخر. إنني أستعمله منذ عشر سنوات، أما عن تأثيره، فعيناك لن تخطئ رؤيته».

«وماذا على عيني أن تريا؟».

«انظر إلي» قال يوهانس وتابع: «كم تقدر عمري؟».

أمعنت النظر إلى هذا الرجل الرشيق، المفتول العضلات، الشاب، وإلى وجهه الخالي من التجاعيد الذي لوحته الشمس فصار داكن السمرة، وإلى شعره الكثيف الأسود اللامع، وخنمت: «في أواخر الثلاثينات».

ضحك يوهانس وسحب من سترته الصدرية جواز سفر مهترئاً ورماه على الطاولة قائلاً: «انظر بنفسك!» تناولت الجواز وقلبت بعض صفحاته ولم أصدق عيني. يوهانس حسب الجواز من مواليد عام 1914. إذًا، فهذا الرجل الجميل الذي يبدو شاباً هو في السادسة والستين من عمره!

إليكم باختصار حياة منقذ حياتي: كان يوهانس يعمل سابقاً مهندساً لدى شركة سيمنس، لكنه تقاعد باكراً وهو في الستين، وكان هذا حسب قوله انطلاقة بداية حياة ثانية أكثر جمالاً. فبعيداً عن كافة أنواع الأعباء والتوقعات شعر بنفسه حراً تجاه مغامرات واكتشافات جديدة.

يعيش يوهانس حالياً في منزل صغير قرب بحيرة كيمزه Chiemsee على طرف بلدة برين Prien، ويشاركه حياته كلب عجوز طويل الشعر، مهجن من جنسين هما ليونبرغ وبرناردين. ويبدو أن وضوح الشعيرات الدموية في عيني الكلب قد جعل يوهانس يسميه «ديانغو». ثم هناك اثنتا عشرة قطة تتجول بحرية في الحديقة، يرمي لها يوهانس شيئاً من الطعام بين الفينة والأخرى، لكن علاقته الشعورية بهن على ما يبدو ليست

حميمة، في حين أنه يتحدث مع «ديانغو» كما مع صديق، ويرعاه بكل حب.

خلال السنوات التي تلت مغامرتنا المشتركة في موبلان اعتدت أن أزور يوهانس كلما كان لدي عمل في منطقة بحيرة كيمزِه. غرفة الجلوس في منزله متخمة بالكتب المرتبة على الرفوف لـ(غوتة والفلاسفة اليونانيين وكثير من كتب المعارف السرية والغريبة)، ويتدلى من السقف جهاز صممه بنفسه، ليدله على أي انزياح يطرأ على محور الكرة الأرضية. ولا يسمح بالدخول إلى معزله إلا بعد أن أخلع حذائي (لأنه يكره القيام بعملية تنظيف لا ضرورة لها). ثم نلعب الشطرنج (وغالبا ما أخسر) أو نمضي الساعات في النقاش حول موضوع يوهانس المفضل: كيف يمكن إيقاف عملية الشيخوخة، أو على الأقل إبطاؤها؟ وهل هناك ينبوع للشباب الدائم؟

يعيش يوهانس من الخضار التي يزرعها بنفسه في حديقته، ويفضل أن يتناولها نيئة. وبالإضافة إلى ذلك يضم مخططه الغذائي الفول السوداني والكثير من الثوم، فهذه في رأيه لبنات إضافية مهمة لتحقيق الشباب الدائم. ورائحة الفول السوداني والثوم الكثيفة تنبعث منه بصورة دائمة.

يوهانس إنسان غريب الأطوار (يمكنني أن أقول هذا ببساطة، لأنه يعرف ذلك عن نفسه، ولهذا فإن قولي لن يغضبه) إلا أنه غريب الأطوار مثقف ومثير للاهتمام ولطيف المعشر.

آخر مرة زرت فيها صديقي كانت في ربيع عام 1999 بمناسبة عيد ميلاده الخامس والثمانين. ورأيت أن شعره الذي كان ذات يوم أسود اللون صار الآن رمادياً. وهو لا يقصه لأنه يعتبره جهازه الهوائي الذي يؤمن تواصله مع الكون. لكن وجهه ما زال تقريباً بلا تجاعيد، وعينه الشديديتي الزرقة تبرقان بنداوة الشباب. وكى يثبت لي دوام لياقته الجسدية خرج إلى جهاز المتوازيين الذي صنعه بنفسه في الحديقة ونفذ عليه تمرين رفع الجسم بقوة الساعدين فقط عشرين مرة. وربما علي أن أضيف أنه ما زال خلال شهور الصيف يعمل كدليل جبال، ويشارك أيضاً بانتظام في مسابقات الجري الشعبية.

عندما زرته في يوم عيد ميلاده كان منهمكاً جداً ومأخوذاً بمزاج الانطلاق، فقد كان يجري التجهيزات الأخيرة لمغامرة كبرى: فأخيراً، أخيراً سيحقق حلم حياته وسيزور الهونزا، ذلك الشعب الغامض الذي يقطن الهيمالايا والذي ما زال العلم حائراً حيال أصوله حتى الآن. يقال عن هذا الشعب أن أفراده يبلغون عمراً خرافياً: فأحدهم يبلغ المئة ويستمر في العمل في الحقل، بل ويكون قادراً على الإنجاب. وليس نادراً أن نرى رجالاً ونساءً في سن الثلاثين أو الأربعين فوق المئة. (ما عاشه وخبره صديقي خلال هذه الرحلة المغامرة سأحدث عنه لاحقاً، في موضع آخر من هذا الكتاب).

لا شك في أن يوهانس يُحسد على شبابه رغم الخمسة

وثمانين سنة، وهو لا يشك أبداً في أنه سيبلغ المئة ببساطة وبأفضل صحة. إنه ينوي أن يعيش على منوال شعب الهونزا.

ما الذي يجعله يحافظ هكذا على نداوة الشباب؟ الخضراوات النيئة؟ الثوم؟ الفول السوداني؟ برنامج الرياضي الخاص للرشاقة؟ أم مسحوقه البني الغامض الذي يمزجه في الشاي منذ عشرات السنين؟

ليس غريباً أن يكون يوهانس خلال هذه السنوات قد أطلعني على ماهية مسحوقه البني. أنه غوارانا Guarana، وهي مادة تحتوي على الكافيين، يتعاطها سكان البرازيل منذ مئات السنين باعتبارها منشطاً سحرياً. هل يعتبر مسحوق القوة هذا ضمناً حقيقياً لما يقارب الشباب الدائم؟ (في فصل «دور النباتات الغريبة في تحقيق الشباب» سأشرح بدقة ماهية تأثير القوى الفاعلة في الغوارانا).

إن معرفتي بيوهانس التي تحولت مع الزمن إلى صداقة قد أيقظت لدي على كل حال الفضول الصحفي تجاه أحد أهم الأسئلة على الإطلاق: لماذا يشيخ الإنسان؟ هل هذا قانون طبيعي غير قابل للتغيير؟ أم هل هناك ثمة إمكانية لمراوغة الطبيعة؟

لنتهيأ أيها القارئ العزيز لنقوم معاً برحلة استكشاف أخاذة، سندرك في نهايتها أن كلاً منا يحمل ينبوع الشباب بين يديه.