

أما النفس حفظها من ذلك كله حظ الأرنب بجانب الأسد ،
فلا الناس يقدرون خطورة أمراضها ، ولا تنشأ المدارس لأطبائها ،
ولا تؤسس المستشفيات لملاجها

مع أنى اعتقد أن آلام الناس من نفوسهم أكثر من
آلامهم من جسامهم ، وأضرار المجتمعات من مرضى النفوس
تفوق أضرارها من مرضى الجسام ، وللنفس أمراض لا حصر
لها ، تختلف باختلاف أمراض الجسم الى مرض عين ومرض معدة
ومرض أمعاء ، فهناك حميات نفسية متعددة كحميات الأجسام ،
وهناك تسمم نفسى يشبه التسمم الجسمى ، وهناك ميكروبات
نفسية كالليكروبات المادية ، وهناك عدوى بها تصيب النفوس
كعدوى الأجسام — وهناك انفصالات تحرق النفس وتضنى البدن
الى آخر ما هنالك ، ولكل هذه الأمراض علاجات تختلف
باختلاف المرض وباختلاف الشخص ولها أدوية من جنسها ،
منها ما يسكن الألم ، ومنها ما يشفى المرض — وهى فى دراستها
وتشخيصها وعلاجها أدق وأصعب مثلاً وأغمض كشفاً ، والفرق
بينها وبين أمراض الجسم وعلاجه كالفرق بين الجسم والنفس
فما أخرجها الى أطباء مهرة ، ومستشفيات صالحة معدة ،
ودراسات عميقة منتجة ، ونظم فى ذلك ترقى مع الزمان رقى
طب الأجسام

لعل الذى صرف الناس عن علاج نفوسهم الى علاج جسامهم
أنهم أو الكثير منهم لا يزالون يسبحون فى دائرة الحس وحده ،
ولم يرتقوا الى ملاحظة النفوس وشؤونها ؛ فإذا جرح الانسان
جرحاً بسيطاً فى جسمه هرع الى الطبيب يعالجه ويحتاط له ،
وإذا كسر عظمه ذهب الى الطبيب ليجبر كسره ، ولكن إذا
جرحت نفسه ولو جرحاً عميقاً ، وكسرت ولو كسراً خطيراً
احتمل الألم من غير بحث عن علته أو نتائجها أو طرق مداواته
لأنه لا يزال مادياً فى إدراكه أولاً فى تفكيره

أو لعل السبب أن الناس لا يؤمنون بأطباء النفوس إيمانهم
بأطباء الأجسام ؛ فهم لا يستقدون فى صلاحيتهم ، ويشكون كل
الشك فى قدرتهم على علاجهم ، فيستسلمون للمرض النفسى
كما يستسلمون لمرض جسمى استحال شفاؤه ولم يستكشف دواؤه ،

طب النفس للأستاذ أحمد أمين

لست أدري لماذا يؤمن الناس أشد الإيمان بمرض أجسامهم ،
ولا يؤمنون بمرض نفوسهم ، فإذا شعر أحدهم بمرض جسمى
أسرع الى الطبيب يصف له أعراضه ، ويستوصفه دواءه ،
وينفذ أوامره مهما دقت ، وينذل فى ذلك الأموال مهما جلت ،
ثم هو بمرض نفسياً ، فلا يابى لذلك ، ولا يعبره عتابة ، ولا
يستشير طبيباً نفسياً ، ولا يعنى بدراس الأعراض ومعرفة
الأسباب ، وقد يلج عليه مرض النفس ، ويصل به الى اليأس ، فلا
يسئى لمعالج ، ولا يجتهد فى معرفة دواء ، كأن نفسه أهون عليه
من جسمه ، وروحته أثنه من بدنه

ومن أجل عناية الناس بأجسامهم دون نفوسهم ؛ كان لدينا
نظام شامل وإن لطب الأجسام دون طب النفوس ؛ فدرسة
لتخريج الأطباء حتى للطب البيطرى ، ومعاهد للتشريح
والتجارب ، وتخصص فى الأمراض ؛ فهذا طبيب عين ، وهذا
طبيب أنف وحنجرة ، وهذا طبيب أسنان ، وهذا طبيب باطنى
الخ ، وكان لكل حى طبيب أو أطباء ، ولكل مدرسة طبيب ،
وفى الأم الراقية لكل أسرة طبيب ، ووجدت المستشفيات فى
أنحاء الأقطار ، وعدداً الناس عملاً خيراً يتبرعون لها بأموالهم ،
كما عنتها الحكومات ضرورة اجتماعية ترصد لها الأموال فى
ميزانياتها ، وأنشئت الصيدليات فى كل حى وكل شارع لتلبية
طلبات الأطباء والجمهور فى كل وقت إسعافاً للجسم فى مرضه
وفى ترفه

وخضمت هذه النظم لسنة الارتقاء ، فهى تسير الزمان ،
وتستفيد مما يؤدي إليه البحث والعلم ، وتتكيف حسب ما تقتضيه
الأحوال ، وتجهز بأحدث المخترعات

والعقل عنى به بعض هذه العناية ، فكان أطباء الأعصاب ،
ومستشفيات للمجاذيب ، وبحوث وتجارب فى أمراض العقل وعلاجه

إن كان هذا فعلى الطب النفسى أن يثبت قدرته ، ويبرهن على نجاحه حتى يقبل الناس عليه ويؤمنوا به

وقد يكون السبب أن الناس يؤمنون بسهولة أمراض النفس وقدرتهم على علاجها والاشتغال منها من غير طبيب ، فما عليه إن كان حزيناً إلا أن يضحك ، أو منقبضاً إلا أن يتسلى ، وهذا خطأ بين ؛ فأراض النفوس كأراض الجسم فيها ما يداوى بحميمة وفيها ما يستصعب على الطبيب الماهر والخبير الحاذق

لعلك تزعم أن هذه الناحية من طب النفوس لم تهمل بتاتا فهناك المدارس للتهذيب ، فيها إصلاح النفوس وفيها دروس الدين والأخلاق لمعالجة الأمراض ، وهناك الوعظ لارشاد الناس وعلاج النفس ، وهناك العرف والقوانين توجه الناس الى الخير وتجتهد من الشر ، وفي ذلك تهذيب لنفسهم وإصلاح لجوانب الشر قبيهم

ولكن يظهر لى أنها كلها مع قائمتها لا تكفى ، لأنها - من ناحية - تكاد تكون علاجاً عاماً يقال لكل الأشخاص ، وتخطب بها كل النفوس ، كالطبيب يذكر ضرر الإفراط فى الأكل ، وأضرار كثرة التدخين ، وفائدة الرياضة البدنية ، وفائدة الاعتدال فى المأكول والشرب ، وهى قل أن تعرض للأزمات النفسية الخاصة بكل نفس وما أجاط بها من ظروف خاصة ، ونوع النفس وما يلزم لها من علاج خاص بها ، وهى أقرب ما تكون الى الوقاية لا إلى العلاج ، والاحتياط من الوقوع فى المرض لا للعلاج المرض ، فان تعرضت لعلاج وصفت علاجاً عاماً للناس على السواء ، إذ ليس فى استطاعتها - ظالماً - أكثر من ذلك

ومن ناحية أخرى أكثر ما بأيدنا منها اليوم لم يؤسس على ما وصل اليه العلم الحديث ، ولم يبن على ما استكشف من قوانين علم النفس على قلة ما استكشف منها ، فالدراسة الحديثة أبانت عن اتجاهات كانت غامضة ، وأخطاء كانت ترتكب فى تصور النفس وإدراكها وجرأتها وطرق تهذيبها ، ولا يزال علماء

النفس يقرون بأنهم فى أول مراحلهم ، ولم يقولوا فى النفس إلا الكلمة الأولى ، فكان من المعقول أن يساير التهذيب ودراسة الأخلاق وعلاج النفس ما وصل اليه علم النفس وعلم الاجتماع ، كما يساير علم طب الأجسام ما يمتكشف من مخترعات . فألات الجراحة اليوم غيرها بالأس ، والمادة الطيبة اليوم غيرها بالأس وهكذا ولكن ذلك لم يكن

وربما كان أقرب المناهى إلى طب النفس منحى الصوفية ، فقد كان لكل مرید شيخه يفضى اليه بدقائق قلبه وأزمات نفسه ، ووسائمه وخطراته وآلامه وتوجهاته ، والشيخ يصف لكل مرید ما يراه أنسب له وأقرب لمعالجه ، ويصف له طرقاً يسلكها واتجاهات يتجهها وأوراداً يتلوها ، يرى أنها تشفى مرضه ، وتبرىء نفسه ، وله فى كل مرید نظرية وفراسته ، بها يشخص وبها يصف ، ولكن تكاد تقتصر هذه الحالة بين المرید والشيخ على الأزمات الدينية ، أما ما عدا ذلك من أزمات دنيوية واجتماعية ، فقلما يتناولها المرید والشيخ ، على أنه ، من لكل مرید بهذا الشيخ الدقيق النظر المصاب الفكر الصادق الفراسة الموفق فى تبشیر المرض ومعرفة العلاج

وإذا عدنا مثل هذا الشيخ وحرمت مجتمعاتنا من نظم وافية شاملة للطب النفسى كالنظم الوافية الشاملة للطب الجسمى فلا أقل من أن نوجه النظر الى أن يبنى كل شخص بتأنيته النفسية عناية لا تقل عن عنايته الجسمية . فضحايا أمراض النفوس كثيرون ، وصرعى المرض لا يحصون ، والالتفات إلى فتك هذا النوع من الأمراض ضعيف قاتر - فهناك صرعى الخوف من الموت ومن الفقر ومن الرؤساء ، وهناك صرعى الشك فى الدين وفى الحياة وقيمتها وفى كل ما يحيط بهم مما فى الأرض وما فى السماء ، وهناك صرعى الحزن لا يسرهم شيء فى الحياة ، ويودون أن يكونوا دائماً ويسودون كل منظر يرونه ، ومحزونون عند ما يحزن الناس ومحزونون عند ما يضحك الناس ، فاذا عدموا أسباب الحزن خلقوها حتى من أعرق منابع السرور - وهكذا تعدد الصرعى

فهو فقير يمثل دور ملك ، وصعلوك يمثل دور وزير ، وطفل يمثل شيخاً هرمًا ، ورجل يمثل دور امرأة ، ومحال أن يوائم بين نفسه الحقيقية والصور التي يمثلها إلا بمقدار ما يظهر على المسرح ، فإن هو حاول أن يطيل ذلك بمدد دوره جزاؤه المزمومة ، والسخرية منه ، وقلق نفسه ، واضطراب شأنه

فأكثر أسباب اضطراب المثقف ناشئ من أنه غبي يريد أن يكون ذكيًا ، أو ميال بطبعه إلى العزلة والانعكاش ، يريد أن يكون وجيهاً شهيراً ، أو عالم يريد أن يكون أديباً ، أو أديب يريد أن يكون طامحاً ، أو صريح يريد أن يخادع ويمالئ ، أو خجل يريد أن يكون وقحاً ، أو مترن نواحي العقل يريد أن يكون طبعاً شاذاً الخ . فهو يحاول ويحاول ، ثم يفشل ويفشل ، لأنه يكاف النفس ضد طبعها ، وهذا الفشل يهز نفسه هزة عنيفة تسبب له القلق الروحي والاضطراب النفسي ، هو بذلك يريد أن يكون إنساناً صنعياً وهو مخلوق إنساناً طبيعياً ، فالتوفيق محال ، تغير نصيحة لهذا وأمثاله أن تقول له : « كن نفسك ، ولا تتفشد إلا مثلك »

أحمد أمين

ظهر حديثاً :

في أصول الأدب

صفحات من الأدب الحي

والآراء الجديدة

بقلم

أحمد حسن الزيات

يطلب من إدارة « الرسالة » ومن جميع الكنايب

وثمنه ١٢ قرشاً عندا أجرة البريد

كصرى السل والسرطان وما إليهما - يبدأ فيهم مكروب النفس صغيراً ثم ينمو شيئاً فشيئاً حتى يقتربهم ، ثم من العجب ألا يتوجهوا قليلاً ولا كثيراً إلى قتلها قبل أن تقتلهم وهزيمتها قبل أن تهزمهم ، كأنهم يظنون أن المرض فوق أن يعالج والأمر أيا من أن يفكر فيه

لأمراض النفس أسباب عدة : من حاله صحية ، وبيئة اجتماعية ، وبذور ميكروبات تسربت إليها من كتب قرأتها ، ومقالات طالمتها ، وأحاديث سمعتها ، ومناظر رأتها إلى غير ذلك ، ولعل أهم مرض نفسي يصيب طائفة المثقفين سببه أنهم لا يريدون أن يكونوا أنفسهم ويريدون أن يكونوا غيرهم

لقد خلقت النفوس البشرية متشابهة في بعض جهاتها ، مختلفة في بعض جهاتها ، شأنها في ذلك شأن الوجوه ، فشكل وجه فيه عينان وأنف بين المينين وفم تحت الأنف وذقن تحت الفم ولكن مع هذا الاشتراك لكل إنسان وجهه الخاص به لا يشاركه فيه غيره ، وكذلك النفوس تشترك في اللذة والألم ، وتشترك في أهم منابع اللذة ومنايع الألم وتشترك في الفرائز الأساسية وما إلى ذلك ، ومع هذا فلكل إنسان نفسه الخاصة ، لا يساويها في جميع وجوهها غيرها

ومما ألاحظه أن نفس كل إنسان إن سارت على فطرتها ، وعرفت أن تتعنى بما يناسبها ، وطلبت لها مثلاً أعلى يتفق وطبيعتها ، طشت في الأغلب راضية مطمئنة ، فإن خالفت فطرتها وحاولت أن تكون غيرها أظلمت وأسأبها الحزن والقلق والاضطراب ، وقلقت سمادتها وهنأها ، واطمئنتها ورضأها ، ومحال أن تنال ما يخالف فطرتها ، كما هو محال أن يكون الوجه الأسود أبيض ، أو الأبيض أسود ، أو الطويل قصيراً ، أو القصير طويلاً

يسعد الإنسان إذا عرف طبيعته وحدوده التي يستطيع أن يصل إليها ، ونوع الرقي الذي يمكن أن يبلغه ، فإن حاول أن يكون غير ذلك كان في الحياة « ممثلاً » لا يعيش عيشته الطبيعية ،