

الفصل الثاني عشر

الحرمان الحسي

«أعتقد أنها واحدة من أكثر المعدات المدهشة للمساعدة الذاتية والتفكير المتعمق الذي يمكن أن تجده». مقتبسة من مقال جورج جوجان في ذا أتلانتيك (The Atlantic) في 12 أكتوبر 2012م.

في مصنع اليتيم، يتلقى الأطفال في دار الأيتام الخيالية بعضاً من تعليمهم في خزانات العوم المغلقة، وتسمى أيضاً خزانات العزل، والعوم في هذه الخزانات نوع من الحرمان الحسي - أو الحرمان الحسي لبرهة - فضلاً عن أنه طريقة أخرى من طرائق تعلم العبقري، حيث يتحقق الحرمان الحسي بتخفيض المنبهات أو إزالتها تماماً من حاسة أو أكثر من الحواس، وفي هذه الحالة تصبح بعض غدد الدماغ؛ مثل الغدة الصنوبرية، أكثر نشاطاً عند تخفيض الإدراك الحسي.

اخترع الطبيب الأمريكي وعالم الأعصاب جون س. ليلي خزانات العزل عام 1954م، بوصفها طريقة لاختبار تأثيرات الحرمان الحسي في الدماغ، وكذلك لدراسة أصل الوعي نفسه، وقد أثبت ليلي أن موجات

الدماغ تتغير بصورة كبيرة في أثناء حالة الاسترخاء العميقة هذه، ما يجعل المشاركين في عملية العوم أكثر تقبلاً للمعلومات الجديدة.

أما مكونات خزان جلسات العزل، فهي ببساطة الماء والملح، والأفراد الذين يعومون وحدهم لنحو ساعة داخل خزان معتم وعازل للصوت، حيث قارنَ كثيرون هذه التجربة من حيث إنها شبيهة بالوجود داخل الرحم.

وقد عُرف من المشاهير الذين استخدموا خزانات العوم روبن وليامز، وجون لينون، وجيف بريجذبز، وجوروجان، وسوزان سارا ندون.



الصورة أعلاه: خزان عزل حديث.

يعد وليام هيرت؛ بطل الفيلم الروائي الطويل (الحالات المتغيرة Altered States) عام 1980م والمبني على رواية بادي شايفسكي (Chayefsky Paddy) بالاسم نفسه التي استلهمها من تجارب جون س. ليلي في خزان العوم، أحدَ المشاهير الذين يقال إنهم مارسوا

الحرمان الحسي في حياتهم. وقد استخدمت فرق رياضية مختلفة خزانات العوم، منها فيلادلفيا إيجلز (Philadelphia Eagles)، ودالاس كاوبويز (Dallas Cowboys)، ولاعبو الأولمبياد مثل نجم ألعاب القوى الأمريكي كارل لويس (Carl Lewis) الحائز على ميداليات ذهبية تسع مرات.

عليك أن تتذكر أننا ذكرنا في فصول سابقة أنه يمكن الوصول بسهولة إلى العقل اللاواعي عندما يعمل الأفراد في الموجات الدماغية الأقل شيوعاً مثل ألفا، وبيتا، ودلتا وجاما؛ فقد أظهرت دراسات عديدة أنه غالباً ما يحدث انتقال في أثناء جلسات خزان العوم من موجات الدماغ بيتا اليومية إلى موجات ألفا وبيتا لدى الأشخاص المشاركين؛ حيث يمكن الوصول إلى مثل هذه الموجات الدماغية فقط قبل النوم مباشرة، أو في أثناءه، أو بعده مباشرة، أو في حالات أخرى مثل الاستغراق في التأمل العميق، ومن المعروف أن موجة الدماغ بيتا تكون مواتية للغاية للتعلم المتفوق، علاوة على أنها تحفز التأثيرات الإيجابية ذات الصلة؛ مثل حل المشكلات، وتحقيق الاستقرار العاطفي، وزيادة الإبداع.

بالإضافة إلى ذلك أظهرت الدراسات أنه كلما كانت جلسات المشارك في خزان العوم أكثر انتظاماً، تستمر موجات الدماغ بيتا مدة أطول في أثناء الجلسة أو بعدها، وقد أظهر بحث أجري في جامعة أوهايو الحكومية في بداية تسعينيات القرن العشرين أن جلسات العوم

تحسُّن من دقة الرماية بالبندقية، والإبداع عند الموسيقيين، والتركيز عند الطلاب قبل الاختبارات، وأظهرت البحوث في أوروبا تحقيق انخفاض ملموس في مستويات التوتر باستخدام الطوافات بصورة منتظمة.

ومع ذلك يبقى العوم في خزانات العوم مجرد طريقة لتحقيق الحرمان الحسي، إذ تجرى الجلسات الأولية المكافئة لجلسات العوم غالباً في المختبرات العلمية، حيث يستلقي الأشخاص على سرير في غرفة مظلمة تماماً ودون وجود صوت، حتى إنه يمكن تحقيق الأوضاع الأساسية من الحرمان الحسي باستخدام مواد بسيطة مثل الأغطية، وسدادات الأذن وعصابات العيون.

يتعين علينا ملاحظة أنماط أخرى أكثر تطرُّفاً من الحرمان الحسي (لا نوصي بها!)، وتتضمن الحرمان من الطعام، وأساليب التعذيب، وحتى طرائق تتضمن تعريض حياة الشخص للخطر؛ مثل لعبة التنفس (breath play) ... نعم، كما في تقنية الـ (BDSM)⁽¹⁾ التي تطبق نقص الأكسجين لزيادة المتعة الجنسية من خلال جعل أعضاء الحس الأخرى أكثر حساسية.

(1) اختصار Bondage & Discipline. Dominance & Submission. Sadism & Masochism

وهي طريقة كانت تستخدم في ترويض العبيد، ثم أصبحت شائعة بين المصابين بمرض الماساشوتسية.

أورد مقال نشر على موقع (Listverse site) في الثاني من مارس عام 2014م، قائمة بالعادات السرية للعباقرة، يذكر فيها صورًا غير اعتيادية من الحرمان الحسي، وقد أورد الكاتب تقريرًا عن المخترع الياباني د. يوشيرو ناكا ماتسو (Dr. Yoshiro Nakamatsu) الذي يفضل تسميته السيد الدكتور. ناكاماتس، يفيد بأنه يستخدم طريقة غامضة وخطيرة في الحرمان الحسي للوصول إلى فكرٍ لاختراعاته الكبرى؛ تتضمن هذه (الاختراعات) إنتاجه الثوري للقرص المرن عام 1952م. يقول المقال: «توصل إلى مجموعة من أعظم فكر عندما كان على وشك الغرق، يؤمن د. ناكاماتس في الفوائد العقلية للبقاء طويلاً تحت الماء وبغياب الهواء».

أقتبس من د. ناكاماتس قوله: «لحرمان الدماغ من الأكسجين، يجب أن تغوص عميقًا وتسمح لضغط الماء بحرمان الدماغ من الدم. أتصور اختراعًا قبل نصف ثانية من الموت». من الواضح أن المخترع غريب الأطوار يكتب فكره في مفكرته تحت الماء قبل أن يعود سباحة إلى السطح. وغني عن القول، إننا قطعًا لا نوصي بتجريب هذا النمط من الحرمان الحسي.