

الكتاب الثاني

مقدمة

منذ زمن وأنا أحاول ترتيب أسباب المرض الوجدانية، الداخلية، وتكوين تصنيف عام واحد. وقد فهمت مع الوقت أن تشكيل نظام واحد غير ممكن. فلكل شخص أسبابه الخاصة فيما يتعلق بالمرض. إلا أنه هنالك بعض العمومية فيما يتعلق بظهور المرض، وهي موجودة. وذلك متعلق بأن كل عضو أو جهاز محدد في الجسم، لا يقوم بتنفيذ وظيفة فيزيولوجية خاصة وحسب، بل إنه يتحمل عبئاً انفعالي. وبمعنى آخر، فإن جزءاً ما من جسدنا، وعلى المستوى المعلوماتي - الطاقوي، يعكس فكرة أو انفعالاً ما من أفكارنا أو انفعالاتنا.

هيا بنا نتابع العلاقة المتبادلة بين أمراض محددة والتصرفات الشخصية والأفكار من جهة، ومن جهة أخرى، تلك النوايا، التي يمارسونها. وموضح هنا، الأسباب الممكنة لتطور المرض. فاستخدم هذا الكتاب، عندما تقوم بالبحث عن أسبابك الداخلية، فهذا يساعدك في رعايتك لنفسك.

الرأس

الرأس مسؤول عن عملية التفكير. لذلك فالمشاكل التي تواجهه تعكس التباين بين الأحاسيس والعقل.

آلام الرأس

كما هو معلوم لنا، فإن كل ألم - هو إنذار دؤوب حول ضرورة أن نغير انتباه أنفسنا. لذلك، من المهم معرفة ما الذي يكمن خلف الألم. الصداع - هو، قبل أي شيء إشارة من عقلنا الباطن تقول أن هناك شيئاً ما نقوم به ليس كما يجب.

مثلاً، لدينا أعمال كثيرة، وتراكم التعب، إلا أنك تريد أن تنتهي أعمالك كلها. فيقرر عقلك الباطن أنه يجب عليك أن ترتاح، ويبدأ بالتسبب بآلام الرأس (الصداع) لإنقاذك من المجهود الزائد والانهايار. وهذا أبسط مثل.

والنفاق، يعتبر السبب المهم الآخر للصداع. مثلاً، أن تعاشر شخصاً غير مقبول بالنسبة لك. غير أنك تضطر للابتسام في وجهه وإسماعه كلمات جميلة. ونتيجة هذه العشرة تكون صداعاً. وطريقة ظهور الصداع بسيطة جداً. فأحد نصفي الدماغ يسجل الأحاسيس المضجرة، التي يسببها هذا الشخص. والنصف الآخر، يتابع تصرفاتك الداخلية. وبالنتيجة، فإن جزءاً من عضلات الرأس هادئ، والجزء الآخر منها يتوتر. والتباين بين طرق التفكير والأحاسيس يتسبب بالصداع.

في إحدى المرات، ذهبت لزيارة صديقي. وبالمناسبة، هو كان قد اشتكى من آلام موجعة في رأسه، وهي بدأت تظهر لديه قبل ستة أشهر. وبدأت أسأله عن تلك الأحداث، التي مهدت لظهور الآلام. وقد حدثني كثيراً عن المشاكل في شركته، ومتكلماً عن شريكه، قال تلقائياً: - إن سيرغي هو صداع دائم. وبعد هذه الجملة، التي، وحسب رأيي، كانت ابتدائية، فقد تابع صديقي حديثه قداماً. وخلال بعض الوقت استوقفته، وسألت:

- هل تذكر ما قلته عن شريك سيرغي؟
وهو طبعاً، لا يتذكر، حيث أنه تواجد في نشوة خفيفة، وعندما أخبرناه أنا وزوجته عن هذه الجملة، استغرب كثيراً.
وقد غادر هذه الشركة بعد مدة قصيرة، وترك هنالك "آلام رأسه الموجعة".

وإذا كانت أسباب آلام الرأس لديك، لا تتوافق مع أفكارك وسلوكك الداخلي، فحاول أن توجه الداخلي والخارجي إلى توافق كامل. وفي هذه الحالة، هنالك احتمالان ممكنان، الأول: أنه لا أحد يجبرك على التعامل مع شخص كهذا. فيمكنك، ببساطة، تركه وشأنه. والاحتمال الثاني: وهو أن تفكر، ما الذي استمال هذا الشخص نحوك وجعله يظهر في حياتك. فإذا ما أعجبك في أحد ما، مزايا ما، فإنها موجودة لديك حتماً. فاسع لتغيير نفسك، وعند ذلك، يتغير الأشخاص المحيطون بك.

إحدى المشاركات في محاضراتي اشتكت من أن مديرها يتعامل معها بشكل سيئ، وهو ينتقدها دائماً. وبعد الاجتماع معه فإن رأسها "يتصدع" بكل ما للكلمة من معنى. وهي كانت مضطرة للاجتماع به يومياً.

- أشعر أنه مصاص دماء بالنسبة لي، - قالت المرأة.
فوجهت إليها بضعة أسئلة. وبدا أنه كان لديها امتعاض قديم من المدير.
- عدا عن ذلك، - أضافت قائلة، - هو يذكرني برجل، كان قد تعامل معي بشكل سيئ.

واتضح أيضاً، أن هذه المرأة تنظر إلى نفسها بعين ناقدة جداً. وهي لا تقيم قدراتها الاختصاصية ولا الأنثوية.

ولكنها، بعد المحاضرة قامت بمراجعة أحداث الماضي، وبدلت علاقتها بنفسها وبمديرها وبوضعها بشكل عام. وبعد بعض الوقت غادرتها آلام الرأس تدريجياً، وأخذ مديرها يتعامل معها كعامل متميز.

فسوء تقدير النفس والنقد الذاتي، غالباً ما يؤديان إلى الصداع. عدا عن ذلك، فإن الشخص، وإذا ما اعتاد على عدم إعطاء نفسه قيمتها وانتقادها، فسوف يتعامل مع الآخرين بالطريقة نفسها.

لذلك، أحب ذاتك، واقبل نفسك كما أنت في الحقيقة، وتعلم أن تلاحظ الأشياء الجيدة لدى الآخرين، واعلم أن الناس يُظهرون لك ما اعتدت أن تراه فيهم. والخوف أيضاً، يعتبر سبباً للآلام، فهو يشكل حالة توتر مفرط، وعدم الراحة، وما عليك هو أن تطفئ هذا الخوف في داخلك. وتعلم الثقة بالعالم المحيط بك - فهو عالمك، ولذلك - هو أكثر الأماكن أماناً في الكون. وحب الذات والثقة بالعالم المحيط يؤديان بأي نوع من أنواع الخوف.

غالباً ما يمكن للصداع تأدية وظائف محددة، وهو يساعد في التهرب من بعض الالتزامات. وهكذا، المرأة، التي تحاول التهرب من المعاشرة الجنسية، فتتذرع بالآلام الرأس، وعندما تقوم بذلك أول مرة، ومرة أخرى، ثم ومع قدوم المساء، يبدأ الصداع لديها بشكل منتظم. والحبوب لا تفيد في هذه الحالة، وإنما يجب توضيح العلاقة واتخاذ إجراءات محددة.

وفي هذا الاتجاه، هنالك نكتة متداولة. فالزوج وزوجته يتجولان في حديقة الحيوان. وعندما وصلا إلى مكان قريب من القرود، بدا أن ذلك القفص لم يكن مغلقاً. فقفز أحد القرود براحته، وأمسك بالزوجة ساحباً إيها إلى القفص. وبيدو أن المرأة قد أعجبت ذلك الذكر، فقرر أن يمارس الجنس معها.

تصرخ الزوجة متوجهة إلى زوجها: - ماذا بك تقف هكذا يا عزيزي؟ ألسنت ترى أنه يحاول اغتصابي؟ افعل أي شيء!
ويجيبها الزوج ببرود: - قولي له أنك متعبة أو أن رأسك يؤلمك.

فتعلم أن تتعامل مع الصداع بانتباه وجدية، وقبل كل شيء يجب أن نستوعبه كإنذار، وأن لا نحاول القضاء عليه بالحبوب المسكنة، فهي تذهب به مؤقتاً، وتعطيك شعوراً بالراحة لوقت قصير. لذلك يجب أن نخمده ليس بمعالجته بالأدوية، وإنما بالبحث عن أسبابه وتحتيتها كلياً، فهي مخبأة في أفكارنا وأحاسيسنا.

الشقيقة

الشقيقة (الصداع النصفي) - وهي صداع يتعلّق بالألم العصبي، ويتركز في

مكان واحد ، وله إمكانية الظهور في أوقات محددة. والمسكنات العادية لا يمكنها أن تفيدها هنا. وكقاعدة ، فإنه يمكن تحيية هذه الآلام بالمهدئات ومضادات الالتهاب ، إلا أن ذلك يكون مؤقتاً ، كما أن الحبوب لا يمكنها إزالة الأسباب. وأسباب ظهور الشقيقة هي كأسباب ظهور آلام الرأس العادية. ولكن هنا ، تتشكل أيضاً ، ملامح عصبية محددة لطبيعتها.

والشقيقة ، غالباً ما تتواجد عند الأشخاص ، الذين يريدون أن يصبحوا كاملين. إلا أنهم يسعون إلى الكمال عن طريق تقريع الذات وانتقادها ، وإدانتها ومعاقبتها. فهم مليئون بكل تلك المجموعات من النواقص والأخطاء. والتخلص من ذلك يعني التخلص من الآلام.

سفيتلانا وقعت في غرام شخص ، كان يأتي في مهمات رسمية إلى بلديتها. وكان الرجل متزوجاً ، غير أنه أقنعها أنه سيطلق قريباً. وخلال بعض عرفت أنها حامل ، وأخبرته بذلك فيما بعد. وعلى أثر ذلك ، وعدّها بحسم الموضوع مع زوجته والعودة إليها ، إلا أنها لم تره بعد ذلك أبداً.

ولم تقدم سفيتلانا على إجراء عملية إجهاض ، بل ولدت بنتاً. ومباشرة بعد عملية الولادة ، بدأت تظهر لديها آلام في الرأس.

وها هي تلك المرأة تجلس أمامي وتروي لي قصتها. فمنذ فترة وجيزة بلغت ابنتها عامها الرابع عشر ، وعلى مدى هذه الأعوام ، كان يظهر لدى سفيتلانا وبشكل شهري ودوري ، ألم نصفي في رأسها ، وتلك الآلام لم تذهب نتيجة لتأثير الأدوية ، بل إنها أخرجتها من الدنيا لثلاثة أيام.

- دكتور ، أنا أشعر بنفسى مخطئة أمام ابنتى ، تقول لي سفيتلانا والدموع تملأ عينيها. - فابنتى ليس لديها أب ، وهذه غلطتى أنا تحديداً. وقد انتقلت للعيش في مدينة أخرى على أمل أن يتم نسيان كل ذلك ، وتنتهى آلامى الروحية ، ولكن ، وللأسف ، بقيت آلامى تالزمنى.

الشقيقة تعكس أحياناً كل المخاوف الممكنة.

- دكتور ، - تتوجه إلى الفتاة الشابة - لدي مشكلة في رأسى.

- وكيف يظهر ذلك؟

- منذ فترة وجيزة بدأت تصيبنى آلام موجعة في الرأس ، ولم تسعفنى أية حبوب مهدئة.

- وهل هنالك طبيعة محددة لظهورها؟ - سألتها أنا.

- نعم ، يوجد. وهنا خفضت الفتاة رأسها. - فمنذ مدة تعرفت إلى شاب ، وهو إنسان جيد. ولكن حديثى ليس عن ذلك. والموضوع أنه عندما حاول تقبيلى للمرة

الأولى، شعرت بالغثيان، وبدأت آلام الرأس القوية بعد ذلك مباشرة. وهي تتكرر الآن، وبشكل كبير، وكقاعدة، هذا مرتبط بلقاءاتنا أو بتفكيرى به حتى. في حالة النشوة، قمنا بتفسير أسباب ردة الفعل هذه على شخص بعمر الشباب. فعندما بلغت الفتاة عامها الثالث عشر، وابتدأت الدورة الشهرية لديها، قررت والدتها إعطاءها الدرس الأول في التربية الجنسية. وشرحت لها أن الجنس - هو شيء قدر، لأن الرجال كلهم لا يريدون إلا شيئاً واحداً. وما إن يحققوا ذلك، حتى يعملوا على ترك النساء، وغالباً في وضعية الحمل. أنت تعرف أن واحدة من وظائف العقل الباطن - دفاعية، ولاوعي هذه الفتاة وجد طريقة "رائعة" للمحافظة على استقامتها وطهارتها.

وفي حالة كهذا، يجب تكوين علاقة صحيحة مع موضوع الجنس منذ الطفولة، فالجنس لا يمكن أن يكون إثماً، إنه إظهار فيزيائي للحب الروحاني (النفسي). فاقبل الجنس كطريقة رائعة للعشرة مع الشخص الآخر، وكأسلوب تنظيف وإتمام البداية الروحية خاصتنا. وإذا ما كنت تتهرب من المعاشرة الجنسية، معتبراً إياها فجوراً، فإنك تتهرب من كل ما هو دنيوي. إلا أن الدنيوي مخلوق من قبل الله، بمستوى عقلي مرتفع. والاستعارة بشأن آدم وحواء، أو عن الأفعى - الغاوية، تعني أن الإنسان، عارفاً لكل ما هو دنيوي (ومن ضمن ذلك الجنس أيضاً)، سيذهب للقاء ربه في نهاية الأمر. وهكذا، هل يستحق جعل هذا الطريق صعباً ومكروهاً؟

النساوة (فقدان الذاكرة)، ضعف الذاكرة

الخوف - هو واحد من أسباب النساوة، أو ضعف الذاكرة. وليس الخوف فقط، وإنما الهروب من الحياة أيضاً. وأنت تحاول أن تتسى كل شيء، فأى نصيحة يقدمها لك معارفك أكثر من غيرها، في الحالات السيئة: "حسناً، انس ذلك!". وإذا اتبعت هذه النصيحة، فلا تتفاجأ من تراجع الذاكرة.

وأحياناً، يساعد هذا المرض العقل الباطن في تنفيذ وظائف دفاعية لمصلحة الإنسان، وتسقط من الذاكرة تلك الأحداث، المتصلة بالألم الفيزيائي أو المعاناة النفسية. قبل عدة سنوات، تعرضت صديقة زوجتي لحادث سيارة. وعندما طلبوا منها أن تحدثهم كيف حدث ذلك، فإنها استطاعت أن تتذكر، فقط، كيف جلست في السيارة، وكيف استعادت وعيها وهي في ثياب المستشفى، أما كل ما جرى بين هذين الحدثين، فقد نسيتته تماماً.

الدماغ

ورم الدماغ

غالباً ما يظهر الورم الدماغى عند أولئك الأشخاص، الذين يريدون أن يخضعوا

العالم المحيط بهم لوجهة نظرهم. فهم عنيدون جداً ، ويمتتون عن تقبل عالم أشخاص آخرين. وهذا ما يقود إلى العدوانية تجاه الناس والعالم. وهنا "يتورم" المخ، حرفياً، من شدة التوتر.

وقد جاء لعيادتي منذ فترة قريبة شاب، كان يعاني من مشاكل نفسية. ومن خلال الاختلاط مع عقله الباطن اتضح أن سبب الخروقات النفسية - هو الاحتقار الشديد، والاستنكار والكره الموجهين للناس. وهذا الشاب أعطى أهمية كبيرة لمفاهيم كالاستقامة، والأخلاقية، وكان جاهزاً لتحطيم كل من لم يتوافق مع معايير.

وخلال العلاج، توضّح أيضاً أنه، وقبل عدة سنوات، قد تعرض الشاب لعملية في المخ الرئيس، وبأعجوبة تمكن من العيش بعدها. والسبب ذاته أيضاً، عدوانية كبيرة، في العقل الباطن، ضد العالم والناس. وعند الاختلاط بعقله الباطن، سارت المعلومة بنص مفتوح:

- قبل ولادتك في هذا العالم، كنت تعيش في كوكب آخر. لكنك موجود هنا الآن على هذا الكوكب، فاقبل هذا العالم مع الحب، عند ذلك ستكون سليماً.
- قبل كل شيء، الأمر هو كذلك، - أكد الشاب، - كثيراً ما تأتيني أحلام، أجول من خلالها في عوالم أخرى، وأتواجد على كوكب آخر. ولكن، كيف لي أن أقبّل هذا العالم، إذا كان فيه هذا القدر الكبير من الظلم؟
وتطلب الأمر جلسات عديدة، حتى فهم الشاب أن العالم الذي نعيش فيه عادل ومناسق. وهو يشعر الآن بالراحة وحالته ممتازة. وقد أسس نادياً للشباب وتزوج.

الجهاز العصبي

الأعصاب - هي عضو إدراك بالحواس. وهي ترمّز الاتصال. وفي حال مرض الجهاز العصبي، فسوف يتخرّب لديك إدراك العالم المحيط والإحساس به، وكذلك الاختلاط بالناس.

ألم الأعصاب

لقد اكتشفت أن الناس، الذين يوجد لديهم ضمير متضخّم، كثيراً ما يعانون من ألم الأعصاب. وألم الأعصاب في حالات كهذه - هو ما يشبه العقوبة على الخطأ.
- هل تعتبرين نفسك آثمة كبيرة - شرحت للمرأة، التي كانت تعاني من ألم عصب ثلاثي التوائم، لمدة طويلة.
- وكيف إذن، - قالت المرأة. فكلنا مذنبون. ويجب علينا أن نحصل على عقوبة صارمة بسبب ذنوبنا. ومن خلال عذاباتنا ومعاناتنا نتطهر روحنا.

- قولي لي، - سألتها، - وما الذي يحدث في حياتك، إذا ما توقفت عن معاينة نفسك؟

وتعمقت المرأة في التفكير. وبعد عدة دقائق قالت بدهشة:

- حياتي تتغير بشكل كامل. وأبدأ العيش بسعادة.

- صحيح.

- وماذا عن آثامنا؟ - سألتني المرأة، وتعاير الدهشة ظاهرة على وجهها.

- افهمي، - قلت للمرأة شارحاً، - إن الله لا يعاقب أحداً، هو يعطي لكل واحد

فرصة ليغير نفسه إلى الأفضل. ولو أن المعلم قام بتعديل درجة سيئة وحولها إلى "جيد"، فهل يستحق الأمر تذكير العلامة السيئة لأعوام، ومعاينة الذات على ذلك.

وهكذا أنت، يجب أن تستخدمى حظك في الحياة. وأنا أقترح عليك إغلاق عينيك

والجلوس بهدوء لعدة دقائق والتفكير مرة أخرى فيما إذا كان الأمر يستحق إدانة

الذات ومعايبتها. فلا يوجد مخطئون بشكل عام، - تابعت كلامي لها، طالما كانت

موجودة في حالة النشوة. - فكل شخص يتصرف على مستوى وعيه في الوقت

الحالي. لذلك أنت دائماً تفعلين كل شيء بشكل صحيح. وإذا ما غيرت من طريقة

قبولك للعالم، فسوف تتخلصين من الشعور بالذنب.

وكذلك، هناك إمكانية لسبب آخر. ففي حياتك يوجد شخص، من الصعوبة

جداً الاختلاط معه، وفي حالة كهذه يجب النظر في جميع العلاقات معه. فالحال إلى

داخلك، واعرف من خلال أية أفكار قمت بتشكيل تلك العلاقة؟ ما الذي يسعى هذا

الشخص على إخبارك به من خلال تصرفاته؟ وأي من أفكارك هو يعكس؟

وأحياناً يمكن للألام الأعصاب أن تظهر الوقوع في موقف غير مقبول بالنسبة لك.

فقد جاءت إلي فتاة مصابة بالألام العصب ثلاثي التوائم. وقد ظهر لديها على

أثر التحاقها بالعمل بعد إنهاء دراستها في المعهد.

- أنا لا أحب هذا المكان، - اعترفت هي. - فقد كنت أتخيل مستقبلي العملي

بشكل مختلف. الآن، أنا متوقعة في أطر قاسية، والجو السائد مخيف، فكل واحد

يرى في الآخر عدواً محتملاً. والتعامل بانفتاح مع هؤلاء الناس خارج إمكانياتي،

وأحياناً يتحتم علي الخروج من جلدي. ولا أستطيع إيجاد عمل آخر.

وفي بعض الحالات يمكن للألام الأعصاب أن تكون مؤهلة لإيجاد نوايا سلبية

ما، مثلاً، جذب الانتباه أو الحصول على وجبة من المهموم.

التهاب جذور الأعصاب (مرض عرق النسا)

الحقو يرمز إلى المرتكز والمساندة. لذلك فإن أية مجهودات إضافية (فيزيائية أو

نفسية) سوف تؤثر في وضعه.

فالخوف والقلق من أجل النقود، أو بسبب الوضع المالي، أو على المستقبل، يمكن أن تمهد السبيل لآلام الحقو. وغالباً ما يعاني من هذه الأمراض الأشخاص الذين ترتبط نشاطاتهم المهنية مع كميات كبيرة من النقود.

وفي تلك الأوقات من حياتنا، حيث يختبر الإنسان صعوبات مالية، أو يشعر أن النقود قاربت على نهايتها، فهو، حرفياً، "يكسر" ظهره لكي ينقذ وضعه المادي. وإذا ما ظهرت لديك مشاكل مع الحقو، فهذا يعني أنك تحمّل نفسك أعباء لست قادراً على حملها.

فقد حدثني أحد معارفي قائلاً:

- قبل حوالي أسبوع تعرض الحقو خاصتي لشد قوي، وكان ذلك بشكل مفاجئ. تصوّر، كنت أجلس في المساء خلف الطاولة، أتناول الشاي. وبدأ كل شيء طبيعياً. وبعد ذلك أردت القيام من خلف الطاولة، ولم أستطع ذلك. وهكذا، ربطني المرض لدرجة أنني عندما أردت الذهاب إلى الحمام، كنت أفعل ذلك زاحفاً على أربع. وقضيت اليوم التالي، بل الأسبوع كله، مستلقياً في السرير. وكم كان يلزمني إنهاء بعض الأعمال! وهكذا، لم أستطع الذهاب إلى أي مكان، ولم يلمسني أحد، وكان باستطاعتي الاستلقاء والقراءة والنوم فقط.

وفي مقابل ذلك، كنت شاكراً جداً لهذا المرض، فأنت لا تتصوّر كم استرحت بعمق! الأمر الذي ساعد على ظهور الهدوء والوضوح في رأسي، فأنا لم أجرب هذه الأحاسيس الطيبة منذ زمن طويل. وبدأ أنني ألقيت على نفسي كثيراً جداً من الأعمال، وتعلمت وتسرعت. وبهذا الشكل، قام عقلي الباطن بايقافي. وبعد ذلك صرت أقوم بالأعمال التي أقدر على تنفيذها.

السكتة، الشلل والشلل الجزئي

وأكثر أسباب هذا المرض خصوصية - هي الغيرة "الشالّة" والكراهة. وفي تجربتي كانت هنالك أحداث كثيرة، حيث يوصل الناس (وبخاصة الرجال) أنفسهم إلى السكتة أو الشلل، بمساعدة الغيرة.

- دكتور، ساعدني في التخلص من الشلل خاصتي، توجّه رجل إليّ بالكلام.
- لقد تعرضت منذ فترة قصيرة لسكتة، وها هي النتيجة الآن، الجزء الأيمن من جسدي كأنه ليس لي، إنه مخدّر.

ومن خلال الاختلاط مع عقله الباطن اتضح أن سبب السكتة - الغيرة الشديدة على الزوجة. فالزوجة أصغر منه بعشر سنوات، وهو كان يغار عليها منذ بداية حياتهما الزوجية. ومنذ فترة قصيرة جرت أحداث، كانت بالنسبة له موضع انتقاد. كذلك، فمقاومة خط سير الحياة ورفض الحياة خاصتها والأقدار يمكنها، أيضاً، أن تؤدي إلى الشلل. فالإنسان يشعر نفسه غير مؤهل لتغيير شيء ما في حياته

الخاصة، لذلك هو، وبالمعنى الحرفي، "يشلُّ" نفسه بنفسه ويحكم عليها بعدم القدرة على الحركة. فأية أفكار "شالَّة" قادتك إلى المأزق؟ تخلص من هذه الأفكار. وما الذي لا يسمح لك أن تحيا بحرية؟ فنحن ذاتنا نخلق عالمنا، ولذلك فالمخرج موجود دائماً. فالأشخاص الميالون إلى "الشلل"، ليسوا مرنين بتاتاً، وهم يذودون عن نظرتهم الضيقة جداً إلى العالم. وينسون، علناً، أن هذه وجهة نظرهم فقط، وفي الدنيا توجد آراء أخرى. فهم يمنعون أنفسهم عن التغيير، وغالباً ما نسمع منهم: "أفضل الموت على أن أُغيَّر مبادئي!" ولكن، ماذا نقول، إنه اختيارهم.

منذ فترة قصيرة تمت دعوتي إلى منزل أحد المتقاعدین، للاستشارة. وهو كان قد تعرض لشلل نصفه الأيمن بعد السكتة. وعلى أثر الاختلاط مع لاوعيه فسّرنا أن سبب السكتة والشلل يتلخص في عدم رضاه عن حياته، مصير أولاده، الحكومة وأشياء أخرى كثيرة. وفيما يتصل مع هذه الأشياء، فقد تجمعت في لاوعيه عدوانية كثيرة تجاه العالم والناس، تجاه زوجته وذاته شخصياً. وفي الواقع، فإن الكره ونقص السعادة والحب في الحياة قادتته إلى المرض.

والهروب من المسؤولية تجاه حالة ما أو شخص ما، عندما تشعر نفسك غير قادر على تغيير شيء ما، يمكنها أن تؤدي إلى الشلل أيضاً.

هناك سبب آخر، ألا وهو الخوف "الशल" المزروع عميقاً، والرعب.

وغالباً، فإن السكتة تظهر كإشارة لمطلب من العقل الباطن لتوحيد الأسرة. فعندما تتجاوز الخلافات حدودها داخل الأسرة، وتُستفد كل الطرق الواعية لتغيير شيء ما، عند ذلك يصب العقل الباطن الدم (رمزياً: الحب والفرح) في تلك المراكز الدماغية المسؤولة عن سلامة الأسرة وسعادتها.

عاشت يلينا وسيرغي زواجاً ناجحاً لمدة خمس سنوات. وفي السنة السادسة من حياتهما الزوجية المشتركة، بدأت علاقتهما المتبادلة تتخرب: فقد برزت لدى يلينا ادعاءات كثيرة على زوجها، وابتدأت الخلافات، وأخذ سيرغي بالحضور إلى المنزل مخموراً، في أكثر الأوقات. ومرة أخذت يلينا ابنتها وذهبت لتعيش عند أهلها. وخلال بعض الوقت جاءت إليها حماتها وقالت:

- يلينا، إن سيرغي موجود في المستشفى، فقد تعرض لسكتة، لذلك أرجوك، كأم، أن تذهبي إليه. وبالمناسبة، هو لا يريد أن يرى أحداً سواك. وذهبت يلينا إلى المستشفى وبدأت بخدمة زوجها والعناية به. وأخذ سيرغي يستعيد صحته. وبعد خروجه من المستشفى، بدأ الاثنان حياتهما مجدداً.

هيا بنا نفكر، لماذا يحدث التجديد بشكل مؤلم بعد الشلل. لأن الإنسان يتعلم مجدداً التطور، الإحساس - وبكلمة مختصرة، يتعلم كيف يعمل ويؤثر. فهو، قبل

المرض، قد حكم نفسه بعدم النشاط، وببساطة، فقد اعتبر المرض نتيجة علاقته مع نفسه ومع الحياة. وفي الوقت الحاضر، هو يحتاج إلى أن يتعلم، كيف يعمل ويؤثر.

ومنذ وقت قريب، وأثناء تطبيقاتي العملية، قابلت حادثة شلل في العصب الوجهي، وكان صاحبها رجلاً متقدماً في السن. وقد حصلت من عقله الباطن على إجابة قالت أن ما أوصله إلى الشلل هو عدم الرغبة، وببساطة، عدم القدرة على التعبير عن أحاسيسه وعواطفه. مثلاً، القدرة على الردع، تغذية النفس بالسخط، عدم القدرة على التعبير عن الحب، شككت مع بعضها توتراً داخلياً.

والى جانب إزالة الأسباب الوجدانية للمرض، فقد حدثت له علاجاً هوميوباتياً وأعطيته وظيفة تعلم إظهار أحاسيسه من خلال وقوفه أمام المرأة والاختلاط مع المقربين، وتعلم الغضب والحب، وبالمعنى الدارج، بانفتاح.

الشلل - هو، دائماً، طلب العيش بشكل جديد، والتفكير بشكل آخر.

الدوار وفقدان الثبات

إذا كان لديك دوار، فالأرجح أن السبب موجود في أفكارك الخاطفة المشتتة، غير المتواصلة. والتركيز وإمعان النظر غائبان عنك، لذلك أنت لست في وضع ترتيب كل المسائل، و"عقلك يدور حول المشكلة" - هذا ما صرحت لي به واحدة من مريضاتي، التي كان يصيبها الدوار غالباً.

وإذا لم يكن لديك هدف محدد في الحياة، فإن التقلّب من واحد لآخر يولد الدوار أيضاً. ففكر، من أجل أي شيء تعيش في هذا العالم. وما هو هدفك في الحياة وأية أهداف لديك على المدى القريب. حدّد لنفسك. ففي حياتك يجب أن يوجد انضباط، وهو ما يمنحك الثقة بنفسك ويسمح لك بالوقوف على رجلك بقوة.

وظهر الدوار على أحد الرجال بعد قطع علاقته مع زوجته بوقت قصير. فقد عرفت الزوجة أنه على علاقة مع امرأة أخرى، فاقترحت عليه الطلاق. ولم يستطع الزوج اتخاذ إجراء محدد، فالأسرة والطفل من ناحية، ومن ناحية أخرى المرأة المحبوبة.

وهناك أيضاً نوع من الدوار، وهو دوار يحدث بسبب "النجاحات".

شلل الأطفال

يمكن أن يؤدي إلى هذا المرض الرغبة في تعطيل أحد ما والشعور بالعجز الخاص عن القيام بذلك. كما يحدث مع الشلل، حيث أن الغيرة يمكن أن تكون ذلك السلوك - السبب المهلك.

ومثلنا هنا شاب له من العمر 28 سنة، وهو يعاني من تبعات شلل الأطفال، وسبب المرض هو الغيرة.

- دكتور، أنا أغار على زوجتي لدرجة كبيرة، حيث أنه، عندما ذهبت إلى منزل والدتها في القرية المجاورة أصابتنى نوبات من الصرع. وقد فكّرت بأنه يكون من الأفضل لو أنها تموت أو يصيبها أي شيء، وأن لا أتعرض أنا للعذاب. وأحياناً، كنت أكبت هذه النوبات، فأثمل في مرات كي أنسى، أو أذهب إلى القرية وأضرب أحداً ما على وجهه بسبب إزعاجات سابقة. وها أنا الآن عاجز عن القيام بشيء ما، لدرجة أن العنة ظهرت لديّ.

وبالنسبة له، فقد لعب المرض دور الضميلة الأخيرة.

الحالة النفسية

الصرع، التشنج، الاختلاج، التقلص

وكلها تبعات توتر نفسي قوي. وهذا التوتر يمكن أن يتولد نتيجة رعب وجداني شديد، هوس الاضطهاد، والشعور بصراع داخلي قوي، أو الرغبة بالقيام بالاعتصاب. والإنسان قوي لدرجة أنه يستنز نفسه بأفكاره، إلى أن يتوقف الجسد عن الاستماع إليه مع الوقت، ويقوم بحركات غير منتظمة. وفي أوقات الأزمات (النوبات)، نجد أن الوعي يفصل بشكل كامل أو جزئي. وهذا ما يشير مرة إضافية إلى أن أسباب المرض متخفية في اللاوعي.

لقد اكتشفت أن أولئك الأشخاص، الميالين إلى التشنج، يملكون مستوى عالياً من العدوانية الوجدانية ضد الناس والعالم المحيط بهم. وهذه العدوانية يمكن أن تظهر في الكره، الازدراء والحسد.

فقد تعالجت لديّ من الصرع فتاة تبلغ من العمر 17 عاماً، وكانت النوبات قد بدأت لديها بعد الحيض بوقت قصير. فالأطباء، طبعاً، لم يحاولوا تفسير الأسباب، وكل ما فعلوه أنهم نسبوا ذلك إلى عمرها الانتقالي. وكان وعيها قد توقف عن العمل لفترة قصيرة، وظهرت المتلازمة التشنجية بشكل خفيف، إلا أن ذلك أربع أهلها جداً. وجربت الفتاة تعاطي الحبوب، التي وصفها لها طبيب الأعصاب، إلا أنها تركتها بعد فترة قصيرة. وكما قالت: "بدأت تحدث لديّ تغييرات نفسية غير طبيعية، وغريبة بعد تعاطي تلك الحبوب".

وبدأنا بتفسير أسباب المرض الباطنية، وبدأ أن عدوانية قوية جداً تجاه الأهل والرجال بشكل عام. وكانت هذه البرامج "ساكنة" عندما كانت الفتاة طفلة، غير أنها بدأت بالعمل النشيط في مرحلة نضوجها الجنسي. وما إن أجريت وياها جلستين، حتى توقفت النوبات عن الحدوث. وبعد مرور سنة ونصف عادت الفتاة وزارتنى.

- دكتور، أعرف أنني، وعلى مدى سنة ونصف لم أشعر بوجود تلك الأزمات، كنت أشعر بنفسي، وأنهيت دراستي بدرجة "امتياز". غير أنني، ومنذ فترة قصيرة، بدأت أشعر أن الوعي لديّ أخذ يتوقف. وقد حدث ذلك مرة واحدة. ولا نوبات ولا أزمات، لكنني تألمت كثيراً وقررت المجيء إليك مباشرة.

- يمكن أنك ستحدثيني بنفسك عن الأسباب - ثم تابعت قائلاً لها - فمن الممكن أنك تعلمت الكثير في الفترة التي عملنا فيها مع بعضنا.

- نعم. أنا أستطيع التخمين ماذا يكمن وراء الأسباب - قالت الفتاة ببطء - في هذه السنة، قررت متابعة الدراسة في معهد موجود في مدينة أخرى، وقد عارض أهلي ذلك، وأصروا على أن أدرس وأنا بجانبهم. وعلى هذا الأساس ظهرت لدينا مشكلة معهم. والآن، أنا أدرك، فقد ظهرت لديّ الأفكار القديمة من جديد.

ومرة، عندما كنت قد بدأت لتويّ نشاطي الطبي، كنت شاهداً على قيام "معالج شعبي" بعلاج فتى شاب من مرض الصرع. فقد أجلس المعالج الشاب ضمن دائرة وأخذ يقرأ صلوات محددة. وهنا بدأ الشاب بالدوران والعودة بالمقلوب، والرجل - المعالج كان يدور حوله ويقرأ الصلوات، إلى أن جلس الفتى في الدائرة وبدأ بالتشنج والتلوي. وكان المشهد درامياً بطبيعته. وفي النهاية، توقف المعالج رافعاً يديه إلى أعلى وصرخ: "انصرف يا إبليس!" وبدأ الشاب مذعناً لغير إرادته، لاوياً شفيته، وقال بأنة: "لن أفرح". وبدأ الرجل بقراءة الصلوات من جديد والدوران حول الشاب والدائرة حاملاً شمعة. وفي نهاية الطقس صرخ مجدداً، متلفظاً بالكلمات نفسها. وأنّ الشاب من جديد، ولكن بشكل أكثر هدوءاً. وتكرر كل شيء من جديد. وبعد المحاولة الثالثة وقع الفتى على الأرض منهكاً وغفاً، نام الفتى طويلاً، وبعد ذلك ذهب إلى بيته، ولم تتكرر النوبات لديه بعد ذلك. ولقد هُزمت، "إنه علاج قوي، - فكّرت - وأنا أيضاً أريد أن أتعلّم ذلك. فهو تماماً كما في الوصية الجديدة، عندما طرد السيد المسيح الشياطين!".

وقررت متابعة ذلك الشاب. فخلال ستة أشهر كان شعوره جيداً، ولم يتعرض لأية نوبات. ولكنه عاد من جديد، وبدأت النوبات تظهر لديه، وبشكل أقوى مما كانت عليه قبل العلاج. وقام المعالج بتمديد طقس العلاج وإعادته ذاته. وحدث التحسن من جديد، ولكن ليس لفترة طويلة، بل كان ليوم واحد، الأمر الذي تكررت النوبات من بعده. ولم تساعد تلك الصلوات في المستقبل، وكان أهل الفتى مضطرين للجوء إلى الطب الرسمي من أجل العلاج، مع أنهم عرفوا من خلال خبرتهم أنه لا يمكن علاج المرض عن طريق الحبوب.

بعد تلك الحادثة، توضح لي أنه لا يمكن طرد الأباليس والشياطين، أي المرض، من النفس، بل إن ما يجب القيام به هو إبعاد أسباب المرض. وقد نبّه على ذلك

عيسى المسيح، حيث تحدّث أن الشيطان، الذي طردتموه، يعود مجدداً، جالِباً معه سبعة شياطين أكثر رعباً منه. وبعد عدة سنوات، وصلت إلى قناعة بأنه لا توجد قوى ظلامية وأخرى منيرة بشكل عام. فأى قوة يمكن تحويلها لصالح الذات والمحيطين. وما الذي حدث مع ذلك الشاب فيما بعد؟ فقد أجريت عدة جلسات معه. وبمساعدة الأدوية الهوميوباتية والتتويم المغناطيسي تمكنت من تحسين وضعه بشكل ملحوظ، ومن ثم لم أعد أراه. وفيما بعد، تابعت برامج الوجدانية واتضح لي أن سبب تشنجه هو العدوانية القوية تجاه العالم المحيط.

والصرع، غالباً ما يظهر في سن المراهقة، وبالضبط في تلك المرحلة، عندما يبدأ البلوغ الجنسي. وهو ما يقود إلى ضغوطات برامج باطنية سلبية محددة. وينمو التوتر الداخلي.

منذ فترة قصيرة، جاءت لعيادتي أم وابنتها البالغة من العمر 15 عاماً، وقد وصلتا من الأرياف. فقبل ثلاث سنوات كانت الفتاة قد تعرضت لنوبة ليلية، وتلك النوبة كانت مترافقة مع فقدان الوعي والتشنجات. ولاحقاً، تكررت النوبات، وعندها، أجرى الأطباء تشخيصاً بخصوص "الصرع" ووضعوا لها مستحضرات طبية كيماوية.

- قولي لي، - توجّهت بكلامي للأم - هل وافى الحيض الفتاة في تلك الفترة؟
- لا. لم يوافقها حتى الآن، - أجابتنى الأم. - وعدا ذلك، فقد أظهرت الصور أن الرحم لديها غير نام، لا بل صغير جداً.

- سوف أعطيك مستحضرات هوميوباتية خاصة، - قلت لها، - وسوف تستخدمينها مع التزام كامل بالمخطط، وفي البداية ستراجع الحالة، ويمكن للنوبات أن تتكرر أكثر من قبل وتكون أقوى، ولكن، فيما بعد، ستبدأ الدورة الشهرية لديها ويختفي المرض. أيرينا - قلت متوجّهاً إلى الفتاة، - هل حدثتكم أمك أي شيء عن الحيض، أو عن البلوغ الجنسي؟

- لا. - أجابت الفتاة مرتبكة.

- إذن، أنا سوف أخبرك، وستستمعي إليّ أنت وأمك معاً.

وبعد ذلك، تلوت على الفتاة محاضرة كاملة حول البلوغ الجنسي، ووظائف المرأة في هذا العالم، وعن سعادة الأمومة، وأيضاً فيما يخص الزواج. وخلال شهر، جاءت الأثنتان لعيادتي مرة ثانية.

- كيف أحوالك؟ - سألتها أنا.

- دكتور، - بدأت حديثها أم الفتاة، - حدث كل شيء كما قلت أنت. ففي البداية كانت المضاعفات، التي استمرت ثلاثة أيام، وبكلام أدق، ثلاث ليال، ومن

ثم توقف كل شيء، وبعد أسبوع بدأ الحيض لدى الفتاة. والآن هي تشعر بنفسها رائعة، ولم تواجه أية نوبات في هذه الفترة. كما أن عملية خروج البول لديها تحسنت، وها نحن الآن، أردنا لو نقوي النجاح.

كانت هذه الحادثة الأولى في تطبيقاتي العملية، وبعد اختيار صحيح للعلاج، يخفي هذا المرض المرعب. أفلا يعتبره الطب الرسمي مرضاً غير قابل للعلاج. فهيا بنا نبحت في المخطط المبدئي للصرع. وإذا ما أخذنا الأساس الكهربائي المكوّن، فإن ما يحدث، أنه ومع هذا المرض توجد بؤرة مرضية في غلاف المخ الرئيس. ولا تستطيع النبضات الكهربائية المرور من خلالها بحرية. وتتجمع الشحنات تدريجياً، وفي لحظة ما يحدث "اختبار" لكل الجهاز. وتسري نبضات قوية على غلاف المخ الرئيس وفي كل الجسم أيضاً. وهذا ما يظهر من خلال التشنجات وفقدان الوعي. والمستحضرات الكيماوية تشلّ ليس فقط البؤرة المرضية، بل كل غشاء المخ الرئيس مع كل التبعات الناتجة.

وقد طوّرت، مبدئياً، مدخلاً جديداً لعلاج هذا المرض. فلماذا الضغط على البؤرة المرضية؟ فمن الضروري إيجاد اتصالات مباشرة ورجعية في غشاء المخ الرئيس، وستمر النبضات الكهربائية من خلال هذه البؤرة. وتدرجياً، يستعيد هذا الجزء من المخ الرئيس بناءه بالكامل، يمكنه أن يأخذ على عاتقه الوظائف التي يقوم بها. وقد جربت هذا النموذج على عدة مرضى، وكانت النتائج رائعة.

التشنجات اللاإرادية وفرط النشاط

وهذان المرضان يمكن مشاهدتهما بكثرة لدى الناس. وأحد أسباب هذا السلوك هو غياب حب الأهل المطلق للأبناء. فيوجد إحساس بالواجب، ولكنه ليس حباً. وفي لاوعي أهل طفل كهذا يعمل برنامج تحطيم الأطفال. وظهر هذا في الماضي عن طريق رغبة الأم في إجراء عملية إجهاض، أو في التفكير بأن الوقت ليس وقت الحمل، وهو غير مرغوب فيه. والآن، يمكن لهذا أن يكون أفكاراً عن أن هموم الأطفال والاهتمام بهم يعيق تحقيق الذات في الحياة، وكذلك بناء الحياة الخاصة. ودائماً احتجاجات، إساءات وكره الأهل في علاقة أحدهما مع الآخر، تعتبر سبباً للمرض. وما أن يغيّر الأهل سلوكهم، ويبدؤون بحب طفلهم بطريقة عصرية، ويهتمون به ليس من باب الواجب - فالطفل هنا يرتاح ويهدأ.

وأنا أعرف عن هذه الأسباب ليس فقط من تطبيقاتاتي العملية مع المرض. ففي وقت ما حدثت لدى طفلي تشنجات وسلوك مقلق جداً. وفي ذلك الوقت كنت قد وجهت جلّ اهتمامي إلى عملي وفقدت الاهتمام بطفلي بشكل كامل. وكان الجلوس لساعة إضافية أمام الكومبيوتر والتعامل مع الكتاب، أفضل بكثير من الاختلاط مع الولد.

عدا عن ذلك، فقد كانت تجري في عائلتنا مسائل أخرى محددة، وكان لدى الأم برامج مشابهة. باختصار، نحن والدان، مارسنا إثبات الذات في الحياة، ونسينا طفلنا نهائياً. وقد ردّ الطفل على نقص الحب، فكنّت مضطراً لإعادة تقييم الثمن، وتغيير علاقتي بابني، بالعمل وبالعائلة. وبدأ الطفل، واختفت التشنجات، حيث أنه أصبح يشعر بعطف وحب الوالدين. وأكثر الأحيان كان يتصرف بنشاط، وخاصة في المدرسة أثناء الدروس. وأنا أتابع العمل على نفسي وأتعلّم الجمع، في نفسي، بين حبي للأطفال وحبي للعمل، المرأة، الناس وكل ما هو موجود في هذا العالم، حيث أنني أعلم أن صحة ابني تتعلق بأفكاري وانفعالاتي.

الأرق

أسباب الأرق تافهة - وهي الخوف، القلق، الصراع والتملل. وكل هذه تعيقك عن الاسترخاء، والانفصال عن الهموم اليومية. وباستدعائه الأرق، فإن عقلك الباطن يحاول، وعلى حساب الأوقات الليلية عندما يكون العالم المحيط نائماً، أن يحل تلك المشاكل التي تؤرقك. ولكن من الغباء أن نأخذ الوقت من أنفسنا، ومن الضروري تغيير المدخل ذاته إلى حل المشاكل. وأنا أعرف طريقة رائعة ووحيدة، كما أظن، للنوم بهدوء وعمق - وهي أن تتعلّم الثقة: الثقة بأنفسنا، بالناس وبالحياة. وكما قال السيد المسيح: "لَا تَهْتُمُوا لِلْعَدْرِ، لِأَنَّ الْعَدَّ يَهْتُمُّ بِمَا لِنَفْسِهِ". وهناك أسباب أخرى للأرق.

- دكتور، - تقول لي امرأة، - ها أنا ذا أعاني من الأرق منذ ستة أشهر. ساعدني رجاء.

- وهل تعرفين ما الذي يعيقك عن النوم؟ - سألتها.

- نعم، أنا أعرف - أجابت وتابعت - يحزنني الشعور بالذنب. وأعلم، أنه ما إن أتخلّص من هذا الشعور، فسوف أنام بهدوء. فهلا ساعدتني في ذلك.

والمقدمات الأساسية لحلم صحي ومنعش يعتبر الجسد المنهك والتوازن النفسي.

الأذن

وهي تعبّر عن السمع والإصغاء. والمشاكل التي تصيبها هي عدم الرغبة في الاستماع إلى شيء ما، والإصغاء إلى رأي الآخرين.

الالتهابات (التهاب الأذن، التهاب الخشاء)

وهذه، هي عدم الرغبة في الإصغاء لما يقوله الآخرون. وبالنتيجة فإن السخبط والضجر يتراكمان في العقل الباطن (اللاوعي)، الأمر الذي يؤدي إلى الالتهابات.

احدى معارفي من النساء، وهي امرأة متزوجة، وتعيش في مدينة غير تلك التي تعيش فيها والدتها، ومرّ وقت طويل ولم تر إحداهما الأخرى. وجاءت الأم في زيارة لرؤية ابنتها، وكانت الزيارة لبضعة أيام، غير أن الأم، وخلال هذه الأيام القليلة، أرادت أن تنقل نمط حياتها إلى عائلة ابنتها: فكانت تغسل لعدة أيام، وتنظف، تبدل مواقع الأشياء، تغيّر شيئاً ما وتعبّر عن عدم سعادتها بسبب شيء ما. والمرأة التي أعرفها لم تكن تريد العيش بالطريقة التي تعيش فيها والدتها. ومن كلام المرأة عرفت أنه لم يتواجد حب حقيقي بين أعضاء أسرة الوالدة أبداً. فالأم لم تكن لتحب نفسها، وكان الأب يثمل دائماً. وكانت المرأة - الصديقة كونت نمط حياتها، وقد أعجبها ذلك. وفي تلك الفترة البسيطة، التي تواجدت فيها الوالدة عند ابنتها، كان قد تراكم لديها ذلك الكم من السخط، الضجر، وعدم الرغبة في تقبل ما تقوله الأم. وبالنتيجة، وقبل مغادرة الأم مباشرة، بدأ السمع لديها "الصديقة" يسوء في الأذن اليسرى (فقد دخلت المياه في الأذن، وبدأ التهاب جدي). وفي أيام شبابها كانت قد عانت من شيء مشابه.

وغالبا ما تظهر أمراض الأذن لدى الأطفال بسبب أنهم لا يستطيعون أو غير قادرين على التعبير عن شعورهم. فالرعب يعيق فهمهم. وعندما يمتلئ المنزل بالضجة، والأهل أو الأقارب يتشاجرون، فإن الطفل غالباً ما يتأثر بالتهاب الأذن، معبراً، بهذه الطريقة، عن شعوره، ومعطياً، من خلال مرضه، إشارة للأهل أن: "أعيروني اهتمامكم! فما يلزمني هو الهدوء، السلام، والسكون والتفاهم في الأسرة". ولكن هل يفهم الكبار ذلك دائماً، أم لا؟

الصمم، طنين الأذن

عدم قبول شديد جداً لأحد ما أو شيء ما. وعدم الرغبة في الإصغاء أو الفهم أو تقبل وجهات نظر أخرى. فما يعيق ذلك هو العناد والعجرفة. وتتراكم في الداخل عدوانية كبيرة ضد العالم المحيط، وهذا يقود إلى ضعف السمع. وحقيقة، فإن الشخص إذا لم يرد سماع شيء ما. ولا يرغب في الاستيعاب، فإنه بذلك يحكم على نفسه بالعزلة الصوتية عن العالم المحيط، ولا يبقى شيء للعقل الباطن حتى يستدعي الصمم. وباعتقادك، ما الذي سيحدث، إذا ما قيل دائماً: "لا أريد الإصغاء إليك"؟

هنالك شاب، كان يسمع بإذنه اليسرى أسوأ من اليمنى. وانخفض مستوى سمعه عندما كان يخدم في الجيش. ومن خلال الاختلاط مع عقله الباطن توضح أن سبب المرض يتخفى خلف مشكلته مع أبويه.

- هل تعرف، - قال لي، - عند ذلك تعرفت إلى امرأة لديها طفل، وكانت تكبرني بأربعة أعوام. ولم يكن باستطاعتنا اللقاء كثيراً، بل إن ذلك حدث في أوقات

إجازاتِي، وظهرت لديّ أحاسيس دافئة تجاهها، والأهم من ذلك أنني لم أقابل امرأة قبلها. وقد كتبت رسالة لوالديّ أخبرهم فيها أنني سوف أتزوج، ولكن كان لديّ شك في ذلك. وهنا ابتداء الأمر! فقد زارني والداي في مكان خدمتي. وأخذنا يحاولان إقناعي بالعدول عن قراري، وإيراد أمثلة سلبية مختلفة من الحياة، ويشتمان تلك المرأة، وكانت المحاولات من قبل والديّ أكثر. وبقدر ما كانا يتكلمان أكثر، بقدر ما كانت رغبتِي في الإصغاء أقل.

والتهاب الأذن غالباً ما يشير إلى مشكلة داخلية. فيجب عليك الاستماع إلى النداء الداخلي خاصتك، وتعلّم الإصغاء إلى الذات، وتسوية الأجزاء، التي تحوي على مشاكل، في عقلك الباطن.

التهاب العصب السمعي

هذا المرض يعكس التوتر العصبي القوي الذي يتسبب به سماع أحد ما. تجلس في عيادتي امرأة تضع جهازاً في أذنها اليسرى. فقبل ثلاث سنوات أجرى لها الأطباء تشخيصاً للعصب السمعي وطلبوا إليها أن تضع جهازاً للسمع. وكان عمل المرأة يوجب عليها الاستماع إلى طلبات وشكاوى الناس. وفي نهاية العام تراكم لديها الكثير من العمل، ولكنها لم تنفذها، وبدت وكأنها مريضة بالكريب. والكريب والتوتر العصبي قادها إلى التهاب العصب السمعي.

العيون

وترمز إلى رؤية الماضي والحاضر والمستقبل بوضوح. وأمراض العين تعكس عدم الرغبة في الرؤيا. فمن الممكن أن ما تشاهده لا يعجبك أو أنك لا تريد مشاهدته نهائياً في حياتك. وتتراكم الانفعالات العدوانية أمثال الكره، الحقد، السخط في النفس (الروح)، وتشكل مشكلة للعيون. أوليست العين مرآة الروح.

وكما يقول الناس غالباً: "أنا أمقتك" أو قولهم: "لو أن عينيّ لم ترك"، أو "من المؤلم رؤية ذلك"، أو "لا يمكنني رؤيتك". ويمنع هؤلاء الناس من رؤية الأشياء الجيدة عجزفتهم وتعنتهم. فهم لا يستوعبون أنهم يرون السيئ في عالمهم، فقط لأنهم ينظرون إلى العالم من خلال موشور انفعالاتهم العدوانية. والمخرج واحد - نظف أفكارك، وعند ذلك يصبح العالم أفضل. واخلق لنفسك ذلك العالم، الذي يكون من الممتع لك النظر إليه.

تجلس في مكتبي امرأة شابة، تحمل في يدها تقريرها الذي يتضمن تشخيصاً يؤكد "قصر النظر". وها نحن نبدأ جلستنا وإياها. وبعد أن أقامت المرأة اتصالاً مع عقلها الباطن، طرحت السؤال التالي:

- ما هو سلوكي، وما هي أفكاري وانفعالاتي التي أوصلتني إلى المرض؟
وخلال بعض الوقت جاءها الجواب: "ألق نظرة في داخلك، كم يوجد من
الأوساخ في روحك. وكل الوقت تقومين باتهام الآخرين، وأنت لا ترين أبعد من
أنفك، وأنت، حتى النوافذ في شقتك لا تنظفونها إلا مرة واحدة في السنة. فانظري
حولك، أي عالم رائع هذا! وأي ناس رائعين. فما الذي لا يعجبك فيهم، هو ما
يعكسه سلوكك الخاص".

وأثناء سير العمل اللاحق وضحنا ما الذي يجب على هذه المرأة تغييره في
سلوكها، ووضعنا مخططاً لعملها على نفسها، وبهذا انتهت الجلسة الأولى.
وبدأت مريضتي الجلسة الثانية كما يلي:

- دكتور، هل تعرف ما الذي قمت به، بعد جلستنا الأولى، وعندما عدت إلى
المنزل؟

- وما الذي قمت به؟

- لقد قمت بغسل النوافذ في شقتي، تلك النوافذ التي لم أرشها بالماء منذ
سنة بالفعل.

وبعد عدة جلسات بدأ نظر المرأة يتحسن بشكل ملموس. وقد نصحتها أيضاً
بقراءة كتاب "كيف نحسن البصر من دون نظارات" للمؤلف و. بيتسا وتلميذته م.
كوربيت. وقد ساعدها التعامل مع العقل الباطن والتمرينات الخاصة بالعين في
استعادة نظرها من جديد.

التهابات العين (الرمد، التهاب القرنية، الجفاف)

عدم الرغبة في رؤية شيء ما وما يتصل بذلك من سخط شديد، كره وإساءات،
كلها تقود إلى التهابات العين. ويقدر ما تكون الانفعالات السلبية أقوى، يكون
الالتهاب أشد. فعدوانيتك تترد إليك ثانية و"تضرب" لك عينيك. والأمثلة يمكن أن
تكون كثيرة، حتى أن كل واحد منّا، كما أظن، يمكنه استذكار أحداث مشابهة
جرت في حياته.

وأحياناً، نجد أن ظهور الشماتة والأفكار الشريرة يمكن أن تؤدي إلى
الالتهاب. أليس الحسد "صيبة العين"، هو تمنّي الضرر للآخرين. وهذا ينعكس من
خلال العينين.

شعيرة الجفن (الجدجد)

إن ظهور شعيرة الجفن يعني أنك تنظر إلى الحياة بعينين حاقدتين. وأن حقداً على
شخص ما، موجود لديك، فأعد النظر في علاقتك مع هذا الشخص. يقول الناس عن
شخص ما: "لديه عينان حاقدتان"، وعن آخر: "عيناه طيبتان". فوضع عيننا متعلق
بماهية الأفكار التي نملكها.

الحول

عندما تكون رؤية الإنسان بعينه الاثنتين طبيعياً، فإن اللوحتين تتطبقتان إحداهما على الأخرى بتزامن. أما في حالة وجود "الحول"، فإن الإنسان يشاهد لوحتين مختلفتين، ومن زاويتي نظر مختلفتين. وهنا يضطر عقله الباطن إلى اختيار واحدة منهما. وهكذا تتشكل نظرة وحيدة الطرف (ناقصة) إلى الأشياء. والحول، غالباً ما يظهر في عمر الطفولة ويعكس سلوكاً محدداً للأهل. والأهل، في هذه الحالة، يعملان أحدهما ضد الآخر.

تعالج عندي فتاة صغيرة. وعندما جاء إلي أهلها، كان لديها أمراض كثيرة، وكان الحول أحد هذه الأمراض. والآن، ها هي حالتها الصحية قد تحسنت واختفى الحول عملياً. وساعد في ذلك الهوميوپاثي والتغييرات في عقيدة الوالدين، هذه التغييرات التي حدثت ببطء في الحقيقة. أما في البداية، فلم يكن بإمكان والدي الطفلة الوصول إلى اتفاق. وكانوا دائمي الشجار فيما بينهم ومع الجددين والجدتين. وعن طريق مرضها، كانت الطفلة تعطي إشارة حول "التنافر" الداخلي وعدم توافق الأسرة.

الغلوكوما (الزرق)

مع وجود الغلوكوما يرتفع الضغط الداخلي للعين، وتحدث آلام شديدة في مقلة العين. وإذا تكلمنا بشكل مباشر، فإن الرؤية تصبح مؤلمة. وإن ما يضغط على العين هو ذلك الامتعاض المتأصل من الناس، من المستقبل والمصير، متمثلاً بألم روحي ما. وإذا ما كنت مصرّاً على عدم التسامح، فإنك تسبب الآلام لنفسك فقط.

وأحد مرضاي، كان يعاني من الغلوكوما، وهو متقاعد. وأثناء حوارنا قال:
- دكتور، يؤلمني النظر إلى الناس، إلى نفسي. فما يسود في البلد هو الفقر والفضو. هذا ما أوصلتنا إليه الحكومة!

وأنا، غالباً ما أكون مضطراً للإصغاء إلى آراء عدوانية تجاه الحكومة. وأكثرها يكون صادراً عن كبار السن، الذين بنوا المجتمع الاشتراكي، وهم، الآن، مضطربين للعيش في أجواء الرأسمالية، التي أدانوها في أيامهم. نعم، إنه من الصعب جداً التفكير بذلك وتقبله. ولكن ما يجب علينا استيعابه هو أن الحكومة تعكس ما نعتقد به نحن وإياكم، أي عقيدتنا الجماعية، ما مفاده أننا نحن بذاتنا نشكلها من خلال لاوعينا الجماعي. يعني أنه، وفي هذه المرحلة من الزمن، هي تعتبر الأفضل بالنسبة لنا. وكما نتعامل معها، هي تتعامل معنا بالأسلوب نفسه. فلنكن نعيش في ظل دولة (حكومة) رائعة، لا يجب أن نرسل لها أفكاراً هدامة على شكل نقد إدانة أو كره، بل أفكاراً خلاقة وطيبة. والخيار لك.

والغلو كما تعطي إشارة للإنسان بأنه يعرض نفسه لضغط داخلي قوي، ويغلق أحاسيسه ومشاعره. وفي هذه الحالة من المهم جداً تعلّم الإفصاح عن انفعالاتنا، وإيجاد مخرج لمشاعرنا وإطلاق القنوات الداخلية.

وفي تلك الحالات، يساعد جداً الاسترخاء العميق، التنويم الذاتي، التدريب الذاتي (الآلي)، التمارين التنفسية واليوغا. وتوجد تمارين خاصة للعين أيضاً. وهنا أريد أن أوجّه نصيحة بتعلّم "التنفس" عن طريق العيون، وذلك عن طريق تصوّر كيفية تنفيذ الدخول والخروج من خلال العين. وهذا كالتنفس النشط، ينظف مجاري العين جيداً.

عتامة العين

لماذا تظهر عتامة العين، كقاعدة، عند الأشخاص كبار السن؟ لأنهم لا يرون أي شيء سعيد في مستقبلهم. فهو "مظلم". ما الذي ينتظرنا هناك، في مستقبلنا؟ الشيخوخة، الأمراض والموت. نعم، وكأن ما من شيء يدعو للسعادة والسرور. بهذا الشكل نبرمج أنفسنا مسبقاً على المعاناة في هذا العمر. إلا أن شيخوختنا وغيابنا عن هذا العالم، كما كل شيء آخر، متعلقان بنا شخصياً، وتلك الأفكار والأمزجة، التي نقابلها بها.

جهاز القلب والأوعية، الدم

يعتبر القلب رمزاً لمركز الحياة لدى الإنسان وقدرته على إسعاد الحياة، والعيش بتوافق مع ذاته والعالم المحيط به، فنحن نعيش طالما أن قلبنا يخفق. أما الدم - فهو الرمز المادي لروحنا. وهو السعادة والقوى الحياتية، أما الأوعية، فهي التي تنقل السعادة وقوى الحياة لكل خلية في جسدنا.

آلام القلب، الذبحة الصدرية

تظهر آلام القلب بسبب الحب غير الكاف للذات، المقربين، العالم المحيط وسير عملية الحياة ذاتها. فالأشخاص ذوي القلوب المريضة، لديهم نقص في الحب لذواتهم وللناس، ويعيقهم عن الحب تلك الأحقاد المتجدّرة والغيرة، الشكوى والندم، الخوف والرعب. وهم يشعرون أنهم وحيدون أو يخافون الوحدة. ولا يستوعبون أنهم ذاتهم يخلقون الوحدة لأنفسهم، مبتعدين عن الناس اعتماداً على أحقاد قديمة. وتضغط عليهم مشاكل انفعالية قديمة، وتستلقي في قلوبهم "أحمال ثقيلة" و"أحجار"، ومن هنا يظهر لديهم نقص الحب والسعادة. وأنت بهذا تقتل المشاعر الإلهية في ذاتك، فأنت مشغول لدرجة كبيرة بمشاكلك والمشاكل الغريبة، بحيث لا يبقى لديك مكان أو وقت من أجل الحب والسعادة.

- دكتور، أنا لا أستطيع إلا أن أتوتر بسبب أطفالي، - تقول لي إحدى مريضاتي. - فزوج ابنتي سكير، وابني انفصل عن زوجته، وأنا قلقة على الأحفاد، كيف هم، وماذا يحدث معهم، لا أدري. وقلبي يتألم بسببهم، بسبب الجميع. - أفهم أنك لا تريدين سوى الأشياء الجيدة لأولادك وأحفادك، ولكن، هل آلام القلب هي السبيل الوحيد لمساعدتهم؟
- طبعاً لا، - أجابني المرأة. - غير أنني لا أستطيع ذلك بشكل آخر.

والقلب يصاب بالمرض عند الأشخاص المليئين بالندامة والمعاناة. فهم يسعون لمساعدة الناس، آخذين على عاتقهم آلام ومعاناة الآخرين، وهؤلاء يقال عنهم: "أشخاص رؤوفون"، "قلوبهم تقطر دماً"، "يأخذون كل شيء في قلبهم". وهؤلاء مليئون برغبة قوية جداً في مساعدة المقربين والناس المحيطين بهم، غير أنهم بعيدون جداً عن استخدام الطريقة الأفضل. وعند ذلك، تجدهم ينسون أنفسهم تماماً، وينكرون ذواتهم. وبهذا الشكل، فإن القلب ينغلق تدريجياً أمام الحب والسعادة، وتضييق أوعيته.

الشكوى والمعاناة - ليست حياً. فكن رقيق القلب، ولا تكن مُعانياً. املك قلباً أبيض، وساعد الناس بحب وسعادة. وامزج، في ذاتك، بين حب الآخرين وحب النفس. فمن المهم الاستيعاب أنه يمكن أن نتقاسم مع شخص آخر ما يوجد لدينا فقط، فإذا كان لدينا كثير من الأحاسيس والمشاعر الجيدة والمضيئة، فإننا نستطيع أن نتقاسم ذلك، فقط، مع المقربين.

فإن تكون منفتحاً على الكون، وتحب العالم والناس، ومع ذلك، تتذكر نفسك وتهتم بمصالحك ومقاصدك فهذا فن كبير. أتذكر؟ "أحبَّ قَرِيبَكَ كَنَفْسِكَ". إن الإنسان ذو الأفكار الطيبة، المستوعب، المدرك والمتقبل لمكانه وتخصيصه في الكون، يملك الصحة والقلب القوي.

القلب الطيب لا يمرض لقرون، أما غير الطيب - فيعاني.

الحقد يهلك القلب.

املِك قلباً طيباً.

وتعلم أن تجيب على الطيب بالطيب.

ولقد اكتشفت أن الأشخاص مريضى القلوب، يؤمنون بضرورة التوتر والإجهاد، فالسائد لديهم هو القيمة الإيجابية للعالم المحيط أو أحداث وظواهر لا على التعيين موجودة فيه. وهم، عملياً، ينظرون إلى أي حدث على أنه إجهادي، وذلك لأنهم لم يتعلموا أن يأخذوا على عاتقهم المسؤولية عن حياتهم الخاصة. أما أنا شخصياً، فأقسّم كل أحداث حياتي الخاصة إلى مجموعتين: الأولى سارة، والثانية مفيدة.

والأحداث السارة، هي تلك التي تقدم لي انفعالات لطيفة. أما المفيدة، فهي التي نتعلم منها أشياء مهمة وإيجابية.

لديّ صديق يعمل مكيساً في حمام عام وهو المسؤول عن تلييف وتضريك الزبون بالصابون والماء. له من العمر سبعين عاماً، وقد أقام عرساً ذهبياً. وقد تحدث عن نفسه منذ فترة قصيرة.

- قبل خمسة عشر عاماً دخلت المشفى بسبب الشك في احتشاء قلبي. وقد جاءني الحالة صعبة عند ذلك، وفكرت أن النهاية قد حلت. إلا أن الأمور كانت بسيطة، فالأطباء ساعدوني وقاموا بعلاجي. وعندما خرجت من المشفى، قال لي ذلك الطبيب الذكي: "إذا أردت أن تملك قلباً سليماً، فتذكر: أن لا تشتم أحداً ولا تتشاجر مع أحد. وإذا ما كان إلى جانبك شخص يشتم آخر، فاهرب من هناك بعيداً. واختر لنفسك أشخاصاً لطفاء، وكن طيباً بذاتك".

وهكذا، بقيت أتذكر كلماته مدى الحياة، فإذا كانوا يتبادلون الشتائم في الحافلة، أخرج منها وأركب سيارة سرفيس. ومرة كانت جاراتي المتقاعدات يمزحن بالقول: "أن سيمونيتش أصبح غنياً. وها هو يتنقل بالتاكسي". وأنا أظن أن الأمر لا يستحق أن نقتصد على حساب صحتنا.

لذلك، أنا الآن في الحمام، يمكنني أن أحمم ثلاثة أشخاص مع بعضهم، بليفة واحدة، مباشرة. وأشعر بالروعة في داخلي.

أما إحدى مريضاتي، المصابة بعلّة قلبية، فكانت كثيراً ما تستخدم في حديثها عبارات مثل:

- دكتور، أنا حزينة دائماً من أجل الناس.

- أحاكم "في قلبي".

- أضع كل شيء في قلبي.

- هكذا هو العالم، غير عادل.

"يضع كل شيء في قلبه"، "شخص رؤوف"، "حجر على قلبه"، "قلبه يقطر دماً"، "قلب بارد"، "بدون قلب" - ولو كنت تستخدم عبارات كهذه، فهذا يعني أن لديك القابلية للإصابة بأمراض القلب، أو أن قلبك مريض مسبقاً. فيكيفيك حمل الهموم في قلبك، تحرّر، ابتسم، اعتدل واجعل نفسك تشعر ببسر وحرية.

الخلل في النبض

وهنا أستذكر دروس الفيزيولوجيا في كلية الطب، حيث كنا عندها نجري التجارب على الضفادع. وهناك كان يتم نزع قلب الضفدعة ووضعه في محلول فيزيولوجي، وفي هذه الحالة، وإذا ما حافظنا على شروط محددة، فإن ذلك القلب

ينبض بقدر ما يسمح الوقت، رغم أنه مفصول عن الجسد. وهذا ما يمكن تفسيره بوجود ناظمة قلبية خاصة في القلب (عقدة جيبية).

وحتى وهو موجود داخل الجسم، فإن القلب يعتمد على تأثره بهرمونات محددة، نبضات عصبية، خارجة من الجهاز العصبي الذاتي. وعندما يكون كل شيء في حياتنا طبيعياً، فإننا لا تفكر بقلبنا.

والتقطع (عدم الانتظام) في عمل القلب - هو دليل مباشر على أنك انحرفت عن إيقاع الحياة الخاص بك، فما عليك إلا أن تنصت إلى قلبك، فمن المحتمل أنه يوحي لك أنك تربط نفسك بإيقاع غريب. إلى أين أنت مسرع، متعجل، متململ. فالقلق والخوف يبدأ أن بتوجيهك، وتوجيه مشاعرك.

مريض آخر من مرضاي، بدا لديه إحصار في القلب. وفي هذه الحالة المرضية لا يصل كل تنبيه من العقدة الجيبية إلى العضلة القلبية، وتنكمش ضربات القلب إلى 30-55 ضربة (وفي حالة النبض الطبيعي تكون الضربات 60-80)، ويظهر خطر توقف القلب. وفي هذه الحالة يقترح الطب إجراء عملية وتركيب ناظمة قلبية اصطناعية.

- أتعرف يا دكتور، - قال المريض، - أنا لم أعد شاباً، ولديّ طفل صغير يكبر. ويجب عليّ أن أضمن له فرصة للتعليم وتأمين مستوى جيداً من الحياة. ومن أجل ذلك تركت عملي المحب وبدأت العمل في الأعمال الحرة. ولا يمكنني تحمل هذا الإيقاع الجنوني والمنافسة. وعدا عن ذلك التفتيش الدائم من قبل الرقابة الضرائبية، وكل واحد يجب إعطاؤه شيئاً ما. لقد تعبت من ذلك كله.

- صحيح، - قلت له، - ففي الأعمال الحرة إيقاع مختلف. وها هو قلبك يوحي لك بأنه يجب عليك التوقف، وعدم القلق، والبدء في ممارسة كل ما هو ممتع لك في هذه الحياة، ويجلب لك السعادة والرضى الأخلاقي. وبمعنى آخر، فإن ما تمارسه الآن، ليس لك.

- ولكن، ألم يبدل كثيرون مهنتهم منذ بداية البيريسترويكا¹ (إعادة البناء). - طبعاً، - قلت موافقاً. - فعمل البعض في الأعمال الحرة قد ساعدهم على كشف مواهبهم، واندفع الكثيرون خلف النقود، ناسين خصوصياتهم، مغيرين أنفسهم، ناسين القلب خاصتهم.

- ولكن، يجب عليّ تأمين أسرتي، - قال المريض غير موافق على كلامي. - ففي عملي السابق كنت أتقاضى مبلغاً زهيداً.

- في هذه الحالة، - قلت له، - الخيار لديك: إما أن تعيش على الإيقاع

¹ برنامج شامل طرحه الرئيس السوفيتي السابق "غورباتشوف" لتطوير المجتمع الاشتراكي على أسس اقتصادية نوعية جديدة وإشاعة الديمقراطية الاشتراكية وتوسيعها في كل الميادين والصعد.

الاصطناعي المفروض عليك، أو أن تبدل عملك وتعيش على إيقاعك الطبيعي، في وئام مع نفسك والعالم المحيط بك. عدا عن ذلك، - قلت مضيافاً، - فأبي عمل، إذا ما أدركناه بشكل صحيح، فإنه يلبي حاجتنا المادية، وليس الأخلاقية فقط.

تصلب الشرايين

ارتفاع مستوى الكوليسترول في الدم - هو تقدير القنوات، التي تتدفق السعادة إلينا من خلالها. وأول أسباب هذا المرض هو عدم تناول الأطعمة الدهنية، ذلك، لأن ما تم إثباته هو أن الكوليسترول إذا لم يتدفق من الخارج، فإنه يبدأ بإنتاج الكوليسترول الداخلي خاصته (داخلي المنشأ). والسبب ليس في الأكل، كما يظن الكثيرون، بل في نقص السعادة. فتعلم أن تفرح - وهذا ما ينظف أوعيتك! لأن تبادل المواد خاضع لمزاجنا الانفعالي.

الممانعة والتوتر في الحياة، يؤثران على الأوعية، ويؤديان إلى تصلب الشرايين. وقد اكتشفت أن الأشخاص المصابين بتصلب الأوعية، هم أناس عنيدون ومتعنتون. وهؤلاء، يتقصدون، عدم رؤية الناحية الجيدة في الحياة، ويصرون دائماً على أن هذا العالم سيئ، وأن الحياة قاسية ولا يمكن احتمالها. وتوجد لحظات أخرى، مهمة لظهور هذا المرض. فالأشخاص المصابون بتصلب الشرايين، وهم من كبار السن في الغالب، يشكون من ضعف الذاكرة. أي أن مرضهم يساعدهم على النسيان، نسيان الورطات القديمة.

إصابة الأوردة الدموية

إذا ما كانت لديك إصابة في الدورة الدموية، فإن القدرة على الإحساس بالتأثر إيجاباً وإظهاره مصاب لديك. وأنت مهووس بنواحي الحياة السلبية، وتحاول أن ترى السيئ أكثر من الجيد في كل شيء.

فرط ضغط الدم

يعكس ضغط الدم درجة وميزات نشاط الإنسان وفاعليته، وعلاقته بالأحداث المختلفة، العقبات والمواقف الموجودة في طريق الحياة. وأنا أعتبر أن فرط ضغط الدم ليس مرضاً بشكل عام، بل هو ردّة فعل محددة على حدث محدد في الحياة.

أما الذين "يرفعون الضغط" لأنفسهم، فهم أولئك الأشخاص الذين يتأثرون لوقت طويل بتوتر وممانعة داخليين، ناتجين عن مخاوف متعددة، عدم الثقة وعدم الرغبة في تقبل هذا الوضع أو ذلك. ويمكن أن نعاني من الضغط بسبب الورطات التي لا يمكن التغلب عليها في وقتها.

وهناك مريضة أجرت اتصالاً مع عقلها الباطن وسألت:

- ما هي التصرفات والانفعالات خاصتي، التي أتسبب فيها بارتضاع الضغط الشرياني لنفسي؟

وجاء الجواب سريعاً: "أنت تغتاظين وتستائنين من زوجك".

- وكيف لي أن لا أعتاظ؟ - قالت ممتعضة. أليس ينتقدني دائماً، ويبدو غير سعيد باستمرار. فإذا ما لبست تنورة طويلة - يقول: لماذا تلبسين كالعجوز، وأرتدي تنورة قصيرة - فيقول: إلى أين تتحضرين، لقد تجاوزت سن الثامنة عشرة منذ زمن. وهكذا في كل شيء، وهو مضجر وممل كما ترى.

- واقترحت عليها قائلاً: هيا بنا لنفكر ما هي الأسباب التي تدفع زوجك للتصرف بطريقة مشابهة؟ ما هو الشيء المفيد الذي يريد القيام به من أجلك لتصرفاته المتعنتة والممانعة هذه؟

وتفكر المرأة ملياً، وخلال دقيقتين تجيب:

- لقد فهمت. إنه يريد ألا تشوطني شائبة وأن أبدو بشكل أفضل.

- ألسنت تريدين ذلك أنت ذاتك؟!

- نعم، فأنا أسعى دائماً لعدم وجود العيوب في كل شيء: في العلاقات،

في الثياب وفي المظهر الخارجي.

- أترين، إن ما يعكسه زوجك هو تعنتك تجاه نفسك. وإذا ما غيرت علاقتك

بذاتك، فهو سيكف عن مماحككتك. وردة فعلك المناسبة تجاه الزوج تقود إلى تحسين وضع ضغط الدم.

بعد إنهاء دراستي الجامعية، أجريت تدريباتي العملية في قسم علاج الأمراض الباطنية. وفي إحدى المرات، وكنت قد أنهيت زيارتي لمهاجع المرضى خاصتي، وإذا بمريض، يعاني من فرط ضغط الدم، يسألني:

- دكتور، ها أنت قد تخرجت من الكلية منذ فترة قصيرة، ومعلوماتك

بعدها حديثة. فقل لي ما هو سبب مرضي؟ فما أنا أعاطي هذه الحبوب، ويتحسن وضعي لفترة قصيرة. وأنا لا أريد تعاطي هذه الحبوب بشكل دائم.

ويجب القول أنه عندما دخلت إلى ذلك المهجع، فإن هذا المريض أراد أن

يثبت لجاره شيئاً ما، ولكن بعدوانية، وقد "تكلم بحق" الحكومة، الإدارة في العمل.

وما إن رأياني حتى هدأ، ولكن ليس لوقت طويل. وبينما وصل الدور إليهما، كانا يناقشان شيئاً ما، ويتذمران من أن الحياة سيئة جداً. وعندما كنت مشغولاً

بالمريض التالي، استمعت إلى حديثهما بشكل غير مقصود.

- هل حقيقة تريد أن تعرف سبب مرضك؟ - سألته.

- طبعاً أرغب في ذلك، ومن ذا الذي لا يرغب.

- إذن اسمعني، - قلت له بهدوء. - إن المرض الذي تسببت به لنفسك، سببه انتقاداتك واعتراضاتك التي تستفز بها نفسك.

- لا يا دكتور، هذا ليس صحيحاً. ألا يمكن لضغطي أن يرتفع بسبب هذه الأشياء؟

ولم أحاول أن أثبت له شيئاً. فمعرفتي بتلك الأمور كانت قليلة في ذلك الوقت. وعندها فقط أخذت أعرف أن الشخص الذي لا يتعاطى المشروبات ولا يدخن ويمارس الرياضة يمكن أن يمرض، لأنه يملك هكذا عيوب، كالاستنكار، النقد، الكراهية والغضب وأخريات.

ويعاني من فرط ضغط الدم الرجال في الغالب، حيث أنهم اعتادوا كبت أحاسيسهم الطبيعية، وإن الأفكار العدوانية المختبئة خلف رباطة الجأش الظاهرة، تبدي ضغطاً داخلياً على الشخص.

ففكر، هل يستحق أن تتظم ارتفاع ضغط دمك على حوادث حياتية مختلفة. وفي الحقيقة، فإن تغيير الأوضاع ممكن، فقط في حالة إذا ما بدأت بتغيير نفسك شخصياً.

انخفاض الضغط

إن انخفاض الضغط الشرياني وصولاً إلى الغيبوبة يعني أن تفقد قوتك الحياتية. فأنت لا تثق بنفسك أو بقواك وإمكاناتك، بل تحاول الهروب من المواقف الصدمية والابتعاد عن المسؤوليات. وفي هذه الحالة يصبح من غير الممكن المعيشة الكاملة للوقائع.

فأحدى مريضاتي تعاني من ضغط منخفض وكان واضحاً هبوط ضغطها تماماً. وكانت الحياة بالنسبة لها صراعاً، وقد تعبت من المقاومة لدرجة أنها لوحت بملء يدها قائلة:

- وما هو الفرق؟! طالما أن لا شيء يحصل.

ومن الضروري للناس الذين يعانون من الضغط المنخفض أن يعيشوا حياة مليئة بالنشاط. وإن يضعوا نصب أعينهم أهداف حقيقة، وأن يحصلوا عليها ويحققوها بعد أن يزيلوا العوائق بشجاعة. فلا يجب الهروب من الحياة والمشاكل. فأني وضع "سيئ" يمكن أن يتحوّل بالنسبة لك إلى منبع لتجميع القوة الشخصية.

فمن المفيد ممارسة الرياضة، المسّاج، والاستراحة الفعّالة. وبالتالي أي شكل من النشاط أيضاً، والذي يجعل حياتك مشبعة ومليئة.

الدوالي

مرض الدوالي (توسع الشرايين)، يعاني منه الأشخاص الذين يحسّون بشعور

فرط العمل والضغط الزائد. وأحد أسباب ظهور هذا المرض هو الاتجاه الذي تختاره بعصبية في الحياة. وهذا يوجب عليك التفكير بمهنتك. وهل تسمح لك هذه المهنة إظهار مقدرتك الإبداعية أم لا؟ أم هي على العكس، تقوم بعرقلة تطورك؟ فإذا كان الاحتمال الأخير هو الصحيح - فأعد النظر بعلاقتك بالعمل. فهو يجب أن يعطيك الفرصة ليس فقط لتحصيل النقود، بل للسعادة والإبداع، والتلذذ، وإمكانية إصلاح الذات أيضاً.

وكذلك التواجد في وضع غير محبب من قبلك، يمكن أن يؤدي إلى توسع الشرايين (الدوالي). مثلاً التواجد في علاقة عائلية محرجة.

مثلاً، رجل وامرأة مضى على زواجهما عشرون عاماً. والرجل يتعاطى المشروبات بصورة مزعجة، يشتم زوجته ويضربها. وهي تحمّل نفسها مقداراً عظيماً من المشاكل العائلية. وقد غاب عن الأسرة الحب والتفاهم المتبادل منذ زمن بعيد. فالزوجة لا يعجبها هذا الوضع، إلا أنها لا تتجرأ على القيام بخطوة حاسمة وقطع هذه العلاقة.

وهناك سبب مهم آخر - وهو الخوف من المستقبل. ويصبح هذا الخوف عقبة أمام أي تحرك حر وسهل إلى الأمام.

وفي وقت ما كانت تحضر امرأة فنية إلى زوجتي من أجل المساج. وهي لم تعمل سابقاً ولا في أي مكان. وكان زوجها رجل أعمال كبيراً، لذلك لم تكن لتمر بحالة من نقص النقود لديها. وكانت تبدو رائعة، والشيء الوحيد الذي أقلقها هو توسع الشرايين في الأرجل (الدوالي). وغالباً ما تحدثت المرأة عن نفسها وعن حياتها. وقد تبينت من خلال حديثها أسباب مرضها.

فها هي تقول: - لودميلا، هل تعلمين، أنا أفكر دائماً فيما ينتظرني مستقبلاً. ولماذا عند ذلك، غالباً ما أشعر بالخوف والقلق. ويبدو لي أن شيئاً ما سيحدث لزوجي. وأن شيئاً ما سيحدث لي عند ذلك؟

التجلط

في حالة التجلط يتم خرق تدفق الدم الوريدي بسبب ظهور الخثرة في الوعاء (الجلطة الدموية). وهذا المرض يحد من سهولة الحركة، وتكمن خطورته في إمكانية وصول الخثرة إلى القلب أو الدماغ أو الرئتين. أما أسبابه فواضحة. فدمنا، كطاقة مركزية، موجود دائماً في حالة حركة وينهمر بشكل مستمر. وإذا ما توقفنا عن تطورنا، متمسكين بعقائد أو مبادئ محددة، فإن الدم يمكن أن يتخثر ويتوقف. وأمام هذا المرض من المهم تحديد حدود عقيدتنا وتوسيعها. ونطرح على أنفسنا سؤالاً: "في أي مجال من حياتنا، يكون ضرورياً التطور المستقبلي؟".

الالتهاب المسد لباطن الشريان

يعتبر الخوف من المستقبل هو السبب في المرض الحالي، لأنه يقود إلى تضيق أوعية الأطراف، ويؤدي مستقبلاً إلى بتر إحدى الرجلين أو الاثنتين معاً.

وقد حضر إليّ رجل يعاني من مرض الالتهاب المسد لباطن الشريان في رجله اليسرى. وقد استوضحنا وفسّرنا نحن وإياه أسباب المرض. التي بدت كالتالي: عدم الثقة بالقوى الذاتية، الخوف من المستقبل، القلق من وضع الأسرة المادي، وخاصة القلق على مستقبل البنات.

وقد تمثل سبب هذا القلق بعلاقته مع عائلته، وخاصة أمه، واختصر الموضوع في أن الضيم والامتعاض القديمين قد غاصا عميقاً في الأوعية والسبب أن أهله لم يؤمنوا له مستقبله.

- تصور، - يقول الرجل، - لقد عملوا طوال حياتهم، والذي بدؤوا منه في شبابه، انتهوا إليه في شيخوختهم. أمر مزعج! فقد كان عليّ البدء من الصفر. وأنا أستمع لهذا المريض، فكّرت مرة أخرى بإحدى المقولات: "احترم والديك".

فقر الدم

لقد اكتشفت أن مرضى فقر الدم يعانون من نقص السعادة في حياتهم. وفي وقت متأخر، وجدت في المراجع ما يؤكد ظنوني وهو جسي. فلنفكر، في أي من مجالات الحياة لا توجد لدينا سعادة؟ هل هو العمل، النقود أم العلاقات؟ فإن وجدت ذلك، ما عليك إلا حل هذه المشاكل. ومن الممكن أن ما يعيقك ويمنعك من الشعور بالسعادة واللذة هو الخوف من الحياة، مجموعة من النواقص أو أذيات وإساءات قديمة، يجب عليك التخلص منها.

وقد حدثتني إحدى مريضاتي المصابة بفقر الدم عن حياتها، فقالت:
- ها قد بدا وكأنني أملك كل شيء: شقة وعائلة وعمل. ولكن ما الذي يلزمني أيضاً؟ ولكن... لا يوجد لديّ الشيء الأهم كما يبدو لي، فليس لديّ سعادة.
- وما الذي يمنعك من الشعور بالسعادة مع معطيات كهذه؟ - سألتها أنا. -
فلا يوجد ما هو أهم من ذلك؟

- نعم، هذا صحيح. فلا يوجد حب. فأنا لا أشعر بالحب من جهة زوجي، ومن المحتمل أنني أنا نفسي لا أحبه. وعملي أيضاً لا يعجبني، مع أنهم يدفعون لي النقود.

النزيف

وجود النزيف لديك يعني أن السعادة تخرج من حياتك. فمن أي من مجالات

الحياة تخرج السعادة؟ فأوقف خروج السعادة هذا، متخلصاً من الأفكار الضارة والانفعالات المهلكة.

كثيراً ما تأتي للعلاج عندي نساء مصابات بنزيف في الرحم. وعند كل منهن مشاكل مع الرجال. فالإساءات القديمة وعدم الثقة والكره والغضب كلها تبعد السعادة من حياتهن.

ومنذ وقت قريب زارتني امرأة مصابة بنزف في الرحم، وإضافة إلى ذلك شخّصوا لها "ورم عضلي رحمي" واقترحوا عليها عملية كشط للرحم. وتبين أن خلافاً كبيراً جرى بينها وبين زوجها قبل زواجها بوقت قصير. فقد حاول زوجها أن يخونها. ونتيجة لذلك، لم يحصل لدى الرجل أي شيء، إلا أنه بدا على المرأة ضيم كبير وامتعاض من الرجل، الأمر الذي كان يدور في رأسها دائماً.

وبعد أن أجرينا نحن وإياها عملاً باطنياً محدداً توقف النزف، وخلال بعض الوقت أظهرت الأشعة أن الورم قد تلاشى بالكامل.

اللمفاء

يرتبط الجهاز اللمفاوي مع الدم بصورة وثيقة جداً، لذلك فإن مرض هذا الجهاز يعتبر تنبيهاً لضرورة الاسترشاد بالأكثر أهمية في الحياة، أي الحب والسعادة.

التهاب الأوعية اللمفية، مرض كثرة الوحيدات

أكثر ما يشاهد هذا المرض عند الأطفال. وهو يشير إلى أن السعادة والحب يخرجان من حياة الطفل والوالدين.

وقد حضر إليّ أحد معارفي لكي أساعد ابنه الذي كان قد ابتداءً لديه مرض كثرة الوحيدات. واستتر سبب مرض الطفل في والديه. وكان لدى الأب علاقات ليست بسيطة مع زوجته ومع أمه. فأمه لم تستطع ولا بأي شكل أن تتقبل لا الزوج ولا زوجته، حيث أنها كانت من جنسية أخرى. وهو نفسه لم يتقبل تصرفات محددة من قبل زوجته تجاه الأم في علاقتها معها. وبهذا الشكل، فإن توترات وإساءات وغضب الأهل المتراكمة قد انعكست على صحة الولد.

الرتتان

تمثل الرتتان القدرة على الأخذ والعطاء. وتظهر المشاكل مع الرتتين بسبب عدم رغبتنا أو خوفنا من أن نحيا حياة مليئة، و"نتنفس ملء صدرنا". فشيء ما يمنعك من أن تأخذ من الحياة كل شيء ضروري. وأفكار وانفعالات ما خاصتك "تضغط على

صدرك" بكل ما للكلمة من معنى، ولا تسمح بالتنفس بحرية. والالتهاب الرئوي، التدرن، السرطان والتصلب الرئوي - كلها عبارة عن أشكال مختلفة لإظهار عدم الرغبة في العيش في هذا العالم، مخفية في داخلك.

الالتهاب الرئوي

يقود اليأس والتعب من الحياة إلى التهاب الرئتين. فهناك جراح انفعالية تنمو داخل روحك، وهما لا يعطيانها فرصة الاندماج.

مرة جاءتني إلى العيادة امرأة شابة تعاني من مضاعفات ما بعد التهاب الرئة. وتوجهتُ إليها قائلاً:

- سفيتلانا، توجهي الآن إلى داخلك واسألني عقلك الباطن: "ما هي الأحداث التي جرت مؤخراً في حياتي وقادتني إلى المرض؟".

وأغلقت المرأة عينيها لبعض الوقت.

- أنا أعرف الجواب، - قالت هي مهتمة - لقد خمنت ذلك مسبقاً، غير أن كل شيء قد توضح الآن بشكل نهائي. أتعرف، أنا أعتبر، أن زوجي يجب أن يعرف كيف يجني النقود وتعطية مصاريف الأسرة. لذلك كنت دائماً أبحث عن رجل كهذا. وها هو يظهر في حياتي قبل بضعة أشهر، وقد بتنا نعيش معاً، فهو يملك منزلاً كبيراً ومزارع وسيارة. وفي البداية كان تفكيري يدور حول ثروة كهذه. غير أنني الآن، لا أستطيع التنفس بحرية في منزل كهذا. وعلاقتنا ليست رسمية، ولا أستطيع اعتبار نفسي ربة منزل.

- وما الذي يمنعك من الشعور بأنك ربة المنزل؟ - سألتها أنا.

- يبدو لي أنه يشعر أن النقود تقع في المقام الأول في علاقتنا، وليس الحب. وأنا أحاول كل الوقت أن أثبت له العكس. ومن أجل ذلك كنت مضطرة للعمل بنفسي وتحصيل نقود إضافية لأظهر له استقلاليتي المادية. لقد تعبت من هذا وبدأت قواي بالانهيار.

التهاب القصبات

التهاب القصبات في جوهره هو عبارة عن انعكاس غضب وادعاءات خفية. ففي الأسرة يسيطر جو من العصبية ولا يوجد سلام وتفاهم. وغالباً ما تسيطر المشادات والشتائم والصراخ، أما الهدوء فنادر الوجود. وفي حالات كهذه يعتبر الأطفال كواشف دقيقة جداً لأجواء الأسرة. وهم، هنا، يتأثرون عن طريق مرض أجهزة تنفسهم العليا.

وجاء لعيادتي رجل مع طفله البالغ خمسة أعوام. وكان الطفل يعاني كل شهر من التهاب مجاري التنفس العليا: التهاب قصبات، سعال.

- مع من تعيش؟ - سألته أنا.

- تعيش أنا وزوجتي وطفلي، وتعيش معنا أُمي.

- وما هي علاقتك بأُمك، وكيف هي الأجواء في العائلة؟

- شيء مرعب! - قال الرجل. - إنها دائمة الانزعاج من شيء ما. فيزعجها عدم

عملي وفي الوقت ذاته فإن زوجتي تعمل. وهي تعتبر أننا لا نربي طفلنا بطريقة

صحيحة. ولدينا مشاكل دائمة وخاصة معها هي. ويحل الهدوء في المنزل فقط

عندما يمرض الطفل، فعند ذلك نجتمع كلنا حول الطفل المريض.

- هل يحدث أن مرض الطفل يساعدكم في الوصول إلى مصالحة فيما بينكم

ولو لوقت محدد؟ - سألته أنا.

- هذا يحصل فعلاً. أنت محق تماماً، - أجاب الرجل. أنا لم أفكر في ذلك ولو

لمرة واحدة.

- انظر، عندما تستطيع إيجاد لغة مشتركة مع والدتك، عند ذلك لن يعود

الطفل إلى المرض. أكدت أنا.

- ولكن، ألا يجب على والدتي أن تغيّر نفسها؟ - قال هو مذهولاً.

- نعم، يجب عليها، - أجبت أنا. - ولكن أنت موجود أمامي وليس والدتك.

فتغيّر أنت - تغيّر هي.

- حسناً، سيكون القيام بذلك صعباً، - قال هو متأففاً، - ولكنني سأحاول ذلك.

- نعم، حاول ذلك، - قلت له. - أوليست صحة طفلك تتعلق بجهودك؟

وبعد ثلاثة أشهر تقابلت مع زوجة هذا الرجل، فقد كانت تعمل سكرتيرة

عند أحد معارفي.

- هل تعرف، - قالت هي، - منذ أن قابلت زوجي لم يتعرض طفلنا للمرض،

وفي أسرتنا الآن يعم الهدوء والسكينة. ونحن نشكرك جداً.

السعال

السعال هو زئير لكل العالم وإعلان عن التنفس: "انظروا إلي! اسمعوني!". وفي

حالة كهذه تعلّم أن تعبّر عن أحاسيسك ولا تكبت الانفعالات في داخلك. قل ما تفكّر

به بشجاعة.

والسعال، في بعض الحالات، يؤدي وظيفة تشبه "الفرملة". فإذا كنت تقيّم

تصرفات الناس، وتعبّر بصوت مسموع عن انتقاداتك وعدم رضاك، فإن السعال

"يساعدك" على المحافظة على علاقات جيدة مع الآخرين وتعلّم التعبير بصوت مسموع

عن الاستحسان فقط.

وكان لدى تاتيانا أسبوع عمل مليء بالتوتر، وقررت الاستراحة والتمتع

بالخلوة في أيام العطلة. ففي يوم السبت صباحاً بدأت تاتيانا بجمع أغراضها

الضرورية لرحلة إلى المنزل الريفي. وكم كانت دهشتها كبيرة عندما أخبرها زوجها أن ضيوفاً سيوزرونه في المنزل الريفي لمدة يومين.

- سيرغي، لماذا لم تخبرني بذلك من قبل؟

- أنت لم تسأليني عن ذلك، - أجابها الزوج.

- ولكن، أنت تعرف أن هؤلاء الأشخاص لا يعجبونني.

- إنني محتاج إليهم في العمل.

وانتهى الحديث على ذلك، ولكن الاعتراضات الخفية على الزوج بقيت لدى الزوجة. وفيما بعد أكثر. فعندما التقت وزوجها مع الضيوف في المنزل الريفي، بدأ كل شيء - حرفياً - يثير تاتيانا بدءاً من المظهر الخارجي للضيوف، وصولاً إلى مضامين الأحاديث وحفلات الشواء والتحضير بوصفات أخرى مختلفة. وكانت المرأة تحاكم الضيوف في ذهنها كل الوقت، وسرعان ما ظهرت لديها بحّة في الحلق، وهي لم تعر ذلك انتباهاً. ففي تلك الحالة كان عليها أن تكون مضيافة وكريمة. ولم تستطع تاتيانا تمالك نفسها وانفعالاتها، ولم تكن تريد تخريب العلاقة مع زوجها. وبالنتيجة، ظهر لديها سعال حاد، وحسب ما يتمتع به المرضى قانوناً، ابتعدت عن المجموعة، وفي النهاية استطاعت "التمتع" بالوحدة.

نوبات الاختناق

الخوف من الحياة وعدم الثقة بالمستقبل يقودان إلى تشنجات في طرق التنفس.

جاءني في عيادتي رجل كان يعاني من نوبات اختناق بشكل دوري وعلى مدى عدة سنوات. وبدأ حديثه معي قائلاً:

- دكتور، إن هذه النوبات كانت نادرة في الأيام السابقة، وبعد رأس السنة أخذت تتكرر عدة مرات في اليوم. وهي تترافق مع رعشة، وتنميل في الجهة اليسرى من الجسد وخوف.

وبمساعدي استطاع الرجل أن يقيم اتصالاً مع عقله الباطن وطرح السؤال:

"هل وجدت في حياتي تلك الأحداث التي يمكن لها أن تكون سبباً لظهور الاختناق؟".

وحكماً بتعابير وجهه، يمكن القول أن الرجل تلقى معلومة ما من عقله الباطن، وخلال بعض الوقت أخبرني بالتالي:

- قبل ثلاث سنوات عملت في التجارة، ووضعت مبلغاً كبيراً من المال في أحد المشاريع. وبعد ذلك مباشرة بدأت تظهر لديّ هذه النوبات.

- وما هي الأفكار، التوترات والانفعالات خاصتك، التي يمكن اعتبارها سبباً عند ذلك؟

- إنه الخوف والتوتر! - أجابني الرجل. - فقد خضت عندها من أن أفقد تلك

النقود. وفي الحقيقة فإن كل شيء انتهى بنجاح ولصالحى. وبعد ذلك انتقلتُ وأسرّتي إلى "شبه جزيرة القرم". ولوقت ما كان وضعي جيداً واختفت النوبات تماماً. ومن المحتمل أن سبب ذلك هو تغير الطقس، نعم... وكذلك تغيير الأوضاع. وهنا اشتغلت أيضاً بالتجارة، وها قد جاء الخريف وتكرر كل شيء من جديد، وكان السبب هو الوضع المالي مجدداً، حيث أنني في هذه المرة فقدت كمية كبيرة من النقود.

- وما هو الشعور والانفعالات التي مررت بها هذه المرة؟ - سألته أنا.
- وما الذي يمكن أن يختبره الإنسان في وضع مماثل؟ إنه الضيم والحقد والزعل والتوتر. وبعد ذلك، ها هي النوبات أخذت تتكرر كل يوم عملياً، ومنذ كانون الثاني أصبحت عدة مرات في اليوم، ونصحتني بعض الأصدقاء بالاستراحة، ولكن النقود بدأت تنتهي ومن الواجب إطعام الأسرة، ثم تلقيت عرضاً للعمل في موسكو، ولكن كيف أذهب إلى هناك في وضع كهذا؟
- صحيح، ففي حالة كهذه من الصعب عليك ممارسة أي عمل بشكل عام، فكيف إذا كان ذلك يتعلق بالنقود. وما يتوجب عليك هو التغيير السريع لعلاقتك بالنقود.

- ولكن كيف لي أن أقوم بذلك؟
- هاك، انظر. لدى الإنسان مسكن، سيارة، جهاز فيديو، تلفزيون، تلفون وخيرات مادية أخرى، وهو يسعى للحصول على الأكثر والأكثر، متناسياً مجالات الحياة الأخرى. وبالنتيجة حياة من أجل النقود ومن أجل تكديس الخيرات المادية، غير أن هذا لا يمكن ولا يجب أن يكون هدف الحياة كلها. فالإنسان لا يستطيع أن يحمل كل هذه معه إلى القبر.
- أنت محق. - قال موافقاً.

- تصوّر إنساناً شراً، - تابعت قائلاً. - بالنسبة إليه يتوقف الأكل عن كونه مجرد وسيلة لتعويض الطاقة المفقودة. فهو يستخدمه لأشياء أخرى. وإذا لم يكن هنالك أكل، فإن شخصاً كهذا يبدأ بالغضب والتوتر والقلق. ويبدأ الجهاز بتكديس المخزون على شكل زيادات ذهنية. غير أن الإنسان يصبح أثقل وأضخم مع كل كيلوغرام زائد، وهاك، في النهاية، فما قام به هذا "الأكل" طوال حياته يعود عليه بالمرض والمعاناة، ومن ثم الموت، وبكلام آخر فإن ما تمسك به، يقتله. وأنت لديك الوضع ذاته، فقد جعلت من النقود هدفاً في حياتك، والنقود يجب أن نتعامل معها كوسيلة فقط.

- ولكن، هل أصبح غير مبال بالنقود أم لا؟ - سألني المريض. - وهل أتوقف عن السعي لجمعها. ألا توجد لديّ عائلة يجب إطعامها.

- إذا ما تعامل الإنسان مع النقود كوسيلة، وليس كهدف، فإن الرب يعطيه منها بقدر حاجته لتحقيق أحلامه. وأي أحاسيس لذيذة تعطيك النقود؟
- أشعر معها بالهدوء قبل أي شيء، وكذلك الاستقرار.
- يعني بقدر ما تكون أكثر هدوءاً في علاقتك بالنقود، بقدر ما تستجر نقوداً أكثر في حياتك. وطالما كان لديك خوف وغضب وقلق يتعلّق بالنقود، فهي لن تقودك إلى خسارة النقود فقط، وإنما تبدأ بأخذ صحتك منك. ويجب عليك أن تعرف أن النقود ليست هي سبب مشاكلك الصحية، بل إن السبب يكمن في علاقتك بها.
- لقد فهمت كل شيء يا دكتور، ولكن ماذا عليّ أن أفعل مع عرض العمل في موسكو؟

- يجب أن توافق طبعاً، أليس من الواجب إطعام الأسرة. وأمام ذلك من واجبك العمل على نفسك. فأعد النظر في كل تلك الأحداث التي مرت في حياتك وكان لها اتصال بموضوع النقود، وتجاوزها بمرات من جديد، مع أحاسيس جديدة كالهدوء، العرفان بالجميل والسعادة. وفي ذهنك، اشكر الله والطبيعة، وعقلك الباطن على تلك الأوضاع، التي ومن خلالها عبثت بك النقود وخذعتك وأحزنتك، وأين أضعت النقود. واشكر أولئك الناس، الذين علموك على العلاقة الصحيحة بالنقود من خلال تصرفاتهم الفاسدة. والآن، فإن كمية النقود في حياتك ووضعك الصحي يتعلّقان بمدى قدرتك وسرعتك في تغيير نظرتك إلى الموضوع. وقبل رحلتك إلى موسكو لديك متسع من الوقت.

الربو

كقاعدة، فإن المصابين بالربو لا يكون أبداً خلال حياتهم. وهؤلاء الأشخاص يكظمون دموعهم، ونحيبهم. أما الربو - فهو عبارة عن نسيج ضاغط، وغالباً ما يعتبر مصدره الأساسي مرض طفولي ما، يتعلّق بالأم؛ مثلاً، لا توجد رغبة لدى الطفل في الاعتراف لأمه بإحدى الأفعال التي قام بها.
ولقد لاحظت أن مصابي الربو هم أشخاص خاضعون بقوة كبيرة لأمهاتهم. وهذا الخضوع كنت أراقبه عملياً في كل حالة ربو.

والربو هو محاولة لإظهار شيء ما، ولا يمكن إظهاره بأي طريقة أخرى. حيث أن الشخص يخبئ في داخله انفعالات محددة. وليس لديه رقابة ذاتية انفعالية.
هيا بنا نتابع كيف يتصرف المصاب بالربو أثناء النوبة. فهو لا يستطيع التنفس تلقائياً، بل على العكس يحتاج إلى مساعدة أحد آخر. وهو مقتنع بأنه لا يملك الحق في التنفس (أي الحياة) من تلقاء نفسه. فهناك تعلّق شديد بعوامل خارجية (وفي الطفولة - فإن هذا التعلّق يكون بالأهل، والأغلب بالأم). فهؤلاء الأشخاص ليسوا قادرين على التنفس ولو لصالح ذاتهم، والتنعّم بالحياة.

الربو عند الأطفال - هو خشية من الحياة، خوف داخلي قوي، عدم الرغبة بالوجود هنا وفي هذا الوقت. وكقاعدة، فلدى هؤلاء الأطفال نمو قوي للإحساس بالضمير - فهم يلقون الذنب على أنفسهم في كل شيء.

وكطبيب هوميوباتي، جاءت لعيادتي امرأة وطفلها، الذي كان يعاني من نوبات ربو دورية. وقد أعطى العلاج الهوميوباتي، الذي وضعته، نتائج جيدة جداً، إلا أن المرض لم يختف نهائياً.

ومن الجلسة الأولى مباشرة، قلت لنفسى أن أسباب مرض الطفل مخبأة في تصرفات الأم. وهي كانت واحدة من تلك الأمهات، اللواتي يراقبن ويتابعن أولادهن في كل شيء، وهنّ، من خلال هذا الاهتمام لا يسمحن للأولاد "بالتنفس بحرية". وقد أظهرت المتابعات اللاحقة للبرنامج الداخلي لتصرفات الأم، أن ما أدى إلى مرض الطفل هو المخاوف الدائمة - المخاوف فيما يخص الحياة، الذات، والابن. وهذه المخاوف ورثتها الأم عن أمها، التي كانت تخاف من كل شيء تماماً. وأثناء الجلسة، قامت المرأة غير مرة باستعمال الجمل التالية: "أكاد أختنق من هذه الحياة"، "أندفع إلى مكان ما، ولا أستطيع التوقف وإجراء استراحة".

ويلاحظ أن وضع المصابين بالربو يتحسن في المناطق الجبلية والمجاورة للبحر. فهم، وأثناء وجودهم في الجبال يشعرون بأنفسهم أعلى، وفي الساحل يكون تنفسهم أنظف. فهذه الظروف الطبيعية تساعدهم على مقارعة التلوث الداخلي المشروط بالأفكار "القدرة".

مرض السل (التدرن)

من أوائل الأشياء التي تؤدي إلى السل، تلك الانفعالات والتأثرات كالحمول، الحزن، الشجن والغم. وهذه تظهر لأنه على مدى سنوات كثيرة تتراكم في العقل الباطن عدوانية تجاه العالم والناس والحياة والمصير، وهذه العدوانية لا تسمح بالحياة والتنفس ملء الصدر.

وهكذا أشخاص لا يريدون أو أنهم لا يستطيعون تقبل الحياة، وهم لا يحيون حياة كاملة وذات قيمة. فأية نصيحة يوجهها الأطباء لمرضى السل أولاً بأول؟ إنها تُختصر بأن يتنفسوا هواء نظيفاً، وأن يتغذوا جيداً، أي بغذاء ذو قيمة.

- لقد اكتشفوا مؤخراً تدرناً خبيثاً في الرئتين لدى والدي، - حدثتني إحدى مريضاتي. - وأضافت: ما هو السبب حسب رأيك؟

- كما هو غالباً، هل ظهرت في حياة والدك أي حمول وانقباضات أو أفكار حول عدم عدالة هذا العالم؟ - سألتها مستوضحاً.

- دائماً. إن أبي شخص موهوب جداً ولديه الكثير من الاقتراحات الخاصة

بتطبيق المبادئ العلمية، وكثيراً ما كنت أسمع منه أنه تعب من غياب الموظفين البيروقراطيين. فهو دائم الانتقاد للإدارة والحكومة. وتراه يخطئ الآخرين في أنهم يعيقونه في تحقيق ذاته في هذه الحياة ويضعون العوائق أمامه.

- ها هنا سبب مرضه. فمن جهة الغضب والكره فيما يتعلّق بالنظام، ومن جهة أخرى الامتعاض من الحياة، والمستقبل وعدم الرغبة في الحياة في هذا العالم غير العادل - كما يظنه هو.

وقد لاحظت أن المؤهلين للإصابة بالتدرّن هم الأشخاص الذين يملكون إحساساً متطوراً بالتملّك، وخاصة عندما تأخذ منهم الشيء الذي يلتصقون به بشدة - أي الملكية، - فعند ذلك يظهر عدم الرغبة في الحياة، لأنه هنا يبرز لديهم التساؤل عن مغزى الحياة.

- هل تنصحنى بما عليّ القيام به مع أهلي، - توجّهت إليّ صديقة طلباً للمساعدة. فقبل سنة تزوجت وسافرت إلى مدينة أخرى. وخلال بعض الوقت بعد ذلك اكتشفوا لدى والدي اسوداداً في الرئة، ولا يعرفون هل هو سرطان أم تدرّن، وأصبحت أمي مسؤولة عن كل شيء.

- الموضوع يتلخص في أنه - قلت شارحاً، - عندما تركتِ أنتِ المنزل ظهر لدى والديك فراغ انفعالي، لأنك كنت بالنسبة لهم السعادة الوحيدة وهدف الحياة. فأمك قررت ملء هذا الفراغ عن طريق الأكل ولذلك أصبحت سمينية، أما أبوك فقد تراكم لديه الاستياء الكثير من الحياة والمستقبل. وهذا الوضع أصبح دافعاً لمرض رئتيه.

- صحيح، أنت محق، - قالت المرأة موافقة. - فهما لم يملكا حباً متبادلاً فيما بينهما. وقد صرحا أكثر من مرة أنهما يعيشان مع بعضهما من أجل الطفل فقط.

الحنجرة (الحلق)

ترمز الحنجرة إلى قدرتنا في الدفاع عن النفس، وطلب ما نريده. وحالة الحنجرة تعكس وضع علاقاتنا المتبادلة مع الناس. وإذا كانت علاقاتك رائعة مع المقربين، فإن حنجرتك ستكون سليمة على الدوام.

والحنجرة هي ذلك الجزء من الجسد، حيث تتركز طاقتنا الإبداعية. ومن خلالها تمر قناة التعبير والإبداع. ومع هذه المنطقة يتصل تعبير الشخص الذاتي. عدا عن ذلك، فإننا، ومن خلالها، نبدأ تلك العمليات كالأستقبال والهضم. وهذا يشمل ليس فقط الأطعمة، وإنما الأشياء، الأفكار والأشخاص أيضاً. ولذلك، إذا لم نتقبّل شيئاً ما في حياتنا، فإن ذلك ينعكس على حنجرتنا أيضاً.

والمشاكل التي تصيب الحنجرة يمكن أن تظهر على شكل التهابات، التهاب اللوزتين، لعثمة، بحة، صعوبة في البلع، أمراض الغدة الدرقية.

التهاب الحلق، التهاب اللوزتين، التهاب البلعوم، التهاب الحنجرة

إذا امتعت عن كل الكلمات السيئة، "ابتلعها"، وحبست في داخلك غضبك وانفعالات أخرى، أو أنك تخاف من التعبير بصوت مسموع عما تفكر فيه، فإن حنجرتك تتبرمج مع هذا على الالتهاب. والمرض في هذه الحالة - هو ما يشبه العائق أمام النطق بالمنوع.

ولا يستطيع أصحاب الحنجرة المريضة إظهار أنفسهم أو التعبير عنها أو عن علاقاتهم والوقوف إلى جانب ذواتهم أو المطالبة بما يريدونه. فهم أنفسهم يخلقون داخل ذواتهم موانع مختلفة، ومن ثم يعانون من ذلك.

- أريد القول، لكنني لا أستطيع، - هذا ما صرح لي به أحد مرضاي، المصاب بالتهابات الحنجرة المتكررة.

- ولماذا لا تستطيع؟ وما الذي يمنعك من القول؟ - سألته أنا.

- لا أعرف. من المحتمل أنني أعتبر أنه ليس صحيحاً أن أعبر عما أفكر فيه بصوت مسموع. فإذا ما بدأت قول كل ما في داخلي، فإن الآخرين يمكن أن يفهموني ليس كما يجب.

- ماذا تعني جملة "ليس كما يجب؟" - سألته متابعاً. - يمكن أنك تخاف أن تظهر لهم الوجه الحقيقي؟

- نعم، أنت محق، - أجابني المريض. وإذا ما حكمنا بتعابير وجه المريض فإنه لم يفكر هكذا من قبل ولا مرة وهو الآن فقط بدأ يدرك.

- حسن، تذكر، كيف أن الطفل عندما يطلب شيئاً لنفسه، فكيف يعبر عن نفسه؟ كل الجيران يسمعون ذلك، وهو لا يعتبر هذا الشيء عيباً، فعقله ما يزال متحرراً من مختلف الأعراق والعادات الشرطية. وأنت يجب أن تبدأ بالتعبير عما تفكر به بصوت مسموع. وافهم أن كل شخص - هو ذات متميزة، شخصية، وأنت من ضمن ذلك. فلا يوجد أشخاص فوق أو تحت، ولا أحس أو أسوأ، فكل يأخذ مكانه الخاص في هذا الكون. ورأيك، كراي أي شخص آخر هو رأي قيم. وإذا ما راقبت ردات فعل الأشخاص المحيطين، فسوف تجد الوجه الحقيقي الذاتي، فاجعل الداخلي والخارجي يسيران بتوافق.

وقد اكتشفت أيضاً أن السبب المهم الآخر لتلك الإصابات هو الشعور بالنقص الذاتي. فكل مجموعة النواقص تمر حتماً من خلال الحنجرة، حيث أن الإنسان، أمام ذلك، دائماً ما يقرع نفسه، ويعبر عن عدم السعادة من نفسه بالظاهر والحركات.

والعقل الباطن ملزم باستدعاء المرض حتى يحمينا من ذواتنا، ولهذا الهدف أيضاً، يتحرك داخلنا عندما نقرع أو ننتقد الآخرين.

غصة في الحلق

الخوف الداخلي الشديد يعيق عملية التعبير، فالأحاسيس والكلمات هي "كتل" تقف في الحلق. وهذا الشعور يعرفه الكثيرون ممن جرب الخوف الشديد.

الأنف

وهو يرمز إلى الكرامة الشخصية والاعتراف بالذات الشخصية، والتفرد والقيمة الخاصين.

لنستذكر بعض التعابير المناسبة: "رفع الأنف عالياً"، "لا تدس أنفك".... "البعوضة لا تشخذ الأنف".

ولكي نستوعب هذا الموضوع أكثر، فإنني أنصح بقراءة المؤلف الرائع "يرانو دي بيرجيراك" لـ روستان و"الأنف" لغوغل.

الأنف المسدود

الأنف المسدود - يعني عدم الاعتراف بالقيمة الذاتية.

يكون الأنف عند الرجال دائم الانسداد، فمرة هذا المنخر ومرة ذلك. وبالعودة إلى العقل الباطني، فإنه يتوضح لنا أن السبب في ذلك هو الشك في الرجولة الشخصية. وهذه الشكوك كانت قد تولدت أيام المدرسة، وبعد نزلات غير موفقة مع الأتراب. وخاصة عندما يبدأ الرجل بالشك في شجاعته، ومنذ ذلك الوقت تظهر المشاكل مع الأنف.

الزكام

الإفراز من الأنف - هو عبارة عن دموع باطنية أو بكاء داخلي. فالعقل الباطن يحاول بذلك أن ينقل إلى الخارج الأحاسيس المحبوسة عميقاً مثل الشجن والحسرة في الغالب، وخيبة الأمل والأسف على المخططات والأحلام غير المحققة.

ويشهد التهاب الأنف الأرجي على الغياب الكامل للرقابة الانفعالية الذاتية. وهذا يجري كقاعدة، بعد الصدمات الانفعالية القوية.

وقد ظهر عند أحد الرجال، التهاب الأنف الأرجي بعد قطع العلاقة بينه وبين فتاة. فهي لم تنتظره حتى ينهي خدمته العسكرية، وقد تأسف على ذلك كثيراً.

- بعد هذه الحادثة خاب أمني بالنساء بشكل عام، - هكذا اعترف لي.

وحادثة أخرى. فقد بدأ الإفراز من الأنف لدى إحدى النساء لبعض الوقت بعد موت زوجها.

- حتى الآن لا أستطيع تصديق ذلك، - قالت المرأة. لماذا حدث ذلك معه تحديداً؟ ولديّ الآن زوج، إلا أنني كما سبق أتحسّر على الماضي.

والزكام هو أحياناً - ما يشبه الرجاء والمساعدة. فهذا الشكل غالباً ما يعلن الأطفال عن ضعفهم، فهم لا يشعرون بقوتهم وقيمتهم.

وجاء لعيادتي أيضاً عائلة مع طفل عمره تسع سنوات.

- كثيراً ما يظهر لدى الطفل مخاط، - هكذا بدأ الأب بالشرح، - وعملياً

يمكن القول أن ذلك يحدث كل شهر. وقد بدأ الموضوع يزعجنا نحن والطفل.

وخلال جلسات متواصلة تبين أن والد الطفل شخص قاس جداً. وأثناء تربية

الطفل كان كثيراً ما يستخدم القوة والتهديد. أما الأم فكانت تشفق عليه، وهي ذاتها كانت تشعر أحياناً أنها ضحية فيما يتعلق بزوجها.

الزائدة الأنفية (الغدانيات)

ويمكن مشاهدة هذه الأمراض لدى الأطفال، وهي تتميز بنمو النسيج

الليمفاوي في تجويف الأنف. وهو ما يصعب عملية التنفس من خلال الأنف.

والسبب الرئيس لها هو المماحكات الدائمة داخل الأسرة والشجارات المتكررة.

وكذلك عدم الرضا من هذا أو ذلك، والتوتر، فالأهل لا يستطيعون، وبشكل أدق،

لا يريدون الوصول إلى توافق حول مسائل معينة ضمن العائلة. وهذا يمكن أن يكون

سببه العلاقة فيما بينهم وكذلك العلاقة مع جدّات أو أجداد الطفل.

وباطنياً، يظهر لدى الطفل إحساس بأنه غير مرغوب فيه. وهذا الشعور يمكن

أن ينتقل إلى الطفل من أحد الوالدين، فالطفل يمكن أن يتبرمج على الالتباس أو

الغموض وخيبة الأمل في حياة الأهل، وغياب التعبير الذاتي والاعتراف بالقيمة

الشخصية. ففي العلاقات المتبادلة بين الوالدين لا يوجد الشيء الأساسي - ألا وهو

الحب. وخلال عدة سنوات حضر لعيادتي مئات الأطفال الذين يعانون من المشكلة

المذكورة آنفاً. وفي كل الحالات لوحظ غياب الحب ضمن العائلة.

- أنا أشك في حب زوجتي لي، - تحدّث رجل كان قد جاء لعيادتي مع طفله.

- فهي لم تقل لي أبداً أي كلمات حلوة ولم تغالمني ولم تمدحني. لقد بدأت أغار.

وفي هذه الحالة ينصح الأطباء بالجراحة، مع أنهم يعرفون بوضوح أن العملية

ليست علاجاً. فالمرض يبقى في الداخل كما كان. والغدد تتنامى من جديد. وقد

اقتنعت عملياً أن الاختيار الصحيح للوسائل الهوميوپاتية وتغيير الأجواء في العائلة تعطي

علاجاً سريعاً مئة في المئة.

فما إن يعود الحب والوئام والهدوء إلى العائلة، حتى يبدأ الطفل بالتنفس بحرية

ومن خلال أنفه.

وقد اعترفت إحدى مريضاتي، التي حضرت إليّ مع طفلها الذي تمت تنحية

الزوائد الأنفية لديه، قائلة:

- أعتقد أنني موجودة في المنزل من أجل التنظيف والغسيل وتحضير الطعام. فأنا وزوجي قليلاً ما نتقابل، ونحن في العمل كل الوقت. ويمر الوقت الذي نقضيه معاً بالمشاجرات. لذلك، أنا لا أشعر نفسي بأني امرأة مرغوب فيها.

- وأنت، هل تحبين زوجك؟ - توجهت إليها بالسؤال.

- لا أدري، - وكان جوابها سلبياً متقطعاً بعض الشيء.

ومريضة أخرى، جاءتني مع طفلها الذي يعاني من الزوائد الأنفية منذ زمن، وحدثتني عن علاقاتها المتبادلة مع زوجها.

- عندما تزوجته لم أكن أملك أي شعور بالحب تجاهه. وقد عرفت أنه سيكون رجل عائلة ممتازاً، وأباً رائعاً بالنسبة لأطفاله.

- ولكن... كيف؟ توجهت إليها بالسؤال - هل حقق آمالك؟

- نعم، هو شخص رائع كأب وكزوج. ولكنني لا أملك حباً تجاهه. هل تفهمني؟ لا يوجد ذلك الشعور الذي طالما كتبوا ويكتبون عنه. علماً أنني أتفهم أنه يجب أن يكون موجوداً في المرتبة الأولى في الحياة. فهو ليس الرجل الذي يمكن لي أن أحبه. وليست لدي الرغبة في تحطيم أسرتي والبحث عن رجل آخر.

- وأنا لا أنصحك بذلك، هل تفهمين، - قلت لها، - الموضوع ليس هذا الرجل أو ذلك. بل إن كل شيء يتعلق بك شخصياً، وبذلك الرصيد من الحب الموجود في داخلك. فابدئي بتنمية هذا الشعور فيك، وغيري علاقاتك بنفسك وبالرجال وبالعالم المحيط بك.

- ولكن أليس زوجي هو ذاته، وقد بقي كما كان.

- كيف نعرف؟ أتذكرين أنني قلت لك أن الظاهر يعكس الداخل. فزوجك كرجل هو انعكاس لك كامرأة. أي أن ذلك هو انعكاس لك ولكن من جنس آخر. فعدم استبداله ليس فقط غير مطلوب، بل إنه ممنوع. ابدئي بتغيير نفسك، ونمي الحب في داخلك لذاتك ولبداية الكون الرجولية والعالم المحيط بك. فقط عند ذلك فإن زوجك سيتغير حتماً، وسيصبح ذلك الرجل الوحيد في حياتك، الذي قرأت عنه في الروايات تحديداً.

الرعاف (النزف الأنفي)

أنت تعرف أن الدم يمثل السعادة، وعندما يتولد لديك شعوراً بأن لا أحد يحبك أو يعترف بك، فإن السعادة تبدأ بالخروج من الحياة. والنزف الأنفي أسلوب فريد من نوعه يساعد الإنسان في التعبير وإظهار حاجته للحب والاعتراف بوجوده.

ومرة سال الدم من أنف ابني، فتحولت إلى داخلي وسألت: "ما هو السلوك خاصتي والذي قرر ابني الرد عليه بنزيف الأنف؟" وجاء الرد من عقلي الباطن سريعاً: "أنت توليه القليل من الرعاية والحب!" وكان ذلك حقيقة. ففي ذلك الوقت أعطيت

الكثير من قواي واهتمامي للعمل وحلّ المشاكل الخاصة ، وأبقيت القليل من الوقت للاجتماع بطفلي. وبعد أن أعدت النظر في علاقتي بولدي وأوليته اهتماماً أكبر لم يتكرر لديه النزف الأنفي.

جهاز الهضم

إن أي جهاز حيواني يحتوي على ما يسمى قناة معوية ، تدخل من خلالها المواد الضرورية وتخرج المواد غير اللازمة للتبادل. غير أن المعلومات الخاصة بالعالم المحيط تدخل إلى الجهاز مع المأكولات. وأعضاء الجهاز الهضمي للإنسان ، ومنذ تاريخ النشوء والتطور النوعي ، قامت بحفظ متطلبات استيعاب المعلومة مع الطعام على مستوى عميق ، لذلك فإن قدرتنا على تقبّل وهضم معارف محددة ، قادمة من الخارج ، سوف تتحرر في الوقت ذاته من المشاكل غير اللازمة ، وسينعكس التأثير على وضع الجهاز الهضمي الصحي.

الفم

الفم يمثل تقبّل أفكار وآراء جديدة. راقب الطفل الصغير ، من أي شيء سيبدأ لمعرفة العالم المحيط. إنه يجرب الدنيا من طعمها. ومشاكل الفم تعكس عدم القدرة على تقبّل أفكار وآراء جديدة.

جروح الشفاه وجوف الفم ، التهاب الفم ، الحلا (الهربس)

إصابات جوف الفم تشهد أنك تتعامل بتعامل مع أحد ما. وفي عقلك الباطن تختبئ كلمات "سامة" "ولاذعة" ، واتهامات تمنعها شفتاك من الخروج. أو أنه قد تراكمت في عقلك الباطن خواطر ساخطة ومرة وهي تبقى غير منطوقة.

يجلس المرض في الجسد وينتظر ،

إلى أن يؤثك الحقد.

أو إلى أن تخز الحسرة روحك ،

وعند ذلك يستطيع المرض الظهور من جديد.

وينتظر حتى يضيق صبره؛

إلى أن تحطمك المصائب ،

- عند ذلك تجده يتسلل إلى الخارج.

رائحة الفم

أفكارك وأحاسيسك وماضيك "القذر" ، كم هي تعتقت لدرجة أصبحت

"عفنة" معها. وقد حان الوقت لإدخال شيء ما جديد وطازج في حياتك.

جاء لعيادتي شاب يافع ، وقد وضع أمام فمه منديلاً.

- دكتور، - قال هو، - قبل سنة بدأ بالظهور لديّ رائحة من الضم. ولا أدري ما هو السبب. يمكن أن يكون ذلك بسبب التهاب في البلعوم الأنفي؟ غير أن الطبيب فحصني ولم يجد أي شيء. وأنا أشعر أن شيئاً ما في مكان ما ليس طبيعياً. ومن خلال الاتصال مع عقله الباطن تبين أن سبب المشكلة كان حادثاً سيئاً، وقد حدث ذلك في تلك السنة تحديداً. وها هو خلال السنة والشاب يحمل في داخله سخطاً ورغبة في الثأر.

وقد استطعت إقناعه بإعادة النظر في علاقته مع الماضي واستخراج درساً إيجابياً منه.

- بدل آرائك القديمة العفنة التي منعتك من العيش كل هذا الوقت كما يجب، إلى أخرى جديدة يمكنها أنه تجلب إلى عالمك اللحظات الحلوة فقط، - قلت له ذلك.

اللسان

إنه، الأداة، التي بمساعدتها فقط يمكننا معرفة الطعم، فعليه توجد مستقبلات تتأثر بالحلو، المر والحامض. وهكذا في الحياة، يوجد المتعة، الغم والمواقف الحادة. وإصابات اللسان تعني أننا نفقد الإحساس بطعم الحياة، فانفعالاتنا وأحاسيسنا السلبية "تغطي بطبقة سمكية" قدرتنا على تقبل الحياة، وتعيق سعادتنا في تذوق متعة الحياة.

المعدة

هي مستوعب الأطعمة. وتمثل القدرة على معالجة، هضم واستيعاب أفكار وأحداث ما. لذلك، عندما تكون لدينا مشكلة مع المعدة، فإن ذلك يعني أننا لا نعرف كيف نمثل الحياة. ويصبح الوضع بالنسبة لنا مخيفاً أمام وضع جديد ما. فنحن غير قادرين على هضم أحداث معينة. الخوف والقلق، عدم الاستقرار، الكراهية والتوتر، كلها تنعكس على المعدة.

قرحة المعدة والاثني عشرية، التهاب المعدة

غالباً ما يحدث ذلك بسبب مخاوف أمام شيء ما جديد في الحياة، الغموض المتلبد، الشعور بالقضاء المحتوم، الخشية من قبول الجديد وعدم استطاعة هضمه واستيعابه، وكل ذلك ينعكس على المعدة. والأشخاص مريضو المعدة متخمون بمخاوف مختلفة كبيرة وصغيرة. والخوف يقود إلى التشنج، والتشنج يؤدي إلى الألم والقرحة. لديك شعور بأنك لست جيداً أو كاملاً كفاية، وأنت مقتنع بنقصك وتخاف من أنك لست جيداً كفاية من أجل أهلك، إدارتك والمقربين. وأنت، تحديداً، لا تستطيع استيعاب ما تقدمه لذاتك. فأنت وعملك تحاولان أن تكونا مفيدتين للآخرين وأمام ذلك تتسى نفسك.

والمصابون بهذا المرض في غالبيتهم من الرجال، حيث أنهم يوجهون الضربات بقساوة إلى رجولتهم وعزّة نفسهم. فالأنفة هي "المصابة" عند هؤلاء. وهم نحفاء، نشيطون، متوترون، ويلزمهم دائماً إثبات شيء ما لأحد ما: لأنفسهم، للمقربين في العائلة والعمل. ويحتاجون أيضاً إلى مراقبة أنفسهم والآخرين بشكل دائم. ويسعى هؤلاء الناس إلى امتلاك السلطة ويريدون أن يكونوا الأفضل طوال الوقت، وأمام ذلك فهم يخافون من الظهور أقل من المستوى، ويخشون أيضاً من ألا يصلوا في الوقت المناسب. كذلك يؤدي إلى القرحة التأذي والنفور من شيء ما في هذا العالم، وكذلك الشعور بالتقرز أيضاً. وبنفيك لوجود شيء ما في هذا العالم، ألسنت تتبرأ من جزء ما من ذاتك. من ناحية أخرى، ومع وجود الكره، الحقد والضميم وعدم قابلية العلاج يبدو أن الحياة فقدت جاذبيتها لوجود كل العوائق الممكنة أمام التمتع الكامل بالحياة. وكل هذه العوائق ليست موجودة في العالم المحيط، بل فيك أنت شخصياً.

- لا أستطيع استيعاب هؤلاء "المسوخ"، الذين يجب عليّ التعامل معهم أثناء العمل، - هذا ما قاله أحد مرضاي، الذي يعاني من إصابات في المعدة، مضيفاً: أنا لا أحتمل نفاقهم، تملقهم وبخلهم.

وعندما قال ذلك، فإما أنه كان في حالة نشوة خفيفة أو أنه لا يتذكر كلماته.

الحب والسكينة هما الدواء الأفضل في هذه الحالات. والقرحة لا تتواجد عند الأشخاص الذين يحبون ويحترمون أنفسهم والعالم المحيط بهم. فتعلّم أن تتقبّل نفسك كما أنت، وتعلّم تقبّل العالم المحيط، أليس هو عالمك.

اشتد الالتهاب لدى أحد مرضاي، وكنت قديماً قد اقترحت عليه المساعدة، غير أنه لم يؤمن بأنه يمكن معالجة المرض عن طريق التعامل مع العقل الباطن، فهو كان واثقاً بالحبوب فقط. إلا أن الألام كانت غير محتملة، ولم يساعده الدواء إلا قليلاً. وفي النهاية حسم أمره وزارني في منزلي.

وبسرعة أقمنا الاتصال مع العقل الباطن، وبدا أن التهاب المعدة هو انعكاس لتصرفاته السلبية كالكره والنفور والمخاوف المختلفة.

- أنا أكره وأحتقر هذه المدينة وشوارعها الوسخة، وقاذوراتها، - قال ذلك مظهراً كل مشاعر الازدراء خاصته. - مضيفاً: أنا أكره الفوضى والتملق، الطمع بالمال والفضاظة. فأكبر متعة لدي هي الاستلقاء في الفراش على شرشف نظيفة وإلى جانبي امرأة نظيفة جميلة، وعلى الطاولة أكلة لذيذة ونوعية. وفي هذه الحالة يمكنني أن أستمر دهوراً.

وبعد استيضاح النوايا الداخلية السلبية أسسنا طرقاً جديدة للتصرف. ومع نهاية جلستنا كانت الألام الحادة قد اختفت كلياً.

الغثيان، الإقياء

الغثيان والإقياء بلغة العقل الباطن تعنيان أن شيئاً ما (أو أحداً ما) موجود في حياتك، وهو الذي لا يمكنك تقبّله أو هضمه، وفي الوقت ذاته أنت تريد التحرر منه. وأنت لم تفكر ولا مرة لماذا يحصل تسمم عند الكثير من النساء الحوامل؟ ذلك لأنهن لا يتقبلن حملهن وولادة الطفل. أنت تختبر كراهية شديدة وعدم مصالحة، فعقلك الباطن يمتنع عن تقبّل أية أوضاع.

- أشعر بالغثيان من ملامسته لي، - هكذا تحدّثت إحدى مريضاتي عن زوجها.
- وتتابع: وخاصة عندما يريد أن ينام معي وما إن أتصوّر ذلك، حتى أشعر أن كل شيء لديّ ينخلع.
هذه المرأة كانت تعاني من مرض قرحي، وكثيراً ما كانت تتقيأ.

والمخاوف الباطنية الممكنة هي أيضاً سبب آخر للغثيان. فابحث في داخلك عنها وتحرّر منها.
فتعلّم استيعاب الحياة بسهولة، وتقبّل أي حدث في حياتك كدرس إيجابي. وتعلّم استيعاب ومماثلة كل الأفكار الجديدة. وعند ذلك سوف تعمل معدتك بشكل رائع ودائماً.

دوار البحر (دوار الحركة)

تترافق بعض حالات السفر بالطائرة أو السيارة أو البحر عند بعض الناس مع حدوث حالات الغثيان والإقياء والوهن. وسبب هذه الحالات أول ما يمكن أن يكون هو المخاوف الداخلية، لأن السفر يوجب ترك المكان الآمن والمعتاد، فيظهر الخوف أمام المجهول. وهنا يجب استيعاب الانطباعات الجديدة، وهذا لا يحدث ببساطة دائماً.
ثانياً، من الضروري في وقت الرحلة منح الثقة للشخص الجالس خلف المقود أو عجلة القيادة. وبالمناسبة ألم تلاحظ أنت هذه القدرة؟ فذلك الشخص الجالس خلق المقود لا يعاني من هذا المرض، لأنه يسيطر على الوضع. وللسبب ذاته لا يحدث الدوار في القطارات، حيث أنها تتحرك على خط السكة المرسوم بثبات ولا يمكنها الدوران. عدا عن ذلك فقد شاع رأي يقول أن وسيلة النقل هذه هي الأكثر أماناً.
ولكي تتمكن من هذه المشكلة، تعلّم الثقة بالآخر. ائتمن الجالس خلف المقود على حياتك، ولكن قبل كل شيء لنفسك شخصياً. استرخ واسمح للأحداث أن تسير بمسيرها الطبيعي. وببساطة، تمتع بالانطباعات الجديدة، ألسنت تتجول في عالمك. وفي الرحلة أنت تتعرف على ذلك قبل كل شيء، وعندما تستوعب ذلك، فإن كل المخاوف تزول ويظهر لديك حب الاستطلاع.

الكبد

الكبد هو حاوية الحدة، الغضب والغيظ. ومنذ أيام أبقرراط وأرسطو تم تحديد أربعة أمزجة أيونية هي: الصفراوي، السوداوي، البلغمي والدموي. والشخص الغضوب أو الصفراوي - هو شخص ذو مزاج دموي حار.

ويكدس الأشخاص المصابون بأمراض الكبد والمرارة، السخط والتوتر والحقد ضد أحد ما. والانفعالات المكدسة تتسبب بداية بالتهاب المرارة وخمول الصفراء وعسر حركة الطرق الصفراوية، ومع الوقت تتجمع هذه الأحاسيس المرّة المكتومة على شكل حصى. أليس الناس يعتبرون أن التعبير عن الأحاسيس العدوانية نبرة جنونية، وهم يفضلون لو أنهم أخفوها في داخلهم.

هؤلاء الناس ميالون لانتقاد أنفسهم والآخرين، وهذا مسؤول عن تحريك المشاعر العدوانية لديهم، وهو ما يقود إلى اصابتهم بأمراض الكبد. وهم أشخاص مليئون فأفكار مرّة (وبسبب ذلك تتواجد حرارة في الفم وخاصة في الصباح). غير أن كرامتهم تمنعهم من التخلّص من سخطهم وحدثهم القديمة وأفكارهم المريرة، فهم دائمو الشكوى وتبرير تعنتهم.

حصى المرارة (مرض التحصي الصفراوي)

يشير وجود الحصى في المرارة إلى تجمع الأفكار المرّة الساخطة، وأيضاً إلى الكبرياء التي تمنع من التخلّص منها. والحصى - هي المرارة، الأفكار القاسية، اللعنة، الغضب والعجرفة، التي تتجمع على مدة سنوات عديدة. والتشنجات تشير إلى - التوتر، الجزع وعدم الرضا عن المحيط وعمّا تم تحقيقه. ألسنا نعرف أن الأفكار تتحقق. هذا هو الأساس المادي لكل تلك الأفكار القاتلة.

إحدى مريضاتي، التي كانت قد أصيبت منذ وقت قريب بمغص مراري،

تحدّثت بلهجة ساخطة عن حفيدتها.

- هل تتصوّر؟ هي لم تكمل السابعة عشر، وها هي تغلظ في الكلام معي،

وتحدّثت بفظاظة، وتنظر إلى نفسها بخبث. ولو كان الأمر بيدي، كنت لأخنقها.

- وهل تعيش معك؟ - سألت المرأة.

- لا، هي تعيش مع جدّتها، والدة أبوها. وهي تدرس في الجامعة، أما والداها

فموجودان في مدينة "خاباروفسك". وهي يجب أن تراقب جدّتها، فهي أصبحت

عجوزاً، وها هي تسهر عليها لكي ترث منها الشقة. ولكن، لا يمكن القيام بأي شيء،

فأنا مضطرة للذهاب، بعد العمل، إلى والدة الزوج وأقوم بكل شيء بنفسي.

- هل تريدين لو أن حفيدتك تغير تصرفاتها؟ توجهت إلى المريضة بالسؤال.

- طبعاً أريد ذلك.

- وهل يمكن لها أن تتغير إذا كنت تحقدين عليها؟
- أنا أعلم أنها لن تتغير. ولكنني لا أستطيع أن أغير شيئاً.
- لا تستطيعين أم لا تعرفين كيف؟
- في الغالب أنني لا أعرف طريقة لذلك.
- وماذا تظنين، - سألتُ المرأة، كيف تظهر لك حفيدتك سلوكها الخاص؟
- هي تظهر قلة التهذيب فقط، وماذا بعد!
- أخبريني، كيف تتعاملين أنت مع والددة زوج ابنتك؟
- أتعامل بشكل طبيعي. وبأي طريقة يمكن التعامل معها؟ فهي عجوز مريضة.

- وفي السابق، ألدبك كثير من المشاكل معها؟ - قلت للمرأة.
- نعم، كنا نتشاجر ونتخاصم كثيراً. ولكن من أين لك أن تعرف ذلك؟ -
سألتنني مستغربة.

- أنا أعرف أيضاً أنه في داخلك، كالسابق، يوجد الكثير من الاستياء والامتعاض منها، والآن أنت مجبرة على الذهاب إليها وخدمتها، إلا أنك تقومين بذلك من باب الشعور بالذنب. ويبدو كما لو أنك "ننهين" عدوانيتك تجاهها. وحفيدتك، بتصرفاتها، تربك كيف كنت تتعاملين تلك العجوز. لذلك يجب شكرها وعدم الحقد عليها، فهي تعطيك درساً رائعاً.

- نعم دكتور، أظن أنك محق.
وها وهي المريضة تفكر في شيء ما.
- أنا أظن - تابعتُ كلامي - أنه ما إن تغيري علاقتك مع الناس، حتى تتغير وتحسن علاقتك مع حفيدتك.

وفي الوقت الحاضر توجد طرق كثيرة لتنظيف الكبد والأمعاء، وذلك بمساعدة تقليل الأكل، الحمية والحقن الشرجية. وهذه الطريقة فعالة في الحقيقة، إلا أن تأثيرها يكون لوقت قصير، حيث أنها لا تزيل الأسباب. وهل تقوم الحقن الشرجية بتغيير المزاج أو الطبع؟

ومن خلال عملي، أنا أعرف أن استخدام الطرق الهوميوباثية والتخلص من الأفكار القديمة تذيب الحصى، وتنظف الكبد والمرارة بشكل دائم. وقد كنت شاهداً على أنه، وبعد تنظيف العقل الباطن من الأفكار العدوانية، فإن حصى كبيرة نوعاً ما اختفت من دون أن تترك أثراً لدى بعض الأشخاص.

البنكرياس

البنكرياس يمثل "حلاوة" الحياة، والقدرة على إسعاد الذات والتلذذ بالحياة.

التهاب البنكرياس

يمكن أن يؤدي إلى التهاب البنكرياس الأذى الحاد الموجّه لشخص ما، أو الأخبار والأحداث المكروهة. فالإنسان في هذه الحالات يختبر الغيظ، عدم القبول، ويبدو له أن الحياة فقدت جاذبيتها.

وها أنا أستذكر إحدى الحوادث. وكنت قد أنهيت السنة الخامسة من دراستي في الجامعة، وبدأت بدروس التطبيق العملي في المستشفى. وفي العنبر الذي أشرفت عليه، كان هنالك رجل يعاني من التهاب قديم في البنكرياس. وبدأت بجمع سوابق المريض من أجل تحديد تاريخ المرض، وتبين لي أن نوبات الألم بدأت لدى المريض بعد عدة أيام من انقطاع علاقته مع شخص ما. - هل تعرف، - قال لي المريض ساخطاً، - كنت جاهزاً لقتله حرفياً. فبعد ما قام به فقدت الثقة بالناس نهائياً.

داء السكري

هناك نوعان لمرض السكري. ومع ذلك، ففي الحالتين يرتفع مستوى السكر في الدم، غير أنه في إحدى الحالتين يكون من الضروري إدخال الأنسولين إلى الجسم بواسطة الحقن، إذ أن الجسم غير قادر على انتاجه بالشكل المطلوب، وفي الحالة الأخرى يكفي استخدام الأدوية الخافضة للسكر. ومن المهم أن النوع الثاني من داء السكري يظهر أكثر ما يظهر عند كبار السن ويتصل بظاهرة تصلب الشرايين. فعندما يصل الشخص إلى عمر الشيخوخة تكون قد تراكمت لديه كمية من الانفعالات المزعجة كالشجن، الكآبة، الامتعاض من الحياة والناس. ويتشكّل تدريجياً لدى هؤلاء شعور باطني وعقلي أنه لم يبق في الحياة أي شيء سار، "حلو". فهؤلاء الأشخاص يشعرون بفقدان كبير للسعادة.

ولا يستطيع مرضى السكري أن يأكلوا الحلويات، فإن جهازهم يقول لهم ما حرفيته: "يمكنك الحصول على الحلو من الخارج فقط في حالة أن تجعل حياتك حلوة. فتعلم التلذذ، واختر لنفسك. أكثر الأشياء لطفاً في هذه الحياة. وافعل كل ما يؤدي إلى جلب السعادة والتلذذ لنفسك".

كان مستوى السكر لدى إحدى مريضاتي حوالي تسع وحدات. وقد أدى استعمال الحبوب والحمية إلى خفضه، ولكن بنسبة قليلة. وبعد أن تواصلت مع عقلها الباطن ونظفت نفسها من الأفكار السلبية والانفعالات، فإن مستوى السكر انخفض إلى المستوى العادي ولم يرتفع بعد ذلك.

وأكثر ما هو مخيف في داء السكري مضاعفاته، ومنها الماء الأزرق في العين (غلوكوما)، عتامة العين، تصلب أو تضيق أوعية الأطراف، وخاصة الأرجل. وبسبب

هذه المضاعفات تحديداً يمكن للمريض أن يموت. ولو أنك تدقق النظر في هذه الكتاب حول أسباب هذه الآلام، فسوف تجد شرعية واحدة تقول: "في أساس هذه الأمراض يوجد شيء واحد - ألا وهو فقدان السعادة".

- دكتور، ولكن كيف لي أن أتمتع بحياتي، إذا كانت خبيثة وقاسية هكذا. وعندما يكون كل شيء من حولك مشوهاً، - وهذا ما أسمع كثيراً من مرضاي. وها هو الآن يجلس في عيادتي رجل محترم، متقاعد، ويعبر عن اعتراضاته على الحياة، الناس والحكومة.

- في حالات كهذه، - أجبته، - أنا دائماً ما أقول للناس أنه يجب تعلم الفرحة بالحياة. ويعلموننا منذ الصغر السير، الكلام، الكتابة، القراءة والحساب. وفي المدرسة تدرس قوانين مختلفة في الرياضيات والفيزياء. ولا يعلموننا قوانين حياة الإنسان الروحية. كيف نستقبل الحياة، كما هي في الواقع، ومن دون اعتراضات أو امتعاض، فهذا ما لم يعلمونا إياه. لذلك تكبر ونحن غير جاهزين للحياة، ولهذا السبب نمرض.

الأمعاء

وهي ترمز إلى استيعاب آراء وأفكار جديدة، وأيضاً القدرة على التخلص من كل ما هو قديم وغير لازم.

الإمساك

يرمز تأخر أو إعاقة البراز في الأمعاء إلى عدم الرغبة في الافتراق عن أفكار فات أو أنها وياتت عتيقة. فأنت مرتبط مع الماضي، وتخاف من داخلك العزوف عن شيء ما في الحياة، أو أنك لست واثقاً بأنك تستطيع بعد ذلك إكمال هذه الخسارة أو فقدان.

وأنت مرتبط بالذكريات القديمة والمریضة المتعلقة بالماضي. ومن الممكن أنك تخاف من قطع العلاقات، التي باتت لا تعطيك شيئاً. أو أنك تتهيب فقدان العمل، الذي لا يعجبك، أو لا ترغب بالفراق مع الأشياء التي تبقى من دون فائدة.

ألق كل الأشياء غير اللازمة خارج منزلك وجّهز مكاناً لأشياء جديدة. وردد أمام نفسك وبصوت مسموع: "أنا أتخلص من القديم وأنظف المكان من أجل الجديد!".

ويعكس الإمساك أحياناً الشح والبخل فيما يتعلّق بالنقود.

وهنا تخطر في البال حادثة ممتعة. فقد حضرت إليّ امرأة تبلغ الثلاثين من العمر. وهي ومنذ سنوات الدراسة كانت تعاني من إمساك شديد. ولم تساعدها

المليينات. وقليلاً ما استخدمت الحقن، وكان ذلك في الحالات القصوى فقط. وقد تخلصت من قناعة قديمة، غير لازمة بمساعدة طريقة برمجة العقل الباطن، وها هي أمعاؤها أخذت تعمل جيداً في اليوم التالي مباشرة.

التطبل (انتفاخ البطن، الغازات)

يظهر التطبل، في العادة، عندما يتناول الإنسان أكلة "ثقيلة" جداً أو الكثير من المأكولات المختلفة.

- هل تعرف يا دكتور، - يقول أحد المرضى، بعد قراءة كتابكم أصبحت أراقب وضعي بدقة، ولاحظت مقدرة معينة. فما إن تجري في حياتي أحداث مختلفة وكثيرة، وخاصة تلك التي يصعب عليّ هضمها، تظهر الغازات وينتفخ بطني مباشرة.

وأفضل وسيلة للعلاج من التطبل هي الهدوء والمتابعة. فضع أمام نفسك أهدافاً، وشكل الأحداث والأفعال بنشاط، ولكن لا تحمل نفسك أكثر مما تحتمل. ولا تتشتت، وتعامل مع الحياة بسهولة.

الإسهال، التهاب القولون

في الظروف الطبيعية يقوم جهازنا بأخذ المفيد واللازم من مضغة الطعام القادمة عن طريق المعى الدقيق، والباقي يمر من خلال المعى الغليظ في طريقه للخروج من الجسم. الخوف الشديد والقلق ينعكسان حتماً على الأمعاء. فعند أولئك الناس يوجد إحساس باليأس من هذا العالم، وهم ليسوا جاهزين لاستقبال الأحداث بسبب الخوف. وهناك مفاهيم كـ "مرض الدب"، أو "يفعلها في سرواله من شدة الخوف". وهذا ما يحدث عندما يبدأ خلل (تلبك) الأمعاء أمام حدث مهم ما (مثلاً، ما يحدث مع الطالب قبل الامتحان).

منذ فترة ليست بعيدة، جاءني مريضة مصابة بمرض غير عادي. فقد بدأ لديها الإسهال في كل مرة عندما تخرج من المنزل. وعندما تكون موجودة داخل الشقة كانت تشعر نفسها طبيعياً. وما إن تهتم بالخروج إلى مكان ما، حتى يبدأ بطنها بالغلديان والاهتياج. وقد جاءت إليّ بالسيارة، واطمأنت تماماً عندما علمت أن عيادتي تحتوي على دورة مياه.

وبعد ترتيب اتصال مع عقلها الباطن استوضحنا أن سبب هذا الإسهال يتخفى في الخوف والقلق على أطفالها.

- ها أنت تعرف أي زمان مخيف هو الآن، - قالت لي المريضة. - ففي كل مكان يوجد عدد من المجرمين والقنلة. يستحق الأمر من بناتي، وهنّ جميلات جداً، التأخر في المعهد بعد انتهاء الدروس، حتى أجد لنفسي مكاناً. وكنت

لأجلس كالـ "قرقة" في المنزل واحتفظ بأولادي من حولي، ولا أدعهم يخرجون أبداً، فقط عند ذلك كنت أصبح مطمئنة ولا أتوتر.
وبعد تكوين أساليب جديدة للسلوك بمساعدة البرمجة الباطنية، انتهى الهياج داخل البطن. وخلال شهر جاءت المريضة إليّ مرة أخرى، وأخبرتني أنها لم تتعرض إلى الإسهال ولا مرة واحدة في كل تلك الفترة.

الشرح، المستقيم

وهي ترمز إلى القدرة على التخلص من المشاكل، الانفعالات والمظالم المتراكمة.

البواسير، الخراج، الناسور، التشقق

تشهد مشاكل الشرج والمستقيم على أن لديك صعوبة في التخلص من القديم وغير الضروري في حياتك. وعملية "الرمي" تجري بصعوبة وألم. وأنت تختبر السخط، الغضب، الخوف والإحساس بالذنب بخصوص أحداث سابقة ما. ومشاعرك مثقلة بانفعالات غير سارة، وأنت تختبر "ألم الحرمان" حرفياً.

وهنا أستذكر حادثة شيقة. فقد جرى لديّ علاج رجل شكى من ميل يومي لتحرير أمعائه، إلا أنه عند ذلك كان يخرج من شرجه كمية قليلة من المخاط والغازات. وكان من الصعب عليه "إمساك" هذه الميول وتأخيرها، وقد عانى كثيراً من ذلك، حيث أنه كان "مرتبطاً" بالمرحاض حرفياً.
ولقد لفت انتباهي أن المشكلة مع الشرج والأمعاء متصلة بالعلاقات المتحاملة مع أشياء كثيرة في الحياة. عدا عن ذلك فإن حديثه كان مليئاً بعبارات ك: "أبرز على كل هذا"، "أدخله بعيداً في مؤخرتي".

والتخلص من الماضي يجب أن يجري بسهولة وقبول ومن دون ألم. لذلك عود نفسك على فكرة أن جسدي يطرد ما هو غير لازم أبداً، فقط. وهكذا في حياتك. فما يخرج منك، هو يعيق ويؤخر تطورك الذاتي، فلا تتمسك بالقديم.

ومرة جاءتني مريضة تعاني من التهاب المستقيم. وعندما لجأنا إلى عقلها الباطن لمعرفة سبب المرض، تلقينا الجواب التالي: "لقد أدمنت الجلوس في مكان واحد. وقد حان الوقت بالنسبة لك لإيجاد عمل جديد، وتغيير علاقات مع أسرتك".

الكلية

وهي تمثل القدرة على التخلص مما يمكن له أن "يسمم" حياتنا. فالكليتان تتظفان الدم من الخبث.

أمراض الكلى

ما يؤدي إلى مرض الكلية هو تمازج الانفعالات كالنقد، الاستتكار، السخط، الغضب، الامتعاظ والكره مع خيبة الأمل الشديدة والشعور بالفشل. ويبدو لهؤلاء الناس أنهم فاشلون بشكل دائم وكل ما يقومون به غير صحيح. وهم غالباً ما يختبرون الشعور بالخزي.

الخوف على الوضع المادي من المستقبل، الكآبة وعدم الرغبة بالحياة في هذا العالم تتعكس دائماً على الكليتين.

- إن مرضك هو نتيجة لعدم الرغبة بالحياة في هذا العالم، - قلت لمريضة، شابة جداً وتعاني من التهاب الكلى. - ويوجد في عقلك الباطن برنامجاً ضخماً لتدمير ذاتك.

- هل تعرف، - قالت الفتاة، - عندما كنت صغيرة جداً، مرضت جدتي. وهكذا، طلبت من ربّي أن يأخذ جزءاً من حياتي ويعطيه لها كي نموت سوية. وكانت هنالك ظروف أخرى. ولكن، من أين لي كل هذا؟

- إن برنامج تحطيم الذات الموجود لديك مرتبط مع سلوك والدتك في فترة حملها. فهي استمرت طويلاً بعدم الرغبة في امتلاك أولاد، ولكنها حينما حملت، استكان لديها كل شيء وولدت. وعدم الرغبة في امتلاك طفل - هي الرغبة بموت روح طفل المستقبل. أضف إلى ذلك أن لديها سخط شديد على الحياة. وقد أعادت بناء كل ذلك على شكل برنامج قوي لتدمير الذات، وانعكس ذلك على كليتيك.

وكان لدى رجل آخر إصابات في الكلية اليمنى والكبد. وكان يشعر بالألام ويظهر نزف منها بشكل دوري. وكان سبب المرض هو الاستياء الشديد، الكره وحب الانتقام باتجاه شقيقه، وكانت هنالك رغبة في قتله أيضاً. ولكن، بما أنه كان شقيقه، فإن برمجة تمنّي الموت له ارتدت بسرعة إليه و"ضربته" في الكبد والكلية اليمنى تحديداً.

وكيما تكون الكلية سليمة دائماً من الضروري مراقبة نظافة أفكارك. ويجب إقصاء الخوف والحقد من حياتك، والتوقف عن الإحساس بأنك ضحية.

حصيات الكلى

الحصيات في الكلى - هي الانفعالات العدوانية المجسّمة، التي خزّنها الإنسان في داخله وراكمها على مدى سنوات. إنها جلطة الغضب غير القابل للذوبان، المخاوف، الإحساس بخيبة الأمل والفشل. وهي أيضاً - التوتر، قلة الصبر وعدم الرضا من المحيط ومما تم التوصل إليه.

- دكتور، ما تحدّثني عنه هو عبارة عن ترهّات. فأنا لا يمكنني إنبات

الحصى من أفكارى وانفعالاتى. ولديّ، مثلاً، رجل عجوز يجلس في المنزل، وهو جاءني على العصا حيث أنه لا يستطيع التحرك بحرية بسبب الآلام المبرحة في المغبن (الأربية) الأيسر فقبل سنة اكتشفت لديه حصى كبيرة في كليته اليسرى. واقترح الأطباء العمل الجراحي.

- وأنا أرى - تابع قائلاً بتوتر، - أنها تنامت بسبب المياه السيئة والتغذية غير السليمة. أما أنت فتحدّثني عن أفكار وحكايات.

وخلال جلسة استمرت ساعة لم يسمح لي بفتح فمي. وحرفياً، هو كان "يغلي" من الغضب. وبتوتر، أثبت لي كيف أن الحياة قاسية، وأية حكومة سيئة لدينا، وأي أوغاد هم أولئك الموظفون - البيروقراطيون، الذين يقبضون رواتبهم في وقتها ولا يدفعون له منذ ثلاثة أشهر، فكيف يستطيع تأدية واجبه تجاه زوجته المريضة.

وفي هذا اليوم تمكنت من الفهم أن ليس أي شخص مستعد لقبول المعلومة الجديدة. فمن المحتمل أنه كان يجب بدء العلاج من الأعشاب ومن ثم المعالجة المثلية (الهوميوباتية)، وبعد ذلك إدخال الأفكار الجديدة في دورة الوعي وتدرجياً.

التهاب المخارج البولية، التهاب مجرى البول، التهاب المثانة

يؤدي التوتر والغضب من الطرف أو الجنس الآخر، أو الشريك في الجنس إلى التهاب المسالك البولية.

وقد اشتكت لي إحدى مريضاتي من وجود التهابات متكررة لديها في المثانة. هل تعرف، - قالت محدّثتي، - أنا أعاني من آلام شديدة عند التبول. وكما تبين لنا، فإن سبب التهاب المثانة المزمن لديها هو توترها تجاه تصرفات وسلوك زوجها.

- أنا لم أفكر بذلك أبداً، - قالت المريضة مندهشة. - إن هذا مشابه للحقيقة. فما أن نتشاجر أنا وزوجي، حتى تبدأ المضاعفات مباشرة. وقد بدأ المرض لديّ بعد الزواج، وقبل ذلك كانت أوضاعي سليمة تماماً.

وأضفت معلقاً على ذلك: إن الانزعاج وعدم الراحة يمكن أن تؤثر أيضاً على تطور مرض المسالك البولية.

الأمراض النسائية

وهذه الأمراض تظهر عندما لا تتقبّل المرأة شيئاً ما في ذاتها (مظهرها الخارجي، سلوك ما). فهي لا تريد أو لا تستطيع الإحساس بأنها امرأة حقيقية، محبوبة ومرغوبة. وهكذا نساء، وبكل الوسائل، يكظمن في داخلهن الأنوثة التي يتمتن بها، ويتخلين عن مبدأ الأنوثة.

ويؤدي ببعض النسوة إلى المرض اقتناعهن بأن كل شيء مرتبط بموروثات الخطيئة والاستهتار.

ومع نهاية القرن التاسع عشر بدأت حركة مساواة المرأة بالرجل، وهي مستمرة حتى الآن. وقد حققت للنساء الكثير من المكتسبات، إلا أنها خلفت مجموعة من "المشاكل النسائية". أليس مهماً جداً إظهار الذات كامرأة في هذا العالم، غير أنه عند ذلك يجب تقبل الطاقة الرجولية. فالذكر والمؤنث هما قطبان، نصفان لوحدة متكاملة. وليس هباءً أن يستميل أحدهما الآخر، فالله، عندما خلق الكون قسمه مباشرة إلى بدايات مذكرة ومؤنثة، إلى طاقة مذكرة - اليانغ Yang وطاقة أنثوية - الين Yin. وما إن يختل التوازن في الحياة بين هاتين الطاقتين، ينعكس ذلك مباشرة على وضع الأعضاء الجنسية.

وإصابة الأعضاء الجنسية عند النساء - هي أيضاً نتيجة رفض وتهرب الرجال أو نتيجة العلاقة غير المرضية مع الجنس الآخر. وإذا لم تتمكن المرأة من تقديم أو الحصول على اللذة الفيزيائية والروحية عند العشرة مع الرجل، فإنه حتماً لديها مشكلة ما في الأعضاء التناسلية.

وتعكس حالة أعضاء الحوض الصغير أيضاً كمية ونوعية الطاقة الجنسية.

الرحم

يصور الرحم معبد (حرم) إبداع المرأة. ووضع الرحم يعكس القدر الذي استطاعت أن تظهر نفسها عليه في هذا العالم كامرأة، أم، زوجة.

بطانة الرحم

لديك إحساس بغياب الحماية، كامرأة. أم تشعرين دائماً بأن الرجال يهاجمونك، وتتوقعين منهم كل ما هو سيئ. فأنت لا تستطيعين ولا تعرفين كيفية إثبات الذات كامرأة. وفي هذه الحالة دائماً ما توجهين اللوم إلى نفسك. وكذلك اللوم والإدعاء والإهانة إلى الرجال.

والحسرة وخيبة الأمل في حياة المرأة تؤدي إلى تغييرات في الرحم. وفي هذه الحالات فإن المرأة غالباً ما تبدل الحب بصفات ذات قيمة عالية كالاستقامة، النزاهة والأخلاق. إحدى مريضاتي، وهي شابة جداً، تعاني من مرض يصيب بطانة الرحم، اعترفت لي قائلة:

- هل تعلم، لديّ زوج رائع، هو شخص جيد، وأب متميز للأطفال. إلا أنني لا أختبر الحب تجاهه. وذلك، رغم علمي بأن الحب يجب أن يكون في المقام الأول. ومريضة أخرى تعاني من مرض بطانة الرحم ونزف دائم في الرحم، أعلنت ببساطة واختصار: - لا أحب الرجال.

وامرأة أخرى مصابة بالمرض نفسه صرحت أثناء حديثها:
- لذيّ زوج مستقيم جداً، غير أنني أحب آخر!

الورم الليفي الرحمي

إذا كنت تذكّرين، وحرقياً "تحمليين" في نفسك إهانات وجهها لك زوجك أو رجل ما، ولا تستطيعين المسامحة، فانتبهي! ورم الرحم - هو تراكم الادعاءات والإساءات ضد الرجال، ودوران تلك الإهانات الدائم في المخ. هل إنهم دائماً ما يوجهون إليك ضربات في الأنفة الأنثوية. أنت، كثيراً ما تلومين نفسك كامرأة، وتخطئين الرجال دائماً.

كطبيب هوميوباتي، كثيراً ما يأتي لعيادتي نساء يعانين من ورم الرحم. والطب الحديث لا يملك في مخازنه أدوية لعلاج هذا المرض، وعملياً ينصح جميع النسوة المصابات بالورم بإجراء العمل الجراحي. غير أن أي امرأة لا تقبل بخسارة هذا العضو المهم. وأكثر من ذلك أن الجراحة لا تعتبر علاجاً. فمعها لا يتم إقصاء أسباب المرض.

وعلى مدى سنوات عديدة، استخدمت الوسائل الهوميوباتية فقط من أجل العلاج، وكنت سعيداً بالنتائج. ففي بعض الحالات تمكنت من الوصول إلى الانفشاش الكامل للمرض، وفي حالات أخرى تضاعف بشكل ملموس. وعندما ضممنا إلى العلاج العمل مع العقل الباطن، مبعدين السبب المباشر للمرض، فإن مراحل العلاج أصبحت تجري بسرعة وبتأثير مضاعف.

وها هي الآن، تجلس أمامي امرأة أربعينية. وقد أجرى التصوير لها قبل سنة، واقترحوا عليها إجراء العمل الجراحي غير مرة. وقد سمعت عني من صديقتها، التي تعالجت بنجاح علسي يدي، وقررت تجربة أسلوب العلاج الهوميوباتي. فحضرت لها الدواء، وشرحت لها كيفية تناوله. وها هي تستعد للمغادرة، غير أنني أوقفها.

- انتظري. فنحن لم نتكلم عن الشيء الأهم.

- عن أي شيء؟ - سألتني مرتبكة.

- كيف، عن ماذا؟ ألا يكمن علاج أي مرض في ضرورة إزالة الأسباب. ألسنت

منفقة معي؟

- نعم، - قالت موافقة. إلا أنه ومن تعابير وجهها كان واضحاً أنها لم

تستوعب ما الذي أردته منها.

- وماذا تظنين من ناحية أسباب مرضك؟

- إنني لا أعرف حتى، - قالت المرأة. - فأنا لم أفكر في ذلك أبداً.

- وما هي الأسباب بشكل عام، كما تظنين، وكيف تتعاملين معها؟
- هيا، إنها تزعجني، ولا أريد سوى التخلص منها بسرعة.
- أتعلمين، - قلت لها، - لقد اقتنعت بأن الناس يخلقون المرض لأنفسهم
خلال سير حياتهم.

- أوافقك الرأي تماماً، - قالت المريضة موافقة.
- ولكن، انظري ما الذي يحدث، - قلت لها، - أشك في أنك أردت، وأنت في
كامل وعيك، أن يتواجد ورم الرحم لديك، غير أن عقلك الباطن يفكر بشكل
مختلف، وهو قد نمى الورم لديك. وأنا واثق انه لم يفعل ذلك كي يوصلك إلى
القبر في أسرع وقت.

- فاذن، من أجل ماذا قام بذلك؟ - سألتني المريضة بخوف.
- من المحتمل أنه قام بذلك لكي تولى نفسك اهتماماً أكثر كامرأة. وأراد
أن تغيري أفكار ومشاعر محددة في داخلك. ولم لا نذهب لمعرفة ذلك من عقلنا
الباطن؟ هيا بنا، لنتوجه الآن إلى ذلك الجزء من عقلك الباطن، الذي نمى ورم
الرحم، ونعرف ما هي المشاعر والأفكار التي أجبرته على القيام بذلك.
- لا حاجة لذلك، - قالت المرأة، فأنا أعرف ذلك سلفاً، لأنني، وبينما كنت
تتكلم، فقد وصلني الرد من ذاتي شخصياً.

- هل تشاركوني في معرفته. - رجوتها قائلاً.
- السبب يكمن في زوجي.
- في زوجك أم في ردّة فعلك على سلوكه؟ - سألتها.
- على الأغلب في ردّة فعلي. ولكن، قل لي، - سألتني والدموع في عينيها، -
كيف يمكن أن تتصرف امرأة طبيعية عندما يضربها زوجها، ويتسبب لها
بالفضائح ويهينها؟

- لدى المرأة الطبيعية، كما قلت أنتِ، زوج طبيعي، - أجبتها. - ولكن إذا
كان الزوج غير طبيعي، فإن المرأة، التي تعتبر نفسها طبيعية، وبدلاً من أن
تحمل نزوات الزوج المخمور لسنوات، وتكديس الإهانات وإبداء الاعتراضات، يجب
عليها اللجوء إلى داخل ذاتها وتوجيه السؤال المنطقي: "ومن أجل ماذا أتحمّل كل
هذا بشكل عام؟ وما الذي يوجد في داخلي، وأية أفكار، أي سلوك جذب هذا الرجل
إلى حياتي؟"

- ولكنني أحببته، - قالت المرأة، - وهو قتل في داخلي هذا الحب.
- أنت أحببته هو، هذا ممكن، ولكن هل أحببت نفسك، أم لا؟ وتذكّري،
كما ورد في الإنجيل: "أحب قَريبَكَ كَنفْسِكَ". وبالمناسبة، كيف هي علاقتك
بوالدك؟ - سألت المريضة.

- هل تعلم، هو كان يحب الشراب أيضاً، وتعامل مع أمي بشكل سيئ.

- ها أنا الآن، أظن أنك تفهمين أن تلك الأفكار والمشاعر، التي تعيش في داخلك فيما يخص ذاتك كامرأة وفي العلاقة مع الرجال، كلها قد تكوّنت في صغرك، وبالتالي فانتِ من جذب هذا الرجل إلى حياتك؟

- وماذا عليّ أن أفعل الآن؟ - سألتني المريضة.

وتابعنا عملنا على أسباب المرض لمدة ساعة. وأعطيت المرأة "وظيفة منزلية"، وافترقنا لمدة شهر.

وبعد شهر، جاءت المرأة لعيادتي. وكان مزاجها، لباسها وتسريحتها كلها، تقول أن تغييرات ما قد حدثت في داخلها.

- هل تعلم، - أخبرتني بسعادة، - لقد ذهبت الآلام من أسفل بطني نهائياً. أعمل على نفسي ساعة صباحاً ومثلها في المساء أيضاً. والاحظ أن زوجي بدأ يتغير أيضاً نحو الأفضل. وهو لم يضع في فمه الكحول خلال شهر. فهيا بنا نتابع العلاج.

وخلال شهرين، كلمتني بالتلفون لتخبرني:

- دكتور، ها أنا اتصل بك لنتقاسم الفرحة. فقد كنت بالأمس عند طبيب نسائي واختصاصي أورام - وهما قد أزالا اسمي من لوائحهما، حيث أن التصوير أظهر أن الرحم سليم تماماً عندي.

- أهنئك، - قلت لها. - إلا أنه من الممكن أن تعودى إلى الماضي، فيمكن أنك أبقيت شيئاً ما مهماً لك هناك.

- لا، ماذا تقول، - أجابتنى المرأة، - وضعي الحالي يعجبني. والعلاقة بيني وبين زوجي مختلفة تماماً.

تأكل عنق الرحم

يرمز تأكل عنق الرحم إلى الأنفة الأنثوية المجروحة. وهل أنت واثقة من أنك متضررة كامرأة، أم أنك لا تستطيعين أو لا تعرفين كيف تثبتين وجودك كأنتى.

يقترح الطب الحديث كيّ تأكل عنق الرحم بدلاً من العلاج، طارداً المرض إلى الداخل عميقاً. ولقد اكتشفت أن 90% من النساء المصابات بورم الرحم كنّ في الماضي يعانين من تأكل عنق الرحم، وقد قمن بعملية الكي. ما يعني أنهنّ تصارعن مع تبعات المرض. وكان من الواجب تنحية الأسباب - أي تغيير السلوك والأفكار في العلاقة مع ذواتهن ومع الرجال.

- إذن، كيف لي أن لا أشعر نفسي متضررة، - اشتكت لي امرأة تعاني من إفرازات المهبل، التي ابتدأت عندها منذ وقت قصير إضافة إلى تأكل عنق الرحم.

- وتضيف: زوجي دائم السفر في مهمات رسمية أو هو مناوب في العمل. وأنا أجلس

في المنزل مع ولدين، وكما يقال: لا أرى ضوء النهار. فكيف لي، والحالة هذه، أن أشعر نفسي امرأة، ومرغوبة أيضاً؟

- هذا يعني أنك تؤكدين أن كل امرأة لديها طفلان وزوجها يعمل، لا يمكنها أن تشعر نفسها امرأة مرغوبة؟

- ولكن لا، ولماذا يجب أن تكون الأمور كذلك؟ فأنا أملك صديقة، لديها ثلاثة أطفال، وزوجها يعمل كثيراً، وهي، كما يقال، تشع بالحياة وتضوح عطراً. ولكن بالنسبة لي شخصياً، فأنا لا أرى مخرجاً.

- إذن، هيا بنا نبحث عن المخرج سوية، اقترحت عليها.

- هيا بنا، - قالت موافقة.

التهاب الأعضاء التناسلية الخارجية، التهاب المهبل، السيلان الأبيض

ترمز الأعضاء التناسلية إلى مبادئ أنثوية. فالمشاكل مع الأعضاء الجنسية الظاهرة تعكس الخشية من عدم الظهور في القمة، والخوف على الأنثوية الذاتية، والشك في الأنوثة الشخصية. إذن، لديك عدوانية داخلية ضد الرجال: الأذى، عدم الرضا، الحقد والشك. والتهاب الفرج والمهبل يعكس كونك تشعرين أنك متضررة كامرأة، فهل تعتقدين أن النساء، عامة، غير قادرات على التأثير على الجنس الآخر.

يوجد لدينا قانون يؤكد أن: الرجال ذوي الأنفة المجروحة يعانون أكثر من قرحة الاثني عشرية، والنساء - يعانين من التهاب الأعضاء التناسلية الخارجية.

كثيراً ما يأتي إلى عيادتي نساء مصابات بالتهاب الأعضاء التناسلية. وفي تلك الحالات يكون لدى المرأة في عقلها الباطن تهييج وادعاءات تجاه الرجال.

وها هي أمامي، تجلس امرأة شابة لديها التهاب مزمن. إفرازات متكررة وغزيرة مع رائحة كريهة. وكانت الحبوب قد حسنت الوضع لديها، ولكن لبعض الوقت.

وها نحن قد استوضحنا الأسباب الباطنية - إنها كره ونفور "دائمين" تجاه الرجال.

- هل تعرف، دائماً أتقابل مع رجال ما، ليسوا على المستوى الذي أريده. - قالت المرأة.

- ماذا يعني "ليسوا على المستوى"؟ - قلت لها، راجياً منها التحديد.

- لا أدري. ولكن يبدو لي أن رجالاً مستقيمين غير موجودين بشكل عام.

- غير موجودين "نهائياً"؟ - قلت مندهشاً.

- حسناً، دكتور، فالموضوع ليس "نهائياً". يمكن أنهم موجودون. ولكنني لم

أقابلهم ببساطة. فأول زوج قد افتقرت عنه - لم أستطع تحمل خيانتها. والثاني ذهب بنفسه. والآن، الذين يأتون إليهم عبارة عن "قاذورات" ما.

عسر الطمث (اعتلال حيضي)

أنت تختبرين الكره لجسدك الأنثوي، تتكرين أو تبتذنين أنوثتك. أم تختبرين الشك فيما يخص أنوثتك.

فتاة شابة، كانت الدورة الشهرية قد اختلت لديها. وكان الطمث غير منتظم ومؤلم. ومن خلال لجوئنا إلى عقلها الباطن، استوضحنا أسباب الخلل. وفي وضعية التنويم، استطاعت الفتاة تذكر طفولتها. فعندما كانت صغيرة، كانت الأم تكرر قولها أنها كانت تتمنى أن يكون لديها ولد وليس فتاة. وعدا عن ذلك، كما بدا لها، كان الاهتمام بالأخ أضعاف ما كانت تشعر به تجاهها. ومع الوقت، نسي كل شيء، هذه الأوضاع الباطنية أثرت على أنوثتها.

ويتعلق الشك بالأنوثة الشخصية بالعدوانية ضد الرجال حتماً. فالفتاة، هنا، اقتبستها من أمها، وانعكس ذلك على نموها الجنسي. وهنالك سبب آخر يمكن أن يؤدي إلى خلل الدورة - وهو الشعور بالذنب والخوف المتصل بالجنس. ففي داخلك فتاعة، قوية بأن كل ما يتعلق بالأعضاء التناسلية هو خبث وذنس.

جرت لديّ منذ وقت قصير حادثة غير عادية. فقد جاءت لعيادتي امرأة مصابة بورم عضلي في الرحم. وعد عن ذلك كانت الدورة الشهرية لديها مؤلمة جداً، فخلال 3-4 أيام لم تستطع الحركة، وكان مفعول الحبوب قليلاً. فقمنا بالتوجه إلى عقلها الباطن لاستيضاح الأسباب. وجاءتنا المعلومة التالية: "في حياتك السابقة، أنت كنت رجلاً وقتلت النساء، أجابها العقل الباطن. - والآن، في هذه الحياة، سوف تتعذبين".

ارتعبت المرأة في البداية، ولكن، وبعد أن عادت إلى رشدها، قالت: - أنا أفهم الآن، لماذا كنت دائماً انظر خلسة إلى أرجل النساء. هل تعرف يا دكتور، لم تمر من أمامي تنورة قصيرة إلا ونظرت إليها. أو عندما كانوا يعرضون الفتيات وهنّ يلبسن البكيني بالتلفزيون، كنت أسرع للنظر إلى ذلك. ولكن، ماذا يجب عليّ أن أفعل؟ - سألتني بقلق. - هل سأستمر بالعذاب هكذا إلى نهاية عمري؟

وقد اتفقنا مع عقلها الباطن على أن يكف عن التسبب بالألم، إذا ما بدلت علاقتها بنفسها وبكل الناس. وخلال شهر، جاءتھا العادة الشهرية من دون آلام.

انقطاع الحيض (غياب الدورة الشهرية)

غياب الدورة الشهرية يعكس عدم الرغبة في أن تكوني امرأة، والنفور من ذاتك، الكراهية لأنوثتك.

وفي تلك الفترة، عندما تدخل الفتاة في مرحلة البلوغ الجنسي، فهي، كقاعدة، ستعرف أنه يجب أن يجري عندها الطمث. وغالباً ما تشابه نفسها بأمرها. فإذا كان هنالك اختلال في العادة الشهرية، أو يكون الطمث مصاباً بأية أمراض، فإن ذلك سيؤثر على الفتاة، وسيجري الطمث لديها بالطريقة ذاتها. اكتشفت أن بعض النساء حتى لا يعرفن أن الطمث يجب أن يجري من دون أية آلام، ومن دون أية تورمات في الغدد اللبئية. وإذا كانت لديك أي من العلامات السابقة، فيجب أن تفكّري، أنه يوجد بينكما مزاج طيب في أوقات الطمث.

وفي السنة الماضية جاءت لعيادتي فتاة تعاني من انقطاع الحيض. وكانت قد بلغت العشرين من عمرها، إلا أن الطمث عندها لم يكن قد بدأ، وكان أهلها مشغولين عليها من زمن. وقد تواجدت عند كل الاختصاصيين، وحتى عند النفسيين "من المستوى العالمي"؛ وتم تجريب كل الأدوية، ومن بينها الهرمونية. إلا أن كل شيء كان عديم الجدوى.

وعندما رأيت الفتاة للوهلة الأولى، تكوّن لديّ انطباع أن تطورها الجنسي قد توقف في مكان ما من الفترة بين 12-14 سنة: فصدرها اختفى عملياً، فحذاها ضيقان، وصوتها طفولي. وكذلك العلامات الأخرى أكدت افتراضاتي. اتجهت شكوكي إلى أنه هنا تتوارى خلفيات باطنية محددة. وقد بدا الأمر كذلك.

وفي وضعية التنويم المغناطيسي تذكّرت الفتاة كل ما جرى معها في سن الثانية عشرة. وعشية هذا الحدث شرحت الأم لابنتها أنه قريباً سيبدأ الطمث لديها، فتوترت الفتاة جداً. ولأن الأم كانت تعاني من آلام شديدة تترافق مع الطمث، الأمر الذي يجبرها على الاستلقاء في الفراش لعدة أيام، في الوقت الذي لم تساعدها فيه أية أدوية مهدئة. وكانت الأم تنتظر اقتراب هذا الموعد برعب. وكانت الفتاة تبكي خلسة لمدة أسبوع كامل، راجية من الله أن يفعل كل ما هو ممكن كي لا تصبح امرأة، بل أن تبقى فتاة بشكل دائم. وأضاف الزيت على النار أيضاً ذلك الظرف، حيث كانت الأم تتحدث دائماً كيف كانت ولادتها صعبة؛ أضف إلى ذلك أن الأب كان يتعامل مع الأم بفظاظة شديدة. وها نحن، فإما أن الرب سمع صلوات الفتاة، أو أن أمنيته كانت قاسية جداً، غير أن تطورها توقف.

واستمرت الفتاة في غيابها التنويمية، وفي هذا الوقت قرأت عليها محاضرة لمدة ساعتين حول التطور الجنسي الطبيعي، وعن كيفية جريان الطمث، وحول الحمل الطبيعي، سعادة الأمومة وعن أشياء كثيرة أخرى. وبشكل عام، عن كل ما كان يجب على الأم أن ترويه لفتاة في عمرها.

وفي اليوم ذاته توجب استدعاء تكسي، حيث أن الطمث قد جرى لدى الفتاة عند خروجها إلى الشارع.

وخلال أسبوعين جاءت والدتها لعيادتي. واعترفت أنها حاولت بنفسها التعامل مع آلامها، غير أن شيئاً لم يحصل. وبدا أن مشكلتها أصعب بكثير، حيث أن خلفيات معاقبة الذات والشعور بالذنب تواجدت هناك. وبدا أنها، في شبابها اقتربت ذنوباً، وها هو عقلها الباطن يعاقبها عليها على مدى اثنتين وعشرين سنة بآلام طمث قوية! وبعد نصف سنة، جاءت الفتاة إليّ ثانية، ولكنها هذه المرة تحمل رجاء غريباً بعض الشيء - ألا وهو إيقاف نمو الصدر، فهي قد تغيرت كثيراً خلال هذه الأشهر الستة: فقد أصبحت أنثى، فاتنة وجذابة لدرجة غير عادية، وبات صدرها كبيراً لدرجة كافية، وقد خطر لي أن أحقق لها رغبتها (مع أنني قبل ذلك كنت على العكس من ذلك، أساعد النساء على تكبير صدورهن). ومن ثم طلبت مني أن أنقلها إلى غيبة تنويمية وأن أحدثها عن الجنس السليم والطبيعي (ففي ذلك الوقت، الذي لم نر بعضنا فيه، ظهر لديها شاب - صديق وقررا الزواج، إلا أنها لم تكن لتعتمد على والدتها وصديقاتها بعد ذلك).

النزف الرحمي

نزف الدم من الرحم يمثل السعادة الزائلة. فاشعري بنفسك أنك امرأة حقيقية وأعيدني السعادة إلى عالمك. وما يعيقك في تحقيق ذلك هو إساءات قديمة وغضب - فتخلصي منها.

حضرت إلى عيادتي امرأة تعاني من النزف الرحمي منذ وقت طويل. ولفترة قصيرة اكتشف الأطباء لديها ورماً في الرحم.

وبدا أن أسباب ذلك تتلخص في التالي: قبل عدة أشهر ضببطت زوجها أثناء خيانتها لها، فأقامت له فضيحة وأرادت "طرده" من المنزل، غير أن أطفالها منعوها من ذلك.

- لقد أعطيته حياتي كلها، - قالت المرأة بتوتر. - لقد أخذني فتاة عذراء. وعدا عن ذلك، فأنا لم أعرف رجالاً آخرين، بينما تصرف هو "بسفالة" هكذا. وقلت له عند ذلك أن الرجال في العمل لا يسمحون لي بالمرور، فهل تعرف ذلك، أم لا؟ وحتى أن أحد أطباء الأعشاب عرض عليّ قلبه ويده، وهو يملك منزلاً كبيراً وسيارة أجنبية، ورغم ذلك لم أوافق وقلت له: "أنا لدي أسرة، زوج وأطفال". وعندما علم الزوج بذلك، وأنه يمكنني الذهاب إلى شخص آخر، - تابعت قائلة، أخذ يتمرغ عند رجلي لمدة أسبوع وطلب العفو، ولكنني لم أسامحه حتى الآن، ومن غير المحتمل أن أستطيع مسامحته.

الكيس والتهاب المبيض

يمثل المبيض مراكز الخلق الأنثوية. والمشاكل التي تواجهه المبيض - هي مشاكل مع تحقيق بدايتك الأنثوية في هذا العالم. وما يعيق ذلك هي كتل من الأفكار السلبية في علاقتك مع ذاتك ومع الرجال.

حضرت إلى عيادتي فتاة تعاني من التهاب الملحقات واختلال في الدورة الشهرية. وبدأ "الخلل" ما إن جرى الطمث لديها. وقد لفت انتباهي ما كانت ترتديه من لباس "صبياني".

وها هي تطلب مني ما حرفيته:

- دكتور، أعطني حبوباً تجعل مبيضي يعمل.

- وأنت، ألم تتعاطي الحبوب من قبل؟

- تعاطيتها، وكانت هرمونية، وطالما كنت أتناولها كان الطمث يسير طبيعياً. أما عندما توقفت عن أخذها، فإن الطمث توقف. ولا أريد أن أبقى طوال حياتي أتناول الهرمونات. فقد أخذ الشعر بالنمو على رجلي بكثافة، وعلى رأسي على العكس، بدأ يتساقط. وأنت، كما سمعت، لديك حبوب خاصة من الأعشاب.

- نعم، لدي.

- إذن، أعطني إياها.

- أنا جاهز. لكن هل أنت جاهزة لتنفيذ كل شروط العلاج؟ - سألتها.

- طبعاً! - أجابتنى. - وما هي هذه الشروط؟

- قبل كل شيء يجب أن تصبحي امرأة.

- ولكنني امرأة، - أجابت الفتاة بتوتر. - وقد أجريت سابقاً عملية إجهاض.

- لا يستحق الأمر التباهي بالإجهاض. أنا قصدت أن تصبحي امرأة ليس

بالمعنى الجنسي، بل بالروح. لأنك من هذه الناحية أنت شاب. فمنذ طفولتك أحببت اللعب مع الأولاد وليس مع البنات، وارتداء الألبسة الرجالية. ونظرت الفتاة إليّ باستغراب وذهول.

- دكتور، ومن أين لك أن تعرف هذه المعلومات؟

- أنا أخمن أنك تتعلمين مهنة رجالية.

- نعم، هو كذلك. أنا أدرس في المعهد التقني، وأريد أن أصبح "ميكانيكياً"

وأصلح السيارات. فأنا أعشق السيارات وإصلاح كل الآلات الميكانيكية. هل تعلم أنني على استعداد أن أضحي بحياتي مقابل أن أعيش كرجل لعشر سنوات.

البرودة الجنسية، غياب الإيغاف (ذروة الشبق)

غالباً ما يعتبر الخوف سبباً للبرودة الجنسية. الخوف بمختلف أنواعه: تجاه

الحياة، تجاه الرجال، تجاه الأب.

الأب القاسي، المعتاد على الأخلاق والاستقامة، الذي يخيف ابنته من المغتصبين ويختبر الادعاء ضد العاهرات (وهو يقوم بذلك كله طبعاً بحسن نية)، وبصورة لا إرادية يؤسس لدى الفتاة نظرة باطنية سلبية تجاه الجنس.

- لديّ أب قاس جداً، - تقول لي تلك المرأة الشابة التي لم تستطع اختبار ذروة الشبق. - وهو كان دائم الرقابة على عفتي، الأمر الذي كان يصل أحياناً إلى درجة السخافة. وبعد انتهاء المرحلة الثانوية، بدأت أتقابل مع أحد الشباب، وإذا ما كنت أتأخر بالعودة إلى المنزل إلى ما بعد الوقت المحدد، حتى يبدأ بموشح الفضائح خاصته، ويصفني بشتى الكلمات والأوصاف ويخيفني بأنه سيجري لي فحص عند طبيب نسائي.

والنساء الباردات جنسياً لا يُدخلن المتعة في حياتهن أو أنهن غير قادرات على الحصول على المتعة من الحياة من خلال المعاشرة الجنسية، وليس لديهن توازن بين الفيزيائي والروحي. فالأولوية تعطى للتطور الروحي، ويتم استبعاد المادي. وليس الخوف فقط يمهد السبيل إلى ذلك، بل يقوم بذلك أيضاً الثقة في أن الجنس - هو شيء سيئ، وإثم. وهكذا نسوة يجتذبن في حياتهن شركاء قليلي الخبرة لتبرير لامبالتهن الخاصة. وهن يحاولن استبدال غياب المتعة الجنسية بشيء آخر.

واحدي مريضاتي التي تعاني من غياب الإيغاف، وفي وضعية التنويم استذكرت لوحة من طفولتها. ففي إحدى المرات سمعت "أنا" والدتها، التي جاءت من غرفة النوم. فظننت أن حالة أمها سيئة، طالما هي تنن، وقررت الكشف عليها والاطمئنان ما إذا كان قد حدث لها شيء. ففتحت باب غرفة النوم قليلاً ورأت أن أبوها قد ضغط والدتها إلى السرير، وأمسكها من يديها و"يقوم بإيلامها، الأمر الذي كانت تنن بسببه، ولم يكن باستطاعتها التخلص من الموقف".

- الآن بتُ أعرف من أين جاءتني هذه العلاقة السلبية مع الجنس، قالت المرأة، عندما خرجت من وضعية التنويم. - وحالياً، أفهم أيضاً من أين ظهر لديّ هذا الكره غير المفهوم تجاه والدي وزوجي بشكل عام. فقد كنت دائماً أظن أنهما يتسببان للنساء بالألم ويجبرانهن على المعاناة. وأتذكر الآن أيضاً، - تابعت المريضة - عندما قالت أمي لأبي: "لا توتر أعصابي!" - ولا أدري لماذا قمت بربط جملة "توتر الأعصاب" مع ممارسة الجنس.

ويمكن لغياب الانفعالات الجنسية الطبيعية والقيّمة أن تغم في كافة مجالات الحياة الأخرى. وهكذا، مثلاً بدأ عدد من المريضات بالفطور الجنسي على أنهن نباتيات. وهذا لا يعني أبداً أن كل من هو نباتي يجب أن يكون بارداً جنسياً. فمن الممكن أن ذلك كان مصادفة. إلا أنني، قررت استخدام هذا في حادثة أخرى، حيث

أقنعت مريضة أن الإنسان يجب أن لا يصبح نباتياً لأسباب "فكرية". أي أنه لا يجب أن ينطلق من أن أكل أجساد الحيوانات هو أمر سيئ. ولأن اللحمية يمكن أن تبدو لشخص آخر لذيذة ومفيدة جداً. ومذ حلت اللحمية في برنامجها الغذائي، بالتدريج، أصبحت تحصل على المتعة الجنسية.

وعدم الثقة بالرجال وبكل شيء في هذا العالم بشكل عام يقود إلى مشاكل جنسية، فيظهر عند النساء توتر، ناتج عن عدم الثقة هذه وعدم إمكانية الاسترخاء والحصول على المتعة.

إحدى النساء، عندما كانت في جلسة لديّ، توجّهت إلى عقلها الباطن وسألت: "ما هو السلوك وما هي الأفكار خاصتي، التي تتسبب بعدم القدرة على الوصول إلى الإيغاف".

وأجابها داخلها ببساطة واختصار: "إن الموضوع هو في عدم ثقتك بالرجال والناس بشكل عام".

عادة ما يعاني من البرودة الجنسية تلك النسوة، اللواتي تربين في أسر تعاني من قلة الحب والتفاهم بين الأب والأم. وفي أسر كهذه لا يكون الحب هو الرابط بين الرجل والمرأة، بل تلك المفاهيم كالاستقامة والشعور بالواجب.

ومؤخراً أخذت تعرض بكثرة أفلام (غالبيتها أمريكية)، حيث التربية الجنسية وتعليم الجنس اعتماداً على العلاقة البدائية بين الرجل والمرأة مؤسسة على الغريزة الحيوانية. وبهذا الشكل ينفصل السلوك الجنسي عن شخصية الإنسان، فالنساء والرجال يأخذون دور الروبوتات الجنسية، وهنا تغيب ببساطة المفاهيم كالحب، الروح، والنظافة في الأفكار.

وها هم الشبان والشابات، عندما يشاهدون أفلام كهذه، يسعون خلف السعادة واللذة من خلال إدخال هذا النموذج من السلوك في حياتهم. إلا أن هذه التجارب غالباً ما تنتهي، بخيبة الأمل في الحياة، والبرودة الجنسية أو العقم.

والقليلون يعرفون في شبابهم، أن المتعة الجسدية تسير جنباً إلى جنب مع توأمها الروحي. فتوحيد الأرواح يوقظ الرغبة الجسدية، والحب فقط هو الذي يقدم لكم المتعة الحقيقية.

الحمل

يمثل الحمل بداية عملية الحياة والتحضير للظهور في هذا العالم. ومن المهم جداً للمرأة أن تكون قد اختبرت الانفعالات الإيجابية فقط، ليس في فترة الحمل تحديداً، بل قبل الحب بوقت طويل. ومن أجل ذلك، توجد في المسيحية قاعدة جيدة جداً هي قاعدة - السر من أجل الطهارة الداخلية - التوبة والقربان المقدس.

ويتلخص الموضوع في أن أفكار الأم تتغرس في البرمجة الباطنية للسلوك لدى الطفل ومن ثم تبدأ بالتأثير على صحته ومصيره. فمثلاً، لو كان لدى الأم في فترة الحمل أفكاراً حول عملية الإجهاض، فإن ذلك الطفل سيكون مريضاً، ويكون جهاز المناعة لديه ضعيفاً، حيث أن أفكار الأم السلبية تُدخل في الطفل برنامج قتل النفس.

تسمم الحوامل

قال أحد ما أن تسمم الحوامل - هو نتيجة الحضارة، والحقيقة أن امرأة سمراء من أي قبيلة أفريقية كانت، فهي، ببساطة، لا تعرف ماذا يعني ذلك. وإذا ما كان لدى المرأة تسمم، فذلك يعني أنها تملك رغبة باطنية، سرية، في عدم امتلاك طفل. وجهازها يرفض الجنين.

في إحدى الحالات، كان لدى إحدى الحوامل المصابة بتسمم، خوف شديد قبل الولادة. والموضوع أن أمها ولدت وتم إنقاذها بصعوبة. وهذه المخاوف انتقلت إلى الابنة.

في حادثة أخرى، توأجت في العقل الباطن لدى إحدى النساء أفكار عن أن الحمل ليس في وقته. فيجب أولاً إنهاء التعليم، وبعد ذلك يمكن ولادة طفل.

وفي حالات كهذه، أشرح للنساء أن عقلمن الباطن يختار دائماً اللحظة الأنسب من أجل الحمل. لذلك يجب، قبول الحمل ببساطة، والثقة بعقلمن الباطن، وهو بذاته سوف يهتم بأن يولد الطفل سليماً.

الإجهاض

في العقل الباطن خوف شديد. خوف ما قبل الولادة، وأمام المستقبل. ويمكن لهذا أن يكون عدم ثقة بالرجل: "ويمكن له أن يرميني فجأة! فأبقى وحيدة مع الطفل". أو أنه عدم ثقة في القوى الذاتية: "ليس الآن - فيما بعد". الإحساس بالخطأ في اختيار لحظة الحمل وولادة، الطفل.

وكما في الوضع مع التسمم، فعند المرأة لا رغبة داخلية سرية، في امتلاك طفل. وجهازها يرفض الجنين.

جاءت لعيادتي امرأة شابة جداً.

- دكتور، - طلبت مني - ساعدني في حل هذا الوضع المقلق.

- ما الذي حدث؟ - سألتها.

- قبل شهر مضى فقدت طفلي، - قالت المريضة، وبصعوبة حبست دموعها، -

فقد حدث لديّ إجهاض. وأنا لا أجد لنفسي مكاناً، ولا أستطيع النوم بهدوء، وأشعر أنني مخطئة جداً.

وخلال عملنا المشترك معها، مستخدمين التواصل مع العقل الباطن،
"حصلنا" على الأسباب التي أدت إلى الإجهاض.

فقبل ستة أشهر تعرفت إلى شاب، وبعد ذلك بشهر حملت منه. ولم يكن الشاب مستعداً لإدارة عائلة وليصبح أباً، فاقترح عليها إجراء عملية الإجهاض. واستاءت الفتاة منه وقررت أن تلد الطفل وتقوم هي بتربيته منفردة. إلا أنها تصوّرت بداية حياتها الأسرية ليس كما يجب، وتكوّنت لديها شكوك فيما يخص ولادة الطفل. ووقفت أسرتها ضد موضوع عدم وجود الأب، ووقعت في الشكوك والحيرة لمدة ثلاثة أشهر، وأصبح الوقت متأخراً بالنسبة لعملية الإجهاض. وجاء الشاب إليها مقترحاً عليها الزواج، غير أنها رفضت ذلك، لعدم قدرتها على المسامحة. وهكذا خططت لعملية الإجهاض خلال بضعة أشهر.

من هو المخطئ في هذه الحالة؟ لا يوجد مخطئون، لأن كل شخص يخلق عالمه بنفسه. يعني أن كل واحد منهما - الفتاة والشاب - كان ملزماً بالمرور في هذا الوضع واستخلاص دروس إيجابية.

وعلى مدى عدة جلسات استطاعت الشابة التخلص من الإحساس بالذنب، متعلمة تحميل نفسها المسؤولية عن حياتها الشخصية.

العقم

واحدة من أهم وظائف العقل الباطن - هي ضمان ظهور خلف (ذرية) سليم وقادر على الحياة في هذا العالم. وإذا كانت المرأة مصابة بالعقم، يعني أنه يوجد في داخلها سلوك يحطم روح الطفل القادم. فعدوانية الأم الباطنية الضخمة ستعزز في العقل الباطن للطفل لمرات أكثر، ما يعني أن ذلك الطفل سوف يكون غير قادر على الحياة ببساطة. وفي العقل الباطن لدى المرأة العقيمة يؤثر برنامج تحطيم الأطفال.

والمرأة في كل الديانات تقترن مع كل ما هو حياتي، جسدي، ومع الخصوبة. أما الرجل فاقتترانه مع كل ما هو معنوي، روحي، ومع الإخصاب. ففي المسيحية توجد وصية: "وَأَمَّا الْمَرْأَةُ فَلْتَهَبْ رَجُلَهَا". فلماذا يجب على المرأة خشية الرجل؟ لأنها بهذا الشكل لا تستطيع اختيار العدوانية تجاهه. وتوحيد مقولة مفادها: "الخوف - يعني الاحترام". والخوف سيكون عائقاً أمام إطلاق المشاعر والأحاسيس السلبية. أي أن المرأة مجبرة على احترام الرجل، لكن إذا لم يكن لديها احترام له، فلتخف منه على أقل تقدير. والمرأة التي يوجد في داخلها احتقار للرجل، عقيمة، حيث أن امرأة كهذه تحتقر الروح. والرجل أيضاً، المستهين بالمرأة، ينكر كل ما هو حياتي ويملك جسداً مريضاً. وغالباً ما يصبح عنيناً.

وبهذه الطريقة، فإن العدوانية الداخلية القوية الموجهة إلى الرجال تقود إلى العقم. ويمكن لهذا أن لا يكون احتقاراً فقط، بل وادعاءً ضد الرجال، غيرة وكره.

منذ وقت قصير، جاءت إلى عيادتي امرأة مصابة بورم الرحم. وسبب الورم هو عدوانية داخلية ضخمة ضد الرجال.

- الأفضل بالنسبة إليّ أن لا يوجد رجال، - قالت لي المريضة. ولم يكن لديها أولاد أيضاً. وقد أجرت عمليتي إجهاض، وحملت مرتين خارج الرحم، وانتهى الأمر إلى عملية الربط.

وفي بعض الأحيان تصبح الأفكار القذرة عائقاً أمام الحمل.

روت لي إحدى معارفي حادثة، حيث قالت:

- ظهرت لدى إحدى صديقتي أزمة في علاقاتها مع أحد الرجال. وقررت ربطه فيها عن طريق ولادة طفل. "وها أنا أحمل منه، - قالت الصديقة، وعند ذلك فهو لن يهجرني. فأحساسه بالواجب لا يسمح له بذلك".

- "سفيتا، - قلت لها - أية مجنونة أنت. فلا يمكن إمساك أي رجل عن طريق الطفل. وأنت فقط تخربين حياتك وحياة الطفل. والأفضل لك الافتراق عنه أو تسوية الوضع بينكما، وعند ذلك سيكون كل شيء طبيعياً.

ولكنها لم تستمع إليّ وقررت القيام بكل شيء كما أرادت. وهكذا، لم يحصل الحمل منه. وتعالجت طويلاً، وسافرت إلى المصحات. وها أنا الآن أعرف السبب. وخلال عدة سنوات افترقّت عنه رغم كل شيء. وبعد نصف سنة تعرفت بشخص آخر، وقد تزوجا، وخلال سنة رزقا بفتاة.

إذن، الخوف ومقاومة عملية سير الحياة، وعدم الثقة في المستقبل يمكنها أيضاً أن تكون سبباً للعقم. أليس الأطفال هم مستقبلنا، ببساطة لا ضرورة في اكتساب خبرة عائلية. ويمهد السبيل لذلك أوضاع محددة في العائلة، وعلاقة الوالدين أحدهما مع الآخر ومع الأولاد.

وطالما أنه ليس هناك استعداد في العقل الباطن إلى ظهور الطفل، فستكون المشاكل مع الإخصاب. وكأنه لم يخطر لك نظرياً امتلاك طفل، مهما قيل في هذا المجال من خطابات.

المخرج واحد - اتبعي قناعاتك الداخلية. فمن المحتمل أن تجدي هناك خوفاً ما قيل الولادة بسبب المسؤوليات المتعلقة بذلك، وقيود وجهود ما. وأحياناً نجد أن الخوف من أن تبدين غير جميلة، باردة، وكذلك خراب الجسد وشكل الصدر، يعتبر عائقاً مهماً.

هنا أستذكر أحد البرامج حول "عارضة أزياء" مشهورة، فهي لم تستطع الحمل لمدة طويلة. وها هي، وبعد أن حصل ذلك على مدى سنوات طوال، سألت زوجها: - هل ما زلت تحبني؟ لأنني أصبحت تلك السمينة البشعة.

وبرودة النساء بعد الولادة - هي أسطورة. فلو كانت المرأة جاهزة للحمل جسدياً وروحياً، فإن الحمل عند ذلك يكون - عنفوان الجهاز الأنثوي. فتلك النسوة، اللواتي اعتدن على الاهتمام بأجسادهن قبل الولادة، يعدن بناء مظهرهن الجسدي الرائع بعد الولادة أيضاً. والاهتمام بالطفل، وتثنية شخص جديد يجعلان من المرأة أكثر روعة ويفتحان أمامها حدوداً جديدة لوجودها.

وما إن تجري المرأة تثميناً لقيمتها، فهي تستطيع الحمل وامتلاك خلفاً سليماً. ويوصّف الدكتور النفساني الأمريكي م. أريكسون حادثة كهذه من خبرته العملية:

حاولت إحدى أخواتي على مدى 13 سنة أن تحمل. وبقدر ما رأت في أخي فقط، فهي لم تأخذني كطبيب على محمل الجد، وهذا الأمر يحصل بين الأقارب. لذلك كانت تحتضن الأطفال حديثي الولادة، الذين باتوا أيتاماً لأسباب ما، وكانت تعتنى بهم وتدلّهم إلى أن تجد لهم متبنين. وقد مارست هذا العمل لمدة عشر سنوات، وأخيراً جاءت إليّ طلباً للنصيحة.

وكان جوابي بسيطاً جداً: "أنت تحاولين منذ زمن أن تحملي، ولكن هناك شيء ما لديك لا يتناسب مع هذا، فيستحق الأمر أن تتبني لنفسك ولداً، والشعور أنه كله لك، أخذة بعين الاعتبار القرابة الجسدية، النسب، والإحساس الخاص بالانتماء - وأنا ببساطة، لا أعرف كيف يمكن التعبير عن ذلك - لكنك لن تحتاجي أكثر من ثلاثة أشهر لكي تحملي". وفي آذار، تبنت الأخت طفلاً، وحملت في تموز. وولدت العديد من الأطفال بعد ذلك.

الغدد اللبنية

وتمثل اهتمام الأم، تحملها، التغذية، الحضانه والإرضاع.

أمراض الغدد اللبنية

وهي عبارة عن حرمان الذات من "التغذية"، أي الحب، الانتباه والاهتمام. أنت تضعين نفسك في الموقع الأخير في هذه الحياة، فهدفك الأساسي: "في البداية المقربون، وبعد ذلك نفسي". وهنا أنت تتسين واحدة من وصايا السيد المسيح: "أحب قريبك كَنَفْسِكَ".

كيسات الثدي

وهي تعكس العناية الزائدة وفائض الحماية. فأنت أحياناً تظهر اهتماماً شديداً لدرجة تقمع معها شخصيتك حرفياً. وعند ذلك أنت تمنع عن نفسك الاهتمام والعناية. فالمبدأ الأساسي لديك هو: "كل شيء من أجل الآخرين، وأنا فيما بعد".

وفي حالات الأورام الصدرية يقترح الطب الرسمي الجراحة فقط، حيث أنه لا توجد لدى هذا الطب وسائل أخرى لقمع المرض. غير أنه، وكما بتنا نعرف، فإن الإقصاء - ليس علاجاً. والتخلص من هذا المرض ممكن، وببساطة - وهذا ما أعرفه من خلال تطبيقاتتي العملية. فلا يلزمك سوى تغيير علاقتك بنفسك وبالعالم المحيط.

"الاهتمام" والتعلق الزائدين بابنها، قادا إحدى مريضاتي ليس فقط إلى تكوّن الأورام في الصدر، بل كذلك إلى تطور نوبات الربو عند الطفل، حيث أنها، ومن خلال سلوكها هذا، لم تسمح له بالعيش بحرية، أي لم تعطه فرصة للتنفس.

وبعد أن أقمنا اتصالاً مع العقل الباطن لدى امرأة أخرى، استوضحنا أن السورم - هو انعكاس لاهتمامها الزائد بالناس بالتوافق والتزامن مع الشكوى والمعاناة. وعملياً، هي عاشت حياة الأشخاص الآخرين، غير مهتمة بنفسها بتاتاً. فكان في المقام الأول لديها أي كان، ولكن ليس هي ذاتها.

- لا يبقى وقت لديّ للعناية بنفسى، - قالت المرأة.

وعلى مدى عدة شهور، تعاطت المرأة مستحضرات هوميوباتية، وتعلّمت الاهتمام بنفسها في المقام الأول. وكان من الممتع مراقبة كيفية تغيير وضع الأورام مع كل جلسة. فقد أصبحت متحركة ولينة في البداية، ومن ثم بدأت تصغر من حيث الحجم، وفي يوم رائع اختفت كلياً.

وأذكر أنه في الجلسة الأولى لم تستطع المرأة تقبل فكرة أن الاهتمام أولاً يجب أن يتوجه إلى الذات.

- ولكن، أليس التفكير بالذات أولاً هو أمر سيئ، إنها الأنانية. - قالت المرأة.
- الأنانية هي أن نفكر ونهتم بأنفسنا فقط متناسين الآخرين. وهي تظهر عندما لا تهتمنا ولا تشغلنا حياة شخص آخر، وهي عندما نزدري الآخرين. ولكن، عندما نفكر بنفسنا، نطمح لتغيير نفسنا من أجل الآخرين - فهذا يشكل إظهاراً عالياً للحب والرحمة تجاه الناس. مبدلين عالمنا ومخزنين الحب في داخلنا، نحن نخلق انتشاراً واسعاً للحب من حولنا. وتأتي اللحظة التي نبدأ فيها بمنح الأشخاص المقربين الحب بدلاً من الشكوى. ومتوقفين عن التدخل في حياة الآخرين، فإنه يمكننا تغيير حياتهم، من خلال تغيير نفسنا وعالمنا. وإذا ما جعلنا عالمنا أفضل، فإننا نضيف رصيذاً إلى الكون.

التهاب الثدي

إن ما يؤدي إلى التهاب الثدي هو الخوف والقلق المتأهي على الطفل، وتحديداً الاهتمام المحموم، فهل تظنين أنك غير قادرة على ذلك.

جاءت إلى عيادتي امرأة من سكان الضواحي، مصابة بالتهاب الثدي. وعندما

لجأت إلى عقلها الباطن كي تستوضح سبب المرض، تلقت الجواب: "أنت تخافين من عدم قدرتك على الاهتمام بطفلك".

- طبعاً، - قالت المرأة موافقة مع عقلها الباطن، - وكيف لي أن لا أقلق. فزوجي يقضي أياماً كاملة في العمل، ولا يوجد لا جد ولا جدّة، وأنا أقوم بكل شيء، ولا أطلب من أحد المساعدة.

وأحياناً، يمكن أن يؤدي إلى التهاب الثدي، غياب المعارف الأولية حول كيفية الاهتمام، بالصدر لدى الأمهات الشابات.

ولدت لودميلا طفلاً. ومرت الولادة بنجاح. وفي اليوم الثالث، كما يحدث عادة لدى الأمهات المرضعات، بدأ الحليب يتدفق بغزارة. وانتفخ ثديها (صدرها)، وأصبحت قاسية وحارّة. فقامت لودميلا بحرارته، ثم نظرت طويلاً وباستغراب إلى جهاز قياس الحرارة، لأن عمود الزئبق فيه ارتفع إلى ما فوق علامة 42 درجة.

"غريب، - قالت لودميلا في داخلها، - من المحتمل أن ميزان الحرارة لا يعمل. وأخذت واحداً آخر، وقامت بحرارته من جديد. وفي هذه المرة ارتفع عمود الزئبق أكثر من المرة السابقة، واصلاً إلى أعلى نقطة في ميزان الحرارة. "ومندھشة، - قالت المرأة في داخلها، - أشعر أن وضعي جيداً، لكن صدري يكاد يحترق. يجب استدعاء ممرضة".

جاءت الممرضة بسرعة فائقة. وعندما نظرت إلى ميزان الحرارة ارتسم الرعب على وجهها.

- استلق، - صرخت الممرضة، - ولا تنهضي ولا في أي حال، سأحضر طبيباً فوراً.

وخلال دقيقة، وصل الطبيب ترافقه قابلة. وفي الحال بدأ الطبيب بإعطاء النصائح للممرضة:

- بسرعة، حضري الأنانجين، ديمدرول، هرمونات ومضادات حيوية.

أما القابلة فتفحصت الصدر بهدوء. وقالت متسائلة:

- هل مصلت الحليب؟

- لا، - أجابت لودميلا، لم يقل أحد ذلك.

- حسناً، عزيزتي، - قالت القابلة بهدوء، - كل شيء واضح معك.

وأخذت القابلة تمسّد الصدر وتمصل الحليب. فصرخت لودميلا لشدة الألم.

- تحملي يا عزيزتي، - قالت القابلة، - في أول الوقت سيكون ذلك صعباً، ومن

ثم سيبدو كل شيء جيداً.

- أي أم "حلوب"، - قال الطبيب. - فعندما ولدت زوجتي، - تابع حديثه،

- كان الحليب قليلاً. وقد اضطررنا إلى شراء المكسرات لها، وإعطائها قليلاً من الشاي مع الحليب لشربه، ووضعنا لها كراوية مطحونة تحت لسانها. وبعد يومين بات الحليب كثيراً لدرجة لم نعرف معها إلى أين نذهب به. وكان من الممكن إطعام نصف دار الولادة منه.

وفي هذه اللحظة، جاءت الممرضة حاملة الأدوية.

- هيا بنا نعطيهما حقنة، - قال الطبيب.

- ممكن أن تمر الأمور من دون دواء؟ - سألت الممرضة. فالشيء ذاته. ويمكن

أن يتسبب ذلك بالسوء للطفل.

- ماذا تقولين! - اعترض الطبيب. - انظري إلى صدرك. يمكننا أن نشوي

بيضة عليه، وقد تخطت الحرارة هناك الأربعين درجة.

ودخل في هذا الوقت إلى الجناح زوج لودميلا. وسأل: - ماذا حدث؟

وقام الطبيب والممرضة بشرح الموقف له. أما القابلة فكانت مشغولة بعملها،

متابعة مصبل الحليب.

واقترب الزوج من زوجته وقبلها على جبهتها.

- دعونا ننتظر قبل إعطائها الحقنة، - قال الزوج، - فحرارتها عادية.

- كيف عادية؟ - صرخ الطبيب والممرضة بصوت واحد مندهشين. - هل

نظرت إلى ميزان الحرارة.

تابع الرجل ميزان الحرارة باهتمام، ووضع كفه على جبهة زوجته وقال:

- يمكنكما رمي الميزانين، فهما معطلان. حسناً، أيها الطبيب يمكنك أن

تجرب بنفسك. فالحرارة لديها طبيعية فوضع الطبيب راحة يده على جبهة لودميلا.

وقال متوجهاً إلى الممرضة:

- ليينا، أحضري ميزان حرارة آخر.

وخلال بضعة دقائق كان ميزان الحرارة الجديد حاضراً ويظهر درجة

حرارة طبيعية تماماً.

- معجزة، - قال الطبيب، - لا يمكن لميزاني حرارة أن يتعطلا في الوقت ذاته.

- أظن، - قال زوج لودميلا، - الميزانين طبيعيين. والحليب قد مصبل، وذهب

الخمول، فنزلت الحرارة.

وفعلاً، شعرت لودميلا أن حالتها جيدة. فقد أصبحت الغدد اللبنية طرية.

- أنا الآن ملزمة بمصبل الحليب هكذا كل الوقت؟ - سألت لودميلا القابلة.

- في أول الوقت فقط، - أجابتها القابلة، - إلى أن تعمل مجاري الحليب

وبعد ذلك كل شيء سيكون طبيعياً. وسيتم إنتاج الحليب بالكمية المطلوبة

المناسبة للطفل.

وكانت القابلة محقة. فخلال أسبوع تمكنت لودميلا من تسيير أمورها من دون مصل الحليب.

نقص النمو

أحياناً، تأتي إليّ بعض الفتيات الشابات، ويطلبن مني المساعدة في تكبير صدورهن بمساعدة التنويم المغناطيسي. وفي حالات كثيرة كان ذلك يتم بنجاح. وكقاعدة، فإن سبب ذلك واحد - وهو رفض الأنوثة. وكثيراً ما يترافق ذلك مع عدم اكتمال النمو وأعراض جنسية ثانوية أخرى.

- دكتور، هل يمكنك تكبير صدري بمساعدة التنويم المغناطيسي؟
- سألتني فتاة.

- نعم، يمكنني ذلك، إذا ما قمتِ بتنفيذ كل تعليماتي. - أجبته.
وتمكنت وبسرعة كبيرة من إدخالها في غيبة عميقة، واستوضحنا أنه في طفولتها قد تكونت لديها علاقة سلبية مع ذاتها كأمراة مستقبلية. فالطمث كان مرضياً، وكثيراً ما تأخر. أما علامات جنسية أخرى فلم تكن بذلك الواضح. وأثناء الغيبة، أعطيتها تصوراً جديداً عن الأنوثة، الأمومة، الزواج والتطور الجنسي الطبيعي. وهي أيضاً رسمت تصورها النظري الجديد. وبدا هذا كافياً لكي يتضاعف حجم صدرها لمرتين أكثر.

أمراض الرجال

أمراض الرجال - هي نتيجة لعلاقة الرجل الخاطئة بنفسه شخصياً ومع المرأة. وبكلام آخر، الرجل الذي يقلل من قيمة رجولته أو يشكك في نفسه، يصاب بأمراض الأعضاء التناسلية. فلو أن الرجل اختبر انفعالات سلبية في العلاقة مع الجنس الآخر (الامتعاض، السخط، الاعتراضات، وما شابه)، فإن مرض المناطق الجنسية حتمي. وأيضاً: يعكس وضع الأعضاء التناسلية لدى الرجل كمية ونوعية طاقته الجنسية.

الخصيتان، العضو والبروستات

وهي تمثل القواعد الذكورية والرجولة.

وتعكس هذه الأمراض تراكم الاستياء والحقد، الاعتراض وعدم الرضا على الشريك الجنسي، وبالمعنى الحرفي "ضرب" الأعضاء التناسلية. ولذلك فإن الوئام والتوافق والتناغم في العلاقات بين الرجل والمرأة، بين الزوج والزوجة، هي الضمانة لصحة وسلامة الطرفين.

هنالك رجل تعالج لديّ من التهاب البروستات المزمن. وكان قبل عدة سنوات

قد أصيب بالسيلان، ثم داء المشعرات. وسبب "مغامرته" هذه، هو علاقته بزوجته وبالنساء بشكل عام. وقد بدأ كل شيء مع رغبته بالانتقام من زوجته لخيانتها له، إلا أن هذه الرغبة ارتدت عليه شخصياً.

وكقاعدة، فإن البروستات صعبة الانصياع للعلاج بالمستحضرات الطبية الحالية. ويفسر الأطباء ذلك بخصوصية بناء هذا العضو، وبأن العدوى تتغلغل داخل كريات الدم البيضاء وتصبح بعيدة المنال بالنسبة للأدوية. وعند تفاقم الحالة يستحق الأمر التبريد أو شرب القليل من الكحول. غير أنني سأشرح ذلك بطريقة مختلفة، ببساطة، وبمساعدة المضادات الحيوية ينطرد المرض إلى الداخل ويتعمق في الجهاز، والسبب أنه لم تتم تنحية الأسباب الميتافيزيقية الطبيعية للمرض. وها هي العدوى "تنخر" في الجهاز وتنتظر ساعتها كي تذكر بنفسها. وعندما يبدأ الرجل التفكير والتأثير سلبياً، معتمداً على نماذج قديمة من السلوك، فإن العدوى "تستيقظ" وتعلن عن ذاتها. وللعلم، فالظواهر الجوية والكحول يلعبان دور آلة التشغيل.

وفي هذه الحالة، من المهم جداً تنحية أسباب المرض ذاتها - أي تغيير العقيدة خاصتك. ومن دون ذلك، فالعلاج غير ممكن مهما كانت قوة المضادات الحيوية التي تستعملها.

وكثيراً ما يلجأ إليّ رجال كبار في السن يعانون من ورم في البروستات، طلباً للمساعدة. والمرض يبدأ من أن الورم عندما ينمو يقوم بالضغط على القناة البولية، وتظهر المشاكل مع التبول: خروج البول بانفداع ضئيل، التبول المتكرر ليلاً، آلام في العجان، مغص عند التبول وأعراض أخرى. ومن أجل هذا يقترح الطب الرسمي الجراحة فقط. أما أنا فقد اقتنعت عملياً، أن استخدام الأدوية الهوميوپاتية وتغيير نماذج السلوك الباطنية تؤدي إلى نتائج رائعة.

وهاك، المثال التالي، لديّ في عيادتي رجل مسن مصاب بالورم الغدّي في البروستات. وأول أعراض المرض ظهرت لديه قبل حوالي سبع سنوات. ومنذ أسبوع توقف البول لديه عن الخروج. وأصبح الورم كبيراً لدرجة أنه أغلق القناة البولية بالكامل. ونقلته "سيارة الإسعاف" إلى المستشفى وأجريت له المرحلة الأولى من الجراحة - فأخرجوا أنبوباً من المثانة إلى الخارج عبر الجدار الباطني الأمامي، وثبتوا زجاجة إلى الطرف الخارجي للأنبوب. إلى حيث يخرج البول. والمرحلة الثانية من العملية صعب جداً، وكان عمر الرجل حوالي السبعين. وقد حدثوه عني في المستشفى، فجاء إليّ مع ابنته. وعملنا وإياه على مدى ساعة، مستوضحين أسباب المرض، وساعدنا جداً في ذلك وجود ابنته معنا.

فما أدى به إلى المرض هو الغضب والسخط المتراكمان لديه ضد زوجته والنساء عامة. وقد خلقا في حياة العائلة تلك الأوضاع، التي تلقى فيها دائماً "ضربات" كانت تصيب أنفثه الذكورية. وحضرتُ له أدوية هوميوباتية، وأعطيته مهمة منزلية تتضمن مراجعة حياته واستعراضها، وتغيير علاقته بكثير من أحداث الماضي.

وخلال أسبوعين جاءني سعيداً. فالبول عنده، أخذ يسير بطريقة طبيعية، ونزعوا له الأنبوب بعد أسبوع من ذلك. وبعد شهرين أصبح البول يخرج بسهولة. وسعدت معه. فتلك اللحظات، حيث تشاهد نتائج العمل، لها خصوصيتها. إلا أن أكثر ما أدهشني هو سرعة الشفاء، لأن المرض امتد لسبع سنوات، وتم العلاج على مدى أقل من ثلاثة أشهر. وقد أخبرت المريض بذلك.

- علاج الورم الغدي هو عملية طويلة جداً في العادة. وأول نتائج ظهرت بسرعة هكذا كانت لديك.

- هل تعلم يا دكتور، عندما خرجت من عنديك؟ كنت أشعر أن وضعي أفضل بكثير. وأخذت أصلي كل يوم، وأشكر الله على هذا، لا بل، على ذلك المرض، وقد فعلت كل شيء كما قلت لي. وفي أول أسبوع كنت أتضرع لعدة ساعات في اليوم. وعندما خرج البول بشكل طبيعي، فهمت أنني أقوم بكل شيء كما يجب، وعندها صرت أعمل على نفسي أكثر من ذي قبل، وقد قررت أن التوقف عن ذلك لا يلزمني.

- كما قال عيسى المسيح: "وَكُلُّ مَا نَطْلُبُونَهُ فِي الصَّلَاةِ مُؤْمِنِينَ تَنَالُونَهُ".

- صحيح، يا دكتور، فأنا أظن أن إيماني بنفسي، بك وبالعلاج والشفاء وبحبوبيك "الحلوة" قد فعلت فعلها.

وبعد عدة سنوات أقيت محاضرة في إحدى القاعات. وبعد المحاضرة اقتربت مني امرأة.

- هل تتذكرني يا دكتور؟ - سألتني المرأة.

- طبعاً أتذكرك، - وقد عرفتها مباشرة، لقد كنت عندي قبل خمس سنوات مع والدك. فكيف هي أحواله؟

- أنا اقتربت منك خصوصاً كي أشتري كتابك وأعبر لك عن التقدير والامتنان، فوالدي حيّ، ووضعه جيد. وفي كل مرة يذكرك فيها، يقدم شكره لك غيابياً.

وأنت، إذا ما قلقت فيما يخص رجولتك، سوف تصاب بمشاكل تتعلق بالأعضاء التناسلية. فالمخاوف الداخلية تضعف الذكورة. وليس ممنوعاً إنكار الرجولة والقوة

خاصتنا فقط، لا بل من الخطر بمكان، وببساطة، الشك في النفس وفي صحة القرارات الذاتية.

أحد مرضاي، شاب صغير، جرت في حياته عدة أحداث، بدأ على أثرها يشك بنفسه بقوة. وكانت نتيجة هذه التوترات السلبية أن تشكل لديه استسقاء الخصية.

وكذلك التوتر الجنسي والإحساس بالذنب على أساس جنسي يمكنها أيضاً أن تشكل سبباً للمرض، حيث أنها تتطلب عقاباً.

فرجل خان زوجته عدة مرات، وكل مرة كان "يصاب"، بسبب خيانتها، بأمراض جديدة في أعضائه التناسلية.

ومع تقدم العمر، تزداد الإصابة والمشاكل سوءاً. ويجري ذلك لأن الرجال يبدؤون بالاستسلام. فالإيمان بالشيخوخة يعمل عمله "الأسود".

العجز الجنسي "العنانة"

الضغط الجنسي، الخوف، التوتر والإحساس بالذنب على أساس جنسي، كلها تقود إلى إضعاف المقدرة أو حتى إخمادها تماماً.

ها هو رجل يجلس عندي في العيادة ويتحدث بحيرة وارتباك:

- دكتور، هل تعلم أن كل شيء يجري بشكل رائع عندما أكون مع زوجتي؟ إلا أنني، ومنذ وقت قصير، تعرفت على امرأة، وهي دعنتني إلى منزلها، وقد جلسنا هناك، وشربنا قليلاً، وعندما وصل الأمر إلى الفراش فإن عضوي لم يرغب بالانتصاب، وقمت بأعمال إلا أن شيئاً لم يحدث، وطبعاً تذرعت بالتعب كي لا يفتضح أمرى. ومن ثم ذهبت إلى إحدى النساء العجائز، التي أخبرتني أن أحداً ما قد "فعل" لي شيئاً ما، وأن زوجتي قد سحرتني في الغالب.

- زوجتك ليست محل شك هنا، - قلت له - قل لي، هل شعرت بالذنب عندما ذهبت مع تلك المرأة؟

- طبعاً، وأي شعور بالذنب، - أجابني الرجل - فأنا لم أختبر فقط الإحساس بالذنب، ولكنني خفت أيضاً، من أن تعرف زوجتي ذلك، لأن هذه المرأة تعيش في المدخل المجاور لنا.

ذنبك وخوفك هما اللذان قاداك إلى الوضع الذي تحدثت عنه من أن عضوك لم ينتصب. فهو لم يطعك، منقذاً إياك في هذه الحالة. وقد بدا أنه أذكى منك بمرات.

- وما الذي سيحدث، - قال الرجل وقد اتقدت عيناه، - فلو أنني أستطيع التخلص من الشعور بالذنب والخوف، فهل سيكون كل شيء طبيعياً بيني وبين تلك المرأة؟

- ماذا تقول، هل تتحضر للطلاق؟ - سألته أنا.

- طبعاً لا، فما الذي تقوله. أنا أملك أسرة رائعة، ولديين وزوجة، وعلاقتي مع زوجتي كانت ممتازة دائماً. والموضوع، ببساطة، أننا وإياها كثيراً ما نتشاجر في الفترة الأخيرة. وهكذا خطر لي، كما يقال، "الانعزال" جانباً.

- ولكن عقلك الباطن، متسبباً بالعنانة، اهتم بالحفاظ على الأسرة وأرادك أن تغير علاقاتك مع زوجتك. ولأنك أنت نفسك قلت أن كل شيء يتم بشكل رائع بينك وبين زوجتك. يمكن أنه كان من الأفضل لك، وقبل أن تهرع إلى امرأة أخرى وتشجعها وتسعى للحصول منها على ما لم تستطع الحصول عليه مؤخراً من زوجتك، أن تتمتع في ذاتك وفي علاقاتك مع زوجتك. ويمكن أنه من الأفضل لك أن تستمع إلى عضوك، أو بمعنى أدق، إلى ذاتك شخصياً والقيام بخيار صحيح؟ فليس من الواجب أن تتجاوز ذاتك، وبعد ذلك لا تصون نفسك من المحن. وأنا لا أستطيع أن أمنعك عن أي شيء أو أنصحك بأي شيء، فليس لي الحق بذلك. والآن، أنت تعرف السبب، والخيار لك.

- أظن أنك محق، - قال الرجل. - ففي البداية يجب حل الأمور مع الذات.

ويمكن أن يؤدي إلى الإضعاف الشديد للقدرة كل من الحقد على الشريك الجنسي، السخط القديم، الكره والامتناع من النساء.

جاء لعيادتي رجل ذو 56 عاماً وبدأ يتحدث متعثراً:

- دكتور، لدي المشكلة التالية.

- أي مشكلة؟ - سألته.

- لدي مشكلة مع النساء، حيث أنني في الأونة الأخيرة لا أستطيع فعل أي

شيء.

- ما هو الشيء الذي لا تستطيعه؟ أديك انتصاب ضعيف، أو قذف سريع أم

أي شيء آخر؟

- هو ما ذكرته أولاً، - انتصاب ضعيف. هل تعلم، قبل سنة تطلقت مع

زوجتي. وها قد تعرفت على إحدى النساء، وهي تتعامل معي جيداً، هي طيبة،

لطيفة، رقيقة، إلا أنه ما إن يصل الموضوع إلى الفراش - فلا يحصل شيء. وتقوم

هي بتهدئتي وتطميني بأن الوضع هكذا جيد بالنسبة لها، ولكنني أشعر نفسي أنني

غير كامل. ذهبت إلى أخصائي الأمراض الجنسية، فقام بتنشيطي عن طريق جهاز

ما، غير أنه لم يساعد بشيء. فقلت له: إن عضوي لا يحتاج إلى علاج، فالموضوع،

كما أشعر، يكمن في مكان ما لدي، في عقلي أو في داخلي. فضحك وقال: إن كل

شيء سيذهب، وتصبح الأمور جيدة.

- إذن، أنت تشعر أن سبب الضعف الجنسي يكمن في مكان ما، في داخلك، في روحك؟ - سألته.

- حسناً، إنه في رأسي أو في روحي، أنا لا أعرف. ولكن في مكان ما في داخلي - هذا حتماً.

- إذن، فلتتوجه إلى داخلك وتستوضح السبب. هل أنت جاهز؟
- نعم، طبعاً يا دكتور. أنا جاهز لذلك، لأنني لا أريد لنفسي إلا الشيء الجيد.

بعد كل هذا أقمنا اتصالاً مع عقله الباطن واستوضحنا السبب. فقبل عشر سنوات تزوج الرجل للمرة الثانية من امرأة معها طفل. وكان هو لديه صبي من زواجه الأول. ولم يكن بينه وبين هذه المرأة لا حب ولا حنان، فهو كان ميسور الحال، وما إن طلب منها، حتى وافقت بسرعة على الزواج منه بحساب الفائدة. وعندما كان قد بدأ ببناء منزل كبير، وقبل سنة انتهى من بناء المنزل وسجله على اسمها كزوجة له. وبعد أن تم ذلك طردته من هذا المنزل طالبة الطلاق. وهكذا، بدا أن سبب الضعف الجنسي يكمن في علاقته السلبية مع هذا الوضع ومع زوجته السابقة.

- كدت في تلك الأيام أن أخرج من عقلي من شدة الغضب والامتعاض، اعترف لي المريض. - وأردت إحراق المنزل، وهي معه في الوقت نفسه. ولعنت، عند ذلك، ليس هذه المرأة فقط، بل كل النساء في هذه الدنيا.

- هل يوجد لديك مواقف سلبية من زوجتك السابقة، حتى الآن؟
- لا أطيق رؤيتها.

- مع هكذا مواقف موجودة في داخلك ضدها وتريد أن ينتصب عضوك؟
- أليست هذه المرأة، التي تعرفتُ إليها، مختلفة تماماً. فهي تملك منزلاً وليس لها حاجة عندي.

- نعم، ولكن الحقد والامتعاض والكره تراكمت في داخلك إضافة إلى اللعنات. وهذا يشمل ليس فقط الزوجة السابقة، لا بل كل النساء في عالمك.

- إذن.. ما الذي يجب عليّ القيام به؟ - سألني الرجل.

- قبل كل شيء يجب أن تسامح!

- سيكون ذلك صعباً، ولكنني سأحاول.

- حاول ذلك فقط.

- لا بل سأفعل ذلك.

- يجب عليك مسامحة الزوجة السابقة، وطلب السماح من الرب، والكون عن تلك الأفكار العدائية، واللعنات، التي وجهتها لها. وبعد ذلك أشكرها، باركها

وتمنى لها كل ما هو جيد. وإذا ما قمت بذلك بسرعة، فإن كل شيء سيعود إلى العمل لديك، وبالسرعة نفسها.

وخلال أسبوع عاد ليخبرني أن الوضع عنده عاد طبيعياً بنسبة ثمانين في المئة.

- لقد قمت بكل شيء كما أوصيتني.

- تابع قدماً وتحرر من أفكارك السلبية وراكم الحب في داخلك. واستذكر

كل المواقف التي مرّت في حياتك، والتي اختبرت فيها أصغر الانفعالات السلبية ضد النساء، وقم بإعادة النظر في هذه المواقف مع أحاسيسك الجديدة. عند ذلك سيصل التحسن إلى نسبة مئة في المئة.

ويمكن لخشية النساء والخوف الباطني العميق أمام الأم أن يكونا سبباً للعنانة لدى الشباب.

أحد الشباب، لم يستطع إقامة علاقة جنسية مع الفتيات ولا بأي شكل، وقد أعاقه في ذلك الإجهاد الشديد وكذلك التوجس أمام العنصر النسائي. وعند التواصل مع عقله الباطن تبين أن الأم في عائلتهم كانت في موقع المسؤولية دائماً. وكانت شديدة جداً وتقمع الأب باستمرار.

وقد ساعدت الشاب على التخلص من المخاوف الباطنية. وهو نفذ أيضاً التدريبات الخاصة بإيجاد وتحقيق الرجولة. وخلال بعض الوقت، اتصل بي ليخبرني أنه لن يحضر إلى الجلسة القادمة.

- دكتور، قبل أسبوع تعرفت إلى فتاة، والأمور رائعة بيني وبينها.

الشك بالذات كرجل، والشك في صحة الأفعال الشخصية، هي أيضاً تضعف القدرة.

في عيادتي يجلس رجل، ظهر لديه ضعف جنسي قبل شهرين. وقمنا بإجراء اتصال مع عقله الباطن واستوضحنا أن الضعف الجنسي قد ظهر لديه بعد أن فقد عمله.

- كيف يمكن لفقدان العمل أن يكون متصلاً مع فقدان القوة الجنسية؟

- سألته أنا.

- لقد بتّ أعرف أين تكمن المشكلة، - صرخ الرجل. - كنت وما أزال أعتبر

أن الرجل هو المسؤول عن ضمان مصاريف الأسرة. وعندما بقيت وقتاً طويلاً، ولم أستطع إيجاد عمل، فصرت أشتم نفسي وألومها: "أي رجل أنا، الذي لا يمكنه المحافظة على أسرته؟"، وعلى هذه الخلفية توقف عضوي عن الانتصاب.

- والآن، ما الذي تريد القيام به؟ - توجّهت بالسؤال له. - هل تستمر كما في

السابق بلوم نفسك؟

- لا . فقد توضح لي الآن أن لا شيء ألوم نفسي عليه. بل يجب ايجاد عمل ببساطة. ولا أدري لماذا أنا واثق الآن في أنني سأجد عملاً خلال وقت قريب. وخلال شهر جاءني الشاب مجدداً من دون أن يسجل موعداً. هل أردت أن تسجل دوراً للقاء ثان؟ - سألته.

- لا يا دكتور. أردت أن أخبرك أن كل شيء عندي كما يجب أن يكون. وزوجتي طلبت في أن أوصل لك شكرها الخاص، وهاك، هذه الهدية. - ومع هذه الكلمات، وضع الرجل علبة على الطاولة. - حسناً، بالمناسبة، - أضاف قائلاً، - لقد وجدت عملاً بعد أسبوع من جلستنا. عمل جيد ويعجبني جداً.

ويمكن للقناعات الاجتماعية والإيمان بالشيخوخة أن تكون سبباً لانخفاض الوظائف الجنسية. وأنا بشكل خاص، مقتنع بأن سبب مشاكل العجز الجنسي ليست في السن، بل في الإيمان بتضاءل العمل. فلا توجد علاقة حتمية فيما بين السن والقوة الجنسية، إذا لم تقم أنت نفسك بالوصل بين هذين المفهومين. وقد عرفت أحد كبار السن، الذي تزوج عندما كان له ثمانون عاماً، وبلغت زوجته عند ذلك ستة عشر عاماً فقط. وقد هربت منه هذه الفتاة خلال أسبوعين، وعندما اهتمت مجموعة من المتقاعدات بالسبب، أجابت الفتاة: "أوصلني إلى الموت إلا قليلاً، ذلك اللعين"، لكن الجد لم يتميز بقوة فيزيائية خاصة. وهكذا جلس وحيداً بسلام على مدى أيام كاملة وهو يقزق البذور بالقرب من منزله.

سرعة القذف

غالباً ما يكون الغياب البسيط للمعرفة فيما يخص الجنس، وأيضاً الشك، المخاوف وعدم الثقة بالنفس أسباباً للقذف السريع. وهذا، كقاعدة، يحصل لدى الشباب الذين بدؤوا حياتهم الجنسية للتو.

وقد جاء لعيادتي شاب عمره 26 سنة.

- هل تعرف، - قال الشاب مرتبكاً، - قبل بضعة أشهر تعرفت إلى فتاة وأبدت اهتمامي بها كل هذه الفترة، فهي تعجبني كثيراً لدرجة أنني أفكر أن أعرض عليها الزواج. ولكن هناك شيء يعيق ذلك، فقبل أسبوع كانت بيننا أنا وهي معاشرة جنسية، وقد أنهيت العملية بسرعة. وقبل عدة أيام، حاولنا مرة أخرى، ولكنني في هذه المرة أنهيت بسرعة. وها أنا الآن أخاف من تصبح هذه العملية عادة سيئة.

- وقبل أن تتعرف إلى هذه الفتاة، ألم تكن لديك أية علاقات سيئة؟ - توجهت إليه بالسؤال.

- لا. فبطريقة ما لم أستطع مقابلة الفتاة "المحبوبة"، أضف إلى ذلك أنني كنت خجولاً جداً.

- أية مراجع قرأت فيما يتعلق بالجنس؟

- عملياً، ولا أي منها. - أجابني.

مباشرة أدركت أن المشكلة لدى هذا الشاب لا تتعلق بنقص المعرفة الملائمة والخبرة.

- قل لي - وتابعت سؤالي له - هل مارست الاستمناء في عمر المراهقة؟

- كانت كلها عدة مرات، - أجابني - ولقد سمعت من أحد ما أن ذلك مضر

ويمكن أن يظهر تأثيراً قاتلاً على القدرة الجنسية والنفسية.

- كل هذا هراء. يقول هذا فقط أولئك الذين لا يعرفون شيئاً عن ذلك. وأنت

ستبدأ منذ اليوم بممارسة الاستمناء.

ونظر الفتى إليّ باندهاش.

- وليس أن تمارس فقط، - تابعت كلامي، لا بل يجب أن تغير اهتمامك

بانتيباه ودقة إلى كل شعور ذاتي في عضوك الذكري. وسوف تتعلم الإحساس،

والشعور بذاتك شخصياً. وستتعلم البدء والانهاء في أية لحظة من الإثارة. وأنت

بهذا الشكل تتعلم مراقبة نفسك والإشراف عليها. وخلال الأسبوع الأول أنا أمنعك

من العلاقات الجنسية مع خطيبتك. يمكن اللقاء معها، التمازج والكلام، التقبيل،

ولكن ليس أكثر من ذلك. وهاك المراجع المناسبة.

وأعطيته كتباً وقلت له أن يحضر خلال أسبوعين.

وقد جاءني في الموعد المحدد.

- كل شيء رائع لديّ يا دكتور، - أخبرني الشاب بسعادة. - وقد قررنا إقامة

العرس خلال شهر.

وملامح المزاج تلك، كالحدة والخروج عن الطور يمكن لها أن تكون أسباباً

للقذف السريع. وأيضاً الرغبة في القيام بكل شيء بسرعة. وعدم ترك أي شيء إلى

الغد. ومحاولة النجاح بالقيام بأشياء أكثر في العيش في الحياة.

وجاءني لعيادتي من مدينة أخرى رجل شاب. وكان يعاني من القذف السريع

على مدى عدة سنوات، إلا أنه لم يأت إليّ طلباً للمساعدة - فقد كان يخجل من

ذلك. وعندما إقامتنا اتصالاً مع عقله الباطن، استوضحنا أن القذف السريع لديه

يعتبر انعكاساً لملامح طبيعته تلك، كالخروج عن الطور وسرعة الغضب.

- دكتور، في الغالب الأمر كذلك. حتى أنني في الاجتماعات، كنت أخرج

زاحفاً مع اقتراحاتي. ولا أستطيع التحمل. ومن ثم أعاني من ذلك. وكنت آكل

بسرعة كبيرة أيضاً، وأحاول ابتلاع الطعام من دون أن أمضغه. وعند التدخين،

أفعل ذلك بسرعة أيضاً.

- والآن، إذا ما أردت أن تتعافى وتراقب قذفك وتتحكم به، سوف تتصرف على الشكل التالي: فعندما تأكل يجب أن تمضغ الطعام ببطء. ودع كتلة الطعام الموجودة في فمك تصبح متجانسة، وبللها كلها بلعابك، و فقط، بعد ذلك قم ببلعها. واحسب: كم حركة مضغ فكية يجب القيام بها، حتى تطحن الطعام تماماً. ويجب أن تنتبه إلى أنه تلزمك كمية أكبر من حركات المضغ من أجل الطعام القاسي، أكثر منه من أجل الطعام الطري. وتصرف على هذا النحو مع كل وجبة طعام. وهل تدخن كثيراً؟ - سألت المريض.

- نصف علبة في اليوم، وأحياناً أقل، - أجابني المريض.

- عندما تدخن، فإنك تسحب عود الثقاب من علبتك. ضع عود الثقاب على ركبتيك، ثم أخرج السيكرة وضعها على الركبة الأخرى. وبعد ذلك أغلق علبة الكبريت وخبئ علبة الدخان. ومن بعد، أشعل السيكرة ودخنها ببطء شديد. واحسب: كما سحبة تحتاج حتى تنتهي من تدخين السيكرة. وبعد ذلك ابدأ التجريب. اسحب سحبتين أو ثلاث من السيجارة وارمها. والسيكرة التالية قم بتدخينها حتى نهايتها، ولكن ببطء، ودخن البعض الآخر بسرعة. وقم بذلك بكل مشاعرك. خلال بعض الوقت ستشعر أن الرقابة قد ظهرت لديك، ويمكنك "الإنهاء" متى أردت ذلك وبارادتك، وذلك إذا ما عدنا لبداية حديثنا حول سرعة القذف.

الأمراض التناسلية

السيفلس، السيلان، الهربس التناسلي، داء المشعرات، الإيدز الإحساس بالذنب على أساس جنسي وبالحاجة إلى العقاب، وأيضاً الثقة في أن الأعضاء التناسلية هي إثم أو قذارة، وبكلمات أخرى، النظرة العدائية تجاه أعضائك التناسلية - هي السبب الرئيس لظهور الأمراض التناسلية. ونحن نجذب كل هذه المشاكل في حياتنا عن طريق تلك العلاقة العدوانية، السلبية مع أعضائنا التناسلية وإظهار جنسانيتنا.

حتى أنني أقول أكثر، وبالتحديد الإيمان بإثم الجنس ومعاقبة الرب، الشعور بالعيب والحاجة إلى العقوبة على أساس جنسي تشكل عند عدد كبير من الناس الكائنات المجهرية والفيروسات الموجودة في هذه الأيام، والتي تسبب تلك الأمراض.

والآن، هيا بنا نقوم برحلة عبر التاريخ. فقبل عصر النهضة، كانت هنالك رقابة شديدة من قبل الكنيسة ومحاكم التفتيش على أخلاق رعيته والالتزام بالوصية الإلهية السابعة وعدم قبول الانحلال الجنسي، ومع قدوم عصر النهضة، بدأت الثورة الجنسية. وعند ذلك ظهر مرض السيفلس. ويعتبر كولومبس هو الذي أحضره من العالم الجديد. إلا أن كولومبس لم يكن له دور هنا. فبساطة، الناس الذين لم

يتخلّصوا من الشعور بالذنب ومعاقبة الذات، والذين لم يتعلّموا التصرف الجنسي السليم، أخرجوا الأحاسيس المنوعة. والكنيسة أيضاً، لم تستطع ردع الشهوة البشرية، كما في السابق. وعند ذلك، يخلق العقل الباطن الجماعي هكذا مرض، الذي يعتبره الناس كعقاب على آثامهم.

وتتقضي مئة عام. ويتعلّم الطب إخضاع السيفلس وأمراض زهرية أخرى بمساعدة المضادات الحيوية. هذه العملية هي عملية "كبح" تحديداً وليست علاجاً، لأنه لم تتم تثحية سبب المرض في هذه العملية. والسبب هو - السلوك البذيء والإحساس بالذنب على أساس جنسي.

وفي ستينيات القرن العشرين تجري ثورة جنسية عادية. وتترافق هذه الثورة باتساع رقعة تعاطي المخدرات. غير أن الأفكار والمشاعر المتبادلة بين الناس وتجاه العالم المحيط لم تتغيّر كثيراً. وهنا يخلق العقل الباطن الجماعي مرضاً - عقاباً - جديداً - هو الإيدز. وهذا المرض ذو منشأ فيروسي، وهو لا يستجيب لأدوية الطب الحديث، ولكن العلماء يتابعون صرف مبالغ ضخمة في سبيل إيجاد دواء مضاد للإيدز. وأنا واثق أن دواء كهذا سوف يكون موجوداً، ولكن ثمن لأية جهود؟ ومع أية عواقب؟ فهو سوف لن يعالج، بل سيكبح المرض، ومع المرض الجهاز كله. وهكذا لا يمكن أن يستمر إلى ما لا نهاية.

فالدواء المضاد لأي مرض موجود من زمن - وهو تنظيف الأفكار! وهذا الدواء فقط، لا يدخل ضمن تركيبه الحبوب، التي يحلم الناس بالحصول عليها من الطبيب، لأنه موجود فيهم شخصياً.

ومن المهم جداً، تعليم الشخص منذ صغره التصرف الصحيح مع الجنس. وهذا التعليم يجب أن يكون مبنياً ليس على مفهوم أن الجنس هو إثم وقذارة. فالمهم هو التعليم الصحيح لكيفية التعامل مع الذات، الجنس الآخر، والناس بشكل عام، وكذلك مع العالم المحيط. وأفضل المعلمين في هذا المجال هما الوالدان، أي من خلال علاقتهما مع بعضهما وموقفهما من الجنس.

وفي مسائل التربية الجنسية أعجبنى دائماً المدخل الذي اتبعه قدماء الصينيين - الطاويين. فهم الفعل الجنسي جزءاً من النظام العام والتناغم في الطبيعة ولم يربطوه أبداً بالشعور بالإثم أو بخرق القواعد الأخلاقية. وقادتهم علاقتهم الروحية الخاصة بالحب والجنس بالاشتراك مع الغياب الكامل للعقاب، إلى أن تكون الحياة الجنسية في الصين القديمة سليمة بالكامل ومتحررة بامتياز من الشذوذ المرضي والخروقات.

والوالدان، كثيراً ما يلقنان الطفل بالأفكار المنوعة فيما يتصل بجنسانيته، غير شاكّين في خطورة تلك المحرمات. والخطورة تكمن في أن الإحساس الجنسي المنوع، ومفلاً إلى الخارج، يصبح غير قابل للتحكم به، ويقود الإنسان إلى الأمراض

أو خيبة الأمل. فالتربية الجنسية يجب أن تتأسس ليس على الشعور بالذنب والعقاب، بل على مفهوم عدم وجود العيوب في ذلك.

وطلباً للمساعدة، لجأت إليّ امرأة شابة، وكان لديها مشاكل في المعاشرة الجنسية مع زوجها. فهي لم تستطع الاستسلام أبداً خلال العملية الجنسية. وقد تمكنت بمساعدتي من إقامة اتصال مع عقلها الباطن، وتبين أن سبب انزعاجها الشديد من الرجال ظهر لديها بعد أن تعرضت لمحاولة اغتصاب قبل عدة سنوات. فقد تم العثور على حالة الإصابة هذه في ماضيها. وقمنا بتغيير الموقف من تلك الحالة. واستطاعت المرأة الشفاء من مرضها. إلا أنني قررت المضي إلى الأمام أكثر، فقد أصبح ممتعاً بالنسبة لي أن أعرض ما الذي قادها إلى حالة محاولة الاغتصاب. وإذا انطلقنا من أن كل الأوضاع في حياتنا نخلقها نحن بأنفسنا، فما السبب الذي اجتذبت هذه المرأة من خلالها المغتصبين؟

بدا أن المريضة، ومنذ الطفولة، تلقت المواقف السلبية في علاقتها مع الجنس. عدا عن ذلك، فقد كانت طوال الوقت خائفة من أن يستطيع أحد نزع عذريتها منها. وأي كلمة هذه "عذرية"، فصي هذه الكلمة يختبئ الشعور بالذنب. والذنب دائماً يتطلب عقاب. والنتيجة، أنه إذا ما كانت لدى الفتاة رغبة شديدة في الاتصال الجنسي (وهذا موجود لدى كل شخص سليم)، فهي غير قابلة للتنفيذ في ظل وجود محظورات معينة، ما يعني أن الاغتصاب يتم باطنياً ضد الذات. والاعتصاب الداخلي يجلب الاغتصاب الخارجي.

آن لنا أن نفهم أنه وفي ظل الممنوعات ومساعدتها، لا أحد بات أفضل حتى الآن. والطاقة الجنسية - هي جزء لا يتجزأ من عالمنا، وهي كامنة في أساس تطوره وأدائه الوظيفي. فيجب قبولها وتعلم استعمالها بالعقل، وليس رفضها أو منعها. والجنس هو واحد من مظاهر التناغم والتفاهم بين الرجل والمرأة. فتعلم التمتع بهذه العلاقة مع الجنس الآخر، مانحاً وحاصلاً على الحب. وهذا الاتحاد يساعد في ملامسة أسرار عالم الآخر الرائع، القائم بذاته. وهذا الأمر يعني معاناتك الخاصة وعالمك. والمستوى المرتفع للعدوانية الباطنية (السخط، الغضب، الامتناع) ضد الجنس الآخر، وتقسيم النساء/ الرجال إلى جيدين وسيئين، إلى نظيفين وقذرين، كله يقود إلى التهابات في الأعضاء التناسلية. وسابقاً، أوردت أمثلة كثيرة تخص هذا الموضوع، وهالك أمثلة أخرى أيضاً.

بالصدفة ظهر لديّ رجل يشتكي من تبهات علاج سيئٍ لمرض السيلان. وإلى ذلك الوقت، كنت قد عرفت أنه وببساطة كي نكبح المرض قليلاً بالمضادات الحيوية، فإنه يتبقى في الجهاز بعض الالتهاب وذيضان خارجي (تكسين). فمن

الضروري إخراج المرض من الجسم بالوسائل الهوميوپاتية، الأعشاب والحمية الخاصة. إلا إنني فهمت فيما بعد أن ذلك لن يكون كافياً على الأغلب. فمن المهم أيضاً تنحية الأسباب نفسها، التي قادت الشخص إلى هذا المرض.

وبدا أن الأسباب المؤدية للمرض عند ذلك المريض كانت تافهة. وبعد أن أقمنا اتصالاً مع عقله الباطن، عرفنا أن مجموعة من الأحداث التي مرت بحياته الشخصية، هي التي أدت به إلى المرض. ففى البداية تشاجر مع زوجته، بسبب غيرته عليها من أحد الزبائن. ثم ذهب ونام مع امرأة لا يعرفها. وكانت النتيجة - السيلان. أما الأسباب فكانت مشاعره العدوانية، الغيرة، الضيم، الحقد، الثأر والشعور بالذنب. والآن، وبعد أن عرف المريض الأسباب، أمامه خيار: إما أن يستمر على تصرفه نفسه والتعرض لمرض آخر، أو أن يغير سلوكه، وتعامله مع زوجته ويبقى سليماً.

آن لنا منذ زمن أن نستوعب أن المضادات الحيوية لا تتحي أسباب المرض. فالأسباب موجودة فينا شخصياً وفي نماذج سلوكنا الشوهاة. والعقل الباطن يقدم للإنسان درساً مهماً بمساعدة المرضى. فبمساعدة الأدوية يمكننا، فقط، كبح المرض، ولكن لمدة طويلة أم لا، ولأي مدى؟

لذلك بالضبط، فإن الأمراض التناسلية اكتسبت، مؤخراً، نزعة مستديمة. وتعلمت العوامل المثيرة - المشفرات ومكورات السيلان أن تنتشر بأشكال راسخة متعددة أو تنغرس في خلايا أخرى، لتصير بعيدة عن مثال المضادات الحيوية. وإذا ما حدث استفزاز ما (برودة، تعاطي كحول) فإن المرض "الشامت" هنا أو هناك، سيذكر بنفسه، ويعطي إشارة. ونحن نغطي هذه الإشارة ونصم آذاننا عنها بالحبوب. وأظن أن الجهاز يُبقي العدوى في داخله متعمداً، كي يذكر العقل الباطن في أوقات معينة بأنه لم يتم إزالة الأسباب بعد. وكما يقال، هو يقوم بذلك لأسباب تربوية. ومن خلال تجربتي العملية، أنا أعرف أنه ما إن يتخلص الشخص من الأحاسيس والأفكار القتالة، حتى يختفي المرض، ويذهب من حيث أتى. وهالك مثلاً آخر.

فقد ظهر لدى أحد معارفي "هربس" في منطقة "العانة" بعد مقابلته إحدى الفتيات.

- حتى قبل أن أنام معها، - حدثني صديقي - بدأت أشك: هل هي سليمة أم لا؟
- طالما شككت، - قلت له، - يعني أنه كانت يجب الانتظار وإبعاد كل الشكوك أولاً.

- ولكن، هنالك رغبة! فماذا تفعل تجاه ذلك؟

- إذن... ماذا بعد، اجلس، وامتعض. هل تريد أن تعرف سبب "مرضك" الحالي؟ - سألته.

- بالطبع، - أجبني.

- فقط قل لي بداية، هل لديك عادة تقسيم النساء إلى "جيدات" و"سيئات"؟

- نعم، هذا موجود.

- وهل كنت ساخطاً وحاقداً على النساء قبل أن تقابل الفتاة؟ - توجهت إليه

بالسؤال.

- نعم، كنت كذلك، - أجبني متابعاً، - فمنذ أسبوع قبل ذلك انفصلت عن

صديقتي، فماذا أفعل الآن؟

- حسناً، أولاً، يجب أن تشكر الله وعقلك الباطن على هذا المرض، الذي

يعتبر درساً للموقف الجيد من النساء.

ونظر إليّ صديقي مندهشاً، وأنا أتابع كلامي:

- ثانياً، يجب أن تشكر الفتاة التي نقلت لك المرض. وثالثاً، من واجبك شكر

المرض ذاته، الذي أعطاك إشارة وعلمك. وفي النهاية، يجب النظر من خلال

مشاعر إيجابية جديدة إلى كل الأحداث في حياتك، والتي اختبرت فيها المشاعر

والأفكار السلبية في علاقاتك مع النساء. ولا تنس أن تدخل أمك في هذه القائمة.

ليست هي أول امرأة في حياتك.

- ولكن، يلزم لذلك الكثير من الوقت. ومن الصعب جداً أن تغير كل علاقاتك

مباشرة.

- لديك الخيار، فإما أن تعيش مع أفكارك القديمة وتجذب إلى حياتك

الأمراض التناسلية والنساء "السيئات". أو أن تستبدل الأفكار القديمة بأخرى

جديدة، وتبدو سليماً. فماذا تختار؟

- الخيار الثاني طبعاً.

وتعتبر الدعارة والفسق واحداً من الأسباب المعروفة لدى الجميع للأمراض

التناسلية، وهي تؤدي ليس إلى المرض فقط، بل إلى تبذير القوة والفعالية في الحياة.

جاء إلى عيادتي شاب، وأعلن أنه مصاب بالسيفلس.

- كيف عرفت أنك مصاب بالسيفلس؟ - وجهت سؤالي إليه.

- ظهر لدي شعور غريب في حلقي، وألم في العظام، وبثرات مجهولة على

جسدي.

وقمت بفحص المريض بعناية، إلا أنني لم أكتشف وجود شيء. فأخبرته أن

يذهب ويجري تحليلاً ومن ثم يعود إليّ بعد أسبوع.

وخلال أسبوع، عاد إليّ في الوقت المحدد.

- دكتور، لقد أجريت التحليل مرتين - كل شيء نظيف. ولكن لا أدري لماذا أنا واثق بأنني مصاب بمرض السيفلس، أو أنني يمكن أن أصاب به. فقد ظهر لديّ في الأونة الأخيرة خوف شديد من أن أصاب بهذا المرض لدرجة أن بشوراً ظهرت على جسمي. ساعدني في التخلص من هذا الخوف، أرجوك.

أقمنا اتصالاً مع عقله الباطن واستوضحنا أنه بهذا الشكل هو يعاقبه على الخلاعة التي يمارسها، ويريد أن يعلمه قواعد التعامل مع النساء، مع زوجته، مع عائلته ومع الجنس.

فالموضوع أن الرجل وهو في بداية شبابه قد عاش عيشة فاسدة. وقبل ستة أشهر، قرر بناء أسرة وبدأ حياة جديدة. وبعد تسعة أشهر رزق بمولودة أنثى. ومنذ شهر خان زوجته لأول مرة. ومن ثم مرة أخرى. وها هو يظهر لديه خوف شديد من أن يمرض بالسيفلس. حتى أن أعراضاً مفترضة ما قد ظهرت لديه.

وفي وضع التنويم، اتفقت مع عقله الباطن على أن يشكّل له أساليب سلوك جديدة وأن يخلق لديه صلة جديدة مع نفسه كرجل، ومع عائلته، ومع الجنس والنساء. ومن ثم يبدأ بغرسها في الحياة.

أنهينا الجلسة، وذهب الرجل، أما أنا فتابعت تحليل هذه الحادثة وغيرها. ومن النظرة الأولى، يمكن تسمية سلوك هذا الرجل "ذهانياً"، أو بطريقة أسهل "غريباً". ولكن هذه من النظرة الأولى. وفي حقيقة الأمر، فإن عقله الباطن اختار أكثر الطرق مناسبة له للدفاع عن نفسه في هذه الحالة، التي تكون لديه في حياته. ولأن أفكاراً عن تعرضه للمرض أجبرته، حقيقة، بالتفكير في سلوكه.

ومن ثم تذكرت حادثة ممتعة أخرى من تجربتي العملية. وهذه الحكاية رواها لي رجل أربعيني. وهو قد جاءني كي يتعالج من الضعف الجنسي. وكان في شبابه لطيفاً جداً، وقد "تعلقت" الفتيات برقيته، كما يقال، وبالمقابل فقد عاش حياة كلها عريضة، وتقابل مع الكثيرات، إلا أنه لم "يقع" ولا مرة. وها هي إحدى النساء تدعوه إلى بيتها. وكانت لديه شكوك طوال اليوم - أذهب أم لا أذهب، وعند المساء جاءه صوت من داخله ليقول له بوضوح والحاح: "لا تذهب". عدا عن ذلك، وقبل ساعة من خروجه إلى الشارع بدأت عاصفة حقيقية: مطر مع ثلج، رياح مزعزعة. غير أن الأجواء السيئة أو الصوت الداخلي لم تستطع منعه من الذهاب. وذهب. وها هو، في ذلك المساء "يلتقط" مرضاً زهرياً، يحاول التخلص منه منذ عشرين سنة، وهو ما قاده بالنتيجة إلى الضعف الجنسي.

وأنا واثق أن كل واحد منا يتلقى في حياته إشارات أو إيماءات وجدانية من عقله الباطن. ولكن هل نصغي لها دائماً، أم لا؟

وفي خبرتي الطبية، وحياتي العملية، لم أقابل مرة مع أي مريض بالإيدز. لذلك، لا أستطيع إلا افتراض الأسباب الممكنة انطلاقاً من خارطة تطور المرض ذاته. والأسباب الآنفة الذكر كلها تقود أيضاً إلى هذا المرض، يضاف إليها الإحساس باللاحماية واليأس وخيبة الأمل في الناس والحياة. فهؤلاء الناس يؤمنون بأنهم عديمو النفع ويعتبرون أن لا أحد بحاجة إليهم في هذا العالم. ولديهم في عقلهم الباطن كراهية شديدة لأنفسهم.

الجسد

جسدنا - هو أداة لإدراك العالم الذي نعيش فيه. وهو يعكس أفكارنا وقناعاتنا مباشرة. ونحن نخلق الأمراض بأنفسنا. والمرض - هو الإشارات والإنذارات، التي يرسلها لنا جسدنا. فيجب تعلم الإصغاء إليها وفهمها. وجسدنا يبرمج ذاته مع كل فكرة من أفكارنا. فيشعر نفسه رائعاً وسليماً - في مقابل الأفكار الجيدة، وإظهار الحب له، والسهر عليه. ويحس بالألم والمعاناة إذا ما كانت الأفكار هدامة. نحن شخصياً نختار الجسد لأنفسنا. لذلك من الغباء، وحتى من الخطورة بمكان الإعراب عن عدم الرضا عن ظاهرننا ومحيطنا. فقد قام عقلنا الأسمى بالاختيار لصالح هذا الجسد، الموجود لدينا الآن. وهو يعتبر الأداة الأنسب لحياتنا ولتنفيذ وظائف محددة في هذا العالم. وجسدنا هو انعكاس لأفكارنا. لذلك، إذا كنا نريد استبدال جسدنا، أن نجعله، مثلاً، أكثر استقامة، جمالاً، فيجب أن نُغيّر أفكاراً محددة في داخل برنامجنا الباطني. ومن المهم جداً محبة وقبول جسدنا ومظهرنا الخارجي كما هو موجود. ثم بعد ذلك أن نتصرف.

الجهة اليسرى من الجسد

وتمثل الحساسية (سرعة التأثر)، الامتعاض، الطاقة الأنثوية، المرأة، الأم.

الجهة اليمنى من الجسد

وتمثل الطاقة الذكورية، الرجل، الأب.

ولا تتس أن الإنسان - مخلوق كامل. وتطور فيه الطاقة الذكورية كما الأنثوية. والفلسفة الشرقية أعطت أهمية كبيرة للدورة الصحيحة وتتعامل الطاقة للبدية الذكورية - اليانغ، والبدية الأنثوية - الين. فتبادل هذين الشكليين للطاقة يجب أن يكون متساوياً. أي أنه بين البدايتين الذكورية والأنثوية يجب أن يوجد تناغم. كيف تعرف بوجود تعادل بين الطاقتين الأنثوية والذكورية في جسدك؟ يمكن القيام بذلك ببساطة. فعلاقتك المتبادلة مع الرجال والنساء في حياتك، هي التي تعكس

تأثير الطاقات الداخلية. فما عليك إلا تحليل علاقتك مع الجنس الآخر، وابدأ ذلك ضمن أسرتك. فإذا كان لديك أي فكرة سلبية ولو صغيرة، في العلاقة مع عائلتك ومع الجنس الآخر، فذلك يعني أن التوازن مخرووق، وهذا بدوره يقود كل المعاناة الممكنة، مثلاً: الجنف (مرض يصيب العمود الفقري)، أمراض المناطق الجنسية وأخريات. فأعد النظر في علاقتك مع أسرتك، حيث أن الأب في حياة الطفل يمثل البداية الرجولية (الذكورية)، والكون والأم يمثلان الأنوثة. وتخلص من الأفكار السلبية في علاقتك بذاتك شخصياً وبالجنس الآخر. فبهذا الشكل أنت تساوي بين الذكوري والأنثوي في حياتك، في جسدك بجهتيه اليمنى واليسرى.

السمنة، زيادة الوزن، الشحم

كنت قد كتبت سابقاً عن أن جسدنا في هذه اللحظة من الوقت، هو انعكاس لأفكارنا، مشاعرنا وانفعالاتنا. فلو كان لديك وزن زائد فلا تستعجل في البحث عن الحبة السحرية، بل الجأ إلى داخلك - فالسبب هناك. ومن غير اللازم إكراه الذات والجسد، وإنهاكه بالتجوع والحميات المختلفة. فبهذا الشكل يمكن تحقيق نتيجة محددة ولبعض الوقت. ولكن لو أنك لا تريد تغيير موقفك من ذاتك شخصياً بسبب التعب، فإن السمنة سوف تعود مجدداً.

وإليك بعض الأفكار والمشاعر التي يمكن لانعكاسها أن يظهر في السمنة. الخوف والحاجة إلى الحماية. فغالباً ما يشعر الأشخاص البدناء أنهم غير محميين. فهل يؤدي الشحم وظيفه العزل والحماية.

وقد اكتشفت أن الأشخاص البدناء حساسون جداً، ولكن، وحيث أنهم لا يستطيعون التغلب على مشاعرهم، فإن الشحم يساعدهم رمزياً على تخدير الانفعالات والتوترات غير المرغوبة.

والسمنة - هي واحد من مظاهر عدم الرضا عن الذات وكرهها. فبالقدر نفسه الذي تكون فيه غير راضٍ عن ذاتك وكثيراً ما تتقدها وتشتتها، يكون جسدك محتاج للحماية.

حضرت إلى صديقتي في صيدليتها امرأة ذات قياس هائل. وهي كانت تكره وتزدرى البدناء.

- هؤلاء البدناء قليلو الذوق، مخازن دهون مخيفة، يبدوون مقرفين. نعم، ببساطة أنا أكرههم. - قالت المرأة ذلك ما إن شاهدت نفسها مثلهم.

ويوحّد كل الأشخاص ذوي الوزن الزائد صفة واحدة. وهي أنهم لا يطبقون أنفسهم. وعندما يأتيني مرضى كهؤلاء، أعلمهم في البداية كيف يحبون ذواتهم، ويتقبلون أجسادهم.

يبدأ كثير من النساء بجمع كل شيء بعد الولادة. منهن يربطن ذلك بإعادة بناء الجسد الهرمونية، حتى أن بعض الأطباء يقولون الشيء نفسه. ولكن، هل يكمن السبب في ذلك؟ ألا توجد نسوة يلدن ولدين أو ثلاثة، أو حتى أكثر، ويبقين مع ذلك نحيفات. وطبعاً تجري تغييرات هرمونية في جسد المرأة الوالدة حديثاً، فمثلاً يتغير مستوى الكلس في العظام، يتوسع الحوض، يتناول الأنف على مدى عدة مليمترات، يتناقل أسفل الذقن قليلاً، إضافة إلى أعراض أخرى. غير أن السبب لا يكمن في ذلك بشكل كامل، بل هو موجود في أن المرأة، عند الولادة، تعير نفسها انتباهاً أقل. فكل الرعاية تذهب للطفل. وهذا خطأ كبير.

وأنا أعتبر أنه يجب على المرأة أن تهتم بنفسها بعد ولادة الطفل أكثر من ذي قبل بمرتين. وكذلك فهي ملزمة بالبداية بذلك حتى خلال أيام الحمل. زد على ذلك، أن الاهتمام يجب أن يعطى للأحاسيس، الأفكار والسلوك أكثر منه إلى المظهر الخارجي (علماء أن هذا الأخير حتمي)، ذلك، لأن صحة الطفل مرتبطة بالكامل بحالة أفكار وانفعالات والديه، لذلك بقدر ما يتواجد لدى الأم حب واطمئنان أكثر، بقدر ما يكون الطفل أكثر صحة. ما يعني أن الإزعاج ليلاً سيكون أقل.

جاءت لعيادتي امرأة وقد ولدت طفلها قبل بضعة أشهر. وبدأت بعد الولادة مباشرة باكتساب السمنة. وبالعودة إلى عقلها الباطن، اتضح لنا أن سبب سمنتها يكمن في صلنتها السلبية بنفسها.

- نعم، - قالت موافقة، - هذا صحيح. فقد كنت دائماً غير راضية عن نفسي، وكان ذلك أيضاً قبل ولادة الطفل، وحتى قبل الزواج. وكنت أبحث دائماً وأجد في نفسي نواقص ما.

- أظن، - قلت لها، أن السمنة تجبرك على التعامل مع نفسك بشكل مختلف. - أنت تقول الحق.

- هل هنالك أسباب أخرى للسمنة؟ - طلبت منها أن تسأل عقلها الباطن.

- نعم يا دكتور، يوجد، - أجابت المريضة، خارجة من التنويم. وأرادت أن تقول شيئاً ما، غير أن دموعها نزلت من عينيها. وتابعت بعد أن هدأت: - بعد ولادة الطفل، تبدلت علاقتي بزوجي - تحدتت بذلك وهي تمسح الدموع من عينيها. - لقد أصبح شخصاً آخر، ولم يعد هنالك حب ولا رضا في علاقاتنا. لذلك تجدني أحاول الحصول على الاقتناع ولو من خلال الطعام.

- ولكن، أنت لا تحبين نفسك من كل بد، فكيف تريدين من زوجك أن يحبك؟ فهو يعكس فقط موقفك من نفسك شخصياً. كل شيء بسيط جداً! ابديني بحب نفسك، وسترين كيف أن زوجك يغير موقفه منك.

ولاحقاً، قمنا بإيجاد وسائل جديدة للسلوك داخل برنامج العقل الباطن. ومن ثم تحدثت عن التغذية الصحيحة واخترت أدوية هوميوباتية من أجل تبادل المواد الطبيعي.

وخلال شهر جاءت لعيادتي امرأة مختلفة تماماً: جميلة، نحيفة، ممشوقة. - دكتور، هل تعلم. أنا لم أتعرف على زوجي. ولدي شعور أننا نمر بفترة "شهر عسل". وغداً سأحضر صديقتي إلى هنا، فهي أيضاً تريد أن تزداد نحافة.

لذلك، حب النفس وقبولها مهم جداً. إذا لم تكن مسروراً من ذاتك، فإن علامات عدم الرضا هذه سوف تظهر على جسديك، فالظاهر هو انعكاس للداخل. ومنذ القدم لوحظ أن الإنسان عندما يحب ذاته، فإن جسده سيأخذ وزناً وشكلاً أنموذجيين. وكثيراً جداً ما نرى أن الشخص الذي يعاني من نقص الحب والرضا في حياته، يحاول تعويض ذلك بالطعام، حيث أن الروح لا تتحمل الفراغ.

وها هي إحدى مريضاتي المتمتعة ببنية وقورة تروي لي:

- دكتور، هل تعلم أنني ما إن أغرم برجل ما، أي أنه عندما تظهر في حياتي قصة حب، فأنا أنحف وأجد وزني الأنموذجي. ولكنني، وبعد قطع العلاقة مباشرة أعود امرأة سميئة.

- أنا أعرف حادثة مشابهة، - قلت لها. - فأحدى معارفي كانت امرأة سميئة، وعندما كانت تقضي إجازتها في يالطا*، هناك تعرفت إلى مطرب مشهور، وقضت معه ليلة واحدة فقط. إلا أن ذلك أثر بقوة على مظهرها. ككلها ليلة واحدة! ونزل وزنها حوالي عشرين كيلوغرام عندما عادت إلى المنزل. وهي ما تزال تحت تأثير تلك المقابلة، اعتنت بنفسها كثيراً: فغيرت تسريحتها، وبدأت بمراقبة تغذيتها، وصارت تذهب إلى التدريب والمساج.

- وأنا لذي أيضاً قصة كهذه، - قالت المريضة مؤكدة. - إلا أنني لم أعثر بعد على فنانيين.

- إذن. لماذا تحتاجين مساعدتي؟ - سألتها. - فقط تعرفني على رجل وأحببه وتنتهي المشكلة.

- ولكن هذا صعب، هكذا مباشرة، - أجابتنى المريضة. - في البداية يجب العثور على رجل كهذا.

- من المحتمل أنني أستطيع أن أكون بطل قصة حبك، - قلت لها. - فأنت، طبعاً، امرأة جذابة، غير أن واحدة أخرى تعجبني. وقد بدأت في حياتي قصة حب، وأنا لا أنوي إنهاءها.

* مدينة أوكرانية في شبه جزيرة القرم على البحر الأسود.

ضحكت المرأة:

- ولكن، أنت تعرف يا دكتور ما الذي كنت أقصده.
- طبعاً. فنحن نختار وسيلة أخرى، ونستحضر حالة العشق المزمّن،
فتختفي الكيلوغرامات الزائدة. وستكونين ممشوقة وجميلة دائماً، بغض النظر
وجود رجل لديك أم لا.

ويمكن للغضب وعدم الرغبة في المسامحة المخفيين أن يكونا أيضاً سبباً من
أسباب السمنة. فالملاحظ أن الأشخاص البدناء سريعو التأثر. فالامتعاض يؤدي إلى
تراكم الدهون الزائدة. ولو كنت تتذكر في الكتاب الأول، فإن الامتعاض هو
السعي لتغيير الموقف من الذات، أي السعي إلى حب، احترام، وتقدير الذات. ومن
جديد، كل شيء يقود إلى حب الذات وتغيير الموقف منها.

واحدي مريضاتي، شابة صغيرة، تمكّنت من أن تفقد أربعة كيلوغرامات
بعد أول جلسة، غير أن عملية فقدان الوزن توقفت فيما بعد. ومن التواصل مع
عقلها الباطن، استوضحنا أن ما يعيقها عن الاستمرار في تلك العملية هو
امتعاضها من والدها وزوجته الجديدة. ويتلخص الموضوع في أن مريضتي عندما
بلغت الرابعة عشرة انفصل والدها عن أمها وذهب للعيش عند امرأة أخرى. وعند
ذلك، تحديداً، بدأت صحة الفتاة بالتراجع.
مدركة الأسباب ومغيرة موقفها من والدها وحياته الشخصية، استطاعت
الفتاة الوصول إلى الوزن الأنموذجي.

ويمكن أيضاً لقلق الأم على صحة ولدها أن يؤدي إلى البدانة. وهذا يحدث، لأنه
كثيراً ما يتم الربط بين الصحة والتغذية متعددة الألوان والغزيرة.

وقد حدثت عندي حالة ممتعة، فقد جاءت لعيادتي امرأة بدينة جداً. بدأت
باكتساب الصحة خلال الحمل، وبعد الولادة تضاعفت صحتها أكثر من ذي قبل.
- دكتور، - قالت لي راجية، أنقذني من الشراهة. فأنا لم أعد أستطيع النظر
إلى نفسي، وأختبئ من معارفي كي لا أزعجهم بمنظري.

وبدت المريضة شخصاً تنويمياً رائعاً. ومن خلال الاتصال مع عقلها الباطن
تبين لنا أن ذلك الجزء من عقلها الباطن، الذي استدعى هذه الشهية المفرطة، قد
اهتم بصحة طفلها، الذي بلغ منذ فترة قصيرة، سنواته التسع. وبيدو أن هذه
المرأة ما إن حملت، حتى أوصتها أمها دائماً: "إذا أردت أن يتمتع طفلك بصحة
جيدة، فكلي كما يجب". وعاشت تسعة أشهر الحمل في منزل والدتها، والأم
بدورها كانت تقدم كل يوم الإيحاءات اللازمة، وبالمناسبة، فالوالدة ذاتها كانت
بدينة جداً. أما الشيء الممتع في هذه الرواية هو أن المرأة استطاعت في الحقيقة

أن تتباهى بصحة ابنها. ولكن بأي ثمن! فعقلها الباطن، ببساطة، لم يعرف طرقاً أخرى للتصرف من أجل صحة الطفل.

وكثيراً جداً ما تعتبر الشراهة طريقة عصابية من أجل تحقيق نوايا باطنية إيجابية. والنهمون يعطون الطعام صفات خاصة ما، إلى جانب ذلك، ارتباطه بمتعة الجوع الفيزيولوجية. مثلاً، وبمساعدة الأكل يسعى الإنسان إلى ملء الفراغ الانفعالي، وتبنى في العقل الباطن العلاقة التالية: ملء المعدة - ملء الفراغ الانفعالي، تحقيق كمال الوضع الانفعالي. وهذا يعني أن تكون متواصلاً مع البشر، وأن تكون محبوباً وكاملاً. فغياب الحب والمتعة في الحياة يؤدي إلى أن يستخدم الشخص الأكل كوسيلة من أجل الحصول السريع والمناسب من ناحية الوقت على الرضا. ولكن، وحيث أن هذا خداع ذاتي، فإن الجسد غالباً ما يتطلب وجبات جديدة.

وخطر لي الحديث أيضاً عن أن الأمل يجب أن يكون مقصوراً على مصادرك الداخلية، وليس على الأدوية السحرية. ولو كنت تأمل بمساعدة الوسائل الكيميائية، فإنك تقلل من قيمة قوتك الداخلية. فعملية الحصول على الوزن الأنموذجي - هي، قبل أي شيء عمل على الذات: من الداخل والخارج. داخلياً - هو الإفضاء بأفكارك وسلوكك إلى حالة التناغم والتساوي. وظاهرياً - هو تنظيف الجسد من الأوساخ، وتغيير تبادل المواد، التغذية الصحيحة، الجهد الفيزيائي المنظم للحفاظ على العضلات في حالة الحيوية.

المفاصل

وتمثل تغيير الاتجاه في الحياة وسهولة الحركة.

التهاب المفصل، الروماتيزم

ويتم اكتساب هذا المرض بسبب النقد الدائم للذات والآخرين. فالأشخاص المصابون بالتهاب المفاصل يسعون دائماً لأن يكونوا "كاملين" في كل شيء وأي وقت، ويريدون لعالمهم المحيط أن يكون كاملاً، وهو ما يصبح "عبئاً لا يحتمل" بالنسبة إليهم. فهل يمكن للنقد والمحاكمة أن تجعل شيئاً ما أو أحداً أفضل؟ وهل يمكن للشر أن ينتصر على الشر؟

وقد لاحظت الخاصية التالية: الأشخاص المصابون بالروماتيزم، عادة ما يجذبون إليهم الأشخاص، الذين ينتقدوهم دائماً، لأنهم ذاتهم ذوو مزاج انتقادي تجاه المحيط. أتذكرون؟ فكل شبيهه يجتذب من هو على شاكلته.

ففي أفكار هؤلاء الناس يوجد الكثير من القهر والعنف، إلا أنهم شخصياً

انتقاديو العقلية فيما يخص مظاهر القوة المختلفة. فهم يختبرون غياباً كبيراً لحب الذات والعالم المحيط، ولا يحبون أنفسهم ويشعرون أنهم لا يحبونهم أيضاً. ويتعامل هؤلاء الأشخاص مع الحياة وكأنها قاسية وغير محتملة. ويشعرون أيضاً أنها حملتهم كثيراً جداً. وهم بذلك يلقون على أنفسهم أعباءً لا يقدرّون عليها.

وكما صرحت لي إحدى مريضاتي، التي تعاني من آلام المفاصل:
- أصبحت لا أستطيع، عندما يضغطون عليّ. لا يمكنني أن أتحمّل ذلك.

غالباً ما يشاهد التهاب المفاصل لدى كبار السن، لماذا؟ لأنهم "يتصلّبون" في قناعاتهم، ويصبحون غير مرّنين. والتهاب المفاصل أحياناً هو عائق فيزيائي أمام إطلاق الغضب، الحقد والكراهية. فعندما يريد الشخص ضرب أحد ما أو شيء ما فإن عقله الباطن يمنعه من ذلك بالطريقة المناسبة.

جاءت لعيادتي مريضة تعاني من آلام المفاصل. وقد ظهر المرض لديها قبل عدة سنوات. وبمساعدة الهرمونات ومضادات الالتهاب استطاعت إيقاف تطور المرض، غير أن المرض، رغم ذلك، تقدم باستمرار.

وقد قالت لي المريضة ذاتها أن المرض ظهر لديها بعد إجهادها.
- قبل خمس سنوات تعرضت لإجهاد قوي، - قالت المريضة. - وعندها، كنت وزوجي نعيش في مدينة أخرى. ومرة قام بعض الأحداث بضرب ابني بقوة. وعندما دخل إلى المنزل، كان النظر إليه مؤلماً. وكان زوجي صياداً، ولديه سلاح. فأخذ السلاح صارخاً: "سأقتل هؤلاء السفلة!" - وركض إلى باب الشقة. ولكني تمسكت به بشدة ولم أتركه حتى "برد" كلياً. وبعد أسبوع، بالضبط، بدأت مفاصلي تؤلمني. وبلجوتنا إلى عقلها الباطن، اتضح لنا السلوك الذي قاد إلى خلق ذلك الوضع الإجهادي. وعارفة أسباب تلك الحالة، ولاحقاً، أسباب المرض شعرت المرأة بنفسها أفضل بمرات، وإضافة لذلك، اخترت لها أدوية هوميوباتية. وخلال بضعة أشهر اختفت تدريجياً كل أعراض المرض، الذي امتد لسنوات عديدة.
ومرة أخرى، أقنعتني هذه الحادثة أنه من الأهمية بمكان تنحية الأسباب الحقيقية للمرض.

العنق

وهو يرمز إلى المرونة، والقدرة على كل ما يجري في المحيط ومن الخلف. وإصابات الرقبة (مثلاً: تصلب العضلات) هو التعنت وغياب الليونة، عدم الرغبة في مشاهدة الجهات الأخرى للمسألة.

تواجدت لديّ مريضة ظهر لديها الصعر* أكثر من مرة، عندما كانت لا تتوافق مع زوجها.

- ما إن يبدأ "بالخرط"، والتفوه بالترهات، - قالت المريضة، - حتى أبتعد عنه بشكل واضح وأحاول عدم الاستماع إليه.

وامرأة أخرى، ما إن تظهر مقاومة أو تبدأ بالانتقاد، حتى تتخشب رقبتها في الوقت نفسه.

الظهر

الظهر- هو رمز قاعدة الحياة. أما العمود الفقري فيرمز إلى مرتكز الحياة المرن. ومشاكل الظهر والعمود الفقري تعكس غياب المرتكز والدعم في الحياة. فأنت تفهم الحياة على أنها خارجة عن طاقتنا، كلاحتمال الدائم لأثقال الحياة.

وقد جاءت لعيادتي امرأة كسر عمودها الفقري منذ فترة وجيزة. وعندما بدأت تفسير الأسباب الباطنية للإصابة، قالت:

- هل تعرف يا دكتور، أنا لم أشعر أبداً بمساعدة زوجي.

- المساعدة في ماذا؟

- حسناً، أنت تعرف أن المرأة تريد دائماً أن تشعر بمؤازرة الرجل. وأنا لم

أشعر بها. وكان لديّ إحساس أنه لا يحبني، وهو يعيش معي من أجل الأولاد فقط. ولم ألحظ أي مساعدة مادية ملموسة من قبله.

ويؤدي الخوف على النقود، والبجوحة المادية إلى إصابات في القسم الأسفل من الظهر.

ومنذ فترة وجيزة ذهبت إلى صديقي في زيارة.

- اسمع، - سألني صديقي، - اليوم، طوال النهار، - أشعر بألم في الحقو،

ويرتد ذلك إلى الرجل. فما هو سبب ذلك؟

- هل لديك توترات ما تتعلّق بالنقود - توجّهت إليه بالسؤال.

- بالضبط! اليوم صباحاً أعطيت كمية كبيرة من النقود ولا أدري،

هل يعيدونها لي أم لا؟

وعندما يحضر إليّ أشخاص مصابون بداء التغضرف العظمي في النخاع

الشوكي، فكثيراً ما تسمع منهم الجمل التالية:

- لقد حملت كل هذا على كتفي.

- أنا أحمل نفسي كثيراً جداً في حياتي.

* داء في الرقبة يتعذر معه الالتفات.

- هذا خارج عن قدرتي.

- لديّ إحساس أن ابني جلس على كتفي وأرعى رجليه.

- هذا "صليبي" ويجب عليّ حمله طوال حياتي.

تجلس أمامي امرأة شابة. والسبب الذي أجبرها على الحضور هو آلام في

الظهر.

- دكتور، أنا طوال حياتي أحمل الجميع على "ظهري" وأتحمل مسؤولية

كل شيء، فأنا أحصل نقوداً أكثر من زوجي، لذلك يعتبرونني "المنتجة"

و"المعيلة"، وأساعد والديّ أيضاً، وكذلك لديّ "صليبي" في هذه الحياة، ألا وهو

أخي - المعاق، وأنا أساعده أيضاً. لو أنك عرفت كم أنا تعب، وكم خطر لي إلقاء

هذا الحمل الثقيل عن نفسي. فساعدني يا دكتور! وعلمني السهر على أقربائي مع

الشعور بالسعادة والراحة.

أنا أعتبر أننا ملزمون بتحمل كل تقلبات الحياة بسعادة، لأن موقفنا من الحياة

فقط، يحوّلها إلى عبء. ولذلك، وقبل أن نحمل أنفسنا ونضع على كتفينا مشاكل

الآخرين، يجب أن نسوي أمور حياتنا أولاً. إذن - أدخل البدع في عقيدتك: فتعلم أن ترى

كيف تهتم الحياة بك وتؤازرك.

ولقد شعرت في نفسي، كيف أن حياتي، وبالمقارنة مع أخذ كل المسؤولية عن

عالمي على عاتقي، قد أصبحت أسهل بمرات. ونزل عن كتفي العبء الثقيل للإحساس

بالذنب، الامتعاض، الانتقاد والمناقشة.

الأرجل

يعكس وضع الأرجل كيفية سيرنا وتحركنا قدماً في حياتنا.

أمراض الأرجل ومعضلاتها

وهي عبارة عن خوف من المستقبل. عدم الرغبة أو الخوف من التحرك إلى الأمام

في الحياة.

ولدى أحد الرجال بدأت إصابات الأوعية في النهايات السفلى. وقد استوضحنا

السبب الباطني لذلك، وبدا أنه الخوف على مستقبل أولاده.

وكذلك، يمكن لغياب الهدف في الحياة أو اختيار الاتجاه غير الصحيح، أن

يكونا سببين لمشاكل الأرجل.

لجأنا إلى العقل الباطن للمريض، الذي شدّ مفصل قدمه (الكاحل) برباط

قوي منذ فترة وجيزة.

"أي سلوك سلبي أردت تحقيقه بالنسبة لي بمساعدة هذه الإصابة؟"
توجهنا بالسؤال إلى عقله الباطن.

"أنا أسهر على راحتك"، - تلقى المرض إجابة ذهنية من عقله الباطن.
وعلى ما يبدو أنه وغداة الإصابة، كان على المريض أن يوقع اتفاقاً مع
إحدى الشركات بمبلغ كبير. وكانت لديه شكوك في قانونية هذا الاتفاق، إلا أنه
قرر الذهاب للتوقيع. وها هو، عندما خرج من منزله، تعثر على السلم ولوى رجله.
وقد أجبرته الإصابة على المكوث في المنزل طوال ذلك اليوم.

- هل تعرف يا دكتور، أن الشركة تلك، تعرضت للإفلاس بعد أسبوع من
ذلك؟ - لكنني بطريقة ما ربطت هاتين الحادثتين فيما بينهما. ومع أنني كنت
سعيداً لما حدث لي، غير أن السؤال الذي يطرح نفسه هو: لماذا اختار عقلي الباطن
هذه الإصابة المرضية تحديداً طريقة للاهتمام بي.

- يمكن أنك لم تستمع إليه بالتراضي.

- نعم، هذا صحيح، لأنني عندما تعرفت على أولئك الناس، كان لدي
إحساس بسوء ما، إلا أنني لم أعر اهتماماً للموضوع.

الجلد

يقوم الجلد بحماية شخصيتنا الذاتية، عدا عن ذلك هو عضو ضخيم من حيث
المساحة والإمكانات لناحية الإدراك والفهم.

أمراض الجلد

أعتقد أن أمراض الجلد غير موجودة نهائياً، بل توجد أمراض داخلية مع ظهور
بروزات خارجية تبدو على الجلد. لذلك، من غير المعقول، لا بل والممنوع، استخدام
المراهم. فباستخدامنا المراهم ودهن البروزات الخارجية، نحن بذلك ندفع المرض إلى
داخلنا. واستخدام الطرق الخارجية - ليس علاجاً، بل هو كبت وإسكات للمرض.
وأي مرض - هو إشارة إلى أن الإنسان يقوم، في حياته، بأفعال قاتلة أو يسمح للأفكار
والانفعالات السلبية بالدخول إلى روحه. ويبدو ذلك أكثر وضوحاً عند الإصابات
الجلدية.

وخلال دروس علم الأنسجة (histology)، في كلية الطب، يدرسون أطباء
المستقبل أن النسيج العصبي والجلد يخرجان من لوح جنيني واحد عند تكون الجنين.
إذن، لماذا لم يعر الطب أي اهتمام لهذه الحقيقة حتى الآن، ويستمر بوصف المراهم،
والهرمونية أيضاً، لكل مرضى الطفح الجلدي؟
أنا شخصياً أقر بثلاثة أمراض "جلدية" (وذلك بصعوبة كبيرة)، والتي يمكن

معها استخدام الوسائل الخارجية. وهي الحكمة (الجرب)، الحزاز الجلدي والتقمل (القُمال). إلا أنه في تلك الحالات، وإلى جانب الأدوية الخارجية، من الضروري إجراء "تنظيف" عميق للجسد والعقل الباطن.

وأمرض الجلد - هي عبارة عن كدر عميق مخفي، قذرة، شيء ما قبيح، يسعى إلى الخارج. والجلد، في هذه الحالة، يعمل كصمام أمان، يخرج من خلاله كل ذلك إلى السطح، والمظاهر الجلدية للمرض - هي انفعالات مُخبّأة عميقاً، تسبب القذارة للروح، وهي التي يسعى الجهاز للتخلص منها وتحرير ذاته. ويمكن لهذه الانفعالات أن تكون قلقاً، خوفاً، شعوراً بالخطر الدائم، أو توتراً تجاه أحد ما، تأففاً وعدم تحمّل، وكذلك سخطاً، كرهاً، امتعاضاً وشعوراً بالذنب.

وهناك سبب آخر - فمن الممكن أن تشعر أنك غير محمي. ولأن الجلد يؤدي وظيفة الحماية من خرق صحتك وقبولك الهادئ للعالم المحيط. وإليك بعض الجمل، التي يمكن أن تشير إلى السبب:

شيء ما يهيجني؛
يديا تهرشانني لأفعل ذلك؛
شوق (حكمة) لبعض الأشياء؛
لقد لطخت نفسي.

الحساسية، الشرى

هذا المرض - هو علامة غياب الرقابة الشخصية الانفعالية. فبهذا الشكل، يقوم عقلك الباطن بإخراج تلك الأحاسيس والانفعالات، التي تكدّسها في داخلك إلى الخارج (وتحديداً تلك التي تلطّخ روحك)، مثلاً: التوتر، الامتعاض، التذمر، الحقد. فلو كان لديك حساسية، فإن ذلك يعني أن هناك أحداً ما أو شيئاً ما في حياتك لا تحتمله ولا تتقبله. ويمكن لذلك أن يكون أحد ما من الناس، أو ناحية ما من نواحي الحياة أو وضع ما. والمواد أو الأشياء التي تستفز الحساسية كردّة فعل، - ليست هي سبب الحساسية. فالسبب يكمن في الداخل، وليس في الخارج.

فقد جاء إلى عيادتي رجل يعاني من الشرى. وقمنا باستيضاح أسباب المرض الباطنية. وبدا أنها تتمثل في التهيج، الغضب والامتعاض. وقد بدأ المرض قبل ثلاثة أيام، بعد أن حدثت للمريض مشكلة مع إدارته في العمل. ولم يستطع تمالك نفسه ولا بأي شكل، وحبس الانفعالات السلبية في داخله. وشرحت له أن سبب الحالة الصدمية في العمل تختبئ في داخله شخصياً، وبدلاً من أن يدين القيادة، يجب عليه البحث في داخله وتغيير موقفه من عمله (الذي هو بالمناسبة لم يحبه أبداً)، وكذلك من ذاته ومن رئيسه في العمل.

وفي اليوم التالي، بالضبط، وبعد أن تعرف المريض إلى أسباب المشكلة، فإن جلده تنظف بالكامل. وهذا الرجل لم يقم بإخفاء المرض أو دفعه بالحبوب، بل تقبله كإشارة. وبهذا الشكل شكّل المرض دفعة نحو التطوير الذاتي بالنسبة لهذا الرجل.

وغالبا ما يتواجد التحسس عند الأطفال، حيث أنهم، وبالتميّز عن الكبار، لم يتعلّموا بعد ضبط انفعالاتهم. وردّة الفعل التحسسية عند الأطفال - هي انعكاس لسلوك الأهل.

وكثيراً ما يأتي لعيادتي الوالدان مع أطفال - متحسسين. وقد أعطت طريقة المعالجة المثلية (الهوميوباتية) دائماً فعالية رائعة. وعندما أصبحت أدمج تناول الوسائل الدوائية مع "تنظيف" العقل الباطن، فإن النتائج باتت أفضل. ها هي امرأة تتواجد في عيادتي، وهي أم لطفلين: يبلغ أحدهما تسع سنوات والآخر أربع سنوات.

- قل لي يا دكتور، توجّهت إليّ متسائلة، - لماذا لا توجد حساسية لدى طفلي الكبير، وفي الوقت نفسه، تجد لدى الطفل الأصغر ردّة فعل تحسسية كبيرة جداً؟ وكذلك أي مرض، حتى نزلات البرد، تظهر لديه بصورة شديدة. - وما هي الخلفيات الانفعالية التي تواجدت لديك خلال الحمل الأول والحمل الثاني؟ - توجّهت بالسؤال إليها.

- لقد فهمت عن أي شيء تتحدّث، - أجابت المرأة. - في الحقيقة، كنت هادئة خلال الحمل الأول، أما في الحمل الثاني، فقد كانت أمي تصر على أن أجري عملية إجهاض، ولكنني لم أستمع إليها. - لماذا؟

- قالت أن الوقت مبكر على امتلاك طفل ثان، ولن نستطيع استيعابه مادياً. - ها هي علاقتك معها في ذلك الوقت، والآن أيضاً، تشكّل سبباً لحساسية طفلك الأصغر. فأفكارك السلبية وانفعالاتك وأفكار والدتك، كلها تشكّل حالياً خلفية تحسسية.

- ولكن، كيف أمكنني أن أتفاعل مع موقفها ذاك؟ - سألت المرأة باندهاش. - حسناً، أول ما أستطيع قوله لك هو أن كل ما فعلته أمك، أنها عكست مخاوفك وشكوك الشخصية. ثانياً - هي أصرت على الإجهاض، متمنية لك البحبوحة المادية. وها أنت تملكين الولد والنقود. وبالنتيجة، فإن والدتك قد ساعدتك في الاثنتين. أما أنت فتحفظين بالكراهية والامتناع تجاهها.

- حسناً، وماذا يجب عليّ أن أفعل؟
- أعيد النظر في أحداث ذلك الوقت بأحاسيس وانفعالات جديدة. وفي

المقام الأول يجب أن يكون الشعور بالحب. فمن المهم مسامحة أمك وتغيير موقفك منها، لا بل وشكرها أيضاً. وتذكرني: "بجلّ والديك"، وبمعنى آخر: "ولا تقل لهما أفٍ...". ويجب عليك أن تدركي أن سبب سلوك والدتك كانت مخبأة فيك شخصياً.

وقد أثبت العلماء حقيقة ممتعة تقول: لا توجد ردة فعل تحسسية تحت تأثير التتويم المغناطيسي أو المخدرات. أي أن الوعي يلعب الدور الأول هنا.

وهذا المرض يشير بوضوح إلى تعصبنا ضد شيء ما في هذا العالم. إذا كانت لديك حساسية، فذلك يعني أنك تخفي، وتدفع في داخلك عدوانية ما. وكل هذه الأحاسيس تبحث عن مخرج إلى السطح.

ومن أجل العلاج، يجب التوجّه إلى داخلك، وإعادة النظر بصدق وشجاعة إلى ما تتجنبه. وراجع مواقفك. فلا يجب صنع عالم معقّم، ولا الخوف من الحياة، بل على العكس، عليك تقبّل كل ظواهرها. وتذكّر القاعدة الذهبية: "يمكن استخدام أي قوة في هذا العالم لعمل الخير".

الطفح، الحكمة

الطفح - هو أي توتر، خارج من خلال الجلد إلى السطح. فهناك شيء ما لا يناسبك، وأنت تخفي أحاسيسك. وكل ما هو مخبأً يصبح ظاهراً - وجلدك هو الذي يبوح بانفعالاتك.

ويمكن لذلك أن يكون شعوراً بالذنب أيضاً. فأنت قد "لطخت" نفسك بتصرفات ما.

جاءت لعيادتي امرأة، وعلى وجهها بقع متقشرة، والسبب هو الشعور بالذنب تجاه زوجها. فقبل عدة أشهر قامت بخيانتها، وبذلك "لطخت" شرفها ووجهها. فمن ناحية أرادت الاعتراف له بكل شيء، ومن ناحية أخرى كانت تخاف من ذلك. أما العقل الباطن، فجعل أحاسيسها واضحة.

ويمكن لتأثير أمنياتنا أن تؤدي إلى الحكمة. فتذكر مقولة: "إن يديه تأكلانه لفعل شيء ما". أو أنه لديك رغبات منافية لخلقك ولا ترتبط بالواقع.

ويستطيع عدم الرضا في الحياة أن يؤدي إلى الحكمة واحمرار الجلد. والحكمة - هي شبق باطني مناسب، وحكمة الجلد تحل محل حقيقة الرضا رمزياً. أي، بمعنى أنك تريد الحصول على المتعة (الرضا)، غير أن ذلك لا يلتقي مع قناعاتك الأخلاقية.

وكان لدى إحدى مريضاتي حكة في الأعضاء الجنسية الظاهرة، وعملياً، كانت كل مساء، عندما تستلقي في الفراش تبدأ بهرش هذا المكان. والسبب - هو عدم الرضا عن الحياة الجنسية مع زوجها. وبهذا الشكل، قدم لها عقلها الباطن إمكانية توجيه الانتباه إلى نفسها كأمراة.

الطفح عند الأطفال - هو إنذار للوالدين، ليعيدا النظر في سلوكهما، والعلاقة فيما بينهما. وأية انفعالات سلبية للأم في فترة الحمل، وقبل ذلك بحوالي السنة، يمكن أن تصبح سبباً لأمراض شديدة لدى الأطفال.

ففي مكتبي تجلس والدة شابة وطفلتها الصغيرة. والفتاة مصابة بالأهبة الليمفاوية. وجلدها جاف ومغطى بالطفح، الذي تهرسه الطفلة بشكل دائم. والمراهم والحبوب، المجربة مسبقاً، لم تعط نتيجة.

ومجربين البرنامج الباطني للسلوك، استوضحنا أن سبب المرض يكمن في سلوك الأم خلال فترة الحمل. فهي، أولاً، لم تكن ترغب في الإنجاب، وبذلك زرعت في عقل الفتاة الباطن برنامج تحطيم الذات. وثانياً، كل فترة الحمل تقريباً ترافقت بمشاكل مع الزوج. وفي النتيجة، فقد تطلقا خلال سنة.

وبمرضها أظهرت الفتاة لأمها أن من واجبها تغيير سلوكها. فأعطيت للأم أدوية هوميوپاتية خاصة بالفتاة، وعدا عن ذلك، شكّلنا نحن وإياها دعاء معيناً من أجل تحييد أفكارها السلبية في تصرفاتها مع زوجها وأطفالها، ذلك الدعاء كان يجب عليها تلاوته خلال وقت معين. وها هو جلد الفتاة قد بدا "نظيفاً" خلال شهر.

ويعطيك تهيج الجلد إنذاراً عن أن اللطف والهدوء، الاهتمام و"التغنيج" غير موجودة في حياتك بشكل كاف. فأعر الاهتمام لنفسك. وانشغل باحتياجات جسدك.

الأكزيما، الالتهاب الجلدي العصبي

الأكزيما والالتهاب الجلدي العصبي، هما العداوة والكره الأشد قوة. فأنت ترفض وجود أحد ما أو شيء ما في حياتك أو "تسلخه" منها.

وهناك رجل استاء كثيراً من زوجته، وبعد ذلك ببعض الوقت، أول ما ظهر لديه التهاب رأس عضوه الذكري، ومن ثم - ظهرت الأكزيما على يده اليمنى. فضلاً عن أنه توضح فيما بعد أن برنامج تحطيم النساء أثر في عقله الباطن، هذا البرنامج المنتقل إليه عن والده، وقد تمثل ذلك بعدم ثقته بالنساء. واستطاع المرض تحييد البرنامج لبعض الوقت. وبالنتيجة، فإن المريض يستطيع العلاج من هذا المرض في حالة واحدة فقط، وذلك عند تغيير موقفه من النساء ومن نفسه كرجل.

وكقاعدة، فإن الإحباطات المزمّنة، أي الإجهادات القوية، تؤدي إلى الإصابة بالأكزيما والالتهاب الجلدي العصبي. وفي لحظات الحياة تلك، تخرج عدوانية هائلة إلى السطح.

وقد جاء إلى عيادتي رجل مصاب بالأكزيما في راحة كف يده.

- هاك يا دكتور، انظر ماذا حصل في يديّ. فأنا لا أستطيع الاحتمال أكثر، لذلك عليك القيام بشيء ما.

وكانت اليدين في وضع مخيف: تغطيهما القشور المتقشرة، وقد خرج القيح من تحت بعضها. وقد جرب المراهم وأدوية أخرى مشابهة، غير أنها لم تساعده بشيء. وها هو يتعذب ويعاني من حكة والتهاب غير محتملين.

وقد جاءني المريض على اعتبار أنني طبيب - هوميوباتي، ولكنني، في ذلك الوقت، درست التنويم المغناطيسي وقررت معرفة أسباب المرض من خلال العقل الباطن، وبسهولة، أجرينا اتصالاً مع العقل الباطن، وسألته:

- قل لي، هل جرت أحداث في الماضي، ويمكن لها أن تكون سبباً لتطور ونمو هذا المرض؟

- نعم، - أجاب المريض، وهو في وضع التنويم.

- حدثني عن تلك الأحداث بالتفصيل، - طلبت منه ذلك.

- حدث ذلك قبل شهرين، - بدأ المريض حديثه. - منذ زمن كنت أشك في أن زوجتي تخونني. وفي إحدى المرات، ضبطتها مع حبيبها في السيارة. وقد تكون في داخلي الكثير من الاستياء، الكره والغضب، لدرجة أنه ظهرت لديّ رغبة برش السيارة بالبنزين وحرقتها بداخلها.

- ولماذا كانت تلزمه الأكزيما في ذلك الوقت؟ - سألت، متوجّهاً إلى عقله الباطن.

- ذلك، لمنعه من القيام بما كان يفكر به، - أجابني الرجل بالنيابة عن العقل الباطن.

بهذا الشكل يمكن للغيرة أن تكون سبباً في نمو وتطور الأمراض الجلدية.

أما عند الأطفال، فالأكزيما ترتبط، حتماً، بتصرفات الأهل. وفيما بعد، عندما يشبّ الطفل، فهو يصنع المرض لنفسه، مؤسساً على أفكار والديه القديمة وانفعالاته القديمة أيضاً.

في عيادتي، وللمرة الثانية، فتاة تبلغ من العمر ثمانية عشر عاماً. فعندما كانت في الثالثة من عمرها ظهرت لديها الأكزيما أو الالتهاب الجلدي العصبي (التسمية هنا ليست مهمة) في ثنيات المفاصل. وكان والداها، في تلك الفترة، يدهنان الأماكن المصابة بالمراهم، طاردين المرض، بذلك، ودافعين به إلى داخلها عميقاً. وقد أعطى أول برنامج علاجي هوميوباتي نتائج قوية، الأمر الذي ظهر بعده تحسن ملموس. وقد عرفت، بالخبرة، أنه إذا ما عالجت تلك الحالات بالوسائل الهوميوباتية فقط، فإن ذلك يتطلب وقتاً وجهداً كبيرين.

- دكتور، ألا يمكن العلاج بشكل أسرع؟ - سؤال طرحته المريضة.
- وما هي قوة رغبتك في العلاج بشكل أسرع؟ - كان جوابي على شكل سؤال.
- أنا أرغب في ذلك جداً، - قالت المريضة. - أنا جاهزة لتنفيذ كل ما تقوله.
وقد قالت لي أمي أنك توحى للعقل الباطن وتلقنه شيئاً ما، فيذهب المرض.
- أنا لا أوحى بشيء، - أجبتها. أنا ببساطة أساعد مرضاي على إدراك الأسباب الحقيقية للمرض وتنجيها.

فأنا أساعد فقط، والمريض نفسه يزيل تلك الأسباب. وكل شيء يتعلق بقواه ورغباته الشخصية. ولأن الناس هم من يخلق الأمراض لأنفسهم، ما يعني أنهم ملزمون شخصياً بازالتها. والطبيب لا يعالج المرض - لكنه يساعد المريض على أن يصبح معافى.

- أنا جاهزة. فقط قل لي ما هي الأسباب لدي؟
- كيف تتعاملين مع والدك؟ - سألتها، ناظراً إلى عينيها.
- بشكل طبيعي، - أجابت غير مهتمة ووبرودة، محوّلة نظرها إلى الجهة الأخرى.

- اشرحي لي من فضلك، ماذا تعني كلمة "طبيعي"؟ - طلبت منها ذلك.
وغداة ذلك، كنت قد جلست مع والدتها، التي جاءتني بنفسها طلباً للمساعدة، وفسّرت لنفسي أن أسباب المرض عند الأم، هي ذاتها عند الفتاة. فلم يكن لدى الأم أية أحاسيس دافئة تجاه والد الفتاة، الذي كان كثيراً ما يتعاطى المشروبات، والمرأة كانت تعيش معه من أجل ابنتها فقط، والحب كان قد غادرهما منذ زمن، ولم يبق لديهما سوى الامتعاض، التوتر، الشكوك والعقابات القديمة. وظهر مؤخراً الخمول وعدم الاكتران أيضاً.

- ببساطة، أنا أحاول أن أتعامى عن وجوده، - قالت الفتاة، غير أن صوتها قد تغير. - فقديماً كانت هنالك إهانات وشكوك، أما الآن فأصبح عدم اكتران.
- لقد قلت لي أنك مستعدة لتنفيذ كل شيء، لأن المطلوب هو الشفاء.
حسناً، بإمكانك امتلاك جلد معافى فقط عندما تمتلئ روحك بالحب تجاه والدك.
- أنا لا أستطيع القيام بذلك.

- لماذا؟

- ولماذا عليّ أن أحبه؟ - قالت الفتاة بصوت مرتجف. فكل ما أعنيه من حياتي أنه أهاننا أنا وأمي، ولم يسمح لنا بالعيش بشكل طبيعي، فقد كان يسكر دائماً.
فهل يجب عليّ احترامه من أجل ذلك؟
- لا، ليس من أجل ذلك. بل لأنه والدك. ويجب عليك أن تفهمي أن والدك هي التي اختارت لنفسها رجل كهذا. وأنت، أيضاً، اخترت لنفسك أب كهذا.

- وكيف ذلك، أنا اخترته لنفسي؟

- الرب يعطينا الوالدين اللذين نستحقهما. فتوري على المنطق الدنيوي. اقبلي وأحبي والدك لأنه ببساطة أبوك وأعطاك الحياة. ولأنه هو الأب الأفضل بالنسبة لك. ابدئي برؤية الجيد فيه. فصي العلاقة مع الوالدين يجب أن يتواجد الاحترام والحب فقط، وليس الاستياء والشك. وتقول إحدى الكلمات المأثورة: "بجلّ والدك". أو كما جاء في الآية الكريمة "وبالوالدين إحساناً". والحب لا يمكن ولا يجب أن يخضع لشيء في هذه الحياة، ولا لأية قيم دنيوية. فأمك لم تحب لا نفسها ولا أباك. أما السبب الذي كان أبوك يشرب المسكرات لأجله، فهو غياب الحب المذكور.

- ومن أين لك أن تعرف كل ذلك؟

- لقد تحدّثت إلى والدتك عشية هذه الجلسة. فإذا بعثت الحب في داخلك، فستكون لديك الفرصة، ليس للشفاء فقط، بل ومساعدة والدك أيضاً. فعندما يحب الإنسان، فهو يخلق جواً من الحب حوله، وذلك يؤثّر بقوة على الأشخاص المحيطين.

وها أنا أرى أن عيني الفتاة أصبحتا خضلتين، ومعالم وجهها باتت أنعم. وواحدة أخرى، كانت لتبكي منذ زمن، إلا أن فتاتنا تماسكت. ومع ذلك كانت تجري في داخلها تغييرات.

- وهل تحبين نفسك؟ - سألتها بعد توقف قصير.

- محتمل، ولكن ليس كثيراً. فأحياناً أنا أكره ذاتي. وتابعتنا الجلسة قدماً.

وفي حالات كهذه، يمكن للشفاء أن يحصل، فقط، بعد جهد وعمل كبير تجاه الذات. وإذا ما أصبح الطفل شاباً، فإن العمل ممكن معه، وإذا كان لم يزل صغيراً، فإن التغيير واجب على الوالدين. فالتنظيف يجب أن يطال الأفكار وليس الجلد، لأن تنظيف الداخل يؤدي إلى تنظيف الخارج أو السطح.

الصدفية

يمكن للإحساس بالذنب والرغبة في معاقبة الذات أن تصبحا سبباً لنمو الصدفية.

جاء لعيادتي رجل شاب مصاب بالصدفية، وقد ظهر المرض لديه قبل سنة. أقمنا اتصالاً مع عقله الباطن، ولجأ هو إلى داخله:

- أي تصرف هو الذي قادني إلى المرض؟

وقياساً بالطريقة التي طرح فيها السؤال، فقد بدأ لون وجهه يتغير، وكست وجهه حمرة الخجل.

- دكتور، لقد فهمت ما هو السبب، - قال المريض. - فهل يمكن ألا أتحدث أمامك عن ذلك؟

- طبعاً يمكنك ذلك، - أجبته قائلاً. - فأني معلومة تستلمها من عقلك الباطن، لك الحق في إبقائها لنفسك.

- لا، أفضل أن أخبرك بذلك، - قرّر المريض. وبدأ يحدثني مكاشفاً كيف أنه، وقبل سنة، "لطّخ نفسه" بخيانة زوجته مع زوجة صديقه. إحساسه القديم بالذنب يقوده إلى المرض، ومن المهم جداً أن الصدفية قد أصابت زوجته أيضاً. وعندما نظر إلى "بقعه"، تذكر، على الفور، زوجته واختبر الشعور بالذنب.

وقد وجدت أن الصدفية تظهر بعد حالات الإجهاد. وخلال أعباء نفسية فائقة كهذه، فإن الناس يقتلون مشاعر ما لديهم، مثلاً الشعور بالثقة، الحب أو الأمان.

وبدأت الصدفية بالظهور لدى أحد الرجال بعد أن تم خداعه، وخسارته مبلغاً كبيراً من المال نتيجة تلك الخديعة.

- بعد تلك الحادثة فقدت الثقة بالناس، - قال ذلك الرجل.

أما عند هذه المرأة، فقد بدأ ظهور الصدفية بعد موت والدها.

- لقد فقدت أعلى شخص في حياتي، - قالت المرأة والدموع تملأ عينيها. -

لأجل ماذا عليّ أن أحيا الآن.

ولاحظت أيضاً، أن مرضى الصدفية أشخاص مشتمزون، ويوجد لدى البعض منهم "هوس" النظافة. وكما نذكر، من خلال الجزء الأول من هذا الكتاب، أن الشعور بالقرف يعكس كرهها شديداً وازدراء تجاه شيء ما في هذا العالم. ويعمل في العقل الباطن برنامج التبرؤ أو "التنازل"، وهذا يظهر على الجلد.

- أنا أكره هذه البلاد، - قال لي رجل شاب ذلك. وهو يعاني من المرض منذ زمن. لا أستطيع رؤية هذه الشوارع المتسخة، وأحتقر الأفضاظ والأندال والحساد والمتملقين. وأكبر لذة عندي، - تابع قائلاً، - هي الاستلقاء طوال اليوم في فراش نظيف مع امرأة نظيفة وشرب نبيذ جيد، وتناول طعام جيد.

ومع مرض كهذا فمن غير الطبيعي أن يتقوى الجلد المقترن، فالجلد في الأماكن المصابة يصبح خشناً. وهذا دليل واضح على أن الإنسان يريد حماية نفسه من العالم المحيط.

من المهم للمريض بالصدفية أن يفهم أنه يعيش في عالم نظيف ومتناغم وخال من الأمراض، وليس أنه يعيش ببساطة، وإنما هو الذي يخلقه.

البهاق

والبهاق هو إحساس بالانزعاج التام عن كل أو الكثير في هذا العالم، أي عزل الذات. وكأنك، في محيطك، لا تشعر بأنك عضو كامل الحقوق في هذا المجتمع.

قبل عدة سنوات، ظهر البهاق لدى أحد المرضى، وهو شاب يافع. فقد بدت البقع الفاقدة للصبغ (الخصاب) على جسده ووجهه. وكان الشاب نحيفاً جداً، خجولاً، وصوته خافت وهادئ، وغالباً، كان يذکر بالفتيات. وتشكّلت لديه مجموعة من النواقص، وهو ما قاده إلى النأي بنفسه عن محيطه الاجتماعي. وقد نأى الشاب بنفسه عن معايشة أترابه.

وحددت له دواءً هوميوباتياً حيث كانت لديه أمراض مرافقة، ثم اختلفنا وإياه أساليب جديدة للسلوك.

وبعد أول برنامج علاج تضاءلت بعض البقع، أما الأخريات فقد بدأ يظهر عليها بعض جزر الخضب.

العد أو حب الشباب

عدم الرضا عن الذات، وعن المظهر الخارجي - هو السبب الرئيس لظهور حب الشباب. وكقاعدة، فإن حب الشباب يظهر في مرحلة البلوغ الجنسي، وفي هذه المرحلة يظهر بحدة سؤال، عند الشباب والفتيات، حول مظهرهم الخارجي وجاذبيتهم. وفي الوقت ذاته، فإن أي معاداة (عدم ارتياح) للذات والمظهر الخارجي سوف تظهر انعكاساتها على الوجه.

وكم من المجهود يجب على الشباب أن يضيعوا من أجل إخفاء "عيوبهم" وتحسين مظهرهم الخارجي ولو قليلاً! فبمساعدة هذا المرض تجدهم يخضعون لدرس في حب الذات ويتعلمون قبول ذواتهم وجسائنتهم كما هي موجودة.

وهناك طاقة جديدة مزروعة بشكل مخفي تبدأ بإدارة حياة الشاب، وهي تحتاج مخرجاً إلى السطح.

وفي الوقت ذاته هي تنكمش وتدفع إلى الداخل تحت تأثير الأخلاق. ودعم الكبار مهم جداً في هذه المرحلة. وقد حفظت مراسم خاصة للسيادة في كثير من القبائل حتى الآن.

في مرحلة البلوغ الجنسي تبدأ الغدد الدهنية بالعمل بنشاط، من أجل ماذا؟ يتم ذلك من أجل دهن الجسد، وتحسين الاتصال. وعند ظهور العد أو حب الشباب تتسخ الغدد وتتسد وتلتهب. لذلك، من المهم جداً تنظيف عقلك من الأفكار "الوسخة" و"الالتهابية"، فيما يخص الموقف من الطرف الآخر والجنس. ويجب الانفتاح من أجل كل جديد في حياتك، والهدوء، وقبول الجسدية كقوة هذا العالم الطبيعية. فلكل شيء وقته.

الدمل

الدمل هو الغضب والسخط الخارجان إلى السطح، الغليان الدائم والهباج الداخلي.

منذ فترة قصيرة ذهبت في زيارة إلى أحد أصدقائي، وقد كانت زوجته تعاني من وجود دمل كبير على خدها الأيمن. وهما كانا يعرفان مسبقاً طريقي في العمل، لذلك قامت الزوجة بسؤالني مباشرة:

- قل لي، بماذا يرتبط هذا الوضع؟
- ألا تعرفين ذلك بنفسك؟ على من صببت غضبك مؤخراً؟
- كيف على من؟ على زوجي طبعاً.

القمال

هل تسمح لأحد ما أن "يشغل" في رأسك وأفكارك، وأن يتدخل في آرائك وحياتك.

ومرة، ظهر القمل في رأس ابن إحدى مريضاتي. وقد عرفت الأسباب من عقلها الباطن.

- هل تعرف يا دكتور، - أضافت قائلة، - لدي عادة الكلام عن نفسي ليس بشكل مباشر، بل كشخص ثالث: "هي فكرت"، "لماذا يلزمها ذلك؟"، وهكذا...

الفتور

لقد اكتشفت أن الأشخاص الذين يعانون مما يسمى فتوراً، يتمسكون بقوة بتوتراتهم ومظالمهم القديمة.

فأفكارك القديمة "متعفنة" من زمن. وأنت لا تريد الافتراق مع الماضي وتسمح له بالتحكم بحاضرك، وهذا ما يعيق تحركك السهل إلى الأمام في هذه الحياة.

الأظافر

وهي تمثل عملية الدفاع والحماية.

أمراض الأظافر

يوجد لديك شعور بالخطر الدائم وغياب الحماية، والإحساس بأن أحداً ما أو شيئاً ما يهددك. فعليك أن تبدي اهتماماً بحماية نفسك.

- دائماً ما أشعر بتهديد ما من الناس المحيطين، - قال لي ذلك رجل يعاني منذ فترة من مشكلات مع الأظافر.

وتبين فيما بعد أن سبب تلك المخاوف في موقفه المشمئز والمستخف بعدد

كبير من الأشخاص. وليس هباء أن تصاب الأظافر مع حالات الصدفية (انظر أسباب الصدفية). وبهذه الطريقة، وبتخريبه الأظافر، يكون العقل الباطن قد حيد برنامج تحطيم الأشخاص الآخرين.

- دكتور، - تقول إحدى مريضاتي، - أريد أن أريك شيئاً ما.
ومع هذه الكلمات خلعت المريضة حذاءها وأرتني أظافر رجلها.
- انظر جيداً، - قالت وهي تشير إلى ظفر إصبعها الكبير. - هل ترى،
ها هو الجزء القديم المريض. وهنا يبدأ الظفر الجديد السليم. وفيما بينهما يبدو
خط فاصل. والظفر ينمو ببطء، إلا أنه بدأ النمو بعد لقائنا الأول بالتحديد، وذلك
قبل شهر ونصف. وعندها، قرأت كتابك وعلى أثر ذلك عدلت الكثير من أفكاري
وجعلتها مستقيمة. والآن، انظر إلى شعري، - تابعت كلامها فرحةً جداً، وبدت
تعابير وجهها وكأنها اكتشفت سرّاً ما. - كان وضع شعري سيئاً جداً، وقد
تساقط بقوة. أما الآن فقد أصبح كثيفاً واكتسب لمعاناً معيناً. وقد نسيت ما
يخص القشرة، فأنا الآن أغسل شعري بشامبو عادي، مصنوع في وطننا الغالي
أوكرانيا. ولم يبق نوع لم أجربه قبل ذلك! فقد اشترت "شامبوات" مستوردة،
وكانت دعايتها تملأ التلفزيونات. وبدا أن الأمر ليس في الشامبو، وإنما كل شيء
موجود في داخلنا. وقد فهمت ذلك الآن بدقة، بفضلك وفضل كتبك. وها أنا الآن،
أتابع العمل على نفسي وأغير طباعي، هل تعرف ماذا لاحظت؟ لقد تبين لي أن
زوجي أخ يتغير، وأصبحت علاقاتنا أفضل بكثير.

الشعر

تساقط الشعر، الصلع

ما يقود إلى تساقط الشعر والصلع هو الخوف، التوتر الداخلي القوي. فعضلات
بصلات الشعر تنكمش لأن غذاء أقل يصل إليها، لذلك تموت تدريجياً. والأشخاص
الصلع يحاولون، حرفياً، مراقبة كل شيء، وهم لا يثقون بتطور العملية الحياتية.
وعن ذلك، كمجهودات انفعالية قوية تؤثر على الشعر، معروف من الحوادث
الشيب اللحظي. كما ويمكن للتهيجات النفسية القوية عند الإجهاد أن تؤدي إلى
تساقط الشعر السريع.

- دكتور، تقول إحدى مريضاتي، - قبل شهر بدأ شعري يتساقط بشدة.
- وما هو الشيء الخاص الذي حدث في حياتك قبل شهر؟ - سألتها.
- لقد توفي ولدي، - أجابت المريضة.

أريد هنا أن أورد مثلاً آخر فيما يخص الشفاء العاجل والعجيب.

فقد جاء لعيادتي رجل، يبلغ الستين من العمر، في وضع من القلق والاضطهاد الروحي الشديد.

- فاليري فلاديميروفيتش، - قال لي المريض بعد ثلاثة أشهر، بعد أن درست طريقتك وأصبحت أستخدمها في حياتي، فإن شعري اكتسب لونه الطبيعي، الذي كان أيام الشباب وأصبح غزيراً. حتى أنني لاحظت هذه الخاصية، فما إن أبدأ بالقلق، حتى يبدأ بالشيب. وعندما أهدأ، يعود شعري إلى لونه القاتم.

إذن .. الشعر، هو رمز قوة حياة الإنسان. وهو يعكس بشكل رائع حالته الداخلية، فلماذا يبقى القليل من الشعر مع تقدم العمر؟ ولماذا يتضاءل؟ الجواب واحد. فمع مرور السنوات، يفقد الإنسان قوته الحياتية، التي تضيع على الأفكار السلبية والانفعالات. إذن ما هو المخرج؟ المخرج في تغيير موقفك من ذاتك، من الناس ومن الحياة، وتكديس قوتك الخاصة وتخزينها.

الأمراض المعدية، الالتهابات

أنا أعتبر أن الناس ذاتهم يخلقون لأنفسهم ليس فقط الأمراض، لا بل الجراثيم المسببة للأمراض. فهم يخلقونها من لا شيء، من الفراغ، من الطاقة الصرفة، مستخدمين قوة أفكارهم. وهذه الأفكار، فقط، هي المسببة للأمراض القاتلة. أي أن التوتر، الهيجان والقلق تخلق داخل العقل الباطن الجماعي فيروسات أو ميكروبات، تساعد بالتسبب بالمرض.

وتعني الالتهابات في الجسد أن وعينا واستيعابنا "ملتهبان". وما يمكن أن يؤدي إلى ذلك هو الغضب الشديد، الغيظ، الامتعاض، الرغبة في الثأر والخوف. وتظهر الأفكار "الملتبهة" بشكل دمّل، قرحة، خراج وحمى.

وما هو الحال بالنسبة للعدوى؟ - ستسألني أنت. البكتريات والفيروسات ذاتها ليست خطيرة. فهي جزء من الأوساط المحيطة، جزء من الطبيعة وينفذون وظائف مهمة معينة. مثلاً، توجد بعض البكتريات التي تعيش في أمعائنا، وهي تساعد في عملية الهضم. والميكروبات والفيروسات يحد ذاتها ليست عدوانية، غير أنها، وإذا ما وقعت في أوساط عدوانية، فإنها تصبح مسببة للأمراض وسامة. "فضي الأراضي القذرة، تنمو نباتات طفيلية". أو كما قال العالم الميكروبيولوجي المعروف لوي باستور (Louis Pasteur): "الميكروبات لا شيء، والتربة هي كل شيء". والتربة هنا، نحن نحضرها بأفكارنا. فإذا كانت أفكارنا طيبة - نُسمدُّ بها، وإن كانت عدوانية - فتنتج القذارة.

وهنا لدينا طريقان. الأول - هو القضاء على العدوى بمساعدة المضادات الحيوية.

ولكن، كما تُظهر التطبيقات، فإن هذه الطريق وعرة، حيث أنه تتشكل سلالات راسخة من الجراثيم، التي لا تستجيب لتأثير الأدوية فيما بعد. والطب بحاجة إلى إيجاد أدوية كيميائية أكثر قوة؟ إلا أن ذلك يؤدي إلى تسمم الجهاز كاملاً. وهناك الطريق الثاني - وهو يعني التخلص من الأفكار والانفعالات العدوانية، التي تشكل أوساطاً مغذية للميكروبات، وترفع من مناعتها. الخيار لك فلا يجب الصراع مع الميكروبات، بل من الواجب مصادقتها.

ومثل هذا، كثيراً ما نشاهده، كالكريب، أو حتى أي نزلة برد، تتحدث عن أن أحداثاً كثيرة جداً تجري في حياتك في الوقت ذاته، وهذا الأمر يتسبب بالتوتر، الاضطراب والفوضى، التهيّج والارتباك. وتراكم المشاكل كبيرة وصغيرة، الصدمات الانفعالية والامتعضات. والمرض، في الحالة التي نواجهها، يؤدي وظيفة إيجابية - الحصول على الرعاية، التنحي عن بعض الالتزامات، والحصول على الراحة، الاستلقاء في الفراش ليوم آخر وتوجيه الأفكار في الاتجاه الصحيح.

بطريقة ما، أعلن ابن أحد أصدقائي البالغ من العمر ثماني سنوات:
- بابا، لقد تعبت كثيراً من الدراسة. ما أحلى المرض! فحالياً لا يجب الذهاب إلى المدرسة.

أظن أن هذا معروف لكل واحد منّا. وليس في عمر الطفولة فقط، بل كثيراً ما حصل الكبار على إحالات مرضية.

ويمكن للمرض أن يتسبب بالخوف على الصحة، الخوف من المرض، الإيمان بالإحصاءات. وفي حالة كهذه، فأنت تتلقى أوضاعاً اجتماعية سلبية وتبرمج على دوزان المحيطين السلبي.

فاستذكر كيف كان هذا كثير الحدوث، فأحد ما عطس بجانبك وسعل، وأنت قد خفت من أنك يمكن أن تمرض. أو أنهم أعلنوا من خلال التلفزيون أن فيروس الإنفلونزا قد اجتاح مكاناً ما، وها أنت قلق، وتركض مسبقاً إلى الصيدلية. وفي حالات كهذه، أنا أسأل نفسي دائماً:

- هل يلزمني المرض أم لا؟ ما الذي يمكن للمرض أن يقدمه لي من الفوائد؟ هل أنا بحاجة إلى الاستلقاء في الفراش لأسبوع مع درجة حرارة مرتفعة وحنجرة مريضة وزكام، منقداً نفسي بذلك من مشاكل معلقة، وهارباً من الواقع؟

- لا، - أجب نفسي بنفسي، - هذا لا يلزمني. أولست قادراً على حل أية مشاكل في حياتي، لأنني أنا أصنع حياتي بنفسي. يعني أنني دائماً أجد المخرج الأفضل من أي حالة. وإذا ما كانت مشكلة ما غير قابلة للحل موجودة الآن في حياتي، فأنا ألقى كل قوتي الخاصة لحلّها. وأرجو من عقلي الباطن أن يخلق لي

أفكاراً جديدة وطرق تصرف من أجل حل أمثل لهذا الوضع الإشكالي. فأنا أثق
بالكامل في نفسي وفي الكون، لذلك أنا مطمئن، والمرض سوف يمر جانباً، وجهاز
المناعة خاصتي يعمل بشكل رائع.
وأنا، ببساطة، أختار أن أكون معافى، لأتمتع وأسعد بالحياة! فهذا هو
خيارى.

الجروح، الإصابات العرضية

لديّ قناعة عميقة بعدم وجود إصابات عرضية أو ما يشبهها. فالإصابة العرضية
ليست إلا طبيعية باطنية، لأننا نحن من يتسبب لنفسه بالأوضاع الإصابية.
ومن خلال ممارستي التنويم، رصدت عدة أشخاص، كانوا واقعين في حالات
إصابية (إصابة عمل، حادث وأشياء أخرى). وفي كل الحالات كانت الأسباب متشابهة
- ألا وهي الإحساس بالذنب والسخط الشديد، الكره والدرجة القصوى من التهيج
والغضب. وهذه الانفعالات كلها تشغل آلية تحطيم الذات.
وتخطر في البال مباشرة حادثة جرت مع مريض - غيور. فقد جاءني
مربوط الرجل.

- ماذا حدث لرجلك؟ - سألته.

- التوى كاحلها في الحافلة، فقد أطبق الباب عليها. وقبل ذلك بشهر تمكنت
من كسر يدي والحصول على ارتجاج في المخ.

- وماذا تريد مني؟ - قلت باهتمام.

- دكتور، أنا أعرف أنك تمارس التنويم، - قال لي ذلك معارفي. لذلك فأنا
أرجوك، لا بل أطلب منك تنويم زوجتي مغناطيسياً، وأن تعرف منها الحقيقة
كاملة وهي تحت التنويم - هل نامت مع رجل آخر بالفعل، أم لا. والموضوع
يتلخص في أنها، وقبل شهر، عندما تأخرت لساعة كاملة في العمل، رأيتها من
النافذة وهي تخرج من سيارة. وهذه السيارة كانت سيارة واحد من زملائها.

- وماذا تقول لزوجتك؟

- هي تنفي كل شيء. ولكن، احكم بنفسك، فأنت رجل، - قال المريض

بحدة. - ماذا يمكن لامرأة أن تفعل وهي في سيارة مع رجل آخر على مدى ساعة؟

- بشكل عام، رجل وامرأة في سيارة يمكن أن يقوموا بأشياء كثيرة:

فباستطاعتها ممارسة الحب أو التحدث، ببساطة، عن أي شيء.

- إذن، نوّمها واستوضح منها كل شيء. فأنا يجب أن أعرف الحقيقة.

وطبعاً لم أقم بتنفيذ طلبه. إلا أنني استطعت إقناعه بأنه يجب عليه أن

يخضع للعلاج عندي، ويتخلص من الغيرة.

فالحقد على أحد ما، الرغبة في الانتقام، الضرب والإحساس بعدم القابلية للعلاج تؤدي في لحظتها إلى إصابة عرضية أو وضع رضّي. فالعالم المحيط بنا يعود لنا، ولذلك، عندما نحقد على الآخرين، فإننا بذلك نُعبّر عن العدوانية ونطلق برنامج تحطيم الذات في العلاقة من ذواتنا شخصياً. أليس قانون حفظ الطاقة هو ذاته، ولم يَقم أحد بتغييره. إذن، عندما نحقد على ذاتنا، نشعر بأنفسنا مذنبين، وعندها نبحت لأنفسنا عن عقوبة، وهي تأتي على شكل إصابة عرضية. والرضّة - هي انعكاس خارجي للإحساس بالذنب، ومعاقبة الذات، وهي سخط موجّه إلى الذات شخصياً. إذا ما تعرضت لحادثة مشابهة، فلا تنظر إلى نفسك كضحية مسكينة. بل توجه إلى داخلك، وأوجد تلك الأفكار وذلك السلوك، التي خلقت الحالة الإصابية.

وتوجد لدى الإصابات الرضّية مقاصد إيجابية محددة. وهي في الغالب إمكانية الحصول على اهتمام وعطف الآخرين. فنحن نتوجع من الألم، وأحياناً نستلقي في الفراش لوقت طويل. ويغسلون لنا جراحنا، ويخدموننا، ويظهرون لنا الاهتمام. وهذا النزوع إلى الإكراه، الذي أدى بنا إلى الإصابة الرضّية يزول تدريجياً.

فالألم بشكل عام، أي ألم - هو الإشارة الأولى للشعور بالذنب. ويمكن للألم أن يكون فيزيائياً أو روحياً. والذنب يبحث دائماً عن عقوبة، والعقوبة تخلق الألم والمعاناة. وإذا كان هنالك ألم مزمن، فإن ذلك إشارة إلى الإحساس الدائم بالذنب. وإذا ما تخلّصت من ذلك الإحساس، فإن الألم سيذهب.

تذكر أن كل شخص وفي أي حالة سيتصرف بالطريقة المثلى. هكذا هو تركيب العقل الباطن - فهو يختار أكثر أساليب التصرف فاعلية. وعندها، في الماضي، وفي وضع كهذا، أنت قمت بالخيار الصحيح. فهل يستحق معاقبة الذات على الأفضل، الذي كنت قادراً عليه عندها؟

ولقد كتبت سابقاً عن أن الشعور بالذنب يعلمنا ما لا يجب علينا فعله، غير أنه لا يعلمنا ما يجب علينا القيام به بدلاً من ذلك. وهذا إحساس خطير. فهو يتطلب عقوبة، والعقوبة دائماً ترتبط بالألم، الإساءات، المعاناة والضعف.

ومعاقباً ذاتك، شاعراً بالذنب، فأنت تدخل نفسك في دوائر محددة، لا يمكن تجاوز حدودها. وأنت شخصياً تحدد حرّيتك. فتخلّص من الشعور بالذنب وكن حرّاً.

الإصابات، الكدمات، الحروق، القروح، جراح الجسد، التقرحات

وهذه كلها عبارة عن غضب ينفلت إلى الخارج، ويعود إليك مرة أخرى على شكل جراح وآلام.

إحدى معارفي أحرقت رجلها بالماء المغلي. فقررنا استيضاح السبب الباطني لذلك. وبدا أن ذلك كان بسبب خلاف مع زوجها.

- هل تعرف، لقد غضبت منه لدرجة كبيرة، - قالت المرأة. - فقد كان كل شيء يغلي في داخلي بسبب الغضب والامتعاض.

كسر العظام، التشققات

وهي تعني التمرد ضد السلطة، العجز وعدم معرفة الوقوف إلى جانب الذات. فغضبك وكرهك يعودان إليك من جديد، ويجبرانك، حرفياً، على "تحطيم" مقاومتك أو "كسر" قناعاتك.

في الفيزياء، هنالك قانون ثابت يقول: "قوة الدفع تساوي القوة المقاومة". فتعلم استخدامها في حياتك. وإذا كنت تؤمن بأنه يمكن إقامة العدل بمساعدة القوة فقط، فإنك تجذب القوة، أوتوماتيكياً، إلى حياتك.

- هل تعلم يا دكتور، - حدثني مريض تعرض لحادث منذ فترة قصيرة، - لقد شعرت دائماً أن الحياة تضغط عليّ. وكنت أقاوم طيلة حياتي ضد ظروف حياتية معينة، وناضلت. وها أنا ذا، لم أستطع الصمود، "انهزمت".

وحالة الكسور تُظهر أنه يجب أن تُحوّل أساس أفكارك، و"هيكل" معرفتك إلى الشكل النظامي الواجب، ويلزمك أساس متين وصلب لقناعاتك. وفي الوقت ذاته، يجب تحية الجمود، وأجزاء إدراكك المتصلبة. ومن الضروري دمج المرونة في السلوك والصلابة في القناعات، حيث أن العظام المتينة - هي عظام مرنة ومتينة.

الخلع، شد العضلات والأوتار

الغضب والسخط. الغضب والمقاومة. الامتعاض، الرغبة في الثأر. هذا جزء من الانفعالات القاتلة، التي يمكن أن تقود إلى جراحات من النوع نفسه. وبهذه الطريقة، يمكن للعقل الباطن منع الإنسان من إطلاق الغضب والعنف. وهو يخلق عائقاً مشابهاً أمام الرغبة في ضرب أحد ما.

جاءت إلى عيادتي فتاة شابة مصابة بالأكزيما في راحة الكف وخلع في مفصل الكتف. وقمنا مباشرة بإجراء اتصال مع العقل الباطن، وأخبرها عقلها الداخلي أن سبب الأكزيما وخلع الكتف هو الغضب والسخط تجاه الأب.

- هل تعرف يا دكتور، أن الأمر كذلك في الحقيقة، - تحدثت المريضة وهي في وضع الغيبوبة، - أبي مدمن كحول، وهو كثيراً ما يشرب ويضرب أمي. والوضع مستمر كذلك منذ مدة طويلة. وقد بدأ ظهور الأكزيما في راحة كفي منذ أن بدأ يشرب كثيراً. وها هو، للمرة الثانية، يشرب ويقوم بضرب أمي بقوة، وهنا برزت لديّ رغبة في قتله، والحق أقول، أن يديّ تهرشانني للقيام بذلك، وهكذا ركضت في الممر إلى حيث أردت أن أخذ بلطة، غير أن والدي أمسكني من

ييدي وكبحني بقوة، فخلع لي ييدي. وصرخت من الألم. وبهذا لم أستطع تحقيق مقصدي للمرة الثانية.

الغدة الدرقية

وهي تمثل التعبير أو الإفصاح الذاتي للخلاق. وتشهد أمراض الغدة على أن مشكلات مع التعبير موجودة لديك.

الدراق أو تضخم الغدة الدرقية

يدل ورم الغدة الدرقية على أن ضغوطاً قوية تقع عليك. وبشكل أدق، أنت تظهر ضغطاً على نفسك، ويساعدك المحيط بذلك. ويظهر شعور بأن الحياة هاجمتك، فأنت تعتبر أن أحداً ما يُدلك بشكل دائم، ويجب احتمال هذه الإهانة. وتشعر نفسك ضحية، من دون شخصية. وتختبر الامتعاض والكره إلى ما هو مفروض في الحياة. ويبرز شعور بحياة مشوهة.

قالت لي امرأة مصابة بالتورم الدرقي:

- لدي شعور بأنهم يدخلونني في ممر ماء ويجبرونني على السير فيه؛ ولا مكان للانعطاف.

وكثيراً ما يتشكّل الدراق عند النساء، اللواتي يدمن أزواجهن على الكحول. وفي هذه الحالات، فإن الأفكار السلبية المخبّأة والانفعالات، الإساءات الصغيرة والاعتراضات تقف "كتلة" في الحلق. ولكن ذلك يتواجد ليس فقط في تلك العائلات، التي يكون الأزواج فيها "سكيرين".

- يحاول زوجي دائماً أن يجد موضعاً لانتقادي لأسباب تافهة، - قالت لي مريضة، تم اكتشاف عدة عقد في القوة لديها. - فإما أنني لم أرتد الثوب المناسب، أو أنني لم أترين كما يجب. فهو لا يسمح لي أن أخطو خطوة واحدة بهدوء.

من المهم جداً تعلم الاهتمام بالنفس، ومعرفة الأمنيات والمتطلبات الشخصية، والقدرة على التعبير عنها بوضوح. فأن تكون أنت نفسك - هو الدواء الرائع.

ويتواجد التورم الدرقي لدى الأطفال في بعض الأحيان. وفي حالات كهذه يعكس المرض تصرفات محددة لدى الطفل والأهل.

فقد تضخمت الغدة الدرقية لدى أحد الأطفال. "دراق من الدرجتين الثانية والثالثة" - وهذا ما حدده التشخيص. وقد بدأت باستيضاح أسباب المرض لدى الوالدين. فقد كان الأب قاسياً جداً ومارس ضغطاً قوياً على الطفل والأم. - أريد أن يكون من ابني فائدة ما في هذه الحياة. - قال الأب.

وشعر الابن والأم أنهما ضحية. فالابن لم يستطع، ولم يكن قادراً، على التعبير بوضوح عن انفعالاته بسبب الخوف أمام الأب، فهي قد تجمعت في منطقة الحنجرة، وكما هو معروف، فإن هذه المنطقة مرتبطة بالتعبير الذاتي. - إذا ما قمت بشيء ما، فإن والدي، على الدوام، ليس سعيداً بذلك. وقد أصبحت خائفاً من القيام بأي شيء، - هذا ما قاله لي الطفل، عندما بقيت وإياها بمفردنا.

وقمت بإعطاء الطفل أدوية هوميوباتية، وتسلم الوالدان مهمة تغيير سلوكهما مع بعضهما ومع الطفل. وخلال شهر، ها هو حجم الغدة أصبح أقل إلى النصف تقريباً.

الأورام، السرطان

تكوّنت لدى الأشخاص فكرة نمطية حول عدم إمكانية علاج السرطان. وعندما يخبر الأطباء المريض، أو أقرباءه نتيجة كهذه، فإن ذلك يقع لدى الكثيرين كإنذار. ولكن لا يستحق الأمر ذلك اليأس. وكما تقول الحكمة: "لا توجد أمراض غير قابلة للعلاج، بل يوجد مرضى غير قابلين للعلاج". وقبل ألفي سنة، كان الطب الصيني قد سمى خمسة أنواع من الناس، غير قابلين للعلاج وهم:

1. العنيدون، الذين تجري محاولات إقناعهم من دون معنى.
2. البخلاء الجشعون، الذين صرفوا كل صحتهم في الجري خلف النقود.
3. الأشخاص المتهورون، الذين لا يريدون الامتناع عن كل ما هو قاتل من تصرف، وعادات.
4. المرضى، الضعفاء لدرجة أنهم لا يستطيعون أخذ الدواء.
5. أولئك، الذين يثقون بالدجالين وليس بالأطباء.

وأنا واثق أن احتمال معالجة أي مرض موجود، إذا أخذ المريض على عاتقه المسؤولية عن مرضه وعن شفائه.

فأول ما يجب القيام به من أجل العلاج - هو التوقف عن الإيمان بأن هذا المرض غير قابل للعلاج. فهو غير قابل للعلاج بالوسائل الخارجية، وسائل الطب المعروفة، لأن هذه الوسائل لا تقضي على السبب، بل تتصارع مع التبعات. وما يجب فعله هو الدخول إلى أعماق الذات، كي نصل إلى العلاج. وعند ذلك، فإن المرض، وكما جاء من لا مكان، سيختفي ويذهب إلى لا مكان.

وفي التاريخ، كان هناك ملك يهودي أصيب بمرض عضال. ونصحوه بالتوجه إلى الرب. إلا أنه لجأ إلى الأطباء ومات خلال سنتين.

أما أنت، فتوجّه إلى داخلك - وهذا يعني فيما يعنيه التوجّه إلى الرب، لأن الرب موجود في نفس كل منّا. ومن الضروري أن تنتج في داخلك نبع قوة وصحة دائم، فهو موجود في كل واحد. ففي داخلك توجد المصادر الضرورية، فخذ الطريق إليها. والآن، فكّر، ما هي أفكارك وانفعالاتك القاتلة، التي قادتك إلى المرض؟

الأورام، الانتفاخات، الكيسات

وهي تتشكّل عندما تحبس في داخلك التهيجات والإساءات القديمة، و"تدورها" في رأسك بشكل دائم، وتلاطفها، وتخزنها في مكان واحد من جسدك. فلقد اكتشفت أن التخلص الكامل من الإساءات القديمة يشفيك بالكامل من أي ورم. وقد أوردت في الكتاب أمثلة كثيرة عن مرض واسع الانتشار كالورم العضلي الرحمي. في أن تتخلص المرأة بالكامل من الغضب والامتعاض تجاه الرجال، فإن الورم سوف يمتص. وفي هذه الحالة سوف يرفع الأطباء أيديهم. وليس من الواضح لديهم ماهية ميكانيكية الشفاء، بينما هي بسيطة في حقيقة الأمر. ذهب الامتعاض - واخفت انعكاساته على المستوى الفيزيائي.

ويوجد سبب آخر لظهور الأورام - وهو الشعور القوي والمتزايد بالكراهية للعالم، الذات والناس الآخرين. وهنا ينشأ إيمان بأن الحياة لن تجلب لنا شيئاً جيداً. وأحياناً يكون الورم هو توييح الضمير القوي والمتزايد.

السرطان

هو امتعاض قديم خفي، سخط وغيظ وحقد، كراهية ورغبة في الانتقام، التي "تفترس" الجسد. وهو جرح نفسي، باطني عميق، وغير قابل للشفاء. وهو المشكلة القوية، الداخلة عميقاً في روحنا، مع ذاتنا شخصياً ومع العالم المحيط.

حدّثني أحد مرضاي قانلاً:

- هل تعرف يا دكتور، كان لديّ زميل في العمل. ومرة جلسنا معاً، وشربنا وتحدّثنا. ودار نقاش بيننا حول وصية المسيح المعروفة: "مَنْ لَطَمَكَ عَلَى خَدِّكَ الْأَيْمَنِ فَحَوِّلْ لَهُ الْآخَرَ أَيْضاً". وهنا، تحدّثت عن أنني أسامح الناس بسرعة، وأحمل الضيم في داخلي، وقام هو مباشرة بتقاسم وجهة نظره التالية معي: "أنا أعتبر، - قال هو، - أنه يجب التصرف كما يلي: فإذا ما أذاك أحد ما، فخبئ هذه الإساءة في داخلك. حتى يصبح وضع ذلك الشخص سيئاً. وعندها، عندما يكون الشخص ضعيفاً، انتقم منه. ووجه إليه الضربة القاتلة". هل تعلم يا دكتور، أنه منذ فترة ليست بعيدة مات هذا الشخص بالسرطان.

والعزة، وما تشيره من كبرياء، الشعور بالذنب والعقاب، المحاكمة والاثام، الكراهية العميقة للناس، كلها تؤدي إلى هذا المرض. فلو أن الشخص، في عقيدته، يتشابه مع الخلية السرطانية، فإنه سيخلق السرطان في جسده.

أما كيفية عمل الخلية السليمة، فهي، بداية، تقوم بالاهتمام بالجهاز كله، وتنفذ وظيفتها الأساسية من أجله. وفي الرد على ذلك، يقدم الجهاز لها وبالطريقة نفسها؛ فيعطيها كل ما هو ضروري لها. والخلية الطبيعية، السليمة، "تفهم" أن رفاهيتها تتعلق بسلامة الجهاز كله، ولذلك فهي تقدم له كل طاقتها. وبالنسبة للخلية السليمة، فالجهاز كله - هو الرب، أي مصدر حياتها وسعادتها وتطورها.

كيف إذن، تتصرف الخلية السرطانية؟ فمصالح الجهاز كله ليست مهمة بالنسبة إليها، وهي تهتم بنفسها فقط. وهي لا تعرف من أين تحصل لنفسها على المواد الغذائية. والخلية السرطانية لا تشك في أنها تدمر الجهاز كله بتصرفاتها هذه، وهذا يعني أنها، وبعد موت الجهاز، سوف تموت هي. أي أنها، بتصرفاتها ونشاطها الحياتي، تدمر الجهاز بالكامل، ونفسها من ضمن ذلك.

غير أن الكون، هذا الكيان الوحيد، الذي نعيش فيه، لا يمكن أن يسمح بأن يقوم شخص ذو عقلية سرطانية بتحطيم كونه. لذلك فإن شخصاً كهذا، وحسب القانون الكوني، يجب أن يتحطم. وينتج لدينا أن الشخص يحطم نفسه عن طريق عقيدته تلك.

والآن، كثير من الناس موبوعون بالعقيدة السرطانية. ولهذا السبب بالضبط فإن الموت بسبب الأورام الخبيثة يأتي في المركز الثاني حسب الإحصاءات. وهؤلاء الأشخاص جاهزون لتحطيم العالم الذي يعيشون فيه، لأنه، وحسب ما يبدو لهم، غير كامل. فهم يحاكمون، ينزعجون، يكرهون ويثأرون، محطمين أمام ذلك، ذهنياً، العالم المحيط، الكون. والأشخاص ذوو العقلية السرطانية لا يفهمون، ببساطة، أن العالم المحيط - هو عالمهم. ومولدون الأفكار التحطيمية، فهم بذلك يحطمون أنفسهم شخصياً. وأنا أؤمن بعمق في أن الكون متناغم جداً، عادل وكامل، لأن قانوناً عاماً يؤثر فيه، ألا وهو: "كلّ يجازي حسب إيمانه وأفكاره". ويجب أن يفهم الناس أن ما يعتبر غير كامل ليس الكون، بل عقائدهم، أي ليس العالم ذاته، بل نموذجهم عن هذا العالم.

السرطان - مرض قابل للعلاج. وهنا لا يكفي تأثير الطرق التقليدية: الكيمياء، التعريض للإشعاع، التدخل الجراحي. فكل هذا يدفع المرض أعمق ويعمل على تأجيله، حيث أنه لا يزيل أسباب المرض، لأن السرطان هو مرض الكيان كله. والعلاج من الأورام السرطانية - هو قبل كل شيء التخلص من العقيدة السرطانية.

وقد وصف أحد مرضاي، الذي تعافى من السرطان، حالته كما يلي:
- دكتور، لقد أصبحت شخصاً آخر تماماً. فقد جرت المادة تئمين للقيمة. فلو أجريت مقارنة بين وضعي قبل المرض والحالة التي أنا فيها الآن، فيكون ذلك

كالسما من الأرض. وكان باستطاعتي قديماً أن أتهيج لأي سبب تافه. مثلاً، إذا ما توقفت على الموقف وإذا مرّ وقت طويل ولم تأت الحافلة، فأخرج عن طوري حرفياً. أما الآن، فأنا هادئ كالفييل. ولديّ موقف مختلف جداً من نفسي، من الحياة ومن الناس.

وحصر المرض في مكان معين، أي مكان ظهوره، يخضع أيضاً لأفكارنا وانفعالاتنا. مثلاً، إصابة الأعضاء التناسلية تعني المس بأنوثتك أو ذكورتك.

وسرطان الرحم يدل على امتعاض النساء "القاتل" من الرجال، والذي بسببه لا تريد المرأة أن تعيش.

- دكتور، أنا لم أشعر نفسي امرأة حقيقية أبداً، - تقول إحدى مريضاتي، التي تعاني من أورام سرطانية في الرحم. - فقد شرب زوجي وخانني، وكان دائم السفر في مهمات رسمية. والآن وصلت إلى مرحلة من العمر... فقد حان سن اليأس. يعني أنني سوف لن أشعر نفسي امرأة أبداً. شيء محزن!

وعند الرجال، كل شيء يسير بالطريقة نفسها أيضاً، والامتعاض فقط، له مخطط آخر. فالسرطان يمكن أن يصيب الخصيتين أو البروستات، أي الأعضاء المسؤولة، كما تذكر، عن المبادئ الذكورية.

أما ظهور السرطان في غدة الثدي فيعني أنك، وخلال حياتك، تضعين نفسك في آخر القائمة، وتحرمين نفسك بنفسك من الرعاية والاهتمام، ومن ثم توجهين حقدك القاتل إلى الآخرين، لأنهم يتعاملون معك بشكل سيئ.

مضى وقت على إحدى النساء، ولم يكن لديها أطفال خلال هذه الفترة. وفي النهاية، وبعد عدة سنوات من زواجها أنجبت طفلاً. وكان الطفل الذي انتظرتة طويلاً. وأعارته كل الاهتمام، تاركة عملاً ذا هيبة وأمامه آفاق واسعة، والذي كانت فيه أخصائية متميزة. وراحت تعمل عاملة نظافة، على أن تبقى بجانب البيت، والطفل، حيث أنه بدأ يعاني من إصابات متكررة في القصبات. وساءت علاقتها مع زوجها، وازدادت سوءاً من عام لآخر، فهو بدأ يشرب، ويتعطل عن العمل، وفي إحدى المرات، وأثناء تفسير المواقف مع الزوج السكران، قام بضربها على صدرها. وخلال بعض الوقت تم اكتشاف ورم سرطاني في المكان نفسه.

وكان مرضها ومرض الطفل والعلاقة السيئة مع زوجها نتيجة علاقتها بنفسها. فعند ولادة الطفل توقفت عن "تغذية" نفسها بالاهتمام والحب. ووضعت نفسها وعالمها في المركز الأخير. وبدلاً من أن تغيّر علاقتها بنفسها وتكسب الحب في داخلها، قامت بتكديس الإساءات، الاعتراضات والإدانات.

هاك، لماذا أنا دائماً أنصح الأمهات الشابات بأنه، ومع ولادة الطفل يجب على المرأة أن تولي نفسها رعاية وحباً مضاعفين عما كانا عليه قبل ولادته، لأن الطفل يتبرمج باطنياً على وضع أمه. وإذا كان الهدوء والحب هما المسيطران داخل الأم، فإن ولدها سيكون هادئاً ومعافى، الأمر الذي يعني أنه سيكون لدى الأم وقتاً حراً بشكل دائم.

ويجب أن يتواجد توازن ثابت بين ما "تمتصه" وبين ما تعطيه للآخرين. فأنت تساعد الآخرين، عندما تكدّس الحب في داخلك وتجعل عالمك أكثر فرحاً وسعادة. وإذا ما أوليت ذاتك الاهتمام و"غذيت" نفسك بالحب والسعادة، فإنه، وبهذه الطريقة، يظهر لديك ما تستطيع منحه للمحيطين بك.

أما إصابة الجهاز الهضمي بالمرض، فيتصل بمبدأ الاستيعاب، هضم الأحداث والتخلص من كل ما هو غير لازم في الحياة.

- دكتور، أنا لا أستطيع مسامحة أخي حتى الممات، - يقول لي رجل، اكتشف لديه، مؤخراً، سرطان في المعدة. - فهو تصرف معي بدناءة، وأنا لا أستطيع أن أفهم كيف أن الأخ الشقيق يتصرف هكذا؟
- يعني أنك جاهز لمسامحته عند الممات؟ - أسأله أنا.
- جاهز، - يجيب الرجل.

- إذن، فهل يستحق الأمر الموت من أجل ذلك؟ يمكنك مسامحته الآن؟
- لا أستطيع، يجيب الرجل. - فما أن أستذكر هذا الوضع، حتى ينقلب كياني.

وظهور المرض في أعضاء التنفس يشير إلى خيبة أمل كبيرة في الحياة.
- لقد عشت طوال حياتي من أجل الأطفال، - هكذا يتحدث مريض، اكتشف لديه مؤخراً ظل سرطاني في الرئة من خلال صورة شعاعية. - والآن، وبعد أن توزعوا في مدن مختلفة، ليس لدي أي معنى للحياة. فمن أجل ماذا أعيش؟

إذن، ماذا نحتاج من أجل العلاج؟
أولاً. يجب أن نأخذ على عاتقنا المسؤولية عن حياتنا، عن مرضنا وعن صحتنا.
ثانياً. من الضروري امتلاك رغبة قوية في الحياة. والأهم أن نحدد لماذا ومن أجل ماذا؟ ففكر بأهداف وفوائد الحياة.

ثالثاً. من الضروري التخلص من كل ما هو غريب في ذاكرتنا، ومن الأفكار السلبية، والانفعالات وصفات الطبع، التي تقودك إلى الموت. فابدأ بالعمل على ذاتك. وأعر انتباهاً لأسلوب تفكيرك، وبدل أيضاً طريقة حياتك: التغذية، العمل، نشاطك الفيزيائي. وأدخل في حياتك كل ما هو حي، مضيء وسعيد.

وتوجد تقنيات خاصة بالإبصار الفعّال، وهي تستخدم في مراكز سرطانية حديثة. وحالياً تتراكم أكثر فأكثر الشهادات والأمثلة حول علاج الناس من السرطان. فالكل يعرف الكاتب سولجنتسين، الذي اكتشف أحد الأطباء سرطاناً لديه، إلا أنه استطاع قهر المرض في داخله. وأنا أعتبر أن ما ساعده في الشفاء من المرض، كان نشاطه الإبداعي، فقد تمكن من خلال كتبه إظهار تلك المشاعر التي كانت، حرفياً، "تأكله".

ولدينا أمثلة أخرى مشهورة.

وهنا أورد مقاطع من كتاب لويزا خي، التي تصوّر فيه تاريخ مرضها وعلاجها من المرض.

"... في أحد الأيام الرائعة، تم اكتشاف السرطان لديّ. وقد ظهر السرطان عندي "نسانياً"، في منطقة المهبل. وكنت عند ذلك مليئة بالذعر، مع أنني ومن خلال نوعية عملي كنت قد ساعدت الناس، وفهمت أن الفرصة الفريدة قد جاءتني لاختبار المبادئ، التي كنت أعظ بها دائماً، من خلال تطبيق خاص. وفي نهاية الأمر، أنا نفسي كتبت عن أن السرطان - هو عبارة عن تراكم الاستياء والامتعاض ليس إلا، وإذا ما تخلّصنا منها، فإن إمكانية علاج المرض موجودة. وقد أدركت أنني شخصياً لم أستطع تذويب امتعاضي الطفولي كله بشكل أكبر، وترتب عليّ عمل الكثير من أجل ذلك.

وكلمة "غير قابل للعلاج" بالنسبة لي شخصياً تعني شيئاً واحداً فقط: هي الوضع الذي لا يمكن علاجه بالطريقة التقليدية. فلو أنني وافقت على إجراء العملية الجراحية ولم أقم بشيء للتخلّص من قناعاتي الشخصية القديمة، لكان الأطباء تابعوا "تقطيع" لويزا المسكينة لدرجة لم يتبق معها شيء منها. ومتجهة إلى العملية، لو أنني قد غيرت طريقة تفكيري، التي تسببت بالسرطان، لما عاد السرطان إليّ، وإذا كان السرطان أو أي مرض آخر يعود، فأظن أن ذلك بسبب أنهم لم يقتطعوا كل شيء. والسبب هنا يكمن في أن الشخص لم يبدل شيئاً في عقله وإدراكه، وهو بذلك، يخلق لنفسه المرض ذاته، مع أنه من الممكن أن يكون ذلك في جزء آخر من جسده. وكذلك، آمنت بأنني لو قمت بتنظيف مجالي العقلي، فإنني لن أكون بحاجة إلى الجراحة. وقد قلت لطبيبي الشخصي أنه لم يكن لديّ نقود في ذلك الوقت من أجل الجراحة، فأخبرني بدوره أن ما بقي لي في الحياة ثلاثة أشهر فقط، وهنا انكبت على العمل. وبتُّ أقرأ كثيراً عن الأساليب غير التقليدية للعلاج. وذهبت إلى متجر كتب متخصص في الصحة، واشترت كل الكتب الموجودة فيه والتي تخص مرض السرطان. وكذلك، ذهبت إلى المكتبة وقرأت كل ما أمكنني إيجاده حول هذا المرض. وقد لفت انتباهي أكثر من غيره

علم المنعكسات، ونويت إيجاد أحد ما، كان يمكن أن يفعل ذلك. ومرة ذهبت إلى محاضرة، وعادة ما أحببت الجلوس في المقدمة، وفي هذه المرة جلست في الخلف. وهنا، اقترب مني رجل وجلس إلى جانبي. وبدا لي فيما بعد أن هذا الرجل هو الشخص الذي كنت أبحث عنه (يعمل على معالجة الانعكاسية). وفيما بعد بدأ بالقدوم إلى منزلي ثلاث مرات في الأسبوع، وقد ساعدني هذا الرجل كثيراً. ولقد فهمت جيداً أنه كان يلزمي تعلم حب واحترام نفسي أكثر بكثير. وقد كان لدي في صغري القليل جداً من الحب، ولم يعلمني أحد كيف أحب نفسي. وببساطة، تبنيت موقفهم مني من خلال نقدهم الدائم، وأصبح ذلك طبيعتي الثانية.

وعندما بتُّ أمارس العلوم الرئيسية في الكنيسة، أدركت كل أهمية استحسان خطواتي. غير أنني كنت أؤجل دائماً إلى الغد من مبدأ "غداً سأتعلم الالتزام بالحماية". وفي البداية، كان، بالنسبة لي، من الصعوبة بمكان أن أقول لانعكاسي في المرأة: "لويزا، أنا أحبك. أنا، في الحقيقة، أحبك". وبغض النظر عن أي شيء، قررت متابعة التدريب مع المرأة واكتشفت أنني الآن في وضع، حيث شعرت نفسي، في العادة، وضيفة، ونظرت بشكل مختلف. وهذا بدا لي واضحاً أنني لا أقف في المكان المناسب.

وكان الأصعب بالنسبة إليّ هو التوقف عن تخطئة الآخرين. نعم، كانت لدي طفولة صعبة، وكان كل شيء يؤذيني، عقلياً، فيزيائياً وجنسياً. إلا أن ذلك كان من زمن ولم يبرر أبداً علاقتي مع ذاتي الآن. وحرفياً، أنا أطعمت جسدي للسرطان، لأنني لم أستطع المسامحة. وقد وجدت لنفسي طبيباً نفسانياً جيداً، وأصبحت، بفضلها، أظهر سخطي المتراكم. وكنت أضرب الوسادة وأصرخ بعنف، وهذا ما "نظفني" بالدرجة الأولى. ثم ومن ذكريات والدي، المؤلفة من قطع، حول طفولتهم، ركبت لنفسي لوحة عن طفولتهم. وقد أصبح أسفي شديداً عليهم، وأخذ ذنبهم في كل ما حصل معي بالذوبان والتواري. وبالإضافة إلى كل ذلك، فقد وجدت لنفسي طبيباً جيداً متخصصاً في الحميات، وهذا الذي ساعدني على التخلص من القرف المتراكم في جسدي على مدى سنوات عديدة. فقد وصف لي حمية صارمة، مؤلفة من المواد الخضراء فقط. وخلال أول شهر قاموا بتنظيف المصران الغليظ لديّ ثلاث مرات في الأسبوع. ولم يجروا لي العملية الجراحية، وخلال ستة أشهر كان الأطباء مجبرين على الوصول إلى اتفاق وإخباري (ما كنت قد عرفته مسبقاً)، أن السرطان قد اختفى من جسدي نهائياً. والآن، أنا أعرف، من خلال خبرتي الخاصة أنه يمكن علاج أي مرض إذا ما أردنا شخصياً تغيير أفكارنا، فناعاتنا والعمل فيما يتناسب مع ذلك.

وأحياناً، فإن التراجيديا الأكبر تتحول إلى سعادة بالنسبة لنا. فأنت لا تستطيع التصوّر كيف غيرني مرضي. وقد جرت إعادة تقدير القيمة، وأخذت أتطلع بشكل مختلف إلى الحياة وأصبحت أقيم الأشياء أكثر، تلك الأشياء التي لم أعرها أي أهمية قبل المرض.

الإدمان على الكحول

كان يمكن للبشرية أن تحقق نجاحات مذهلة، لو أنها كانت أكثر تبصراً.

غوته

هل يمكننا معالجة الإدمان على الكحول، أم لا؟

نعم، يمكننا ذلك!

أستطيع التأكيد على هذا مع المسؤولية الكاملة. وقد وصلت إلى هذه القناعة بعد خبرة طبية استمرت لسنوات عديدة، حيث تمكّنت من الوصول إلى سبب هذا المرض الخطير، الذي يعاني منه ليس المرضى فقط، بل والأشخاص المحيطين بهم. وتلك الأسباب مُخبّأة عميقاً في العقل الباطن للشخص.

ونتيجة لعمل دقيق ومتعب أوضحت أنه، ولدى الأشخاص الذين يعانون من انجذاب مفرط للكحول، يوجد برنامج سلوكٍ محدّد في عقلهم الباطن، وسمّيت هذا البرنامج "برنامج إدمان الكحول". ويمكن لهذا البرنامج أن يُتداول بالوراثة، أو أنه يتشكل خلال سير عملية الحياة تحت تأثير صدمات انفعالية قوية. لذلك، ومن أجل العلاج من الإدمان على الكحول، مهم جداً الكشف عن هذه البرامج، وتحديدتها وإيجاد برامج سلوكٍ جديدة موجّهة إلى أسلوب حياة متبصر وسليم. وبكلمات أخرى، وكما نتخلص من العادات القاتلة القديمة، من الضروري خلق عادات حسنة جديدة.

وأساليب التأثير على الإدمان على الكحول الحديثة (الحقن، الحبوب، الشاي، الترميز) تعطي تأثير مؤقتاً فقط، دافعة المرض، طاردة إياه عميقاً في داخل العقل الباطن. وكثيراً ما تؤدي هذه الضغوطات على الحالة النفسية إلى إصابات جدية (ظهور التهيج والعدوانية، غرابة الأطوار في السلوك، العجز الجنسي، الكآبة والخمود، الآفات المرضية). والأدوية والترميز يعملان فقط على تأخير حل المشكلة ولا يزيلان الأسباب الحقيقية لهذا المرض. والأسباب مخبّأة في العقل الباطن.

فقبل مدة وجيزة، جاءتني امرأة طالبة المساعدة لابنها - المدمن على الكحول، وخلال لقائنا كانت تتصرف بنوع من الغرابة. وقد تشكّلت لديّ قناعة بأنها ليست في حالة صحو. وعندها لاحت لديّ فكرة تقول: "غير معقول، تطلب المساعدة لابنها، وهي ذاتها تتعاطى الخمر!". وفيما بعد تبين أنها تخلصت من التبعية للكحول. من جهة الابتعاد، فهي ابتعدت عن الكحول، إلا أن المرض بقي في داخلها، وقد باح مظهرها الخارجي ونمط تعاملها بوجود المشكلة لديها.

- دكتور، - قالت وهي متوترة جداً، - أنا مسرورة لأنني توقفت عن الشرب.

- وإلى متى سيستمر امتناعك عن الشرب؟ - سألتها.

- لقد امتنعت على مدى ما تبقى لي من الحياة. وأنا سعيدة، إلا أن ابني بدأ

يشرب الكحول.

ولم تتمكن هذه المرأة، ولا بأي طريقة، من فهم أن مرضها "انتقل" إلى ابنها. وبمساعدة الترميز، دفعت الانشداد للكحول إلى داخلها، وطردت العادات عميقاً في العقل الباطن، ولكنها لم تقم بتنحيها. أما ابنها فقد "برمج" نفسه على برنامجها الباطني.

وفي الحصيلة، فإن الإنسان، "مُرْمَزاً" نفسه وغير راغب في تحية الأسباب الباطنية الداخلية، يحصل، وببساطة، على مرض آخر أو "يلقي" بالمشكلة إلى ذريته. وقبل عدة سنوات لعب "الترميز" دوره المتقدم، غير أننا الآن نحتاج إلى مداخل أخرى لحل هذه المشكلة.

إذن، هل توجد حلول، أم لا؟ طبعاً هي موجودة! ومن المحتمل أنني أعرف ذلك الآن. فكل الوسائل الضرورية من أجل العلاج مُخَيَّاة في الشخص ذاته. وما يلزمه هو فقط إيجاد المدخل إليها.

علاج (و فقط العلاج، وليس دفع المرض) الإدمان على الكحول ممكن (وهذا ما أعرفه من خلال تطبيقاتي العملية) فقط في حالة أن يكون الشخص جاهزاً لتحمل المسؤولية عن مرضه وشفائه.

وقبل كل شيء يجب أن يكون لديه رغبة لا تقهر بالتخلص، وبأي ثمن، من المصيبة، وأن يودع الماضي، وأن يجد نفسه ويصبح شخصاً آخر، ليبدأ بعدها حياة متبصرة جديدة. ويعود الكثير في ذلك، لك، و فقط لك، فالإيمان غير المحدود بالذات وبالطبيب قادران على إتمام أعجوبة الشفاء.

وقد ساعد برنامجي هذا المئات من الناس في شفاء أرواحهم وأجسادهم المريضة. وهنا وصلت إلى قناعة في أن مسألة جدية، كإدمان الكحول، لا تحل بجلسة واحدة. ومن الضروري العمل على الذات لحلها.

وكان يبدو كل شيء واضحاً: فالكحول هو سمّ، ضار بالصحة. وهو يتسبب بكل النكبات الحياتية، من تخريب الأسرة، فقدان العمل، ونكوص نفساني. وقد تم الحديث والكتابة عن هذا الموضوع كثيراً. ولكن، لماذا يتابع الناس تسميم أنفسهم؟ هذا هو السؤال الذي طرحته على نفسي أكثر من مرة. لأنه، وعلى مدى سنوات يجري الصراع من الكحول، والإدمان - ولكن من دون أي فائدة ترجى.

وخلال سنوات عديدة بحثت عن سبل لحل هذه المشكلة. واستعملت المعالجة المثلية، الأعشاب، الصلوات، التعاويذ وتدريبات التحفيز الذاتي. وفيما بعد، صرت

أستخدم التتويم المغناطيسي. وهذا كله أعطى نتائج رائعة، إلا أنني شعرت أن شيئاً مهماً جداً غير موجود، وهو الشيء الذي كان يمكن له أن يساعد في حل هذه المشكلة بالكامل، وببساطة وفعالية.

وفي يوم رائع، برق في رأسي إلهام مفاجئ: "قوة الدفع تساوي القوة المقاومة". هذا القانون الفيزيائي الثابت لدينا منذ مقاعد الدراسة الأولى. وينتج لدينا أنه بقدر ما نكثر من القول أن الإدمان على الكحول هو حقد، وبقدر ما نكثر من الصراع معه، بقدر ما تصبح فعالية هذا الحقد أكبر، ويصبح الصراع معه أصعب أيضاً.

وهنا بدأت أرى هذه المشكلة من منظور آخر. فقد أدركت لماذا يظهر عن بعض الأشخاص انجذاب مرضي إلى الكحول. فالإدمان هو مرض الشخصية، والكحول يعتبر مشابهاً "للدواء" من أجل النفس المريضة. أي أنه ومنذ البداية، ليس الكحول هو الذي يخلق المرض، لأن الروح هي المريضة عند الإنسان. لذلك تظهر لديه حاجة مرضية إلى مستحضر كيميائي مُخدّر، لكي يخفف من وضعه. لهذا السبب، فإن ما يجب معالجته هو نفس المريض، وعند ذلك تتضاءل الحاجة إلى المخدّر بذاتها وشيئاً فشيئاً.

فتصوّر شخصاً ذا قلب مريض، فهو بحاجة إلى النتروغليسرين كي يزيل تشنج الأوعية ويخفف من وضعه. وهذا المستحضر لا يزيل ولا ينحي أسباب المرض. ولكن ماذا سيحصل، لو حررنا المريض من هذه الوسيلة فجأة؟ هذا الشخص يمكن أن يموت. لذلك، فأول ما يجب القيام به من أجل هذا المريض، هو علاج قلبه بإزالة أسباب المرض، وعند ذلك لا يعود يلزمه أي من المستحضرات المنتجة.

وهكذا يحصل مع المدمن على الكحول. فروحه مريضة، وهي مصابة بفيروس الخوف والكراهية، الغيرة والامتعاض، الحقد واليأس. والكحول يساعد مع الوقت، على تحييد هذه التأثيرات الهدامة والانغماس في غيبوبة تخديرية.

والكحول طبعاً، لا يعالج النفس المريضة. وهو يخفف معاناة المريض الروحية والفيزيائية لفترة محددة فقط. وكل المستحضرات الكيميائية، يملك الكحول نتائج ثانوية تنعكس على الجسد والروح. وتتخزن مواد الانحلال السميّة في الأعضاء الداخلية، وخاصة في الكبد والمخ الرئيس، مُظهراً تأثيره التخريبي.

وما ينتج لدينا، من ناحية، أن الكحول هو سمّ، ومن ناحية أخرى - فهو يساعد المريض (ولو مؤقتاً) في تخفيف معاناته.

الشیطان يعيش حتى الآن، وتحديداً، لأن بعض الناس يحتاجونه. وهم مستعدون لأن يكونوا عبيده ويقدموا له حريتهم وطاقتهم مقابل إمكانية الإحساس، ولو لوقت محدد، بأنهم أكثر هدوءاً وثقة. إذن، هل يستحق أن تقدم حياتك الثمينة وطاقتك مقابل غيبوبة تخديرية تستمر لبضعة دقائق؟

كفاية، انتهى! يجب وضع كل القوى ليس في الصراع مع ضرر الإدمان على الكحول، بل في إصلاح النفس والتطور الذاتي. فالإنسان - هو الإنتاج الأعظم للطبيعة، وهو مُعطى ما ليس موجوداً لدى النباتات والحيوانات. وهذا العطاء - هو إمكانية تطوير الذات، وتعلّم شيئاً ما جديداً، وإمكانية إدراك الحقيقة.

إذن، ما العمل؟

أول ما يجب القيام به هو التوقف عن فهم الكحول كضرر!

وإذا كانت لديك مشكلات مع تعاطي الكحول، فلا تتسرع في تقرير نفسك. وتحول، قبل كل شيء، إلى داخلك، وحدّد لماذا تستخدم الكحول؟ وما هي الفائدة التي يقدمها لك ذلك؟

نعم! الفائدة بالتحديد!

وكي يكون الموضوع أكثر وضوحاً، سأورد أمثلة.

يعتبر الكحول وسيلة تخديرية مأمولة للوصول إلى مدخل لحالات انفعالية محددة. وبكلمات أخرى، لدى كل شخص، وعند تعاطي الكحول هدف واحد - تغيير وضعه الانفعالي.

مثلاً، يعطي الكحول لكثير من الناس إحساساً بالحرية وإزالة القيود. وبعضهم يستخدمه في لقاءات العمل، كطقس، لتسهيل عقد الاتفاقات. ويستخدمه آخرون، ببساطة، من أجل لقاءات أكثر ثقة وغير مقيدة مع الأصدقاء.

وإحدى النساء، وبعد أن شربت أصبحت "روح" الجماعة. فقد شعرت بنفسها حرة جداً، فضحكت كثيراً وألّفت الفكاهات، وكانت مركز الاهتمام. إلا أنها، وفي كل مرة، بعد جلسات مسائية كهذه، كانت تعود إلى المنزل في حالة مخيفة، وكما يقال "ليست هي ذاتها".

وقد جاءت لعيادتي طلباً للمساعدة، واستوضحنا، أنا وهي، أن هذا السلوك الإشكالي فيما يتعلّق بالكحول كان متعلّقاً بعدم وجود الحب والاهتمام بشكل كاف في حياتها. وما إن تعلمت تلقّي هذه المشاعر المهمة والتعبير عنها في حياتها، حتى اختفت المشكلة مع الكحول.

ويساعد الكحول البعض على الاسترخاء والشعور بأنهم أكثر حرية عند التعارف واللقاءات الجنسية. ومحتمل أن الرجال يتذكرون، كيف كانوا في شبابهم يشربون من أجل "الشجاعة"، وجعلوا الفتيات يشربن، كي يصبحن "سهلات البلوغ". وهذا يكون ضرورياً في بعض الأحيان، حيث أن المجتمع يفرض على الجنس محرّمات محدّدة، ولكن، وبعد أن يتعلّم الرجل أو المرأة إظهار جنسانيته بشكل طبيعي وبحرية كاملة، فإن الحاجة إلى الكحول تنتفي تلقائياً.

وقد كان أحد مرضاي يشرب لكي يكون لقاؤه مع أشخاص مقربين أفضل. فهو كان خجولاً جداً، وقد ساعده الكحول في أن يشعر نفسه أقرب إلى زوجته وأطفاله. وهو في هذا الوضع كان يخطر له أن يقول لهم كلاماً ناعماً، ويقوم بشيء ما طيباً وجيداً تجاههم. وقد ساعده الكحول ولبعض الوقت في التعويض عن غياب ذلك الحب، الذي شعر به، وعدم قدرته على إظهار أحاسيسه. وأعطاه الترميز فعالية مؤقتة، حيث أنه لم ينزل الأسباب الداخلية لانشداده غير المعقول إلى الكحول. ونحن غيرنا علاقته بنفسه كرجل، وبزوجته وأطفاله؛ ونحن بعض مجموعات النواقص، ووحيدات الذنوب، وها هو، وخلال عملية العلاج، الانشداد إلى الكحول يختفي، وتتشكل رقابة كاملة فيما يتعلق بالكحول.

ويتم اللجوء إلى الكحول أحياناً، من أجل إزالة التوتر الفيزيائي، ومن أجل الاسترخاء والراحة.

ويستخدم الكثيرون الكحول لإزالة التوتر النفسي، ولكي يخرجوا من الواقع ويتعدوا عن المشاكل المتراكمة. وهكذا يقال: "اشرب وانس". غير أن هذا خداع ذاتي، لأن المشاكل بهذا الشكل لا تظل فقط من دون حل، بل يضاف إليها مشاكل جديدة. فالمشاكل يجب حلها، وليس الهروب منها. وطالما أنه لا يمكنك الهروب من ذاتك! فكيف يمكن الهروب من الواقع؟ والأكثر من ذلك، أننا نحن من يصنع هذه الواقعية، وبذلك، فالواجب ليس الابتعاد عنها، بل تغييرها. وهنا يجب البدء من الذات. عدا عن ذلك، فالكحول "يعدل" المزاج، ويبعث السعادة والثقة في النفس. أليس مهماً الحصول على المتعة والسعادة في الحياة، وكذلك المزاج العالي؟ نعم، ولكن بأي طريقة؟

والكحول، كالمخدر، يعطي الإنسان إمكانية الحصول على المتعة، السعادة، الابتعاد عن النشاطات اليومية، الاسترخاء، وفي النهاية "النعاس"، ولكن، كل هذا "خداع". والفرح - هو استراحة الروح. أما السرور والسعادة تحت تأثير الكحول - فهما فرح تحت التخدير. أما التخدير فيذهب ويبقى التخريب. والكحول لا يُعلم حل المسائل الحياتية المهمة، بل في الغالب على العكس يضيف إليها أخريات أيضاً، وعندما تكتمل الدائرة وتتغلق.

وطبعاً لا يوجد أي شيء سيئاً في استخدام الكحول بهدف الوصول إلى أوضاع تأثرية بعينها. أما إذا كان الكحول يعتبر الطريقة الوحيدة لتحقيق ذلك، فإن هذا يكون نقصاً وتبعية. وبهذه الطريقة يصبح الشخص عبداً للمادة الكيميائية ذات التأثير التخديري، والتي يعتبر الكحول واحدة منها. ويضع الكحول إرادة الإنسان تحت تصرفه. فأني ثمن غال يترتب علينا دفعه من أجل حلم تخديري يستمر لبضعة دقائق!

اكتب النيّة الإيجابية لتعاطي الكحول. وهذه هي الخطوة الأولى في العلاج. والآن، ابدأ بخلق وسائل أخرى للوصول إلى هذه الحالات. ودعها تكون أكثر فاعلية وأملاً من الكحول. ولدينا، هنا، قاعدة ذهبية تقول: "إذا ما أردت التخلص من عادة قاتلة، فاخلق عادات جيدة أخرى". فابدأ الآن ومباشرة، بإيجاد هذا الخيار! ولا توجل ذلك إلى الغد، وأوقف تسميم حياتك وحياة المقربين منك.

وأريد أن أشرح أيضاً، ماذا تعني "أساليب جديدة للسلوك". فأساليب جديدة للسلوك - تعني كل جديد من أفكار، مشاعر وانفعالات، ومواقف جديدة من الذات والمقربين، ومن الناس والعالم المحيط. وهذه نظرات جديدة إلى حالات متعددة في الحياة، وردّات فعل جديدة على الأحداث.

وحتى هذه اللحظة لم يكن لديك خيار، فأنت كنت عبداً للكحول، ولم يكن بمقدورك التخلص منها. أما الآن فالخيار موجود. وتوجد أساليب للتصرف، وهي أفضل من الكحول. وتوجد عادات طيبة جديدة. فهنئ نفسك! لأنك، ومنذ هذه اللحظة، تبدأ بامتلاك الحرية!

وقد كتبت عن أن الكحول - هو مرض الشخصية. وبعد ممارستي لعلاج الإدمان على الكحول خلال مدة طويلة، وصلت إلى قناعة في أن الإنسان، الذي يوجد في حياته تناغم في كل شيء، لن يضطر إلى تعاطي الكحول أبداً. وفي هذه الحالة، فإنه من الغباء ومن دون نتيجة الصراع مع الإدمان على الكحول، فالضروري هنا هو تنظيف الروح من العدوانية. و فقط الأشخاص الذين يملكون عدوانية باطنية وعقلانية هم الذين يصبحون مدمنين على الخمر. وهذا الأمر يخلق آلاماً ومعاناة. وفي هذه الحالة، فإن الكحول، كمخدر، يزيل "التقلص" من الذات المريضة. إلا أن هذا "الدواء" يؤثر مؤقتاً، ويترك آثاراً جانبية ضارة، فهو يخرب الصحة والحياة. وإليك بعض الأمثلة.

- أنا أكره هذه المسوخ الأخلاقية، التي أعمل معها - يقول لي رجل يعاني من الإدمان على الكحول، وتراكم في عقله الباطن كثير من الاحتقار، السخط والحقد.

وأحد مرضاي بدا يشرب الخمر منذ أن بات يشك في خيانة زوجته له. فالكحول ساعده على تحييد الغيرة.

ومريض آخر، راكم في داخله امتعضات كبيرة وصغيرة من الحياة، الإدارة، القيادة، ومن ثم "غاب عن الوعي" لعدة أيام.

فابدأ الآن مباشرة بالتخلص من الأفكار والانفعالات السلبية، التي أدّت بك إلى الإدمان على الكحول. فلا أحد يقوم بذلك بدلاً عنك. وهاك بعضها:

- المخاوف متعددة الأشكال: الخوف من العنف الجسدي، والخوف من المستقبل؛

- الشعور بالذنب والسعي لمعاقبة الذات؛

- الندم على الماضي؛

- الكآبة والضجر؛

- الإحساس بالوحدة؛

- الامتعاض، الحقد، السخط، الاحتقار والكرهية؛

- الغيرة؛

- الشعور بعدم الرضا على الذات، الحياة والعالم المحيط؛

- الإحساس بعدم العلاج؛

- مجموعة النواقص، عدم الثقة بالذات، الشك بالذكورية أو الأنوثة.

وينتج أن حل المشكلة عن طريق التعاطي المفرط للكحول ممكن، فقط في حال التخلص من العدوانية الباطنية تجاه الذات والعالم المحيط. ومن الضروري تغيير الاعتقاد الشخصي، وخلق وسائل جديدة للسلوك، والسماح بدخول الحب والسعادة، الهدوء الروحي والتناغم، إلى حياتنا. وعند ذلك تتناقص الحاجة إلى هكذا مخدر، كالكحول، ذلك الآن الروح السليمة والجسد المعافى لا يحتاجان أية أدوية تخديرية. فكيف يمكن التخلص من الأفكار والانفعالات العدوانية السلبية؟ من أجل ذلك نحن بحاجة إلى تغيير عقيدتنا، وإجراء إعادة تقدير القيمة، ولا توجد أي طريقة أخرى.

وفي النهاية، هيا بنا نورد بعض النتائج. فإذا كانت لدى شخص ما تبعية للكحول، يلزمه من أجل الشفاء الكامل منها:

1. أن يمتلك إرادة لا تقهر للتخلص من المصيبة وبأي ثمن، والبدء بحياة متبصرة جديدة.

2. التحديد، لأي سبب يستخدم الكحول في حياته. وأي خدمة مفيدة يمكن للكحول أن يقدمها له؟

3. إيجاد أساليب جديدة للسلوك، عادات جديدة وجيدة والبدء باستخدامها، أي إيجاد حرية الاختيار.

4. التخلص من الأفكار العدوانية السلبية تجاه الذات شخصياً والعالم المحيط. وتغيير العقيدة الشخصية.

التدخين

لا تشرب الخمر، لا تكدر قلبك بالتبوغ - وعش بقدر ما عاش تيتيان!

! ب. بافلوف

بدأ معظم الأشخاص المدخنين عملية التدخين في أيام الشباب. ولا يجوز القول أن السكائر لذيفة الطعم أو أن أحداً ما شعر نفسه أفضل بسببها. فأول ردة فعل على السكائر المدخنة هي الشعور بالغثيان، الدوخة، السعال. ثم يتلقى المدخن، كهدية، آلاماً في الحنجرة، رئةً محترقة، تنفس قبيح، بقع صفراء على الأسنان واليدين، مصاريف نقدية إضافية، شبح سرطان الرئة وأمراض القلب. وكل مدخن يعرف أنه معرض لتلقي آثار جانبية يسببها التدخين. فما الذي يجبره على إشعال السيكارة مجدداً، ومجدداً؟

الناس لا يدخنون من أجل المتعة، بل بسبب تلك الارتباطات التي تظهر لديهم فيما يتعلّق بالتدخين. فمثلاً، يبدأ الأحداث التدخين لكي يثبتوا استقلاليتهم عن النفوذ العائلي، ولكي يكونوا مقبولين ضمن مجموعات أترابهم، وإذا كان هؤلاء مدخنون، فيشعرون أنفسهم جزءاً من المجموعة، ولكي يحترمهم ويختبروا الحاجة إليهم. أما بالنسبة للفتيات، فإن التدخين مرتبط بالشعور بالاستقلالية والأنافة. ومع تقدم العمر تتغير هذه المقاييس إلى مقاييس أخرى. فيبدأ البالغون بربط عملية التدخين مع القدرة على ضبط أحاسيسهم، ومع الشعور بالنجاح، الراحة والهدوء. وخطوة بسيطة جداً - إشعال السيكارة - ويتسبب الشخص لذاته بمشاعر عالية القيمة. وإليك بعض التداعيات التي تظهر لدى الشخص جراء عملية التدخين:

- الإحساس بالاستقلالية وبلوغ الرشد؛
- الشعور بالدخول ضمن المجموعة، وعملية الاختلاط، وأنه جزء من الجماعة؛
- الإحساس بالنجاح، والشعور بالهدوء والراحة الداخلية؛
- الشعور بالرقابة الذاتية التأثرية، والاسترخاء؛
- الشعور بتوجيه الأفكار، التركيز، ضبط العملية التفكيرية، التأمل؛
- الإحساس بالضبط والتدقيق، والتفرد؛
- الشعور بالرجولة، فالتدخين - يعني أن تكون رجلاً؛ هل تذكر دعاية سكائر "مارلبورو" - كاوبوي جميل، قوي، لا يُغلب، جالس فوق الحصان؛
- تحسين القدرة على العمل؛
- الشعور بإنجاز عمل ما؛
- تمضية الوقت، فبأي شيء تشغل نفسك، "التدخين"، الراحة والاسترخاء؛
- "إطلاق يوم جديد"، وإكسابه إيقاع؛
- إظهار النجاح الشخصي، والرخاء المادي ("أنا أدخن سكائر غالية الثمن").

وأنت، بماذا يقترن التدخين لديك؟

إن أولى الضروريات، التي يجب القيام بها للتخلص من التدخين، - هي عملية

إبعاد الذات عن عملية التدخين ذاتها. أي الاعتراف بما يلي: "أنا - الإنسان الذي استخدم عملية التدخين لأحقق لنفسي تداعيات مهمة بعينها".

والآن، عليك التفكير، هل يستحق الأمر أن نستخدم دائماً هكذا أسلوب مضر ومهلك للصحة؟ أم أنه من الممكن إيجاد شيء ما آخر؟

قم بالخيار من أجل ذاتك!

وإذا ما قررت أن تختار لنفسك أسلوب حياة سليم، فكون نية إيجابية (ويمكن أن تكتبها على ورقة، وتكررها كل يوم): "أنا أتحرر من السكائر بسهولة؛ وأطبق أسلوب حياة سليم ومتبصر؛ ورتناني نظيفتان، وتنفسي طبيعي. وسأخلق أسلوباً جديداً للتصرف، وأفكاراً جديدة، والتي بمساعدتها سأتخلص من السكائر بسهولة".

مثلاً، يوجد لديك الاقتران التالي: التدخين = أن تكون رجلاً. فكّر، بأية طرق أخرى كان يمكنك أن تشعر بأنك رجل؟ فيوجد لدينا الكثير من علامات الرجولة: امتلاك قوة الإرادة، القدرة على تحمّل المسؤولية، امتلاك وتطبيق الالتزامات تجاه الآخرين، القدرة على اتخاذ القرارات شخصياً. ويمكنك أن تتمي في ذاتك واحداً من مقاييس الرجولة هذه كل يوم. وبهذه الطريقة يمتلك عقلك الباطن الخيار ويقوم به لفائدة الأسلوب الآمن والفعال ذاته.

وإذا كان التدخين قد ساعدك في الحصول على مدخل إلى الشعور بالنجاح، الراحة والهدوء، فإنه من الضروري التفسير أية ميادين من حياتك تسببت لك بعدم الرضا، القلق والضجر. وبعد أن تحل مشاكلك الخاصة، فإن حاجتك إلى التدخين تتضاءل بذاتها، لأنك تتعلم الحصول على الرضا والهدوء بطرق أخرى.

والآن. وعندما تشعر أن لديك الخيار في التصرف للحصول على مدخل مشاعر محددة، تبدأ عملية التحرر من السكائر. فاشكر وأطلق سراح كل سيكارة دخنتها. وقل: "أنا أشكرك لأنك ساعدتني في تحقيق مقاصدي؛ وأنا أحرر نفسي من التبعية، وأمجدك مع الحب وأخرجك من حياتي إلى ما لا نهاية". وإذا ما كنت ترغب حقيقة في ترك التدخين، فإنك ستفعل ذلك بسهولة.

وتدخين سكائر مختلفة أو سيكار، يرتبط أحياناً بصورة الشخص الناجح والغني. وهنا يخطر لي ما قرأته مرة في إحدى الصحف، التي أجرت مقابلة مع واحد من أغنى أغنياء العالم. وقد طُرح عليه السؤال: "أية سكائر تدخن؟"، الأمر الذي أجاب عليه بقوله: "أنا غني جداً، وأحب نفسي وحياتي جداً، لذلك فأنا لا أحتاج إلى التخدير. وبرأيي، المدخنون هم الأشخاص الذين يملكون مشاكل كثيرة. وبالنسبة لي شخصياً، فإن التدخين والقدرة على جني مبالغ "كبيرة" لا يتوافقان. ويمكن لكلمات هذا الملياردير أن تساعدك في أن تخمن لنفسك صورة جديدة تقول: إن

الشخص الغني، الجميل، المعافى، يستطيع حل المسائل العملية من غير سكاثر ويتمتع بالحياة، متنفساً هواءً نظيفاً.

وتوجد لحظة أخرى مهمة جداً، والتي تجمع كل المدخنين. فالأشخاص المدخنون، وإن اختلفت درجة تعلقهم بالتدخين، ينكرون حياتهم. وهم لا يحبون ذاتهم وعملية سير حياتهم، وذلك من خلال تحطيم أنفسهم بالسكاثر. فابداً بحب نفسك في هذه الحياة وكذلك طريقة سير حياتك. وسوف تحل تلك اللحظة، عندما يصل مستوى حبك لذاتك لدرجة تستطيع معها الامتناع عن التدخين بسهولة.

أمراض الأطفال

نصف مرضاي من الأطفال. وإذا ما أصبح الطفل بالغاً، فإنني أعمل معه من دون وساطة. ومن الممتع لي أن أراقب دائماً كيف يتغير وضع الأهل شخصياً عند شفاء الطفل. أما العمل مع الأطفال فهو أسهل وأكثر متعة، لأن تفكيرهم ما يزال حراً - ولم يتسخ بهوم الحياة اليومية الصغيرة أو المحظورات المتعددة. فهم حساسون ويؤمنون بالمعجزات. أما إذا كان الطفل ما يزال صغيراً، فإنني أعمل مع الوالدين، الذين ما إن يبدأون بالتغيير حتى يتعافى الطفل.

وقد تم منذ زمن إثبات أن الوالدين والأطفال هم وحدة متكاملة على المستوى المعلوماتي - الطاقوي، الجنسي.

وكثيراً ما يسألني الكبار: "ولكن يا دكتور، كيف يمكن للطفل أن يعرف عن علاقاتنا، مع أننا نخفيها عنه؟ ونحن لا نتشاجر ولا نتخاصم أمامه". ليس محتملاً على الطفل أن يسمع أو يشاهد والديه. فهو يملك في عقله الباطن معلومة كاملة عن والديه، عن أحاسيسهم وأفكارهم. فهو ببساطة يعرف كل شيء عنهما. ولا يستطيع، فقط، التعبير عن مشاعره بالكلمات. لذلك هو يمرض أو يتصرف بغرابة، إذا ما ظهرت لدى والديه مشاكل ما.

وقد سمع الكثيرون هذا التعبير: "الآباء يأكلون الحصرم والأبناء يضرسون". والأمري في الحقيقة كذلك، فكل أمراض الأطفال هي انعكاس لتصرفات وأفكار والديهم، ومن المهم جداً استيعاب هذا. فالوالدان يستطيعان مساعدة طفلتهما على الشفاء، وذلك بتغيير أفكارهما واعتقادهما، وسلوكهما. فأنا أشرح مباشرة للأهل، أن ليس لهم ذنب في مرض الطفل. وقد كتبت سابقاً عن أنه يجب التعامل مع المرض كإشارة أو إنذار. ومع مرض الطفل كإنذار أو إشارة لعائلته.

والأطفال هم مستقبل والديهم وانعكاس علاقتهما المتبادلة. ومن خلال ردّة فعل الأطفال يمكننا الحكم ما إذا كنّا نحن الكبار نقوم بكل شيء بشكل صحيح. فمرض الطفل - هو إنذار للوالدين ويشير إلى أن شيئاً ما في علاقاتهما ليس كما يجب.

فقد حان الوقت لبذل جهود مشتركة من أجل التعايش والتناغم داخل الأسرة. ومرض الطفل هو إشارة إلى الأب والأم تحضهما على التغيير الذاتي!

ماذا يفعل الوالدان عندما يمرض الولد؟ ألم يتلقوا مرض الطفل كإنذار لهما؟ إطلاقاً. فالوالدان يحشوان الطفل بالحبوب كابنتين هذا الإنذار. وموقف أعمى كهذا من مرض الطفل يعقد الحالة، حيث أن المرض لن يختفي نهائياً، بل يستمر في تخريب التركيبات الجنسية الدقيقة لدى الطفل.

والأطفال ذاتهم يختارون لأنفسهم والدين، وكذلك الوالدان يختاران الأطفال لأنفسهم. والكون بدوره ينتقي لطفل بعينه الوالدين المناسبين، اللذين يلائمانه أكثر من الجميع.

ويعكس الطفل كلاً من الأب والأم. فتوجد فيه وتتطور بداية الكون الأنثوية والذكورية. ويحتوي العقل الباطن للطفل على أفكار، انفعالات وأحاسيس الوالدين. ويمثل الأب بداية الكون الذكورية، أما الأم فتمثل البداية الأنثوية. وإذا ما كانت هذه الأفكار عدوانية وهدامة، فإن الطفل لا يستطيع دمجها مع بعضها، لا بل هو غير قادر على ذلك. وها هو يعبر عن نفسه إما بسلوك غريب أو بالأمراض. ولذلك، فإن صحة الأولاد وحياتهم الشخصية تتعلقان بكيفية تعامل الوالدين مع بعضهما وكل مع ذاته ومع العالم المحيط.

وهنا، أورد مثلاً. فقد بدأت حالة صرع لدى أحد الأطفال، وكانت النوبات تحدث بشكل متكرر. والطب في حالات كهذه غير قادر على فعل أي شيء، فالأدوية تعمل على تخفيف الوضع فقط. ويلجأ الوالدان إلى الشافيات الشعبية، الجذات، ولهذا فاعلية مؤقتة.

وفي الجلسة الأولى مع الطفل كان أبوه حاضراً.

- أنت رجل غيور جداً، - قلت للأب شارحاً. - والغيرة تحمل في داخلها مجموعة كبيرة من العدوانية الباطنية. وعندما كانت علاقاتك مع المرأة واقعة تحت تهديد السقوط، فأنت لم تأخذ هذه الحالة على محمل أنها مصنوعة من قبل الله وقبلك، ولم تحاول تغيير أي شيء في ذلك، واختبرت عدوانية ضخمة. وبالنتيجة، فإن ابنك من الزواج الأول يعاني من نوبات الصرع. ويحاصر هذا المرض برنامج تحطيم النساء والذات الباطني لدى الطفل.

- ما العمل إذن؟ - سألني والد الطفل.

- يمكن لشيء واحد فقط معالجة الطفل - ألا وهو تخلصك من الغيرة.

- ولكن، كيف؟ - سأل الرجل.

- يمكنك فعل ذلك في حالة واحدة، وهي أن تتعلم الحب. حب ذاتك،

زوجتك، أطفالك. فالغيرة - تعني اللاحب. وهي علامة عدم الثقة بالذات. فاقبل

الزوجة كانعكاس لك، ليس كملكية خاصة. وأعد النظر إلى حياتك كلها، وتلك الحالات، التي أبديت فيها غيرة وكرهاً لزوجتك، عندما حقدت على النساء وعندما وضعت رجولتك في موقع الشك. واطلب من الله أن يسامحك على عدوانيتك في تلك الحالات واشكره على كل النساء، اللواتي مررن في حياتك، مهما كانت تصرفاتهن. وأيضاً، وهذا مهم جداً، اطلب إلى الله أن يعلمك، أنت وابنك، وكل أحفادك، الذين سيكونون في المستقبل، الحب.

وها نحن أمام مثال آخر. فقد جلبوا لعيادتي فتاة، كانت قد بدأت لديها بشكل مفاجئ وقبل نصف عام تقريباً، نوبات من الكآبة. وقد زاد من سوء حالتها تواجدها في مستشفى الأمراض النفسية.

جلست مطولاً مع والدها. وتمكنت من العثور على سبب مرضها لدى الأب. فقد كان برنامج قوي لتدمير العالم المحيط موجوداً في عقله الباطن، وهذا ما ظهر في الامتعضات المتكررة، الأحقاد والكره تجاه الحياة ومصيره الشخصي، وتجاه الناس. وقد أوصل هذا البرنامج لطفلته. وبينما كانت الفتاة تدرس في المدرسة، شعرت نفسها جيدة نسبياً. ولكن، ها هي وبعد انتهاء التعليم، عاد هذا البرنامج الباطني إلى العمل بملء طاقته، وتحقق بعدم الرغبة في الحياة.

وعندما يمتلئ المنزل بالصراخ، ويتشاجر الوالدان أو الأقارب، فإن ردة فعل الطفل على ذلك تتمثل بالتهاب الأذن أو أمراض القصبات، معبراً بهذه الطريقة عن مشاعره، وموجهاً بمرضه إنذاراً لأهله يقول: "أعيروني انتباهكم! فأنا بحاجة إلى السكون، السلام والهدوء والتناغم في العائلة". ولكن، هل يفهم الكبار ذلك بشكل دائم؟

كثيراً جداً ما تتراكم البرامج السلبية في عقل الأطفال الباطن خلال فترة الحمل. وكنت أسأل الأهل دائماً عن هذه المرحلة وكذلك عن أحداث جرت في حياتهم وعلاقاتهم قبل الحمل بعام كامل.

- في بداية حملك، هل فكرت بإجراء عملية إجهاض، - قلت لامرأة، كانت قد جاءت لعيادتي مع طفل رضيع. وقد بدأت لديه أهبة منذ مدة قصيرة.

- نعم. حدث كما تقول، - أجابت المرأة. كنت أعتبر أن الحمل ليس في وقته، إلا أن زوجي ووالديه أقنعوني بضرورة ولادة طفل.

- ها أنت قد ولدت الطفل، ولكن بقي في العقل الباطن آثار برنامج تحطيمه. فعدم الرغبة في الولادة - هي تهديد مباشر لحياة الطفل. وهو يستجيب لذلك بالمرض.

- وماذا عليّ أن أفعل الآن؟ يجب مساعدته بأي طريقة، ويقول الأطباء أنه لا يوجد دواء لهذا المرض إلا الحمية فقط.

- الدواء موجود. أنا سأعطيك مستحضراً هوميوپاتياً. وفي البداية سيحدث تفاقم، ومن ثم يصبح جلد الطفل نظيفاً. إلا أن الأهم هو خضوعك للتنظيف. وعلى مدى أربعين يوماً يجب عليك الصلاة وطلب السماح من الله على تفكيرك بالإجهاض، ولأنك لم تستطيعي خلق انتشار للحب من أجل طفلك. وهذا سوف يساعدك في تحييد برنامج تحطيمه. وعدا عن ذلك، فأنت ستظهرين الحب لذاتك، وزوجك، وطفلك، كل يوم. وتذكّري أيضاً، أن أي اعتراض على الزوج أو امتعاض منه، أو أي مشكلة داخل الأسرة، ستنعكس مباشرة على صحة الطفل. فاخلقي مساحة للحب ضمن عائلتك. وهذا سيتسبب بأشياء جيدة للجميع.

وحالة الأفكار والانفعالات لدى المرأة الحامل مهمة جداً من أجل صحة الطفل المستقبلي. فالتفكير في أن الحمل ليس في وقته، أو مخاوف الولادة، الغيرة، الامتعاض من الزوج، المشاكل مع العائلة - كل هذا ينتقل إلى الطفل ويتحوّل في عقله الباطن، إلى برنامج تحطيم الذات. ويأتي هذا الطفل إلى النور، ولكن مع جهاز مناعة ضعيف، ويبدأ بالمعاناة من الأمراض المعدية، عملياً، في دار الولادة مباشرة. والطبيب هنا لا حول له ولا قوة. فالسبب يتخفى في الطفل، وفي عائلته. والمهم هو إدراك الأسباب، ومن خلال التوبة، يمكن تنظيف الذات. فالأهبة، الحساسية، التهاب الأمعاء، والعدوى بالمكورات العنقودية، كلها نتيجة الأفكار السلبية للأب والأم خلال فترة الحمل وما بعدها. وعندما تظهر مخاوف محتملة لدى الأطفال، فيجب البحث عن السبب مرة أخرى في تصرفات وسلوك الأهل.

ومرة، استدعيت إلى منزل مع رجاء معالجة الأطفال من المخاوف. واتضح فيما بعد أن الأم ذاتها كانت تعاني من المخاوف - فهي تخاف من الابتعاد كثيراً عن البيت، فيتعاطى الأب المخدرات. وهكذا، لمن يلزم العلاج؟

أو مثل آخر عن الخوف. فقد جاءتني امرأة بفتاة لا تزال صغيرة جداً. ومنذ وقت قصير ظهر عند الطفلة مخاوف من بقائها وحيدة في غرفتها والوجل من العتمة. وأخذنا، أنا والأم باستيضاح الأسباب الباطنية. وبدا أن العلاقات في المنزل متوترة جداً، والمرأة تفكر في موضوع الطلاق. ولكن، ماذا يعني "الطلاق" بالنسبة لفتاة صغيرة؟ إنه فقدان الأب. والأب يمثل الركيزة والحماية. وما حصل، أن أفكار سلبية ظهرت لدى الأم، فتمثلت ردة فعل الطفلة على ذلك بالمخاوف، مظهرة للأهل أنها لا تشعر نفسها بأمان.

وما إن تخلت المرأة عن التفكير بالطلاق، وأصبحت تعمل باتجاه تقوية الأسرة، حتى تلاشت المخاوف من عند الطفلة.

ويمكن لتبعية تصرفات الأطفال لسلوك الأهل أن تفيد جيداً عند علاج الإدمان على الكحول. فكثيراً ما يأتي إليّ الأهل طالبين المساعدة لهم، كباراً وأطفالاً - مدمنين. والأولاد ذاتهم لا يريدون المعالجة، لذلك، كنت أبدأ العمل مع الوالدين. فكتناً نستكشف برامج السلوك الباطنية الخاصة بالوالدين، التي تنعكس بإدمان الطفل على الكحول، ونحيدها، فتجري أشياء مدهشة (وهذا منطقي في حقيقة الأمر): فالابن أو الابنة يتوقفان عن تعاطي الكحول.

لقد أوردت في هذا الفصل والفصول السابقة كثيراً من الأمثلة على أمراض الأطفال. ويمكن القيام بذلك إلى ما لا نهاية. لكن المهم هو أن نفهم، نحن الكبار، حقيقة بسيطة واحدة: فإذا ما ساد الحب، السلام والتناغم في العائلة، فإن الطفل سيكون معافى تماماً وهادئاً. ومع أي تنافر بسيط في أحاسيس الوالدين - فإن تصرفات الطفل ووضعه الصحي سيتغيران مباشرة.

لماذا تكوّنت مقولة أن الأطفال أكثر حمقاً من الكبار، الذين يجب عليهم أن يعلّموا الأطفال. ولكن، ومن خلال عملي مع الأطفال، وجدت أنهم يعرفون أكثر منا، نحن الكبار، بأضعاف. فالأطفال - هم أنظمة مفتوحة. ومنذ الولادة، نقوم نحن الكبار "بإغلاقها"، فراضين عليهم إدراكنا لمجريات العالم. ومؤخراً، بتُّ أتوجّه كثيراً إلى ابني الذي يبلغ ثماني سنوات من أجل النصح. وعملياً، كانت كل أجوبته صحيحة، بسيطة وفي الوقت ذاته كانت عميقة جداً. وسألته مرة:

- ديما، ماذا يجب عليّ أن أفعل حتى أصبح غنياً؟

وبعد قليل من التفكير، أجابني ببساطة:

- يجب عليك مساعدة الناس.

- ولكن، ألسنت أساعد الناس، كطبيب، - قلت له.

- بابا، يجب تقديم المساعدة، ليس فقط للمرضى الذين يأتون إلى عيادتك، بل

لكل الناس عموماً، والمهم وجوب محبة الناس. وعند ذلك ستصبح غنياً.

نبذة عن المؤلف

منذ أن كان طالباً، حلم فاليري سينيلنيكوف بأن يكون طبيباً غير عادي. بعد أن أنهى الدراسة في جامعة القرم الطبية، توجه إلى مدينة فلاديمير، حيث افتتح عيادة طبية خاصة.

يمارس هناك المعالجة المثلية (*Homeopathy*)، يدرّس التنويم المغناطيسي ويغوص في خفايا لاشعوره ولاشعور مرضاه. الاكتشافات والانكشافات تتالي واحد إثر آخر. تظهر لديه فكرة كتابه الأول عنوان الكتاب «أحبب مرضك» يأتي فجأة بمثابة اكتشاف.

في هذه المرحلة غير العادية من حياته يحدث لقاء متميز بين فاليري وبين شخص هرم من مناطق فلاديمير البعيدة، من سلالة المرشدين والكهنة القدماء. هذا اللقاء، وملامسته لخفايا اللاشعور، وهالة المدينة الروسية القديمة على وجه الخصوص - كل ذلك كان له أشد الأثر على عقيدته. وهو يكتب كتاباً منفصلاً عن ذلك.

- وربما بدأ كل شيء في وقت أبكر بكثير، - يروي لنا فاليري بنفسه.
- كان عمري 14 سنة. جاء للخدمة في مدينتنا العسكرية الفضائية من سانت بطرسبرغ الملازم الشاب فلاديمير جيكارينتسيف. وهو الآن كاتب معروف ومدرس. ولكن في تلك الأونة كان من يعرفه قلة. جمعنا سوية: قرابة عشرة صبيان وفتاة واحدة - وأخذ يعلمنا الكاراتيه وفن التأمل. أنا اعتبره معلمي الروحي الأول.