الإيمان بالله مركوز في النفس

كشفت التجارب أن الإيمان بالله نزوع فطري
وأن العبادة بخشوع شفاء لاضطراب النفس

د. محمد دودح

ربما يكتفي البعض بالاعتقاد في وجود ذات عليا مهيمنة رحيمة غير عابئ بتعاليمها الهادية لأسباب السلامة ولا يلجأ إليها طالبا العون إلا وقت الحاجة عند توقع النكبات ، ولكن التعاليم الدينية أصبحت مجالا للدراسات العلمية التي انتهت إلى أن الإيمان بالله نزوع فطري مؤصل داخل النفس البشرية وأن اتباع الآداب الدينية يحفظ سلامة النفس والبدن ، ولم يعد الإيمان بالله في الدراسات العلمية ضربا من الفلسفة والتصورات الشخصية كما كان يعتقد البعض .

وخلاصة الأبحاث التي أجريت على المخ بتقنية جديدة لأشعة إكس ونشرت هذا العام (أبريل عام ٢٠٠١) وقام بها فريق علمي على رأسه البروفيسور أندرو نيوبيرج أستاذ علم الأشعة Radiology بكلية الطب بجامعة بنسلفانيا في فلادلفيا بالولايات المتحدة الأمريكية هي أن الإيمان بالله مقصد مصمم داخليا built-in Design في مخ البشر ، بحيث لا يمكن لأحد التخلص منه إلا تعاميا عن الفطرة السوية التي جعلت الإنسان ينزع للتدين على طول التاريخ وتعطيلا لقدرات هائلة وإمكانات بالغة التعقيد والتطور تمكنه من الاستقراء والتحليل المنطقي والتفكير الاستنتاجي .

ووفق ما أعلنه البروفيسور نيوبيرج أن التدين مهما اختلفت صوره يعكس إيمانا فطريا مركوزا في داخل المخ الذي يمكن وصفه طبقا لما قد أثبتته التجارب بأنه مهيأ المسالك بقوة نحو التدين hard-wired for Religion ، والتجربة العملية لا يمكنها أن تخبرنا بطريقة مباشرة عن ذات الله ولكنها تخبرنا كيف أعد الله الإنسان لكي يعرفه ، وتجعل الدين مطلب طبيعي للإنسان تماثل الطعام والشراب وبقية الاحتياجات المادية الأخرى ، وبهذا نزداد يقينا في وجود الله وقدرته وإلا فلا فائدة من الملكات الممنوحة للإنسان والتي ميزته عن بقية الأحياء في الأرض ، وإذا صاحب الخشوع العادة في أداء العبادة فستصبح ذات تأثير فعال نافع للبدن والنفس يمكن قياسه ، ومن هذا المنطلق يقول نيوبيرج : " لقد اكتشفت الدراسات النفسية الدينية ثراء الدين بأرقي الأساليب العلمية لبلوغ التوازن النفسي" .

كانت المجموعة الأولى التي خضعت لدراسة فريق الباحثين برئاسة بروفيسور نيوبيرج عبارة عن ثمانية من البوذيين من التبت الذين اعتادوا على ممارسة التفكر والتأمل Meditation كجزء من الطقوس الدينية الموروثة ، قال بروفيسور نيوبيرج : "لقد تخيرنا مجموعة البوذيين تلك لدراسة نشاط المخ Brain activity خلال ممارستهم للتأمل باعتباره عينة فحسب للخبرات الشعورية العميقة المصاحبة للصلوات والعبادات التي يمكن قياس تأثيراتها ، وباستخدام تقنية خاصة في التصوير بأشعة إكس تجعل في الإمكان معاينة التغير في نشاط مختلف المناطق الوظيفية بالمخ أمكننا تحديد مناطق معينة في المخ تختص بالتركيز الفكري يزداد نشاطها أثناء ممارسة تلك الخبرة التأملية ، ولكن التغير الملحوظ في نشاط المنطقة من المخ التي تجعلنا ندرك وجهة أجسامنا في الفراغ كان أكثر إدهاشا لنا ، ولعل اختلاف النشاط في تلك المنطقة من المخ يفسر لنا لماذا يشعر الذين بلغوا في صلواتهم درجة استغراق عميقة بانتقالهم بعيدا عن العالم الفيزيائي حولهم إلى مملكة روحية عليا لا يدركها غيرهم إلا بمعايشة تلك التجربة حيث يشعر الموقن خلال أداء أذكاره وصلواته عند تأجج حالة الإيمان بعدم الاهتمام بالعالم الفيزيائي المحيط وأنه في حضرة جلال أسمى ومعية ذات عليا قاهرة تأسر فؤاده وتملك عليه وجدانه يتضاءل معها كل شيء ويفقد الاعتبار" .

وقد حصل نيوبيرج ومساعدوه على نفس النتيجة عندما درسوا مجموعات دينية أخرى غير مجموعة البوذيين ، خلال الصلوات المؤداة بخشوع والتسابيح بحضور وهيبة واستغراق وأثناء جلسات الذكر والإنشاد الجماعي أو الترتيل بتأمل أو تأدية غير ذلك من الطقوس الدينية بسريرة نقية واندماج وتركيز وليس بطريقة شكلية جوفاء ، ويفتح الاستغراق في العبادة آفاقا من الشعور الحي بعالم روحي أسمى ويقدم عونا على التخلص من آلام ومعاناة النفس والشفاء من الاضطراب كالقلق والتوتر والكآبة وتأثيراته البدنية ، وتكرر الممارسة بانتظام يجدد القدرات بالانتقال إلى عالم آخر تسترخي فيه النفس وتستريح من الضغوط ، وفي تلك الحالة يفقد الاهتمام بالعالم الخارجي رغم تزايد التنبه والوعي والجلاء وتزايد الشعور به بل ربما عند درجة ما تزداد القدرة على احتمال الألم العضوي .

قال البروفيسور لورنس ميكيني عميد المؤسسة الأمريكية لعلاج الاضطرابات الذهنية : "إن ممارسة التأمل العميق باعتباره صوره من الخشوع قد يساعد في حد ذاته على التغلب على الشعور بالألم النفسي والإحباط ويعيد التوازن في توزيع النشاط في مراكز المخ ويفرغ شحنات الشعور بالتعاسة وفقدان الأمل حتى عند غير المؤمنين" .

وقد بدأت الدراسات النفسية الدينية في الستينيات من القرن الماضي وفق ما قاله البروفيسور ميكيني عندما ذهبت مجموعة من الباحثين الأمريكيين إلى الهند لدراسة الموجات الكهربية للدماغ (EEG) للممارسين لليوجا ، وفي عام ١٩٨٠ أطلق ميكيني ومساعدوه على تلك الدراسات مصطلح الدراسات النفسية الدينية Neurotheology وأخرج عام ١٩٩٤ كتابه بنفس الاسم ، ويقدم هذا العلم تأييده التام للحقيقة الجوهرية في الدين وهي الإيمان بالله ، قال ميكيني : "ويكفي أننا قد أوجدنا طرقا عملية لقياس الأنشطة الفكرية ولم يعد الإيمان بالله والمشاعر خلال الممارسات الدينية نشاطا فكريا غير قابل للتجربة والإثبات ، ومن تلك التقنيات الجديدة طريقة التصوير الوظيفي بالرنين المغناطيسي functional magnetic resonance imaging (MRI) وقد أكدت نتائج نيوبيرج بالفعل" ، وقد أكدت مجموعات طبية أخرى تلك النتائج منها فريق في بوسطن قام بفحص خمسة متطوعين باستخدام تقنية الرنين المغناطيسي MRI فأكد وجود النشاط غير العادي خلال فترات الاستغراق التعبدي لمناطق التركيز الفكري ، واكتشف تغيرا في نشاط مناطق أخرى بالمخ تتعلق بالإثارة excitability ، ووجد فريق آخر بقيادة البروفيسور دوسيك عميد المعهد الطبي للأبحاث الذهنية تغيرا ملحوظا كذلك في نشاط مراكز بالمخ تتعلق بالذاكرة memory .

يقول البروفيسور بليتريني من جامعة بيزا في إيطاليا : "إن كل شئ نفعله أو نستشعره من نشاط بسيط كحركة إصبع إلى أعمق الانفعالات العاطفية الخبيئة بالنفس أو البادية مثل الغضب والحب يرسم خريطة مميزة المعالم للمراكز المتأثرة بالمخ ويصاحب كل شعور نموذج محدد يمكن تسجيله وتحليله كالتحاليل الطبية العضوية تماما ، وهذا المجال الجديد لاستطلاع دخيلة الإنسان من عواطف ومشاعر وأفكار ومدى تأثره بالاعتقاد الديني ساحر حقا ، ويدخل فيه الباحثون اليوم بحذر حريصين على المنهج العلمي في البحث والتحليل كبقية مجالات العلوم التجريبية" .

ويقول البروفيسور مايكل ماكلوف من جامعة دالاس بالولايات المتحدة الأمريكية : "يتأثر الوجدان النفسي الروحي بالعالم الخارجي ويؤثر في الجسد العضوي ويمثل الإيمان والعبادات صمام أمان لتلك التأثيرات الطبيعية ، وقد أفضت دراسته إلى أن الطبيعة البشرية مصممة بحيث تحفظها العبادات في توازن تام وتقيها الاضطراب" ، وفي تحليل شمل ٤٢ دراسة ميدانية واسعة وجد بروفيسور ماكلوف أن معدل الوفيات يقل بالاستغراق في الصلوات وبقية العبادات ، وهذا التأثير مستقل عن عوامل أخرى مضرة بالصحة كتناول الخمور والتدخين ، ولم يفت البروفيسور نيوبيرج أن يعلق على تلك النتيجة بقوله : "نحن لا ندري حتى الآن على وجه اليقين كيف يؤدي الإيمان العميق والاستغراق في العبادة إلى الحفاظ على سلامة النفس وصحة البدن ومكافحة المرض وتأخير الموت ، ولكن معرفتنا لآليات عمل الجسم خاصة المخ تؤهلنا لتلمس آفاقا جديدة من البحث لنثبت يوما ما بحياد وجود تأثيرات عضوية للإيمان والعبادة ندرك منها اليوم نقص عدد ضربات القلب وضغط الدم وتغير الهورمونات كماً ونوعاً والميل العصبي لتحقيق حالة من الهدوء نتيجة الخشوع والاستغراق ، وقد تؤدي تلك العوامل وغيرها إلى تنشيط جهاز المناعة" .

والتفكر الإيماني والذكر العميق والعبادة باستغراق خاصة في الصلاة ليست ممارسات خالية من التأثير الإيجابي على النفس كما على الجسد ، فقد أثبتت الدراسات صحة المشاعر التي يصفها من عايشها في لحظة انفعال إيماني ، ولا نجد من الألفاظ للتعبير عن قمة الشعور الإيماني سوى ألفاظ كالنشوة والسعادة والبهجة والنعيم وراحة البال ، وتلك الحالة لا يرتقي إليها إنسان بطريق آخر كإشباع سلبي لرغبة عابرة أو تحقيق أمل بعيد المنال ، ولذا ترصد البروفيسور نيوبيرج حالة الصفاء والهناء تلك بلا كدر وخز ضمير وعبء شعور فطري بالذنب وخصها بالوصف ، لكن بلوغ تلك الدرجة وإمكان تسجيلها صعب التحقيق ولذا اكتفى البروفيسور نيوبيرج بعدد من الحالات التي مارست بعض ذلك الشعور ووصفته بأنه حالة من الارتياح والخفة والصفاء رغم يقظة الوعي والتنبه للمؤثرات الخارجية .

ويصاحب حالة النشوة الكبرى أو التحليق الروحي زيادة الشعور بالعالم الخارجي أو ما يسمى بالجلاء الذي يتكامل عند بلوغ الخشوع غايته حيث السمو الفائق والمتعة العليا النفيسة ، ووفق ما سجله البروفيسور نيوبيرج كان شعور الذين خضعوا للتجارب لما حولهم أكثر واقعية ووضوح وجلاء عما اعتادوا خلال أداء الأنشطة اليومية ، وكان شعورهم صحيا نقيا لم يصاحبه أي نوع من الخوف أو التشويش أو فقدان الشعور بالزمان والمكان أو الوساوس والهلوسة كما يحدث في حالة الإصابة بالأمراض النفسية والعقلية وتعاطي المخدرات والإدمان بالعقاقير .

ولم تميز التجارب في المجال النفسي الديني بين المجموعات الدينية وإنما اكتشفت آليات في المخ حتى عند غير المؤمنين قابلة للتأثر والانفعال بالإيمان بالله والخشوع في العبادة والتأثير الإيجابي الصحي على البدن والنفس ، وهذه الآليات تصبح معدومة القيمة ولا عمل لها إذا لم توظفها العبادة مما يؤكد أن الإيمان بالله مركوز في النفس ويؤيد صدق دعوة وتعاليم المرسلين ويدحض ادعاء الشكاكين في أن جوهر الدين في الأصل من ابتداع المخلوقين ، وإن تجارب نيوبيرج وأمثاله تقول لهم "إما الرفعة ونيل السعادة والمتعة الحقيقية في العبادة وإما الشقاء والجحيم" ، ولو تأمل الباحثون في ذلك المجال الجديد لوجدوا أن ما توصلوا إليه ليس إلا بعض ذخائر القرآن الكريم بصفته الكتاب الجامع للتعاليم الأصلية للرسل الأولين الحاوي الوحيد لشريعة عالمية غير قومية تنسجم مع الفطرة السوية .